

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

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



ଯା ଦେବୀ ସର୍ବଭୃତ୍ୟେଷୁ.....

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ମଙ୍ଗଳବାର ୧୭ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୨୪ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପଇସା ■ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା-୩୧୦ ■ Baleshwar ■ TUESDAY 17 December 2024
Vol.No. 35 ■ No.335 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore (Odisha)/005/2019

ପ୍ରକାଶ ପାଇଲା ପୂଜା ସଂଖ୍ୟା...

ସାଗରିକା

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

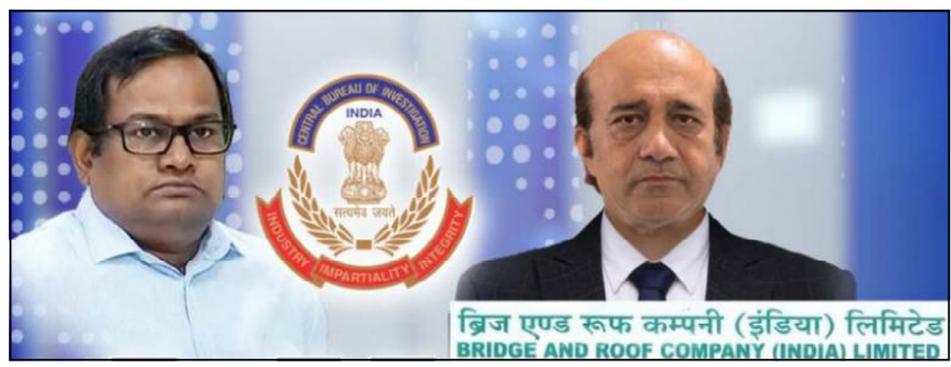
ପୁଣି ଆରମ୍ଭ ହେଲା ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଲୋକଙ୍କ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଲୋକଙ୍କ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଆଜି ଥିଲା ଷଷ୍ଠ ପାଳି। ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ କାହିଁକି ନେବା ପରଠାକୁ ସବୁ ସମୟରେ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କୁ ଭେଟିବା, ସେମାନଙ୍କ ସୁଖଦୁଃଖ ଶୁଣିବା ସହିତ ସେମାନଙ୍କ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ଆସିଛନ୍ତି। ଅଭିଯୋଗ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକାଂଶ ଅଭିଯୋଗ ଘର, ଭରା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମୌଳିକ ସମସ୍ୟା ରହିଥିବାରୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଉଚ୍ଚ ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଉପସ୍ଥିତ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବା ସହିତ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ପଞ୍ଜରୀ ସବୁ ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକୁ ଦ୍ରୁତମୂଳକ ଭାବରେ ସମାଧାନ କରିବା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଆରୋପ କରିଥିଲେ। ଦିବ୍ୟାଳ ମାନଙ୍କ ସମସ୍ୟା ଉପରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ସବୁବେଳେ ପ୍ରାଥମିକତା ଦେଇଥାନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ଅଭିଯୋଗକୁ ସେ ପ୍ରଥମେ ଶୁଣାଣି କରିଥାନ୍ତି। ଆଜି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଥମେ ୩୦ ଜଣ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣିଲେ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଖକୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନିଜେ ଯାଇ ସେମାନଙ୍କ ସମସ୍ୟା ଶୁଣିଥିଲେ ଏବଂ ସମାଧାନ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ। ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଏହି ସହଯୋଗପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାରରେ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ଅଭିଯୋଗକାରୀମାନେ ଆଶା ଓ ଭରସା ସହିତ ଆନନ୍ଦ ମନରେ ଫେରିଥିଲେ।

ଖୋଲୁଛି ବିଷ୍ଣୁପଦ-ଚଞ୍ଚଳ ଲିଙ୍ଗର ଗୁମର

ସିବିଆଇ ରେଡର ଦିନକ ପୂର୍ବରୁ ଭେଟାଘାଟକୁ ନେଇ ପ୍ରଶ୍ନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ରେଡର ମାଡ଼ ଦିନକ ପୂର୍ବରୁ ୫ ଚାରିଖ ଦିନ କାହିଁକି ବିଷ୍ଣୁପଦ ସେଠାକୁ ଭେଟିଥିଲେ ଚଞ୍ଚଳ ମୁଖାଳୀ ? କେଉଁ ବିଷୟରେ ଭେଟିଥିଲେ, କ'ଣ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ ତାକୁ ନେଇ ଏବେ ନୂଆ ପ୍ରଶ୍ନ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି। ତ୍ରିକ୍ ଆଣ୍ଡ ରୁଫ୍ କଂପାନୀ ପକ୍ଷରୁ ୪ ଚାରିଖରେ ଝଞ୍ଚ-ଝଞ୍ଚ ବିଭାଗର ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ବିଷ୍ଣୁପଦଙ୍କୁ ଭେଟିବାକୁ ଅନୁମତି ମଗାଯାଇଥିଲା। ଏହା ପରଦିନ କଂପାନୀ କରୁଥିବା କାମର ଉଚ୍ଚତମ ଏବଂ ଏଞ୍ଜିନେରିଂ ନେଇ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିବା ସ୍ୱୀକାର କରିଛନ୍ତି ନିଜେ କଂପାନୀର ଜିଏମ୍। ଅନ୍ୟପଟେ ଏତ ବାଦବିବାଦ ପରେ ବି କାହିଁକି ତାଙ୍କ ଉପରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ କରୁନାହାନ୍ତି। ସରକାର, ତାଙ୍କୁ ନେଇ ବି ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିଲାଣି। ବିଷ୍ଣୁପଦ-ଚଞ୍ଚଳ



ବ୍ରିଜ ଏଞ୍ଡ ରୁଫ କମ୍ପାନୀ (ଇଣ୍ଡିଆ) ଲିମିଟେଡ୍
BRIDGE AND ROOF COMPANY (INDIA) LIMITED

ମୁଖାଳୀ ଲିଙ୍ଗର ଖୋଲୁଛି ଗୁମର। ୭ରେ ସିବିଆଇ ରେଡ୍। ତା'ର ଦିନକ ପୂର୍ବରୁ ୫ରେ ବିଷ୍ଣୁପଦଙ୍କୁ ଭେଟିଥିଲେ ତ୍ରିକ୍ ଆଣ୍ଡ ରୁଫ୍ କଂପାନୀର ଜିଏମ୍ ଜେନେରାଲ ମ୍ୟାନେଜର ଚଞ୍ଚଳ ମୁଖାଳୀ। ଯେଉଁ ଭେଟାଘାଟକୁ ନେଇ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ଚର୍ଚ୍ଚା। ସେହି ଦୈଓକରେ

ହୋଇଥିଲା କି ତିଲ୍ ? କ'ଣ ସବୁ ହୋଇଥିଲା ଆଲୋଚନା ? ୪ ଚାରିଖ ଦିନ ଏସି-ଏସି ବିଭାଗର ପ୍ରମୁଖ ସଚିବ ବିଷ୍ଣୁପଦ ସେଠାକୁ ଭେଟିବାକୁ ତ୍ରିକ୍ ଆଣ୍ଡ ରୁଫ୍ ପକ୍ଷରୁ ଅନୁମତି ପାଇଁ ହୋଇଥିଲା ଠିକ୍। ଆଉ କଂପାନୀ ଜିଏମ୍ ଅନୁସାରେ ହୋଇଥିଲା ଏବଂ ଚଞ୍ଚଳ ମୁଖାଳୀ

ଏବଂ ଜିଏମ୍ ବିଜେ ସିଏ ବିଷ୍ଣୁପଦଙ୍କୁ ଭେଟିଥିଲେ। ତାଙ୍କ କହିବା କଥା ଦୈଓକ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଅର୍ପିଥିଲା ଥିଲା। ସଂଗ୍ରାହ ବିଆଯାଇଥିବା ସ୍ୱଳ୍ପ କାମର ଉଚ୍ଚତମ ଏବଂ ଏଞ୍ଜିନେରିଂ ହୋଇଥିଲା। ତେବେ ଚଞ୍ଚଳ ମୁଖାଳୀଙ୍କ ବିଷ୍ଣୁପଦଙ୍କ ଲିଙ୍ଗ

ଜାନୁଆରୀରେ ଦୁଇ ଥର ଓଡ଼ିଶା ଆସିବେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଜାନୁଆରୀରେ ଦୁଇ ଥର ଓଡ଼ିଶା ଆସିବେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି। ପ୍ରବାସୀ ଭାରତୀୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଓ ଉତ୍ସର୍ଗ ଓଡ଼ିଶା କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଯୋଗଦେବେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ। ଆସନ୍ତା ଜାନୁଆରୀ ୮, ୯ ଓ ୧୦ ତାରିଖରେ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଆୟୋଜିତ ହେବ ପ୍ରବାସୀ ଭାରତୀୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ। ଏଥିରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଯୋଗଦେବେ। ଏନେଇ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ।

ଆଜିଠୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ରତ୍ନଭଣ୍ଡାର ମରାମତି କାମ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଆସନ୍ତାକାଲିଠୁ ଆରମ୍ଭ ହେବାକୁ ଯାଉଛି ବହୁ ପ୍ରତୀକ୍ଷିତ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ରତ୍ନଭଣ୍ଡାର ମରାମତି କାମ। ଦୈନିକ ୫ ଘଣ୍ଟା ଧରି ମରାମତି କାମ ହେବାକୁ ଥିବାରୁ ଏଥିପାଇଁ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ବ୍ୟାପକ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରାଯାଇଛି। ଶ୍ରୀକିର୍ତ୍ତନ ଶୁଖିଲିତ ନୀତି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଉପରେ ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି। ସେପଟେ ୨୧ ଓ ୨୨ ତାରିଖରେ ଘଣ୍ଟାଓ ଉତ୍ସବ ପକ୍ଷରୁ ହୋଇଥିବା ଜିପିଆର ସଭେ



ରିପୋର୍ଟ ଆଧାରରେ ଓ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଏସପି ଭିତ୍ତିରେ ହେବ ମରାମତି କାମ। ଉପସ୍ଥିତ ରହିବେ ଏବଂ ସଂକ୍ଷେପ ଓ

ରହିବେ। ବହୁକଥା ହେଉଛି ମରାମତି କାମ ପାଇଁ ରତ୍ନଭଣ୍ଡାରକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଥିବା ସମସ୍ତ ସେବାୟତଙ୍କ ଭଳି ପାରମ୍ପରିକ ପୋଷାକ ପରିଧାନ କରିବେ। ଶ୍ରମିକ ଓ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରିଚୟପତ୍ର ଦିଆଯିବ। ବିନା ପରିଚୟପତ୍ରରେ କାହାରିକୁ ଭିତରକୁ ଛଡ଼ାଯିବ ନାହିଁ। ମିଳିଥିବା ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ପ୍ରଥମେ ଭିତର ଭଣ୍ଡାର ମରାମତି ହେବ। ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଭାରାବନ୍ଧା କାମ ହେବ। ଏହାପରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ କାନ୍ଥରୁ

କମିଟି ଶୀଘ୍ର, ବଢ଼ିବ ତାପମାତ୍ରା: ହୋଇପାରେ ବର୍ଷା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଆଗାମୀ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ଶୀଘ୍ର ଲହରୀ ରହିବ। ତା'ପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ପାଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବ। ଆଉ କମିଟି ଶୀଘ୍ର ଆସନ୍ତାକାଲିଠାରୁ ୩ରୁ ୫ ଡିଗ୍ରୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାପମାତ୍ରା ବଢ଼ିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି। ଏଥିସହ ରାଜ୍ୟର କେତେକ ଜିଲ୍ଲାରେ ସକାଳେ ଘନ କୁହୁଡ଼ି ହୋଇପାରେ। ସେପଟେ କେତେକ ଜିଲ୍ଲାରେ ଆଗାମୀ ୫ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସାମାନ୍ୟ ବର୍ଷା ହେବ ବୋଲି ପୂର୍ବାନୁମାନ କରିଛି ଭୁବନେଶ୍ୱର



ଆଜିକିଠି ପାଣିପାଗ କେନ୍ଦ୍ର। ଭୁବନେଶ୍ୱର ଆଞ୍ଚଳିକ ପାଣିପାଗ କେନ୍ଦ୍ର ଭାରି କରିଥିବା ଦୂରଲିପି

ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି। ସେହିପରି କଳାହାଣ୍ଡି ଓ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ଗୋଟିଏରୁ ଦୁଇ ଘାଣ୍ଟି ମଧ୍ୟମ ଧରଣର କୁହୁଡ଼ି ହୋଇପାରେ। ଏହାଛଡ଼ା ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, କଟକସିଂହପୁର, ଅନୁଗୋଳ ଜିଲ୍ଲାରେ ଗୋଟିଏରୁ ଦୁଇଟି ଘାଣ୍ଟିରେ ସାମାନ୍ୟ କୁହୁଡ଼ି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି। ଆଗାମୀ ୨୪ ଘଣ୍ଟାରେ ପାଗ ମୁଖ୍ୟତଃ ଶୁଖିଲା ରହିବ। ୧୭ ତାରିଖରେ ଗଞ୍ଜାମ ଓ ଗଜପତି ଜିଲ୍ଲାରେ ଗୋଟିଏରୁ ଦୁଇଟି ଘାଣ୍ଟିରେ

ବିଜୟ ପାଲଟିଲେ ବିଜେଡି ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟଙ୍କ ସ୍ୱର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ସତରେ କ'ଣ ଆଇପିଏ ଡିଏସ୍ କୁଳେ ଓ ଆଶା ସଂଳୁ କେନ୍ଦ୍ରରେ ନିଯୁକ୍ତି ମିଳିବା ପଛରେ ହୋଇଛି କିଛି ତିଲ୍ ବରିଷ୍ଠ ନେତା ବିଜୟ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ କଥାରେ କେତେ ଦମ୍ଭ ଅଛି ? ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ପ୍ରାୟ ସପ୍ତାହ ପରେ ମୁହଁ ଖୋଲିଥିବା ବିଜୟ ନିଜେ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟ ବିଜେଡି

ନେତାମାନଙ୍କ ସ୍ୱର ପାଲଟି ଏଭଳି ଅଭିଯୋଗ ଆଣିନାହାନ୍ତି ତ ? 'କହିପେ ନିଗାହେ' କହିପେ ନିଗାହା'ଭଳି 'ତିଲ୍' କଥା କହି ଉଭୟ ବିଜେଡି ଓ ବିଜେଡିର ଶୀର୍ଷନେତୃତ୍ୱ ଅଧିକାରୀ ପକ୍ଷରୁ ଉଦ୍ୟମ କରିଛନ୍ତି କି ? ଏଭଳି ନାନାଦି ଚର୍ଚ୍ଚା ଏବେ ବିଜେଡି ରାଜନୀତିରେ ଆଲୋଚନାର ବିଷୟ

ପାଲଟିଛି। ଗତ ସପ୍ତାହରେ ବିଜୟ ନେତା ବିଜୟ ମହାପାତ୍ର ବାରିପଦା ଗସ୍ତରେ ଯାଇ ବିଜେଡିର ତଥ୍ୟାକ୍ଷର ନେତା ପ୍ରଶାସକମାନଙ୍କ ଦାବି(ବଦି) ଓ ଅନ୍ୟ ବିଜେଡି ନେତାମାନଙ୍କ ସହ 'ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ମହୋତ୍ସବ'ରେ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ଆଉ ମହୋତ୍ସବରୁ ଫେରିବାର ପ୍ରାୟ ୩ଦିନ ପରେ

ଭିକାରୀଙ୍କୁ ଭିକ ଦେଲେ ପୁଲିସ୍ କେସ୍ରେ ଫସିବେ: ନୂଆ ବର୍ଷରୁ ନୂଆ ନିୟମ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୧୨ : ରାଷ୍ଟ୍ରରେ କି ମନ୍ଦିର ପାଖରେ ବସିଥିବା ଭିକାରୀଙ୍କୁ ଟଙ୍କା କିମ୍ବା ଖାଇବା ଦେଉଛନ୍ତି କି ? ତା'ହେଲେ ଏବେ ଠାରୁ ହୋଇଯାଆନ୍ତୁ ସାବଧାନ। କାରଣ ଆପଣଙ୍କ ଏପରି ଦାନ ଅଭ୍ୟାସ ଆପଣଙ୍କୁ ପୁଲିସ୍ କେସ୍ରେ ଫସାଇ ପାରେ। ନୂଆ ବର୍ଷରୁ ସରକାର ଏପରି ନିୟମ ଆଣିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି। ଯଦି କେହି ଭିକାରୀଙ୍କୁ ନୂଆ ବର୍ଷ ଠାରୁ ଭିକ ଦିଅନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ସେମାନଙ୍କ ନାଁରେ ଏଫଆଇଆର ଗୁରୁ କରାଯିବ। ଦେଶର ସବୁଠାରୁ ସଫା

ଡିସେମ୍ବରରେ ମିଳିବ ନାହିଁ ସୁଭଦ୍ରା ଟଙ୍କା: ଯାଞ୍ଚ ପରେ ପାଇବେ ହିତାଧିକାରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଡିସେମ୍ବରରେ ମିଳିବ ନାହିଁ ୪ର୍ଥ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ସୁଭଦ୍ରା ଟଙ୍କା। ୩୦ ତାରିଖ ସୁଦ୍ଧା ସବୁ ପ୍ରକାର ଯାଞ୍ଚ ସରିବା ପରେ ସୁଭଦ୍ରା ଟଙ୍କା ମିଳିବ। ଆଜି ଏହି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ଉପ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଭାତି ପରିଡ଼ା। ସେ କହିଛନ୍ତି, ବର୍ତ୍ତମାନ ପାଇଁ ୪ର୍ଥ ପର୍ଯ୍ୟାୟ କିଛି ପ୍ରଦାନକୁ ସ୍ଥଗିତ ରଖାଯାଇଛି। ଯାଞ୍ଚ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚାଲିଥିବାରୁ ସ୍ଥଗିତ ରହିଛି। ସବୁ ପ୍ରକାର ଯାଞ୍ଚ ସରିଲେ, ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇ ୪ର୍ଥ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ସୁଭଦ୍ରା



ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ। ୩୦ ତାରିଖ ସୁଦ୍ଧା ସବୁ ପ୍ରକାର ଯାଞ୍ଚ ସରିଯିବ ବୋଲି ଆଶା ରହିଛି। ୨୦ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ ମହିଳାଙ୍କୁ ୪ର୍ଥ

ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସୁଭଦ୍ରା ଟଙ୍କା ମିଳିବ। ୪ର୍ଥ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଟଙ୍କା ମିଳିବା ପରେ କୋଟିଏରୁ ଅଧିକ ମହିଳା ସୁଭଦ୍ରା ଟଙ୍କା ପାଇପାରିବେ ବୋଲି ଉପ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି। ସେ ଆହୁରି କହିଛନ୍ତି, ଯେଉଁ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କର ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ କରେଡ଼ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ ହୋଇଛି, ତେବେ ଅତିବାହିତ ହେବ। ଯେଉଁମାନେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି, ସେମାନେ ତୁରନ୍ତ ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ ହୋଇଛି, ସେମାନେ ତୁରନ୍ତ ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ ହୋଇଛି, ସେମାନେ ତୁରନ୍ତ ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି।

ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ ହୋଇଛି, ସେମାନେ ତୁରନ୍ତ ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ ହୋଇଛି, ସେମାନେ ତୁରନ୍ତ ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ ହୋଇଛି, ସେମାନେ ତୁରନ୍ତ ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ ହୋଇଛି, ସେମାନେ ତୁରନ୍ତ ବାୟୋମେଟ୍ରିକ୍ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଉପରେ ଯାଞ୍ଚ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି।

ଇଡିଏମକୁ ନେଇ ବଢ଼ିଲା ଇଣ୍ଡିଆ ବ୍ଲକ୍ରେ ଫାଟ: ଏଥର କଂଗ୍ରେସକୁ ଘେରିଲା ଟିଏମସି

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୧୨ : ଇଡିଏମ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଏବେ ବିରୋଧୀ ମେଝ ଇଣ୍ଡିଆରେ ? ଫାଟ ମେଲିବାରେ ଲାଗିଛି। ଇଡିଏମ ହ୍ୟାକ କରି ବିଜେପି ନିର୍ବାଚନରେ ଜିତୁଥିବା କଂଗ୍ରେସ ବାରମ୍ବାର ଅଭିଯୋଗ କରି ଆସୁଛି। ହେଲେ କଂଗ୍ରେସ ନେତୃତ୍ୱାଧୀନ ଇଣ୍ଡିଆ ବ୍ଲକ୍ରେ ଥିବା ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଦଳ

ଏହା ବିରୋଧରେ ମତ ରଖିବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି। ପ୍ରଥମେ ଇଡିଏମ ହ୍ୟାକ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ କଂଗ୍ରେସର କମ୍ପ୍ୟୁଟର ସହଯୋଗୀ ନ୍ୟାଶନାଲ କନଫରେନ୍ସ ଆପଣ ଉଠାଉଥିଲା। ଏଥିରେ କଂଗ୍ରେସ ତାଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଟେକ୍ସା କରୁଥିବା ବେଳେ ମମତା ବାନାର୍ଜୀଙ୍କ ଟିଏମସି ମଧ୍ୟ ଇଡିଏମ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ବଡ଼ ମତ ରଖିଛି। ପରୋକ୍ଷରେ



ଟିଏମସି ଇଡିଏମ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ କଂଗ୍ରେସକୁ ଘେରିଛି। ଟିଏମସି ସଂସଦ ତଥା ସାଧାରଣ ସମାଜକୁ ଅଭିଷେକ ବାମନା କହିଛନ୍ତି ଯେ "ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ଇଡିଏମ ଉପରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଉଛି, ଯଦି ସେମାନଙ୍କ ପାଖରେ କିଛି ଅଛି, ତା'ହେଲେ ସେମାନେ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନଙ୍କ ପାଖରେ ଏହାର ତଥ୍ୟ ଦେଖାନ୍ତୁ। ଯଦି ଇଡିଏମ ଚନ୍ଦ୍ର ବେଳେ ସବୁ କାମ ଠିକ ଭାବେ ହେଉଛି, ମତ ପୋଲ ବେଳେ ଓ କାର୍ତ୍ତିକ ବେଳେ ଯଦି ଲୋକମାନେ ଠିକ ଭାବେ କାମ କରୁଛନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ମୁଁ ଭାବୁ ନାହିଁ ଯେ ଆସିଥିବା ଅଭିଯୋଗରେ କୌଣସି ସତ୍ୟତା ରହିଛି। ଯଦି କେହି ଭାବୁଛନ୍ତି

ଯୁବକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଏହି ୫ ଗୁଣ ଥିଲେ ଝିଅମାନେ ହୋଇଥାନ୍ତି ପ୍ରଭାବିତ

ଏମିତି ଅନେକ ଯୁବକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଝିଅମାନେ ବହୁତ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ନିଜ ବନ୍ଧୁ କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି । ଯଦି ଜଣେ ମୁଖ୍ୟତଃ ପାଞ୍ଚଟି କିଛି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବ ସେହି ଯୁବକଙ୍କ ପ୍ରତି ଝିଅମାନେ ପ୍ରଭାବିତ ହେବେ । ପ୍ରାୟ ପୁଅମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଗର୍ଭପ୍ରେକ୍ଷଣାଳୟ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ପାଇଁ କିଛି ନା କିଛି କରନ୍ତି । ଅନେକ ସମୟରେ କିନ୍ତୁ ଦେଖାଯାଏ ଅନେକ ଯୁବକ ଝିଅମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଏମିତି ଅନେକ ଯୁବକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ଝିଅମାନେ ବହୁତ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ନିଜ ବନ୍ଧୁ କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି । ତେବେ ଏହିସବୁ ଯୁବକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଏମିତି କିଛି ଗୁଣ ଥାଏ ଯାହା ପ୍ରତି ଝିଅମାନେ ରୁଚକ ଭଳି ଆକର୍ଷିତ ହୁଅନ୍ତି ।

ତେବେ ଏହା ପଛରେ କିଛି ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ରହିଛି । ଯଦି ଜଣେ ମୁଖ୍ୟତଃ ପାଞ୍ଚଟି କିଛି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବ ସେହି ଯୁବକଙ୍କ ପ୍ରତି ଝିଅମାନେ ପ୍ରଭାବିତ ହେବେ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ବନ୍ଧୁ କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି । ଆସନ୍ତୁ ଏହି ୫ଟି ଗୁଣ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ।

ଯୁବକଙ୍କ ୫ ଗୁଣ:

ଝିଅମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ପାଇଁ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ଯୁବକମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଶରୀର ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉଚିତ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଫିଟ୍ ଶରୀର ଥାଏ ସେମାନେ ପ୍ରାୟତଃ ଖୁବ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି ।

ଯେଉଁ ଯୁବକମାନେ ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖୁଥାନ୍ତି ଏବଂ ସେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରତି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚ୍ଚେତ ରହନ୍ତି, ପ୍ରାୟ ଝିଅମାନେ ସେମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । କଥାବାର୍ତ୍ତାର ଶୈଳୀ, କଥାବାର୍ତ୍ତାରେ ଭଦ୍ରତା ଏବଂ ସାମାଜିକ ଲୋକଙ୍କୁ ସମ୍ମାନ ଦେଇ ନିଜର ମତ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଭଳି ଗୁଣକୁ ଝିଅମାନେ ଖୁବ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ସଫା-ସୁତୁରା ଖାଇବା ଏକ ଭଲ ଅଭ୍ୟାସ । ଏହା ନିଜ ଶରୀର ପ୍ରତି ଏକ ସଚ୍ଚେତନତା ଦର୍ଶାଏ । ଏହି ସଚ୍ଚେତନତା ଜଣଙ୍କୁ ଏକ ଆକର୍ଷଣୀୟ ମଣିଷ କରିଥାଏ ଏବଂ ତେହେରାରେ ଚମକ ଆଣିଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ଜଣେ ଯୁବକ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ଲୋକମାନେ ଆକର୍ଷିତ ହୁଅନ୍ତି ।

ଦେଖାଯାଏ ଯେ କ୍ୱାଡ୍ରା ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହୀ ଯୁବକମାନେ କ୍ରୀଡ଼ାରେ ବହୁତ ଭଲ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି । ଏହା ସେମାନଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ କରେ ଏବଂ ଝିଅମାନେ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଆଗ୍ରହ ଦେଖାନ୍ତି ।

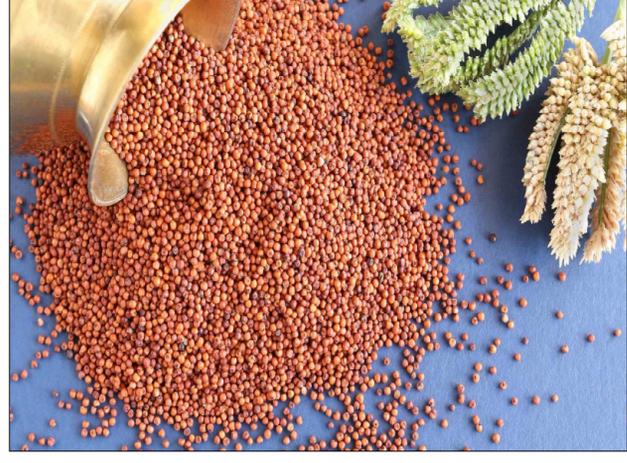


ସ୍ୱଚ୍ଛ ଶସ୍ୟଜାତୀୟ ଫସଲ 'ମାଣ୍ଡିଆ'

ମାଣ୍ଡିଆ ଏକ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଶସ୍ୟଜାତୀୟ ଫସଲ । ଏହା ଉଚ୍ଚ ଶରୀର ମାଲକାନାଗିରି, ରାୟଗଡ଼ା, ନବରଙ୍ଗପୁର, କଳାହାଣ୍ଡି, ଫୁଲବାଣୀ, ବୋରାପୁର, ଗଞ୍ଜାମ, ନୂଆପଡ଼ା ଆଦି ଜିଲ୍ଲାରେ ଏହାର ଚାଷ

ମିଳିଥାଏ । ମାଣ୍ଡିଆରେ ଆନିନୋଏସିଡ୍ ଥିବା ଯୋଗୁଁ ଏହା କଣ୍ଡି ଓ ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଉପକାରୀ । ପରିସଂଖ୍ୟାନ ଅନୁଯାୟୀ ୨୦୧୨-୧୩ ମସିହାରେ ଓଡ଼ିଶାର ପ୍ରାୟ ୧ଲକ୍ଷ ୭୦ହଜାର

ଗ୍ରାମ କ୍ୟାପଟାନ/ଥିରାମ ବା ୧.୫ ଗ୍ରାମ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରାଟ୍ ମିଶାଇ ବିଶୋଧନକରନ୍ତୁ । ବର୍ଷରେ ୩ଥର ମାଣ୍ଡିଆ ବୁଣାଯାଏ । ଜୁନ ମାସ ପ୍ରଥମ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୧୫ ତାରିଖରୁ ଅକ୍ଟୋବର ମଧ୍ୟରେ ଓ ନାଭୁଆରୀ ୨୦ ତାରିଖରୁ ଫେବୃଆରୀ ୧୫ ତାରିଖ ମଧ୍ୟରେ । ଧାତୁରେ ଦୁଣିଲେ ହେକ୍ଟର ପ୍ରତି ୮ କିଗ୍ରା ବିହନ ଦରକାର ହୁଏ । ଛଟା ବୁଣା ହେକ୍ଟର ପ୍ରତି ୧୦ କିଗ୍ରା ବିହନ ଲାଗେ । ଧାତୁକୁ ଧାତୁ ୨୫ ସେମି ବ୍ୟବଧାନରେ ୩-୪ ସେମି ଗଭୀରରେ ବିଶୋଧିତ ବିହନ ଦୁଣିବାକୁ ହୁଏ ମାଣ୍ଡିଆ ରୋଇଲେ ଆଦାୟ ଅଧିକ ହୁଏ । ହେକ୍ଟର ପ୍ରତି ୬ କିଗ୍ରା ବିହନ ଦରକାର ହୁଏ । ଖରାଦିନେ



କରାଯାଉଛି । ଏହି ଫସଲର ମରୁଡ଼ି ସହଜ ଶକ୍ତି ରହିଥିବାରୁ ଏହାକୁ ପାହାଡ଼ିଆ ଓ ନିପାଣିଆ ଜମିରେ ସଫଳ ଭାବେ ଚାଷ କରାଯାଇପାରିବ । ମାଣ୍ଡିଆ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଦେଖି ଉପକାରୀ । ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଅଣ୍ଡା ରହିବା ସହ ଗ୍ୟାସ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି

ହେକ୍ଟର ଜମିରେ ମାଣ୍ଡିଆ ଚାଷ କରାଯାଇ ବର୍ଷକୁ ୧ଲକ୍ଷ ୫୧ହଜାର ମେଟ୍ରିକ ଟନ ଅମଳ କରାଯାଉଛି । ହେକ୍ଟର ପ୍ରତି ଅମଳ ଛମଟା ହେଉଛି ୮୯୫କିଗ୍ରା । ଏହି ଶସ୍ୟଟିରେ ତାହିଦା ବହୁଥିବା ଲକ୍ଷ୍ୟକରି ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଏହାର ଉତ୍ପାଦନ ଦୁର୍ଲ୍ଲଭ ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଉଛି । ବିହନ ବିଷୟ: ନାଳାଚଳ, ଶ୍ୱେତା, ଚିଲିକା, ସୂର୍ଷ, ଶୁଭ୍ରା ଭୈରବୀ, ଗୋଦାବରୀ । ବିହନ ବିଶୋଧନ: ବିହନ କିଲୋଗ୍ରାମ ପ୍ରତି ୨-୩

ମାଣ୍ଡିଆରେ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ତର ପ୍ରତି ୭ଦିନ ଅନ୍ତରେ ପାଣି ମଡ଼ାଯିବା ଦରକାର । ସମନ୍ୱିତ ରୋଗପୋକ ପରିଚାଳନା: ମାଣ୍ଡିଆରେ କାଣ୍ଡବିକ୍ଷା ପୋକ, ଦିଆଲିପୋକ, କରପୋକ, ଝିଝିକା, ରଇ, ସଂବାଳୁଆ ଆଦି କ୍ଷତିକାରକ ପୋକ ଲାଗନ୍ତି । କାଣ୍ଡବିକ୍ଷା ପୋକ ଦମନ ପାଇଁ ହେକ୍ଟର ପ୍ରତି ମନୋରକ୍ତୋପାୟ ୩୬% ଏସଏଲ ୧.୪ ଲିଟର କିମ୍ବା କ୍ଲୋରୋପାଇରିଫସ ୧୨୫୦ମି.ଲି, କିମ୍ବା ପ୍ରାୟୋକ୍ତୋପାୟ ୪୦% ଭସି ୮୭୫ମି.ଲି ୫୦୦ ମଲିଟର ପାଣିରେ ମିଶାଇ ସିଞ୍ଚନ କରନ୍ତୁ । କରପୋକ ପାଇଁ କ୍ଲୋରୋପାଇରିଫସ ୨୦% ଭସି ୧୨୫୦ମି.ଲି କିମ୍ବା ଏଥୋସଲଫୋସ ୩୫% ଭସି ୧.୪ ଲିଟର ୫୦୦ ଲିଟର ପାଣିରେ ମିଶାଇ ସିଞ୍ଚନ କରନ୍ତୁ । ଝିଝିକା ପାଇଁ ହେକ୍ଟର ପ୍ରତି ୨୫ କିଗ୍ରା ମାଲାଥ୍ରିଆନ କିମ୍ବା କ୍ଲୋରୋପାଇରିଫସ ଗୁଣ୍ଡ ବିଷୟ । ମାଣ୍ଡିଆ କିସମ ଅନୁସାରେ ୯୦-୧୨୯୦ ଦିନ ମଧ୍ୟ; ଅମଳ ହୁଏ ।



ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁସି ଖବର, ଉପଶମ ଦେବ ଔଷଧୀୟ ଚା'

ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁସି ଖବର । ଏଣିକି ରୋଗରୁ ଉପଶମ ଦେବ ଏକ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଚା' । ଯାହାକୁ ପିଇଲେ ଆପଣ ଚା'ର ମଜା ଉଠାଇବା ସହ ଏହାର ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀର ପାଇଁ ସାକ୍ଷିକ ରାମବାଣୀ । କେବଳ ମଧୁମେହ ରୋଗ ପାଇଁ ନୁହେଁ ହୃଦରୋଗ ସମେତ କିଡନୀ, ହୃଦରୋଗ ଓ ରକ୍ତଚାପ ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ବି ଏହା ହେବ ଲାଭଦାୟକ । ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦିନ ପର୍ବତରୁ ସଂଗୃହୀତ ଚେରମୂଳିର ମିଶ୍ରଣରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛି ଏଭଳି ଔଷଧୀୟ ଚା' । ଏଭଳି ଔଷଧୀୟ ଚା' ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି ସମ୍ବଲପୁର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଡିଭିସନ ପ୍ରମୁଖ ଓ ଡିଭିସନ ସୂଚନା

ବିଜ୍ଞାନ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରାୟ ୩୦ ପ୍ରକାର ଔଷଧୀୟ ଚା' ଉତ୍ପାଦନ କରାଯାଇଛି । ମୁଖ୍ୟତଃ ଉପରେ ସଫଳ ପ୍ରୟୋଗ ପରେ ଏହାର ବଜାର ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଯୋଜନା ରଖିଛନ୍ତି କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ । ଏନେକ ଷ୍ଟର୍ଟ ଅପ୍ ସଂସ୍କୃତି ଅର୍ଦ୍ଧହର୍ଷାଳ ପ୍ରାଭେର ଲିମିଟେଡ୍ ଦୁଇ ହୋଇଛି । ଏମଧ୍ୟରେ FSSI, GMO, ISOର ଅନୁମୋଦନ ମିଳିପାରିଛି । ଖୁବଶୀଘ୍ର ଏହି ଚୂଚନ ଚା' ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେବ ବୋଲି କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ କହିଛନ୍ତି । ଡିଭିସନ ପ୍ରମୁଖ ଓ ଡିଭିସନ ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଫେସର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ନାୟକ କହିଛନ୍ତି, ଗ୍ରୀନ୍ ଟି ସହ ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦିନର କର୍କିଚୁଟିକୁ ମିଶ୍ରଣ କରି ଆମେ ଏହି ଚା' ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଛୁ ।

ଆମେ ୩୦ ପ୍ରକାର ଔଷଧୀୟ ଚା' ଚିଆରି କରୁଛୁ । ଏହା ମଧୁମେହ ସମେତ, କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ, ଆଖୁଗଣି ବାତ, ଲିଭର ଓ କିଡନୀ ପାଇଁ ବି ଭଲ ଫଳପ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ପାରିବ । ହର୍ଷାଳ ଚା'ରେ ମିଶ୍ରଣ ଔଷଧୀୟ ଉପାଦାନ । ଚା' ଉତ୍ପାଦନ ପାଇଁ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଫୁଡ୍ ସାଇନ୍ସ ବିଭାଗରେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଯତ୍ନପାତ୍ର ଓ ପ୍ୟାକିଂ ମେସିନ୍ ଲାଗାଯାଇଛି । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ୨୭ ପ୍ରକାର ଚା' ଉତ୍ପାଦନ ହେବାକୁ ଥିବା ବେଳେ ୮ ରୋଗ ପାଇଁ ଏହା ଉପଶମ ଦେବ । ଦାର୍ଲିକିଂ ଓ ଆସାମରୁ ଏନେକ ଉତ୍ତମ ଗୁଣବତ୍ତା ବିଶିଷ୍ଟ ଚା' ଅଣାଯାଉଛି । ପରେ ବରଗଡ଼ ପାଇକମାଳପୁତ୍ର ଗନ୍ଧମାର୍ଦ୍ଦିନ



ଶାକାହାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି କିପରି ପାଇବେ ଭିଟାମିନ୍ ବି୧୨: ଏହିସବୁ ଖାଦ୍ୟ ଦେବ ଲାଭ

ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ଡି-ଏନ୍-୯ ସିନିଟ୍ରୋସିଲ୍ ଏବଂ ଲାଲ ରକ୍ତ କଣିକା ଚିଆରି କରିବା ସହିତ ଏହାର ଅନେକ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ଅଛି । ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ସାଧାରଣତଃ ପଶୁଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟରୁ ଅଧିକ ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ଏହା ଶାକାହାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ୍ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଯେତେବେଳେ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ର ଅଭାବ ପଡେ, ଏଥିପାଇଁ ସେମାନେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଅନ୍ତି । ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ଡି-ଏନ୍-୯ ସିନିଟ୍ରୋସିଲ୍ ଏବଂ ଲାଲ ରକ୍ତ କଣିକା ଚିଆରି କରିବା ସହିତ ଏହାର ଅନେକ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ଅଛି । ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ସାଧାରଣତଃ ପଶୁଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟରୁ ଅଧିକ ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ଏହା ଶାକାହାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ୍ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ତଥାପି, ଏମିତି ଅନେକ ଶାକାହାରୀ ଖାଦ୍ୟ ଅଛି ଯାହା ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ର ଅଭାବକୁ ପୂରଣ କରିପାରିବ । ଶାକାହାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦୃଢ଼ି ପାଇଁ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇପାରିବେ । ଏହି ଭିଟାମିନ୍ର ବଡ଼ ଉତ୍ସ ଥିବା କେତେକ ଖାଦ୍ୟ ବିଷୟରେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ।

ଫର୍ଟିଫାଇଡ୍ ଫୁଡ୍:
ପୁରା ଶସ୍ୟ, ଉଦ୍ଭିଦ ତେଲ ଇତ୍ୟାଦି ଖାଦ୍ୟ ଶାକାହାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ର ଏକ ଉତ୍ତମ ଉତ୍ସ । ଉଦ୍ଭିଦ ଭିତ୍ତିକ ଦୁଗ୍ଧ, କେତେକେ ଶସ୍ୟ ପରି ଅନେକ ଖାଦ୍ୟ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ରେ ଭରପୂର । ଏହି ଖାଦ୍ୟ ଶାକାହାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ର ଏକ ସୁବିଧାନକର ଏବଂ ନିର୍ଭରଯୋଗ୍ୟ ଉତ୍ସ ପ୍ରଦାନ କରିପାରିବ । ଫର୍ଟିଫାଇଡ୍ ଫୁଡ୍



ଶାକାହାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ର ସମାପ୍ୟ ଉତ୍ସ ଭାବରେ ଫର୍ଟିଫାଇଡ୍ ଫୁଡ୍ (ଆଚାର କାଚାୟ) ମଧ୍ୟ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଏ । ଅବଶ୍ୟ, ଫର୍ଟିଫାଇଡ୍ ଫୁଡ୍ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ର ପରିମାଣ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଅନେକ କାରଣ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିପାରେ ।



କ୍ଷୀର ଏବଂ ଦୁଗ୍ଧଜାତ ଦ୍ରବ୍ୟ ଶାକାହାରୀ ଖାଦ୍ୟରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ପାଇବା ପାଇଁ ସହଜ ଉପାୟ ହେଉଛି ଦୁଗ୍ଧଜାତ ଦ୍ରବ୍ୟ ଖାଇବା । ଖାଦ୍ୟରେ କ୍ଷୀର, ଦହି ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କିଛି ସାମିଲ କରନ୍ତୁ ।



ବିଟ୍:
ବିଟ୍ରେ ଅଇଁଠା, ଫାଇବର, ପୋଟାସିୟମ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ ବି ୧୨ ଭରପୂର ମିଳେ । ବିଟ୍ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରୁଚି ବଢିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ, ଚର୍ମକୁ ଚମକାଇଥାଏ, ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ଏବଂ ସହନଶୀଳତା ବଢେ ।



ଦୁଗ୍ଧପୋଡ଼ା ବନାମ ହୃଦ୍‌ଘାତ

ବେଳେ ବେଳେ ଆମେ ଛାତିପୋଡ଼ାକୁ ହୃଦ୍‌ଘାତ ବୋଲି ଭାବିନେଉ । ପୁଣି ହୃଦ୍‌ଘାତକୁ ଦୁଗ୍ଧପୋଡ଼ା ବୋଲି ମନେକରିଥାଉ । ତେବେ ଏକ ଦୁଇଟି ଭିତରେ ରହିଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ଦୃଷ୍ଟି କରି ନିହାତି କରୁ । ଛାତିପୋଡ଼ା ସାଧାରଣତଃ ହଜମକ୍ରିୟା ସହ ଜଡ଼ିତ ଥିବା ବେଳେ ହୃଦ୍‌ଘାତ ମୁଖ୍ୟତଃ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡ କ୍ରିୟା ସହ ଜଡ଼ିତ, ଯାହାର ଦୂରତ ଚିକିତ୍ସା କରୁ । ଉଭୟ ଶାରୀରିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ଦୃଷ୍ଟିପାରିଲେ ଗୋଟିକର ଦୂରୀକରଣ ପାଇଁ ଅନ୍ୟତର ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଇପାରେ ତୁଟି ରହିବନି ଏବଂ ତୁରନ୍ତ ଚିକିତ୍ସା କରାଇ ଜୀବନ ବଞ୍ଚାଇହେବ । ଦୁଗ୍ଧପୋଡ଼ାର ଲକ୍ଷଣ: ଯେତେବେଳେ ପାକସ୍ଥଳୀରେ କ୍ଷତି ଘଟୁ ଉଠି ଆସି ଖାଦ୍ୟନଳୀ ବା ନିଗଳ (ଓସୋଫାଗସ୍)ରେ ପହଞ୍ଚିଯାଏ, ସେତେବେଳେ ଦୁଗ୍ଧପୋଡ଼ା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ, ଯାହାକୁ 'ସସିଡ୍ ରିଫ୍ଲକ୍ସ' କୁହାଯାଏ । ଓସୋଫାଗସ୍‌ର ସ୍ୱାସ୍ତ୍ୟକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବା ପାଇଁ ଏହାର ଉପଚାର କରିବା ଯୋଗୁଁ ଏପରି ଅସ୍ୱସ୍ତିକର ଅନୁଭବ ଆସିଥାଏ । ପିତ୍ତର ଠିକ୍ ପଛପଟେ ଅନୁଭବ ଏହି ଯକ୍ଷଣ ସାଧାରଣତଃ କେବଳ ମିନିଟ୍‌ରୁ



କେବଳ ଘଣ୍ଟା ଯାଏ କାରି ରହିଥାଏ । ଏଥିଯୋଗୁଁ କିଛି ବି ଖାଇବା ପରେ ପରେ ପାଟିକୁ ଟିକେ ଅମ୍ଳାୟ ବା ପିତ୍ତାକ୍ତିଆ ସ୍ୱାଦ ଲାଗିଥାଏ । କେଳେ ବେଳେ ଉଚ୍ଚ ଅମ୍ଳ ଚର୍ମ ଯାଏ ବ୍ୟାପି ଆସିବାରୁ ଅକର୍ମଣ୍ୟ ହାଲୁକି ଆସିଥାଏ । ଏପରି ଛାତି ଭିତରର ଜଳାପୋଡ଼ା ଅନୁଭବ ବେଳେ ବେଳେ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡରେ ସମସ୍ୟା ବୋଲି ଅନେକଙ୍କୁ ଭ୍ରମରେ ପକାଇଥାଏ । ମାତ୍ର ଏହା ଖାଦ୍ୟ ପାଚନ ଜନିତ ସମସ୍ୟା । ହୃଦ୍‌ଘାତର ଲକ୍ଷଣ: ଯେତେବେଳେ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡ ମାଂସପେଶୀର କୌଣସି ସ୍ଥାନକୁ ରକ୍ତ ସଂଚାଳନ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ, ହୃଦ୍‌ଘାତ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଧମନୀରେ କୌଣସି ଖାଦ୍ୟ କଣିକା ଜମି ରହିବାରୁ ଏପରି ଘଟିଥାଏ । ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣର ରକ୍ତ ସଂଚାଳନ ନପାଇ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡର ମାଂସପେଶୀ ଠିକ୍‌ରେ ସଂକୋଚନ କି ପ୍ରସାରଣ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରନ୍ତିନାହିଁ । ଫଳରେ ଛାତିର ଠିକ୍ ମଧ୍ୟଭାଗରେ ଭିଡ଼ିପୋଡ଼ି ହେଲା ପରି ଲାଗିବା ସହ ଚାଷଣ ଚାପଦେଇ କିଏ ମାଡ଼ିବିଲା ପରି ମନେହୁଏ । ଧୀରେ ଧୀରେ ଏହି ଯକ୍ଷଣା ଚିକ୍ତକ, ବେକ, ପିଠି ଓ ଉଚ୍ଚ ସସିଡ୍ ଉଦ୍‌ଭେଦ କରିବା ଯୋଗୁଁ ଏପରି ଅସ୍ୱସ୍ତିକର ଅନୁଭବ ଆସିଥାଏ । ପିତ୍ତର ଠିକ୍ ପଛପଟେ ଅନୁଭବ ଏହି ଯକ୍ଷଣ ସାଧାରଣତଃ କେବଳ ମିନିଟ୍‌ରୁ

କବିତାମାଳା

ବାଲେଶ୍ୱର,
୧୭ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୨୪, ମଙ୍ଗଳବାର

କଷ୍ଟ ବିନୟାନନ୍ଦ ବହୁସ୍ୟ

ମଲା କଷ୍ଟ ସିନା
ମଲା ଲୋକ ଜାଣେ
ଜାଣିବା ଲୋକ ଯତ୍ନେ ବେଦନା
ମଲା ଲୋକ କିବା ଜାଣେ,
କାଉ କାଉ ମରୁଥାଏ,
ଅସୁମାରୀ ମିଛ ଆଶା ଆକାଂକ୍ଷାରେ
ମରୁ ମରୁ ଜାଉଥାଏ ।

ବେଳେ ବେଳେ ଲାଗେ କାହିଁକି ରହିଛି
ନିକଟା ପ୍ରାଣଟା ମୋର,
ଅପମାନ ଶୁଣା ଅସୁୟା ଯାତନା
ନାକଟେକା ବ୍ୟବହାର,
ଭୁଲୁଅନ ଅଶବେଶା,
ସହି ସହି ଛାଡ଼ି
ପଥର ହେଲାଣି ଜୀବନ ଲାଗେ ପରୀକ୍ଷା ।

ଧନୀ ସଙ୍ଗେ ଧନୀ, ମାନୀ ସଙ୍ଗେ ମାନୀ
ଗରିବ ସଂଗେ ଗରୀବ,
ଦୁଃଖୀ ସଂଗେ ଦୁଃଖୀ,
ରକ୍ତ ସଂଗେ ରକ୍ତ



ରୋଗୀ ସଂଗେ ରୋଗୀ ଭାବ,
ହୋଇ ନ ପାରୁଛି ଲବେ,
ଯିଏ ଯେଉଁପରି ତା ପରି ହୋଇବା
ନିଛେ ମିଛେ ବସି ଭାବେ ।

ଏ ଦୁଃଖ ଯତ୍ନେ
ଉପଶମ କେବେ
ହୋଇବନି ଏ ଜୀବନେ,
ନିଜକୁ ନ ଭାବି ବିଶ୍ୱାସ ହରାଇ
ରୁଲୁଛି ଏ ଭବ ବଶେ,
ସନ୍ଦେହ ବିନା କାରଣେ,
ପ୍ରତି ଯତ୍ନେ ନିଜେ ହିଁ କାରଣ
ପରେ ଭାବେ ଅକାରଣେ ।

ବଂଚିବା ଯାହାର କଷ୍ଟ ହେଉଅଛି
ଅତୀତକୁ ଗଲେ ଫେରି,

କାରଣ ନିଶ୍ଚିତ ପାଇଯିବ ପରା
ନିଜେ ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ କରି,
ସୁଧାର ଆସିବ ପ୍ରାଣେ,
ଯିଏ ପାଇନାହିଁ ଦୁଃଖର କାରଣ
ସୁଖ କାହିଁ ତା ଜୀବନେ ।

ଯେମିତି ମୁଁ ଅଛି ସେମିତି କେ ଅଛି
ଆଖି ବୁଲାଇ ଦେଖିଲେ,
ଦେଖିବ କେତେ ଯେ ତୁମଠାରୁ ଉଚ୍ଚ
ନାଚେ କେତେ ତୁମ ତୁଲେ,
ଦୁଃଖ ଯିବ ମନୁ ଭୁଲି,
ନିଜ ସହ କେବେ ତୁଳନା ନ କରି
ନିଜ ବାଟେ ନିଜେ ଚାଲି ।

ଭାବିବ ଯେବେ ମୁଁ
ଦୁଃଖେ ଅଛି ବୋଲି
ସୁଖ ବି ଲାଗିବ ଦୁଃଖ,
ଦୁଃଖେ ଥାଇ ସୁଖେ ଥିବାର କହନା
ଜୀବନର ରୂପରେଖ,
ସାଧୁଜନେ ଏ ପ୍ରକାର,
ଜୀବନ ବଞ୍ଚିବ ସେବା କାର୍ଯ୍ୟରେ
କଷ୍ଟକୁ କରି ନିଜର ।

♥ ନିଆଳ, ଖୋର୍ଦ୍ଧା

ଶୀତ ଏବେ ଖେଳୁଛି ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ରାଉତ

ଶୀତ ଏବେ ଖେଳୁଛି ନଦୀ ପଠାରେ
କୁନି କୁନି ଲହଡ଼ି ସହିତ
କୁଳୁଡ଼ିକାକୁଡ଼ି ହୋଇ ଶିକାର ପ୍ରତୀକ୍ଷାରେ
ନଦୀ ଜଳକୁ ଚାହିଁ ଥିବା
ବଗୁଳା ବାଗୁଳାକ ତେଣା ସହିତ ।

ଶୀତ ଏବେ ଖେଳୁଛି ଶିଶୁଟିର ବାଧୁବଦ୍ରେ
ନଖି ବୁଡ଼ାଇ ଚିରା ଚାନ୍ଦର ସହିତ
ପୁଣି କେତେବେଳେ ଗଣିବୁଡ଼ାଇ
ଚିରାଧୋତି ସହିତ
ଶୀତ ଏବେ ଖେଳୁଛି ନଦୀ ତୁଠରେ



ଗାଁ ମଠରେ ପୁଣି ପଶୁ ହାତରେ... !

ଶୀତ ଏବେ ଖେଳୁଛି ଗାଁ ଗୋଠରେ
ବାଟି ପଛରେ ନବଜାତ କୁକୁର ଛୁଆଳ ସହିତ

କେତେବେଳେ ନବଜାତ ବାହୁରୀ ସହିତ
ପୁଣି କେତେବେଳେ ନବଜାତ ଛେଳି ଛୁଆ
ସହିତ
ପୁଣି କେବେକେବେ ରମା ବୋଉର ଖଡ଼ା
ସହିତ ।

ଶୀତ ଏବେ ଖେଳୁଛି ଗହମ କ୍ଷେତରେ,
ସାଲୁ ପତ୍ରରେ
ଶୀତ ଏବେ ଖେଳୁଛି ସୋରିଷ କ୍ଷେତରେ
ଆଳୁ ପିଆଜ ଆଉ ପରିବା କ୍ଷେତରେ
ପୁଣି କେବେକେବେ ଗେଣୁ ପୁଲରେ
ଆଉ କେବେକେବେ ସଜନା ଗଛରେ ।

♥ ବାଳକାଟି, ଆଳି, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା

ଶୀତ ରବି କୁମାର ମହାନ୍ତି

ତୁମେ ବେଶ୍ ପ୍ରେମ କରିପାର ଶୀତ
ସହଜରେ ଭାବ ଯୋଡ଼ି
ରାତିକୁ ସ୍ୱପ୍ନ ମୟ
ଏବଂ ସ୍ୱପ୍ନ ସବୁକୁ ନାଆ କରି
ଭବେର ପାର
କୁହୁଡ଼ି ସୁଆରେ
ତୁମ ଆଲିଙ୍ଗନର ଚମତ୍କାରିତା ରେ
ମୁଷ କରିପାର
ଦେହରୁ ସ୍ୱଳନର ଶୁଣାର ଯାଏ
ନଇ ପଠାକୁ
ନିଦର ନୀଳ ନୀଳ ନଅର
ତୁମ ଗାଡ଼ ସାନ୍ନିଧ୍ୟରେ ଜୀବନସାଥ ପାଏ
ଶୀତ ତୁମେ,
ଏକାଠି କରି ପାର ଅଲଗା ଦିଶୁଥିବା
ଦେହର ଚିତ୍ର ସବୁକୁ



ଗୋଟିଏ ଛାତିର ଛାତ ତଳେ
ଫେଟି ପାର ଅଲଗା ରଂଗ ବୋଲି
ହୋଇଥିବା
ଇଚ୍ଛା ମାନଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ତୁମାର ତୁଲିରେ
ତୁମ ପ୍ରେମାକପଣର ତୁଳନା ନାହିଁ
ନିଃଶ୍ୱାସ ମାନେ ଅନେକକୁ
ଏକ ହେଲା ବେଳେ
ଯେଣୁ ତୁମେ ଝୁଲିପାର
ବିନ୍ଦୁ ବିନ୍ଦୁ ଝାଳର ବୋଲିରେ

ତୁମେ ଖୁବ୍ ଖୁସି ହୁଅ

ଇତସ୍ତତଃ ପଢ଼ିଥିବା ପୁଲକ ମାନଙ୍କୁ
ଗୋଟେଇ ଆଣି
ସଜେଇବାରେ ଗୋଟିଏ ସ୍ତବକରେ
ବିଭୋର ହୁଅ ବୀରହରେ ଝୁଟି ପଡ଼ୁଥିବା
ଶୋଷର ପତ୍ର ସବୁକୁ ସାଉଁଟି ଆଣି
ସୁନ୍ଦି ଦେବାକୁ ପଲକରେ
ଶୀତ ତୁମେ ମିଳନର ମହୋତ୍ସବ
ରାତି ଶେଷ କାକର କୁଞ୍ଜରେ

ତୁମେତି ତ ଲାଖୁ ଆଥ
ନରମ ଖରାରେ ଘାଲେଇ ପଡ଼ୁଥିବା
ଓଦା ଚିତ୍କୁକରେ
ଆମୋଦିତ ହୋଇପାର ତୁମେ
ଭୋକିଲା କରି ଟିଏ ଶୋରଗଲେ
ଗହମ ନିଦରେ
ନିଜ ଗଡ଼ା ଶର ପଲକରେ ।

♥ ମାଡ଼ୁ ନାଡ଼ୁ
କମାରିଆ, କି- ଭଦ୍ରକ
ମୋ: ୭୦୫୪୭୭୮୨୪୭

ନିଶାନ୍ତି ଅନସୂୟା ପଣ୍ଡା

ନିଶାନ୍ତିର ଲକ୍ଷ୍ୟ ମହାକୁମ୍ଭରେ
ମନ୍ତ୍ର ସ୍ତ୍ରୀ କରୁକରୁ
ଖୁସିମାନେ ହଳିଯାଆନ୍ତି ଦୁର୍ଦ୍ଦିନ ଅନ୍ତରାଳରେ
ଭୋକ ପେଟ ବିଳାପରେ
ପରିବାର ଖରୁଆଏ
ମନ ଗନ୍ ଗନ୍ ପୁଟେ ବିନା ନିଆଁରେ ।

ଅଦୃଶ୍ୟରେ ଝେନିପଡ଼ୁଥାଏ
ଆଶା ଅଭିଳାଷ ଆକାଂକ୍ଷା ଅନୁରାଗ
ଆବେଗ
ନିଶାନ୍ତିର ଅନ୍ତରାଳରେ
ଭବେଷାର ଗୋଳି ପାରିରେ



ଛବପଟ ହେଉଥାଏ ପରିବାର
ଉତ୍ତରକୁ ସକଳି ହେଉଥାଏ
ଶୁଣାର ଗରମ ଚାଖୁରେ ।

ଆଖି ବରଷୁଥାଏ ତମାମ ଦିନ ରାତି
ଶାନ୍ତିର ମୁହୂର୍ତ୍ତ କିଛି ଚାଖୁବାର ବେଷାରେ
ମଦ ମହୋତ୍ସବ ଲୁଚିନିଏ ମାଦକତା
ଜୀବନର / ଆତ୍ମତା ସମ୍ପର୍କର
ଶ୍ରୀମାନ ଆର୍ତ୍ତସୂତ୍ର ଗୁଣୁଥାଏ

ଅକ୍ଷାଂଶରୁ ବ୍ରାହ୍ମିଣୀ ଯାଏ ।
କେବଳ ଅନ୍ଧାର ତତା ଆଖିରେ
ଆବୋରି ଚାଲିଥାଏ ପାଦେ ପାଦେ ଜୀବନ
ମଦର ଏ ଆଦିବ ଲୁଣ୍ଠନର ଖେଳ
ସରିଯାଆନ୍ତି ଭୁଲୋକକୁ
ସୁଖିସିଦ୍ଧ ଉଦାମତାର ବିଦ୍ରୋହରେ
ତିଆରି ହୁଅନ୍ତା ମଦ ଶୂନ୍ୟ ଦେଶ ।

କିଛି ପିଲା ମଣିଷ ହୁଅନ୍ତେ
କିଛି ଦୁଃଖରୁ ନିବୃତ୍ତ ଯାଆନ୍ତେ
ଜୀବନ ଆଲୋକରେ ଉଦାର୍ଥ ହୁଅନ୍ତା
ବାମନ ସବୁକ ସୁଖରେ ଝଟକନ୍ତା
ଆ... ହା କି ପୂର୍ଣ୍ଣତା ପରିତୃପ୍ତିର
ମଣିଷର ସମାଜରେ ବିଷୟ ।

♥ ବୁଲି, ସମ୍ବଲପୁର
ମୋ: ୯୪୩୭୪୪୦୪୦୯

ଇଏ ପରା ଶୀତ ଦିନ ଜୟକୃଷ୍ଣ ସାହୁ

ଶୀତ ସକାଳରେ ମନ ଚାହିଁଥାଏ
ଖରାର ଉତ୍ସୁକ ଚାଟି
କେଳେ ଲୋଡ଼ିଥାନ୍ତି ତା' ପିଲାକୁ
ନାଚି ପରି ଏକ ସାଥୀ ।
ଶରୀର ଲୋଡ଼ର ଗରମ ପୋଷାକ
ମଥା ଲୋଡ଼େ ମଫଲର
କେଜେମା' ଲୋଡ଼ର ରତ୍ନ ନିଆଁ ଚାଟି
ସେକ୍ସାକୁ ତା' ଶରୀର ।
ଗରମ ଗରମ ପିଆଳି ପକ୍କୁଡ଼ି
ଖାଇବାରେ ଥାଏ ମଜା
ଗରମ ମୁଢ଼ିର ସାଥେ ଖାଦ୍ଯାକୁ
ଚନାଚୁର ହୁଏ ଖୋଳା ।



ଉତ୍ତର ଦିଗରୁ ହେମାଳ ପବନ
ବହି ଦେଇଥାଏ ଦୁଃଖ
ବଶଭୋଳି କରି ଗାଆଁ ପିଲା ସବୁ
ସାଉଁଟି ଥାଆନ୍ତି ସୁଖ ।
ଗରମ ମୁଢ଼ିର ସାଥେ ଖାଦ୍ଯାକୁ
ପାଠାକୁରାଣୀ ଧନଠାକୁରାଣୀ
ଦୁହିଁକର ହୁଏ ପୂଜା

ଖୁରି ପୁରି ମିଠା ପିଠା ଖାଇ ଆମେ
କରିଥାଉ କେତେ ମଜା ।
ଧାନ କ୍ଷେତେ ସୁନା ଫସଲ ଫଳାଇ
ଚାଷାଭାଉ ହୁଏ ଖୁସି
ଶୀତରେ ଗରମ ପୋଷାକକୁ ପିନ୍ଧି
ଆସେ କୁନିଝିଅ ଲୁସି ।
ବାଡ଼ିରେ ପରିବା ହାଟ ବସିଥାଏ
ଗେଣୁମୁଲ ପୁଟି ବାସେ
ପରଜାପତିତା ସଜ ପୁଲ ଦେଖି
ମନେ ମନେ ଭାବି ହସେ
ଇଏ କେମିତିକା ଦିନ,
ଯେଉଁ ଦିନ ପାଇଁ ଝୁରି ହେଉଥାଏ
ଆମ ସେ ଅବୁଦ୍ଧା ମନ ।

♥ କପିଳ ପ୍ରସାଦ, ଭୁବନେଶ୍ୱର-୨
ମୋ-୯୯୩୭୦୯୨୩୯୭

ସାତଟି ଏକପଦୀ ଡ. ଭରତ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାଶ

ଏକ ॥
ରକ୍ତଜବା ସମ ଶ୍ରୀତନୁର ବାସ
ଦହତେ ତୁପର ରଙ୍ଗ
ଅଧରର ମଧୁ ପ୍ରୀତି ସୁଧା ସିନ୍ଧୁ
ମିଳନେ ପ୍ରଣୟୀ ସଙ୍ଗ ।

ଦୁଇ ॥
ପ୍ରୀତି ଉଦ୍ୟାନର ମନ୍ଦାର ଗୋ ତୁମେ
ଶ୍ୱେତ ଲୋହିତର ରଙ୍ଗ
ରୂପ ଲାବଣ୍ୟର ବନ୍ଧନେ ବାନ୍ଧିଛ
ଲଭିବାକୁ ପ୍ରୀତି ସଙ୍ଗ ।

ତିନି ॥
କୃଷ୍ଣର ତମାଳ ମାଳ ମାଳ ? ହୋଇ
ପୁଟିଛି ପ୍ରୀତିର ବନେ,
ଆସ ଗୋ ପ୍ରେମସୀ ରୂପ ଗୁଣେ ରସି
ରାଗିଣୀ ତୋଳ ଗୋ ପ୍ରାଣେ ।



ଚାରି ॥
ଶୁଭ ସକାଳର ଅଭିନନ୍ଦନ ମୋ
କୃଷ୍ଣତମାଳରେ ଘେନ
ରକ୍ତିମ ଅଧର ପ୍ରୀତି-ସୁଧା-ଝର
ସ୍ୱିରସ ମଧୁର ପ୍ରାଣ ।

ପାଞ୍ଚ ॥
ମୋ ଆଖିରେ ତୁମେ ପ୍ରୀତିର ଅଞ୍ଜନ
ବୋକିଛ ସରାଗେ ନେଇ

କେମିତି କହିବି ତୁମେ ମୋ ସନ୍ଦନ
ହୃଦୟେ ଯାଇଛ ରହି ।

ଛଅ ॥
ମୁଁ ଏମିତି ସଖି ମରିବି ବିକନେ
ପଡ଼ିଥିବ ମୋର ଦେହ
ସୁଜନର ଧୂପ ମହକାଇ ଥିବ
ନ ଥିବ କାମନା ମୋହ ।
ସାତ ॥
ଚାହିଁଲେ ବି ତୁମେ ଛୁଇଁ ପାରିବନି
ଲୁହ ଗଡ଼ାଇବ ଆଖି
ଭଲପାଉଥିଲି ତୋତେ ଲୋ ସଜନୀ
କଳା କୋଣାରକ ସାକ୍ଷୀ ।

♥ ସଚିବ, ସୁଜନ ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ର, ମାର୍କୋଣା
ସିମ୍ଲିଆ, ବାଲେଶ୍ୱର - ୭୫୬ ୧୨୬
ମୋ: ୯୮୪୪୪୩୯୧୬୬

ମୁଁ ଗୋଟେ ପଢ଼ଷ ଚିତ୍ର ନୀଳମଣି ଚାନ୍ଦ

ଶୀତର କାନଭାସରେ
ସମୟ ଆଜିଥିବା
ମୁଁ ଗୋଟେ ପଢ଼ଷ ଚିତ୍ର
ଆସ, ମନଭରି ଦେଖୁନିଆ ମୋତେ ।

ମୋ ଚିତ୍ରରେ କାକରର ମୁଖ
ସୋରିଷ ଫୁଲର କ୍ଷେତ
ଠିଆ ହୋଇ ଚାହୁଁଥିବା ସୂର୍ଯ୍ୟମୁଖୀକୁ
ଅବଲୋକନ କର ।

ଚିତ୍ରରେ କୁହୁଡ଼ିକା,
ପ୍ରାତଃ ଭ୍ରମଣରେ
ବାହାରିଥିବା କିଛି ମଣିଷ
କୁକୁଡ଼ି କାକୁଡ଼ି ହୋଇ ବସିଥିବା
ଦୁଃଖୀମଣିଷମାନେ ଫିକା ଦିଶୁଥାନ୍ତି ।

ଏ ଚିତ୍ର ହୁଏନ ଓ
ରାଫେଲଙ୍କ ଚିତ୍ରଠୁଁ ଭିନ୍ନ
ହୁଏତ ତୁମକୁ ଭଲ ଲାଗିପାରେ ।

♥ ମନ୍ତ୍ର ମାନବର, ଗୋଠପାଟଣା
ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ: ୯୫୮୩୨୦୨୩୫୭

ଆଉ ତୋ ଗଳିରେ ରଖୁନି ମୋ ପାଦ ତାରାପ୍ରସାଦ ଜେନା

ଆଉ ତୋ ଗଳିରେ ରଖୁନି ମୋ ପାଦ
ସାଧୁରୁ ଲାଗୁଛି ତୋର
ପ୍ରେମଟା କରିବା ବିପଦ ଏମିତି
ଛାଡ଼ିଦେ ଛାଡ଼ିଏ ଡର ।

ମୋହର ଦରଜା ଫିଟେଇ ଦେବାକୁ
କହୁନି ମୋ ମନ ସତ
ଫୁଲର ସଦାବା ଉଠାଇ ନେବାକୁ
ଯାଉନି ଏଇ ମୋ ହାତ
ଆଖିର ସପନ ଲୁହରେ ବିକଳ
ଭାଙ୍ଗୁଛି ଆଶାର ଘର
ଆଉ ତୋ ଗଳିରେ...

ତୋ ରୂପ କୁହୁକ ବଳେଇ ପଡ଼ୁନି
ଭାବର ଅଭାବ ଆଶେ
ପୁଟିରେ ଜାଇବା ସମୟ ହେଉନି
ନିଜକୁ ଅକ୍ଷମ ମଣେ
ହାରିବା ଲୋକର ବରଣୀ ଦେଖୁରା
ଶୁଣିବେ ଗୋଟିଏ ଥର
ଆଉ ତୋ ଗଳିରେ....

♥ ରାଜ ରଣପୁର, କିଲ୍ଲା-ନୟାଗଡ଼,
ପିନ୍-୭୫୨୦୨୬,
(ମୋ) ୯୩୪୮୦୫୪୩୦୦



ଅଭିମାନ ରତ୍ନକାନ୍ତି ମିଶ୍ର

ଅନୁଭବି ଅଛି ଜୀବନେ କେବଳ
ଆଲିଙ୍ଗନ ଦୁର୍ଦ୍ଦିନର
ଅମରଣ ସହ ବଞ୍ଚିଛି କେବଳ
ଏଇ ମୋର ଅଜ୍ଞାନକାର ।

ଅସମାପ୍ତ ଏଇ ଚାଲିବାର ପଥ
ସତେକି କଷ୍ଟକମୟ
ଅସହ୍ୟ ଲାଗଇ ଜୀବନ ଯତ୍ନେ
ଦୁର୍ଦ୍ଦିନର ଦୟନୀୟ,
ଅମାନିଆ ହୋଇ ଆଖିରୁ ଝରୁଛି
ଅସହାୟତାର ଲୁହ
ଅନୁରାଗ କା'ର ମୋପାଇଁ ଦୁରୁହ
ବୁଦ୍ଧେ ଅସରନ୍ତି କୋହ ।

ଅସ୍ପୀକ୍ଷକ ସତେ ତୁଟିଯାଏ ଭାଗ୍ୟ
ପାଦତଳେ ଚୋରାବାଲି
ଅମାୟ ଆନନ୍ଦେ ହସି ମୁଁ ପାରୁନି
ଅଗୁଡ଼ିଏ ମନଖୋଲି,
ଅଶାନ୍ତ ପ୍ରାଣେ ସଂସାରର ବୋଝ
ଦୁନିଆଟା ଲାଗେ ମିଛ

ଅନ୍ତର୍ଦ୍ଧାତ ମୋର ବୁଝିନି କେହି
ବଞ୍ଚିବା ଲାଗଇ ତୁଛ ।

ଅକଣ୍ଠା ଆତଙ୍କେ ଶିହରି ଉଠେ ମୁଁ
ଶୂନ୍ୟ ଲାଗେ ଭବିଷ୍ୟତ
ଅସାଧ୍ୟ ଅଲଭ୍ୟ ସ୍ୱପ୍ନ ତୁଟିଯାଏ
ଭାଗ୍ୟ ଫଳ ବିପରୀତ,
ଅନ୍ତରାତ୍ମା ମୋର ବିକଳିତ ଉଠଇ
ତୁମରି ସାନ୍ନିଧ୍ୟ ପାଇଁ
ଅମ୍ଭାନୁ ଖୁସିରେ ମହକିତ କର
ମୋତେ ହେ ଜଗତ ସାର୍ଥକ ।

♥ ଆଳି, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା



ସ୍ମୃତିର ଦୁର୍ଗମ ପଥ ସୁଧାକର ରାଉତ

ଆଶାର ଫରୁଆ ତଳୁ
ସିଏ ଉଠି ମାରେ
ଅନିଚ୍ଛା ସନ୍ଦେହ ବି କରାଯାତ କରେ
ମୋ କୋମଳ ଦୃଷ୍ଟିରେ ।

ଅନୁମତି ଦିଏନି ମୁଁ ସତ
ମନା ବି ନ କରି ପାରେ ତା'ରେ ।
ହୃଦୟ ଗର୍ଭରେ ଦିଏ
ସିଏ ଆଶ୍ରେଣ୍ୟ ତୁମନ
କଣ କେଜାଣି ଭାବେ
ମୋ ସକାଶିତ ପ୍ରାଣ !

ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ସଙ୍ଗେତେ ଲଳି ଲଳି
ତୁର କରେ ସବୁ ବାଧା
ଆଉ ଦୁର୍ଲଭ୍ୟ ଅନ୍ତରାୟ
ତା ପାଇଁ ତେଜିଛି
ଜୀବନର ସ୍ୱାହସ, ପ୍ରୟୋଜନ ।

ସେ କିନ୍ତୁ ଚୈତ୍ୟବୃଦ୍ଧି କରି
ମୋ ମନର ଝରକାରେ ପଶି
ଶାନ୍ତିର ଭଣ୍ଡାର କରଇ ଲୁଣ୍ଠନ ।

ସତେ ମୋ ମନରେ
ତାର ଜନ୍ମଗତ ନାୟା ଅଧିକାର
ସିଏ ମୋର ସ୍ମୃତି
ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ ସିଏ
ଅହରହ ସୃଷ୍ଟି କରି ମଧୁର ଗୁଞ୍ଜନ ।

♥ ପ୍ରତାପ ନଗରୀ, କଟକ
ମୋ: ୮୪୯୯୩୨୭୭୯୨

ଭୂତ ଜ୍ୟୋତିରେଖା ସାହୁ

ତୁମେ କଣ ସତରେ ଅସୁନ୍ଦର,
କଣ ସତରେ ଭୟଙ୍କର,
କାହିଁକି ଏ ମିଛ ଦୁନିଆଁ,
ତୁମର ଅସ୍ଥିତୁକୁ କରି ଦେଇଛି ଅବାଚର ।
ତୁମେ ଏ ମାୟା ସଂସାରକୁ ଚରିଗଲଣି,
ତେବେ କାହିଁକି ଏ ପ୍ରହେଳିକା,
ତୁମ ନାମରକୁ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର,
କାହିଁକି ଉଠେ ଏତେ ପ୍ରଶ୍ନ ତୁମକୁ ନେଇ ।
ତୁମେ କଣ ସତରେ ଧବଳ ବସ୍ତ୍ର ପିନ୍ଧ ?
ତୁମେ କଣ ଚାହିଁନି କଣ ତୁମର
ମଧୁରତା ନାହିଁକି ?
ତୁମେ କଣ ଅଦୃଶ୍ୟ ପରି ଆସିଥାଆ ?
ଏତେ ଭୟଙ୍କର ପରିବେଶ ସଜେଇ ଦିଅ ।
ତୁମେ କଣ ଚାହିଁନି ହସ କାୟ କରିବା
ପାଇଁ ?
ଅବା ଚାହିଁନି ମନର ଭାବ ପ୍ରକାଶ ପାଇଁ,
କାହିଁକି ଏକାକୀ ରହିବାର ଅଭାଗ୍ୟ କରିନିଅ
ଅଥବା ଦୁନିଆ ଦେଇନି
ତୁମକୁ କୌଣସି ସୁଯୋଗ ? ?

ତୁମେ କଣ ଅନ୍ୟର କ୍ଷତି କରି ଶାନ୍ତି ପାଆ ?
ଅବା ନିଜର ଖୁସି ପାଇଁ ଅନ୍ୟକୁ ମାରି ପାର,
ନା ମଣିଷ ଅଶିକ୍ଷାକୁ ତୁମକୁ ଦାୟୀ
କରିଥାଏ,
ତରିଲେବି ତୁମକୁ ସେ
ନାୟକର ଆଖ୍ୟା ଦିଏ !
ତୁମେ କଣ ସତରେ ଦୁନିଆ ଆଗକୁ
ଆସିବନି ?
କଣ ତୁମେ ଭଲ ବୋଲି ଗଣା
ହୋଇପାରିବନି ?
କଣ ତୁମକୁ କେହି ସୁନ୍ଦର କହିବେନି ?
କଣ ତୁମକୁ ଆଉ କେହି ନ ଡରି ଭଲ ପାଇ
ପାରିବେନି..

♥ ଜଗତସିଂହପୁର, ନାଉଗାଁ, ଛତିଆନା
ମୋ: ୭୮୪୬୮୬୯୯୫୫୬



