



କାର୍ତ୍ତିବା

ଧର୍ମ ପ୍ରଚାନ୍ଦ

୩

ବାଲେଶ୍ଵର ମଙ୍ଗଳବାର, ୨୦ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୨୨

ଓଜନ ବଡ଼ାଇବା ସହ ଚମ୍ପ ସମସ୍ୟା, ଦନ୍ତ ସମସ୍ୟା ବଡ଼ାଇଥାଏ ସ୍କାକ-ପୂଡ଼



ବଜଳେଟ, ଚିପ୍‌ସ, କାଣ୍ଡି ଏବଂ ସମ୍ପ୍ରକାର ମୁଦୁ ପାନୀଯର ପୁଣ୍ଡ-ବାୟକ ମୂଳ୍ୟ କିମ୍ବା ନାହିଁ । ଏହା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବେ ପ୍ରମାଣିତ । ଏଥିରୁ ସ୍ପେଶନ୍‌ବାର, ଲବଣ ଖର୍ଚ୍‌ଚା, ବିରିନ୍ଦ୍ର ପ୍ରକାର ରଙ୍ଗ ଏବଂ ଅନ୍ୟ କୃତି ମାନ୍ୟନିକରଣ କରୁଥିଲା । ଏଥିରୁ 'ପ୍ଲାକ-ପୂଡ଼' କୁହାଯାଏ । ଏଥିରୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଓଜନ ବଡ଼ାଇବା ସହ ଚର୍ଚିତ ସମସ୍ୟା, ଦନ୍ତ ଗୋଟିଏ ଦେଖାଯାଏ । କର୍ବତ ଓ ହୃଦ୍ୱଦୋଗର ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ ବଢ଼େ । ଛେନା, ମଞ୍ଜି, କମଳା, ଅଞ୍ଜର, କିଣିମ୍ବ, ଲେମ୍ୟ-ପାଣି, ଶୁର୍ପ ଫଳ, ନର୍ଦ୍ଦ୍ଵ, ଗଜିର ଓ ପେଣ ଅଧିକ ପାଇଁବା । ବଜଳେଟ, ବିରିନ୍ଦ୍ର, ଚିପ୍‌ସ, ମିଳକ ସେଇ, ପପ-କର୍ନ, ମଟିନ, କୋଳା ଓ ଅନ୍ୟ ସମ୍ପ୍ରକାର ମୁଦୁ ପାନୀଯ, ଆର୍ଦ୍ରାଦି କୁହାଯାଏ । ଏଥିରୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଓଜନ ବଡ଼ାଇବା ସହ ଚର୍ଚିତ ସମସ୍ୟା, ଦନ୍ତ ଗୋଟିଏ ଦେଖାଯାଏ । ଏହା ସର୍ବ, କପ, କାଶ ଅବି ଅଣ୍ଟା ଗୋଟିଏ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନିକ ହିସାବରେ ପ୍ରେସ ବା ଚା'ର ଅବତାରଣା ଏଠାରେ କରାଯାଉଛି ।

ପର୍ବତ ଧାରରେ ବ୍ୟାକପ୍ରିୟ ପର୍ବତ ଧାରରେ ଜଣେ ବ୍ୟାକପ୍ରିୟ ମିଟିଆ ମୁଖ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଛି । ତାକର ଏ ପ୍ରକାର ମୁଖ୍ୟମି ସମ୍ପର୍କ କରିବା କରିବା ଏବଂ ବ୍ୟାକପ୍ରିୟ ମଧ୍ୟ ଏବଂ ଅଧିକ ଦେଖାଇଛନ୍ତି । ଏହାରୁ ସେ ଶୁର୍ପ ସହଜରେ କରିଛନ୍ତି । ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟାକପ୍ରିୟ କରିବା ପରେ ସେ କ୍ଷାମେରାରୁ ତାରୁ ବିଜ୍ଞଯ ସଜ୍ଜତ ଦେଇଛନ୍ତି । ତାକର ଏହି ଅଣ୍ଟ ପ୍ରଶଂସାଯାଗ୍ୟ କିମ୍ବା ମୁଖ୍ୟତା ଭାବେ ବିବେକନା କର୍ଯ୍ୟବାକୀ ଉପରେ, ତାକୁ ନେଇ ଦ୍ୱାରେ ଅଛନ୍ତି ବୋଲି ହର୍ଷ ଗୋଟାକ କ୍ୟାପ୍ସନ ଲେଖିଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଉପରେ ନାଗାର୍ଥୁ ଭାବେ ଘୋଷିଥାଏ ମିଟିଆରେ ଭାଇରାଳ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ହର୍ଷ ଗୋଟାକ କଣେଖ ବିବାରେ ମୁଖ୍ୟ ଏକ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଣ୍ଟ ପର୍ଯ୍ୟ ବ୍ୟାକପ୍ରିୟ କରିଛନ୍ତି । ଉପରେ ମୁଖ୍ୟ ପର୍ବତ କରି ନିଅନ୍ତି । ଏହାରୁ କାମକୁ ବିପଦରେ ପକାରୁଥାବୁ ଲୋକେ ତାଙ୍କୁ ଗାନ୍ଧି କରୁଛନ୍ତି । ଅଣ୍ଟ ସମ୍ପର୍କ ମୁଖ୍ୟ ବେଳି କିମ୍ବା ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ନାଗାର୍ଥୁ ଅନ୍ୟ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ।

ପର୍ବତ ଧାରରେ ବ୍ୟାକପ୍ରିୟ ମିଟିଆ ମୁଖ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିବା ଏବଂ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । କାର୍ଗୋ ପ୍ରାଣ୍ ଆଜି ବି ଟ୍ରେଣ୍‌ରେ ରହିଛି । ଏହି ପ୍ରାଣ୍ ଶାଇଲିଶ ଦେଖାଯାବା ସହିତ ଆରାମଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହାରୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସାଇଲିଶ ହୋଇଥାଏ । ଅଣ୍ଟ ସମ୍ପର୍କ ମୁଖ୍ୟ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ । ଏହା ସମ୍ପର୍କ ମୁଖ୍ୟ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ।

ନବେ ଦଶକର ପ୍ରାଣନ ଏବେ ଫେରିଆସିଛି । ଅଧିକାଂଶ ଝିଆ ଏମିତି ପ୍ରାଣନ ଜାରି କରିବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । କାର୍ଗୋ ପ୍ରାଣ୍ ଆଜି ବି ଟ୍ରେନ୍‌ରେ ରହିଛି । ଏହି ପ୍ରାଣ୍ ଶାଇଲିଶ ଦେଖାଯାବା ସହିତ ଆରାମଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହାରୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସାଇଲିଶ ହୋଇଥିବା ଏବଂ ଅଣ୍ଟ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ । ଏହା ସମ୍ପର୍କ ମୁଖ୍ୟ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ।

ଅଣ୍ଟରୁ: ଅଣ୍ଟ ପାଇଁ ନ୍ୟାରୋ କାର୍ଗୋ ପ୍ରାଣ୍ ବହୁତ ଜଳ । ଏହା ଶାଇଲିଶ ଲାଗିବା ସହିତ ପରମାଳ କୁରୁ ଦେଖାଯାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣ୍ ତଳପଟ୍ଟ ନ୍ୟରୋ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ସମ୍ପର୍କ ମୁଖ୍ୟ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ପରିଷ୍ଠିତ ହେବାରେ ।

ତ୍ରୁଟେଲ୍: ତ୍ରୁଟେଲ୍ ସମ୍ପର୍କରେ ଆମେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଶାଇଲିଶ ପୋଷାକ ପିଲୁ । କିନ୍ତୁ ଏହା

CYMK

ଆସ ପିଇବା ମସଲା ଚା'

ପାଶି ବ୍ୟତୀତ ଲୋକେ ଆଉ ଯାହା ଅଧିକ ପିଅନ୍ତି, ତାହା ହେଉଛି ଚା' । ପୂର୍ବେ ଏହାକୁ ଅଣ୍ଟିଷ୍ଠ 'କାଥ' ବା 'କାଢା' ବୁପେ ପିଆ ଯାଉଥିଲା । ଏହି ପରି ଖାଇ ଓ ବର୍ଷା ମିଟିତ ଭରିବେ, ସ୍ବାସ୍ଥ ରକ୍ଷାକାରୀ ଜଡ଼ିବୁଗା ମିରିଥିବା ମସଲା ଚା' ପିଇବା ଅଧ୍ୟବତ୍ତ ଉପରେ କାହାର ହେଉଛି । ଏହାର ମଧ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଥାଏ । ଏଥିରୁ ଗୋଟିଏ ହେଉଛି- ଅନ୍ତି ବୃତ୍ତି । ଏଣୁ ସାଧାରଣ ଚା' ବା 'ହରିଲ ଟ' ପିଇଲେ ତାହା ଶରାରକୁ ପୂର୍ବ ଦେବା ସହିତ ଗୋଟିଏ ପ୍ରତିଗୋଧକ ଶକ୍ତି (ଲୟୁଣିଟି) ବଡ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କ ମତରେ, ଏହି ରହିବାର ବ୍ୟାକରଣ ବିଭିନ୍ନ ମଧ୍ୟ ପାଇଁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଥାଏ । ଏହା କାହାର ହେଉଛି ବ୍ୟାକରଣ କାହାର ହେଉଛି ବ୍ୟାକରଣ । ଏହା କାହାର ହେଉଛି ବ୍ୟାକରଣ । ଏହା କାହାର ହେଉଛି ବ୍ୟାକରଣ ।



ଗୋଲାପ ଚା':

ଗୋଲାପ ଫୁଲ ଅଛି ସହଜରେ ମିଳିଥାଏ । ଏହାର ପାଖୁରୁ ସହିତ ଲବଜ, ଅଳେଇର, ଗୋଲାମରିତ ଆଦି ମିଶାଇ ରହିବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଗୋଧକ ଶକ୍ତି (ଲୟୁଣିଟି) ବଡ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହା କାହାର ହେଉଛି ବ୍ୟାକରଣ ।



ଆଦା-ହଳଦୀ ଚା':

ସାଧାରଣଦିନ ଅବା ଓ ହଳଦୀ ଏକ ରହମ ସମିଶ୍ରଣ । ଏଣୁ ଏଥିରେ ତିଆର ଚା' ଶରାରର ବିଭାଗ ଉପାଦାନଗୁଡ଼ିକ ନଷ୍ଟକରି ଦିବ । ଅବା ପେଚର ଆମଦୋଷ ଓ ହଳଦୀ ରହ ତଥା ଶୁଷ୍ଣ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପାଇଁ ଏହା ଶରାର ବିଭାଗ ଉପାଦାନଗୁଡ଼ିକ ଦିବ । ଶୁଷ୍ଣ ସହିତ ବା ଶାଖା ପ୍ରତିକରିତ ଶରାର ବା ଶାଖା ପ୍ରତିକ

କବିତାମାଳା

୪

ଧୂମ ପ୍ରଚାରି

ବାଲେଶ୍ୱର,

୨୦ ଡିସେମ୍ବର, ମଙ୍ଗଳବାର, ୨୦୨୨

ମୁହଁ ଖୋଲିଲେ ବିପଦ

ରତ୍ନାକର ରାଉଡ଼

ତୁମେ ମୋତେ ପବାରୁ
ମୁଁ କାହିଁ ବସୁଥିଲି
ବୁପବାପ
ମୁହଁ ଖୋଲୁ ନାହିଁ ।

ଶିଳ ବୁଝ,
ଅସାମୀ କଥାପଦେ ଖୟିଲେ ୫୦ରୁ
କେତେକଣ ଅୟଶେ
ଘରିଯିବ ପର ମୁହଁରୁରେ ।

ତୁମେ ତ' କାହିଁ,
ମାଲିକର ବୋଲକରା ତୁମ୍ଭି
ଲାଗିଛି ମୁହଁରେ,
ହାତରେ ପଡ଼ିଛି କହି
ପାଦରେ ଶିକ୍ଷି,
ଜୀବିକା ପାଇଁ ବ୍ୟାଧ ପଡ଼ିଛି ଜୀବନ ।

ସବୁ ଦେଖୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ କିଛି ଦେଖୁନାହିଁ,
ସବୁ ଶୁଣୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ କିଛି ଶୁଣୁନାହିଁ ।



ଅପ୍ରିୟ ହେବାଟା କିଛି ବଢ଼କଥା ନୁହେଁ
ବିପଦର ନୁହିଆଣା ଜାଲସବୁ
ଅକ୍ଷେପି ବଂଧନରେ ଛାଇ ଦେବେ
ଜାବନର ଯାତ୍ରା,
ଓ ଆଗାମାର ସଂଭାବନା ଯେତେ ।

ହରତ୍ତ ଘଣାରେ ପରିଶିଳେ
ମିଶିବନି କୁଳ ଓ କିନାରା,
ଦିନିପିତି ଜିହ୍ଵାପ୍ରେ ଲାଗିଥିବା
ଅସାଧ୍ୟ ପତଙ୍ଗରେ ତୁଳ୍ୟ ।

ଛଳନା ରାଜ୍ୟରେ
ଶଠର ରହୁଜାଲେ ଯେବେ

ବର୍ଣ୍ଣ ଗୋହମାନ,
ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣ ଯାହିଁ ବିଭବାହ ପ୍ରସାରିତ କରି
ଲୁଚିନିଏ ପ୍ରେମପ୍ରତି, ହୃଦୟର ଭାଷା
ଅନ୍ତରୁତି ଅସୁଧାରେ ଅହରଣ

ଉଦ୍‌ବିଶ୍ଵ ଅନେକ,
ମୁହଁ ଖୋଲ ହୃଦୟର ବାଣୀ ବଖାଣିଲେ
ଘୁରୁବନି ଥାମା ଅଂଧକାର
ବରଂ ଅସମ୍ଯେ ଲଜିଜଳି
ନିଃସ୍ଵ ହେବା ଥାରି ।

ଯାହା ସବୁ ଦେଖୁଥିଲି
ଶୁଣୁଥିଲି ନିତିପ୍ରତି
ଅନୁଭବ କରୁଥିଲି ଆପଣା ହିତରେ,
ସେ ସବୁକୁ କହିବାର ଯୁ' ନାହିଁ ମୋର ।

ଯାହା କିଛି କହୁଥିଲି କେବେ କେବେ
ମାତ୍ର ଦୂରି, ଆଗପତ ବିଭାଗ ଅନେକ
ସେବବୁ ପୁଦିଅଥା ଜରି କାମ ଭକ୍ତି ।

ପିଲା ହୁଅ ପରିବାର ଶୁଭାବାଣ ପାଇଁ
କାନାର ମୁହଁଥିଆ ସମା
ଜାବିକାକୁ କୌଶଳ ସମ୍ମାନ,
ପାନୁମାହିଁ ପୁଲକର ପ୍ରୋଭନ ଛାତ୍ର
ବେବାହାରା କଷିତି ପଥକୁ ଆବରି ।

କଣିଛକି' ନାହିଁ,
କାହୁର ବି' କାନ ଅଛି ଏଠି
କିଏ ଯଦି କେତେବେଳେ
ବଖାଣିଲା କାହା ଆଗେ
ହୃଦୟର କିଛି ଭାଷା, ନିଜକ ସତ୍ୟକୁ,
ମିଶି ପଣିଆ ଯାହିଁ ସବୁଠ ନିମ୍ନରେ
ଅପରକ ପଛରେ ପକାଇ
ଆଗକୁ କହିଯିବାର ଅଦମ୍ୟ ପିପାସା
ଯାହିଁ ଜୀବ ଆଦର୍ଶ ।

ସେ ସମୟେ ହୃଦୟର ଭାଷା ପାଇଁ
ମିଶିପଣେ କାହିଁ?

ବେପଥାଇଁ ଏ ଅବେଳେ
ଖୋଲୁ ନାହିଁ,
ସବୁ ଦେଖୁ, ସବୁ ଶୁଣି
ବୁପବାପ ରହିଯିବା ଭଲ ।

ସମୟ ଆସିଲେ,
ଆସେ ଆପେ ଖୋଲିଯିବ ମୁଖପଦ୍ମ
ଉନ୍ନାଳି ହୋଇଯିବ
ଅସୁଧାର ଭାଷାର କୋରକ,
ସେ ମାହାର ସମୟର
ଅପେକ୍ଷାରେ ରହିବାକୁ ହେବ ।

ଅନ୍ଧାରକୁ ପଚାରିଲି ଦିନେ ପ୍ରଭାତ କୁମାର ଆଚାର୍ୟ



ଅନ୍ଧାରକୁ ପଚାରିଲି ଦିନେ

ତୁମେ କିଅଁ ଏତେ ତର ଲାଗ ମୋତେ

ହାତ ପାଦ ମୋର କାହିଁ ବାହି ହୋଇଯାଏ ?

ଆଲୁଅରେ ଏତେ ରଙ୍ଗ

ଏତେ ସଜାକାଳ

ତୁମେ କିଅଁ ଏତେ ନାବ ନିର୍ମଳ ?

ଥରି ଥରି ଆପଣା କହିଲା

ଆଲୁଅରେ ତୁମେ ଜୀବନକୁ ଦେଖ

ମୁଁ କିନ୍ତୁ ତୁମ ଜୀବନ ପରଖେ

ଅନ୍ଧାରେ ସତମାନେ ଘର କରିଥାନ୍ତି
ଆସ୍ତି ଦୂରିଥିଲେ କବାଟ ଫିରାନ୍ତି
ହିବାବ ମାରିଛି, ପୁଣି ହସାଟି, କାହାଟି ।

ଆଲୁଅ ବିନ୍ଦିଏ ପ୍ରସାର ଅଭିର

ମେଲିଦିଏ ଜୀବନର ବିଧା ଦେଖାର
ମୁଁ କିନ୍ତୁ ହୁଅ ହୁଅ

ବୁନୁଚଳ ଅମଦା ବାଟରେ

ସେଇ ବାଟେ ଚାଲି ଚାଲି ଅନ୍ଧିଯାଅ
ବାଟ ତ ନ ସରେ ।

ଆଲୁଅ ଦେଖାଏ ଯେବେ
ବାଟେରା ଲୟା ଲୟା ଆଶା

ମୁଁ ଅନ୍ଧାରେ କେବଲମୁଁ ସୁତିର ଭରିବା

ଆଲୁଅରେ ଯେବେ

ତମାମ ମିଛ ବିନ୍ଦୁ ହୁଏ

ଅନ୍ଧାରେ ସିନା ଏତେବେ ମିନାର ଗଢ଼ି ହୁଏ

ମିଶି କରୁନି ମିଶି ହାତ

ବାହାର ବାହାର

ଅନ୍ଧାର ମୁଁ

ମିଶି ମନର ନିର୍ଭୟ ଭାଷା ।

କାନୁରାଜ, ବାଲେଶ୍ୱର

କାହିଁ କାହିଁ କାହିଁ କାହିଁ

କାହିଁ କାହିଁ କା

କବାଟ ତାଡ଼ି
ଦୋକାନର,
ଲକ୍ଷାଧକ ଟଙ୍କାର
ଆସବାବ ପ୍ରତି ଲୁଚ୍ଛ

ବଷ୍ଟା, ୧୦/୧୨ (ନି.ପ୍ର):
ବାଲେଶ୍ଵର ଜିଲ୍ଲା, ବିଂଳା ଥାବା
ଅଭର୍ଗତ ଦନେଇପୁର ଗ୍ରାମର
ରତ୍ନକିଳ ବିଳିହିତ ରତ୍ନରେ ଏକ
ଗ୍ରୋସର ଦୋକାନ ର କବାଟ
ତାଡ଼ି ଲକ୍ଷାଧକ ଟଙ୍କାର ସମ୍ପ୍ରତି
ଆସବାବପତ୍ର ଲୁଚ୍ଛ ନେଇଛନ୍ତି ଦୁର୍ଭିତା। ଏନେଇ ଗ୍ରୋସର
ଦୋକାନର ମାଲିକ ପ୍ରଦୀପ
ରାଜ ବିଂଳା ଥାନାରେ ଲକ୍ଷଣ
ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି। ଅଭିଯୋଗ
ମୁଦ୍ରାବକ ସବୁଦିନ ଉକି
ଗତକାଳ ରାତି ରେ ଦୋକାନ
ବନ୍ଦ କରି ଘରକୁ ଯାଉଥିଲେ,
ଆଜି ସକାଳେ ତାଙ୍କ ଦୋକାନ
ପାଖୁ ଲାଗି ରହିଥିବା ଏକ ବା
ଦୋକାନୀ ଆସି ଦୋକାନ
ଖୋଲିବା ଦେଲେ, ଗ୍ରୋସର
ଦୋକାନର କବାଟ ଉକି

୧୧ କେତ୍ତି ବିଦ୍ୟୁତ୍
ତାର ସଂରକ୍ଷଣରେ
ଆସି ଯୁବକ ମୃତ୍ୟୁ

ବଷ୍ଟା, ୧୦/୧୨ (ନି.ପ୍ର):
ବିଦ୍ୟୁତ୍, ସମ୍ପ୍ରତି ସହିତ ବିଦ୍ୟୁତ୍
ଗ୍ରୋସର ସମ୍ପ୍ରତି ଲୁଚ୍ଛ ନେଇଥିବା
ବିଂଳା ଥାନାରେ ଲକ୍ଷଣ
ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି ପ୍ରଦୀପ।

ଅଭିଯୋଗ କୁ କରି କରି ବିଂଳା
ପୋଲିସ ଘରେ ଥାଇଥିଲେ,
କହିଲୁ କହିଲୁ କହିଥିଲେ କହିଥିଲେ।

