









ଚିତ୍ତନର ଉପକାରିତା



## ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନର ଚମକାରିତା

ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନ ଗୋଟିଏ ମୁଦ୍ରାର ଦୂଳଟି ପାର୍ଶ୍ଵ । ଏହାର ପ୍ରଯୋଗ ବିଷୟରେ ଆମେ ସତେଜନ ହୋଇପାରିଲେ ଜୀବନରେ ସୁଖଶାନ୍ତି ଓ ସଫଳତାର ସ୍ଥାଦ ଚାନ୍ଦ୍ରପାରିବା । ତାହା ହିଁ ପ୍ରମାଣ କରିବ ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନର ଚମକାରିତା । ଭାବିବାର ଶତ୍ରୁହିଁ ମରିଷକୁ ସଥାରେ ଗ୍ରେଷ ଜୀବର ମାନତା ଦେଇଛି । ଭାବନୋଟା ଯେତେ ଗରାର ଦଥ୍ୟ ଶୁଣ ହେବ ଆମର କାମ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସେହିପରି ସଫଳ ଓ ମୂଳ୍ୟବାନ ହୋଇପାରିବ । ଏହି ଶୁଣ ଭାବନାର ଅନ୍ୟ ନାମଟିତନ । ଏହା ଆମକୁ ସକାର୍ଯ୍ୟ ରାଖେଇ ଆଗେଇ ନି । ଆବିଳତାମ୍ୟ ବା ନକାରାତ୍ମକ ଭାବନା ଦ୍ୱାରା କାମର ଫଳ ଲେଣା ହୋଇଯାଏ । ଯାହା ଆମ ମନରେ ଚିତ୍ତା ସୁଞ୍ଜିକରେ । ଚିତ୍ତା ଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ଚାପ ପଡ଼ିଯାଏ ଏବଂ ଆମେ ହିଁ ଓ ନାହିଁ ଦୂଳରେ ପଡ଼ିଯାଉ । ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନରେ ଅନେକ ତପାତ, ରହିଥି । ଏହା ଆମ ଜୀବନକୁ ସବୁବେଳେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥା । ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନର ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ସଠିକ୍ ଭାବେ ଦୂଳ କାମରେ ପ୍ରଯୋଗ କରିପାରିଲେ ହିଁ ଆମେ ଏହାର ଚମକାରିତାକୁ ଅନୁଭବ କରିପାରିବ ।

### ଚିତ୍ତା ହିଁ ଶକ୍ତିକାରକ

ଶରୀର ଦୂର୍ବଳ ହୋଇଗଲେ ଯେହିପରି ବୁଝ ପ୍ରକାରର ଗୋଗ ଦେଖା ଦେଇଥାଏ ସେହିପରି ମନ ଦୂର୍ବଳ ହୋଇଗଲେ ଶୋଟ ଶୋଟ ଘଟାଗାରେ ବି ଆମେ ଚିତ୍ତାଗ୍ରୁଷ ହୋଇଯାଉ । ଅନେକ ଲୋକ ଚିତ୍ତା ଶକ୍ତିକୁ ଏପରିବାବେ ନିଜର କରିନେଇଥାଏ ଯେ ଦେଇନିନ ଜୀବନରେ ଶୋଟ ଶୋଟ ଘଟାଗାରେ ବି ସେବାନେ କୁହାନ୍ତି - ମୁଁ ଓ ବିଷୟରେ ଚିତ୍ତକରି କହିବି । ଚିତ୍ତା ହିଁ ଆମ ମନରେ ହିଁ ଓ ନାହିଁ ଦୂଳ ସୁଞ୍ଜି କରିଥାଏ । ଠିକ୍ ଅନ୍ୟା ସୁଚାପରି ଗରାର ଘଟାଗାର ଜଟିଲରୁ କରିବିବା ହୋଇଯାଏ । ଶୁଣ ଭାବନା କରୁଷିତ ହୋଇ ଚିତ୍ତରେ ପରିଶବ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ଅନ୍ୟ ସମାଧାନର ସ୍ଥାନ ମିଳିଲାନ୍ତି । ଆମେ ନିଜର ଦିବ୍ୟଦୃଷ୍ଟି ହରାଇବୁ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘଟାଗାର ନକାରାତ୍ମକ ଅନ୍ତର୍ଗତି ହିଁ ଆମକୁ ଦେଖେଇଥାଏ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନ ହେଉ ଥାବା କରିପଣ୍ଡତ, ଚିତ୍ତା ହିଁ ଆମକୁ ବିଦ୍ୱିତ କରିଥାଏ । ଏଣୁ ସବୁବେଳେ ଚିତ୍ତା ହିଁ ଆମ ପାଇଁ ଶକ୍ତିକାରକ ।



### ଚିତ୍ତନ ହିଁ ଶୁଣ ଭାବନା

ସଠିକ୍ ବିବାର କରିବାର ଶତ୍ରୁ ହିଁ ମଣିଷକୁ ସ୍ବର୍ଗ କାମରେ ସଫଳତାର ଶାଖରେ ପହଞ୍ଚାଇଥାଏ । ଶୁଣ ଭାବନା ଦ୍ୱାରା ସାଥେ ସଠିକ୍ ବିବାର ସମବ ହୋଇଥାଏ । ଭାବନାକୁ ସମବ ହୋଇଥାଏ । ଭାବନାକୁ ସମବ ହୋଇଥାଏ । ନାହିଁ ଭାବନାର ଅନ୍ୟା ଅନ୍ୟା ସୁଚାପରି ଗରାର ଘଟାଗାର ଜଟିଲରୁ କରିବିବା ହୋଇଯାଏ । ଯେତେ ବାଧାନରତ ସହିତ କାମକଲେ ବି ସଫଳତାର ରାଗରେ କିମ୍ବା ନା କିମ୍ବା ସମସ୍ୟା ସୁଞ୍ଜି ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଉପରୁକୁ ବିତ୍ତନ ରଖିଲେ ଆମେ ହେବ ହେବ ସେହିପରି ସବୁକୁ ସମସ୍ୟା ଆମର କାମରାତ୍ମକ ଭାବନାରେ ତଳକୁ ଖଣ୍ଡିଯାଏ ।



### ଚିତ୍ତାଗ୍ରୁଷ ଜୀବନ

କଥାରେ ଅଛି ଲୁଣ ଖାଏ ହାର୍ଷି ଚିତ୍ତା ଖାଏ ଗଣି । ଅର୍ଥାତ୍, ଚିତ୍ତା କରିଲେ ଆମର ଶାରିବାକ ତଥା ମାନସିକ ସତି ହୋଇଥାଏ । ଏପରିକି ଆମ ଜୀବନର ବିନାଶ ଘଟିଥାଏ । ଯେଜେଣେବେ କାମରେ କିମ୍ବି ବାଧା ବା ସମସ୍ୟା ଆସିଲେ ଆମେ ହୋଇର ଚିତ୍ତାଗ୍ରୁଷ ହୋଇଯାଏ । ଫଳରେ ଆମେ ଜୀବନରେ ବସାଧାନ ବିନାଶ ଆମର କାମରାତ୍ମକ ଭାବନାର ବିନାଶ ଆମର କାମରାତ୍ମକ ଭାବନାର ବିନାଶ ଆମର କାମରାତ୍ମକ ଭାବନାର ବିନାଶ ।



### ଚିତ୍ତନ ହିଁ ଶୁଣ ଭାବନା

କଥାରେ ଅଛି ଲୁଣ ଖାଏ ହାର୍ଷି ଚିତ୍ତା ଖାଏ ଗଣି । ଅର୍ଥାତ୍, ଚିତ୍ତା କରିଲେ ଆମର ଶାରିବାକ ତଥା ମାନସିକ ସତି ହୋଇଥାଏ । ଏପରିକି ଆମ ଜୀବନର ବିନାଶ ଘଟିଥାଏ । ଯେଜେଣେବେ କାମରେ କିମ୍ବି ବାଧା ବା ସମସ୍ୟା ଆସିଲେ ଆମେ ହୋଇର ଚିତ୍ତାଗ୍ରୁଷ ହୋଇଯାଏ । ଫଳରେ ଆମେ ଜୀବନରେ ବସାଧାନ ବିନାଶ ଆମର କାମରାତ୍ମକ ଭାବନାର ବିନାଶ ।

### ଚିତ୍ତା ହିଁ ଶକ୍ତି

ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସାଥୀକୁ ସଠିକ୍ ଭାବେ ବୁଝିପାରିଲେ ଆମେ କେବେ ବି ଚିତ୍ତାଗ୍ରୁଷ ହେବା ନାହିଁ । ଅଜିକାଳିକାର ସମାଜରେ ମଣିଷର ଜୀବନ ଏବଂ ଯାହିଁ ହୋଇଯାଇଛି ଯେ ଶୁଭମନରେ ଭାବିବା ପାଇଁ ଧେର୍ୟ ବା ସମୟ କାହାର ପାଖରେ ନାହିଁ । ଏଣୁ ଦିନର ବଦଳରେ ଚିତ୍ତର ହିଁ ସମ୍ମାନ ଆସୁଛି ।

ପରିଚାର ହୋଇଗଲାରି । ଆମେବୁ ଜାମି ବି ଅଳଶା ପରି

ଭୁଲବାରେ ଯାଇଛୁ । କିନ୍ତୁ ଏହା ବି ସତ୍ୟ ଯେ ନିଜର ଆୟୁର୍ବ୍ୟାସକୁ ବୁଝିକରିବା ସହିତ ମନୋବଳୀ ସ୍ଵର୍ଗତ କରିପାରିଲେ ଆମେ ଚିତ୍ତର ଶାକାର ନହୋଇ ଚିତ୍ତନ କରିପାରିବା ଯେତେ ବଢ଼ି ସମସ୍ୟା ଆସିଲେ ବି ଚିତ୍ତାଗ୍ରୁଷ ନ ହୋଇ ଚିତ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ପାଖରେ ହେବା ହସିଦ୍ୟି ତାହାର ସମାଧାନ କରିପାରିବା । ତେଣୁ ଚିତ୍ତନ ବଦଳରେ ଚିତ୍ତନ ଦ୍ୱାରା ହିଁ ଆମ ସବୁବେଳେ ପରିଶବ୍ଦ ଅନ୍ୟା ଅନ୍ୟା ଶକ୍ତିକାରକ ଅନ୍ୟା ଅନ୍ୟା ଶକ୍ତିକାରକ ।

ସୁର୍ବୁ ବାଧାକୁ ସବେ ସଫଳକ ହାସନ କରିପାରିବ ।

ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନ ଗୋଟିଏ ମୁଦ୍ରା ଦୂଳଟି ପାର୍ଶ୍ଵ । ଏହାର ପ୍ରେସ ବିଷୟରେ ଆମେ ସତେଜନ ହୋଇପାରିଲେ ଭାବନରେ ସୁଖଶାନ୍ତି ଓ ସଫଳତାର ସ୍ଥାଦ ଚାନ୍ଦ୍ରପାରିବା । ତାହା ହିଁ ପ୍ରମାଣ କରିବ ଚିତ୍ତା ଓ ଚିତ୍ତନ ମେହିତା ।

## କ୍ଷେତ୍ର ବାଙ୍ଗେଲ

ବାଙ୍ଗେଲ ଲାଗେଣ୍ଟ ତିଜାଇନ ଏବେ ମନକିଶିକାରେ ଲାଗେଣ୍ଟ । ଭଲିକି ଭଲି ଜଳାଇଲ, କଲାର ଏବଂ ପାର୍ଟ୍ ଏକ ମାର୍କେଟରେ ଉପଲବ୍ଧ । ଏହାକୁ ପ୍





