

ଆଜି ଓଡ଼ିଶା ବନ୍ଦ ମିଳିବନି ପେଟ୍ରୋଲ୍ ଡିଜେଲ୍



ପୁରୀକୁ ସାଢ଼େ ୯ଟା ସୁଦ୍ଧା ପହଞ୍ଚିବେ ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୭।୭(ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ପାଞ୍ଚଟି ମୁଖ୍ୟ ମାମଲାରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଗଲିବ କଂଗ୍ରେସ ଆସପାଲିକା କଂଗ୍ରେସ ଓ ଅନ୍ୟ ୭ଟି ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ମିଳିତ ଭାବେ ଦିଆଯାଇଥିବା ଓଡ଼ିଶା ବନ୍ଦ ତାକରାରେ ବ୍ୟାପକ ମାତ୍ରାରେ ଜନସଂପାରଣ ଯୋଗଦେଇ ଏହାକୁ ସଫଳ କରିବା ସମାପ୍ତ ହୋଇଛି। ପିପିସି ସଭାପତି ଉତ୍ତମ କୁମାର ଦାସ ଏକ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଛନ୍ତି। ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ବନ୍ଦ ତାକରାକୁ ପୃଷ୍ଠା-୯

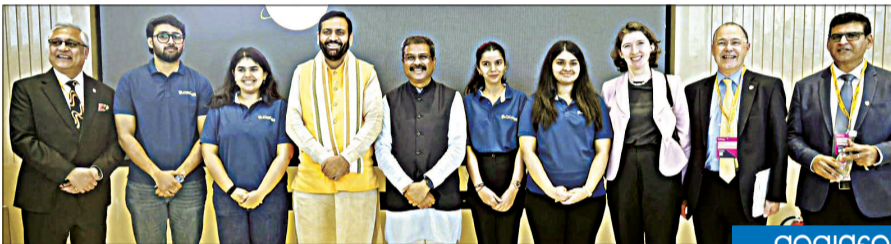
ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟରେ ଐତିହାସିକ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀଙ୍କୁ ହଷ୍ଟେଲ ଫି' ଛାଡ଼

- ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବହନ କରିବେ ପୁରୀ ଖର୍ଚ୍ଚ
- ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ସହରୀକରଣ ପାଇଁ 'ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସହର'
- ସହର ହେବ ଅର୍ଥନୈତିକ ପରିବର୍ତ୍ତନର କେନ୍ଦ୍ର
- କୁଳପତି ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଁ ବଢ଼ିଲା କୁଳାଧିପତିଙ୍କ କ୍ଷମତା
- ମୟୂରଭଞ୍ଜରେ ନୂଆ ପୁଲିସ୍ ଜିଲ୍ଲାକୁ ମିଳିଲା ମଞ୍ଜୁରୀ
- ତାଏଲ-୧୧୨କୁ ଆଉ ୫ ବର୍ଷ ପାଇଁ ଅନୁମତି



କ୍ଷମତା ପ୍ରଧାନ ଭଳି ଆଜି ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟ ବୈଠକରେ ୧୩ଟି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି। ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଦରଶ ମାଝୀଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କ୍ୟାବିନେଟ ବୈଠକରେ ସ୍ୱରାଷ୍ଟ୍ର, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଶକ୍ତି, ରାଜସ୍ୱ, ଗୃହ ନିର୍ମାଣ, ଗଣଶିକ୍ଷା ଆଦି ୧୧ଟି ବିଭାଗର ୧୩ଟି ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ମଞ୍ଜୁରୀ ମିଳିଛି। ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ଛାଡ଼ିଛାଡ଼ିବା ପାଇଁ ମାଧ୍ୟମିକ ପ୍ରସ୍ତରରେ ଇଂରାଜୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଶିକ୍ଷାଦାନ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଓ ଇଂରାଜୀ ମାଧ୍ୟମ ଶିକ୍ଷା ପାଇଁ ଅର୍ଥପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ସୁଯୋଗ ଦେବାକୁ ଗତ ୨୦୧୫-୧୬ ମଧ୍ୟରେ ଓଡ଼ିଶା ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସଂଗଠନ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇଥିଲା। ଶିକ୍ଷାଗତ ସୁବିଧା ସହ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ଛାଡ଼ିଛାଡ଼ିବା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣାନ୍ତ ହେଉଥିବା ପରିବହନ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ସରକାର ଅଭାବୀ ଛାଡ଼ିଛାଡ଼ିବାକୁ ଯୋଗାଯୋଗକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି। ରାଜ୍ୟର ସମସ୍ତ ୩୧୪ ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ୧୦୦ ଶଯ୍ୟାବିଶିଷ୍ଟ ବାଳିକା ଛାତ୍ରାବାସ ଓ ବାଳକ ଛାତ୍ରାବାସକୁ ସରକାର ଅନୁମୋଦନ କରିଛନ୍ତି। ସେଥିରୁ ୧୭୩ଟି ଶିକ୍ଷାଗତ ପାଇଁ ରୁକରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଆଦର୍ଶ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପୃଷ୍ଠା-୯

ଶିକ୍ଷା ସ୍ତମ୍ଭକୁ ମଝିବୁତ କରିବ ଯୁକ୍ତ ସହଯୋଗ: ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର



ଗୁରୁଗ୍ରାମ, ୧୭।୭(ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ ଆଜି ହରିୟାଣା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନାୟବ ସିଂହ ସେନାଙ୍କ ସହ ଏଠାରେ ଯୁକ୍ତ ସହଯୋଗ ଯୋଜନା ଉଦ୍ଘାଟନ କରିଛନ୍ତି। ଏଥିରେ ଶ୍ରେଣୀ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ସହ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ କହିଛନ୍ତି ଯେ କାର୍ଯ୍ୟ ଶିକ୍ଷା ନୀତି ଅଧୀନରେ ଦେଶରେ ଶିକ୍ଷାର ଅକର୍ତ୍ତାମ୍ୟକରଣ ଦିଗରେ ଏହା ଅନୁମତି ପଦକ୍ଷେପ।

ପାଇବାର ବର୍ଷକ ମଧ୍ୟରେ ଏଠାରେ ଏହି ଅତ୍ୟାଧୁନିକ କ୍ୟାମ୍ପସ୍ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ପାଇଁ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ସାହାଯ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି। ଏହି କ୍ୟାମ୍ପସ୍ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ପାଠ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ସାହାଯ୍ୟରେ ଶିକ୍ଷକ ଉତ୍ସାହର ଐତିହାସିକ ସହ ଆଗାମୀ ପିଢ଼ିର ନେତୃତ୍ୱ ଗଠନ କରିବା ଦିଗରେ ଏହା ଏକ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ଭାବେ ଉଦ୍ଘାଟନ ବୋଲି କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ଆଶା କରିଛନ୍ତି। ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ମତରେ ଶିକ୍ଷା ହେଉଛି ଭାରତ ଓ ଯୁକ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଜୀବନ୍ତ ସେତୁ। ସାହାଯ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ଗୁରୁଗ୍ରାମ କ୍ୟାମ୍ପସ୍ ଉଦ୍ଘାଟନ ଉକ୍ତ ସେତୁକୁ ଆହୁରି ମଝିବୁତ କରିବାର ଏକ ପଦକ୍ଷେପ।

ବିରୋଧୀଙ୍କୁ କାଉଣ୍ଟର କରିବାକୁ ବଡ଼ ଯୋଜନା

- ▶ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ବାସଭବନରେ ତିଆରି ହେଲା ରଣନୀତି
- ▶ ଆଉ ସହଜରେ ବଢ଼ିବେନି ଅପପ୍ରଚାରକାରୀ ନେତା



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୭।୭(ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଗତ ବର୍ଷକ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଶାସନ ଭାର ସମ୍ଭାଳୁଥିବା ବିଜେପିକୁ ବିରୋଧୀ ବିଭିନ୍ନ ଘଟଣାରେ ଅତୁଆରେ ପକାଇଛନ୍ତି। ସରକାର କିଛି କଳହପାଇଁ ପ୍ରାଥମିକତା ଦେଉଥିବାରୁ ବିରୋଧୀଙ୍କ କୌଶଳ ରଣନୀତି ଲୋକଙ୍କ ମାନସିକତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରୁନା। ଯେଉଁଠି ବିରୋଧୀ ଦଳରେ ଥିବା ଦାଗୀ ନେତାଙ୍କ ବିରୋଧରେ କଠୋର ଆଭିଯୋଗ ଗ୍ରହଣ କରୁନଥିଲେ ଏବେ କିଛି ଆଉ ଦାଗୀ ନେତାଙ୍କୁ ନିସ୍ତାର ମିଳିବ ନାହିଁ। ଏନେଇ ଆଜି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଦରଶ ମାଝୀଙ୍କ ବାସଭବନରେ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି। ଏହି ବୈଠକରେ ବିଜେପି ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ମନମୋହନ ସାମଲଙ୍କ ସହ ରାଜ୍ୟ ସରକାରର ଏକାଧିକ ମନ୍ତ୍ରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ। ବାଲେଶ୍ୱର ଛାତ୍ରାଳୟ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଘଟଣାକୁ ଯେଉଁଭଳି ରାଜନୀତିକରଣ କରାଯାଇଛି ତାକୁ କିଛି କାଉଣ୍ଟର କରାଯିବ ସେନେଇ ଯୋଜନା ହୋଇଛି। ଏହି ଘଟଣାରେ ଯଦି ସରକାର ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ପୃଷ୍ଠା-୯

ଏଫ୍ ଏମ୍ ଛାତ୍ରୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ମାମଲା

ତଦନ୍ତ କରିବ କ୍ରାଇମ୍ ବ୍ରାଞ୍ଚ୍

- ଅଧ୍ୟକ୍ଷଙ୍କ ବାମ୍ଫର ଭିତ୍ତି ଓ ଭାଇରାଲ୍
- ସାହସ ଦେଖାଇଥିଲେ ପାଠିକା
- ଅପପ୍ରଚାର ନେଇ ଆନାରେ ଏତଲା

ସୋସିଆଲ୍ ମିଡ଼ିଆରେ ମିଡ଼ିଆରେ ଏକ ଭିତ୍ତି ଓ ଭାଇରାଲ୍ ହୋଇଛି, ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ଭିତ୍ତି ଓ ଫଟୋ ଭାଇରାଲ୍ ହେଉଛି। ଏହି କ୍ରମରେ ଏବେ ସୋସିଆଲ୍ ମିଡ଼ିଆରେ ଏକ ଭିତ୍ତି ଓ ଭାଇରାଲ୍ ହୋଇଛି, ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ଭିତ୍ତି ଓ ଫଟୋ ଭାଇରାଲ୍ ହେଉଛି। ଏହି କ୍ରମରେ ଏବେ ସୋସିଆଲ୍ ମିଡ଼ିଆରେ ଏକ ଭିତ୍ତି ଓ ଭାଇରାଲ୍ ହୋଇଛି।

ପାଠିକା ବାପାଙ୍କ ସହ କଥାହେଲେ ରାହୁଲ୍

ଅଧ୍ୟାପକଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନା ଶିକାର ହୋଇ ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଦେଇଥିବା ଏଫ୍ ଏମ୍ କଲେଜ ଛାତ୍ରୀ ପାଠିକା ବିଶିଷ୍ଟ ପିତା ବଳରାମ ବିଶିଷ୍ଟ ସହ ଆଜି କଥା ହୋଇଛି କଂଗ୍ରେସର ବରିଷ୍ଠ ନେତା ତଥା ଦଳର ପୂର୍ବତନ ସଭାପତି ରାହୁଲ୍ ଗାନ୍ଧୀ। ଏନେଇ ରାହୁଲ୍ ଆଜି ତାଙ୍କ ସୋସିଆଲ୍ ମିଡ଼ିଆ 'ଏକ୍' ହ୍ୟାଣ୍ଡଲରେ ସୂଚନା ପୃଷ୍ଠା-୯

ଆଜିଠୁ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଭ୍ୟାସ ସମ୍ପର୍କିତ ଜାତୀୟ ସମ୍ମିଳନୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୭।୭(ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଉତ୍ତମ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଭ୍ୟାସ ବିଷୟରେ ଉପରେ ଆସପାଲିକା ଏଠାରେ ଏକ ଦୁଇଦିନିଆ ଜାତୀୟ ସମ୍ମିଳନୀ ଆରମ୍ଭ ହେବ। କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ପ୍ରଶାସନିକ ସଂସ୍କାର ଓ ସାଧାରଣ ଅଭିଯୋଗ ବିଭାଗ (ଡିଏଆରପି) ଏବଂ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ଏହି ସମ୍ମିଳନୀ ୧୮ ତାରିଖରେ ଉଦ୍ଘାଟିତ ହେବ। କେନ୍ଦ୍ର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ, ସାଧାରଣ ଅଭିଯୋଗ ଓ ପେନସନ ପ୍ରଶାସନ ବ୍ୟାପକ ଚର୍ଚ୍ଚା ସହ ଜଡ଼ିତ ବିଭିନ୍ନ ସୂଚନା ପଦାକୁ ଆସୁଛି।

ପୁରୀ ଦଳାଚକଟା ଘଟଣା

ଚତୁର୍ଥ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ୪୨ ଜଣଙ୍କ ସାକ୍ଷ୍ୟ ଗ୍ରହଣ

ପୁରୀ, ୧୭।୭(ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଅଧିକାରୀ ଓ କର୍ମଚାରୀ ସାକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି। ଗ୍ରାମାଧିକାରୀ ପ୍ରଶାସନର କର୍ମଚାରୀ, ଇଣ୍ଡିଗୋ ଟ୍ରାଭେଲ୍ କମ୍ପାନୀର କର୍ମଚାରୀ ଓ ପୁଲିସ୍ ଅଧିକାରୀ ଓ ଦଳାଚକଟା ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଥିବା ପୁଲିସ୍ ଅଧିକାରୀ ଓ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କଠାରୁ ସାକ୍ଷ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି। ଅପରପକ୍ଷରେ ମଙ୍ଗଳବାର ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନର ୪୦ ପୃଷ୍ଠା-୯

ଡ୍ୟାନିଆଲ୍ ବାଟ ଓଗାଲିବାକୁ ବଦଳି ନାଟକ

ପୂର୍ବତନ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ପ୍ରଶାସନ ପ୍ରକାଶ ଦାସ ଓଡ଼ିଏ ବଦି ଦାସ ଘୋଡ଼ାଘରରେ ହିଁ ନାଟକବାଳି ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି। ସିଏ ଘୋଡ଼ା ଡ୍ୟାନିଆଲ୍ ବାଟ ବଦି ଆହତ ହୋଇ ଆଇସିୟୁରେ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇଥିବା ବେଳେ ପୁଲିସ୍ କିଛି ଘୋଡ଼ାଘରରେ ଆସି ଉଦ୍ଧାର କରିବା ପାଇଁ ଚଳାଯାଇଥିବା ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛି। ପୁଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ମୁହୂର୍ତ୍ତ ଏକଥା ଶୁଣିବା ପରେ ବଦିଙ୍କ ନାଟକବାଳି ନେଇ ଚଳା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ଆଜି ବିଜେଡି ନେତା ଓ କର୍ମୀମାନେ ଲୋକସଭା ଭବନ ଘୋଡ଼ା କରିବା ସମୟରେ ପୁଲିସ୍ ସହ ଧସାଧସି ହୋଇଥିଲେ। ସ୍ଥିତି ବିଚ୍ଛିନ୍ନରେ ପୁଲିସ୍ ପ୍ରଥମେ ପାଣିମାଡ଼ ଓ ପରେ ଲୁହଲୁହା ବାନ୍ଧୁ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥିଲା। ଏଥିରେ ବିଜେଡି କର୍ମୀମାନେ ଛତ୍ରଭଙ୍ଗ ଦେଇଥିଲେ। ପୃଷ୍ଠା-୯

- ରବର ଗୁଲି ମାଡ଼ରେ ଆଇସିୟୁରେ ଭର୍ତ୍ତି
- ପୁଲିସ୍ କହୁଛି ଆସି ରବରଗୁଲି ଚାଲିନି
- ତାଙ୍କୁ ଖାନାରେ ହସୁଛନ୍ତି ବିଜେଡି ନେତା

SIKSHA 'O' ANUSANDHAN

(Deemed to be University declared u/s.3 of the UGC Act, 1956)
Accredited (3rd cycle) by NAAC with A++ Grade

Celebrating 19th Foundation Day

NIRF Rankings-2024
National Institutional Ranking Framework

- 14th in University Category
- 26th in Engineering Category
- 21st in Medical Category
- 09th in Dental Category
- 09th in Law Category

QS WORLD UNIVERSITY RANKINGS 2025

- 64 in QS Southern Asia University Ranking
- 278 in QS Asia University Ranking
- 1201-1400 in QS World University Ranking

THE WORLD UNIVERSITY RANKINGS 2025

- 801-1000 in THE World University Ranking
- 501-600 in Engineering Technology
- 601-800 in Computer Science
- 801-1000 in Health Sciences
- 201-300 in World Reputation Ranking

Statutory Approvals

Accreditations & Recognitions

MAJOR INTERNATIONAL COLLABORATIONS

SOA HOSPITALS

- IMS AND SUM HOSPITAL Kalinga Nagar, Bhubaneswar
- IMS AND SUM HOSPITAL Phulinkhara, Bhubaneswar
- IMS AND SUM HOSPITAL Sitalapalli, Brahmapur
- SUM ULTIMATE MEDICARE Kalinga Nagar, Bhubaneswar

- 18 Research Centres in niche Areas
- Atal Incubation Centre
- Over 400 foreign Students from 30 countries

32 Professors of SOA figure among the Top 2% Scientists of the World as listed by Stanford University, USA

Startup & Incubation Centre

Empowering students for a brighter future

- ENGINEERING AND TECHNOLOGY (Institute of Technical Education & Research)
- MEDICAL SCIENCES (IMS AND SUM HOSPITAL, Kalinga Nagar) (IMS AND SUM HOSPITAL, Phulinkhara) (IMS AND SUM HOSPITAL, Sitalapalli, Brahmapur)
- DENTAL SCIENCES (Institute of Dental Sciences)
- MANAGEMENT SCIENCES (Institute of Business and Computer Studies)
- PHARMACEUTICAL SCIENCES & BIOTECHNOLOGY (School of Pharmaceutical Sciences) (Centre for Biotechnology)
- NURSING (Sum Nursing College, Kalinga Nagar) (Sum Nursing College, Phulinkhara)
- HOSPITALITY & TOURISM MANAGEMENT (School of Hotel Management)
- LEGAL STUDIES (SOA National Institute of Law)
- AGRICULTURAL SCIENCES (Institute of Agricultural Sciences)
- VETERINARY SCIENCE & ANIMAL HUSBANDRY (Institute of Veterinary Science and Animal Husbandry)

BHUBANESWAR, ODISHA, INDIA
www.soa.ac.in

ଆଜି ଓଡ଼ିଶା ବନ୍ଦ ତାକରା

ସଫଳ କରିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲାବାସୀଙ୍କୁ କଂଗ୍ରେସ ଓ ବାମପନ୍ଥା ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ନିବେଦନ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ବାଲେଶ୍ଵର ଫକୀରମୋହନ କଲେଜର ଛାତ୍ରା ସୌମ୍ୟାଶ୍ରୀ ବିଶ୍ଵାଳ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୃତ ହତ୍ୟାର ନ୍ୟାୟିକ ତଦନ୍ତ ଓ ଦେଶାତ୍ମକ ବିରୋଧରେ ଜଣେ ଦଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା



ଦାବିରେ ଆସନ୍ତାକାଳି ଆହୁତ ଓଡ଼ିଶା ବନ୍ଦକୁ ସଫଳ କରିବା ପାଇଁ ବୁଧବାର ପୂର୍ବାହ୍ନରେ କଳକାଣ୍ଡିତ କଂଗ୍ରେସ ଭବନରେ କଂଗ୍ରେସ, ସିପିଆଇ(ଏମ) ଓ ସିପିଆଇ ପକ୍ଷରୁ ମିଳିତ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା। କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ସମସ୍ତ ଜନସାଧାରଣ, ବାମପନ୍ଥା ଓ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ଦଳ, ଟ୍ରେଡ୍

ୟୁନିୟନ, କୃଷକ ସଂଗଠନ, ମହିଳା, ଯୁବକ, ଛାତ୍ର ଏବଂ ସମାଜର ସମସ୍ତ ବର୍ଗଙ୍କୁ ଜୁଲାଇ ୧୭ରେ ଓଡ଼ିଶା ବନ୍ଦକୁ ସଫଳ କରିବାକୁ ନିବେଦନ କରାଯାଇଛି। ତଦନ ଇଞ୍ଜିନ ବିଜେପି ସରକାରଙ୍କ କୁଶାସନ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଏହି ବନ୍ଦ ଓଡ଼ିଶା ଲୋକଙ୍କର ବନ୍ଦ ହେଉ ବୋଲି ମିଳିତ ବିରୋଧୀ ଦଳ ନିବେଦନ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ କଂଗ୍ରେସ ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲ୍ଲା ସଂଯୋଜକ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଦାସ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟିକା ସିପ୍ରା ମଲ୍ଲିକ, ପୂର୍ବତନ ନଗରପାଳ ମହମ୍ମଦ ଆକବର ଅଲୀ, କଂଗ୍ରେସ ସଂଖ୍ୟାଳୟ ସେଲ ନେତା ସୟନ ଅବଦୁଲ ସାର, ଯୁବକଂଗ୍ରେସ ନେତା ରମେଶ ଦାସ, ସି ପି ଆଇ(ଏମ) ଜିଲ୍ଲା ସମ୍ପାଦକ ଗୟାଧର ଧଳ, ଅନ୍ୟତମ ନେତା ଜଗତଜୀବନ ଦାଶ, ସି ପି ଆଇ ରାଜ୍ୟ ସମ୍ପର୍କମଣ୍ଡଳୀ ସଭ୍ୟ ରମଣୀରଞ୍ଜନ ରାଉତରାୟ ପ୍ରମୁଖ ଜିଲ୍ଲା ନେତୃତ୍ଵ ଦଳକୁ ସଫଳ କରିବା ପାଇଁ ନିବେଦନ କରିଥିଲେ।

ପାରିବାରିକ କଲହର କରୁଣ ପରିଣତି

ବନ୍ଦ ଘରେ ସ୍ଵାମୀ, ସ୍ଵୀକ୍ଷ ଆତ୍ମହତ୍ୟା

ରାଜନଗର, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ତାଳୁଆ ସାମୁଦ୍ରିକ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଖମାରସାହି ପଞ୍ଚାୟତ ନଳିତାପାରିଆ ଗାଁରେ ସ୍ଵାମୀ-ସ୍ଵୀ ବନ୍ଦ ଘର ଭିତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି। ରାତି ୮ଟା ବେଳେ ମାଳିଷ୍ଠେଟଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତରେ ଘରର କବାଟ ଖୋଲିବା ପରେ ଉଭୟ ସ୍ଵାମୀ ସ୍ଵୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ସନ୍ଦେହ ହୋଇଛି। ପାରିବାରିକ କଲହରୁ ସ୍ଵାମୀ ସ୍ଵୀ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ଆଲୋଚନା ହେଉଛି। ସାଲିଷ୍ଠେଟ ରିମ, ମାଳିଷ୍ଠେଟ ଓ ତାଳୁଆ ସାମୁଦ୍ରିକ ଥାନାର ଆଇଆଇସି ବିମଳ କୁମାର ମଲ୍ଲିକ ଏହି ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରୁଛନ୍ତି। ନଳିତାପାରିଆ ଗାଁର ପଞ୍ଚାୟତ ନାୟକଙ୍କ ପୁଅ ପ୍ରତାପ ନାୟକ (୨୯ ବର୍ଷ) ଗୁରୁବାରରେ କାମ କରନ୍ତି। ଘରେ ଶାଶୁ ଶଶୁରଙ୍କ ସହ ପ୍ରତାପଙ୍କ ସ୍ଵୀ ଶଶିରେଖା ରହେ। ୧୦ ଦିନ ତଳେ ଶାଶୁ



ଶଶୁର ଓ ବୋହୂ ପାଟିବୁଝ ଲାଗି ଥାନାରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ। ବୋହୂ ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କୁ ଖାଇବାକୁ ଦେଉନି ହଇରାଣ କରୁଛି ବୋଲି ଶାଶୁ ଶଶୁର ବୋହୂ ନାଁରେ ତାଳୁଆ ସାମୁଦ୍ରିକ

ଥାନାରେ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। ସ୍ଵାମୀ ବାହାରେ ରହୁଛନ୍ତି, ଶାଶୁ ଶଶୁର ଗାଳି ଗୁଲକ କରିବା ସହ ହଇରାଣ କରୁଛନ୍ତି ବୋଲି ବୋହୂ ପାଇବା ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ।

ଏ ନେଇ ତାଳୁଆ ସାମୁଦ୍ରିକ ଥାନାରେ ଚୁକ୍ତିତ ମାମଲା ରୁକ୍ଣ ହୋଇଛି। ପାଟିବୁଝ ଖବର କାଣିଆ ପରେ ଗୁରୁବାରରେ ଦାବନ ଖଟୁଥିବା ପୁଅ ପ୍ରତାପ ଚାଲୁ ଫେରିଥିଲେ। ଆଜି ସକାଳେ ପ୍ରତାପ ରହୁଥିବା ଘରର କବାଟ ଖୋଲିନଥିଲା। ରାଜନଗରୀ ତରଫରୁ ଡାକ୍ତରୀ ମାଝି ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ରାତି ୮ ଟା ରେ ଘରର କବାଟ ଖୋଲିଲା। ଏହା ପରେ ଘର ଭିତରେ ଉଭୟ ସ୍ଵାମୀ ଘର ଭିତରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି। ସ୍ଵୀ ଶଶିରେଖା ଘର ଭିତରେ ଓ ସ୍ଵାମୀ ତାଳନିଗରେ ରହି ଲଗାଇ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି। ପାରିବାରିକ କଲହରୁ ଏପରି ହୋଇଥିବା କୁହାଯାଉଛି। ସାଲିଷ୍ଠେଟ ରିମ, ମାଳିଷ୍ଠେଟ ଓ ତାଳୁଆ ସାମୁଦ୍ରିକ ଥାନାର ଆଇଆଇସି ବିମଳ କୁମାର ମଲ୍ଲିକ ଏହି ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରୁଛନ୍ତି।

ଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ତାଲା ପକାଇବା ଘଟଣା ବିଚାରକୁ ତଦନ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଲେ ବିଡ଼ିଓ



ମହାକାଳପଡ଼ା, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଗଡ଼କାଳି ମହାକାଳପଡ଼ା ବ୍ଲକ୍ ବରଜକଣ୍ଠା ପଞ୍ଚାୟତର ସରକାରୀ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ, ବରଜକଣ୍ଠା ରେ ଏକ ଅଭାବନୀୟ ଘଟଣା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା। ବରଜକଣ୍ଠା ଗ୍ରାମର ସୁଦାଶ ଜେନାଙ୍କ ଝିଅ ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ଶ୍ରେଣୀରେ ଛାତ୍ରୀ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପିଲାଟି ରହିଯାଇଥିବା ସମୟରେ ଶିକ୍ଷକ ବାହାର ପଠୁ ତାଲା ଦେଇ ବାଲିଯାଇଥିଲେ। ପିଲାଟି କବାଟ ଖୋଲିବା ବାଟେଇ ବିକାର କରିବାକୁ ପିଲାଟି କାନ୍ଦୁ ଶ୍ରେଣୀ ଗ୍ରାମବାସୀ ସ୍ଥାନୀୟ ସରପଞ୍ଚ ସାଲବେଗ ମହାଲି ଙ୍କୁ ଜଣାଇଥିଲେ। ସରପଞ୍ଚ ଖବର ପାଇ ଘଟଣା ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ଖବର ଦେଇଥିଲେ। ଶିକ୍ଷକ ଆସି ତା ବି ଖୋଲିବାକୁ ପିଲାଟିକୁ ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇଥିଲା। ଯାହାର ଭିତର ସାମାଜିକ ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ଭାଇଭାଉ ହୋଇଥିଲା। ଏ ଘଟଣାରେ ମହାକାଳପଡ଼ା ବିଡ଼ିଓ ତତ୍ପରତା ଦେଖାଇଛନ୍ତି। ଏପରି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ମଞ୍ଜଳ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ବିଡ଼ିଓ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି।

ସୌମ୍ୟାଶ୍ରୀ ପାଇଁ ଶୋକସଭା



ରାଜନଗର, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ରାଜନଗରସ୍ଥିତ ଶ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଫକୀରମୋହନ ବିଶ୍ଵ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରୀ ସୌମ୍ୟାଶ୍ରୀ ବିଶ୍ଵାଳ ମୃତ୍ୟୁରେ ଶୋକସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି। ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଶାସନିକ ମୁଖ୍ୟ ଅଧ୍ୟାପକ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ଦେହେରାଙ୍କ ପୌରହିତ୍ୟରେ ମୃତ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରତି ଆତ୍ମୀୟ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ପାଇଁ ଦୁଃଖ ମିଳିତ ନାରିବ ପାର୍ଥନା କରାଯାଇଥିଲା। ଏହି ଶୋକସଭାରେ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ସମସ୍ତ ଅଧ୍ୟାପକ, ଅଧ୍ୟାପିକା, କର୍ମଚାରୀ, ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ।

ସୌମ୍ୟାଶ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ନ୍ୟାୟ ଦାବିରେ ଆନ୍ଦୋଳନ



ଗରଦପୁର, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ପାଟକୁରା ଲୋକନାଥ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ଫାଟକ ସମ୍ମୁଖରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥାପନା ଦାବି ମହିଳା ମାନଙ୍କ ଉପରେ ବହୁଥିବା ନିର୍ଯ୍ୟାତନା ବିରୋଧରେ ଛାତ୍ର ବିକେଡ଼ି ପକ୍ଷରୁ ବିକ୍ଷୋଭ ସହ ଚାନ୍ଦାର ଲାଳି ପ୍ରତିବାଦ କରାଯାଇଛି। ଗତ କିଛି ଦିନ ତଳେ ବାଲେଶ୍ଵରର ଫକୀର ମୋହନ ସୋଇଂ ଶାସିତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ରେ ନିଜ ଦେହରେ ପେଟୋଲ ଭାଳି ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଦେଇଥିବା ଛାତ୍ରୀ ସୌମ୍ୟାଶ୍ରୀ ମୃତ୍ୟୁ ବରଣ କରିଥିଲେ। ସୌମ୍ୟାଶ୍ରୀଙ୍କ ନ୍ୟାୟ ଦାବିରେ ବିଭିନ୍ନ ସମ୍ମୁଖରେ ବନ୍ଧୁ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ମାନେ ଛାତ୍ର ବିକେଡ଼ି ସହ ମିଶି ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ରାଜ୍ୟର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ପୁରୁଲିକା ଦାହ କରିବା ସହ ରାସ୍ତାରେ ଚାନ୍ଦାର ଲାଳି ଆନ୍ଦୋଳନ କରିଥିଲେ। ବୁଧବାର ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନରେ ଗରଦପୁର ଯୁବ ସଭାପତି ପୂର୍ଣ୍ଣଜିତ୍ ବରାଳ, ଜିଲ୍ଲା ଛାତ୍ର ଉପସଭାପତି ତପନ ଜେନା, ଛାତ୍ର ନେତା ପଙ୍କଜ ସ୍ଵାଇଁ ପ୍ରମୁଖ ବନ୍ଧୁ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଆନ୍ଦୋଳନ କରିଥିଲେ।

ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ନାଁରେ ଦୁର୍ନୀତି ଅଭିଯୋଗ



ତେରାବିଶ, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ତେରାବିଶ ବ୍ଲକ୍ ଅଧିନସ୍ଥ ବାରନିକଳସ୍ଥିତ ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରରେ (ସିଏଏସି) ଘୋର ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସହ ଅବ୍ୟବସ୍ଥାର ଖବର ସାମ୍ବାଦିକ ଆସିଛି। ଏଭଳି ସଙ୍ଘୀନ ଅଭିଯୋଗ ଉଠାଇଛନ୍ତି ଖୋଦ୍ ଉଚ୍ଚ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିବା ଡାକ୍ତର ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ସିଂହ। ତେରାବିଶ ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର (ସିଏଏସି) ଅଧିକାରୀ ଡାକ୍ତର ବିରଞ୍ଜନ ଦେହେରା ନିଜ ଅଧୀନରେ ଥିବା ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ଗୃହିତରେ ପରିଚାଳନାଗତ ବ୍ୟାପକ ଦୁର୍ନୀତିରେ ସମ୍ମୁଖ। ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତରେ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟାଳୟରେ ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନୁପସ୍ଥିତ ରହିବା ସହ ଜିଲ୍ଲା ବାହାରେ ଥିବା ଏକ ଘରୋଇ କ୍ଲିନିକ୍

କହିଛନ୍ତି। ଗତ ସରକାର ସମୟରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଗୁହାରି କରି ନିରାଶ ହେବା ପରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ନିକଟରେ ଫେରାଦ ହୋଇଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା କିଛି ଫଳପ୍ରସ୍ତ ହୋଇନାହିଁ। ପରେ ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ସୁଦ୍ଧା ଅଧିକାରୀ ଆଇନ ବଳରେ ତଥ୍ୟ ମାଗିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ଆଳ ଦେଖାଇ ଏଯାବତ୍ ସଠିକ୍ ତଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇନାହିଁ। ସେପଟେ ତାଙ୍କୁ ଗର୍ବେତ୍ କରାଯାଇଛି ବୋଲି ସେ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଆଗରେ ନିଜର ଶୋଭା ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି। ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ଡାକ୍ତର ସିଂହଙ୍କ ଯୋଗଦାନ ପରେ ଏହି ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର ଏବଂ ତିକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଅନେକ ସୁଧାର ଆସିଛି ବୋଲି ସ୍ଥାନୀୟ ଜନସାଧାରଣ କହିଛନ୍ତି। ତେରାବିଶ ବ୍ଲକ୍ ୭ ଗୋଟି ପଞ୍ଚାୟତ ସମେତ ପଡ଼ୋଶୀ ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲାର କିଛି ରୋଗୀ ଏଠାକୁ ଆସିଥାନ୍ତି ବିଭିନ୍ନ ହେବାକୁ। ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଅଭାବ ହେତୁ ରୋଗୀମାନେ ବହୁତ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି। ଏଥିମଧ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟସରକାର ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଭିତ୍ତିଭୂମି ଯୋଗାଇଦେବା ସହିତ ଅଭିଯୋଗ ଅନୁଯାୟୀ ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରି ଦୁର୍ନୀତିରେ ସମ୍ମୁଖ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଦୃଢ଼ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଜନସାଧାରଣ ଦାବି କରିଛନ୍ତି।

ସୁଶ୍ରୀସଙ୍ଗିତାଙ୍କୁ ମିଳିଲା ନୂତନ ଭଉଁ ଟଙ୍କା



ମହାକାଳପଡ଼ା, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଦୀର୍ଘ ୧୩ ବର୍ଷର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହୋଇଛି। ସୁଶ୍ରୀସଙ୍ଗିତା ସାହୁଙ୍କୁ ଆଜି ନୂତନ ଭଉଁ ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି। ଗଡ଼କାଳି ତାଙ୍କ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ଭଉଁ ଆବେଦନକୁ ବିଭାଗ ତରଫରୁ ଅନୁମୋଦନ କରାଯାଇଛି ବୋଲି ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ ତରଫରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଥିଲା। ମହାକାଳପଡ଼ା ବ୍ଲକ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ତେର ଗାଁ ପଡ଼ଶା ଗ୍ରାମର ସୁଶ୍ରୀ ସଙ୍ଗିତାଙ୍କୁ ନୂତନ ଭଉଁ ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି।

କନିଷ୍ଠ ଯତ୍ନୀଙ୍କ ଘରୁ ୩୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ସୁନା ଅଳଙ୍କାର ଚୋରି

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ମାଣିଆପାଳ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ରାମିଆଗଞ୍ଜ ଗ୍ରାମରୁ ଜଣେ କନିଷ୍ଠ ଯତ୍ନୀଙ୍କ ଘରୁ ୩୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ସୁନା ଗଢ଼ଣା ଚୋରି ହୋଇଛି। ଏ ନେଇ କନିଷ୍ଠ ଯତ୍ନୀ ଜଣକ ମାଣିଆପାଳ ଥାନାରେ ଅଭିଯୋଗ କରିବା ପରେ ପୋଲିସ୍ ସହାୟତା କୁଳୁର ଓ ସାଲିଷ୍ଠେଟ ରିମ ସହ ଘଟଣା ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ତଦନ୍ତ କରିଛି। କନିଷ୍ଠ ଯତ୍ନୀ କମଳ ଲୋଚନ ଲେଙ୍କା କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଙ୍ଗଳବାର କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଯାଇଥିଲେ। ରାତିରେ ଫେରି ନଥିଲେ। ଘରେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ଆଉ କେହି ସଦସ୍ୟ ନ ଥିଲେ। ଏହାର ସୁଯୋଗ ନେଇ ଚୋରମାନେ ତାଙ୍କ ଘରେ କଳା କଳା ବୁଲାଇ ଦେଇଛନ୍ତି। ତାଙ୍କ ଘରର ଗ୍ରାମ ତାଲା ଓ ଘରର କବାଟ ତାଲା ଭାଙ୍ଗି ଚୋରମାନେ ଘରେ ପଶି ଆକ୍ରମଣ କରି ସୁନା ଅଳଙ୍କାର ଚୋରି କରିଛନ୍ତି। ଏ ସଂକ୍ରାନ୍ତରେ ମାଣିଆପାଳ ଥାନାରେ ଏକ ଚୋରି ମାମଲା ରୁକ୍ଣ ହୋଇଛି। ଚୋରଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ବତରା ବାଲିଛି ବୋଲି ଆନାଧିକାରୀ ତପନ କୁମାର ନାୟକ କହିଛନ୍ତି। ଅପରସ୍ଥରେ ଜଣେ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପୋଲିସ୍ ଅଧିକାରୀ କହିଛନ୍ତି ଜଣେ କନିଷ୍ଠ ଯତ୍ନୀଙ୍କ ମାସିକ ଆୟ କେତେ ଯେ ଯାହା ଫଳରେ ସେ ଘରେ ୩୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ସୁନା ଗଢ଼ଣା କରି ରଖିଲେ। ତେଣୁ ଯତ୍ନୀଙ୍କ ଆୟର ଉଚ୍ଚ ମଧ୍ୟ ତଦନ୍ତ ହେବା ଉଚିତ ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି।

ବିଶ୍ଵ ଜନସଂଖ୍ୟା ଦିବସ ପାଳିତ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସମିତି ପକ୍ଷରୁ ବିଶ୍ଵ ଜନସଂଖ୍ୟା ଦିବସ ପାଳନ ଅବସରରେ ବିଶ୍ଵ ଜନସଂଖ୍ୟା ଦିବସ ଜିଲ୍ଲା ତାଲିମ ଯୁନିଟରେ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି। ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ବିକ୍ଷା ଓ ଜନସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଅଧିକାରୀ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ମିଶନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଡ. ମନୋରଞ୍ଜନ ରାଉତ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା କରିଥିଲେ। ଉପସ୍ଥିତ ସମସ୍ତ ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ପରିବାର ନିୟୋଜନ ପଦ୍ଧତି ଉପରେ ଅଧିକ ସଚେତନତା ମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କରିବା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲା ପକ୍ଷରୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଏ ବର୍ଷ ମହିଳା ବନ୍ଧ୍ୟାକରଣ ସର୍ବନ ଭାବେ ଡା. ଆର. କେ ପାଟୁଙ୍କୁ ରାଜ୍ୟସରକାର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଡ. ମୁକେଶ ମାହଲିଙ୍ଗଙ୍କ ଦ୍ଵାରା ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଛି। ଏ ବର୍ଷ ୨୦୨୪-୨୦୨୫ରେ ପୁରୁଷ ବନ୍ଧ୍ୟାକରଣ ୬୨୯ ଓ ୧୫୩୮ଟି ମହିଳା ବନ୍ଧ୍ୟାକରଣ ଅବସରରେ ଆଜି, କରିଥିବାରୁ ଡା. ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ମିଶ୍ର ଏବଂ ଡା. ଆର.କେ. ପାଟୁ ଉଭୟଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲାସରକାର ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା। ଠିକ୍ ସେହିପରି ବ୍ଲକ୍ ସ୍ତରରେ ଅଧିକା ମହିଳା ବନ୍ଧ୍ୟାକରଣ ଅବସରରେ କରିଥିବାରୁ ମହାକାଳପଡ଼ା, ରାଜନଗର ଏବଂ ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡାଙ୍କୁ, ପୁରୁଷ ବନ୍ଧ୍ୟାକରଣରେ ଗରଦପୁର, ମହାକାଳପଡ଼ା ଏବଂ ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡାଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଗଲା। ପରିବାର ନିୟୋଜନର ଅନୁକ୍ରମ ପଦ୍ଧତି ଯଥା କର୍ପଟି, ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ଅକ୍ସର ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଉନ୍ନତ, ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ବିକ୍ଷାକର୍ମୀ, ଆଜି, ତେରାବିଶ, ମହାକାଳପଡ଼ା, ରାଜନଗର ଏବଂ ରାଜନଗର ଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲା ସରକାର ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା। ପରିବାର ନିୟୋଜନ ଟିମ୍ ମେମ୍ବର ହିସାବରେ ନର୍ସ ଅଧିକାରୀ ବାସନ୍ତୀ ନାୟକ, ମିନତୀ ଲେଙ୍କା ଓ ରମେଶ ମୁକୁଳିଙ୍କୁ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଥିଲା। ବ୍ଲକ୍ ସ୍ତରରେ ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ଅଧିକାରୀ, ବି ପି ଏମ ଓ ପି ଏଚ ଇ ଓ ମାନେ ସମ୍ମାନିତ ହୋଇଥିଲେ। ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣକରି ଭାବେ ସହକାରୀ ମ୍ୟାନେଜର ଚ୍ୟୋତି ଏବଂ ମମତା ଦାଶ, କୋଷାଧିକାରୀ ନାୟକ, ଏବଂ ଏମ ତାଲିମ କେନ୍ଦ୍ରର ପ୍ରିମିୟର, ନର୍ସ ଛାତ୍ରୀ, ପରାମର୍ଶଦାତ୍ରୀ ସସ୍ମିତା ଦାସ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ।



ସାପ କାମୁଡ଼ାରେ ନବମ ଶ୍ରେଣୀ ଛାତ୍ରୀ ମୃତ



ରାଜନଗର, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ):ରାଜନଗର ବ୍ଲକ୍ ମହୁଲିଆ ପଞ୍ଚାୟତ ମାଣପଡ଼ା ଗାଁର ଗଣେଶ ନାଥଙ୍କ ଝିଅ ମୌସୁମୀ ନାଥ ସାପ କାମୁଡ଼ାରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଛନ୍ତି। ସୁଦ୍ଧା ମୃତବକ ମୌସୁମୀ ଗଡ଼କାଳି ରାତିରେ ଘରେ ଶୋଇଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ବିଷୟରେ ସାପ କାମୁଡ଼ିଥିଲା। ପରିବାର ଲୋକେ ମୌସୁମୀଙ୍କୁ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ରାଜନଗର ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ଆଣିଥିଲେ। ଅବସ୍ଥା ସଂକଟାପନ୍ନ ଥିବାରୁ ମୌସୁମୀଙ୍କୁ ଡାକ୍ତର କଟକ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିଥିଲେ। କଟକରେ ଡାକ୍ତର ତାଙ୍କୁ ମୃତ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ। ମୌସୁମୀ ମାଣପଡ଼ାସ୍ଥିତ ପଞ୍ଚୁରୋହା ବିଦ୍ୟା ନିକେତନରେ ନବମ ଶ୍ରେଣୀରେ ପାଠ ପଢ଼ନ୍ତି। ଏହି ଖବର ଜଣାପଡ଼ିବା ପରେ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଶୋକର ଛାୟା ଖେଳିଯାଇଛି। ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଓ ଶିକ୍ଷକମାନେ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଘରେ ପହଞ୍ଚି ତାଙ୍କର ଶେଷ ଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ। ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନଶିକ୍ଷକ ଶୁକ୍ଳ କୁମାର ବରାଳଙ୍କ ପୌରହିତ୍ୟରେ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ମୃତ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଶୋକସଭା ଓ ନାରିବ ପାର୍ଥନା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।

ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡାରେ ବନ୍ୟା ସ୍ଥିତି ଗମ୍ଭୀର, ବ୍ୟାପକ ଅଞ୍ଚଳ ଜଳମଗ୍ନ

ବହୁ ଗାଁ ବାହ୍ୟଜଗତରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ଧୋୟାଞ୍ଚଳରେ କୁମ୍ଭୀର ଆତଙ୍କ

ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡା, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ):ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡା ଅଞ୍ଚଳରେ ବାରମ୍ବାର ଲଘୁତାପ ଜନିତ ଲଗାଣବର୍ଷୀ ଓ ରେଙ୍ଗାଳି ପାଣି ଛାଡ଼ିବା ଯୋଗୁଁ ବ୍ରାହ୍ମଣୀ, ବୈତରଣୀ ଓ କାଶୀ ନଦୀରେ ବନ୍ୟା ଆସିବା ଫଳରେ ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡା ବ୍ଲକ୍ ୧୪ ପଂଚାୟତ ଓ ପୌରାଞ୍ଚଳର ୧୧ଟି ଖାର୍ତ୍ତର ପ୍ରାୟ ୫୦୦୦ରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ଓ ୧୫୫୦ରୁ ଗୁଣ୍ଠ ପାଳିତ ପଶୁ ଜଳବନ୍ଦୀ ହୋଇପଡ଼ିଛନ୍ତି। ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡା ବ୍ଲକ୍ ସବୁଠାରୁ ଦୁର୍ଗମ ଅଂଚଳ ଭାବେ ପରିଚିତ ସିଂହଗାଁ ପଂଚାୟତ ବାହ୍ୟଜଗତରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡା ବ୍ଲକ୍ ସିଂହଗାଁ ପଂଚାୟତର ସିଂହଗାଁ, କୁଷ୍ଠଦାସପୁର ରାଉଳଆଡ଼ିଆ, ପାଣିସାରିଆ ଆଦି ଜଳମଗ୍ନ ହୋଇ ବାହ୍ୟଜଗତରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ଅଳପୁଆ ପଂଚାୟତ ଗୋଟିଆକଣା, ବିଳମଳିକସାହି, ବେହେରାସାହି, ମିଶ୍ରବାଗ, ସୋପାସାହି, ଜେନାସାହି,



ପାହାଡ଼ାସିଂହ ସାହି, ତରଡ଼ିପାଳ ପଂଚାୟତର ପୋଖରୀକୁଳ, ଗୋପାଳପୁର, ଜେନାସାହି, ବିଶ୍ଵାଳ ସାହି, ନାଥସାହି, ମଳିକସାହି, ଘାଗରାଡ଼ିଆ ପେଣ୍ଠପାଳ ପଂଚାୟତର କୁଳସାହି, କୋଳପିଆ, ବାଲିକରା,ଦାଣ୍ଡସାହି ଦାଣ୍ଡସାହି, ଅଧ୍ଵରା ପଂଚାୟତର ବ୍ରହ୍ମପୁର, ବିଷ୍ଣୁପୁର, ବ୍ରାହ୍ମଣ ସାହି, ଦାଣ୍ଡି ର ପ ର , ଅ ମୃ ତ ମ ଶ ୌ ହି ପଂଚାୟତର ନୂଆଡ଼ିଆ,

'ଗୁରୁଙ୍କ ପାଇଁ ଗଛଟିଏ'ର ଶୁଭାରମ୍ଭ କଲା ଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥ ଚାରିଟେବୁଲ ଟ୍ରଷ୍ଟ



କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୬୭୭ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଗୁରୁ ନବବର ସାହୁଙ୍କ ଦେବାଦେବ ହୋଇଯାଇଛି। ତାଙ୍କର ସ୍ମୃତିରେ ଆଜି ତାଙ୍କର ଏକାଦଶୀହା ହାତ୍ୟରେ "ଗୁରୁଙ୍କ ପାଇଁ ଗଛଟିଏ" କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ଅଗ୍ରଣୀ ସାମାଜିକ ସଙ୍ଘଠନ ଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥ ଚାରିଟେବୁଲ ଟ୍ରଷ୍ଟର ସଦସ୍ୟମାନେ। ଆଜି ବ୍ଲକ୍ ମାଳପାଟଣା ନିବାସୀ ସ୍ମୃତି ନବବର ସାହୁ ପେଣ୍ଠାରେ କଣେ ଶିଖି। ସେ ଆଜି ବ୍ଲକ୍ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ଉପାଧି ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଶିକ୍ଷକତା କରୁଥିଲେ। ପରଠପକାରୀ, ମାଷ୍ଟର, ସୁ ସଂଗଠକ ଓ ଜଣେ ମେଳାପା ମଣିଷ ହିସାବରେ ସେ ଅଞ୍ଚଳରେ ବେଶ୍ ପରିଚିତ ଥିଲେ। ଏଥିସହିତ ମାଳପାଟଣା ସ୍ଥିତ ଭାବୁଆ ବଟ ଯେ ମୁଖ୍ୟ ପରିଚାଳକ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିଲେ। ୪୬ ଥର ରକ୍ତ ଚାଳ କରି ଅନେକ ଜୀବନ ବଞ୍ଚାଇବା ସହିତ ରକ୍ତଦାନ ପାଇଁ ସଚେତନତା କରୁଥିଲେ। ସେ ଶ୍ରୀ ଜଗନ୍ନାଥ ଚାରିଟେବୁଲ ଟ୍ରଷ୍ଟ ସହିତ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ହେବ ଜଡ଼ିତ ରହି ଜଣେ ସକ୍ରିୟ ସଦସ୍ୟ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଆସୁଥିଲେ। ସେ ଟ୍ରଷ୍ଟର ଗୁରୁତର ଭାବରେ ବିଭିନ୍ନ ଉପଦେଶ ମାନ ଦେଇଥିଲେ। ଟ୍ରଷ୍ଟ କିପରି ନୂତନ ସେବା ସମାଜ କୁ ପ୍ରଦାନ କରିବ ସେ ଟ୍ରଷ୍ଟ ର ସଭାପତି କି ସହ ଆଲୋଚନା କରିଆସାନ୍ତି। ତାଙ୍କର ଏକାଦଶୀହା ରେ ଆଜି ତାଙ୍କ ସ୍ମୃତି ରେ ଭାବୁଆବଟ ଠାରେ ଏକ ବୃକ୍ଷ ଗୋପଣୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି। ବିଭିନ୍ନ ପୂଜା ଗଛ ସହିତ ରକ୍ତ ଦାନ, ଆତ୍ମ, ଗୁଣା, ପଣ୍ୟ, ଲିଭୁ, ଜାମୁକୋଳି ଓ ସମି ବୃକ୍ଷ ଇତ୍ୟାଦି ଗଛ ଲାଗାଯାଇଛି। ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କୁ ଚୋଟି ତାଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷକ ବନ୍ଧୁ କି ସହ ଅଞ୍ଚଳ ବାସୀ ମାନେ ଟ୍ରଷ୍ଟ ର ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କୁ ଭୁଲି ଭୁଲି ପ୍ରଶଂସା କରୁଥିଲେ। ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ରମରେ ଟ୍ରଷ୍ଟ ର ସଭାପତି ଦମନ ମହାନ୍ତି କି ସମେତ ଉପ ସଭାପତି ରଶ୍ମି ରଞ୍ଜନ ବାରିକ, ଅଶ୍ଵିନୀ ସାହୁ, ତପନ କୁମାର ନାଥ, କାଳନ୍ଦୀ ମଲିକ ଓ ଗଢ ମଣିଷ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ଲେଙ୍କା ଉପସ୍ଥିତ ରହି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥିଲେ।

ସୁଖ ନିଦ୍ରାର ଉପାୟ

ପୁରୁଷଙ୍କ ବୁଲନାରେ ମହିଳାଙ୍କୁ ଚିକେ ଅଧିକ ଶୋଇବା ଦରକାର, ଯଦି ଆପଣ ଅନିଦ୍ରାରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ଅଛନ୍ତି ତେବେ ଭଲ ନିଦ୍ରା ପାଇଁ କିଛି ଜିନିଷର ଯତ୍ନ ନେବା ଉଚିତ। ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ଓ ଉତ୍ତମ ରହିବା ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଦ କରୁଣା, ପ୍ରତିଦିନ ଅତି କମରେ ୭ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ଉଚିତ। ଜାଣନ୍ତୁ ଶୀଘ୍ର ଶୋଇବାର ବିଶେଷ କୌଶଳ ବିଷୟରେ। ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଦୈନିକ ଅତି କମରେ ୭-୮ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ଜରୁରୀ। ଭଲ ନିଦ୍ରା ମନକୁ ଚାନ୍ଦୁ କରିଥାଏ, ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡ, ମେନୋପୋଜିଟିଭ୍, ଚର୍ମ ଏବଂ କେଶର ଗୁଣବତ୍ତାରେ ଉନ୍ନତ ଆଣିଥାଏ ଏବଂ ଦୀର୍ଘ କାଳକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଚିକ୍ତା, ଅବସାଦ କମ୍ ହୋଇଥାଏ। ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭଲ ନିଦ ନ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଡିପ୍ରେସନ୍‌ଆ ଓ ଆଲର୍ଜିକମାନ ଭଳି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବିକାର ରୋଗ ହୋଇପାରେ। ଦୀର୍ଘକାଳୀନଯତ୍ନରେ ଏହା ମୋଟାପଟା, ହୃଦ୍‌ରୋଗ ଓ ଷ୍ଟ୍ରେକ୍‌ସ ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ ବଢ଼ାଇଥାଏ। ନିକଟରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାକୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ପୁରୁଷଙ୍କ ବୁଲନାରେ ମହିଳାଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ ୨୦ ମିନିଟ୍ ଅଧିକ ଶୋଇବା ଦରକାର। ଏକାକୀଙ୍କରେ ଅନେକ କାମ କରିବାଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ଓ ଶାରୀରିକ ଅକାପଣ, ମହିଳାଙ୍କ ଅନିଦ୍ରା, ଚିକ୍ତା ଓ ଅବସାଦ ଏବଂ ହରମୋନ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଇତ୍ୟାଦି ହୋଇଥାଏ। ଆମେରିକା ନୌସେନାରେ ଏଭଳି ଏକ କୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥିଲା, ଯାହା ଆପଣଙ୍କୁ ୧୦ ସେକେଣ୍ଡରେ ଶୋଇକେଇଥାଏ। ଏଥିପାଇଁ ମୁହଁକୁ ଆଗାମ ଦିଅନ୍ତୁ, କାନ୍ଧକୁ ତଳକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ, ହାତକୁ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ରହିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ, ଛାତିକୁ ଆଗାମ ଦେବା ସମୟରେ ନିଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ, ଗୋଡ଼, କନ୍ଦୁ ଆଗାମ ଦିଅନ୍ତୁ, ଆଗାମପାଦ୍ୟକୁ ଦୂଷ୍ୟ କଲ୍‌ନା କରି ମନକୁ ୧୦ ସେକେଣ୍ଡ ଶାନ୍ତ କରନ୍ତୁ। ନିୟମିତ ଶୋଇବାର ସମୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରନ୍ତୁ, ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ କିଛି ପଢନ୍ତୁ, ଶୋଇବା ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ କରନ୍ତୁ, ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ କମ୍ ସ୍ଥିର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। କ୍ୟାଫିନ୍ ଏବଂ ମଦ୍ୟପାନ ସୀମିତ ରଖନ୍ତୁ, ଶୋଇବାବେଳକୁ ଭାରି ଖାଦ୍ୟ, ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ଅତ୍ୟଧିକ ତରଳ ପଦାର୍ଥ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ।



ଚିକି ମାଛର ତାଳୁ ଗର୍ଜନ

ଏ କ ମାତ୍ର ୧୨ ମିଲିମିଟର ଲମ୍ବ ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ମାଛଟି ୧୪୦ ଡେସିବେଲ୍ ତାଳୁତାର ଶବ୍ଦ ସୃଷ୍ଟି କରେ, ଯାହା ବନ୍ଧୁକରେ ଗୁଳି ଫୁଟିବା ଶବ୍ଦ ସହ ସମାନ! କ୍ଷୁଦ୍ର ସ୍ତ୍ରୀ ମାଛ କଂକ୍ରିଟ୍‌ଗୋଲା ଯନ୍ତ୍ର ପରି ଭାଷଣ ଶକ୍ତ କରୁଥିବା ବର୍ଲିନ୍‌ର ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ଆବିଷ୍କାର କରିଛନ୍ତି। 'ଡାନିଓନେଲା ସେରେବ୍ରମ୍' ପ୍ରକାରିତ ଏହି ମାଛକୁ ସେମାନେ ପରୀକ୍ଷାଗାରରେ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଥିଲେ। ଉକ୍ତ ମାଛ ଦେହରେ ଥିବା ଏକ ଭାସମାନ ଥଳି ପିଟି ହୋଇ ସେଥିରୁ ନିର୍ଗତ ହେଉଥିବା ଏକ ଶବ୍ଦ ତରଙ୍ଗ ହିଁ ଏପରି ତାଳୁ ଶବ୍ଦ କରେ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଉକ୍ତ ମାଛ ୧୪୦ ଡେସିବେଲ୍ ତାଳୁତାର ଶବ୍ଦ ସୃଷ୍ଟି କରେ, ଯାହା ବନ୍ଧୁକରେ ଗୁଳି ଫୁଟିବା ଶବ୍ଦ ସହ ସମାନ। ୧୨ ମିଲିମିଟର ଲମ୍ବ ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି କ୍ଷୁଦ୍ର ମାଛଟି ତାହା ଆକାରର ପ୍ରକାରିକ ଭିତରେ ସବୁଠାରୁ ଗର୍ଜନଶୀଳ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି। ସାଧାରଣତଃ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କର ବିଚରଣ କରୁଥିବା ଜୀବମାନଙ୍କର ଶରୀର ଆକାର ଅନୁପାତରେ ସେମାନଙ୍କର ଗର୍ଜନ ଅଧିକ ତାଳୁ ହୋଇଥାଏ। ମାତ୍ର ଜଳଚରଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହାର ବିପରୀତ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି। ଆଉ ଏକ ଗର୍ଜନଶୀଳ କ୍ଷୁଦ୍ର ଜଳଚର ହେଉଛି 'ପିପ୍ପଲ ଚିକ୍‌ଡ୍ରୁ', ଯିଏ ଶିକାର କଲା ବେଳେ ୨୦୦ ଡେସିବେଲ୍ ତାଳୁତାର ଶବ୍ଦ ଛାଡ଼ିଥାଏ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅସ୍ଥିକ ମାଛର ଏପରି ପଦକ୍ଷେପ ଭାସମାନ ଥଳି ରହିଥାଏ, ଯାହା ସେମାନଙ୍କୁ ପାଣି ଭିତରେ ଭାସିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଅନେକ ପ୍ରକାରିତ ମାଛ ନିଜ ମାଂସପେଶୀ ଦ୍ୱାରା ଏହି ଥଳିକୁ ଆଘାତ କରି ଏପରି ଶବ୍ଦ ବାହାର କରିଥାନ୍ତି। ମାତ୍ର ଡାନିଓନେଲା ଥଳିରୁ ଏକ ଜଟିଳ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଏପରି ଭାଷଣ ଗର୍ଜନ ବାହାରିଥାଏ। କେବଳ ପୁରୁଷ ଡାନିଓନେଲା ହିଁ ଏପରି ଶବ୍ଦ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ ଜାଣି ପାରୁଛନ୍ତି।

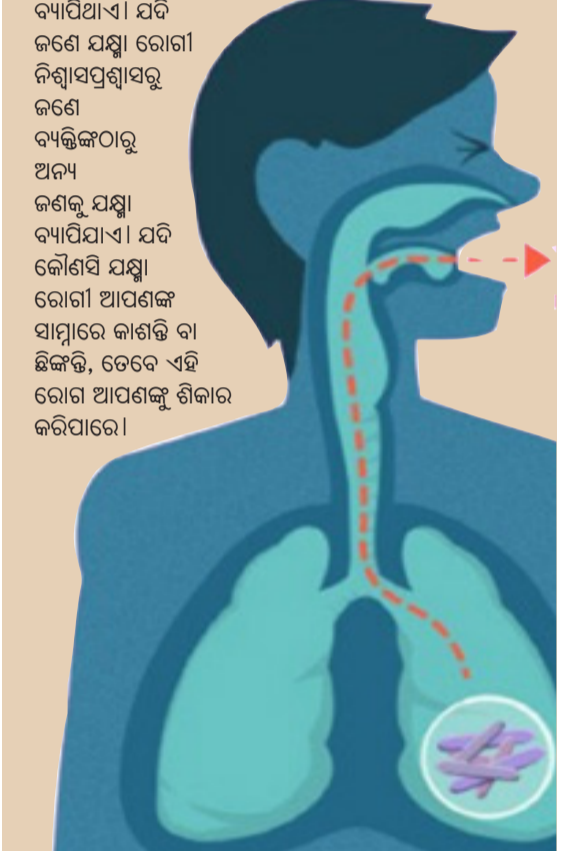


ମଧୁମେହ ଚିକିତ୍ସା ଏହି ଜୁସ୍ ସବୁଠାରୁ ଭଲ

ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ସ୍ୱାଗର ସ୍ତର ଅଧିକ ଅଛି ଏବଂ ଆପଣ ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସମର୍ଥ ନୁହେଁ, ତେବେ ଆପଣ ଏହି ତାଳବେଟିସ୍ କେୟାର ଜୁସ୍ ସେବନ କରିପାରିବେ। ଏହି ତାଳବେଟିସ୍ କେୟାର ଜୁସ୍ ଆପଣଙ୍କ ଉଚ୍ଚ ସ୍ୱାଗର ସ୍ତରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରେ ଏବଂ ସାମଗ୍ରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ମଧ୍ୟ ସତ୍ତ୍ୱ ଦେଇଥାଏ। କଳା, କାମ୍ପ ଏବଂ ନିମ୍ବ ଭଳି ପ୍ରାକୃତିକ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରି ଏହାକୁ ତିଆରି କରାଯାଏ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାଗର ସ୍ତର ସହିତ ଖରାପ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ, ଉନ୍ନତ ମେଟାବୋଲିଜମ୍, ଉତ୍ତମ ହୃଦୟ ଏବଂ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ। ଏହି ତାଳବେଟିସ୍ କେୟାର ଜୁସ୍ ଆପଣ ଦିନକୁ ଦୁଇଥର ପାଣିରେ ମିଶାଇ ପିଇପାରିବେ। ଏହି ଜୁସ୍ ପିଇବା ପୂର୍ବରୁ ଆପଣ ବାହିଲେ ତାଳବେଟିସ୍ ପରାମର୍ଶ ନେଇପାରିବେ।

ଶରୀରର ଦୁଇଟି ଅଙ୍ଗରୁ ପ୍ରବେଶ କରେ ଯକ୍ଷ୍ମା ରୋଗ

ଯକ୍ଷ୍ମା (ଚିକି) ଏକ ଜୀବାଣୁ ଜନିତ ସଂକ୍ରମଣ। ଏହି ରୋଗ ବିପଜ୍ଜନକ ହେବା ସହ ମାରାତ୍ମକ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ। ଅନେକ କାହାକୁ ଏହି ରୋଗ ହୁଏ, ତା'ପରେ ତାଙ୍କୁ ଦେହ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିୟମିତ ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ଅନେକ କେହି ହେଲେ ଏହା ପୁରା ପରିବାରକୁ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇପାରେ। ଅଳ୍ପ ଲକ୍ଷଣ ଲକ୍ଷଣସମୂହ ଅଫ୍ ମେଡିକାଲ ସାକ୍ସର୍ ଅନୁଯାୟୀ, ମାଲକୋବ୍ୟାକ୍ଟେରିୟମ୍ ସ୍ଟ୍ରେପ୍ଟୋକୋକ୍ସ୍ ନାମକ ଜୀବାଣୁଦ୍ୱାରା ଯକ୍ଷ୍ମା ହୁଏ। ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ। ହାତ, ପାଦ, ଆଖି କିମ୍ବା ଜିନିଷକୁ ଛୁଇଁବାଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ହୋଇପାରେ। ଯକ୍ଷ୍ମା ଜୀବାଣୁ ନାକ ଓ ପାଟି ଦେଇ ଶରୀରର ଦୁଇଟି ଅଙ୍ଗରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ। ୭୦ ପ୍ରତିଶତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୂର୍ବପୂର୍ବ ମାଧ୍ୟମରେ ଚିକି ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ। ଏଠାରୁ ହିଁ ଯକ୍ଷ୍ମା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ। ତା'ପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଏହା ବାକି ଅଙ୍ଗକୁ ବ୍ୟାପିଯାଏ। ଏହା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଅତିରିକ୍ତ ପଲମୋନାରୀ ଯକ୍ଷ୍ମାରେ ପରିଣତ ହୁଏ। ଚିକି ନାକ ଓ ପାଟି ମାଧ୍ୟମରେ ସାରା ଶରୀରରେ ବ୍ୟାପିଯାଏ। ଯଦି କିଛି ପୋଷାକ ରୋଗୀ ନିଶ୍ଚିତସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରୁ ଅନ୍ୟ ଜଣକୁ ଯକ୍ଷ୍ମା ବ୍ୟାପିଯାଏ। ଯଦି କୌଣସି ଯକ୍ଷ୍ମା ରୋଗୀ ଆପଣଙ୍କ ସାମ୍ନାରେ କାନ୍ଦନ୍ତି ବା ଛିଙ୍କନ୍ତି, ତେବେ ଏହି ରୋଗ ଆପଣଙ୍କୁ ଶିକାର କରିପାରେ।



ତୁଳସୀ ପତ୍ର ମିଳିବ ଅନେକ ଲାଭ

କରାଯାଏ। ଏହାର ଲାଭ ପାଇବା ପାଇଁ ତୁଳସୀପତ୍ରକୁ ମଧୁ ସହ ସେବନ କରନ୍ତୁ। ଏକ ଗାମ୍ଭୀର ତୁଳସୀପତ୍ର ରସରେ ଏକ ଗାମ୍ଭୀର କମ୍ ମଧୁ ମିଶାଇ ସେବନ କରନ୍ତୁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ। ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତାନୁସାରେ ଖାଲି ପେଟରେ ତୁଳସୀପତ୍ର ଚୋବାଇ ଖାଆନ୍ତୁ। ନିୟମିତ ଭାବେ ଖାଲି ପେଟରେ ତୁଳସୀ ପତ୍ର ଚୋବାଇ ଖାଇଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଆୟୁର୍ବିଦ୍ୟକନକ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ। ତୁଳସୀପତ୍ରକୁ ବା' ଭାବେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ମଧ୍ୟ ପିଇପାରିବେ। କ୍ଷୀର ବା'ରେ ତୁଳସୀପତ୍ର ପକାଇ ଏହାର ସେବନ କଲେ, ଶରୀରର ଅନେକ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଶରୀରକୁ ମାରାତ୍ମକ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ତାଳୁରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁଯାୟୀ, ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ତୁଳସୀପତ୍ରର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି। ଏଥିପାଇଁ ତୁଳସୀପତ୍ରରେ କାଢ଼ା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ପିଇପାରିବେ। ଏଥିପାଇଁ ୧ କପ ପାଣି ନିଅନ୍ତୁ, ୧ ଗ୍ରାମ୍ ୧ ଧଟି ତୁଳସୀ ପତ୍ର, ଅଳ୍ପ ଅବା ପକାଇ କିଛି ସମୟ ଫୁଟାଇବା ପରେ ଏହାକୁ ଛାଣି ପିଅନ୍ତୁ। ତୁଳସୀପତ୍ରର ଜୁସ୍ ଗଳା କୁଣ୍ଡଳ ହେବା, ଗଳା ଯନ୍ତ୍ରଣା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପେଟ ଜନିତ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିଥାଏ। ୧୦ ରୁ ୧୫ଟି ତୁଳସୀପତ୍ରର ରସକୁ ଏକ ଗ୍ଲାସ୍ ପାଣିରେ ମିଶାନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଓଜନ ହ୍ରାସ ହେବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ।

ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମରେ ତୁଳସୀ ବୃକ୍ଷଙ୍କ ଖୁବ୍ ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି। ଏହି ବୃକ୍ଷ ପୂଜନୀୟ ହେବା ସହ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭଦାୟକ। ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଜତି-ବୃତ୍ତା ଭାବେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ତୁଳସୀ ପତ୍ରରେ ୧୦୦ରୁ ଅଧିକ ରୋଗକୁ ନଷ୍ଟ କରିବାର କ୍ଷମା ରହିଛି। ଏହା ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ଭରପୁର। ତୁଳସୀ ପତ୍ରକୁ ସଠିକ୍ ଉପାୟରେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର କରାଗଲେ, ମାନସିକ ଚାଟୁଶିଳା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅନେକ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିପାରିବ। ଜାଣନ୍ତୁ ତୁଳସୀପତ୍ରକୁ ପିଲାଙ୍କୁ ଅଣ୍ଟାକାଣ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଗଳରେ ହେଉଥିବା ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।



କ୍ରୋଧରେ କାହିଁକି ଲୁହ ଆସିଥାଏ

କ୍ରୋଧିତ ହେଲେ ଲୋକେ କ'ଣ କରନ୍ତି? ଆଖପାଖ ଉଦାହରଣକୁ ଦେଖିଲେ ଆପଣ ଦେଖିବେ ଯେ କେହି ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ଭାବରେ ଚିତ୍କାର କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥାନ୍ତି, କେହି ଭଙ୍ଗାଭଙ୍ଗା କରନ୍ତି ଏବଂ କିଛି ଏମିତି ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ନିଜେ କାନ୍ଦିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥାନ୍ତି। ସେମାନେ ନିଜର କ୍ରୋଧକୁ କଠୋର ଶବ୍ଦରେ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି, କିନ୍ତୁ କ୍ରୋଧ ପୂର୍ବରୁ ଲୁହ ବାହାରିଥାଏ। ଆପଣ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହ ସ୍ୱଚ୍ଛତା କରୁଛନ୍ତି ତାଙ୍କ ସାମ୍ନାରେ କାନ୍ଦିବା ମଧ୍ୟ ଅନେକ ଲୋକଙ୍କୁ କ୍ରୋଧିତ କରିଥାଏ। କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ଚାହଁଲେ ବି ବିଚଳି ପଡ଼ିବେ ନିଜ ଲୁହକୁ ବୋଲି ପାରୁନାହାନ୍ତି। ଏହାକୁ କ୍ରୋଧିତ ଲୁହ କୁହାଯାଏ। ଅନେକ ଲୋକ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି। ଯାହାଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱଚ୍ଛତାକୁ ହୁଏ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କୁ ଅନ୍ୟମାନେ ଭାବନାତ୍ମକ ଭାବରେ ଦୁର୍ବଳ ବୋଲି ବିବେଚନା କରନ୍ତି ନାହିଁ। ସାଧାରଣତଃ ଯେତେବେଳେ କାହାର ଭାବନାକୁ ଆଘାତ ଲାଗିଥାଏ, ସେତେବେଳେ ତାଙ୍କ ମନରେ କ୍ରୋଧିତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଆସିଥାଏ। କିଛି ଲୋକ ଏହି ଭାବନାକୁ ଖୋଲାଖୋଲି ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବାବେଳେ କିଛି ଲୋକ ଭିତରକୁ ଲୁଚି ଯାଆନ୍ତି। ଯେତେବେଳେ ଲୋକମାନେ କୌଣସି ଘଟଣାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟାରେ କିଛି ଠୋସ୍ ହିବା କିମ୍ବା କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ନୁହଁନ୍ତି, ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଅସହାୟ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି। ସେହି ଅନୁଭବ ଲୁହ ଆଣିଥାଏ। ମହିଳାମାନେ ମାସକୁ ୪ ଥର କାନ୍ଦିଥାନ୍ତି, ପୁରୁଷମାନେ ମାତ୍ର ୧ ଥର କାନ୍ଦିଥାନ୍ତି ନ୍ୟାସନାଲ ଲାଇବ୍ରେରୀ ଅଫ୍ ମେଡିସିନର ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ବୟସ୍କ ପୁରୁଷଙ୍କ ବୁଲନାରେ ମହିଳା ଓ ଶିଶୁମାନେ ଅଧିକ ଲୁହ ଝରାନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କର କ୍ରୋଧିତ ଲୁହ ହେବାର ସୂଚକ ଅଧିକ ଥାଏ। ଜଣେ ମହିଳା ମାସକୁ ହାରାହାରି ୪ ଥର କାନ୍ଦିଥାନ୍ତି। ଏମାନଙ୍କ ବୁଲନାରେ ପୁରୁଷଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ହାର ୧ରୁ କମ୍ ରହିଛି।

ଶୁଖିଲା ବରଫ କ'ଣ ଏହାକୁ ଖାଇବା ପରେ କାହିଁକି ରକ୍ତ ବାନ୍ତି ହେଉଛି?



ଶୁଖିଲା ବରଫକୁ ଇଂରାଜୀରେ ଡ୍ରାଏ ଆଇସ୍ କୁହାଯାଏ। ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରରେ କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ୍‌ର ଏକ କଠିନ ରୂପ। ଏହାର ବିଶେଷ କଥା ହେଉଛି ଏହା ଅତ୍ୟଧିକ ଥଣ୍ଡା ରହିଥାଏ। ଯଦି ଆପଣ ଘରେ ସାଧାରଣ ବରଫ ବିଷୟରେ କହିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତେବେ ଏହାର ଉପମାତ୍ରା ମାତ୍ର ୧-୨ ଗ୍ରାମ, କିନ୍ତୁ ଏହାର ପୃଷ୍ଠର ଉପମାତ୍ରା ମାତ୍ର ୧୦ ଡିଗ୍ରୀ। ଏହା ଯାଧାରଣ ବରଫ ପରି ଓଷା ନୁହେଁ। ଯଦି ଏହାକୁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ବାରଣ କରାଯାଇଛି, କିନ୍ତୁ ଦେଖିଲେ ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶୁଖିଯାଇଥାଏ। ଅଧିକ ଉପମାତ୍ରା ଆସିଲେ ସାଧାରଣ ବରଫ ଚରଳିବା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଏବଂ ପାଣିରେ ପରିଣତ ହୁଏ। କିନ୍ତୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଚିକିତ୍ସା ଯଦି ଏହା ଅଧିକ ଉପମାତ୍ରା ସଂଶ୍ଳେଷଣରେ ଆସିଥାଏ, ତେବେ ଏହା ଚରଳିବା ଏବଂ ପାଣିରେ ପରିଣତ ହେବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଧୂଆଁରୂପେ ଉଡ଼ିବା ଆରମ୍ଭ କରେ, ଅର୍ଥାତ୍ ଏହା ଗ୍ୟାସ୍ ଆକାରରେ ଚରଳିଯାଏ।

ଫିଟ୍ ଦେଖାଯିବା ସୁସ୍ଥ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ପ୍ରମାଣ ନୁହେଁ

'ସୁସ୍ଥ' ଏବଂ 'ଫିଟ୍' ଶବ୍ଦଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାୟତଃ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ, କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଉଭୟଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବହୁତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅଛି। କଠୋର ବ୍ୟାୟାମ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟପେୟ ଅନୁସରଣ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଅନେକ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ରୋଗରେ ମଧ୍ୟ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇପାରନ୍ତି। ତେବେ ସୁସ୍ଥ ରହିବା କ'ଣ? କୃତ୍ରିମ ହେଉଛି, ଆପଣ ଫିଟ୍ ଦେଖାଯାଇପାରିବେ, ଭାରି ଓଜନ ଉଠାଇପାରିବେ, ସିଏ ପ୍ୟାକ୍ ଆଉ ବାଗ ବିହୀନ ବୁବାକୁ ଭଲ ଫିଟର ସହ ଦେଖିପାରିବେ, ସପ୍ତାହରେ ସାତଦିନ ବ୍ୟାୟାମ କରିପାରିବେ ଏବଂ ଆକର୍ଷଣୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପାଇପାରିବେ। ସୁସ୍ଥ ରହିବାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ଏବଂ ଭାବନାତ୍ମକ ଦିଗରୁ ମିଶାଇ ସାମଗ୍ରିକ ସୁସ୍ଥତା। ଅଧିକାଂଶରେ ଫିଟ୍ ରହିବାର ଅର୍ଥ ଶାରୀରିକ ସୁସ୍ଥତା, ଯେଉଁଠିରେ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ସହଜଗାଳିତା, ମାଂସପେଶୀ ଶକ୍ତି, ଜମ୍‌ନାୟତା ଏବଂ ଶରୀରର ମିଶ୍ରଣ ଅକ୍ଷୁଦ୍ର। ତମ୍ଭାର ଶରୀର ସହ ଫିଟ୍ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଅନେକ ଲୋକ କ୍ୟାଲୋରୀ ଗଣନା କରୁଛନ୍ତି, ଜିମ୍‌ରେ କଠିନ ପ୍ରଶସନ କରୁଛନ୍ତି, ଫ୍ୟାଟ୍ ବର୍ନିଂ କିମ୍ବା ସ୍ପେର-ଏଫ୍ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଛନ୍ତି, ନିଦ୍ରା ଅଭାବକୁ ମାରାତ୍ମକ ଚୋଡ଼େଇ ଏବଂ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ କ୍ଲ୍ୟାସ୍‌ରେ ବରଫ ଦେଉଛନ୍ତି। ତଥାପି ଭାବନାତ୍ମକ ଭାବରେ, ସେମାନେ ମାନସିକ ଅସ୍ଥାୟିତା, ନିଦ୍ରାର ଅଭାବ, ନିରାଶା, ବିଶ୍ୱାସ୍ତତା ଏବଂ ବୃକ୍ଷ ସହିତ ସଂପର୍କ କରନ୍ତି - ସେମାନଙ୍କ ଆଖିଠାରୁ ଅଲଗା।

ମୁଖ୍ୟଦ୍ୱାରରେ ଶୁଭ କଳସ ରଖିଲେ କି?

କୁହାଯାଏ, ଘରୁ ବାହାରିବା ସମୟରେ ଶୁଭ କଳସ ବା ଜଳପୂର୍ଣ୍ଣ କୁମ୍ଭ ଦେଖିକରି ଯିବାଦ୍ୱାରା କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ।। ତେବେ ଏହି ଶୁଭ କଳସ ରଖିବାକୁ ନେଇ ମଧ୍ୟ କିଛିଟା ନିୟମ ରହିଛି, ଜାଣିରଖନ୍ତୁ। ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ୱାରର ବାମପଟେ ଶୁଭ କଳସ ରଖିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭଲ ହୋଇଥାଏ। ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଏହାକୁ ଚାହାଣ ପଟେ କିମ୍ବା ଦ୍ୱାରର ସମ୍ମୁଖ ଭାଗରେ ମଧ୍ୟ ରଖିପାରିବେ। ତେଣୁ ନିଜର ସୁଧିଧା ଅନୁଯାୟୀ ଶୁଭ କଳସକୁ ଦ୍ୱାରର ଯେଉଁଠି ବାହିବେ ସେଠି ରଖିପାରିବେ। କିନ୍ତୁ ଧନ ତେବେ ଘରକୁ ଯିବାଆସିବା ସମୟରେ ଯେମିତି ଶୁଭକଳସ ଉପରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ନଜର ପଡ଼ିପାରୁଥିବ। ପ୍ରତିଦିନ ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ପୂର୍ବରୁ ସ୍ନାନସାରି ପ୍ରଥମେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଦେବତାଙ୍କୁ ଜଳ ଅର୍ପଣ ଦେବେ, ତା'ପରେ ମା' ବୃନ୍ଦାବତୀଙ୍କୁ ପୂଜା କରିବେ। ଆଉ ତା'ପରେ ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ୱାର ନିକଟରେ ଶୁଭ କଳସକୁ ସ୍ଥାପନା କରି ଘର ଠାକୁରଙ୍କୁ ପୂଜା କଲେ ପରିବାରର ମଙ୍ଗଳ ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ। ଯଦି ସୂର୍ଯ୍ୟୋଦୟ ପୂର୍ବରୁ ଶୁଭ କଳସ ବସାଇବା ସମ୍ଭବ ହେଉନାହିଁ ତା'ହେଲେ ସକାଳର ପ୍ରଥମ ପ୍ରହର ଅର୍ଥାତ ସକାଳ ୯ଟା ଭିତରେ ଶୁଭ କଳସ ବସାଇବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ।



