

Vol.- 46, Issue No. 86
Friday, 26 June 2026
ଶୁକ୍ରବାର, ୨୬ ଜୁନ ୨୦୨୬
Bhubaneswar
Price: Rs. 2.00, Page: 8
R.N.I. Regd. No. 34063/81
Postal Regd. No. BN/79/18-20
Online Portal: www.dinalipi.com
Mail ID: dinalipinews@gmail.com

ଏକ ନିରପେକ୍ଷ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ସମ୍ବାଦପତ୍ର
ଦିନଲିପି
THE DINALIPI

https://www.facebook.com/dinalipilive
www.youtube.com/@dinalipilive
https://www.dinalipi.com
https://www.dinalipiepaper.com
https://www.dinalipi.in
twitter.com/DinalipiOnline

Web: www.dinalipi.com, E-mail: dinalipinews@gmail.com



ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ ଭୂକମ୍ପ ତାଣ୍ଡବ: ୧୬୪ ମୃତ

ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ ୨୫.୫.୨୦: ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ ଭୂକମ୍ପ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଭୂମିକମ୍ପ ଅନୁଭୂତ ହୋଇଛି । ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ ଭାରତୀୟ କାରାକାର୍ଯ୍ୟ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଅଞ୍ଚଳରେ ଭୂକମ୍ପ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଭୂମିକମ୍ପ ଘଟିବ । ଭୂକମ୍ପ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଭୂମିକମ୍ପରେ ପ୍ରାୟ ୧୬୪ ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୧ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ଆହତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଧୂଆବେଶେଷ ଚଳେ ବହୁ ଲୋକ ପରି ରହିଥିବାରୁ ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ବଦଳି ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ବିପଦକୁ ଭଙ୍ଗା ପାଇଁ ବ୍ୟାପକ ସର୍ବ ଆଶ୍ରେ ରେସକ୍ୟୁ ଅଭିଯାନ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଭଙ୍ଗା କାର୍ଯ୍ୟରେ ସେବାକୁ ମଧ୍ୟ ମୁତୟନ କରାଯାଇଛି । ଭୂମିକମ୍ପ ପରେ ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଦେଲେ ରୋଡ୍‌ବ୍ରେକ୍ ଦେଖିବାକୁ କରୁଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମେ ୧.୨ ଏବଂ ୧.୫ ମିନିଟ୍ କିଛି ସେକେଣ୍ଡ ପରେ ୧.୫ ଠାରୁ ୨.୫ ମିନିଟ୍ ଭୂମିକମ୍ପ ହୋଇଥିବା

ଭାରତ ପଠାଇବ ଏନଡିଆରଏଫ୍ ଟିମ୍

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୫.୫.୨୦: ଭୂମିକମ୍ପରେ ଅଭିଭି ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ । ଦେଶରେ ଭାରିଛି ଚଳା ଝଟିବା । ମାତ୍ର ୩୯ ସେକେଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ଆସିଥିବା ଦୁଇ ଭୂକମ୍ପ ରାଜଧାନୀ କାରାକାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନେକ ସହରକୁ ବୋଧହୁଏ ଦେଖିଛି । ବଡ଼ ବଡ଼ ଘର ଏବଂ କୋଠା ଭୁକ୍ତ ହୋଇଛି । ବିଦେଶୀ ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ୧୦ ହଜାର ପ୍ରାଣ ହରାଇଥିବା ନେଇ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଆଉ କିଛି କାରାଗାର ମୃତ୍ୟୁସଂଖ୍ୟା ଲକ୍ଷ ହୁଏ ବୋଲି ତଥ୍ୟ ରହିଛି । ତେବେ ଏହି ପ୍ରତିକୂଳ ସମୟରେ ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ ପ୍ରତି ଭାରତ ସହାୟତାରେ ସାଥୀ ଦେବାକୁ ଭୂମିକମ୍ପ ପରେ ଭୈରବେଶୁଙ୍କୁ ଭଙ୍ଗା କାର୍ଯ୍ୟ କରି ରହିଛି । ଭଙ୍ଗାବେଶେଷ ଚଳୁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସହାୟତା ଦାଖଲ । ଏହି ଭୂମିକମ୍ପରେ ଭାରତ ସରକାର ନକର ରଖିଛନ୍ତି । ଏହାସହ ସରକାର ସେଠାକୁ ଏନଡିଆରଏଫ୍ ଟିମ୍ ପଠାଇବା ପାଇଁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି ।

ଆକାଶମାନା ଅଞ୍ଚଳରେ ପରିସ୍ଥିତି କରୁତ ଗମନ ରହିଛି । ଅନେକ ଘର ଏବଂ କୋଠା ଭୁକ୍ତ ହୋଇଛି । ଭୂକମ୍ପ ପରେ ଭୂକମ୍ପ କୋଠାଗୁଡ଼ିକୁ ଆହୁରି କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇପାରେ । ତେଣୁ ଲୋକଙ୍କୁ ଘର ଭିତରକୁ ନ ଯିବାକୁ ସେ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । କିଛି ଲୋକ ଆହତ ହୋଇଥିବା ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଛି । ଆହୁରି ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜରୁରୀକାରୀ ଯାନବାହନ ପାଇଁ ରାସ୍ତା ଛାଡ଼ିବାକୁ ମଧ୍ୟ ହିତାଚରମାନଙ୍କୁ କୁହାଯାଇଛି । ଏବେ ପ୍ରଶାସନ ସ୍ଥିର ନିୟମ ମଧ୍ୟରେ ରିଲିଫ୍ ଏବଂ ଭଙ୍ଗା କାର୍ଯ୍ୟ କରି ରଖିଛି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ ପୋଷ୍ଟ କରି ଗଭୀର ଦୁଃଖ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ମୃତକଙ୍କ ପରିବାର ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନା ଜଣାଇବା ସହ ଆହତଙ୍କ ଆଶୁ ଆରୋଗ୍ୟ କାମନା କରିଛନ୍ତି । ସକ୍ଷମ ସମୟରେ ଠିଆ ହେଉଛନ୍ତି, ସମସ୍ତ ସହାୟତା ଯୋଗାଇବାକୁ ପ୍ରୟାସ ଅଛି ବୋଲି ମୋଦି କହିଛନ୍ତି ।

ସାଇକେଲରେ ବୁଢ଼ାହେଲା ଶବ
ପାଇକମାଳ, ୨୫.୫.୨୦: ଶବକୁ ମିଳିବାର ସମ୍ଭାବନା ବରଗଡ଼କୁ ପାଇକମାଳ ରୁକ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ କଣ୍ଠପଡ଼ା ଗାଁରେ ଆଜି ଏଭଳି ଏକ ହୃଦୟବିଚାରକ ଘଟଣା ଘାଟଣା ଆସିଛି । ଗାଁର ଜଣେ ବୁଢ଼ା ଜୟନ୍ତୀ ବନ୍ଧାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଶବ ବୋଧହୁଏ ପାଇଁ କାଟିବାଳ ମାନେ କାନ୍ଧ ଦେବାକୁ ମୃତଦେହକୁ ସାଇକେଲରେ ନିଆଯାଇଛି । ମୃତକଙ୍କ ନାତି ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ଆଜିକ ମୃତଦେହକୁ ସାଇକେଲରେ ବୋଧି ଶୁଖାନ୍ତୁ ନେଇଛନ୍ତି । ସକାଳେ ୮ଟାରେ ଜୟନ୍ତୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିଲା । ଜୟନ୍ତୀଙ୍କର ଶବ ସକାଳେ ପାଇଁ ପ୍ରଦେଶ ପଞ୍ଚାୟତୀ ବନ୍ଧା, ନାତି ଶୁଭାଂଶୁ ବନ୍ଧା, ନାତୁଣୀ ଶିବାନୀ ବନ୍ଧା କାଟିବାଳକୁ ଗୁଲାଇ କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କର କଥା କେହି ଶୁଣି ନଥିଲେ । ଶେଷରେ ସେମାନେ ଜୟନ୍ତୀଙ୍କର ମୃତଦେହକୁ ସାଇକେଲରେ ବୋଧି ସଂସ୍କାର କରିଥିଲେ । କଣ୍ଠପଡ଼ାର ନିରୋକ୍ତ ବନଜୋର, ଧନକେଶୁର ବାଗ, ଆରତୀ ବଗିଚା, ନୂପତି ବନଜୋର ଶବ ସକାଳେ କାମରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ସୁତରାଂଯୋଗ୍ୟ ଯେ ଅସହାୟ ଜୟନ୍ତୀ ବନ୍ଧା ଝିଅ ବାସନ୍ତୀ ବନ୍ଧାଙ୍କ ସହିତ ରହୁଥିଲେ । ତାଙ୍କ ପୁତ୍ର ବସନ୍ତୀ ପୁଲାରୀ ବନ୍ଧା ଓ ସାନପୁଅ ପଞ୍ଚା ଓ ଝିଅ ବାସନ୍ତୀ ମାନବିକ ରୋଗୀ ଅଟନ୍ତି । ଦାସି ଦିନକୁ ସାନପୁଅ ପଞ୍ଚା ଝା ସହିତ ବାକାମ କିଲୁ ଭଞ୍ଜନଗରରେ ରହୁଛନ୍ତି । ବଡ଼ ପୁଅ ପୁଲାରୀଙ୍କ ମାତା ତଳେ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିଲା ।

ଶାଞ୍ଜ ଧରିଲେ ସୁଜାତା କହିଲେ, ଆଗାମୀ ନିର୍ବାଚନରେ ନିଜେ ନେବେ ନେତୃତ୍ୱ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୫.୫.୨୦: ଦାସି ଦିନର କଞ୍ଚନାକଞ୍ଚନାର ଅନ୍ତ ଘଟଣା ବିକେତରେ ମିଶିଛନ୍ତି ସୁଜାତା ଆର.କାର୍ତ୍ତିକେୟନ । ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ ଦଳର ବହୁ ନେତା ଓ କର୍ମୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ଶାଞ୍ଜ ଧରିଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସୁଜାତା ଜଣେ ସାଧାରଣ କର୍ମୀ ଭାବେ ଦଳରେ ମିଶିଛନ୍ତି ଏବଂ ଆସନ୍ତା ନିର୍ବାଚନରେ ନବୀନ ହିଁ ବିକେତରେ ନେତୃତ୍ୱ ନେବେ ବୋଲି ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି । ସୁଜାତା କାର୍ତ୍ତିକେୟନଙ୍କୁ ନେଇ ଲାଗି ରହିଥିବା ସବୁ ଚର୍ଚ୍ଚାର ଘଟଣା ଅବସାନ । ଶାଞ୍ଜ ଭବନରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ସେ ବିକେତରେ ହୋଇଛନ୍ତି ସାମିଲ । ଦଳର ନେତା ଓ କର୍ମୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ସୁପ୍ରିମୋ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରମାଣ ମିଳିଛି । ସେମାନଙ୍କୁ ତିନି ଜିଲ୍ଲାରେ ରାଷ୍ଟ୍ରାକ୍ତ ବିଦ୍ୟୁତକରଣ ନିମନ୍ତେ ଠିକା ଦିଆଯାଇଥିଲା । ରାଜ୍ୟ ଅର୍ଥ ଆୟୋଗର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ପ୍ରମାଣ ମିଳିଛି । ୨୦୨୧ ରୁ ୨୦୨୩ ମଧ୍ୟରେ ଅନୁଦାନ ମିଳିଥିଲା । ତିନି ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୦୦୦ଟି କୂର୍ଷରରେ ଏହି ଦୁର୍ନୀତି ହୋଇଛି । ପ୍ରତି କୂର୍ଷରରେ ୧୦୦ଟି ଏଭଳି ଲାଭ ରହିଥାଏ । ପ୍ରାଥମିକ ଆକଳନରେ ପ୍ରାୟ ୩ କୋଟି ଟଙ୍କା ହତୁଡ଼ ହୋଇଥିବା ଜଣାଯାଇଛି । ସମସ୍ତ କୂର୍ଷର ପ୍ରମାଣପୁସ୍ତକ ଯାଞ୍ଚ ପରେ ହେଉଥିବା ଓ ହତୁଡ଼ ହୋଇଥିବା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି । ଏଥିରେ କଡ଼ିତ ନଥିବାରୁ ଗୁଡ଼ିକ ଜବତ ହୋଇଛି । ମାମଲାର ତଦନ୍ତ ଜାରି ରହିଛି ।



ନେତା ମୁହିଁ ଶୋଭିନଥିଲେ ବି ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ କୋରଦାର ପ୍ରଚାର କରାଯାଉଥିଲା । ବିକେତରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ପିଠିର ନେତା ବି ସୁଜାତାଙ୍କ ଆସିବାକୁ ନେଇ ସଂକେତ ଦେଉଥିଲେ । ଯାହାର କେଳ ଆଜି ଶାଞ୍ଜ ଭବନରେ ଦେଖିବା ପାଇଁ ମିଳିଛି । ସୁଜାତାଙ୍କୁ ସାଂସଦ, ବିଧାୟକ, ବରିଷ୍ଠ ନେତା, ମହିଳା ମୋର୍ଚ୍ଚା, ଯୁବ ଓ ଛାତ୍ର ମୋର୍ଚ୍ଚା ପକ୍ଷରୁ ଭବ୍ୟ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଇଛି । ଦଳରେ ସାମିଲ ହେବା ପରେ କହିଛନ୍ତି, ଉଡ଼ିଶାବାସୀଙ୍କ ପାଇଁ ନବୀନଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ କାମ କରିବି । ଦଳରେ କର୍ମୀ ହିସାବରେ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିବି । ୨୦୨୪ ମାର୍ଚ୍ଚ ମାସରେ ରାଜିରିତୁ ଅବସର ନେଉଥିଲେ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଆଇଏସ୍ଏ ଅଧିକାରୀ ସୁଜାତା । ସେତେବେଳେ ବିକେତରେ ମିଶିବା ନେଇ ଦଳ ଭିତରେ ଗୁଞ୍ଜରଣ ଲାଗି ରହିଥିଲା । ହେଲେ, ଆଗକୁ କର୍ମୀ ହୋଇ ରହିବେ ନା ବଡ଼ କୁମ୍ଭିଳରେ ଆସିବେ ? ତା ଉପରେ ନଜର ।

କମର୍ସିଆଲ ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଇଁ ବଡ଼ ଆଶ୍ୱସ୍ତି ଏଲ୍‌ପିଜି ଯୋଗାଣ ଉପରେ ଥିବା ସମସ୍ତ କଟକଣା ହଟିଲା

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୫.୫.୨୦: କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଶିଖି ଏବଂ ବାଣିଜ୍ୟିକ ଏଲ୍‌ପିଜି ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଶ୍ୱସ୍ତି ଯୋଗାଣ କରିଛନ୍ତି । ସରକାର ଅଣ-ଘରୋଇ ପ୍ୟାକ ହୋଇଥିବା ଏଲ୍‌ପିଜି ଯୋଗାଣ ଉପରେ ସମସ୍ତ କଟକଣା ଘଟଣା ଘଟଣା ଦେଇଛନ୍ତି, ଯାହା ପଶ୍ଚିମ ଏସିଆ ସକ୍ଷମ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦେଖାଯାଇଥିବା ଯୋଗାଣ ଉପରେ ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତି କରିଛି । ଏହା ସହିତ, ସରକାର ସକ୍ଷମ ଆରମ୍ଭରେ ଲାଗୁ ହୋଇଥିବା କଲକ ଏଲ୍‌ପିଜି ଯୋଗାଣ ଉପରେ କଟକଣାକୁ ସମସ୍ତ ଆଶ୍ୱସ୍ତି ଦେଇଛନ୍ତି, ଯାହା ବ୍ୟବହାରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସକ୍ଷମ କରିବ । ୫୦% ଫେରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେଲା । ଏହି ପଦକ୍ଷେପ ବାଣିଜ୍ୟିକ ଏବଂ ଶିଖି ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଇଁ ସମସ୍ତ ଆଶ୍ୱସ୍ତି ଆଣିଥାଏ । ପେଟ୍ରୋଲିୟମ ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ଗ୍ୟାସ ମହାଶକ୍ତି ଅଧିକାର ଏଲ୍‌ପିଜି ଯୋଗାଣ ଅବସ୍ଥାରେ ଉନ୍ନତ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଛି । ପଶ୍ଚିମ ଏସିଆ ସକ୍ଷମ ସମୟରେ, ସରକାର ଘରୋଇ ଏଲ୍‌ପିଜି ଉତ୍ପାଦନକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଆଣନ ଅଧିକାର ଏକ ଆଦେଶ ଜାରି କରିଥିଲେ, ଯେଉଁଥିରେ ସିମ୍-୧୪ ଷ୍ଟିମ୍ କେବଳ ପେଟ୍ରୋଲିୟମ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ତାହଲିୟମ ପ୍ରୟୋଗ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଏଲ୍‌ପିଜି ଉତ୍ପାଦନ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା ।



ଏଲ୍‌ପିଜି ଦୁର୍ନୀତି: ୩ ଠିକାଦାର ଗିରଫ
କଟକ, ୨୫.୫.୨୦(ନିପ୍ତ): ବହୁ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଏଲ୍‌ପିଜି ଷ୍ଟିମ୍, ଲାଭର ଦୁର୍ନୀତି ମାମଲାରେ ଗୁରୁବାର ରାଜ୍ୟ ଦୁର୍ନୀତି ନିବାରଣ ବିଭାଗ (ଭିଜିଲାନସି) ଟିମ୍ ନୟାଗଡ଼, କେନ୍ଦ୍ରରେ ଯାଜପୁର ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଚଢ଼ାଉ କରିଥିଲା । ଚଢ଼ାଉ ପରେ ତିନି ଜିଲ୍ଲାରୁ ଉକ୍ତ ବିଦ୍ୟୁତକରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଠିକା ନେଇଥିବା ତିନି ଠିକାଦାରଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି । ଏନେଇ ଭିଜିଲାନସି ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ସୂଚନାମୁତାବେ, ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲା ବାରିପଦାରେ ମେସର୍ସ ପ୍ରାନ୍ତସପା(ପ୍ରାନ୍ତ) ମାଲିକ ଗିରିଜା ଶଙ୍କର ଦାଶ, ଯାଜପୁର ଜିଲ୍ଲା ଦେବୀ ଦ୍ୱାରର ମେସର୍ସ ବିକାଶ ଲକ୍ଷ୍ମିକାନ୍ତ ଆଣ୍ଡ କନସ୍ଟ୍ରକ୍ସନସର ମାଲିକ ଧରଣାଧର ସାହୁ, ଭୁବନେଶ୍ୱର ଖଣ୍ଡଗିରିର ମେସର୍ସ ଯୋଗାମାୟା ଟ୍ରେଡର୍ସ ମାଲିକ ବିଭୁତି ରଞ୍ଜନ ବିଶ୍ୱାଳଙ୍କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି । ସେମାନଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ଭିଜିଲାନସି କୋର୍ଟରେ ହାଜର କରାଯାଇଛି । ଏହି ଦୁର୍ନୀତି ଘଟଣାରେ ଭିଜିଲାନସି, ଦୁର୍ନୀତି ନିବାରଣ ଆଇନ ୧୯୮୮ ଓ ଆଇପିସିର ବିଭିନ୍ନ ଧାରାରେ ୫,୬,୭,୧୦,୧୧,୧୨,୧୩,୧୪,୧୫,୧୬,୧୭,୧୮,୧୯,୨୦,୨୧,୨୨,୨୩,୨୪,୨୫,୨୬,୨୭,୨୮,୨୯,୩୦,୩୧,୩୨,୩୩,୩୪,୩୫,୩୬,୩୭,୩୮,୩୯,୪୦,୪୧,୪୨,୪୩,୪୪,୪୫,୪୬,୪୭,୪୮,୪୯,୫୦,୫୧,୫୨,୫୩,୫୪,୫୫,୫୬,୫୭,୫୮,୫୯,୬୦,୬୧,୬୨,୬୩,୬୪,୬୫,୬୬,୬୭,୬୮,୬୯,୭୦,୭୧,୭୨,୭୩,୭୪,୭୫,୭୬,୭୭,୭୮,୭୯,୮୦,୮୧,୮୨,୮୩,୮୪,୮୫,୮୬,୮୭,୮୮,୮୯,୯୦,୯୧,୯୨,୯୩,୯୪,୯୫,୯୬,୯୭,୯୮,୯୯,୧୦୦,୧୦୧,୧୦୨,୧୦୩,୧୦୪,୧୦୫,୧୦୬,୧୦୭,୧୦୮,୧୦୯,୧୧୦,୧୧୧,୧୧୨,୧୧୩,୧୧୪,୧୧୫,୧୧୬,୧୧୭,୧୧୮,୧୧୯,୧୨୦,୧୨୧,୧୨୨,୧୨୩,୧୨୪,୧୨୫,୧୨୬,୧୨୭,୧୨୮,୧୨୯,୧୩୦,୧୩୧,୧୩୨,୧୩୩,୧୩୪,୧୩୫,୧୩୬,୧୩୭,୧୩୮,୧୩୯,୧୪୦,୧୪୧,୧୪୨,୧୪୩,୧୪୪,୧୪୫,୧୪୬,୧୪୭,୧୪୮,୧୪୯,୧୫୦,୧୫୧,୧୫୨,୧୫୩,୧୫୪,୧୫୫,୧୫୬,୧୫୭,୧୫୮,୧୫୯,୧୬୦,୧୬୧,୧୬୨,୧୬୩,୧୬୪,୧୬୫,୧୬୬,୧୬୭,୧୬୮,୧୬୯,୧୭୦,୧୭୧,୧୭୨,୧୭୩,୧୭୪,୧୭୫,୧୭୬,୧୭୭,୧୭୮,୧୭୯,୧୮୦,୧୮୧,୧୮୨,୧୮୩,୧୮୪,୧୮୫,୧୮୬,୧୮୭,୧୮୮,୧୮୯,୧୯୦,୧୯୧,୧୯୨,୧୯୩,୧୯୪,୧୯୫,୧୯୬,୧୯୭,୧୯୮,୧୯୯,୨୦୦,୨୦୧,୨୦୨,୨୦୩,୨୦୪,୨୦୫,୨୦୬,୨୦୭,୨୦୮,୨୦୯,୨୧୦,୨୧୧,୨୧୨,୨୧୩,୨୧୪,୨୧୫,୨୧୬,୨୧୭,୨୧୮,୨୧୯,୨୨୦,୨୨୧,୨୨୨,୨୨୩,୨୨୪,୨୨୫,୨୨୬,୨୨୭,୨୨୮,୨୨୯,୨୩୦,୨୩୧,୨୩୨,୨୩୩,୨୩୪,୨୩୫,୨୩୬,୨୩୭,୨୩୮,୨୩୯,୨୪୦,୨୪୧,୨୪୨,୨୪୩,୨୪୪,୨୪୫,୨୪୬,୨୪୭,୨୪୮,୨୪୯,୨୫୦,୨୫୧,୨୫୨,୨୫୩,୨୫୪,୨୫୫,୨୫୬,୨୫୭,୨୫୮,୨୫୯,୨୬୦,୨୬୧,୨୬୨,୨୬୩,୨୬୪,୨୬୫,୨୬୬,୨୬୭,୨୬୮,୨୬୯,୨୭୦,୨୭୧,୨୭୨,୨୭୩,୨୭୪,୨୭୫,୨୭୬,୨୭୭,୨୭୮,୨୭୯,୨୮୦,୨୮୧,୨୮୨,୨୮୩,୨୮୪,୨୮୫,୨୮୬,୨୮୭,୨୮୮,୨୮୯,୨୯୦,୨୯୧,୨୯୨,୨୯୩,୨୯୪,୨୯୫,୨୯୬,୨୯୭,୨୯୮,୨୯୯,୩୦୦,୩୦୧,୩୦୨,୩୦୩,୩୦୪,୩୦୫,୩୦୬,୩୦୭,୩୦୮,୩୦୯,୩୧୦,୩୧୧,୩୧୨,୩୧୩,୩୧୪,୩୧୫,୩୧୬,୩୧୭,୩୧୮,୩୧୯,୩୨୦,୩୨୧,୩୨୨,୩୨୩,୩୨୪,୩୨୫,୩୨୬,୩୨୭,୩୨୮,୩୨୯,୩୩୦,୩୩୧,୩୩୨,୩୩୩,୩୩୪,୩୩୫,୩୩୬,୩୩୭,୩୩୮,୩୩୯,୩୪୦,୩୪୧,୩୪୨,୩୪୩,୩୪୪,୩୪୫,୩୪୬,୩୪୭,୩୪୮,୩୪୯,୩୫୦,୩୫୧,୩୫୨,୩୫୩,୩୫୪,୩୫୫,୩୫୬,୩୫୭,୩୫୮,୩୫୯,୩୬୦,୩୬୧,୩୬୨,୩୬୩,୩୬୪,୩୬୫,୩୬୬,୩୬୭,୩୬୮,୩୬୯,୩୭୦,୩୭୧,୩୭୨,୩୭୩,୩୭୪,୩୭୫,୩୭୬,୩୭୭,୩୭୮,୩୭୯,୩୮୦,୩୮୧,୩୮୨,୩୮୩,୩୮୪,୩୮୫,୩୮୬,୩୮୭,୩୮୮,୩୮୯,୩୯୦,୩୯୧,୩୯୨,୩୯୩,୩୯୪,୩୯୫,୩୯୬,୩୯୭,୩୯୮,୩୯୯,୪୦୦,୪୦୧,୪୦୨,୪୦୩,୪୦୪,୪୦୫,୪୦୬,୪୦୭,୪୦୮,୪୦୯,୪୧୦,୪୧୧,୪୧୨,୪୧୩,୪୧୪,୪୧୫,୪୧୬,୪୧୭,୪୧୮,୪୧୯,୪୨୦,୪୨୧,୪୨୨,୪୨୩,୪୨୪,୪୨୫,୪୨୬,୪୨୭,୪୨୮,୪୨୯,୪୩୦,୪୩୧,୪୩୨,୪୩୩,୪୩୪,୪୩୫,୪୩୬,୪୩୭,୪୩୮,୪୩୯,୪୪୦,୪୪୧,୪୪୨,୪୪୩,୪୪୪,୪୪୫,୪୪୬,୪୪୭,୪୪୮,୪୪୯,୪୫୦,୪୫୧,୪୫୨,୪୫୩,୪୫୪,୪୫୫,୪୫୬,୪୫୭,୪୫୮,୪୫୯,୪୬୦,୪୬୧,୪୬୨,୪୬୩,୪୬୪,୪୬୫,୪୬୬,୪୬୭,୪୬୮,୪୬୯,୪୭୦,୪୭୧,୪୭୨,୪୭୩,୪୭୪,୪୭୫,୪୭୬,୪୭୭,୪୭୮,୪୭୯,୪୮୦,୪୮୧,୪୮୨,୪୮୩,୪୮୪,୪୮୫,୪୮୬,୪୮୭,୪୮୮,୪୮୯,୪୯୦,୪୯୧,୪୯୨,୪୯୩,୪୯୪,୪୯୫,୪୯୬,୪୯୭,୪୯୮,୪୯୯,୫୦୦,୫୦୧,୫୦୨,୫୦୩,୫୦୪,୫୦୫,୫୦୬,୫୦୭,୫୦୮,୫୦୯,୫୧୦,୫୧୧,୫୧୨,୫୧୩,୫୧୪,୫୧୫,୫୧୬,୫୧୭,୫୧୮,୫୧୯,୫୨୦,୫୨୧,୫୨୨,୫୨୩,୫୨୪,୫୨୫,୫୨୬,୫୨୭,୫୨୮,୫୨୯,୫୩୦,୫୩୧,୫୩୨,୫୩୩,୫୩୪,୫୩୫,୫୩୬,୫୩୭,୫୩୮,୫୩୯,୫୪୦,୫୪୧,୫୪୨,୫୪୩,୫୪୪,୫୪୫,୫୪୬,୫୪୭,୫୪୮,୫୪୯,୫୫୦,୫୫୧,୫୫୨,୫୫୩,୫୫୪,୫୫୫,୫୫୬,୫୫୭,୫୫୮,୫୫୯,୫୬୦,୫୬୧,୫୬୨,୫୬୩,୫୬୪,୫୬୫,୫୬୬,୫୬୭,୫୬୮,୫୬୯,୫୭୦,୫୭୧,୫୭୨,୫୭୩,୫୭୪,୫୭୫,୫୭୬,୫୭୭,୫୭୮,୫୭୯,୫୮୦,୫୮୧,୫୮୨,୫୮୩,୫୮୪,୫୮୫,୫୮୬,୫୮୭,୫୮୮,୫୮୯,୫୯୦,୫୯୧,୫୯୨,୫୯୩,୫୯୪,୫୯୫,୫୯୬,୫୯୭,୫୯୮,୫୯୯,୬୦୦,୬୦୧,୬୦୨,୬୦୩,୬୦୪,୬୦୫,୬୦୬,୬୦୭,୬୦୮,୬୦୯,୬୧୦,୬୧୧,୬୧୨,୬୧୩,୬୧୪,୬୧୫,୬୧୬,୬୧୭,୬୧୮,୬୧୯,୬୨୦,୬୨୧,୬୨୨,୬୨୩,୬୨୪,୬୨୫,୬୨୬,୬୨୭,୬୨୮,୬୨୯,୬୩୦,୬୩୧,୬୩୨,୬୩୩,୬୩୪,୬୩୫,୬୩୬,୬୩୭,୬୩୮,୬୩୯,୬୪୦,୬୪୧,୬୪୨,୬୪୩,୬୪୪,୬୪୫,୬୪୬,୬୪୭,୬୪୮,୬୪୯,୬୫୦,୬୫୧,୬୫୨,୬୫୩,୬୫୪,୬୫୫,୬୫୬,୬୫୭,୬୫୮,୬୫୯,୬୬୦,୬୬୧,୬୬୨,୬୬୩,୬୬୪,୬୬୫,୬୬୬,୬୬୭,୬୬୮,୬୬୯,୬୭୦,୬୭୧,୬୭୨,୬୭୩,୬୭୪,୬୭୫,୬୭୬,୬୭୭,୬୭୮,୬୭୯,୬୮୦,୬୮୧,୬୮୨,୬୮୩,୬୮୪,୬୮୫,୬୮୬,୬୮୭,୬୮୮,୬୮୯,୬୯୦,୬୯୧,୬୯୨,୬୯୩,୬୯୪,୬୯୫,୬୯୬,୬୯୭,୬୯୮,୬୯୯,୭୦୦,୭୦୧,୭୦୨,୭୦୩,୭୦୪,୭୦୫,୭୦୬,୭୦୭,୭୦୮,୭୦୯,୭୧୦,୭୧୧,୭୧୨,୭୧୩,୭୧୪,୭୧୫,୭୧୬,୭୧୭,୭୧୮,୭୧୯,୭୨୦,୭୨୧,୭୨୨,୭୨୩,୭୨୪,୭୨୫,୭୨୬,୭୨୭,୭୨୮,୭୨୯,୭୩୦,୭୩୧,୭୩୨,୭୩୩,୭୩୪,୭୩୫,୭୩୬,୭୩୭,୭୩୮,୭୩୯,୭୪୦,୭୪୧,୭୪୨,୭୪୩,୭୪୪,୭୪୫,୭୪୬,୭୪୭,୭୪୮,୭୪୯,୭୫୦,୭୫୧,୭୫୨,୭୫୩,୭୫୪,୭୫୫,୭୫୬,୭୫୭,୭୫୮,୭୫୯,୭୬୦,୭୬୧,୭୬୨,୭୬୩,୭୬୪,୭୬୫,୭୬୬,୭୬୭,୭୬୮,୭୬୯,୭୭୦,୭୭୧,୭୭୨,୭୭୩,୭୭୪,୭୭୫,୭୭୬,୭୭୭,୭୭୮,୭୭୯,୭୮୦,୭୮୧,୭୮୨,୭୮୩,୭୮୪,୭୮୫,୭୮୬,୭୮୭,୭୮୮,୭୮୯,୭୯୦,୭୯୧,୭୯୨,୭୯୩,୭୯୪,୭୯୫,୭୯୬,୭୯୭,୭୯୮,୭୯୯,୮୦୦,୮୦୧,୮୦୨,୮୦୩,୮୦୪,୮୦୫,୮୦୬,୮୦୭,୮୦୮,୮୦୯,୮୧୦,୮୧୧,୮୧୨,୮୧୩,୮୧୪,୮୧୫,୮୧୬,୮୧୭,୮୧୮,୮୧୯,୮୨୦,୮୨୧,୮୨୨,୮୨୩,୮୨୪,୮୨୫,୮୨୬,୮୨୭,୮୨୮,୮୨୯,୮୩୦,୮୩୧,୮୩୨,୮୩୩,୮୩୪,୮୩୫,୮୩୬,୮୩୭,୮୩୮,୮୩୯,୮୪୦,୮୪୧,୮୪୨,୮୪୩,୮୪୪,୮୪୫,୮୪୬,୮୪୭,୮୪୮,୮୪୯,୮୫୦,୮୫୧,୮୫୨,୮୫୩,୮୫୪,୮୫୫,୮୫୬,୮୫୭,୮୫୮,୮୫୯,୮୬୦,୮୬୧,୮୬୨,୮୬୩,୮୬୪,୮୬୫,୮୬୬,୮୬୭,୮୬୮,୮୬୯,୮୭୦,୮୭୧,୮୭୨,୮୭୩,୮୭୪,୮୭୫,୮୭୬,୮୭୭,୮୭୮,୮୭୯,୮୮୦,୮୮୧,୮୮୨,୮୮୩,୮୮୪,୮୮୫,୮୮୬,୮୮୭,୮୮୮,୮୮୯,୮୯୦,୮୯୧,୮୯୨,୮୯୩,୮୯୪,୮୯୫,୮୯୬,୮୯୭,୮୯୮,୮୯୯,୯୦୦,୯୦୧,୯୦୨,୯୦୩,୯୦୪,୯୦୫,୯୦୬,୯୦୭,୯୦୮,୯୦୯,୯୧୦,୯୧୧,୯୧୨,୯୧୩,୯୧୪,୯୧୫,୯୧୬,୯୧୭,୯୧୮,୯୧୯,୯୨୦,୯୨୧,୯୨୨,୯୨୩,୯୨୪,୯୨୫,୯୨୬,୯୨୭,୯୨୮,୯୨୯,୯୩୦,୯୩୧,୯୩୨,୯୩୩,୯୩୪,୯୩୫,୯୩୬,୯୩୭,୯୩୮,୯୩୯,୯୪୦,୯୪୧,୯୪୨,୯୪୩,୯୪୪,୯୪୫,୯୪୬,୯୪୭,୯୪୮,୯୪୯,୯୫୦,୯୫୧,୯୫୨,୯୫୩,୯୫୪,୯୫୫,୯୫୬,୯୫୭,୯୫୮,୯୫୯,୯୬୦,୯୬୧,୯୬୨,୯୬୩,୯୬୪,୯୬୫,୯୬୬,୯୬୭,୯୬୮,୯୬୯,୯୭୦,୯୭୧,୯୭୨,୯୭୩,୯୭୪,୯



କୃପାତୀର୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ତାଙ୍କ ଭ୍ରାତା, ସମ୍ପର୍କୀୟମାନେ ବିରୋଧୀ ପକ୍ଷରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଥିଲେ । ଅର୍ଜୁନ ସାହସ ହରାଇଲେ । ସେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ କହିଲେ, ନିଜ ସ୍ୱଜନ ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ସୈନିକଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିବା ଫଳରେ ଯେଉଁ ମୁକୁଟ ହାସଲ ହେବ, ତାହା ମୋତେ କି ସୁଖ ପ୍ରଦାନ କରିବ ? ଅର୍ଜୁନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପଡ଼ିଥିଲେ । ସେ ନିଜ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର କୃଷକ ସମ୍ମୁଖରେ ଭୃମି ଉପରେ ରଖି ତାଙ୍କ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ମାଗିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଶ୍ରୀମଦ୍‌ଭଗବତ୍ ଗୀତାର ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା । ଭଗବାନଙ୍କ

ପ୍ରଥମ ଶତ୍ରୁ । ଅର୍ଜୁନ କେବଳ ସେହି ପାପୀ ଶରୀରର ଅଟ କରନ୍ତେ, ଆତ୍ମାର ନୁହେଁ । ମୁଖ୍ୟତଃ କରୁଣା ଯେ ସମସ୍ତ ମହାଭାରତ ଯୁଦ୍ଧ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମୋହଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପଡ଼ିଥିବା ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କର୍ମଯୋଗର ପାଠ ପଢ଼ାଇ ତାଙ୍କୁ କର୍ମପଦ୍ମ କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ, ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ବୁଝାଇଥିଲେ ଯେ ମାନବ ଶରୀର ହେଉଛି ତାଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ଶତ୍ରୁ ।

ମାର୍ଗଦର୍ଶନ

ମୁଖ୍ୟ ନିପୁତବାଣୀକୁ ମହର୍ଷି ବେଦବ୍ୟାସ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିଥିଲେ । ଏହା ହିଁ ଭଗବତ୍‌ଗୀତା ଗ୍ରନ୍ଥର ରୂପ ନେଇଥିଲା । ଗୀତାର ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସ୍ୱୟଂସିଦ୍ଧ । ବିଶ୍ୱର ଅନେକ ବିଦ୍ୱାନ ଗୀତାକୁ ଧର୍ମ, ଜ୍ଞାନ, ଭକ୍ତି, ଉପାସନା ଏବଂ କର୍ମର ସ୍ତୁତୀମୟ ମାମାଂସା ବିଷୟ ଭଲଭୁଣ୍ଡ ଥିବା ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଗ୍ରନ୍ଥ ବୋଲି ମାନିଛନ୍ତି । ଭାରତୀୟ ବେଦାନ୍ତୀମାନେ ଏହାକୁ ଉପନିଷଦ୍ ବୋଲି ମାନିଛନ୍ତି । ମହାଭାରତ ଯୁଦ୍ଧ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମୋହଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପଡ଼ିଥିବା ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କର୍ମଯୋଗର ପାଠ ପଢ଼ାଇ ତାଙ୍କୁ କର୍ମପଦ୍ମ କରିଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ, ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ବୁଝାଇଥିଲେ ଯେ ମାନବ ଶରୀର ହେଉଛି ତାଙ୍କ ପାଇଁ

ଆତ୍ମା ସେହି ଅନ୍ତର ଆତ୍ମାରେ ବିଲୀନ ହୋଇଯାଇଥାନ୍ତି । ଶରୀର କ୍ଷୟଶୀଳ, କିନ୍ତୁ ଆତ୍ମା ଅମର । ଆତ୍ମାକୁ କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ନଷ୍ଟ କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ଏହି ଅବସରରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ପରମତତ୍ତ୍ୱକୁ ସେହି ପ୍ରକୃତିର ଦର୍ଶନ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ କରାଇଥିଲେ । ଭଗବାନଙ୍କ ଅନନ୍ତସ୍ୱରୂପରେ ସମଗ୍ର ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ନିହିତ ଥିବା ଜାଣି ଅର୍ଜୁନଙ୍କର ହୃଦୟେ ଯେ ଯେ ଯାତ୍ରା କରିବେ ସେ ଯାତ୍ରାକରି, ସବୁକିଛି ବିଧି ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ । ଗୀତାର ୧୮ଟି ଅଧ୍ୟାୟ ମାଧ୍ୟମରେ ଜୀବନର ସିଦ୍ଧ ସ୍ତର ସମଗ୍ର ମାନବ ଜଗତ ପାଇଁ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ପ୍ରଦାନ କରି ଯାଇଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ଜ୍ଞାନ, କର୍ମ, ଭକ୍ତି, ରାଜବିଦ୍ୟା, ବିଭୂତି ଠାରୁ ମୋକ୍ଷର ମାର୍ଗ ସମ୍ପର୍କରେ ଭଲଭୁଣ୍ଡ ରହିଛି ।

ନିଜ ମୂର୍ତ୍ତିକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥିଲେ ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣ

୧ ୬ କଳାରେ ସ୍ୱୟଂସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ହଜାର ହଜାର ମନ୍ଦିର ଦେଖି ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ଏହି ସବୁ ମନ୍ଦିର ମଧ୍ୟରୁ ରାଜସ୍ଥାନ ଓ ଗୁଜରାଟ ସାମାନ୍ତର ଥିବା ଶ୍ରୀନାଥଙ୍କ ମନ୍ଦିରରେ ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ ସ୍ୱରୂପ ପୂଜା ପାଇଥାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ କୋପରୁ ଗୋପପୁରବାସୀଙ୍କୁ ବଞ୍ଚାଇବା ଲାଗି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ରିଭି ଗୋବର୍ଦ୍ଧନ ପର୍ବତ ଉଠାଇଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ତେଜରୁ ଗୋବର୍ଦ୍ଧନ ପର୍ବତରେ ତାଙ୍କର ସାକ୍ଷାତ ମୂର୍ତ୍ତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା । ଏହି ମୂର୍ତ୍ତି ଶ୍ରୀନାଥଙ୍କ ମନ୍ଦିରରେ ପୂଜା ପାଇଥାଏ । ଏହି ମୂର୍ତ୍ତିଟି ପୂର୍ବରୁ ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରହିଥିଲା । ମଧ୍ୟଯୁଗର ଭକ୍ତିକାଳରେ ସବୁ ବକ୍ତୃତାବାଦୀଙ୍କ ଚପଟାରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣ ନିଜ ମୂର୍ତ୍ତିକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥିଲେ । ସେବେଠାରୁ ଏଠାରେ ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ସାକ୍ଷାତ ତଥା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୂର୍ତ୍ତି ପୂଜା ପାଉଛି । ମୋଗଲ ସମ୍ରାଜ୍ଞ ଆଉରଙ୍ଗଜେବଙ୍କ ଆକ୍ରମଣ ସମୟରେ ଭଗବାନ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ମୂର୍ତ୍ତିକୁ ମେଘାବର ଶାହାଦ୍ ଗ୍ରାମରେ ଏକ ଖାଲ ମଧ୍ୟରେ ଲୁଚାଇ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ମହାରାଣୀ ସଂଗ୍ରାମ ସିଂ ନିଜର ୨ ହଜାର ସୈନ୍ୟଙ୍କୁ ପଠାଇ ମୂର୍ତ୍ତିକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇଥିଲେ । ଏହାପରେ ଆଉରଙ୍ଗଜେବଙ୍କ ସୈନ୍ୟ ଯେଉଁଠି ଯାଆନ୍ତେ । ଏବେ ସେହିସ୍ଥାନରେ ହିଁ ଶ୍ରୀନାଥଙ୍କ ମନ୍ଦିର ପୂଜା ପାଉଛି ।

ବିଳାସପ୍ରିୟ ଦେବରାଜ



ରଗ୍‌ବେଦର ଚତୁର୍ଥ ଅଧ୍ୟାୟରେ ଲିଖିତ ଅଛି ଯେ, ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ମାତାଙ୍କ ନାମ ଅଦିତ । ଏହା ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ ଯେ, ଇନ୍ଦ୍ର ନିଜ ମାତାଙ୍କ ଗର୍ଭରେ ଦୀର୍ଘଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥିଲେ ।

ହିନ୍ଦୁଧର୍ମରେ ମୂଳତଃ ୩୩ ପ୍ରମୁଖ ଦେବତାଙ୍କ ସଂପର୍କରେ ଭଲଭୁଣ୍ଡ ରହିଛି । ସମସ୍ତ ଦେବତାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ଚରିତ୍ର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଟେ । ତେବେ ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଯଥେଷ୍ଟ ଅଧିକ । ଭାରତୀୟ ଦେବତାଙ୍କ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଭୋଗ ଓ ସିଖ୍ୟାରେ ରୁଚି ରହିବାକୁ ପସନ୍ଦ । ସବୁ ସମୟରେ ତାଙ୍କର ସିଂହାସନର ଚିତ୍ରା । ସମସ୍ତେ କାହିଁକି ଦେବରାଜ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ସିଂହାସନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି, କାରଣ ସେ ସ୍ୱର୍ଗର ରାଜା ଅଟନ୍ତି । ଇନ୍ଦ୍ର ଦେବତାଙ୍କ ଅଧିପତି ଅଟନ୍ତି । ସୁନ୍ଦରୀ ଅସରାମାନେ ତାଙ୍କ ଦରବାରରେ ନୃତ୍ୟ କରନ୍ତି ଏବଂ ଗନ୍ଧର୍ବମାନେ ସଂଗୀତ ପରିବେଷଣ କରି ଇନ୍ଦ୍ର ସଭାରେ ମନୋରଞ୍ଜନ କରିଥାନ୍ତି । ଦେବାପୁତ୍ରଙ୍କ ସହ ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କର ସର୍ବଦା ଲତ୍ଵେତ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଦେବାସୁର ସୁରାପାନ

ମନୋଜବ, ପୁରନ୍ଦର, ବାଳା, ଅଭୃତ, ଶାନ୍ତି, ବିଶ୍ୱ, ରିତୁଶାମ, ଦେବାସ୍ତ୍ରୀ ଏବଂ ସୁଗା । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଶତାଧିକ ଇନ୍ଦ୍ର ପୁରନ୍ଦରଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ୫ ଜଣ ଇନ୍ଦ୍ର ଦେବରାଜ ଆସନରେ ବସିଥିଲେ । ଋଗ୍‌ବେଦରେ ଇନ୍ଦ୍ର ଓ ଇନ୍ଦ୍ରାଣୀଙ୍କ ସଂପର୍କରେ ବିଶଦ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଦେବତାଙ୍କ ଅଧିପତି ଇନ୍ଦ୍ର, ଗୁରୁ, ବୃହସ୍ପତି ଏବଂ ବିଶ୍ୱ ପରମ ଇଷ୍ଟ ଅଟନ୍ତି । ଅନନ୍ତପକ୍ଷରେ ଦୈତ୍ୟଙ୍କ ଅଧିପତି ହିରଣ୍ୟକଶିପୁ ପରେ ବିରୋଚନ ଦୈତ୍ୟ ଅଧିପତି ଦୀର୍ଘଦିନେ, ଯାହାଙ୍କ ଗୁରୁ ଅଦିତି ଶୁକ୍ରାଚାର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ଶିବ ପରମ ଇଷ୍ଟଦେବ ଅଟନ୍ତି । ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କର ବିବାହ ଅସୁରରାଜ ପୁଲୋମାଙ୍କ ପୁତ୍ରୀ ଶତୀଙ୍କ ସହ ହୋଇଥିଲା ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ମାମା ମଧ୍ୟ ପୁରାଣରେ ଭଲଭୁଣ୍ଡ ରହିଛି । ସେମାନଙ୍କୁ ଚନ୍ଦ୍ର ବସୁଧ୍ର ତଥା ବୃଷା ରକ୍ଷି (ସିଏ ଦୈବିକ ମନ୍ତ୍ର ରଚନା କରିଥିଲେ) କୁହାଯାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କର ଜନ୍ମ ସଂପର୍କରେ ମଧ୍ୟ ରଗ୍‌ବେଦରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ରଗ୍‌ବେଦର ଚତୁର୍ଥ ଅଧ୍ୟାୟରେ ଲିଖିତ ଅଛି ଯେ, ଇନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ମାତାଙ୍କ ନାମ ଅଦିତ । ଏହା ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ ଯେ, ଇନ୍ଦ୍ର ନିଜ ମାତାଙ୍କ ଗର୍ଭରେ ଦୀର୍ଘଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥିଲେ । ସେଥିପାଇଁ ଅଦିତିଙ୍କୁ ବହୁ କଷ୍ଟ ସ୍ୱାକାର କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ତେବେ ଅଧିକ ଦିନ ଗର୍ଭରେ ରହିଥିବା କାରଣରୁ ସେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ବଳଶାଳୀ ଓ ପରାକ୍ରମୀ ଥିଲେ ।

ସୂର୍ଯ୍ୟ ପୂଜା

ଭାଗ୍ୟ ବଦଳାଇବା ଏବଂ ସୁନ୍ଦର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବଢ଼ାଇ ରଖିବା ପାଇଁ ପୁରାତନ କାଳରୁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ପରମ୍ପରାର ପ୍ରଚଳନ ହୋଇ ଆସିଛି । କେତେକ ପରମ୍ପରା ରହିଛି ଯାହା ୩ ଓ ପୁରୁଷ ଭରତଙ୍କ ପାଇଁ ସମାନ ରୂପରେ ଲାଗୁ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଜଳ ଚଢ଼ାଇବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ଚଳଣ୍ଡାରିତା ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଶାସ୍ତ୍ରାନୁସାରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଦେବତା ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ । ସୂର୍ଯ୍ୟ ଦେବତା ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନର ପ୍ରମୁଖ ଉତ୍ସ । ଏହି କାରଣରୁ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ନିୟମିତ ଆରାଧନା କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚଳଣ୍ଡାରିତା ଲାଭ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ସକାଳ ୮.୩୦ ମିନିଟ୍ ପୂର୍ବରୁ ଆରାଧନା କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଜଳ ଅର୍ପଣ କରିବାର ସିଧା ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ସକାଳ ସମୟରେ ଶାସ୍ତ୍ର ଗଣ୍ୟା ତ୍ୟାଗ କରି ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଜଳ ଅର୍ପଣ କରିବା ସହ ପାଣି ମଧ୍ୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଦେଖିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣରୁ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଉଦୟ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଜଳ ଚଢ଼ାଇଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ତେଜସ୍ୱୀ ହୋଇଥାଏ । ମୁନିରଞ୍ଜିତ ମତରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଜଳଦାନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରରୁ ହାନିକାରକ ତତ୍ତ୍ୱ ନଷ୍ଟ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ । କୋଟିଶ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ଯଶ ଓ ସମ୍ମାନର କାରକ ଗ୍ରହ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କୁଷ୍ଠକାରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନରେ ରହିଥିଲେ ଉଚ୍ଚ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଏବଂ ତେଜସ୍ୱୀ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏଭଳି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଯଥେଷ୍ଟ ସମ୍ମାନ ମିଳିଥାଏ ।

କରୁଣାମୟ ହୃଦୟର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

ଆ ପ୍ରପାଳି ଅପୂର୍ବ ସୁନ୍ଦରୀ, କୁଶଳା ଗାୟିକା ତଥା ନର୍ତ୍ତକୀ ଥିଲେ । ରାଜକୁମାର ବିନି ସାଗରଙ୍କୁ ସେ ପ୍ରେମବିବାହ କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ରାଜମହଲରେ ତାଙ୍କୁ ଅପମାନ ସହିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ସେ ଦୈଶାଳୀ ନଗର ବାହାରେ ଥିବା ଏକ ଆଠ ବନରେ ନିଜ ପୁତ୍ର ଜୀବକଙ୍କ ସହ ରହି ସାଧନାରେ ଲାଗି ଥିଲେ । ଦିନେ ଜୀବକଙ୍କ ସହ ସେ ଭଗବାନ ବୁଦ୍ଧଙ୍କ ଦର୍ଶନ ନିମନ୍ତେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ସେ କହିଲେ ଯେ ଗୁରୁଦର, ମୋ ପାଖରେ ଅପାର ଧନସମ୍ପତ୍ତି ରହିଛି ତଥାପି ମୋ ଜୀବନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଃଖ କହିଲେ, ଆପ୍ରପାଳି, ସୁନ୍ଦରତା ଅନ୍ୟ ସାଂସାରିକ ବସ୍ତୁ ଭଳି ଆସିଥାଏ ଏବଂ ଚାଲିଯାଇଥାଏ । ଧନ ସମ୍ପତ୍ତି ଏବଂ ଖ୍ୟାତି କ୍ଷଣକ୍ଷଣ । ଧନ-ସାଧନା ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଆତ୍ମିକ ସତୋଷ ମିଳିଥାଏ, ତାହା ଶାଶ୍ୱତ । ଏହି ଜୀବନରେ ଶେଷ ରହିଯାଇଥିବା ସମୟରେ ସାଧନା, ଧ୍ୟାନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଏବଂ ସଂଯମପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନ ଜିବିବାରେ ବିଚାରଣା ଉଚିତ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଜୀବନ ସାଥୀକ ହୋଇଥାଏ । ବୁଦ୍ଧଙ୍କ ଏହି ବାଣୀ ଆପ୍ରପାଳିଙ୍କୁ ଗଭୀର ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥିଲା । ଆପ୍ରପାଳିଙ୍କୁ ବୁଦ୍ଧ ଏହି କଥା କହିବା ବେଳେ କାଳଦୁୟା ଓ ସାରିପୁତ୍ର ମଧ୍ୟ ସେଠାରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସାରିପୁତ୍ର ବୁଦ୍ଧଙ୍କୁ ପଚାରିଲେ, ନାରୀର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକୁ କେଉଁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖିବା ଉଚିତ୍ ବୁଦ୍ଧ କହିଲେ, ସୁନ୍ଦରତା ଏବଂ କୁରୁପତା, ଏହି ଦୁଇଟିର ସ୍ୱଜନ ପାଞ୍ଚଟି ତରୁର ସମାହାର । ଶାରୀରିକ ସୁନ୍ଦରତା ଦ୍ୱାରା ସମୋହିତ ହେଉଥିବା ଏବଂ କୁରୁପତା ଦ୍ୱାରା ବିରକ୍ତ ହେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି 'ମୃତ୍ୟୁ ପୁରୁଷ' । ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ସୁନ୍ଦରତା ହେଉଛି ଶାଶ୍ୱତ ଏବଂ ତାହା ହେଉଛି କରୁଣାମୟ ହୃଦୟର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ । କରୁଣାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଅହେତୁକ ସ୍ନେହ ଅର୍ଥାତ୍ କୌଣସି ଆଶା ନରଖି ଅନ୍ୟକୁ ଭଲ ପାଇବା । ବୁଦ୍ଧଙ୍କ ଏହି କଥା ଶୁଣିବା ପରେ ସାରିପୁତ୍ରଙ୍କ ଜିହ୍ୱା ଶାନ୍ତ ହୋଇଥିଲା ।



ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଦେବୀ ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କ ସହ ବିବାହ ନୀତି



ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଦେବୀ ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କ ସହ ବିବାହ ନୀତି ଜ୍ୟେଷ୍ଠ ମାସ ଶୁକ୍ଳ ଏକାଦଶୀ ତିଥିରେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରେ ସଂପନ୍ନ ହୋଇଛି । ପ୍ରାତଃକାଳୀନ ପୂଜା ସମାପ୍ତ ହେବା ପରେ ଦକ୍ଷିଣ ଉତ୍ତର ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପ୍ରତିମା ଆଣି ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ପାଖରେ ରଖି ଆଜ୍ଞା ମାଗି ନନ୍ଦିଘୋଷରେ ସ୍ତାପନ କରାଯାଏ । ସିଏ ରୁକ୍ମିଣୀ ସେ ହିଁ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଅଟନ୍ତି । ସେ ସର୍ବଦା କୃଷ୍ଣଙ୍କ ହୃଦୟରେ ଅଧିଷ୍ଠିତା ହୋଇରହିଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଏହି ରାବନାରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ମନୁଷ୍ୟ ବିଗ୍ରହ ଧାରଣ କରି କୃଷ୍ଣ ରୂପରେ କାତ ହୋଇଥିବାରୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ରୁକ୍ମିଣୀ ରୂପରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପ୍ରାଣପ୍ରିୟା ପତ୍ନୀ ରୂପରେ କାତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରେ ପବିତ୍ର ଜ୍ୟେଷ୍ଠ ରୁକ୍ମିଣୀ ହରଣ ଏକାଦଶୀ ତିଥିରେ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଚଳନ୍ତି ପ୍ରତିମା ମନମୋହନ ଓ ରୁକ୍ମିଣୀ (ଶ୍ରୀଦେବୀ)ଙ୍କ ବିବାହ ଉତ୍ସବ ପାରମ୍ପରିକ ରୀତିନୀତିରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ । ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କୁ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କ ଅବତାର ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରେ ରୁକ୍ମିଣୀ ବିବାହ ଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାବେଳେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରମୋହନ ଓ ଶ୍ରୀଦେବୀ ଜଳକ୍ରୀଡ଼ା ଉତ୍ସବକୁ ବିଜେ ନ ହୋଇ କେବଳ ଶ୍ରୀଦେବୀଗୋବିନ୍ଦ ବିଜେ ହୁଅନ୍ତି । ଜଳକ୍ରୀଡ଼ା ଶେଷ ପରେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରେ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଧୂପ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟା ଆଳତି ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଚଳନ୍ତି ପ୍ରତିମା ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରମୋହନ ଓ ଶ୍ରୀଦେବୀଙ୍କ ଅର୍ଥାତ୍ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ରୁକ୍ମିଣୀଙ୍କ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ବିବାହ ମଣ୍ଡପ(ମାଜଣ ମଣ୍ଡପ) ଖଟକୁ ବିଜେ ହୋଇ ବିବାହ ଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ ।

ସୁନ୍ଦର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ

ଦହି, ସୁଜିରେ ଏହା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ । ଯାହା ଡେନ ହାସ୍ତ କରିବାରେ ବେଶ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ମେଥି ସିଠା ମଧ୍ୟ ଡେନ ହାସ୍ତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଭାବେ ସନ୍ଧ୍ୟା କ୍ରିୟା ସକାଳର ଜଳଖିଆରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଏହା ଡେନ ହାସ୍ତ ପାଇଁ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ମଖାଳା ମଧ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଏହାକୁ ବିନା ତେଲ କିମ୍ବା ଘିଅରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ପାରିବେ । ଏହାକୁ ମଧ୍ୟ ଜଳଖିଆରେ ସେବନ କରି ପାରିବେ । ଉପମା ଖାଇବାକୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ହେବା ସହ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଏଥିରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପରିପରିବାରୀ ବ୍ୟବହାର କରି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବେ ।

ଶୁଷ୍କ ଚୂଡ଼ା ପାଇଁ ସମସ୍ୟା

ଶୁଷ୍କ ଚୂଡ଼ାରେ କେତେକଶକ୍ତ ଠାରେ ଚୂଡ଼ା, ଦାଗ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ । ହେଲେ ଏଥିରେ ବ୍ୟତିବ୍ୟସ୍ତ ନ ହୋଇ ସରଳ ଘରୋଇ ଉପଚାର କଲେ ଚୂଡ଼ା କମ୍ ହୁଏ । ନିଜ ଖାଦ୍ୟ ପାନୀୟ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତୁ, ଶୋଷ ନ ହେଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଦିନକୁ ୧-୧୦ ଗିଲାସ ପାଣି ପିଇବାର ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । ଉଷୁମ ପାଣି ପ୍ରତିଦିନ ପିଇଲେ ଚୂଡ଼ା ଓ କେଶର ଅନେକ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହୁଏ । - କ୍ଲିନିକ୍ ମିଳ ନଚେତ୍ କଣ୍ଠା ଖୁରରେ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳ ଓ ସଂଧ୍ୟାରେ ଚୂଡ଼ାକୁ ଭଲଭେ ପୋଛି ମଧ୍ୟସ୍ୱରାଜକର ଲଗାଇନେବେ । ଚୂଡ଼ା ଶୁଷ୍କ ହେଲେ ଚୂଡ଼ା ବକ୍ତିବାର ସମସ୍ୟା ଉପସ୍ଥଳ । - ଘି-କୁଆଁରୀ ରସରେ ମହୁ ଅଳ୍ପ ମିଶାଇ ଚୂଡ଼ାରେ ଲଗାଇ କିଛି ସମୟ ପରେ ଧୋଇନେବେ । ସକାଳ କେଳା ଏହି ପ୍ୟାକ୍ ଲଗାଗଲେ ନଚେତ୍ ଅଣ୍ଡା, ସର୍ଦି ହେବାର ଭୟ ରହିଛି । - ଏସବୁ ସହ ବେସନରେ ମହୁ ଓ ଖୁର ଲଗାନ୍ତୁ । ମିଶାଇ ଚୂଡ଼ାରେ ପ୍ୟାକ୍ ଭଳି ଲଗାନ୍ତୁ । ଶୁଖିବା ପରେ ଧୋଇନେବେ, ତୃଣ

Pimple Types

- Papules
- Blackheads
- Whiteheads
- Nodules
- Pustules
- Cysts

ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ନିମନ୍ତେ ଏହା ଏକ ଭଲ ପ୍ୟାକ୍ । - ସପ୍ତାହକୁ ଥରେ ଚୂଡ଼ା ଧୁବ କରନ୍ତୁ, ଅଧିକ ଥର ଧୁବ କଲେ ଚୂଡ଼ା ସମସ୍ୟା ବକ୍ତିପାରେ ବୋଲି ବିଭିନ୍ନ ସିଆନ୍‌କ୍ ମତ । ବାହାରୁ ଆସିବା ପରେ ଚୂଡ଼ାକୁ ଭଲଭେ ଧୋଇ ମଧ୍ୟସ୍ୱରାଜକର, ଟୋନର ଲଗାବାକୁ ଯେପରି ନ ହୁଏକିବେ ।

ଲୋକଙ୍କୁ ଦରକାରୀ ଖାଦ୍ୟ

କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଆଗରେ ବସି ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ଧରି କାମ କଲେ ଆଖିର ପାଖର ଉପରେ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ । ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବସି ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀରରେ ଫ୍ୟାଟ୍ ଜମା ହୋଇଯାଇଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ଡେନ ବକ୍ତିବାର ସମ୍ଭାବନା ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ଯେଉଁ ଲୋକ କମ୍ପ୍ୟୁଟରରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାମ କରିଥାଆନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ଏନିଟି କିଛି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦରକାର, ଯଦ୍ୱାରା ଡେନ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରହିପାରିବ ଏବଂ ଆଖିର ପାଖର ଉପରେ କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଆଜି ଆମେ ଆପଣଙ୍କୁ ୭ଟି ପୂର୍ବ ବିଷୟରେ କହିବୁ । ୧. ଦହି: ଏଥିରେ ପ୍ରୋବାୟୋଟିକ୍ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ରହିଥାଆନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ହଜମ ଠିକ୍ ଭାବେ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ କେବଳ ଖାଇବାକୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ନୁହେଁ ବରଂ ଏହା ଡେନ ହାସ୍ତ କରିବାରେ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ୨. କଦଳୀ: ଏଥିରେ ପୋଟାସିୟମ୍‌ମୂଳକ ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥାଏ, ଯଦ୍ୱାରା ତୁରନ୍ତ ସର୍ଦି ମିଳିଥାଏ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ଅନୁଭବ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ୩. ସେତ: ଏଥିରେ ପାଇକର ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏହା ହଜମକୁ ବକ୍ତିକାରୀ ଏବଂ ଆପଣ ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଥାଆନ୍ତି । ୪. ଧନିଆ ପତ୍ର: ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରେଜିକ୍ ରହିଛି, ଯଦ୍ୱାରା ଆଖିର ପାଖର ବକ୍ତିଥାଏ । ୫. ଦୁଧ: ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଏବଂ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଆଖିର ପାଖର ବକ୍ତିଥାଏ । ୬. ତାଜି ଚକୋଲେଟ: ଏଥିରେ ଆର୍ଡି ଅକ୍ଟିଭେଟିଭ୍ ରହିଛି, ଯାହାକି ଶରୀରର କମ୍ପ୍ୟୁଟିଭିଟି ବକ୍ତିକାରୀ । ଅଣ୍ଡା ସହଣୀରୁ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ୭. ଲେମ୍ବୁ ପାଣି: ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କୁ ଅଳ୍ପ ଅନୁଭବ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

