ସାପ୍ତାହିକ
Postal Regd. No.: SBP/RN-01/2022-2024
ଶ୍ରୀ ସ୍ୱୀକାର
The Sweekar ସ୍ୱୀକାର
www.sweekarweekly.com
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ସମ୍ପାଦକ : ୰ ଶରତ ନାରାୟଣ ବେହେରା
RNI No. 66443/94
Vol.26 | Issue - 19 | 08 - 14 May 2022 | Sambalpur | Page-12 | Invitation Price Rs.10

ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଚାଲିଥିବା ବେଆଇନ କାର୍ଯ୍ୟର ତଦନ୍ତ ପାଇଁ ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ କମିଟି ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନାଗରିକ କଲ୍ୟାଣ ସମିତିର ଦାବି

ସମ୍ବଲପୁର: ପ୍ରଫେସର ସଂଜୀବ ମିତ୍ତଲ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଦିନଠାରୁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ଲାଗି ରହିଥିବା ଅଶାନ୍ତି ବାତାବରଣକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଉଭୟ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଓ କୁଳାଧିପତି ଅତି ଶୀଘ୍ର ଗତ ଏକ ବର୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସମୟରେ ହୋଇଥିବା ଆଇନ ଭଙ୍ଗ, ବେଆଇନ କାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ଆର୍ଥିକ ଅନିୟମିତତା ଉପରେ ଏକ ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ଯାଞ୍ଚ କମିଟି ଗଠନ କରି ସମସ୍ତ ଅଭିଯୋଗକୁ ପୁଙ୍ଖାନୁପୁଙ୍ଖ ତଦନ୍ତ କରାଇବାକୁ ସମ୍ବଲପୁର ନାଗରିକ କଲ୍ୟାଣ ସମିତି ଦାବି କରିଛି ।

ସମିତି ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ଏକ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ନିଖିଳ ଭାରତ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ କର୍ମଚାରୀ ସଂଘର ସଭାପତି ତଥା ପୂର୍ବତନ ସାଂସଦ ଭବାନୀଶଙ୍କର ହୋତା କହିଛନ୍ତି ଯେ, କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲକୁ ତାଙ୍କ ପଦରୁ ନ ହଟାଇବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ନିରପେକ୍ଷ ତଦନ୍ତ ସମ୍ଭବ ନ ଥିବାରୁ ଅବିଳମ୍ବେ ତାଙ୍କ କୁଳପତି ପଦରୁ ହଟାଇ ଦିଆଯାଉ । ଗତ ୨୦୨୧ ଏପ୍ରିଲ ୧୨ ତାରିଖରେ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ତତ୍କାଳୀନ ରେଜିଷ୍ଟ୍ରାର ଓ ବିତ୍ତ ନିୟନ୍ତ୍ରକ ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲଙ୍କର ମନୋମୁଖୀ କାର୍ଯ୍ୟ, ଅଶାଳୀନ ଭାଷା ପ୍ରୟୋଗ, ଧମକ-ଚମକ, ଆଇନ ବହିର୍ଭୂତ କାର୍ଯ୍ୟର ଉଦାହରଣ ଦେଇ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କର ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗର ପ୍ରିନସିପାଲ ସେକ୍ରେଟାରୀଙ୍କୁ ଏକ ଗୋପନୀୟ ପତ୍ର ଲେଖି ସରକାରଙ୍କୁ ଜଣାଇଥିଲେ ଯେ ଏପରି ଏକ କୁଳପତିଙ୍କ ଅଧୀନରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱ ବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟାହାର କରାଯାଉ । ସେହି ସମୟରେ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କର ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ ଯଦି ତାଙ୍କର ଉଚ୍ଚପଦସ୍ଥ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ଅଭିଯୋଗ କୁ ଗୁରୁତର ସହ ବିଚାରକୁ ନେଇ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ କରିଥାନ୍ତେ, ତାହାହେଲେ ବୋଧହୁଏ ଏହି ଦୁର୍ଦ୍ଦିନ ଦେଖିବାକୁ ମିଳି ନ ଥାନ୍ତା ବୋଲି ଶ୍ରୀ ହୋତା କ୍ଷୋଭ ପ୍ରକାଶ କରି କହିଛନ୍ତି ।

ଶ୍ରୀ ହୋତା କହିଥିଲେ ଯେ, ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ତତ୍କାଳୀନ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଏ.ପି.ଜେ ଅବଦୁଲ କଲାମଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦଘାଟିତ ଔଷଧୀୟ ଉଦ୍ୟାନକୁ ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲ ବୁଲଡୋଜର ଲଗାଇ ରାତାରାତି ଧ୍ୱଂସ କରି, ଚିହ୍ନ ମେଟାଇବା ପାଇଁ ନିଆଁ ଲଗେଇଦେଲେ । ତା ପରେ ପର୍ଯ୍ୟାୟ କ୍ରମେ ଶହ ଶହ ଗଛ

କଟା ଅଭିଯାନ ଯୋଜନା ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱରେ ପାହାଡ଼-ପର୍ବତ, ଜଙ୍ଗଲରେ ଆଚ୍ଛାଦିତ ଏବଂ ସବୁଜ ବୃକ୍ଷରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁନ୍ଦର ଜ୍ୟୋତି ବିହାରକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିବାକୁ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହେଲା । ବିଭିନ୍ନ ଖବର କାଗଜରେ ଏହି ଧ୍ୱଂସର ତାଣ୍ଡବଲୀଳା ପ୍ରକାଶ ପାଇବାରୁ ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଠିକା କର୍ମଚାରୀ ଦୀନବନ୍ଧୁ ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ଡ଼କାଇ ଅଶାଳୀନ ଭାଷା ପ୍ରୟୋଗକରି ତାଙ୍କୁ ଚାକିରୀରୁ ବହିଷ୍କାର କରିବା ପାଇଁ ଧମକ ଚମକ ଓ ଅଶ୍ରାବ୍ୟ ଭାଷାରେ ଗାଳିଗୁଲଜ କଲେ । ଦୀନବନ୍ଧୁ ଏହାର ପ୍ରତିବାଦ କରି କୁଳପତିଙ୍କୁ ଏପରି ଭାଷା ଶୋଭା ପାଉ ନାହିଁ କହି ଖବର କାଗଜ ମାନଙ୍କରେ ଖବର ପ୍ରକାଶରେ ତାଙ୍କର କୌଣସି ଭୂମିକା ନାହିଁ ବୋଲି ମଧ କହିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଅଭଦ୍ରଭାଷା ପ୍ରୟୋଗ ଜାରି ରହିଲା । ଶେଷରେ ଦୀନବନ୍ଧୁ ମିଶ୍ର ମର୍ମାହତ ହୋଇ ଅଗତ୍ୟା ନୋଟିସ ଦେଇ ଶେଷରେ କୁଳପତିଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ଆତ୍ମହୂତି ଦେଇଥିଲେ । ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁକାଳୀନ ଜମାନବନ୍ଦୀ ସମୟରେ ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟ ଓ ଡ଼ାକ୍ତରଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ବୟାନ ରେକର୍ଡ଼ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାର ପୃଷ୍ଠଭୂମିରେ ବୁର୍ଲା ପୋଲିସ ଷ୍ଟେସନରେ ଏଫଆଇଆର ଦାୟର ହୋଇଥିଲା ଯେଉଁଥିରେ ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲ ଏବଂ ଦୁଇଜଣ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଥିଲେ । ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲ ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା କ୍ରିମିନାଲ କେସରେ ଜଣେ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଅଟନ୍ତି । ଏପରି କି ତାଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ତଥ୍ୟ ଅଛି ବୋଲି ସମ୍ବଲପୁରର ମାନ୍ୟବର ସେସନ୍ସ କୋର୍ଟ ମନ୍ତବ୍ୟ ଦେଇ ତାଙ୍କର ଜାମିନ ନାମଞ୍ଜୁର କରିଥିଲେ ହେଁ କୌଣସି ଅଜଣା କାରଣରୁ ପୋଲିସ ତାଙ୍କୁ ଗିରଫ କରି ନ ଥିଲା । ଏବେ ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲ ହାଇକୋର୍ଟରୁ ଜାମିନ ପ୍ରାପ୍ତ ଜଣେ ଅଭିଯୁକ୍ତ ।

ଶ୍ରୀ ହୋତା ଅଭିଯୋଗ କରି କହିଥିଲେ ଯେ, ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଆଇନକୁ ଭ୍ରୂକ୍ଷେପ ନ କରି ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲ ନିଜର ଉଦ୍ୟମରେ ଜଣେ ଅନାମଧେୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ସମ୍ମାନଜନକ ଉପାଧି ଡ଼ି ଲିଟ ସଦ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସମାବର୍ତ୍ତନ ଉତ୍ସବରେ ପ୍ରଦାନ କରି ଥିଲେ । ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଗୌରବ ଓ ଗାରିମାକୁ ପଦାଘାତ କରି ଏପରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଥିଲା । ଏହାର ପ୍ରତିବାଦରେ ଗତ ୩ ତାରିଖରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଓଡ଼ିଶା ସାଂସ୍କୃତିକ ସମାଜର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟରେ ସମ୍ବଲପୁରର ଗଣ୍ୟମାନ୍ୟ ବୁଦ୍ଧିଜୀବି ମାନଙ୍କର ଏକ ସାଧାରଣ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଶ୍ରୀ ଗୁପ୍ତାଙ୍କ ଠାରୁ ଡ଼ି ଲିଟ ଉପାଧି ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଏବଂ ଦୋଷୀଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନେବା ପାଇଁ ଦାବି କରା ଯାଇଥିଲା । ଅଧିକନ୍ତୁ ପ୍ରଫେସର ମିତ୍ତଲଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ କୁଳପତି ପଦରୁ ବହିଷ୍କାର କରାଯାଉ ବୋଲି ସାଧାରଣ ସଭାରେ ମତ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା ବୋଲି ଶ୍ରୀ ହୋତା କହିଥିଲେ ।

ଏହି ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀ, ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ କର୍ମଚାରୀ ସଂଘର ସଭାପତି ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଅବସର ପ୍ରାପ୍ତ କର୍ମଚାରୀ ସଂଘର ସଭାପତି ପ୍ରଫେସର ଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦ ପତି, ପୂର୍ବତନ ସିଣ୍ଡିକେଟ ସଦସ୍ୟ ଦୁର୍ଗା ପାଢ଼ୀ, ସମିତିର ଉପସଭାପତି ମହେଶ ସାଏତା ଓ ଓଡ଼ିଶା ସାଂସ୍କୃତିକ ସମାଜର ଉପ ସଭାପତି ସୂର୍ଯ୍ୟ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ସାମ୍ବାଦିକ ସନ୍ତୋଷ ମହାପାତ୍ର ସମ୍ମାନିତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର : ଦୈନିକ 'ପ୍ରଗତିବାଦୀ'ର ୫୦ ବର୍ଷ ଅଭ୍ୟୁତ୍ଥାନରେ ଆୟୋଜିତ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଜୟନ୍ତୀ ସ୍ୱାଗତ ସମାରୋହରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତିନିଧି ସନ୍ତୋଷ କୁମାର ମହାପାତ୍ରଙ୍କୁ ପତ୍ରିକା ପକ୍ଷରୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସାମ୍ବାଦିକତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ପାଇଁ ଶ୍ରୀ ମହାପାତ୍ରଙ୍କୁ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଅରୁଣ ସାହୁ ଉପଢ଼ୌକନ ଓ ମାନପତ୍ର ଦେଇ ସମ୍ମାନିତ କରିଥିଲେ । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଶ୍ରୀମତୀ ସାସ୍ୱତୀ ବଳ ମଧ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ବିଜୟ ମହାନ୍ତିଙ୍କୁ ବିଜୁ ଶ୍ରମିକ ବନ୍ଧୁ ସମ୍ମାନ

ସମ୍ବଲପୁର : ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ସମାରୋହରେ ଓଡିଶା କେନ୍ଦୁପତ୍ର କର୍ମଚାରୀ ସଂଘ ସଭାପତି ତଥା ବିଶିଷ୍ଟ ଶ୍ରମିକ ନେତା ବିଜୟ ମହାନ୍ତିଙ୍କୁ ବିଜୁ ଶ୍ରମିକ ବନ୍ଧୁ-୨୦୨୨ ସମ୍ମାନରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଛି । ଶ୍ରମ ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁଶାନ୍ତ ସିଂ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତିଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରିଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ବହୁ ବର୍ଷ ଧରି ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ଭାବେ ଶ୍ରମିକ ସଂଗଠନ, ଶ୍ରମିକ ଆନ୍ଦୋଳନ ଏବଂ ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କ ସମାଜିକ ଅର୍ଥନୈତିକ କଲ୍ୟାଣ ନିମନ୍ତେ ଥିବା ଅବଦାନକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଓଡିଶା ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଏହି ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଏହି ସମାରୋହରେ ରାଜ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ବୋର୍ଡ ଅଧକ୍ଷ ରମେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଚ୍ୟାଉ ପଟ୍ଟନାୟକ, ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବ ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର, ଶ୍ରମ ବିଭାଗ ପ୍ରମୁଖ ଶାସନ ସଚିବ ଚିତ୍ରା ଅନୁଗମ, ଶ୍ରମ ଆୟୁକ୍ତ ଏନ୍. ଥିରୁମ ନାୟକ ପ୍ରମୁଖ ସମାରୋହରେ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ ।

ମଇ ୩୧ରେ ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାନସଭା ଆସନ ପାଇଁ ହେବ ଉପନିର୍ବାଚନ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା: ବ୍ରଜରାଜନଗର ଉପନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ନିର୍ବାଚନ କମିସନଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଜାରି ହୋଇଛି । ଫଳରେ ଉପ ନିର୍ବାଚନ ଲାଗି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ପ୍ରାର୍ଥୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ନାମାଙ୍କନପତ୍ର ମେ ୧୧ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦାଖଲ କରିପାରିବେ । ତାରିଖରେ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଯାଞ୍ଚ ହେବାକୁ ଥିବାବେଳେ ୧୭ ତାରିଖରେ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ପ୍ରତ୍ୟାହାରର ଶେଷ ତାରିଖ ରହିଛି । ମେ ୩୧ ତାରିଖରେ ଭୋଟ ଗ୍ରହଣ ହେବାକୁ ଥିବାବେଳେ ଜୁନ ୩ ତାରିଖରେ ଭୋଟ ଗଣତି କରାଯିବ ବୋଲି ବିଜ୍ଞପ୍ତିରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଏହା ସହିତ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ଆଦର୍ଶ ଆଚରଣ ବିଧି ଲାଗୁ ହୋଇଛି । ବ୍ରଜରାଜନଗର ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀର ବର୍ତ୍ତମାନ ଭୋଟର ସଂଖ୍ୟା ହେଉଛି ୨ ଲକ୍ଷ ୧୪ ହଜାର ୭୪୫ । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୩୫୧୯ ଭିନ୍ନକ୍ଷମ ଭୋଟର ଥିବା ବେଳେ ୮୦ ବର୍ଷରୁ ଅଧିକ ବୟସ୍କ ଭୋଟରଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୩୧୨୭ ରହିଛି । ମେ' ୧୧ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭୋଟର ତାଲିକାରେ ସଂଶୋଧନ ହୋଇପାରିବ । ୨୭୯ ବୁଥରେ ଉପନିର୍ବାଚନ ଲାଗି ଭୋଟ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ । ଇଭିଏମ ରେ ମତଦାନ ହେବ ଏବଂ ଭୋଟରଙ୍କ ପାଇଁ ଭିଭିପାଟ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିବ । ଭିନ୍ନକ୍ଷମ ଏବଂ ବୟସ୍କ ଭୋଟର ଚାହିଁଲେ ଘରେ ରହି ଭୋଟ ଦେଇପାରିବେ । ଭୋଟ ଗ୍ରହଣ ବେଳେ କୋଭିଡ୍ ନିୟମର ଅନୁପାଳନ କରାଯିବ । କୋଭିଡ ଲକ୍ଷଣ ଥିଲେ ଭୋଟର ଟୋକନ୍ ନେବେ ଏବଂ ମତଦାନର ଶେଷ ଘଣ୍ଟାକରେ ଭୋଟ ଦେବେ । ଗତ ଡିସେମ୍ବର ୩୦ ତାରିଖ ଦିନ ବିଧାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଆକସ୍ମିକ ବିୟୋଗ ପରେ ଏହି ଆସନ ଖାଲି ପଡିଥିଲା ।

ଏ ସଂଖ୍ୟାରେ..

ଡାଳିମ୍ବରେ ଥାଏ କ୍ୟାନସର ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କାକୁଡ଼ି

ବଡ଼ ଉପକାରୀ ଗୁଜରାତି

ପ୍ରୋଟିନରେ ଭରପୁର କାବୁଲି ଚଣା

ଗାଜର ଓ ତାର ପତ୍ରର ଉପକାରିତା

ଶୀତଳ ଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରାର ଆଦ୍ୟପର୍ବ 'ଥାଳ ଉଠା' ସମ୍ପନ୍ନ

ସମ୍ବଲପୁର : ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟା ଅବସରରେ ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରାର ଆଦ୍ୟପର୍ବ 'ଥାଳ ଉଠା' ବିଭିନ୍ନ ପଡ଼ାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ନନ୍ଦପଡ଼ାର ବଂ ବରାଡ଼ ବାଲୁଙ୍କେଶ୍ୱର ବାବା, ଝାଡୁଆପଡ଼ାର ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଲୋକନାଥ ବାବା, ମୁଦିପଡ଼ାର ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଜାଗେଶ୍ୱର ବାବା, ବାଲିବନ୍ଧାର ଶ୍ରୀ ସୋମନାଥ ବାବା, ବଡ଼ବଜାରର ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଶୀତଳେଶ୍ୱର ବାବା, ଠାକୁରପଡ଼ାର ଗୁପ୍ତେଶ୍ୱର ବାବା ଏବଂ ବୁଢ଼ାରଜାର ପାହାଡ଼େଶ୍ୱର ମନ୍ଦିରରେ ଥାଳ ଉଠା ହୋଇଯାଇଛି । ସମସ୍ତ ପଡ଼ାର ମନ୍ଦିରମାନଙ୍କରେ ଏଥିପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯିବା ପରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ପଡ଼ାର ମୁରବୀ ମାନେ ଥାଳନେଇ ତାଙ୍କପଡ଼ାରେ ବୁଲି ଚାନ୍ଦା ସଂଗ୍ରହ କରିଥିଲେ ।

ଚଳିତ ବର୍ଷ ପୂର୍ବତନ ନଗରପାଳ ତଥା ବିଜେପି ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଗିରିଶ ପଟେଲ ଏବଂ ତାଙ୍କ ଧର୍ମପତ୍ନୀ ହଂସାବେନ କନ୍ୟା ପିତାମାତା ହେବାର ସୌଭାଗ୍ୟ ଅର୍ଜନ କରି ନନ୍ଦପଡ଼ାର ବମବରାଡ଼ ବାଲୁଙ୍କେଶ୍ୱର ବାବାଙ୍କୁ କନ୍ୟାଦାନ କରିବାର ଥିବା ବେଳେ କ୍ଷେତରାଜପୁର ପୋଦ୍ଦାର କଲୋନି ବାସିନ୍ଦା ସୁନୀଲ ଅଗ୍ରୱାଲ ଓ ତାଙ୍କ ଧର୍ମପତ୍ନୀ କବିତା ଦେବୀ ଝାଡୁଆପଡ଼ାର ଶ୍ରୀ ଲୋକନାଥ ବାବାଙ୍କୁ କନ୍ୟାଦାନ କରିବେ । ସେହିପରି ଏସଆରଆଇଟି କଲୋନୀର ବିନୋଦ ବିହାରୀ ପଟେଲ ଓ ବିନୋତା ନାୟକ ମୁଦିପଡ଼ା ଶୀତଳଷଷ୍ଠୀ ଯାତ୍ରାର କନ୍ୟା ପିତାମାତା ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଲୋକନାଥ ରାଉତ ଓ ମୀରା ବଡ଼ବଜାରର କନ୍ୟା ପିତା ମାତା ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହାଛଡ଼ା ପଟ୍ଟନାୟକପଡ଼ାର ଶ୍ରୀନାଥ ଦାଶ ଓ ତାଙ୍କ ଧର୍ମପତ୍ନୀ ସଂଗୀତା ବାଲିବନ୍ଧାର ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ସୋମନାଥଙ୍କୁ କନ୍ୟାଦାନ କରିବେ । ପଧାନପଡ଼ାର ସତ୍ୟାନନ୍ଦ ନାୟକ ଓ କଲ୍ୟାଣୀ ବୁଢ଼ାରଜାର ପିତାମାତା ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବାସୁଦେବ ସାହୁ ଓ ଆନନ୍ଦ କୁମାରୀ ଠାକୁରପଡ଼ା ଯାତ୍ରାର କନ୍ୟା ମାତାପିତା ହେବାର ସୌଭାଗ୍ୟ ଅର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି ।

ଜିଲ୍ଲା କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଘ ଦାୟିତ୍ୱ ହସ୍ତାନ୍ତର ନେଇ ଆପତ୍ତି

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଘର କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ସଦସ୍ୟ ରତିକାନ୍ତ ମହାନ୍ତି ଦାୟିତ୍ୱ ହସ୍ତାନ୍ତର ପ୍ରକ୍ରିୟା ନେଇ ଆପତ୍ତି ଉଠାଇଛନ୍ତି । କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଘ ସଭାପତି ତଥା ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଦେଇଥିବା ପତ୍ରରେ ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି ଯେ ସାଧାରଣ ସଂପାଦକଙ୍କ ବିବୃତି ଅନୁଯାୟୀ ପୁରୁଣା ପରିଷଦର କର୍ମକର୍ତ୍ତା ନୂଆ ପରିଷଦକୁ ଦାୟିତ୍ୱ ହସ୍ତାନ୍ତର କରି ସାରିଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବିନା କାଉନ୍ସିଲ ବୈଠକରେ ତରବରିଆ ଭାବେ କେମିତି ଦାୟିତ୍ୱ ହସ୍ତାନ୍ତର ହେଲା ତାହା ଅନୁସନ୍ଧାନ ସାପେକ୍ଷ । ଏଥି ପାଇଁ ଯଦି କୌଣସି ପ୍ରସ୍ତାବ ଗୃହୀତ ହୋଇଛି ତାହେଲେ ତାହା ଉପସ୍ଥାପନ କରାଯାଉ । ନଚେତ ସାଧାରଣ ସଂପାଦକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା ମନୋମୁଖୀ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ବେଆଇନ ଘୋଷଣା କରାଯାଉ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି ।

ପଙ୍କଜ୍ କାପ୍ସିମେ ୟୁନିୟନ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ସମ୍ବଲପୁର କ୍ଷେତ୍ରର ନୂଆ ମୁଖ୍ୟ

ସମ୍ବଲପୁର : ୟୁନିୟନ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ, ସମ୍ବଲପୁର କ୍ଷେତ୍ରର ନୂତନ କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ମୁଖ୍ୟ ଭାବେ ପଙ୍କଜ କୁମାର କାପସିମେ କାର୍ଯ୍ୟଭାର ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହି କ୍ଷେତ୍ର ଅଧୀନରେ ସମ୍ବଲପୁର, ବରଗଡ, ସୁନ୍ଦରଗଡ, ଝାରସୁଗୁଡା, ଦେବଗଡ଼, ସୋନପୁର ଓ ନୂଆପଡା ଆଦି ୭ଟି ଜିଲ୍ଲା ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଶ୍ରୀ କାପ୍ସିମେଙ୍କର ମହାରାଷ୍ଟ୍ର, ଝାଡ଼ଖଣ୍ଡ, ଦିଲ୍ଲୀ ଓ ଗୁଜୁରାଟ ଆଦି ବିଭିନ୍ନ ରାଜ୍ୟରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ୨୭ ବର୍ଷରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟାଙ୍କିଙ୍ଗ ଅଭିଜ୍ଞତା ରହିଛି । ବ୍ୟାଙ୍କର୍ ଭାବେ ସେ କ୍ରେଡିଟ୍ ଇନ୍‌ଚାର୍ଜ, ଶାଖା ମୁଖ୍ୟ, ଉପ-କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ମୁଖ୍ୟ ଏବଂ ଉପ-ଆଞ୍ଚଳିକ ମୁଖ୍ୟ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସହ କର୍ପୋରେଟ୍ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ଚ୍ୟାନେଲ ଫାଇନାନ୍ସ, ରିଟେଲ୍ ବ୍ୟାଙ୍କିଙ୍ଗ୍ ଓ କ୍ରେଡିଟ୍ ମନିଟରିଂ ଆଦି ବିଭାଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିଛନ୍ତି ।

ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷାର ମାସିକ ଖବର ପତ୍ରିକା ସମ୍ବଲପୁରୀ ଦର୍ପନ ଉନ୍ମୋଚିତ

ସମ୍ବଲପୁର: ସମ୍ବଲପୁରୀ ଭାଷାର ମାସିକ ଖବର ପତ୍ରିକା 'ଦର୍ପନ' ଇଷ୍ଟଦେବୀ ସମଲେଇଙ୍କ ମନ୍ଦିରରେ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହାସହ କମଳ ଲୋଚନ ପଣ୍ଡାଂକ ରଚିତ ସମଲେଶ୍ୱରୀ ଅଷ୍ଟକମ ମଧ ଉନ୍ମୋଚନ କରାଯାଇ ଥିଲା । ଉନ୍ମୋଚନ ଅବସରରେ ଗବେଷକ ଡକ୍ଟର ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦର ଧର, ଡକ୍ଟର ପ୍ରମୋଦ ରଥ, ଡକ୍ଟର ସ୍ୱୟଂ ପ୍ରକାଶ ପଣ୍ଡା, କ୍ଷେତ୍ରମଣୀ ବିଭାର, ପତ୍ରିକାର ପ୍ରକାଶିକା ଡଲିମା ଭୋଇ, କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସମ୍ପାଦକ ଲକ୍ଷ୍ମୀନାରାୟଣ ପଣ୍ଡା, ସମ୍ପାଦକ ଭବାନୀଶ ଭୋଇ ପ୍ରମୁଖ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ ।

ଅଶ୍ୱିନୀଙ୍କ ଇସ୍ତଫାକୁ ଗ୍ରହଣ କଲାନି ପିସିସି

ସମ୍ବଲପୁର : ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନରେ ଜିଲ୍ଲାରେ କଂଗ୍ରେସର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଯୋଗୁଁ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲା କଂଗ୍ରେସ କମିଟି ସଭାପତି ପଦରୁ ଗତ ମାର୍ଚ୍ଚ ମାସରେ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିବା ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ଅଶ୍ୱିନୀ ଗୁରୁଙ୍କ ଇସ୍ତଫା ପ୍ରଦେଶ କଂଗ୍ରେସ କମିଟି ଗ୍ରହଣ କରିନାହିଁ । ସେ ତାଙ୍କ ଇସ୍ତଫା ପତ୍ରକୁ ପ୍ରଦେଶ କଂଗ୍ରେସ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟକୁ ପଠାଇବା ସହ ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଭାରୀ ଚେଲ୍ଲା କୁମାରଙ୍କ ନିକଟକୁ ମଧ ପଠାଇଥିଲେ । ବରଂ ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ଉପ ନିର୍ବାଚନରେ ତାଙ୍କୁ ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ଗୁରୁ ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ବିଧାୟକ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଚୟନ ପ୍ରକ୍ରିୟା କମିଟିରେ ଶ୍ରୀ ଗୁରୁ ରହିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ଗୁରୁ ୧୯୮୦ରୁ ୮୫ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ବଲପୁର ବିଧାୟକ ଥିଲେ । ୧୯୮୫ ପର ଠାରୁ ତାଙ୍କୁ ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ଟିକେଟ ମିଳିନଥିଲେ ହେଁ ସେ ଦଳ ପାଇଁ ସମର୍ପିତ ଅଛନ୍ତି । ଆରମ୍ଭରୁ ଆଜି ଯାଏଁ ଶ୍ରୀ ଗୁରୁ ଦଳୀୟ ସଂଗଠନକୁ ମଜଭୂତ କରିବା ଦିଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ସାଂଗଠାନିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅଶ୍ୱିନୀଙ୍କ ଗୁରୁ ଦାୟିତ୍ୱ ରହିଥିବା ପ୍ରଦେଶ କଂଗ୍ରେସ କମିଟି ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିଛନ୍ତି । ଏପରିକି ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲା କଂଗ୍ରେସ କମିଟିର କର୍ମକର୍ତ୍ତାମାନେ ମଧ ତାଙ୍କ ଇସ୍ତଫାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାରୁ ନ ଥିଲେ ।

ଭାଗବତ // ନାରଦ-ବାସୁଦେବ ଓ ଭାଗବତ ଧର୍ମ

ଶରୀର, ବାଣୀ, ମନ, ଇନ୍ଦ୍ରିୟ, ବୁଦ୍ଧି, ଅହଙ୍କାର ଆଦି ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ଜନ୍ମ ଅଥବା ଏକ ଜନ୍ମର ଅଭ୍ୟାସବଶତଃ ସ୍ୱଭାବରେ ଯାହା ଯାହା କରେ, ସେ ସମସ୍ତ ପରମପୁରୁଷ ଭଗବାନ୍ ନାରାୟଣଙ୍କ ପାଇଁ ହିଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ । ଏପରି ଭାବର ସହିତ ତାଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ କରିଦେବା ହେଉଛି ପ୍ରକୃତ ଭାଗବତ ଧର୍ମ ।

‘‘ଈଶ୍ୱର ବିମୁଖ ପୁରୁଷକୁ ତାହାର ନିଜର ମାୟା ତା’ ନିଜ ସ୍ୱରୂପକୁ ବିସ୍ମୃତ କରିଦିଏ । ଏହି ବିସ୍ମୃତି ହେତୁ ‘ମୁଁ ଦେଖୁଛି, ମୁଁ ମଣିଷ - ଏ ପ୍ରକାର ଭ୍ରମ, ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଦେହଆଦି ଅନ୍ୟବସ୍ତୁରେ ଅଭିନିବେଶ, ତନ୍ମୟତା ହୋଇଯିବାରୁ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥା, ମୃତ୍ୟୁ, ରୋଗ ଆଦି ଅନେକ ଭୟ ଜାତହୁଏ । ଏଣୁ ନିଜର ଗୁରୁଙ୍କୁ ଆରାଧଦେବ ପରମପ୍ରିୟତମ ବୋଲି ଜାଣି ଅନନ୍ୟ ଭକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ସେହି ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଭଜନ କରିବା ଉଚିତ ।

ଯୋଗେଶ୍ୱର କବି ଆହୁରି କହିଲେ,-‘ରାଜନ । ସଂସାରରେ ଭଗବାନଙ୍କର ଜନ୍ମ ଓ ଲୀଳାର ଅନେକ ମଙ୍ଗଳମୟୀ କଥା ପ୍ରସିଦ୍ଧ ହୋଇଛି । ତାହା ପ୍ରତ୍ୟହ ଶ୍ରବଣ କରୁଥିବା ଉଚିତ୍ ।

ସେହି ଗୁଣ ଓ ଲୀଳାକୁ ମନେପକାଇ ଦେବା ପାଇଁ ତାଙ୍କର ଅନେକ ନାମ ମଧ ଅଛି । ଲଜ୍ୟା-ସଙ୍କୋଚ ପରିତ୍ୟାଗ କରି ତାହା ଗାନ କରୁଥିବା ଉଚିତ । ଏହି ଭଳି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି, ବସ୍ତୁ ବା ସ୍ଥାନର ଆସକ୍ତି ନ ରଖି ବିଚରଣ କରୁଥିବା ଉଚିତ ।’’

‘‘ଏହିଭଳି ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୃତ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଭଗବାନଙ୍କର ଚରଣକମଳର ଭଜନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି, ପ୍ରଭୁଙ୍କ ପ୍ରୀତି, ପ୍ରେମମୟ ଭକ୍ତି ତଥା ସଂସାର ପ୍ରତି ବୈରାଗ୍ୟ ଆଉ ଭାଗବତ ସ୍ୱରୂପର ଅନୁଭବ -ଏ ସମସ୍ତ ଏକା ସାଙ୍ଗରେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଯୋଗେଶ୍ୱର ହରି କହିଲେ- ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପ ଭଗବାନ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀଙ୍କଠାରେ ଆତ୍ମରୂପ ନିୟନ୍ତା ରୂପରେ ସ୍ଥିତ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତି କେଉଁଠାରେ ହେଲେ ଅଧିକତା ବା ନ୍ୟୁନତା ନ ଦେଖି ସର୍ବତ୍ର ଭଗବତ ସତ୍ତାକୁ ହିଁ ଦେଖୁଥାଏ । ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ଓ ପଦାର୍ଥ ଆତ୍ମସ୍ୱରୂପ ଭଗବାନଙ୍କ ହେତୁ ସ୍ଥିର ଅଛି, ଭଗବତ ସ୍ୱରୂପ ହୋଇଛି- ଏପରି ଅନୁଭବ କରୁଥାଏ ତାଙ୍କୁ ଭଗବାନଙ୍କର ପରମପ୍ରେମୀ ଭକ୍ତ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ ।

ଯିଏ ମନରେ ଏକମାତ୍ର ଭଗବାନଙ୍କ ଠାରେ ନିବାସ କରୁଥାଏ ସେ ହୋଇଥାଏ ଉତ୍ତମ ଭଗବତ

ଭକ୍ତ । ମହାଯୋଗେଶ୍ୱର ହରି କହିଲେ, ଯାହାର ବ୍ରହ୍ମ ଶବ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଯାଇଛି ବୋଲି ଧାରଣା ହୋଇଯାଇଥାଏ ସେ ଗୁରୁପଦ ନିମନ୍ତେ ଅପାତ୍ର ହୋଇଥାଏ । ସନ୍ଥ (ଗୁରୁ) ଏପରି ବ୍ରହ୍ମନିଷ୍ଠ ହୋଇଥିବା ଆବଶ୍ୟକ, ଯାହାଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ ମାତ୍ରକେ ଶିଷ୍ୟ, ଅଧିକ ପାପ କର୍ମ କରିବାକୁ ଅଗ୍ରସର ହୋଇ ପାରେ ନାହିଁ । ପରମ କଲ୍ୟାଣ କାମନା କରୁଥିବା ଜିଜ୍ଞାସୁ ଗୁରୁଦେବଙ୍କର ଶରଣ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ । ଗୁରୁଦେବ ଶବ୍ଦବ୍ରହ୍ମ ଅର୍ଥାତ୍ ବେଦର ଜଣେ ପାରଦର୍ଶୀ ବିଦ୍ୱାନ ହୋଇଥିବେ, ବେଦକୁ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ବୁଝାଇ ପାରୁଥିବେ, ଏଥି ସହିତ ପରମବ୍ରହ୍ମ ତତ୍ତ୍ୱଜ୍ଞାନୀ ବି ହୋଇଥିବେ । ଗୁରୁଦେବ ନିଜର ଅନୁଭବ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତହୋଇଥିବା ରହସ୍ୟକୁ ଜିଜ୍ଞାସୁ ସମୀପରେ ପ୍ରକାଶ କରିପାରୁ ଥିବେ ।

ଜିଜ୍ଞାସୁ ଗୁରୁଙ୍କୁ ନିଜର ପରମ ପ୍ରିୟତମ ଭାବେ ଗ୍ରହଣକରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଗୁରୁଦେବ ହିଁ ଶିଷ୍ୟଙ୍କ ପାଇଁ ପରମ ପ୍ରିୟତମ ଆତ୍ମା ଓ ଇଷ୍ଟଦେବ । ଶିଷ୍ୟ ଗୁରୁଙ୍କର ଅନାବିଳ ସେବା କରୁଥିବା ସହିତ ପାଖରେ ରହି ଭଗବାନଙ୍କର କଲ୍ୟାଣମୟୀ ଲୀଳା ଶ୍ରବଣ କରୁଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯୌବନ ଅବସ୍ଥା ଅନ୍ଧ ଓ ଉଶୃଙ୍ଖଳ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅବସ୍ଥାରେ ସନ୍ଥ ବା ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଶରଣରେ ରହିବା ଉଚିତ ।

ମାୟାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଯେ ଇଚ୍ଛାକରେ ସେ ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ପାଳନ କରିବା ଉଚିତ । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ମନରେ ଓ ଆଖିରେ ଉଭୟରେ ପାଳନ କରୁଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏକାନ୍ତରେ ଏକାସନରେ ୩/୪ଘଣ୍ଟା ବସି ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଜପ-ସ୍ମରଣ କରୁଥିବା ଉଚିତ ।

ବାଣୀର ସଂଯମ ମଧ ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରତିଦିନ ୩/୪ଘଣ୍ଟା ମୌନ ବ୍ରତ କରିବା ଉଚିତ । ମୌନ ମନକୁ ଏକାଗ୍ର କରିବା ସହିତ ଚିତ୍ତର ଶକ୍ତି ବର୍ଦ୍ଧନ କରିଥାଏ । ବାଣୀ ଓ ପାଣିର ଅପବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ଲୋକ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପାଖରେ ଅପରାଧୀ ହୋଇଥାଏ । ମିନ ବଚନ-କର୍ମ କୌଣସିଥିରେ କାହାକୁ ବି ହିନସ୍ତା କରୁ ନ ଥିବା ଉଚିତ ।

ଆମର ସ୍ୱଧର୍ମରେ, ଭାଗବତ ଧର୍ମରେ ନିଷ୍ଠା ରହିଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ଧର୍ମ ପ୍ରତି ଯେ ଭଳି କୁଭାବ ଉଦ୍ରେକ ନ ହୁଏ ସେଥପ୍ରତି ଆମେ ସଜାଗ ଥିବା ଅବଶ୍ୟକ । ଆମେ ପ୍ରତିଦିନ ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁଥିବା ଉଚିତ ଯେ ‘ହେ ପ୍ରଭୁ ! ମୁଁ ଆପଣଙ୍କର । ମୋର ଅପରାଧ କ୍ଷମା କରନ୍ତୁ । ବିବେକପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଚାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ମାୟାର ମୋହ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଅନ୍ୟଥା ମଣିଷ ତାର ପ୍ରଚୁର ସମୟ ଓ ସମ୍ପତ୍ତି ବ୍ୟସନ ଓ ଫେସନରେ ବ୍ୟତୀତ କରିଦିଏ । ବ୍ୟସନ ଓ ଫେସନ୍‌ରେ ଜୀବ ଯେତେ ସମୟ ଅପଚୟ କରେ ତାହାର ଅଧା ସମୟ ଭଗବତ୍ ଚିନ୍ତନ କଲେ ଜୀବର ଅଶେଷ କଲ୍ୟାଣ ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରାକୃତିକ ଜୀବନଚର୍ଯ୍ୟା

ଜୀବନ ପଞ୍ଚତନ୍ତ୍ରରେ ନିର୍ମିତ । ପଞ୍ଚତନ୍ତ୍ର ଅର୍ଥାତ୍ ପୃଥ୍ୱୀ, ଜଳ, ଅଗ୍ନି, ବାୟୁ ଓ ଆକାଶ ଆମେ ନିଜର ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ପ୍ରତିଦିନ ଏହି ପାଞ୍ଚ ତତ୍ତ୍ୱର ବି ସେବନ କରିବା ଉଚିତ । ଏପରି ହେଲେ ଆମେ ଅଧିକ ସୁସ୍ଥ ଓ ସକ୍ରିୟ ରହି ପାରିବା । ଶ୍ୱାସ ମାଧମରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରାଣୀ ବାୟୁ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ବାକି ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକୁ କିଛି ସମୟ ବା କିଛି ଦିନ ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦିଆଯାଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ବାୟୁକୁ ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ଉପବାସ କରନ୍ତି, ସେମାନେ ମଧ ଅନ୍ନ, ଜଳ, ପନିପରିବା ବା ଜଳ ଆଦି ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ବାୟୁ ସେବନ ନୁହେଁ । ଏକ ସମୟ ଆହାର କରୁଥିବା ସନ୍ୟାସୀ ମଧ ବାୟୁ ସେବନ କରିଥାନ୍ତି ଅର୍ଥାତ୍ ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ମଧରୁ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ବାୟୁ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଆବଶ୍ୟକତା ।

ଏହି ବାୟୁ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଶୁଦ୍ଧ ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ରୂପେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାତ୍ରାରେ ମିଳିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ବଡ଼ ସହରଗୁଡ଼ିକରେ ବା ଉଦ୍ୟୋଗଗୁଡ଼ିକ ନିକଟରେ ରହନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁ ମିଳି ନ ଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଆଜି ନୂଆ ନୂଆ ରୋଗ କ୍ରମାଗତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଏବେ ତ ବଡ଼ ନଗରଗୁଡ଼ିକରେ ଶୁଦ୍ଧ ଅକ୍ସିଜେନ୍ ବୁଥ ଖୋଲିବାରେ ଲାଗିଛି, ଯେଉଁଠି ପଇସା ଦେଇ ବ୍ୟକ୍ତି ଦଶ–ପନ୍ଦର ମିନିଟ ଶୁଦ୍ଧ ପ୍ରାଣବାୟୁ ନେଇ ପାରେ । ଯେମିତି ଆଜିକାଲି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ସାଥିରେ ଶୁଦ୍ଧ ଜଳ ବୋତଲ ରଖିବାରେ ଲାଗିଲେଣି, ମନେ ହେଉଛି କିଛି ଦିନ ପରେ ଲୋକମାନେ ପ୍ରାଣବାୟୁର ଛୋଟ ସିଲିଣ୍ଡର ମଧ ସାଙ୍ଗରେ ନେଇ ଚାଲିବେ ।

ତାଜା ଓ ଶୁଦ୍ଧ ପ୍ରାଣବାୟୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ନିଃଶୁଳ୍କ ବିଧି ହେଉଛି ପ୍ରାତଃକାଳୀନ ଭ୍ରମଣ । ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ହେବା ପରେ ବୃକ୍ଷମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରାତିରେ ଉତ୍ସର୍ଜିତ କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ ବାୟୁମଣ୍ଡଳକୁ ଚାଲିଯାଏ । ଏପରି ଶୀତଳ ଓ ଶାନ୍ତ ବାତାବରଣରେ ଏକଲା ଅଥବା ସପରିବାର ବୁଲିବା ଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ସବୁଠାରୁ ସରଳ ଉପାୟ ।

କେବଳ ବୁଲିବା ନୁହେଁ, ଏହି ସମୟରେ କିଛି ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ମଧ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭକାରୀ । ଦୁଇଟି ସମୟରେ ଦିନ ଓ ରାତିର ମିଳନ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସମୟର ସଦୁପଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ଆମେ ନିଜ ଶରୀର ତଥା ମନକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖି ପାରିବା । ପିଲା ଓ ଯୁବକମାନେ ତ ସନ୍ଧ୍ୟା ସମୟରେ ପଢ଼ିବା ଅପେକ୍ଷା ଖେଳିବା ହିଁ ଉଚିତ ।

ବାୟୁମଣ୍ଡଳ ପ୍ରଦୂଷଣ ବିଷୟରେ କେତେକ ସରକାରୀ ତଥା ସାମାଜିକ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ଏହାର ବୃଦ୍ଧି ତଥା ତଦ୍ୱାରା ହେଉଥିବା କ୍ଷତି ବିଷୟରେ ବହୁତ କହି ଚାଲିଛନ୍ତି । ମହାନଗରଗୁଡ଼ିକରେ ଅନେକ ଛକରେ ଏପରି ଯନ୍ତ୍ର ଲଗାଇ ଦିଆଯାଇଛି, ଯାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମୟରେ ପ୍ରଦୂଷଣ ମାପୁଥାଏ । ପେଟ୍ରୋଲ ଓ ଡିଜେଲର ବାହନ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଦୂଷଣ କରିଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଆଧୁନିକ ଧାଁ-ଧପଡ଼ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନରେ ଏହା ବିନା କାମ ମଧ ଚଳେ ନାହିଁ । ଯାହା ପାଖରେ ଯେତେ ଅଧିକ ଓ ମହଙ୍ଗା ଗାଡ଼ି ଥାଏ, ତାକୁ ସେତିକି ହିଁ ବଡ଼ ବ୍ୟକ୍ତି ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଏ ।

ଏବେ ସଡକ ଉପରେ ସାଇକେଲ ପରିବର୍ତ୍ତେ ମୋଟର ସାଇକେଲ ବା ସ୍କୁଟର ଚଲାଉଥିବା ଯୁବକ ହିଁ ଅଧିକ ଦେଖା ଯାଉଛନ୍ତି । କେହି ଭଲା ନିଜେ ବାହନ ନ ଚଲାଉ ପଛେ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରଦୂଷିତ ବାୟୁ ସେବନ କରିବା ପାଇଁ ସେ ବାଧ । ତେଣୁ ଯେଉଁଠି ସାର୍ବଜନିକ ଯାତାୟାତ ବ୍ୟବସ୍ଥା ବହୁତ ଉତ୍ତମ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ, ସେଇଠି ଦଶ-କୋଡ଼ିଏ ପାଦ ଯିବା ପାଇଁ ବାହନ ବାହାର କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ମଧ ଛାଡ଼ିବାକୁ ହେବ । ବୃକ୍ଷଗୁଡ଼ିକର କାଟିବା ବନ୍ଦ କରି ତଥା ପରିବାରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ସଦସ୍ୟ ନାମରେ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏଁ ବୃକ୍ଷ ଲଗାଇ ଆମେ ପ୍ରଦୂଷଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ସହଯୋଗ କରି ପାରିବା । ବାୟୁ ପରି ଜଳ ମଧ ବ୍ୟକ୍ତିର ପ୍ରାଥମିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟେ । କୌଣସି ସମୟରେ ‘ବହି ଯାଉଥିବା ପାଣି ନିର୍ମଳ’ କହି ନଦୀଗୁଡ଼ିକର ଜଳ ସର୍ବାଧିକ ଶୁଦ୍ଧ ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଉଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଏବେ ନଗର ଗୁଡ଼ିକର ନାଳ, କାରଖାନାଗୁଡ଼ିକର ଅପଶିଷ୍ଟ, ସମୟ ସମୟରେ ସେଥିରେ ବିସର୍ଜିତ କରାଯାଉଥିବା ରାସାୟନିକ ରଙ୍ଗ ଲେପିତ ମୂର୍ତ୍ତିଗୁଡ଼ିକ ତଥା ଅନ୍ୟ ଅଳିଆ-ଆବର୍ଜନା କାରଣରୁ ନଦୀଗୁଡ଼ିକର ପାଣି ଆଚମନର ଯୋଗ୍ୟ ହୋଇ ରହି ନାହିଁ । ଏବେ ତ ସବୁ ଜାଗାରେ କିଛି ଘଣ୍ଟା ପାଇଁ ସରକାରୀ ପାଣି ମିଳୁଛି । ତାହା କେତେ ଶୁଦ୍ଧ, କହିବା କଠିନ । ପାଣି ଶୁଦ୍ଧ ହେବା ଓ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ମିଳିବା ପାଇଁ ନିଜସ୍ୱ ବୋରିଙ୍ଗ କରାଉଥିବା ଲୋକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା କ୍ରମାଗତ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ଯେଉଁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, ସେମାନେ ଘରେ ଫିଲ୍‌ଟର ଲଗାଇଛନ୍ତି । ଏହା ମାଧମରେ ଏକ ଲିଟର ପାଣି ସଫା ହେବା ପାଇଁ ଚାରି ଲିଟର ପାଣି ନାଳରେ ବୁହାଇ ଦିଆଯାଉଛି । ସହରୀକରଣର ଅର୍ଥ ହେଉଛି, ବିଜୁଳି ଓ ପାଣିର ଅତ୍ୟଧିକ ପ୍ରୟୋଗ । ଏଣୁ ଜଳର ସ୍ତର କ୍ରମାଗତ ତଳକୁ ଖସିବାରେ ଲାଗିଛି

ବିଦ୍ୱାନମାନେ କହନ୍ତି ଯେ ଆଗାମୀ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧ ଜଳ କାରଣରୁ ହେବ । ଏହାର ସତ୍ୟ ତ ଭବିଷ୍ୟତ କହିବ, ମାତ୍ର ନଳ ପାଖରେ ଡବା ଓ ମାଠିଆ ଧରି ପ୍ରଥମେ ପାଣି ନେବା ପାଇଁ ଲୋକମାନେ ଝଗଡ଼ା କରୁଥିବାର ଯେକେହି ଦେଖି ପାରିବେ ଯେଉଁ କାର୍ ଦୁଇ ବାଲଟି ପାଣିରେ ଧୁଆ ଯାଇପାରେ, ତାକୁ ଦୁଇ ହଜାର ଲିଟର ପାଣିରେ ଧୋଉଥିବାର ଲୋକ ପ୍ରାୟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଯିବେ । ଆମେ ବର୍ଷାଜଳକୁ ସଂରକ୍ଷଣ କରି ତଥା ପାଣିକୁ ଅଯଥାରେ ଖର୍ଚ୍ଚ ନ କରି ଏହି ଦିଗରେ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସହଯୋଗ ଦେଇ ପାରିବା । ଆମେ ସଫା ପାଣି ପିଇବା, ଏହା ତ ଆବଶ୍ୟକ, କିନ୍ତୁ କେତେ ପିଇବା, ଏ ବିଷୟରେ ଅଲଗା ଅଲଗା ମତ ରହିଛି । ତଥାପି ଜଣେ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି ଦିନ ଯାକରେ ଆଠ–ଦଶ ଗିଲାସ ପାଣି ପିଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ସକାଳୁ ଶେଯରୁ ଉଠି ମୁହଁ ଧୋଇ ତମ୍ବା ପାତ୍ରରେ ରଖାଯାଇଥିବା ପାଣିକୁ ପେଟ ଭରି ପିଇବା ବଡ଼ ଲାଭଦାୟକ । ତମ୍ବା ଜଳର ଅଧିକାଂଶ ଅଶୁଦ୍ଧିକୁ ଦୂର କରିଥାଏ । ଥଣ୍ଡା ଦିନେ ପାଣିକୁ ନଖଉଷୁମ କରି ପିଇବା ଦରକାର । ଭୋଜନ ସହିତ ପାଣି ପିଇବା ଅନୁଚିତ । ଏ ବିଷୟରେ ମଧ ମତଭିନ୍ନତା ରହିଛି, କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ କହନ୍ତି ଯେ ଭୋଜନ କଲା ବେଳେ ପାଣି ପିଇବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ୪୫ ମିନିଟ ପରେ ପାଣି ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉତ୍ତମ । ଗରମ ଭୋଜନ ସହିତ ଫ୍ରିଜର ଥଣ୍ଡା ପାଣି ବହୁତ ଘାତକ ସିଦ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଦିନେ ମାଟି ମାଠିଆ ଓ ସୁରାଇର ଜଳ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ଅଟେ । ଗୁରୁଜନମାନେ କହନ୍ତି ସଦାବେଳେ ବସିକରି ପାଣି ପିଇବା ଉଚିତ ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ବ୍ରାଉନ ଏନଭୋଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ

ଡକ୍ଟର ପ୍ରଦୀପ ମହାପାତ୍ର

ପ୍ରାକ୍ତନ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ, ସାମ୍ବାଦିକତା ବିଭାଗ

ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଅର୍ଥ ବିନିମୟରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରି ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚରେ ସକାରାତ୍ମକ ସମ୍ବାଦ ପରିବେଷଣ ତଥା ନକାରାତ୍ମକ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରକାଶନ ବାରଣ ପ୍ରଥା ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରାନ୍ତରେ ପ୍ରଚଳିତ । ପଞ୍ଚଦଶ ଶତାବ୍ଦୀ ମଧଭାଗରେ ମୁଦ୍ରଣ ଯନ୍ତ୍ର ଉଦ୍ଭାବନ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଦୁଇ ଶହ ବର୍ଷ ମଧରେ ୟୁରୋପ ଓ ବ୍ରିଟେନରେ ମୁଦ୍ରିତ ସମ୍ବାଦପତ୍ରର ଉନ୍ମେଷ କାଳରୁ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରକାଶନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ଅର୍ଥ ଦେଣନେଣର ଉଦାହରଣ ଇତିହାସ ପୃଷ୍ଠାରେ ଲିପିବଦ୍ଧ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଟେଲିଭିଜନ ଓ ଅନ-ଲାଇନ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚର ପ୍ରସାର ସମୟରେ ମଧ ସେହି ପ୍ରବାହ ବଳବତ୍ତର ରହି ଆସିଛି । ଅବଶ୍ୟ ଏତାଦୃଶ ଆର୍ଥିକ କାରବାର ସମ୍ବାଦ ସୂତ୍ର ଓ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କ ମଧରେ ଗୋପନୀୟଭାବେ ସମାହିତ ହେଉଥିବା ତଥା ପ୍ରାମାଣିକ ତଥ୍ୟ ଅଭାବ ହେତୁ ସାମ୍ବାଦିକତା ଅଧୟନରେ ପ୍ରାୟ ଚର୍ଚ୍ଚାର ପରିସରଭୁକ୍ତ ହୋଇ ପାରି ନ ଥାଏ ।

ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀ ଦ୍ୱିତୀୟ ଦଶକ ମଧଭାଗରୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ଆଫ୍ରିକାରେ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କୁ ତୁଷ୍ଟିକରଣ ସଂପର୍କରେ ଗଣମାଧମ ଗବେଷକଙ୍କ ସହ ସାମ୍ବାଦିକ ଓ ସାମ୍ବାଦିକତା ବୃତ୍ତିଗତ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରକାଶ୍ୟରେ ସମାଲୋଚନା ଆଲୋଡ଼ନ ସୃଷ୍ଟି କରିଥିଲା । ସମ୍ବାଦସୂତ୍ର ପକ୍ଷରୁ ସମ୍ବାଦଦାତାଙ୍କୁ ଅର୍ଥ ପ୍ରଦାନ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭୋଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ' ଭାବେ ପରିଚିତ । ଅବଶ୍ୟ ଏହି ଶବ୍ଦର ଉତ୍ସ ବ୍ରିଟେନକୁ ବ୍ୟାପ୍ତ । ସେଠାକାର ଏକ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଡ଼ିପାର୍ଟମେଣ୍ଟାଲ ଷ୍ଟୋରର ମାଲିକ ହାଉସ ଅଫ କମନସରେ ତାଙ୍କରି ବ୍ୟାବସାୟିକ ସ୍ୱାର୍ଥ ସଂବଳିତ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିବା ନିମନ୍ତେ ଜଣେ ମେମ୍ବର ଅଫ ପାର୍ଲାମେଣ୍ଟଙ୍କୁ ଏକ ମାଟିଆ ଲଫାପାରେ ଅର୍ଥ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା । ଖ୍ୟାତନାମା ସମ୍ବାଦପତ୍ର 'ଗାର୍ଡିଆନ'ରେ ୧୯୯୪ରେ ଏହି ସମ୍ବାଦ ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପରେ ମାଟିଆ ଲଫାପା ବା ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ ଦୁର୍ନୀତି ପାଇଁ ଅର୍ଥ ନେଣଦେଣର ପ୍ରତୀକ ରୂପେ କୁଖ୍ୟାତି ଲାଭ କରିଥିଲା ।

ଆଫ୍ରିକା ମହାଦେଶର ନାଇଜେରିଆ, ଘାନା, ଇଥୋପିଆ, ଉଗାଣ୍ଡା, ଜିମ୍ବାୱେ, ଡ଼େମୋକ୍ରାଟିକ ରିପବ୍ଲିକ ଅଫ କଙ୍ଗୋ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ଇତ୍ୟାଦି ରାଷ୍ଟ୍ରରେ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭୋଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ' ପ୍ରଚଳିତ । ଜିମ୍ବାୱେର 'ଦି ଷ୍ଟାଣ୍ଡାର୍ଡ'ରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଜଣେ ମହିଳା ସାମ୍ବାଦିକ ନାରାଡ଼ୋଜା ନାୟେରେ ୨୦୨୨ ଜାନୁୟାରୀ ମାସରେ ଏକ ଅନୁସନ୍ଧାନମୂଳକ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରକାଶନରୁ କ୍ଷାନ୍ତ ରହିବା ନିମନ୍ତେ ଏକ ବୃହତ ଶିଳ୍ପ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନପକ୍ଷରୁ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥିବା ବିଶଦ ବିବରଣୀ ଉପସ୍ଥାପିତ କରିଥିଲେ । ଏହି ଘଟଣା ଆଫ୍ରିକାରେ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲାପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ'ର ବ୍ୟାପ୍ତି ସଂପର୍କରେ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଗଣମାଧମ ପରିସରରେ ଚର୍ଚ୍ଚାର ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରିଥିଲା ।

ନାୟେରେ ୨୦୨୧ ଶେଷ ପାଦରେ ଜିମ୍ବାୱେର ଏକ ତମାଖୁ କମ୍ପାନୀ ଠିକା ଚାଷୀମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରାପ୍ୟ ପ୍ରଦାନରେ ହଇରାଣ ହରକତ କରୁଥିବା ଖବର ପାଇଥିଲେ । ଏ ସଂପର୍କରେ ଚାଷୀମାନଙ୍କ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣିବାପରେ ସଂପୃକ୍ତ କାରଖାନାର ଆଭିମୁଖ୍ୟ ଜାଣିବା ନିମନ୍ତେ ଯୋଗସୂତ୍ର ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । କମ୍ପାନୀର ଅଧକ୍ଷ ଓ ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକଙ୍କ ସହ ସାକ୍ଷାତକାରଭିତ୍ତିକ ଦୀର୍ଘ ଆଲୋଚନା ଅବସରରେ ଔପଚାରିକଭାବେ ଜଳପାନ ଓ ମଧାହ୍ନ ଭୋଜନ ଗ୍ରହଣ ନିମନ୍ତେ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଥିଲା । ନାୟେରେ ଉଭୟକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଥିଲେ । ସାକ୍ଷାତକାର ସରି ଆସୁଥିବା ବେଳେ ତାଙ୍କରି ଜଣେ ଅଳ୍ପ ପରିଚିତ ମୁକ୍ତ ସାମ୍ବାଦିକ 'ଫ୍ରିଲାନ୍ସର' ନାୟେରେଙ୍କୁ ଫୋନ କରି ତମାଖୁ କମ୍ପାନୀ ସଂପର୍କରେ ସମ୍ବାଦ ରଚନାରୁ ବିରତ ରହିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ଚାଷୀମାନଙ୍କ ଏକ ତାଲିକା କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କୁ ଦେଲେ ସେମାନଙ୍କ ପାଉଣା ତୁରନ୍ତ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ ବୋଲି କହିଥିଲେ । ସାକ୍ଷାତକାର ସାରି ଘରକୁ ଫେରିବା ପରେ ସେ ପୁଣି ଫୋନକରି ନାୟେରେଙ୍କ ଝିଅ ପାଇଁ ଖ୍ରୀଷ୍ଟମାସ ପୋଷାକ କିଣିଦେବେ ବୋଲି ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେଇଥିଲେ । କଥାଟି ସେତିକିରେ ଅଟକି ନ ଥିଲା । ପରଦିନ ଅନ୍ୟଜଣେ ମୁକ୍ତ ସାମ୍ବାଦିକ ତମାଖୁ କମ୍ପାନୀ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଆଲୋଚନା କରିବା ନିମନ୍ତେ ଫୋନ କରି ସାକ୍ଷାତ କରିବାକୁ ଚାହିଁଥିଲେ । ନାୟେରେ ସେହି ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କ ସହ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଥରୁଟିଏ ମିଶିଥିଲେ । ତେବେ ତମାଖୁ କମ୍ପାନୀ ସଂପର୍କରେ ଅଧିକ କିଛି ତଥ୍ୟ ପାଇବା ଆଶାରେ ରାଜି ହୋଇଗଲେ । ମୁକ୍ତ ସାମ୍ବାଦିକ ଜଣକ ବହୁ ଦୂରରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସମୟରେ ନାୟେରେଙ୍କୁ ସାକ୍ଷାତକରି ତମାଖୁ କମ୍ପାନୀ ସଂପର୍କୀତ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରକାଶନକୁ ଏଡ଼ାଇ ଦେଇ ଏକ ଲକ୍ଷ ପଚାଶ ହଜାର ଟଙ୍କା ଉତ୍କୋଚ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିଥିଲେ । ଏପରିକି ସେହି ଅର୍ଥ ସେ କମ୍ପାନୀ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କଠାରୁ ନେଇ ଆସିଥିବା ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ କୁଣ୍ଠାବୋଧ କରିନଥିଲେ । ଠିକା ଚାଷୀମାନଙ୍କ ବୀମାରାଶି ପ୍ରଦାନରେ ଏକ ବଡ଼ ତମାଖୁ କମ୍ପାନୀର ଟାଳଟୁଳ ନୀତି ସଂପର୍କରେ ପର୍ଦ୍ଦାଫାସ ପରେ ଜଣେ ସାମ୍ବାଦିକଙ୍କୁ କିପରି ଆର୍ଥିକ ପ୍ରଲୋଭନରେ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରାଯାଇଥିଲା ତାହାର ବିବରଣୀ ସମ୍ବାଦପତ୍ରରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେବାପରେ ଜିମ୍ବାୱେରେ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ'ର ଅବାଧ ପ୍ରଚଳନ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥିଲା । ଆଫ୍ରିକା ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକରେ ଦୁର୍ନୀତି ତଥା ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ଆର୍ଥିକ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନ ସର୍ବଜନବିଦିତ । ପଶ୍ଚିମ-ଆଫ୍ରିକାରେ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀ ଶେଷରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କ ମଧରେ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ' ବିତରଣ 'ଆଇଟମ-୧୩' ନାମିତ । ଅର୍ଥାତ, ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀର ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ କାର୍ଯ୍ୟସୂଚୀରେ ଏହା ଶେଷଅଧାୟ । ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀ ଉତ୍ତାରେ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ' ପହଞ୍ଚିବାରେ ବିଳମ୍ବ ହେଲେ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ଧୈର୍ଯ୍ୟର ସହ ଅପେକ୍ଷା କରିଥାନ୍ତି ବୋଲି କୁହାଯାଇଥାଏ ।

ଆଫ୍ରିକା ମହାଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ରାଷ୍ଟ୍ରରେ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ'ର ବିଭିନ୍ନ ଆଞ୍ଚଳିକ ନାମ ରହିଛି । ନାଇଜେରିଆରେ 'କୋଲା,' କାମାରୁନରେ 'ଗୋମ୍ବୋ', ଘାନାରେ 'ସୋଲି' ଏବଂ ଚାଏ, ବାଦାଶା ଓ କିଟୁ ଭଳି ନାମକରଣ ମଧ କରାଯାଇଥାଏ । 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ' ଦକ୍ଷିଣ-ପୂର୍ବ ଏସିଆ, ପୂର୍ବ-ୟୁରୋପ ଓ ଲାଟିନ-ଆମେରିକାର ବହୁ ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ପ୍ରଚଳିତ । ସମ୍ବାଦ ସଂଗ୍ରହ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ରାଜନୀତିକ କର୍ମୀ, ଶିଳ୍ପପତି, ବ୍ୟବସାୟୀ ତଥା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚୁଥିବା ଅବସରରେ ସକାରାତ୍ମକ ସମ୍ବାଦ ପରିବେଷଣ ଅଭିପ୍ରାୟରେ ସମ୍ବାଦସୂତ୍ରଗୁଡ଼ିକ ପକ୍ଷରୁ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ଯାତ୍ରା ଖର୍ଚ୍ଚ, ପ୍ରୋତ୍ସାହନ, ଲୋକସଂପର୍କ କିମ୍ବା ଲାଞ୍ଚ ଆକାରରେ ଅର୍ଥ ପ୍ରଦାନ ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ଏକ ଗ୍ରହଣୀୟ ପନ୍ଥାରୂପେ ସ୍ୱୀକୃତି ଲାଭ କରି ସାରିଲାଣି । 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ' ଦ୍ୱାରା ସାମ୍ବାଦିକତା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । ସାମ୍ବାଦିକତାର ମୂଳମନ୍ତ୍ର ସତ୍ୟ ବଦଳରେ ମିଥ୍ୟା ଉପସ୍ଥାପନ ଫଳରେ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ଉପଭୋକ୍ତାମାନେ ପ୍ରତାରିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ କ୍ରମଶଃ ବିଶ୍ୱସନୀୟତା ହରାନ୍ତି ଏବଂ ଏହି ପରିବେଶ ଦୀର୍ଘ ସ୍ଥାୟୀ ହେବା ଫଳରେ ବ୍ୟାବସାୟିକ ମଡ଼େଲ ଯେ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇପଡ଼େ ସେତିକି ନୁହ, ସଂପୃକ୍ତ ମଞ୍ଚର ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କ ଚାହିଦା କମିଯାଏ ଏବଂ ତଦଅନୁଯାୟୀ ଉତ୍କୋଚର ପରିମାଣ ହ୍ରାସ ପାଇ ଆସେ । ଯେକୌଣସି ପ୍ରାନ୍ତର ସାମ୍ବାଦିକତା ଇତିହାସକୁ ଅନୁଶୀଳନ କଲେ କିପରି ଦୁର୍ନୀତିକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେଉଥିବା ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକର ବିଲୟ ଘଟିଛି ତାହାର ପ୍ରମାଣ ଅକ୍ଳେଶରେ ମିଳିଯାଏ । ଜିମ୍ବାୱେରେ 'ଭଲ୍ୟୁଣ୍ଟେରୀ ମିଡ଼ିଆ କାଉନସିଲ ଅଫ ଜିମ୍ବାୱେ' ଭଳି ବେସରକାରୀ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଅନୁଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକ ପକ୍ଷରୁ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ'ର ପ୍ରସାର ରୋକିବା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ୟମ ବଳବତ୍ତର ରହିଛି । ଏକପକ୍ଷରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚଗୁଡ଼ିକ ପକ୍ଷରୁ ପାରିଶ୍ରମିକ ନ ଦେବା, କମ ଦରମା ଦେବା ଏବଂ ନିୟମିତ ପାରିଶ୍ରମିକ ବା ଦରମା ନ ଦେଇପାରିବା ହେତୁ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ ଜୀବନଧାରଣ ନିମନ୍ତେ ବାଧବାଧକତାରେ ସମ୍ବାଦ ପରିବେଷଣରେ ଦୁର୍ନୀତିକୁ ପ୍ରଶୟ ଦେଉଥିବା ଦର୍ଶାଯାଇଥାଏ । ଅପରପକ୍ଷରେ କୌଣସି ରାଷ୍ଟ୍ରର ରାଜନୀତିକ, ପ୍ରଶାସନିକ ଓ ସାମାଜିକ ଆଙ୍ଗିକ ଦୁର୍ନୀତିଯୁକ୍ତ ହୋଇପଡ଼ିଲେ ତାହା ସାମ୍ବାଦିକତାକୁ ସଂପ୍ରସାରିତ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ ବିଚାର କରାଯାଏ । ଏତଦବ୍ୟତୀତ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଭୂଖଣ୍ଡରେ ପ୍ରଚଳିତ ସାମ୍ବାଦିକତା ଆଚରଣ ବିଧି ଲାଗୁ ହେବା ଫଳରେ ତାହା ଆଞ୍ଚଳିକ ପରିବେଶର ପରିପୂରକ ହୋଇନପାରୁଥିବା ମଧ ସାମ୍ବାଦିକତାର ମାନ ହ୍ରାସର ଅନ୍ୟତମ କାରଣ ରୂପେ ଚିହ୍ନିତ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରାନ୍ତରେ ସାମ୍ବାଦିକତା ଆଚରଣ ନିମନ୍ତେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ମଡ଼େଲ ବିକାଶର ସମୟ ଉପନୀତ ଥିବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଇପାରେ ।

କେବଳ ସାମ୍ବାଦିକ କାହିଁକି, ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ସଂପାଦକମାନେ ରାଜନୀତିଜ୍ଞ ଓ ଶିଳ୍ପପତିଙ୍କଠାରୁ ମାସିକ ଭତ୍ତା ବ୍ୟାଙ୍କ ଆକାଉଣ୍ଟ ମାଧମରେ ସଂଗ୍ରହ କରୁଥିବା ପ୍ରଥା ପ୍ରଚଳିତ । ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ମାଲିକମାନେ ଆର୍ଥିକ ଅନୁଦାନ ଲାଳସାରେ ସମ୍ପାଦକ ଓ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ସଂପୃକ୍ତ ପକ୍ଷଙ୍କୁ ସମର୍ଥନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା ମଧ ଜାରି କରିଥାନ୍ତି । 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ' ପ୍ରଥାର ବହୁଳ ପ୍ରସାର ପରେ ସାମ୍ବାଦିକମାନେ କ୍ରମଶଃ ଏହାକୁ ଅନୈତିକ ବିଚାର କରୁନଥିବା ଜଣାଯାଇଥାଏ । ସମ୍ବାଦମଞ୍ଚ ପ୍ରାୟୋଜକମାନେ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ପାରିଶ୍ରମିକ କିମ୍ବା ଦରମା ନ ଦେଇ ସଂବାଦସୂତ୍ରରୁ ଅର୍ଥ ଆଦାୟ କରିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରୁଥିବା ହେତୁ କାଳକ୍ରମେ ଦୁର୍ନୀତି ସାମ୍ବାଦିକତାର ଏକ ଅଙ୍ଗ ରୂପେ ସ୍ୱୀକୃତି ଲାଭ କରିବାରେ ଲାଗିଛି । ଆନ୍ତର୍ଜାତିକସ୍ତରରେ ଉପଲବ୍ଧ ଗଣମାଧମ ଗବେଷଣା ସାହିତ୍ୟରେ ଆଫ୍ରିକାରେ, ମୁଖ୍ୟତଃ ନାଇଜେରିଆରେ ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ଶେଷଭାଗରେ ସ୍ଥାନୀୟ ସରକାରଙ୍କ ବିରୋଧରେ ସମ୍ବାଦ ପ୍ରସାରଣ ରୋକିବା ନିମନ୍ତେ ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କୁ ଆର୍ଥିକ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ମାଧମରେ ପ୍ରଭାବିତ କରାଯାଇଥିବା ଉଦ୍ୟମର ବିବରଣୀ ବର୍ଣ୍ଣିତ । ଦେଶ ବିଦେଶରେ ସାମ୍ବାଦିକତାରେ ଦୁର୍ନୀତି ସଂପର୍କରେ ତଥ୍ୟାବଳୀ ସ୍ୱଭାବତଃ ସମ୍ବାଦ ମଞ୍ଚ ଗୁଡ଼ିକରେ ପ୍ରକାଶନଯୋଗ୍ୟ ବିବେଚିତ ନହେଉଥିବା ହେତୁ ଏହି ବିଷୟରେ ଚର୍ଚ୍ଚାର ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେନାହିଁ । ଗଣମାଧମ ଗବେଷଣା କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ଏଡ଼ାଇଦିଆଯାଇଥାଏ । ତେବେ ଗଣତନ୍ତ୍ରର ସୁରକ୍ଷାରେ ସାମ୍ବାଦିକତାର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗଦାନ ଥିବା ସ୍ଥଳେ ବିକଳ୍ପ ମଞ୍ଚରେ 'ବ୍ରାଉନ ଏନଭେଲପ ଜର୍ଣ୍ଣାଲିଜମ' ସଂପର୍କରେ ଆଲୋଚନା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ ।

ଆଜିର ଚିନ୍ତନ

ମହର୍ଷି ଆଶ୍ୱଳାୟନଙ୍କୁ ଗୌରବ ପ୍ରାପ୍ତ ଥିଲା ଯେ ତାଙ୍କ ପଢ଼ାଇଥିବା ଛାତ୍ରମାନେ ରାଷ୍ଟ୍ରର ପ୍ରତିଭାଶାଳୀ ଓ ଯଶସ୍ୱୀ ବ୍ୟକ୍ତି ହୋଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଧାନ ମନ୍ତ୍ରୀ, ସେନାପତିଠାରୁ ନେଇ କୁରୁପଦର କୃଷି-ପଣ୍ଡିତ ମଧ ତାଙ୍କର ହିଁ ଛାତ୍ର । କିନ୍ତୁ ଦିନେ ଶୁଣିବାକୁ ମିଳିଲା, ଦେବଦତ୍ତ ନାମକ ତାଙ୍କ ଏକ ଛାତ୍ର ଦସ୍ୟୁ ହୋଇଯାଇଛି । ତା'ର କ୍ରୂରକର୍ମ କାରଣରୁ ସମଗ୍ର କୁରୁପଦର ଲୋକେ ତ୍ରାହି ତ୍ରାହି କରୁଛନ୍ତି । କୌଣସି ବି ସେନା – ସେନାପତି ତାକୁ ବଶୀଭୂତ କରିପାରୁ ନାହାଁନ୍ତି । ମହର୍ଷିଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ଖବର ବଜ୍ରପାତପରି ଥିଲା । ସେ ତାକୁ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ତା' ସହିତ ଭେଟପାଇଁ ବାହାରିପଡ଼ିଲେ । ସମସ୍ତ ଶିଷ୍ୟ ଓ ଅନ୍ୟ ଆଶ୍ରମବାସୀଙ୍କର ବାରଣସତ୍ତ୍ୱେ ମଧ ସେ ଭୀଷଣ ମେଘଢଙ୍କା ରାତି, ପ୍ରବଳ ଝଡ଼ବାତ୍ୟା ଓ ତୀବ୍ର ବଜ୍ର ବିଦ୍ୟୁତ ଚମକ ଭିତରେ ବି ସେ ଦେବଦତ୍ତର ଦସ୍ୟୁକର୍ମ କରୁଥିବା ଜାଗାକୁ ପହଞ୍ଚିଗଲେ । ଅନ୍ଧକାରରେ ଏକ ଛାୟା ତା' ପାଖକୁ ଆସୁଥିବା ଦେଖି ଦେବଦତ୍ତ ଗର୍ଜନକରି କହିଲା, ସେଇଠି ରୁହ, ନହେଲେ ଖଡଗ୍ ପ୍ରହାର କରିଦେବି । କିନ୍ତୁ ମହର୍ଷି ନିର୍ଭୟରେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିଚାଲିଲେ । ଦେବଦତ୍ତ ଉତ୍ତେଜିତ ହୋଇ ତାଙ୍କ ଉପରେ ଖଡଗ୍ ପ୍ରହାର କରିଦେଲା । ଶିରରୁ ରକ୍ତର ଫୁହାରା ବହି ଉଠିଲା । ଠିକ୍ ଏତେ ବେଳେ ବିଜୁଳି ଚମକିଗଲା ତ ଦେବଦତ୍ତ ମହର୍ଷିଙ୍କୁ ଚିହ୍ନି ପକାଇଲା । ସେ ତାଙ୍କ ଚରଣରେ ପଡ଼ି ବିନତି କରି କହିଲା, 'ଏ କ'ଣ କଲେ ଗୁରୁଦେବ ! ଆପଣ କାହିଁକି ଆସୁଥିଲେ ? ମହର୍ଷି କହିଲେ, 'ପୁତ୍ର ! ନିଶ୍ଚୟ ମୋର ଶିକ୍ଷାରେ କିଛି ଅଭାବ ରହିଥିବ । ତେଣୁ ତା'ର ଦଣ୍ଡ ମୋତେ ମିଳିଛି ।' ଦେବଦତ୍ତ ପଶ୍ଚାତ୍ତାପ କରି କାନ୍ଦି କାନ୍ଦି କହିଲା, 'ଗୁରୁଦେବ ! ମୁଁ ପ୍ରତିଜ୍ଞା କରୁଛି, ଆଜିଠାରୁ କେବେ କୌଣସି କୁକର୍ମ କରିବି ନାହିଁ । ମୋତେ କ୍ଷମା କରିଦିଅ ।' ଏହା କହି ସେ ଗୁରୁଦେବଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସା କରାଇବାକୁ ନେଇଗଲା ।

ସମସ୍ତ ଯୋଗ ସାଧନାର ସମନ୍ୱୟ ହେଉଛି ପୂର୍ଣ୍ଣଯୋଗ

ଯଦି ଆମେ ଏହି ସଂସାର ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟିପାତ କରିବା ତ ଆଜି ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ଦୁଃଖ, ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଉଦ୍‌ବିଗ୍ନତା, କୁଣ୍ଠା, ଚିନ୍ତା ଆଦିରେ ପୂରି ରହିଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ପାଇବା । ଆମ ଜୀବନ ଅବିଦ୍ୟା, ଅସ୍ମିତା, ରାଗ, ଦ୍ୱେଷ, ଅଭିନିବେଶ ଆଦି ପଞ୍ଚକ୍ଲେଶରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଆମ ଭିତରେ ରହି ରହି ବଡ଼ ଭୟାବହ, ବଡ଼ ଭୟାନକ ଦୃଶ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଆମର ନିଜର କର୍ମ ହିଁ ଆମର ପିଛା କରିଥାଏ, ଆମକୁ ଡରାଏ, ଆମକୁ କଷ୍ଟ ଦିଏ । ଆମ ଚିତ୍ତ ସାଗରରେ ରହି ରହି ଦୁଃଖର, ବେଦନାର, ପୀଡ଼ାର ବଡ଼ ଦ୍ରୁତ ଲହରୀ ଉଠିଥାଏ । ସେହି ଲହରୀଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଆମେ ନିଜକୁ ବିଲକୁଲ ଅସହାୟ ଓ ବିବଶ ଅବସ୍ଥାରେ ପାଇଥାଉ ଏବଂ ସେଥି ପାଇଁ କାନ୍ଦି ଥାଉ, ବିଳାପ କରିଥାଉ, ସଙ୍କେଇଥାଉ, ବ୍ୟାକୁଳ ହୋଇଥାଉ । ବୋଧହୁଏ ଆମେ କୌଣସି ଆଶ୍ରୟର ପ୍ରତୀକ୍ଷାରେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମିତି ନିରାଶ୍ରୟ ହୋଇ ବସିଛୁ । ସେଥି ପାଇଁ ଦୁଃଖ, କ୍ଲେଶ, ବେଦନା ଓ ପୀଡ଼ାରୁ ଆମେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୁକ୍ତ ହୋଇପାରି ନାହୁଁ ।

ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି ରାଜକୁମାର ହୋଇ ମଧ୍ୟ, ସୁରଦୁର୍ଲଭ ମାନବ ଶରୀର ପାଇ ମଧ୍ୟ ଆମେ ନିଜକୁ ଅସହାୟ ମନେ କରୁଛୁ । ଫଳରେ ଆନନ୍ଦ ଓ ଉଲ୍ଲାସପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନଯାପନ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଆମେ ଦୀନ-ଦୁଃଖୀ ପରି ଜୀବନ ବିତାଉଛୁ, କିନ୍ତୁ ଆମକୁ ଏହି ଦୁଃଖଗୁଡ଼ିକରୁ ସବୁ ଦିନ ପାଇଁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପରମ ଆନନ୍ଦର ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମେ ବର୍ତ୍ତମାନରେ ଯେଉଁ ସ୍ଥିତିରେ, ଯେଉଁ ସ୍ତରର ଜୀବନଯାପନ କରୁଛେ, ତାହାଠାରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଆହୁରି ବହୁତ ଉପରକୁ ଆମେ ଉଠିଯିବାକୁ ହେବ, କିନ୍ତୁ ତାହା ସହିତ ଏହା ମଧ୍ୟ ଜାଣିବା ବହୁତ ଆବଶ୍ୟକ ଯେ କେଉଁଆଡେ ଯିବା ?

ମନୁଷ୍ୟ ଯେଉଁ ଭଗବାନଙ୍କ ଅଂଶ, ମନୁଷ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଭଗବାନଙ୍କ ସ୍ଫୁଲିଙ୍ଗ ଅଛି ; ମନୁଷ୍ୟ ଯେଉଁ ଭଗବାନଙ୍କ ପାଖରୁ ଆସିଛି, ମନୁଷ୍ୟ ଯେଉଁ ଭଗବାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଦେବଦୁର୍ଲଭ ମାନବ ଶରୀର ପାଇ ପୃଥିବୀକୁ ଆସିଛି ଏବଂ ମନୁଷ୍ୟ ଯେଉଁ ଭଗବାନଙ୍କ ଠାରୁ ବିଯୁକ୍ତ ହେବା ଯୋଗୁଁ ଅନେକ କ୍ଲେଶ ଓ ଦୁଃଖ ଭୋଗ କରୁଛି, ମନୁଷ୍ୟକୁ ସେହି ଭଗବାନଙ୍କ ସହିତ ଜ୍ଞାନପୂର୍ବକ ଯୁକ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଭଗବାନଙ୍କ ସତ୍-ଚିତ୍ ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପରେ ନିଜକୁ ଚିର ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିବାକୁ ହେବ ।

ପରମାନନ୍ଦରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବା ପାଇଁ, ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ସତ୍-ଚିତ୍-ଆନନ୍ଦ ସ୍ୱରୂପରେ ସ୍ୱୟଂକୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିବା ପାଇଁ ଏହି ମାନବ ଜୀବନକୁ ହିଁ ଦିବ୍ୟ ରୂପେ ରୂପାନ୍ତରଣ କରିନେବାକୁ ବୈଦିକ ଋଷିମାନେ ଚାହିଁଥିଲେ । ଫଳରେ ସମସ୍ତ ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ, ସମସ୍ତ ସାଧନାର ଜୋର ମାନବ ଜୀବନକୁ ହିଁ ଦିବ୍ୟ ରୂପରେ ରୂପାନ୍ତରଣ କରିବାରେ କେନ୍ଦ୍ରିତ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏହା ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ରହିଲା ନାହିଁ ।

ମାନବ ଜୀବନ ଦୁଃଖମୟ, ସଂସାର ଦୁଃଖମୟ, ଏ ସଂସାର ମିଥ୍ୟା, ଏ ସଂସାର ମାୟା ଆଦି ଅବଧାରଣା ଗୁଡ଼ିକରେ ଫସିଯିବା କାରଣରୁ ସଂସାର ତ୍ୟାଗ କରି ନିର୍ବାଣ ଲାଭ କରିବା ହିଁ ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା । କିନ୍ତୁ ଯୋଗେଶ୍ୱର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଗୀତାରେ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି ଯେ ନିଜ ଭିତରର ବାସନା, କାମନା ଓ ଆସକ୍ତି ତ୍ୟାଗ ହିଁ ବାସ୍ତବିକ ବୈରାଗ୍ୟ, ବାସ୍ତବିକ ସନ୍ନ୍ୟାସ ।

ଆମେ ଗୃହସ୍ଥ ଜୀବନରେ ରହି, ଭୌତିକ ଜୀବନରେ ରହି ମଧ୍ୟ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପାସନା, ସଦ୍‌ଜ୍ଞାନର ଉପାସନା, ସତକର୍ମ (ଯଜ୍ଞ)ର ଉପାସନା, ସ୍ୱୟଂର ସାଧନା ଓ ସମାଜର ଆରାଧନା କରି ପରମ ପଦ, ପରମାନନ୍ଦ, ପରମ ଲକ୍ଷ୍ୟର ପ୍ରାପ୍ତି କରି ପାରିବା । ଆତ୍ମପରିଷ୍କାର ସାଧନାର ନାମ ହିଁ ଯୋଗ ସାଧନା, ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନା ଅଟେ ।

ଆମର ବୈଦିକ ଋଷିମାନେ ଏହାକୁ ନିଜ ଜୀବନରେ ଗ୍ରହଣ କରି ଆମ ସମକ୍ଷରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ମଧ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ଭାରତୀୟ ଋଷି, ମନୀଷୀ, ଯୋଗୀମାନେ ନିଜ ଜୀବନର, ନିଜ କାୟାର ପ୍ରୟୋଗଶାଳାରେ ଗହନ ଅନୁସନ୍ଧାନ-ଅନ୍ୱେଷଣ କରି ସମୟ ସମୟରେ ଅନେକ ଯୋଗ ସାଧନା ଆମକୁ ଦେଇଛନ୍ତି । ରାଜଯୋଗ, ହଠଯୋଗ, ଲୟଯୋଗ, ମନ୍ତ୍ରଯୋଗ, ଜ୍ଞାନଯୋଗ, କର୍ମଯୋଗ, ଭକ୍ତିଯୋଗ, ପ୍ରଜ୍ଞାଯୋଗ, କ୍ରିୟାଯୋଗ ଆଦି ବିବିଧ ଯୋଗ ସାଧନା ଦେଇଛନ୍ତି ।

ନିଜର ରୁଚି, ଅଭିରୁଚି, ପ୍ରକୃତି, ପ୍ରବୃତ୍ତି ଅନୁସାରେ ଆମେ ଯେକୌଣସି ଯୋଗ ସାଧନାର ଅବଲମ୍ବନ କରି ନିଜ ଜୀବନକୁ ଆନନ୍ଦମୟ କରି ପାରିବା । ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ମହାନତମ ଚିନ୍ତକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣେ ମହର୍ଷି ଅରବିନ୍ଦ ଉପରୋକ୍ତ ସବୁ ପ୍ରକାର ଯୋଗ ସାଧନାର ସାର ଓ ସମନ୍ୱୟ ରୂପେ ଏକ ବିଲକ୍ଷଣ ସାଧନା ପଦ୍ଧତି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି, ଯାହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗ, ସର୍ବାଙ୍ଗ ଯୋଗ, ସମଗ୍ର ଯୋଗ କହନ୍ତି ଏବଂ ଅତିମାନସ ଯୋଗ ବି କହନ୍ତି ।

ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗରେ ରାଜଯୋଗର ଧ୍ୟାନ, ହଠଯୋଗର ପ୍ରାଣ ଶକ୍ତି, କ୍ରିୟାଯୋଗର ଈଶ୍ୱର ପ୍ରଣିଧାନ, କର୍ମଯୋଗର ନିଷ୍କାମ କର୍ମ, ଭକ୍ତିଯୋଗର ଭଗବତ୍ ପ୍ରେମ, ଜ୍ଞାନଯୋଗର ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନ, ଆତ୍ମଜ୍ଞାନ ଓ ପ୍ରଜ୍ଞାଯୋଗର ପ୍ରଜ୍ଞାର ଅଦ୍ଭୁତ ସୁଗନ୍ଧ ରହିଛି, ଯଦ୍ୱାରା ମାନବ ଜୀବନ ସୁରଭିତ ହୋଇ ପାରିବ । ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗ ହେଉଛି ସର୍ବଦା ଜାଗ୍ରତ ହୋଇ ବଞ୍ଚିବା । ଏହା ନିଜ ଭିତରର ଝରକାକୁ ଖୋଲି ଭଗବାନଙ୍କ ଜ୍ୟୋତି, ଶକ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଭରିନେବାର ଯୋଗ ଅଟେ । ଏହା କେବଳ ବ୍ୟଷ୍ଟିଗତ ମୁକ୍ତି ନୁହେଁ, ସମଷ୍ଟିଗତ ମୁକ୍ତିର ଯୋଗ ଅଟେ । ବାସ୍ତବରେ ଏହା ବୈଦିକ ଋଷିମାନଙ୍କ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନାର ଚରମ ପରିଣତି । ଏହି ଯୋଗ ଏଇ ଗତିଶୀଳ ଜଗତ୍‌କୁ ସ୍ୱପ୍ନ, ମାୟା ଓ ମୃଗ ମରୀଚିକା ନୁହେଁ, ବରଂ ବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ମାନିଥାଏ ।

ଏହି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗ ଆଜି ସମସ୍ତ ସଂସାରର ଆବଶ୍ୟକତା ଅଟେ । କାହିଁକି ? କାରଣ ଏହା ପୂର୍ବ ଓ ପଶ୍ଚିମରେ, ଭୂତ ଓ ବର୍ତ୍ତମାନରେ, ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଓ ବିଜ୍ଞାନରେ, ଭୌତିକତା ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତାରେ ଏକ ସେତୁ ହୋଇ, ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଓ ସମନ୍ୱୟ ସ୍ଥାପନ କରି ଏଭଳି ଜ୍ୟୋତି ମାର୍ଗ ଦେଖାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ଆମେ ଅତୀତର ସଞ୍ଚିତ ଧନରୁ ବଞ୍ଚିତ ହେବା ନାହିଁ ଏବଂ ଆଧୁନିକ ଯୁଗର ଦାନକୁ ଛାଡ଼ିଦେବା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ ହେବା ନାହିଁ । ଏହା ଭୌତିକତା ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକତା ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଅଦ୍ଭୁତ ସମନ୍ୱୟ, ଯେଉଁଥିରେ ଗୃହତ୍ୟାଗ ଭୌତିକ ସୁଖ-ବୈଭବର ତ୍ୟାଗ ନୁହେଁ, ବରଂ ନିଜ ଭିତରର ବାସନା, କାମନା ଓ ଆସକ୍ତି ତ୍ୟାଗର ଆହ୍ୱାନ ଅଟେ ।

ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଜୀବନରୁ ପଳାୟନ କରାଯିବ ନାହିଁ, ଜୀବନକୁ ହିଁ କୁରୁକ୍ଷେତ୍ର କରିବାକୁ ହେବ, କର୍ମରେ ହିଁ ଭଗବାନଙ୍କୁ ପାଇବା ଏବଂ ପ୍ରକଟ କରିବାକୁ ହେବ । ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ମତରେ ମନୁଷ୍ୟ ଭିତରେ ଯେଉଁ ଦେବତ୍ୱ ନିହିତ, ତାହାକୁ ଦେହ, ପ୍ରାଣ ଓ ମନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକଶିତ କରିବାକୁ ହେବ । ମାନବ ଜୀବନକୁ ଦିବ୍ୟ ରୂପରେ ରୂପାନ୍ତରଣ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଏ ଧରାକୁ ଦିବ୍ୟ ଧାମରେ ରୂପାନ୍ତରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ସଂସାରରେ ରହି ଜରା, ବ୍ୟାଧି, ବାସନା, କାମନା, ଆସକ୍ତି ଓ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଜୟ କରି ଅମୃତତ୍ୱ ଲାଭ କରିବାକୁ ହେବ । ମରଣଧର୍ମା ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀରରେ ରହି ହିଁ ଅମରତାର ସୁଧାପାନ କରିବାକୁ ହେବ । ନିଜ ଦେହକୁ ହିଁ ଦେବାଳୟ କରିବାକୁ ହେବ, ଦିବ୍ୟ କରିବାକୁ ହେବ ।

ବସ୍ତୁତଃ ମାନବ ଜୀବନର ଏହା ହିଁ ପ୍ରକୃତ ଅର୍ଥ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସାଧନା, ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକର ଲକ୍ଷ୍ୟ, ସାର ମଧ୍ୟ । ଜୀବନର ଅନ୍ତ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇ ନ ପାରେ । ଜୀବନରୁ ପଳାୟନ କରି, ସଂସାରରୁ ପଳାୟନ କରି ଆମେ ନିଜର ଓ ସଂସାରର ଦୋଷଗୁଡ଼ିକୁ ଦୂର କରି ପାରିବା ନାହିଁ । ଘର ଶୂନ୍ୟ ଥିବାର ଦେଖିଲେ ସଇତାନ ପ୍ରବେଶ କରିଯିବେ । ଏଣୁ ଆମେ ଜୀବନ ଠାରୁ ପଳାୟନ କରିବା ନାହିଁ, ସଂସାର ଠାରୁ ପଳାୟନ କରିବା ନାହିଁ, ବରଂ ଜୀବନର ଝଞ୍ଜାବାତଗୁଡ଼ିକ ସହିତ ଲଢ଼ିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ବିଜୟ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ନିଜ ଜୀବନ ଦୀପକୁ ଆତ୍ମାର ଆଲୋକରେ ପ୍ରଦୀପ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ, ଆଲୋକିତ କରିବାକୁ ହେବ । ନିଜ ଆତ୍ମାକୁ ପରମାତ୍ମାଙ୍କ ପରମ ପ୍ରକାଶରେ ପ୍ରକାଶିତ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଏଠାରେ ବୁଝିନେବା ଆବଶ୍ୟକ ଯେ ଆମେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶରୀର, ମନ ଓ ବୁଦ୍ଧିର ତଳରେ, ସ୍ତରରେ ବଞ୍ଚୁଥିବା ଆମର ରୂପାନ୍ତରଣ ସମ୍ଭବ ହେବ ନାହିଁ । ନିଜ ଭିତରେ ଏକ ଐକ୍ୟ ଘଟିତ ହେବାକୁ ଦେବା ପାଇଁ, ତାହାର ଅନୁଭୂତି ହେବାକୁ ଦେବା ପାଇଁ ଆମକୁ ନିଜ ଭିତରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପାନ୍ତରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ନିଜର ଜୀବନଯାପନର ଶୈଳୀରେ ଆମୂଳଚୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ହେବ । ଆମକୁ ନିଜର ଅହଂକାର, ମମତା, ଆସକ୍ତି, ବାସନା ଆଦିକୁ ସମାପ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ, କିନ୍ତୁ ଏପରି ହେବ କିପରି ?

ଏଥି ନିମନ୍ତେ ଆମକୁ ଶରୀର, ମନ ଓ ବୁଦ୍ଧି ସ୍ତରରୁ ଉପରକୁ ଉଠିବାକୁ ହେବ । ମନର ସ୍ତରରୁ ଉପରକୁ ଉଠିଯିବାକୁ ହିଁ ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ ଅତିମାନସ କହିଛନ୍ତି । ମନୁଷ୍ୟ ଭିତରେ ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେହି 'ଅତିମାନସ' ସତ୍ତାର ଆବିର୍ଭାବ ନ ହୋଇଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାନବ ଜୀବନକୁ ଦିବ୍ୟ ରୂପରେ ରୂପାନ୍ତରିତ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ମନ-ବୁଦ୍ଧିର ଶକ୍ତି ଠାରୁ ମନୁଷ୍ୟ ଭଲା କେତେ ଉପରକୁ ଉଠି ପାରିବ ?

ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ସ୍ୱରୂପ ଆମେ ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କର କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପ୍ରୟୋଗ ଓ ତାଙ୍କ ଅନୁଭବଗୁଡ଼ିକୁ ନେଇ ପାରିବା ।

ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ୧୦ମ ପୃଷ୍ଠାରେ

ଟିକିଏ ହସନ୍ତୁ

ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀ ଝଗଡ଼ା ପରେ
ସ୍ତ୍ରୀ : ଏବେ ତୁମେ ସେଇ ତିନୋଟି ଶବ୍ଦ କୁହ ।
ସ୍ୱାମୀ : ଆଇ ଲଭ୍ ୟୁ ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ନା ।
ସ୍ୱାମୀ : ଆଇ ଲାଇକ୍ ୟୁ ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ପୁଣି ଭୁଲ ।
ସ୍ୱାମୀ : ଆଇ ମିସ୍ ୟୁ ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ଏବେ ତୁମେ ମତେ ବହୁତ ରଗଉଛ । ଠିକ୍ ଶବ୍ଦ କୁହ ।
ସ୍ୱାମୀ : ମୋର ଭୁଲ ଥିଲା ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ହଁ ଠିକ୍ କହିଲ ।

× × × ×

ପୁଲିସ୍ : ଯେତେବେଳେ ତୁମ ଘରୁ ଚୋରି ହେଲା କେତେଟା ବାଜିଥିଲା ।
ବ୍ୟକ୍ତି : ଚାରିଟା ମୋ ଉପରେ ଏବଂ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଉପରେ ଦୁଇଟି ମାଡ଼ ବାଜିଥିଲା ।
ପୁଲିସ : ମୁଁ ପଚାରୁଛି ଘଣ୍ଟାରେ କେତେଟା ବାଜିଥିଲା ।
ବ୍ୟକ୍ତି : ସାର୍ ଘଣ୍ଟାରେ ତ ଗୋଟିଏ ବାଜିଥିଲା ସେଥିପାଇଁ ଘଣ୍ଟା ଭାଙ୍ଗିଗଲା ।

× × ×

ସ୍ତ୍ରୀ : ମୁଁ କାଲି ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦେଖିଲି ତୁମେ ମୋ ପାଇଁ ହୀରାର ମୁଦି ଆଣିଛ ।
ସ୍ୱାମୀ : ମୁଁ ବି ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦେଖିଲି ତା'ର ବିଲ୍ ତୁମ ବାପା ଦେଇଛନ୍ତି ।

× × × ×

ପପୁର ଫୋନକୁ ଅଜଣା ନମ୍ବରରୁ କଲ୍ ଆସିଲା ।
ଝିଅ : ଆପଣଙ୍କର ବିବାହ ହୋଇଛି ?
ପପୁ : ନା, ଆପଣ କିଏ ?
ଝିଅ : ମୁଁ ତୁମ ସ୍ତ୍ରୀ ।
ଘରକୁ ଆସ ତା' ପରେ କହିବି ।

× × × ×

ସାର୍ ପପୁକୁ : ଏମିତି ଗୋଟେ ଜିନିଷର ନାଁ କୁହ ଯାହାକୁ ତୁମେ ଦେଖିପାରୁଛ ହେଲେ ଧରି ପାରୁନ ।
ପପୁ : ସାର୍ ଆପଣଙ୍କ କାନ ।

× × × × × ×

ମଦୁଆ ତା' ସ୍ତ୍ରୀକୁ : ଯଦି ସରକାର ମୋ ହାତରେ ଥାଆନ୍ତା ତା' ହେଲେ ମୁଁ ଦେଶର ଭାଗ୍ୟ ବଦଳେଇ ଦେଇ ଥାଆନ୍ତି ।
ସ୍ତ୍ରୀ : ଭାରି ଦେଶ ବଦଳେଇବା ବାଲା । ପ୍ରଥମେ ନିଜ ଲୁଙ୍ଗି ବଦଳା । ସକାଳୁ ମୋ ସାୟା ପିନ୍ଧି ବୁଲୁଛୁ ।

ବର୍ଷ ୨୬, ସଂଖ୍ୟା- ୧୯, ୮ - ୧୪ ମଇ ୨୦୨୨

ସମସ୍ୟା ବହୁଳ ବ୍ରଜରାଜନଗର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ

ଓଡ଼ିଶା ରାଜନୀତିରେ ବ୍ରଜରାନଗର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି । ରାଜ୍ୟର ଅନ୍ୟତମ ସର୍ବବୃହତ୍ ବ୍ଲକ ଲଖନପୁରର ୩୩ଟି ପଞ୍ଚାୟତ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ୫ଟି ପଞ୍ଚାୟତ ସମେତ ଏହି ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ରହିଛି ଦୁଇଟି ପୌରାଞ୍ଚଳ ବ୍ରଜରାଜନଗର ଓ ବେଲପାହାଡ଼ । ୧୯୬୧ ମସିହାରେ ଗଠିତ ଏହି ବିଧାନସଭା ଆସନରେ ସର୍ବାଧିକ ସମୟ କମ୍ୟୁନିଷ୍ଟ ଓ କଂଗ୍ରେସ ଦଳ ଅକ୍ତିଆରରେ ଥିଲା । ବିଜେପି ହାତକୁ ଥରେ ଏହି ଆସନ ଯାଇଥିବା ବେଳେ ଗତ ୨୦୧୯ ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେଡି ଏଠାରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲା ।

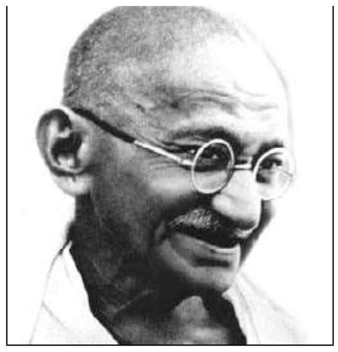
ବ୍ରଜରାଜନଗର ବିଧାୟକ କିଶୋର ମହାନ୍ତିଙ୍କ ଅକାଳ ବିୟୋଗ ପରେ ଏଠାରେ ଆସନ୍ତା ୩୧ତାରିଖରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଥର ପାଇଁ ଉପନିର୍ବାଚନ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ପୂର୍ବରୁ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ପ୍ରସନ୍ନ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ବିୟୋଗ ପରେ ୧୯୯୮ରେ ଏଠାରେ ପ୍ରଥମଥର ଉପନିର୍ବାଚନ ହୋଇଥିଲା । ଏଠାରେ ସିପିଆଇ ନେତା ସ୍ୱର୍ଗତ ପ୍ରସନ୍ନ ପଣ୍ଡା ସର୍ବାଧିକ ୬ଥର ବିଧାୟକ ହୋଇଥିଲେ । ତାଙ୍କର ଦେହାନ୍ତ ପରେ ଏଠାରେ ଉପନିର୍ବାଚନ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ବିଭିନ୍ନ ଦଳ ନିର୍ବାଚନ ରଣାଙ୍ଗନକୁ ଓହ୍ଲାଇଥିଲେ । କିନ୍ତୁ କଂଗ୍ରେସ ପ୍ରାର୍ଥୀ କେଶବ ସାହୁ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ରାଧାରାଣୀ ପଣ୍ଡାଙ୍କୁ ହରାଇ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲେ । ଏହା ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଆସନକୁ କଂଗ୍ରେସ ୬ଥର ଅକ୍ତିଆର କରିଥିବାବେଳେ ସ୍ୱର୍ଗତ ଉପେନ୍ଦ୍ର ଦୀକ୍ଷିତ, ଅନୁପ ସାଏ ୩ଥର ବିଧାୟକ ହୋଇଥିଲେ । ଅନୁପ ସାଏ କଂଗ୍ରେସ ଛାଡି ବିଜେଡିରେ ଯୋଗଦେବା ପରେ ୨୦୧୪ରେ ନିର୍ବାଚନ ଲଢିଥିଲେ । ହେଲେ ଭାଜପା ପ୍ରାର୍ଥୀ ରାଧାରାଣୀ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ନିକଟରୁ ପରାଜୟ ବରଣ କରିଥିଲେ । ୨୦୧୯ରେ ବିଜେଡିରୁ କିଶୋର ମହାନ୍ତି ପ୍ରାର୍ଥୀ ହୋଇ ଭାଜପାର ରାଧାରାଣୀ ପଣ୍ଡାଙ୍କୁ ହରାଇ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲେ ।

ଏହି ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରୁ ହଜାର ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା ରାଜସ୍ୱ ଆଦାୟ ହୋଇ ସରକାରଙ୍କ ତହବିଲକୁ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ଏଠାକାର ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ପୂରଣ ପାଇଁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ସରକାର ସହାୟ ହୋଇ ନ ଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ରହିଛି କଳା ହୀରାର ଏକାଧିକ ଖଣି । ଯେଉଁଥି ପାଇଁ ଏହି ଅଞ୍ଚଳ ସାରା ଦେଶରେ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଥାଏ । ଏକଦା ବ୍ରଜରାଜନଗରଠାରେ ବିର୍ଲା ଗ୍ରୁପ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇଥିବା ଓରିଏଣ୍ଟ କାଗଜକଳ ଏହି ଅଞ୍ଚଳକୁ ସମୃଦ୍ଧ କରିବା ସହିତ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରିଚୟ ଦେଇଥିଲା । କାଗଜକଳ କହିଲେ ସେହି ସମୟରେ ବ୍ରଜରାଜନଗରକୁ ବୁଝାଉଥିଲା । କେବଳ ପରିଚୟ ନୁହେଁ ଏହି କାଗଜକଳ ଲୋକଙ୍କୁ ଦେଖାଇଥିଲା ରୋଜଗାରର ବାଟ । କିନ୍ତୁ ହଠାତ ଏହି କାଗଜକଳ ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବା ପରେ ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ଆର୍ଥିକ ବିକାଶ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିଲା । ହଜାର ହଜାର ଲୋକ ରୋଜଗାର ହରାଇଥିଲେ । ଫଳରେ ଲୋକଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ମେରୁଦଣ୍ଡ ଭାଙ୍ଗି ପଡ଼ିଥିଲା । ଚାକଚକ୍ୟଭରା ଏହି ସହର ଶ୍ରୀହୀନ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ରାଜନୈତିକ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ଏହି କାଗଜକଳକୁ ପୁନର୍ବାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରାଯିବାକୁ ଆଉ ଉଦ୍ୟମ କରାଯାଇ ନଥିଲା । ଫଳରେ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କାର ଭିତ୍ତିଭୂମି ପଡ଼ି ରହି ଖତ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ଅନେକ ସମୟରେ ଏହି କାଗଜକଳର ପୁନରୁଦ୍ଧାର କଥା ଉଠିଥାଏ ଓ ପୁଣି ଥଣ୍ଡା ପଡ଼ି ଯାଇଥାଏ । ସେହିପରି ଏହି ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ରହିଛି ହୀରାକୁଦ ବିସ୍ଥାପିତ ଓ ଖଣି ବିସ୍ଥାପିତଙ୍କ ସମସ୍ୟାର ଲମ୍ୱା କାହାଣୀ । ହୀରାକୁଦ ବନ୍ଧ ନିର୍ମାଣ ବେଳେ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥିବା ଲୋକ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନ୍ୟାୟ ପାଇ ନ ଥିବା ବେଳେ ଖଣି ବିସ୍ଥାପିତ ମଧ ସମାନ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାରେ ମହାନଦୀର ଦ୍ୱାର ହୋଇଥିବା ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ହୀରାକୁଦର ବିଶାଳ ଜଳରାଶି ଏହି ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ଭାଗ୍ୟ ବଦଳାଇବାରେ କୌଣସି ସହାୟକ ହେଉନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ପଟେ କୋଇଲା ପ୍ରଦୂଷଣ ଓ ଅନ୍ୟପଟେ ଏନ୍‌ଟିପିସିର ପ୍ରଦୂଷଣରେ ପେଷି ହେଉଛନ୍ତି ଏହି ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ଲୋକ ଖଣି ଯୋଗୁଁ ଭୂତଳ ଜଳ ଖସି ଯାଉଥିବା ବେଳେ ସରକାର ଏହି ଖଣି ଅଞ୍ଚଳରେ ପାଣି ଯୋଗାଇବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ପାରି ନାହାନ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଶିକ୍ଷା ଭଳି ସାଧାରଣ ସୁବିଧା ମଧଏହି ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ଦୁର୍ଲଭ । ଏତେ ସବୁ ସମସ୍ୟା ଥିବା ବେଳେ ତାକୁ ହାସଲ କରିବା ପାଇଁ ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ଲୋକେ ଅନେକ ସମୟରେ ଅଣ୍ଟା ଭିଡୁଥିବା ବେଳେ ନିର୍ବାଚନ ସମୟରେ ସମସ୍ୟା କଥା ଭୁଲିଯିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ଜିଲ୍ଲା ସଦର ମହକୁମାଠାରୁ ଶହେ କିଲୋମିଟର ଦୂରରେ ରହି ଆସୁଥିବା ଉଣେଇଶଖଣ୍ଡି ମୌଜାର ଲୋକ ପ୍ରାଶାସନିକ ସୁବିଧା ପାଇବାରେ ଘୋର ସମସ୍ୟା ଭୋଗିଥା'ଛି । ବିଡ଼ମ୍ବନାର ବିଷୟ ଏହି ଉପନିର୍ବାଚନ ବେଳେ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ଉପରୋକ୍ତ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ସରକାରଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିବା ବଦଳରେ ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ଭୁଲି କାହାକୁ ଟିକେଟ୍ ମିଳିବ ସେ ନେଇ ନେତାଙ୍କୁଠାରୁ ଭୋଟର୍ ଅଧିକ ଚିନ୍ତାରେ ଅଛନ୍ତି ।

ଏକଦା ଓଡ଼ିଶା ରାଜନୀତିରେ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରସଙ୍ଗ ପାଲଟିଥିବା ଛତିଶଗଡ଼ ଓ ମହାନଦୀ ପାଣି ଏଥର ଉପନିର୍ବାଚନରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇବ ନା ନାହିଁ ତାକୁ ନେଇ ଏବ ବିଭିନ୍ନ ମହଲରେ ଚର୍ଚ୍ଚା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ବ୍ରଜରାଜନଗର ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀର ଶୁଖାସୋଡ଼ାଠାରେ ମହାନଦୀ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ୨୦୧୯ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ଏଠାରେ ଏକ ପ୍ରକାର ନିର୍ବାଚନ ପ୍ରଚାର ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ମହାନଦୀ ବଞ୍ଚାଅ ଆନ୍ଦୋଳନର ଦ୍ୱିତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଅଭିଯାନ ଶୁଖାସୋଡ଼ାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ମନ୍ତ୍ରୀ, ସାଂସଦ ଓ କର୍ମୀଙ୍କ ଲମ୍ୱା ଲାଇନ ଲାଗିଥିଲା । ତେବେ ୨୦୧୯ ମସିହା ନିର୍ବାଚନ ପରେ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ଆଉ କେହି ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇନଥିଲେ । ସତେ ଯେପରି ନିର୍ବାଚନ ପରେ ପାଣି ଆଉ ଅଟକି ନଥିଲା । ଗ୍ରୀଷ୍ମଋତୁବେଳେ ପୂର୍ବରୁ ଯେପରି ଅବସ୍ଥା ଥିଲା ଏବେ ମଧ ସାମାନ ଅବସ୍ଥା ରହିଛି । ମହାନଦୀର ଗୋଟିଏ ପଟେ ବିଶାଳ ଜଳରାଶି ମହାନଦୀରେ ଲହଡ଼ି ମାରୁଥିବା ବେଳେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପଟେ ବିରାଟ କ୍ଷେତ୍ର ଶୁଖିଲା ପାଲଟି ମରୁଭୂମି ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ଛତିଶଗଡ଼ର କଲ୍‌ମା ବ୍ୟାରେଜ୍ ଓଡ଼ିଶା ସୀମାକୁ ପାଣି ପଶିବାକୁ ବାଧକ ସାଜିଛି । ଛତିଶଗଡ଼ର ରାୟଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା କଲ୍‌ମା ଠାରେ ମହାନଦୀ ଉପରେ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବା ଏହି ବ୍ୟାରେଜର ୬୬ ଗୋଟି ଗେଟ୍ ମହାନଦୀର ଜଳରାଶିକୁ ଅଟକାଇ ରଖି ଥିବାରୁ ଏହାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଦଳ ନିର୍ବାଚନ ବେଳେ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରସଙ୍ଗ କରିଥିଲେ । ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ସମୟରେ ଆକାଶରୁ ଅଗ୍ନି ବର୍ଷୁଥିବା ବେଳେ ପାଣି ଟୋପାଏ ପାଇଁ ସେଠାକାର ନଦୀକୂଳର ବାସନ୍ଦା କିଭଳି ହଇରାଣ ହୁଅନ୍ତି ତାହା ନଦେଖିଲେ ବିଶ୍ୱାସ କରି ହେବନାହିଁ । ମଣିଷ ଠାରୁ ଗୋରୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗୋଟିଏ ପଟେ ଡହଳବିକଳ ହେଉଥିବା ବେଳେ ଛତିଶଗଡ଼ ପଟେ ଉଚ୍ଚ କ୍ଷମତା ସମ୍ପନ୍ନ ପମ୍ପ ସାହାଯ୍ୟରେ ଦୁଇଟି ଶିଳ୍ପ କାରଖାନାକୁ ଅହରହ ଜଳ ଯୋଗାଣ ହେଉଛି । ମହାନଦୀ ତଳ ମୁଣ୍ଡରେ ଥିବା ଗ୍ରାମବାସୀ ଏଥିଯୋଗୁଁ ଗତ ୫/୬ ବର୍ଷ ହେଲା ଅକଥନୀୟ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଭୋଗ କରୁଛନ୍ତି । ଛତିଶଗଡ଼ ସରକାର ଶିଳ୍ପର ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ସ୍ୱାର୍ଥକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେଇ ପକାଇଛନ୍ତି । ନଦୀରେ ପାଣି ନଥିବା ଯୋଗୁଁ ଚାଷକାର୍ଯ୍ୟ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛି । ଛତିଶଗଡ଼ ରାଜ୍ୟ ପୁଷୋର ବ୍ଲକର ତ୍ରିଭୋନା ଗ୍ରାମରେ ୬ ବର୍ଷ ହେଲା ରବି ଚାଷ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥିବା ଗ୍ରାମବାସୀ କୁହନ୍ତି । ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ନଦୀରେ ପାଣି ନଥିବା ଯୋଗୁ ଭୂତଳ ଜଳସ୍ତର ମଧ କମି ଯାଇଛି । ଏହାର ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ଗ୍ରାମ ଗୁଡ଼ିକରେ ସମସ୍ତ ନଳକୂଅ ଅଚଳ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି । କେଲୋ ନଦୀର ଲାଖାଠାରେ ବନ୍ଧ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇ ସେଠାରୁ ରାୟଗଡ଼ରେ ଥିବା ଜିନ୍ଦଲ କାରଖାନାକୁ ପାଣି ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଉଛି । ମାତ୍ର ଗାଁକୁ ପାଣି ଦିଆଯାଉ ନଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହେଉଛି । ଚାଷ ପାଇଁ କେନାଲ ଯୋଗେ ପାଣି ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ କହି ମୁଖ୍ୟ କେନାଲ ଓ ଶାଖା କେନାଲ ମାନ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିଲେ ମଧ ସେଥିରେ ପାଣି ଛଡ଼ାଯାଉ ନାହିଁ । ଝାରମୁଣ୍ଡା, କୁଣ୍ଡା ତରାଇ, ଓଦାର ଭଟଲି, କୁସମୁଦା, ତକ୍ଲାଜ, ପୁଷୋରଠାରେ ଏହି ଅସନ୍ତୋଷ ଦେଖା ଦେଇ ଆସୁଛି । ତେବେ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଋତୁ ଆସିଗଲେ ନଈକୂଳିଆ ଗାଁ ମାନଙ୍କୁ ଉଗ୍ର ଜଳକଷ୍ଟ ଗ୍ରାସୁଛି । ଆକାଶରୁ ଅଗ୍ନିବର୍ଷା ହେଉଥିବା ବେଳେ ନଦୀଶଯ୍ୟାର ଚାରି ଅଙ୍ଗାର ଭଳି ହୋଇ ଯାଉଛି । କିଛି ମାସ ଆଗରୁ ବନ୍ୟା ପାଣି କୂଳ ଛୁଉଁଥିବା ବେଳେ ଏବେ ନଦୀ ଶଯ୍ୟାରେ ପାଣି ଟୋପାଏ ଖୋଜିଲେ ମିଳୁନାହିଁ । ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇଛି ମହାନଦୀର ପ୍ରବେଶପଥ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ଛତିଶଗଡ଼ ସୀମାକୁ ଲାଗି ରହିଥିବା ଗାଁ ଶୁଖାସୋଡ଼ାରେ ମହାନଦୀ ଓଡ଼ିଶାକୁ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ତେବେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଯୋଗୁଁ ଓଡ଼ିଶା ସୀମାରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥିବା ମହାନଦୀର ଧାର ଶୁଖିଯାଇଛି । ହୀରାକୁଦ ଜଳଭଣ୍ଡାର ପଛୁଆ ପାଣି ସୀମାନ୍ତ ଗ୍ରାମ ଶୁଖାସୋଡ଼ା ନିକଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଥିବା ବେଳେ ବାକି ଅଂଶ ଶୁଖି ଯାଇଥିବା ଦେଖା ଯାଇଛି । ନଦୀ ପଠା ଶୁଖି ଯିବା ପରେ ଆଖପାଖ ଗ୍ରାମର ଲୋକେ ସେଠାରେ ଚାଷବାସ କରିଥାନ୍ତି । ଗତ ଜାନୁଆରୀ ମାସରୁ ନଦୀର ଧାର ଛିଡ଼ିବା ଆରମ୍ଭ କରୁଥିବା ବେଳେ ନଦୀଶଯ୍ୟାର ଶୁଖିଲା ସ୍ଥାନଗୁଡ଼ିକରେ ଚାଷ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ଏବେ ନଦୀଶଯ୍ୟାରେ ତରଭୁଜ ଚାଷ ସହିତ ପନିପରିବା ମଧ ଲଗାଯାଇଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ମହାନଦୀକୁ ନେଇ ୨୦୧୮ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଓଡ଼ିଶାରେ ରାଜନୀତି ତୀବ୍ର ହୋଇଥିଲା । ଛତିଶଗଡ଼ର ତତ୍କାଳୀନ ରମଣ ସିଂ ବିଜେପି ସରକାରଙ୍କୁ ଓଡ଼ିଶାର କଂଗ୍ରେସ, ବିଜେଡି ତଥା ବିଭିନ୍ନ ଲୋକସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ତୀବ୍ର ସମାଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା । ଏବେ ସେହି ନଦୀ, ସେହି କଲ୍ ମା ବ୍ୟାରେଜ ଏବଂ ସେହି ପାଣି ସମସ୍ୟା ରହିଛି ମାତ୍ର ଓଡ଼ିଶାରେ ରାଜନୈତିକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ବଦଳି ଯାଇଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଉଛି । ଉପନିର୍ବାଚନରେ ଏହାର କିଭଳି ପ୍ରଭାବ ପଡୁଛି ତାକୁ ନେଇ ବିଭିନ୍ନ ମହଲରେ ଉତ୍କଣ୍ଠା ଦେଖାଦେଇଛି ।

ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଆଦର୍ଶ

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ



ମୋ'ର ଅହିଂସାକୁ କେବଳ ସକଳ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ପ୍ରତି ଏକ ସଦୟତା-ପ୍ରଦର୍ଶନ ବୋଲି କୁହାଯିବ ନାହିଁ । ଜୈନ ଧର୍ମରେ ମନୁଷ୍ୟ ଠାରୁ ନିମ୍ନତର ସ୍ତରରେ ରହିଥିବା ଜୀବନର ପବିତ୍ରତା ଉପରେ ଯେଉଁ ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି, ସେକଥା ଅବଶ୍ୟ ବୁଝି ହେଉଛି । ମାତ୍ର, ତାହାର କଦାପି ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ, ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନକୁ ଉପେକ୍ଷା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ଆମକୁ ଏହି ଅନ୍ୟ ଜୀବନଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ସଦୟ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହିସବୁ ଜୀବନର ପବିତ୍ରତା ବିଷୟରେ ଲେଖୁଥିବା ସମୟରେ ମୁଁ ଭାବୁଛି ଯେ ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନର ପବିତ୍ରତାକୁ ଏଥିରେ ସ୍ୱୟଂପ୍ରତିପାଦିତ ସତ୍ୟରୂପେ ମାନି ନିଆଯାଇଛି । ଅନ୍ୟଟି ଉପରେ ଅଧିକ ଭାବରେ ମହତ୍ତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ଅନେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ କି ପିମ୍ପୁଡ଼ିମାନଙ୍କୁ ଆହାର ଦେଇ ପୂର୍ଣ ସନ୍ତୋଷ ଲାଭ କରନ୍ତି । ମନେହେଉଛି, ଅସଲ ସିଦ୍ଧାନ୍ତଟି କାଳକ୍ରମେ ଏକ କାଷ୍ଠବତ୍ ଓ ଜୀବନହୀନ ସୂତ୍ରରେ ହିଁ ପରିଣତ ହୋଇଯାଇଛି । କପଟତା ଏବଂ ବିକାର ଆପଣାକୁ ଧର୍ମ ନାମରେ ବେଶ୍ ଚାଲୁ କରି ରଖୁଛନ୍ତି । ଅହିଂସା ହେଉଛି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଆଦର୍ଶ । ଏହା ଭୀରୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ନୁହେଁ, ସାହସୀମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରି ସ୍ୱୟଂ ଉପକୃତ ହେବା ଏବଂ ଏପରି କରି ଜଣେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଧର୍ମଗତ ତଥା ଅହିଂସ ଆଚରଣ କରୁଛି ବୋଲି ଏକ ଭ୍ରାନ୍ତିରେ ନିଜକୁ ବହଲାଇ ରଖୁ, ଏହାକୁ ନିରାଟ ଆତ୍ମପ୍ରବଞ୍ଚନା ବୋଲି କୁହାଯିବ । ମୋ' ଅହିଂସା ମୋ' ନିଜର । ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କୁ ବଧ ନକରିବାର ନୀତିଟିକୁ ମୁଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବରେ ଆଦୌ ଗ୍ରହଣ କରିପାରୁନାହିଁ । ଯେଉଁ ପ୍ରାଣୀମାନେ ମଣିଷକୁ ଗିଳିପକାନ୍ତି ଓ ତା'ଶରୀରରେ ଆଘାତ ଘଟାନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନରକ୍ଷା କରିବା ବିଷୟରେ ମୋ'ର ଆଦୌ କୌଣସି ସହାନୁଭୂତି ନାହିଁ । ସେପରି ଜନ୍ତୁମାନଙ୍କର ବଂଶବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟତା କରିବାକୁ ମୁଁ ଭୁଲ୍ ବୋଲି ବିଚାର କରେ । ତେଣୁ, ମୁଁ କଦାପି ପିମ୍ପୁଡ଼ିମାନଙ୍କୁ ଆହାର ଦେବିନାହିଁ, ମାଙ୍କଡ଼ ବା କୁକୁରଙ୍କୁ ମଧ ଆହାର ଦେବିନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନରକ୍ଷା ପାଇଁ ମୁଁ କଦାପି ଜଣେ ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନକୁ ବିସର୍ଜନ କରିବିନାହିଁ । ଏହିସବୁ ରୀତିରେ ଚିନ୍ତା କରି ମୁଁ ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଆସି ପହଞ୍ଚିଛି ଯେ, ଯେଉଁଠାରେ ମନୁଷ୍ୟର ସୁଖବିଧାନ ଲାଗି ମାଙ୍କଡ଼ମାନେ ଏକ ଉପଦ୍ରବରେ ପରିଣତ ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି, ସେଠାରେ ମାଙ୍କଡ଼ମାନଙ୍କୁ ନିର୍ମୂଳ କରିଦେବା ଅବଶ୍ୟ କ୍ଷମଣୀୟ । ଏପରି ହତ୍ୟା ଏକ କର୍ତ୍ତବ୍ୟରେ ହିଁ ପରିଣତ ହୋଇଯାଏ । ଏହି ନିୟମଟି ମନୁଷ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ କାହିଁକି ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ନହେବ, ଏଠାରେ ସେହି ପ୍ରଶ୍ନଟି ଉଠିପାରେ । ସେପରି ହୋଇ ପାରିବନାହିଁ; କାରଣ, ଯେତେ ଖରାପ ହୋଇଥିଲେ ମଧ, ଆମେ ଯେପରି ମନୁଷ୍ୟ, ସେମାନେ ମଧ ସେହିପରି ମନୁଷ୍ୟ । ଭଗବାନ୍ ଇତର ପ୍ରାଣୀକୁ ଯାହା ଦେଇନାହାନ୍ତି, ସେ ମନୁଷ୍ୟକୁ ସେହି ବୁଦ୍ଧିର ସାମର୍ଥ୍ୟଟିକୁ ମଧ ଦେଇଛନ୍ତି । ପ୍ରକୃତ ଅହିଂସା ଏପରି ଦାବି କରିଥାଏ ଯେ, ଯଦି ଆମେ ମାଙ୍କଡ଼ ଓ ସେହିଭଳି ଅନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କର ଦୌରାତ୍ମ୍ୟରୁ ସମାଜକୁ ଓ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁ, ତେବେ ଆମକୁ ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନ ନାଶ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସାଧାରଣ ନିୟମଟି ହେଉଛି ଯେ, ଆମେ ଯଥାସମ୍ଭବ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ହିଂସାଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା । ବ୍ୟକ୍ତିପାଇଁ ଅହିଂସା ଓ ସମାଜପାଇଁ ଅହିଂସା ମଧରେ ଅବଶ୍ୟ ଫରକ ରହିବ । ଯିଏ ସମାଜଠାରୁ ଅଲଗା ହୋଇ ବାସ କରୁଛି, ସିଏ ହୁଏତ ସକଳ ବିଧାନକୁ ଅମାନ୍ୟ କରିପାରିବ; ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ସମାଜ ସେପରି କରି ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଡାଳିମ୍ବରେ ଥାଏ କ୍ୟାନସର ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି

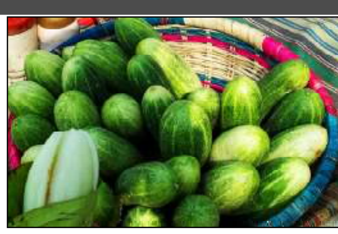
ସାଧାରଣତଃ ସବୁ ଫଳରେ ରୋଗନାଶକ ଶକ୍ତି ରହିଛି । କିନ୍ତୁ ଏମିତି ଫଳ ରହିଛି, ଯାହା ରୋଗୀଙ୍କୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଡାକ୍ତର ଖାଇବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି । ଯଦି କ୍ୟାନସର ଭଳି ରୋଗ ବିଷୟରେ କୁହାଯାଏ । ତେବେ ଆମେ ସବୁ ଜାଣିଛେ ଯେ ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରର ଘାତକ ରୋଗ । ବହୁତ ଚେଷ୍ଟା ପରେ ମଧ ଏହାର ସବୁଠାରୁ ଭଲ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ଔଷଧ ମିଳି ପାରିନାହିଁ । ଏହାର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ବିଶ୍ୱସାରା ଡାକ୍ତର ଓ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଗବେଷଣା କରୁଛନ୍ତି । ଏବେ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାରୁ କୁହାଯାଉଛି ଯେ, କ୍ୟାନସରକୁ ଠିକ୍ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିକାର ମିଳିଛି । ଏହି ଗବେଷଣା ଫଳ ଉପରେ କରାଯାଇଛି । ଯେଉଁଥିରେ କୁହାଯାଇଛିଯେ ଆଣ୍ଟି କ୍ୟାନସର ପାଇଁ ଡାଳିମ୍ବ ହେଉଛି ଏକମାତ୍ର ଫଳ । ଏହି ଫଳରେ ଏମିତି ବି ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ ।

ଯାହା କ୍ୟାନସରକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ବହୁତ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏବେ ମଧ ଏହି ଫଳରେ ମିଳୁଥିବା କ୍ୟାନସର ରୋକିବା ତତ୍ତ୍ୱର ଗବେଷଣା କରୁଛନ୍ତି । କାରଣ ଏଥିରେ କ୍ୟାନସରକୁ ନ୍ୟାସ କରିବାର ଉପାୟ ମିଳିପାରିବ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଡାଳିମ୍ବ ବିଷୟରେ କହିଛନ୍ତି ଏହା ଏକପ୍ରକାରଫଳ । ଯାହା ପୋନିକା ଗ୍ରାନାଟ୍ୟୁମ୍ ପ୍ଲାଣ୍ଟରୁ ହୋଇଥାଏ । ଡାଳିମ୍ବରେ ପଲିଫେନୋଲସ୍ ଭରପୂର ହୋଇ ରହିଥାଏ । ଯାହା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟର ଏକ ଭଲ ଉତ୍ସ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଶରୀରରୁ ଫ୍ରି ରାଡିକାଲ ସେଲସକୁ ନଷ୍ଟ କରିବାର କାମ କରିଥାଏ । ଡାଳିମ୍ବରୁ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ମିଳିଥାଏ । ଯାହାକି ଶରୀରର ପ୍ରତିଷେଧକ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାର କାମରେ ଆସେ । ଏହା ଶରୀର ଭିତରେ କ୍ୟାନସର ସମ୍ଭାବନାକୁ କମ୍ କରିଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ଡାଳିମ୍ବରେ ଆଲିଗାଟିନୋସ୍ ସାମିଲ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁଥିରେ କ୍ୟାନସରର ପ୍ରତିରୋଧକ କୋଶିକା ବୃଦ୍ଧିକୁ କମ୍ କରିବାରେ କ୍ଷମତା ରହିଥାଏ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କାକୁଡ଼ି

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କାକୁଡ଼ି ବହୁତ ଲାଭକାରୀ ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଏହାର ଲାଭକାରୀ ଗୁଣ ଅନେକ କିଛି ରହିଛି । ସୁନ୍ଦର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ତ୍ୱଚା ପାଇଁ ଏହା ମଧ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ ।

ଏହାର ସବୁଠାରୁ ଭଲଗୁଣ ହେଲା, ଏହା ଭିତରେ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ପାଣି ଅଛି । କାକୁଡ଼ି ପାଣିର ଅଭାବକୁ ପୂରଣ କରେ ଏହାକୁ ଖାଇଲାପରେ ଏହା ଶରୀରକୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ପାଣି ଦେଇଥାଏ । ଏହା ଶରୀରର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଅଙ୍ଗ ଓ ସ୍କିନର ମଇଳାକୁ



ସଫା କରିଥାଏ । ଖରାରେ ସ୍କିନ୍ ଉପରେ ପଡିଥିବା ପ୍ରଭାବକୁ ଯଥା ସ୍କିନ୍ ଜଳିଯିବା ଓ ଟୋନିଙ୍ଗକୁ ମଧ କମ୍ କରିଥାଏ ।

କାକୁଡ଼ି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ବାହାରକୁ ବାହାରି ଥାଏ । ଏହା ଭିତରର ଅଙ୍ଗମାନଙ୍କୁ ମଧ ସଫା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

କାକୁଡି ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରକୁ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ବି ଓ ସି ମିଳିଥାଏ । ଏହାର ଚୋପାରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି ରହିଥାଏ । ଏଥିରୁ ପୋଟାସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଓ ସିଲିକନ୍ ଅତ୍ୟଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏହା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଚମକପ୍ରଦ ଓ ଚିକ୍କଣ ସ୍କିନ୍ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଓଜନ ମଧ କମ୍ କରାଇଥାଏ । ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ଓଜନ କମ୍ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ସେମାନେ ଏହାକୁ ସୁପ୍ ଓ ସାଲାଡ୍ କରି ଖାଆନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଜଳର ତାପମାତ୍ରା ଅଧିକ ଓ କ୍ୟାଲୋରୀ ମଧ ନାହିଁ ।

ବଡ଼ ଉପକାରୀ ଗୁଜରାତି

ସାଧାରଣତଃ ଖାଇସାରିବା ପରେ ଲୋକମାନେ ଗୁଜୁରାତିକୁ ମାଉଥ ଫ୍ରେଶନର ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । ହେଲେ ଏହାର ଆଉ ଏକ ବଡ଼ କାରଣ ହେଲା ଏହା ଗ୍ୟାସ୍ କମ୍ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ବଢ଼ାଇବା ସହିତ ପେଟ ଫୁଲିବା କମ୍ କରିବା ସହିତ ଛାତି ଜଳିବା ମଧ କମିଯାଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ବଦହଜମି ରହିଛି ତ ଦୁଇରୁ ତିନିଟି ଗୁଜରାତି, ଖଣ୍ଡେ ଛୋଟ ଅଦା, ଅଳ୍ପ ଲବଙ୍ଗ ଏବଂ ଶୁଖିଲା ଧଣିଆକୁ ଏକାଠି ପେଶି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ପାଉଡ଼ରକୁ ଗରମ ପାଣିରେ ଖାଆନ୍ତୁ । ପେଟର ଯାବତୀୟ ଅସୁବିଧା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଗୁଜରାତିରେ ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ ଗୁଣ ରହିଥାଏ । ଏଥି

ସହିତ ଏହାର କଡ଼ା ସ୍ୱାଦ ଏବଂ ସୁନ୍ଦର ବାସ୍ନା ମୁହଁର ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର କରିଥାଏ । ଏହା ଡାଇଜେଷ୍ଟିଭ ସିଷ୍ଟମକୁ ମଜବୁତ କରିଥାଏ । ରେଗୁଲାର ଖାଇବା ପରେ ଗୋଟିଏ ଗୁଜରାତି ଯେମିତି ହେଲେ ଖାଆନ୍ତୁ । ରେଗୁଲାର ସକାଳୁ ଗୁଜରାତି ଚା ପିଇପାରନ୍ତି । ଗୁଜରାତି ଆଜମା, କାଶ, ଥଣ୍ଡା ଏବଂ ଫୁସଫୁସ୍ ସଂକ୍ରାନ୍ତୀୟ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଗୁଜରାତିକୁ ଏକ ଗରମ ମସଲା ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହା ମଧ ଶରୀରକୁ ଭିତରୁ ଗରମ ରଖିଥାଏ । ଏହାକୁ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା କଫ ବାହାରିଯାଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଥଣ୍ଡା ହୋଇଛି ତ ଏକ ପାତ୍ରରେ କିଛି ଗରମ ପାଣି ନେଇ ସେଥିରେ କିଛି ବୁନ୍ଦା ଗୁଜରାତି ତେଲ ପକାଇ ବାମ୍ଫୁଆଣି ନେଲେ ଥଣ୍ଡାରୁ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ ।

ପ୍ରାକୃତିକ କାଲସିଅମ୍

ବୟସ ବଢ଼ିବା ସହ ଶରୀର ଅଧିକ କାଲସିଅମ୍ ଲୋଡ଼ିଥାଏ । ଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନ ନେଇ ମାତ୍ରାଧିକ କାଲସିଅମ୍ ବଟିକା ଖାଇବା ଅନୁଚିତ । ତେବେ, କାଲସିଅମ୍ ଉପାଦାନ ଥିବା ପ୍ରାକୃତିକ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ପର୍ଯ୍ୟପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଖାଇ, ଏହି ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ କରିବାରେ ସମସ୍ୟା ନାହିଁ । ଦୁଗ୍ଧ ଓ ଅଧିକାଂଶ ଦୁଗ୍ଧଜାତ ପଦାର୍ଥରୁ କାଲସିଅମ୍ ମିଳେ । ଦୁଗ୍ଧ ଭଲ ଲାଗୁ ନ ଥିଲେ ବି ଚିନ୍ତା ନାହିଁ । କାଲସିଅମ୍ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଏହାର ବିକଳ୍ପର ଅଭାବ ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ଶୁଖିଲା ଡିମିରିରୁ ୧୩୦ ମିଲିଗ୍ରାମ କାଲସିଅମ୍ ମିଳେ । ବ୍ରୋକୋଲି, ବନ୍ଧାକୋବି, ଫୁଲକୋବି ଏବଂ ଉଲକୋବିର କଅଁଳିଆ ପତ୍ରରୁ ପ୍ରଚୁର କାଲସିଅମ୍ ମିଳେ । ଆଲମଣ୍ଡ ଓ ରାଶି କାଲସିଅମରେ ଭରପୁର । ୧୦୦ ଗ୍ରାମ୍ ରାଶି ଲଡୁରୁ ୫୫୦ ମିଲିଗ୍ରାମ କାଲସିଅମ୍ ମିଳେ ।

ଥଣ୍ଡାପାଣିରେ ଗାଧାନ୍ତୁ ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତୁ

ନେଦରଲ୍ୟାଣ୍ଡର ଗବେଷକଗଣ ନିକଟରେ ୩ ହଜାର ଲୋକଙ୍କ ଉପରେ ପରୀକ୍ଷା କରି ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଯେ, ନିୟମିତ ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ସ୍ନାନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟାବସ୍ଥା ଉତ୍ତମ ରହିଥାଏ । ଏଥିରେ ବିଭିନ୍ନ ବର୍ଗର ତଥା ବୟସର ଲୋକେ

ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଋତୁରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ସ୍ନାନ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଉତ୍ତମ । ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଏହି ଲୋକେ କମ୍ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ଏକ ଗ୍ଲାସ ଫଳ ରସ କିମ୍ବା ପରିବା ରସ ପିଇଲେ ଯେଉଁ ପରିମାଣରେ ଶକ୍ତି ମିଳେ, ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ସ୍ନାନ କଲେ ସେହି ପରିମାଣର ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ଶୀତଳ ଜଳରେ ସ୍ନାନ କରିବା ଏକ ପରମ୍ପରା ଥିଲା । ସେ ସମୟରେ ଲୋକଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟାବସ୍ଥା ସହ ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଉତ୍ତମ ଥିଲା । ଗବେଷକମାନେ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ସ୍ନାନ ନ କରି ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ସ୍ନାନ କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଭଲ ନିଦ ପାଇଁ ପିଆଜ ଚା

ସକାଳ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଅନେକଙ୍କର ଚା' ପିଇବାର ଅଭ୍ୟାସ ଥାଏ । ଥଣ୍ଡା ପାଗରେ ଚା'ର ସ୍ପର୍ଶ ଟିକେ ଆରାମ ଦେଇଥାଏ । ଏହି ଚା'କୁ ଅଧିକ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ କରିଥାଏ ଅଦା, ଗୁଜରାତି । ତେବେ ଏ କଥା ଜାଣିଲେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବେ ଯେ ପିଆଜ ରସକୁ ନେଇ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇପାରେ ମନକୁ ପାଇଲା ଭଳି ଚା । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଏହା ବହୁ ଉପକାରୀ ମଧ । ଏଥିରେ ଥିବା ତତ୍ତ୍ୱ ଶରୀରକୁ ଅନେକ ରୋଗରୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ ।

ପ୍ରଥମେ ନଖ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ପିଆଜକୁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ଏହାକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡକରି ଗରମ ପାଣିରେ ପକାନ୍ତୁ । ସେଥିରେ ଲେମ୍ବୁ ରସ ଏବଂ ଗ୍ରୀନ୍ ଟି ମିଶାନ୍ତୁ । ତା'ପରେ ଏହାକୁ ଛାଣି ସ୍ୱାଦ ଅନୁସାରେ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ ।

ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟହ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଓଜନ କମ୍ ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପର ବିପଦ କମ୍ ହୋଇଥାଏ ।

ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ନିଦ ଆସୁନି, ପିଆଜ ଚା' ପିଅନ୍ତୁ । ଅବଶ୍ୟ ନିଦ

ମଳ ମଳ ହେବ ।

ପିଆଜରୁ ଭିଟାମିନ୍ ସି' ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଥଣ୍ଡା ରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।

ପିଆଜ ଚା କର୍କଟ କୋଷକୁ ବଢ଼ିବାରୁ ରୋକି ଥାଏ । କଲୋନ୍ କର୍କଟକୁ ଠିକ୍ କରିବାରେ ଏହା ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ପିଆଜ ଗ୍ଲୁକୋଜ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାକୁ ଠିକ୍ କରି ମଧୁମେହରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ।

ପ୍ରୋଟିନରେ ଭରପୁର କାବୁଲି ଚଣା

ଭାରତୀୟ ବଜାରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଡାଲି ମିଳିଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଉତ୍ତର ଭାରତୀୟ ଲୋକ ନିୟମିତଭାବେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଡାଲି ଖାଇବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ପ୍ରୋଟିନ୍ ଭରପୂର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଡାଲି ଖାଇବା ସହ ସପ୍ତାହକୁ ଥରେ କିମ୍ବା ଦୁଇଥର କାବୁଲି ଚଣା ତରକାରି ଖାଇବା ମଧ ଦେହ ପାଇଁ ହିତକର ବୋଲି ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

୧ କପ୍ କାବୁଲି ଚଣାରେ ୧୬୪ କ୍ୟାଲୋରି ଥିବାବେଳେ ପିଲାଠାରୁ ବୟସ୍କ ସମସ୍ତେ ନିୟମିତ ଏହାକୁ ଖାଇବା ହିତକର । ପେଟରୁ ଚର୍ବି କମ୍ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଏଇ ଚଣା ସିଝା କିମ୍ବା ତରକାରି ଖାଆନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ମହଜୁଦ୍ ଥିବା ଫାଇବର ଶରୀରରୁ ଚର୍ବି କମ୍ କରିବା ସହ ଭୋକ ମଧ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ।

ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ମହୌଷଧି ଠାରୁ କମ୍ ନୁହେଁ । ଫାଇବରଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ରକ୍ତଶର୍କରା

ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ସହ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଉଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ, ଫସଫରସ୍ ମହଜୁଦ୍ ଥିବା କାବୁଲି ଚଣା ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତ ଓ ହାଡ଼ ଭଲ ଭାବେ ମହଜୁଦ୍ ହୋଇଥାଏ ।

ଭିଟାମିନ୍ ବି ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣରେ ଥିବା କାବୁଲି ଚଣା ଖାଇଲେ ଯକୃତକୁ ମଧ ଶକ୍ତି ମିଳେ । ନିଶାସେବନ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟହ କାବୁଲି ଚଣା ପ୍ରସ୍ତୁତ କୌଣସି ବ୍ୟଞ୍ଜନ ଦେବା ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ।

ଲୌହ, ମାଙ୍ଗାନିଜ୍, ଜିଙ୍କ୍ ଆଦି ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଭରପୂର ଏଇ କାବୁଲି ଚଣାକୁ ମହିଳାମାନେ ଖାଇବା ମଧ ହିତକାରୀ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ।

ସ୍ୱର୍ବେଦ

ଅମ୍ବୁ ଦୀପ କେ ମଧ୍ୟ ମେଁ, ସୁରତି କେ ବୈଠକ ଜାନ ।
ଅଷ୍ଟମ ଚେତନ ସୁରତି ହୈ, ସୁମିରେ ଦ୍ୱାର ନିସାନ ॥୧୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅମ୍ବୁ ଦ୍ୱୀପ ଅର୍ଥାତ୍ ଦ୍ୱାରର ପ୍ରକାଶଭୂମିରେ ଆତ୍ମ ରଶ୍ମୀ ବାସକରେ । ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଆତ୍ମ ରଶ୍ମୀକୁ ତୀକ୍ଷ୍ଣ କରି ଅଷ୍ଟମ ଚେତନା ଦ୍ୱାରା ସେହି ପ୍ରକାଶ ଦ୍ୱାରରୁ ପ୍ରଭୁ ସ୍ମରଣ ପ୍ରାରମ୍ଭ କରିବା ଉଚିତ । ଅର୍ଥାତ୍ ଅମ୍ବୁ ଦ୍ୱୀପରୁ ହିଁ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ସ୍ମରଣ ହୋଇଥାଏ । ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ନିଶାନ ବୋଲି କୁହନ୍ତି । ସେହି ଲକ୍ଷ୍ୟର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ହିଁ ସ୍ମରଣ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ମରଣ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଏକ ଆଭ୍ୟାନ୍ତିରକ ସଦ୍‌ଜ୍ଞାନ ଅଟେ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ମନ, ଚେତନ ଆଉ ବ୍ରହ୍ମର ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରାଯାଏ । ସ୍ମରଣ ଆଉ ଭଜନ ଉଭୟର ଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥା ରହିଥାଏ, ଯାହାକୁ ଯୋଗୀଗଣ ଜାଣନ୍ତି । ଦୁହିଙ୍କର ଦୁଇ ଭୂମି ଆଉ ଦୁଇ ବିବେକ ଅଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ଅନୁଭବ ଭେଦର ପାଞ୍ଚ କୋଟିମାନଙ୍କର ଜ୍ଞାନ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ ।

ଉନ୍ମନି ରହନି ଶୂନ୍ୟ ମେଁ, ଅକ୍ଷର ପାରଖି ପାୟ ।
ତବ ପରଖୋ ନିଃଶବ୍ଦ କୋ, ଅନୁଭଓ୍ୱ ମେଁ ଲୌ ଲାୟ ॥୧୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗରେ ଉନ୍ମନି ରହୁଥିବାରୁ ଶୂନ୍ୟରେ ଅକ୍ଷରଙ୍କର ଅନୁସନ୍ଧାନ କରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ସୁରତି ଦ୍ୱାରା ଅନୁଭବରେ ନିଃଶବ୍ଦ ପରମ ପୁରୁଷଙ୍କର ପରୀକ୍ଷା ହୋଇଥାଏ । ତନ୍ନ ତନ୍ନ ଭାବରେ ଅନ୍ୱେଷଣ କରି ଦେଖିବାକୁ 'ପାରଖି' କୁହାଯାଏ । ସେହି ପାରଖି ଅକ୍ଷର ଆଉ ନିଃଶବ୍ଦର ଅଟେ । ଜୀବ ଠାରୁ ଭିନ୍ନ ଅକ୍ଷର ଆଉ ପରମ ପୁରୁଷ ଅଟନ୍ତି । ନିଜ ଠାରୁ ଭିନ୍ନ ତତ୍ତ୍ୱର ହିଁ ଅନୁସନ୍ଧାନ ଆଉ ତାହାର ନିରୀକ୍ଷଣ ହୋଇଥାଏ । ଅତଏବ ଜୀବ, ଅକ୍ଷର ଆଉ ପରମ ପୁରୁଷ ଏ ତିନି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ନିତ୍ୟ, କୂଟସ୍ଥ ବସ୍ତୁ ଅଟନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କେହି କାହାରି କାରଣ ଅଥବା କାର୍ଯ୍ୟ ନୁହନ୍ତି ।

ମାୟା କେ ଚିନ୍ତନ କିୟେ, ମାୟା ହୋୟ ସ୍ୱରୂପ ।
ଚିନ୍ତନ କରତେ ଶବ୍ଦ କା, ହୋୱେଁ ଶବ୍ଦ ଅନୂପ ॥୧୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ଯେଉଁ ବସ୍ତୁ ପ୍ରତି ପ୍ରେମ ରହିଥାଏ ତାହାରି ଚିନ୍ତନ ହୋଇଥାଏ ଆଉ ଜୀବ ସେହି ବସ୍ତୁର ମୋହରେ ପଡ଼ି ତାହାର ଅନୁବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ସେହି ସ୍ୱରୂପ ହୋଇଯାଏ । ଜୀବ ମାୟିକ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକୁ ବାରମ୍ବାର ସ୍ମରଣ ଆଉ ଉପଭୋଗ କରିବା ଫଳରେ ମାୟାର ସ୍ୱରୂପ ହୋଇଯାଇଛି ଅର୍ଥାତ୍ ମାୟିକ ସ୍ୱରୂପ ଏବଂ ସମ୍ବନ୍ଧକୁ ହିଁ ନିଜ ସ୍ୱରୂପ ବୋଲି ବୁଝେ ଏବଂ ମାନେ । ଜୀବର ଦେହାଭିମାନ କାରଣରୁ ପ୍ରାକୃତିକ ସମସ୍ତ ସ୍ୱରୂପଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ବିଷୟ ବନ୍ଧନ ଆଉ ମାୟିକ ମମତ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗେ । ମାୟିକ ସୁଖ ଆଉ ପ୍ରଲୋଭନଗୁଡ଼ିକୁ ଛାଡ଼ି ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ତଃକରଣରେ ନିଜ ଶକ୍ତିର ନିରୋଧ କରେ ସେତେବେଳେ ଶବ୍ଦ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ସ୍ମରଣ କରି ସେ ଧ୍ୟେୟର ସ୍ୱରୂପ ହୋଇଯାଏ । ସେହି ପ୍ରକାର ଆତ୍ମା ଆଉ ଶବ୍ଦର ଆରାଧନା କରିବା ଦ୍ୱାରା ଅନୁମପ ଶବ୍ଦର ସ୍ୱରୂପକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ସମାଧିରେ ଜୀବକୁ ନିଜ ତଥା ପ୍ରକୃତି ସ୍ୱରୂପର ଜ୍ଞାନ ରହି ନ ଥାଏ ବରଂ ଶବ୍ଦ ହିଁ ଶବ୍ଦର ପ୍ରକାଶ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପରେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଅନୁଭବ ଚେତନ ବିଜ୍ଞାନ, ବିହଙ୍ଗମ ମାର୍ଗ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

ସାର ଶବ୍ଦ ଚିନ୍ତନ କିୟେ, ଜ୍ଞାନ ବୃଦ୍ଧି ଆନନ୍ଦ ।
ଯାତେ ନିଶି ଦିନ ଚିନ୍ତିୟେ, ମିଲେ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ॥୧୭॥

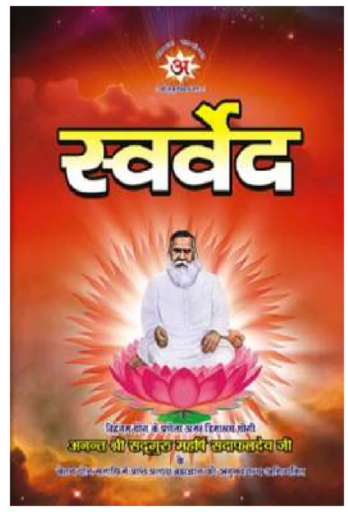
ଭାଷ୍ୟ - ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ସାରଶବ୍ଦର ଉପାସନାରୁ ଜ୍ଞାନ ଆଉ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଯୁକ୍ତିରେ ଅଷ୍ଟଧାମ ସାରଶବ୍ଦର ଭଜନ କରିବା ଉଚିତ ।

ଦୁର୍ଲଭ ୟହ ନର ଦେହ ହୈ, ଏକାଦଶ ହୈ ଦ୍ୱାର ।
ସୁଷମନ ଦଶୱାଁ ଦ୍ୱାର ହୈ, ହଠ ୟୋଗୀ ପୈଠାର ॥୧୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ଦୁଇ ଆଖି, ଦୁଇ କାନ, ଦୁଇ ନାକ, ମୁଖ, ଗୁହ୍ୟ ଆଉ ଲିଙ୍ଗ - ଏହି ଶରୀରରେ ନବଦ୍ୱାର ଅଛନ୍ତି । ଦଶମ ଦ୍ୱାର ଗୁପ୍ତ ହୋଇ ରହିଛି, ଯାହାକୁ ହଠଯୋଗୀ ପ୍ରାଣର ଗତିକୁ ଅଟକାଇ ଶକ୍ତି-ଚାଳନ ମୁଦ୍ରାରେ ସେହି କପାଳସ୍ଥିତ ନାଡ଼ିକୁ ଖୋଲି ଦିଅନ୍ତି । ଏହା ଶରରୀର ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦ୍ୱାର ଅଟେ । ଏହାକୁ ଦଶମ ଦ୍ୱାର କହନ୍ତି । ଏହି ଦ୍ୱାରମାନଙ୍କରେ ଭିନ୍ନ ଏକ ଅନୁଭବ ଚେତନ ଦ୍ୱାର ଅଛି, ଯେଉଁ ଦ୍ୱାରରୁ ଆତ୍ମା ପ୍ରକୃତି ମଣ୍ଡଳକୁ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରି ତଥା ଜଡ଼ ଜଗତକୁ ତ୍ୟାଗ କରି ଚେତନ ଲୋକକୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ । ଦଶମ ଦ୍ୱାର ପଛକୁ ଚେତନ ଦ୍ୱାର ଅର୍ଥାତ୍ ଏକାଦଶ ଦ୍ୱାର ଅଛି, ଯାହାକୁ ବିହଙ୍ଗମ ମାର୍ଗ କିମ୍ବା ଚେତନ ପଥ ବୋଲି ଅଭିହିତ କରାଯାଇଛି ।

ଗ୍ୟାରହୱାଁ ଏକ ଦ୍ୱାର ହୈ, ଗୁପ୍ତ ନ ଜାନେ କୋୟ ।
ସୁରତି ଦ୍ୱାର ନୀରତି ବନେ, ପୈଠେ ବିରଲା କୋୟ ॥୧୯॥

ଭାଷ୍ୟ - ଏକାଦଶ ଦ୍ୱାର ଏମିତି ଏକ ଦ୍ୱାର ଅଟେ, ଯାହାର ଭେଦ ରହସ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ । କୌଣସି ଅନୁଭବୀ ସନ୍ଥଙ୍କର ସୁରତି ନିରତି ହେଲେ ସେହି ଶବ୍ଦ ଦ୍ୱାରରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ଦ୍ୱାରର ପ୍ରାପ୍ତି ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଅନୁଭବରେ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ବାସ୍ତବିକ ବିଶୁଦ୍ଧ ଚେତନ ପଥ ଅଟେ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଜୀବ ବିଦେହ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ପରମାନନ୍ଦଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ ।



ଶୋଭା ଦିବ୍ୟ ଅନୂପ ହୈ, ସୁରତି ଦ୍ୱାର କେ ମାହିଁ ।
ୟହ ରହସ୍ୟ ସନ୍ତନ ମିଲେ, ସେୱକ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ପାହିଁ ॥୨୦॥

ଭାଷ୍ୟ - ସୁରତି ଦ୍ୱାର ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପରେ ସେହି ଚେତନ ମଣ୍ଡଳର ପ୍ରତିଭା ପରମ ଦିବ୍ୟ ଅନୁଭବ ସମ ପ୍ରତୀତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ରହସ୍ୟ ଭେଦ କଳା ଅନୁଭବୀ ସନ୍ଥଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଶରଣରେ ରହି, ସେବାରେ ସଂଲଗ୍ନ ରହିବା ପରେ ଲବ୍ଧ ହୋଇଥାଏ । ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ସେବାରୁ ହିଁ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ସେବାହୀନ ବିଦ୍ୟା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଫଳବତୀ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ଅଧିକାରୀମାନେ ଚିରକାଳ ସେବା କରି ହିଁ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟାର ସମସ୍ତ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକର ଜ୍ଞାନ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ଉଚିତ ।

ପୂରଣ ପୁରୁଷ ଅନନ୍ତ ହୈ, କଭୀ ନ ହୋୱେ ସାନ୍ତ ।
ଘଟେ ଅନନ୍ତ ଅନନ୍ତ ସେ, ବାକୀ ରହେ ଅନନ୍ତ ॥୨୧॥

ଭାଷ୍ୟ - ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରଂବ୍ରହ୍ମ ଅନନ୍ତ ଅଟନ୍ତି । ସେ କେବେ ଶାନ୍ତ, ବା ସୀମାବଦ୍ଧ ନୁହନ୍ତି । ଚେତନ ପଦାର୍ଥ ସର୍ବଦା ନିତ୍ୟ ଏକରସ ରହିଥାନ୍ତି, ସେଥିପାଇଁ ଅନନ୍ତ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କ ସୃଷ୍ଟି ମଧ୍ୟ ଅନନ୍ତ ଅଟେ । ଅନନ୍ତର କର୍ମ, ଗୁଣ ଆଉ ସ୍ୱଭାବ ମଧ୍ୟ ଅନନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଅନନ୍ତକୁ ଅନନ୍ତରୁ କମ୍ କଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ତତଃ ଅନନ୍ତ ହିଁ ରହିଥାଏ । ଗଣିତର ମାପଦଣ୍ଡରେ ଅନନ୍ତଙ୍କ ପ୍ରତିପାଦ୍ୟ କରାଯାଇ ନ ପାରେ । ଅନନ୍ତ ସର୍ବଦା ଅନନ୍ତ ଅଟନ୍ତି । ତାଙ୍କର କେବେ ଅନ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ । ସେ ସର୍ବଦା ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନନ୍ତ ଅଟନ୍ତି । ଏହା ସେହି ଅନନ୍ତ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କର ମହିମା ଅଟେ ।

ଅନନ୍ତ ଜୀୱ ମୁକ୍ତୀ ଗୟେ, ଅନନ୍ତ ରହେ ସଂସାର ।
ନ୍ୟୁନ ଜୀୱ ହୋୱେ ନହୀଁ, ଅନନ୍ତ ଅନନ୍ତ ପସାର ॥୨୨॥

ଭାଷ୍ୟ - ଜୀବ ଅନନ୍ତ ଅଟେ । ଏହି ଅନନ୍ତ ଜୀବମାନଙ୍କର ମୁକ୍ତି ହେବା ପରେ ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟିରେ ଅନନ୍ତ ଜୀବ ରହିଥାନ୍ତି । କୌଣସି କାଳରେ ନ୍ୟୁନ ଅବା ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ହୋଇ ନ ଥାନ୍ତି । ସୃଷ୍ଟି ମୁକ୍ତିରେ ସର୍ବଦା ଅନନ୍ତ ଆଧାରରେ ଅନନ୍ତ ଜୀବ ନିଜ ସତ୍ତାରେ ସ୍ଥିର ରହିଥାନ୍ତି । ଅନନ୍ତ ପ୍ରଭୁଙ୍କର କେବେ ଅନ୍ତ ହୁଏ ନାହିଁ । ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟି ଏବଂ ମୁକ୍ତିର ସମସ୍ତ ଜୀବ ଅନନ୍ତ ଅଟନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଅନ୍ତ ନାହିଁ । ଏହା ଅନନ୍ତ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କର ମହିମା ଅଟେ ।

ମିଲେ ଅନନ୍ତ ଅନନ୍ତ ମେଁ, ତଭୀ ନ ବଢ଼େ ଅନନ୍ତ ।
ପୂରଣ କଲା ଅନନ୍ତ ହୈ, ସବ ଭରିପୂର ଅନନ୍ତ ॥୨୩॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅନନ୍ତ ସହିତ ଅନନ୍ତ ମିଳିତ ହେବା ପରେ ଅନନ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ ନାହିଁ, କାହିଁକି ନା ଅନନ୍ତର କୌଣସି ଏକ ସୀମିତ ସଂଖ୍ୟା ନ ଥାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଏହାର ବୃଦ୍ଧି ହେବ । ତାହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁରୁଷ ସର୍ବଶକ୍ତିରୁ ସଦୈବ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନନ୍ତ ଅଟେ । ହ୍ରାସ-ବୃଦ୍ଧି ପରିମିତ ପଦାର୍ଥରେ ହୋଇଥାଏ, ସର୍ବବ୍ୟାପୀ ଅପରିଚ୍ଛିନ୍ନ ବସ୍ତୁରେ ନୁହେଁ । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରଳୟରେ ଯେତେବେଳେ ସମଗ୍ର ସୃଷ୍ଟି ନିଜ ମୂଳ କାରଣରେ ସ୍ଥିତ ହୋଇ ପରଂବ୍ରହ୍ମଙ୍କର ଆଧାରରେ ରହିଥାଏ, ସେହି କାଳରେ କୌଣସି ଅନନ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ଘଟେ ନାହିଁ, ବରଂ ସେହି ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନନ୍ତ ମହାପ୍ରଭୁ ଏକରସ ସଦୈବ ଅନନ୍ତ ସତ୍ତାରେ ବିରାଜମାନ ରହିଥାନ୍ତି ।

ପଦ ଅନନ୍ତ ତବ ନା ରହେ, ଜବ ନ୍ୟୁନାଧି ଅନନ୍ତ ।
ଗୁଣନ କର୍ମ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ମେଁ, ମହିମା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନନ୍ତ ॥୨୪॥

ଭାଷ୍ୟ - ସୃଷ୍ଟି ଆଉ ପ୍ରଳୟ ହେବା ଅଥବା ମୁକ୍ତ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଜୀବମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ନ୍ୟୁନ କିମ୍ବା ଅଧିକ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ନ୍ୟୂନାଧିକ ସଂଖ୍ୟା ହୋଇଯିବ, ସେତେବେଳେ ଅନନ୍ତର ସ୍ୱରୂପ ରହି ପାରିବ ନାହିଁ । ସେଥିପାଇଁ ମହାପ୍ରଭୁ ନିଜ କର୍ମ ଗୁଣ ଆଉ ସ୍ୱଭାବର ଅସ୍ତିତ୍ୱରୁ ସଦୈବ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରହିଥାନ୍ତି । ତାଙ୍କର ଅନନ୍ତ ମହିମାର ଅନ୍ତ ହୋଇ ନ ଥାଏ ବରଂ ସଦୈବ ନିଜ ସ୍ୱରୂପ, ସତ୍ତା ଆଉ କ୍ରିୟା ଏବଂ ଧର୍ମରେ ସର୍ବଦା ଅନନ୍ତ ରହିଥାନ୍ତି । ଏହା ସେହି ଅନନ୍ତ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କର ମହିମା ଅଟେ ।

ଆଗେ କୋ ପଗ ଦୀଜିୟେ, ଶବ୍ଦ ହୋତ ଝନକାର ।
ଅଲଖ ପୁରୁଷ ଲଖି ଲୀଜିୟେ, ଅକ୍ଷର ସକଲ ପସାର ॥୨୫॥

ଭାଷ୍ୟ - ଆତ୍ମା ତଥା ଅକ୍ଷର ଦୁହିଙ୍କର ମଣ୍ଡଳ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଟେ । ଯୋଗାଭ୍ୟାସୀ ସାଧକ ଯେତେବେଳେ ବାହ୍ୟ ଶକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରି ନିଜ ଆତ୍ମଭୂମିରେ ସ୍ଥିତ ରହିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଦିବ୍ୟବାଣୀ ଯେଉଁଠି ପ୍ରକାଶଯୁକ୍ତ ଅକ୍ଷର ଧ୍ୱନି ହେଉଅଛି ସେହି ପ୍ରଦେଶକୁ ବଢ଼ିବା ପାଇଁ ଆଜ୍ଞା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ସେହି ଅକ୍ଷର ପୁରୁଷଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିବାର ସଂକେତ ଏହି ବାଣୀରେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଅଛି । ସେହି ଅକ୍ଷରଙ୍କ ଠାରୁ ଏହି ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟିର ବିସ୍ତାର ହୋଇଥାଏ । 'ସେହି ଆତ୍ମା ବ୍ରହ୍ମ ଅଟନ୍ତି', ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଏହି ସଂକେତ କରିଛନ୍ତି । ତାହାରି ଆଧାରରେ ନୂତନ ବେଦାନ୍ତର ବାଚକ ଜ୍ଞାନୀ କେବଳ ମୁଖରୁ ଏହି ଜୀବାତ୍ମାକୁ ଏହି ବାଣୀରେ ଏହି ଆତ୍ମା ବ୍ରହ୍ମ ଅଟନ୍ତି ବୋଲି ଘୋଷଣା କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ଆତ୍ମା - ଏହି ଶବ୍ଦ ଏକ ବିଶେଷ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ସତ୍ତାର ନିରୂପଣ କରିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଜୀବାତ୍ମା ଠାରୁ ଅକ୍ଷର ଭିନ୍ନ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଟେ, ଯାହାର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଭଗବାନ ଆଗକୁ ଅଗ୍ରସର ହୋଇ ଅନୁଭବରେ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ମାର୍ଗ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥାନ୍ତି ।

ଆତ୍ମା - ଏହି ଶବ୍ଦ ଏକ ବିଶେଷ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ସତ୍ତାର ନିରୂପଣ କରିଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଜୀବାତ୍ମା ଠାରୁ ଅକ୍ଷର ଭିନ୍ନ ତତ୍ତ୍ୱ ଅଟେ, ଯାହାର ପ୍ରାପ୍ତି ନିମନ୍ତେ ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଭଗବାନ ଆଗକୁ ଅଗ୍ରସର ହୋଇ ଅନୁଭବରେ ପ୍ରାପ୍ତ କରିବାର ମାର୍ଗ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥାନ୍ତି ।

ଅଲଖ କେ ମଣ୍ଡଲ ଆୟ କର, ପରଖୋ ସୁରତି ଲଗାୟ ।
ତବ ଆଗେ ଡୋରୀ ଧରୋ, ଗୁରୁ ଗମ ମେଁ ଲଓ୍ୱ ଲାୟ ॥୨୬॥

ଭାଷ୍ୟ - ଅକ୍ଷର ମଣ୍ଡଳରେ ପହଞ୍ଚି ସୁରତି ଦ୍ୱାରା ତାହାର ପରୀକ୍ଷା କରନ୍ତୁ ଆଉ ଆଗକୁ ଚେତନ ଡୋରୀ ଧରି ସଦ୍‌ଗୁରୁ ମାର୍ଗରେ ନିଜ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଚେତନ ଶକ୍ତିକୁ ଲଗାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ସୁରତି ନିରତି ଏକ ସଂଗ ମେଁ, ରାଖୋ ୟୁକ୍ତି ଉପାୟ ।
ତବ ଅଗମ୍ୟ କା ଗମ କରୋ, ଉମଗତ ପ୍ରେମ ଅଘାୟ ॥୨୭॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଅନୁଭବ ଯୋଗଯୁକ୍ତିରୁ ସୁରତି ଆଉ ନିରତି ଏହି ଦୁହିଙ୍କୁ ଏକତ୍ର ସଂଯୁକ୍ତ କରି ଚେତନ ମଣ୍ଡଳକୁ ଗମନ କରନ୍ତୁ । ତେବେ ଆତ୍ମାରୁ ଉଛୁଳି ପଡୁଥିବା ପ୍ରେମ ପ୍ରବାହ ସେଠାରେ ପହଞ୍ଚି ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ତୃପ୍ତ ହୋଇ ଶାନ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଆତ୍ମାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭିଳାଷା ଏବଂ ସମସ୍ତ ଇଚ୍ଛା ସେହି ଚେତନ ସତ୍ତାର ପ୍ରାପ୍ତି ହେବା ପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ଉପରୋକ୍ତ ଦୋହାର ଅଭିପ୍ରାୟ ଅଟେ ।

ସଦ୍‌ଗୁରୁ ସେୱ ଅନନ୍ୟ ସେ, ଅରୁ ଗୁରୁ ଭେଦିକ ଜ୍ଞାନ ।
କର୍ମ ପାଶ ଦୁଖ କଟତ ହୈ, ମିଟତ ମୋହ ଅଜ୍ଞାନ ॥୨୮॥

ଭାଷ୍ୟ - ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଅନନ୍ୟ ଶରଣ ଭକ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କର ଅନୁଭବ-ଯୋଗ-ଯୁକ୍ତିରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଉପାସନା କଲେ ଜୀବର କର୍ମ-ମୋହ ରୂପୀ ଅଜ୍ଞାନ ବନ୍ଧନ ନାଶ ହୋଇଥାଏ । କର୍ମ ବନ୍ଧନର ଶୃଙ୍ଖଳ ଛିଣ୍ଡେଇବା ଏବଂ ମୋହ ଅଜ୍ଞାନର ନାଶ ନିମନ୍ତେ ଏକମାତ୍ର ସଦ୍‌ଗୁରୁଙ୍କର ଭକ୍ତି ଏବଂ ବିହଙ୍ଗମ ଯୋଗର ଅନୁଭବ ଯୋଗ-ଯୁକ୍ତି ଅଟେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କର ପ୍ରାପ୍ତି ଆଉ ତ୍ରିତାପ ଦୁଃଖର ନିବୃତ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସଦ୍‌ଗୁରୁ ଶରଣରେ ରହି ପ୍ରଭୁ ଭକ୍ତି ଅତିରିକ୍ତ ମାୟାରୁ ନିବୃତ୍ତିର ଅନ୍ୟ କୌଣସି ମାର୍ଗ ନାହିଁ ।

ଗାଜର ଓ ତାର ପତ୍ରର ଉପକାରିତା

ଗାଜର ଏକ ଫଳ ନା ପରିବା ତାକୁ ନେଇ ବିବାଦ ରହିଛି । ଯାହାବି ହେଉ ଏହା ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପଯୋଗୀ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ ସହ କ୍ୟାଲସିୟମ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଓ ଫସଫରସ ପରି ଉପାଦେୟ ଖଣିଜ ରହିଥାଏ । ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ବି ଓ ସି ସହ ଭିଟାମିନ୍ ବି-୬ ମଧ ଏଥିରୁ ମିଳିଥାଏ । ରକ୍ତଚାପ, ମଧୁମେହ ଓ ଅଗ୍ନିମାନ୍ଦ୍ୟ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ହିତକର । ଗାଜର ତ୍ୱଚାକୁ ଉଜ୍ୱଳ କରିବା ସହ ଆଖିରେ ତେଜ ବଢ଼ାଇବାରେ ମଧ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏହା ଏକ ଉଚ୍ଚମାନର ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ମଧ । ତେଣୁ ୩୦ ବର୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳା ପ୍ରତିଦିନ ଗାଜର ଖାଇବା ଉଚିତ୍ ।

ଆୟୁର୍ବେଦ ଅନୁସାରେ ରକ୍ତଚାପ ଭୋଗୁଥିବା ରୋଗୀ ପ୍ରତିଦିନ ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ୨ଟି ଗାଜର ଖାଇବା ଉଚିତ୍ ।

ଗାଜରରେ ବିଟା କେରୋଟିନ୍ ନାମକ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତତ୍ତ୍ୱ ଥାଏ, ଯାହା କର୍କଟ ରୋଗର ପ୍ରତିରୋଧକ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ଏକ ଗ୍ଲାସ ଗାଜର ରସ ପିଇଲେ ଖାଦ୍ୟ ଭଲ ଭାବରେ ହଜମ ଭଲ ହୁଏ ।

ଫାଳେ ଗାଜର ସହ ଦୁଇଟି ଟମାଟୋ ଶିଝାଇ ତାକୁ ସୁପ୍ ପରି ରାତିରେ ପିଅନ୍ତୁ । ଆଖିର ତେଜ ବଢ଼ିବ ।

୪/୫ ଚାମଚ ଗାଜର ରସ ଓ ଏକ ଚିମୁଟ ଡାଲଚିନି ପାଉଡରରେ ଅଧଚାମଚ ମହୁ ପକାଇ ପେଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ମୁହଁରେ ମାଲିସ୍ କରନ୍ତୁ । ୧୦ ମିନିଟ ପରେ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ମୁହଁ ସତେଜ ଦେଖାଯିବ ।

୪/୫ ଚାମଚ ଗାଜର ରସ ସହ ୨ ଚାମଚ ବେସନ, ୧ ଚିମୁଟା ହଳଦି ମିଶାଇ ପେଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ । ମୁହଁକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ ସେଥିରେ ଉକ୍ତ ପେଷ୍ଟ ଲଗାନ୍ତୁ । ସପ୍ତାହକୁ ୨/୩ ଥର କଲେ ମୁହଁ ଉଜ୍ୱଳ ଦେଖାଯିବ ।

ଭୋଜନ ସହିତ ବା' ତା' ପୂର୍ବରୁ ଗାଜର ସାଲାଡ ଖାଇବା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ହିତକର ।

କମ୍ କ୍ୟାଲୋରିଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହା ଓଜନ କମାଇବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ଏହା ତ୍ୱଚାକୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣର ପ୍ରଭାବରୁ ରକ୍ଷା କରେ ।

ଗାଜର ରସ ଝାଡାବାନ୍ତିରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପକାରୀ ।

ଗାଜର ପତ୍ରରେ ମଧ କ୍ୟାଲୋରି, ଡାଇଟୋରି ତନ୍ତୁ, ପ୍ରୋଟିନ, ଜୀବସାର ଏ, ସି, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଲୌହପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଥାଏ ।

ଗାଜରପତ୍ରକୁ ଖାଦ୍ୟରେ ନିୟମିତ ବ୍ୟବହାରକଲେ ଏହା ଶରୀରରେ ଟ୍ୟୁମରର କୋଷକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ଦେଇ ନ ଥାଏ ।

ଖାଦ୍ୟରେନିୟମିତ ଗାଜରପତ୍ର ସାମିଲକଲେ ଶରୀରରେ ଅଧିକ ପାଣି ଜମାଟ ହେବାକୁ ଦେଇନ ଥାଏ । ଏହା ଶରୀରର ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁକୁ ପରିସ୍ରା ମାଧମରେ ବାହାରକୁ ବାହାର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

କିଡନୀରେ ପଥୁରୀ ବା ଷ୍ଟୋନ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ପେଟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇଥାଏ, ଗାଜର ପତ୍ର ନିୟମିତ ସେବନ କଲେ ଏହା ଶରୀରକୁ ଡିଟୋକସିଫାୟ କରିବା ସହିତ କିଡନୀ ରକ୍ତରୁ କ୍ଷତିକାରକ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁକୁ ଛାଣି ବାହାରକୁ କାଢ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ଏହା ଖାଦ୍ୟ ହଜମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ସହିତ ଶରୀରରେ ନ୍ୟୁଟ୍ରିଏଣ୍ଟସକୁ ଆବ୍‌ଜରଭ କରିଥାଏ ।

ଏଥିରେ ପୋଟାସିୟମ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ଏହା ରକ୍ତଚାପକୁ କମ୍ କରିବା ସହ ହୃଦ୍‌ଘାତ ଆଶଙ୍କା ଦୂର କରିଥାଏ, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀ ନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦରକାର ।

ଗାଜର ପତ୍ରରେ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ, ପୋଟାସିୟମ ଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀରର ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜଭୁତ କରିବା ସହ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରି ଶରୀରକୁ ଦିନତମାମ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଅଧିକ ପରିଶ୍ରମ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଗାଜର ପତ୍ର ଖାଦ୍ୟରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦରକାର ।

ଏହି ପତ୍ରରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ କ୍ୟାଲସିୟମ, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଓ ଜୀବସାର 'କେ' ଥିବାରୁ ଏହା ହାଡ଼ର ଡେନସିଟି କମାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ରୋଗୀ ଏହାକୁ ଖାଦ୍ୟରେ ବ୍ୟବହାର କଲେ ସେମାନଙ୍କର ହାଡ଼ ସୁସ୍ଥ ରହିବା ସହ ଆଣ୍ଠୁଗଣ୍ଠି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ପତ୍ରରେ ଜୀବସାର 'ଏ'ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ଏହା ଆଖି ପାଇଁ ଅତି ଦରକାରୀ । ଆଖିରେ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ନିୟମିତ ଗାଜର ଓ ଗାଜର ପତ୍ର ଖାଦ୍ୟରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦରକାର ।

ରକ୍ତହୀନତା ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ମହୌଷଧି ପରି କାମକରିଥାଏ । ଯଦି ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ଏହା ଲାଲ ରକ୍ତ କଣିକାରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଫଳରେ ରକ୍ତହୀନତା ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ଏହା ପିଟ୍ୟୁଟାରି ଗ୍ଲାଣ୍ଡକୁ ଷ୍ଟିମୁଲେଟ କରି ସେକ୍ସ ହରମୋନ୍ ସ୍ଖଳନ କରିବାରେ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିଥାଏ ଏବଂ ମହିଳାମାନଙ୍କର ମାସିକ ଋତୁସ୍ରାବ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ କରିଥାଏ । ଏହାରପତ୍ରକୁ ଗର୍ଭବତୀ ସେବନ କରିବା ମନା ।

ଗାଜରପତ୍ରକୁ ସାଲଡ଼ କରି ବା ଜୁସ୍ କରି ସେବନ କଲେ ଏହା ମାଇଗ୍ରେନ ପରି ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ଅଧକପାଳି ବିନ୍ଧାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । କିଛିଦିନ ସେବନ କଲେ ଏହା ପୁନର୍ବାର ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ?

- 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 ।
- 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 ମଧରେ ୧୯ଟି ରହିଛି ହିମାଳୟ ପର୍ବତମାଳାରେ ।
- ନାଉରୁ ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାସାଗର ମଧରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏକ କ୍ଷୁଦ୍ର ଦ୍ୱୀପରାଷ୍ଟ୍ର ଯାହାର କୌଣସି ରାଜଧାନୀ ନାହିଁ ।
- ମ୍ୟାନହାଟନରେ ଏମିତି ଅନେକ ଘର ରହିଛି ଯେଉଁଗୁଡିକର ନିଜସ୍ୱ ଜିପ୍ କୋଡ୍ ରହିଛି ।

କହିପାରିବେ କି ?

(୧) ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ 'ବିସିଜି ଟିକା' କେତେବେଳେ ଦିଆଯାଏ ?

(୨) କେଉଁ ଭିଟାମିନ୍‌କୁ 'ଆଣ୍ଟି କ୍ୟାନ୍ସର ଭିଟାମିନ୍' କୁହାଯାଏ ?

(୩) ନିକଟରେ କେଉଁ ରାଜ୍ୟର ପୋଲିସ୍ ସହ ଭାରତୀୟ ସେନା 'ସୁରକ୍ଷା କବଚ-୨' ଅଭ୍ୟାସ ଆୟୋଜନ କରିଥିଲା ?

(୪) 'ୱାର୍ଲଡ୍ ଏୟାର କ୍ୱାଲିଟି' ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ବିଶ୍ୱର ସବୁଠୁ ଅଧିକ ପ୍ରଦୂଷିତ ଦେଶର ନାମ କ'ଣ ?

(୫) ନିକଟରେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆର କେଉଁ ଖେଳାଳି ଟେଷ୍ଟ କ୍ରିକେଟ ଇତିହାସରେ ସବୁଠୁ ଅଧିକ ବେଗରେ ୮୦୦୦ ରୁନ୍ କରିଥିବା ଖେଳାଳି ହୋଇଛନ୍ତି ?

(୬) ଅନ୍ତରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଥିଏଟର ଦିବସ କେବେ ପାଳନ କରାଯାଏ ?

(୭) ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବ୍ୟାଗକୁ ନିଷିଦ୍ଧ କରିଥିବା ଭାରତର ପ୍ରଥମ ରାଜ୍ୟର ନାମ କ'ଣ ?

(୮) ଗୌତମ ବୁଦ୍ଧଙ୍କ ଜନ୍ମ କେଉଁ ରାଜବଂଶରେ ହୋଇଥିଲା ?

(୯) କେଉଁ ଦୁଇଟି ରାଜ୍ୟ ମଧରେ କାବେରୀ ଜଳ ବିବାଦ ଦେଖାଯାଇଛି ?

(୧୦) ଓସ୍କାର ୨୦୨୨ ରେ କାହାକୁ 'ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଭିନେତା' ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି ?

JUMBLE WORDS

1) PLTIU	=	6) UDOLAN	=
2) TAAEB	=	7) GIDION	=
3) UONOCP	=	8) IMCCO	=
4) WIOSDN	=	9) OLAKA	=
5) CKRAT	=	10) DAHISR	=

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.ଲର୍ଡ ଲିଙ୍କନ୍, ୨.ଲଦାଖ, ୩. ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୪.ଜାପାନ, ୫.ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦, ୬. ମଣିପୁର, ୭. ସମ୍ପତ୍ତି ଅଧିକାର, ୮.କାଟାଲିନ୍ ନୋଭାକ୍, ୯.ରୁମା, ୧୦. ଉଦୟ ମାହୁରକର ।

Jumble Words ର ଉତ୍ତର :-

(1) TROPIC (2) MUTANT(3) ADAGE (4) HARSH (5) EXCEED (6) RADIUS (7) ABACK (8) PETTY (9) SQUASH (10) FIGURE

ସମସ୍ତ ଯୋଗ ସାଧନାର ସମନ୍ୱୟ... (ପଞ୍ଚମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ ସତ୍ୟ, ଅହିଂସା, ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଆଦି କିଛି ବ୍ରତ ଓ ଆଦର୍ଶ ପାଳନ କରୁଥିଲେ ଏବଂ ତଦନୁସାର ଜୀବନଯାପନର ଅଭ୍ୟାସ କରୁଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ନିଜର ଆଜୀବନ ସାଧନାର ଫଳସ୍ୱରୂପ ସେ ଏହି ନିଷ୍କର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ଯେ ଏହି ବିଷୟ ଗୁଡ଼ିକରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସିଦ୍ଧି ପ୍ରାପ୍ତ କରିବା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, ତେବେ ଅତ୍ୟନ୍ତ କଠିନ ଅବଶ୍ୟ । ଏଣୁ ମୃତ୍ୟୁର ଅନ୍ତିମ ଘଡ଼ି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସାବଧାନତା ପୂର୍ବକ ଏହି ନିୟମ, ବ୍ରତଗୁଡ଼ିକର ପାଳନ କରୁଥିବା ଦରକାର, ଅନ୍ୟଥା କୌଣସି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଶିଥିଳତା ଆସିଗଲେ ବର୍ଷ ବର୍ଷର ଅର୍ଜିତ ସାଧନା ଧୂଳିରେ ମିଶିଯାଇ ପାରେ ।

ଏହିପରି ସର୍ବଦା ଜାଗ୍ରତ ରହି ପହରା ଦେଉଥିବା କେତେ ଜଣ ଲୋକ ଥାଇ ପାରନ୍ତି ? ଏହି ଯକ୍ଷପ୍ରଶ୍ନ ବି ଆମ ସମକ୍ଷରେ ରହିଛି । ତେଣୁକରି ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ସାଧନା, ଯୋଗ ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଉଛି, ଏହି ଅବସ୍ଥାରୁ ଉପରକୁ ଉଠି, ଶରୀର, ମନ ଓ ବୁଦ୍ଧିର ଅବସ୍ଥାରୁ ବି ଉପରକୁ ଉଠି ଏଭଳି ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାପ୍ତ କରାଯାଉ, ଯେଉଁଠୁ ଆଉ କେବେ ହେଲେ ତଳକୁ ଖସିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ, ଯେଉଁଠୁ ଲୋଭରେ, ମୋହରେ, ବାସନାରେ ପଡ଼ିବା ବା ଖସିବା ହିଁ ହେବ ନାହିଁ, ଯେଉଁଠାରୁ କୌଣସି ପ୍ରକାର ପତନ ହେବ ନାହିଁ ।

ପ୍ରକୃତରେ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜର ଏକ ଛୋଟ ଅଂଶ ପ୍ରତି ସଚେତନ ରହିଥାଏ । ମନ- ଯାହା ଦ୍ୱାରା ସେ ସଂକଳ୍ପ-ବିକଳ୍ପ କରିଥାଏ, ବୁଦ୍ଧି- ଯାହା ଦ୍ୱାରା ସେ ଚିନ୍ତା କରିଥାଏ ଓ କାମ କରିଥାଏ, ପ୍ରାଣଶକ୍ତି – ଯାହା ତାକୁ ଚଲାଇଥାଏ ଓ ଜୀବିତ ରଖିଥାଏ ଏବଂ ଶରୀର- ଯେଉଁଥିରେ ମନ ଓ ପ୍ରାଣ ଉଭୟ ଅବସ୍ଥିତ ଏସବୁକୁ ମନୁଷ୍ୟ ଜାଣିଥାଏ । ଏହା ତ କେବଳ ତା'ର ବାହ୍ୟ ସତ୍ତା, ତା'ର ଏକ ଛୋଟ ଅଂଶ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ମନୁଷ୍ୟର ଏକ ବିଶାଳତମ, ମହାନତମ ଆନ୍ତରିକ ସତ୍ତା ଅଛି, ଯାହାର ବାହ୍ୟ ସତ୍ତା ବାସ୍ତବରେ ଏକ ପ୍ରକ୍ଷେପଣ ମାତ୍ର । ଏହାର ଶକ୍ତି ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଶରୀର ଠାରୁ ବି ଅଧିକ ମହାନ୍ ।

ଏହି ଆନ୍ତରିକ ସତ୍ତାର କେବଳ ଶକ୍ତି ହିଁ ନୁହେଁ, କ୍ଷେତ୍ର ମଧ ବଡ଼ ବ୍ୟାପକ । ଏହି ଆନ୍ତରିକ ସତ୍ତା ବଡ଼ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ । ଏହାକୁ ହିଁ ଆମେ ଆତ୍ମା ବା ଆନ୍ତରିକ ସତ୍ତା କହିଥାଉ । ଏହି ଆନ୍ତରିକ ସତ୍ତାକୁ ହିଁ ଶ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ 'ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା' କହିଛନ୍ତି । ଏହି ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତା ହୃଦୟ କେନ୍ଦ୍ର ପଛରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଏହି ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଶକ୍ତି ବାହ୍ୟ ସତ୍ତା ଅପେକ୍ଷା ଅନନ୍ତ ଗୁଣ ଅଧିକ ବୃହତ୍ ଓ ବ୍ୟାପକ ଏବଂ ଯେଉଁ ଅନୁପାତରେ ଏହା ପ୍ରକଟ କରାଯାଏ ତଥା ସାମନାକୁ ଆଣି ସକ୍ରିୟ କରାଯାଏ ସେହି ଅନୁସାରେ ମନୁଷ୍ୟ କମ୍ ବା ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ତଥା ସକ୍ଷମ ହୋଇଥାଏ । ଏହିଠାରୁ ଜ୍ଞାନ, ଶକ୍ତି, ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ଆନନ୍ଦର ସଜ୍ଞା ଗତି-କ୍ରିୟା ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଏହି ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ କ୍ଷମତାକୁ ପ୍ରକଟ କରି ତାହାକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହେବାକୁ ଦେବା ହିଁ ସମସ୍ତ ଯୋଗ ସାଧନାର ଲକ୍ଷ୍ୟ, ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଏହି ଶକ୍ତି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ ହୋଇଗଲେ ମନୁଷ୍ୟ ଆଉ ତଳକୁ ଖସେ ନାହିଁ, ତା'ର ପତନ ପରାଭବ ହୁଏ ନାହିଁ, ତା'ର ସାଧନା କେବେ ସ୍ଖଳିତ ହୁଏ ନାହିଁ, କାରଣ ସେ ଶରୀର, ମନ, ବୁଦ୍ଧିର ଅବସ୍ଥାରୁ ଉପରକୁ ଉଠି ଚୈତ୍ୟ ସତ୍ତାର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଶକ୍ତିକୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତ କରି ସେଥିରେ ସବୁବେଳ ପାଇଁ ଅବସ୍ଥିତ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁକରି ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ଯାହାର ବି ସାଧନା ଖଣ୍ଡିତ ହୋଇଛି, ତାହାର କାରଣ ହେଉଛି ସେମାନେ ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଶରୀର ତଳରେ ହିଁ ଅଟକି ରହିଗଲେ ।

ଶ୍ରୀ ରାମକୃଷ୍ଣ ପରମହଂସ ଏକ ସୁନ୍ଦର ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତ ଦେଇ ଏହାକୁ ବୁଝାଇ କହିଛନ୍ତି ଯେ ପିତଳ ବାସନକୁ ଯଦି ସର୍ବଦା ମଜା-ଧୁଆ କରା ନ ଯାଏ ତେବେ ତାହା ମଇଳା ହୋଇଯାଏ । କିନ୍ତୁ ସେଇ ପିତଳ ବାସନକୁ ସୁନାରେ ପରିଣତ କରିଦେଲେ ତାହା ଆଉ ମଇଳା ହେବାର ଭୟ ରହେ ନାହିଁ । ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନ ରୂପୀ ପିତଳ ବାସନ ଯେଉଁ ବିଧିରେ ସୁନାରେ ପରିଣତ ହୋଇପାରେ, ତାହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ । ସଦ୍‌ଜ୍ଞାନ ଓ ସତକର୍ମର ଉପାସନା, ନିଜର ସାଧନା ଓ ସମାଜର ଆରାଧନା ରୂପୀ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗ ଅଟେ ।

ଶରୀର, ମନ ଓ ବୁଦ୍ଧିର ତଳରେ ରହି ଜୀବନଯାପନ କରିବା, ସାଧନା କରିବା ସାପ ଗାତ ଉପରେ ବସି ସାଧନା କରିବା ସଙ୍ଗେ ସମାନ । ଯେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗାତ ଭିତରେ ସାପ ଅଛି, ସେପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତା' ଦ୍ୱାରା (କାମନା, ବାସନା, ଲୋଭ, ମୋହ, ଆସକ୍ତି ଆଦି ଦ୍ୱାରା) ଦଂଶନ କରାଯିବାର ଭୟ ଲାଗି ରହିବ । ମନ, ବୁଦ୍ଧି ଓ ଶରୀର ସ୍ତରରୁ ଉପରକୁ ଉଠି, ଆତ୍ମସତ୍ତା, ଚୈତନ୍ୟ ସତ୍ତାରେ ଅବସ୍ଥିତ ହୋଇଗଲେ ହିଁ ସେହି ସାପ ଦ୍ୱାରା ଦଂଶନ କରାଯିବାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇ ହେବ । ଏ ଜଗତକୁ ଦ୍ରଷ୍ଟା ଭାବରେ ଦେଖି ପରମ ଆନନ୍ଦର ଅନୁଭୂତି ପ୍ରତିକ୍ଷଣ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ଏହା ମଧ ସତ୍ୟ ଯେ ଏହି ଅବସ୍ଥାର ପ୍ରାପ୍ତି ହେତୁ ନିଜର ସାଧନା ସାଙ୍ଗକୁ ଭାଗବତ କୃପା, ଭାଗବତ ସ୍ପର୍ଶର ମଧ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଆମେ ସ୍ୱୟଂକୁ ରୂପାନ୍ତରଣର ଯୋଗ୍ୟ କରି ପାରିବା, ନିଜର ପାତ୍ରତା ବିକଶିତ କରି ପାରିବା, କିନ୍ତୁ ରୂପାନ୍ତରଣ ପାଇଁ ଉପରୁ ପରଶମଣିର ସ୍ପର୍ଶ ଆବଶ୍ୟକ, ତାହେଲେ ଆମେ ପିତଳରୁ ସୁନାରେ ବଦଳି ପାରିବା, ପରିଣତ ହୋଇ ପାରିବା । ତେଣୁକରି ସାଧନାରେ ଭାଗବତ ପ୍ରେମ, ଗୁରୁ ପ୍ରେମ ସର୍ବୋପରି । ଏହି ପରଶମଣିର ସ୍ପର୍ଶ ଶକ୍ତି ବା ସଂକଳ୍ପ ଦ୍ୱାରା ନୁହେଁ, ବରଂ ଶ୍ରଦ୍ଧା, ସମର୍ପଣ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ମିଳି ପାରିବ । ଭଗବଦ୍ ସ୍ପର୍ଶ ହେତୁ ଆତ୍ମାର ତୀବ୍ରତମ ଅଭୀପ୍ସା ଭଗବତ୍ ଉପାସନା ଦ୍ୱାରା ହି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇ ପାରିବ ।

ମନୁଷ୍ୟର ବୁଦ୍ଧି ଯେପରି ଭାବରେ ଭଗବାନଙ୍କ ଅବ୍ୟକ୍ତ, ଅନିର୍ବଚନୀୟ ରୂପ ଦେଖିବାକୁ ଚାହିଁଥାଏ- ସେହିପରି ତା'ର ପ୍ରାଣ ଭଗବାନଙ୍କ ମାଧୁର୍ଯ୍ୟର ରସ ପାନ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥାଏ । ତାପରେ ତାକୁ ପରମ ଶାନ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହି ଶାନ୍ତି ମନର ଭାବ, ଭାବନା, ବାସନା, ଚିନ୍ତା ଓ ବିଚାରଗୁଡ଼ିକୁ ପଦଦଳିତ କରି ପ୍ରାପ୍ତ କରାଯାଏ ନାହିଁ, ବରଂ ସାଧନା, ସଂଯମ, ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ସମର୍ପଣ ଦ୍ୱାରା ଏଭଳି ସ୍ଥିତି ସ୍ୱତଃ ଆସିଯାଏ, ଫଳରେ ଏହି ଶାନ୍ତି ସାଧକର ସ୍ୱଭାବର ଏକ ଅଙ୍ଗ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଏପରି ଶୁଦ୍ଧ, ଶାନ୍ତ, ନିଶ୍ଚଳ ଓ ନିରବ ଆଧାରରେ ହିଁ ଈଶ୍ୱରୀୟ ଆନନ୍ଦ, ପ୍ରେମ ଓ ଜ୍ଞାନ ଅବତରଣ କରିବା ସହଜ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗର ଆଧାର ।

ପ୍ରାକୃତିକ... (ତୃତୀୟ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ)

ଆକାଶର ପରିଚୟ ଖାଲି ବା ଶୂନ୍ୟତା । ଘଟାକାଶ ଓ ମଠାକାଶ ଭଳି କଳ୍ପନା ଏଇଥରୁ ହିଁ ଆସିଛି । ଆକାଶରେ ଯେକୌଣସି ବସ୍ତୁ ଫିଙ୍ଗିଲ୍, ଖାଲି ହେବା କାରଣରୁ ସେ ମନା କରିବ ନାହିଁ । କୌଣସି ପାତ୍ର ଖାଲି ହେବାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ସେଥିରେ ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱ ବିଦ୍ୟମାନ, କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ସେଥିରେ କୌଣସି ଜିନିଷ ରଖାଯାଏ ତ ତାହା (ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱ)ହଟିଯାଏ । ଏପରି ଶୂନ୍ୟତା ଆମେ ନିଜର ପେଟକୁ ବିଲକୁଲ ଖାଲି ରଖି ପ୍ରାପ୍ତ କରି ପାରିବା । ଏଣୁ ପ୍ରାତଃ ଶୌଚାଦିରୁ ନିବୃତ୍ତ ହେବା ପରେ ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପେଟକୁ ଅବକାଶ ଦେବା ଉଚିତ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଭୋଜନ ହଜମ କରୁଥିବା ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ଆରାମ ମିଳିବ ତଥା ନିଜର ଅସୁସ୍ଥ ଅଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକୁ ଠିକ୍ କରିବା ପାଇଁ ସମୟ ମିଳିବ, ଅଧିକନ୍ତୁ ଆମକୁ ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱ ବି ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ । ବ୍ରତ ଓ ଉପବାସ ଆମକୁ ଆକାଶ ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତିର ଅବସର କିଛି ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ ।

ପୃଥିବୀ ଆମକୁ ଅନ୍ନ, ଜଳ, ଡାଲି, ପନିପରିବା ଆଦି ଦେଇଥାଏ । ଏଣୁ ଏଗୁଡ଼ିକର ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ପୃଥିବୀ ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଏହାକୁ କଞ୍ଚା ଖାଇ ପାରି ନ ଥାଉ । ଏହାକୁ ଅଗ୍ନିରେ ରନ୍ଧନ କରି ତଥା ଆବଶ୍ୟକତାନୁସାର କିଛି ଅନ୍ୟ ମରିଚ ମସଲା ପକାଇ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାଉ । ଏହାର ସେବନ କେତେ ଆଉ କେତେ ଥର କରିବା, ଏହାର କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ମାନଦଣ୍ଡ ନାହିଁ ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ କରୁଥିବା କୃଷକ ବା ଶ୍ରମିକ ତଥା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ବସି କାମ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ସେମାନେ ନିଜର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ଏହାର ସେବନ କରିବା ଉଚିତ ।

ଅଗ୍ନିର ସ୍ରୋତ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଅଟେ । ଶୀତ ଦିନେ ତ ସିଧା ଖରାରେ ଗଡ଼ପଡ଼ ହେବା ବା ବସି କାମ କରିବାକୁ ଭଲ ଲାଗେ । ଗରମ ଦିନେ ମଧ ନିଜର କାମ କରିବା ବେଳେ ବୁଲାବୁଲି କରିବା ସମୟରେ ଖରା ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଅଗ୍ନି ତତ୍ତ୍ୱ ଆପେ ଆପେ ମିଳିଯାଇଥାଏ ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ଦିନ ତମାମ ବାତାନୁକୂଳିତ ବାତାବରଣ ଅର୍ଥାତ୍ ଏ.ସି. ଯୁକ୍ତ ଘର, କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଓ କାମରେ ରହନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କ ଶରୀରର ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା କମ୍ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ଅଳ୍ପ ପରିଶ୍ରମ ବା ଋତୁ ବଦଳିବା କ୍ଷଣି ଏହି ଲୋକ ମାନେ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ଶଯ୍ୟାଶାୟୀ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଖରାରେ ଯେଉଁଠି 'ଲୁ'ରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ଆବଶ୍ୟକ, ସେଇଠି ଖରାକୁ ଡରିବା ମଧ ଅନୁଚିତ । ଯେଉଁଠି ଖାଦ୍ୟପେୟର କଥା ଉଠେ, ସେଠାରେ ତ ସୂର୍ଯ୍ୟର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଦ୍ୱାରା ପାଚିଥିବା ଫଳ ଓ ସାଲାଡ଼ ଆଦି ସେବନ କଲେ ଅଗ୍ନି ତତ୍ତ୍ୱ ପୂର୍ବ ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ସେବନ ଦିନରେ ହିଁ କରିବା ଉଚିତ ଅର୍ଥାତ୍ ସୂର୍ଯ୍ୟାସ୍ତ ପରେ ଏହାକୁ ଖାଇବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ ।

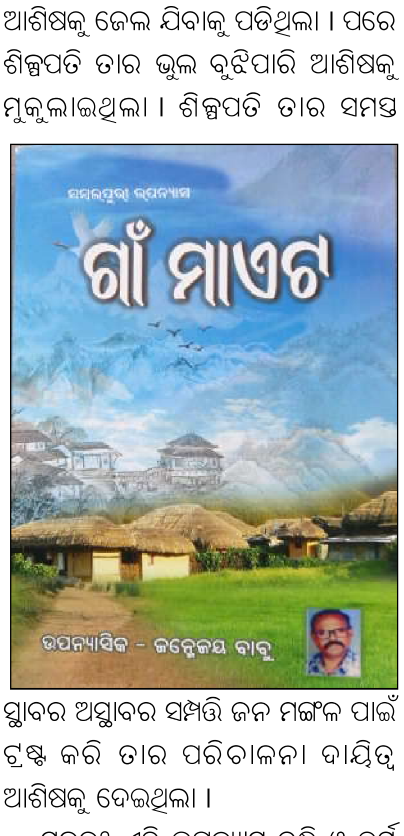
ସୂର୍ଯ୍ୟାସ୍ତ ପରେ ଶରୀରର ପାଚନ କ୍ରିୟା ମନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ଏଣୁ ସେହି ସମୟରେ ଗରିଷ୍ଠ ଭୋଜନ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ଯଦ୍ୟପି ଆଜିର ଧାଁ ଦଉଡ଼ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନରେ ସବୁ ନିୟମ ପାଳନ କରିବା ସମ୍ଭବ ହେଉ ନାହିଁ, ତଥାପି ଯେତିକି ହୋଇ ପାରିବ, ସେତିକି ପାଳନ କରିବା ଉଚିତ । ଯଦି ଲାଭ ମିଳିବ, ତାହାହେଲେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଜଣାଇବା ଉଚିତ, ଯଦ୍ୱାରା ଅଧିକାଧିକ ଲୋକଙ୍କର କଲ୍ୟାଣ ହୋଇ ପାରିବ । ଏହି ପ୍ରକାର ପଞ୍ଚତତ୍ତ୍ୱ ଦ୍ୱାରା ବିନିର୍ମିତ ଏହି ଦେହ ପାଇଁ ପ୍ରାକୃତିକ ଢଙ୍ଗରେ ଆହାର-ବିହାର ହିଁ ଉପଯୁକ୍ତ ।

ପୁସ୍ତକ ସମୀକ୍ଷା

ଗାଁ ମାଏଟ୍

ଜନ୍ମେଜୟ ବାବୁଙ୍କ ରଚିତ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଉପନ୍ୟାସ 'ଗାଁ ମାଏଟ୍' ଶିକ୍ଷିତ ଯୁବ ସମାଜର ଦିଗଦର୍ଶନ କହିଲେ ତିଳେମାତ୍ର ଅତ୍ୟୁକ୍ତି ହେବ ନାହିଁ । ଆଜି କାଲି ଶିକ୍ଷିତ ଯୁବ ସମାଜ କର୍ମ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ସହରାଭିମୁଖୀ ହେଉଥିବା ବେଳେ ଗାଉଁଲି ଶିକ୍ଷିତ ଯୁବକ ଆଶିଷ ଗାଁରେ ରହି ନିଜ କର୍ମ ନିଷ୍ଠା ବଳରେ ଶିଳ୍ପପତି ଅଜିତଙ୍କ ଫାର୍ମରେ କାମ କରି ନିଜ କର୍ମନିଷ୍ଠା ବଳରେ ଫାର୍ମର ଉନ୍ନତି କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଗାଁକୁ ସହରରେ ପରିଣତ କରି ପାରିଥିଲା । କବି ଲେଖକ ମାନେ ନିଜ କବିତା ମାଧମରେ ନିଜଗାଁକୁ ଉନ୍ନତ ସହରରେ ପରିଣତ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଆଶିଷ ତାର କବିତା ପୁସ୍ତକରେ ଯାହା କିଛି ଲେଖିଥିଲା ତାର କର୍ମ ଦକ୍ଷତା ଏବଂ ବୁଦ୍ଧିବଳରେ ସାକାରରେ ପରିଣତ କରି ପାରିଥିଲା ।

ଯେତେବେଳେ ପୁଞ୍ଜିବାଦ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଶ୍ରମିକ ଆନ୍ଦୋଳନ ହେଲା ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ଦାବି ପୁରଣ ପାଇଁ ଆଶିଷ ଅମଙ୍ଗ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କ ଦୟନୀୟ ଅବସ୍ଥା ଦେଖି ଦାବି ପୁରଣ ପାଇଁ ଶିଳ୍ପପତିଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କରିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଅଜିତ ଅମଙ୍ଗ ହେବାରୁ ନିଜ ସ୍ତ୍ରୀ ଏବଂ ଶିଳ୍ପପତି ଘର ଛାଡି ଯିବାକୁ ମଧ ପଶ୍ଚାତପଦ ହୋଇ ନ ଥିଲା । ତାରି ପରାମର୍ଶରେ ଶିଳ୍ପପତି ଭଣ୍ଡାର ଘରର ଧନ ବିତ୍ତ ଚୋରାଇ ଆଣି ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କ ମଧରେ ବାଣ୍ଟି ଦେଇଥିଲା । ଫଳରେ ଆଶିଷକୁ ଜେଲ ଯିବାକୁ ପଡିଥିଲା । ପରେ ଶିଳ୍ପପତି ତାର ଭୁଲ ବୁଝିପାରି ଆଶିଷକୁ ମୁକୁଳାଇଥିଲା । ଶିଳ୍ପପତି ତାର ସମସ୍ତ



ସ୍ଥାବର ଅସ୍ଥାବର ସମ୍ପତ୍ତି ଜନ ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ଟ୍ରଷ୍ଟ କରି ତାର ପରିଚାଳନା ଦାୟିତ୍ୱ ଆଶିଷକୁ ଦେଇଥିଲା ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ଏହି ଉପନ୍ୟାସ ବୁଦ୍ଧି ଓ କର୍ମ ଦକ୍ଷତା ବଳରେ ସବୁ କିଛି ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିବ ବୋଲି ସୂଚନା ଦିଏ ।

ସମୀକ୍ଷକ- ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ
ନବ ପ୍ରଶାସନିକ କଲୋନୀ,
ପଧାନପଡ଼ା, ବୁଢ଼ାରଜା

୪ ବର୍ଷ ହେବ ଆର୍‌ପିଡିଏସି ବୈଠକ ବସୁନାହିଁ

ସମ୍ବଲପୁର : ପ୍ରତ୍ୟେକ ୩ ମାସରେ ଥରେ ଥଇଥାନ ଓ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ବିକାଶ ପରାମର୍ଶଦାତା କମିଟି (ଆର୍‌ପିଡିଏସି) ବୈଠକ ବସିବାର ନିୟମ ଥିଲେ ମଧ ଇତିମଧରେ ୪ ବର୍ଷ ଅତିକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ଯାଇଥିଲେ ମଧ ଗୋଟିଏ ବି ବୈଠକ ବସିନାହିଁ । ଏଠାକାର ଆର୍‌ଡିସି ପଦରେ ୫ ଜଣ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କଲେଣି । ତଥାପି, ଏହି ଲମ୍ୱା ଅବଧି ମଧରେ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ଥରେ ବି ଅରପିଡିଏସି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇପାରି ନାହିଁ । ବର୍ତ୍ତମାନର ସାଂସଦ, ବିଧାୟକମାନଙ୍କୁ ନିଜର ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ମଧରେ ଥରେ ବି ଆର୍‌ପିଡିଏସି ବୈଠକରେ ନିଜ ଅଂଚଳର ସମସ୍ୟା ଉତ୍‌ଥାପନ କରିବାର ସୁଯୋଗ ମିଳିପାରି ନାହିଁ । ପଞ୍ଚାୟତ ଓ ପୌର ନିର୍ବାଚନ ସରିବା ପରେ ବୈଠକ ହେବ ବୋଲି କହାଯାଉଥିଲା, ହେଲେ ନିର୍ବାଚନ ସରିବାକୁ ଇତିମଧରେ ଅନେକ ଦିନ ବିତିଲାଣି, ତଥାପି ବୈଠକ ଆୟୋଜନ ଦିଗରେ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଉ ନାହିଁ ।

ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଗତ ଜୁଲାଇ ୨୦୦୬ ମସିହାରେ ଶିଳ୍ପାନୁଷ୍ଠାନ ଗଢ଼ି ଉଠିଥିବା ଆଖପାଖ ଅଂଚଳର ବିକାଶ ସହିତ ବିସ୍ଥାପିତଙ୍କ ସମସ୍ୟାଙ୍କ ସମାଧାନ ନିମନ୍ତେ ଆର୍‌ପିଡିଏସି ଗଠନ ପାଇଁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥିଲେ । ଆର୍‌ଡିସିଙ୍କୁ ଅଧକ୍ଷ, ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ସଦସ୍ୟ-ଆବାହକ ରଖାଯିବା ସହିତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶିଳ୍ପସଂସ୍ଥା ପାଇଁ ଅଲଗା ଅଲଗା ଆର୍‌ପିଡିଏସି ସମସ୍ୟା ବିଭିନ୍ନ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଉଥିବା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କମିଟିରେ ସ୍ଥାନୀୟ ସାଂସଦ, ବିଧାୟକ, ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ଅଧକ୍ଷ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭାପତିଙ୍କ ସହିତ ଡିଆଇଜି, ଏସ୍‌ପି, ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀ, ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଓ ବିସ୍ଥାପିତମାନଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧିଙ୍କୁ ସଦସ୍ୟ ରଖାଯାଇଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ୩ ମାସରେ ଥରେ ଏହି ବୈଠକ ଆୟୋଜନ ପାଇଁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ଅନେକ ଶିଳ୍ପାନୁଷ୍ଠାନ ରହିଛି । ଶେଷ ଥର ପାଇଁ ଗତ ୨୫ ଜାନୁଆରି ୨୦୧୮ରେ ଏହି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ କରାଯାଇଥିଲା । ସେତେବେଳେ ଡି.ଭି ସ୍ୱାମୀ ଉତ୍ତରାଂଚଳ ଆର୍‌ଡିସି ଥିଲେ । ବୈଠକରେ ଶିଳ୍ପାନୁଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକ ପୂର୍ବ ନିଷ୍ପତ୍ତି ମୁତବାକ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରି ନ ଥିବା, ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ପ୍ରକଳ୍ପଗୁଡ଼ିକ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ଅବଧିରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ନ ଥିବାରୁ ତୀବ୍ର ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା । ଶ୍ୟାମ ମେଟାଲିକ୍ସ ଆଣ୍ଡ ଏନାର୍ଜି ଆଦି କମ୍ପାନୀର ଆର୍‌ପିଡିଏସି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରସଙ୍ଗ ନେଇ କମ୍ପାନୀ ଉପରେ ଜନ ପ୍ରତିନିଧି ମାନେ ବର୍ଷି ଥିଲେ । ଅନ୍ୟ ଶିଳ୍ପାନୁଷ୍ଠାନର ଆରପିଡିଏସି ବୈଠକରୁ ବହୁ ଦିନରୁ ହୋଇନାହିଁ ।

ଉତ୍ତରାଂଚଳ ଆର୍‌ଡିସି ଥିବା ଡି.ଭି.ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ବଦଳି ପରେ ଦକ୍ଷିଣାଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଜୋନ୍, ବ୍ରହ୍ମପୁରର ଆର୍‌ଡିସି ଟି. ଆଓ ଲମ୍ୱା ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉତ୍ତରାଂଚଳ ରାଜସ୍ୱ ଡିଭିଜନ୍, ସମ୍ବଲପୁରର ଅତିରିକ୍ତ ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇ ଥିଲେ । ପରେ ନିରଂଜନ ସାହୁଙ୍କୁ ଏଠାକାର ସ୍ଥାୟୀ ଆର୍‌ଡିସି ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତି ମିଳିଥିଲା । ଗତ ଜାନୁଆରିରେ ସେ ଅବସର ନେବା ପରେ ପୁଣି ଏହି ପଦ ଖାଲି ରହିଥିଲା । କଟକ କେନ୍ଦ୍ରାଞ୍ଚଳ ଅର୍‌ଡିସି ଅନିଲ ସାମଲ ସମ୍ବଲପୁର ଅର୍‌ଡିସି ଭାବେ ଅତିରିକ୍ତ ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇଲେ । ସେ ତାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ସମୟରେ ମାତ୍ର ୪/୫ ଥର ସମ୍ବଲପୁର ଆସିଥିଲେ । ସେ ପୁଣି ଅବସର ନେବା ପରେ ଏଠାରେ ଅର୍‌ଡିସିଙ୍କ ସଚିବ ଭାବ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଭୀମସେନ ପୁନମକାନ୍ତ ଏକ୍କାଙ୍କୁ ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଅର୍‌ଡିସି ଭାବେ ଦାୟିତ ଦିଆଗଲା । ନିର୍ବାଚନ କିଛି ମାସ ପୂର୍ବରୁ ଡକ୍ଟର ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଦଳେଇ ଏଠାରେ ନୂଆ ଅର୍‌ଡିସି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଲେ । ଡକ୍ଟର ଦଳେଇ ଏଠାରେ ଯୋଗଦେବା ପରେ ନିୟମିତ ଭାବେ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗର ସମୀକ୍ଷା କରୁଛନ୍ତି । ମାତ୍ର, ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ଆର୍‌ପିଡିଏସି ବୈଠକ ଆୟୋଜନ ନେଇ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇ ନାହିଁ ।

ଗଣ୍ଡାବଜା ଉପରେ ଆଲୋଚନା ଚକ୍ର

ବଲାଙ୍ଗୀର : କୁତମୁଣ୍ଡାରେ ମୁହୁରୀ କଳାପରିଷଦ ଅନୁଷ୍ଠାନର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଶ୍ରୀହିରାଧର କୁମ୍ଭାରଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ 'ଗଣ୍ଡାବଜା' ଉପରେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଆଲୋଚନା ଚକ୍ର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧରେ ଅନୁଷ୍ଠାନର ଉପ-ସଭାପତି ମୁରଲୀଧର ଶିକା, ଅର୍ଜୁନ ସାହୁ, କଳାକାର ହୃଷିକେଶ କୁମ୍ଭାର, ଭୋଳାରାମ କୁମ୍ଭାର, ଜାପାନ ନାଗ, ରଘୁନାଥ କୁମ୍ଭାର, ଧନୁ କୁମ୍ଭାର, ଭକ୍ତ ବାରିକ, ରାଜୁ ତାଣ୍ଡି, ଚମରା ସୁନା, ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର କୁମ୍ଭାର, ଲକ୍ଷ୍ମଣ ନାଗ, ଗିରିଧାରୀ କୁମ୍ଭାର, ଭମର ନାଗ, ବିଶ୍ୱନାଥ କୁମ୍ଭାର, କଳାକୃଷ୍ଣ ମହାନନ୍ଦ ପ୍ରମୁଖ ଆଲୋଚନାରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରି ଦୀର୍ଘଦିନରୁ ଆମ ପରମ୍ପରା ଓ ସଂସ୍କୃତିକୁ ଉଜ୍ଜୀବିତ କରିଥିବା ଗଣ୍ଡାବଜା କେମିତି ଆହୁରି ବିକଶିତ କରାଯିବ ଏବଂ କଳାକାର ମାନଙ୍କୁ ତାଙ୍କର କଳା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ମଞ୍ଚରେ ସୁଯୋଗ ମିଳିବ ସେ ଦିଗରେ ସମସ୍ତ ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ ଓ ସରକାର ଯତ୍ନବାନ ହେବା ଉଚିତ ବୋଲି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ । ଏହି ବୈଠକରେ ପାଟଣାଗଡ ଅଞ୍ଚଳର ୭ଟି ପଞ୍ଚାୟତ ର ୭୦ଜଣ ଗଣ୍ଡାବଜା କଳାକାର ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ସନ୍ତୋଷ ରାଉତ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବାନ ଜୀବନର ମୂଲ୍ୟ: ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଅବଲୋକନ

ସମ୍ବଲପୁର : ପ୍ରଜାପିତା ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀ ଈଶ୍ୱରୀୟ ବିଶ୍ୱ ବିଦ୍ୟାଳୟର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ମାଉଣ୍ଟ ଆବୁର ଗ୍ଲୋବାଲ ହସ୍ପିଟାଲରୁ ଆସିଥିବା ଈଶ୍ୱରୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଦଳ ଭୂଷଣ ଷ୍ଟିଲ ପ୍ଲାଣ୍ଟ, ସିଲକନ୍ ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ ଅଫ ଟେକ୍ନୋଲୋଜି, ବୁର୍ଲା ନର୍ସିଂ କଲେଜ, ଭୀମସାର, ତ୍ରିଲୋଚନ ନେତ୍ରାଳୟ, ହୋମିଓପ୍ୟାଥି ମେଡିକାଲ କଲେଜ, ସମ୍ବଲପୁର ନର୍ସିଂ କଲେଜ୍ ଓ ଶିବଦର୍ଶନ ଭବନରେ ଛାତ୍ର, ଅଧାପକ, ଶିକ୍ଷକ, ଡାକ୍ତର ତଥା ପରିଚାଳକ (ଷ୍ଟାଫ୍) ମାନଙ୍କୁ' ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବାନ ଜୀବନ ରେ ମୂଲ୍ୟ: ଏକ ଆଧାତ୍ମିକ ଅବଲୋକନ' ବିଷୟରେ ପରିକଳ୍ପନା ମାଧମରେ ଓ କ୍ରିୟାଶିଳତା ମାଧମରେ ଶୃଙ୍ଖଳା, ସରସତା ଓ ଶାନ୍ତିମୈତ୍ରୀର ପରିବେଶରେ ଜ୍ଞାନ ବିତରଣ କରିଥିଲେ । ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀଜ୍ ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳ, ସମ୍ବଲପୁରର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଶାସିକା ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀ ପାର୍ବତୀ ଭଉଣୀଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ମାଉଣ୍ଟଆବୁରୁ ଆସି ଥିବା ଈଶ୍ୱରୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଦଳରେ ପୁନେ ର ଡକ୍ଟର ମନୋଜ ଭାଇ, ଗ୍ଲୋବାଲ ହସ୍ପିଟାଲର ବି.କେ ଶ୍ରୀନିଧି ଭାଇ (ଡେପୁଟି ମ୍ୟାନେଜର), ବ୍ରହ୍ମା- କୁମାରୀ ରୂପା ଭଉଣୀ (ନର୍ସିର ମୁଖ୍ୟ), ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀ କଳ୍ପନା ଭଉଣୀ (ମନୋବିଜ୍ଞାନବିଦ୍), ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀ କ୍ରୀଷ୍ଟା ଭଉଣୀ (ରେଡିଓ ମଧୁବନ) ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀ ରଶ୍ମୀ ଭଉଣୀ (ନୃତ୍ୟ ଓ ବ୍ୟାୟାମ ସଂଚାଳିକା) ଙ୍କ ଦାୟିତ୍ୱ ବୋଧତା ଓ ଶୃଙ୍ଖଳାଗତ ସହଯୋଗିତାରେ ସମ୍ବଲପୁର ସବ-ଜୋନ୍‌ର

ବ୍ରହ୍ମାକୁମାରୀ ବ୍ରହ୍ମାକୁମାର ଭଉଣୀ ଭାଇଙ୍କୁ ନେଇ ଏଇ ସଂକ୍ରାନ୍ତରେ ଏକ ତାଲିମ ଶିବିର ମଧ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ସୋନପୁର, ରେଢ଼ାଖୋଲ, ବଲାଙ୍ଗୀର, ବରଗଡ଼, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, କୁଚିଣ୍ଡା, ଦେବଗଡ଼ର ଭାଇ ଭଉଣୀମାନେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ବୁର୍ଲା ଡିଏଭି ସ୍କୁଲର ବାର୍ଷିକୋତ୍ସବ

ବୁର୍ଲା : ଏମ୍‌ସିଏଲ ଡିଏଭି ପବ୍ଲିକ ସ୍କୁଲର ବାର୍ଷିକୋତ୍ସବ 'ଉମଙ୍ଗ' ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଏମ୍.ସି.ଏଲ.ର ସି.ଏମ୍.ଡି ଓ.ପି ସିଂ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, କାର୍ମିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ କେଶବ ରାଓ, ମୁଖ୍ୟ ସତର୍କତା ଅଧିକାରୀ ପି.କେ. ପଟେଲ, ବୈଷୟିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଜେ.କେ ବୋରା, ଜାଗୃତି ମହିଳା ମଣ୍ଡଳର ସଭାପତି ପଦ୍ମଜା ସିଂ, ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଭାପତି ଏସ୍.କେ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ, ଡିଏଭି ଜୋନ-୨ର ଆଞ୍ଚଳିକ ଅଧିକାରୀ ଲୋକନାଥ ପ୍ରଧାନ ପ୍ରମୁଖ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧକ୍ଷା ରଶ୍ମୀ ମିଶ୍ର ବାର୍ଷିକ ବିବରଣୀ ପାଠ କରିଥିଲେ । ଲୋକନାଥ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଡିଏଭିର ଅଙ୍ଗୀକାରବଦ୍ଧତା, ଉତ୍କର୍ଷକୁ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷଣ କରାଯାଇଥିଲା । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା, ଶିକ୍ଷା ଆଦି କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ଲାଭ କରିଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଅତିଥିମାନେ ପୁରସ୍କୃତ କରିଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଶିକ୍ଷକ ଚନ୍ଦନ ମହାନ୍ତି, ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ନିଶୁ ସା' ଓ ମୀନାକ୍ଷୀ ସୁପକାର ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ବରିଷ୍ଠ ଶିକ୍ଷକ ଶ୍ରୀବତ୍ସ ଧର ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ସୂଚନା

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

Subscription Rate of The Sweekar

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

Advertisement Tariff of The Sweekar

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

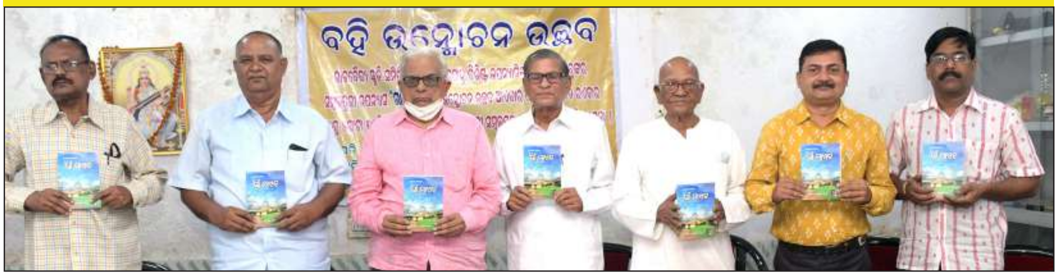
Colour Advertisement - 100% Extra

ରାଷ୍ଟ୍ରର ପ୍ରଗତିରେ ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କ ଯୋଗଦାନ ଅମୁଲ୍ୟ- ଡା.ରାସେଶ୍ୱରୀ

ସମ୍ବଲପୁର : ଶ୍ରମିକ ମାନଙ୍କ ଶ୍ରମ, ନିଷ୍ଠା ଓ ପ୍ରତିବଦ୍ଧତା ହିଁ ବିକାଶର ମୂଳ ଆଧାର । ସାରା ବିଶ୍ୱକୁ ଶ୍ରମିକ ମାନଙ୍କ ଅବଦାନ ଅତୁଳନୀୟ ।

ତେବେ ରାଷ୍ଟ୍ର ଗଠନ ତଥା ରାଜ୍ୟର ପ୍ରଗତିରେ ଶ୍ରମିକ ମାନଙ୍କ ଅମୁଲ୍ୟ ଯୋଗଦାନ ରହିଛି ବୋଲି ବିଜୁ ଜନତା ଦଳ ପ୍ରବକ୍ତାତଥାରାଜ୍ୟସାଧାରଣସମ୍ପାଦିକାପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡ଼ାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଶ୍ରମିକ ଦିବସ ଅବସରରେ 'ବିଜୁ ନିର୍ମାଣ ଶ୍ରମିକ ସଂଘ' ପକ୍ଷରୁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସଭାରେ ଡ଼ାକ୍ତର ପାଣିଗ୍ରାହୀ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଏହା କହିବା ସହ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ଶ୍ରମିକ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ ।ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଧିକାରୀ ମୋତିଲାଲ ନନ୍ଦ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ଉପସ୍ଥିତ ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟାଙ୍କ ଜରିଆରେ ମିଳୁଥିବା ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ବାବଦରେ ଅବଗତ କରାଇଥିଲେ । 'ବିଜୁ ନିର୍ମାଣ ଶ୍ରମିକ ସଂଘ' ସଭାପତି ସୁଧାଂଶୁ ଶେଖର ମହାରଣା ସଭାରେ ସଭାପତିତ୍ୱ କରିଥିବାବେଳେ ଶ୍ରମିକ ମାନଙ୍କୁ ସଂଗଠିତ କରିବାରେ ବିଶେଷ ଭୂମିକା ନେଇଥିବା ଇଞ୍ଜିନିୟର ବାସୁଦେବ ରେଡଡି ଏବଂ ସୌରୀ ନାରାୟଣ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କୁ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଉପଢ଼ୌକନ ପ୍ରଦାନ ପୂର୍ବକ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରିଥିଲେ । ସଂଘର ସମ୍ପାଦକ କୁଳ ଶେଖର ବାରିକ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ସମ୍ବଲପୁରୀ ଉପନ୍ୟାସ 'ଗାଁ ମାଏଟ୍' ଉନ୍ମୋଚିତ



ସମ୍ବଲପୁର : ଜନ୍ମେଜୟ ବାବୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଉପନ୍ୟାସ 'ଗାଁ ମାଏଟ' ବ୍ରହ୍ମପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୂର୍ବତନ କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଯାଇଛି । ରାଜବୈଦ୍ୟ ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ସ୍ମୃତି ସମିତି ପକ୍ଷରୁ ଶ୍ରୀ ରଘୁନାଥ ମିଶ୍ରଙ୍କ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ହେମନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ଏବଂ ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ଅରବିନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଅଧାପକ ଡକ୍ଟର ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ପଣ୍ଡା ଓ କବି ତଥା ସାମ୍ବାଦିକ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନାରାୟଣ ହୋତା ଓ ଗୋପୀନାଥ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ ପୁସ୍ତକର ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ସମିତିର ସମ୍ପାଦକ ସୁଶାନ୍ତ ପଣ୍ଡା ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଓ ଦିଲ୍ଲୀପ ପୃଷ୍ଟି ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଲୋକେଶ୍ୱର ମହାଦେବଙ୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଉତ୍ସବର ଅଙ୍କୁରାରୋପଣ

ବରଗଡ଼ : ଆସନ୍ତା ୧୦ ରୁ ୧୪ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଛତିଶଗଡ଼ର ସରିଆ ନିକଟସ୍ଥ ଲୁକାପଡ଼ା ଠାରେ ହେବାକୁ ଥିବା ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଲୋକେଶ୍ୱର ମହାଦେବ ମନ୍ଦିର ଏବଂ ବିଗ୍ରହ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ମହାଯଜ୍ଞ ପାଇଁ ଅଙ୍କୁରାରୋପଣ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବିଶ୍ୱାତ୍ମ ଚେତନା ପରିଷଦର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ପରମହଂସ ସ୍ୱାମୀ ସତ୍ୟପ୍ରଜ୍ଞାନନ୍ଦ ଜୀ ମହାରାଜଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ଭକ୍ତ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଯୁଗଳ ବୋରା ଏମସିଏଲ୍‌ର ନୂଆ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ

ବୁର୍ଲା : ମହାନଦୀ କୋଲ ଫିଲ୍ଡସ୍ ଲିମିଟେଡର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ (ଟେକ୍ନିକାଲ/ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ଆଣ୍ଡ ପ୍ଲାନିଂ) ଭାବେ ଯୁଗଳ କୁମାର ବୋରା ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯୋଗ ଦେବା ପରେ ଶ୍ରୀ ବୋରା ଏମ.ସି.ଏଲ୍ ଅଧୀନ ପ୍ରମୁଖ କୋଇଲା କ୍ଷେତ୍ର ପରିଦର୍ଶନ କରି ଉତ୍ପାଦନ କାର୍ଯ୍ୟ ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ବୋରା ଏହା ପୂର୍ବରୁ କୋଲ୍ ଇଣ୍ଡିଆର କଲିକତା ସ୍ଥିତ ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ (ଉତ୍ପାଦନ) ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିଲେ । ଦୀର୍ଘ ୩୫ ବର୍ଷ ଧରି ସେ ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ଉଭୟ ଭୂତଳ ଓ ଖୋଲାମୁହଁ କୋଇଲା ଖଣି ପରିଚାଳନାରେ ତାଙ୍କର ବେଶ୍ ଅଭିଜ୍ଞତା ରହିଛି । ଏଠାରେ ଯୋଗଦାନ ପରେ ଶ୍ରୀ ବୋରାଙ୍କୁ ଏମ୍.ସି.ଏଲ ତରଫରୁ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ହିନ୍ଦୀ ସାହିତ୍ୟରେ ଚିତ୍ତରଞ୍ଜନ ନାହକଙ୍କୁ ଡକ୍ଟରେଟ ଲାଭ

ବୁର୍ଲା : ଏମ୍.ସି.ଏଲର ଜନ ସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗର ହିନ୍ଦୀ ଅନୁବାଦକ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଶ୍ରୀ ଚିତ୍ତରଞ୍ଜନ ନାହକ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଅଧୀନରେ ତୁଳନାତ୍ମକ ସାହିତ୍ୟରେ ଗବେଷଣା କରି ପି.ଏଚ୍.ଡି ଉପାଧି ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ନିକଟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ୩୧ତମ ସମାବର୍ତ୍ତନ ଉତ୍ସବରେ ରାଜ୍ୟପାଳ ପ୍ରଫେସର ଗଣେଶୀ ଲାଲ ତାଙ୍କୁ ପିଏଚ୍‌ଡ଼ି ଡିଗ୍ରୀ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ନାହକ "ସୁମିତ୍ରା ନନ୍ଦନ ପନ୍ଥ ଏବଂ ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ରାଉତରାୟ କେ କାବ୍ୟ କି ମାନବତାବାଦୀ ପ୍ରବୃତିୟାଁ କା ତୁଳନାତ୍ମକ ଅଧ୍ୟୟନ" ଶୀର୍ଷକ ଉପରେ ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ ହିନ୍ଦୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ଡକ୍ଟର ଦାମୋଦର ମିଶ୍ରଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ

ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଗବେଷଣା କରିଥିଲେ । ଉକ୍ତ ଗବେଷଣାତ୍ମକ ନିବନ୍ଧ ଲକ୍ଷ୍ନୌ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ (ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ) ର ହିନ୍ଦୀ ବିଭାଗର ମୁଖ୍ୟ ତଥା ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରଫେସର ଡକ୍ଟର ପବନ ଅଗ୍ରୱାଲ ଏବଂ ଦିଲ୍ଲୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ହିନ୍ଦୀ ବିଭାଗର ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରଫେସର ଡକ୍ଟର ମୋହନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପରୀକ୍ଷିତ ହୋଇ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରଶଂସିତ ହୋଇଛି । ଡକ୍ଟର ଚିତ୍ତରଞ୍ଜନ ନାହକ ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲା ବ୍ରହ୍ମପୁର ନିକଟସ୍ଥ ଫୁଲଟା ଗ୍ରାମର ସ୍ୱର୍ଗୀୟ ବୁଧୁ ନାହକ ଓ ଶ୍ରୀମତୀ ଧୋବଣୀ ନାହକଙ୍କ ଜ୍ୟେଷ୍ଠ ପୁତ୍ର ଏବଂ ଶ୍ରୀ ନବଘନ ନାହକ ଓ ଶ୍ରୀମତୀ ସରୋଜ ନାହକଙ୍କ ଜାମାତା ଅଟନ୍ତି ।

ମାରୱାଡି ଯୁବମଞ୍ଚର ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

ସମ୍ବଲପୁର : ସମ୍ବଲପୁରର ମାରୱାଡି ଯୁବମଞ୍ଚ ଶକ୍ତିଶାଖା ଏବଂ ସିଆରପିଏଫ୍‌ର ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ଆୟୋଜିତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ୩୧ ୟୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଶିବିରରେ ଅଖିଳ ଭାରତୀୟ ମାରୱାଡି ଯୁବମଞ୍ଚର ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସଂଯୋଜକ ପରାଗ ଅଗ୍ରୱାଲ, ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରାନ୍ତୀୟ ମାରୱାଡି ଯୁବମଞ୍ଚର ପ୍ରାନ୍ତୀୟ ଅଧକ୍ଷ ନରେଶ ଅଗ୍ରୱାଲ, ସି.ଆର.ପି.ଏଫ୍‌ର ଡିଆଇଜି ଲାଲଚନ୍ଦ ଯାଦବ, ନନ୍ଦକିଶୋର ଅଗ୍ରୱାଲ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ରକ୍ତଦାନ କରିଥିବା ରକ୍ତଦାତାମାନଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ବୁର୍ଲାରେ ନବନିର୍ମିତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ସଙ୍କଟମୋଚନ ବୀର ହନୁମାନ ମନ୍ଦିର ଓ ବିଗ୍ରହ ପ୍ରାଣପ୍ରତିଷ୍ଠା

ବୁର୍ଲା : ବୀର ସୁରେନ୍ଦ୍ର ସାଏ ବୈଷୟିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ନବନିର୍ମିତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ସଙ୍କଟମୋଚନ ବୀର ହନୁମାନ ମନ୍ଦିରରେ ବୀର ହନୁମାନଙ୍କ ବିଗ୍ରହ ପ୍ରାଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ମହୋତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଇଞ୍ଜିନିୟର ଶିବ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ ଏହି ମନ୍ଦିରର ପ୍ରାଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ମହୋତ୍ସବରେ ତାଙ୍କ ପିତା ଦୂତୀକୃଷ୍ଣ ପାଢ଼ୀ ଏବଂ ମାତା ସୁଲୋଚନା ପାଢ଼ୀ କର୍ତ୍ତା ହୋଇଥିଲେ । ଉତ୍ସବରେ ପଣ୍ଡିତ ସର୍ବଶ୍ରୀ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କର, ପ୍ରଭାତ ମିଶ୍ର, ବୈରାଗୀ ଚରଣ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ, ଶିଶିର ମିଶ୍ର, ସନ୍ତୋଷ ବିଶି, କାହ୍ନୁଚରଣ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ, ରାଜୀବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ, ମୁନ୍ନା ଶତପଥୀ, ଯଦୁବଂଶ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ବିମଳ ଶତପଥୀ, ସୌରଭ କୁମାର ମିଶ୍ର ଏବଂ ଭାଗିରଥି ମହାପାତ୍ର ବୈଦିକ ରୀତିନୀତି ଅନୁଯାୟୀ ମନ୍ତ୍ରପାଠ, ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା ତଥା ଯଜ୍ଞ କରିଥିଲେ । ବନାରସରୁ ଆସିଥିବା ୧୨ ଜଣ ନାଗା ସାଧୁ ମଧ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଭଜନ ସମାରୋହ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମମାନ ମଧ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ତିନିଦିନ କାଳ ହଜାର ହଜାର ଭକ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଭୋଗ ଏବଂ ଥଣ୍ଡା ପାନୀୟ ଜଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା କମିଟି ତରଫରୁ କରା ଯାଇଥିଲା । ଉଦ୍‌ଯାପନୀ ଉତ୍ସବରେ ପ୍ରଫେସର ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରସାଦ ପାଢ଼ୀ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ଡାକ୍ତର ରାସେଶ୍ୱରୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଭିଏସଏସୟୁଟିର କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ବଂଶୀଧର ମାଝୀ, ବୁର୍ଲାର ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ଚକ୍ରଧର ଚଇନୀଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ଭକ୍ତ ଯୋଗ 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