

କର୍ତ୍ତା

ଶାଢ଼ି ପିନ୍ଧି ବି କୁଣ୍ଡି

ଶାଢ଼ି ଭାରତୀୟ ମହିଳାଙ୍କ ପାରମ୍ପରିକ ପରିଧାନ। କିନ୍ତୁ ଆଜିକାଲି ଶାଢ଼ି ମହିଳାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରାଥମିକତା ହୋଇ ରହିନି। ଶାଢ଼ି ଅପେକ୍ଷା ମହିଳାମାନେ ସାଲଖିର କମିଜ, କିମ୍ବୋ ଆଦିରେ ନିଜକୁ ଅଧିକ ପୁରସ୍କୃତ ବା କମ୍ପର୍ଟେବଲ ମନେ କରୁଛନ୍ତି। କିନ୍ତୁ ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶର ରାଜଧାନୀ ଲକ୍ଷ୍ନୌ ନିକଟରେ ଥିବା ଗୋପାଳଗଞ୍ଜର ଅହିମାମର ଗାଁର ମହିଳାମାନେ ଶାଢ଼ି ପିନ୍ଧି କୁଣ୍ଡି କରିବାକୁ ବି ଡରନ୍ତି ନାହିଁ। ପ୍ରତିବର୍ଷ ନାଗ ପଞ୍ଚମୀର ପରଦିନ ଏଠାରେ ମହିଳାମାନେ କୁଣ୍ଡି କରିବାର ପରମ୍ପରା ରହିଛି। ଆଖାପାଖ ୧୫ ଟି ଗାଁର ମହିଳା ଓ ଝିଅମାନେ ଏହି କୁଣ୍ଡି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି। ଲୋକଗୀତର ତାଳେ ତାଳେ ମହିଳାମାନେ କୁଣ୍ଡି ଲଢ଼ିଥାନ୍ତି।



ଗତ ପାଞ୍ଚଦଶକ ହେଲା କୁଣ୍ଡି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଭାଗ ନେଇ ଆସୁଥିବା ୮୦ ବର୍ଷୀୟ ରାମକଳି କୁଣ୍ଡି, ଲୋକଗୀତ ଏହି କୁଣ୍ଡି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଶ। କୁଣ୍ଡି କରୁଥିବା ମହିଳାଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବାକୁ ସମସ୍ତେ ମିଶି ଏହି ଗୀତ ବୋଲିଥାନ୍ତି। କୁଣ୍ଡି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଦୁର୍ଦ୍ଦାମାନେ ବି ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି। ୭୫ ବର୍ଷୀୟା ରାମ ଦୁଲାରୀ ଏବେବି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଚାମ୍ପିଅନ ହୋଇଛନ୍ତି। ତାଙ୍କ ଠାରୁ ବହୁ ସାନ ସାନ ଝିଅଙ୍କୁ ହରାଇବାକୁ ତାଙ୍କୁ ବେଶୀ ସମୟ ଲାଗିନଥାଏ।

କୁଣ୍ଡି ଲଢ଼ିବା ପାଇଁ ଏମାନେ କୌଣସି ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ନେଇ ନଥାନ୍ତି। ନିଜ ନିଜ ମା', ଜେଜେମା'ଙ୍କ ଠାରୁ ଯେଉଁ କଳା ଶିଖିଛନ୍ତି ସେଥିରେ ହିଁ ଏଥିପାଇଁ ନିଜକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାନ୍ତି। ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବି ଏହି ପାରମ୍ପରିକ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ପାଇଁ ଆକର୍ଷଣ କମିନି। ୧୬ ବର୍ଷ ବୟସରୁ ଅଧିକ ବୟସ୍କ ଝିଅମାନେ ବି ଏଥିରେ ଭାଗ ନେଇଥାନ୍ତି। କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରୁଥିବା ତିମର ଜଣେ ସଦସ୍ୟା ଶିବାନୀ କୁହନ୍ତି, ମୁଁ ପିଲାଦିନରୁ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଆସୁଛି। କିନ୍ତୁ ଗତ ଚାରିବର୍ଷ ହେଲା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନରେ ବ୍ୟସ୍ତ ହେଉଥିବାରୁ କୁଣ୍ଡି ଲଢ଼ିବାକୁ ସୁଯୋଗ ପାଉନି। ଏହି କୁଣ୍ଡି ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ବିଶେଷତା ହେଲା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନର ଆଖପାଖକୁ ବି କୌଣସି ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଆସିବାକୁ ଅନୁମତି ନଥାଏ। ପୋଲିସ ବି ଏଥିପାଇଁ କଡ଼ା ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥାଏ। ଏପରିକି ଛୋଟ ଛୋଟ ପୁଅଙ୍କୁ ବି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଦେଖିବାକୁ ଅନୁମତି ନଥାଏ।

ହେଲା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନରେ ବ୍ୟସ୍ତ ହେଉଥିବାରୁ କୁଣ୍ଡି ଲଢ଼ିବାକୁ ସୁଯୋଗ ପାଉନି। ଏହି କୁଣ୍ଡି ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ବିଶେଷତା ହେଲା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନର ଆଖପାଖକୁ ବି କୌଣସି ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଆସିବାକୁ ଅନୁମତି ନଥାଏ। ପୋଲିସ ବି ଏଥିପାଇଁ କଡ଼ା ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥାଏ। ଏପରିକି ଛୋଟ ଛୋଟ ପୁଅଙ୍କୁ ବି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଦେଖିବାକୁ ଅନୁମତି ନଥାଏ।

ସପିଂ ପାଇଁ ନିମିତ୍ତ ବିଶେଷ ସାଇକେଲ



ଲୋକେ ଦାମୀ ଗାଡ଼ିରେ ଦୁଲିବା ସହ ସପିଂ ମଲରେ ନିୟମିତ ଭାବେ ସପିଂ କରିବାକୁ ଉତ୍ତମ ଜୀବନଶୈଳୀ ଭାବେ ଅଧିକାଂଶ ଭାରତୀୟ ବ୍ୟାଣୀ କରିଛନ୍ତି। ପରିବେଶ ସଚେତନତା ବାବଦରେ ଖୁବ୍ କମ୍ ଭାରତୀୟ ସଚେତନ ବୋଲି ପ୍ରକାଶ। ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ୩୫% କମ୍ ଭାରତୀୟ ନାଗରିକ ପରିବେଶ ପ୍ରଦୂଷଣ ବାବଦରେ ବିଭିନ୍ନ ପଦକ୍ଷେପ ନେଉଛନ୍ତି।

ଏପରିକି କେତେକ ବର୍ଗର ଲୋକେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଦୂଷଣରୁ ବର୍ତ୍ତିବା ପାଇଁ ଗାଡ଼ି ମଟର ବଦଳରେ ସାଇକେଲରେ ଯାଆପ କରୁଛନ୍ତି। ଆମ ରାଷ୍ଟ୍ର ଉଚ୍ଚନାରେ କିନ୍ତୁ ବିଦେଶୀ ରାଷ୍ଟ୍ର ଏ ବାବଦରେ ଖୁବ୍ ସଚେତନ। ନିକଟରେ ସ୍ୱିଡେନର ଏକ କମ୍ପାନୀ ସେଠାକାର ଲୋକଙ୍କ ସପିଂ ଭାରତୀୟ ନାଗରିକ ପରିବେଶ ପ୍ରଦୂଷଣ କମିବା ନିମିତ୍ତେ ସପିଂ ସାଇକେଲ ତିଆରି

କରିଛି। ସାଇକେଲ ପଛରେ ଖୁବ୍ ହାଲୁକା ସପିଂ ବାସ୍ତେଟ ଖଞ୍ଜା ହୋଇରହିଛି। ସପିଂ ମଲରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ପରେ ସେଠାକାର ବାସ୍ତେଟ ବ୍ୟବହାର ନକରି ବରଂ ସାଇକେଲ ଖଞ୍ଜା ହୋଇଥିବା ସପିଂ ବାସ୍ତେଟକୁ ସହଜରେ ବାହାର କରି ମଲ ଭିତରକୁ ନେଇହେବ। ଏହି ସପିଂ ମଲ ବିଶେଷ ସାଇକେଲର ମୂଲ୍ୟ ୧୩ ହଜାର ଟଙ୍କା ଧାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛି।

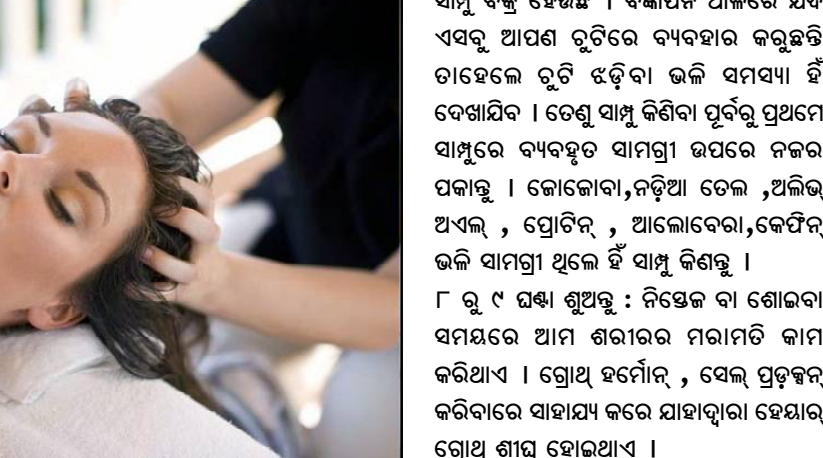
କମ୍ ବୟସରୁ ଚନ୍ଦାପଣର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି କି? ପ୍ରତିଦିନ କରନ୍ତୁ ଏଭଳି କାମ, ଦେଖାଯିବନି ଚନ୍ଦାପଣର ସମସ୍ୟା

ବୟସ ବଢ଼ିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖାଯାଏ । ଶରୀରରେ ମେଟାବଲିଜମର ମାତ୍ରା ବଢ଼ିଥାଏ । ଭାରତରେ ପ୍ରତି ୨ ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଚନ୍ଦାପଣର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ । ଅକାଳରେ ରୁଚି ଝିପିପଡ଼େ ଏବଂ ଚନ୍ଦାପଣର ଶିକାର ହେବାକୁ ପଡ଼େ । କିନ୍ତୁ କମ୍ ବୟସରେ ଚନ୍ଦାପଣ ଗ୍ରାସ କରିବା ଏକ ବଡ଼ ସମସ୍ୟା । ତେବେ କିଛି ଚିକିତ୍ସା ଆପଣାଇ ଆପଣ ନିଜ ରୁଚିର ଧ୍ୟାନ ରଖିପାରିବେ । ଏବେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି କାହିଁକି ଅଧିକ ଲୋକ ଏହି ଚନ୍ଦାପଣର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି? ହର୍ମୋନାଲରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ, ଶରୀରରେ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱର ଅଭାବ, କେମୋଥେରାପି କିମ୍ବା ଅତ୍ୟଧିକ ଔଷଧ ସେବନ, ଚାପଗ୍ରସ୍ତ, ଶାନ୍ତ ଓଜନରେ ହ୍ରାସ, ଗମ୍ଭୀର ରୋଗ ଇତ୍ୟାଦି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ମେଟାବଲିଜମର ମାତ୍ରା ବଢ଼େ ଏବଂ ଚନ୍ଦାପଣର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ ।

ଡାକ୍ତରରେ ନିଅନ୍ତୁ ପ୍ରୋଟିନ୍ : ହେୟାର ଗ୍ରୋଥ ପାଇଁ ପ୍ରୋଟିନ୍ ନିହାତି ଜରୁରୀ । ଅଣ୍ଡା, ମାଛ, କମ୍ ଚର୍ବି ଥିବା ମାଂସରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥାଏ । ଯାହା ରୁଚି ବଦାଇବା ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଖାଦ୍ୟରେ ଜରୁରୀ ଭିତାମିନ୍ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଭିତାମିନ୍ ଏ ରୁଚିମୂଳକ ପ୍ରାକୃତିକ ତେଲ ବିକାଶ କରିବାରେ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିଭାଇଥାଏ । ଭିତାମିନ୍ ଉଚ୍ଚ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ । ବେକେବେକେ ଘରୋଇ ଉପଚାର ମଧ୍ୟ ରୁଚି ବଦାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ରସୁଣ, ଏଥିପାଇଁ ଭଲ ମସାକର ହୋଇପାରେ । ରସୁଣ, ପିଆଜ, ଅଦାର ରସକୁ ଆପଣ ମୁଣ୍ଡରେ ମାଲିସ୍ କରିପାରିବେ । ରାତିରେ ମାଲିସ୍ କରି ସକାଳେ ଧୋଇପାରିବେ । ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଡ୍ରାକରକ କହିବାଦୁସାରେ, ଏହା କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ରୁଚି ପୁନର୍ବାର ବଢ଼ିଯିବ



ଆପଣ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲା ଭଳି ରୁଚି ମଧ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ଦରକାର ଏବଂ ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ତ୍ରୁଟି ତେଲ ନେଇ ହାଲକା ହାଲକା ମସାକ କଲେ



ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ହେବା ସହ ରୁଚିର ଗ୍ରୋଥ ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ । ବକାରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର କ୍ୟାମିକାଲମୁକ୍ତ ସାମୁଁ ବିକ୍ରି ହେଉଛି । ବିଜ୍ଞାପନ ଆକରେ ଯଦି ଏସବୁ ଆପଣ ରୁଚିରେ ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି ତାହେଲେ ରୁଚି ଝଡ଼ିବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ହିଁ ଦେଖାଯିବ । ତେଣୁ ସାମୁଁ କିଣିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ସାମୁଁରେ ବ୍ୟବହୃତ ସାମଗ୍ରୀ ଉପରେ ନଜର ପକାନ୍ତୁ । କୋକୋବା, ନଡ଼ିଆ ତେଲ, ଅଲିଭ୍ ଅଏଲ, ପ୍ରୋଟିନ୍, ଆଲୋକୋଲ, କେଫିନ୍ ଭଳି ସାମଗ୍ରୀ ଥିଲେ ହିଁ ସାମୁଁ କିଣନ୍ତୁ ।

୮ ରୁ ୯ ଘଣ୍ଟା ଶୁଅନ୍ତୁ : ନିଷେଧ ବା ଶୋଇବା ସମୟରେ ଆମ ଶରୀରର ମରାମତି କାମ କରିଥାଏ । ଗ୍ରୋଥ ହର୍ମୋନ୍, ସେଲ ପ୍ରଡୁକ୍ସନ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଯାହାଦ୍ୱାରା ହେୟାର ଗ୍ରୋଥ ଶୀଘ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଆଜିର ବ୍ୟସ୍ତବହୁଳ ଓ ଉତ୍ତରନେତ୍ର ଯୁଗରେ ଭଲ ନିଦ ହେବା ଓ ଶାନ୍ତିର ଶୋଇବା ମଧ୍ୟ ଏକ ସମସ୍ୟା ପାଲଟିଗଲାଣି । ହେଲେ କ'ଣ କଲେ, କେଉଁ କେଉଁ ଦିଗ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେଲେ ଆପଣଙ୍କୁ ଭଲ ନିଦ ହେବ, ସେଥିପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଦରକାର । ଶୋଇବା ପାଇଁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ, ବିଲମ୍ବିତ ରାତି ଯାଏଁ ଚେଇଁ ନରହିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟ କିଛି ବିଷୟ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଦେଲେ ଭଲ ନିଦ ହେବ ।

‘ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର’ର ପୂର୍ବାଭାସ



ଆମ ଶରୀରର ନିରବ ନାୟକ ଯକୃତ ବା ଲିଭର ପୋଷକୀୟ ସଂରଚନା, ଶରୀର ଗଠନ, ପୁଷ୍ଟିସାର ସଂଶ୍ଳେଷଣ ଓ ବିଷ ହରଣରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିଭାଇଥାଏ । ଶରୀର ପୁରୁଷାକାରୀ ଗୁଣ ସବୁ ଏହା ‘ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର’ ବା ‘ଚର୍ବିକ ଯକୃତ’ ଭଳି ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଯକୃତ କୋଷରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଚର୍ବି ଜମା ହେବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ଅବସ୍ଥା ଦେଖାଦିଏ ଏବଂ ପ୍ରଦାହ, ଯକ୍ଷ୍ମା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦାର୍ଢ଼କାଳୀନ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ‘ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର’ର କିଛି ପ୍ରାକ୍ ଲକ୍ଷଣ ବିଷୟରେ ଜାଣନ୍ତୁ । ଯକୃତ ବିଶେଷତା କହିବାଦୁସାରେ, ତଳିପେଟ ଧୀରେ ଧୀରେ ପୁଷ୍ଟିକାୟ ହେବା ‘ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର’ର ପୂର୍ବାଭାସ । କ୍ଲାଟି ଅନୁଭବ ହେବା କି ବ୍ୟସ୍ତବିକୃତ ଲାଗିବା ମଧ୍ୟ ଏହି ରୋଗର ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରାକ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ । ପିତ୍ତରାଗ

ତାହାଣ ପାଖ ତଳେ ଅସ୍ପୃଶ୍ୟ ଅନୁଭବ କରିବା ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ସଂକେତ ହୋଇପାରେ । ସେହିପରି ପ୍ରବଳ ରୁଚି ଝଡ଼ିବା, ମୁହଁରେ ଗୁଣ ଉଠିବା, ବାରମ୍ବାର ଓକାର ଆସିବା ଓ ଭୋକ ନ ଲାଗିବା ବି ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଏଭଳି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖିଲେ ତାତ୍କାଳିନ ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ଆବଶ୍ୟକ ଚିକିତ୍ସା ଆରମ୍ଭ କରିବା ଜରୁରୀ । ‘ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର’ର ଆଶଙ୍କା ହ୍ରାସ କରିବାର କେତେକ ଉପାୟ ହେଲା- ପ୍ରକ୍ରିୟାକୃତ ଖାଦ୍ୟ ବଦଳରେ ପନିପରିବା, ଫଳମୂଳ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପ୍ରଦ ଚର୍ବି ଗ୍ରହଣ କରିବା; ମଦ୍ୟପାନ, ପ୍ରକ୍ରିୟାକୃତ ଶର୍କରା ଓ ତିନି ଆଦି ଗ୍ରହଣକୁ ପାରୁପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କମ୍ କରିବା; ପ୍ରଦୂର ଜଳପାନ କରି ଶରୀରକୁ ସର୍ବଦା ଆର୍ଦ୍ର ରଖିବା । ସର୍ବୋପରି ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ ସହ ଶରୀରର ଓଜନ ଉପରେ ନିୟା ରଖିବା ବରକାର ।

ନଖ ଦେଖି ସଚେତନ ହୁଅନ୍ତୁ



ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ନଖର ଆକାର ବିନ୍ୟା ରଖି ବଦଳିଲେ, ତତକ୍ଷଣାତ୍ ସଚେତନ ହେବା ଜରୁରୀ । ଏହା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର ପୂର୍ବଦା ଦେଇଥାଏ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କୁ କେତୋଟି ଉପଦେଶ ଦେଇ ଏ ବାବଦରେ ସଚେତନ କରାଇଛନ୍ତି । ନଖ ଅକାଳିନ ହୋଇ ବଢ଼ିଲେ ସୋରିଆସିସ ରୋଗ ହୋଇଥିବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ । ନଖର ରଙ୍ଗ ଧଳା ହୋଇଗଲେ, ଯକୃତ ସମସ୍ୟା ଥିବାର ବିଶେଷତା ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଅଧିକାଂଶକାର ନଖ ମଝିଲୁ ଭାଙ୍ଗିଯାଏ । ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଅଭାବରୁ ଏହି ଅସୁବିଧା ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ନଖରେ କଳା ରଙ୍ଗ ଦେଖାଯାଏ, ତୁରନ୍ତ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଉଚିତ । କାରଣ ଏହା ଦୂରୀ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ସଙ୍କେତ । ଏନିମିଆ ରୋଗୀଙ୍କ ନଖ ମଧ୍ୟ ଦୁର୍ବଳ ବୋଲି ବିଶେଷତା ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ଲକ୍ଷଣରୁ ଜାଣନ୍ତୁ ଆପଣ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ କି ?

ସମ୍ପ୍ରତି ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଅବସାଦ ଓ ଉଦ୍‌ବେଗ ପରି ମାନସିକ ରୋଗ ଦିନକୁ ଦିନ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନର ଏକ ଆକଳନ ଅନୁଯାୟୀ, ବିଶ୍ୱର ପ୍ରାୟ ୨୮ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୨୬ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କୁ ଉଦ୍‌ବେଗ ବ୍ୟାଧି ଘାରିଛି । ଏହି ଉଭୟ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟାବସ୍ଥା ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ, ସମ୍ପର୍କ ଓ ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଭୀଷଣ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦୂର୍ଭାଗ୍ୟବଶତଃ ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ଅଣଦେଖା କରାଯାଏ କିମ୍ବା ଭୁଲ୍ ? କୁଣ୍ଡାଯାଏ । ବିଶେଷ କରି ଏହାର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକୁ ଅଣଦେଖା କରାଯାଇଥାଏ । ତେବେ ବେଳକୁ ଏହାର ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକୁ ଠିକ୍ ?ରେ ଠକ୍କରେ ପାରିଲେ ଜୀବନଯାତ୍ରା ପୁରାଣ ଓ ସାବଧାନ ହୋଇପାରିବ । ଆଜି ମାନସିକ ଅବସାଦର ସେଭଳି କିଛି ଲକ୍ଷଣ ବାବଦରେ ଜାଣିବା । ମନ ଦୁଃଖ ଲାଗିବାକୁ ମାନସିକ ଅବସାଦ ବୋଲି କହି ହେବନାହିଁ । ଯଦି ଅନେକ ଦିନ ଧରି ମନରେ ଏପରି ଦୁଃଖାନୁଭବ କି ଶୂନ୍ୟତା ଭାବ କିମ୍ବା ନିରାଶା ଜାରି ରହେ, ତେବେ ଆପଣ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ପୂର୍ବରୁ ଉପଭୋଗ କରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ବା ସତ୍ତ୍ୱ ଏବଂ ସାମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଆଦିରେ ଆଗ୍ରହ ନ ରହିବା ମଧ୍ୟ ହେଉଛି ଅବସାଦର ଲକ୍ଷଣ । ଭୋକରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବୁ ଓଜନ ବଢ଼ିବା କି କମିବା ମଧ୍ୟ ଅବସାଦ ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥାଏ । ସେହିପରି ଅନିଦ୍ରା ବା ଅଧିକ ନିଦ୍ରା ମଧ୍ୟ ଅବସାଦ ସହ ଜଡ଼ିତ । ବିଗ୍ରାମ ପରେ ମଧ୍ୟ କ୍ଲାନ୍ତ ବା ଦୁର୍ବଳ ଅନୁଭବ କରିବା ଅବସାଦର ଆଉ ଏକ ସଂକେତ । ଅବସାଦ ମଧ୍ୟ ନିଷ୍ଠିର ଗ୍ରହଣ, ସ୍ମୃତି ଓ ଏକାଗ୍ରତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ପ୍ରାୟତଃ ଅତ୍ୟଧିକ ଦୋଷୀ କିମ୍ବା ଅଯୋଗ୍ୟ ହେବାର ଭାବନା ମନକୁ ଆଣିଥା’ନ୍ତି ।

ହେଲେ ଚିକିତ୍ସା : କେମିତି ହେବ ଭଲ ନିଦ ?

- ଶୋଇବାର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ ରଖିବାକୁ ପଡ଼ିବ
- ୧୦ରୁ ୧୧ଟା ଭିତରେ ଶୋଇଲେ ସକାଳ ୬ଟା ୭ଟା ଭିତରେ ଉଠିବେ
- ଫଳରେ ନିଦ ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ସମୟ ମିଳିବ
- ଆପଣ ୬ରୁ ୭ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇପାରିବେ
- ରାତି ୧୦ଟା ପରେ ମୋବାଇଲ ବା ଉତ୍ତରନେତ୍ର ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ
- କାରଣ ମୋବାଇଲ ଟଙ୍କାଭବା ଦ୍ୱାରା ବ୍ରେନ ଆକ୍ଟିଭ ରହିଥାଏ
- ବରଂ ଆପଣ ଭଲ ଦିନିକିଏ ପଢ଼ନ୍ତୁ, କିମ୍ବା ମନପସନ୍ଦର ଗୀତ ଶୁଣନ୍ତୁ
- ସଂଧ୍ୟା ସମୟରେ ଦେଶୀ ଚା’ କି କଫି ପିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ
- ଦିନରେ ୩୦ରୁ ୪୫ ମିନିଟ୍ ଶାରୀରିକ ବ୍ୟାୟାମ ଓ ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତୁ
- ବିଲମ୍ବିତ ରାତି ଯାଏଁ ଚିକିତ୍ସା ଦେଖନ୍ତୁ ନାହିଁ
- ରାତିରେ ଗରିଷ୍ଠ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ




- ଯଦି ନିଦ ହେଉ ନାହିଁ, ମନ ଭଲ ମେଡିସିନ କିଣି ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ
- ବରଂ ତାତ୍କାଳିନ ସହ ପରାମର୍ଶ ପରେ ହିଁ କୌଣସି ମେଡିସିନ ଖାଆନ୍ତୁ

କବିତାମାଳା

ବାଲେଶ୍ୱର,
୧୧ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୫, ମଙ୍ଗଳବାର

ପ୍ରେମ ଦିବସ

କ୍ଷମାନିଧି ଭୋଇ



ଖାଲି କ'ଣ ବର୍ଷକୁ ଗୋଟିଏ ଦିନ ?
ଆମେ ଭଲ ପାଇବା ପରସ୍ପର ।

ତା' ହେଲେ, ବାକିତକ ଦିନ କ'ଣ ପ୍ରତୀକ୍ଷା
ଆଗାମୀ ବର୍ଷକୁ ଚାହିଁ ଚାହିଁ
ନିଜ ନିଜ ଭିତରେ ପ୍ରକଟ ପୂର୍ବକ
ସନ୍ଦେହ ସୁଖା ରାଗରୁକ୍ଷା ହିଁସା ପ୍ରତିହିଁସା ।

ପ୍ରେମ କରିବା ଅବା ଭଲ ପାଇବା
ଏ ସବୁ ତ ଚିରନ୍ତନ ସତ୍ୟ ଓ ଶାଶ୍ୱତ
ଠିକ୍ ସେତେବେଳେ କୁହ
କ'ଣ କିଛି ଅଛି ପ୍ରତିବନ୍ଧକ
କାହାକୁ ଭଲ ପାଇବାକୁ କେଉଁ ଦିନ ଅବା
କେଉଁ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ।

ନିଜକୁ ସଙ୍କୁଚିତ କରି ଦିଅନି
କେଉଁ ନିମ୍ନତର ଓ ସଙ୍କୁଚିତ ଚିତ୍ତ ଅବା
କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ
ଧୋକା ଦି ଦିଅନି କାହା ବିଶ୍ୱାସରେ
ଲଦି ଯାଅନି ବି କେବେ
ଆପଣା ସତ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାର ।

ବାଣ୍ଟିଦିଅ ସଭିକ ଗହଣରେ

ଆପଣା ପ୍ରେମ ଓ ଭଲ ପାଇବାକୁ
ତେଷାକର ନିଃସ୍ୱାର୍ଥପରତାର ଇଚ୍ଛାକାରେ
ତିଳିଏ ଦକ୍ଷାୟମାନ ହେବାକୁ
ଦେଖିବ, କେମିତି ଶଶ୍ୱରକ
ଏ ଅନବଦ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି
କେତେ ପରିମାଣେ ଆହୁରି ଆହୁରି
ସୁନ୍ଦର ଲାଗୁଛି ।

ଆଖିରେ ଅନ୍ଧପୁରୁଳି ବାଣି
ଅନ୍ଧ ମୂର୍ଖି ସାଜି ଆଉ କାହା
ପଞ୍ଚାଧାରଣ କରିନି
ବନ୍ଦ, ଚିକିଏ ନିରୀକ୍ଷଣ ପୂର୍ବକ
ତେଷାକର କୁହୁଁବାକୁ
ଏ କ୍ଷଣଭଙ୍ଗୁର ଜୀବନର ଅସଲ ସତ୍ୟାସତ୍ୟକୁ ।

ଏଠି କିଛି ସାମା ସରହକ ନାହିଁ

♥ ଗୋଷ୍ଠୀ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ,
ନାକଟିଦେଉଳ
ଜି: ସମ୍ବଲପୁର (ଓଡ଼ିଶା)
ପିନ୍ : ୭୬୮୧୧୮
ମୋ : ୯୪୩୮୨୯୨୯୩୩

ଆଶା

ଶ୍ରୀଧର ବେହେରା



ଆଶା କାହାକୁ ଦିଏ ସେ ଭରଷା
ଆଶା କାହାକୁ କରେ ସେ ନିରାଶା
ଆଶା ବିଫଳକୁ କରାଏ ସଫଳ
ଅତିଆଶା ସଫଳକୁ କରେ ବିଫଳ ।

ଆଶା ଜୀବନର ଶେଷ ନିଶ୍ୱାସ
ଆଶା ଜୀବନର ଶେଷ ବିଶ୍ୱାସ
ଆଶା ଗୋଳେ ସ୍ୱପ୍ନର ଚାକମହଳ
ଆଶା ଭାଙ୍ଗେ ବାସ୍ତବତାର ମହଳ ।

ଆଶାର ଯେ ନ ଥାଏ ଅଭିମ
ଆଶା ଯେ ଅଟେ ଏକାନ୍ତ କାମ୍ୟ
ଆଶା ଯେ ଅଟେ ମରାଚିକା
ଆଶା ଯେ ଅଟେ ସୁଦୀର୍ଘା ।

ଆଶା ଯେ କରେ କର୍ମେ ତା'ର
ଆଶା ଯେ ଦିଏ ଫଳେ ତା'ର
ଆଶା ଯେ ଅଟେ ଅସହାୟ ବାଡ଼ି
ଆଶା ଯେ ନିଅନ୍ତି ସେବାକେ କାଡ଼ି ।

ଆଶା ରଖି ବୀର ଯାଆନ୍ତି ମାଡ଼ି
ଆଶା ରଖି ଲୋକେ ଯାଆନ୍ତି ହୁଡ଼ି

♥ ଅଧ୍ୟାପକ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ଓ ସାହିତ୍ୟ
ବିଭାଗ ନାଳମଣି ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ରୁପସା
ହଳଦୀପଦା, ବାଲେଶ୍ୱର

ଜାଣେନା ମୁଁ କିଏ

ଲକ୍ଷ୍ମୀପ୍ରିୟା ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ



ଘନ ବାଦଲରେ ଭରା ଆକାଶ ମୁଁ
କୁହ ରୁମେ
ବାଦଲ ଫତା ଚିକ୍କାର କରିବି
ନା ନାରେବେ ଝରିଯିବି ମୁଁ
ସାମାନ୍ୟତା ସାଗରରେ ଅଗଣିତ ତେଜ ମୁଁ
କୁହ ରୁମେ ସବୁ କିଛି ଲୁଚିନେବି
ନା ହାଲକେଇ ରୁମ ପାଦ ରୁମିଦେବି ?

ମୁଁ ଜାଣେନା ମୁଁ କିଏ
ସାତ ସୁନ୍ଦର କଳ୍ପିତ ମୁକୁ ମହୁର
ଅବା ପ୍ରଭୁପାଦେ ନୈବେଦ୍ୟ ସମାର
ମନରେ ଭଲ ମାରୁଥିବା ଅପମାରୀ ପ୍ରଶ୍ନ
ଅବା ଅପଲକ ନୟନର ଅଟେ ସ୍ୱପ୍ନ
ମୟ ସମାପେ ଶାନ୍ତରୁଥିବା
ବଞ୍ଚକତା


ଅବା ଦୁଲ୍ଲଭାଏ ପବନରେ
ଭାସିଆସୁଥିବା ଅନିଚ୍ଛା ଆତ୍ମାୟତା
ଜାଣେନା ମୁଁ କିଏ, କ'ଣ ମୋ ଅସ୍ଥିକ୍ତ
କ'ଣ ମୋ ବାସ୍ତବତା
କେଉଁଠି ଲୁପ୍ତ ମୋ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣତା
କେଉଁଠି ଆବଦ୍ଧ ମୋ ଅସ୍ଥିତା ।

♥ ପିପିଲି, ପୁରୀ

କିଛି ବି ତ ନୁଆ

ଧ୍ରୁବ

ଡ. ଅନିଲ ନନ୍ଦ



କାଣିବାର ନାହିଁ
କେମିତି ଥିବ କାଳିର ଆକାଶ ।

ହୁଏତ ଆଉ ଚିକେ
କୋର ସୁରୁଥିବ ପୃଥିବୀ
ହାତ ପାଆନ୍ତାରୁ ଉଦ୍ଭେଦ ଯାଉଥିବ
ମିଞ୍ଜି ମିଞ୍ଜି ତାରା ହେଉ ସ୍ୱପ୍ନସୂଚକ
କିଛି ତ ଧରା ଦେଉଥିବ ହାତରେ
କେହି ଜଣେ ପରିଚୟ ଦେଇ
ଠିଆ ହେଉ ରହିଥିବ ପାଖରେ
ଚିହ୍ନର ଦେଉଥିବ ମାଟିପାଣିପବନ ।


ଆଜି ଯଦି ଆକସ୍ମିକ ଅନ୍ଧକାର
ସହିଲାନି ଧାରେ ହସ
ସବାଣିଆ ଗିଳିଦେଲା ଦିନ, ଗିଲୁ
ଦି'ଗୋପା ଲୁହରେ ଯଦି
ଓବା ହେଲା ପାଟି, ହେଉ ।

ରାତି ଆଉ କେତେ ଘଡ଼ି ବାକି କି !
ଆଖି ପିଛୁକାକେ ଭଲ ଆସିବ ପୂର୍ଣ୍ଣ
ଶିଶିର ବିନ୍ଦୁରେ ଧୋଇ ଯାଉଥିବ
ଜମାଟ ବାନ୍ଧିଥିବା ପରାଜୟ
ଆଶାର ସତ୍ତ୍ୱକଟେ ଲାଗି ଚାଲିଥିବ
ଜଳଲ ଚେନି, ପାହାଡ଼ ଫଟେଇ
ସ୍ୱପ୍ନ ରାଜ୍ୟର ଗୋପନତାଟି ଖୋଜି
ମୋର ବୋଲି ମୁହୂର୍ତ୍ତେ
ମଥା ପିରୁଥିବ
କିଛି ବି ତ ନୁଆ ଥିବ
ଧୂସର ରଙ୍ଗରେ ଆକୃତ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରଧନୁ ।

♥ କ୍ୟାମ୍ପସ - ୯, କିଟ୍
ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ - ୯୯୩୭୮୪୩୩୬୮

ଅସମ୍ଭବ ଏଠି କ'ଣ ଅଛି !

ଲକ୍ଷ୍ମୀପ୍ରିୟା ମାଉତି



ଅସମ୍ଭବ ଏଠି କ'ଣ ଅଛି !
କିନ୍ତୁ ବି ତ ବେଦୀ ବିଧି ବିଧାନରେ
ପୁରୁଷ ସାଥେ ସଂସାର କଲେଣି
ତାତଳା ପରାକ୍ଷିତ ବନ୍ଧ୍ୟା ଦମ୍ପତି ବି
ପୁଅଅଁଳ ବାପା ମାଆ ବନିକେଣି
ନାରୀ ବି ନାରୀ ସାଥେ ବିବାହ ବନ୍ଧନରେ
ଯୋଡ଼ି ହେଉଛି
ଅସମ୍ଭବ ଏଠି କ'ଣ ଅଛି !

ପୁଅବୀରେ ବସି ଆମେ ତ ଦେଖୁ ପାରୁଛନ୍ତି
ଦୁଇବର୍ଗନ ପିଠିରେ
ଆକାଶ ପେଟରେ କେତେ ନାଚାଉଣି ଅଛି
କେତେ ନିଆଁ କେତେ ଶୀତଳ ଉତ୍ତାପ
ଭରିଛି
ଅସମ୍ଭବ ଏଠି କ'ଣ ଅଛି !

କଣେ ଦୂରେ ଥାଇ ଅପର ଦେହକୁ
କାତ ମାଧ୍ୟମରେ ଦେଖୁ ପାରୁଛି
ଏ ଦେଶରେ ରହି ସେ ଦେଶର କଥା
ରୁଲକ ବି ଶୁଣାଉଛି
ଏ ସହରେ ଥାଇ ସେ ଗାଁ ଲୋକଙ୍କ ସହିତ


ଲୋକେ କଥାବାର୍ତ୍ତା ନିତି କରୁଛି
ଅସମ୍ଭବ ଏଠି କ'ଣ ଅଛି !

ଝାନକୁ ବିଝାନ ଏବେ ବସୁଛି
ଶଶ୍ୱରକୁ ନର...କୋରକୁ କୁର
ସତକୁ ମିଛ... ଆଗକୁ ପଛ
ନାମକୁ ବଦନାମ... ସତକୁ ସତତାନ
ସବୁ ତ ଏଇଭଳି ଚାଲିଛି
ଅସମ୍ଭବ ଏଠି କ'ଣ ଅଛି !

♥ ସମ୍ପାଦିକା - ଅରବିନ୍ଦ
ମୋ - ୯୪୩୯୫୩୭୫୯୨

ଗୋଲାପ...

ସୁଜିତ କୁମାର ମିଶ୍ର



ଲିଭି ଯାଉଅଛି ଗୋଲାପୀ ଓଠକୁ ଲୁହଭରା ମିଠା ହସ,
ଗୋଲାପ ଅସୀମ ଗୋଲକ ଧନ୍ଦାରେ ଘନଘନ ନିଆଁଧାସ ।
କୁଡ଼ିଆର ଶୁକ୍ତ ଭାବର ସରଜେ ଗୋଲାପ କୋଟିଏ ମାୟା,
ମନ ମହିରରେ ପ୍ରେମ ପୂଜା କାହିଁ ମଦମତ ଦେଶ ଛାୟା ।

କମ୍ପ ଗୋଲାପର କୋମଳ ପରାଣେ କଳକଳ କଳାଦାଗ,
ନହେଲେ କାହିଁକି ପରକାୟା ବ୍ୟାପି ନିଭଜଣା ବଡ଼ରୋଗ ?
ପତି ଛଡ଼ା ପତ୍ନୀ ପତ୍ନୀ ଛଡ଼ା ପତି ପାପ ମହଲର ସୁଖ,
ଭାବର ଗୋଲାପ ଜଳି ଯାଉଅଛି ବଡ଼ି କାମନାର ଭୋକ ।


ସୀମାହୀନୀ କ୍ଷଣେ ବାଟବନ୍ଧା ଭିକି ସୀମାହୀନୀ ଆତମରେ,
ପ୍ରିୟତମଦେଶ ଗୋଲାପଗୋହରେ ପର ବାରାଜନାଦୂରେ ।
ଗୋଲାପଲୋଡ଼େକି ଗୋଲାପପେପାଉଁ ପଶ୍ୟତ୍ରୟ ବିନିମୟ,
ଗୋଲାପତ ହୃଦେ ସ୍ୱିଷ ସ୍ୱୟମ୍ଭର ଗୋପନରେ ଶୋଭାମୟ ।

ଗୋଲାପ ପାଖୁଡ଼ା ଆହତ ନହେଉ ଗାତ୍ରଦାହ ଛଳନାରେ,
ବାସିବ ଗୋଲାପ ପ୍ରତି ବିଦସରେ ଭାବନାର ଚନ୍ଦନରେ ।

♥ ଜନାର୍ଦ୍ଦନପୁର ଶାସନ, କେନ୍ଦୁଝର
ମୋ: ୭୬୮୩୮୭୭୭୫୨

ଜଣେ ବାନ୍ଧବୀଙ୍କ ପ୍ରତି

ତନ୍ମୟଜ୍ୟୋତି ନାୟକ




ରୁମେ ପୁଣି ହଜିପାର, ଖୋଜିପାର
ନିଃସଂଗରେ, ଏକାନ୍ତରେ, ଅନେକ ଭିତ୍ତରେ
ଦୀର୍ଘଶ୍ୱାସ ଚୋଳିପାର ଆକାଶକୁ ଚାହିଁ
ପୁଣି କେଉଁ ଏକ ଉପନୟାଏ
ଦୀର୍ଘସୂତ ଭିତରୁ ପୁଷ୍ପା ପୁଷ୍ପା ଲେଉଟାଉ
ନିଜକୁ କରାଇପାର ମୁଖ୍ୟ ଚରିତ୍ରତେ
ରୁମେ ଯିବ ସହିପାର, କହିପାର
ରହିପାର କାହା ବାଟ ଚାହିଁ
ଆଉ ମୁଁ ବିଏ
ରୁମ ପରି କେତେ ଗୋଟି ଥିଲୁ
ସାଉଁଡ଼ି ନେଇ
ଲେଖୁନିଏ କବିତାଟେ ରାତି ଯାଏ ପାହି ।

♥ ଶାନ୍ତିନିକେତନ

ମୋ ପ୍ରେମ କମ୍

ପଢ଼ିବନି ମଧୁମିତା ମିଶ୍ର



ଅରେ
ପ୍ରେମକୁ ପ୍ରେମରେ ବାନ୍ଧିବା ?
ଶୁଣିଛି
ପ୍ରେମରେ ନ ବାନ୍ଧିଲେ କୁଆଡ଼େ
ଚାଖିବେ ଦଉଡ଼ି କମ୍ ପଢ଼ିଯାଏ
ସତରେ ତୋତେ ବାନ୍ଧିବାକୁ କଣ
କେବଳ ପ୍ରେମ ହିଁ ଦରକାର ହେଉଥାଏ... ?

ହଁ, ହେଉଥିବ
ନହେଲେ ବାଉଁଶ ତ ତୁ ଖାଉନା
ଯାଉଥିଲୁ କାହିଁକି ଯେ... ?
ସେଇ ପ୍ରେମ ପାଇ... ?
ଯେଉଁ ପ୍ରେମ ଲେଖୁ ଆସିଥିଲୁ
ଭଲ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ କାବ୍ୟରେ... ?
ତେବେ ତୁ ପ୍ରେମରେ ବନ୍ଧା ନା... ?

ହାତେ କାନିର ଧାର ପାଇଁ
କୋଟି ବସ ଦେଇଲୁ
ଗୋଟିଏ ପଦ୍ମ ପାଇଁ
ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଛାଡ଼ି ଧାଉଁଲୁ... ?

କାଣିଚାଏ ଖୁଦ ଖାଲ
ଦଉଳତ ବାଣ୍ଟିଲୁ
ଆରେ ପ୍ରେମରେ ଦେଲାଲୁ ପରା
କଦଳୀ ଚୋପା ଖାଇଲୁ... ?
ଅଇଁଠା ଫଳ ଖାଇଲୁ... ?
ନଡ଼ିଆ ନେଇଲୁ... ?
ଚାହେଲେ ତୋତେ ବାନ୍ଧିବାକୁ


କେବଳ ପ୍ରେମ ହିଁ ଦରକାର ହେଉଥାଏ...
ହେଲେ...
ହେଲେ ପ୍ରେମ ତ ତୁ ନେଇ ଯାଉଛୁ...
ଭୁଲେଇ ଦେଇଛୁ ସ୍ମୃତି
ବିଗତ ସବୁ ଜନ୍ମର...

ଏବେ ଖାଲି ମନେ ଅଛି ଦୁଃଖ ବିଷାଦ କଷ୍ଟ
ପ୍ରେମ କଉଁ ଆଣିବି ଯେ... ?
ଚାହେଲେ ଯାହା ଅଛି
ସେଥିରେ ବାନ୍ଧିବି... ?
କହ, ବନ୍ଧା ହବୁ ?
ମୋ ଲୁହ ବନ୍ଧନରେ ?
ପ୍ରେମ ପରା ଲୁହ...
କହ, ବନ୍ଧା ହବୁ ?
ସତ କହୁଛି
ଏଇ ରଜୁ କମ୍ ପଢ଼ିବନି ରେ... !!
କମ୍ ପଢ଼ିବନି... !!

♥ ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ: ୯୪୩୮୪୭୦୮୦୭

ତୁମ ସ୍ମୃତିରେ

ଜ୍ୟୋତିମୟୀ ଚଣ୍ଡୀ



ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ଭାବନାର ନଦୀରେ
କୁଡ଼ିଚି
କେବଳ ଦେଖୁଛି ତୁମକୁ
କଣା ନାହିଁ ମତେ କେତେ ରାତି ନୀରବରେ
କେବଳ ଖୋଜିଛି ତୁମକୁ ।

ରୁମେ ଯଦି ନାହିଁ ହେଲେ ବି ସବୁ ଅଛି
ଅଦୃଶ୍ୟ ମନକୁ ଏବେ କୁହେଇଦିଏ ମୁଁ
କାଣିଚି ତୁମେ ଆଉ ଫେରିବନି ମୋ ପାଖକୁ
ହେଲେ ବି ତୁମରି ବାଟକୁ ଚାହିଁଥିବି ମୁଁ ।


ରୁମେ ସିନା ନାହିଁ ପାଖରେ ତୁମ ଅନୁଭବ
ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ
ପ୍ରତି କାହିଁକି ପହୁଛି ଏତେ ମନେ
ପୁଣି ସାଥରେ ନେଇଯିବ କି ସତେ
ସେହି ପ୍ରୀତିଭରା ସପନୋ

ବସନ୍ତ ରତ୍ନର ଆରମ୍ଭ ପରି ଏଠାରେ
ତୁମରି ସ୍ମୃତିର ଆରମ୍ଭ
ତମେ କେମିତି କାଣିବ ପ୍ରେମିକାର
ହୃଦୟର ଏହି ବିରହର ଲଗ୍ନ ।

♥ ସ୍ମାରକୋତର ଓଡ଼ିଆ ବିଭାଗ ପ୍ରଥମ ବର୍ଷ
ମା ମାଣିକେଶ୍ୱରୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ
ଭବାନୀପାଟଣା ।

ସୁଖ ପଞ୍ଚୁରୀ

ଅନସୂୟା ପଣ୍ଡା



ସିଦ୍ଧହସ୍ତ କିଛି ବର୍ଷକୁ ବିବର୍ଷ କରିବାରେ
ଆଉ କିଛି ମାରାତ ବହୁବର୍ଷ କରିବାରେ
ଆତବାଟ ସହ ହାତ ସଫେଇରେ
ଅଦୃଶ୍ୟ କୁହୁଡ଼ିର ବଳୟ ଭିତରେ
ଶିକାରୀର ଅସ୍ତ୍ର କୁଟିଳ କାଳରେ
ବିଶ୍ୱାସକୁ ରୁଚେଇ କାମନାସଞ୍ଜରେ ।

ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସମୁଦ୍ଧିର ଦୁହୂଳି ବାଜେ
ମୌଦ୍ରିକ ସଂସ୍କାର ମାର୍ଗଦର୍ଶିକାରେ
କେବେ ଉଚ୍ଚୋଚ୍ଚର ଆବାହନୀରେ
ଅବା ଦାନର କରୁଣା ବାରିରେ
ପୁଣି କେବେ ପ୍ରତିଦାନର ବିଭେଦରେ
ବିକଳାଙ୍ଗ ସହାୟତାର ଯୋଜନାରେ
ପରାନ୍ୱୋଷା ମାନସିକତାରେ ।

ଖୁସିରେ ସପନା ଶୋଭିଛି ଆନନ୍ଦରେ
ମସୃଣ ସ୍ୱପ୍ନମାନଙ୍କ ଉପରେ
ମହଣେ ସପନ ବାଳି ଆଖିରେ
ନିଶ୍ଚିତରେ ଆଜି ପୁରା ନିଶ୍ଚିତରେ ।


ବିଶ୍ୱାସି ଶଙ୍ଖ ମଲମଲ ଶାସନ ଖସତାରେ
କ୍ଷୁଧାକୁ ଚାଳି ବଞ୍ଚିବାର ଆଶାରେ
ସେ ଶୋଚନା ମୁକ୍ତ ଅନୁତକାଳରେ
ପେଟ ଘଟ ଘାଟ ସବୁ ତା' ହାତ ପୁଠାରେ ।

ରାଜାଙ୍କର ଜବରଦସ୍ତ ଯୋଜନାରେ
ଚାଲୁ ଏମିତି କେତେଦିନ ବଂଶୁସ୍ତରେ
ଆମରି ପଇସା ଆମକୁ ଦେଇ
ସୁଖର ପଞ୍ଚୁରୀ ତିଆରି ହେଉ
ପଲ୍ଲୁ ହୋଇ ସବାପିତ ଧରାରେ
ସପନା ସବୁ ଲୋଡ଼ି ପଡ଼ିବା ଯାଏ ।

♥ କୁଲି, ସମ୍ବଲପୁର
ମୋ: ୮୩୨୮୪୪୫୮୫୫

ସମ୍ପର୍କ

ନଳିନୀ ଦାଶ



ସମ୍ପର୍କ ରହିବା ସହକ ନୁହେଁ
ଲାଗିଥାଏ ବର୍ଷ ମାସ
ସମ୍ପର୍କ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା ପାଇଁକି
ମନରେ ରଖି ବିଶ୍ୱାସ ।

ଧନ ଥିଲେ ପାଖେ ସଭିଏଁ ଖୋଜନ୍ତି
ଦୁଃଖ ବେଳେ କେହି ନାହିଁ
ବିପଦ ସମୟେ ଆତ୍ମୀୟ ସ୍ୱକଳ
ନବିଅନ୍ତି ତିକେ ଚାହିଁ ।

ଆଜିକା ମଣିଷ ନିଜ ଇଚ୍ଛାମତେ
ଖେଳୁଅଛି ନିତି ଖେଳ
ଶର୍ଷା ହିଁସା ଭାବ ବସା ବାନ୍ଧିଅଛି
ବିଷ ଭରିଛି ପ୍ରବଳ ।

ସୃଷ୍ଟି ସର୍ଜନରେ ଏ ମଣିଷ ଜାତି
ନିକୁଠାରୁ ଶ୍ରେଷ୍ଠତର
ନିଜର ଭାବିକି କଥା ହେଉଥାଏ
ଭିତରେ କାତକ ତେର ।

କାହା ସଫଳତା ଦେଖିଲେ ମଣିଷ
ହୁଅଇ ଶର୍ଷା କାତର
ସ୍ୱାର୍ଥରେ କାତକ ଜୀବନତା ନାତି
ଛିଣ୍ଡାଇ ସମ୍ପର୍କ ତୋର ।

କଳୁଷିତ ହେଲା ସବୁରି ସମ୍ପର୍କ
ଏଇ କଳି କାଳଟାରେ
ମଣିଷ ପଣିଆ ଲୋପ ହୋଇଲାଣି
ଅମଣିଷ ରାଜ କରେ ।


କଥା କଥାକରେ ରକମୁଖା ହୋଇ
ଲୁଲୁଚି ମାନ ମହତ
ହିଁସା କାଷ୍ଠ ଏବେ ସମାଜରେ ବଢ଼େ
ଅନାୟାସେ ହୁଅନ୍ତି ରତ ।

ସବୁରି ଜନକୁ ନିଶା କରେ ବଣ
ପରିବାର ହୁଏ ଜିନ୍ଦ
ସମ୍ପର୍କର ମାନେ କେହି ନଦୁହନ୍ତି
ଦୁଃଖରେ କାତକି ଦିନ ।

♥ ଭିକାରିପଡା, ଶରଣକୁଳ,
ନୟାଗଡ଼
ମୋ: ୯୨୩୮୯୯୭୫୫୯

ମୋ ପ୍ରେମ କମ୍

ପଢ଼ିବନି ମଧୁମିତା ମିଶ୍ର



ଅରେ
ପ୍ରେମକୁ ପ୍ରେମରେ ବାନ୍ଧିବା ?
ଶୁଣିଛି
ପ୍ରେମରେ ନ ବାନ୍ଧିଲେ କୁଆଡ଼େ
ଚାଖିବେ ଦଉଡ଼ି କମ୍ ପଢ଼ିଯାଏ
ସତରେ ତୋତେ ବାନ୍ଧିବାକୁ କଣ
କେବଳ ପ୍ରେମ ହିଁ ଦରକାର ହେଉଥାଏ... ?

ହଁ, ହେଉଥିବ
ନହେଲେ ବାଉଁଶ ତ ତୁ ଖାଉନା
ଯାଉଥିଲୁ କାହିଁକି ଯେ... ?
ସେଇ ପ୍ରେମ ପାଇ... ?
ଯେଉଁ ପ୍ରେମ ଲେଖୁ ଆସିଥିଲୁ
ଭଲ ଅପୂର୍ଣ୍ଣ କାବ୍ୟରେ... ?
ତେବେ ତୁ ପ୍ରେମରେ ବନ୍ଧା ନା... ?

ହାତେ କାନିର ଧାର ପାଇଁ
କୋଟି ବସ ଦେଇଲୁ
ଗୋଟିଏ ପଦ୍ମ ପାଇଁ
ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଛାଡ଼ି ଧାଉଁଲୁ... ?

କାଣିଚାଏ ଖୁଦ ଖାଲ
ଦଉଳତ ବାଣ୍ଟିଲୁ
ଆରେ ପ୍ରେମରେ ଦେଲାଲୁ ପରା
କଦଳୀ ଚୋପା ଖାଇଲୁ... ?
ଅଇଁଠା ଫଳ ଖାଇଲୁ... ?
ନଡ଼ିଆ ନେଇଲୁ... ?
ଚାହେଲେ ତୋତେ ବାନ୍ଧିବାକୁ


କେବଳ ପ୍ରେମ ହିଁ ଦରକାର ହେଉଥାଏ...
ହେଲେ...
ହେଲେ ପ୍ରେମ ତ ତୁ ନେଇ ଯାଉଛୁ...
ଭୁଲେଇ ଦେଇଛୁ ସ୍ମୃତି
ବିଗତ ସବୁ ଜନ୍ମର...

ଏବେ ଖାଲି ମନେ ଅଛି ଦୁଃଖ ବିଷାଦ କଷ୍ଟ
ପ୍ରେମ କଉଁ ଆଣିବି ଯେ... ?
ଚାହେଲେ ଯାହା ଅଛି
ସେଥିରେ ବାନ୍ଧିବି... ?
କହ, ବନ୍ଧା ହବୁ ?
ମୋ ଲୁହ ବନ୍ଧନରେ ?
ପ୍ରେମ ପରା ଲୁହ...
କହ, ବନ୍ଧା ହବୁ ?
ସତ କହୁଛି
ଏଇ ରଜୁ କମ୍ ପଢ଼ିବନି ରେ... !!
କମ୍ ପଢ଼ିବନି... !!

♥ ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୋ: ୯୪୩୮୪୭୦୮୦୭

ସୁଖ ପଞ୍ଚୁରୀ

ଅନସୂୟା ପଣ୍ଡା



ସିଦ୍ଧହସ୍ତ କିଛି ବର୍ଷକୁ ବିବର୍ଷ କରିବାରେ
ଆଉ କିଛି ମାରାତ ବହୁବର୍ଷ କରିବାରେ
ଆତବାଟ ସହ ହାତ ସଫେଇରେ
ଅଦୃଶ୍ୟ କୁହୁଡ଼ିର ବଳୟ ଭିତରେ
ଶିକାରୀର ଅସ୍ତ୍ର କୁଟିଳ କାଳରେ
ବିଶ୍ୱାସକୁ ରୁଚେଇ କାମନାସଞ୍ଜରେ ।

ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସମୁଦ୍ଧିର ଦୁହୂଳି ବାଜେ
ମୌଦ୍ରିକ ସଂସ୍କାର ମାର୍ଗଦର୍ଶିକାରେ
କେବେ ଉଚ୍ଚୋଚ୍ଚର ଆବାହନୀରେ
ଅବା ଦାନର କରୁଣା ବାରିରେ
ପୁଣି କେବେ ପ୍ରତିଦାନର ବିଭେଦରେ
ବିକଳାଙ୍ଗ ସହାୟତାର ଯୋଜନାରେ
ପରାନ୍ୱୋଷା ମାନସିକତାରେ ।

ଖୁସିରେ ସପନା ଶୋଭିଛି ଆନନ୍ଦରେ
ମସୃଣ ସ୍ୱପ୍ନମାନଙ୍କ ଉପରେ
ମହଣେ ସପନ ବାଳି ଆଖିରେ
ନିଶ୍ଚିତରେ ଆଜି ପୁରା ନିଶ୍ଚିତରେ ।

ବିଶ୍ୱାସି ଶଙ୍ଖ ମଲମଲ ଶାସନ ଖସତାରେ
କ୍ଷୁଧାକୁ ଚାଳି ବଞ୍ଚିବାର ଆଶାରେ
ସେ ଶୋଚନା ମୁକ୍ତ ଅନୁତକାଳରେ
ପେଟ ଘଟ ଘାଟ ସବୁ ତା' ହାତ ପୁଠାରେ ।

ରାଜାଙ୍କର ଜବରଦସ୍ତ ଯୋଜନାରେ
ଚାଲୁ ଏମିତି କେତେଦିନ ବଂଶୁସ୍ତରେ
ଆମରି ପଇସା ଆମକୁ ଦେଇ
ସୁଖର ପଞ୍ଚୁରୀ ତିଆରି ହେଉ
ପଲ୍ଲୁ ହୋଇ ସବାପିତ ଧରାରେ
ସପନା ସବୁ ଲୋଡ଼ି ପଡ଼ିବା ଯାଏ ।

♥ କୁଲି, ସମ୍ବଲପୁର
ମୋ: ୮୩୨୮୪୪୫୮୫୫

ବାର୍ଷିକ ପୌରପାଳିକାରେ ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟର ସମୀକ୍ଷା କଲେ ବିଧାୟକ

ବାର୍ଷିକ ପୌରପାଳିକା (ନି.ପ୍ର): ବାର୍ଷିକ ପୌରପାଳିକା ବର୍ଷାକାଳ ବିକାଶ ପାଇଁ ବାର୍ଷିକ ବିଧାୟକ ପ୍ରକାଶ ଘୋଷେନ ବାର୍ଷିକ ପୌରପାଳିକାରେ ଚାଲିଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟର ସମୀକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି ।

ସହରକୁ ସୁନ୍ଦର ଓ ଶୋଭନୀୟ କରିବା ପାଇଁ ତ୍ରୈତ୍ତ, ପାନୀୟ ଜଳ, ଶୈତଳକଣ୍ଠ, ପଲିଥିନ ବ୍ୟବହାର ଉପରେ ରୋକ, ପ୍ରତ୍ୟୁଷଣ, ରାସ୍ତାପାଟ, ନାଳନର୍ଦ୍ଦନା, ବୁଲାଇ କୁକୁରଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ଆଦି ସମସ୍ୟା ତଥା ଛନ୍ଦ ପଡ଼ିଆ, ମଧୁବନ ପଡ଼ିଆ ଓ କେତେକ ଯାତ୍ରା-ପ୍ରତୀକ୍ଷାକାରୀ ଶୈତଳକଣ୍ଠ, ପାନୀୟ ଜଳ ସମସ୍ୟା, ବ୍ୟବସାୟରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଆଲୋକ, ପାନୀୟ ଜଳ, ଶୈତଳକଣ୍ଠ ଓ ବ୍ୟବସାୟକର ଯିବାଆସିବା ସମସ୍ୟା ସୁଦୃଢ଼ୀୟା ବଡ଼ ଫଳକ ଆଦି

ସମାପ୍ୟ ସମାଧାନ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା । ବାର୍ଷିକ ପୌରପାଳିକା ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ବୈଠକରେ ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ ଧର୍ମାନନ୍ଦ ବେହେରା, ପୌରପରିଷଦ ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଦେବୀ

ସୁସାଧ୍ୟ ରାଜତ, ବାର୍ଷିକ ପୌରପରିଷଦ ନଗରପାଳ କୃଷ୍ଣାନନ୍ଦ ମହାନ୍ତି ଓ ଉପନଗରପାଳ ସୀମା ଦାସଙ୍କ ସମେତ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀ ବୈଠକରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହିଥିଲେ ।



ନୀଳଗିରି ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ବାର୍ଷିକ ସମାବର୍ତ୍ତନ ଉତ୍ସବ

ନୀଳଗିରି, ୧୦/୨ (ନି.ପ୍ର): ଶିକ୍ଷା ସମାଜର ମାନବତା । ଶିକ୍ଷା ମାନବୀୟ ମୂଲ୍ୟବୋଧର ପ୍ରତୀକ । ନୀଳଗିରି ଶିକ୍ଷା ସମାଜର ବଦାୟଣ । ସର୍ବୋପରି ନୀଳଗିରି ହେଲେ ସମାଜ ଆଗକୁ ଅଗ୍ରସର ହେବବୋଲି ଆଜି ନୀଳଗିରି ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ୩୦ତମ ବାର୍ଷିକ ଉତ୍ସବରେ ଉପସ୍ଥିତ ଅତିଥିମଣ୍ଡଳ ପତ୍ରାକାଶ କରିଛନ୍ତି । ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରାଚୀନ ବୋଧାଧ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରୀମତୀ ସଦାଶିବ ରଥଙ୍କ ପୌରୋହିତ୍ୟରେ ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି ଭାବରେ ନୀଳଗିରି ଲୋକପ୍ରିୟ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀମତୀ ସତ୍ୟଜିତ କୁମାର ଖଟୁଆ ଛାତ୍ରାଳୁ ନିଷା, ଏକାଗ୍ରତା ଓ ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ସାଧନାରେ ଆଗେଇ ଚାଲିଲେ ସିଦ୍ଧି ପାଇବାର ବିକଳ ହେବନାହିଁ ବୋଲି ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବରେ ଗଡ଼ଜାତ ମାଟି ନୀଳଗିରିର ରାଣୀସାହେବୀ ଶ୍ରୀମତୀ ମନୋଜାମହେରୀ ଦେବୀ ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଆଭିନବ ଶୁଭା, ସୁସ୍ଥ, ମନୋ ସହକାରେ କେବଳ



ନୂହେଁ କଣେ ବୃଦ୍ଧପ୍ରତିଷ୍ଠା ସାଧୁକା ଭାବରେ ସେହି ଭାବଧାରା ବକାୟ ରଖିଲେ ଜୀବନରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସେହିପରି ସମ୍ମାନୀତ ଅତିଥି ଭାବରେ ନୀଳଗିରି ବିଜ୍ଞାପିତ ଅକ୍ଷୟ ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରୀମତୀ ମହେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ବେହେରା, ତ୍ରିପୁରା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ଶ୍ରୀମତୀ ମଞ୍ଜୁଶ୍ରୀ ପଣ୍ଡା, କୁନିୟର ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରୀମତୀ କାର୍ତ୍ତିକ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ବରିଷ୍ଠ ଅଧ୍ୟାପିକା ଶ୍ରୀମତୀ ମମତା ବରାଳ, ବରିଷ୍ଠ ଅଧ୍ୟାପକ ଶ୍ରୀମତୀ ହେମନ୍ତ କୁମାର ବେହେରୀ ଯୋଗଦେଇ ଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରର ଚାଲୁକ ଦିଗ ଉପରେ ବିଶଦ ଆଲୋଚନା ରଖିଥିଲେ ।

ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ସଂସ୍କୃତ ବିଭାଗର ଅଧ୍ୟାପକ ଡ. ହରିପଦ ଦାଶଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ବେଦପାଠ କରାଯାଇଥିବାବେଳେ ଅଧ୍ୟାପକ ଡ. ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ମିଶ୍ରଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ଅତିଥି ମାନଙ୍କୁ ମଞ୍ଚ ଆହ୍ଵାନ ଓ ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ, ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ବନ୍ଦେ ଉତ୍କଳ ଜନନୀ ଗାନ କରାଯାଇଥିଲା । ସେହିପରି ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ବାର୍ଷିକ ବିବରଣୀ ପାଠ କରିଥିଲେ ଛାତ୍ରୀ ସୁଶ୍ରୀ ଜ୍ୟୋତିପ୍ରଭା ମହାରଣା । ଅଧ୍ୟାପିକା ମମତା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ ସାହୁ ଓ ସୁଷମା ସିଂହଙ୍କ ପରିଚାଳନାରେ ଉଚ୍ଚ ଉତ୍ସବରେ ବାର୍ଷିକ କ୍ରୀଡ଼ାର କ୍ରୀଡ଼ା

ପ୍ରମୋଦ ନାଏକ ହତ୍ୟା ଘଟଣା : ଦୁଇ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଗିରଫ

ମୁଖୁଗୁଡ଼ା, ୧୦/୨ (ନି.ପ୍ର): କନ୍ଧପାଟଣା ଗାନ୍ଧିଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତ ପ୍ରମୋଦ ନାଏକ (୩୧) କୁ ହତ୍ୟା କରି ଯୋଗାଣରେ ଫିଙ୍ଗି ଦେବା ଘଟଣାରେ ଦୁଇ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଗିରଫ ପରେ ଆଜି କନ୍ଧପାଟଣା ପୋଲିସ କୋର୍ଟଚାଲାଣ କରିଛି । ଦୁଇ ଅଭିଯୁକ୍ତ ହେଲେ କନ୍ଧପାଟଣାର ବିକେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ଓ ମହେଶ ଦାସ ଓଡ଼ିଆ ମଂଚୁ । ପୂର୍ବ ଶତ୍ରୁତା ନେଇ ଉଚ୍ଚ ହତ୍ୟାକାଣ୍ଡ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଏଥିରେ ଆଉ କିଏ କିଏ ସାମିଲ ଅଛନ୍ତି ତାହା ଆଗକୁ ଆହୁରି ତଦନ୍ତ କରାଯିବ ବୋଲି ପୋଲିସ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି । ପରିବାର ଲୋକେ ଉଚ୍ଚ ହତ୍ୟା ଘଟଣାରେ ଅଧିକ ଲୋକେ ସାମିଲ ଥିବା ନେଇ ଉଚ୍ଚପରିଚାର ତଦନ୍ତ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ଗତ ୭ ତାରିଖ ରାତି ୮ ଟାକୁ ପ୍ରମୋଦ ନିଖୋଜ ଥିବା ବେଳେ ୮ ତାରିଖ ସକାଳୁ କନ୍ଧପାଟଣା ଗାଡ଼ା ଭବନ ଚିକିତ୍ସା ଯିବା କେନାଲ ରାସ୍ତାରେ ଏକ ଖଲା ନିକଟରେ ଥିବା ପୋଖରୀରୁ ପ୍ରମୋଦଙ୍କ ମୃତଦେହ ମିଳିଥିଲା ।

ରୂପସା ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ପକ୍ଷରୁ ତମାଖୁ ମୁକ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ



ବସ୍ତା, ୧୦/୨ (ନି.ପ୍ର): ରୂପସା ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ଭଳି ରୋଗରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିବା ସୁରକ୍ଷିତ ବୋଲି ବକ୍ତବ୍ୟରେ କହିଥିଲେ । ବୃକ୍ଷ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ ମ୍ୟାନେଜର ସତ୍ୟ ସୁନ୍ଦର ଗୋସ୍ଵାମୀ କବିତା ମାଧ୍ୟମରେ ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର ନିକ ତଥା ନିକ ପରିବାର ଓ ସମାଜ ପ୍ରତି କୁ-ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥିବା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟ ଦ୍ଵୟର ପ୍ରଧାନଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ମାନପତ୍ର ସହ ଟ୍ରଫି ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଏସଏମ୍ ସ୍ଵପ୍ନା ମହାନ୍ତି ଓ ତନୁଜା ନାୟକ, ସିଏଚ୍ଓ ନିମିତି ବନୁଆଙ୍କ ସମେତ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଶିକ୍ଷକ ଓ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ମୁଖ୍ୟ ହେବା ସହ ଯୁବଯୁବକଙ୍କର, ମୁଖ୍ୟ ଗହ୍ଵର କର୍କଟ ଏବଂ ହୃଦ୍ଘାତ ରୋଗରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିବା ସୁରକ୍ଷିତ ବୋଲି ବକ୍ତବ୍ୟରେ କହିଥିଲେ । ବୃକ୍ଷ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ ମ୍ୟାନେଜର ସତ୍ୟ ସୁନ୍ଦର ଗୋସ୍ଵାମୀ କବିତା ମାଧ୍ୟମରେ ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର ନିକ ତଥା ନିକ ପରିବାର ଓ ସମାଜ ପ୍ରତି କୁ-ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥିବା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟ ଦ୍ଵୟର ପ୍ରଧାନଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ମାନପତ୍ର ସହ ଟ୍ରଫି ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଏସଏମ୍ ସ୍ଵପ୍ନା ମହାନ୍ତି ଓ ତନୁଜା ନାୟକ, ସିଏଚ୍ଓ ନିମିତି ବନୁଆଙ୍କ ସମେତ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଶିକ୍ଷକ ଓ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

କଳାଗୁଡ଼ା ଜଙ୍ଗଲରେ ମିଳିତ ଅବକାରି ଚଢ଼ଉ

କନ୍ଧପୁର, ୧୦/୨ (ନି.ପ୍ର): ଦେଶୀ ମଦ ପ୍ରସ୍ତୁତ ସହ ଲୁଚାଇ ରଖିଥିବା ସୂଚନା ପାଇ କଳାଗୁଡ଼ା ଜଙ୍ଗଲରେ ଆଜି ଅବକାରି ବିଭାଗ ଓ ସଦର ପୋଲିସର ମିଳିତ ଚଢ଼ଉ ହୋଇଛି । ଦେଶୀ ମଦ ପ୍ରସ୍ତୁତ ସହ ଲୁଚାଇ ରଖିଥିବା ସୂଚନା ପାଇ କନ୍ଧପୁର ଅବକାରି ଥାନା ପକ୍ଷରୁ ଚଢ଼ଉ କରାଯାଇଛି । ଚଢ଼ଉ ସୂଚନା ପାଇ ମଦ ମାଫିଆ ମାନେ ଚମ୍ପଟ ମାରିଥିବା ବେଳେ ଅବକାରି ବିଭାଗ ବହୁ ମଦ ଭାଟି ଭାଙ୍ଗିବା ସହ ୧ ହଜାର ଲିଟର ପୋତ ଓ ୪୦ ଲିଟର ଦେଶୀ ମଦ ଜବତ କରି ନଷ୍ଟ କରିଛି । କଳା ପୁରୁଜ ଷ୍ଟାଡ଼ କନ୍ଧପୁର ଅବକାରି ନିରକ୍ଷକ କାନ୍ୟାକାନ୍ୟ, ଅବକାରି ଥାନା ସହ କନ୍ଧପୁର ସଦର ପୋଲିସର ମିଳିତ ଚଢ଼ଉ କରାଯାଇଛି । ମଦ ରକ୍ଷା ସରକାରୀ ଡ୍ରମ ଆଦିକୁ ଜବତ କରାଯାଇଛି । ଚଢ଼ାଉରେ ପୁରୁଜ ଷ୍ଟାଡ଼ ନିରକ୍ଷକ ଚନ୍ଦ୍ର ଶେଖର ପତିଆରି, ଅବକାରି ନିରକ୍ଷକ ଶଶି କାନ୍ଧ ଦତ୍ତ, ଅବକାରି ଓଆଇସି ହିରଣ ସୁବ୍ରତ ଚଢ଼ଉ କରିଥିଲେ । ଏହି ଚଢ଼ଉ ଅପରାଧ ୨୮ରେ ଶେଷ ହୋଇଥିଲା ।

ବାଲେଶ୍ଵର ସଦର ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ବିଧାୟକଙ୍କ ଜନଶୁଣାଣି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ

ଉପଯୁକ୍ତ ତଦନ୍ତ ସହ ତୁରନ୍ତ ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଲେ ବିଧାୟକ ମାନସ ଦତ୍ତ

ବାଲେଶ୍ଵର, ୧୦/୨ (ନି.ପ୍ର): ରାଜ୍ୟସ୍ତରରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଜନ ଅଭିଯୋଗ ପ୍ରକୋଷ୍ଠ ଓ କିଲ୍ଲାସରରେ ମିଳିତ ଜନଶୁଣାଣି ଅଭିଯୋଗ ଭଳି ବାଲେଶ୍ଵର ସଦର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି ବିଧାୟକଙ୍କ ଜନଶୁଣାଣି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ । ଏଥିରେ ବିଧାୟକ ମାନସ କୁମାର ଦତ୍ତ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଜନ ସାଧାରଣଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ଆପତ୍ତି ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣିବା ସହିତ ସେଗୁଡ଼ିକର ଆଶୁ ସମାଧାନ ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥିଲେ । ତେବେ ଶାସନ ପ୍ରଶାସନକୁ ଲୋକଙ୍କ ନିକଟରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଏହିଭଳି ଏକ ଅଭିନବ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା । ସଦର ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀ ଆଧୀନ କୁରାଡ଼ିଆ ପଞ୍ଚାୟତ ଠାରେ । ସ୍ଵାମୀୟ ପଞ୍ଚାୟତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସୁତରାପିରେ କିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନର ସମସ୍ତ ଲାଭନ୍ ଡିପାର୍ଟମେଣ୍ଟର ଅଧିକାରୀମାନେ ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟାର ଆଦେଶକୁ ତଦାରଖ କରିଥିଲେ । ଏହି ଜନଶୁଣାଣି



କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପାଖାପାଖି ୧୦୦ ଗୋଟି ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ହୋଇଥିଲା । ଅଭିଯୋଗଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ମୁଖ୍ୟତଃ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଜଳ ଯୋଗାଣ, ଜମି ସମାଜନ, ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟକର ଏବଂ ଚିକିତ୍ସା ଜନିତ ଆବଶ୍ୟକ ସୁବିଧା, ଗମନାଗମନ, ଭିନ୍ନସମ୍ପର୍କ ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା, ବାସଗୃହ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଗୁଡ଼ିକ ସର୍ବାଧିକ ଥିଲା । ଏହି ସମସ୍ତ ଅଭିଯୋଗ ମଧ୍ୟରୁ ମାତ୍ରାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସମସ୍ୟା ଥିବାବେଳେ କିଛି ସାମାଜିକ ସମସ୍ୟା ସମ୍ବନ୍ଧିତ ବିଷୟରେ ଆଧାରିତ ଥିଲା ଓ ଏହି ଜନଶୁଣାଣୀରେ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗ ପାଇଁ ଆବିଷ୍କୃତ ଅଭିଯୋଗ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ସରକାରଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ଅନୁଯାୟୀ ଆବାସ ସହାୟତା, ଜଳ ନିଷ୍କାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରଭୃତି ଅଭିଯୋଗଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ବିଭାଗ ପୂର୍ବକ ତୁରନ୍ତ ସେଗୁଡ଼ିକର ସମାଧାନ ନିମନ୍ତେ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ଦତ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ ଓ ରାଜ୍ୟରେ ପରିଚାଳିତ ଲୋକଙ୍କ ସରକାର ସବୁବେଳେ ଲୋକଙ୍କ ସାଥରେ ରହିଛି । ତୁରନ୍ତକ୍ରମରେ ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କ ସମସ୍ୟାର ତ୍ଵରିତ ସମାଧାନ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ମୋହନ ମାଝୀ ସରକାର ବୃଦ୍ଧ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ବୋଲି ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ଦତ୍ତ ଏହି ଅବସରରେ କହିଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ବାଲେଶ୍ଵର ସଦର କୁଳ ବିଡ଼ିଓ, ସଦର ତହସିଲଦାରଙ୍କ ସମେତ ପଂଚାୟତରାଜ ଓ ଗ୍ରାମ୍ୟ ପାନୀୟଜଳ, ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ, ପୂର୍ଣ୍ଣ, ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ, ଶିକ୍ଷା ପ୍ରଭୃତି ସହ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗର ଅଧିକାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଦ୍ଵାଦଶ ବାଲିଆପାଳ ମହୋତ୍ସବର ତୃତୀୟ ସନ୍ଧ୍ୟା ମା' ମାତୃଭୂମିକୁ ଭଲପାଇବା ସହିତ ଶୁଙ୍ଖଳିତ ଜୀବନଯାପନ ବିକାଶର ଏକ ମାଧ୍ୟମ

ବାଲିଆପାଳ, ୧୦/୨ (ଝାଡ଼େଶ୍ଵର ପ୍ରଧାନକଠାଉ): ମା' ମାତୃଭୂମିକୁ ଭଲ ପାଇବା ସହିତ ଶୁଙ୍ଖଳିତ ଜୀବନ ଯାପନ ବାସ୍ତବ ଜୀବନରେ ନଥିଲେ ମାନବିକ ମୂଲ୍ୟବୋଧର ବିକାଶ ଘଟିପାରେ ନାହିଁ । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଚେତନା ମାନବିକ ଗୁଣକୁ ସୁମାର୍ଗରେ ନେବା ସହିତ ମଣିଷ ଜୀବନକୁ ଶୁଙ୍ଖଳିତ କରିଥାଏ । ଯାହା ଫଳରେ ସମାଜରେ ମଣିଷପଣିଆ, ଭାଇତାରା ସଂପର୍କର ସେତୁ ଗୁପ୍ତ ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ବାଲିଆପାଳ ମହୋତ୍ସବର ତୃତୀୟ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଅତିଥିମାନେ ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ଉତ୍ସବ କମିଟିର ବରିଷ୍ଠ ସଦସ୍ୟ ଅଧ୍ୟାପକ ଡ଼ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ଦାସ



କ୍ଷ ଅଧକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ପ୍ରାଚୀନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ହୃଦୟ ରଞ୍ଜନ ତ୍ରିପାଠୀ ଯୋଗଦେଇ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମାଜରେ ମନୁଷ୍ୟ ନିକ ନିକ ଭିତରେ ଥିବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ପରିହାର କରି ସ୍ଵେଚ୍ଛା ପ୍ରୋମୋଟିଭରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ବାଣି ପାରିଲେ ସମାଜରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବ ବୋଲି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟ ବକ୍ତା ଭାବେ ଲତାଯୋଗୀ ସଂସ୍କୃତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରିୟବ୍ରତ ପଣ୍ଡା ଯୋଗଦେଇ ସାମଗ୍ରିକ ଭାବେ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ସମାଜର ଆର୍ଥିକ ଓ ଶୈକ୍ଷିକ ସ୍ଥିତି ବର୍ଦ୍ଧିଥିବାବେଳେ ମାତୃଭୂମିକୁ ଭଲ ପାଇବା ସହିତ ଶୁଙ୍ଖଳିତ ଓ ମାନବିକଗୁଣକୁ କାଗ୍ରତକରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ବୋଲି କହିଥିଲେ । ମହୋତ୍ସବ କମିଟିର ବରିଷ୍ଠ ସଦସ୍ୟ ପ୍ରଦୀପ ପାତ୍ର ମଞ୍ଚ ଆହ୍ଵାନ କରିଥିବା ବେଳେ, ବରିଷ୍ଠ ସଦସ୍ୟ ହେମାମକେଶ ସାହୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ବିକଳିତ ରାତ୍ରୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନୃତ୍ୟ ସଙ୍ଗୀତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଦର୍ଶକ ମନୁଆଲ ହୋଇଥିଲେ । କମିଟିର ଆବାହକ ଡ଼ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ, ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କୁମାର ପାତ୍ର, ପ୍ରଦୀପ ସି, ଜଗନ୍ନାଥ ବାରିକ, ସତ୍ୟବ୍ରତ ରାୟ ବିଜୟସାମଲ, ହରବନ୍ଧୁ ଜେନା, ନରେଶ ସାହୁ, କୃଷକସମ୍ମେଳ ସାହୁ, ସଞ୍ଜୀବ ପାତ୍ର, ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ନାୟକ ପ୍ରମୁଖ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ପେନସନ ଓ ପରିବାର ଭୋଗ ସଂଘର ନୂତନ କର୍ମକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ଶପଥ ଗ୍ରହଣ ଉତ୍ସବ

କେନ୍ଦ୍ର, ୧୦/୨ (ନି.ପ୍ର): କେନ୍ଦ୍ରସରକାରଙ୍କ ପେନସନ ଓ ପରିବାର ପେନସନ ଭୋଗା ସଂଘର ନବ ନିର୍ବାଚିତ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ମାନଙ୍କ ଶପଥ ଗ୍ରହଣ ଉତ୍ସବରେ ପୁରୁଣା ଏ କି କଲୋନା ସ୍ଥିତ ପୂଜା ମଣ୍ଡପରେ ଏକ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ବରିଷ୍ଠ ପେନସନ ଭୋଗା ଶୁକଦେବ ପଟ୍ଟନାୟକ ନିର୍ବାଚିତ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ମାନଙ୍କୁ ଶପଥ ପାଠ କରାଯାଇଥିଲା । ସଭାପତି ଭାବରେ ଶ୍ରୀ ଶଙ୍କରୀୟ ପ୍ରଧାନ ଓ ଉପ ସଭାପତି ଭାବରେ ଶ୍ରୀ ଅବନୀ କାନ୍ଧ ପାତ୍ର ଏବଂ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଭାବରେ ଶ୍ରୀ ବୃନ୍ଦାବନ ସାହୁ ଶପଥ ନେଇ ଥିବା ବେଳେ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀନିବାସ ମହାନ୍ତି ସହ ସମ୍ପାଦକ



ଭାବରେ ଶପଥ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ତା ଛଡ଼ା ଶ୍ରୀ ଶରତ ଚନ୍ଦ୍ର ରାୟ କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ଶପଥ ନେଇଥିଲେ । ସଂଘର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ସଦସ୍ୟ ଭାବରେ ସର୍ବଶ୍ରୀ ବ୍ରଜେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମହାନ୍ତି, ବିକଳୁଷନାଥ ନାୟକ, ବିକଳ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ, ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ବଳିଆର ସିଂହ, ଚିତ୍ତରଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ, ସତ୍ୟାନନ୍ଦ ପାଣି ଓ ଶ୍ରୀମତୀ ମେନକା ସୁନ୍ଦରୀ ଦେବୀ ଶପଥ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ସଂଘ ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ସ୍ତରୀୟ ଏକ ରେଭିନ୍ୟୁ ଭୂତ ଅନୁଷ୍ଠାନ ହୋଇଥିବାରୁ ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ଭିତରେ ରହିଥିବା ସମସ୍ତ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ପେନସନ ଓ ପରିବାର ପେନସନ ଭୋଗା ମାନେ ସଦସ୍ୟ ହୋଇ ପାରିବେ ବୋଲି ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଶ୍ରୀ ବୃନ୍ଦାବନ ସାହୁ ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ 'ପରୀକ୍ଷା ପେ ଚର୍ଚ୍ଚା ୨୦୨୪'ର ସିଧାପ୍ରସାରଣ ଦେଖିଲେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ/କେନ୍ଦ୍ର, ୧୦/୨ (ନି.ପ୍ର): ନୂଆଦିଲ୍ଲୀର ସୁନ୍ଦର ନର୍ଦ୍ଦୀ ଠାରେ ନୂଆ ରୂପରେ ଆୟୋଜିତ 'ପରୀକ୍ଷା ପେ ଚର୍ଚ୍ଚା(ପିପି)- ୨୦୨୪ର ଅଷ୍ଟମ ସଂସ୍କରଣରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ ସମଗ୍ର ଭାରତବର୍ଷକୁ ବନ୍ଧା ହୋଇ ଆସିଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ସାକ୍ଷାତ୍ ଆଲୋଚନା କରିବା ସହ ସେମାନଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦେଇଛନ୍ତି । ପରୀକ୍ଷା ପ୍ରସ୍ତୁତି, ପରୀକ୍ଷାରୁ ଚାପ କମ କରିବା ତଥା ଆଗାମୀ ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଓ 'ଏକଜାମ ଖୁସିକର୍ମ'କୁ ଦେଇଥିବା ଉପାଦେୟ ପରାମର୍ଶ ସେମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ଦୃଢ଼ କରିଛି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ସେମାନଙ୍କୁ ନୂଆଦିଲ୍ଲୀର ନ୍ୟାସନାଲ ମିଡ଼ିଆ ସେଣ୍ଟରରୁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପରୀକ୍ଷା ପେ ଚର୍ଚ୍ଚାର ସିଧା ପ୍ରସାରଣ ଦେଖିଥିଲେ । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଦେଶର କୋଣ ଅନୁକୋଣରୁ ବନ୍ଧା ହୋଇଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଆଜି ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ଜଣେ ବନ୍ଧୁ, ଅଭିଭାବକ ବା ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ଭଳି ସେ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀମାନଙ୍କ ସହ କଥା ହୋଇଛନ୍ତି । ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମନରେ ଥିବା ଅନେକ ଅସମାହିତ ପ୍ରଶ୍ନର ସେ ଉତ୍ତର ଦେଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଆଉ ମଧ୍ୟ ସେ ବର୍ଷା ଓ ଦ୍ଵାଦଶ ଶ୍ରେଣୀ ପରୀକ୍ଷା ଦେଉଥିବା ପରୀକ୍ଷା ଯୋଜନା ସହ ଆଲୋଚନା କରି ସେମାନଙ୍କୁ ପରୀକ୍ଷାରୁ ଚାପପୂର୍ଣ୍ଣ ହେବାର ମନ୍ତ୍ର ଦେଇଛନ୍ତି, ଯାହା ବହୁତ ସୁସ୍ପୃହ ରଖୁଛି । ପରୀକ୍ଷା ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଆଲୋଚନା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଓ ପରୀକ୍ଷା ଯୋଜନା ଅନୁସ୍ଥିତ କରିଛି । ଦେଶର ପରୀକ୍ଷା ଯୋଜନା ମାର୍ଗଦର୍ଶନ,



ପ୍ରେରଣା ଏବଂ ସମର୍ଥନ ଦେଇଥିବାରୁ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ପରୀକ୍ଷା ପେ ଚର୍ଚ୍ଚା ଏବେ ଏକ ଜନଆଲୋଚନାରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି । ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ବାର୍ତ୍ତା ଶୁଣିବା ପାଇଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ, ଅଭିଭାବକ ଓ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ବହୁତ ଉତ୍ସାହ ଓ ଆଗ୍ରହ ସହ ଅପେକ୍ଷା କରିଥା'ନ୍ତି । ଚଳିତ ସଂସ୍କରଣରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଦେଶର କଳା, ସାମାଜିକ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରର ୭ ଜଣ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷମାନେ ମାନବିକ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଗୋଟିଏ ବିଷୟରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉପରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ଦେବେ । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ସହାର ଆହୁରି ଏପିସୋଡ୍ ବା ଅଧ୍ୟାୟ ଆଦିକ ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି ।