



ପ୍ରହ୍ଲାଦ ମନ୍ଦିର



ଭଗବାନ ନୃସିଂହଙ୍କ ସମ୍ମାନରେ ଭକ୍ତ ପ୍ରହ୍ଲାଦ ଏକ ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣ କରିଥିଲେ, ଯାହାକି ବର୍ତ୍ତମାନ ପାକିସ୍ତାନସ୍ଥିତ ମୁଲତାନ ସହରରେ ରହିଛି । ଏହାକୁ ପୁରାତନ କାଳରେ ଶ୍ରୀହରିଙ୍କର ଭକ୍ତ ପ୍ରହ୍ଲାଦ ମନ୍ଦିର ଭାବେ କୁହାଯାଉଥିଲା । ଏହାର ନାମ କିନ୍ତୁ ପ୍ରହ୍ଲାଦପୁରା ମନ୍ଦିର ।

ମୁଲତାନର ବିଶ୍ୱ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଦୁର୍ଗ ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିବା ଏହି ମନ୍ଦିର ଏକ ଜମାନାରେ ମୁଲତାନର ପରିଚୟ ଥିଲା । ପାକିସ୍ତାନ ନିର୍ମାଣର ପ୍ରଥମ ହୋଇ କାଳରେ ଏଠାରେ ବିଶେଷ ପୂଜା ଅର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଉଥିଲା । କିଛି ଐତିହାସିକ କୁହନ୍ତିକି ଏଠାରେ ଦୁଇଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହୋଲିକା ଉତ୍ସବ ମନାଯାଏ । ପାକିସ୍ତାନରେ ଥିବା ଏହି ପଞ୍ଚାବ ପ୍ରାନ୍ତରେ ହୋଲି ପର୍ବ ହୋଲିକା ଦହନର ଏହି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମନାଯାଏ । ରଙ୍ଗ ଖେଳତ ଏଠାରେ ପାଳନ ହୁଏ, କିନ୍ତୁ ହୋଲି ପରମ୍ପରା ଏଠାରେ କିଛିଟା ନିଆରା । ପଶ୍ଚିମ ପଞ୍ଚାବ ଓ ପୂର୍ବପଞ୍ଚାବରେ ହୋଲି ଦିନ ମାଠିଆ ଭଙ୍ଗାଯାଏ । ଭାରତ ଭଳି ଏଠାରେ ମାଠିଆକୁ ଭକ୍ତମାନଙ୍କେ ଲଗକାଯାଉଥିଲା । ଉପସ୍ଥିତ ଲୋକମାନେ ପିରାମିଡ୍ ଭାବେ ଠିଆ ହୋଇ ମାଠିଆ ଭାଙ୍ଗନ୍ତି । ମାଠିଆରେ ଲହୁଣୀ, ମିଶ୍ରି ଭରା ହୋଇଥାଏ । ମାଠିଆ ଭଙ୍ଗାଗଲେ ସବୁ ଏଣେତେଣେ ବିଛାଡ଼ି ହୋଇଯାଏ । ଏହାକୁ ଏଠାରେ ଚୌକପୂର୍ଣ୍ଣା ପର୍ବ ଭାବେ କୁହାଯାଏ । ଏହି ମନ୍ଦିରକୁ ନେଇ କୁହାଯାଏକି ଏଠାରେ ନୃସିଂହ ଭଗବାନ ଏକ ଖମ୍ବରୁ ବାହାରି ପ୍ରହ୍ଲାଦଙ୍କର ପିତା ହିରଣ୍ୟକଶ୍ୟପୁକୁ ମାରିଥିଲେ । ଏହାପରେ ପ୍ରହ୍ଲାଦ ସ୍ୱୟଂ ଏହି ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣ କରିଥିଲେ । କୁହାଯାଏକି ହୋଲି ପର୍ବ ଓ ହୋଲିକା ଦହନ ଏହି ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ।

ମଙ୍ଗଳଯାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଲ୍ୟୁକୋମିଆ ଭୟ

ଗତ କିଛିଦିନ ହେଲା ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ମଙ୍ଗଳଗ୍ରହ ଉପରେ କରିଆସୁଥିବା ଗବେଷଣା ରୁ ଯେଉଁ ରିପୋର୍ଟ ମିଳିଛି ତାହା ସେମାନଙ୍କୁ ଚିନ୍ତାରେ ପକାଇ ଦେଇଛି । କାରଣ ମଙ୍ଗଳଗ୍ରହକୁ ଅନ୍ତରାକ୍ଷ ଯାତ୍ରା ଯିବା ଉପରେ କିଛିଟା ବିପଦର ସଂକେତ ମିଳିଛି । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ ରେଡିଏସନ୍ କାରଣରୁ ମଙ୍ଗଳଯାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଲ୍ୟୁକୋମିଆ (ଶ୍ୱେତକଣ୍ଠିକା ବୃଦ୍ଧି) ଭୟ ରହିଛି । ନାସାର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଏହାର ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ମୂଷା ଦେହରେ ମଣିଷର ଷ୍ଟେମସେଲ୍ ରୋପଣ କରିଥିଲେ । ଏବେ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ରେଡିଏସନ୍ କାରଣରୁ ମଙ୍ଗଳ ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ବଡ଼ ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ତେବେ ରେଡିଏସ୍ ପ୍ରଭାବ କିପରି କମି ରହିବ ସେଥିପ୍ରତି ଗବେଷଣା ଚାଲିଛି ।



ଉପକାରୀ ପିସ୍ତଳୀ

ଆୟୁର୍ବେଦରେ ପିସ୍ତଳୀର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ବିଭିନ୍ନରୋଗରୁ ଉପଶମ ମିଳିପାରିଥାଏ । ଯେପରିକି ରିକ୍ତକ ଦୂର କରିବା ସହିତ ଦନ୍ତ ରୋଗର ଉପଶମ ଦେଇଥାଏ । ତା ଛଡା ଶ୍ୱାସ ରୋଗଙ୍କ ପାଇଁ ପିସ୍ତଳୀ ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ । ଦାନ୍ତ ମଜବୁତ କରିବା ପାଇଁ ଏଠାରେ ପିସ୍ତଳୀ ଛାଲି, ୨ ଗ୍ରାମ ଗୋଲମରିଚଗୁଣ୍ଡ କରି ଏହାକୁ ପାଉଁର କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ନିୟମିତ ଏହାକୁ ଦାନ୍ତରେ ଘଷନ୍ତୁ । ଦାନ୍ତ ଛାଲିବା, ଦାନ୍ତ ବିଛିବା ଓ ମୁଖର ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର ହୋଇଯାଇଥାଏ । ସେହିଭଳି ଯଦି ଥଣ୍ଡା ହୋଇଥାଏ ତେବେ ପିସ୍ତଳୀକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରିନିଅନ୍ତୁ । ଅଧିକତର ପାଣିରେ ପକାଇ ଏକ ଚାମଚ ପିସ୍ତଳୀଗୁଣ୍ଡ ପକାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଖୁବ୍ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ପାଦ ଫାଟିଥିଲେ ପିସ୍ତଳୀ ପତ୍ରକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରିଦାନ୍ତରେ ମିଶାଇ ଲଗାନ୍ତୁ ଅଳ୍ପ ଦିନରେ ପାଦଫାଟିବା ଛଦ ହୋଇଯିବ । ଶରୀରରେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ କିଛି ଦାଗଗିନ୍ତୁ ରହିଥିଲେ ଏହାର ୪ ରୁ ୫ ଟି ନରମପତ୍ରକୁ ଚୋବାଇକି ଖାଅନ୍ତୁ । ଫଳରେ ବିଭିନ୍ନ ଚର୍ମରୋଗକୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।



ଜିଆ ଭଳି ଜୀବାଣୁ



୫୦କୋଟିରୁ ଅଧିକ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଏକ ଛୋଟ ଓ ଅଜବ କଣ୍ଟାଯୁକ୍ତ ଜିଆକୁଟି ସାମୁଦ୍ରିକ ପ୍ରାଣୀର ଜୀବାଣୁ ଚାନ୍ଦରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଆର୍ଥ ହୋମ୍ କୁହାଯାଉଥିବା ଏହି ଅଜୁତ ଜୀବର ଜୀବାଣୁ ସ୍ତମ୍ଭାନୁ ପ୍ରଦେଶରେ ଆବିଷ୍କୃତ ହୋଇଥିବା ଗବେଷକମାନେ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି । କୋଲିନସିଅମ୍ ସିଲିକେଟ୍ ନାମକ ଏହି ପ୍ରାଣୀ କାୟିଆନ କାଳରେ ବାସ କରୁଥିଲା । ଏହା ଥିଲା ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନୀୟ କ୍ରମବିକାଶର ସମୟ । ସେତେବେଳେ ଅନେକ ଅଧ୍ୟାଧାରଣ କରୁ ଦେଖାଦେଇ ପୁଣି ଉଦାନ ହୋଇ ଯାଉଥିଲେ । ଏବେ ଏହି ଜୀବର ସନ୍ଧାନ ମିଳିବା ବହୁତ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟକର ବୋଲି କେ ଫ୍ରିଜ୍ ସ୍ତମ୍ଭିଭର୍ସିଟିର ଜୀବାଣୁ ବିଜ୍ଞାନୀ ଜାଭିଅର୍ ଓରଟେଗା-ହରନାନ୍ଦଦେଈ କହିଛନ୍ତି । ଏହି ଜୀବ ନାମର ଅର୍ଥ 'ଲୋମଶ କୋଲିନସ ରାକ୍ଷସ' । ୫୧୫-୫୧୮ ଲକ୍ଷ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ବାସ କରୁଥିବା କୋଲିନସିଅମ୍ ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଶ୍ୱର ନାଟିଶାତୋଷ ଜଙ୍ଗଲରେ ବାସ କରୁଥିବା ମଞ୍ଜମାଲିଆଙ୍କ ପୂର୍ବପିତୃ । ୪ଲକ୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲ ଯି ପାରୁଥିବା ଏହି ପ୍ରାଣୀ ପଛରେ ଶିକାରୀକୁ ଡରାଇବା ପାଇଁ ୭୨ଟି ମୁନିଆ କଣ୍ଠା ଥିଲା । ପଙ୍ଖ ଭଳି ୬ହଳ ଆଗ ଗୋଡ଼, ପଞ୍ଜା ସହିତ ୧ହଳ ପଛ ଗୋଡ଼ ଥିଲା । ବଲ୍‌ବ ଭଳି ମୁଣ୍ଡ ଓ ମୁହଁ ତଳକୁ ଝୁଲୁଥିଲା ।



ନିଆରା ବିବାହ

ସାଧାରଣତଃ ବିବାହ ଉତ୍ସବରେ ବର ବରଯାତ୍ରୀଙ୍କୁ ନେଇ କନ୍ୟା ଘରେ ପହଞ୍ଚିଥାଏ । ବାହାଘର ସରିଲା ପରେ କନ୍ୟା କାନ୍ଦି କାନ୍ଦି ବାପଘରୁ ବିଦା ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ନିକଟରେ ଭଟିଆରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ବିବାହ ଉତ୍ସବରେ ଏହାର ବିପରୀତ ସ୍ଥିତି ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା । ବିବାହ ଉତ୍ସବକୁ କନ୍ୟା ମୁଣ୍ଡରେ ପଗଡି ବାନ୍ଧି ବରଯାତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ପହଞ୍ଚିଥିଲା ବରଘରେ । ବର ଛାତରେ ମେହେନ୍ଦି ଲଗାଇ ଅପେକ୍ଷା କରିଥିଲା କନ୍ୟାକୁ । ଏହି ସମୟରେ ବରପକ୍ଷ କନ୍ୟା ପକ୍ଷକୁ ସ୍ୱାଗତ ଓ ସମ୍ପର୍କନା ଜଣାଇଥିଲେ । ବିବାହ ପରେ ବିଦାୟ ଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ବର ବିଦା ହୋଇ କନ୍ୟାଘରକୁ ଆସିଥିଲା । ବରକୁ ଏକସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଗାଡିରେ ବସାଯାଇଥିଲା । କନ୍ୟାଘରେ ପହଞ୍ଚିବା ବେଳକୁ ନୂଆ ବୋହୂକୁ ସ୍ୱାଗତ କରାଯିବା ଶୈଳୀରେ ବରକୁ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଇଥିଲା । ବାହାଘର ପରେ ବର ନିଜ ନାମରେ କନ୍ୟାଙ୍କ ସାଙ୍ଗିଆ ଯୋଡିଛନ୍ତି । ବରଙ୍କ ନାମ ସୁଖମିୟର ହୋଇଥିଲା ବେଳେ କନ୍ୟାଙ୍କ ନାମ ହେଉଛି ବଲକିତ । ବିବାହ ସମ୍ପର୍କରେ ସୁଖମିୟରଙ୍କୁ ପଚାରିବାରୁ ସେ କହିଥିଲେ ଯେ, ତାଙ୍କ ପରିବାରରେ ତାଙ୍କର ଏକ ଛୋଟ ଭାଇ ଏବଂ ଭଉଣୀ ଅଛନ୍ତି । ସେମାନେ ବାପା,ମାଆଙ୍କ ଧ୍ୟାନ ରଖିପାରିବେ । ହେଲେ ବଲକିତ ତାଙ୍କ ବାପା ମାଆଙ୍କ ଏକମାତ୍ର ସାହାରୀ । ବିବାହ ପରେ ବଲକିତ ସୁଖମିୟରଙ୍କ ଘରକୁ ଆସିଥିଲେ ତାଙ୍କବାପା, ମାଆ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅସହାୟ ହୋଇପଡିଥାନ୍ତେ । ଏହାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଆମେ ଦୁଇଜଣ ଏ ପ୍ରକାର ବିବାହର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛୁ ।

ମୁଦ୍ରାରେ ସହର ପରିକଳ୍ପନା



କିଛି ନୂଆ କରିବାର ଆଗ୍ରହ ମଣିଷକୁ ଅନେକ ସମୟରେ ସଫଳତାର ସ୍ୱାଦ ଚଖାଇଥାଏ, ଯାହାର ଉଦାହରଣ ପାଲଟିଛନ୍ତି ତାଲନାର ଚିଙ୍ଗିଙ୍ଗ ସହରରେ ରହୁଥିବା ୩୨ବର୍ଷୀୟ ଯେକି । ନିଜର ଆଗ୍ରହ କାରଣରୁ ସେ ନିଜ ସହରର ଏକ ସୁନ୍ଦର ପରିକଳ୍ପନା କରିପାରିଛନ୍ତି । ସହରକୁ ନୂଆ ରୂପରେ ଏବଂ ଆକର୍ଷଣୀୟ କରିବା ପାଇଁ ସେ ଯେଉଁ ମତେଇ ସହର ତିଆରି କରିଛନ୍ତି ତାହା ଅନ୍ୟ ସ୍ଥପତିକାରମାନଙ୍କୁ ଚକିତ କରିଛି । । ନୂଆ ଏବଂ ପୁରୁଣା ମୁଦ୍ରା ସଂଗ୍ରହ ତାଙ୍କର ଏକ ନିଶା ଥିଲା । ଏହି ସଂଗ୍ରହୀତ ମୁଦ୍ରାକୁ ନେଇ ସେ ସୁନ୍ଦର ସହରର ଚିନ୍ତା କରିଛନ୍ତି । ସହରରେ ସମସ୍ତ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ, ବନ୍ଧ ବାଡ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଗଳିକନ୍ଦିର ସ୍ଥାନକୁ ସେ ଏହା ମାଧ୍ୟମରେ ଚିତ୍ରଣ କରାଇଛନ୍ତି । ଏହା ତିଆରି କରିବା ପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ଏକ ମାସ ସମୟ ଲାଗିଥିଲା । ଦୈନିକ ଦୁଇଘଣ୍ଟା ସେ ଏଥିପାଇଁ ବିନିଯୋଗ କରୁଥିଲେ । ମୁଦ୍ରା ଉପରେ ମୁଦ୍ରା ଥୋଇ ସେ ଯେଉଁ ନିଆରା କଳାକୃତିର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଛନ୍ତି ତାହା ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଆଶିର୍ବାଦକି ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳକୁ ପ୍ରସଂସା ।

ମଲାଲୀଙ୍କୁ କାନାଡା ନାଗରିକତ୍ୱ



ଓଟାୱା, ୧୨୪: ନୋବେଲ ଶାନ୍ତି ପୁରସ୍କାର ବିଜେତା ତଥା ଜାତିସଂଘର ଶାନ୍ତିଦୂତ ମଲାଲୀ ଯୁସୁଫଜାୟୀଙ୍କୁ କାନାଡାର ନାଗରିକତ୍ୱ ମିଳିଛି । ଏପରିକି ସର୍ବକନିଷ୍ଠ ବ୍ୟକ୍ତି ଭାବେ କାନାଡା ପାର୍ଲିମେଣ୍ଟକୁ ସମୋଧାନ କରିଛନ୍ତି । ଦ୍ୱିଧାର କାନାଡା ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଜଷ୍ଟିନ ଟ୍ରୁଡୋଙ୍କୁ ନାଗରିକତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ ସମ୍ପର୍କିତ ପ୍ରମାଣପତ୍ର ଦେଇଥିଲେ । ତାଲିବାନ ଆତଙ୍କବାଦୀଙ୍କ କଟକଣା ସତ୍ତ୍ୱେ ମଲାଲୀ ପାକିସ୍ତାନରେ ନାରୀଶିକାର ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇଥିଲେ । ତାଲିବାନ କଟକଣାକୁ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରିବା ନେଇ ୨୦୧୨ ଅକ୍ଟୋବର ୯ରେ ମଲାଲୀଙ୍କ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ସେ ଗୁରୁତର ଆହତ ହୋଇଥିଲେ । ବ୍ରିଟେନରେ ଚିକିତ୍ସା ପରେ ସେ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଥିଲେ । ପାକିସ୍ତାନ ଜନ୍ମିତ ମଲାଲୀଙ୍କୁ ୨୦୧୪ରେ ନୋବେଲ ଶାନ୍ତି ପୁରସ୍କାର ମିଳିଥିଲା ।

ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟମୟୀ କୋହିମା

ନାଗାଲାଣ୍ଡର ରାଜଧାନୀ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟମୟୀ କୋହିମା ଆଦିବାସୀଙ୍କ ରଙ୍ଗବେରଙ୍ଗୀ ସଂସ୍କୃତି ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କୁ ଆକୃଷ୍ଟ କରେ । ନଗରୀର ବିଭିନ୍ନ ଐତିହାସିକ ପର୍ଯ୍ୟଟନସ୍ଥଳୀ ମଧ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟ ସଂଗ୍ରହାଳୟ, ଏମ୍ପାରିୟମ୍, ନାଗା ହେରିଟେଜ୍ କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ, କୋହିମା ଗ୍ରାମ, ବକ୍ସକୋଭାଟି, ବକ୍ସଲେକା, ଡୋମ୍‌ଫୋମା ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଗ୍ରାମ ପ୍ରମୁଖ । ଏଗୁଡ଼ିକର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କୁ ମୁଗ୍ଧ କରେ । ଦ୍ୱିତୀୟ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧ ସମୟରେ ନାଗାଲାଣ୍ଡ ଉପରେ ଜାପାନୀୟ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ନିହତ ସୈନ୍ୟଙ୍କୁ ଗାରିସନ୍ ହିଲରେ ମାରି ପୋଡି ଦିଆଯାଇଥିଲା । ସେମାନଙ୍କୁ ମନେ ପକାଇବା ପାଇଁ ସେଠାରେ ୧୪୨୧ଟି ସମାଧି ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି । ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ସହିଦମାନଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଦେବା ପାଇଁ ନିୟମିତ ଏଠାକୁ ଆସନ୍ତି । ତା' ଛଡା ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ଭିଡ଼ ମଧ୍ୟ ଏଠାରେ ଲାଗିରହେ । ଏସିଆର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ଚକି କୋହିମାର ପରିଚୟ ପାଇଛି । ୨୫ ହଜାର ବର୍ଗଫୁଟ ଉଚ୍ଚ ଏହି ଚକିରେ ହାରାହାରି ୩,୦୦୦ ଲୋକ ବସିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅଛି । ନାଗା ଆଦିବାସୀଙ୍କ ସଂସ୍କୃତି ଓ ଇତିହାସ ବେଶ୍ ରୋଚକ । ତା'ଛଡା ନିଜ ସଂସ୍କୃତିର ଝଲକ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ କୋହିମାବାସୀ ଖୁବ୍ ଭଲପାଆନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ସ୍ଥାନୀୟ ସରକାର ବୟାଜୀ ପାହାଡ଼ରେ ଏକ ସଂଗ୍ରହାଳୟ ନିର୍ମାଣ କରାଇଛନ୍ତି ।



କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଯୋଗ

କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଯୋଗ- ମନ, ଶରୀର ଓ ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ଏକାଠି ମିଳିତ କରିଥାଏ । ଏହି ଯୋଗ ଫଳରେ ଶରୀରର ସାତଟି ଚକ୍ର ଜାଗ୍ରତ ହୋଇଥାଏ । ବାସ୍ତବରେ ଏହା ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଯୋଗ । କେବଳ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଯୋଗ କହିଲେ ହେବନି, ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରହିବା ସହ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ । ଏହି ଯୋଗ କରିବାର ପ୍ରକୃତ ସମୟ ହେଉଛି ସକାଳ । ଏହା କରିବା ସମୟରେ ପ୍ରଥମେ ନିଜ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ସ୍ଥିର ରଖନ୍ତୁ । ଅତି କମ୍‌ରେ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଯୋଗ ଏକଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରିବା ଦରକାର । କୁଣ୍ଡଳିନୀ ଶକ୍ତି ବଢାଇବା ପାଇଁ ଏହି ଯୋଗ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ଓ ପାଚନକ୍ରିୟା ଠିକ୍ ରହିଥାଏ । ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟକୁ ମଜବୁତ କରିବା ସହ ପଞ୍ଚେନ୍ଦ୍ରିୟର କ୍ଷମତା ବଢାଇଦେଇଥାଏ । ଧୂମ୍ରପାନ ଓ ମଦ ପିଇବା ଭଳି ଖରାପ ଅଭ୍ୟାସ କମିଯାଇଥାଏ । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ବଢିବା ସହ ମନଭିତରେ ଶାନ୍ତି ଆସିଥାଏ । ତା' ସହ ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ।

