ସାପ୍ତାହିକ
ସ୍ୱୀକାର
The Sweekar ସ୍ୱୀକାର
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ୰ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
RNI No. 66443/94
Vol.26 | Issue - 27 | 3 - 09 July 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ବେଦାନ୍ତ କାରଖାନାର ପାଉଁଶରେ ପୋତିହେବ କି ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ?

ସମ୍ବଲପୁର : ଖଣି ଓ ଶିଳ୍ପକାରଖାନା ଯୋଗୁଁ ସମଗ୍ର ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଦୂଷଣ ବଳୟରେ ରହିଛି । ଜିଲ୍ଲାରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ କାରଖାନାଗୁଡିକ ଖୋଲାଖୋଲି ଭାବେ ସରକାରୀ ନିୟମ ଉଲ୍ଲଂଘନ କରି ପ୍ରଦୂଷଣ ସୃଷ୍ଟି କରୁଛନ୍ତି । ତେବେ ପ୍ରଶାସନ ଏଥିପ୍ରତି ଆଖି ବୁଜି ଦେଇ ପରୋକ୍ଷରେ ଶିଳ୍ପାନୁଷ୍ଠାନ ଗୁଡିକୁ ସମର୍ଥନ କରି ଜିଲ୍ଲାବାସୀଙ୍କୁ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖକୁ ଠେଲି ଦେଉଥିବାର ଅଭିଯୋଗ ହେଉଛି । କାରଖାନାଗୁଡିକରୁ ବାହାରୁଥିବା ପାଉଁଶଗୁଡିକ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ବେଆଇନ ଭାବରେ ପକାଯାଉଛି । ବିଶେଷକରି ବେଦାନ୍ତ କାରଖାନାରୁ ବାହାରୁଥିବା ପାଉଁଶଗୁଡିକ ଇତସ୍ତତଃ ପକାଯାଇ ପ୍ରଦୂଷଣ ସୃଷ୍ଟି କରାଯାଉଛି । ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଦୂଷଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବୋର୍ଡର ସ୍ଥାନୀୟ ଅଧିକାରୀ ଏ ଦିଗରେ କୌଣସି ଆଖିଦୃଶିଆ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରୁ ନ ଥିବାରୁ ଜିଲ୍ଲାବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ ପାଉଛି । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ଦେଶର ୧୦୦ ପ୍ରଦୂଷଣ ସହର ମଧ୍ୟରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ସହରର ନାମ କେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଦୂଷଣ ବୋର୍ଡର ତାଲିକାରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ।

କାରଖାନା ବର୍ଜ୍ୟ ପରିଚାଳନାରେ ଅହେତୁକ ତ୍ରୁଟି ବିଚ୍ୟୁତି ଯୋଗୁଁ ଜିଲ୍ଲାରେ ଜୈବ ବିବିଧତା ନଷ୍ଟ ହେଉଥିବା ବେଳେ ଦ୍ରୁତ ଜଙ୍ଗଲ କ୍ଷୟ ପରିବେଶ ପ୍ରତି ବଡ଼ ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ଏଥିପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାରେ କ୍ରମାଗତ ଭାବେ ବୃଷ୍ଟିପାତ କମି କମି ଯାଉଥିବା ବେଳେ ଭୂତଳ ଜଳସ୍ତର ମଧ ହ୍ରାସ ପାଉଛି । ଜଙ୍ଗଲ ନୀତି ଅନୁଯାୟୀ ଜିଲ୍ଲାର କ୍ଷେତ୍ରଫଳର ୩୩ ପ୍ରତିଶତ ଜଙ୍ଗଲ ରହିବା ସ୍ଥାନରେ ଏହା ୧୫% ପ୍ରତିଶତ ତଳକୁ ଖସି ଆସିଛି ।

ଜିଲ୍ଲାର କୋଲାବିରା ବ୍ଲକ ଅଞ୍ଚଳର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ କାରଖାନାରୁ ନିର୍ଗତ ପାଉଁଶ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । କିଛିଦିନ ପୂର୍ବେ ଶିରିଆପାଲି ଜଙ୍ଗଲରେ ପାଉଁଶ ପୋତା ଯାଉଥିବାରୁ ବିଭିନ୍ନ ମହଲରୁ ଅଭିଯୋଗ ହେବା ପରେ ସାମୟିକ ଭାବେ ବନ୍ଦ କରାଯାଇଥିଲା । ଏବେ ପୁଣି ନୂଆଁପାଲି ଗ୍ରାମ ଅଞ୍ଚଳରେ ପାଉଁଶ ପୋତାଯିବା ପାଇଁ ଗାତ ଖୋଳାଯାଉଥିବାରୁ ଜମିକୁ ନେଇ ଗ୍ରାମବାସୀ ପ୍ରତିବାଦ କରିଛନ୍ତି । ଏହି କ୍ରମରେ ଗ୍ରାମବାସୀ ଆଞ୍ଚଳିକ ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା ମଞ୍ଚ ନେତୃତ୍ୱରେ କୋଲାବିରା ଠାରେ ହୋଇଥିବା ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ମିଳିତ ଅଭିଯୋଗ ଶିବିରରେ ବେଦାନ୍ତ କମ୍ପାନିର ବେପରୁଆ ପାଉଁଶ ପରିଚାଳନା ବିଷୟରେ ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

ଅଭିଯୋଗ ଅନୁସାରେ କୋଲାବିରା ତହସିଲ ପତ୍ରାପାଲି ଆରଆଇ ଅନ୍ତର୍ଗତ ନୂଆଁପାଲି ମୌଜାର ଆଖପାଖ ଗୋଚର ଜମିରେ ବେଦାନ୍ତ କମ୍ପାନୀରୁ ବାହାରୁଥିବା ପାଉଁଶ ପୋତାଯିବା ପାଇଁ ଜମିରୁ ୨୦-୨୫ ଫୁଟ ଲେଖାଏ ମାଟି ଖୋଳାଯାଇ କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରଗଲାଣି । ନଈକୁ ଚିରସ୍ରୋତା କରିବାରେ ନାଳ, ଜୋର ପରି ସହାୟକ ଜଳଉତ୍ସର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିବା ସହ ଚାଷ ଜମିକୁ ପାଣି ମଡେଇ ଚାଷ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସୁରୁଖୁରୁରେ ସମ୍ପାଦନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ସରକାର ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ପ୍ରଣୟନ କରି ଚେକ ଡେମ ଆଦି ନିର୍ମାଣ କରି ଜଳ ସଞ୍ଚୟ କରିବା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରୁଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ପ୍ରବାହିତ ନାଳକୁ ପୋତି ଦିଆଯିବାର ମସୁଧାକୁ ନେଇ ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଏହିକ୍ରମରେ ନୂଆଁପାଲି ଗ୍ରାମର ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ପାଉଁଶ ପୋତା ଯିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ନୂଆଁପାଲି ଏବଂ ସିଂହାବାହାଲ ଗ୍ରାମର ଲୋକେ ପ୍ରତିବାଦ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ପାଉଁଶ ପୋତାହେବା ଦ୍ୱାରା ବର୍ଷା ସମୟରେ ତାହା ଚାଷ ଜମିକୁ ମାଡ଼ିବ ଏବଂ ଚାଷଜମି ଚାଷ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇ ରହିବ ନାହିଁ । ପାଉଁଶ ପାଣିରେ ମିଶି ବଢ଼ିପାଣିରେ ବହି ଆଗକୁ ଯାଇ ନଦୀରେ ମିଶିବ । ଫଳରେ

ସନ୍ଦେହ ଘେରରେ ପ୍ରଶାସନ ଓ ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଦୂଷଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବୋର୍ଡ

ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣ ସାଙ୍ଗକୁ ଜଳସ୍ରୋତ ଏବଂ ନଦୀ ପୋତି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହୁଛି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାଳ ନିକଟରେ ଥିବା ଗୋଚର ସରକାରୀ ଜମି ଏବଂ ଏହାର ପାଖାପାଖି ଅଞ୍ଚଳ ହାତୀ କରିଡର ଭାବରେ ଦେଖାଯାଏ । ଉକ୍ତ ରାସ୍ତାଦେଇ ବଣୁଆ ହାତୀଙ୍କ ଯାତାୟାତ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ତେଣୁ ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ପାଉଁଶ ପକେଇବାକୁ ଗ୍ରାମବାସୀ ବାରଣ କରିଛନ୍ତି । କାରଖାନାରୁ ନିର୍ଗତ ବିଷାକ୍ତ ପାଉଁଶକୁ ଠିକା କମ୍ପାନୀ ମନମୁଖୀ ପକାଇ ପ୍ରଦୂଷଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବୋର୍ଡର ନିୟମକୁ ମଧ ବେଖାତିର କରୁଛି । କାରଖାନାରୁ ବାହାରୁଥିବା ବିଷାକ୍ତ ପାଉଁଶ ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପାଉଁଶ ପୋଖରୀ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇ ପାଉଁଶ ଯୋଗୁଁ ହେଉଥିବା ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ଏବଂ ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣକୁ ରୋକାଯାଇ ପାଉଁଶକୁ ମାଟିରେ ପୋତାଯାଇ ଗଛଲଗା ଯିବା ସହ ସବୁଜ ବଳୟ ସୃଷ୍ଟିକରାଯିବାର ନିୟମ ରହିଛି । ଏପରି ଭାବେ ଶିରିଆପାଲି ଠାରେ ଆଗରୁ ଥିବା ମାଧବ ଇସ୍ପାତ କାରଖାନା ପରିସରରେ ପ୍ରାୟ ଶହେ ଏକର ଜଙ୍ଗଲ ଜମିରେ ପାଉଁଶ ପାହାଡ ସୃଷ୍ଟି କରାଯାଇଥିଲା । ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ୪୯ କଡ଼ରେ ପାଉଁଶ ପକାଯିବା, ପାଉଁଶ ପରିବହନ ପାଇଁ ନିୟୋଜିତ ଭାରୀଯାନ ଦ୍ୱାରା ରାସ୍ତାଘାଟ ନଷ୍ଟହେବା ତଥା ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ସୃଷ୍ଟି ହେବା ସହ ସେ ଅଞ୍ଚଳରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ୫ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ଅଞ୍ଚଳବାସୀ ଏହା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ମଧ କ୍ଷମତା ବାହାରେ ୧୦ ଏକରରୁ ଅଧିକ ଜମିରେ କେମିତି ଭାବରେ ପାଉଁଶ ପକେଇବାକୁ ଅନୁମତି ଦିଆଗଲା ତାହା ମଧ ସନ୍ଦେହ ଘେରରେ ରହିଛି । ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା ସଂଘ ଓ ଗ୍ରାମବାସୀ ଉକ୍ତ ପାଉଁଶ ପାହାଡ ସୃଷ୍ଟିର ଘଟଣାର ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ତଦନ୍ତ ଦାବି କରିବା ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଅଧିକାରୀ ଏବଂ ବେଦାନ୍ତ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଯଥୋଚିତ ଦଣ୍ଡିତ କରିବାକୁ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ଶିରିଆପାଲି ଏବଂ ନୂଆଁପାଲି ଅଞ୍ଚଳରେ ପଉଁଶ ପକାଯାଉଥିବାକୁ ତୁରନ୍ତ ବନ୍ଦ କରି ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁକୁ ତୁରନ୍ତ ସେ ସ୍ଥାନରୁ ଅପସାରଣ କରାଯିବା ପାଇଁ ଦାବି ଜଣେଇଛନ୍ତି । ଅଭିଯୋଗ ଏବଂ ଦାବିର ଗମ୍ଭୀରତାକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମକରି ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନ ଏବଂ ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଆଞ୍ଚଳିକ ପ୍ରଦୂଷଣ ଅଧିକାରୀ ଏବଂ କୋଲାବିରା ତହସିଲଦାରଙ୍କୁ ନୂଆଁପାଲି ଏବଂ ଆଞ୍ଚଳିକ ପ୍ରଦୂଷଣ ଅଧିକାରୀ ଓ ଉପ-ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଶିରିଆପାଲି ପରିଦର୍ଶନ କରି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ୮ ଏକରରୁ ଅଧିକ ଜମି ପାଇଁ ଅନୁମତି ଦେବାର ଅଧିକାର ମେମ୍ବର ସେକ୍ରେଟାରୀଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ତଳକୁ କାହାରି ନଥିବା ବେଳେ ଏଠି ଶହ ଶହ ଏକର ଜମିରେ ବେଦାନ୍ତର ପାଉଁଶ ପଡୁଛି । ତା ଛଡା ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଦୂଷଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବୋର୍ଡର ଅଞ୍ଚଳିକ ପ୍ରଦୂଷଣ ବୋର୍ଡ ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନକୁ ଅନୁମତି ଦେଇଥିବା ବିଡ଼ମ୍ବନାର ବିଷୟ ବୋଲି ଆଞ୍ଚଳିକ ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା ସଂଘର ସଭାପତି ସତ୍ୟନାରାୟଣ ରାଓ, କେଲେଣ୍ଡାମାଲ ସରପଞ୍ଚ ସୁସ୍ମିତା ନାଏକ ତଥା ଗ୍ରାମବାସୀ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । କୋଲାବିରା ସଭାଗୃହରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ମିଳିତ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିରରେ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ରାଓ, ସରପଞ୍ଚ ସୁଶ୍ମିତା ନାଏକ, ଗୋବିନ୍ଦରାମ ପଟେଲ,ଜେମାମଣି ନାଏକ, ନିରାକାର ନାଏକ, ଗୁଲାପି ନାଏକ ,ବସନ୍ତ ମରେଇ, ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ନାଏକ, କ୍ଷୀରସାଗର ନାଏକ, ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ପଟେଲ, ଅସିମ ପଟେଲ, ରାଧାକାନ୍ତ ପଣ୍ଡେଇ ପ୍ରମୁଖଙ୍କ ସମେତ ଗ୍ରାମବାସୀ ଲିଖିତ ଭାବରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ନିକଟରେ ଅଭିଯୋଗ କରି ଏହାର ବିହିତ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଦାବି ଜଣେଇଛନ୍ତି ।

ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କୁ ସିଏସିର ଅନୁରୋଧ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁରଠାରେ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ସମସ୍ତ ଉପାଦାନ ସମ୍ବଳିତ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପଠାଇବା ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବାକୁ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ଓକିଲ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କୁ ପତ୍ର ଲେଖାଯାଇଛି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ଓକିଲ ସଂଘକୁ ନେଇ ଗଠିତ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କମିଟି (ସିଏସି) ପୂର୍ବରୁ ସମ୍ବଲପୁରଠାରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ସର୍ବସମ୍ମତ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥିଲା । ତେଣୁ ଏହି ମର୍ମରେ ସମସ୍ତ ଓକିଲ ସଂଘ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କୁ ପତ୍ର ଲେଖିଛନ୍ତି । ପତ୍ରରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ଆନ୍ଦୋଳନ ଓ ସରକାରୀ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଘଟଣାବଳୀ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଇଛି । ନିକଟରେ କେନ୍ଦ୍ର ଆଇନ୍ ମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ପତ୍ର ଲେଖି ପଶ୍ଚିମ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଓଡ଼ିଶାରେ ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ତୁରନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ପଠାଇବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । ସିଏସି ମଧ ଏଥି ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କୁ ସ୍ମାରକପତ୍ର ପ୍ରଦାନ ପୂର୍ବକ ତୁରନ୍ତ ସମନ୍ୱିତ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିଛି । ବାରମ୍ବାର ପତ୍ରାଳାପ, ଦାବି ଓ ଆନ୍ଦୋଳନ ସତ୍ତ୍ୱେ ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ହାଇକୋର୍ଟ ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ପଠାଉ ନାହାନ୍ତି । ଆଇନ୍ ଅନୁଯାୟୀ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ପ୍ରସ୍ତାବିତ ବେଞ୍ଚର ପରିଧି, ଏହାର ସଂରଚନା, ବେଞ୍ଚ ସ୍ଥାପନର ସ୍ଥାନ, ଜମି, କୋଠା ଓ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଆଦିର ଉପଲବଧତା, ବେଞ୍ଚ ପାଇଁ ପାଣ୍ଠି ପ୍ରଦାନ ନିମନ୍ତେ ସମ୍ମତି, ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ହାଇକୋର୍ଟଙ୍କ ମତାମତ ସମ୍ବଳିତ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେବା ଜରୁରୀ । ତେଣୁ ଯଥାଶୀଘ୍ର ଏଭଳି ପ୍ରସ୍ତାବ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ସମ୍ବଲପୁର ଓକିଲ ସଂଘ ସମେତ ବିଭିନ୍ନ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଛି ।

୧୨ ହଜାର ଟଙ୍କାର ଚଣା ତରକାରି ବିକିଲେ ହଳଧର

ବରଗଡ଼ : ପବିତ୍ର ରଥଯାତ୍ରା ଦିନ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ହଳଧର ନାଗ ପୁଣିଥରେ ଲୋକଙ୍କୁ ନିଜ ହାତରନ୍ଧା ଚଣା ତରକାରି ଚଖେଇଛନ୍ତି । ଏହି ତରକାରି ଖାଇବାକୁ କବି କୁଟୀରରେ ପ୍ରବଳ ଭିଡ଼ ଲାଗି ରହିଥିଲା । ସେ ପ୍ରାୟ ୧୨ ହଜାର ଟଙ୍କାର ଚଣା ତରକାରି ବିକ୍ରି କରିଥିବା ଜଣାପଡୁଛି । ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ହଳଧର ୨୨ କିଲୋ ମଟର ଚଣା କିଣି ତରକାରି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲେ । ଗତ ଦୁଇବର୍ଷ ହେଲା କରୋନା ପାଇଁ ସେ ଚଣା ତରକାରି ବିକ୍ରି କରି ପାରି ନ ଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଚଳିତ ଥର ଲୋକେ ପୁଣି ତାଙ୍କ ହାତରନ୍ଧା ସୁଆଦିଆ ତରକାରି ଖାଇଛନ୍ତି ।

ଦୁଇ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଉଦଘାଟିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ମହାନଦୀ କୋଲଫିଲ୍ଡସ ଲିମିଟେଡର ତାଳଚେର ଠାରେ ଦୁଇଟି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା, ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ ଏବଂ ଉଦ୍ୟୋଗୀ ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର

ପ୍ରଧାନ ଏବଂ କେନ୍ଦ୍ର କୋଇଲା, ଖଣି ଓ ସଂସଦୀୟ ବ୍ୟାପର ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରହ୍ଲାଦ ଯୋଶୀ ଉଦଘାଟନ କରିଛନ୍ତି । ମହାନଦୀ କୋଲଫିଲ୍ଡସ ଲିମିଟେଡ ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାପିତ ଏହି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସଂଗଠନ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ହେବ ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ମାଇଗ୍ରେନରୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରେ ଅଦା

ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ସକ୍ରିୟ କରେ ଚିନାବାଦାମ

କଫି ଦୂର କରେ କ୍ୟାନସର

ଗୁଣକାରୀ ଧନିଆ

ହଳଦୀର ଉପକାରିତା

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ଗର୍ଜନ ପାହାଡ଼ ଧ୍ୱଂସ ହୋଇଯିବ କି ?

ସୁନ୍ଦରଗଡ : ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ହେମଗିର ଅଞ୍ଚଳରେ ଖୋଲାଯାଉଥିବା ଏସିଆ ମହାଦେଶର ଦ୍ୱିତୀୟ ସର୍ବବୃହତ୍ କୋଇଲା ଖଣି ଓ ସୀମାନ୍ତ ରାଜ୍ୟ ଛତିଶଗଡ଼ର ଇସ୍ପାତ କାରଖାନା ଯୋଗୁଁ ସ୍ଥାନୀୟ ବିଶାଳ ସବୁଜ ସଂରକ୍ଷିତ ଜଙ୍ଗଲ ଗର୍ଜନପାହାଡ଼ ଓ ଧନୁବାଉଁଶ ଆଗକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଧ୍ୱଂସ ପାଇଯିବ । ୩୧୦୦.୩୦୭ ହେକ୍ଟର ଜଙ୍ଗଲ ଖଣିରେ ଲୀନ ହେବାସହିତ ବିରଳ ବନ୍ୟଜନ୍ତୁ ଲୋପ ପାଇବ ଏବଂ ଜୈବ ବିବିଧତା ନଷ୍ଟହେବ ବୋଲି ଆଶଙ୍କା ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଜିଲ୍ଲାର ଦକ୍ଷିଣ-ପଶ୍ଚିମ ଦିଗରେ ଥିବା ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବନଖଣ୍ଡର ହେମଗିର ଓ ଗୋପାଳପୁର ବନାଞ୍ଚଳରେ ଆସୁଥିବା ଏହି ସଂରକ୍ଷିତ ଜଙ୍ଗଲ ବହୁ ଜୈବ ବିବିଧତାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ୧୨୧୭୮.୯୪୨ ହେକ୍ଟର ପରିମିତ ଜଙ୍ଗଲ ମଧରୁ ୬୨୩ ବର୍ଗ କିଲୋମିଟର କେବଳ ଘଞ୍ଚ ଜଙ୍ଗଲ । ଏଠାରେ ୩୧ଟି ଶ୍ରେଣୀର ୫୭ ପ୍ରଜାତିର ଜୀବଜନ୍ତୁ, ୨୭ ଟି ଶ୍ରେଣୀର ୯୩ ପ୍ରଜାତିର ଉଦ୍ଭିଦ ତଥା ୩୫ ଟି ଶ୍ରେଣୀର ୬୮ ପ୍ରଜାତିର ପକ୍ଷୀ ଓ ୪୦ ପ୍ରଜାତିର ପ୍ରଜାପତି ଆଦି ବସବାସ କରୁଥିବା ରିପୋର୍ଟ ରହିଛି । ତନ୍ମଧରେ ୪୯ ପ୍ରତିଶତ ପକ୍ଷୀ, ୨୮ ପ୍ରତିଶତ ପ୍ରଜାପତି, ୧୪ ପ୍ରତିଶତ ସ୍ତନ୍ୟପାୟୀ ଓ ୧୧ ପ୍ରତିଶତ ସରୀସୃପ ରହିଥିବା ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ଗବେଷକଙ୍କ ସୂତ୍ରରୁ ପ୍ରକାଶ । ଏହାବ୍ୟତୀତ ଏହି ଦୁଇ ଜଙ୍ଗଲରେ ଅନେକ ଚିରସ୍ରୋତା ନାଳ, ଝରଣା ରହିଛି । ତେଣୁ, ଏହା ଉଭୟ ମାଂସାଶୀ ଓ ତୃଣଭୋଜୀ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷିତ ଓ ସ୍ଥାୟୀ ବାସସ୍ଥଳୀରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି । ଏଠାରେ ସରୀସୃପ, ଠେକୁଆ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି କୁଟୁରା, ହରିଣ, ବାରହା, ନୀଳଗାଈ, ଭାଲୁ, ବିଲୁଆ, ହେଟାବାଘ, ଚିତାବାଘ (କଲରାପତରିଆ), ଧୂସର ଗଧିଆ, ହାତୀ ସହ କେବେ କେମିତି ମହାବଳ ବାଘ ବି ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୋଇଛି । ଏପରିକି ଓଡ଼ିଶାର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଜଙ୍ଗଲରେ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହେଉ ନଥିବା ଅନ୍ୟ କିଛି ବିରଳ ପ୍ରଜାତିର ବନ୍ୟଜନ୍ତୁ ମଧ ଥିବା ସୂଚନା ମିଳିଛି । ତେବେ ୨୦୧୯ରେ ଗର୍ଜନପାହାଡ଼ରେ ବିରଳ କଳାବାଘ (ବ୍ଲକ୍ ପନ୍ଥର) ଦୃଶ୍ୟମାନ ହେବା ଜଙ୍ଗଲର ଆକର୍ଷଣକୁ ବଢ଼ାଇ ଦେଇଥିଲା । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଜଙ୍ଗଲରେ ୨ଟି କଳାବାଘ ଛୁଆ ବୁଲୁଥିବା ଚର୍ଚ୍ଚା ହୋଇଥିଲା । ଓଡ଼ିଶା ଜଙ୍ଗଲରେ ପ୍ରଥମ କରି କଳାବାଘ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୋଇଥିବାରୁ ଗର୍ଜନପାହାଡ଼ ଜାତୀୟସ୍ତରରେ ପରିଚୟ ପାଇଥିଲା । ଫଳରେ, ରାଜ୍ୟ ବନବିଭାଗର ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରହିଲା ଗର୍ଜନପାହାଡ଼ । ବିରଳ ବନ୍ୟଜନ୍ତୁଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ୨୦୦୦ ହେକ୍ଟର ପରିମିତ ଜଙ୍ଗଲକୁ ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ଅଭୟାରଣ୍ୟ କରାଯିବାକୁ ବିଭାଗୀୟ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଆଯାଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ, ତାହା ଏବେ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାରରେ ।

ଏପଟେ ଜଙ୍ଗଲ ଚାରିପାଖେ ବ୍ୟାପକ କୋଇଲା ଖଣି, ଶିଳ୍ପ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ସହ ବିକାଶ ନାମରେ ଅବାଧ ଗଛକଟା ଉଭୟ ବନ୍ୟଜନ୍ତୁ ଓ ଜଙ୍ଗଲ ପ୍ରତି ବିପଦ ଡାକିଆଣିଛି । ଏଯାଏ ଏମସିଏଲ କୋଇଲା ଖଣି ବସୁନ୍ଧରା ପୂର୍ବ, ପଶ୍ଚିମ ସମ୍ପ୍ରସାରଣ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୨୨୭.୬୨ ହେକ୍ଟର, କୁଲଡା ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୨୭୯.୨୦ ହେକ୍ଟର ଜଙ୍ଗଲ ଧ୍ୱଂସ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଗର୍ଜନବାହାଲ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୮୮.୯୦ ହେକ୍ଟର ଜଙ୍ଗଲ ନଷ୍ଟ ହେବ । ଆଗକୁ ଅଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ୧୮ଟି ଖଣି ଖୋଲିଲା ପରେ ଜଙ୍ଗଲ ନଷ୍ଟ ବହୁଗୁଣ ବଢ଼ିଯିବ । ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ସିଆରମାଲ ପ୍ରକଳ୍ପ ୩୪୯.୭୦୯ ହେକ୍ଟର ଜଙ୍ଗଲ ନଷ୍ଟ ହେବାକୁ ଥିବାବେଳେ ୟୁଏମପିପି ମୀନାକ୍ଷୀ ଏ, ମୀନାକ୍ଷୀ ବି, ମୀନାକ୍ଷୀ ପଶ୍ଚିମ ଓ ଡିପସାଇଡ୍ ମୀନାକ୍ଷୀ ପ୍ରକଳ୍ପ ୪୦୦ ହେକ୍ଟର, ବେଦାନ୍ତ ଷ୍ଟେରେଲାଇଟ୍ ବିଜାହାନ ପ୍ରକଳ୍ପ ୬୦୮.୬୪ ହେକ୍ଟର ଓ କାମକାନି ପ୍ରକଳ୍ପ ୨୧୨ ହେକ୍ଟର ଜଙ୍ଗଲ, ଅର୍ଥାତ୍ ମୋଟ୍ ୩୧୦୦.୩୦୭ ହେକ୍ଟର ଜଙ୍ଗଲ ଖଣିଗର୍ଭରେ ଲୀନ ହୋଇଯିବ । ସେହିପରି ପ୍ରସ୍ତାବିତ କୋଇଲା ଖଣି ପ୍ରକଳ୍ପ ମଧରେ ବନପତ୍ରା ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୮.୩୬ ବର୍ଗ କିଲୋମିଟର, ବୁଢ଼ାଝରିଆ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୭.୪୯ ବର୍ଗ କିମି, ବୁଢ଼ାପାହାଡ଼ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୬.୦୭ ବର୍ଗ କିମି, ଚତୁର୍ଦ୍ଧାରା ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୩.୮୮ ବର୍ଗକିମି, ଛତାବର ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୭.୫୧୧୧.୩୨ ବର୍ଗକିମି, ଡିପସାଇଡ୍ ଛତାବର ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୨୨.୬୯ ବର୍ଗ କିମି, ରାମ୍ପିଆ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ବର୍ଗକିମି, ଡିପସାଇଡ୍ ରାମ୍ପିଆ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୫.୨୨ ବର୍ଗ କିମି, ଘୋଘରପାଲି ଓ ଡିପସାଇଡ୍ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୧୪.୩୯ ବର୍ଗ କିମି, ହେମଗିର-୧ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୨୫.୫୧ ବର୍ଗକିମି, ହେମଗିର-୨ରେ ୨୨.୯୮ ବର୍ଗ କିମି, ପ୍ରଜାପରା ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୫.୮୨ ବର୍ଗକିମି, ଡିପସାଇଡ୍ ପ୍ରଜାପରା ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୫.୮୨ ବର୍ଗ କିମି, ରୋହିଣୀ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୩୫.୬୩ ବର୍ଗକିମି, ଟାଙ୍ଗରଡିହି ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୧୯.୪୫ ବର୍ଗ କିମି, ଟାଙ୍ଗରଡିହି ପୂର୍ବ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୨୫.୯୬ ବର୍ଗ କିମି, ଉତ୍ତାଲି ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୨୭.୧୫ ବର୍ଗକିଲୋମିଟର ଜଙ୍ଗଲ ଧ୍ୱଂସ ହେବ ବୋଲି ଆକଳନ କରାଯାଉଛି । ଏଥିସହିତ, ଏକାକୁ ଲାଗି ସୀମାନ୍ତ ରାଜ୍ୟ ଛତିଶଗଡ଼ର ରାଏଗଡ ଜିଲ୍ଲା ଜାମଗାଁସ୍ଥିତ ଏମଏସପି ଷ୍ଟିଲ ଓ ପାୱାର ପ୍ଲାଣ୍ଟର ସମ୍ପ୍ରସାରଣ ଓ ନୂତନ ନିର୍ମାଣ ଗର୍ଜନପାହାଡ଼ର ଜୈବ ବିବିଧତା ଉପରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇବ । କିନ୍ତୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ବିଷୟ, ଉକ୍ତ କମ୍ପାନି ପରିବେଶ ପ୍ରଭାବ ଆକଳନ ରିପୋର୍ଟରେ ଏହି ଜଙ୍ଗଲକୁ ବାଦ୍ ଦେଇଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଏହାର କୌଣସି ପ୍ରତିବାଦ କରାଯାଇନାହିଁ ।

ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କଲେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର : 'ସମାଜ'ର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଉତ୍କଳ ମଣି ଗୋପବନ୍ଧୁ ଦାଶଙ୍କ ୪୯ ତମ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ସୋନପୁର ଉପ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପରିସର ସ୍ଥିତ ଉତ୍କଳମଣି ଗୋପବନ୍ଧୁଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ରେ ସମାଜ ପରିବାର ସହ ସହରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ସାଂସ୍କୃତିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ,ମହାନଦୀ ସାହିତ୍ୟ ସଂସଦ, ସ୍ୱଚ୍ଛ ଭାରତ ସଂଗଠନ, ପଏଁରୀ, କେମିଷ୍ଟ ଏଣ୍ଡ ଡ୍ରଗିଷ୍ଟ ଏସୋସିଏସନ, ବଣିକ ସଂଘ, ସୋନପୁର କଲେଜ ଏନ ସି ସି, ଜିଲ୍ଲା ରେଡ଼କ୍ରସ ସଂସ୍ଥା, ପ୍ରମୁଖ ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ପୁଷ୍ପମାଲ୍ୟ ଅର୍ପଣ ପୂର୍ବକ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜ୍ଞାପନ କରାଯାଇଥିଲା । ପରେ ଜିଲ୍ଲା ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାର ଠାରେ ଆୟୋଜିତ ଏକ ରକ୍ତ ଦାନ ଶିବିରକୁ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ ଅବୋଲୀ ସୁନିଲ ନରୱଣେ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକ୍ଷକ ଶ୍ରୀ ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା ଯୋଗ ଦେଇ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଶିବିର ରେ ସେ ନିଜେ ପ୍ରଥମେ ରକ୍ତଦାନ କରି ରକ୍ତ ଦାତା, ଆୟୋଜକ ଓ ସମାଜସେବୀଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅବସରରେ ରେ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ(ରାଜସ୍ୱ) ଶ୍ରୀ ସୂର୍ଯ୍ୟ ନାରାୟଣ ଦାଶ, ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଧିକାରୀ ଡ଼ାକ୍ତର ବିଶ୍ୱ ରଞ୍ଜନ ପତି,ଏ ଡି ଏମ ଓ ଡାକ୍ତର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଗୁରୁ, ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାର ଅଧିକାରୀ ଶ୍ରୀ ଦୁର୍ଗା ପ୍ରସାଦ ଦାଶ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଜିଲ୍ଲା ସମାଜ ପ୍ରତିନିଧି ସ୍ୱାଧୀନ କୁମାର ମେହେର ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ସମାଜସେବୀ ଶ୍ରୀବତ୍ସ ମଲ୍ଲିକ, ରାଜ୍ୟ ରକ୍ତ ଦାତା ସଂଘ ଉଦ୍ୟୋକ୍ତା ମନୋଜ ପଣ୍ଡା, ବ୍ଲଡ଼ ବ୍ୟାଙ୍କ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସଦସ୍ୟ ଗତି କୃଷ୍ଣ ମିଶ୍ର, ରାଜ୍ୟ ଅଣ ଗେଜେଟେଡ଼ କର୍ମଚାରୀ ସଂଘ ର ସଭାପତି ଜ୍ୟୋତି ରଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ, ଯୁଥ ରେଡ଼କ୍ରସ ର ସଂଯୋଜକ ଉମାକାନ୍ତ ନାଗ, ସମାଜସେବୀ ଇନ୍ଦୁମତୀ ପୁରୋହିତ, ମନୋରଞ୍ଜନ ତ୍ରିପାଠୀ, ଲଡ୍ଡୁ କିଶୋର ମଲ୍ଲିକ, ସତ୍ୟ ଦରୁୱାନ, ଗୁଣନିଧି ମେହେର, ଶିକ୍ଷାବିତ ଅମ୍ବୁଜ ବିହାରୀ ଶତପଥି, ସାମ୍ବାଦିକ ରଞ୍ଜନ ବାରିକ, ସନ୍ତୋଷ ମିଶ୍ର, ପ୍ରମୁଖ ବହୁ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ଅଗ୍ରଣୀ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ବିଜେପୁର ପୁଲିସର ମେଗା ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

ବିଜେପୁର : ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ବିଜେପୁର ପୁଲିସ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ମେଗା ରକ୍ତ ଶିବିର ଦାନ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରୁ ମୋଟ ୧୧୧ ୟୁନିଟ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଥିଲା । ଥାନାଧିକାରୀ ସନୟ ନାଏକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ପରିଚାଳନା କରିଥିବା ବେଳେ ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧୀକ୍ଷକ ପରମା ସ୍ଥିତ ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଦାସଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ପଦ୍ମପୁର ଏସଡିପିଓ ବିଭୁତି ଭୂଷଣ ଭୋଇ, ଥାନାଧିକାରୀ ସନୟ ନାଏକ ଏବଂ ତହସିଲଦାର ଆର୍ତ୍ତତ୍ରାଣ ଥାଟି ଯୋଗଦାନ କରି ରକ୍ତ ଦାତାଙ୍କୁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବିଜେପୁର ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ । ଏହି ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ବିଜେପୁର ବ୍ଲକ ଅଧକ୍ଷ ମୋତିରାମ ସାହୁ, ବିଜେପୁର ଏନଏସି ଅଧକ୍ଷା ସୀତା ବାରିକ ସମେତ କାଉନସିଲର ଗଣ, ପୋଲିସ କର୍ମଚାରୀ, ଏନଏସି କର୍ମଚାରୀ ମେଗା ଜଳ ସେଚନ ପ୍ରକଳ୍ପର କର୍ମଚାରୀ, ବିଦ୍ୟୁତ ବିଭାଗ କର୍ମଚାରୀ, ଲାଉମୁଣ୍ଡା ସର୍କଲ ମୋଟର ଚାଳକ ସଙ୍ଘର କର୍ମକର୍ତ୍ତା ଏବଂ ସ୍ଥାନୀୟ ଜନସାଧାରଣ ଆସି ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ଭାବେ ରକ୍ତ ଦାନ କରିଥିଲେ ।

ସିଙ୍ଗଲ ୟୁଜ୍ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ହ୍ରାସ ପାଇଁ ଜନଆନ୍ଦୋଳନରେ ଭାଗିଦାରୀ ହେବାକୁ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଆହ୍ୱାନ

ପୁରୀ : କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ ରଥଯାତ୍ରାରେ ସାମିଲ ହେବା ଅବସରରେ ସାମାଜିକ ସଂଗଠନ "ଆମେ ଓଡ଼ିଆ" ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ସିଙ୍ଗଲ୍ ୟୁଜ୍ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ଜନସଚେତନ ଅଭିଯାନରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ରଥଯାତ୍ରା ଅବସରରେ ପୁରୀ ଶରଧାବାଲି ଠାରେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗ ତରଫରୁ ମୋଦି ସରକାରଙ୍କ ୫ ବର୍ଷର ସେବା, ସୁଶାସନ ଓ ଗରିବ କଲ୍ୟାଣ ପୂର୍ତ୍ତି ଅବସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏକ ପ୍ରଦର୍ଶନୀକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ତା' ସହିତ ପୁରୀ ଭୋଳାନାଥ ବିଦ୍ୟାପୀଠ ନିକଟରେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟର ଅଧୀନ ଆଇସିଏଚଆର ଦ୍ୱାରା 'ଆଜାଦୀ କା ଅମୃତ ମହୋତ୍ସବ' ଉପରେ ଆୟୋଜିତ ଏକ ପ୍ରଦର୍ଶନୀକୁ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ବଡ଼ଶଙ୍ଖ ଶରଧା ମଣ୍ଡପ ଠାରେ 'ବିଶ୍ୱ କଲ୍ୟାଣ ଆଧାତ୍ମିକ ଚେତନା ସଂଘ'ର ପ୍ରସାଦ ବିତରଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଭକ୍ତମାନଙ୍କୁ ପ୍ରସାଦ ବିତରଣ କରିଥିଲେ ।

'ଜ୍ୟୋତି' ପକ୍ଷରୁ ଚକ୍ଷୁ ସଂଗ୍ରହ

ସମ୍ବଲପୁର : 'ଜ୍ୟୋତି'ର ଉଦ୍ୟମରେ ଗୁଜରାତି କଲୋନୀ ନିବାସୀ ବୁଇ ମେହେରଙ୍କ ଦେହାନ୍ତ ପରେ ତାଙ୍କ ଚକ୍ଷୁ ସଂଗ୍ରହ ପାଇଁ ତାଙ୍କ ପରିବାର ଲୋକେ ଜ୍ୟୋତି ଅନୁଷ୍ଠାନ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଅନୁଷ୍ଠାନର ଅନୁରୋଧ କ୍ରମେ ଭୀମସାର ଚକ୍ଷୁ ବିଭାଗର ଡାକ୍ତର ସୂର୍ଯ୍ୟ ରଞ୍ଜନ ପଣ୍ଡା, ଡ଼ାକ୍ତର ସୌମ୍ୟା ରାୟ, ଡାକ୍ତର ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ମିଶ୍ର ଓ ଚକ୍ଷୁ ସଂଗ୍ରାହକ ଉପଦେଷ୍ଟା ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ତ୍ରିପାଠୀ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ବଲପୁର ଆସି ଚକ୍ଷୁ ସଂଗ୍ରହ କରିଥିଲେ । ଜ୍ୟୋତି ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଭାପତି ଡାକ୍ତର ପରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାନୀ, ଉପସଭାପତି ଅଖିଳ ରଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ ତାପସ କୁମାର ଦାସ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ପରିଚାଳନାରେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ବିଶ୍ୱାସ ମେହେର, ପୁନମ ମେହେର, ପ୍ରମିତା ବଡ଼ପଣ୍ଡା, କଲ୍ୟାଣୀ ମେ୍ର ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଚକ୍ଷୁ ବ୍ୟାଙ୍କ ତରଫରୁ ତାଙ୍କ ପରିବାର ବର୍ଗଙ୍କୁ ଚକ୍ଷୁଦାନ ପ୍ରମାଣପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ଥିଲା ।

ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କ୍ୟାନସେଲେସନ ଷ୍ଟାମ୍ପ ଉନ୍ମୋଚିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ପବିତ୍ର ଗୁଣ୍ଡିଚା ଯାତ୍ରା ଉପଲକ୍ଷେ ସମ୍ବଲପୁର ଡାକ ମଣ୍ଡଳ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଧାନ ଡାକଘର ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ଏକ ବିଶେଷ କ୍ୟାନ୍‌ସେଲେସନ୍ କ୍ୟାଚେଟ୍ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହାକୁ ଏମ୍‌ସିଏଲ୍‌ର ବିତ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ କେ.ଆର୍. ବାସୁଦେବନ ଉନ୍ମୋଚନ କରିଥିଲେ । ଉତ୍ସବରେ ସମ୍ବଲପୁର ଡାକ ଅଧୀକ୍ଷକ ବିପିନ ବିହାରୀ ନେଗୀ, ସମ୍ବଲପୁର (ପୂର୍ବ) ଉପଡାକମଣ୍ଡଳ ସହକାରୀ ଅଧୀକ୍ଷକ ଶମ୍ଭୁ କୁମାର ସିଂହ, ସହକାରୀ ଅଧୀକ୍ଷକ (ଆଉଟ୍‌ଡୋର) ଗିରୀଶ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ସମ୍ବଲପୁର ପଶ୍ଚିମ ଉପମଣ୍ଡଳ ଡାକ ନିରୀକ୍ଷକ ଶ୍ରାବଣୀ ପ୍ରଧାନ, ମୁଖ୍ୟ ଡାକଘର ପୋଷ୍ଟ ମାଷ୍ଟର ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର ଓ ଅନ୍ୟ ଡାକ କର୍ମଚାରୀ ଗଣ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଭାଗବତ // ଧ୍ୟାନ - ଯୋଗ

ସଂସାର ବୃକ୍ଷର ଶକ୍ତି ହେଉଛି ସତ୍ତ୍ୱ, ରଜ ଓ ତମ ଏହି ତ୍ରିଗୁଣ । ଗଣ୍ଡିକୁ କାଟିଦେଲେ ବୃକ୍ଷ ତାର ସତ୍ତା ହରାଇପକାଏ । ତ୍ରିଗୁଣାତୀତ ହୋଇଗଲେ ଜୀବର ଆଉ ସଂସାର ରହେ ନାହିଁ । ସଂସାରରୁ, ବିଷୟବାସନାରୁ, ମାୟାମୋହରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଚାଲିଯିବାକୁ ହେବ । ଭଗବାନ୍ ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍ ଗୀତାରେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଏହି ଯଥାର୍ଥ ଉପଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଯୁଦ୍ଧକ୍ଷେତ୍ର । କୁରୁପାଣ୍ଡବ ମୁହାମୁହିଁ । ଅର୍ଜୁନ ବ୍ୟାକୁଳିତ ଅବସ୍ଥାରେ ବିଶାଳ କୁରୁସେନାକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କଲେ । ସେ ନିଜେ ଯେଉଁ ଯେଉଁ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିଛନ୍ତି ସେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଅଧିକାରୀ ରୂପେ ପିତାମହ ଭୀଷ୍ମ, ଗୁରୁ ଦ୍ରୋଣାଚାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ମୁଖରେ ଉପସ୍ଥିତ । ଏମାନଙ୍କୁ ଜିତିବେ କିପରି ? ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ସଂଶୟ ଭଗବାନ ଜାଣିଲେ । ଉପଦେଶ ଦେଇ ଶ୍ରୀଭଗବାନ ସେତେବେଳେ କହିଥିଲେ-

ସେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ନିସ୍ତ୍ରୈଗୁଣ୍ୟୋ ହେବାକୁ କହିଥିଲେ । ବିଜୟ, ପରାଜୟ ରଜୋଗୁଣର ଭାବନାରୁ ସୃଷ୍ଟି । ଗୁଣାତୀତ ଅବସ୍ଥାରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇ ଯୁଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ ସେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ଗୁଣାତୀତ ହୋଇଯିବା ପାଇଁ କହିଦେବା ସହଜ ମାତ୍ର ଏହା କରିପାରିବା ଅତି ଦୁଃସାଧ୍ୟ । ଉଦ୍ଧବଙ୍କର ଶଙ୍କା ହୋଇଛି । ଏହି ତ୍ରିଗୁଣ ମନୁଷ୍ୟ ସହିତ ଓତପ୍ରୋତ ଥାଏ । ଗୁଣଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ଏହାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯିବା କିପରି ସମ୍ଭବ ?

ବିଶଦ ବର୍ଣ୍ଣନା ଭାଗବତ କଥା- ୫୪ଖଣ୍ଡରେ ପ୍ରକାଶିତ । ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକେ ପାଠ କରିବା ଉଚିତ । ଆମକୁ ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ବଢ଼ାଇବାକୁ ହେବ । ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣକୁ ବଢ଼ାଇ ବଢ଼ାଇ ଶୁଦ୍ଧ-ସାତ୍ତ୍ୱିକ ସ୍ଥିତିରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ହେବ । ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ବର୍ଦ୍ଧନ ଦ୍ୱାରା ରଜ ଓ ତମଃ ଗୁଣରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥିବା ବିଷୟଲୋଲୁପତା କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ଆଳସ୍ୟ, ନିଦ୍ରା, ପ୍ରମାଦ ଆଦି ଅବଗୁଣ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ବର୍ଦ୍ଧନର ଉପାୟ ମଧ୍ୟ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ ବତାଇଛନ୍ତି । ସାତ୍ତ୍ୱିକ ପୁସ୍ତକ ପଠନ କରି ଆତ୍ମଜ୍ଞାନ, ପୂଜାପାଠ, ଜପତପରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହେବାକୁ କହିଛନ୍ତି । ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବାକୁ କହିଛନ୍ତି । ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଆହାର ଭୋଜନ କରିବା ସହିତ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ପରିବେଶରେ ରହିବା ଉଚିତ । ସାତ୍ତ୍ୱିକ କର୍ମରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ରହି ଧ୍ୟାନ, ମନ୍ତ୍ରାଦିଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାର ସହିତ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କଠାରୁ ଗ୍ରହଣ ଓ ଶିକ୍ଷା ତଥା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଉଚିତ । ଶରୀରରେ ଚର୍ମ ଯେଉଁଭଳି ଲାଗି ରହିଥାଏ, ମନୁଷ୍ୟ ଦେହରେ ତ୍ରିଗୁଣ ସେଭଳି ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ କାଢ଼ି ବାହାରକୁ ଫୋପାଡ଼ି ଦେବା ଅତି କଠିନ କାର୍ଯ୍ୟ । ଅନ୍ତଃକରଣର ବାସନା ସମୂହକୁ ଅତି ଧୀରେ ଧୀରେ ଦୂର କରି ଏବଂ ଭଗବାନଙ୍କୁ ସ୍ମରଣ କରୁଥିଲେ ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ବଢ଼େ, ପୁଣ୍ୟ ବଢ଼େ । ଅନବରତ ଏଥିରେ ଲାଗି ରହିଲେ ଜ୍ଞାନ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏହି ଜ୍ଞାନ ଉଦୟ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଜୀବ ଗୁଣାତୀତ ହେବାରେ ଲାଗେ । ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ବୃଦ୍ଧିରେ ଅନ୍ତଃକରଣରେ ତଥା

ଇନ୍ଦ୍ରିୟମାନଙ୍କରେ ଜ୍ୟୋତି-ସଦୃଶ ତେଜ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବାରେ ଲାଗେ, ଜ୍ଞାନର ସ୍ରୋତ ମାଡ଼ି ଆସେ । ସେତେବେଳେ ଜୀବକୁ ବିଷୟ ତୁଚ୍ଛ ଅବବୋଧ ହୁଏ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଏକାଗ୍ରତାର ସହିତ ଚିନ୍ତା କରିବାକୁ ଧ୍ୟାନ ଯୋଗ କୁହାଯାଏ । ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣର ବୃଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ସତ୍ତ୍ୱମୟୀ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଏକାଗ୍ରତାର ସହିତ ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ସର୍ବସମୟୀ ଈଶ୍ୱର ହେଉଛନ୍ତି ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ରୂପ ସୁନ୍ଦର ଓ ଶରୀର ଅତି କମନୀୟ, ରଙ୍ଗ ଆକର୍ଷଣୀୟ ।

ଧ୍ୟାନ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ହୋଇଥାଏ । ଶରୀରରେ ଥିବା ଗୋଟିଏ ଅଙ୍ଗକୁ (ଯଥା: ପାଦ, ମୁହଁ, ମୁହଁର ଓଠ, ଆଖି ଇତ୍ୟାଦି) ଚିନ୍ତନ କରିବାକୁ ଧ୍ୟାନ କୁହାଯାଏ । ସର୍ବାଙ୍ଗକୁ ଚିନ୍ତନ କରିବାକୁ ଧାରଣା କୁହାଯାଏ । ସାଧକ ଧ୍ୟାନ କରି କରି ଧ୍ୟେୟ ସହିତ ଏକରୂପ ହୋଇଯାଏ, ତଲ୍ଲୀନ ହୋଇଯାଏ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଧ୍ୟାନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଘର, ଶରୀର, ସଂସାର ବିସ୍ମରଣ ହୋଇଯାଇପାରେ । ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସହିତ ତନ୍ମୟ ହୋଇଯିବା ପରେ ଦେହ ଭାବନା ରହେ ନାହିଁ ।

ଧ୍ୟାନ ଓ ଧାରଣା ଶୁଦ୍ଧ-ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣ ବର୍ଦ୍ଧନକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ରଜୋଗୁଣ ଚୋରଙ୍କ ଭଳି ଲୁଚି ଛପି ଅପେକ୍ଷା କରିଥାଏ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ପାଇବା ମାତ୍ରେ ତାହା ଜୀବ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ସତ୍ତ୍ୱଗୁଣରୁ ଜୀବକୁ ପତନମୁଖୀ କରାଇବା ପାଇଁ ।

ଧାରଣାରୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସିଦ୍ଧି ମିଳେ । ଏହି ସିଦ୍ଧିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧି ବିଶେଷ ପ୍ରସିଦ୍ଧ । ଭଗବାନ୍ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ କହିଲେ, ଲୋକ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଅଠର ସିଦ୍ଧି ମଧ୍ୟରୁ ଅଣିମା, ଲଘିମା, ମହିମା ହେଉଛି ଶରୀର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସିଦ୍ଧି । ପ୍ରାପ୍ତି ହେଉଛି ଇନ୍ଦ୍ରିୟଙ୍କ ଏକ ସିଦ୍ଧି । ପ୍ରାକାମ୍ୟ ସିଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା ଲୌକିକ ଓ ପାରଲୌକିକ ପଦାର୍ଥ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ଅନୁଭବ କରିହୁଏ । ଈଶିତା ନାମକ ସିଦ୍ଧି ମାୟା ଓ ତାହାର କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀକୁ ଇଚ୍ଛାନୁସାରେ ସଞ୍ଚାଳନ କରିଥାଏ । ବିଷୟରେ ରହି ତହିଁରେ ଆସକ୍ତ ନ ହେବା ବଶିତା ସିଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । କାମାବସାୟିତା ନାମକ ଅଷ୍ଟମ ସିଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା କାମନା କରୁଥିବା ସୁଖର ଚରମରେ ପହଞ୍ଚିଯାଇ ହୁଏ । ଏହି ଅଷ୍ଟସିଦ୍ଧି ମୋ ସହିତ ଓତପ୍ରୋତ ଥାଏ । ଏହିଗୁଡ଼ିକ ମୋ ସ୍ୱଭାବ ସହିତ ଓତପ୍ରୋତ । ଏହାଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ ସିଦ୍ଧିଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଧାରଣା ମାଧ୍ୟମରେ ସ୍ୱତଃ ଆସିଯାଏ ।''

ଈଶ୍ୱର ହେଉଛନ୍ତି ସମସ୍ତ ସାଧନ ଓ ସକଳ ସିଦ୍ଧିର ମୂଳାଧାର । ସ୍ଥୂଳ ପଞ୍ଚଭୂତର ବାହାରେ ଓ ଭିତରେ ସର୍ବତ୍ର ଯେପରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ପଞ୍ଚଭୂତ ଥାଏ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭୂତକୁ ଛାଡ଼ି ଯେପରି ସ୍ଥୂଳ ଭୂତର କଳ୍ପନା କରାଯାଇ ନ ପାରେ, ସେହିଭଳି ଭଗବାନ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ଭିତରେ ଦ୍ରଷ୍ଟାରୂପରେ ଓ ବାହାରେ ଦୃଶ୍ୟରୂପରେ ରହିଥାନ୍ତି । ଭଗବାନଙ୍କଠାରେ ବାହାରଭିତର ଏପରି ଦୁଇଟି କଥା ନଥାଏ । ଏହାର କାରଣ ହେଉଛି ସେ ନିରାବରଣ ଏକ ଓ ଅଦ୍ୱିତୀୟ ଆତ୍ମା । ଭାଗବତରେ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଶ୍ଳୋକରେ ଭଗବାନ ଏହାକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରି କହିଛନ୍ତି—

ସାରକଥା ହେଲା- ଭକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ସିଦ୍ଧି ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ସିଦ୍ଧି ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବାରେ ବାଧକ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ସିଦ୍ଧି ପାଇବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ସାଧନା, ଧାରଣା ବା ଭକ୍ତି କରିବା ଅନୁଚିତ । ସିଦ୍ଧି ସ୍ୱତଃ ଆସିଲେ ବି ସେଗୁଡ଼ିକଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ଉଚିତ । ସିଦ୍ଧି ପ୍ରସିଦ୍ଧି ପ୍ରଦାନ କରେ । ଆଉ ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଜୀବକୁ ପ୍ରମାଦୀ କରିଦିଏ । ପ୍ରମାଦୀ ମଣିଷ ଭଗବାନଙ୍କର ଭଜନ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଭଜନରେ ବିକ୍ଷେପ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ସେଥିପାଇଁ ସିଦ୍ଧିଗୁଡ଼ିକଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ପାଇଁ ଭଗବାନ ଉଦ୍ଧବଙ୍କୁ ଉପଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଯଥାର୍ଥ ତ୍ୟାଗର ମର୍ମ

ତ୍ୟାଗ ଅର୍ଥାତ୍ ଛାଡିଦେବା, ଯାହା ନିଜ ପାଖରେ ନିରର୍ଥକ ପଡ଼ିରହିଛି- ତାକୁ ହଟାଇଦେବା, ଦୂର କରିଦେବା । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ନିଜ ପାଖରୁ ନିରର୍ଥକତାକୁ ହଟାଇ ଦେଇଥାଉ, ସେତେବେଳେ ନୂତନତାର ସମ୍ଭାବନାର ରାସ୍ତା ଖୋଲିଯାଏ । ତେଣୁ ତ୍ୟାଗକୁ ପ୍ରଗତିର ନବଚରଣ କୁହାଯାଇଛି । ତ୍ୟାଗ ଜୀବନର ବିକାଶ ଯାତ୍ରାର ଏକ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ଅଙ୍ଗ । ଏହା ଆତ୍ମଶୋଧନର ରାଜମାର୍ଗ । ଏହା ଅଶୁଭ ସ୍ଥାନରେ ଶୁଭର ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ନିୟମ । ଗୋଟିଏକୁ ଛାଡ଼ିବା ପରେ ହିଁ ଦୁସୁରା ପ୍ରାପ୍ତି ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ରଖାଯାଇଥିବା ପାଦ ଉଠାଇ ହିଁ ପଥ ଉପରେ ଆଗାମୀ ନବ ଚରଣ ରଖାଯାଇପାରେ ।

ପେଟରେ ଅବଶେଷ ତତ୍ତ୍ୱର (ମଳର) ତ୍ୟାଗ କରିବା ପରେ ହିଁ ଭୋଜନର ଇଚ୍ଛା ହୋଇଥାଏ । ଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ସ୍ଥିତ ଅଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ସଂଗ୍ରହ କରିବା ଦ୍ୱାରା, ପଦାର୍ଥ ଗୁଡ଼ିକୁ ଜାବୁଡ଼ି ଧରିବା ଦ୍ୱାରା ଜୀବନ ଗତିରେ ବିସଙ୍ଗତି ଓ ବିଷମତା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଯାଏ । ଯେପରି ଜମାହୋଇ ରହିଥିବା ପାଣି ପଚିବାକୁ ଲାଗେ, ସେହିପରି ପେଟ ଯଦି ଖାଇଥିବା ପଦାର୍ଥ ଗୁଡ଼ିକୁ ନିଜ ଭିତରେ ହିଁ ସଂଗ୍ରହ କରିବାକୁ ଲାଗେ ତ ଅନେକ ବେମାରି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ଶରୀରରେ ବହୁତ ବିକୃତି ଓ ଉପଦ୍ରବ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ହୃତ୍‌ପିଣ୍ଡ ରକ୍ତର ବିତରଣ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ସଂଗ୍ରହ ବୃଦ୍ଧିରେ କାମ କଲେ ତ ଶରୀରର ଚେତନା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯିବ ।

ତ୍ୟାଗ ବିନା ବିକାଶ, ପ୍ରଗତି, ସକ୍ରିୟତା ଓ ଉନ୍ନତିର ପଥ ପ୍ରଶସ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ, ପରିସ୍ଥିତି, ବିଚାର ଓ ଭାବନାଗୁଡ଼ିକରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ପଡ଼ି ରହିଥିବା, ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନ୍ୟ ବିଷୟ ଦିଗକୁ ଧ୍ୟାନ ଯାଇନଥାଏ । ତେଣୁ କୌଣସି ବସ୍ତୁ ବା ବିଶେଷ ବିଷୟ ସହିତ ବାନ୍ଧିହେବା, ସେଥିରେ ଲିପ୍ତ ରହିବା ସର୍ବଥା ତ୍ୟାଜ୍ୟ । ଯାହା କିଛି ବି ଆମ ପାଖରେ ଅଛି, ଯାହା କିଛି ବି ଆମେ ଜାଣିଛେ, ତାକୁ ଆମେ ନିଜ ଉନ୍ନତିର ଆଧାର କରିପାରିବା । ଯେଉଁ ଶିଡ଼ି ଉପରେ ଆମେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଛେ, ତାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ଉପରକୁ ଉଠି ପାରିବା, କିନ୍ତୁ ଶେଷରେ ଆମେ ଶିଡ଼ିକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ହିଁ ପଡ଼ିବ । ଆମେ ଶିଡ଼ି ଉପରେ ଠିଆ ହୋଇ ରହିବା ଆଉ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପହଞ୍ଚିଯିବା, ଏହା ଅସମ୍ଭବ ।

ଜୀବନର ଆୟାମ ବ୍ୟାପକ । ଜୀବନର ଚଲାପଥ ବହୁତ ଲମ୍ବା । ସଂସାରର କ୍ଷେତ୍ର ବହୁତ ବିସ୍ତୃତ । ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ପାଇଁ, ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ ନିତ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏଠାରେ ଏପରି କୌଣସି ଧାମ ନାହିଁ, ଯେଉଁଠି ପହଞ୍ଚି କହି ପାରିବା ଯେ ଆମର ଯାତ୍ରା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଗଲା, ଏବେ ଏହାକୁ ଛାଡ଼ି ଅନ୍ୟ କେଉଁଠିକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବନ ଅଛି, ସଂସାର ଅଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ପରିବର୍ତ୍ତନ ହିଁ ସଂସାରର ନିୟମ ।

ତେଣୁ ମୁଁ ଆଉ 'ମୋର'କୁ ତ୍ୟାଗ କରନ୍ତୁ, ଫଳରେ ଆମେ "ପରମସତ୍ତା"ଙ୍କ ଅନୁଭବ କରିପାରିବା ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ 'ମୁଁ' ଅଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମେ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ବିରାଟ ସତ୍ତାର ଅନୁଭବ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପାରିବା ନାହିଁ । 'ମୋର' କାରଣରୁ ବସ୍ତୁ, ପଦାର୍ଥ, ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ସୀମାରୁ ବାହାରି ପାରିବା ନାହିଁ । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଆମେ ବିଶ୍ୱଚକ୍ରର ଗତି ସହିତ ତାରତମ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରିପାରିବା ନାହିଁ ।

ସାରା ସଂସାର ହିଁ ତ୍ୟାଗ ଧର୍ମରେ ଚାଲୁଛି, ଏଣୁ ସଂଗ୍ରହ ଓ ଅଟକାଇ ରଖିବାର ବୃତ୍ତି ଆମ ଜୀବନରେ ସଂଘର୍ଷ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏଠାର ଧର୍ମ ହେଉଛି ଜୀବନକୁ ଗତି ଦେବା ପାଇଁ କିଛି ନା କିଛି ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଯଦି ଆମେ ଚାହିଁବା ଯେ 'ମୁଁ ଦେବି ନାହିଁ, 'ମୁଁ ଛାଡ଼ିବି ନାହିଁ' ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରକୃତିର ବିରୋଧର ସାମନା କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଆଉ ସେତେବେଳେ ଆମକୁ ବିବଶ ହୋଇ ଛାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଜଣେ ପରାଜିତ ଯୋଦ୍ଧା ପରି । ତାହାହେଲେ କାହିଁକି ସ୍ୱେଚ୍ଛାରେ ତ୍ୟାଗକରି ବିଶ୍ୱକ୍ରମରେ ସହଯୋଗ କରିବା ନାହିଁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଦୁଇଟି ଲାଭ ହେବ- ପ୍ରଥମରେ ସ୍ୱଧର୍ମ ପାଳନ କରିବାର ସନ୍ତୋଷ ମିଳିବ ତ ଦ୍ୱିତୀୟରେ ଆମର ଜୀବନ ଏକାକୀ, ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ନ ରହି ବ୍ୟାପକ ହୋଇଯିବ । ଆମର ଜୀବନ ବିକଶିତ ହେବ ।

ଯଦ୍ୟପି ତ୍ୟାଗ ଗୋଟିଏକୁ ହଟାଇ ଦୁସୁରାକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ସୁଯୋଗ ଦେଇଥାଏ, ତେଣୁ ମନ, କର୍ମ, ବଚନରୁ ଅଶୁଭର ମଧ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରିଦେବା ଉଚିତ । ଯେପରି ଘରର କବାଟ ଖୋଲିବା କ୍ଷଣି ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ପ୍ରକାଶ ସହଜରେ ହିଁ ଭବନକୁ ପ୍ରକାଶିତ କରି ଦେଇଥାଏ । ସେହିପରି ଜୀବନରୁ ଅଶୁଦ୍ଧ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକୁ ବାହାର କରିଦେବା ଦ୍ୱାରା ଶୁଭର ଆଗମନ ସ୍ୱତଃ ହୋଇଯାଏ, ଖରାପଗୁଡ଼ିକ ଦୂର ହେବା ମାତ୍ରେ ଭଲଗୁଡ଼ିକ ସ୍ୱତଃ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଯାଏ । କ୍ରୋଧ, ଈର୍ଷା, ଦ୍ୱେଷ, ମୋହ, ମମତା, ଲୋଭ ଆଦି ଖରାପ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ ବାହାରିଯିବା ପରେ ଦୟା, ପ୍ରେମ, କରୁଣା, ଶ୍ରଦ୍ଧା, ତିତିକ୍ଷା, ଶମ, ଦମ ଆଦି ସତ୍ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଉଦୟ ହେବାକୁ ଲାଗେ ।

(ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ)

ସାମ୍ବାଦିକତା ଅନୁଭବ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର
ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ
ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଗଣମାଧ୍ୟମର ଡ଼ିଜିଟାଲ ରୂପାନ୍ତର, ପାରମ୍ପରିକ ବିଜ୍ଞାପନ-ଆଶ୍ରିତ ବ୍ୟାବସାୟିକ ମଡ଼େଲର କ୍ରମଶଃ ବିଲୟ ଓ ୨୦୦୮ରୁ ତେର ବର୍ଷ ଧରି ଅର୍ଥନୀତିରେ ମାନ୍ଦାବସ୍ଥା ମହାମାରୀ-ପର ପରିବେଶରେ ସାମ୍ବାଦିକତା ପ୍ରତି ଆହ୍ୱାନ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ଏଥି ସହିତ ଅସତ୍ୟ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରସାର ଓ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଆଚରଣ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କ ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନକୁ ଗଭୀର ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଉଛି । ଏହିଭଳି କାରଣରୁ ୨୦୨୨ ମଧ୍ୟଭାଗ ସୁଦ୍ଧା ସାମ୍ବାଦିକତା ଅନୁଭବ ଅନୁଶୀଳନର ଗୁରୁତ୍ୱ ଅନୁଭୂତ ହୋଇଥାଏ ।

ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକାର 'ପିଉ ରିସର୍ଚ୍ଚ ସେଣ୍ଟର' ସାମୟିକଭାବେ ସେଠାକାର ସାମ୍ବାଦିକତା ସଂପର୍କରେ ଗବେଷଣା ଆୟୋଜନ କରିଥାଏ । ସଂସ୍ଥା ପକ୍ଷରୁ ୨୦୨୨ ଫେବୃୟାରୀ ୧୬ରୁ ମାର୍ଚ୍ଚ ୧୭ ମାସେକାଳ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ବାର ହଜାର ମାର୍କିନ ସାମ୍ବାଦିକ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ସଂଗୃହୀତ ତଥ୍ୟାବଳୀର ନିଷ୍କର୍ଷ ଜୁନ ୨୦୨୨ରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ମୁଖ୍ୟତଃ ଗଣମାଧ୍ୟମର ସ୍ୱାଧୀନତା, ଅସତ୍ୟ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରସାର, ରାଜନୀତିକ ମତବାଦ ବିଭାଜନ ବା ଧ୍ରୁବଣ 'ପଲିଟିକାଲ ପୋଲାରାଇଜେସନ' ଏବଂ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆର ପ୍ରଭାବ ସଂପର୍କରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ପରିମାପ ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ଉତ୍କର୍ଷ ପ୍ରତିପାଦନ ନିମନ୍ତେ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ଦୈନନ୍ଦିନ ଭିତ୍ତିରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଘଟଣାବଳୀ ଆଧାରରେ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଛନ୍ତି କି ? ସମ୍ବାଦ ରଚନାରେ ସତ୍ୟତା ପରଖିବା ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଦିଆଯାଉଛି କି ? ଶାସନତାନ୍ତ୍ରିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ନିର୍ବାଚିତ ପ୍ରତିନିଧିଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟଧାରା ସମୀକ୍ଷା କରାଯାଉଛି କି ? ଅବହେଳିତ ବର୍ଗଙ୍କ ଅଭାବ ଅଭିଯୋଗ ସ୍ୱର ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ଓ ଅସତ୍ୟ ସମ୍ବାଦର ପର୍ଦ୍ଦାଫାଶ କରିପାରୁଛନ୍ତି କି... ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ସଂଗ୍ରହ ଅବସରରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ତିନି ଚତୁର୍ଥାଂଶ ସାମ୍ବାଦିକତା ବୃତ୍ତିର ସକାରାତ୍ମକ ଦିଗକୁ ସମର୍ଥନ କରିଥିବା ଜଣାଯାଇଥିଲା ।

ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକାରେ ୨୦୨୨ ଆରମ୍ଭରେ ୭୫ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ନିଜ ବୃତ୍ତି ପ୍ରତି ଗର୍ବାନ୍ୱିତ ଥିବା, ୭୭ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକତା ବୃତ୍ତିରେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ନିୟୋଜିତ ରହିବା ନିମନ୍ତେ ନିଶ୍ଚିତ ଏବଂ ୭୦ ପ୍ରତିଶତ ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟଧାରାରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଥିବା ସ୍ୱୀକାର କରିଥିଲେ । ଅପରପକ୍ଷେ ୫୭ ପ୍ରତିଶତ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଗଣମାଧ୍ୟମର ସ୍ୱାଧୀନତା ହାନୀ ଆଶଙ୍କା କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ୭୧ ପ୍ରତିଶତ ଅସତ୍ୟ ଓ ପ୍ରାୟୋଜିତ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରସାରରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବା ଜଣାଯାଇଥିଲା । ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ସଂଗୃହୀତ ତଥ୍ୟାବଳୀରୁ ପ୍ରତ୍ୟୟମାନ ହୁଏ ଯେ ସେଠାକାର ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ସମକାଳରେ ସମ୍ବାଦ ପରିଧିରେ ସୃଷ୍ଟ ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ ସଂପର୍କରେ ଉଦବେଗ ପ୍ରକାଶ କରୁଥିଲେ ହେଁ ମୋଟା ମୋଟି ଭାବେ ସାମ୍ବାଦିକତା ବୃତ୍ତିରେ ନିୟୋଜିତ ରହିବାରେ ବଦ୍ଧପରିକର ।

ସଂବାଦିକତା ବୃତ୍ତି ନିର୍ବାହରେ ଅସତ୍ୟ ଓ ଭୁଲ ତଥ୍ୟ ପ୍ରସାର ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ମାର୍କିନ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ସମ୍ବାଦ ରଚନା କାଳରେ ଏହିଭଳି ଉପାଦାନ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଲେ ଅଧିକାଂଶ ସଜାଗ ହୋଇ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିବା କ୍ଷମତା ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିଲେହେଁ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି । ପ୍ରାୟ ୨୬ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ନିଜ ଅଜାଣତରେ ଅସତ୍ୟ ଓ ଭୁଲ ତଥ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରିଥିବା ସ୍ୱୀକାର କରିଥାନ୍ତି ।

ସମାଜରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ ମିଥ୍ୟା କିମ୍ବା ସନ୍ଦେହଜନକ ବିବୃତ୍ତି ପ୍ରଦାନ କାଳରେ ୩୨ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ନିଜ ରଚନାରେ ସ୍ଥାନ ଦେଇନଥାନ୍ତି । ତେବେ ୬୪ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏଁ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ବାଦରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିଥାନ୍ତି । ବିବୃତ୍ତି ମିଥ୍ୟା ହୋଇଥିଲେହେଁ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ବୋଲି ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ଧରି ନେଇଥାନ୍ତି ।

କୌଣସି ବିଷୟରେ ପରସ୍ପର ବିରୋଧୀ ମତବାଦକୁ ସମମାତ୍ରାରେ ପ୍ରକାଶନର ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି ପ୍ରଚଳିତ ଧାରା । ତେବେ ୪୪ ପ୍ରତିଶତ ଏହାର ସପକ୍ଷରେ ମତ ରଖିଥିବା ସ୍ଥଳେ ୫୫ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ସମସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ନିୟମ ଲାଗୁ କରିବାକୁ ବିରୋଧ କରିଥାନ୍ତି ।

ସମ୍ବାଦ ରଚ୍ନା କାଳରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ପ୍ରତିପାଦିତ ନକରିବା ଲାଗି ୮୨ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ମତ ରଖିଥାନ୍ତି । ତେବେ ବାସ୍ତବ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ସମ୍ବାଦରେ ନିଜ ଅଭିମତ ପ୍ରକାଶନରେ ବିରତ ରହୁଥିବା ୫୫ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ସୂଚିତ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ୩୪ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରୁ ନ ଥିବା ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଥାନ୍ତି ।

ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ସାମ୍ବାଦିକତା ପ୍ରତି ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ବିଶ୍ୱାସ କ୍ରମଶଃ କମି ଆସୁଥିବା ଧାରା ସଂପର୍କରେ ମାର୍କିନ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ସଚେତନ । ମାତ୍ର ୧୪ ପ୍ରତିଶତ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଜନସାଧାରଣ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭରସା ରଖୁଥିବା ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିବା ବେଳେ ୪୨ ପ୍ରତିଶତ ବିଶ୍ୱାସ ହରାଇଥିବା ଏବଂ ୪୪ ପ୍ରତିଶତ କେତେକାଂଶରେ ବିଶ୍ୱାସଯୋଗ୍ୟ ପ୍ରମାଣିତ ହେଉଥିବା ଦର୍ଶାଇଥିଲେ । ଅବଶ୍ୟ ସାମ୍ବାଦିକତାର ବିଶ୍ୱସନୀୟତା ସଂପର୍କରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମତ ସଂଗ୍ରହ କାଳରେ ୪୪ ପ୍ରତିଶତ ବିଶ୍ୱାସ ହରାଇଥିବା, ୨୭ ପ୍ରତିଶତ ସାମାନ୍ୟ ରୂପେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିବା ଏବଂ ୨୯ ପ୍ରତିଶତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିବା ସ୍ୱୀକାର କରିଥିଲେ ।

ଆଲୋଚ୍ୟ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ସାମ୍ବାଦିକତା ବୃତ୍ତିରେ ଟେଲିଭିଜନ ମଞ୍ଚର ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଗଣମାଧ୍ୟମ ମଞ୍ଚ ତୁଳନାରେ ଅସୁଖୀ । ମୁଦ୍ରଣ ମଞ୍ଚରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୫୨ ପ୍ରତିଶତ, ଅନଲାଇନ ମଞ୍ଚରେ ୫୪ ପ୍ରତିଶତ ଓ ରେଡ଼ିଓ ମଞ୍ଚରେ ୪୮ ପ୍ରତିଶତ ନିଜ ବୃତ୍ତିଗତ ସାମ୍ବାଦିକତା ଜୀବନରେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଥିବା ସ୍ଥଳେ ଟେଲିଭିଜନ ମଞ୍ଚର ମାତ୍ର ୩୪ ପ୍ରତିଶତ ସନ୍ତୋଷ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥାନ୍ତି । ଟେଲିଭିଜନ ମଞ୍ଚର ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର ବାହାରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଆକ୍ରୋଶର ଶିକାର ହେଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ ମଧ ବାଢ଼ିଥାନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ପ୍ରାୟ ୫୮ ପ୍ରତିଶତ ହିସାବ କରାଯାଇଛି ।

ସାମଗ୍ରିକ ଭାବେ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକାରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ପ୍ରତି ଦଶ ଜଣ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସାତ ଜଣ ଯାଏଁ ବୃତ୍ତିଗତ ଭାବେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଥିବା ସର୍ବେକ୍ଷଣ ତଥ୍ୟ ବିଶ୍ଳେଷଣରୁ ଜଣାଯାଇଛି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୨୭ ପ୍ରତିଶତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଏବଂ ୪୩ ପ୍ରତିଶତ ଆଂଶିକ ଭାବେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ଥିବା ହିସାବ କରାଯାଏ । ମାତ୍ର ୨୨ ପ୍ରତିଶତ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ରହୁଥିବା ଏବଂ ୮ ପ୍ରତିଶତ କୌଣସି ମନ୍ତବ୍ୟ ଦେବା ନିମନ୍ତେ ଅମଙ୍ଗ ଥିବା ପ୍ରକାଶ ।

ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କ ବୃତ୍ତିଗତ ସନ୍ତୋଷ ଅନୁଭବ ମାର୍କିନ ସାମ୍ବାଦିକତାର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଭବିଷ୍ୟତର ସୂଚନା ଦେଇଥାଏ । ସାମ୍ବାଦିକତା ଏକ ସୃଜନ କଳା । ଏହା ସାହିତ୍ୟ, ସଙ୍ଗୀତ, ନୃତ୍ୟ, ନାଟକ, ବା କ୍ରୀଡ଼ାଭଳି ରୁଚି-କେନ୍ଦ୍ରୀକ ସଂପୃକ୍ତି ପର୍ଯ୍ୟାୟଭୁକ୍ତ ହେଉଥିବା ହେତୁ ବ୍ୟାବସାୟିକ ବିଫଳତା ବା ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଦୁରାବସ୍ଥା ସର୍ଜନଶୀଳଙ୍କୁ ନିରୁତ୍ସାହିତ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଯେତେଦିନ ସାମ୍ବାଦିକତା ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ବଳବତ୍ତର ରହିଛି ସେତେଦିନ ଯାଏଁ ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ଉତ୍କର୍ଷ ବଜାୟ ରହିବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଇପାରେ ।

ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଅସତ୍ୟ ଓ ଭୁଲ ତଥ୍ୟ ପ୍ରତି ସଜାଗ ଥିବା ତଥା ସମ୍ବାଦ ରଚନା କାଳରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିମତକୁ ଦୂରେଇ ରଖିବା ସପକ୍ଷରେ ଯୁକ୍ତି ବାଢ଼ୁଥିବା ମନୋବୃତ୍ତି ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ଉତ୍କର୍ଷର ପରିଚାୟକ । ସେହିପରି ଜନସାଧାରଣରେ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚ ବିଶ୍ୱନୀୟତା ହରାଇ ବସୁଥିବା ସଂପର୍କରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ସଚେତନ ଥିବା ହେତୁ ଗଣମାଧ୍ୟମ ପରିଧିରେ ବିଭିନ୍ନ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତିକୁ ସଜାଡ଼ିବାରେ ସମର୍ଥ ହେବା ଆଶା ସଞ୍ଚାର କରିଥାଏ । ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କ ସାମ୍ବାଦିକତା ଅନୁଭବ ସଂପର୍କରେ ପ୍ରମାଣଭିତ୍ତିକ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ ସାମ୍ବାଦିକତା ବୃତ୍ତିଧାରୀଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ସାମୂହିକସ୍ତରରେ ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ନିମନ୍ତେ ଏହିଭଳି ଗବେଷଣା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଯେପରି ଭଗବାନ୍ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ଅଟନ୍ତି ସେପରି ଜୀବ ମଧ ବାସ୍ତବରେ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦଙ୍କ ଅଂଶ ହୋଇଥିବାରୁ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ଅଟେ । କିନ୍ତୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଇଚ୍ଛାରେ ଜୀବର ଆନନ୍ଦାଂଶର ତିରୋଧାନ ହୋଇଯାଏ, ଆନନ୍ଦ ଅଂଶର ତିରୋଧାନ ହୋଇଯିବା ଫଳରେ ଜୀବଠାରେ ଅନେକ ଦୋଷ ଆସିଯାଏ । ଏହା ହିଁ ଜୀବର ଅନ୍ୟଥା ରୂପ – ବନ୍ଧନ ଅଟେ । ଯେଉଁ ଯେଉଁ ଜୀବଙ୍କୁ ଈଶ୍ୱର ଅନୁଗ୍ରହ ମାର୍ଗରେ ସ୍ୱୀକାର କରି ନିଅନ୍ତି ସେହି ସେହି ଜୀବମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କର ସାଧନକୁ ଅପେକ୍ଷା କରି ସେମାନଙ୍କୁ ସାଧନ ନିରପେକ୍ଷ ମୁକ୍ତି ଦାନ କରିବା ପାଇଁ ହିଁ ସଂସାରରେ ପର ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବ ବା ଅବତାର ହୋଇଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଜୀବ ଉପରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନୁଗ୍ରହ ହୁଏ ସେତେବେଳେ ଆନନ୍ଦ ରୂପ ଭଗବାନ୍ ପ୍ରକଟ ହୋଇ ତାକୁ ନିଜର ସ୍ୱରୂପ ବଳରେ ହିଁ ନିଜର କିଛି ପ୍ରକାର ସମ୍ବନ୍ଧ ମାତ୍ରେ ସ୍ୱରୂପ ଦାନ କରି ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବର ଦେହେନ୍ଦ୍ରିୟାର କରଣ ସ୍ୱରୂପରେ ନିଜର ଆନନ୍ଦର ସ୍ଥାପନ କରି ତାକୁ ନିଜ ସ୍ୱରୂପରେ ସ୍ଥିତ କରି ନିଅନ୍ତି । ଏହା ହିଁ ଜୀବନର ମୁକ୍ତି ଅଟେ । ଏହି ପ୍ରକାରେ ଜୀବକୁ ଆନନ୍ଦମୟ କରି ନେବା ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପ୍ରକୃତି – ପ୍ରକୃଷ୍ଟାକୃତି ବା ସ୍ୱଭାବ ଅଟେ । ଏଭଳି ପ୍ରକୃତିକୁ ସ୍ୱୀକାର କରି ପ୍ରଭୁ ପ୍ରକଟ ହୁଅନ୍ତି । ନିଜେ ସେ କହିଛନ୍ତ, "ପ୍ରକୃତି ସ୍ୱାମଧିଷ୍ଠାୟ ସମ୍ଭବାମି । ଭାଗବତର ଗୋଟିଏ ଶ୍ଳୋକ ଦେଖନ୍ତୁ, ନୃଣା ନିଃଶ୍ରେୟ ସାର୍ଥାୟ ବ୍ୟକ୍ତି ର୍ଭଗବତୋ ଭୁବି । ଅବ୍ୟୟସ୍ୟା । ପ୍ରମେୟସ୍ୟ ନିର୍ଗୁଣସ୍ୟ ଗୁଣାତ୍ମନଃ । ଅର୍ଥାତ୍ ଜୀବ ମାତ୍ରକୁ ମୁକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ହିଁ ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରାଦୁର୍ଭାବ ବା ଅବତାର ହୋଇଥାଏ । ଅବ୍ୟୟ ଅପ୍ରମେୟ ନିର୍ଗୁଣ ଗୁଣହେତୁ ଏବଂ ସର୍ବେଶ୍ୱର ଯଦି ସାଧନ- ନିରପେକ୍ଷ ମୁକ୍ତି ନ ଦିଅନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କର ଲୋକରେ ପ୍ରକଟ ହେବା ବ୍ୟର୍ଥ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ସେ ଅପ୍ରମେୟ ଆବିକୃତ ହୋଇଥିବାରୁ ସାଧନ ହୋଇ ନ ପାରନ୍ତି । ନିର୍ଗୁଣ ହୋଇଥିବାରୁ ଭଜନୀୟ ମଧ ହୋଇ ନ ପାରନ୍ତି । ଅତଃ କେବଳ ସାଧନ ନିରପେକ୍ଷ ମୁକ୍ତି ଦାନ ପାଇଁ ସେ ପ୍ରକଟ ହୁଅନ୍ତି । ଭଗବାନ୍ ଆତ୍ମ ମାୟାକୁ ସାଥିରେ ନେଇ ପ୍ରକଟ ହୁଅନ୍ତି । ଆତ୍ମମାୟୟା ସମ୍ଭବାମି ପରବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ମାୟା ଦୁଇ ପ୍ରକାରର- ଗୋଟିଏ ଭଗବତ୍ ସ୍ୱରୂପ ସହିତ ଦୃଢ଼ ସମ୍ବନ୍ଧ କରାଉଥିବା ମାୟା ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ଭଗବତ୍ ସ୍ୱରୂପରୁ ଅଲଗା କରି ସଂସାର ସହିତ ଦୃଢ଼ ସମ୍ବନ୍ଧ କରାଉଥିବା ମାୟା ଯାହାକୁ ଭଗବାନ୍ କୃପା କରନ୍ତି ତାଙ୍କୁ ଆଦୈବିକୀ ସେହି ସ୍ୱରୂପ- ସମ୍ବନ୍ଧିକୀ ମାୟା ଦ୍ୱାରା ଲୀଳାନୁଭବ୍ କରାନ୍ତି । ଯଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କର ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ଦୃଢ଼ ହୋଇଯାଏ ।

ଦୀର୍ଘ ସମୟ କାମ କଲେ ହୃଦରୋଗ ଆଶଙ୍କା

କାମର ଘଣ୍ଟା ଲମ୍ବା ହେଲେ ହୃଦ ଗତି ତୀବ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ଆଟ୍ରିଅଲ ଫାଇବ୍ରେଲେଶନ କୁହାଯାଏ । ଯାହା ଷ୍ଟ୍ରୋକ୍ ଓ ହାର୍ଟ ଫେଲର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ରିସର୍ଚ୍ଚରୁ ଜଣାପଡିଛି ଏଭଳି ଲୋକ ଯିଏ ସପ୍ତାହରେ ୩୫ ରୁ ୪୦ ଘଣ୍ଟା କାମ କରିଥାଏ, ତାଙ୍କ ତୁଳନାରେ ୫୫ ଘଣ୍ଟା କାମ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଟ୍ରିୟଲ ଫାଇବ୍ରେଲେଶନ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ପ୍ରାୟ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଅଧିକ ରହିଥାଏ । ୟୁନିଭର୍ସିଟି କଲେଜ୍ ଅଫ୍ ଲଣ୍ଡନର ପ୍ରଫେସର ମିକା କିବିମାକୀ କହିଛନ୍ତି ଅଧିକ କାମ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ରୋଗ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଆଟ୍ରିୟଲ୍ ଫାଇବ୍ରଲେଶନରେ ବିକାଶ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ

ଉପରେ ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବ ପଡିଥାଏ । ୟୁରୋପିଆନ୍ ହାର୍ଟ ଜର୍ଣ୍ଣାଲରେ ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ଉପାସନାର ଆଧାର

ସେହି ଜୀବାତ୍ମା ମଧ୍ୟରେ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଅଂଶ ବିରାଜମାନ । ଜୀବାତ୍ମା ମଧ୍ୟରେ ବୀଜ ରୂପରେ ପରମାତ୍ମା ଚେତନାର ସ୍ଫୁଲିଙ୍ଗ ରହିଛି । ସତ୍-ଚିତ୍-ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଅଂଶ ହେବା କାରଣରୁ ଜୀବାତ୍ମା ମଧ୍ୟ ସତ୍-ଚିତ୍-ଆନନ୍ଦର ବୀଜ ଅଟେ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି ବୀଜରେ ସତ୍ୟ ଅଙ୍କୁରିତ ହୋଇ ନଥାଏ, ଚିତ୍ ଅଙ୍କୁରିତ ହୋଇ ନଥାଏ, ଆନନ୍ଦ ଅଙ୍କୁରିତ ହୋଇ ନଥାଏ ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହାର ଅନୁଭବ ଆମକୁ ମିଳି ନଥାଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଆତ୍ମାରେ ପରମାତ୍ମା ଚେତନାର ବୀଜ ଅଙ୍କୁରିତ ହୋଇଗଲା, ସେମାନେ ସମସ୍ତେ କୃତାର୍ଥ ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ବୁଦ୍ଧ ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ମହାବୀର ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ କବୀର ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ତୁଳସୀ ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ସୁର ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ରଇଦାସ ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ମୀରା ଓ ମଦାଳସା ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ଋଷି ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ମହର୍ଷି ହୋଇଗଲେ,ସେମାନେ ବ୍ରହ୍ମାନନ୍ଦ ଓ ପରମ ଆନନ୍ଦର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଗଲେ, ସେମାନେ ସତ୍-ଚିତ୍-ଆନନ୍ଦ ହୋଇଗଲେ ।

ଆମର ଆତ୍ମଚେତନାରେ ପରମାତ୍ମା ଚେତନା ପ୍ରକଟ ହେବା ପାଇଁ, ଆମର ଆତ୍ମାରେ ବୀଜ ରୂପରେ ସନ୍ନିହିତ ସତ୍, ଚିତ୍ ଓ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରକଟ ହେବା ପାଇଁ ହିଁ ଭାରତୀୟ ଋଷି, ମନୀଷୀ ଓ ଅଧ୍ୟାତ୍ମବାଦୀମାନେ ବିବିଧ ପ୍ରକାର ସାଧନା-ମାର୍ଗ ଦେଖାଇ ଯାଇଛନ୍ତି । ଜପ, ତପ, ଧ୍ୟାନ, ଜ୍ଞାନ, ଭକ୍ତି, କର୍ମ ଆଦି ସେହି ଗୋଟିଏ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତିର ବିବିଧ ସାଧନ, ମାର୍ଗ, ଉପାୟ ମାତ୍ର । ପ୍ରାର୍ଥନା, ଉପବାସ, ଉପାସନା ଆଦି ମଧ୍ୟ ସେହି ପରମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତିର ସାଧନ ଅଟେ ।

ଆମେ ନିଜର ଅଭିରୁଚି ଅନୁରୂପ ଯେକୌଣସି ସାଧନାମାର୍ଗର ଅନୁସରଣ କରି ନିଜର ଅଭୀଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିପାରିବା । ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର କଥା ଯେ ଆମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ବହୁତ ଲୋକ ବିବିଧ ପ୍ରକାର ସାଧନା-ମାର୍ଗରେ ଚାଲିବାର ଦେଖାଯାଏ, କିନ୍ତୁ ତଥାପି ସେମାନେ ନିଜର ଅଭୀଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିପାରି ନଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ନିଜ ଭିତରେ ପରମାତ୍ମା ଚେତନାକୁ ପ୍ରକଟ କରିପାରି ନଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ନିଜର ସ୍ୱରୂପ, ସତ୍-ଚିତ-ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରି ନଥାନ୍ତି । ଏପରି ହେଉଛି କାହିଁକି ? ଅଧ୍ୟାତ୍ମ-ସାଧନା ନାମରେ ଆମେ ବାହାରେ ବାହାରେ ହିଁ ଯାତ୍ରା କରିଥାଉ । ଆମେ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଅର୍ଚ୍ଚନା ନୁହେଁ, ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଠାରୁ ଯାଚନା କରିଥାଉ । ନିଜର ଯାଚନାକୁ ହିଁ ଆମେ ଉପାସନା ମାନି ନେଇଛୁ । ଯାଚନାକୁ ହିଁ ଆମେ ଅର୍ଚ୍ଚନା ମାନି ବସିଛୁ । ନିଜର ବାହ୍ୟ ଯାତ୍ରାକୁ ହିଁ ଆମେ ଅନ୍ତର୍ଜଗତର ଯାତ୍ରା ବୋଲି ଧରି ନେଇଛୁ । ଆମେ ତାକୁ ହିଁ ଧ୍ୟାନ ମାନିଛୁ । ଆମେ ତାକୁ ହିଁ ଭକ୍ତି ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରି ନେଇଛୁ ।

ଯେତେବେଳେ ଆମର ଆତ୍ମା ଉପରେ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ, ପରମାତ୍ମା ଜ୍ଞାନର ଅମୃତ ବର୍ଷା ହେବ, ସେତେବେଳେ ଆମ ନିଜ ଆତ୍ମାରେ ହିଁ ସନ୍ନିହିତ ସତ୍-ଚିତ-ଆନନ୍ଦ ପ୍ରକଟ ହୋଇପାରିବ । ନିଷ୍କାମ କର୍ମ, ନିଷ୍କାମ ପ୍ରେମ ଆଦି ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆମ ଆତ୍ମାରୁ ପରମାତ୍ମା ଚେତନା ପ୍ରକଟ ହୋଇ ପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ସଚ୍ଚା ସାଧନା ଆବଶ୍ୟକ । ଏଥିପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସଚ୍ଚା ଉପାସନା, ସଚ୍ଚା ପ୍ରାର୍ଥନା । ଏଥି ନିମନ୍ତେ ନିଜ ଆତ୍ମାରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ସତତ ଚିନ୍ତନ, ସତତ ଧ୍ୟାନ ଆବଶ୍ୟକ । ଏଥିପାଇଁ ହୃଦୟରେ ସଚ୍ଚା ଈଶ୍ୱରଭକ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପ୍ରତି ନିଶ୍ଛଳ, ନିଷ୍କପଟ ପ୍ରେମ ଆବଶ୍ୟକ । ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଦରକାର ନିଷ୍କାମ କର୍ମ ଅର୍ଥାତ୍ କର୍ମଯୋଗର ସାଧନା । ସଚ୍ଚା ସାଧନା ଦ୍ୱାରା, ସଚ୍ଚା ଉପାସନା ଦ୍ୱାରା, ସଚ୍ଚା ଭଗବଦ୍ ଭକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆମ ଅନ୍ତରାତ୍ମାର ବିସ୍ତାର ହୋଇ ପାରିବ, ଆମ ଅନ୍ତରାତ୍ମାରେ ପରମାତ୍ମା ପ୍ରକଟ ହୋଇ ପାରିବେ ।

ସଚ୍ଚା ସାଧନା ଦ୍ୱାରା, ଉପାସନା ଦ୍ୱାରା, ପ୍ରାର୍ଥନା ଦ୍ୱାରା, ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାରା, ଭକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆମର ଚିତ୍ତଶୁଦ୍ଧି ହେବ, ଆମର ମନ ନିର୍ମଳ ହେବ, ନିଶ୍ଛଳ ହେବ, ନିଷ୍କପଟ ହେବ ଆଉ ଆମର ଆତ୍ମାରେ ପରମାତ୍ମା ପ୍ରକଟ ହୋଇପାରିବେ । ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ, ଏହି ରୂପାନ୍ତରଣ ବାହ୍ୟ ନୁହେଁ, ବରଂ ଆନ୍ତରିକ ହେବ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସଚ୍ଚା ଉପାସନା, ପ୍ରାର୍ଥନା, ଭକ୍ତି ହେତୁ ଆମକୁ ଆମ ଭିତରେ ଆମୂଳଚୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ଆମର ରୀତିନୀତି ଓ ମାନ୍ୟତାଗୁଡ଼ିକରେ ଆମୂଳଚୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ଶରୀର, ମନ ଓ ଆତ୍ମା ଏହି ତିନିଟି ସ୍ତରରେ ହିଁ କାମ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ଶରୀରରେ ଶାରୀରିକ ସାଧନା କରି, ଶରୀରକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଓ ପବିତ୍ର କରି ଏହାକୁ ଆତ୍ମରୂପ ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିର କରିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ଶରୀରର କୋଣ-ଅନୁକୋଣକୁ ପବିତ୍ର କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମକୁ ଆମର ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ସାତ୍ତ୍ୱିକତା ଓ ପବିତ୍ରତାର ଧ୍ୟାନ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଭଗବାନଙ୍କ ମନ୍ଦିର ରୂପ ଦେହ ରୂପୀ ଦେବାଳୟକୁ ନିଶା, ମାଂସାହାର, ଅନୀତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ଅନ୍ନ ଏବଂ ଦୁରାଚାର, ବ୍ୟଭିଚାରରୁ ଦୂରେଇ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସଂଯମର ଯଥୋଚିତ ପାଳନ କରିବାକୁ ହେବ ।

ମନକୁ ଈର୍ଷା, ଦ୍ୱେଷ, ଘୃଣା, ବାସନା ଆଦି ନକାରାତ୍ମକ ବିଚାର ଗୁଡ଼ିକରୁ ମୁକ୍ତ କରି ତାକୁ ପବିତ୍ର କରିବା ପାଇଁ ଶାସ୍ତ୍ର ଓ ବୁଦ୍ଧପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ସତ୍ସାହିତ୍ୟର ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ବ୍ରତ, ଉପବାସର ଅଭ୍ୟାସ ସହିତ ନିଜର ମନକୁ ସତତ ସକାରାତ୍ମକ ଓ ପବିତ୍ର ଭାବ, ବିଚାର ଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା ପବିତ୍ର କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆମକୁ କୁସଙ୍ଗରୁ ଦୂରେଇ ରହି ସଙ୍ଗର ସେବନ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମେ ଆମର ଆତ୍ମାରେ ସତତ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସାକାର ବା ନିରାକାର ସ୍ୱରୂପର ଚିନ୍ତନ, ସ୍ମରଣ, ଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ପ୍ରକାରର ସତତ ଅଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଆମର ସାଧନାରେ, ପ୍ରାର୍ଥନାରେ, ଉପାସନାରେ ପ୍ରଗାଢ଼ତା ଆସିଯିବ ।

ଆମେ ଯେତେବେଳେ ବି ଉପାସନାରେ ବସିବା, ସେତେବେଳେ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ ନିଜର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆତ୍ମଦାନ କରିଦେବା, ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିଦେବା । ଉପାସନାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ପାଖରେ ବସିବା । କାହା ପାଖରେ ବସିବା ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପାଖରେ ବସିବା । ସେହି ପ୍ରଭୁ ସତ୍ୟ ସ୍ୱରୂପ, ଜ୍ଞାନ ସ୍ୱରୂପ, ପ୍ରେମ ସ୍ୱରୂପ, ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପ ଅଟନ୍ତି, ଯିଏ ସର୍ବତ୍ର ଅଛନ୍ତି, ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଓ ଯିଏ ଆମ ଭିତରେ ଆତ୍ମଚେତନା ରୂପେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷଣ ଉପସ୍ଥିତ ଅଛନ୍ତି । ଉପାସନାରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ ଆବଶ୍ୟକ । ଉପାସନାରେ କୌଣସି ଯାଚନା ନାହିଁ । କୌଣସି ଇଚ୍ଛା ନାହିଁ, କୌଣସି ଦାବି ନାହିଁ, କୌଣସି ରାୟ ନାହିଁ । ଉପାସନାରେ ଏପରି କୌଣସି ଭାବନା ନାହିଁ ଯେ ଏହା ହିଁ ହେବା ଉଚିତ, ଏହା ହୋଇ ନପାରେ, ଏହା ହେବା ଉଚିତ, ଏହା ହେବା ଅନୁଚିତ । ଏହି ସବୁ ମାନ୍ୟତା, କାମନାକୁ, ଇଚ୍ଛାକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରିଦେବାକୁ ହେବ ।

ହୃଦୟକୁ ସମସ୍ତ ଇଚ୍ଛାରୁ ଓ ବୁଦ୍ଧିକୁ ସମସ୍ତ ନିଜ-ସଂକଳ୍ପରୁ ମୁକ୍ତ କରିନେବାକୁ ହେବ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ହେବ, ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତରେ ସ୍ୱୟଂକୁ ଓ ସ୍ୱୟଂ ଭିତରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଅଖେଳ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ମାନିବାକୁ ହେବ । ଉପାସନାରେ ନିଜର ସମସ୍ତ ସତ୍ତାକୁ ସର୍ବଜ୍ଞ, ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ହାତରେ ସମର୍ପି ଦେବାକୁ ହେବ । ସ୍ୱୟଂକୁ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ହାତରେ ଏପରି ସମର୍ପି ଦେବାକୁ ହେବ, ଯେପରିକି ଇଂଜିନ ଡ୍ରାଇଭର ହାତରେ ସ୍ୱୟଂ ରହିଥାଏ, ପୁଣି ଡ୍ରାଇଭରର ଇଚ୍ଛାରେ ହିଁ ଇଂଜିନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଉପାସନାରେ, ଧ୍ୟାନରେ, ଭକ୍ତିରେ, ପ୍ରେମରେ ଆମେ ଯେତେବେଳେ ନିଜକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ହାତରେ ଏପରି ସମର୍ପି ଦେଇଥାଉ ତ ଭାଗବତ ପ୍ରେମ, ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ ନିର୍ବିକାର ବୁଦ୍ଧି ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ ଏବଂ ନିଜର ଭାଗବତ ଲୀଳାକୁ ଚରିତାର୍ଥ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଜୀବମ୍ ମଧ୍ୟରେ ନର ରୂପରେ ଯେଉଁ ନାରାୟଣ ବସିଛନ୍ତି, ସେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ, ଜ୍ଞାନବାନ୍ ଓ ଆନନ୍ଦମୟ ରୂପରେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେବାକୁ ଲାଗନ୍ତି ; ଯେପରି ସମିଧା ଅଗ୍ନିରେ ବସି ଅଗ୍ନିମୟ ହୋଇଯାଏ, ସେହିପରି ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ଉପାସନା ଓ ଧ୍ୟାନ କରୁ କରୁ ନର ଭିତରେ ହିଁ ନାରାୟଣ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗନ୍ତି ।

ଆମେ ଅହଂକାରକୁ ମଧ୍ୟ ମୂଳରୁ ଉପାଡ଼ି ଫିଙ୍ଗିଦେବାକୁ ହେବ । ଫଳରେ ଆମେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆନନ୍ଦ, ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାନ୍ତି ଓ ଜ୍ଞାନ ତଥା ଭାଗବତ ସତ୍ତାଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ମଣ୍ୟତାକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିପାରିବା ଏବଂ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଏହି ଇଚ୍ଛା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇପାରିବ । ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଉପାସନାରେ, ଧ୍ୟାନରେ, ପ୍ରାର୍ଥନାରେ, ଭକ୍ତିରେ, ପୂଜାରେ, ଅର୍ଚ୍ଚନାରେ ସ୍ୱୟଂକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ହାତରେ ଏହିପରି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ କରିଦେଇଥାଉ, ସେତେବେଳେ ପୁଣି ଆମ ପାଇଁ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଯୌଗିକ କ୍ରିୟାର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ି ନଥାଏ । ସେତେବେଳେ ସ୍ୱୟଂ ଈଶ୍ୱର ହିଁ ଆମ ମଧ୍ୟରେ ସାଧକ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ସ୍ତ୍ରୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ : ନୂଆ ବାହାଘର ବେଳେ ତମେ ମତେ ବହୁତ ଭଲ ପାଉଥିଲ । ପ୍ରାୟ ସବୁଦିନ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟରେ ଖୁଆଉଥିଲ । ହେଲେ ଏବେ ତ ତମେ ଆଉ ଜମା ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ ନେଉନ ।

ସ୍ୱାମୀ: ଏବେ ତମେ ରୋଷେଇ ଶିଖିଗଲଣି । ଆଗରୁ ପୋଡ଼ାଜଳା ଖାଇବା ଠାରୁ ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ ସିନା ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ ନେବାକୁ ବାଧ ହେଉଥିଲି ।

× × × × × ×

ପପୁ ହାତରେ ଏକ ବରଫ ରଖି ନିରିଖେଇ ଦେଖୁଥାଏ । ଏହା ଦେଖି ରାଜେଶ: ଆରେ କ'ଣ ଏତେ ମନଧ୍ୟାନ ଦେଇ ଦେଖୁଛୁ ?

ପପୁ: ଦେଖୁଛି ପାଣି କେଉଁଠୁ ଲିକ୍ ହେଉଛି ।

× × ×

ମିନା ଟିନାକୁ: ମତେ ସନ୍ଦେହ ହେଉଛି ତୋ ସ୍ୱାମୀ ଆଉ େ କ । ଉ ଝିଅ ଚକ୍କରରେ ପଡିଗଲେଣି ।

ଟିନା: ତୁ କେମିତି ଜାଣିଲୁ ?

ମିନା: କାଲି ତାଙ୍କ ବାଇକ୍ ପଛରେ ଝିଅଟିଏ ବସିଥିବା ଦେଖିଲି ।

ଟିନା: କ'ଣ ?

ମିନା: ହଁ, ବା । ଏବେ ତୁ କ'ଣ କରିବୁ ?

ଟିନା: କାଲିଠୁ ମୁଁ ମୋ ବୟଫ୍ରେଣ୍ଡକୁ ତାଙ୍କ ପଛରେ ଲଗେଇଦେବି ।

× × × ×

ପତି : ଜାନୁ ଆଜି ଏମିତି ଚା' ତିଆରି କର ଯାହାକୁ ପିଇବା ମାତ୍ରେ ଶରୀର ଝୁମିବା ସହିତ ମନ ନାଚି ଉଠିବ ।

ପତ୍ନୀ : ଜାଣିଲ ଆମର ଏଠି ମଇଁଷି କ୍ଷୀର ଆସେ, ନାଗିନ ନୁହେଁ ।

× × × ×

ଜଣେକ ମୋଟି ମହିଳା ଡାକ୍ତରଙ୍କ ନିକଟକୁ ଯାଇ କହିଲେ ଡାକ୍ତର ସାହାବ ଆପଣ ତ କହିଥିଲେ ଖେଳିଲେ ମୋଟାପଣ କମି ଯିବ ମୁଁ ପତଳା ହୋଇଯିବି ।

ଡାକ୍ତର : ତେବେ କୁହନ୍ତୁ, ଆପଣ କେଉଁ ଖେଳ ଖେଳୁଛନ୍ତି ।

ମୋଟି ମହିଳା: ସାର ମୁଁ ପ୍ରତି ଦିନ ପ୍ରାୟ ୪ ଘଣ୍ଟା ଲୁଡୁ ଖେଳୁଛି ।

ଡାକ୍ତର: କାବ୍ ହିନ ।

× × × × × ×

ଜଣେ ସୁନ୍ଦରୀ ଝିଅ ରାସ୍ତାରେ ଯିବା ବେଳେ ରାମୁକୁ ଉଚ୍ଚ ସ୍ୱରରେ ଡାକି କହିଲା ଭାଇଜାନ୍ ଦୟା କରି ଟିକେ ଶୁଣିବେ କି ?

ରାମୁ: ମାଡମ୍ । ପ୍ରଥମେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଅ ମୁଁ ତୁମର ଭାଇ ନା ଜାନ୍, ଏଥିରୁ କେଉଁଟା ଠିକ୍ ।

ସୁନ୍ଦରୀ କାବା ।

× × × × ×

କର୍ମଚାରୀ: ସାର୍ ଆପଣ ଅଫିସରେ କେବଳ ବିବାହିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କାହିଁକି ରଖିଛନ୍ତି ?

ବସ୍: କାରଣ ବିବାହିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଅପଦସ୍ତ ସହ୍ୟ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ରହିଥାଏ, ସେମାନେ ଘରକୁ ଶୀଘ୍ର ଯିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା- ୨୬, ୦୩ - ୦୯ ଜୁଲାଇ ୨୦୨୨

ସଙ୍କଟରେ ଗଜରାଜ

ପୁରୀ ମହାରାଜାଙ୍କୁ ଗଜପତି ବୋଲି କୁହାଯାଏ । କାରଣ ଓଡ଼ିଶାରେ ଗଜ ଅର୍ଥାତ୍ ହସ୍ତୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବହୁତ ଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ଗଜପତିଙ୍କ ରାଜ୍ୟ ଓଡ଼ିଶା ଏବେ ଗଜଶୂନ୍ୟ ହେବାକୁ ବସିଛି । ଶିମିଳିପାଳ, ସାତକୋଶିଆ ଏବଂ କେନ୍ଦୁଝରଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଚନ୍ଦକା ତଥା ରେଢ଼ାଖୋଲର ଘଞ୍ଚ ଜଙ୍ଗଲ ହିଁ ହାତୀଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ସ୍ଥଳୀ ଥିଲା । ମାତ୍ର ପରିତାପର ବିଷୟ ଯେ ଗତ ଦୁଇ ଦଶନ୍ଧିରେ ଜଙ୍ଗଲ କ୍ଷୟ, ଖାଦ୍ୟ ଅଭାବ ତଥା ହାତୀ ଶିକାର ଯୋଗୁ ହାତୀବଂଶ ଲୋପ ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଦିନ ଆସିବ ଓଡ଼ିଶା ହାତୀଶୂନ୍ୟ ହୋଇଯିବ ।

କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଶିକାରୀ ଗୁଳି ମାଡ଼ରେ ହାତୀଙ୍କ ଜୀବନ ଯାଉଛି । କେହି କେହି ଅପରିଣାମଦର୍ଶୀ ଲୋକ କଦଳୀ ଗଛରେ ଏବଂ ପାଚିଲା ପଣସରେ ବିଷ ଦେଇ ହାତୀକୁ ମାରୁଛନ୍ତି । ଏହାର ଅସଲ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା, ହାତୀ ଦାନ୍ତକୁ ନେଇ ବାହାରେ ବିକ୍ରି କରି ଲାଭବାନ ହେବ । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ଟ୍ରେନ୍ ଧକ୍କା, ଗାଡ଼ି ଧକ୍କା ଓ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଘାତରେ ମଧ ହାତୀ ମରୁଛନ୍ତି । ବର୍ଷକୁ ବର୍ଷ ଏଭଳି ଧାରା ଜାରି ରହିଲେ ହାତୀ ବଂଶ ଅଚିରେ ଲୋପପାଇବ ତାହା ଏବେଠୁ ଜଳଜଳ ହୋଇ ଦେଖାଯାଉଛି । ଏନେଇ ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଓ ପରିବେଶବିତ୍‌ମାନେ ମଧ ଚିନ୍ତାପ୍ରକଟ କଲେଣି ।

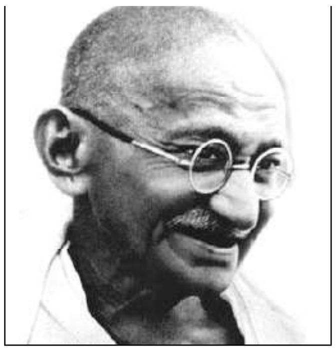
ରାଜ୍ୟରେ ଗତ ଅଢ଼େଇ ବର୍ଷରେ ଅର୍ଥାତ୍ ୨୦୨୦ ମସିହା ପ୍ରାରମ୍ଭରୁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୧୭୫ଟରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ହାତୀ ସରକାରୀ ହିସାବରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କଲେଣି । ଏହାବାଦ୍ କିଛି ଜାଗାରେ ମଧ ଫରେଷ୍ଟ ଗାର୍ଡ ଇତ୍ୟାଦିଙ୍କ ଅବହେଳାରୁ ହାତୀ ଶିକାର ହେଉଛି । ସେସବୁ ହାତୀକୁ ଦଣ୍ଡ ଭୟରେ ଜଙ୍ଗଲ କର୍ମଚାରୀମାନେ ବା ଶିକାରୀମାନେ ପୋତି ପକାଉଛନ୍ତି । ଯେଉଁ ମୃତ ହାତୀଙ୍କ କଥା ଉଲ୍ଲେଖ କଲି ତନ୍ମଧ୍ୟରୁ ୩୯ଟି ହାତୀଙ୍କୁ ଶିକାରୀମାନେ ଗୁଳିକରି ବିଭିନ୍ନ ଅସ୍ତ୍ର, ବିଷ କିମ୍ବା ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଘାତ ଦେଇ ମାରିଛନ୍ତି । ହିସାବ ଅନୁସାରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ କରେଣ୍ଟ ଲାଗି ୫ ହାତୀଙ୍କ ଜୀବନ ଯାଇଥିବା ବେଳେ ଟ୍ରେନ୍ ଧକ୍କାରେ ୧୩ ହାତୀଙ୍କ ଜୀବନ ଯାଇଛି । ସେହିପରି ୭୦ ହାତୀ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ କିମ୍ବା ଅସାବଧାନତାବଶତଃ ଖାତରେ ପଡ଼ି ମରିଛନ୍ତି । ଏହି ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ମଧ୍ୟରେ ୪୧ ହାତୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁର ପ୍ରକୃତ ତଥ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ପାଖରେ ନାହିଁ । ବନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଏହି ୪୧ ହାତୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ ଶିକାରୀଙ୍କ ଶିକାର ଯୋଗୁଁ ମରିଛନ୍ତି ।

ଏସ୍‌ଟିଏଫ୍ ଗତ ଅଢ଼େଇ ବର୍ଷରେ ୨୪ଟି ହାତୀଦାନ୍ତ ଜବତ କଲେଣି । ତେଣୁ କେତେ ଦନ୍ତାହାତୀଙ୍କୁ ହତ୍ୟାକରି ଶିକାରୀମାନେ ଦାନ୍ତ ନେଇଯାଉଛନ୍ତି ତା'ର ସବିଶେଷ ତଥ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ନିକଟରେ ନାହିଁ । ହାତୀ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ବର୍ଷକୁ ପ୍ରାୟ ଦେଢ଼କୋଟି ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହେଉଛି । ପାଟ୍ରୋଲିଂ ପାଇଁ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହେଉଛି । ଏଥିପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବନ କର୍ମଚାରୀ ନିୟୋଜିତ ଅଛନ୍ତି । ହାତୀ କରିଡର ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛି । ଏତେସବୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥାଇ ମଧ ବନ ବିଭାଗ ହାତୀ ମୃତ୍ୟୁ ରୋକିବାରେ ବିଫଳ ହେଉଛି । ଶିକାରୀମାନେ ଯେ ନିର୍ଭୟରେ ହାତୀ ଶିକାର କରୁଛନ୍ତି ତା' ନୁହେଁ, ଅସାଧୁ ବନ କର୍ମଚାରୀ ଏବଂ ଶିକାରୀଙ୍କ ମଧୁଚନ୍ଦ୍ରିକାରେ ହାତୀ ଶିକାର ଚାଲିଛି । ଏହା ଯେକୌଣସି ସାଧାରଣ ଲୋକ ମଧ ବିନା ଅନୁସନ୍ଧାନରେ କହିବ । ଉଦ୍‌ବେଗଜନକ ତଥ୍ୟ ହେଲା ୨୦୦୮ରୁ ବନ୍ୟଜନ୍ତୁ ଶିକାରକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ସରକାର ସ୍ପେଶାଲ ଷ୍ଟ୍ରାଇକିଂ ଫୋର୍ସ ଗଠନ ପାଇଁ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ମାତ୍ର ଘୋଷଣା ହିଁ ଘୋଷଣାନାମାରେ ରହିଯାଇଛି । ଅମଲାତନ୍ତ୍ରର ନାଲିଫିତା ଯୋଗୁଁ ଏହା ଠିକ୍ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇପାରିଲା ନାହିଁ ।

ରାଜ୍ୟରେ ୫ ବର୍ଷ ହେଲା ହାତୀ ଗଣନା ହୋଇନାହିଁ । ଶେଷଥର ଲାଗି ୨୦୧୭ରେ ରାଜ୍ୟରେ ହାତୀ ଗଣନା କରାଯାଇଥିଲା । ସରକାରୀ ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ସେତେବେଳେ ରାଜ୍ୟରେ ହାତୀ ସଂଖ୍ୟା ୧୯୭୬ ଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ହାତୀ ସଂଖ୍ୟା କେତେ ତାହାର ସବିଶେଷ ବିବରଣୀ ସରକାର ଦେଇପାରିବେ କି ନାହିଁ ସନ୍ଦେହ । ୨୦୧୭ ଠାରୁ ଅଦ୍ୟାବଧି ହାତୀ ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ି ଚାଲିଛି । ଖାଲି ସେତିକି ନୁହେଁ, ଖାଦ୍ୟ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ହାତୀ ପଡ଼ୋଶୀ ଛତିଶଗଡ଼ ଓ ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗର ଜଙ୍ଗଲକୁ ପଳାଇଯାଉଥିବାରୁ ରାଜ୍ୟରେ ହାତୀ ସଂଖ୍ୟା ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ହ୍ରାସ ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ଏସବୁ ଉପରୁ ପରଦା ହଟିଯିବା ଭୟରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ବନ ବିଭାଗ ହାତୀ ଗଣନା କରୁନାହାନ୍ତି । ଜଙ୍ଗଲ କାଟି ସଫା କରିବା ଦ୍ୱାରା ହାତୀମାନେ ଖାଦ୍ୟ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ସହରମୁହାଁ ବା ଗ୍ରାମମୁହାଁ ହେଉଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଫସଲକୁ ରକ୍ଷାକରିବା ପାଇଁ ହାତୀ ଶିକାର ହେଉଥିବା ମଧ ଅସ୍ୱୀକାର କରିହେବ ନାହିଁ । ଅସଲ କଥା ହେଉଛି, ସରକାର ବନୀକରଣ ନାମରେ କୋଟିକୋଟି ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ମଧ ବେଶ୍ କିଛି ଅର୍ଥ ଶ୍ରାଦ୍ଧ କରୁଛନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଫଳ ଆଶାନୁରୂପ ହେଉନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଏପରି କାହିଁକି ହେଉଛି ? ହାତୀ ମଲେ କୌଣସି ଉଚ୍ଚ ପଦାଧିକାରୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଆଯାଉ ନାହିଁ । ଦରକାର ପଡ଼ିଲେ କେବଳ ଫରେଷ୍ଟର ଏବଂ ଫରେଷ୍ଟ ଗାର୍ଡଙ୍କୁ ନିଲମ୍ବନ କରାଯାଉଛି ଏବଂ କିଛିଦିନ ପରେ ସେମାନେ ଚାକିରିରେ ପୁନଃ ଅବସ୍ଥାପିତ ହେଉଛନ୍ତି । ଅସଲ କଥା ହେଉଛି ଚାକିରି ଯିବା ଭୟରେ ତଳିଆ କର୍ମଚାରୀମାନେ ହାତୀମୃତ୍ୟୁକୁ ଲୁଚାଇବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହେଉଛନ୍ତି । ଯେଉଁଭଳି ମାତ୍ରାରେ ହାତୀ ମୃତ୍ୟୁ ବଢ଼ିଚାଲିଛି, ଆଉ କିଛି ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଓଡ଼ିଶା ହାତୀଶୂନ୍ୟ ହୋଇଯିବ ।

ବ୍ୟକ୍ତି

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ସମାଜରେ ଜୀବନ ବଞ୍ଚିବାକୁ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ସ୍ୱାଧୀନତା ଓ ପରସ୍ପର-ନିର୍ଭରଶୀଳତା ଦୁଇଟିଯାକର ସମାନ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । କେବଳ ଜଣେ ରବିସନ୍ କ୍ରୁସୋ ହିଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ସ୍ୱାବଲମ୍ବୀ ରହି ଚଳିଯାଇ ପାରିବ । ଆପଣାର ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡ଼ିକର ପୂରଣ କରି ସାରିବା ନିମନ୍ତେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେତେବେଳେ ଯଥାଶକ୍ତି ସବୁ କରିସାରିବ, ତେବେ ତଥାପି ବାକି ରହି ଯାଇଥିବା ଅନ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ସେ ନିଶ୍ଚୟ ତା'ର ପ୍ରତିବେଶୀମାନଙ୍କର ସହଯୋଗ ଲୋଡ଼ିବାକୁ ଯିବ । ତାହାକୁ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ସହଯୋଗ କୁହାଯିବ । ଆତ୍ମାର ଅନ୍ୱେଷଣ ଉତ୍ତୋଳିତ ଓ ଉଦାର କରେ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଅନ୍ୱେଷଣ ତଳକୁ ଖସାଇନିଏ । ଆମେ ସାମାଜିକ ଜୀବନର କଳା ଏବଂ ଗୁଣଟିକୁ ଅବଶ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କରିବା, ଯେଉଁଥିରେ କି ସହଯୋଗ ପରିଧି ସତେ ପ୍ରଶସ୍ତ ଓ ଅଧିକ ପ୍ରଶସ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗିଥିବ ଏବଂ ସର୍ବଶେଷରେ ତାହା ସମଗ୍ର ମାନବସମାଜକୁ ମଧ ବେଷ୍ଟିତ କରି ନେଇପାରିବ ।

ଏପରି କୌଣସି ଗୋଟିଏ ମଧ ଗୁଣ ନାହିଁ, ଯାହାକି କେବଳ ବ୍ୟକ୍ତିର ଉପକାରକୁ ହିଁ ଆପଣାର ଲକ୍ଷ୍ୟରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିଛି ଓ ସେତିକିରେ ତୁଷ୍ଟ ହୋଇ ରହିଯାଉଛି । ଅପର ପକ୍ଷରେ, ଏପରି କୌଣସି ଅପରାଧ ନାହିଁ, ଯାହାକି ପରୋକ୍ଷ ଅଥବା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଭାବରେ, ପ୍ରକୃତ ଅପରାଧୀଟି ବ୍ୟତୀତ ଆହୁରି ଅନେକ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କୁ ମଧ କ୍ଷୁର୍ଣ୍ଣ ନ କରୁଛି । ତେଣୁ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରକୃତରେ ଭଲ କି ମନ୍ଦ, ତାହା କେବଳ ତା' ନିଜର ହିଁ ଭାବିବାର କ୍ଷେତ୍ର ନୁହେଁ, ମାତ୍ର ବସ୍ତୁତଃ ସେଥିରେ ସମସ୍ତ ଗୋଷ୍ଠୀ, ଏପରିକି ସମଗ୍ର ପୃଥିବୀର ମଧ ସଂପୃକ୍ତ ହେବାର ଅବକାଶ ରହିଛି ।

ମନୁଷ୍ୟସମାଜ ଏକ, କାରଣ ସମସ୍ତେ ସମାନଭାବରେ ନୈତିକ ବିଧାନଟିର ଅଧୀନ ହୋଇ ରହିଛନ୍ତି । ଭଗବାନଙ୍କ ଆଖିରେ ସମସ୍ତେ ସମାନ । ସଂସାରରେ ଜାତି ଓ ଆସନ ପ୍ରଭୃତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାର୍ଥକ୍ୟମାନ ରହିଛି ସତ; ମାତ୍ର ଜଣେ ମନୁଷ୍ୟ ଯେଡ଼େ ଉଚ୍ଚ ଆସନ ଲାଗି ଯୋଗ୍ୟ ହୋଇପାରୁଛି, ସେହି ଅନୁସାରେ ତା'ର ଦାୟିତ୍ୱ ମଧ ସେତିକି ବଢ଼ିଯାଉଛି । ମୁଁ ଆଦୌ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ନାହିଁ ଯେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଦିଗରେ ଉନ୍ନତି କରି କରି ଯାଉଥିବେ ଏବଂ ତା' ଚାରିପାଖରେ ବାସ କରୁଥିବା ଲୋକମାନେ ଦୁଃଖ ଭୋଗ କରୁଥିବେ । ମୁଁ ଅଦ୍ୱୈତରେ ବିଶ୍ୱାସ କରେ, ସବୁ ମନୁଷ୍ୟଙ୍କର ସତ୍ୟଗତ ଏକଧର୍ମିତାରେ ମଧ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ଏବଂ ସେହି କାରଣରୁ ଜୀବନ ଧାରଣ କରିଥିବା ସକଳ ପ୍ରାଣୀଙ୍କର ଏକଧର୍ମିତାରେ ମଧ ବିଶ୍ୱାସ କରେ । ତେଣୁ, ମୁଁ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ଯେ, ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଦିଗରେ ଲାଭବାନ୍ ହେଉଛି, ତେବେ ତାହାଦ୍ୱାରା ସମଗ୍ର ପୃଥିବୀ ମଧ ଲାଭବାନ୍ ହେଉଛି, ଏବଂ ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଫଳ ହେଉଛି, ତେବେ ସେହି ମାତ୍ରାରେ ସମଗ୍ର ପୃଥିବୀ ମଧ ବିଫଳ ହେଉଛି ।

ଆତ୍ମୋତ୍ସର୍ଗରୁ ନ୍ୟାୟତଃ ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତଟି ବାହାରିବ ଯେ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଷ୍ଠୀ ଲାଗି ନିଜକୁ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିଦ, ଗୋଷ୍ଠୀ ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ନିଜକୁ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିବ, ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଦେଶ ପାଇଁ, ପ୍ରଦେଶ ଜାତି ପାଇଁ ଓ ଜାତି ପୃଥିବୀ ପାଇଁ ଆପଣାକୁ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିବ । ଗୋଟିଏ ବିନ୍ଦୁକୁ ସିନ୍ଧୁରୁ ବାହାର କରିନେଲେ ତାହା କୌଣସି କଲ୍ୟାଣକାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ ନାହିଁ ଓ ଲୁପ୍ତ ହୋଇଯିବ । ମାତ୍ର, ଯଦି ତାହା ସିନ୍ଧୁର ଗୋଟିଏ ଅଂଶ ହୋଇ ରହେ, ତେବେ ତାହା ଆପଣାର ବକ୍ଷ ଉପରେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଜାହାଜମାନଙ୍କର ଏକ ବାହିନୀକୁ ବହନ କରିବାର ଗୌରବରେ ଅବଶ୍ୟ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରି ପାରୁଥିବ ।

ଆଉ ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମନ୍ଦ କାର୍ଯ୍ୟ ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ କଦାପି ଭଲ କାର୍ଯ୍ୟ ସମଗ୍ର କ୍ଷେତ୍ର କରିବାରେ ଲାଗି ରହିଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଜୀବନ ହେଉଛି ଏକ ଅବିଭାଜ୍ୟ ମୋ' ଜୀବନଯୋଜନା ମଧ୍ୟରେ ଭାରତବର୍ଷର ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମମାର୍ଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଆଦୌ କୌଣସି ପକ୍ଷପାତ-ବିଚାର ନାହିଁ, ସେହିପରି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରଜାତିଗୁଡ଼ିକ ଲାଗି ମଧ କୌଣସି ପକ୍ଷପାତ ବିଚାର ନାହିଁ । ମୋ' ପାଇଁ, ''ମଣିଷ ଯେତେ ଯାହା ହୋଇଥାଉ ପଛକେ, ସିଏ ହେଉଛି ଜଣେ ମଣିଷ ।

ମାଇଗ୍ରେନରୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରେ ଅଦା

ମାଇଗ୍ରେନ ବା ଅଧକପାଳିର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅସହ୍ୟ । ବିଶେଷକରି ସକାଳୁ ସକାଳୁ ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ସହ୍ୟ କରିବା ଭୀଷଣ କଷ୍ଟକର । ମାଇଗ୍ରେନ୍ ଯୋଗୁ ବାନ୍ତି ଓ ଅଣନିଃଶ୍ୱାସୀ ହେଲା ଭଳି ସମସ୍ୟା ମଧ ଉପୁନ୍ନ ହୁଏ । ସାଧାରଣତଃ ବିଶୃଙ୍ଖଳିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ଓ ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ଅପପୁଷ୍ଟି ଯୋଗୁଁ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ଅବସାଦ ଯୋଗୁଁ ମଧ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ଅଧିକ ଦିନ ରହି ମାଇଗ୍ରେନର ରୂପ ନିଏ । ମାଇଗ୍ରେନ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନେକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଅଦା ଚା' ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟରେ ମାଇଗ୍ରେନ୍ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରଥମେ ଜଣାଯାଉଥିଲା ଯେ, ମାଇଗ୍ରେନ୍ ମସ୍ତିଷ୍କର ରକ୍ତ ନଳି ସଙ୍କୁଚିତ ହେବା କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଅନେକ ଗବେଷଣା ପରେ ଜଣାପଡ଼ିଛି ମାଇଗ୍ରେନ୍ ମୁଖ୍ୟ ତନ୍ତ୍ରିକାରେ ଗଡ଼ବଡ଼ ହେବା କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ । ଯଦ୍ୱାରା ନ୍ୟୁରୋଟ୍ରାନ୍ସମିଟର୍ସର ସଞ୍ଚାଳନ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ । ବିଶେଷ କରି ସେରୋଟୋନିନ୍ ହର୍ମୋନ୍ ଅସନ୍ତୁଳିତ ହୋଇ ଏହା ମାଇଗ୍ରେନରେ ପରିଣତ ହୁଏ । ମାଇଗ୍ରେନ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣାର ଉପଶମ ପାଇଁ ଅଦା ଚା' ସେବନ ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ । ଅଦା ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ମହୌଷଧି । ଅଦାରେ ଆଣ୍ଟି ଇନଫ୍ଲାମେଟୋରୀ ତତ୍ତ୍ୱ ଥାଏ । ଯାହା କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ସହଜରେ କାବୁ କରିଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ଅଦାରେ ଏଭଳି କିଛି ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ଯାହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ସକ୍ରିୟ କରି ରଖିଥାଏ । ମାଇଗ୍ରେନ୍ କାରଣରୁ ହେଉଥିବା କ୍ଲାନ୍ତି ଓ ବାନ୍ତିକୁ ମଧ ଏହା ଭଲକରେ ।

କ୍ୟାନସର ରୋଗର ସଞ୍ଜୀବନୀ ଆସପିରିନ୍

ଯନ୍ତ୍ରଣା ନିବାରକ ଔଷଧ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ଆସପିରିନ୍ ବଟିକା ଯେ ମଣିଷର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କେତେ ଉପଯୋଗୀ ତାହା ଏବେ ଗବେଷକମାନେ ଜାଣିପାରିଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଦାବି କରିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ବଟିକା ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ପ୍ରାୟ ୨୫% ହ୍ରାସ ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଉଛି । ବ୍ରିଟେନ ସ୍ଥିତ କାରଡିଫ୍ଟ ୟୁନିଭରସିଟିର କିଛି ଗବେଷକ ଏହି ବିଷୟରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ 'ଆସପିରିନ୍'ର ପ୍ରଭାବ ସମ୍ପର୍କରେ ପୂର୍ବରୁ କରାଯାଇଥିବା ୭୧ ଟି ଅଧ୍ୟୟନର ରିପୋର୍ଟ ଉପରେ ତର୍ଜମା କରିଥିଲେ । ଏହି ଆଧାରରେ ସେମାନେ କହିଛନ୍ତି କି ପୂର୍ବରୁ ହୃଦଘାତର ଆଶଙ୍କା ଦୂର କରିବା ପାଇଁ କିଛି ରୋଗୀଙ୍କ ନିୟମିତ ଭାବେ ଆସପିରିନ୍ ର ଡୋଜ୍ ଅଳ୍ପମାତ୍ରାରେ ନେବାକୁ ଡାକ୍ତରମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଥିଲେ । ହୃଦରୋଗ ପାଇଁ କ୍ୟାନସରକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ଏହା ଉପାଦେୟ ବୋଲି ମନେ କରାଯାଉଥିଲା । କିନ୍ତୁ କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଯେ ସଞ୍ଜୀବନୀ ଭଳି କାମ ଦେଉଛି, ତାହା ପୂର୍ବରୁ କାହାକୁ ଜଣା ନ ଥିଲା ।

ଏହି ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଆସପିରିନ୍ ସେବନ କରୁଥିବା ୧,୨୦,୦୦୦ କ୍ୟାନସର ରୋଗୀ ଏବଂ ତାହାକୁ ସେବନ କରୁ ନଥିବା ୪,୦୦,୦୦୦ କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ ଉପରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରିଥିଲେ । ଏହି ବଟିକା ଖାଇଥିବା ରୋଗୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧା କଲୋନ (ମଳଦ୍ୱାର) କ୍ୟାନସର ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବାକି ରୋଗୀ ସ୍ତନ ଏବଂ ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ କ୍ୟାନସର ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଥିଲେ । ସେମାନେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଥିଲେ ଯେ ଏହି ବଟିକା ନିୟମିତ ସେବନ କରୁଥିବା କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବଞ୍ଚିବାର ସମ୍ଭାବନା ଯଥେଷ୍ଟ ବଢ଼ିଯାଉଛି । ଏହି ବଟିକା ସେବନ

କରିବା ଯୋଗୁଁ କଲୋନ କ୍ୟାନସରରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରୁଥିବା ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୨୫%, ସ୍ତନକର୍କଟ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୨୦% ଏବଂ ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୧୫% ହ୍ରାସ ପାଇଥିଲା । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ପ୍ରମାଣ ମିଳିଲା କି ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ବଟିକା ସେବନ କରିବା ଯୋଗୁଁ ଟ୍ୟୁମର ଦେହର ବିଭିନ୍ନ ଭାଗକୁ ବ୍ୟାପିବା ବି ହ୍ରାସ ପାଇଥିଲା । କିଛି ରୋଗୀଙ୍କ ଠାରେ ଆସପିରିନ୍‌ର ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଯୋଗୁଁ ପାକସ୍ଥଳୀରୁ ରକ୍ତ ନିର୍ଗତ ହୋଇଥିଲା । ମାତ୍ର କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ ଦେହରେ ଅନ୍ୟ କାରଣରୁ ରକ୍ତକ୍ଷରଣ ହେବାକୁ ତୁଳନା କଲେ, ତାହା ଗୁରୁତର ନ ଥିଲା ।

ପୂର୍ବରୁ ୨୦୧୬ ମସିହାରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିବା ରିପୋର୍ଟରେ ଦାବି କରାଯାଇଥିଲା ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଦୈନନ୍ଦିନ ଗୋଟିଏ ଆସପିରିନ୍ ବଟିକାର ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ସେବନ କରେ, ତାହାହେଲେ ତା'କୁ ଭବିଷ୍ୟତରେ କଲୋନ କ୍ୟାନସର ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଏକ ପଞ୍ଚମାଂଶ କମିଯାଇଥାଏ । ହାର୍ଭାର୍ଡ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଗବେଷକମାନେ ମଧ୍ୟ ଦାବି କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଯଦି ନିୟମିତ ଏହି ବଟିକା ସ୍ୱଳ୍ପମାତ୍ରାରେ ସେବନ କରିବେ, ତାହାହେଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକାର କ୍ୟାନସର ହେବାର ଆଶଙ୍କା ପ୍ରାୟତଃ ରହି ନ ଥାଏ । ବିଶେଷକରି କଲୋନ କ୍ୟାନସର ଆଶଙ୍କା ଦୂର କରିବାରେ ଏହା ମହୌଷଧି ଭଳି କାମ ଦେଇଥାଏ । ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ୬ ବର୍ଷଯାଏ ଏହି ବଟିକା ସେବନ କରିବ, ତାହାହେଲେ ତାକୁ କଲୋନ କ୍ୟାନସର ହେବାର ଆଶଙ୍କା ୧୯% କମିଯାଇଥାଏ ।

ଏସବୁ କାରଣରୁ ଉକ୍ତ ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି କି, କ୍ୟାନସର ରୋଗୀଙ୍କ ଏବେ ଉକ୍ତ ବଟିକା ସେବନ କରିବାର ପ୍ରଭାବ ସମ୍ପର୍କରେ ଅବଗତ କରାଇ ଏହାର ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରମାନେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଗୁଣକାରୀ ଧନିଆ

ଧନିଆରେ ଅଧିକ କ୍ୟାଲସିୟମ ରହିଥିବାରୁ ଖାଦ୍ୟ ରୂପେ ଏହାକୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କଲେ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଓ ହାଡ଼ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ମୁଖରୁ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ବାହାରୁଥିଲେ ଧନିଆ ପତ୍ର ରସକୁ ନିୟମିତ ଭାବେ କୁଳି କଲେ ତାହା ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ ।

ସେହିପରି ଦାନ୍ତମୂଳରୁ ରକ୍ତ ବାହାରୁଥିଲେ ଓ ଏହା ଦୁର୍ବଳ ହେଉଥିଲେ ଧନିଆ ପତ୍ର ବାଟି ନିୟମିତ ଦାନ୍ତରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଏପରି କିଛି ଦିନ କଲେ ଦାନ୍ତମୂଳ ମଜଭୁତ ହେବା ସହ ରକ୍ତ ବାହାରିବା ମଧ୍ୟ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ ।

ଶିଶୁର କାଶ ଓ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ ହୋଇଥିଲେ ଚାଉଳ ଧୁଆ ପାଣିରେ ୧ ଗ୍ରାମ ଧନିଆକୁ ବାଟି ସେଥିରେ ଚିନି ମିଶାଇ ପାନ କରାଇଲେ କାଶ ଓ ଶ୍ୱାସ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ସେହିପରି ଅଧ କପ୍ ଧନିଆ ପତ୍ର ରସ ସହ ଅଳ୍ପ ମିଶ୍ରି ମିଶାଇ ନିୟମିତ ସେବନ କଲେ କ୍ଷୁଧାବୃଦ୍ଧି ହେବା ସହ ଭଲ ନିଦ ଏବଂ ଗ୍ୟାସ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ବାତ ରୋଗ ହୋଇଥିଲେ ଦୁଇ ଗ୍ରାମ୍ ଧନିଆ, ଏକଗ୍ରାମ ଜିରା ଓ ଏକଗ୍ରାମ କଳାଜିରାକୁ ନେଇ ଗୁଣ୍ଡ କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଗୁଡ଼ ପାକ ବିଧି ଅନୁସାରେ ପାକ କରିଲେ ବାତ ରୋଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଘିଅ

ଘିଅ ହେଉଛି ଭାରତର ଏକ ସାତ୍ତ୍ୱିକ ଖାଦ୍ୟ ଯାହା ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ରୋଷେଇ ଘରେ ନିଶ୍ଚିତ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ? ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ମଧ୍ୟ । ଘିଅରେ ଓମେଗା-୩, ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ବ୍ୟୁଟିକ୍ ଏସିଡ୍ ଆଦି ରହିଥାଏ ଯାହା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । କେଉଁ କେଉଁ ରୋଗ ପାଇଁ ଘିଅ ଅମୃତ ତୁଲ୍ୟ ।

ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ତୀବ୍ର କରେ: ଘିଅରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାର ବ୍ୟୁଟିକ୍ ଏସିଡ୍ ରହିଥାଏ ଯାହା ଶରୀରର ପ୍ରଦାହକୁ କମ୍ କରିବା ସହ ପାଚନତନ୍ତ୍ରରେ ସୁଧାର ଆଣିଥାଏ । ଏପରିକି ଏସିଡ୍ ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ୍ୟ କମ୍ କରିଥାଏ ।

ଜଳାପୋଡ଼ାଜନିତ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ଦିଏ: ଶରୀରରେ ଜଳାପୋଡ଼ା ହେଲେ, ଏହା ସବୁଠାରୁ ଲୋକପ୍ରିୟ ପ୍ରାକୃତିକ ଔଷଧ । ପୋଡି ଯାଇଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଘିଅ ଲଗାଇଲେ ଉଭୟ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ଫୁଲା କମିଥାଏ ।

ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ: ଘିଅରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ସହ ଲୌହ ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ତା ସହିତ ଭିଟାମିନ୍ ଓ ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ ରହିଥିବାରୁ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବାରେ ଏହା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ପେଟ କମାଏ: ଘିଅରେ ଥିବା ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ପେଟର ଚର୍ବି କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଓମେଗା ୩, ଓମେଗା ୬ ଓ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଶରୀରର ଆକାର କମ୍ କରିବା ସହ ଚର୍ବିକୁ ମଧ୍ୟ କମାଇଥାଏ ।

ଡାର୍କ ସର୍କଲ କମ୍ କରେ: ଅନେକ ସମୟରେ ନିଦ ନହେବା ବା ଚିନ୍ତାଗ୍ରସ୍ତ ହେବାଦ୍ୱାରା ଆଖି ଚାରିପଟେ ଡାର୍କ ସର୍କଲ ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ଏହାକୁ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଆଖି ଚାରିପଟେ ହାଲକା ଘିଅ ଲଗାଇ ପାରିବେ । ଯାହାଫଳରେ ଡାର୍କ ସର୍କଲରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇପାରିବେ ।

ଶୁଷ୍କ ଓଠକୁ ନରମ କରେ: ପ୍ରଦୂଷଣ, ଧୂଆଁ ଓ ଧୂଳି ଆଦି ଜିନିଷ ଆମ ଓଠକୁ ଶୁଷ୍କ କରିଦିଏ । ତେଣୁ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଅଳ୍ପ ଉଷୁମ ଘିଅ ନେଇ ନିଜ ଓଠରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ଦେଖିବେ ଓଠ ନରମ ଓ ମୁଲାୟମ ହୋଇଯିବ ।

ତ୍ୱଚା ସୁସ୍ଥ ଓ ଚମକ୍‌ଦାର ରୁହେ: ଘିଅ ତ୍ୱଚା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଓ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଇ ଥାଏ, ଯାହା ଫଳରେ ତ୍ୱଚା ସୁସ୍ଥ ଓ ଚମକଦାର ରୁହେ ।

ଲିଭରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ ମନ୍ଦାର ଫୁଲ

ଫୁଲର ବାସ୍ନା ଓ ଏହାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକୁ ସମସ୍ତେ ଭଲ ପାଇଥାନ୍ତି । ଏହା କେବଳ ଠାକୁର ପୂଜା କିମ୍ବା ଘର ସଜାଇବା କାମରେ ଲାଗିଥାଏ ତାହା ନୁହେଁ, ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଫୁଲ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ମହୌଷଧୀ ଭଳି କାମ କରିଥାଏ । ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ଫୁଲ କେଉଁ ସବୁ କାମରେ ଆସିଥାଏ ।

ମନ୍ଦାର ଫୁଲ: ମନ୍ଦାର ଫୁଲ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଏଥିରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ଫଳରେ ଏହି ଫୁଲ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ ସ୍ତରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଲିଭରର ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂର କରିଥାଏ । କେଶକୁ ଘନ ଓ କଳାକରେ ଏବଂ ତ୍ୱଚାରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଆଣି ଦେଇଥାଏ ।

ଲୋଟସ୍: ଏହି ଫୁଲର ବାସ୍ନା ବହୁତ ଭଲ ଓ ଆକର୍ଷକ ମଧ୍ୟ । ଏଥିରେ ରହିଥିବା ପୋଟାସିୟମ୍ ହୃଦୟ ଓ ବ୍ଲଡ଼ ସର୍କୁଲେଶନକୁ ଉତ୍ତମ କରିଥାଏ ।

ଗୋଲାପ: ଗୋଲାପ ଫୁଲକୁ ସମସ୍ତେ ଭଲ ପାଇଥାନ୍ତି । ଏହାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବାସ୍ନା ସଭିଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରିଥାଏ । ଏଥି ସହିତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଗୋଲାପ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଏହାର ପାଖୁଡ଼ା ପାଚନ କ୍ରିୟାରେ ସୁଧାର ଆଣିଥାଏ । ଏଥିସହିତ ଭିଟାମିନ୍ ଇ' ଓ ଏ'ର ଭରପୁର ଗୋଲାପ । ଏହା ତ୍ୱଚାକୁ ସୁନ୍ଦର କରିବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ନେଇଥାଏ ।

ଅପରାଜିତା: ଏହି ଫୁଲର ପତ୍ର ଚା'ରେ ମିଶାଇ ପିଇବା ଫଳରେ ଖୁବ୍ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହିତ ଚାପ ବି ଚିନ୍ତା ମୁକ୍ତ କରିଥାଏ । ଏଥି ସହିତ ଉତ୍ତମ ନିଦ ଦେବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ସାବଧାନ: କୌଣସି ମଧ୍ୟ ଫୁଲକୁ ସେବନ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଖୁବ୍ ଜରୁରୀ । ବିନା ପରାମର୍ଶରେ କୌଣସି ଫୁଲକୁ ଡାଏଟରେ ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏମିତି ବହୁତ ଫୁଲ ରହିଛି ଯାହାକି ଆଦୌ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ନୁହେଁ ଏଥିପାଇଁ ସାବଧାନ ରହିବା ଉଚିତ ।

କଫି ଦୂର କରେ କ୍ୟାନ୍‌ସର

ଦୈନନ୍ଦିନ କଫି ପିଉଥିବା ମହିଳାଙ୍କ ନିକଟରେ ଗର୍ଭାଶୟ କ୍ୟାନସର ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଥାଏ । ନିକଟରେ ବିଶ୍ୱ କ୍ୟାନସର ଗବେଷଣା କେନ୍ଦ୍ରଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାରେ ଏହି ତଥ୍ୟ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ଏହାବ୍ୟତୀତ ଦୈନିକ ୨ ରୁ ୩ କପ୍ କଫି ପିଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନିକଟରେ ଲିଭର୍ କ୍ୟାନସର ହେବାର ଆଶଙ୍କା ୫୦ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ଥାଏ ବୋଲି ଏହି ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି । ପୂର୍ବରୁ ମଧ୍ୟ କଫି ଏବଂ ଏହାର ଉପକାରୀ ଗୁଣ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନେକ ଗବେଷଣା ହୋଇଥିଲା । କଫି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶ୍ୱାସ ଏବଂ ପାର୍କିନ୍‌ସନ୍ ପରି ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ରହିଥାଏ । ୨୦୧୨ ମସିହାରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣା ଅନୁଯାୟୀ, କଫିରେ ଥିବା କଫିନ୍ ପାର୍କିନ୍‌ସନରେ ପୀଡିତ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ବରଦାନ ସ୍ୱରୂପ । ପାର୍କିନ୍‌ସନ ରୋଗ ଦୂର କରିବାରେ ଏହା ଅନେକମାତ୍ରାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ମନ ସ୍ୱରୂପ ଶୈତାନ କୋ, ବିନ ମାରେ ନହିଁ ଶାନ୍ତ ।
ଭଜନ ତଜନ କୁଛ ନହିଁ ବନେ, ଦୁଖମୟ ଜୀୱନ ଅନ୍ତ ।।୩୦।।

ଭାଷ୍ୟ - ମନରୂପୀ ଶଇତାନକୁ ବିନାଶ ନ କରିବା ଯାଏଁ ଆତ୍ମା କେବେହେଲେ ଶାନ୍ତ ହୋଇ ପାରେ ନାହିଁ । ମନର ସମ୍ବନ୍ଧରୁ ଜୀବକୁ ଶୁଭ ଅଶୁଭ କର୍ମ ଦ୍ୱାରା ଦୁଃଖ ଆଉ ସୁଖର ଉପଭୋଗ ହୋଇଥାଏ । ମନ ଥିବାଯାଏଁ ଭଜନ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ, କାହିଁକି ନା ଏହି ମନ ନିଜ ବିଷୟ ଚଞ୍ଚଳତାକୁ ଛାଡ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ମନର ସଂକଳ୍ପ, ବିକଳ୍ପ, ଉପଦ୍ରବ ଏବଂ ଅଶାନ୍ତିରେ ରହି ଏହି ଦୁଃଖମୟ ଜୀବନ ପରିଶେଷରେ ଅନ୍ତ ହୋଇଯାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନ ବ୍ୟର୍ଥ ବିଷୟ ଉପଭୋଗରେ ପଡ଼ି ନଷ୍ଟ ଭ୍ରଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ ହିଁ ତ୍ୟାଗ, ତପସ୍ୟା, ସଦାଚାର ଏବଂ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ନିଗ୍ରହରୁ ଶୁଦ୍ଧ ଆଉ ସଂସ୍କାରୀ ହୋଇ ବିକାଶ ପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହୁଏ ଏବଂ ଆତ୍ମାର ପବିତ୍ର ଉତ୍ଥାନ ହୋଇଥାଏ ।

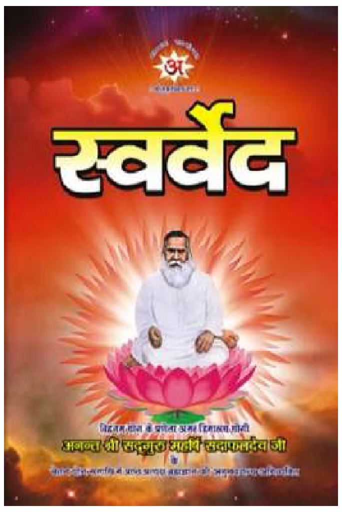
ୱିଶ୍ୱ ୱିଜୟ ରଣଧୀର ହୋ, ଜୋ ମନ ଜୀତା ଜାୟ ।
ପରମ ଶତ୍ରୁ ମନ ଜୀୱ କା, ମରି ମରି ଉଠତ ଧାୟ ।। ୩୧।।

ଭାଷ୍ୟ - ସମଗ୍ର ସଂସାର ମନ ଭିତରେ ଅଛି ଏବଂ ମନ ଭିତରେ ସବୁକିଛି ମିଳୁଥିବାରୁ ହିଁ ସଂସାରର ସମସ୍ତ ଦୃଶ୍ୟ ଭୋଗ ପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଅଛି । ମନ ହେତୁ ଆତ୍ମାକୁ ଶୁଭ ଅଶୁଭ ଓ ଦୁଃଖ ସୁଖ ଆଦିର ଭୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଯିଏ ଏହି ମନକୁ ଜିଣି ପାରିଛି ସେ ହିଁ ରଣଧୀର ଏବଂ ସେ ବିଶ୍ୱକୁ ଜୟ କରିପାରନ୍ତି । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସଂଗ୍ରାମରେ ମନ ଯେତେବେଳେ ଯୋଗର ପ୍ରତାପରେ ବଶୀଭୂତ ହୋଇ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଯୁଦ୍ଧର ବିଜେତା ରଣଧୀର ସମଗ୍ର ସଂସାର ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିଥାନ୍ତି । ମନ ଭିତରେ ହିଁ ସଂସାର ଅଛି । ସୁତରାଂ ଏକମାତ୍ର ମନକୁ ଜିଣି ପାରିଲେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱ ଉପରେ ଯୋଗୀ ବିଜୟ ଲାଭ କରିଥାଏ । ମନକୁ ଜିତିଲେ ହିଁ କେହି ସଂସାରକୁ ପରାସ୍ତ କରି ପାରିବ । ମନ ହିଁ ସଂସାରର ରାଜା ଅଟେ । ଏହାର ବିଘ୍ନ, ଉପଦ୍ରବ ଆଉ ବ୍ୟବହାରରୁ ସମଗ୍ର ସଂସାରରେ ଅଶାନ୍ତି ବ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ମନର ବିଷୟ ତରଙ୍ଗରେ ମାନବ ଜୀବନ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବାରୁ ଜୀବକୁ ସୁଖ ଶାନ୍ତି ମିଳୁନାହିଁ । ବଡ଼ ବଡ଼ ବିଦ୍ୱାନ ଯେଉଁମାନେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ସାଧନ ଭେଦ ରହସ୍ୟରୁ ବଂଚିତ ରହିଛନ୍ତି, ସେମାନେ ମନର ପଞ୍ଝାରେ ପଡ଼ି ଅନେକ କଷ୍ଟ ଏବଂ ଯାତନା ଭୋଗୁଛନ୍ତି । ସଂସାରରେ ଯାହା ମଧ୍ୟ ଦୁଃଖ ସୁଖ ଅଛି, ସବୁ ମନ ଭିତରେ ଅଛି । ମନ ହିଁ ମାୟା ଆଉ ଏହା ଜୀବର ଅଧୋଗତିର କାରଣ । ସେଥିପାଇଁ ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ମନକୁ ତାହାର ଉଦ୍‌ଗମ ଭୂମିକୁ ନେଇଯାଇ ତାହାକୁ ଶାନ୍ତ ତଥା ବିଲୟ କରିପାରିଲେ ହିଁ କେହି ଯୋଗୀ ଶାନ୍ତି ଲାଭ କରି ପାରିବେ । ମନ ହିଁ ଜୀବର ପରମ ଶତ୍ରୁ ଅଟେ । ସେ ଅନେକ ବିଧି, ପରିଶ୍ରମ ଆଉ ଉପାୟ କରିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ନିଜ ବିଷୟରାଗକୁ ଛାଡ଼ି ପାରେନାହିଁ । ବାରମ୍ବାର ପତିତ ହୋଇ ଅର୍ଥାତ୍ ଶାନ୍ତ କଳାପରେ ମଧ୍ୟ ପୁଣି ଉଠିପଡ଼ି ବିଷୟ-ଭୋଗ ନିମନ୍ତେ ଦଉଡ଼ିବାରେ ଲାଗେ । ସଂସାରରେ ଏହାକୁ ସଂହାର କରିବା ନିମନ୍ତେ କୌଣସି ଉପାୟ ନାହିଁ । ଏହି ସଂସାରକୁ କେହି ଜିଣି ପାରିବେ ନାହିଁ, ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜ ମନକୁ ଜିଣି ନ ପାରିଛନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେ ଜିତେନ୍ଦ୍ରିୟ ଏବଂ ତ୍ୟାଗୀ ହୋଇଛନ୍ତି ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଏହି ସଂସାରରୁ ପଳାୟନ କରି ଏକାନ୍ତ ଗୁମ୍ଫାରେ ଲୁକ୍କାୟିତ ରହି ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିପାରିଛନ୍ତି । ସେ ସମସ୍ତ ତ୍ୟାଗୀ ସଂସାରକୁ ଜିଣି ପାରି ନାହାନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରବଳ ମନରୂପୀ ମାୟାକୁ ଜିଣିବାରେ ସମସ୍ତେ ନିଜକୁ ଅସମର୍ଥ ମନେ କରିଛନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ଅନୁଭବ ପ୍ରକାଶରେ ଯେତେବେଳେ ମନ ସ୍ଥିର, ଅବିଚଳ ଏବଂ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ, ସେତେବେଳେ ସହଜ ଯୋଗୀ ମନଶୂନ୍ୟ ହୋଇ ଚେତନ ପ୍ରକାଶରେ ଆସି ପରମାନନ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । ଆତ୍ମାକୁ ଶୁଦ୍ଧ କରି ଆଉ ମନ ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିବାର ଏକମାତ୍ର ସହଜ ସଦୁପାୟ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ସାଧନା ଅଟେ ଯାହା ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଠାରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଶରଣରେ ହିଁ ଆଧ୍ୟାତ୍ମର ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରକଟ ହୋଇ ସାକ୍ଷାତ୍‌କାର ହୋଇଥାନ୍ତି ଏବଂ ଅନୁଭବ-ଯୋଗ-ସମାଧିରୁ ଜୀବନର ସମସ୍ତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ପ୍ରକାଶରେ ପରିଚାଳିତ ହୋଇ ମନ ଉପରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିବାର ପ୍ରୟାସ କରିବା ଉଚିତ ।

ୱିଶ୍ୱ ୱିଜୟ ସବ ଜୀତ ହୈ, ମହାରଥୀ ପର ୱୀର ।
ୱଶ କର ମନ ଅରୁ ପୱନ କୋ, ଉତରେ ଭୱ ନିଧି ତୀର ।।୩୨।।

ଭାଷ୍ୟ - ପୂର୍ଣ୍ଣ ବୀର ମହାରଥୀ ସିଏ ଅଟନ୍ତି ଯିଏ ମନରୂପୀ ଶତ୍ରୁକୁ ଜୟକରି ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱ ଉପରେ ଜୟଲାଭ କରିଛନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ବିଧାନରୁ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ବଶୀଭୂତ କରି ସଂସାର ସାଗରରୁ ପାରିହୋଇ କୂଳରେ ପହଞ୍ଚି ଯାଆନ୍ତୁ । ସଂସାର ସାଗରରୁ ପାରି ହେବା ନିମନ୍ତେ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ବଶୀଭୂତ କରିବା ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ ।

ଜୀତୋ ମନ ଅରୁ ପୱନ କୋ, ପର ପୁରୁଷାରତ ୟହ ।



ଧନ୍ୟ ଧନ୍ୟ ସୋଇ ହଁସ ହୈ, ମୁଚ୍ଛି ଭୁଚ୍ଛି ସବ ଲେହ ।।୩୩।।

ଭାଷ୍ୟ - ଆମକୁ ମନ ଆଉ ପବନ ଉପରେ ଜୟଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ, କାହିଁକି ନା ଏହା ଜୀବନର ପରମ ପୁରୁଷାର୍ଥ ଅଟେ । ମନ ଆଉ ପବନ ଉପରେ ଜୟଲାଭ କରୁଥିବା ବିଜେତା ଆତ୍ମା ମୁକ୍ତି ଆଉ ଭୁକ୍ତିରେ ପରମ ସୁଖକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି କୃତକୃତ୍ୟ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

ୟୋଗୟୁକ୍ତି ଅଭ୍ୟାସ ସେ, ୟୋଗୀ ହୋ ନିଃଶ୍ୱାସ ।
ନିଃଅକ୍ଷର ଉପଲବ୍ଧ ହୈ, ସଦ୍‌ଗୁରୁ ପର ୱିଶ୍ୱାସ ।। ୩୪।।

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଉପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ରଖୁଥିବା ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗୀ ଯୋଗର ଉପାୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାଣକୁ ଶାନ୍ତ ଏବଂ ବିଲୟ କରି ପରମ ଅକ୍ଷର ସାରଶବ୍ଦଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ମନ ୱ ପୱନ କେ ରହତ ମେଁ, ନିଃଅକ୍ଷର ରହ ନାହିଁ ।
ଦଶା ସୁଷମନାତୀତ ମେଁ, ୱେ ୱିଲୀନ ଜଗ ନାହିଁ ।।୩୫।।

ଭାଷ୍ୟ - ମନ ଆଉ ପବନ ଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ନିଃଅକ୍ଷରଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏ ଦୁହିଙ୍କର ବିଲୟ ହେଲା ପରେ ସଂସାର ମାୟା ତୁଟି ଯାଇ ସୁଷୁମ୍ନାତୀତ ଅବସ୍ଥାରେ ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ଅକ୍ଷରଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଇଡ଼ା, ପିଙ୍ଗଳା ଆଉ ସୁଷୁମ୍ନା - ଏ ତିନି ନାଡ଼ୀ ପ୍ରାକୃତିକ ଅଟନ୍ତି । ସୁଷୁମ୍ନା ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ନିଜ ପ୍ରଦେଶରେ ମିଳିତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଆଉ ଯୋଗୀ ଏହାଠାରୁ ବିଛିନ୍ନ ହୋଇ ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ୱରୂପରେ ପରମବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ୍‌କାର ଆଉ ଉପଲବ୍ଧି କରିଥାନ୍ତି ।

ଶନୈ ଶନୈ ଅଭ୍ୟାସ ମେଁ, ରହେ ନିରନ୍ତର ଲାଗ ।
ମନ ୱ ପୱନ ମଣ୍ଡଲ ଛୁଟୈ, ପହୁଁଚେ ଅନୁଭୱ ଜାଗ ।।୩୬।।

ଭାଷ୍ୟ - ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର କ୍ରମ ଅଭ୍ୟାସରେ ନିରନ୍ତର ନିଷ୍ଠା ଏବଂ ନିୟମପୂର୍ବକ ଲାଗି ରହିବା ଫଳରେ ମନ ଆଉ ପବନର ମଣ୍ଡଳ ଛାଡ଼ିଯାଏ ଏବଂ ସହଜ ଯୋଗୀ ନିଜ ଚେତନ ଅନୁଭବ ପ୍ରକଟିତ ହେବା ପରେ ଚେତନ ଲୋକକୁ ପହଞ୍ଚି ଯାଆନ୍ତି ।

ଜିନ ଜୀତା ମନ ପୱନ କୋ, ୟୋଗୀ ତାକୋ ଜାନ ।
ଔରୋ ସର୍ୱ ୱିଡ଼ମ୍ବନା, ଧୋଖା କର୍ମ ପିଛାନ ।।୩୭।।

ଭାଷ୍ୟ - ଯିଏ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ଜିଣି ପାରିଛି, ତାହାକୁ ଯୋଗୀ ବୋଲି ଜାଣନ୍ତୁ । ଏହାର ଅଭାବରେ ତାହାର ଯେତେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କର୍ମ ଅଛି, ସେ ସମସ୍ତ ଛଳନା ଏବଂ ଆଡ଼ମ୍ବର ଅଟେ । ସେଥିପାଇଁ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ଜିଣି ପାରିଲେ ଯୋଗୀ ପଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ନହିଁ ଦେଖୋ ସଂସାର କୋ, ଦେଖୋ ପରମ ଅନୂପ ।
ଅନ୍ତର ଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରେୱଶ କର, ସ୍ଥିର ରହ ୱହି ରୂପ ।।୩୮।।

ଭାଷ୍ୟ - ବାହ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିକୁ ବନ୍ଦକରି ଅର୍ଥାତ୍ ସଂସାରକୁ ନ ଦେଖି ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟିରେ ଅନ୍ତର ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ନିଜ ଚେତନ ସ୍ଥିତିରେ ବିରାଜମାନ ହୋଇ ଅନୁପମ ପରମ ତତ୍ତ୍ୱ ସାରଶବ୍ଦକୁ ଦେଖନ୍ତୁ । ଗ୍ରନ୍ଥକାର ସଦ୍‌ଗୁରୁଦେବ ଜୀ ନିଜ ଜୀବନର ଅନ୍ତିମ କ୍ଷଣରେ ମୋତେ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ବଶରେ ରଖିବା ଆଉ ମାୟାକୁ ନ ଦେଖି ନିଜ ଭିତରେ ଦେଖିବା ପାଇଁ ଉପଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ସେ କହୁଥିଲେ ଯେ ମନ ଆଉ ପବନ ସ୍ଥିର ନୁହନ୍ତି ଏବଂ ସେଥିରେ ବଡ଼ ବିପଦ ରହିଛି । ସୁତରାଂ ସବୁ କାମ ତ ହେବ ମାତ୍ର ଆଗେ ମନ ଆଉ ପବନକୁ ଯୋଗୀ ସ୍ଥିରକରି ଶେଷରେ ଶରୀରକୁ ତ୍ୟାଗ କରିଥାଏ । ଏହାକୁ ପ୍ରଥମେ ଠିକ୍ କରିନେବା ଉଚିତ । ଏହା ଯୋଗୀର ଅନ୍ତିମ ପରୀକ୍ଷା ଅଟେ, ସାରା ଜୀବନର ଅର୍ଜନ ଅଟେ । ଏହା ତାଙ୍କର ମନ ପ୍ରାଣ ଆଉ ଦେହତ୍ୟାଗ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମୋ ପାଇଁ ଉପଦେଶ ଅଟେ ।

ମଣ୍ଡଲ କେ ଅନ୍ଦର ରହୋ, ଅଚଲ ଅକମ୍ପ ଅଡୋଲ ।
ନିରଖି ପରଖି ଧର ଶବ୍ଦ କୋ, ୟହ ସତ ପୁରୁଷ ଅମୋଲ ।।୩୯।।

ଭାଷ୍ୟ - ଅନୁପମ, ଅମୂଲ୍ୟ ପରମ ପୁରୁଷ ନିତ୍ୟ ଚେତନ କୂଟସ୍ଥ ଅଟନ୍ତି । ତାଙ୍କ ଠାରେ କମ୍ପ ଅଥବା ଗତି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ନିଜ ଚେତନ ମଣ୍ଡଳ ଭିତରେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଅନୁଯାୟୀ ତାଙ୍କୁ ସ୍ଥିର ହୋଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ନିରୀକ୍ଷଣ କରି ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରନ୍ତୁ । ନିଜ ମଣ୍ଡଳ ଭିତରେ ଚେତନା ସ୍ଥିର ହେବା ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଧ୍ୟେୟ, ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

ଉତ୍ତମ ସହଜାୱୃତ୍ତି ହୈ, ଶବ୍ଦ ନିରନ୍ତର ଲାଗ ।
ମହଲ ସୁକ୍ଷ୍ମ ଭୀନା ରହେ, ସୁରତି ସୋହାଗିନି ଜାଗ ।।୪୦।।

ଭାଷ୍ୟ - ସନ୍ଥ ଶୁଦ୍ଧ ଚେତନ ସୁରତି ଜାଗ୍ରତ ହେବା ପରେ ସହଜାବୃତ୍ତିରୁ ଶବ୍ଦରେ ନିରନ୍ତର ଲାଗି ରହିଥାଏ ଆଉ ଚେତନ ମଣ୍ଡଳର ଆନନ୍ଦ ପ୍ରବାହରେ ସମସ୍ତ ଆତ୍ମ ମଣ୍ଡଳ ଏବଂ ସମଗ୍ର ଦେହ ସଂଘାତ ସେହି ଶବ୍ଦ ପ୍ରବାହରେ ଅନୁରକ୍ତ ଅର୍ଥାତ୍ ଭିଜି ରହିଥାଏ । ଏହା ଶବ୍ଦାନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ଉତ୍ତମ ଏବଂ ସହଜାବୃତ୍ତି ଅଟେ । ସହଜାବୃତ୍ତିରେ ସର୍ବଦା ଚେତନା ଅନ୍ତରାକାଶରେ ନିଜ ଆସ୍ଥାନରେ ସ୍ଥିର ରହିଥାଏ ।

ଚକ୍ଷୁ ବନ୍ଦ ଖୁଲା ରହୈ, ଇସସେ ନହିଁ କୋଇ କାମ ।
ସମ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟି ଅନ୍ତର ରହୈ, ସବ ୱିଧି ପୂରଣ କାମ ।।୪୧।।

ଭାଷ୍ୟ - ଯୋଗୀର ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ଯେତେବେଳେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶୁଦ୍ଧ ରୂପରେ ଦୃଢ଼ ଆଉ ସ୍ଥିର ରହିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ବାହ୍ୟ ଚକ୍ଷୁ ବନ୍ଦ ଅଥବା ଖୋଲା ରହିଲେ ସୁଦ୍ଧା କୌଣସି ସମ୍ବନ୍ଧ ନ ଥାଏ । ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟିର ସମ୍ବନ୍ଧରୁ ହିଁ ବାହ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ବାହ୍ୟ ଚେତନା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟ ହୋଇଯିବା ପରେ ଏବଂ ତାହା ଦୃଢ଼ ତଥା ସ୍ଥିର ହୋଇଯିବା ପରେ ବାହ୍ୟ କରଣମାନଙ୍କ ଠାରୁ ସମ୍ବନ୍ଧ ଛିନ୍ନ ହୋଇଯାଏ ଆଉ ଆତ୍ମା ନିଜ ସ୍ୱରୂପରେ ବିରାଜମାନ ହୋଇ ଦୃଢ଼ ହୋଇଯାଏ । ଅତଏବ ଶୁଦ୍ଧ ଚେତନ ଦୃଷ୍ଟିରେ ପରମବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସାକ୍ଷାତକାର ହେବା ଫଳରେ ସମସ୍ତ କାମନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଜୀବନର ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଫଳତା ଲାଭ ହୋଇଥାଏ ।

ସୀମା କେ ଅନ୍ଦର ରହୈ, ବାହର ଭାଗ ନ ଜାୟ ।
ନିରତି ନିରାଲୀ ନିଗମ ଗମ, ଗଗନ ପରମ ସୁଖ ପାୟ ।।୪୨।।

ଭାଷ୍ୟ - ବିଶୁଦ୍ଧ ଅସଂଗ ନିରତି ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଅନୁସାରେ ବେଦୋକ୍ତ ମଣ୍ଡଳକୁ ଗମନ କରି ତହିଁରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇ ପରମ ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । ସୁରତି ସୀମା ବାହାରକୁ ଚାଲିଯିବା ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନର ସ୍ଥିରତା ଏବଂ ଆନନ୍ଦର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଶୁଦ୍ଧ ଚେତନ ସୁରତି ନିଜ ନିରତି ମଣ୍ଡଳ, ବିରାଜଧାମରେ ସର୍ବଦା ସ୍ଥିର ରହିଥାଏ । ସୁରତି ମଣ୍ଡଳରୁ ବାହାରି ଯାଇ ନିଜ ସ୍ଥାନକୁ ଆସିବାରେ ଘୋର ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏପରିକି ଶରୀର ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ତୁଟିଯିବାର ଭୟ ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ସ୍ମରଣରୁ ଚେତନା ନିଜ ସ୍ଥାନକୁ ଆସିଯାଏ ଏବଂ କ୍ରମଶଃ ମନ ଆଉ ପ୍ରାଣରେ ସମ୍ବନ୍ଧରୁ ଶରୀର, ଇନ୍ଦ୍ରିୟାଦିରେ ଚେତନା ପ୍ରକଟ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ଅନୁଭୂତିର ବିଷୟ ଅଟେ । ଏହି ପଂକ୍ତିର ଭାଷ୍ୟକାରଙ୍କୁ ଥରେ ଏଭଳି ସ୍ଥିତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲା, ପରନ୍ତୁ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଦୟାରୁ ସାମାନ୍ୟ ଅସୁବିଧା ହେବା ପରେ ଆତ୍ମଚେଷ୍ଟା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତି ପ୍ରବାହକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିନେଇଥିଲେ ।

ହଳଦୀର ଉପକାରିତା

ହଳଦୀ ଏପରି ଏକ ନାମ ଯାହା ଖାଦ୍ୟରେ ସ୍ୱାଦ ବଢ଼ାଇବା ସଂଗେ ସଂଗେ ଏକ ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଔଷଧ ଅଟେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ବହୁ ଉପଚାର ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରିଛି । ଏକ ଗିଲାସ ଗରମ ମିଠା ଦୁଧରେ ଏକ ଚାମଚ ହଳଦୀ ପାଉଡର ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଶରୀରରେ ଭିତରେ ହୋଇଥିବା କିଛି ମାଡ ଭଲ ହୋଇଯାଇଥାଏ ।

ହଳଦୀ ମିଶା ମିଠା ଦୁଧ ସକାଳ, ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଲଗାତାର ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ମୁହଁ ଭିତରେ ପଡିଥିବା ଛାଲଗୁଡିକ ଠିକ୍ ହୋଇଥାଏ । ଗୋଟିଏ ଚୁଟ୍ କି ହଳଦୀ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଇଲେ ଭୋକ ବଢ଼ିଥାଏ । ଏହାର ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ତନଳୀକୁ ମଧ ଲାଭ ପହଞ୍ଚିଥାଏ । ହଳଦୀ ତ୍ୱଚାର ପରଜୀବି ଜୀବାଣୁଙ୍କୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ ।

ଖଣ୍ଡ ହଳଦୀକୁ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ତାକୁ ପେଶି ଲେପ ତିଆରି କରି ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଗାଧୋଇବା ଆଗରୁ ଲଗାଇଲେ ତ୍ୱଚାରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ଆସିଥାଏ । କିଛି ହଳଦୀରେ ଗୁଣ୍ଡ କର୍ପୁର, କିଛି ପରିମାଣରେ ସୋରିଷ ତେଲ ମିଶାଇ ଲଗାଇଲେ ତ୍ୱଚାରେ ହେଉଥିବା ରୋଗ ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଦାନାଦାର ପେଶା ହଳଦୀକୁ ତାଜା ଲହୁଣୀରେ ବତୁରାଇ ତାହାକୁ ମୁହଁ ଏବଂ ହାତରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ଶୁଖିଗଲା ପରେ ତାହାକୁ ରଗଡି ବାହାର କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ତାକୁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଫଳରେ ତ୍ୱଚା ନରମ ହୋଇଥାଏ । ବେସନରେ ସୋରିଷ ତେଲ, ହଳଦୀ ଏବଂ ପାଣି ମିଶାଇ ଏକ ପେଷ୍ଟ ତିଆରି କରନ୍ତୁ । ଏହି ପେଷ୍ଟକୁ ମୁହଁ ଏବଂ ଶରୀରରେ ଭଲ ଭାବରେ ଲଗାନ୍ତୁ, ଶୁଖିଗଲେ ତାହାକୁ ବାହାର କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ତ୍ୱଚାର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ବଢ଼ିଥାଏ । ମାସିକ ଋତୁସ୍ରାବ ସମୟରେ ପେଟ ବିନ୍ଧା ହେଉଥିଲେ କିଛି ଗରମ ପାଣି ନେଇ ସେଥିରେ ହଳଦୀ ପକାଇ ତାର ବାମ୍ଫ ନିଅନ୍ତୁ, ଫଳରେ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ଠିକ୍ ହୋଇଯିବ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ବିନ୍ଧା କମିଯିବ ।

ଛୋଟ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଥଣ୍ଡା କାଶ ହେଲେ ଅଧେ କପ୍ ପାଣିରେ ଅଧ ଚାମଚ ହଳଦୀ ପାଉଡର, କିଛି ଗୁଡ,

ଜୁଆଣି ଏବଂ ଗୋଟିଏ ଲବଙ୍ଗ ମିଶାଇ ଫୁଟାନ୍ତୁ । ଭଲ ଭାବରେ ଫୁଟିଗଲା ପରେ ତାହାକୁ ଛାଣି ଦିଅନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ ଉଷୁମ ଥିବା ସମୟରେ ତାହାକୁ ଚାମଚରେ ପିଆଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଯେ କେବଳ ଥଣ୍ଡା କାଶରୁ ରକ୍ଷା କରିବ ତାହା ନୁହେଁ ପେଟରେ ଗ୍ୟାସ ହୋଇଥିଲେ ତାହା ଠିକ୍ କରିଥାଏ ।

ଶରୀରର କୌଣସି ଅଂଶ ସିଝି ଯାଇଥିଲେ ସେଥିରେ ହଳଦୀର ଲେପ ଦେଲେ ତାହା କମିଯାଇଥାଏ । ବୃଦ୍ଧବୃଦ୍ଧାଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ ବିନା ହଳଦୀରେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଭଲ ନୁହେଁ । ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଏହା କେବଳ ତାର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ପାଇଁ କୁହାଯାଇଥାଏ ।

ହଳଦୀ ପ୍ରିଜରଭେଟିଭ ହୋଇଥିବାରୁ ତାହାକୁ ଆଚାର ତିଆରି କରିବାରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଦିଆଯାଉଥିବା ଘୁଛିରେ ହଳଦୀର ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଗୁଣ ଥାଏ ।

ଥଣ୍ଡା ହେଲେ ଗୋଟିଏ କଡ଼େଇରେ ହଳଦୀକୁ ପକାଇ ତାହାକୁ ପୋଡି ଦେଇ ସେଥିରେ ଉଠୁଥିବା ଧୂଆଁକୁ ଶୁଂଘିଲେ ଥଣ୍ଡା କମି ଯାଇଥାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ହଳଦୀ ଖାଇଲେ ଏହା ଆମାଶୟ ଏବଂ ଅନ୍ତନଳୀକୁ ସଫା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । କଟା ଘାରେ ରକ୍ତସ୍ରାବକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ହଳଦୀ ଗୁଣ୍ଡକୁ ଘାରେ ଲଗାଯାଇଥାଏ । ଫଳରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ତୁରନ୍ତ ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ । ହଳଦୀ ଏକ ଭଲ ଆଣ୍ଟିସେପଟିକ୍ ଏବଂ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଅଟେ, ଯାହାର ଉଲ୍ଲେଖ ଆୟୁର୍ବେଦରେ ରହିଛି । ଏହିପରି ଭାବେ ହଳଦୀ ବହୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଏବଂ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସାରେ ଆମକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ସବୁବେଳେ ଶୁଦ୍ଧ ହଳଦୀ କିଣନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଘରେ ତିଆରି କରନ୍ତୁ କାରଣ ଏହା ଶୀଘ୍ର କାମ କରିଥାଏ । ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା ହଳଦୀଗୁଣ୍ଡରେ ରଂଗ ମିଶାଯାଉଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀର ପ୍ରତି ହାନୀକାରକ ଅଟେ । ହଳଦୀ ଏବଂ ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରାକୃତିକ ରଂଗ ଅଟେ । ଆମ ଭୋଜନକୁ ରଂଗ ଦେବା ସହିତ ସ୍ୱାଦ ଏବଂ ବାସ୍ନା ଦେଇଥାଏ ଯାହା ବ୍ୟଞ୍ଜନକୁ କରିଥାଏ ସୁସ୍ୱାଦୁ । ହଳଦୀ ଏକ ଔଷଧ କହିଲେ ଅତ୍ୟୁକ୍ତି ହେବ ନାହିଁ ।

ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ସକ୍ରିୟ କରେ ଚିନାବାଦାମ

ଚିନାବାଦାମ ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପକାରୀ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି । ବିଶେଷଭାବରେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ସକ୍ରିୟ କରିବାରେ ଏହା ଅନେକାଂଶରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କର ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଚିନାବାଦାମକୁ ସାମିଲ କରିବାକୁ ଟୋକିଓ ୟୁନିଭର୍ସିଟିର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ଭାବରେ କିଛି ସପ୍ତାହ ପରେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ବ୍ୟକ୍ତି ରକ୍ତ

ସଞ୍ଚାଳନଜନିତ ସମସ୍ୟାରୁ କେତେକାଂଶରେ ଉପଶମ ଲାଭ କରିଥିଲେ ବୋଲି ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି । ଚିନାବାଦାମରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍, ଫାଇବର ଓମେଗା-୩, ଓମେଗା ୬ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍, ଭିଟାମିନ୍-ଇ, ପୋଟାସିୟମ, ଜିଙ୍କ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଭରପୂର ହୋଇ ରହିଥାଏ । ବାଦାମରେ ଥିବା ଓମେଗା ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ୩ ଓ ୬, ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହକୁ ସକ୍ରିୟ କରିଥାଏ । ଭିଟାମିନ୍ ଓ ଖଣିଜ ଲବଣ ଏଥିରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀରରେ ଆଣ୍ଟିବଡ଼ି ଗଠନ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଚିନାବାଦାମ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ଆଫ୍ରିକା ଏମିତି ଏକ ମହାଦେଶ ଯାହା ଉତ୍ତର ଦକ୍ଷିଣ, ପୂର୍ବ, ପଶ୍ଚିମ, ଚାରିଟି ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧକୁ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ।
- ଚୀନ ବିଶ୍ୱର ଏକମାତ୍ର ଦେଶ ଯାହା ସହିତ ପୃଥିବୀର ୧୪ ଟି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଦେଶର ସୀମାନ୍ତ ଲାଗିଛି ।
- ପୃଥିବୀ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ୨୫ଟି ପର୍ବତଶୃଙ୍ଗ ମଧ୍ୟରେ ୧୯ଟି ରହିଛି ହିମାଳୟ ପର୍ବତମାଳାରେ ।
- ନାଉରୁ ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାସାଗର ମଧ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଦ୍ୱୀପରାଷ୍ଟ୍ର ଯାହାର କୌଣସି ରାଜଧାନୀ ନାହିଁ ।
- ମ୍ୟାନହାଟନରେ ଏମିତି ଅନେକ ଘର ରହିଛି ଯେଉଁଗୁଡିକର ନିଜସ୍ୱ ଜିପ୍ କୋଡ୍ ରହିଛି ।
- ସବୁଠୁ ଛୋଟ ଜାଗାର ନାଁରେ ରହିଛି ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ଅକ୍ଷର । ସ୍ୱିଡ଼େନ୍ ଆଉ ନରୱେ ମଝିରେ ରହିଛି ଏହି ସ୍ଥାନ ଯାାର ନାଁ ଇଂରାଜୀ ଅକ୍ଷର ଏ । ସ୍କାଣ୍ଡିନେଭିଆନ୍ ଭାଷାରେ ଏହାର ଅର୍ଥ ନଦୀ ।
- ପୃଥିବୀର ପ୍ରାକୃତିକ ହ୍ରଦରୁ ଅର୍ଦ୍ଧାଧିକ ରହିଛି କାନାଡ଼ାରେ । ୫୬୧ ଟି ହ୍ରଦ ରହିଛି ଏହି ଦେଶଟିରେ ଯାହା କାନାଡ଼ାର ୯ ପ୍ରତିଶତ ଅଞ୍ଚଳ ବ୍ୟାପି ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ।
- ଏଭରେଷ୍ଟ ବିଶ୍ୱର ଉଚ୍ଚତମ ପର୍ବତଶୃଙ୍ଗ ହେଲେ ମଧ ବିଷୁବ ରେଖା ଉପରେ ଥିବାରୁ ଚନ୍ଦ୍ର ପୃଷ୍ଠର ସବୁଠୁ ପାଖରେ ରହିଛି ଆଣ୍ଡିଜ୍ ପର୍ବତମାଳାର ଶିମ୍ବୋରାଜୋ ଗିରିଶୃଙ୍ଗ ।
- ସବୁଠାରୁ କ୍ଷୁଦ୍ର ରାଷ୍ଟ୍ର ଭାଟିକାନ ସିଟି । ମାତ୍ର ୦.୪୪ କିଲୋମିଟର ଅଞ୍ଚଳ ବ୍ୟାପି ରହିଛି ଏହି ଛୋଟିଆ ଦେଶଟି । ଯଦିଓ ପୃଥିବୀର ବୃହତ୍ତମ ଗୀର୍ଜା କିନ୍ତୁ ଏହି ଦେଶରେ ହିଁ ଅବସ୍ଥିତ ।

କହିପାରିବେ କି ?

୧) ରାମଚରିତ ମାନସରେ ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କ ବଳ କେତେ ଥିଲା ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି ?

(୨) ରାମ ଓ ରାବଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କେତେଦିନ ଯୁଦ୍ଧ ଚାଲିଥିଲା ?

(୩) ରାମେଶ୍ୱର ସେତୁ କେତେ ଦିନରେ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିଲା ?

(୪) ନଳ ଓ ନୀଳଙ୍କ ପିତାଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ?

(୫) ବିଭୀଷଣଙ୍କ କନ୍ୟା କିଏ ଥିଲେ ?

(୬) ରାବଣକୁ କିଏ ଜୀବନଦାନ ଦେଇଥିଲେ ?

(୭) ଦଶରଥ ପିତାଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ଥିଲା ?

(୮) ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ କେତେ ବଂଶରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା ?

(୯) ମରୀଚି କାହାର ପୁତ୍ର ଥିଲେ ?

(୧୦) ଇକ୍ଷ୍ୱାକୁ ପିତାଙ୍କ ନାମ କ'ଣ ଥିଲା ?

JUMBLE WORDS

1) BFIREB	=	6) TGEHNL	=
2) GONLUE	=	7) LTZIG	=
3) SRAHH	=	8) DLAEL	=
4) GITID	=	9) MRHTIE	=
5) VORMEE	=	10) TARTHO	=

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. ବିଶ୍ରବା, ୨.ମନ୍ଦୋଦରୀ, ୩.ପ୍ରତାପଭାନୁ, ୪.ଚନ୍ଦ୍ରହାସ, ୫.ପୌଲସ୍ୟ ବଂଶ, ୬. ହରେକୃଷ୍ଣ ମହତାବ, ୭.ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୮.ମହେନ୍ଦ୍ର ପର୍ବତ, ୯. ୬୦,୧୧୯ ବର୍ଗ କି.ମି, ୧୦. ଓଡ଼ିଆ ।

Jumble Words ର ଉତ୍ତର **:-**

(1) LOBBY (2) WOULD (3) HARBOR (4) TICKET (5) TWEAK
(6) TEMPT (7) PEBBLE (8) LAVISH (9) HABIT (10) MUSTY

ଯଥାର୍ଥ ତ୍ୟାଗର.... (ତୃତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ବିଷୟ-ବାସନା ଜୀବନର ବିକୃତି ଅଟେ । ଏହା ତ୍ୟାଜ୍ୟ । ବିଷୟ-ବାସନା ଓ ତଦ୍ୱାରା ପ୍ରେରିତ ଭୋଗଗୁଡ଼ିକ ତ୍ୟାଗ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ, କାରଣ ଏସବୁ ରହିଲେ ଜୀବନରେ ଉଚ୍ଚ ଆଦର୍ଶଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ନଥାଏ । ମନୁଷ୍ୟର ଶକ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ନ୍ୟୁନ ଏବଂ କ୍ଷୀଣ ହୋଇଯାଏ । ଏଥିରେ ଲିପ୍ତ ରହିବା ଦ୍ୱାରା, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଓ ଭୌତିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସନ୍ତୋଷ କଲା ଭଳି କୌଣସି ସଫଳତା ମିଳି ନଥାଏ । ବିଷୟ- ଭୋଗଗୁଡ଼ିକର ଚିନ୍ତନ ଜୀବନରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ବିଷମତା ସୃଷ୍ଟି କରିଦିଏ ।

ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ଚିନ୍ତନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେଥିରେ ଆସକ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଯାଏ । ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ଆସକ୍ତିରୁ କାମନା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଆଉ କାମନା ଯଦି ପୂର୍ଣ୍ଣ ନ ହୁଏ ତେବେ କ୍ରୋଧର ଉତ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକାର ବିଷୟ ଗୁଡ଼ିକର ଚିନ୍ତନ ମାତ୍ରେ ହିଁ ଅନେକାନେକ ମାନସିକ ବିକୃତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଯାଏ ଓ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜର ଶ୍ରେୟ ପଥରୁ ବିଚଳିତ ହୋଇଯାଏ । ଲିପ୍ସା ଭଲା ବିଷୟ-ଭୋଗଗୁଡ଼ିକର ହେଉ ଅଥବା ଧନ-ଦଉଲତର ହେଉ ବା ପଦ-ପ୍ରତିଷ୍ଠାର, ତାହାକୁ ସର୍ବଥା ମାନସିକ ଓ ବ୍ୟାବହାରିକ କ୍ଷେତ୍ରରୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟନ୍ତ କରାଯିବା ଉଚିତ । ମନରେ ରହୁଥିବା ସେହି ଇଚ୍ଛା ଓ ରୁଚିକୁ ମଧ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରିଦେବା ଉଚିତ; କାରଣ ଏହାଦ୍ୱାରା ବିଷୟ-ଭୋଗଗୁଡ଼ିକର ତୃଷ୍ଣା ବୃଦ୍ଧି ହେବ, ଫଳରେ ଲୋଭ, ମୋହ, ଅଭିମାନ ଆଦିକୁ ପୋଷଣ ମିଳିବ । ସ୍ୱାଦରେ ଆସକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ଭୋଜନର ସ୍ୱାଦରେ ଆସକ୍ତି ବଢ଼ୁଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ଆଳସ୍ୟ-ପ୍ରମାଦ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁ ଭୋଜନ ତାମସିକ, ବାସି, ଦୁର୍ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ ଓ ଜାହାର ଅଇଁଠା ହୋଇଥିବ ଏବଂ ଯାହା ଅନୀତି ପୂର୍ବକ ରୋଜଗାରରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିବ, ସେପରି ଭୋଜନ ତ୍ୟାଜ୍ୟ । ଶୁଦ୍ଧ, ସାତ୍ତ୍ୱିକ, ତାଜା, ହାଲୁକା, ପୌଷ୍ଟିକ ଓ ଝାଳ ବୁହାଇ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିବା ଭୋଜନ ହିଁ ଶରୀରକୁ ସ୍ୱସ୍ଥ ଏବଂ ପୁଷ୍ଟ ରଖିଥାଏ ।

ଜୀବନରେ ବାଣୀର ସଂଯମ ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ । ବାଣୀ ଦ୍ୱାରା ଅସତ୍ୟ ବଚନ, ତୋଷାମଦ, ପରନିନ୍ଦା, କଟୁଭାଷଣ, ବ୍ୟର୍ଥ ବାର୍ତ୍ତାଳାପ ତ୍ୟାଗ କରିବା ଉଚିତ । କାରଣ ଏହା ଅଶୁଭ ଓ ଅମଙ୍ଗଳକାରୀ, ଏହାଦ୍ୱାରା ଜୀବନରେ କଳହ, ପଶ୍ଚାତାପ, ଲଢ଼େଇ-ଝଗଡ଼ା, ଅଶାନ୍ତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ପରସ୍ପରର ସମ୍ବନ୍ଧ ଖରାପ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ସହିତ ଆମକୁ ଅବାଞ୍ଛନୀୟ ପ୍ରସଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ଦରକାର । ଯେଉଁ ସବୁ ଦୃଶ୍ୟ ଓ ପ୍ରସଙ୍ଗରୁ ଦୂଷିତ ମନୋଭାବ, ବାସନାଗୁଡ଼ିକୁ ପୋଷଣ ମିଳିଥାଏ, ସେଥିରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ଉଚିତ ।

ମନୁଷ୍ୟ ଯାହା କିଛି ବି ଦେଖୁଥାଏ, ତାହାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ମନ ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥାଏ, ତାହା ପ୍ରବଳ ହୋଇ ଉଠିଥାଏ ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟକୁ ସେଭଳି କ୍ରିୟା କରିବାର ପ୍ରେରଣା ଦେଇଥାଏ । ଯେକୌଣସି ସ୍ଥିତିରେ ମଧ୍ୟ ଖରାପ କାମ କରିବା, ଖରାପ ଚିନ୍ତା କରିବା ଓ ଖରାପ ଇଚ୍ଛା କରିବା ତ୍ୟାଜ୍ୟ । ପୁଣି ଖରାପ ଦେଖିବା ଓ ଖରାପ ଶୁଣିବା ଠାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରେଇ ରଖିବା ଉଚିତ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରରୁ ଅଶୁଭର ତ୍ୟାଗ କରିବା ଉଚିତ, ଫଳରେ ଶୁଭର ଉଦୟ ହେବ । କେତେ ଥର ଆମେ ଉତ୍ତେଜନାଜନିତ ମନୋଭାବରେ ପ୍ରେରିତ ହୋଇ ଖରାପ ବିଷୟକୁ ତ୍ୟାଗ କରିଦେଉ । ସାଧନ-ବସ୍ତୁ ଅଥବା ନିଜର ଉତ୍ତରଦାୟିତ୍ୱ ଓ କର୍ତ୍ତବ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ତ୍ୟାଗ କରିଦେଉ । କେତେକ ନିଜର ପରିବାରକୁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତି, କେତେକ ବସ୍ତ୍ର ବା ବସ୍ତୁ ବିଶେଷର ତ୍ୟାଗ କରି ଦିଅନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଏହା ଦ୍ୱାରା ତ୍ୟାଗର ଆବଶ୍ୟକତା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ନଥାଏ କି ତାହାର ପରିଭାଷା ସାର୍ଥକ ହୋଇ ନଥାଏ ।

ଧାନ ଦେବା ଯୋଗ୍ୟ କଥା ହେଲା ତ୍ୟାଗର ମୂଳାଧାର ମନୁଷ୍ୟର ମନଃସ୍ଥିତି । ଇଚ୍ଛା ଓ କାମନାଗୁଡ଼ିକର ତ୍ୟାଗ, ଅହଂକାର, ସ୍ପୃହା, ମୋହ, ମନୋଭାବଗୁଡ଼ିକର ତ୍ୟାଗ ହିଁ ପ୍ରକୃତ ତ୍ୟାଗ । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନୁଷ୍ୟ ଏହି ଦୂଷିତ ମନୋଭାବଗୁଡ଼ିକର ତ୍ୟାଗ କରି ନାହିଁ ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାକୁ ଶାନ୍ତି ଓ ସନ୍ତୋଷ ପ୍ରାପ୍ତି ହେବ ନାହିଁ, ତେଣିକି ଭଲା ସେ ବାହ୍ୟ ତ୍ୟାଗର ଯେତେ ପ୍ରୟନ୍ତ କରୁଥାଉ ପଛେ ।

ଗୀତାକାର ଏହି ତଥ୍ୟର ପ୍ରତିପାଦନ କରି ଲେଖିଛନ୍ତି - ସମସ୍ତ କାମନା ତ୍ୟାଗକରି, ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରୁ ନିଃସ୍ପୃହ, ମମତାରହିତ, ଅହଂକାର ତ୍ୟାଗ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଶାନ୍ତିକୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଆମେ ସଂପତ୍ତିର ତ୍ୟାଗ କରିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ମନରେ ସ୍ଥିତ ଲୋଭ ବୃତ୍ତିକୁ ଛାଡ଼ି ନଥାଉ । ଘର-ପରିବାରର ତ୍ୟାଗ କରିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ମମତା, ମୋହର ତ୍ୟାଗ କରି ନଥାଉ । ସ୍ଥାନ, ପଦ, ଅଧିକାର ଛାଡ଼ିଦେଉ, କିନ୍ତୁ ଅହଂକାର ଛାଡ଼ି ନ ଥାଉ । ଏହି କାରଣରୁ ଆମେ ସଦାବେଳେ ଅଶାନ୍ତ ଓ ଅସ୍ଥିର ରହିଥାଉ । ଯଦି ସଚ୍ଚା ମନରେ ତ୍ୟାଗ କରାଯାଏ ତ ତଦ୍ୱାରା ଶାନ୍ତି, ସନ୍ତୋଷ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଆମେ ଆବେଶରେ ଆସି ଅଥବା ଦେଖେଇ ହେବା ପାଇଁ ବାହ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କରିଥାଉ । ଏହାକୁ ଛାଡ଼ିବା ବିନା ଏକାନ୍ତ, ବନ, ଗିରି, ଗୁମ୍ଫାରେ ଯେଉଁଠି ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ଶାନ୍ତି ଓ ଆତ୍ମସୁଖ ମିଳିବ ନାହିଁ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ନିଜର ଦୂଷିତ କାମନା, ଅବାଞ୍ଛନୀୟ ଇଚ୍ଛା, କଳୁଷିତ ବାସନା ତଥା ଦୂଷିତ ମନୋଭାବଗୁଡ଼ିକର ତ୍ୟାଗ ନ କରି ଯିଏ ପ୍ରବୃତ୍ତିଗୁଡ଼ିକର ବଳପୂର୍ବକ ତ୍ୟାଗ କରିଥାଏ, ଗୀତାକାର ତାକୁ ଅହଂକାରୀ କହିଛନ୍ତି । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଆଦର୍ଶ ଓ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଠାରୁ ଶୀଘ୍ର ହିଁ ବିଚଳିତ ହୋଇଯାଏ । ଯିଏ ଶରୀର-କ୍ରିୟାର ତ୍ୟାଗ କଲେ ମଧ୍ୟ ମନରେ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକର ଚିନ୍ତନ କରିଥାଏ, ଏପରି ଲୋକ ପଥଭ୍ରଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଯୋଗଭ୍ରଷ୍ଟ ହେଉଥିବା ସାଧକ ଏହି ଶ୍ରେଣୀରେ ଆସନ୍ତି । ଏଣୁ ଆମେ ତ୍ୟାଗର ସମୁଚିତ ମର୍ମକୁ ବୁଝିବା ଉଚିତ ଏବଂ ମନରେ ତ୍ୟାଗର ବୃତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିବା ଦରକାର । ଯେପରି ଶାରୀରିକ ଅପବିଷ୍ଟ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକୁ ତ୍ୟାଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ହୋଇଥାଏ, ସେହିପରି ମାନସିକ ବିକାରଗୁଡ଼ିକର ତ୍ୟାଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମନ ଶାନ୍ତ ଓ ଭାବ ସ୍ଥିର ହୋଇଥାଏ । ଏଣୁ ତା ଜୀବନରେ ପ୍ରାପ୍ତି ଓ ପ୍ରଗତିର ମାର୍ଗ ପ୍ରଶସ୍ତ କରିଥାଏ । ତ୍ୟାଗ ଦ୍ୱାରାହିଁ ଜୀବନରେ ଗତି, ପ୍ରଗତି ଓ ବିକାଶର ଦ୍ୱାର ଖୋଲିଥାଏ । ଏପରି ତ୍ୟାଗ ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଏବଂ ଶ୍ରେୟସ୍କର ।

ଉପାସନାର ଆଧାର... (ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ସେହି ସିଦ୍ଧି ଓ ତାଙ୍କର ଭାଗବତ ଶକ୍ତି ଆମ ଭିତରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଲାଗେ ।

ଯେତେବେଳେ ନିଜର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆତ୍ମଦାନ କରିଦେବା ପରେ ଭାଗବତ ଶକ୍ତି ଆମ ଭିତରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଲାଗେ, ସେତେବେଳେ ଆମେ ସ୍ୱୟଂ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ହାତରେ ଏକ ଯନ୍ତ୍ର ହୋଇ ରହିଯାଉ । ଈଶ୍ୱର ହିଁ ଆମ ଆତ୍ମାରେ ବସି ଆମକୁ ସଂଚାଳିତ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାକୁ ଲାଗନ୍ତି । ଆମେ ତାଙ୍କୁ ଯାଚନା କରିବାକୁ ପଡ଼ି ନଥାଏ, କାରଣ ସେ ଜାଣନ୍ତି ଯେ ଏହି ଜଗତ୍ ପାଇଁ ଓ ଏହି ଜଗତ୍‌ରେ ତଥା ଏହାର ବାହାରେ, ଆମମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ପାଇଁ କ'ଣ କରିବା ସର୍ବୋତ୍ତମ । ଆମ ପାଇଁ କେଉଁ ଔଷଧ ଉପଯୋଗୀ, ଜରୁରୀ ଅଥବା ନୁହେଁ ଚିକିତ୍ସକକୁ କହିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ି ନଥାଏ । ଆମକୁ କ'ଣ ଦରକାର ଅଥବା କ'ଣ ନୁହେଁ, ଏହା ସର୍ବଜ୍ଞ, ସର୍ବବ୍ୟାପୀ, ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ, ନ୍ୟାୟକାରୀ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ କହିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ି ନଥାଏ ।

ଏଣୁ ସାଧକ, ଉପାସକ, ଭକ୍ତ ସ୍ୱୟଂକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶକ୍ତିର ସହିତ ନିଜେ ନିଜକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ହାତରେ ସମର୍ପଣ କରିଦେବା ଉଚିତ । ଭଗବାନଙ୍କ ସମକ୍ଷରେ କୌଣସି ସର୍ତ୍ତ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ କୌଣସି ଦାବି କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ଆଉ ମୋକ୍ଷ, ମୁକ୍ତି ଓ ଯୋଗର ସିଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ମାଗନ୍ତୁ ନାହିଁ, କେବଳ ଏତିକି କରନ୍ତୁ ଯେ ଆପଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଓ ଆପଣଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭଗବାନଙ୍କ ସଂକଳ୍ପ ହିଁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ରୂପେ ପୂରଣ ହେଉଥାଉ । ଯେଉଁ ଭକ୍ତ, ଯେଉଁ ସାଧକମାନେ ଭଗବାନଙ୍କ ଠାରୁ କିଛି ମାଗନ୍ତି, ତାଙ୍କୁ ସେ ସେହି ବସ୍ତୁ ହିଁ ଦେଇଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ନିଜେ ନିଜକୁ ହିଁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱୟଂକୁ ଭଗବାନଙ୍କ ହାତରେ ଅର୍ପଣ କରି ଦିଅନ୍ତି ଓ କିଛି ମାଗନ୍ତି ନାହିଁ, ସେମାନଙ୍କୁ ସେ ସେହି ସବୁ ପଦାର୍ଥ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି, ଯାହା ସେମାନେ ମାଗିଥାନ୍ତି ଅଥବା ସେମାନଙ୍କର ଯାହା ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ ।

ଏହା ଅତିରିକ୍ତ ସେମାନେ ସ୍ୱୟଂ ନିଜେ ନିଜକୁ ଆଉ ନିଜର ପ୍ରେମକୁ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରି ଦିଅନ୍ତି । ଏହା ସହିତ ଏହା ମଧ୍ୟ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେ ଆମର ସାଧନା, ଆମର ପ୍ରାର୍ଥନା, ଆମର ଉପାସନା କିଛି ସମୟ ବସି, ଠିଆ ହୋଇ, ଦେବାଳୟକୁ ଯାଇ ପୂଜନ-ଅର୍ଚ୍ଚନ କରିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୀମିତ ରହିବା ଅନୁଚିତ, ବରଂ ପୂଜା, ଉପାସନା, ପ୍ରାର୍ଥନା, ଧ୍ୟାନର ନିଶ୍ଚିତ ବିଧି ପୂରା କରିନେବା ପରେ ମଧ୍ୟ ଆମର ପୂଜା, ଉପାସନା, ଧ୍ୟାନ, ଜପ, ପ୍ରାର୍ଥନା ଆଦି ଆମର କର୍ମ ଦ୍ୱାରା, ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ସର୍ବଦା ପ୍ରକଟ ହେବା ଉଚିତ । ଆମେ ବେପାରୀ, ଉଦ୍ୟୋଗପତି, କୃଷକ, ଚିକିତ୍ସକ, ଅଧ୍ୟାପକାଦି ଆଦି ଯାହା ବି ହେଉନା କାହିଁକି ଆମ ପାଇଁ ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମ ମଧ୍ୟ ଭଗବତ୍ ଉପାସନା ହିଁ ହେବା ଉଚିତ । ଏଥିପାଇଁ ଆମେ ଆମର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମ ପୂରା ସଚ୍ଚୋଟତା, ଦାୟିତ୍ୱବୋଧ, ସାହସିକତା, ବିବେକଶୀଳତା ଓ ସତ୍ୟତା ପୂର୍ବକ କରିବା ଉଚିତ । କାରଣ ସର୍ବଜ୍ଞ, ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଈଶ୍ୱର ଆମର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମର ସାକ୍ଷୀ । ଏଣୁ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ଆମର କୌଣସି ବି କର୍ମ ଲୁଚି ରହି ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ସର୍ବବ୍ୟାପୀ, ନ୍ୟାୟକାରୀ ମାନି ଆମେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଅନୁଶାସନକୁ ନିଜ ଜୀବନରେ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଉଚିତ ଏବଂ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମ କରୁଥିବା ଦରକାର । ଆମେ ଅନୀତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ସଫଳତା ଅପେକ୍ଷା ନୀତି ଉପରେ ଚାଲି ଅସଫଳତାକୁ ଶିରୋଧାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ । ଜୀବନରେ ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସେପରି ବ୍ୟବହାର କରିବା ନାହିଁ, ଯାହା ଆମକୁ ପସନ୍ଦ ଲାଗେ ନାହିଁ । କର୍ମ କଲା ବେଳେ ଆମେ ଈଶ୍ୱରୀୟ କର୍ମଫଳ ବିଧାନର ସ୍ମରଣ ରଖିବା ଉଚିତ । କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମ କଲା ବେଳେ ଆମେ କର୍ତ୍ତାପଣର ଭାବନା ଠାରୁ ଅଲଗା ହୋଇ ଆମ ଭିତରେ ଭାଗବତ ଶକ୍ତିର ଯେଉଁ କ୍ରିୟା ହେଉଛି, ପ୍ରଭୁ ଆମକୁ କିପରି ଯନ୍ତ୍ରବତ୍ ଚଳାଉଛନ୍ତି, ଏହାକୁ ଆମେ ସାକ୍ଷୀ ଭାବରେ ଦେଖିବା ଉଚିତ । ଏହି ପ୍ରକାର କରାଯାଇଥିବା ସାଧନା, ଉପାସନା ହିଁ ସାଧକର ଜୀବନରେ ଚମତ୍କାରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ରୂପାନ୍ତରଣ ଆଣି ପାରିବାରେ ସମର୍ଥ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସାଧକକୁ ନିଜର ଅଭୀଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ, ପରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ, ପରମ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପରମ ସ୍ପର୍ଶ, ପରମ ପ୍ରେମର ପ୍ରାପ୍ତି ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ କୌଣସି ସଂଶୟ ନାହିଁ, କୌଣସି ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଏଣୁ ଆମେ ଯାଚନା ନ କରି ଉପାସନା କରିବା ଉଚିତ ।

ପେଟ କମାଇବାକୁ ହେଲେ

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

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

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

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

ଦିନକୁ ଅତିକମରେ ୩/୪ ଗ୍ଲାସ ଉଷୁମ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଖୁବଶୀଘ୍ର ପେଟକୁ ଚର୍ବି କମାଇଥାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଦହିକୁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଥିବା କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ପେଟରୁ ଚର୍ବି କମ୍ କରିଥାଏ ।

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

ବିଜେପିର ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ବୈଠକ

କଟକ: ଦୁର୍ଦ୍ଦିନରେ ଓଡ଼ିଶାର ଚାଷୀକୁଳ । ରାଜ୍ୟରେ ଆଇନ ଶୃଙ୍ଖଳା ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ । ବିଦ୍ୟୁତ ଦରକୁ ନେଇ ଉପଭୋକ୍ତା କାନ୍ଦୁଛନ୍ତି । ଶିକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ବିଗିଡ଼ିଗଲାଣି । ମହିଳା ସଶକ୍ତିକରଣ ବାଟବଣା ହୋଇଛି । ଦୁର୍ନୀତିରେ ଉବୁଟୁବୁ ପୁରା ପ୍ରଶାସନ । ତଥାପି ରାଜ୍ୟ ସରକାର କହୁଛନ୍ତି ବିକାଶରେ ଆମେ ନମ୍ବର ୱାନ୍ । ସରକାରଙ୍କ ଏସବୁ ଦୁର୍ବଳତାକୁ ଲୋକଙ୍କ ନଜରକୁ ଆଣି ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଭାବେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିବାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ବୈଠକରେ ସଂକଳ୍ପ ନେଇଛି ରାଜ୍ୟ ବିଜେପି ।

କୁରାଙ୍ଗଶାସନ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଉତ୍ତମାପୁରସ୍ଥିତ ମୀରା କୋର୍ଟ ୟାର୍ଡ ସଭାଗୃହରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ବୈଠକରେ ରାଜ୍ୟ ବିଜେପିର ବରିଷ୍ଠ ନେତୃ ମଣ୍ଡଳୀ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତାଙ୍କୁ ୨୦୨୪ ନିର୍ବାଚନକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ରଖି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ମନ୍ତ୍ର ଦେଇଥିଲେ । ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଉପାଧକ୍ଷ ବୈଜୟନ୍ତ ପଣ୍ଡା, ଓଡ଼ିଶା ସହ-ପ୍ରଭାରୀ ବିଜୟ ପାଲ ସିଂ ତୋମାର, ସଂଗଠନ ମନ୍ତ୍ରୀ ମାନସ ମହାନ୍ତି ଓ ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ସମୀର ମହାନ୍ତି ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ 'ମିସନ୍ ୨୦୨୪' କ୍ଷେତ୍ରରେ ରଣନୀତି କ'ଣ ରହିବ ସେ ଦିଗରେ ବିସ୍ତୃତ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି ।

ବିଜେପି ନେତୃବର୍ଗ କହିଥିଲେ କୁଶାସନରୁ ନଜର ହଟାଇବା ପାଇଁ ଏବେ ରାଜ୍ୟରେ ୫ଟି ବିଭାଗ ନାଁରେ ନୂଆ ଭେଳିକି କରୁଛନ୍ତି ରାଜ୍ୟ ସରକାର । ସରକାର ୫ଟି ବିଭାଗର ସଫଳତାର ଡିଣ୍ଡିମ ପିଟୁଥିବା ବାସ୍ତବ ଚିତ୍ର ହେଉଛି । କିଶନନଗର ଥାନା ପରିସରରେ ନ୍ୟାୟ ଆଶାରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଆତ୍ମାହୁତି ଘଟଣା । ସର୍ବଭାରତୀୟ ସ୍ତରରେ ଚାଷୀଙ୍କ ଆୟ କ୍ରମାଗତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ୧୦ହଜାର ୨୪୮ ଟଙ୍କା ରହିଥିବା ବେଳେ ଓଡ଼ିଶାରେ ଚାଷୀର ଆୟ ମାତ୍ର ୫ହଜାର ୧୧୨ ଟଙ୍କା । ରାଜ୍ୟରେ ଏବେ ପ୍ରତିଦିନ ୪ ବଳାତ୍କାର, ଅପହରଣ ଓ ଗତ ବର୍ଷ ଭିତରେ ୨୭ହଜାର ଶିଶୁ ନିଖୋଜ ଘଟଣା ଓଡ଼ିଶାର ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ ଆଇନଶୃଙ୍ଖଳାକୁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରିଛି । ଓଡ଼ିଶାର ୬ହଜାର ୧୯୩ ସରକାରୀ ହାଇସ୍କୁଲରୁ ୧୮ଶହରୁ ଅଧିକ ସ୍କୁଲରେ ପ୍ରଧାନଶିକ୍ଷକ ନାହାନ୍ତି । ମହିଳା ଓ ଶିଶୁ କୁପୋଷଣରେ ସର୍ବଭାରତୀୟ ସ୍ତରରେ ଓଡ଼ିଶାର ସ୍ଥାନ ପ୍ରଥମ । ବ୍ୟାପକ ଦୁର୍ନୀତି କାରଣରୁ ରାଜ୍ୟର ବିକାଶ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି । ତେଣୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବିରୋଧରେ ଜନ ଆନ୍ଦୋଳନ ପାଇଁ ଅତିଥିମାନେ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ ।

ଓଡ଼ିଆ ଝିଅ ଦ୍ରୌପଦୀ ମୁର୍ମୁଙ୍କୁ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ପ୍ରାର୍ଥୀ ଭାବେ ମନୋନୀତ କରାଯାଇଥିବାରୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀରେ ସମୂହ ଧନ୍ୟବାଦ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଓଡ଼ିଆ ଜାତିକୁ ଏହା ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ପୁରସ୍କାର । ଅଗ୍ନିପଥ ଓ ଓ ଅଗ୍ନି ବୀର ଯୋଜନାକୁ ବୈଠକରେ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଗରିବ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନା, ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଆବାସ, ରେଳ ବିକାଶ, ନିଯୁକ୍ତି, ଦୂରସଂଚାର, କୋଭିଡ୍ ଟିକାକରଣ ଆଦି କ୍ଷେତ୍ରରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଜନହିତକର ଯୋଜନାକୁ ପ୍ରଶଂସା କରାଯାଇଛି ।

ବୈଠକରେ ପୂର୍ବତନ କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତାପ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ, ବସନ୍ତ ପଣ୍ଡା, ମନମୋହନ ସାମଲ, ଗିରିଧର ଗମାଙ୍ଗ, ସୁରମା ପାଢ଼ୀ, ସମ୍ବିତ ପାତ୍ର, ମହିଳା ମୋର୍ଚ୍ଚା ରାଜ୍ୟ ସଭାନେତ୍ରୀ ସ୍ମୃତି ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ସମେତ ଅନ୍ୟ ବରିଷ୍ଠ ନେତୃମଣ୍ଡଳୀ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ଉପସଭାନେତ୍ରୀ ଅନିତା ଶୁଭଦର୍ଶିନୀ ରାଜନୈତିକ ଚିଠା ଆଗତ କରିଥିବାବେଳେ ରାଜ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ସୀମାଞ୍ଚଳ ଖଟେଇ, ସିପ୍ରା ବାଜପେୟୀ, ରାଜ୍ୟ ମୁଖପାତ୍ର ବିରଞ୍ଚି ତ୍ରିପାଠୀ, ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ସଦସ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ନାୟକ ବିସ୍ତୃତ ଆଲୋଚନାରେ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ରବି ନାଏକ, ନୟନ କିଶୋର ମହାନ୍ତି, ରାଜ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ(ସଂଗଠନ) ମାନସ କୁମାର ମହାନ୍ତି ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । କଟକ ନଗର ସଭାପତି ଲଲାଟେନ୍ଦୁ ବଡୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ଆର୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍ ନେତାଙ୍କ ନାତି ବ୍ରତ ଘରେ ନେତାଙ୍କ ଭିଡ଼

ସମ୍ବଲପୁର : ଆରଏସଏସର ଓଡ଼ିଶାର ପଶ୍ଚିମ ପ୍ରାନ୍ତ ମୁଖ୍ୟ ବିପିନ ବିହାରୀ ନନ୍ଦଙ୍କ ନାତି ସୋହମ୍‌ଙ୍କ ବ୍ରତ ଅବସରରେ ଆୟୋଜିତ ବନ୍ଧୁମିଳନରେ ସମାଜର ବିଭିନ୍ନ ବର୍ଗର ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ତଥା ନେତୃବର୍ଗ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଭାଲୁପାଲି ସ୍ଥିତ ରୟେଲ ରିଟ୍ରିଟ୍‌ରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ଉତ୍ସବରେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନଙ୍କ ଧର୍ମପତ୍ନୀ ମୃଦୁଳା ଠାକୁର ପ୍ରଧାନ, ଲୋକସଭା ସଦସ୍ୟ ନୀତିଶ ଗଙ୍ଗଦେବ, ସୁରେଶ ପୂଜାରୀ ଓ ବସନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡା, ସ୍ୱାମୀ ଜୀବନ ମୁକ୍ତାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ, ବିଧାୟକ ସୁବାଷ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଶଙ୍କର ଓରାମ, ଆରଏସଏସ ନେତା ପ୍ରସନ୍ନ ମିଶ୍ର, ରଞ୍ଜନ ପଟେଲ, ବିଜେପିର ରାଜ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ରବି ନାଏକ, ଆୟକର ବିଭାଗର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ କମିଶନର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କୁମାର ଦାଶ, ଭାରତୀୟ ଜନତା ଯୁବମୋର୍ଚ୍ଚାର ରାଜ୍ୟସଭାପତି ଇରାଶିଶ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ଡାକ୍ତର କବିର ଦାସ ପୁରୋହିତ, ଡାକ୍ତର ସୁନୀଲ ଶର୍ମା, ଡାକ୍ତର ବିନୋଦ ନାଏକ, ପୂର୍ବତନ ନଗରପାଳ ଗିରିଶ ପଟେଲ ପ୍ରମୁଖଙ୍କ ସମେତ ରାଜ୍ୟର ବହୁ ବିଜେପି ଓ ଆରଏସଏସର ନେତୃବୃନ୍ଦ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

'ଅନ୍ୟା' ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରଫେସର ଧ୍ରୁବରାଜ ନାଏକଙ୍କ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ସଭା

ସମ୍ବଲପୁର: ସାହିତ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନ 'ଅନ୍ୟା' ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରଫେସର ଧ୍ରୁବରାଜ ନାଏକଙ୍କ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ରତ୍ନ ଭୂଷଣ ପୃଷ୍ଟିଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା ତଥା ଡକ୍ଟର ଗୌରୀଦାଶ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ସଭାରେ ପ୍ରଫେସର ସୁଦର୍ଶନ ପୂଜାରୀ ପ୍ରଫେସର କାମଦେବ ସାହୁ, ପ୍ରଫେସର ମୀନକେତନ ପାଠୀ, ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ଭୋଇ, ଶିବ ନନ୍ଦ, ଦୁର୍ଗା ପ୍ରସାଦ ପଣ୍ଡା, ସୌଭାଗ୍ୟବନ୍ତ ମହାରଣା, ଡକ୍ଟର ଦ୍ୱାରିକାନାଥ ନାୟକ ପ୍ରମୁଖ ସ୍ୱର୍ଗୀୟ ନାଏକଙ୍କ ସ୍ମୃତିଚାରଣ କରିଥିଲେ । ସଭା ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ କୁମା ପଣ୍ଡା ସ୍ୱର୍ଗୀୟ ନାଏକଙ୍କୁ ଏକ ବିରଳ ପ୍ରତିଭାର ଅଧିକାରୀ ଭାବରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରି ତାଙ୍କ ଅଧ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ସମ୍ୟକ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ସଭା ଶେଷରେ ଡକ୍ଟର ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ପଣ୍ଡା ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ପ୍ରଶାନ୍ତ ମାଝୀ, ରତିକାନ୍ତ ରଥ,ସୁନୀତି ମିଶ୍ର ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିବା ବେଳେ ଡକ୍ଟର ଗୋବିନ୍ଦ ମହାରଣା,କମଳ ଲୋଚନ ପଣ୍ଡା,ରମେଶ ମିର୍ଦ୍ଧା ପ୍ରମୁଖ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

ପିଥମପୁରରେ ବାଦୀ ପାଲା

ସମ୍ବଲପୁର : ପିଥମପୁର ଗ୍ରାମରେ ବିଶିଷ୍ଟ ଗାୟିକା ସରସ୍ୱତୀ ପ୍ରଧାନ ଓ ଇନ୍ଦ୍ରାଣୀ ପଟେଲଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବାଦୀ ପାଲା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଉଭୟ ଗାୟିକା ପାଣ୍ଡବଙ୍କ ଗର୍ବ ଗଞ୍ଜନ ଓ ସମ୍ବରଣ ଉପାଖ୍ୟାନ ଉପରେ ବାଦୀ ପାଲା ପରିବେଷଣ କରିଥିଲେ । ଗ୍ରାମର ଗୌନ୍ତିଆ ଗଜାନନ ମିଶ୍ର ଏବଂ ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱରୀ ଧର୍ମ ସଂସଦ ସମ୍ବଲପୁରର ସଭାପତି ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ବିଚାରକ ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ରଥଯାତ୍ରା ଉପରେ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର

ସମ୍ବଲପୁର: ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱରୀ ଧର୍ମ ସଂସଦ ସମ୍ବଲପୁର ପକ୍ଷରୁ ରଥଯାତ୍ରା ଉପରେ ଏକ ଆଲୋଚନା ଚକ୍ର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ସଭାପତି ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସଂସଦର ସଂପାଦକ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡା ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ ।

ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଅମାତଙ୍କ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲା ଗସ୍ତ

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର: ଜଙ୍ଗଲ ଓ ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା, ପଞ୍ଚାୟତିରାଜ ଓ ପାନୀୟ ଜଳ ଏବଂ ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଅମାତ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲା ଗସ୍ତରେ ଆସି ଜିଲ୍ଲାର ଉଲୁଣ୍ଡା ବ୍ଲକରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟର ପରିଦର୍ଶନ କରିବା ସହିତ ବ୍ଲକ ସ୍ତରରେ ଓ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଉଲୁଣ୍ଡା ବ୍ଲକ ସ୍ଥିତ ତେଲେଣ୍ଡା ରାମଚଣ୍ଡୀ ମନ୍ଦିର ଦର୍ଶନ କରିବା ସହିତ ନିମ୍ନ ପଞ୍ଚାୟତ ୟୁପିସ୍କୁଲ ଏବଂ ବିଶିପଡା ୫ଟି ସ୍କୁଲ ପରିଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ । ପରେ ଉଲୁଣ୍ଡା ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଠାରେ ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ସଭା ଗୃହରେ ବ୍ଲକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ଶାନ୍ତିଲତା ମିଶ୍ରଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଆୟୋଜିତ ବୈଠକରେ ଯୋଗଦାନ କରି ଜିଲ୍ଲାର ଜଙ୍ଗଲ ସୁରକ୍ଷା ଓ ବନୀକରଣ ଏବଂ ପଞ୍ଚାୟତର ପାଣ୍ଠିର ସୁବିନିଯୋଗ କରିବା ଉପରେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ବୈଠକରେ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ବୀରମହାରାଜପୁର ଅଶୋକ ଭୋଇ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ତଥା ଜୋନ-୨ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦସଦସ୍ୟ ଶ୍ରୀ ଝସକେତନ ବଘାର, ଜୋନ -୧ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ବିଜୟଲକ୍ଷ୍ମୀ ତରାଇ, ଉଲୁଣ୍ଡା ବିଡିଓ ହେମସାଗର ଭୋଇ, ଉଲୁଣ୍ଡା ବ୍ଲକ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ସଂଜୀବ ଦେହେରି, ବୀରମହାରାଜପୁର ବ୍ଲକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ଶାନ୍ତି ଲୁହା ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଉଲୁଣ୍ଡା ବ୍ଲକର ସମସ୍ତ ସରପଂଚ, ସମିତିସଭ୍ୟ ଓ ସମିତିସଭ୍ୟା ବ୍ଲକରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିବା ସମସ୍ତ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରମୁଖ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ସେହିପରି ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଅମାତ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ବିଭାଗୀୟ ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକରେ ଯୋଗଦାନ କରିଥିଲେ । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅବୋଲୀ ସୁନିଲ ନରୱଣେଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୈଠକରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଅମାତ ଜଙ୍ଗଲ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଉଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ଉପରେ ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ପଞ୍ଚାୟତିରାଜ ବିଭାଗ ତରଫରୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେଉଥିବା ଏମଜିଏନଆରଇଜିଏସ, ରୁରାଲ ହାଉସିଂ, ଓଡିଶା ଜୀବିକା ମିଶନ, ଆମ ଗାଁ ଆମ ବିକାଶ, ମିଶନ ଶକ୍ତି ଗୃହ, ଏସସିଏଫ ଓ ସିଏଫସି, ତଥା ଗ୍ରାମିଣ ବିଦ୍ୟୁତ ପ୍ରଭୃତି ଯୋଜନାର କାର୍ଯ୍ୟକାରିତାର ବିଶେଷ ତଥ୍ୟକୁ ଡିଆରଡିଏ ପ୍ରକଳ୍ପନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶ୍ରୀ ନିହାର ରଞ୍ଜନ କହଁର ବୈଠକରେ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ବୈଠକରେ ଜିଲ୍ଲା ବନ ଖଣ୍ଡ ଅଧିକାରୀ ନୀତିଶ କୁମାର, ଆର ଡବ୍ଲୁ ଏସ ଏସ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ ବିଭୁ ପ୍ରସାଦ ପଣ୍ଡା,ଏ ସି ଏଫ ପ୍ରଫୁଲ ଧରୁଆ, ସମସ୍ତ ବିଡିଓ, ତହସିଲଦାର ତଥା ସମ୍ପୃକ୍ତ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

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

Subscription Rate of The Sweekar

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

Advertisement Tariff of The Sweekar

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

Colour Advertisement - 100% Extra

ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ପ୍ରଫେସର ସଞ୍ଜିତ କୁମାର ସାହୁଙ୍କ ଅବସର ଗ୍ରହଣ

ବୁର୍ଲା : ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପରିବେଶ ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗର ପ୍ରଫେସର ସଞ୍ଜିତ କୁମାର ସାହୁ ଗତ ୩୦ ତାରିଖ ଦିନ ତାଙ୍କ ଚାକିରୀରୁ ଅବସର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ତାଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ, ବିଭାଗ, ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଶିକ୍ଷକ ସଂଘ, ଅଧିକାରୀସଂଘ,ପୁରାତନଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ,ବିଭିନ୍ନଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନତଥା ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଛି । ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପରିବେଶ ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ବିଦାୟ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଉତ୍ସବରେ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ସଞ୍ଜିବ ମିତ୍ତଲ, କୁଳସଚିବ ଡକ୍ଟର ନୃପରାଜ ସାହୁ, ସ୍ନାତକୋତ୍ତର ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଡକ୍ଟର ସଂଯୁକ୍ତା ଦାସ, ପ୍ରଫେସର ପି.ସି. ମିଶ୍ର, ପ୍ରଫେସର ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ, ଡକ୍ଟର ମଳୟ ରଞ୍ଜନ ମହାନନ୍ଦ, ଡକ୍ଟର ଈଶ୍ୱର ବୈଠାରୁ ପ୍ରମୁଖ ଭାଷଣ ଦେଇ ଶ୍ରୀ ସାହୁଙ୍କର କର୍ମମୟ ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରି ତାଙ୍କ ସୁସ୍ଥ ଓ ନିରାମୟ ଜୀବନ କାମନା କରିଥିଲେ । ୧୯୮୯ ମସିହାରେ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଅଧାପକ ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ଡକ୍ଟର ସାହୁ ୧୯୯୯ ରେ ପ୍ରାଧାପକ ଏବଂ ୨୦୦୮ ମସିହାରେ ପ୍ରଫେସର ପଦବୀକୁ ଉନ୍ନୀତ ହୋଇଥିଲେ । ସେ ସିନେଟ୍, ସିଣ୍ଡିକେଟ୍, ଏକାଡେମି ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ, ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳସଚିବ, ସ୍ନାତକୋତ୍ତର ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଭଳି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପଦପଦବୀରେ ଦକ୍ଷତାର ସହ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଅଧିନରେ ୧୬ ଜଣ ପି.ଏଚ୍.ଡି, ୭୦ ଜଣ ଏମ୍.ଫିଲ୍ ଏବଂ ୫୮ ଜଣ ଏମ୍.ଟେକ୍ କରିଛନ୍ତି । ଏହାଛଡ଼ା ତାଙ୍କର ୧୦ଟି ପୁସ୍ତକ ପ୍ରକାଶିତ ହେବା ସାଙ୍ଗକୁ ୧୧୪ ଟି ଗବେଷଣା ମୂଳକ ସନ୍ଦର୍ଭ ବିଭିନ୍ନ ପତ୍ର ପତ୍ରିକାରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଛି । ଜଣେ ଛାତ୍ରବତ୍ସଳ ଶିକ୍ଷକ ତଥା ଦକ୍ଷ ପ୍ରଶାସକ ରୂପେ ତାଙ୍କର ସୁନାମ ରହିଛି ।

ଆଇଏମଏ ପକ୍ଷରୁ ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ସମ୍ମାନିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ଭାରତୀୟ ଚିକିତ୍ସକ ସଂଘ ସମ୍ବଲପୁର ଶାଖା ପକ୍ଷରୁ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ

ଡାକ୍ତର ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ଫଳ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାପରେ ଶାଖା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଠାରେ ସଭାପତି ଡାକ୍ତର ବିନୋଦ ନାଏକଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଏକ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଭିମସାରର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଚକ୍ଷୁ ବିଭାଗ ପ୍ରଫେସର ଡାକ୍ତର ବିଭୂଦତ୍ତ ଦାଶ ଏବଂ ବିଶିଷ୍ଟ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ପ୍ରସୂତି ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ ତଥା ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କୁ ଉତ୍ସର୍ଗୀକୃତ ସେବା ପାଇଁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସଭାକୁ ଡାକ୍ତର ସଞ୍ଜୀବ ମିଶ୍ର ସଂଯୋଜନା କରିଥିବା ବେଳେ ଡାକ୍ତର ସୁରେଶ ଦାନୀ ଓ ଡାକ୍ତର ରବି ନାରାୟଣ ଗୁରୁ ମାନପତ୍ର ପାଠ କରିଥିଲେ । ଶାଖା ସମ୍ପାଦକ ଡାକ୍ତର ଦୀପକ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଡାକ୍ତର ରମାବଲ୍ଲଭ ମିଶ୍ର, ଡାକ୍ତର ରାଜକୁମାର ବଡ଼ପଣ୍ଡା, ଡାକ୍ତର ପଞ୍ଚାନନ ନାଏକ, ଡାକ୍ତର ପ୍ରଭାସ ଦେବତା ପ୍ରମୁଖ ସଭାରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ରେଙ୍ଗାଲିରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା

ସମ୍ବଲପୁର : ରେଙ୍ଗାଲିରେ ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଇଞ୍ଜିନିୟର ରୋହିତ ପୂଜାରୀଙ୍କୁ ଭବ୍ୟ ସ୍ୱାଗତ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଦିଆଯାଇଛି । ରେଙ୍ଗାଲି ତହସିଲ ଛକରେ ଚିନ୍ତା ବାଗ, ରେଙ୍ଗାଲି ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ରମେଶ ପଟୁଆ, ଏମ.ବି ସତ୍ୟମ, ଜୋନ-୨ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ଦେବନାରାୟଣ ତିୱାରୀ ପ୍ରମୁଖ ତାଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ କରିଥିଲେ । ସେଠାରୁ ବାଇକ୍ ରାଲିରେ ରେଙ୍ଗାଲି ବସ୍‌ଷ୍ଟାଣ୍ଡ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆସିଥିଲେ । ସେଠରେ ତିଳକ ବାଗଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଶଶି ସାହୁ, ବିଶିକେଶନ ବିଶ୍ୱାଳ, ସନ୍ତୋଷ ନାୟକ, ପ୍ରକାଶ ପୋଦ୍ଦାର, ରମେଶ ମାହାଣା, ହେମନ୍ତ ବିଶ୍ୱାଳ, ଅକ୍ଷୟ ବାରିକ, ସୁରେନ୍ଦ୍ର ମାକର, ଅଞ୍ଜଳି ପଧାନ, ତନ୍ମୟୀ ସାହୁଙ୍କ ସହ ବହୁ ବିଜେଡି କର୍ମୀ ସ୍ୱାଗତ କରିଥିଲେ । ସେଠାରେ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ସଭାରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା କମଳିନୀ ନାଏକ, ସଞ୍ଜୟ ବାବୁ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ରେଙ୍ଗାଲି ସରପଞ୍ଚ ଚିତ୍ତରଞ୍ଜନ ବାଗଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ରେଙ୍ଗାଲି ପୁରୁଣାବସ୍ତିରେ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଭବ୍ୟ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଠାରେ ରେଙ୍ଗାଲି ବ୍ଲକ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ସ୍ୱାତି ବେହେରା, ନାଏବ ସରପଞ୍ଚ ସନ୍ଧ୍ୟାରାଣୀ କିଷାନ ଓ ସମସ୍ତ ୱାର୍ଡ ସଭ୍ୟ ସଭ୍ୟା ସ୍ୱାଗତ କରିଥିଲେ । ଲପଙ୍ଗାରେ ଟିକେସ ବେହେରାଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଲପଙ୍ଗା ସରପଞ୍ଚ ମମତା ବେହେରା, ପ୍ରଶାନ୍ତ ଗୁରୁ, ସାସ୍ୱତୀ ନେଟି, ଅଜିତ ବାବୁ ସ୍ୱାଗତ କରିଥିଲେ । ଖିଣ୍ଡା ଛକ ଠାରେ ବିଜେଡି ଛାତ୍ର ସଭାପତି ବାବୁଲୁ ରାଉତଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଖିଣ୍ଡା ଛକରେ ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିରେ ମାଲ୍ୟାର୍ପଣ କରି ଖିଣ୍ଡାକୁ ଏକ ବିଶାଳ ବାଇକ୍ ରାଲିରେ ଯାଇ ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରଦ୍ଧାସୁମନ ଅର୍ପଣ କରି ତାଙ୍କ ଦାୟାଦଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ ।

ଆଇଆର୍‌ସିଏର ବାର୍ଷିକୋତ୍ସବ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ସ୍ଥାନୀୟ ଡିଏମ୍‌ଏଫ୍ ଅଡିଟୋରିୟମ ଠାରେ ଆଇଆର୍‌ସିଏର ବାର୍ଷିକୋତ୍ସବ ପାଳନ କରାଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଗୋପଲକ୍ଷ୍ମୀ ହୋତାଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସଭାରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସରୋଜ କୁମାର ସାମଲ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଅନୁଷ୍ଠାନର କାର୍ଯ୍ୟର ପ୍ରଶଂସା କରିବା ସହ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ନିଶା ନିବାରଣ ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ଆୟୋଜିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରିଥିଲେ । ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଲଙ୍କେଶ୍ୱର ଅମାତ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଂପାଦକ ପ୍ରକାଶ କୁମାର ଦାସ ସ୍ୱାଗତ ଅଭିଭାଷଣ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ବେଳେ ଉପଦେଷ୍ଟା ନିଗମାନନ୍ଦ ଜେନା ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । କାଉନସିଲର ବନ୍ଦିତା ନାୟକ ବିବରଣୀ ପାଠ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଆଲୋକ କୁମାର ଦାସ ଏବଂ ଉପଦେଷ୍ଟା ସଞ୍ଜୟ ବେହେରା ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ପ୍ରାଧାପକ ଦୁର୍ଗା ପ୍ରସାଦ ସାହୁଙ୍କ ଅବସର ଗ୍ରହଣ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା : ସ୍ଥାନୀୟ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନାରାୟଣ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଉଦ୍ଭିଦ ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗର ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରାଧାପକ ଦୁର୍ଗା ପ୍ରସାଦ ସାହୁ ଅବସର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ସାହୁ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ଭେଷଜ ପଟେଲ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରେ ୧୯୮୯ ମସିହାରେ ଅଧାପନା ଆରମ୍ଭ କରି ୨୦୦୩ ରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଏଲ୍ ଏନ୍ କଲେଜକୁ ବଦଳି ହୋଇ ଆସିଥିଲେ । ଦୀର୍ଘ ତିନି ଦଶନ୍ଧି ଧରି ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ସେ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ସମସ୍ତଙ୍କ ପ୍ରିୟ ହୋଇ ପାରିଥିଲେ । ଜଣେ ନୀତିବାନ, ଛାତ୍ର ବତ୍ସଳ, ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରମ୍ପରା ପାଇଁ ସର୍ବଦା କାର୍ଯ୍ୟ କରି ଆସିଥିବା ଶ୍ରୀ ସାହୁଙ୍କୁ

କଲେଜର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ, ଅଧାପକ, ଅଧାପିକା ଏବଂ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଅବସରକାଳୀନ ବିଦାୟ ଜଣାଇଥିଲେ । ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ନରେନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡାଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରାଧାପକ ଡକ୍ଟର ସରୋଜ କୁଅଁର, ନରସିଂହ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଡକ୍ଟର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମୟୀ ପୁରୋହିତ, ଅଖିଳ ସିଂ, ଝସ କୁମାର ଖମାରୀ, ତପନ କୁମାର ବାରିକ, ସ୍ନେହଲତା ମିଶ୍ର, ଲାଲଧାରୀ ସିଂ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ପ୍ରଧାନ, ସ୍ମିତା ବୋଷ ପ୍ରମୁଖ ଭାଷଣ ଦେଇଥିଲେ ।

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