

ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶ ଆବେଗ କମାଏ



ଏ ସମ୍ପର୍କ ମଣିଷ ଓ ପ୍ରକୃତିର । ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶରେ ନଦେ ମିନିଟ୍ ବୁଲିଲେ ତାହା ବିଷାକ୍ତ ହୁଏ କିନ୍ତୁ ବାହାରିବା ସହଜ କରିଥାଏ । ସହରରେ ରହୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ମହତ୍ତ୍ଵପୂର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ସାନପୋର୍ଟ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ଵ ଇନ୍ଫ୍ରାରେଡ୍ ଦ୍ଵାରା କରାଯାଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି ଯେ, ସହରରେ ବ୍ୟସ୍ତତା ଭିତରେ ରହୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମସ୍ତିଷ୍କ କ୍ଷମତା କମିଯାଏ ଓ ଏହାକୁ ସୁଧାରିବା ଲାଗି ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହିଁ ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶ । ଆଗାମୀ ଦଶନ୍ଧି ଭିତରେ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରାୟ ୭୦ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକ ଦସହରରେ ରହିବେ ବୋଲି ଆକଳନ କରାଯାଇଛି ।

ଏଣୁ ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶକୁ ଦୂରରେ ରହି ସେମାନଙ୍କର ମାନସିକ ଦସ୍ତତା ହରାଇବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ, ସହରରେ ରହୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ଆବେଗ ସମସ୍ୟା ଗ୍ରାମ୍ୟାଞ୍ଚଳରେ ରହୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ୨୦ ପ୍ରତିଶତ ଅଧିକ ଓ ୪୦ ପ୍ରତିଶତଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ସମସ୍ୟା ଦେଖା ରହିଛି । ଯେଉଁମାନେ ସହରରେ କନ୍ଦୁହୋଇ ବଢ଼ିଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ଖୁବ୍ ଦେଖା । ଏଣୁ ଏହାକୁ ରୋକିବା ଲାଗି ଗବେଷକମାନେ ଏଭଳି ଏକ ଉପାୟ ରଖିଛନ୍ତି । ସକାଳୁ ଉଠି ହୋଇଓ୍ଵେ କଡ଼ରେ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଧରି ଚାଲିବାରେ ବି ଲାଭ ରହିଛି ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ଏହାଠାରୁ ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶରେ ବୁଲିବା ଦେଖା

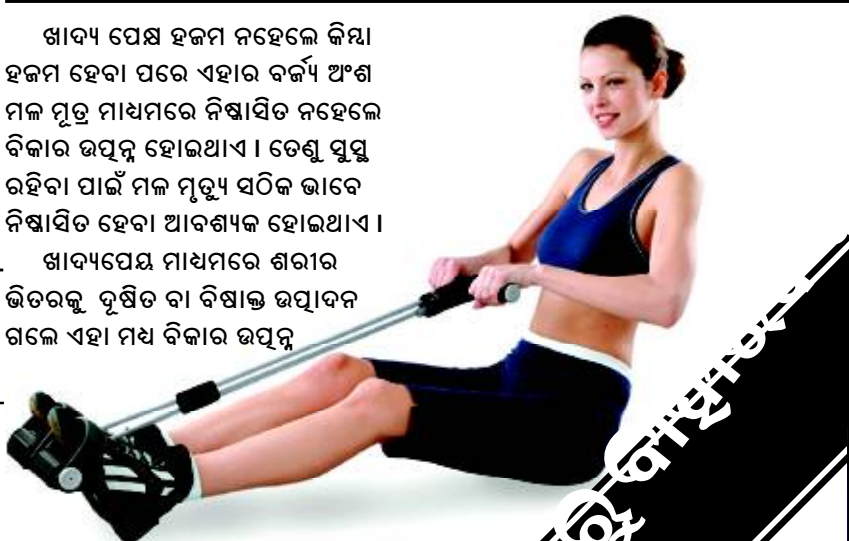
ବିଶ୍ଵର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ସୁନାମୁଦି

ଏଇଟି ବିଶ୍ଵର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ସୁନା ମୁଦି, ଯାହାର ମୂଲ୍ୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ୩୦ ଲକ୍ଷ ଡଲାର । ବିଶ୍ଵର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ମୁଦି ଭାବେ ଗିନିଜ୍ ବୁକ୍‌ରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଥିବା ଏହି ମୁଦିଟି ଦୁବାଇର ତେରା ଗୋଲ୍ଡ୍ ସୌକ ବଜାରରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ ପାଇଁ ରଖାଯାଇଛି । ମୁଦିର ମାଲିକ କହିଛନ୍ତି, ସୁନା ବର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବା ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ଗତ କେତେ ବର୍ଷ ଧରି ଏହି ମୁଦିର ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଗଲାଣି । ଏହି ମୁଦି ତିଆରି କରିବା ପାଇଁ ୫.୧ କେଜିର ବିଭିନ୍ନ ମୂଲ୍ୟବାନ ରତ୍ନ ପଥର ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଛି । ଖୁଲିତ ଗୋଲ୍ଡ୍ କାଉନ୍‌ସିଲ୍ ଏହି ମୁଦି ତିଆରିରେ ସହଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ୨୦୦୦ ବେକକୁ ଏହି ମୁଦିର ମୂଲ୍ୟ ଥିଲା ୫.୪୭ ଲକ୍ଷ ଡଲାର । କାଞ୍ଜି କ୍ଲେଲିଭର ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକଙ୍କ କହିବା କଥା, ଏହା ଦୁନିଆର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ସୁନାମୁଦି । ସାଉଦି ଆରବର ଅଲକାବ ନିର୍ମାତା ତୈବାକ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ମୁଦି ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇଛି ।

ଅଶୋଧିତ ତେଲରେ ଚିକିତ୍ସା



ଅଶୋଧିତ ତେଲ, ଆଉ ସେଥିରେ ପୁଣି ଚିକିତ୍ସା । ଶୁଣିବାକୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଲାଗୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ସତ । ଆକାଉରାଜଜାନର ରାଜଧାନୀ ବାବୁର ଉତ୍ତରପଶ୍ଚିମରେ ପ୍ରାୟ ୧୬୦ ମାଇଲ ଦୂରରେ ଥିବା ନାଫଟାଲନ ସହରସ୍ଥିତ ଏକ ଚିକିତ୍ସାକେନ୍ଦ୍ରରେ ରୋଗ ଉପଶମ ପାଇଁ ଅଶୋଧିତ ତେଲର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି । ଆକାଉରାଜଜାନ ହେଉଛି ବିଶ୍ଵର ଅନ୍ୟତମ ଅଗ୍ରଣୀ ତେଲ ଉତ୍ପାଦନାର ଦେଶ । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ ଦେଶର ପଶ୍ଚିମାଞ୍ଚଳ ସମତଳ ଅଞ୍ଚଳ ପ୍ରମୁଖ କୋଇଲା ଉତ୍ପାଦନ କ୍ଷେତ୍ର ଭାବେ ନାଁ କରିଛି । ତେବେ ସେ ଯେ ଯାହାହେଉନା କାହିଁକି ନାଫଟାଲନର ଏହି କିନିକରେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ଉପାୟ କରାଯାଇଥିବା ଅଶୋଧିତ ତେଲ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରାଯାଇଛି ।



ଖାଦ୍ୟ ଯେଉଁ ସମୟ ନହେଲେ କିମ୍ବା ହଜମ ହେବା ପରେ ଏହାର ବର୍ଦ୍ଧ୍ୟ ଅଂଶ ମଳ ମୁତ୍ର ମାଧ୍ୟମରେ ନିଷ୍କାସିତ ନହେଲେ ବିକାର ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ ମଳ ମୁତ୍ର ସଠିକ ଭାବେ ନିଷ୍କାସିତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଖାଦ୍ୟପେୟ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀର ଭିତରକୁ ଦୂଷିତ ବା ବିଷାକ୍ତ ଉତ୍ପାଦନ ଗଲେ ଏହା ମଧ୍ୟ ବିକାର ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ ।

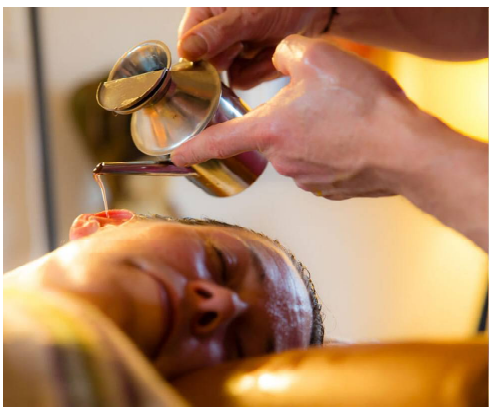
ଶୁଦ୍ଧ ବାୟୁ ସେବନ କରି ଶ୍ଵାସ-ପ୍ରଶ୍ଵାସ କ୍ରିୟାରୁ ଅଧିକ କାର୍ବନ-ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ୍ ବାହାରି କରିବା ଉଚିତ । ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ, ବ୍ୟାୟାମ ଓ ଖେଳ କ୍ଷମତା ନିୟମିତ କିଛି ସମୟ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ଯତ୍ନାରା କି

ପଦାର୍ଥ ଅଧିକ ଖାଆନ୍ତୁ, ଯତ୍ନରା ପେଟ ସର୍ବଦା ସଫା ରହିବ ଅର୍ଥାତ୍ ଝାଡ଼ା ସଫା ହେବ । କାରଣ ଝାଡ଼ା ସଫା ନହୋଇ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଲାଗି ରହିଲେ ଅନ୍ତରେ ମଳ ପଡ଼ି ରହି ଉତ୍ତରକୁ ଦୂଷିତ କରେ । ତେଣୁ ମଳ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରକୁ ବିକାର ନିଷ୍କାସିତ ହେଉଥିବାରୁ ମଳତ୍ୟାଗ ସହଜ ହେବା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଔଷଧ ମଧ୍ୟ ସେବନ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରକୃତିର ନିୟମ ହେଉଛି ଗୋଡ଼ ଗରମ, ପେଟ ଗରମ ଓ ମୁଣ୍ଡ ଥଣ୍ଡା ।



ଶରୀରର ଅନାବଶ୍ୟକ ଉତ୍ପାଦନ ନିଷ୍କାସିତ ହେବ । ଖାଦ୍ୟରେ ତତ୍ତ୍ଵଜାତୀୟ

ମନରେ କୌତୁହଳ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ତର୍ପଣୋତ୍ତର ଆଶ୍ଵିନୀକର୍ମ ବାତ ରୋଗ ପାଇଁ ରୁଷିଆ, ଆରବ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଭାରତୀୟ ରାଷ୍ଟ୍ରରୁ ଲୋକମାନେ ଏହି ଚିକିତ୍ସା କେନ୍ଦ୍ରକୁ ଆସୁଛନ୍ତି । ୧୦୦ ପ୍ରକାର ବିଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥା ପାଇଁ ଏହାର ଥେରାପିର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥିବା କ୍ଲିନିକର ଜଣେ ଡାକ୍ତର କହିଛନ୍ତି । ସବୁଠାରୁ ଲୋକପ୍ରିୟ ଚିକିତ୍ସା



କ୍ଷୀର ଯା* କରିବ ସ୍ଵାର୍ଚ୍ଚ କ୍ୟାମ୍ପ

ଦୈନିକ ଜୀବନରେ କ୍ଷୀର ବ୍ୟବହାର ବହୁତ ଦେଖି । ଏହାକୁ ରଖି ଅନେକ ଅସାଧୁ ବ୍ୟବସାୟୀ ଭଲ କ୍ଷୀର ବଦଳରେ ଗ୍ରାହକକୁ ଠକି ଲାଭ କମାଉଛନ୍ତି । ଏଣିକି କିନ୍ତୁ କ୍ଷୀରର ଗୁଣବତ୍ତାକୁ ନେଇ କୌଣସି ପ୍ରଶ୍ନ ଆପଣଙ୍କ ମନରେ ରହିବ ନାହିଁ । ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଗତି ପ୍ରିଫିଲ୍ ଟେକ୍ନୋଲୋଜି ଏହି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କର ଏକ ଦଳ ଏକ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଗତି ପ୍ରିଫିଲ୍ ସ୍ଵାର୍ଚ୍ଚ କ୍ୟାମ୍ପ ବିକଶିତ କରିଛନ୍ତି । କ୍ଷୀର ସତେଜତା ତଦାରଖ କରିବା ପାଇଁ ଡେୟାରଲେସ୍ ଭଲକ୍ଲୋନାକୁ ସେନ୍ସର ସହିତ ଗତି ପ୍ରିଫିଲ୍ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ କ୍ୟାମ୍ପ ବିକଶିତ କରିଛନ୍ତି । ଏହାଦ୍ଵାରା ସ୍ଵାର୍ଚ୍ଚ କ୍ୟାମ୍ପରେ ଆପଣ କ୍ଷୀରର ଗୁଣବତ୍ତା ଯାଞ୍ଚ କରିପାରିବେ । ଏହି ନୂଆ କୌଶଳ କରିଆରେ ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥର ସତେଜତା ଆପଣ ମୋବାଇଲ୍ ଫୋନ୍ ଦ୍ଵାରା ଜାଣିପାରିବେ । ଗବେଷଣାରେ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ କ୍ଷୀର ଥିବା ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବୋତଲରେ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଉପକରଣ ଲଗାଇଛନ୍ତି । ଏହାଦ୍ଵାରା କ୍ଷୀର ଖରାପ ହେବାର ସଙ୍କେତ ଉପରେ ନଜର ରଖାଯାଇପାରିବ ।

ପୃଥିବୀ ଲୋକଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ଭାରତ ତୃତୀୟ

ବିଶ୍ଵସ୍ତରୀୟ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି, ଆମେରିକା ଓ ଚୀନ୍ ପରେ ମୋଟା ଲୋକଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ଭାରତ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ଅଛି । ଭାରତର ୧୧% କିଶୋର ଓ ୨୦% ବୟସ୍କ ମୋଟାପଣରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ । ମହାନଗରୀରେ ବାସ କରୁଥିବା ଲୋକ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାର ପୃଥିବୀ ହେଉଛନ୍ତି ବୋଲି ତଥ୍ୟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଖାଦ୍ୟପେୟ ଓ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନଶୈଳୀ ହିଁ ସେମାନଙ୍କୁ ମୋଟା କରାଇଛି ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ମହାନଗରୀ ବିଦ୍ୟାଳୟର ପଢ଼ୁଥିବା କିଶୋରକିଶୋରୀଙ୍କ ଖାଦ୍ୟପେୟ ଶୈଳୀରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଆଯିବା ନିହାତି ଜରୁରୀ । ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଲୋକେ ଅବସର ନେବା ପରେ ଖାଦ୍ୟପେୟ ଉପରେ ଅଧିକ ଧ୍ୟାନ ଦେଉଥିବା ଯୋଗୁଁ ସେମାନଙ୍କ ଓଜନ ବୃତ୍ତିତରେ ବୃଦ୍ଧି । ଆରାଧନା ସବୁ ନିରର୍ଥକ ।

ବିଶ୍ଵାସେ ମିଳନ୍ତି ଭଗବାନ

ଏକଦା ଏକ ଆଶ୍ରମରେ ଜଣେ ପୂଜାରୀ ଦେବୀ ଦେବତାଙ୍କର ମୂର୍ତ୍ତି ରଖି ବହୁ ନିଷ୍ଠାର ସହ ପୂଜା କରୁଥାନ୍ତି । ପୂଜାରୀଙ୍କୁ ଏକାକୀ ସବୁ କରିବାକୁ ପଡ଼ୁଥିବାରୁ ସେ ବହୁତ ହଇରାଣ ହେଉଥାନ୍ତି । ତେଣୁ ସେ ଜଣେ ବାଳକଙ୍କୁ ଆଣି ଆଶ୍ରମରେ ରଖିଲେ । କିନ୍ତୁ ସେ ବାଳକଟି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବୋକା, ତିଳେ ମାତ୍ର ବୁଦ୍ଧି ତା' ମୁଣ୍ଡରେ ନ ଥାଏ । ତାକୁ ପୂଜାରୀ ଯାହା କରିବାକୁ କୁହନ୍ତି ସେ ତାହା ଅକ୍ଷରେ ଅକ୍ଷରେ ପାଳନ କରେ । କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିଜ ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରୟୋଗ କରେ ନାହିଁ । ଥରେ ପୂଜାରୀଙ୍କୁ ଆଶ୍ରମ ଛାଡ଼ି କୌଣସି ଏକ ସ୍ଥାନକୁ ଚାଲି ଯିବାକୁ ପଡ଼ିଲା । ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ପୂଜାରୀ ବାଳକଙ୍କୁ ଆଶ୍ରମର ସବୁ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ବୁଝାଇ ଦେଲେ ଏବଂ କହିଲେ, 'ପ୍ରଥମେ ଦେବଦେବୀଙ୍କୁ ଭୋଗ ଲଗାଇ ତା'ପରେ ଖାଇବୁ' । ପୂଜାରୀ ଗଲା ପରେ ବାଳକଟି ତାଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ



ସବୁକିଛି କଲା । ଯେତେବେଳେ ଭୋଗ ଲଗାଇବା ସମୟ ଆସିଲା, ବାଳକଟି ବୋକା ଏବଂ ସରଳ ବିଶ୍ଵାସୀ ହୋଇଥିବାରୁ ସେ ଭୋଗ ଲଗାଇ ଦେବଦେବୀଙ୍କୁ ଖାଇବାକୁ କହୁଥାଏ । କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ମୂର୍ତ୍ତି ସ୍ଵରୂପ ହୋଇ ସେହିପରି ନିର୍ଜୀବ ହୋଇ ରହିଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ନ ଖାଇବାକୁ ବାଳକଟି ମଧ୍ୟ ଖାଇଲା ନାହିଁ । ଏହିପରି ଦୁଇଦିନ ଗଲା । କିନ୍ତୁ ବାଳକକୁ କିଛି ଫଳ ମିଳିଲା ନାହିଁ, ଏପତେ ସେ ଭୋକରେ ଛଟପଟ ହେଉଥାଏ । ତେଣୁ ସେ ରାଗିଗଲା ଏବଂ ହାତରେ ଗୋଟେ ବାଡ଼ି ଧରି ଦେବଦେବୀଙ୍କୁ ବାଡ଼େଇବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କ ମୂର୍ତ୍ତି ଆଡ଼କୁ ଗଲା । ତା'ପରେ ଜଣକ ପରେ ଜଣେ ଦେବଦେବୀ ଭଜା ହୋଇ ବାଳକଙ୍କୁ ନ ବାଡ଼େଇବା ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କଲେ ଏବଂ ବାଳକଟି କହିବା ଅନୁସାରେ ସମସ୍ତେ ଖାଇଲେ । ସେମାନେ ଖାଇ ସାରିବା ପରେ ବାଳକ ପାଇଁ ମାତ୍ର ଅଳ୍ପ କିଛି ଭୋଗ ବଞ୍ଚିଲା । ତେଣୁ ସେ ଭାବିଲା ଦେବଦେବୀଙ୍କୁ ବୋଧହୁଏ ଭୋଗ କମ ହେଉଛି । ତେଣୁ ସେ ପରଦିନ ଆଉ ଅଧିକ ଭୋଗ ଲଗାଇଲା । କିନ୍ତୁ ସେଦିନ ତା' ପାଇଁ ଅଳ୍ପ ଭୋଗ ବଞ୍ଚିଲା । ଏହିପରି ସବୁଦିନ ଯତିଲା । ତେଣୁ

