

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

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

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ଶୁକ୍ରବାର ୧୪ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୫ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପଇସା ■ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା-୩୦ ■ Balেশ୍ୱar ■ FRIDAY 14 FEBRUARY 2025
Vol.No. 36 ■ No.43 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore (Odisha)/005/2019

ପ୍ରକାଶ ପାଇଲା....
ନୂଆବର୍ଷ ସମ୍ପନ୍ନା

ସ୍ୱାଗତ୍ୱିକା

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

ମଣିପୁରରେ ଲାଗୁ ହେଲା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଶାସନ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୩/୨ : ମଣିପୁରରେ ଲାଗୁ ହେଲା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଶାସନ । ଗୃହ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ଏନେଇ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଜାରି କରାଯାଇଛି । ଗତ ୯ ତାରିଖରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପଦରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିଲେ ପୂର୍ବତନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ବାରେନ ସିଂହ । ୨ ବର୍ଷ ଧରି ମଣିପୁରରେ ଦୁଇ ସଂପ୍ରଦାୟ ମଧ୍ୟରେ ସଂଘର୍ଷ ଲାଗିରହିଛି । ବିଧାନସଭା ଅଧିବେଶନ ଆରମ୍ଭ ହେବାର ଦିନକ ପୂର୍ବରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିଲେ ମଣିପୁର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଏନ୍.ବାରେନ ସିଂହ । ସେ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କୁ ଭେଟି ଇସ୍ତଫାପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଇସ୍ତଫା ପରେ ମଣିପୁର ରାଜ୍ୟ



ରାଜନୀତି ସରଗରମ ହୋଇଥିଲା । ମଣିପୁର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଏନ୍.ବାରେନ ସିଂହ କେନ୍ଦ୍ର ଗୃହମନ୍ତ୍ରୀ ତାରିଖ ସନ୍ଧ୍ୟା ବେଳେ ରାଜ୍ୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପରେ ୯ ଭବନ ଯାଇ ରାଜ୍ୟପାଳ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଭେଟି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପଦରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିଲେ ।

କୁମାର ଭଲ୍ଲୁଙ୍କୁ ଭେଟି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପଦରୁ ଇସ୍ତଫା ଦେଇଥିଲେ । ତାଙ୍କ ସହିତ ରାଜ୍ୟ ବିଜେପି ସଭାପତି ଏନ୍. ଶାରଦା, ବିଜେପି ଉତ୍ତର-ପୂର୍ବ ମଣିପୁର ପ୍ରଭାକରା ସମ୍ବିତ ପାତ୍ର ଓ ୧୯ ଜଣ ବିଧାୟକ ଯାଇଥିଲେ । ପୂର୍ବନା ଆଉଁଳ ମଣିପୁରରେ କୁଳି ଓ ନାଗା ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ମଧ୍ୟରେ ଜାତିଗତ ହିଂସା ଘଟି ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ବର୍ଷ ଧରି ଏଠାରେ ନିଆଁ ଜଳୁଛି । ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଧରି ବିରୋଧୀ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଇସ୍ତଫା ମଧ୍ୟ ଦାବି କରୁଥିଲେ । ତେବେ ରବିବାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଇସ୍ତଫା ଦେବା ପରେ ଆଜି ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଶାସନ ଲାଗୁ କରାଯାଇଛି ।

ଦେଶରେ ସରଳ ହେବ ଆୟକର ବ୍ୟବସ୍ଥା: ନୂଆ ଆୟକର ବିଲ୍ ଲୋକସଭାରେ ଆଗତ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୩/୨ : ଗୁରୁବାର ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ ନିର୍ମଳା ସୀତାରମଣୀ ଲୋକସଭାରେ ନୂଆ ଆୟକର ବିଲ୍ ଆଗତ କରିଛନ୍ତି । ନୂଆ ଆୟକର ଆଇନ-୨୦୨୫ ସଂସଦର ଅନୁମୋଦନ ଲାଭ କଲେ, ପ୍ରଚଳିତ ଆୟକର ଆଇନ-୧୯୬୧ର ସ୍ଥାନ ନେବ । ତେବେ ବିଲ୍‌କୁ ସଂସଦର ନିମ୍ନ ସଦନରେ ଆଗତ କରି, ଏହାକୁ ସିଲେକ୍ଟ କମିଟିକୁ ପଠାଇବା ପାଇଁ ସୁପାରିଶ କରିଛନ୍ତି ନିର୍ମଳା । ନୂଆ ଆୟକର ଆଇନକୁ ଅଧିକ

ସରଳ ଓ ପାରଦର୍ଶୀ କରାଯାଇଛି । ବିଶେଷ କରି ଟିକସଦାତାଙ୍କ ଅନୁକୂଳ ପ୍ରସ୍ତାବନାମାନ ଦିଆଯାଇଥିବା ଦାବି କରିଛନ୍ତି ମୋଦୀ । ଦେଶରେ କ'ଣ ସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଛନ୍ତି ମୋଦୀ ସରକାର । ବଜେଟରେ ଘୋଷଣା ମୁତାବକ ନୂଆ ଆୟକର ଆଇନରେ ୫ଟି ଆୟକର ପ୍ଲୁବ ରହିବ । କିନ୍ତୁ ନିବେଶ କରୁଥିଲେ ୧୨ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାର୍ଷିକ ଆୟକାରୀଙ୍କୁ କୌଣସି ଟିକସ

ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ଏବେ ଆସନ୍ତୁ ନଜର ପକାଇବା ଆଉଁଳିଛି ବଡ଼ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଉପରେ । ୬୦ ବର୍ଷ ପୁରୁଣା ଆଇନରେ କେତେକ ଅସମ୍ଭବ କାରଣରୁ ଟିକସଦାତା ଓ ସରକାର ମଧ୍ୟରେ ବିବାଦ ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥିଲା । ଫଳରେ ଆୟକରକୁ ନେଇ କୋର୍ଟରେ ମାମଲା ବଢ଼ିଚାଲିଥିଲା । ନୂଆ ଆଇନରେ ଏହାକୁ ସଂଶୋଧନ କରାଯାଇଥିବାରୁ ଆଗକୁ ଦୃଢ଼ କମିଟି ବୋଲି ସରକାର ଆଶାବାଦୀ ଅଛନ୍ତି ।

ସୁରକ୍ଷା ସ୍ଥିତି ଆକଳନ କରିବା ପାଇଁ ଜମ୍ମୁରେ ବୈଠକ

ଜମ୍ମୁ, ୧୩/୨ : ଜମ୍ମୁରେ ଉଚ୍ଚତରମ ସୁରକ୍ଷା ବୈଠକର ଦିନ ପରେ ଅଂଚଳରେ ସୁରକ୍ଷା ସ୍ଥିତିର ଆକଳନ କରିବା ପାଇଁ ଉପରାଜ୍ୟପାଳ ମନୋଜ ସିହ୍ନା ଗୁରୁବାର ଏକ ବୈଠକ ଡାକିଛନ୍ତି, ଯାହାର ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା ସେ ନିଜେ କରିଛନ୍ତି । ବୈଠକରେ ଜମ୍ମୁ ଜଣ୍ଡାଲ ପୋଲିସ୍, ସିଆରପିଏଫର ଶାଖା ଅଧିକାରୀ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଅନ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଏଜେନ୍ସି ସାମିଲ ଅଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ବୈଠକରେ ଫେଡ଼ ସାଇନ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ସୁରକ୍ଷା ସ୍ଥିତି, ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରେଖାରେ ଅନୁପଦେଶ ସହିତ ଅନ୍ୟ ପ୍ରସଙ୍ଗର ଆକଳନ କରିବା ରହିଛି ।

ଫେବୃଆରୀରୁ ଟାଇଁ ଟାଇଁ ଖରା: ୩୫ ଡେଇଁଲା ରାଜଧାନୀର ତାପ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୨(ନି.ପ୍ର) : ଫେବୃଆରୀରୁ ଟାଇଁ ଟାଇଁ ଖରା ଅନୁଭୂତ ହେଲାଣି । ଫେବୃଆରୀରୁ ତେଜାବନା ଦେଲାଣି ତାତି । ତିନି ଦିନ ଭିତରେ ତାପମାତ୍ରା ବଢ଼ିଲାଣି ଗା ଡିଗ୍ରୀ । ପାରଦ ୩୬ ଡିଗ୍ରୀ ପାଇଁ କଲାଣି । ରାଜ୍ୟବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭାବେକଣି ମଧ୍ୟ ପଡ଼ିଲାଣି । ଏବେ ଯଦି ଏତେ ଗରମ ତ ମେ ଲୁହ ଚେ ଅବସ୍ଥା କଣ ହେବ ତାକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତିତ ରାଜ୍ୟବାସୀ । ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ କହିଛି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବଳୟରୁ



ରାଜ୍ୟକୁ ଅଣ୍ଟା ପବନ ବନ୍ଦ ହୋଇଛି ଏବଂ ପଶିମା ଓ ପ୍ରଭାବରେ ତାପ ବଢ଼ୁଛି । ଝରସୁଗୁଡ଼ାରେ ବୁଧବାର ପାରଦ ୩୬ ଡିଗ୍ରୀରୁ ବେଳେ ଆଜି ୩୫ ଡେଇଁଲା ରାଜଧାନୀର ତାପ । ଝରସୁଗୁଡ଼ାରେ ୧୯୦ଟା ବେଳକୁ

ବାଖରାବାଦ ଯୁଥ କୁବର ଚତୁର୍ଥ ବାର୍ଷିକ ମହୋତ୍ସବ: ୭୧ ଯୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ

ରୂପସା, ୧୩/୨ (ନି.ପ୍ର): ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ରୂପସା ଥାନା ଅଧିକାରୀ ବାଖରାବାଦ ଯୁଥକୁବର ଚତୁର୍ଥ ବାର୍ଷିକ ଉତ୍ସବରେ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର, ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ ରାଜ୍ୟସଭା ଭବିଷ୍ୟତ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଯାଇଛି । ଯୁଥକୁବର ସଭାପତି ରବିନ୍ଦ୍ର କୁମାର ସେଠୀଙ୍କ ପୌରୋହିତରେ ଏକ ସଭାର ଆୟୋଜନ ହୋଇଥିଲା । ଉତ୍ସବକ୍ରମେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥିଭାବେ ଜିଲ୍ଲା ରକ୍ତଦାତା ସଂଘର ଉପସଭାପତି ତଥା ପରିବେଶବିତ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ସୁମନ୍ତ କୁମାର ନେତା ଆଗବେଳେ କହିଥିଲେ ରକ୍ତ ଦାନ ଏକମହତ ଦାନ, ଏକ ଯୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ଦାନରେ ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ



ବାଖରାବାଦ ପାରିବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ରକ୍ତ ଭଣ୍ଡାରରେ ରକ୍ତର ଘୋର ଅଭାବ ଦେଖାଯାଇଛି । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ କୁବର ପକ୍ଷରୁ ଏହିଭଳି ଶିବିର ଆୟୋଜନ ହେଉଥିବାରୁ ବ୍ୟକ୍ତି ଗତ ଭାବେ ଅନୁଷ୍ଠାନକୁ ସାଧୁବାଦ ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ରକ୍ତଦାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସୁବକ ଓ ସୁବତୀ ଯୋଡ଼ି ହେବା ପାଇଁ ନିଜର ଅଭିଭାଷଣ ରଖିବା ସହିତ ବିଶ୍ୱରେ ଚାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ଓ ଜଳ ବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନରେ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରି ସବୁଜ ବାଲେଶ୍ୱର

ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ଅଭିଭାଷଣ: 'ଓଡ଼ିଆ ଅସ୍ଥିତାର ବିକାଶ ଦିଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି ମୋ ସରକାର'

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୨(ନି.ପ୍ର) : ଆଜିଠୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ସପ୍ତଦଶ ଓଡ଼ିଶା ବିଧାନସଭାର ତୃତୀୟ ଅଧିବେଶନ । ରାଜ୍ୟପାଳ ହରିବାବୁ କମ୍ବଳପାଟିଲଙ୍କ ଅଭିଭାଷଣରୁ ଗୃହକାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଜୟ ଜଗନ୍ନାଥ କହି ଅଭିଭାଷଣ ଆରମ୍ଭ କଲେ ରାଜ୍ୟପାଳ । ଏହାପରେ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପୂର୍ବତନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମନମୋହନ ସିଂହ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ବିଜୟ ମହାନ୍ତି ଓ ସଦନ ନାୟକଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଅଭିଭାଷଣରେ ରାଜ୍ୟପାଳ ଓଡ଼ିଶାର ଖଣିଜ ସଂପଦ ବିକ୍ଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି, ଦୂର୍ଗମ ପାହାଡ଼ ତଳେ ମୃତ୍ୟୁବାନ ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥର ବିଶାଳ ଭଣ୍ଡାର ରହିଛି, ଯାହା ଏହାର ଶିକ୍ଷ

ଶକ୍ତି ଏବଂ ଅର୍ଥନୈତିକ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ନୀରବ ପ୍ରମାଣ । ଆମର ଲୋକମାନେ ହିଁ ଆମର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସମ୍ପତି; ଆମ କାରିଗରମାନେ ପଥର ଓ ବସ୍ତରେ ଯାଦୁକରୀ ସର୍ତ୍ତ ଦିଅନ୍ତି, କୃଷକମାନେ ପୃଥିବୀକୁ ଜୀବନ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ୨୦୨୪ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ଓଡ଼ିଶାବାସୀ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି । ସରକାର ଏହି ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବା ସହିତ 'ସବୁ କା ସାଥ, ସବୁ କା ବିକାଶ, ସବୁ କା ବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ସବୁ କା ପ୍ରଶଂସା' ନୀତି ଆଧାରିତ ଏହାର ପ୍ରଥମ ବଜେଟ୍ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଦୀର୍ଘଦୁଇ ଗୁଣ୍ଠଣ କରିବାର ମାତ୍ର ୮ ମାସ ବିତିଛି ଏବଂ ଏହି ସ୍ୱଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସରକାର ବିଭିନ୍ନ ଐତିହାସିକ ନିଷ୍ପତ୍ତି

ନେଇଛନ୍ତି । ଅନେକ ଯୋଜନା ପ୍ରଣୟନ କରିଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ ତଥା ଦେଶର ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରିଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟର ପ୍ରାୟ ଏକ କୋଟି ମହିଳାଙ୍କ ହିତସାଧନ ପାଇଁ ସରକାର 'ସୁଭଦ୍ରା' କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିଛନ୍ତି । ଧାନ ପାଇଁ ଏମଏସପି ଉପରେ କ୍ରିଷାଳ ପିଣ୍ଡା ଅଧିକ ୮୦୦ ଟଙ୍କା ଉନ୍ନତ ପ୍ରଦାନ ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ 'ସମୃଦ୍ଧ କୃଷକ ଯୋଜନା' ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । ଏଥିସହ ଜଣକ ଭାବାବେଶକୁ ସମ୍ମାନ ଜଣାଇ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ଭିତର ରତ୍ନ ଭଣ୍ଡାର ଖୋଲିବା ଓଡ଼ିଆ ଅସ୍ଥିତାକୁ ପୁନର୍ଜୀବିତ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି ।

ବିଜେପି ମୁହାଁ ବିଜେଡ଼ି ନେତା: ସମାଜ ଉପରେ ରାଗିଲେ ନବୀନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୨(ନି.ପ୍ର) : ବିଜେପି ମୁହାଁ ସନା, ଚାରିଦିନ ଲେ ନବୀନ । ଆଜି ବିଧାନସଭା ପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାରରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା ଏମିତି ରୋଚକ ଦୃଶ୍ୟ । ବିରୋଧୀବଳ ନେତା ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ବିଧାନସଭାକୁ ପ୍ରବେଶ କଲା ବେଳକୁ ବିଜେଡ଼ିର ଅନ୍ୟ ବିଧାୟକଙ୍କ ସହ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ତମ୍ବୁଆ ବିଧାୟକ ସନା ମହାକୁଡ଼ା ଜଣେ ବିଧାୟକଙ୍କ ପଛରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଥିଲେ ସନାତନ ମହାକୁଡ଼ା । ତେବେ ନବୀନଙ୍କ ନଜର



ପଡ଼ିଯାଇଥିଲା ସନାଙ୍କ ଉପରେ । ତିନିଏ ଅଟକି ଯାଇଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ନବୀନ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିଥିଲେ କାଲି ବିଜେଡ଼ି

ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶରେ କାର-ଚଳ ଧକ୍କା: ୩ ମୃତ

ଭୋପାଳ, ୧୩/୨ : ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶର ନର୍ମଦାପୁରମଣ୍ଡଳରେ ବୁଧବାର - ଗୁରୁବାର ରାତି ଇଟାରସୀ ରୋଡ଼ରେ ଏକ ଭୟଙ୍କର ସଡ଼କ ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟିଛି । ଏଠାରେ ଚାରିଜଣ ସାଙ୍ଗ କାରରେ ଏକ ବିବାହ ଉତ୍ସବରେ ଯୋଗ ଦେବାକୁ ଯାଉଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଭୁତ ଗତି କାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହରାଇଆଗୁ ଯାଉଥିବା ଏକ ଟ୍ରକର ପଛପଟୁ ଧକ୍କା ଦେଇଥିଲା । ଦୁର୍ଘଟଣାରେ କାରର ଆଗ ଭାଗ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଥିଲା ।

ଟ୍ରମ୍ପ-ମୋଦୀ ଥାନ ଠୁ ଥାନ : ଚିତ୍ରାରେ ଚୀନ-ପାକିସ୍ତାନ-ବାଂଲାଦେଶ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୩/୨ : ଆମେରିକା ଗଣ୍ଠରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ । ଏହି ଗଣ୍ଠ ସମୟରେ ସେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଉଭୟ ନେତା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଲୋଚନା କରୁଛନ୍ତି । ଦୁଇ ଦିଶି ନେତା ଥାନ ଠୁ ଥାନ ଆଲୋଚନା କରିବା ପରେ ଚିତ୍ରାରେ ପାକିସ୍ତାନ-ବାଂଲାଦେଶ ଓ ଚୀନ । କାରଣ ଆମେରିକା ଭାରତ ମଧ୍ୟରେ ଲାଗାତାର ସମ୍ପର୍କ ମଜବୁତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ତେଣୁ ଟ୍ରମ୍ପ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ କି ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା ଜାରି କରୁଛନ୍ତି ସେନେଇ ଏବେଠୁ ଛାଡ଼ିଲେ ପଶିଲାଣି ହନକା । ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଲା ଦ୍ୱିତୀୟ ଥର ଲାଗି ଆମେରିକାର ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ହେବା ପରେ ମୋଦୀଙ୍କୁ ଫୋନ୍ କରି କଥା



ହୋଇଥିଲେ ଟ୍ରମ୍ପ । ଖାଲି କଥା ହୋଇଥିଲେ ତାହା ନୁହେଁ ବରଂ ଆମେରିକା ଯିବାକୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ ଦେଖାଇଲେ । ମୋଦୀ ବି କଥା ରଖି ଟ୍ରମ୍ପ ଶପଥ ନେବାର ମାତ୍ର ୩ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ ଆମେରିକା ଗଣ୍ଠରେ ଯାଇଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଦୁଇ

ବାଣିଜ୍ୟ, ପ୍ରତିରକ୍ଷା, ଆତଙ୍କବାଦ, ଚୀନର ଦାବାଦା, ରଷିଆ-ୟୁକ୍ରେନ୍ ଯୁଦ୍ଧ ସହ ଏତଦ୍ୱାରା-ବି ଭିସା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା ହେଉଛି । ଯେଉଁଥି ଲାଗି ଏହି ଦ୍ୱିପାକ୍ଷିକ ବୈଠକ ଉପରେ ପୁରା ବିଶ୍ୱର ନଜର ରହିଛି । କୁହାଯାଉଛି ଉଭୟ ରାଷ୍ଟ୍ର ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବଡ଼ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇପାରିବେ । ପୂର୍ବରୁ ଚୀନ ଓ ପାକିସ୍ତାନ ଉପରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଛି ହେଲେ ଏଥର ବାଂଲାଦେଶ ବି ମୁହାରେ ରହିଛି । କୁହାଯାଉଛି ଚୀନ, ୬ ମାସ ହେଲାଣି ଉଭୟ ରାଷ୍ଟ୍ର ଯୁକ୍ରେନ୍ ଓ ରଷିଆ ଯୁଦ୍ଧ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଭିତରେ ଆଲୋଚନା ଚାଲିଥିଲା ।

ରୂପସା ମହୋତ୍ସବର ତୃତୀୟ ସଂଧ୍ୟା

ରୂପସା, ୧୩/୨ (ନି.ପ୍ର): ସଦର ବୁଦ୍ଧ ରୂପସା ମହୋତ୍ସବର ତୃତୀୟ ସଂଧ୍ୟା ମହାସମାରୋହରେ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଉପଦେଷ୍ଟା ଯୋଗେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ବେହେରାଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଧୂନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି ଓ ସାଗରିକାର ପରିଚାଳନା ସମ୍ପାଦକ ସୃଷ୍ଟିଧର ପରିଡ଼ା ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗଦେଇଥିବାବେଳେ କବି କାଳୀପଦ ପଣ୍ଡା ମୁଖ୍ୟବକ୍ତାଭାବେ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟତମ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥିଭାବେ ବିଟ୍ ପଲିଟେକନିକର ସମ୍ପାଦକ ଓ ସମାଜସେବୀ ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦର ମିଶ୍ର ଯୋଗଦେଇଥିଲେ । ବକ୍ତାମାନେ ନିଜ ଭାଷଣରେ କହିଥିଲେ ନିଜ ମାଟି, ନିଜ ଭାଷା ଓ ପରମ୍ପରାକୁ ଯଦି ଆମେ ଉପସ୍ମୃତ ସମ୍ମାନ ଦେଇପାରିବା



ତେବେ ମହୋତ୍ସବର ଯଥାର୍ଥତା ରହିବ । ଏ ମହୋତ୍ସବ ଅଂଚଳର ଭାଷା, ଶିକ୍ଷା, ପରମ୍ପରାକୁ ଉଜ୍ଜୀବିତ କରିଥାଏ । ସେହି ଅଂଚଳର ସଂସ୍କୃତି, ପରମ୍ପରାର କାଗ୍ରତ ପ୍ରହରୀ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ମହୋତ୍ସବର ପ୍ରଥମରେ ତାହାରପୁର ଗ୍ରାମର ନୃତ୍ୟଶିଳ୍ପୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସଂଗୀତ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଗୋପାଳଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ ଅନୁଷ୍ଠାନର ଉପଦେଷ୍ଟା ଅତିଥିମାନଙ୍କର ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଂଯୋଜକ ଶ୍ରୀ ଚିତ୍ତରଂଜନ ଦଳାଇ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ବକ୍ତାମାନେ ପ୍ରବାସ ପ୍ରକଳ୍ପନ କରିବା ସମୟରେ ଅଂଚଳର ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ରାହ୍ମଣ ଚକ୍ରଧର ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ବେଦପାଠ କରିଥିଲେ ।

ଅଂଗ ବ୍ୟଥାକୁ ଅଣଦେଖା କରନ୍ତୁନି

କମ୍ ସମୟରେ ଦାଗ ଗାଏବ୍

ଅଂଗବ୍ୟଥାର କାରଣ: ଅଂଗର ଗଠନଶୈଳୀ ଅନୁସାରେ ମାଂସପେଶୀ, ସ୍ନାୟୁ, ଡିସ୍କ (ମେରୁଦଣ୍ଡ ଚକ୍ରିକା), ଲିଗାମେଣ୍ଟ ଇତ୍ୟାଦି ରହିଛି । ଏଥିରୁ ଯେକୌଣସି ଅଂଶରେ ଅସୁବିଧା ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ ଅଂଗବ୍ୟଥା ହୋଇପାରେ । ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ପାଖାପାଖି ୪୦% ଲୋକ



ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନକାଳ ଭିତରେ ଅଂଗ ବ୍ୟଥାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । ଏହା ୨୦ରୁ ୮୦ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେଖାଦେଇପାରେ ।

ସାଧାରଣତଃ ଅଣ ବ୍ୟଥାର କାରଣ ମାଂସପେଶୀ ମଜବୁତ ହେବା, ଡିସ୍କ (ମେରୁଦଣ୍ଡ ଚକ୍ରିକା) ଖସିଯିବା, ହାଡ଼ର ସାନ୍ଧ୍ୟତା କମିଯିବା (ଅସ୍ଥିଓପୋରୋସିସ) ହାଡ଼ଭାଙ୍ଗିଯିବା କାରଣରୁ ବ୍ୟଥାକୁ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଭାଷାରେ ମେକାନିକଲ ଅଣ ବ୍ୟଥା କୁହାଯାଏ ।

ଅନ୍ୟ ରୋଗଜନିତ: ଗଣ୍ଠିବାତ ଥିଲେ, ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ ବା ଆଇରଏଡ଼ କ୍ୟାନ୍ସର ରହିଲେ, ଅସ୍ଥି ଯନ୍ତ୍ରଣା ରୋଗ ଦ୍ଵାରା ଅଂଗ ବ୍ୟଥା ହେବାକୁ ନନମେକାନିକାଲ ଅଣ ବ୍ୟଥା କୁହାଯାଏ ।

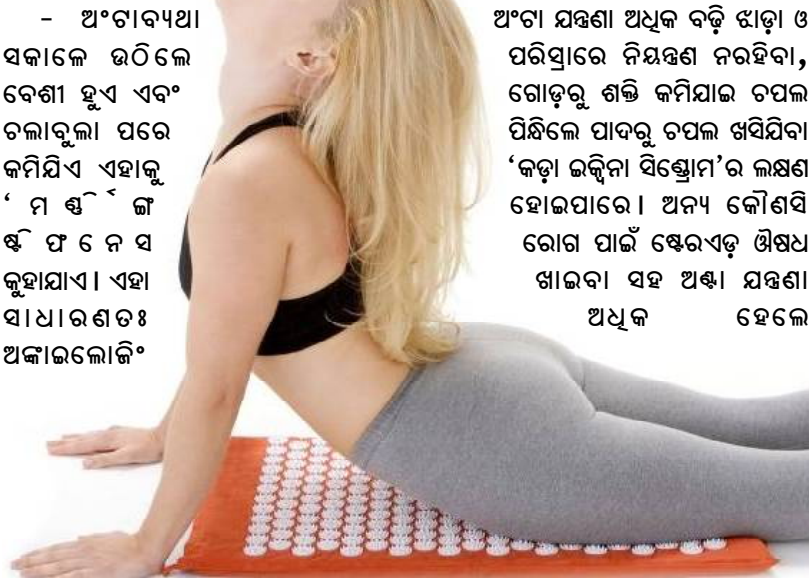
ଅଂଗବ୍ୟଥାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ: ଅନ୍ୟ ଅଙ୍ଗର ଅସୁବିଧା ଯୋଗୁଁ ଅଂଗବ୍ୟଥାକୁ ରେଫରଡ଼ ଅଂଗବ୍ୟଥା କୁହାଯାଏ । ଯେପରିକି କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନ, ଗଳକ୍ଵାତର ରୋଗ, ଗର୍ଭାଶୟ ରୋଗରୁ ମଧ୍ୟ ଅଂଗବ୍ୟଥାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ।

ଲକ୍ଷଣ: କେବଳ ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ଅଂଗରେ ବ୍ୟଥା ହେଲେ ମାଂସପେଶୀ ମଜବୁତ ହେବାର ଲକ୍ଷଣ । ଯଦି ଅଂଗ ବ୍ୟଥା ଗୋଡ଼ ବା ପାଦକୁ ଅଗ୍ରସର ହୁଏ ଏହାକୁ ସିଆଟିକା ବୋଲି କୁହାଯାଏ ।

- ଠିଆ ହେଲେ ବା ଚାଲିଲେ ଯଦି ଅଣ ବ୍ୟଥା ବଢ଼ିଯାଏ ଏବଂ ବସିଲେ ଭଲ ଲାଗେ ଏହାକୁ ନ୍ୟୁରୋଲୋଜିକ କୁଡ଼ିବେସନ କୁହାଯାଏ । ମେରୁଦଣ୍ଡର ସ୍ନାୟୁ ପ୍ରଭାବିତ



ହେଲେ ଏହା ଓଜନ ଧାରେ ଧାରେ ହ୍ରାସ ପାଇବା ଆଦି କ୍ୟାନ୍ସରର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଅଂଗ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅଧିକ ବଳି ଝାଡ଼ା ଓ ପରିସ୍ରାରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ନରହିବା, ଗୋଡ଼ରୁ ଶକ୍ତି କମିଯାଇ ଚପଳ ପିନ୍ଧିଲେ ପାଦରୁ ଚପଳ ଖସିଯିବା 'କମ୍ପା ଇକ୍ସିନା ସିଣ୍ଡ୍ରୋମ'ର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଅନ୍ୟ କୌଣସି ରୋଗ ପାଇଁ ଷ୍ଟେରଏଡ଼ ଔଷଧ ଖାଇବା ସହ ଅଣ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅଧିକ ହେଲେ



ସ୍ଵଶ୍ଵିକାନ୍ତର ଗଣ୍ଠିବାତ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇଥାଏ । ରେଡ଼ ଫ୍ଲୁଗ ଲକ୍ଷଣ ଗୁଡ଼ିକ କ'ଣ ? ଅଂଗବ୍ୟଥା ସହ ସହଜ ହେବା ସହ ଅନ୍ୟ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଗଲେ ଏହା ଉନ୍ନତ ରୋଗ ଗୁଡ଼ିକର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ରେଡ଼ ଫ୍ଲୁଗ ଲକ୍ଷଣ କୁହାଯାଏ । ଯେପରିକି ଅଂଗବ୍ୟଥା ଅଧିକ ଦିନ ରହି ରାତିରେ ଅଧିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବା,

ଅଣ୍ଡିଓପୋରୋସିସ ଫ୍ରାକଚର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ପରୀକ୍ଷା: ମାଂସପେଶୀ ମଜବୁତ ବ୍ୟଥା ହେଉଥିଲେ କୌଣସି ଟେଷ୍ଟର ଦରକାର ନାହିଁ । ଯଦି ରେଡ଼ ଫ୍ଲୁଗ ଲକ୍ଷଣ ଥାଏ ତେବେ ଏକ୍ସରେ ଏବଂ ଏମଆରଆଇ କରାଯାଏ । ଅକ୍ଟୋଲୋଜିକ୍ ସିଷ୍ଟିଲୋଜିକ୍ ସହଯୋଗ ଥିଲେ ରକ୍ତ ପରୀକ୍ଷା ଯେପରିକି ଇସିଆର, ସିଆରପି, ଏବଂ ଏଲଏବି-୨୭ କରାଯାଏ । ଚିକିତ୍ସା ସୁବିଧା: ଅଂଗ ବ୍ୟଥା ହେଲେ

ପ୍ରଥମେ ତାର କାରଣ ଜାଣିବା ଦରକାର । ଯଦି କୌଣସି ରେଡ଼ ଫ୍ଲୁଗ ଲକ୍ଷଣ ନାହିଁ ତେବେ ଉପଯୁକ୍ତ ବ୍ୟାୟାମ ଦ୍ଵାରା ଏହା ଠିକ୍ ହୋଇଯାଏ । ଅଧିକ ଦରକ ହେଲେ



ପାରାସିଟାମଲ ଓ ସେନକିଲର ଅଳ୍ପଦିନ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରିହେବ । କିନ୍ତୁ ଏହା ବେଶୀ ଦିନ ଖାଇଲେ ଏହାର କୁପ୍ରଭାବ ଖାଦ୍ୟନକୀ, ବୃକକ ଓ ହାର୍ଟ ଉପରେ ପଡ଼ିବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଛି । ତେଣୁ ଅଂଗ ବ୍ୟଥା ଯଦି ୬ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ କମ୍ ନହୁଏ ତେବେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ । ଯଦି ଗର୍ଭିଣୀ ବା ଆକାଲୋଜିକ୍ ସିଷ୍ଟିଲୋଜିକ୍ ରୋଗ ଚିହ୍ନିତ ହୁଏ ତେବେ ଚିକିତ୍ସା ଲୋକାଲୋଜିକ୍ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ । ବେଳେ ବେଳେ ମେରୁଦଣ୍ଡ ଚକ୍ରିକା ସମ୍ପର୍କୀୟ ରୋଗ ଥିଲେ ଅଷ୍ଟୋପଥୀର ଦରକାର ପଡ଼ିଥାଏ । ଯାହା ଉଚ୍ଚତାଲିମ ପ୍ରାପ୍ତ ନ୍ୟୁରୋସର୍ଜନ ବା ଅର୍ଥୋପେଡିକ ସ୍ପେଶାଲିଷ୍ଟମାନେ କରିଥାନ୍ତି ।

ପ୍ରତିକାର: ସାଧାରଣ ଅଂଗ ବ୍ୟଥାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ ସହ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖନ୍ତୁ ।

କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଚେୟାରରେ ବସି ବା ସମୟରେ ସିଆ ବସନ୍ତୁ । ନରମ ଚପଳ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ହାଇଲିଓ ଠାକୁ ଦୂରରୁ ଆସୁ ମଧ୍ୟରେ ଦେଇ ଶୋଇଲେ ଏହା ଅଂଗକୁ ଆରାମ ଦିଏ । ଭାରି ଜିନିଷ ଅଂଗକୁ ଆଉ ଉଠାନ୍ତୁ ନାହିଁ । ପ୍ୟାଣ୍ଟ ପକେଟରେ ମୋଟା ପର୍ସ ରଖି ବସନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଶୋଇବା ବେଳେ ସମତୁଳ ଓ କମ ଉଚ୍ଚତାର ଶଯ୍ୟା ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

- ଆମେ ପରିବାପତ୍ର କାଟିବା ପାଇଁ ଚପି ବୋର୍ଡ଼ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । ବାରମ୍ବାର ବ୍ୟବହାର କରିବା ପରେ ଏଥିରେ ବିଭିନ୍ନ ଦାଗ ରହିଯାଏ, ଆଉ ଦେଖିବାକୁ ଭଲ ଲାଗେନା । ଏହି ଦାଗ ଛଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ଚପି ବୋର୍ଡ଼ ଉପରେ ଲୁଣ ପକାଇ କଟା ଲେୟୁ ପକାଇ କଟା ଲେୟୁ ଦେଇ ଚିପୁଡ଼ି ଭଲ ଭାବେ ଘଷନ୍ତୁ । ଚପି ବୋର୍ଡ଼ରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଦାଗ ଛାଡ଼ିଯିବ ଓ ନୂଆ ଭଲ ଚିକ୍ ଚିକ୍ ବି ଦେଖାଯିବ ।

- ଘରେ ଭେଲଭେଟ୍ ସୋଫାକୁ କିଛିଦିନ ଅନ୍ତରରେ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ଆପଣ ବେକି ପାଇଡ଼ର ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ପ୍ରଥମେ ସୋଫାରେ ବେକି ପାଇଡ଼ର ଛସ୍ତ ଦିଅନ୍ତୁ । ୫ ମିନିଟ୍ ପରେ ଭାଙ୍ଗୁମ୍ କିନ୍ତୁରେ ସଫା କରିନିଅନ୍ତୁ । ସମସ୍ତ ଧୂଳିମଳି ଭଲ ଭାବେ ସଫା ହୋଇଯିବ ।

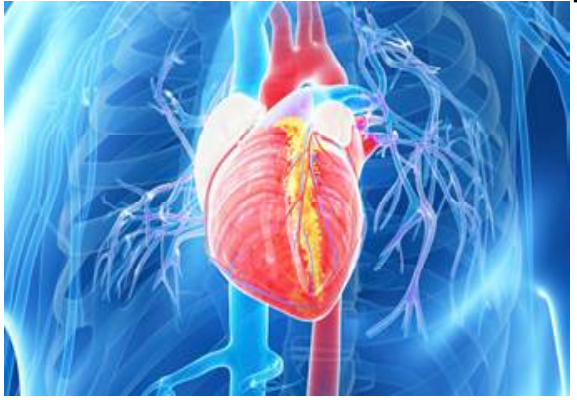
- ଯଦି କାଟ ବାସନରେ କୌଣସି ଦାଗ ଲାଗିଯାଇଛି, ତେବେ ଆଲୁମିନିୟମ ଫ୍ଲୁଏକ୍ସ ବଳ ଆକାର କରି ଏଥିରେ ଖୁବ୍ ପାଇଡ଼ର ନେଇ କାଟ ବାସନରେ ଘଷନ୍ତୁ । ଦାଗ ବି ଛାଡ଼ିଯିବ ଓ କାଟରେ ଗାର ବି ପଡ଼ିବନି ।

- ଯଦି ଟେବୁଲ କୁଅ ବା ଡ୍ରେସ୍ରେ କଫିର ଦାଗ ଲାଗିଥାଏ, ତେବେ ପ୍ରଥମେ କପଡ଼ାକୁ ଓଦା କରିନିଅନ୍ତୁ । ତା'ପରେ ବେକି ପାଇଡ଼ର ପକାଇ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । କିଛି ସମୟପରେ ଏହାକୁ ସାମାନ୍ୟ ଘଷି ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଦାଗ ଛାଡ଼ିଯିବ ।

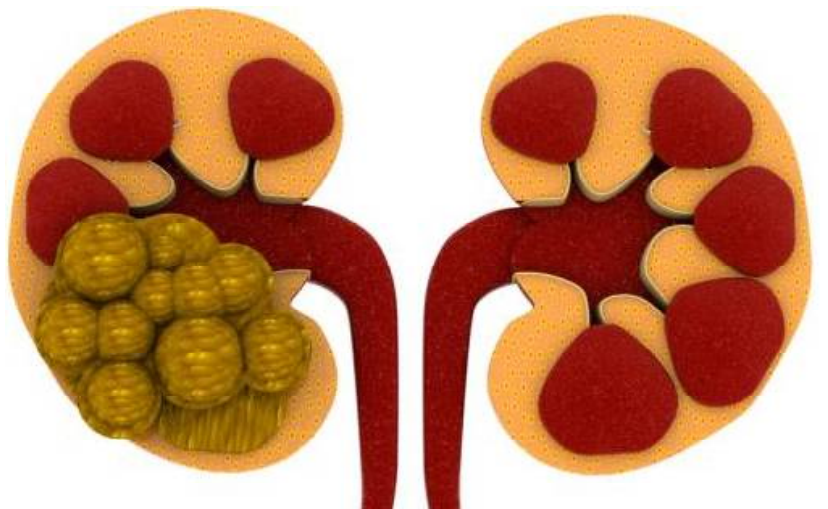
ଆମ ଘରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପଦ୍ମିଆ ଜିନିଷରେ କେବେ କେବେ ଏମିତି ଦାଗ ଲାଗିଯାଏ, ଯାହାକୁ ଛଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ଆମେ ଚିନ୍ତାରେ ପଡ଼ିଯାଉ । ଏହି ଦାଗ ଛଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ଆମେ ନାକେଦମ୍ ହେଉ, ମାତ୍ର ତାହା ଛାଡ଼ି ନଥାଏ । ତେବେ ଏମିତି କିଛି ସରଳ ଉପାୟ ଅଛି, ଯାହା ଜରିଆରେ କେତେକ ଦାଗକୁ ଖୁବ୍ ସହଜରେ ଛଡ଼ାଇପାରିବା । ବାସ୍ ଜାଣିଲେ ହେଲା । ଏଇ ସେମିତି...

ଉତ୍ତମ ଜୀବନଶୈଳୀରୁ ସୁସ୍ଥ ହୃଦୟ

- ସକାଳୁ ଉଠି ପ୍ରତିଦିନ ଦୁଇରୁ ତିନି କିମି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲନ୍ତୁ । - ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତୁ । - ଭୋଜନରେ ପ୍ରତିଦିନ ଫଳ ଓ ପରିବା ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । - ଖାଇବା ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ଚୋବେଇ ଚୋବେଇ ଖାଆନ୍ତୁ । - ମିଠା କମ୍ ପରିମାଣରେ ଖାଆନ୍ତୁ । କାରଣ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ମିଠା ଖାଇବା ଦ୍ଵାରା ମୋଟା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । - ଚାଲିବା ଅଭ୍ୟାସ ରଖନ୍ତୁ । ଉପରକୁ ଚଢ଼ିବା ବେଳେ ସିଡ଼ିର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । - ଧୂମପାନ ଓ ମଦ ସେବନ କରନ୍ତୁନାହିଁ । - ପ୍ରତିଦିନ ପାଂଚମିନିଟ୍ ଧ୍ୟାନରେ ବସନ୍ତୁ ଏହାଦ୍ଵାରା ଚିନ୍ତାକୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । - ତିନିରୁ ଚାରି ଲିଟର ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ହୃଦରୋଗ ଦୂରହେବ ।



ପରିସ୍ରା ରୋକନ୍ତୁ ନାହିଁ



କେତେକ ଲୋକ ବ୍ୟସ୍ତତା ମଧ୍ୟରେ ରହି ପରିସ୍ରା ରୋକିଥାନ୍ତି । ହେଲେ ୨/୩ ଘଂଟାକୁ ଅଧିକ ସମୟ ପରିସ୍ରା ନଯାଇ ରୋକିବା ଦ୍ଵାରା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବିପଜ୍ଜନକ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ । ସେହି ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ...

କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନ: ପରିସ୍ରାରେ ଯୁରିଆ ଓ ଏମିନୋ ଏସିଡ଼ ପରି ବିଷାକ୍ତ ତତ୍ତ୍ଵ ରହିଛି । ଯଦି ନିୟମିତ ଭାବରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟଧରି ପରିସ୍ରା ନଯାଇ ରୋକାଯାଏ, ତେବେ ଏହି ବିଷାକ୍ତ ତତ୍ତ୍ଵ କିଡନୀରେ ପହଞ୍ଚି ଷ୍ଟୋନ କରିଯାଇଥାଏ ।

ପରିସ୍ରା ନଳୀ ସଂକ୍ରମଣ: ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ପରିସ୍ରା ରୋକିବା ଦ୍ଵାରା ମୂତ୍ରାଶୟରେ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଜମା ହୋଇଯାଏ । ଏହି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଯୋଗୁଁ ପରିସ୍ରା ନଳୀ ସଂକ୍ରମଣ ପରି ସମସ୍ୟା ଉତ୍ପନ୍ନିଥାଏ ।

ମୂତ୍ରାଶୟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା: ଅଧିକ ସମୟଧରି ପରିସ୍ରା ରୋକିବା ଦ୍ଵାରା ମୂତ୍ରାଶୟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବା ଆରମ୍ଭ



ହୋଇଥାଏ । ଏପରିକି ପରିସ୍ରା ଯିବା ସମୟରେ ଯେତେ ବହୁତ ଦରକ ଲାଗିଥାଏ ।

କିଡନୀ ଅକାମୀ: ଅଧିକ ସମୟ ପରିସ୍ରା ରୋକିବା ଦ୍ଵାରା କିଡନୀ ଉପରେ ଚାପ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହି କାରଣରୁ କିଡନୀ ଅକାମୀ ହେବାର ଅଧିକ ଆଶଙ୍କା ଥାଏ ।

ପରିସ୍ରା ରକ୍ତ ବଦଳିଯିବା: ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ପରିସ୍ରା ରୋକିବା ଦ୍ଵାରା ପରିସ୍ରାରେ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଚିଆରି ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ପରିସ୍ରାର ରକ୍ତ ଗାଡ଼ ହଳଦିଆ ହେବା ସହ ବହୁତ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।

ମାଂସପେଶୀ ଦୁର୍ବଳ ହେବା: ଦୀର୍ଘସମୟ ଧରି ପରିସ୍ରା ରୋକିବା ଦ୍ଵାରା ମୂତ୍ରାଶୟରେ ଷ୍ଟୋରିଜ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ଵାରା ମୂତ୍ରାଶୟ ମାଂସପେଶୀ ଦୁର୍ବଳ

ବାସ୍ତୁ ଅନୁସାରେ ଲଗାନ୍ତୁ ଏହିସବୁ ଗଛ, ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି

ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ବାସ୍ତୁଶାସ୍ତ୍ରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଗଛର ମହତ୍ତ୍ଵ ସମ୍ପର୍କରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି । ଉକ୍ତ ଗଛଗୁଡ଼ିକୁ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତିର ଉତ୍ସ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ତେବେ ବାସ୍ତୁ ନିୟମ ଅନୁସାରେ, ଘରର ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ଵାରରେ କେଉଁସବୁ ଗଛ ରଖିପାରିବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା...



ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ଵାରରେ ମଲ୍ଲୀ ଗଛ ଅଛି, ତେବେ ଏହା କେବଳ ଘରକୁ ସୁଗନ୍ଧରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବ ନାହିଁ, ବରଂ ଧନ ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ମନିପ୍ଲାଷ୍ଟ: ମନିପ୍ଲାଷ୍ଟକୁ ଘରର ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ଵାରରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ଵାରା ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତିର ସଞ୍ଚାର ହୋଇଥାଏ । ମନିପ୍ଲାଷ୍ଟକୁ ଘର ଭିତରେ କିମ୍ପା ଘର ବାହାରେ ମଧ୍ୟ ଲଗାଯାଇପାରିବ । ଏହାଦ୍ଵାରା ପରିବାରରେ ଖୁସିର ମାହୋଲ ରହିଥାଏ । ମନିପ୍ଲାଷ୍ଟ ଦ୍ଵାରା ସୁଖସମୃଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ତାଳ ଗଛ: ତାଳ ଗଛକୁ ବାୟୁ ବିଶୋଧକ ଭାବେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ତେଣୁ ଏହାକୁ ଘରର ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ଵାର ପାଖରେ ଲଗାଇ ପାରିବେ । ଘରର ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ଵାରରେ ତାଳ ଗଛ ଲଗାଇବା ଦ୍ଵାରା ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ଫର୍ଷ ଗଛ: ଫର୍ଷ ଗଛ ଦେଖାବା ପାଇଁ ଯେତିକି ସୁନ୍ଦର, ଘର ପାଇଁ ସେତିକି ଭାଗ୍ୟଶାଳୀ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ବୋଷ୍ଠି ଫର୍ଷ ଗଛକୁ ଘରର ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ଵାରରେ ସଜାଇ ରଖାଯାଉ । ଏହାଦ୍ଵାରା ଘରକୁ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ ସୁଖସମୃଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । କମଳା ଗଛ: ଫେଲ୍ଡସ୍ପୁଲ ଅନୁସାରେ, ଲେୟୁ ବା କମଳା ଗଛ ମଧ୍ୟ ଘର ପାଇଁ ବହୁତ ଶୁଭ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଏହାଦ୍ଵାରା ସୌଭାଗ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ଏହାକୁ ଘରର ମୁଖ୍ୟ କବାଟର ଠିକ୍ ସାମନାରେ ରଖାବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ଵାରର ତାହାଣ ପାଖରେ ରଖନ୍ତୁ ।

ତୁଳସୀ: ଧାର୍ମିକ ଓ ବାସ୍ତୁ ନିୟମ ଅନୁସାରେ, ତୁଳସୀ ଗଛ ବହୁତ ସୁରୁତ୍ଵପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହାକୁ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତିର ଉତ୍ସ ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ତୁଳସୀ ଗଛ ଦ୍ଵାରା ଘରର ଆଖପାଖର ପରିବେଶ ସୁଗନ୍ଧିତ ରହିବା ସହିତ ଏହା ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ଏବଂ ଧନସମ୍ପଦକୁ ଆକର୍ଷିତ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ତୁଳସୀ ଗଛ ଘର ପାଇଁ ଭାଗ୍ୟଶାଳୀ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ ।

ମଲ୍ଲୀ: ଘରର ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ମଲ୍ଲୀ ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ । ଏହାର ସୁଗନ୍ଧ ଗଣର ଏବଂ ମନକୁ ସତେଜ ରଖିଥାଏ । କୁହାଯାଏ ଯେ, ଯଦି

ଅସ୍ମୃତ 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।

ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଆର୍ଥିକ ବୋଝ...

କାଳିଙ୍ଗର ଅର୍ଥନୈତିକ ଏବଂ ସାମାଜିକ ବ୍ୟାପାର ବିଭାଗ ଅନୁଯାୟୀ, ଭାରତ ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ଜନବହୁଳ ରାଷ୍ଟ୍ର ଭାବରେ ଚୀନକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିଛି । ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ, ଜନସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧିକୁ ଜନସଂଖ୍ୟା ଜନିତ ଲାଭାଂଶର ଦୃଷ୍ଟି(ଡେମୋଗ୍ରାଫିକ ଡିଭିଡେଣ୍ଡ) ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରିବ । ଗୋଟିଏ ଦେଶର ମୋଟ କର୍ମକ୍ଷମ ଜନସଂଖ୍ୟା ତୁଳନାରେ ଯଦି କର୍ମହୀନ ବା ନିର୍ଭରଶୀଳ ଜନସଂଖ୍ୟା କମ ରୁହେ, ତେବେ ସେହି ଅବସ୍ଥାକୁ ଜନସଂଖ୍ୟା ଜନିତ ଲାଭାଂଶ ବୋଲି କୁହାଯାଏ ।



ଆମେ ଜାଣିଛନ୍ତି ଯେ ଗୋଟିଏ ଦେଶର ସଂସ୍କୃତି ଅନ୍ୟ ଦେଶର ଦେଶର ସଂସ୍କୃତି ଠାରୁ ଅଲଗା ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଅନୁକରଣାତ୍ମକ ଭାବେ ଏହି ଦିବସକୁ ପାଳନ କରାଯାଏ ଓ ଏହା ପଛରେ କି କାହାଣୀ ଅଛି ସେମାନେ ଜାଣି ନ ଥିବେ ଖାଲି ସଂସ୍କୃତିର ପାଳନ ହେଉଛି ।

ଭାଲେଶ୍ୱରୀନ ଡେ ପ୍ରେମ ଦିବସ ନୁହଁ ଏକ ବ୍ୟକ୍ତିର ମୃତ୍ୟୁ ଦିବସ

ଡକ୍ଟର ଅମୂଲ୍ୟ କୁମାର ପଣ୍ଡା

ନଥିବେ । ଆଉ ଏକଥା ସତ୍ୟ ଯେ ଏହି ଭାଲେଶ୍ୱରୀନ ଦିବସ କାହିଁକି ପାଳନ କରାଯାଏ ଓ ଏହା ପଛରେ କି କାହାଣୀ ଅଛି ସେମାନେ ଜାଣି ନ ଥିବେ ଖାଲି ସଂସ୍କୃତିର ପାଳନ ହେଉଛି ।



ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ କେବଳ ଉତ୍ସର୍ଗ ହିଁ ପ୍ରେମ । ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଥିବା ଆଦର ଓ ଅନାବିଳତା ପ୍ରକାଶରେ ଏହା ହିଁ ପ୍ରକୃଷ୍ଟ ମାଧ୍ୟମ । ତେବେ ପ୍ରେମର ନିଦର୍ଶନ କେବଳ ପାଖାପାଖି ସଂସ୍କୃତିରେ ନୁହେଁ ବରଂ ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ମଧ୍ୟ ନିହତ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶିତ ।



୧୪ ଫେବୃଆରୀରେ ସାରା ପୃଥିବୀରେ ପାଳନ ହୁଏ ପ୍ରେମ ଦିବସ ବା ଭାଲେଶ୍ୱରୀନ ଦିବସ । ବିଶେଷ କରି ଆମେରିକା, କାନାଡା, ମେକ୍ସିକୋ, ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ, ଫ୍ରାନ୍ସ, ଗ୍ରୀସ, ଆର୍ଜେଣ୍ଟିନାରେ ଏହି ଦିନକୁ ପାଳନ କରାଯାଉଛି ।

ଭାଲେଶ୍ୱରୀନୁ ଡେ' ଅନ୍ତରାଳେ

ପ୍ରଦେଶ ପ୍ରତ୍ୟୁଷ

ପ୍ରଯୋଗ ଡେ, ଚକୋଲେଟ ଡେ, ଟେଲୁ ଡେ, ପ୍ରମିଳ ଡେ, ହର ଡେ, କିଏ ଡେ ଓ ଭାଲେଶ୍ୱରୀନ ଡେ । ହେଲେ ଏହାର ପ୍ରକୃତ ଯଥାର୍ଥକୁ ବୁଝିବାକୁ ସୁବିଧାକର ଥାଏ ।

କ୍ଲବ୍‌ହାଉସ୍ ଏହା ଜାଣି ଭାଲେଶ୍ୱରୀନକୁ ବନ୍ଦୀ କଲେ । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦିନରେ ମୃତ୍ୟୁଦଣ୍ଡର ଘୋଷଣା କଲେ ଏବଂ ପ୍ରେମୀଙ୍କୁ ନୂଆ ଦୁନିଆ ଦେଉଥିବା ଭାଲେଶ୍ୱରୀନ ନିଜ ପାଇଁ ଏକ ଅପୂର୍ବ ଉପହାର ସ୍ୱରୂପ ଏହି ମୃତ୍ୟୁଦଣ୍ଡକୁ ହସି ହସି ଆପଣେଇ ଥିଲେ ଏବଂ କେଲରେ ବନ୍ଦୀ ଭାବେ ଥିବା ବେଳେ ପ୍ରେମର ପ୍ରକୃତ ସ୍ୱରୂପକୁ ବର୍ଣ୍ଣନା କରି, କେଲର ଝିଅକୁ ଜୀବନର ପ୍ରଥମ ଓ ଶେଷ ଚିଠି ଲେଖିଥିଲେ ।



ସୁବଳ ଭାଲେଶ୍ୱରୀନକର । ସମାଜର ହିତ ପାଇଁ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଲାଗିଛି । ୨୦୧୮ ବଲିଉଡ୍‌ରେ ହେଲେ ଆଜି କ'ଣ ସେହି ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟକୁ ସମ୍ମାନ ଦିଆ ଯାଉଛି ?



ପ୍ରେମର ସ୍ୱାକୃତି ସୁବ୍ରତ କୁମାର ଜେନା
ଥରେ ଭାବିଲ କେବେ ଯଦି ଏ ଆକାଶଟା
ତଳକୁ ଓଲଟାଇ ଆସନ୍ତା ମାଟି ପାଖକୁ
ଆଉ ମାଟିକୁ ଭିକେର ବିଅନ୍ତା ପ୍ରେମର ବର୍ଷାରେ

ଆକାଶରେ ଦେଖି ଦେଖି ସେହି ଭାବିବସେ କେବେ ବର୍ଷା ତାକୁ ନିଜର କରନ୍ତାନ୍ତି
ଦେଖ, ମୁହଁରେ ଅବା ଯତ୍ନିଏ ଲାଗି ! ସେହି ଅନୁଭବ କରନ୍ତା ପ୍ରେମର ପୁଲକକୁ
ତା ପ୍ରିୟର ବାହୁ ବନ୍ଧନରେ... !

ପ୍ରତିକୂଳ ପରିବେଶରେ ମୁଁ ଜାଣେ ସବୁ ପରେ ପ୍ରେମ ସତ୍ୟ
ଆଉ ସୁନ୍ଦର ତୁମେ ନିଶ୍ଚିତ ଫେରିବ ଆରମ୍ଭକୁ ଖାଲି
ମୋଲାରି ଯେମିତି...ନକ ଧାର୍ଯ୍ୟ ଯାଏ ସମୁଦ୍ର
ପାଖକୁ
ଆଉ ଜନ୍ମ ଚାହିଁଥାଏ ନୀଳ କର୍ମକୁ
ସେଥିଲାଗି ମୁଁ ଜରି ବସିଛି ତୁମ
ଫେରିବା ପଥରେ ପଦ୍ମସ୍ୱା କାତର
ଗାତକ ପରି
ଗୋଟେ ସତ ପ୍ରେମର ସ୍ୱାକୃତି
ଅପେକ୍ଷାରେ ।
ଶୁଭଦ୍ୱିଧ, ନନ୍ଦିପୁର,ଯାକପୁର
ମୋ: ୯୭୭୭୨୦୮୯୩୦

ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ପ୍ରେମ ସୁମନ ଲେଙ୍କା
ବେଳେ ବେଳେ ସେ ତାର ବହୁରୂପୀ ହାତକୁ ମୋ ଆଡେ ବଢେଇ ଦିଏ
ପ୍ରେମ ନିବେଦନ ଆଳରେ ସେ ପ୍ରେମରେ ନଥାଏ ଛଳନା,
ନଥାଏ ପ୍ରତାରଣା, ଥାଏ କେବଳ ଚିରନ୍ତନ ସତ୍ୟର ଦିବ୍ୟ ସୁରଶିଳା ।
ସେ ତାର ଅସ୍ତ୍ର ହାତକୁ ମୋ ଗରମ ହାତ
ଉପରେ ରଖି କଥା ଦେଇ କହେ
ସାଙ୍ଗ ହୋଇ ରହିବାର ଆବାହନୀ ମନ୍ତ୍ର
କିନ୍ତୁ ମୁଁ ତାକୁ ଭଲ ପାଇପରେନା
ମୋ ସ୍ୱପ୍ନ ଭାଲିଯିବା ଭୟରେ
ଆଣା ଅପୂର୍ବ ରହିଯିବା ଗୁନିରେ ।
ତାର ସେ ପ୍ରେମ ଏକତରଫା ନୁହେଁ
ତା ପ୍ରେମରେ ନାହିଁ କୌଣସି ଦୈନିକ କାମନା
ସେ ଜାଣେ ମୁଁ ମୋର ଭଲଗୁଣ ଶରୀରକୁ ଭିନ୍ନ
ଭେଟି ଦେବି ତା ପାଖରେ ।
ଅଲଗା-୨, ବନ୍ଧାକୋ, ନାଉରୀ,
ଜଗତସିଂହପୁର
ମୋ: ୭୮୪୮୦୭୨୫୧୦

