



ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

website : www.dhwanipratidhwani.net
email: pratidhwani.dhwani@gmail.com

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ଦୁଧନା, ୧୭ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୨ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପଇସା ■ ପୃଷ୍ଠା ୩-୩୩-୩୩ ■ Baleshwar ■ WEDNESDAY 17 AUGUST 2022
Vol.No. 35 ■ No. 215 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore(Odisha)/005/2022

ପ୍ରକାଶକ : ସୁବର୍ଣ୍ଣଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶନୀ ବାଲେଶ୍ୱର-୧

ପୃଷ୍ଠିଧର ପରିତ୍ରାଙ୍କର ଏମିତି ଚାଲିଥିବ ପ୍ରାପ୍ତିସ୍ଥାନ ବୈରିକ୍ଷ୍ଣୀ ସାହୁଙ୍କର ରଫ୍ଟଖାତାର ଚିତ୍ର

ନଲେକ୍ କର୍ଷିତ୍, ସହଦେବଖୁଣ୍ଟା ବସ୍ତାଣ୍ଡ ସାମନା ବାଲେଶ୍ୱର-୧

ଭାରତର ବିରୋଧ ସତ୍ତ୍ୱେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କାରେ ପହଞ୍ଚିଲା ଚୀନର ଗୁରୁତ୍ୱା ଜାହାଜ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୦୮ : ଭାରତର କଡ଼ା ବିରୋଧ ଓ ଲଗାତର ଚେତାବନୀ ସତ୍ତ୍ୱେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କାରେ ପହଞ୍ଚିଲା ଚୀନର ସାତୋଟି ଓ ମିସାଇଲ ଟ୍ରାକିଂ ଜାହାଜ । ଆଜି ସକାଳେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କାର ହାମ୍ବନ୍ତୋଟା ବନ୍ଦରରେ ଏହି ଜାହାଜ ପହଞ୍ଚିଛି । ତେବେ ଚୀନର ଏହି ଜାହାଜକୁ ଶ୍ରୀଲଙ୍କା ପୂର୍ବରୁ ହିଁ ଅନୁମତି ଦେଇସାରିଛି । ଖବର ଅନୁଯାୟୀ, ଭାରତ ଏବଂ ଆମେରିକାର ଚିନ୍ତା ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କା ଚୀନର ଜାହାଜକୁ ସୁଗତ ରଖିବାକୁ ପୂର୍ବରୁ କହିଥିଲା, କିନ୍ତୁ କିଛି ଦିନ ପରେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କା ନିଜ କଥାରୁ ଓହରି ଯାଇଥିଲା । ଆଉ ଚୀନର ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱା ଜାହାଜ ଖୁବ୍ ଖୁବ୍-୫୦୦ ଟାଙ୍କ ବନ୍ଦରରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେଇଥିଲା । ତେବେ ଶ୍ରୀଲଙ୍କାରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ଚୀନର ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱା ଜାହାଜର ଟ୍ରାକିଂ ସିଷ୍ଟମ ଅନେକ ଭାରତୀୟ ସଂସ୍ଥାର ତଥ୍ୟ ଦେବାକୁ ଗୁପ୍ତଚର ଭାବେ ଚେଷ୍ଟା କରିବ ବୋଲି ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ଚିନ୍ତା

କରୁଛି । ବିଦେଶିକ ମହଣାଳୟର ମୁଖପାତ୍ର ଅଭିମତ ବାଗି ଗତ ମାସରେ ଅଗଷ୍ଟରେ ଚୀନର ଏକ ଜାହାଜ ହାମ୍ବନ୍ତୋଟା ବନ୍ଦରରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଯାଇଥିବା ନେଇ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ସେ କହିଥିଲେ, 'ସରକାର ଭାରତର ସୁରକ୍ଷା ଓ ଆର୍ଥିକ ହିତ ସହ କଡ଼ିତ ବିକାଶ

ହୀରାକୁଦରେ ଖୋଲିଲା ୪୦ ଗେଟ୍

ସମ୍ବଲପୁର, ୧୬/୦୮ (ନି.ପ୍ର) : ହୀରାକୁଦର ଆଉ ୪ଟି ଗେଟ୍ ଖୋଲିଲା । ଏବେ ମୋଟ ୪୦ଟି ଗେଟ୍ ଦେଇ ଚାଲିଛି ଜଳ ନିଷ୍କାସନ । ପର୍ଯ୍ୟୟକ୍ରମେ ଆଜି ମୋଟ ୧୪ ଗେଟ୍ ଖୋଲାଯାଇଛି । ଏବେ ହୀରାକୁଦ ତ୍ୟାମକୁ ପଶୁଛି ୬,୯୧,୯୫୦ କ୍ୟୁସେକ୍ ପାଣି । ବାହାରୁଛି ୬,୧୦,୦୦୦ କ୍ୟୁସେକ୍ ପାଣି । ଆଜି ହୀରାକୁଦ ତ୍ୟାମକୁ ଛଡ଼ା ଯାଇଥିବା ପାଣି ଶୁକ୍ରବାର ସନ୍ଧ୍ୟା ବେଳେ ମୁଣ୍ଡଳରେ ପହଞ୍ଚିବ ବୋଲି ଆଶା କରାଯାଇଛି । ସେପଟେ କଟକର ମୁଣ୍ଡଳରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରାୟ ୧୨ ଲକ୍ଷ ୧ ହଜାର ୪୨୨ କ୍ୟୁସେକ୍ ଜଳ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବା ବେଳେ ମହାନଦୀ ଓ ଚା'ର ଶାଖା ନଦୀ ଗୁଡ଼ିକ ଅଧିକାଂଶ ସ୍ଥାନରେ ବିପଦ ସଙ୍କେତ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଛି । ବନ୍ୟା ଜଳ ପ୍ରବେଶ ଯୋଗୁ ଲୋକମାନେ ଏବେ ଜଳବନ୍ଦୀ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବାବେଳେ ବନ୍ୟା ପ୍ରଭାବିତ ଅଂଚଳରେ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକ ବନ୍ଦ ରଖିବା

ଆଗାମୀ ୪୮ ଘଣ୍ଟା ଖୁବ୍ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୦୮ (ନି.ପ୍ର) : ଆଜି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ମୁଣ୍ଡଳରେ ସର୍ବାଧିକ ବନ୍ୟାଜଳ ପ୍ରବାହିତ ହେବ । ତେଣୁ ନଦୀ ବନ୍ଧକୁ ଜରିବା କରୁଣା । ଆଗାମୀ ୪୮ ଘଣ୍ଟା ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଚିଲିପ୍ କମିଶନର (ଏସଆରସି) ପ୍ରଦୀପ କେନା । ଏସଆରସି ଶ୍ରୀ କେନା କହିଛନ୍ତି, ଗତକାଲି ରାତି ୯ଟାରୁ ୧୨ଟା ଭିତରେ ଖଇରମାଳରେ ସର୍ବାଧିକ ୧୨.୦୬ ଲକ୍ଷ କ୍ୟୁସେକ୍ ପାଣି ପାଏ କରିଛି । କାଲି ଖଇରମାଳ ପାଏ କରିଥିବା ପାଣି ଆଜି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ମୁଣ୍ଡଳରେ ପହଞ୍ଚିବ ।



ଆଜି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ମୁଣ୍ଡଳରେ ସର୍ବାଧିକ ପାଏ ୧୧ ଲକ୍ଷ କ୍ୟୁସେକ୍ ପାଣି ପାଏ କରିପାରେ । ତେଣୁ ଆଗାମୀ ୪୮ ଘଣ୍ଟା ଆମ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ହୀରାକୁଦକୁ ଏବେ ପ୍ରତି ସେକେଣ୍ଡରେ ୭ ଲକ୍ଷ ୮୮ ହଜାର କ୍ୟୁସେକ୍ ଜଳ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିବା ବେଳେ ପୃଷ୍ଠା ୭

୧୦ ଜିଲ୍ଲାର ସବୁ ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ଛୁଟି ବାତିଲ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୦୮ (ନି.ପ୍ର) : ଉପରମୁଖରେ ଅଧିକ ବର୍ଷା ଯୋଗୁ ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ନଦୀରେ ବନ୍ୟା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଏହାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ରାଜ୍ୟ ସରକାର ୧୦ଟି ଜିଲ୍ଲାର ସମସ୍ତ ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ଛୁଟିକୁ ସମ୍ପାଦକ ପାଇଁ ବାତିଲ କରିଛନ୍ତି । ଯେଉଁ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଛୁଟିରେ ଅଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯୋଗ ଦେବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଥିବାବେଳେ କାହାରିକୁ ଛୁଟିରେ ଯିବାକୁ ଅନୁମତି ମିଳିବ ନାହିଁ । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ ହୀରାକୁଦର ୪୦ଟି ଗେଟ୍ ଖୋଲିଥିବାବେଳେ ରାଜ୍ୟର ଅଧିକାଂଶ ସ୍ଥାନରେ ନଦୀଗୁଡ଼ିକ ବିପଦସଙ୍କେତ ଉପରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଛି ।

'ସାବରକର' ଓ 'ଟିପୁ'ଙ୍କ ବ୍ୟାନରକୁ ନେଇ ସଂଘର୍ଷ, ୧୪୪ ଧାରା ଲାଗୁ

ବେଙ୍ଗାଳୁରୁ, ୧୬/୦୮ (ନି.ପ୍ର) : କର୍ଣ୍ଣାଟକରେ ବୀର ସାବରକର ଓ ମୈସୂର ଶାସକ ଟିପୁ ସୁଲତାନଙ୍କ ବ୍ୟାନରକୁ ନେଇ ବିବାଦ ଉପୁଜିଛି । ଶିବମୋଗାରେ ସାବରକର ଏବଂ ସୁଲତାନଙ୍କ ବ୍ୟାନର ଲଗାଇବାକୁ ନେଇ ଦୁଇ ଗୋଷ୍ଠୀ ମଧ୍ୟରେ ଚାନ୍ଦ୍ର ସଂଘର୍ଷ ହୋଇଥିଲା, ଯାହା ପରେ ପ୍ରଶାସନ ସମୂହ ସହରରେ ଧାରା ୧୪୪ ଲାଗୁ କରିଛି । ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସଅର୍ଥାତ୍ ସୋମବାର ଦିନ ଏଭଳି କିଛି ଘଟଣା ଘଟିଥିଲା । ସୂଚନା ମୁତାବକ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଅବସରରେ କର୍ଣ୍ଣାଟକର ଆମର ଅହମ୍ମଦ ଛକରେ ଥିବା ଏକ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଖୁଣ୍ଟରେ ଏକ ଗୋଷ୍ଠୀ ସାବରକରଙ୍କ ବ୍ୟାନର ଲଗାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଅନ୍ୟ ଏକ ଗୋଷ୍ଠୀ ଏହାକୁ ବିରୋଧ କରିଥିଲେ । ସେହି ଖୁଣ୍ଟରେ ଟିପୁ ସୁଲତାନଙ୍କ ବ୍ୟାନର ଲଗାଇବାକୁ ଉଚ୍ଚ ଗୋଷ୍ଠୀ ଚାହୁଁଥିଲା । ଏହାକୁ ନେଇ ଉଭୟ ଗୋଷ୍ଠୀ ମଧ୍ୟରେ କଥା କଟାକଟି ଓ



ପରେ ଏହା ସଂଘର୍ଷର ରୂପ ନେଇଥିଲା । ପୁଲିସ୍ ସୂଚନା ଅନୁସାରେ, ଏହି ସଂଘର୍ଷରେ ଅଜ୍ଞାତ ଅପରାଧୀ ପ୍ରେମ ସିଂହ ନାମକ ଜଣେ ଯୁବକଙ୍କୁ ଛୁରାରେ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ ଯେଉଁଥିରେ ପ୍ରେମ ତାଙ୍କ ଡୋକାନ ବନ୍ଦ କରି ଘରକୁ ଫେରୁଥିବା ବେଳେ ଏହି ଚାକ ଉପରେ ଏହି ଆକ୍ରମଣ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଘଟଣାରେ ପୁଲିସ୍ ୪ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି । ଆହତ ଯୁବକଙ୍କୁ ମ୍ୟାକଗ୍ରାନ୍ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଇଛି । ସେପଟେ ବ୍ୟାନର ବିବାଦକୁ ନେଇ ସହରରେ ଅଶାନ୍ତ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା । ଭିତ ହଟାଇବା ପାଇଁ ପୁଲିସ୍ ଲାଠିଚାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟ କରିଥିଲା । ଯେଉଁଠି ଟିପୁ ଓ ସାବରକରଙ୍କ ବ୍ୟାନର ଲଗାଇବା ପାଇଁ ଦୁଇ ଗୋଷ୍ଠୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଂଘର୍ଷ ଚାଲିଥିଲା । ସେଠାରେ ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ଜାତୀୟ ପତାକା ଲଗାଇ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ଏହାପରେ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଶାସନ ୧୪୪ ଧାରା ଜାରି କରିଥିଲା ।

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ସ୍ଥିତ ବାସଭବନରେ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କଲେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ/ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬ ଅଗଷ୍ଟ - କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା, ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ ଏବଂ ଉଦ୍ୟମିତା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ ସୋମବାର ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ଅବସରରେ ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ସ୍ଥିତ ନିଜ ସରକାରୀ ବାସଭବନ ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଛନ୍ତି । ପରିବାର ସଦସ୍ୟ ଏବଂ ଦେଶର ଯବାନଙ୍କ ସହ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଆଜିର ଦିବସକୁ ପାଳନ କରିଛନ୍ତି । ଦେଶବାସୀଙ୍କୁ ୭୬ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସର ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଇବା ସହ ସେ କହିଛନ୍ତି ଆମର ତ୍ରିରଙ୍ଗା ସର୍ବଦା ଉଚ୍ଚରେ ଉଡ଼ୁ । ଅମୃତ କାଳରେ ସବୁ ସୁଯୋଗକୁ ହାତେଇବା ସହ ବିକଶିତ ଭାରତ ପାଇଁ ସମସ୍ତେ ନିଜ ସମାଧି ଉପାୟରେ ସବୁ ପ୍ରକାର ଉଦ୍ୟମ କରିବାକୁ ଦେଶବାସୀଙ୍କୁ ଚିତ୍ତ ଦାୟମରେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଆହ୍ୱାନ କରିଛନ୍ତି ।

ନୀତିଶଙ୍କ ନୂଆ ମନ୍ତ୍ରିମଣ୍ଡଳ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୦୮ : ନୀତିଶଙ୍କ କ୍ୟାବିନେଟରେ ୧୦ଟି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି । ନୂଆ ସରକାର । ବିଜେପି ହାତ ଛାଡ଼ି କଂଗ୍ରେସ ଓ ଆରଜେଡି ସହ ହାତ ମିଳାଇ ନୀତିଶଙ୍କୁ କୁମ୍ଭୀର ନିକର ନୂଆ ଟିମ ଗଠନ କରିଛନ୍ତି । କିଛି ଦିନ ପୂର୍ବରୁ ବିହାରର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଭାବେ ନୀତିଶଙ୍କୁ କୁମ୍ଭୀର ଓ ଉପମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ତେଜସ୍ୱୀ ଯାଦବ ଶପଥ ଦେଇଥିଲେ ଆଉ ଏବେ ମନ୍ତ୍ରିମଣ୍ଡଳ ସଂପ୍ରସାରଣ ହୋଇଛି । ରାଜ୍ୟପାଳ ଫଗୁ ଚୌହାନ ୫-୫ଜଣ ଲେଖାଏଁ ବିଧାୟକଙ୍କୁ

ମୁମ୍ବାଇ ପୋଲିସକୁ ବଡ଼ ସଫଳତା : ୫୧୬ କିଲୋ ଡ୍ରଗ୍ସ ଜବତ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୦୮ : ମୁମ୍ବାଇ ପୋଲିସ ମଲାକରୀର ୫୧୬ କିଲୋ ଏମିତି ଡ୍ରଗ୍ସ ଜବତ କରିଛି । ଏହାର ଅର୍ଦ୍ଧଜାତୀୟ ବକାରରେ ଦର ୧୦୨୬ କୋଟି । କିଛି ଦିନ ଚଳେ ମୁମ୍ବାଇ ପୋଲିସର ଏଏନସି ବା ଆର୍ଏ ନାକୋଟିଙ୍ଗ କଣ୍ଟୋଲ ସେଲ ଗୁଳିଚାର ସାମାଜିକ ପାଳୟର ୧୪୦୩ କୋଟି ଟଙ୍କାର ବିପୁଳ ଡ୍ରଗ୍ସ ଜବତ କରିଥିଲା । ଏଏନସି

ମାନସିଂବଜାର ସରସ୍ୱତୀ ଶିଶୁ ମନ୍ଦିରରେ ୭୫ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ

ବାଲେଶ୍ୱର, ୧୬/୦୮ (ନି.ପ୍ର) : ମାନସିଂବଜାର ସ୍ଥିତ ସରସ୍ୱତୀ ଶିଶୁ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଭାରତର ୭୫ତମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସ ମହାସମାରୋହରେ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିଶିଷ୍ଟ ସମାଜସେବୀ ତଥା ଦୈନିକ ଖବର କାଗଜ "ଆଜିକାଲି"ର ପରିଚାଳନା ସଂପାଦକ ଲକ୍ଷ୍ମୀନାରାୟଣ ମହାନ୍ତି ଯୋଗଦେଇ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ । ତ୍ୟାଗ ବୀରଦ୍ୱ ବଳିଦାନ ଓ ସ୍ୱାଭିମାନର ପ୍ରତୀକ ଆମର ଏହି ଜାତୀୟ ପତାକା । ଏହା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାରତୀୟଙ୍କ ବୀରତ୍ୱର ଗାଥା ବହନ କରିଛି, ଏହି ଦିବସରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କର ଭବିଷ୍ୟତ ଗଠନ ନିମନ୍ତେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଗୁରୁଜାଗୁରୁମାନ ମାନେ ଯତ୍ନବାନ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ବୋଲି ନିଜ ବକ୍ତବ୍ୟରେ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ମହାନ୍ତି ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ମୂଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବରେ ଦୈନିକ ଖବର



କାଗଜ "ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି"ର ମୁଖ୍ୟ ସଂପାଦକ ସୃଷ୍ଟିଧର ପରିତ୍ରା ଯୋଗଦେଇ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ସ୍ୱାଧୀନତା ପାଇଁ ବଳିଦାନ ଦେଉଥିବା ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷା କରାଇ ସେମାନଙ୍କର ବଳିଦାନ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିଚାଳକା କମିଟିର ସଭାପତି ରାଧାକୃଷ୍ଣ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସର ଆଜିମୁଖ୍ୟ ସଂପର୍କରେ ନିଜର ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ସଂପାଦକ ଗୟାଧର କର ଅତିଥି ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହିତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଦେଶପ୍ରେମରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ କରିବା ସହିତ ଶ୍ରେଣୀରେ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଜୀବନୀ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ପର୍ବପର୍ବାଣିର ମହାତ୍ୱ ଉପରେ ଶିକ୍ଷାଦାନ ଦେବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଗରିବ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପାଠ୍ୟ ଆର୍ଥିକ ସାହାଯ୍ୟ ଦିବସର ଆର୍ଥିକ ସଂପର୍କରେ ନିଜର

୧୯ରେ ଲଘୁତାପ, ୨ ଦିନ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ସମ୍ଭାବନା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୦୮ (ନି.ପ୍ର) : ୧୯ ଅଗଷ୍ଟ ବେଳକୁ ଉତ୍ତର ବଙ୍ଗୋପସାଗର ଅଂଚଳରେ ଏକ ଲଘୁତାପ କ୍ଷେତ୍ର ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଏହି ଲଘୁତାପ ପ୍ରଭାବରେ ଅଗଷ୍ଟ ୧୮ରୁ ରାଜ୍ୟରେ ପୁଣି ବର୍ଷାର ପରିମାଣ ବଢ଼ିବ । ଅଗଷ୍ଟ ୧୯ ଏବଂ ୨୦ ତାରିଖରେ ରାଜ୍ୟରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ହୋଇପାରେ । ଭୁବନେଶ୍ୱରସ୍ଥିତ ଆଂଚଳିକ ପାଣିପାଗ ବିଜ୍ଞାନ କେନ୍ଦ୍ର ପକ୍ଷରୁ ଏହି ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ପାଣିପାଗ କେନ୍ଦ୍ର ପକ୍ଷରୁ ଜାରି ସୂଚନା ସେନା ଅନୁଯାୟୀ ଆସନ୍ତା ୨୪ ଘଂଟା ମଧ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟରେ ବଡ଼ ବର୍ଷାର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ । ୧୮ ତାରିଖରୁ ବର୍ଷାର ପରିମାଣ ବଢ଼ିବ ।



ଏହି ଦିନ କେନ୍ଦ୍ରରେ, ମୟୂରଭଂଜ, ବାଲେଶ୍ୱର, ଭଦ୍ରକ, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ଯାଜପୁର, ଜଗତସିଂହପୁର, କଟକ, ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଓ ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଏଥିପାଇଁ ଏହି ଜିଲ୍ଲାଗୁଡ଼ିକୁ ଯେଲୋ ଖୁଣ୍ଟି ଜାରି କରାଯାଇଛି । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଆଉ ଏକ ଲଘୁତାପକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତାରେ ଅଛନ୍ତି ରାଜ୍ୟବାସୀ ।

ନିରାଡ଼ମ୍ବରରେ ପାଳିତ ହେଲା ୭୨ତମ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ସ୍ଵାଧୀନତା ଦିବସ

ଭଦ୍ରକ, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ପୂର୍ବ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଅନୁଯାୟୀ ଭଦ୍ରକ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ଖେଳ ପଡ଼ିଆରେ ଆଜି ମହାଭଦ୍ରହର ସହିତ ନିରାଡ଼ମ୍ବରରେ ପ୍ୟାରେଡ଼ ଓ ଜନସମାବେଶ ବିନା ୭୨ତମ ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ସ୍ଵାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସିଦ୍ଧେଶ୍ଵର ବଳିରାମ ବୋଧେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଏହି ସମାରୋହରେ ଯୋଗ ଦେଇ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ ପୂର୍ବକ ଭଦ୍ରକ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି ।

ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସମାପ୍ତି ପରେ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି, ଏସ୍.ପି. ଚରଣସିଂହୀ ମାମା ଓ ସଭାପତି ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କୁମାର ଜେନାଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ଦୃଷ୍ଟରୋପଣ କରାଯାଇଥିଲା । ପୋଲିସ୍ ଆର୍.ଆଇ. ମନୋରଞ୍ଜନ ଚରଣ ଓ ସର୍ବେଶ୍ଵର ଚନ୍ଦ୍ର ରଞ୍ଜନ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ନେତୃତ୍ଵରେ ପୋଲିସ୍ ବିଭାଗୀୟ ଅଭିବାଦନ ପ୍ରଦାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲାର ବିଶିଷ୍ଟ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ରାମଦାସ ରୁଢ଼ି, ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦର ନବୀନ ଅଧିକାରୀ ରଞ୍ଜନ ନାୟକ, ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ମନୋଜ ପାତ୍ର, ଅତିରିକ୍ତ ଏସ୍.ପି. ଯତୀନ୍ କୁମାର ପଣ୍ଡା, ଉପଖଣ୍ଡ ପୋଲିସ୍ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରଭାସ ଚନ୍ଦ୍ର ପାଲ ପ୍ରମୁଖ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଦିବସ ପାଳନ ଉପଲକ୍ଷେ ହାଇସ୍କୁଲ, ମଧ୍ୟମ୍ ସ୍କୁଲ ଓ ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ତରରେ ହୋଇଥିବା ବୃତ୍ତ, ବେଶାମ୍ବୋଧକ ଫାଟା, ପ୍ରବନ୍ଧ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀ, ହାଇସ୍କୁଲ ପରୀକ୍ଷାରେ ଜିଲ୍ଲାର ଚମ୍ପକ ହୋଇଥିବା ସାଧକମାନଙ୍କ ପରିଚ୍ଠା ଓ ବିଶିଷ୍ଟ ଚିତ୍ରଶିଳ୍ପୀ ପ୍ରତିଭା ସ୍ଵେଚ୍ଛା ଦାସଙ୍କ ପୁରସ୍କାର ଓ ସମ୍ମାନ ଜାରି କରାଯାଇଥିଲା । ୨୫ଜଣ କରୋନା ଯୋଗୁଁ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇ ମାନପତ୍ର



୭ ଯତିକାରେ ସହର ମୁଖ୍ୟ ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିରେ ମାଲ୍ୟାପର୍ଣ୍ଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ରମେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ନାୟକଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ

ବନ୍ୟାପାଣି ଘେରରେ ବାବା ସିଂହନାଥ ପୀଠ : ରୋଷ ଘରକୁ ଗଲେ ଠାକୁର

ନରସିଂହପୁର, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ମହାନଦୀରେ ମଧ୍ୟ ଧରଣ ବନ୍ୟା ଆସିଥିବାରୁ ଛାନିଆ ହେଲେ ଉପକୂଳ ଜିଲ୍ଲାବାସୀ । କେଉଁଠି ରାସ୍ତା ଉପରେ ୫ ଫୁଟ ଉଚ୍ଚ ପାଣି ପ୍ରବାହିତ ହେଉଛି ତ କେଉଁଠି ଘର ଭାଙ୍ଗି ବନ୍ୟା ପାଣି ଗାଁ ବୁଡ଼ାଇଲାଣି । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ କଟକ ଜିଲ୍ଲା ବନ୍ଦ୍ୟା ବୃଦ୍ଧ ମହାନଦୀ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ପୁରାତନ ଶୈବ ପୀଠ ତଥା ବଡ଼ମ୍ବର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ବାବା ସିଂହନାଥ ପୀଠ ପ୍ରବେଶ କରିଛି ବନ୍ୟା ଜଳ । ମହାନଦୀ କ୍ରମଶଃ ପ୍ରସ୍ଥୁଥିବାରୁ ବାବା ସିଂହନାଥଙ୍କ ପୀଠକୁ ପ୍ରବେଶ କରିଛି ବନ୍ୟା ଜଳ । ବନ୍ୟା ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ପରିସରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ବାବା ସିଂହନାଥଙ୍କୁ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଥାନ ରୋଷପରକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇଛି । ଦେବତା ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସଜାଜ ରହିବା ସହିତ ବଡ଼ମ୍ବର ତହସିଲଦାର ତପନ



କୁମାର ପରିଚ୍ଠା ସ୍ଥିତି ଉପରେ ନଜର ରଖିଛନ୍ତି । କଟକର ମୁଖ୍ୟଠାରେ ମହାନଦୀ ବିପଦ ସଂକେତ ଚପିଛି । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନିପଦ ସଂକେତ ୯୭.୨୫ ଫୁଟ ରହିଥିବା ବେଳେ ଜଳସ୍ତର ୯୭.୩୦ ଫୁଟ ରହିଛି ବୋଲି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ଜଳ ସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଯନ୍ତ୍ର ବିଜୟ କୁମାର ମିଶ୍ର । ମହାନଦୀ ଓ ତାର ଶାଖା ନଦୀ ଗୁଡ଼ିକରେ ବନ୍ୟା ଜଳ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାକୁ ବହୁ ଅଞ୍ଚଳ ବାଧ୍ୟ ଜଗତକୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇଯାଇଛି । ବନ୍ୟାକୁ ଦୂଷ୍ଟରେ ରଖି ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତିକୁ କୋରଦାର କରାଯାଇଛି । ବିଭିନ୍ନ ଦୁର୍ଦ୍ଦିନ ନଦୀ ବନ୍ଧ ବନ୍ଧ ଓ ତଳିଆ ଅଞ୍ଚଳକୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇ ତାହା ଉପରେ ତାମ୍ବର ନଜର ରଖା ଯାଇଛି । ବନ୍ୟା ସ୍ଥିତି ଉପରେ ନଜର ରଖିବା ପାଇଁ ଜଳ ସମ୍ପଦ ବିଭାଗ ଅଧିକାରୀ ଗତକାଲି ରାତିରେ ନାଲି ପାଟ୍ରୋଲିଂ କରିଥିଲେ । ଏପରିକି କିଛି ଜିଲ୍ଲା ପାଳ ମଧ୍ୟ ନାଲି ପାଟ୍ରୋଲିଂ କରି ସ୍ଥିତି ପରଖିଛନ୍ତି ।

ହସ୍ତିଚାଳ ପରିସରରେ ମା' ଓ ପୁଅଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ: ପୁଅ ମୃତ, ମା ଗୁରୁତର

ବଲାଙ୍ଗୀର, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ବଲାଙ୍ଗୀରର ଭୀମଭୋଇ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ହସ୍ତିଚାଳ ପରିସରରେ ଏକ ବାଉଁଶ ହତ୍ୟାକାଣ୍ଡ ଘଟିଥିବା ଜଣାଯାଇଛି । ଏଠାରେ ମା ଓ ପୁଅଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରାଯାଇଛି । ଏଥିରେ ପୁଅର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବେଳେ ମା ଗୁରୁତର ହୋଇଛନ୍ତି । ଆଜି ସକାଳୁ ସକାଳୁ ବଲାଙ୍ଗୀର ଭୀମଭୋଇ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ଓ ହସ୍ତିଚାଳର ଏମ୍.ସି.ଏଚ କୋଠା ନିକଟରେ ସୁଦପତାର ଜୟନ୍ତୀ ଦୋରା ଏବଂ ପୁଅ ଅକ୍ଷୟ ଦୋରାଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରାଯାଇଛି । ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ଅକ୍ଷୟ ମୃତ୍ୟୁ



ହୋଇଥିବା ବେଳେ, ଗୁରୁତର ଅବସ୍ଥାରେ ମା ଜୟନ୍ତୀ ସର୍ଜରୀ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ହୋଇଛନ୍ତି । ମା ଓ ପୁଅ ହସ୍ତିଚାଳରେ ଉତ୍ତଳି ବିକ୍ରି କରନ୍ତି । ଦୁଇଜଣ ଅକ୍ଷୟଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ଏବେର ପୁଲିସ୍ ତଦନ୍ତ ଜାରି ରଖିଛି ।

ଅବହେଳିତ ଗାନ୍ଧୀନଗରର ଗାନ୍ଧୀମନ୍ଦିର: ପୁନରୁଦ୍ଧାର ପାଇଁ ଦାବି

ପାଳକହଟ୍ଟ, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ସ୍ଵାଧୀନତା ୭୫ବର୍ଷ ପୂର୍ତ୍ତି ଅବସରରେ ଦେଶରେ ଆଜାଦୀକା ଅମୃତ ମହୋତ୍ସବ ପାଳିତ ହେଉଛି । ଦେଶପାଇଁ ସ୍ଵାଧୀନତା ଆଣିଥିବା ଜାତିର ଜନକ ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ ଓ ଅନ୍ୟ ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରାଯାଇଛି । ମାତ୍ର ପାଳକହଟ୍ଟ ଗାନ୍ଧୀମନ୍ଦିର ଖୁବ୍ କି.ମି. ଦୂରରେ ୧୪୯ ନମ୍ବର ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ପାର୍ଶ୍ଵରେ ନିର୍ମିତ ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିର ବହୁ ଅବହେଳିତ ହୋଇପଡ଼ିଛି । ରାଜପଥରେ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ, ରାଜକଲେକ୍ଟରୀଆସ କରୁଥିଲେ ବି ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିରର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ କେହି ଦୃଷ୍ଟି ଦେଉନାହାନ୍ତି । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ୧୯୬୪ ମସିହାରେ ତତ୍କାଳୀନ ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ବିଶିଷ୍ଟ ସ୍ଵାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ସ୍ମରଣ ପରିବ୍ରତ ପ୍ରଧାନ ଏହିଠାରେ ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣ ସହ ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ପୂର୍ବରୁ ଏହି



ଗାଁର ନାମ ଥିଲା ପେଟରାବସା । ଏହାକୁ ବଦଳାଇ ସେ ଗାନ୍ଧୀନଗର ନାମ ଦେଇଥିଲେ । ସମୟକ୍ରମେ ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିରର ଅବସ୍ଥା ଶୋଚନୀୟ ହୋଇଗଲା । ଘର ଭାଙ୍ଗିଗଲା । ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତିକୁ ଆଡ଼େ ଗଲା, ପରା ମିଳିଲା ନାହିଁ । ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ଖବର ପ୍ରକାଶ ପରେ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ତଥା ବର୍ତ୍ତମାନର ଡେକାନାଲ ସାଂସଦ ମହେଶ ସାହୁ ବିଧାୟକ ପାର୍ଟିରୁ ୨୦୧୭ ଜାନୁଆରି ୩୦ ତାରିଖରେ ଏଠାରେ ନୂଆ ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣ କରି ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ସ୍ଥାପନ କଲେ । ଏବେ କିଛି ସେଠାରେ ଲେଖାହୋଇଥିବା ‘ଗାନ୍ଧୀନଗର’ ଲିଭି ଗଲାଣି । ମନ୍ଦିରକୁ ଥିବା ପାହାଚ ଭାଙ୍ଗିଗଲାଣି । ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ମନ୍ଦିରରେ ରଜ ଲାଗିନାହିଁ । ପାଖରେ ଥିବା ଉଚ୍ଚା ମନ୍ଦିରର ଖୁସ୍ ମୁକ୍ତସାକ୍ଷୀ ଭଳି ଠିଆ ହୋଇଛି । ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିରକୁ ଭଲ ରାସ୍ତା ତିଆରି ହୋଇପାରିନାହିଁ । ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିର ସମ୍ମୁଖରେ ଏକ ବେସରକାରୀ ସଂସ୍ଥା ପାଇସ୍ ଲାଇଟ୍ ବିଜାଉଥିବାବେଳେ ରାସ୍ତା ଖାଲଖମାରେ ପୂରିଯାଇଛି । ମନ୍ଦିର ଆଗରେ ଛିଦ୍ର ହୋଇଛି ମେସିନ । ଗାନ୍ଧୀ ମନ୍ଦିର ଏକଜି ଅବସ୍ଥା ଯୋଗୁଁ ସାଧାରଣରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଏହି ମନ୍ଦିରର ପୁନରୁଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟବାକୁ ସଚେତନ ନାଗରିକମାନେ ସରକାରକୁ ନିବେଦନ କରିଛନ୍ତି ।

ନୟାଗଡ଼ରେ ୩୨ଟି ସ୍କୁଲ ଛୁଟି



ନୟାଗଡ଼, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ମହାନଦୀରେ ଜଳସ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ଯୋଗୁ ଓଡ଼ିଶାରେ ବନ୍ୟା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ବନ୍ୟା ଜଳ ବିଭିନ୍ନ ଗାଁରେ ପଶିବା ଯାଇଛି । ନୟାଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ମଧ୍ୟ ସମାନ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଏଥିପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାର ୩୨ଟି ସ୍କୁଲକୁ ୨ ଦିନ ବନ୍ଦ ରଖିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଆଜି ଓ ଆସନ୍ତାକାଲି ସ୍କୁଲ ବନ୍ଦ ରଖିବାକୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ କହିଛନ୍ତି । ଗଣିଆ ବ୍ଲକର ୧୧ଟି ସ୍କୁଲ, ଖଣ୍ଡପଡ଼ା ବ୍ଲକର ୨ଟି ଓ ଭାପୁର ବ୍ଲକରେ ୧୨ଟି ସ୍କୁଲ ବନ୍ଦ ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ମାତ୍ର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଶିକ୍ଷକ ଓ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ

ଅବହେଳିତ ଅବସ୍ଥାରେ କପିଳାସ ପୀଠ: କାମରେ ଆସୁନି ଶୌଚାଳୟ, ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି ଭକ୍ତ



ଗଂଦିଆ, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ଡେକାନାଲ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଶୈବ ପୀଠ କପିଳାସଠାରେ ବାବା ଚନ୍ଦ୍ରଶେଖର ପୂଜା ପାଉଛନ୍ତି । ଭକ୍ତ ବିଶ୍ଵପ୍ରସିଦ୍ଧ ତୀର୍ଥକ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଳିଆ ଆବର୍ଜନା ଏଣେତେଣେ ପଡ଼ିଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଦେବୋତ୍ତର ବିଭାଗ ଏଠାକୁ ଦୂରଦୂରାନ୍ତକୁ ଆସୁଥିବା ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ଏକ ଶୌଚାଳୟ ଦେବୋତ୍ତର ବିଭାଗ ଅନୁଦାନ ରାଶିରେ ପଞ୍ଚାୟତରାଜ ଓ ପାନାୟତକ ଯୋଗାଣ ବିଭାଗ

୪୩୦ ଲିଟର ଦେଶୀ ମଦ ଜବତ: ୨ ଗିରଫ

ମାଲକାନଗିରି, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା କାଲିମେଳା ଥାନା ପୋଲିସ୍ ଏକ ଟାଟା ମ୍ୟାଜିକ ଗାଡି ଯୋଗେ ଦେଶୀ ମଦ ତାଲାଣ ହେଉଥିବା ବେଳେ ତଦନ୍ତ କରି ମଦ ସହ ଗାଡିକୁ ଜବତ କରିଛି । ଦେଶୀ ମଦ ତାଲାଣ ଅଭିଯୋଗରେ ୨ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇ କୋର୍ଟ ଚାଲାଣ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି । କାଲିମେଳା ଥାନା ପକ୍ଷରୁ ମିଳିଥିବା ଦେଶୀ ମଦ ତାଲାଣ ଦେଖି ଡେକାନାଲ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସହ ସୁରକ୍ଷା ଚନ୍ଦ୍ର ମାଝୀ କନେକ୍ସନ୍ସ ପରିଚ୍ଠା କୁମାର ଦେବେରା ରାତ୍ର ଡିଭିଜି କରୁଥିବା ସମୟରେ ଏକ ଲାଲ ରଙ୍ଗର ଓଡି ୩୦ ୯୮୯୭ ନମ୍ବର ଥିବା ଟାଟା ମ୍ୟାଜିକ ଗାଡି ଆସୁଥିବା ଦେଖି ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀ ମାନେ ଗାଡିକୁ ଯାଞ୍ଚ କରିଥିଲେ । ଗାଡି ଯାଞ୍ଚ କରିବା ପରେ ପୁଷ୍ଟିକ ଜାରକିନ ତରାରେ ଛିଛି ତରଳ ପଦାର୍ଥ ଥିବା ଦେଖି ପୋଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସହେ ହେବାକୁ ଅଧିକ ଯାଞ୍ଚ ପରେ ସେଥିରେ ଦେଶୀ ମଦ ଥିବା ଜାଣିବାକୁ ପାଇଥିଲେ । ଏହି ମଦ କାରବାରରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା ମୋଟୁ ଅଫଜଲ ଆଇ ମାଡି ଓ ମନୋଜ ଯୋଡ଼ା ନାମକ ୨ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି ଓ ଗାଡି ଭିତରୁ ମୋଟ ୪୩୦ ଲିଟର ମଦ ଜବତ କରାଯାଇଛି । ଶିଖପଲ୍ଲୀ ଏମ ଭି ୧୭ ଗିରଫକାରୀ ମୋଟୁ ଅଫଜଲକୁ ଏହି ମଦ ଯାଉଥିବା ଗିରଫ ଅଭିଯୁକ୍ତ ମାନେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ପୋଲିସ୍ ଏକ ମାମଲା ରୁଜୁ କରି ଅଧିକ ତଦନ୍ତ ଜାରି ରଖିଛି । ଥାନା ସହରନୁପେକ୍ଷର ସମ୍ମୁଖ କୁମାର ବଡ଼ସେଠା ଏହି ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରୁଛନ୍ତି ।

ରାତି ଅଧରେ ବ୍ରିଜ ତଳକୁ ଖସିଲା ପିକଅପ ଭ୍ୟାନ

କାମାକ୍ଷାନଗର, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ଡେକାନାଲ-କାମାକ୍ଷାନଗର ମୁଖ୍ୟ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ମହଲପାଳ ଗାଁ ନିକଟରେ ଗତକାଲି ବିକଳିତ ରାତିରେ ବ୍ରିଜ ତଳକୁ ଖସିପଡିଲା ପିକଅପ ଭ୍ୟାନ । ଏହି ସମୟରେ ପିକଅପ ଭ୍ୟାନରେ ଡ୍ରାଇଭରଙ୍କ ସମେତ ୩ ଯାତ୍ରୀ ଥିବା ବେଳେ ସେମାନେ ଅଞ୍ଚଳେ ବର୍ତ୍ତି ଯାଇଛନ୍ତି । ଗତକାଲି ରାତିରେ ଏକ ପିକଅପ ଭ୍ୟାନ ଡେକାନାଲକୁ କାମାକ୍ଷାନଗର ଆଡ଼କୁ ଯାଉଥିଲା । ମହଲପାଳ ଗାଁ ନିକଟରେ ପୂର୍ବ ବିଭାଗର ଆପ୍ରୋଚ ରୋଡ଼ରେ ସିଧାସଳଖ ଭ୍ୟାନଟି ବ୍ରିଜ ତଳକୁ ଖସି ପଡିଥିଲା । ଅକ୍ଷୟର ଚୁର୍ଚ୍ଚିତାଗ୍ରସ୍ଥ ଗାଡିର ଲାଇଟ୍ ଜଳୁଥିବା ତଥା ଲୋକଙ୍କ ବିକାର ଶୁଣି ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ କାମାକ୍ଷାନଗର ଅଗ୍ନିଶମ ବାହିନୀକୁ ଖବର ଦେଇଥିଲେ । ଅଗ୍ନିଶମ କର୍ମଚାରୀ ପହଞ୍ଚି ଯାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଭ୍ୟାନ ଭିତରୁ ଉଦ୍ଧାର କରିଥିଲେ । ଉଦ୍ଧାର ପରେ ଆହତ ଯାତ୍ରୀଙ୍କୁ କାମାକ୍ଷାନଗର ମେଡିକାଲରେ ଭର୍ତ୍ତିକରାଯାଇଥିଲା । ସେମାନଙ୍କ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟବସ୍ଥା ଭଲ ଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ଡ୍ରାଇଭରର ଦେହରୁ ମାଟି ତାଳନା ଯୋଗୁଁ ସପରି ଚୁର୍ଚ୍ଚିତା ଘଟିଥିବା ସହେତ କରାଯାଇଛି ।

ବେଆଇନ ବିଦ୍ୟୁତ ସଂଯୋଗ: ବିଦ୍ୟୁତ ବିଭାଗର ଦୃଷ୍ଟି ପତ୍ତୁ

ଗଞ୍ଜାମ, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ଶେରଗଡ଼ ବ୍ଲକର ପିତଳରେ ସରୋଜପ୍ରଧାନ ନାମକ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଟିଏ ମହିଳା ଅନୁଷ୍ଠାନ କର୍ମି ଲିଭି ନେଇ ବେଆଇନ ବିଦ୍ୟୁତ ପଞ୍ଚିତରେ ମାଝି ତାଞ୍ଚି କରୁଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ସେ ବିଦ୍ୟୁତଶକ୍ତି ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ନିଆଣି ପଡୋସି ଶ୍ୟାମ ସେଠାଙ୍କ ଘରୁ ବେଆଇନ ଭାବେ ହୁକ ପକାଇ ଟେମ୍ପରାରୀ ଲାଇନରେ ବିଦ୍ୟୁତ ସଂଯୋଗ ନେଇ ମୋଟର ପ୍ରଚ୍ଛିନ୍ନ ଯନ୍ତ୍ରପାତି ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ଫଳରେ ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ସେ ଘରୋଇ ବିଦ୍ୟୁତ ବ୍ୟବହାର କରି କମରସିଆଳ ଫାଇଦା ଉଠାଉଛନ୍ତି । ଏଣୁ, ବିଦ୍ୟୁତ ବିଭାଗ ଅଧିକାରୀମାନେ ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରି ଏ ଦିଗରେ ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ସାଧାରଣରେ ଦାବି ହେଉଛି ।

ଓଡ଼ିଶା ସାମ୍ବାଦିକ ସୁରକ୍ଷା ସଂଗଠନ ଓ ଭକ୍ତ ବିକାଶ ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ୭୨ତମ ସ୍ଵାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ

ଭଦ୍ରକ, ୧୭/୦୮ (ନି.ପ୍ର): ଭଦ୍ରକ ତହସିଲ ରୋଡ଼ପୁର ଜିଲ୍ଲା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଠାରେ ଓଡ଼ିଶା ସାମ୍ବାଦିକ ସୁରକ୍ଷା ସଂଗଠନ ଓ ଭକ୍ତ ବିକାଶ ମଞ୍ଚ ସମନ୍ୱୟରେ ପବିତ୍ର ୭୨ତମ ସ୍ଵାଧୀନତା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଭଦ୍ରକ ଓକିଲ ସଂଘର ପୂର୍ବତନ ସଭାପତି ବିଷ୍ଣୁମୋହନ ମହାପାତ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ଜାତୀୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବରେ ଓଡ଼ିଶା ସାମ୍ବାଦିକ ସୁରକ୍ଷା ସଂଗଠନର ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ପ୍ରଦୀପ ସେନାପତି କହିଲେ ଯେ ସ୍ଵାଧୀନତା ଆମ ପାଇଁ ବିଶେଷ ଉପଲକ୍ଷି । ସ୍ଵାଧୀନତା ମହାର୍ଦ୍ଦ ଚେତନା ଓ ଭାବବୋଧ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ଧ୍ୟେୟ ବୋଲି ସ୍ଵାଧୀନତାରେ ଅମୃତ ମହୋତ୍ସବ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବସରରେ ମୁଁ କାମନା କରୁଛି । ସଂଗଠନର ରାଜ୍ୟ ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ତଥା ଭକ୍ତ ବିକାଶ ମଞ୍ଚର ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ଆଇନକାଦୀ ଦେବେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ପଣ୍ଡା ଅନ୍ୟତମ ବକ୍ତା ଭାବରେ ଦେଶର ଶୌରବ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଆଜିର ଏହି ପବିତ୍ର ଦିବସରେ ଫକ୍ତ ବୋଧ ହୋଇ କାମ କରି ଚାଲିବା ଦେଶର ସ୍ଵାଧୀନତା ପାଇଁ ଆଗ୍ରୋପୂର୍ବ କରିଥିବା କଞ୍ଚଳକ୍ଷ ସଂଗ୍ରାମୀମାନଙ୍କର ଦକ୍ଷିଣାଦିକ ସମ୍ମୁଖରେ ସୁରକ୍ଷା କରିବା ଏବଂ ଏକ ସଶକ୍ତ ଓ ସମୃଦ୍ଧ ରାଜ୍ୟ ଦେଶ ଗଢ଼ିବାକୁ ଫକ୍ତବ୍ୟ ହେବା ପାଇଁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ । ସଂଗଠନର ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ଘଡ଼େଇ ତ୍ୟାଗ ଓ ବଳିଦାନ ଦେଇ ସହାୟ ହୋଇଥିବା ଦେଶଭକ୍ତ ମହାନିଷ୍ଠାମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଭକ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଦେଶପାଇଁ ସେମାନଙ୍କ ବଳିଦାନ କବୀ ପୂଜା ଯିବ ନାହିଁ ବୋଲି ଏହି ଅବସରରେ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ସେମାନଙ୍କର ତ୍ୟାଗ ଆମ୍ଭମାନେ ଆଜି ଭୋଗ କରିଛେ ବୋଲି ମତ ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସାମ୍ବାଦିକ ପବିତ୍ର ମୋହନ ଜେନା, ମିନତା ପାଢ଼ୀ, ପୁରଲିଧର ନାୟକ, ତାରିଣୀ ପ୍ରସାଦ ମଲ୍ଲିକ, ସୁଶାନ୍ତ ନାୟକ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦେଇ ଭାରତପୀଠରେ ସୁଯୋଗ୍ୟ ସ୍ଵାଧୀନତାଦିନକୁ ସୁରକ୍ଷା କରି ସେମାନଙ୍କର ସଂଗ୍ରାମୀ ଜୀବନ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିଥିଲେ ।

ଉପକାରୀ ସୁଗନ୍ଧ



ଲେମ୍ବୁ:
 ଏହାର ସୁଗନ୍ଧ ଇନ୍ଦ୍ରିୟଗୁଡ଼ିକୁ ସତେକ କରିବା ସହ ଏକାଗ୍ରତା ବଢ଼ାଇଥାଏ । ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା ଯେ ଯେଉଁ ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଲେମ୍ବୁ ଶୁଣିବା ଲାଗି ଦିଆଯାଇଥିଲା, ସେମାନେ କରିଥିବା ତାଳପରେ ୫୪ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ତ୍ରୁଟି ରହିଥିଲା । ଲେମ୍ବୁର ସୁଗନ୍ଧ ମଣିଷକୁ କ୍ରୋଧ, ଚିନ୍ତାକୁ ମୁକ୍ତି ଦେବାରେ ସହାୟକ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଲେମ୍ବୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଗଳା ସମସ୍ୟା, ଅଣ୍ଟାସର୍ଦି ଆଦି ଦୂର ହୋଇପାରେ । ଏଥିରେ ଜୀବାଣୁ ଏବଂ ଭୂତାଣୁ ପ୍ରତିରୋଧକ ଗୁଣ ରହିଛି ।

ତାଲଚିନି:
 ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ତାଲଚିନିର ସୁଗନ୍ଧ ମାନସିକ କ୍ଲାନ୍ତି ଦୂର କରିବା ସହ ଏକାଗ୍ରତା ବଢ଼ାଇବାରେ ସହାୟକ । ତାଲଚିନିର ଉତ୍ତେଜକ ଗୁଣ ମଣିଷର ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏହା ପାଠ ପଢ଼ୁଥିବା ମଣିଷଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ । ତାଲଚିନିର ସୁଗନ୍ଧ ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ସହ ଜଡ଼ିତ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକରେ ସଫଳତା ଦେଇଥାଏ ।



ମଲା ତେଲ: ମନକୁ ଶାନ୍ତ ରଖିବା ଅବସାଦମୁକ୍ତ କରି ରଖିବା ଦିନରେ ମଲା ତେଲ ଦେଖି ଉପକାରୀ । ଏହା ଆଶାବାଦୀ କରାଇବା ସହ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ସକାରାତ୍ମକ ମନୋଭାବ ବଢ଼ାଇଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତତା ମଧ୍ୟରେ ବିରତି ନେଇ ମଲଲା ତେଲର ସୁଗନ୍ଧ ଆଗ୍ରାଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କ ସତେକ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତାରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘଟେ ।

ଲାଭେଣ୍ଡର:
 ଏହାର ମଧୁର ସୁଗନ୍ଧ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଉତ୍ତେଜନା, ଅବସାଦ, ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା, ଅଧିକପାଳି ଆଦି ସମସ୍ୟାରୁ ଉପଶମ ଦେବାରେ ଲାଭେଣ୍ଡର ସୁଗନ୍ଧ ଉପକାରୀ । କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତତା ସମୟରେ ଏହି ସୁଗନ୍ଧ ଏକାଗ୍ରତା ବଢ଼ାଇପାରେ ।



ସୋଦିନା:
 ସବାକୁ ମାୟା ଲାଗୁଥିଲେ ମାତ୍ର କେତୋଟି ସୋଦିନା ପତ୍ର ହାତରେ ମଜକି ଏହାକୁ ଶୁଣି ଦିଅନ୍ତୁ । ପିପରମେଣ୍ଟର ସୁଗନ୍ଧ ମନ ଓ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ସତେକ କରିବା ସହ ଏକାଗ୍ରତା ଏବଂ ସତର୍କତା ବଢ଼ାଇପାରେ । ୨୦୧୩ରେ ଜରାଯାଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାରେ ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା ଯେ ସୋଦିନା ତେଲ କ୍ଲାନ୍ତି ଦୂର କରିବା ସହ ବ୍ୟାୟାମ ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ସୁଧାର ଆଣିବାରେ ସହାୟକ ।

ଏସବୁ ବ୍ୟତୀତ ଘରେ ଥିବା କଫିର ସୁଗନ୍ଧ ମଧ୍ୟ ଉପକାରୀ । ଗବେଷଣା ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, କଫିର ସୁଗନ୍ଧ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କୁ ବିଶେଷତାପୂର୍ବକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବିଶେଷ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ମନ ଭଲ ଲାଗୁନଥିଲେ କିମ୍ବା ମାୟା ଲାଗୁଥିଲେ ଏହା ମଧ୍ୟକୁ ଯେକୌଣସି ସୁଗନ୍ଧ ଆଗ୍ରାଣଣ କରି ସତେକ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ ଅନୁଭବ କରିପାରନ୍ତି ।



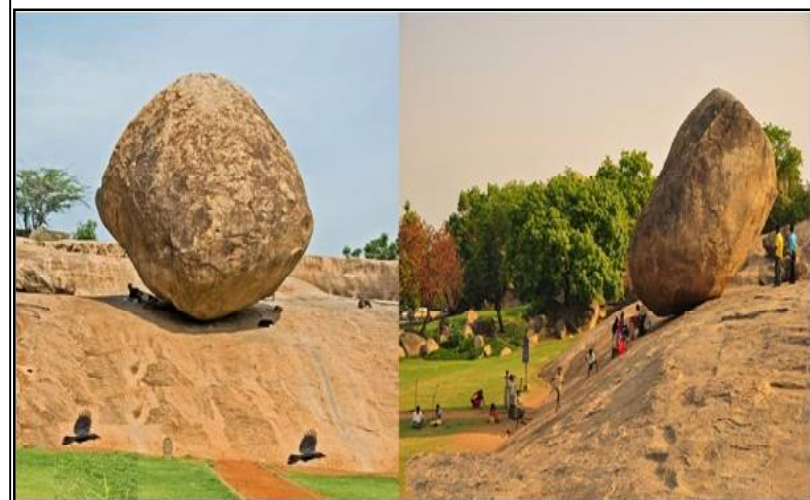
ତମଜ୍ଞାନ ପଥର

ତାମିଲନାଡୁର ସମୁଦ୍ରତଟବର୍ତ୍ତୀ ସହର ମହାବଳିପୁରମ୍ । ଏହି ସହରଟି ଏକ ମହଲୁପୂର୍ଣ୍ଣ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ସ୍ଥଳ ଭାବେ ଖ୍ୟାତି ଅର୍ଜନ କରିଛି । ମହାବଳିପୁରମ୍ ମନ୍ଦିର ଯେତିକି ଆକର୍ଷଣୀୟ ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ କୌତୁହଳ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ଏଠାରେ ଥିବା ଏକ ବିରାଟକାୟ ପଥର ଖଣ୍ଡ । ଏହି ପଥର ଖଣ୍ଡ ଚୈତନ୍ୟ ଆଗରେ ବିଜ୍ଞାନ ବି ରୂପ ପଡ଼ିଯାଇଛି । ଏକ ଛୋଟ ପାହାଡ଼ର ଗଡ଼ାଣିଆ ସ୍ଥାନରେ ଅବସ୍ଥିତ ରହିଛି ୨୫୦ ଟନ ଓଜନର ବିରାଟକାୟ ପ୍ରାକାର ଧୂଳି ପଥରଖଣ୍ଡ । ତିନିପଦୁ ଏହା ଗୋଲିଆ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଏହାର ଗୋଟିଏ ପାଖ କୌଣସି ୫ ମିଟର ଚଉଡ଼ା ବିଶିଷ୍ଟ ପଥର ଖଣ୍ଡଟି ମାତ୍ର ୪ ଫୁଟ ସ୍ଥାନକୁ ଆଧାରି ଅସ୍ଥିତ ରୁହେଁ କି !

ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣୁ ଯେ, ପୃଥିବୀର ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣ ଶକ୍ତି ସମସ୍ତ ବସ୍ତୁକୁ ନିଜ କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ଥାନକୁ ଟାଣିଥାଏ । ପୁନଶ୍ଚ ସବୁ ବସ୍ତୁ ମଧ୍ୟରେ ବି ପରସ୍ପର ଆତ୍ମକ ଟାଣିବାର ଶକ୍ତି କାମ କରୁଥାଏ । ମାତ୍ର ୨୫୦୦ଟନ ଓଜନର ମହାବଳିପୁରମ୍ ଏହି ମୁଗୁନି ପଥରଟି ୧୨ଶହ ବର୍ଷ ଧରି କାହିଁକି ତଳକୁ ଖସି ଆସୁନାହିଁ ! ଏସବୁ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ କେତେ ଭୂମିକମ୍ପ, ସୁନାମୀ, ଝଟୁବାତ୍ୟା ଏହି ବାଟ ଦେଇ ଅତିକ୍ରମ କରିଯାଇଛି, ମାତ୍ର ପଥରଖଣ୍ଡଟିକୁ ସାମାନ୍ୟ ହଲାଇବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇନାହାନ୍ତି । ତାମିଲ ଭାଷାରେ ଏହି ପଥରଟିକୁ କୁହାଯାଏ ଭାନିରାଇ ବାଲ୍' ଅର୍ଥାତ୍ 'ଆକାଶ ଦେବତାଙ୍କ ପଥର' । ଏହାକୁ ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ କୃଷ୍ଣକ ଲହୁଣୀପେଣ୍ଡୁ । କ୍ରିଷ୍ଣାସ୍ ବରଗବଳ୍ । ଏହା ଆକାଶକୁ ଖସି ପଡ଼ିଥିବା ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ ।

ଉଚିତ୍ତାସ ପୁଷ୍ପା ଓଲଟାଇଲେ ଜଣାଯାଏ ଯେ, ୧୯୦୮ ମସିହାରେ ତତ୍କାଳୀନ ମାଡ୍ରାସ ଗଭର୍ଣ୍ଣର ଆର୍ଥର ଲଲେକ ଏକଦା ମହାବଳିପୁରମ୍‌ବାସୀଙ୍କ କାବନ ପ୍ରତି ପଥରଟି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ବୋଲି ଆଶଙ୍କା କରି ୭ଟି ହାତୀ ଲଗାଇ ଏହାକୁ ଗୁଆଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ । ମାତ୍ର ଇଚ୍ଛେ ବି ହାତୀମାନେ ଗୁଆଇବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇନଥିଲେ ।

ତାହା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଜି ଜିନ୍‌ପିଙ୍ଗ୍ ଗଡ଼ବର୍ଷ ଅକ୍ଟୋବର ମାସରେ ଭାରତ ଗସ୍ତରେ ଆସିଥିବାବେଳେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ତାଙ୍କ ଅନୌପଚାରିକ ଭାବେ ଏହି ପଥର ଦେଖାଇବାକୁ ବାଟି ଆଣିଥିଲେ । ମହାବଳିପୁରମ୍‌ର ଅସ୍ଥିତ ମୁଗୁନି ପଥର ଖଣ୍ଡଟି ବିଶ୍ୱ ଐତିହ୍ୟଭାବେ ମାନ୍ୟତା ପାଇବାର ଗୌରବ ଅର୍ଜନ କରିଛି ।



ଚକୋଲେଟ୍ ହେଡ୍



ଏହା ପିଲାମାନଙ୍କର ଏକ ପ୍ରିୟ ସ୍ୱାଦୁ ।
ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ୧ ପ୍ୟାକେଟ ପାଇଁଭୁଟି, ତେରାମିକ ଚକୋଲେଟ ୨ଟି, ବଟର କିମ୍ବା ରିଫାଇନ୍‌ଡ୍ ତେଲ, କିଛି ଚକୋଲେଟ୍ ସସ୍ ।
ପ୍ରସ୍ତୁତି: ୬ରୁ ଆଠପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଇଁଭୁଟି ନେଇ ଏହାକୁ ଗ୍ଲାସ୍ କିମ୍ବା କଟରରେ ଗୋଲଗୋଲ୍ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ତେରା ମିକ୍ ଚକୋଲେଟ୍ ଭାଙ୍ଗି ୨/୪ ଖଣ୍ଡ ଗୋଟିଏ ପାଇଁଭୁଟି ଉପରେ ରଖି ତା' ଉପରେ ଆଉ ଏକ ପାଇଁଭୁଟି ରଖିବେ । ପାଣି ଲଗାଇ ଦୁଇ ପାଇଁଭୁଟିର କଡ଼ ଭଲଭାବେ ବନ୍ଧ କରିଦିଅନ୍ତୁ । ଏକ ପ୍ୟାନ୍ ଡୁଲିରେ ବସାଇ ଏଥିରେ ବଟର କିମ୍ବା ତେଲ ଅଳ୍ପ ଦେବା ପରେ ଏହି ଯୋଡ଼ା ପାଇଁଭୁଟି ରଖି ଦୁଇପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହାଲୁକା ସୁନେଲି ରଙ୍ଗର ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେକିବେ । ଏହା ପରେ ପ୍ଲେଟ୍‌ରେ ବାହାର କରି ସେଥିରେ ଅଳ୍ପ ଚକୋଲେଟ୍ ସସ୍ ପକାଇ ପରଷି ଦିଅନ୍ତୁ ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା

ମଧୁମେହ ରୋଗୀଥିଲେ, ସପ୍ତାହରେ ତିନି ଦିନ ଅତି କମ୍‌ରେ ୪୫ ମିନିଟ୍ ଭାରମୁକ୍ତ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତୁ । ଆଉ ତିନି ଦିନ କାର୍ଡିଓ ବ୍ୟାୟାମ । ୩୦-୪୦ ମିନିଟ୍ ସାଇକେଲିଂ, ବୌଦ୍ଧ, ସନ୍ତରଣ ଟ୍ରେଡ୍ ମିଲ୍‌ରେ ବୌଦ୍ଧ, ସିଡି, ସ୍ପେଡି ଆଦି ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଉପକାରୀ । ହାଲିଆ ଲାଗିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏସବୁ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତୁ । ବିଶ୍ରାମ ନେଇ ପୁଣି କରନ୍ତୁ । ଏହା ସହ ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ୍, ଟେନିସ୍, ଫୁଟବଲ୍, ବାସ୍କେଟବଲ୍, ରଗ୍‌ବି, ଷ୍ଟାସ୍, ହ୍ୟାଣ୍ଡବଲ୍ ଖେଳିପାରନ୍ତି । କରାଟେ, କୁସ୍ତି, ମୁଷ୍ଟିଯୁଦ୍ଧ ଅଭ୍ୟାସ କରିପାରନ୍ତି । ପୁଷ୍ଟିସାର, ଚକ୍ର ତଥା ଧୀରେ ଧୀରେ ହଳମ ହେଉଥିବା ଶ୍ୱେତସାରମୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତି । ପ୍ରଥମେ ଅଧିକ ପୁଷ୍ଟିସାର ମୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ଉକ୍ତ ଶର୍କରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହେ । ଶ୍ୱେତସାରମୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସର୍ବଦା ଶେଷରେ ଖାଆନ୍ତୁ । ପ୍ରତି ଦିନ ସୋୟାବିନ୍, ବୁଟ, ମଟର, ତାଳି, ରାଜମା, ପନିପରିବା, ଫଳ ଖାଆନ୍ତୁ । ଚାଉଳ, ଗହମ, ବିରି, କୁରୁଧ, ମିଠା ଯଥା ସମ୍ଭବ କମ୍ ଖାଆନ୍ତୁ । ବାହାର ଖାଦ୍ୟ ନ ଖାଇବା ଭଲ । ପ୍ରତିଦିନ ଜିଙ୍କ୍, କ୍ରୋମିଅମ୍, ଭିଟାମିନ୍ ବି ଏବଂ ସି ଖାଆନ୍ତୁ । ୧୦ ଗ୍ରାମ୍ ଲେଖାଏଁ ତାଲଚିନି ଓ ମେଥି ଗୁଣ୍ଡ ଏକ ଲିଟର୍ ପାଣିରେ ପକାଇରଖନ୍ତୁ । ପ୍ରତି ଥର ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ସେହି ପାଣିରେ ପକାଇରଖନ୍ତୁ । ପ୍ରତି ଥର ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ସେହି ପାଣିକୁ ଦୂର ଦୂରାନ୍ତ ପିଅନ୍ତୁ । ରସୁଣ, ଗୁଗୁଳ, ସିଂଗୁଳ-୧୦ ଏନ୍‌କାଇମ୍, ଗ୍ରେପ୍‌ଫ୍ରୁଟ୍ ଏକ୍ସଟ୍ରାକ୍ଟ, ପାଇନାପୁଲ୍ ଏକ୍ସଟ୍ରାକ୍ଟ, କାମୁଦୋଳି, ଧନିଆ ପତ୍ର ମଧ୍ୟ ପ୍ରତି ଦିନ ଖାଇବା ଭଲ ।



ଖରାମହୌଷଧି

ବ୍ୟସ୍ତ ଜୀବନଶୈଳୀ ମଧ୍ୟରେ ଖାଦ୍ୟପେୟ, ଭୃତ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିନଚର୍ଯ୍ୟା, ବିଷାଦ ଯୋଗୁ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରୁଛି । ଏହା ମଧ୍ୟରେ ମେଦବହୁଳତା, ମଧୁମେହ, ହାଇପରଟେନ୍ସନ୍ ଏବଂ କେଶ ସମସ୍ୟା ପ୍ରମୁଖ । ଏସବୁକୁ ମୁକ୍ତିକା ଲାଗି ଲୋକେ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟ ଆପଣାଉଛନ୍ତି । ତେବେ ମେଦବହୁଳତା ଏବଂ ହାଇପରଟେନ୍ସନ୍ ଅନ୍ୟ ଏକାଧିକ ରୋଗର କାରଣ ହେଉଥିବା ବେଳେ ଏଥିରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡ଼ିଛି । ଏକ ନୂତନ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ଏଥିପାଇଁ ଉପକାରୀ । ଇଣ୍ଡୋନେସିଆର ଜର୍ଣ୍ଣାଲ ଅଫ୍ ଏନ୍‌ଭିରନମେଣ୍ଟାଲ ରିସର୍ଚ୍ଚର ଏକ ରିପୋର୍ଟରୁ ଏହା ପ୍ରକାଶ । ସକାଳୁ ଖରା ଭିଟାମିନ୍-ଡି'ର ପ୍ରମୁଖ ଉତ୍ସ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହା ଖରାର ପାଇଁ ଉପକାରୀ ବୋଲି ଜଣାଥିଲା । ତେବେ କ'ଣ ଖରା ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ଓ ହାଇପରଟେନ୍ସନ୍‌ରୁ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଉପକାରୀ ହୋଇପାରେ ବୋଲି ଏହି ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ।



ବାଘ ଛୁଆଁଙ୍କ ସହ ସନ୍ତରଣ

ଫ୍ଲୋରିଡା ତଟେ, କଣ୍ଟ୍ରୋଲ ଥିବା ଏକ ଚିଡ଼ିଆଖାନାରେ ବାଘ ଛୁଆଁଙ୍କ ସହ ସନ୍ତରଣ କରିବା ପାଇଁ ମଣିଷକୁ ସୁଯୋଗ ଦିଆଯାଇଛି । ଅନେକ ଏଥି ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହୀ ହେଉଛନ୍ତି । ଚିଡ଼ିଆଖାନା କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଅଧିକ ପାଣି ନିମନ୍ତେ ଏହା କରୁଛନ୍ତି । ଏକ ସନ୍ତରଣ କୁଣ୍ଡରେ ବାଘ ଛୁଆଁଙ୍କ ସହ ଅଧ ଘଣ୍ଟା ପହିରିବା ପାଇଁ ଦେବାକୁ ପଡ଼ୁଛି ୨୦୦ ଡଲାର୍ । ମଣିଷକୁ ପାଖରେ ଦେଖି, ବାଘ ଛୁଆଁଙ୍କୁ ଭୟଭୀତ ହେଉଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଏହା ପ୍ରାଣୀଙ୍କ ପ୍ରତି ନିଷ୍ଠୁରତା । ପ୍ରାଣୀ ସରୁଣା କ୍ଷେତ୍ରରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ 'ପେଟା' ସଂଗଠନ ଏହାକୁ ବନ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ ବାଟି କରୁଛି ।



ମାନସିକ ତାପର ମୁକାବିଲା

ଆଜିକାଲି ବ୍ୟସ୍ତବହୁଳ ଆଧୁନିକ ଜୀବନରେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କିଛି ନା କିଛି ମାନସିକ ତାପ ବା ଷ୍ଟ୍ରେସର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛେ । ସବୁବେଳେ ମାନସିକ ତାପ ଆମମାନଙ୍କ ପ୍ରତି କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇ ନଥାଏ । ବର୍ଷ ବେଳେ ବେଳେ ଏହା ଆମମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ମାତ୍ର ଯେତେବେଳେ ଆମ ଉପରେ ମାନସିକ ତାପ ଅତ୍ୟଧିକ ମାତ୍ରରେ ପଡ଼ିଥାଏ ବା ଅଧିକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଗି ରହିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଏହା ଆମର ମାନସିକ ଓ ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ହାନିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ଆମ ଦେଶରେ ପ୍ରାୟ ୨୦ରୁ ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକଙ୍କଠାରେ ମାନସିକ ତାପଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଆସବୁ ଜାଣିବା



ମାନସିକ ତାପର ବିଭିନ୍ନ କାରଣର, ଲକ୍ଷଣର ଓ ଏହାର ମୁକାବିଲା କରିବାର ଉପାୟଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ।
କେଉଁ କାରଣରୁ ମାନସିକ ତାପ ଦେଖାଦେଇଥାଏ ?
 ମାନସିକ ତାପ ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ହୋଇପାରେ । ଆଜିକାଲି ଷ୍ଟ୍ରେସ୍ ଓ କଲେଜରେ ପାଠ ପଢ଼ୁଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଉପରେ ପାଠପଢ଼ା ଓ ପରୀକ୍ଷାରେ ଅଧିକ ନୟନ ରଖିବା ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ମାନସିକ ତାପ ପଡ଼ୁଛି । ବିଭିନ୍ନ ଚାକିରି ଓ ବ୍ୟବସାୟ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ଅତ୍ୟଧିକ କାର୍ଯ୍ୟଭାରର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ଏହା ଛଡ଼ା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଅତ୍ୟଧିକ ପ୍ରତିଯୁକ୍ତିତାମୂଳକ

ମନୋଭାବ ରଖି କାମ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମାନସିକ ତାପର ବେଶି ଶୀଘ୍ର ହେଉଛନ୍ତି । ଏକ ସାଙ୍ଗରେ ବହୁତ କ୍ଲଡ଼େ କାମ (ମଲ୍ଟିଟାସ୍କିଂ) କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ମାନସିକ ତାପ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଜୀବନରେ ଘଟୁଥିବା କେତେକ କଠିନ ଓ ଅସୁବିଧାଜନକ ଘଟଣାବଳି ଯଥା ବେରୋଜଗାରି, ଆର୍ଥିକ ସଙ୍କଟ, ପାରିବାରିକ କଳହ, ଆତ୍ମୀୟ ଲୋକର ହଠାତ୍ ମୃତ୍ୟୁ ଆଦି ମାନସିକ ତାପ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ସବୁବେଳେ ନକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରା ରଖି କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ମାନସିକ ତାପର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାନ୍ତି । ପ୍ରତିଦିନ ଶୋଇବା ଓ ବିଶ୍ରାମ କରିବା ପାଇଁ ସପ୍ତେକ୍ଷ ସମୟ ନ ମିଳିଲେ ମାନସିକ ତାପ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ମହିଳାମାନଙ୍କଠାରେ ମାନସିକ ତାପଜନିତ ସମସ୍ୟା ଅଧିକ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଜିନ୍ଦଗତ କାରଣ ଯୋଗୁ ମାନସିକ ତାପ ପ୍ରତି ଅତ୍ୟଧିକ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଆଜିକାଲିର ଆଧୁନିକ ଜୀବନଶୈଳୀ ମଧ୍ୟ କେତେକାଂଶରେ ମାନସିକ ତାପ ଆରମ୍ଭର କାରଣ ହୋଇପାରେ ।

ମାନସିକ ତାପର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଦୁର୍ଭାବ:
 ମାନସିକ ତାପ ଯୋଗୁ ନାନା ପ୍ରକାରର ଲକ୍ଷଣମାନ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଏଥିଯୋଗୁଁ ମନ ଅସ୍ଥିର, ବ୍ୟସ୍ତ ଓ ବିଚଳିତ ରହେ, ଛୋଟ ଛୋଟ କଥାରେ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ା ଲାଗେ, ସଠିକ୍ ଭାବରେ କୌଣସି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇ ହୁଏ ନାହିଁ । ଏବଂ ସୁଗନ୍ଧ ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ମାନସିକ ତାପ ଯୋଗୁ ଦେହ ହାତ ଅରିବା, ପାଟି ଶୁଖିଯିବା, ଛାତି ଜୋରରେ ଧଡ଼ ଧଡ଼ ହେବା, ଅତ୍ୟଧିକ ଝାଳ ବୋହିବା, ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇବା, ଅଶନିଶ୍ୱାସୀୟ ଲାଗିବା ଓ ବାରମ୍ବାର ପରିସ୍ରା ଲାଗିବା ଆଦି ଲକ୍ଷଣମାନ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଏହି ସମୟରେ ଅଳ୍ପ କାମ କମ୍ ପରେ ଥକ୍କା ଲାଗିଥାଏ ଏବଂ କାମରେ ଏକାଗ୍ରତା କମିଯାଏ । ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ଧୀରେ ଧୀରେ ହ୍ରାସ ପାଏ । ଏହି ସମୟରେ ଭୋଗ ଓ ନିଦ କମିଯାଏ । ସକାଳୁ ଉଠିଲେ ସତେକ ଲାଗେ ନାହିଁ । ଅଧିକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାନସିକ ତାପ ଲାଗି ରହିଲେ ନାନା ପ୍ରକାରର ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ଯଥା ଅବସାଦ ରୋଗ (ଡିପ୍ରେସନ୍), ଉଦ୍‌ବେଗ ରୋଗ (ଆକାଉଟି), ଜ୍ୱାନିଆ ରୋଗ (ପ୍ୟାନିକ ରୋଗ), ଉନ୍ମାଦ ରୋଗ (ବାଇପୋଲାର ରୋଗ), ସାଇକୋସିସ୍ ଆଦି ଆରମ୍ଭ ହୋଇପାରେ । ଏହା ଛଡ଼ା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଶାରୀରିକ ସମସ୍ୟା ଯଥା ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ, ହୃଦରୋଗ, ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା, ହଳମ ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ପାଇବା, ରୁଚି ଝଟିବା ଓ ଯୌନ ସମସ୍ୟା ଆଦି ଆରମ୍ଭ ହୋଇପାରେ । ଯେଉଁ ଭାଲବେଟିସ ରୋଗୀମାନେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାନସିକ ତାପର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ହୃଦ୍ ସ୍ତରୀର ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଥାଏ । କେତେକ ଲୋକଙ୍କଠାରେ ମାନସିକ ତାପ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ଲାଗି ରହିଲେ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ଓ ମେଦବହୁଳତା ଦେଖାଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ମଧ୍ୟ ଥାଏ । କିଛି ଲୋକଙ୍କଠାରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ ଓ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସଂକ୍ରମଣ ବାରମ୍ବାର ଦେଖାଯାଇଥାଏ । କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନସିକ ତାପକୁ ନିଜକୁ ଦୂରରେ ରଖିବା ପାଇଁ ମଦ, ଗଞ୍ଜେଇ ଓ ସିଗାରେଟ୍ ଆଦି ନିଶାସେବନ ଆରମ୍ଭ କରି ଦିଅନ୍ତି । ଯାହା ଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ତାପ ଓଜନ ଆହୁରି ବୃଦ୍ଧିଯାଏ । ବେଳେ ବେଳେ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ମାନସିକ ତାପର ମୁକାବିଲା କରି ନପାରି ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମଧ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି ।

