



ଫୁଲ କୋବି ମଞ୍ଚୁରିଆନ୍

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ଫୁଲ କୋବି, ମଇଦା, କର୍ଣ ପୋର, ଲଙ୍କା ଗୁଣ୍ଡ, ଗୋଲ ମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ, ଲୁଣ, ତେଲ

ମଞ୍ଚୁରିଆନ୍ ସସ ପାଇଁ: ସରୁସରୁ ହୋଇ କଟା ହୋଇଥିବା ରସୁଣ, ଅଦା, କଞ୍ଚା ଲଙ୍କା, କ୍ୟାପ୍ସିକମ୍, ପିଆଜ, ସୋୟା ସସ, ରେଡ୍ ଚିଲି ସସ, ଭିନେଗାର, ଟମାଟୋ ସସ, ଚିନି ଓ ଲୁଣ

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: କୋବିକୁ ମଧ୍ୟମ ସାଇଜର ଖଣ୍ଡ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟି ରଖନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ଗରମ ପାଣିରେ ୫ ମିନିଟ୍ ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ। ପରେ ଏହାକୁ ଛାଣି ରଖିଦିଅନ୍ତୁ। ଏବେ ଏକ ପାତ୍ରରେ ମଇଦା, କର୍ଣ ପୋର, ଲୁଣ, ଲଙ୍କା ଗୁଣ୍ଡ ଓ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ ଗୋଲନ୍ତୁ। ତା'ପରେ ଅଳ୍ପ ପାଣି ଦେଇ ଏହାକୁ ଗୋଲନ୍ତୁ।



ଏ ମିଶ୍ରଣ ବନ୍ଧିଦିଆ ହେବ। ଏବେ ଏଥିରେ କୋବି ଖଣ୍ଡଗୁଡ଼ିକୁ ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ ଗୋଲନ୍ତୁ। ତା'ପରେ ଚୁଲିରେ ପ୍ୟାନ ବସାଇ ମଧ୍ୟମ ଆଞ୍ଚରେ ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ। ତେଲ ଗରମ ହୋଇଗଲେ କୋବି

ଖଣ୍ଡ ଗୁଡ଼ିକୁ ପକାଇ ସୁନେଲି ରଙ୍ଗ ହେବ ଯାଏ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତୁ ଓ ପରେ ଛାଣି ଆଣନ୍ତୁ। ପରେ ପ୍ୟାନରେ ତେଲ ପକାଇ ଗରମ କରନ୍ତୁ। ଏଥିରେ କଟା ଅଦା, ରସୁଣ ଓ ଲଙ୍କା ପକାଇ ୧ ରୁ ୨ ମିନିଟ୍ ଯାଏ ଭାଜନ୍ତୁ। ବେଶ୍ ଭଜିବେ ନାହିଁ। ନଚେତ୍ ମଞ୍ଚୁରିଆନ୍ ପିଚା ଲାଗି ପରେ। ଏବେ ଥରେ ସରୁ ସରୁ ହୋଇ ହୋଇଥିବା ପିଆଜ ଓ କ୍ୟାପ୍ସିକମ୍ ପକାଇ ୧ ରୁ ୨ ମିନିଟ୍ ଯାଏ ଭାଜନ୍ତୁ। ପରେ ସେଥିରେ ସୋୟା ସସ ପକାଇ ହଲକା ଭାଜନ୍ତୁ। ଏଥିରେ ରେଡ୍ ଚିଲି ସସ, ଟମାଟୋ ସସ ଓ ଭିନେଗାର ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ ଗୋଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏଥିରେ କିଛି ପାଣି ଦେଇ ଭଲଭାବେ ଗୋଲନ୍ତୁ। ଏଥିରେ ଗୋଲ ମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ପକାନ୍ତୁ। ସସ ବନ୍ଧିଦିଆ ହେବା ଯାଏ ମଧ୍ୟମ ଆଞ୍ଚରେ ରାନ୍ଧନ୍ତୁ। ପରେ ଆଞ୍ଚ ବନ୍ଦ କରି ସସର ସ୍ୱାଦ ରଖନ୍ତୁ। ଆବଶ୍ୟକ ପରିଲେ ନିଜ ସ୍ୱାଦ ଅନୁସାରେ ଲୁଣ ଦେଇ ପାଚନ୍ତି ସସକୁ ୨ ରୁ ୩ ମିନିଟ୍ ଅଣ୍ଟା ହେବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ। ପରେ ଏଥିରେ ଭଜା ହୋଇ ରଖୁଥିବା କୋବି ଖଣ୍ଡକୁ ପକାଇ ଭଲଭାବେ ଗୋଲନ୍ତୁ। ଏବେ ଏହାକୁ ଫ୍ରେଜ୍ କାଠି ଭାତ କିମ୍ବା ଗୁଡି ସହ ପରଷନ୍ତୁ।

..... ଖବର ୧୯ ବର୍ଷରେ ନିବନ୍ଧ କରିଥିଲେ ଆରଜେ ମହବଶ, ମିଳିଥିଲା ଧୋକା



କୋରିଓଗ୍ରାଫର ଧନଶ୍ରୀ ବର୍ମା ଏବଂ ଭାରତୀୟ କ୍ରିକେଟର ଯୁଜଭେୟ ଚହଲଙ୍କ ଛାତ୍ରପତ୍ର ଏବେ ନିର୍ଦ୍ଦିତ ହୋଇସାରିଛି।

ଆଇପିଏଲ ଆରମ୍ଭ ପୂର୍ବରୁ ଦମ୍ପତିଙ୍କ ଛାତ୍ରପତ୍ର ଉପରେ ଦୁଃଖ ରାୟ ଶୁଣାଇଥିଲେ କୋର୍ଟ। ଭରଣପୋଷଣ ବାବଦକୁ ଟଙ୍କା ଦେବା ପରେ ଏବେ ଦମ୍ପତି ଅଲଗା ହୋଇଥିଲେ। ଛାତ୍ରପତ୍ର ପୂର୍ବରୁ ଗତ ବର୍ଷ ଡିସେମ୍ବର ମାସରୁ ଯୁଜଭେୟ ଚହଲଙ୍କ ନାମ ଆରଜେ ମହବଶଙ୍କ ସହ ଯୋଡାଯାଇଛି। ଆଇପିଏଲ ଉପରେ ଗୁପ୍ତ ସମୟରେ, ଚହଲଙ୍କୁ ଟଙ୍କା ତଥାକଥିତ ପ୍ରେମିକା ଆରଜେ ମହବଶଙ୍କ ସହ ସ୍ୱାତିକ୍ଷମରେ ମ୍ୟାଚ୍ ଦେଖୁଥିବାର ଦେଖାଯାଇଥିଲା, ଯାହା ପରେ ସେମାନଙ୍କ ଚେତ୍ତିଂର ଗୁଜ୍ଜବ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା। ଚହଲଙ୍କ ସହ ଟଙ୍କା ନାମ ଯୋଡା ହିବା ପରେ ଏବେ ମହବଶଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନର ଏକ ବଡ଼ ସତ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି। ଏକ ସାକ୍ଷାତକାରରେ ଏହାର ଖୁଲାସା କରିଛନ୍ତି ମହବଶ। ସେ କହିଛନ୍ତି, ମୁଁ ସାଧାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ବିଶ୍ୱାସ କରେ ନାହିଁ। ମୁଁ ଏପରି ଏକ ସମ୍ପର୍କ ଉଠୁଛି ଯାହା ବିବାହରେ ପରିଣତ ହେବ। କିନ୍ତୁ ଏବେ ମୁଁ ବିବାହ ବିଷୟରେ ଆଦୌ ଚିନ୍ତା କରୁନାହିଁ। ମୁଁ ୧୯ ବର୍ଷ ବୟସରେ ନିବନ୍ଧ କରିଥିଲି। ହେଲେ ପରେ ନିବନ୍ଧ ଭାଙ୍ଗିଥିଲାମ୍ ଏହି ସମୟ ମୋ ପାଇଁ କଷ୍ଟକାରୀ ଥିଲା। ମୁଁ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଯାଇଥିଲି। ମୋତେ ତାଙ୍କୁ ଚାହୁଁନା। ଭଲି କରାଯିବା ସହ ଜଞ୍ଜେବନ ଦିଆଯାଇଥିଲା। କିନ୍ତୁ ଯାହା ହୋଇଛି ଭଲ ହୋଇଛି। ସେ ଘଟଣା ପାଇଁ ମୁଁ ଦୃଢ଼ ବନିପାରିଛି। ଏବେ ମୋ ଜୀବନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବଦଳି ଯାଇଛି। ବର୍ତ୍ତମାନ ମୁଁ କାହା ସହିତ ସମ୍ପର୍କରେ ନାହିଁ ଏବଂ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକା।

ଶୁଭ ସମୟର ପୂର୍ବ ସୂଚନା

ଆମେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣନ ହେଉଥିବା କଟିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ହୃଦୟାତ୍ମ ଅନ୍ୟତମମନୁଷ୍ୟ ସର୍ବଦା ସୁସ୍ଥପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ବ୍ୟଗ୍ର ହୋଇଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଏହା ତାକୁ ମିଳି ନ ଥାଏ। କେତେବେଳେ ସୁଖ ତ କେତେବେଳେ ଦୁଃଖ ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ଯଦି ଆପଣ ଦୀର୍ଘଦିନ ଦିନ ଦୁଃଖ ବା ଖରାପ ସମୟ ଦେଇ କରୁଛନ୍ତି ଏହାପରେ ଏକ ଭଲ ସମୟ ମଧ୍ୟ ଆପଣଙ୍କୁ ଅପେକ୍ଷା କରିଥାଏ। ତେବେ ଆପଣଙ୍କୁ ଜାଣିବା ଆପଣଙ୍କର ଭଲ ସମୟ ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ଭଗବାନ କେମିତି ଦେଇଥାନ୍ତି ସୂଚନା। ଯଦି ଆପଣ କୌଣସି ବିଶେଷ କାର୍ଯ୍ୟ ବା ଚାକିରି ପାଇଁ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଦେବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ଏବଂ ହଠାତ୍ ଆପଣଙ୍କ ସାମ୍ନାରେ କୌଣସି ଗାଧ କିମ୍ବା ନଡ଼ିଆ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ତେବେ ଏହା

ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଶୁଭ ସଙ୍କେତ ହୋଇଥାଏ। ସକାଳୁ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ବାହାରିବା ସମୟରେ ଦୁର୍ଘଟଣା କାଳ ବୁଣୁଥିବା ଦେଖିଲେ, ଏହା ଭଲ ସମୟ। ଆଗମନର ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ସେହିପରି ମନ୍ଦିରରେ

ପୂଜା କରୁଥିବା ସମୟରେ ଠାକୁରଙ୍କୁ ଅର୍ପଣ କରାଯାଇଥିବା ଫୁଲ ହଠାତ୍ ଆପଣଙ୍କ ଉପରେ କିମ୍ପା ସାମ୍ନାରେ ପଡ଼ିଯାଏ ତେବେ ଶୁଭ ସମୟ ଆଗତ ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଭଗବାନ ଆପଣଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇଥାନ୍ତି।



ପିତ୍ତଳ ବାସନର ଚମତ୍କାରୀ ଲାଭ

ପିତ୍ତଳ ବାସନ ଓ ପାତ୍ର ଘରେ ରଖିବା ଖୁବ ଶୁଭ ବୋଲି ମାନ୍ୟତା ରହିଛି। ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟି କୋଣରୁ ପିତ୍ତଳ ପାତ୍ରରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଭୋଜନ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ହେବା ସହ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ହିତକାରକ। ଏହା ଶରୀରକୁ ଆରୋଗ୍ୟ ରଖିବା ସହ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣରେ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ଅନ୍ୟ ବାସନ ତୁଳନାରେ ଏହି ବାସନ ଖୁବ୍ ଶକ୍ତ। ପିତ୍ତଳ କଳସରେ ରଖାଯାଇଥିବା କଳ ଶରୀରକୁ ଖୁବ୍ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ବେଶ୍ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ। ପିତ୍ତଳ ବାସନ ମଧ୍ୟରେ ଥାଳି, ପାତ୍ର, ଗ୍ଲ୍ୟୁସ, ଲୋଚା, ଦେବାଦେବୀଙ୍କ ମୂର୍ତ୍ତି, ଫିହାସନ, ଘଣ୍ଟ, ବିଭିନ୍ନ ବାଦ୍ୟଯନ୍ତ୍ର ଆଦି ରହିଛି। ଜାଣନ୍ତୁ ପିତ୍ତଳ ବାସନ ସହ କିତି କିଛି ସରଳ ଉପାୟ ବିଷୟରେ।



- ଧନସମ୍ପତ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ଓ ଧନର ଅଭାବ ଦୂର ପାଇଁ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ଦିନ କଳସରେ ଦେଶା ଘିଅ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ନିକଟରେ ଅର୍ପଣ କରିବା ପରେ ସେହି ଘିଅକୁ ଅସହାୟଙ୍କୁ ଦାନ କରନ୍ତୁ।
- ମା'ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କ ବିଶେଷ କୃପା ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ଦୈନିକ ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କୁ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରିବା ସହ ପିତ୍ତଳର ଦୀପରେ ଶୁଭ ଘିଅ ବ୍ୟବହାର କରି ମା'ଙ୍କ ନିକଟରେ ଦୀପ ଲଗାନ୍ତୁ।
- ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ପିତ୍ତଳର ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କୁ ମନ୍ଦିରରେ ଅର୍ପଣ ଏକ ପାତ୍ରରେ ଦହି ଭର୍ତ୍ତି କରି ଭକ୍ତ ଦହି କରନ୍ତୁ।
- ପାତ୍ର ସହ ଅଳ୍ପ ଦୁଗ୍ଧ ନିକଟରେ ରଖନ୍ତୁ।
- ବୌଦ୍ଧାଗ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ପିତ୍ତଳର କଳସରେ ତଣ୍ଡୁଳା ଭର୍ତ୍ତି କରି ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କୁ ମନ୍ଦିରରେ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ।

ଭଗବାନ ଗଣେଶଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କରିବାର ଉପାୟ

ବୁଧବାର ଦିନ ବିଧି ବିଧାନ ଅନୁସାରେ ଭଗବାନ ଗଣେଶଙ୍କୁ ପୂଜା କରାଯାଇଥାଏ। ବୁଧବାର ଦିନ ଭଗବାନ ଗଣେଶଙ୍କର ବିଧି ବିଧାନ ଅନୁଯାୟୀ ପୂଜା କଲେ ଭଗବାନ ଗଣେଶ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇ ଭକ୍ତଙ୍କ ସଙ୍କଟ ଦୂର କରିଥାନ୍ତି ଓ ମନୋଋପୀନା ପୂରଣ କରିଥାନ୍ତି। ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମରେ ଯେକୌଣସି ଶୁଭ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଗଣେଶଙ୍କୁ ଆରାଧନା କରାଯାଇଥାଏ। ଗଣେଶ ବିକି-ସିକି ବାତା ଓ ଶୁଭ-ଲାଭ ପ୍ରଦାତା। ଗଣେଶ ଭକ୍ତଙ୍କ ବାଧାବିଘ୍ନ, ସଙ୍କଟ, ରୋଗ ଦୋଷ ତଥା ଦରିଦ୍ରତା ଦୂର କରିଥାନ୍ତି। ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି ଯେ ବୁଧବାର ଦିନ ସକାଳେ ମନରେ ଗଣେଶଙ୍କୁ ଆରାଧନା କଲେ ଓ ମଞ୍ଚ କପ କଲେ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହୋଇଥାଏ। ଗଣେଶ ଅମଙ୍ଗଳ ଦୂର କରିଥାନ୍ତି। ଯାହା ଉପରେ ଭଗବାନ ଗଣେଶ କୃପା କରନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନର ସମସ୍ତ ବାଧା ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଗଣେଶ ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ରାତି ଯାଆନ୍ତି ସେତେ ଶୀଘ୍ର ମାନ ମଧ୍ୟ ଯାଇଥାନ୍ତି। ଶାସ୍ତ୍ରରେ କିଛି ସରଳ ଉପାୟ ରହିଛି ଯାହାଦ୍ୱାରା ଗଣେଶ ପ୍ରସନ୍ନ ହୋଇଥାନ୍ତି।



ଉପାୟ ହେଲା ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳୁ ସ୍ନାନ ଆଦି ସାରି ଗଣେଶଙ୍କୁ ୫ଟି ଦୁଧ ଘାସ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ। ଦୁଧକୁ ଗଣେଶଙ୍କ ମସ୍ତକରେ ଚଢ଼ାଇବା ଉଚିତ। ତରଣରେ ଦୁଧ ରଖିଦେବି। ଦୁଧ ଅର୍ପଣ କଲାବେଳେ ଏହି ମଞ୍ଚ କପିଦେ- ଇନ୍ଦ୍ର ଦୁର୍ବାଦଳ- ଇଂ ଗଂ ଗଣପତୟେ ନମଃ ୨. ସମା ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ - ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସାରେ ସମା ଏକମାତ୍ର ଏମିତି ଗଞ୍ଜ ଯାହାକୁ ପୂଜା କଲେ ଗଣେଶ ଓ ଶନିଦେବ ପ୍ରସନ୍ନ ହୁଅନ୍ତି। କଥାରେ ଅଛି ଭଗବାନ ଶ୍ରୀରାମ ମଧ୍ୟ ରାବଣ ଉପରେ ବିଜୟ ପାଇବା ପାଇଁ ସମା ଦୁଗ୍ଧକୁ ପୂଜା କରିଥିଲେ। ସମା

ଗଣେଶଙ୍କ ଅତ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରିୟ। ନିୟମିତ ଗଣେଶଙ୍କୁ ସମା ପତ୍ର ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଘରକୁ ଧନ ଓ ସୁଖ ସମୃଦ୍ଧି ଆସିଥାଏ। ୩. ଝଡ଼ଳ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ- ଭଗବାନ ଗଣେଶଙ୍କୁ ପ୍ରସନ୍ନ କରିବାକୁ ପବିତ୍ର ଝଡ଼ଳ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ। ଯେଉଁ ଝଡ଼ଳ ଭାଙ୍ଗି ନଥାଏ ତାକୁ ପବିତ୍ର ଝଡ଼ଳ କୁହାଯାଏ। ପୂଜାରେ ସବୁବେଳେ ଅରୁଆ ଝଡ଼ଳ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ଗଣେଶଙ୍କୁ ଶୁଖିଲା ଝଡ଼ଳ ଅର୍ପଣ କରାଯାଏନାହିଁ, ଓଦା କରି ଅର୍ପଣ କରାଯାଏ। ଏହି ମଞ୍ଚ କହି ୩ଥର ଝଡ଼ଳ ଅର୍ପଣ କରନ୍ତୁ- ଇନ୍ଦ୍ର ଅକ୍ଷତମ୍ ତଂ ଗଂ ଗଣପତୟେ ନମଃ



ଆଲୋ ଭେରା ବା ଶିକୁଆଁରି କେବଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନୁହେଁ ବୃଦ୍ଧ ପାଇଁ ଏକ ବରଦାନ ବୋଲି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କହିଥାନ୍ତି। ଏଥିରେ ଥିବା ଆର୍ବି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ ଗୁଣ ବୃଦ୍ଧରେ ରୁଣ, ଦାଗ ପରି ଅନେକ ସମସ୍ୟାକୁ ଭଲ କରିଥାଏ।

ତେବେ ଏହାକୁ ଲଗାଇବାର ବିଧି ଆପଣଙ୍କୁ ଜଣାଥିବା ଆବଶ୍ୟକ। ଆପଣଙ୍କୁ ଜାଣିବା ଘରେ ଘିଅରା ବା ଆଲୋ ଭେରା କି ପରି ଲଗାଇବା ଉଚିତ। ୧. ଅଲଗା ଅଲଗା ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ଆଲୋ ଭେରା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ। ସନବର୍ଷ, ମସୃରାଭକ୍ତ, ଆର୍ବି ଏକିଜ୍ କେଳ, ମେକଅପ ରିମୁଭର, ସ୍କ୍ରବ୍, ଆଇକ୍ରେ। କେଳ ଭାବରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ। ୨. ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଘରେ ଆଲୋଭେରା ଗଞ୍ଜ ଅଛି ତେବେ ଆପଣ ଏଥିରୁ କେଳ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବେ। ୩. ଏହି କେଳକୁ ସନବର୍ଷ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ଉଚ୍ଚୁଥିଲେ କିଛି ସମୟ ଫୁଲରେ ରଖନ୍ତୁ। ପରେ ସେଥିରେ ହାଲକା ଗୋଲାପ କଳ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ। ଏହିପରି ପ୍ରତିଦିନ ରାତିରେ ଲଗାଇ ଶୁଅନ୍ତୁ। ୪. ସେହିପରି ବୃଦ୍ଧରୁ ତେଜ ଝିନ ସଫା କରିବାକୁ ଉଚ୍ଚୁଥିଲେ, ଫେଣ୍ଡାସରେ ମୁହଁ ଧୋଇବା ପରେ ଅଳ୍ପ ଏଲୋଭେରା କେଳ ଲଗାନ୍ତୁ।

ଏହା ପରେ ଏକ ଓଦା କପଡ଼ାରେ ମୁହଁକୁ ଶୁଖି କରି ପୋଛନ୍ତୁ। ୫. ଆର୍ବି-ଏକିଜ୍ କେଳ ଭାବରେ ମଧ୍ୟ ଏଲୋଭେରା କେଳ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରିବ। ତେବେ ଏଥିରେ ଭିତାମିନ ଇ କିମ୍ପ ଭିତାମିନ ସିର ପାଉଡ଼ର ମିଶାଇ ଲଗାନ୍ତୁ। ୬. ମେକଅପ ଛଡ଼ାଇବା ପାଇଁ କେଳ ନେଇ ମେକଅପକୁ ସଫା କରନ୍ତୁ। ଏପରି କଲେ କଲିବି ମେକଅପ ସଫା ହେବା ସହ ଆପଣଙ୍କ ବୃଦ୍ଧ କୋମଳ ରହିବ।



ସାରାଂଶ ଚଳଚ୍ଚି ସମୟର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ



ରବିବାର, ୬ ଏପ୍ରିଲ, ୨୦୨୫

୪

ନ୍ୟାୟାଳୟର ନିଷ୍ପତ୍ତି

ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନ୍ୟାୟାଳୟର ନିଷ୍ପତ୍ତି ଉଚିତ ହେଉନାହିଁ ବୋଲି ଅନେକ ବିଚାର କରୁଛନ୍ତି । ଏପରିକି ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟର ବିଚାରପତିଙ୍କ ବିଶ୍ୱାସନୀୟତା ପ୍ରତି ମଧ୍ୟ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ବିଚାରପତି ଚୟନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ନେଇ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଏବେ ଦିଲ୍ଲୀ ହାଇକୋର୍ଟର ଜଣେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ବିଚାରପତିଙ୍କ ଘରୁ ନଗଦ ୧୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ମିଳିବା ଘଟଣା ସାରା ଦେଶରେ ହଇଚଇ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ଏବଂ ଅନେକଙ୍କୁ ସ୍ତବ୍ଧ ଚକିତ କରି ଦେଇଛି । ବିଚାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରତି ଲୋକଙ୍କର ଯେଉଁ ଆସ୍ଥା ଏବଂ ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି ତାହା ହୋହଲିଯାଇଛି । ଏହା ଏକ ଅତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଘଟଣା । ଏହାକୁ ନେଇ ଶସ୍ତ୍ରୀ ବୟାନବାଳି କରାଯିବା ଅନୁଚିତ । ଏହି ଘଟଣାକୁ ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟର ପ୍ରଧାନ ବିଚାରପତି ଗୁରୁତ୍ୱର ସହ ନେଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଧାନ ବିଚାରପତି ଜଷ୍ଟିସ ସଞ୍ଜିବ ଖାନ୍ନା ଜଣେ ଦକ୍ଷ ଏବଂ ଦାୟିତ୍ୱସମ୍ପନ୍ନ ବିଚାରପତି । ତାଙ୍କଠାରୁ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଉଚିତ ନ୍ୟାୟ ମିଳିବା ଆଶା କରାଯାଉଛି । ଏହାର ତଦନ୍ତ ନିମନ୍ତେ ସେ ଏକ ତିନି ଜଣିଆ କମିଟି ଗଠନ କରିଛନ୍ତି । କମିଟିରେ ୨ଟି ହାଇକୋର୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରପତି ଏବଂ କର୍ଣ୍ଣାଟକ ହାଇକୋର୍ଟର ଜଣେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ବିଚାରପତି ସଭ୍ୟ ଅଛନ୍ତି । କମିଟି ରିପୋର୍ଟ ଆସିଲେ ଏହା ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯିବ । ତାଙ୍କୁ ହୁଏତ ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟଙ୍କ ସୁପାରିସ କ୍ରମେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ବହିଷ୍କାର କରିପାରନ୍ତି । ଯେଉଁ ବିଚାରପତିଙ୍କ ଘରୁ ଏତେ ପରିମାଣର ଟଙ୍କା ମିଳିଛି ସେ ହେଲେ ଜଷ୍ଟିସ ଯଶଓ୍ୱଜ ବର୍ମା । ଅତୀତରେ ସେ ଏକ ସିବିଆଇ ମାମଲାରେ ମଧ୍ୟ ଛଦି ହୋଇଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ମାମଲା ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଛି । ତେଣୁ ଜଷ୍ଟିସ ବର୍ମା ଜଣେ ବିବାଦୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି ବୋଲି କହିଲେ ଭୁଲ ହେବ । ଏବେ ଜଷ୍ଟିସ ବର୍ମାଙ୍କୁ ନ୍ୟାୟିକ ଦାୟିତ୍ୱରୁ ବାରଣ କରାଯାଇଛି । ତାଙ୍କୁ କୌଣସି କେସ ଦିଆଯିବ ନାହିଁ । କିଛି ଦିନ ତଳେ ତାଙ୍କୁ ଆହ୍ୱାବାଦ ହାଇକୋର୍ଟକୁ ବଦଳି କରାଯାଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଆହ୍ୱାବାଦ ହାଇକୋର୍ଟ ବାରୁ ଆସୋସିଏସନ ପକ୍ଷରୁ ତାଙ୍କୁ ବର୍ଜନ କରିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି । ସାରା ଦେଶରେ ଜଷ୍ଟିସ ବର୍ମାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଓକିଲମାନେ ବିକ୍ଷୋଭ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଛନ୍ତି । ତାଙ୍କୁ ବର୍ଜନ କରିବାକୁ ବିଭିନ୍ନ ହାଇକୋର୍ଟ ଓକିଲ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି । ସେ ଯେଉଁ ହାଇକୋର୍ଟକୁ ଯିବେ ସେଠାରେ ତାଙ୍କୁ ବିରୋଧ କରାଯିବ । ସମ୍ଭବତଃ ଜଷ୍ଟିସ ବର୍ମାଙ୍କ ବିଚାରପତି ଭାବେ କ୍ୟାରିୟରର ଅନ୍ତ ଏହିଠାରେ ହେଲା ବୋଲି ଧରିନିଆଯିବ । ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଗଠିତ ତିନିଜଣିଆ କମିଟି ଜଷ୍ଟିସ ବର୍ମାଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଯାହା ବି ରିପୋର୍ଟ ଦିଅନ୍ତୁ ନା କାହିଁକି ତାଙ୍କୁ ଅତି ବେଶୀରେ ପଦରୁ ବହିଷ୍କାର କରିବେ । କିନ୍ତୁ ଏହା ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ଯଦି ସେ ବାସ୍ତବରେ ଦୋଷୀ ହୋଇଥିବେ ବା ଦୁର୍ନୀତିରେ ସମ୍ମୂଳ୍ଣ ଥିବାର ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରମାଣ ମିଳେ ତେବେ ତାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଦୁନୀତି ନିବାରଣ ଆଇନ ଅନୁଯାୟୀ ଫୌଜଦାରୀ ମାମଲା ରୁକୁ ହେବା ଉଚିତ । ଜଣେ ସାଧାରଣ ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀ ଦୁର୍ନୀତି କଲେ ତାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଯେପରି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବା ଉଚିତ, ଜଣେ ସେନାଧିକାରୀ, ବରିଷ୍ଠ ପୋଲିସ ବା ତଦନ୍ତକାରୀ ସଂସ୍ଥାର ଅଧିକାରୀ କିମ୍ବା ବିଚାରପତି ଯଦି ଦୁର୍ନୀତି ଗ୍ରସ୍ତ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ହୁଅନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଅଧିକ କଠୋର ଏବଂ ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବା ଉଚିତ । ନ୍ୟାୟାଳୟ ପ୍ରତି ସାଧାରଣ ନାଗରିକର ଆସ୍ଥା ଏବଂ ବିଶ୍ୱାସ ପୁନଃପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବା ନିହାତି ଜରୁରୀ ।

ବର ଓ କନ୍ୟାଙ୍କର ଘର ଏକ ସରଳ ରେଖାର ଦୁଇ ମୁଣ୍ଡ

ସରଳ ରେଖା ଓ ବକ୍ରରେଖା ଅତିକମରେ ରେଖାର ଦୁଇଧାରା, ଦିଗଦୃଷ୍ଟେ ଚାରି ଦିଗ ପାଇଁ ଚାରି ରେଖା । କୋଣ ଦୃଷ୍ଟେ ଚାରି ରେଖା ଏମିତି ଆଠ ରେଖା । ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ଜନ୍ମ ସ୍ଥାନର ଅକ୍ଷାଂଶ ଓ ଦ୍ରାଘିମା ସମ୍ବନ୍ଧ ରହିଛି । ରେଖା ସରଳ ହେଲେ ବି ରାସ୍ତା ଉତ୍ତୟଙ୍କୁ ଉତ୍ତୟ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ବକ୍ର ପଥ ନିଷ୍ଠୟ ଥିବ । ଯେଉଁମାନେ ବରକନ୍ୟାଙ୍କର ବାସସ୍ଥାନର ଅକ୍ଷାଂଶ ଦ୍ରାଘିମା ଓ ତତବିଧି ଷ୍ଟାଣ୍ଡର୍ଡ ସମୟ ବା ସ୍ଥାନୀୟ ନେଇ କିଛି ସମୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ ରଖି କୁଣ୍ଡଳୀ କରି କେବଳ ଚନ୍ଦ୍ର ଓ ନକ୍ଷତ୍ରରୁ ମେଳକ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରି ଅଧିକ ଅଙ୍କର ମେଳକ ନେଉଛନ୍ତି ତାଙ୍କୁ ଅନେକ ବାଳି କଥା ଛାଡ଼ି ଦେଉଛନ୍ତି । କନ୍ୟାର ଜନ୍ମଦିନରେ ଚନ୍ଦ୍ରସ୍ଥିତ ରାଶି ଓ ୧ ମ ରଜୋଦର୍ଶନ ଦିନର ତିଥି ବାର ନକ୍ଷତ୍ର ଯୋଗକରଣ ଲଗ୍ନଦି ବିବାହ ସୁଖ ପାଇଁ ବିଚାରକୁ ନେବା ଦରକାର ତାହା କରାଯାଉନାହିଁ । ବିଷ ପୁରୁଷ ଓ ବିଷ କନ୍ୟା ଦୁଇଟି ଗ୍ରହ ନକ୍ଷତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧରୁ ଧରାଯାଏ । ବିଷ ହିଁ ସାଂସାରିକ ଜୀବନରେ ଲୁଳା ଦିଏ । ଜ୍ୟୋତିଷମାନେ କେବଳ ଜାତକ ଜନ୍ମଦିନର ବିବରଣୀରୁ କରି ଦେଇ ପାଉଣା ନେଇଯାଆନ୍ତି ସିନା ଜଟିଳ ଜନ୍ମ ସମୟର କୌଣସି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଯାହା ବିଷ ଦୁମ୍ପ ରୂପନେଇ ସାଂସାରିକ ଜୀବନ ଉଚ୍ଚନ୍ତ ପରେ କରାଏ । ବିବାହ ଦିନର ମାସ ସମ୍ବନ୍ଧ ନକ୍ଷତ୍ର ସମ୍ବନ୍ଧ ଯୋଗ ସମ୍ବନ୍ଧ କରଣ ସମ୍ବନ୍ଧ ପଞ୍ଚଶାଳକ ବିଧି ବି ବେଖାଯାଇ ପାଞ୍ଜିରେ ବିବାହ ତିଥି କେବଳ ଲେଖାଯାଇଛି ଏଥର ଲଗ୍ନାଦି ୧୨ଶ ଭାବର ତତକାଳ ଜଟିଳତାକୁ କୌଣସି ଜ୍ୟୋତିଷୀ ତର୍ଜନା କରନ୍ତି ନାହିଁ ପୁରୋହିତମାନେ ଜ୍ୟୋତିଷ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଅଭିଜ୍ଞ ଏତେ ନୁହଁନ୍ତି ସେମାନେ ଅମୃତ, ମାହେନ୍ଦ୍ର ସମୟରେ ହିଁ ବିବାହ ଶେଷ ହାତଗଣି କରି ଦେଇ କାମ ଫତେ କରିଥାନ୍ତି । ପ୍ରକୃତରେ କେଉଁ ଲଗ୍ନରେ ବିବାହ କରାଯିବ ସେ ଦିନ ବିଚାରକୁ ନେବାକୁ ପଡ଼େ । ଯେଉଁ ସରଳ ରେଖାରେ ଦୁଇ ଜଣଙ୍କର ବାସ ସ୍ଥାନ ରହିଛି ବରାନୁଗମନରେ ମଙ୍ଗଳ କର୍ମ ପାଇଁ ବର ବାହାରେ ତାର ଯାତ୍ରା କଲ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପ

ରୋଗୀ କ’ଣ କରିବେ / କ’ଣ

ନକରିବେ : ତିନି ସପ୍ତାହରୁ

ଅଧିକ ଦିନ କାଶ ଲାଗି ରହିଲେ

ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଦେଖାନ୍ତୁ । ଔଷଧର

ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କୋର୍ସ ନିୟମିତ ଭାବରେ

ଖାଇ ପୂରଣ କରନ୍ତୁ । କାଶିବା

ସମୟରେ ମୁହଁ ଓ ନାକ

ନାମ୍ପକିନ୍ରେ ଘୋଡାଇ ରଖନ୍ତୁ ।

ପୁଷ୍କିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ । ବିଡ଼ି,

ସିରାରେଟ, ତମାଖୁ ଓ ମଦ

ଆଦିରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ । ତେବେ

ଖୋଲା ସ୍ଥାନରେ ଛେପ ପକାନ୍ତୁ

ନାହିଁ କେବଳ ଏକ୍ସରେ ଉପରେ

ଭରସା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା

ଡାକ୍ତରକୁ ନପଚାରି ଔଷଧ ବନ୍ଦ

କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ତନ୍ତ୍ର ଏର୍ଥାତ

ଡାଇରେକ୍ଟିଲି ଆବ୍‌ଜର୍ଭର୍

ଟ୍ରିଟମେଣ୍ଟ ସର୍ଟ କୋର୍ସ ଯଶ୍ୱା

ଚିକିତ୍ସା ଅଭିଯାନ ।

ଯଶ୍ୱା ଜୀବାଣୁ ଜନିତ ରୋଗ । ଏହା ପଦନ ଦ୍ୱାରା ଜଣେ ରୋଗୀ ଠାରୁ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ସୁସ୍ଥ ଲୋକ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚେ । ଏହା ସାଧାରଣତଃ ପୁଂସ୍‌ପୁଂସ୍ତ୍ର ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ପୁଂସ୍‌ପୁଂସ୍ ଯଶ୍ୱା ସବୁଠାରୁ ସାଧାରଣ ଯଶ୍ୱା ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମଣ୍ଡିଷ୍ଟ, ଗଭାିଶୟ, ପାଟି ଯକୃତ, ବୃକକ୍, ଗଳା ଏବଂ ହାତ ଆଦି ଶରୀରର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ମଧ୍ୟ ଯଶ୍ୱା ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇପାରେ । ଯଶ୍ୱା ଜୀବାଣୁ ପଦନ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାପେ । କାଶିବା, ଛିଙ୍କିବା ଦ୍ୱାରା ମୁହଁରୁ ବାହାରୁଥିବା ଛୋଟ ଛୋଟ ଛେପବୁଯା ଏହି ସଂକ୍ରମଣ ବଦ୍ୱାଏ । ଯଶ୍ୱାରୋଗୀର ଖୁବ୍ ନିକଟରେ ବସି କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଏହି ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇପାରେ । ତେବେ ପୁଂସ୍‌ପୁଂସ୍ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଯଶ୍ୱା ଜଣକ ଠାରୁ ଅନ୍ୟଜଣକୁ ବ୍ୟାପେନାହିଁ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଯଶ୍ୱା ସଂଖାନୁକ୍ରମିକ ରୋଗ ନୁହେଁ । ଯଶ୍ୱା ଜୀବାଣୁ ଶରୀରର ଯେଉଁ ଅଂଶରେ ଥାଏ ସେ ସେହି ଅଂଶର ଟିସୁଗୁଡ଼ିକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ । ଫଳରେ ସେହି ଅଙ୍ଗର କାମ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ପୁଂସ୍‌ପୁଂସ୍‌ରେ ଯଶ୍ୱା ହେଲେ ଏହା ପୁଂସ୍‌ପୁଂସ୍‌କୁ ଧାରେ ଧାରେ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ । ଗଭାିଶୟରେ ହେଲେ ଏହା ପ୍ରଜନନ କ୍ଷମତା ନଷ୍ଟକରି ଦିଏ । ହାଡ଼ରେ ଯଶ୍ୱା ହେଲେ ହାଡ଼ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ସକ୍ରିୟାଏ । ମଣ୍ଡିଷ୍ଟରେ ହେଲେ ରୋଗୀକୁ ମଣ୍ଡିଷ୍କାଘାତ ହୁଏ ଏବଂ ଯକୃତରେ ହେଲେ ପେଟରେ ପାଣିଜମିଯାଏ ।

ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ : ଦୁଇ ସପ୍ତାହରୁ ଅଧିକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାଶ ଲାଗି ରହିଲେ, କାଶରେ କଫ ପଡ଼ିଲେ, ବେକେବେକେ କଫରେ ରକ୍ତ ଆସିଲେ, ଭୋକ ଲାଗିବା କମ୍ ହୋଇଗଲେ, ଲଗାତାର ଓଜନ କମ୍ ହେଲେ, ସନ୍ଧ୍ୟା ବା ରାତିରେ ଜ୍ୱର ଆସିଲେ, ଅଖାରେ ମଧ୍ୟ ଝାଳ ବାହାରିଲେ, ନିଶ୍ୱାସ ନେବା ବେଳେ ଛାତିରେ ଯନ୍ତଣା ହେଲେ ଏହାକୁ ଯଶ୍ୱାର ଲକ୍ଷଣ ବୋଲି ସମେହ କରିପାରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବେଳେ ବେଳେ ଉପରୋକ୍ତ କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ନଥାଇ ମଧ୍ୟ ଯଶ୍ୱା ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇପାରେ । ଯଶ୍ୱାର ଅନେକ ଲକ୍ଷଣ କ୍ୟାନସର ଏବଂ ଟ୍ରୋକାଲଡିସର ଲକ୍ଷଣ ସହ ମେଳ ଖାଏ । ତେବେ ଟ୍ରୋକାଲଡିସରେ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାକୁ କଷ୍ଟ ହୁଏ ଏବଂ ନିଶ୍ୱାସ ନେଲା ବେଳେ ସିଟି ବଜାଇବା ପରି ଶବ୍ଦ ହୁଏ । ପୁଂସ୍‌ପୁଂସ୍ କ୍ୟାନସର ହୋଇଥିଲେ ପାଟିରୁ ରକ୍ତ ବାହାରେ । ଓଜନ ମଧ୍ୟ କମି ଯାଏ । କିନ୍ତୁ ସାଧାରଣତଃ ଜ୍ୱର ହୁଏ ନାହିଁ । ଟିବି ହେଲେ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାକୁ କଷ୍ଟହୁଏନି କିନ୍ତୁ ଜ୍ୱର ହୁଏ ।

କାହାପାଇଁ ବିପଦ ଅଧିକ : ଯେଉଁମାନେ ଠିକ୍‌ରେ ଖାଇବା ପିଇବା କରନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଯଶ୍ୱାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ । କାରଣ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି କମ୍ ହେଲେ ଜୀବାଣୁକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଯାଏ । ଯେତେବେଳେ କମ୍ ସ୍ଥାନରେ ଅଧିକ ଲୋକ ରୁହନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଯେକୌଣସି ସଂକ୍ରମଣ ଅଧିକ ବଡ଼େ । ଅହାରିଆ, ସନ୍ତସନ୍ତିଆ ଏବଂ ଶିଉଳି ଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଯଶ୍ୱା ସଂକ୍ରମଣ ଅଧିକ ହୁଏ । କାରଣ ଏହା ଯଶ୍ୱା ଜୀବାଣୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ପରିବେଶ । ଏହା ଯେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ । କାରଣ ଏହା ଏକ ବାୟୁସାହିତ ରୋଗ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଧୂମପାନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଯଶ୍ୱାର ଆଶଙ୍କା ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ । ମଧୁମେହ ରୋଗୀ, ଷ୍ଟେବଏଚ୍‌ ନେଉଥିବା

ବ୍ୟକ୍ତି ଏବଂ ଏଡଆଇଭି ରୋଗୀକ ପ୍ରତି ଯଶ୍ୱାର ଅଧିକ ବିପଦ ରହିଛି । ମୋଟାମୋଟି କହିବାକୁ ଗଲେ ଯେଉଁମାନଙ୍କର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି କମ୍ ସେମାନଙ୍କୁ ଯଶ୍ୱା ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ।

ରୋଗ ଚିହ୍ନ : ଶରୀରର ଯେଉଁ ଅଂଶରେ ଯଶ୍ୱା ଅଛି ତାହା ଅନୁଯାୟୀ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଏ । ପୁଂସ୍‌ପୁଂସ୍ ଯଶ୍ୱା ପାଇଁ କଫ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଏ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରାୟ ୨୦୦ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହୁଏ । ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନା ଏବଂ ଡକ୍‌ସ ସେଞ୍ଚରରେ ଏହି ପରୀକ୍ଷା ମାଗଣାରେ କରାଯାଏ । କଫ ପରୀକ୍ଷାରୁ ଯଶ୍ୱା ଧରାନପଡ଼ିଲେ ଏଏଫ୍‌ବି କଲଚର କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ଚିକିତ୍ସା : ଯଶ୍ୱାର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ଭବ । ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନା ଓ ଡକ୍‌ସ ସେଞ୍ଚରରେ ମାଗଣା ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଏ । ତେବେ ସବୁଠୁ ବଡ଼ କଥା ହେଉଛି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଆରୋଗ୍ୟ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ଜାରି ରଖିବା ଦରକାର । ମଝିରେ ଔଷଧ ଖାଇବା ବନ୍ଦ କରିଦେଲେ ରୋଗ ଜୀବାଣୁଗୁଡ଼ିକର ଔଷଧ ବିରୋଧରେ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବିକଶିତ ହୋଇଯାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଚିକିତ୍ସା କଷ୍ଟକର ହୁଏ, ସାଧାରଣ ଔଷଧ ପ୍ରଭାବଶୀଳା ହୁଏ ନାହିଁ । ଏହି ସ୍ଥିତିକୁ ମଲଟି ଡ୍ରଗ୍ ରେଜିଷ୍ଟାଞ୍ଚ ଏବଂ ଏକ୍ସଟେନ୍‌ସିଭଲ ଡ୍ରଗ୍ ରେଜିଷ୍ଟାଞ୍ଚ କୁହାଯାଏ । ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରତି ୧୦୦ଟି ଘଟଣାରେ ଦୁଇଟି ମାମଲା ଏମ୍‌ଡିଆର ଏବଂ ଏମ୍‌ଡିଆର ମାମଲୀରେ ୭ ପ୍ରତିଶତ ଏକ୍ସ୍‌ଡିଆର ସ୍ଥିତି ଥାଏ । ଏହା ଖୁବ୍ ବିପଜନକ ସ୍ଥିତି । ଏହି ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ମହଙ୍ଗା ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଏକ୍ସ୍‌ଡିଆର ଏବଂ ଏମ୍‌ଡିଆର ଆମଳରେ ଚିକିତ୍ସା ମହଙ୍ଗା ହୋଇଯାଏ । ଦାର୍ଦ୍ଦି ସମୟ ଅର୍ଥାତ୍ ୬ମାରୁ ୨ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼େ । ସାଧାରଣ ଏବଂ ଗଭାିଶୟ ଯଶ୍ୱାର ଚିକିତ୍ସାା ୬ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ଅସ୍ଥି ଏବଂ ବୃକକ୍ ଯଶ୍ୱା ପାଇଁ ୯ ମାସ ଏବଂ ଏମ୍‌ଡିଆର/ଏକ୍‌ସ୍‌ଡିଆର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଦୁଇବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ହୁଏ । ଔଷଧ ଆରମ୍ଭ କରିବାର ଦୁଇ ସପ୍ତାହରୁ ଦୁଇମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯଶ୍ୱା ରୋଗୀ ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟକୁ ଯଶ୍ୱା ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । କାରଣ ଔଷଧ ଅନୁମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । ରୋଗୀକୁ ମାକୁ ପିନ୍ଧାଇ ରଖନ୍ତୁ । ରୋଗୀକୁ ପଦନ ଚଳାଟକ କରୁଥିବା ଏବଂ ଭଲ ଆଲୋକ ପଡୁଥିବା କୋଠରୀରେ ରଖନ୍ତୁ । କିନ୍ତୁ ରୋଗୀ ଥିବା କୋଠରୀରେ ଏସି ଲଗାନ୍ତୁ ନାହିଁ । କାରଣ ଏସି ମଧ୍ୟରେ ଜୀବାଣୁ ରହି ଅନ୍ୟଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମିତ କରିବେ ।

ମିହିଳାଙ୍କୁ ଯଶ୍ୱା : ମିହିଳାଙ୍କ ଗଭାିଶୟ ଯଶ୍ୱା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ ପ୍ରଜନନ କ୍ଷମତା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ । ତେବେ ପ୍ରାଥମିକ ଅବସ୍ଥାରୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରୁ ଆରୋଗ୍ୟ

କାଗଜ କଲମରେ ନାଟକର ବିକାଶ

II ଅଭୟ କୁମାର ଦାସ II

ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ସଂସ୍ଥା ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ୧୯୬୧ରୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୬ରେ ପାଳନ କରାଯାଉଛି ବିଶ୍ୱ ନାଟ୍ୟ ଦିବସ । ପ୍ରଥମ ନାଟ୍ୟ ଦିବସ ହେଲସିକିରେ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଦିବସ ଭିଏନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବା ପରେ ଏହି ଦିବସ ପାଳନର ଲୋକପ୍ରିୟତା ବଢ଼ିଥିଲା । ସଂପ୍ରତି ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳରେ ଥିବା ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ରଙ୍ଗମଙ୍ଗ ସଂସ୍ଥାର ଶାଖା କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକରେ ଏହି ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଉଛି । ଏହି ଅବସରରେ ସ୍ୱାରାବିକ ଭାବେ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସାଂସ୍କୃତିକ ଶାନ୍ତି ସଂହତି ପାଇଁ ମଞ୍ଚ ନାଟକ ପରିବେଷିତ ହେଉଛି । ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ବା ମଞ୍ଚନାଟକର ଇତିହାସ ୨୫୦୦ ବର୍ଷ ପ୍ରାଚୀନ । ପାଖ୍ୟତ୍ୟ ମଞ୍ଚନାଟକର ସୃଷ୍ଟି ଗ୍ରାସରେ ହୋଇଥିଲା । ରୋମାନୁମାନେ ପ୍ରାଚୀନ ମଞ୍ଚନାଟକକୁ ନବ ରୂପ ଦେଇଥିଲେ ।

କଥାରେ ଅଛି, ଜୀବନ ଏକ ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ । ଏହି ରଙ୍ଗମଞ୍ଚରେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜଣେ ଜଣେ କଳାକାର । ଥିଏଟର (ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ) ଏଭଳି ଏକ ସ୍ଥାନ, ଯେଉଁଠାରୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନେକ ଘଟଣାକୁ ନିଜ କଳା ମାଧ୍ୟମରେ ଦୂନିଆ ସାମ୍ରାଜ୍ଞ ଆଗିକରେ ସମ୍ପନ ହୋଇଥାଏ । ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ଏଭଳି ଏକ ଶକ୍ତି, ଯେଉଁଠାରୁ କଳାର ଗାରିମା ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁଠାରେ କଳାକାର ନିଜ ଅଭିନୟ ମାଧ୍ୟମରେ ଏକ ଅଭୁଜା ଛାପ ଛାଡ଼ିଥାଏ । ୧୯୧୩ରେ ଦାଦା ସାହେବ ଫାଲକେଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ ଫିଲ୍ମ ରାଜା ହରିଶ୍ଚନ୍ଦ୍ରରେ ମଣିଷ ଭିତରେ ଲୁଚିଥିବା ପ୍ରକୃତ କଳାର ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହା ଏକ ସାଇଲେଣ୍ଟ ଫିଲ୍ମ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଆଜି ବି ତାହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ମନରେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଛବି ପାଳିଟି ରହିଛି । ଏଭଳି କଳା ଓ କଳାକାରଙ୍କୁ ବାଛିବାରେ ସମ୍ପନ କରିଥାଏ ରଙ୍ଗମଙ୍ଗ । ଏଣୁ ସହି ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ପ୍ରତି ଏବେ ଦୂରେଇ ଯାଉଥିବା ମଣିଷକୁ ନିକଟତର କରିବାକୁ ପାଳନ ହୁଏ ବିଶ୍ୱ ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ଦିବସ । ୧୯୬୨ରେ ନ୍ୟାସନାଲ ଥିଏଟର ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ତରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ଦିବସର ସ୍ଥାପନା କରାଯାଇଥିଲା । ସେବେ ଠାରୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୭ରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ତରରେ ପାଳନ କରାଯାଏ ଏହି ଦିବସକୁ । ଏହି ଦିବସର ଏକ ମହତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଆୟୋଜନ ସମୟରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ବିଶ୍ୱର ଯେକୌଣସି ଜଣାଶୁଣା ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ କର୍ମୀ ଶାନ୍ତି ଓ ସଂସ୍କୃତି ବିଷୟ ଉପରେ ନିଜର ବିଚାର ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥାନ୍ତି । ୧୯୬୨ରେ ପ୍ରଥମ ଅନ୍ତରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ ସନ୍ଦେଶ ଫ୍ରାନ୍ସର ଜିନ୍, କାକ୍‌ଟେ ଦେଇଥିଲେ । ଏହାପରେ ୨୦୦୨ରେ ଭାରତର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ରଙ୍ଗମଞ୍ଚ କର୍ମୀ ଗିରିଶ କର୍ଣ୍ଣାଡ଼ ଏକ ସନ୍ଦେଶ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । କଳା, ସଂସ୍କୃତି, ବିକାଶ ତଥା ପ୍ରଚାର କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେତେବେଳେ ନାଟକର ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ନାଟକକୁ ଏକ ବିକାଶର ପଥରେ ଆଗେଇ ନେବା ସହ ନାଟକର ଉନ୍ନତି ଲାଗି ପ୍ରତିବର୍ଷ

ସମ୍ଭବ । ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳା ଯଶ୍ୱା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିଲେ ସାଧାରଣତଃ ଏହି ରୋଗ ଶିଶୁ ପାଖକୁ ଯାଏ ନାହିଁ । ତେବେ ଏଭଳି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ହେବା ପରେ ତୁରନ୍ତ ଯଶ୍ୱା ପ୍ରତିଷେଧକ ଔଷଧ ଦିଆଯାଏ ।

ରୋଗୀ କ’ଣ କରିବେ : ତିନି

ସପ୍ତାହରୁ ଅଧିକ ଦିନ କାଶ ଲାଗି ରହିଲେ ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଦେଖାନ୍ତୁ । ଔଷଧର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କୋର୍ସ ନିୟମିତ ଭାବରେ ଖାଇ ପୂରଣ କରନ୍ତୁ । କାଶିବା ସମୟରେ ମୁହଁ ଓ ନାକ ନାମ୍ପକିନ୍ରେ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖନ୍ତୁ । ପୁଷିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ । ବିଡ଼ି, ସିରାରେଟ, ତମାଖୁ ଓ ମଦ ଆଦିରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ । ତେବେ ଖୋଲା ସ୍ଥାନରେ ଛେପ ଦେଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । କେବଳ ଏକ୍ସରେ ଦେଖିଲେ ଭରସା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ନପଚାରି ଔଷଧ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ତନ୍ତ୍ର ଏର୍ଥାତ ଡାଇରେକ୍ଟିଲି ଆବ୍‌ଜର୍ଭର୍ ଡ୍ରିଟମେଣ୍ଟ ସର୍ଟ କୋର୍ସ ଯଶ୍ୱା ଚିକିତ୍ସା ଅଭିଯାନ । ଏଥିରେ ଯଶ୍ୱା ରୋଗର ମାଗଣା ପରୀକ୍ଷା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ମାଗଣା ଚିକିତ୍ସା ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଏହି ଅଭିଯାନରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀ ରୋଗକୁ ନିଜ ଆଗରେ ଔଷଧ ଖୁଆନ୍ତି । ଯଦ୍ୱାରା ରୋଗୀ ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ଭୁଲିନଯିବ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀ ରୋଗୀ ଓ ପରିବାରର କାଉନ୍‌ସେଲିଂ କରନ୍ତି । ଏଥିସହ ଚିକିତ୍ସା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପରେ ମଧ୍ୟ ରୋଗୀ ଉପରେ ନଜର ରଖନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ୯୫ ପ୍ରତିଶତ ରୋଗୀ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇପାରନ୍ତି । ତେବେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ଅସାଧ୍ୟାନତା ଯୋଗୁଁ ଯଶ୍ୱା ରୋଗ ବଡ଼ାଇଲେ ଏଥିପାଇଁ ଆଇନରେ ଦଣ୍ଡ ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି । ନିଜର ଠିକ୍ ଚିକିତ୍ସା ନ କରିବା ଏବଂ ଏହାକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଂକ୍ରମଣ କରାଇବା ଅଭିଯୋଗରେ ୬ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜେଲ ଦଣ୍ଡ ହୋଇପାରେ । ଏକ୍ସ୍‌ଡିଆର ଯଶ୍ୱା ସଂକ୍ରମଣ କରାଇବା ଦ୍ୱାରା ବର୍ଷେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜେଲ ଦଣ୍ଡ ହୋଇପାରେ । ଆଜି ବି ଲୋକମାନଙ୍କର ଧାରଣା ରହିଛି ଯଶ୍ୱା ଗରିବ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ହିଁ ହୁଏ ଏବଂ ଏହାର ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନଙ୍କ ମନରେ ଏହି ଧାରଣା ରହିଯାଏ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତ କଥା ହେଉଛି ଯେଉଁମାନେ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନେ ମଝିରୁ ଔଷଧ ବନ୍ଦ କରିଥାଆନ୍ତି । ପ୍ରପରଷାର ଅମିତାଭ ବଦନଙ୍କୁ ଯଶ୍ୱା ହେବା ସୂଚାଉଛି ଯେ କେବଳ ଗରିବ ନୁହେଁ ଯେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏହି ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରେ । ତେବେ ଗରିବ ଲୋକଙ୍କର ଖାଇବା ପିଇବା ଠିକ୍ ନଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି କମ୍ ଥାଏ ଏବଂ ଏହି ଜୀବାଣୁ ଶାଫୁ ଆକ୍ରମଣ କରିନିଏ । ଅନେକ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳା ଯଶ୍ୱା ଔଷଧ ଖାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତ କୌଣସି ଖରାପ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େନାହିଁ । ଆଉ କେତେକ ଲୋକ ମନେ କରନ୍ତି ସରକାରୀ କେନ୍ଦ୍ରର ଔଷଧ କାମ କରେନାହିଁ । ପ୍ରକୃତ କଥା ହେଉଛି ଯଶ୍ୱା ପ୍ରଥମ ସ୍ତରରେ ଥିଲେ ୯୫ ପ୍ରତିଶତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶାଫୁ ଆରୋଗ୍ୟ ସମ୍ଭବ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଔଷଧ ଠିକ୍ ଭାବରେ ନଖାଇଲେ ଯଶ୍ୱା ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ତରକୁ ଚାଲିଯାଏ ଏବଂ ଆରୋଗ୍ୟର ସମ୍ଭାବନା ୬୦ ପ୍ରତିଶତକୁ ଖସିଥାଏ ।

ଶ୍ରୀ ଓ ପ୍ରସୂତୀ ରୋଗ ବିଶେଷକ୍ଷ ତଥା ଅଧ୍ୟାକ୍ଷକ, ଅର୍ବିନ ସିଏବସ୍‌ସି, ସିଡ଼ିଏ, କଟକ,

