ସାପ୍ତାହିକ
ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/14/2019-2021
The Sweekar ସ୍ୱୀକାର
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ସ୍ୱ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.25 | Issue - 22 | 27 June - 03 July 2021 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ତୈଳ ଦରକୁ ନେଇ ୟୁପିଏ ସରକାର କରିଥିବା ରାଜନୀତିର ପରିଣାମ ଏବେ ଭୋଗିବାକୁ ପଡୁଛି

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ଦେଶର ଅନେକ ସ୍ଥାନରେ ଲିଟର ପିଛା ପେଟ୍ରୋଲ ୧୦୦ ଟଙ୍କା ଅତିକ୍ରମ କରିଛି । ଏହା ପ୍ରଭାବରେ ମୁଦ୍ରାସ୍ଫୀତି ଉପର ମୁହାଁ ହୋଇଛି । ସାଧାରଣ ଗ୍ରାହକ ଏହାର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି । ଉଚ୍ଚ ଇନ୍ଧନ ଦର ସେମାନଙ୍କ ପକେଟକୁ ବାଧୁଛି । ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ପୂର୍ବ ୟୁପିଏ ସରକାର ତୈଳ ଦରକୁ ନେଇ ଯେଉଁ ରାଜନୀତି କରୁଥିଲେ, ତାହାର ପରିଣାମ ଏବେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କୁ ବହନ କରିବାକୁ ପଡୁଛି । ଅତୀତରେ ଯେତେବେଳେ ଅଶୋଧିତ ତୈଳ ମହଙ୍ଗା ହେଉଥିଲା, ଏହାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାର ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କୁ ଦିଆଯାଇ ନ ଥିଲା । ସବସିଡି ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିଲା । ଏହି ସବସିଡି ରାଶି ବଦଳରେ ତୈଳ କମ୍ପାନିଗୁଡିକୁ ତୈଳ ବଣ୍ଡ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ବଣ୍ଡଗୁଡିକର ପରିପକ୍ୱତା ଅବଧି ୧୦ ରୁ ୨୦ ବର୍ଷ ଥିଲା । ଏହି ବଣ୍ଡଗୁଡିକର ଅବଧି ଏବେ ସରି ଆସୁଥିବା ବେଳେ ଏହାର ଦେୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ଦେବାକୁ ପଡୁଛି ।

ପୂର୍ବ ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଜାରି ହୋଇଥିବା ୧.୩୧ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କାର ତୈଳ ବଣ୍ଡକୁ ଚଳିତ ବର୍ଷ ଅକ୍ଟୋବରରୁ ୨୦୨୬ ମାର୍ଚ୍ଚ ମଧ୍ୟରେ ବର୍ତ୍ତମାନର ତଥା ଆଗାମୀ ସରକାରଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ପଡିବ । ଏହି ବଣ୍ଡ ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ ୨୦,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ସୁଧ ଗଣିବାକୁ ପଡିବ । ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ, ଚଳିତ ବର୍ଷ ଅକ୍ଟୋବର ଏବଂ ନଭେମ୍ବରରେ ୫୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ଲେଖାଏଁ ମୂଲ୍ୟର ବଣ୍ଡ ଦେବାର ଭାର ବହନ କରିବାକୁ ପଡିବ । ଏକ ଦଶନ୍ଧି ପୂର୍ବରୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଦେଇଥିବା ଏହି ମୂଲ୍ୟର ଦୁଇଟି ବଣ୍ଡକୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ୨୦,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ମୂଳ ଏବଂ ସୁଧ ଭାବରେ ଦେବାକୁ ପଡିବ । ଏହା ପରେ ସରକାରଙ୍କୁ ୨୦୨୩ ରେ ୨୨,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ଏବଂ ୨୦୨୪ ରେ ୪୦,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କାର ବଣ୍ଡ ଦେବାକୁ ପଡିବ । ୨୦୨୬ ରେ ମଧ ୩୭,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ମୂଲ୍ୟର ବଣ୍ଡ ପରିଶୋଧ ଭାର ବହନ କରିବାକୁ ପଡିବ । ୨୦୦୯ ଏବଂ ୨୦୧୪ ରେ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ତତ୍କାଳୀନ ୟୁପିଏ ସରକାର ପେଟ୍ରୋଲର ଖୁଚୁରା ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ବନ୍ଦ କରି ଦେଇଥିଲେ । ପରେ ଏକ ସମୟରେ ଅଶୋଧିତ ତୈଳ ଦର ବ୍ୟାରେଲ ପିଛା ୧୪୫ ଡଲାରରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ମାତ୍ର ଏହାର ସମଗ୍ର ଭାର ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କୁ ଦିଆଗଲା ନାହିଁ ଏବଂ କ୍ଷତିପୂରଣ ପାଇଁ କମ୍ପାନିଗୁଡିକୁ ବଣ୍ଡ ଦିଆଗଲା । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ ପରେ ସୁଧ ସହିତ ମୂଳ ରାଶି ପରିଶୋଧ କରିବାକୁ ତତ୍କାଳୀନ ସରକାର ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଥିଲେ । କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଜାରି କରାଯାଇଥିବା ଏହି ତୈଳ ବଣ୍ଡ ଅନ୍ୟ ବଣ୍ଡ ସହ ସମାନ, ଯେଉଁଥିରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅବଧି ମଧ୍ୟରେ ମୂଳ ରାଶି ସମେତ ସୁଧ ପ୍ରଦାନ କରିବାର ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ରହିଥାଏ । ଅତୀତରେ ତୈଳ କମ୍ପାନିଗୁଡିକ ନିକଟରେ ଦୈନିକ ପେଟ୍ରୋଲିୟମ ଦ୍ରବ୍ୟର ଖୁଚୁରା ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବାର ଅଧିକାର ନ ଥିଲା । ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ବଜାରରେ ଅଶୋଧିତ ତୈଳ ମହଙ୍ଗା ହେଉଥିଲା ସେତେବେଳେ ସରକାରୀ ତୈଳ କମ୍ପାନିଗୁଡିକ ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଠାରୁ ଅନୁମତି ଆଣୁଥିଲେ । ରାଜନୀତି କାରଣରୁ ପେଟ୍ରୋଲ, ଡିଜେଲ, କିରୋସିନ ଏବଂ ରନ୍ଧନ ଗ୍ୟାସର ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ କୌଣସି ସରକାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇପାରୁ ନଥିଲେ । ଏଥିପାଇଁ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ଏବଂ ମିଳିତ ଦଳର ଏକ ବୈଠକ ଡାକିବାକୁ ପଡୁଥିଲା ।

୧୯୯୬-୯୭ ବର୍ଷଠାରୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ତୈଳ କମ୍ପାନିଗୁଡିର କ୍ଷତିପୂରଣ ପାଇଁ ତୈଳ ବଣ୍ଡ ଜାରି କରିବାର ଏକ ସୂତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲେ । ୨୦୦୪-୦୫ ରେ ୟୁପିଏ ସରକାର ଏକ ନୂଆ ଫର୍ମୁଲା ଲାଗୁ କରିଥିଲେ, ଯେଉଁଥିରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ତୈଳ ଦରର କିଛି ବୋଝ ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କ ଉପରେ ପକାଉଥିଲେ ଏବଂ ତୈଳ ବଣ୍ଡ ଆକାରରେ ତୈଳ କମ୍ପାନିଗୁଡିକୁ କିଛି ଭାର ଦିଆଯାଉଥିଲା । ଏବେ ପେଟ୍ରୋଲିୟମ ଦ୍ରବ୍ୟର ମୂଲ୍ୟକୁ ନେଇ ରାଜନୀତି ପୁଣି ଗରମ ହୋଇଛି । ଏହାକୁ ଜିଏସଟି ପରିସରକୁ ଆଣିବାକୁ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ କୌଣସି ସରକାର ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ନ ଥିବାଭଳି ମନେ ହେଉଛନ୍ତି । ତୈଳ ବଣ୍ଡ ଜାରି କରି ତତ୍କାଳୀନ ୟୁପିଏ ସରକାର ସେତେବେଳେ ସାମୟିକ ଭାବେ ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଇଁ ମୂଲ୍ୟ ସ୍ଥିର ରଖିଥିଲେ ସତ କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହାକୁ ସାଧାରଣ ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ନିଜ ପକେଟରୁ ହିଁ ଦେବାକୁ ପଡିବ ।

ଷ୍ଟାଡିୟମର କାର୍ଯ୍ୟ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ପାଇଁ ମନ୍ତ୍ରୀ ନବ ଦାସଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ କ୍ରୀଡ଼ାର ବିକାଶ ଲାଗି ଏକ ବୃହତ ଷ୍ଟାଡିୟମର ପରିକଳ୍ପନା କରାଯାଇଛି ।

ସେହି ଅନୁଯାୟୀ ଗତ ୨୦୧୩-୧୪ ବର୍ଷରୁ ସହର ଉପକଣ୍ଠରେ ବିମାନବନ୍ଦର ପାଖରେ ମାଲିମୁଣ୍ଡାକୁ ଲାଗି ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ସିଏସ୍ଆର୍ ପାଣ୍ଠିରୁ ଏହାର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିଲା । ମାତ୍ର ୭ ବର୍ଷ ବିତିବା ପରେ ବି ଏହାର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ପାରିନାହିଁ । ସ୍ଥାନୀୟ ବିଧାୟକ ତଥା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରୀ ନବ କିଶୋର ଦାସ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା କ୍ରୀଡା ସଂଘ ସଂପାଦକ ତାପସ ରାୟ ଚୌଧୁରୀ ଓ ପୂର୍ତ୍ତ ବିଭାଗର ନିର୍ବାହୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ନାଥଙ୍କ ସହିତ ପରିଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ଏମ୍‌ସିଏଲ୍‌ରୁ ପାଣ୍ଠି ପ୍ରଦାନ ବିଳମ୍ବିତ ହେବା କାରଣରୁ ଏହାର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ ବିଳମ୍ବିତ ହୋଇଥିବା ପୂର୍ତ୍ତ ବିଭାଗର ଯନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ନାଥ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ଏଯାଏ ଷ୍ଟାଡିୟମର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ଶେଷ ହୋଇ ସାରିଛି । ପଡ଼ିଆର ସମତଳକରଣ, ଘାସ ଲଗାଯିବା, ଷ୍ଟାଡିୟମକୁ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ରାସ୍ତାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣକରଣ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟ ବାକି ରହିଛି । ଏହି ଷ୍ଟାଡିୟମର ନିର୍ମାଣ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଲେ ଫୁଟବଲ, ହକି ଆଦି କ୍ରୀଡ଼ାକୁ ନେଇ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାଠାରେ ବଡ଼ ଧରଣର ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ଆୟୋଜନ ସମ୍ଭବ ହେବ । କ୍ରୀଡ଼ାର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଅର୍ଥର ଅଭାବ ରହିବ ନାହିଁ ବୋଲି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବ ଦାସ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହା ସହିତ ଟରଫିନିଙ୍ଗ ଇଡ଼କୋ ମାଧ୍ୟମରେ ଦିଆଯିବ ବୋଲି ଅଧିକାରୀମାନେ ଜଣାଛନ୍ତି ।

ଭିମ୍‌ସାରରେ ସିଧାସଳଖ ଡାକ୍ତର ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଁ ଦାବି

ସମ୍ବଲପୁର ଡ଼େଭଲପମେଣ୍ଟ ଫୋରମର ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବଙ୍କୁ ପତ୍ର

ସମ୍ବଲପୁର: ଭିମସାରରେ ଡାକ୍ତର ନିଯୁକ୍ତି ଅନୁଷ୍ଠାନ ସ୍ତରରେ କରିବାକୁ, ଏହାକୁ ଏକ ସ୍ୱୟଂସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁପରସ୍ପେସାଲିଟି ହସ୍ପିଟାଲ ଭାବେ ବିକଶିତ କରିବା ପାଇଁ ହଜାରେ କୋଟି ଟଙ୍କାର ଅନୁଦାନ ଦେବାକୁ, ନିୟମିତ ଏହାର ଗଭର୍ଣ୍ଣି ବଡି ଓ ପରିଚାଳନା ବୋର୍ଡ ବୈଠକ କରିବାକୁ ସମ୍ବଲପୁର ଡେଭଲପମେଣ୍ଟ ଫୋରମ ଦାବି କରିଛି । ମୁଖ୍ୟ ସଚିବ ସୁରେଶ ମହାପାତ୍ରଙ୍କୁ ଫୋରମ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆ ଯାଇଥିବା ପତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ଯେ ସରକାର ନିକଟରେ ଓଡ଼ିଶା ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଆଇନ ୧୯୮୯ ରେ ସଂଶୋଧନ ଆଣି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଗୁଡିକର ଶିକ୍ଷକ ନିଯୁକ୍ତି ଓପିଏସସି ଜରିଆରେ କରିବାକୁ ସ୍ଥିର କରିଛନ୍ତି । ଭିମସାରର ଡାକ୍ତର ନିଯୁକ୍ତି ମଧ ଓପିଏସସି ଜରିଆରେ କରିବାକୁ ନିକଟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ପରିଚାଳନା ବୋର୍ଡ ବୈଠକରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା ଯାହାକୁ ୪ ଜଣ ସଦସ୍ୟ ବିରୋଧ କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଭିମସାରର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଆକ୍ଟ ଓ ଷ୍ଟାଚ୍ୟୁଟ୍ ରହିଛି । ଓଡ଼ିଶାରେ ଥିବା ଏମ୍ସ ଆଇଓପି, ନାଇଜର ଭଳି ରାଜ୍ୟ ବା କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ଅନୁଷ୍ଠାନ ନିଜେ ନିଜର ନିଯୁକ୍ତି କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଭିମସାର ମଧ ନିଜେ ନିଜର ଶିକ୍ଷକ ଡାକ୍ତର ନିଯୁକ୍ତି କରି ପାରିବ । ଭିମସାରର ଡାକ୍ତର ମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ଦରମା ବ୍ୟତୀତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭତ୍ତା ମଧ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଉଛି । ଏହା ଭଲ ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରିବ । ସମଗ୍ର ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ କୌଣସି ସୁପରସ୍ପେସାଲିଟି ହସ୍ପିଟାଲ ନ ଥିବାରୁ ଏହି ଅଞ୍ଚଳବାସୀ ଭିମସାର କିମ୍ବା ଶହ ଶହ କିଲୋମିଟର ଦୂରରେ ଥିବା କର୍ପୋରେଟ୍ ଡାକ୍ତରଖାନା ଗୁଡିକ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ । ତେଣୁ ଭିମସାରକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାୟତ୍ତତା ପ୍ରଦାନ କରି ଡାକ୍ତର ନିଯୁକ୍ତି ସହ ସମସ୍ତ କ୍ଷମତା ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଫୋରମ୍ ପକ୍ଷରୁ ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଛି । ଭିମସାରରେ ଥିବା ପୁରୁଣା ସୁପରସ୍ପେସାଲିଟି ବିଭାଗ ଯଥା କାର୍ଡିଓଲଜି, ନେଫ୍ରୋଲଜି, ୟୁରୋଲଜି, ନ୍ୟୁରୋଲଜି, ନ୍ୟୁରୋ ସର୍ଜରି ଆଦିକୁ ବିକଶିତ କରିବା ସହ ଏଣ୍ଡୋକ୍ରାଇନୋଲଜି, ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ସର୍ଜରି, ପାଡିଆଟ୍ରିକ୍ ସର୍ଜରି, ଗାଷ୍ଟ୍ରୋଏଣ୍ଟ୍ରୋଲଜି, ହେମାଟୋଲଜି ଭଳି ସୁପରସ୍ପେସାଲିଟି ବିଭାଗ ଖୋଲିବା, ଯଥେଷ୍ଟ ସଂଖ୍ୟାରେ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଡାକ୍ତର ନିଯୁକ୍ତି ଦେବା ତଥା ଅନୁଷ୍ଠାନର ବିକାଶ ପାଇଁ ହଜାରେ କୋଟି ଟଙ୍କାର ଅନୁଦାନ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଫୋରମ ଦାବି କରିଛି । ଫୋରମ୍ ପକ୍ଷରୁ ପୂର୍ବତନ ପରିଚାଳନା ବୋର୍ଡ ସଦସ୍ୟ ପ୍ରଫେସର ଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦ ପତି, ଡାକ୍ତର ବିକାଶ ହୋତା, ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀ, ଡକ୍ଟର ସନ୍ତୋଷ କୁମାର ଦାଶ, ରଘୁନାଥ ମିଶ୍ର, ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ଗୋପରଂଜନ ଦୁବେ, ଅର୍ଜୁନ ରଂଜନ ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ମୁଖ୍ୟ ସଚିବଙ୍କୁ ପତ୍ର ଲେଖିଛନ୍ତି ।

ନଳିନୀ ପ୍ରଧାନ ପୁଣି ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ବିଜେଡି ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ

ସମ୍ବଲପୁର : ଗତ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ସମ୍ବଲପୁର ଆସନର ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ତଥା ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପୂର୍ତ୍ତ ବିଭାଗର ସଚିବ ନଳିନୀକାନ୍ତ ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ପୁଣି ଦଳର ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ରୂପେ ନିଯୁକ୍ତି ଦିଆଯାଇଛି ।

ପୂର୍ବରୁ ମଧ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଏହି ଜିଲ୍ଲା ଦାୟିତ୍ୱରେ ରହିଥିଲେ । ସେହିପରି ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ସୁଧିର ସାମଲ, ବଲାଙ୍ଗୀର ଓ ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ସୁବାଷ ସିଂ, ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଇଁ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଅମାତ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାପାଇଁ ପ୍ରୀତିରଞ୍ଜନ ଘଡ଼େଇ ଓ କଳାହାଣ୍ଡି ପାଇଁ ନବକିଶୋର ଦାସ ଦଳର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ନିଯୁକ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ପିଏନ୍‌ବି ସମ୍ବଲପୁର ମଣ୍ଡଳରେ ନୂତନ ମଣ୍ଡଳ ମୁଖ୍ୟ

ସମ୍ବଲପୁର: ପଞ୍ଜାବ ନ୍ୟାସନାଲ ବ୍ୟାଙ୍କର ମିଶ୍ରଣ ପରେ ପିଏନ୍‌ବି ପକ୍ଷରୁ ଗଠିତ ନୂତନ ସମ୍ବଲପୁର ମଣ୍ଡଳର ମୁଖ୍ୟ ଭାବେ ଅରବିନ୍ଦ ପଣ୍ଡା ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ।

ଏହି ବ୍ୟାଙ୍କ ମିଶ୍ରଣ ପରେ ଦେବଗଡ, ସମ୍ବଲପୁର, ସୁନ୍ଦରଗଡ, ଝାରସୁଗୁଡା, ବରଗଡ, ନୂଆପଡା, ବଲାଙ୍ଗୀର, ବୌଦ୍ଧ ଏବଂ ସୋନପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ଥିବା ମୋଟ୍ ୭୪ଟି ଶାଖାକୁ ନେଇ ନୂତନ ସମ୍ବଲପୁର ମଣ୍ଡଳ ଗଠିତ ହୋଇଛି । ଶ୍ରୀ ପଣ୍ଡା ଏହା ପୂର୍ବରୁ ପଞ୍ଜାବର ଜଳନ୍ଧର (ପୂର୍ବ) ମଣ୍ଡଳର ମୁଖ୍ୟ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିଲେ । ୧୯୮୯ ମସିହାରେ ପିଏନ୍‌ବିରେ ଅଧିକାରୀ ଭାବେ ଯୋଗଦେଇଥିବା ଶ୍ରୀ ପଣ୍ଡା ବିହାର, ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ, ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ, ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ଏବଂ ପଞ୍ଜାବରେ ବିଭିନ୍ନ ପଦ ପଦବିରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ହାଡ଼କୁ ସବଳ କରେ ଦହି

ଦେହକୁ ହିତ କଲରା

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ ସିମ୍‌ଲା ମରିଚ

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପକାରୀ ଲିଚୁ

ଆଳୁର ଉପକାରିତା

ହରପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଷ୍ଠାନର ଶୋକସଭା

ଦେବଗଡ଼ : ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ ସାହିତ୍ୟ ସଂସଦର ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଦସ୍ୟ ହର ପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଟାଉନ କ୍ଲବଠାରେ ଏକ ଶୋକସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିରେ ସୁଧୀର କପରଦାର, ସଂସଦର ଉପସଭାପତି ନିରଞ୍ଜନ ଦ୍ୱିବେଦୀ, ରାମଚନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର, ମାର୍କଣ୍ଡେଶ୍ୱର ଶତପଥୀ, ଡକ୍ଟର ସନ୍ତୋଷ ଦେବତା, ସୁଧୀର ଦ୍ୱିବେଦୀ, ସତ୍ୟ ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର, ସଂସଦର ସଂପାଦକ ଚିତ୍ତରଂଜନ ଦାସ, ଯୁଗ୍ମ ସଂପାଦକ ଡକ୍ଟର ଭାରତ ଭୂଷଣ ନନ୍ଦ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜ୍ଞାପନ କରିବା ସହିତ ତାଙ୍କର ଅମର ଆତ୍ମାର ସଦଗତି ନିମନ୍ତେ ଭଗବାନ ନିକଟରେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ଭାବେ ପୌରାଞ୍ଚଳ ସ୍ଥିତ ସରକାରୀ ବାଳିକା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ସ୍ୱର୍ଗତ ନନ୍ଦଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଏକ ଶୋକସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଅର୍ଚ୍ଚନା ପାତ୍ରଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଶୋକ ସଭାରେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ସମସ୍ତ ଶିକ୍ଷକ/ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜ୍ଞାପନ କରିଥିଲେ । ସ୍ୱର୍ଗତ ନନ୍ଦ ୧୯୯୯ ମସିହାରେ ସରକାରୀ ବାଳିକା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ନିଜର ଚାକିରୀ ଜୀବନରୁ ଅବସର ନେଇଥିଲେ ।

ସେହିପରି ଶ୍ରୀ ନନ୍ଦଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ରାଜା ବାସୁଦେବ ହାଇସ୍କୁଲ ୧୯୮୩ ବ୍ୟାଚ୍ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ହାଇସ୍କୁଲ ପରିସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ସଭାରେ ପୁରାତନ ଛାତ୍ର ଉମାଶଙ୍କର ସାହୁ, ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର, ଗୌରଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ନିରଞ୍ଜନ ଭୋଳ, ସୁଶୀଳ କୁମାର ନାୟକ, ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ହରେକୃଷ୍ଣ ସାହୁ, ମଞ୍ଜୁଳ କୁମାର ନାୟକ, ରାଜପ୍ୟାରୀ ସାହୁ, ଭୁପେନ କୁମାର ପପଟ, ହୀରାଧର ରଣଜିତ, ପବନ କୁମାର ଜିନ୍ଦଲ, ସୁନୀଲ କୁମାର ଅଗ୍ରୱାଲା, ପବିତ୍ର ମୋହନ ଦାଶ, ସୁଧୀର କୁମାର ଦ୍ୱିବେଦୀ, ଶୁଶୁ ଗୋଏଲ, ପତ୍ରଦୀପ କୁମାର ଦାଶ ପ୍ରମୁଖ ଶ୍ରୀ ନନ୍ଦଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଦେଇଥିଲେ । ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ଭାନୁଶଙ୍କର ନନ୍ଦ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସେହିପରି ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀ ସଂଘ ଉପସଭାପତି ହରପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଦିଆଯାଇଛି । ସଂଘ ସଭାପତି ଦେବେନ୍ଦ୍ର ନାଥ ବେହେରାଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଆୟୋଜିତ ସଭାରେ ଉପସଭାପତି ଶଶୀଭୂଷଣ ଦାଶ, ସୁଦର୍ଶନ ଦାଶ, ଇନ୍ଦୁଭୂଷଣ ଗୁରୁ, ପ୍ରାଣବନ୍ଧୁ ଶତପଥୀ, ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ରାମଚନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର, ଭାଗିରଥୀ ପାଣି ପ୍ରମୁଖ ଶ୍ରୀ ନନ୍ଦଙ୍କ କର୍ମମୟ ଏବଂ ଘଟଣାବହୁଳ ଜୀବନ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରି ତାଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଦେଇଥିଲେ ।

ଛାତ୍ରଙ୍କ ସ୍ମୃତିରେ ଶିକ୍ଷକ ହର ଗୁରୁ

ଷଷ୍ଠ ଶ୍ରେଣୀରେ ନାମ ଲେଖା ହୋଇଛି । ରାଜା ବାସୁଦେବ ହାଇସ୍କୁଲ । ମାନେ ଓଡିଶାର ଗୋଟିଏ ଶହେ ବର୍ଷ ପୁରୁଣା ସ୍କୁଲ । ମୋଟା ମୋଟା କାନ୍ଥ । ବଡ ବଡ ବେଂଚ ଡେସ୍କ । ସ୍କୁଲଟା ଦେଖିଲେ ଭୟ ଲାଗିବ । ସେଥିରେ ପୁଣି ଷଷ୍ଠରୁ ସପ୍ତମ ଶ୍ରେଣୀକୁ ଯାଇଥିବା ବଡଭାଇମାନଙ୍କ ସତର୍କ ବାଣୀ ହର ଗୁରୁଙ୍କ ଭୂଗୋଳ କ୍ଲାସ । ଇଆଡେ ହସୁ ଥିବେ ଆଉ ସେପଟେ ମାଡ ବର୍ଷା ହେଉଥିବ । ହର ଗୁରୁଙ୍କ କ୍ଲାସ ମାନେ ମହା ଡର । ତାଙ୍କର ପୁଣି ଡାଇଲଗ 'ସାବାସ୍‌ରେ କାଲା ବସ୍' । ମାନେ ବସି ପଡିଲେ ମାଡ ନ ବସିଲେ ବି ମାଡ ।

ଖାଇ ଛୁଟି ପରେ ଥାଏ ଭୂଗୋଳ କ୍ଲାସ । ମାଡ ନ ଖାଇବା ପାଇଁ ବି ମନ୍ତ୍ର ଅଛି । ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ଗୋଡିରେ ଗୋଟିଏ ପଥର ଉପରେ ନିଜ ନାମ ଲେଖି ଦେଇ କ୍ଲାସକୁ ଗଲେ ସେଦିନ ମାଡ ନାଇଁ । ଦିନେ ଦିନେ ମନ୍ତ୍ରଟା ଫେଲ ହେଇଯାଏ ।

ମୁଁ ସାରଙ୍କ ଠାରୁ କେବେ ମାଡ ଖାଇ ନ ଥିଲି । ଆଗରୁ ପଢି ଓ ଲେଖି ଯାଇଥାଏ । ହେଲେ ଦିନେ ଅଡୁଆ ହେଇଗଲା ।

ସପ୍ତମ ଶ୍ରେଣୀରେ ଥରେ ଗୁପ୍ତଚର ଖବର ଦେଲା ଯେ ଡ୍ରଇଂ ଗୁରୁ (ତାରିଣୀ ଗୁରୁ) ଛୁଟିରେ ଅଛନ୍ତି । ଏଣୁ ଖାଇ ଛୁଟିରେ ଘରୁ ଡ୍ରଇଂ ଖାତା ନ ନେଇ ଯାଇଥାଉ । ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟକୁ ସେଦିନ ବଦଳ ଶିକ୍ଷକ ରୂପେ ହର ଗୁରୁଙ୍କୁ ପଠାଇଲେ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ । ଡ୍ରଇଂ ଖାତା ନେଇ ନ ଥିବା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପଡିଲା ମାଡ । ତେବେ ଅଧିକାଂଶ ନେଇ ନ ଥିବା ହେତୁ ମାଡ ଟିକିଏ କମିଲା । ରଙ୍ଗ ଖାତାରେ ଚିତ୍ର ଆଙ୍କି ଦେଖେଇଲୁ ।

ହାଇସ୍କୁଲ ସରିବା ପରେ ବି ସାରଙ୍କ ସହ ବିଭିନ୍ନ ସଭା ସମିତିରେ ଦେଖା ହେଉଥିଲା । ନିଜ ଗାଁରେ ଶିବ ମନ୍ଦିର ଓ ସହରର ଗୋପାଳଜୀଉ ମନ୍ଦିର କମିଟିରେ ରହି ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲେ । ଆମ ପ୍ରିୟ ଗୁରୁଜୀ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ହରପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦ ଥିଲେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ଗାନ୍ଧୀ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ଜାମାତା । ଗୁରୁଜୀଙ୍କର ଦେହାନ୍ତ ହୋଇଛି । ତାଙ୍କର ଅମର ଆତ୍ମାର ସଦ୍‌ଗତି କାମନା କରିବା ସହ ତାଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ ଆମ ପ୍ରତି ଚିରକାଳ ଥାଉ ।

କୁମୁଦ ଶତପଥୀ

ବାହାରକୁ କଠୋର ଲାଗୁଥିଲେ ବି ସେ ଛାତ୍ରବତ୍ସଳ ସ୍ନେହୀ ଗୁରୁ ଜଣେ । ୧୯୮୨ ମସିହାରେ ଆମ ଅନୁରୋଧ ରକ୍ଷାକରି ଏକାକି ଆମମାନଙ୍କୁ ନେଇ ହିରାକୁଦକୁ ବଣଭୋଜି ପାଇଁ ନେଇଥିଲେ । ସାଙ୍ଗରେ ଥିବା ବୁନୁ ଭାଇ, ଭଗିଆ, ଶିବ ତ ଆର ପାରିକୁ ଗଲେଣି, ଆଜି ସାର ବି ଚାଲିଗଲେ । କିନ୍ତୁ ହିରାକୁଦରୁ ସେ ଦିନ ଫେରିବା ବେଳେ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ସମ୍ବଲପୁର ସହରରେ ବୁଲିବାକୁ ଆମକୁ ଅନୁମତି ଦେଇଥିଲେ । ତାଆରି ଭିତରେ ବୁନୁ ଭାଇ ସହିତ ଲୁଚି ଲୁଚି ଆମେ ସିନେମା ଟିକେଟ କିଣି ଗେଇଟୀ ଟକିଜରେ ଟିକେଟ ବ୍ଲାକ କରୁଥିବା ବେଳେ ଆମ ପଛପଟୁ ଆସି ସାର୍ ଶକ୍ତ କାନମୋଡ଼ା ସହିତ ଯେଉଁ ଚାପୁଡା ଦେଇଥିଲେ, ତାହା ମୋ ଜୀବନରେ ଏକ ଅଭୁଲା ସ୍ମୃତି । ସେଇ ମାଡ଼ର ସ୍ମୃତିରେ ଭୁଗୋଳ ମୋ ପ୍ରିୟ ବିଷୟ ହୋଇଗଲା । ସିନେମା ହଲ କଥା ମନେ କରି କରି ସାର୍ ବି ବାଟଘାଟ ଯେଉଁଠି ଦେଖିଲେ କିଛି ନ ହେଲେ ବି କାନମୋଡା ଗୋଟାଏ ଦେଇ ଦେବେ । ଏପରିକି ପି.ଜି ସାରି ଦେବଗଡ଼ରେ ଓକିଲାତି କରିବାର ଦୁଇ ତିନି ବର୍ଷ ଯାଏ ମଧ କାନମୋଡା ରୂପକ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇ ନିଜକୁ ଧନ୍ୟ ମନେ କରିଛି । ତାଙ୍କ କଥାରେ ଗଭୀର ଆନ୍ତରିକତା ଅନୁଭବ କରିଛି । ଆଶା, ଆରପାରିରୁ ମଧ ସାର୍ ତାଗିଦ୍ କରୁଥିବେ ।

ରଞ୍ଜନ କୁମାର ସାହୁ

ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ବରଗଡ଼ : ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦର ନୂତନ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦର ନବମ ବୈଠକ ସଭାପତି ମୁକ୍ତା ସାହୁଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ବୈଠକରେ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ବରଗଡ଼ ସାଂସଦ ସୁରେଶ ପୂଜାରୀ, ବିଧାୟକ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ଯୋଜନା ବୋର୍ଡ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଦେବେଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ଅତାବିରା ବିଧାୟିକା ସ୍ନେହାଙ୍ଗିନୀ ଛୁରିଆ, ବିଜେପୁର ବିଧାୟିକା ରୀତା ସାହୁ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଜ୍ୟୋତିରଞ୍ଜନ ପ୍ରଧାନ, ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ବିଭାଗର ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ କୃତିବାସ ନାୟକ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ମଦନ ଦୀପ ଓ ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟ ମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଉନ୍ନୟନ କାମ ସମୀକ୍ଷା କଲେ ବିଧାୟକ ଓ ଜିଲ୍ଲାପାଳ

ସମ୍ବଲପୁର : ରେଢ଼ାଖୋଲ ବିଧାୟକ ତଥା ସରକାରୀ ଉପମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ଇଞ୍ଜିନିୟର ରୋହିତ ପୂଜାରୀ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶୁଭମ ସକ୍ସେନା ରେଢ଼ାଖୋଲ ବ୍ଲକ ଗସ୍ତରେ ଯାଇ ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟ ପରିଦର୍ଶନ କରିବା ସହ ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ପ୍ରଥମେ ଚାରମାଳରେ ନୂତନ ଭାବେ ନିର୍ମିତ ହୋଇଥିବା କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପ ଓ ଗ୍ରାମୀଣ ପାର୍କ ପରିଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ତାପରେ ରେଢ଼ାଖୋଲରେ ନୂତନ ଭାବେ ନିର୍ମିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଇନଡୋର ଷ୍ଟାଡିୟମ ପାଇଁ ଜମି ଚିହ୍ନଟ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଜାଗା ବୁଲି ଦେଖିବା ସହ ନୂତନ ଭାବେ ନିର୍ମାଣ ହେବାକୁ ଥିବା ଉପଖଣ୍ଡ ଡାକ୍ତରଖାନା ଓ ଟ୍ରୋମାକେୟାର ସେଣ୍ଟର ପାଇଁ ସ୍ଥାନୀୟ ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଥିବା ଜମି ପରିଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି କନ୍ଧରାସ୍ଥିତ ସନ୍ଥକବି ଭୀମଭୋଇ ସ୍ମୃତିପୀଠର ଉନ୍ନତିକରଣ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେଇଥିଲେ । ତା ସହିତ ରେଢ଼ାଖୋଲ ବ୍ଲକ ବଂଶାଜାଳ ପଞ୍ଚାୟତ ସ୍ଥିତ ଅଳସୁଆ ବାବା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଆକାଂକ୍ଷୀ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଯୋଜନାରେ ହେବାକୁ ଥିବା ଭିତ୍ତିଭୂମିର ତଦାରଖ କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ, ଉପଖଣ୍ଡସ୍ତରୀୟ ଓ ବ୍ଲକ ସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସହିତ ରେଢ଼ାଖୋଲ ଅଞ୍ଚଳର ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ସମସ୍ୟା ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିବା ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡିକ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ପାଇଁ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା କ୍ରୀଡ଼ା ଅଧିକାରୀ ଆଶୁତୋଷ ନାୟକ, ସମ୍ବଲପୁର ପୂର୍ତ୍ତ ବିଭାଗ ନିର୍ବାହୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ ଶିଶିର କୁମାର ମିଶ୍ର, ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ନିର୍ବାହୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ ବିନୋଦ ବିହାରୀ ଦାଶ, ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ପରୀକ୍ଷିତ ସାହୁ, ତହସିଲଦାର ବେର୍ସିଅସ ଡୁଙ୍ଗଡୁଙ୍ଗ, ଏନଏସି ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ କନିକା ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ, ସହକାରୀ ବନ ସଂରକ୍ଷକ ଦେବୀ ପ୍ରସାଦ ରାଉତ, ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଏସଡିଏମଓ ଡାକ୍ତର ରାମକୃଷ୍ଣ ପତି, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ପ୍ରଦୀପ ପ୍ରଧାନ, ବଂଶାଜାଳ ସମବାୟ ସେବା ସମିତି ସଭାପତି ଲକ୍ଷ୍ମଣ ପ୍ରଧାନ, ରେଢ଼ାଖୋଲ ଏନଏସି ପୂର୍ବତନ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ସୁନିଲ କୁମାର ପ୍ରଧାନ, କନ୍ଧରା ସ୍ମୃତିପୀଠର ସାଧୁ ଅବଧୂତ ଆନନ୍ଦ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାଶ, ରେଢ଼ାଖୋଲ କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଘର କର୍ମକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ସମେତ ଅଞ୍ଚଳର ଜନ ପ୍ରତିନିଧି ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀରାମଚରିତ ମାନସ ପରିଷଦର ଗୁରୁପୂର୍ଣ୍ଣିମା

ସମ୍ବଲପୁର : ସ୍ଥାନୀୟ ମୁଦିପଡ଼ା ଛକରେ ଥିବା ଶ୍ରୀ ସୀତାରାମ ଆଶ୍ରମରେ ଶ୍ରୀ ରାମଚରିତ ମାନସ ଭରତ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଆସନ୍ତା ଜୁଲାଇ ୨୪ ତାରିଖରେ ଗୁରୁପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପାଳିତ ହେବ । ବର୍ତ୍ତମାନ କୋଭିଡ଼ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଆଖି ଆଗରେ ରଖି ଲୋକଙ୍କ ଭିଡ଼ ନ ଜମାଇବା ପାଇଁ ସପ୍ତାହ ବ୍ୟାପି ଏହି ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରାଯିବ । ଭକ୍ତମାନେ ଆଶ୍ରମକୁ ଆସି ପୂର୍ବବର୍ଷ ଭଳି ସନ୍ଥଶ୍ରୀ ଭରତ ଦାସଙ୍କୁ ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଦର୍ଶନ କରି ଯିବାକୁ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଛି ।

ଯଶୋଦା ରଥ ପଛେ ପଛେ ଆସୁଥିଲେ । ସେ କ୍ରମେ ଦୌଡିବାରେ ଲାଗିଲେ । ପ୍ରଭୁ ମାତାଙ୍କୁ ଦୌଡିବା ଦେଖି ରଥ ରଖିଦେଲେ । ମାତା ପୁତ୍ରକୁ ଭଲକରି ନିରୀକ୍ଷଣ କଲେ, ତାଙ୍କର ଆଳତି କଲେ । କହିଲେ, ବାପାରେ, ଧନରେ ତୁ ଚାଲିଯାଉଥିବାରୁ ମୋତେ ସବୁ ଅନ୍ଧକାର ଦେଖାଗଲାଣି, ମୋ ଆଖି ଆଗରୁ ତୁ କଦାପି ଦୁରକୁ ଯିବୁନାହିଁ, ଏହା ମୁଁ ସବୁବେଳେ ଚାହିଁଥିଲି । ହେଲେ ମୁଁ ସ୍ୱାର୍ଥପର ଭାବେ କେବଳ ମୋ ନିଜ ପାଇଁ ତୋତେ ପ୍ରେମ କରୁଥିବା ଅନ୍ୟାୟ କଥା । ଯା ରେ ବାପା ଯା । ତୁ ଯେଉଁଠାରେ ଥା ପଛେ, ସୁଖରେ ରହିଥିବୁ ।

କହ୍ନେଇ ! ଆଜି ମୁଁ ତୋ ପାଖରେ ଗୋଟିଏ ରହସ୍ୟ ଖୋଲି କହୁଛି । ତୁ ମୋତେ ମା' କହୁଛୁ, ମୁଁ ତୋତେ ପୁଅ ବୋଲି କହୁଛି । କିନ୍ତୁ ତୁ ମୋ ପୁଅ ନୁହଁ । ତୁ ହେଉଛୁ ଦେବକୀର ପୁଅ । ମୁଁ ହେଉଛି ତୋର ପାଳିତ ମାତା । ତୋର ଲାଳନ ପାଳନକାରୀ ମୁଁ ହେଉଛି ତୋ ଦାସୀ ।

କୃଷ୍ଣ ସହସା କହି ଉଠିଲେ, ଏ କ'ଣ କହୁଛ ମା ! ଲୋକମାନେ ହଜାରେ କହନ୍ତୁ ପଛେ, ଯିଏ ଯାହା କହୁଛି କହୁ ପଛେ, ମୁଁ ସବୁବେଳେ କହିବି, ମୁଁ ହେଉଛି ଯଶୋଦା ମା'ଙ୍କ ପୁଅ ।

ଯଶୋଦା କୋହପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱରରେ କହିଲେ, ବାପା । ମଥୁରାରେ ଥିବାବେଳେ କେବେ ବି ଯେମିତି କିଛି ନ ଭାବୁ ଯେ ମୁଁ ଥରେ ତୋତେ ଉଦୂଖଳରେ ବାନ୍ଧି ଦେଇଥିଲି ।

କୃଷ୍ଣ କହିଲେ, ମା ! ମୁଁ ସବୁକଥା ଭୁଲି ଯାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ତୁମର ବନ୍ଧନକୁ ମୁଁ କଦାପି ଭୁଲିପାରିବି ନାହିଁ । ମା ! ତୁମେ ସଂସାରରେ ଏକାମାତ୍ର ଜୀବ ଯେ ମୋତେ ବାନ୍ଧି ପାରିଛି ।

ଯଶୋଦା କାନ୍ଦି କାନ୍ଦି କହିଲେ, ବାପା ! ତୁ ଆଉ ମୋତେ ଭୁଲିଯିବୁ ନାହିଁ ତ ! ମୋତେ ଦର୍ଶନ ଦେବାକୁ ଆସିବୁଟି ? କହ୍ନେଇ କହିଲେ, ନିଶ୍ଚୟ ଆସିବି । ତୁମେ ନିଜ ଶରୀର ଆଉ ଆମ ଗାଈଙ୍କର ଯତ୍ନ ନେଉଥିବ । ଯଶୋଦା କହିଲେ, ମୁଁ ତୋତେ ଆଶୀର୍ବାଦ ଦେଉଛି, ତୁ ଯେଉଁଠି ରହିବୁ ଅବଶ୍ୟ ସୁଖରେ ରହିବୁ ।

ଏଥର ରଥ ଦ୍ରୁତ ଚାଲିଲା । ଗୋପୀମାନେ ରଥ ପଛେ ପଛେ ଦୌଡିବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେମାନେ କହ୍ନେଇଙ୍କୁ ଆଳତି କରିବାକୁ ଚାହିବାରୁ ରଥ ପୁଣି ଥରେ ରହିଲା । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଗୋପୀଙ୍କୁ କହିଲେ, ଦୁଷ୍ଟଙ୍କୁ ହତ୍ୟା, ଦୈତ୍ୟଙ୍କ ସଂହାର ହେଉଛି ମୋ ଜନ୍ମର ଗୌଣ ପ୍ରସଙ୍ଗ । ଗୋକୁଳରେ ପ୍ରେମଲୀଳା କରିବା ଥିଲା ମୋ ଜନ୍ମର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରୟୋଜନ । ଏହା ହିଁ ଥିଲା ମୋ ଅବତାରର ମହାତ୍ମ୍ୟ । ମୋର ଗୋଟିଏ ସ୍ୱରୂପ ଏଠାରେ ତୁମମାନଙ୍କ ପାଖରେ ରହିବ, ଆଉ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ୱରୂପ ରହିବ ମଥୁରାରେ ।

ଭାଗବତ

ମଥୁରା ଦର୍ଶନ

ପ୍ରଥମେ କେବଳ ଯଶୋଦାଙ୍କ ଘରେ ଜଣେ କୃଷ୍ଣ ଥିଲେ । ଏବେ ଗୋକୁଳର ଘରେ ଘରେ ଜଣେ ଜଣେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ରହିବାରେ ଲାଗିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗୋପୀଙ୍କ ହୃଦୟରେ ପ୍ରବେଶ କଲେ ।

ଏହା ହେଉଛି ଅନ୍ତରଙ୍ଗର ସଂଯୋଗ ଓ ବହିରଙ୍ଗର ବିୟୋଗ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗୋପୀ ଅନୁଭବ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ ଯେ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ବସିଛନ୍ତି । ମଥୁରାରେ ନୁହେଁ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଧରି ରଥ ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଗଲା । ଆଉ ଗୋପୀମାନେ ଚିତ୍ରପଟ୍ଟ ଭଳି ସ୍ଥାଣୁ ଭାବେ ମାର୍ଗରେ ରହିଗଲେ ।

କହ୍ନେଇ ମଥୁରାକୁ ତ୍ୟାଗ କରିନାହାନ୍ତି । ସେ ତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗୋପୀଙ୍କ ହୃଦୟରେ ବସିଯାଇଛନ୍ତି । ଭଗବାନ କଥା ଦେଇଥିଲେ- ବିୟୋଗ ବିନା ତନ୍ମୟତା ଆସେ ନାହିଁ । ବିୟୋଗ ବିନା ଧ୍ୟାନରେ ଏକାଗ୍ରତା ଆସେ ନାହିଁ । ଆଉ ସାକ୍ଷାତକାର ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ବ୍ରଜବାସୀଙ୍କୁ ନିଜର ବିରହ ମାଧ୍ୟମରେ ତନ୍ମୟ କରିବା ପାଇଁ ଭଗବାନ ମଥୁରାକୁ ଗଲେ । ବିୟୋଗରେ ବିରହରେ ପ୍ରେମ ପୁଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଏଇଥିପାଇଁ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଗୋପୀଙ୍କୁ ଏହି ବିୟୋଗରୂପୀ ବିଶିଷ୍ଟ ଯୋଗ ପ୍ରଦାନ କଲେ ।

ଶ୍ୟାମ ବିନା ବ୍ରଜ ଶୂନଶାନ ହୋଇଗଲା । କୁଞ୍ଜବନ ଶୂନଶାନ ହୋଇଗଲା, ଯମୁନାର ଜଳାଧାରା ଗତିଶକ୍ତି ହରାଇ ପକାଇଲା, କାହାରି ଆଖିରେ ଶ୍ୟାମର ଛବି ବିନା ଆଉ କିଛି ଦେଖାଗଲା ନାହିଁ ।

ରଥ ଏଥର ଯମୁନା କୂଳରେ ପହଞ୍ଚିଗଲା । ଅକ୍ରୁର ସ୍ନାନ ନିମନ୍ତେ ରଥ ଯମୁନା ଜଳରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକ୍ଷଣି ଯମୁନା ଜଳରେ ରାମ ଓ କୃଷ୍ଣ ଉଭୟଙ୍କ ଦର୍ଶନ ପାଇଲେ । ଯମୁନା ଜଳରୁ ବୁଡ଼ ଉଠାଇବା ପରେ ଦେଖିଲେ କୃଷ୍ଣ ଓ ବଳରାମ ରଥରେ ବିରାଜମାନ କରୁଛନ୍ତି । ସେ ପାଣିରେ ବୁଡ଼ି ପୁଣି ଥରେ କୃଷ୍ଣ ଓ ବଳରାମଙ୍କୁ ଦେଖିଲେ ଏବଂ ପାଣିରୁ ବାହାରିବା କ୍ଷଣି ବଳରାମ ଓ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ପୂର୍ବ ଭଳି ରଥରେ ବସିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ପାଇଲେ । ଅକ୍ରୁରଙ୍କୁ ଭଗବାନ ନାରାୟଣ ଦର୍ଶନ ମିଳିଲା ।

କେତେକ ବୈଷ୍ଣବ ଭକ୍ତ କୁହନ୍ତି ଯେ, ମଥୁରା ଯିବାବେଳେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଯମୁନା ନଦୀରେ ବୁଡ଼ି ସ୍ନାନ କରିବା ଅବସ୍ଥାରେ ନିଜର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସ୍ୱରୂପକୁ ବୃନ୍ଦାବନକୁ ପଠାଇ ଦେଇ ନାରାୟଣ ସ୍ୱରୂପ ଧାରଣ କରି ଜଳରୁ ବାହାରକୁ ଆସିଲେ ଓ ରଥରେ ଚଢ଼ି ମଥୁରାକୁ ଗଲେ ଲୀଳା କରିବା ପାଇଁ । ମଥୁରା ପହଞ୍ଚିବାର ଏହି ଘଟଣାରୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ନାରାୟଣ ସ୍ୱରୂପରେ ହିଁ ଲୀଳା କରିଛନ୍ତି । କହିବାକୁ ଗଲେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ନାରାୟଣ ଦୁହେଁ ହେଉଛନ୍ତି ଏକ ।

ଆମେ ଏହି ଯେଉଁ ସ୍ୱରୂପ ସୃଷ୍ଟିର ଭେଦ କଥା କହୁଛେ ଏହା କେବଳ ଉପାସନା ହେତୁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଅକ୍ରୁର ଯମୁନା ଜଳରେ ସ୍ନାନ ସାରି ସ୍ତୁତି କଲେ ।

ରଥ ଯେତେବେଳେ ମଥୁରାର ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିଲା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅକ୍ରୁରଙ୍କୁ କହିଲେ, ଦଦେଇ ! ଆପଣ ଯାଆନ୍ତୁ ଆମେ ଉଦ୍ୟାନରେ ବିଶ୍ରାମ କରିବୁ ।

କଂସ ଯେଉଁ ନଗରରେ ଥିବ ସେ ନଗରରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କେମିତି ରହିବେ । ସେ ପହଞ୍ଚିଯିବା କ୍ଷଣି କଂସର ବିନାଶ ତ ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇଯିବ । ଆଲୋକ ପ୍ରବେଶ କଲେ ଅନ୍ଧକାର ରହିପାରନ୍ତା କି ?

ବିଷୟାନନ୍ଦ ଓ ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ରହିବା କଦାପି ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ମଥୁରା ମାନବକାୟାରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ବ୍ରହ୍ମ ଓ କଂସ କାମ ଏକାଠି କିପରି ରହିବେ ?

ଯଶୋଦା ଆଗରୁ ଏମାନଙ୍କ ସହିତ ଦୁଧ ଦହି ଓ ଅନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଦେଇଥିଲେ । କୃଷ୍ଣ ଯେତେବେଳେ ସେବନ କରିବାକୁ ବସିଲେ, ସେମାନଙ୍କର ବ୍ରଜବାସୀ, ଗୋପୀ, ଗାଈ ଆଦିଙ୍କ କଥା ମନେପଡିଲା । ହାତ ରହିଗଲା । ନନ୍ଦ ଏହା ଦେଖି କାରଣ ପଚାରିଲେ । କହ୍ନେଇ କହିଲେ ମୋ ସଖୀ, ସଖା ଓ ମା' ମୋର ବିୟୋଗରେ ଉପବାସ ରହିଥିବେ । ମୁଁ ଖାଇବି କମିତି ?

ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଆମେ ଏପରି ପ୍ରେମ କରିବା ଉଚିତ ଯଦ୍ୱାରା ସେ ଆମକୁ ମନେ ପକାଉଥିବେ । ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ମନରେ ନ ବସିଛେ ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ଭକ୍ତି ପୁରା ହୋଇ ନାହିଁ ବୋଲି ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ଏପରି ଭକ୍ତି କରିବା ଉଚିତ ଯେ ଆମ ବିନା ଭଗବାନଙ୍କୁ ଆଦୌ ସୁଖ ଲାଗିବ ନାହିଁ ।

ଯଶୋଦା ମାତା ଓ ଗାଈଙ୍କର ପ୍ରେମ ଏପରି ଗାଢ଼ ଥିଲା ଯେ କୃଷ୍ଣ ବିୟୋଗରେ ସେମାନେ କିଛି ଖାଇପିଇ ପାରୁ ନ ଥିଲେ ।

ସଂଧ୍ୟା ହେବାକ୍ଷଣି ଦୁଇ ଭାଇ ମଥୁରା ଦେଖିବା ପାଇଁ ବାହାରିଲେ । ସେମାନେ ମହାଦ୍ୱାରରେ ପ୍ରବେଶ କଲେ । ଗୋକୁଳର ବାଳକମାନେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଘେରି ଚାଲିଥାନ୍ତି । ଗୋକୁଳରେ ସେମାନେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ସହିତ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ଜୟଧ୍ୱନି ଦେଉଥିଲେ । ସେହି ଅଭ୍ୟାସରେ ସେମାନେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ-ବଳରାମଙ୍କର ଜୟଧ୍ୱନି ମଧ ଦେଉଥାନ୍ତି । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଜୟଧ୍ୱନି ମଥୁରାର ନାରୀମାନଙ୍କର କର୍ଣ୍ଣରେ ପଡିଲା ।

ଶୁକଦେବ ଏପରି ବର୍ଣ୍ଣନା କରୁଥାଆନ୍ତି, ଜଣାପଡୁଥାଏ, ସତେ ଯେପରି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷର ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖୁଛନ୍ତି ।

ଯେଉଁ ଲୀଳା କଥା ଚାଲିଥାଏ ତାହାକୁ ଯଦି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ କରୁଥିବା କଳ୍ପନା କରାଯାଏ ତେବେ ବକ୍ତା ଓ ଶ୍ରୋତା ଉଭୟଙ୍କୁ ପ୍ରଭୂତ ଆନନ୍ଦ ମିଳେ ।

କୁନି ପୁଅକୁ ସ୍ତନପାନ କରାଉଥିବା ଜଣେ ମାତା ପିଲାକୁ ସେହିଠାରେ ଛାଡିଦେଇ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ଦର୍ଶନ ନିମନ୍ତେ ବାହାରକୁ ଦୌଡି ଆସିଲା । 'ପିଲା ତ ସବୁବେଳେ ଘରେ ରହିବ, ହେଲେ କୃଷ୍ଣ ଦର୍ଶନ ଆଉ ଦ୍ୱିତୀୟ ଥର ମିଳିବ ନାହିଁ କାଳେ ? ଏହିଭଳି ନଗରର ଆବାଳ ବୃଦ୍ଧବନିତା ସେମାନଙ୍କ କାମଧନ୍ଦା ଛାଡି କୃଷ୍ଣ- ଦର୍ଶନ ନିମନ୍ତେ ଦୌଡିବାରେ ଲାଗିଲେ ।

ଭଗବାନଙ୍କ ଦର୍ଶନ ନିମନ୍ତେ ଭାବ ଠିକ୍ ଏହିପରି ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆତୁରତା ବିନା ଦର୍ଶନ ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏପରି ଆତୁରତା, ଭାବ ଓ ଆଗ୍ରହ ଯଦି ଜାତ ହୁଏ ତେବେ ଭଗବାନ ଦର୍ଶନ ଦେବା ପାଇଁ କୃପା କରନ୍ତି ।

ମଥୁରାର ସ୍ତ୍ରୀ ଲୋକମାନେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରି ନିଜ ନିଜ ଭିତରେ କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେବାରେ ଲାଗିଲେ । ଏହି ସମୟରେ କଂସର ଲୁଗାପଟା ସଫା କରୁଥିବା ଧୋବା ସହିତ ଭେଟ ହୋଇଗଲା । ଇଏ ହେଉଛି ସେହି ଧୋବା ଯେ ରାମାବତାର ସମୟରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଅପବାଦ ରଟନା କରିଥିଲା ।

ନିନ୍ଦା ଓ ନର୍କ ଏକା ପ୍ରକାର ହିଁ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ସର୍ବଦା କାହାକୁ ବି ନିନ୍ଦା ନ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଜ୍ଞା କରିବା ଉଚିତ ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଧୋବାକୁ ପରିଧାନ ନିମନ୍ତେ କିଛି ବସ୍ତ୍ର ମାଗିଲେ । ମୂର୍ଖ ଧୋବା ଅଭିମାନପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱରରେ ତିରସ୍କାର କରିବାଭଳି କହିଲା, ଏଇଟା ତୋର ଗାଁ ନୁହେଁ, ଏଇଟା ଗୋଟେ ସହର । ଏଠି ଗାଉଁଲି କଥା ଚଳିବ ନାହିଁ । ମୁଁ ଯେଉଁ ବସ୍ତ୍ର ଧରିଛି ତାହା ରାଜାଙ୍କର । ତୁ ତ ତୁ, ତୋ ବାପ ଅଜା ତାଙ୍କ ଜୀବନକାଳ ମଧରେ ଏପରି ମୂଲ୍ୟବାନ ବସ୍ତ୍ର ଦେଖି ନ ଥିବେ । ବେଶୀ ବକର ବକର କରିବୁ ଯଦି ତୋତେ ରଜାଘର ସିପାହୀଙ୍କ ହାତରେ ଧରେଇ ଦେବି । ଏବେ ପ୍ରାଣ ରକ୍ଷା କରି ଏଠାରୁ ପଳା ।

ଧୋବାର ଧୃଷ୍ଟତା ଥିଲା ବଳରାମଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଅସହ୍ୟ । ସେ ଧୋବା ଆଡ଼କୁ ଚାହିଁ କାହ୍ନୁଙ୍କ କହିଲେ, ବୁଝିଲୁ କାହ୍ନୁ, ଧୋବା ମୁଣ୍ଡରେ ମୃତ୍ୟୁ ଚଢ଼ିଥିବା ଭଳି ମୋତେ ଲାଗୁଛି । ଗୋଟେ ଚାପଡା ତାକୁ ଦେଉନୁ । ବାସ୍, ପରମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଦେଖିବା ବେଳକୁ ଧୋବାର ଗଣ୍ଡିରୁ ମୁଣ୍ଡଟି ପୃଥକ୍ ହୋଇ ତଳେ ପଡି ଯାଇଛି । ଧୋବାର ଏତାଦୃଶ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ଦେଖି ତାର ସାଥିମାନେ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଲୁଗାପଟା ଛାଡି ପ୍ରାଣ ବିକଳରେ ଦୌଡି ପଳାଇଲେ ।

ଈଶ୍ୱର ପାପୀ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଙ୍କୁ ଦଣ୍ଡ ଦିଅନ୍ତି । ଅନ୍ତକାଳରେ ସେହି ପାପୀ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଅତ୍ୟଧିକ ଦୁଃଖୀ ହୋଇଯାଏ । ବାଣୀ ଦ୍ୱାରା ପାପ କରିବା ଦ୍ୱାରା ବାଗଦେବୀ ଅନ୍ତଃକାଳରେ ଘୋର ବିରୁଦ୍ଧାଚରଣ କରିଥାନ୍ତି । ସେତେବେଳେ ସେହି ପାପୀ ଆଉ କଥା କହି ପାରେ ନାହିଁ । ସେ ଗବା ହୋଇଯାଏ ।

ଧୋବା ମୁହଁ ଦ୍ୱାରା ନିନ୍ଦା କରିବାରୁ ଭଗବାନ ତା ମୁହଁ ମୋଡ଼ି ଦେଇଥିଲେ । ଈଶ୍ୱର ସରଳ ଜୀବ ସହିତ ସରଳ ବ୍ୟବହାର ଓ କୁଟିଳ ସହିତ କୁଟିଳ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । ଯାହାର ମନ ପବିତ୍ର ନ ରହେ, ଶେଷ ସମୟରେ ସେ ଅମାପ ବ୍ୟଥା ପାଏ ।

ଚୋରିର ଆଦି ହେଉଛନ୍ତି କହ୍ନେଇ । ଗଣ୍ଠିଲି ଖୋଲି ସମସ୍ତ ଲୁଗାପଟା ନେଇଯିବା ପାଇଁ ସେ ତାଙ୍କର ସାଥୀ ଗୋପବାଳକଙ୍କୁ କହିଲେ । କିନ୍ତୁ ଗୋପବାଳକମାନେ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ଭୟ କରୁଥିବା ଦେଖି କହ୍ନେଇ ନିଜ ହାତରେ ଲୁଗାପଟା ବାଣ୍ଟିବାରେ ଲାଗିଲେ । କହ୍ନେଇ ସେତେବେଳେ ଯାହାକୁ ଯେଉଁ ବସ୍ତ୍ର ଦେଲେ ତାକୁ ସେହି ବସ୍ତ୍ର ଠିକ୍ ମାପର ହେଉଥିଲା । ବାଳକମାନେ ଆନନ୍ଦରେ ନୃତ୍ୟ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେମାନେ ବସ୍ତ୍ର ସିଲାଇ କରିଥିବା ଦର୍ଜୀକୁ ମଧ ପ୍ରଶଂସା କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ବାସ୍ତବରେ ଏପରି ଦର୍ଜୀ ଜଗତରେ ସୃଷ୍ଟି ହିଁ ହୋଇନାହିଁ । ନିଜର ସାଙ୍ଗ ସାଥୀଙ୍କୁ ସର୍ବୋତ୍ତମ ବସ୍ତ୍ର ପିନ୍ଧାଇବା ପାଇଁ କହ୍ନେଇ ସଂକଳ୍ପ କରିଥିଲେ ଆଜି ସେ ତାହା ପିନ୍ଧାଇଲେ । କହ୍ନେଇ ଯାହା ସଂକଳ୍ପ କରନ୍ତି ତାହା କାର୍ଯ୍ୟରେ ରୂପାନ୍ତରିତ ହିଁ କରିଥାନ୍ତି ।

ଗରିବ ଗୋପବାଳକମାନେ ଏହି ବସ୍ତ୍ର ପାଇ ଆନନ୍ଦିତ ହୋଇଗଲେ । ସେମାନେ କହିବାରେ ଲାଗିଲେ 'ଏପରି ସୁନ୍ଦର ବସ୍ତ୍ର ଦେଖି ମନେହେଉଛି ଆମର ବିଭାଘର ଅତି ଶୀଘ୍ର ହୋଇଯିବ । ଆମ ବିଭାଘରକୁ ତୁ ଆସିବୁଟି କହ୍ନେଇ ? କହ୍ନେଇ କହିଲେ, ଆରେ ! କ'ଣ କହୁଛ, ମୁଁ ନିଶ୍ଚେ ଆସିବି, ନା । ତୁମେ କୃଷ୍ଣଙ୍କର ଓ କୃଷ୍ଣ ତୁମର ଏପରି ଭାବନା ସଦା ଜାଗ୍ରତ ଥିବା ଉଚିତ ।

ଦୁର୍ଦ୍ଦିନରେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ

ବରଗଡ଼ : ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେବା ପାଇଁ ବରଗଡ଼ରେ ସ୍ଥାପିତ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ଗତ ଦୁଇବର୍ଷ ହେଲା ଘୋର ଆର୍ଥିକ ଦୁଃସ୍ଥିତିର ସାମନା କରୁଛି । କରୋନା ସବୁ ବୃତ୍ତି, ସବୁ ରୋଜଗାର ଅବଲମ୍ବନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ସହ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟକୁ ମଧ ଛାଡି ନାହିଁ । ଏହି ସମୟରେ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ଗତବର୍ଷ ପଞ୍ଜିକୃତ ହୋଇଥିବା ୫ ହଜାର ବୁଣାକାରକୁ ରୋଜଗାର ଯୋଗାଇଥିବା ବେଳେ ଚଳିତ ବର୍ଷ ମାତ୍ର ୨୫୦୦ ବୁଣାକାରଙ୍କୁ କର୍ମସଂସ୍ଥାନ ଯୋଗାଇବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇଛି । ସମଗ୍ର ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ବୁଣାକାରମାନଙ୍କ ଭରସାର କେନ୍ଦ୍ର ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ଏବେ କରୋନା ମହାମାରୀ ପ୍ରକୋପରେ ଘୋର ଆର୍ଥିକ ସଙ୍କଟରେ ଗତି କରୁଛି । ଏହାର ଉତ୍ପାଦନ ମଧ ହ୍ରାସ ପାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ର ପୂର୍ବବତ୍ ବିକ୍ରୀ ହୋଇପାରୁ ନ ଥିବାରୁ ଉଭୟ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ଓ ବୁଣାକାର ସଙ୍କଟ ଦେଇ ଗତି କରୁଛନ୍ତି । ଚଳିତବର୍ଷ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ମାତ୍ର ୪୭ କୋଟି ୪୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ଉତ୍ପାଦନ କରିଛି । ସେଥିରୁ ବିକ୍ରୀ ହୋଇଛି ୪୫ କୋଟି ୨୩ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା । ଗତବର୍ଷ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବସ୍ତ୍ରାଳୟକୁ ୯ କୋଟି ଟଙ୍କା ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଦେଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ଚଳିତ ବର୍ଷ ଏ ଯାଏ କିଛି ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଦେଇ ନାହାନ୍ତି । ୨୦୧୯ ରେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ୭୮୦୮୮ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ବସ୍ତ୍ର ବିକ୍ରୀ କରିଥିବା ବେଳେ ୨୦୨୦ ରେ ୪୬୫୨୯ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ବିକ୍ରୀ ହୋଇଥିଲା । ଏପ୍ରିଲ ୨୦୧୯ ରେ ୩୨୦.୯୬ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ବିକ୍ରୀ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୦ ରେ ସମସ୍ତ ଦୋକାନବଜାର ବନ୍ଦ ଯୋଗୁଁ ଆଦୌ ବିକ୍ରୀ ହୋଇ ପାରି ନ ଥିଲା । ମେ ୨୦୧୯ ରେ ୫୨୫.୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ବିକ୍ରି ହୋଇଥିବା ବେଳେ ମେ ୨୦୨୦ରେ ୨୮୬.୯୩ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ବିକ୍ରୀ ହୋଇଛି । ଗତବର୍ଷ ତୁଳନାରେ ଚଳିତବର୍ଷ ବସ୍ତ୍ରାଳୟର ବିକ୍ରୀ ୮୯୪.୭୨ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା କମିଯାଇଛି ।

ସେହିପରି ଉତ୍ପାଦନ ପାଇଁ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୧୯ ରେ ୫୨୨.୨୭ ଲକ୍ଷ, ଏପ୍ରିଲ ୨୦୧୯ ରେ ୩୦୯.୯୪ ଲକ୍ଷ ଓ ମେ ୨୦୧୯ ରେ ୫୩୩.୦୯ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦିଆଯାଇଥିବା ବେଳେ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୦ ରେ ୪୪୫.୭୯ ଲକ୍ଷ, ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୦ ରେ ୩୦୬.୧୦ ଲକ୍ଷ ଓ ମେ ୨୦୨୦ରେ ୩୧୮.୬୬ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯାଇଛି । ଚଳିତ ବର୍ଷ ପୁନର୍ବାର ତାଲାବନ୍ଦ ଯୋଗୁଁ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଥିଲେ ମଧ ବିକ୍ରୀ ହୋଇପାରି ନାହିଁ ।

ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ସହ ଅନୁବନ୍ଧିତ କିଛି ବୁଣାକାରଙ୍କୁ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ସୂତା, ରଙ୍ଗ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଉଥିବା ବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ଉତ୍ପାଦିତ ଶାଢ଼ି ମଧ କିଣାଯାଉଛି । ମାତ୍ର ଯେଉଁ ବୁଣାକାରମାନେ ପାରମ୍ପରିକ ଭାବେ ଶାଢ଼ି ବୁଣା କାମରେ ପରିବାର ପରିପୋଷଣ କରୁଛନ୍ତି ଓ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟ ସହ ଅନୁବନ୍ଧିତ ନୁହନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ଅବସ୍ଥା ଏବେ ଅତି ଶୋଚନୀୟ ହୋଇ ପଡିଲାଣି । ଏବେ ବୁଣାକାରମାନେ ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ତାଡ଼ନାରେ ନିଜର କଳା ଓ ପ୍ରତିଭା ପ୍ରତି ବୀତସ୍ପୃହ ହେବାକୁ ବସିଲେଣି । ସହସ୍ରାଧିକ ବୁଣାକାର ପରିବାର ତାଲାବନ୍ଦ ଓ କରୋନା ଯୋଗୁଁ ପେଟପାଟଣା ଚିନ୍ତାରେ ରହିଛନ୍ତି । ଏ ପ୍ରକାର ସଙ୍କଟରୁ ସମ୍ବଲପୁରୀ ବସ୍ତ୍ରାଳୟକୁ ସରକାର ଉଦ୍ଧାର କରିବାକୁ ଦାବି ହେଉଛି ।

ଉପଯୁକ୍ତ ଗୁରୁ

ଡକ୍ଟର ନାମୟଙ୍କ ମିଶ୍ର

ସୌମ୍ୟ ନାମକ ଜଣେ ଯୁବକ ଏକ ପ୍ରବଚନରେ ଶୁଣିବାକୁ ପାଇଲା ଯେ ଆତ୍ମା ଅବିନଶ୍ୱର ଏବଂ ଏହି ଆତ୍ମା ହିଁ ବ୍ରହ୍ମ । ଆତ୍ମାକୁ ଜାଗ୍ରତ କଲେ ମନୁଷ୍ୟ ଅସାଧସାଧନ କରି ପାରେ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ଗୁରୁ ଆବଶ୍ୟକ । ସୌମ୍ୟ ଶୁଣିବାକୁ ପାଇଲା ଯେ ନିକଟସ୍ଥ ପାହାଡ଼ ଉପରେ ଜଣେ ସିଦ୍ଧ ସାଧକଙ୍କର ନିବାସ ଅଛି । ଏହି ସାଧୁ ନିଜ ଯୋଗ ବଳରେ ଅନେକ ଅଲୌକିକ କଥା କରି ପାରନ୍ତି ଏବଂ ଅସାଧ ସାଧନ କରି ପାରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ସେ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚି ଶିଷ୍ୟ ରୂପେ ରହି ସାଧନାଶିକ୍ଷା କରିବାକୁ ନିଜ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକଟ କଲା । ସାଧୁ ଜଣ ଈଶ୍ୱରାର୍ପିତ ପରମସାଧକ ଥିଲେ ଏବଂ ପରୋପକାରକୁ ନିଜ ଜୀବନର ବ୍ରତ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ସେ ସୌମ୍ୟର ଅସାଧ ସାଧନର ଅଭିପସା ବୁଝିଲେ କିନ୍ତୁ ତାର ଗୁରୁ ପ୍ରତି ସମର୍ପଣ ଭାବନା ଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ । ସୁତରାଂ, ତାକୁ କହିଲେ ତୁମର ଉପଯୁକ୍ତ ଗୁରୁ ମୁଁ ନୁହେଁ । ଯାଅ ପର୍ଯ୍ୟଟନ କର ଅବଶ୍ୟ ତୁମକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଗୁରୁ ମିଳିଯିବେ ।' ସୌମ୍ୟ ସାଧୁଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ଗୁରୁ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ବାହାରିଗଲା । ସୌମ୍ୟ ବୁଲିବୁଲି ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଏକ ମହାନ୍ ଯାଦୁକର ନାନା ଅସାଧ କଥା ରୂପାୟନ କରୁଥିବା ସେ ଦେଖିଲା । ତାଙ୍କୁ ଗୁରୁ କରିବ ବୋଲି ତାଙ୍କ ପାଖରେ ରହି ଲକ୍ଷ୍ୟକଲା ଯେ ଯାଦୁକର ମହାଶୟ ଅନେକ ଅସାଧ କଥା ପ୍ରଦର୍ଶନ କଲା ପରେ ସେ ଲୋକଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ଖେଳ ପରେ ପଇସା ମାଗୁଛନ୍ତି । ସୌମ୍ୟ ଚିନ୍ତା କଲା ଏ ଯାଦୁକର ନିଜେ ଧୂଳି ମୁଠାଏକୁ ପଇସା ତିଆରି କରି ପାରୁଛନ୍ତି ତେବେ ସେ ଖେଳ ଦେଖାଇ ଲୋକଙ୍କୁ ପଇସା ମାଗୁଛନ୍ତି କାହିଁକି ? ତାହା ହେଲେ ତାଙ୍କର ସବୁ ଅଲୌକିକ ବ୍ୟାପାର ମିଥ୍ୟାଅଟେ, ସୌମ୍ୟ ସେଠାରୁ ଯାଇ ଅନେକ ଦିନ ପରେ ଜଣେ ତନ୍ତ୍ରଗୁରୁଙ୍କର ଅଦ୍ଭୁତ ଅସାଧ ସାଧନ କଥା ଶୁଣି ତାଙ୍କୁ ଗୁରୁ କରିବାକୁ ମନସ୍ଥ କରି ତାଙ୍କ ଠାଁ ପହଞ୍ଚିଗଲା । ତାଙ୍କର କ୍ରିୟା କଳାପକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟକରି ସେ ଦେଖିଲା ଯେ ତନ୍ତ୍ର ଗୁରୁ ଜଣକ ଅନେକ ଅସାଧ କାର୍ଯ୍ୟ ତ କରି ପାରୁଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ, ସେ ଶ୍ମଶାନରେ ବାସ କରୁଛନ୍ତି କାହିଁକି ? ପୁଣି ଅଖାଦ୍ୟ ଖାଉଛନ୍ତି ଓ ବେଳେବେଳେ ଲୋକାଳୟକୁ ଯାଇ ଭିକ୍ଷା ମାଗି ଆଣୁଛନ୍ତି । ସୌମ୍ୟର ମନରେ ଅଶ୍ରଦ୍ଧା ଉପୁଜିଲା । ସେ ଭାବିଲା, ଯିଏ ଅସାଧ ସାଧନ ଶକ୍ତି ହାସଲ କରି ପାରୁଥିବ ସେ ପର ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିବ କାହିଁକି ? ଉତ୍ତମ ସ୍ଥାନରେ ନ ରହିବ କାହିଁକି ? ଏଇଭଳି ନାନା ସ୍ଥାନରେ ଅସାଧ ସାଧନକାରୀ ଅନେକ ଗୁରୁଙ୍କୁ ଭେଟି ସେମାନଙ୍କର ଗୁରୁତର ତ୍ରୁଟି ଗୁଡିକୁ ଦେଖି ସୌମ୍ୟର କାହାରି ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧା ବା ସମର୍ପଣ ଭାବ ଜାଗ୍ରତ ନ ହେବାରୁ ନିରାଶରେ ବୁଲିବୁଲି ଥକ୍କା ହୋଇ ପୂର୍ବ ବର୍ଣ୍ଣିତ ସିଦ୍ଧ ସାଧକଙ୍କ ଆଶ୍ରମରେ ଯାଇ ଅନ୍ୟ ମନସ୍କ ଭାବେ ପହଞ୍ଚିଲା । ସେଠାରେ ଅନତି ଦୂରରେ ଥିବା ଏକ ବୃକ୍ଷ ଅଢ଼ୁଆଳରେ ବିଶ୍ରାମ ପାଇଁ ବସିପଡି ଆଶ୍ରମ ଆଡକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲା । ସେଇ ସମୟରେ ସାଧକ ମହାଶୟ ମାଟି ଖୋଳି ଆଶ୍ରମ ହତାରେ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରୁଥାନ୍ତି ଓ ଜଣେ ଲୋକ ତାଙ୍କୁ ଦୂରରୁ ପାଣି ବୋହି ଆଣି ସାହାଯ୍ୟ କରୁଥାଏ । ସାଧକଙ୍କ ଶ୍ରମାକ୍ତ ମୁଖ ମଣ୍ଡଳରେ ଏକ ଜ୍ୟୋତିର୍ମୟ ପ୍ରଭାମଣ୍ଡଳ ଘେରି ରହିଥାଏ । ସେ ଦେଶର ଜଣେ ବିଶିଷ୍ଟ ମନ୍ତ୍ରୀ ବାବାଙ୍କୁ ଦେଖା କରିବାକୁ ଆସି ଠିଆ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ମନ୍ତ୍ରୀ ଜଣକ ପ୍ରଶ୍ନକଲେ, 'ବାବା' । ଆପଣ ଏ ନିରସ ପାହାଡି ଭୂଇଁରେ ଫଳ, ଫୁଲ ବୃକ୍ଷ ଲଗାଇ ଏହାକୁ ନନ୍ଦନକାନନ ପରି ଶୋଭାୟମାନ କରି ଅସାଧ ସାଧନ କରିଛନ୍ତି । ପୁଣି ସେ ପାଣି ବୋହୁଥିବା ଲୋକଟି ଆଡକୁ ଅନାଇ ଚମକିପଡ଼ି ପ୍ରଶ୍ନ କଲେ । ବାବା" ଇୟେ ସେଇ ଲୋକ ନା ଯିଏ ଆପଣଙ୍କର ବିରୋଧ କରୁଥିଲା । ଆପଣଙ୍କର ଆଶ୍ରମ କୁଟୀରକୁ ଜାଳି ଦେଇଥିଲା ?

ସାଧକ ଉତ୍ତର ଦେଲେ, ହଁ ଇୟେ ସେଇ ଲୋକ । ମୋ କୁଡିଆ ଜାଳି ଦେଲେ ବି ମୋର ମନରେ ଦୁଃଖ ନ ଥିଲା । କାରଣ ମୁଁ ଈଶ୍ୱରାର୍ପିତ ସବୁକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଇଚ୍ଛା ବୋଲି ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଥାଏଁ । ମୋ କୁଡିଆଟି ଜଳି ଯାଇଥିବାରୁ ଜଣେ ଧନୀ ଲୋକ ଆସି ଏଇ ପକ୍କାଘରଟିଏ ସ୍ୱତଃ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇ ଏଠାରେ ନିର୍ମାଣ କରି ଦେଲେ । କିଛି ଦିନ ପରେ ଏଇ ଲୋକଟି ଏକ ଦୁଃସାଧ ବ୍ୟାଧିଗ୍ରସ୍ତ ହେବାରୁ ତାକୁ ତା ଘର ଲୋକେ ତଡ଼ି ଦେଇଥିଲେ । ପୋକ ଜୋକ ସାଲୁବାଲୁ ହୋଇ ଅସହାୟ ଭାବେ ଏ ବିଚରା ରାସ୍ତା କଡ଼ରେ ପଡିଥିବା ଦେଖି ମୁଁ ତାକୁ ଆଶ୍ରମକୁ ଆଣି ଚିକିତ୍ସା କରି ଔଷଧ ଦେଲି । ସେ ଭଲ ହେବା ପରେ ବି ଏଇଠି ସାରା ଜୀବନ ପାଇଁ ମୋ ସାଙ୍ଗରେ ଅଛି ମୋର ଡାହାଣ ହାତ ଭଳି ସବୁ କାମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରି । ପରମ ଶତ୍ରୁ ଏବେ ମୋର ପରମମିତ୍ର ହୋଇ ଯାଇଛି । ମନ୍ତ୍ରୀ କହିଲେ ମହାତ୍ମା ! ଆପଣ ଅସାଧ ସାଧନ କରିଛନ୍ତି ।

ମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ତାଙ୍କ ଲୋକ ଚାଲିଯିବା ପରେ ସୌମ୍ୟ ସାଧକଙ୍କ ନିକଟକୁ ଆସି ପାଦତଳେ ପଡିଗଲା ଓ କହିଲା ପ୍ରଭୁ ! ମୋତେ ଶିଷ୍ୟ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ।' ସାଧୁ ତାକୁ ଉଠାଇ କହିଲେ । ଉଠ ! ତୁମେ ଆଜି ଠୁଁ ମୋ ଶିଷ୍ୟ ହେଲ । ଲୋଭ, ମୋହ, କାମ କ୍ରୋଧକୁ ଜୟ କରିବା । ଅହଂ ଭାବ ଭୁଲି ଈଶ୍ୱରାର୍ପିତ ହେବା, ଦୁଃଖୀର ଦୁଃଖ ଦୂର କରିବା, ନିଜ ସ୍ୱାର୍ଥ ଭୁଲି ପରୋପକାରରେ ମଗ୍ନ ହେବା, ସୁଖ, ଦୁଃଖ ସବୁ ଅବସ୍ଥାରେ ସମଚିତ୍ତ ରହିବା । ଏସବୁ ହେଉଛି ଅସାଧ ସାଧନ ଉପରେ ଉଡିବା, ମଣିଷକୁ ପଶୁ କରିଦେବା । ଚନ୍ଦ୍ରତାରା ତୋଳି ଆଣିବା ଇତ୍ୟାଦି ଅଲୌକିକ କ୍ରିୟା ଅସାଧ ସାଧନ ନୁହେଁ ଭେଳିକି ମାତ୍ର । ଉଠ, ଈଶ୍ୱରାର୍ପିତ ହୋଇ ସଦାଚାରୀ ହୋଇ ଲୋକ ମଙ୍ଗଳ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିୟୋଜିତ ହୁଅ । ଅମଙ୍ଗଳକୁ ମଙ୍ଗଳରେ ପରିଣତ କରିବା ହିଁ ତ ହେଉଛି ଅସାଧ ସାଧନ । ନିଜ ଆତ୍ମା ଯଦି ବ୍ରହ୍ମ, ଅନ୍ୟର ଆତ୍ମାରେ ବି ସେଇ ବ୍ରହ୍ମ ଅଛନ୍ତି ଅନୁଭବ କର । ଅସାଧ ସାଧନ କରିପାରିବ ।

ବରପାଲିପଡ଼ା, ବଲାଙ୍ଗିର

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଭଗବାନଙ୍କ ନାମରେ ଯେ ତନ୍ମୟ ହୁଅନ୍ତି ତାଙ୍କର ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ବାଗଦାନ ହୋଇଥାଏ । ଲୌକିକ ରୀତିରେ ମଧ କନ୍ୟା, ବରଙ୍କ ବାଗଦାନ ପରେ ପରିଣୟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୁଏ । ବାଗଦାନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିବାହ ହୁଏ ନାହିଁ । ସେହିପରି ନାମ ଜପ କରି ଭଗବାନଙ୍କ ସହ ବାଗଦାନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବ ଶିବ ସହିତ ମିଳିତ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଜଗତର ଯେତେ ସାଧୁ ମହାତ୍ମା ଅଛନ୍ତି ସମସ୍ତେ ଭଗବାନଙ୍କର କୌଣସି ନା କୌଣସି ନାମ ଜପରେ ତନ୍ମୟ ହୋଇଛନ୍ତି । ନାମ ସେବା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ବିଗିଡି ଯାଇଥିବା ମନ ସୁଧୁରି ଥାଏ । ପାପ ସମସ୍ତେ କରନ୍ତି । ଗରିବ କରନ୍ତି, ଶ୍ରୀମାନ କରନ୍ତି । ଜ୍ଞାନୀ କରନ୍ତି ଅଜ୍ଞାନୀ କରନ୍ତି । କଥାକାର ପାପ କରନ୍ତି, ଶ୍ରୋତା ପାପ କରନ୍ତି । ଭଗବାନଙ୍କ ନାମରେ ତନ୍ମୟ ହୋଇଗଲେ ଭଗବାନ ଜୀବର ହୃଦୟକୁ ଆଲୋକିତ କରନ୍ତି । ତେବେ ଯାଇ ପାପ ଜୀବକୁ ଛାଡି ଚାଲି ଯାଇଥାଏ । କେବଳ ଭଗବାନଙ୍କ ଦର୍ଶନରେ ପାପ ଚାଲିଯାଏ ନାହିଁ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଦୁର୍ଯ୍ୟୋଧନଙ୍କୁ ଦ୍ୱାରକାନାଥ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଦର୍ଶନ ଅନେକବାର ହୋଇଛି । ଏପରିକି ଦୁର୍ଯ୍ୟୋଧନକୁ ପାପପୁଣ୍ୟ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଇଛନ୍ତି । ବହୁତ ବୁଝାଇଛନ୍ତି । ଦୁର୍ଯ୍ୟୋଧନ ପାପ କରିବାରୁ ନିବୃତ୍ତ ହେଲେ ନାହିଁ । ରାବଣଙ୍କୁ ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କର ଦର୍ଶନ ହୋଇଥିଲା । ରାବଣଙ୍କ ବୁଦ୍ଧି ସୁଧୁରିଲା ନାହିଁ । ରାବଣ ସୁଧୁରି ଥିଲେ ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଶରଣରେ ଆସି ଯାଇ ଥାନ୍ତେ । ଅଠର ଦିବସ କରି ମହାଘୋର ରଣ, ଶେଷେ ଦଶାନନ ଯହୁଁ ହୋଇଲା ନିଧନ । ଅଠର ଦିନଯାକ ରାବଣ ଯୁଦ୍ଧକୁ ମହାତ୍ମ୍ୟ ବୁଝାଇ ଯୁଦ୍ଧ ନ କରିବାକୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ କିଛି ଫଳ ହେଇନାହିଁ । ରାବଣ ଯୁଦ୍ଧ କରି ମରିଛନ୍ତି । ରାମାୟଣରେ ବର୍ଣ୍ଣନା ଅଛି ଯେ, ଶ୍ରୀରାମ ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କୁ ଆପଣେଇ ନେଲେ, ସୁଗ୍ରୀବ ରାମଙ୍କ ସହିତ ମୈତ୍ରୀ କଲେ । ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କୁ କିଷ୍କିନ୍ଧ୍ୟା ରାଜ୍ୟ ମିଳିଛି । ଅପହୃତା ପତ୍ନୀ ମିଳିଛି ତଥାପି ସୁଗ୍ରୀବ ସବୁ ଭୁଲି ଯାଇ ସଂସାର ସୁଖରେ ନିମଜ୍ଜିତ ହୋଇ ପାପ କରିଛନ୍ତି । ଯେଉଁ ସୁଗ୍ରୀବ ସୁଧୁରି ଥିଲେ । ଜୀବ ପାପ ଛାଡିବା ବଡ଼ କଷ୍ଟ । ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କୁ ସବୁ ମିଳିଛି କିନ୍ତୁ ପାପ ଛାଡି ନ ଥିଲା । ମାତ୍ର ରାମଭକ୍ତ ହନୁମାନଙ୍କ ବୁଦ୍ଧି କେବେ ବିଗିଡି ନାହିଁ । ହନୁମାନ କେବେ ପାପ କରି ନାହାନ୍ତି ତା'ର କାରଣ ମୁଖ୍ୟରେ ସର୍ବଦା ରାମ ନାମ । 'ଜୟ ଶ୍ରୀରାମ' ମନ୍ତ୍ର କେବେ ଛାଡି ନାହାନ୍ତି । ତେଣୁ ପାପ ତାଙ୍କ ପାଖ ମାଡ଼ି ପାରି ନାହିଁ । ରାମ ଦର୍ଶନ ପରେ ସୁଗ୍ରୀବ ରାମ ନାମ ଛାଡି ଦେଲେ । ତେଣୁ ପାପ ତାଙ୍କୁ ଛାଡିଲା ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ହନୁମାନ ରାମ ଦର୍ଶନ ପରେ ନିରନ୍ତର ରାମ ନାମ ଜପରେ ନିମଗ୍ନ ଥିଲେ । ତେଣୁ ପାପ ଭାଗୀ ହୋଇ ନାହାନ୍ତି ।

ଆରାମଦାୟକ ଜୀବନ ଆମକୁ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ କରାଉଛି

ବହୁତ ସୁଖ ସୁବିଧା ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇପାରେ, ଯେତେବେଳେ କି କମ୍ ସୁଖ ସୁବିଧା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଉତ୍ତମ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହି କଥା ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନର ଏକ ସର୍ଭେ ରିପୋର୍ଟ କିଛି ଏହିପରି ପ୍ରକାଶ କରିଛି ଯେ, ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦୁନିଆରେ ଆରାମଦାୟକ ଜୀବନ ଏତେ ମାତ୍ରାରେ ବିସ୍ତାର ଲାଭ କରିଛି, ଯାହାର କୁପ୍ରଭାବ ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ପଡୁଛି ଏବଂ ଚିନ୍ତାଜନକ କଥା ହେଲା ଏହି ମାମଲାରେ ଭାରତୀୟମାନେ ବହୁତ ଆଗରେ ଅଛନ୍ତି ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁଗ ଯନ୍ତ୍ରଚାଳିତ । ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ହାତର ଉପଯୋଗ କରାଯାଉଥିଲା, ଯେଉଁଥିରେ ପରିଶ୍ରମ ହେଉଥିଲା, ଝାଳ ବୋହୁଥିଲା । ସେହି କାମ ଏବେ ମଧ କରାଯାଉଛି, କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ ପରିଶ୍ରମ କମ୍ ଲାଗୁଛି, ସମୟ କମ୍ ଲାଗୁଛି ଏବଂ ତଦନୁସାର ଝାଳ ମଧ କମ୍ ବୋହୁଛି । କାମ କରିବାର ଏହି ପ୍ରଣାଳୀ ପଛେ ଆମ ସୁବିଧା ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ହେଉଛି ଏବଂ ତାହା ମାଧ୍ୟମରେ କମ୍ ସମୟରେ ଆମର ବହୁତ କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଯାଉଛି, କିନ୍ତୁ ଏହାର ଦୁଷ୍ପ୍ରଭାବ କାରଣରୁ ବ୍ୟକ୍ତିର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବହୁତ ଖରାପ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛି ।

ପ୍ରଥମେ ଘରର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଘରର ମହିଳାମାନେ ହାତରେ କରୁଥିଲେ, ଯେପରି ଅଟା ପେଷିବା, ମସଲା ବାଟିବା, ଶସ୍ୟ ବାଛିବା, କପଡ଼ା ଧୋଇବା, ରୋଷେଇ କରିବା ଇତ୍ୟାଦି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘରେ ଶିଳ ଓ ପଥରର ଚକି ରହୁଥିଲା, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଚଟଣି, ମସଲା ଓ ଅଟା ଇତ୍ୟାଦି ପେଷା ଯାଉଥିଲା, କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଅଟା ଓ ମସଲା ଚକିରେ ପେଷା ଯାଉଛି କିମ୍ବା ଏଗୁଡିକ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ବିକ୍ରି ହେଉଛି । ଏହା ସହିତ ଚଟଣି ତିଆରି କରିବା ପାଇଁ ମିକ୍ସର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଉଛି, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ରୋଷେଇ କାର୍ଯ୍ୟ ବହୁତ ଶୀଘ୍ର ହୋଇ ଯାଉଛି ଏବଂ ସମୟର ମଧ ସଞ୍ଚୟ ହେଉଛି, କିନ୍ତୁ ଏହା ଯୋଗୁଁ ପରିଶ୍ରମ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ଚାଲି ଯାଉଛି ।

ପୂର୍ବେ ଶସ୍ୟ ଯେପରି ଚାଉଳ, ଡାଲି ସଫା କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ ନିଜ ହାତରେ କରାଯାଉଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଆଜିକାଲି ସଫା ଚାଉଳ ଡାଲି ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଛି, ଯାହାକୁ ଲୋକମାନେ ସହଜରେ କିଣି ପାରୁଛନ୍ତି । ପୂର୍ବେ ଲୋକମାନେ ଲୁଗାପଟା ନିଜ ହାତରେ ଧୋଉଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ଆଜିକାଲି କପଡ଼ା ୱାସିଂ ମେସିନରେ ସଫା କରାଯାଉଛି କିମ୍ବା ତାହାକୁ ଧୋଇବା ବା ଇସ୍ତ୍ରୀ କରିବା ପାଇଁ ଲଣ୍ଡ୍ରିକୁ ପଠାଯାଉଛି ।

ପୂର୍ବରୁ ଲୋକମାନେ ପାଦରେ ଚାଲି ଚାଲଇ କିମ୍ବା ସାଇକେଲ ଦ୍ୱାରା ଯିବା ଆସିବା କରୁଥିଲେ, ବହୁତ କମ୍ ମୋଟରଗାଡିର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଆଜିକାଲି କେଉଁଠିକୁ ଯିବା ଆସିବା ପାଇଁ ବାଇକ୍, ଅଟୋ, କାର୍, ଟ୍ରେନ ବା ପ୍ଲେନ ଆଦି ବହୁତ ଭାବରେ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଛି, କାରଣ ଏହା ମାଧ୍ୟମରେ ଅନେକ କିଲୋମିଟରର ଦୂରତାକୁ ଅତି ସହଜରେ କମ୍ ସମୟରେ ପହଞ୍ଚିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରୁଛି ।

ପୂର୍ବେ କୌଣସି ବାର୍ତ୍ତା ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କୁ ପଠାଇବା ପାଇଁ ବହୁତ ସମୟ ଲାଗୁଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଆଜିକାଲି ଯେ କୌଣସି ବାର୍ତ୍ତା ମାତ୍ର କିଛି ସେକେଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ହିଁ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରୁ ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାନକୁ କିମ୍ବା ଗୋଟିଏ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଖରୁ ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଖକୁ ସରଳ ଭାବରେ ପହଞ୍ଚି ଯାଉଛି ।

ଏହିପରି ପୂର୍ବକାଳ ଓ ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଆକାଶ ପାତାଳ ପ୍ରଭେଦ ରହିଛି, କିନ୍ତୁ ଏତେ ସୁବିଧା ଥାଇ ମଧ ଆମର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହେବା ବଦଳରେ ଲଗାତାର କ୍ଷୟ ହେବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି ।

ଆଜି ଆମ ଜୀବନରେ ସକ୍ରିୟତା ପଛେ ରହିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ଆରାମଦାୟକ ଜୀବନକୁ ବହୁତ ପସନ୍ଦ କରାଯାଉଛି । ମନୋଚିକିତ୍ସକଙ୍କ କହିବା କଥା ଯେ ସକ୍ରିୟତାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ଆପଣ କେବଳ ମାନସିକ ଶକ୍ତି ଲଗାତାର ସକ୍ରିୟ କରନ୍ତୁ । ସେହି ସକ୍ରିୟତା ଫଳଦାୟୀ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କର ପସନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କୁ ସୁଖ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ସର୍ତ୍ତ ହେଉଛି ଆମେ ନିଜ ପାଇଁ ଏପରି ଦିନଚର୍ଯ୍ୟା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବା, ଯାହା ଫଳରେ ଆମେ ଆମ ଜୀବନରେ ଲଗାତାର ଆସୁଥିବା ଚାପରୁ କିଞ୍ଚିତ ମୁକ୍ତି ପାଇ ପାରିବା, ଅନ୍ୟଥା ଆମର ଜୀବନଶୈଳୀ ହିଁ ଆମକୁ ରୋଗ ରୂପକ ଉପହାର ପ୍ରଦାନ କରିବ ।

ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ପୌଷ୍ଟିକ ଭୋଜନ, ବ୍ୟାୟାମ, ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ଶ୍ରମ, ଆରାମ ଇତ୍ୟାଦି ଜରୁରୀ, କିନ୍ତୁ ଏହା ସହିତ ଆମ ପରିବେଶରେ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଓ ସଫାସୁତୁରା ମଧ ଜରୁରୀ । ଏଥିପାଇଁ ନିଜେ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ହେବ, କାରଣ ବେମାରି ସ୍ୱୟଂ ଆସେ ନାହିଁ, ବରଂ ଆମେ ସେଗୁଡିକୁ ଆସିବା ପାଇଁ ସୁଯୋଗ ଦେଇଥାଉ । ଏପରି ପରିସ୍ଥିତି ନିର୍ମାଣ କରିଥାଉ ଯେପରି ସେଗୁଡିକୁ ଆସିବା ପାଇଁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ମିଳି ପାରିବ । ସେଥିପାଇଁ ବେମାରି ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାର ଯାହା ବି କାରଣ ରହିଛି, ଆମେ ତାହାକୁ ସ୍ୱୟଂ ଦୂରୀଭୂତ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ଉଚିତ ପ୍ରୟାସ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଆଜିକାଲି ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ତୀବ୍ର ଗତିରେ ଆଗକୁ ବଢ଼ି ଚାଲିଛି, ଏହା ସହିତ ପାଦ ମିଶାଇବାକୁ ହେଲେ ମେସିନ ଦ୍ୱାରା କାମ ସମ୍ପାଦନ କରିବା ଆମର ବିବଶତା ହୋଇଯାଇଛି । ଆମେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଏହାକୁ ଆରାମଦାୟକ ଜୀବନ କହି ପାରିବା ନାହିଁ, କାରଣ ଏଥିରେ ଆମର ଇଚ୍ଛା ଚାଲେ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ତଥାପି ଆମେ ନିଜ ଜୀବନର ଯେଉଁ କୃତ୍ରିମତା ଗ୍ରହଣ କରିଛୁ, ତାହା ଆମ ପାଇଁ ଆଦୌ ଲାଭଦାୟକ ନୁହେଁ । ଯେପରି ସତେଜ ବାୟୁ ସେବନ କରିବା ଛାଡ଼ି ଘରେ ଏ.ସି.ରେ ରହିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରିବା, ଘରେ ସବୁଜତା ନ ବଢ଼ାଇ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ଗୁଛ ଓ ଫୁଲରେ ଘର ସଜାଇବା ଇତ୍ୟାଦି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଯେଉଁ ଲାଭ ପ୍ରକୃତି ସାନ୍ନିଧ୍ୟରେ ରହିଲେ ମିଳେ ତାହା ଆମକୁ ମିଳି ନ ଥାଏ ।

ଆମ ଜୀବନରେ ସୁଖ ସୁବିଧା ବଢ଼ିବା ଯୋଗୁଁ ଆମ ମନର ସ୍ୱାଭାବିକ ଶତ୍ରୁ ଆଳସ୍ୟ ତୀବ୍ର ଗତିରେ ବିକଶିତ ହୋଇଛି । ଏହି ସବୁ କାରଣରୁ ଏପରି ସ୍ଥିତି ଉପୁଜିଛି ଯେ ଆଜି ୧୩୫ କୋଟି ଜନସଂଖ୍ୟା ମଧ୍ୟରୁ ୪୨ କୋଟି ଲୋକ ଏହାର କବଳରେ ପଡ଼ି ବୋର ହେଉଛନ୍ତି । ନିକଟରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନର ଏକ ସର୍ଭେ ଅନୁସାରେ କାମ କରିବାରେ ଆଳସ୍ୟ ପରାୟଣତା ଯୋଗୁଁ ଏବଂ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଶ୍ରମ ନ କରିବା କାରଣରୁ ଭାରତୀୟ ଲୋକେ ଡାଇବେଟିସ୍ ଅର୍ଥାତ୍ ମଧୁମେହ ରୋଗ ତାଲିକାରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନରେ ଏବଂ ପିଲାମାନଙ୍କ ମେଦ ବହୁଳତା ତାଲିକାରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ଅଛନ୍ତି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଫିଟ୍ ରହିବାର ଏପରି ଭୂତ ସବାର ହୋଇଛି ଯେ ଘରେ ଘରେ ଟ୍ରେଡମିଲ ଦେଖାଯାଉଛି, କିନ୍ତୁ ତଥାପି ମଧ ଡାଇବେଟିସ୍, ଥାଇରଏଡ୍, ଏସିଡିଟି କିମ୍ବା ପଥୁରି ରୋଗ ସମେତ ଏପରି ଅନେକ ବେମାରି ଆଜି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘରେ ଅତିଥି ହେବାରେ ଲାଗିଛି ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଷୟରେ ମହିଳାମାନଙ୍କ ସ୍ଥିତି ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଦୁର୍ବଳ ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ପାଣି ପିଇବେ କିପରି ?

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ବସିଥିବା ସମୟରେ ହିଁ ପାଣି ପିଇବା ସବୁଠୁ ଉତ୍ତମ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ତେବେ ଏବର ଜୀବନଶୈଳୀରେ ତରତର ହୋଇ କାମ କରୁଥିବା ଲୋକେ ଛିଡ଼ା ହୋଇ କିମ୍ବା କାମ କରୁଥିବା ବେଳେ ହିଁ ପାଣି ପିଇବାକୁ ଉଚିତ୍ ମଣିଥାନ୍ତି । ଏହା କାରଣରୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ କୁପ୍ରଭାବ ପଡିଥାଏ ।

ଚାଲିଚାଲି ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ବୃକକ୍ ଖରାପ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ସର୍ବାଧିକ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ପାଣି ପିଇଲେ ବୃକକ୍ ସଂକ୍ରମଣ ହେବାର ଭୟ ରହିଛି ବୋଲି ପରୀକ୍ଷାରୁ ପ୍ରକାଶ ।

ଏପରି ଭାବେ ପାଣି ପିଇଲେ ଖାଦ୍ୟ ଠିକ୍ ଭାବେ ହଜମ ହୁଏନାହିଁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟ କୋଲେଷ୍ଟରଲରେ ପରିଣତ ହୋଇ ହୃଦରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ସର୍ବାଧିକ ।

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ହାଡ଼, ଗଣ୍ଠିକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ମିଳି ନ ଥାଏ । ଏଣୁ ବିନ୍ଧା ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିଥାଏ ।

ଏପରି କରୁଥିବା ଲୋକେ ଅଳସର ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଉଥିବାର ପରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣାପଡିଛି । ଏହା ସହ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଓ ଅମ୍ଳଜନିତ ଅସୁବିଧା ମଧ ଉପୁଜେ ।

ଏଣୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ପାଣି ପିଇବା ସମୟରେ ଏଣେତେଣେ ନ ଚାଲି କିମ୍ବା ଛିଡ଼ା ନ ହୋଇ ବରଂ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ବସି ବେଶ୍ ଆରାମରେ ପାଣି ପିଇବା ଉଚିତ୍ ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ପପୁ ପାର୍କରେ ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ଧରି ଖାଲିରେ ବସିଥାଏ । ସାଙ୍ଗରେ ଥିବା ତା'ର ସାଙ୍ଗ ଏହା ଦେଖି: ତୁ ଏମିତି ସମୟ ବରବାଦ୍ କାହିଁକି କରୁଛୁ ?

ପପୁ: ମୁଁ ପ୍ରତିଶୋଧ ନଉଛି ।

ସାଙ୍ଗ: କେଉଁ ପ୍ରତିଶୋଧ ଓ କାହାଠୁ ନଉଛୁ ?

ପପୁ: ସମୟ ମତେ ବରବାଦ୍ କରି ଦେଇଛି । ଏବେ ମୁଁ ତାକୁ ବରବାଦ୍ କରୁଛି । ହିସାବ ବରାବର୍ ।

× × × ×

କଲେଜରେ ଦିନେ ଜଣେ ଶିକ୍ଷକ ଏକ ସୁନ୍ଦର କଥା କହି ପିଲାଙ୍କୁ **ବୁଝାଉଥାନ୍ତି**: ଜାଣିଛ ପିଲେ, ଦିନେ ଏକ ଗଧ ଆଗରେ ମଦ ଓ ପାଣି ରଖାଗଲା ।

ହେଲେ ସେ ମଦ ନ ପିଇ ପାଣି ପିଇଲା । ଏଥିରୁ କ'ଣ ଶିଖିଲ କହିଲ ଦେଖି ?

ଛାତ୍ର: ସାର୍, ଯିଏ ମଦ ନ ପିଏ ସିଏ ଗଧ ।

× × ×

ପରୀକ୍ଷାରେ ନର୍ସରୀ ପିଲାଟିଏ ଉତ୍ତର ଖାତା ଉପରେ ସୁସୁ କରିଦେଲା ।

ଏହା ଦେଖି ମିସ୍: ତୁ ଉତ୍ତର ଖାତା ଉପରେ ସୁସୁ କାହିଁକି କଲୁ ?

ଛୋଟ ପିଲାଟି: ମାମା, ମତେ ପରା ଭଲକି ବୁଝେଇକି କହିଥିଲା: ଯୋଉଟା ତତେ ପ୍ରଥମେ ଆସିବ ସେଇଟାକୁ ପେପରରେ କରିବୁ । ମୋର ସୁସୁ ଆସିଲା, ସେଥିପାଇଁ କରିଦେଲି...

× × × ×

ଛାଡ଼ପତ୍ର ମାମଲାରେ ଶୁଣାଣି କରୁଥିବା ଜଜ୍ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କହିଲେ ତମକୁ ନିଜ ଦରମାର ଅଧା ତୁମ ସ୍ତ୍ରୀକୁ ଦେବାକୁ ହେବ ।

ସ୍ୱାମୀ: ସାର୍, ବହୁତ ଧନ୍ୟବାଦ । ମୋ ଜୀବନ ଧନ୍ୟ ହୋଇଗଲା ।

ଜଜ୍: ଅଧା ଦରମା ସ୍ତ୍ରୀକୁ ଦେବ । ତଥାପି ତୁମେ ଖୁସି ଅଛ ?

ସ୍ୱାମୀ: ଅଧା ଦରମା ତ ଏବେଠୁ ମୋ ପାଖରେ ରହିବ ନା ସାର୍ ।

× × × × × × ×

ସ୍ୱାମୀ ମନଦୁଃଖରେ ଘରକୁ ଫେରିଲା ।

ସ୍ତ୍ରୀ: କ'ଣ ହେଇଛି ?

ସ୍ୱାମୀ: ଆଜି ଆମ ଅଫିସ ଛାତ ଗଳିପଡିଲା । ଅଫିସର ସମସ୍ତେ ମରିଗଲେ ।

ସ୍ତ୍ରୀ: ତମେ ସେତେବେଳେ କ'ଣ କରୁଥିଲ ?

ସ୍ୱାମୀ: ମୁଁ ବାହାରକୁ ସିଗାରେଟ୍ ପିଇବା ପାଇଁ ଆସିଥିଲି ।

ସେତିକିବେଳେ ଖବର ଆସିଲା ଯେ ସରକାର ସବୁ ମୃତକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ୨ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ସହାୟତା ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି ।

ସ୍ତ୍ରୀ: ତମର ସିଗାରେଟ୍ ଟାଣିବାର ବଦଭ୍ୟାସ କେବେ ଛାଡିବ କେଜାଣି ?

ବର୍ଷ ୨୫, ସଂଖ୍ୟା-୨୨, ୨୭ ଜୁନ୍ - ୦୩ ଜୁଲାଇ ୨୦୨୧

ମହିଳା ସଂରକ୍ଷଣ ବିଲ୍ ପାସ୍ ହେଉ ନାହିଁ କାହିଁକି ?

ବର୍ଷେ କି ଦୁଇବର୍ଷ ନୁହେଁ, ଇତି ମଧରେ ୧୧ ବର୍ଷ ବିତିଗଲାଣି ଅଥଚ ମହିଳା ସଂରକ୍ଷଣ ବିଲ୍ ଲୋକସଭାରେ ଅନୁମୋଦନ ଲାଭ କରିପାରୁ ନାହିଁ । ଭାରତବର୍ଷରେ ସମ୍ଭବତଃ ଏହି ଗୋଟିଏ ବିଲ୍ ରହିଛି, ଯାହା ରାଜ୍ୟସଭାରେ ଅନୁମୋଦନ ପରେ ଲୋକସଭାରେ ପାରିତ ହେବା ଲାଗି ଏତେ ବର୍ଷ ଧରି ଅପେକ୍ଷା କରି ରହିଛି । ସବୁ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ମହିଳାଙ୍କ ସ୍ୱାର୍ଥ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ବୟାନବାଜି କରୁଥିଲେ ହେଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଅଧିକାର ଦେବା ଲାଗି କିଭଳି ପଛଘୁଞ୍ଚା ଦେଉଛନ୍ତି ତାହା ଏହି ବିଲ୍ ଦେଖି ଯେ କେହି ଅନୁମାନ କରିପାରିବ ।

ଏହି ବିଲ୍ ସଂସଦରେ ଅଟକି ରହିବାର କାରଣ ଥିଲା ଲାଲୁ ପ୍ରସାଦ ଯାଦବଙ୍କର ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଜନତା ଦଳ ଏବଂ ସମାଜବାଦୀ ପାର୍ଟି ଏହାକୁ ଘୋର ବିରୋଧ କରୁଥିଲେ । ଲୋକସଭାରେ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ରାଜନୈତିକ ଦଳର ସଂଖ୍ୟା ଗରିଷ୍ଠ ସଦସ୍ୟ ନ ଥିବା କାରଣରୁ ଏହି ବିଲ୍ ଅନୁମୋଦନ ଲାଭ କରିବାରେ ସରକାର ଅଡୁଆରେ ପଡୁଥିଲେ । ହେଲେ ଏବେ କିନ୍ତୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ଏକଥା ନସ୍ପ ହୋଇଯାଉଛି ସେ ରାଜନୈତିକ ଦଳମାନଙ୍କୁ ଢ଼ାଲ କରି ଅସଲରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ହିଁ ବିଲକୁ ଅଟକାଇ ରଖିଛନ୍ତି । କାରଣ ଏବେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ରାଜନୈତିକ ଦଳ ବିରୋଧ କଲେ ବି ଏହି ବିଲ୍ ପାସ କରିବାରେ କୌଣସି ଅସୁବିଧା ନାହିଁ । ଲୋକସଭାରେ ଏବେ ବିଜେପି ଏକକ ସଂଖ୍ୟା ଗରିଷ୍ଠ ଦଳ ଭାବେ ଶାସନରେ ରହିଛି ଯଦିଓ ରାଜ୍ୟ ସଭା ଗଣିତ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଓ ପ୍ରାକ୍ ନିର୍ବାଚନୀ ମେଣ୍ଟ କାରଣରୁ ସେମାନେ ଅନ୍ୟ ସହଯୋଗୀ ଦଳଙ୍କୁ ସାଙ୍ଗରେ ରଖୁଛନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ୍ ଏକା ବିଜେପି ସଦସ୍ୟ ଚାହିଁଲେ ଏହି ବିଲ୍ ଲୋକସଭାରେ ଅତି ସହଜରେ ପାରିତ ହୋଇ ପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଇତି ମଧରେ ମୋଦୀଙ୍କ ଦ୍ୱିତୀୟ ପାଳିକୁ ଦୁଇ ବର୍ଷ ବିତିଗଲାଣି । ହେଲେ ଏହି ବିଲ୍ ସଂସଦରେ ଆଣିବା ଲାଗି ସେମାନେ ଚାହୁଁନାହାନ୍ତି । ଅଥଚ ଏକାଧିକ ବିବାଦୀୟ ବିଲ୍ ଇତିମଧ୍ୟରେ ସଂସଦର ଅନୁମୋଦନ ଲାଭ କରିସାରିଲେଣି ।

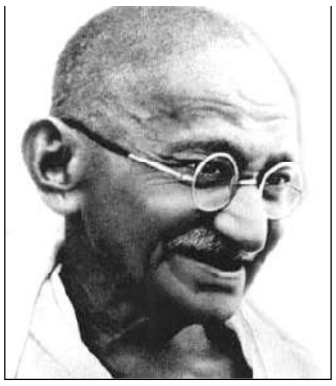
୨୦୧୯ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ୩୩ ପ୍ରତିଶତ ସ୍ଥାନ ମହିଳାଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଲୋକସଭା ଓ ବିଧାନସଭାରେ ସଂରକ୍ଷଣ ଦାବି ଉପସ୍ଥାପନ କରି ନବୀନ ପୁଣି ଥରେ ସବୁ ରାଜ୍ୟଙ୍କୁ ଚେତାଇଥିଲେ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଉପରେ ଚାପ ସୃଷ୍ଟି କରିଥିଲେ । ହେଲେ ଅନ୍ୟମାନେ କେହି ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଯେଉଁଭଳି ତତ୍ପରତା ଦେଖାଇବା କଥା ତାହା ପରିଦୃଷ୍ଟ ହେଲାନାହିଁ । ଶେଷରେ ନବୀନ ସଂସଦର ବିଲ୍ ଅନୁମୋଦନକୁ ଅପେକ୍ଷା ନ କରି ଏହି ପ୍ରସ୍ତାବକୁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିବା ଲାଗି ଅଣ୍ଟାଭିଡ଼ିଥିଲେ । ବିଜେଡି ୩୩ ପ୍ରତିଶତ ଆସନ ମହିଳାଙ୍କୁ ଲୋକସଭାରେ ପ୍ରଦାନ କରି ଉପଯୁକ୍ତ ସମ୍ମାନ ପାଇବାରେ ସେମାନେ ବି ହକ୍‌ଦାର ଏକଥା ଦେଶକୁ ଜଣାଇଥିଲା ।

ନବେ ଦଶକରେ ମାଆ ମାନଙ୍କୁ ଶାସନର ଚାବି ଧରାଇବା ଲାଗି ପୂର୍ବତନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ଐତିହାସିକ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥିଲେ । ସେବେ ପଞ୍ଚାୟତ ଓ ପୌର ନିର୍ବାଚନରେ ମହିଳାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ୩୩ ପ୍ରତିଶତ ଆସନ ସଂରକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥିଲା । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଏହାକୁ ୫୦ ପ୍ରତିଶତକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଛନ୍ତି । ମହିଳାମାନଙ୍କ ପ୍ରତିଭାର ବିକାଶ ଲାଗି ସେମାନଙ୍କୁ ସୁଯୋଗ ଦିଆଯିବା ଦରକାର ବୋଲି ଓଡ଼ିଶା ବାରମ୍ବାର ମତ ରଖି ଆସୁଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ନିରବ ରହିବା କେଉଁଠି ନା କେଉଁଠି ସୂଚାଇ ଦେଉଛି ମହିଳା ଶାସନର ନେତୃତ୍ୱ ନିଅନ୍ତୁ, ଏକଥା ସେମାନେ ଚାହୁଁ ନାହାନ୍ତି ।

ସ୍ମରଣ ଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ୧୯୯୬ ମସିହାରେ ଯେବେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଏଚ୍.ଡି ଦେବଗୌଡ ଥିଲେ, ସେବେ ମହିଳାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ୩୩ ପ୍ରତିଶତ ଆସନ ସଂରକ୍ଷଣ ପ୍ରସଙ୍ଗ ସଂପର୍କିତ ବିଲ୍ ଲୋକସଭାରେ ଆଗତ ହୋଇଥିଲା । ମାତ୍ର ଏହା ଆଗକୁ ବଢ଼ିପାରିଲା ନାହିଁ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଅଟଳ ବିହାରୀ ବାଜପେୟୀ ଏହି ବିଲକୁ ଆଗକୁ ନେବାକୁ ଯାଇ ବିଫଳ ହୋଇଥିଲେ । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମନମୋହନ ସିଂହଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ୨୦୦୮ ମସିହାରେ ମହିଳାଙ୍କ ଆସନ ସଂରକ୍ଷଣ ସଂପର୍କିତ ବିଲ୍ ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ମୋହର ମାରିଥିଲେ । ୨୦୦୮ ମସିହା ମେ' ମାସରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଲୋକସଭାରେ ଓ ପ୍ରତି ବିଧାନସଭାରେ ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ୩୩ ପ୍ରତିଶତ ଆସନ ସଂରକ୍ଷଣ ସଂପର୍କିତ ବିଲ୍ ଆଗତ କରିଥିଲେ । ପାଖାପାଖି ଦୁଇବର୍ଷ ଧରି କସରତ ପରେ ଏହା ୨୦୧୦ ମାର୍ଚ୍ଚ ୯ ତାରିଖରେ ରାଜ୍ୟସଭାରେ ପାରିତ ହୋଇଥିଲା । ସେବେଠାରୁ ଲୋକସଭାର ଅନୁମୋଦନ ଲାଗି ଏହି ବିଲ୍ ପଡି ରହିଛି ଏବଂ ସମସ୍ତେ ମହିଳାଙ୍କ ସ୍ୱାର୍ଥ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ କୁମ୍ଭୀର କାନ୍ଦଣା ଜାରି ରଖିଛନ୍ତି । ୧୯୯୩ ମସିହାରେ ସମ୍ବିଧାନ ସଂଶୋଧନ ପରେ ପରେ ମହିଳାଙ୍କୁ ତୃଣମୂଳସ୍ତରରେ ଶାସନ ଗାଦିରେ ବସାଇବାକୁ ଯେବେ ଚର୍ଚ୍ଚା ଆରମ୍ଭ ହେଲା ସେବେ ଓଡ଼ିଶା ଦେଶରେ ପ୍ରଥମ ରାଜ୍ୟ ଭାବେ ଏହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରି ଦେଖାଇଥିଲା ।

ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଶିକ୍ଷା

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ଦେଶର ସ୍ୱାଧୀନତା ନିମନ୍ତେ ଜୀବନ ବଞ୍ଚିବା ଏବଂ ପ୍ରାଣବଳି ଦେବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥିବା ଯଥାର୍ଥ ଲୋକସେବକମାନଙ୍କୁ ତିଆରି କରି ବାହାର କରିବା ହିଁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଶିକ୍ଷାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେବା ଉଚିତ । ତେଣୁ, ମୋ'ର ମତ ହେଉଛି ଯେ, ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଶିକ୍ଷାକୁ ମୌଳିକ ଶିକ୍ଷା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଓ ଏକଧାରା କରି ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନାରୀମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷା ବିଷୟରେ କହିବାକୁ ଗଲେ, ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷାଠାରୁ ତାହା ଭିନ୍ନ ହେବ କି ନାହିଁ ଏବଂ କେଉଁ ବୟସରୁ ତାହା ଆରମ୍ଭ ହେବ, ମୁଁ ସେ ବିଷୟରେ ନିଶ୍ଚିତ କରି କିଛି କହିପାରୁ ନାହିଁ । ମାତ୍ର ମୁଁ ଏହି ଦୃଢ଼ ମତଟିକୁ ଅବଶ୍ୟ ପୋଷଣ କରୁଛି ଯେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପରି ନାରୀମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ସମାନ ସୁଯୋଗ ପାଇବା ଉଚିତ ଏବଂ ଯେଉଁସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆବଶ୍ୟକ, ସେଠାରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସୁଯୋଗମାନ ମିଳିବା ଉଚିତ ।

ଆମ ଛାତ୍ରମାନେ ଅଧ୍ୟୟନ ଲାଗି ଦେଶ ବାହାରକୁ ଯାଆନ୍ତୁ, ମୁଁ ଏହି କଥାଟିକୁ କେବେ ଅନୁମୋଦନ କରିନାହିଁ । ମୋ'ର ଅଭିଜ୍ଞତା ମୋତେ କହୁଛି ଯେ, ଏହି ଛାତ୍ରମାନେ ଦେଶକୁ ଫେରି ଆସି ଏଠି ପରିସ୍ଥିତି ସହିତ ମୋଟେ ଖାପ ଖାଇ ପାରନ୍ତି ନାହିଁ ଏବଂ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଅସ୍ୱସ୍ତି ବୋଧ କରନ୍ତି । ଯେଉଁ ଅଭିଜ୍ଞତା ନିଜର ଏହି ମାଟିରୁ ହିଁ ନିଷ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ, ତାହା ହେଉଛି ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ମୂଲ୍ୟବାନ୍ । ତାହା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଯେଉଁମାନେ ଅଧ୍ୟୟନ ସମାପ୍ତ କଲେଣି, କେବଳ ସେହିମାନେ ହିଁ ଆନ୍ଦୋଳନ କରିପାରିବେ । ଅଧ୍ୟୟନ ସମୟରେ ଆପଣାର ଜ୍ଞାନରେ ବୃଦ୍ଧି ସାଧନ କରିବା ହିଁ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କର ଏକମାତ୍ର କାର୍ଯ୍ୟ ହେବା ଉଚିତ । ଯେକୌଣସି ଦେଶରେ ଦିଆ ଯାଉଥିବା ଶିକ୍ଷା ପ୍ରକାଶ୍ୟ ଭାବରେ ତାହା ଯେଉଁ ଦେଶରେ ଦିଆଯାଉଛି, ସେହି ଦେଶର ପ୍ରଗତିର ବୃଦ୍ଧିସାଧନ ଲାଗି ଅବଶ୍ୟ ନିୟୋଜିତ ହୋଇ ପାରିବା ଉଚିତ ।

ଛାତ୍ରମାନେ ସର୍ବୋପରି ନମ୍ର ଓ ଶୁଦ୍ଧ ହେବେ । ଆହୁରି ଅଧିକ ବୃହତ୍ ହେବାକୁ ହେଲେ ବୃହତ୍ତମକୁ ମଧ ସ୍ୱଇଚ୍ଛାରେ ନିମ୍ନତମ ହେବାକୁ ପଡିବ । ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମବିଶ୍ୱାସ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ରହିଥିବା ମୋ'ର ଜ୍ଞାନକୁ ଆଧାର କରି ଯଦି ମୋତେ କହିବାକୁ ପଡ଼େ, ଜଣେ ଛାତ୍ରର ଜୀବନ ତା'ର ଅଧ୍ୟୟନ କାଳଟି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜଣେ ସନ୍ନ୍ୟାସୀର ଜୀବନଭଳି ହୋଇ ରହିପାରିବା ଉଚିତ । ସେ ନିଜକୁ କଠୋରତମ ଶୃଙ୍ଖଳା ମଧରେ ରଖିଥିବା ଉଚିତ । ତା'ର ବିବାହ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ, ଦୁର୍ବ୍ୟସନରେ ମଧ ମନ ଦେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ସୁରାପାନ ବା ତତ୍ତୁଲ୍ୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅଭ୍ୟାସରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଉଚିତ । ତା'ର ଆଚରଣ ଆଦର୍ଶ ଆତ୍ମ ସଂଯମର ଏକ ନିଦର୍ଶନ ହୋଇ ରହିବା ଉଚିତ ।

ମଧୁମେହ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ଭେଣ୍ଡି

ଭାରତରେ ଭେଣ୍ଡିରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ବ୍ୟଞ୍ଜନ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରାଯାଏ । ହେଲେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଲୋକେ ଜାଣିଥିବେ ଯେ ଭେଣ୍ଡି ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ ଦୂରେଇ ଦେଇପାରେ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍, ଫାଇବର ଓ ଓକିଲ ଏସିଡ୍ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ଯାହାକି ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ଲାଗି ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ ।

ସେହିପରି ଭେଣ୍ଡିରେ କେରାଟିନ୍, ଫଲିକ୍ ଏସିଡ୍, ଥାୟାମିନ୍, ରାଇବୋଫ୍ଲାବିନ୍, ନିୟାସିନ୍, ଭିଟାମିନ୍-ସି, ପଲିଫେନୋଲିକ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ଭରି ରହିଛି । ଏହାବାଦ୍ ଆଣ୍ଟି କ୍ୟାନସର ଆଣ୍ଟି ଅଲସର, ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ ଆଦି ଗୁଣ ରହିଛି । ତେଣୁ ଭେଣ୍ଡିକୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଭାବେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଖାଇବା ସହିତ ଏହାକୁ ସିଝାଇ ଏହାର ପାଣି ପିଇପାରିବେ ।

ଭେଣ୍ଡି ଜୁସ୍ ମଧ ଶରୀର ପାଇଁ

ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ । ଭେଣ୍ଡି ଜୁସ୍ କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ଭେଣ୍ଡିକୁ ଭଲଭାବେ ଧୋଇ ଏହାର ଅଗ ମୁଣ୍ଡ ଅଂଶ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଗରମ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ପିଇପାରିବେ । ନଚେତ୍ ଗ୍ରାଇଣ୍ଡ କରି ସେଥିରେ ଚିମୁଟାଏ ଲୁଣ ମିଶାଇ ପ୍ରତିଦିନ ଡାଏଟରେ ସାମିଲ କରିପାରିବେ । ତେବେ ଭେଣ୍ଡି ପାଣିରେ ଭିଟାମିନ୍-କେ ଓ ଫାଇବର ରହିଥାଏ । ଏହା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋରଲ ମାତ୍ରାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ । ହୃଦରୋଗ ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ ଦୂରାଇଦିଏ ଭେଣ୍ଡି ।

ଥଣ୍ଡା ଜନିତ ସମସ୍ୟା କାଶ ଆଦି ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଭେଣ୍ଡି ପାଣି ପିଇବାର ଜରୁରୀ ରହିଛି । ଏଥିରେ ଥିବା ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଯୋଗୁଁ ପାଚନ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁଯାୟୀ, ଭେଣ୍ଡି ପାଣି ବା ଭେଣ୍ଡି ଖାଆନ୍ତୁ ।

ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଠାରେ ପଥୁରିଜନିତ ସମସ୍ୟା ରହିଛି, ସେମାନେ ଆଦୌ ଭେଣ୍ଡି ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । କାରଣ ଏଥିରେ ଅକ୍ସାଲେଟସ୍ କମ୍ପାଉଣ୍ଡ ରହିଛି ଯାହାକି ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ଆହୁରି ବୃଦ୍ଧି କରି ଦେଇଥାଏ ।

ଚାଉଳ ପାଣି ପିଇବାର ଉପାଦେୟତା

ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ବିଶ୍ୱର ଅନ୍ୟ ପ୍ରାନ୍ତ ତୁଳନାରେ ଭାରତୀୟ ଲେକେ ହିଁ ଚାଉଳ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଖାଇଥାନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ଭାରତୀୟମାନେ ବେଶ୍ ପରିଶ୍ରମୀ । ପ୍ରାଚୀନ ସମୟରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରାନ୍ତର ଲୋକେ ଚାଉଳ ପାଣିକୁ ନିୟମିତ ପିଉଥିଲେ । ଶରୀର ପ୍ରତି ଉପାଦେୟ ଏହି ଚାଉଳ ପାଣିର ଆବଶ୍ୟକତା ଏବର ଲୋକେ ବୁଝିବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଚାଉଳ ପାଣି ନିୟମିତ ପିଇଲେ ତାହା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ

ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବା ସହ ତୁରନ୍ତ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ।

ଅନେକ ବର୍ଷ ତଳେ ବଇଦମାନେ ପିଲା ବୟସ୍କଙ୍କୁ ଡାଇରିଆ ରୋଗ ହେଲେ ଏହି ପାନୀୟକୁ ପିଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଥିଲେ ।

ସକାଳବେଳା ଏହି ପାଣି ୧ ଗିଲାସ ପିଇଲେ ତାହା ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ଫାଇବରରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏହି ଚାଉଳ ପାଣି କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ସହ ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରେ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗରୁ ମଧ ଚାଉଳ ପାଣି ପିଇଲେ ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା ମିଳୁଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ଅର୍ଶ ରୋଗୀ ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହି ପାଣି ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କ କଷ୍ଟ ଦୂର ହୁଏ । ଏହି ପାଣିରେ ସୋଡିୟମ କମ୍ ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ତାହା ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ମଧ ଲାଭଦାୟକ ।

ଗୁଣକାରୀ ଅଙ୍ଗୁର

ସମସ୍ତ ଫଳ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଙ୍ଗୁରକୁ ସର୍ବୋତ୍ତମ କୁହାଯାଇଛି । ଏହା ନିର୍ବଳ ସବଳ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଇତ୍ୟାଦି ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ସମାନ ଉପଯୋଗୀ ଅଟେ । ବହୁତ ଗୁଡାଏ ରୋଗ ଅଛି ଯେଉଁଥି ପାଇଁ ଅନେକ ଜିନିଷକୁ ଖାଇବା ପାଇଁ ଦିଆଯାଇ ନ ଥାଏ । ଏହି ରୋଗ ଗୁଡିକରେ ଅଙ୍ଗୁରକୁ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଇ ପାରିବ ।

ଅଙ୍ଗୁରରେ ଜଳ, ସର୍କରା, ସୋଡିୟମ, ପୋଟାସିୟମ, ସାଇଟ୍ରିକ୍ ଏସିଡ୍, ଫ୍ଲୋରାଇଡ୍, ପୋଟାସିୟମ୍ ସଲଫେଟ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଏବଂ ଲୌହ ତତ୍ତ୍ୱ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଅଙ୍ଗୁର ହୃଦଜନିତ ଦୁର୍ବଳତାକୁ ଦୂର କରିବାରେ ବହୁତ ଗୁଣକାରୀ ଅଟେ । ହୃଦରୋଗୀ ମାନଙ୍କୁ ନିୟମିତ ଅଙ୍ଗୁର ଖାଇବା ଦରକାର । ଅଙ୍ଗୁର ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଫୁସଫୁସ୍‌ରେ ଜମା ହୋଇଥିବା କଫ ବାହାରି ଯାଇଥାଏ ଏବଂ କାଶରେ ମଧ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ଅଙ୍ଗୁର ଅସ୍ୱସ୍ଥି, ମୁଣ୍ଡ ବୁଲେଇବା ଏପରି ଆସୁଥିବା ବେମାରିରେ ମଧ ଲାଭଦାୟକ ଅଟେ ।

ପାଚିଲା ଅଙ୍ଗୁର ଆଖି ପାଇଁ ହିତକର ହୋଇଥାଏ । ଅଙ୍ଗୁର ବୀର୍ଯ୍ୟବର୍ଦ୍ଧକ, ରକ୍ତକୁ ସଫା କରିବାରେ, ରକ୍ତ ବଢ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଶ୍ୱାସରୋଗ ଏବଂ ବାୟୁଜନିତ ରୋଗରେ ଅଙ୍ଗୁରର

ପ୍ରୟୋଗ ହିତକର ଅଟେ । ଅଙ୍ଗୁର ରସ ଅମୃତତୁଲ୍ୟ ଅଟେ । ଶରୀରର କିଛି ଭାଗରେ ରକ୍ତ ବୋହୁଥିଲେ ଅଙ୍ଗୁର ରସରେ ଦୁଇ ଚାମୁଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ରକ୍ତହୀନତାକୁ ଦୁର କରାଯାଇ ପାରିବ । ଅଙ୍ଗୁର ପେନ୍ଥା ଗ୍ଲୁକୋଜର ଶର୍କରାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାତ୍ରାରେ ଥିବା ଯୋଗୁଁ ଭୋକ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ପାଚନଶକ୍ତିକୁ ସଠିକ୍ ରଖିଥାଏ । ଆଖି ବାଳ ଏବଂ ଚର୍ମକୁ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ରଖିଥାଏ ।

ହାର୍ଟ ଆଟାକ୍‌ର ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ବାଇଗଣୀ ରଙ୍ଗର ଅଙ୍ଗୁର ରସ ଏସପ୍ରିନର ବଟିକା ଭଳି କାମ କରିଥାଏ । ଏସପ୍ରିନ ରକ୍ତକୁ ଜମାଟ ବାନ୍ଧିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବାଇଗଣୀ ରଙ୍ଗର ଅଙ୍ଗୁରର ରସରେ ଗ୍ଲବୋନାଇଡସ ନାମକ ତତ୍ତ୍ୱ ଥାଏ । ପୋଟାସିୟମର କମ୍ ପାଇଁ ବାଳ ବହୁତ ଝଡିଥାଏ, ଦାନ୍ତ ହଲିବାକୁ ଲାଗିଥାଏ, ଚର୍ମ ଢ଼ିଲା ଏବଂ ନିସ୍ତେଜତା ହୋଇଥାଏ । ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠିରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବାରେ ଲାଗିଥାଏ । ଏହି ସବୁ ରୋଗ ଗୁଡିକୁ ଅଙ୍ଗୁର ଦୂର କରିଥାଏ ।

ଏନିମିଆରେ ଅଙ୍ଗୁରଠୁ ଭଳି ଅଧିକ କିଛି ଔଷଧ ନାହିଁ । ବାନ୍ତି ଏକ ଅସ୍ୱସ୍ଥିକର ଅନୁଭବ କଲେ ଅଙ୍ଗୁର ଉପରେ ଟିକେ ଲୁଣ ଏବଂ କଳାମରିଚ ଗୁଣ୍ଡକୁ ପକାଇ ସେବନ କରନ୍ତୁ । ପେଟ ଗରମକୁ ଶାନ୍ତ କରିବାକୁ ହେଲେ ୨୦-୨୫ ଟି ଅଙ୍ଗୁରକୁ ରାତିରେ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ରଖନ୍ତୁ ସକାଳେ ଏହାକୁ ଚକୁଟି ଏହାକୁ ଛାଣି ଚିନି ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ଗଣ୍ଠି ଜନିତ ରୋଗ ପାଇଁ ଅଙ୍ଗୁରକୁ ନିୟମିତ ଭାବେ ସେବନ କରନ୍ତୁ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକାରୀ ସିମ୍‌ଲା ମରିଚ

ମରିଚ ପ୍ରଜାତିରେ ସିମଲା ମରିଚ ଅନ୍ୟତମ ଅଟେ । ଯାହାର ପ୍ରୟୋଗ ସାଲାଡ, ତରକାରୀ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏହାକୁ ଇଂରାଜୀରେ କ୍ୟାପ୍‌ସିକମ୍ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ବଜାରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର କ୍ୟାପ୍ସିକମ୍ ସାଧାରଣତଃ ମିଳେ । ଏହି ମରିଚ ଯେଉଁ ରଙ୍ଗର ଥାଉ ନା କାହିଁକି ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି, ଭିଟାମିନ୍-ଏ ଏବଂ ବିଟା କିରୋଟିନ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏଥିରେ କୌଣସି କ୍ୟାଲୋରୀ ନ ଥାଏ ଏଥିପାଇଁ ଏହା ଖରାପ କଲେଷ୍ଟରାଲକୁ ବଢ଼ାଇ

ନ ଥାଏ । ସିମଲା ମରିଚରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ, ଭିଟାମିନ୍-ସି, ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ, ମିନେରାଲ୍ସ ଏବଂ ଫାଇବର ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ ।

ଲାଲ୍ ଏବଂ ସବୁଜ ସିମଲା ମରିଚରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି ର ମାତ୍ରା ପ୍ରଚୁର ଭାବରେ ଥାଏ । ସାଲାଡ ପ୍ରସ୍ତୁତ ସମୟରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ସିମଳା ମରିଚ ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ । ଏଥିରେ ଥିବା କେପସାଇସିନ୍, ମେରୁଦଣ୍ଡ ଯନ୍ତ୍ରଣା ପାଇଁ ବିଶେଷ ଲାଭକାରୀ ଅଟେ ।

ସିମଳା ମରିଚ ଭିଟାମିନ୍ ସି ଏବଂ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଥିବା ଯୋଗୁଁ ଆମ ଚେହେରାରେ ସତେଜ ଆଣିଥାଏ । ଶରୀରର ସବୁ ଅଙ୍ଗ ପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ପାଇଁ ଏହା ଲାଭଦାୟକ ଏବଂ ଏହାକୁ ସେବନ ପ୍ରତିଦିନ କଲେ ହାଡ଼ ଗୁଡିକ ମଜଭୁତ ରହିଥାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ବିଟ୍‌ରୁଟ୍

ବିଟ୍‌ରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନସିୟମ, 'ସ'ରସ, ପୋଟାସିୟମ ଏବଂ ସୋଡିୟମ୍ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏଥିରେ ଫୋଲିକ୍ ଏସିଡ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ ସି'ର ପ୍ରଚୁର ସ୍ରୋତ ଥାଏ । ବିଟ୍ ପୌଷ୍ଟିକ ହେବା ଯୋଗୁଁ ଶରୀରରେ ଦୁର୍ବଳତା ଦୂର କରିଥାଏ, ରକ୍ତରୋଧକ ଏବଂ ବହୁ ରୋଗରେ ଏହି ବିଟ୍ ଲାଭଦାୟକ ଅଟେ । ବିଟ୍‌କୁ ସାଲାଡ୍ ଭାବେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ସେବନ କରାଯାଇପାରିବ ।

ବିଟ୍ ରସ ସହିତ ଗାଜର ରସ ସମାନ ଭାଗରେ ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଶକ୍ତି ବଢ଼ିବା ସହିତ ମୋଟାପା ବଢ଼ି ନ ଥାଏ ଏବଂ ଅନାବଶ୍ୟକ ଚର୍ବିକୁ ମଧ କମ୍ କରିଥାଏ । ଯେଉଁ ମହିଳାମାନଙ୍କୁ ଋତୁସ୍ରାବ ଜନିତ ରୋଗରୁ କଷ୍ଟ ମିଳିଥାଏ, ସେମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ

କଞ୍ଚା ବିଟ୍ ଖାଇବା ଦରକାର । ପ୍ରସବ ମହିଳା ମାନଙ୍କୁ ଏହା ବେଶ୍ ଲାଭପ୍ରଦ ଏହାକୁ ସେବନ କଲେ କ୍ଷୀର ଏବଂ ରକ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ବିଟ୍‌ରୁଟର ରସ ୧୦୦ ଗ୍ରାମରେ ୨୫ ଗ୍ରାମ୍ ସିର୍‌କା ମିଶାଇ ବାଳର ଅଗରେ କିମ୍ବା ଜଡ଼ରେ ଲଗାଇଲେ ଉକୁଣୀ ହୋଇ ନ ଥାଏ ଏବଂ ଝଡିଆ ମଧ କମିଯାଇଥାଏ । ଯକୃତ ରୋଗ ପାଇଁ ବିଟ୍‌ରୁଟ ରସ ଗାଜର ଏବଂ କାକୁଡିର ରସକୁ ମିଶାଇ ସକାଳ ଏବଂ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଲାଭପ୍ରଦ ଅଟେ ।

ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥାର ଘରୋଇ ଉପଚାର

ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଆଜିକାଲି ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ପାଲଟି ଗଲାଣି । ତେବେ ଏପରି କେତେକ ଘରୋଇ ଉପଚାର ରହିଛି ଯାହାଦ୍ୱାରା ଏଥିରୁ ଅନେକାଂଶରେ ଉପଶମ ମିଳିପାରିବ ।

ଡାଲଚିନି ଗୁଣ୍ଡକୁ ପାଣିରେମିଶାଇ ମଥାରେ ଲେପ ଦେଲେ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧାରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ ।

ଖରାଦିନରେ ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧିଲେ ମଥାରେ ଚନ୍ଦନର ଲେପ ଦେଲେ ଏଥିରୁ ଆରାମ ମିଳେ ।

ମୁଣ୍ଡରେ ନଡିଆ ତେଲ ଭଲ ଭାବରେ ମାଲିସ କଲେ ତାହା ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧା ସମସ୍ୟାରୁ କେତେକାଂଶରେ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ।

ଗ୍ଲାସେ ପାଣିରେ ଅଳ୍ପ ଲେମ୍ବୁରସ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧାରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ ।

ଯଦି ଥଣ୍ଡା ଯୋଗୁଁ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ହେଉଥାଏ ତେବେ ମିଶ୍ରି ଏବଂ ଧନିଆ କୁ ପାଣିରେ ମିଶାଇ ଫୁଟାନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣିକୁ ପିଇଲେ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧାରୁ

କେତେକାଂଶରେ ଲାଘବ ମିଳିଥାଏ ।

ଯଦି ମାନସିକ ଚାପରୁ ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧୁଛି ତେବେ ୨-୩ ଟି ଲବଙ୍ଗ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ଲୁଣକୁ ଭଲ ଭାବରେ ବାଟି ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ କ୍ଷୀରରେ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ ।

ହାଡ଼କୁ ସବଳ କରେ ଦହି

ଓଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ କ୍ରୋନିକ୍ ହେଲେ ହାଡ଼ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା । ଖାଦ୍ୟରେ ଦହି ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧି କଲେ ହିପ୍ ବୋନ୍ ଡେନସିଟିରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାରତୀୟଙ୍କ ଘରେ ଦହି ଏକ ସାଧାରଣ ଖାଦ୍ୟ । ଏହା କ୍ୟାଲସିୟମର ଏକ ଉଚ୍ଚମାନର ସ୍ରୋତ । ଏଥି ସହିତ ପାକସ୍ଥଳୀ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟା ଓ ପାଚନ କ୍ରିୟାରେ ମଧ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କ ଠାରେ ଏହା ଓଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ମଧ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ବୋଲି ଏକ ନୂତନ ରିସର୍ଚ୍ଚରୁ ଜଣାପଡିଛି । ଆୟାର୍ଲଲ୍ୟାଣ୍ଡ ଡବଲଇନର ଟ୍ରିନିଟି କଲେଜ୍ ପକ୍ଷରୁ ହୋଇଥିବା ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାପଡିଛି ଖାଦ୍ୟରେ

ଦହି ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧି କଲେ ହିପ୍ ବୋନର ଘନତ୍ୱ ବଢ଼ିଥାଏ । ହାଡ଼ର ଶକ୍ତି କମିଗଲେ ଓଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ୩୦ ବର୍ଷ ପରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଶରୀରରୁ ହ୍ରାସ ପାଇବା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାପଡିଛି ମହିଳାମାନେ ଖାଦ୍ୟରେ ଦହି ପରିମାଣ ଏକ ୟୁନିଟ୍ ବୃଦ୍ଧି କଲେ ଓଷ୍ଟଇଓପୋନିଆ ସ୍ଥିତି ଆଶଙ୍କା ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ହ୍ରାସ ପାଇବା ସହ ଓଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ଆଶଙ୍କା ୩୯ ପ୍ରତିଶତ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଆଉ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ଆଶଙ୍କା ୫୨ ପ୍ରତିଶତ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ ।

ଦେହକୁ ହିତ କଲରା

ଆୟୁର୍ବେଦରେ କଲରାର ବହୁ ହିତକାରୀ ଗୁଣର ବର୍ଣ୍ଣନା ରହିଛି । ଏହାର ସ୍ୱାଦ ପିତା, ମାତ୍ର ଗୁଣ ଅନେକ । ଫାଇଦା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଖୁବ୍ କମ୍ ପରିବା ଏହାର ତୁଳନୀୟ । ଆୟୁର୍ବେଦ ଚିକିତ୍ସାରେ ଏହାକୁ ଏକାଧିକ ରୋଗର ନିଦାନ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଏହା ମଧ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରେ ।

ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ କଲରା ବରଦାନ ସ୍ୱରୂପ । ସେଥିପାଇଁ କବିରାଜମାନେ ନିୟମିତ କଲରା ଖାଇବା ପାଇଁ ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତି ।

ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଥିବା ଫସଫରସ ବଦହଜମି ଓ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ପରି ପେଟ ସମସ୍ୟା ଦୂରକରେ ।

ଶ୍ୱାସରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ କଲରା ଅତ୍ୟନ୍ତ ହିତକର । ବିନା ମସଲାରେ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ଶ୍ୱାସ କଷ୍ଟରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ପେଟରେ ଗ୍ୟାସ ହେଉଥିଲେ ନିୟମିତ କଲରା ଖାଆନ୍ତୁ । କଲରା ଯକୃତ ପାଇଁ ଅମୃତ ସ୍ୱରୂପ । ଏହା ଯକୃତକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ । ଏହାର ପତ୍ର ମଧ ଉପକାରୀ । କଲରା ପତ୍ର ଶିଝା ପାଣି ପିଇଲେ ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗରୁ

ମୁକ୍ତି ମିଳେ ।

ଏହା ରକ୍ତ ସଫା କରେ । କଲରାରସ ସହିତ ଲେମ୍ବୁରସ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ନିୟମିତ ଲଗାନ୍ତୁ । ବ୍ରଣ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହେବ । ପକ୍ଷାଘାତ ରୋଗୀ ନିୟମିତ କଲରା ଖାଇବା ଉଚିତ ।

ରାମକଥା

ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କର ଜୟ, ଶ୍ରୀଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କର ଜୟ, ରାଜା ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କର ଜୟ ।

ଏହିଭଳି ଜୟଜୟକାର କରି ବାନରସେନା ରାକ୍ଷସଙ୍କୁ ଘେରିଗଲେ । ବାନରଙ୍କ ପାଖରେ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ନ ଥିଲା । ସେମାନେ ଜଙ୍ଗଲରୁ ବଡ଼ ବଡ଼ ପଥର, ବୃକ୍ଷ ଧରି ଆକ୍ରମଣ କଲେ । ନଖ ଆଉ ଦାନ୍ତରେ ସେମାନେ ଆକ୍ରମଣ କଲେ । ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର କୃପାଦୃଷ୍ଟି ତ ସବୁବେଳେ ଥିଲା ବାନରସେନାଙ୍କ ଉପରେ ।

ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ବଳ ପାଇବାରୁ ବାନରମାନେ କ୍ରମାଗତ ବିଜୟଲାଭ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ଅନେକ ରାକ୍ଷସଙ୍କୁ ସଂହାର କଲେ । ପରମ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେଲା । ରାବଣ କ୍ରୋଧରେ ଜର୍ଜରିତ ହେବାରେ ଲାଗିଲା । ଆଉ ସେ ନିଜେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ ବାହାରି ପଡିଲା । ଚାରିଘୋଡ଼ାଯୁକ୍ତ ରଥରେ ସେ ଆରୂଢ଼ ଥିଲା । ବିଭୀଷଣଙ୍କୁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ପାଖରେ ଦେଖି ତାର କ୍ରୋଧର ସୀମା ରହିଲା ନାହିଁ । ମୋ ଭାଇ ହୋଇ ମୋର ଶତ୍ରୁତା କରୁଛି ସେ ବିଭୀଷଣକୁ ମାରିଦେବା ପାଇଁ ଶକ୍ତି ପ୍ରହାର କଲା । ଏହି ସମୟରେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ବିଭୀଷଣ ସମ୍ମୁଖରେ ରହି ବାଣ ମାରିଲା । ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ବାଣ ରାବଣ ପଠାଇଥିବା ଶକ୍ତିକୁ ଖଣ୍ଡବିଖଣ୍ଡିତ ତ କରିଦେଲା, ହେଲେ ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଆସି ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ବକ୍ଷବିଦ୍ଧ କରିଦେଲା ।

ସର୍ବଶକ୍ତିର ଆଧାର ହେଉଛନ୍ତି ଲକ୍ଷ୍ମଣ । ଲକ୍ଷ୍ମଣ ହେଉଛନ୍ତି ଶେଷନାଗଙ୍କ ଅବତାର । ଏହି ସାଧାରଣ ଶକ୍ତି ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କର ବା କ'ଣ କ୍ଷତି କରିପାରନ୍ତା ? ହେଲେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଲୀଳା କଲେ । ଶକ୍ତି ପ୍ରହାର ହେବାକ୍ଷଣି ଲକ୍ଷ୍ମଣ ମୂର୍ଚ୍ଛିତ ହୋଇଗଲେ ।

ଲକ୍ଷ୍ମଣ ମୂର୍ଚ୍ଛାହୋଇ ପଡ଼ିଥିବା ରାବଣ ଦେଖିଲା । ତାଙ୍କୁ ଉଠାଇ ନେଇଯିବା ପାଇଁ ରାବଣ ଦୌଡି ଆସିଲା । ସେ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ତଳୁ ଉଠାଇବାକୁ ଖୁବ୍ ଚେଷ୍ଟା କଲା । ସାରାଜଗତ ଯାହାଙ୍କ ଉପରେ ଆଧାରିତ, ଏପରି ଯେଉଁ ଶେଷନାରାୟଣ ସ୍ୱରୂପ ଲକ୍ଷ୍ମଣ, ତାଙ୍କୁ ରାବଣ ଅବା କିପରି ଉଠାଇପାରନ୍ତା ? ରାବଣ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ଭାର ସହ୍ୟ କରି ପାରିଲା ନାହିଁ । ରାବଣ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ଉଠାଇଥିବା ହନୁମାନ ଦେଖିଲେ । ସେ ପ୍ରବଳ ବେଗରେ ଦୌଡିଯାଇ ରାବଣର ବକ୍ଷସ୍ଥଳକୁ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ମୁଷ୍ଟି ପ୍ରହାର କଲେ । ରାବଣର ମୁଣ୍ଡ ବୁଲିଗଲା । ସେ ରକ୍ତ ବାନ୍ତି କରି କଚାଡି ହୋଇ ତଳେ ପଡିଗଲା ।

ହନୁମାନ ଅବଲୀଳାକ୍ରମେ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ଉଠାଇ ନେଇ ଆସିଲେ । ହନୁମାନ ଉଠାଇବା ବେଳେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଫୁଲ ଭଳି ହାଲୁକା ହୋଇଗଲେ । ହନୁମାନ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ପାଖକୁ ନେଇ ଆସିଲେ । ଲକ୍ଷ୍ମଣ ମୂର୍ଚ୍ଛା ହୋଇଯାଇଥିବା ଦେଖି ଶ୍ରୀରାମ ବିଳାପ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ । ଶ୍ରୀରାମ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ମୁଣ୍ଡକୁ କୋଳରେ ଧରି ବିଳାପ କରି କରି ବାହୁନିବାରେ ଲାଗିଲେ- 'ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଭଳି ଭାଇ ଜଗତରେ କେହି ହୋଇ ନ ଥିବେ । ଭାଇ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ! ତୁମେ କିଛି କହୁ ନାହଁ କାହିଁକି ?

ମୋତେ ଦେଖିବା ମାତ୍ରେ ତୁ ତ ଉତ୍ଫୁଲ୍ଲିତ ହୋଇଯାଉଥିଲୁ, ଆଜି ମୋ ଉପରେ ରାଗିଛୁ କାହିଁକି ? ତୁ ମୋର ବହୁତ ସେବା କରିଛୁ । ମୋ ପାଇଁ ତୁ ପିତାମାତାଙ୍କୁ ଛାଡିଛୁ । ପତ୍ନୀ ତ୍ୟାଗ କରିଛୁ । ବଣକୁ ଆସିବାବେଳେ ମୋ ପଛେ ପଛେ ତୁ ଗୋଡ଼ାଇ ଆସିଥିଲୁ, ଆଜି ମୁଁ ତୋତେ ନିଶ୍ଚୟ ଅନୁସରଣ କରି ଯମଲୋକକୁ ଯିବି ।

ଏତିକିବେଳେ ବୈଦ୍ୟରାଜ ସୁଷେଣ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ପ୍ରବୋଧନ ଦେଇ କହିଲେ, ଦ୍ରୋଣାଚଳ ପର୍ବତ ଉପରେ ସଞ୍ଜୀବନୀ ଲତା ଅଛି । ତା ରସ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ଦେଲେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଯିବେ । କିନ୍ତୁ ସେହି ଗୁଳ୍ମକୁ ଅତିଶୀଘ୍ର ଆଣିବାକୁ ହେବ । ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ପୂର୍ବରୁ ଏହି କାମ ହୋଇଯିବା ଦରକାର ।

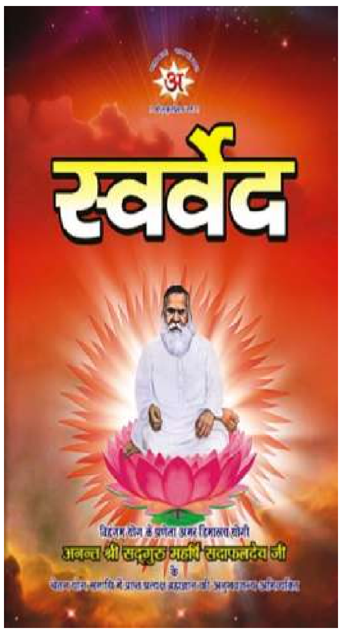
ସେତେବେଳେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ହନୁମାନ ଠିଆ ହୋଇଥିଲେ । ଶ୍ରୀରାମ ସହସା ହନୁମାନଙ୍କୁ କହିଲେ ତୁମେ ଏହି ଦିବ୍ୟ ଔଷଧି ଲତାକୁ ଶୀଘ୍ର ଆଣିଦିଅ । ହନୁମାନ ଦ୍ରୋଣାଚଳ ପର୍ବତକୁ ଯିବାକୁ ବାହାରିଲେ । ଗୁପ୍ତଚରଙ୍କ ଠାରୁ ରାବଣ ଏହା ଜାଣିଗଲା । ରାବଣ କାଳନେମି ରାକ୍ଷସ ଘରକୁ ଦୌଡିଗଲା । ସେ କାଳନେମିକୁ କହିଲା, ହନୁମାନ ସଞ୍ଜୀବନୀ ଲତା ଆଣିବାକୁ ଯାଇଛି । ତୁ ସେହି ପର୍ବତକୁ ଯା । ଆଉ କପଟ କରି ହନୁମାନର କାର୍ଯ୍ୟରେ ବିଘ୍ନ ସୃଷ୍ଟି କର, ଯେପରି ହନୁମାନ ଫେରିବାରେ ବିଳମ୍ବ ହେବ ।

କାଳନେମି କହିଲା, ଭାଇ ! ତୁମର ପୁଅ ମଲା । ରାକ୍ଷସ ସେନାଙ୍କର ପତନ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଏବେ ତୁମେ ବଞ୍ଚିରହି କରିବ କ'ଣ ? ଯଦି ତୁମେ ଯୁଦ୍ଧରେ ଜୟଲାଭ କର, କାହା ଉପରେ ରାଜା ହେବ ? ଅରେ ଯୁଦ୍ଧରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ କେହି ଜିତିଥିବା ତୁମେ ଶୁଣିଛ କି ?

ଶ୍ରୀରାମ ହେଉଛନ୍ତି ପରମାତ୍ମା । ସେ କାଳର ବି କାଳ । ତୁମେ ମୋ କଥା ମାନି ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର ଶରଣ ପଶ ।

ରାବଣ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ତରବାରୀ ବାହାର କରି କହିଲା ମୋତେ ତୁ ଏତେ ଚାଲାଖୀ କଥା ଶୁଣାନା । ମୋତେ ଉପଦେଶ ଦେବା ପାଇଁ ତୁ କିଏ ? ତୋତେ ମୁଁ ଏଇ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ମାରିଦେବି ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ



କ୍ଷର ଅକ୍ଷର ସେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେଁ, ସହଜ ଅଖଣ୍ଡ ଅପାର ।
ସାର ଶବ୍ଦ ଅନୁଭବ ଗହେଁ, ଅନ୍ତର ଭୂ ସଂସାର । (୬)

ଭାଷ୍ୟ : କ୍ଷର ଅକ୍ଷରରେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ନିତ୍ୟ, ଅଖଣ୍ଡ ଏବଂ ଅସୀମ, ସାରଶବ୍ଦ ଚରାଚର ସମସ୍ତ ଜଗତର ଭିତରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ ହେଉଛି ।

ଅଭ୍ୟାସୀ ଗୁରୁ ଗମ୍ୟ କା, ଅନ୍ତର ଭୂ ପରବେଶ ।
ଉତ୍ତରୋତ୍ତର ଭୂ ଅଗ୍ରହେଁ, ବିବିଧ ଜ୍ଞାନ ଆଦେଶ । (୭)

ଭାଷ୍ୟ : ସଦଗୁରୁଙ୍କ ନିୟମ ଆଦେଶ ଅନୁସାରେ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ଅଭ୍ୟାସୀ ସନ୍ତ ଯୋଗ କଳା ଦ୍ୱାରା ଯୋଗର ଅନ୍ତର ଭୂମିରେ ପ୍ରବେଶ କରି କ୍ରମଶଃ ଉଚ୍ଚ ଭୂମିକୁ ପାଇ ଆଗକୁ ଯାଇ ନିଜର ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ ଓ ବିବିଧ ଜ୍ଞାନର ଉପାର୍ଜନ କରି ଯୋଗ ସାଧନକୁ ମହାନ୍ ପୁରୁଷାର୍ଥ ଦ୍ୱାରା ନିଜର ମହାନ୍ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ ପାଇଁ ତତ୍ପର ରହେ ।

ଜ୍ୟୌଁ ଜ୍ୟୌଁ ଭୂ ଆଗେ ମିଳେ, ତ୍ୟୌଁ ତ୍ୟୌଁ ସୂକ୍ଷମ ଶବ୍ଦ,
ଗହରାଇ କ୍ରମସହ ମିଳେ, ସର୍ବାନ୍ତର ନିଃଶବ୍ଦ । (୮)

ଭାଷ୍ୟ : ଯେଉଁ ପ୍ରକାରରେ ସାଧକର ଭିତର ଅନୁଭବ ସାଧନ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗେ ସେହିପରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଶବ୍ଦ ମିଳିବାରେ ଲାଗେ । ଯେତେ ଯେତେ ଗତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗେ ସେହିପରି ଶବ୍ଦର ସୂକ୍ଷ୍ମତା ମିଳିଯାଏ ଓ ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତରେ ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷର ସାକ୍ଷାତକାର ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ ।

ଲୋକ ବେଦମୟ ଭେଷ କେ, ସଂପ୍ରଦାୟ ମତ ଆନ ।
ସନ୍ତ ପକ୍ଷ ବନ୍ଧନ ନହିଁ, ରହ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପର ଜ୍ଞାନ । (୯)

ଭାଷ୍ୟ : କର୍ମର ଆଧାରରେ ହିଁ ସୃଷ୍ଟିର ରଚନା ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ସମସ୍ତ ବ୍ୟବହାରକୁ କର୍ମ କହନ୍ତି । କର୍ମରେ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଶୁଭାଶୁଭ ଉଭୟ କର୍ମରେ ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତିର ସାଧନ ପୃଥକ୍ ଅଟେ । କର୍ମ ଜୀବର ବନ୍ଧନ ଅଟେ । କର୍ମରୁ ନିବୃତ୍ତି ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରାପ୍ତି ଯୋଗ ମାର୍ଗର ସାଧନ କରାଯାଏ । ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ କର୍ମ ପ୍ରକୃତି ଚକ୍ରରୁ ବାହାର ଅଟେ ଏବଂ ତାହା ଶୁଦ୍ଧ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ବିକାଶ ଅଟେ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରକୃତି କର୍ମ ପ୍ରବାହରୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଉପାସନା ହୁଏ ନାହିଁ । ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ପ୍ରକୃତି ସଂଘାତରେ ଯାହା କିଛି ହୁଏ ତାହା ସବୁ ପ୍ରକୃତିର କର୍ମ ଅଟେ । ପ୍ରକୃତି ମଣ୍ଡଳରୁ ଉପରମ ହୋଇ ହିଁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଭକ୍ତି ହୁଏ । ମନ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଜଗତରେ ରହି ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଉପାସନା ହୁଏ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସେହି ଜୀବର କର୍ମ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ପ୍ରଭୁ ଏହି କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକର ସାଧନରେ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ବେଦ ଭିତରେ ଯୋଗର ପାଞ୍ଚ ଭୂମିର ବର୍ଣ୍ଣନା ଅଛି । ବୈଦିକ ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱ ଯୋଗ ସମାଧିରେ ପ୍ରକଟ ହୁଏ । ଆତ୍ମାର ଭିତରେ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରକଟ ହେବାର ଅନେକ ଧାରା ଅଛି । ବୈଦିକ ଋଚା ଯୋଗର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭୂମିରୁ ପ୍ରକଟ ହୋଇଛି ।

ବେଦ ଭିତରେ ବାଚକ ଜ୍ଞାନ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ଅନୁଭବ ସାଧନ ପ୍ରଣାଳୀର ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ବେଦ ମଧ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା, ସନ୍ତମତର ମହିମା ଗାନ କରନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ କେବଳ ବାଚକ ଜ୍ଞାନର ଆଧାରରେ ଯେ ନିଜ ଠାରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଅଟନ୍ତି । ଚାରିବେଦ ପଢ଼ିବା ପରେ ହିଁ ସଦଗୁରୁ ସାଧନ ରହସ୍ୟ ଅନୁଭବ ତତ୍ତ୍ୱରୁ ହୀନ ଅଟେ । ଏପରି ବୋଧହୀନ ନିଗୁରେ ବେଦପାଠୀ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନର ଅପରୋକ୍ଷ ଅନୁଭବ ସାଧନରୁ ରହିତ ଅଟେ । ବେଦର ଅପରାବିଦ୍ୟା ଭିତରେ ଗଣନା କରାଯିବାର ଏହି କାରଣ ଅଟେ । ଯଦି ବେଦକୁ ପଢ଼ିଲେ ହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନ ମିଳିଥାଏ, ତେବେ ବେଦର ଅପରା ବିଦ୍ୟାରେ ଗଣନା କରି ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ପରାବିଦ୍ୟାର ଆବଶ୍ୟକତା କାହିଁକି ବଢ଼ାଯାଇଛି ଏଥିପାଇଁ ବେଦ- ବେଦାଙ୍ଗଙ୍କୁ ଜାଣିଦେଲେ ହିଁ ଆଧାତ୍ମିକ ବିକାଶ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ କି ଜୀବନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ବେଦବେଦାଙ୍ଗର ପୂର୍ଣ୍ଣଜ୍ଞାତା ହେଲେ ବି ଋଷିଜନ ଅଧିକାରୀ, ସମିତ ପାଣି ହୋଇ ପରାବିଦ୍ୟା ବୋଧ ପାଇଁ ସଦଗୁରୁମାନଙ୍କର ଶରଣ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ବେଦପାଠୀ ବିଦ୍ୱାନମାନଙ୍କର ମଧ ସମସ୍ତ ଅଭିମାନ ଛାଡି ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ସଦଗୁରୁଙ୍କୁ ଖୋଜିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଛି ଓ ନିଜର ଆତ୍ମିକ ଉତଥାନ ଓ ପ୍ରଭୁପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ଉପାସନା କରିବା ଦରକାର । ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଉପାସନା କିପରି ହୁଏ ଏହା ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ରହସ୍ୟ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ ଅଟେ । କଳି ପ୍ରଚଳିତ ସମସ୍ତ ସଂପ୍ରଦାୟର ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବ ପାଞ୍ଚ ହଜାର ବର୍ଷ ଭିତରେ ହିଁ ହୋଇଛି । ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ବିଚାରକୁ ନେଇ ସଂପ୍ରଦାୟୀ ଆଚାର୍ଯ୍ୟମାନେ ନିଜ ମତର ବିସ୍ତାର କରିଛନ୍ତି । ଯେବେ ଦେଶ ଭିତରେ ଆଧାତ୍ମିକ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନ, ଯୋଗ ବିଦ୍ୟାର ହ୍ରାସ ହୋଇଗଲା ତେବେ ଅନ୍ଧକାର ଯୁଗରେ ଏହି ସଂପ୍ରଦାୟ ମାନଙ୍କର ରଚନା ହୋଇଛି । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେଶ ଭିତରେ ଅନୁଭବ ସାଧନ ଥିଲା ସେତେବେଳେ କୌଣସି ସଂପ୍ରଦାୟ ନଥିଲା । ଦେଶର ଆଧାତ୍ମିକ ପତନରେ ହିଁ ସମଗ୍ର ସଂସାରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ବିଚାରର ଉଦଭବ ହେଲା । ଯେବେ ବିଦ୍ୱାନମାନେ ଅନୁଭବ ସାଧନରୁ ହିତ ହୋଇ କେବଳ ବୁଦ୍ଧି ବିମର୍ଷ ଦ୍ୱାରା ବ୍ରହ୍ମା, ଜୀବ ଓ ପ୍ରକୃତିର ନିରୂପଣ କରିବାରେ ଲାଗିଲେ, ତେବେ ଅନେକ ବିଚାର ତାଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଶାସ୍ତ୍ର ତର୍କ ଓ ନିଜର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବୁଦ୍ଧି ଅନୁସାରେ ପ୍ରକଟ ହୁଏ । ସେହି ବିଚାର ଅନେକ ମତ ମତାନ୍ତରରେ ସ୍ଥାପନର କାରଣ ଅଟେ । ଏଥିପାଇଁ ବୁଦ୍ଧିବାଦ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକଟ ହୋଇ ଏହି ସଂପ୍ରଦାୟରେ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ବାସ୍ତବିକ ରହସ୍ୟର ଜଣାପଡେ ନାହିଁ, ଏଥିପାଇଁ ଏହି ସ୍ୱର୍ବେଦର ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା କୌଣସି ମତ ସଂପ୍ରଦାୟର ବସ୍ତୁ ଅଟେ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାଚୀନକାଳରୁ ଚାଲି ଆସିଥିବା ବୈଦିକ ମନ୍ତ୍ରଦ୍ରଷ୍ଟା ଋଷିମାନଙ୍କର ଜ୍ଞାନ ଧାର ଅଟେ । ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା ସୃଷ୍ଟିର ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ହିଁ ନିତ୍ୟ ଅନାଦି ସଦଗୁରୁ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକଟ ହୁଏ ଓ ସେହି ପଥରେ ଯେଉଁ ଅନାଦି ସଦଗୁରୁଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସେ ସମସ୍ତ ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ମହର୍ଷିଜନ ଅଧାତ୍ମ ତତ୍ତ୍ୱର ପ୍ରକାଶରେ ନିଜ ଜୀବନକୁ ନେଇ ଚାଲେ ଓ ଅମର ଶାନ୍ତିକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ । ଏଥିପାଇଁ ଏହି ଦୋହାରେ ପକ୍ଷପାତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନେକ ସଂପ୍ରଦାୟରେ ଭିନ୍ନ ସନ୍ତମତ ଅର୍ଥାତ୍ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି । ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା କୌଣସି ମତ ସଂପ୍ରଦାୟର ବସ୍ତୁ ନୁହେଁ, ମାତ୍ର ସଦଗୁରୁଙ୍କ ବିମଳ ପ୍ରକାଶରେ ଚାଲିବା, ସମସ୍ତ ଦେହ ସଂଘାତରୁ ପୃଥକ ଚିନ୍ମୟ ସ୍ୱରୂପରେ ପରମାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତିର ଏକମାତ୍ର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସାଧନା ଅଟେ । ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଜ୍ଞାନ ସବୁ ସଂପ୍ରଦାୟରୁ ଅଲଗା ଓ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସାଧନା ଅଟେ । ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଜ୍ଞାନ ସବୁ ସଂପ୍ରଦାୟରୁ ଅଲଗା ଏବଂ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅଟେ ଓ ଏହାର ବିକାଶ ସଦଗୁରୁଙ୍କ ପ୍ରକାଶରେ ଅନୁଭବ ଦ୍ୱାରା ହୁଏ ।

ଆଳୁର ଉପକାରିତା

ଆଳୁ ସାଧାରଣତଃ ମାଟି ତଳେ ଫଳୁଥିବା ଏକ ପରିବା । ପ୍ରାୟ ସବୁ ତରକାରୀ ଶାଗରେ ପକାଯାଉଥିବା ଆଳୁରେ ବହୁ ଭିଟାମିନ୍ ଓ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥିଲେ ବି ଏହାକୁ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଠିକ୍ ନୁହେଁ ।

ଆଳୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରହିଛି । ରସେଟ ଆଳୁ, ଲାଲ୍ ଆଳୁ, ଧଳା, ହଳଦୀ ଓ ବାଇଗଣୀ ଆଳୁ ।

ଛୋଟ, ମଧମ ଓ ବଡ଼ ଆକାରର ହୋଇଥାଏ ଓ ଏହାର ରଙ୍ଗ ଧୂସର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଖୁବ୍ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଓ ତରକାରୀ କରିବା ଲାଗି ଏହାକୁ ଅଧିକ ଉପଯୋଗ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଏହି ଆଳୁ ସାଧାରଣ ପ୍ରକାରର । ଏହା ଛୋଟରୁ ମଧମ ଓ ବଡ଼ ଆକାରର ହୋଇଥାଏ ଏହା ରଙ୍ଗ ଧୂସର । ଏହା ଅନ୍ୟ ଆଳୁଠାରୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଓ ଏହି ଆଳୁକୁ ପ୍ରାୟ ଖାଦ୍ୟରେ ଆମେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ ।

ଆଳୁର ଗଣତି ଏକ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଓ ପୌଷ୍ଟିକ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥରେ କରାଯାଇଥାଏ । ଆଳୁ କେବଳ ଏକ ପାଟି ସୁଆଦିଆ ଖାଦ୍ୟ ତାହା ନୁହେଁ ବରଂ ଏଥିରେ ଫାଇବର ଓ ପୋଟାସିୟମ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । କବ୍ଜ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବାରେ ଏହା ସହାୟକ ହୋଇଥା, ।

ହୃଦୟ ଲାଗି: ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ଆଳୁ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ । ଏହା କୋଲେଷ୍ଟୋରଲ ମୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଆଳୁ ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଆଳୁ ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ

ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରି ହୃଦୟକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ ।

ରକ୍ତଚାପ: ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ଆଳୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ପୋଟାସିୟମ ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥି ସହିତ ଆଳୁରେ ଥିବା ଫାଇବର ହାଇପରଟେନସନ ପ୍ରଭାବକୁ କମ୍ କରିଥାଏ ।

ଆଳୁରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ରହିଛି ଯାହା ଅସ୍ଥି ପାଇଁ ଜରୁରୀ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଯୋଗାଇଥାଏ । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ଅସ୍ଥିର ସଂରଚନାତ୍ମକ ବିକାଶରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ ।

ଆଳୁକୁ ଭିଟାମିନ୍ ସି'ର ମୁଖ୍ୟ ସ୍ରୋତ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ପରି କାମ କରିଥାଏ । ଆଳୁ କ୍ୟାନସରରୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ କ୍ୟାନସର ଥେରାପି ଲାଗି ଭିଟାମିନ୍ ସି'ର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ପାଚନ: ପାଚନ ତନ୍ତ୍ରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ଆଳୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିଭାଇଥାଏ । ଯେପରି ଆମେ ପୂର୍ବରୁ କହିଛୁ ଯେ, ଆଳୁ ଫାଇବରରେ ସମୃଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ପେଟର ଯାବତୀୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିଥାଏ । ଫାଇବର ଏକ ଜରୁରୀ ପୌଷ୍ଟିକ ତତ୍ତ୍ୱ, ଯାହା ପାଚନ ତନ୍ତ୍ରକୁ ବଢ଼ାଇ ଦେଇଥାଏ ଓ କବ୍ଜ ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା କାମ କରିଥାଏ ।

ସୁଖ ନିଦ୍ରା: ଆଳୁ ଖାଇବା ଫଳରେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ନିଦ ହୋଇଥାଏ । ଆଳୁରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି'ରେ ସମୃଦ୍ଧ ରହିଥାଏ । ଏହି ଭିଟାମିନ୍ ସି' ନ୍ୟୁରୋଟ୍ରାନ୍ସମିଟରର ଉତ୍ପାଦନ କରିଥାଏ । ନ୍ୟୁରୋଟ୍ରାନ୍ସମିଟର ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀରେ ସୁଧାର କରି ମୁଡ ଠିକ୍ ରଖିଥାଏ ଓ ନିଦ ହୋଇଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଗୋଲାପର ଜନ୍ମ ପଞ୍ଚତିରିଶ ନିୟୁତ ବର୍ଷ ପୁରୁଣା । ପାଞ୍ଚ ହଜାର ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଚାଇନାରେ ପ୍ରଥମେ ଗୋଲାପର ଉଦ୍ୟାନ କୃଷି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଗୋଲାପ ପ୍ରଜାତି ସଂଖ୍ୟା ଦେଢ଼ ଶହରୁ ଅଧିକ ।
- 'ଜୁଲିଏଟ୍ ରୋଜ୍' ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ମହଙ୍ଗା ଗୋଲାପ । ଇଂଲଣ୍ଡର ଡେଭିଡ୍ ଅଷ୍ଟିନ୍ ୨୦୦୬ ରେ ଏହା ବିକଶିତ କରାଇଥିଲେ । ଏଥି ପାଇଁ ପନ୍ଦର ବର୍ଷ ସମୟ ଏବଂ ତେତିଶ କୋଟି ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟ ହୋଇଥିଲା ।
- ଗୋଲାପ ବୃକ୍ଷ ଉଚ୍ଚତାରେ ସାତ ମିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଢ଼ିପାରେ । ଆମେରିକାର ଟମ୍ବସ୍ଟନ୍ ସହରରେ ଥିବା 'ଲେଡି ବେଙ୍କସ୍ ରୋଜ' ପ୍ରଜାତିର ଗୋଲାପ ବୁଦା ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ । ଏହାର ଗଣ୍ଡି ସାଢ଼େ ତିନି ମିଟର, ଆଠ ଶହ ମିଟର ଅଞ୍ଚଳରେ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ, ଫୁଲ ସଂଖ୍ୟା ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ଲକ୍ଷ ।
- ଜର୍ମାନିର ଏକ ଗିର୍ଜା କାନ୍ଥରେ ଥିବା ଗୋଲାପ ବୃକ୍ଷ ହଜାରେ ବର୍ଷ ପ୍ରାଚୀନ ।
- ତୁର୍କିର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଞ୍ଚଳରେ କଳା ଗୋଲାପ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ।
- ଗୋଲାପ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି'ରେ ସମୃଦ୍ଧ । ସାଲାଡ୍, କେକ୍, ଜେଲି, ଜାମ୍, ଚକଲେଟ୍ ଆଦି ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ଗୋଲାପ ପାଖୁଡା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।
- ସବୁ ଗୋଲାପ ପାଞ୍ଚ ପାଖୁଡା ହୋଇଥିବା ବେଳେ 'ରୋଜା ସେରିସିଆ' ପ୍ରଜାତିର ଗୋଲାପ ଚାରି ପାଖୁଡା ବିଶିଷ୍ଟ । ଏହା ହିମାଳୟ ଏବଂ ଏହାର ଆଖପାଖ ଇଲାକାରେ ବଢ଼େ ।
- ପ୍ରେମ, ପ୍ରଣୟ, ଅନୁରାଗ ଅଭିଳାଷ, ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ଶାନ୍ତିର ପ୍ରତୀକ ଗୋଲାପ ।

ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବଢ଼ାଏ ଖାଇବା ଶୈଳୀ

ଖାଇବା ଶୈଳୀ ଯୋଗୁଁ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବଢ଼ିଥାଏ ଏପରି ରୋଚକ କଥାକୁ ଅନେକ ହୁଏତ ବିଶ୍ୱାସ କରି ନ ପାରନ୍ତି । ହେଲେ ଏହା ଉପରେ ଦୃଢ଼ୋକ୍ତି ବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି ୱାଶିଂଟନ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ପୁଷ୍ଟିବିଜ୍ଞାନୀମାନେ । ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ଖାଇବା ଶୈଳୀ ବିଷୟ ଉପରେ ସେମାନେ ନିକଟରେ ଏକ ସର୍ଭେ କରି ଏଭଳି କଥା ଜାଣି ପାରିଛନ୍ତି । ଏହାର ପରିସରଭୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଖାଇବା ଶୈଳୀ ଉପରେ ନଜର ରଖାଯିବା ସହ ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ କିପରି ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛି ତାହା ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା । ବିଶେଷ ଭାବରେ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ଖାଇବା ଶୈଳୀକୁ ଅନୁସରଣ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପ୍ରଶଂସିତ ହେଉଥିବାର ସେମାନେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଥିଲେ ।

ପାଠପଢ଼ା ଆଗ୍ରହକୁ ସକ୍ରିୟ କରେ ବ୍ୟାୟାମ

ଆଜିକାଲି ନିଜକୁ ଫିଟ୍ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ଅନେକ ବ୍ୟାୟାମକୁ ନିଜର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ ତାଲିକାରେ ସାମିଲ କରୁଛନ୍ତି । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ କିଛି ସମୟ ବ୍ୟାୟାମ କରେ ତାହାର କେତେ ସୁଫଳ ମିଳେ ତାହା ଅନୁଭବୀ ହିଁ ଜାଣେ । ଏବେ ତ ଅନେକ ଯୁବପିଢ଼ି ତଥା ପାଠପଢ଼ା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ପିଲା ମଧ ବ୍ୟାୟାମ କରୁଛନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ପାଠ ପଢ଼ିବା ପ୍ରତି ସେମାନଙ୍କର ଆଗ୍ରହ ବଢ଼ିଥାଏ ବୋଲି ସଦ୍ୟତମ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି । ଏହାର ପରିସରଭୁକ୍ତ ପିଲାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁମାନେ ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ କରୁଥିଲେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ୭୦ ପ୍ରତିଶତଙ୍କର ପାଠପଢ଼ା ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ବଢୁଥିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା ବୋଲି ଟୋକିଓ ୟୁନିଭର୍ସିଟି ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରକାଶିତ ସର୍ଭେ ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ଭାରତର ପ୍ରଥମ ଚନ୍ଦନକାଠ ସଂଗ୍ରହାଳୟ କେଉଁଠାରେ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ପ୍ରୟାସ ଚାଲିଛି ?
(୨) କରୋନା କାଳରେ ସୋନୁ ସୁଦ୍ କେଉଁ କାମ ପାଇଁ ସାରା ଦେଶରେ ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଲାଭ କରିଛନ୍ତି ?
(୩) ଏମ୍ ଚିନ୍ନାସ୍ୱାମୀ ଷ୍ଟାଡିୟମ୍ କେଉଁଠାରେ ରହିଛି ?
(୪) ଲଙ୍କାରେ ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ର କେତେ ଦିନ ଥିଲେ ?
(୫) ଶ୍ରୀରାମ ଚରିତ ମାନସରେ କେତୋଟି ଶ୍ଳୋକ ରହିଛି ?
(୬) ଶ୍ରୀରାମ ଚରିତ ମାନସରେ କେତୋଟି ଚୌପାଇ ଅଛି ?
(୭) ଶ୍ରୀରାମ ଚରିତ ମାନସରେ ଦୋହା ସଂଖ୍ୟା କେତେ ?
(୮) ଶ୍ରୀରାମ ଚରିତ ମାନସରେ କେତୋଟି ଛନ୍ଦ ରହିଛି ?
(୯) ଶ୍ରୀରାମ ଚରିତ ମାନସ ରଚନା କଲାବେଳକୁ ତୁଳସୀ ଦାସଙ୍କର ବୟସ କେତେ ହୋଇଥିଲା ?
(୧୦) କେତେ ବର୍ଷ ବୟସରେ ସୀତା ମହାରାଣୀ ହୋଇଥିଲେ ?

JUMBLE WORDS

1) NOREDY	=	6) GRHITB	=
2) TORESE	=	7) CLUKY	=
3) LRIGL	=	8) RDONC	=
4) NRUKT	=	9) LOTIVE	=
5) DYBOON	=	10) VIRHET	=

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.ମାର୍ଚ୍ଚ-୨୨, ୨. ଅଭିନୟ, ୩. ଲର୍ଡ କର୍ଜନ, ୪.ସରୋଜିନୀ ନାଇଡୁ, ୫.ବିରୋଧୀ ଦଳର ନେତା, ୬. ଆର୍ଟର୍ଣ୍ଣି ଜେନେରାଲ, ୭. ମଣିପୁର, ୮. ଲେନେକ୍, ୯. ମହାରାଷ୍ଟ୍ର, ୧୦. ପେଚା ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) MILKY (2) OUNCE (3) ABRUPT (4) GRASSY (5) FABLE (6) OFFER (7) VACUUM (8) SHRUNK (9) CREST (10) KNACK.

ବିକଳ୍ପ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ପରିବେଶ 'ୟୁଟ୍ୟୁବ'

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ମହାମାରୀ ଅବସରରେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର, ସଂଗୀତ ଓ ନାଟକ ଇତ୍ୟାଦି ପରିବେଷଣ ସୁଯୋଗ ଅଭାବରୁ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟମାନ ଦୀର୍ଘକାଳ ଧରି ବନ୍ଦ ରହିବା ଅବସରରେ ଓଭର-ଦି-ଟପ 'ଓଟିଟି' ମଞ୍ଚ ବିକଳ୍ପ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ରୂପେ ଗଢ଼ି ଉଠିଛି । ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଗୁଗୁଲ ସହଯୋଗୀ 'ୟୁଟ୍ୟୁବ'ର ଦର୍ଶକ ସଂଖ୍ୟା ୨୦୦ କୋଟି ହିସାବ କରାଯାଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ସର୍ବବୃହତ ଓଟିଟି ମଞ୍ଚର ମାନ୍ୟତା ଦାବୀ କରେ । ୟୁଟ୍ୟୁବ କ୍ରମବିକାଶରେ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଷୟ ଏହି ଯେ ପାରମ୍ପରିକ ଭାବେ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ଓ ଟେଲିଭିଜନ ସମ୍ବାଦ ଓ ମନୋରଞ୍ଜନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆବଦ୍ଧ ରହିଥିବା ସ୍ଥଳେ ୟୁଟ୍ୟୁବ ଶିକ୍ଷା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ବ୍ୟବସାୟ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ରନ୍ଧନ, ବ୍ୟାୟାମ, ରୂପ ସଜ୍ଜା ଇତ୍ୟାଦି ଜନଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୋଇପାରିଛି ।

ଖ୍ୟାତନାମା ଅନଲାଇନ ଗବେଷଣା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ 'କମସ୍କୋର' ଗଣନାରେ ଭାରତରେ ୨୦୨୦ରେ ଭିଡ଼ିଓ ଦର୍ଶକ ସଂଖ୍ୟା ୪୬ କୋଟି ୮୦ ଲକ୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ସେଥିମଧ୍ୟରେ ୟୁଟ୍ୟୁବ ଉପଭୋକ୍ତା ଭାବେ ୪୪ କୋଟି ଦର୍ଶକ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ଦେଶର ଦ୍ୱିତୀୟ ବୃହତ ଓଟିଟି ମଞ୍ଚ 'ଟାଇମ୍ସ ଅଫ ଇଣ୍ଡିଆ' ଗ୍ରୁପର 'ଏମଏକ୍ସ ପ୍ଲେୟାର' ଦର୍ଶକ ସଂଖ୍ୟା ୟୁଟ୍ୟୁବର ଅର୍ଦ୍ଧେକ ଅର୍ଥାତ ପ୍ରାୟ ୨୨ କୋଟିରେ ସୀମିତ ରହିଥିଲା । 'ମିଡ଼ିଆ ପାର୍ଟନର୍ସ ଏସିଆ' ଆକଳନରେ ୟୁଟ୍ୟୁବର ବାର୍ଷିକ ଆୟ ପ୍ରାୟ ଚାରି ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା ଛୁଇଁଥିଲା ।

ୟୁଟ୍ୟୁବ ମଞ୍ଚର ଲୋକପ୍ରିୟତା ବୃଦ୍ଧି ତର୍ଜମା କରି 'ୟୁଟ୍ୟୁବ ଭାରତ'ର ପ୍ରମୁଖ କର୍ମକର୍ତ୍ତା କଣ୍ଟେଣ୍ଟ ପାର୍ଟନରସିପ ଡାଇରେକ୍ଟର ସତ୍ୟ ରାଘବନ ତିନିଗୋଟି ବିଶେଷତ୍ୱକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଅନ୍ତି । ପ୍ରଥମତଃ, ଅନଲାଇନ ଦର୍ଶକଗଣ ଟେଲିଭିଜନ ପରିବେଶରେ ତିନି ଦଶନ୍ଧିରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ କାଳ ଧରି 'ସାପ ଅପେରା' ପ୍ରଶଂସକ ଶ୍ରେଣୀରୁ ଉନ୍ନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଅର୍ଥାତ ସାଧାରଣ ଦର୍ଶକମଣ୍ଡଳୀ ମନୋରଞ୍ଜନ ଧର୍ମୀ ପାରିବାରିକ ନାଟକ ମଧ୍ୟରେ ଆବଦ୍ଧ ନରହି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟ ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରୁଛନ୍ତି । ଏହା ଫଳରେ ପ୍ରଚଳିତ ଟେଲିଭିଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ବିକଳ୍ପ ଖୋଜା ପଡୁଛି ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଦର୍ଶକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ମୂଳସ୍ରୋତ ଗଣମାଧ୍ୟମ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକରେ ପୂର୍ବ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ସମ୍ବାଦ ସମେତ ମନୋରଞ୍ଜନ ଟେଲିଭିଜନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ, ଧାରାବାହିକ, ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର, ସଂଗୀତ ଇତ୍ୟାଦି ନିଜ ରୁଚି ଓ ସମୟ ଅନୁଯାୟୀ ଆହରଣ କରିବାଲାଗି ୟୁଟ୍ୟୁବରେ ପୁନଃ ପ୍ରସାରଣ 'କେଚ-ଅପ' ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି । ଫଳରେ ଦର୍ଶକମାନେ ଟେଲିଭିଜନ ବଦଳରେ ୟୁଟ୍ୟୁବ ମୁହାଁ ହେଉଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଓଟିଟି ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକରେ ଏହି ଧରଣର ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ ଥିଲେ ହେଁ ୟୁଟ୍ୟୁବର ବିବିଧତା ଓ ଦେୟମୁକ୍ତ ସୁଯୋଗ ନଥାଏ ।

ତୃତୀୟତଃ, ଭିଡ଼ିଓ ମଞ୍ଚରେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ରୁଚି ଓ ଆବଶ୍ୟକତା ଦ୍ରୁତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଅନ୍ୟତ୍ର ଉପଲବ୍ଧ ହେଉନଥିବା ବିଭିନ୍ନ ବିଷୟ ୟୁଟ୍ୟୁବ ଭିଡ଼ିଓ ପ୍ରଦର୍ଶନର ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଉଦାହରଣରେ ରୋଷେଇ ଘର ପାଣି ପାଇପ ମରାମତି ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ମନୁଷ୍ୟ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ସ୍ନାୟୁଗତ କାର୍ଯ୍ୟଧାରା ସଂପର୍କରେ ଜ୍ଞାନାର୍ଜନ ଯାଏଁ ଅସଂଖ୍ୟ ବିଷୟ ୟୁଟ୍ୟୁବ ମଞ୍ଚରେ ଖୋଜି ପାଇହୁଏ ।

ମହାମାରୀ-ପୂର୍ବ ଅବସ୍ଥାରେ ଭାରତରେ ଇଣ୍ଟରନେଟର ବ୍ୟାପ୍ତି, ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ବ୍ୟବହାର ଓ ଇ-କମର୍ସ କାରବାରରେ ଯୋଗଦାନର ଧାରା ବିକଶିତ ହୋଇ ସାରିଥିଲା । ମହାମାରୀ ଜନିତ ଦୀର୍ଘକାଳ ଜନପଦ ବନ୍ଦ 'ଲକ-ଡାଉନ' ୨୦୨୦ ବର୍ଷ ସାରା ବଳବତ୍ତର ରହିବା ଅବସରରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ସଂଯୁକ୍ତି କିମ୍ବା ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ପ୍ରସାର କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଶେଷ ଅଗ୍ରଗତି ଘଟି ନ ଥିଲେ ହେଁ ଅନଲାଇନରେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ଉପସ୍ଥିତି ଏବଂ ଭର୍ଚୁଆଲ ମଞ୍ଚରେ ବିଭିନ୍ନ ଉତ୍ପାଦ ବ୍ୟବହାରରେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବା ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ବିଷୟ । ମହାମାରୀକାଳରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଆଚରଣ ମହାମାରୀ-ପର ଅବସ୍ଥାରେ ଜନଜୀବନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥିବା ପ୍ରମାଣ କ୍ରମଶଃ ଉନ୍ମୋଚିତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଉଦାହରଣରେ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷାଦାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମହାମାରୀ-ପର ଅବସ୍ଥାରେ ୧୪ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏଁ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥିବା ଗୁଗୁଲ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଉଛି ।

ଗଣମାଧ୍ୟମ ବିଶ୍ଳେଷକଗଣ ୨୦୨୧ରୁ ୨୦୨୫ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଗଣମାଧ୍ୟମ ପରିଧିରେ ଅଡ଼ିଓ ଓ ଭିଡ଼ିଓ ସର୍ବାପେକ୍ଷା ବ୍ୟବହୃତ ମାଧ୍ୟମ ରୂପେ ବିକଶିତ ହେବା ଆକଳନ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଉଭୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ୟୁଟ୍ୟୁବ ନେତୃତ୍ୱ ନେବାଲାଗି ପ୍ରଶସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ର ଉନ୍ମୁକ୍ତ ରହିଛ ।

ୟୁଟ୍ୟୁବ ମଞ୍ଚରେ ସୃଜନ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଓ ଆହରଣ ଦେୟମୁକ୍ତ । ଏହାର ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରର ବୈଷୟିକ ଦକ୍ଷତା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଉପଲବ୍ଧ । ବୈଷୟିକ କଳାକୌଶଳର ଅଗ୍ରଗତିରେ ଅଡ଼ିଓ ଓ ଭିଡ଼ିଓ ସୃଜନ ପ୍ରସ୍ତୁତି ସହଜସାଧ୍ୟ ହୋଇ ପାରିଥିବା ହେତୁ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଆପ୍ଲିକେସନ ବ୍ୟବହାର ଲାଗି ଅନଲାଇନ ତାଲିମରେ ଯେକୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିବା ସମ୍ଭବ । ଏହି ଦୁଇ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ବିସ୍ତୃତ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କୁ ସୃଜନ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଲାଗି ଯୋଗ୍ୟ ବିବେଚିତ କରାଇଥାଏ ।

ପାରମ୍ପରିକଭାବେ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଉପଯୋଗରେ ପ୍ରକାଶନ ବା ପ୍ରଦର୍ଶନ ବିପୁଳ ପ୍ରସ୍ତୁତି, ସମ୍ବଳ ଓ ନିବେଶ ଆବଶ୍ୟକ କରି ଆସିଥିବା ବେଳେ ୟୁଟ୍ୟୁବ ଭଳି ମଞ୍ଚ ଅଡ଼ିଓ ଓ ଭିଡ଼ିଓ ସୃଜନ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନରେ ଚିତ୍ର ଓ ଶବ୍ଦ ଗ୍ରହଣ, ସମ୍ପାଦନା ଓ ପ୍ରସାରଣ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରୁଛି । ଏହା ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ଏକରକମ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ବୋଲି କହିବାକୁ ହେବ । ସୃଜନ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଓ ପ୍ରଦର୍ଶନ ନିମନ୍ତେ ଆର୍ଥିକ ବୋଝ ସାଙ୍ଗକୁ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ବନ୍ଧନୀରୁ ପ୍ରକାଶକ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରିଥିବା ଗଣମାଧ୍ୟମର ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବଦାନ ।

କ୍ଲାଉଡ଼ କମ୍ପ୍ୟୁଟିଂ ଉପଯୋଗରେ ଅସୀମିତ ଅଡ଼ିଓ ଓ ଭିଡ଼ିଓ ଫାଇଲ ଦୀର୍ଘକାଳ ଲାଗି ଗଚ୍ଛିତ କରି ରଖିବା ସାମର୍ଥ୍ୟ ତଥା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ପାଇଁ ସର୍ବାଧୁନିକ ବୈଷୟିକ କୌଶଳ ବ୍ୟବହାରରେ ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ କରାଇବା ୟୁଟ୍ୟୁବର ଅନ୍ୟତମ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ । ସର୍ବୋପରି ଭଏସ-କମାଣ୍ଡ ନିରକ୍ଷର ଓ ନବ ସାକ୍ଷରଙ୍କୁ ଭିଡ଼ିଓ ଆହରଣର ସୁଯୋଗ ଯୋଗାଇପାରିବ ।

ଆମ ଦେଶ ଭାରତରେ ସ୍ୱାଧୀନୋତ୍ତର ଅବସ୍ଥାରୁ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ କ୍ରମବିକଶିତ ସହରୀସଭ୍ୟତାର ସାଂସ୍କୃତିକ କେନ୍ଦ୍ର ରୂପେ ଗଢ଼ି ଉଠିଥିବା ସ୍ଥଳେ ମହାମାରୀ ଅବସରରେ ଓଭର-ଦି-ଟପ 'ଓଟିଟି' ମଞ୍ଚ ବିକଳ୍ପ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ରୂପେ ଆତ୍ମପ୍ରକାଶ କରିଛି । ଏହାର ଉପଭୋକ୍ତା ସଂଖ୍ୟା ଦ୍ରୁତଗତିରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଏକ ହିସାବ ଅନୁଯାୟୀ ଦେୟଯୁକ୍ତ ଓଟିଟି ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକରେ ୨୦୧୮ରେ ୨୦ ଲକ୍ଷ ଉପଭୋକ୍ତା ଥିବା ସ୍ଥଳେ ୨୦୨୦ରେ ପାଞ୍ଚକୋଟି ୮୦ ଲକ୍ଷକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିଲା । ଅବଶ୍ୟ ଦେୟମୁକ୍ତ ୟୁଟ୍ୟୁବ ଦର୍ଶକ ସଂଖ୍ୟା ଏହାଠାରୁ ଢ଼େର ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ପହଞ୍ଚି ବିକଳ୍ପ ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟିରେ ନେତୃତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ।

ଆରାମଦାୟକ ଜୀବନ...

ପଞ୍ଚମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଙ୍ଗଠନ ଦ୍ୱାରା ନିକଟରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ ଭାରତୀୟ ମହିଳାମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ କମ୍ ଚାଲିଥାନ୍ତି, ଅର୍ଥାତ୍ ପାଦରେ କମ୍ ଚାଲିଥାନ୍ତି, ପରିସଂଖ୍ୟାନ ଅନୁସାରେ ମହିଳାମାନେ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାୟ ୩୬୮୪ ପାଦ ଚାଲିଥାନ୍ତି, ଯେତେବେଳେ କି ପୁରୁଷମାନେ ୪୬୦୬ ପାଦ ଚାଲିଥାନ୍ତି, ଅଥଚ ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ପ୍ରତିଦିନ ପାଞ୍ଚ ମାଇଲ ଅର୍ଥାତ୍ ଦଶ ହଜାର ପାଦ ଚାଲିବ ଜରୁରୀ କହିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଆଧୁନିକ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ଏହା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ସମ୍ଭବପର ନୁହେଁ । ବିଶେଷକରି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ବିଲକୁଲ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, ଯେଉଁମାନେ ସାରା ଦିନ ଅଫିସରେ ବସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି ।

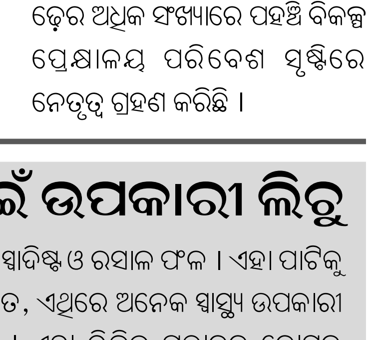
ଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଏହି ବିଷୟରେ ଡରିବା ଅପେକ୍ଷା ସଜାଗ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି, କାରଣ ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ନିଜ ପସନ୍ଦର ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କୁ କ୍ୟାଲୋରୀକୁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବା ଅର୍ଥାତ୍ ଅନାବଶ୍ୟକ ଉର୍ଜ୍ଜା କ୍ଷରଣ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ମଧ କରିବାକୁ ପଡିବ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ କାରରେ କେଉଁଠିକୁ ଯିବାର ଅଭ୍ୟାସ ଛାଡି ସାଇକେଲ କିମ୍ବା ପାଦରେ ଚାଲିବାର ଉପାୟ ବାଛିଲେ ଉତ୍ତମ ହେବ ।

ଆମେ ମନେ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେ ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଜଡିତ ବେମାରିରେ ମନର ମଧ ପ୍ରଚ୍ଛନ୍ନ ହାତ ରହିଛି । ଯଦି ଆମେ ଫିଟ୍ ରହିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛେ, ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ରହୁଛେ, ତେବେ ଆମ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଉଥିବା ବ୍ୟାୟାମ ବା ଉତ୍ତମ ଆହାର ଇତ୍ୟାଦିକୁ ଆମର ଶରୀର ସହଜରେ ସ୍ୱୀକାର କରିପାରେ ନାହିଁ । ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରାୟ ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭ୍ୟାସ ଅର୍ଥାତ୍ ନିଶା ସେବନ ଆଦି ଦିଗକୁ ଆକୃଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଏହା ଦ୍ୱାରା ବେମାରିକୁ ଆମ ଜୀବନରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ପଥ ମିଳିଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଆମେ ସଚେତନ ରହିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି, ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଆମେ ସୁସ୍ଥ ରହିବାକୁ ହେଲେ ସମୟ ସହିତ ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା କରିବା ଉଚିତ । ଏଥିପାଇଁ ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡିକ ମଝିରେ ଅଳ୍ପ ଆସନ, ବ୍ୟାୟାମ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଇତ୍ୟାଦି କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏସବୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଉତ୍ତମ ରଖିବା ଦିଗରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଆମ ଶରୀରରେ ପ୍ରଥମରୁ ହିଁ ଏକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ମହଜୁଦ ରହିଛି, ଯାହାକୁ ଆମେ ଜୈବିକ ଘଡି କହିପାରିବା, କିନ୍ତୁ ଆମେ ସେହି ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଖାରଜ କରି ଦେଇ ତାହା ଉପରେ ନିଜର ଇଚ୍ଛା ଲଦିଦେବା ପାଇଁ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଯାଇଛେ ଏବଂ ଏହିଠାରୁ ଆମର ଅଧିକାଂଶ ରୋଗ, ବେମାରି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ସତ୍ୟ କଥା ହେଲା ଆଜି ଆମେ ଶରୀରର ଜୈବିକ ଘଡି ପରିବର୍ତ୍ତେ ଶୋଇବା, ଉଠିବା, ଖାଇବା, ପିଇବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ନିଜେ ହିଁ ସ୍ଥିର କରିଥାଉ । ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ ଯଦି ଆମେ କେବଳ ନିଜ ଶରୀରର ଜୈବିକ ଘଡି ଆଧାରରେ ନିଜର ଦିନଚର୍ଯ୍ୟା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବା ଏବଂ ତଦନୁସାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା, ତେବେ ଆମେ ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସୁସ୍ଥ ରହି ପାରିବା ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପକାରୀ ଲିଚୁ

ଲିଚୁ ହେଉଛି ଏକ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଓ ରସାଳ ଫଳ । ଏହା ପାଟିକୁ ସୁଆଦିଆ ଲାଗିବା ସହିତ, ଏଥିରେ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପକାରୀ ଗୁଣ ମଧ ଭରି ରହିଛି । ଏହା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ରୋଗରୁ ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ଭିଟାମିନ୍ 'ବି-୬' ପୋଟାସିୟମ୍, ଫସଫରସ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଭଳି ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଭରି ରହିଥାଏ । ଖରା ଦିନରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ଏହି କୋଳିକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ମଧ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଲିଚୁରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଭିଟାମିନ୍-ସି' ରହିଛି ।



ପ୍ରତିଦିନ ଲିଚୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ତ୍ୱଚାରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଆସିଥାଏ । ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ବେଶ୍ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ । ହାଡକୁ ମଜଭୁତ କରିବା ପାଇଁ ଲିଚୁ ଖାଇବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଲିଚୁରେ ଜଳ ଓ ଫାଇବର ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ମିଳିଥାଏ । ଓଜନ କମ୍ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇ ପାରିବେ । କାରଣ ଏହାକୁ ଖାଇବା ପରେ ଭୋକ ଲାଗି ନ ଥାଏ ।

ବିନା ପରୀକ୍ଷାରେ ମାଟ୍ରିକ୍ ଫଳ: ପାସ୍ ହାର ୯୭.୮୯

ଭୁବନେଶ୍ୱର: ଚଳିତ ବର୍ଷ ମାଧମିକ ଶିକ୍ଷା ପରିଷଦ ବୋର୍ଡ ଇତିହାସରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି ସର୍ବକାଳୀନ ରେକର୍ଡ। ପ୍ରଥମ ଥର ୯୭.୮୯ ପ୍ରତିଶତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପାସ କରିଛନ୍ତି। ଚଳିତ ବର୍ଷ ୫ ଲକ୍ଷ ୭୪ ହଜାର ୧୨୫ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଫର୍ମ ପୂରଣ କରିଥିଲେ। ସେମାନଙ୍କ ମଧରୁ ୫ ଲକ୍ଷ ୬୨ ହଜାର ୧୦ ଜଣ ପାସ କରିଛନ୍ତି। ୭ ହଜାର ୭୦୩ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଅକୃତ କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ସେହିଭଳି ଏକ୍ସ ରେଗୁଲାର ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ପାସ ହାର ୮୮.୩୩ ପ୍ରତିଶତ ହୋଇଛି। ୫୩ ହଜାର ୨୭୯ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପରୀକ୍ଷା ଦେବାକୁ ଫର୍ମ ପୂରଣ କରିଥିଲେ। ସେମାନଙ୍କ ମଧରୁ ୪୭ ହଜାର ୬୦ ଜଣ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ଓ ୪ ହଜାର ୪୦୯ ଜଣ ଫେଲ ହୋଇଛନ୍ତି। ସଂସ୍କୃତ ମଧମା ପରୀକ୍ଷାରେ ଚଳିତ ବର୍ଷ ମୋଟ ପାସ ହାର ୯୮.୦୭% ରହିଛି। ୪ ହଜାର ୭୧୩ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଏହି ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଫର୍ମ ପୁରଣ କରିଥିଲେ। ତନ୍ମଧରୁ ୮୫ ଜଣ ଅନୁପସ୍ଥିତ ରହିଥିବା ବେଳେ ୪ ହଜାର ୬୨୨ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପାସ କରିଛନ୍ତି। ମୁକ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସାର୍ଟିଫିକେଟ ପରୀକ୍ଷାରେ ମୋଟ ୪୭୫୨ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଉର୍ତ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଛନ୍ତି। ୧୨ ହଜାର ୨୮୫ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପରୀକ୍ଷା ଦେବା ପାଇଁ ଫର୍ମପୂରଣ କରିଥିଲେ। ପତ୍ରବିନିମୟ ପାଠ୍ୟକ୍ରମର ସମୁଦାୟ ୨୨୫୫ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ନମ୍ବର ବିଦ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆଯାଇ ନାହିଁ। ସେମାନଙ୍କର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ପରୀକ୍ଷା କରାଯିବ। ତେବେ ରାଜ୍ୟର ୫୯୪୫ ଟି ସ୍କୁଲର ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ଶତ ପ୍ରତିଶତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ କୌଣସି ସ୍କୁଲରେ ଶୂନ ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ହୋଇ ନାହିଁ। ଚଳିତ ବର୍ଷ ପାସ କରିଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଛାତ୍ରୀ ସବୁଠାରୁ ଆଗରେ ରହିଛନ୍ତି। ଛାତ୍ରଙ୍କ ପାସ ହାର ୯୭.୧୬ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥିବା ବେଳେ ଛାତ୍ରୀଙ୍କର ୯୮.୬୨ ପ୍ରତିଶତ ପାସ ହାର ହୋଇଛି। ପାସହାରରେ ରାଜ୍ୟରେ ଜଗତସିଂହପୁର ଜିଲ୍ଲା ୯୯.୦୯ ପ୍ରତିଶତ ରଖି ସର୍ବାଗ୍ରେ ରହିଥିବା ବେଳେ ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ପାସହାରରେ ୯୪.୮୭ ପ୍ରତିଶତ ରଖି ସର୍ବନିମ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛି। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଏହି ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ନେଇ ଯେଉଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ନୁହଁନ୍ତି କିମ୍ବା ପରୀକ୍ଷାରେ ଅକୃତ କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ପୁଣିଥରେ ପରୀକ୍ଷା ଦେବାକୁ ସୁଯୋଗ ଦିଆଯିବ। ଏଥିପାଇଁ ଆସନ୍ତା ଜୁଲାଇ ମାସ ୫ ତାରିଖ ଠାରୁ ଉକ୍ତ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଫର୍ମପୂରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହେବ। ଏହି ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ଅଗଷ୍ଟ ଶେଷ ସପ୍ତାହରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇବ ବୋଲି ବୋର୍ଡ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି। କୋଭିଡ ଯୋଗୁଁ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ବୋର୍ଡ ଇତିହାସରେ ବିନା ପରୀକ୍ଷାରେ ଚଳିତ ମାଟ୍ରିକ ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇଛି।

ଚଳିତ ବର୍ଷ ରେଗୁଲାର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧରୁ ଏ-୧ ଗ୍ରେଡରେ ୨ ହଜାର ୬୫୬ ଜଣ ଏ-୨ ଗ୍ରେଡରେ ୨୨ ହଜାର ୧୩୧ ଜଣ, ବି-୧ ଗ୍ରେଡରେ ୫୨ ହଜାର ୨୯୯ ଜଣ, ବି-୨ ଗ୍ରେଡରେ ୯୪ ହଜାର ୪୭୫ ଜଣ, ସି ଗ୍ରେଡରେ ୧ ଲକ୍ଷ ୩୭ ହଜାର ୧୪ ଜଣ, ଡି ଗ୍ରେଡରେ ୧ ଲକ୍ଷ ୫୧ ହଜାର ୬୩୯ଜଣ, ଗ୍ରେଡ ଇରେ ୧ ଲକ୍ଷ ୧ ହଜାର ୭୯୬ ଜଣ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ସେହିଭଳି ଏକ୍ସରେଗୁଲାର ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ୫୩୨୭୯ ଜଣ ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଫର୍ମ ପୂରଣ କରିଥିଲେ। ତନ୍ମଧରୁ ୧୮୧୦ ଜଣ ଅନୁପସ୍ଥିତ ରହିଥିବା ବେଳେ ୪୭ ହାଜର ୬୦ ପାସ କରିଛନ୍ତି। ଏ-୧ ଗ୍ରେଡରେ କୌଣସି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପାସ କରି ନ ଥିବାବେଳେ ଏ-୨ ଏବଂ ବି-୧ ଗ୍ରେଡରେ ୨ ଜଣ ଲେଖାଏଁ, ବି-୨ ଗ୍ରେଡରେ ୨୨ ଜଣ, ସି ଗ୍ରେଡରେ ୩୧ ଜଣ, ଡି-ଗ୍ରେଡେ ୨୩୬ ଜଣ, ଇ-ଗ୍ରେଡରେ ୪୬ ହଜାର ୭ ଶହ ଜଣ ଏବଂ ଏଫ ଗ୍ରେଡରେ ୪୪୦୯ ଜଣ ପାସ କରିଛନ୍ତି। କୌଣସି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଯଦି ବୋର୍ଡ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ମାର୍କରେ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ଅଫଲାଇନ ମାଧମରେ ପରୀକ୍ଷା ଦେଇପାରିବେ। କରୋନା ଯୋଗୁଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଚଳିତବର୍ଷ ମାଟ୍ରିକ ପରୀକ୍ଷାକୁ ବାତିଲ କରିଥିଲେ। ବିକଳ୍ପ ମୂଲ୍ୟାୟନ ପଦ୍ଧତି ଅନୁଯାୟୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ପ୍ରକାଶ ପାଇଁ ବୋର୍ଡକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଏହାପରେ ବୋର୍ଡ ପକ୍ଷରୁ ନବମ ଶ୍ରେଣୀ ଏବଂ ଦଶମ ଶ୍ରେଣୀର ୩ଟି ପ୍ରାକ୍ଟିସ ଟେଷ୍ଟର ମାର୍କକୁ ଆଧାର କରି ମୂଲ୍ୟାୟନ କରାଯାଇଥିଲା। ରେଗୁଲାର, ଏକ୍ସ ରେଗୁଲାର ଏବଂ ପତ୍ର ବିନିମୟ ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ପରୀକ୍ଷା ଦେବାକୁ ରାଜ୍ୟର ୮୯୫୬ ଟି ସ୍କୁଲର ପ୍ରାୟ ୬ ଲକ୍ଷ ୨୯ ହଜାର ୯୧୯ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଫର୍ମପୂରଣ କରିଥିଲେ। ପରୀକ୍ଷା ବାତିଲ ହୋଇଥିବାରୁ ଫର୍ମପୂରଣ କରିଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ବିକଳ୍ପ ପଦ୍ଧତିରେ ବୋର୍ଡ ପକ୍ଷରୁ ମାର୍କ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି।

ସୋନପୁରରେ ରଥଯାତ୍ରା ପାଇଁ ବୈଠକ

ସୋନପୁର: ସୋନପୁରରେ ରଥଯାତ୍ରା ପାଳନ ପାଇଁ ସର୍କିଟ ହାଉସ ଠାରେ ଏକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା। ଏଥିରେ ଉପ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିହାର ରଂଜନ କହଁର ଅଧକ୍ଷତା କରିଥିଲେ। ବଡ ଜଗନ୍ନାଥ, ଦଧିବାମନ ଓ ବୃନ୍ଦାବନ ବିହାରୀ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କର ସମସ୍ତ ନୀତିକାନ୍ତି କୋଭିଡ୍ ମାର୍ଗଦର୍ଶିକା ଅନୁସାରେ ପାଳନ କରିବା ସହ ସୀମିତ ସେବାୟତକୁ ନେଇ ଚଳିତ ବର୍ଷ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ନୀତି ସଂପାଦିତ ହେବ। ଏଥିରେ ସମସ୍ତ ସେବାୟତ ସହଯୋଗ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଥିଲା। ଯାତ୍ରା ସମୟରେ ଓ ପୂର୍ବରୁ ସମ୍ପୃକ୍ତ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀ ଆବଶ୍ୟକ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନେବାକୁ ଅନୁରାଧ କରାଯାଇଛି। ବୈଠକରେ ଦେବୋତ୍ତର କମିଟିର କର୍ମକର୍ତ୍ତା ସହ ପୂଜକ, ନିଯୋଗ ସେବାୟତ ପ୍ରମୁଖ ଆଲୋଚନାରେ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ।

ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ପରଲୋକ

ସମ୍ବଲପୁର : ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ପଞ୍ଚାୟତ ଅଧିକାରୀ ବାସୁଦେବ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ପ୍ରଧାନପଡ଼ା ବାସଭବନରେ ୮୯ ବର୍ଷ ବୟସରେ ପରଲୋକ ହୋଇଯାଇଛି। ସେ କର୍କଟ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଥିଲେ। ତାଙ୍କ ଏକ ମାତ୍ର ପୁତ୍ର ପ୍ରଦୀପ ପଣ୍ଡା, ପୁତ୍ରବଧୁ ଶୋଭାଗିନୀ, ଝିଅ ପ୍ରଫେସର ପ୍ରଭାତୀ ଅଛନ୍ତି। ତାଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ବିଭିନ୍ନ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ଶୋକ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି।

ମାଟ୍ରିକ ଫଳାଫଳରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜୋନ୍

ସମ୍ବଲପୁର: ଚଳିତ ବର୍ଷର ମାଟ୍ରିପ ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି। ଏଥିରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜୋନରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ସର୍ବାଧିକ ୯୮.୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପାସ୍ କରିଥିବା ଜଣାପଡିଛି। ସେହିପରି ବଲାଙ୍ଗୀରରେ ସର୍ବନିମ୍ନ ୯୪.୮୭ ପ୍ରତିଶତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି। ମୋଟ୍ ୨,୧୦୮ଟି ସ୍କୁଲର ୧ ଲକ୍ଷ ୪୦ ହଜାର ୭୭୧ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଫଳାଫଳ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି। ସେଥିମଧରୁ ଏ-୧ ଗ୍ରେଡରେ ୩୦୦ ଜଣ ପାସ କରିଛନ୍ତି। ଏ-୨ ଗ୍ରେଡରେ ୩,୩୩୬ ଜଣ, ବି-୧ରେ ୮ ହଜାର ୨୯୮ ଜଣ, ବି-୨ ରେ ୧୯,୧୫୪ ଜଣ, ସି-୩୧,୨୬୫ ଜଣ, ଡି-୩୮,୧୯୭ ଜଣ ଓ ଇ-୩୬,୭୫୪ ଜଣ ପାସ କରିଛନ୍ତି। ଅନ୍ୟପଟେ ୨,୮୯୫ ଜଣ ଅକୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ତେବେ କଳାହାଣ୍ଡି ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୩ ହଜାର ୨୫୨ ଜଣ, ନୂଆପଡ଼ାରେ ୧୧ ହଜାର ୪୦ ଜଣ, ବରଗଡ଼ରେ ୧୮ ହଜାର ୭୩୪ ଜଣ, ସମ୍ବଲପୁରରେ ୧୩ ହଜାର ୨୫ ଜଣ, ଦେବଗଡ଼ରେ ୪ ହଜାର ୯୧୨ ଜଣ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ୬,୯୧୯ ଜଣ, ବଲାଙ୍ଗୀର ୨୬ ହଜାର ୭୯୯ ଜଣ, ସୁବର୍ଣପୁରରେ ୮,୭୪୧ ଜଣ ଓ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ୨୪ ହଜାର ୪୫୪ ଜଣ ପାସ କରିଛନ୍ତି। ସେହିପରି ଏକ୍ସ ରେଗୁଲାରରେ ୧୧ ହଜାର ୩୩ ଜଣ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ସେଥି ମଧରୁ କଳାହାଣ୍ଡିରେ ୨,୪୪୮ ଜଣ, ନୂଆପଡ଼ାରେ ୧,୩୫୫ ଜର, ବରଗଡ଼ରେ ୭୦୪ ଜଣ, ସମ୍ବଲପୁରରେ ୧,୨୩୧ ଜଣ, ଦେବଗଡ଼ରେ ୩୦୮ ଜଣ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ୪୫୫ ଜଣ, ବଲାଙ୍ଗୀରରେ ୨,୬୫୫ଜଣ, ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁରରେ ୩୮୧ ଜଣ ଓ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ୧,୫୮୫ ଜଣ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ଏଥିସହ ସିସି କୋର୍ସରେ ୫୬ ଜଣ ଫର୍ମ ପୂରଣ କରିଥିଲେ। ସେଥିମଧରୁ ୪୮ ଜଣ ପାସ କରିଥିବା ଜଣାପଡିଛି। ଏଥିରେ କଳାହାଣ୍ଡି ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ, ବରଗଡ଼ର ୩ ଜଣ, ସମ୍ବଲପୁରର ୨ ଜର, ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ଜଣେ, ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁରର ଜଣେ ଓ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ର ୪୦ ଜଣ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ କରୋନା ମହାମାରୀ ଯୋଗୁଁ ଚଳିତ ବର୍ଷ ମାଟ୍ରିକ ପରୀକ୍ଷା ହୋଇପାରି ନାହିଁ। ତେବେ ଅଭିନବ ପଦ୍ଧତିରେ ମୂଲ୍ୟାୟନ କରାଯାଇଛି। ନବମ ଓ ଦଶମ ଶ୍ରେଣୀର ଅଭ୍ୟାସ ପରୀକ୍ଷାରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ରଖିଥିବା ମାର୍କକୁ ଆଧାର କରି ଏହି ମୂଲ୍ୟାୟନ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି।

ଜୀବନବିନ୍ଦୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ: ୫୭ ୟୁନିଟ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ

ସମ୍ବଲପୁର : ପୂର୍ବ ବିଧାୟିକା ଡା. ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ହୀରାକୁଦ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ କମ୍ୟୁନିଟି ହଲ୍‌ରେ ଜୀବନ ବିନ୍ଦୁ ଓଡ଼ିଶା ମୋ ପରିବାର ପକ୍ଷରୁ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି। ଏଥିରେ ୫୭ ୟୁନିଟ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ ହୋଇଥିଲା। ଡା. ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଶିବିରକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ବିଜେଡି ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଦାସ, ମହାନଗର ସଭାପତି ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଦାସ, ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଆର୍ତ୍ତତ୍ରାଣ ମିଶ୍ର, ରାଜ୍ୟ ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ହୀରାଲାଲ ବେହେରା, ରାଜ୍ୟ ଯୁବ ଜନତା ଦଳ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ସତିଶ ବିଶି, ବାମଦେବ ଷଡଙ୍ଗୀ, ଭାସ୍କର ଦାଶ, ଅମିତାଭ ପରିଡା, ନିଶାନ୍ତ ବହିଦାରଙ୍କ ସହ ବହୁ ପ୍ରମୁଖ କର୍ମୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ।

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 ମାଧମରେ 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		

ରକ୍ତର ଅଭାବ ପୁରଣ ପାଇଁ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ଥାନା ପକ୍ଷରୁ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

ସମ୍ବଲପୁର : ବର୍ତ୍ତମାନ କୋଭିଡ୍ ପରିସ୍ଥିତିରେ ରକ୍ତର ଅଭାବ ଦେଖା ଦେଉଥିବାରୁ ତାକୁ ପୁରଣ କରିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲା ପୋଲିସ ପକ୍ଷରୁ ଏସ୍.ପି ବି.ଗଙ୍ଗାଧରଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କ୍ରମେ ବିଭିନ୍ନ ଥାନାରେ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରମାନ ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଛି ।

କ୍ଷେତରାଜପୁର ପୁଲିସ୍ ପକ୍ଷରୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଗୌରୀ କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପରେ ଏକ ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଏସ୍.ପି ବାତୁଲା ଗଙ୍ଗାଧର ଏହି ଶିବିରକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଥାନାଧିକାରୀ ମମତା ନାଏକଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ଶିବିରରେ ମୋଟ ୧୦୦ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ଅତିରିକ୍ତ ଏସ୍‌ପି ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା, ଆର୍‌ଆଇ ରାଜୀବ ଲୋଚନ ସେଠ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ରକ୍ତ ଦାତାଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିବା ବେଳେ ଅରବିନ୍ଦ ନାୟକ, ପ୍ରଦୀପ ସେଠ, ପ୍ରଶାନ୍ତ ପଣ୍ଡା, ରାମଦାସ ପଣ୍ଡା ଶିବିର ପରିଚାଳନାରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଶିବିରରେ କ୍ଷେତରାଜପୁର ପୁଲିସ୍ ସମେତ ସ୍ଥାନୀୟ ଅଞ୍ଚଳର ଲୋକେ ମଧ ରକ୍ତଦାନ କରିଥିଲେ ।

ଧନୁପାଲି ପୁଲିସ ପକ୍ଷରୁ ପେନସନପଡ଼ା କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ୧୮୧ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଶିବିରକୁ ଏସ୍.ପି ବାତୁଲା ଗଙ୍ଗାଧର ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଏଏସପି ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା, ରିଜର୍ଭ ଇନ୍ସପେକ୍ଟର ରାଜୀବ ଲୋଚନ ସେଠ ଓ ଧନୁପାଲି ଥାନା ଅଧିକାରୀ ପ୍ରଶାନ୍ତ ସାମଲ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସେହିପରି ଗୋବିନ୍ଦପୁର ଥାନାରେ ଆୟୋଜିତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ମୋଟ ୭୭ ୟୁନିଟ୍ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ଗୋବିନ୍ଦପୁର ଥାନା ଅଧିକାରୀ ପ୍ରତାପ କୁମାର ରଣାଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଶିବିରକୁ କୁଚିଣ୍ଡା ଏସଡିପିଓ ରାଜ କିଶୋର ମିଶ୍ର ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ବୁର୍ଲା ଭିମସାରରୁ ଡାକ୍ତର ସତ୍ୟବ୍ରତ ମିଶ୍ର, ଲାଲୁ ବିଶ୍ୱାସ, ଟେକ୍ନିସିଆନ ସୂର୍ଯ୍ୟ ବେହେରା, ସହଯୋଗୀ ଟଙ୍କଧର ବେହେରା ଓ ପ୍ରହଲ୍ଲାଦ ଭୋଇ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସାମ୍ବାଦିକ ସନ୍ତୋଷ ଶୁକ୍ଳା, ରାଜା ଖାନ, କ୍ଷୀରୋଦ ସାହୁ, ମନୋଜ ରାଜ, ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ଦାସ, ଉଲ୍ଲାସ୍କର ବୋଷ, ଶୀତଳ ଜୈନ, ସୁଶୀଲ ଶର୍ମା ପ୍ରମୁଖ ଶିବିର ପରିଚାଳନାରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । କୁଚିଣ୍ଡା ଥାନା ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଉପଖଣ୍ଡ ପୁଲିସ ଅଧିକାରୀ ରାଜ କିଶୋର ମିଶ୍ର ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏଥିରେ ମୋଟ ୫୬ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ କୁଚିଣ୍ଡା ଥାନା ଅଧିକାରୀ ଶୋଭଙ୍କର ସେଠ, ମହୁଲପାଲି ଥାନା ଅଧିକାରୀ ଓ ସ୍ଥାନୀୟ ବରିଷ୍ଠ ପୁଲିସ ଅଧିକାରୀମାନେ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ବିଜେପି ପକ୍ଷରୁ ଶ୍ୟାମ ପ୍ରସାଦ ମୁଖାର୍ଜୀଙ୍କ ତିରୋଧାନ ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର: ଜିଲ୍ଲା ବିଜେପି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଜନସଂଘ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସଦସ୍ୟ ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ପ୍ରସାଦ ମୁଖାର୍ଜୀଙ୍କ ତିରୋଧାନ ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଗିରୀଶ ପଟେଲଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ରେଙ୍ଗାଲି ବିଧାୟକ ନାଉରୀ ନାଏକ, ଜିଲ୍ଲା ସମ୍ପାଦକ ଅନୀଲ ବେହେରା, ଡାକ୍ତର ରାଜକୁମାର ବଡ଼ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ସାଂସଦ ଓ ବିଧାୟକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିଳାନ୍ୟାସ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ବରଗଡ ଲୋକସଭା ସଦସ୍ୟ ସୁରେଶ ପଜାରି ଓ ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାୟକ କିଶୋର କୁମାର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଝାରସୁଗୁଡା ବ୍ଲକ ଅର୍ନ୍ତଗତ ରାଜପୁର ଓ ଲୋଇସିଂ ପଞ୍ଚାୟତରେ ଜିଲ୍ଲା ଖଣିଜ ପାଣ୍ଠି ବିନିଯୋଗରେ ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନ ମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିଳାନ୍ୟାସ କରାଯାଇଛି । ଏଥିସହ ରାଜପୁର ବାଳିକା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ୬ ଲକ୍ଷ ୬୭ ହଜାର ଟଙ୍କା ଓ.ପି.ଜି.ସି ଉନ୍ନୟନ ପାଣ୍ଠିରେ ନିର୍ମିତ ଶୌଚାଳୟ ଓ ଜଳ ଯୋଗାଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦ ପାଣ୍ଠିରେ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟରେ ରାଜପୁର ପୁଟୁରାଡେରା କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପ ଓ ୨ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟରେ ସର୍ଗିମାଲ ଗୋଷ୍ଠୀ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ଉଦଘାଟନ କରିଛନ୍ତି ।

ଆଦର୍ଶ ଶିକ୍ଷକ ହରପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦଙ୍କ ପରଲୋକ

ଦେବଗଡ଼: ପ୍ରବୀଣ ଭୂଗୋଳ ଶିକ୍ଷକ ହର ପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦଙ୍କର ୮୨ ବର୍ଷ ବୟସରେ ତାଙ୍କ ବାସ ଭବନରେ ପରଲୋକ ହୋଇ ଯାଇଛି । ସେ ତାଙ୍କର ତିନି ପୁଅ ଏକମାତ୍ର ଝିଅ ଙ୍କୁ ଛାଡି ଯାଇଛନ୍ତି । ସ୍ୱର୍ଗତ ନନ୍ଦ ୧୯୬୦ ମସିହାରେ ଆରବିଡି ହାଇସ୍କୁଲରୁ ଶିକ୍ଷା ସମାପ୍ତ କରିଥିଲେ । ୧୯୬୩ ମସିହାରେ ସିଟି ପାସ୍ କରି ୧୯୬୫ ମସିହାରେ ଗୋଗୁଆ ମାଧମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଶିକ୍ଷକ ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ନିଜର କର୍ମମୟ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କର ଚାକିରୀକାଳ ମଧରେ ସେ ଅତାବିରା ଇଟି ସ୍କୁଲ, ଆରବିଡି ହାଇସ୍କୁଲ, ବୁର୍ଲା ବାଳକ ହାଇସ୍କୁଲରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସହିତ ଶେଷରେ ୧୯୯୯ ମସିହା ନଭେମ୍ବର ୩୦ ତାରିଖ ଦିନ ଦେବଗଡ଼ ସ୍ଥିତ ସରକାରୀ ବାଳିକା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଚାକିରୀ ଜୀବନରୁ ଅବସର ନେଇଥିଲେ । ଏହା ସହିତ ସ୍ୱର୍ଗତ ନନ୍ଦ ଅବସର ପରେ ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସହିତ ମଧ ଜଡିତ ଥିଲେ । ପୌରାଞ୍ଚଳା ଗୋପୀନାଥ ମନ୍ଦିର, ଗୋପାଳଜୀଉ ମନ୍ଦିର, ବାସୁଦେବପୁର ଗ୍ରାମର ବସୁଦ୍ଧେଶ୍ୱର ମନ୍ଦିର, ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପେନସେନ୍ ଭୋଗୀ ସଂଘ, ଚିନ୍ମୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ, ଜଗନ୍ନାଥ ସାହିତ୍ୟ ସଂସଦର ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ନିଜର ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କର ଅନ୍ତିମ ଶଯ୍ୟା ନିକଟରେ ବଡ଼ପୁଅ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରସାଦ, ଦ୍ୱିତୀୟ ପୁତ୍ର ଗତିକୃଷ୍ଣ, ସାନ ପୁଅ ସାମ୍ବାଦିକ ତଥା ଓୟୁଜେର ରାଜ୍ୟ ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ଅଶୋକ, ପୁତ୍ର-

ବଧୁ ସିପ୍ରା, ସ୍ମିତିରୂପା, ବନକା, ଏକମାତ୍ର ଝିଅ ଲତିକା ଓ ଜ୍ୱାଇଁ ଦେବେନ୍ଦ୍ର, ସାନ ଭାଇ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ରବିନାରାୟଣ ନନ୍ଦ, ପୁତୁରା ଓ ପୁତ୍ରବଧୁ, ନାତି ନାତୁଣୀଙ୍କ ସମେତ ପରିବାର ବର୍ଗ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ତାଙ୍କର ବିୟୋଗ ଖବର ପାଇ ଦେବଗଡ଼ ବିଧାୟକ ସୁବାସ ଚନ୍ଦ୍ର ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ସଂଜୀବ ପ୍ରଧାନ, ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡି ସଭାପତି ରୋମା ରଂଜନ ବିଶ୍ୱାଳ, ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସ ସଭାପତି ଉମାଶଙ୍କର ସାହୁ, ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡି ସଭାପତି ସୁଧୀର କପରଦାର, ରାଜ୍ୟ ଯୁବ ବିଜେଡିର ପୂର୍ବତନ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି ସଂଜିତ ମହାନ୍ତି, ଏସଡିସିସି ବ୍ୟାଙ୍କର ପୂର୍ବତନ ସଭାପତି ଅମରେନ୍ଦ୍ର ଗଙ୍ଗଦେବ, ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ନିରଞ୍ଜନ ଦ୍ୱିବେଦୀ, ମାର୍କଣ୍ଡେଶ୍ୱର ଶତପଥୀ, ଆଇନଜୀବୀ ଦିଲ୍ଲୀପ ଗୁରୁ, ବିଜେଡି ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ସଦସ୍ୟ ଇଂ.ସୁଜିତ ପ୍ରଧାନ, ବିଜେଡି ନଗର ସଭାପତି ଶୁକଦେବ ଭଞ୍ଜଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ମାନ୍ୟଗଣ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ତାଙ୍କ ଗୁରୁସାହି ସ୍ଥିତ ବାସଭବନକୁ ଯାଇ ଶେଷ ଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ପ୍ରଧାନପାଟ ସ୍ଥିତ ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାରରେ ତାଙ୍କର ଶେଷକୃତ୍ୟ ସଂପନ୍ନ କରାଯାଇଥିଲା । ବଡ଼ପୁଅ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରସାଦ ମୁଖାଗ୍ନି ଦେଇଥିଲେ । ବଡ଼ ପୁଅ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ଏମସିଏଲର ଜଣେ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟ ପୁତ୍ର ଗତିକୃଷ୍ଣ ମଧ ଏମସିଏଲରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଅଛନ୍ତି । ସ୍ୱର୍ଗତ ନନ୍ଦ ଦୈନିକ 'ସମ୍ବାଦ'ର କଟକ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିନିଧି ସୀମନ୍ତିକା ନନ୍ଦ ଓ ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିନିଧି ଶକ୍ତି ସୌରଭ ନନ୍ଦଙ୍କ ବଡ଼ବାପା । ସେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ଗାନ୍ଧୀ ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ସାନ ଜ୍ୱାଇଁ ଥିଲେ ।

ଏମ୍.ସି.ଏଲ୍ ପକ୍ଷରୁ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳିତ

ବୁର୍ଲା : ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ପକ୍ଷରୁ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଛି । ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ତଥା ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପି.କେ ସିହ୍ନା ସିଙ୍ଗରୁଲିରୁ ଅନ୍ ଲାଇନ୍ ଲାଇଭ୍ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଭାଗ

ନେଇଥିଲେ । ସେହିପରି ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଓ.ପି ସିଂହ, କେ.ଆର୍ ବାସୁଦେବନ, କେଶବ ରାଓ, ବବନ ସିଂହ ପ୍ରମୁଖ ନିଜନିଜ ସରକାରୀ ବାସଭବନରୁ ଅନ୍‌ଲାଇନ୍ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯୋଡ଼ି ହୋଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅନୁଗୁଳ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଏବଂ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ର ଏରିଆ ଜେନେରାଲ ମ୍ୟାନେଜର, ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗର ବିଭାଗ ମୁଖ୍ୟ ତଥା କର୍ମଚାରୀ ଏଥିରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ରେଳ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଯୋଗ ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର : ରେଳ ମଣ୍ଡଳ ପକ୍ଷରୁ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । କରୋନା ମହାମାରୀ ଚାଲିଥିବାରୁ ସମସ୍ତ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଘରେ ରହି ଯୋଗ କରିବାକୁ କୁହାଯାଇଥିଲା ।

ଯୋଗ ପ୍ରଶିକ୍ଷିକା ସିନ୍ଧୁସୁତା ନାୟକ ଯୋଗ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଅନଲାଇନରେ ଏକ ସେମିନାରର ଆୟୋଜନ ହୋଇଥିଲା । ମଣ୍ଡଳ ପ୍ରବନ୍ଧକ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଅଧକ୍ଷତା କରି ସୁସ୍ଥ ଜୀବନ ଯାପନ ପାଇଁ ତଥା ମାନସିକ ଚାପରୁ ଉପଶମ ପାଇବା ପାଇଁ ଯୋଗ ନିହାତି ଦରକାର ବୋଲି କହିଥିଲେ । ଅତିରିକ୍ତ ମଣ୍ଡଳ ରେଳ ପ୍ରବନ୍ଧକ ଏଲ.ଭି.ଏସ୍.ଏସ୍ ପାତ୍ରୁଡୁ ଓ ସମସ୍ତ ଅଧିକାରୀ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ଭୋଇ ଏନ୍‌ଏସ୍‌ସିବି କଲେଜର ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଅଧକ୍ଷ

ସମ୍ବଲପୁର : ନେତାଜୀ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ କଲେଜର ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଅଧକ୍ଷ ଭାବେ ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ଭୋଇ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲା ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିନାୟକ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ସରକାରୀ କଲେଜରେ ଅଧାପନା ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କରିଥିବା ଡକ୍ଟର ଭୋଇ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର କନିଷ୍ଠ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ, ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ସ୍ୱୟଂଶାସିତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ, ରାୟଗଡ଼ାର ସରକାରୀ ମଡେଲ ଡିଗ୍ରୀ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଅଧାପନା କରିଥିଲେ । ସଂପ୍ରତି ସେ ସମ୍ବଲପୁର ନେତାଜୀ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ ସରକାରୀ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ସହକାରୀ ପ୍ରଫେସର ତଥା ଓଡ଼ିଆ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ଭୋଇ ଜଣେ ସାହିତ୍ୟିକ ତଥା ସୁବକ୍ତା ଭାବରେ ପରିଚିତ । ସେ ଅନେକ ପୁସ୍ତକ ମଧ ରଚନା କରିଛନ୍ତି ।

Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 0663-2400945
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra