



୪୦% ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି ପିଆଜ

ଗତ କିଛି ଦିନ ଭିତରେ ସାରା ଦେଶରେ ପିଆଜ ମହଙ୍ଗା ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ପିଆଜ ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର କାମ କରିଥିବା କଟକଣା କୋହଳ ହେବା ଆଶାରେ କିଛି ବ୍ୟବସାୟୀ ପିଆଜକୁ ମହଙ୍ଗୁ ରଖି କୃତ୍ରିମ ଅଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରୁଥିବା ମଧ୍ୟ ଅଭିଯୋଗ ରହିଛି । ଭାରତର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ପିଆଜ ପାଇକାରୀ ବଜାର ମହାରାଷ୍ଟ୍ରର ଲାଲ୍‌ବାଗାଠି ପଞ୍ଚିରେ ପିଆଜର ପାଇକାରୀ ଦାମ୍ କେଜି ପିଛା ୨୬ ଟଙ୍କାକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ମେ' ୨୫ରେ ଏହି ଦାମ୍ ୧୭ ଟଙ୍କା ଥିଲା । ଗତ ୧୪ ଦିନ ଭିତରେ ପିଆଜ ଦାମରେ ୫୦ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି । ଉନ୍ନତ ମାନର ପିଆଜ କେଜି ଦାମ୍ କେଜି ପିଛା ୩୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି ।

ଚାହିଦା ପୂରଣ କରିବା ଲାଗି ପିଆଜ ଯୋଗାଇ ହେଉନଥିବାରୁ ତାହାର ଦାମ୍ ବହୁଛି । ଜୁନ ମାସ ପରଠାରୁ ଚାଷୀ ଓ ବ୍ୟବସାୟୀମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଥିବା ପିଆଜ ବଜାରକୁ ଆସିଯିବା କଥା । ରବି ରତ୍ନରେ ଉତ୍ପାଦନ କମ୍ ହୋଇଥିବାରୁ ପିଆଜ ଦାମ୍ ବହୁତ ବୋଲି ଭାବି ଚାଷୀମାନେ ତାହା ବଜାରକୁ ଛାଡ଼ିନାହାନ୍ତି । ଅଳ୍ପ ଦାମରେ ପିଆଜ ବିକିବାକୁ ସେମାନେ କୁଣ୍ଡା ପ୍ରକାଶ କରୁଛନ୍ତି । ନିଜ ଉତ୍ପାଦିତ ସାମଗ୍ରୀ ଲାଗି ସେମାନେ ଅଧିକ ଦାମ୍ ଆଶା କରୁଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ପିଆଜ ରପ୍ତାନି ଉପରେ ଲଗାଯାଇଥିବା କଟକଣା କୋହଳ କରାଯିବା ପରେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କା, ବାଙ୍ଗଳାଦେଶ, ମାଲେସିଆ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦେଶକୁ ପିଆଜ ରପ୍ତାନି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ଦେଶ ଭିତରେ ପିଆଜ ଅଭାବ ଦେଖାଦେଇଛି । ଜଣେ ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରର ନାସିକରୁ ପ୍ରତିଦିନ ୩୦ ଟନ୍ ଲେଖାଏଁ ପିଆଜ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇଥିବା ୧୦୦ କର୍ଡ୍‌ରେ ରପ୍ତାନି ହେଉଛି । ଗତମାସରୁ କଟକଣା କୋହଳ ହେବା ପରେ ଅଧିକ ପରିମାଣର ପିଆଜ ଦେଶ ବାହାରକୁ ଯାଉଛି ।

ଦେଶ ଭିତରେ ପିଆଜ ଅଭାବ ଦେଖାଦେବା ପରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ତାହାର ରପ୍ତାନି ଉପରେ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଟିକସ ଲଗାଇଥିଲେ । ସେଥିପାଇଁ ପିଆଜ ରପ୍ତାନି କମ୍ ରହିଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ନିଜେ ଦେଶର ସାରା ଦେଶରେ ପିଆଜର ଚାହିଦା ବୃଦ୍ଧି । ବିଶେଷ କରି ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତୀୟ ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ପିଆଜକୁ ବେଳ ଚାହିଦା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଉତ୍ପାଦନ କୃଷି ଉତ୍ପାଦନ ରପ୍ତାନି ସଂଘର ସଭାପତି ଅଜିତ ଶାହ କହିଛନ୍ତି ଯେ ପିଆଜ ଦର ବହୁତକାର ଏକ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ହେଉଛି ଚାଷୀ ଓ ବ୍ୟବସାୟୀମାନେ ଷ୍ଟକ୍ ମହଙ୍ଗୁଦ ରଖୁଛନ୍ତି । କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ରପ୍ତାନି କଟକଣା କୋହଳ କରିବେ ବୋଲି ସେମାନେ ଆଶା କରୁଛନ୍ତି । ପ୍ରବଳ ଗରମ, ଅଦିନିଆ ବର୍ଷା ଯୋଗୁଁ ଯୋଗାଣ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିବାରୁ ଗତ ସପ୍ତାହରେ ଚମାଟୋ, ପିଆଜ ଓ ଆଳୁ ଦାମରେ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ଶ୍ରୀଶ୍ରୀ ଅଭିରାମ ସରସ୍ୱତୀଙ୍କ ଦିବ୍ୟ ସୟେଶ

ସତ୍ୟ ଭାଗବତ ପ୍ରଥମ ଅଧ୍ୟାୟ ଓ 'ଜୟନ୍ତୀ, ମଙ୍ଗଳା, କାଳୀ, ଭଦ୍ରକାଳୀ କପାଳିନୀ ଦୁର୍ଗସା, କ୍ଷମା, ଶିବା, ଧାତ୍ରୀ ସୁହା ସୁଧା ନମୁତେ ।'



ଶ୍ରୀ ଅଭିରାମ ସରସ୍ୱତୀ

ତୁଳି ସିନା ମୁକପଥ ଆଉ ସବୁ ମାୟା ତୋ ପାଦକୁ ଛାଡ଼ିଦେଲେ ଭକ୍ତ ଭାବେ ବାୟା (୭) ତୋର ନାମ ଚୋରଞ୍ଚାନ ହୃଦୟରେ ଦେବୁ ଭଜା କଥା ମାନ ମୋର କଣ୍ଠସରେ ନଦେବୁ (୮) ଆଉ ନାହିଁ ବେଳ କାଳ ଭକ୍ତିବାର ପାଇଁ ଭକତକୁ ଅ ବ୍ୟୁ କଳା କରୁଥାଇ (୯)

ଏକଗଡ ମଧ୍ୟେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ରୂପେ ବସ ଆସି ମୋର ହୃଦ ମଧ୍ୟେ (୧୭) ଶ୍ରଦ୍ଧା ମୋର ଆଉ ନାହିଁ ଏ ଜଗତ ପାଇଁ ଶାରଳା ରୂପରେ ବସ ମୋ କଣ୍ଠରେ ତୁହି (୧୭) ଦୁଃଖମୋର ବେକୁ ବେକୁ ହେଉଛି ପ୍ରବଳ ଦୁର୍ଗସା ରୂପେ ସାହାହେବୁ ଦେଇ ଝୁଲାଇ ଥାଇ (୧୮)

ତେଣୁ କରି ଏବିପଦେ ତାକେ ମାଆ ବୋଲି ତୋ ଭକ୍ତକୁ ରକ୍ଷାକର ବଶତ ବଜାଇ (୧୦)

ତାରଣ ମାରଣ ପ୍ରତି ନାହିଁ ଅନୁରାଗ ତାରିଣୀ ରୂପରେ ମାତ ଜଗ ପୁଷ୍ପ ଭାଗ (୧୯)

ଜୀବ ଜଗତେ ସ୍ଥିରତା ଟିକେ ହେଲେ ନାହିଁ ଅସ୍ଥିର ପରାୟେ ମନ ତାଙ୍କର ହୁଅଇ (୧୧)

ନବଦ୍ୱାରେ ନବଶକ୍ତି ତୁହି ମାତ ବେବୁ ଦଶ ଦ୍ୱାର ଶୁନ୍ୟବାସୀ ତୁହି ବୋଲାଇବୁ (୨୦)

ତେଣୁ କରି ତୋର ପାଦେ କରୁଛି ଗୁହାରି ନିମିଷକେ ନାଶ କରି ଭକତ ଅଜରି (୧୨)

ତୋର ଛତା ଏ ଶରୀର କିଏ ସେ ରଖିବ ତୁହି ଯଦି ନ ରଖିବୁ ନାରଖୀର ହେବ (୨୧)

ବେଳ କାଳ ଆଉ ନାହିଁ ଭାବିବାର ପାଇଁ କେବଳ ତୋହରି ନାମ ହୃଦରେ ଭାବଇ (୧୩)

ସବସ୍ତ ମଙ୍ଗଳ କାରିଣୀ ତୁହି ମା ମଙ୍ଗଳା ବିପଦ ସମୟେ ଭକ୍ତର ତୁହି ଭାବ ଭେଜା (୨୨)

ସଦା କାଳେ ସାହା ହେବୁ ଜଗତ ଜନନୀ ଯିବା ଆସିବା ପଥକୁ ଜଗିବୁ ଭବାନୀ (୧୪)

ତୋର ଘର ମୋ ଶରୀର ତୋତେ ସମ୍ପଦିଲି ସବୁଛାଡ଼ି ତୋର ପାଶେ ଶରଣ ପଶିଲି (୨୩)

କାଳ ସଦା ପ୍ରାୟ ଅଛି ଭକତକୁ ଆସି କାଳି ରୂପେ ସାହାହୁଅ ଆହେ ପୌଷ୍ପପୟା (୧୫)

ରଖିଲେ ରଖିବୁ ତୁହି ମାରିଲେ ମାରିବୁ ବିପଦ ସମୟେ ସଦା ତୁହି ସାହାହେବୁ (୨୪)

ଲକ୍ଷ୍ୟ ମୋର ପାଇ ନାହିଁ (କ୍ରମଶଃ)



ସୁଧାଂଶୁ ମୋହନ ଶତପଥୀ

ଶ୍ରୀରାମ ଭବନ, ଚତୁର୍ଥା କ୍ରମଜ୍ଞ, ଜଗତସିଂହପୁର ମୋ-୯୬୭୮୨୯୮୪୯୪

ଆଉ ଗୋଟିଏ ବଡ଼ କଥା ହେଉଛି ଯେ ଆମ ରତ୍ନବଂଶର ଗୋଟିଏ ନିୟମ ରହିଛି ଗୋ, ବ୍ରାହ୍ମଣ, ନାରୀ ଓ ତପସ୍ୱୀଙ୍କ ସହିତ କେବେ ଯୁଦ୍ଧ କରିବୁ ନାହିଁ । ତେଣୁ ପ୍ରଥମେ ତୁମେ ହେଉଛ କଣେ ବ୍ରାହ୍ମଣ, ତୁମ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କଲେ ତାହା ମୋ ବଂଶ ପାଇଁ ଘୋର ଅପରାଧ ବୋଲି ଏହା ପରେ ତୁମେ ହେଉଛ କଣେ ତପସ୍ୱୀ । ତପସ୍ୱୀଙ୍କ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କଲେ ଆମ ବଂଶର ଅକ୍ଷୟ କିଛି କଲକରେ ବୁଝିଯିବ । ସେହି ଦୃଷ୍ଟିରୁ ତୁମ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ ଭୂମିରେ ଅବତୀର୍ଣ୍ଣ ହେବା ପାଇଁ ମୋର ଆତ୍ମା

ଭବିତବ୍ୟ ଯାହା ଅବଶ୍ୟ ଘଟିବ-୪୦

ମୋତେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଉନାହିଁ । ଆଉ ମନେ ରଖ, ଯଦି ତୁମେ ବିବଶ କରିବ ତେବେ ମୁଁ ଏହିକ୍ଷଣି ଯୁଦ୍ଧ ଆରମ୍ଭ କରିଦେବି । ଏହାପରେ ଯେଉଁ ବିପଦନକ ପରିଣାମ ତୁମେ ଭୋଗିବ ସେଥିପାଇଁ ମୋତେ ଦୋଷ ଦେବ ନାହିଁ । ଏସବୁ କଥା ଥରେ ନୁହେଁ ଦୁଇଥର ଚିନ୍ତାକରି ମୋତେ କୁହ ପର୍ଶୁରାମ ? ବଡ଼ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର କଥା ତତକ୍ଷଣାତ୍ ପଶୁରାମ, ଶ୍ରୀରାମ ମୁଖମଣ୍ଡଳକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଏପରି ଏକ କେଉଁ ବିପଦନକର ଦୃଶ୍ୟ ଅବଲୋକନ କଲେ ଯେ ନିଜ ହାତରେ ଧରିଥିବା ଭୟଙ୍କର କୁଦାଣକୁ ଭୁଙ୍ଗି ଉପରେ ରଖି ଦେଇ ନତକ୍ରମେ ମୁହାଁରେ ଶ୍ରୀରାମକୁ ପ୍ରହାର କରି ଦିଧାସକ୍ଷ ପୁନର୍ବାର କୁଦାଣକୁ ଧରି ମହେନ୍ଦ୍ର ଗିରି ଅଭିମୁଖେ ଧାବମାନ ହେଲେ । ଆଜି ସେହି ପର୍ଶୁରାମ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ନିଜ ଛାତି ଉପରକୁ ଚାଣି ନେଇ ଭୋ ଭୋ ହୋଇ

କାନ୍ଦୁଛନ୍ତି । ଏକତ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ! ବଡ଼ ବିପଦ ଭାବରେ ଦାହିଁ ରହିଥାନ୍ତି ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ଏ ଦୁଇ ଜଣଙ୍କୁ । ଯିଏ ଯାହାର ଅଧିନକୁଳ ସମ୍ପର୍କ, ସିଏ ପୁଣି ପରଶୁରାମ ଆଲିଙ୍ଗନ କରି କାନ୍ଦୁଛନ୍ତି ? ଯେଉଁ ବିଚିତ୍ର ଓ ବିରଳ ଦୃଶ୍ୟକୁ ଦେଖି ସମଗ୍ର ରାଜ ସଭାରେ ବସିଥିବା ଅଗଣିତ ଜନସାଧାରଣ କାନ୍ଦିବାରେ ଲାଗିଥାନ୍ତି । ସମୟ ଏ ମଣିଷକୁ କେଉଁଠି ପହଞ୍ଚାଇ ଥାଏ ତାକୁ ବାସ୍ତବରେ ଦେଖିଲେ ମଣିଷର ମନ ଯେ କେତେ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ, ତାହା ରାଜ୍ୟସଭାରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିବା ଜନତା ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରୁଛନ୍ତି । ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସମୟର ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଧାରା କେଉଁ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଗତିଶୀଳ ହେଉଛି ତାହ ମଣିଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିନପାରି ନିଜର ଜୀବନକୁ ବିପଦ କରିଦେଉଛି । ଏହି ପରି ଚିନ୍ତାକରି ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ତତସ୍ତୁ ହୋଇ ସାରିଲେଣି । ପାର୍ଶ୍ୱବର୍ତ୍ତୀ ରାଜସଭା ମଧ୍ୟକୁ ଦୃଷ୍ଟି

ନିକ୍ଷେପ କରିବା ବେଳେ ତାଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ପଡ଼ିଲା ବଶିଷ୍ଠଙ୍କ ଉପରେ । ବଶିଷ୍ଠ କହୁଛନ୍ତି 'ହେ ରାମ ! ମୁଁ ଭଲ ଭାବରେ ଜାଣି ପାରୁଛି ଯେ, ଆପଣ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କର ଶିରଛେଦ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ହେ ରାମ, ଆପଣ ସ୍ଥିର ହୁଅନ୍ତୁ, ବିଗଳିତ ହେବା ଆପଣଙ୍କୁ ଶୋଭା ପାଏନି । ସଭାସ୍ଥଳରୁ ପରାମର୍ଶ ଆସି ସାରିଲାଣି ଯେ, ଶ୍ରୀରାମ ଅତିଶୟ ବିଚଳିତ ଯେ ଆଉ ବିଚାର କରିପାରିବେନି କିମ୍ବା ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କର ଶିରଛେଦ କରିବା ତ ଦୂରର କଥା, ତାଙ୍କ ଚକ୍ଷୁ ନିକଟରୁ ସେ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ କୌଣସି ମତେ ବିଦାୟ ଦେଇ ପାରିବେନି । ହେ ରାମ, ଆପଣ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କର ଶିରଛେଦ ନକରି ତାଙ୍କୁ ନିର୍ବାସିତ କରି ଦିଅନ୍ତୁ, ଯେପରି ସେ ଆଉ ଅଯୋଧ୍ୟା ନଗରୀକୁ ପ୍ରବେଶ ନକରନ୍ତି ।' ବଶିଷ୍ଠ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ଆଉ ଅନେକ କଥା କହିଥାନ୍ତେ, କିନ୍ତୁ ବଶିଷ୍ଠଙ୍କର କଥା ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ନହେଉଣୁ ଲକ୍ଷ୍ମଣ,

ବଶିଷ୍ଠଙ୍କୁ କହିଲେ 'ଗୁରୁଦେବ ! ଆପଣ ମୋ କଥା ଭଲଭାବେ ଶୁଣି ନିଅନ୍ତୁ ମୋର ଅତିମ ଅଭିଳାଷ, ମୋତେ ମୋ ବଡ଼ଭାଇ ମୋର ଶିରଛେଦନ କରିବାତ ଦୂରର କଥା, ମୋତେ ସେ କେବେ ତାଙ୍କ ଚକ୍ଷୁରୁ ଅନ୍ତର କରିପାରିବେନି । ଏହାପରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ କଥା ଆପଣ ବିଚାର ଦେଇଛନ୍ତି ମୋ ପାଇଁ ଅଯୋଧ୍ୟା ହେବ ନିଷିଦ୍ଧାଞ୍ଚଳ । ଯେଉଁ ଅଯୋଧ୍ୟାର ପ୍ରତିଟି ଧୂଳିମାଟି ସ୍ୱର୍ଗଠାରୁ ଆହୁରି ପବିତ୍ରମାନେ କରେ ସେ ଅଯୋଧ୍ୟାକୁ ଛାଡ଼ି ମୁଁ ବନ୍ଧୁ ପାରିବିନି ଗୁରୁଦେବ । ତେଣୁ ମୁଁ ସ୍ଥିର କରି ସାରିଛି ମୋର ଅତିମ ଆଶ୍ରୟ ସ୍ଥଳ, ଆଉ ସେହି ସ୍ଥାନ ହେଉଛି ସରଯୁ ନଦୀର ଗର୍ଭ । ଦେଉଁ ମା'ର ହେଉଛି ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ବଂଶ ଆଜକୁ ଶହ ଶହ ବର୍ଷ ଧରି ବିଜୟ ଧୂଳି ଉଡ଼ାଇ ଆସିଛି ମୁଁ ସେହି ମା'ର କୋଳରେ ଆତ୍ମ ବିସର୍ଜନ କରିବି । ଏତକ ଲକ୍ଷ୍ମଣ କହିବା ପରେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଧାର

ସ୍ଥିର ଭାବରେ ରାଜଭବନ ମଧ୍ୟକୁ ପ୍ରବେଶ କଲେ । ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରାଜ ପ୍ରସାଦ ଦେଖାଯାଉଥାଏ ଧୂପର ବର୍ଷ । ପ୍ରତିଟି କୋଣ ଅନୁକୋଶ ଲାଗୁଥାଏ ଆତଙ୍କର ଭୟାନକ ପରିବେଶ । ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଧାର ସ୍ଥିର ପଦ ପାତରେ କୌଶଲ୍ୟାଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚି ତାଙ୍କ ପାଦତଳେ ଭକ୍ତପୂତ ପ୍ରଣାମ ଜଣାଇ ପାଦ ଧୂଳି ଆଣି ମଥାରେ ମାରିବା ବଳେକ ସେ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ଠୋଳ ଛାଡ଼ିବେ ଚାପିଥିଲେ ଯେଉଁ କୁନ୍ଦନ କଲେ ସେହି ଶୋକରେ ପ୍ରତିଧ୍ୱନିରେ ପ୍ରକମ୍ପିତ ହୋଇଗଲା ରାଜଭବନ । ଛାତି ଫାଟି ଯାଉଥିଲା ଅଯୋଧ୍ୟା ରାଜଭବନର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟଙ୍କର । ପୂର୍ଣ୍ଣତ ହୋଇ ତଳେ ପଡ଼ିଗଲେ କୌଶଲ୍ୟା । ମଧ୍ୟକରୁ ଧାର ଧାର ହୋଇ ରକ୍ତ ବାହାରି ଯାଉଥାଏ । ସମ୍ଭବେତ ଦାସଦାସୀ ଯେତେ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ମଧ୍ୟ ଚେତା ଫେରିବା ଅସାଧ୍ୟ ହୋଇ ପଡ଼ୁଥାଏ । ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ବଳିନର ସମୟ ଆସନ୍ତୁ ହୋଇ ଆସିଲାଣି । (କ୍ରମଶଃ)



ଜୟଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ

ଗଙ୍ଗନଗର, ଭୁବନେଶ୍ୱର ମୋ : ୭୯୭୮୧୧୦୪୭୪

ଆମେ ଜାଣୁ ଯେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହିଁ ସମ୍ପଦ । ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିନା କେହି କିଛି କରି ପାରେନାହିଁ । ଧନ ଜନ ଜୀବନରେ ଯେତେ ଥିଲେ ବି ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିନା ଜୀବନରେ ଶାନ୍ତି ମିଳେନାହିଁ , ସଫଳତା ମିଳେନାହିଁ । କୌଣସି କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆମର ଶରୀର ଓ ମନ ଉଭୟ ସୁସ୍ଥ ଥିବା ଦରକାର । ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଉତ୍ତମ ମନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଆମେ ଯଦି ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ଭାବରେ ସୁସ୍ଥ ନ ଥାଉ ତେବେ ନିଜର ଯୋଗ୍ୟତା ଓ ଦକ୍ଷତା ସତ୍ତ୍ୱେ ବି ଗୁଡ଼ିଗ ଦୁର୍ବଳ ମଣିଷ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର କ୍ଷମତା ହରାଏ । ଶରୀର ଓ ମନକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାପାଇଁ ବ୍ୟାୟାମ, ଯୋଗାସନ, ପ୍ରତିଦିନ ଚାଲିବା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଗ୍ରନ୍ଥି ଗୁଡ଼ିକର କ୍ରିୟା ସ୍ୱାଭାବିକ ରହେ । ଯା ଫଳରେ ଶରୀର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୁଏ । ଯୋଗ ମଣିଷକୁ ଦୀର୍ଘାୟୁ କରେ, ଶରୀର ଓ ମନ ଭିତରେ ସମନ୍ୱୟ ରଖେ, ମନର ଏକାଗ୍ରତା ବଢ଼ାଏ । ଯୋଗ ସକାଳ ଓ ସଞ୍ଜ ସମୟରେ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଦେହର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସକ୍ରିୟ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରାଏ । ନିୟମିତ ଯୋଗ ପ୍ରାଣାୟାମ ଧ୍ୟାନ କରିବା

ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଯୋଗ ଦିବସ

ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ମାଂସପେଶୀ ଗୁଡ଼ିକ ସକ୍ରିୟ ପ୍ରସାରଣ ହୋଇ ଅନେକ ରୋଗ ବ୍ୟାଧିରୁ ମୁକ୍ତି ପାଏ । ଶରୀର ଅକାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ମୁକ୍ତି ପାଏ । ଯୋଗଭ୍ୟାସ ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ରୋଗଗଣ ଯଥା ଅଷ୍ଟା, ଆଖୁ ଗଣ୍ଠି ଦରଳ, ମଧୁମେହ ରୋଗରୁ ଉପଶମ ମିଳେ । ମନର ଏକାଗ୍ରତା ବଢ଼ାଏ । ଯୋଗଭ୍ୟାସ ଆମରୁ ଶୌଚ ହୋଇ ପାଣି ପିଇବେ । ଉତ୍ତମ ଯୋଗଗୁରୁ କିମ୍ବା ତାନ୍ତ୍ରିକ ପରାମର୍ଶ ନେଇ ପ୍ରାକୃତିକ ବାୟୁ ଚଳାଚଳ ସ୍ଥାନରେ, ଖୋଲାସ୍ଥାନରେ ତିଳା ଏବଂ ସୁତା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧି ଯୋଗ କରିବା ବିଧେୟ । ଫଳରେ ଶରୀରକୁ ଅଧିକେନ ମିଳିଥାଏ । ମନ ଓ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ଲାଗେ । ରକ୍ତ ସଞ୍ଚନ ଠିକ ଭାବରେ ହୋଇ ଶରୀରକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲାଗେ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର କ୍ଷମତା ବଢ଼ାଏ । ଭାରତର ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ରାଜପଥରେ ୨୦୧୫ ଜୁନ ମାସ ୨୧ ତାରିଖରେ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଯୋଗ ଦିବସ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଭାରତର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ ଏହି ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରିବାକୁ ଚାହିଁବେ ଯାହାର ଅଧିକାରୀ ଦୈନିକରେ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେଇଥିଲେ । ବିଶ୍ୱ ସ୍ତରରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଉପକାରିତା ପାଇଁ ଯୋଗକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବାପାଇଁ ଏ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଏ । ଯୋଗ ହେଉଛି ପ୍ରାଚୀନ ଭାରତୀୟ ଅଭ୍ୟାସ ଯାହା ଶରୀର ଓ

ମନଭିତରେ ରଖେ ସମନ୍ୱୟ । ଭାରତର ମୁନି ରଷି ଗଣ ମଧ୍ୟ ଯୋଗକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଛନ୍ତି । ପାଠକ୍ରମା ରଷି ଯୋଗଗଣ୍ୟ ପ୍ରଣୟନ କରିଥିଲେ ଯାହାର ସାଧାରଣ ଅର୍ଥ ଈଶ୍ୱରଙ୍କୁ ତପସ୍ୟା କରିବା ଓ ସଂପାଦନ କରିବା । ଏହା ଏକ ପଦ୍ଧତି ଯେଉଁଥିରେ ମଣିଷର ମନ, ଶରୀର ଓ ପ୍ରାଣ ଏକତ୍ର ରହେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ରତ୍ନରେ ହୋଇପାରେ ଯୋଗ । ଅନେକ ରୋଗ ବ୍ୟାଧିରୁ ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟରେ ଭଲ କରେ ଯୋଗ । ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଓ ମନ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହେ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହେଉଛି ସମ୍ପଦ ଯାହା ଦୈନିକ ଯୋଗରୁ ମିଳିଥାଏ । ଯୋଗ ବିଷୟରେ ସଚେତନତା ଆଣିବା ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଯୋଗ ଦିବସର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଆମର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ୨୦୧୫ ମସିହା ଜୁନ ୨୧ ତାରିଖରେ ପ୍ରଥମ ଥର ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ କରିଥିଲେ । ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ ହୋଇ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଯୋଗ ଦିବସରେ ପରିଣତ ହେଲା । ଯୋଗ ଏକ ସଂସ୍କୃତ ଶବ୍ଦ ଯାହାର ଅର୍ଥ ଏକାଠି ବା ଏକତ୍ର କରିବା । ଯେଉଁ ଅବସ୍ଥାରେ ମନ ଓ ଶରୀର ଆମ ଆୟତ୍ତରେ ରହି ଏକାଗ୍ର ଓ ସ୍ଥିର ରହିବେ ଅବିଚଳିତ ହେବେନାହିଁ । ଶରୀର ଅସୁସ୍ଥ ହେଲେ ଆମେ ତାନ୍ତ୍ରିକ ପରାମର୍ଶ ନେଇ ଏବଂ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରି ହେଲେ ମନ ଅସୁସ୍ଥ ହେଲେ ତାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣକୁ

ଆଣିବାପାଇଁ ଯୋଗଗୁରୁ ପାଠକ୍ରମ ଆଣି ଯୋଗ ପ୍ରଣାମ ବିଷୟରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛନ୍ତି ଯଥା ଯମ, ନିୟମ, ଆସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ, ପ୍ରତ୍ୟାହାର, ଧାରଣା, ଧ୍ୟାନ ଓ ସଂପାଦନ । ଯ. ଯମ ଅର୍ଥ ସଂଯମ-ମନ ଅତି ବଞ୍ଚଳ ଓ ଅସ୍ଥିର । ସେହି ବଞ୍ଚଳ ମନକୁ ଆୟତ୍ତରେ ରଖିବା । ଏହା ପାଞ୍ଚ ପ୍ରକାର ଅର୍ଥ-ସା - କାହାପ୍ରତି ହିଂସା ଆଚରଣ ନ କରି ସଂଯମା ହେବା, ସତ୍ୟକୁ ଅନୁସରଣ କରିବା ଓ ସୁନ୍ଦର ଜୀବନ ଅତିବାହିତ କରିବା । ଅସେନ୍ଦ୍ର - ଅସତ ଉପାୟରେ ଧନ ଅର୍ଜନ ନ କରିବା । ବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାନଙ୍କୁ ସଂଯମରେ ରଖି ମୁଁ ବ୍ରହ୍ମ ଏହି ଭାବ ପୋଷଣ କରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା । ଅପରିଗ୍ରହ-ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ପରିଶ୍ରମ ନକରି କାହାଠାରୁ ଧନ ଗ୍ରହଣ ନ କରିବା । ୨. ନିୟମ-ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନ ଧାରାକୁ ଶୁଣ୍ଠିକିତ କରିବା । ନିୟମରେ ରହିବା । ଏହା ୫ ପ୍ରକାରର ଶୌଚ, ତପ, ସତ୍ୟତା, ସ୍ୱାଧ୍ୟାୟ ଓ ଈଶ୍ୱର ପ୍ରତିଧ୍ୟାନ ଗା. ଆସନ-ଏହା ହେଉଛି କ୍ରିୟାତ୍ମକ ଯୋଗ । ସହିତା ଉପର ଶୋଭାଏ ଏହି ଗର୍ଭିତା ରୂପରେ ଆସନ କରାଯାଏ । ଯେଉଁ ସ୍ଥିତିରେ ଶରୀରକୁ ରଖି ଯୋଗ କରାଯାଏ ତାକୁ କୁହାଯାଏ ଯୋଗାସନ । ଆସନ ଯୋଗର ଏକ ଅଙ୍ଗ । ୪. ପ୍ରାଣାୟାମ-ପ୍ରାଣ ବାୟୁ ସଂଚରିତ କରିବା । ସୁସ୍ଥ ଓ ଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁରୁ

ପ୍ରାଣଶକ୍ତି ମିଳେ ଶରୀର ବଞ୍ଚି ରହେ । ଏହି ଉତ୍ତମ ବାୟୁ ଚଳାଚଳ ସ୍ଥାନ ପ୍ରାଣାୟାମ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ । ଯୋଗ ସାଧନ ବଳରେ ପ୍ରାଣଶକ୍ତିକୁ ଆୟତ୍ତ କରିହୁଏ । ମନ ଏକାଗ୍ର ହୁଏ । ନାସାରୁ ନିର୍ଗତ ପ୍ରାଣ ବାୟୁକୁ ଧରି ପ୍ରାଣାୟାମ କରାଯାଏ । ୫. ପ୍ରତ୍ୟାହାର- ଆମର ପଞ୍ଚ ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ରହିଛି ଯଥା ଚକ୍ଷୁ, ନାସା, କର୍ଣ୍ଣ, ଜିହ୍ୱା, ନାସିକା ଓ ହୃତା । ଚକ୍ଷୁ ଓ କର୍ଣ୍ଣ ଅଧିକ ଅନୁକୃତି ପ୍ରବଣ । ଏହି ସାଧନା ଦ୍ୱାରା ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ମାନଙ୍କୁ ସଂଯମରେ ରଖି ଧ୍ୟାନରେ ରହିବା । ୬. ଧାରଣା- ଚକ୍ଷୁ ମନକୁ ଧାରଣ କରି ସ୍ଥିର ରଖିବା । ୭. ଧ୍ୟାନ- ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାରା ମଣିଷ ଅସାଧ୍ୟ ସାଧନ କରିପାରେ । ଅସଫଳକୁ ସଫଳ କରିପାରେ । ମଣିଷ ଯେତେବେଳେ ପାର୍ଥ୍ୟ ଜଗତକୁ ଭୁଲିଯାଇ ସମସ୍ୟା କଥା ଚିନ୍ତା କରେ ସେତେବେଳେ ନୂଆ ତଥ୍ୟ ଆବିଷ୍କାର କରେ । କିବି ଲେଖକ ଧ୍ୟାନସ୍ଥ ହୋଇ ଲେଖନ୍ତି । ଚିକିତ୍ସକ, କଳା, ଚିତ୍ରକର, ମୂର୍ତ୍ତିକର ଧ୍ୟାନସ୍ଥ ହୋଇ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରନ୍ତି । ୮- ସମାଧି-ସମାଧି ଲାଭ ଯୋଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଓ ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ସମାଧି ଅବସ୍ଥାରେ ଯୋଗୀ ପରମ ଧ୍ୟାନ ଲାଭ କରେ । ଏହି ସ୍ତରକୁ ଆସିବାକୁ ଯୈର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ ବିଶ୍ୱାସ ସହକାରେ ଯୋଗ ସାଧନ କରିବା ଦରକାର । ସାଧନାର ଅଷ୍ଟାଙ୍ଗ ପାଦ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବାପରେ ଜଣେ ସମାଧି ପାଦକୁ

ଯାଏ ଏଥିପାଇଁ ମନକୁ ସଂଯମ ଓ ଅନୁଶୀଳନରେ ରଖିବାକୁ ହୁଏ । ପରିଶେଷରେ ହୃଦର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହିଁ ହୃଦର ମନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ସମସ୍ତେ ଯୋଗ କରିପାରିବେ । ଯୋଗାସନ ନିୟମିତ ଖୋଲା ପଡ଼ିଆ ବା ଘାସ ପଡ଼ିଆ, ଛାତ ଉପରେ ହୃଦର ଓ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ବାୟୁ ଚଳାଚଳ ସ୍ଥାନରେ ହୁଏ । ତିଳା ପୋଷାକରେ ଯୋଗ କରାଯାଏ । ଅତର୍ଜନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଯୋଗର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଯୋଗ ବିଦ୍ୟାୟାକୁ ଶୁଣ୍ଠିକିତ ସଂଯମିତ କରାଏ । ଧାନ୍ତ ଚକ୍ର ବଢ଼ାଏ । ଖାଲି ଦେହରେ ବ୍ରାହ୍ମ ଦୁର୍ଭୁତରେ ଯୋଗ କରିଲେ ସୁଫଳ ମିଳେ । ଯୋଗ କରିବାପରେ ସାଲାଡ଼ ଫଳ ଖାଇ ପାରିବେ । ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ ପାଦରୁ କ୍ରିୟାକୁ ସକ୍ରିୟ କରେ ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବା ଆଣିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ରକ୍ତ ଶର୍କରା ସ୍ତରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ମେଦ ବହୁଳତାକୁ କମାଏ । ଚର୍ବି କମ କରି ପାଦର ଚର୍ମ ମଜବୁତ କରି ଶରୀରକୁ ଫିଟ ରଖେ । ଚିନ୍ତାମୁକ୍ତ କରେ । ଆଲକ୍ୟ ଭାବ ଦୂର କରେ । ତେଣୁ ଆମ ଦୈନିକ ଜୀବନରେ କିଛି ସମୟ ଶରୀର ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା, ଯୋଗ ଧ୍ୟାନ ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ନିହତି ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ । ଶ୍ରୀଅରବିନ୍ଦଙ୍କ ମତରେ ଯୋଗ ହିଁ ଜୀବନ ସୁସ୍ଥ ରହିବାର ମାଧ୍ୟମ । ଶରୀର ଶକ୍ତି ଅନୁସାରେ, ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ କେତେ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେବେ ଛାଡ଼ିବେ ସବୁ ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେଇ ଯୋଗ କରନ୍ତୁ । ପ୍ରାଣାୟାମ କରନ୍ତୁ । ଶରୀରକୁ ସୁନ୍ଦର ଭାବରେ ଗତି ଚୋଳିବା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତିଦିନ ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ ଓ ନିରୋଗ ରୁହନ୍ତୁ ଏହା ହିଁ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଯୋଗ ଦିବସର ଅନୁଚିନ୍ତା ।



ବିଶ୍ୱବିଜୟୀ ଦାଶ

ସମ୍ପାଦକ, ବ୍ରହ୍ମକଳିକା ଇ-ପତ୍ରିକା ବାଣପୁର, ଖୋର୍ଦ୍ଧା ପିନ୍ ନଂ - ୭୫୨୦୩୫ ମୋ ନଂ- ୭୩୭୦୨୦୮୪୨୮

ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଯୋଗ ଦିବସ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଜୁନ ୨୧ ତାରିଖରେ ପାଳନ ହୁଏ । ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ, ମନକୁ ଶାନ୍ତ ଓ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବା ପାଇଁ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଏହି ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଉଛି । ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଓ ମନର ସର୍ବୋତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ଯେ ସମ୍ଭବ, ସେଥିଲାଗି ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଲୋକ ଏବେ ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ ଯୋଗକୁ ଆପଣେଇ ନେଇଛନ୍ତି । ଏହା ଭାରତର ପ୍ରାଚୀନ ସଂସ୍କୃତିର ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ଉପହାର । ଏହା ମନ ଏବଂ ଶରୀରକୁ ସଂଯୋଗ କରିଥାଏ । ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚିନ୍ତା, କ୍ରିୟା, ସଂଯମ ଏବଂ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବା ଲାଗି ଏକ ସିଦ୍ଧ ଉପହାର । ୨୦୧୪ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୭ରେ ଭାରତର

ଦେହ ପାଇଁ ହିତ ଯୋଗ

ମାନନୀୟ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ ଜୁନ ୨୧କୁ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ସ୍ତରରେ ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ ପୂର୍ବକ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେଇଥିଲେ । ଆମେରିକାର ମିଳିତ ଜାତିସଂଘ ସାଧାରଣ ପରିଷଦର ୬୯ତମ ଅଧିବେସନକୁ ପ୍ରଥମ କରି ସମୋଦିତ କରି ଅଭିଭାଷଣରେ କହିଥିଲେ ଯେ, 'ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଦୁନିଆରେ ସବୁକିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଉଥିବାବେଳେ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଚିନ୍ତା ବିଷୟ । ଆମ ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ଏହାର ମୁକାବିଲା କରିବା ପାଇଁ ଯୋଗ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଯୋଗକୁ କେବଳ ବ୍ୟାୟାମରେ ସୀମିତ ନରଖି ଶାସ୍ତ୍ରାନୁସାରେ ପରିବ୍ୟାପ୍ତ କରାଗଲେ ସବୁକିଛିର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇପାରିବ । ତେଣୁ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ସ୍ତରରେ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯିବା ଉଚିତ ।' ଏହାପରେ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ସ୍ତରରେ ଏହାକୁ ପାଳନ କରିବା ପାଇଁ ମିଳିତ ଜାତିସଂଘ ଅଧିବେସନ ଦ୍ୱାରା ଡିସେମ୍ବର ୧୧, ୨୦୧୪ରେ ସଂକଳ୍ପ ନିଆଯାଇଥିଲା । 'ଯୋଗ ଭାରତର ପ୍ରାଚୀନ ସଂସ୍କୃତିର ଏକ ଅମୂଲ୍ୟ ଉପହାର । ଏହା ମନ ଏବଂ ଶରୀରକୁ ସଂଯୋଗ କରିଥାଏ । ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚିନ୍ତା, କ୍ରିୟା, ସଂଯମ ଏବଂ ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିବା ଲ



ଯେଉଁ ଦିନ ଘାଟ ପାରି ହୋଇଯିବି

ତାରା ପୁତ୍ର ପୁତ୍ରି ଓଡ଼ି ପଡ଼ିଥିଲା
ମୁଠାଏ ଲାଜୁଆ ହସରେ,
ଚଉଦିଗ ଆହା ମହକି ଗଲା କି
ସେ ଦିନ ଅଜଣା ବାସରେ ॥

ଆଖି ବୁଜି ଦେଇ ଯେତକି ସାଇତି
ପାରିଲି ନିବିଡ଼ ଭାବରେ,
ସେତକିରେ ସବୁ ବିଶ୍ୱାସକୁ ମୋର
ଗାଜଲି ପ୍ରାର୍ଥନା ଶବ୍ଦରେ ॥

ଫେରି ଯିବା ପାଇଁ ଦିନୁ ଦେଖୁ ନାହିଁ
ହେଲେ ଖାଲି ଖାଲି ଲାଗିଛି,
ନଇ ତଜା ଆଉ ବର୍ଜଣା ଛବିରେ
ସମୟ ଅଟକି ଯାଇଛି ॥

ନିଜ ଅଜାଣତେ ଯାହାକୁ ଜଗିଛି
ସେ ଦିନକୁ ସେଇ ଘାଟରେ,
ଯେଉଁ ଦିନ ଘାଟ ପାରି ହୋଇଯିବି
ଭେଟ ହେବ ତା'ର ସାଥୀରେ ॥



ସ୍ୱପ୍ନା ପଞ୍ଚା

ମୋ- ୯୮୨୧୩୨୩୬୫୦

ପୁଷ୍ପ ମଞ୍ଜାରୀ

ଜୀବନ ରହସ୍ୟ ଜାଣିଛୁ ବୋଲିତ ଓଠରେ ଖେଳାଇ ହସ କେତେ
ଯେ ଶ୍ରାବଣ କେତେ ଶୀତ ବିତେ କେବେପୁଣି ମଧୁମାସ,
କ୍ଷଣିକ ଜୀବନେ ପୁଷ୍ପ ବାଜା ଦେଉ, ନାହିଁ ତୋର ଗ୍ଳାନି ଭାବ
ପ୍ରୀତି ଝୁଲଣାରେ ଝୁଲୁଥାଉ ସଦା ଓଠରେ ତୋ ମଧୁ ପ୍ରାବ !

ଶୁଣାର ରସର ଅମର ପ୍ରତୀକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ କରୁ,
ପ୍ରେମ ପ୍ରଣୟର ମଞ୍ଜୁ ପୁରୋଧା ତୁ ପାଖୁଡ଼ାରେ ରଙ୍ଗ ଭରୁ ,
ଅଳପ ହସରେ ମହକୁ ଆଉ ତୁ ମାନ କଲେ ଯାଉ ଝରି
ଛବୁବେଶ ଦେଖୁ ମଉଳି ଯାଉ ତୁ କାଳେ ହୋଇ ଯିବୁ ତୋରି !!

କୋମଳ ଦଳର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ରୂପରେ ସଂସାର ମୋଡ଼ିତ ହୁଏ ବିଭବରେ
ତୋର ଆତମିତ ପୁଷ୍ପ ପରମ ସାନ୍ନିଧ୍ୟ ପାଏ,
ଭାବ ବିହୀନ କରିବାର ଶକ୍ତି ଗଢ଼ିତ ରଖୁଛୁ ବୋଲି
ଅକ୍ଷୟ ବିଭବେ ସମର୍ପିତ ହେଉ ତଥାପି ବୁଝେନା ଅଳି !!

ଧରଣୀ ରାଶୀର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସର୍ଜନା, ରୂପ ତୋର ମନ ତୋରା
ଅନ୍ୟତ୍ର ପଦକୁ ଅଟ୍ଟ ଶୁଣାଉ ତୁ ବାକି ରହସ୍ୟରେ ଘେରା !!

ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁନାମୁଦ୍ରି



ପାର୍ବତୀ ଭିଲ୍ଲା, ସୁନ୍ଦରପଦା
ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ- ୮୨୪୯୯୦୬୧୪୦

ସେଇ ପ୍ରେମିକାର ମୁହଁ

ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ତ୍ରିପାଠୀ

ଘରଣୀ ଶାଳୀଠୁ ଆହୁରି ସୁନ୍ଦର
ସେଇ ପ୍ରେମିକାର ମୁହଁ
ସେଥିପାଇଁ ବୋଧେ ଅବୁଝା ଏମନ
ତୁଟାଇ ପାରିନି ମୋହ ।



ଜଣେ ନାଜଲଣୀ ମୋ ପାଇଁ ସିନ୍ଦୂର
ଆଉଜଣେ କରେ ଥରା
ଆଜିବି ଛାଡ଼ିବୁ ତା ସ୍ମୃତି ଲିଭିନି
ଏମିତି ନିଆରା ଅପା ।

ଶ୍ରାବଣା ରାଗିଣୀ ନୟନା ଚାନ୍ଦିନୀ
କେହି ତାପରି ନୁହଁ
ଘରଣୀ ଶାଳୀଠୁ ଆହୁରି ସୁନ୍ଦର
ସେଇ ପ୍ରେମିକାର ମୁହଁ ।

ଝାଞ୍ଜି ଓ ବରଷା ଶରତ କାଳର
ଶୀତ ବସନ୍ତର ପାଗ
ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ଏ ମନ ଭିତରେ
ଆବିଷ୍କୃତ ଅନୁରାଗ ।

ଖୋର୍ଦ୍ଧା

କାବିତା ଚାକିଆ ଓଠେ ହସଭରେ
ଏ ଆଖୁରୁ ଝରେ ଲୁହ
ଘରଣୀ ଶାଳୀଠୁ ଆହୁରି ସୁନ୍ଦର
ସେଇ ପ୍ରେମିକାର ମୁହଁ ।

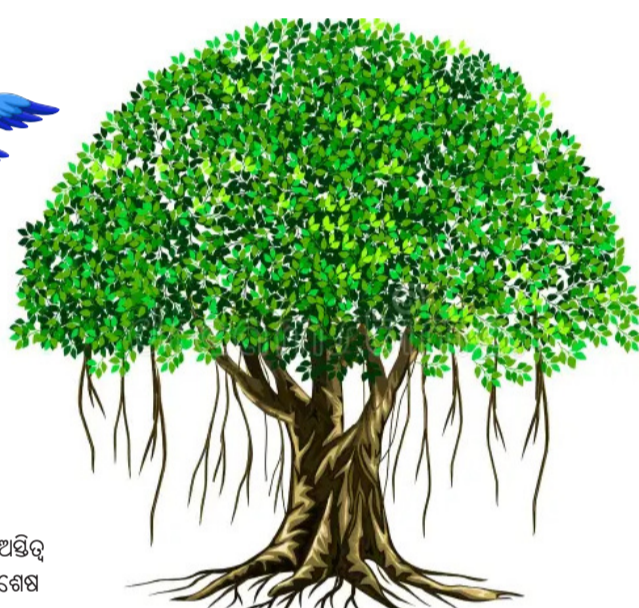
ଗୋଟେ ବରଗଛର ଆତ୍ମକଥା

ଥିଲା ଗୋଟେ ସୁନ୍ଦର ବରଗଛ
ଯାହାର ଓହଳମାନେ ଥିଲେ
ଖୁବ୍ ସଖିକ
ତାଳୁ ଓହଳି ମାଟିରେ ଭେଦି
ଗଛ ଚାରିପଟେ ବେଦୁରହିଥିଲେ
ବେଶ୍ ସୁଦୃଢ଼ ।

ସେ ଗଛ ତାଳରେ ବସା ବାନ୍ଧିଥିଲେ
କିଛି ପକ୍ଷୀ, କିଛି ଗୁଣ୍ଡୁଡ଼ି ମୁଷା
ଭରସା ଓ ବିଶ୍ୱାସର
ଶ୍ରୁତିମଧୁର କିଟିରମିଟିର, ଚୁଁ ଚାଁ ଶବ୍ଦରେ
ପାହିଯାଉଥିଲା ରାତି
ବହୁ ଭାଗ ଆଧାରରେ
ପୁରି ଉଠୁଥିଲା ପେଟ
ଗଲା ଆଇଲା କେତେ ଝଡ଼ଝଞା
ସମାହିତ ହେଉଥିଲା ଗଛର ବେହରେ
ପିଟିହୋଇ ଫେରିଯାଉଥିଲା ଦୁର୍ଦ୍ଦିନ
ଶାଖୁଶାଖର ଅଳ୍ପ ଖୁମ୍ପି ପାଉନଥିଲା
ବାଇଚଢ଼େଇର ଘର ।



ଏମିତି ଦିନ ପରେ ଦିନ ଗଢ଼ିଚାଲିଲା
କଅଁଳିଲା ପକ୍ଷୀମାନଙ୍କର ଡେଖା
କଣେ ପରେ କଣେ ଉଡ଼ିଚାଲିଲେ
ଅନ୍ୟକେଉଁ ସୁଦୂର ପ୍ରାନ୍ତର
ବନ୍ଧସର ଅତିକ୍ରାନ୍ତରେ
ବୁଢ଼ା ବରଗଛର ଚାଶ ଧର୍ଯ୍ୟ
ପୂର୍ବବଦଳ ଚାଣିରଖିଥିଲା
ସ୍ମୃତିର ମାଟିରେ
ଅଜାଣତରେ ଯାବତୀୟ ପଦକ୍ଷିପ୍ତ ।



ଡ. ଦୀପକ କୁମାର ମିଶ୍ର



ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ-୮୨୮୦୨୧୧୦୦୦

ପୁରୁଷ

ତା ଆତକୁ
ପଥର ଫିଙ୍ଗି ଅବା ପୁଲ
ସେ ଯୋଦ୍ଧା ଚିରକାଳ ।

ସେ ଛାଡ଼ିଲେ
କଣ ଅଛି କେଜାଣି
ପ୍ରତିଥର ଝରେ ଅମ୍ଳ ଅମ୍ଳ
ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିର ପ୍ରେମ କାହାଣୀ ।

ସେ ଯମୁନା ପରି ଛଳଛଳ,
କାହା ପ୍ରତୀକ୍ଷାରେ
ବିଦଗ୍ଧ ବଂଶାସୁନ,
ପ୍ରଣୟର ଛନ୍ଦଗୀତରେ ସେ
ଅଲେଖା ଚିଠିର ବୁଝା,
ଅନୁରାଗୀ ବର୍ଣ୍ଣାର
ଅନନ୍ତ ସନ୍ତୋଷର,
ପୁରୁଷ ଅସରତି ପୂର୍ଣ୍ଣମା ତିଥିର
ସଫେଦ ପ୍ରକଳନ,
ତଥାପି ସେ ସହେ
ଦାରୁଣ ଆଘାତର ଦହନ ।

ନାରୀ ପରି ପୁରୁଷକୁ ନେଇ
ଲେଖା ଯାଏ କବିତା,
ତହିଁରେ ଆସ ଅବୁଝ୍ୟ ଦାପର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ,
ସହନଶୀଳତାର ସଜିତା,



ପୁରୁଷ ବିନା କବିତା ନୁହଁଇ କି ବନ୍ଧ୍ୟା,
ସେଇଥିପାଇଁ ତ କବିତା ପୁରୁଷ କୋହରେ
ଚିରକାଳ ଲାସ୍ୟମୟୀ, ହାସ୍ୟମୟୀ
ସକାଳଠୁ ସନ୍ଧ୍ୟା,
ଏଯାବତ କିନ୍ତୁ କବିତାର ପୃଥିବୀରେ
ସେ ସ୍ୱୟଂ ଖୋଜିଚାଲିଛି ତାର ସହଭାଗିତା ।

ପୁରୁଷ ଲୁହର ବର୍ଷାରେ
ଭିଜୁଥିବା ଏକ ମରଣ ମୁହାଣୀ ପଥକ,
ତା ଲୁହରେ ଭିଜେନି ମାଟି,
ଭିଜେନି କାହା ଆଖୁ,
ତା ଲୁହ ଅଦେଖା ନଇର ବେସୁରା ଗାତି,
ସେ ନଷ୍ଟ ନାତର
ବତବତ ପାକ,
ସେ ସଂରକ୍ଷିତ ଯାତନାର ବୈଶାଖ
ଅଶ୍ୟଂରକ୍ଷିତ ସୁଖର କଳକଟି ନାୟକ ।

ସର୍ବିଏଁ ଦେଖନ୍ତି ସେ ପକ,
ସଂସାର ପାଇଁ ସେ
ତପୋରତ ପଦୁରାଗର ଗାୟନ,
ସତ୍ୟ ଅହିଂସାର ସଖ୍ୟା ପଥରେ ସେ
ଯତନଶୀଳ ଯାଗୁ,
ମାତ୍ର କାଳ କାଳ ସେ କରୁଣାର ଫଳପ୍ରସୂ,
ପୁରୁଷ ପାଇଁ ଅଛୁଆଁ କି
ପୁଲକିତ ପ୍ରେମ ଓ ପ୍ରସ୍ତୁତିତ ଜୀବନ ?



ସୁଜିତ କୁମାର ମିଶ୍ର

ଅଗଣ୍ଡ, ହରିଶ୍ଚନ୍ଦ୍ର ପରି ସବୁକିଛି ଦେଇ
ସେ ନିଷ୍ଠ ଉପେକ୍ଷିତ ଛାଇ,
ବିଦେକପଣର ଗୀତ ଗାଇ ଗାଇ
ସେ ମଶାଣିର ଛୁଇ,
ତା ପାଇଁ ବାସପୁଲର ହସ କାହିଁ ?

ସେ ଗତେ ମନ୍ଦିର, ପୂଜା ପାଏନା,
ସେ ଲେଖେ ବହି ଚର୍ଚ୍ଚିତ ହୁଏ ନା
ନାହିଁ ନାହିଁର ସଂସାର ଭିତରେ
ସେ ନିରବଧି ମଲାସ୍ତୁ,
ନିରୁଦ୍ଧିଷ୍ଟ କହୁ ।

ଗୋଟିଏ କାଳଖଣ୍ଡର
ସେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଇତିହାସ,
ତା ଅସ୍ଥିତ୍ୱ ଏଯାବତ କିନ୍ତୁ ରହସ୍ୟର
ଅନ୍ଧାରୀ ପାଖୁଡ଼ାରେ ଅସରତି ଅପୟଣ ।

ଅନ୍ୟାୟ ଅନାତିର ପାହାଚରେ
ପୁରୁଷ ପ୍ରତିକ୍ଷଣ ପବନକୁ
କରିଛି ତା ଶେକ,
ତା ପାଇଁ ଇଶ୍ୱର ବି
ଏକ ନାମବାଚକ ଶବ୍ଦ ?

ଜନାର୍ଦ୍ଦନପୁର ଶାସନ
କେନ୍ଦୁଝର, ମୋ-୭୬୮୩୮୩ ୭୭୭୪ ୨



ଦାବିତେ କରିବା

ବିକାଶୀ ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ ରାଉତ

ମା'ର ଅଭାବ ବୋଧ
ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ମିଳିଥିଲା
ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ - ପାଳନକର୍ତ୍ତ୍ରୀ
ଉତ୍ତମ ପୁରୁତାରେ
ମମତାର ମଧୁରତା
ଶିଥିଲ ପଡ଼ୁଥିଲା ॥

ପରିବାରଠୁ ଅନ୍ତର ହେବାର
ବ୍ୟଥା ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ବି ମିଳିଥିଲା,
ପିତୃ ସତ୍ୟ ପାଳନର
କର୍ତ୍ତବ୍ୟର ଦୃଷ୍ଟିରେ
ତତ୍ତ୍ୱ ବର୍ଣ୍ଣ ବନବାସ
ବରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା ॥

ପ୍ରେମର ଯନ୍ତ୍ରଣା ମହାଦେବଙ୍କୁ
ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା,
ପ୍ରଜାପତି ଦକ୍ଷର
ରୁଦ୍ର ମାନସିକତାରେ
ସତୀକର ଆହୁତି
କେତେ ନିର୍ମମ ଥିଲା ॥

ଭୋକର ପ୍ରକୋପତା
ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଗ୍ରାସିଥିଲା
ଲକ୍ଷ୍ମୀ ସାଆନ୍ତାଣୀଙ୍କୁ ଦୋଷାରୁଣୀ
ଆକ୍ଷା ଦେଇ.....
ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଅନ୍ଧ- ବାସ
ବିହୁନେ କରିଥିଲା ॥

ଆମେ ତ ଛାର ମଣିଷ.....
ଏ ସଖି !
ତାଳ ନା ଅନ୍ଧାରକୁ
ଆଖୁଠାର ମାଟି
ନିଶ୍ଚୟ ଆକାସ ବାଣ୍ଟିବା
ଏ ନଶ୍ୱର ଦେହର
ତାଳା ରକ୍ତ, ମା'ସ, ହାତ
ଶୋଷିବା ବଦଳେ
ଶାନ୍ତି, ମୈତ୍ରୀ ବୁଣିବାକୁ
ଦାବିତେ କରିବା ॥



ସହକାରୀ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ବଡ଼ପଲ୍ଲୀ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ,
ରାଜନଗର, କେନ୍ଦୁଝର

ଅହିନର୍ଜ : ଭ୍ରମଣ

କିଛି ଅତି ପହଞ୍ଚିଲେ
ନର୍ଜପୁରର ପ୍ରବେଶ ପଥରେ ଆମଗଣ ହେଇ
ଯମଦଣ୍ଡକୁ ଆପଣାଇବାର ଆଶାରେ
ଅନ୍ୟକିଛି ଚେତନ ଓ ଅବଚେତନ ମଞ୍ଚିଷ୍ଟ ମଧ୍ୟରେ
ଖେଳି ବୁଲୁଥିଲେ ଆଜୀବନ ସ୍ୱର୍ଗ ଆହରଣରେ
କାତକ ଜନ୍ମ ଓ ମଗରର ପାଞ୍ଜି ରେକିଷ୍ଟେରା ଭିତରେ
ବହୁପ୍ରସ୍ତୁତ ପାଖ ନୋଟ୍ କୁକରେ

ସେ ଲିଷ୍ଟ ଭିତରୁ ବୋଧେ ମୋ ନାମ ତା ବାଦ୍ ପଡ଼ିବି
ସ୍ୱର୍ଗପୁର ଛାଡ଼ି ଯିବାକୁ ହେବ ଅହିନର୍ଜକୁ ,
ପୋଷାକ , ବସ୍ତାନି , ବହି , ସଂପର୍କକୁ ଘରେ ଛାଡ଼ି ଦେଲି
ଏଠି ଭାବିକି ଏକାକୀ କରିବି କଣ ?
ଜେଲ ଆଉ କାଳକୋଠାର ଆହ୍ୱାନ ଦେଲା ପରେ କେହି ଜଣେ ପଛରୁ
କୁରାଡ଼ାରେ ମାରିଦିଏ
ଆଗକୁ ଆଗକୁ ସିଧା ଧାଡ଼ିରେ ଯିବାକୁ ।



ପହଞ୍ଚିବାର ପ୍ରଥମ ପାହାଚରେ
ତତଲା ଲୁହା କଡ଼େଇମାନେ ସୁସ୍ୱାଗତ କଲେ ,
ଅପେକ୍ଷା ସେ ବି ବହୁତ ସମୟରୁ କରିବି
ନେସି ଦେବାକୁ ଅନେକ ପାପା ତା ତନ୍ତୁରେ
କାଳିଚରୁରେ ଛାଣିଲା ପରି ଓ ଖାତି ମା'ସର ରୂପ ଦେଇ ସିଧା ଚାଲିଛି ।

ଜଣ ଜଣ ଭିତରେ ଭାରି ଭଲ ସତରଞ୍ଜ ଖେଳର
ଆସର ଜମିବାକୁ ଲାଗିଲାଣି ,
ହାରିବା ଆଉ ହରାଇବା ଲୋକର ଆଲୁଠିରେ
ଚାଲିଛି ରଜା ପ୍ରଜାର ଖେଳ
ତନ୍ତୁମାନେ ବୋଧେ ପ୍ରବଳ ଯନ୍ତ୍ରଣା
ଅନୁଭବ କଲେଣି ତେଣୁ ରେଷ୍ଟ ଭିତରେ
ଗିଲି ଦାଣ୍ଡି ଆଉ ବାଟି ଖେଳରେ ଲଗାଯାଇଛି
ଟିକି ପିଲାକ ମଉଜରେ ।



କ୍ଷତ୍ରିୟ ଶିକ୍ଷା ଗବେଷଣା ଓ ଅନୁସନ୍ଧାନ,
ଭୋପାଳ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

ଶଙ୍କର ବିଶ୍ୱାଳ

