ପଞ୍ଚତନ୍ତ୍ର

ମନୁଷ୍ୟ ମାଂସାହାରୀ ନୁହେଁ

ଯ ଇଚ୍ଛେତ୍ ପୁରୁଷୋଽତ୍ୟନ୍ତ ମାତ୍ମନଂ ନିରୁପଦ୍ରବମ
ସଃ ବର୍ଜୟେତ୍ ମାଂସାନି ପ୍ରାଣୀନାମିହ ସର୍ବଶଃ (ମ:ଅନୁ)

ଅର୍ଥ-ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ନିଜର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶାନ୍ତିଲାଭ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି, ଜଗତରେ କୌଣସି ପ୍ରାଣୀଙ୍କର ମାଂସ କୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ ମଧ ଖାଇବା ନିଷେଧ ।

ଆମ ଦେଶରେ ଏଇ କେତେବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ପାରମ୍ପରିକ ଶାକାହାରୀ ପରିବାର ମାନଙ୍କରେ ସଭ୍ୟତାର ନାମରେ ହେଉ ବା ସ୍ୱାଦ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ହେଉ ବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ବାହାନାରେ ହେଉ, ଅଣ୍ଡା ଏବଂ ମାଂସାଦି ଭକ୍ଷଣ ଏକ ଫେସନରେ ପରିଣତ ହୋଇଗଲାଣି । ଆଜିକାଲି ଶାକାହାରୀ ପରିବାରର ଯୁବକମାନେ ଚୋରାଲୁଚାରେ ବିଳାସପୂର୍ଣ୍ଣ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ ମାନଙ୍କରେ ମାଂସ ଭକ୍ଷଣ ସାଙ୍ଗକୁ ମଦ୍ୟପାନ କରୁଛନ୍ତି । ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଃଖ ଓ ପରିତାପର ବିଷୟ । ହେଲେ ଏତିକି କହିଦେଲେ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ହୋଇଯିବ ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କ ଆଗରେ ପ୍ରତିପାଦିତ କରିବାକୁ ହେବ ଯେ ବାସ୍ତବରେ ମନୁଷ୍ୟ ଏକ ଶାକାହାରୀ ପ୍ରାଣୀ, ମାଂସାହାରୀ ତା'ର ଆଚରଣରେ ବିରୋଧ ଅଟେ ।

ପ୍ରଥମେ ଆଧାତ୍ମିକତା ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଆଲୋଚନା କରାଯାଉ-

ଭାରତ ଏକ ପୁଣ୍ୟ ଭୂମି । ଭାରତ ମୁନିଋଷିମାନଙ୍କର ଦେଶ । ଭାରତର ଜାତୀୟ ନୀତି ହେଉଛି 'ଅହିଂସା' । ପୁନଶ୍ଚ ସମସ୍ତ ପ୍ରାଣୀ ପରମେଶ୍ୱରଙ୍କର ଅଂଶ ବିଶେଷ । ଏ ମତବାଦରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ହିନ୍ଦୁ ବିଶ୍ୱାସ କରେ । ତେଣୁ ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ଜିହ୍ୱାର ବଶବର୍ତ୍ତି ହୋଇ ମାଂସାହାର ଆଶାରେ ମନୁଷ୍ୟ କେତେଯେ ଘୃଣ୍ୟ ତଥା ହିଂସ୍ର କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ।

"ଅଦ୍ୱେଷ୍ଟା ସର୍ବଭୂତାନାଂ ମୈତ୍ରଃ କରୁଣ ଏବଚ" (ଗୀତା)

ଅର୍ଥ-ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କହିଛନ୍ତି ସବୁ ପ୍ରାଣୀଙ୍କଠାରେ ମୋର ଉପସ୍ଥିତିକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରି ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ମିତ୍ର ଭାବ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

ନ କୃତ୍ୟା ପ୍ରାଣୀନାଂ ହିଂସା ମାଂସମୁତ୍ପାଦ୍ୟତେ କ୍ୱଚିତ
ନଚ ପ୍ରାଣୀ ବଦ୍ଧ ସ୍ୱର୍ଗ ସ୍ତସ୍ମା ମାଂସଂ ବିବର୍ଜୟେତ୍ (ମନୁ)

ଅର୍ଥ-ପ୍ରାଣୀ ପ୍ରତି ହିଂସା ଆଚରଣକଲେ ମାଂସ ମିଳେ । କିନ୍ତୁ ହିଂସାଦ୍ୱାରା ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାର ସବୁଦିନପାଇଁ ରୁଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ । ତେଣୁ ମାଂସାହାର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ତ୍ୟାଗ କର ।

ସଚରାଚର ବିଶ୍ୱବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡ ପରମପିତାଙ୍କର ସୃଷ୍ଟି । ଏ ସୃଷ୍ଟି ପ୍ରେମ ଓ ମୈତ୍ରୀର ଡ଼ୋରିରେ ବନ୍ଧା । ସବୁ ପ୍ରାଣୀ ଇଶ୍ୱରଙ୍କର ସନ୍ତାନ । ଏ ସୃଷ୍ଟିରେ ବଞ୍ଚି ରହିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତଙ୍କର ସମାନ ଅଧିକାର ଅଛି । ତେଣୁ କୌଣସି ପ୍ରାଣୀ ପ୍ରତି ହିଂସା ଭାବ ଆଚରଣ କରିବା ବା ହତ୍ୟା

କରିବା ଅଧିକାର ମନୁଷ୍ୟର ନାହିଁ । ଅନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀ ପ୍ରତି ହିଂସ୍ର ଆଚରଣ କରିବାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି, ଈଶ୍ୱରଙ୍କର ଆଦେଶକୁ ଅବମାନନା କରିବା ବା ପରମପିତାଙ୍କ ପ୍ରତି ବେଖାତିର ଭାବ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା । ଯେ କେହି ବ୍ୟକ୍ତି ଯେତେ ବିଜ୍ଞ, ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ ଧନବାନ ହେଉନା କାହିଁକି, କୃତକର୍ମର ଫଳାଫଳ ଭୋଗ କରିବାକୁ ହିଁ ନିଶ୍ଚୟ ପଡ଼ିବ ।

ମାଂସ ଭକ୍ଷୟିତା ମୁତ୍ର ଯସ୍ୟ ମାଂସ ମିହାଦ୍ ମ୍ୟହମ୍

ଏତନ୍ ମାଂସସ୍ୟ ମାଂସତ୍ୱଂ ପ୍ରବଦ୍ୟନ୍ତି ମନୀଷିଣଃ ।।

ଅର୍ଥ-ମୁଁ ଏଠାରେ ଯାହାର ମାଂସ ଖାଉଛି, ପରଲୋକରେ ସେ ମୋତେ ଖାଇବ । ଏହାହିଁ ମାଂସ ଶବ୍ଦର ଅର୍ଥ ବୋଲି ମହାତ୍ମାମାନେ କହିଛନ୍ତି ।

ତୁମେ ଆଜି ଯେଉଁ ପ୍ରାଣୀର ମାଂସ ଭକ୍ଷଣ କରୁଛ, ସମୟାନ୍ତରରେ ସେ ତୁମର ମାଂସ ଭକ୍ଷଣ କରିବ । ପୁନଶ୍ଚ ତୁମେ ଇତର ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଦେଉଥିବା କଷ୍ଟ, ସମୟାନ୍ତରରେ ତୁମକୁ (ସୁଧମୂଳସହ) ଭୋଗିବାକୁ ହିଁ ପଡ଼ିବ । ଏ ହେଉଛି ସୃଷ୍ଟିର ବିଚିତ୍ର ନିୟମ ।

କୁମ୍ଭୀପାକେ ଚ ପଚ୍ୟନ୍ତେ ଘଂତାଂ ଯୋନି ମୁପାଗତା

ଆକ୍ରମ୍ୟ ମାର୍ଯ୍ୟମାଣାଶ୍ଚ ଭ୍ରାମ୍ୟନ୍ତେବୀ ପୁନଃ (ମହାଅନୁ)

ଅର୍ଥ-ପିତାମହ ଭୀଷ୍ମ କହନ୍ତି, ମାଂସହାରୀ ଅନେକ ଯୋନି ଭ୍ରମଣ କରି ଶେଷରେ କୁମ୍ଭୀପାକ ନର୍କ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗ କରେ । ଅନ୍ୟମାନେ ତାକୁ ବଳତ୍କାରେ ମାରନ୍ତି । ସେ ଏହିପରି ନାନା ଯୋନି ଭ୍ରମଣ କରେ ।

ଯେତେବେଳେ ଆମ୍ଭେ କୌଣସି ଜୀବକୁ ଜୀବନ ଦାନ କରିବାର ଶକ୍ତି ନାହିଁ, କେଉଁ ଅଧିକାରରେ ଆମ୍ଭେ ଏକ ଜୀବକୁ ହତ୍ୟା କରିବୁ ? ଅନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀର ଜୀବନନାଶ କରିବାର ଅଧିକାର ଆମ୍ଭର ନାହିଁ । ଅତଏବ, ମାଂସାହାରୀ ମାନବ ଧର୍ମର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଅଟେ । ମାଂସହାରୀ ବିଧର୍ମି, ହିଂସ୍ର ଓ ନିର୍ଦ୍ଦୟ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହର ଅବକାଶ ନାହିଁ । ମାଂସାହାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନରେ କେବେ ହେଲେ ଧର୍ମନିଷ୍ଠ ନୁହେଁ, ସତ୍ୟ ନିଷ୍ଠ ନୁହେଁ । ସେ ଅନ୍ୟପ୍ରତି ଦୟା, ପ୍ରେମ ବା ମିତ୍ରତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ସେ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିରେ ନିୟମର ଅବମାନନା କରିଛି, ଇତର ପ୍ରାଣୀ ପ୍ରତି ପ୍ରତାରଣା କରିଛି । ସେ ବିଶ୍ୱାସଘାତକ ଓ କୃତଘ୍ନ । ମନୁଷ୍ୟ ସାମାନ୍ୟ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କଲେ କଷ୍ଟରେ ଚିତ୍କାର କରେ । କିନ୍ତୁ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିବାରେ ଟିକିଏ ବି ଦ୍ୱିଧାବୋଧ କରୁନାହିଁ । କି ଦୁଃଖର ବିଷୟ !

ଜୈସା ଖାୟେ ଅନ୍ନ, ୱୈସା ବନେ ମନ୍

ଖାଦ୍ୟହିଁ ମନର ସୃଷ୍ଟିକର୍ତ୍ତା । ଯେଉଁ ମନୁଷ୍ୟ ମାଂସ ଭକ୍ଷଣ କରେ ତାର ମାନସିକ ସ୍ଥିତି କ'ଣ ହେବ ତାହା ଆପଣମାନେ ବିଚାର କରନ୍ତୁ । ମାଂସାହାରୀ ମନୁଷ୍ୟର ପ୍ରକୃତି କ୍ରମଶଃ ହିଂସ୍ର ପଶୁବତ୍ ହୋଇଯାଏ । ତାର ହୃଦୟରେ ଦୟା, ପ୍ରେମ, କ୍ଷମା, ସ୍ନେହ ଓ ମମତାର ସ୍ଥାନ ରହେ ନାହିଁ । ସେ ପଶୁଭଳି ଅଚରଣ କରେ । ଗୁରୁଜନମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରେ ନାହିଁ । ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ମିଷ୍ଟ ଭାଷଣ କରେ ନାହିଁ । ଛୋଟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସ୍ନେହ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର କରେ ନାହିଁ । ଫଳତଃ ନିଜକର୍ମାନୁସାରେ ପଶୁପକ୍ଷୀ ଯୋନି ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ।

ପଶୁ ହତ୍ୟାର ଦୋଷ ଯେ ମାଂସ ଭକ୍ଷଣକାରୀ କେବଳ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ତାହା ନୁହେଁ ।

ଆହର୍ତ୍ତା ଚାନୁମନ୍ତାଚ ବିଶସ୍ତା କ୍ରୟ ବିକ୍ରୟୀ

ସଂକର୍ତ୍ତା ଚୋପଭୋକ୍ତାଚ ଖାଦକା ସର୍ବ ଏବତେ ।।

ଅର୍ଥ-ମାଂସ ଆଣିବା, ମଗାଇବା, ପଶୁ ଅଙ୍ଗ ଛେଦନ କରିବା, କିଣିବା, ବିକ୍ରି କରିବା, ରନ୍ଧନ କରିବା ଏବଂ ଖାଇବା ବ୍ୟକ୍ତି ହତ୍ୟାଜନିତ ପାପ ଭୋଗ କରନ୍ତି ।

ଏତଦ୍ ବ୍ୟତୀତ, ଏକ ଶୁଦ୍ଧ ଶାକାହାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକ ଶୁଦ୍ଧ ତଥା ଧାର୍ମିକ ବ୍ୟକ୍ତି ଭାବରେ ସର୍ବତ୍ର ପ୍ରଶଂସିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ବର୍ଷେ ବର୍ଷେଂ ଶ୍ୱମେଧେନ ଯୋଯଜେତ ଶୃତଂ ସମାଃ

ମାଂସାନିଚ ନ ଖାଦେଦ୍ୟଂସ୍ତୟୋ ପୂର୍ଣ୍ଣ୍ୟ ଫଳ ସମଂ ।। (ମନୁ)

ଅର୍ଥ-ଏକ ଶତ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଶ୍ୱମେଧ ଯଜ୍ଞ କରିବା ଏବଂ କୌଣସି ମାଂସ ନଖାଇବା ଉଭୟଙ୍କର ପୂଣ୍ୟ ଫଳ ସମାନ ।

ପୁନଶ୍ଚ-ଶରଣ୍ୟଃ ସର୍ବଭୂତାନାଂ ବିଶ୍ୱାସ ସର୍ବ ଜନ୍ତୁଷୁ

ଅନୁଦ୍‌ବେଗ କରୋଲୋକେ ନଚାପ୍ୟୁ ଉଦ୍‌ବୀଜ୍ୟତେ ସଦା

ଅଦୃଷ୍ୟ ସର୍ବଭୂତାନାଂ ଆୟୁଷ୍ମାନ୍ ନିରୁଦ୍ଧଃ ସଦା

ଭବତ୍ୟ ଭକ୍ଷୟେନ୍ ମାଂସଂ ଦୟାବାନ୍ ପ୍ରାଣିନା ମିହ

ହିରଣ୍ୟ ଦାନୈ ଗେଦାନୈ ଭୂମି ଦାନୈଶ୍ଚ ସର୍ବଶଃ

ମାଂସସ୍ୟା ଭକ୍ଷଣେ ଧର୍ମୋ ବିଶିଷ୍ଟ ଇତିନଃ ଶ୍ରୁତିଃ ।।(ମହା-ଅନୁ)

ଅର୍ଥ-ମାଂସ ନଖାଇବା ଏବଂ ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ପ୍ରତି ଦୟାଶୀଳ ମନୁଷ୍ୟ ସମସ୍ତ ଜୀବଜଗତର ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳ ଏବଂ ବିଶ୍ୱସ୍ତ ହୁଏ । ସଂସାରରେ କାହାରି ଉଦ୍‌ବେଗରେ ପାତ୍ର ହୁଏନା । ସେ ଦୀର୍ଘାୟୁ, ନିର୍ଭୟ ଓ ନିରୋଗ ହୁଏ । ମାଂସ ବର୍ଜନର ପୂଣ୍ୟ ଗୋ, ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଓ ଭୂମି ଦାନ ଠାରୁ ଅଧିକ ହୁଏ ।

ବୈଜ୍ଞାନିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଆଲୋଚନା କରାଗଲେ ଜଣାଯାଏ ଯେ-

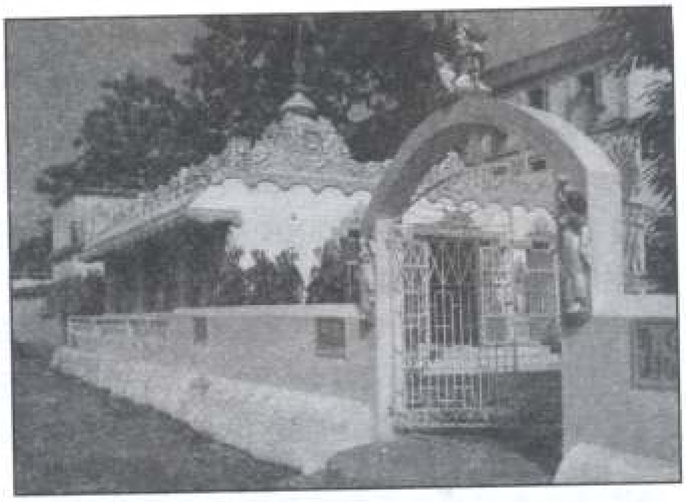
ଶାରୀରିକ ଗଠନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମନୁଷ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣତଃ ଶାକାହାରୀ ପ୍ରାଣୀ ଅଟେ । ନିମ୍ନରେ ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ଶାରୀରିକ ଲକ୍ଷଣମାନ ପ୍ରଦତ୍ତ କରାଗଲା ।

୧) ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ଖାଦ୍ୟନଳୀ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଛୋଟ ।
୨) ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ଜନ୍ମହେବାର ସାତଦିନପରେ ଆଖି ଖୋଲେ ।
୩) ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ନଖ ଓ ଦାନ୍ତ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଓ ବଙ୍କା ଅଟେ ।
୪) ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ଜିଭରେ ଚାଟିଚାଟି ପାଣି ପିଇଥାଏ ।
୫) ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ପାଚନ ରସରେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଦଶଗୁଣ ଅଧିକ ହାଇଡ୍ରୋକ୍ଲୋରିକ୍ ଏସିଡ୍ ଅଛି ।
୬) ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ଅନ୍ଧାରରେ ମଧ୍ୟ ଦେଖିପାରେ ଓ ଆଖି ଚକ୍ ଚକ୍ କରେ ।
୭) ମାଂସାହାରୀ ପ୍ରାଣୀର ସ୍ୱର କର୍କଶ ଓ ଭୟଙ୍କର ଅଟେ ।

ମନୁଷ୍ୟ ବାସ୍ତବରେ ଏକ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶାକାହାରୀ ପ୍ରାଣୀ । ଏ କଥାକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରି ଆଜି ବିଶ୍ୱର ବହୁ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଷ୍ଟ୍ର ଯଥା ଆମେରିକା, ଇଂଲଣ୍ଡ, ଫ୍ରାନ୍ସ, ଇଟାଲୀ ଓ ରୋମ ପ୍ରଭୃତି ଦେଶର ବହୁ ବୁଦ୍ଧିଜୀବି, ଡାକ୍ତର ଓ ବୈଜ୍ଞାନିକଗଣ (International Vegetarian Union) ଆର୍ନ୍ତଜାତିକ ଶାକାହାରୀ ସଂଘ ଗଠନ କରିଛନ୍ତି । ମାତ୍ର ଦୁଃଖର ବିଷୟ ଭାରତ ଯାହା ଏକ ମୁନିଋଷି ଓ ବୈଦିକ ପରମ୍ପରାର ଦେଶଭାବରେ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଏବଂ ଆୟୁର୍ବେଦର ଜନକ ଚରକାଦି ଋଷିଗଣ ମାଂସ ଓ ସୁରାକୁ ଏକ ଘୃଣ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ସତ୍ତ୍ୱେ- ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ବାହାନାରେ ଭାରତର ନାଗରିକମାନେ ମାଂସ ଭକ୍ଷଣ ଓ ମଦ୍ୟପାନ ପ୍ରତି ଟିକିଏ ବି କୁଣ୍ଠାବୋଧ କରୁନାହାଁନ୍ତି ।

ମାଂସାହାରର ଶିକାର ହୋଇଥିବା ବିଳାସ ବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ସମାଜ ନିକଟରେ ଏକ ବଦ୍ଧମୂଳକ ଧାରଣା ଅଛି ଯେ ମାଂସାହାର ଶରୀରକୁ ଅଧିକ ପ୍ରୋଟିନ ଯୋଗାଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ପରୀକ୍ଷାକରି ଦେଖିଲେ ଜଣାଯାଏ ଯେ- ମାଂସରେ ପ୍ରୋଟିନର ପରିମାଣ ୨୫% ଥିବାବେଳେ, ସୋୟାବିନରେ ୩୮%, ବାଦାମରେ ୩୦% ଏବଂ ଡାଲିଜାତୀୟ ପଦାର୍ଥରେ ତାହା ୨୨% ଥାଏ ।

ଆଜିକାଲି ପିଲାମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଅଣ୍ଡା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଉଛି । କିନ୍ତୁ ଇଂଲଣ୍ଡର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଚିକିତ୍ସକ Dr. Robert Grass ଏବଂ Prof. Okada Davidson Erbangଙ୍କ ମତରେ ଅଣ୍ଡା ଖାଇଲେ ଅତିସାର ଏବଂ ମାନ୍ଦାଗ୍ନି ଶରୀରରେ ବସାବାନ୍ଧି ରହିନ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ତଃନଳୀରେ ଛିଦ୍ର ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ଜର୍ମାନୀର Prof. Enterbergଙ୍କ ମତରେ ଅଣ୍ଡା ୫୧.୮୩% କଫ ସୃଷ୍ଟିକରେ ଯାହାକି ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାର ଶକ୍ତିର ବାଧକ ଅଟେ । ୧୯୮୫ ମସିହାର ନୋବେଲ ପୁରସ୍କାରର ଯୁଗ୍ମ ବିଜେତା ଆମେରିକାର Dr. Mickel S Brown ଏବଂ Joseph L Goldsten ଏହା ପ୍ରମାଣ କଲେ ଯେ ଏବେ ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ହୃଦରୋଗରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରୁଛନ୍ତି । ଏହାର କାରଣ ହେଉଛି, ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟିରଲ୍ (Colesteral) ନାମକ ପଦାର୍ଥ ଜମିବ, ଯାହାକି ଅଣ୍ଡାରେ ସର୍ବାଧିକ ପରିମାଣ ଥାଏ । ଗୋଟିଏ ଅଣ୍ଡାରେ ପ୍ରାୟ ୪ଗ୍ରାମ୍ କୋଲେଷ୍ଟିରଲ୍ ଥାଏ । ରକ୍ତରେ କୋଲେଷ୍ଟିରଲ୍ ଅଧିକ ଯୋଗୁଁ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ କିଡ୍‌ନିରେ ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଆମେରିକାର କୃଷି ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବୁଲେଟିନ୍ FLORIDA ଅନୁସାରେ ଅଣ୍ଡାରେ ପ୍ରାୟ ୩୦% ବିଷାକ୍ତ D.D.T. ଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଣ୍ଡା ଖୋଳରେ ପ୍ରାୟ ପନ୍ଦର ହଜାର ସୂକ୍ଷ୍ମଛିଦ୍ର ରହିଛି ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଜୀବାଣୁ ଏହି ଛିଦ୍ର ଦ୍ୱାରା ଅଣ୍ଡା ଭିତରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିଥାନ୍ତି । ଇଂଲଣ୍ଡରେ ବର୍ଷକୁ ପ୍ରାୟ ଅଢ଼େଇ ଲକ୍ଷ ଲୋକ କର୍କଟରୋଗରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥାନ୍ତି ଏବଂ ଅଧିକାଂଶ ମାଂସହାର ଜନିତ ହୋଇଥାଏ । Dr. E B Maclaimଙ୍କ ମତରେ ଅଣ୍ଡାରେ ଶ୍ୱେତସାର ଆଦୌନାହିଁ ଏବଂ କ୍ୟାଲସିୟମ ପରିମାଣ ଅତ୍ୟନ୍ତ ନ୍ୟୁନତମ ଅଟେ । ତୁଳନାତ୍ମକ ଭାବରେ ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଗ୍ରୀନ୍ ମଟରରେ ଶ୍ୱେତସାର ପରିମାଣ ୫୬.୬% ଓ ସୋୟାବିନ୍‌ରେ ୨୨.୯% ଏବଂ ଚିନାବାଦାମରେ ଏହା ୨୯.୩% ଥାଏ । ପୁନଶ୍ଚ ଅଣ୍ଡାରେ ୧୭୩ କ୍ୟାଲୋରୀଶକ୍ତି ଥିବାବେଳେ ସମ ପରିମାଣ ଗ୍ରୀନ୍ ମଟରରେ ୩୩୪ ସୋୟାବିନ୍‌ରେ ୪୩୨ ଓ ଚିନାବାଦାମରେ ୫୪୯ କ୍ୟାଲୋରୀ ଶକ୍ତି ଅଛି । ୧୯୬୨ ମସିହାରେ UNICEF ଅଣ୍ଡାକୁ ଲୋକପ୍ରିୟ କରିବା ପାଇଁ Infertile ବା ଶାକାହାରୀ ଅଣ୍ଡା ନାମରେ ଏକ ଭ୍ରାନ୍ତ ଧାରଣା ସୃଷ୍ଟି କରିଥିଲେ । ୧୯୭୧ରେ Mis Gone Universityର ବୈଜ୍ଞାନିକ Dr. Philip De Sclembal ପ୍ରମାଣ କଲେଯେ କୌଣସି ଅଣ୍ଡା ନିର୍ଜିବ ନୁହେଁ ।

ଶିବାନନ୍ଦ ପରିବାର, ଓଡ଼ିଶା

❖ ❖ ❖