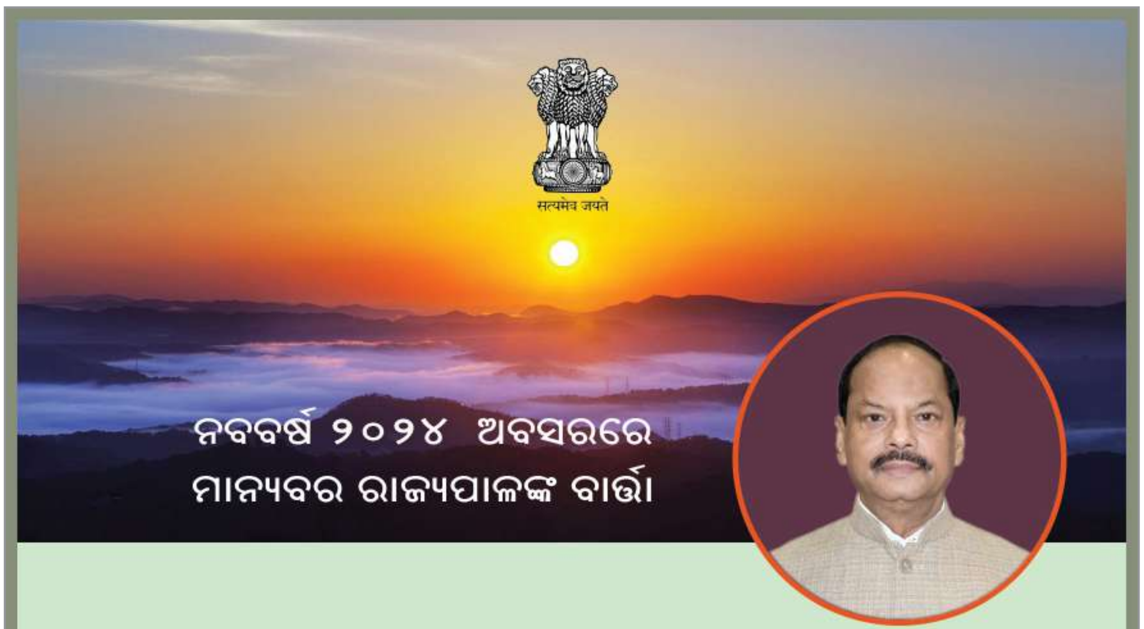
ସାପ୍ତାହିକ
ସ୍ୱୀକାର
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
The Sweekar ସ୍ୱୀକାର
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ୰ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.28 | Issue - 1 | 7 - 13 January 2024 | Sambalpur | Page- 8 | Invitation Price Rs.10



ନବବର୍ଷ – ୨୦୨୪ ଅବସରରେ ମୁଁ ରାଜ୍ୟବାସୀ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ଓ ଆନ୍ତରିକ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଉଛି । ନୂତନ ବର୍ଷ ରାଜ୍ୟବାସୀଙ୍କ ଜୀବନରେ ହସ, ଖୁସି, ଶାନ୍ତି ଓ ସମୃଦ୍ଧି ଭରିଦେଉ, ଏତିକି କାମନା । ରାଜ୍ୟକୁ ଦେଶର ଏକ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ରାଜ୍ୟରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତେ ନିଜ ନିଜ ସ୍ତରରେ ନିଷ୍ଠାପର ପ୍ରୟାସ ଜାରି ରଖିବାକୁ ମୁଁ ଆହ୍ୱାନ ଜଣାଉଛି ।

(ରଘୁବର ଦାସ)
ମାନ୍ୟବର ରାଜ୍ୟପାଳ, ଓଡ଼ିଶା

ଇଂରାଜୀ ନବବର୍ଷ-୨୦୨୪ ଅବସରରେ ରାଜ୍ୟର ଭାଇଭଉଣୀମାନଙ୍କୁ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଏବଂ ଅଭିନନ୍ଦନ ।

ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଅପାର କରୁଣାରୁ ନବବର୍ଷ ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ସୁଖ, ଶାନ୍ତି ଓ ସମୃଦ୍ଧି ନେଇଆସୁ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରତିଟି ସ୍ୱପ୍ନ ଚରିତାର୍ଥ ହେଉ, ଏହା ହିଁ ମୋର ଆନ୍ତରିକ କାମନା ।

(ପ୍ରଦିପ କୁମାର ଅମାତ)
ଜଙ୍ଗଲ, ପରିବେଶ ଓ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ,
ପଞ୍ଚାୟତିରାଜ ଓ ପାନୀୟଜଳ, ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା

ନୂଆବର୍ଷ ୨୦୨୪ ଉପଲକ୍ଷେ ମୁଁ ରାଜ୍ୟବାସୀ ଭାଇଭଉଣୀମାନଙ୍କୁ ମୋର ଆନ୍ତରିକ ଶୁଭକାମନା ଜଣାଉଛି ।

ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦରୁ ସମସ୍ତଙ୍କ ଜୀବନ ମଙ୍ଗଳମୟ ହେଉ । ୨୦୨୪ ବର୍ଷ ଓଡ଼ିଶା ପାଇଁ ଶାନ୍ତି, ସୁଖ ଓ ସମୃଦ୍ଧିର ବର୍ଷ ହେଉ ।

ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ
ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା

ମୁମ୍ବାଇରେ ବିକଶିତ ଭାରତ ସଂକଳ୍ପ ଯାତ୍ରାରେ ଯୋଗ ଦେଲେ ଡକ୍ଟର ପି.କେ. ମିଶ୍ର

ମୁମ୍ବାଇ: ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ଡକ୍ଟର ପି.କେ. ମିଶ୍ର ମୁମ୍ବାଇର ପୂର୍ବ ଗୋରେ ଗାଓଁରେ ଆୟୋଜିତ ବିକଶିତ ଭାରତ ସଂକଳ୍ପ ଯାତ୍ରାରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏଥିରେ ପ୍ରାୟ ୧୫୦୦ରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ଯୋଗଦେଇ ବିକଶିତ ଭାରତ ଗଠନ ପାଇଁ ଶପଥ ନେଇଥିଲେ । 'ମେରି କାହାନି ମେରି ଜୁବାନି' କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅଧୀନରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନାର ହିତାଧିକାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଅନୁଭୂତି ଏବଂ ସଫଳତାର କାହାଣୀ ବଖାଣିଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଭିଡିଓ ବାର୍ତ୍ତା ଏବଂ ବିକଶିତ ଭାରତ ସଂକଳ୍ପ ଯାତ୍ରାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଉପରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ମଧ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୋଇଥିଲା । ମୁଦ୍ରା, ପିଏମ୍ ସ୍ୱନିଧି ଭଳି ଯୋଜନାର ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ସାର୍ଟିଫିକେଟ୍ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଡକ୍ଟର ମିଶ୍ର ସରକାରୀ ଯୋଜନା ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ପାଇଁ ସ୍ଥାପନ ହୋଇଥିବା ମଣ୍ଡପ ପରିଦର୍ଶନ କରି ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେଇଥିଲେ ।

୮ ପୃଷ୍ଠାରେ...

ଲୋ ବ୍ଲଡପ୍ରେସର ଦୂର କରେ ଗାଜର

ଆର୍ଥ୍ରାଇଟ୍ସ ପାଇଁ ଆଳୁ

ଦେହ ପାଇଁ ଭଲ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି

ଦେହକୁ ହିତ କାକୁଡି

ବହୁ ହିତକାରୀ ସକାଳ ଉଷୁମ ପାଣି

ବରକୋଳିର ଉପକାରିତା

କଳି ଯୁଗରେ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ହିଁ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରାପ୍ତିର ମାଧ୍ୟମ : ମହନ୍ତ ଅଦ୍ୱୈତ ପ୍ରସାଦ ଦାସ

ତାଳପଟିଆରେ ଅଷ୍ଟକୁଞ୍ଜୀୟ ଚବିଶ ପ୍ରହରୀ ନାମ ମହାଯଜ୍ଞ

ଝାରସୁଗୁଡା : କଳିଯୁଗରେ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ମୋକ୍ଷ ପ୍ରାପ୍ତିର ଏକମାତ୍ର ମାଧମ ବୋଲି କଣ୍ଟାବାଞ୍ଜି ମାତାମଠର ମହନ୍ତ ଶ୍ରୀ ଅଦ୍ୱୈତ ପ୍ରସାଦ ଦାସ କହିଛନ୍ତି । ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଝାରସୁଗୁଡା ଜିଲ୍ଲା ତାଳପଟିଆ ଗ୍ରାମରେ ଆୟୋଜିତ ଅଷ୍ଟକୁଞ୍ଜୀୟ ଚବିଶ ପ୍ରହରୀ ନାମ ମହାଯଜ୍ଞର ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ଉତ୍ସବରେ ଯୋଗ ଦେଇ ମହନ୍ତ ଶ୍ରୀ ଦାସ କହିଥିଲେ ଯେ, ମାନବ ଜାତିକୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ପାଇଁ ପାଞ୍ଚ ଶହ ବର୍ଷ ତଳେ ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀ ଚୈତନ୍ୟ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ପରମ୍ପରାର ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ସେହି ପରମ୍ପରାକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ଲାଗି ଭକ୍ତି ମାର୍ଗରେ ଯିବା ପାଇଁ ସେ ଭକ୍ତବୃନ୍ଦଙ୍କୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ ।

ଓଡ଼ିଶାରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ଭବ୍ୟ ଆଧାତ୍ମିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରୁ ପ୍ରାୟ ୨୦୦ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ଦଳ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଗ୍ରାମରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅଷ୍ଟ ସଖୀଙ୍କ ନାମରେ ୮ଟି ପୃଥକ ମଣ୍ଡପ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥିଲା । ସର୍ବଶ୍ରୀ ଦଶରଥ ନନ୍ଦନ ଶର୍ମା, ଯଜ୍ଞ ନାରାୟଣ ଶର୍ମା, ଦୁଃଖୀଶ୍ୟାମ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, କିଶୋର କୁମାର ନାଏକ, ବିଷ୍ଣୁ ପ୍ରସାଦ ଶର୍ମା, ଭଗବାନ ସେଠ, ରାଜକିଶୋର ନାଏକ ଓ ରୋମାଞ୍ଚ ନାଏକ ପ୍ରମୁଖ ସପତ୍ନୀକ କର୍ତ୍ତା ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇଥିଲେ ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବୃନ୍ଦାବନ ସମେତ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରୁ ଆସିଥିବା ସାଧୁସନ୍ଥ ମାନେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ଯଜ୍ଞ କମିଟିର ସଭାପତି ଅଶ୍ୱିନୀ କୁମାର ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱ ତଥା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି ଅଜୟ କୁମାର ଶର୍ମାଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ଶମ୍ଭୁ ପ୍ରସାଦ ନାଏକ, ଲୋକେଶ ସାହୁ, ପିଙ୍ଗଲ କୁମାର ପଟେଲ, ବିନୟ କୁମାର ଶର୍ମା, ରାଜୀବ କିଶୋର ସାକୁନିଆ, ବିକ୍ରମ କେଶରୀ ମହାପାତ୍ର, ଶ୍ରୀୟମ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ସମେତ ଗ୍ରାମର ଯୁବକ ମାନେ ସକ୍ରିୟ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ପାଞ୍ଚ ଦିନ ବ୍ୟାପୀ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଲକ୍ଷାଧିକ ଭକ୍ତଙ୍କୁ ଅନ୍ନପ୍ରସାଦ ବଣ୍ଟନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ଆଧାତ୍ମିକ କ୍ରାନ୍ତି ସୃଷ୍ଟି କରେ: ସତ୍ୟପ୍ରଜ୍ଞାନନ୍ଦଜୀ

ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ଚେତନା ପରିଷଦର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ପରମହଂସ ସ୍ୱାମୀ ସତ୍ୟପ୍ରଜ୍ଞାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରି କହିଥିଲେ ଯେ, ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ମାଧମରେ ଆଧାତ୍ମିକ କ୍ରାନ୍ତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ପାଞ୍ଚ ସହ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ ପରମ୍ପରା ଆରମ୍ଭ କରି ଶ୍ରୀ ଚୈତନ୍ୟ ଏକ କ୍ରାନ୍ତିର ମୂଳଦୁଆ ପକାଇଥିଲେ । ଏହା କ୍ରମେ ବିଶାଳ ରୂପ ନେଇ ଘରେ ଘରେ ଆଦୃତ ହୋଇ ମୋକ୍ଷର ମାଧମ ସାଜିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ସମ୍ପ୍ରତି ଏଥିରେ ଅଶ୍ଳୀଳତା ସ୍ଥାନ ପାଇ ଏକ ମନୋରଞ୍ଜନର ମାଧମ ସାଜିଥିବାରୁ ସେ ଗଭୀର ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ସାମ୍ବାଦିକ ବିକ୍ରମ କେଶରୀ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଉଦଘାଟନୀ ଉତ୍ସବରେ ବୃନ୍ଦାବନର ମହାମଣ୍ଡଳେଶ୍ୱର ସୀୟାରାମ ଦାସ, ସ୍ୱାମୀ ସତ୍ୟ ବେଦା ନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ, ସମ୍ବଲପୁରର ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଯଜ୍ଞ କମିଟିର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି ଅଜୟ କୁମାର ଶର୍ମା ସ୍ୱାଗତ କରିଥିବା ବେଳେ ଦିଲୀପ କିଶୋର ସାକୁନିଆ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଏ ଅବସରରେ ପ୍ରକାଶିତ ସ୍ମରଣିକାକୁ ଅତିଥିମାନେ ଉନ୍ମୋଚନ କରିଥିଲେ ।

Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 0663- 2950945
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଜୀବନର ଅଭିନ୍ନ ଅଙ୍ଗ ହେଉ

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ସ୍ୱୟଂର ଅଧ୍ୟୟନ । ପ୍ରାୟ ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଓ ବାହ୍ୟ ଜଗତର ଅଧ୍ୟୟନ କରିଥାଉ, କିନ୍ତୁ ଆମ ପାଖରେ ନିଜର ଅଧ୍ୟୟନ ପାଇଁ ସମୟ ନ ଥାଏ ।

ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ଆମ ଉପରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ତଥା ପରିବେଶ – ବାତାବରଣର ରଙ୍ଗ ଚଢ଼ିଥାଏ, ମନ କୁବିଚାରଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା ଧୂଳିଧୂସରିତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଜୀବନ ସାଂସାରିକ ବିକାରଗୁଡ଼ିକର କାଦୁଅରେ ଧସିଯାଏ । ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଆମକୁ ଜୀବନର ଏହି ବିପତ୍ତିରୁ ଉଦ୍ଧାର କରିଥାଏ ।

ଜୀବନରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବସ୍ତୁ ନିୟମିତ ସମୟରେ ସଫାସୁତୁରା ଦରକାର କରିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଘରେ ଝାଡ଼ୁ-ପୋଛାରୁ ନେଇ ନିତ୍ୟ ଦାନ୍ତଘଷା, ଶୌଚ-ସ୍ନାନ ଆଦି କରାଯାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ଆମେ ଶାରୀରିକ ଓ ବାହ୍ୟ ସଫେଇ ପ୍ରତି ସଚେଷ୍ଟ ଥାଉ, କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ମନର ପାଳି ଆସେ, ତ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଉଦାସୀନ ଥିବାର ଦେଖାଯାଏ ।

ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବିକାର ମନରେ ଅବାଧ ରୂପେ ଜମିଯାଏ । କାମ, କ୍ରୋଧ, ଲୋଭ, ମୋହ, ମଦ, ମତ୍ସର ଭଳି ଷଡରିପୁ ମନ ଉପରେ ଅଧିକାର ଜମାଇ ବସନ୍ତି, ଆମକୁ ଏହା ଜଣାପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକ କୁ ବିଚାର, ଦୁର୍ଭାବନା ଓ କୁସଂସ୍କାରଗୁଡ଼ିକ ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଚିତ୍ତକୁ ମଳିନ କରିବାରେ ଲାଗନ୍ତି ତଥା ଜୀବନରେ ନାନା ପ୍ରକାର କଳହ-କ୍ଳେଶ, ରୋଗ-ଶୋକ ଓ ସଂକଟର ପରିସ୍ଥିତି ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାନ୍ତି ।

ଏହି ପ୍ରକାର ବିକାରଗୁଡ଼ିକ ଦ୍ୱାରା ଆବେଷ୍ଟିତ ମନ ମନୁଷ୍ୟର ବନ୍ଧନର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ମନକୁ ଏଗୁଡ଼ିକରୁ ମୁକ୍ତ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଦେଲେ, ଏହା ମନୁଷ୍ୟର ମୁକ୍ତିର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଏହି ଦିଗରେ ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ଭୂମିକା ନିଭାଇ ଥାଏ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ପ୍ରକାଶରେ ଅନ୍ତଃକରଣର ଗଭୀରତାରେ ଲୁଚି ରହିଥିବା ଦୋଷ-ଦୁର୍ଗୁଣ ଏବଂ ବିକାରଗୁଡ଼ିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାଏ । ତାପରେ ପୁଣି ସେଗୁଡ଼ିକର ଉପଚାରର କ୍ରମ ଦରକାର ପଡ଼େ । ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ବିନା ଆମେ ଏଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରାୟ ଅନଭିଜ୍ଞ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଥାଉ ଏବଂ ଏଗୁଡ଼ିକର ଆଭାସ ନ ମିଳିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏଗୁଡ଼ିକର ଉପଚାର-ପରିଷ୍କାରର ପ୍ରଶ୍ନ ହିଁ ଉଠି ନଥାଏ ।

ଯିଏ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କରେ ନାହିଁ, ସେ ଏପରି ହିଁ ଅଜ୍ଞାନ ଜନିତ ନିଶା ସହିତ ଜୀବନ ବିତାଇବା ପାଇଁ ଅଭିଶପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଦୋଷ-ଦୁର୍ଗୁଣଗୁଡ଼ିକୁ ଠିକ୍ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ, ଏଗୁଡ଼ିକୁ ପୁଷ୍ଟ କରିବାର ଯଥାଶକ୍ତି ପ୍ରୟାସ କରିଥାଏ । ଏଗୁଡ଼ିକ ପକ୍ଷରେ ଅନେକ ଅବାନ୍ତର ଯୁକ୍ତି କରି ନିଜ ଆତ୍ମାର କଲ୍ୟାଣକୁ ମଧ୍ୟ ବାଜି ଲଗାଇ ଦିଏ ପାପ ଓ କୁକର୍ମଗୁଡ଼ିକର ବୋଝ ବଢ଼ାଇଥାଏ ।

ସୂକ୍ଷ୍ମ ରୂପେ ଏହି ଆତ୍ମଘାତୀ ଦୁର୍ଘଟଣାରୁ ବର୍ତ୍ତିବା ପାଇଁ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟରେ ପ୍ରମାଦ ନ କରିବା କଥା କହିଛନ୍ତି ଏବଂ ନିୟମିତ ରୂପେ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର କ୍ରମ ଚାଲିଲେ, ଏହା ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟୀକୁ ବହୁତ ଅନୁଦାନ ଦେଇଥାଏ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କେତେ ପ୍ରକାରର ବରଦାନ ସାଧକର ଝୁଲିରେ ଅନାୟାସ ହିଁ ଦେଇଯାଏ । ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ସହିତ ନିଶ୍ଚିତ ରୂପେ ବିଷୟର ଜ୍ଞାନ ବଢ଼ିଥାଏ । ଯଦି କୌଣସି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିଷୟ ଉପରେ କେତେକ ଗ୍ରନ୍ଥର ପାରାୟଣ ଚାଲେ, ତ କିଛି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ସେହି ବିଷୟର ପାରଂଗତ ବିଦ୍ୱାନ୍ ହୋଇଯାଏ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ସହିତ ବୁଦ୍ଧି ତତ୍ତ୍ୱ ସୂକ୍ଷ୍ମ ହୋଇଥାଏ, ପ୍ରଜ୍ଞା ଶକ୍ତି ଜାଗ୍ରତ ହୋଇଥାଏ । ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ନିହିତ ଜ୍ଞାନର ମର୍ମର ଉଦ୍ଘାଟନ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାର ଦିବ୍ୟ ପ୍ରକାଶରେ ଜୀବନ ଆଲୋକିତ ହୋଇ ଉଠେ ଏବଂ ଅଜ୍ଞାନତା ଓ ଅବିଦ୍ୟାର ଅନ୍ଧକାରର ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ତିରୋହିତ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ଯୋଗ ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଦ୍ୱାରା ଯୋଗକୁ ସାଧ ଏବଂ ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ଅଭ୍ୟାସ କର । ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ସଂପତ୍ତି ଦ୍ୱାରା ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ୍କାର ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ସୂକ୍ଷ୍ମବୁଦ୍ଧି ଦ୍ୱାରା କେବଳ ନିଜର ଦୋଷ- ଦୁର୍ଗୁଣଗୁଡ଼ିକର ପରିମାର୍ଜନ ହୋଇ ନଥାଏ ବରଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ମାନସିକ ସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ବୁଝି ହୁଏ । ଏହା ସହିତ ମାନବ ପ୍ରକୃତିର ବୋଧ ବିକଶିତ ହୋଇଥାଏ ତଥା ପ୍ରକୃତିର ରହସ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରକାଶରେ ନିଜର ଆବରଣ ହଟାଇବାକୁ ଲାଗେ ।

ନିଃସନ୍ଦେହ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ସାଙ୍ଗରେ ଚରିତ୍ରର ଗଠନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସର୍ବାଙ୍ଗୀନ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଜାଗ୍ରତ ହୋଇଥାଏ, ଶ୍ରଦ୍ଧା ସହିତ ଈଶ୍ୱରୀୟ ଆସ୍ଥା ମଧ୍ୟ ପ୍ରଗାଢ଼ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶ୍ରେଣୀରେ ପ୍ରବେଶ କରିଯାଏ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିର ମନ ସଦାବେଳେ ପ୍ରସନ୍ନଚିତ୍ତ ଓ ଶାନ୍ତ ରହିଥାଏ । ଜୀବନ ପ୍ରତି ଆଶାବାଦୀ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ କାଏମ ରହିଥାଏ ଏବଂ ସେ ନିତ୍ୟ ଜୀବନର ପରମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଗତିଶୀଳ ରହିଥାଏ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ବୁଝିବା ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ନିୟମିତ ରୂପେ କିଛି ସମୟ ବାହାର କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ସହିତ ସାବଧାନ ପୂର୍ବକ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକର ଚୟନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ନାନା ପ୍ରକାର ପୁସ୍ତକର ଅଧ୍ୟୟନ ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ନଥାଏ । ଫିଲ୍ମ, ଉପନ୍ୟାସ, ହାଲୁକା ମନୋରଂଜନର କଥା-କାହାଣୀଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତିର ମନକୁ ଆହୁରି ମଳିନ ଏବଂ ଭ୍ରମିତ କରିଥାଏ ତଥା ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କୌଣସି କାମରେ ଆସି ନ ଥାଏ । ଆଜି ବଜାର ଓ ଇଣ୍ଟରନେଟ୍‌ରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସେଲ୍ ହେଲ୍ପ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ଉପଲବ୍ଧ । ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ବୁଝି-ବିଚାରି ହିଁ ପୁସ୍ତକ ଚୟନ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।

ଯେଉଁମାନଙ୍କ ଜୀବନ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିବ, ଯେଉଁମାନେ ଜୀବନକୁ ସମଗ୍ରତାରେ ଜିଇଥିବେ, ସେପରି ଲେଖକ ମାନଙ୍କର ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକୁ ଚୟନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରାମାଣିକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍‌ଗୀତା, ଉପନିଷଦ୍, ଯୋଗବାଶିଷ୍ଠ, ପାତଂଜଳି ଯୋଗସୂତ୍ର, ରାମଚରିତ ମାନସ ଭଳି ଶାଶ୍ୱତ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଗ୍ରନ୍ଥଗୁଡ଼ିକର ପାରାୟଣ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ପ୍ରକାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଯୁଗର ମହାନ୍ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିଚାରକମାନଙ୍କ ଜୀବନ ଚରିତ୍ର ଓ ଶିକ୍ଷାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଆଧାରିତ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକର ଚୟନ କରାଯାଇପାରେ । ନିଜର ରୁଚି ଓ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁରୂପ ଏହାର ଚୟନ କରାଯାଇ ପାରେ । ଯଦି ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ତ ଏହାର ଚୟନରେ କୌଣସି ଅନୁଭବୀ ବରିଷ୍ଠଙ୍କର ସହାୟତା ନିଆଯାଇ ପାରେ । ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କିପରି କରିବା, ଏହା ମଧ୍ୟ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ପ୍ରାତଃ ସ୍ନାନ ପରେ ଧ୍ୟାନ, ପୂଜା-ପାଠ ସହିତ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କରିବା ସବୁଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସମୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସମୟରେ କିଛି ପୃଷ୍ଠା ବା ଅଂଶ ପଢ଼ା ଯାଇପାରେ । ଏହାକୁ ଧ୍ୟାନର ବିଷୟ ବସ୍ତୁ କରାଯାଇପାରେ ଏବଂ ଏକ ଡାଏରିରେ ଲେଖି ଏଗୁଡ଼ିକର ସଂକଳନକୁ ଆଗର ସନ୍ଦର୍ଭ ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖାଯାଇପାରେ ।

ଦିନ ତମାମ ଏହା ଉପରେ ଚିନ୍ତନ-ମନନ ଓ ନିଦିଧ୍ୟାସନ କରି ଏଗୁଡ଼ିକର ମର୍ମକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିବାର ପ୍ରୟାସ କରାଯାଇପାରେ । ଏହା ଅତିରିକ୍ତ ଦିପହର, ସନ୍ଧ୍ୟା ଓ ରାତ୍ରିକାଳରେ ଯେବେ ବି ଏକାନ୍ତରେ କିଛି ସମୟ ମିଳେ, ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କରାଯାଇପାରେ । ଏଥିରେ ଛୋଟ ପକେଟ ବୁକ୍‌ସର ଆଶ୍ରୟ ନିଆଯାଇପାରେ । ଆଜିକାଲି ମୋବାଇଲରେ ହିଁ ଏହି ପ୍ରକାରର ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ସାମଗ୍ରୀ ରହିଥାଏ, ଯାହାର ସାହାଯ୍ୟ ନିଆ ଯାଇପାରେ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଆତ୍ମାର ଆହାର । ଏହା ଯେତିକି ଉଚିତ ମାତ୍ରାରେ ନିୟମିତ ରୂପେ ସେବନ କରିବେ, ଆତ୍ମା ସେତିକି ସବଳ ହେବ । ଜୀବନର ଚିନ୍ତାଗୁଡ଼ିକ ଦୂର ହେବ, ଶଙ୍କାଗୁଡ଼ିକର ସମାଧାନ ହେବ । ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ପ୍ରଗାଢ଼ତା ସହିତ ମନରେ ଶୁଭ ସଂକଳ୍ପ ଗୁଡ଼ିକର ଉଦୟ ହେବା ସୁନିଶ୍ଚିତ, ଯାହା ସହିତ ଆତ୍ମାରେ ଶାନ୍ତିର ଅନୁଭବ ହେବ । ନିଃସନ୍ଦେହ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କରିବା ପ୍ରାଣୀର ତପ, ସ୍ୱର୍ଗର ଦ୍ୱାର ଓ ମୁକ୍ତିର ସୋପାନ । ନୈଷ୍ଠିକ ସାଧକ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ବଳରେ ଜନ୍ମ-ମରଣର ଚକ୍ରରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ ।

ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟର ଏତେ ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ଦେଖି ଏହାକୁ ନିଜ ଜୀବନର ଅଭିନ୍ନ ଅଂଗ କରିବା, ସ୍ୱୟଂ ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ କରିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରେରିତ କରିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସାଧକର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ଜୀବନ - ମୃତ୍ୟୁର ଶାଶ୍ୱତ ସତ୍ୟ

ମୃତ୍ୟୁ ଜୀବନର ଶାଶ୍ୱତ ସତ୍ୟ ଏବଂ ଜୀବନର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଭୟ ମଧ୍ୟ, ଯାହାକୁ ଯଥାର୍ଥରେ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ସହଜ ନୁହେଁ । ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଏହା ବସ୍ତ୍ର ବଦଳାଇବା ଭଳି ପ୍ରକ୍ରିୟା, ଯେଉଁଥିରେ ଜୀବାତ୍ମା ଜୀବନର ସମୟ ଅବଧି ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯିବା ପରେ ଚାହିଁଲେ, ନ ଚାହିଁଲେ ମଧ୍ୟ ଦେହ ରୂପୀ ବସ୍ତ୍ରକୁ ଉତାରିଦେଇ ନିଜର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଯାତ୍ରାରେ ବାହାରି ପଡ଼େ । ଏହା ଅସ୍ତିତ୍ୱର ମହାଯାତ୍ରାର ଶାଶ୍ୱତ ସତ୍ୟ, ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ସୃଷ୍ଟିର ଅଟଳ ବିଧାନ । ଜନ୍ମ ଓ ମୃତ୍ୟୁର ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ସମୟକୁ ଜୀବନ ଯାତ୍ରାର ମାର୍ଗରେ ଚଟି ଘର ରୂପେ ବୁଝାଯାଇ ପାରେ, ଯେଉଁଠି ଯାତ୍ରୀ ରାତି ସାରା ରହେ, ବିଶ୍ରାମ କରେ ତଥା ପୁଣି ନିଜ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଥଳର ପାରଲୌକିକ ଯାତ୍ରାରେ ବାହାରି ପଡ଼େ । ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ଏଠାକାର ବିଶ୍ରାମ କାଳରେ ବିଶ୍ରାମ ଗୃହ ଏବଂ ସେଠାରେ ଥିବା ବାସିନ୍ଦା ଓ ବସ୍ତୁଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ଅନାବଶ୍ୟକ ମୋହ-ମମତା ପାଳି ନଥାଏ ତଥା ବିଶ୍ରାମ ଗୃହରେ ହିଁ ଫସି ରହିଯିବା ପରି କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରି ନଥାଏ । ଯାତ୍ରୀ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ ଯେ ଏହା ତା'ର ଅସ୍ଥାୟୀ ନିବାସ ଏବଂ ନିଜ ନିବାସର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପୂରଣ ହୋଇଯିବା ପରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ଏହା ମଧ୍ୟ ଏଇ ଜୀବନ ରୂପୀ ଯାତ୍ରାର ସତ୍ୟ, ଯେଉଁଥିରେ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ଯାତ୍ରୀ ଏଠାକାର ଜୀବନ ରୂପୀ ଚଟି ଘରେ ଅନାବଶ୍ୟକ ମୋହ-ମମତା ପାଳି ନ ଥାଏ, ରାଗ- ଦ୍ୱେଷ ଆଦିରେ ଫସି ନ ଥାଏ, ବରଂ ଜୀବନରେ ଆସୁଥିବା ସମ୍ବନ୍ଧଗୁଡ଼ିକୁ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଭାବର ସହିତ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି, ପଛରେ । ଏକ ପ୍ରେରକ ଉତ୍ତରାଧିକାରକୁ ଛାଡ଼ି ପରବର୍ତ୍ତୀ ଯାତ୍ରାରେ ବାହାରି ପଡ଼େ ।

ଏହିପରି ଜଣେ ବିବେକଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନ ରୂପୀ ନାଟକରେ ଏକ କୁଶଳ ଅଭିନେତା ରୂପେ ନିଜର ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ, ଜୀବନର ମର୍ମକୁ ବୁଝି ମୃତ୍ୟୁର ସ୍ୱାଗତ ପାଇଁ ନିଜକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାଏ । ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀ ଏପରି ଭାବରେ ରଖିଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ଜୀବନର ଯେକୌଣସି କ୍ଷଣରେ ଅବସାନ ହୋଇଗଲେ ଓ ମୃତ୍ୟୁଦୂତ ଆସି ପହଞ୍ଚିଗଲେ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଭୟ-ପଶ୍ଚାତାପ ବିନା ଆଗାମୀ ମହାଯାତ୍ରାରେ ବଢ଼ି ପାରିବ ।

'ଏହି ପ୍ରକାର ଜଣେ ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ଶାଶ୍ୱତ ସତ୍ୟକୁ ବୁଝି ପୃଥିବୀକୁ ଏକ ଅସ୍ଥାୟୀ ନିବାସ ମାନିଥାଏ, ଯେଉଁଠିକୁ ଜୀବାତ୍ମା ନିଜ କର୍ମଗୁଡ଼ିକର ପରିଷ୍କାର କରିବା ପାଇଁ ଆସିଛି । ଏଠାରେ, ଏଇ ମୃତ୍ୟୁ ଲୋକରେ କିଛି ବି ସ୍ଥାୟୀ ନୁହେଁ, ଯାହା ସହିତ ମୋହ-ମମତା ଓ ରାଗ-ସମ୍ବନ୍ଧ ଯୋଡ଼ାଯିବ ଏବଂ ଯଦି ସେ ଏପରି ଭୁଲ କରେ ତ ଏହାର ମୂଲ୍ୟ ମର୍ମାନ୍ତକ ବିଚ୍ଛେଦ-ବେଦନା ତଥା ଅସହ୍ୟ ଶୋକ-ପୀଡ଼ା ରୂପେ ଭୋଗ କରିବା ତା'ର ନିୟତି ହୋଇଯାଏ ।

ଏହା ମଧ୍ୟ ଏକ ଶାଶ୍ୱତ ସତ୍ୟ ଯେ ଜୀବାତ୍ମାର ବାସ୍ତବିକ ଘର ହେଲା ସୂକ୍ଷ୍ମଜଗତ, ଯେଉଁଠି ସେ ନିଜର ଶୁଭ-ଅଶୁଭ କର୍ମଗୁଡ଼ିକ ଅନୁରୂପ ବିଭିନ୍ନ ଲୋକରେ ବାସ କରିଥାଏ । କିଛି କାଳ ପରେ ସେ ପୁଣି ନିଜର କର୍ମଗୁଡ଼ିକ ହିସାବରେ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ, ମୃତ୍ୟୁଲୋକରେ ଜନ୍ମ ନେଇଥାଏ ଏବଂ ଏହି ଆବାଗମନର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜୀବାତ୍ମା ସକଳ ବନ୍ଧନରୁ ମୁକ୍ତ ନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲିଥାଏ । ତାପରେ ଧରାପୃଷ୍ଠରେ ଜୀବାତ୍ମାର ଜନ୍ମ-ମରଣର ବନ୍ଧନ ସମାପ୍ତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଇଚ୍ଛା ବା ଆଦେଶ ଅନୁସାରେ ହିଁ ସେ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ବିଶିଷ୍ଟ ଈଶ୍ୱରୀୟ ପ୍ରୟୋଜନ ହେତୁ ମାନବ ଶରୀର ଧାରଣ କରିଥାଏ ।

ଏହିପରି ଭାବରେ ଏଇ ସୃଷ୍ଟିର ଚକ୍ର, ଈଶ୍ୱରୀୟ ବିଧାନ ଅନ୍ତର୍ଗତ ସଞ୍ଚାଳିତ ଜୀବନ-ମୃତ୍ୟୁ, ଲୋକ-ପରଲୋକ, ସ୍ୱର୍ଗ-ନରକ, କର୍ମଫଳ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଆଦିର ସ୍ୱୟଂଚାଳିତ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଚାଲିଥାଏ । ଏସବୁକୁ ବୁଝି ବିବେକଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ସଂସାରରେ ବିଚରଣ କରି ମଧ୍ୟ ନିଜର ବାସ୍ତବିକ ଘର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଲୋକକୁ ଭୁଲେ ନାହିଁ, ଯେଉଁଠିକୁ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ନିଜର ଶୁଭ କର୍ମଗୁଡ଼ିକର ଫଳସ୍ୱରୂପ ତାକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ।

ତା' ପାଇଁ ଏହି ସଂସାର ରୂପୀ ଅସ୍ଥାୟୀ ନିବାସ ଏକ ଚଟିଘର ବା ଧର୍ମଶାଳା ଠାରୁ ଅଧିକ କିଛି ନୁହେଁ, ଯେଉଁଠି ସେ ଆବଶ୍ୟକ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଆତ୍ମପରିଷ୍କାର କରି ନିଜର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ବିକାଶକୁ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ମୃତ୍ୟୁ ଅସ୍ତିତ୍ୱର ମହାଯାତ୍ରାର ଏକ ପରିବର୍ତ୍ତନ-ବିଶ୍ରାମ ସ୍ଥାନ ମାତ୍ର, ଏହା ପରେ ଜୀବନର ପରବର୍ତ୍ତୀ କକ୍ଷରେ ତାକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୪ର୍ଥ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗ୍ରୀସ୍‌ର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଦାର୍ଶନିକ ସକ୍ରେଟିସଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପାଇଁ ପହଞ୍ଚିଲା ଏବଂ ତାଙ୍କୁ କହିଲା- 'ମୁଁ ଆପଣଙ୍କୁ ସହରର ଜଣେ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ବିଷୟରେ କିଛି କହିବା ପାଇଁ ଆସିଛି ।' ସକ୍ରେଟିସ କହିଲେ– 'ମୁଁ ନିଶ୍ଚୟ ତୁମର କଥା ଶୁଣିବି, କିନ୍ତୁ ପ୍ରଥମେ କୁହ ଯେ ଯେଉଁ କଥା ତୁମେ କହିବାକୁ ଯାଉଛ, କ'ଣ ତାହା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ସତ୍ୟ ?' ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି କହିଲା– 'ଏହା ତ ମୁଁ କହି ପାରିବି ନାହିଁ; କାରଣ ମୁଁ ଏ ବିଷୟରେ କାହାଠାରୁ ଶୁଣିଛି । ତେଣୁ ଏ ବିଷୟରେ ମୁଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଆଶ୍ୱସ୍ତ ନୁହେଁ ।' ସକ୍ରେଟିସ ପୁଣି କହିଲେ– 'ଆଚ୍ଛା, ଯେଉଁ କଥା ତୁମେ କହିବ, ତାହାର ସତ୍ୟତା ତୁମକୁ ଜଣା ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ କଥାଟା କିଛି ଉତ୍ତମ ବିଷୟରେ ହୋଇଥିବ ନିଶ୍ଚୟ ।' ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି କହିଲା– 'ଏପରି ନୁହେଁ, କଥାଟା ତ ତାଙ୍କର ଦୋଷ-ଦୁର୍ଗୁଣ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ।'

ସକ୍ରେଟିସ କହିଲେ- 'ଯେଉଁ କଥା ତୁମେ କହିବାକୁ ଚାହୁଁଛ, ତାହା ସମ୍ଭବତଃ ସତ୍ୟ ଓ କାହାର ଖରାପ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ । କିଛି କଥା ନାହିଁ, ହୁଏତ ତୁମେ ଏଥିପାଇଁ ଶୁଣାଇବାକୁ ଆସିଛ ; କାରଣ ତାହା ମୋର କୌଣସି କାମରେ ଆସିପାରେ ।' ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି କହିଲା- 'ନା, ବୋଧ ହୁଏ ଆପଣଙ୍କର କୌଣସି କାମରେ ଆସିବ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସେହି ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସମ୍ବନ୍ଧ କୌଣସି ମହିଳାଙ୍କ ସହିତ ଅଛି । ମୁଁ କେବଳ ଏହି କଥା କହିବା ପାଇଁ ଆସିଛି ?

ସକ୍ରେଟିସ କହିଲେ- 'ମିତ୍ର ! ମୁଁ ତାହା ଜାଣି କ'ଣ କରିବି ? ଯେଉଁ କଥା ସତ୍ୟ ନୁହେଁ, ଭଲ ନୁହେଁ, ଏବଂ କୌଣସି ଉପଯୋଗର ନୁହେଁ, ତାହାକୁ ଶୁଣାଇ ତୁମେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟର୍ଥରେ ନିଜକୁ କଷ୍ଟ ଦିଅ ନାହିଁ ତଥା ମୋର ମଧ୍ୟ ସମୟ ନଷ୍ଟ କର ନାହିଁ । ତୁମେ ଏହି ସମୟକୁ ନିଜ ଜୀବନର ବିକାଶରେ ଲଗାଇବା ଉତ୍ତମ ହେବ ।

ସ୍ତ୍ରୀଜାଗର

ବର୍ଷ ୨୮, ସଂଖ୍ୟା - ୧, ୭ - ୧୩ ଜାନୁଆରୀ ୨୦୨୪

ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ବିବାଦ

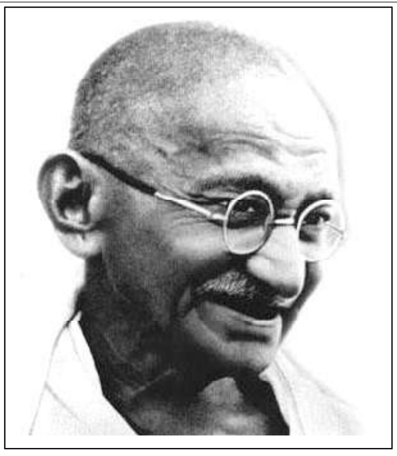
ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ନେଇ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ରାଜ୍ୟ ଉପରେ ଦୋଷ ଲଦିଛନ୍ତି । ନିକଟରେ ଓଡ଼ିଶା ଗସ୍ତରେ ଆସିଥିବା କେନ୍ଦ୍ର ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଅର୍ଜୁନରାମ ମେଘୱାଲ ଦେଇଥିବା ମନ୍ତବ୍ୟକୁ ନେଇ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ଏକ ସ୍ପଷ୍ଟିକରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଭାରତ ସରକାର ଓ ସୁପ୍ରିମ କୋର୍ଟଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇଥିବା ଇ-କୋର୍ଟ ପ୍ରକଳ୍ପ ଅଧୀନରେ ଭର୍ଚୁଆଲ୍ ବେଞ୍ଚ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବାରୁ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ପୃଥକ ସ୍ଥାୟୀ ଖଣ୍ଡପୀଠର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ିନାହିଁ । କାରଣ ଏଭଳି ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଲାଗି ଯଶବନ୍ତ ସିଂହ କମିଶନଙ୍କ ସୁପାରିସ ଅନୁଯାୟୀ ଭାରତ ସରକାର ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କ ସହମତିକ୍ରମେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଠାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତାବ ପାଇନାହାନ୍ତି ।

ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ହାଇକୋର୍ଟର ଖଣ୍ଡପୀଠ ଗଠନ ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଠାରୁ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତାବ ମିଳିବା ପରେ ହିଁ ଭାରତ ସରକାର ବିଚାର କରିପାରିବେ । ଯେଉଁଥିରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ହାଇକୋର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତି ଏବଂ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ସହମତି ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ଯଶବନ୍ତ ସିଂ କମିଶନରଙ୍କ ସୁପାରିସ ଏବଂ ୨୦୦୦ ମସିହାର ଡବ୍ଲୁପି (ସି) ନଂ. ୩୭୯ ମାମଲାରେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନ୍ୟାୟାଳୟଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଦିଆଯାଇଥିବା ରାୟ ଅନୁରୂପ ଅଟେ ।

ହାଇକୋର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ଆସନ ଠାରୁ ଦୂରରେ ଏକ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ଆବଶ୍ୟକ ଭିତ୍ତିଭୂମି ସୁବିଧା ଯୋଗାଇ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ଏହା ସହ ହାଇକୋର୍ଟ ଓ ବେଞ୍ଚର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଖର୍ଚ୍ଚ ବହନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ହାଇକୋର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କୁ ହାଇକୋର୍ଟ ଓ ଏହାର ବେଞ୍ଚର ଦୈନନ୍ଦିନ ପରିଚାଳନା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ତଦାରଖ କରିବା ସହ ସମୟ ସମୟରେ ମୁଖ୍ୟ ଆସନରୁ ବିଚାରପତିଙ୍କୁ ଖଣ୍ଡପୀଠରେ ନିୟୋଜିତ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ତେଣୁ ଉଭୟ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଓ ହାଇକୋର୍ଟ ଏହି ମାମଲାକୁ ସବୁ ଦିଗରୁ ବିଚାର କରି ସହମତିରେ ପହଞ୍ଚିବା ଜରୁରୀ । ୨୦୧୮ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୫ ଓ ୨୦୧୯ ଜାନୁଆରୀ ୧୧ ତାରିଖରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଏ ନେଇ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କୁ ଚିଠି ଲେଖିଥିଲେ । ୨୦୧୯ ଜାନୁଆରୀ ୧୨ ତାରିଖରେ ତତ୍କାଳୀନ ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀ ରବିଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କୁ ଚିଠି ଲେଖି ହାଇକୋର୍ଟଙ୍କ ମତାମତ, ବେଞ୍ଚ ପାଇଁ ସ୍ଥାନ, ବିଚାରପତିଙ୍କ ପାଇଁ କୋଠା ଓ ବାସଭବନକୁ ନେଇ ଏକ ବିସ୍ତୃତ ରିପୋର୍ଟ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କୁ ଦାଖଲ କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ତେବେ ହାଇକୋର୍ଟଙ୍କ ମତାମତ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକତା ହାସଲ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର କୌଣସି ପ୍ରୟାସ କରି ନ ଥିଲେ । ୨୦.୭.୨୦୨୩ ଶ୍ରୀ ସସ୍ମିତ ପାତ୍ର ଉଠାଇଥିବା ଅଣତାରକା ପ୍ରଶ୍ନ ସଂଖ୍ୟା ୧୧୪ର ଜବାବରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଉତ୍ତର ଦେଇସାରିଛନ୍ତି ଯେ, ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ କୌଣସି ପ୍ରସ୍ତାବ ନାହିଁ । ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତିଙ୍କ ସହମତି ଏବଂ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ସହମତିକ୍ରମେ ଏଭଳି ପ୍ରସ୍ତାବ ଆଣିବାକୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଆଇନ ଓ ନ୍ୟାୟ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ବାରମ୍ବାର ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଥିଲେ ମଧ ଏହା ମିଳିନାହିଁ ।

ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ଆଗ୍ରହ ନାହିଁ ବୋଲି ଏହା ସ୍ପଷ୍ଟ କରୁଛି । ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସମୟ ଲାଗୁଥିବା ବେଳେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଇ-କୋର୍ଟ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ଅଧୀନରେ ସ୍ଥାପିତ ହାଇକୋର୍ଟର ଭର୍ଚୁଆଲ୍ ସେଣ୍ଟରଗୁଡ଼ିକ ଇ-ଫାଇଲିଂ, ଇ-ପେମେଣ୍ଟ ଏବଂ ଭର୍ଚୁଆଲ୍/ଭିଡିଓ ଶୁଣାଣି କରି ସମସ୍ତ ହିତାଧିକାରୀ ଅର୍ଥାତ୍ ଆବେଦନକାରୀ ଓ ଓକିଲମାନଙ୍କୁ ହାଇକୋର୍ଟରେ ସିଧାସଳଖ ପ୍ରବେଶ ସୁବିଧା ଯୋଗାଇ ଦେଉଛି । ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟ ରାଜ୍ୟର ସମସ୍ତ ୩୦ଟି ଜିଲ୍ଲାରେ ୩୦ଟି ଭର୍ଚୁଆଲ ସେଣ୍ଟର ଚଳାଉଛନ୍ତି । ଭର୍ଚୁଆଲ ସେଣ୍ଟରଗୁଡ଼ିକ ଇ-ଫାଇଲିଂ', ଇ-ପେମେଣ୍ଟ ଏବଂ ଭର୍ଚୁଆଲ ଉପସ୍ଥିତିର ସୁବିଧା ଯୋଗାଇ ଦେଉଛନ୍ତି । ଏସବୁ ସୁବିଧା ଯୋଗୁଁ ଓଡ଼ିଶାର ନାଗରିକମାନଙ୍କୁ ଉଚ୍ଚ ନ୍ୟାୟାଳୟକୁ ଯିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନ ଥାଇ ଅଧିକ ସହଜରେ ନ୍ୟାୟ ମିଳୁଛି । ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତାବ ପଠାଇବା ପରେ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପ୍ରସ୍ତାବ ଉପରେ ଭାରତ ସରକାର ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ ବିଚାର କରିବେ । ତେବେ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ସରକାର ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ପାଇଁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧ ନୁହାଁନ୍ତି ଏବଂ ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ଓଡ଼ିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠାରେ ବାଧକ ସାଜିଛନ୍ତି । ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶାରେ ହାଇକୋର୍ଟର ସ୍ଥାୟୀ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦାୟିତ୍ୱରୁ ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ପଛଘୁଞ୍ଚା ଦେଉଛନ୍ତି । ହାଇକୋର୍ଟ ବେଞ୍ଚ ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ସମ୍ଭାବ୍ୟତା ଅଧ୍ୟୟନ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ସିଆର୍ ପାଲ୍ କମିଶନ ଗଠନ କରିଥିଲେ । ୨୦୧୪ ମାର୍ଚ୍ଚ ୩୧ତାରିଖରେ କମିଶନ ସରକାରଙ୍କୁ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ସିଆର ପାଲ କମିଶନଙ୍କ ରିପୋର୍ଟ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସାର୍ବଜନୀନ ନ ହେବା ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟଜନକ । ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ପ୍ରକୃତରେ କ'ଣ ଲୁଚାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛନ୍ତି ବୋଲି ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ।



ବିଶୁଦ୍ଧ ଭାବନା

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

କେବଳ ତୁଣ୍ଡରେ ରାମନାମ ଜପ କରିବାର ଆରୋଗ୍ୟ ସହିତ କୌଣସି ସମ୍ବନ୍ଧ ନାହିଁ । ମୁଁ ଯଦି ଠିକ୍ ଭାବରେ ଜାଣିଥାଏ, ତେବେ ବିଶ୍ୱାସ ଦ୍ୱାରା ଆରୋଗ୍ୟଲାଭ କରିବା ହେଉଛି, ଯେପରି ଜଣେ ବନ୍ଧୁ ତାହାକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରି କହିଛନ୍ତି, ଏକ ଅନ୍ଧ ପଦ୍ଧତି ଏବଂ ତାହା ଜୀବନ୍ତ ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଜୀବନ୍ତ ନାମଟିର ବିଦ୍ରୂପ ହିଁ କରିଥାଏ । ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଜୀବନ୍ତ ନାମ କଦାପି କଳ୍ପନାରୁ ପ୍ରସୂତ ହୋଇଥିବା ଏକ ବସ୍ତୁମାତ୍ର ନୁହେଁ । ତାହା ହୃଦୟ ଭିତରୁ ହିଁ ଆସି ପାରୁଥିବା ଉଚିତ୍ ।

ସଚେତନ ଭାବରେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କଠାରେ ବିଶ୍ୱାସ ରଖିବା ଏବଂ ତାଙ୍କର ବିଧାନ ବିଷୟରେ ଏକ ସଜ୍ଞାନତା ରହିଥିବା, ଏହିଗୁଡ଼ିକ ହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆରୋଗ୍ୟ ସମ୍ଭବ କରନ୍ତି ଏବଂ ଶାରୀରିକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର କାରଣ ହୋଇ ପାରନ୍ତି । ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣତାଯୁକ୍ତ ହୃଦୟରୁ ହିଁ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣଶକ୍ତି ମନ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଡାକ୍ତରଙ୍କର ପରୀକ୍ଷା ନଳୀ ଯେଉଁ ହୃଦୟକୁ ଜାଣେ ସେଇଟି ନୁହେଁ, ଏଠାରେ ଭଗବାନଙ୍କର ଉପଲବ୍ଧି କରିବା ଦ୍ୱାରା କୌଣସି ଅଶୁଦ୍ଧ ଅଥବା ଅଳସ ଭାବନା ମନ ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବା ଆଦୌ ସମ୍ଭବ ହୁଏନାହିଁ ।

ଭାବନା ଶୁଦ୍ଧ ଥିଲେ ରୋଗ କଦାପି ପଶି ପାରେନାହିଁ । ଏପରି ଗୋଟିଏ ସ୍ଥିତିକୁ ସମ୍ଭବ କରିବା ହୁଏତ କଷ୍ଟସାଧ ହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର, ଏହି କଥାଟିକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିନେଇ ପାରିଲେ ଯାଇ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଆରୋହଣ ଯାତ୍ରାରେ ପ୍ରଥମ ପଦକ୍ଷେପଟିକୁ ନେଇ ହୁଏ । ତଦନୁରୂପ ଏକ ଉଦ୍ୟମ ଆରମ୍ଭ କରି ସେହି ଦିଗରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ପଦଟିକୁ ପକାଇ ହୁଏ । ଆପଣାର ଜୀବନରେ ଏହି ମୌଳିକ ପରିବର୍ତ୍ତନଟି ସହିତ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନୁଷ୍ୟଦ୍ୱାରା ଆବିଷ୍କୃତ ହୋଇଥିବା ପ୍ରକୃତିର ଯାବତୀୟ ଅନ୍ୟ ବିଧାନଗୁଡ଼ିକୁ ପାଳନ କରିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ ଯୋଡ଼ା ହୋଇ ରହିଥାଏ । ଆମେ ସେଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ଖେଳୁଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆମର ହୃଦୟ ପବିତ୍ର ବୋଲି କଦାପି ଦାବୀ କରି ପାରିବା ନାହିଁ ।

ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନ୍ୟାୟର ସହିତ କୁହାଯାଇ ପାରିବ ଯେ, ହୃଦୟ ପବିତ୍ର ଥିଲେ ରାମନାମ ଜପ କରିବା ପାଇଁ ଆଉ ପ୍ରୟୋଜନ ରହିବନାହିଁ । ମୁଁ କେବଳ ଏତିକି କହିବି ଯେ, ଏଇଟି ବ୍ୟତୀତ ବିଶୁଦ୍ଧତା ହାସଲ କରିବାର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବାଟ ମୁଁ ଜାଣିନାହିଁ । ପୃଥିବୀସାରା ପ୍ରାଚୀନ ମନୀଷୀମାନେ ଠିକ୍ ଏହି ବାଟଟିରେ ହିଁ ଯାଇଛନ୍ତି । ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଭଗବାନଙ୍କର ହିଁ ମନୁଷ୍ୟ ଥିଲେ । ଅନ୍ଧବିଶ୍ୱାସୀ ନଥିଲେ, କପଟାଚାରୀ ମଧ ନ ଥିଲେ ।

ଯେକୌଣସି ଅନ୍ୟ ଶକ୍ତି ପରି ଆଧାତ୍ମିକ ଶକ୍ତି ମଧ ମନୁଷ୍ୟର ବ୍ୟବହାର ନିମନ୍ତେ ରହିଛି । ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି ତାହା ଯେ ଶାରୀରିକ ବେରାମଗୁଡ଼ିକର କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଳ୍ପ ବହୁତ ସଫଳତା ସହିତ ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇ ଆସିଛି, ସେକଥାଟିକୁ ବାଦ୍ ଦେଲେ ମଧ, ଯେଉଁଠାରେ ଶାରୀରିକ ବେରାମଗୁଡ଼ିକର କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳ ଭାବରେ ତାହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରିବ, ସେଠାରେ ତାହାର ସୁଯୋଗ ନନେବା ମୂଳତଃ ଭୁଲ ହେବ । କାରଣ, ମନୁଷ୍ୟ ହେଉଛି ଉଭୟ ବସ୍ତୁ ଏବଂ ଆତ୍ମା ଏଥିରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି, ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ପ୍ରତ୍ୟେକକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଛି । କୁଇନାଇନ୍ ପାଉଥିବା କୋଟି କୋଟି ମନୁଷ୍ୟଙ୍କର କଥା ନ ଭାବି କୁଇନାଇନ୍ ସେବନ କରି ଯଦି ତୁମେ ମେଲେରିଆରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରୁଛ, ତେବେ, କୋଟି କୋଟି ମନୁଷ୍ୟ ଅଜ୍ଞାନ ହେତୁ ତାହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବେ ନାହିଁ ବୋଲି କାରଣ ଦେଖାଇ ତୁମେ ତୁମ ନିଜ ଭିତରେ ରହିଥିବା ଆରୋଗ୍ୟ ଉପାୟଟିକୁ କାହିଁକି କାମରେ ନ ଲଗାଇବ ?

ଅଜ୍ଞାନବଶତଃ ବା ଏପରିକି ଜିଦ୍ କରି କୋଟି କୋଟି ମନୁଷ୍ୟ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ଓ ରୋଗମୁକ୍ତ ହୋଇ ରହିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁନାହାନ୍ତି ବୋଲି ତୁମେ ମଧ ସେହିପରି କରିବ କି ? ଲୋକହିତୈଷିତାର ନାନା ମିଥ୍ୟା ଧାରଣାର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ଯଦି ତୁମେ ନିଜେ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ନରହିବ, ତେବେ ନିଜେ ମଇଳା ଏବଂ ରୋଗଦ୍ୱାରା ପୀଡ଼ିତ ରହିବାଦ୍ୱାରା ତୁମେ ସେହି କୋଟି କୋଟି ମନୁଷ୍ୟଙ୍କର ସେବା କରିବାର କର୍ତ୍ତବ୍ୟରୁ ହିଁ ଆପଣାକୁ ବଞ୍ଚିତ କରି ରଖିବ । ଅବଶ୍ୟ ଏକଥା ସତ ଯେ, ଶାରୀରିକ ସ୍ତରରେ ପରିଷ୍କାର ଏବଂ ସୁସ୍ଥ ରହିବାକୁ ଅସମ୍ମତ ହେବା ଅପେକ୍ଷା ଆଧାତ୍ମିକ ସ୍ତରରେ ସୁସ୍ଥ ଏବଂ ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ରହିବାକୁ ସମ୍ମତ ନହେବା ଆହୁରି ଅଧିକ ଖରାପ ।

ଏଣେ ରାମନାମର ଜପ କରୁଥିବ ଏବଂ ତେଣେ ପ୍ରକୃତ ଜୀବନରେ ରାବଣର ମାର୍ଗକୁ ଅନୁସରଣ କରୁଥିବ, ତାହା ନିରର୍ଥକଠାରୁ ଆହୁରି ଅଧିକ ଖରାପ । ଏହା ତୁଚ୍ଛା କପଟାଚାର । ଆମେ ସିନା ନିଜକୁ ଅଥବା ପୃଥିବୀକୁ ଧୋକାଦେଇ ପାରିବା, ମାତ୍ର ସର୍ବଶକ୍ତିମାନ୍ ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କୁ କଦାପି ଧୋକା ଦେଇ ପାରିବା ନାହିଁ ।

ମୁଁ ନିଜକୁ ବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ପ୍ରାର୍ଥନାର ଜଣେ ମନୁଷ୍ୟ ବୋଲି ଦାବି କରୁଛି ମୋତେ ଖଣ୍ଡ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟି ଦିଆଗଲେ ମଧ, ମୁଁ ତଥାପି ବିଶ୍ୱାସ କରୁଛି ଯେ ମୁଁ ଭଗବାନଙ୍କୁ କେବେହେଲେ ଅସ୍ୱୀକାର କରିବିନାହିଁ ଏବଂ ସେ ଅଛନ୍ତି ବୋଲି ଅବଶ୍ୟ କହୁଥିବି ।

ପ୍ରାର୍ଥନା ନକରି ମୁଁ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରେନାହିଁ । ଜଣେ ମନୁଷ୍ୟ ଭୁଲ କରିବ ହିଁ କରିବ । ସେ ନିଜର ପଦକ୍ଷେପଗୁଡ଼ିକ ବିଷୟରେ କଦାପି ନିଶ୍ଚିତ ହୋଇ ପାରିବନାହିଁ । ତା' ପ୍ରାର୍ଥନାର ଜବାବ ବୋଲି ସେ ଯାହାକୁ ବିଚାର କରୁଥିବ, ତାହା ହୁଏତ ତା' ଗର୍ବର ଏକ ପ୍ରତିଧ୍ୱନି ମାତ୍ର ହୋଇ ରହିଥିବ । ନିଜ ଜୀବନର ପ୍ରମାଦଶୂନ୍ୟ ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ମନୁଷ୍ୟ ପାଖରେ ଏପରି ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦୋଷମୁକ୍ତ ହୃଦୟ ରହିଥିବ, ଯାହାକି ଆଦୌ କୌଣସି ମନ୍ଦ କାର୍ଯ୍ୟ କରି ପାରୁ ନ ଥିବ । ମୁଁ ସେପରି ସାମର୍ଥ୍ୟର ଦାବି କରି ପାରିବିନାହିଁ । ମୁଁ ତ ନିଜ ଭିତରେ କେତେ ସଂଗ୍ରାମ କରୁଛି କେତେ ଉଦ୍ୟମ କରୁଛି ଭୁଲ୍ କରୁଛି ଏବଂ କେତେ ପ୍ରକାରରେ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ରହିଛି । ମୋତେ ହତ୍ୟା କରାଗଲେ ମଧ ମୁଁ ତଥାପି ରାମ ଓ ରହିମ୍ଙ୍କର ନାମକୁ ଜପ କରିବା ପରିହାର କରିବିନାହିଁ । ଉଭୟଙ୍କୁ ମୁଁ ଏକା ଭଗବାନ ବୋଲି ବୁଝିଥାଏ । ତୁଣ୍ଡରେ ଏହି ନାମଗୁଡ଼ିକୁ ଉଚ୍ଚାରଣ କରୁ କରୁ ମୁଁ ପ୍ରସନ୍ନ ଚିତ୍ତରେ ମରି ପାରିବି ।

ଜୀବନ - ମୃତ୍ୟୁର ଶାଶ୍ୱତ...

ତୃତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ

ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନର ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଜାଣି ଆବଶ୍ୟକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପୂର୍ବକ ମୃତ୍ୟୁର ସାମନା କରିଥାଏ ଏବଂ ଅସ୍ତିତ୍ୱର ବ୍ୟାପକ ସତ୍ୟକୁ ବୁଝି ଜୀବନଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରତି ଏକନିଷ୍ଠ ରହିଥାଏ । ଏଠାରେ କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ଜୀବନର ଏହି ଗଭୀର ବୋଧ ଓ ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଦୃଷ୍ଟି ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ସହିତ କରାଯାଇଥିବା ଆତ୍ମଚିନ୍ତନ ତଥା ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସତ୍‌ସଙ୍ଗ ଦ୍ୱାରା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଧୀରେ ଧୀରେ ପ୍ରଗାଢ଼ ରୂପ ଧାରଣ କରିନିଏ ।

ଏହା ସହିତ ଜୀବନର ଦୁଇଟି ମାର୍ଗ ଥିବା କଥା ବୁଝିହୁଏ– ପ୍ରେୟ ଓ ଶ୍ରେୟ । ପ୍ରେୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ ମନକୁ ପ୍ରିୟ ଲାଗୁଥିବା ମାର୍ଗ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଭୌତିକ ଓ ସାଂସାରିକ ଇଚ୍ଛା-ଆକାଂକ୍ଷାଗୁଡ଼ିକ ଅନୁରୂପ ହୋଇଥାଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ମାର୍ଗରେ ଯାଉଥିବା ଲୋକେ ମାନିଥାନ୍ତି ଯେ ଏହି ସଂସାର ଏକ ସ୍ଥାୟୀ ଘର, ଏଥିପାଇଁ ବଞ୍ଚିବାକୁ ହେବ ଓ ମରିବାକୁ ହେବ । ଏ ସଂସାର ଠାରୁ ଅଧିକ ଆଉ ଆଗକୁ କିଛି ବି ନାହିଁ ।

ଏହାର ବିପରୀତ ଶ୍ରେୟ ମାର୍ଗ ଅର୍ଥାତ୍ କଲ୍ୟାଣକାରୀ ମାର୍ଗରେ ଯାଉଥିବା ଲୋକେ ଏ ସଂସାରର ନଶ୍ୱରତାର ବୋଧ ରଖି ଆତ୍ମାକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇଥାନ୍ତି, ସେମାନେ ନିଜର ବାସ୍ତବିକ ଆଧାତ୍ମିକ ଘର ବିଷୟରେ ସଚେତ ରହିଥାନ୍ତି । ତଦନୁରୂପ ସେମାନେ ନିଜର ଶରୀର, ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ ମନର କ୍ରିୟାକଳାପ ଗୁଡ଼ିକର ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିଥାନ୍ତି । ସ୍ୱାମୀ ବିବେକାନନ୍ଦ ଏହି ମାର୍ଗକୁ 'ଆତ୍ମନୋ ମୋକ୍ଷାର୍ଥ, ଜଗତ୍ ହିତାୟ ଚ' ରୂପେ ଜୀବନ ଲକ୍ଷ୍ୟର ସଂଜ୍ଞା ଦେଇଛନ୍ତି ।

ମହର୍ଷି ଅରବିନ୍ଦ ଏହାକୁ ଧରିତ୍ରୀରେ ଦିବ୍ୟ ଜୀବନର ଆଧାର ମାନୁଥିଲେ । ଏହା ହେଉଛି ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବଦ୍‌ଗୀତାର ଯୋଗପଥ ଏବଂ ଏହା ହିଁ ଶାସ୍ତ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ କଲ୍ୟାଣର ମାର୍ଗ । ଏଥିନିମନ୍ତେ ଏହି ନଶ୍ୱର ଜୀବନକୁ ଶାଶ୍ୱତ ଓ ସ୍ଥାୟୀ ମୂଲ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ଆଧାରରେ ପୁନଃ ପରିଭାଷିତ ଓ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହି ସୁରଦୁର୍ଲଭ ଜୀବନର ମହତ୍ତ୍ୱକୁ ବୁଝି ପ୍ରତିଦିନ, ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ଏହାର ସଦୁପଯୋଗ କରାଯିବା ଉଚିତ ।

ଏହି ଦୁଷ୍କର ମାନବ ଯୋନିରେ ଆମର ଜନ୍ମ ସାଂସାରିକ ଭୋଗଗୁଡ଼ିକରେ ନଷ୍ଟ-ଭ୍ରଷ୍ଟ ହେବା ପାଇଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ସାଧନାମୟ ଈଶ୍ୱର ପରାୟଣ ଜୀବନଯାପନ କରି ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଦୈବୀ ସମ୍ଭାବନାଗୁଡ଼ିକର ଜାଗରଣ ଓ ବିକାଶ ନିମନ୍ତେ ହୋଇଛି । ଆତ୍ମସାକ୍ଷାତ୍କାର ଆମର ଜନ୍ମସିଦ୍ଧ ଅଧିକାର ଓ ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଏଥିସହିତ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କର୍ମକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣକରି, ଧରିତ୍ରୀରେ ଈଶ୍ୱରୀୟ ପ୍ରୟୋଜନକୁ ପୂର୍ଣ କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଆମେ 'ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ନୂତନ ଜନ୍ମ ଓ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରାତି ନୂତନ ମୃତ୍ୟୁ'ର ଅଭ୍ୟାସ କରି ଜୀବନର ଶ୍ରେଷ୍ଠତମ ସଦୁପଯୋଗ କରିବାକୁ ହେବ, ଯାହା ଫଳରେ ଯେକୌଣସି କ୍ଷଣରେ ଜୀବନର ଅନ୍ତିମ ସତ୍ୟ ମୃତ୍ୟୁ ସହିତ ସାକ୍ଷାତ୍କାର ହୋଇଗଲେ ବି ପୂର୍ବ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପୂର୍ବକ ଏହାର ସାମନା କରାଯାଇ ପାରିବ । ଏହି ମାର୍ଗର ଅନୁପାଳନ କରୁଥିବା ଲୋକେ ଜୀବନ-ମୃତ୍ୟୁର ଏହି ଶାଶ୍ୱତ ସତ୍ୟ । ସହିତ ପରିଚିତ ଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ତଦନୁରୂପ ଜୀବନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଚଳାନ୍ତି ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ଜାହି ଦେହ ସେ କର୍ମ ହୈ, ଭୋଗ ହୋୟ ସୋଇ ଦେହ ।
ଦେହ ୱିଦେହ ନ ମୁଛି ହୈ, କର୍ମ ଭୋଗ ହୈ ଏହ ॥୧୦୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁ ଦେହରେ କର୍ମ ହୋଇଥାଏ, ସେ ଦେହ ଦ୍ୱାରା ଏ ଜନ୍ମରେ ଅବା ଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ତାହାର ଭୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଭୌତିକ କରଣମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମା ଯେଉଁସବୁ କର୍ମ କରିଥାଏ, ସେଗୁଡ଼ିକର ଭୋଗ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାକୃତିକ ଶରୀର ଦ୍ୱାରା ହିଁ ହୋଇଥାଏ । ଦେହ ତ୍ୟାଗ ପରେ କର୍ମଭୋଗ ଛାଡ଼େ ନାହିଁ । କର୍ମର ଭୋଗ ଜନ୍ମାନ୍ତରରେ ମଧ୍ୟ ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଅନେକ ଜନ୍ମର କର୍ମ ଭୋଗକୁ ଏହି ଶରୀରରେ ଜୀବାତ୍ମା ଭୋଗ କରିଥାଏ । କର୍ମର ଫଳ ଅବଶ୍ୟ ଭୋଗିବାକୁ ହୁଏ । ଏହା କର୍ମଭୋଗର ଅଟଳ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଅଟେ ।

ଶୁଦ୍ଧ ରୂପ ସେ ଭଛି ହୈ, ଶୁଦ୍ଧ ରୂପ ସେ ହୋୟ ।
ଦୋନୌଁ ଜ୍ଞାନ ଅଧାର ହୈ, ଆତମ କା ଗୁଣ ସୋୟ ॥୧୦୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମା ନିଜ ଚେତନ, ଶୁଦ୍ଧ କରଣ ଦ୍ୱାରା ଭକ୍ତି କରିଥାଏ ଆଉ ତାହାର ଉପଭୋଗ ମଧ୍ୟ ଶୁଦ୍ଧ ଚେତନ ସ୍ୱରୂପରେ କରିଥାଏ । ଏ ଦୁଇ ଧର୍ମ ଶୁଦ୍ଧ ଆତ୍ମା ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମା ନିଜର ଚେତନ ସ୍ୱରୂପରେ ଭକ୍ତି ଆଉ ପରମାନନ୍ଦର ଉପଭୋଗ କରିଥାଏ ।

ବନ୍ଧନ ପତନ ପ୍ରୱୃତ୍ତି ୱେ, କାରଣ ତୀନୌଁ ଜାନ ।
ସଦ୍‌ଗ୍ରନ୍ଥନ ସତ୍ସଙ୍ଗ କୀ, ଅୱଶ୍ୟକତା ଇନ ଜ୍ଞାନ ॥୧୧୦॥

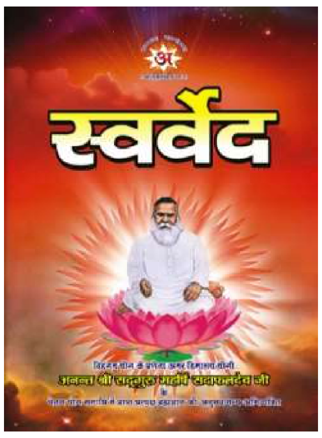
ଭାଷ୍ୟ - ପତନ, ବନ୍ଧନ ଆଉ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଏ ତିନିର କାରଣକୁ ସଦ୍‌ଗ୍ରନ୍ଥ ଆଉ ସତ୍ସଙ୍ଗ ଦ୍ୱାରା ଜାଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ ।

ପତନ ହୋୟ ଅଜ୍ଞାନ ସେ, ପ୍ରୱୃ-ତ୍ତି ଚାହ ସୁଖ ହୋୟ ।
କର୍ମ ସେ ବନ୍ଧନ ହୋତ ହେ, ଜ୍ଞାନ ହଂସ ମଣି ସୋୟ ॥୧୧୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅଜ୍ଞାନତାରୁ ପତନ, ସୁଖର ଇଚ୍ଛାରୁ ପ୍ରବୃତ୍ତି ଆଉ କର୍ମରୁ ବନ୍ଧନ ଏବଂ ଜ୍ଞାନରୁ ଆତ୍ମା ନିଜ ଶୁଦ୍ଧ ହଂସ ସ୍ୱରୁପକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପରମାନନ୍ଦଙ୍କୁ ଉପଲବ୍ଧି କରି ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଜ୍ଞାନ ପ୍ରକାଶକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରେ ।

ଆପ୍ତ ଗୁରୁ ଉପଦେଶ ଜୋ ଜ୍ଞାନ ବୀଜ ନହିଁ ଜାୟ ।
ଦେୱ ସଦାଫଲ ସମୟ ସେ, ଉଦୟ ହୋୟ ଫିର ଆୟ ॥୧୧୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଉପଦେଶର ସଂସ୍କାର



ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ । ସମୟ, କାଳ ପାଇ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଜ୍ଞାନ ବୀଜ ସଂସ୍କାର ପ୍ରକଟ ହୋଇଯାଏ । ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଜ୍ଞାନ ସଂସ୍କାରର ବୀଜ ନଷ୍ଟ ହୁଏ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଅମୂଲ୍ୟ ବଚନ ଗ୍ରହଣକରି ତାଙ୍କରି ଛତ୍ରଛାୟାରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶକ୍ତିର ଉତ୍ପାଦନ କରିବା ଉଚିତ ।

॥ ଇତି ସ୍ୱର୍ବେଦ ଦ୍ୱିତୀୟ ମଣ୍ଡଳ, ଦଶମ ଅଧ୍ୟାୟ ଭାଷ୍ୟ ସମାପ୍ତ ॥

ତୃତୀୟ ମଣ୍ଡଳ- ପ୍ରଥମ ଅଧ୍ୟାୟ

ଉତ୍ତମ ଜୀୱନ ଜାନିୟେ, ସଦ୍‌ଗୁରୁ କର ଆଦେଶ ।
କାଲ ରୂପ ସ୍ୱାଧୀନତା, ନିୟମ ଅମୃତ ଉପଦେଶ ॥୦୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଆଦେଶ ଓ ନିୟମରେ ରହି, ତାଙ୍କର ଅମୃତ ଉପଦେଶ ଅନୁସାରେ ପରିଚାଳିତ ହେବା ସର୍ବୋତ୍ତମ ଜୀବନ ଅଟେ । ତାଙ୍କର ନିୟମ ଓ ଆଜ୍ଞା ବିରୁଦ୍ଧରେ ଯିବା ଅବା କାଳାତିପାତ କରିବା ଅଧୋପତନର କାରଣ ଅଟେ ।

ମନମୁଖୀ ଜିୱ ସୁଖ ନା ମିଲେ, ମନ ଅରି ରହ ନିତ ସାଥ ।
ଜଗ ଜୀୱନ ଭରମାୱତା, ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଶରଣ ସନାଥ ॥୦୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ମନ ଜୀବର ପରମ ଶତ୍ରୁ ଅଟେ । ତାହା ଅନେକ ଜନ୍ମରୁ ଜୀବ ସହିତ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହୋଇ ରହିଛି । ମନର ନାନା ପ୍ରକାର ଆଶା ଏବଂ ବାସନାରେ ଜୀବ ବାନ୍ଧି ହୋଇ ରହିଛି । ଯେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜୀବ ମନର ପ୍ରପଞ୍ଚାଦିରୁ ଅଲଗା ନ ହୋଇଛି ସେତେବେଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାକୁ ଶାନ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତି ହେବ ନାହିଁ । ମନର ଅଧୀନରେ ରହି ପରିଚାଳିତ ହେଉଥିବାରୁ ଜୀବକୁ ସୁଖ କଦାପି ସୁଖ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ନାହିଁ । ମନ ଜୀବକୁ ସର୍ବଦା ନିଜ ଅଧୀନରେ ରଖି ତାକୁ ନାନା ପ୍ରକାରର ଦୃଶ୍ୟ ଆଡ଼କୁ ନେଇଯାଏ ଓ ଆତ୍ମାକୁ ଦୁଃଖୀ କରିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ମନକୁ ପରିତ୍ୟାଗ ପୂର୍ବକ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଶରଣରେ ରହି ଆତ୍ମା ଅନୁକୂଳ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜୀବନ ନିର୍ମାଣ କରି ସୁଖ ଏବଂ ଶାନ୍ତି ଲାଭ କରିବା ଉଚିତ ।

ମୃତ୍ୟୁ ଆପ ଦେଖତ ମରେ, ଐସା ମରଣ ସୋହାୟ ।
ମରଣ ଜୀୱନ ସ୍ୱାଧୀନତା, ତବ ୟୋଗୀ ପଦ ପାୟ ॥୦୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ମୃତ୍ୟୁକୁ ନିଜେ ଦେଖି ଶରୀର ତ୍ୟାଗ କରେ, ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ପ୍ରଶଂଶନୀୟ ଅଟେ । ଯେତେବେଳେ ଜୀବନ ଓ ମୃତ୍ୟୁରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଯୋଗୀ ପଦ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ଜୀବନ୍ମୃତକ ୱେ ଧନ୍ୟ ହୈ, ଫିର ମରନେ କ୍ୟା ଆୟ ।
ମୃତ୍ୟୁଞ୍ଜୟ ୟୋଗୀ ଜଗତ, ଜିୱନ ମରନ ସମଭାୱ ॥୦୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ସେହି ଜୀବନ୍ମୃତକ ଯୋଗୀ ଧନ୍ୟ ଅଟନ୍ତି, ଯିଏ ମୃତ୍ୟୁ ନିମନ୍ତେ ପୁନରାୟ ଜନ୍ମ ଧାରଣ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହି ଜଗତରେ ମୃତ୍ୟୁଞ୍ଜୟ ଯୋଗୀ ନିମନ୍ତେ ଜନ୍ମ ଏବଂ ମରଣ ଏକ ସମାନ ଅଟେ ।

ଜଗ ଦୁର୍ଲଭ ୱହ ପୁରୁଷ ହୈ, ମରଣ ଜିୱନ ଅଧିକାର ।
ଦେହ ତ୍ୟାଗ ଲୀଲା କରେଁ, ଛୋଡ଼ତ, ବୈଠତ ନ୍ୟାର ॥୦୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଂସାରରେ ସେହି ଯୋଗୀ ପୁରୁଷ ଦୁର୍ଲଭ ଅଟନ୍ତି ଯାହାଙ୍କର ଅଧିକାରରେ ନିଜର ଜୀବନ ଓ ମରଣ ହୋଇଥାଏ । ତାଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଶରୀର ତ୍ୟାଗ କ୍ରୀଡ଼ାମାତ୍ର ଅଟେ । ସେ ଶୁଦ୍ଧ ଆତ୍ମସତ୍ତାରେ ଶରୀରକୁ ଅଲଗା କରି ନିଜର ଚେତନ ସ୍ୱରୂପରେ ଶାନ୍ତ ଆଉ ନିମଗ୍ନ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଯୋଗୀ ନିଜ ଶରୀରକୁ ତ୍ୟାଗ କରି ବିଦେହ ହେବାରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅଟନ୍ତି । ଏହା ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ଅମର ଯୋଗୀଙ୍କର ମହତ୍ତ୍ୱ ଅଟେ ।

ମରଣ ଆପ ଆପହିଁ ମରେ, ଉତ୍ତମ ମରଣ କହାୟ ।
ଶ୍ୱାନ କୀଟ ସମ ମୃତ୍ୟୁ ହୈ, ମାୟ ଦାୟ ଦୁଖ ପାୟ ॥୦୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯିଏ ନିଜ ଇଚ୍ଛାନୁକୂଳ ସ୍ୱୟଂ ଶରୀରକୁ ଛାଡ଼ିପାରେ, ତାହା ଉତ୍ତମ ମରଣ ଅଟେ । ଯିଏ କର୍ମର ବଶୀଭୂତ ହୋଇ କାନ୍ଦ ବୋବାଳି କରି ଦୁଃଖପୂର୍ବକ ଦେହତ୍ୟାଗ କରେ, ତାହାର ମୃତ୍ୟୁ ଶ୍ୱାନ ଏବଂ କୀଟ ପତଙ୍ଗାଦିର ମୃତ୍ୟୁ ସଦୃଶ ଅଟେ ।

ମର କର ଫିର ମରନା ନହିଁ, ଉତ୍ତମ ମରଣ କହାୟ ।
ଦେହ ତ୍ୟାଗ ସୋଇ ମରଣ ହୈ, ତ୍ୟାଗ ସମାଧି ଲଗାୟ ॥୦୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପୁନରାୟ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଏହାକୁ ଉତ୍ତମ ମୃତ୍ୟୁ କୁହାଯାଏ । ଯୋଗଯୁକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ନିଜକୁ ଦେହସଂଘାତରୁ ପୃଥକ କରି ସମାଧିରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇ ଯେଉଁ ଦେହତ୍ୟାଗ ହୋଇଥାଏ, ତାହା ବାସ୍ତବରେ ମୃତ୍ୟୁ ଅଟେ ।

କର୍ମ ମରନ ସଂସାର କା, ଜ୍ଞାନ ମରଣ ହୈ ସନ୍ତ ।
ସୁରତି ଦ୍ୱାର ହଁସା ଚଲା, ନିଜ ଘର ମିଲନ ଅନନ୍ତ ॥୦୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଂସାରୀ ପ୍ରାଣୀ, କର୍ମବଶତଃ କଷ୍ଟ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁ ଲାଭ କରିଥାନ୍ତି ଓ ଯୋଗୀଗଣ ଜ୍ଞାନ ଦ୍ୱାରା ଯୋଗଯୁକ୍ତି ବଳରେ ଏହି ଶରୀରକୁ ଶେଷ କରି ନିଜର ସୁରତି ଦ୍ୱାରରେ ନିଜ ଲୋକକୁ ଯାଇ ପରମାନନ୍ଦରେ ନିମଗ୍ନ ହୋଇ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

କାରଣ ସୁକ୍ଷ୍ମ ସ୍ଥୁଳ ହୈ, ୟହ ଜଡ଼ ତନ ପରମାନ ।
ଜନମ ମରଣ ସ୍ଥୁଲ ହୈ, ତ୍ୟାଗ ଗ୍ରହଣ ୟହ ଜାନ ॥୦୯॥

ଭାଷ୍ୟ - କାରଣ, ସୂକ୍ଷ୍ମ ଏବଂ ସ୍ଥୁଳ - ଏ ତିନି ଜଡ଼ ଶରୀର ଅଟନ୍ତି । ଜନ୍ମ ଓ ମୃତ୍ୟୁ ଏହି ସ୍ଥୁଳ ଶରୀରର ହୋଇଥାଏ । ଆତ୍ମା ଏହି ଜଡ଼ ସ୍ଥୁଳ ଶରୀରକୁ ଛାଡ଼ି କର୍ମ ଅନୁସାରେ ଅନ୍ୟ ଶରୀରକୁ ଧାରଣ କରିଥାଏ ।

ଦେହ ସୁକ୍ଷ୍ମ କାରଣ ରହେ, ଜଡ଼ ଚେତନ ମିଲି ନାଥ ।
ଇନ ୱିୟୋଗ ହୋୱେ ନହୀଁ, ଜନ୍ମ ମରଣ ଜିୱ ସାଥ ॥୧୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ସୂକ୍ଷ୍ମ ଆଉ କାରଣ - ଏହି ପ୍ରାକୃତିକ ଶରୀର ଆତ୍ମା ସାଥୀରେ ରହେ । ମୃତ୍ୟୁ ହେବା ପରେ ମଧ୍ୟ ଏମାନେ ଆତ୍ମାକୁ ଛାଡ଼ନ୍ତି ନାହିଁ । ଏ ଦୁଇ ଶରୀର ଦ୍ୱାରା ଆତ୍ମା ଏହି ଶରୀରରେ ଆତଯାତ ହୋଇଥାଏ ଆଉ ଜନ୍ମ ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଲାଭ କରି ଅନେକ ଯାତନା ଭୋଗ କରିଥାଏ ।

କାରଣ ସୁକ୍ଷମ ଦେହ କା, ସହଜ ସମାଧୀ ତ୍ୟାଗ ।
ତନ ମେଁ ରହି ନହିଁ ରହତ ହୈ, ଅସ ଅନୁଭୱ ଅନୁରାଗ ॥୧୧॥

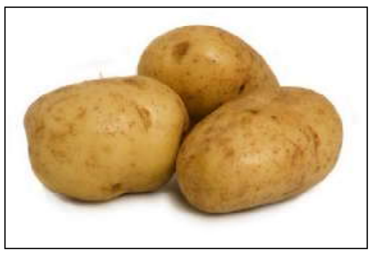
ଭାଷ୍ୟ - ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତ ସହଜ ଯୋଗୀ ସହଜ ଭୂମିରେ ନିଜର ଭକ୍ତି, ପ୍ରେମର ନିମଗ୍ନ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ପରେ କାରଣ ଆଉ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦେହକୁ ତ୍ୟାଗ କରିଦିଏ ଆଉ ଶରୀରରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇ ସୁଦ୍ଧା ନ ରହିବା ସମାନ ନିଜ ସହଜ ସ୍ୱରୂପରେ ସ୍ଥିତ ରହିଥାଏ । ସହଜ ଭୂମିରେ କାରଣ ଆଉ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦେହ ଆତ୍ମାକୁ ଛାଡ଼ିଯାଏ, ଏହା ଏହି ଦୋହାର ଅଭିପ୍ରାୟ ଅଟେ ।

ଦେହ ପାଇଁ ଭଲ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି

ବିଶେଷ ଭାବରେ ଖରାଦିନେ ଗ୍ଲାସେ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ପିଇଦେଲେ କେତେ ଆରାମ ଲାଗେ ତାହା କେବଳ ଅନୁଭବୀ ହିଁ ଜାଣେ । ଏଥିରେ ଥିବା ଉପକାରୀ ଗୁଣ ଯୋଗୁଁ ଏହାକୁ ଦେଶୀ କୋଲ୍ଡ ଡ୍ରିଙ୍କସ୍ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଏହି ପାଣିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ, ଭିଟାମିନ୍, ମିନେରାଲ ଭରି ରହିଛି । ଲେମ୍ବୁପାଣି ଶରୀରରେ ଜଳୀୟ ଅଂଶକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଗ୍ଲାସେ ଲେମ୍ବୁପାଣି ଆମ ଶରୀରରେ ଶକ୍ତି ସଂଚାର କରିଥାଏ । ଖାଲି ପେଟରେ ଏହି ପାଣି ପିଇଦେଲେ ତାହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ଆହୁରି ସକ୍ରିୟ କରାଇଥାଏ । ସକାଳୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ପିଇଲେ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ଜନିତ ସମସ୍ୟାରୁ କେତେକାଂଶରେ ଉପଶମ ଦେଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ମଧ ରହିଛି । ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ପିଇଲେ ଆଉ ଏକ ଉପକାର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଓଜନକୁ ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିଥାଏ । ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ଶରୀରରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି'ର ଅଭାବ କେତେକାଂଶରେ ପୂରଣ କରିଥାଏ । ଏହି ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ପାଟି ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଆର୍ଥ୍ରାଇଟସ୍ ପାଇଁ ଆଳୁ

ବୟସ ବୃଦ୍ଧି ସହିତ ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ଦେଖାଯାଏ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ରୋଗ କରାଳକୁ ଲୋକେ ଚାଲିଯାନ୍ତି । ଏ ରୋଗରେ କେବଳ ଭାରତୀୟ ନୁହନ୍ତି ବରଂ ବିଶ୍ୱର ଅନେକ ଲୋକ ପୀଡିତ । ଯେମିତି ଯେମିତି ଏ ରୋଗ ବଢ଼ିଚାଲେ, ମଣିଷ ପକ୍ଷେ ଚାଲିବା ବୁଲିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡେ । ଗଣ୍ଠି ରୋଗର ସବୁଠୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବ ଆଣ୍ଠୁ ଏବଂ ଅଣ୍ଟା ମେରୁଦଣ୍ଡ ଉପରେ ପଡିଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ହାତ ଆଙ୍ଗୁଠି, କହୁଣୀ, ଜଂଘ ଏବଂ ପାଦ ମଧ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ, ଦେଶର ୧୫ କୋଟିରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଲୋକ ଏବେ ଏହି ରୋଗରେ ପୀଡିତ । ଯେଭଳି ଭାବେ ରୋଗ ବଢ଼ିଚାଲିଛି, ଅନୁମାନ ହେଉଛି ଆସନ୍ତା କିଛି ବର୍ଷରେ ଅର୍ଥ୍ରାଇଟସ୍ ଲୋକଙ୍କୁ ଶାରୀରିକ ରୂପେଅପଙ୍ଗ କରିବାର ଚତୁର୍ଥ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ପାଲଟିବ । ଏଥିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାକୁ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ଅବଲମ୍ବନ କରାଯାଉଛି । କେଉଁଥିରୁ ଆରାମ ମିଳୁଥିବା ବେଳେ କେଉଁଥିରୁ ଆଦୌ ଉପଶମ ହେଉନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଜାଣନ୍ତି, ଏ ରୋଗର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଲାଘବ କରିବାରେ ଆଳୁ ବେଶ୍ ଲାଭପ୍ରଦ । କଞ୍ଚା ଆଳୁ ରସକୁ ଅର୍ଥାଇଟସ୍ ଚିକିତ୍ସା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବେଶ୍ ଉତ୍ତମ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି ।



ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ରାଜୁ ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡ ଘରକୁ ଯାଇଥାଏ ।

ଗର୍ଲଫ୍ରେଣ୍ଡର ବାପା : ମୁଁ ଚାହୁଁନି ମୋ ଝିଅ ଜୀବନ ସାରା ଜଣେ ମୂର୍ଖ ସହ ରହୁ ।

ରାଜୁ : ଠିକ୍ କହିଲେ । ମୁଁ ବି ଚାହେଁନା ଆପଣଙ୍କ ଝିଅ ଜୀବନସାରା ଜଣେ ମୂର୍ଖ ସହ ରହୁ । ସେଥିପାଇଁ ତ ମୁଁ ତାକୁ ନେବାକୁ ଆସିଛି ।

× × × ×

ଶିକ୍ଷକ ମୀରାକୁ : କହିଲୁ ଦେଖି ଆମେ ପାଣି କାହିଁକି ପିଉ ?

ମୀରା : ଆମେ ପାଣିକୁ ପିଉ, କାରଣ ଆମେ ପାଣିକୁ ଖାଇ ପାରିବା ନାହିଁ ।

× × × ×

ପଢାଇ ସାରିବା ପରେ ଶିକ୍ଷକ : କାହାର ଯଦି କିଛି ପଚାରିବାର ଅଛି ପଚାର ।

ରାଜୁ : ସାର୍ ଆପଣ କୋଉ ଚାପ୍ଟର ପଢଉଥିଲେ ?

× × × ×

ସ୍ତ୍ରୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ : ଜାଣିଛ, ତମେ ନା ରାତିରେ ନିଦରେ ଶୋଇକି ମତେ ଗାଳି ଦେଉଥିଲ ।

ସ୍ୱାମୀ : ନା ନା, ତମେ ଭୁଲ ଭାବିଛ ।

ସ୍ତ୍ରୀ : ବିଶ୍ୱାସ କରୁ ନ କ'ଣ, ତମେ ସତରେ ମତେ ଶୋଇକି ଗାଳି ଦେଉଥିଲ ।

ସ୍ୱାମୀ : ମୁଁ ଯେ ଶୋଇଥିଲି ସେଇଟା ତୁମର ଭୁଲ ଧାରଣା ।

× × × ×

ଗୋପାଳ ରାଜୁକୁ : ଆରେ ସାଙ୍ଗ କହିଲୁ 'ଆଇ ଲଭ୍ ୟୁ' ଶବ୍ଦକୁ କିଏ ଆବିଷ୍କାର କରିଥିଲା ?

ରାଜୁ : ମତେ ଲାଗୁଛି ଚାଇନାରେ ହେଇଥିବ ।

ଗୋପାଳ : କେମିତି ?

ରାଜୁ : କାରଣ ଏଥିରେ ସବୁ ଚାଇନା ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି । ନା ଏଥିରେ ଗ୍ୟାରେଣ୍ଟି ଅଛି, ନା ୱାରେଣ୍ଟି ! ଚାଲିବ ତ ଜନ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନ ଚାଲିଲେ ସନ୍ଧ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ।

× × × ×

ଥରେ କ୍ଲାସ୍‌ରେ ଶିକ୍ଷକ ମଣ୍ଟୁକୁ : ତୁ ଭଲ ଶାୟରୀ କହୁ ବୋଲି ଶୁଣିଲି । ଗୋଟେ ଶାୟରୀ ଶୁଣେଇଲୁ ।

ମଣ୍ଟୁ : ମୋଟା ମରତା ମୋଟି ପେ, ଭୁଖା ମରତା ରୋଟି ପେ, ମାଷ୍ଟରଜୀ କେ ଦୋ ବେଟୀ, ମୈ ମରତା ହୁଁ ଛୋଟୀ ପେ ।

× × × × ×

ଶିକ୍ଷକ : ଯଦି ଆମ ସ୍କୁଲ ସାମ୍ନାରେ କେହି ବମ୍ ରଖିଦିଏ, ତେବେ ତମେମାନେ କ'ଣ କରିବ ?

ମୁନା : ସାର୍ ମୁଁ କହିବି ।

ଶିକ୍ଷକ : କହ ।

ମୁନା : ଘଣ୍ଟେ ଦି' ଘଣ୍ଟା ଅପେକ୍ଷା କରିବି । ଯଦି କେହି ତାକୁ ନ ନିଅନ୍ତି, ତେବେ ତାକୁ ଆଣି ଷ୍ଟାଫ୍ ରୁମ୍‌ରେ ରଖିଦେବି ।

ବରକୋଳିର ଉପକାରିତା

ବରକୋଳିରେ ରହିଛି ଅନେକ ପ୍ରକାର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ । ଏହା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ଆବଶ୍ୟକ ମାତ୍ରାରେ ପାଣି ଶରୀରକୁ ଯୋଗାଇ ଥାଏ । ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ ବରକୋଳିରେ ମଧ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବହୁ ପ୍ରକାରର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ରହିଛି ଯାହା ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ : ବରକୋଳିରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ରହିଛି । ଏହା ତ୍ୱଚାକୁ ସଫା କରିବା ସହ ଆଣ୍ଟିଏଜିଂରୁ ଦୁରେଇ ରଖେ । ଏହା ରକ୍ତକୁ ଶୁଦ୍ଧ କରିଥାଏ । ସନବର୍ଣ୍ଣ, ଶୁଖିଲା ତ୍ୱଚା କିମ୍ବା ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇ ତ୍ୱଚା ଲାଲ୍

ପଡିଯାଇଥିଲେ ଚାଇନିଜମାନେ ଏହାକୁ ଏକ ହର୍ବାଲ ଔଷଧୀ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ।

ଚିନ୍ତାରୁ ମୁକ୍ତି: ଶରୀରକୁ ଚିନ୍ତାରୁ ଦୁରେଇ ରଖିବା ଭଳି ଗୁଣ ବରକୋଳିରେ ଅଛି । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ନାୟୁକୁ ଆରାମ ମିଳିବା ସହ ଚିନ୍ତା ଦୁରେଇ ଯାଏ ।

ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି : ବରକୋଳି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ଶରୀରକୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ।

ସୁସ୍ଥ ଲିଭର : ବରକୋଳିରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ଥିବାରୁ ଏହା ଲିଭରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ଏହାର ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଗୁଣ ଶରୀରର ମୁକ୍ତ କଣାକୁ ଆକର୍ଷିତ କରିବା ସହ ଲିଭର ଉପରେ ପଡୁଥିବା ପ୍ରଭାବକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିଥାଏ ।

ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ : ଓଜନ କମ୍ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ବରକୋଳି ଏକ ଉତ୍ତମ ଫଳ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରୀର ମାତ୍ରା ବହୁ କମ୍ ପରିମାଣରେ ଥିବା ବେଳେ ଫ୍ୟାଟର ମାତ୍ରା ମଧ କମ୍ ରହୁଛି । ପ୍ରତି ୪ ଟି ବରକୋଳିରେ ୧/୨ ଗ୍ରାମ୍‌ର ପ୍ରୋଟିନ ଶରୀରକୁ ମିଳିଥାଏ । ସେଓ ଭଳି ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଗୋଟାଏ ଲେଖାଏଁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ଡାଏଟ୍ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ କରିବା ସହ ଅଣ୍ଟାରୁ ଚର୍ବି କମ୍ କରିଥାଏ ।

ମଜଭୁତ ଦାନ୍ତ, ହାଡ଼ ଏବଂ ମାଂସପେଶୀ : ବରକୋଳିରେ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଫସ୍‌ଫରସ, କ୍ୟାଲସିୟମ ଏବଂ ଆଇରନ ରହିଛି । ଏହା ହାଡ଼ ସହିତ ଦାନ୍ତକୁ ବି ମଜଭୁତ କରିଥାଏ । ମାଂସପେଶୀକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ମଧ ଏହା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ସୁସ୍ଥ ପାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟା : ସମୟ ସମୟରେ କିଛି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସହଜରେ ହଜମ ହୋଇପାରି ନ ଥାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଭୋକ ନ ଲାଗିବା ସହ ଆମ୍ବିଳା ହେକୁଡି ଆସିବା ଭଳି ସମସ୍ୟାମାନ ଦେଖା ଦେଇଥାଏ । ବରକୋଳିକୁ ଶୁଖାଇ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଭଳି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଭୋକ ଲାଗିଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- ବିଶ୍ୱରେ ୯୬ ପ୍ରଜାତିର ମାଙ୍କଡ଼ ଅଛନ୍ତି ।
- ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି, ପୁରୁଣା ଯୁଗର ମାଙ୍କଡ଼ଙ୍କ ଦାନ୍ତ ସଂଖ୍ୟା ୩୨ ଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଏବର ମାଙ୍କଡ଼ଙ୍କ ଦାନ୍ତ ସଂଖ୍ୟା ହେଉଛି ୩୬ ।
- ନୂତନ ପ୍ରଜାତିର ମାଙ୍କଡ଼ ସ୍ପାଇଡର ମଙ୍କିର ବୁଢ଼ା ଆଙ୍ଗୁଠି ନ ଥାଏ । ଏମାନେ ଆମାଜନ୍ ନଦୀ ଅବବାହିକାରେ ବସବାସ କରନ୍ତି ।
- ହାଉଲର ମାଙ୍କଡ ଦୈନିକ ୮୦% ସମୟ ଶୋଇବାରେ କାଟନ୍ତି ।
- ୨୦ ସଂଖ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାଙ୍କଡ଼ମାନେ ମନେରଖିପାରନ୍ତି । ଏହାପରେ ଗଣନା କରିବା ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ କାଠିକର ପାଠ ହୁଏ ।
- ଆମେରିକୀୟ ଚିଡ଼ିଆଖାନାରେ ମାଙ୍କଡ଼ଙ୍କ ପାଇଁ ସଙ୍ଗୀତ ଶୁଣିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ସହ ଶୟନ ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଶେଯର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରଯାଇଥାଏ ।
- ଥଣ୍ଡା ପାଣି ପିଇବାକୁ ମାଙ୍କଡ଼ମାନେ ବହୁତ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ।
- ଠେକୁଆମାନେ ଆଖି ଖୋଲି ଶୋଇ ପାରନ୍ତି ।
- ଫ୍ରାନ୍ସରେ ପଞ୍ଚମ ଶତାବ୍ଦୀରେ ପ୍ରଥମେ ସନ୍ଥମାନେ ଠେକୁଆ ପୋଷ୍ୟଜନ୍ତୁ ଭାବରେ ପାଳନ କରିଥିବାର ମତ ମିଳେ ।
- ଠେକୁଆର ଆୟୁ ହେଉଛି ୮ ବର୍ଷ, କିନ୍ତୁ ଏହା ୧୦-୧୨ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଧ ବଞ୍ଚିପାରେ ।
- ଠେକୁଆର ଦାନ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କେବେ ମଧ ବନ୍ଦ ହୁଏନାହିଁ ।
- ଆମେରିକାରେ ୧୨ଟି ପ୍ରଜାତିର ଠେକୁଆ ଦେଖାଯାନ୍ତି ।
- ଠେକୁଆ ଛୁଆ ଜନ୍ମ ହେଲାବେଳେ ଆଖି ବନ୍ଦ ଥାଏ ଓ ଦେହରେ ଲୋମ ନ ଥାଏ ।

ଲୋ ବ୍ଲଡପ୍ରେସର ଦୂର କରେ ଗାଜର

ସାଧାରଣତଃ ବ୍ଲଡପ୍ରେସରକୁ ଦୁଇ ଭାଗ ହାଇ, ଲୋ'ରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଛି । ଯଦି ଆପଣ ଏପରି ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡିତ ତେବେ ନିୟମିତ ସମୟ ଅନ୍ତରାଳରେ ରକ୍ତଚାପ ଚେକ୍ କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ । ତା' ସହ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ଔଷଧ ମଧ ଖାଆନ୍ତୁ ।

ହେଲେ ଏପରି କେତୋଟି ଘରୋଇ ଉପଚାର ରହିଛି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆପଣ ଲୋ' ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖି ପାରିବେ । ସବୁଠାରୁ ସରଳ ଉପାୟ ହେଲା ନିଜ ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଗାଜର ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଆଉ ଏକ ଘରୋଇ ଉପାୟ ହେଲା କିଛି ଡାଲଚିନି ଗୁଣ୍ଡ ନେଇ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଲୋ' ବ୍ଲଡପ୍ରେସର କେତେକାଂଶରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ । ଟମାଟୋ ରସରେ ଅଳ୍ପ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ଲୁଣ ମିଶାଇ ପିଇଲେ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଏହି ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ । ତେବେ ଯଦି ଲୋ'ପ୍ରେସର ରହିଛି ତେବେ ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ଜାଣିବା ମାତ୍ରେ ବସି ପଡନ୍ତୁ କିମ୍ବା ବେଡ୍ ଉପରେ ଗଡି ପଡନ୍ତୁ । ହାତପାପୁଲିକୁ ମୁଠା କରି ଖୋଲନ୍ତୁ ଏବଂ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା କିଛି ସମୟ କରନ୍ତୁ । ପାଦଦ୍ୱୟକୁ ହଲାନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଲୋ' ବ୍ଲଡପ୍ରେସରରୁ କେତେକାଂଶରେ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ଏପରି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଅଭିଜ୍ଞ ଡାକ୍ତରଙ୍କର ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ଚିକିତ୍ସିତ ହୁଅନ୍ତୁ ।

ବହୁ ହିତକାରୀ ସକାଳ ଉଷୁମ ପାଣି

ସକାଳୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଉଷୁମ ପାଣି ପିଇଲେ ଅନେକ ସୁଫଳ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ମ୍ୟୁକୋଲାଇଟିସ୍ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ରେ ଜମିଥିବା କଫ ତରଳି ବାହାରି ଯାଇଥାଏ । ଫଳରେ କାଶରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ଆଜମା ରୋଗୀ ସକାଳୁ ଏପରି ନିୟମିତ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଭଲ ବୋଲି ଚିକିତ୍ସକମାନେ ମତପୋଷଣ କରିଥାନ୍ତି । ଉଷୁମ ପାଣି ସକାଳୁ ପିଇଲେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ଭଲ ଭାବେ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଯୋଗୁଁ ଶରୀର ଆରାମ ଲାଗେ । ପୁଣି ପାଚନ କ୍ରିୟା ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ଖାଦ୍ୟ ସହଜରେ ହଜମ ହୋଇ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ଏହା ଯୋଗୁଁ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଏହା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋରଲ ସ୍ତରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରେ । ଆମେରିକା ଓହିଓ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ହୋଇଥିବା ଗବେଷଣାରୁ

ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ଉଷୁମ ପାଣି ଶରୀର ପାଇଁ ମହୌଷଧି ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥକୁ ଏହା ବାହାର କରିବା ସହିତ ମେଦ ବହୁଳତାରୁ ଦୁରେଇ ରଖେ । ଏହା ଆଣ୍ଟି ଏଜିଂ ଭାବେ ମଧ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) କେଉଁ ଗ୍ରହ ଚାରିପଟେ ସୁନ୍ଦର ବଳୟ ରହିଛି ?

(୨) ଇଲେକ୍ଟ୍ରନ୍ ଯୁକ୍ତାତ୍ମକ ଚାର୍ଜ ପରିବହନ କରିଥାଏ ଠିକ୍ ନା ଭୁଲ୍ ?

(୩) ବିଦ୍ୟୁତ୍ ବଲ୍‌ବ ମଧରେ ଥିବା ତାରକୁ କ'ଣ କୁହାଯାଏ ?

(୪) ନିମ୍ବସ୍, କ୍ୟୁମୁଲସ୍, ଷ୍ଟ୍ରାଟସ୍ କ'ଣ ?

(୫) କଦଳୀ ଉତ୍ପାଦନରେ ବିଶ୍ୱରେ କେଉଁ ଦେଶ ପ୍ରଥମ ?

(୬) ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଦ୍ୱୀପସମୂହର ନାମ କ'ଣ ?

(୭) ଲକ୍ଷାଦ୍ୱୀପ କେଉଁ ମହାସାଗରରେ ଅବସ୍ଥିତ ?

(୮) ଆଣ୍ଡାମାନ ଓ ନିକୋବର ଦ୍ୱୀପକୁ ଅଲଗା କରୁଥିବା ଚ୍ୟାନେଲ କେଉଁ ନାମରେ ପରିଚିତ ?

(୯) କେଉଁ ନଦୀକୁ 'ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗର ଦୁଃଖ' କୁହାଯାଏ ?

(୧୦) ଗ୍ରୀଷ୍ମ ସମୟରେ ଉତ୍ତର ଦିଗରୁ ବହୁଥିବା ପବନକୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଭାଷାରେ କ'ଣ କୁହାଯାଏ ?

JUMBLE WORDS

1) TROAA	=	6) LUFDI	=
2) RWILH	=	7) FNXIUL	=
3) NULEEE	=	8) DHINED	=
4) NYOLFD	=	9) ALGEE	=
5) SYESA	=	10) KORJE	=

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 :-

୧.୪ବର୍ଷ, ୨.ଡିସେମ୍ବର ୧୦, ୩.ମୁରାହ, ୪.ଗୁରଗାଓଁ, ୫.ଥର , ୬.୫ଟି, ୭.ସିପ୍ରା, ୮.ମିଥେନ, ୯.ଲୋକମାନ୍ୟ ତିଳକ, ୧୦.ଋଗବେଦ ।

Jumble Words ର ଉତ୍ତର :-

(1) BUCKET (2) DICEY (3) COMMIT (4) MOGUL (5) PRIALS (6) TRUCK (7) FLASK (8) SCROLL (9) JUNIOR (10) TWEAK

ଦେହକୁ ହିତ କାକୁଡି

ସାଲାଡ୍ ବିନା ଖାଦ୍ୟ ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ । ଖାଇବା ଆଗରୁ ବା ପରେ ସାଲାଡ୍ ନ ଖାଇଲେ କିଛି ଗୋଟେ ବାକି ରହିଗଲା ପରି ଲାଗେ । ପୁଣି କାକୁଡି ବିନା ସାଲାଡ୍ ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ । କାକୁଡି ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ କେତେ ଉପକାରୀ ତାହା ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି । ହେଲେ ଏଥିରେ କି.କି ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଖାଦ୍ୟସାର ଓ ଖଣିଜ ରହିଛି ତାହା ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଜାଣି ନ ଥିବେ । ଆମ ଶରୀରର ଇନଫ୍ଲାମେଟୋରି ରେସପନସକୁ କାକୁଡି ଥଣ୍ଡା କରିବା ସହ ଏଞ୍ଜାଇମର ଗତିବିଧିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ, ତେଣୁ ଗ୍ରୀଷ୍ମଋତୁ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟ ।

ଏଥିରେ ଏକାଧିକ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ତତ୍ତ୍ୱ ସହିତ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ଓ ବିଟା କେରୋଟିନ୍ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ ଯାହା ଶରୀର ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ । ମୁହଁରୁ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ବାହାରୁଥିଲେ ଗୋଟିଏ ଟୁକୁଡା କାକୁଡି କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ପାଟିରେ ରଖନ୍ତୁ । ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର ହେବ ।

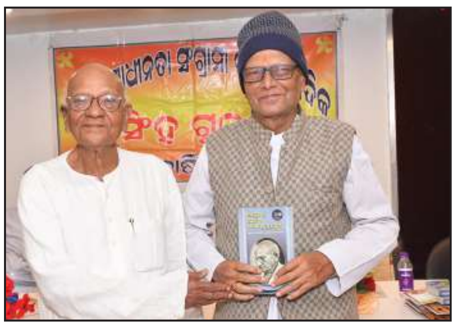
ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ସହିତ ଭିଟାମିନ୍ ବି-୧, ବି-୫, ବି-୭ ରହିଛି । ତେଣୁ ନିୟମିତ କାକୁଡି ଖାଇଲେ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତା ଦୂର ହେବ ।

କାକୁଡିରେ ଥିବା ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ପାଣି ଓ ଫାଇବର ପାଚନକ୍ରିୟାକୁ ସହଜ କରେ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ହଜମ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ଏଥିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟି ଇନଫ୍ଲାମେଟୋରି ଫ୍ଲେବୋନୋଲ ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ମସ୍ତିଷ୍କ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ଏସିଡିଟି ହେଉଥିଲେ ଗୋଟେ ଗ୍ଲାସ କାକୁଡି ରସ ପିଅନ୍ତୁ, ଆରାମ ମିଳିବ । ଏସିଡ ରିଫ୍ଲକ୍ସରେ ପୀଡିତ ବ୍ୟକ୍ତି ନିୟମିତ କାକୁଡି ରସ ପିଇବା ଉଚିତ । ସନବର୍ଣ୍ଣରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ କାକୁଡି ରସ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରେ । ପ୍ରତିଦିନ କାକୁଡି ଖାଇଲେ ଦେହରେ ଥିବା ୟୁରିକ୍ ଏସିଡର ସ୍ତର ହ୍ରାସ ପାଏ । ମଧୁମେହ ଓ ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଏ ।

'ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ଗାନ୍ଧୀ' ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ୪୦ତମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ



ସମ୍ବଲପୁର : 'ପଶ୍ଚିମ ଓଡିଶାର ଗାନ୍ଧୀ' ରୂପେ ପରିଚିତ ପ୍ରବୀଣ ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ୪୦ତମ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି। ପୂର୍ବାହ୍ନରେ ମନ୍ଦଲିଆ ସ୍ଥିତ ନୃସିଂହ ଗୁରୁ ପାର୍କରେ ଥିବା ସ୍ୱର୍ଗତ ଗୁରୁଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ସହରର ବହୁ ଗଣମାନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ମାଲ୍ୟାର୍ପଣ କରି ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ। ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢୀ, ସମ୍ବଲପୁର ପୌର ପରିଷଦର ପୂର୍ବତନ ନଗରପାଳ ଗିରିଶ ପଟେଲ, ସମଲେଶ୍ୱରୀ ଟ୍ରଷ୍ଟ ବୋର୍ଡର ସଭାପତି ସଞ୍ଜୟ ବାବୁ, ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ସଂଘର ସଭାପତି ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ହୋତା, ପ୍ରଫେସର ଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦ ପତି, ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଅନୁଷ୍ଠାନ 'ସମ୍ବଳର' ରାମଦାସ ପଣ୍ଡା, ସମାଜସେବୀ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ସତନାମୀ, ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ଧର, ସମଲେଶ୍ୱରୀ କଲେଜର ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ସଙ୍ଗୀତା ପୁରୋହିତ, ପୂର୍ବତନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ସୁମନ୍ତ ପତି, ଅଧ୍ୟାପକ ଅକ୍ଷୟ ଦାସ, ରତ୍ନଭୂଷଣ ପୃଷେଠ, ଦିଲୀପ ପୃଷ୍ଟି, ଶଶୀଭୂଷଣ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କ ସମେତ ସମଲେଶ୍ୱରୀ କଲେଜର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ସ୍ୱର୍ଗତ ଗୁରୁଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତୀରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା ସୁମନ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ।

ପରେ ସ୍ଥାନୀୟ 'ହୋଟେଲ ଶୀଳା ଟାୱାର'ରେ ନୃସିଂହ ଗୁରୁ ସ୍ମୃତି ସମିତି ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ସମିତିର ଉପ ସଭାପତି ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ସଭାରେ ଏସ୍‌ସିଇଆରଟିର ପୂର୍ବତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ସେବକ ତ୍ରିପାଠୀ, ବୌଦ୍ଧ କଲେଜର ପୂର୍ବତନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଡକ୍ଟର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ପ୍ରସାଦ ପ୍ରଧାନ, ରାଜେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ପଣ୍ଡା, ଡକ୍ଟର ରାଜ କୁମାର ସାଣ୍ଡିଲ୍ୟ ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ ସ୍ୱର୍ଗତ ଗୁରୁଙ୍କ ତ୍ୟାଗପୂତ ଜୀବନର ସ୍ମୃତିଚାରଣ କରିଥିଲେ। ସଭାରେ ସେଣ୍ଟ ଯୋଶେଫ୍ କନ୍‌ଭେଣ୍ଟସ୍କୁଲର ଛାତ୍ର ଅନିକେତ ପାଢୀ ଓ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରୀ ଅନନ୍ୟା ମହାନନ୍ଦ ନୃସିଂହ ଗୁରୁଙ୍କ ସଂଗ୍ରାମୀ ଜୀବନ ଉପରେ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିବା ବେଳେ ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଶିକ୍ଷା ଓ ଗବେଷଣା କେନ୍ଦ୍ରର ଛାତ୍ରୀ ସୁଶ୍ରୀ ଶ୍ରଦ୍ଧା ମିଶ୍ର ଓ ସେଣ୍ଟ ଯୋଶେଫ୍ କନଭେଣ୍ଟ ସ୍କୁଲର ଛାତ୍ରୀ ଦିବ୍ୟାଂଶି ଗୁରୁ ସଙ୍ଗୀତ ପରିବେଷଣ ଓ ବିକାଶ ସ୍କୁଲର ନିଳିତା ପଣ୍ଡା ଶ୍ଳୋକ ଆବୃତ୍ତି କରିଥିଲେ। ସଭା ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ସ୍ମୃତି ସମିତିର ସମ୍ପାଦକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇଥିବାବେଳେ ଶେଷରେ ଯୁଗ୍ମ ସମ୍ପାଦକ କାର୍ତ୍ତିକ ପ୍ରସାଦ ବହିଦାର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ପୂର୍ବରୁ ଆୟୋଜିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା।

ତିନିଦିନ ବ୍ୟାପୀ 'ସମ୍ବଲପୁର ଲୋକ ମହୋତ୍ସବ' ଉଦ୍‌ଯାପିତ

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଲୋକ ମହୋତ୍ସବ ୩ ଦିନ ଧରି ଅଇଁଠାପାଲି ପି.ଏଚ୍.ଡି ପଡିଆ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି। ଜିଲ୍ଲା ସଂସ୍କୃତି ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ତଥା ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅନନ୍ୟା ଦାସଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଉତ୍ସବରେ ସଂସ୍କୃତି ଓ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଅଶ୍ୱିନୀ ପାତ୍ର ଏହା ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ। ଏଥିରେ ହସ୍ତତନ୍ତ ଓ ବୟନ ଶିଳ୍ପ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀମତୀ ରୀତା ସାହୁ, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ମିତ୍ରଭାନୁ ଗୌନ୍ତିଆ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା କୁମୁଦିନୀ ନାଏକ, ନୋଡାଲ ଅଫିସର ତଥା ମହାନଗର ନିଗମ କମିଶନର ବେଦ ଭୂଷଣ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ଚଳିତବର୍ଷର ସ୍ମରଣିକା ଉନ୍ମୋଚିତ ହେବା ସାଙ୍ଗକୁ ନାଟ୍ୟକର୍ମୀ ଉମେଶ ପ୍ରସାଦ ରଥ ଓ ନୃତ୍ୟଶିଳ୍ପୀ ଦୀପାଳି ଚୌଧୁରୀଙ୍କୁ ସଂସ୍କୃତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅବଦାନ ସକାଶେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିବସରେ ସମ୍ବଲପୁର ମ୍ୟୁନସିପାଲ କମିଶନର ବେଦ ଭୂଷଣଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳ ପୋଲିସ୍ ଡିଆଇଜି ଡକ୍ଟର ଦୀପକ କୁମାର, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ କ୍ରିଷ୍ଣା ପଟେଲ ଏବଂ ଏସ୍.ପି ମୁକେଶ କୁମାର ଭାମୁ ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଉପସମିତି ଆବାହକ ସୂର୍ଯ୍ୟ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ସଂଯୋଜନାରେ ପାଲା ଗାୟିକା କୁମୁଦିନୀ ପଟେଲ ଓ ଚାରକୋଲ୍ ଚିତ୍ରଶିଳ୍ପୀ ନୃସିଂହ ଚରଣ ସାହୁଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ବାଣିଜ୍ୟ ଓ ପରିବହନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଟୁକୁନୀ ସାହୁ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ବିଧାୟକ ରୋହିତ ପୁଜାରୀ, ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ଜିତେନ୍ଦ୍ରୀୟ ହରିପାଲ, ଏମ୍.ସି.ଏଲ୍ ସିଏମଡି ଉଦୟ ଏ. କାଓଲେ, ଆଇ.ଆଇଏମ୍‌ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ମହାଦେବ ଜୟସ୍ୱାଲ, ଜେଏସ୍‌ଡବ୍ଲ୍ୟୁ ଭୁଷଣର ସି.ଇ.ଓ ଅନୀଲ ସିଂହ, ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଏନ୍. ନାଗାରାଜୁ, ହିଣ୍ଡାଲକୋ କ୍ଲଷ୍ଟର ମୁଖ୍ୟ କୈଳାଶ ନାଥ ପାଣ୍ଡେ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ସମ୍ବଲପୁର ଦୁରଦର୍ଶନ ଓ ଗାୟିକା କମଳକୁମାରୀ ବେହେରାଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ପ୍ରତ୍ୟହ ବିଭିନ୍ନ ରାଜ୍ୟ ତଥା ସ୍ଥାନୀୟ କଳାକାରମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷିତ ହୋଇଥିଲା।

Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 0663- 2950945
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra

'ଉଡାନ'ର ରନୱେ୍ ସିଜନ -୩ରେ ଶାଶ୍ୱତ ଯୋଶୀ

ସମ୍ବଲପୁର : ସ୍ଥାନୀୟ ସଂସ୍କୃତି, ଲୋକକଳା ଓ ବସ୍ତ୍ରକୁ ବିଶ୍ୱ ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ 'ଉଡାନ୍' ପକ୍ଷରୁ ହେଉଥିବା ଉଦ୍ୟମକୁ ବିଶିଷ୍ଟ ନୃତ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଶାଶ୍ୱତ ଯୋଶୀ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରଶଂସା କରିଛନ୍ତି ।

ସ୍ଥାନୀୟ ହୋଟେଲ ଡି.ଲାଉଞ୍ଜରେ ଆୟୋଜିତ 'ଉଡାନ'ର ରନୱେ୍ ସିଜନ୍ -୩ ରେ ଅତିଥି ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇ ଶ୍ରୀ ଯୋଶୀ ତାଙ୍କ ଝିଅ ଜିଆଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ବଲପୁରୀ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧି ର୍ୟାମ୍ପକୁ ଆସିଥିଲେ । ଏହାଛଡ଼ା ସେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ମଧ ପୁରସ୍କୃତ କରିଥିଲେ । ଇଣ୍ଡିଆଟୁଡେର ଆଜ୍‌ତକ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ସମ୍ପାଦକ ଅମିତ ତ୍ୟାଗୀ ଏଥିରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଅନୁଷ୍ଠାନର ପରାମର୍ଶଦାତା ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ମଧ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇ ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେଇଥିଲେ । ଉଡାନ୍‌ର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ରମେଶ ସାହା ଓ ସହ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ତଥା ନିର୍ଦ୍ଦେଶିକା ତମନ୍ନା ସାମନ୍ତରାୟ ମଧ ଏଥିରେ ଯୋଗଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଗୀତର ତାଳେ ତାଳେ ୭୫ ଜଣ ୧୩ ବର୍ଷରୁ କମ୍ କୁନି ପ୍ରତିଭା ମାନେ ସମ୍ବଲପୁରୀ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧି ର୍ୟାମ୍ପକୁ ଆସିଥିଲେ । ଏଥିରେ ୬ ଜଣ ଡିଜାଇନର ତାଙ୍କର କପଡ଼ା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ ।

ଜନ୍ମେଜୟ ବାବୁଙ୍କ ଦୁଇ ପୁସ୍ତକ ଉନ୍ମୋଚିତ

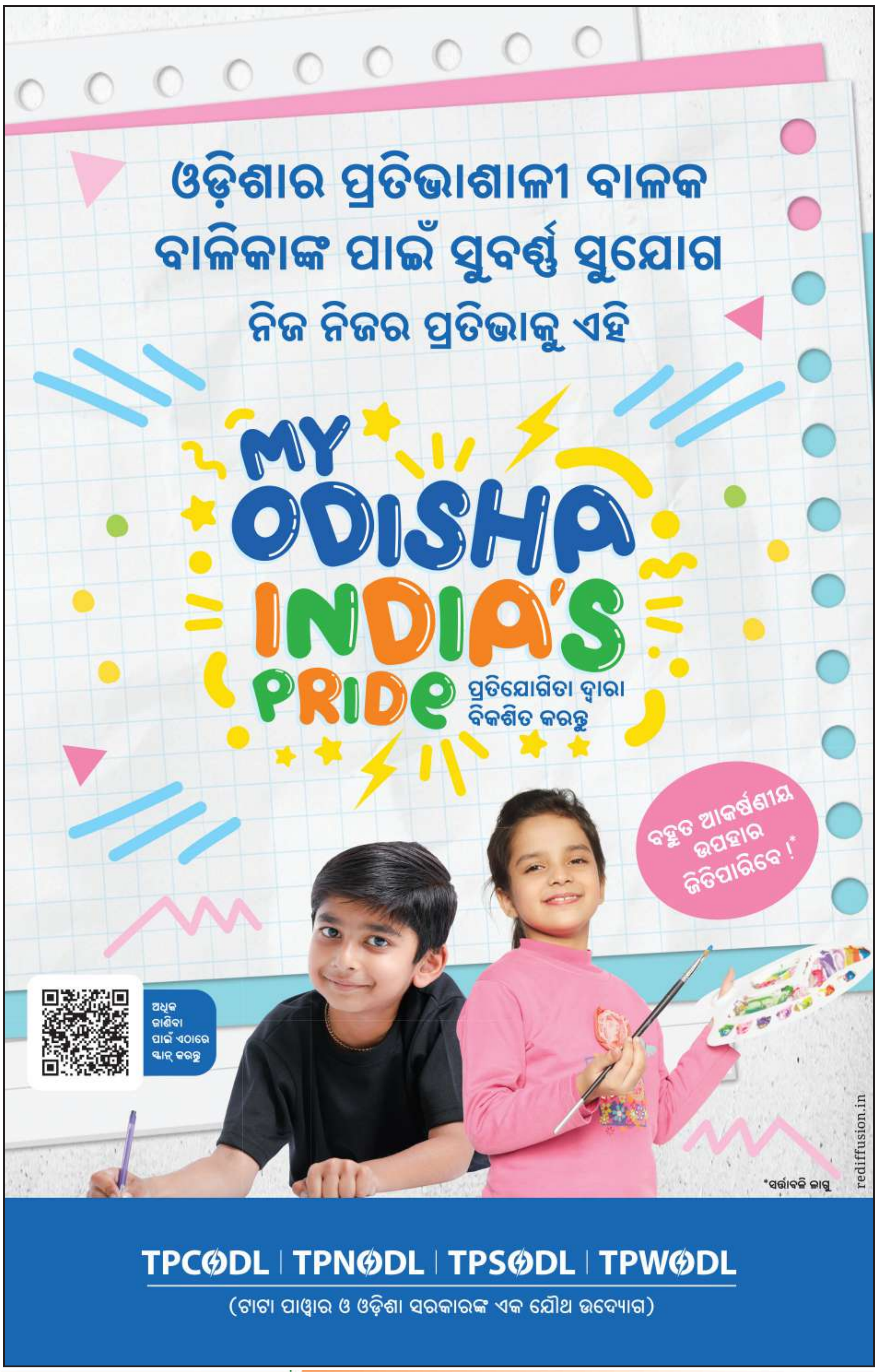
ସମ୍ବଲପୁର : ବିଶିଷ୍ଟ ସାହିତ୍ୟିକ ଜନ୍ମେଜୟ ବାବୁଙ୍କ ଅନୁଦିତ ଉପନ୍ୟାସ 'ଅପ୍‌ସରାର ଅଭିଶାପ' ଓ 'ସୁଖଦା'ର ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଶ୍ରୀ ରଘୁନାଥ ମିଶ୍ରଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର କଲେଜର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର ଡକ୍ଟର କାମଦେବ ସାହୁ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ବୁର୍ଲା ଏନ୍.ଏ.ସି କଲେଜର ଅଧାପକ ସୋମନାଥ ବିଶ୍ୱାଳ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଓ ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସଭା ଆରମ୍ଭରେ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ବହିଦାରଙ୍କ ଶ୍ରାଦ୍ଧବାର୍ଷିକୀ ଉପଲକ୍ଷେ ଗଭୀର ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜ୍ଞାପନ କରାଯାଇଥିଲା । ରାଜବୈଦ୍ୟ ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ସ୍ମୃତି ସମିତି ସମ୍ପାଦକ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ପଣ୍ଡା ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସୂଚନା ଓ ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ଶ୍ରୀ ବାବୁଙ୍କ ପ୍ରକାଶିତ ସମସ୍ତ ପୁସ୍ତକ ଉପରେ ପୂର୍ବାବଲୋକନ କରିଥିଲେ । ଲେଖକ ଶ୍ରୀ ବାବୁ ପୁସ୍ତକ ରଚନାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱରୀ ଧର୍ମ ସଂସଦ ପକ୍ଷରୁ ବିଶିଷ୍ଟ କୀର୍ତ୍ତନ ଗାୟକ ଜିତେନ ବାଗଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଶେଷରେ ସବିତା ମିଶ୍ର ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ୟୁକୋବ୍ୟାଙ୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସରେ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

ସମ୍ବଲପୁର : ୟୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କର ୮୨ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ଅବସରରେ ଗଙ୍ଗାଧର ମେହେର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ୟୁଥ୍ ରେଡକ୍ରସ୍ ୟୁନିଟ୍‌ର ସହଯୋଗରେ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ କୁଳ ସଚିବ ଯୁଗଳେଶ୍ୱରୀ ଦାଶ ଏବଂ ୟୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କ ଜୋନାଲ୍ ମ୍ୟାନେଜର ରାଜେଶ କୁମାର ଏହି ଶିବିରକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଉପ କୁଳସଚିବ ଉମାଚରଣ ପତି, ପିଜି କାଉନ୍‌ସିଲ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଡକ୍ଟର ସୁଶାନ୍ତ ଦାଶ ପ୍ରମୁଖ ଏହି ଅବସରରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଶିବିରରେ ମୋଟ୍ ୬୨ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ ହୋଇଥିଲା । ସମ୍ବଲପୁର ରକ୍ତଭଣ୍ଡାର କର୍ମଚାରୀମାନେ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରିଥିଲେ । ୟୁଥ୍ ରେଡକ୍ରସ୍ ସଂଯୋଜିକା ଡକ୍ଟର କଲ୍ୟାଣୀ ରଥ ଏବଂ ଡକ୍ଟର ପ୍ରଶାନ୍ତ ସେଠିଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଏହି ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା ।

ସମଲେଇ ପ୍ରକଳ୍ପର ଲୋକାର୍ପଣ ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ଆସନ୍ତା ୨୭ ତାରିଖ ଦିନ ଲୋକାର୍ପଣ ହେବାକୁଥିବା ସମଲେଇ ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ ମନ୍ଦିର ଟ୍ରଷ୍ଟ ବୋର୍ଡର ସଭାପତି ଶ୍ରୀ ସଞ୍ଜୟ ବାବୁଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ସଦସ୍ୟ ଓ ପୂଜାରୀମାନେ ନବୀନ ନିବାସ ଯାଇ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରିଛନ୍ତି ।



Printed, Published and Owned by Hemanta Kumar Mahapatra, Printed at Impressions Press, Sambalpur, Office Phone: 0663- 2950945
e-mail: hemantamahapatra@yahoo.com Editor : Hemanta Kumar Mahapatra