

ନିରପେକ୍ଷ ଦୈନିକ ସମ୍ବାଦପତ୍ର

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhwanî Pratidhwani

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

ଯା ଦେବୀ ସର୍ବଭୂତେଷୁ.....

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ମଙ୍ଗଳବାର ୦୩ ତିଥେମ୍ବର ୨୦୨୪ ■ ମୂଲ୍ୟ ୬. ୨.୦୦ ପରିଷା ■ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା-୩୦ ■ Baleshwar ♦ TUESDAY 03 December 2024
Vol.No. 35 ■ No.320 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore (Odisha)/005/2019

ପୁଅ ହଣ୍ଡର ବାଇଟେନଙ୍କୁ ଦୋଷମୂଳ କରିବାକୁ
ବାଇଟେନଙ୍କୁ ସମାରୋଚନା କଲେ ତୁମ୍ହାର

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୦୭/୧୯ :
ଆମେରିକାର ବିଦ୍ୟାୟ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି
କୋ ବାଜହେନଙ୍କ ଦୋମୁହା ନାଟି
ପଦାରେ ପଡ଼ିଛି । ପ୍ରଥମେ ସେ ରୁଷ
ବିରୋଧରେ ଦୂରଗମୀ ଶୈଫଳାଣ୍ଶ
ଏବି ଏସି ଏମାଏସ ବ୍ୟବହାର
କରିବାକୁ ଯୁକ୍ତେନକୁ ଅନୁମତି ଦେଇ
ବିଶ୍ୱରେ ଯୁଦ୍ଧ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଅଧିକ
ଘନୀତ କଲେ । ଏବେ ଯିବା
ପୂର୍ବରୁ ନିଜ ପୁଅକୁ ରାଜକ୍ଷମା ଦେଇ
ଚାଙ୍ଗିକୁ ଆୟାଇଛନ୍ତି । ନିକଟରେ
ବାଇତେନ କହିଥିଲେ ଯେ, ସେ
ତାଙ୍କ ପୁଅକୁ କ୍ଷମା କରିବା ଲାଗି
ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ପଦବାର କୌଣସି ପ୍ରକାର
କ୍ଷମତା ବ୍ୟବହାର କରିବେ ନାହିଁ ।
ମାତ୍ର ବିଦ୍ୟା ନେବା ପୂର୍ବରୁ ନିଜ
କଥାକୁ ନିଜେ ଭାଙ୍ଗି ପଥ ପାଇଁ ନିଜ



ପଦବୀର ଅପବ୍ୟକହାର କରିଥିବା ବାଇତେନଙ୍କୁ ଉଚ୍ଛ ଅପରାଧରେ ଆଉ କରାୟାଇପାରିବ ନାହିଁ । ୨ ସମ୍ବାଦ
ଚଞ୍ଚି ହେଉଛି । ଫଳରେ ପ୍ରଥ ହେଲାର କୌଣସି ପକାର ଦଶ୍ଵବିଧାନ ତଳେ ବାଇତେନ ଆମେରିକା

ନିର୍ମିତ ଦୂରଗାମୀ କ୍ଷେପଣାସ ରୁଷ
ଦିଗୋଧରେ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ
ସୁଲ୍ଲେନକୁ ଅନୁମତି ଦେଇଥିଲେ ।
ଏହାର ବ୍ୟବହାର ଦୂର ଦେଶ
ମଧ୍ୟରେ ଚାଲିଥିବା ଯୁଦ୍ଧକୁ ଅଧିକ
ଯନାଭୂତ କରିବ ଏବଂ ଏହାଦୂରା
ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧ ଆରମ୍ଭ ହେବାର ଆଶଙ୍କା
ରହିଥିବା ଜାଣି ବି କାଳତେନ ଏପରି
ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥିଲେ । ନବନିର୍ବାଚିତ
ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ଡ ଟ୍ରମ୍ପ ଶାସନ
ଭାର ହାତକୁ ନେବା ପରେ ରୁଷ-
ସୁଲ୍ଲେନ ସୁନ୍ଦର ଶେଷ କରିବେ ବୋଲି
ପୂର୍ବରୁ ଘୋଷଣା କରିଥିବାବେଳେ
ବାଇତେନଙ୍କ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରମଙ୍କ ପାଇଁ
ଅତୁଆ ପରିବୁଟି ସୃଷ୍ଟି କରିବା
ଉଦେଶ୍ୟ ପ୍ରଶୋଦିତ ବୋଲି ସ୍ଵର୍ଗ
ବାହ୍ୟପତ୍ରିଥିଲା ।

ଆଜିରୁ ଫଦିନିଆ ଗସ୍ତରେ ଆସିବେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି



୪ ଟଙ୍ଗରେ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ
ପହଂଚିବେ । ରାସ୍ତାପତି
ଆମକାବାବି ମର୍ମିଳ ବିମାନା
ମୂର୍ମୁଳ ନୂଆ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତ ଅନାବରଣ
କରିବା ସହ ଆଦିମାଞ୍ଚଳର ଲାର୍ପା
ଲାନ୍ଦେଇ  ମଧ୍ୟା ୭

ଦୋଷୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ପରେ କୋର୍ଟ୍‌ରୁ ଚନ୍ଦ୍ର ମାରିଲେ ୨ ଲଟରା

ନବରଜ୍ଞପୁର, ୦୭/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଖଁ, ଫଜଳ ଖଁ, ଜାହୁଲ ଖଁ ଓ ବିହାର ନିଷ୍କଳ କୁମାରଙ୍କୁ ଗିରପ କରି କୋର୍ଟ ଚାଲାଣ କରିଥିଲା । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେମାନଙ୍କ ଉତ୍ତର ସକଳ ଖଁ ଓ ଶାହରୁଖ ଖଁ ବେଳରେ ଆସିଥିଲେ । ଆଜି ଲୁଗ ମାମଲାରେ ରାଯ୍ ପ୍ରକାଶ ପାଇବାର ଥିଲା । ତେଣୁ ଜାମିନରେ ଥିବା ଦୂର ଅଭିଯୁକ୍ତ ସକଳ ଓ ଶାହରୁଖ କୋର୍ଟରେ ହାଜର ଥିଲେ । ନିର୍ଦ୍ଦାରିତ ସମୟରେ ବିଚାର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ଜବାଲ ସବାଲ ପରେ ସାମ୍ବାଦ ପ୍ରମାଣ ଆଧାରରେ ନବରଜ୍ଞପୁର ଉତ୍ତର କୋର୍ଟ ରାଯ୍ ଶୁଣାଇଲେ । ଏଟି ଏମ୍ ଲୁଗ ମାମଲାରେ ସମସ୍ତ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ଦୋଷୀ ►ପୃଷ୍ଠା ୩

‘ଦକ୍ଷିଣ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦ’ ଗଠନ ପାଇଁ ଟାଙ୍କ ଫୋର୍ମ୍



A video frame showing a man with glasses and a maroon vest speaking at a podium. He is wearing a white shirt and a maroon vest over it. He is looking towards the camera. The background is a light blue wall with a wooden door on the left.

ଅଛନ୍ତି । ଏହି ଚାଷ ଫୋର୍ସ ସଂପର୍କରେ ଘୋଷଣା କରି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝେ ଗୃହରେ କହି ଥିଲେ ଯେ, ଓଡ଼ିଆ ଶାର ଦିକ୍ଷାଶାଳର ବିକାଶ ସହିତ ବିକାଶ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସବୁ ବର୍ଜନ୍ ଅନ୍ତର୍ଭୂତ କରିବା ପାଇଁ ‘ଦକ୍ଷିଣ ଓଡ଼ିଶା ବିକାଶ ପରିଷଦ’ ଗ୍ରାନ୍ଟ୍ ଦ୍ୱାରା ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିବ । ଏହି ବିକାଶ ପରିଷଦ କିମ୍ବରି ଗଠିତ ହେବ, ଏଥୁରେ କେଉଁ ଜିଲ୍ଲା ଓ ବ୍ୱଳ୍କ ଆସିଲା ହେବ ଏବଂ ଏହାର ଜାଞ୍ଚ ଓ କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରଣାଳୀ କ’ଣ ରହିବ, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ସୁଚିତ୍ତ ମତାମତ ଦେବା ପାଇଁ ଏହି ଚାଷ ଫୋର୍ସ ଗଠନ କରାଯାଇଛି । ଗଠନ ହେବାର ଶାନ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ଏହି ଚାଷ ଫୋର୍ସ ରିପୋର୍ଟ ଦାଖଲ କରିବ ।

ମଞ୍ଚ ଉପରେ ଘୁଷୁରୀକୁ ମାରି ଖାଇ ଘଟଣା: ଜଣଙ୍କୁ ବାନ୍ଧିଲା ପୁଲିସ୍

ଗଞ୍ଜାମ, ୦୭ /୧୨ (ନି.ପ୍ର): କରିଛି ପୁଲିସ୍ । ନାଟକ ପାଇଁ ଘୁଷୁରୀ ଯୋଗାଇବା ଅଭିଯୋଗରେ ବିଯାଧରଙ୍କୁ ଗିରଫ୍ତ କରାଯାଇଛି । ଏଥୁସହ ବନ ବିଭାଗ ତାଙ୍କ ନାହିଁରେ ଏକ ମାମଳା ବୁଝୁ କରି ଘଟଣାର ଉନ୍ନତ ବନନ୍ତି । ନିର୍ବର୍ଷ ବାରିକି ଆୟୋଜନ କରିଥିବା କମିଟି ଓ ଯିଏ ଘୁଷୁରୀ ଖାଇଲା ତାକୁ ବିହୁଟ କରାଯାଇପାରିନି । କେବଳ ଘୁଷୁରୀ ଯୋଗାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଗିରଫ୍ତ କରି ଚୂପ ବସିଛି ପୁଲିସ୍ । ପରିବାରମାଣ୍ୟ ▶ ମଧ୍ୟ ୩

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୭/୧୨ (ନି.ପ୍ର):
 ଖଲିଷ୍ଟାନୀ ୧ ଆଡକ୍ ୧ ପନ୍ଥର
 ଧରମକପୂର୍ଣ୍ଣ ଇ-ମେଲ ସଂଶାର
 ଗୁରୁଲକୁ ଚିଠି ଲେଖୁଛନ୍ତି
 କ୍ରାନ୍ତିମହାଅଳ୍ପ ଏସଟିଏପ୍. କେଉଁ
 ଆଇପି ଆହ୍ରେସରୁ ପନ୍ଥର ଇ-
 ମେଲରୁ ଅତିଓ ଆସିଥିଲା ସେନେଇ
 ତଥ୍ୟ ଦେବାକୁ ଚିଠିରେ ଉଲ୍ଲେଖ
 କରାଯାଏଛି । ଆଶ୍ୟକ ମନ୍ତ୍ରିରେ



ଧର୍ମକପୁର୍ଣ୍ଣ ଇ-ମେଲ୍ ଘଟଣା: ଗୁରୁଲକ୍ଷ୍ମୀ ତଥ୍ୟ ମାର୍ଗିଳା କ୍ରାଇମବ୍ରାଞ୍ଚ ଏସଟିଏପ୍

ଏନାଇସ ମଧ୍ୟ ମାମଲାର ତଦକ୍ତ
କରିପାରେ ବୋଲି କୁହାୟାଇଛି ।
ଭୂବନେଶ୍ୱରରେ ଟିକି ସମ୍ମିଳନୀ
ଚାଲିଥୁବା ବେଳେ ବରିଷ୍ଠ ସାୟଦିକ
ଅକ୍ଷୟ ସାହୁଙ୍କୁ ଏକ ଧମକପୂର୍ଣ୍ଣ
ମେଲ ପଠାଇଥିଲା ଖଲିଷ୍ଟାନୀ
ଆଡ଼କୀ ପନ୍ଥ । ଯେଉଁଥିଲେ
ଖଲିଷ୍ଟାନୀ ଆଡ଼କୀ ପନ୍ଥ
ଜାଗିବାଣି

ପର୍ମିମବଙ୍ଗରେ ପଚିଲାଟି ଆନ୍ତୁ: ଧର୍ମପଟକୁ ଓହାରେବ ବ୍ୟବସାୟୀ ସଂଗ

ଚନ୍ଦ୍ର ଆଲୁ ଗଛିତ ଅଛି ।
ପଣ୍ଡିତଙ୍କ ଆବଶ୍ୟକତା ପ୍ରାୟ
୪୮୯ ମେଟ୍ରିକ ଚନ୍ଦ୍ର ଥିବା ବେଳେ,
ବଳକା ଆଲୁ ନଷ୍ଟ ହେବାର
ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଏଣୁ ପ୍ରତିବାଦ
ସ୍ଵରୂପ କାଲିୟୁ ସମସ୍ତ
ଶାତଳଭଣ୍ଟାର ଓ ଗୋଦାମ ବନ୍ଦ
ରଖିବାକୁ ସଂଘ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି
। ଅନ୍ୟପଟେ ଆଜି

ବ୍ୟବସାୟୀମାନଙ୍କୁ ଆଲୋଚନାକୁ
ଉଦ୍‌ଦିଇଛି ମୁଖ୍ୟମନ୍ୟ ମମତା ବାନାର୍ଦ୍ଦା
। ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ସହ ଆଲୁ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ
ଆଲୋଚନା କରିବେ ପଣ୍ଡିତଙ୍କ
ମୁଖ୍ୟମନ୍ୟ । ଏପଟେ ଓଡ଼ିଶାରେ
ଆଲୁ ସଙ୍କଟ ଭିତରେ ପହଞ୍ଚିଲା ସ୍ଫୁରି
ଆଲୁ, ଚଢାଉ କଲା ଯୋଗାଣ
ବିଭାଗ । କଟକ ଓ ଭୁବନେଶ୍ୱରର
ବିଭିନ୍ନ ପରିବା ହାଟରେ ଆଜି ଚଢାଉ

ହୋଇଛି । ଆଲୁ ଦର ଚଢାରେ
ବିକ୍ରି ଅଭିଯୋଗ ଆସିବା ପରେ
ଯାଞ୍ଚ ହେଉଛି । ଯୋଗାଣ ବିଭାଗର
ଅଧ୍ୟକ୍ଷାରୀ ପହଞ୍ଚି ବିଭିନ୍ନ
ଦୋକାନରେ ତଦତ କରିଛନ୍ତି ।
କଟକ ଛତ୍ର ବକାର ଏବଂ
ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍କୁଲିଟ୍ ୪ ହାଟରେ
ଚଢାଉ ହୋଇଛି । ଆଜି କଟକ ଓ
ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ୫୦ ଟଙ୍କାରେ
ବିକ୍ରି ହେଉଥିଲା ଆଲୁ । ଖବର
ପ୍ରସାରଣ ପରେ ଆକ୍ଷନ ମୋଡ଼କୁ
ଆସିଛି ଯୋଗାଣ ବିଭାଗ ।
ସେପଟେ ଓଡ଼ିଶାରେ ପହଞ୍ଚିଛି
ସ୍ଫୁରି ଟ୍ରୈକ୍ । ଭୁବନେଶ୍ୱର,
କଟକରେ ଉଚିତପ୍ରଦେଶରୁ ଆଲୁ
ଆସି ପହଞ୍ଚିଛି । ଅନ୍ୟପଟେ
ବିଧାନସଭାରେ ଉଠିଛି ଆଲୁ
ସଂକଟ ପ୍ରସଙ୍ଗ । ଶୂନ୍ୟକାଳରେ
ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉଠାଇ ସରକାରଙ୍କୁ

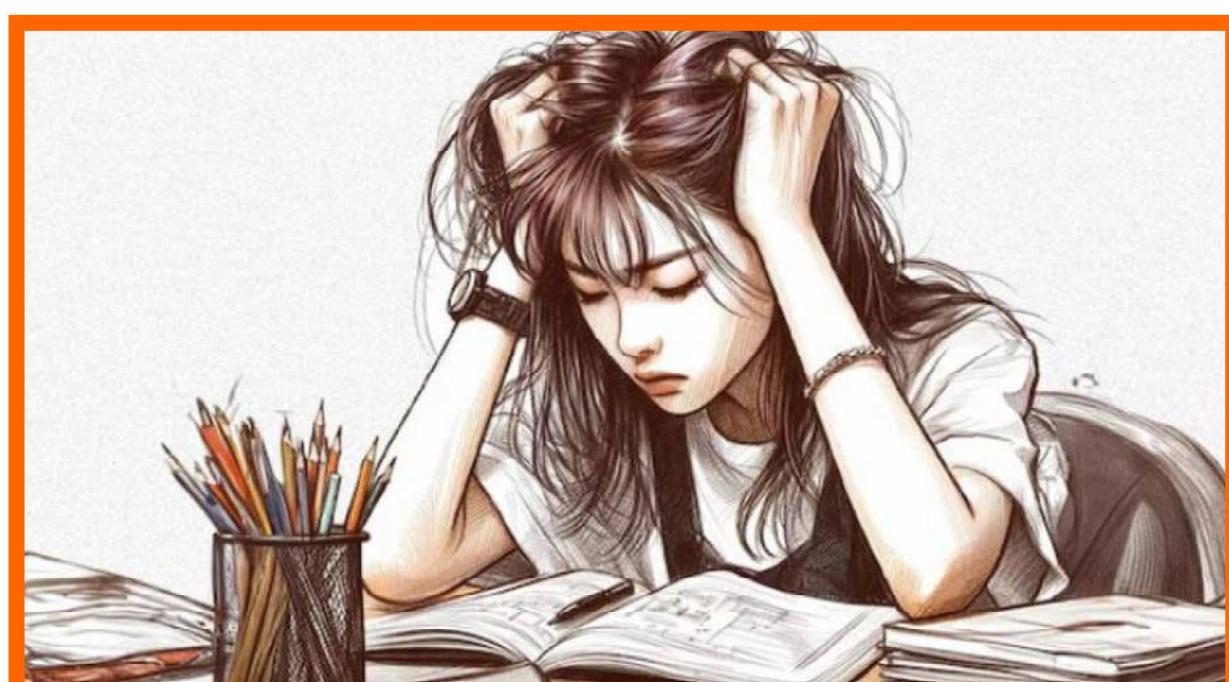
ଘେରିଲେ ବିରୋଧୀ ବିଜେତ୍ତି ଓ
 କଂଗ୍ରେସ । ବିରୋଧୀ ଦଳ ମୁଖ୍ୟ
 ସଚେତକ ପ୍ରମିଳା ମଲ୍ଲିକ ପ୍ରସଙ୍ଗ
 ଉଠାଇ ସରକାରଙ୍କୁ
 ସମାଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି ।
 ସରକାର କିଛି କରୁନଥ୍ୟବା
 ଅର୍ଥିଯୋଗରେ ପୋଷର
 ଦେଖାଇ ବିଜେତ୍ତି ବିଧାୟକ
 ବିରୋଧ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଛନ୍ତି ।
 କଂଗ୍ରେସ ବିଧାୟକ ଦଳ ନେତା
 ରାମଚନ୍ଦ୍ର କାତ୍ତାମ ବି ସମାନ
 ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉଠାଇଛନ୍ତି । ଯୁଧି
 ଆଲୁକୁ ନେଇ ବର୍ଷବା ସହ
 ୩୦୦ ତ୍ରକ ଆଲୁ କେତେଦିନ
 ଯିବ ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛନ୍ତି
 ବିରୋଧୀ । ସରକାର ତୁରନ୍ତ
 ଏଥୁରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରି ଦୁଇଦିନ
 ଭିତରେ ଆଲୁ ସଙ୍କଟ ଦୂର
 କରିବାକୁ ଦାବି ହୋଇଛି ।



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୦୭/୧୭ : 'ଦିଲ୍ଲୀ ଚଳୋ' ଯାତ୍ରା ସୁଗିତ ରଖୁଛନ୍ତି କୃଷକ । ବିଭିନ୍ନ ଦାବି ନେଇ ଆନ୍ଦୋଳନକୁ ଓହ୍ଲାଇଥୁବା କୃଷକମାନେ 'ଦିଲ୍ଲୀ ଚଳୋ' ଯାତ୍ରା ସୁଗିତ ରଖିବାକୁ ରାଜି ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହାପରେ ଦିଲ୍ଲୀର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଲାଗିଥୁବା ବ୍ୟାରିକେଡ ହଟିଛି ଏବଂ ଯାତାଯାତ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଉଭରପ୍ରଦେଶର ୨୦ଟି ଜିଲ୍ଲାର କୃଷକମାନେ ବିଭିନ୍ନ ଦାବି ନେଇ 'ଦିଲ୍ଲୀ ଚଳୋ' ଡାକରା ଦେଇ ସଂସଦ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଅଭିମୁଖେ ବାହାରିଥିଲେ । ଲୋକପାର ଶାତ ଅଧିବେଶନ ବସିଥୁବା ସମୟରେ

କାହିଁକି ଚାପଗୁଡ଼ ଆମ ସୁବସିତି ? ଜାଣନ୍ତୁ ସମାଧାନର ବାଟ

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ଏପରି ଏକ ସ୍ଥିତିର ପହଞ୍ଚିଛନ୍ତି, ଯେଉଁ ସମୟରେ ଚାପ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଜନସ୍ଵାସ୍ୟ ସମସ୍ୟା । ଚାପ ଏବେ ଅନେକ ରୋଗର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ପାଲିଛି । ୧୮ ରୁ ୪୫ ବର୍ଷ ବୟସର ଯୁବପିତ୍ର ଭୋଗୁଥିବା ସ୍ଵାସ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହେଉଛି ଚାପ । ତେବେ ଆମ ଯୁବପିତ୍ରଙ୍କ ଚାପଗ୍ରହଣ କଣ ହୋଇପାରେ, ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାର୍ଥକ୍ୟ ଏବଂ କିପରି ଏହାର ସମାଧାନ କରାଯାଇ ପାରିବ, ଜାଣନ୍ତି...



ଆର୍ଥିକ ଚିତ୍ତା ଏବଂ କ୍ୟାରିଯତ ଅନ୍ଧିଷ୍ଠିତା । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଚିତ୍ତା, ଯାହା ଯୁଦ୍ଧପତିକିଙ୍କୁ ରୋଗ ବିପଦରେ ପକାଇଥାଏ ତାହା ହେଉଛି ସୋଶାଲ ମିତିଆରେ ନିଜକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ତୁଳନା କରିବା ଏବଂ ଜୀବନ ସାଥୀ ଓ ପରିବାର ସମସ୍ୟା ।

ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଭାବନ୍ତି ଯେ, ଚାପଗ୍ରସ୍ତର ଅର୍ଥ ମଣ୍ଡିଷ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବା ବାନ୍ଧବରେ ଏହା ନୁହେଁ, ଚାପ ସମଗ୍ର ଶରୀରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ । ନିଯମିତ ଭାବେ କର୍ତ୍ତିଷୋଲ ହରମୋନ ରିଲିଜ୍ ହେଲେ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଏହାର ଗମୀର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ ।

ଚର୍ବ ଜମାଟ(ବିଶେଷ କପେଟ), ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି, ଜନସ୍ଵର୍ଗ ସ୍ଫୁରିତରୋଧ, ମେଟାବୋଲିଟି ସଂପର୍କସନ, ମଧୁମେହ ଏଇ ରକ୍ତଚାପର ଆଶବତ୍ତିଆଏ । ଏହି ହରମୋନ କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ନିହାନଥାଏ ।

ମହିଳା ଓ ଚାପ

୨୦୨୪ ଆପୋଲୋ ହସ୍ତିଗରି ପୋର୍ଟ୍ ଅନ୍ତୁଯାମିତା ମହିଳାମାନେ ହିଁ ଅଧିକ ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ହୁଅଛି । ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି ଯେ, ଜେବେ ମାନସିକ ଏବଂ ସାମାଜିକ କାରଣଗୁଡ଼ିକ ଏଥୁପାଇଁ ମୁଖ୍ୟ

ଚର୍ବି ଜମାଟ(ବିଶେଷ କରି
ପେଟ), ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି, ଜନସ୍ମୁଲିନ,
ପ୍ରୁତିରୋଧ, ମେଟାବୋଲିକ,
ଡିସପଙ୍କସନ, ମଧୁମେହ ଏବଂ
ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପର ଆଶଙ୍କା
ବଢ଼ିଥାଏ । ଏହି ହରମୋନ
କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ନିର୍ଦ୍ଦ
ହୋଇନଥାଏ ।

ମହିଳା ଓ ଚାପ

୨୦୨୪ ଆପୋଲୋ ହର୍ଷିଟାଲ୍
ରି ପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ,
ମହିଳାମାନେ ହିଁ ଅଧୁକ ଚାପଗ୍ରୁଷ
ହୁଅଛି । ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଙ୍କ
ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି ଯେ, ଜେବିକ,
ମାନସିକ ଏବଂ ସାମାଜିକ
କାରଣରୁ ହୁଅଛି ଏଥୁପାଇଁ ମୁଖ୍ୟତଃ
ମହିଳାଙ୍କ ଶରୀରରୁ ରିଲିଜ୍
ହେଉଥିବା ଇଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍, ଏବଂ
ପ୍ରୋଜେଷ୍ଟେରନ୍, ହରମୋନ
ଚାପର ପ୍ରୁତିକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଭାବିତ
କରିପାରେ । ଅଧ୍ୟନରୁ
ଜଣାପଦିଷ୍ଟ ଯେ, ମାସି କାରଣ
ରତ୍ନଚକ୍ର, ଗର୍ଭାବସ୍ଥା ଏବଂ
ମେନୋପାଇ, ସମୟରେ ଏହି
ହରମୋନଗୁଡ଼ିକର ପରିବର୍ତ୍ତନ
କାରଣରୁ ମହିଳାମାନେ ଅଧୁକ
ଚାପଗ୍ରୁଷ ହୋଇପାରନ୍ତି ।
ଅନୁସାନରୁ ଆହୁରି ଜଣାଯାଇଛି
ଯେ, ଚାପ ସମୟରେ ମହିଳା
ଏବଂ ପୁରୁଷଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭିନ୍ନ
ଭିନ୍ନ ପ୍ରୁତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଯାଏ ।
ସମାଧାନ କ'ଣ ?

ମହିଳାଙ୍କ ଶରୀରରୁ ରିଲିଜ୍
 ହେଉଥିବା ରଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍, ଏବଂ
 ପ୍ରୋଜେଣ୍ଟେରନ୍, ହରମୋନ
 ଚାପର ପ୍ରତିକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଭାବିତ
 କରିପାରେ । ଅଧ୍ୟନରୁ
 ଜଣାପଦିଛି ଯେ, ମାସିକ
 ରତ୍ନାକ୍ରୁ, ଗର୍ଭାବସ୍ଥା ଏବଂ
 ମେନୋପାଇ, ସମୟରେ ଏହି
 ହରମୋନଗୁଡ଼ିକର ପରିବର୍ତ୍ତନ
 କାରଣରୁ ମହିଳାମାନେ ଅଧିକ
 ଚାପଗ୍ରହ ହୋଇପାରନ୍ତି ।
 ଅନୁସାନରୁ ଆହୁରି ଜଣାଯାଇଛି
 ଯେ, ଚାପ ସମୟରେ ମହିଳା
 ଏବଂ ପୁରୁଷଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭିନ୍ନ
 ଭିନ୍ନ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଯାଏ ।
 ସମାଧାନ କ'ଣ ?

ଗର୍ଭରେ କ'ଣ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୁଏ ମଣିଷର
ଭାଗ୍ୟ ? ଜାଣନ୍ତ ଜନ୍ମ ସହ ଜତିତ ଏହି ରହସ୍ୟ

ସଂସାରରେ ଜନ୍ମ ନେଉଛ ମାନେ ମୃତ୍ୟୁ ସୁନିଶ୍ଚିତ । ଏହା ଜୀବନର ଏକ ଅପ୍ରିୟ ସତ୍ୟ । ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ମଣିଷର କର୍ମ ସ୍ଥିର କରିଥାଏ କି ତାଙ୍କୁ ସର୍ଗ ପ୍ରସ୍ତି ହେବ ନା ନର୍କ ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଜନ୍ମ ପରେ ମଣିଷ ଜୀବନରେ ଅନେକ ଭଲ ଓ ଖରାପ ଘଟଣା ଘଟିଥାଏ । ଭଲ ଘଟଣା ଯୋଗୁଁ ମଣିଷ ନିଜ ଭାଗ୍ୟକୁ ପ୍ରଶଂସା କରେ ତ' ଖରାପ ଘଟଣା ପାଇଁ ନିଜ ଭାଗ୍ୟକୁ ନିଦା କରେ । ଏବେ ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନ ମନକୁ ଆସେ କି, ମଣିଷର ଜନ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ଭାଗ୍ୟର ହିସାବ-କିତାବ ସ୍ଥିର ହୁଏ

କେବେ ନିର୍ଭରିତ ହୁଏ ମଣିଷର ଭାଗ୍ୟ ?
ପଣ୍ଡିତ ଲୟମଣଶି ଘନଶାଖାଳ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଜୀବନର ସଙ୍କଳକୁ ଦୂର କରିବା
ପାଇଁ ଆଚାର୍ୟ ତାଣକ୍ୟ ତାଙ୍କ ନୀତିଶାସ୍ତ୍ରରେ ଶହ ଶହ ନୀତି ବିଷୟରେ
ବର୍ଷନା କରିଛନ୍ତି । ଆଚାର୍ୟ ତାଣକ୍ୟଙ୍କ ମତରେ, ଯେକୋଣସି ମଣିଷର
ଭାଗ୍ୟର ଫଳ ଜିନିଷ ମା' ଗର୍ଭରେ ସ୍ଥିର ହୋଇଯାଏ । ଏହାକୁ କେହି
କୋଣାମାତ୍ରି ବାର୍ତ୍ତି ।

ଆଚାର୍ୟ ଚାଣକ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ‘ବୟସ, କର୍ମ, ଧନ-ସମ୍ପଦ, ଶିକ୍ଷା ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁ’ ଏହି ଗ୍ରହିତ୍ୱର କିନିଷ ମାତ୍ର ଗର୍ଭରେ ଥିବା ସମୟରେ ତାଙ୍କ ଭାଗ୍ୟରେ ଲେଖା ଯାଇଥାଏ । ଜୀବନସାରା ଏହାକୁ କେହି ବଦଳାଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ଯାହାରେ ଯେତେ ବୟସ ଥୁବ, ସେ ସେତିକି ବର୍ଣ୍ଣହେତୁ ବଞ୍ଚିବ ।

ମନୁଷ୍ୟର ଲକ୍ଷ୍ୟ କ'ଣ ?

ଆଚାର୍ୟ ଚାଣକ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ଜୀବନରେ ଧର୍ମର ମାର୍ଗ ଅନୁସରଣ କରି ଆଜି ଏବଂ ଧନ ଅର୍ଜନ କରିବା ଉଚିତ । ଯାହା ଫଳରେ ସମାଜରେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିର ସକ୍ଷାନ ରହିବ । ଆଚାର୍ୟ ଚାଣକ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଜନ୍ମ ପରେ ଧର୍ମ, ଅର୍ଥ, କାମ ଏବଂ ମୋକ୍ଷ



**ଏହି ସବୁ ଖାଦ୍ୟ ଦେକିକ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ:
ଅନେକ ଅସୁରିଧାର ହୋଇପାରନ୍ତି ସମ୍ମାଣ
ଶରୀରର ହାଡ଼କୁ ମଜଞ୍ଚୁଡ଼ ରଖିବା ପାଇଁ ଆମକୁ କ୍ୟାଲସିଯମ୍ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ଡି'ର ଖୁବ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । କିନ୍ତୁ**

ଏପର୍କରେ ନିମ୍ନ ନିମ୍ନ (ଖଟାମି୦୧), ଚିତ୍ର ଭକ୍ତି ସ୍ଥାନରେ ଘୋଡ଼ିଯମର ମାତ୍ରା ବହୁ ଅଧିକ ଥାଏ । ଏହାକୁ ଅଧିକ ଜୀଳଲେ ଶରାରର କ୍ୟାଲେଟିମନ୍ ମୂତ୍ରାଶୟରୁ ବାହାରକୁ ପଳାଇ ଯାଇଥାଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ହାତ୍ର ଦୂର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ଚିନିକାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନୀୟରେ ଫ୍ରେଶରିକ୍ ଏଥିତ୍ ଭକ୍ତି ରାଷ୍ଟାଯନିକ

ସଂପର୍କରେ ନିମ୍ନରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ।

ନମ୍ବିନ୍ (ଶତାମି୧୦), ଚିତ୍ର ଭଳି ସ୍ଥାନରେ ସୋଭିଯମର ମାତ୍ରା ବହୁ ଅଧିକ ଥାଏ । ଏହାକୁ ଅଧିକ ଜାଗଲେ ଶରୀରର କ୍ୟାଲେଷିଯମ ମୃତ୍ୟୁଶରୁ ବାହାରକୁ ପଳାଇ ଯାଇଥାଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ହାତ୍ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ଚିନିଜାତୀୟ ଜ୍ଞାନ୍ ଓ ପାନୀୟରେ ଫର୍ମାନରିକୁ ଏଥିତ୍ତ ଭଳି ରାଷ୍ଟ୍ରାୟନିକ ଏମିତିରେ ହାତ୍ ଭାଙ୍ଗିବା ସମସ୍ୟା ବଢ଼ିପାରେ । ପ୍ରାକେଟରେ ଆସୁଥିବା ତିଆରି ହୋଇଥିବା ଜ୍ଞାନ୍ ରେ ସୋଭିଯମର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ରହିଥାଏ । ଏହା ଶରୀରରେ କ୍ୟାଲେଷିଯମର ମାତ୍ରା କମ୍ କରିଥାଏ । ଏହା ଯୋଗୁ ହାତ୍ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥାଏ । ବର୍ଗର, ପିଲା, ପାଣ୍ଡା ଆଦି ଜଙ୍ଗ ପୁତ୍ରରେ ସୋଭିଯମ ଅନେକ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏହା ମଧ୍ୟ ଶରୀରରେ

ଘରେ କରନ୍ତୁ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ ଷାଇଳର ମଲାଇ ମସରମ ମସାଲା

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ମସବୁମ, ରିପାଇନ ତେଲ, ଜିରା, ଗୁଜରାତି, ତାଳିଚିନ୍ଦି, ପିଆଜ, ଅଦା, ରସ୍ବୁଣ,



ପକାନ୍ତୁ । ପିଆଜ
ଗୋଲଡେନ ପ୍ରାଏ ହେବା ପରେ ସେଥିରେ ଅଦା ରମ୍ଭଣ ଓ କଞ୍ଚାଳଙ୍କା ପେଷ୍ଟ ପକାନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଭଲ ଭାବେ
କଷକୁ । ଏହାପରେ ସେଥିରେ ଲୁଣ, ହଳଦି, ଲଙ୍କା ଗୁଣ୍ଡ, ଜିରା ଓ ଧନିଆ ଗୁଣ୍ଡ ପକାନ୍ତୁ । ଅଛି ପାଣି ଦେଇ
ମସଲାକୁ ଭଲ ଭାବେ ଘାଣ୍ଡକୁ । ଏହାପରେ ସେଥିରେ ଚମାଚୋ କଣା ପକାନ୍ତୁ । ସେଥିରେ ଲୁଣ ପକାଇ
ଘୋଡ଼ାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଚମାଚୋ ଭଲ ଭାବେ ସିରିଯିବା ପରେ ଗ୍ୟାସକୁ ସ୍ଥୋ କରି ସେଥିରେ ଦହି ପକାଇ ଫୋଣ୍ଡକୁ ।
ଦହି ଭଲ ଭାବେ ମିରିଯିବା ପରେ ସେଥିରେ କାନ୍ଦୁ ପେଷ୍ଟ ଓ ଫ୍ରେଶ ମଲାଇ ପକାନ୍ତୁ । ଏହା ଭଲ ଭାବେ କଷି
ଯିବା ପରେ ମଧ୍ୟରୁମନ୍ତ୍ର ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ ଘାଣ୍ଡକୁ । ସେଥିରେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମୀ ଲୁଣ ପକାଇ ଗ୍ୟାସକୁ
ଦିମୁ କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରାୟ ୧୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ଭାଙ୍ଗଣି କାଢି ତାହାକୁ ଗୋଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ସେଥିରେ
କଷ୍ଟୁରୀ ମେଥ୍, ଧନିଆ ପଡ଼, ପକାଇ ଫ୍ରେଶରେ ସର୍ବ କରନ୍ତୁ ମଧ୍ୟରୁମନ୍ତ୍ର ମଧ୍ୟାଳା । ଗରମାଗରମ ରୁଚିର ସହ
ଏହାର ମଧ୍ୟ ବିଶ୍ଵାସ ।

ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ କୁଣ୍ଡ ସୁଗାରର ଏହି
ସ୍ଵର: ଜାଣନ୍ତ ମିଜକ ଫଟାଇବାର ଉପାୟ

ଆଜିକାଳି ଡାଇବେଟିସ ବା ମଧ୍ୟମେହ ରୋଗକୁ ସାଧାରଣ ରୋଗ ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ବୟକ୍ତିଙ୍କ ୩୦ରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଛୋଟ ପିଲା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାୟ ୫୫ ଅଧିକଙ୍ଗ ଲୋକେ ଏହି ରୋଗରେ ଆଜ୍ଞାନ ହେଉଛନ୍ତି । ତେବେ ଶରୀରରେ କୁଟ ସୁଗାର ଅର୍ଥାତ୍ ରକ୍ତରେ ଗୁକୋଜର ମାଡ଼ା କମ ଦେଖି କାରଣରୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଡାଇବେଟିସ ରୋଗରେ ଆଜ୍ଞାନ ହୋଇଥାଏ । ଯାହାପଲରେ ଏହାକୁ ନିଯମନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବା ରୋଗୀ ପାଇଁ ନିତ୍ୟାକ୍ତ ଜରୁରୀ ହୋଇଥାଏ । ନେବେତେ ଏହି କୁଟ ସୁଗାରର ସ୍ଵର କମ ଦେଖି କାରଣରୁ କୋଟି୧୦-୧୨୦ ମ୍ବେ ପାଇଁବାରେ ।



କେଉଁ ପ୍ରତି ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ଆଶିପାରେ । ଯାହାପଳକରେ ଜଣେ ରୋଗୀର ମୃତ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ହେବାରେ ମୟାର୍ବାଧୀନ ଥାଏ ।

କୁଡ଼ିସୁଗାର ଏହି ପ୍ରତି ଜୀବନ ପ୍ରତି ଆଣିପାରେ ବିପଦ : ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ଶରୀରରେ ବାରଯାର କୁଡ଼ିସୁଗାରର ପ୍ରତି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଜଣେ ମଧ୍ୟମେହ ରୋଗୀର ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ତେବେ ଶରୀରରେ ଯଦି କୁଡ଼ିସୁଗାରର ପ୍ରତି 194 mg/ DL ଠାରୁ ଅଧିକ ରୂପେ ତେବେ ଏହା ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଫଳରେ ଜଣେ ରୋଗୀର ଜୀବନ ଯିବାର ମଧ୍ୟ ଉପ୍ରଥା ଥାଏ । କାରଣ କୁଡ଼ି ସୁଗାର ଅର୍ଥାତ୍ ରତ୍ନରେ ଗୁକୋକାର ମାତ୍ରା ବଢ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ଶରୀରରେ ଜନସୁଲିନକୁ କମାଇ ଦିଏ । ଫଳରେ ଚିନ୍ତା ବଢ଼ିବା ସହ, ହରମୋନାଲ ତେଣୁ ଏବଂ ନିଦରେ ଅଭାବ ହୋଇଥାଏ । ଯାହାକି ଜଣେ ଡାଇବେଟିସ ରୋଗୀ ପାଇଁ ବିପଜ୍ଞନକ ହୋଇଥାଏ ।

ସେହିପରି ଯଦି ରକ୍ତରେ ଗୁକୋଜର ପ୍ରତି କମିଆଏ ଏହା ମଧ୍ୟ ଜଣେ ରୋଗୀପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ରୋଗୀଠାରେ ଚିତ୍ତିରିତାପଣା, କହିବାରେ ଅସୁବିଧା, ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇଦେବା ପରି ଲଙ୍ଘଣ ଦେଖା ଦେଇଥାଏ । ଯାହାକି ଜଣେ ରୋଗୀକୁ ବିପଦରେ ପକାଇଥାଏ । ତେଣୁ ଶରୀରେ କୃତ ସଂଗ୍ରାର ପ୍ରତି ୪୦ mg / DLର ଜମ ରହିବା ଅନୁହିତ ।

କିପରି ବର୍ଣ୍ଣବେ :

୧- ଶରୀରରେ କୁଡ଼ ସ୍ଵଗାର ସ୍ତରକୁ ନିଯନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବା ପାଇଁ ନିଜର ତେଲି ରୁଟିନ୍ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ପେଯ ଉପରେ ଧାନ ଦିଅନ୍ତିକୁ । ଏପରି ଖାଦ୍ୟ ସେବନ କରନ୍ତୁ ଯେଉଁଥିରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରୋର ସ୍ତର କେତେ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି ତାହା ଆପଣଙ୍କୁ ଜଣାଥିବ ।

୨- ଘରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ ସେବନ କରନ୍ତୁ ।

୩- ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣର ଶୁଅନ୍ତି । କାରଣ ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ମୁସ୍ତ ରହେ ଏବଂ ରକ୍ତରେ ଇନ୍ସଲିନ୍

**ଏହି ସବୁ ଖାଦ୍ୟ ଦେଇନିକ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ:
ଅବେଳ ଅପରିଷ୍ଠାର ହୋଇଗାରି ମନ୍ତ୍ରୀର**

ଶରୀରର ହାଡ଼କୁ ମଜଭୁତ ରଖିବା ପାଇଁ ଆମକୁ କ୍ୟାଲସିଯମ୍ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ଟି'ର ଖୁବ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । କିନ୍ତୁ ଦିନ ସାରା ଆମେ ବହୁ ଏମିତି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାଉ ଯାହା ଦ୍ୱାରା ହାଡ଼ ଦୂର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ସେହି ସବୁ ଖାଦ୍ୟ

ସଂପର୍କରେ ନିମ୍ନରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ।

ନମ୍ବିନ୍ (ଶତମି୦), ଚିସ୍ ଭଳି ସ୍ଥାନରେ ସୋତିଯମର ମାତ୍ରା ବହୁ ଅଧିକ ଥାଏ । ଏହାକୁ ଅଧିକ ଜୀବନେ ଗରୀରର କ୍ୟାଲେଣ୍ଟମ ମୃତ୍ୟୁଶରୁ ବାହାରକୁ ପଳାଇ ଯାଇଥାଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ହାତ୍ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ଚିନିଜାତୀୟ ଜୀବି ଓ ପାନୀୟରେ ଫର୍ମାନରିକ୍ ଏଥିଭ୍ ଭଳି ରାସାୟନିକ ଏମିତିରେ ହାତ୍ ଭାଙ୍ଗିବା ସମସ୍ୟା ବଡ଼ିପାରେ । ପ୍ର୍ୟାକେଟରେ ଆସୁଥିବା ତିଆରି ହୋଇଥିବା ଖାଦ୍ୟରେ ସୋତିଯମର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ରହିଥାଏ । ଏହା ଗରୀରର କ୍ୟାଲେଣ୍ଟମର ମାତ୍ରା କମ୍ କରିଥାଏ । ଏହା ଯୋଗୁ ହାତ୍ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥାଏ । ବର୍ଗର, ପିଜା, ପାଷା ଆଦି ଜଙ୍ଗ ଫୁଲରେ ସୋତିଯମ ଅନେକ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏହା ମଧ୍ୟ ଗରୀରରେ



କବିତାମାଳା

୪

ଶ୍ରୀପ୍ରତିଷ୍ଠାନ୍

ବାଲେଶ୍ୱର,
୦୩ ଜୁଣେ ୨୦୨୫, ମାତ୍ରାଲବାର

ସତ୍ୟର ସ୍ଵର ପ୍ରିୟନାଥ ପାଣି



ଉଲପାଇବାର ତରୁ ମୂଳେ ଦିନେ
ବସିଥିଲେ ଦୂର ପଥୀ ।
ଦେହେ ଯ୍ୟାଏଇ ଆସୁ ମିଶାନିଶି
ରଖିଥିଲେ କିଛି ସାଥି ।

ଜଣେ କହୁଥିଲା ଆଉ ଜଣକୁ ତ
ଇଏ କି ସଂଧର କହ ।

ଆମ ଯେବେ ବିଶାଦ ସେବିକି
ବର୍ତ୍ତିବା ଦୂରିଥି ।

ଗରଳ ଜନରେ ସବୁର ମନରେ
ଛଳନା, ହାତା, ହ୍ରୋହ ।
ମିଳ ଭାଇବାରା ପକ୍ରତି ତେବା
କୁମାରକାହଣା, କୋହ ।

ଆସୁ ପଲକରେ ଚରବାରା ଉଠୁ
ଘନେଇ ଆସି ଯୁକ୍ତ ।
ବିଶବଳଯରେ ଘେରା ଏ ଜାବନ

କୋଠାର ପାଇବୁ କୁହ ॥

କିଏ ରେତିଦେବ ନିସାପ ଶିଶୁ
ଆମିର ହାତରେ କହ ।

ସବଳ ମନରେ ଗରଳ ନ ଥିବ
ଥିବ ପ୍ରାତି ଗରହି ॥

ପ୍ରାତି ସବଦାରା ସହି ନୁହଁ ଲୋ
ହୁ ଯାହା ଦେଇ ମୋତେ ।

ମନ ପରୁଆରେ ଲୁଚର ରଖିଛି

ଗୋପନ ପ୍ରମାଣ ସାଥେ ॥

ଜଣକ ଆଖିବୁ ହେଲା ଲୋତକ

ଆର ଜଣେ ହେଲା ମୃକ ।
ଉପରକୁ ତାହିଁ ମାଥୁଥିଲେ କିଛି
କହୁଥିଲେ ପ୍ରକୁ ରଖ ॥

ରୋଗ, ଶୋକ, ଭୟ ନଥିବ ଜୀବନେ
ନ ଥୁବ ଜଞ୍ଜଳ କିଛି ।

ଦେଖୁ, କଶୁଆର ଝେଲିଥ ରେ
ଲାଗିବ ଜୀବନ ଅଛି ॥

ଯେହିଁ ତରୁ ମୂଳେ ବସିଥିଲେ ଦୁହଁଁ
ଖେଳିବ ପତ୍ର ଏକ ।

ସେଇ ପଢ଼ୁରେ ଲେଖାଥିଲା କାଳେ
ବାଜିବ ନୃତ୍ୟ ଶଙ୍ଖ ॥

ଅରିବ ଆକାଶ ଥରିବ ପାତାଳ
ହୁହଁ ରହିବ ଶିର ।

ଆସିବ ସମ୍ବନ୍ଧ ନଥିବ ପ୍ରକଟ
ଶୁଭିବ ସତ୍ୟ ସ୍ଵର ॥

ଶ୍ରୀମତୀ

କବିତା, ବୈଜ୍ଞାନିକ ମ୍ୟାନିରଭାବ
ମୋ: ୯୯୮୭୧୯୪୪୧୫୫୧

ପରିଚୟ

ସୁଚରିତା ମହାନ୍ତି



ଅତୀତ ପର୍ଯ୍ୟ ସେତେ

ବିରି ପାଡ଼ି ଫୋଟାଡି ଦେଲି

ଉଥିପି ସେ କାହିଁକି ଛାଇ ପରି ପିଛା

ଛାନ୍ତିନାହିଁ

ବେଳାଳ ପରି କାନ୍ଦରେ ଲଦି ହେବ ରହିଛି

ହୁଏଟ ସେ ହେ ଥି ଆପଣର ବୋଲି

ସୂର୍ଯ୍ୟରେ ଦେବାକୁ ତାହିଁ

ଆର ସବୁ ନିଜିର ମାତ୍ର ।

ଯେବେ ଠାରୁ କୁହିବାର ବସିପାଇ ହେଲାଣି

ସେବେଠାରୁ ମାନ, ଅପମାନ,

କ୍ରୋଧ, ହିଂସା ଦେଇ ମାନଙ୍କୁ

ଥି ପାଖୁରୁ ପରଖୁବି

ମିଳର ଦୁଇଆ ହାରେ ସତର ଚାରିବରରେ

କେବେ ନିଜନାହିଁ କରନ୍ତ ଆଜିବି

ଲୁହ ଆର ଲହୁର ଲୁହିଆ ସ୍ଵର ଚାପୁଛି ।

କାଖାକୁ ଦୋଷ ଦେଇ
କିଏ କ'ଣ ପାଇଲାଣି

ସମ୍ପଦେ ଏଠି ନିଜକୁ ନିଜ ଭାବରେ

ସରେଧର୍ମ ପରିବର୍ତ୍ତନ

କେବିନ୍ତୁ ଆପିତ କେବିନ୍ତି କି ଯିବି

ଯେବେ ନିଜକୁ ନାହିଁ ଜଣା ।

କାଖାକୁ ଦୋଷ ଦେଇ
କିଏ କ'ଣ ପାଇଲାଣି

ସମ୍ପଦେ ଏଠି ନିଜକୁ ନିଜ ଭାବରେ

ସରେଧର୍ମ ପରିବର୍ତ୍ତନ

କେବିନ୍ତୁ ଆପିତ କେବିନ୍ତି କି ଯିବି

ଯେବେ ନିଜକୁ ନାହିଁ ଜଣା ।

କାଖାକୁ ଦୋଷ ଦେଇ
କିଏ କ'ଣ ପାଇଲାଣି

ସମ୍ପଦେ ଏଠି ନିଜକୁ ନିଜ ଭାବରେ

ସରେଧର୍ମ ପରିବର୍ତ୍ତନ

କେବିନ୍ତୁ ଆପିତ କେବିନ୍ତି କି ଯିବି

ଯେବେ ନିଜକୁ ନାହିଁ ଜଣା ।



ଉଲପାଇବାର ଅଭିନନ୍ଦ ତାରାପ୍ରସାଦ ଜେନା

ଉଲ ପାଇବାର ଅଭିନନ୍ଦ କରି
ଫସାଇ ଦେଇଛ ମୋତେ
ସଂପର୍କର ସେବୁ ଭାଜିବିବ ବୋଲି
ଧାରଣ ନଥିବ ଏତେ
ଉଲ ପାଇବାର ଅଭିନନ୍ଦ କରି..... !

ସବୁ ଓଠ ତଳେ ବାରିହୋଇ ପଡ଼େ
ହସିର ଖୁଆଳ ବିଶ
କୋହ ଅୟଥାରେ ଆପଣର ମୋହ
ଖୋଲୁଛି ବିଶୁଦ୍ଧ ଦୋଷ,
ଯେତେ ଭାବିଲେ ବି ମନ ବାହିବାଟା
ସହଳ ଲାଗୁଣି ସତେ
ଉଲ ପାଇବାର ଅଭିନନ୍ଦ କରି..... !

ବୁନିଆରେ ସୁଖ ମନିଥିଲି ଯାହା
ଦୁଃଖରେ ଲେଖିଲି ନାଆଁ
ଉଲ ପାଇବାଟା ମୁଣ୍ଡ ଦୂହଁ ପାପ
ଖୋଲି ମୁଁ ପାବୁନି ଛାଆଁ,
ଅଭବ ବୋଧର ହସ କରିବରେ
ଜାରବା ଏମିତି ମାତ୍ର ତାତେ
ଉଲ ପାଇବାର ଅଭିନନ୍ଦ କରି..... !

କାଖାକୁ ଦୋଷ ଦେଇ
କିଏ କ'ଣ ପାଇଲାଣି

ସମ୍ପଦେ ଏଠିକୁ ନିଜିନେଲି
ସମ୍ପଦୁ ପୃଥିବୀଟି ମୋର ବୋଲି ।

କପଟି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଧରି ଦେଖୁଳି
କା' କପର
ତତଳା କା' ରେ ଗୋଲାପି ଅଧରେ
ଦୁଃଖ ଗୋଲାକାର ମୁଣ୍ଡ ଦେଖୁଳି ।

ଯେବେ ଓଠରେ ସର୍ବତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା
ମୋ ମୁଣ୍ଡରେ କାର୍ତ୍ତିଲା ପାସ
ପାଇଲି ଦୁଃଖ ଓଠରେ ସର୍ବତ୍ର
ସର୍ବତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା
ମୋ ମୁଣ୍ଡରେ ସର୍ବତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା
ମୋ ମୁଣ୍ଡରେ ସର୍ବତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା
ମୋ ମୁଣ୍ଡରେ ସର୍ବତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା

ମଶାନ୍ତି ବେହିନ୍ଦିଏ ତା' ର ଶବ୍ଦ
ମହାଯାତ୍ରାର କୋକେଟାଟିଏ ସାଜି ଅଭିନନ୍ଦ

ମନ୍ଦିରରେ ଶବ୍ଦ
ମହାଯାତ୍ରାର କୋକେଟାଟିଏ ସାଜି ଅଭିନନ୍ଦ

ମନ୍ଦିରରେ ଶବ୍ଦ
ମହାଯାତ୍ରାର କୋକେଟାଟିଏ ସାଜି ଅଭିନନ୍ଦ

ମନ୍ଦିରରେ ଶବ

ବିଏସେପ୍ର ୭୦ ତମ ରାଜକି ଦିନରେ ଆଜକି ଅଧୀନରେ ମିନି ମାରାଥନ୍ ରେସ୍

জয়পুর, ০৭/১৯ (নি.প্র):
 সামা সুরক্ষা বল (বিএসএপ)।
 এহার ৩০ তম কৃতি দিবস
 পালন করুই। বিশ্বর পর্বতে হৃষি
 সামা সুরক্ষা বল যাহা প্রতিরক্ষা
 র প্রথম ধাত্রি ভাবে জ্ঞানশূণ্য
 জাতীয় সুরক্ষা এবং অশঙ্খতা
 সুনিশ্চিত করিবারে এক প্রমুখ
 ভূমিকা গ্রহণ করিথাএ। ১৯৭৪
 মধ্যভারে জগ্নো-পানিশান যুদ্ধ
 পরে বিএসএপ প্রতিষ্ঠিত
 হোলথুলা। এহার উদ্দেশ্য
 ‘ভূটি টু টেথ’ যাহা দেশকু
 সুরক্ষিত রক্ষা পাই অবম্য
 প্রতিবন্ধতাকু প্রতিপক্ষ করিথাএ।

দেশৰ সীমা সুরক্ষিত তথা
 সুরক্ষা করিবারে বিএসএপ
 কর্মচারীক উষ্ণগুৰুতা,
 বলিদান এবং দৃঢ় প্রতিবন্ধতাকু
 বন্ধনিত করুথুবাবু এহি দিনটি
 সুবৃদ্ধিপূর্ণ অগে। এহি দিনকু
 স্বীকৃতায় করিবা পাই, স্বানীয়
 জনতাঙ্গ মথরে আথলেটিক্স
 এবং শারীরিক স্বপ্নতা বিশ্বয়ে
 এক সচেতনতা সৃষ্টি করিবা
 পাই কোরাপুরে বিএসএপ
 কোরাপুর দ্বাৰা আয়োজিত
 বিজেতামানক পাই আকৰ্ষণীয়
 নগদ পুরক্ষাৰ পৰিত ও এবং
 ১০ কি.মি. উভয় পুরুষ এবং

মহিলা পাই গলিথাএ। রেলও
 গ্রাউন্ড কোরাপুরে এহি রেল
 আৱস্থা এবং শেষ হোলথুলা।
 এহি কাৰ্য্যক্রমৰে স্বানীয়
 কৰ্তৃপক্ষ, পৰম্পৰ বয়স বৰ্গৰ
 সাধাৰণ নাগৰিক, ছাত্ৰ এবং
 সুৱাসা বাহিনীৰ এক জৰুৰদণ্ড
 প্রতিক্রিয়া দেশৰকাকু মিলিথুলা।
 সমু দায় ১০০
 অংশগ্রহণকাৰী উষ্ণাহৰ সহিত
 এহি রেষৱে অংশগ্রহণ
 কৰি থালে। কোৱাপুর
 জিলাপাল ভি কাৰ্টি ভাষনক সহ
 এসএচ পঞ্চবান খঞ্জি
 (ভিআজকি বিএসএপ ষেক্টুৰ

କୋରାପୁଟ) ରନ ଫ୍ଲାଗ
କରାଯାଇଥିଲା । ସେମାନଙ୍କ
ବ୍ୟତୀତ କୋରାପୁଟ ପୌର
ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଲାଲଚ ରଙ୍ଜନ ସେ୦୧
କୋରାପୁଟ ଏସଟିପିଓ , ମିସ୍
ଶ୍ରାବଣୀ ନାୟକ, ସଞ୍ଜ୍ଯ ଦାସ,
କମାଣ୍ଡାଂଟ ୧୮୦ ବି ଏନ୍,
ବି ଏସ୍-ୱେପ୍ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଯୋଗ
ଦେଇଥିଲେ । ଉତ୍ସବରେ ବର୍ଗରେ
ରନ, ବିଜେତାମାନଙ୍କୁ ସନ୍ଧାନିତ
ଅତିଥିମାନେ ନଗଦ ପୁରସ୍କାର
ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ସତ୍ୟବନ
ଖାନଟି, ତିଆଇକି ବି ଏସ୍-ୱେପ୍
କୋରାପୁଟ ସମସ୍ତ
ଅଂଶୁରୁହଣକାରୀ, ନାଗରିକ

ମାନ୍ୟଗଣ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି, ପୋଲିସ୍
ଏବଂ ବିଏସ୍-ୱେପ୍ ମାନଙ୍କୁ
ବିଶେଷ ଭାବରେ କମାଣ୍ଡାଂଟ
୧୮୦ ବି ଏନ୍ ଏସ୍-ୱେପ୍ ଏବଂ
ତାଙ୍କ ଦଳକୁ ନହିଁଲ ପ୍ରଭାବିତ
ଅଂଚଳରେ ଏହିପରି ଉତ୍ସବରେ
କାର୍ଯ୍ୟକୁମ ଆୟୋଜନ କରିଥିବାରୁ
ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଏହି
ଅଂଚଳରେ ବି ଏସ୍-ୱେପ୍ ଦ୍ୱାରା
କରାଯାଇଥିବା ପ୍ରୟାସରେ ଲୋକ
ଏବଂ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନିକ
ଅଧିକାରୀମାନେ ଖୁସି ବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି
ଯାହା ବଳ ଏବଂ ସାଧାରଣ
ନାଗରିକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସୁସ୍ଥ ଏବଂ
ପାରିଷ୍ଠିକ ସମାଜ୍ୟ ଆଣିଥାଏ ।

୨୯ ଗ୍ରାମ କ୍ରାତନସୁଗାର

ଜବତ : ୩ ଗିରପ୍

କେନ୍ଦ୍ରର, ୦୭/୧୭ (ନ୍ତ୍ରୀୟ): କର୍ତ୍ତାମାନ କିନ୍ତୁ ପୋଲିସ ଏ ଦିଗରେ ସକ୍ଷିପ୍ତ ହୋଇ ଉଠିଛି । ଟାଉନ ଆନା ଘୂର୍ଣ୍ଣର ଅଂଚଳରେ କ୍ରାଉନସୁଗାର କରିବାର ଚାଲିଥୁବା ନେଇ ଏକ ବିଶେଷ ସୂତ୍ରରୁ ଖବର ପାଇ ଶନିବାର ଟାଉନ ଆନା ପୋଲିସ ସେହି ଅଂଚଳରେ ଅଚାନକ ଚଢ଼ଇ କରିଥିଲା । ଯେଉଁଠାରେ ଗା ଜଣଙ୍ଗୁ ଗିରଫ୍ତ କରିଛି ଟାଉନ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରୁ ୨୭ ଗ୍ରାମ କ୍ରାଉନସୁଗାର ସହିତ ଚାକ୍ରାନ୍ତିକ ପୋଲିସ ଏହା ବଢ଼ି ଚାଲିଥିଲା । ପଶ୍ଚିମାନ ରାଜ୍ୟ ରାଶାନାଟ ଆନା ଅଂଚଳର ଦେବାଶିଷ୍ଟ ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲାର ତନ୍ମମଣା ସାହୁ ଘରଗାଁର ବାସୁଦେବ ପ୍ରିୟାୟ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରୁ କ୍ରାଉନସୁଗାର ସହିତ ଚାକ୍ରାନ୍ତିକ ପୋଲିସ ଏହାର ମୋବାଇଲ ଫୋନ୍, ହୋଣ୍ଟା ସ୍ମୃତି ଜବତ କରିଛି ପୋଲିସ । ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କିଙ୍ଗପିନ କୁ ଧରିବାକୁ ପୋଲିସ ଅଧିକ ତଦତ୍ତ ଚଳାଇଛି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ଅତିରିକ୍ତ ଏସମ୍ବନ୍ଧ ମନୋଜ କୁମାର ରାତତ ।

ଜୀଲ୍ଲା ସ୍କ୍ରେଣ୍ଟ ବିଶ୍ୱ ଏଡ୍ଡେସ ଦିବସ ପାଳନ

ବାଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲା ସାମ୍ପୁୟ ସମିତି ଆନୁକୂଳ୍ୟରେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରରୀପ ବିଶ୍ୱ ଏତ ? ସ ଦିବସ ପାଳନ ହୋଇଛି । ଏହି ଉପଲକ୍ଷେ ଆଶା, ଏ.ଏନ୍. ଏମ୍, ଅଜନାନ୍ତ୍ରି ର କର୍ମୀ ମାନଙ୍କୁ ଏତ, ଆଇ. ଭି. ଉପରେ ସଚେତନତା କରାଯାଇଛି । ଏମ୍ ସି ଏବ ବିଲଟି ଠାରୁ ଏ ଏନ୍ ଏମ୍ ଟି ଏସ ର ଛାତ୍ରୀ, ଆଶା, ଏ.ଏନ୍. ଏମ୍. ଅଜନାନ୍ତ୍ରି ର କର୍ମୀ, ହେଲଥ ଷାପ, ବିଭିନ୍ନ କଲେଜର ଛାତ୍ର ଓ ଲେକ୍ଚର, ଏନ୍ ଜି ଓ ର କର୍ମ କର୍ତ୍ତା ଏକ ପଦ ଯାତ୍ରା ଓ ସଚେତନତା ଅଭିଯାନର ଅଟେ ରିକ ? ସାକୁ ସିଦ୍ଧିଏମଣ୍ଡ ଡା. ରମେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ଓ ଡେପ୍ୟୁଟି କଲେଜର ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ସବୁଜ ପତାକା ଦେଖାଇ ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଏହି ପଦଯାତ୍ରା ଓ ସଚେତନତା ଅଭିଯାନ ସହିତ ପ୍ଲାକାର୍ଡ୍, ସ୍ଟୋରାନ ମାଧ୍ୟମରେ ନଗର ପରିକ୍ରମା କରି ସିଦ୍ଧିଏମୋପିଏର ଅଫିସ ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ସମାପନ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ବିଶ୍ୱ ବେଳାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲା ସାମ୍ପୁୟ ସମିତି ସେଇକୁ କ୍ରତ ରକ୍ତଦାନ ଶି ବି ର ଆୟୁଷ୍ମାନ ଆଗୋର୍ୟ ମନ୍ଦିର ଶାସ୍ତ୍ର ନଗର ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠାତ ହୋଇଥିଲା । ଏହାକୁ ଡା. ରମେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ସିଦ୍ଧିଏମଣ୍ଡ ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଏଠାରୁ ଠାର ମନ୍ଦିର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏଠାରୁ ଠାର ମନ୍ଦିର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହା ପରେ ଏନ୍ ଏତ, ଏମ୍ ସାହା ଗୃହରେ ଏକ ସାଧାରଣ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠାତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥରେ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅଭିଥ୍ୟ ଭାବେ ଯୋଗ ଦାନ କରିଥିଲେ । ଅନ୍ୟ ଅଭିଥ୍ୟ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଡା. ସିଦ୍ଧିଶ୍ଵର ମାଝୀ, ଏ ଡି ପି ଏର ଓ (ଟିବି), ଶ୍ରୀ ଯୁକ୍ତ ଲମ୍ବୋଦର ଦୀପ ଚେଯାର ପର୍ବନ ସି ଡବୁ ସି, ଓ ଅନ୍ୟ ଲାଇନ ଡିପାର୍ଟମେଣ୍ଟର ଅଫିସର ମାନେ ଉପର୍ମିତ ଥିଲେ । ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଅଭିଥ୍ୟ ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଦୀପ ପ୍ରକୃଳନ କରା ଯାଇଥିଲା, ଏ.ଏନ୍. ଏମ୍.ଟି.ଏସ୍.. ଛାତ୍ରୀମାନେ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଉଦୟାନୀ କବିତା ପାଠ କରିଥିଲେ । ୨୦୩୦

ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘ ନାମକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ନେଇ
ନିଯା କଲେ ସମ୍ପାଦକ: ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଭେଟିବ ସଂଘ

(ନି.ସ୍ର): ମାଳକାନଶିର ଜିଲ୍ଲାରେ ଲେଖା ଆସୋଧିଏସନ ତାର ନିଜସ୍ଵ ଗୃହ ସାଂସଦ, ବିଧ୍ୟାୟକ ପାଣି ଓ ମେମର ମାନଙ୍କ ଡୋନେସନରେ ଗୃହ ନିର୍ମାଣ ସରିଛି । ଉଚ୍ଚ ସଂସ୍କାରିତ ମାନଙ୍କ ପାଇଁ କାମ କରୁଛି ସେଥୁରେ ଜିଲ୍ଲା ଓକିଲ ସଂଘ ର କୌଣସି ଭୂମିକା ନାହିଁ । ଜିଲ୍ଲା ବାର ଆସୋଧିଏସନ ଏବଂ ଓକିଲ ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଜୁଡ଼ିଯିଆଲ କଂପ୍ଲେସ ଭିତରେ ବିଲିଟିଂ ହାଇକୋର୍ଟ ଯୋଗାଇ ଦେବାର ପ୍ରାବିଧାନ ରହିଛି । ସେଥୁପାଇଁ ଚିଠି ନମ୍ବର ୧୯୭୧୦

କୁଳ ସରକାର ସେମାନଙ୍କ ସହ
ନଥ୍ବା ବେଳେ ତାଙ୍କ ନାମ
ବ୍ୟବହାର କରିଥିବା ନିଯନ୍ତ୍ରୟ।
ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିଯୋଗକୁ ବାର
ଆସୋଧିଏସନ ନାମ ଦେଇ ଆମ
ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ସତ୍ୟ ଓ
ସକଳକୁଟିର ବଢ଼ି ନିଜାଣିଥିବା
ବେଳେ ଏହା ଭିତ୍ତିନ ଅଭିଯୋଗକୁ
ଆମେ ସଂଘ ତରଫରୁ ଖଣ୍ଡନ
କରୁଛୁ । ଏନେଇ ଯେଉଁ ଶମାଧିନ
ବର ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି,
ଅତ୍ୟୋପତ୍ୟ ଆନୁଧାନ କରି ଖର
ଅଭିବେଷଣ କରିବାକୁ ଅନୁଗୋଧ
କରାଯାଇଛି । ଏନେଇ ଓକିଲ ସଂଘ
ସଭା ଗୃହରେ ଏକ କରୁଗା ଦେଇବି
ତକା ଯାଇଥିଲା । ସେହି ବୌଦ୍ଧକରେ
ନିଷ୍ଠି ହୋଇଛି ସୋମବାର ବାର
ଆସୋଧିଏସନ ତରଫରୁ ସମସ୍ତ
ସତ୍ୟ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଓ ଜିଲ୍ଲାକର୍ଜ କୁ
ନିକଟରେ ଦିଆଯିବ । ଲୟର
ଆସୋଧିଏସନ ଜନସାଧାରଣ ଓ
ସାଧାରଣ ଜନଚା ପାଇଁ କାମ
କରୁଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ
ଦେବା କଥା । ତା ବଦଳରେ ଏତିକି
କରିବା ନିଯନ୍ତ୍ରୟ । ଜିଲ୍ଲାରେ ବିଭିନ୍ନ
ସଂଘ ତାର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ କରିଥିବା
ବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ
ଅଭିଯୋଗ କରିବା ନିଯନ୍ତ୍ରୟ ।

ବିଶ୍ୱାସ ବଦ୍ୟା ମନ୍ଦିର, ବଲାଙ୍ଗୀରରେ ‘ଆଜିକି
ବିଦ୍ୟାଳୟ ବିଜ୍ଞାନ, ଚିତ୍ର ଏବଂ ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ପ୍ରଦର୍ଶନ’

ବିଶ୍ୱାସ ବିଦ୍ୟା ମନ୍ତ୍ରିର,
ବଲାଙ୍ଗରରେ ଅଷ୍ଟମ ଆନ୍ତିକ-
ବିଦ୍ୟାଳୟ ପ୍ରତୀଯ ବିଜ୍ଞାନମେଳା
ପ୍ରତିଯୋଗୀତା ୨୯ ଏବଂ ୩୦
ନଭେମ୍ବର ଦୂର ଦିନ ଧରି
ହଷ୍ଟାଲୁସପୂର୍ବକ ଅନୁଷ୍ଠାନ
ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ
ବିଦ୍ୟାମନ୍ତ୍ରିର ପ୍ରତିଶ୍ରୁତା ପୂଜ୍ୟପାଦ
ସ୍ଥାମୀ ଶ୍ରୀ ସତ୍ୟକ୍ରାନ୍ତ
ସରସ୍ଵତୀଜୀ ମହାରାଜଙ୍କ ଦିବ୍ୟ
ଉପମୁଣ୍ଡିରେ ଦୀପ-ପ୍ରକଳନପୂର୍ବକ
କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରାରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ।
ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବିଶ୍ୱାସ ବିଦ୍ୟା
ମନ୍ତ୍ରିର ବିଭିନ୍ନ ଶାଖାମାନଙ୍କର
୧୦୩ଟି ବିଜ୍ଞାନ ପ୍ରକଳ୍ପ ଏବଂ

ଏମସଙ୍କୁ ଆକୁଷ୍ଟ କରିଥିଲା ।
ନୀତିୟ ଦିବସ ଉଦୟାପନ
ସମାଗୋହରେ ସମସ୍ତ କୃତି
ହାତୁଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର
ନୀତିରଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି
ଅବସରରେ ବିଶ୍ୱାସ ଦେବନା
ପରିଷଦର ସାଧାରଣ ସମାଦକ
ଥଥା ବିଦ୍ୟାଳୟ ଚେଯାରମ୍ୟାନ
ସ୍ଥାମୀ ସତ୍ୟବେଦାନାୟ
ଏରସ୍ଵତ୍ତୀଜୀୟ, ପୂଜ୍ୟ ସ୍ଥାମୀ
ସାଧବାନୟ ସରସ୍ଵତୀ
(ମାଲକାନଗିରି), ବିଦ୍ୟାମନ୍ଦିର,
କଲାଜୀରର ସମାଦକ ନବୀନ
କୁମାର ବେଦବାକ, ବିଶ୍ୱାସ ବିଦ୍ୟା
ଶଳ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପ୍ରାଚାର୍ୟ ତଃ ।

ମା ଶ୍ରଦ୍ଧାମୂର୍ତ୍ତି, ବିଦ୍ୟାମନ୍ଦିର,
ସମ୍ବଲପୁର ସମାଦକ ବିମଳ
ପ୍ରସାଦ ପାଞ୍ଚିଆ, ପ୍ରଧାନ ଆଗାର୍ୟ
ତରୁଣ କୁମାର ତ୍ରୀପାୟୀ,
ବିଜ୍ଞାନମେଳା ସଂଯୋଜକ
ଚନ୍ଦ୍ରକୁମାର ପୁରୋହିତ ଉପସ୍ଥିତ
ରହିଥିଲେ । ଏହି ସମ୍ପର୍କ
ବିଜ୍ଞାନମେଳାକୁ ବିଦ୍ୟାମନ୍ଦିର
ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗ ପ୍ରମଣ ସ୍ଵର୍ଗୀୟ
ଜଳାମୟୀ ପଇନାୟକ, ରାଜାରାମ
ପୁରୋହିତ ଏବଂ ଜୟରାମ ଭୋଇ
ପରିଚାଳନା କରିଥିବା ଦେଲେ
ବିଶ୍ୱାସ ବିଦ୍ୟାମନ୍ଦିର ସଂଯୋଜକ
ସମ୍ବିତ୍ତ କୁମାର ସଭାକାର୍ୟର
ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ ।

ଜୁନାର ରେଡ଼ିଓ ତରଫରୁ ଏକମ୍ବା ଉଚ୍ଛବିଦ୍ୟାଳୟରେ ବିଶ୍ୱ ଏତ୍ସ ବିବସ ପାଲିତ

ଜ୍ଞାନପୂର୍ବ, ୦୭/୧୭ (ନୟ-ପ୍ର): କୃଷ୍ଣ ଏତେଥୁ ଦିବରେ
ସରକାରୀ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ, ଏକମ୍ୟାରେ ଜୁମିଅର
ରେଡ଼କ୍ୱୁସ ତରଫରୁ ପାଳନ କରାଯାଇଥିଲା ।
ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଶ୍ରୀମତୀ ଡଃ. ଜ୍ୟୋତ୍ତିଶ୍ୱା
ମିଶ୍ର ସଭାପତିତ୍ରୀ କରିଥିଲେ । ଜୁମିଅର ରେଡ଼କ୍ୱୁସ
ପରାମର୍ଶଦାତା ମନୋଜ କୁମାର ମିଶ୍ର ବେଦପାଠ
କରିବା ସହିତ ସଭା ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟ
ଅଧିକ୍ରମ ଭାବରେ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ କିନ୍ତୁକିଳ୍ପ ଜୟପୁରର
ପରାମର୍ଶଦାତା ମନୋଜ କୁମାର ପଣ୍ଡା ଓ ସୁଧାର
କୁମାର ପଣ୍ଡା ମହୋଦୟ ଯୋଗଦେଇ ବହୁତ ସୁନ୍ଦର

W

ଗନ୍ଧମାର୍କିନ୍ ଗଣଧାରଣା ସମାର୍ଥନରେ ରାଜ୍ୟ ଯୁବ ବିଜେତି ସଂପାଦକ ଅଜିତ ଯୋଶୀ

ଏବେଳେ ୧ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଅନ୍ତର୍ଜାଲ ପାଇଁ କୁମାର ରାଉଚାନ୍ଦିତ । ପାନୀରାଯଣ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ୪- ସୁଶ୍ରୀ ସଙ୍ଗୀଟା ଦେଓ, ୫- ଦୀପା ଗୋଛାୟତ, ୬- ଉମାକାନ୍ତ ଦାସ, ୭- ରମେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ମହାନ୍ତ ବୁନ୍ଦୁ ସଂଯୋଜନକୁ- ଆନିମୁଖର ଉପରୁ ସାହୁ, ଘଷିପୁରାଃ- ଗତିକୃଷ୍ଣ ଭୁଯଁ, ହାତଚିହ୍ନି- ପାର୍ଥ ସୌରତ ସା, ଯୋଡ଼ାଃ- ଦିଗାୟର ବେହେରା, ଚମ୍ପୁଆଃ- ପ୍ରଦୀପ ମହାନ୍ତ, ସାହାରପଡ଼ାଃ- ରଜନୀକାନ୍ତ ବେହେରା, ବାଣଶାଳି- ଭୋଲାନନ୍ଦ ମହାନ୍ତ, ସଦର ବୁନ୍ଦୁ- ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ, ସମସ୍ତ ନବ ନିର୍ବାଚିତ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ମାନଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନ ଓ ଶୁଭେଳା ଜଣାଇଛନ୍ତି ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି କେଳିଲାଗି ଚନ୍ଦ୍ର ନାୟକ ।

ଏମର୍ଥନ କରୁଥିବା ବେଳେ
ଶନିବାର ଷ୍ଟ ଦିନରେ ଗଣ
ଧାରଣା ପହଂଚି ରାତ୍ୟ ସୁବ
ବିଜେତି ସମାଦକ ଅଜିତ ଯୋଶୀ
ତାଙ୍କ ସମର୍ଥକଙ୍କ ସହ ଯାଇ
ସମର୍ଥନ ଜଣାଇ ଧାରଣା ବସିଛନ୍ତି ।
ବିଜେପି ସରକାର ଆସିବା ମାତ୍ରେ
ଏବୁ ବିକ୍ରି କରିଦେବାକୁ ଯୋଜନା
ଆରମ୍ଭ କରିଛି ବୋଲି ଅଭିଯୋଗ
ହୋଇଛି । ଯେଉଁ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନକୁ
ଆମ ଅଂଚଳ ଲୋକେ ଭଗବାନ
ବୋଲି ପୂଜା କରୁଛନ୍ତି ତାହାକୁ ମଧ୍ୟ
ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀ ଠାରେ ବିକ୍ରି
କରିବାକୁ ଯୋଜନା କରିବାରିଛନ୍ତି ।
ଏହି ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନରେ ଅମେକ
ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଦୟ ବୃକ୍ଷ ଥିବା ବେଳେ ଏହି
ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନକୁ ନିର୍ଭର କରି ହଜାର
ଜୀବିକା ନିର୍ଭର କରୁଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ
ସରକାର ଓ ବନ ବିଭାଗ କହୁଛି
ଆଦାନୀ କମ୍ପାନୀ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ
ପାଇଁ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ତଳେ ଜମି
କରିଛି । ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନରେ ଭରପୁର
ବୃକ୍ଷ ର ଜଙ୍ଗଳ ରହିଛି ଯଦି ବୃକ୍ଷ
ରୋପଣ କରି ଜଙ୍ଗଳ ସ୍ଵର୍ତ୍ତ
କରିବାର ଅଛି ତେବେ ରାଜ୍ୟର
ସର୍ବାଧିକ ତାପମାତ୍ରା । ଥିବା
ଚିଟିଲାଗଡ଼ ଅଂଚଳରେ ହଜାର
ହଜାର ହେକ୍ଟର ସରକାରୀ ଜମି
ରହିଥିବା ବେଳେ ସେହି
ଅଂଚଳରେ କାହିଁକି ଆଦାନୀ
କମ୍ପାନୀ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କଲାନାହିଁ ।
ଜାଣିଶୁଣି ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦନ ପର୍ବତରେ
ଖଣି ଖନନ କରିବାକୁ ଆଦାନୀ
ଜମି କରିଛି ।

କିମ୍ବାସ୍ତରୀୟ ବିଶ୍ୱ ଏତ୍ତସ ଦିବସ ପାଳିତ

ଦେଖାନ୍ତର, ୦୯/୧୯ (ନ.ପ୍ର):
ଜିଲ୍ଲା ସ୍ଥାବ୍ୟ ବିଭାଗ ଚରଣରୁ
ସ୍ଥାନୀୟ ତାଳିମ ସଭା ଗୁହ୍ଯ ଠାରେ
ବିଶ୍ୱ ଏଡ଼ିସ ଦିବସ -୨୦୨୪ ଜିଲ୍ଲା
ମୁଖ୍ୟ ଟିକିହା ଓ ଜନସାମ୍ବ୍ୟ
ଅଧୁକାରୀ ଢା ପ୍ରଦାପ କୁମାର
ଗୁରୁଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା ରେ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ
ହୋଇଯାଇଛି କିମ୍ବା ଉପରେ
ଅତିରିକ୍ତ କୁଳାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ
ଅଞ୍ଜଳିନୀ ପ୍ରଧାନ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି
ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ

(ପରବାର ଜଳଧାରା) ଢା. ଦେଖାନ୍ତ
ନାରାୟଣ ପାଢ଼ି, ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଜିଲ୍ଲା
ମୁଖ୍ୟ ଟିକିହାଳୀ ଢା ଦୂର୍ଗା ଦତ୍ତ
ଦାସ, ଅତିରିକ୍ତ କିଲ୍ଲା ଜନସାମ୍ବ୍ୟ
ଅଧୁକାରୀ (ଉଦ୍‌ବିଦ୍ଧି) ଢା. ଗୋପାଳ
ଚନ୍ଦ୍ର ମଳିକ, ରାଜ କଲେଜ
ଅଧ୍ୟାପକ ଉମାକାନ୍ତ ନାଗ ଓ
ଭାରପ୍ରାସ୍ତ୍ର ସୁଚନା ଓ ଲୋକବିଧାରୀ
ଅଧୁକାରୀ ଅର୍ଜୁନ ଚରଣ ମାଝି
ପ୍ରମୁଖ ସନ୍ଧାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ
ଯୋଗଦେଇ ଆଜିର ଦିବସରେ

କରିବା ବିଶ୍ୟରେ ଜାଣିବା, ବୁଝିବା
ଅନ୍ୟ ମାନ୍ସକୁ ବୁଝାଇବା ଉପରେ
ଗୁରୁତ୍ୱରୋପ କରିଥିଲେ । ଏକ
ରାଳି କାର୍ଯ୍ୟକୁମକୁ ଅତିରିକ୍ତ
ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମାଡ଼ାମ ସବୁଜ ପତାକା
ଦେଖାଇ ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଥିଲେ ।
ଏହି ରାଳି ହେବାଲ୍ ରୁ ବାହାରି
ପଞ୍ଚପଢ଼ା, ବିଲୁପତ୍ତନାୟକ ଛକ,
କବସାଣ୍ଟ ଓ ନଳୀନି ଛକ ଠାରେ
ଗୋଡ଼ ପ୍ରେ କାର୍ଯ୍ୟକମ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟତିତ
କରିଥିଲା ଉଚ୍ଚ ଘରରେ ଥାଣା,
ସୁବର୍ଷପୂର ଜିଲ୍ଲା ର ସମସ୍ତ ନର୍ଥ
ସ୍କୁଲ ଥଥା ରାଜ କଲେଜ ଓ ବିଜ୍ଞ
ପଣ୍ଡନାୟକ କଲେଜ ର ଛାତ୍ର
ଛାତ୍ରୀ, ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୀ ବ୍ରଦ୍ଧ,
ସାସ୍କ୍ଵତ ବିଭାଗ ର କର୍ମଚାରୀ
ଅଧ୍ୟକ୍ଷାରୀ ବୃଦ୍ଧ ଏବଂ ସାମାଦିକ
ବନ୍ଧୁ ମାନେ ଉପର୍ମିତ ଥିଲେ ।
ପରିଶେଷରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତା
କାର୍ଯ୍ୟକୁମ ଅନୁଷ୍ଠିତ କରି ଉତୀର୍ଣ୍ଣ
ପ୍ରତିଯୋଗାଙ୍କ ପ୍ରରକ୍ଷାର ବିଭାଗ
ରତଳ ଗ୍ରାମର ଦୂରନ ବବ ତ
୨୦୧୪ ମସିହାରେ ତେବୁଳିମ୍ବୁ
ଆନା ଅଂତର କାଦାର ଖା
ବିବାହ କରିଥିଲେ । ଅଭିଯୁକ୍ତ ସା
ମୌତୁକ ପାଇ ଶାରିରିକ
ମାନସିକ ନିର୍ମାତନା ଦେଉଥୁ
ନେଇ ସେ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି
ଅଭିଯୋଗକୁ ଭିତ୍ତି କରି ପୋଲି
୨୧୪/୨୪ ରେ ଏକ ମାମଲା ଚା
କରି ତତ୍ତ୍ଵ ଆରମ୍ଭ କରିଥିବା ବିଷ
ମହିଳା ଆନା ଅଧ୍ୟକ୍ଷାର ଅନ୍ତିତ

ବିଜ୍ଞାପନ ପ୍ରଦାନ ପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକଷ୍ମଣ
କଲା ଓଡ଼ିଶା କ୍ଷୁଦ୍ର ଓ ମଧ୍ୟମ ସମ୍ବାଦପତ୍ର ସଂଗଠନ

ଭାରତ ବର୍ଷର ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳରୁ
ପ୍ରକାଶ ପାଉଥିବା ସ୍କୁଲ୍ ଓ ମଧ୍ୟମ
ସମ୍ବାଦପତ୍ର ଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାୟତେ
ସରକାରୀ ବିଜ୍ଞାପନ ଉପରେ ନିର୍ଭର
କରିଥାନ୍ତି । ୧୦୧୪ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ତ୍ରୈଏତିପି ପକ୍ଷରୁ ସ୍କୁଲ୍ ଓ ମଧ୍ୟମ
ସମ୍ବାଦପତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ଜାତୀୟ ଦିବସ
ତଥା ସ୍ଥାଧୀନତା ଓ ସାଧାରଣତତ୍ତ୍ଵ
ଦିବସ, ଆମ୍ବେଦକର ଓ ଗାନ୍ଧୀ
ବିଜ୍ଞାପନ ତ୍ରୈଏତିପି ଜରିଆରେ
ପ୍ରଦାନ କରି ଆସୁଥିଲେ । କିନ୍ତୁ
ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟର କଥା, ଭାଜପା
ସରକାର ଗଠନ ହେବା ପରେ
ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଖବରକାଗଜଗୁଡ଼ିକୁ
ବିଜ୍ଞାପନ ପ୍ରଦାନ କରାଗଲା ନାହିଁ
। ୧୦୧୮ ରେ ଉଲ୍ଲେଖ
କରାଯାଇପାରେ, ବୃଦ୍ଧତ ପ୍ରସାରଣ
ଦାବି କରୁଥିବା ସମ୍ବାଦପତ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ
ସରକାର ବିପୁଲ ପରିମାଣରେ
ବିଜ୍ଞାପନ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି । ଛୋଟ
ଛୋଟ କାଗଜଗୁଡ଼ିକ ଏଥରୁ
ପ୍ରାୟତେ ୧୦୮୮ ହେଉଛନ୍ତି ।
ପୂର୍ବରୁ ଯେଉଁ ବିଜ୍ଞାପନ ଗୁଡ଼ିକ
ସରକାରୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମିଳୁଥିଲା
ତାହା ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବାରୁ ବନ୍ଦ
ଖବରକାଗଜ ପ୍ରକାଶନ ବନ୍ଦ
ହେବାକୁ ଲାଗିଲାଣି ।

ବିଶ୍ୱ ଏଡ଼ସ ଦିବସ - ୨୦୨୪ ଜିଲ୍ଲା
ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ଓ ଜନସ୍ଵାସ୍ୟ
ଅଧ୍ୟକ୍ଷାରୀ ଡ୍ରା. ପ୍ରଦୀପ କୁମାର
ଗୁରୁଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା ରେ ଅନୁଷ୍ଠାନ
ହୋଇଯାଇଛି କୌଣସି ଉଚ୍ଚ ବିଭାଗେ
ଅତିରିକ୍ତ ଛିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ
ଅଞ୍ଜଳିନା ପ୍ରଧାନ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି
ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ

ଦାସ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ଜନସ୍ଵାସ୍ୟ
ଅଧ୍ୟକ୍ଷାରୀ(ଉଦ୍‌ଦିତ୍ତ) ଡ୍ରା. ଗୋପାଳ
ଚନ୍ଦ୍ର ମଳିକ, ରାଜ କଲେଜ
ଆସାପକ ଉମାକାନ୍ତ ନାଗ ଓ
ଭାରପ୍ରାସ୍ତ୍ର ଚନ୍ଦ୍ରନା ଓ ଲୋକିଷାଂପର୍କ
ଅଧ୍ୟକ୍ଷାରୀ ଅର୍ଜୁନ ଚରଣ ମାଟ୍ଟେ
ପ୍ରମୁଖ ସନ୍ଧାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ
ଯୋଗଦେଇ ଆଜିର ଦିବସରେ

