



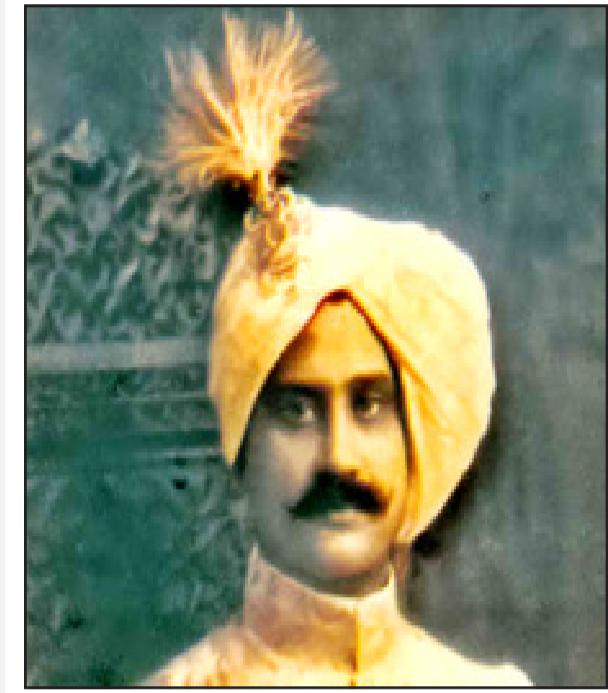


# ପୁରାଣ କାହାଣୀ

# ରାମାୟଣ ଆଦ୍ୟକାଣ୍ଡ



ଉଗବାନ ବିଶ୍ଵ ଲଜ୍ଜା ପ୍ରକଟ  
କରନେତା ତାଙ୍କର ଅଂଶରୁ  
ଉଗବାନଙ୍କ ଶୁଣ ସମନ୍ଦ ଚାରିପୁଅ  
ଦଶରଥଙ୍କ କୋଳରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ  
କରିଥିଲେ । ସମୟ କ୍ରମେ  
ଚାରିପୁଅ ଶାସ୍ତ୍ର ବିଦ୍ୟା ଅଧ୍ୟୟନ  
ସହ ଶାସ୍ତ୍ର ବିଦ୍ୟାରେ ନିପୁଣତା  
ହାସଲ କଲେ । ରାମଙ୍କୁ  
ହୋଇଥାଏ ୧୭ ବର୍ଷ ବୟସା  
ରକ୍ଷି ବିଶ୍ଵାମିତ୍ର ଦିନେ ରାଜା  
ଦଶରଥଙ୍କ ଦରବାରକୁ ଆସିଲେ ।  
ବଣରେ ଯଞ୍ଜ ନଷ୍ଟ କରୁଥିବା ଅସୁର  
ଗଣଙ୍କୁ ନିପାତ କରିବା ପାଇଁ  
ସହାୟତା ସ୍ଵରୂପ ସେ ରାଜା  
ଦଶରଥଙ୍କୁ ପୁତ୍ର ରାମଙ୍କୁ ମାରିଲେ ।  
ଭ୍ରାତା ଲକ୍ଷ୍ମୀ ରାମଙ୍କୁ ଅନୁସରଣ  
କରିବାକୁ ଲଜ୍ଜା ପ୍ରକଟ କରନ୍ତେ  
ରାଜାଙ୍କ ସମ୍ମତି କ୍ରମେ ରକ୍ଷି ରାମ  
ଓ ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କୁ ଧରି ବରକୁ  
ଚାଲିଲେ । ସମୟ କ୍ରମେ ରାମ ଓ  
ଲକ୍ଷ୍ମୀ ରକ୍ଷି ମିଶ୍ରମିତ୍ରଙ୍କଠାରୁ ବହୁ  
ଶାସ୍ତ୍ର ବିଦ୍ୟା ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ଦୈବୀ  
ଅସ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟ ଲାଭ କଲେ ଓ ରକ୍ଷିଙ୍କ  
ହୋମରେ ବିଘ୍ନ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା  
ତାତକା ଅସୁରଣୀ ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ  
ଅସୁରମାନଙ୍କୁ ବନ୍ଦ କଲେ ।



ଓଡ଼ିଶା ମୟୁରଭାଙ୍ଗ ଜିଲ୍ଲାର  
ବାରିପଦା ୩ରେ ଜନ୍ମିତ ଜଣେ  
ସୁଶାସକ ଓ ଭାଷା ଆଦୋଳନର  
ପୁରୋଧା ଥିଲା । ସେ ରାଜ୍ୟର  
ମଙ୍ଗଳ ତଥା ପ୍ରଜାଙ୍କ ହିତ ପାଇଁ  
ସର୍ବଦା ଚେଷ୍ଟିତ ଥିଲେ ।  
ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ର ଜଣେ ସରଳ ଓ  
ଅମାଯିକ ବ୍ୟକ୍ତି ଭାବେ ପରିଚିତ  
ଥିଲେ । ଛାତ୍ର ବୟାସରେ  
ସହପାଠୀଙ୍କ ସହିତ ସରଳ ଭାବରେ  
ମିଶୁଥିଲେ । ପାଠ ପଢ଼ୁଥିବା  
ସମୟରେ ସେ ଅନେକ ଶ୍ଲୋଗ କୁଳି  
ଯାଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ରାଜବେଶ ବା  
ରାଜ ଢଙ୍ଗଢାଙ୍ଗରେ ସେ ଯିବାକୁ  
ଇଛା କରୁଥିଲେ । ତାଙ୍କର ଏହି  
ସରଳ ପ୍ରକୃତି ଯୋଗୁଁ ସେ  
ସବୁଠାରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଅତି  
ପ୍ରିୟପାତ୍ର ହୋଇଥିଲେ । ପ୍ରଜା  
ପାଳନ ରାଜାର ଧର୍ମ ଏ କଥା  
ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଭଲ ଭାବେ  
ଜଣାଥିଲା । ରାଜଦଶ୍ମ ଧରିବା  
ପରେ ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ର ରାଜନାଟି ଓ  
ଦର୍ଶନଶାସକୁ ଭଲକରି ପଡ଼ିବାରେ  
ଲାଗିଲେ । ନିଜ ରାଜ୍ୟକୁ ଏକ

-----

୬୩

ଚିଶ୍ଚ-ବାପା କାଲି ଆମ ସ୍କୁଲକୁ ଯିବ,  
ଗୋଟେ ଛୋଟିଆ ଗେଟ ରୁଗେଦର ଅଛି  
ବାପା-କିଏ କିଏ ଆସୁଛନ୍ତି ?  
ଚିଶ୍ଚ-କେହି ନୁହେଁ, ମୁଁ ତମେ ଆଉ  
ପ୍ରିନ୍ସିପାଲ ।

ହରି-ମୁଁ ଯେତେବେଳେ ଏଠାକୁ ଆସିଲି  
ଖାଲି ପାଦରେ ଆସିଥିଲି ।  
ଶାମ- ମୁଁ ତ ଖାଲି ଦେହରେ ଆସିଥିଲି ।  
ହରି-କିପରି ?  
ଶାମ- ମୁଁ ପରା ଏଇଠି ଜନ୍ମ ହୋଇଛି ।

# ଥକ୍କାପଣ ଦୂର କରିବ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଖାଦ୍ୟ



ଅଧୁକାଂଶ ସମୟ ଲୋକଙ୍କର  
ଅଭିଯୋଗ ରହିଆଏଇ ଯେ,  
ସେମାନେ ଅଛି କାମ ରେ ଜଳଦି  
ଅକିପଡ଼ନ୍ତି । କିଛି ବ୍ୟକ୍ତି ଏଉଳି  
ବି ଅଛନ୍ତି ଯିଏ କିଛି କାମ ନ କରି  
ମଧ୍ୟ ଥକ୍କା ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି ।  
ଶରୀରରେ ଶକ୍ତିର କମି ଫଳରେ  
ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଥକ୍କା ଅନୁଭବ  
କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଶରୀରକୁ  
ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବନାଇବାପାଇଁ ଆପଣ  
ଆପଣଙ୍କ ଖାଦ୍ୟରେ ଦିନରଯ୍ୟରେ  
ପ୍ରୋଟିନ୍ ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସାମିଲ  
କରନ୍ତୁ । ପୂର୍ବ ଦିନ ପାଣି କିମ୍ବା କିଛି  
ତରଳ ପଦାର୍ଥ ପିଲବା ଉଚିତ ।  
ପାଣି ଶରୀରର ହାନୀକାରକ ତ୍ରିକୁ  
ବାହାରକୁ ବାହାର କରି ଶାରୀରିକ  
ପ୍ରଶାଳୀରେ ନୃତନ ଶକ୍ତି ସୃଷ୍ଟି  
କରିଥାଏ । ସର୍ବତ୍ତ, ଫଳରସ,  
ନଢ଼ିଆ ପାଣି ଭଲ ପାଣି ଜିନିଷ  
ପିଲବା ଉଚିତ । ଶାରୀରିକ  
ସତେଜ ରହିବା ପାଇଁ ପ୍ରୋଟାନ୍

ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ନିଜ ଖାଦ୍ୟରେ ଗ୍ରହଣ  
କରିବା ଉଚିତ । କାହୋହାଇଦେବୁ  
ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।  
ଫଳମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କମଳା,  
ଆତାବି, ଲିଚି ଆଦି ଖାଇବା  
ଉଚିତ । ଏଥରେ ପ୍ରତିର ମାତ୍ରାରେ  
ଗୁକୋଜ ରହିଥାଏ । ଶାରରେ  
ମହୁ ମିଶାଇ ଓ କଦଳୀର ସେକ  
ପିଲଲେ ଶରୀରକୁ ଭଲ ଶକ୍ତି  
ମିଳିଥାଏ । ସବୁଠାରୁ ମହାରୂପର୍ବତୀ  
କଥା ହେଉଛି ଆପଣ ପୂରା ଦିନ  
ଯେତେ କାମ କରିଲେ ମଧ୍ୟ ତରୁ  
ମାତ୍ରାର ନାଦ ପୂରା କରିବା  
ଉଚିତ । ଏଉଳି କଲେ ପର  
ଆପଣଙ୍କ ସ୍ଵର୍ଗିଣୀ ଶକ୍ତି ମିଳିପାରିବ ।  
ଯେବେ ବି ଥକ୍କାପଣ ଅନୁଭବ ହୁଏ  
ତେବେ ୧୪ କିମ୍ବା ୧୦ମିନିଟର  
ବିଶ୍ରାମ ଯେମିତି ହେଲେ ନେବେ ।  
ନୀଦ ପୂରା ନହେଲେ ଶରୀରର  
ଓଜନ ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ ଓ ଥକ୍କାପଣ  
ଜଳଦି ଆସ୍ବାଇଥାଏ ।

## ଦେବୀ ରାଧାଙ୍କ ଜନ୍ମ ରହସ୍ୟ

ବ୍ରହ୍ମବୈବତ୍ ପୁରାଣରେ ଦେବୀ ରାଧାକୃତ୍ୟ ଜନ୍ମ ରହସ୍ୟ କଥା ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି । ଦେବୀ ରାଧା ଭଗବାନ୍ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ସହ ଗୋଲକରେ ନିବାସ କରୁଥାଏ । ଥରେ ଗୋଲକରେ ଦେବୀ ସାତା ନଥିଲେ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ବିରଜା ନାମକ ପନ୍ଥାଙ୍କ ସହ ବିବାହ କରୁଥିଲେ । କୃଷ୍ଣ ଓ ବିରଜାଙ୍କ ବିବାହର କଥା ରାଧାଙ୍କୁ ସୂଚନା ମିଳିବା ମାତ୍ରେ ସେ ଗୋଲକକୁ ଆସିଲେ । ସେ କୃଷ୍ଣ ଓ ବିରଜାଙ୍କୁ ଦେଖୁ ରାଗିଯାଇ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ଅନେକ କଥା ଶୁଣାଇଲେ । ଯାହାପଞ୍ଚଲରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ମିତ୍ର ସୁଦାମାଙ୍କୁ କ୍ରୋଧ ଆସିଲା । ସେ କ୍ରୋଧତ ହୋଇ ଦେବୀ ରାଧାଙ୍କୁ ଅପମାନ କଲେ । ଯାହାପଞ୍ଚଲରେ ଦେବୀ ରାଧା ଓ ସୁଦାମା ପରିଷ୍ଵରକ ଅଭିଶାପ ହେଲେ ।

ଗରିବ ଚାଷା ପରିବାରରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା ତାଙ୍କର । ମାତ୍ର ନିଜର ଦୃଢ଼ଳ୍ଳୀ  
ଶକ୍ତି ଓ ପରିଶ୍ରମ ବଳରେ ସେ ଆଜି ପାଇଛନ୍ତି ସଫଳତା । କୌଣସି ଡିଗ୍ରୀ  
ନଥାଇ ମଧ୍ୟ ସେ ଆଜି ସଫଳ ଉଦେଶ୍ୟାଗପତି । ପୃତିଷ୍ଠା କରିଛନ୍ତି  
ଏଯାରାଲାଇନ କମ୍ପ୍ୟୁଟର । ଯାହାଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ଅଞ୍ଚଳରେ ଜମ୍ପୁଛି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତରକଙ୍କ  
ଭିତ । ଏହି ଉଦେଶ୍ୟାଗପତି ଜଣକ ହେଉଛନ୍ତି ବୁଦ୍ଧିପ୍ରକାଶ ଠାକୁର । ହିମାଚଳ  
ପ୍ରଦେଶ କୁଳ ଜିଲ୍ଲାର ଖାକନାଲ ଗ୍ରାମରେ ଏକ ଚାଷା ପରିବାରରେ ଜନ୍ମ  
ହୋଇଥିଲା ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରକାଶଙ୍କର । ତାଙ୍କ ବାପା ନିଜ ଅଧିନରେ ଥିବା କିଛି  
ଜମି ଚାଷ କରି ପରିବାର ପ୍ରତିଯୋକ୍ଷଣ କରୁଥିଲେ । ନିଜେ ଅଶିକ୍ଷିତ ହେଲେ  
ମଧ୍ୟ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଠ୍ୟତାର



# ବିହାରରେ ହେବ ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ମନ୍ଦିର

ପାଟନା ଖୁବଶିକ୍ଷା ବିହାରରେ  
ତିଆରି ହେବାକୁ ଯାଉଛି ବିଶ୍ୱର  
ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ମନ୍ଦିର । ଏଥୁପାଇଁ  
ସମସ୍ତ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଚାହୁଡ଼ାନ୍ତ  
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ୍ୟାୟରେ ପହଞ୍ଚି ଆରିଛି ।  
ପୂର୍ବରୁ ଏହି ମନ୍ଦିର ତିଆରି ପାଇଁ  
ତାରିଖ ଧାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥିଲା  
ବେଳେ କାମ୍ପୋଡ଼ିଆ ସରକାରଙ୍କ  
ବିରୋଧ କାରଣରୁ ମନ୍ଦିରର  
ତାଆରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଉଛି ।  
ପାଟନାସ୍ଥିତ ମହାବୀର ମନ୍ଦିର  
ତ୍ରିଷ୍ଣାର କିଶୋର କୁଣ୍ଡଳ କହିଛନ୍ତି  
ଯେ ଆମେ ଏଠାରେ ଏକ ବିରାଟ  
ରାମାୟଣ ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣର ନିଷ୍ଠା  
ନେଇଛୁ । ତେବେ କାମ୍ପୋଡ଼ିଆ  
ସରକାର ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଥିଲେ  
ଯେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ମନ୍ଦିରର ତାଆ ତାଙ୍କ  
ଦେଶରେ ଥୁବା ଅଙ୍ଗକୋର ବାଟ  
ମନ୍ଦିରର ତାଆ ସହ ଦିଶୁଛି ।  
ସେଥୁପାଇଁ ଆମେ ଏବେ ମନ୍ଦିରର  
ତାଆରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାଇଛୁ ।



ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଆରମ୍ଭ ହେବ  
ପ୍ରସ୍ତାବିତ ମନ୍ଦିରଟି ପଣ୍ଡିତ  
ଚିତ୍ତବନ୍ଧୁ ଜିଲ୍ଲାର କେସରିଆନ୍  
ନିକଟ ଜାନକି ନଗରରେ  
୧୯୫୪ ଏକର ସ୍ଥାନରେ ତିଆରି  
ହେବ । ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ  
ରାମାୟଣ ମନ୍ଦିର, ଶିବ ମନ୍ଦିର  
ଏବଂ ମହାବାର ମନ୍ଦିରର ନିର୍ମାଣ  
ହେବାକୁ ଥିବା ବେଳେ  
ଏବାରଦରେ ୨୦୦କୋଟି ଟଙ୍କା  
ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯିବ । ମନ୍ଦିରର ମୁଖ୍ୟମୁଖ୍ୟ  
ଆକର୍ଷଣ ହେଉଛି ଏହାର  
୪୦୫ ପୁଟ ଉଚ୍ଚ ଅଷ୍ଟଭୂଜିତ୍ର  
ମିନାର । ଏହା କାମୋଡ଼ିଆର  
ମନ୍ଦିରର ମିନାର ୦୩ ମୀଟ୍ ପୁରୁଷ  
ଅଧିକ ଉଚ୍ଚ ହେବ । ଏଥୁସଥା  
ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ୪୪ ପୁଟ ଉଚ୍ଚ  
ଏବଂ ଶାନ୍ତିପୁଟ ଗୋଲେଇ ବିଶିଷ୍ଟ  
ଏକ ଶିବ ଲିଙ୍ଗ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା  
କରାଯିବାର ଯୋଜନା ରହିଛି  
ଯାହା ବିଶ୍ଵର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଶିବ

ଶ୍ରୀରାମ ଚନ୍ଦ୍ର ଉଞ୍ଜୀଦେବ



ହାଇଦ୍ରାବଦ ଖାସ ମାସ ନାମରେ  
କୁଳୁର ମାସ ବିକ୍ରି କରୁଥିବା  
ଅଭିଯୋଗରେ ଏକ ରେଷ୍ଟ୍ରାଣ୍ଶ୍‌  
ଉପରେ ନିକଟରେ ଗ୍ରେଟର  
ହାଇଦ୍ରାବଦ ମୁଣ୍ଡ୍ୟନି ସିପାଲ  
କର୍ପୋରେସନର ଅଧ୍ୟକ୍ଷାତାମାନେ  
ଚଢାଉ କରିଥିଲେ । ଏହି  
ରେଷ୍ଟ୍ରାଣ୍ଶ୍‌ର ମାସକୁ ଜବତ  
କରାଯାଇ ପରିୟା ନିମିତ୍ତ  
ଗବେଷଣାଗାରକୁ ପଠାଇଛନ୍ତି ।  
ପୂର୍ବରୁ ଏଠାରେ କୁଳୁର ମାସ  
ଆସିଥିଲା ବେଳେ ସୋଇଆଲ  
ମିତିଆରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଫଟୋ  
ଭାଇରାଳ ହୋଇଛି । ପୂର୍ବରୁ  
ମୁଣ୍ଡ୍ୟନି ପାଲ କର୍ପୋରେସନ ପକ୍ଷରୁ  
ଏହି ରେଷ୍ଟ୍ରାଣ୍ଶ୍‌କୁ ନୋଟିଷ  
ପଠାଯାଇଥିଲା ବେଳେ ଏହାର  
ମାଲିକ ଜରଫାନ କହିଛନ୍ତି ଯେ  
ଆମେ କେବେ ବି କୁଳୁର ମାସ  
ବିକ୍ରି କରିମାନ୍ତୁ । ଆମ  
ରେଷ୍ଟ୍ରାଣ୍ଶ୍‌ର ଭାବମୁଣ୍ଡ୍ୟନିକୁ ଖରାପ  
କରିବା ପାଇଁ କିଛି ବିଗୋଧ

ପ୍ରଦୁଷଣ ବିହୀନ କାର

ଶାତ୍ରିମଟରର ବ୍ୟବହାର ପ୍ରଦୂଷଣ ବଢାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଫଳେ ଦେଖୁ ଆପଣ ଅନୁମାନ ଲଗାଇପାରୁଥିବେ କାର ନିର୍ମାତାମାନେ ପ୍ରଦୂଷଣ ରୋକିବା ପାଇଁ ଅନେକ ପରିଶ୍ରମ କରୁଛନ୍ତି । ଏହା ସ୍କ୍ଵାର୍ଟ ଫେରରୁ କାର । ଏଥରେ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଗ ମିଟର ଷେତ୍ରରେ ଘାସ ଜମା ହୋଇଛି । ଯାହା ପ୍ରକୃତରେ ସତସତିକା ଘାସ ମୁହଁଁ ଏହା ବିଡ଼ମ ଘାସ । କାର ନିର୍ମାତାମାନେ ସେହି ସିଡ଼ମ ଘାସର ବ୍ୟବହାର କରିଛନ୍ତି । ସ୍କ୍ଵାର୍ଟ ଫେରରୁ କାର ମୁବଳ ଲ୍ୟାବର ଗ୍ରାନ୍ ସ୍କ୍ରିନ୍ ପ୍ରୋକେକ୍ଟ ଅନ୍ତର୍ଗତ । ମୁବଳଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ ରାସ୍ତାରେ ଯେତେବେଳେ ଏହି ଧାରଣର କାର ଝଳିବ, ପ୍ରଦୂଷଣ କମ ହେବ ଓ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣର ପରିସ୍ଥିତି ସୁଧୁରିବ । ଏହି କାରକୁ ପ୍ରଥମେ ଜର୍ମାନଠାରେ ସ୍ଥାଗାର୍ଟରେ ଆସନ୍ତା ବର୍ଷର ପ୍ରଥମ ମାସରେ ସଢ଼କ ଉପରକୁ ଅଶ୍ୟାମିବ । କମ୍ପାନୀର କହିବାନୁସାରେ ଏହି କାର ପ୍ରତିବର୍ଷ ଡକିଲୋଗ୍ରାମ କରିବିଲୁ ତାଙ୍କାଙ୍କାଙ୍କାଙ୍କ ଗ୍ୟାସ କମ କରିଥାଏ । ଯାହା ଗୋଟିଏ ଗଛ ସେହି ସମୟରେ ୨.୭କର୍ବନମକୁ ସଫା କରିଥାଏ । ଏମିତି ଦେଖୁବାକୁ ଗଲେ ଅଟେ ସେକୁରର ଲଜ୍ଜିନିଯିର ମାନେ ଏବେ ଗାନ୍ ସଲ୍ଲୁସନକୁ ନେଇ ଅଧିକ ଜାଗାତ ଅଛନ୍ତି । ଆମେରିକାୟ କମ୍ପାନୀ ଫୋର୍କ ମିଶ୍ର ମିଶ୍ର ଏହି ମିଶ୍ରରେ ଲାଗ ବିବହି ।











