





## ଭୁଲ୍ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତୁ...

ଭୁଲ୍ ସମସ୍ତଙ୍କର ହୁଏ । କେହି କେହି ନିଜର ଭୁଲ୍ ସ୍ୱୀକାର କରି ଆଗକୁ ବଢ଼ିଚାଲନ୍ତି ତ ଆଉ କେହି ନିଜର ଦୋଷକୁ ପର ଉପରେ ଲଦି ଦେଇଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସେ ବୁଝନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା କ୍ଷତି ନିଜର ହିଁ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ବାସ୍ତବରେ ସଫଳ ହେବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ, ନିଜର ଭୁଲକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ଶିଖନ୍ତୁ ।



ହୃଦୟରୁ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତୁ: ଭୁଲ୍ ଛୋଟ ହେଉ ଅବା ବଡ଼ ସ୍ୱୀକାର କରିବା କରନ୍ତୁ । ମାତ୍ର ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ଭୁଲ୍ ପାଇଁ କ୍ଷମା ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଅନ୍ୟ ଉପରେ ଦୋଷ ଲଦି ଦେଇଥାଉ । ଆମ ହୃଦୟ ଭୁଲକୁ ସ୍ୱୀକାର କରୁଥିବା ବେଳେ ଅହଙ୍କାର କ୍ଷମା ପ୍ରାର୍ଥନା କରିବାକୁ ଦିଏନା । କିନ୍ତୁ ଦୋଷ ଅନ୍ୟ ଉପରେ ଲଦିବା ଫଳରେ କେବେ ସମ୍ପର୍କ ତୁଟେ ତ ଆଉ କେବେ କ୍ୟାରିଅର ଉପରେ ଏହାର କୁପ୍ରଭାବ



ପଡ଼ିଥାଏ । ଅବଶ୍ୟକ କିଛି ସାହଯ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ହୃଦୟ ଭିତରୁ ନିଜର ଦୋଷକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିଥାନ୍ତି । ସମ୍ମାନ ହାନି ହୁଏନି: ଅହଙ୍କାର ଓ ଋର୍ବ କିଛି ଲୋକଙ୍କୁ ବିନମ୍ର ହେବାକୁ ଦିଏନି । ଆମେ ଭାବିଥାଉ ଭୁଲ୍ ସ୍ୱୀକାର କଲେ ଆମର ସମ୍ମାନ ହାନି ହୋଇଯିବ । ମାତ୍ର ବୁଝିପାରନ୍ତି ଯେ ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ମାନ ହାନି ହୁଏନି, ବରଂ ବଢ଼ିଯାଏ । ନିଜର ଦୋଷ ସ୍ୱୀକାର କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ସମାଜ ଭିତରୁ ନିଜର ଦୋଷକୁ ସ୍ୱୀକାର କରୁଥିବା ଲୋକଟି କାହାରି ବିଶ୍ୱାସୀ ହୋଇପାରେନା । ନିଜକୁ ଧୋକାଦିଅନ୍ତି: ନିଜର ଭୁଲକୁ ସ୍ୱୀକାର କରୁ ନଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କେବଳ ନିଜକୁ ହିଁ ଧୋକା ଦିଏ । ଆମେ ସମାଜ ଆଗରେ ହୁଏତ ନିଜର ଭୁଲକୁ ଘୋଡ଼ାଇ ଦେଇପାରିବା, ମାତ୍ର ବିବେକ ପାଖରେ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ନିଜକୁ ଧୋକା ଦେବାଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହି ଭୁଲକୁ ସ୍ୱୀକାର କରି ନେବା ମଣିଷପଣିଆ ହେବ ।

## କେଁ ପେଟର



ବି ଜିଭରେ ପେଟିଂ କରୁଥିଲେ । ସବୁଠୁ ବଡ଼କଥା ହେଲା ସେ ପ୍ରଥମେ ତାଙ୍କ ଜିଭକୁ ଲଙ୍କରେ ବୁଢ଼ାଇ ଦିଏ କରି ଦିଅନ୍ତି ଏବଂ ପରେ ପେଟିଂ କରନ୍ତି । ସେ ତାଙ୍କ ପେଟିଂ ପାଇଁ ଅତି ବେଶାରେ ନେଇଥାନ୍ତି ୩୦ ମିନିଟ୍ । ଏକ ସାକ୍ଷାତକାର ଅବସରରେ ସ୍ୱବକ ଜଣକ କୁହନ୍ତି ଚୀନରେ ଜିଭରେ ପେଟିଂ କରିବାର କଳା ଶେଷ ହୋଇଯାଇଥିବା ବେଳେ ସେ କେବଳ ଏହାକୁ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିଛନ୍ତି । ୨୭ବର୍ଷର ହେନ ଜିଓମିଜ

ଚୀନର ସିହ ସ୍ୱବକ ଜଣେ ପେଟର ଏବଂ ତାଙ୍କ ପେଟିଂର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା ହେଲା ସେ ଜିଭରେ ହିଁ ପେଟିଂ କରନ୍ତି । ତେବେ ସେ ଏଭଳି ଜିଭରେ ପେଟିଂ କରିବାର କଳା ହାସଲ କରିଛନ୍ତି ତାଙ୍କ ପରିବାରଠାରୁ । ତାଙ୍କ କେକେବାପା



ତାଙ୍କ ପାତୁର ଏଭଳି ୪ର୍ଥ କଳାକାର, ଯିଏ ଜିଭରେ ପେଟିଂ କରିବାର କଳାକୁ ଆପଣେଇଛନ୍ତି । କିଛି ଲୋକ ଏପରି କରିବାକୁ ସିଧା ମନା କରନ୍ତି । କାରଣ ଲଙ୍କ ଶରୀର ପାଇଁ ହାନିକାରକ । ତଥାପି ସେ ତାଙ୍କର ଏହି କଳାକୁ ଛାଡ଼ି ପାରି ନାହାନ୍ତି । କିଛିବର୍ଷ ତଳେ ତାଙ୍କୁ ଜିଭରେ ପେଟିଂ ପାଇଁ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କାର ଅଫର ହୋଇଥିଲା । କିନ୍ତୁ ସେ ମନାକରି ଦେଇଥିଲେ । ସେ କହିଥିଲେ, ସେ ଜିଭରେ ପେଟିଂ ଶିଖାଇପାରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ସେ ତିଆରି କରିଥିବା ପେଟିଂ କାହାକୁ ବିକିପାରିବେ ନାହିଁ । ତାଙ୍କର ଏହି କଳା ପାରମ୍ପରାଟିକ, ଯାହା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଧରି ଚାଲିବ । ଅବଶ୍ୟକ ତାଙ୍କର ଏହି କାମକୁ କିଛି ଲୋକ ନାପସନ୍ଦ କରିଛନ୍ତି ।

## କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଯୋଗଦେବା ପୂର୍ବରୁ...



ନିୟୁତ୍ତର ପ୍ରଥମ ଦିନ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଯୋଗ ଦେବା ପୂର୍ବରୁ କିଛି ରିଶେଷ ଦିଗ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା । ତେବେ ଜାଣନ୍ତୁ ସେଗୁଡ଼ିକ କ'ଣ ?

ଛୁଟି ବିଷୟରେ କଥା ହୁଅନ୍ତୁ: ନୂଆ ଅଫିସରେ ଚାକିରି କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଏଠାରେ ଆପଣଙ୍କୁ କି କି ସୁବିଧା ମିଳିପାରିବ, ସେ ବିଷୟରେ ବସ୍ତୁତଃ ସହ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବେ କଥା ହୁଅନ୍ତୁ । ଦରମାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝନ୍ତୁ । ଯଦି ଆରମ୍ଭରୁ ନ ବୁଝିବେ ଆଗରୁ ସମସ୍ୟାରେ ପଡ଼ିପାରନ୍ତି । ନିଜ ବିଷୟରେ କୁହନ୍ତୁ: ଯଦି ପୁରୁଣା ଚାକିରି ଛାଡ଼ି ନୂଆ ଚାକିରି ଚୟନ କରୁଥାନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କ

କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଉପରେ ବସ୍ତୁତଃ ଭରସା ବଢ଼ିବ । ତା ସହିତ ଆପଣ କରୁଥିବା କାମ ପାଇଁ ନୂଆ କର୍ମଚାରୀଟିଏ କମ୍ପାନି ଯୋଗାଡ଼ କରିପାରିବ । କ୍ରିୟର ହୁଅନ୍ତୁ: ନୂଆ ଅଫିସରେ ଯୋଗ ଦେବା ପୂର୍ବରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତୁ ଯେ ଅଫିସରେ କେଉଁ ଗ୍ରାଂହରେ ଆପଣଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି ଦିଆଯାଇଛି । ନଚେତ୍ ଆପଣ ଅଫିସର ଗୋଟିଏ କ୍ରାଂଚ୍ଚ ପାଇଁ ଆବେଦନ କରିଥିବେ କିନ୍ତୁ ନିଯୁକ୍ତି ହୋଇଥିବ ଅନ୍ୟସ୍ଥାନରେ । ଏହାକୁ ନେଇ ଆପଣ ଅସୁବିଧାରେ ପଡ଼ିପାରନ୍ତି । ତାଲିମ ଓ ଶିକ୍ଷାଦାନ: ଅଫିସର ଲେଟର ପାଠ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ ତାଲିମ ଓ ଶିକ୍ଷା ବିଷୟରେ କଥା ହୁଅନ୍ତୁ । ଏଥିପାଇଁ କମ୍ପାନି ଖର୍ଚ୍ଚ ବହନ କରିବ ନା ଆପଣ ପଚାରି ନିଅନ୍ତୁ । ଆଗୁଆ ଜଣାନ୍ତୁ: କର୍ମକ୍ଷେତ୍ର ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ଚିନ୍ତା କରୁଥିଲେ, ବସ୍ତୁତଃ ଆଗୁଆ ଜଣାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏପରି

## ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ପ୍ରତି '୪-ଏ'ରେ...

ଅଳ୍ପ ବୟସ୍କ ଚିନ୍ତା ସମସ୍ତଙ୍କର ଥାଏ । ମାତ୍ର କେବେ କେବେ ଅସମ୍ଭବ ଜୀବନଶୈଳୀ ଆମକୁ ଅଧିକ ଚିନ୍ତାଗ୍ରସ୍ତ କରି ମନକୁ ଭାରାକ୍ରାନ୍ତ କରିଦିଏ । ଆରମ୍ଭରୁ ଏହା ନିଦାନ ନଖୋଜିଲେ ଚିନ୍ତା ଆମ ଭିତରେ ଘର କରି ବସିବ । ତେଣୁ ଆରମ୍ଭରୁ ଏହାର ଦମନ ଜରୁରି ।



ଆପଣ ଚାହଁଲେ ଏହାକୁ ଦୂରେଇ ପାରିବେ '୪-ଏ' ମାଧ୍ୟମରେ । '୪-ଏ' ହେଲା ଆଭିଷେଦ (ଦୂରେଇବା), ଅଲଟର୍ (ପରିବର୍ତ୍ତନ), ଆଡ଼ଜଷ୍ଟ (ଗ୍ରହଣ) ଏବଂ ଆକ୍ସେସ୍ (ସ୍ୱୀକାର) ପୂର୍ବ ସମ୍ପାଦନରେ ଆମେ ଆଭିଷେଦ ବା ଦୂରେଇବା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲୁ । ଏଥିରେ ଜାଣିବା ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ପ୍ରତି କରିବାରେ ଆଲଟର୍ ବା ପରିବର୍ତ୍ତନର ଭୂମିକା କ'ଣ ? - ଯଦି ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ପ୍ରତି ଜୀବନ ଚାହାନ୍ତି, ତେବେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରନ୍ତୁ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ କରୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଯୋଗାଯୋଗ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଂଗଠନରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । - ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅନୁଭବ ଓ ଭାବନାକୁ ଅନ୍ୟ ଆଗରେ ଖୋଲା ମନରେ ଓ ସମ୍ମାନଜନକ

ଭିତରେ ଚାପି ରଖିଲେ ଅସନ୍ତୋଷ ବଢ଼ିଥାଏ । - ଯେକୌଣସି କାମ ହେଉ ନା କାହିଁକି ଅନ୍ୟକଣ୍ଠକୁ ବ୍ୟବହାର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତେବେ ନିଜକୁ ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିଲେ ହିଁ ଚିନ୍ତାଠାରୁ ଦୂରେଇ ଖୁସିକୁ ଅନୁଭବ କରିବା ସହଜ ହେବ । - ଜୀବନଶୈଳୀକୁ ସନ୍ତୁଳିତ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଆସୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ କାମ ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା କରିବା ଦ୍ୱାରା ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ବଢ଼ି ନଥାଏ । ଅର୍ଚ୍ଚିତ୍ ଘରର ଦାୟିତ୍ୱ, ସାମାଜିକ ଦାୟିତ୍ୱବୋଧ ଓ ଅବସର ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ତୁଳନ ରଖିଲେ ଚିନ୍ତା ଆପେ ଆପେ ନିଶ୍ଚିତ ହୋଇଯିବ ।



ଭାବେ ଉପସ୍ଥାପନ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ମନ ଭିତରେ ଚାପି ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଭାବନାକୁ ମନ

ଯଦି ଆବଶ୍ୟକ ପଡ଼େ, ତେବେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁହନ୍ତୁ । ଯଦି ଆପଣ ପର୍ଯ୍ୟଟକମାନଙ୍କୁ ଆକୃଷ୍ଟ କରିବା ବିଭିନ୍ନ ଦେଶ ନୂଆ ନୂଆ ଚରିକା ଆପଣାଇଥାନ୍ତି । ଏବେ ଚୀନ ତାର ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଯୋଗୁଁ ସମସ୍ତଙ୍କ ଆକର୍ଷଣର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ ପାଲଟିଛି । ନିକଟରେ ଚୀନ ଏକ ବିଶାଳକାରୀ ସବୁଜ ବାରକୋର୍ଡ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଚର୍ଚ୍ଚାର ପରିସରକୁ ଆସିଛି । ଏହି ବିଶାଳ ବାରକୋର୍ଡ୍‌କୁ ଆପଣ ଆକାଶ ମାର୍ଗରୁ ଭ୍ରମଣ କରି କ୍ୟାପ୍‌ଲେସ୍ ପେପେଟିଂ କରିପାରିବେ । ପ୍ରାୟ ୧୩୦,୦୦୦ ଗୁଳ୍ମଗଢ଼ ବ୍ୟବହାର କରି ଚୀନ ଏହି କ୍ୟୁଆର ବାରକୋର୍ଡ୍ ତିଆରି କରିଛି ଯାହାକି ବିଲିନସ୍‌ସ୍‌ସ୍, ହାଓଓର ପ୍ରୋକେକ୍ସ୍ କରିଆରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇଛି । ଏହି ବାରକୋର୍ଡ୍ ଗାଲିଗାଲି ୨୨୭ ମିଟର ଲମ୍ବ ଓ ଏହାର ଉଚ୍ଚତା ୨.୫ ମିଟର ରଖାଯାଇଛି । ଏବେ ପର୍ଯ୍ୟଟକମାନେ ଏହି ସବୁଜ ବାରକୋର୍ଡ୍‌କୁ ଆକାଶ ମାର୍ଗରୁ ବେଶ୍ ଉପଭୋଗ କରିପାରିବେ ।

## ଚାଷୀଙ୍କ ପାଇଁ ଶସ୍ତା ଜୈବସାର



ଜୈବ କୃଷିକୁ ସଫଳ କରିବା ପାଇଁ ଲୋଡ଼ାଯାଉଥିବା ସାମଗ୍ରୀ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଜୈବ-ସାର ଅନ୍ୟତମ । ଏହା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ସହଜ । ରାସାୟନିକ ସାର ତୁଳନାରେ ଏହା ଶସ୍ତା । ଆଜ୍ଞ ପ୍ରଦେଶର ଜନକାଠି ବହୁଳ ପାହାଡ଼ିଆ ଅଞ୍ଚଳରେ ଚାଷୀମାନଙ୍କୁ ଜୈବ-ସାର ଯୋଗାଇଛନ୍ତି, କେତେ ଜଣ ଅପାଠୁଆ ସ୍ଥାନୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି । ଜଣେ ହେଲେ ପାଙ୍କୀ ଚିକ୍ୱାୟା । ସରକାରୀ ସଂସ୍ଥା ମାଧ୍ୟମରେ

ତାଲିମ ନେଇ ସେ ଗୋ-ମୃତ ଗୋବର ଆଦି ତେରଟି ଜିନିଷକୁ ସାରରେ ପରିଣତ କରୁଛନ୍ତି । ବାର ହଜାର ଟଙ୍କାର ବ୍ୟାଙ୍କ ରଖି ନେଇ ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିବା ଛୋଟିଆ ଘରୋଇ ଉଦ୍ୟୋଗ ସୁଫଳ ସ୍ଥାନୀୟ ଚାଷୀମାନେ ପାଉଛନ୍ତି । ଜୈବ-ସାରର ନାମ ଜୀବମୃତମ । ତରଳ ଜୀବମୃତମର ଲିଟର ପିଛା ମୂଲ୍ୟ ମାତ୍ର ପାଂଚ ଟଙ୍କା ଏବଂ କଠିନରା ବସ୍ତା ପିଛା ମୂଲ୍ୟ

ଦୁଇଶହ ଟଙ୍କା । ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା ତିଏପି ସାରର ବସ୍ତା ମୂଲ୍ୟ ୧୨୫୦ଟଙ୍କା । ତେଣୁ, ଜୀବମୃତମ ଦ୍ୱାରା ଚାଷୀମାନେ କେଉଁ ଭଳି ଉପକୃତ ହେଉଥିବେ, ଅନୁମାନ କରାଯାଇପାରେ । ପାଙ୍କୀ ବର୍ଷେ ତଳେ ସାର ତିଆରି ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଏବେ ତାଙ୍କ ସାର ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଅଠତିରିଶ ଏକର ଖେତ ବର୍ଷେ ତମାମ ହୁଏ । ଭଲଖିଆଯୋଗ୍ୟ ଯେ କିଭେ ବକେଟ ନାଚୁରାଳ ଫାମିଂ ସିରକାରୀ ଯୋଜନାରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଚାଷୀଙ୍କୁ ଜୀବମୃତମ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ତାଲିମ ଓ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ସହ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଛି । ଫଳରେ ଅନୁଭବି, ଆରାକୁ, ହୁୟରିଗୁଡ଼ା, ହୁକୁମପେଟା ଆଦି ଅଂଚଳରେ ପାଂଚହଜାରରୁ ଅଧିକ ଚାଷୀ ବର୍ଷେ ତମାମ ସୁଲଭ ଜୈବସାର ପାଇପାରୁଛନ୍ତି ।

## ବିରାଜମାୟ କ୍ୟୁଆର କୋର୍ଡ୍









