

ତୁଳସୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ରାମନବମୀ ପାଳିତ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): ତୁଳସୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ରାମ ନବମୀ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି। ଆଜିଠି ନବଦିନ ବ୍ୟାପୀ ବିଜେ ପ୍ରତିମା ରାମ ବୁଦ୍ଧି କି ଯାତ୍ରା କରିବେ । ତୁଳସୀ କ୍ଷେତ୍ର ଉପରେ ଆରାଧ୍ୟା ଦେବତା ପ୍ରଭୁ ବଳଦେବଜୀର ଜ୍ଞ ମନ୍ଦିର ରେ ରାମ ନବମୀ ନାଚି ପାଳନ ହୋଇ ଯାଇଛି ସକାଳ ଧୂପ ସମ୍ପନ୍ନ ପରେ ଶ୍ରୀରାମ ଜ୍ଞ ରୌପ୍ୟ ସଙ୍କଳିତ ବେଶରେ ସଜ୍ଜିତ କରା ଯାଇ ପକ୍ଷୀମାନଙ୍କ ଆଦୃତ ସମେତ ଭୋଗ ଲାଗି କରାଯାଇଥିଲା । ଭୋଗ ସମ୍ପନ୍ନ ପରେ ମନ୍ଦିର ବେଢ଼ା ରେ ବିରାଜମାନ ଥିବା ରାମ ଜୀଉଙ୍କୁ ସ୍ନାନ କରାଯାଇ କୁନ୍ତଳ ବସ୍ତ୍ର ପୁଷ୍ପ ରେ ସଜ୍ଜିତ କରାଯାଇ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଭୋଗ ଭକ୍ତ ମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଅର୍ପଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଦେବୀ ମଧ୍ୟରେ ଭକ୍ତଙ୍କ ଭିଡ଼ ହୋଇଥିଲା । ଆଜିଠି ନବଦିନ ବ୍ୟାପୀ ରାତ୍ର ଧୂପ ସମ୍ପନ୍ନ ପରେ ବିଜେ ପ୍ରତିମା ଗୋବିନ୍ଦ ଜୀଉ ମନ୍ଦିର ବାହାରେ ଥିବା ରାମ ବୁଦ୍ଧି କୁ ଯାତ୍ରା କରିବେ । ମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସକ ସହଯୋଗ ରେ ସମଗ୍ର ରାମାୟଣର ରାମଲୀଳା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ରାତ୍ର ସମୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ ବୋଲି କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ବଳଭଦ୍ର ପତ୍ରୀ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।



ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ଉତ୍ସବ ଆରମ୍ଭ

ରାଜନଗର, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ଉତ୍ସବ ଆଜିଠାରୁ ରାଜନଗରରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ରାଜନଗର ଦେବୀ ମନ୍ଦିରରେ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମ, ମାତା ସୀତା, ଅନୁଜ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କ ସମେତ ଭଗବତ, ଶତ୍ରୁଘ୍ନ, ମହାବୀର ହନୁମାନ, କାମ୍ପାବନ, ଅଙ୍ଗଦ, ସୁଗ୍ରୀବଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ ମୂର୍ତ୍ତି ସ୍ଥାପନ କରାଯାଇ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଇଛି । ନବଦିନ ବ୍ୟାପୀ ରାମଚରିତ ମାନସ ପାଠାୟଣ ସହ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଜୀବନ କବିତା ଉପରେ ଆଲୋଚନା ହେବାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ରହିଛି । ରାଜନଗର ବଣିକ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ମହୋତ୍ସବକୁ ଚଳିତବର୍ଷ ଧୂମଧାମ୍ବରେ ପାଳନ କରାଯାଇଛି । ପଞ୍ଚିତ ବିଜୟ ନନ୍ଦ, ହରକୁମାର ମିଶ୍ର, ପ୍ରମୋଦ କୁମାର ପାଣି ରାମଚରିତ ମାନସ ପଠନ ସହ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରୁଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀରାମ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଦର୍ଶନ କରୁଛନ୍ତି । ଆଜିଠାରୁ ଆରମ୍ଭହୋଇଥିବା ରାମାୟଣ ପାଠ ଓ ରାମ ନବମୀତନ ପୂଜା ଆସନ୍ତା ଅପ୍ରେଲ ୪ ତାରିଖ ଯାଏଁ ଚାଲିବ । ଆସନ୍ତାକାଲିଠାରୁ ପ୍ରତିଦିନ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଭଜନ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜିତ ହେବ ବୋଲି ବଣିକ ସଂଘ ସଭାପତି ବାଘଧର ସେଠୀ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଗରାପୁର ହନୁମାନ ମନ୍ଦିରରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ପାଳିତ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ଉତ୍ସବ ଆଜିଠାରୁ ଗରାପୁରରେ ଆରମ୍ଭ ହେଉଛି । ଗରାପୁର ହନୁମାନ ମନ୍ଦିରରେ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ପୂରୁଷୋତ୍ତମ ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ଶୁଭ ଜନ୍ମ ମହୋତ୍ସବ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ମହାସମାବେଶରେ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ସକାଳେ ଓ ଅପରାହ୍ଣରେ ଶ୍ରୀରାମଚରିତ ମାନସ ପାଠାୟଣ, ତୁଳସୀ ରାମାୟଣ ପାଠାୟଣ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ବିଭିନ୍ନ ସାଧୁସଭା ଏବଂ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରବଚନମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଶ୍ରୀରାମ କଥାମୁଦ୍ରାବନ୍ଦନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ସକାଳୁ ଅପରାହ୍ଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହଜାର ହଜାର ସଂଖ୍ୟାରେ ଭକ୍ତ ଓ ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁମାନେ ପହି ହନୁମାନଜୀଉ ଓ ବାବା ବୈକୁଣ୍ଠନାଥ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିବା ସହିତ ଆଶିର୍ବାଦ ଲିକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ସେହି ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ କଥାମୁଦ୍ରା ଉପରେ ପ୍ରବଚନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଛି ବୋଲି ଆଶ୍ରମ ପକ୍ଷରୁ ମନ୍ଦିର ପରିଚାଳନା କମିଟି ସଭାପତି ବାବାଜୀ ଚେତନାନନ୍ଦ ଦାସ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥନା ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯିବା ସହ ନାମ ସଙ୍ଗୀତ, ଭଜନ ଓ କୀର୍ତ୍ତନ ମଧ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ପୂର୍ବଦିନ ବିଧାୟକ କିଶୋର ଚନ୍ଦ୍ର ଚରାଇଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ମାନ୍ୟଗଣ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ ମହାବୀର ଆଶ୍ରମରେ ପହି ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଭକ୍ତ ହନୁମାନଜୀଉ ଓ ବାବା ବୈକୁଣ୍ଠନାଥ ବ୍ରହ୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରି ଆଶିର୍ବାଦ ଲିକ୍ଷା କରିଥିଲେ ।

ଲାପଟୁଆଁରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ପାଳିତ

ମାହାଙ୍ଗା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): ମାହାଙ୍ଗା ବୁଦ୍ଧ ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀ ଉତ୍ସବ ପଞ୍ଚାୟତ ସ୍ଥିତ ଲାପଟୁଆଁ ଠାରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ନୂଆ ଦିନ ବ୍ୟାପୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଅଛି । ଏହି ଅବସରରେ କଳସ ପୂଜା, ସୂର୍ଯ୍ୟପୂଜା, ଅଖଣ୍ଡ ଦୀପ ପୂଜା ଓ ସ୍ଥାପନ, ପ୍ରଭୁ ରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ ପୂଜା, ହନୁମାନଙ୍କ ପୂଜା, ରାମାୟଣ ପଠନ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଯଥାରୀତି ଅନୁଯାୟୀ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଅଛି । ଏଥିରେ କର୍ତ୍ତା ଭାବେ ରୁଷି କୁମାର ରାଉତ, କର୍ତ୍ତା ଭାବେ ଲକ୍ଷ୍ମୀପ୍ରିୟା ରାଉତ ପୂଜା କାର୍ଯ୍ୟରେ ବସିଥିବାବେଳେ ବରିଷ୍ଠ ପୁରୁଷ ଭାବେ ଶରତ ଚନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର ଓ ତାଙ୍କ ସାଥୀ ପୂଜା କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରୁଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଶରଣାଗତ ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁ ଓ ଗ୍ରାମବାସୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ସହଯୋଗ କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ଭଜନ ଓ କୀର୍ତ୍ତନ ଆଦି ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିବେଷଣ କରାଯିବ ବୋଲି କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ସାମାଜିକ ସୁସ୍ଥ ଓ ରାଜନୀତିକ ମହଲରେ ବାଲୁଥିବା ଚର୍ଚ୍ଚା ଅନୁସାରେ, କଂଗ୍ରେସର କିଛି ଆଧ୍ୟାପକ ଚଳେଇ ସରକାରୀ ପ୍ରକଳ୍ପ, ଠିକା କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ପ୍ରଶାସନିକ ସୁବିଧା ପାଇଁ ବିକେପି ସହ ସମ୍ପର୍କ ରଖିଥିବା ଅଭିଯୋଗ ଦର୍ଦ୍ଧି ହୋଇଛି । ସହାୟକ ନେତୃତ୍ୱ ଦେଇ ଚର୍ଚ୍ଚା ଚଳି ଚାଲିଛି । ଏହାକୁ କେହି ରାଜନୀତିକ ଚାଲ ବୋଲି କହିଥିବା ବେଳେ, ଆଉ କେହି ଏହାକୁ

ଗଭୀର ଭିତ୍ତି ସମସ୍ୟାର ସଙ୍କେତ ଭାବେ ଦେଖୁଛନ୍ତି । ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସ ସଭାପତି ମାଗୁଣି ଜେନା ଦଳକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା ଓ ପୁନର୍ଗଠନ ପାଇଁ ଦିନ ରାତି ଚେଷ୍ଟା କରୁଥିବା ବେଳେ ଏପରି ଅଭିଯୋଗ ଦଳର ଶିଖାଚାର ଓ ନେତୃତ୍ୱ କ୍ଷମତାକୁ ପ୍ରଶ୍ନରେ ରଖିଛି । ରାଜନୀତି ବିଶ୍ଳେଷକମାନଙ୍କ ମତ - ଏପରି ପରିସ୍ଥିତି ଦଳର ଭିତରୁ ଏକତାକୁ କମାଇବ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ମନୋବଳ ହ୍ରାସ ପାଇପାରେ । ଲୋକଙ୍କ ମନରେ ଅସନ୍ତୋଷ ଓ

ଅଭିଶପ୍ତ ବଢ଼ିପାରେ ବୋଲି ଏବେ ସବୁଆଡ଼େ ଆଲୋଚନାରେ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପାଳିତ । କଂଗ୍ରେସର ଯାକପୁର ରଣମାଟି କ'ଣ ? ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ଏବେ ଜିଲ୍ଲା ଓ ରାଜ୍ୟ କଂଗ୍ରେସ ନେତୃତ୍ୱ ପାଇଁ ଏକ 'ଲିଟମସ ଟେଷ୍ଟ' ସମାନ । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଚର୍ଚ୍ଚାର ରାଜନୀତିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ବଢ଼ିଯାଇଛି । ରାଜନୀତିକ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକମାନଙ୍କ ମତରେ— ଏପରି ଅଭିଯୋଗ ଭୋଟରଙ୍କ ମନୋଭାବକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ । ସ୍ଥାନୀୟ ରାଜନୀତିକ ସମ୍ପର୍କଗୁଡ଼ିକୁ ଦଳକୁ ଦଳପାଳିପାରେ । ଦଳମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଏକତାକୁ ପରାଧୀନରେ ପକାଇପାରେ । ସ୍ଥାନୀୟ ଭୋଟରମାନେ ଏବେ ଏହି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ସହିତ ନଜର ରଖୁଛନ୍ତି । ଯାକପୁରରେ ବାଲୁଥିବା ଏହି ଚର୍ଚ୍ଚା ଏବେ ରାଜ୍ୟ ରାଜନୀତିରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଛି ।

ବାଇକ ଧକ୍କାରେ ମହିଳାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ

ଚାଳକକୁ ଗିରଫ ଦାବିରେ ଶବ ରଖି ରାସ୍ତାରୋକ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା-ବସପୁର ରାସ୍ତାର କନ୍ଦିଆ ଛକରେ ଶୁକ୍ରବାର ପ୍ରାତଃ ପ୍ରାୟ ୫ଟା ବେଳେ ଏକ ବୁଟଟାମା ବାଇକ ଧକ୍କାରେ ଜଣେ ମହିଳାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଯାଇଛି । ଅଭିଯୋଗ ଅନୁଯାୟୀ କୁଟାଗରୀ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ମାହାରାଜୁଳ ଗ୍ରାମର ଭାଗବତ ଦାସ ଓ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ସୁକାନ୍ତି ଦାସ(୫୭) ବିଆନପାଟଣା (ଆଇଟିପୁର) ରୁ ଯାତ୍ରା ଦେଖି ଚାଲି ଚାଲି ଘରକୁ ଫେରୁଥିବା ବେଳେ ଶୁକ୍ରବାର ସକାଳେ ବିପରୀତ ଦିଗରୁ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ଆସୁଥିବା ଏକ ବାଇକ ଧକ୍କାରେ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ଏହି ଘଟଣାରେ ଚଳିତ ଦିନ ଗିରଫ ନେଇ ଚଳାଯାଉଛି ।



ସୁକାନ୍ତିଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଫଳରେ ରାସ୍ତାରେ ଚାଳକକୁ ଗିରଫ ନେଇ ଚଳାଯାଉଛି ।

କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କୁ ମୃତ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ ବୋଲି ସୁକାନ୍ତିଙ୍କ ପୁଅ ଜଗନ କୁମାର ଦାସ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ସଦର ଥାନାରେ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ଶବ ବ୍ୟବହାର ପରେ ପରିବାର ଲୋକଙ୍କ ସମେତ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ଦୁର୍ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ରାସ୍ତା ଉପରେ ସୁକାନ୍ତିଙ୍କ ଶବ ରଖି ରାସ୍ତାରୋକ କରିଥିଲେ । ପ୍ରାୟ ଅଧ୍ୟାଧିକ ସେହି ରାସ୍ତାରେ ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଗାଡ଼ିମଟର ଗୁଡ଼ିକ ଅଟକି ରହିଥିଲା । ଖବର ପାଇ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ସଦରଥାନା ଅଧିକାରୀ ପଦ୍ମାକାନ୍ତ ପ୍ରଧାନ ପୁଲିସ ଫୋର୍ସ ସହ ପହି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥିଲେ । ଅଭିଯୁକ୍ତକୁ ଗିରଫ ମଧ୍ୟରେ ଗିରଫ କରାଯିବ ବୋଲି ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ମିଳିବା ପରେ ରାସ୍ତାରୋକ ହଟିଥିଲା ।

ଶ୍ରୀ ବଳଦେବ ଜୀଉ ମନ୍ଦିର ସିଂହଦ୍ୱାରକୁ ଅବରୋଧ ମୁକ୍ତ କରାଯାଉ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଉପରେ ଆରାଧ୍ୟା ଦେବୀ ଶ୍ରୀ ବଳଦେବଜୀଉ ଜ୍ଞ ମନ୍ଦିର ପ୍ରବେଶ ପଥ ଅରୁଣ ସ୍ତମ୍ଭ ନିକଟ ଚକଟା ଉପରେ ଦିନକୁ ଦିନ ବିଭିନ୍ନ ପଦାର୍ଥ ଖୋଲା ଯାଉଥିବାରୁ ଅବରୋଧ ହୋଇ ଚାଲିଛି । ବିଭିନ୍ନ ପୂଜା ପାର୍ବଣ ଓ ବିଶେଷ ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ଶ୍ରୀ ଜୀଉ ମନ୍ଦିରକୁ ଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ସହର ସମେତ ଦୂର ଦୂରାନ୍ତରୁ

ଶହ ଶହ ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁ ଭକ୍ତ ମନ୍ଦିରକୁ ଆସିଥାନ୍ତି । ଏପରିକି ମନର ସଂକ୍ରାନ୍ତି, ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ, ଦୁର୍ଗା ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପ୍ରଭୃତି ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ହଜାର ହଜାର ସଂଖ୍ୟକ ଭକ୍ତ ମନ୍ଦିରରେ ସମବେତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏବେ ଅରୁଣ ସ୍ତମ୍ଭ ନିକଟରେ ଥିବା ଚକଟା ଉପରେ ଏହି ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟବସାୟ ସଂସ୍ଥା ପକ୍ଷରୁ କେତେକେ ଭୋଗ ଦୋକାନ, ଚକ୍

ତୋରାଣୀ ଦୋକାନ ପ୍ରଭୃତି ଖୋଲା ଯାଉଥିବାରୁ ମନ୍ଦିର ପ୍ରବେଶ ପଥ ସଂକ୍ରାନ୍ତି ହୋଇ ଅଧ୍ୟାଧିକ ଓ ଗନ୍ଧକି ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେଉଥିବାରୁ ଭକ୍ତ ମାନଙ୍କ ଯିବା ଆସିବାର ଅସୁବିଧା ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି । ଏହା ସହ ପ୍ରବେଶ ପଥରେ ଅଧ୍ୟାଧିକ ଗନ୍ଧକି ଓ ଅଧ୍ୟାଧିକ ଯୋଗୁଁ ଛିନଚାଲ, ପକେଟମାନ ପ୍ରଭୃତି କାଷ୍ଠ ଘଟାଇବା ପାଇଁ ଅସାମାଜିକ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏହାର ସୁଯୋଗ ନିଅନ୍ତି । ମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସକ ପକ୍ଷରୁ ଭକ୍ତଙ୍କୁ ଯିବା ଉପରେ ଦୃଷ୍ଟି ଦେଇ ପ୍ରବେଶ ପଥକୁ ସଫଳ ମୁକ୍ତ କରିବା ଓ ଚକଟା ଉପରେ କୌଣସି ପଦାର୍ଥ ନ ଖୋଲାବାକୁ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ସାଧାରଣରେ ଦାବି ହେଉଛି । ମନ୍ଦିର ଭିତରେ ପ୍ରଶସ୍ତ ଯାଗା ଥିବାବେଳେ ମନ୍ଦିର ପ୍ରବେଶ ପଥକୁ ଅବରୋଧ ମୁକ୍ତ କରିବା ମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସକ ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ ମାନେ ଦାବି କରିଛନ୍ତି ।

ସୁଭଦ୍ରା ଶକ୍ତି ମେଳାର ତୃତୀୟ ସନ୍ଧ୍ୟା

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ାରେ ଚାଲିଥିବା ସୁଭଦ୍ରା ଶକ୍ତି ମେଳାର ଆଜି ତୃତୀୟ ସନ୍ଧ୍ୟା ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ଉତ୍ସବମୁଖର ପରିବେଶରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ଅବସରରେ ତେରାବିଶ ବୁଦ୍ଧ ଅଧ୍ୟାକ୍ଷା ପ୍ରଭାତୀ ମଲ୍ଲିକ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ । ଏଥିସହ ଜିଲ୍ଲା ସଂସ୍କୃତି ଅଧିକାରୀ ତ୍ରିଭୁବନ ଜୟସିଂ ଓ ଜିଲ୍ଲା

ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମାନ୍ଦିଆ ଆଧାରିତ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଆନୁଜ୍ଞିତରତାର ଉଦ୍‌ଘୋଷଣା ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି । ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଖ୍ୟାତକାମା ଗାୟିକା ପ୍ରଘ୍ନା ହୋତା ତାଙ୍କର ସୁମଧୁର ସଙ୍ଗୀତରେ ଦର୍ଶକମାନଙ୍କୁ ମନୋରଞ୍ଜନ କରିଥିଲେ । ଏହା ସହିତ ଓଡ଼ିଶାର ପ୍ରସିଦ୍ଧ କମ୍ପୋଜିଟର ପପୁ ପାତ୍ର ତାଙ୍କର ହାସ୍ୟରସରେ ଦର୍ଶକମାନଙ୍କୁ ଆକର୍ଷଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀ



ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ସଂଗ୍ରାମ କୁମାର ଦେଉରା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ମେଳାରେ ନିଜ ସଫଳତା କାହାଣୀ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ ଶିବ ପାର୍ବତୀ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଗୋଷ୍ଠୀର ସନ୍ଧ୍ୟାରାଣୀ ନାୟକ (କାହିଁକି ତିଆରି ପଦାର୍ଥ) ଓ ତେରାବିଶ ବୁଦ୍ଧ ବର୍ଷ ବାବଦକାରୀ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଗୋଷ୍ଠୀର ଶୁଭାଶିନୀ ଭଦ୍ର, ଯେଉଁମାନେ ମାନ୍ଦିଆ ବିକ୍ରେତ

ରତ୍ନରାମ ଆର ଆୟର ପ୍ରଘ୍ନା ହୋତା ଓ ପପୁ ପାତ୍ରଙ୍କ ସମ୍ପର୍କିତା ଜଣାଇଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦର ମୁଖ୍ୟ ଉନ୍ମତ୍ତ ଅଧିକାରୀ ଅଜୟମ୍ବର ମହାନ୍ତି ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଅଧିକାରୀ ଓ ବିପୁଳ ସଂଖ୍ୟକ ଦର୍ଶକମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସମଗ୍ର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଉତ୍ସାହ, ଆନନ୍ଦ ଓ ମହିଳା ସଶକ୍ତିକରଣରେ ସମେଶରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଥିଲା ।

ଦୃଢ଼ ସଂଗଠକ ଭାବେ କୋଟିରଞ୍ଜନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣିତ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ଆୟୋଜିତ ହେଉଥିବା ଶୁଭଦ୍ରା ଶକ୍ତି ମେଳା ଓ ପ୍ରାଣୀ ସମ୍ପଦ ମେଳାରେ ଦୃଢ଼ ସଂଗଠକ ଭାବେ କୋଟିରଞ୍ଜନ କେନାଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ତେରାବିଶ ବୁଦ୍ଧ ପ୍ରାଣୀ ବିଭାଗ ଅଧୀନରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିବା କୋଟି ରଞ୍ଜନ ପ୍ରାଣୀ ସମ୍ପଦ ମେଳାକୁ ସଫଳ ଦେବା ପାଇଁ ଦୃଢ଼ ଉଦ୍ୟମ କରିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ କେନା ଏହି ମେଳା ଗୋଷ୍ଠୀର ସମସ୍ତ ପାର୍ଟି ତେରାବିଶ ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳରୁ ତାହାମାନଙ୍କୁ ପାଖରୁ ଉନ୍ମତ୍ତ ଓ ଶକ୍ତିର ପ୍ରଜାତିର ଗାଈ, ମାଙ୍କଡ଼ି ଓ ଛେଳି ମେଷୁ ଆଣିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ କେନା କହିଛନ୍ତି ଏହି ଦାସ ମାଧ୍ୟମରେ ଦାସୀ ଅଧିକ ଶ୍ରୀର ଓ ମାଂସ ପାଇଁ ପାରିବ ଫଳରେ ସେ ଅନେକ ଲାଭବାନ ହୋଇପାରିବେ । ଆଜି ଏହି ମେଳାରେ ଏହି କାବଡ଼ ପ୍ରଶ୍ନମାନଙ୍କୁ ଆଣି ଲୋକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇଥିଲା । ତାଙ୍କର ଏହି ଉଦ୍ୟମକୁ ଜିଲ୍ଲାପ୍ରଶାସକ ପ୍ରଶଂସା କରିବା ସହ ଆଜି ମାନପତ୍ର ଓ ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ପ୍ରଦାନ କରି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଛନ୍ତି ।

ପିଏମଶ୍ରୀ ନାଗା ନାରାୟଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଯାତ୍ରା

ରାଜନଗର, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): ରାଜନଗର ବୁଦ୍ଧ ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀ ଉତ୍ସବ ପଞ୍ଚାୟତ ପିଏମଶ୍ରୀ ନାଗା ନାରାୟଣ ସରକାରୀ ଉଚ୍ଚ ମାଧ୍ୟମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଷଷ୍ଠ ଶ୍ରେଣୀରୁ ଦ୍ୱାଦଶ ଶ୍ରେଣୀ ଯାଏଁ ଶତାଧିକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ୯ଟି ଦସରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର, ନନ୍ଦନକାନନ ଓ ରିଜିଓନାଲ ସାଇକ୍ଲ ସେକ୍ଟର ପରିଭ୍ରମଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ପରିଭ୍ରମଣରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ବିଜ୍ଞାନ ଭିତ୍ତିକ ଗବେଷଣାତ୍ମକ ଜ୍ଞାନ ହାସଲ କରିବା ସହିତ ନନ୍ଦନକାନନ ଚିତ୍ରିଆଖ୍ୟାରେ ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଉପଭୋଗ କରିବା ସହିତ ଜୀବନକୁ ସରାସ୍ତୁ ଦେଖି ଆମୋଦିତ ହୋଇଥିଲେ । ସରକାରଙ୍କ ତରଫରୁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଯାତାୟତ ସୁବିଧା ସହିତ ଶାନ୍ତ ପାଠାୟଣ ସୁବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ବିଦ୍ୟାଳୟ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ମାନସ ରଞ୍ଜନ ମିଶ୍ର, ପରିଚାଳନା କମିଟି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କାହିଁକି ଚନ୍ଦ୍ର ବେହେରା, ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଭ୍ୟ ସଭା, ଶିକ୍ଷକଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ପ୍ରମୁଖ ସାମିଲ ହୋଇ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଶୁଖିଳା ସହ ପରିବର୍ତ୍ତନରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।



ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ପରିଭ୍ରମଣରେ ସାମିଲ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ପାଳିତ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): ଏହି ଶ୍ରୀରାମାୟଣରେ ଘଣ୍ଟ,ଘଣ୍ଟା, ନାମ ଆଦି କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଚୌରାଞ୍ଚଳ ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀ ଚଳିଥିବା ସ୍ଥିତ ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ମନ୍ଦିର କମିଟିର ସଭାପତି ବିବେକାନନ୍ଦ ମହାରାଜଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ମହା ଧୂମ ଧାମ୍ରେ ପାଳନ ହୋଇ ଯାଇଛି । ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରୁ ଏକ ବିରାଟ କଳସ ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ବାହାରି ଗୁଜନଗର ପଞ୍ଚାୟତ ସୁଦ୍ଧା ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ଗ୍ରାମ ସ୍ଥିତ ଗୋବରାନନ୍ଦୀ ମହାବୀର ତୁଠ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇଥିଲା । ସେଠାରୁ ଅଞ୍ଚଳରେ କଳସରେ ପାଣି ଆଣିବା ପରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ପୂଜା କରାଯିବ ବୋଲି କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ଏହି ଶ୍ରୀରାମାୟଣରେ ଘଣ୍ଟ,ଘଣ୍ଟା, ନାମ ଆଦି କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଚୌରାଞ୍ଚଳ ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀ ଚଳିଥିବା ସ୍ଥିତ ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ମନ୍ଦିର କମିଟିର ସଭାପତି ବିବେକାନନ୍ଦ ମହାରାଜଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ମହା ଧୂମ ଧାମ୍ରେ ପାଳନ ହୋଇ ଯାଇଛି । ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରୁ ଏକ ବିରାଟ କଳସ ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ବାହାରି ଗୁଜନଗର ପଞ୍ଚାୟତ ସୁଦ୍ଧା ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ଗ୍ରାମ ସ୍ଥିତ ଗୋବରାନନ୍ଦୀ ମହାବୀର ତୁଠ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇଥିଲା । ସେଠାରୁ ଅଞ୍ଚଳରେ କଳସରେ ପାଣି ଆଣିବା ପରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ପୂଜା କରାଯିବ ବୋଲି କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ଏହି ଶ୍ରୀରାମାୟଣରେ ଘଣ୍ଟ,ଘଣ୍ଟା, ନାମ ଆଦି କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଚୌରାଞ୍ଚଳ ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀ ଚଳିଥିବା ସ୍ଥିତ ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ମନ୍ଦିର କମିଟିର ସଭାପତି ବିବେକାନନ୍ଦ ମହାରାଜଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ମହା ଧୂମ ଧାମ୍ରେ ପାଳନ ହୋଇ ଯାଇଛି । ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରୁ ଏକ ବିରାଟ କଳସ ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ବାହାରି ଗୁଜନଗର ପଞ୍ଚାୟତ ସୁଦ୍ଧା ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ଗ୍ରାମ ସ୍ଥିତ ଗୋବରାନନ୍ଦୀ ମହାବୀର ତୁଠ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇଥିଲା । ସେଠାରୁ ଅଞ୍ଚଳରେ କଳସରେ ପାଣି ଆଣିବା ପରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ପୂଜା କରାଯିବ ବୋଲି କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ଏହି ଶ୍ରୀରାମାୟଣରେ ଘଣ୍ଟ,ଘଣ୍ଟା, ନାମ ଆଦି କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଚୌରାଞ୍ଚଳ ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀ ଚଳିଥିବା ସ୍ଥିତ ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ମନ୍ଦିର କମିଟିର ସଭାପତି ବିବେକାନନ୍ଦ ମହାରାଜଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ ମହା ଧୂମ ଧାମ୍ରେ ପାଳନ ହୋଇ ଯାଇଛି । ରାମ ମନ୍ଦିର ପରିସରରୁ ଏକ ବିରାଟ କଳସ ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ବାହାରି ଗୁଜନଗର ପଞ୍ଚାୟତ ସୁଦ୍ଧା ଗୋଡ଼ାଯାତ୍ରା ଗ୍ରାମ ସ୍ଥିତ ଗୋବରାନନ୍ଦୀ ମହାବୀର ତୁଠ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇଥିଲା । ସେଠାରୁ ଅଞ୍ଚଳରେ କଳସରେ ପାଣି ଆଣିବା ପରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ ପୂଜା କରାଯିବ ବୋଲି କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ବିଜେପି ସହ କଂଗ୍ରେସ ନେତାଙ୍କ 'ଭିତ୍ତି ସମ୍ପର୍କ' ନେଇ ଚର୍ଚ୍ଚା

ଯାକପୁର ଖାରନ, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): ଓଡ଼ିଶାରେ ରାଜନୀତିକ ସମାଜର ଗଭୀର ଭିତ୍ତି ସମସ୍ୟାର ସଙ୍କେତ ଭାବେ ଦେଖୁଛନ୍ତି । ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସ ସଭାପତି ମାଗୁଣି ଜେନା ଦଳକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା ଓ ପୁନର୍ଗଠନ ପାଇଁ ଦିନ ରାତି ଚେଷ୍ଟା କରୁଥିବା ବେଳେ ଏପରି ଅଭିଯୋଗ ଦଳର ଶିଖାଚାର ଓ ନେତୃତ୍ୱ କ୍ଷମତାକୁ ପ୍ରଶ୍ନରେ ରଖିଛି । ରାଜନୀତି ବିଶ୍ଳେଷକମାନଙ୍କ ମତ - ଏପରି ପରିସ୍ଥିତି ଦଳର ଭିତରୁ ଏକତାକୁ କମାଇବ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ମନୋବଳ ହ୍ରାସ ପାଇପାରେ । ଲୋକଙ୍କ ମନରେ ଅସନ୍ତୋଷ ଓ



ଅଭିଶପ୍ତ ବଢ଼ିପାରେ ବୋଲି ଏବେ ସବୁଆଡ଼େ ଆଲୋଚନାରେ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ପାଳିତ । କଂଗ୍ରେସର ଯାକପୁର ରଣମାଟି କ'ଣ ? ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ଏବେ ଜିଲ୍ଲା ଓ ରାଜ୍ୟ କଂଗ୍ରେସ ନେତୃତ୍ୱ ପାଇଁ ଏକ 'ଲିଟମସ ଟେଷ୍ଟ' ସମାନ । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଚର୍ଚ୍ଚାର ରାଜନୀତିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ବଢ଼ିଯାଇଛି । ରାଜନୀତିକ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକମାନଙ୍କ ମତରେ— ଏପରି ଅଭିଯୋଗ ଭୋଟରଙ୍କ ମନୋଭାବକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ । ସ୍ଥାନୀୟ ରାଜନୀତିକ ସମ୍ପର୍କଗୁଡ଼ିକୁ ଦଳକୁ ଦଳପାଳିପାରେ । ଦଳମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଏକତାକୁ ପରାଧୀନରେ ପକାଇପାରେ । ସ୍ଥାନୀୟ ଭୋଟରମାନେ ଏବେ ଏହି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ସହିତ ନଜର ରଖୁଛନ୍ତି । ଯାକପୁରରେ ବାଲୁଥିବା ଏହି ଚର୍ଚ୍ଚା ଏବେ ରାଜ୍ୟ ରାଜନୀତିରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଛି ।

ଅଧ୍ୟାପକ୍ଷିଆ ଅବସ୍ଥାରେ ପଢ଼ିଛନ୍ତି ରାସ୍ତା, ଯାତାୟତରେ ସମସ୍ୟା ଭୋଗୁଛନ୍ତି ଲୋକେ

କୋରେଇ, ୨୭।୩(ସଂଚାର ବ୍ୟୁତ୍ପାଦ): କୋରେଇ ବୁଦ୍ଧ ଅର୍ଦ୍ଧଶତାବ୍ଦୀ ଉତ୍ସବ ପଞ୍ଚାୟତ କୋରେଇ ଜିଲ୍ଲା ଉପରେ ଆରାଧ୍ୟା ଦେବୀ ଶ୍ରୀ ବଳଦେବଜୀଉ ଜ୍ଞ ମନ୍ଦିର ପ୍ରବେଶ ପଥ ଅରୁଣ ସ୍ତମ୍ଭ ନିକଟ ଚକଟା ଉପରେ ଦିନକୁ ଦିନ ବିଭିନ୍ନ ପଦାର୍ଥ ଖୋଲା ଯାଉଥିବାରୁ ଅବରୋଧ ହୋଇ ଚାଲିଛି । ବିଭିନ୍ନ ପୂଜା ପାର୍ବଣ ଓ ବିଶେଷ ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ଶ୍ରୀ ଜୀଉ ମନ୍ଦିରକୁ ଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ସହର ସମେତ ଦୂର ଦୂରାନ୍ତରୁ ଶହ ଶହ ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁ ଭକ୍ତ ମନ୍ଦିରକୁ ଆସିଥାନ୍ତି । ଏପରିକି ମନର ସଂକ୍ରାନ୍ତି, ଶ୍ରୀରାମ ନବମୀ, ଦୁର୍ଗା ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପ୍ରଭୃତି ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ହଜାର ହଜାର ସଂଖ୍ୟକ ଭକ୍ତ ମନ୍ଦିରରେ ସମବେତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏବେ ଅରୁଣ ସ୍ତମ୍ଭ ନିକଟରେ ଥିବା ଚକଟା ଉପରେ ଏହି ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ବିଭିନ୍ନ ବ୍ୟବସାୟ ସଂସ୍ଥା ପକ୍ଷରୁ କେତେକେ ଭୋଗ ଦୋକାନ, ଚକ୍



ଖାଲି ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ମିଳିଛି ବୋଲି କଣାଉଛନ୍ତି । ତେଣୁ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କୋରେଇ ବିଧାୟକ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଓ ବୁଦ୍ଧ ବିତ୍ତି ପ୍ରଭୃତି ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ସାଧାରଣରେ ଦାବି କରିଛନ୍ତି ।

ଇସ୍ରାଏଲର ଆଣବିକ ସହର ଉପରେ ମିସାଇଲ ମାଡ଼



ତେହେରାନ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ମଧ୍ୟପ୍ରାନ୍ତରେ ଜାରି ରହିଥିବା ମୁକ୍ତ ଏକ ଅତି ଭୟଙ୍କର ରୂପ ଧାରଣ କରିଛି। ଶୁକ୍ରବାର ଇସ୍ରାଏଲର ପାରମାଣବିକ ଗବେଷଣା କେନ୍ଦ୍ର ପାଇଁ ଜଣାଶୁଣା ତିମୋନା ସହର ନିକଟରେ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ବିସ୍ଫୋରଣ ଘଟିଥିବା ସୂଚନା ମିଳିଛି। ଏହି ଘଟଣାର ପାଇଁ କିଏ ଦାୟିତ୍ୱ ନେଇଛନ୍ତି ତାହା ସ୍ପଷ୍ଟ ନୁହେଁ। କିନ୍ତୁ ଇସ୍ରାଏଲର ପାରମାଣବିକ ଗବେଷଣା କେନ୍ଦ୍ର ପାଇଁ କିଏ ଦାୟିତ୍ୱ ନେଇଛନ୍ତି ତାହା ସ୍ପଷ୍ଟ ନୁହେଁ। କିନ୍ତୁ ଇସ୍ରାଏଲର ପାରମାଣବିକ ଗବେଷଣା କେନ୍ଦ୍ର ପାଇଁ କିଏ ଦାୟିତ୍ୱ ନେଇଛନ୍ତି ତାହା ସ୍ପଷ୍ଟ ନୁହେଁ।

ଇରାନ ଆକ୍ରମଣର ଜବାବ ଦେଲା ଇସ୍ରାଏଲ

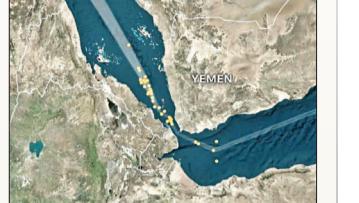
ଧୂସ କରିଦେଇଛି। ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ଡ ଟ୍ରମ୍ପ ଇରାନ ବିରୋଧରେ ଆକ୍ରମଣ ପାଇଁ ଏପ୍ରିଲ ୬ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମୟସୀମା ଦୁଇଗୁଣିତ କରିଛନ୍ତି। ଆମେରିକା ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁଯାୟୀ, ଇସ୍ରାଏଲର ପାରମାଣବିକ କେନ୍ଦ୍ର ନିକଟରେ ବିସ୍ଫୋରଣ ହେବା ଏକ ବିପଦଜନକ ସଙ୍କେତ। ଏହା କେବଳ ଦୁଇ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆକ୍ରମଣ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ଇସ୍ରାଏଲକୁ ସମର୍ଥନ ଦେଇପାରେ।

ଶୁକ୍ରବାର ଇରାନ ପକ୍ଷରୁ ୮୩ ତମ ଆକ୍ରମଣ ହୋଇଥିବା ଇସ୍ରାଏଲିକ ରିଭୋଲ୍ୟୁସନାରୀ ଗାର୍ଡସ୍ କର୍ପସ (ଆଇଆରଜିସି) କହିଛି। ଆକ୍ରମଣରେ ଉଭୟ ଦୁରଗାମୀ ଓ ମଧ୍ୟମଦୂରତା କ୍ଷେପଣାସ୍ତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି। ଇରାନୀ ଏକେଡ୍ମିକ୍ସ୍ ନିକଟରେ ଥିବା ଆମେରିକା ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ ବ୍ୟାଙ୍କ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀର ଅଂଶଗଣାରେ କ୍ଷେପଣାସ୍ତ୍ର ମାଡ଼ ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥିବା ସନ୍ଦେହ କରାଯାଇଛି। ଏହାର କିଛି ସମୟ ପରେ ଇସ୍ରାଏଲର ମୁକ୍ତବିମାନବଳ୍ ଇରାନର ଆକାଶକର୍ମାଣ୍ଡ ସାମାନ୍ୟରେ ଥିବା କ୍ଷେପଣାସ୍ତ୍ର ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକ

ହର୍ମୁଜ ପରେ ବିପଦରେ ଆଉ ଏକ ସ୍ଫୋଟ ବଢ଼ିବ ସଙ୍କଟ, ଆମେରିକାକୁ ଧମକ ଦେଲା ହୁତି

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ହର୍ମୁଜ ପରେ ଆମେରିକା, ଇରାନ ଉପରେ ଘନ ଆକ୍ରମଣ କରୁଛି ଇସ୍ରାଏଲ ଏବଂ ଆମେରିକା । ଡୋନାଲ୍ଡ ଟ୍ରମ୍ପ ବାରମ୍ବାର ମୁକ୍ତ ବିରତି କଥା କହୁଛନ୍ତି। ତଥାପି ଆକ୍ରମଣ ଅନୁମତି ଦେବା ଇରାନ ମଧ୍ୟ ସ୍ଫୋଟ ଅଟୁ ହର୍ମୁଜ ନିକଟରେ ରହିଛି। ଶତ୍ରୁ ତଥା ଶତ୍ରୁର ସହଯୋଗୀ ଦେଶର ନାହାନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଆମେରିକା ପକ୍ଷରେ ସାମାନ୍ୟତା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିନାହିଁ। ଏହାର ଭିତରେ ଆଉ ଏକ ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି। କେବଳ ସ୍ଫୋଟ ଅଟୁ ହର୍ମୁଜ ନୁହେଁ ଆଗକୁ ଆଉ ଏକ ସ୍ଫୋଟରେ ଦେଖିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ ଅସ୍ଥିରତା। ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଯେମିତିକି ବିସ୍ଫୋଟ ସଙ୍ଗେତ ହୁତି ଖଣିଗୁଡ଼ିକ ଧମକ

ଦେଇଛି ଇରାନ ସମର୍ଥନ ଏହି ସଙ୍ଗେତ କହିଛି ଯେ, ସେମାନେ ଇରାନ ସହ ମିଶି ମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଛନ୍ତି। ସମସ୍ତ ବିକଳ ଧରି ଲଢ଼ିବାକୁ ସେମାନେ ପ୍ରସ୍ତୁତ। ହୁତି ଅନ୍ୟ ଏକ ମୁକ୍ତ ଆରମ୍ଭ କରିପାରିବ। ଏପରିକି ବାବିଲ୍-ଆଲ୍-ମୁସାବିହ୍ ସଙ୍ଗେତ ଦେଖିବାକୁ ନେଇପାରିବେ। ଯାହାକୁ ଗୋଟିଏ ଅଟୁ ତିଆରି ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଉଭୟ ସହ ଆଲୋଚନା କରି ହାତପତ୍ତା ନେବା ଯୋଗ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଯେ, ମୁକ୍ତ ପାଇଁ ସବୁ ଯୋଜନା ରହିଛି। ଯେଉଁଥିରେ ତେହେରାନ ସହ ସେମାନେ କଥା ହୋଇଥିବା ସନ୍ଦେହ କରାଯାଇଛି। ଏବେବୁଝା ଇରାନ ସଠିକ ଭାବେ କିଏ ଦେଉଛି। ସବୁଦିନ ଶତ୍ରୁଙ୍କ ଉପରେ ଭାରି ପଡ଼ୁଛି। ସେମାନେ ଲୋହିତ ସାଗରରେ ଆଉ ଏକ ମୁକ୍ତ ଆରମ୍ଭ



ଇରାନ ସହ ମିଶି ମୁକ୍ତକୁ ଓହ୍ଲାଇବାକୁ ଚେତାବନା

କରିପାରିବେ। ବାବିଲ୍-ଆଲ୍-ମୁସାବିହ୍ ସଙ୍ଗେତ ହେଉଛି ୨୦ ମାର୍ଚ୍ଚରେ ଏକ ସାମୁଦ୍ରିକ ଅଞ୍ଚଳ। ଏଠାରେ ଲୋହିତ ସାଗର ସହ ଗଲୁ ଅଟୁ ଆଡେନ ମିଶିଛି। ଏହା ସେତେ ବଡ଼ ଜଳମାର୍ଗ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ବାର୍ଷିକ ପ୍ରାୟ ୧ ଟ୍ରିଲିୟନ ଡଲାରର କାରବାର ଏହି ଜଳମାର୍ଗ ଦେଇ ସମ୍ପାଦନ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ମୁରୋପ ଏବଂ ଏସିଆର ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଜଳମାର୍ଗ।

ଗଲୁରେ ଆମେରିକାର ବ୍ୟାପକ କ୍ଷତି ହୋଟେଲରେ ଲୁଚିଛନ୍ତି ଯୁଏସ ସୈନିକ

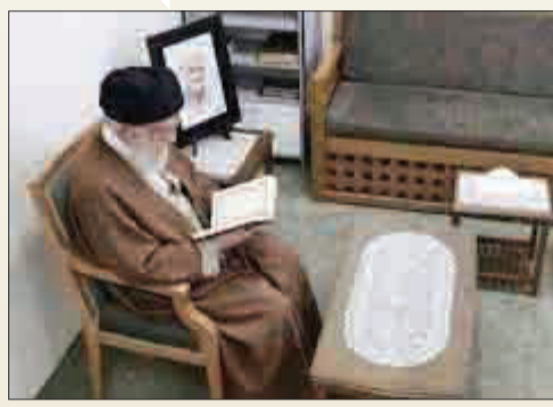
ଅନୁସାରେ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ପଶ୍ଚିମ ଏସିଆରେ ଆମେରିକା ଓ ଇରାନ ମୁକ୍ତ ଏବେ ବିପଦଜନକ ମୋଡ଼ରେ ପହଞ୍ଚିଛି। ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଇରାନର ଭାଷଣ ଡୋନାଲ୍ ଟ୍ରମ୍ପ ଓ ମିଲିଟାରୀ ଆକ୍ରମଣ ଭୟରେ ଗଲୁ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ମୁତୟନ ଆମେରିକୀୟ ସେନା ଏବେ ମିଲିଟ୍ରି ବେସ ଛାଡ଼ି ଜାବନ ବଞ୍ଚାଇବାକୁ ଘାନ୍ତା ହୋଟେଲମାନଙ୍କରେ ଶରଣ ନେଇଛନ୍ତି। ଏହି ପରିସ୍ଥିତି ଆମେରିକା ଭଳି ଏକ ମହାଶକ୍ତି ଲାଗି ଏକ ବଡ଼ କୁଟନୈତିକ ଓ ସାମରିକ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ଭାବେ ଉଭା ହୋଇଛି। ଏହି ମୁକ୍ତରେ ଆମେରିକାକୁ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଆଠିକ ଓ ସାମରିକ ଝଟକା ଲାଗିଛି। ମିଲିଟ୍ରିବା ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ଇରାନର ସଠିକ ଡୋନାଲ୍ ଟ୍ରମ୍ପ ଓ ବାଲିଷ୍ଟିକ୍ ଆକ୍ରମଣରେ ଆମେରିକାର ପାଖାପାଖି ୧୦ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା ମୂଲ୍ୟର ଘାତକ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି। ନଷ୍ଟ ହୋଇଥିବା ଅସ୍ତ୍ର ଶସ୍ତ୍ର ଚାଲିକା କେବଳ ନୁହେଁ। ତେବେ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଇଡ଼ କଥା ହେଉଛି ଏହି ସବୁ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ରରେ ୧୨ଟି ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଏମ୍ଏମ୍-୯ ରିପର ଡୋନାଲ୍, ୭ଟି କେସି ୧୩୫ ଟ୍ୟାଙ୍କର ବିମାନ, ୩ଟି ଏଫ-୧୫ ଇଗଲ ବିମାନ, ଗୋଟିଏ ଏଫ-୩୫ ମୁକ୍ତ ବିମାନ ଓ ଗୋଟିଏ ବ୍ଲୁକ୍ ହକ୍ ହେଲିକପ୍ଟର ଅଛି। ଏହି ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର କ୍ଷତି ନା କେବଳ ଆମେରିକା ଲାଗି ଆଠିକ ବରଂ ମୁକ୍ତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେରିକୀୟ ଦେଶକୁ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଶ୍ନ ଚିହ୍ନ ଲାଗାଇଛି। ମୁକ୍ତ ଆରମ୍ଭ ହେବା ପୂର୍ବରୁ



ଆରବ ଦେଶରେ ଥିବା ଆମେରିକାର ବିଭିନ୍ନ ସାମରିକ ଘାଟିରେ ୪୦ହଜାରରୁ ଅଧିକ ସୈନିକ ମୁତୟନ ଥିଲେ। ହେଲେ ଇରାନ ଦ୍ୱାରା ଲଗାତାର କରାଯାଉଥିବା ଆକ୍ରମଣ ଯୋଗୁଁ ଏବେ ଅଧିକାଂଶ ସୈନିକଙ୍କୁ ମିଲିଟ୍ରି ବେସରୁ ବାହାର କରି ସୁରକ୍ଷିତ ବେସାମରିକ ସ୍ଥାନ ଓ ହୋଟେଲକୁ ସିଫ୍ଟ କରିଦିଆଯାଇଛି। ଆମେରିକାର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରକାର ନିକ ସୈନିକଙ୍କ ଜାବନ ବଞ୍ଚାଇବା। କାରଣ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୁକ୍ତରେ ୧୫ ଜଣ ଆମେରିକୀୟ ସୈନିକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି ଓ ୨୦୦ରୁ ଅଧିକ ସୈନିକ ଆହତ ହୋଇଛନ୍ତି।

ମୃତ୍ୟୁର ୨୩ ମିନିଟ ପୂର୍ବରୁ ଖାମେନେଇଙ୍କ ଶେଷ ଫଟୋ

ତେହେରାନ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ଇରାନର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନେତା ଆୟାତୋଲ୍ଲା ଆଲି ଖାମେନେଇଙ୍କ ଶେଷ ମୁହୂର୍ତ୍ତର ବୋଲି ଦାବି କରାଯାଉଥିବା ଏକ ଫଟୋ ଏବେ ସୋସିଆଲ୍ ମିଡ଼ିଆରେ ଭାଇରାଲ୍ ହେବାରେ ଲାଗିଛି। ଗତ ଫେବୃଆରୀ ୨୮ ତାରିଖରେ ଆମେରିକା ଏବଂ ଇସ୍ରାଏଲର ମିଳିତ ଆକ୍ରମଣରେ ନିହତ ହେବାର ମାତ୍ର ୨୩ ମିନିଟ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଫଟୋଟି ତାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ସିସିଡିଭି କ୍ୟାମେରାରେ କଏଦ ହୋଇଥିବା କୁହାଯାଉଛି। ପଶ୍ଚିମ ଏସିଆରେ ମୁକ୍ତ ୨୭ତମ ଦିନରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ବେଳେ ଏହି ଛବି ସମସ୍ତଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଛି।



ଲୋବାନ୍ ଗଣମାଧ୍ୟମ 'ଅଲ୍ ମାୟାଦିନ୍' ଅନୁଯାୟୀ, ତେହେରାନ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ଫଟୋ ଜାରି କରାଯାଇଛି। ଏହି ଛବିରେ ଖାମେନେଇ ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଏକ ଡେସ୍କରେ ବସି କିଛି ପଢ଼ୁଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି। ତେବେ ଏହି ଫଟୋର ସତ୍ୟତା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇପାରିନାହିଁ। ସୋସିଆଲ୍ ମିଡ଼ିଆରେ ଅନେକ ଯୁକ୍ତର ଦାବି କରିଛନ୍ତି ଯେ ଏହା ଆର୍ଟିଫିସିଆଲ୍ ଇଣ୍ଟେଲିଜେନ୍ସ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସ୍ତୁତ ଏକ ନକଲି ଛବି ହୋଇପାରେ। ଏତେ ଭୟଙ୍କର ମିସାଇଲ ମାଡ଼ ପରେ ସିସିଡିଭି ଫୁଟେଜ୍ କିପରି ସୁରକ୍ଷିତ ରହିଲା, ତାହାକୁ କେହି ସେମାନେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛନ୍ତି। ଫେବୃଆରୀ ୨୮ ରେ ଆମେରିକା ନିଜର ଅପରେସନ୍

ସିସିଡିଭିରେ କଏଦ ଥିବା ଛବି ଭାଇରାଲ୍ ଫଟୋର ସତ୍ୟତା ଏଯାବତ୍ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇନି

ଇରାନ ମୁକ୍ତବିମାନବଳ୍ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଥିବା ବେଳେ ଇସ୍ରାଏଲ ଲୋବାନରେ ନିଜର ଆକ୍ରମଣ ଦୃଷ୍ଟି କରି ହିକ୍ସଲୁଲୁକୁ ଚାର୍ଜେଜ୍ କରୁଛି। ମୁକ୍ତ ଏହି ଡିଲ୍ଡା ମଧ୍ୟରେ ଗୁରୁବାର (ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୬) ଦିନ ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ ଟ୍ରମ୍ପ ଏକ ବଡ଼ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି। ଇରାନର ଶକ୍ତି ଭିତ୍ତିଭୂମି ଉପରେ ଆମେରିକା କରିବାକୁ ଥିବା ଆକ୍ରମଣର ସମୟସୀମାକୁ ସେ ଏପ୍ରିଲ ୬ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦୁଇଗୁଣିତ କରିଛନ୍ତି। ପୂର୍ବରୁ ସେ ହେଉଥିବା ଜଳପଥ ଖୋଲିବାକୁ ୪୮ ଘଣ୍ଟାର ଅନୁମତି ଦେଇଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ଏବେ ତାହାକୁ ଦ୍ୱିତୀୟ ଥର ପାଇଁ ବୁଦ୍ଧି କରାଯାଇଛି।

୧୫ ଦିନରେ ହେବ ତେଲ ମୂଲ୍ୟର ସମୀକ୍ଷା ଦୁଇ ମାସ ପାଇଁ ଯୋଗାଣ ସୁରକ୍ଷିତ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ଫେବୃଆରୀ ଏବଂ ତିନେଇ ଉପରୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଶୁକ୍ରବାର ଉପାଦାନ ଶୁଳ୍କ ହ୍ରାସ କରିଛନ୍ତି। ଏହା ପରେ ପେଟ୍ରୋଲ୍ ଏବଂ ତିନେଇ ମୂଲ୍ୟ ହ୍ରାସ ହୋଇପାରେ ବୋଲି ଜଣା ଦିଆଯାଇଛି। ଏହାର ମଧ୍ୟରେ, ସରକାର ବଡ଼ ନିଷ୍ଠୁରି ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି। ଏଣିକି ପ୍ରତି ୧୫ ଦିନରେ ତେଲ ମୂଲ୍ୟର ସମୀକ୍ଷା କରିବେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର। ସେପଟେ ସିପିଆଇସି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଦିବେକ ଚଟ୍ଟୋପାଧ୍ୟାୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ତୈଳ କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକର କ୍ଷତି କମାଇବାକୁ ଏବଂ ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଇଁ ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ଏତଦଧିକ ପାଇଁ ଉପାଦାନ ଶୁଳ୍କ ହ୍ରାସ କରାଯାଇଛି। ପେଟ୍ରୋଲିୟମ ମହାଶକ୍ତିର ସୁଦୃ ସର୍ବସ୍ୱ ସୁରକ୍ଷା ଶୀର୍ଷା କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଅଗୋଷ୍ଠି ତେଲର କୌଣସି ଆଭାବ ନାହିଁ।

ପାନିକ ବାନ୍ଧି ନକରିବାକୁ କେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକ ଆଗାମୀ ଦୁଇ ମାସ ପାଇଁ ଯୋଗାଣ ସୁରକ୍ଷିତ କରାଯାଇଛି। ଏଲପିଜି ଏବଂ ପିଏନଜିର ପରିସ୍ଥିତି ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍ୱାଭାବିକ ରହିଛି। ସେ ପରିମାଣରେ ଉଚ୍ଚିତ ଅଛି। ପ୍ରତିଦିନ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କୁ ୧୦ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ସଂଯୋଗ ଦିଆଯାଉଛି। ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୨ ପରଠାରୁ ପେଟ୍ରୋଲ୍ ଏବଂ ତିନେଇର ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇନାହିଁ। ତେଲ ଦର ସମୟ ସମୟରେ ହ୍ରାସ ପାଇଛି

କିମ୍ପା ସ୍ଥିର ରହିଛି। ଗୁଜର ଏବଂ କଳାକାଟା ରୋକିବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଆଯାଉଛି। ଦୟାକରି ପେଟ୍ରୋଲ୍ ପକ୍ଷରେ ଭିଟ୍ ଏଡ଼ାଉବାକୁ ଲୋକଙ୍କୁ ଅଧିକ କରିଛନ୍ତି ସୁରକ୍ଷା ଶୀର୍ଷା। ଆମେ ଏବେ ବି ମୁକ୍ତ ସ୍ଥିତିରେ ଅଛୁ। ଆମର ଅଗୋଷ୍ଠି ତେଲ, ଏଲପିଜି ଏବଂ ଏଲଏନଜି ପ୍ରଭୃତି ସ୍ୱାଭାବିକ ଅଛି। ତୈଳ ବିଶୋଧନାଗାରଗୁଡ଼ିକ ୧୦୦ ପ୍ରତିଶତରୁ ଅଧିକ କ୍ଷମତାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି। ଗତ କିଛି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ବାଣିଜ୍ୟିକ ଯୋଗାଣ ପୁନରୁଦ୍ଧାର କରାଯାଇଛି। ଆଜି ବାଣିଜ୍ୟିକ ଯୋଗାଣ ୭୦ ପ୍ରତିଶତରୁ ପୁନରୁଦ୍ଧାର ହୋଇଛି।

ଆମେରିକା ସହ ସ୍ଥଳଯୁଦ୍ଧ ସମ୍ଭାବନା ୧୦ ଲକ୍ଷ ଯୋଦ୍ଧାଙ୍କୁ ସାମିଲ କରିବ ଇରାନ

ତେହେରାନ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ଇରାନ ଉପରେ ଆମେରିକା ସ୍ଥଳଭାଗରେ ଆକ୍ରମଣ କରିବାକୁ ଯୋଜନା କରୁଥିବାବେଳେ ତେହେରାନ ମଧ୍ୟ ଏହାର କମ୍ପା କବାବ ଦେବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛି। ଇରାନ ଆମେରିକା ବିରୋଧରେ ସ୍ଥଳଭାଗ ମୁକ୍ତରେ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଯୋଦ୍ଧାଙ୍କୁ ସାମିଲ କରିବାକୁ ବାହୁଛି। ଏଥିପାଇଁ ଇରାନ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସୈନ୍ୟ ନିଯୁକ୍ତ କରିବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଥିବାବେଳେ

ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ ଇରାନର ବିଭିନ୍ନ ନିଯୁକ୍ତ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ସୁବ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବକମାନେ ଆସୁଛନ୍ତି। ତେହେରାନର ସାମରିକ ସୁତରୁ ତଦନିମ୍ନ ନ୍ୟୁକ୍ ଏକେଡ୍ ପ୍ରକାଶ କରିଛି ଯେ, ସ୍ଥଳଭାଗ ମୁକ୍ତ ପାଇଁ ଏହି ବାହିନୀଗୁଡ଼ିକ ସଙ୍ଗଠିତ କରାଯାଇଛି ଓ ଏହା ମୁକ୍ତ ପାଇଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଛି। ବାସିଦ୍, ଇସ୍ରାଏଲିକ ରିଭୋଲ୍ୟୁସନ ଗାର୍ଡ କର୍ପସ (ଆଇଆରଜିସି) ଓ ସେନାପକ୍ଷରୁ କରାଯାଇଥିବା ନିଯୁକ୍ତ କେନ୍ଦ୍ରରେ ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ନାଗରିକଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି। ଏକେଡ୍ କହିଛି ଯେ, ଇରାନ ନିଜ ମାଟିରେ ଆମେରିକୀୟମାନଙ୍କୁ ନିର୍ମୂଳକ ଦେବାକୁ ଏହିସବୁ ଯୋଜନା କରିଛି। ଆମେରିକାର ପୂର୍ବରୁ ଥିବା ହଜାର ହଜାର ନୌଯୋଦ୍ଧା ସହିତ ଯୋଗ ଦେବା ପାଇଁ ଏଲିଟ୍ ୮୨ ତମ ଏୟାରବର୍ନ ଟିଡିଜନର ସୈନ୍ୟମାନେ କିଛି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ମଧ୍ୟପ୍ରାନ୍ତରେ ପହଞ୍ଚି ପାରନ୍ତି। ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ ଟ୍ରମ୍ପ ଇରାନ ସହିତ ଶାନ୍ତି ପାଇଁ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିଥିବା ଦାବି କରୁଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ତେହେରାନ ଖୁସି-ଖୁସିରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର କୁଟନୈତିକ ଆଲୋଚନାକୁ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଛି। ଆମେରିକୀୟ ସୈନ୍ୟମାନେ ଇରାନ ମାଟିରେ ଉତ୍ସାହରେ ଗମ୍ଭୀର ପ୍ରତିଶୋଧ ନିଆଯିବ ବୋଲି ତେହେରାନ ଚେତାବନା ଦେଇଛି।

ଶପଥ ନେଲେ ୩୫ ବର୍ଷୀୟ ବାଲେନ ଶାହ



ଏବଂ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଭାବେ ନିଜର ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିବେ। କାଠମାଣ୍ଡୁ ସ୍ଥିତ ଶାନ୍ତି ନିବାସ (ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଭବନ) ଠାରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ରାମଚନ୍ଦ୍ର ପୌଡୋଲ ତାଙ୍କୁ ପଦ ଓ ଗୋପନାୟତାର ଶପଥ ପାଠ କରାଇଥିଲେ। ଏହି ସମାରୋହରେ ଅନେକ ହିନ୍ଦୁ ପୁରୋହିତ ମନ୍ତ୍ରୋଚ୍ଚାରଣ କରିଥିବା ବେଳେ ବୌଦ୍ଧ ଭିକ୍ଷୁମାନେ ମଧ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଆଶୀର୍ବାଦ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ। ବାଲେନ ଶାହଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱାଧୀନ 'ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ସୁତକ୍ଷ ପାର୍ଟି' (ଆରଏସପି) ନିକଟରେ ଶେଷ ହୋଇଥିବା ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ମୋଟ ୨୭୫ ଆସନରୁ ୧୮୨ଟି ଆସନରେ ବିଜୟୀ ହୋଇ ଏକତରଫୀ ସରକାର ଗଠନ କରିଛି। ବାଲେନ ନିଜ ପୂର୍ବତନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ କେ.ପି. ଶାର୍ମା ଓଲିଙ୍ଗୁ ତାଙ୍କର ଗଡ଼ କୁହାଯାଉଥିବା ଝାପା-୫ ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀରେ ବିପୁଳ ଭୋଟରେ ପରାସ୍ତ କରିଛନ୍ତି। ପେଶାବର ଜଣେ ଷ୍ଟକଭରାଲ୍ ଇଞ୍ଜିନିୟର ଏବଂ ଲୋକପ୍ରିୟ ରାପର୍ ଥିବା ବାଲେନ ୨୦୨୨ ମସିହାରେ କାଠମାଣ୍ଡୁର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାବେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇ ପ୍ରଥମେ ଦଳକୁ ଆସିଥିଲେ। ଦୁର୍ନୀତିଗୁଳ୍ମ ଏବଂ ବିକାଶମୂଳକ ଶାସନ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇ ସେ ଏବେ ନେତାମାନ ୪୭ତମ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଭାବେ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି।

କେବିସି ବିଜେତାଙ୍କୁ ବାନ୍ଧିଲା ପୁଲିସ



ରିଲିଫ୍ ପାଣ୍ଠି ଖାଇଗଲେ ମହିଳା ତହସିଲଦାର ବିଗ-ବି'ଙ୍କ ସହ ହର୍-ସି'ରୁ ଜେଲ୍

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ଜଣେ ବିବାହିତ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣେ ବୟସ୍କା ମହିଳାଙ୍କ ସହ ସମ୍ପତ୍ତି ଜୁମେ ଲିଭି-ଇନ୍ ସମ୍ପର୍କରେ ରହିବା କୌଣସି ଅପରାଧ ନୁହେଁ ବୋଲି ଶୁକ୍ରବାର ଆଲୁହାବାଦ ହାଇକୋର୍ଟ ଏକ ଐତିହାସିକ ନିଷ୍ପତ୍ତିରେ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି। ବିବାହପତ୍ତି କେବଳ ମୂନିର ଓ ବିବାହପତ୍ତି ତରୁଣ ସଂସ୍ଥାକୁ ନେଇ ଗଠିତ ଏକ ଖଣ୍ଡପୀଠ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ସାମାଜିକ ନୈତିକତା କେବେ ହେଲେ ନାଗରିକଙ୍କ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ଅଧିକାରକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ କୋର୍ଟଙ୍କ କର୍ତ୍ତବ୍ୟକୁ ବାଧା ଦେଇପାରିବ ନାହିଁ। ଯଦି ଆଇନ ଅନୁଯାୟୀ କୌଣସି ଅପରାଧ ହୋଇନାହିଁ, ତେବେ ସାମାଜିକ ମତାମତ ଏବଂ ନୈତିକତା ଦ୍ୱାରା କୋର୍ଟଙ୍କ ନିଷ୍ପତ୍ତି ପରିଚାଳିତ ହେବ ନାହିଁ। ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶର ଶାହାଜାହାନପୁରର ଏକ ଲିଭି-ଇନ୍ ଦମ୍ପତିଙ୍କ ଆବେଦନ ଉପରେ

ଲୋପାଳ, ୨୭ମାର୍ଚ୍ଚ: ଦିନେ କୌନ ବନେଗା କରୋତପତିର ହର୍ ସିତରେ ଦସିଥିଲେ। ବିନ୍ ବି ଅମିତାଙ୍କ ବକନଙ୍କ ଆଗରେ ସୁନ୍ଦର ସୁନ୍ଦର କଥା କହୁଥିଲେ। ଏହାସହ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଜିତିଥିଲେ। ଏବେ କିନ୍ତୁ ପୁରା ଓଲଟା ସ୍ଥିତି। କେବିସିରେ ଟଙ୍କା ଜିତିଥିବା ଜଣେ ମହିଳା ତହସିଲଦାର ଏବେ କେଲରେ। ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶର ଜଣେ ପୂର୍ବତନ ସରକାରୀ ଅଧିକାରୀ ଦୁର୍ନୀତି ଅଭିଯୋଗରେ ରିଟ୍ ହୋଇଛନ୍ତି। ରିଟ୍ ଅଧିକାରୀ ହେଲେ ଅମିତା ସିଂ ଟୋମାର। ବନ୍ୟା ରିଲିଫ୍ ପାଣ୍ଠି ହେଉଥିବା ଅଭିଯୋଗରେ ତାଙ୍କୁ ରିଟ୍ କରାଯାଇଛି। ସେ ୨୦୧୯ରେ କେବିସିରେ

ବିବାହିତଙ୍କ ଲିଭି-ଇନ୍ ସମ୍ପର୍କ ଅପରାଧ ନୁହେଁ

ଆଲୁହାବାଦ ହାଇକୋର୍ଟଙ୍କ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ରାୟ ସ୍ୱଚ୍ଛାରେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହ ରହୁଛନ୍ତି। ପୂର୍ବରୁ ଏକେଡ୍ ଶାହାଜାହାନପୁର ପୁଲିସ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଆଯାଇନଥିଲା। ଶାହାଜାହାନପୁର ଏପିକ୍ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଉପରେ କୋର୍ଟ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ କରି ଏକାଠି ରହିଥିବା ଦୁଇଜଣ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେବା ପୁଲିସର ପ୍ରାଥମିକ ଦାୟିତ୍ୱ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି। ଏହାସହ ଜଣେ ନାଗରିକ ବିବାହିତ ହୁଅନ୍ତୁ ବା ଅଧିବାହିତ ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ଧାରା ୨୧ ଅନୁଯାୟୀ ଜାବନ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାଧୀନତାର ଅଧିକାର ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ସମାନ। କେବଳ ବିବାହ କରିନାହାନ୍ତି ବୋଲି ସେମାନଙ୍କୁ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ଅଧିକାରରୁ ବଞ୍ଚିତ କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ କିମ୍ବା ସେମାନଙ୍କୁ ବିରୋଧରେ କୌଣସି ଅପରାଧିକ ମାମଲା ରୁଦ୍ଧ କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ ବୋଲି କୋର୍ଟ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି। ହାଇକୋର୍ଟ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁବତୀଙ୍କ ପରିବାର ଲୋକଙ୍କୁ ଦେବାବଦ୍ଧ ମଧ୍ୟ ଦେଇଛନ୍ତି। ପରିବାରର କୌଣସି ସଦସ୍ୟ ଦମ୍ପତିଙ୍କୁ ଶାରୀରିକ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇ ପାରିବ ନାହିଁ, ସେମାନଙ୍କ ଘରେ ପ୍ରବେଶ କରିପାରିବେ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଫୋନ ବା ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ କରିଆରେ ସମ୍ପର୍କ କରିପାରିବେ ନାହିଁ।



ଖରାଦିନେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଫଳ ଖାଆନ୍ତୁ

ଖରାଦିନକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାକୁ କିଏ ବା ନ ବାହାଁ ଖରାଦିନରେ ଜଳୀୟ ଅଣୁ ଠିକ୍ ରଖିବା ପାଇଁ ଲୋକମାନେ ବିଶେଷ କରି ଗରମ ଦିନରେ ଅଧିକ ଫଳ ସେବନ କରିଥାନ୍ତି। ବର୍ତ୍ତମାନ କିଛି ସମସ୍ତେ ତାହା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଫଳକୁ ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି। ଆପଣମାନେ ଜାଣିଥିବେ ଫଳରେ ମିଳେବାଳୁ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ। ଅନେକ ସମୟରେ ତାହାର ମଧ୍ୟ ଫଳ ଖାଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି। ଯାହା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଭଲ ରହିଥାଏ। ପ୍ରତିଦିନ ଫଳ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଖରାଦିନରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି କି ଗ୍ରୀଷ୍ମଋତୁରେ କେଉଁ ଫଳକୁ ଅଧିକ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା କଣ ସବୁ ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଥାଏ। ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ସେହି ଖର୍ଚ୍ଚ ଫଳ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା।

ବିଶେଷ କରି ଖରାଦିନେ ଲିଭୁ କୋଳି ଦେଖିଲେ ପାଟିରେ ପାଣି ମଧ୍ୟ ଥାଏ। ଏଥିରେ ସୁଗାରର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଖରାଦିନେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଭଳି ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ। ସପୁରା: ଖଟା ମିଠାକୁ ପସନ୍ଦ କରୁଥିବା ଲୋକେ ସପୁରା ଖାଇବା ପାଇଁ ବେଶ୍ ଭଲ ପାଆନ୍ତି। ସପୁରାରେ ଖଟା ଅଣୁ ଖରାଦିନୁ ଏସିଡିଟି ଏବଂ ପେଟ ଜଳାପୋଡ଼ା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇପାରେ। କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆପଣ ସପୁରା ଅଧିକ ଖାଆନ୍ତି ତେବେ ପେଟ ଜଳିତ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ।

କଖାରୁ: କଖାରୁରେ ଅନେକ ଭିଟାମିନ୍ ଭରପୁର ରହିଥାଏ। କଖାରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ପେଟ ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ। ସେଥିପାଇଁ ଖରାଦିନେ ଅଧିକ କଖାରୁ ଖାଇବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ। ଆମ୍ବ: ଫଳ ଭିତରେ ଆମ୍ବକୁ ରାଜା ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଆମ୍ବ ଖାଇବାକୁ ସମସ୍ତେ ଖୁବ୍ ଭଲପାଆନ୍ତି। କିନ୍ତୁ ଏଥିରେ ମିଠା ଅଣୁ ଅଧିକ ଥିବାରୁ ତାହାଦେବିସ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖର୍ଚ୍ଚକାରକ ହୋଇଥାଏ। ଅମୃତଭଣ୍ଡା: କଣ୍ଡା ଅମୃତଭଣ୍ଡାକୁ ଆମେ ରୋଷେଇରେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ। ସେହିଭଳି ପାଟିକା ଅମୃତଭଣ୍ଡା ମଧ୍ୟ ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଏହାର ଅଧିକ ସେବନ ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଗରମ ହୋଇଥାଏ। ଯାହା ଫଳରେ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଆହୁରି ଖରାପ ହୋଇପାରେ। ସେଥିପାଇଁ ଖରାଦିନେ ଏହି ସବୁ ଫଳ ଅଧିକ ଖାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ।



ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ପନିର ବେଶ୍ ଫଳପ୍ରସ୍ତୁତ

ଆମ ଖରାଦି ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି। ତେଣୁ ସୁସ୍ଥ ଖରାଦି ପାଇଁ ଆମେ ଅନେକ କିଛି ଜିନିଷ ଖାଇଥାଉ। ଯାହା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଉତ୍ତମ ଖରାଦି ଗଠନ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ। ଖରାଦି ଆମ ସୁସ୍ଥ ଖରାଦି ପାଇଁ ବେଶ୍ ଲାଭକାରୀ। ପନିର ଖାଇବା ହେଉଥିବାରୁ ଏହା ମଧ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକର ହୋଇଥାଏ। ପନିର କଣ୍ଡା ହେଉ ଅବା ଭଜା। ଉଭୟକୁ ଲୋକେ ଖାଇବାକୁ ବେଶ୍ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି।

କମ କରେ। ଆଜିକାଲିର ବ୍ୟସ୍ତବହୁଳ ଜୀବନରେ ସମସ୍ତେ ଷ୍ଟ୍ରେସରେ ରହିଥାନ୍ତି। ଯାହା ଷ୍ଟ୍ରେସର ଶିଖାରୁ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ। ପନିର ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ କଣ୍ଡା ପନିର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବଳୟ ରଖିବାରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ। ଯଦି ହାତ ଦୁର୍ବଳ ରହିଛି, ତେବେ ଆପଣ କଣ୍ଡା ପନିର ଖାଇବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତୁ। ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ଏବଂ ଫସଫରସ ଥିବାରୁ ହାତ ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ ହୋଇଥାଏ। ଯାହା ଦୁର୍ବଳ ହାତକୁ ମଜବୁତ କରିଥାଏ।

ଯଦି ଆପଣ ଖରାଦିରେ କ୍ଲାଟ୍ ଏବଂ ଦୁର୍ବଳ ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କୁ ଆପଣଙ୍କ ଖାଦ୍ୟରେ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଉଚିତ। ଆପଣଙ୍କୁ ଜଣାଇ ଦେଉଛି ଯେ କଣ୍ଡା ପନିରରେ ପ୍ରୋଟିନ ସହିତ ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଥାଏ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ଖରାଦିର କ୍ଲାଟ୍ ଏବଂ ଦୁର୍ବଳତା ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ। ଏତିକି ନୁହେଁ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଫଳପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ଯଦି ଆପଣ ଏହି ସବୁ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି ତେବେ କଣ୍ଡା ପନିର ଖାଇବା ଲିଷ୍ଟରେ ଆଡ଼ କରନ୍ତୁ। କିନ୍ତୁ ହିଁ ଆପଣ ପନିର ଖରାପ ହୋଇ ନଥିବା ଆବଶ୍ୟକ।

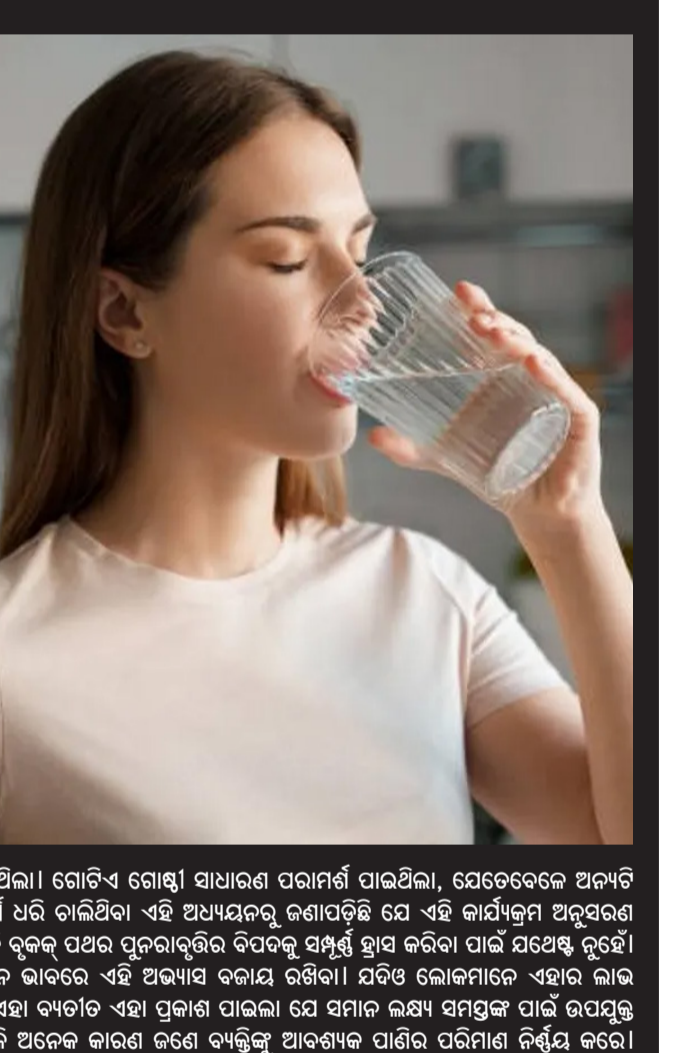


ନିରାଶିଷ୍ଟ ଚରକାରୀ କାଁ ଆସିଲେ ପ୍ରଥମେ ଲୋକେ ପନିର ଚରକାରୀକୁ ବାଛିଥାନ୍ତି। ଏହା ଯେତିକି ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ସେତିକି ଖରାଦି ପାଇଁ ହିତକର। ଏଥିରୁ ଆମକୁ ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ। ଯାହା ଆମ ସୁସ୍ଥ ଖରାଦି ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ ହୋଇଥାଏ। ପନିରରେ ସେଲେନିୟମ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ଫସଫରସ୍ ଏବଂ ପୋଟାସିୟମ୍ ମିଳିଥାଏ। ଯାହା ଖରାଦିକୁ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ। ବିଶେଷ କରି ଆମ ଡେଜ୍ ପାଇଁ ଏହା ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ। ତେଣୁ ଆସନ୍ତୁ ଆଜି ଆମେ ଆପଣଙ୍କୁ କଣ୍ଡା ପନିର ଖାଇବାର ଲାଭ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଜାଣିବା। ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକେ ଓଜନ ପାଇଁ ଚିନ୍ତାରେ ରହିଥାନ୍ତି। ସେଥିପାଇଁ କିଛି ଲୋକେ ତାହାତ କରନ୍ତି ତ ଆଉ କିଏ ପୁଣି ଏହାପାଇଁ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି। କଣ୍ଡା ପନିର ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାର ସବୁଠାରୁ ସହଜ ଉପାୟ। ଏହା ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ପାଇଁ ଭୋକ ମଧ୍ୟ

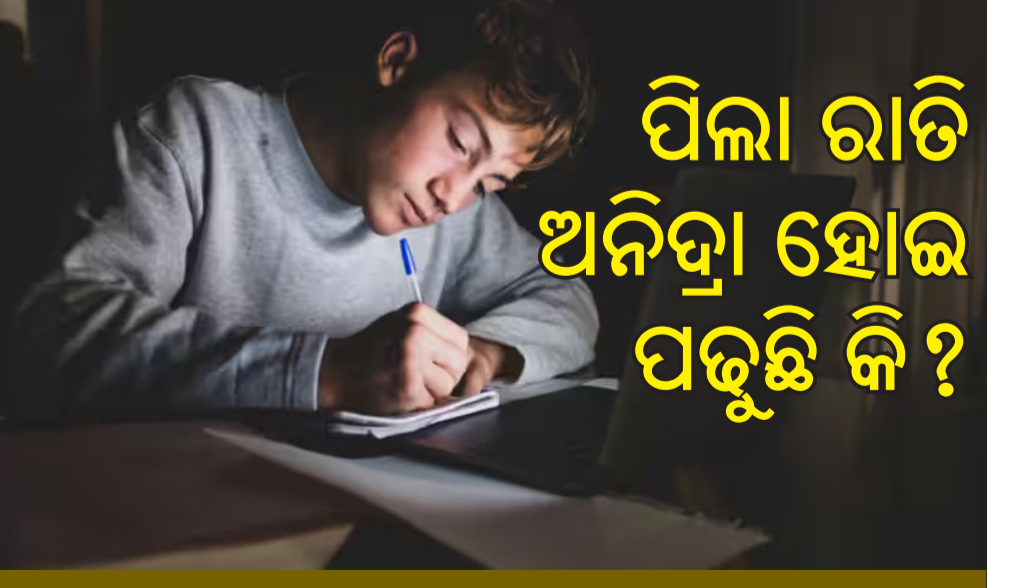
ପନେ ରହିଥାଏ। ନିବର ଅଭାବ ହେଲେ ମସ୍ତିଷ୍କ ସମସ୍ତ ତଥ୍ୟକୁ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ସମ୍ପର୍କ ପାଇ ନଥାଏ। ମନେ ରଖିବାକୁ ସମସ୍ତ ପାଇ ନଥାଏ। ଫଳରେ ପିଲା ତା' ପର ଦିନକୁ ପଢ଼ିଥିବା ପାଠର ଅଧାରୁ ଅଧିକ ଭୁଲିଯାଇଥାଏ। ମୋବାଇଲ୍ ଓ ଇଣ୍ଟରନେଟ୍ ପ୍ରଭାବ ପିଲାଙ୍କ ଉପରେ ଅଧିକ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ। ଆଜିକାଲି ସୋସିଆଲ୍ ମିଡ଼ିଆରେ ଆସୁଥିବା ଲଗାତାର ରୋଟିଫିକ୍ସ୍ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ତ୍ୟାଲେଜ୍ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ଏହା ପିଲାଙ୍କ ଧ୍ୟାନକୁ ଭାଙ୍ଗିବାର କାରଣ ହୋଇଥାଏ। ଫଳରେ ପିଲାଙ୍କ ସ୍ମୃତି ସାଧକକେଳି ବିଗିଡ଼ି ଚାଲି ଯିବୁ ସାଧକକେଳି ବିଗିଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ପିଲାଙ୍କୁ ଚେତନାରେ ଶୋଭିବା ସହଜ ଲାଗିଥାଏ। ଏହାବ୍ୟତୀତ ପରାଣ ସମୟରେ

ଅଧିକ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା କିଡ଼ନି ଷ୍ଟୋନ୍ ରୋକାଯାଇପାରିବ

କିଡ଼ନି ଷ୍ଟୋନ୍ ଏକ ସାଧାରଣ କିନ୍ତୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ସମସ୍ୟା। ଯେଉଁମାନେ ଏହି ସମସ୍ୟାରେ ପୀଡ଼ିତ ହେବାରେ ପ୍ରାୟତଃ ରିପୋର୍ଟ କରନ୍ତି ଯେ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ। ଏହା କେବଳ ବୈଦିକ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଭାବିତ କରେ ନାହିଁ ବରଂ କେତେକ ସମୟରେ ଚାକ୍ଷୁଷଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି ହେବାକୁ ମଧ୍ୟ ବାଧ୍ୟ କରିପାରେ। ପରିସଂଖ୍ୟାନ ଦର୍ଶାଏ ଯେ ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ଲୋକ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନର କୌଣସି ସମୟରେ ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାନ୍ତି। ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ ଯେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ପନିର ପତନା ରହିଥାଏ, ଯାହା ମିନେରାଲ୍ସ ଏକାଠି ଲାଗି ରହି ପଥର ସୃଷ୍ଟି ହେବାରୁ ରୋକିଥାଏ। କିନ୍ତୁ ସମସ୍ୟା ହେଉଛି ଯେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଏହି ଅଭ୍ୟାସକୁ ଅଧିକ ସମୟ ଧରି ବଦାୟ ରଖିପାରନ୍ତି ନାହିଁ। ଏହାକୁ ଦୃଷ୍ଟିବା ପାଇଁ, ଏକ ବଡ଼ ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇଥିଲା। ଯାହା ଯୁରିନାରି ଷ୍ଟୋନ୍ ଚିକିତ୍ସା ରିସର୍ଚ୍ଚ ନେଗ୍ରାଟିଭ୍ ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ଏବଂ ଦୁଇଟି କ୍ଲିନିକାଲ୍ ରିସର୍ଚ୍ଚ ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଦ୍ୱାରା ସମନ୍ୱିତ। ଏହି ଗବେଷଣା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ମେଡିକାଲ୍ ଜର୍ଣ୍ଣାଲ୍ ଦି ଲାନସେଟ୍ରେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା। ଏହି ଅଧ୍ୟୟନରେ ସୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ରର ଉତ୍ତରୀ ପ୍ରଦେଶ ଡିପାର୍ଟମେଣ୍ଟ ୧୨୫୮ ଜଣ ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀ ଥିଲେ। ସେଥିରେ କିଶୋର ଏବଂ ବୟସ୍କ ଉଭୟଙ୍କୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଥିଲା। ଗବେଷଣାର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଥିଲା ଅଧିକ ପାଣି ପିଇବା ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବାକୁ ପଥର ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁନରାବୃତ୍ତିକୁ ରୋକିପାରିବ କି ନାହିଁ ତାହା ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବା। ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀମାନଙ୍କୁ ଦୁଇଟି ଗୋଷ୍ଠୀରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଥିଲା। ଗୋଟିଏ ଗୋଷ୍ଠୀ ସାଧାରଣ ପରାମର୍ଶ ପାଇଥିଲା, ଯେତେବେଳେ ଅନାମିତ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର "ଜଳହାରତ୍ତେପନ୍ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍"ରେ ପଠିକୃତ ହୋଇଥିଲା। ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ବର୍ଷ ଧରି ପାଳିଥିବା ଏହି ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁସରଣ କରୁଥିବା ଲୋକମାନେ ସେମାନଙ୍କର ପାଣି ପିଇବାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିଛନ୍ତି। ତଥାପି, ଏହି ବୃଦ୍ଧି ବୃଦ୍ଧି ପଥର ପୁନରାବୃତ୍ତିର ବିପଦକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ନୁହେଁ। ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରକୃତ ବ୍ୟାଲେଜ୍ ହେଉଛି ଲୋକମାନଙ୍କୁ ଦାର୍ଢ଼ିକାଳୀନ ଭାବରେ ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ବଦାୟ ରଖିବା। ଯଦିଓ ଲୋକମାନେ ଏହାର ଲାଭ ବୁଝନ୍ତି ଏବଂ ସମର୍ଥନ ପାଆନ୍ତି, ତଥାପି ପ୍ରତିଦିନ ଅଧିକ ପାଣି ପିଇବା ସହଜ ନୁହେଁ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏହା ପ୍ରକାଶ ପାଇଲା ଯେ ସମାନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ହୋଇନପାରେ। ଖରାଦି ଗଠନ, ଜୀବନଶୈଳୀ, ପାଣିପାତ ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ଭଳି ଅନେକ କାରଣ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଆବଶ୍ୟକ ପାଣିର ପରିମାଣ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରେ।



ପରାଣ ସମୟରେ ପିଲାମାନେ ରାତି ଅନିଦ୍ରା ହେବା ହାନିକାରକ ହୋଇପାରେ। ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଦ ନ ନେବା ଦ୍ୱାରା ୨୦ରୁ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି କମିଥାଏ। ଜାଣନ୍ତୁ କି ପରାଣରେ ସଫଳତା ପାଇଁ ନିଦ କରନ୍ତୁ? ପ୍ରାୟ ପିଲା ପଢ଼ା ବକ୍ତରରେ ନିଦକୁ ବଳି ଦେଇଥାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଏହା ଉଭୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ଯତ୍ନ ପହଞ୍ଚାଇଥାଏ ବୋଲି ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି।



ପିଲା ରାତି ଅନିଦ୍ରା ହୋଇ ପଢ଼ୁଛି କି ?

୨୦୨୧ରେ ସାଇକୋଲୋଜିକାଲ୍ ବୁଲେଟିନ୍ ଜର୍ଣ୍ଣାଲ୍ରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ସର୍ଭେ ଅନୁସାରେ ଯଦି ପଢ଼ିବା ପରେ ଠିକ୍ ଭାବେ ଆବଶ୍ୟକ ନିଦରେ ନ ଶୁଅନ୍ତି, ତେବେ ପଢ଼ିଥିବା ଜିନିଷ ଭିତରୁ ପ୍ରାୟ ୨୦ରୁ ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଯାଏ କମ୍ ମନେ ରହିଥାଏ। ତେଣୁ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଆରାମ ଦେବା ଖୁବ୍ ଜରୁରି। ଫଳରେ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ତୀବ୍ର ହେବା ସହ ପରୀକ୍ଷାରେ କମ୍ ଭୁଲ୍ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଥାଏ। ପରୀକ୍ଷାରେ ଭଲ କମ୍ପର ରଖିବା ପାଇଁ ହେଲେ କେବଳ ପଢ଼ା ନୁହେଁ, ଭଲ ନିଦ ମଧ୍ୟ ଜରୁରି। ଅଧ୍ୟ ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ଭଲ ନିଦରେ ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା ପଢ଼ିଥିବା ପାଠ ବହୁ ଦିନଯାଏ।

ପ୍ରାୟ ପିଲା ଚେତନା ପଢ଼ିବା ପାଇଁ ରାତିରେ କଫି ବା ଏକାକି ପାଠାୟନ ସାହାଯ୍ୟ ନେଇଥାନ୍ତି। ଆରମ୍ଭରେ ଏହା ଖୁସି ଦେଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ପରେ ଲଗାତାର ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ନିଦ ଉଭୟ ପାଇଁ ଖର୍ଚ୍ଚକାରକ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ। କିଶୋରବୟା ଏମିତି ଏକ ସମୟ, ଯେଉଁ ସମୟରେ ପିଲାମାନେ ନୂଆ ନୂଆ ଜିନିଷ ଶିଖିବା ଓ ବୁଝିବା ପାଇଁ ମସ୍ତିଷ୍କର ବିକାଶ କରୁଥିବାରୁ ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ଭରପୁର ନିଦ ଆବଶ୍ୟକ। କାରଣ ଶାନ୍ତିରେ ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଶାନ୍ତ ପଡ଼ିଯାଇଥାଏ। ଫଳରେ ଦିନରେ ମସ୍ତିଷ୍କ ସମସ୍ତ ଜିନିଷକୁ ନିଜ ଭିତରେ ଷ୍ଟୋର କରିବା ସହଜ ହୁଏ।

ସୋରିଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବେସ୍ ଭୟଯୋଗୀ

ରୋଷେଇରେ ଆମେ ଅନେକ ଜିନିଷ ବ୍ୟବହାର କରୁ। ଏମିତି ଅନେକ ଜିନିଷ ରହିଛି ଯାହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ। ରୋଷେଇରେ ମସଲା ଭାବରେ ଆମେ ସୋରିଷକୁ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ। ଯାହା ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବଦାୟନ ସହିତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ରଖିଥାଏ। ଏହା ଦେଖିବାକୁ ଖୁବ୍ ଛୋଟ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଆମକୁ ଅନେକ ଲାଭ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୁର ହୋଇଥିବା ସୋରିଷ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ଏହାକୁ ଖାଦ୍ୟରେ ଛୁଙ୍କ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ସୋରିଷ ମଞ୍ଜିରେ ଆଇରନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ସେଲେନିୟମ୍, ଫସଫରସ୍ ଭଳି ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ। ଯାହା ହାତକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ହଜମ ଶକ୍ତି ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଭଲ ହୋଇଥାଏ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସୋରିଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଆହୁରି ଅନେକ ଲାଭ ମଧ୍ୟ ଦେଇଥାଏ। ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ସୋରିଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କିଭଳି ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ। ସୋରିଷ ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ବହୁତ ଭଲ ହୋଇଥାଏ। ଯେଉଁ ଲୋକଙ୍କୁ ହଜମ ଦେହରେ ସମସ୍ୟା ଅଛି, ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସୋରିଷ ଏକ ଭଲ ଉପଚାର ହୋଇଥାଏ। ବସ୍ତୁରେ ଏହା ଫାଇଦାରେ ଭରପୁର ହୋଇଥାଏ। ଯାହା ଅକ୍ତନାଳୀର ଚିକିତ୍ସା ସହଜ କରିବାରେ ସହାୟକ କରେ। ଯାହାଦ୍ୱାରା ହଜମ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ। ସୋରିଷ ହାତକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ। ଏଥିରେ ସେଲେନିୟମ୍ ଜୀବନ ଚକ୍ର ଅଛି, ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ହାତକୁ



ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିଥାଏ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ, ଏହି ମଞ୍ଜିରେ ଥିବା ଅଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଏବଂ ଆଣ୍ଟି-ଇନ୍ଫ୍ଲାମେଟୋରୀ ଗୁଣ ମଧ୍ୟ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ପ୍ରାୟତଃ ଭାରତୀୟ ଲୋକେ ରୋଷେଇ ଘରେ ସୋରିଷ ତେଲ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ଏହା ଆପଣଙ୍କ ହାତକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ଖରାପ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ୍ ପ୍ରକୃତ କମ୍ କରିଥାଏ। ସୋରିଷ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ରେ ଭରପୁର ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଖରାଦିକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ଓ ତାପରୁ ମୁକ୍ତି କରିଥାଏ।

ଯଦି ଆପଣ ମଧ୍ୟ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧାକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତିତ ଅଛନ୍ତି, ତାହେଲେ ସୋରିଷ ଯଥେଷ୍ଟ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇପାରେ। ଋତୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଚୁକ୍ତ ସମସ୍ୟା ହେବା ସ୍ୱଭାବିକ। ସେଥିପାଇଁ ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱିଚ୍ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଦୂରରେ ସୋରିଷ ସାମିଲ କରିପାରିବେ। ଯାହା ଚୁକ୍ତ ହାତରେ ଚଳିବାର ସହ ମୁଣ୍ଡରେ ତ୍ରଣ ହେବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ। ଏହି ମଞ୍ଜିରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟି-ଇନ୍ଫ୍ଲାମେଟୋରୀ ଗୁଣ ମୁଣ୍ଡ ପୁଲ୍ଲୀକୁ କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ କରେ।

