ସାପ୍ତାହିକ ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/14/2019-2021
The Sweekar स्वीकार
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.25 | Issue - 35 | 26 September - 2 October 2021 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

କୋଭିଡ଼ ନୂଆ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି: ପି.କେ ମିଶ୍ର

ସମ୍ବଲପୁର : କୋଭିଡ୍ ନୂଆ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ସେହିପରି କୁପୋଷଣ, ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ବଢ଼ିଛି, କିନ୍ତୁ ଏହି ସମୟରେ ଡିଜିଟାଲ କ୍ଷେତ୍ର ନୂତନ ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ବୋଲି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ଡକ୍ଟର ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ମିଶ୍ର କହିଛନ୍ତି ।

ଦୁବାଇ ଓଡ଼ିଆ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ୱେବିନାର ମାଧ୍ୟମରେ ଆୟୋଜିତ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟଘାଟ ଗ୍ଲୋବାଲରେ ଯୋଗ ଦେଇ ଡକ୍ଟର ମିଶ୍ର କହିଥିଲେ ଯେ, ଦେଶର ଯେକୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଥିଲେ ବି ଲୋକେ ଭର୍ଚୁଆଲରେ ଯୋଡ଼ି ହୋଇ ପାରୁଛନ୍ତି । ଗତ ୮ ବର୍ଷ, ବିଶେଷକରି ୨ ବର୍ଷ ହେଲା ଦେଶର ବିକାଶକୁ ଏକ ନୂତନ ଦିଗ ଦିଆଯାଇଛି । ମହାମାରୀ ମୁକାବିଲା ଏବଂ ଆର୍ଥିକ ସଂସ୍କାର ଦିଗରେ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଉଛି । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଆର୍ଥିକ ବିକାଶ ଆହୁରି ତୀବ୍ର ହେବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ୯୦ କୋଟି ଲୋକଙ୍କୁ ଟିକା ଦିଆଯାଇଛି । ଖୁବଶୀଘ୍ର ୧୦୦ କୋଟି ଲୋକଙ୍କୁ ଟିକା ଦିଆଯିବ । ଏଭଳି ପ୍ରତିକୂଳ ସ୍ଥିତିରେ ବି ନୂଆଁଖାଇ ଉତ୍ସବର ଆୟୋଜନ ଆମକୁ ଉତ୍ସାହ ଦେଉଛି ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ ।

ସାଂସଦ ପ୍ରସନ୍ନ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ କହିଥିଲେ, ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ସୂତ୍ରରେ ବାନ୍ଧି ରଖିଥିବା ପର୍ବଟି ହେଲା ନୂଆଁଖାଇ । ଉଚ୍ଚ ନୀଚର ବିଭାଜନ ଭୁଲି ବଡ଼ମାନଙ୍କୁ ସାନମାନଙ୍କୁ ଜୁହାର ଭେଟ୍ ହୁଅନ୍ତି । ସମାଜ ଏକାକାର ହୋଇଯାଏ, ଏହା ହିଁ ଏହି ପର୍ବର ମହାନତା । ସମସ୍ତଙ୍କ ଭୁଲ ଧାରଣା ରହିଛି, ଭାଷା, ସଂସ୍କୃତିର ବିବିଧତା ରହିଲେ ଦେଶର ବିଭାଜନ ହେବ । ଦେଶର ସାଂସ୍କୃତିକ ସମାନତା ପାଇଁ ମାତୃଭାଷାର ବିକାଶ ପାଇଁ ସମସ୍ତେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ ।

ପଞ୍ଚାୟତିରାଜ ବିଭାଗର ଯୁଗ୍ମ ସଚିବ ଡକ୍ଟର ସଂଜୀବ ପାଟ୍ଟଯୋଶୀ କହିଥିଲେ, ବିଶ୍ୱର ଯେକୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଆପଣ ଥାନ୍ତୁ ନା କାହିଁକି, ଆପଣ ସମ୍ବଲପୁରିଆ ଝିଅ, ପୁଅ । ତେଣୁ ନିଜ ଗାଁ ସହ ଯୋଡ଼ି ହୋଇ ରୁହନ୍ତୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଖାଦ୍ୟଶୈଳୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥିବାରୁ ନୂଆଁଖାଇର ପାରମ୍ପରିକ ଖାଦ୍ୟ ଆଉ ମିଳୁ ନାହିଁ । ତା'ର ସ୍ଥାନ ଫାଷ୍ଟଫୁଡ୍ ନେଇ ସାରିଛି । ଆଇଜି ଅପରେସନ ଅମିତାଭ ଠାକୁର, ସମ୍ବଲପୁର ସହ ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟର ଅନୁଭବକୁ ବାଣ୍ଟି ନୂଆଁଖାଇ ଅନନ୍ୟ ପର୍ବ ବୋଲି କହିଥିଲେ । ଦୁବାଇର ଡକ୍ଟର ଅମନ ପୁରି କହିଥିଲେ, ଦୁବାଇରେ ଆୟୋଜିତ ଏକ୍ସପୋ ୨୦୨୦ ଭାରତ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଓଡ଼ିଶା ମଧ୍ୟ ଏଥିରେ ଭାଗ ନେବା ଉଚିତ । ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ହଳଧର ନାଗ ନୂଆଁଖାଇ କବିତା,

ଦୁବାଇ ଓଡ଼ିଆ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍

ବରଗଡ଼ ଧନୁଯାତ୍ରାରେ କଂସ ଭୂମିକାରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ କଳାକାର ଭୁବନେଶ୍ୱର ପ୍ରଧାନ ସଂଳାପ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ ।

ଏହି ଅବସରରେ ଦୁବାଇ ଓଡ଼ିଆ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ଟୋକିଓ ପାରା ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣପଦକ ବିଜେତା ପ୍ରମୋଦ ଭଗତ, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ହଳଧର ନାଗ ଏବଂ କଂସ ମହାରାଜ ଭୁବନେଶ୍ୱର ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । କଳାକାର ପଦ୍ମିନୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ରୂପଶ୍ରୀ ସାହୁ, ସୁବ୍ରତ ତନ୍ମୟୀ ବଡ଼ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଭର୍ଚୁଆଲରେ ନିଜର କଳା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ସୁସ୍ମିତା ପଣ୍ଡା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ଝିଅ ପାଇଲେ ସିଭିଲ ସର୍ଭିସ୍

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ସହର ସରବାହାଲ ଅଞ୍ଚଳର ଡାକ୍ତର ରୀନା ପ୍ରଧାନ ନିଜର ଦୃଢ଼ ନିଷ୍ଠା ଓ ପରିଶ୍ରମ ବଳରେ ୧୯୪ ର୍ୟାଙ୍କରେ ଭାରତୀୟ ସିଭିଲ ସର୍ଭିସ୍ ପରୀକ୍ଷାରେ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ତାଙ୍କର ପିତା ଧରଣୀଧର ପ୍ରଧାନ ଲେଫ୍ଟେନାଣ୍ଟ ଏବିଡିଓ ଭାବେ ଅବସର ନେଇଥିବା ବେଳେ ମାଆ କଲ୍ୟାଣୀ ପ୍ରଧାନ ଜଣେ ଗୃହିଣୀ । ସାନଭାଇ ଆଶିଷ ବୁର୍ଲା ଭିସୁଟରେ ପ୍ରଥମ ବର୍ଷ ଏମଟେକ୍ ଛାତ୍ର । ପିଲାବେଳୁ ମେଧାବୀ ରୀନା ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ସରକାରୀ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ଦଶମ ପାସ୍ ପରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରୁ

+୨ ବିଜ୍ଞାନ ପଢ଼ିଥିଲେ । ଏହାପରେ ଭିମସାର୍ ବୁର୍ଲାରେ ଡାକ୍ତରୀ ପାଠ ପଢ଼ି ୨୦୧୬ ରେ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିଲେ । ଅଳ୍ପ କିଛି ମାସ ପାଇଁ ସେ ଦିଲ୍ଲୀରେ ସିଭିଲ୍ ସର୍ଭିସ୍ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରିଥିଲେ ବି ଗତ ୩ ବର୍ଷ ହେଲା ଏଥିପାଇଁ ଅଧିକ ସମୟ ଦେଉଛନ୍ତି । ଏହା ତାଙ୍କର ତୃତୀୟ ଉଦ୍ୟମ ଥିଲାବେଳେ ଦ୍ୱିତୀୟଥର ପାଇଁ ସାକ୍ଷାତକାର ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରର ଅଙ୍କିତଙ୍କୁ ୧୮୪ ର୍ୟାଙ୍କ୍

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁରର ଅଙ୍କିତ ବର୍ମା ଭାରତୀୟ ସିଭିଲ ସର୍ଭିସ୍ ପରୀକ୍ଷାରେ ୧୮୪ ର୍ୟାଙ୍କ ପାଇ ଉତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଛନ୍ତି । ଧନୁପାଲିର ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଗହଣା ସୋ'ରୁମ୍ ଅଳଙ୍କାର ଜୁଏଲର୍ସ ପରିବାରର ବଡ଼ପୁଅ ଅଙ୍କିତ କମ୍ପ୍ୟୁଟର୍ ସାଇନ୍ସ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ଡିଗ୍ରି ହାସଲ ପରେ ପିତାଙ୍କ ପରାମର୍ଶରେ ସିଭିଲ୍ ସର୍ଭିସ୍ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲେ । ୨୦୧୨ ରେ

ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ଶେଷ କରିଥିଲେ । କେମ୍ପସ୍ ଚୟନରେ ଟିସିଏସରେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଥିଲେ ବି ସେ ଚାକିରି ନ କରି ନିଜ ପାରିବାରିକ ବ୍ୟବସାୟରେ ମନୋନିବେଶ କରିଥିଲେ । ତେବେ ୨୦୧୫ ରୁ ଦିଲ୍ଲୀରେ ସିଭିଲ୍ ସର୍ଭିସ୍ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ସେଠାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରିବା ସହ ଛୁଟି ସମୟରେ ସମ୍ବଲପୁର ଆସି ବ୍ୟବସାୟରେ ବି ସମୟ ଦେଉଥିଲେ । ଚଳିତବର୍ଷ ନିଜ ଶେଷ ଉଦ୍ୟମରେ ଅଙ୍କିତ ସଫଳ ହୋଇଛନ୍ତି । ସର୍ବଭାରତୀୟସ୍ତରରେ ୧୮୪ ର୍ୟାଙ୍କ ସହ ସେ ଏକ ଭଲ ପଦବିରେ ଚାକିରି ପାଇବା ନିଶ୍ଚିତ କରିଛନ୍ତି । ସମ୍ବଲପୁର ସହର ଧନୁପାଲି ନିବାସୀ ଅଶୋକ ବର୍ମା ଏବଂ ବିନିତା ବର୍ମାଙ୍କ ବଡ଼ପୁଅ ଅଙ୍କିତ ମଦନାବତୀ ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲରୁ ଦଶମ ପାସ୍ କରିବା ପରେ ବିଶାଖାପାଟଣାରେ +୨ ଓ ଚେନ୍ନାଇର ଏସଆରଏମ ୟୁନିଭର୍ସିଟିରେ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ସାଇନ୍ସ ଡିଗ୍ରୀ ହାସଲ କରିଥିଲେ ।

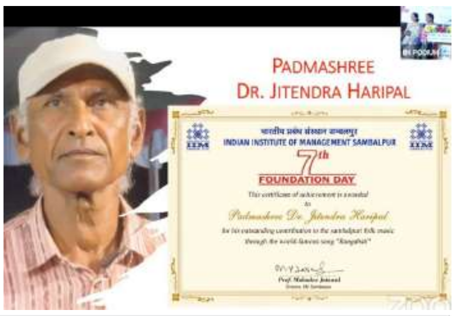
ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଉତ୍କର୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତୁ: ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁର ହେଉଛି ରାଜ୍ୟର ଦ୍ରୁତତମ ବିକାଶୋନ୍ମୁଖୀ ସହର । ଏଥିସହ ଏହା ସଂସ୍କୃତି, ଐତିହ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ ଭୂଖଣ୍ଡ ଅଟେ । ଏହି ମାଟିରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏ, ସ୍ୱଭାବ କବି ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ଓ ସନ୍ଥ କବି ଭୀମଭୋଇ ଭଳି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଜୀବନୀ ଓ ଆଦର୍ଶରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହୋଇ ଆଇଆଇଏମର ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀମାନେ ଉତ୍କର୍ଷ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସହ ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଦାହରଣ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଇଣ୍ଡିଆନ ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଅଫ୍ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟର ବ୍ଲେଣ୍ଡେଡ୍ ମୋଡରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ମହାଦେଓ ଜୟସ୍ୱାଲଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା ଅନୁଷ୍ଠିତ ସପ୍ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ କହିଥିଲେ ଯେ, ଆଇଆଇଏମ ସମ୍ବଲପୁରର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ତାଙ୍କ ଜୀବନ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କରି ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି ଯାତ୍ରାରେ ସେମାନେ ଦେଶର ଜଣେ ଦାୟିତ୍ୱବାନ ନାଗରିକ ହେବାସହ ଆସନ୍ତାକାଲିର ନେତୃତ୍ୱ ନେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆଧୁନିକ ଶିକ୍ଷା ଓ ପାରମ୍ପରିକ ମୂଲ୍ୟବୋଧକୁ ଉଚିତ ମାର୍ଗରେ ବିନିଯୋଗ କରି ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀମାନେ ନିଜକୁ ଦେଶର ବ୍ରାଣ୍ଡ ଆମ୍ବାସଡ଼ର ଭାବେ ଉପସ୍ଥାପନ କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ ।

ରାଜ୍ୟ ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ ପ୍ରାଧିକରଣ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ସୁବ୍ରତ ବାଗଚୀ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଥିଲେ ଯେ, ରାଷ୍ଟ୍ର ଗଠନରେ ଶିକ୍ଷା ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଉପାଦାନ । ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଏକ ଉଦ୍ୟୋଗୀ ମାନସିକତା ସହିତ ଦାୟିତ୍ୱବାନ୍ ନେତୃତ୍ୱ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ଦିଗରେ ଆଇଆଇଏମ ସମ୍ବଲପୁରର ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଛି । ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଫ୍ଲିପ୍‌କାର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ କର୍ପୋରେଟ୍ ବ୍ୟାପାର ଅଧିକାରୀ ରଜନୀଶ କୁମାର ଭର୍ଚୁଆଲ ମୋଡ଼ରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଅଲମ୍ପିକ ମେଡାଲ ବିଜେତା ଭାରତୀୟ ହକି ଦଳର ଅମିତ ରୋହିଦାସ, ସମ୍ବଲପୁରୀ ଗାୟକ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ଜିତେନ୍ଦ୍ର ହରିପାଲ ପ୍ରମୁଖଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥି ସହିତ ଏକାଡେମିକ୍ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିବା ଦ୍ୱିତୀୟ ବର୍ଷର ୭ ଜଣ ମେଧାବୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ୧ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଲେଖାଏଁ ବୃତ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଆଇଆଇଏମର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଉତ୍ସବ



ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

କ୍ଷୀର-ମହୁ ପାନୀୟର ଉପକାରିତା

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟୋପକାରୀ କଖାରୁ ଫୁଲ

ନିମ୍ବ ବଡ଼ ଗୁଣକାରୀ

ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣକାରୀ କରମଙ୍ଗା

କଇଥର ଉପକାରିତା

୩୬ ବର୍ଷ ହେଲା ବୃକ୍ଷରୋପଣ କରି ଅନ୍ୟଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦାହରଣ

ବରଗଡ଼ : ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ସୋହେଲା ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଜନଗାଁ ଗ୍ରାମକୁ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ୩ଟି ରାସ୍ତାରେ ବର, ପିପଲ ଚାରାରୋପଣ କରି ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଶିକ୍ଷକ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ (୭୭) ଏକ ସବୁଜ ବଳୟ ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି । ସେ ଦୀର୍ଘ ୩୬ ବର୍ଷ ହେଲା ଚାରାରୋପଣ କରି ଆସୁଛନ୍ତି । ଗତ ୧୯୮୫ ମସିହାରୁ ରାସ୍ତା କଡ଼ରେ ଚାରାରୋପଣ କରି ନିଜେ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ କରି ଉଦାହରଣ ସୃଷ୍ଟି କରି ଆସିଛନ୍ତି । ସାଇକଲ ଯୋଗେ ନିକଟସ୍ଥ ଏକ ପୋଖରୀରୁ ପାଣି ଆଣି ଗଛରେ ଦେଉଛନ୍ତି । ଏବେ ମଧ ରାମ ମାଷ୍ଟ୍ରେଙ୍କ ଦୈନନ୍ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟ ଅପରିବର୍ତ୍ତିତ ରହିଛି । ରାସ୍ତାକଡ଼ରେ ପଥିକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବର, ପିପଲ ଏବଂ ଆମ୍ବଗଛଗୁଡିକ ମୂକସାକ୍ଷୀ ହୋଇ ରହିଛି । ବୃକ୍ଷଗୁଡିକୁ ପୁଅ ଭଳିଆ ସ୍ନେହ ଶ୍ରଦ୍ଧା କରନ୍ତି । ବୃକ୍ଷର ଯତ୍ନ ନେବା ପାଇଁ ତାଙ୍କର ପେନସନରୁ ଏକ ବଡ଼ ଅଂଶ ଖର୍ଚ୍ଚ କରନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଗଛ ୧୦ ପୁଅ ସହିତ ସମାନ ବୋଲି ଲୋକେ କୁହନ୍ତି । ଯିଏ କି ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ଲଗାଇଥିବା ଗଛ ସଂଖ୍ୟାକୁ ଗଣନା କରିନାହାନ୍ତି । ତାଙ୍କର ନିଜର ଏକ ଛୋଟ ନର୍ସରୀ ମଧ ରହିଛି । ତାଙ୍କର ଏହି ପ୍ରୟାସ ରାଜ୍ୟ ସ୍ତରରେ ମାନ୍ୟତା ପାଇଛି । ଡିସେମ୍ବର ୨୦୧୩ ରେ ଏକ ସାଧାରଣ ସଭାରେ ତାଙ୍କୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ସମ୍ମାନିତ କରିଥିଲେ । ଏହା ପୂର୍ବରୁ ୧୯୯୫ ମସିହାରେ ତାଙ୍କୁ ଜଙ୍ଗଲ ଓ ପରିବେଶ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତି ବନ୍ଧୁ ସମ୍ମାନରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସେ ଜଣେ ଭାଗବତ ବିଶ୍ୱାସୀ, ମିଷ୍ଟଭାଷୀ, ଗୀତାକୁ କଣ୍ଠସ୍ଥ କରିଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଗଛରୁ ତ ଅମ୍ଳଜାନ ମିଳେ, କିନ୍ତୁ ବର ଓ ପିପଲ ବୃକ୍ଷରେ ଯେଉଁ ଅମ୍ଳଜାନ ମିଳେ ତାହା ଦିନରାତି ୨୪ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମିଳିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ମୁନିଋଷି ଗଣ ବର ଓ ପିପଲ ଗଛମୂଳେ ତପସ୍ୟା କରିଥିବା ନଜିର ରହିଛି । ଗୌତମ ବୁଦ୍ଧ ମଧ ସମୟରେ ପିପଲ ଗଛ ମୂଳରେ ତପସ୍ୟା କରି ନିର୍ବାଣ ପ୍ରାପ୍ତି କରିଥିଲେ ଓ ଦେହତ୍ୟାଗ ମଧ ପିପଲ ଗଛ ମୂଳେ କରିଥିଲେ । ଐତିହାସିକଙ୍କ ମତରେ ପଡୋଶୀ ଦେଶ ଶ୍ରୀଲଙ୍କାକୁ ବୌଦ୍ଧ ଧର୍ମ ପ୍ରଚାର ନିମନ୍ତେ ବୁଦ୍ଧ ନିଜ ପୁତ୍ର ମହେନ୍ଦ୍ର ଓ ଝିଅ ସଂଘମିତ୍ରାଙ୍କୁ ପଠାଇଥିବା ସମୟରେ ଭାରତରୁ ହିଁ ପିପଲ ବୃକ୍ଷ ପଠାଇଥିବା କୁହାଯାଏ । ଭାରତର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସମ୍ମାନ ମଧ ଏହି ପିପଲ ପତ୍ର ଆକାରର ରୂପ ଦିଆଯାଇଛି । ତାଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଟ୍ୱିଟ୍ କରି ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ ।

ମହିଳା କଲେଜରେ ଜାତୀୟ ସେମିନାର

ସମ୍ବଲପୁର : ସ୍ଥାନୀୟ ସରକାରୀ ମହିଳା କଲେଜରେ 'ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀ ଜୀବନରେ ଗୀତାର ଉପଯୋଗିତା' ଶୀର୍ଷକ ଜାତୀୟ ସେମିନାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସଂସ୍କୃତ, ହିନ୍ଦୀ ଏବଂ ଓଡ଼ିଆ ବିଭାଗ ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ କଲେଜ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଚନ୍ଦ୍ର ସେଠୀଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଆଲୋଚନା ଚକ୍ରରେ ପୁନେ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ସଂସ୍କୃତ ଅଗ୍ରଗାମୀ ଶିକ୍ଷାକେନ୍ଦ୍ରର ପ୍ରାକ୍ତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ପ୍ରଫେସର ଜୟନ୍ତ ତ୍ରିପାଠୀ ମୁଖ୍ୟ ଆଲୋଚକ ଭାବେ ଆଭାସୀ ମାଧମରେ ଯୋଗଦେଇ ଗୀତା ମାନବ ସମାଜର ମାର୍ଗଦର୍ଶକ ବୋଲି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ଜୟନ୍ତ କରଶର୍ମା ଅନ୍ୟତମ ଆଲୋଚକ ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ କହିଥିଲେ, ଦୀର୍ଘ ୫୨୦୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଜଗତର ମହାନ ଗୁରୁ ଶିଷ୍ୟଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଦେଇଥିବା ଜ୍ଞାନକୁ ଆଧାର କରି ରଚିତ ଗ୍ରନ୍ଥ ଅଦ୍ୟାବଧି ମାନବ ସମାଜକୁ ପଥପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ଆସୁଛି । ଅନ୍ୟତମ ଆଲୋଚକଙ୍କ ମଧରେ ଡକ୍ଟର ଲିଲି ସାହୁ, ଡକ୍ଟର ଉମାଶଙ୍କର ଦାଶ, ଡକ୍ଟର ଜିତେନ କୁମାର ମିଶ୍ର, ଡକ୍ଟର ଜୟଶ୍ରୀ ବରାଳ, ଅଖିଳ ବିଶ୍ୱାଳ, ରାଜ କିରଣ ମିଶ୍ର, ଅନ୍ନପୂର୍ଣ୍ଣା ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରମୁଖ ନିଜ ମତ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଗୀତା ସମ୍ମାନ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଅଧାପକ ଯୋଗେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଭୋଇ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଂଯୋଜନା ଓ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ଗୀତା ଓଡ଼ିଆ ପଦ୍ୟାନୁବାଦ ପୁସ୍ତକ ଉନ୍ମୋଚିତ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ବଡ଼ଗାଁର କବି ତଥା ଗାନ୍ଧିକ ହାଇସ୍କୁଲର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ଛବିଳ ସେଠଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲିଖିତ ପୁସ୍ତକ ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭାଗବତ ଗୀତା, ଓଡ଼ିଆ ପଦ୍ୟାନୁବାଦ ପୁସ୍ତକ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବଡ଼ଗାଁ ଆଇଟିଆଇର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସଂପାଦକ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ନାୟକଙ୍କର ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ବେଦବ୍ୟାସ ସଂସ୍କୃତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଉମାକାନ୍ତ ପଣ୍ଡା, ବଡ଼ଗାଁ ବିଡ଼ିଓ କ୍ଷମାନିଧି ଭୋଇ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ର ବରିଷ୍ଠ ଆଇନଜୀବୀ ରାଜକିଶୋର ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ, ନିମାଇଁ ନାଏକ, ବଡ଼ଗାଁ ଯୁକ୍ତ ୩ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧାପକ ହେମନ୍ତ ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଏହି ପୁସ୍ତକ ଉନ୍ମୋଚନ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଲେଖକ ଛବିଳ ସେଠ ଲିଖିତ ପୁସ୍ତକ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ପ୍ରଥମେ ଜ୍ୟୋସ୍ନାମୟୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଗୀତା ବନ୍ଦନା ଗାନ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ କୁତ୍ରା ସରକାରୀ ହାଇସ୍କୁଲର ସଂସ୍କୃତ ଶିକ୍ଷକ ବିଭୀଷଣ ବାରିକ ପ୍ରମୁଖ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ପ୍ରକାଶ ଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ଗାନ୍ଧିକ ଛବିଳ ସେଠ ପୂର୍ବରୁ କବିତା କଢ଼ି, ସ୍ମୃତି ଓ ସ୍ମରଣ, ସେବେଳର କଥା ଏବର କାହାଣୀ, ଇଷ୍ଟଦେବୀ ସମଲେଇ, ଶ୍ରଦ୍ଧା ସରିତ, ଗଙ୍ଗାପାଣି ଯମୁନା ମାଟି, ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ରସ ପାୟୁଷ, କିଛି କଥା କିଛି କଥନୀ ପ୍ରମୁଖ ପୁସ୍ତକର ରଚନା କରିଛନ୍ତି ।

'ଜୁହାର ପରିବାର' ପକ୍ଷରୁ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ବର୍ତ୍ତମାନ ପୁରା ବିଶ୍ୱ କରୋନାରେ କବଳିତ ହେଉଛି ଓ ଭାରତ ମଧ ଏହି ମହାମାରୀରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଛି । ତେବେ ଆମ ଦେଶ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଏହି ସଙ୍କଟରୁ ଶୀଘ୍ର ମୁକ୍ତ ହେବ ବୋଲି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ଡକ୍ଟର ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ମିଶ୍ର କହିଛନ୍ତି ।

'ଜୁହାର ପରିବାର' ନୂଆଦିଲ୍ଲୀର ଇ-ନୂଆଁଖାଇ ପରବରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଶ୍ରୀ ମିଶ୍ର କହିଥିଲେ ଯେ, ମହାମାରୀ ସମୟରେ ଅନେକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆସିଛି ଓ ଦେଶରେ ଏହି ସମୟରେ ଗୋଟିଏ ଡିଜିଟାଲ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆସିଛି ।

କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା କୌଶଳ ବିକାଶ ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ ମଧ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ଧର ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ନୂଆଁଖାଇର ବିଶେଷତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ଭାଷଣ ଦେଇ ଥିଲେ । ଟୋକିଓ ପାରାଅଲମ୍ପିକ୍ସର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ବିଜେତା ପ୍ରମୋଦ ଭଗତ, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ହଳଧର ନାଗ, ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ସବ୍ୟସାଚୀ ମହାପାତ୍ର, ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରଶାସକ ଡକ୍ଟର ଅରବିନ୍ଦ ପାଢ଼ୀ ପ୍ରମୁଖ ନିଜ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ ।

ମାଁ ସମଲେଶ୍ୱରୀଙ୍କ ନିକଟରେ ବିଶେଷ ପୂଜା ପରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ପ୍ରଖ୍ୟାତ ନାଟ୍ୟକାର, କବି, ଲେଖକ ବିନୋଦ କୁମାର ପଶାୟତଙ୍କୁ 'ଜୁହାର ସମ୍ମାନ ୨୦୨୧' ରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ପ୍ରଖ୍ୟାତ ନାଟ୍ୟକାର ଅଭିନେତା ଅଟଳ ବିହାରୀ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ସ୍ମୃତିରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା 'ଜୁହାର ଅଟଳ ସମ୍ମାନ' ରେ ଅଭିନେତା ନାଟ୍ୟକାର ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । କୋଭିଡ ମହାମାରୀ ସମୟରେ ଲୋକଙ୍କ ସେବାରେ ନିଜକୁ ନିୟୋଜିତ କରିଥିବା ଶ୍ମଶାନ ବନ୍ଧୁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ସମ୍ବଲପୁରର 'ସମ୍ବଳ' ଅନୁଷ୍ଠାନ, ବୁଢ଼ାରଜା ଯୁବ ସଂଗଠନ ସୋନପୁର, ଲାୟନ୍ସ କ୍ଲବ ବିନିକା, ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ଯୁବାମଞ୍ଚଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ଅନୁଷ୍ଠାନର ବାର୍ଷିକ ସ୍ମରଣିକା 'ଜୁହାର ସୁରତା' ମଧ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଥିଲା । ରମାକାନ୍ତ ହରିପାଲ, ପୂନମ ରଥ, ଲିପିକା ବିହାର, ଜଗତ ଗରଡ଼ିଆ, ପୁଷ୍ପରାଜ, ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ସା, ବଙ୍କିମ ପଟେଲ, ବିକାଶ, ଆୟେଶା, କମଲେଶ, ଭୁବନ, ଟିଂକିରାଣୀ ପ୍ରମୁଖ ଗୀତ ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ପୂର୍ବତନ ସାଂସଦ ପ୍ରଭାସ ସିଂ, ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଆବାସିକ ବାଙ୍କ ପ୍ରବନ୍ଧ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ସାରଦା ପ୍ରସାଦ ହୋତା, ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାତା ଜିତେନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର, ଯୁବନେତା ଈରାଶିଷ ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବହୁ ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରଶାସକ, ଶିକ୍ଷାବିତ ସଂସ୍କୃତିପ୍ରେମୀ ଓ ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଜନସାଧାରଣ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

'ଜୁହାର ପରିବାର'ର ଅନୁପମ ମିଶ୍ର ଓ ସର୍ବେଶ୍ୱର ପଧାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନରେ ବିଜୟାନନ୍ଦ ନାୟକ, ବିଜୟ ତ୍ରିପାଠୀ, ବାସୁଦେବ ତ୍ରିପାଠୀ, ଓଁ ପ୍ରକାଶ ରାଉତ, ପିନାକୀ ପ୍ରସାଦ ରଥ, ବିବେକ ପାତ୍ର, ଦେବଦତ୍ତ ଦାଶ, ମହେଶ ଠାକୁର, ସୁନୀଲ ପଟେଲ, କୁଳମଣି ବାରିକ, ସନ୍ଦୀପ ସାହୁ, ଦିଲୀପ ବେହେରା, ଜଗଦୀଶ ପଟେଲ, ବଦ୍ରି ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର, ଦେବାଶିଷ ମାଝୀ, ସନ୍ଦୀପ ନାୟକ, ରାଜକୁମାର, ଚନ୍ଦ୍ର ଶେଖର ପାଢ଼ୀ, ଶ୍ରୀଧର ମହାତୋ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ପୋଷଣ ମାସ ପାଳିତ

ସୁନ୍ଦରଗଡ : ପୁଷ୍ଟିଶସ୍ୟ ମିଶନ ଏବଂ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଖଣିଜ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ପୋଷଣ ମାସ ପାଳନ କରାଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିଖିଲ ପବନ କଲ୍ୟାଣ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବିଭିନ୍ନ ପୁଷ୍ଟିକର ପନିପରିବା, ଡାଲି ଜାତୀୟ ଶସ୍ୟ ସହିତ ପୁଷ୍ଟିଶସ୍ୟରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବିଭିନ୍ନ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇଥିଲା । ମହିଳା ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀର ସଦସ୍ୟମାନେ ମାଣ୍ଡିଆରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଲଡୁ, କେକ, ଗଜା, ପିଠା ଆଦି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଅତିଥିମାନେ ମାଣ୍ଡିଆରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କେକ କାଟିଥିଲେ । ଏହାସହ ୬ ଜଣ ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କୁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଡିଏମଏଫ ପକ୍ଷରୁ ପୋଷଣ କିଟ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ବିଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଆସିଥିବା ସାନ ପିଲାମାନେ ନୃତ୍ୟ ପରିବେଷଣ କରି ପୋଷଣ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନତାର ବାର୍ତ୍ତା ଦେଇଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ତିନି ଜଣ ଶିଶୁଙ୍କର ଅନ୍ନପ୍ରାସନ୍ନ ମଧ କରାଯାଇଥିଲା ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ଏମ୍ମା ଏକ୍କା, ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ କୃଷି ଅଧିକାରୀ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ନାୟକ, ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର ସରୋଜ କୁମାର ମିଶ୍ର, ଜିଲ୍ଲା ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରବାସିନୀ ଚକ୍ର, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ କୃଷି ବିଜ୍ଞାନ କେନ୍ଦ୍ରର ବରିଷ୍ଠ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଲକ୍ଷ୍ମୀପ୍ରିୟା ପ୍ରଧାନ, ଡିଏମଏଫର ପୋଷଣ ବିଶେଷଜ୍ଞ କୁସୁମ ସିଏସଙ୍କ ସହିତ ୨୧ ଟି ସେକ୍ଟରର ସିଡିପିଓ, ସୁପରଭାଇଜରଙ୍କ ସହିତ ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କର୍ମୀମାନେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଭାଗବତ

ଉଦ୍ଧବାଗମନ ପ୍ରସଙ୍ଗ

ଯଶୋଦା କହିଲେ, ହେ ଉଦ୍ଧବ ! କୁହନ୍ତୁ, ମୋ ପୁଅ ସେଠାରେ ଭଲରେ ଅଛି ନା ନାହିଁ ? ସିଏ ତ ଖାଇବା ବେଳେ ଖୁବ୍ ଅଝଟ କରୁଥାଏ । ସେଠାକୁ ଯିବାପରେ ସେ ଦୁର୍ବଳ ଆଉ ହୋଇ ଯାଇ ନାହିଁ ତ ? ସେ କ'ଣ ଖୁସୀରେ ଅଛି ? କେବେ କେବେ ତା'ର ମୋ କଥା ମନେ ପଡୁଛି ନା ନାହିଁ ? ତାକୁ ସେଠାରେ ପୁଣି ଅବୁଝା ହେଲେ ବୁଝାଉଛି କିଏ ? ଗୋକୁଳରେ ଥିବାବେଳେ ସେ ମୋ ଆଖିରେ ଲୁହ ଦେଖିପାରୁ ନ ଥିଲା । ସେ ମୋତେ ବୁଝାଇ ଦେଉଥିଲା ।

ହେ ଉଦ୍ଧବ । ମୁଁ ଯେତେବେଳେ ଯମୁନାକୁ ଯାଏ, ଯମୁନାର ଶ୍ୟାମଳ ଜଳରାଶି ଦେଖିବା ମାତ୍ରେ ମୋର କହ୍ନେଇ କଥା ମନେପଡ଼େ । ମୋତେ ଜଣାପଡେ, ସତେ ଯେପରି ସେ ଏଇ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯମୁନା ପାଣିରୁ ବାହାରି ମୋ କୋଳରେ ଆସି ବସିଯିବ । ତାକୁ ଟିକିଏ ପଚାରିବ ତୋ ମା' କ'ଣ ଏମିତି ଅପରାଧ କରି ପକାଇଛି ଯେ ତା ପାଖକୁ ଥରେ ବୋଲି ଯିବାକୁ ତୁମ ମନ କରୁନାହୁଁ । ହଁ ମୁଁ ତାକୁ ଥରୁଟିଏ ଗୋଟିଏ ଉଦୂଖଳରେ ବାନ୍ଧିଥିଲି । ସେ କ'ଣ ସେଇଥିପାଇଁ ଏଡ଼େ ରାଗ କରିଛି ?

ହେ ଉଦ୍ଧବ ! କହ୍ନେଇ ମୋତେ କାହିଁକି ମନେ ପକାଇବ କହିଲ ! ମୁଁ ତ ତାର ମା' ନୁହେଁ । ତା ମା ତ ହେଉଛି ଦେବକୀ । ଦେବକୀଙ୍କୁ କହିବ, ତାଙ୍କର ତ ଅନେକ ଦାସୀଥିବେ, ଆଉ ଜଣେ ଦାସୀ ଯଦି ସେ ଆବଶ୍ୟକ କରନ୍ତି ତେବେ ମୋତେ ସେ ଡାକିବେ । କୃଷ୍ଣ ବିରହରେ

ଆମେ ମରିଗଲୁଣି । ସେ ଯେଉଁଠି ଅଛି ଆମକୁ ସେଠାକୁ ନେଇ ଚାଲ । ଆମକୁ ତୁମେ ଯଦି ନେଇଯିବ ଭଗବାନ ତୁମର ନିଶ୍ଚୟ ମଙ୍ଗଳ କରିବେ । ମୁଁ ନାରାୟଣଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରି କହୁଛି, ହେ ନାରାୟଣ । କହ୍ନେଇ ଯେଉଁଠି ଥାଉ ପଛେ, ଖୁସୀରେ ରହିଥାଉ । ତାର କିଛି କ୍ଷତି ନ ହେଉ ।

ଯଶୋଦାଙ୍କର ଏପରି ବ୍ୟାକୁଳତା ଦେଖି ଉଦ୍ଧବ କହିଲେ, ମା' କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ଆପଣମାନଙ୍କୁ ସବୁବେଳେ ମନେ ପକାଉଛନ୍ତି । ସେ ତ ଆପଣମାନଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କାହା କଥା ଆଦୌ ଭାବୁ ନାହାନ୍ତି । ସେ ନିଜେ ଏଠାକୁ ଆସିଥାଆନ୍ତେ । କିନ୍ତୁ ମଥୁରାର ଶାସନ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତାଙ୍କର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡୁଛି । ତେଣୁ ସେ ଆସି ନ ପାରି, ମୋତେ ପଠାଇଛନ୍ତି ଆପଣମାନଙ୍କ ଖବର ନେଇଯିବା ପାଇଁ । ନନ୍ଦ ଯଶୋଦାଙ୍କ କୃଷ୍ଣ- ପ୍ରେମ ଦେଖି ଉଦ୍ଧବଙ୍କର ଅଧା ଅଭିମାନ ଉଡିଯାଇଥିଲା । ସେ ମନେ ମନେ ଭାବୁଥାନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ଝୁଲାରେ, ଖେଳରେ ଘରେ ବାହାରେ, ତରୁଲତାରେ, ଜଳରେ, ବନ ଅରଣ୍ୟରେ କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଦେଖୁଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ପୁଣି ବ୍ରହ୍ମର ବ୍ୟାପକତା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଉ ଅଧିକ ମୌଳିକ ଉପଦେଶ ଦେବି କ'ଣ ? ଏମାନେ ଦୁହେଁ ତ ସର୍ବତ୍ର ମନରେ ଆଉ ବୁଦ୍ଧିରେ ବ୍ରହ୍ମର ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ରୂପକୁ ଦର୍ଶନ କରିବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ଏହିଭଳି କଥୋପକଥନ କରୁ କରୁ ରାତି ପାହିଗଲା ।

ଗୋବିନ୍ଦ ଚନ୍ଦ୍ର ପାଣିଗ୍ରାହୀ

ମୂଳାଷ୍ଟମୀ ବ୍ରତ ରହସ୍ୟ

ଆଶ୍ୱିନ ମାସର ବ୍ରତୋତ୍ସବ ମଧରେ ମୂଳାଷ୍ଟମୀ ବ୍ରତ ଭାରତର ପୁରପଲ୍ଲୀରେ ସୁପ୍ରଚଳିତ । ଓଡ଼ିଶାରେ ଏହାକୁ ଦ୍ୱିତୀୟା ଓଷା ଅଥବା ଦ୍ୟୁତି ବାହନ ପୂଜା ମଧ କୁହାଯାଏ । ଏହି ବ୍ରତରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ନୈଶ ପୂଜା ହୋଇଥାଏ ପୌରାଣିକ ଆଖ୍ୟାନ ଅନୁସାରେ ଏହିଦିନ ମା' ଦୁର୍ଗାଙ୍କର ମର୍ତ୍ତ୍ୟାବତରଣ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିପାଇଁ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରଚଳିତ ରହିଛି 'ରବିଶଶୀ ଗଜାରୂଢ଼ା ଗୁରୁଭୃଗୁ ତୁରଙ୍ଗମାଃ । ଶନିମଙ୍ଗଳ ଦୋଳାୟା ବୁଧସ୍ତୁ ନୌକା ବିହାରେ ।' ଅର୍ଥାତ୍ ମୂଳାଷ୍ଟମୀ ପଡୁଥିବା ବାରରେ ମା'ଙ୍କର ମର୍ତ୍ତ୍ୟାବତରଣରୁ ଦେଶରେ ଜଳବାୟୁର ସ୍ଥିତି ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇଥାଏ । ରବି ଓ ସୋମବାରରେ ତ୍ୱା' ଗଜ ପୃଷ୍ଠରେ, ଗୁରୁ, ଶୁକ୍ରରେ ଅଶ୍ୱ ପୃଷ୍ଠରେ, ଶନି, ମଙ୍ଗଳରେ ଦୋଳିରେ ଓ ବୁଧରେ ନୌକାରେ ବସି ଅବତରଣ କରନ୍ତି । ଫଳରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ପାଣିପାଗ ସେହି ଅନୁସାରେ ସଞ୍ଚରିତ ହୁଏ । ଏହି ଦିନ ମଧ ଦେବୀପୀଠ ମାନଙ୍କରେ ଦେବୀଙ୍କର ସହସ୍ର କୁମ୍ଭାଭିଷେକ ଓ ଉତ୍‌ଥାନ ପୂଜା ପ୍ରକରଣ ହୋଇଥାଏ । ଏହିଦିନ ଠାରୁ ମା' ଦୁର୍ଗାଙ୍କର ଷୋଡ଼ଶ ଦିବସୀୟ ପୂଜାରମ୍ଭ ହୁଏ । ଏହାକୁ ଜ୍ୟୋତିଷ ଶାସ୍ତ୍ର ମତରେ ଜୀତାଷ୍ଟମୀ ଅଥବା ମୂଳାଧାର ପଠ ପୂଜା ହେତୁ ମୂଳାଷ୍ଟମୀ କୁହାଯାଏ ।

ଏହି ଦିବସର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପାଳନ ହେଉଛି ଜୀମୂତବାହନ ପୂଜା । ବ୍ରତୋତ୍ସବ ଚନ୍ଦ୍ରିକା ଅନୁସାରେ ଦକ୍ଷିଣାପଥର ସମୁଦ୍ର ନିକଟରେ କାଞ୍ଚନାବତୀ ନଗରୀରେ ରାଜା ମଳୟ କେତୁ ଥିଲେ । ନର୍ମଦା ନଦୀର ପଶ୍ଚିମ ତଟରେ ଏକ ବୃକ୍ଷର କୋଟରରେ ଗୋଟିଏ ଶିଆଳୀ ଓ ଅନ୍ୟ ଏକ କୋଟରରେ ଗୋଟିଏ ଚିଲ ରହୁଥିଲେ । ଏମାନେ ଦେଖିଲେ ଯେ, ସାଧବାଣୀମାନେ ନିଜ ପୁତ୍ରମାନଙ୍କର ଦୀର୍ଘାୟୁ କାମନାରେ ନଦୀ ତଟରେ ଜୀମୂତବାହନ ପୂଜା କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ଦୁଇ ଜଣ ସ୍ଥିରକଲେ ଯେ, ସେମାନେ ମଧ ଏହି ବ୍ରତ କରିବେ । ସେମାନେ ସାଧବାଣୀଙ୍କ ଠାରୁ ବ୍ରତ ବିଧାନ ଶୁଣି ବ୍ରତପାଳନ କଲେ । ମାତ୍ର ବିନା ଆହାରରେ ବ୍ରତ ପାଳିବା କଷ୍ଟକର ହେବାରୁ ଶିଆଳୀ ଭୋକରେ ଛଟପଟ ହେଲା । ଶେଷରେ ସେ ଚିଲକୁ ନ ଜଣାଇ ଏକ ଶବର ମାଂସ ଖାଇଦେଲା । ବ୍ରତ ଶେଷରେ ସେମାନେ ପ୍ରୟାଗରେ ତୀର୍ଥ ଦର୍ଶନକୁ ଆସିଲେ । ସେଠାରେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ଭାବେ ସେମାନେ ପ୍ରୟାଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜୀବନ ବିସର୍ଜନ କଲେ । ମୃତ୍ୟୁକାଳରେ ଉଭୟ ପୁଣ୍ୟବାନ ରାଜା ମଳୟକେତୁଙ୍କର ରାଣୀ ହେବା ଇଚ୍ଛା କରିଥିବାରୁ ପରଜନ୍ମରେ ସେମାନେ ସ୍ୱଳ୍ପ କାଳରେ ଦେବକନ୍ୟା ସଦୃଶ ତେଜସ୍ୱିନୀ ହେଲେ ଏବଂ ସଂଯୋଗ ବଶତଃ ମଳୟ କେତୁଙ୍କୁ ବିବାହ କଲେ । ଚିଲରୁ ଜନ୍ମିତା କନ୍ୟାର ନାମ ଶୀଳବତୀ ଓ ଶିଆଳୀ ଜନ୍ମିତା କନ୍ୟାର ନାମ କର୍ପୁର ବତୀ ହେଲା । ସମୟକ୍ରମେ ଉଭୟଙ୍କର ସାତୋଟି ଲେଖାଏଁ ପୁତ୍ରଜନ୍ମ ହେଲେ । ମାତ୍ର କର୍ପୂର ବତୀଙ୍କର ପୂର୍ବ ଜନ୍ମର ଅପକର୍ମ ପାଇଁ ସମସ୍ତ ପୁତ୍ର ଅକାଳରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କଲେ । ଶୀଳବତୀଙ୍କ ସୌଭାଗ୍ୟ ଦେଖି କର୍ପୁରବତୀ ଈର୍ଷାରେ ଜଳି ଉଠିଲେ ଏବଂ ଶୀଳବତୀଙ୍କ ପୁତ୍ରମାନଙ୍କୁ ମାରି ଦେବାର ଉପାୟ କଲେ । ସେ ଶୀଳବତୀଙ୍କ ପୁତ୍ରଙ୍କୁ ମାରିବା ପ୍ରସଙ୍ଗ ରାଜା ମଳୟ କେତୁଙ୍କୁ କହିଲେ । ରାଜା କର୍ପୁରବତୀଙ୍କ ଠାରେ ସତ୍ୟ କରିଥିବାରୁ ନିଜ ହାତରେ ପୁତ୍ରମାନଙ୍କର ମୁଣ୍ଡ କାଟି ଗୋଟିଏ ପାଛିଆରେ ଶୀଳବତୀଙ୍କ ନିକଟକୁ ପଠାଇଲେ । ଅନ୍ୟପଟେ ଜୀମୂତବାହନ ଦେବତା ଏହା ଜାଣିପାରି ଶୀଳବତୀଙ୍କ ସାତପୁତ୍ରଙ୍କୁ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ମସ୍ତକ ଲଗାଇ ସଞ୍ଜିବନୀ ମନ୍ତ୍ରରେ ଜଳସିଞ୍ଚି ଜୀବନ ଦାନଦେଲେ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟରେ ଶୀଳବତୀଙ୍କ ନିକଟରେ ପାଛିଆ ଉପରେ ଢ଼ଙ୍କା ଥିବା କପଡ଼ା ସହ ପୁତ୍ରମାନଙ୍କର କଟାମୁଣ୍ଡ ପହଞ୍ଚିଲା । ଶୀଳବତୀ ସମସ୍ତ କଥା ଜାଣିବା ପରେ ପ୍ରଭୁ ଜୀମୂତବାହନଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କଲେ ଏବଂ ପାଛିଆ ଉପରୁ କପଡ଼ା ଖୋଲି ଦେଖିଲେ, ସେଥିରେ କଟାମୁଣ୍ଡ ନାହିଁ । ବରଂ ପାଛିଆ ଭିତରେ ସାତଟି ବଡ଼ ତାଳଫଳ ରହିଛି । ଏହି ସମୟରେ ତାଙ୍କର ପୁତ୍ରମାନେ ଆସି ମା' ଶୀଳବତୀଙ୍କୁ ଭେଟିଲେ । ଏ ସମସ୍ତ ଦେଖିବା ପରେ କର୍ପୁରବତୀ ତାଙ୍କ ସପତଣୀ ଶୀଳବତୀଙ୍କ ପାଦତଳେ ପଡି କ୍ଷମା ମାଗିଲେ ଏବଂ ନିଜର ତ୍ରୁଟି ସଜାଡିବାକୁ ଜୀମୂତବାହନଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ ।

'ବ୍ରତୋତ୍ସବ ଚନ୍ଦ୍ରିକା'ରେ ଏହି ଗଳ୍ପ ସହିତ ବ୍ରତିବିଧି ମଧ ଲିଖିତା 'ଆଶ୍ୱିନ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷେ ତୁ ଯା ଭବେଦଷ୍ଟମୀତିଥିଃ । ଶାଳିବାହନ ରାଜସ୍ୟ ପୁତ୍ରଂ ଜୀମୂତବାହନମ୍ । ପୂଜୟନ୍ତି ସ୍ତ୍ରିୟସ୍ତସ୍ୟା ପୁତ୍ରକାମଃ ସହର୍ପିତାଃ । ଦେବଂ ଦର୍ଭମୟଂ କୃତ୍ୱା ସ୍ଥାପ ୟେଦବାରିଭାଜନେ । ପୀତ ଲୋହିତ ବର୍ଣ୍ଣୈଶଃ କାର୍ପାସା ସ୍ଥିଭିରେବ ଚ । ନାନାବର୍ଣ୍ଣ ପତାକା ଭିର୍ଗନ୍ଧ ପୁଷ୍ପାଦି ସ୍ତଥା । ପ୍ରକଳ୍ପ୍ୟ ପ୍ରାଙ୍ଗଣେ କୋଷ୍ଠ କୃତ୍ୱ ପୁଷ୍କରିଣୀଂ ତତଃ । ତତ୍ରୈବ ପର୍କଟୀ ଶାଖା ଧର୍ତ୍ତବ୍ୟା ଜଳସନ୍ନିଧୌ । ଚିଲ୍ଲୀ ଶଅଗାଳୀ କର୍ତ୍ତବ୍ୟା ଗୋମୟୈ ମୃତ୍ତିକାଦିଭିଃ । ତେ ଉଭେ ତତ୍ର ଧର୍ତ୍ତବ୍ୟେ ସିନ୍ଦୁରାରୁଣ ମସ୍ତକେ । ବଂଶ ପତ୍ରେଣ କର୍ତ୍ତବ୍ୟା ପୂଜା ବଂଶ ବିବୃଦ୍ଧୟେ ।

ଏହି ଚିଲ ଓ ଶୃଗାଳୀ କଥା ସହିତ ଉତ୍ତର ଓଡ଼ିଶାରେ ଅନ୍ୟ ଏକ ଗଳ୍ପ ମଧ ସଂଯୋଜିତ ହୋଇଛି । ଜଣେ ବିଧବା ବ୍ରାହ୍ମଣୀ ବଂଶ ରକ୍ଷା କାମନା କରି ସୂର୍ଯ୍ୟ ପୂଜା କଲେ । ସୂର୍ଯ୍ୟଦେବ ସନ୍ତୋଷ ହୋଇ କହିଲେ ଯେ, ବ୍ରାହ୍ମଣୀଙ୍କ ଶାଗ ଖଳାରେ ଥିବା ଶାଗରେ ସେ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ସେହି ଶାଗ ଖାଇଲେ ତାଙ୍କ ବଂଶ ରକ୍ଷା ହେବ । ବିଧବା ଜଣକ ଏହା ପାଳନ କଲେ, ମାତ୍ର ପୁତ୍ରଜନ୍ମ ପରେ ତାଙ୍କୁ ସମାଜ ବାସନ୍ଦ କରିବାରୁ ସେ ଏହି ସନ୍ତାନ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କର ବୋଲି କହିଲେ । ସମୟ କ୍ରମେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଛଦ୍ମ ଯୋଗୀ ବେଶରେ ଏହାକୁ ପ୍ରମାଣ ସିଦ୍ଧି କହିବାରୁ ତାଙ୍କ ବଂଶ ରକ୍ଷା ହେଲା । ଏଥିପାଇଁ ସେ ବ୍ରତର ପରଦିନ ଯେଉଁ ଫଳ, ଗଜାମୁଗ, ଗଜାବୁଟ ଆଦି ଭକ୍ଷଣ କରିଥିଲେ, ସେ ସବୁକୁ ପୁତ୍ରକାମୀ ନରନାରୀ ଭୋଜନ କରିବାକୁ ଛଦ୍ମବେଶୀ ସୂର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଲେ । ଫଳତଃ ବ୍ରତ ପରଦିନ ଏସବୁର 'ଘାଣ୍ଟ ତରକାରୀ' ସେବନ ବିଧି ଏ ଯାବତ ଚଳି ଆସୁଛି ।

ମହଭାରତୀୟ କଥାନକରେ ଜୀମୂତବାହନ ରାଜା ଜୀମୂତ କେତୁଙ୍କ ପୁତ୍ର ଥିଲେ । ସେ ମଳୟକେତୁଙ୍କ ପୁତ୍ରୀ ମଳୟବତୀଙ୍କୁ ବିବାହ କରିଥିଲେ । ଜୀମୂତ ବାହନ ଦୟାଶୀଳ ଓ ପରୋପକାରୀ ଥିବାରୁ ଦିନେ ସେ ଜାଣିଲେ ଯେ, ଗରୁଡ଼ ପୂର୍ବ ଶତ୍ରୁତା ପାଇଁ ସର୍ପମାନଙ୍କୁ ଏକ ବଧଶୀଳା ଉପରେ ଭକ୍ଷଣ କରୁଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ନାଗରାଜାଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ସର୍ପମାନଙ୍କ ବଧଶୀଳାକୁ ଯିବା ପାଇଁ ପାଳି କରାଯାଇଛି । ଦିନେ ଶଙ୍ଖଚୂଡ଼ ନାଗର ପାଳିଥିବାରୁ ଓ ସେ ତା'ମାଙ୍କ ର ଏକମାତ୍ର ସନ୍ତାନ ଥିବାରୁ ତା'ର ମାତା କ୍ରନ୍ଦନ କରୁଥିଲେ । ଜୀମୂତବାହନ ଏହା ଜାଣିବା ପରେ ଶଙ୍ଖଚୂଡ଼ ପରିବର୍ତ୍ତେ ନିଜେ ବଧଶୀଳାରେ ରକ୍ତଭିଜା କପଡ଼ା ଘୋଡ଼ି ହୋଇ ସର୍ପାବତ ଶୋଇ ରହିଲେ । ଗରୁଡ଼ କ୍ରୋଧ ଓ ପ୍ରତିଶୋଧ ପରାୟଣ ହେତୁ ତାଙ୍କୁ ଚଞ୍ଚୁ ଆଘାତରେ ମାରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କଲେ । ମାତ୍ର ସେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେଲେ ଯେ, ସର୍ପମାନେ ମୃତ୍ୟୁପୂର୍ବରୁ ବହୁ କାକୁତି ମିନତି ହୋଇ ପ୍ରାଣଭିକ୍ଷା କରୁଥିବା ବେଳେ ଏହି ଶିକାର ସ୍ଥିର ନିଶ୍ଚଳ ରହିଛି । ସେ ପରେ ଜାଣିଲେ ଯେ ଏ ହେଉଛନ୍ତି ଜୀମୂତବାହନ ଓ ଗରୁଡ଼ କ୍ଷମାପ୍ରାର୍ଥନା କରିବାରୁ ଜୀମୂତବାହନ ତାଙ୍କୁ ଏତାଦୃଶ କର୍ମରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣନିବୃତ୍ତି ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ । ଦେବତାମାନେ ସ୍ୱର୍ଗରୁ ଅମୃତ ବୃଷ୍ଟି କରିବାରୁ ଜୀମୂତବାହନ ପୁନର୍ଜୀବନ ଲାଭ କଲେ ଓ ସେହିଠାରୁ ତାଙ୍କ କୀର୍ତ୍ତି ବ୍ୟାପିଗଲା ।

ମହାଭାରତର ଏହି କଥା ସହ ବ୍ରତର ସଂପର୍କ କିଛି ନାହିଁ । ମାତ୍ର ବ୍ରତ କଥାରେ ଶତ୍ରୁତାର ପରିଣାମ ଓ ଦେବାରାଧନା ତଥା ଦୟା, ପ୍ରେମର ଉତ୍କର୍ଷ ପ୍ରଦର୍ଶିତ । ଅନ୍ୟ କଥାଟି ଅର୍ଥାତ୍ ବ୍ରାହ୍ମଣୀଙ୍କର ବୈଧବ୍ୟ ଥାଇ ବି ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଶକ୍ତିରୁ ପୁତ୍ରଲାଭ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ବୈଜ୍ଞାନିକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନିହିତ । ପରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣା ପଡିଛି ଯେ ଆଶ୍ୱିନ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ଅଷ୍ଟମୀରୁ ଅମାବାସ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଠାରୁ ଆସୁଥିବା ଡେଲଟା ଭାଓଲେଟ୍ କିରଣ ଶାଗ ଆଦି ଆହାର୍ଯ୍ୟ ବସ୍ତୁରେ ମିଥେନ ହରମୋନ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏହି ସମୟରେ ଏ ସବୁର ଭକ୍ଷଣ ହିଁ ମୁକ୍ତଣୁଙ୍କୁ ଶକ୍ତି ଦାନ କରେ । ପୁନଶ୍ଚ ସତେଜ ଶୁକ୍ର ବର୍ଦ୍ଧକ ଭାବେ ଗଜାମୁଗ, ଗଜାମୁଟ ଆଦି ଆମ ଭେଷଜ ବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ସମାଜ ବିଜ୍ଞାନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଚିଲ ଓ ଶିଆଳୀ ଆମିଷ ଭୋଜୀ ଜୀବ । ଗଳ୍ପରେ ପ୍ରମାଣିତ ଯେ, ଆମିଷ ଭୋଜୀଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ନିରାମିଷାଶୀମାନଙ୍କ ଠାରେ ସ୍ନେହ, ପ୍ରେମ, ଦୟା ସୃଷ୍ଟି ହେବାରୁ ସେମାନେ ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ସମ୍ପନ୍ନା ଓ ଦେବପ୍ରିୟ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ଏହି ଦିନ ଦେଖାଯାଏ ସବୁଘରେ ବିଭିନ୍ନ ପରିବାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଘାଣ୍ଟ ତରକାରୀ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆନନ୍ଦିତ କରିଥାଏ । କେହି ବି ଆମିଷ ପାଇଁ ବ୍ୟଗ୍ର ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଆମ ବ୍ରତ କଥା ମାନଙ୍କରେ ନାନା ଗଳ୍ପ ଓ ବିଧିବିଧାନ ଅନୁସାରେ ଜନଜୀବନର ଚଳଣିକୁ ଶୃଙ୍ଖଳିତ କରିବାର ଯେଉଁ ପ୍ରୟାସ ରହିଛି, ତାହା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ଧେୟ ହେବା ସର୍ବାଦୌ ଆବଶ୍ୟକ ।

ସତ୍ୟନଗର, ଡଅଁର, କେନ୍ଦୁଝର

‘ଜିଓ’ ପ୍ରଚଳନର ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

‘ରିଲାଏନ୍‌ସ୍ ଜିଓ’ ୫ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୧୬ରେ ଟେଲିକମ ସେବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲା । ମହାମାରୀଜନିତ ଦେଢ଼ ବର୍ଷ ଜରୁରୀ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ମିଶାଇ ୨୦୨୧ ସୁଦ୍ଧା ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ପୂରଣ କରିଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଭାରତର ଏକ ଡିଜିଟାଲ ବିପ୍ଳବ ସୂତ୍ରପାତ ହୋଇଥିବା କୁହାଯାଏ । ଦେଶରେ ୪ଜି ଦୂରସଞ୍ଚାର ବୈଷୟିକ କୌଶଳ ପ୍ରଚଳନ, ତତ୍କାଳୀନ ପ୍ରଚଳିତ ଇଣ୍ଟରନେଟ ବ୍ୟବହାର ଡ଼ାଟା ଦରରେ ୯୫ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏଁ ହ୍ରାସ ଏବଂ ମାଗଣାରେ ଭଏସ କଲ ସହ ଓଟିଟି ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ବ୍ୟବହାର ଇତ୍ୟାଦି ଜିଓର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ । ଏହାର ଆର୍ବିଭାବ କାଳରେ ଭାରତୀୟ ଉପଭୋକ୍ତା ମାସିକ ହାରାହାରି ୯୦୦ ଏମବି ଡ଼ାଟା ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ୧୨ ଜିବିକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି ।

ଜିଓ ଉପଭୋକ୍ତା ସଂଖ୍ୟା ୨୦୨୧ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ସୁଦ୍ଧା ପ୍ରାୟ ୮୦ କୋଟିରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ସ୍ଥଳେ ଦୂରସଞ୍ଚାର ଓ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସଂଯୁକ୍ତିରେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ପଛୁଆ ରହିଥିବା ଓଡ଼ିଶାରେ ମୋଟ ତିନି କୋଟି ୪୭ ଲକ୍ଷ ମୋବାଇଲ ବ୍ୟବହାରକାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଜିଓର ଭାଗ ଦେଢ଼ କୋଟି । ରାଜ୍ୟରେ ଜିଓର ସେବା ବ୍ୟବହାରକାରୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ସର୍ବାଧିକ ଏବଂ ପ୍ରତିମାସରେ ପ୍ରାୟ ଅଢ଼େଇ ଲକ୍ଷ ନୂତନ ଉପଭୋକ୍ତା ସାମିଲ ହୋଇଥାନ୍ତି । ‘ଟ୍ରାଇ’ ପରିସଂଖ୍ୟାନ ଅନୁଯାୟୀ ରାଜ୍ୟରେ ମୋବାଇଲ ବ୍ରଡ଼ବ୍ୟାଣ୍ଡ ବ୍ୟବହାରକାରୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ୪୧ ଲକ୍ଷରୁ ଦୁଇ କୋଟିରେ ପହଞ୍ଚିଛି ।

ଟେଲି ଯୋଗାଯୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜିଓର ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦାନ ସତ୍ତ୍ୱେ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ସ୍ତରରେ ଭାରତ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସଂଯୁକ୍ତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପଛୁଆ ରହିଆସିଛି । ଭାରତରେ ୫୦ ପ୍ରତିଶତ ନାଗରିକ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସଂଯୁକ୍ତିରୁ ବଞ୍ଚିତ ଥିବା ସ୍ଥଳେ ପଡ଼ୋଶୀ ବାଂଲାଦେଶରେ ୫୯ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ ପାକିସ୍ଥାନରେ ୬୫ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏଁ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସଂଯୁକ୍ତି ଅପେକ୍ଷାରେ ରହିଥିବା ଜଣାଯାଏ । ଭାରତରେ ଡିଜିଟାଲ ପ୍ରଗତି ଇ-କମର୍ସ, ବ୍ୟାଙ୍କିଙ୍ଗ, ମନୋରଞ୍ଜନ, ଶିକ୍ଷା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ଓ ପ୍ରଶାସନ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନର ସୂତ୍ରଧର ସାଜିଥିବା ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ତେବେ ୨୦୨୧ ସୁଦ୍ଧା ଏଥିରେ ସମଗ୍ର ଜନସଂଖ୍ୟା ସାମିଲ ହୋଇ ନ ପାରୁଥିବା ହେତୁ ଡିଜିଟାଲ ସଂସ୍କୃତି କିପରି ଅନ୍ୟ ଅର୍ଦ୍ଧେକଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚି ପାରିବ ତଥା ଗୁଣାତ୍ମକ ବିକାଶ ଘଟିବ ତାହା ଆହ୍ୱାନରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି ।

ଉଦାହରଣରେ ମହାମାରୀ କାଳରେ ଭାରତରେ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷାର ବାସ୍ତବଚିତ୍ର ସଂପର୍କରେ ବିଚାର କରାଯାଉ । ‘ଦି ସ୍କୁଲ ଚିଲରନ୍ସ ଅନଲାଇନ ଏଣ୍ଡ ଅଫଲାଇନ ଲେରନିଂ’ ନାମିତ ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ଦେଶର ୧୫ ଗୋଟି ରାଜ୍ୟର ୧୪୦୦ ଜଣ ଅନଗ୍ରସର ଶ୍ରେଣୀ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ବାଳକବାଳିକାଙ୍କ ମହାମାରୀରେ ଶିକ୍ଷାଗ୍ରହଣ ସଂପର୍କରେ ତଥ୍ୟ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରୁ ଜଣାଯାଇଥିଲା ଯେ ଶିକ୍ଷାକ୍ଷେତ୍ରରେ ଗରିବ ଶ୍ରେଣୀର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ସର୍ବାଧିକ କ୍ଷତି ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଛନ୍ତି । ପାରିବାରିକ ସ୍ତରରେ ସହରାଞ୍ଚଳରେ ୭୭ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ୫୧ ପ୍ରତିଶତ ସ୍ମାର୍ଟ ଫୋନ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବା ସ୍ଥଳେ ସହରାଞ୍ଚଳରେ ୩୧ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ନିୟମିତ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷାଗ୍ରହଣରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଥିଲେ ।

ଡ଼ିଜିଟାଲ ବିପ୍ଳବ ସହରାଞ୍ଚଳର ସ୍ୱଚ୍ଛଳ ପରିବାରବର୍ଗ ମଧ୍ୟରେ ଗୁଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଶସ୍ତ ଦ୍ୱାର ଉନ୍ମୁକ୍ତ କରିଛି । ଜିଓ ସେବା ଆରମ୍ଭ ବେଳେ ଦେଶରେ ମାତ୍ର ୧୫ ଲକ୍ଷ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ବ୍ୟାବସାୟିକ ଭିତ୍ତିରେ ପରିଚାଳିତ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ସେମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୬୫ ଲକ୍ଷରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ଡିଜିଟାଲ ସଂଯୁକ୍ତିରେ ଧନୀକ ଓ ଗରିବଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିଭେଦ ‘ଡିଜିଟାଲ ଡିଭାଇଡ଼’ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରସାରରେ ବାଧକ ସାଜିଛି ।

ଅବଶ୍ୟ ସାମାଜିକ ଯୋଗାଯୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭିନ୍ନ ଚିତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ଜିଓ ପ୍ରବେଶ ବର୍ଷ ଫେସବୁକର ଉପଭୋକ୍ତା ସଂଖ୍ୟା ୨୦ କୋଟି ୫୦ ଲକ୍ଷ ଥିବା ବେଳେ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷପରେ ୪୨ କୋଟି ୫୦ ଲକ୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ସେହିପରି ହ୍ୱାଟସଆପର ଉପଭୋକ୍ତା ସଂଖ୍ୟା ୧୯ କୋଟିରୁ ୩୯ କୋଟିକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ସ୍ମାର୍ଟଫୋନରେ ବିଭିନ୍ନ ଆପ୍ଲିକେସନ ଡ଼ାଉନଲୋଡ଼ ସଂଖ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଏହି ସମୟ ଅବଧିରେ ତିନିଗୁଣ ବଢ଼ିଛି । ଗୁଗୁଲ-ପ୍ଲେ ଷ୍ଟୋରରେ ଭାରତୀୟ ପ୍ରକାଶକଙ୍କ ଲକ୍ଷେ ଷାଠିଏ ହଜାରରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଆପ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବା ସ୍ଥଳେ ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତ ଡ଼ାଉନ ଲୋଡ଼ ମାଗଣା ଏବଂ ମାତ୍ର ତିନି ପ୍ରତିଶତ ଡ଼ାଉନଲୋଡ଼ ପାଇଁ ଗ୍ରାହକ ଚାନ୍ଦା ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହି ସବୁ ପରିସଂଖ୍ୟାନ ଅନଲାଇନ ପରିବେଶରେ ଭାରତୀୟମାନଙ୍କ ଯୋଗଦାନର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣିମ ଚିତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ।

ଭାରତୀୟ ଟେଲି ଯୋଗାଯୋଗ ସେବାରେ ଜିଓର ପ୍ରବେଶ ପ୍ରଥମ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟାପକ ପରିବର୍ତ୍ତନର ସୂତ୍ରଧର ସାଜିଥିଲେ ହେଁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏକ ପକ୍ଷରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ବଞ୍ଚିତ ଅର୍ଦ୍ଧେକ ଜନସଂଖ୍ୟା ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶଙ୍କୁ ଅନଲାଇନ ମଞ୍ଚକୁ ଆଣିବା ତଥା ଅପରପକ୍ଷରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସେବାର ଗୁଣାତ୍ମକ ବିକାଶ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷିତ ହୋଇଥାଏ । ଅନଲାଇନ ପରିବେଶରେ ବୈଷମ୍ୟ ଚିନ୍ତାର କାରଣ ପାଲଟିଛି ।

ଯୋଗାଯୋଗ, ମନୋରଞ୍ଜନ ଓ ଇ-କମର୍ସରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ବ୍ୟବହାର ବଢ଼ିଥିବା ସ୍ଥଳେ ମହାମାରୀ କାଳରେ ଆହୂତ କେତେକ ଗବେଷଣା ଅନୁଯାୟୀ ସମଗ୍ର ଦକ୍ଷିଣ ଏସିଆରେ ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ୮୮ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣରୁ ଦୂରେଇ ରହିଥିବା ଉଦାହରଣରୁ ସଂଯୁକ୍ତି, ଉପକରଣ ସାଙ୍ଗକୁ ଜନସାଧାରଣରେ ଶିକ୍ଷାପ୍ରତି ପ୍ରାଥମିକତା ଦିଆ ନଯାଉଥିବା ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ସେହିପରି ୬୪ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏଁ ଖୁଚୁରା ବିକ୍ରୀ ହ୍ରାସ ଭଳି ସମସ୍ୟାକୁ ଅନଲାଇନ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ କିପରି ପ୍ରତିହତ କରିପାରିବ ତାହା ପରବର୍ତ୍ତୀ ପାଞ୍ଚବର୍ଷରେ ପ୍ରମାଣିତ ହେବ ।

ମହାମାରୀ-ପର ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପରିବେଶ ‘ନ୍ୟୁ-ନରମଲ’ରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ଓ ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ବ୍ୟବହାର ପ୍ରାଥମିକତା ଦାବି କରିବ । କୁହାଯାଉଛି ଯେ ୨୦୨୧ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ସୁଦ୍ଧା ପ୍ରାୟ ଦେଢ଼ ବର୍ଷ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ଗୁଡ଼ିକ ବନ୍ଦ ରହିବା ଏବଂ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷାଦାନ ସନ୍ତୋଷଜନକ ନ ହୋଇପାରିବା ହେତୁ ଗରିବ ଓ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳର ବାଳକବାଳିକାମାନେ ଶିଶୁ ଶ୍ରମିକ ତଥା ବାଳିକାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଶୀଘ୍ର ବିବାହ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ । ବହୁ ପରିଶ୍ରମରେ ଏହିଭଳି ସାମାଜିକ ଅସଂଗତି ଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣାଧୀନ କରାଯାଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ବୈଷୟିକ କିମ୍ବା ମାନସିକତା ତ୍ରୁଟି କାରଣରୁ ଅବନତିକୁ ଏଡ଼ାଇବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ ଜରୁରୀ ।

ଜିଓ ପ୍ରବର୍ତ୍ତିତ ଡିଜିଟାଲ ବିପ୍ଳବରେ ମହାମାରୀରେ ହ୍ୱାଟସଆପ, ଜୁମ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆପ୍ଲିକେସନ ମାଧ୍ୟମରେ ଭିଡ଼ିଓ କଲର ବ୍ୟାପକ ବ୍ୟବହାର ଅନ୍ୟତମ ଦୃଷ୍ଟିଆକର୍ଷକ ପର୍ଯ୍ୟାୟ । ଭିଡ଼ିଓ ଆପ ‘ଜୁମ’ ଓ ଗବେଷଣା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ‘କ୍ୱାଲଟ୍ରିସ ରିସର୍ଚ୍ଚ’ ପକ୍ଷରୁ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୧ରେ ଭାରତ ସମେତ ୧୫ ଗୋଟି ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ପ୍ରାୟ ସାଢ଼େ ସାତ ହଜାର ଭିଡିଓ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଗହଣରେ ଆୟୋଜିତ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜନସାଧାରଣରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ରୁଚି ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରଥମତଃ, ୧୩ ପ୍ରତିଶତ ଭାରତୀୟ କେବଳ ଭିଡ଼ିଓ ଯୋଗାଯୋଗ ବ୍ୟବହାରରେ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରିଥିବା ସ୍ଥଳେ ୪୬ ପ୍ରତିଶତ ଅନଲାଇନ ଓ ଅଫଲାଇନ ‘ହାଇବ୍ରିଡ଼’ ଶିକ୍ଷାପ୍ରଣାଳୀ ଚୟନ କରିଥିଲେ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ବ୍ୟାବସାୟିକ କଥାବାର୍ତ୍ତା ୧୨ ପ୍ରତିଶତ କେବଳ ଭିଡ଼ିଓ କଲରେ ସୀମିତ ରଖିବେ ବୋଲି କହିଥିଲେ । ତୃତୀୟତଃ, ୯୨ ପ୍ରତିଶତ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ସଂପର୍କ ସ୍ଥାପନ ଏବଂ ୯୦ପ୍ରତିଶତ ଏକାନ୍ତବାଧରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ଭିଡିଓ କଲ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥିବା ଦର୍ଶାଇଥିଲେ ।

ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ସୂଚନା ମଧ୍ୟରେ ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ସହ ବରିଷ୍ଠନାଗରିକମାନେ ମଧ ଭିଡ଼ିଓ କଲ ବ୍ୟବହାରରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପଡୁଥିବା ଏବଂ ଡ଼ାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ଚିକିତ୍ସାଗତ ପରାମର୍ଶ ପାଇଁ ଭିଡ଼ିଓ କଲକୁ ଅଗ୍ରାଧିକାର ଦେଉଥିବା ଅନ୍ୟତମ । ଭାରତରେ ୫ଜି ଟେଲି ଯୋଗାଯୋଗ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ ଦୁଇ ବୃହତ ବ୍ୟାବସାୟିକ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଜିଓ ଓ ଏୟାରଟେଲ ୨୦୨୧ରୁ ୨୦୨୩ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଥିବା ସ୍ଥଳେ ୨୦୨୫ ସୁଦ୍ଧା ଇଣ୍ଟରନେଟ ସେବାରେ ବ୍ୟାପକ ଗୁଣାତ୍ମକ ବିକାଶ ଆଶା କରାଯାଉଛି ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଧନୀଲୋକ ମଧ ଦାନ ନଦେଲେ, ଭୋଗ ନ କଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ମହା ଦରିଦ୍ର କୁହାଯିବ । ସମୁଦ୍ରରେ ଏତେ ପାଣି ତଥାପି ତୃଷାର୍ତ୍ତର ତୃଷା ମେଣ୍ଟେ ନାହିଁ । ତେଣୁ ପ୍ରଚୁର ଜଳ ଥାଇ ମଧ ସମୁଦ୍ର ମରୁଭୂମି ଭଳି ଅଟେ । ଯେଉଁ ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଧନ ଥାଇ ମଧ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନେ ମୂର୍ଖଠାରୁ ବଳି ମୂର୍ଖତର । ସେମାନେ କେବଳ ଧନ ଅର୍ଜନ, ଧନ ସଂଚୟ କରନ୍ତି ଓ ଧନହାନୀ ଜନିତ ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ଯାଚନା କରୁଥିବା ଭିକ୍ଷୁକକୁ କିଛି ଦେଇ ନ ଥାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଜନ୍ମ ପୃଥିବୀର ଭାର ସ୍ୱରୂପ । ବୃକ୍ଷ, ପର୍ବତ ଓ ସମୁଦ୍ର ଦ୍ୱାରା ଭୂମି ଯେତିକି ଭାରାକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଏ- ଏଭଳି ଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ତା’ଠାରୁ ବେଶୀ ଭାରାକାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସଂଚିତ ଧନକୁ ଯେ ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି ନାହିଁ ଗୁଣବାନ ଲୋକ ମାଗିଲେ ମଧ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ, ସେହି କୃପଣ ପରି ରକ୍ଷିତ ଧନ ଚୋର ନିଅନ୍ତି ନ ହେଲେ ରାଜାଘରକୁ ଚାଲିଯାଏ । ଲୁହାର ଚଣା ଚୋବାଇ ହୋଇପାରେ, ସର୍ପର ଫଣାରୁ ମଣି ବାହାର କରି ଅଣା ଯାଇ ପାରେ, ହାତରେ ପର୍ବତ ଉଠାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରେ । ସମୁଦ୍ରକୁ ପାଦରେ ଚାଲି ଲଂଘନ କରାଯାଇପାରେ, ଶୋଇ ରହିଥିବା ସିଂହକୁ ଉଠାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରେ, ଖୋଲା ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଖଡଗକୁ ଧରି ଦିଆଯାଇ ପାରେ, ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ କରାଯାଇପାରେ ଏସବୁ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଶଠ କୃପଣ ଠାରୁ ଧନ ନିଆଯାଇ ନ ପାରେ । ତା’ଠାରୁ ଧନ ମିଳି ନ ପାରେ । ମରଣାସନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିର ଯେଉଁ ସବୁ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଶରୀର କମ୍ପନ, ମଳିନତା, ନଇଁ ପଡିବା, ଦୀନ ହୀନ ହେବା, ସ୍ୱର ଭଙ୍ଗ ହେବ ଇତ୍ୟାଦି ସେ ସମସ୍ତ ମାଗୁଣିଆ ଯାଚକ ପାଖରେ ଦେଖାଯାଏ ।

କ୍ଷୀର-ମହୁ ପାନୀୟର ଉପକାରିତା

ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ୬ ରୁ ୭ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ସହ ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟପାନୀୟ ମଧ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ନିଜ ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ଧାନ ଦେବା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଶୋଇବାର ଘଣ୍ଟାକ ପୂର୍ବରୁ ଉଷୁମ କ୍ଷୀର ୧ ଗିଲାସରେ ୧ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପକାରୀ । ଏହି ପାନୀୟରେ ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ଥିବାରୁ ରାତିରେ ଏହାକୁ ପିଇଲେ ଭଲ ନିଦ ହୋଇଥାଏ । କ୍ଷୀରରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଓ ମହୁରେ ଭିଟାମିନ୍ ଇ ଥିବାରୁ ମହିଳାମାନେ ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ପିଇଲେ ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ ରୋଗ ଆଶଙ୍କା କମ୍ । କ୍ଷୀର-ମହୁ ପାନୀୟରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଥିବାରୁ ଯୁବତୀମାନେ ଏହି ପାନୀୟ ନିୟମିତ ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କ ତ୍ୱଚାରେ ବୟସରେ ଛାପ ପଡେନାହିଁ । କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଏହି ପାନୀୟରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ମାଂସପେଶୀ ଶକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । କ୍ଷୀରରେ ପ୍ରୋଟିନ୍

ରହିଥିବାରୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ପିଇଲେ ଶରୀରର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । କ୍ଷୀର ଓ ମହୁରେ ଫାଇବର ଥିବା କାରଣରୁ ଏହାକୁ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ହଜମ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ଶ୍ରାଦ୍ଧ ବିଷୟରେ କିଛି ଆଲୋକପାତ

ଶ୍ରୀ ସୁମନ୍ତ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ

ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଦ୍ୱାଦଶ ପ୍ରକାରର : ନିତ୍ୟ, ନୈମିତ୍ତକ, କାମ୍ୟ, ବୃଦ୍ଧି, ସପିଣ୍ଡିକ, ପାର୍ବଣ, ଗୋଷ୍ଠ, ଶୁଦ୍ଧି, କର୍ମାଙ୍ଗ, ଦୈବିକ, ତୁଷ୍ଟି ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଏବଂ କ୍ଷୟାହ ବା ସାମ୍ବତ୍ସରିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ।

ନିତ୍ୟ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ପ୍ରତିଦିନ କରାଯାଉଥିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧକୁ ନିତ୍ୟ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ । ସେଥିରେ ବିଶ୍ୱେଦେବଙ୍କ ପୂଜା କରାଯାଇ ନ ଥାଏ । ଯଦି ଅନ୍ନରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିବାର ଶକ୍ତି ହେବନାହିଁ, ତେବେ କେବଳ ଜଳରେ ମଧ ନିତ୍ୟ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯାଇ ପାରିବ ?

ନୈମିତ୍ତିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ଏଥିରେ ବିଶ୍ୱେଦେବାଙ୍କ ପୂଜନ ହୋଇଥାଏ । ଏକୋଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଶ୍ରାଦ୍ଧର ନାମ ନୈମିତ୍ତିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଅଟେ ।

କାମ୍ୟ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ଅଭିଷ୍ଟ ବସ୍ତୁର ସିଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ କାମନା ରଖି ଯେଉଁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯାଏ, ତାକୁ କାମ୍ୟ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

ବୃଦ୍ଧି ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ବିବାହାଦି ଉତ୍ସବ ମାନଙ୍କରେ ଯେଉଁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯାଏ, ତାହାକୁ ବୃଦ୍ଧି ଶ୍ରାଦ୍ଧ କହିଥାନ୍ତି ।

ସପିଣ୍ଡିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: 'ଯେ ସମାନା ସମନସଃ' ଇତ୍ୟାଦି ମନ୍ତ୍ର ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କରାଯିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧକୁ ସପିଣ୍ଡିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କହିଥାନ୍ତି ?

ପାର୍ବଣ ଶ୍ରାଦ୍ଧ : ଗ୍ରହଣ, ବ୍ୟତୀପାତ, ଏକ ରାଶିରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଆଉ ଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସଂଗମ, ଜନ୍ମନକ୍ଷତ୍ର, ଗ୍ରହପୀଡା ଅବସରରେ ତଥା ଅମାବାସ୍ୟା ଆଦି ପର୍ବ ମାନଙ୍କରେ କରାଯିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧକୁ ପାର୍ବଣ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

ଗୋଷ୍ଠ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ଗୋଶାଳାରେ ଯେଉଁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯାଏ, ତାହା ଗୋଷ୍ଠ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଅଟେ ।

ଶୁଦ୍ଧି ଶ୍ରାଦ୍ଧ : ପାପ ଶୁଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ଯେଉଁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯାଏ, ତାକୁ ଶୁଦ୍ଧି ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

କର୍ମାଙ୍ଗ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ଗର୍ଭାଧାନ, ସୋମଯାଗ, ସୀମନ୍ତୋନ୍ନୟନ ତଥା ପୁଂସବନ ଆଦି କର୍ମରେ କରାଯିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧକୁ କର୍ମାଙ୍ଗ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

ଦୈବିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ଦେବତାଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କରାଯାଉଥିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧକୁ ଦୈବିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

ତୁଷ୍ଟି ଶ୍ରାଦ୍ଧ : ଯିଏ ଦେଶାନ୍ତର ଚାଲି ଯାଇଥିବ, ତାହାର ତୁଷ୍ଟି ନିମନ୍ତେ ଘୃତ ଦ୍ୱାରା କରାଯିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧକୁ ତୁଷ୍ଟି ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

ସାମ୍ବତ୍ସରିକ (କ୍ଷୟାହ) ଶ୍ରାଦ୍ଧ : ଦ୍ୱାଦଶ ମାସରେ ଯେଉଁ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯାଇ ଥାଏ ତାକୁ କ୍ଷୟାହ ଅଥବା ସାମ୍ବତ୍ସରିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କୁହାଯାଏ ।

ଯିଏ ବର୍ଷ ଶେଷରେ ସାମ୍ବତ୍ସରିକ ଦିନ ପିତା ଆଉ ମାତାଙ୍କ ଆଦର ପୂର୍ବକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିନଥାଏ, ତାହା ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା ପୂଜା ଭଗବାନ ଶିବ ଗ୍ରହଣ କରିନଥାନ୍ତି ।

ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ସାମ୍ବତ୍ସରିକ ତିଥିକୁ ଠିକ୍ ଠିକ୍ ଜାଣିନଥାଏ, ସେ ମାଘ ଅଥବା ମାର୍ଗଶୀରର ଅମାବାସ୍ୟା ଦିନ ସାମ୍ବତ୍ସରିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିବା ଉଚିତ ।

ଏହି ସମସ୍ତ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ମାନଙ୍କରେ ସାମ୍ବତ୍ସରିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ସବୁଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବିବେଚିତ କରାଯାଇଛି ।

ଏତତ୍ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଶ୍ରାଦ୍ଧ

ଆଭ୍ୟୁଦୟିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ: ଜାତକର୍ମ ଆଦି ସଂସ୍କାର ମାନଙ୍କ ଅବସରରେ ଆଭ୍ୟୁଦୟିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯାଏ, ଯାହା ମାତାଙ୍କ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ ତଥା ଏଥିନିମନ୍ତେ ଦୁଇଜଣ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରିତ କରାଯିବାର ବିଧାନ ରହିଛି ।

ସୂର୍ଯ୍ୟ କନ୍ୟା ରାଶିକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବା ପରେ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷର ପ୍ରତିପଦରୁ ଦୀର୍ଘ ପନ୍ଦର ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରାଯିବା ଶ୍ରାଦ୍ଧର ଫଳଲାଭ ଅଛି ।

ପ୍ରତିପଦ- ଧନପ୍ରାପ୍ତି, ଦ୍ୱିତୀୟା - ସନ୍ତାନଦାୟକ, ତୃତୀୟା-ପୁତ୍ର ପ୍ରାପ୍ତି, ଚତୁର୍ଥୀ- ଶତ୍ରୁନାଶ, ପଞ୍ଚମୀ- ଲକ୍ଷ୍ମୀପ୍ରାପ୍ତି, ଷଷ୍ଠୀ- ସର୍ବତ୍ର ପୂଜନୀୟ, ସପ୍ତମୀ- ଗଣମାନଙ୍କ ଆଧିପତ୍ୟ, ଅଷ୍ଟମୀ- ଉତ୍ତମ ବୁଦ୍ଧି, ନବମୀ- ସ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରାପ୍ତ, ଦଶମୀ- ମନାରଥ ପୂର୍ଣ୍ଣ, ଏକାଦଶୀ- ଚତୁର୍ବେଦ ପ୍ରାପ୍ତ, ଦ୍ୱାଦଶୀ- ବିଜୟ ଲାଭ, ତ୍ରୟୋଦଶୀ- ସନ୍ତାନ ବୃଦ୍ଧି, ପଶୁ, ମେଧା, ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା, ଉତ୍ତମ ପୁଷ୍ଟି, ଦୀର୍ଘାୟୁ ତଥା ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟର ଭାଗୀ ହୋଇଥାଏ ।

ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶୀ- ଯାହାଙ୍କ ପିତା ଯୁବାବସ୍ଥାରେ ମୃତ୍ୟୁକୁ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥିବେ ଅଥବା ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ଦ୍ୱାରା ନିହତ ହୋଇଥିବେ, ସେମାନେ ସେହି ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ତୃପ୍ତ ନିମନ୍ତେ ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶୀ ତିଥିରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିବା ଉଚିତ ।

ଅମାବାସ୍ୟା- ଯିଏ ଯତ୍ନପୂର୍ବକ ପବିତ୍ର ହୋଇ ଅମାବାସ୍ୟା ଦିନ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରିଥାଏ, ସେ ଅକ୍ଷୟ ସ୍ୱର୍ଗ ତଥା ସମସ୍ତ କାମନାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ନେଇଥାଏ ।

ଏତତ୍ ବ୍ୟତୀତ ସତେଇଶ ନକ୍ଷତ୍ର ମାନଙ୍କରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରାଯିବା ଫଳଲାଭ ଅଛି । ଅଶ୍ୱିନୀ- ଘାଟକ ପ୍ରାପ୍ତ, ଦ୍ୱିଜା- ଉତ୍ତମ ଆୟୁ, କୃତ୍ତିକା - ସ୍ୱର୍ଗଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତି, ରୋହିଣୀ- ସନ୍ତାନ ପ୍ରାପ୍ତି, ମୃଗଶିରା -ତେଜସ୍ୱୀ, ଆର୍ଦ୍ରା -ଶୌର୍ଯ୍ୟ, ପୁନର୍ବସୁ- ସ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରାପ୍ତି, ପୁଷ୍ୟା -ଅକ୍ଷୟ ଧନପ୍ରାପ୍ତ, ଅଶ୍ଳେଷା- ଉତ୍ତମ ଆୟୁ, ମଘା- ସନ୍ତାନ ତଥା ପୁଷ୍ଟି , ପୂର୍ବାଫାଲଗୁନୀ- ସନ୍ତାନବାନ୍ ତଥା ଶ୍ରେଷ୍ଠ ହସ୍ତା - ଶାସ୍ତ୍ରଜ୍ଞାନ, ଚିତ୍ରା- ରୂପ, ତେଜ ତଥା ସନ୍ତତି ପ୍ରାପ୍ତ, ସ୍ୱାତୀ- ବ୍ୟାପାର ଲାଭ, ବିଶାଖା - ପୁତ୍ରଲାଭ, ଅନୁରାଧା- ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ପଦପ୍ରାପ୍ତ, ଜ୍ୟେଷ୍ଠା- ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ, ମୂଳା - ଉତ୍ତମ ଆରୋଗ୍ୟ, ପୂର୍ବାଷାଢା -ଯଶପ୍ରାପ୍ତ, ଉତ୍ତରାଷାଢା- ଶୋକ ଦୂର ହୁଏ, ଶ୍ରାବଣା- ଶୁଭଲୋକ ପ୍ରାପ୍ତ, ଧନିଷ୍ଠା- ଅଧିକ ଧନପ୍ରାପ୍ତ, ଅଭିଜିତ- ବେଦପ୍ରାପ୍ତ, ଶତଭିଷା- ବୈଦ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସିଦ୍ଧିପ୍ରାପ୍ତ, ପୂର୍ବାଭାଦ୍ର - ଛେଳି, ମେଣ୍ଢା ଆଦି ପଶୁ ପ୍ରାପ୍ତ, ଉତ୍ତରଭାଦ୍ର- ଗୋ ପ୍ରାପ୍ତ, ରେବତୀ- ଦସ୍ତା ଆଦି ଧାତୁ ପଦାର୍ଥ ପ୍ରାପ୍ତ ।

ଏହିସବୁ ନକ୍ଷତ୍ର ମାନଙ୍କରେ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କଲେ ଉପରୋକ୍ତ ଫଳ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ ମଘା ନକ୍ଷତ୍ରରେ ମଧୁମିଶ୍ରିତ କ୍ଷୀର ଅର୍ପଣ କରିବା ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ଅହୋଭାଗ୍ୟ ଅଟେ । ଏଥିରେ ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କ ଆଶା ନିଜ କୁଳର ସନ୍ତାନ ମାନଙ୍କ ଉପରେ ରହିଥାଏ ।

ଏ ସମୟ ଭିତରେ ମଧ ଯଦି କେହି କରିପାରିବେ ନାହିଁ ତେବେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ବିଚ୍ଛା ରାଶିରେ ଥିବା ସମୟରେ ମଧ କରି ପାରିବେ କାରଣ ଯମରାଜାଙ୍କ ପୁରୀ ସେତେ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଲି ରହିଥାଏ । ବିଛା ରାଶି ବିତିଯିବା ପରେ ମଧ ଯଦି କେହି କୌଣସି ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରି ନ ଥାଏ, ତେବେ ଦେବଗଣଙ୍କ ସହିତ ପିତୃଗଣ ସେହି ମନୁଷ୍ୟକୁ ଦୁଃସହ ଅଭିଶାପ ପ୍ରଦାନ କରି ଦୀର୍ଘ ଶ୍ୱାସ ନେଇ ନିଜ ପୁରକୁ ଫେରି ଯାଇଥାନ୍ତି ?

ଶ୍ରାଦ୍ଧ ନିମନ୍ତେ ଉତ୍ତମ ସ୍ଥାନ : ପୁଷ୍କର ଆଦି ତୀର୍ଥ, ପବିତ୍ର ମନ୍ଦିର, ପର୍ବତଶିଖର, ପାବନ ପ୍ରଦେଶ, ପୁଣ୍ୟସଲିଳା ନଦୀ, ନଦ, ସରୋବର, ସଙ୍ଗମ, ସପ୍ତସମୁଦ୍ରର ତଟ, ଲିପାପୋଛା ହୋଇଥିବା ସ୍ୱଗୃହ, ଦିବ୍ୟ ବୃକ୍ଷର ମୂଳରେ, ଯଜ୍ଞକୁଣ୍ଡ- ଏହି ସବୁ ସ୍ଥାନ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ନିମନ୍ତେ ଉତ୍ତମ ସ୍ଥାନ ଅଟେ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟୋପକାରୀ କଖାରୁ ଫୁଲ

କଖାରୁ ଫୁଲରେ ଭିଟାମିନ୍ ବି-୯ ଅଧିକ ଥିବାରୁ ଏହା ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ । ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ମଧ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଥଣ୍ଡା ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ : କଖାରୁ ଫୁଲରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ଭରି ରହିଛି । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି'ର ପରିମାଣ ଅନେକାଂଶରେ ପୂରଣ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଶରୀରରେ ଲୌହ ଓ ଖଣିଜ ଲବଣ ମାତ୍ରାକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖେ, ଯାହା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ : ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଏହି ଭିଟାମିନ୍ କଖାରୁ ଫୁଲରେ ରହିଛି । ବେଳେ ବେଳେ ଆଲୋକର ରଙ୍ଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ପ୍ରଭାବ ଆମ ଆଖି ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ମାତ୍ର କଖାରୁ ଫୁଲ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହା କିଛି ମାତ୍ରାରେ ଆମକୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଏହା ଅନ୍ଧାରକଣା ସମସ୍ୟାକୁ କେତେକାଂଶରେ ଦୂର କରିଥାଏ ।

ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଦୃଢ଼ କରେ : ବେଳେବେଳେ ଆମେ ବାହାର ଜୀବାଣୁ ଯୋଗୁଁ କେତେକ ରୋଗର ଶିକାର ହୋଇଥାଉ । ଏହି ଜୀବାଣୁ ଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରତିହତ କରିବାର କ୍ଷମତା କେତେକାଂଶରେ କଖାରୁ ଫୁଲର ରହିଛି ।

ଅସ୍ଥିକୁ ମଜଭୁତ କରାଏ : କଖାରୁ ଫୁଲରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ଓ ଫସଫରସ୍ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ରହିଛି, ଯାହା ଅସ୍ଥି ଓ ଦାନ୍ତକୁ ମଜଭୁତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ବାତ ଏବଂ ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ଆଦି ରୋଗକୁ ଏହା କେତେକାଂଶରେ ପ୍ରତିହତ କରିଥାଏ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ଶିକ୍ଷକ : ଆରେ ତୁମେ ଦୁଇ ଭାଇ ତୁମ ବାପାଙ୍କ ନାମ ଅଲଗା ଅଲଗା କ'ଣ ଲେଖିଛ ?
ଦୁଇ ଭାଇ : ସାର୍ ନହେଲେ ଆପଣ ପୁଣି କହିବେ କପି କରି ଲେଖିଛ ।

× × × ×

ସ୍ତ୍ରୀ : ତୁମେ ତ କହିଥିଲ ଦୀପାବଳିରେ ମଦ ଆଦୌ ପିଇବ ନାହିଁ ?
ସ୍ୱାମୀ : ହଁ କହିଥିଲି ହେଲେ ରକେଟ୍ ଜଳେଇବା ପାଇଁ ଖାଲି ବୋତଲ ତ ଦରକାର ପଡିବ ନା ।

× × ×

ସ୍ୱାମୀ : ଆଜି ରବିବାର । ସେଥିପାଇଁ ମୁଁ ତିନୋଟି ମୁଭି ଟିକେଟ କରିଛି ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ତିନୋଟି କ'ଣ ପାଇଁ ?
ସ୍ୱାମୀ : ଗୋଟେ ତୁମର ଆଉ ଦୁଇଟି ତୁମ ମା' ବାପାଙ୍କର ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ଆଉ ତୁମର ?
ସ୍ୱାମୀ : ମତେ କେବଳ ଘରେ ଶାନ୍ତି ଦରକାର ।

× × × ×

ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : କେଉଁଠି ଅଛ ତୁମେ ?
ବଏଫ୍ରେଣ୍ଡ : ଜାନୁ, ମେଡିକାଲରେ ଅଛି ମୋର ଆକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ହୋଇଛି ।
ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ସେଠୁ କେବେ ଡିସଚାର୍ଜ ହେବ ?
ବଏଫ୍ରେଣ୍ଡ : ଦୁଇଚାରି ଦିନ ପରେ ।
ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ଆଚ୍ଛା, ଏବେ କାହାକୁ କହି ମୋ ଫୋନ ରିଚାର୍ଜ କରି ଦିଅ । ତୁମ ଶରୀର କଥା ପଚାରିବାକୁ ପଡିବ ନା ।

× × × × × ×

ଦୁଇ ପାଗଳ ଛାତ ଉପରେ ଶୋଇଥିଲେ ।
ଆଉ ବର୍ଷା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଗଲା ।
ପ୍ରଥମ ପାଗଳ : ଆକାଶରେ କଣା ହୋଇଗଲା ।
ଚାଲ ଚାଲ ଘର ଭିତରକୁ ପଳେଇବା ।
ଏତିକିବେଳେ ବିଜୁଳି ଚମକିଲା...
ଦ୍ୱିତୀୟ ପାଗଳ : ହେ ରହି ଯା । ବୋଧେ ୱେଲ୍ଡିଂ ବାଲା ଆସିଗଲେଣି ।

× × × × × ×

ପପୁ ସ୍କୁଲର ଆଡମିଶନ ଫର୍ମ ପୂରଣ କରିବା ବେଳେ ବାପାଙ୍କୁ : ମୁଁ ମଦରଟଙ୍ଗ କ'ଣ ଲେଖିବି ?
ବାପା : ଲେଖେ 'ଭେରି ଲଙ୍ଗ ଆଣ୍ଡ ଆଉଟ୍ ଅଫ୍ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ' ।

ବର୍ଷ ୨୫, ସଂଖ୍ୟା-୩୫, ୨୭ ସେପ୍ଟେମ୍ବର - ୨ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୧

କରୋନାର ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା

ଦେଢ଼ବର୍ଷରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସମୟ ହେଲା ସାରା ବିଶ୍ୱର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ଚିନ୍ତା ସାଜିଛି କରୋନା ଅକାଳରେ ଅଗଣିତ ଜୀବନ ନେଇଛି ଏହି ମହାମାରୀ । କେବଳ ସରକାରୀ ତଥ୍ୟକୁ ଦେଖିଲେ ପ୍ରାୟ ୪୭ ଲକ୍ଷ ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । କାହିଁ କେତେଗୁଣା ଜୀବିକା ମଧ ଉଜୁଡିଛି । ଏହି ମହାସଙ୍କଟ ପାଇଁ ସାରା ବିଶ୍ୱବାସୀ ଚିନ୍ତାରେ ରହିଛନ୍ତି । ହେଲେ ବେକାରି, ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଏବଂ ସାମାଜିକ ଅସମାନତା ମଧ ଲୋକଙ୍କୁ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତାରେ ପକାଇବାରେ ପଛରେ ନାହିଁ ।

କେଉଁ ସବୁ ପ୍ରସଙ୍ଗ ବିଶ୍ୱବାସୀଙ୍କୁ ଚିନ୍ତାରେ ପକାଇଛି ସେ ନେଇ ଏକ ଅନଲାଇନ ସର୍ଭେ ଫ୍ରାନ୍ସର ଏକ ବହୁରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ମାର୍କେଟ ରିସର୍ଚ୍ଚ ସଂସ୍ଥା 'ଇପସୋସ୍' ପକ୍ଷରୁ ଗତ ଜୁଲାଇ ୨୩ରୁ ଅଗଷ୍ଟ ୬ ମଧରେ ହୋଇଥିଲା । 'ହ୍ୱାଟସ ୱରିଜ୍ ଦ ୱାର୍ଲ୍ଡ' ନାମକ ଏହି ସର୍ଭେରେ ଭାରତ, ଆମେରିକା ସମେତ ୨୮ ଟି ଦେଶର ୧୬ ରୁ ୭୪ ବର୍ଷ ବୟସ୍କ ଯାଏ ୧୯,୦୧୦ ଜଣଙ୍କୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଥିଲା । ସର୍ଭେରେ ଭାଗ ନେଇଥିବା ଲୋକଙ୍କ ମଧରୁ ଏକ ତୃତୀୟାଂଶରୁ ଅଧିକ (୩୭%) ମହାମାରୀ କରୋନାକୁ ନିଜ ଦେଶ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିବା ଶ୍ରେଷ୍ଠ ତିନୋଟି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ସ୍ଥାନିତ କରିଛନ୍ତି । ତଦନୁଯାୟୀ ଚିନ୍ତାର ତାଲିକାରେ ସର୍ବାଗ୍ରେ କରୋନା ରହିଥିବା ବେଳେ ଦ୍ୱିତୀୟରେ ରହିଛି ବେକାରୀ (୩୧%), ଏବଂ ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଓ ସାମାଜିକ ଅସମାନତା (୩୧%) । ସେହିପରି ଆର୍ଥିକ ରାଜନୈତିକ ଦୁର୍ନୀତି (୨୯%) ଏବଂ ଅପରାଧ ଓ ହିଂସା (୨୫%) ଶ୍ରେଷ୍ଠ ୫ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା ମଧରେ ରହିଛି । ଇପସୋସ୍ ସର୍ଭେ ହେଉଛି ସାମାଜିକ ଏବଂ ରାଜନୈତିକ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଜନମତ ଆଧାରିତ । ଏହି ସର୍ଭେର ୧୦ ବର୍ଷର ତଥ୍ୟରୁ ବୁଝି ହୋଇପାରେ ଯେ, ଚିନ୍ତାର ବିଷୟ ଗୁଡିକ କିପରି ବଦଳିଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ଧାରା ଦର୍ଶାଉଛି ଯେ ବେକାରି ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଓ ସାମାଜିକ ଅସମାନତା କ୍ରମାଗତ ଭାବେ ବିଶ୍ୱର ଚିନ୍ତା ତାଲିକାର ପ୍ରମୁଖ ସ୍ଥାନରେ ରହି ଆସିଛି । କିନ୍ତୁ କରୋନା ସଙ୍କଟ ୨୦୨୦ ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ଏବଂ ସେବେଠାରୁ ଶୀର୍ଷ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି । ସେହିପରି କୋଭିଡ ୧୯ ପାଇଁ ସାରା ବିଶ୍ୱର ଅର୍ଥ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଅଣ୍ଟା ଭାଙ୍ଗି ଯାଇଛି । ଏପଟେ ସଙ୍କଟ ସମୟରେ ମଧ ଅତିଧନୀଙ୍କ ସମ୍ପତ୍ତି ଲଗାତର ବଢ଼ିଚାଲିଛି । ଲୋକମାନେ କରୋନାରେ ନାହିଁ ନ ଥିବା ସମସ୍ୟା ସାମ୍ନା କରିଥିବା ବେଳେ ଅନେକେ ମହାମାରୀର କରାଳ କାୟା ମଧରେ ଘାଣ୍ଟି ଚକଟି ହୋଇ କାଳାତିପାତ କରୁଛନ୍ତି । ଲୋକଙ୍କ ଚାକିରି ଚାଲିଯାଇଥିବା ବେଳେ ବେତନ କାଟ୍, କଳ କାରଖାନାରେ ତାଲା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଙ୍କଟ ବେରୋଜଗାରୀ ଭଳି ସମସ୍ୟା ମୁଣ୍ଡ ଟେକିଛି । ମାତ୍ର କରୋନାରେ ବିଶ୍ୱର ଅତି ଧନୀଙ୍କ ଧନ ବଢ଼ିବାରୁ ସେମାନେ ମାଲାମାଲ ହୋଇଥିବା ଫୋର୍ବସ ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ସମୟ ଖରାପ ହେଉ କି ଭଲ ଧନୀଙ୍କର ଧନ ବଢ଼ି ଚାଲିଥିବା ବେଳେ ଗରିବ ଆହୁରିଗରିବ ହୋଇ ଯାଉଛନ୍ତି । ଫଳରେ ଧନୀ ଏବଂ ଗରିବଙ୍କ ମଧରେ ତାରତମ୍ୟ ବଢ଼ିଚାଲିଥିବା ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ଧନୀଙ୍କ ସମ୍ପତ୍ତି ବଢ଼ିବାରେ କେତେକ ବିଶେଷ କାରଣ ଦାୟୀ ରହିଛି । ଏହା ମଧରେ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ନଗଦ ଉପଲବ୍ଧତା, ଲଗାତର ଷ୍ଟକ ବଜାରରେ ବୃଦ୍ଧି ଏବଂ ଅନୁକୂଳ ଟିକସ ନୀତି ଏହା ମଧରେ ସାମିଲ ରହିଛି । ରିପୋର୍ଟ ମୁତାବକ ଗତ ୧୨ ମାସରେ ଦୁନିଆର ସବୁଠାରୁ ୨୫ ଅତିଧନୀ ପରିବାରଙ୍କ ସମ୍ପତ୍ତି ୨୨% ବଢ଼ିଛି । ଫଳରେ ଏହି ପରିବାରଗୁଡିକ ୧.୭ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଡଲାର (୧୨୫.୨୮) ଲକ୍ଷ କୋଟି) ଟଙ୍କା ଯୋଡିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇଛନ୍ତି । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ, ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ୨୦୨୧-୨୨ ରେ ଭାରତର ଜିଡିପି ୭.୩% ହ୍ରାସ ହୋଇଛି । ସାରା ଦେଶରେ ଲକଡାଉନ ଜାରି ହେବାରୁ ଲୋକମାନେ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ସାମ୍ନା କରିଥିଲେ । କରୋନାର ଦ୍ୱିତୀୟ ଲହର ଦେଶର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ପ୍ରକୃତ ସ୍ଥିତିକୁ ପଦାରେ ପକାଇ ଦେଇଥିଲା ।

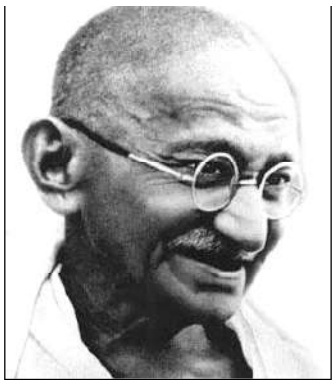
ନିମ୍ବ ବଡ଼ ଗୁଣକାରୀ

ନିମ୍ବର ଶୁଖିଲା ପତ୍ରକୁ ପେସି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣରେ ବିଶୁଦ୍ଧ ଲୁଣ ମିଶାଇ ଦାନ୍ତ ଘଷିଲେ ପାଇରିୟା, ଦାନ୍ତ ବିନ୍ଧା, ମାଢ଼ି ଦରଜ ଆଦିରୁ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ନିମ୍ବ ଗଛର ଛେଲିକୁ ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ କୁଳି କଲେ ଦାନ୍ତ ଦରଜରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ନିମ୍ବ ଫଳର ମଞ୍ଜିକୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଉଷୁମ୍ ପାଣି ସହିତ ପିଇଲେ ଅର୍ଶରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଯଦି କାନ ବିନ୍ଧା ହେଉଛି ତେବେ ନିମ୍ବ ତେଲକୁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । କାନରୁ ପୂଜ ବାହାରିବା ସମସ୍ୟାରେ ବି ନିମ୍ବ ତେଲ ଲାଭପ୍ରଦ । ନିମ୍ବ ତେଲକୁ ନାଭିରେ ପକାଇଲେ ବ୍ରଣ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିବ ।

ଉଚିତ ଖାଦ୍ୟ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ଉଚିତ ଖାଦ୍ୟ ଦରକାର, ସନ୍ତୁଳିତ ଖାଦ୍ୟ ଦରକାର । ଆଜି ଆମର ଗାଆଁଗୁଡିକ ଠିକ୍ ଆମରି ପରି ଦେବାଳିଆ ହୋଇ ଗଲେଣି । ଗ୍ରାମରେ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ପରିବା, ଫଳ ଏବଂ କ୍ଷୀର ଉତ୍ପାଦନ ହେବ, ଏହା ହେଉଛି ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାର ଯୋଜନାରେ ଏକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଶ । ଏସବୁରେ ଯେଉଁ ସମୟ ଖର୍ଚ୍ଚ ହୁଏ, ତାହାକୁ କଦାପି ସମୟ ନଷ୍ଟ ହେଲା ବୋଲି କୁହାଯିବନାହିଁ । ପରିଶେଷରେ ଏହା ସମଗ୍ର ଗ୍ରାମକୁ, ସମଗ୍ର ଭାରତବର୍ଷକୁ ନିଶ୍ଚୟ ଉପକୃତ କରିବ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାର ଅସଲ କଥାଟି ହେଉଛି ଯେ, ସେଥିରୁ ଆମେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ତଥା ସ୍ୱଚ୍ଛତାର ନିୟମଗୁଡିକୁ ଶିକ୍ଷା କରିଥାଉ ଏବଂ ଏହିସବୁ ନିୟମ ଓ ଯଥୋଚିତ ଦେହ ପୋଷଣ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ରହିଥିବା ନିୟମଗୁଡିକୁ ପାଳନ କରୁ । ଏହିପରି ଭାବରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ତା' ନିଜର ଡାକ୍ତର ହୋଇ ରହିଥାଏ ।

ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବଞ୍ଚିବା ନିମନ୍ତେ ଖାଉଛି, ଯିଏ କ୍ଷିତି, ଅପ୍, ତେଜ, ମରୁତ୍ ଓ ବ୍ୟୋମ ଏହି ପାଞ୍ଚୋଟି ଉପାଦାନର ବନ୍ଧୁ ହୋଇ ରହିଛି ଏବଂ ଏହି ସବୁକିଛିକୁ ସୃଷ୍ଟି କରିଥିବା ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କ ଭୃତ୍ୟ ହୋଇ ରହିଛି, ତାହାର ଆଦୌ ରୋଗରେ ପଡ଼ିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଯଦି ସେ ଅସୁସ୍ଥ ହେବ, ସିଏ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଉପରେ ଆସ୍ଥା ରଖି ରହିବ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ଶାନ୍ତିରେ ମରିବ । ତା'ର ଗାଆଁରେ ଯଦି ଅନେକ ଜଡ଼ିବୁଟି ଉଦଭିଦ ରହିଥିବ, ତେବେ ସେ ଇଚ୍ଛା କଲେ ସେଗୁଡିକୁ ମଧ ବ୍ୟବହାର କରିବ । କୋଟି କୋଟି ମନୁଷ୍ୟ ଏହିପରି ଭାବରେ ବଞ୍ଚୁଛନ୍ତି ଓ ମରୁଛନ୍ତି ମାତ୍ର କୌଣସି ଅଭିଯୋଗ କରୁନାହାନ୍ତି । ସେମାନେ ତ ଏପରିକି କୌଣସି ଡାକ୍ତର ବିଷୟରେ ଆଦୌ କିଛି ଶୁଣିନାହାନ୍ତି, ମୁହାଁମୁହିଁ ଦେଖିଥିବା ତ ଆହୁରି ଦୂରର କଥା ।

ଜାଣି ଶୁଣି ଅଥବା ଅଜ୍ଞାନ ହେତୁ ପ୍ରକୃତିର ନିୟମକୁ ଭଗ୍ନ କଲେ ସେଇଥିରୁ ହିଁ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ତାହା ଏକଥାକୁ ମଧ ବୁଝାଇବ ଯେ, ଉଚିତ ସମୟରେ ସେହି ନିୟମଗୁଡିକ ପାଖକୁ ଫେରି ଆସିଲେ ମନୁଷ୍ୟ ପୁନର୍ବାର ସୁସ୍ଥ ହୋଇଯିବ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି, ପ୍ରକୃତି ଯେତିକି ସହ୍ୟ କରି ପାରିବ, ପ୍ରକୃତିଠାରୁ ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ପରୀକ୍ଷା ନେଇଛି, ତାକୁ ପ୍ରକୃତି ଆଣି ଦେଉଥିବା ଶାସ୍ତିକୁ ଭୋଗ କରିବାକୁ ପଡିବ, ଅଥବା ତାହାକୁ ଏଡିଦେବା ନିମନ୍ତେ ଯେଉଁଭଳି ପ୍ରୟୋଜନ ହେବ, ସିଏ ଡାକ୍ତର ଅଥବା ଶଲ୍ୟଚିକିତ୍ସକର ସାହାଯ୍ୟ ନେବ । ଉପଯୁକ୍ତ ଶାସ୍ତି ପାଖରେ ଆମେ ଯେତେଥର ନତମସ୍ତକ ହେଉଥିବା, ଆମର ମନ ସେତିକି ଦୃଢ଼ ହେଉଥିବ ଏବଂ ଯେତିକିଥର ଏଡ଼ି ଦେବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା କରୁଥିବା, ତାହା ମନକୁ ସେତିକି ଦୁର୍ବଳ କରି ପକାଉଥିବ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା ଏବଂ ଦେଶୀୟ ପଦ୍ଧତିଗୁଡିକୁ ଯେ ମୁଁ ଏତେ ଭଲ ପାଉଛି, ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଭେଷଜ ବିଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହୋଇଥିବା ଅଗ୍ରଗତି ଆଡ଼କୁ ସେଥିଲାଗି ମୁଁ ଆଦୌ ଆଖି ବୁଜି ଦେଇନାହିଁ । ଅବଶ୍ୟ ଏକଥା ସତ ଯେ, ମୁଁ ନିନ୍ଦା କରି ତାହାକୁ ବଶୀକରଣ ବିଦ୍ୟା ବୋଲି ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛି । ମୁଁ ଏହି କଠୋର ଶବ୍ଦଟିକୁ ବ୍ୟବହାର କରିଛି ଓ ତାହାକୁ ମୁଁ ଆଦୌ ପ୍ରତ୍ୟାହୃତ କରି ନେଉନାହିଁ, କାରଣ ତାହା ଜୀବଚ୍ଛେଦନକୁ ଅନୁମୋଦନ କରିଛି ଏବଂ ତାହାର ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ଆଉ ଯାବତୀୟ ଭୟାନକତାକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ନେଉଛି ଓ ଯଦି କୌଣସି ଉପଚାର ଦ୍ୱାରା, ତାହା ଯେତେ ମନ୍ଦ ହୋଇଥାଉ ପଛକେ, ଶରୀରର ଜୀବନକୁ ଦୀର୍ଘ କରାଯାଇ ପାରିଲା, ତେବେ ତାହା ସେଠାରେ ଆଦୌ ଅଟକି ଯାଉନାହିଁ ଏବଂ ତଦ୍ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଭିତରେ ବାସ କରୁଥିବା ଅବିନଶ୍ୱର ଆତ୍ମାକୁ ଏଡ଼ିଦେଇ ଚାଲିଯାଉଛି । ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାକାରୀମାନେ ଯେଉଁସବୁ ନାନା ଆଳସ୍ୟପରାୟଣ ଛଳନା ବାହାର କରିଥାନ୍ତି, ତାହା ସତ୍ତ୍ୱେ ମୁଁ ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ।

ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ପୁଅ ଜୀଉଁତିଆ: ଏକ କିମ୍ବଦନ୍ତୀ

କଳା ଓ ସଂସ୍କୃତିର ଅନନ୍ୟ ଗନ୍ତାଘର ହେଉଛି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା । ହିନ୍ଦୁ ପରମ୍ପରାନୁଯାୟୀ ପୁଅ ଜୀଉଁନ୍ତିଆ ବ୍ରତ ସେଥି ମଧରୁ ଅନ୍ୟତମ । ଆଶ୍ୱିନ ମାସ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ଅଷ୍ଟମୀ ତିଥିରେ ଏହା ପାଳିତ ହୁଏ । ମା' ମାନେ ପୁଅର ଦୀର୍ଘାୟୁ କାମନା କରି ଏହି ବ୍ରତ ରଖିଥାନ୍ତି । ଏହି ପରମ୍ପରାକୁ ନେଇ ଅନେକ ଲୋକବାଣୀ ରହିଛି । ତେଣୁ କେବେ ଠାରୁ ଏହି ପାର୍ବ ପାଳନ ହୋଇ ଆସୁଛି ତାହାର ସଠିକତା ନାହିଁ । ଏହି ବ୍ରତରେ ନାରଦ ବକ୍ତା ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ର ଶ୍ରୋତା ହୋଇଥିବା ଜଣାଯାଏ । କିମ୍ବଦନ୍ତୀ ଅନୁସାରେ ଭାରତ ବର୍ଷର ଜମ୍ବୁଦ୍ୱୀପରେ ଅବସ୍ଥିତ କୋଶଳ ଦେଶରେ ଧର୍ମସେନ ନାମକ ଜଣେ ବ୍ରାହ୍ମଣ ସ୍ତ୍ରୀ ସୁଚେତା ସହ ରହୁଥିଲେ । ଶୀଳା ଓ ସୁଶୀଳା ନାମରେ ସେମାନଙ୍କ ଦୁଇ ଝିଅ ମଧ ଥିଲେ । ଦିନେ ଦୁଇ ଭଉଣୀ ସ୍ନାନ ପାଇଁ ନଦୀଘାଟକୁ ଯିବାବେଳେ ଦେବକନ୍ୟାମାନେ ଏକ ବ୍ରତ କରୁଥିବାର ଦେଖି ଏମାନେ ମଧ ବ୍ରତ କରିବା ପାଇଁ ସଂକଳ୍ପ ନେଲେ । କିଛିଦିନ ପରେ ସେ ଦେଶର ରାଜା ବିକ୍ରମକେଶରୀ ଶୀଳା ଓ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଧନେଶ୍ୱର ବିପ୍ର ସୁଶୀଳାଙ୍କୁ ବିବାହ କଲେ । ସେହି ବର୍ଷ ଆଶ୍ୱୀନ ମାସ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ଅଷ୍ଟମୀ ତିଥିରେ ଏହି ବ୍ରତ ପଡିଲା । ତେଣୁ ଉଭୟ ଭଉଣୀ ବ୍ରତ

ଆରମ୍ଭ କଲେ । ସ୍ନାନ ଗଲା ବେଳେ କ୍ଷୁଧାରେ ଥିବା ଶୀଳା ରାସ୍ତାରେ କିଛି ଗୋ- ମାଂସ ଭକ୍ଷଣ କରିଥିଲେ । ଫଳରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସୁଶୀଳାର ସାତଟି ପୁଅ ଜନ୍ମ ହେଲେ ଏବଂ ଶୀଳ ବନ୍ଧ୍ୟା ରହିଲା । ଏସବୁ ଦେଖି ଶୀଳା ସହ୍ୟ କରି ନ ପାରି ଭଉଣୀ ସୁଶୀଳାର ସମସ୍ତ ପୁଅଙ୍କୁ ମାଟିରେ ପୋତି ମାରିବାକୁ ଚାହିଁଲା । କିନ୍ତୁ ଷଠୀଜୀଉଁଛିଙ୍କ କୃପାରୁ ସମସ୍ତେ ବଞ୍ଚି ଯାଉଥିଲେ । ଶେଷରେ ଜିଦଧରି ରାଜାଙ୍କୁ କହି ସୁଶୀଳାର ସପରିବାରକୁ ମାଟିରେ ପୋତା ଗଲା । ମାତ୍ର କିଛି ଦିନ ଗଲା ପରେ ସପରିବାର ମାଟିତଳେ ବଞ୍ଚିଥିବା ଜାଣି ରାଜା ସେମାନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରି ସୁଶୀଳା ଠାରୁ ସମସ୍ତ ଘଟଣା ଶୁଣିଲେ । ପତ୍ନୀ ଶିଳା ଗୋ ମାଂସ ଭକ୍ଷଣ କରିଥିବା ଜାଣି ରାଜାଙ୍କ ଆଦେଶରେ ତାକୁ ସେହି ଗାତରେ ପୋତି ଦିଆଗଲା ଏବଂ ସୁଶୀଳାର ସପରିବାରକୁ ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଗଲା । ତେଣୁ ଏହି ଦିନଠାରୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଆଶ୍ୱୀନ ମାସ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ଅଷ୍ଟମୀ ଦିନଠାରୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଆଶ୍ୱୀନ ମାସ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ଅଷ୍ଟମୀ ତିଥିରେ ନିଜ ପୁଅର ଦୀର୍ଘାୟୁ ସକାଶେ ମା'ମାନେ ନିଷ୍ଠାର ସହ ବ୍ରତ ରଖି ଷଠୀଜୀଉଁଛିଙ୍କୁ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରନ୍ତି ବୋଲି ଶୁଣାଯାଏ । ଏହାକୁ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ପୁଅ ଜୀଉଁତିଆ ବୋଲି କୁହାଯାଏ ।

ତେଜପତ୍ରର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାରତୀୟଙ୍କ ଘରେ ତେଜପତ୍ରର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ରୋଷେଇ ଘରେ ଏହା ବ୍ୟଞ୍ଜନକୁ ସୁବାସିତ କରିବା ସହିତ ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ତେଜପତ୍ରକୁ କ୍ଷୀରି, ଖେଚୁଡ଼ି, ଡାଲମା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଆମିଷ ତରକାରୀ ତଥା ବିଭିନ୍ନ ପିଠାରେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ତେଜପତ୍ରର ବହୁ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ବହୁ ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଔଷଧ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ ।

ଏହା ଶ୍ୱାସ ଆଦି ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ତେଜ ପତ୍ରକୁ ଘରେ ଜଳାଇବାରେ ଏହା ଘରକୁ ଯେଉଁ ବାସ୍ନା ଦେଇଥାଏ ତାହା କୌଣସି ସୁଗନ୍ଧିତ ଷ୍ପ୍ରେରୁ ମିଳି ନ ଥାଏ ।

ତେଜ ପତ୍ର ଜଳାଇ ଏହାକୁ ଶୁଙ୍ଘିବାରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ସମସ୍ତ ଥକ୍କାପଣ ଦୂର ହେବା ସହିତ ମସ୍ତିଷ୍କ ଶାନ୍ତ ରହିଥାଏ । ଏହା ସହ ଏହି ଧୂଆଁକୁ ଶୁଙ୍ଘିଲେ ଶରୀରର ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ।

ତ୍ୱଚାର ଦାଗ, ଚିହ୍ନକୁ ଦୂର କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ତେଜପତ୍ରକୁ ପାଣିରେ ପକାଇ ଭଲ ଭାବରେ ସିଝାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣିରେ ମୁହଁ ଧୋଇବା ଫଳରେ ତ୍ୱଚାର ଦାଗ ଦୂର ହେବା ସହିତ ତ୍ୱଚାର ଚମକ ବଢ଼ିଥାଏ ।

ତେଜପତ୍ର ପାଣିରେ କେଶକୁ ଧୋଇଲେ କେଶ ନରମ କୋମଳ ହେବା ସହ ଅସମୟରେ କେଶ ଝଡ଼ିବାର ଭୟ ରହି ନ ଥାଏ ।

ତେଜ ପତ୍ରକୁ ଶୁଖାଇ ଏହାକୁ ପାଉଡର କରି ଦାନ୍ତ ଘଷିବା ଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତ ମୂଳରୁ ରକ୍ତ ବାହାରିବା ଓ ପାଟି ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ମଧୁମେହ ରୋଗୀ ତେଜପତ୍ର ନିଶ୍ଚୟ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ୍ । ରକ୍ତରେ ଶର୍କରାର ସ୍ତରର ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ତେଜପତ୍ର ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ପେଟ ରୋଗ ଲାଗି ତେଜପତ୍ର ରାମବାଣ ତୁଲ୍ୟ କାମ କରିଥାଏ । କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ଏସିଡିଟି ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂର କରିଥାଏ ତେଜପତ୍ର । ଏଥିପାଇଁ ଅଧା ଲିଟର ପାଣିରେ ୪-୫ ଟି ତେଜପତ୍ର ପକାଇ ସିଝାନ୍ତୁ । ପାଣି ଏକ ଭାଗ ରହିଲେ ଏହି ପାଣିରେ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ଦିନକୁ ଦୁଇଥର ଏହି ପାଣି ପିଇଲେ ବହୁ ପ୍ରକାରର ପେଟ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିବ ।

ପେଟ କମାଇବାକୁ ହେଲେ

ଗହମ ଅଟାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁଟି ଖାଇବା କମ୍ କରି ଏହା ବଦଳରେ ଚଣା ଏବଂ ଯଅରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁଟି ଖାଆନ୍ତୁ । କାରଣ ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରି ଏବଂ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ ମାତ୍ରା ବହୁତ କମ୍ ଥାଏ ।

ପଇଡ଼ ପାଣିରେ ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋଲାଇଟସ୍ ଭରପୁର ମାତ୍ରା ଥାଏ । ଏହା ମେଦ ଏବଂ ପେଟରୁ ଚର୍ବି କମାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ୪/୫ ଟି ପେସ୍ତା ବାଦାମ ଖାଆନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ ଇ, ପଲିସାଚୁରେଟେଡ୍ ଏବଂ ମନୋସାଚୁରେଟେଡ୍ ଫ୍ୟାଟ୍ କମ୍ କରାଏ ।

ସକାଳ ସମୟରେ ପ୍ରୋଟିନଯୁକ୍ତ ବ୍ରେକଫାଷ୍ଟ ନିଅନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଆପଣ ଅଣ୍ଡା, କ୍ଷୀର ଏବଂ କଦଳୀ ଆଦି ସାମିଲ କରି ପାରିବେ । ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ବାରମ୍ବାର ଭୋକ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଏକ ଗ୍ଲାସ୍ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ଏକ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ ।

ଖାଇବା ସମୟରେ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟ ଠିକ୍ ଭାବେ ହଜମ ହୋଇ ନ ଥାଏ ଏବଂ ମେଦବହୁଳତା ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ । ଖାଇବାର ଅଧଘଣ୍ଟା ପରେ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଦିନ ୨/୩ କିଲୋମିଟର ଚାଲନ୍ତୁ । ଶରୀରରୁ କ୍ୟାଲୋରି କମ୍ କରିବାରେ ଏହା ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ହୋଇଥାଏ ।

ଟାଇଫଏଡ୍‌ର ଘରୋଇ ଉପଚାର

ଟାଇଫଏଡ ଏକ ବିପଦଜନକ ଜ୍ୱର । ଏଥିରେ ଜ୍ୱରର ତାପମାନ ବହୁତ ଅଧିକ ଥାଏ ଯାହା ୧୫, ୨୧ ବା ୨୭ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିପାରେ । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ କିଛି ବିଶେଷ କଥା ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ରଖିଲେ ନା କେବଳ ଏଥିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇ ପାରିବେ, ଏହାର ପ୍ରଭାବକୁ ମଧ୍ୟ କମେଇ ପାରିବେ । ଅପରିଷ୍କାର ସ୍ଥାନରେ ଟାଇଫଏଡର ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବ ଅଧିକ ଦେଖାଯାଏ ।

ଟାଇଫଏଡର ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଆମର ଛୋଟ ଅନ୍ତ୍ରରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ ଓ ଝାଡ଼ା ଦ୍ୱାରା ବାହାରକୁ ଆସିଥାନ୍ତି । ମାଛି ଦ୍ୱାରା ଏହାର ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇଥାଏ । ମାଛିମାନେ ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାଣିକୁ ଦୂଷିତ କରିଦିଅନ୍ତି । ଏହି ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାଣି ଯଦି କୌଣସି ସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତି ଉପଯୋଗ କରେ ତେବେ ସେ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଦୂଷିତ ରକ୍ତ ଦେବା, ଟାଇଫଏଡ୍ ରୋଗୀର ତଉଲିଆ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଓ ତାର ଛଡ଼ା ଯାଇଥିବା ଖାଦ୍ୟକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଟାଇଫଏଡର ସଂକ୍ରମଣ ଅଧିକ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ଟାଇଫଏଡରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ କିଛି ଘରୋଇ ଉପାୟ ଅନୁସରଣ କରିପାରିବେ । ତୁଳସୀ ଓ ଗୋଲମରିଚକୁ ଏକ ସମୟରେ ଖାଇଲେ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଏହି ଜ୍ୱର ପାଇଁ ଗାଜର ରସ ମଧ୍ୟ ଉପାଦେୟ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଅଦା ଓ ସେଓର ଜୁସ୍ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ସଂକ୍ରମଣ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଏକ କପ୍ ଗରମ ପାଣିରେ ୨-୩ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ମହୁ ଦ୍ୱାରା ଟାଇଫଏଡର ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ମରିଥାନ୍ତି । ପୋଦିନା ପତ୍ର ଓ ଅଦାର ଜୁସ୍ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଜ୍ୱର କମିଥାଏ । ପାଣିରେ ଲବଙ୍ଗକୁ ଫୁଟାଇ ସେହି ପାଣିକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମଣ କମିଥାଏ । ଗାଈ କ୍ଷୀର ପିଇବା ମଧ୍ୟ ଉପକାରୀ ।

ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ସକ୍ରିୟ କରେ ଶିଡି ଚଢ଼ିବା

ଶିଡ଼ି ଚଢ଼ିବାକୁ ଅନେକ କୁଣ୍ଠାବୋଧ କରିଥାଆନ୍ତି । ଆଜିକାଲିର ହାଇଟେକ୍ ଯୁଗରେ ଉପର ମହଲାକୁ ଯିବା ଆସିବା ପାଇଁ ଏବେ ତ ଲିଫ୍ଟର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି, ଯାହାକୁ ଅନେକେ ଆପଣେଇ ଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଶିଡ଼ି ଚଢ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଅନେକ ଉପକାର ହୋଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆହୁରି ସକ୍ରିୟ ହୋଇଥାଏ । ଖାସ୍ କଥା ହେଲା ପ୍ରତିଦିନ ଶିଡ଼ି ଚଢ଼ିଲେ ଆମ ଶରୀରକୁ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଅମ୍ଳଜାନ ମିଳେ । ଏକ ସଦ୍ୟତମ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ନିୟମିତ ଶିଡ଼ି ଚଢ଼ିଲେ ତାହା ହୃତପିଣ୍ଡକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଶିଡ଼ି ଚଢ଼ିବା ଫଳରେ ଆମ ଶରୀର ମାଂସପେଶୀ ଉପରେ ସୁପ୍ରଭାବ ପଡେ । କାରଣ ଏହାଦ୍ୱାରା ମାଂସପେଶୀଗୁଡିକ ଆହୁରି ସଚଳ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ଓଜନ କମେଇବାର ଏହା ଏକ ସହଜ ଉପାୟ । ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବାରେ ଏହା କେତେକାଂଶରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଗୋଟିଏ କଥା ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ସମସ୍ୟା ରହିଛି ତେବେ ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଶିଡ଼ିରେ ଯିବା ଆସିବା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

କ୍ୟାନସର୍ ବୃଦ୍ଧିର ପ୍ରତିରୋଧ କରିବ ଉପବାସ

କମ୍ ସମୟ ଉପବାସ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର କ୍ୟାନସର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ ବୋଲି କାଲିଫର୍ଣ୍ଣିଆ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଗବେଷକମାନେ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ ଉପବାସ ରହିବା ଦ୍ୱାରା କ୍ୟାନସର ସୃଷ୍ଟିକାରୀ କୋଷଗୁଡିକ କିଛି ପରିମାଣରେ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ହୋଇପଡନ୍ତି । ପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ବିଭାଜିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏମିତି ହେବାଦ୍ୱାରା କୋଷଗୁଡିକ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଉପବାସ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ସାଧାରଣ କୋଷଗୁଡ଼ିକର କିଛି କ୍ଷତି ହୁଏ ନାହିଁ । ସେମାନେ ପୂର୍ବପରି ସକ୍ରିୟ ଓ ସତେଜ ରୁହନ୍ତି । କ୍ୟାନସରକୁ ଦୂରେଇବା ପାଇଁ ରୋଗୀକୁ କେମୋଥେରାପି ଦିଆଯାଏ । ଗବେଷକଙ୍କ କହିବାନୁସାରେ, ରୋଗୀ ଉପବାସ ଥିବା ସମୟରେ କେମୋଥେରାପି ନେଲେ ଅଧିକ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ତନ କ୍ୟାନସର, ମସ୍ତିଷ୍କ କ୍ୟାନସର, ସ୍ନାୟୁ କ୍ୟାନସର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ରୋଗୀ ଉପବାସ ସହିତ କେମୋଥେରାପି ନେଲେ କ୍ୟାନସର ବୃଦ୍ଧି ହେବା ଧୀମେଇ ଯାଏ । ଗବେଷଣାରେ ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଜଣାପଡିଛି ଯେ ରୋଗୀ କେମୋଥେରାପି ନେବାର ଦୁଇ ଦିନ ପୂର୍ବରୁ ଓ ନେବାର ପର ଦିନ ଉପବାସ ରହିଲେ ଏହା ବେଶ୍ ଫଳପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ ।

ଧନିଆ ପତ୍ରର ଉପାଦେୟତା

ବ୍ରଣ ହେଉଥିଲେ, ଧନିଆ ପତ୍ର ରସ ଓ ମହୁ ସମାନ ପରିମାଣରେ ମିଶାଇ ବ୍ରଣ ଉପରେ ଲଗାଇଲେ ତାହା ଦବିଯାଇଥାଏ ।

ଦୈନିକ ସକାଳେ ମଧୁମେହ ରୋଗୀମାନେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର ଧନିଆ ପତ୍ର ଚୋବାଇ ଖାଇଲେ କିମ୍ବା ଏହାର ରସ ପିଇଲେ, ସେମାନଙ୍କ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଏ ।

ହଜମ କରିବାର ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଏହି ଧନିଆ ପତ୍ର କାରଣରୁ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ପରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣାପଡିଛି ।

ଆଣ୍ଟିବାଇଓଟିକ୍ ପରି କାମ କରୁଥିବା ଧନିଆ ପତ୍ର କାଶକୁ ମଧ୍ୟ କମ୍ କରିଥାଏ ।

ଧନିଆ ପତ୍ରରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ଥିବା କାରଣରୁ ଉତ୍ତମ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତିରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣକାରୀ କରମଙ୍ଗା

ଖଟାମିଠା ଯୁକ୍ତ କରମଙ୍ଗାର ଚାହିଦା ବେଶ ଅଧିକ । ଏସୀୟ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ଏହି ଫଳକୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ଖଟା ବା ଆଚାର କରି ଖାଇବାକୁ ଲୋକେ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି ରହିଛି । ଗୋଟିଏ ମଧ୍ୟମ ଆକାର କରମଙ୍ଗାରେ ୫୨ ପ୍ରତିଶତ ଭିଟାମିନ୍ ସି ରହିଥାଏ । ଏହା ହୃଦ୍ ସମସ୍ୟା ହ୍ରାସ ସହିତ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପଯୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ । ଏକ କପ୍ କରମଙ୍ଗାରେ ୧୭୬ ମିଲିଗ୍ରାମ୍ ପୋଟାସିୟମ୍ ଓ ୨.୭ ମିଲିଗ୍ରାମ ସୋଡିୟମ୍ ରହିଛି, ଯାହା ଶିରାପ୍ରଶିରାକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖି ଶରୀରରେ ରକ୍ତଚାପକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖେ । ଶରୀରରେ ଥିବା ୟୁରିକ୍ ଏସିଡକୁ ସଫା କରିଥାଏ । ଏହା ସହ ଭିଟାମିନ୍ ସି, ଚର୍ମ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରି ତ୍ୱଚା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ କରେ । କରମଙ୍ଗାରେ ଫାଇବର୍ ଓ ପ୍ରଚୁର ପାଣି ଅଛି, ତେଣୁ ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ୍ କଲେ ଭୋକ କମ୍ ଲାଗିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଅତ୍ୟଧିକ ଚର୍ବି କମେ । ଭିଟାମିନ୍ ବି-୫, କପର, ପୋଟାସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଆଦି ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ରହିଛି, ଯାହା ଶକ୍ତିଦାୟକ ଏବଂ ସମସ୍ତ ରାସାୟନିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖେ । ଫଳରେ ରାତିରେ ଭଲ ନିଦ ହୁଏ । ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ ରୋଗରୁ ଏହା ମୁକ୍ତି ଦିଏ । ନିୟମିତ କରମଙ୍ଗା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୁଏ । ପାଦ ବା ଆଣ୍ଠୁ ଫୁଲା ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ କମେ । ତେବେ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ କରମଙ୍ଗାର କୁପ୍ରଭାବ ମଧ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆଲର୍ଜି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଯାଇପାରେ । ବୃକ୍କ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ କରମଙ୍ଗାଠୁ ଦୁରେଇ ରହିବା ଭଲ ।

ରାମକଥା

ସମସ୍ତ ଲୋକ ମୋତେ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଦେଖାଗଲା । ହେଲେ ସବୁଥିରେ ମୁଁ ବାଳ ରାମଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲି । ମୁଁ ଡରିଗଲି, ଥକିଗଲି, କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇଗଲି । ଏତିକି ବେଳେ ବାଳ ରାମ ସ୍ମିତ ହାସ୍ୟ କଲେ, ଆଉ ମୁଁ ବାହାରକୁ ବାହାରି ଆସିଲି । ମୁଁ ତାଙ୍କର ପାଦ ତଳେ ଲୋଟିପଡିଲି । ଶ୍ରୀରାମ ଧୀରେ ଧୀରେ ମୋ ମୁଣ୍ଡକୁ ସାଉଁଳିଲେ । ମୋତେ ଖୁବ୍ ଭଲ ଲାଗିଲା । ଏହା ମୁଁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ପାଇଁ ଆଜିସୁଦ୍ଧା ଶବ୍ଦ ପାଇ ପାରିନାହିଁ । ଶ୍ରୀରାମ କହିଲେ, କାକଭୁଶୁଣ୍ଡି ! ତୁମେ ମୋର ଅତି ପ୍ରିୟ । ତୁମର ଯାହା ଇଚ୍ଛା ହେଉଛି ତାହା ମୋତେ ମାଗ । ତୁମେ ଯଦି ଚାହଁ ତେବେ ତୁମକୁ ମୁଁ ଆଜି ମୁକ୍ତି ଦେଇଦେବି, ବ୍ରହ୍ମଲୋକ ଦାନ କରିଦେବି । ଜ୍ଞାନ, ବୈରାଗ୍ୟ ଆଦି

ଯାହା ମାଗିବ ତାହା ଦେଇ ଦେବି ।

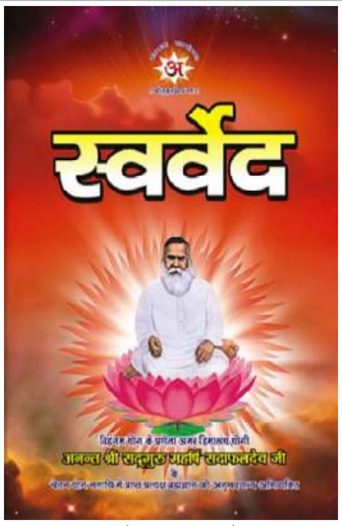
ସେତେବେଳେ ମୁଁ ଭାବିଲି, ପ୍ରଭୁ ମୋତେ ସବୁକିଛି ଦେବା ପାଇଁ କହୁଛନ୍ତି, ହେଲେ ମୋତେ ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତି ଦେବା ପାଇଁ କାହିଁ କହୁ ନାହାନ୍ତି ତ ? ଭକ୍ତି ରହିତ ରାମ ପ୍ରେମ ରହିତ ଜ୍ଞାନ କି କାମରେ ଲାଗିବ ? ଯେଉଁ ଜ୍ଞାନରେ ଭକ୍ତି ନାହିଁ, ସେପରି ଜ୍ଞାନ ଅନ୍ତକାଳରେ ପ୍ରତାରିତ କରିଦେବ । ଭକ୍ତି ବିନା ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ବ୍ୟର୍ଥ ହୋଇଥାଏ । ସମସ୍ତ ସଦଗୁଣର ଜନନୀ ହେଉଛନ୍ତି ଭକ୍ତି । ଭକ୍ତି ଯେଉଁଠାରେ ଥାଏ ସେଠାରେ ସମସ୍ତ ସଦଗୁଣ ଥାଆନ୍ତି । ଭକ୍ତି ଯେଉଁଠାରେ ନ ଥାଏ, ସେଠାରେ ସବୁପ୍ରକାର ଦୁର୍ଗୁଣ ବାସ କରୁଥାଏ । ହେ ଗରୁଡ଼ ! ମୁଁ ସେତେବେଳେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତି ଦେବା ପାଇଁ ମାଗିଥିଲି । ମୋର ସବୁ ସମୟରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଚରଣରେ ଅନନ୍ୟ ପ୍ରୀତି ରହିଥାଉ ।

ଶ୍ରୀରାମ ମୋ ମସ୍ତକ ଉପରେ ହାତ ବୁଲାଇଲେ । କହିଲେ 'ମୋ ସ୍ୱରୂପକୁ ତୁ ଅତି ଉତ୍ତମ ରୂପେ ଜାଣିଛୁ । ମୋ ସ୍ୱଭାବକୁ ବି ଜାଣିଛୁ । ମୋ ସ୍ୱରୂପକୁ ଯିଏ ଠିକ୍ ରୂପେ ଜାଣିଥାଏ, ସେମାନେ ଭକ୍ତି ଛଡ଼ା ଆଉ କିଛି ମାଗନ୍ତି ନାହିଁ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ମହକାରଣ କୈବଲ୍ୟ ଦୋ,
ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତି ନହିଁ ଦେହ ।
ଦେହଚାର ବେ ରହତ ହୈଁ, ରହ
ଅସଙ୍ଗ ନିଜ ଗେହ । (୧)

ଭାଷ୍ୟ : ସ୍ଥୂଳ, ସୂକ୍ଷ୍ମ, କାରଣ, ମହାକାରଣ, କୈବଲ୍ୟ ଏବଂ ହଂସ ଏହିସବୁ ଆତ୍ମାର ଛ'ଅ ଅବସ୍ଥା ଅର୍ଥାତ୍ ଛ' ଦେହୀ ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମାର ଶୁଦ୍ଧ ଦେହ ହଂସ ଅବସ୍ଥା ଅଟେ । ହଂସ ଦେହରୁ ଜୀବ କ୍ରମଶଃ କୈବଲ୍ୟ, ମହାକାରଣ ଦେହକୁ ପାଇ ପୁଣି କାରଣ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ ସ୍ଥୂଳକୁ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଯେବେ କୈବଲ୍ୟ ଦେହରେ ଜୀବକୁ ନିଜ ଠାରେ ବ୍ରହ୍ମତ୍ୱର ଭାବ ଆସିଯାଏ, ତେବେ ତାହା ଏହି ଅଭିମାନରୁ ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦକୁ ଛାଡ଼ି ନୀଚ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରବାହର ଭାବକୁ ଦୃଢ଼ କରିବାରେ ଲାଗେ ଓ କୈବଲ୍ୟରୁ ମହାକାରଣ ଦେହ ପାଇଥାଏ । ଜୀବର ବ୍ରହ୍ମ ଠାରେ ସମ୍ବନ୍ଧ ଛାଡ଼ିବାର କାରଣ 'ଅହଂ ବ୍ରହ୍ମାସ୍ମି'ର ଭାବ ଅଟେ । ମୁଁ ବ୍ରହ୍ମ ଅଟେ' ଯେବେ ଏହି ଅଭିମାନ ଜୀବରେ ଆସିଯାଏ, ତେବେ ସେହି ଅମୃତ ପରବ୍ରହ୍ମଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ପତନ ହୋଇ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରବାହରେ ଆସିଯାଏ । ମହାକାରଣ ଦେହରୁ ପ୍ରକୃତିକୁ ଆସିବାର ଦୃଢ଼ ଭାବନା ଜୀବକୁ ହୋଇଥାଏ । କୈବଲ୍ୟ ଓ ମହାକାରଣ ଏହି ଦୁଇ ଦେହ ଅଜ୍ଞାନ ଭ୍ରମର କାରଣ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଯେବେ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକୃତି ସହ ସମ୍ବନ୍ଧ ହୋଇଯାଏ, ସେହି ପ୍ରାକୃତିକ ଅବସ୍ଥାରେ ପ୍ରାପ୍ତ ଦେହକୁ କାରଣ ଦେହ କହନ୍ତି । ଯେବେ ସେଠାରୁ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକୃତିକୁ ଭୋଗ ପାଇଁ ତଳକୁ ପତନ ହୁଏ ତେବେ ସେହି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦେହକୁ ଊଣେଇଶ ତତ୍ତ୍ୱର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଯାଏ । ଦଶ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ପାଞ୍ଚ ପ୍ରାଣ ଏବଂ ଚତୁଷ୍ଟୟ ଅନ୍ତଃକରଣ ଏହି ଊଣେଇଶ ତତ୍ତ୍ୱରେ ତିଆରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦେହ ଅଟେ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀରରେ ଆତ୍ମାର ପ୍ରକୃତିର କରଣ ଉପଭୋଗ ପାଇଁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ଥାଏ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶରୀର ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ଗଲେ ଏହି



ଜୀବାତ୍ମା ବୀର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ଗର୍ଭରେ ପ୍ରବେଶ କରି ବ୍ୟକ୍ତି ବାହାର ଜଗତରେ ଆସିଯାଏ । ଜନ୍ମ, ବାଳ, କିଶୋର, ତରୁଣ, ବୃଦ୍ଧ ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁ ଏହି ଛ' ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିବା ଦେହକୁ ସ୍ଥୂଳ ଦେହ କହନ୍ତି । ସ୍ଥୂଳ ଶରୀରାଭିମାନୀ ଜୀବ କର୍ମ ଓ ସଂସ୍କାର ଦ୍ୱାରା ଭୋଗ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ବାରମ୍ବାର ଜନ୍ମ ମରଣ ମହା ଦୁଃଖକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଜୀବର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ଜନ୍ମ ହିଁ ଅଟେ । ଯେବେ ଜନ୍ମ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ଏବଂ ତ୍ରିଗୁଣର ତ୍ରିଘାତ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରୁ ଜୀବ ଚାଲିଯିବ ତେବେ ତାକୁ ନିଜର ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପକୁ ଆସିବାରେ ଆନନ୍ଦ ଏବଂ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁଖର ପ୍ରାପ୍ତି ହେବ । ଆତ୍ମାର ଶୁଦ୍ଧ ଦେହ ହଂସ ଦେହ ଅଟେ, ଯେଉଁ କାଳରେ ତାହା ପ୍ରକୃତିର ବନ୍ଧନରୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଛାଡ଼ି ନିଜର ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପରୁ ଅବ୍ୟାହତ ଗତିରୁ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କ ଉପଭୋଗ କରେ । ଆତ୍ମାର ଶୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କର ହିଁ ଉପଭୋଗ ହୁଏ । ଅଜ୍ଞାନ ଭ୍ରମର ଅବସ୍ଥାରେ ହିଁ ଜୀବନ ପ୍ରକୃତିରେ ସୁଖର ଇଚ୍ଛା ଓ ତାକୁ ପାଇ ଜନ୍ମ ମୃତ୍ୟୁର ସଂସୃତ କ୍ଲେଶରେ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଆତ୍ମାର ଶୁଦ୍ଧ ଅବସ୍ଥା ହଂସ ଅବସ୍ଥା ଅଟେ । ଯେବେ ଯୋଗୀ ଏହି ଶରୀରରୁ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପାଇ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ତେବେ ଅଜ୍ଞାନ ଭ୍ରମର ଗ୍ରନ୍ଥି ଏବଂ ଅନାତ୍ମ ଜଡ଼ ଜଗତର ଆତ୍ମାରୁ ଅଭାବ ହୋଇଯାଏ । ଏଥିପାଇଁ ସେହି ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀଙ୍କ ଠାରେ ଅଜ୍ଞାନ, ଭ୍ରମ ନ ରହିବା କାରଣରୁ କୈବଲ୍ୟ ଓ ମହା କାରଣ ଉଭୟ ଦେହର ଅଭାବ ହୋଇଯାଏ । ତଥାପି ସେହି ଯୋଗୀ ଏହି ଶରୀରରେ ରହି ନିଜର ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପ୍ରକୃତି ବ୍ୟବହାରକୁ ଚଳାଇଥାଏ । ତେବେ ଏହି ଦେହ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଘାତରେ ରହି ମଧ ଜଳ କମଳ ପରି ଅସଙ୍ଗ, ନିର୍ଲେପ ରହିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଶରୀରରେ ରହିବା କାରଣରୁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ସହଜ ଯୋଗୀଙ୍କ ଠାରେ ସ୍ଥୂଳ, ସୂକ୍ଷ୍ମ, କାରଣ ଓ ନିଜର ଶୁଦ୍ଧ ସତ୍ତା ହଂସ ଦେହ ରହିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାକୃତିକ ତିନି ଶରୀର ସହ ରହିଲେ ମଧ ସେହି ଯୋଗୀ ତାଙ୍କର ଧର୍ମରୁ ଅସଙ୍ଗ ହୋଇ ନିଜର ଶୁଦ୍ଧ ଚେତନ ସ୍ୱରୂପରେ ରହି ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦ ପରମସୁଖକ ପ୍ରାପ୍ତି କରିଥାଏ । ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଓ ବିଦେହମୁକ୍ତ ସେହି ଯୋଗୀର ଦୁଇଟି ଅବସ୍ଥା ହୋଇଥାଏ । ଶରୀର ଛାଡ଼ିଗଲେ ହିଁ ସେହି ଶରୀର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କର୍ମ ଓ ପ୍ରକୃତି ତ୍ରିଗୁଣରେ ନିତାନ୍ତ ଅଲଗା ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀରରେ ଅଛନ୍ତି, ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅସଙ୍ଗ, ନିର୍ଲେପ ଅବସ୍ଥାରେ ମଧ ପ୍ରକୃତିର ଧର୍ମ ତାର ଶୁଦ୍ଧ, ଆତ୍ମିକ ଚେଷ୍ଟା ହେବାରେ ଲାଗିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତିର ଧର୍ମ ତାକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରେ ନାହିଁ । ସେସବୁ ପ୍ରକୃତିର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକୁ କରି ଏହି କର୍ମରୁ ଅସଙ୍ଗ ରହେ । ଏଥିପାଇଁ ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ସହଜ ଯୋଗୀଙ୍କ ଠାରେ ପ୍ରକୃତିର ତିନି ଶରୀରର ସମ୍ବନ୍ଧ ରହେ ଏବଂ ଏହି ସମସ୍ତ ଦେହ ସଂଘାତରେ ସମ୍ବନ୍ଧରୁ ଅସଙ୍ଗ ହୋଇ ଏହି ଶରୀରରେ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ନିଜର ଶୁଦ୍ଧ ହଂସ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଥାଏ । ଏହା ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀର ସ୍ୱରୂପ ଅଟେ । ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଯୋଗୀ ହିଁ ବିଦେହମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ଯେ ମୁକ୍ତ ଅଟେ ସେ ବିମୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ନେହ ପ୍ରେମ ଓ ଆକାଂକ୍ଷାର ମହାନପର୍ବ 'ପୁଅ ଜିଉନ୍ତିଆ'

ଭାରତୀୟ ପରମ୍ପରା ଓ ସଂସ୍କୃତିରେ ମାନବ ସମାଜରେ ସୁଖ ଶାନ୍ତି କାମନା କରି ଅନେକ ଗୁଡିଏ ପର୍ବପର୍ବାଣୀ, ଓଷା ବ୍ରତ ପାଳିତ ହୋଇଥାଏ । ସମଗ୍ର ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ମଧ ସାଂସ୍କୃତିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିବିଧତାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ସମସ୍ତ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ସହରାଞ୍ଚଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସର୍ବତ୍ର ପାଳିତ ହୋଇ ଆସୁଥିବା ପୁଅ ଜିଉନ୍ତିଆ ଓଷା ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଅନ୍ୟତମ । ଏହି ବ୍ରତକୁ ଓଡ଼ିଶାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅଞ୍ଚଳରେ ଦୁତିଆ ଓଷା ବା ଦୁତି ବାହନ ଓଷା ଭାବରେ ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ । ସୁପୁତ୍ର ପ୍ରାପ୍ତି ଆଶାରେ ଓ ପୁତ୍ରର ଦୀର୍ଘାୟୁ ମଙ୍ଗଳ କାମନା କରି ଏହି ଓଷା ବିବାହିତା ନାରୀମାନେ ପାଳନ କରିଥାନ୍ତି । ବନ୍ଧ୍ୟା ଏବଂ ପୁତ୍ରହରା ସ୍ତ୍ରୀ ମାନେ ମଧ ପୁତ୍ର କାମନା କରି ଏହି ଓଷା ଅତ୍ୟନ୍ତ ନିଷ୍ଠାର ସହ ପାଳନ କରିଥାନ୍ତି ନିର୍ଜଳା ଉପବାସ ରହି । ଆଶ୍ୱିନ ମାସ କୃଷ୍ଣ ପକ୍ଷ ଅଷ୍ଟମୀ ଦିନ ଏହି ଓଷା ପାଳନ ହୋଇଥାଏ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ପୁରପଲ୍ଲୀରେ ମହା ନିଷ୍ଠାର ସହ । ଏହି ଓଷା ପାଳନରେ ମହିଳାମାନେ ଯେଉଁ ନିଷ୍ଠା ଏବଂ ଧର୍ମ ଆଚରଣ କରିଥାନ୍ତି ତାହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନରେ ପୁତ୍ର ଲାଭ କରିବା ଓ ସେହି ପୁତ୍ରର ମଙ୍ଗଳ କାମନା କରିବା ପାଇଁ ପୁଅ ଜିଉନ୍ତିଆ ଓଷା ପାଳନ କରାଯାଇଥାଏ ବୋଲି ସମସ୍ତଙ୍କର ଅଗାଧ ବିଶ୍ୱାସ । ପୂଜା ଦିନ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମହିଳା ୧୦୮ ଅକ୍ଷତ ଅରୁଆ ଚାଉଳ, ୧୦୮ ଦୁବ, ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଫୁଲ ସହ ୨୧ ପ୍ରକାରର ବିଭିନ୍ନ ଫଳ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥାଏ ଏହି ଓଷାରେ । ପୂଜା ପାଇଁ ଏକ ନିର୍ମଳ ସ୍ଥାନରେ ପୂଜା କୋଠା ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥାଏ । ମାଟି ଖୋଳା ଯାଇ ଏକ ବିଲ ସଦୃଶ ବେଦୀ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇ ତା ଉପରେ ବାଲି ପକାଯାଇଥାଏ । ବେଦୀର ପୂର୍ବ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଦେବତାଙ୍କ ପୂଜା କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ପଶ୍ଚିମ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଏକ କଦଳୀ ଗଛକୁ ସ୍ଥାପନ କରାଯାଇ ସେଠାରେ ଜିମୁତ ବାହନଙ୍କୁ ପୂଜା କରାଯାଇଥାଏ । ଏହି ପୂଜାରେ ୨୧ ପ୍ରକାରର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ରନ୍ଧନ ଫଳ ଆଦିକୁ ବିଶେଷ ଭାବରେ ପୂଜା ସାମଗ୍ରୀ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଲେଖା ଅଛି 'ନୂଆ, ଲୁହା ଯହିଁ ଲାଗିବ ନାହିଁ, ପୂଜା ଦ୍ରବ୍ୟ ମାନ ରହିବ ତହିଁ । ପୂଜାରେ ବ୍ୟବହୃତ ଫଳ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବରେ ଯୋଗାଡ଼ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ କଷ୍ଟକର ହୋଇଥିବା ବେଳେ ତଥାପି ଏହି ଋତୁରେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର ଫଳ ମିଳୁଥିବାରୁ ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ

ଫଳକୁ ପୂଜା ସାମଗ୍ରୀ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ତେବେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ପାଳିତ ଏହି ଓଷାର ଅନେକ ବିଶେଷତ୍ୱ ରହିଥିବା ଦେଖାଯାଏ । ଅନେକ ସ୍ଥାନରେ ପାଳିତ ଏହି ଓଷାରେ ବ୍ୟବହୃତ ଯୁଇ ଡାଳର ବିଶେଷ ମହତ୍ୱ ରହିଛି । ଯୁଇର ବନ୍ଧ୍ୟାଦୋଷ ନିରାକରଣ ଶକ୍ତି ଥିବା ସହ ଗର୍ଭ ପ୍ରଦତ୍ତ ଶକ୍ତି, ଗୁରୁ ଶୁକ୍ର ଗର୍ଭକ ଶକ୍ତି ରହିଥିବାର ଜଣାଯାଏ । ତେଣୁ ଯୁଇ ଡାଳକୁ ବନ୍ଧ୍ୟା ଓ ମୃତ ବତ୍ସା ନାରୀ ମାନେ ପୂଜା ସ୍ଥଳୀରେ ସ୍ଥାପନ କରି ପୂଜା କରୁଥିବା ଦେଖାଯାଏ । ସେହିପରି ଏହି ଓଷାର ବ୍ରତଧାରୀ ମାନେ ବ୍ରତ ଦିନ ଅପାମାର୍ଗ କାଠିରେ ଦାନ୍ତ ଘସିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି । ଏହି କାଠିରେ ବାତରୋଗ ନିରାକରଣ ଶକ୍ତି ଥିବାରୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଏହି କାଠିରେ ଦାନ୍ତ ଘଷିଲେ ବାତରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଏହି ଓଷା ପରେ ଖାଉଥିବା ଗଜାମୁଗ, ବଡ଼ଚଣା ଭଳି ଶକ୍ତି ବର୍ଦ୍ଧକ ଖାଦ୍ୟ ସ୍ତ୍ରୀ ମାନଙ୍କ ବନ୍ଧ୍ୟାକରଣ ଶକ୍ତିକୁ ଦୂର କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଏହି ପୂଜାରେ ଏଭଳି ଦ୍ରବ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ପୂଜା ପରଦିନ ନୂତନ ବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରି ଘରେ ପୂର୍ଣ୍ଣକୁମ୍ଭ ବସାଇ ଆଗରେ ଦୀପ ପ୍ରଜ୍ୱଳନ କରି ପୂଜା ସ୍ଥଳରୁ ପୂଜା କରି ଅଣାଯାଇଥିବା ୧୦୮ ଚାଉଳ, ୧୦୮ ଦୁବ ସହ ଏକ କଷି କାକୁଡିକୁ ଶାଳପତ୍ରରେ ବାନ୍ଧି ପୁଅ ମାନଙ୍କ ଅପାଦ ମସ୍ତକ ସ୍ପର୍ଶ କରାଇଥାନ୍ତି ମାଁ ମାନେ । ପରେ ପୁତ୍ର ମାନଙ୍କୁ ନୂତନ ପୋଷାକ ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହ ନିଜେ ବ୍ରତଧାରୀ ନିଜ ବାହୁରେ ଜିଉନ୍ତିଆ ପରିଧାନ କରିବା ସହ ପୁତ୍ର ମାନଙ୍କୁ ମଧ ପିନ୍ଧାଇ ଦେଇଥାନ୍ତି । ଏହି ବ୍ରତ କେବଳ ପୁଅ ମାନଙ୍କ ଦୀର୍ଘ ଜୀବନ କାମନା କରି ପାଳନ କରାଯାଏ ତାହା ନୁହେଁ ଏହା ପୁଅ ଓ ମାଁ ମଧରେ ଥିବା ମଧୁର ସମ୍ପର୍କକୁ ଆହୁରି ସୁଦୃଢ଼ କରିଥାଏ । ଜିଉନ୍ତିଆ ଓଷା ମଣିଷର ଧର୍ମୀୟ ଅନୁଚିନ୍ତାକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା ସହ ମାତାପୁତ୍ରର ଅନାବିଳ ସ୍ନେହ ମମତାକୁ ବୃଦ୍ଧିମନ୍ତ କରିଥାଏ । ଏହି ଓଷା ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ସର୍ବତ୍ର ପାଳନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଏହି ଦିନ ଠାରୁ ପାର୍ବଣ ଋତୁର ଶୁଭାରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି, ଧର୍ମୋପାସନା ଓ ଭାଗବତ ପ୍ରାପ୍ତି ଦିଗରେ ଏହି ପୁଅ ଜିଉନ୍ତିଆ ଓଷା ବ୍ରତର ଉପାଦେୟତା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ।

କଇଥର ଉପକାରିତା

କଇଥକୁ ସଂସ୍କୃତରେ କପିତ୍ଥ ଏବଂ ଇଂରାଜୀରେ ଉଡ୍ ଆପଲ ବୋଲି କହନ୍ତି । ପାଚିଲା କଇଥ ଚଟଣିର ବାସ୍ନାରେ ହିଁ ଖାଦ୍ୟ ଶେଷ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ଏକଦମ୍ ସାଧାରଣ ଫଳଟିଏ ହୋଇଥିଲେ ବି କଞ୍ଚା କଇଥ ବାୟୁ ଏବଂ ପିତ୍ତ ଦୋଷ ନଷ୍ଟ କରିବା ସହ କ୍ଷୁଧା ବଢ଼ାଏ ତଥା ପାଚିଲା କଇଥ ସ୍ୱଭାବରେ ଶୀତଳ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଶ୍ୱାସରୋଗ, ଟିବି, ରକ୍ତଦୋଷ, ବାୟୁ ତଥା ପେଟରୋଗରେ ମୁକ୍ତି ଦିଏ । ଏହା ଶରୀରରୁ ବିଷାକ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ନାଶ କରିବା ସହ କୃମି ନଷ୍ଟ କରେ । ବାରମ୍ବାର ହେକୁଟି ଆସିବା କାଶ ତଥା ଗଳାର ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରାଏ । ଏହା ମଧ ଭୋକ ବଢ଼ାଇଥାଏ । କଇଥ ମଞ୍ଜି ହୃଦରୋଗ ତଥା ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥାରେ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥିଲା ବେଳେ ସାପ ଏବଂ ବିଛା ବିଷ ନାଶ କରିବାର କ୍ଷମତା ରହିଛି । ସେହିପରି ମଞ୍ଜିର ତେଲ ପିତ୍ତ, କଫ, ହେକୁଟି, ବାନ୍ତି ଆଦି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କିରବା ସହ ମୂଷା ବିଷକୁ ପ୍ରଭାବହୀନ କରିପାରେ । କଇଥର ଫୁଲ ମଧ ବିଷନାଶକାରୀ ଗୁଣଯୁକ୍ତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବାନ୍ତି, ଡାଇରିଆ, ହେକୁଟି ଆଦି ରୋଗରେ କଇଥ ପତ୍ର ଲାଭଦାୟକ ।

କଇଥ ଶସକୁ ଚିନି ସହ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ପିତ୍ତଦୋଷ ଶାନ୍ତ ହୁଏ ।

ଯଦି ମୂଷା କାମୁଡିଦିଏ ତେବେ କଇଥ ମଞ୍ଜିର ତେଲ ସେଠାରେ ଲଗାଇଲେ ବିଷ ଉତୁରି ଯାଏ ।

କଇଥ ଶସ, ଶୁଣ୍ଠି, ଗୋଲମରିଚ, ପିପ୍ପଳି ଗୁଣ୍ଡ, ମହୁ ଏବଂ ଚିନି ମିଶାଇ ପ୍ରତିଦିନ ସେବନ କଲେ ଭୋକ ହୁଏ ।

କଇଥ ମଞ୍ଜି ୩ ଗ୍ରାମ୍ ଭାଜିକରି ଡାଇରିଆ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଦେଲେ ସୁସ୍ଥ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ।

କାନରେ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ କଇଥ ଫଳର ରସ ୩ ରୁ ୪ ଟୋପା ଉଷୁମ କରି ଦିନକୁ ୨ ଥର କାନରେ ପକାଇଲେ ଆରାମ ମିଳେ ।

ଅର୍ଜୁନ ପତ୍ର ଏବଂ କଇଥ ପତ୍ରର ରସ ହାଲକା ଉଷୁମ କରି ୫-୫ ଗ୍ରାମ କାନରେ ପକାଇଲେ ବି କାନ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଠିକ୍ ହୋଇଥାଏ ।

ହେକୁଟି ଏବଂ ଶ୍ୱାସଜନିତ ସମସ୍ୟାରେ କଇଥ ରସକୁ ମହୁ ଓ ପିପଳି ସହିତ ସେବନ କଲେ ରୋଗ ଠିକ୍ ହୋଇଯାଏ ।

ଆମାତିସାର ରୋଗୀ କଇଥ ଖାଇବା ଉଚିତ ।

କଇଥର ଶସ ଓ ମଞ୍ଜି ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । କଇଥ ମଞ୍ଜିର ଗିରି ୩୦୦ ଗ୍ରାମକୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ପରେ ୫-୫ ଗ୍ରାମ ଲେଖା ସକାଳେ, ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ପାଣି ସହିତ ୩୦ ଦିନ ସେବନ କରନ୍ତୁ । ଏହା ମଧୁମେହରେ ଉପକାର ଦେଇଥାଏ । ସେହିପରି କଇଥ ଶସକୁ ଛାଇରେ ଶୁଖାଇ ଗୁଣ୍ଡ କରିଦେବେ ଏବଂ ୩ ରୁ ୫ ଗ୍ରାମ ସକାଳ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ସେବନ କରିବେ । ଏହା ମଧ ମଧୁମେହକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖେ ।

ରକ୍ତପିତ୍ତ ରୋଗରେ କଇଥର ଶସ ମଧ ଆରାମ ଦେଇଥାଏ । ପାଚିଲା କଇଥର ଶସ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଗଳାରୋଗରେ ଲାଭଦାୟକ ।

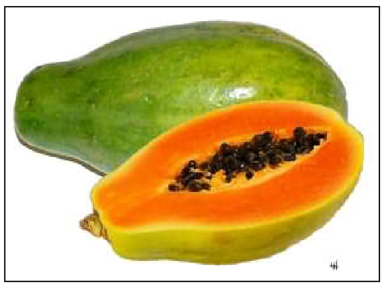
ଶରୀରର ହିତ ପାଇଁ କଳା ଲୁଣ

କଳା ଲୁଣର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ଭରପୂର ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରାୟ ୮୦ ପ୍ରକାର ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ ମିଳିଥାଏ । ପେଟର ହଜମ ଶକ୍ତିର ସୁଧାର ପାଇଁ କଳା ଲୁଣ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପଯୋଗୀ । ମେଦବୃଦ୍ଧି, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ, ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠିରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ କଳା ଲୁଣ । ଏଥିରେ ଥିବା ସଲଫର ସଲ୍ଟ କାରଣରୁ ସୁଗନ୍ଧ ଆସିଥାଏ ।

କଳା ଲୁଣ ନିଦ୍ରାହୀନତା ମଧ ଦୂର କରିଥାଏ । ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ଗରମ ପାଣିରେ କଳା ଲୁଣ ମିଶାଇ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନରେ ସେକ ଦେଲେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । କଳା ଲୁଣ ପକାଇ ଗରମ ପାଣିରେ ବାମ୍ଫ ନେଲେ କଫ, ସର୍ଦ୍ଦି ଓ କାଶ ଦୂର ହେବାରେ ସହାୟତା ମିଳିଥାଏ । ଲାଲ ଟମାଟୋ ଓ କଳାଲୁଣ ମିଶାଇ କେଶରେ ଲଗାଇଲେ ରୁପି ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ହୃଦରୋଗୀ ଓ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ସାଧାରଣ ଲୁଣ ବଦଳରେ କଳା ଲୁଣ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଖରାପ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ ଓ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସହାୟତା ମିଳିଥାଏ ।

ମେଦବହୁଳତା ଓ ଅମୃତ ଭଣ୍ଡା

ଅମୃତଭଣ୍ଡାର ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟୋପକାରୀ ଗୁଣ ରହିଛି, ଯାହା ଆମକୁ ଅନେକାଂଶରେ ସୁସ୍ଥ ତଥା ସବଳ ରଖିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ପପେନ୍ ଏଞ୍ଜାଇମ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ଆମ ଶରୀରର ଓଜନ କମାଇବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଅମୃତଭଣ୍ଡାରେ କ୍ୟାଲୋରୀ ପରିଣାମ କମ୍ ଥାଏ ଓ ଫାଇବର ଅଧିକ ଥାଏ । ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ଓଜନ କମିଥାଏ । ୟୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ୍ ୱାଶିଂଟନର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ ନିୟମିତ ଅମୃତଭଣ୍ଡା ଖାଇଲେ ତାହା ମେଦବହୁଳତା କମାଇବାରେ ଅନେକାଂଶରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା



ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ହୃତପିଣ୍ଡ ଏବଂ ମସ୍ତିଷ୍କ ପାଇଁ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ଆହୁରି ସକ୍ରିୟ କରାଇଥାଏ ଅମୃତଭଣ୍ଡା ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଜେବ୍ରାର ଶରୀରରେ ଥିବା ଧଳାକଳା ପଟି ମଧରୁ କଳା ରଙ୍ଗ ଏହାର ଚର୍ମ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ସେଥିରେ ଧଳାରଙ୍ଗର ପଟ୍ଟା ଚିହ୍ନଥାଏ ।
- ହାତୀ ଶରୀରର ଆକାର ଜୀବନବ୍ୟାପି ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ । ତେବେ ସବୁଠାରୁ ବଳିଷ୍ଠ ଶରୀର ଥିବା ହାତୀ ହିଁ ଦଳର ମୁଖିଆ ହୋଇଥାଏ ।
- ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରାୟ ୨୦ ହଜାର ପ୍ରଜାତିର ମହୁମାଛି ଦେଖାଯାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏଥି ମଧରୁ କିଛି ପ୍ରଜାତି ହିଁ ମହୁ ଉତ୍ପାଦନ କରିଥାନ୍ତି ।
- ଓଟ କେବଳ ୧୦ ମିନିଟରେ ପ୍ରାୟ ୧୩୫ ଲିଟର ପାଣି ପିଇପାରେ ।
- କୁମ୍ଭୀର ପାଣି ଭିତରୁ ଲମ୍ଫ ପ୍ରଦାନ କରି ଉଡିଯାଉଥିବା ପକ୍ଷୀକୁ ମଧ ଶିକାର କରିପାରେ ।
- ପେଚା ନିଜ ମୁଣ୍ଡକୁ ୨୭୦ ଡିଗ୍ରୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୁଲେଇ ପାରିଥାଏ ।
- ସୁସ୍ୱାଦୁ ବ୍ୟଞ୍ଜନ ପାଇଁ ଭାରତ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରସିଦ୍ଧ । ତେବେ ପୃଥିବୀର ୭୦ ଭାଗ ମସଲା କେବଳ ଭାରତରୁ ହିଁ ଉତ୍ପାଦିତ ହୋଇଥାଏ ।
- ମହୁମାଛି ବସାରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ରାଣୀ ମହୁମାଛି ରହିଥାଏ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ମହୁମାଛି ଶ୍ରମିକ ମହୁମାଛି ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି ।
- ମଣିଷଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପକ୍ଷୀଙ୍କ ସ୍ୱାଦଗ୍ରନ୍ଥି ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ କ୍ରିୟାଶୀଳ ଥାଏ । ତେଣୁ କେତେକ ପକ୍ଷୀ ଖାଇଲା ବେଳେ ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବାରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।
- ପୋଲାର ବିଅର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ମାଂସାହାରୀ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଭାଲୁ ଉଭୟ ଶାକାହାରୀ ଏବଂ ମାଂସାହାରୀ ।

କହିପାରିବେ କି ?

୧) 'ଦ ଟେଷ୍ଟ ଅଫ୍ ମାଇ ଲାଇଫ' ପୁସ୍ତକର ରଚୟିତା କିଏ ?
(୨) 'ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ ବ୍ରାଇଟ୍ ଷ୍ଟାର୍' କଉଁ ଦେଶରେ ଆୟୋଜିତ ଏକ ବହୁରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସମରାଭ୍ୟାସ ?
(୩) ବାର୍ଡ ଫ୍ଲୁ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ଏଚ୍ ୫ ଏନ୍ ୧ ଭୂତାଣୁ ସମ୍ପର୍କରେ ସର୍ବପ୍ରଥମେ କେବେ ଜଣାପଡିଲା ?
(୪) ନିକଟରେ ଭାରତର କେଉଁ ରାଜ୍ୟକୁ ଶତପ୍ରତିଶତ କୋଭିଡ୍-୧୯ ଟିକାକରଣ କରାଇଥିବା ପ୍ରଥମ ରାଜ୍ୟ ଭାବେ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି ?
(୫) ସୁରକ୍ଷା ପରିଷଦରେ ମୋଟ୍ କେତେଜଣ ସଦସ୍ୟ ଅଛନ୍ତି ?
(୬) ସ୍ୟାଣ୍ଡେଲ ପିକ୍ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଉଦ୍ୟାନ କେଉଁ କେନ୍ଦ୍ରଶାସିତ ଅଞ୍ଚଳରେ ରହିଛି ?
(୭) ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ରଥର ନାମ କ'ଣ ?
(୮) ଏସିଆ ମହାଦେଶର ସବୁଠୁ ଛୋଟ ଦେଶର ନାମ କ'ଣ ?
(୯) ହିନ୍ଦୀ ଦିବସ କେବେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୧୦) 'ଦିଲ୍ଲୀ ଚଲୋ' ନାରା କିଏ ଦେଇଥିଲେ ?

JUMBLE WORDS

1) GAHUCT	=	6) NUFEDO	=
2) RLETEN	=	7) TRYID	=
3) POTLI	=	8) TOMOT	=
4) KROEP	=	9) GYRBU	=
5) GEMTNA	=	10) PTNUI	=

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. ୧୭୭୦, ୨.ଟୋକୋଫେରୋଇ, ୩. ଆନ୍ଧ୍ର ପ୍ରଦେଶ, ୪. ଜନ୍ ମାଥାଇ, ୫.ଫ୍ରାନ୍ସ, ୬.ଗଜନୀ, ୭. ମିସିସିପି, ୮. ସରସ୍ୱତୀ , ୯. ଅକ୍ଟୋବର ୩୧ , ୧୦. ଫସ୍‌ଫରସ୍ ।

Jumble Words ର ଉତ୍ତର :-

(1) SPRAIN (2) KITTEN (3) MINCE (4) STOMP (5) POLICY (6) LIMBER (7) DWELL (8) MANAGE (9) HVMID (10) PICKY

ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ କର୍ମଯୋଗ

ଗରୁଡ଼ ପୁରାଣ ଅନୁସାରେ ଯମଲୋକରେ 'ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ' ନାମକ ଦେବତା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବର ଭଲ-ମନ୍ଦ, ଶୁଭ- ଅଶୁଭ, ପାପ-ପୁଣ୍ୟ ଆଦି କର୍ମଗୁଡିକର ଲେଖାଯୋଖା ପ୍ରତିକ୍ଷଣ, ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ରଖୁଥାନ୍ତି ଏବଂ ସେହି ଲେଖାଯୋଖା ଓ ବିବରଣ ଆଧାରରେ ଜୀବମାନଙ୍କୁ ଶୁଭ କର୍ମ ପାଇଁ ସ୍ୱର୍ଗ ଓ ଦୁଷ୍କର୍ମ ପାଇଁ ନରକ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଏ ।

ଅସଂଖ୍ୟ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡିକର ଲେଖାଯୋଖା ଦିନରାତି ବିନା ବିଶ୍ରାମରେ କଳ୍ପ କଳ୍ପାନ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରିବା କୌଣସି ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ ନାମକ ଜଣେ ଦେବତାଙ୍କ ପାଇଁ କଠିନ । ଏଣୁ ଏଠାରେ ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ ଅର୍ଥ ଚିତ୍ତ, ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ରହିଛି ।

ଆମର ଚିତ୍ତ ହିଁ ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ, ଯିଏ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ, ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଆମ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଉଥିବା ସମସ୍ତ କର୍ମର ସାକ୍ଷୀ । ଏହି ଚିତ୍ତ ରୂପୀ ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀର ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସବୁ ସମୟରେ ବିନା ବିଶ୍ରାମରେ ଅଙ୍କିତ କରୁଥାଏ । ସମସ୍ତଙ୍କର ଅଲଗା ଅଲଗା ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ ରହିଛି, ଯେତେ ପ୍ରାଣୀ, ସେତେ ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତ ଅଛନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀର ଚିତ୍ତ, ଚିତ୍ରଗୁପ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି । ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଠାରୁ ନିଜର ଅନେକ କର୍ମ ଲୁଚାଇ ରଖି ପାରିବା, କିନ୍ତୁ ନିଜର ଚିତ୍ତ ଠାରୁ ନୁହେଁ, ନିଜର ମନ ଠାରୁ ନୁହେଁ, କାରଣ ଆମର ଚିତ୍ତ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ଆମ ସାଙ୍ଗରେ ରହିଛି ।

ଆମେ ଭଲ ବା ମନ୍ଦ ଯାହା ବି କର୍ମ କରିଥାଉ, ତାହାର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଚିତ୍ରଣ, ଅଙ୍କନ ସ୍ୱାଭାବିକ ରୂପେ ଆମ ଚିତ୍ତରେ ହୋଇଥାଏ, ଆମ ଅନ୍ତଶ୍ଚେତନାରେ ହୋଇଥାଏ । ଯେପରି ସଙ୍ଗୀତଶାଳାରେ ନୃତ୍ୟ ଗୀତ ହେଉଥାଏ, ବାଜା ବାଜୁଥାଏ ତ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ସେହି ସବୁ ଧ୍ୱନିର ଅଙ୍କନ ଗ୍ରାମଫୋନର ରେକର୍ଡରେ ହେଉଥାଏ ଏବଂ ପରେ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ସେହି ରେକର୍ଡକୁ ଗ୍ରାମଫୋନ ମେସିନ ଦ୍ୱାରା ଘୁରାଉ ସେତେବେଳେ ସେହି ରେକର୍ଡରେ ସଂଗୃହୀତ ଧ୍ୱନିଗୁଡିକ ପ୍ରକଟ ହୁଏ, ବାଜିଥାଏ ।

ଯେତେବେଳେ ରେକର୍ଡ ଉପରେ ସୂଚୀର ଆଘାତ ଲାଗିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ସେଥିରେ ଭରିଥିବା ଗୀତ ପ୍ରକଟ ହୋଇଯାଏ । ସେହିପରି ଆମ ଚିତ୍ତରେ, ଆମ ଅନ୍ତଶ୍ଚେତନାରେ ଅଙ୍କିତ ଆମର ସବୁ ପ୍ରକାର କର୍ମର ରେଖା, କର୍ମଗୁଡିକର ସଂସ୍କାର କୌଣସି ଉପଯୁକ୍ତ ଅବସର, ସମୟ, କାଳ ଆଦି ଆଘାତ ଲାଗିଲେ ପ୍ରକଟ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ତାପରେ ସେହି କର୍ମଗୁଡିକର ପ୍ରଭାବ ଭଲ ମନ୍ଦ ପରିଣାମ ରୂପେ, ଫଳ, ରୂପେ, ସୁଖଦ ଓ ଦୁଃଖଦ ସ୍ଥିତି ପରିସ୍ଥିତି ରୂପେ ଆମ ଜୀବନରେ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହେବାରେ ଲାଗେ । ଠିକ୍ ଯେପରି କୌଣସି କୃଷକ ଦ୍ୱାରା ବୁଣାଯାଇଥିବା ବିଜ ଆଜି ତା'ର କ୍ଷେତରେ ଗହମ, ମଟର, ଚଣା, ମକା ଆଦି ଫସଲ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ । ତା' କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଜି ସେହି ଫସଲ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାର ବିଜ ସେ ପୂର୍ବରୁ ବୁଣିଥାଏ ।

କିଛି ବିଜ ତ ଶୀଘ୍ର ଫସଲ ରୂପେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯାଏ । କିନ୍ତୁ କିଛି ବୃକ୍ଷର ବିଜ କିଛି ଅଧିକ ସମୟ ନେଇ ବିଜରୁ ବୃକ୍ଷରେ ପରିଣତ ହୋଇଥାଏ । ଯେପରି ଆମ୍ବ ଟାକୁଆ ଭୂମିରେ ପକାଯାଏ । କିଛି ଦିନ ପରେ ସେହି ଟାକୁଆରୁ ଏକ ଅଙ୍କୁର ବାହାରେ ଏବଂ କିଛି ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଆମ୍ବଗଛ ରୂପେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯାଏ । ସେହି ବୃକ୍ଷ ଫଳ ଦେବା ସ୍ଥିତିକୁ ଆସିଯାଏ । ସେହିପରି ଆମର କେତେକ କର୍ମର ଫଳ ଆମକୁ ତୁରନ୍ତ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ, କିନ୍ତୁ କେତେକ କର୍ମର ଫଳ ଆମକୁ ତୁରନ୍ତ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ, କିନ୍ତୁ କେତେକ କର୍ମର ଫଳ କେତେ ବର୍ଷ ପରେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ କର୍ମଗୁଡିକର ପୁରା ଫଳ ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଜୀବନରେ ଭୋଗିପାରି ନ ଥାଉ ତ ତାହାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୋଗ ସକାଶେ ଆମର ଆତ୍ମା ଏକ ନୂତନ ଶରୀର ଧାରଣ କରିନିଏ, ଯାହାକୁ ଆମେ ପୁନର୍ଜନ୍ମ କହିଥାଉ ।

ଆତ୍ମା ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନୂତନ ଶରୀର ଧାରଣ କରିଥାଏ, ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚିତ୍ତରେ, ଆତ୍ମାରେ ଅଙ୍କିତ ଆମର କର୍ମ ସଂସ୍କାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ସମାପ୍ତ ହୋଇ ନ ଯାଏ, କଟି ନ ଯାଏ । ଚିତ୍ତ କର୍ମ ସଂସ୍କାରରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣତଃ ମୁକ୍ତ ହୋଇଗଲେ ସେହି ଜୀବାତ୍ମାକୁ ମୋକ୍ଷ ବା ମୁକ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସେ ସବୁ ପ୍ରକାର କର୍ମବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ, ଜୀବନ ମୃତ୍ୟୁର ବନ୍ଧନରୁ ମଧ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଏଣୁ କର୍ମର ଫଳ ମିଳିବା ଅବଶ୍ୟମ୍ଭାବୀ । ପ୍ରାୟ ଆମେ ନିଜ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା ଉତ୍ତମ କର୍ମଗୁଡିକର ଫଳ ପାଇବାର ଆଶା ରଖି ବସିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ନିଜ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା ମନ୍ଦ କର୍ମଗୁଡିକର ଫଳରୁ, ପରିଣାମରୁ ବର୍ତ୍ତିବାକୁ ଚାହିଁଥାଉ । ଏପରି କଦାପି ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । କର୍ମଫଳର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଅକାଟ୍ୟ, ଅଟଳ । ଯେତେ କଲେ ଚତୁରତା, ଲିଭିବ ନାହିଁ କର୍ମର ରେଖା । ତାହେଲେ ଆମେ ଏମିତି କ'ଣ କରିବା ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ଦୁଃଖରୁ ବର୍ତ୍ତି ପାରିବା, ମନ୍ଦ କର୍ମଗୁଡିକର ପରିମାଣରୁ ବର୍ତ୍ତି ପାରିବା ?

କର୍ମ କରିବାରେ ହିଁ ତୋର ଅଧିକାର ଅଛି, ତାହାର ଫଳରେ କଦାପି ନୁହେଁ । ତେଣୁକରି ତୁ କର୍ମ ଫଳର ହେତୁ ହୁଅ ନାହିଁ ତଥା କର୍ମ ନ କରିବାରେ ବି ତୋର ଆସକ୍ତି ନ ହେଉ ।

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ବଡ଼ ସୁନ୍ଦର ଢଙ୍ଗରେ ଆମର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ମତରେ ଆମର ଅଧିକାର କେବଳ କର୍ମ କରିବା ଉପରେ ଅଛି, ତାହାର ଫଳ ଉପରେ ନୁହେଁ । ଆମେ କୌଣସି କର୍ମ କରି ତାହାର ଫଳ ପାଇବାରୁ, ପରିଣାମ ପାଇବାରୁ ବର୍ତ୍ତିଯିବା, ଏପରି କଦାପି ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଏଣୁ ଆମ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଛି ଆମେ ସର୍ବଦା ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ କରିବା, ଯଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ଶୁଭ ଫଳ, ସୁଖଦ ଫଳ ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ ଏବଂ ଆମେ ମନ୍ଦ କର୍ମ, ପାପ କର୍ମ କରିବା ନାହିଁ, ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ମନ୍ଦ ଫଳ ଓ ଦୁଃଖଦ ପରିମାଣରୁ ବର୍ତ୍ତି ପାରିବା ।

ସର୍ବପ୍ରଥମେ ସତକର୍ମ, ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯେଉଁ କର୍ମ ଦ୍ୱାରା ନିଜର ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ମଙ୍ଗଳ ହେବ, ହିତ ହେବ, ତାହା ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ ଅଟେ ଏବଂ ଯେଉଁ କର୍ମ ଦ୍ୱାରା ନିଜ ସହିତ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଅହିତ ହେବ, ମନ୍ଦ ହେବ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଦୁଃଖ ଓ ପୀଡ଼ା ହେବ, ସେହି କର୍ମ ହିଁ ପାପ କର୍ମ, ମନ୍ଦ କର୍ମ ଅଟେ । ଯେଉଁ କର୍ମ କଲେ ଆମକୁ ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ହୁଏ, ସେହି କର୍ମ ପାପ କର୍ମ, ମନ୍ଦ କର୍ମ ଅଟେ । ଯେପରି ଚୋରି, ବେଇମାନି, ହତ୍ୟା, ଲୁଣ୍ଠନ, ହିଂସା, ଅପରାଧ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ କଷ୍ଟ ଦେବା, ହଇରାଣ କରିବା, କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇବା ଆଦି । ସେହିପରି ଯେଉଁ କର୍ମ କଲେ ଆମକୁ ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷ ମିଳେ, ଆତ୍ମଗୌରବ ଅନୁଭବ ହୁଏ, ଆମର ଆତ୍ମା ତୃପ୍ତ ଓ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ, ସେହି କର୍ମ ଶୁଭ କର୍ମ, ସତକର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ । ଯେପରି ଦାନ, ପରୋପକାର, ଈଶ୍ୱର ଉପାସନା, ଗୁରୁ ସେବା, ଜନ ସେବା, ସଚ୍ଚୋଟତା, କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପରାୟଣତା ଆଦି ।

ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଲା କେତେ ଥର ଆମେ ମନ୍ଦ କର୍ମ କରିବାକୁ ଚାହିଁ ନ ଥାଉ, ତଥାପି ଆମେ କରିନେଉ । ତାହା ହେଲେ ମନ୍ଦ କର୍ମ କରିବାରୁ ବର୍ତ୍ତିବା କିପରି ? ପ୍ରକୃତରେ ଆମ ଚିତ୍ତରେ ଜନ୍ମ ଜନ୍ମାନ୍ତରରୁ ଯେଉଁ ସଂସ୍କାର ମହଜୁଦ ଅଛି, ତାହାର ପ୍ରଭାବରେ ପଡ଼ି ଆମେ କୌଣସି କର୍ମ କରିବାକୁ ପ୍ରେରିତ ହୋଇଥାଉ । ଏହା କିଛି ସେହିପରି, ଯେପରି ଜଳର ପ୍ରବାହ ବହୁତ ତୀବ୍ର, ନଦୀର ପ୍ରବାହ ବହୁତ ତୀବ୍ର ହୋଇଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ସେହି ପ୍ରବଳ ପ୍ରବାହରେ ବହିଯାଏ । ସେ ଅଟକିବାକୁ ଚାହିଁଲେ ମଧ ନଦୀର ତୀବ୍ର ପ୍ରବାହ ତାକୁ ଅଟକିବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ । ତାକୁ ସେହି ଦିଗରେ ବୁହାଇ ନିଏ ଏବଂ ସେ ବହିଯାଏ ।

ଯଦି ଆମ ଚିତ୍ତରେ ମନ୍ଦ କର୍ମର ସଂସ୍କାର ବହୁତ ପ୍ରବଳ ଥାଏ ତ ସେହି ପ୍ରବଳ ପ୍ରବାହରେ ବ୍ୟକ୍ତି ନ ଚାହିଁଲେ ବି ବହିଯାଏ ଏବଂ ସେ ଇଚ୍ଛା ବା ଅନିଚ୍ଛା ପୂର୍ବକ ମନ୍ଦ କର୍ମରେ ଲିପ୍ତ ରହିଥାଏ । ସେହିପରି ଯଦି ଶୁଭ ବା ପୁଣ୍ୟ କର୍ମର ସଂସ୍କାର ପ୍ରବଳ ଥାଏ ତ ବ୍ୟକ୍ତି ସେହି ପ୍ରବଳ ପ୍ରବାହରେ ବହିଯାଇ ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରେରିତ ହୋଇଥାଏ । ମନ୍ଦ କର୍ମରେ ତା'ର ରୁଚି ନ ଥାଏ, କାରଣ ଚିତ୍ତର ସଂସ୍କାରର ପ୍ରବାହ ହିଁ ପୁଣ୍ୟମୟ, ଧର୍ମମୟ ହୋଇଥାଏ ଯେଉଁ କାରଣରୁ ସେ ସ୍ୱଭାବତଃ ସେହି ଦିଗରେ ବହିଯାଏ । ମହାଭାରତରେ ଦୁର୍ଯ୍ୟୋଧନ ଅନେକ ପ୍ରକାର କୁକର୍ମରେ ଲିପ୍ତ ଥିଲା । ସେ ଭଲ ଭାବରେ ଜାଣିଥିଲା ଯେ ଧର୍ମ କ'ଣ ? ଅଧର୍ମ କ'ଣ ? ପୁଣ୍ୟ କ'ଣ ? ପାପ କ'ଣ ? କିନ୍ତୁ ତା'ର ସମସ୍ୟା ଥିଲା ଯେ ନିଜ ଚିତ୍ତର ମନ୍ଦ ସଂସ୍କାରଗୁଡିକର ପ୍ରବଳ ବେଗରେ ସେ ବହି ଚାଲିଥିଲା ଏବଂ ତଦନୁରୂପ ସେପରି କୁକର୍ମ କରୁଥିଲା ।

ଧର୍ମରେ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମରେ ତା'ର ରୁଚି ନ ଥିଲା ଏବଂ ଅଧର୍ମ ଓ ପାପ କର୍ମ ପ୍ରତି ତା'ର ଅରୁଚି ହୋଇ ପାରିଲା ନାହିଁ, ସେଥିରୁ ନିବୃତ୍ତି ହେଲା ନାହିଁ । ଶୁଭ ସଂସ୍କାରର ପ୍ରବାହରେ ପ୍ରବାହିତ ହେବା ତ ଉତ୍ତମ, ଏହାର ପରିଣାମ ସୁଖଦ, କିନ୍ତୁ ମନ୍ଦ କର୍ମ ସଂସ୍କାରର ପ୍ରବାହରେ ପ୍ରବାହିତ ହେବା ଦୁଃଖଦ ପରିଣାମ ପ୍ରଦାନକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି ଯେ ମନ୍ଦ କର୍ମ ସଂସ୍କାରର ପ୍ରବାହରୁ ବର୍ତ୍ତିବାର କୌଣସି ମାର୍ଗ କ'ଣ ନାହିଁ ? କୌଣସି ଉପାୟ ନାହିଁ ? ଅବଶ୍ୟ ଉପାୟ ଅଛି, ଯାହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ଆମେ ସେହି ପ୍ରବାହରୁ ବାହାରି ଆସି ପାରିବା । ଅରୁଚି ହେଲେ ମଧ ଆମେ ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରୁଥିବା ଦରକାର । ରୋଗୀକୁ କଟୁ ଔଷଧ ରୁଚିକର ଲାଗେ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ରୋଗମୁକ୍ତ ହେବା ପାଇଁ ଅରୁଚିପୂର୍ବକ ସେହି କଟୁ ଔଷଧ ମଧ ତାକୁ ନେବାକୁ ପଡିଥାଏ ।

ରୋଗୀକୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଭୋଜନ ବି ଅରୁଚିକର ଲାଗେ, କିନ୍ତୁ ରୋଗମୁକ୍ତ ହେବା ମାତ୍ରେ ସେହି ଭୋଜନ ତାକୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଲାଗେ । ସେହିପରି ସ୍ୱଭାବତଃ ଅରୁଚି ହେଲେ ମଧ ଯଦି ଆମେ ଦାନ, ପରୋପକାର, ପରସେବା, ପରହିତ, ଧ୍ୟାନ, ଈଶ୍ୱର ଉପାସନା, ଗୁରୁସେବା, କର୍ତ୍ତବ୍ୟପାଳନ ଆଦି କରୁଥିବା ତ ଧୀରେ ଧୀରେ ଆମ ଚିତ୍ତର ମନ୍ଦ ସଂସ୍କାର ଧୋଇ ହୋଇଯିବ, ସମାପ୍ତ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ଧୀରେ ଧୀରେ ସେହି ଶୁଭ କର୍ମଗୁଡିକରେ ଆମେ ସ୍ୱଭାବତଃ ରୁଚି ଦେଖାଇବା ।

ଏଠାରେ ଶୁଭ କର୍ମରେ ରୁଚି ଦେଖାଇବା ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନୁହେଁ । ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ କରି ମଧ ଆମେ ଏହି ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ ଆମେ ଫଳର ଚିନ୍ତା ନ କରି ଶୁଭ କର୍ମ, ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ କରି ଚାଲିବା । ଆମ ଠାରେ କର୍ତ୍ତାପଣର ଭାବ ନ ଆସିବା ଦରକାର । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ନିଜର ସମସ୍ତ ଶକ୍ତି ସେହି ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ, ଶୁଭ କର୍ମ, କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମରେ ନିରତ କରି ପାରିବା ।

ଆମର ଶକ୍ତି ଆମ ପୁଣ୍ୟ କର୍ମଗୁଡିକରୁ ମିଳୁଥିବା ମଧୁର ଫଳର ଆଶା ଓ ଚିନ୍ତାରେ ସମାପ୍ତ ହୋଇଯିବାରୁ ବଞ୍ଚିଯିବ । ଫଳରେ ଆମକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମରେ ସଫଳତା ତ ମିଳିବ, କିନ୍ତୁ ତା ସହିତ ଆମେ ପୁଣ୍ୟ କର୍ମର ଫଳ ପ୍ରତି ହେଉଥିବା ଆସକ୍ତିରୁ ବର୍ତ୍ତି ପାରିବା, କାରଣ ପୁଣ୍ୟ କର୍ମର ଫଳ ପ୍ରତି ହେଉଥିବା ଆସକ୍ତି ବି ଏକ ପ୍ରକାର ବନ୍ଧନ, ଯାହା ଆମର ମୁକ୍ତି, ମୋକ୍ଷ ଓ ପରମ ଆନନ୍ଦରେ ବାଧକ ଅଟେ ।

ଏଣୁ ଆମେ ମନ୍ଦ କର୍ମରୁ ବର୍ତ୍ତିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଉତ୍ତମ କର୍ମରୁ ମିଳୁଥିବା ଫଳ ପ୍ରତି ହେଉଥିବା ଆସକ୍ତିରୁ ବି ରକ୍ଷା ପାଇବା ଉଚିତ, କାରଣ ବନ୍ଧନ ଯାହା ହେଲେ ବି ବନ୍ଧନ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ଯଦି ଲୁହାର ଶିକୁଳିରେ ବନ୍ଧା, ତ ଏହା ବନ୍ଧନ ଓ ଦୁଃଖଦାୟୀ ମଧ ଏବଂ ଯଦିଆମେ ସୁନାର ଶିକୁଳିରେ ବନ୍ଧା, ତେବେ ବି ତାହା ବନ୍ଧନ, କାରଣ ଏହା ମଧ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନନ୍ଦ, ପରମ ଆନନ୍ଦ, ମୋକ୍ଷ, ମୁକ୍ତି ଆଦିରେ ବାଧକ ଏବଂ ଦୁଃଖଦାୟୀ ହୋଇଥାଏ ।

ପୁଣ୍ୟ କର୍ମ, ଶୁଭ କର୍ମରୁ ମିଳୁଥିବା ଫଳର ଚିନ୍ତା ଓ ସେଥିପ୍ରତି ଆସକ୍ତି ହିଁ ସୁନାର ଶିକୁଳି । ଆମେ ଏହି ଶିକୁଳିକୁ ମଧ ନିଷ୍କାମ କର୍ମଦ୍ୱାରା ଭାଙ୍ଗିଦେବା, ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନନ୍ଦ, ପରମ ଆନନ୍ଦ, ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି କରି ପାରିବା । ସୁଖ-ଦୁଃଖ, ଜୟ ପରାଜୟ, ଲାଭ-କ୍ଷତି, ମାନ- ଅପମାନ ଆଦି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ପାରିବା, ତାହାକୁ ପାର କରି ପାରିବା ଏବଂ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ଆନନ୍ଦିତ ରହି ପାରିବା । ଜୀବନ ଅଛି ତ ଆମକୁ ଲାଭ-କ୍ଷତି, ଜୟ-ପରାଜୟ, ମାନ-ଅପମାନ, ସୁଖ-ଦୁଃଖ ଆଦି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡିବ । ତେଣୁକରି ଆମେ କୌଣସି କର୍ମକୁ ନିଷ୍କାମ ଭାବରେ କରିବା ଉଚିତ, ଯଦ୍ୱାରା ଆମେ କର୍ମର ପରିଣାମ ଠାରୁ ସଦାସର୍ବଦା ଅପ୍ରଭାବିତ ରହିବା । ଜୟ ପରାଜୟ, ହାନି ଲାଭ, ମାନ ଅପମାନ ଆଦି ଉଭୟ ସ୍ଥିତିରେ ସମଭାବରେ ରହିବା ।

କର୍ମର ପରିଣାମ ଯାହା ବି ହେଉ, ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ଥିତିରେ ସମତ୍ୱ ଓ ଆନନ୍ଦ ସ୍ଥିତିରେ ରହି ପାରିବା । ଏଣୁ ଆମେ ଯାହା ବି କର୍ମ କରିବା ସେହି କର୍ମ ଆମେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପାଇଁ ହିଁ କରୁଛେ, ଏହାକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଚରଣରେ ସମର୍ପଣ କରୁଛେ ମାନି କରିବା । ଆମ ପାଇଁ ଆମର କର୍ମ ହିଁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପୂଜା ଓ ବାସ୍ତବରେ ଏହା ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ଏବଂ ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ହିଁ କର୍ମଯୋଗ ଅର୍ଥାତ୍ ନିଜର କର୍ମ ଦ୍ୱାରା ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ଏକରୂପ ହେବା, ଏକାକାର ହେବା । ଜୀବାତ୍ମା ପରମାତ୍ମାରେ ବିଲୟ ହେବା, ବିନ୍ଦୁର ସିନ୍ଧୁରେ ବିଲୟ ହେବା, ବିସର୍ଜନ ହେବା ଉଚିତ ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ୭୫ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପୋଲିସ ଓ ଲାୟନ୍ସ କ୍ଲବର ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ରିଜର୍ଭ ପୋଲିସ ପରିସରରେ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ଏହି ଶିବିରକୁ ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ବିକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ ଉଦଘାଟନ କରି ରକ୍ତଦାନର ଉପକାରିତା ଓ ଆବଶ୍ୟକତା ବିଷୟରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ଏହାପରେ ଜିଲ୍ଲା ପୋଲିସ କର୍ମଚାରୀମାନେ ରକ୍ତଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଶିବିରରେ ମୋଟ ୭୫ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହିତ ହୋଇ ଜିଲ୍ଲା ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାରକୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲାରେ ରକ୍ତାଭାବକୁ ଦୂର କରିବା ସହ ଲୋକଙ୍କୁ ରକ୍ତଦାନ କରିବା ପାଇଁ ସଚେତନତା କରିବାକୁ ଏହି ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରର ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଛି ବୋଲି ଜିଲ୍ଲା ପୋଲିସ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ବିକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧୀକ୍ଷକ, ବ୍ରଜରାଜନଗର ଏସଡିପିଓ ଦିଲ୍ଲିପ ଦାସ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଏସଡିପିଓ ନିର୍ମଳ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ସହ ସମସ୍ତ ଥାନାର ଥାନା ଅଧିକାରୀ ତଥା ପୋଲିସ କର୍ମଚାରୀ, ଲାୟନ୍ସ କ୍ଲବର ସଭାପତି, ସଦସ୍ୟ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ, ଆଇନଜୀବୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିବାବେଳେ ଜିଲ୍ଲା ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାର କର୍ମଚାରୀ ମାନେ ରକ୍ତ ସଂଗୃହ କରିଥିଲେ ।

ଗୋହତ୍ୟା ବନ୍ଦ ଦାବିରେ ୧୨ ଘଣ୍ଟିଆ ଅନଶନ

ସମ୍ବଲପୁର : ଗୋହତ୍ୟା ବନ୍ଦ ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ଦାବି ନେଇ ଗୋଲବଜାର ଛକରେ ହନୁମାନ ଜୟନ୍ତୀ ସମନ୍ୱୟ ସମିତି ପକ୍ଷରୁ ୧୨ ଘଣ୍ଟିଆ ଅନଶନ କରାଯାଇଥିଲା । ହନୁମାନ ଜୟନ୍ତୀ ସମନ୍ୱୟ ସମିତି ପକ୍ଷରୁ ଗୋଲବଜାର ଛକରେ ସକାଳ ୮ ଟାରୁ ରାତି ୮ ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଅନଶନ କରାଯାଇଥିଲା । ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଗୋହତ୍ୟା ବନ୍ଦ, ବେଆଇନ କଂସେଇଖାନା ଭାଙ୍ଗିବା, ଗୋରୁଚାଲାଣ ବନ୍ଦ, ସମ୍ବଲପୁରରେ ଶୀଘ୍ର କମିସନରେଟ ପୁଲିସ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଲାଗୁ କରିବା, ୨ ହଜାର ଗୋରୁ ରହିବା ସୁବିଧା ବିଶିଷ୍ଟ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଗୋଶାଳା ନିର୍ମାଣ, ଗୋଭକ୍ତମାନଙ୍କ ବିରୋଧରେ ରୁଜୁ ମିଥ୍ୟା ମାମଲା ପ୍ରତ୍ୟାହାର କରିବା ଦାବିରେ ଅନଶନ କରାଯାଇଥିଲା । ଆନ୍ଦୋଳନକୁ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ୭୫ ଟି ଧାର୍ମିକ, ସାମାଜିକ, ସାଂସ୍କୃତିକ ସଂଗଠନ ସମର୍ଥନ ଜଣାଇ ଅନଶନରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ହନୁମାନ ଜୟନ୍ତୀ ସମନ୍ୱୟ ସମିତିର ଉପଦେଷ୍ଟା ପ୍ରଦୀପ ବହିଦାର, ସତ୍ୟନାରାୟଣ ପଣ୍ଡା, କାର୍ତ୍ତିକ ବହିଦାର, ରାମଚନ୍ଦ୍ର ମେହେର, ସଭାପତି ଗିରିଶ ପଟେଲ, ଶିବକୁମାର ଅଗ୍ରୱାଲ, ଭିଏଚପିର ପ୍ରାନ୍ତ ସଂଗଠନ ସଂପାଦକ ଶରତ ପ୍ରଧାନ, ଦିଲ୍ଲୀପ ମେହେର ପ୍ରମୁଖ ଆସନ୍ତା ୧୫ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଦାବିପୂରଣ କରାନଗଲେ, ଆଗାମୀ ଦିନରେ ସମ୍ବଲପୁର ବନ୍ଦ ଡାକରା ଦିଆଯିବ ବୋଲି ଚେତାବନୀ ଦେଇଥିଲେ । ପ୍ରତିବାଦ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ହନୁମାନ ଜୟନ୍ତୀ ସମନ୍ୱୟ ସମିତି ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ସୁଧୀର ରଂଜନ ବହିଦାର ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ରାଜୀବ ଶତପଥୀ, ପଣ୍ଡିତ ଅମରନାଥ ମିଶ୍ର, ରାମକୃଷ୍ଣ ନାୟକ, ବିଷ୍ଣୁ ପାତ୍ର, ସୀମନ୍ତ, ସ୍ୱାମୀ ଗଣନାଥ ନୈଷ୍ଟିକ୍, ସ୍ୱାମୀ ରୀତାନନ୍ଦଜୀ ମହାରାଜ, ଦାମୋଦର କର ପ୍ରମୁଖ ଅନଶନକାରୀଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ । ଟୁକ ମହାନ୍ତି, ରାଜ ବରାଳ, ସରୋଜ ଘଡେଇ, ଶିବ ଦିୱାନ ପ୍ରମୁଖ ଆୟୋଜନରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

ବୁର୍ଲା : ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସେବା ଯୋଜନା ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ସ୍ନାତକୋତ୍ତର ଶାଖା ପକ୍ଷରୁ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପିଜି କାଉନସିଲର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ସଂଜତ କୁମାର ସାହୁ ଶିବିରକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିବା ବେଳେ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଦ୍ୟୋଗୀକ ସଂସ୍ଥାନର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ବସନ୍ତ କୁମାର ମହାନ୍ତି ପତ୍ନୀଙ୍କ ସହ ରକ୍ତଦାନ କରି ଶିବିର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଶିବିରରେ ୩୬ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ଏନଏସଏସ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ ଅଫିସର ଡକ୍ଟର ଈଶ୍ୱର ବୈଠାରୁ ଏହି ଶିବିର ଆୟୋଜନ କରିଥିବା ବେଳେ ଜାତୀୟ ସେବା ଯୋଜନାର ସମ୍ପାଦକ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ଏନଏସଏସ ପୋଗ୍ରାମ ଅଫିସର ଲିପିକା ମିର୍ଦ୍ଧା, ଡକ୍ଟର ସୁରେଶ ମୁର୍ମୁ, ଡକ୍ଟର ଗୋପୀନାଥ ବାଗ, ଡକ୍ଟର ଅନୁରାଧା ସାମଲ, ଆଶିଷ କୁମାର ସାହୁ, ଜ୍ୟୋତି ପ୍ରକାଶ, ଅମରେନ୍ଦ୍ର ଓ ଅଂଶୁମାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ଜୀବନବିନ୍ଦୁରୁ ୯୦ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ

ସୋନପୁର : ସୋନପୁର ଓଡ଼ିଶା ମୋ ପରିବାର ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ଓ ଜିଲ୍ଲା ଭାରତ ସ୍କାଉଟଗାଇଡ଼ସ ଆୟୋଜନରେ ସୋନପୁର ମହାରାଜା ହାଇସ୍କୁଲ ଠାରେ ଜୀବନ ବିନ୍ଦୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ରକ୍ତ ଦାନ ଶିବିରକୁ ପରିବହନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପଦ୍ମନାଭ ବେହେରା ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ ।ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଆବୋଲି ସୁନୀଲ ନରୱଣେ, ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷାଧିକାରୀ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଭୋଇ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷାଧିକାରୀ ରମାକାନ୍ତ ଗଡ଼ତିଆ, ଜିଲ୍ଲା ବିଜ୍ଞାନ ନିରୀକ୍ଷକ ହିମାଂଶୁ କର, ଜିଲ୍ଲା ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷକ ଦୁର୍ଯ୍ୟୋଧନ ରାଉତ, ବୀରମହାରାଜପୁର ବ୍ଲକ ପୂର୍ବତନ ଅଧକ୍ଷ ରଂଜିତ ରଥ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଓଡ଼ିଶା ମୋ ପରିବାର ରକ୍ତ ଦାନ ଆୟୋଜନର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ସଭାକୁ ଶ୍ରୀ ରାଉତ ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ବାଙ୍ଗୀପାଳ ହାଇସ୍କୁଲ ପିଇଟି ସଂଜୀବ ବାବୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଶିବିରରେ ୯୦ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲାର ସମସ୍ତ ବ୍ଲକର ବିଭିନ୍ନ ହାଇସ୍କୁଲରୁ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ଜିଲ୍ଲା ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାରର ଡାକ୍ତର ନରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମେହେର, ଟେକନିସିଆନ ସୁଭାଷ ପଣ୍ଡା, ଜଗତ ଦରୁୱାନ, ଜିତୁ ଭୋଇ, ଟଙ୍କଧର କଅଁର ଶିବିରକୁ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ବିଧାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ ଓ ଲୋକାର୍ପଣ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଲଖନପୁର ବ୍ଲକ ଜୋନ-୧ର ବିଭିନ୍ନ ପଞ୍ଚାୟତରେ ବିଧାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତି ବିଭିନ୍ନ ବିକାଶ ମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟର ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କରିବା ସହ ଲୋକାର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ପ୍ରଥମେ ୧୯ ଖଣ୍ଡ ମୌଜାର ବନ୍ୟା ପ୍ରଭାବିତ ସମସ୍ତ ଗାଁକୁ ଯାଇ ସ୍ଥିତି, ଅବସ୍ଥିତି ଓ ସମାସ୍ୟା ସମ୍ପର୍କରେ ସେଠାକାର ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ବିଧାୟକ ପାଣ୍ଠିରୁ ନିର୍ମିତ ମୁହୁଦି ଶିବ ମନ୍ଦିର ପାଚେରୀ ଓ କଣ୍ଡେଇକେଲା ମାଉସୀ ମନ୍ଦିର, ଡବ୍ଲୁଓଡିସି ପାଣ୍ଠିରୁ ନିର୍ମିତ ସେମେଲିଆ କମ୍ୟୁନିଟି ସେଣ୍ଟର, ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ ଅର୍ଥ କମିଶନ ପକ୍ଷରୁ ଭିକମପାଲି ପଞ୍ଚାୟତ ଠାରେ ନିର୍ମିତ ଅମୃତଧାରାକୁ ଲୋକାର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ନିର୍ମାଣ ହେବାକୁ ଥିବା ଡବ୍ଲ୍ୟୁଓଡିସି ପାଣ୍ଠିରୁ ମହାସିଂ, ପଞ୍ଚଗାଁ ଓ ଭିକମପାଲି ବସଷ୍ଟାଣ୍ଡ ଠାରେ ଗୋଷ୍ଠୀ ଶୌଚାଳୟ, ବିଧାୟକ ପାଣ୍ଠିରୁ କୁଶୁମେଲ ଠାରେ କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପ, ଆମ ଗ୍ରାମବିକାଶ ପାଣ୍ଠିରୁ ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀକେନ୍ଦ୍ର ଅତାବିରା, ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ସିଏସ୍‌ଆର ପାଣ୍ଠିରୁ ଆଞ୍ଚଳିକ ତାଲିମ କେନ୍ଦ୍ର ଅତାବିରାର ଭିତ୍ତି ପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ଭିକମପାଲି ପଞ୍ଚାୟତର ୧୧ଟି ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀଙ୍କୁ ବଳରାମ ଯୋଜନାରେ ୫ ଲକ୍ଷ ୪୦ ହଜାର ଟଙ୍କାର ସୁଧ ବିହୀନ ଋଣ ପ୍ରଦାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

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

ପ୍ରମୋଦ ଭଗତଙ୍କୁ ଜନ୍ମଭୂମି ଓ କର୍ମଭୂମିରେ ବିପୁଳ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା

ସମ୍ବଲପୁର : ଟୋକିଓ ପାରା ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ୨୦୨୦ ର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣପଦକ ବିଜେତା ପ୍ରମୋଦ ଭଗତଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ଜନ୍ମସ୍ଥାନ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଅତାବିରା, ବରଗଡ଼ ଓ କର୍ମଭୂମି ସମ୍ବଲପୁରରେ ତାଙ୍କର ସଫଳତା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ଉଚ୍ଛ୍ୱସିତ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଜ୍ଞାପନ କରାଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଭିଏସଏସ ଷ୍ଟାଡିୟମ ସ୍ଥିତ ଇନଡୋର ହଲରେ ସମ୍ବଲପୁର ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନ ଆସୋସିଏସନ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଉତ୍ସବରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶୁଭମ ସକସେନା ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଓ ସମ୍ବଲପୁର ଏସ୍ ପି ବି. ଗଙ୍ଗାଧର, କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଘ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଦୁଲାଲ ଚନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସମ୍ବଲପୁର ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନ ଆସୋସିଏସନର ସଭାପତି ସଲିମ୍ ନିଜାମ ଖାନ୍ ଓ ସମ୍ପାଦକ ପ୍ରଣବ ପଟ୍ଟନାୟକ ମଞ୍ଚାସୀନ ଥିଲେ । ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଭାରତ

ଗୌରବ ଦାଶ ଓ ପିଙ୍କି ଶର୍ମା ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ସକାଳେ ମା' ସମଲେଶ୍ୱରୀଙ୍କ ମନ୍ଦିର ନିକଟରୁ ପ୍ରଣବ ଶତ୍ରୁଶଲ୍ୟ, ମହମ୍ମଦ ସାଦିକ, ରାଜିନ୍ଦର ସିଂ ଡିଙ୍ଗ୍ରାଙ୍କ ପରିଚାଳନାରେ ପ୍ରମୋଦଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ ବାଇକ୍ ରାଲି ବାହାରିଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ କିଡିଜ୍ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ସମେତ ସମ୍ବଲପୁର ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଓ କ୍ଲବ ପକ୍ଷରୁ ମଧ ପ୍ରମୋଦଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଜ୍ଞାପନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଟକିଜ୍ ଛକ ଠାରେ ସମ୍ବଲପୁର ପୁଲିସ ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ମଧ ପ୍ରମୋଦଙ୍କୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁର ଏସ୍.ପି ଗଙ୍ଗାଧର ଉପଢ୍ୌକନ ଓ ପୁଷ୍ପଗୁଚ୍ଛ ଦେଇ ପ୍ରମୋଦଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରିଥିଲେ । ଏହି ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଉତ୍ସବକୁ ଅତିରିକ୍ତ ଏସ୍.ପି ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଅତିରିକ୍ତ ଏସ୍.ପି ତପନ ମହାନ୍ତି, ସଦର ଏସଡିପିଓ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁଙ୍କ ସମେତ ପୁଲିସ ଅଧିକାରୀ ଓ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ସେହିପରି ଡାଲମିଆ ବ୍ୟାଡ଼ମିଣ୍ଟନ ଏକାଡେମି ଓ ମାରୱାଡି ଯୁବମଞ୍ଚ କ୍ଷେତରାଜପୁର ଶାଖା ପକ୍ଷରୁ ମଧ ଆୟୋଜିତ ଏକ ଉତ୍ସବରେ ଶ୍ରୀ ଭଗତଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଦିଆଯାଇଥିଲା । ମାଧବ ଡାଲମିଆଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଏକ ଉତ୍ସବରେ ଉତ୍କଳ ପ୍ରାଦେଶିକ ମାରୱାଡି ସମ୍ମିଳନୀର ସଭାପତି ଗୋବିନ୍ଦ ଅଗ୍ରୱାଲ, ପରାଗ ଅଗ୍ରୱାଲ, ରାକେଶ ବେରିୱାଲ, ରେଳ ବିଭାଗର ମୁଖ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରୀ ଅମରଜିତ ସିଂ ଓବେରାଇ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ବରଗଡ଼ରେ ଭୀମଭୋଇ ପାଠାଗାର ଉଦଘାଟିତ

ବରଗଡ଼: ବରଗଡ଼ର ଏକ ନମ୍ବର ୱାର୍ଡ ସ୍ଥିତ ଟାଙ୍ଗରପଡ଼ା ମହିମା ଆଶ୍ରମ ପରିସରରେ ଭୀମଭୋଇ ପାଠାଗାରର ନୂତନ କୋଠା ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦର ପୂର୍ବତନ ଅଧକ୍ଷ ତଥା ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦଘାଟିତ ହୋଇଯାଇଛି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦ ଅନୁଦାନ ପାଣ୍ଠିରୁ ୨୮ ଲକ୍ଷ ୫୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟ ଅଟକଳରେ ଏହି କୋଠା ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି । ବରଗଡ଼ ବିଧାୟକ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ଯୋଜନା ବୋର୍ଡ ଅଧକ୍ଷ ଦେବେଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦେବତା, ପୂର୍ବତନ ନଗରପାଳ ପ୍ରଶାନ୍ତ ବେହେରା, ପୂର୍ବତନ କାଉନସିଲ ବ୍ରହ୍ମା ମହାକୁଡ଼ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଆଶ୍ରମର ସଂସ୍ଥାପକ ବ୍ରହ୍ମବଧୂର ବୈଷ୍ଣବ ଚରଣ ବାବା ତଥା ସଂରକ୍ଷକ ବୀରେନ୍ଦ୍ର ବାବା ବ୍ରହ୍ମାବଧୂତ ଚିତ୍ତରଞ୍ଜନଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବିରଞ୍ଚ ବାବା ଅଧକ୍ଷତା କରିଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବହୁ ସାଧୁ ସନ୍ଥ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଆଇନଜୀବୀ ମହେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ଜୁହାର୍ ପରିବାରର ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟ୍‌ଘାଟ୍

ସମ୍ବଲପୁର : ଜୁହାର ପରିବାର ସମ୍ବଲପୁର ତରଫରୁ ନୂଆଁଖାଇ ଭେଟଘାଟ ୨୦୨୧ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିରେ ବରଗଡ଼ ସାଂସଦ ସୁରେଶ ପୂଜାରୀ, ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଏନ୍.ନାଗାରାଜୁ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣପଦକ ବିଜେତା ପାରା-ଅଲିମ୍ପିଆନ୍ ପ୍ରମୋଦ ଭଗତଙ୍କୁ ନାଗରିକ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ସହରର ବହୁ ସଂଗଠନ ଓ ଅନୁଷ୍ଠାନର ପ୍ରତିନିଧି ଉପସ୍ଥିତ ରହି ପ୍ରମୋଦଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ସଂଯୋଜକ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଦାଶ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ଜୁହାର୍ ପରିବାରର ବିଶ୍ୱଜିତ୍ ପ୍ରଧାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଜ୍ଞାପନ କରିଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ସତ୍ୟ ନାରାୟଣ ଠାକୁର, ଡକ୍ଟର ପ୍ରୟାସ ଡନସେନା, ଅରବିନ୍ଦ ନାୟକ, ତର୍ପଣ ପ୍ରଧାନ, ଭାରତ ଗୌରବ ଦାଶ ପ୍ରମୁଖ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଅନୁଷ୍ଠାନ 'ସମ୍ବଲ', 'ମେହେର ଏସୋସିଏସନ' ସମେତ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା ।

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