



ବୀରମା



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

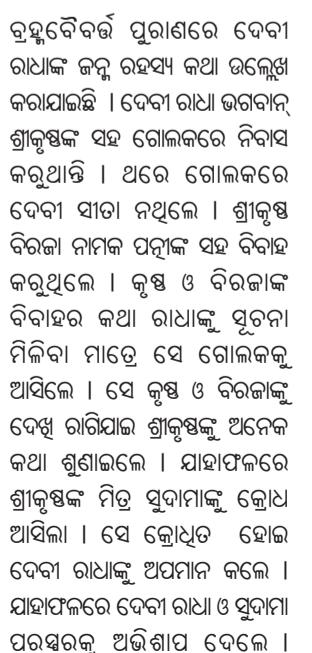


ଅଧ୍ୟକ୍ଷାଙ୍ଗ ସମୟ ଲୋକଙ୍କର
ଅଭିଯୋଗ ରହିଆସିଛି ଯେ,
ସେମାନେ ଅଛି କାମ ରେ ଜଳଦି
ଅକ୍ଷିପଡ଼ୁଛି । କିଛି ବ୍ୟକ୍ତି ଏଉଳି
ବି ଅଛନ୍ତି ଯିଏ କିଛି କାମ ନ କରି
ମଧ୍ୟ ଥକ୍କା ଅନୁଭବ କରିଥାଏ ।
ଶରୀରରେ ଶକ୍ତିର କମି ଫଳରେ
ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଥକା ଅନୁଭବ
କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଶରୀରକୁ
ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବନାଇବାପାଇଁ ଆପଣ
ଆପଣଙ୍କ ଖାଦ୍ୟରେ ଦିନରଯ୍ୟରେ
ପ୍ରୋଟିନ୍ ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସାମିଲ
କରନ୍ତୁ । ପୂର୍ବା ଦିନ ପାଣି କିମ୍ବା କିଛି
ତରଳ ପଦାର୍ଥ ପିଲିବା ଉଚିତ ।
ପାଣି ଶରୀରର ହାନୀକାରକ ତ୍ୱରକୁ
ବାହାରକୁ ବାହାର କରି ଶାରୀରିକ
ପ୍ରଶାଳୀରେ ନୃତ୍ୟ ଶକ୍ତି ସୃଷ୍ଟି
କରିଥାଏ । ସର୍ବତ୍ତ, ଫଳରସ,
ନଢ଼ିଆ ପାଣି ରଳି ପାଣି ଜିନିଷ
ପିଲିବା ଉଚିତ । ଶାରୀରିକ
ସତେଜ ରହିବା ପାଇଁ ପୋଟାନ୍

ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ନିଜ ଖାଦ୍ୟରେ ଗ୍ରହଣ
କରିବା ଉଚିତ । କାହୋହାଜିତ୍ତେରୁ
ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।
ଫଳମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କମଳା,
ଆତାରି, ଲିଚି ଆଦି ଖାଇବା
ଉଚିତ । ଏଥରେ ପ୍ରତ୍ଯେ ମାତ୍ରାରେ
ଗୁକୋଜ ରହିଥାଏ । ଶାରରେ
ମହୁ ମିଶାଇ ଓ କଦଳୀର ସେକୁ
ପିଲିଲେ ଶରୀରକୁ ଭଲ ଶକ୍ତି
ମିଳିଥାଏ । ସବୁଠାରୁ ମହାରୂପୁଣ୍ୟ
କଥା ହେଉଛି ଆପଣ ପୂରା ଦିନ
ଯେତେ କାମ କରିଲେ ମଧ୍ୟ ତରୁ
ଟ ଘଞ୍ଚାର ନୀଦ ପୂରା କରିବା
ଉଚିତ । ଏଉଳି କଲେ ପର
ଆପଣଙ୍କ ସଠିକ୍ ଶକ୍ତି ମିଳିପାରିବ ।
ଯେବେ ବି ଥକ୍କାପଣ ଅନୁଭବ ହୁଏ
ତେବେ ୧୪ କିମ୍ବା ୨୦ ମିନିଟ୍‌ର
ବିଶ୍ଵାମ ଯେମିତି ହେଲେ ନେବେ ।
ନୀଦ ପୂରା ନହେଲେ ଶରୀରର
ଓଜନ ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ ଓ ଥକ୍କାପଣ
ଜଳଦି ଆସିବାଇଥାଏ ।

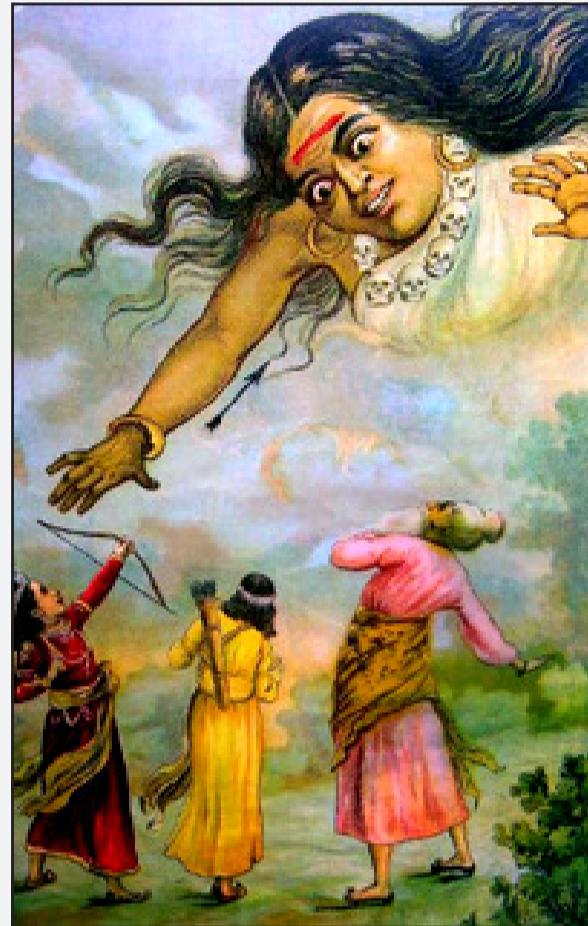
ଦେବୀ ରାଧାଙ୍କ ଜନ୍ମ ରହସ୍ୟ

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 ସୁଚନା ମିଳିବା ମାତ୍ରେ ସେ ଗୋଲକକୁ ଆସିଲେ । ସେ କୃଷ୍ଣ ଓ ବିରଜାଙ୍କୁ ଦେଖି ରାଗିଯାଇ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅନେକ କଥା ଶୁଣାଇଲେ । ଯାହାଫଳରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ମିତ୍ର ସୁଦାମାଙ୍କୁ କ୍ଳୋଧ ଆସିଲା । ସେ କ୍ଳୋଧତ ହୋଇ ଦେବୀ ରାଧାଙ୍କୁ ଅପମାନ କଲେ । ଯାହାଫଳରେ ଦେବୀ ରାଧା ଓ ସୁଦାମା ପରବ୍ରାତକ ଅଭିଶାପ ଦେଲେ ।



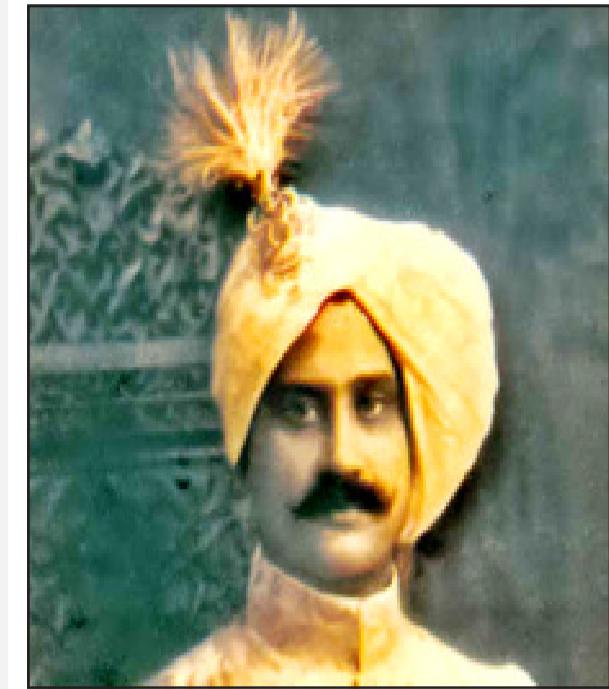
ପୁରାଣ କାହାଣୀ

ରାମାୟଣ ଆଦ୍ୟକାଣ୍ଡ



ସରକୁ ନଦୀ କୁଳରେ ଅବସ୍ଥିତ
ଅଯୋଧ୍ୟା ନଗରୀ ହେଉଛି କୋଶିଳ
ରାଜ୍ୟର ରାଜ୍ୟାନ୍ତିମାନୀ । କୋଶିଳ
ନରେଶ ରାଜ୍ୟ ଦଶରଥଙ୍କ ରାଜ୍ୟର
କାଳରେ ପ୍ରଜାମାନେ ଅତ୍ୟନ୍ତ
ସୁଖରେ କାଳାଚିପାତ କରୁଥିଲେ ।
ରାଜ୍ୟ ଦଶରଥଙ୍କ ତିନି ରାଣୀ ଥିଲେ
କୌଶିଳ୍ୟା, କୌକେଯୀ ଏବଂ
ସୁମିତ୍ରା । ମାତ୍ର ବହୁ ଦିନ ଧରି
ରାଜ୍ୟ ଅପୁତ୍ରକ ଥିଲେ । ତେଣୁ ରଷି
ବର୍ଣ୍ଣକ ପରାମର୍ଶ କୁମେ
ରଣ୍ୟଶୁଣ୍ଠ ମୁନୀଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରି
ତାଙ୍କର ଦ୍ୱାରା ରାଜ୍ୟ ପୁତ୍ରକ୍ଷି
ଯଙ୍ଗର ଆୟୋଜନ କଲେ ।
ଯଙ୍ଗର ଫଳର ସ୍ଵରୂପ ପ୍ରଥମେ
ରାଣୀ କୌଶିଳ୍ୟଙ୍କ ଗର୍ଭରୁ ରାମ,
ରାଣୀ କୌକେଯୀଙ୍କ ଗର୍ଭରୁ
ଉଭତ ଏବଂ ସୁମିତ୍ରାଙ୍କ ଗର୍ଭରେ
ଲକ୍ଷ୍ମୀଶ ଓ ଶତ୍ରୁଗ୍ନ ଜନ୍ମ ନେଲେ ।
ପୁରାଣ କହେ, ରାକ୍ଷ୍�ଷାସ ରୂପି
ରାବଣ ଦେବଗଣଙ୍କୁ ଅତ୍ୟାବାର
କରୁଥିଲା ଏବଂ ରାବଣର ମୁହଁ
ମାନବାତାର ରାମଙ୍କ ଦ୍ୱାରା
ନିର୍ମିତ ଥିଲା । ତେଣୁ ରାବଣ
ବନ୍ଧୁ ନିମନ୍ତେ ମର୍ତ୍ତ୍ୟରେ ମାନବ
ଅବତାର ଧାରଣ କରି ବାକୁ

ଉଗବାନ ବିଶ୍ୱ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକଟ
କରନେତ୍ର ତାଙ୍କର ଅଂଶର
ଉଗବାନଙ୍କ ଗୁଣ ସମ୍ପଦ ଚାରିପୁଷ୍ଟ
ଦଶରଥଙ୍କ କୋଳରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ
କରିଥିଲେ । ସମୟ କ୍ରମେ
ଚାରିପୁଅ ଶାସ୍ତ୍ର ବିଦ୍ୟା ଅଧ୍ୟୟନ
ସହ ଶାସ୍ତ୍ର ବିଦ୍ୟାରେ ନିପୁଣତ
ହାସଲ କଲେ । ରାମଙ୍କ
ହୋଇଥାଏ ୧୭ ବର୍ଷ ବୟସ
ରଷ୍ଟି ବିଶ୍ୱାମିତ୍ର ଦିନେ ରାଜ
ଦଶରଥଙ୍କ ଦରବାରକୁ ଆସିଲେ
ବଣରେ ଯଞ୍ଜ ନଷ୍ଟ କରୁଥିବା ଅସୁର
ଗଣଙ୍କୁ ନିପାତ କରିବା ପାଇଁ
ସହାୟତା ସରୁପ ସେ ରାଜ
ଦଶରଥଙ୍କୁ ପୁତ୍ର ରାମଙ୍କୁ ମାଗିଲେ
ଭ୍ରାତା ଲକ୍ଷ୍ମୀଣ ରାମଙ୍କୁ ଅନୁସରଣ
କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକଟ କରଦେ
ରାଜାଙ୍କ ସମ୍ମତ କ୍ରମେ ରଷ୍ଟି ରାମ
ଓ ଲକ୍ଷ୍ମୀଣଙ୍କୁ ଧରି ବରକୁ
ଚାଲିଲେ । ସମୟ କ୍ରମେ ରାମ ଓ
ଲକ୍ଷ୍ମୀଣ ରଷ୍ଟି ମିଶ୍ରମିତ୍ରଙ୍କଠାରୁ ବହୁ
ଶାସ୍ତ୍ର ବିଦ୍ୟା ସହିତ ବିରିନ୍ଦ ଦୈବିକ
ଅସ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟ ଲାଭ କଲେ ଓ ରଷ୍ଟିଙ୍କ
ହୋମରେ ବିଘ୍ନ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା
ତାତକା ଅସୁରୁଣା ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ
ଅସୁରମାନଙ୍କୁ ବନ୍ଦ କଲେ ।



ଓଡ଼ିଶା ମୟୁରଭଙ୍ଗ ଜିଲ୍ଲାର
ବାରିପଦା ୧୦ରେ 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 ବୟସରେ
ସହପାଠୀଙ୍କ ସହିତ ସରଳ ଭାବରେ
ମିଶୁଥିଲେ । ପାଠ ପଢ଼ୁଥିବା
ସମୟରେ ସେ ଅନେକ ଶ୍ଲୋଗ ବୁଲି
ଯାଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ରାଜବେଶ ବା
ରାଜ ଡଙ୍ଗଡଙ୍ଗରେ ସେ ଯିବାକୁ
ଛାଇ କରୁଥିଲେ । ତାଙ୍କର ଏହି
ସରଳ ପ୍ରକୃତି ଯୋଗୁଁ ସେ
ସବୁଠାରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଅତି
ପ୍ରିୟପାତ୍ର ହୋଇଥିଲେ । ପ୍ରଜା
ପାଳନ ରାଜାର ଧର୍ମ ଏ କଥା
ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଭଲ ଭାବେ
ଜଣାଥିଲା । ରାଜଦଶ୍ର ଧରିବା
ପରେ ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ର ରାଜନାଟି ଓ
ଦର୍ଶନଶାସ୍ତ୍ର ଭଲକରି ପଢ଼ିବାରେ
ଲାଗିଲେ । ନିଜ ରାଜ୍ୟକୁ ଏକ

ଗର୍ବିକରୁ ସେଇ ଧନୀ

ଗରିବ ଚାଷୀ ପରିବାରରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା ତାଙ୍କର । ମାତ୍ର ନିଜର ଦୃଢ଼ଇଛା ଶକ୍ତି ଓ ପରିଶ୍ରମ ବଳରେ ସେ ଆଜି ପାଇଛନ୍ତି ସଫଳତା । କୌଣସି ତିଗୀ ନଥାଳ ମଧ୍ୟ ସେ ଆଜି ସଫଳ ଉଦେଶ୍ୟାଗପତି । ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଛନ୍ତି ଏଯାରଲାଇନ କମ୍ପ୍ୟୁଟର । ଯାହାଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ଅଞ୍ଚଳରେ ଜମ୍ବୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତକଙ୍କ ଭିଡ଼ । ଏହି ଉଦେଶ୍ୟାଗପତି ଜଣକ ହେଉଛନ୍ତି ବୁଦ୍ଧିପ୍ରକାଶ ଠାକୁର । ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶ କୁଳ ଜିଲ୍ଲାର ଖାଗନାଳ ଗ୍ରାମରେ ଏକ ଚାଷୀ ପରିବାରରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲା ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରକାଶଙ୍କର । ତାଙ୍କ ବାପା ନିଜ ଅଧ୍ୟନରେ ଥିବା କିଛି ଜମି ଚାଷ କରି ପରିବାର ପ୍ରତିପୋଷଣ କରୁଥିଲେ । ନିଜେ ଅଶିକ୍ଷିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ପାଠ୍ୟତାର

ରୁବ ବଦଳରେ ଗ୍ରେଟି ରୁବ ରହିଲା । ରିସୋର୍ ଭଲ ଚାଲିବା ସହ ତାମାଳିକାର ଆର୍ଥିକ ଅବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ବହୁ ସୁଧାର ଆସିଥିଲା । ଧାରେ ଧାରେ ପରିବାରର କୁଣ୍ଡିପ୍ରକାଶ ମନାଳି ର ପ୍ରତି ଅଞ୍ଚଳରେ ଜଣେ ସମ୍ବାନସଦ ହୋଟେଜ୍ ମାଲିକ ଭାବେ ପରିଚିତ ହୋଇଗଲେ । ବିଭିନ୍ନ ଚାରିଜିମ କଥାମା ମାନଙ୍କଣି ସହ କାର୍ଯ୍ୟକୁ କରିବାର କିଛିବର୍ଷ ପରେ ସେ ହିମାଳୟ ହଲିଡେଜ ନାମରେ ନିଜର ଏକ କଥାମା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଏହି କଥାମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତରେ ମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କୁ ଛାଇ ଓ ବଜେଗ ଅନୁସ୍ଥାୟା ସ୍ଥାନଙ୍କୁ ବୁଲାଇନେଲା ମାତ୍ର ଏତିକିରେ ତାଙ୍କ ମନଭାବ ନଥିଲା । ସେ ଚାହୁଁଥିଲେ କି ଅଧିକତଃ ଅଧୁକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତରେ ମନାଳି ଆସିଥିଲା



ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଡରେ ଦିଆଯାଉଥିଲା କୁକୁର ମାଂସ



ହାଇଦ୍ରାବାଦ ଖାସ ମାଁସ ନାମରେ
କୁକୁର ମାଁସ ବିକ୍ରି କରୁଥିବା
ଅଭିଯୋଗରେ ଏକ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଡ
ଉପରେ ନିକଟରେ ଗ୍ରେଟର
ହାଇଦ୍ରାବାଦ ମୁଣ୍ଡ୍ୟନି ସିପାଲ
କର୍ପୋରେସନର ଅଧିକାରୀମାନେ
ଚତାଉ କରିଥିଲେ । ଏହି
ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଡର ମାଁସକୁ ଜବତ
କରାଯାଇ ପରିୟା ନିମିତ୍ତ
ଗବେଷଣାଗାରକୁ ପଠାଇଛନ୍ତି ।
ପୂର୍ବରୁ ଏଠାରେ କୁକୁର ମାଁସ

ଆସିଥିଲା ବେଳେ ସୋସିଆଲ
ମିତିଆରେ ମଥ ଏହି ଫଟୋ
ଭାଇକାଳ ହୋଇଛି । ପୂର୍ବରୁ
ମୁୟନିସିପାଲ କର୍ପୋରେସନ ପକ୍ଷରୁ
ଏହି ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଡକୁ ନୋଟିସ
ପଠାଯାଇଥିଲା ବେଳେ ଏହାର
ମାଲିକ ଉଚିତାନ କହିଛନ୍ତି ଯେ
ଆମେ କେବେ ବି କୁକୁର ମାଁସ
ବିକ୍ରି କରିନାହୁଁ । ଆମ
ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଡର ଭାବମୂର୍ତ୍ତିକୁ ଖରାପ
କରିବା ପାଇଁ କିଛି ବିଗୋଧ

ବିହାରରେ ହେବ ବିଶ୍ୱର ସବୀର ବଡ଼ ମନ୍ଦିର

ପାଗନା ଖୁବଶିକୁ ବିହାରରେ
ତିଆରି ହେବାକୁ ଯାଉଛି ବିଶ୍ୱର
ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ମନିର । ଅଥପାଇଁ
ସମାପ୍ତ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଚାତାନ୍ତି
ପର୍ଯ୍ୟଣ୍ୟାମରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଛି ।
ପୂର୍ବରୁ ଏହି ମନିର ତିଆରି ପାଇଁ
ତାରିଖ ଧାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଥିଲା
ବେଳେ କାମେତିଆ ସରକାରଙ୍କ
ବିରୋଧ କାରଣରୁ ମନ୍ଦିରର
ତାଙ୍କାର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଉଛି ।
ପାଗନାସ୍ଥିତ ମହାବୀର ମନିର
ତୁଷ୍ଟର କିଶୋର କୁଣ୍ଠାଳ କହିଛନ୍ତି
ଯେ ଆମେ ଏଠାରେ ଏକ ବିରାଟ
ରାମାଯଣ ମନିର ନିର୍ମାଣର ନିଷ୍ପତ୍ତି
ନେଇଛୁ । ତେବେ କାମେତିଆ
ସରକାର ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଥିଲେ
ଯେ ପ୍ରସ୍ତାବିତ ମନିରର ତାଙ୍କ
ଦେଶରେ ଥବା ଅଙ୍ଗକୋର ବାଟ
ମନ୍ଦିରର ତାଙ୍କ ସହ ଦିଶୁଛି ।
ସେଥିପାଇଁ ଆମେ ଏବେ ମନିରର
ତାଙ୍କାର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାରିଛୁ ।
ଆମାମେତି ପର୍ଦ୍ଦ ପାଠେ ପିଠିଠି



ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଆରମ୍ଭ ହେବା
ପ୍ରସ୍ତାବିତ ମନ୍ଦିରଟି ପଣ୍ଡିତ
ଚନ୍ଦ୍ରଶେଖର ଜିଲ୍ଲାର କେସରିଟି
ନିକଟ ଜାନକି ନଗର
୧୭୫୫ ଏକର ମୁନାରେ ତିଆର
ହେବ। ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ
ରାମାଯଣ ମନ୍ଦିର, ଶିବ ମନ୍ଦିର
ଏବଂ ମହାବାର ମନ୍ଦିରର ନିର୍ମାଣ
ହେବାକୁ ଥିବା ବେଳେ
ଏବାରଦରେ ୨୦୦କୋଟି ଟଙ୍କା
ଖର୍ଚ୍ଚ କରାଯିବ। ମନ୍ଦିରର ମୁଖ୍ୟମଣି
ଆକର୍ଷଣ ହେଉଛି ଏହା
୪୦୫୫୩ ଉଚ୍ଚ ଅଷ୍ଟଭୂଜିତି
ମିନାର। ଏହା କାମୋଡ଼ିଆ
ମନ୍ଦିରର ମିନାର ୦୧୨୨ ୨୧୫୫୩
ଅଧିକ ଉଚ୍ଚ ହେବ। ଏଥୁସା
ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ୪୪୫୩ ଉଚ୍ଚ
ଏବଂ ଶାନ୍ତିପୁଣ୍ୟ ଗୋଲେଇ ବିଶିଷ୍ଟ
ଏକ ଶିବ ଲିଙ୍ଗ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା
କରାଯିବାର ଯୋଜନା ରହିଛି
ଯାହା ବିଶ୍ଵର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଶିବ
ମିଶେ ହେବ।

