

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

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



ସା ଦେବୀ ସର୍ବଭୂତେଷୁ.....

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ରୁଧିରା ୧୯ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୩ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପରସା ■ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା-୩୦ ■ Baleshwar ■ WEDNESDAY 19 APRIL 2023
Vol.No. 34 ■ No. 102 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore(Odisha)/005/2019

ଅସରନ୍ତି ଶୁଭେଚ୍ଛା ସହ...

ସାଗରିକା

ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ :
ମୁଖ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ସାଗରିକା
ଜେଲ ରୋଡ, ବାଲେଶ୍ୱର-୭୫୬୦୦୧

ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ରାଜନୀତି : ପୁଣି ବିଦ୍ରୋହୀ ସାଜିବେ କି ଏନସିପି ନେତା ଅଜିତ ପାଞ୍ଜୁର ?

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮/୦୪ (ନି.ପ୍ର): ଏନସିପି ନେତା ତଥା ମହାରାଷ୍ଟ୍ରର ପୂର୍ବତନ ଉପମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଅଜିତ ପାଞ୍ଜୁର ସେହି ସମସ୍ତ ଅଭିଯୋଗକୁ ଖଣ୍ଡନ କରିଛନ୍ତି ଯାହାକୁ ନେଇ କିଛି ଦିନ ହେବ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ରାଜନୀତି ହଲଚଳି ଦେଖାଦେଇଛି । ଅଜିତ ପାଞ୍ଜୁର ନିଜର କିଛି ଘଟଣା ବିଧାନସଭାରେ ସାମନା କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି । ଏହା ଉପରେ ଉତ୍ତର ରଖି ଅଜିତ କହିଛନ୍ତି ଦଳ ମଧ୍ୟରେ କୌଣସି କନ୍ଦଳ ନାହିଁ । ସେ ଏନସିପିରେ ଥିଲେ, ଅଜିତ ଓ ରହିବେ । ନିଜତରଫରେ ଅଜିତ ପାଞ୍ଜୁର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦିଙ୍କ ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ ଓ ଉଚ୍ଚିତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହା ପରଠୁ ବିକେପି ସେ ମିଶିବା ନେଇ ଚର୍ଚ୍ଚା ହୋଇଥିଲା । ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ସରକାରରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁଧୀର



ମୁନବିଜାବାର ତାଙ୍କୁ ଏନସିପିରେ ଆସିବାକୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପରେ ଅଜିତଙ୍କୁ ନେଇ ଅଳ୍ପ କାଳ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଚର୍ଚ୍ଚା ଉପରେ ବିରାମ ଲଗାଇଛନ୍ତି ଅଜିତ ପାଞ୍ଜୁର । ଚର୍ଚ୍ଚା ହେଉଥିଲା, ଅଜିତ ପାଞ୍ଜୁର ଏନସିପିର ପ୍ରାୟ ୪୦ ବିଧାୟକଙ୍କୁ ନେଇ ସିନ୍ଦେ

ଫତଦବାଣ ସରକାରରେ ଅଂଶୀଦାର ବନିବେ । ଏନସିପିରେ ଯୋଗ ଦେବା ପାଇଁ ଦଳରୁ ସମର୍ଥନ ଖୋଜୁଥିଲେ । ତେବେ ଏନସିପି ପ୍ରଦେଶ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କନ୍ଧକ ପାଟିଲଙ୍କ ସମେତ କିଛି ନେତା ଏହାକୁ ବିରୋଧ କରୁଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକାରରେ ଥିବା ସରକାରରେ ଅଜିତଙ୍କୁ ଯୋଗ ଦେବା ପାଇଁ ଦଳରୁ ସମର୍ଥନ ଖୋଜୁଥିଲେ ଓ ଏନସିପି ବିଧାୟକ ବିକେପି ସହିତ ମେଟ୍ କରିବାକୁ ଆଗ୍ରହୀ ବୋଲି ଜଣାଇଥିଲେ । ସେପଟେ ଉଦ୍ଧବଶାସୀ ଏହାକୁ ବିକେପିର ଶତ୍ରୁତ୍ୱ କହି ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି ।

ସମାଜିକ ବିବାହ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ସୁପ୍ରିମ କୋର୍ଟ : କେନ୍ଦ୍ର ଆପତ୍ତି, ବର୍ଷରେ ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୮/୦୪ : ସମାଜିକ ବିବାହକୁ ଆରମ୍ଭର ମାନ୍ୟତା ପ୍ରଦାନ ଦାବିରେ ହୋଇଥିବା ଆବେଦନ ଉପରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ସୁପ୍ରିମ କୋର୍ଟ । ପ୍ରଧାନ ବିଚାରପତି ଜଷ୍ଟିସ ଡିଆର ଚନ୍ଦ୍ରଚୂଡ଼ଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଗଠିତ ପାଠ ଜଣିଆ ଖଣ୍ଡପୀଠ ମାମଲାରେ ଶୁଣାଣି କରୁଛନ୍ତି । ସମାଜିକ ବିବାହକୁ ନେଇ କେନ୍ଦ୍ରର ମୋହର କୋର୍ଟଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ପକ୍ଷ ରଖି କହିଛନ୍ତି, ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର କୋର୍ଟଙ୍କ ନିକଟରେ ସତ୍ୟପାଠ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି । ବିବାହ ଏକ ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା । ଏହାକୁ ମାନ୍ୟତା ଦେବା ପାଇଁ ନ୍ୟାୟପାଳିକାର ଅଧିକାର ନାହିଁ । ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ସଂସଦକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାକୁ ଦିଆଯାଇ । ଯାହାକୁ ନେଇ ବିରକ୍ତ ହେବା ସହ, ପ୍ରଧାନ ବିଚାରପତି କହିଥିଲେ, ଆମେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବୁ କେଉଁ



ମାମଲାରେ ଓ କେମିତି ଶୁଣାଣି କରିବୁ । ଶୁଣାଣିକୁ ନେଇ ଆମକୁ କାହାର ଅନୁମତି ନେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ଆମକୁ ଆମେ କେନ୍ଦ୍ରର ପକ୍ଷ ମଧ୍ୟ ଶୁଣିବୁ । ସମାଜିକ ବିବାହକୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ବିରୋଧ କରି ଆସୁଛନ୍ତି । ଏହା ଭାରତୀୟ ପରମ୍ପରା ବିରୋଧୀ ବୋଲି କହି ଆସୁଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର । ସମାଜିକ ବିବାହକୁ ଅନୁମତି ଦେଲେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ କିଏ ସ୍ତ୍ରୀ, କିଏ ସ୍ତ୍ରୀ ସେ

ବିବାହମୁଖ୍ୟ ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ଦୃଢ଼ ଆକାରରେ ଆଲୋଚନା କରାଯିବାର ଉଚିତ । ସମାଜିକ ବିବାହକୁ ଆରମ୍ଭର ମାନ୍ୟତା ଦେବା ପାଇଁ, ଆବେଦନକାରୀ ନିଜ ଆବେଦନରେ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି, ସମାଜିକ ବିବାହ ଏକତା ପାଇଁ ବିବାହ ନିହାତି କରୁନା । ସେହିପରି ଅନ୍ୟକଣ୍ଠେ ଆବେଦନକାରୀଙ୍କ କହିଛନ୍ତି, ସେମାନେ ଦୈନିକ ଜୀବନରେ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ଏପରିକି ବ୍ୟାଙ୍କ ଖାତା ଖୋଲିବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସେମାନଙ୍କୁ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ୁଛି । ବିବାହ ପାଇଁ ଅନୁମତି ମିଳିଲେ ଏହା ଦୂର ହୋଇପାରିବ । ସମାଜିକ ବିବାହକୁ ଆରମ୍ଭର ଅନୁମତି ଦେବା ପାଇଁ ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟରେ ୧୫ଟି ଆବେଦନ ହୋଇଛି । ଯାହା ଉପରେ ଶୁଣାଣି ଜାରି ରହିଛି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଉପ-ନିର୍ବାଚନ : ନାମାଙ୍କନ ଭରିଲେ ଦାପାଳି ଦାସ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮/୦୪ (ନି.ପ୍ର): ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଉପ-ନିର୍ବାଚନ ଏବେ ଗୋଟିଏ ମୋଡ଼ରେ ଘଟିଛି । ନେତା, କର୍ମୀଙ୍କ ଗହଣରେ ଆସି ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ତଥା ନବ ଦାସଙ୍କ ଝିଅ ଦାପାଳି ଦାସ । ଏଥିପାଇଁ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ବିରାଟ ପତ୍ତାଧାର କରି ଶକ୍ତିପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି ବିଜେଡି । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ମନମୋହନ ଷ୍ଟୁଲରୁ ରାଜ୍ୟସଭାରେ ନେତା ଓ କର୍ମୀଙ୍କ ସହ ବିରାଟ ଗୋଭାସାଗ୍ରରେ ବାହାରିଥିଲେ ଦାପାଳି । ଗୋଭାସାଗ୍ର ବିଭିନ୍ନ ଛକ ଦେଇ ଉପକ୍ରମିତ ପାଳକ ଅର୍ଚ୍ଚନାରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ । ଆଖପାଖ ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳରୁ ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଦଳୀୟ କର୍ମୀ ଓ ନେତା ଗୋଭାସାଗ୍ରରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ମନମୋହନ ଷ୍ଟୁଲରୁ ଉପକ୍ରମିତ ପାଳକ ଅର୍ଚ୍ଚନା ବିକେତମୟ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ନାମାଙ୍କନ ଭରି ଦାପାଳି କହିଛନ୍ତି, ବାପା ବଞ୍ଚିଥିଲେ ଦେଖୁ ଖୁସି ହୋଇଥାନ୍ତେ । ଉପରେ ଥାଇ ସେ ଆଶୀର୍ବାଦ ଦେଉଛନ୍ତି । ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ବିବାହ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରସଙ୍ଗ ହେବ । ବାପାଙ୍କ ଆଶା ପୂରଣ ହେବ । ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ ପୂର୍ବରୁ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ମା ପାଟେଲ୍‌ଗୁରୀ, ଶ୍ରୀ ଗଣେଶ ଓ ମହାଦେବ ମନ୍ଦିର ଯାଇ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରିଥିଲେ ଦାପାଳି ଦାସ । କହିଥିଲେ, ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ତାଙ୍କ ବାପାଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ ତାଙ୍କ ସହିତ ଅଛି । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ପାଇଁ କିଛି କରିବାର ଅଛି । ମନ୍ତ୍ରୀ ନବଦାସଙ୍କ ହତ୍ୟା ପରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ

ସମ୍ବଲପୁର ହିଂସା ଓ ବିଜେପି ନେତାଙ୍କୁ ଆନାରେ ଅଟକ ରଖାଯିବା ଘଟଣା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜଧର୍ମ ପାଳନ କରିବା ସହ ନିରପେକ୍ଷ ରୁହନ୍ତୁ : ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮/୦୪ (ନି.ପ୍ର): ରାଜ୍ୟର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ହୁଏତ ଅନେକ ବିଷୟରେ ଜାଣିପାରୁନାହାନ୍ତି କିମ୍ପା ତାଙ୍କୁ ଜଣାଯାଉନାହିଁ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ, ସେ ରାଜଧର୍ମ ପାଳନ କରିବା ସହ ନିରପେକ୍ଷ ରୁହନ୍ତୁ । ଦଳୀୟ କର୍ମୀମାନେ ଦଳର କାମ କରିବେ ମାତ୍ର କିଛି ଯୋଗ୍ୟ କର୍ମୀଙ୍କୁ ଆରମ୍ଭଶୁଖିଲାକୁ ଦୂରରେ ନେଇ ଦଳୀୟ କାମରେ ଲଗାଇବା ଗଣତନ୍ତ୍ରରେ ଶୁଭ ଲକ୍ଷଣ ନୁହେଁ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ । ସମ୍ବଲପୁର ହିଂସା ଓ ବିଜେପି ନେତାଙ୍କୁ ଆନାରେ ଅଟକ ରଖାଯିବା ଘଟଣାରେ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ କହିଛନ୍ତି ଯେ ସମ୍ବଲପୁର ସହରରେ ଅଭାବନୀୟ ଘଟଣା ଘଟିବାର ପ୍ରାୟ ଏକ ସପ୍ତାହ ହେଲାଣି ।



ହନୁମାନ ଜୟନ୍ତୀ ଗୋଭାସାଗ୍ର ଅବ୍ୟବହିତ ପୂର୍ବରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦିଆଯାଇ ନଥିବା ପ୍ରଶ୍ନାସନ ସ୍ୱୀକାର କରିଛନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ରାମନବମୀ ଓ ହନୁମାନ ଜୟନ୍ତୀରେ ଶାନ୍ତିଭଙ୍ଗ ସମାବନା ନେଇ କେନ୍ଦ୍ର ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀଙ୍କ ତରଫରୁ ଦେଶର ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟ ସମେତ ଓଡ଼ିଶାକୁ ମଧ୍ୟ ସତର୍କ କରାଯାଇଥିଲା । ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ଗତବର୍ଷ ତୁଳନାରେ ବହୁତ କମ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀ ନିଯୋଜିତ ଥିବା ସ୍ଥାନୀୟ ନାଗରିକମାନେ ଅଭିଯୋଗ କରିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ତିଆରି କରୁଛି । ଅତୀତ ସମ୍ବଲପୁର ପକ୍ଷରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଅପାରଗତା ମୁଖ୍ୟତଃ ଦାୟୀ । ଏହି ଘଟଣା ଘଟିବା ପରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ରାଜଧର୍ମ ପାଳନ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ

୪୦ ଡିଗ୍ରୀ ଉପରେ ୨୯ ସହର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮/୦୪ (ନି.ପ୍ର): ସାରା ରାଜ୍ୟରେ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହ ଜାରି ରହିଛି । ପ୍ରବଳ ତାପରେ ସିଝୁଛି ରାଜ୍ୟର ଅଧିକାଂଶ ସହର । ମଙ୍ଗଳବାର ୨୯ ସହରର ତାପମାତ୍ରା ୪୦ ଡିଗ୍ରୀ ଉପରେ ରହିଛି । ବାରିପଦା ଏବଂ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ସର୍ବାଧିକ ୪୪.୨ ଡିଗ୍ରୀ ତାପମାତ୍ରା ରେକର୍ଡ ହୋଇଛି । ସେହିପରି ଚଳିତ ବର୍ଷ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଦିନ ସିଟିରେ ତାପମାତ୍ରା ୪୨ ଡିଗ୍ରୀ ଅତିକ୍ରମ କରିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱର ୪୨.୭ ଡିଗ୍ରୀ ଏବଂ କଟକରେ ୪୨.୫ ଡିଗ୍ରୀ ତାପମାତ୍ରା ରେକର୍ଡ ହୋଇଛି । ଆଗାମୀ ୩ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହ ଜାରି ରହିବ । ୨୧ ତାରିଖ ପରେ କିଛି ସ୍ଥାନରେ କାଳବୈଶାଖୀ ଜନିତ ବର୍ଷା ହୋଇପାରେ ବୋଲି ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିଛି ଭୁବନେଶ୍ୱରସ୍ଥିତ ଆଂଚଳିକ ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ । ଅପରପକ୍ଷରେ ୨୪ ଘଂଟାରେ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହ ପାଇଁ ୮ ଟି ଜିଲ୍ଲାକୁ ଯେଲୋ ଖୁର୍ଦ୍ଧା କାରି କରାଯାଇଛି । ଏହି ଜିଲ୍ଲାଗୁଡ଼ିକ ହେଲା ମୟୂରଭଞ୍ଜ, କେନ୍ଦୁଝର, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ସୋନପୁର, ଓ ବୌଦ୍ଧ । ପାଣିପାଗ ବିଭାଗର ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ମଙ୍ଗଳବାର ବାରିପଦା ଓ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ସର୍ବାଧିକ ୪୪.୨ ଡିଗ୍ରୀ ତାପମାତ୍ରା ରେକର୍ଡ ହୋଇଛି । ସେହିପରି ବଲାଙ୍ଗୀର ଓ ବୌଦ୍ଧରେ ୪୩.୭, ନୂଆପଡ଼ାରେ ୪୩.୬, ଚିଟିଲାଗଡ଼ ଓ ସୋନପୁରରେ ୪୩.୨, ଅନୁଗୁଳରେ ୪୩.୧, ସମ୍ବଲପୁର ଓ



ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ୪୩, ତାଳଚେରରେ ୪୨.୮, ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ୪୨.୭, କଟକ ଓ ଭବାନୀପାଟଣାରେ ୪୨.୫, ରାଉରକେଲାରେ ୪୨.୪, ଡେକାନାଲ ଓ ଯାଜପୁରରେ ୪୨, ହାତୀକୁନ୍ଦରେ ୪୧.୬, କଟକସିଂହପୁରରେ ୪୧.୫, ପାରଳାଖେମୁଣ୍ଡିରେ ୪୧.୪, ଚାନ୍ଦବାଲି ଓ ଦେବଗଡ଼ରେ ୪୧.୩, କେନ୍ଦୁଝରରେ ୪୧.୨, ନୟାଗଡ଼ ଓ ଭଦ୍ରକରେ ୪୧, ମାଲକାନଗିରିରେ ୪୦.୨, ବରଗଡ଼ରେ ୪୦.୫ ଓ ଖୋର୍ଦ୍ଧାରେ ୪୦ ଡିଗ୍ରୀ ତାପମାତ୍ରା ରେକର୍ଡ କରାଯାଇଛି ।

ସରୋଜ ସାମଲ ନୂଆ ସୂଚନା ଓ ଲୋକସଂପର୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮/୦୪ (ନି.ପ୍ର): ଆଇଏଏସ ଅଧିକାରୀ ସରୋଜ କୁମାର ସାମଲଙ୍କୁ ସୂଚନା ଓ ଲୋକସଂପର୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତି ଦିଆଯାଇଛି । ବର୍ତ୍ତମାନର ସୂଚନା ଓ ଲୋକସଂପର୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଇନ୍ଦ୍ରମଣି ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କୁ ଅନୁସୂଚିତ କାଳି ଓ ଜନକାଳି ଉନ୍ନୟନ ବିଭାଗର ଅତିରିକ୍ତ ସଚିବ ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଏହାସହ ସହ ଶ୍ରୀ ତ୍ରିପାଠୀ ପୂର୍ବରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଏସଏ ଏସଟି ଆଇ ଟି ଆଇ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଭାବେ ଅତିରିକ୍ତ ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇବେ । ଏନେଇ ମଙ୍ଗଳବାର ସାଧାରଣ ପ୍ରଶାସନ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ସୂଚନା ଓ ଲୋକସଂପର୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପଦବୀକୁ ସ୍ୱତ୍ୱ ସଚିବ ପଦବୀ ସହ ସମାନ ବୋଲି ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି ।

ଆଜି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବନ୍ଦ ଡାକରା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮/୦୪ (ନି.ପ୍ର): ଆସନ୍ତାକାଲି ପଶ୍ଚିମ ଓଡ଼ିଶା ବନ୍ଦ ଡାକରା । ସମ୍ବଲପୁର ହିଂସାକାଣ୍ଡକୁ ନେଇ ବନ୍ଦ ଡାକରା ଦିଆଯାଇଛି । ବନ୍ଦ ଡାକରା ହେଲେ ବକରକ ଏକ ଓ ବିଶ୍ୱ ହିନ୍ଦୁ ପରିଷଦ । ପୂର୍ବ ସମର୍ଥନ ଦେଉଛନ୍ତି ପୂର୍ବ ଓଡ଼ିଶା ବକରକ ଦଳ ଓ ଭିଏସପି । କହିଲେ, ୪୮ ଘଣ୍ଟା ଭିତରେ ସରକାର କିଛି ପଦକ୍ଷେପ ନନେଲେ ବ୍ୟାପକ ହେବ ଆନ୍ଦୋଳନ । ସମ୍ବଲପୁରରେ ହନୁମାନ ଗୋଭାସାଗ୍ରରେ ଦୁଇ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ ପଥର ମାଡ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ ବକରକ ଦଳର କର୍ମୀ ଓ ପୋଲିସ ଆହତ ହୋଇଥିଲେ । ଏହାପରେ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ସୁଧାରିବାକୁ ସମ୍ବଲପୁରରେ ଧାରା ୧୪୪ ଲାଗୁ ହୋଇଥିଲା ।

ଗ୍ୟାଙ୍ଗ୍‌ସ୍ତର ଅତିକ ଅହନିତ ହତ୍ୟାକାରୀଙ୍କୁ ନେଇ ଫିର୍ଦ୍ଦୂଖି ଗୁମର: ଜେଲରେ ୨ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଲବଲେଶ ଓ ମୋହିତଙ୍କ ହୋଇଥିଲା ଦେଖା

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୮/୦୪ : ଗ୍ୟାଙ୍ଗ୍‌ସ୍ତର ଅତିକ ଅହନିତ ହତ୍ୟାକାରୀ ୪ ଦିନ ପରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ମୁହଁ ଖୋଲିଛନ୍ତି ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଯୋଗୀ ଆଦିତ୍ୟନାଥ । ଅତିକ ଓ ତାର ଭାଇ ଅସରତକୁ ହତ୍ୟା ପରେ ରାଜ୍ୟରେ ଆଇନଶୃଙ୍ଖଳା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିବା ବିରୋଧୀ ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଛନ୍ତି । ଆଉ ବିରୋଧୀଙ୍କୁ ଯଦି ଦେଇ ଯୋଗା କହିଛନ୍ତି, କୌଣସି ମାମୁଲି ସୁପ୍ରିମେ ଆଡ଼େ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ମାମୁଲି ଆଉ ଶିଳ୍ପପତିଙ୍କୁ ଫୋନ୍‌ରେ ଆଡ଼ ଧକ ଦେଇପାରିବେ ନାହିଁ । ଦଳୀୟ ପାଇଁ ଭଉଁର ପ୍ରଦେଶ କୁଖ୍ୟାତ ଥିଲା । କିଛି ଜିଲ୍ଲାରେ ଲୋକ ଏଥିପାଇଁ ଭୟଭୀତ ହୋଇ ରହୁଥିଲେ । ଏବେ ସେମାନଙ୍କୁ ଭୟ କରିବାର ନାହିଁ । ଅତିକ ଓ ତାର ଭାଇ ଅସରତକୁ ହତ୍ୟା କରିଥିବା ତିନି ଅଭିଯୁକ୍ତ ଲବଲେଶ ତ୍ରିପାଠୀ, ସଚି ବିଂ ଏବଂ ଅରୁଣ ମୌର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ନେଇ ନୂଆ ତଥ୍ୟ ସାମ୍ବାଦ୍ୟ ଆସିଛି ।



ସେମାନେ ପୂର୍ବରୁ ଏକାଠି କୌଣସି ଅପରାଧ କରିନାହାନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ତନୁ ନେତା ବନିଥିବା ଅତିକକୁ ହତ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ସେମାନେ ଏକାଠି ହୋଇଥିଲେ । ୨୦୨୧ରେ ବାୟା ଜିଲ୍ଲା ଜେଲରେ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଲବଲେଶ ତ୍ରିପାଠୀ ଏବଂ ସଚି ବିଂ ପ୍ରଥମ ଦେଖା ହୋଇଥିଲା । ଲବଲେଶ ପୋଷାକ ଆକୃତେ ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ମୋହିତ ଆର୍ମ୍ସ ଆକୃତେ ଗିରଫ ହୋଇ ଜେଲରେ ଥିଲେ । ପରେ ସେମାନଙ୍କର ଅନ୍ୟ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଅରୁଣ ମୌର୍ଯ୍ୟ ସହ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଭେଟ ହୋଇଥିଲା । ଅରୁଣ ସେଠାରେ ଏକ ହୋଟେଲରେ କାମ କରୁଥିଲେ । ସବୁଠୁ ବଡ଼ କଥା ତିନି ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେହି ଏତେ ପାଠ ପଢ଼ିନାହାନ୍ତି । ତେଣୁ ଏତେ ବଡ଼ ଗ୍ୟାଙ୍ଗ୍‌ସ୍ତର ହତ୍ୟା କରିବାକୁ ଯୋଜନା ବନାଇବା ଏବଂ ଏହାକୁ ସଫଳ କରିବା ପଛରେ ଜଣେ ମାଷ୍ଟରମାଇଣ୍ଡ ଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ କେହି ପୋଲିସ । ଯେଉଁ ବନ୍ଦୁକରେ ଅତିକକୁ ହତ୍ୟା କରାଯାଇଛି ତାହା ତୁଳିରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି । ଯାହା ଭାରତରେ ନିଷିଦ୍ଧ । ତେଣୁ କିଏ ଅଭିଯୁକ୍ତମାନଙ୍କୁ ବନ୍ଦୁକ ଆଣି ଦେଲା ତାକୁ ନେଇ ବଡ଼ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ତେବେ ଲବଲେଶ ବିଶେଷ ଗ୍ୟାଙ୍ଗ୍ ଏହି ବନ୍ଦୁକ ତୁଳିକୁ ଭାରତ ଆଣିଥିବା ପୁଲିସ୍ ସୂତ୍ରରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଉପନିର୍ବାଚନ : କଂଗ୍ରେସର ୪୦ ଜଣିଆ ତାରକା ପ୍ରଚାରକ ତାଲିକା ଘୋଷଣା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮/୦୪ (ନି.ପ୍ର): ଚଳିତ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ କଂଗ୍ରେସ ପ୍ରାର୍ଥୀ ତରୁଣ ପାଣ୍ଡେଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଚାର କରିବା ପାଇଁ ଅଧିକ ଭାରତ କଂଗ୍ରେସ କମିଟି ପକ୍ଷରୁ କଂଗ୍ରେସ ୪୦ ଜଣିଆ ତାରକା ପ୍ରଚାରକ ମାମଲ ନେତା ତାଲିକା ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି । ଏହି ତାଲିକାରେ ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଭାତୀ ତଥା ଏ.ଆଇ.ସି.ସି. ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ସାଂସଦ ଡଃ ଏ. ଚେଲା କୁମାର, ପି.ସି.ସି. ସଭାପତି ଶରତ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ସମେତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି ଚିରଞ୍ଜିବ ବିଶ୍ୱାଳ, କଂଗ୍ରେସ ଦଳର ବିଧାୟକ ନେତା ନରସିଂହ ମିଶ୍ର ଏ.ଆଇ.ସି.ସି.ର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ନେତା କେଶୁଧର କୁମାର, ପୂର୍ବତନ ପି.ସି.ସି.ସଭାପତି ନିରଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ, ଜୟଦେବ ଜେନା, ପ୍ରସାଦ ହରିଚନ୍ଦନ ପ୍ରମୁଖ

ରହିଥିବାବେଳେ ସାଂସଦ ଶସ୍ତ୍ରୀରା ଉଲ୍ଲା, ଏ.ଆଇ.ସି.ସି. ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ - ଭକ୍ତ ଚରଣ ଦାସ, ଏ.ଆଇ.ସି.ସି. ସମ୍ପାଦକ ଶରତ ରାଉତ, ପୂର୍ବତନ ଏ.ଆଇ.ସି.ସି. ସମ୍ପାଦକ - ବିଶ୍ୱରଞ୍ଜନ ମହାନ୍ତି, ପୂର୍ବତନ ସାଂସଦ ଡଃ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ଖୁଟିଆ, ସୁଶିଳା ତିରିଆ, ଅନନ୍ତ ସେଠୀ, ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥ ପଟ୍ଟନାୟକ, ଫାଉଣ୍ଡେସନ କାନ୍ଦୁଗୋ, ଗଣେଶ୍ୱର ବେହେରା, ବିଜୟଲକ୍ଷ୍ମୀ ସାହୁ, ସୁଧୂର୍ଷିର ଜେନା, ବରିଷ୍ଠ କଂଗ୍ରେସ ନେତା ବିଜୟ ପଟ୍ଟନାୟକ ପ୍ରମୁଖ ରହିଥିବାବେଳେ ବିଧାୟକ ସୁରେଶ କୁମାର ରାଉତରାୟ, ସତ୍ୟୋଦ ସିଂହାଲୁକା, ତାରା ପ୍ରସାଦ ବାରିକପତି, ଅଧିକାର ମୋହନ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ରମେଶ ଜେନା, ସି.ଏସ୍. ରାଜନ ଏକା ପ୍ରମୁଖ ମଧ୍ୟ ରହିଛନ୍ତି । ଏହି କମିଟିରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ



ରାସ୍ତାରେ ଗାଡ଼ିରୁ ତେଲ ସରିଗଲେ ଏହି ଦେଶରେ ଦିଆଯାଏ ଦଣ୍ଡ

ରାସ୍ତାରେ ଦୁତ ଗତିରେ ଗାଡ଼ି ଚଳାଇବା ଏବଂ କାରକୁ ଅଟକାଇ ଭିଡ଼ି ଚିଆରି କରିବା ପାଇଁ ଲୋକଙ୍କୁ ଦଣ୍ଡ ଦିଆଯିବା ବିଷୟରେ ଆପଣ ନିଶ୍ଚୟ ଶୁଣିଥିବେ, କିନ୍ତୁ ଆପଣ କେବେ ଶୁଣିଛନ୍ତି କି ରାସ୍ତା ମଝିରେ ଯଦି ଇନ୍ଧନ ସରିଯାଏ ତେବେ ବି ଦଣ୍ଡ ମିଳିବ ହଁ, ଦୁନିଆରେ ଏପରି ଏକ ଦେଶ ଅଛି ଯେଉଁଠାରେ ଆପଣ ଯେତେ ଦୁତ ଗତିରେ ଗାଡ଼ି ଚଳାନ୍ତୁ ପଛ ଏଥିରେ କୌଣସି ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆପଣଙ୍କର କାରର ରାସ୍ତା ମଝିରେ ତେଲ ସରିଯାଏ, ତେବେ ଆପଣଙ୍କୁ ଏଥିପାଇଁ ଦଣ୍ଡିତ କରାଯିବ ।



କର୍ମାନୀ । ଏହା ହେଉଛି ସେହି କର୍ମାନୀ, ଯେଉଁଠାରେ ହିଟଲର ଏକକ୍ରମେ ଶାସନ କରୁଥିଲେ, ଯେଉଁଥିପାଇଁ ଦ୍ଵିତୀୟ ବିଶ୍ଵଯୁଦ୍ଧ ହୋଇଥିଲା । ଯଦିଓ ଦ୍ଵିତୀୟ ବିଶ୍ଵଯୁଦ୍ଧ ସମୟରେ କର୍ମାନୀ ଦେଶ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଗରିବ ହୋଇଯାଇଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଆଜି ଏହା ଦୁନିଆର ସବୁଠାରୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଦେଶ ମଧ୍ୟରେ ଗଣାଯାଇଛି । ଆଜି ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ କ୍ଷେତ୍ରରେ କର୍ମାନୀର ନାମ ପ୍ରଥମେ ଆସୁଛି । କର୍ମାନୀରେ, ଆପଣ ରାସ୍ତାରେ ଯେତେ କୋରରେ ଗାଡ଼ିଚାଳନା କରିପାରିବେ, ଏଥିପାଇଁ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଦଣ୍ଡର ବ୍ୟବସ୍ଥା ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଗାଡ଼ିର ଇନ୍ଧନ ରାସ୍ତା ମଝିରେ ସରିଯିବ, ତେବେ ଏଠାରେ ଏହାକୁ ଅପରାଧ ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯିବ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ଦଣ୍ଡ ଦିଆଯାଇପାରେ କିମ୍ବା ଆପଣ ଜରିମାନା ମଧ୍ୟ ଦେଇପାରନ୍ତି ।

ରତ୍ନପ୍ରାପ୍ତ କଞ୍ଚୁ ଅଣଦେଖା କରନ୍ତୁନି: ହୋଇପାରେ ବଡ଼ ସମସ୍ୟା

ରତ୍ନପ୍ରାପ୍ତ ସମୟରେ ମହିଳାମାନେ ପ୍ରାୟତଃ ପେଟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଅନେକ ମହିଳାଙ୍କର ପେଟ, ଅଣ୍ଡା, ଚଳି ପେଟ ଏବଂ ଗୋଡ଼ରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ପିରିୟଟ୍ କ୍ରମେ ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣା ସାଧାରଣତଃ ଦୁଇରୁ ତିନି ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିପାରେ । ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା, କିନ୍ତୁ ଅନେକଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅସହ୍ୟ ହୋଇଯାଏ । ଯେଉଁଥିପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼େ । ଯାହା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ରତ୍ନପ୍ରାପ୍ତ ସମୟରେ ଅସହ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଣା ପଛରେ ଅନେକ ଗଭୀର କାରଣ ଥାଇପାରେ । ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ବହୁତ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଛି ତେବେ ଏହାକୁ ଅଣଦେଖା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ଏବଂ ଔଷଧ ଖାଇବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଦୂରତ ଚାକ୍ରରକ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ । ରତ୍ନପ୍ରାପ୍ତ ସମୟରେ ଅଧିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ପ୍ରକୃତରେ ପ୍ରୋଷ୍ଟାଟ୍ଫାଣ୍ଡିନ୍ ନାମକ ଏକ ରାସାୟନିକ କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ କିମ୍ବା ଏହାକୁ ଆମେ ହରମୋନ୍ ମଧ୍ୟ କହିପାରିବା । ରତ୍ନପ୍ରାପ୍ତ ସମୟରେ ଗର୍ଭାଶୟରେ ପ୍ରୋଷ୍ଟାଟ୍ଫାଣ୍ଡିନ୍ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ, ଯାହା ମଧ୍ୟପେଶୀର ସଂକୋଚନ କରେ । ଏହା ପେଟ ଏବଂ ପିଠିରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା କରାଏ । ଏହି ହରମୋନ୍ ଅଣ୍ଡାଦାନ, ରତ୍ନପ୍ରାପ୍ତ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏବଂ ମହିଳାମାନଙ୍କ ପ୍ରଜନନ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ସକ୍ରିୟ କରାଉଥାଏ ।

- ଯଦି ପିରିୟଟ୍ ସମୟରେ କଞ୍ଚୁ ଅସହ୍ୟ ଏବଂ ଭୟଙ୍କର ହେଉଛି, ତେବେ ଦୂରତ ସ୍ତ୍ରୀ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରିବା ଉଚିତ୍ ।
 - ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦେଉଥିବା ପିରିୟଟ୍ କ୍ରମେ ପଛରେ କୌଣସି ପୁରୁଣା ରୋଗର କାରଣ ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଯାହା ପ୍ରଜନନ କ୍ଷମତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ।
 - ପାଇରୁଏଟର ବିକାଶିତ ହେବାର ଅନ୍ୟତମ କାରଣ, ଏହା ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରକାର ଟ୍ୟୁମର ଯାହା ଗର୍ଭାଶୟ ଭିତରେ ବିକଶିତ ହୁଏ । ଏହି କାରଣରୁ ବହୁତ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଗର୍ଭପାତର ଆଶଙ୍କାକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ ।
- ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଓସିସ୍ ରୋଗ**
- ଏହି ରୋଗ ହେବା ଦ୍ଵାରା ଗର୍ଭାଶୟର ଟିସୁ ଗର୍ଭାଶୟ ବାହାରେ ବ୍ୟାପିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ । ଏହା ଦ୍ଵାରା ଆଖପାଖ ଟିସୁକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଏହି ରୋଗ ପ୍ରଜନନ କ୍ଷମତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଏହି ରୋଗ ପ୍ରକଳ ଯନ୍ତ୍ରଣାବାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଅନେକ ମହିଳା ଏହି କାରଣରୁ ସନ୍ତାନ ପ୍ରସବ କରିବାରେ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଝିଲ ଗ୍ଲାସରେ ପାଣି ପିଇବାର ଅତ୍ୟୁତ ଫାଇଦା



ପାଣି ପିଇବା ପାଇଁ ଲୋକମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଘରେ ଝିଲ ଗ୍ଲାସ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରାୟ ଘରେ ପାଣି ପିଇବା ଓ ରଖିବା ପାଇଁ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବୋତଲ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । କାରଣରେ ତିଆରି ଗ୍ଲାସ୍ କିମ୍ବା ବୋତଲ ବହୁତ ଜମ୍ ବ୍ୟବହାର ହୁଏ । ବିଶେଷକରି ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ଅତିଥି

ଆସନ୍ତି ସେତେବେଳେ ଆମେ କାଚ ଗ୍ଲାସର ବ୍ୟବହାର କରୁ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆପଣ ପ୍ରତିଦିନ କାଚ ଗ୍ଲାସରେ ପାଣି ପିଅନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣ ଅନେକ ଲାଭ ପାଇବେ । ସାଧାରଣତଃ ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବୋତଲ କିମ୍ବା ଝିଲ ଗ୍ଲାସରେ ପାଣି ପିଅନ୍ତି ଏହାର ସ୍ଵାଦ ସାଧାରଣ ପାଣି ଠାରୁ ଟିକିଏ ଅଲଗା ଲାଗିଥାଏ । କିଛି ବାସ୍ତା ମଧ୍ୟ ଆସେ । ଏହାର କାରଣ ହେଉଛି ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ରେ କ୍ଷତିକାରକ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ଥାଏ । ଯାହା ପାଣି ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରକୁ ଯାଇ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟିକରେ । କିନ୍ତୁ କାଚ ଗ୍ଲାସ କିମ୍ବା ବୋତଲରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥର ବିପଦ ନଥାଏ । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଗନ୍ଧ କିମ୍ବା ସ୍ଵାଦରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇନଥାଏ ।

ହାଉନ୍ କିମ୍ବା ଧଳା ଧଳା ଅଣ୍ଡା: ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କେଉଁଟି ଭଲ ?



କୁକୁଡ଼ା ଅଣ୍ଡା ଦୁଇଟି ରଙ୍ଗରେ ଧଳା ଏବଂ ହାଉନ୍ ରଙ୍ଗରେ ଆସିଥାଏ ଏବଂ ଉଭୟ ବଜାରରେ ସହଜରେ ମିଳେ । ତେବେ ଆପଣ କେଉଁଟି ବାଛିବା ଉଚିତ୍ ବେଳେ ମନରେ ଆସେ କେଉଁଟା ଅଧିକ ପୁଷ୍ଟିକର କିମ୍ବା ଅଧିକ ସ୍ଵାଦଯୁକ୍ତ ? ଧଳା ଏବଂ ବାଦାମୀ ଅଣ୍ଡା ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ କ'ଣ ? କେଉଁଟା ଆପଣଙ୍କ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ତାହା କିପରି ଜାଣିବେ ।

ଅଣ୍ଡାର ରଙ୍ଗ ମୁଖ୍ୟତଃ କୁକୁଡ଼ାଙ୍କ ପ୍ରଜାତି ଏବଂ କୁକୁଡ଼ା ଦ୍ଵାରା ଉତ୍ପାଦିତ ପିଗମେଣ୍ଟ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଖାଦ୍ୟ, ଚାପ ସ୍ତର ଏବଂ ପରିବେଶ ପରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାରଣ ମଧ୍ୟ ଅଣ୍ଡାର ରଙ୍ଗ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇପାରେ । ଦୁଇଟି ଅଣ୍ଡା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରୋଷ୍ଟାଟ୍ଫାଣ୍ଡିନ୍ ନେଇ ବିଶେଷ କିଛି ପାର୍ଥକ୍ୟ ନ ଥାଏ । ଗୋଟିଏ ବଡ଼ ଅଣ୍ଡାରେ ପ୍ରାୟ ୬.୩ ଗ୍ରାମ ପ୍ରୋଟିନ୍, ୦.୩ ଗ୍ରାମ ଫୋସ୍ଫରସ୍, ଏବଂ ୪.୭ ଗ୍ରାମ ଚର୍ବି ଥାଏ । ଏଥିସହ ଅଣ୍ଡାରେ ପ୍ରାୟ ୦.୮ ମିଗ୍ରା ଆୟରନ୍, ୦.୬ ମିଗ୍ରା କାଲ୍ସିୟମ୍, ୧୫.୪ ମିଗ୍ରା ସେଲେନିୟମ୍, ୨୩.୫ ମିଗ୍ରା ଫୋଲେଟ୍, ୧୪୭ ମିଗ୍ରା କୋଲାଲିନ୍, ୦.୪ ମିଗ୍ରା ଇଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ଏବଂ ୮୦ ମିଗ୍ରା ଇଟାମିନ୍ ଥାଏ ।

ଶରୀର ଦିନେ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ଏହି ଫଳ

ଅଖରୋଟ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ସହିତ ସିଧାସଳଖ ଜଡ଼ିତ ନୁହେଁ । ଶୀତ ଏବଂ ବସନ୍ତ ଋତୁରେ ସେଗୁଡ଼ିକ ବହୁ ପରିମାଣରେ ଖୁଆଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଖାଦ୍ୟର ଏକ ଅଂଶ ବୋଲି ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଏଥିରେ ଓମେଗା-୯ ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏହା ସହ ଏଥିରେ ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ଵ ଥାଏ, ଯାହା ଶରୀର ମଧ୍ୟ ନିଜେ ତିଆରି କରିପାରେ ନାହିଁ । ଫସାଟି ଏସିଡ୍ ମର୍ଷିଷ୍ଟିକ୍ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ରଖେ, ହୃଦୟକୁ ଭଲ ରଖେ ଏବଂ ବର୍ଷିକାରୀ ଏହାକୁ ଖାଇହେବ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଅଖରୋଟ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଏବଂ ଫାଇବରର ଉତ୍ତମ ଉତ୍ସ । ତେବେ ଖରା ଦିନେ ଏକଜି କିଛି ଉପାୟରେ ଖାଇବା ଦ୍ଵାରା ପେଟ ଅଣ୍ଡା ରହିବ ସହ ଶରୀରକୁ ପ୍ରେଟିନ୍ ଏବଂ ଫାଇବର ମିଳିପାରିବ ।



ରହିଥାଏ ଏବଂ ହଜମ ସହଜ ହୁଏ । ଶାରୀର ସହିତ : ରାତିରେ ଶାରୀର ସହିତ ବାଦାମ ଖାଇ ପାରିବେ । ଏଥିପାଇଁ ଆପଣ ଶାରୀରରେ ଅଖରୋଟ ପୂର୍ତ୍ତା ପାରିବେ କିମ୍ବା ଶାରୀରରେ ମଧ୍ୟ ତାହାକୁ ଭିଜାଇ ରଖିପାରିବେ । ଏହା ଦ୍ଵାରା ଅଖରୋଟ ଉତ୍ତମ ହୁଏ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ : ଅନେକ ପ୍ରକାର ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତରେ ଆପଣ ଏହାକୁ ଖାଇପାରିବ । ସୁଜି ବା ଗାଜର ହାଲୁଆ, ଖୁରା ଏବଂ ମିଠା ବ୍ୟତୀତ ଓଟ୍ ? ସବେ ମିଶାଇ ଖାଇ ପାରିବେ । ସୁଦି : ସେକ୍ ଓ ସୁଦି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ଆପଣ ଅଖରୋଟ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ଶାରୀର ସର୍ବତ : ଶାରୀର ସର୍ବତ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ସ୍ଵଚ୍ଛ ପାନୀୟ । ଏହାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ, ରାତିସାରା ବାଦାମକୁ ଭିଜାଇ ପରଦିନ ସକାଳେ ଏହାକୁ ଚୋଷଣ କରନ୍ତୁ କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ତା'ପରେ ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ଏକ ମସଲିନ୍ କପଡ଼ାରେ ଟିପୁଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ରସକୁ ଅଣ୍ଡା ଶାରୀର ମିଶାନ୍ତୁ । ସେଥିରେ ୨-୪ ଖଣ୍ଡ ବରପ ମିଶାନ୍ତୁ, ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଗଲା ଅଖରୋଟ ଶାରୀର ସର୍ବତ ।

ପରିସ୍ଵାର ରଙ୍ଗ ବଦଳିବା ହୋଇପାରେ HIVର ଲକ୍ଷଣ : ପୁରୁଷମାନେ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ଅଣଦେଖା

ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି ଅର୍ଥାତ୍ ହୁମାନ ଇମ୍ୟୁନୋଡିଫିସିଏସ୍ ଭାଇରସ୍ ଚିକିତ୍ସା କରାନଗଲେ ଏହା ଶରୀରରେ ସଂକ୍ରମଣ ବଢ଼ାଇ ସର୍ବସ୍ତ୍ର ଜନ୍ମ ଦେଇଥାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏତସର ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ, କିନ୍ତୁ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି ଚିହ୍ନ ହେବା ମାତ୍ରେ ମେଡିସିନ୍ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ଗ୍ରହଣ କରି ଏତସ୍ ସ୍ଵେଚ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଆପଣ ରକ୍ଷାପାଇପାରିବେ । ଏତସକୁ ଏଡାଇବା ପାଇଁ ଏତଆଇଭିର ଲକ୍ଷଣ ଦୂରୁଣ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ । କିନ୍ତୁ କିଛି ଲକ୍ଷଣ ଅଛି ଯାହା କେବଳ ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରେ ଏତଆଇଭି ହେଲେ ଦେଖାଦେଇଥାଏ, ଯାହାକୁ ଭୁଲରେ ବି ଅଣଦେଖା କରିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ । ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ କେଉଁ ଲକ୍ଷଣ ଅଣଦେଖା କରିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ...

ପରିସ୍ଵାର ରଙ୍ଗରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ :-
ଯଦି କୌଣସି ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି ହୁଏ, ତେବେ ପରିସ୍ଵାର ଯିବା ସମୟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇପାରେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଆପଣଙ୍କୁ ବାରମ୍ବାର ଶୌଚାଳୟ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ । ଏହି ସମୟରେ ପରିସ୍ଵାର ସହିତ ରକ୍ତ ବାହାରିପାରେ । ଦୈନିକ କିମ୍ବା ରେକ୍ଟମ୍ ଅଞ୍ଚଳରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇପାରେ । ସେହି ସମୟରେ ଡଳ ପେଟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ ।

ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରେ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣ :-
ଚେଷ୍ଟିକଳରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରିବା, ରକ୍ତମ୍ ଏବଂ ଅଣ୍ଡାକୋଷରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ୍ ଗ୍ରନ୍ଥି ପୁଲିବା, ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଇନଫର୍ଟିଲିଟି ସମସ୍ୟା, ହାଇପୋଗୋନାଡିଜିମର ଲକ୍ଷଣ, ଭରେକ୍ସାଇଲ୍ ଡିସଫଙ୍କସନ ।

କୃର ମଧ୍ୟ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି. ର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ :-
ଆପଣଙ୍କୁ କୃର ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି.ର ପ୍ରଥମ ଲକ୍ଷଣ ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯାଇପାରେ । କାରଣ ଏଚ୍.ଆଇ.ଭି ଭାଇରସ୍ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ମାତ୍ରେ ଏହା ଋକ୍ତ ମାଧ୍ୟମରେ ବଢ଼ିବାକୁ ଲାଗେ, ଯେଉଁ କାରଣରୁ ଇମ୍ୟୁନିଟି ପ୍ରଭାବିତ ହେବା ସହ କୃର ଆସେ । ଏହା ସହ କୃର ହେବା ମାତ୍ରେ ଝାଳ ବୋହିବା, ଅଣ୍ଡା ଅନୁଭବ ହେବା, ଥକା ଲାଗିବା ଓ ଗଳାରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବା ଆଦି ଲକ୍ଷଣ ନଜର ଆସିପାରେ । ଏହା ଛଡ଼ା ବାରମ୍ବାର ପିଲାମାନଙ୍କ ଉପରେ ଶାରୀରିକ ଅତ୍ୟାଚାର ଦ୍ଵାରା ସେମାନେ ଏହା ବିରୋଧରେ କଥା କହିବାକୁ ଲାଗିଥାନ୍ତି । ଆର୍ଥାତ୍ ସେମାନେ ନିଜର ପିତାମାତାଙ୍କ କଥାକୁ ମଧ୍ୟ ଶୁଣି ନଥାନ୍ତି । ଅଭିଭାବକଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟେକ କଥାରେ ସିଏ ରାଗ କରକର ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଅସ୍ମତ ବଚନ

ନିଜର ଦୁର୍ବଳତା ବିଷୟରେ ଭାବନା କରିବା ଦୁର୍ବଳତାର ପ୍ରତିଷେଧକ ନୁହେଁ। ଶକ୍ତିର ଭାବନା କରିବା ହେଉଛି ତାର ପ୍ରତିଷେଧକ। ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଶକ୍ତି ସର୍ବଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ରହିଛି ବୋଲି ମାନବକୁ ଶିକ୍ଷା ଦିଅ।

ବଦଳୁଥିବା ସମୟ...

ସମୟ ସହିତ ସବୁକିଛିରେ ପରିବର୍ତନ ଘଟିଥାଏ; ପରକୁ କୃତ୍ରିମ ପରିବର୍ତନ ଘଟିଥାଏ ମଣିଷର ପ୍ରକୃତିରେ । ସେଇଥି ପାଇଁ ସମସ୍ତଙ୍କୁ କୁହାଯାଉଅଛି- ମଣିଷ ପ୍ରକୃତି ମନେ ରୁଚେ । କହିବାର ଚାହୁଁଥିବା- ସମାଜ ଓ ଦେଶ ଅନେକ ପରିବର୍ତନକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିଛି ସତ, ରହିଯାଇଛି କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଭିତରେ ସେଇ ଯେପରିକି ତେସା ବା ହିଂସାର ପ୍ରତିଶୋଧ ହିଂସାରେ ନେବାର ପ୍ରକୃତି । ଏହାର ଏକ ପ୍ରକୃଷ୍ଟ ଉଦାହରଣ ହେଉଛି ଶନିବାର ଦିନ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ଘଟିଯାଇଥିବା ପୂର୍ବତନ ଆଇନ ନିର୍ଦ୍ଦାତା ଆତିକ ଅହମଦ ଏବଂ ତାଙ୍କ ଭାଇ ଖାଲିଦ୍ ଅଜିମ୍ ଓ ରଫି ଅହମଦ୍ ହତ୍ୟାକାଣ୍ଡ, ଯାହା ପୁଣି ଘଟିଛି ଦେଶର କିଛି ସଂଖ୍ୟକ ପୁଲିସଙ୍କ ଉପରୁଁ। ଉଭୟ ଜୀବନକାଳରେ ହେଉ ଓ ମୃତ୍ୟୁରେ ଆତିକ୍ ଅହମଦ୍ ପାଇଁ ଯାଇଛି ଦେଶର ସବୁଠୁ ବଡ଼ ରାଜ୍ୟ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ଆଇନ ଶୁଖିଲା ପରି ସ୍ଥିତିରେ ଅଧୋଗତିର ପ୍ରତୀକ, ଯେତେବେଳେ କି ସମ୍ପୃକ୍ତ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଦାବି କରନ୍ତି ଯେ ରାଜ୍ୟରେ ନାଟକୀୟ ଭାବରେ ଆଇନ ଶୁଖିଲାରେ ଉଦ୍‌ଘଟିତ ଦେଶୀ ଦେଇଛି । ଅଥଚ ଆଇନ ଶୁଖିଲା ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶରେ ପରିଚିତ ପୁଲିସ୍ ଯେଉଁ ଭିତରେ ଘଟିଗଲା ଏଇ କାଣ୍ଡ ଆଉ ପୁଲିସ୍ ସୁରକ୍ଷା ଦେବାରେ ବିଫଳ ହୋଇ ନିହାତି କମ୍‌ରେ ୧୦୦ଟି ଅପରାଧକୁ ମାମଲାର ଅଭିଯୋଗ ଥିବା ହାଉ-ପ୍ରୋଫାଉଲ ଅପରାଧୀକୁ । ଏହି ହତ୍ୟାକାଣ୍ଡର ଦୃଶ୍ୟ ଲାଭରୁ ଚିତ୍ତିରେ ଧରା ପଡ଼ି ଯାଇଥିଲା, ଯାହା ପୁଲିସ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଦୁର୍ବଳ ମାନକୁ ପ୍ରଦାନେ ପକାଇଛି । ସୁରକ୍ଷାରେ ଏଭଳି ତିଳା ଉପରେ ଏକ ପୁଞ୍ଜୀରୁପୁଞ୍ଜି ଏବଂ କହୁ ନିରାକ୍ଷର ଭିତରେ ତଦନ୍ତ ହେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ପୂର୍ତ୍ତା ଦିଆଯାଇପାରେ ଯେ ଗତ ମାର୍ଚ୍ଚ ମାସରେ ଅହମଦ୍ ଦେଶର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଅପାଳିତ ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟଙ୍କ ନିକଟରେ ଆଶଙ୍କା ପ୍ରକଟ କରି ନିବେଦନ କରିଥିଲା- ସେ ହୁଏତ 'ସୁପ୍ରି ପୁଲିସ୍ ଦ୍ୱାରା ଯେ କୌଣସି ମାମଲାରେ ମିଛ ଏବଂ ନିରାକାରରେ ହତ୍ୟାର ଶିକାର ହୋଇପାରେ' କୋର୍ଟ ତା' ନିବେଦନକୁ ଖାରଜ କରି ଦେଇଥିଲେ । ତା'ର ପୁଅ ଆସାଦ୍ ଅହମଦ୍‌କୁ ଗୁରୁବାର ଦିନ ଝାଡ଼ୁଠାରେ ସୁପ୍ରି ପୁଲିସ୍ ଏକ ଏନ୍‌କାଉଣ୍ଟରେ ହତ୍ୟା କରିଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି । ଉଭୟ ବାପ ପୁଅ ଫେଡ଼ୁଆରୀ ମାସରେ ଷଷ୍ଠ ଦିବାଳୋକରେ ସଂଘଟିତ ଏକ ରାଜନୀତିକ ଶତ୍ରୁତ୍ୱ ହତ୍ୟାକାଣ୍ଡରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା । ଅହମଦ୍ ମାତ୍ର ୧୭ ବର୍ଷ ବୟସରେ ପାଦ ଥାପିଥିଲା ଅପରାଧ କରତରେ ଏବଂ ୬୦ ବର୍ଷ ବୟସରେ ମଲା ବେଳକୁ ତା' ନାଁରେ ଥିଲା ୧୦୦ଟି ଅପରାଧକୁ ମାମଲା । ଆଉ ଅପରାଧ କରତରୁ ସେ ପାଦ ଥାପିଥିଲା ରାଜନୀତି ଦୁନିଆରେ- ପ୍ରଥମେ ସମାଜବାଦୀ ପାର୍ଟି ଏବଂ ପରେ ଆପ୍‌ନା ଦଳରେ ; ଜଣେ ସାଂସଦ ମଧ୍ୟ ହୋଇ ପାରିଥିଲା । ଏଇ ସମୟ ଭିତରେ ଅର୍ଥାତ୍ ୧୯୯୦ ଦଶକରେ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ବିଭିନ୍ନ ଶାସକଙ୍କ ଅମଳରେ ସେ ଆଇନର ଶକ୍ତିକୁ ସାମନା କରିବା କରିବାଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ ରହି ଜଣେ ଡକ୍-ଡିଆ-ରାଜନେତା ଭାବରେ ତା'ର ଆଧିପତ୍ୟ ବିସ୍ତାର କରିଥିଲା । ଅହମଦ୍‌ର ଅପରାଧକୁ କରତର କାନ୍ଦା ବିସ୍ତାର ହେଉ ବା ତା'ର ହତ୍ୟା-ଉତ୍ତର ଅନ୍ତେରେ ଆଇନର ଅଧିକାରକୁ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଆଉ ଯେତେବେଳେ ଆଇନ କାମ ନକରେ, ତାହା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ମୁକୁଳା ହୋଇଯାଉଥାଏ; ତେଣିକି ସେମାନେ ରାଷ୍ଟ୍ର ଅଭିନେତା ହୁଅନ୍ତୁ କି ସେମାନଙ୍କ ଉଦ୍‌ଦାରରେ କାମ କରୁଥିବା କୌଣସି ଅପରାଧୀ ବା ସ୍ୱାଧୀନ ଅପରାଧୀ, ସେପ୍ରେ କିଛି ଯାଏ ଆସେ ନାହିଁ । ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ଅପରାଧୀମାନଙ୍କର ସାହସ ଏତେ ବୃଦ୍ଧି ଯାଇଛି ଯେ ସେମାନେ ପୁଲିସ୍ ଯେଉଁ ଭିତରେ ଲୋକଙ୍କୁ ଗୁଳି କରି ମାରି ପାରିବେ ; ସେମାନଙ୍କ କାମ ଚିତ୍ତିରେ ସିଧା ପ୍ରସାରଣ ହେଉଛି ବୋଲି ସେମାନେ କିନ୍ତୁ ଧ୍ୟାନ ଦେଇ ନାହାନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଆଇନ ଓ ସ୍ୱାଭାବିକ ଗଣତନ୍ତ୍ର ପ୍ରତି ରହିଛି ଦେଖାଦିର ଭାବ । ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ଯୋଗୀ ଆଦିତ୍ୟନାଥଙ୍କ ସରକାର ଏକଥା ଷଷ୍ଠ ଭାବରେ ଦର୍ଶାଇ ସାରିଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଅଧିକ ଏବଂ ନାଗରିକମାନଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରୁଥିବା ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ପ୍ରତି ତାଙ୍କର କୃତ୍ରିମ କୌଣସି ଖାତିର ରହିଛି । ସେ ଯିଏ ବି ହେଉ ନା କାହିଁକି, ରାଜ୍ୟର ଶାସନ ବିରୋଧରେ ଯିବାର ଅର୍ଥ, ଦଣ୍ଡିତ ହେବା- ତାହା ଆଇନଗତ ଭାବରେ ହେଉ କି ନହେଉ । ଏହି ସରକାର ଏନ୍‌କାଉଣ୍ଟ ହତ୍ୟାକୁ ଏକ ରାଜ୍ୟ ନୀତିରେ ପରିଣତ କରି ସାରିଛନ୍ତି ଏବଂ ରେକର୍ଡ୍ ଅନୁସାରେ ରାଜ୍ୟ ପୁଲିସ୍ ଗତ ଛଅ ବର୍ଷ ଭିତରେ ୧୦ ହଜାର ଏନ୍‌କାଉଣ୍ଟ କରିଛି, ଯେଉଁଥିରେ ୧୮୩୩ ଜଣ ଲୋକଙ୍କ ପ୍ରାଣ ଯାଇଛି । ତେଣୁ ବିଚାର ବିଭାଗୀୟ ବିମାଣରେ ଆସିଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ହତ୍ୟା ପଛର ସତ୍ୟତାକୁ ଜାଣିବାର କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଏହା ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଉପରେ ଛାଡ଼ିଦେବା କୃତ୍ରିମ ସୁହମାୟ । ସମସ୍ତ ହାତରୁ ଚାଲିଯିବା ଆଗରୁ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ କୋର୍ଟମାନେ ହୁଏତ 'ନବ ଭାରତ'ର ଆଶା ଆକାଂକ୍ଷା ଅନୁରୂପ ହେବାକୁ ଜାଗ୍ରତ ହେବା ଉଚିତ, ନଚେତ୍ ସରକାରମାନେ ଆଇନକୁ ନେଇ ଖେଳୁଥିବା ଖେଳକୁ ଦେଖିବା ହିଁ ସାର ହେବ, କାରଣ ଯେତେ ବଡ଼ ବଡ଼ କଥା କହିଲେ ପୁଣି ଏକ ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ତାନରେ ସର୍ବସାଧାରଣରେ ଅପରାଧ ଘଟଣା ଥିବା ସର୍ବସାଧାରଣ ଅପରାଧୀର ହତ୍ୟା ଦର୍ଶାଇଛି ଯେ ମଣିଷ ଆଗକୁ ଯାଇଛି ସତ, କିନ୍ତୁ ମଣିଷର ପ୍ରକୃତି ନୁହେଁ; ଅର୍ଥାତ୍ ପରିବର୍ତନ ତ ହେଉଛି, କିନ୍ତୁ ପୂର୍ତ୍ତାରେ ଯାଉନାହିଁ ।

ଏ ମାଟିର ବିସ୍ମୟ : ନେତାଜୀ



ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ସାମଲ

ନେତାଜୀ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ ଭାରତୀୟ ସ୍ୱାଧୀନତା ଆନ୍ଦୋଳନର ଏକ ଭିନ୍ନ ଅଧ୍ୟାୟ। ସାଲିଦ୍ ନୁହେଁ, ସଂଗ୍ରାମ ହିଁ ଥିଲା ଜୀବନର ମୂଳମନ୍ତ୍ର। ସମଗ୍ର ଜୀବନ ଦେଶମାତୃକାକୁ ତ୍ରିଟିସ କବଳକୁ ମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ତାଙ୍କ ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ସଂଗ୍ରାମର କାହାଣୀ ଆଜି ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ଖ୍ରମାଭୂତ କରେ। ନେତାଜୀଙ୍କ ଜୀବନଠାରୁ ଅଧିକ ଗୋମାଞ୍ଚକର ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁର କାହାଣୀ। ଏହା କେତେ ସତ କେତେ ମିଛ ତାକୁ ନେଇ ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଭିନ୍ନ ଖବରରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଆଲୋଚନା ହେଉଛି। ଏପରିକି ନେତାଜୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଖବରକୁ ତାଙ୍କ ପରିବାର ଲୋକେ ଖଣ୍ଡନ କରୁଛନ୍ତି। ୧୯୪୫ ମସିହା ଅଗଷ୍ଟ ୧୮ ତାରିଖରେ ନେତାଜୀ ଏକ ବିମାନ ଉଡ଼ିତଗାରେ ପ୍ରାଣ ହରାଇଥିବା କୁହାଯାଉଛି, କିନ୍ତୁ ସେତେବେଳକୁ ନେତାଜୀ ସୋଭିଏଟ୍ ରୁଷ୍ଟିରେ ନଜରକନ୍ଦା ଥିବା ତାଙ୍କ ପରିବାର ଲୋକେ କହୁଛନ୍ତି। ନେତାଜୀଙ୍କୁ ମୃତ୍ୟୁ ଘୋଷଣା କରିବାର ଏତେ ବର୍ଷ ପରେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଖବର ରହସ୍ୟାବୃତ ହୋଇ ରହିବା ଏବଂ ସରକାର ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ସଂପର୍କିତ ଦସ୍ତାବିଜକୁ ସାର୍ବଜନୀନ ନକରିବା ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ପ୍ରଶ୍ନ ଉତ୍ଥାପନ କରୁଛି। ଏପରିକି ଏନଇଏ ଏକ ଜନସ୍ୱାର୍ଥ ମାମଲାର ଶୁଣାଣି ପାଇଁ କଲିକତା ହାଇକୋର୍ଟର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବେଞ୍ଚ ଗଠନ ହୋଇଛି। ୧୮୯୭ ମସିହା, ଜାନୁଆରୀ ୨୩ ତାରିଖରେ ଓଡ଼ିଶାର କଟକଠାରେ ନେତାଜୀ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ। ପିତା ଜାନକୀନାଥ ବୋଷ ଓ ମାତା ପ୍ରଭାତୀ ଦେବୀଙ୍କ ନବମ ସନ୍ତାନ ଥିଲେ ସୁଭାଷ। କଟକର ପ୍ରୋଟେଷ୍ଟର ଯୁଗୋପିଅନ୍

କଲିକତା ମହାପାଳ ନିର୍ବାଚନ ଲଢ଼ିଲେ। ନିଜେ କଲିକତାର ମହାପାଳ ହେବା ସହିତ ସୁଭାଷଙ୍କ ମହାପାଳର ପଦକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ଅଧିକାରୀ କରିଥିଲେ। ତା'ପରେ ଦଶ ବର୍ଷ ବୟସରେ ନେତାଜୀ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ନ୍ୟୁସ୍ ପାଠ କରିଥିଲେ। ପରେ କଲିକତା ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଅଧୀନରେ ଦର୍ଶନ ଶାସ୍ତ୍ର ସମ୍ମାନରେ ବି.ଏ.ପାଠ କରିଥିଲେ। ୧୯୧୯ ଭିନ୍ନ ଆନ୍ଦୋଳନରେ ଅଗ୍ରଣୀ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ଇଂଲଣ୍ଡ ଚାଲିଗଲେ। ଆଇସିଏସ୍ ପାଇଲେ ମଧ୍ୟ। ହେଲେ ତାଙ୍କ ଜୀବନର ଅଧିକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଭିନ୍ନଥିଲା। ଦେଶକୁ ତ୍ରିଟିସମାନଙ୍କୁ ଚଳି ଦେଶକୁ ସ୍ୱାଧୀନ କରିବାର ପଥ ତାଙ୍କୁ ସ୍ୱାଧୀନତା ଆନ୍ଦୋଳନ ଆଡ଼କୁ ଚାଲି ଆଣିଲା। ଏଥିପାଇଁ ସେ କଲିକତାର ନଜରକନ୍ଦା ଥିବା ତାଙ୍କ ପରିବାର ଲୋକେ କହୁଛନ୍ତି। ନେତାଜୀଙ୍କୁ ମୃତ୍ୟୁ ଘୋଷଣା କରିବାର ଏତେ ବର୍ଷ ପରେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଖବର ରହସ୍ୟାବୃତ ହୋଇ ରହିବା ଏବଂ ସରକାର ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ସଂପର୍କିତ ଦସ୍ତାବିଜକୁ ସାର୍ବଜନୀନ ନକରିବା ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ପ୍ରଶ୍ନ ଉତ୍ଥାପନ କରୁଛି। ଏପରିକି ଏନଇଏ ଏକ ଜନସ୍ୱାର୍ଥ ମାମଲାର ଶୁଣାଣି ପାଇଁ କଲିକତା ହାଇକୋର୍ଟର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବେଞ୍ଚ ଗଠନ ହୋଇଛି। ୧୮୯୭ ମସିହା, ଜାନୁଆରୀ ୨୩ ତାରିଖରେ ଓଡ଼ିଶାର କଟକଠାରେ ନେତାଜୀ ସୁଭାଷ ଚନ୍ଦ୍ର ବୋଷ ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ। ପିତା ଜାନକୀନାଥ ବୋଷ ଓ ମାତା ପ୍ରଭାତୀ ଦେବୀଙ୍କ ନବମ ସନ୍ତାନ ଥିଲେ ସୁଭାଷ। କଟକର ପ୍ରୋଟେଷ୍ଟର ଯୁଗୋପିଅନ୍

ବାରମ୍ବାର ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ଦେଶକୁ ଯାଇ ଇଂରେଜ ଶାସନ ବିରୋଧରେ ସମର୍ଥନ ଯୋଗାଡ଼ରେ ଲାଗିଥିଲେ ନେତାଜୀ। ଏତିକି ବେଳେ ଦ୍ୱିତୀୟ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧ ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ତ୍ରିଟିସ ସରକାର ବିରୋଧରେ ସେ କାମିଆ ସହାୟତାରେ ଆଜାଦ୍ ହିନ୍ଦ୍ ଫୌଜ ଗଠନ କରିଥିଲେ। ନେତାଜୀଙ୍କ ଜଣହିଁ ସ୍ତ୍ରୋଗାନ ଭାରତର ଅଗଣିତ ଜନତାଙ୍କ ପାଖରେ ବେଶ୍ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇଥିଲା। ସ୍ୱାଧୀନତା ଆନ୍ଦୋଳନ ସମୟରେ ନେତାଜୀ ଦେଶବାସୀଙ୍କ ଉଦ୍‌ଦେଶ୍ୟରେ କହିଥିଲେ, ମତେ ତୁମେ ରକ୍ତ ଦିଅ, ମୁଁ ତୁମକୁ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦେବି' । ଏତିକାସିକାମାନେ ମତ ଦିଅନ୍ତି ଯେ ନେତାଜୀ ଯେତେବେଳେ ତ୍ରିଟିସ ସରକାର ବିରୋଧରେ ଜର୍ମାନୀ ଓ କାମିଆ ସହାୟତା ନେଲେ ସେତେବେଳେ ତ୍ରିଟିସମାନେ ନେତାଜୀଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିବା ପାଇଁ ଗୁଳିମା ବିଭାଗକୁ ୧୯୪୧ ମସିହାରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ। ନେତାଜୀ ୫ ଜୁଲାଇ ୧୯୪୩ ମସିହାରେ ବିଜାପୁରର ଚାଉନହଳ ଆଗରେ ସୁପ୍ରିମ କମାଣ୍ଡର ଭାବେ ମିଳିତ ସେନାକୁ ବିଲୁା ତଳେ ସ୍ତ୍ରୋଗାନ ଦେଇ ସମ୍ଭୋଧନ କରିଥିଲେ। ୨୧ ଅକ୍ଟୋବର ୧୯୪୩ ମସିହାରେ ଆଜାଦ୍ ହିନ୍ଦ୍ ଫୌଜର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ପଦବି ସେନାପତି ଭାବେ ଭାରତର ଅସ୍ୱାଧୀନ ସରକାର ଗଠନ କରିଥିଲେ। ଯାହାକୁ କାମିଆ, ଜର୍ମାନୀ, ଚୀନ, ଫିଲିପିନ୍ସ, କୋରିଆ, ଇଟାଲୀ ଓ ମାନ୍‌ଚୁକା ସମର୍ଥନ କରିଥିଲେ। ସେତେବେଳେ କାମିଆ ସରକାର ଏହି ଅସ୍ୱାଧୀନ ସରକାରକୁ ଆଖ୍ୟାମାନ ଓ ନିକୋବର ଦ୍ୱାପପୂଜି ଦେଇଦେଇଥିଲେ। ତା'ପରେ

ଆତ୍ମ କାହାଣୀ ଅନ୍ତେ ବୈଷ୍ଣବ ପାଣି



ପ୍ରତ୍ୟେକ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ଆତ୍ମକାହାଣୀ ସତ୍ୟ ଓ ତଥ୍ୟକୁ ନେଇ ଆଧାରିତ। ଏସବୁ ଆତ୍ମ ଲିପି ସମାଜକୁ ଦିବ୍ୟଦର୍ଶନ ଦେଇଥାଏ। ଗାନ୍ଧିଜୀଙ୍କ ଜଗତର ମଉଜୁମାଣି ଗଣକବି ବୈଷ୍ଣବ ପାଣି ନିଜେ ଲେଖିଥିବା 'ପାଣି କବିଙ୍କର ଆତ୍ମକାହାଣୀ' ୧୯୫୫ ମସିହାରେ ତାଙ୍କ ନାତୁଣୀ ଜାନାତା ଶ୍ରୀମୁଖ କୁଷ୍ଠଚନ୍ଦ୍ର ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସହାୟତାରେ କଟକର ପ୍ରକାଶକ ଶ୍ରୀ ଗୋବିନ୍ଦ ସାହୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା। ତାଙ୍କ ଆତ୍ମକାହାଣୀରେ ସେ ସେତେବେଳେ ଧର୍ମାନ୍ତ ଓ ପ୍ରତିଜ୍ଞାଶାଳୀ ଗୌରୀବାଦୀ ସମାଜକୁ ଭ୍ରଷ୍ଟେ ନକରି ସମସ୍ତ ଗୁପ୍ତ ଓ ଅଜ୍ଞେଇତା କାହାଣୀକୁ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ ଯାହାକି ତତ୍କାଳୀନ ସମ୍ପ୍ରାନ୍ତ ସାହିତ୍ୟିକ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆଲୋଚନା ବୃଦ୍ଧି କରିଥିଲା। ମାତ୍ର ୧୯୫୫ ମସିହା ଅର୍ଥାତ୍ ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କ ଆତ୍ମକାହାଣୀ ପ୍ରକାଶ ହେବା ପରେ ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାହାକି ୧୯୫୬ ମସିହା ବୈଶାଖ ଅମାବାସ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକଙ୍କ ମୁଖରୁ ଯାହା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳେ ତାହା ଅତି କରୁଣ ଓ ହୃଦୟ ବିଚାରକ।

କଳାପରେ ସେ ଜିବିତଶୋର ମନୋଭାବ ପୂର୍ବକ ହାରାମିକୁ ବରମାଳା ଦେଇ ବିବାହ କରି ବିରୁପା ନଈ କୂଳରେ ଘର କରି ରହିଲେ। ସେତେବେଳେ ବୈଷ୍ଣବ ପାଣି ନାଟ୍ୟ ଜଗତରେ ବେଶ୍ ସୁନାମ ଅର୍ଜନ କରି ସାରିଥିଲେ ଓ ଅନେକ କଳାକାର, ବାଦ୍ୟକାର ତଥା ମସିହାରେ ତାଙ୍କ ନାତୁଣୀ ଜାନାତା ଶ୍ରୀମୁଖ କୁଷ୍ଠଚନ୍ଦ୍ର ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ସହାୟତାରେ କଟକର ପ୍ରକାଶକ ଶ୍ରୀ ଗୋବିନ୍ଦ ସାହୁଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା। ତାଙ୍କ ଆତ୍ମକାହାଣୀରେ ସେ ସେତେବେଳେ ଧର୍ମାନ୍ତ ଓ ପ୍ରତିଜ୍ଞାଶାଳୀ ଗୌରୀବାଦୀ ସମାଜକୁ ଭ୍ରଷ୍ଟେ ନକରି ସମସ୍ତ ଗୁପ୍ତ ଓ ଅଜ୍ଞେଇତା କାହାଣୀକୁ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ ଯାହାକି ତତ୍କାଳୀନ ସମ୍ପ୍ରାନ୍ତ ସାହିତ୍ୟିକ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆଲୋଚନା ବୃଦ୍ଧି କରିଥିଲା। ମାତ୍ର ୧୯୫୫ ମସିହା ଅର୍ଥାତ୍ ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କ ଆତ୍ମକାହାଣୀ ପ୍ରକାଶ ହେବା ପରେ ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାହାକି ୧୯୫୬ ମସିହା ବୈଶାଖ ଅମାବାସ୍ୟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକଙ୍କ ମୁଖରୁ ଯାହା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳେ ତାହା ଅତି କରୁଣ ଓ ହୃଦୟ ବିଚାରକ।

ଅଭୟ କୁମାର ଦାସ

ସେ ଖାଇବା ବିନା ଉପବାସ ରହୁଥିଲେ। ଦେହ ପାଇଁ ଔଷଧ କିଣିବାକୁ ପରସାଟିଏ ପାଇଲେନି। ଇଛା ଥିଲେ ବି କୌଣସି ସହୃଦୟ ବ୍ୟକ୍ତି ତାଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରି ପାରିଲେନି। ଯେଉଁ ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଲୋକେ ଧାଡ଼ି ବାଣ୍ଟୁଥିଲେ ବୈଷ୍ଣବ ପାଣି ଯାତ୍ରାକୁ ଦେଖିବା ପାଇଁ ରାତି ରାତି ଅନିଦ୍ରା ହୋଇ ରୁଣ୍ଡ ହେଉଥିଲେ। ସେ ହିଁ ବୈଷ୍ଣବ ପାଣି କିନ୍ତୁ ସମାଜ ପାଇଁ ଅଲୋଡ଼ା ହୋଇଗଲେ। ସେ ଅଟଳ ଅସ୍ତ୍ରାସ୍ତ୍ରରେ ତାଙ୍କ ବାପା-ମାଆ ଓ ପ୍ରଥମ ସାନିଆଦେବୀଙ୍କ ଦେହାନ୍ତ ହୋଇ ସାରିଥିଲା।

ସେତେବେଳକୁ ତାଙ୍କ ବୟସ ଅପରାହ୍ଣରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଥିଲା। ଯାତ୍ରା ଦଳରେ କାମ କରିବାକୁ ସେ ସମ୍ମତ ନଥିଲେ। ଏଣୁ ଅର୍ଥାଭାବ ଓ ବାଛନ୍ଦ ତାଙ୍କୁ ରସାତଳକୁ ଠେଲି ଦେଇଥିଲା। ସେତେବେଳେ ସେ କେବଳ ପ୍ରେମସା ହାରାମିକୁ ଝୁରି ଝୁରି ପାଗଳ ପ୍ରାଣ ହୋଇଯାଇଥିଲେ। ଗାଁର କୌଣସି ଲୋକ ତାଙ୍କୁ ଛୁଇଁବା ତ ଦୂରର କଥା ଆଡ଼ ଆଖିରେ ବି ଚାହୁଁ ନଥିଲେ। ତାଙ୍କର ଅତିପ୍ରିୟ ଶିଷ୍ୟ ଶ୍ରୀ ଯୋଗେନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର କାଟି ଚାଲିଯିବା ଭୟରେ ପୂର୍ବଭଳି ତାଙ୍କ ଘରକୁ ଯିବା ଆସିବା ବନ୍ଦ କରିଦେଲେ। ଦିନ ଦିନ ଧରି

ଭଜନ, ଜଣାଣ କେହି ପଢ଼ିବେନି କି ଦେଖିବେନି!!! ଲୋକଙ୍କୁ ହସଭାସିବା ମନେରୁ ମନୋରଞ୍ଜନର କୌଣସି ଯୋଗାଡ଼ିଥିବା ଏହି ମହାନ ଖବର କାନ୍ଦି ନିଜ ଯୋଗ ପ୍ରକାଶ କରି ଅତେତ ହୋଇ ପଢ଼ିଲେ। ସେ ଦିନ ମଠ ମହତ ଓ ଯୋଗୀ ମିଶ୍ରଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଶଗଡ଼ ଯୋଗେ ତାଙ୍କୁ କଟକ ବଡ଼ତାଳରଖାନାକୁ ନିଆଯାଇଥିଲା। ସେଠାରେ ଭେଷଜ ବିଭାଗରେ କିଛି ଦିନ ଚିକିତ୍ସିତ ହୋଇପରେ ୧୯୫୬ ମସିହା ମେ ମାସ ୧୦ ତାରିଖ ବୈଶାଖ ଅମାବାସ୍ୟା ଠିକ୍ ଆଜିର ତିଥିରେ ଏହି ମହାନ ଗାନ୍ଧିବାଦ୍ୟକାର, ବାଦ୍ୟକାର, ନାଟ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ, ଆଖିକବି ଗଣକବି ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କ ଦେହାନ୍ତ ହୋଇଥିଲା। କି ମୂରାଗୀ ମୋହନ କୋର, କାଳନ୍ଦୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଗୋରାଚାନ୍ଦ ମିଶ୍ର, ଫାର୍ସି ଲେଖକ, ଗାଳକ, ନାଟିକା, ନିତ୍ୟାନନ୍ଦ ମହାପାତ୍ର ଓ ସତ୍ୟାନନ୍ଦ ଚମ୍ପତିରାୟଙ୍କ ସହାୟତାରେ କଟକର ଖାନନଗର ଶୁଖାନ ଆପଣେଇ ନେଇଥିଲା ଏହି କାଳକନ୍ଦା ମହାପ ପୁରୁଷ କବି ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କ ପାର୍ଥୀବ ଶରୀରକୁ।



ଛାଡ଼ିଦିଅ ବାଟ ମୋହର
ତୁଲେଶ୍ୱର କୁମାର ସାହୁ
ଯେତେ କଥା ହେଲେ ସରିବିନି କେବେ
ସୁଖ, ଦୁଃଖ ଆମ ପ୍ରେମର
ଏତିକିରେ ଆଉ ଆସୁଛି ମୁଁ ବନ୍ଧୁ
ଛାଡ଼ିଦିଅ ବାଟ ମୋହର ।
ବିପଦେ,ଆପଦେ ପୁଣି ଦେଖାହେବା
ଆମେ କୁହେଁ ପରସ୍ପର
ଏମିତି ଆଗକୁ ଆଉ କେତେ କଥା
ଲାଗୁଥିବ ସବୁ ସୁନ୍ଦର
ଏତିକିରେ ଆଉ ଆସୁଛି ମୁଁ ବନ୍ଧୁ
ଛାଡ଼ିଦିଅ ବାଟ ମୋହର ।
ତୁମେ ପ୍ରେମ ହେଲେ
ମୁଁ ତୁମ ପୁଅବୀ
ଆମେ କୁହେଁ ଫୁଲ ଭର୍ତ୍ତର
ଆମେ ସବୁଦିନେ ଖୁସିରେ ଥିଲେ
ଦୁଃଖ ହୋଇଯିବ ଦୂର
ଏତିକିରେ ଆଉ ଆସୁଛି ମୁଁ ବନ୍ଧୁ
ଛାଡ଼ିଦିଅ ବାଟ ମୋହର ।
ମାଟି ଠୁ ଆକାଶ
ଆକାଶ ଠୁ ମାଟି
ଯେମିତି କରନ୍ତି ଆଦର
ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆମେ କୁହେଁ ମିଳିମିଶି
କେଉଁଦିବା ପ୍ରେମ ମନ୍ତର
ଏତିକିରେ ଆଉ ଆସୁଛି ମୁଁ ବନ୍ଧୁ
ଛାଡ଼ିଦିଅ ବାଟ ମୋହର ।
♥ ରେଗଡା, କର୍ଲାମୁଣ୍ଡା, କଳାହାଣ୍ଡି
ମୋ- ୭୦୭୭୩୨୭୯୩୧୧

ଅବଶୋଷ କଣ ପାଇଁ ?
ବିଭୂଳ ମହାକୂର
ଆଜି ଶବ୍ଦ ସବୁ ନାରବ
ଭାବନା ମାନ ଗୁପ୍ତଗଣା ପରି,
ବହିଯାଆନ୍ତି ଆଖି ଦେଇ
କୂଳରେ ଘଷି ହୋଇ ହୋଇ ।
ପୁନର୍ଜନ୍ମରେ ଆଜି ପୁଣି ମୃତ୍ୟୁ
ଅଭିଶାପରେ ଛାଇ ତଳେ
ବାରମ୍ବାର କବାଟି ହେଲାପରେ ବି
ଅକ୍ଷତ ଶବ ।
ଶବ୍ଦ ଗୁରୁତ୍ୱ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଖାକରେ
ସର୍ତ୍ତ କରିବାକୁ
ସେ ଚଳନ୍ତି ଠାକୁରଙ୍କ
ପୁଲିଭ ପାପନାଶିନୀ ପଦଯୁଗଳ କୁ
କ୍ଷମା ଚାହେଁନି
ଚାହେଁ କେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତର ଶାତଳ ସର୍ତ୍ତ ।
ପାତ୍ନୀ ଅବଶୋଷ କାନ୍ଦେଇ ନିଅନ୍ତି
ଶବ୍ଦକୁ ପାପ ଓ ଅଭିଶାପ ସହ
କାହା ଆଖିର ଲୁହ ଝରେ ଆଜି
କୋକେଇ ଆଗରେ ପୁଷ୍ପହୋଇ ।
କ୍ଷମା ବୋଧେ ପ୍ରମୁକ୍ତ୍ୟ ନୁହଁ
ସବୁ ଅପରାଧ ପାଇଁ,
ସୁଗି ହେଉ ଅବା ମର୍ତ୍ତ୍ୟ ହେଉ
ଅବଶୋଷ କଣ ପାଇଁ ?
♥ ଗ୍ରାମ/ପୋଷ - କୁର୍ତ୍ତା
ଲୋଇସିଂହା, ବଳାଜୀର
ମୋ: ୮୨୪୯୭୦୨୨୫୨

ବନ୍ଧୁତା
ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଦାସ
ବନ୍ଧୁତାର ପରିଭାଷାତ କୁହେଁ ଅର୍ଥେ
କାହିଁଥିବା ମଣିଷ
ପ୍ରାୟତଃ ଭିତରେ ବୁଡ଼ି ରହି ସେତ
କରେ ନାହିଁ କାରେ ବିଶ୍ୱାସ,
ସହଜରେ କେଉଁ କଥାକୁ କେବେବି
ନକରି ପାରେ ସେ ଗ୍ରହଣ
ବଳା ପାଇଁ ସେତ ମୁହଁ କରେ ବଳା
ବନ୍ଧୁ ମନେ ଭରେ କଷଣ,
ସୁଦୀନା ପରିବା ବନ୍ଧୁକୁ ପାଇବି କୃଷ୍ଣ
ସେତ ସାଜି ପାରେନାଁ
ଧନ ଅହଂକାରେ ଅଧ ପାଲଟି ସେ
ସଖାକୁ ଆଦର କରେନାଁ,
ଧନ ରତନଠୁ ଅଟଳ ଅମୂଲ୍ୟ
ବନ୍ଧୁତାର ପ୍ରୀତି ବନ୍ଧନ
ସେପରି ବନ୍ଧନ ହୋଇଲେ ଆବଦ୍ଧ
ପ୍ରୀତ ହେବେ ନୟ ନୟନ ।
ଞ୍ଚନ୍ତନ୍ତ
♥ କଞ୍ଚାବଣିଆ, ଛତ୍ରପଡ଼ା,
ପ୍ରୀତିପୁର, ଯାକପୁର (ଓଡ଼ିଶା)
ବନ୍ଧୁର ଅଭାବ ଅସୁବିଧା କାଣି ଦିଏ

ଲୁହ
ନୀଳମଣି ଚାନ୍ଦ
ଯେଉଁ ଲୁହ ମୋ'ର ଅତି ଆପଣାର
ହରେକ୍ରମକୁ ମୁଁ
ଚାହେଁ ନାହିଁ
ଆଖିରେ ରହୁରେ ସିଏରେ ସେମିତି
ଜିଇଁଥିବା ଯାଏ
ମୋ'ର ପାଇଁ ।
ସୁଖରେ ସେ ଝରେ ଦୁଃଖରେ ବି
ଝରେ ମାନେନାହିଁ କେବେ ବୋଲ
ମୋ'ର
ଭାବିପାର ସିଏ ଶ୍ରାବଣ ବରଷା ଅବା
କେଉଁ ଦୂର, ଶିଳି ଝରେ
ମନକୁ ବାଧୁଲେ ତାକୁ ଭାରିବାଧେ
କାରଣଟି ତା'ର ଜାଣେ ନାହିଁ ।
କେବେ କାହିଁଦେଲେ ମନଟି ହାଲୁକା
ଆବିଳତା ସବୁ
ଧୋଇ ଯାଏ
ସୁଖରେ କାହିଁଦେଲେ ଲାଗୁଥାଏ ସତେ
ମୁକୁତା ତୁକୁଡ଼ା
ପାଇଯାଏ
♥ ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ:୯୫୩୨୩୨୦୭୩୧୭

ଲୁହ
ନୀଳମଣି ଚାନ୍ଦ
ଯେଉଁ ଲୁହ ମୋ'ର ଅତି ଆପଣାର
ହରେକ୍ରମକୁ ମୁଁ
ଚାହେଁ ନାହିଁ
ଆଖିରେ ରହୁରେ ସିଏରେ ସେମିତି
ଜିଇଁଥିବା ଯାଏ
ମୋ'ର ପାଇଁ ।
ସୁଖରେ ସେ ଝରେ ଦୁଃଖରେ ବି
ଝରେ ମାନେନାହିଁ କେବେ ବୋଲ
ମୋ'ର
ଭାବିପାର ସିଏ ଶ୍ରାବଣ ବରଷା ଅବା
କେଉଁ ଦୂର, ଶିଳି ଝରେ
ମନକୁ ବାଧୁଲେ ତାକୁ ଭାରିବାଧେ
କାରଣଟି ତା'ର ଜାଣେ ନାହିଁ ।
କେବେ କାହିଁଦେଲେ ମନଟି ହାଲୁକା
ଆବିଳତା ସବୁ
ଧୋଇ ଯାଏ
ସୁଖରେ କାହିଁଦେଲେ ଲାଗୁଥାଏ ସତେ
ମୁକୁତା ତୁକୁଡ଼ା
ପାଇଯାଏ
♥ ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ:୯୫୩୨୩୨୦୭୩୧୭

ଏହି ଠ ରାଶିର ବ୍ୟକ୍ତି ସୁନା ଧାରଣ କଲେ ମିଳିଥାଏ ଶୁଭଫଳ

ଭାରତୀୟ ସମାଜରେ ସୁନା ପ୍ରତି ଏକ ଅଲଗା ଆକର୍ଷଣ ରହିଛି । ବାସ୍ତୁଶାସ୍ତ୍ରରେ ସୁନାର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାନ ରହିଛି । ସେହିପରି ଗ୍ରହ ବୋଧ କାଟିବା ପାଇଁ ଦେବୀ-ଦେବତାଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ସୁନା ଦାନ କରାଯାଇଥାଏ । ତେବେ ବାସ୍ତୁ ଅନୁସାରେ ତାରୋତି ରାଶିର ଲୋକେ ସୁନା ଅଳଙ୍କାର ପିନ୍ଧିଲେ ବିଶେଷ ଭାବେ ଲାଭଦାନ ହୋଇଥାଏ । ସେମାନଙ୍କୁ ଏହା ଶୁଭ ଫଳ ଦେଇଥାଏ । ତା'ହେଲେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ସେହି ତାରୋତି ରାଶି କ'ଣ ?

ଦିବ ରାଶି: ବାସ୍ତୁ ଅନୁସାରେ ଏହା ହେଉଛି ଅଗ୍ନି ଚକ୍ରର ରାଶି । ଏହାର ସାମାନ୍ୟତା ସହିତ ସୁନାର କାରକ ଗୁରୁ ଗ୍ରହର ମିତ୍ର ଭଳି ଫଳପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏହି ରାଶିର ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ସୁନା ଅଳଙ୍କାର ପିନ୍ଧିଲେ ଭଲ । ଅତିକମ୍ରେ ଆଲୁମିନିୟମ ସୁନା ମୁଦ୍ରିତ ପିନ୍ଧିଲେ ବି ଶୁଭଫଳ ପ୍ରାପ୍ତି ହୁଏ ।
କନ୍ୟା ରାଶି: ଏହି ରାଶିର ଲୋକଙ୍କ ଇଚ୍ଛା ପୂରଣ କରିବାରେ ସୁନା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ସୁନା ଧାରଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରାଶିର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଧନ, ସମ୍ପତ୍ତି ଓ ଐଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।
ସୁନା-ରୂପା କିଣିବାକୁ ଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଇଁ...
ତୁଳା ରାଶି: ସୁନା ମୁଦ୍ରି, ଚନ୍ଦ୍ର ଆଦି ପିନ୍ଧିଲେ ଏହି ରାଶି ଲୋକଙ୍କ ଭାଗ୍ୟରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ରୋଗ ଓ ଶତ୍ରୁକ୍ରାନ୍ତ ବି ସୁରକ୍ଷା ମିଳେ । ସୁନାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆକୃଷ୍ଟ ଅପେକ୍ଷା ଆଲୁମିନିୟମ ସୁନା ମୁଦ୍ରି ପିନ୍ଧିଲେ ଏହି ରାଶିର ଲୋକଙ୍କୁ ବିଶେଷ ଫଳପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ବୋଲି କୁହାଯାଏ ।
ଧନୁ ରାଶି: ବାସ୍ତୁ ଅନୁସାରେ ଧନୁ ରାଶିର ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ସୁନାର ଆକୃଷ୍ଟ ଧାରଣ କଲେ ସବୁ କାର୍ଯ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ରାଶିର ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ପାଦରେ କୌଣସି ସୁନା ଆକୃଷ୍ଟ ଧାରଣ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।



ବାରମ୍ବାର ମାଂସପେଶୀରେ ଏଭଳି କଷ୍ଟ ପାଇଛନ୍ତି କି ? : ଶରୀରରେ ଏହି ଭିଟାମିନ୍ ଅଭାବର ଏକ ବଡ଼ ସଙ୍କେତ

ଆପଣ ଗୋଇଥିବେ ହଠାତ୍ ଆପଣଙ୍କ ଗୋଡ଼ର ମାଂସପେଶୀରେ ଥିବା ଶାର ଟାଣି ହେଲା ଭଳି ଅନୁଭବ ହୁଏ । କିଏ ଯେମିତି ବହୁତ ଜୋରରେ ଟାଣିଲେ ରହୁଛି । ଗୋଡ଼ ମିଧା ହେଉ ନାହିଁ । ଏହା ବହୁତ ଯତ୍ନଶୀଳ । ଯଦି ଏହି କଷ୍ଟ ବେଶୀ ମମୟ ରୁହେ ନାହିଁ, ତଥାପି ଯେଉଁ ଅଳ୍ପ ସୁସ୍ଥ ରୁହେ ତାହା ବହୁତ କଷ୍ଟଦାୟକ ଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଗୋଇବା ସମୟରେ ହିଁ ଗୋଡ଼ ମିଧା କରିବା ବେଳେ ହଠାତ୍ ଏଭଳି ଅନୁଭବ ହୁଏ । ମନରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଆସେ ଯେ, ଏଭଳି କାହିଁକି ହୁଏ କୌଣସି ଏକ ବଡ଼ ରୋଗର ଏହା ସଙ୍କେତ ନୁହେଁ ତ... ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା କ'ଣ କରୁଛନ୍ତି ବିଶେଷଜ୍ଞ

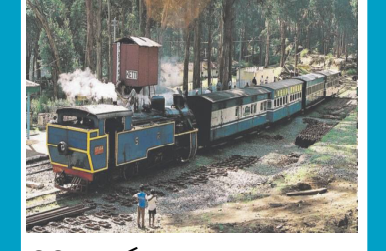
ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ୟାଲସିୟମ ବହୁତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଥାଏ । ଏହା ଆମର ହାତ, ବାନ୍ଧ ଏବଂ ମାଂସପେଶୀ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ମହିଳାମାନେ ପୁରୁଷଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ କ୍ୟାଲସିୟମ ଆବଶ୍ୟକ କରନ୍ତି । ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ସହିତ ମହିଳାମାନଙ୍କଠାରେ ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ଏବଂ ହାତର ଦୂର୍ବଳ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଯଥେଷ୍ଟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଶରୀରରେ କ୍ୟାଲସିୟମର ମାତ୍ରା କମ୍ ଥିବାରୁ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ଯେତେବେଳେ କ୍ୟାଲସିୟମର ଅଭାବ ଥାଏ, ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ଆମ ଶରୀରରେ ଦେଖାଯାଏ । ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା କ୍ୟାଲସିୟମ ଅଭାବର ଲକ୍ଷଣ କ'ଣ ?

ହାତ ଏବଂ ଗୋଡ଼ର ମାଂସପେଶୀ ଟାଣି ହେବା - କ୍ୟାଲସିୟମ ଅଭାବ ହେତୁ ହାତ ଏବଂ ଗୋଡ଼ର ମାଂସପେଶୀ ଟାଣି ହେବା ଭଳି ଅନୁଭବ ହୁଏ । ଯେ ତେ ବେଳେ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ଧୀରେ ଧୀରେ କ୍ୟାଲସିୟମର ଅଭାବ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦିଏ । ଅଳ୍ପ ଏବଂ ଦୂର୍ବଳତା-ଯଦି କୌଣସି କାମ ନ କରି ବି ଦିନସାରା ଥକା ଏବଂ ଦୂର୍ବଳ ଲାଗୁଛି



ଏବଂ ଉଭୟ ନିଦ ହେଉ ନାହିଁ, ଏହା ଶରୀରରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ଅଭାବର ସଙ୍କେତ । ବାନ୍ଧ ଖରାପ ହେବା - କ୍ୟାଲସିୟମ ବାନ୍ଧ ପାଇଁ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଶରୀରରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ଅଭାବ ହେତୁ ବାନ୍ଧ ଦୂର୍ବଳ ହେବାକୁ ଲାଗେ ଏବଂ ବାନ୍ଧ ଖରାପ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ବହୁତ ବଢ଼ିଯାଏ । କ୍ୟାଲସିୟମ ଅଭାବ ହେତୁ ଆପଣ ବାନ୍ଧରେ ସେଡିମିଣ୍ଟି କିମ୍ବା ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ କରିପାରନ୍ତି । ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ - ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ହେଲେ ରେ ହାତ ଦୂର୍ବଳ ହୋଇ ଭାଙ୍ଗିଯାଏ । ଶରୀରରେ କ୍ୟାଲସିୟମର ଘୋର ଅଭାବ ହେତୁ ଏପରି ହୁଏ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଫ୍ୟାକ୍ଚର ଧୀରେ ଧୀରେ କ୍ୟାଲସିୟମର ଅଭାବ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ନଖ ଏବଂ କେଶ - ମଜବୁତ କେଶ ଏବଂ ନଖ ପାଇଁ କ୍ୟାଲସିୟମ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଶରୀରରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ଅଭାବ ହେତୁ କେଶ ଏବଂ ନଖ ସହଜରେ ଭାଙ୍ଗିବା ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ରୁକ୍ଷ କେଶ ମଧ୍ୟ କ୍ୟାଲସିୟମ ଅଭାବର ସଙ୍କେତ । ଏଥିପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ - ଭିଟାମିନ୍ ଡି ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ନିଅନ୍ତୁ । ଯାହା ଦ୍ୱାରା ହାତ ମଜବୁତ ରହିଥାଏ । କ୍ଷୀର, ସବୁଜ ପତ୍ରପତ୍ରିକା, ମାଛ, ବିଟ୍, ଟ୍ରୋକୋଲି ଇତ୍ୟାଦି କ୍ୟାଲସିୟମ ସୂଚକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ । ମଦ୍ୟପାନ ଏବଂ ତମାଖୁ ସେବନକୁ ଦୂରରେ ରୁହ ।

ଭାରତର ସବୁଠୁ ଧୂମା ରେଳଗାଡ଼ି



ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟଟନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଖେଳନା ଟ୍ରେନଗୁଡ଼ିକର ବିଶେଷ ଆକର୍ଷଣ ରହିଥାଏ । ସେଥିରେ ଯାତାଯାତ କରିବା ବ୍ୟତୀତ ତାହା ସୁତରାଂ ଓ ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଗତି କରୁଥିବାରୁ ପର୍ଯ୍ୟଟକମାନେ ଯାତ୍ରାର ମଜା ଉଠାଇଥା'ନ୍ତି । ଆଜ ଏକ ମଜା କଥା ହେଲା, ଏହି ଖେଳନା ଟ୍ରେନଗୁଡ଼ିକ ଖୁବ୍ ଧୀରେ ଧୀରେ ଗଡ଼ିଥା'ନ୍ତି । ଏହି ଭ୍ରମରେ ତାମିଲନାଡୁର ମେଲୁପାଲାୟାମ୍-ଉଡି ନାକଶିରି ଯାତ୍ରାବାହୀ ଟ୍ରେନ୍‌ଟି ଦେଶର ସବୁଠୁ ଧୂମା ରେଳଗାଡ଼ିର ମାନ୍ୟତା ରଖିଛି । ଦେଶର ତୁଟତମ ଟ୍ରେନ୍‌ର ପ୍ରାୟ ଷୋହଳ ଭାଗରୁ ଭାଗେ ବେଗରେ, ଅର୍ଥାତ୍ ଘଣ୍ଟାକୁ ସର୍ବାଧିକ ୧୦ କି.ମି. ବେଗରେ ଯାଇପାରୁଥିବା ଏହି ଟ୍ରେନ୍‌ଟି ୪୬ କି.ମି. ଅତିରୁଦ୍ଧ କରି ତାହାର ଗନ୍ତବ୍ୟସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ୫ ଘଣ୍ଟା ସମୟ ନେଇଥାଏ । ପାହାଡ଼ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ପଥୁରିଆ ଯାତ୍ରା ପଥରେ ଏହା ଶହେ ଦଶଧକ ପୋଲ ଓ ଦଶଧକ ସୁତରାଂ ଅତିକ୍ରମ କରେ । ସୁନେଲୋ ପକ୍ଷରୁ ଏହାକୁ ଏକ ବିଶ୍ୱ ଐତିହ୍ୟର ମାନ୍ୟତା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ସୁନେଲୋ ପୂର୍ବରୁ ମୁତାବକ, ୧୮୫୪ ମସିହାରେ ଏହି ରେଳପଥର ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଆଯାଇଥିବା ବେଳେ ୧୮୯୧ରେ ନିର୍ମାଣ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ଏବଂ ୧୯୦୮ରେ ଏହା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୋଇଥିଲା । ଯାତ୍ରାପଥରେ ୩୨୬ ମିଟରରୁ ୨.୨ କି.ମି. ଯାଏ ରହିଥିବା ଉଠାଣି ରାସ୍ତା ସେ ସମୟର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ଖଟାଇ ନିର୍ମିତ ହୋଇଛି । ଏହି ଟ୍ରେନ୍‌ଟି ପ୍ରତ୍ୟହ ସକାଳ ୭ଟା ୧୦ରେ ମେଲୁପାଲାୟାମ୍‌ରୁ ବାହାରି ମଧ୍ୟାହ୍ନରେ ଉଡିରେ ପହଞ୍ଚିଥାଏ ଏବଂ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସେଠାରୁ ବାହାରି ସନ୍ଧ୍ୟା ୫ଟା୩୫ ବେଳକୁ ମେଲୁପାଲାୟାମ୍ ଫେରି ଆସିଥାଏ ।

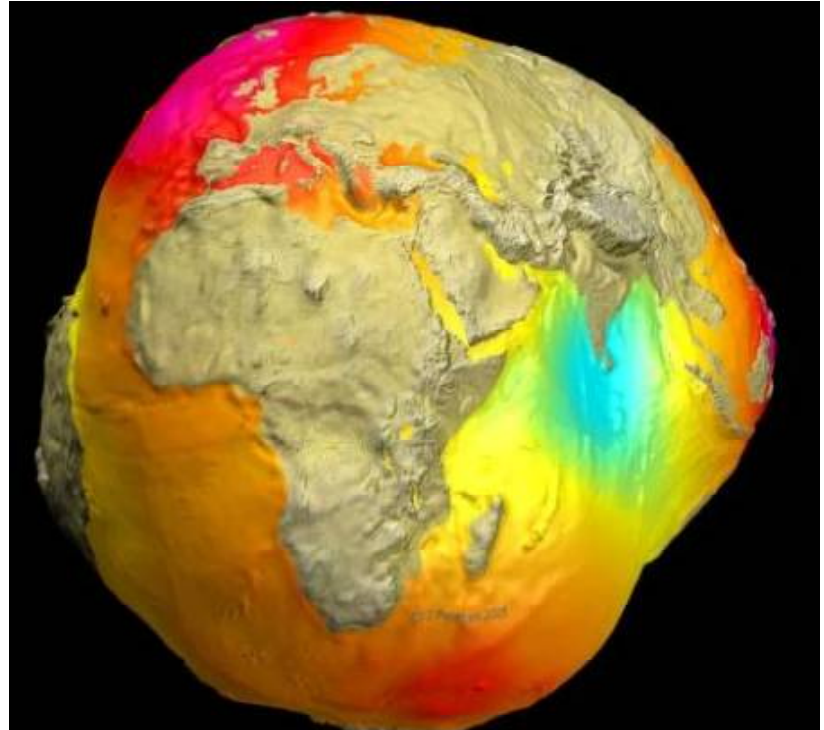
ତୃତୀୟ ସୁନ୍ଦର ରଖିବାକୁ ହେଲେ କରନ୍ତୁ ଏହି ଘରୋଇ ହର୍ବାଲ ଉପଚାର



ତୃତୀୟ ଚମକ ଆଣିବା ତଥା ତୃତୀୟ ସମ୍ପର୍କୀୟ ସମସ୍ୟା ଦୂରରେ ରଖିବା ନିମନ୍ତେ ସବୁଠୁ ସୁରକ୍ଷିତ ତଥା ବିଶ୍ୱସନୀୟ ଉପଚାର ହେଲା ହର୍ବାଲ ଉପଚାର । ହର୍ବାଲ ଚିକିତ୍ସାଗୁଡ଼ିକ ମୁଖ୍ୟତଃ ସହଜରେ ଘରେ ହାତ ପାହାଚାରେ ମିଳିଯାଇଥାଏ । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ମଧ୍ୟ ସହଜ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ କୌଣସି ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ମଧ୍ୟ ଭୟ ନଥାଏ । କିପରି ବ୍ୟବହାର କରିବେ ଜାଣନ୍ତୁ ।

ଗୋଟିଏ ବଡ଼ ଚମାଚକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡ କରି କାଟି ଏହାକୁ ପେଷ୍ଟ କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ଚମାଚ ସୁରକ୍ଷିତ ତଥା ବିଶ୍ୱସନୀୟ ଉପଚାର ହେଲା ହର୍ବାଲ ଉପଚାର । ହର୍ବାଲ ଚିକିତ୍ସାଗୁଡ଼ିକ ମୁଖ୍ୟତଃ ସହଜରେ ଘରେ ହାତ ପାହାଚାରେ ମିଳିଯାଇଥାଏ । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ମଧ୍ୟ ସହଜ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ କୌଣସି ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାର ମଧ୍ୟ ଭୟ ନଥାଏ । କିପରି ବ୍ୟବହାର କରିବେ ଜାଣନ୍ତୁ ।

ସେହିପରି ଚନ୍ଦନ ପାଉଁଶ, ଗୋଲାପ ଜଳ ଓ କ୍ଷୀରରେ ପେଷ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ମୁହଁ ଓ ଦେହରେ ଲଗାଇ ୧୫ ମିନିଟ୍ ଶୁଖିବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ପେଷ୍ଟ ଶୁଖିବା ପରେ ନଖ ଉତ୍ତମ ପାଣିରେ ମୁହଁ ଭଲଭାବେ ଧୋଇ ନିଅନ୍ତୁ । ମହୁ ଓ ଲେମ୍ବୁରସକୁ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଶୁଖିଗଲା ପରେ ଅଳ୍ପା ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ମୁହଁରେ ଚମକ ଆଣେ ଓ କଳାଦାଗରୁ ମୁକ୍ତି ଦିଏ । ହଳଦୀ, ଚନ୍ଦନଗୁଣ୍ଡ ଓ ଅଲିଭ୍ ଅଏଲ୍ ମିଶାଇ ଦେହରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ଏହା ଶୁଖିଯିବାର ୧୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ନିୟମିତ ଶରୀରକୁ ଶାନ୍ତରେ ମସାଜ୍ କରନ୍ତୁ । କ୍ଷୀର ମସାଜ୍‌ରୁ ଉଦ୍ଧୃତ ଭଳି କାମ କରିଥାଏ । ଖାସ କରି ଶୀତ ଦିନରେ ରୁକ୍ଷ ତୃତୀୟ ପାଲଟା ପାଇବା ପାଇଁ କରନ୍ତୁ । ଗାଜରକୁ କୋରି ଏହାର ପେଷ୍ଟ କରି ତୃତୀୟ ମସାଜ୍ କରନ୍ତୁ । ତୃତୀୟ ରକ୍ତ ଉତ୍ତମ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । କ୍ଷୀର ଓ ଲେମ୍ବୁରସକୁ ମିଶାଇ ମୁହଁ ଓ ଶରୀରରେ ଲଗାନ୍ତୁ ।



ନା ଗୋଲାକାର, ନା ଅଣ୍ଡାକୃତି, ତେବେ ପ୍ରକୃତରେ ପୃଥିବୀର ଆକାର କ'ଣ ?

ଅନେକ ଲୋକ ଭାବନ୍ତି ଯେ ପୃଥିବୀ ଗୋଲାକାର, କିଛି ଲୋକ ଏହାକୁ ଉଭାଳ ମଧ୍ୟ ଭାବନ୍ତି । ଅନେକ ପୁସ୍ତକରେ ଆମେ ଏହା ମଧ୍ୟ ଲେଖୁଛୁ ଯେ ପୃଥିବୀ ଗୋଲାକାର, କିନ୍ତୁ ଆସନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କୁ କହିବା ଯେ, ପୃଥିବୀର ପ୍ରକୃତ ଆକୃତି ଗୋଲାକାର କିମ୍ବା ଉଭାଳ ନୁହେଁ । ପୃଥିବୀ ଅନିୟମିତ ଭାବରେ ଏକ ପତ୍ତାଳ କିମ୍ବା କିପର୍ ଆକୃତି । ପୃଥିବୀ ନିର୍ଣ୍ଣିତ ଭାବରେ ଗୋଲାକାର କିନ୍ତୁ ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଗୋଲାକାର ନୁହେଁ କାରଣ ଏହାର କିଛି ଅଂଶ ଉପଯୋଗୀ ବେଳେ କିଛି ଅଂଶ କିଛି ସ୍ଥାନ ରୁଡ଼ି ଯାଇଛି । ବୈଜ୍ଞାନିକ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ, ଏହା ମାଧ୍ୟାକର୍ଷଣ ଶକ୍ତି ହେତୁ ଘଟିଛି । ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ଯେ, ଇକ୍ୟୁଏଟର ଚାରିପାଖରେ ଥିବା ଅଂଶ ଉପରକୁ ଉଠିଛି । ପୃଥିବୀର ସମାକରଣ ବ୍ୟାସାର୍ଦ୍ଧ ୩,୯୬୩.୩୪ ମାଇଲ ହୋଇଥିବାବେଳେ ପୋଲାର ବ୍ୟାସାର୍ଦ୍ଧ ୩,୯୪୯.୯୯ ମାଇଲ ଅଟେ । ଏହା ଦର୍ଶାଏ ଯେ ଏହା ଗୋଲାକାର ନୁହେଁ । ଆମେ ସମସ୍ତେ ଜାଣିଛୁ ଯେ, ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମହାକାଶରେ ଜଣାଶୁଣା ପୃଥିବୀ ହେଉଛି ଏକ ମାତ୍ର ଗ୍ରହ ଯେଉଁଥିରେ ଜୀବନ ଅଛି । ପୃଥିବୀ ହେଉଛି ସୌର ମଣ୍ଡଳର ପଞ୍ଚମ ବୃହତ୍ତମ ଗ୍ରହ । ଏହାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଶିଖର ହେଉଛି ମାଉଣ୍ଟ ଏଭରେଷ୍ଟ ।

ସାଧାରଣତଃ ଆମେ କହିଥାଉ ଯେ, ପୃଥିବୀ ନିଜ ଅକ୍ଷରେ ଗୋଟିଏ ପୂର୍ଣ୍ଣନକ୍ତ ୨୪ ଘଣ୍ଟାରେ ସମାପ୍ତ କରେ, ସେଥିପାଇଁ ଦିନ ଏବଂ ରାତି ହୁଏ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ଅକ୍ଷରେ ଗୋଟିଏ ପୂର୍ଣ୍ଣନକ୍ତ କରିବାକୁ ମାତ୍ର ୨୩ ଘଣ୍ଟା, ୫୬ ମିନିଟ୍ ୪ ସେକେଣ୍ଡ ସମୟ ଲାଗେ । ୭ ଟି ମହାଦେଶ ସହିତ ପୃଥିବୀରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ପ୍ରାକୃତିକ ଚନ୍ଦ୍ର ଅଛି । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ପୃଥିବୀ ୪.୫ ବିଲିୟନ ବର୍ଷ ପୁରୁଣା । ଯଦି ଆପଣ ଭାବୁଥିବେ ଯେ, ଏହି ମହାଦେଶଗୁଡ଼ିକ ପୂର୍ବରୁ ଏହିପରି ଥିଲା, ତେବେ ପ୍ରାୟ ୨୦୦ ନିୟୁତ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ପୃଥିବୀରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ମାଳଦ୍ୱୀପ ଥିଲା ଯାହା ପାଖେ ନାମରେ ଜଣାଶୁଣା ଥିଲା ଏବଂ ଏହି ମାଳଦ୍ୱୀପର ଚାରିପାଖରେ ଏକ ମହାସାଗର ଥିଲା ଯାହାକୁ ପତଳାସାଗର କୁହାଯାଉଥିଲା । ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ବିଷୟ ହେଉଛି, ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏପ୍ରିଲ ୨୨ ରେ 'ପୃଥିବୀ ଦିବସ' ଅର୍ଥାତ୍ ପୃଥିବୀ ଦିବସ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ପାଳନ କରାଯାଏ, ଯାହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପରିବେଶ ବିଷୟରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରିବା । ଆପଣ ଜାଣି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବେ ଯେ, ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ଦିନ ପ୍ରାୟ ୧୯୨ଟି ଦେଶରେ ପାଳନ କରାଯାଏ ।

