ସାପ୍ତାହିକ
ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
The Sweekar ସ୍ୱୀକାର
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ଂ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.26 | Issue - 14 | 3 - 9 April 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

୧୦୦ ସର୍ବାଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଭାରତୀୟଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୪ ଓଡ଼ିଆ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଇଂରାଜୀ ଖବରକାଗଜ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍‌ର '୧୦୦ ସର୍ବାଧିକ କ୍ଷମତାଶାଳୀ ଭାରତୀୟ -୨୦୨୨' ତାଲିକାରେ ୪ଜଣ ଓଡ଼ିଆ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି । ସେମାନେ ହେଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ, କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ, ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ ଗଭର୍ଣ୍ଣର ଶକ୍ତିକାନ୍ତ ଦାଶ ଓ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ଡକ୍ଟର ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ମିଶ୍ର । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ୧୮ତମ ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ବେଳେ ଆରବିଆଇ ଗଭର୍ଣ୍ଣର ଶ୍ରୀ ଦାଶ ୨୧ତମ ସ୍ଥାନ, ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ ୩୩ତମ ସ୍ଥାନ ଓ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ଡକ୍ଟର ମିଶ୍ର ୬୫ତମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ତାଲିକାରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ । କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱରାଷ୍ଟ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ଅମିତ ଶାହ- ଦ୍ୱିତୀୟ, ଆର୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍ ମୁଖ୍ୟ ମୋହନ ଭାଗବତ- ତୃତୀୟ, ବିଜେପି ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଜେପି ନଡ୍ଡା-ଚତୁର୍ଥ, ଆର୍‌ଆଇଏଲ୍ ସିଏମ୍‌ଡି ମୁକେଶ ଅମ୍ବାନୀ-ପଞ୍ଚମ, ଉତ୍ତର-ପ୍ରଦେଶ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଯୋଗୀ ଆଦିତ୍ୟନାଥ- ଷଷ୍ଠ, ଆଦାନି ଗ୍ରୁପ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଗୌତମ ଆଦାନି ସପ୍ତମ, ଏନ୍‌ଏସ୍‌ଏ ଅଜିତ ଡୋଭାଲ- ଅଷ୍ଟମ, ଦିଲ୍ଲୀ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ କେଜ୍ରିଓ୍ୱାଲ- ନବମ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରୀ ନିର୍ମଳା ସୀତାରମଣ- ଦଶମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି ।

୨୦୨୧ ତାଲିକାରେ ଡକ୍ଟର ମିଶ୍ରଙ୍କ ର୍‍ୟାଙ୍କ ୨୦, ଆରବିଆଇ ଗଭର୍ଣ୍ଣର ଶ୍ରୀ ଦାଶଙ୍କ ର୍‍ୟାଙ୍କ ୨୯,

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ର୍‍ୟାଙ୍କ ୪୫ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ର୍‍ୟାଙ୍କ ୯୫ ଥିଲା । ତାଲିକାରେ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ର୍‍ୟାଙ୍କ୍ ୯୫ ରୁ ୧୮କୁ ଉନ୍ନୀତ ହୋଇଛି । ଏହାର କାରଣ ଉଲ୍ଲେଖ କରିବାକୁ ଯାଇ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ସାତ ବର୍ଷ ଧରି କେନ୍ଦ୍ର ପେଟ୍ରୋଲିୟମ୍ ମନ୍ତ୍ରୀ ଥିଲେ ଓ ଉଜ୍ଜଳା ଯୋଜନାର ପରିକଳ୍ପନା କରିଥିଲେ । ୨୦୨୧ ଜୁଲାଇ କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀମଣ୍ଡଳ ଅଦଳବଦଳ ବେଳେ ତାଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ଦାୟିତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ପ୍ରଭାରୀ ଭାବେ ବିଜେପିକୁ ପୁଣି ଥରେ କ୍ଷମତାସୀନ କରିବାରେ ତାଙ୍କର ବିଶେଷ ଭୂମିକା ଥିଲା । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ନୂଆ ଶିକ୍ଷାନୀତି ଲାଗୁ କରିବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି ଓ ବିଜେପି ଜାତୀୟ ସଭାପତି ଜେପି ନଡ୍ଡାଙ୍କ ପରେ ସଭାପତି ପଦ ପାଇଁ ସେ ସବୁଠୁ ବଡ଼ ଦାବିଦାର ଅଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ସହ ଆର୍‌ବିଆଇ ଗଭର୍ଣ୍ଣର ଶ୍ରୀ ଦାଶଙ୍କ ର୍‍ୟାଙ୍କ ୨୯ ରୁ ୨୧ ଓ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ର୍‍ୟାଙ୍କ ୪୫ ରୁ ୩୩କୁ ଉଠିଛି । ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ସଂପର୍କରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ସେ କେବଳ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଓଡ଼ିଶାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ରହିନାହାନ୍ତି, ନିକଟରେ ହୋଇଥିବା ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେଡି ରେକର୍ଡ ସଂଖ୍ୟାରେ ଜିତିଛି । ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ ବର୍ତ୍ତମାନ ଓଡ଼ିଶାର ନିର୍ବିବାଦ ନେତା । ସେହିଭଳି ଡକ୍ଟର ମିଶ୍ର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ଚେହେରା । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଖାସ୍ ଲୋକ ଭାବେ ସେ ବହୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ଭାଳୁଛନ୍ତି । ତାଲିକାର ୧୬ ରାଜ୍ୟର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି । ଗାନ୍ଧୀ ପରିବାରରୁ ସୋନିଆ ଗାନ୍ଧୀ ୨୭ତମ ସ୍ଥାନ, ରାହୁଲ ଗାନ୍ଧୀ ୫୧ତମ ଓ ପ୍ରିୟଙ୍କା ଗାନ୍ଧୀ ୭୫ତମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି ।

ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶାରୁ ରାଜ୍ୟସଭାକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରୁଥିବା କେନ୍ଦ୍ର ରେଳ ମନ୍ତ୍ରୀ ଅଶ୍ୱିନୀ ବୈଷ୍ଣବ ଏବଂ ଓଡ଼ିଶା କ୍ୟାଡର ଆଇଏଏସ୍ ତଥା କେନ୍ଦ୍ର ପୁଞ୍ଜି ନିବେଶ ଓ ସାର୍ବଜନୀନ ସଂପତ୍ତି ପରିଚାଳନା (ଡିଆଇପିଏଏମ୍) ବିଭାଗ ସଚିବ ତୁହିନକାନ୍ତ ପାଣ୍ଡେ ମଧ ଏହି ତାଲିକାରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି । ୪୯ତମ ସ୍ଥାନରେ ଶ୍ରୀ ବୈଷ୍ଣବ ଥିବା ବେଳେ ଶ୍ରୀ ପାଣ୍ଡେ ୮୬ତମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ବୈଷ୍ଣବ ରେଲଓ୍ୱେର ଆର୍ଥିକ ଅବସ୍ଥାରେ ସୁଧାର ଆଣିବା ସହ ଏହି ବିଭାଗରେ ବ୍ୟାପକ ବିକାଶ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ପାଣ୍ଡେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ନିବେଶ ନୀତିକୁ କ୍ରିୟାନ୍ୱୟନ କରିବାରେ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରୁଛନ୍ତି ।

କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ ଓ ଉତ୍ତୋଳନରେ ଏମ୍.ସି.ଏଲ୍‌ର ଐତିହାସିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି

ଭୁବନେଶ୍ୱର: ମହାନଦୀ କୋଲଫିଲ୍ଡସ ଲିମିଟେଡ଼ (ଏମ୍.ସି.ଏଲ୍) ଉତ୍ପାଦନ ଓ ଡେସ୍‌ପ୍ୟାଚ୍ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସର୍ବକାଳୀନ ରେକର୍ଡ଼ ହାସଲ କରି ୨୦୨୧-୨ ୨ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ସମାପ୍ତ କରିଛି । କମ୍ପାନୀ ୨୦୨୦-୨୧ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ତୁଳନାରେ ୧୪% ଅଭିବୃଦ୍ଧି କରି ୧୬୮ ମିଲିୟନ ଟନ୍ କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ କରି ଐତିହାସିକ ରେକର୍ଡ଼ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ବୋଲି ଏହାର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ତଥା ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଓ.ପି. ସିଂହ କହିଛନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀ ସିଂହ ଏକ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, କୋଲଇଣ୍ଡିଆର ସହାୟକ କମ୍ପାନୀ ଏମ୍.ସି.ଏଲ ୨୦୨୧-୨୨ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ଶେଷରେ କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ, ଡେସ୍‌ପ୍ୟାଚ୍ ଏବଂ ଓଭର ବର୍ଡ଼ନ ହଟାଇବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତାର ଶୀର୍ଷରେ ରହି ନିଜ ପାରଦର୍ଶିତାର ଏକ ମାଇଲଖୁଣ୍ଟ ସ୍ଥାପନ କରିପାରିଛି । ଗତ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ କମ୍ପାନୀ ପାଇଁ ଏକ ସଫଳତାର ବର୍ଷ ହୋଇଥିଲା । ଚଳିତ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ଶେଷ ବେଳକୁ କମ୍ପାନୀର ୧୦୩% ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହୋଇଛି ଯାହାକି ୧୬୮,୧୭ ମିଲିୟନ୍ ଟନ୍ କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ କରି ଶୀର୍ଷ ସ୍ଥାନରେ ରହି ପାରିଛି । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ପୂର୍ବ ବର୍ଷ ତୁଳନାରେ କୋଇଲା ଡେସ୍‌ପ୍ୟାଚର ୨୧% ବୃଦ୍ଧି କରି ୧୭୬.୧୭ ମିଲିୟନ ଟନ୍ କୋଇଲା ଉପଭୋକ୍ତାମାନଙ୍କୁ ଯୋଗାଇ ପାରିଛି । ସେହିପରି ଓଡିଆରରେ ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ୧୮% ବୃଦ୍ଧି ଘଟାଇ ୨୦୭ ମିଲିଅନ କ୍ୟୁବିକ୍ ମିଟର ରେକର୍ଡ଼ କରିଛି ଯାହା କି, ଚଳିତ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ ବୃଦ୍ଧିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରିଛି ।

ଶ୍ରୀ ସିଂହ କହିଥିଲେ ଯେ, କୋଭିଡ-୧୯ ମହାମାରୀ ସତ୍ତ୍ୱେ ଗତ ୨୦୨୧-୨୨ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷର ତୃତୀୟ ତ୍ରୈମାସିକରେ କୋଇଲାର ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥିବା ଚାହିଦାକୁ ପୂରଣ କରିବା ଦିଗରେ ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ସଫଳତା ହାସଲ କରିପାରିଛି । କମ୍ପାନୀର ଏହି ଉପଲବ୍ଧି ପାଇଁ ସହଯୋଗ କରିଥିବା ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଶାସନ, ଲୋକ ପ୍ରତିନିଧି, ଶ୍ରମିକ ସଙ୍ଗଠନ ପ୍ରତିନିଧି, ଭାରତୀୟ ରେଳବାଇ, ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଗ୍ରାମବାସୀ ଏବଂ ସମସ୍ତ ହିତାଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ସି.ଏମ୍.ଡି ଶ୍ରୀ ସିଂ କୃତଜ୍ଞତା ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

ସେ ପୁଣି କହିଛନ୍ତି ଯେ, ବର୍ଷାଋତୁ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆହ୍ୱାନକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ତଥା ଆବଶ୍ୟକ ଚାହିଦା ପୂରଣ କରିବା ଦିଗରେ କମ୍ପାନୀ ଅଗ୍ରୀମ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରିସାରିଛି । ଏଥିସହ କମ୍ପାନୀ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ୨୦୨୨ ପାଇଁ ୩,୮୦୫ କୋଟି ଟଙ୍କାର ପୁଞ୍ଜିବ୍ୟୟ ମଧ କରିଛି, ଯାହା ଭବିଷ୍ୟତର ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ କରିବାକୁ ଏମସିଏଲକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ । ୨୦୨୨-୨୩ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ କମ୍ପାନୀ ୧୭୬ ମିଲିୟନ ଟନ୍ କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ କରିବ ବୋଲି ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି । ଓଡ଼ିଶାର ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଓ ଅନୁଗୁଳ ଜିଲ୍ଲାରେ କେଇଲା ଉତ୍ତୋଳନ କରୁଥିବା ଏମ୍‌ସିଏଲ୍ ହେଉଛି ଦେଶର ସର୍ବ ବୃହତ କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନକାରୀ କମ୍ପାନୀ ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି ।

ଏହି ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ କମ୍ପାନୀର ବିତ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶ୍ରୀ କେ.ଆର. ବାସୁଦେବନ ଏବଂ କାର୍ମିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶ୍ରୀ କେଶବ ରାଓ ମଧ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ସୁରେଶ୍ୱର ମିଶ୍ର ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘର ସଭାପତି

ସମ୍ବଲପୁର : ସୁରେଶ୍ୱର ମିଶ୍ର ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲା ଓକିଲ ସଂଘର ସଭାପତି ଓ ସରୋଜ କୁମାର ସାହୁ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଭାବେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ସେହିପରି ହିମାଂଶୁ ଶେଖର ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଯୁଗ୍ମ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଓ ମହେନ୍ଦ୍ର ବଢ଼େଇ ସହକାରୀ ସମ୍ପାଦକ ରୂପେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ବସନ୍ତ କୁମାର ମିଶ୍ର ଉପସଭାପତି ଭାବେ ନିଦ୍ୱନ୍ଦରେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ । ଏହାଛଡ଼ା ମାନସ ରଞ୍ଜନ ମିଶ୍ର, ଭଗତ ସିଂ, ସୁଦାମ ଚରଣ ଲୁହା, ସୁରେନ୍ଦ୍ର ନାୟକ, ରାଜେଶ ସାହୁ, ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ଗର୍ଡିଆ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭ୍ୟ ରୂପେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ନିର୍ବାଚନ ଅଧିକାରୀ ଭାବେ ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ଦାଶ ନିର୍ବାଚନ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ମହମ୍ମଦ ଫିରୋଜ, ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଚିତ୍ରସେନ ମିଶ୍ର, ବେଦବ୍ୟାସ ସୁପକାର, ବୈଶମ୍ପାୟନ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ବନ୍ଦିତାରାଣୀ ମିଶ୍ର, ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଶେଖର ସାହୁ, ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର କର, ଅବିନାଶ ପୁରୋହିତ, ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଷଡଙ୍ଗୀ, ପ୍ରଦୀପ ଦୋରା ଓ ଶଙ୍କର ଭଞ୍ଜ ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ପୌର ପରିଷଦ ନିର୍ବାଚନରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ୨ ବିଜେଡ଼ି ଓ ଗୋଟିଏରେ କଂଗ୍ରେସ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବିଜୟୀ

ଝାଉସୁଗୁଡ଼ା : ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ପୌର ପରିଷଦ ଏବଂ ବ୍ରଜରାଜନଗର ପୌର ପରିଷଦରେ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥିନୀ ଯଥାକ୍ରମେ ରାନୀ ହାତୀ ଏବଂ ଯାଜ୍ଞସେନୀ ଓରାମ ପୌରାଧ୍ୟକ୍ଷା ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବେଲପାହାଡ଼ ପୌର ପରିଷଦରେ କଂଗ୍ରେସ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନିମାଇଁ ଚରଣ ପଣ୍ଡା (ବୁଲୁ) ବିଜୟୀ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ବୃଷ ବଇଦ ଶତାବରୀ

ଉପକାରୀ ସଜନା ଶାଗ

ବଡ଼ ଉପକାରୀ ଅଙ୍ଗୁର

ଲାଭକାରୀ ଅପରାଜିତା

ବାଜରାର ଉପକାରିତା

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ପାଳିତ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ସରକାରୀ ଓ ବେସରକାରୀ ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ୮୭ତମ ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ପ୍ରଭାତ ଫେରି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲାପାଳ ସରୋଜ କୁମାର ସାମଲ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ପ୍ରବୀର କୁମାର ନାୟକ, ଲଙ୍କେଶ୍ୱର ଅମାତ, ପିଡି ଡିଆର୍‌ଡିଏ ତପିରାମ ମାଝି ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଅଡିଟୋରିୟମରେ ଜିଲାପାଳ ସରୋଜ କୁମାର ସାମଲଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଜିଲାସ୍ତରୀୟ ଓଡିଶାଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଜିଲାପରିଷଦ ସଭାପତି ତୁଳାବତୀ ମିଞ୍ଜ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ଡକ୍ଟର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମୟୀ ପୁରୋହିତ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଓ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲାପାଳ ପ୍ରବୀର କୁମାର ନାୟକ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସେହିପରି ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ଓଡ଼ିଶା ମଞ୍ଚର ମିଳିତ ଉଦ୍ୟମରେ ଭିଖମପାଲି ନୋଡାଲ ଉଚ୍ଚବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ପ୍ରଧାନଶିକ୍ଷକ ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ବେହେରାଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଏହି ଦିବସ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏଥିରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ ସାମଲ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି, ଭାଷା ସୁରକ୍ଷା ମଞ୍ଚ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ପ୍ରତାପ ରାଉତ, ଏସ୍.ପି ବିକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ, ପିଡି ଡିଆର୍‌ଡିଏ ତପିରାମ ମାଝି, ଡିଇଓ ପୁଷ୍ପା ମିଞ୍ଜ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲା । ଓଡ଼ିଶା ଭାଷା ଓ ସଂସ୍କୃତି ସୁରକ୍ଷାକୁ ନେଇ ଏକ ଆଲୋଚନା ଚକ୍ର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ମନ୍ଦାକିନୀ ଶତପଥୀ, ଶିବପ୍ରିୟା ମିଶ୍ର, ଗୋପିନାଥ ସେଠ୍, ନଳୀନ ବାରିକ ପ୍ରମୁଖ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ପାଳିତ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ଓଡିଶା ସଙ୍ଗୀତ ନାଟକ ଏକାଡେମୀ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲା ସ୍ତରୀୟ ଓଡିଶା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷା କୁନ୍ତୀ ପ୍ରଧାନ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି, ସାଂସଦ ଜୁଏଲ ଓରାମ, ଜିଲା ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ପ୍ରକଳ୍ପ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଭୈରବ ସିଂ ପଟେଲ, ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅଭିମନ୍ୟୁ ବେହେରା, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ପୌରାଞ୍ଚଳର ନବନିର୍ବାଚିତ ଅଧକ୍ଷା ତନୟା ମିଶ୍ର ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଓଡ଼ିଆ ସାହିତ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ପାଇଁ ରାଜ କିଶୋର ଷଡଙ୍ଗୀ, ନାଟ୍ୟକାର ତଥା ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ପ୍ରଯୋଜକ ପ୍ରଦୀପ ଭୋଳ, ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ସଙ୍ଗୀତ ପାଇଁ ସସ୍ମିତା ସାହୁ ଏବଂ ହସ୍ତତନ୍ତ ଚିତ୍ରକଳା ପାଇଁ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ମେହେରଙ୍କୁ ମାନପତ୍ର ଦେଇ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଡାକ୍ତର ଅନନ୍ତ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ପ୍ରିୟଙ୍କା ଜେନା ମଞ୍ଚ ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ଓଡ଼ିଶା ସାହିତ୍ୟ ଏକାଡେମୀ ସଦସ୍ୟା ଅଧାପିକା ଡକ୍ଟର ସୁପ୍ରିୟା ପାଲ ଓ ସାହିତ୍ୟିକ ଗୋପକୃଷ୍ଣ ନାୟକ, ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମଞ୍ଚ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା ସଂସ୍କୃତି ଅଧିକାରୀ କୁଲଦୀପ ଖାଖା ଉପସ୍ଥିତ ରହି ସହଯୋଗ କରିଥିବା ବେଳେ ଶେଷରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲା ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ନନ୍ଦିନୀ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ପାଳିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏ ଅବସରରେ ଆୟୋଜିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷା କୁମୁଦିନୀ ନାୟକ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅଜାମ୍ବର ମହାନ୍ତି, ପିଡି ଡିଆର୍‌ଡିଏ ଦିଲୀପ କୁମାର ବଳ, ଜିଲ୍ଲା ସଂସ୍କୃତି ଅଧିକାରୀ ହେମନ୍ତ କୁମାର ପ୍ରଧାନ, ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗ ଉପନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ବିଜୟ କୁମାର ମିଶ୍ର ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ପରେ ଏହି ଅବସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଶେଷରେ ବିଭିନ୍ନ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ସକାଳେ ସହରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ବରପୁତ୍ର ମାନଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡ଼ା, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅଜାମ୍ବର ମହାନ୍ତି, ପିଡି ଡିଆର୍‌ଡିଏ ଦିଲୀପ କୁମାର ବଳ, ମହାନଗର ନିଗମ କମିଶନର୍ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ, ଉପ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସୂର୍ଯ୍ୟବଂଶୀ ମୟୁର ବିକାଶ ପ୍ରମୁଖ ମାଲ୍ୟାର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଓ ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ପାଳିତ

ବରଗଡ : ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ତରଫରୁ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ଓ ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ସୂଚନା ଓ ସଂସ୍କୃତି ଅଧିକାରୀ କଲ୍ୟାଣୀ ଦାଶଙ୍କ ସଂଯୋଜନା ତଥା ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମୋନିଷା ବାନାର୍ଜିଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏଥିରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧକ୍ଷା ମାନିନୀ ଭୋଇ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଓ ବିଶିଷ୍ଟ ସାହିତ୍ୟିକ ଡ଼କ୍ଟର ଶୁକମୁନି ମେହେର ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ବରଗଡ଼ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମିର୍ଦ୍ଧା ଟପ୍ପୋ, ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶୁଭେନ୍ଦ୍ର ସାମଲ, ଆସିଷ୍ଟାଣ୍ଟ କଲେକ୍ଟର ସଦାକର କୁମ୍ଭାରଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଏଲ୍.ଆଇ.ସି ପକ୍ଷରୁ ପୁଲିସ୍‌କୁ ୨୦ଟି ଟ୍ରାଫିକ ବ୍ୟାରିକେଡ ପ୍ରଦାନ

ସମ୍ବଲପୁର: ଟ୍ରାଫିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ସୁଧାର ଓ ଆଇନଶୃଙ୍ଖଳା ପରିସ୍ଥିତିକୁ ସୁଗମ କରିବା ଲାଗି ଭାରତୀୟ ଜୀବନ ବୀମା ନିଗମ ପକ୍ଷରୁ ସମ୍ବଲପୁର ପୁଲିସକୁ ୨୦ଟି ଟ୍ରାଫିକ ବ୍ୟାରିକେଡ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଚଳନଶୀଳ ବ୍ୟାରିକେଡକୁ ଜିଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧକ୍ଷକ ବାତୁଲା ଗଙ୍ଗାଧରଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଏଥିରେ ଜୀବନ ବୀମା ନିଗମର ମଣ୍ଡଳ ପରିଚାଳକ ବି.ଏଲ ଦାଶ, ମାର୍କେଟିଂ ମ୍ୟାନେଜର ଅଜୟ କୁମାର, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧକ୍ଷକ ତପନ ମହାନ୍ତି, ଟ୍ରାଫିକ ଡିଏସପି ନରେନ୍ଦ୍ର ଷଡଙ୍ଗୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହିଥିଲେ ।

ତୃତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ୭୬ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ବର୍ଣ୍ଟନ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ମହାନଗର ନିଗମ ପକ୍ଷରୁ ବିଜୁ ଆଦର୍ଶ କଲୋନି ଯୋଜନାର ତୃତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ୭୬ଟି କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ବଣ୍ଟାଯାଇଛି । ୨୮ଟି ବସ୍ତି ବାସିନ୍ଦା ସଂଘକୁ ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ବିଦ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡ଼ା, ଏସ୍‌ଏମ୍‌ସି କମିଶନର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସାହୁ ଏବଂ ଅନ୍ୟ କର୍ମଚାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ରହି କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ବାଣ୍ଟିଛନ୍ତି । ବିଜୁ ଆଦର୍ଶ କଲୋନି (ଜାଗା ମିଶନ) ଯୋଜନାର ତୃତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ପ୍ରଦାନ ପରେ କାର୍ଯ୍ୟାଦେଶ ସଂଖ୍ୟା ୧୧୪କୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି ।

ଭାଗବତ /// ସୁଦାମା ଚରିତ

ପ୍ରବୃତ୍ତିଧର୍ମ ନିଜ ସହିତ ବାସନା-ବିକାର ବି ଧରି ଆସେ । ତେଣୁ ଭଗବାନ ଏଠାରେ ନିବୃତ୍ତି ନିମନ୍ତେ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଲେ, ସାଙ୍ଗ । ପିଲାଦିନ କଥା ମନେପଡୁଛି । ତୁମେ ତ ଖେଳକୁଦ କରିବାକୁ ଭଲପାଉ ନ ଥିଲ । ମୁଁ କିନ୍ତୁ ତୁମକୁ ଖେଳିବା ପାଇଁ ନେଇ ଯାଇଥିଲି । ମନେପଡୁଛି ସାଙ୍ଗ । ସେ ଦିନ ଗୁରୁମାତାଙ୍କ କଥାରେ ଆମେ ସମିଧ ଆଣିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ । ଅରଣ୍ୟରେ ବୁଲି ସମିଧ ସଂଗ୍ରହ କରୁଥିବା ବେଳେ ମୂଷଳଧାରାରେ ବର୍ଷା ହେଲା । ଆମେ ଆଶ୍ରମକୁ ଫେରି ପାରିଲେ ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ଗଛରେ ଚଢ଼ି ଆମେ ଆଶ୍ରୟ ନେଇଥିଲେ । ପରଦିନ ସକାଳେ ଗୁରୁଦେବ ନିଜେ ଯାଇ ଆମକୁ ଆଣିଥିଲେ । ମନେପଡୁଛି ?

ସେ ଦିନ ସୁଦାମା-ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଦୁହେଁ ସମିଧ ସଂଗ୍ରହ କରୁଥିବା ବେଳେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ହେଲା । ଦୁହେଁ ଗଛରେ ଚଢ଼ି ରାତ୍ରିଯାପନ କଲେ । ସୁଦାମା ଅଣ୍ଟିରେ ମୁଠାଏ ହେବ ଚଣା ନେଇଯାଇଥିଲେ । ସେ ଭୋକ ହେବାରୁ ରାତିରେ, ଅନ୍ଧକାରରେ ତାହା ଖାଉଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଶବ୍ଦ ବାରିପାରି କ'ଣ ଖାଉଛ ବୋଲି ସୁଦାମାଙ୍କୁ ପଚାରିଥିଲେ । ସୁଦାମା ଭାବିଲେ, 'ଯଦି ଚଣା ଖାଉଛି ବୋଲି କହିବି ତେବେ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ କିଛି ଚଣା ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।" ତେଣୁ ସେ କଥାକୁ ଲୁଚାଇ ମିଛ କହିଥିଲେ । ସେ କହିଥିଲେ, "ନା, ମୁଁ କିଛି ଖାଉ ନାହିଁ । ଶୀତରେ ଦାନ୍ତ ଥୁରୁ ଥୁରୁ ହୋଇ ବାଡ଼େଇ ହେଉଛି ।"

ଏକାକୀ ଯିଏ ଖାଏ ସେ ଦରିଦ୍ର ହୋଇଯାଏ । ଏଥି ଯୋଗୁଁ ହିଁ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ଦରିଦ୍ରତା ଗ୍ରାସ କରିଥିଲା । ପିଲାଦିନ କଥା ମନେ ପଡ଼ିଯିବାରୁ ସୁଦାମା ଶଙ୍କୁଚିତ ହୋଇଗଲେ । ସେ ଏବେ ନିଜକୁ ଦୋଷୀ ଦୋଷୀ ମନେକଲେ ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଦ୍ୱାରିକାଧୀଶ । ସେ ଆଜି ସୁଦାମାଙ୍କର ପଦସେବା କରିବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ରାଣୀମାନଙ୍କୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟାନ୍ୱିତ କରିଦେଇ ଥିଲା । ଆମ ପ୍ରଭୁ ଆଜି ସୁଦ୍ଧା ଏପରି ସେବା ତ କାହାର ହେଲେ କରି ନାହାନ୍ତି । ଏଇ ବ୍ରାହ୍ମଣ ନିଶ୍ଚୟ ଜଣେ ଭାଗ୍ୟବାନ୍ ପୁରୁଷ ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ପଚାରିଲେ, "ବିବାହ କରିଛ ନା ନାହିଁ ? ଆମ ଭାଉଜ କିପରି ?

ସୁଦାମା କହିଲେ, "ପତ୍ନୀ ସୁଶୀଳା । ସନ୍ତାନ ବି ଅଛନ୍ତି ।' ସୁଦାମା ଭଗବାନଙ୍କୁ ସବୁ କଥା କହିଥିଲେ ହେଲେ ନିଜର ଦରିଦ୍ରତା ଆଦୌ କହି ନ ଥିଲେ । ସେ କହିଲେ, "ତୁମ ଭାଉଜ ବାରମ୍ବାର ଆଗ୍ରହ କରିବାରୁ ମୁଁ ତୁମକୁ ଦେଖିବାକୁ ଆସିପାରିଛି ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଲେ, "ଭାଉଜ ଯଦି ଏପରି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରିଥିବାରୁ ତୁମେ ଆସିଲ ତେବେ ତ ସିଏ ଆମ ପାଇଁ ନିଶ୍ଚୟ କିଛି ପଠାଇଥିବେ ।"

ଏହିପରି କଥୋପକଥନ ଚାଲିଥିବା ବେଳେ ମଝିରେ ପଡ଼ି ଲକ୍ଷ୍ମୀସ୍ୱରୂପ ରୁକ୍ମିଣୀ କହିଲେ, ଯଦି ଆପଣ ଆଜ୍ଞା ଦିଅନ୍ତେ ତେବେ ଆପଣଙ୍କର ଏହି ମିଶ୍ରଙ୍କ ଘରକୁ କିଛି ପଠାଇ ଦିଅନ୍ତି ।

କୃଷ୍ଣ କହିଲେ, ମୁଁ ଏହାଙ୍କୁ ଦେବା ପାଇଁ ନୁହେଁ, ଏହାଙ୍କଠାରୁ କିଛି ନେବା ପାଇଁ ଚାହିଁଛି ।

ଲକ୍ଷ୍ମୀ କହିଲେ, "ଏଇ ଦରିଦ୍ର ବ୍ରାହ୍ମଣ ପୁଣି ତୁମକୁ କ'ଣ ଦେଇପାରିବେ ?

ସୁଦାମାଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଦରିଦ୍ର ବ୍ରାହ୍ମଣ କହିଲେ । ଏହା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଭଲ ଲାଗିଲା ନାହିଁ । ସେ ତତ୍କାଳ ପ୍ରତିବାଦ କରି କହିଲେ, "ମୋ ସାଙ୍ଗଙ୍କୁ ଦରିଦ୍ର କହିବାକୁ ତୁ କିଏ ? ଆରେ.... । ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଦେଖିଲେ ଭଗବାନ ଆଜି ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ଅଛନ୍ତି । ସେ ଭଗବାନଙ୍କୁ କ୍ଷମା ମାଗିଲେ ।

ସୁଦାମା ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କର ବିଭବ ଦେଖିଲେ । ସେ ଆଣିଥିବା ଖୁଦ ପୁଟୁଳିଟିକୁ ତେଣୁ ଅତି ସନ୍ତର୍ପଣରେ ନିଜ ଅଣ୍ଟାରେ ଲୁଚାଇ ରଖୁଥିଲେ । ଭଗବାନ ମନେମନେ ଭାବିଲେ ଏବଂ ଭାବନା କରୁଥିବା ସମୟରେ ମନେମନେ ହସିବାରେ ଲାଗିଥିଲେ । "ଇଏ ସେ ଦିନ ଚଣା ଲୁଚାଇ ଥିଲା, ଆଉ ଆଜି ଖୁଦ ଲୁଚାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ସେ ଦିନ ସେ ଚଣାର ଭାଗ କମିଯିବ ବୋଲି ମୋତେ ଲୁଚାଇ ଥିଲା । ଆଜି କିନ୍ତୁ ମୋ ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ରୂପେ ଆଣିଥିବା ଖୁଦକୁ ମୋର ବୈଭବ ଦେଖି ସଙ୍କୋଚରେ ଲୁଚାଉଛି । ଯା ଠାରୁ ଖୁଦ ଭଜା ଜବରଦସ୍ତ ନେବାକୁ ହେବ ।

ଭଗବାନ ସୁଦାମାଙ୍କଠାରୁ ଖୁଦ ପୁଡ଼ିଆଟି ଛଡ଼ାଇ ନେଲେ । "ସ୍ୱୟଂ ଜହାର କିମିଦମିତି ପୃଥୁକତଣ୍ଡୁଲାନ୍ । (ଶ୍ରୀଭା : ୧୦/୮୧/୮)

"ଏଇଟା କ'ଣ" ଏପରି କହି କହି ଖୁଦ ପୁଡ଼ିଆଟି ଭଗବାନ ଛଡ଼ାଇ ନେଲେ । ସେ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ପ୍ରଶଂସା କରି କହିଲେ -

'ସାଙ୍ଗ ! ତୁମେ ତ ମୋ ପାଇଁ ମୋର ଅତି ପ୍ରିୟ ଜିନିଷ ଆଣିଛ । ଏହି ଖୁଦ କେବଳ ମୋତେ ନୁହେଁ, ସାରା ସଂସାରକୁ ତୃପ୍ତ କରିଦେବା ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ।" ଏପରି କହି ଭଗବାନ ମୁଠାଏ ଖୁଦ ଖାଇଦେଲେ । ସେ ଦ୍ୱିତୀୟ ମୁଠା ଖାଇବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ଏହି ସମୟରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ତାଙ୍କ ହାତ ଧରି ପକାଇଲେ । ସେ ଭଗବାନଙ୍କୁ କହିଲେ, " ବିଶ୍ୱାତ୍ମନେ । ସେତିକି ଥାଉ । ମଣିଷକୁ ଇହ ଲୋକରେ ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପରଲୋକରେ ବି ସମସ୍ତ ସମ୍ପତ୍ତିର ସମୃଦ୍ଧି ପାଇବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କର ଏକମାତ୍ର ମୁଠା ଖୁଦ ଯଥେଷ୍ଟ; କାରଣ ଏତିକି ମାତ୍ରରେ ଆପଣ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି ।

ଲୌକିକ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖିଲେ ପ୍ରକୃତରେ ଦୁଇମୁଠା ଖୁଦ ଥିଲା । ମାତ୍ର ଏହି ଦୁଇ ମୁଠା ଖୁଦ ହିଁ ଥିଲା ସୁଦାମାଙ୍କର ସର୍ବସ୍ୱ । ପ୍ରାରବ୍ଧ ଅନୁସାରେ ସୁଦାମା ଥିଲେ ଦରିଦ୍ର । ବିଧାତା ତାଙ୍କ କପାଳରେ ଶ୍ରୀ-କ୍ଷୟ ବୋଲି ଲେଖି ଦେଇଥିଲେ । ଯେତେବେଳେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ

ପାଦ୍ୟ ଅର୍ଘ୍ୟ ଦେଇ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ପୂଜାକଲେ, ସେ ତାଙ୍କ କପାଳରେ ଚନ୍ଦନର ତିଳକ ବି ଲଗାଇଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ସେ ବିଧାତାଙ୍କ ଲେଖାକୁ ଓଲଟାଇ ଦେଇଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ଶ୍ରୀ-କ୍ଷୟ, ଯକ୍ଷଶ୍ରୀ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ଯେଉଁ ସମ୍ପତ୍ତି ଯକ୍ଷରାଜ (କୁବେର)ଙ୍କ ପାଖରେ ନଥିବ ସେପରି ସମ୍ପତ୍ତି ବି ମୁଁ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ଦେବି । ଭଗବାନ୍ ସୁଦାମାଙ୍କର ପ୍ରାରବ୍ଧ କର୍ମକୁ କ୍ଷୀଣ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଖୁଦ ଭକ୍ଷଣ କରିଥିଲେ । ସେ ଖୁଦ ଆହାର କରିବା ମାତ୍ରେ ସାରା ସଂସାର ତାହାକୁ ଆହାର କରିଥିଲେ । ଭଗବାନଙ୍କର ଅନ୍ୟନାମ ବିଶ୍ୱମ୍ଭର । ତାଙ୍କ ପେଟ ପୂରିଲେ ଜଗତର ପେଟ ପୂରିଯାଏ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଦାନାଟିଏ ଅନ୍ନ ଅକ୍ଷୟ ପାତ୍ରରୁ ଭୋଜନ କରିଥିଲେ । ଦୁର୍ବାସାଙ୍କ ସହିତ ସହସ୍ରାଧିକ ଋଷିଙ୍କର ପେଟ ପୂରି ଯାଇଥିଲା । ସେ ପୁଣି ସର୍ବାତ୍ମା । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସାରା ବିଶ୍ୱକୁ ଅନ୍ନଦାନ କରିବାର ପୁଣ୍ୟ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କଲେ ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଗଦ୍ ଗଦ୍ କଣ୍ଠରେ କହିଲେ, 'ସାଙ୍ଗ । ମୁଁ ଯେତେବେଳେ ଗୋକୁଳରେ ଥିଲି ମାତା ଯଶୋଦା ମୋତେ ଏହିଭଳି ଖୁଦ ଖୁଆଉ ଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଯଶୋଦା ମାତାଙ୍କ କଥା ମନେ ପଡ଼ିଗଲା । ସେ ବିହ୍ୱଳ ହୋଇଗଲେ । ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ପାଇଁ ତାଙ୍କ ଆଖି ଛଳ ଛଳ ହୋଇଗଲା । ସୁଦାମାଙ୍କ ଖୁଦ ପ୍ରେମ-ରସ-ଯୁକ୍ତ ଥିଲା । ମୁଠାଏ ହେବ ଖୁଦ ବଦଳରେ ଭଗବାନ ସାରା ଦ୍ୱାରିକାର ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ସୁଦାମାଙ୍କ ଘରକୁ ପଠାଇଦେଲେ ।

ସୁଦାମା ତାଙ୍କ ଦାରିଦ୍ର୍ୟ କଥା ଭଗବାନଙ୍କୁ କହି ନ ଥିଲେ ତେଣୁ ଭଗବାନ ବି ସୁଦାମାଙ୍କୁ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ଦାନ କଥା ଜଣାଇ ନ ଥିଲେ ।

ପରଦିନ ସୁଦାମା ଗାଁକୁ ଫେରିଯିବା ପାଇଁ ଅନୁମତି ମାଗିଲେ । ସେ ଭାବିଥିଲେ କୃଷ୍ଣ ତାଙ୍କୁ ଆଉ ଦୁଇ ଚାରି ଦିନ ରହିବା ପାଇଁ ବାଧ କରିବେ । ମାତ୍ର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସେପରି କଲେ ନାହିଁ । କାରଣ ତେଣେ ସୁଶୀଳା ବିପୁଳ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ପାଇ ବି ବ୍ରତ କରିଥିଲେ ଯେ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ମୁଖଦର୍ଶନ ନ କରିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜଳ ବି ସ୍ପର୍ଶ କରିବେ ନାହିଁ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ମନେମନେ ଭାବିଲେ, 'ସୁଦାମାଙ୍କୁ ଯଦି ମୁଁ ଏଠାରେ ଅଧିକ ଦିନ ରଖିଦିଏ ତେବେ ଭାଉଜ ତେଣେ ଭୋକ ଉପାସରେ ଛଟପଟ ହୋଇଯିବ ।' ତେଣୁ ଅଧିକ ରହଣି ନିମନ୍ତେ ସେ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ବାଧ କଲେ ନାହିଁ ।

ନିରପେକ୍ଷ ପବିତ୍ର ସୁଦାମା ଯିବାକୁ ଉଦ୍ୟତ ହେଉଥିବା ଦେଖି ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦର ତାଙ୍କୁ ନାନାପ୍ରକାର ଦିବ୍ୟ ବସ୍ତ୍ରାଭୂଷଣ ପିନ୍ଧାଇ ଦେଲେ । ସେତେବେଳେ ସୁଦାମା ଏହାର ବିରୋଧ କରି ନଥିଲେ, କାରଣ ସେପରି କରିଥିଲେ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ କାଳେ ଅପମାନ ହୋଇ ଥାଆନ୍ତା । ପୁଣି ରାଣୀମାନେ ବି ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ନା, ହେଲେ ସୁଦାମା ପିନ୍ଧି ଆସିଥିବା ତାଙ୍କର ଚିରା ଧୋତିକୁ ପୁଟୁଳା କରି କାଖରେ ଯାକି ଧରିଥିଲେ । ବାଡ଼ିଟି ଧରିଲେ ଏବଂ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ବିଦାୟ ମାଗି ବାହାରକୁ ବାହାରି ଆସିଲେ ।

ସୁଦାମାଙ୍କ ପ୍ରତି ବନ୍ଧୁପ୍ରେମ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଥିଲା ଅମାପ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ରାଣୀମାନେ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ବନ୍ଦନା କଲେ । ରାଣୀମାନେ କହିଲେ, "ଭାଇନା । ଭାଉଜଙ୍କୁ ଧରି ଥରେ ନିଶ୍ଚୟ ଆସିବ । ଆମେ ତାଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ଉତ୍କଣ୍ଠାର ସହିତ ରହିଲୁ । ଆମ କଥା କହିବ ।' ହେଲେ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସୁଦାମାଙ୍କ ସାଙ୍ଗରେ ଚାଲିଥାଆନ୍ତି । ସୁଦାମା ଖାଲି ପାଦରେ ଚାଲିଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ମଧ ତାଙ୍କ ସହିତ ଖାଲି ପାଦରେ ରାଜରାସ୍ତାରେ ଚାଲିଲେ । ରାଜ ଭବନକୁ ଫେରିଯିବା ପାଇଁ ସୁଦାମା ଯେତେ ପ୍ରକାର କହିଲେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କିଛି ଶୁଣୁ ନଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପଛେ ପଛେ ତାଙ୍କର ସେବକଗଣ ଚାଲି ଥାଆନ୍ତି । ପୁଣି ରାଜରାସ୍ତାରେ ଦ୍ୱାରିକାଧୀଶ ପାଦରେ ଚାଲି ଚାଲି ଯାଉଥିବା ଦୃଶ୍ୟଦେଖି ନଗରବାସୀ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଚକିତ ହୋଇ ଯନ୍ତ୍ରଚାଳିତ ଭଳି ଚାଲିବାରେ ଲାଗିଥାଆନ୍ତି । ସେ ଦୃଶ୍ୟ ଥିଲା ଅପୂର୍ବ ।

ନଗରପ୍ରାନ୍ତରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ଏକ ବୃକ୍ଷ ଛାୟାରେ ସୁଦାମା ଅଟକି ଗଲେ । ସେ ତାଙ୍କର କୃଷ୍ଣପ୍ରଦତ୍ତ ବସ୍ତ୍ରାଭୂଷଣ ବାହାର କରିଦେଲେ । କାଖରେ ଯାକିଥିବା ପୁରୁଣା ଛିଣ୍ଡା ଧୋତିକୁ ପିନ୍ଧିଲେ ଏବଂ ବାଡ଼ିଟିକୁ ହାତରେ ଧରି ଅରଣ୍ୟପଥ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ବାହାରିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ସ୍ନେହ ବିହ୍ୱଳିତ ହୋଇ ଅଶ୍ରୁଳ ନୟନରେ ଗାଢ଼ ଆଲିଙ୍ଗନ କଲେ । ସେ ସୁଦାମାଙ୍କୁ କହିଲେ, ସାଙ୍ଗ ଭାଉଜଙ୍କୁ ମୋର ପ୍ରଣାମ ଜଣାଇବ । ମୋ କଥା ବହୁତ ବହୁତ କହିବ । ତାଙ୍କୁ ସାଙ୍ଗରେ ଧରି ଥରେ ନିଶ୍ଚୟ ଆସିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବ ।

ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ବନ୍ଦନା କଲେ । ସାରା ବିଶ୍ୱ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ବନ୍ଦନା କରେ । ଆଜି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଜଣେ ଦରିଦ୍ର ଅକିଞ୍ଚନ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ବନ୍ଦନା କରୁଥିବା ଦେଖାଗଲା । କୃଷ୍ଣଙ୍କର ବନ୍ଧୁପ୍ରେମ ଦେଖି ଦ୍ୱାରିକାବାସୀମାନେ ଅଭିଭୂତ ହୋଇଗଲେ । କୃଷ୍ଣ ଖୁଦ ମୁଠି କଥା ମନେ ପକାଇ କହିଲେ, ମୋ ମାତା ମୋତେ ଯାହା ଅତି ପ୍ରିୟ ଲାଗେ ସେପରି ବସ୍ତୁ ଖାଇବାକୁ ଦେଉଥିଲେ । ଅନେକ ଦିନ ହେବ ମୁଁ ତାହାର ସ୍ୱାଦ ରାଜମହଲରେ ରହି ପାଇପାରୁ ନଥିଲି । ଭାଉଜ ମୋ ପାଇଁ ତାହା ପଠାଇଲେ ।

ଭଗବାନ ଅଳ୍ପରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ସାମାନ୍ୟ ବସ୍ତୁ ପାଇ ତାହାର ଭୂରି ଭୂରି ପ୍ରଶଂସା କରନ୍ତି । ଜୀବ କିନ୍ତୁ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱର ଦ୍ରବ୍ୟ ପାଇଲେ ସୁଦ୍ଧା ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହିଥାଏ ।

ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ନିବିଡ଼ ଆଲିଙ୍ଗନ କରି ଅନେକ ସମୟ ଠିଆ ରହିଲେ । ଏହାପରେ ସୁଦାମା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଠାରୁ ଅଶ୍ରୁଳ ବିଦାୟ ନେଇ ଅରଣ୍ୟ ପଥରେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଚାଲିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅପଲକ ନୟନରେ ସେହିଠାରେ ଠିଆ ହୋଇ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ଚାହିଁ ରହିଥିଲେ । ସୁଦାମା ଅରଣ୍ୟ ପଥରେ ଅଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଯିବା ପରେ ସେ ରାଜଭବନକୁ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କଲେ ।

ଏତେ ସବୁ ଘଟଣା ଘଟିଗଲା । ହେଲେ ସୁଦାମା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ କିଛି ବୋଲି କିଛି ମାଗିପାରି ନ ଥିଲେ । ଅବଶ୍ୟ ତାଙ୍କର କିଛି ମାଗିବା ପାଇଁ ଇଚ୍ଛା ନଥିଲା । ହେଲେ ପତ୍ନୀ ତ ଇଚ୍ଛା କରିଥିଲା ନା । ରିକ୍ତହସ୍ତରେ ଏକାନ୍ତ ଅରଣ୍ୟ ମାର୍ଗରେ ଫେରୁଥିବା ବେଳେ ସୁଦାମା ମନେ ମନେ ଭାବୁଥିଲେ, 'ପତ୍ନୀଙ୍କୁ କ'ଣ କହି ବୁଝାଇବି । ମୁଁ ରିକ୍ତ ହସ୍ତରେ ଦ୍ୱାରିକାଧୀଶଙ୍କ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରୁ ଫେରିବା ଦେଖି ସେ ମୋତେ କ'ଣ କହିବ ? କୃଷ୍ଣ ବି ଅଜବ ବନ୍ଧୁ । ମୋତେ ବଳେଇ ବଳେଇ କିଛି କ'ଣ ଭାଉଜ ପାଇଁ ଦେଇ ନଥାନ୍ତେ ।

ଏପରି ନାନା ବିତର୍କ ମନେ ମନେ କରି କରି ସୁଦାମା କେତେବେଳେ ଯେ ଆସି ସୁଦାମାପୁରୀରେ ପହଞ୍ଚିଗଲେ ସେ ଜାଣିପାରିଲେ ନାହିଁ । ସେ ତାଙ୍କ ଘରପାଖରେ ପହଞ୍ଚି ତାଙ୍କର କୁଡ଼ିଆକୁ ଖୋଜିବାରେ ଲାଗିଲେ । ସେଠାରେ ତାଙ୍କ କୁଡ଼ିଆ ଘରଟିର ଚିହ୍ନବର୍ଣ୍ଣ ନ ଥିଲା । ଏକ ବିଶାଳ ମହଲ ସେଠାରେ ଠିଆ ହୋଇଥିଲା । ସୁଦାମା ଭାବିଲେ, 'ଏଇ ଦିନ କେତେଟା ଭିତରେ ମୋ କୁଡ଼ିଆକୁ କିଏ ବୋଧେ ଉଠାଇ ନେଇଛି ।

ସୁଦାମା ଏହି ଭଳି ଅବସ୍ଥାରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଭାବରେ ଇତସ୍ତତଃ ଚାହିଁବାରେ ଲାଗିଥିଲେ । ଏଣେ ମହଲ ଭିତରେ ସୁଶୀଳାଙ୍କୁ କେହି ଜଣେ ସୁଦାମା ଆସିଯାଇଥିବା ଜଣାଇଦେଲା । ସୁଶୀଳା ତତ୍କାଳ ବାହାରକୁ ଦୌଡି ଆସିଲେ । ସେ ସୁଦାମାଙ୍କୁ ପ୍ରଣାମ କଲେ, ବନ୍ଦନା କଲେ, ସ୍ୱାଗତକରି ପ୍ରସାଦ ଭିତରକୁ ନେଇଗଲେ । କହିଲେ ତୁମ ମିତ୍ରଙ୍କ କୃପାରୁ ଏହା ସବୁ ହୋଇଛି ।

ସୁଦାମାଙ୍କ ଆଖି ଛଳ ଛଳ ହୋଇଗଲା । ତାଙ୍କ ମନ କୃତଜ୍ଞତାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଗଲା ।

ସୂଚନା-ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ପରିବେଶ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଭାରତରେ ଇଣ୍ଟରନେଟ ବ୍ୟାପ୍ତି ଓ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଗହଣରେ ଦୁଇଗୋଟି ମୁଖ୍ୟ ଅମୀମାଂସିତ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ପ୍ରଥମତଃ, ହାତ ପାଆନ୍ତାରେ ଦିବାରାତ୍ରୀ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଉପଲବ୍ଧ ହେବା ଫଳରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତସ୍ତରରେ ଅନଲାଇନ ଉପସ୍ଥିତି କ୍ରମଶଃ ଦୀର୍ଘରୁ ଦୀର୍ଘତର ହୋଇଚାଲିଛି । ଗଣମାଧମ ଗବେଷଣା ସଂସ୍ଥା 'କମସ୍କୋର'ର ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ୨୦୨୨ ଆରମ୍ଭ ସୁଦ୍ଧା ଭାରତୀୟ ଇଣ୍ଟରନେଟ ଉପଭୋକ୍ତାମାନେ ଅନଲାଇନରେ ହାରାହାରି ଦୈନିକ ୨.୨ ଘଣ୍ଟା କାଟୁଥିବା ଜଣାଯାଇଥିଲା । ଏଥି ସହ ଟେଲିଭିଜନ ଦେଖାରେ ହାରାହାରି ଚାରି ଘଣ୍ଟା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଗଣମାଧମରେ ସଂପୃକ୍ତିକୁ ଯୋଗ କଲେ ପାଖାପାଖି ସାତରୁ ଆଠଘଣ୍ଟା ହିସାବ କରାଯାଇଥିଲା ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଗଣମାଧମ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକର ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ଫଳରେ ପାଠ୍ୟ, ଦୃଶ୍ୟ ଓ ଶ୍ରାବ୍ୟ ଉପାଦାନ 'କଣ୍ଟେଣ୍ଟ'ର ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ନିର୍ବାଚନ ଦ୍ୱନ୍ଦ 'ସିଲେକସନ କନଫ୍ଲିକ୍ଟ' ତୀବ୍ରରୂପ ଧାରଣ କରିବାରେ ଲାଗିଛି । ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ, ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ, ରାଜ୍ୟ ଓ ଆଞ୍ଚଳିକସ୍ତର ସାଙ୍ଗକୁ ବିଷୟଭିତ୍ତିକ 'ସବଜେକ୍ଟିଭ' ସୂଚନା, ସମ୍ବାଦ, ଅଭିମତ, ଶିକ୍ଷଣୀୟ ଓ ମନୋରଞ୍ଜନଧର୍ମୀ ଉପାଦାନ ଭିଡ଼ରେ କେଉଁଗୁଡ଼ିକ ଆହରଣ କରାଯିବ ନିର୍ବାଚନରେ ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିଥାଏ । ଭାରତରେ ୨୦୨୨ ଆରମ୍ଭ ସୁଦ୍ଧା ୯୦୦ ଟେଲିଭିଜନ ଚ୍ୟାନେଲ, ୮୬୦ ରେଡ଼ିଓ ଚ୍ୟାନେଲ, ୬୦ ଭିଡ଼ିଓ ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ଏବଂ ୧୫ ମ୍ୟୁଜିକ ଷ୍ଟ୍ରୀମିଂ ମଞ୍ଚ ଉପଲବ୍ଧ ।

ଏହି ପରିବେଶ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଏକପକ୍ଷରେ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା 'ଏଙ୍ଗଜାଇଟି' ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ଅପରପକ୍ଷେ ଗଣମାଧମ ମଞ୍ଚ ଆହରଣ ସମୟସୀମା ବୃଦ୍ଧିରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହେଉଛି । ଦୈନିକ ୨୪ ଘଣ୍ଟାରୁ ଆଠ ଘଣ୍ଟା ନିଦ୍ରା ଓ ଆଠ ଘଣ୍ଟା ବୃତ୍ତିଗତ କର୍ମନିଯୁକ୍ତିରେ ବାଦ ଦେଲେ ବଳକା ଆଠ ଘଣ୍ଟା ଗଣମାଧମରେ ସଂପୃକ୍ତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଜୀବନଯାତ୍ରାରେ ବିଘଟନ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଫଳରେ ଗଣମାଧମ ନିଦ୍ରା କିମ୍ବା କର୍ମନିର୍ଘଣ୍ଟରେ ଅନୁପ୍ରବେଶ କରୁଛି ଏବଂ ବିଶୃଙ୍ଖଳାର କାରଣ ପାଲଟୁଛି ।

ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ଅନୁଶୀଳନରେ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଇଣ୍ଟରନେଟ ପ୍ରସାର ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଗୋଷ୍ଠୀ, ଅନୁଷ୍ଠାନ, ପ୍ରଶାସନ, ଶିକ୍ଷା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ବାଣିଜ୍ୟ, ପ୍ରଶାସନ, ମନୋରଞ୍ଜନଠାରେ ଶେଷ ନହୋଇ 'ଡ଼ାର୍କ-ୱେବ'ରେ ଅପରାଧିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଜନଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟେକଟିସ୍ତର ପରସ୍ପର ସହ ଯୋଡ଼ି ହୋଇ ସାର୍ବଜନୀନ ମଞ୍ଚ ପ୍ରଯୋଜନାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇ ପାରିଥିବା ସ୍ଥଳେ ଏହି ପ୍ରଗତି ନିମନ୍ତେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କୁ ବହୁମୂଲ୍ୟ ଦେବାକୁ ପଡୁଛି । ସୂଚନାର ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ଅସ୍ପଷ୍ଟ ସୂଚନା 'ଇନଫରମେସନ ବ୍ଲର'ରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେଉଛି । ଅର୍ଥାତ, କନେକ୍ଟେଡ଼ ପରିବେଶରେ ଆମେ ଗୋଟିଏ ବିଷୟ ସଂପର୍କରେ ତଥ୍ୟ ଖୋଜି ବାହାର କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବାବେଳେ ଏତେ ସଂଖ୍ୟକ ସୂଚନାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛୁ ଯେ ଆମେ କେଉଁଟିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବୁ ବା କେଉଁଟିକୁ ଗ୍ରହଣ ନକରିବୁ ତ ଦୂରକଥା, କେଉଁଟିକୁ ପଢ଼ିବୁ ବା କେଉଁଟିକୁ ନପଢ଼ିବୁ କିମ୍ବା କେଉଁଟିକୁ ପ୍ରଥମେ ପଢ଼ିବୁ ସେହି ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡୁଛି । ସୂଚନା-ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ପରିବେଶରେ ବାରମ୍ବାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ତରରେ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ଓ ସୃଜନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ବିଘ୍ନ ପହଞ୍ଚୁଥିବା ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାଯାଇଥିବା 'ହାର୍ଭାଡ଼ ବିଜିନେସ ରିଭ୍ୟୁ'ରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ପ୍ରବନ୍ଧରେ ପାଉଲ ହେମ୍ପ ଦର୍ଶାଇଥିଲେ । ତାଙ୍କ ବିଚାରରେ ପଞ୍ଚଦଶ ଶତାବ୍ଦୀ ମଧଭାଗରେ ଗୁଟେନବର୍ଗଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ମୁଦ୍ରଣଯନ୍ତ୍ର ଉଦ୍ଭାବନପରଠାରୁ ସୂଚନା-ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ 'ଇନଫରମେସନ ଓଭରଲୋଡ଼' ସମସ୍ୟା କ୍ରମଶଃ ଜନଜୀବନକୁ ଆଚ୍ଛାଦିତ କରିବାରେ ଲାଗିଛି । ମୁଦ୍ରିତ ପୃଷ୍ଠାରେ ବିତରିତ ଜ୍ଞାନ ଜଣେ ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନକାଳ ମଧରେ ଯେତିକି ପରିମାଣରେ ଅଧ୍ୟୟନ ସମ୍ଭବ ତାହାଠାରୁ ଢ଼େର ଅଧିକ ସୂଚନା ଉପସ୍ଥାପିତ କରିବା ଧାରା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ଏବଂ ତାହା କ୍ରମଶଃ ବଢ଼ିଚାଲିଛି ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ କାରବନ-ପେପରଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଫଟୋ - କପିଏର ମେସିନ ଯାଏଁ ବିଭିନ୍ନ ବୈଷୟିକ ଉଦ୍ଭାବନ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ହାତ ପାଆନ୍ତାରେ ପାଠ୍ୟ ଓ ଚିତ୍ର ନକଲ କରିବା କଳାକୌଶଳ ପହୁଞ୍ଚାଇ ଦେଲା । କିନ୍ତୁ ଡ଼ିଜିଟାଲ ପଦ୍ଧତିର ବିକାଶ ସୂଚନା-ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟର ସୀମାସରହଦକୁ ଭୌଗଳିକ ସୀମାପାର ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ଉନ୍ନୀତ କଲା । ଡିଜିଟାଲ ବୈଷୟିକ ପ୍ରଗତିର ଅନ୍ୟ ଏକ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ପ୍ରାୟତଃ ବିନାମୂଲ୍ୟରେ ଏବଂ ଯେକୌଣସି ଆଗ୍ରହୀ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷଙ୍କୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପ୍ରକାଶନର ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ଯୋଗାଇ ଦେବାରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ । ମୁଦ୍ରଣ ଶିଳ୍ପ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପରଠାରୁ ମୁଦ୍ରିତ ପୃଷ୍ଠା ପ୍ରକାଶନ ଓ ବିତରଣ ନିମନ୍ତେ ଦକ୍ଷତା, ଅର୍ଥ ଓ ସଂଗଠନର ଆବଶ୍ୟକତା ଡ଼ିଜିଟାଲ ପରିବେଶରେ ଉଭେଇ ଗଲା ।

ନୀତିଗତଭାବେ ଡିଜିଟାଲ ମାଧମ ଉପଯୋଗରେ ସୂଚନା ପ୍ରସାରଣ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ଆଙ୍ଗିକ ଧାରଣ କରିଥିଲେହେଁ ବାସ୍ତବକ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଅର୍ଥ ବ୍ୟୟ, ଆଇନ ଉପଯୋଗ ଓ ଅନୁଚିତ ବ୍ୟବହାରରେ କରାୟତ କରିଥାନ୍ତି । ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ଅନେକ ସମୟରେ ଅପହଞ୍ଚ ଇଲାକାରେ ପଡ଼ି ରହେ । ଅବଶ୍ୟ ଦୁର୍ଘଟଣା, ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ, ରାଜନୀତିକ ବିରୋଧ ବା ଯୁଦ୍ଧ ଭଳି ସଂକଟଜନକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ଅସାଧସାଧନର ବହୁ ଉଦାହରଣ ଆମେ ଦେଖିବାକୁ ପାଉ ।

ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଗଣମାଧମରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ସଂପୃକ୍ତି ସୂଚନା-ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସାଙ୍ଗକୁ ଡିଜିଟାଲ ଆସକ୍ତି ଭଳି ସମସ୍ୟାର ମଧ କାରଣ ପାଲଟିଛି । କୁହାଯାଏ ଯେ ବିଭିନ୍ନ ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ, ଜୁଆ ଖେଳ ଇତ୍ୟାଦି ଅଭ୍ୟାସରୁ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଲାଭ କ୍ଷତିର ହିସାବ ବ୍ୟତୀତ ମାନସିକସ୍ତରରେ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି । ତେଣୁ ସେହି ପ୍ରକ୍ରିୟାର ମୋହରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ହିତାହିତ ଜ୍ଞାନ, ଆର୍ଥିକ, ପାରିବାରିକ ଓ ସାମାଜିକ ଚାପ ଆଗ୍ରହକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିପାରେ ନାହିଁ ।

ଡ଼ିଜିଟାଲ ମିଡ଼ିଆରେ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ସଂଲଗ୍ନ ବିଭିନ୍ନ ଆପ୍ଲିକେସନ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କୁ ସଂପୃକ୍ତ 'ଏଙ୍ଗେଜେଡ଼' କରାଇବା ଆଭିମୁଖ୍ୟ ନେଇ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଉଥିବା ଯୋଗୁଁ ଏହାର ମାଦକତା ବିସ୍ତୃତ ଜନସଂଖ୍ୟାକୁ ଗ୍ରାସ କରିଥାଏ । ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଆସକ୍ତି ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ପହଞ୍ଚିଲାଣି ଯେ ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ମାନସିକ ଚିକିତ୍ସାର ସହାୟତା ନେବାକୁ ପଡୁଛି । ଆମ ଦେଶରେ ବାଙ୍ଗାଲୁରଠାରେ ୨୦୧୪ରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଆସକ୍ତି ମୁକ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ଥାପିତ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ୨୦୧୯ରୁ ପୁନେ, ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ ଓ ଅମୃତସର ପ୍ରଭୃତି ସହରରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ।

ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଆସକ୍ତି ନିମନ୍ତେ ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ଭାବଗତ 'ଇମୋସନାଲ' ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ସାମାଜିକ ଜୀବନକୁ ଦାୟୀ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହିଭଳି ଅବସ୍ଥାରୁ ମୁକୁଳିବା ତଥା ଚିକିତ୍ସାର ଫଳାଫଳ ପ୍ରାପ୍ତି ବିଳମ୍ବ ହୋଇଥାଏ । ଚିକିତ୍ସା କେନ୍ଦ୍ରରେ ପହଞ୍ଚୁଥିବା ଆକ୍ରାନ୍ତମାନଙ୍କ ମଧରୁ ମାତ୍ର ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଚିକିତ୍ସା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାରେ ସହଯୋଗ କରୁଥିବା ଜଣାଯାଏ । ବହୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିକିତ୍ସିତ ହୋଇ ସାମାନ୍ୟ ଉନ୍ନତ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଉପନୀତ ହେବା ପରେ ପୁଣି ଆସକ୍ତ ହେଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ସୂଚନା ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ଓ ସ୍ମାର୍ଟଫୋନ ଆସକ୍ତି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର ରାସ୍ତା ପ୍ରାୟ ଖୋଜି ପାଇ ହେଉନାହିଁ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଶ୍ରୀରଙ୍ଗମ୍‌ରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ମେଳା ହେଉଥିଲା । ସେଠାକୁ ଶ୍ରୀରାମାନୁଜାଚାର୍ଯ୍ୟ ମଧ ନିଜର ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ଯାଉଥିଲେ । ଜଣେ ଦୁର୍ଦ୍ଦାନ୍ତ ଡାକୁ ଯାହାର ନାଁ ଦୁର୍ଦମ ଥିଲା, ସେ ମଧ ସେହି ମେଳାକୁ ଆସୁଥିଲା, କିନ୍ତୁ ତା'ର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଶ୍ରୀରଙ୍ଗମ୍‌ଙ୍କ ଛବି ଦର୍ଶନ କରିବା ନୁହେଁ, ବରଂ କିଛି ଅଲଗା ରହୁଥିଲା । ସେ ଜଣେ ମହିଳା ପ୍ରତି ବହୁତ ଆସକ୍ତ ଥିଲା ତା' ପାଇଁ ସେ ସେଠାକୁ ଯାଉଥିଲା । ସେହି ମହିଳା ଜଣେ ବେଶ୍ୟା ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ବହୁତ ସୁନ୍ଦର ଥିଲା । ଡାକୁ ସେହି ସୁନ୍ଦରୀ ପଛରେ ଛତା ଧରି ଚାଲୁଥିଲା ।

ମେଳାକୁ ଆସିଥିବା ଭକ୍ତଜନଙ୍କ ଧାନ ତ ଶ୍ରୀରଙ୍ଗମ୍‌ଙ୍କ ମଧୁର ମନୋହର ଛବି ପ୍ରତି ରହୁଥିଲା, କିନ୍ତୁ ତା'ର ଧାନ ସେହି ସୁନ୍ଦର ଯୁବତୀ ଠାରେ ଲାଗି ରହୁଥିଲା । ତା'ର ଆତଙ୍କ କାରଣରୁ କେହି ବି ତା'ର ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନେଇ କିଛି କହି ପାରିବାର ସାହସ କରିପାରୁ ନ ଥିଲେ । ଯେବେ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ରାମାନୁଜଙ୍କୁ ଏସବୁ ଜଣା ପଡ଼ିଲା ତ ସେ ନିଜର ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କୁ କହିଲେ ''ତାକୁ ମୋ ପାଖକୁ ଡାକି ଆଣ ।'' ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଆଧାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ବିଷୟରେ ସେ ମଧ ବହୁତ କିଛି ଶୁଣିଥିଲା । ଏଣୁ ସେ କାଳେ ଶାପ ଦେଇଦେବେ ବୋଲି ଡାକୁ ଭୟଭୀତ ଥିଲା । ଅନିଚ୍ଛା ସତ୍ତ୍ୱେ ସେ ତାଙ୍କ ଶିଷ୍ୟମାନଙ୍କ କହିବାନୁସାର ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚିଲା ।

ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ତାକୁ କହିଲେ- 'ମୁଁ ବଡ଼ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ ସମସ୍ତେ ଭଗବାନଙ୍କ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟର ଦର୍ଶନ କରୁଛନ୍ତି ଆଉ ତୁମେ ଏକ ସ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତି ଆସକ୍ତ ହୋଇଛ । ଏହା ଶୁଣି ସେ କହିଲା- ଇଏ ସୁନ୍ଦରତମ ସ୍ତ୍ରୀ ଅଟେ, ତା' ପ୍ରତି ମୋର ଆସକ୍ତି ଅଛି । ମୁଁ ତାକୁ ପାଇବାକୁ ଚହୁଁଛି । ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ରାମାନୁଜ କହିଲେ- ''ମୁଁ ଏହାଠାରୁ ବି ସୁନ୍ଦର ଯଦି କିଛି ଦେଖାଇଦିଏ ତେବେ କ'ଣ ତୁମେ ତାକୁ ଛାଡ଼ି ଦେବ । ଏତିକି କହି ସେ ତାକୁ ଶ୍ରୀରଙ୍ଗମ୍‌ଙ୍କ ଛବି ଦର୍ଶନ କରାଇବାକୁ ନେଇଗଲେ । ମୂର୍ତ୍ତିରେ ଶ୍ରୀରଙ୍ଗମ୍‌ଙ୍କ ରୂପେ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅପୂର୍ବ ସୁନ୍ଦର ଝଲକକୁ ଦେଖି ସେ ଭାବବିହ୍ୱଳ ହୋଇଗଲା । ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନାରେ ଭଗବାନ ତାକୁ ନିଜର ଅପ୍ରତିମ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟର ଏକ ଝଲକ ଦେଖାଇଲେ ।

ଅପୂର୍ବ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକୁ ଦେଖି ସେହି ଦସ୍ୟୁ ଭାବବିହ୍ୱଳ ହୋଇ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ରାମାନୁଜଙ୍କ ଚରଣରେ ଲୋଟିଗଲା ଓ କହିଲା – ''ମହାତ୍ମନ୍ । ଏବେ ତ ମୁଁ ଏଇ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାକୁ ଚାହେଁ । ଏ ଉପରେ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ କହିଲେ- ଯଦି ତୁମେ ନର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ତପ, ସାଧନା ଓ ଧାନ କରିବ ତ ଏହି ରୂପ (ଭଗବାନଙ୍କ ଅପୂର୍ବ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ) ତୁମ ମନରେ, ତୁମ ଆତ୍ମାରେ ତିଷ୍ଠି ରହିବ ଏବଂ ତୁମକୁ ସତତ ଦେଖାଯିବ । ଡାକୁ ତପ, ସାଧନା, ଧାନ କରିବା ପାଇଁ ସହର୍ଷ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଗଲା । ତପ, ସାଧନା, ଧାନ କରି କରି ତା'ର ଜୀବନଦୃଷ୍ଟି ବଦଳି ଗଲା । ତା'ର ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ହୋଇଗଲା । ତା'ର ହୃଦୟରେ, ଆତ୍ମାରେ ଭଗବାନଙ୍କ ମନୋହର ଛବି ସ୍ଥିର ହୋଇଗଲା ।

ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପିଉଛନ୍ତି କି ?

ଏବେ ତ ଖରାଦିନ । ଶୋଷ ମେଣ୍ଟାଇବା ପାଇଁ କେତେକ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପିଇଥାଆନ୍ତି । ଏପରିକି କିଛି ବ୍ୟକ୍ତି ଅତି ଥଣ୍ଡା ପାଣିକୁ ପିଇବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ତେବେ ଏପରି ଅଭ୍ୟାସ ପରୋକ୍ଷରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାକୁ ଡାକି ଆଣିଥାଏ । ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପରେ ତୁରନ୍ତ ଥଣ୍ଡାପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ବଦହଜମୀ ପରି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଯାଇଥାଏ । ଏଭଳି ଅଭ୍ୟାସ ପାଇଁ ଶରୀରରେ ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଧ ହ୍ରାସ ପାଏ । ସବୁବେଳେ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପିଇବା ହୃଦ୍‌ରୋଗର କାରଣ ସାଜିବାର ଯଥେଷ୍ଟ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ଥଣ୍ଡା ପାଣି ଯୋଗୁ ଗ୍ୟାଷ୍ଟ୍ରିକ୍ ସମସ୍ୟା ମଧ ଦେଖା ଯାଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଓଜନ ବଢ଼ିପାରେ ବୋଲି ଏକ ସଦ୍ୟତମ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି । ଯଦି ଖରାରେ ବାହାରକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ତେବେ ଘରକୁ ଫେରିବା ପରେ ସାଙ୍ଗେ ସାଙ୍ଗେ ଥଣ୍ଡାପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହାଯୋଗୁ ଥଣ୍ଡାଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ । ଆମ ଦାନ୍ତରେ ଥିବା ଭେଗାସ୍ ନର୍ଭକୁ ଥଣ୍ଡାପାଣି କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇଥାଏ । ଜିମ୍‌ରେ ୱାର୍କଆଉଟ୍ କିମ୍ବା ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ପରେ ଆଦୌ ଥଣ୍ଡାପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ସହ ଶରୀରକୁ ଦୁର୍ବଳ କରିଥାଏ । ଫ୍ରିଜ୍‌ରୁ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ଆଣିବା ପରେ ସାଙ୍ଗେ ସାଙ୍ଗେ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ମର୍ଯ୍ୟାଦା ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଭଗବାନ ରାମ

କେବଳ ଭାରତ ହିଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ବିଶ୍ୱ ଇତିହାସରେ ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷ ଧରି ଯେଉଁ ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଚରିତ୍ର ଜନମାନସର ଅନ୍ତରଙ୍ଗଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଛି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ ଚରିତ୍ର ମୁଖ୍ୟ । ତାଙ୍କର ସମୟ ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ସମ୍ରାଟ ଓ ସାମ୍ରାଜ୍ୟର ସମୟ ଥିଲା । ସେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟ ସମାଜର ଦୁଇଟି ଭାଗ ଥିଲା- ଆର୍ଯ୍ୟ ଓ ଅନାର୍ଯ୍ୟ (ସୁର ଓ ଅସୁର) । ଯେଉଁମାନେ ଚରିତ୍ରବାନ୍ ଓ ବିଦ୍ୱାନ ନ ଥିଲେ, ସେମାନେ ଅନାର୍ଯ୍ୟ (ରାକ୍ଷସ) ଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ସମସ୍ତ ମାନବ ଜାତିର ଏକମାତ୍ର ସଂସ୍କୃତି ଥିଲା– ମାନବ ସଂସ୍କୃତି ।

ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ ବିଷୟରେ ଅଧିକାଧିକ ରୂପେ ଜାଣିବାର ମୂଳସ୍ରୋତ ମହର୍ଷି ବାଲ୍ମୀକିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ରାମାୟଣ ଅଟେ । ଏହି ଗୌରବ ଗ୍ରନ୍ଥ ଯୋଗୁଁ ବାଲ୍ମୀକିଙ୍କୁ ଦୁନିଆର ଆଦିକବି କୁହାଯାଏ । ଶ୍ରୀରାମ କଥା କେବଳ ବାଲ୍ମୀକି ରାମାୟଣରେ ସୀମିତ ରହି ନାହିଁ, ବରଂ ମହର୍ଷି ବ୍ୟାସଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ମହାଭାରତରେ ମଧ ଚାରି ସ୍ଥାନ - ରାମୋପାଖ୍ୟାନ, ଆରଣ୍ୟକ ପର୍ବ, ଦ୍ରୋଣ ପର୍ବ ଓ ଶାନ୍ତି ପର୍ବରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଛି । ବୌଦ୍ଧ ପରମ୍ପରାରେ ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଦଶରଥ ଜାତକ, ଅନାଭିକ ଜାତକ ତଥା ଦଶରଥ କଥାନକ ନାମକ ତିନିଟି ଜାତକ କଥା ଉପଲବ୍ଧ ।

ରାମାୟଣ ଠାରୁ ଅଳ୍ପ ଭିନ୍ନ ହେଲେ ମଧ ସେଗୁଡ଼ିକ ଇତିହାସ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସୃଷ୍ଟିମ ପୃଷ୍ଠା ଅଟେ । ଜୈନ ସାହିତ୍ୟରେ ରାମକଥା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଅନେକ ଗ୍ରନ୍ଥ ଲେଖାଯାଇଛି, ଯାହା ମଧ୍ୟରେ ମୁଖ୍ୟ ହେଉଛି- ବିମଳସୁରିକୃତ ପଦ୍ମଧରିତ (ପ୍ରାକୃତ), ରବିଷେଣାଚାର୍ଯ୍ୟ କୃତ ପଦ୍ମପୁରାଣ (ସଂସ୍କୃତ), ସ୍ୱୟଂଭୂ କୃତ ପଦ୍ମଚରିତ୍ର (ଅପଭ୍ରଂଶ), ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଚରିତ୍ର ପୁରାଣ ତଥା ଗୁଣଭଦ୍ର କୃତ ଉତ୍ତରପୁରାଣ (ସଂସ୍କୃତ) । ଅନ୍ୟ ଅନେକ ଭାରତୀୟ ଭାଷାରେ ମଧ ରାମକଥା ଲେଖାଯାଇଛି ।

ହିନ୍ଦୀ ଓ ସହଯୋଗୀ ଭାଷାଗୁଡ଼ିକରେ ଅତି କମ୍‌ରେ ୧୧ଟି, ମରାଠୀରେ ୮ଟି, ବଙ୍ଗଳାରେ ୨୫ଟି, ତାମିଲରେ ୧୨ଟି, ତେଲୁଗୁରେ ୫ଟି ତଥା ଓଡ଼ିଆରେ ୬ଟି ରାମାୟଣ ମିଳିଥାଏ । ହିନ୍ଦୀରେ ଲିଖିତ ଗୋସ୍ୱାମୀ ତୁଳସୀଦାସ କୃତ 'ରାମଚରିତ ମାନସ' ଉତ୍ତର ଭାରତରେ ବିଶେଷ ସ୍ଥାନ ପାଇଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସଂସ୍କୃତ, ଗୁଜରାଟି, ମାଲୟାଲମ, କନ୍ନଡ଼, ଆସାମିୟା, ଉର୍ଦ୍ଦୁ, ଆରବୀ, ପାର୍ସୀ ଆଦି ଭାଷାଗୁଡ଼ିକରେ ମଧ ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ କଥା ଲେଖାଯାଇଛି ।

ମହାକବି କାଳିଦାସ, ଭାସ, ପ୍ରବରସେନ, କ୍ଷେମେନ୍ଦ୍ର, ଭବଭୂତି, ରାଜଶେଖର, କୁମାର ଦାସ, ବିଶ୍ୱନାଥ, ସୋମଦେବ, ଗୁଣଦତ୍ତ, ନାରଦ, ଲୋମେଶ, ମୈଥିଳୀଶରଣ ଗୁପ୍ତ, କେଶବ ଦାସ, ଗୁରୁ ଗୋବିନ୍ଦ ସିଂହ, ସମର୍ଥ ଗୁରୁ ରାମଦାସ, ସନ୍ଥ ତୁକାଡୋ ଆଦି ଚାରି ଶହରୁ ଅଧିକ କବି, ସନ୍ଥ ଅଲଗା ଅଲଗା ଭାଷାରେ ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ ଲୀଳାକଥା ତଥା ରାମାୟଣର ଅନ୍ୟ ପାତ୍ରମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ କାବ୍ୟ, କବିତାମାନ ରଚନା କରିଛନ୍ତି ।

ବିଦେଶରେ ତିବ୍ବତୀ ରାମାୟଣ, ପୂର୍ବ ତୁର୍କୀସ୍ଥାନର ଖୋତାନୀ ରାମାୟଣ, ଇଣ୍ଡୋନେସିଆର କକବିନ ରାମାୟଣ, ଜାଭାର ସେରତରାମ, ସୌରୀରାମ, ରାମକେଲିଂ, ପାତାନୀ ରାମକଥା,

ଇଣ୍ଡୋଚାଇନାର ରାମକଂତି (ରାମକୀର୍ତ୍ତି), ଖମୈର ରାମାୟଣ, ବର୍ମା (ମିଆଁମାର)ର ଦୂତମାନଙ୍କ ରାମାୟାରାନ, ଥାଇଲାଣ୍ଡର ରାମକିୟେନ ଆଦି ରାମଚରିତକୁ ସୁନ୍ଦର ଭାବରେ ବଖାଣି ଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ବିଦ୍ୱାନଙ୍କ ମତରେ ଗ୍ରୀସ୍‌ର କବି ହୋମରଙ୍କ ପ୍ରାଚୀନ କାବ୍ୟ 'ଇଲିଆଡ', ରୋମର କବି ନୋନସ କୃତ 'ଡାୟୋନିସିୟା' ତଥା ରାମାୟଣର ଲିଖନ ଶୈଳୀରେ ସମାନତା ରହିଛି ।

ବିଶ୍ୱ ସାହିତ୍ୟରେ ଏତେ ବିଶାଳ ଓ ବିସ୍ତୃତ ରୂପେ ବିଭିନ୍ନ ଦେଶରେ ବିଭିନ୍ନ କବି, ଲେଖକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଚରିତ୍ରର ଏତେ ଶ୍ରଦ୍ଧାରେ ବର୍ଣ୍ଣନ କରାଯାଇ ନାହିଁ । ଦେଶ ବିଦେଶରେ ଭଗବାନ ରାମ, ଲକ୍ଷ୍ମଣ, ସୀତା, ହନୁମାନ ଆଦିଙ୍କର ହଜାର ହଜାର ମନ୍ଦିରର ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି । କାମ୍ବୋଡ଼ିଆରେ ଏକାଦଶ ଶତାବ୍ଦୀରେ ନିର୍ମିତ ବିଶ୍ୱପ୍ରସିଦ୍ଧ ଅଙ୍ଗକୋରବଟ ମନ୍ଦିରର ପ୍ରାଚୀରରେ ରାମାୟଣ ଓ ମହାଭାରତର ଦୃଶ୍ୟ ଅଙ୍କିତ ହୋଇଛି । ଏହିପରି ନବମ ଶତାବ୍ଦୀରେ ନିର୍ମିତ ଜାଭାର ପରମବନନ (ପରବ୍ରହ୍ମ) ନାମକ ବିଶାଳ ଶିବ ମନ୍ଦିରର ଭିତ୍ତିଗୁଡ଼ିକରେ ରାମାୟଣର ଚିତ୍ରାବଳୀ ଅଙ୍କିତ ହୋଇଛି ।

ରାମାୟଣ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଅସଂଖ୍ୟ ମୃଣ୍ମୟ ମୂର୍ତ୍ତି (ଟେରାକୋଟା) ହରିଆନା ପ୍ରଦେଶର ସିରସା, ହାଠ, ନଚାରଖେଡା (ହିସାର), ଜିନ୍ଦ, ସନ୍ତୀୟ (ଯମୁନା ନଗର), ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶର କୌଶାମ୍ବୀ (ଆହ୍ଲାବାଦ), ଅହିଚ୍ଛତ୍ର (ବରେଲୀ), କଟିଘର (ଏଟା) ତଥା ରାଜସ୍ଥାନର ଭାବରା (ଶ୍ରୀଗଙ୍ଗାନଗର) ଆଦି ସ୍ଥାନରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି । ଏହି ମୃଣ୍ମୟ ମୂର୍ତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ବନବାସ କାଳର ପ୍ରମୁଖ ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକୁ ବହୁତ ସୁନ୍ଦର ରୂପେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ମୁଖ୍ୟ ହେଉଛି- ଭଗବାନ ରାମ, ମାତା ସୀତା ଓ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ପଞ୍ଚବଟୀ ଗମନ, ମାରୀଚ, ତ୍ରିଶିରା ରାକ୍ଷସ ଦ୍ୱାରା ଖର-ଦୂଷଣଙ୍କ ସହିତ ବିଚାର-ବିମର୍ଶ ଏବଂ ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରାକ୍ଷସମାନଙ୍କ ବଧର ବର୍ଣ୍ଣନ, ରାବଣ ଦ୍ୱାରା ମାତା ସୀତାଙ୍କ ହରଣ, ସୁଗ୍ରୀବ ଆଦିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ମାତାଙ୍କୁ ଆଭୂଷଣ ଫିଙ୍ଗିବାର ଦେଖିବା, ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭଗବାନ ରାମଙ୍କ ସ୍ୱାଗତ, ସୁଗ୍ରୀବ-ବାଳୀ ଯୁଦ୍ଧ, ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବାଳୀ ବଧ, ବଜରଙ୍ଗବଳୀ ହନୁମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଅଶୋକ ବାଟିକା ନଷ୍ଟ କରାଯିବା, ରାବଣ ପୁତ୍ର ଇନ୍ଦ୍ରଜିତ ଯୁଦ୍ଧକୁ ଯିବା ଆଦି । ଏହି ମୃଣ୍ମୟ ମୂର୍ତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଗୁପ୍ତଯୁଗ ପୂର୍ବର ଲିପିରେ ବାଲ୍ମୀକି ରାମାୟଣର ଶ୍ଳୋକ ମଧ ଲେଖାଯାଇଛି ।

ଏହି ମୃଣ୍ମୟ ମୂର୍ତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ହରିଆନାର ଗୁରୁକୁଳ ଝଜରର ପୁରାତତ୍ତ୍ୱ ସଂଗ୍ରହାଳୟରେ ଦେଖାଯାଇ ପାରେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଅସଂଖ୍ୟ ମୃଣ୍ମୟ ମୂର୍ତ୍ତି ଭାରତର ବିଭିନ୍ନ ସଂଗ୍ରହାଳୟ ତଥା ଲଣ୍ଡନ ସଂଗ୍ରହାଳୟରେ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇ ରହିଛି । କୃଷାଣ ସମ୍ରାଟ କନିଷ୍କ ନିଜ ମୁଦ୍ରାରେ ବାୟୁଦେବତା ହନୁମାନଙ୍କୁ ସ୍ଥାନ ଦେଇଥିଲେ ଆକବର ନିଜର ଏକ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମୁଦ୍ରାରେ ଭଗବାନ ରାମ-ମାତା ସୀତାଙ୍କୁ ଚିତ୍ରିତ କରିଥିଲେ ।

ମଧ ଭାରତର ଧାର ତଥା ରତଲାମ ରାଜ୍ୟର ମୁଦ୍ରାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ମଧ ହନୁମାନ ଅଙ୍କିତ ହୋଇଥିଲେ । ସନ୍ଥମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଚଳିତ ପିତଳ ମୁଦ୍ରାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଭଗବାନ ରାମ ଆଦି ଚାରି ଭାଇ, ସୀତା ତଥା ହନୁମାନଙ୍କୁ ଦେଖାଯାଇଛି । ଏତେ ବିସ୍ତୃତ ସାହିତ୍ୟ ତଥା ପୁରାତାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରମାଣଗୁଡ଼ିକ ପରେ ବି ଯଦି କିଛି ଲୋକ ଭଗବାନ ରାମଙ୍କୁ ଐତିହାସିକ ପୁରୁଷ ମାନିବାକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ତେବେ ଏହାଠାରୁ ବଳି ବିଡ଼ମ୍ବନା ଆଉ କ'ଣ ହୋଇପାରେ ?

ପ୍ରାଚୀନ ଭାରତୀୟ କାଳଗଣନା ତଥା ପୌରାଣିକ ପରମ୍ପରା ଅନୁସାରେ ଶ୍ରୀରାମ ୨୪ ତମ ତ୍ରେତାଯୁଗରେ ଅବତରିତ ହୋଇଥିଲେ । ବାଲ୍ମୀକି ରାମାୟଣ ତଥା ଅନ୍ୟ ରାମାୟଣ, ରାମଚରିତ୍ର ଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ପ୍ରାଚୀନଗ୍ରନ୍ଥଗୁଡ଼ିକରେ ଭଗବାନ ରାମ, ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଓ ତାଙ୍କ ଅବତରଣ କାଳ ବିଷୟରେ ଚାରିଟି ମୁଖ୍ୟ ସନ୍ଦର୍ଭ ମିଳିଥାଏ ।

ତ୍ରେତା ଯୁଗେ ଚତୁର୍ବିଂଶେ ରାବଣୀ ତପସ୍ୱ କ୍ଷୟାତ୍ । ରାମ ଦାଶରଥ ପ୍ରାପ୍ୟ ସଗଣଃ କ୍ଷୟମୀୟାବନ ।। ସଂଧୋ ତୁ ସମନୁପ୍ରାପ୍ୟ ତ୍ରେତାୟାଂ ଦ୍ୱାପରସ୍ୟ ଚ । ରାମୋ ଦାଶରଥଭୂବା ଭବିଷ୍ୟାମି ଜଗତପତି । ଚତୁର୍ବିଂଶେ ଯୁଗେ ଚାପି ବିଶ୍ୱାମିତ୍ରପୁରଃ ସରଃ । ଲୋକେ ରାମ ଇତି ଖ୍ୟାତଃ ତେଜସା ଭାଷାରୋପମଃ । ଚତୁର୍ବିଂଶେ ଯୁଗେ ବସ୍ୱ । ତ୍ରେତାୟାଂ ରଘୁବଂଶକଃ । ରାମୋ ନାମ ଭବିଷ୍ୟାମି ଚତୁର୍ମୁହଃ ସନାତନ ।

ଉପରୋକ୍ତ ସନ୍ଦର୍ଭ ଆଧାରରେ ଏହି ସତ୍ୟ ପ୍ରତୀତ ହେଉଛି ଯେ ଭଗବାନ ରାମ, ରାବଣ, ଋଷି ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ୨୪ ତମ ତ୍ରେତାଯୁଗରେ ଥିଲେ । ୪-୫ ପିଢ଼ି ପୂର୍ବରୁ ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ବିନା ସନ୍ତାନରେ ମରିଯାଉଥିଲା ତ ତାହାକୁ ପ୍ରମାଣିତ କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ କୌଣସି ପ୍ରାକୃତିକ ପ୍ରମାଣ ମିଳୁ ନ ଥିଲା ଅଥବା ତା' ବିଷୟରେ କୌଣସି ଜନଶ୍ରୁତି ମିଳୁ ନ ଥିଲା, ତ ତା'ର ଅସ୍ତିତ୍ୱକୁ କିପରି ପ୍ରମାଣିତ କରାଯିବ ?

ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଦେଶରେ ଅଥବା ବିଦେଶରେ ଶାସନ କରୁଥିବା ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ରାଷ୍ଟ୍ରପତିମାନଙ୍କ ବିଷୟରେ ୧୦୦୦ ବର୍ଷ ପରେ ଯଦି କୌଣସି ପ୍ରମାଣ ମଗାଯାଏ ତ ସେତେବେଳେ କେବଳ ପୁସ୍ତକୀୟ ବିବରଣ ତଥା ଜନଶ୍ରୁତି ହିଁ ସେମାନଙ୍କ ଇତିହାସକୁ କହି ପାରିବ ।

ନାସା (ଆମେରିକା) ଏଜେନ୍ସିର ଜୈମିନୀ-୧୧ ଆକାଶଯାନ (ସ୍ପେସ୍ କ୍ରାଫ୍ଟ) ଦ୍ୱାରା ସନ ୨୦୦୪ରେ ଆଦାମ ବ୍ରିଜ (ରାମସେତୁ)ର ଉଠା ଯାଇଥିବା ଚିତ୍ରଗୁଡ଼ିକର ବୈଜ୍ଞାନିକ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଆଧାରରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଭାରତ ଓ ଶ୍ରୀଲଙ୍କାକୁ ଯୋଡୁଥିବା ପୋଲର ଏହି ଅବଶେଷ କୌଣସି ସମୟରେ ରାମସେତୁର ନିର୍ମାଣ ପୌରାଣିକ ଆଖ୍ୟାନ ଅନୁସାରେ ହୋଇଥିବା କଥାକୁ ଇସାରା କରୁଛି ।

ଭଗବାନ ରାମ ଏଭଳି ଜଣେ ଇତିହାସ ପୁରୁଷ, ଯାହାଙ୍କ ଉଦ୍‌ଭବ ଯୋଗୁଁ ସେହି ଯୁଗ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣିମ ଆଭା ଯୁକ୍ତ ଥିଲା । ଗଣନା ଯାହା ହେଲେ ବି ତାଙ୍କର କୀର୍ତ୍ତି, ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଓ ସମ୍ମାନ ଅତୁଳନୀୟ ଥିଲା ଏବଂ ଆଜି ମଧ ଭଗବାନ ରାମ ଜନ ଜନଙ୍କ ହୃଦୟରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଅଟନ୍ତି ।

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ପପୁ ଭାରତ ବନ୍ଦ ପାଇଁ ଭାରି ବ୍ୟସ୍ତ ଥିଲା ।
ସିପୁ : ଆରେ କାଲି ଭାରତ ବନ୍ଦ, ହେଲେ ତୁ ଏତେ କ'ଣ ପାଇଁ ଭାବୁଛୁ ?
ପପୁ : କାଲି ଭାରତ କେମିତି ବନ୍ଦ ହେବ, ଇଣ୍ଡିଆ ଗେଟରେ ତ କବାଟ ନାହିଁ ।

× × × ×

ସୋନୁ (ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ କୁ) : ତୁ ଚାଇନିଜ ପରି କ'ଣ ପାଇଁ ଦେଖାଯାଉ ?
ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ମୋ ବାପା ଚୀନର ।
ସୋନୁ : ତୁ କେବେ ଦେଖା କରେଇନୁ ।
ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ସେ ଏବେ ଆଉ ଏ ଦୁନିଆରେ ନାହାଁନ୍ତି ।
ସୋନୁ : ହଁ ମୁଁ ସେଇଆ ଭାବୁଥିଲି ।
ଚାଇନିଜ୍ ମାଲ୍ ଅଧିକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିବ ବି କେମିତି ।

× × ×

ବୋହୂ : ଶାଶୂ ମା', କାଲି ରାତିରେ ମୋର ତାଙ୍କ ସହିତ ଝ ଗ ଡ଼ା ହୋଇଗଲା ।
ଶାଶୁ : ତୁ ବ୍ୟସ୍ତ ହଅନା । ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଭିତରେ ଏମିତି ଝଗଡ଼ା ହୁଏ ।
ବୋହୂ : ହଁ ଠିକ୍ କଥା ଯେ, ହେଲେ ମତେ କୁହନ୍ତୁ ମୁଁ ତାଙ୍କ ଲାସ୍ କୁ କେଉଁଠି ରଖିବି ?

× × × ×

ସ୍ତ୍ରୀ (ଫୋନରେ ସ୍ୱାମୀକୁ)
ତୁମ ଶରୀରର ଧାନ ରଖିବ, ପୁଣି ଯେ ଡେଙ୍ଗୁ ବ୍ୟାପୁଛି ।
ସ୍ୱାମୀ : ମୋର ସବୁ ରକ୍ତ ତ ତୁ ପିଇ ଦେଇଛୁ । ମଶା କ'ଣ ମତେ ରକ୍ତ ଦାନ କରିବାକୁ ଆସିବ ।

× × × × × ×

ଗାର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : ଜାନୁ ତୁମେ କ'ଣ ମୋ ପାଇଁ ବାଘକୁ ମାରି ଆଣି ଦେଇ ପାରିବ ।
ବୟଫ୍ରେଣ୍ଡ : ନୋ, ବେବି, ଏୟାକୁ ଛାଡି ତୁମେ ଆଉ ଯାହା କହିବ ମୁଁ ସବୁ କରି ପାରିବି ।
ଗାର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ : କ'ଣ ମୁଁ ତୁମ ହ୍ୱାଟସଆପ ଚେକ୍ କରିପାରିବି ?
ବୟଫ୍ରେଣ୍ଡ : ଏବେ କୁହ ତୁମେ ଯେଉଁ ବାଘ କଥା କହୁଥିଲ ତାହା କେଉଁଠି ଅଛି ?

ସ୍ୱୀକାର

ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା- ୧୪, ୩ - ୯ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୨

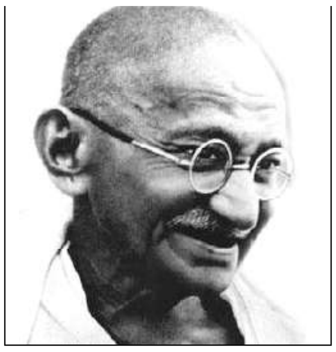
ନେତାଙ୍କ ଲୋକପ୍ରିୟତାରେ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ!

ରାଜ୍ୟର ପୌରାଞ୍ଚଳରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେଡି ୯୫ଟି ସ୍ଥାନରେ ବିଜେଡି ସଂଖ୍ୟା ଗରିଷ୍ଠତା ସହ ୩ ମହାନଗର ମେୟର ଓ ୭୩ଟି ଅଧକ୍ଷ ପଦ ଦଖଲ କରିଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ୫ଟି ପୌରାଞ୍ଚଳରେ ସଂଖ୍ୟା ଗରିଷ୍ଠତା ହାସଲ କରିଥିବା ବିଜେପି ୧୬ଟି ଅଧକ୍ଷ ପଦ, ୪ଟି ସ୍ଥାନରେ ସଂଖ୍ୟା ଗରିଷ୍ଠତା ପାଇଥବା କଂଗ୍ରେସ ୭ ପୌରାଧକ୍ଷ ପଦ ଦଖଲ କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ୯ଟି ପୌରାଞ୍ଚଳରେ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀମାନେ ଅଧକ୍ଷ ଭାବରେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଅଧକ୍ଷ ଭାବରେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ଏହି ପୌର ପରିଷଦ ଗୁଡ଼ିକରେ ବିଷୟ ହେଉଛି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ନିର୍ବାଚନରେ ବିରୋଧୀ ପ୍ରାର୍ଥୀମାନେ ସିଧାସଳଖ ବିଜେଡି କାଉନସିଲରମାନେ ସଂଖ୍ୟା ଗରିଷ୍ଠତା ସହ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଦଳର ଅଧକ୍ଷ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିବା ପୌରାଞ୍ଚଳ ଓ ମେୟର ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିବା ମହାନଗରରେ ବିଜେଡି ସଂଖ୍ୟା ଗରିଷ୍ଠତା ସହ ବିଜେପି ଓ କଂଗ୍ରେସ ଅଧକ୍ଷ ବିଜୟୀ । ତେବେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ନିର୍ବାଚନରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ସବୁ ଜିଲ୍ଲା ପୋଛି ନେଇ ବଡ଼ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଥିବା ଶାସକ ଦଳ ବିଜେଡିକୁ ପୌର ନିର୍ବାଚନରେ ମସ୍ତବଡ଼ ଝଟ୍‌କା ଲାଗିଛି । ଅଧିକାଂଶ ପୌରପରିଷଦର ଅଧକ୍ଷ ପଦ ଜିତିଥିଲେ ବି ଦଳ ଏମିତି କିଛି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନରେ ହାରିଛି ଯାହା ପ୍ରାର୍ଥୀ ତୁଳନାରେ ସଂପୃକ୍ତ ଅଞ୍ଚଳର ନେତାଙ୍କ ପ୍ରତି ଚାଲେଞ୍ଜ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ଅଧିକାଂଶ ଜିଲ୍ଲାର ଏକ ବା ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପୌରପରିଷଦରେ ବିଜେଡିର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରାର୍ଥୀ ପରାଜିତ ହୋଇଛନ୍ତି । କେତେକ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବିଜୟୀ ହୋଇ ଥିଲାବେଳେ ଶାସକ ଦଳ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନକୁ ଠେଲି ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ନିର୍ବାଚନର ଫଳାଫଳ ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂହ, ଟୁକୁନୀ ସାହୁ, ଦିବ୍ୟଶଂକର ମିଶ୍ର, ନବ ଦାସ, ଶାସକ ଦଳ ମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ରୋହିତ ପୂଜାରୀ, ବିଧାୟକ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ଢୋଲକିଆ ଆଦି ନେତାଙ୍କ ଲୋକପ୍ରିୟତା ଓ ସାଂଗଠନିକ ଦକ୍ଷତା ଉପରେ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ଛିଡ଼ା କରିଛି । କଳାହାଣ୍ଡି ଜିଲ୍ଲାର ବହୁ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ମନ୍ତ୍ରୀ ଦିବ୍ୟଶଂକର ମିଶ୍ରଙ୍କ ନିଜ ଗଡ଼ ଜୁନାଗଡ଼ରେ ବିଜେଡି ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରାର୍ଥୀ ପରାଜିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହା ବିଜେପି ଖାତାକୁ ଯାଇଛି । ଏଥି ସହ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଦିବ୍ୟଶଂକରଙ୍କ ପଥ ଯେ ସୁଗମ ନୁହେଁ ତାହାର ସଂକେତ ମିଳିଯାଇଛି । ସେହିପରି ଧର୍ମଗଡ଼ ଆସନରେ ମଧ ବିଜେପି ପ୍ରାର୍ଥୀ ବିଜୟୀ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେଠାରେ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କ ପରାଜୟ ମନ୍ତ୍ରୀ ଦିବ୍ୟଶଂକରଙ୍କ ସହ ଧର୍ମଗଡ଼ ବିଧାୟକ ମୌଷଧି ବାଗଙ୍କ ଅକଲ ବି ଗୁଡୁମ କରି ଦେଇଛି । ଗତ ୨ଟି ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ (୨୦୧୭ ଓ ୨୦୨୨) ରେ ନୂଆପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡିର ଗଡ଼ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଦିନ କେଇଟା ପରେ ପୌର ନିର୍ବାଚନରେ ଜିଲ୍ଲାର ୩ଟି ଯାକ ଅଧକ୍ଷ ଆସନ ଦଳ ହାତଛଡ଼ା କରିଛି । ଏଠାରେ ବିଜେପି ସାଂସଦ ବସନ୍ତ ପଣ୍ଡାଙ୍କୁ ଲୋକେ ପାନେ ଚଖାଇ ଥିବାବେଳେ, ବିଜେଡି ବିଧାୟକ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ଢୋଲକିଆଙ୍କୁ ଅବସ୍ଥା ଢିଲା କରି ଦେଇଛନ୍ତି । ସାଂସଦଙ୍କ ପୁଅ ଅଭିନନ୍ଦନ ପଣ୍ଡା ନୂଆପଡ଼ା ଅଧକ୍ଷ ପଦ ପାଇଁ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦିତା କରି ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କଠାରୁ ହାରି ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ଅପରପକ୍ଷରେ ବିଧାୟକ ଢୋଲକିଆଙ୍କ ସମର୍ଥିତ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ଖରିଆରରେ କଂଗ୍ରେସ୍ ବିଜୟୀ ହୋଇଛି, ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ରହିଛନ୍ତି ଓ ବିଜେଡି ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନକୁ ଠେଲି ହୋଇଯାଇଛି । ଖରିଆର ରୋଡ୍‌ରେ ଅଧକ୍ଷ ପଦ ବିଜେପି ଖାତାକୁ ଯାଇଥିବା ବେଳେ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛନ୍ତି । ସବୁଠୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ଫଳାଫଳ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଦ୍ୱିତୀୟ ଘର କୁହା ଯାଉଥିବା ବିଜେପୁର ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀରେ ଏହି ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀର ସବୁଠୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ ବରପାଲି ଏନ୍‌ଏସିରେ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବିଜୟୀ ହୋଇଛନ୍ତି । ସାରା ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ବିଜେଡି ସଂଗଠନର ମଙ୍ଗ ଧରିଥିବା ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂହଙ୍କ ମନୋନୀତ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ଏଠି ପରାସ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି । ସ୍ଥାନୀୟ ବିଧାୟିକା ରୀତା ସାହୁଙ୍କ ପ୍ରଚ୍ଛନ୍ନ ସମର୍ଥନରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଥିବା ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନିର୍ବାଚନ ଜିତିବା, ସେଠାରେ ବିଜେଡି ମଧରେ ଏକ ବଡ଼ ଅନ୍ତର୍ଦ୍ୱନ୍ଦର ସୂତ୍ରପାତ କରିଛି । ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ କଂଗ୍ରେସ୍‌ରୁ ଡାକି ଆଣି ବିଜେଡି ବିଧାୟକ କରିଥିବା ରୀତାଙ୍କ ଏହି ବିଦ୍ରୋହୀ ଭୂମିକାକୁ ଦଳ କେମିତି ଦୃଷ୍ଟିରେ ନେବ ତାହା ତ ପର କଥା, କିନ୍ତୁ ଏହି ଫଳାଫଳ ସୁଶାନ୍ତଙ୍କ ସମ୍ମାନରେ ଆଞ୍ଚ ଆଣିଛି ଏହା ଯେକେହି ସ୍ୱୀକାର କରିବେ । ସେହିପରି ବହୁ ବର୍ଷ ଧରି ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ଅପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦୀ ନେତା ଭାବେ ଉଭା ହୋଇଥିବା ମନ୍ତ୍ରୀ ନବ ଦାସଙ୍କୁ ଏଥର ପ୍ରଥମ ଝଟ୍‌କା ଲାଗିଛି । କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଅବର୍ତ୍ତମାନରେ ନିଜେ ସମଗ୍ର ଜିଲ୍ଲାର ମଙ୍ଗ ଧରିଥିବା ନବ ବେଲପାହାଡ଼ରେ ଦଳୀୟ ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କୁ ଜିତାଇବାରେ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେଠାରେ କଂଗ୍ରେସ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବିଜୟୀ । ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ରେଢ଼ାଖୋଲ ବିଧାୟକ ରୋହିତ ପୂଜାରୀଙ୍କ ସ୍ଥିତି ଦୋହଲି ଯାଇଥିବା ଏହି ନିର୍ବାଚନରୁ ସଂକେତ ମିଳିଛି । ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ନିର୍ବାଚନରେ ସାରା ଜିଲ୍ଲାରେ ଦଳ ଭଲ କରିଥିବାବେଳେ ରେଢ଼ାଖୋଲ ବ୍ଲକ୍‌ରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସବୁଠୁ ଦୁର୍ବଳ ରହିଥିଲା । ସେଠାରେ ଗୋଟିଏରେ ହାରିଥିବାବେଳେ ଅନ୍ୟଟିରେ ୨୦୦ରୁ କମ୍ ଭୋଟ୍‌ରେ ଶେଷ ରାଉଣ୍ଡରେ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲା । ରେଢ଼ାଖୋଲ ଏନ୍‌ଏସି ଆସନ ମଧ ରୋହିତଙ୍କ ସମର୍ଥିତ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ହାରି ଯାଇଛନ୍ତି । ସେଠାରେ ବିଜେପି ପ୍ରାର୍ଥୀ ବିଜୟୀ ହେବା ରୋହିତଙ୍କୁ ମସ୍ତବଡ଼ ଝଟ୍‌କା ଦେଇଛି ।

ଅନ୍ୟତମ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲାରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଟୁକୁନି ସାହୁଙ୍କ ଗଡ଼ ଟିଟିଲାଗଡ଼ ବିଜେପି ଛଡ଼ାଇ ନେଇଛି । ସେ ତାଙ୍କ ପୌରପାଳିକାରେ ନିଜ ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କୁ ଜିତାଇପାରି ନାହାନ୍ତି । ପଞ୍ଚାୟତ ଭଳି ପୌର ନିର୍ବାଚନରେ ମଧ ବଲାଙ୍ଗୀରରେ ବରିଷ୍ଠ କଂଗ୍ରେସ୍ ନେତା ନରସିଂହ ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ଝଟ୍‌କା ଲାଗିଛି । ସେଠାରେ କଂଗ୍ରେସ୍ ପ୍ରାର୍ଥୀ ପରାସ୍ତ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଅଧକ୍ଷ ପଦ ବିଜେଡି ଖାତାକୁ ଯାଇଛି । ତେବେ କଣ୍ଟାବାଞ୍ଜିର କଂଗ୍ରେସ୍ ବିଧାୟକ ସନ୍ତୋଷ ସିଂହ ସାଲୁଜାଙ୍କ ପ୍ରଭାବ ନିଜ ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀରେ ଅବ୍ୟାହତ ରହିଛି । ତାଙ୍କ ମନୋନୀତ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମାନେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦରେ ଭଲ କରିଥିବାବେଳେ ଏବେ କଣ୍ଟାବାଞ୍ଜି ପୌରାଧକ୍ଷ ନିର୍ବାଚନରେ ବି ବାଜିମାତ୍ କରିଛନ୍ତି ।

ଆତ୍ମଶକ୍ତି ଓ ପ୍ରେମର ବ୍ରତ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ମୋ' ଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ମୁଁ ଉପଲବ୍ଧି କରୁଛି ଯେ, ଭଗବାନ ମୋତେ ମୋ' ପରୀକ୍ଷାରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ କରାଇବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି ।

ଯଦି ମୁଁ ଆତ୍ମଶକ୍ତିକୁ ଏହା ହେଉଛି ପ୍ରେମଶକ୍ତିର ଗୋଟିଏ ଅନ୍ୟ ନାମ - ପଶୁଶକ୍ତିର ବିକଳ୍ପରୂପେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କର ପରିସରକୁ ଆଣି ପାରନ୍ତି, ତେବେ ମୁଁ ଭଲକରି ଜାଣିଛି ଯେ, ମୁଁ ଏପରି ଏକ ଭାରତବର୍ଷକୁ ତୁମ ଆଗରେ ଆଣି ଉପସ୍ଥାପିତ କରିପାରନ୍ତି, ଯିଏକି ଆପଣାର ବାଟଟିକୁ ଚାଲିବାକୁ ଯାଇ ସମଗ୍ର ଜଗତକୁ ମଧ ଅବଜ୍ଞା କରି ପାରନ୍ତା । ତେଣୁ, ସକଳ ସମୟରେ ମୋ' ନିଜ ଜୀବନରେ ଦୁଃଖକୁ ବରଣ କରିନେବାର ଏହି ଚିରନ୍ତନ ନିୟମଟିକୁ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଆଣି ପାରିବାକୁ ମୁଁ ନିଜକୁ ଶୃଙ୍ଖଳିତ କରି ଆଣୁଥିବି ଏବଂ ଯେଉଁମାନେ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରିବେ, ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ ମଧ ମୁଁ ତାହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ନିମନ୍ତେ ନେଇ ପହଞ୍ଚାଇ ଦେବି । ଯଦିବା ମୁଁ ଆଉ ଅନ୍ୟ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଭାଗ ନେଉଥାଏ, ତେବେ ସେହି ବିଧାନଟିର ଅତୁଳନୀୟ ବରିଷ୍ଠତାକୁ ଦେଖାଇଦେବା ନିମନ୍ତେ ହିଁ ସେଥିରେ ମଧ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ତରବାରୀକୁ କାଢ଼ି ଫିଙ୍ଗିଦେଇ ପାରିବା ପରେ, ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ମୋ'ର ବିରୋଧ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ପ୍ରେମର ପାତ୍ରଟି ବ୍ୟତୀତ ଆଉ କିଛି ଦେଇପାରିବି ନାହିଁ । ସେହି ପାତ୍ରଟିକୁ ପ୍ରସାରି ଦେଇ ହିଁ ମୁଁ ସେମାନଙ୍କୁ ନିଜ ପାଖକୁ ଟାଣି ଆଣିବି ବୋଲି ଆଶା ପୋଷଣ କରିଛି । ମନୁଷ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟ ମଧରେ ସବୁକାଳ ଲାଗି ବୈର ରହିଥବ ବୋଲି ମୁଁ ଚିନ୍ତା କରି ପାରୁନାହିଁ ପୁନର୍ଜନ୍ମର ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିବାରୁ, ମୁଁ ଏହି ଆଶାଟି ନେଇ ବଞ୍ଚୁଛି ଯେ, ମୋ'ର ଏ ଜନ୍ମରେ ନହେଲେ ମଧ ହୁଏତ ଆଉ କେଉଁ ଜନ୍ମରେ ମୁଁ ସମଗ୍ର ମାନବଜାତିକୁ ବନ୍ଧୁତାପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଲିଙ୍ଗନରେ ନିଜ ପାଖକୁ ଅବଶ୍ୟ ଟାଣିନେଇ ପାରିବି ।

ଏକଥା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ ଯେ, ସକଳ ବିନୟର ସହିତ ମୋତେ ଏହା ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହେବ, ଯେତେ ତୁଚ୍ଛଭାବରେ ହେଲେ ମଧ ମୁଁ ନିଜ ସତ୍ତାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ତନ୍ତୁରେ ପ୍ରେମର ହିଁ ପ୍ରତିନିଧ କରିବାକୁ ଉଦ୍ୟମ କରୁଛି । ସତ୍ୟକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପ ଦେଇଥିବା ମୋ'ର ପରମ ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତାଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତିକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ମୁଁ ଅଧୀର ହେଉଛି ଏବଂ ମୋ' ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନର ପ୍ରଥମ ଭାଗରେ ମୁଁ ଆବିଷ୍କାର କରିଥୁଲି ଯେ, ଯଦି ମୋତେ ସତ୍ୟ ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ହୁଏ, ତେବେ ମୋତେ ନିଜର ଜୀବନକୁ ପଣ କରି ମଧ ପ୍ରେମର ବିଧାନଟିକୁ ମାନିବାକୁ ହେବ । ମୋ' ଉପରେ ଆଶୀର୍ବାଦ କରି ଈଶ୍ୱର ମୋତେ କେତୋଟି ପିଲା ଦେଇଥିବାରୁ, ମୁଁ ଆହୁରି ଆବିଷ୍କାର କରିଥିଲି ଯେ, ପ୍ରେମର ସେହି ବିଧାନଟିକୁ ସାନ ଶିଶୁମାନଙ୍କ ମାଧମରେ ହିଁ ସର୍ବୋତ୍ତମଭାବରେ ବୁଝିହେବ ଓ ଶିକ୍ଷା ମଧ କରିହେବ । ଆମେ ଅଜ୍ଞାନ ଓ ଅନୁସାମର୍ଥ୍ୟ ବାପାମାଆ ବାଧା ହୋଇ ଛିଡ଼ା ହେଉ ନ ଥିଲେ, ଆମ ପିଲାମାନେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ଦୋଷରହିତ ହୋଇପାରନ୍ତେ । ମୁଁ ଅନଭିବ୍ୟକ୍ତଭାବରେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଛି ଯେ, ଶଦ୍ଦଟିର ଖରାପ ଅର୍ଥରେ ଶିଶୁ କେବେହେଲେ ଦୁଷ୍ଟ ହୋଇ ଜନ୍ମ ହୁଏନାହିଁ । ପିଲାଟିଏ ବଡ଼ ହେଉଥିବା ସମୟରେ ଯଦି ପିତାମାତା ଉଚିତ ଆଚରଣ ଦେଖାଇ ପାରନ୍ତେ, ପିଲାର ଜନ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ଓ ଜନ୍ମ ପରେ ଯେ ଏହା ଏକ ସୁବିଦିତ କଥା ସେହି ପିଲାଟି ତା'ର ସହଜାତ ପ୍ରବୃତ୍ତିଦ୍ୱାରା ଚାଳିତ ହୋଇ ପରମ ସତ୍ୟର ବିଧାନକୁ ମାନନ୍ତା, ପ୍ରେମର ବିଧାନଟିକୁ ମଧ ମାନନ୍ତା । ଜୀବନର ପ୍ରଥମ ଭାଗରେ ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ଏହି ଶିକ୍ଷାର ମର୍ମକୁ ବୁଝି ପାରିଥିଲି, ସେତେବେଳେ ମୋ' ଜୀବନରେ କ୍ରମଶଃ ଏକ ସ୍ପଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲା ।

ମୋ'ର ଏହି ବହୁ ଝଡ଼ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନଟି ଯେଉଁସବୁ ଏକାଧିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ମଧଦେଇ ଗତି କରିଆସିଛି, ଏଠାରେ ମୁଁ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁନାହିଁ ; ମାତ୍ର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟାନୁଗତ ଏବଂ ବିନମ୍ରଭାବରେ ମୁଁ କେବଳ ଏତିକି ନିବେଦନ କରିବି ଯେ, ମୁଁ ନିଜର ଜୀବନରେ, ଭାବନାରେ, କଥାରେ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯେତିକି ପରିମାଣରେ ସେହି ପ୍ରେମର ପ୍ରକାଶ ଘଟାଇ ପାରିଛି, ମୁଁ ସେତିକି ପରିମାଣରେ 'ସକଳ ବୋଧକୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଯାଉଥିବା ପରମ ଶାନ୍ତି'କୁ ଉପଲବ୍ଧି କରିଛି । ମୋ' ଭିତରେ ସେହି ଶାନ୍ତିର ପରିଚୟ ପାଇ ଈର୍ଷା ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବା ମୋ'ର ଅନେକ ବନ୍ଧୁ ମୋତେ ମୋ'ର ସେହି ଅମୂଲ୍ୟ ସମ୍ପଦଟିକୁ ମୁଁ କିପରି ପାଇଲି ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛନ୍ତି ଓ ସେମାନଙ୍କୁ ମୁଁ ଅବାକ୍ କରିଦେଇଛି । ମୁଁ କାରଣଟି ବିଷୟରେ ସବୁ ବୁଝାଇ କହିପାରି ନାହିଁ ; କେବଳ ଏତିକି କହିଛି ଯେ, ମୋ'ର ବନ୍ଧୁମାନେ ଯଦି ମୋ' ଭିତରେ ସେହି ଶାନ୍ତିକୁ ଠାବ କରି ପାରିଛନ୍ତି, ଆମ ସଭାର ବୃହତ୍ତମ ବିଧାନଟିର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପାଳନ କରିବାର ଏକ ପ୍ରୟାସରୁ ହିଁ ତାହା ସମ୍ଭବ ହୋଇଛି । ମୋ'ଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟେକ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ମୁଁ ଅହିଂସା ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରେମର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ମାନି ବାଟ ଚାଲିବାକୁ ହିଁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି । ମୁଁ ମର୍ମତଃ ଶାନ୍ତିର ପ୍ରେମୀ । ମୁଁ ଆଦୌ କୌଣସି ବୈମନସ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରେନାହିଁ । ଯେଉଁମାନେ ମୋ'ର ବିରୋଧ କରନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ମୁଁ ଏପରି କୌଣସି ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବି ନାହିଁ ବୋଲି ଭରସା ଦେଇଥାଏ, ଯାହାକି ମୋ ଜାଣତରେ ସତ୍ୟ ଓ ପ୍ରେମର ପରିପନ୍ଥୀଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବ । ଯେକୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଉପରେ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ସମ୍ଭବ କରିବାକୁ ମୋ'ପାଖରେ ପ୍ରେମ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଅସ୍ତ୍ର ନାହିଁ । ସକଳ ପୃଥ୍ୱୀ ସହିତ ବନ୍ଧୁତା-ସ୍ଥାପନ ମୋ' ଜୀବନରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ, କୌଣସି ଏକ ଭୁଲର ସାମନା କରିବା ସମୟରେ ମୁଁ ପ୍ରଗାଢ଼ତମ ପ୍ରେମକୁ ତୀବ୍ରତମ ବିରୋଧ ସହିତ ଅବଶ୍ୟ ସଂଯୁକ୍ତ କରି ଗଢ଼ିପାରିବି ।

ମୋ'ଜୀବନ ବ୍ରତରେ ଏହି ବିଶ୍ୱାସଟି ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ହୋଇ ରହିଛି ଯେ, ଯଦି ଏହା ସଫଳ ହେବ । ତେବେ, ପରସ୍ପରର ଶଦ୍ଦରୂପେ ନୁହେଁ, ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ସମଗ୍ରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶରୂପେ ଏହି ପୃଥିବୀର ସବୁ ମନୁଷ୍ୟଙ୍କୁ ଏକାଠି ଗୁନ୍ଥିକରି ରଖିବାର ଏକ ଆନ୍ଦୋଳନରୂପେ ଇତିହାସ ତାହାକୁ ଲିପିବଦ୍ଧ କରି ରଖିବ ।

ବୃକ୍ଷ ବଇଦ ଶତାବରୀ

ଶତାବରୀ ନାଁଟି ସହ ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିଚିତ । ଶତମୂଳ, ଶତାବର, ଶତ୍ପାଦୀ, ଭାରୁ, ଇନ୍ଦିବାରୀ, ଅତିରାସା ପରି ଏହାର ଆଉ କିଛି ନାମ ମଧ ରହିଛି । ଏହି ଉପକାରୀ ଲତାଟି ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ରୋଗର ଉପଚାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ପ୍ରସୂତି ମହିଳାମାନଙ୍କର ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଦେବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ କ୍ଷୀର ହେଉ ନ ଥିଲେ ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ପାଞ୍ଚଗ୍ରାମ ଶତାବରୀ ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ଗାଈକ୍ଷୀରରେ ମିଶାଇ ସେବନ କରିବାକୁ ଦିଆଯାଇ ଥାଏ । ଏପରିକି ଗାଈର କ୍ଷୀର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଶତାବରୀର ମୂଳକୁ ତାକୁ ଖାଇବାକୁ ଦିଆ ଯାଇଥାଏ ।

ଖଣ୍ଡିଆଖାବରା ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଶତାବରୀର ପତ୍ରକୁ ମକଚି ଖଣ୍ଡିଆ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ତାହା ଭଲ ହୋଇଯାଏ ।

ପ୍ରମେହ ଏବଂ ସ୍ୱପ୍ନଦୋଷରେ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ୨.୫ ଗ୍ରାମ ଶତାବରୀ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ସହ ସମାନ ମାତ୍ରାରେ ମିଶ୍ରି ମିଶାଇ ପ୍ରତ୍ୟେହ ସକାଳେ ଏବଂ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ପାଞ୍ଚ ଗ୍ରାମ ଲେଖା ଗାଈକ୍ଷୀରରେ ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହେବ ।

ଶତାବରୀ ଚେରର ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ପାଞ୍ଚରୁ ଦଶ ଗ୍ରାମ ନିୟମିତ କ୍ଷୀରରେ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଧାତୁ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ ।

ଶତାବରୀ ରସ ମହୁ ସହ ମିଶାଇ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଜ୍ୱଳନ ଏବଂ ପିତ୍ତଦୋଷ ଜନିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୋଗରୁ ଆରାମ ଦେଇଥାଏ ।

ଆୟୁର୍ବେଦରେ ମହିଳାମାନଙ୍କ ବନ୍ଧ୍ୟା ଦୋଷ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଶତାବରୀର ପ୍ରୟୋଗକୁ ନେଇ ଉଲ୍ଲେଖ ରହିଛି । ଏହା ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ, ପ୍ରଜନନ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ସହ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭପ୍ରଦ । ମହିଳାମାନଙ୍କ ହର୍ମୋନର ସନ୍ତୁଳନ ସହ ମାସିକଧର୍ମରେ ମଧ ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ସନ୍ତାନ ଜନ୍ମଦେବା ଏବଂ ଗର୍ଭପାତର ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରେ ।

ଗନେରିଆ ପରି ଯୌନରୋଗର ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇଲେ ଶତାବରୀ ମୂଳର ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ନଖଉଷୁମ ଜଳରେ ସେବନ କରିବା ଦରକାର ।

ଝିଅମାନଙ୍କର ହ୍ୱାଇଟ୍ ଡିସଚାର୍ଜ ବା ଲ୍ୟୁକୋରିଆ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଶତାବରୀ ପତ୍ରର ରସ ଏକ ଚାମଚ ଗୋଟେ କପ୍ କ୍ଷୀରରେ ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ଦୂର ହୁଏ ।

ମହିଳାମାନଙ୍କ ମାସିକଧର୍ମ ସମୟରେ ଅତ୍ୟଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହେଉଥିଲେ ଗୋଟେ ଚାମଚ ମହୁ ଏବଂ ୩୦ ମି.ଲି ଶତାବରୀ ରସ ମିଶାଇ ପିଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଶତାବରୀର ମଞ୍ଜି ଏବଂ ପତ୍ର ଘିମିରି, ଘାଆ, ବ୍ରଣ ପରି ତ୍ୱଚାର ଅନେକ ସମସ୍ୟାଠାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ବଦହଜମୀ, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ଅମ୍ଳରୋଗ, ଅଲସର ଆଦି ପେଟ ଜନିତ ସମସ୍ୟାରୁ ଶତାବରୀ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ପେଟ ଘୁଡୁ ଘୁଡୁ ହେଉଥିଲେ ଶତାବରୀ ମଞ୍ଜିର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଅଧଚାମଚ ନେଇ ସେଥିରେ ସମାନ ମାତ୍ରାରେ ମହୁ ମିଶାଇ ଦିନକୁ ଦୁଇଥର ଖାଆନ୍ତୁ ।

ଆପଣଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇ ଦେଉଥିଲେ ଏବଂ ବାନ୍ତି ବାନ୍ତି ଲାଗୁଥିଲେ ୧୦୦ ଗ୍ରାମ ମହୁରେ ୨୫ ଗ୍ରାମ ଶତାବରୀ ମଞ୍ଜିର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ମିଶାଇ ରଖନ୍ତୁ । ଏହି ମିଶ୍ରଣରୁ ଏକ ଚାମଚ ଲେଖା ଦିନକୁ ତିନିଥର ସେବନ କରନ୍ତୁ ।

ଖରାପ କୋଲେଷ୍ଟରଲକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ସହ ଶତାବରୀ ହୃଦୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଏହା ହୃଦୟର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରାଇଥାଏ ।

ସଂକ୍ରମଣ ସହ ଲଢ଼ିବାର କ୍ଷମତା ଶତାବରୀର ରହିଛି । ଏଥିସହ ଏହାର ଶୀତଳକାରକ ଗୁଣ ଜ୍ୱରର ପ୍ରଭାବକୁ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ଏହାର ମୂଳକୁ ଟାଇଫଏଡ୍ ଜ୍ୱର ହ୍ରାସ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ଏହାର ମଞ୍ଜିର ଚୂର୍ଣ୍ଣରେ କଫ ଓ ଗଳା ସଂକ୍ରମଣ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏଥିପାଇଁ ଏହାର ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଗୋଟେ ଚାମଚର ଚାରିଭାଗରୁ ଭାଗେ ନେଇ ସେଥିରେ ଗୋଟେ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ଦିନରେ ତିନି ଥର ସେବନ କରନ୍ତୁ ।

ପୁରୁଷଙ୍କ ପାଇଁ ଶତାବରୀର ଗୁଣ ଅଶ୍ୱଗନ୍ଧା ସମାନ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ନପୁଂସକତା, ଶୁକ୍ରାଣୁହୀନତା ଆଦିରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ଶତାବରୀ ନିୟମିତ ସେବନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ମାନସିକ ଅବସାଦ ଓ ଚାପରୁ ରକ୍ଷା ପାଇଥାଏ । ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟରେ ସ୍ମୃତି ଭ୍ରଂଶ ଭୋଗୁଥିଲେ ଏହାର ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ମୃତିଶକ୍ତିର ହ୍ରାସ ଘଟେ ନାହିଁ ।

ପୋଇପ୍ରଭାବ

ଖରାଦିନ ସହିତ ପ୍ରାୟ ସବୁବେଳେ ଉପଲବ୍ଧ ପୋଇ । ଏହି ଲତାଜାତୀୟ ଶାଗ ଗଛଟି ଗାଁ ଠାରୁ ସହର ଯାଏ ଅଧିକାଂଶଙ୍କ ବାଡ଼ିରେ ମାଡିଥାଏ । ସରୁପୋଇ, ମୋଟା ପୋଇ, ଲାଲ୍ ପୋଇ ଆଦି ରୂପରେ ଏହାକୁ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଉଦ୍ଭିଦ ବିଜ୍ଞାନରେ ଏହାର ନାମ ବାସିଲା ଆଲ୍‌ବା । ପ୍ରତି ୧୦୦ଗ୍ରାମ୍ ପୋଇରେ ୧୦ମିଲିଗ୍ରାମ୍ ଆଇରନ୍, ୩୫ ମିଲିଗ୍ରାମ୍ ଫସଫରସ୍ ଥିବା ବେଳେ ପାଳଙ୍ଗ ଅପେକ୍ଷା ଏଥିରେ ପ୍ରାୟ ତିନିଗୁଣ ଅଧିକ ଭିଟାମିନ୍ ରହିଛି । ଏହାକୁ ଇଣ୍ଡିଆନ ସ୍ପିନାକ୍ ବା ଭାରତୀୟ ପାଳଙ୍ଗ ବୋଲି ବି କୁହାଯାଏ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ବି, ସି ମଧ ପାଳଙ୍ଗ ଠାରୁ ଯଥେଷ୍ଟ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ରହିଛି । ପୋଇ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ନିଦ ଭଲ ହୁଏ । ତେଣୁ ନିଦ୍ରାହୀନତା ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଖୁବ୍ ଭଲ ।

ପୋଇରେ ଅଧିକ ତନ୍ତୁ ରହିଥିବାରୁ ଏହା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ । ହଜମକ୍ରିୟା ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହିତ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ପ୍ରଭାବରୁ ମୁକ୍ତ ରଖେ । ପାଳଙ୍ଗରେ ଇ-କୋଲି ଏବଂ ସାଲମୋନେଲା ପରି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ସଂକ୍ରମଣର ଆଶଙ୍କା ଥିବା ବେଳେ ଏଥିରେ ଏହି ସଂକ୍ରମଣ ଆଦୌ ହୁଏନାହିଁ । ଭାରତ ସମେତ ଭିଏତନାମ ଏବଂ ଚୀନରେ ବି ଏହାକୁ ଖାଇଥାନ୍ତି ।

ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରୀ ତଥା ଫ୍ୟାଟ୍ ପରିମାଣ ଖୁବ୍ କମ୍ । ପୋଇପତ୍ରଗୁଡିକ ବିଭିନ୍ନ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କ୍ୟାରୋଟିନ୍‌ଏଡ, ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଯଥା ବିଟା କ୍ୟାରୋଟିନ୍, ଲ୍ୟୁଟିନ୍, ଜିଆଜାନ୍ଥିନ୍ ଆଦିରେ ଭରପୁର । ଚର୍ମରେ ବୟସର ପ୍ରଭାବ ତଥା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ସୁରକ୍ଷା ଲାଗି ଏଗୁଡିକ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଭିଟାମିନ୍ ଏ' ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ଚର୍ମର ସୁସ୍ଥତା ତଥା ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ଲାଗି ପୋଇ ଖୁବ୍ ଭଲ ।

ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭିଟାମିନ୍ ସି ପୋଇରେ ପ୍ରଚୁର ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଶରୀର ପ୍ରତିଦିନ ଆଇରନ୍ ବା ଲୌହସାର ଆବଶ୍ୟକ କରେ ତା'ର ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ୧୦୦ ଗ୍ରାମ ପୋଇପତ୍ରରୁ ମିଳିଥାଏ । ଭିଟାମିନ୍ ବି- କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଥିବାରୁ ଏହା ଡିଏନଡ ଅଭିବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଗର୍ଭସ୍ଥ ଶିଶୁର ସ୍ନାୟବିକ ବିକାଶ ଲାଗି ଉପାଦାନ ପୋଇଶାଗରେ ରହିଛି । ପଟାସିୟମ୍, ମାଙ୍ଗାନିଜ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍, କପର ଆଦିରେ ଭରପୁର ପୋଇ । ତେଣୁ ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖେ । ଖାଦ୍ୟରେ ପୋଇ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ (ଅସ୍ଥି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯିବ), ରକ୍ତହୀନତା ଦୂର ହେବା ସହିତ କାର୍ଡିଓଭାସ୍କୁଲାର ରୋଗ ଏବଂ ଅନ୍ତ୍ରନଳୀ କ୍ୟାନସରରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ ।

ବିଶେଷକରି ସିଁବାଲୁଆ ଲାଗିଗଲେ ପୋଇପତ୍ରରେ ଘଷିଦେବା ଖୁବ୍ ଅବ୍ୟର୍ଥ ଉପଚାର ।

ପାଳଙ୍ଗ ପରି ପୋଇରେ ବି ଅକଜାଲିକ ଏସିଡ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ଅତ୍ୟଧିକ ଖାଇବା ମୂତ୍ରନଳୀରେ ଅକଜାଲେଟ୍ ଷ୍ଟୋନ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ତେଣୁ ଷ୍ଟୋନ୍ ସମସ୍ୟା ଥିବା ଲୋକେ ପୋଇ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ ।

ବଡ଼ ଉପକାରୀ ଅଙ୍ଗୁର

ଏବେ ଅଙ୍ଗୁରର ଋତୁ । ଅଙ୍ଗୁର ଏକ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଫଳ, ଏହାକୁ ଖାଇବା ପାଇଁ କାଟିବାକୁ ବା ଚୋପା ଛଡ଼ାଇବାକୁ ପଡି ନ ଥାଏ । ଭାରତରେ ସାଧାରଣତଃ ଦୁଇ ପ୍ରକାର ଅଙ୍ଗୁର ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । କଳା ଓ ସବୁଜ ଅଙ୍ଗୁର । ତେବେ ଅଙ୍ଗୁର ଯେଉଁ ରଙ୍ଗର ଖାଆନ୍ତୁ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଅଙ୍ଗୁରରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ସୋଡିୟମ୍, ଫାଇବର, ଭିଟାମିନ୍, ଏ, ସି, ବି.କେ,

କ୍ୟାଲସିୟମ୍, କପର, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍, ମାଙ୍ଗାନିଜ, ଜିଙ୍କ୍ ଓ ଲୌହ ଭଳି ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ । ଅଙ୍ଗୁର ଅନେକ ପେଟ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ଦେବା ସହ କବ୍ଜ ଦୂର କରିଥାଏ । ବାନ୍ତି ଲାଗିବା, ମାଇଗ୍ରେନ୍ ଆଦି ସମୟରେ ଅଙ୍ଗୁର ଖାଇଲେ ଏଥିରୁ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ଏକ ଗ୍ଲାସ ଅଙ୍ଗୁର ରସରେ ଦୁଇ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ରକ୍ତହୀନତା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଅଙ୍ଗୁର ଖାଇଲେ ଚର୍ମରୋଗ ହୋଇ ନ ଥାଏ ଓ ତ୍ୱଚାରେ ଚମକ ଆସିଥାଏ । ଯେଉଁ ଲବଣ କାରଣରୁ ଶରୀରରେ ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍ ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇଥାଏ, ଅଙ୍ଗୁର ରସ ଏହି ଲବଣକୁ ନିଷ୍କାସିତ କରିଥାଏ । ଫଳରେ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଲାଘବ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଖାଆନ୍ତୁ ପିଆଜ

ପିଆଜକୁ ଆପଣ ନିଜ ଡାଏଟରେ ନିୟମିତ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଏହା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ ଏବଂ ବଦଳୁଥିବା ଋତୁ ଅନୁଯାୟୀ ହେଉଥିବା ରୋଗକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ ।

ହୃଦଘାତରୁ ରକ୍ଷା: ପିଆଜରେ ଥିବା ସଲଫର ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ ଏବଂ ଟ୍ରାୟଗ୍ଲିସରାଇଡ୍ ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରିଥାଏ । ଯଦ୍ୱାରା ହୃଦଘାତରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ ।

ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ: ପିଆଜରେ ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ ତତ୍ତ୍ୱ ଥାଏ । ପିଆଜ ରସ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଘା' ଏବଂ ଖଣ୍ଡିଆ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ଗରମରୁ ରକ୍ଷା: ପିଆଜ ରସରେ ଚିନି ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଖରା ଏବଂ ଗରମ ଯୋଗୁଁ ହେଉଥିବା କଷ୍ଟରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

କର୍କଟ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା: ପିଆଜରେ ଥିବା କ୍ୱାର୍ସିଟିନ୍ ନାମକ ଆଣ୍ଟି କ୍ୟାନସର ତତ୍ତ୍ୱ ରୋଗୀକୁ କର୍କଟ ରୋଗରୁ ସୁରକ୍ଷା ଦିଏ । ଶରୀରରେ ଥିବା କର୍କଟ ସେଲକୁ ଏହା ମାରିଦିଏ ।

ଗଣ୍ଠି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି: ପିଆଜ

ବାତରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପାଦେୟ । ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ଖାଇବା ଏବଂ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ସମସ୍ୟା ମଧ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ରକ୍ତସ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ: ପିଆଜରେ ଥିବା କ୍ରୋମିୟମ୍ ଏବଂ ସଲଫର ପରି ମିନେରାଲ ରକ୍ତସ୍ତରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ମଧୁମେହ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ହଜମ ହେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ: ପିଆଜ ହଜମ ହେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ପେଟ ଜନିତ ସମସ୍ତ ରୋଗରୁ ଏହା ସୁରକ୍ଷା ଯୋଗାଇଥାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାର ଗୁରୁ ଯୁକ୍ତି ସେ, ଜ୍ଞାନ ଦୃଷ୍ଟି ମେଁ ଆୟ ।
ନହିଁ ଓ୍ୱହିଁ ମନ ଅରୁ ପଓ୍ୱନ ହୈ, ନିରତି ନିରନ୍ତର ଜାୟ ॥୦୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଭେଦ ଯୁକ୍ତି ଏବଂ ଆତ୍ମାର ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ଉନ୍ମୋଚିତ ହେବା ପରେ ଚେତନ ପ୍ରକାଶ ଦ୍ୱାରର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସେଠାରେ ଚେତନ ସୁରତି ମନ ଓ ପବନରୁ ଅସଙ୍ଗ ହୋଇ ସମାଧି ମଣ୍ଡଳର ବିରାଜଧାମରେ ଯାଇ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଏ । ଏହି ପ୍ରକାଶ ଦ୍ୱାର ମୁକ୍ତିର ଚେତନ ପଥ ଅଟେ, ଯାହା ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଦିବ୍ୟ ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ଅନୁଭବରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ହୋଇଥାଏ ।

କୃପା ସେନ୍ଧୁ ଜନପାଲ ପ୍ରଭୁ, ଶରଣାଗତ ଜନ ପାୟ ।
ନିଜ ଜନ ପ୍ରଭୁ ଅପନାଇୟା, ସୋୟ ମିଲେ ପ୍ରଭୁ ଜାୟ ॥୧୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ଜନ ସଂରକ୍ଷକ ଭକ୍ତବତ୍ସଳ ପରମ ପ୍ରଭୁ, ଯେଉଁ ଶରଣାଗତକୁ ଆପଣେଇ ନେଇ ସ୍ୱୀକାର କରିଥାନ୍ତି, ସେହି ଆତ୍ମସମର୍ପିତ ଭକ୍ତ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଲାଭ କରିଥାଏ । ଯିଏ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଅନନ୍ୟ ଶରଣାଗତ ହୋଇ ନିଜକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କଠାରେ ସମର୍ପଣ କରିଦିଏ, ସେହି ଭକ୍ତ ଭକ୍ତିର ମହାନ୍ ସୁଖକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ ।

ମୈଁ ତୋ କୁତୁହଲ ମାତ୍ର ମୈଁ, ମୁକ୍ତି ଦ୍ୱାର ସେ ଆୟ ।
ଓ୍ୱହୀ ଶବ୍ଦ କା ଦ୍ୱାର ହୈ, ଚେତନ ଚେତନ ଜାୟ ॥୧୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ଗ୍ରନ୍ଥକାର ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଦେବ ନିଜେ ମୁକ୍ତିଧାମରୁ ସଂସାରକୁ ଆସିବାର ସ୍ପଷ୍ଟୀକରଣ ଏହି ଦୋହାରେ ଦେଇଛନ୍ତି । ମୁକ୍ତିରୁ ଆବୃତ୍ତିର ଜ୍ଞାନକୁ ସେ ଭୁଲି ନାହାନ୍ତି । ସେହି ଦ୍ୱାରକୁ ଚେତନ ପଥ କହନ୍ତି ଯେଉଁ ଦ୍ୱାରରେ ଜୀବାତ୍ମା ଯାଇ ଚେତନ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ । ଯୋଗୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିଶିଷ୍ଟ ଜ୍ଞାନ ରହିଥାଏ । ସେମାନେ ବାହ୍ୟ ଜ୍ଞାନରୁ ସତ୍ୟ ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ନିରୂପଣ କରନ୍ତି ନାହିଁ । କୌଣସି ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ନିରୂପଣ ସତ୍ୟଦ୍ରଷ୍ଟା ଅନୁଭବୀ ଜ୍ଞାନ କରିଥାନ୍ତି, ଯାହାଙ୍କ ଠାରେ ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ନିର୍ଭ୍ରାନ୍ତ ଜ୍ଞାନ ଅଛି । ଯାହାଙ୍କୁ ନିଜର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନିଶ୍ଚିତ କରିବାକୁ ତର୍କ, ପ୍ରମାଣ ଏବଂ ବୁଦ୍ଧିର ବିଚାରର ଆବଶ୍ୟକତା ହୋଇଯାଏ ସେ ଋଷି ନୁହନ୍ତି । ଋଷି ତତ୍ତ୍ୱଦ୍ରଷ୍ଟା ଅନୁଭବୀ ହିଁ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହି ପଦରେ ଏକ ସ୍ପଷ୍ଟ ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରକଟ ହୁଏ ଯେ ମୁକ୍ତ ଆତ୍ମାମାନେ ସଂସାର କଲ୍ୟାଣ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରକଟ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମର ସଂଦେଶ ଜଗତର ଜୀବମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରି ବାସ୍ତବିକ ପରମାନନ୍ଦକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରାଇଥାନ୍ତି । ମୁକ୍ତିରୁ ଆବୃତ୍ତିର ସ୍ମରଣ ଗ୍ରନ୍ଥକାର ସଦ୍‌ଗୁରୁଦେବଙ୍କର ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନର ସୂଚକ ଅଟେ । ଏମିତି ଆତ୍ମାମାନେ ହିଁ ସ୍ୱୟଂସିଦ୍ଧ ଗୁରୁ ଅଥବା ଅଭ୍ୟାସସିଦ୍ଧ ଗୁରୁ ହୋଇ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ବିମଳ ଉପଦେଶ ଦେଇ ଜଗତର ଜୀବମାନଙ୍କୁ ଅମୃତ ପରମାନନ୍ଦର ଆନନ୍ଦ ପ୍ରଦାନ କରାଇଥାନ୍ତି ।

ଓ୍ୱହ ଜ୍ଞାନ ବିସରା ନହିଁ, ସ୍ମରଣ ହୋୟ ମୋହି ଆୟ ।
ଯହ ମହିମା ପ୍ରଭୁ ଜାନିୟେ, ଭଜନ ଉର ବସ ଆୟ ॥୧୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରରୁ ତଳକୁ ଓହ୍ଲାଇବା ପରେ ଜ୍ଞାନର ବିସ୍ମରଣ ହେଲା ନାହିଁ । ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ଜ୍ଞାନ ମୋ ଭିତରେ ସ୍ମରଣ ହୋଇ ପ୍ରକଟ ହେଉଅଛି । ଏହା ପ୍ରଭୁଙ୍କର ହିଁ ମହିମା ଅଟେ, ଯାହା ଶୁଦ୍ଧ ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ଭିତରେ ଏହି ଜ୍ଞାନ ଆସିଥାଏ । ଗ୍ରନ୍ଥକାର ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଦେବଜୀ ମହାରାଜ ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରରେ ନିଜ ପ୍ରକୃତିରେ ଆସିବାର ବର୍ଣ୍ଣନା ଉକ୍ତ ଦୋହାରେ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଜ୍ଞାନକୁ ଶୁଦ୍ଧ ପ୍ରଭୁଭକ୍ତ ଜାଣିପାରିବେ । ଯିଏ ମୁକ୍ତ ଅଟେ, ସେ ବନ୍ଧନରେ ଆସିଥାଏ ଆଉ ଯାହାର ବନ୍ଧନ ଅଛି, ସେ ମୁକ୍ତ ଅଟେ । ଜୀବ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ହେବା 'ଳରେ ନିଜ ଜ୍ଞାନ ଅନୁସାରେ ପ୍ରକୃତି ଆଉ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ସମ୍ବନ୍ଧ କରିଥାଏ ଅତଏବ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଭଜନ କରିବା ଉଚିତ ।

ସଦ୍‌ଗୁରୁ କା ଅନ୍ତମ୍ ମେଁ, ମନ ଓ୍ୱ ପଓ୍ୱନ କୋ ବାଁଧ ।
ଗୁପ୍ତ ଶବ୍ଦ କା ଦ୍ୱାର ସେ, ଅନୁଭଓ୍ୱ ଅନୁଭଓ୍ୱ ସାଧ ॥୧୩॥

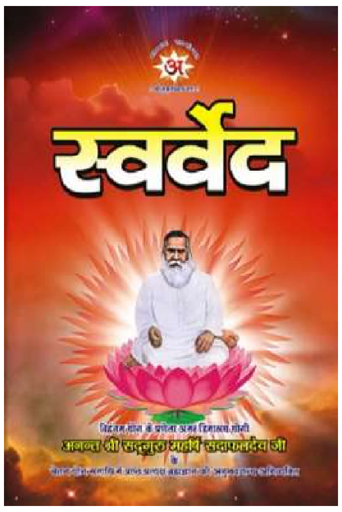
ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଆଧାରରୁ ମନ, ପବନକୁ ରୋଧକରି ନିଃଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାର ଦେଇ ଅକ୍ଷର ଆଧାରରେ ନିଃଶବ୍ଦର ଅନୁଭବ ସାଧନା ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକୃତିପାର ଅନୁଭବ - ମନ, ପବନ ଆଉ ଅକ୍ଷର ଉପରେ ସ୍ଥିତ ଚେତନ ଧାମରେ ହୋଇଥାଏ । ତତ୍‌ପଶ୍ଚାତ୍ ଅକ୍ଷରପାର ନିଃଶବ୍ଦର ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ ଆଉ ତାହା ହିଁ ଚେତନ ଧାମ ଅଟେ ।

ପ୍ରକଟ ଗୁପ୍ତ କୀ ସନ୍ଧି ମେଁ, ମନ ଓ୍ୱ ପଓ୍ୱନ କରୁ ଥୀର ।
ଅକ୍ଷର ଜ୍ୟୋତି ପ୍ରକାଶ ହୈ, ବାହର ଭୀତର ଧୀର ॥୧୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ସାଧନ ଯୁକ୍ତିରୁ ସନ୍ଧି ସ୍ଥାନରେ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ସ୍ଥିର କରି ଅକ୍ଷର ଜ୍ୟୋତି ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେହି ଜ୍ୟୋତି ନିଜ ମୂଳ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ସମସ୍ତ ଶରୀରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ ଯେଉଁଠାରୁ ଯୋଗାଭ୍ୟାସୀ ଆନ୍ତରିକ ପ୍ରକାଶକୁ ପ୍ରାପ୍ତକରି ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ବିଶେଷ ଶକ୍ତିର ଅନୁଭବ କରିବାରେ ଲାଗେ ।

ଅକ୍ଷର କେ ପରକାଶ ମେଁ, ଦରଶେ ସୂକ୍ଷମ ଦ୍ୱାର ।
ସାରଶବ୍ଦ ଅନୁଭଓ୍ୱ କରୋ, ଅମିତ ଅନନ୍ତ ଅପାର ॥୧୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷର ବ୍ରହ୍ମର ପ୍ରକାଶ ଯୋଗୁଁ ନିଃଶବ୍ଦର ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦ୍ୱାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରକଟ ହୋଇଯାଏ । ସେହି ଦ୍ୱାରରୁ ସାରଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କ ଅନୁଭବ



କରନ୍ତୁ । ସେହି ଆନନ୍ଦ ଅସୀମ ଏବଂ ଅପାର ଅଟେ ।

ଭାଷ୍ୟ - ଗ୍ରନ୍ଥର ରଚୟିତାଙ୍କୁ ନିଜ ବିଶେଷ ଆନନ୍ଦର ଏତେ ପ୍ରଗାଢ଼ତା ଅଛି ଯେ ସେ ବିଷୟରେ ବାରମ୍ବାର ବର୍ଣ୍ଣନା କରି ସୁଦ୍ଧା ସେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ନୁହନ୍ତି । ଏହା ପରମାନନ୍ଦଙ୍କର ବିଭୋର ଅବସ୍ଥା ଅଟେ, ଯାହାକୁ ଯୋଗୀ ନିଜକୁ ବିସ୍ମରଣ କରି ସର୍ବତ୍ର ଆନନ୍ଦ ହିଁ ଆନନ୍ଦର ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖିଥାନ୍ତି ଆଉ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦୃଶ୍ୟ ତାଙ୍କର ସମ୍ମୁଖରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହୁଏନାହିଁ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ଯୋଗୀ ବ୍ରହ୍ମରେ କଲ୍ଲୋଳ କରିଥାଏ, ଯେଉଁ ଆନନ୍ଦର ଉପମା ପ୍ରଦାନ ଦେବା କଷ୍ଟକର ବ୍ୟାପାର । ସେଥିପାଇଁ ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଏକମାତ୍ର ବିଷୟକୁ ବାରମ୍ବାର କହିବା ଏହି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାହିତ୍ୟରେ ପିଷ୍ଟପେଷଣ ବୋଲି କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ଯେଉଁ ଭୂମିର ଯେଉଁ ଦୃଶ୍ୟ ରହିଥାଏ, ତାହା ଦ୍ରଷ୍ଟା ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ । ଗ୍ରନ୍ଥକାର ଯୋଗର ସେହି ଭୂମିରେ ଉପବିଷ୍ଟ ହୋଇ ଏହି ରହସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଉକ୍ତିମାନଙ୍କର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି, ଯେଉଁଠାରେ ନିଜ ଅଦ୍ଭୁତ ପ୍ରକାଶ ଏବଂ ଯୋଗର ବିଶିଷ୍ଟ ଅବସ୍ଥା ଅନୁଭବ ହେଉଅଛି । ଏହି ପ୍ରକାର ସଦ୍‌ଗୁରୁଦେବ ନିଜ ଦେହ ତ୍ୟାଗ ସମୟରେ ପ୍ରୟାଗର ଗୁମ୍ଫାରେ ନିଜ ଯୋଗ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟର କ୍ରିୟାତ୍ମକ ସ୍ୱରୂପଗୁଡ଼ିକର ଦର୍ଶନ କରାଇ ମୁଗ୍ଧ କରି ଦେଇଥିଲେ ଆଉ ମୁଁ ଅବାକ୍ ହୋଇ ତାଙ୍କର ଯୋଗ ଅନୁଭୂତି ଏବଂ ଯୋଗର ସୂକ୍ଷ୍ମ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଜ୍ଞାନ ତାଙ୍କର ଦିବ୍ୟଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥିଲି । ସ୍ୱର୍ବେଦ ଋଷିପ୍ରଣୀତ ଆଦର୍ଶ ସଦ୍‌ଗ୍ରନ୍ଥ ଅଟେ । ଏଥିରେ ଯୋଗର ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଅନୁଭବପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶଦ୍ ବର୍ଣ୍ଣନା ଅଛି, ଯାହାକୁ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗୀ ଅନୁଭବୀ ସାଧକ ବୁଝି ପାରିବେ ।

ଅକ୍ଷର କେ ପରକାଶ ମେଁ, ଦର୍ଶନ ପୁରୁଷ ପୁରାନ ।
ମନ ଓ୍ୱ ପଓ୍ୱନ କୋ ଥିର କରୋ, ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଯୁକ୍ତି ଓ୍ୱିଧାନ ॥୧୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ-ଯୁକ୍ତିରୁ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ସ୍ଥିରକରି ଅକ୍ଷରର ଦିବ୍ୟ ପ୍ରକାଶରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁରୁଷଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦର୍ଶନ ହୋଇଥାଏ, ଅର୍ଥାତ୍ ଅକ୍ଷରର ପ୍ରକାଶ ଉଦୟ ହେବା 'ଳରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁରୁଷ ପରମ ଅକ୍ଷର, ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଦର୍ଶନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଦର୍ଶନ ଚେତନର ଅଟେ, ଜଡ଼ ପ୍ରକୃତିର ନୁହେଁ । ଅବ୍ୟକ୍ତ ଅନୁଭବଗମ୍ୟ ସତ୍ତାଙ୍କର ଦର୍ଶନ ପ୍ରକୃତିପାର ଚେତନ ଆତ୍ମା ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ, ଭୌତିକ ଜଡ଼ କରଣମାନଙ୍କରୁ ନୁହେଁ ।

ଅକ୍ଷର ସବ କା ମୂଲ ହୈ, ଅକ୍ଷର ସେ ସବ ଶୂନ୍ୟ ।
ଶୂନ୍ୟ ସେ ସାରୀ ସୃଷ୍ଟି ହୈ, ସୃଷ୍ଟି କୋ ତିରଗୁଣ ବୂନ୍ୟ ॥୧୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ସମଗ୍ର ସୃଷ୍ଟିର ନିର୍ମାଣ ଅକ୍ଷର ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ ସେଥିପାଇଁ ସମସ୍ତ ଜଗତର ମୂଳ ଅକ୍ଷର ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ସେହି ଅକ୍ଷରରୁ ମହାକାଶ ପ୍ରକୃତିର ବିସ୍ତାର ହୋଇଥାଏ । ମହାଶୂନ୍ୟରେ ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟି ଅଛି ଆଉ ସର୍ବଶୂନ୍ୟ ଅକ୍ଷର ଦ୍ୱାରା ହିଁ ନିର୍ମିତ ଏବଂ ପ୍ରକୃତିର ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜ, ତମଃ - ଏହି ତ୍ରିଗୁଣର ତ୍ରିଘାର୍ତି ଶ୍ରଣରୁ ଏହି ବିଶାଳ ଜଗତର ରଚନା ହୋଇଛି । ସୃଷ୍ଟିର ମୂଳରେ ପରମାଣୁ ମଣ୍ଡଳ ଅଛି, ଯେଉଁଠାରେ ପରମାଣୁ ସମୂହ ବିଦ୍ୟମାନ । ସେହି ପରମାଣୁ ବିଜ୍ଞାନରୁ ଅକ୍ଷର ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ନିଜ ଭୌତିକ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଯୋଗୀଗଣ କରିଥାନ୍ତି । ଏ ସମସ୍ତ ଜ୍ଞାନର ଆଧାର ଏବଂ ମୂଳ କାରଣ ଅକ୍ଷର ଅଟେ । ଅକ୍ଷରରୁ ପିଣ୍ଡ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡର ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସମସ୍ତ ଜଗତର ବ୍ୟବହାର ଚାଲେ । ପ୍ରକୃତି ମଣ୍ଡଳରେ ପ୍ରଥମେ ଅକ୍ଷର ହିଁ ପ୍ରକଟ ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁଥିରୁ ସମସ୍ତ ଜଗତର ବିସ୍ତାର ହୁଏ । ସେଥିପାଇଁ ଜଗତର ମୂଳ କାରଣ ଅକ୍ଷର ଅଟେ ଆଉ ଉପାଦାନ କାରଣ ନିତ୍ୟ ପ୍ରକୃତି ଅଟେ ।

ଲାଭକାରୀ ଅପରାଜିତା

କୃଷ୍ଣ ଅପରାଜିତା ଫୁଲ ଶନିଗ୍ରହଙ୍କ ପ୍ରିୟ ବୋଲି ଲୋକ ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହି ଫୁଲରେ ଶନିଙ୍କର ପୂଜା କରାଯାଇଥାଏ । ପ୍ରକୃତରେ ଅପରାଜିତାର ଅନେକ ଉପକାରିତା ରହିଛି । ଉଭୟ ଶ୍ୱେତ ଓ କୃଷ୍ଣ ଅପରାଜିତା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିଥାଏ । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରୁ ଅପରାଜିତା ଏକ ଔଷଧୀୟ ବୃକ୍ଷ ଭାବେ ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରରେ ସ୍ଥାନ ପାଇ ଆସିଛି । ବ୍ରୋଙ୍କାଇଟିସ୍ ଦୂର ପାଇଁ ଅପରାଜିତାର ମୂଳକୁ ଜୁସ୍ କରି ସେଥିରେ ଦୁଗ୍ଧ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ ।

ସ୍ମରଣଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଏହାର ମୂଳର ରସ ସହିତ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଆଯାଏ ।

ମାଇଗ୍ରେନ୍ ବା ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ଦୂର ପାଇଁ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ପ୍ରଣାଳୀ ହେଲା, ଅପରାଜିତାର ମୂଳକୁ ଭଲ ଭାବେ ପରିଷ୍କାର କରି ତାକୁ ବାଟି ସେଥିରୁ ରସ ବାହାର କରନ୍ତୁ ଟିକେ ପାଣି ବି ସେଥିରେ ମିଶାନ୍ତୁ । ଉଭୟ ନାକରେ ତିନି ଚାରି ଟୋପ ଲେଖାଁ ପକାନ୍ତୁ ।

ବାରମ୍ବାର ଜ୍ୱର ଆସୁଥିଲେ ଏହାର ଚେରରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କ୍ୱାଥ ଗୋଟେରୁ ଦୁଇ ଚାମଚ ଦିନକୁ ଦୁଇଥର କିଛିଦିନ ପାଇଁ ସେବନ କରନ୍ତୁ । ଅପରାଜିତାର ମଞ୍ଜିକୁ ଚୂନା କରି ଦିନକୁ ଦୁଇଥର ଏହା ପାଣିରେ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପେଟଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଉପକାରୀ ସଜନା ଶାଗ

ସଜନା ଶାଗ ରକ୍ତରେ ଶର୍କରା ଆଉ ପ୍ରୋଟିନର ପରିମାଣକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖେ । ଏହା ରକ୍ତଚାପକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବା ସହ ରକ୍ତରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍‌ର ପରିମାଣକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ ।

ଜଣେ ଯକ୍ଷ୍ମା ରୋଗୀ ପ୍ରତିଦିନ ସଜନା ଶାଗ ଖାଇବା ଦରକାର । ଏହା ଲିଭର୍ ସେଲ୍‌କୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ସଜନା ଶାଗରେ ଫସ୍‌ଫରସ୍ ଓ କ୍ୟାଲ୍‌ସିୟମ୍ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ଅସ୍ଥିକୁ ମଜଭୁତ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଆଣ୍ଠୁ, ଗଣ୍ଠି ବାତ ହେବାରୁ ମଧ ଏହା କେତେକାଂଶରେ ରକ୍ଷାକରିଥାଏ ।

ମୋଟା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ବେଶ୍ ଉପକାରୀ । ଶରୀରର ଚର୍ବି ଅଂଶକୁ ଏହା ଅନେକାଂଶରେ କମାଇଥାଏ । ଯେହେତୁ ଏହାର ଆଣ୍ଟି-ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ରହିଛି, ଏହା କେଶମୂଳକୁ ଦୃଢ଼ ରଖିବା ସହ ତ୍ୱଚାରେ ଚମକ୍ ଆଣିଥାଏ ।

ସଜନା ଶାଗରେ ଭିଟାମିନ୍ସ ଓ ମିନେରାଲ୍ସ ଥିବାରୁ ଏହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ଆହୁରି ସକ୍ରିୟ କରାଇଥାଏ । ସଜନା ଶାଗ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ପ୍ରଖର ହୋଇଥାଏ ।

ବାଜରାର ଉପକାରିତା

ଆଗରୁ ଲୋକମାନେ ମୋଟାଦାନାଯୁକ୍ତ ଶସ୍ୟକୁ ଖାଦ୍ୟ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିଲେ । ଏହା ଅନେକ ପୌଷ୍ଟିକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୂର ଥିଲା । ଲୋକମାନଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ ମଧ ରଖୁଥିଲା । ଏବେ ବି କେତେକ ସ୍ଥାନରେ ଗହମର ରୁଟି ଅପେକ୍ଷା ବାଜରାର ରୁଟି ଖାଇବାକୁ ଲୋକେ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି । ବୈଦ୍ୟଙ୍କ ମତରେ ବାଜରା ରୁଟି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠିରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ସ୍ନାୟୁଦୌର୍ବଲ ଆଦିରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ, ଶରୀର ସୁଗଠିତ ହୁଏ ଆଉ ତ୍ୱଚାରେ ଚମକ ଆସେ । ବାଜରା ଅଟାରେ ରାଶି ମିଶାଇ ରୁଟି କରି ଖାଇଲେ ଏହା ଶରୀରରେ ଉଷ୍ଣତା ଆଣେ । ତେଣୁ ଶୀତଦିନେ ଏହା ଖାଇବା ଲାଭଦାୟକ । ଗୁଡ଼ ସହିତ ବାଜରା ରୁଟି ବେଶ୍ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ହାଇବ୍ରିଡ୍ ବା ଶଙ୍କରଜାତୀୟ ବାଜରା ଖାଇବା ଅପେକ୍ଷା ଦେଶୀ ବାଜରା ଖାଇବା ଲାଭଦାୟକ । ଦେଶୀ ବାଜରାର ଉତ୍ପାଦନ ଟିକେ କମ୍ ରହୁଥିବାରୁ ଶଙ୍କରଜାତୀୟ ବାଜରା ହିଁ ସହଜରେ ଉପଲବ୍ଧ ହୁଏ ।

ବାଜରାରେ ରହିଛି ଶୁଷ୍କତାର ଗୁଣ । ପତଳାଝାଡାରେ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ବାଜରା ଖାଇବା ଭଲ । ଯେଉଁମାନେ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ଏଭଳି ଝାଡ଼ା ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ସେମାନେ ବାଜରା ନିୟମିତ ଖାଆନ୍ତୁ ।

ମୁଖର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ବାଜରାର ଚକ୍ଷୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏହାର ଲାଲ୍ ଚକ୍ଷୁକୁ ପ୍ରସାଧନ ସାମଗ୍ରୀ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚେହେରାରେ ଚମକ ଆସେ ।

ବାଜରାର ଅଟାରେ ହଳଦୀ ଏବଂ ସୋରିଷ ତେଲ ମିଶାଇ ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରସାଧନୀ ତ୍ୱଚାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ବାଜରା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହା ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜଭୁତ କରିଥାଏ । ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାକୁ ଚାହୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବାଜରା ଖାଇବା ଦରକାର । କଥା ହେଲା, ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ବହୁ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭୋକ ହୁଏ ନାହିଁ । ତେଣୁ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ଏହା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ ସ୍ତରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିଥାଏ ବାଜରା । ଏହାଦ୍ୱାରା ହୃଦରୋଗର ବିପଦ ଆଶଙ୍କା ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବା ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ଏବଂ ପଟାସିୟମ୍ ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସହାୟକ କରେ ।

ବାଜରାରେ ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ଫାଇବର୍ ରହିଛି ।

ଏହା ପାଚନକ୍ରିୟାକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ । ବାଜରା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ । ପେଟ ଅଳସର ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବାଜରା ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।

କେତେକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ବାଜରା କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ ନିୟମିତ ବାଜରାକୁ ଖାଦ୍ୟ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଧୁମେହର ସମସ୍ୟା ମଧ ଦୂର ହୁଏ । ସେଥିପାଇଁ ବାଜରା ରୁଟି ଖାଇବା ପାଇଁ ମଧ ରୋଗୀଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥାଏ ।

ବାଜରାରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଏବଂ ଆଇରନ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ଆଇରନ ଥିବା ଯୋଗୁଁ ଏହା ରକ୍ତହୀନତାରୁ ରକ୍ଷା କରେ । ଏଥିରେ କ୍ୟାନସର ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ଟକ୍ସିନ୍ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଶୀତଦିନରେ ଉଷୁମ କ୍ଷୀର ସହ ବାଜରାର ଖେଚେଡି ଖାଇଲେ ଶରୀରରେ ଥଣ୍ଡାର ପ୍ରଭାବ ପଡେ ନାହିଁ । ବାଜରା ପେଟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗ, କଫ ଆଦିରୁ ରକ୍ଷା କରେ ।

ଅର୍ଦ୍ଧକପାଳୀ ବିନ୍ଧା, ମାନସିକ ଚାପ ଏବଂ ନିଦ୍ରାହୀନତାରୁ ଏହା ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ହେଉ ବା ଶରୀରର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଅଙ୍ଗରେ ପୀଡ଼ା ହେଉଥିଲେ ବାଜରା ଦାନାକୁ ଗରମ କରି ଏକ କପଡ଼ାରେ ବାନ୍ଧି ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ପୀଡ଼ା ହେଉଥାଏ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ସେକ ଦେବା ଦ୍ୱାରା ଆରାମ ମିଳିଥାଏ ।

ଏହି ଶସ୍ୟର ଚୋପା ଛଡ଼ାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ଫାଇବର ତଥା ଥିୟାମିନ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । ତେଣୁ ବାଜରାକୁ ଖେଚଡି କରି ଖାଇଲେ ଅଧିକ ଲାଭପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ ।

ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାଙ୍କ ଠାରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍‌ର ଅଭାବ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଦିନ ଔଷଧ ଖାଇବା ଅପେକ୍ଷା ଦୁଇ ପଟ ବାଜରାର ରୁଟି ଖାଇଲେ ଏହି ଅଭାବ ଦୂର ହୁଏ ।

୧୦୦ଗ୍ରାମ୍ ବାଜରାରେ ୩୫ ମିଗ୍ରା ଫସଫରସ ଉପଲବ୍ଧ । ଏହା କୋଷ ନିର୍ମାଣରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ ସେହିପରି ଏଥିରେ ସମ ପରିମାଣର କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ମଧ ଉପଲବ୍ଧ । ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ ସହ ହୃଦୟ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଅନେକ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ । ବାଜରାର ଆହୁରି ଅନେକ ଗୁଣ ରହିଛି ।

ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ଅମୃତଭଣ୍ଡା

ଆଜିକାଲି ମେଦବହୁଳତା ବା ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ପାଲଟିଗଲାଣି । ତେବେ ଏହା କିପରି ସନ୍ତୁଳିତ ରହିବ ସେଥିପ୍ରତି ଆମେ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବା ନିହାତି ଦରକାର । ନ ହେଲେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ତାହା ପରୋକ୍ଷରେ ଆଉ କେତେକ ରୋଗକୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ତେବେ ଓଜନକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ତାହାର ଏକ ସରଳ ଉପାୟ ହାତ ପାହାନ୍ତାରେ ରହିଛି । ନିଜର ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଅମୃତ ଭଣ୍ଡାକୁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଏହା ଓଜନ ବୃଦ୍ଧିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବାରେ ଅନେକାଂଶରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ପପେନ୍ ଏନ୍‌ଜାଇମ୍ ଓଜନ କମାଇବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ରହିଛି । ଅମୃତ ଭଣ୍ଡାରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ରହିଛି, ଯାହା ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ଓ ମସ୍ତିଷ୍କ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଅମର ଜେଲି ଫିଶ୍ ଅନିଶ୍ଚିତ କାଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଧୋକା ଦେବାରେ ସକ୍ଷମ ।
- ଅକ୍ଟୋପସ୍‌ର ତିନୋଟି ହୃଦୟ ଥାଏ ।
- ପ୍ରଜାପତି ପାଦ ସାହାଯ୍ୟରେ ସ୍ୱାଦ ଜାଣିଥାନ୍ତି ।
- ଶାର୍କ ମାଛ ବର୍ଷକରେ ୧୦ ଜଣଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିଥାଏ ।
- ମଣିଷ ବର୍ଷକରେ ୧ କୋଟି ଶାର୍କଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିଥାଏ ।
- ଜଙ୍ଗଲି ଡଲଫିନମାନେ ପରସ୍ପରକୁ ନାମ ଧରି ଡାକନ୍ତି ।
- ଘୋଡ଼ାମାନେ ମୁହଁର ଭାବଭଙ୍ଗୀ ଦ୍ୱାରା ପରସ୍ପର ସହିତ କଥା ହୋଇଥାନ୍ତି ।
- ପେଚାମାନଙ୍କର ଆଖିର ପିତୁଳା (ଆଇବଲ୍) ନଥାଏ ସେମାନଙ୍କର ଆଇଟ୍ୟୁବ୍ ରହିଥାଏ ।
- କୁକୁରର ଘ୍ରାଣଶକ୍ତି ମାନବଠାରୁ ୧୦୦ ଗୁଣ ଅଧିକ ।
- ୨୦୧୪ ରେ ୧୪ ପ୍ରକାର ନୂଆ ପ୍ରଜାତିର ନୃତ୍ୟ କରୁଥିବା ବେଙ୍ଗ ଆବିଷ୍କାର କରାଯାଇଥିଲା । ଏବେ ବିଶ୍ୱରେ ୨୪ ପ୍ରକାର ନୃତ୍ୟ କରୁଥିବା ବେଙ୍ଗ ରହିଛନ୍ତି ।
- ମଣିଷ ବେକରେ ଯେତିକି ହାଡ଼ ଥାଏ, ଏକ ଜିରାଫର ବେକରେ ସେତିକି ହାଡ଼ ଥାଏ ।
- ବିଶ୍ୱର ଦ୍ରୁତଗତିରେ ପହଁରାଳୀ ସେଲଫିଶ୍, ସେ ଘଣ୍ଟାକୁ ୬୫ କିଲୋମିଟର ବେଗରେ ପହଁରିଥାଏ ।
- ଏକ ଚଟୁଣ୍ଡା ଗୋଟିଏ ରାତିରେ ୩୦୦ ଫୁଟର ଗାତ ଖୋଳିପାରେ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) 'ଭର୍ଣ୍ଣାକୁଲାର୍ ପ୍ରେସ୍ ଆକ୍ଟ' କାହା ଦ୍ୱାରା ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିଲା ?
(୨) ଜୋଜିଲା ସୁଡ଼ଙ୍ଗ ଭାରତର କେଉଁ ରାଜ୍ୟରେ ଅଛି ?
(୩) ଭାରତର ପ୍ରଥମ ଇଲେକ୍‌ଟ୍ରୋନିକ୍ସ ୱେଷ୍ଟ ଇକୋ ଫ୍ରେଣ୍ଡଲି ପାର୍କ କେଉଁଠାରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି ?
(୪) 'ଧର୍ମ ଗାର୍ଡିୟନ୍' ସୈନ୍ୟ ଅଭ୍ୟାସ ଭାରତ ଓ କେଉଁ ଦେଶ ମଧରେ ହୋଇଥାଏ ?
(୫) 'ବିଶ୍ୱ ଘରଚଟିଆ ଦିବସ' କେବେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୬) ସଙ୍ଗାଇ ମହୋତ୍ସବ ଭାରତର କେଉଁ ରାଜ୍ୟରେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?
(୭) ୪୪ ତମ ସମ୍ବିଧାନ ସଂଶୋଧନରେ କେଉଁ ମୌଳିକ ଅଧିକାରକୁ ହଟେଇ ଦିଆଗଲା ?
(୮) ହଙ୍ଗେରୀର ପ୍ରଥମ ମହିଳା ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?
(୯) ରାମାୟଣରେ ବାନର ରାଜା ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କ ପତ୍ନୀଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ଥିଲା ?
(୧୦) 'ମାଇଁ ଲାଇଫ୍ ମାଇଁ ମିଶନ୍' ପୁସ୍ତକର ଲେଖକ କିଏ ?

JUMBLE WORDS

1) SEIRK	=	6) NSYUN	=
2) HSYAT	=	7) CTNIEE	=
3) RRADEH	=	8) DIRLAA	=
4) GIRNIO	=	9) NUMDO	=
5) RUDGO	=	10) FRIDT	=

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. ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାସାଗର, ୨. ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା, ୩. ସାନ୍ ଫ୍ରାନସିସ୍କୋ, ୪.୫୦, ୫.ଭିକ୍ଟୋରିଆ ଫଲ୍, ୬. ଓଟ, ୭. ସିଂହ, ୮.ଧଳା, ୯. ଏଭରେଷ୍ଟ, ୧୦. ମଙ୍ଗଳ ।

***Jumble Words* ର ଉତ୍ତର :-**

(1) HEALTH (2) SYSTEM (3) FAVOR (4) CREST (5) DOMINO (6) REDUCE (7) MINUS (8) BLEND (9) OUTAGE (10) JOYOUS.

ସଂଯମ ସାଧନାର ସମ୍ୟକ୍ ପଥ

ସଂଯମ ସାଧନାର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସୋପାନ । ଏହା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଯମ, ଅର୍ଥ ସଂଯମ, ସମୟ ସଂଯମ ଓ ବିଚାର ସଂଯମର କଥା କହିଛନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ପ୍ରାୟ ସଂଯମକୁ ବୁଝିବାରେ ଅନେକଙ୍କର ଭୁଲ ହୋଇଯାଏ । ସଂଯମ ନାଁରେ ଅତିବାଦୀ ପ୍ରୟୋଗ ଅଧିକ ହେଉଥିବାର ଦେଖାଯାଏ । ଯେଉଁଠି ବାଣୀର ମିତ ଓ ସାର୍ଥକ ଉପଯୋଗ କରିବା କଥା, ସେଠାରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକଦମ ମୌନ ଧାରଣ କରିନିଏ ଓ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପ୍ରତି ବିମୁଖ ହୋଇଯିବା ଦେଖାଯାଏ ।

ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଯମର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଦେହଭାବରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଉଠି ଏକ ସୁସ୍ଥ–ନୀରୋଗ ଜୀବନଯାପନ କରିବା, କିନ୍ତୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଉପବାସ ନାଁରେ ଏକଦମ ଭୋକରେ ରହିବା ବା ଅସ୍ୱାଦ ବ୍ରତକୁ ଅତିରେକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନେଇଯିବାର ଦେଖାଯାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଯମ ନାଁରେ ଏକଦମ କଠୋର, ଶୁଷ୍କ ଓ ନୀରସ ଜୀବନ କ୍ୱଚିତ୍ର କୌଣସି ଆଧାତ୍ମିକ ସାଧନାର ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହୋଇଥିବ ।

ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ସାଧକ ଏକ ଅବଧି ବିଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଂଯମ ନାମରେ ହଠଯୌଗିକ ତପ କରି ମିଥ୍ୟା ସନ୍ତୋଷ ଅବଶ୍ୟ ପାଇନିଏ ଯେ ସାଧନା ହେଉଛି, କିନ୍ତୁ କାଳାବଧି ସମାପ୍ତ ହେବା ପରେ ସେହି ସାଧକ ପୁଣି ଭୋଜନ–ବ୍ୟଞ୍ଜନରୁ ନେଇ ବିଷୟ ଭୋଗ ଗୁଡ଼ିକୁ ଏପରି ଭାବରେ ଉପଯୋଗ କରେ ଯେ ସଂଯମର ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସିଦ୍ଧ ହେବାର ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ । ଏମିତିରେ ସଂଯମ-ସାଧନାକୁ ବୁଝିବାରେ କେଉଁଠି ବହୁତ ଭୁଲ ହେଉଥିବା ପରି ମନେହୁଏ ।

ବାସ୍ତବରେ ସଂଯମ-ସାଧନାର ଅତିରେକ ପରିବର୍ତ୍ତେ ମଧ୍ୟମ ମାର୍ଗ ଅନୁସରଣ କରିବା ଉପଯୁକ୍ତ । ଯେଉଁଥିରେ ନିଜ ଯଥା ସ୍ଥିତିର ସମ୍ୟକ୍ ବୋଧ ଆଧାରରେ ଆଗକୁ ବଢ଼ି ହୁଏ । ଏହାର ମୂଳ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମନକୁ କ୍ରମିକ ରୂପେ ସାଧୁ ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ହୋଇଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ବାସନା, ତୃଷ୍ଣା ଓ ଅହଂକାର ଭଳି ତ୍ରିବନ୍ଧନ ଢିଲା ହୋଇଯାଏ । ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରାଗ-ଦ୍ୱେଷ, ଅହଂକାର ଭଳି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭାବଗୁଡ଼ିକର ପରିମାର୍ଜନ କରି କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ମୋହ, ହୀନତା ଓ ଦର୍ପ–ଦମ୍ଭ ଭଳି ଆନ୍ତରିକ ରିପୁଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହା ସହିତ ଜ୍ଞାନର ଜାଗରଣ, ଭକ୍ତିର ଉଦୟ ଓ ବିକାଶ ସହିତ ଆତ୍ମବୋଧ, ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତକାର ଏବଂ ଈଶ୍ୱରପ୍ରାପ୍ତି ଭଳି ଅବସ୍ଥା ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା ତଥା ଏଥିରେ ସ୍ଥାପିତ ହେବାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ମଧ ରହିଥାଏ । ଏହି ରାସ୍ତାରେ ସେବାର ମହତ୍ତର କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ଏବଂ ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷର ଉପକରଣ ରୂପେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହିପରି ସଂଯମ-ସାଧନା ନାଁରେ କୌଣସି ହଠଯୋଗ ବା ବିବେକହୀନ ତପର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଠିକ୍ ନୁହେଁ, କାରଣ ତଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତିର ଅହଂକାର ପୋଷିତ ହୋଇଥାଏ ତଥା ଅଜ୍ଞାନର ଗ୍ରନ୍ଥିଗୁଡ଼ିକ ଆହୁରି ଦୃଢ଼ ହୋଇଯାଏ । ସଂଯମ ଏଗୁଡ଼ିକର ପରିମାର୍ଜନ— ପରିଷ୍କାର ସହିତ ନିଜର ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ଅର୍ଥ, ବିଚାର ଓ ସମୟର ସମ୍ୟକ୍ ନିୟୋଜନ ଏବଂ ସନ୍ତୁଳନ ଅଟେ । ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍‌ଗୀତାରେ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଏହି ମଧମ ମାର୍ଗର ପ୍ରତିପାଦନ କରି ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ କହିଛନ୍ତି– ଯୁକ୍ତାହାରବିହାରସ୍ୟ ଯୁକ୍ତଚେଷ୍ଟସ୍ୟ କର୍ମସୁ । ଯୁକ୍ତସ୍ୱପ୍ନାବବୋଧସ୍ୟ ଯୋଗୋ ଭବତି ଦୁଃଖହା ।

ଅର୍ଥାତ୍ ସଂସାର ରୂପୀ ଦୁଃଖର ନାଶ ତ ସେହି ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ଆହାର-ବିହାର, କର୍ତ୍ତବ୍ୟକର୍ମ, ଶୟନ - ଜାଗରଣର ଯଥାଯୋଗ୍ୟ ଓ ସନ୍ତୁଳିତ ସ୍ୱରୂପକୁ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ ।

ଏହା ପ୍ରକାରାନ୍ତରରେ ସଂଯମ-ସାଧନାର ଯଥାର୍ଥ ସ୍ୱରୂପର ପ୍ରତିପାଦନ ଅଟେ, ଯାହାର ଆଧାରରେ ଜୀବନର ଦୁଃଖ ନାଶ ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ଜୀବନର ସମ୍ୟକ୍ ବୋଧ ସହିତ ସାଧିତ ସଂଯମ ହିଁ ସାଧକକୁ ଅଭୀଷ୍ଟ ପରିଣାମ ଦିଗରେ ନେଇଯାଏ ।

ପୁସ୍ତକଗୁଡିକ ଅମୂଲ୍ୟ

ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରକୃତ ବନ୍ଧୁ, ବିଶେଷୀ, ଯାହା ପଢ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ଅଳ୍ପ ସମୟରେ ହିଁ ଆମର କେତେ ପିଢ଼ିର ଜ୍ଞାନ ଭଣ୍ଡାର ସହିତ ପରିଚୟ ହୋଇଯାଏ । ଯଦି ଏ ଉପରେ ଚିନ୍ତନ ମନନ କରି ଏଗୁଡ଼ିକର ସାରକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରାଯାଏ ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ ବଦଳିବାରେ ବିଳମ୍ବ ହେବ ନାହିଁ । ଉତ୍ତମ ପୁସ୍ତକ ଜୀବନକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ତରରେ ପ୍ରକାଶିତ ଓ ସମୃଦ୍ଧ କରିଥାଏ ଏବଂ ଜୀବନକୁ ଉତ୍କର୍ଷ, ଆନନ୍ଦ ଓ ପୂର୍ଣ୍ଣତାର ମାର୍ଗରେ ଅଗ୍ରସର କରାଇଥାଏ । ନିଜ ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନ ଅର୍ଜନର ଏକ ସୀମା ଅଛି । ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ଏହି ସୀମାର ବିସ୍ତାର କରିଥାଏ ।

ଯେତେବେଳେ ଆମେ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକୁ ପଢୁ ତ କେବଳ ଦେଶର ହିଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ପୁରା ବିଶ୍ୱର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ବିଚାରକ, ମହାପୁରୁଷ ଓ ଜ୍ଞାନୀ ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନର ସାର ଆମ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚି ଥାଏ । ପିଢ଼ି ଗୁଡ଼ିକର ଜ୍ଞାନ ଆମକୁ ସହଜରେ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଜ୍ଞାନ ପାଇଁ ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ସଚ୍ଚା ଅଭୀପ୍ସା ଓ ତୀବ୍ର ପିପାସା ଜାଗ୍ରତ କରିବା ତଥା ଏହାକୁ ଗ୍ରହଣ ଓ ଧାରଣ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକର ଅଧ୍ୟୟନ ଆମକୁ ଅନେକ ସ୍ତରରେ ସମୃଦ୍ଧ କରିଥାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପଢ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ବୁଦ୍ଧିର ଦ୍ୱାର ଖୋଲିଥାଏ ଏବଂ ଚିନ୍ତନର ପରିସର ମଧ ବିସ୍ତୃତ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହା ସହିତ ନିଜର ସମାଜ, ସଂସ୍କୃତି, ଇତିହାସ, ଭୂଗୋଳ ଆଦି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସଭ୍ୟତା ଓ ସଂସ୍କୃତିଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିବାର ଶକ୍ତି ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ । ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱ, ପ୍ରକୃତି ଓ ସୃଷ୍ଟି ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳତାର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥରେ ଆମେ ନିଜ ଦେଶ, ସମାଜ ଓ ରାଷ୍ଟ୍ରର ଜଣେ ଉତ୍ତମ ନାଗରିକ ହୋଇଥାଉ ତଥା ସାରା ବିଶ୍ୱକୁ ବୁଝିବାର କ୍ଷମତା ଆମ ଭିତରେ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବା ବିନା ଆମେ କୂପମଣ୍ଡୁକ ଭଳି ଅବିକଶିତ ରହିଯାଉ ଏବଂ ନିଜର ପୂର୍ବାଗ୍ରହ, ଦୁରାଗ୍ରହ ଗୁଡ଼ିକରେ ଗ୍ରନ୍ଥ ଏକ ଅନଗ୍ରସର ଓ ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନଯାପନ କରିଥାଉ ।

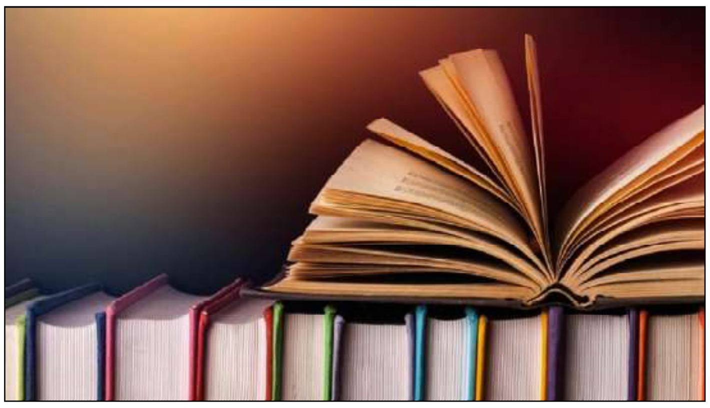
ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ଆମକୁ ଏହି ସୀମିତ ପରିଧି ମଧରୁ ବାହାର କରିଥାଏ । ନିଃସନ୍ଦେହ ଏଥିପାଇଁ ଦେଶ ଓ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସାହିତ୍ୟ ସହିତ ପରିଚୟ ଏବଂ ଏଗୁଡ଼ିକର ଚୟନ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଯାଏ, ଯାହା କି ଆଜିର ବୈଶ୍ୱୀକରଣ ସମୟରେ କଠିନ ନୁହେଁ । ସମାଜ ଓ ସମୂହର ସାର୍ଥକ ଚର୍ଚ୍ଚା ଏହି ଆଧାରରେ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଆମର ଲୋକ ବ୍ୟବହାର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ।

ଜ୍ଞାନୀଜନଙ୍କ ମଣ୍ଡଳୀରେ ଆମେ କିଛି ସାର୍ଥକ ସମ୍ବାଦ କରିବା ଏବଂ ଯୋଗଦାନ ଦେଇ ପାରିବାର ସ୍ଥିତିରେ ଥାଉ । ଏହା ସହିତ ଆମେ ସମାଜର ସହଜ ସମ୍ମାନର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଉ ଏବଂ ଏସବୁ ସହିତ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ଆମର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ମଧ ବଢ଼ାଇଥାଏ । କଠିନ ସମୟରେ ଉତ୍ତମ ପୁସ୍ତକ ଆମକୁ ପ୍ରକୃତ ବନ୍ଧୁ ପରି ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେଇଥାଏ, ସାହସ ବାନ୍ଧିଥାଏ ଏବଂ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ପାଇଁ ପ୍ରେରିତ ଓ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିଥାଏ ।

ବ୍ୟକ୍ତିର ରୁଚି ଓ ଅନୁଭବ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ଜୀବନର କୌଣସି କଠିନ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସଠିକ ସମାଧାନ ଏବଂ ଦିଶାସୂଚକ ରୂପେ ପ୍ରାୟ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରୁଥିବା ଦେଖାଯାଏ । ନିଃସନ୍ଦେହ ଏହା ଆମର ଚାପ କମ୍ କରିଥାଏ, ଅବସାଦରୁ ମୁକୁଳାଇ ଥାଏ ଏବଂ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିଥାଏ । ଉତ୍ତମ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ଚିକିତ୍ସକର ଭୂମିକାରେ ଆମର ଉପଚାର କରିଥାଏ । ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ହିଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ଆମର ଆର୍ଥିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ମାଧମରେ ପୁଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ।

ଯେତେବେଳେ ଆମେ ମାନବୀୟ ଚେତନାର ଧର୍ମ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ କରୁଥିବା ସାହିତ୍ୟ ପଠନ କରିଥାଉ ତ ଆମେ ଗହନତମ ସ୍ତରରେ ନିଜର ସମ୍ଭାବନା ଓ ବ୍ୟାଧଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ପରିଚିତ ହୋଇଥାଉ ଏବଂ ଏଗୁଡ଼ିକର ନିଦାନର ପ୍ରୟାସ କରିଥାଉ । ଏହା ସାଙ୍ଗକୁ ଆମର ସମଗ୍ର ବିକାଶର ମାର୍ଗ ମଧ ପ୍ରଶସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅଧ୍ୟୟନ ଦ୍ୱାରା ଆମର ସ୍ମରଣଶକ୍ତି ବଢ଼ିଥାଏ । ବିଶ୍ଳେଷଣାତ୍ମକ- ବିବେଚନାତ୍ମକ ଚିନ୍ତନର କ୍ଷମତା ସଶକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ପଢ଼ିବାର ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତିର ଏକାଗ୍ରତା ଓ ଲକ୍ଷ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରିତ ହେବାର କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ଏହା ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତିର ମାନସିକ ଓ ବୌଦ୍ଧିକ ହ୍ରାସ ଅଟକି ଥାଏ ଏବଂ ମାନସିକ କ୍ଷମତା ମଜଭୁତ ହୋଇଥାଏ ।

ଗବେଷଣା ଆଧାରରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି ଯେ ଉତ୍ତମ ପୁସ୍ତକର ଅଧ୍ୟୟନ ଦ୍ୱାରା ମନ-ମସ୍ତିଷ୍କ ଯୁବା, ସୁସ୍ଥ ଓ ନୀରୋଗ ରହିଥାଏ । ଏପରିକି ବିସ୍ମରଣ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଅଲଜାଇମର ଭଳି ରୋଗକୁ ଦୂରେଇ ରଖିବାରେ ଏହା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଅଧ୍ୟୟନ ସହିତ ଆମର ଶବ୍ଦ ଭଣ୍ଡାର ମଧ ସମୃଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଆମର ଲେଖକୀୟ କୌଶଳରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଲେଖିବା ପାଇଁ ଯେଉଁ



ନୂଆ ବିଚାରଗୁଡ଼ିକର ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ, ନୂଆ ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକର ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ, ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକର ଅଧ୍ୟୟନ ଏସବୁ ସହଜରେ ଉପଲବ୍ଧ କରାଇ ଦିଏ । ଯାହାର ଅଧ୍ୟୟନ ବ୍ୟାପକ ଓ ଗହନ ହୋଇଥାଏ ସେ ଭଲ ଲେଖାଲେଖି କରିପାରେ, ଏହା ଏକ ସର୍ବବିଦିତ ତଥ୍ୟ । ପୁସ୍ତକ ଅଧ୍ୟୟନ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆନନ୍ଦର ସ୍ରୋତ ହୋଇଥାଏ । ଶୋଇବା ସମୟରେ ଅଧ୍ୟୟନର ଅଭ୍ୟାସ ସୁଖଦ ଓ ଉତ୍ତମ ନିଦ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିଥାଏ । ଏହା ସାଙ୍ଗକୁ ଜୀବନ ଅଧିକ ଓ ଆନନ୍ଦଦାୟକ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ମୋଟାମୋଟି ରୂପେ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଦୀର୍ଘାୟୁଷର ବରଦାନ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏପରିକି ସଠିକ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକର ଅଧ୍ୟୟନ ଜୀବନକୁ ବିବଦଳାଇ ପାରେ । ଅସଂଖ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଜୀବନ କୌଣସି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପୁସ୍ତକ କାରଣରୁ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି । ତେଣୁକରି ଶାସ୍ତ୍ରରେ କୁହାଯାଇଛି- ସ୍ୱାଧାୟାନ୍ମା ପ୍ରମଦଃ । ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱାଧାୟରେ ଅବହେଳା କର ନାହିଁ । ସ୍ୱାଧାୟ ଦ୍ୱାରା ଯୋଗ୍ୟତା ବଢ଼ାଇବାରେ ଆଳସ୍ୟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ଜ୍ଞାନାର୍ଜନ ଆଜନ୍ମ ଚାଲିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଟେ । ଏହାକୁ ନିଜ ଜୀବନର ଅଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗ କରି ନିଅନ୍ତୁ । ଉତ୍ତମରୁ ଉତ୍ତମ ପୁସ୍ତକ ସଦାସର୍ବଦା ପଢ଼ନ୍ତୁ । ପ୍ରଭୁଙ୍କ ନାମ ଜପ କରୁଥିବା ଯୋଗୀ ଯେପରି ସେହି ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ପ୍ରକାଶ ରୂପରେ ତଲ୍ଲୀନ ହୋଇଯାଏ, ସେହିପରି ଏକାଗ୍ର ହୋଇ ସଦ୍‌ବିଚାରଗୁଡ଼ିକର ଅଧ୍ୟୟନରେ ତଲ୍ଲୀନ ହୋଇଯାଉଥିବା ପାଠକ ଅକ୍ଷର ବ୍ରହ୍ମର ସିଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନ ରୂପ ପ୍ରକାଶର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ଯୋଗ ହିଁ ନୁହେଁ, ଅଧ୍ୟୟନ ମଧ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ୍‌କାର କରିବାର ଉପାୟଗୁଡ଼ିକ ମଧରୁ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଉପାୟ ଅଟେ ।

ସ୍ୱାଧାୟ ଭଳି ସରଳ ଓ ସରସ ଯୋଗରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କୌଣସି ନା କୌଣସି ରୂପେ ନିଜର ପରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ମୋକ୍ଷକୁ ପାଇ ଶାଶ୍ୱତ ସୁଖର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁକରି ପ୍ରତିଦିନ ଆମେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପୁସ୍ତକର ସ୍ୱାଧାୟ ସକାଶେ କିଛି ସମୟ ଅବଶ୍ୟ ବାହାର କରିବା ଉଚିତ । ଏହା ହିଁ ନୂତନ ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ଉପାୟ । ସ୍ୱାଧାୟ ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନ ବଢ଼େ, ମନରେ ପରିପକ୍ୱତା ଆସେ, ଆଚରଣରେ ପବିତ୍ରତା ଆସେ ତଥା ଆତ୍ମାରେ ପ୍ରକାଶ ଆସିଥାଏ । ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିଷୟର ଶ୍ରେଷ୍ଠତମ ପୁସ୍ତକ ଗୁଡ଼ିକ ଚୟନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ପୁଲିସ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ବିଦାୟ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲା ପୁଲିସ ବିଭାଗର ଅବସର ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ୨ଜଣ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ବିଦାୟୀ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଦିଆଯାଇଛି । ଜିଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ବାତୁଲା ଗଙ୍ଗାଧର ଯୋଗ ଦେଇ ଅବସର ନେଉଥିବା ହାବିଲଦାର ମେଜର ଲମ୍ବୋଦର ସାହୁ ଓ କନେଷ୍ଟବଲ ଜେମ୍ସ ବାର୍ଲାଙ୍କୁ ମାନପତ୍ର ଓ ଉପଢୌକନ ଦେଇ ଖୁସି ଓ ନିରୋଗ କାମନା କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ଅତିରିକ୍ତ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ତପନ କୁମାର ମହାନ୍ତି, ରିଜର୍ଭ ଇନ୍ସପେକ୍ଟର ରାଜୀବ ଲୋଚନ ସେଠ୍, ହାବିଲଦାର କନେଷ୍ଟବଲ ସଂଘ ସଭାପତି ରାମଦାସ ପଣ୍ଡା ଓ ସମ୍ପାଦକ ତୁଷାନ୍ତ ସାହୁ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଭେଡ଼େନ ଓକିଲ ସଂଘର କର୍ମକର୍ତ୍ତା ନିର୍ବାଚନ

ବରଗଡ଼ : ଭେଡେନ ଓକିଲ ସଂଘ ନିର୍ବାଚନରେ ଜଗତ ଭୂଷଣ ଶତପଥୀ ସଭାପତି ଓ ସୁଶୀଲ ବେହେରା ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେହିଭଳି ସୁରେନ୍ଦ୍ର ହୋତା ଉପ - ସଭାପତି, ଗୋପ ଚନ୍ଦ୍ର ମେହେର ଯୁଗ୍ମ ସମ୍ପାଦକ, ମହେଶ୍ୱର ପାଢେ଼ କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ସଂସ୍କୃତି ଭବନ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ : ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲା ସଦର ମହକୁମାଠାରେ ଜିଲା ସଂସ୍କୃତି ଭବନ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବିଧାୟିକା କୁସୁମ ଟେଟେଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ଜିଲା ପରିଷଦ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା କୁନ୍ତୀ ପ୍ରଧାନ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଛନ୍ତି । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲା ପ୍ରଶାସନ ଏବଂ ସମନ୍ୱିତ ଆଦିବାସୀ ଉନ୍ନୟନ ସଂସ୍ଥାର ସହଯୋଗରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ଜିଲା ସଂସ୍କୃତି ଭବନ ପରିସରରେ ୩୭୫ ଆସନ ବିଶିଷ୍ଟ ଏକ ଅଡିଟୋରିୟମ ରହିଛି । ଏଠାରେ ସ୍ଥାନୀୟ କଳାକାରମାନେ ସେମାନଙ୍କର କଳା ପରିବେଷଣ କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇବେ । ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକକଳା, ସଂସ୍କୃତି ଏବଂ ଓ ଭାଷା ସାହିତ୍ୟର ପ୍ରସାର ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମଧ ଏଠାରେ ଆୟୋଜନ କରାଯିବ । ଜିଲା ସଂସ୍କୃତି ଭବନ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ପରେ ଅଡିଟୋରିୟମରେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ କଳାକାରମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲୋକନୃତ୍ୟ ପରିବେଷଣ କରାଯାଇଥିଲା । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲାପାଳ ନିଖିଲ ପବନ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଗଦେଇ କଳାକାରମାନଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଅତିରିକ୍ତଜିଲାପାଳ, ଜିଲା ସଂସ୍କୃତି ପରିଷଦର ଉପାଧକ୍ଷ ତଥା ଜିଲା ଖଣିଜ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ସିଇଓ ମହେଶ୍ୱର ଚନ୍ଦ୍ର ନାଏକଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ବିଧାୟିକା କୁସୁମ ଟେଟେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଏସ୍‌ପି ସାଗରିକା ନାଥ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ସଦର ଉପଜିଲାପାଳ ଅଭିମନ୍ୟୁ ବେହେରା, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ସମନ୍ୱିତ ଆଦିବାସୀ ଉନ୍ନୟନ ସଂସ୍ଥାର ପ୍ରକଳ୍ପ ପ୍ରଶାସକ ରାମକୃଷ୍ଣ ଗଣ୍ଡ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ପୌରପାଳିକା ଅଧକ୍ଷା ତନୟା ମିଶ୍ର, ଜିଲା ସଂସ୍କୃତି ଅଧିକାରୀ କୁଳଦୀପ ଖାଖା, ଜିଲା ଅମୂଲ୍ୟ କୁମାର ପଧାନ, ଜିଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ନନ୍ଦିନୀ ମୁଣ୍ଡାରୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଡାକ୍ତର ଅନନ୍ତ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶିକ୍ଷା ଅଧକାରୀ ସଞ୍ଚାଳନ କରିଥିଲେ ।

ସୋନପୁରରେ ଶିଶୁ ଆଇନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ତାଲିମ

ସୋନପୁର: ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଆୟୋଜିତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କିଶୋର ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଶିଶୁ ଆଇନ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ତାଲିମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅବୋଲି ସୁନିଲ ନରଣେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ଶିଶୁ କେନ୍ଦ୍ରିକ ଯତ୍ନ ଓ ସୁରକ୍ଷା ଆଇନର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ଅମରେଶ କୁମାର ପଣ୍ଡା ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଚତୁର୍ଭୁଜ ଦାସ ଶିଶୁ ସୁଲଭ ଥାନା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ତଥା ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଆଇନକୁ କଡ଼ାକଡ଼ି ଲାଗୁ କରିବାକୁ କହିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ଦାଶ ପିପିଟି ମାଧମରେ କିଶୋର ଆଇନ ଓ ଶିଶୁ ଯୌନ ନିର୍ଯାତନା ଆଇନରେ ପୋଲିସର ଦାୟିତ୍ୱ ଉପରେ ଉପସ୍ଥାପନା କରିଥିଲେ । ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଆଇନଜୀବୀ ଦଶରଥ ମାହାନା ଫଟେ ଅଇନର ସଂଶୋଧନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । କାରାଗାର ବିଶେଷଜ୍ଞ ପରିଦର୍ଶକ କମିଟି ସଦସ୍ୟ ପ୍ରଫେସର ନୀଳାମ୍ବର ଶତପଥି ଶିଶୁ ମଙ୍ଗଳ କମିଟି ସଭ୍ୟ ମଧୁସୂଦନ ପ୍ରଧାନ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ପରାମର୍ଶଦାତା ରାକେଶ ପ୍ରଧାନ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ଆଇନର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ବିଷୟରେ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲା ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ଅଧିକାରୀ ଗୌରମଣି ହାସଦା, ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ଅଶ୍ୱିନୀ କୁମାର ଭୋଇ, ଡିଏସପି ଏଚଆରପିସି କେ.ଜିଶା ତଥା ତରଭା ଥାନାଧିକାରୀ ସୁବ୍ରତ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ସୋନପୁର ଥାନାଧିକାରୀ ନିରଞ୍ଜନ ଦାଶ, ରାମପୁର ଥାନାଧିକାରୀ ସତ୍ୟ ନାରାୟଣ ପ୍ରଧାନ, ବୀରମହାରାଜପୁର ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀ ଅଞ୍ଜଳିକୁମାର, ଅନିତାକେତେ, ବିଏସ ଯାଦବ ଯୋଗଦାନ କରିଥିଲେ ସମନ୍ୱିତ ଶିଶୁ ବିକାଶ ଅଧିକାରିଣୀ ପ୍ରମୁଖ , ଚାଇଲ୍ଡ ଲାଇନ, ସଖୀ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଆଇନ ଅଧିକାରୀ, ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ବିଭାଗ କେଶବ ଚନ୍ଦ୍ର ମେହେର ଧନ୍ୟବାଦ ଏବଂ ସ୍ୱାଗତରାଜ ମିଶ୍ର, ଅବିର କାଳସାଏ, ବିଶେଶ୍ୱର ହୋତା, ସରିତା ସୁନା, ଚଉବନ ସେଠି, ରୁଦ୍ର ମିଶ୍ର, ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାକୁଡ଼ ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ନବୀନଙ୍କୁ ହିନ୍ଦୀ ପ୍ରଚାରକ ସମ୍ମାନ

ସମ୍ବଲପୁର : ଶିକ୍ଷକ ନବୀନ ନନ୍ଦଙ୍କୁ କୁମାର ନନ୍ଦଙ୍କୁ ହିନ୍ଦୀ ପ୍ରଚାରକ ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ସେ ଦୀର୍ଘ ୩୦ ବର୍ଷ ଧରି ସମଗ୍ର ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାରେ ହିନ୍ଦୀ ଭାଷାର ବହୁଳ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ଲାଗି ବହୁ ଉଦ୍ୟମ କରିଛନ୍ତି । ରାଷ୍ଟ୍ର ଭାଷା ପ୍ରଚାର ସମିତିର ଅଧକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ସୂର୍ଯ୍ୟପ୍ରସାଦ ଦିକ୍ଷିତ ଓ ରାଷ୍ଟ୍ରଭାଷାର ସମିତିର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ହେମପ୍ରସାଦ ବୈଦ୍ୟ ଏହି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁର ଟ୍ରାଫିକ୍ ଥାନା ପକ୍ଷରୁ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

ସମ୍ବଲପୁର : ଟ୍ରାଫିକ ଥାନା ର ମୋ ସରକାର ୫ଟି ସେଲ ସମ୍ବଲପୁର ଦ୍ୱାରା ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଶିବିରକୁ ଡିଏସପି ନରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ଉଦଘାଟନ କରିଥିବାବେଳେ ଇନ୍ସପେକ୍ଟର ଇସମାଇଲ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଶିବିରରେ ସର୍ବମୋଟ ୭୦ ୟୁନିଟ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଛି । ସମସ୍ତ ରକ୍ତଦାତାମାନଙ୍କୁ ଡିଏସପି ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ମାନପତ୍ର ଦେଇ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ । ଘରୋଇ ବସ ମାଲିକ ସଂଘର ଅଧିକାଂଶ ସଦସ୍ୟ ରକ୍ତଦାନ କରିଥିବାବେଳେ ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟମାନେ ଶିବିର ପରିଚାଳନାରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଏଥିସହ ଟ୍ରାଫିକ ଥାନାର ସମସ୍ତ କର୍ମଚାରୀ ତଥା ରାମଦାସ ପଣ୍ଡା, ତୁଷାନ୍ତ ସାହୁ, ନୟନ ସିଂ ଓ ଅମିତ ନାୟକ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ବ୍ରଜରାଜନଗରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପ ଶିଳାନ୍ୟାସ ଉଦ୍‌ଘାଟନ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବ କିଶୋର ଦାସ ବ୍ରଜରାଜନଗର ପୌରାଞ୍ଚଳର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପର ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଓ ଶିଳାନ୍ୟାସ କରିଛନ୍ତି । ଉଠାଦୋକାନୀଙ୍କ ଥଇଥାନ ପାଇଁ କଳିନଗର ନୃସିଂହ ମନ୍ଦିର ଓ ଗାନ୍ଧୀ ଛକଠାରେ ଭେଣ୍ଡିଂ ଜୋନର ଶିଳାନ୍ୟାସ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ଛକଠାରେ ନୂତନ ରାସ୍ତାର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଓଡ଼ିଶା ଦିବସ ଅବସରରେ କଳିନଗର ପଡ଼ିଆରେ ଏକ ସଭା ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ନବନିର୍ବାଚିତ ଅଧକ୍ଷା ଯାଜ୍ଞସେନୀ ଓରାମ ଯୋଗଦେଇ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରତ୍ୟେକ ୱାର୍ଡରେ ମିନି କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପ, ଏସ୍‌ଏସ୍‌ଜି ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ସଭାଗୃହ, ଆଲୋକ ଓ ପିଇବା ପାଣି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବା ପାଇଁ ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଚନ୍ଦ୍ରମଣି ସ୍ୱାଇଁଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ 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 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

ସଞ୍ଚାର କଳାର ପୁନରୁଦ୍ଧାର ପାଇଁ ସମ୍ମିଳିତ ଉଦ୍ୟମ ଲୋଡା

ସମ୍ବଲପୁର : ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ଲୁପ୍ତପ୍ରାୟ ପ୍ରାଚୀନ କଳା ସଞ୍ଚାରକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବା ପାଇଁ ସବୁ ମହଲରେ ଉଦ୍ୟମ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ବୋଲି ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମତପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ସାପ୍ତାହିକ 'ସ୍ୱୀକାର' ପକ୍ଷରୁ ଶିକ୍ଷାବିତ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କଳା 'ସଞ୍ଚାର' ଉପରେ ଆୟୋଜିତ କର୍ମଶାଳାରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ସ୍ୱୟଂଶାସିତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରାକ୍ତନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଡକ୍ଟର ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ଦାଶ କହିଥିଲେ ଯେ, ସଞ୍ଚାର କଳାରେ ମାଧୁର୍ଯ୍ୟ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ରହିଛି । ତେବେ ଏହା ଶ୍ରୁତିମାଧୁର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ପାରିଲେ, ବିଶ୍ୱସ୍ତରରେ ବେଶ ଆଦୃତି ଲାଭ କରିପାରନ୍ତା ବୋଲି ସେ ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ ।

ବିଶିଷ୍ଟ ସଂସ୍କୃତି ଗବେଷକ ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ଧର ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ କହିଥିଲେ ଯେ, ଗୀତ, ନାଚ ଓ ବାଦ୍ୟର ସମାହାର ହେଉଛି ସଞ୍ଚାର । ଏହି ତିନି କଳାରେ ନିପୁଣ ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ସଞ୍ଚାର କଳା ପରିବେଷଣ କରିପାରିବ । ଏହାର ମୌଳିକତା ନଷ୍ଟ ନ କରି ଏହାକୁ ଯୁଗୋପଯୋଗୀ କରାଗଲେ, ଏହା ବେଶ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇପାରିବ । ଏ ଦିଗ ପ୍ରତି କଳାକାର ମହଲ ସଚେତନ ନ ହେଲେ, ଏହା ଲୋପ ପାଇ ଯିବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି ।

ଅନ୍ୟତମ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରାଧାପକ ଡକ୍ଟର ଲକ୍ଷ୍ମୀନାରାୟଣ ପାଣିଗ୍ରାହୀ କହିଥିଲେ ଯେ, ସଞ୍ଚାର ଏକ ଲୋକକଳା କି ବିଦଗ୍ଧ କଳା ତାହା ବିବଦମାନ ହୋଇ ରହିଛି । ଏହି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କଳାରେ ଲୋକ ସ୍ଥିତିର ମଜବୁତି ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଆମର ସଂସ୍କୃତିର ପ୍ରଖର ପରିଚାୟକ ଏହି କଳା ସମ୍ପ୍ରତି ଦୁର୍ଦ୍ଦିନରେ ଗତି କରୁଥିବାରୁ ସେ କ୍ଷୋଭ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ ।

ସଞ୍ଚାର ଗାୟକ ଅଲେଖ ସାହୁ, ଦୁଃଖିନାଶନ ବେହେରା, ଦ୍ରୌପଦୀ ସନ୍ୟାସୀ, 'ନୀଳଚକ୍ର' ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଭାପତି ବଂଶୀଧର କର ପ୍ରମୁଖ ଏହି କର୍ମଶାଳାରେ ଯୋଗଦାନ କରି ସଞ୍ଚାର କୁ ବଞ୍ଚାଇ ପାଇଁ ସରକାରୀ ପ୍ରୋତ୍ସାହନର ଆବଶ୍ୟକତା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରିଥିଲେ ।

କର୍ମଶାଳାରେ ପତ୍ରିକାର ସମ୍ପାଦକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିବା ବେଳେ କାର୍ତ୍ତିକ ପ୍ରସାଦ ବହିଦାର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ତିନୋଟି ଦଳ ଦ୍ୱାରା ସଞ୍ଚାର ପରିବେଷଣ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସତ୍ୟନାରାୟଣ ପଟେଲ ପାଇଲେ 'ଜ୍ୟୋତିଷ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସାଗର ଉପାଧି'

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ବିଶିଷ୍ଟ ଜ୍ୟୋତିଷ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ପଟେଲ 'ଜ୍ୟୋତିଷ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସାଗର ଉପାଧି' ପାଇଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ପଟେଲ ତାଙ୍କ ଲେଖା 'ରତ୍ନ ଓ ଯଜ୍ଞ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି' ପାଇଁ ଭୃଗୁ ଜ୍ୟୋତିଷ ସଂସ୍ଥା ପକ୍ଷରୁ ଏହି ଉପାଧି ପାଇଛନ୍ତି । ନିକଟରେ ସଂସ୍ଥାନର ଚତୁର୍ଦ୍ଦଶ ଏସୀୟ ଜ୍ୟୋତିଷ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଶ୍ରୀ ପଟେଲଙ୍କୁ ଏହି ଉପାଧି ଦିଆଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଚେରୁଆପଡ଼ା ନିବାସୀ ତଥା ଓ୍ୱେସ୍କୋର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ କର୍ମଚାରୀ ଶ୍ରୀ ପଟେଲ ଅନେକ ଦିନରୁ ଜ୍ୟୋତିଷ ଗଣନା ଓ ଗାୟତ୍ରୀ ଯଜ୍ଞ ମାଧମରେ ରୋଗ ଉପଶମ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିଜକୁ ନିୟୋଜିତ କରି ଆସୁଛନ୍ତି ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ୮୭ତମ ପୁଲିସ୍ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ

ସମ୍ବଲପୁର : ସ୍ଥାନୀୟ ରିଜର୍ଭ ପୁଲିସ୍ ପଡ଼ିଆରେ ୮୭ତମ ପୁଲିସ୍ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ

ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ପୁଲିସ୍ ଆଇଜି ଡକ୍ଟର ଦୀପକ କୁମାର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ପୁଲିସ୍ ପରେଡ୍‌ରେ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ୨୦୨୧ ବର୍ଷ ପାଇଁ ପୁଲିସ୍ ବିଭାଗରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିବା କିସିଣ୍ଡା ଥାନାରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ସବ୍ ଇନ୍ସପେକ୍ଟର ସାନ୍ତା ମାଡାଙ୍ଗି, କତରବଗା ଥାନାର ଏଏସ୍ଆଇ ରବି ନାରାୟଣ ପ୍ରଧାନ, ହାବିଲଦାର ଅଶ୍ୱିନୀ କୁମାର ବେହେରା, ମହୁଲପାଲି ଥାନାର କନେଷ୍ଟବଳ ତପସ୍ୱିନୀ ପ୍ରଧାନ, ସାଇବର ଥାନାର କନେଷ୍ଟବଳ ମହେଶ୍ୱର ସାହୁ ଓ ଟ୍ରାଫିକ୍ କନେଷ୍ଟବଳ ମାଦ୍ରି ଛୁରାଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ଆୟୋଜିତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ୫୧ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଥିଲା । ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରକୁ ଆଇ.ଜି ଡାକ୍ତର ଦୀପକ କୁମାର, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦିବ୍ୟଜ୍ୟୋତି ପରିଡ଼ା ଓ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ବାତୁଲା ଗଙ୍ଗାଧର ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରରେ ସ୍ୱର୍ବେଦ ଯାତ୍ରା

ସମ୍ବଲପୁର: ଭାରତୀୟ ନବବର୍ଷ ଅବସରରେ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ସ୍ଥାନୀୟ ସନ୍ଥ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ସ୍ୱର୍ବେଦ ଯାତ୍ରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଏକ ସୁସଜ୍ଜିତ ଗାଡ଼ିରେ ସ୍ୱାମୀ ସଦାଫଳ ଦେବ ଏବଂ ସ୍ୱର୍ବେଦ ଗ୍ରନ୍ଥ ରଖାଯାଇ ଏକ ଶୋଭାଯାତ୍ରା ବୁଢ଼ାରଜାରୁ ବାହାରି ଅଇଁଠାପାଲି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପରିକ୍ରମା କରିଥିଲା । ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ଏହି ଶୋଭାଯାତ୍ରାର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀମତୀ ଅନାମିକା ପଣ୍ଡାଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ବାହାରିଥିବା ଏହି ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ରାମଧୂରି ଗୁପ୍ତା, ଶିବ ଶର୍ମା, ଶ୍ରୀମତୀ ଅନିତା ଶର୍ମା ପ୍ରମୁଖ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

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