

ଧାର୍ମିକ: ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଭାଗବତ କଥାମୂଳ

୧୦ମ ସ୍କନ୍ଧ, ଗୋପଲାଳୀ



ଡ. ଶ୍ରୀହରି ପଣ୍ଡା

ଦେଖୁଛି ଆପଣ ବହୁତ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇ ଯାଇଛନ୍ତି, ବୋଧେ ବହୁ ଦୂରରୁ ଆସୁଛନ୍ତି ନା କଣ? ଚିକିତ୍ସା ବିଶ୍ଵାସ ନିଅନ୍ତୁ । ଏହି ଦେହ ସକଳ ସୁଖର ମୂଳ, ଏହା ଦ୍ଵାରା ସକଳ କାମନା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଥିବାରୁ ଦେହକୁ କଷ୍ଟ ଦେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଆପଣେ ସକଳ ଦୁଃଖର ସମସ୍ତ, ବର୍ତ୍ତମାନ କଣ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି? ଯଦି ମୁଁ ଶୁଣିବା ଯୋଗ୍ୟ କୁହୁଛି ତାହାରେ ମୁଁ ଆପଣଙ୍କ ସହାୟକ ଭାବେ କିଛି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଦେଇପାରେ । ଭଗବାନଙ୍କର ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନରେ ପ୍ରଥମେ ଅସ୍ଵର ଚିକିତ୍ସା ଠିଆ ହୋଇ କ୍ଳାନ୍ତ ଦୂର କରିବା ସହ ତପସ୍ୟା, ବରପ୍ରାପ୍ତି ଏବଂ ଶିବଙ୍କୁ ଗୋଡ଼ାଉଥିବା ପ୍ରସଙ୍ଗ ସବୁ କହିଗଲା । ତା' କଥା ଶୁଣି ଭଗବାନ କହିଲେ ଃ ଏଇ କଥା, ମାତ୍ର ଭାଇ ଶିବଙ୍କ କଥାକୁ ମୁଁ ଆଦୌ ବିଶ୍ଵାସ କରେ ନାହିଁ । ସେ ପରା ଦକ୍ଷ ଅଭିଶାପି ପିଣ୍ଡାଟ ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି ଏବଂ ପିଣ୍ଡାଟ ଓ ପ୍ରେତମାନଙ୍କର ସମ୍ରାଟ ବୋଲାଉଛନ୍ତି । ହେ ଦାନବରାଜ ! ଆପଣ ଏତେ ବଡ଼ ଲୋକ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ଏହି ଛୋଟ କଥାକୁ ବିଶ୍ଵାସ କରୁଛନ୍ତି କିପରି? ଆପଣ ଯଦି ତାଙ୍କୁ ବିଶ୍ଵାସ କରୁଛନ୍ତି ତେବେ ତୁରନ୍ତ ନିଜ ମୁଣ୍ଡରେ ହାତ ରଖି ପରୀକ୍ଷା କରୁନାହାନ୍ତି । ଭଗବାନଙ୍କ କଥାରେ ଅସ୍ଵର ବିଦେବ ଦୁଃଖି ହଜିଗଲା ଏବଂ



ସେ ମୁଣ୍ଡ ବରଦାନ କଥା ଭୁଲିଯାଇ ନିଜ ମୁଣ୍ଡରେ ହାତ ରଖିଦେଲା ଓ ଭୟ ହୋଇଗଲା । ଦେବତାମାନେ ପୁଷ୍ପବୃକ୍ଷ ସହ ପ୍ରଣାମ କଲେ । ପାପୀ ଦୁକାସୁରର ମୃତ୍ୟୁରେ ସମସ୍ତେ ଆନନ୍ଦିତ ହେବା ସହ ଭଗବାନ ଶିବ ସଙ୍କଟରୁ ଉଦ୍ଧାର ପାଇଲେ । ସେ ଭୟରୁ ମୁକ୍ତ ହେବାପରେ ଭଗବାନ ପୁରୁଷୋତ୍ତମ କହିଲେ ହେ ଦେବ ! ବଡ଼ ଆନନ୍ଦର କଥା ଯେ ସେ ଦୁଃଖୀ ତାର ପାପ ହିଁ ନଷ୍ଟ କରିଦେଲା । ହେ ପରମେଶ୍ଵର ଜଗତରେ ଏପରି କେହି ପ୍ରାଣୀ ଅଛି କି ଯେ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରତି ଅପରାଧ କରି କୁଣ୍ଡଳରେ ରହିପାରିବ? ଭଗବାନ ଅନନ୍ତ ଶକ୍ତିର ଆଧାର, ତାଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶକ୍ତି ଅତିଚନ୍ଦ୍ରାୟ ଓ ଅତିବିଚନ୍ଦ୍ରାୟ । ସେ ହେଉଛନ୍ତି ପ୍ରକୃତିର ଅତୀତ ପରମାତ୍ମା । ସେ ଶିବଙ୍କୁ ଯେଉଁ ସଙ୍କଟରୁ ଉଦ୍ଧାର କଲେ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗ ଯେ ବର୍ଷନା, ଶ୍ରବଣ କି ଶୁଣାନ୍ତି ସେ ସଂସାର ବନ୍ଧନ ଓ ଶତ୍ରୁ ଭୟରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ।

୯୧ ଅଧ୍ୟାୟ, ଭୃଗୁଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ତ୍ରିଦେବଙ୍କୁ ପରୀକ୍ଷା ତଥା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଦ୍ଵାରା ବ୍ରାହ୍ମଣର ମୃତ ପୁତ୍ରମାନଙ୍କୁ ପୁନରାନ୍ୟନ

ଶ୍ରୀ ଶୁକଦେବ କହିଲେ ଏକଦା ମୁନିରଷିମାନେ ପବିତ୍ର ସରସ୍ଵତୀ ନଦୀ ତଟରେ ଏକ ପବିତ୍ର ଯଜ୍ଞ କରିବାକୁ ଏକତ୍ରିତ ହେଲେ । ହରି, ହର ଓ ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କିଏ ଏବଂ କିପରି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ତାହା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରି ଯଜ୍ଞ ନିମିତ୍ତ ବରଣ କରିବାର ଦାୟିତ୍ଵ ବ୍ରହ୍ମାପୁତ୍ର ଭୃଗୁମୁନିଙ୍କ ଉପରେ ନ୍ୟସ୍ତ କରାଗଲା । ଭୃଗୁମୁନି ପ୍ରଥମେ ନିଜର ପିତା ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚି ତାଙ୍କର ଯୌର୍ଯ୍ୟ, ସହିଷ୍ଣୁତା ଆଦି ପରୀକ୍ଷା କରିବା ନିମିତ୍ତ ସେ ତାଙ୍କୁ ନମସ୍କାର କି ସ୍ମୃତି କଲେନାହିଁ । ପୁତ୍ର ହୋଇ ପିତାଙ୍କୁ ଯଥା ବିଧି ସମ୍ମାନ ନଜଣାଇବାରୁ ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କ ମନରେ ଅହେତୁକ ପ୍ରକୃତି ଅଗ୍ନିତୁଲ୍ୟ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ ପାଇଲା । ମାତ୍ର ତାହାକୁ ସେ ତାପି ରଖି ଭୃଗୁଙ୍କ ସହ କଥାବାର୍ତ୍ତା ମଧ୍ୟ କଲେନାହିଁ । ଏହାପରେ ଭୃଗୁମୁନି ବ୍ରହ୍ମାଙ୍କର ଯଥାବିଧି ସ୍ମୃତିପାଠ କରି ତାଙ୍କୁ ସମ୍ମୁଖ କରି ସେତାକୁ କୈଳାସ ଯାତ୍ରାକରି ଦେବାଧିଦେବ ମହାଦେବଙ୍କୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କଲେ । ମହାଦେବ ପ୍ରଥମେ ଭୃଗୁଙ୍କୁ ଭ୍ରାତା ତୁଲ୍ୟ ଆଦାର କରି ତାଙ୍କୁ ଆଲିଙ୍ଗନ କରିବାକୁ ଉଦ୍ୟତ ହେବାରୁ ଭୃଗୁମୁନି ତାଙ୍କୁ ଉତ୍ୟକ୍ତ କରିବା ନିମିତ୍ତ ଆଲିଙ୍ଗନକୁ ସ୍ଵୀକାର ନକରି ପଛକୁ ହଟିଯାଇ କହିଲେ, ହେ ଶଙ୍କର ତୁମେ ଦେବାଧିଦେବ ହୋଇ ମଧ୍ୟ ବେଦର ମର୍ଯ୍ୟଦା ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରୁଥିବା ହେତୁ ମୁଁ ତୁମ ସଙ୍ଗେ ମିଳିତ ହେବିନାହିଁ । ମହାଦେବ ଏହା ଶୁଣି କ୍ରୋଧରେ ତ୍ରିଶୂଳ ଉଠାଇ ଭୃଗୁଙ୍କୁ ମାରିବାକୁ ଉଦ୍ୟତ ହୁଅନ୍ତେ ମାତ୍ରା ସତୀଦେବୀ ସେଠାରେ ଉପସ୍ଥିତ ପୂର୍ବକ ଶିବଙ୍କୁ କ୍ରୋଧ ସମ୍ଭରଣ କରିବା ନିମିତ୍ତ ବିନୟ ସହକାରେ ନିବେଦନ କଲେ । ସତୀଦେବୀଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନାରେ ଶିବଙ୍କ କ୍ରୋଧ ଶାନ୍ତ ହେଲା । ପରେ ଭୃଗୁମୁନି ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ସାକ୍ଷାତ କରିବାକୁ ବୈକୁଣ୍ଠକୁ ଯାତ୍ରାକଲେ । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କର କୋଳରେ ମସ୍ତକ ରଖି ଗଭୀର ନିଦ୍ରାରେ ଶଯ୍ୟ କରୁଥିଲେ । ଭୃଗୁମୁନି ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଅପେକ୍ଷା କଲେ ମଧ୍ୟ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କର ନିଦ୍ରା ଭଙ୍ଗ ନହେବାରୁ କୃତ୍ରିମ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ କରି ବିଷ୍ଣୁଙ୍କ ବକ୍ଷସ୍ଥଳରେ ପଦାଘାତ କଲେ । ବିଷ୍ଣୁ ନିଦ୍ରାରୁ ଉଠି ହୋଇ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ନମସ୍କାର କରି କହିଲେ, ହେ ପୂଜ୍ୟ ମୁନିବର, ନିଦ୍ରିତ ଥିବାରୁ ତୁମର ଆଗମନ ନଜାଣିପାରି ମୁଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଃଖିତ, ପୁନଶ୍ଚ ମୋର କଠିନ ବକ୍ଷସ୍ଥଳରେ ତୁମର କୋମଳ ପଦାଘାତ ଦ୍ଵାରା ପାଦକୁ ନିର୍ଦ୍ଦିତ ବାଧୁଥିବ, ସେଥିଲାଗି ମୁଁ କ୍ଷମା ପ୍ରାର୍ଥନା କରୁଛି । ଏହା କହି ପ୍ରଭୁ କର ଯୋଡ଼ି ଭୃଗୁମୁନିଙ୍କର ପାଦକୁ ନିଜର କରପଲ୍ଲବ ଦ୍ଵାରା ଆର୍ଦ୍ର କରିଦେଲେ ହେ ମୁନିବର, ତୁମର ଚରଣ ଯୌତକକ ଅତୀର୍ଥକୁ ମଧ୍ୟ ଚାର୍ଥରେ ପରିଣତ କରିଥାଏ । ଏହା ମୋତେ ଏବଂ ମୋର ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ପବିତ୍ର କଲା । ଆଜିଠାରୁ ମୋର ବକ୍ଷସ୍ଥଳରେ ତୁମର ପବିତ୍ର ପଦଚିହ୍ନ ସହିତ ଲକ୍ଷ୍ମୀଦେବୀ ଏକତ୍ର ଅବସ୍ଥାନ କରିବେ । ଭୃଗୁମୁନି ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଏପରି ବିନୟ ଭାବ ସହିତ ଅପାର କରୁଣା ବର୍ଣ୍ଣନା କରି ଭକ୍ତି ଭାବରେ ବିଗଳିତ ହୋଇ ତାଙ୍କ ଚକ୍ଷୁରୁ ଅଶ୍ରୁ ଗଡ଼େଇବାକୁ ଲାଗିଲେ । ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭକ୍ତି ଗଦଗଦ ହୃଦୟରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କର ଚରଣ ବନ୍ଦନା କରି କହିଲେ, ହେ ଅଭୟାତ୍ମୀ ନାଥ, ଏ ଦାସର ଅନିତ କଥା କି ତୁମକୁ ଅଜଣା, ମୁଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲଜିତ । ହେ ପରମ ଦୟାଳୁ, କ୍ଷମାସାଗର ଏ ଦାସକୁ କ୍ଷମା କରିବ । ଏହାପରେ ଭୃଗୁ ମୁନିମାନଙ୍କ ନିକଟକୁ ଫେରି ତ୍ରିଦେବଙ୍କ ସହିତ ନିଜର ସାକ୍ଷାତ ଅନୁଭୂତି ବିଷୟ ବିଷୟ ଭାବେ ବର୍ଣ୍ଣନା କଲେ । ମୁନି ରଷିମାନେ ସ୍ତବ୍ଧ ହୋଇ ଭକ୍ତି ଗଦଗଦ ଚିତ୍ତରେ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଅନନ୍ତ ମହିମା, ଉଦାରତା ଓ ସହିଷ୍ଣୁତାର ବିଷୟ ଶ୍ରବଣ କରି ଚକ୍ଷୁରୁ ଅଶ୍ରୁ ମୁଞ୍ଚନ କଲେ ଓ ସମସ୍ତ ବିଧି ବିଧାନ ସହିତ ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କୁ ଯଜ୍ଞ ନିମିତ୍ତ ବରଣ କରି ବାଞ୍ଛିତ ଫଳ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ ।

ଶ୍ରୀ ଶୁକଦେବ ପୁଣି କହିଲେ, ହେ ରାଜା, ଅନ୍ୟ ଏକ ଦିନ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ଅର୍ଜୁନ ଏକତ୍ର ଥିବା ସମୟରେ ଦ୍ଵାରକାବାସୀ ଜଣେ ବ୍ରାହ୍ମଣ ବ୍ୟାକୁଳ ଭାବେ ରୋଦନ କରି କରି ଅଭିଯୋଗ କଲେ ଯେ, ତାଙ୍କର ସମସ୍ତ ସମାନ ମାତୃଭାଇ ଭ୍ରୂମିଷ୍ଠ ହେବା ମାତ୍ରେ ପ୍ରାଣତ୍ୟାଗ କରୁଛନ୍ତି । ସେ ଜାଣିବାରେ ନିଜେ କିଛି ପାପ କରିନାହାନ୍ତି । ଲୋକକଥାରେ କୁହାଯାଏ ଯେ ରାଜାର ପାପ ପ୍ରକାଳ ଲାଗେ ଅନୁଯାୟୀ ଏହି ସମସ୍ୟାର ଆଶୁ ପ୍ରତିକାରର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଉ । ଅର୍ଜୁନ କହିଲେ ହେ ବିପ୍ର, ସ୍ଵୟଂ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଅମୋଘ ସୁଦର୍ଶନ ଚକ୍ର ଏହି ଦ୍ଵାରକାର ରକ୍ଷାକାରୀ । ଏହି ଭୁବନରେ ଯମଦେବ ପଶିପାରେ ନାହିଁ ତେଣୁ ତୁମ ନବପୁତ୍ର ନିଧନ ନିଶ୍ଚୟ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟର ବିଷୟ । ତଥାପି ମୁଁ ମୋର କ୍ଷତ୍ରିୟ ଧର୍ମ ପାଳନ କରି ଭଗବାନ ଶଙ୍କରଙ୍କ ପ୍ରଦତ୍ତ ଅକ୍ଷୟ ତୁଣୀ ଓ ଗାଣ୍ଡିବ ଧନୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ତୁମ ବ୍ରାହ୍ମଣ ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ଦେବ, ଦାନବାଦିର ଅଗମ୍ୟ ଶରପ୍ରାଚୀର ସୃଷ୍ଟି କରି ତୁମ ପୁତ୍ରକୁ ଅବଶ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବି, ଏହା ମୋର ଶପଥ । ଏହି ଶପଥ ଭଙ୍ଗ ହେଲେ ମୁଁ ଅଗ୍ନିରେ ପ୍ରାଣ ବିସର୍ଜନ କରିବି । ଅର୍ଜୁନ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ସହ ଆସି ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ବ୍ରାହ୍ମଣ ପିଞ୍ଜରାବକ୍ଷ ପକ୍ଷୀପରି ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗରେ ପୂର୍ତ୍ତା ଅଭେଦ୍ୟ ଶରପ୍ରାଚୀର ସୃଷ୍ଟିକରି ନିଜେ ଧନୁଶର ହସ୍ତରେ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କ ଦ୍ଵାରଦେଶରେ ଜରି ରହିଲେ । ମାତ୍ର ଏଥର ମଧ୍ୟ ବ୍ରାହ୍ମଣୀର ପ୍ରଶ୍ନ ମାତ୍ରେ ପୁତ୍ର ଅଭିଷିକ୍ତ ହୋଇଗଲା ଓ ବ୍ରାହ୍ମଣେ କ୍ରନ୍ଦନର ରୋଳ ଉଠିଲା । ବ୍ରାହ୍ମଣ ବ୍ୟାକୁଳ ଭାବେ କ୍ରନ୍ଦନ କରି ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଭର୍ଷଣା କରି କହିଲେ, ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ମହାବୀର ପୁତ୍ରମାନେ ମଧ୍ୟ ଅତୀତରେ ମୋ ପୁତ୍ରକୁ ରକ୍ଷା କରିପାରି ନାହାନ୍ତି, ତୁମେ ମଧ୍ୟ କଦାପି ପାରିବ ନାହିଁ, ମୁଁ ନିର୍ଦୋଧ ତୁମ କଥାରେ ଆଶ୍ରା ସ୍ଥାପନ କରି ଏବେ ନିରାଶ ହେଲି, ଆଉ ପୁତ୍ର ଉପୁଜାଇବାକୁ ମୋର ବୟସ ନାହିଁ, ନିଃସନ୍ତାନ ହୋଇ ମୋତେ ପୁତ୍ର-ନରକ ଭୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ଧିକ ତୁମର ଦାନତ୍ଵ, ଧିକ ତୁମର ପାଣ୍ଡିତ୍ୟ ଓ ଅର୍ଜୁନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଃଖରେ ମର୍ତ୍ତ୍ୟହତ ହୋଇ ଯମଦେବଙ୍କ ସଞ୍ଜିବନୀ ପୁର, ଇନ୍ଦ୍ର, ଅଗ୍ନି, ନୈରୂତ, ସୋମ, ବାୟୁ, ବରୁଣ ଆଦି ସର୍ବଦେବ ପୁରରେ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରି ବ୍ରାହ୍ମଣ ଅହତୁତ ପୁତ୍ରମାନଙ୍କୁ ନପାଇ ନିରାଶ ହୋଇ ପଡ଼ିଲେ ଏବଂ ନିଜର ଶପଥ ପୂରଣ କରିବାକୁ ଅଗ୍ନି ପ୍ରକୃତି କରି ସେଥିରେ ଝାସ ଦେବାକୁ ଉଦ୍ୟତ ହେବାରୁ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ସହାୟ ପହଞ୍ଚି ତାଙ୍କୁ ଆଲିଙ୍ଗନ କରି କହିଲେ, ହେ ଅର୍ଜୁନ ତୁ ମୋର ପଞ୍ଚ ପ୍ରାଣ, ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କିବାଟ ଆଉ ଆଉ ଅର୍ଜୁନ କି ମରିପାରେ? ମୋ ସହ ତାଳ, ତ୍ରିଲୋକର ଯେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଆମେ ବ୍ରାହ୍ମଣର ପୁତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରି ଆଣିବା । ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ଶରୀରକୁ ସଂସ୍କାର କରି ତାଙ୍କୁ ବିଦ୍ୟ ଚକ୍ଷୁ ପ୍ରଦାନ କଲେ ଓ ସଙ୍ଗରେ ନେଇ ଏକ ଦିବ୍ୟ ରଥାରୋହଣ କରି ପଶ୍ଚିମାଭିମୁଖ ହୋଇ ଯାତ୍ରାକଲେ । ପଥରେ ସପ୍ତ ଦ୍ଵାପ, ସପ୍ତ ପର୍ବତ, ସୁଦର୍ଶ ଅଜକାର ପଥ ଓ କଳପଥକୁ ନିଜର ଯୋଗମାୟା ବଳରେ ଅତିକ୍ରମ କରି ଅବଶେଷରେ ସହସ୍ର ପଟାଶୁକ୍ତ ଶେଷଦେବଙ୍କ ଉପରେ ଶାୟିତ ଅନନ୍ତ ମହାବିଷ୍ଣୁ ଲୋକରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ସେଠାରେ ପହଞ୍ଚି ଯୋଗାସନରେ ଉପବିଷି ମହାବିଷ୍ଣୁଙ୍କୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ଅର୍ଜୁନ ପ୍ରଣତି ଛାପନ କଲେ । ପରମ ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଶରୀର ନବ ଜଳଧର ସଦୃଶ ସ୍ନିଗ୍ଧ ଶ୍ୟାମଳ ବର୍ଣ୍ଣ, ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୁନ୍ଦର ପାଟ ପାତାୟନ ପରିଧାନ, ଶିରରେ ମଣିମୁକ୍ତା ଖଚିତ କୋମଳ ମୁକୁଟ, କର୍ଣ୍ଣରେ ମଳୟ କୁଣ୍ଡଳ, ବକ୍ଷରେ କୌସୁକ ମଣି ଓ ବନମାଳା । ଇଶ୍ଵର ଉତ୍ତମ ଆକର୍ଷଣୀ ପ୍ରକୃତିର ପ୍ରକୃତିତ କମଳ ତୁଲ୍ୟ ନୟନ ଯୁଗଳ ଆକାନ୍ତଲୟିତ ଅକ୍ଷୁକ୍ତ, ପ୍ରସନ୍ନ ବଦନରେ ବରସ୍ଥିତ ରେଖା । ସେ ଅତ୍ୟନ୍ତ କୋମଳ ମଧୁର ସ୍ଵରରେ କହିଲେ, ହେ କୃଷ୍ଣାକୃନ୍ତ, ତୁମ ଦୁହିଁକୁ ଏକତ୍ର ଦେଖିବା ନିମିତ୍ତ ମୁଁ ବ୍ରାହ୍ମଣର ପୁତ୍ରମାନଙ୍କୁ ଏଠାକୁ ନେଇ ଆସିଛି, ଧର୍ମ ସଂସ୍ଥାପନ ନିମିତ୍ତ ତୁମେ ଦୁହେଁ ମୋର ଅବତାର ରୂପେ ସଂସାରରେ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଛ; ତାହା ଶେଷ କରି ମୋ ନିକଟକୁ ଫେରିଆସ । ତୁମେ ଦୁହେଁ ନର ଓ ନାରାୟଣ, ମୋର କର୍ମମୟ ସ୍ଵରୂପ । ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଓ ଅର୍ଜୁନ ତାଙ୍କୁ ଯଥାବିଧି ପ୍ରଣତି ଛାପନ କରି ବ୍ରାହ୍ମଣର ପୁତ୍ରମାନଙ୍କୁ ସଙ୍ଗରେ ଧରି ଦ୍ଵାରକା ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କଲେ । ଶ୍ରୀ ଶୁକଦେବ କହିଲେ ହେ ରାଜା ! ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ନିଜ ମହିମା ବଳରେ ଏପରି ଅନେକ ଅଭୂତ ଅଲୌକିକ କର୍ମ ସମ୍ପାଦନ କରି ଜଗତରେ ଧର୍ମର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସାଧୁ ଓ ସଦ୍ଵ୍ୟାମାନଙ୍କର ମଙ୍ଗଳ ସାଧନ କରିଥିଲେ । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ଏହି ଆଖ୍ୟାନ ଯେ ପଢ଼ନ୍ତି, ଶୁଣନ୍ତି ଅବା ଶୁଣାନ୍ତି ସେ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ଭବଭୟରୁ ମୁକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ଓ ଅତ୍ୟନ୍ତକରେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରନ୍ତି । (କ୍ରମଶଃ)

+ ଗୌଡ଼ଗାଁ, କସ୍ତୁରୀ, ମୟୂରଭଞ୍ଜ (ମୋ) ୯୮୫୩୯୪୮୫୮

ସମ୍ପର୍କର ରାଜ୍ୟ

ସ୍ନେହ ସହିତ ଆକଟ ବି ଜରୁରୀ



ଶ୍ଵେତା ରାଉତ

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବାପା, ମାଆ ନିଜ ପିଲାଙ୍କୁ ଖୁବ୍ ଭଲପାଉଛନ୍ତି, ସ୍ନେହ ଆଦର ଦେବା ଉଚିତ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିଲାଙ୍କୁ ସ୍ଵାଧୀନତା ଦେଇ ଉତ୍ତୁଙ୍ଗତା ଆଡ଼କୁ ବାଟ କଢ଼େଇ ନେବା ! ସ୍ନେହ ସହିତ ଆକଟ ମଧ୍ୟ ଜରୁରୀ । ଆଜିକାଲି ଅନେକ ଅଭିଭାବକ ନିଜ ପିଲାଙ୍କୁ ଦୁଃଖ ଦେବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ ସେମାନେ ପିଲାଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଇଚ୍ଛା ପୂରଣ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ମୋବାଇଲ ଫୋନ, ଦାମୀ ଖେଳନା, ଅନିୟମିତ ଭୋଜନ ଓ ବ୍ୟବହାର, ଅଧିକ ସମୟ ବାହାରେ ବୁଲିବାକୁ ପ୍ରଶଂସା ଦେବା, ସବୁକିଛି ତାଙ୍କ ହାତରେ ଦେଇ ଦିଅନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହା ପିଲାଙ୍କ ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ସବୁଦିନେ ଭଲ ନୁହେଁ । କାରଣ ଜୀବନରେ ସବୁକିଛି ସହଜରେ ମିଳେ ନାହିଁ । ପିଲାଙ୍କୁ ସଂଗଠିତ, ଯୌର୍ଯ୍ୟ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଶିକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ । ସେଥିପାଇଁ ଆକଟ ବା ଶୁଖିଲା ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ଵପୂର୍ଣ୍ଣ । ଆକଟର ଅର୍ଥ କଠୋରତା କିମ୍ବା ଭୟ ଦୃଷ୍ଟି କରିବା ନୁହେଁ । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ପିଲାଙ୍କୁ ଭଲ ଓ ମନ୍ଦର ତତ୍ପର ଦୃଷ୍ଟିଦେବା, ନିୟମ ମାନିବାକୁ ଶିଖାଇବା ଓ ଦାୟିତ୍ଵଦେବା ଜଣାଇବା । ଯେଉଁ ପିଲା ଛୋଟବେଳୁ ଶୁଖିଲାରେ ବଢ଼େ, ସେ ପରେ ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ । ଆମ ପୁରାତନ ସଂସ୍କୃତି ମଧ୍ୟ ଏହି ଶିକ୍ଷା ଦେଇଥାଏ । ଗୁରୁକୂଳ ପରମ୍ପରାରେ ଗୁରୁମାନେ ଶିଷ୍ୟଙ୍କୁ ସ୍ନେହ କରୁଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ତା ସହିତ ନିୟମ ଓ ଶୁଖିଲାରେ ପାଠ ମଧ୍ୟ ପଢ଼ାଉଥିଲେ । ତେଣୁ ସେମାନେ ଜ୍ଞାନୀ, ବିନମ୍ର ଓ ଚରିତ୍ରବାନ ହୋଇ ଉଠୁଥିଲେ । ଉଚିତାସର ଅନେକ ମହାନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଜୀବନ ଦେଖିଲେ ଜଣାପଡ଼େ ଯେ ସେମାନେ ସ୍ନେହ ସହିତ ଶୁଖିଲାରେ ପରିଦେଶରେ ବଢ଼ିଥିଲେ । ଅଭିଭାବକମାନେ ପିଲାଙ୍କ ଭଲ ଦେଖି ନିରବ ରହିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଭୁଲକୁ ଭୁଲ ବୋଲି କହିବା ଦରକାର । କିନ୍ତୁ ରାଗ, ଗାଳି କିମ୍ବା ମାଡ଼

ମାରି ଆକଟ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଦୁଃଖାଭବା, କଥାବାର୍ତ୍ତା ମାଧ୍ୟମରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ଓ ନିଜ ଆଚରଣ ଦ୍ଵାରା ଉଦାହରଣ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ଅଧିକ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ପିଲାମାନେ କେବଳ ଉପଦେଶକୁ ନୁହେଁ, ବରଂ ବଡ଼ମାନଙ୍କ ଆଚରଣକୁ ଅଧିକ ଶିଖନ୍ତି । ଆମେ ଯେମିତି ଆଚରଣ ରଖିବା ଆମ ପିଲା ଆମକୁ ଦେଖି ଅନୁକରଣ କରିବ । ସ୍ନେହ ବିନା ଆକଟ ପିଲାଙ୍କୁ ଭୟଭୀତ କରିପାରେ, ଆଉ ଆକଟ ବିନା ସ୍ନେହ ପିଲାଙ୍କୁ ଉତ୍ତୁଙ୍ଗ କରିପାରେ । ତେଣୁ ଉଭୟର ସମନ୍ୱୟ ହିଁ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ଯେପରି ଗଛକୁ ବଢ଼ିବା ପାଇଁ ପାଣି ଓ ଖୁଣ୍ଟି ଦୁହିଁ ଦରକାର, ସେହିପରି ପିଲାଙ୍କ ବିକାଶ ପାଇଁ ସ୍ନେହ ଓ ଶୁଖିଲା ଉଭୟ ଆବଶ୍ୟକ । ପିଲାମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ଆସନ୍ତାକାଲିର ସମାଜର ନିର୍ମାତା । ସେମାନଙ୍କୁ କେବଳ ଭଲପାଇବା ଦେଲେ ହେବ ନାହିଁ, ଭଲ ମଣିଷ ହେବାର ଶିକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସ୍ନେହ ସେମାନଙ୍କ ହୃଦୟକୁ କୋମଳ କରେ, ଆଉ ଆକଟ ସେମାନଙ୍କ ଚରିତ୍ରକୁ ଦୃଢ଼ କରେ । ପିଲାଙ୍କୁ ଗଢ଼ିବାରେ ସବୁଜନ ରଖିପାରିଲେ ସେମାନେ ଜୀବନରେ ସଫଳ, ସଂସ୍କାରବାନ ଓ ଦାୟିତ୍ଵଶୀଳ ନାଗରିକ ଭାବେ ଗଢ଼ି ହୋଇ ପାରିବେ ।

+ ରାଉତ କମ୍ପ୍ୟୁଟର, କଟକ ରୋଡ଼, ଲକ୍ଷ୍ମୀସାଗର, ଭୁବନେଶ୍ଵର (ମୋ: ୯୪୩୯୭୭୭୦୭୦)

ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଦୁଇ ପାଖୁଡ଼ା ରସୁଣ; ଦୂର କରେ ଏହି ସବୁ ସାସ୍ତ୍ରୀୟ ସମସ୍ୟା

ରସୁଣର ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ରହିଛି । ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ଵାରା ଏକାଧିକ ସାସ୍ତ୍ରୀୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଯାଏ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଜାଣିଲେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବେ, ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ କିମ୍ବା ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଯଦି ଦୁଇ ପାଖୁଡ଼ା ରସୁଣ ଖାଆନ୍ତି, ତେବେ ଅନେକ ଗନ୍ଧାର ସାସ୍ତ୍ରୀୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇପାରେ । ଏହା ଦ୍ଵାରା କି କି ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ, ଜାଣନ୍ତୁ...



ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ- ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ରସୁଣ ଖାଇବା ଦ୍ଵାରା ଭଲ ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହୋଇପାରେ । ଏଥିରେ ସଲଫୋରାଲ୍ ଯୌଗିକ ଥାଏ, ଯାହା ବିପି ଏବଂ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ସ୍ତରକୁ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ଵାରା ହୃଦୟ ସମ୍ପର୍କୀୟ ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ହ୍ରାସ ହୋଇପାରେ । ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରେ- ରସୁଣରେ ପ୍ରାକୃତିକ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଗୁଣ ଥାଏ,

ଯାହା ବିଭିନ୍ନ ସଂକ୍ରମଣର ମୁକାବିଲା କରିବାର ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ରସୁଣ ଖାଇବା ଦ୍ଵାରା ଅଣ୍ଡା ଏବଂ କାଣ୍ଡ ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଏବଂ ପୁଲ୍ଲୀକୁ ହ୍ରାସ କରେ- ଯେଉଁମାନେ ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍ରେ ପୀଡ଼ିତ ସେମାନେ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଦୁଇ ପାଖୁଡ଼ା ରସୁଣ ଖାଇବା ଦ୍ଵାରା ଗର୍ଭି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ମଜବୁତ କରେ- ରସୁଣରେ ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ଵ ରହିଥାଏ, ଯାହା ହଜମକାରୀ ଏନଜାଇମର ଉତ୍ପାଦନକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ରସୁଣ ଖାଇବା ଦ୍ଵାରା ହଜମ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିରେ ଉନ୍ନତ କରେ- ଯଦି ପ୍ରତିରକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ ଦୂର୍ବଳ, ତେବେ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଦୁଇ ପାଖୁଡ଼ା ରସୁଣ ନିର୍ଦ୍ଦିତ ରୂପେ ଖାଆନ୍ତୁ । ରସୁଣରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏବଂ ମିନେରାଲ୍ ଭରପୂର ଥାଏ, ଯେଉଁଥିପାଇଁ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଜବୁତ ହୁଏ ।

ହୃଦରୋଗୀଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ 'ତାଇ ଚି'

ଦୁଆ ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁସାରେ ତାଇ ଚି ହୃଦଘାତ ପ୍ରତିରୋଧକ ସୁସ୍ଥ ହେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ତାନର ଏହି ପ୍ରାଚୀନ ମାର୍ଗିକ ଆର୍ତ୍ତ (ବ୍ୟାୟାମ କୌଶଳ) ପାରମ୍ପରିକ ଆରୋଗ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରର ବିକଳ ହୋଇପାରେ । ତେବେ ଏହି ଆରୋଗ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରରେ ସକ୍ରିୟ ଭାବେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ ନକରିବା ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇପାରେ ଏବଂ ହୃଦରୋଗୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଆଶଙ୍କା ୧୮ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ବୋଲି ଏକ ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣା ହୋଇଛି । ଅଧ୍ୟୟନ ପାଇଁ ହୃଦଘାତ ପ୍ରତିରୋଧକ ୨୯ ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ତାଇ ଚି ଶ୍ରେଣୀରେ ଅଭ୍ୟାସର ମତା ନେଇଥିଲେ । ଧାମା ଗତିର ବ୍ୟାୟାମ ଜାରି ରଖିବାକୁ ତାଇ ଚି ଲୋକଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥାଏ ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଲେ । ଏହି ବ୍ୟାୟାମର ଏକମାତ୍ର ପାର୍ଶ୍ଵ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାରେ ମାଂସପେଶୀରେ ସାମାୟିକ ଭାବେ ଦରକ ସେମାନେ ଅନୁଭବ କଲେ । ଏହି ମାର୍ଗିକ ଆର୍ତ୍ତ ଅତ୍ୟନ୍ତ ହିତକାରୀ ବୋଲି ଦ୍ରାଘନ ଯୁନିଭର୍ସିଟିର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଅନୁଭବ କରିଛନ୍ତି । ତାଇ ଚିକୁ ଖୁବ୍ ଧୀର ଓ ସହଜ ଭାବେ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇପାରିବ । ତେଣୁ ହୃଦଘାତ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ଭଲ ବିକଳ ବୋଲି ଅଧ୍ୟୟନର ମୁଖ୍ୟ ଲେଖକ ଡା. ଏଲିନା ସାଲମୋଇରାଗୋ-ବୋତର କହିଛନ୍ତି । ରୋଗୀଙ୍କ ଆତ୍ମବିଶ୍ଵାସ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ପରେ ବ୍ୟାୟାମର ବେଗ ଓ ସୋପାନର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇପାରେ । ତାଇ ଚି ବ୍ୟାୟାମକୁ କମ୍ପୂର ମଧ୍ୟମ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟର ସ୍ତର ଯର୍ଯ୍ୟତ ନିଆଯାଇପାରେ ବୋଲି ଏଲିନା କହିଛନ୍ତି । ତେବେ ଏହା ହୃଦରୋଗୀ ଚିକିତ୍ସାର ଅନ୍ୟ ପାରମ୍ପରିକ ଆରୋଗ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରର ସ୍ଥାନ ଦେଇନାହିଁ । ପାରମ୍ପରିକ ଆରୋଗ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ରୋଗୀଙ୍କ ଶାରୀରିକ ଫିଟନେସ୍ରେ ସହାୟକ ହୋଇ ନଥିବା ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣା ହୋଇଛି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ତାଇ ଚି ବ୍ୟାୟାମ କୌଶଳ ଭଲ ହୃଦ୍ ଓ ଶାରୀରିକ ଫିଟନେସ୍ ପାଇଁ ପ୍ରକୃଷ୍ଟ । ଅନେକ ଅଧ୍ୟୟନରେ ଯଦି ଏହା ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ, ଆରୋଗ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ କଠିନ ବ୍ୟାୟାମ ସହିତ ତାଇ ଚିକୁ ସ୍ଥାନ ଦେବା ସମ୍ଭବପର ହେବ ।

