

ପଣ୍ଡିତଙ୍କା



ଧରିଛା



ଆଇନା

ଜଣା ଅଜଣା

ଗ

କ'ଣ କରନ୍ତି ଏମାନେ

ପରିଷାର, ପରିଜ୍ଞନ ପ୍ରତି ଧାନ ଦେଇଥାଏ

ପ୍ରତିଦିନ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଭଲଭାବେ ହାତକୁ ହ୍ୟାଶ୍ଵାଶରେ ଧୋଇବା ପରେ ଖାଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସକଳ ନିତ୍ୟକର୍ମ ସାରି ମୁଁ ଗାଧାଏ । ସ୍କୁଲରୁ ଆସିଲାପରେ ସ୍କୁଲଟ୍ରେସକୁ ବଦଳାଇ ଯାରେ ଥିବା ସଫା ଡ୍ରେସ ପିଛିଥାଏ । ମୁଁ ସ୍କୁଲ ଡ୍ରେସକୁ ପ୍ରତିଦିନ ସଫା କରେ । ତା' ପରଦିନ ପିଛି ଆସେ । ମୁଁ ସବୁବେଳେ ପରିଷାର ପରିଜ୍ଞନ ପ୍ରତି ଧାନ ଦିବ ।

-ଶ୍ରେୟାଶ୍ରୀ ରାଉଡ଼, କ୍ଲ୍ୟୁ-୮, ସରକାରୀ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଲୟ, ଆୟଶାଳ, ବାଲିକୁଦା, ଜଗତ୍ସିଂହପୁର



ପାଞ୍ଚଟି କଥା

“ପିଲା ମୁସ୍ତ ତଥା ନୀରୋଗ
ରହିବ— ଏକଥା କେବଳ
କହିଦେଲେ ହେବ ନାହିଁ, ଏଥପ୍ରତି
ପିଲା ମଧ୍ୟ ଯତ୍ନବାନ୍ ହେବା
ଦରକାର । ତେବେ ପିଲାଟି
ଦିନରୁ ଏଭଳି କେତୋଟି ବିଷ୍ୟ
ପ୍ରତି ଧାନ ଦେବା ଆବଶ୍ୟକ,
ଯାହା ଫଳରେ ସେମାନେ
ଉଦ୍ଦିଷ୍ୟତରେ ନିଜକୁ ମୁସ୍ତ
ରଖୁପାରିବେ...”

ପି

ଲାମାନଙ୍କ ବୟସ ବଢ଼ିବା ସହ ନିଜର ଯତ୍ନ
ନେବାର ଦାୟିତ୍ୱ ସେମାନଙ୍କର ଆସିଯାଇଥାଏ ।
ପିଲା ଯଦି ଛୋଟ ବେଳୁ ଏଭଳି କିଛି କଥା
ଶିଖୁପିବ ତେବେ ନିଜକୁ ଅନେକାଶରେ ସୁମ୍ମୁ
ରଖୁପାରିବ । ବିଶେଷଭାବରେ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ପାଞ୍ଚଟି
କଥାକୁ ଅନୁସରଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ...”

ହାତ ସଫାରଖୁବା :

କେତେକ ଗୋଗର ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ହେଉଛି ଅପରିଷାର
ହାତ । ବେଳେବେଳେ ପିଲାମାନେ କେବଳ ପାଣିରେ ହାତ
ଧୋଇଦେଇଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହାହାର ଜୀବାଶ୍ଵ
ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ହାତକୁ ଭଲ ଭାବରେ
ଧୋଇବା ଦରକାର । ହାତ ଧୋଇବା
ସମୟରେ ହ୍ୟାଶ୍ଵାସ ବ୍ୟବହାର କରିବା
ଆବଶ୍ୟକ । ଯେଉଁଠି ପାଣିର ସୁବିଧା ନାହିଁ
ତା' ବଦଳରେ ସାନିଟାଇଜର ବ୍ୟବହାର
କରିପାରିବେ । ତା'ଥାର ଛିଙ୍ଗିଲେ କି
କାଶିଲେ ମୁହଁରେ ହାତ ଦେଇ କାଶକୁ
କିମ୍ବା ଛିଙ୍ଗକୁ ତା'ପରେ ସାବୁନ କିମ୍ବା
ହ୍ୟାଶ୍ଵାସରେ ହାତକୁ ଧୂଆନ୍ତି । ଟ୍ରେଲେଟ୍
ଆସିବା ପରେ କିମ୍ବା କୌଣସି ଜୀବଜକୁ
ଧରିବା ପରେ ହାତକୁ ଭଲଭାବେ ସାବୁନ
ସାହାଯ୍ୟରେ ସଫା କରନ୍ତି ।

ଗାଧୋଇବା

ପ୍ରତିଦିନ ଗାଧୋଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ସକାଳୁ
ନିଜ ନିତ୍ୟକର୍ମ ସାରି ସାବୁନ ଲଗାଇ



ରାତ୍ର ଭୋଜନ ପରେ
ବି ବ୍ରଣ କରିଥାଏ

ଆମେ ଯଦି ସଫାମୁହୁରା ନ ରହିବା ତେବେ
ଅଯଥାରେ ବୋଗରେ ପଢ଼ିବା । ତେଣୁ ମୁଁ ଏଥପ୍ରତି
ବିଶେଷ ଧାନ ଦେଇଥାଏ । ସକାଳୁ ଉଠିଲାମାଟ୍ରେ
ମୁଁହଁ ଧୋଇ ବ୍ରଣ କରେ । ଏଥୁସିତ ରାତ୍ର ଭୋଜନ
ପରେ ବ୍ରଣ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ମୁଁହୁରି ନ ଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ



ମୁହୁରୁ ଫେରିଲା ପରେ ବ୍ରେସ ବଦଳାଇ ହାତମୁହଁ, ଗୋତ
ଭଲଭାବେ ଧୋଇବା ପରେ ଯାଇ ଖାଇଥାଏ । କୌଣସି
ସାଙ୍ଗ ଗିକେ ଅପରିଷାର ବ୍ରେସ ପିଛି ଥିବାର ଦେଖିଲେ
ତାକୁ ଏ ନେଇ ସତେଜନ କରାଇଥାଏ । ସଫାମୁହୁରା
ପ୍ରତି ସବୁବେଳେ ନିଜର ଦେଇଥାଏ । କାରଣ ଏହାହାର
ହେନିଜକୁ ଗୋଗଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖିଦେବ ।

-ଅଭିନବ ନାୟକ, କ୍ଲ୍ୟୁ-୯, ସେଣ୍ଟାର୍ଥିର୍ପାର୍
ହାଜିମୁହୁରୁ, ଖୁଣ୍ଟିର୍ଟ, ଭୁବନେଶ୍ୱର



