



# ସମ୍ବାଦ କଳିକା

E-mail: sambadkalikaneWS@gmail.com

The Sambad Kalika

## ଦିନ ତମାମ ବିଧାନସଭାରେ ଲାଗି ରହିଲା ଅଚଳାବସ୍ଥା ୭ଦିନ ପାଇଁ ତାରା ବାହିନୀପତି ସସ୍ପେଣ୍ଡ

**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୧ମାର୍ଚ୍ଚ**  
**ଦୁଧିଲ କୁସରୋ**  
ସପ୍ତଦଶ ଓଡ଼ିଶା ବିଧାନସଭାରେ ଚଳିତ ଦିନର ପର୍ଯ୍ୟାୟ ବଜେଟ୍ ଅଧିବେଶନର ମଙ୍ଗଳବାର ତୃତୀୟ ଦିନକୁ ଅଚଳାବସ୍ଥା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥିଲା । ବିରୋଧୀଦଳ ଉଭୟ ବିଜେଡ଼ି ଏବଂ କଂଗ୍ରେସର ବିଧାୟକମାନେ ଦୁଇଦିନ ଧରି ଚଳାଇଥିବା ବିରୋଧ, ପ୍ରତିବାଦ ଓ ପୋଷ୍ଟର ପ୍ରଦର୍ଶନ ଜର୍ନିତ ହଜିଗୋଳ ଚରମ ସୀମାରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ଯାହାଫଳରେ ବାଚସ୍ପତି ସୁରମା ପାଟାଳ ଗୃହକୁ ପ୍ରଥମାଙ୍କରେ ତିନିଅର ମୁଲତବା ଘୋଷଣା କରିଥିବା ବେଳେ ଦ୍ୱିତୀୟାଙ୍କରେ ଅନୁରୂପ ପରିସ୍ଥିତି ପାଇଁ ଗୃହକୁ ଲଗାତର ୫ ଅର ମୁଲତବା ଘୋଷଣା କରାଯାଇଥିଲା । ଦିନ ତମାମ ବିରୋଧୀ ଦଳର ବିଧାୟକମାନେ



ସେମାନଙ୍କର ନାରାବାଜି, ହଜିଗୋଳ ଜାରି ରଖିଥିଲେ । ବିଧାନସଭାରେ ମହିଳା ବାଚସ୍ପତିଙ୍କ ପ୍ରତି ଅଶୋଭନୀୟ ଆଚରଣ ବିରୋଧରେ ବିଧାୟକମାନେ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସାଜକ୍ଷୁ ଘୋଷଣା ଓ କାଗଜପତ୍ର ଚିରି

ଶୁଖାଇବାକୁ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ପାଇଁ ଶାସକ ଦଳର ବିଧାୟକମାନେ ଦାବି ଉଠାଇଥିଲେ । ବାଚସ୍ପତି ଶ୍ରୀମତୀ ପାଟାଳ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସରକାରୀ ଦଳ ମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ସରୋଜ କୁମାର ପ୍ରଧାନଙ୍କ ଠାରୁ ଏ ବାବଦରେ ମତ ଲୋଡ଼ିଥିଲେ । ଏହାପରେ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ଏକ ପ୍ରସ୍ତାବ ଆଗତ କରିଥିଲେ । ସେ ଦର୍ଶାଇଥିଲେ ଯେ, ସଂସଦୀୟ ଗଣତନ୍ତ୍ର ପରମ୍ପରା ପରିପତ୍ତୀ କାର୍ଯ୍ୟ ଗୃହରେ ବିରୋଧୀ ଦଳ ପକ୍ଷରୁ କରାଯାଇଛି । ବିରୋଧୀ କଂଗ୍ରେସ ବିଧାୟକ ତାରା ପ୍ରସାଦ ବାହିନୀପତି ମହିଳା ବାଚସ୍ପତିଙ୍କୁ ଅସମ୍ମାନ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ସହ ତାଙ୍କ ଉପରକୁ ଫିଙ୍ଗିବା ଭଳି ଅଶାଳୀନ ଆଚରଣ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିବା ଦର୍ଶାଇ କଂଗ୍ରେସ ବିଧାୟକ ତାରା ପ୍ରସାଦ ବାହିନୀପତିଙ୍କୁ ଗୃହକୁ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସାଜକ୍ଷୁ ଘୋଷଣା ଓ କାଗଜପତ୍ର ଚିରି

## ମରିସସ୍ରେ ମୋଦି : ଦୁଇ ଦିନିଆ ଗସ୍ତରେ ଅଛନ୍ତି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ

**ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୧ମାର୍ଚ୍ଚ**  
ମରିସସ୍ରେ ପହଞ୍ଚିଛନ୍ତି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି । ଏହାରପୂର୍ବରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦିଙ୍କୁ ଭବ୍ୟ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଇଛି । ଏକ ବିରାଟ ଫୁଲମାଳ ପିନ୍ଧାଇ ସ୍ୱାଗତ କରିଛନ୍ତି ମରିସସ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ।  
ଦୁଇ ଦିନିଆ ମରିସସ ଗସ୍ତରେ ଅଛନ୍ତି ଶ୍ରୀ ମୋଦି । ମରିସସର ୫୭ତମ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଦିବସ ସମାରୋହରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି ଶ୍ରୀ ମୋଦି । ଏହି ଗସ୍ତ କୂଳନୈତିକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବଡ଼ ଗୁରୁତ୍ୱ ରଖିଛି । ଦୁଇ ଦେଶର ଆର୍ଥିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଏବଂ



ପ୍ରତିରକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ର ପାଇଁ ବଡ଼ ଗୁରୁତ୍ୱ ବହନ କରୁଛି । ତେବେ ଶ୍ରୀ ମୋଦିଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ମରିସସର ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଭାରତୀୟମାନେ

ଉତ୍ସାହିତ ଅଛନ୍ତି ଏବଂ ଶ୍ରୀ ମୋଦି ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ସ୍ୱାଗତ ପାଇଁ ଆସିଥିବା କିଛି ସ୍କୁଲ ପିଲାଙ୍କ ସହ କଥା ମଧ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି ।

## ପାକିସ୍ତାନରେ ଟ୍ରେନ ହାଇଜ୍ୟାକ୍

**ଇସଲାମାବାଦ, ୧୧ମାର୍ଚ୍ଚ**  
ପାକିସ୍ତାନରେ ଟ୍ରେନ ହାଇଜ୍ୟାକ୍ କଲେ ଆତଙ୍କବାଦୀ । ପାକିସ୍ତାନର ବେଲୁଚିସ୍ତାନରେ ବାଲୁଚ ଲିବରେସନ ଆର୍ମି କାଫର ଏକପ୍ରେସକୁ ହାଇଜ୍ୟାକ୍ କରିଛି । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ବାଲୁଚ ସେନା ଟ୍ରେନରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଯାତ୍ରୀଙ୍କୁ ବନ୍ଧକ ରଖିଛି । ବାଲୁଚ ଲିବରେସନ ଆର୍ମି ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ଟ୍ରେନ ଅପହରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦେଇଛି । ଶହେ ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅନେକ ସେନା ଅଧିକାରୀ ଥିବା ସୂଚନା ମିଳିଛି । ଅପହରଣ ପାଇଁ ନିଜକୁ ଦାୟୀ କରିଛି ବେଲୁଚିସ୍ତାନ ଲିବରେସନ ଆର୍ମି । ଟ୍ରେନଟି କେଟାରୁ



ପେଶାବର ଯାତ୍ରୀଙ୍କୁ ବେଳେ ଅପହରଣ ହୋଇଛି । ପାକିସ୍ତାନରେ ବେଲୁଚିସ୍ତାନର ଲିବରେସନ ଆର୍ମି ଦ୍ୱାରା ଗଢ଼ିଥିବା ବାଲୁଚ ଲିବରେସନ

ଆର୍ମି ଏକ ବିଦ୍ରୋହ କହିଛି ଯେ, ଆମେ ଏକ ଟ୍ରେନକୁ ହାଇଜ୍ୟାକ୍ କରିଛୁ ଏବଂ ଯାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ବନ୍ଧକ ରଖିଛୁ । ରେଳବାଇ ଅଧିକାରୀମାନେ ଜଣାଇଛନ୍ତି ଯେ, କାଫର ଏକପ୍ରେସର ନଅଟି କୋଚରେ ପ୍ରାୟ ୪୦୦ ଯାତ୍ରୀଙ୍କୁ ନେଇ ପାକିସ୍ତାନ ଦକ୍ଷିଣ-ପଶ୍ଚିମ ବେଲୁଚିସ୍ତାନ ପ୍ରଦେଶର କେଟାରୁ ଖାଇବର ପଖଡ଼ିନଖାର ପେଶାବରକୁ ଯାତ୍ରା କରୁଥିବା ବେଳେ ଏହା ଉପରେ ଗୁଳିଚଳନା କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରୁ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏବେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି ଯେ ଏହି ବାଲୁଚ ଲୋକମାନେ କିଏ, ଯେଉଁମାନେ ପାକିସ୍ତାନ ସରକାର ଏବଂ ଏହାର ସେନା ପାଇଁ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି ।

## ଓଡ଼ିଶାର ଏକତା ଓ ଅଖଣ୍ଡତା ରକ୍ଷା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବଜ୍ର ପରିକର : ଆଇନମନ୍ତ୍ରୀ

**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୧ମାର୍ଚ୍ଚ**  
**ଦୁଧିଲ କୁସରୋ**  
ଓଡ଼ିଶାର ଏକତା ଓ ଅଖଣ୍ଡତା ରକ୍ଷା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବଜ୍ର ପରିକର ଏବଂ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧ ବୋଲି ଆଇନମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତାପରାଜ ହରିଚନ୍ଦନ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ବିଜେପିର ଦଳିତ ବିଧାୟକ ଜୟ ନାରାୟଣ ମିଶ୍ର ବିଧାନସଭା ବାହାରେ ଯେଉଁ ବିଦ୍ରୁତ ଦେଇଛନ୍ତି, ସେଥିପ୍ରତି ରାଜ୍ୟ ସରକାର ସହମତ ନୁହଁନ୍ତି । ଏହା ତାଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ମତ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ହରିଚନ୍ଦନ ଗୃହରେ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି ।  
ବାଚସ୍ପତି ସୁରମା ପାଟାଳ ଆଇନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ହରିଚନ୍ଦନ ଗୃହରେ ବିଦ୍ରୁତ ରଖିଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ହରିଚନ୍ଦନ (ପୃଷ୍ଠା ୭ରେ)

## ଭାରତରେ ଅବୈଧ ଅନୁପ୍ରବେଶ ରୋକ୍ ଲାଗି ଆସିଲା ନୂଆ ବିଲ୍

**ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୧ମାର୍ଚ୍ଚ**  
ଅନୁପ୍ରବେଶ ଏବଂ ଅବୈଧ ପ୍ରବେଶକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ମଙ୍ଗଳବାର ସଂସଦ ଗୃହରେ ବିଲ୍ ଆଗତ କରାଯାଇଛି । ଅନିତ ଶାହଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ବିଲ୍ ଉପସ୍ଥାପନ କରିବା ସମୟରେ ଗୃହ ରାଷ୍ଟ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ନିତ୍ୟାନନ୍ଦ ରାୟ କହିଥିଲେ ଯେ ଏହି ବିଲ୍ କାହାକୁ ଦେଶରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାରୁ ରୋକିବା ପାଇଁ କରାଯାଇ ନାହିଁ ବରଂ ଏହି ବିଲ୍ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଯେ, ଯେକୌଣସି ବିଦେଶୀ ଭାରତ ଆସିବେ, ସମସ୍ତେ ଭାରତର ପ୍ରଚଳିତ ନିୟମର ପାଳନ କରି ଆସିବା ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ । କଂଗ୍ରେସ ସାଂସଦ ମନାସ ତିଆରୀ ଏବଂ ଟିଏମସିର ସୌରଭ ରାୟ ଏହି ବିଲ୍ କୁ ଦୃଢ଼ ବିରୋଧ କରିଛନ୍ତି ।  
ଏହି ବିଲ୍ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ଭାରତର ପ୍ରବାସନ ନିୟମକୁ ଆଧୁନିକୀକରଣ ଏବଂ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା । ଏହି ବିଲ୍ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କୁ ପାସପୋର୍ଟ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଯାତ୍ରା ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟ ଆବଶ୍ୟକତା ଏବଂ ଭାରତରେ ପ୍ରବେଶ କିମ୍ବା



ପ୍ରସ୍ଥାନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ବିଦେଶୀଙ୍କ ସହ ଜଡ଼ିତ ମାମଲାଗୁଡ଼ିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାର କ୍ଷମତା ପ୍ରଦାନ କରେ । ଏଥିରେ ଭିଏ ଏବଂ ପଞ୍ଜାବର ଶାସକମାନଙ୍କୁ ଏବଂ ସମ୍ପର୍କିତ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଦେଶ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ପ୍ରବାସନ ସମ୍ପର୍କିତ ଏହି ବିଲ୍ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହି ବିଲ୍ରେ, ଆଇନଗତ ସ୍ଥିତି ପ୍ରମାଣ କରିବାର ଦାୟିତ୍ୱ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ଉପରେ ନ୍ୟୁତ୍ତ କରାଯାଇଛି । ଏହି ବିଲ୍ ଭାରତର କାତାୟ ସୁରକ୍ଷା, ସାଂସଦମାନଙ୍କୁ କିମ୍ବା ଅଖଣ୍ଡତା ପ୍ରତି ବିପଦ ଥିବା କୌଣସି ବିଦେଶୀ ନାଗରିକଙ୍କ ପ୍ରବେଶ କିମ୍ବା ରହିବାକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ ରୋକି କରାଯାଏ । ଏହା ସମସ୍ତ (ପୃଷ୍ଠା ୭ରେ)

## ଏକାକ ପଖାଳ



ପ୍ରତିବାଦ ଆଉ କନସ୍ପିରାସି ପ୍ରଶ୍ନ କଥାଟା ଯେ ଗୋଟିଏ ପଟେ ହେଲେ ଦେବତାଙ୍କର କାଣ୍ଡ କାରଖାନା ଗଡେ ଦାଣ୍ଡ ଆଉ ହାତେ ସରା ଗୃହେ ବିଶ୍ୱାସୀ ଘଟେ ଠେଲାପେଲା ମାରପିଟି ତିଆଁକୁ ଦରକାର ନିଶ୍ଚେ ଛାଡ଼େ ।

## ରାଜସ୍ୱ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ବିଭାଗ ଖର୍ଚ୍ଚଦାବି ପାରିତ ୮ ମାସ ଭିତରେ ୨୫୦ ରାଜସ୍ୱ ଗ୍ରାମ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି

**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୧ମାର୍ଚ୍ଚ**  
**ଦୁଧିଲ କୁସରୋ**  
ରାଜସ୍ୱ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ବିଭାଗର କ୍ଷମତାକୁ ଆଇନ ପରେ ବିଗତ ଆଠ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୨୫୦ ପଡ଼ାଗ୍ରାମକୁ ରାଜସ୍ୱ ଗ୍ରାମ ପଦ୍ଧତିରେ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଆଗାମୀ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ଶେଷ ପୂର୍ତ୍ତା ଅବଶିଷ୍ଟ ପଡ଼ାଗ୍ରାମର ଆବେଦନକୁ ବିଚାରକୁ ନିଆଯାଇ ରାଜସ୍ୱ ଗ୍ରାମ ରୂପେ ଘୋଷଣା କରାଯିବ ବୋଲି ରାଜସ୍ୱ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁରେଶ ପୂଜାରୀ ବିଧାନସଭାରେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।  
ମଙ୍ଗଳବାର ଗୃହରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପୂଜାରୀ

୨୦୨୫-୨୬ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ପାଇଁ ରାଜସ୍ୱ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ବିଭାଗ ସମ୍ପର୍କିତ ୧୯୧୨ କୋଟି ୯୭ ଲକ୍ଷ ୯୬ ହଜାର ଟଙ୍କାର ଖର୍ଚ୍ଚ ଦାବି ଆଗତ କରିଥିଲେ । ବିରୋଧୀ ଦଳର ହଜିଗୋଳ ନାରାବାଜି ରୂପେ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଆଗାମୀ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ଶେଷ ପୂର୍ତ୍ତା ଅବଶିଷ୍ଟ ପଡ଼ାଗ୍ରାମର ଆବେଦନକୁ ବିଚାରକୁ ନିଆଯାଇ ରାଜସ୍ୱ ଗ୍ରାମ ରୂପେ ଘୋଷଣା କରାଯିବ ବୋଲି ରାଜସ୍ୱ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁରେଶ ପୂଜାରୀ ବିଧାନସଭାରେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।  
ମଙ୍ଗଳବାର ଗୃହରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପୂଜାରୀ

## ୧୪ରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ



**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୧ମାର୍ଚ୍ଚ**  
**ଦୁଧିଲ କୁସରୋ**  
ଚଳିତବର୍ଷ ମୋଟ ୪ଟି ସୂର୍ଯ୍ୟୋପରାଗ ଓ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ ସଂଗଠିତ ହେବ । ଦୁଇଟି ଆଂଶିକ ସୂର୍ଯ୍ୟୋପରାଗ ଏବଂ ଦୁଇଟି ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ । ବର୍ଷର ପ୍ରଥମ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ ମାର୍ଚ୍ଚ ୧୪ରେ ହେବ । ଏହା ଆମେରିକା, ପଶ୍ଚିମ ଯୁରୋପ, ପଶ୍ଚିମ ଆଫ୍ରିକା, ଉତ୍ତର ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ମହାସାଗର ଆଦି ଅଞ୍ଚଳରେ ଦେଖାଯିବ । ହେଲେ ଏହା ଭାରତକୁ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହେବ ନାହିଁ । ଭାରତୀୟ ସମୟ ପୂର୍ବାହ୍ନ ୧୦ଟା ୩୯ ମିନିଟରେ ଚନ୍ଦ୍ର ଗ୍ରହଣ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ଅପରାହ୍ନ ୨ଟା ୧୮ରେ ଶେଷ ହେବ । କିନ୍ତୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଗ୍ରହଣ ପୂର୍ବାହ୍ନ ୧୧ଟା ୫୬ରୁ ଅପରାହ୍ନ ୧୧ଟା ୧୧ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦେଖାଯିବ । ସେହି ସମୟରେ ଚନ୍ଦ୍ର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରକ୍ତ ବର୍ଣ୍ଣ ଧାରଣ କରିବ । ଭାରତରେ ଦିନ ସମୟରେ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ ଯଦୁପୁରୀରୁ ଦେଶର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଏହା ଦୃଶ୍ୟମାନ ହେବନାହିଁ ବୋଲି ଜ୍ୟୋତିର୍ବିଜ୍ଞାନୀ ଡ. ଶୁଭେନ୍ଦୁ ପଟ୍ଟନାୟକ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ସେହିପରି ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୯ରେ ଆଂଶିକ ସୂର୍ଯ୍ୟୋପରାଗ ସଙ୍ଗଠିତ ହେବ । ଏହା ଉତ୍ତର ଆମେରିକା, ଗ୍ରୀନଲାଣ୍ଡ, ଆଇସଲାଣ୍ଡ, ଉତ୍ତର ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ମହାସାଗର, ଯୁରୋପ ଏବଂ ଉତ୍ତର-ପଶ୍ଚିମ ରୁଷ୍ରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହେବ । ଚଳିତବର୍ଷର ପ୍ରଥମ ସୂର୍ଯ୍ୟୋପରାଗ ମଧ୍ୟ ଭାରତରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହେବ ନାହିଁ ।  
ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୭ କିମ୍ବା ୮ ତାରିଖରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ ହେବ । ଏହା ସମଗ୍ର ଭାରତ ସହ ଏସିଆର ଅନ୍ୟ ଦେଶ ତଥା ଯୁରୋପ, ଆଣ୍ଟାର୍କଟିକା, ପଶ୍ଚିମ ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାସାଗର, ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଏବଂ ଭାରତ ମହାସାଗରର କିଛି ଅଞ୍ଚଳରେ ଦୃଶ୍ୟମାନ ହେବ । ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୭ ରାତି ୮ଟା ୫୮ରୁ ୨ଟା ୨୫ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚନ୍ଦ୍ରଗ୍ରହଣ (ପୃଷ୍ଠା ୭ରେ)

**୧୧ତମ ବାର୍ଷିକ ଜନ୍ମୋତ୍ସବ**  
ମାସିକ ଗଜପତି କା  
**କଥା କଳିକା**  
୪୬୪, ଶହୀଦନଗର, ଭୁବନେଶ୍ୱର-୭

ସମ୍ପର୍କିତା • ସମ୍ମାନ • ପ୍ରତିଭା ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ ସମାରୋହ  
୧୪ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୫, ଶୁକ୍ରବାର, ବୋଲପୂର୍ଣ୍ଣିମା, ପୂର୍ବାହ୍ନ ୧୦ ଘଣ୍ଟା  
ସ୍ଥାନ : ଦି ପ୍ରେସ କ୍ଲବ ଅଫ୍ ଓଡ଼ିଶା, ମାଷ୍ଟରକ୍ୟାଣ୍ଟିନ ଛକ, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ପ୍ରିୟ ସ୍ୱହୃଦ୍  
ସପ୍ରେମ ସାରସ୍ୱତ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଓ ଅଭିନନ୍ଦନ । ଆପଣ ଜାଣି ଖୁସି ହେବେ ଯେ 'କଥାକଳିକା'ର ୧୧ତମ ଜନ୍ମବାର୍ଷିକ ସାରସ୍ୱତ ସମାରୋହରେ ଆମକୁ ସଖ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱୀକୃତି ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି...  
ପ୍ରବାଣ ସାହିତ୍ୟିକ, ପ୍ରାବନ୍ଧିକ, କଥାକାର ପ୍ର. ଆଦିକହ ସାହୁ: ବରେଣ୍ୟ ଉଦ୍‌ଘାଟକ । ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ମନ୍ମଥ କୁମାର ଶତପଥୀ, ଲୋକସଂସ୍କୃତି ଗବେଷକ ତଥା ବିଶିଷ୍ଟ ପ୍ରାବନ୍ଧିକ: ବରେଣ୍ୟ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି । ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦର ଅଗ୍ରୱାଲ, ବିଶିଷ୍ଟ ପ୍ରାବନ୍ଧିକ ତଥା ଯୋଗ ବିଶାରଦ: ବରେଣ୍ୟ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି । ଡା. କୃଷ୍ଣ କେଶବ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ, ବେଦ ବିଦ୍ୱାନ, ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କୃତିର ଅନନ୍ୟ ଭାଷ୍ୟକାର ତଥା ସୁସାହିତ୍ୟିକ: ବରେଣ୍ୟ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ।  
ଏହି ଭବ୍ୟ ସମାରୋହରେ ସଭାପତିତ୍ୱ କରିବେ ଜନାଦୃତ ବିଶିଷ୍ଟ ଶିକ୍ଷାବିତ୍, ପ୍ରାବନ୍ଧିକ, ନାଟ୍ୟକାର ତଥା ସୁସାହିତ୍ୟିକା ପ୍ରଫେସର ଡ. ସଂଘମିତ୍ରା ମିଶ୍ର । ସଭାମଞ୍ଚ ପରିଚାଳନା କରିବେ: ଡକ୍ଟର ଦେବାଶିଷ ମହାପାତ୍ର, ବିଶିଷ୍ଟ ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ତଥା ଭାଷାବିଦ୍ୱାନ ।  
ଏହି ସାରସ୍ୱତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯୋଗଦାନ କରିବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ସଶୁଭ ନିମନ୍ତ୍ରଣ ।  
ଆପଣଙ୍କ ଅପେକ୍ଷାରେ...  
ସମ୍ମାନର ସହ ଭବଦାୟ  
ପୂର୍ଣ୍ଣା ପୂର୍ଣ୍ଣା (ଦୁର୍ଗାଚରଣ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ) (ପ୍ରତିଭା ରାୟ) (କିୟାଶୀଷ ରାୟ)  
କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ସମ୍ପାଦକ ମୁଖ୍ୟ ସମ୍ପାଦିକା ସମ୍ପାଦକ









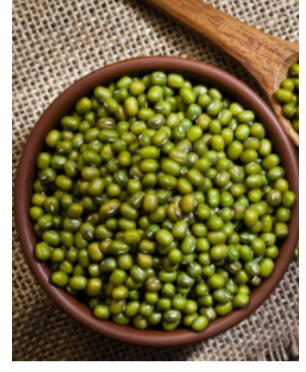
## ହୋଲିର ରଙ୍ଗ ଖେଳିବା ପୂର୍ବରୁ ହେଲି, ଅଧିକ ସୁରାୟ ମଇଶ୍ୟରାଜରକୁ ସ୍ୱିନରେ ଲଗାନ୍ତୁ : ହେବ ନାହିଁ କୌଣସି ଆଲର୍ଜି

ରଙ୍ଗର ଉତ୍ସବ ହୋଲି ଖୁସିରେ ଭରା ହୋଇ ଥାଏ । ଏହି ଦିନ ଲୋକେ ପରସ୍ପରକୁ ରଙ୍ଗ ଲଗେଇ ଆସି ଏବଂ ନିଜର ସବୁ ରାଗ ରୁଷା ଅଭିମାନକୁ ଭୁଲି ଯାଇ ଥାନ୍ତି । ହୋଲିର ଅପେକ୍ଷା ପିଲାଙ୍କ ସହ ବଡ଼ମାନେ ମଧ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି । ଏମିତି ଚ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଗୁଲାଇରେ ହିଁ ହୋଲି ଖେଳିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି , କିନ୍ତୁ ଏହି ଦିନ ଗୁଲାଇରେ ମଧ୍ୟ ଦେମିକାଲର ମିଶ୍ରଣ ହୋଇଥାଏ, ଯେଉଁଥିରେ ସ୍ୱିନକୁ ଖୁବ୍ କ୍ଷତି ହୋଇ ଥାଏ । ହୋଲିର କଠିନ ରଙ୍ଗରେ ନିଜର ସ୍ୱିନକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ଏକ ସଠିକ୍ ସ୍ୱିନ କେୟାରକୁ ଫଲୋ କରିବା ଉଚିତ୍ । ଏଠାରେ କିଛି ଟିପ୍ସ କହୁଛି, ଯାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ଆପଣ ନିଜର ସ୍ୱିନକୁ ଆଲର୍ଜିରୁ ରକ୍ଷା କରି ପାରିବେ । ହୋଲିର ଉତ୍ସବରେ ସାମିଲ ହେବା ପୂର୍ବରୁ, ଆର୍ଦ୍ରତା ବଜାୟ ରଖିବା ଜରୁରୀ । ଆର୍ଦ୍ରତା ବଜାୟ ରଖିବା ପାଇଁ ମଇଶ୍ୟରାଜର ଏକ ମୋଟା ପରସ୍ତ ଆପଣଙ୍କର ସ୍ୱିନ ଓ ରଙ୍ଗ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସୁରକ୍ଷାମୂଳକ ଲେୟାର ପରି କାମ କରିଥାଏ । ରଙ୍ଗ ଖେଳିବା ପୂର୍ବରୁ ହୋଲି, ଅଧିକ ସୁରାୟ ମଇଶ୍ୟରାଜରକୁ ବାନ୍ଧନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଭଲ ହେବ କି, ଆପଣ ନାରିୟଲ ବା ବାଦାମ ତେଲ ଲଗାନ୍ତୁ । ଏହି ରଙ୍ଗକୁ ସ୍ୱିନକୁ ସିବାରେ ରୋକନ୍ତୁ , ଯେଉଁଥିରେ ହୋଲିର ରଙ୍ଗକୁ ସ୍ୱସ୍ତ କରିବା ସହଜ ହୋଇଯାଏ । ହୋଲିରେ ପ୍ରଖର ଖରା ସ୍ୱିନକୁ ତ୍ୟାମେଇ କରି ପାରେ । ଏମିତିରେ ସନସ୍କିନ୍



ନିଜର କାନ, ବେକ ଓ ହାତ ରେ ଲଗାଇବାକୁ ମଧ୍ୟ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ । ମୋକଅପ କରି ଆପଣଙ୍କୁ ସୁନ୍ଦର ଲୁକ୍ତ ତ ମିଳିପାରେ , ହେଲେ ମୋକଅପ ରଙ୍ଗ ଓ ଝାଲ ସହ ମିଶ୍ରି ଲୋମ ଛିପୁକ୍ତ ବନ୍ଦ କରି ପାରେ ଏବଂ ଏଥିରେ ବ୍ରଣ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ । ଏହା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଆପଣ ଟିକ୍ସେଟ୍, ସନସ୍କିନ୍ ଓ ଓଡ଼ରପ୍ରୁଫ୍ ଲିଫ୍ କାମ୍ ଲଗାଇ ପାରିବେ । ଆଖିର ସୁନ୍ଦରତା ବଜାୟରା ପାଇଁ ଓଡ଼ରପ୍ରୁଫ୍, ମୟାରା ଲଗାଇ ପାରିବେ ।

## ଏସିଡିଟି ସମସ୍ୟା ପାଇଁ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଆନ୍ତୁ ଗଜା ମୁଗ



ଗଜା ମୁଗ । ଏଥିରେ ଭରପୁର ପ୍ରୋଟିନ ରହିଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ ସକାଳ ଖାଦ୍ୟରେ ରାତିସାରା ପାଣିରେ ଭିଜା ମୁଗ ବା ଗଜା ମୁଗକୁ ସାମିଲ କରିବେ, ତାହାଲେ ଆପଣଙ୍କୁ ଭରପୁର ଶକ୍ତି ମିଳିବ ଏବଂ ସୁସ୍ତ ରହିବେ । ଭିଜା ମୁଗ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁଷ୍ଟିକର ତରୁରେ ଭରପୁର

ସୁପରପୁଫ୍ ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରକୁ ପ୍ରଚୁର ଶକ୍ତି, ପୁଷ୍ଟିସାର ପ୍ରଦାନ କରେ । ଭିଜା ମୁଗରେ ଥିବା ଫାଇବର ଆପଣଙ୍କ ପାଚନ ତନ୍ତ୍ରକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିଥାଏ । ଏହା ଅନ୍ତନଳୀକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ, କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଦୂର କରେ, ପେଟକୁ ହଲୁକା ଏବଂ ଆରାମଦାୟକ ରଖେ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ଏସିଡିଟି କିମ୍ବା ପେଟ ପୁଲିବା ସମସ୍ୟା ଅଛି । ତେବେ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଭିଜା ମୁଗ ଖାଇବା ଲାଭଦାୟକ ହୋଇପାରେ । ସେହିପରି ଆପଣ ଖାଣ୍ଡାହାରୀ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରକୁ ପ୍ରାକୃତିକ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଯୋଗାଇବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି । ତେବେ ଭିଜା ମୁଗ ସବୁଠାରୁ ଭଲ । ଏହା ମାଂସପେଶୀ ସୁସ୍ତୁତ୍ କରିବା, ଟିପ୍ସ ଏବଂ ଶରୀରର ବୃଦ୍ଧିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଭିଜା ମୁଗ ଏକ ଔଷଧ ପରି କାମ କରେ । ଭିଜା ମୁଗ ଏକ କମ କ୍ୟାଲୋରୀ ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ଫାଇବରଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ, ଯାହା ପେଟକୁ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରଖେ ଏବଂ ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦେଇଥାଏ । ସେହିପରି ଭିଜା ମୁଗରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ 'ଇ' ଚିଡ଼ାକି ଉତ୍ତମ ରଖେ । ଏହା ସହିତ ଏଥିରେ ଥିବା ପ୍ରୋଟିନ ଏବଂ ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ କେଶକୁ ମଜବୁତ ଏବଂ ଘନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଭିଜା କଞ୍ଚା ଚଣା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରୁ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ବାହାର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ ହୁଏ । ଯାହା ଶରୀରକୁ ହଲୁକା ଏବଂ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଅନୁଭବ କରାଏ । ଏହା ଆପଣଙ୍କ ଯନ୍ତ୍ରକୁ ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ରଖେ । ତେଣୁ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଭିଜା ମୁଗ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀର କେବଳ ଫିଟ୍ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ ରହିବ ନାହିଁ ବରଂ ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ସାରା ଦିନ ସକ୍ରିୟ ରଖିବ ।

## ଦୁର୍ବଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିର ଲକ୍ଷଣରୁ ହୋଇଯାଆନ୍ତୁ ସାବଧାନ ମାନନ୍ତୁ ଚାଣକ୍ୟଙ୍କ ନୀତି :ପିଲାଙ୍କୁ ଦିଅନ୍ତୁ ଏଭଳି ଶିକ୍ଷା



ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଆମ ଶରୀରର ସୁରକ୍ଷା କବଚ ବୋଲି ବିଦେବତନା କରାଯାଇଥାଏ । ଯାହା ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା ଏବଂ ବିପଦଜନକ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଯେତେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହେବ, ରୋଗ ସେତେ ଦୂରରେ ରହିବ । ହେଲେ ଆଜିକାଲି ଆମର ଅନେକ ଅଭ୍ୟାସ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିର ଶତ୍ରୁ ପାଲଟିଛି, ଯାହା ଏହି ପ୍ରାକୃତିକ ସୁରକ୍ଷା କବଚକୁ ଦୁର୍ବଳ କରୁଛି । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ଆମର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଦୁର୍ବଳ ହେବାକୁ ଲାଗେ, ସେତେବେଳେ ଶରୀର ସହାୟକ ସେବା ଆରମ୍ଭ କରିଦିଏ । ଏହି ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝିବା ବୁଝାଯାଉ ଉଚିତ୍ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ବୁଝି ଏଥିପ୍ରତି ସଚେତନ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିପାରିବା । ଶୀତଦିନେ କିମ୍ବା ଋତୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଲେ ଅଥବା ହେବା ସାଧାରଣ କଥା । ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ୭ ରୁ ୧୦ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଏଥିରୁ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । କାରଣ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି

ଆର୍ଥିକତା ଉପାଦାନ କରିବାକୁ ଅତି କମରେ ୩ ରୁ ୪ ଦିନ ସମୟ ଲାଗେ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଅଥବା ଲାଗି ରହେ, ତେବେ ଏହା ଦୁର୍ବଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିର ଏକ ବଡ଼ ଲକ୍ଷଣ । ନ୍ୟାସନାଲ ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଅଫ୍ ହେଲଥ ଅନୁଯାୟୀ, ୭୦% ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ପାଚନ ପ୍ରଣାଳୀ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । କାରଣ ଏହିଠାରେ ଲାଭଦାୟକ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଅନ୍ତନଳୀକୁ ସଂକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ଯଦି ଆପଣ ବାରମ୍ବାର ତାଜାରିଆ କିମ୍ବା କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି ତେବେ, ଏହା ଦୁର୍ବଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିର ଲକ୍ଷଣ । ଆମେରିକୀୟ ଏକାଡେମୀ ଅଫ୍ ଆଲର୍ଜି, ଆଲର୍ଜି ଏବଂ ଇମ୍ୟୁନୋଲୋଜି ଅନୁସାରେ, ଯଦି ଆପଣ ବର୍ଷକୁ ଚାରି ଥରରୁ ଅଧିକ କାନ୍ସର କିମ୍ବା ବର୍ଷକୁ ଦୁଇଥର ନିମୋନିଆରେ ପୀଡ଼ିତ ହେଉଛନ୍ତି, ତେବେ ଏଗୁଡ଼ିକ ଦୁର୍ବଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଏହି ଲକ୍ଷଣକୁ ଆଦୌ ଅଣଦେଖା କରିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ । ଶରୀରର କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ କଟି ଯାଇଥାଏ, ପୋଡ଼ି ଯାଇଥାଏ କିମ୍ବା ସାମାନ୍ୟ ଆଘାତ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ସେହି ସ୍ଥାନକୁ ଚର୍ମି ତୁରନ୍ତ ସୁସ୍ଥ କରିବାକୁ ଲାଗିଥାଏ । ଖଞ୍ଜିଆ କିମ୍ବା କ୍ଷତ ସ୍ଥାନକୁ ସୁସ୍ଥ କରି ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ନୂତନ ଚର୍ମ ପୂଷ୍ଟି କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଶରୀର ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନକୁ ପୁଷ୍ଟିକର ପଦାର୍ଥରେ ଭରପୁର ରକ୍ତ ଯୋଗାଇ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସୁସ୍ଥ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଥିବା ଶରୀରର କୋଷ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଯଦି କ୍ଷତ ଶାନ୍ତ ଶୁଖିନାହିଁ, ତେବେ ଏହା ଦୁର୍ବଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଚାପରେ ରହୁଛନ୍ତି, ତେବେ ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ବହୁତ ଦୁର୍ବଳ କରିଥାଏ । ଆମେରିକୀୟ ସାଇକୋଲୋଜିକାଲ ଆସୋସିଏସନ୍ ଅନୁଯାୟୀ, ଚାପ ଶରୀରରେ ଲିମ୍ଫୋସାଇଟ୍ କିମ୍ବା ଶ୍ୱେତ ରକ୍ତ କଣିକା ପରିମାଣକୁ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ଏହା ସଂକ୍ରମଣ ସହିତ ଲଢ଼ିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଅର୍ଥାତ୍ ଅତ୍ୟଧିକ ଏବଂ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପାଇଁ ମାନସିକ ଚାପ ମଧ୍ୟ ଦୁର୍ବଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିର ଏକ ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ ।



ଚାଣକ୍ୟ ଥିଲେ ଜଣେ ଭାରତୀୟ ଶିକ୍ଷକ, ଦାର୍ଶନିକ ଏବଂ ରାଜଗୁରୁ । ପ୍ରକୃତରେ ସେ ପୁରାତନ ତନ୍ତ୍ରଶିଳ୍ପ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଅଧ୍ୟାପକ ଓ ରାଜନିତୀ ବିଜ୍ଞାନର ଜଣେ ପ୍ରାଧ୍ୟାପକ ଥିଲେ । ଚାଣକ୍ୟ ମୌର୍ଯ୍ୟ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ସ୍ଥାପନରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ଇତିହାସର ପ୍ରଥମ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ଭାବେ ଭାରତବର୍ଷର ଅତିଭିତ୍ତ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଜଣା ହୋଇଯାଏ, ଯାହା ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ମୁକ୍ତପୋଇ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କ ଗୋଟିଏ ଜିନିଷରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଉଚିତ୍ । ଆସନ୍ତୁ ସେ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା... କିଛି ସମୟ ଦୂର୍ବଳ କେବଳ ମନୋପାତନ

ନୀତିଗୁଡ଼ିକ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ମନୁଷ୍ୟ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଆସିଛି । ତାଙ୍କର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ଏବଂ ନୀତିରେ ହିଁ ତନ୍ତ୍ରଗୁପ୍ତ ମୌର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ରାଟ ହୋଇ ମୌର୍ଯ୍ୟ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଚାଣକ୍ୟଙ୍କ ନୀତିରେ ଜୀବନକୁ ସଫଳ କରିବାର ଉପାୟ ସହ ଭୁଲିପକର ବିଚାର କରିବାର ଉପାୟ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଏସବୁ ନୀତିକୁ ମାନି କିଏ ବି ସଫଳତାର ଶୀର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିପାରିବ ।  
- ଚାଣକ୍ୟ କୁହନ୍ତି... ଝିଅର ବିବାହ ସର୍ବଦା ସଂସ୍କାରୀ ଏବଂ ନିଜ ସମସ୍ୟା ପରିବାରରେ କରିବା ଉଚିତ୍ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଯଦି ଆପଣ ନିଜଠାରୁ ଧନୀ ଘରେ ଝିଅର ବିବାହ କରନ୍ତି ତେବେ ଝିଅର ଗୃହସ୍ଥିତରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଅସୁବିଧା ଆସିପାରେ । ଅନେକ ଥର ପରିବାରରେ ସମାନତା ନ ଥିବା କାରଣରୁ ବିବାହ ଭାଙ୍ଗି ମଧ୍ୟ ଯାଏ । ତେଣୁ ସର୍ବଦା ନିଜ ସମସ୍ୟା ପରିବାରରେ ଝିଅର ବିବାହ କରାନ୍ତୁ ।  
- ଚାଣକ୍ୟ କୁହନ୍ତି ଯେଉଁ ମା'ବାପା ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଭଲ ଶିକ୍ଷା ଦେଇ ନ ଥାନ୍ତି ସେମାନେ ଶତ୍ରୁ ସମାନ ହୋଇଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ନିଜ ହାତରେ ପିଲାଙ୍କ ଜୀବନ ବରଦାତ କରିଦିଅନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶିକ୍ଷା ବିହୀନ ମନୁଷ୍ୟ ବିନା ଲାଭୁଡ଼ି ବିଶିଷ୍ଟ ପଶୁ ହୋଇଥାନ୍ତି ।  
- ଚାଣକ୍ୟ କୁହନ୍ତି ଭଲ ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କୁ ନିଜ ସହ ଧର୍ମକର୍ମ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲଗାଇବା ଉଚିତ୍ । ଏଭଳି କରିବାଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ସହ ଆପଣଙ୍କ ବନ୍ଧୁ ଏବଂ ସମାଜର ଭଲ ହେବ । ଚାଣକ୍ୟ କୁହନ୍ତି ବନ୍ଧୁମାନଙ୍କୁ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ରକ୍ଷା କରାଯାଏ, ଏମିତିରେ ଖରାପଗୁଣ ଥିବା ବନ୍ଧୁ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇପାରେ । ତେଣୁ ଭଲ ବନ୍ଧୁ ଏବଂ ବିଶ୍ୱସ୍ତ ବନ୍ଧୁ କରନ୍ତୁ ।  
- ଚାଣକ୍ୟ କୁହନ୍ତି ବିଜେତା ହେବା ଲାଗି ଶତ୍ରୁକୁ ସବୁବେଳେ ଦୁଃଖ ଏବଂ ଜଷ୍ଟରେ ରଖନ୍ତୁ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ନା ସେ ଯଦି ଖୁସିରେ ରହିବ ତୁମକୁ ଆଘାତ ଦେବ, ଯଦି ସେ ନିଜର ଦୁଃଖରେ ଚିନ୍ତିତ ରହିବ ତେବେ ଆକ୍ରମଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଏଥିସହ ବେଶ୍ ସାବଧାନତାର ସହ ତାଙ୍କ ଗତିବିଧି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଉଚିତ୍ । ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଚାଣକ୍ୟଙ୍କ ଏହି ନୀତି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ, ତେବେ ନିଶ୍ଚୟ ଆପଣ ସଫଳତାର ଶୀର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିବେ ।

## ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ୍ କ୍ୟାନସରରୁ ମୁକ୍ତି ଦେବ କଖାରୁ ମଞ୍ଜି ଫ୍ୟାଟି ଲିଭରରୁ ସବୁଦିନ ପାଇଁ ମିଳିବ ମୁକ୍ତି : ଖାଆନ୍ତୁନି ଶସ୍ୟ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ

ସାଧାରଣତଃ ଆପଣ କଖାରୁକୁ ନିଜ ଦୈନିକ ଜୀବନରେ ଖାଉଥିବେ । ବିଶେଷ କରି ଏହାକୁ ତାଜାମାରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ତାଳମାରେ କଖାରୁ ନିପତ୍ତିକ, ତାହା ପିକା ପିକା ଲାଗେ । ଏହି କଖାରୁକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ବେଳେ ଆପଣ ତାର ମଞ୍ଜିକୁ କାଟି ଫୋପାଡ଼ି ଦେଉଥିବା । ହେଲେ କଣ ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି କି, ଏହି କଖାରୁ ମଞ୍ଜି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କେତେ ଉପକାରୀ । ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଏହି ରିପୋର୍ଟରେ ଜାଣିବା । କଖାରୁ ମଞ୍ଜି ପ୍ରୋଟିନ୍‌ର ଏକ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଉତ୍ସ । ଖାଦ୍ୟକରି ସାକାହାରୀ ଏବଂ ଭୋଗାନ୍ତମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ବିକଳ ସାଧକ । ଏହି କଖାରୁ ମଞ୍ଜିରେ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଭରପୁର ହୋଇ ରହିଛି । ଏଥିରେ ଏପରି ଏକ ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ ରହିଛି ଯାହା ହାଡ଼ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଶକ୍ତି ଉତ୍ପାଦନ ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରିଚାଳନା କରିବାରେ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । କଖାରୁ ମଞ୍ଜିରେ ଭିଟାମିନ୍‌, ବିଟା କେରୋଟିନ୍‌ ଭଳି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ରହିଛି । ଯାହା ଶରୀରର କୋଷ ଗୁଡ଼ିକୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ଏବଂ ପ୍ରଦାହ କମ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଏଥିରେ ଲୁକ୍ତରକ୍ତଚାପ, ନାମକ ଏକ ନାମକ ଏକ ପଦାର୍ଥ ରହିଥାଏ, ଯାହା ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ୍ କର୍କଟ ରୋଗର ଆଖିକୁ କମାଇଥାଏ । ଏହା ସହ ବେନିନ୍ ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟିକ୍ ହାଇପରପ୍ଲାସିଆର ଲକ୍ଷଣକୁ ମଧ୍ୟ କମାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । କଖାରୁ ମଞ୍ଜି ଟ୍ରିପ୍‌ଟୋଫାନ୍‌ର ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ଉତ୍ସ । ଏହା ଏପରି ଏକ ଏସିଡ୍ ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ଶୋଇବା ପ୍ରଣାଳୀକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ସହ ଆମର ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଜିଙ୍କ୍ ମଧ୍ୟ ଭରପୁର ହୋଇ ରହିଥାଏ । ଏହା ହାଡ଼କୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ପରିଚାଳନା ଏବଂ ଶରୀରର ସ୍ତରକୁ ଶାନ୍ତ ଉପଶମ ଦେଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଉଚ୍ଚ ଷ୍ଟେରୋଲ୍ ଏବଂ ସ୍ପାନେଲ୍ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଯାହା କୋଲେଷ୍ଟେରଲ୍ ସ୍ତରକୁ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ଏବଂ ସାମଗ୍ରିକ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଉନ୍ନତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ନିକୋଟିନ୍‌, ସିଗ୍ରେଟ୍, ନାମକ ଏକ ପଦାର୍ଥ ରହିଥାଏ । ଯାହା ଉପସ୍ଥିତ ସ୍ତରୋଲ୍‌ଗୋଲ୍‌ଡ଼ାକୁ ଉନ୍ନତ କରିଥାଏ ଏବଂ ରକ୍ତରେ ଶର୍କରାର ସ୍ତରକୁ କମ କରିଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ପାଇକର-ଏବଂ ହେକ୍ସି ଫ୍ୟାଟ୍ ରହିଥାଏ । ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ପାଚନ ଶକ୍ତିକୁ ଉନ୍ନତ କରିବା ସହ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂର କରିଥାଏ ।



କରିବା ଦ୍ୱାରା ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର ସମସ୍ୟା ହୁଏ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଉଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏବେ କଳ୍ପ ଫୁଟ୍ ମଧ୍ୟ ଏଥିପାଇଁ ଦାୟୀ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଦକ୍ଷ ଘଣ୍ଟା ମୋବାଇଲ୍ ପାଖରେ ବସି ରହିବା, ଏକ୍ସରାୟାଲ୍ ନକରିବା ଏବଂ ବିଳମ୍ବରେ ଖାଇବା ଅଭ୍ୟାସ ମଧ୍ୟ ଏହି ରୋଗକୁ ବଢ଼ାଇଛି । ସାଧାରଣତଃ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର ଦୁଇ ପ୍ରକାରର । ଆଲକୋହୋଲିକ୍ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର ଏବଂ

ନନ-ଆଲକୋହୋଲିକ୍ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର । ମନୋପାତନ କରୁନଥିବା ଲୋକଙ୍କଠାରେ ନନ-ଆଲକୋହୋଲିକ୍ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର ଦେଖାଯାଏ । ଏବଂ ମନୋପାତନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ଆଲକୋହୋଲିକ୍ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର ଦେଖାଦେଖାଯାଏ । ଯଦି ଆପଣ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭରକୁ ଏଡ଼ାଇବାକୁ ଚାହାନ୍ତି, ତେବେ ପ୍ରୋସ୍ଟେଟ୍ ଫୁଡ୍ ଠାରୁ ଖାଦ୍ୟକୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ । କାରଣ ଏଥିରେ ଅଧିକ ପରିମାଣର ଚିନି ଏବଂ ଲୁଣ ରହିଥାଏ, ଯାହା ଯକୃତ ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ । ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ଅଧିକ ପ୍ରୋସ୍ଟେଟ୍ ଫୁଡ୍ ଖାଆନ୍ତି, ଆପଣଙ୍କ ଯକୃତରେ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଜମା ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଯାଏ । ଯାହା ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଅଳ୍ପପ୍ରସେସ୍ ଫୁଡ୍, ଶସ୍ୟ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ, ଚିନି, ମିଠା, ମାଂସ, ରୁଟି ଇତ୍ୟାଦି ଖାଦ୍ୟକୁ ନିଜକୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ । ଏଗୁଡ଼ିକୁ ଖାଦ୍ୟରେ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ମାତ୍ରାରେ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭରକୁ ଏଡ଼ାଇ ପାରିବେ । ଫ୍ୟାଟି ଲିଭରରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ, ଟ୍ରୋଲେନି, ଗ୍ରାନ୍- ଟି, ଅକ୍ସାଲେଟ୍, ସୋୟାବିନ୍‌ ଜର୍ମାସିଲ୍ ନିଜ ଡାଏଟରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ଫ୍ୟାଟି ଲିଭର ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମିଯାଏ ।



## ବିଚିତ୍ର ମନ୍ଦିର: ଯେଉଁଠି ଭଲ ହୁଏ ରୋଗ, କେବଳ ଲୁଣ ଓ ଗୁଡ଼ରେ ଭଗବାନ ହୁଅନ୍ତି ସନ୍ତୁଷ୍ଟ

ବୈଆଶ୍ୱରୀନ କୋଏଲ ପ୍ରଭୁ ଶିବ ମନ୍ଦିର ଏକ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ହିନ୍ଦୁ ମନ୍ଦିର । ଏହା ଭାରତର ତାମିଲନାଡୁ ରାଜ୍ୟରେ ସ୍ଥିତ । ଏହି ମନ୍ଦିର ଖୁବ୍ ଲୋକପ୍ରିୟ ଓ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ମଧ୍ୟ । ଏହି ମନ୍ଦିର ଦେବତାଙ୍କୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଦେବତା ରୂପେ ଜଣାଶୁଣା । ଏଠାରେ ବୈଆଶ୍ୱରୀନଙ୍କ ରୂପରେ ପୂଜା କରାଯାଏ । ଏହାର ଅର୍ଥ ଚିକିତ୍ସାର ଦେବତା । ମାନ୍ୟତା ଅନୁଯାୟୀ, ବୈଆଶ୍ୱରୀନଙ୍କ ନିକଟରେ ପ୍ରାର୍ଥନା ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ବୈଆଶ୍ୱରୀନ ଶିବର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ବୈଦ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ଚିକିତ୍ସକ ଓ ଶୁଣ୍ଠି । ଏହା ନବ ଗ୍ରହଙ୍କ ସହ ଜଡ଼ିତ ନଅଟି ମନ୍ଦିର ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଓ ମଙ୍ଗଳ ଗ୍ରହଙ୍କ ସହ ଜଡ଼ିତ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ମନ୍ଦିରର ମୁଖ୍ୟଦ୍ୱାର ପାଞ୍ଚ ମହଲା ବିଶିଷ୍ଟ । ମନ୍ଦିରର କାରୁକାର୍ଯ୍ୟ ଉଚ୍ଚକୋଟୀର । ଚିତ୍ରବରମରୁ ପ୍ରାୟ ୩୦ କିମି ଦୂରରେ ଥିବା ଏହି



ମନ୍ଦିର ଏବଂ ଆଖପାଖର ଗାଁଟି ତାଳପତ୍ର କୋପିଷ ବା 'ନାଡ଼ି ଶାସ୍ତ୍ର'ର ପ୍ରସିଦ୍ଧ କଳା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରସିଦ୍ଧ । ଏଠାରେ ଭଗବାନଙ୍କୁ ଲୁଣ ଏବଂ ଗୁଡ଼ ଅର୍ପଣ କଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ । ମନ୍ଦିର ପ୍ରବେଶ ଦ୍ୱାର ନିକଟରେ ଏକ ଛୋଟ ବଜାର ଅଛି ଯେଉଁଠାରେ ପୂଜା ସାମଗ୍ରୀ, ଫୁଲ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜିନିଷ ଉପଲବ୍ଧ । ଏଠାକୁ ପରିଦର୍ଶନ କଲେ, ଏହି ଗାଁର ସଂସ୍କୃତି ଏବଂ ପରମ୍ପରାକୁ ନିକଟରୁ ଦେଖି ହେବ । ବୈଆଶ୍ୱରୀନ କୋଏଲ ହେଉଛି ଏକ ବଡ଼ ଏବଂ ପ୍ରାଚୀନ ମନ୍ଦିର ଯାହା ୧୦.୭ ଏକର ଜମିରେ ବ୍ୟାପିଛି । କୁହାଯାଏ ଯେ ଏହି ମନ୍ଦିରକୁ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ଏବଂ ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇବା ପାଇଁ ବିଶେଷ ବିଦେବତା କରାଯାଏ । ମନ୍ଦିରରେ ଏକ ପାଞ୍ଚ ମହଲା ବିଶିଷ୍ଟ ଗୋପୁରମ

(ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ୱାର) ଏବଂ ଏହାର ଭିତରେ ଅନେକ ପ୍ରାଙ୍ଗଣ (ଖୋଲା ସ୍ଥାନ) ଅଛି । ଭଗବାନ ଶିବ ଗର୍ଭଗୃହରେ ଶିବଲିଙ୍ଗ ରୂପରେ ରହିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ଭଗବାନ ମୁରୁଗନଙ୍କ ପ୍ରତିମା ସହିତ ନଟରାଜ, ସୋମୟଜ୍ଞ, ଦୁର୍ଗା, ସୂର୍ଯ୍ୟଦେବ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦେବତା ଏବଂ ଦେବୀଙ୍କ ପ୍ରତିମା ରହିଛି । ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ଦେବୀ ଆୟାଲନାୟକାଙ୍କ ମନ୍ଦିର ଅଛି ଯିଏ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ଭକ୍ତମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କର ରୋଗ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଆଶୀର୍ବାଦ ଦେଉଛନ୍ତି । ମନ୍ଦିର ନିକଟରେ ଏକ ପବିତ୍ର ଜଳ ପୁଷ୍କରିଣୀ ଅଛି ଯାହାକୁ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ପରିପୁଷ୍ଟ ବୋଲି ବିଦେବତା କରାଯାଏ । ଲୋକମାନେ ଏହାର ପାଣିକୁ ଘରକୁ ନେଇ ଔଷଧ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । ମନ୍ଦିରଟି ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳ ୬:୦୦ ରାତି ୮:୩୦ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖୋଲା ରହିଥାଏ । ହଜାର ହଜାର ଭକ୍ତ ଏଠାକୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ମଙ୍ଗଳ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇବା ପାଇଁ ଆସନ୍ତି । ମନ୍ଦିରର ପବିତ୍ର ଗଛ ହେଉଛି 'ନିମ' ଯାହାକୁ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଏଠାରେ ମଙ୍ଗଳ ଗୁହର ବିଶେଷ ପୂଜା କରାଯାଏ ଯାହା ଜୀବନରେ ବାଧା ଦୂର କରେ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ । ଏଠାରେ ନବଗୁହ (ନଅଟି ଗୁହ)ଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଗୁଡ଼ିକ ଗୋଟିଏ ଧାଡ଼ିରେ ସ୍ଥାପିତ ହୋଇଛି ଯାହା ଏହାକୁ ଅନ୍ୟ ମନ୍ଦିରଠାରୁ ଭିନ୍ନ କରିଥାଏ । ପ୍ରତି ମଙ୍ଗଳବାର ମନ୍ଦିର ଭିତରେ ଏକ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ମଙ୍ଗଳ ଗ୍ରହଙ୍କ ଏକ ସୂତ୍ର ମୂର୍ତ୍ତି ବାହାର କରାଯାଏ । ଏହି ମନ୍ଦିର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଶାନ୍ତି ଏବଂ ସମୃଦ୍ଧି ଜାମିନ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ।







ଭୁବନେଶ୍ୱର : ସହିଦନଗର ବିଷୁମ୍ଭଦିରୁ ନଗର ପରିକ୍ରମାରେ ବାହାରିଥିବା ଠାକୁରଙ୍କ ଦୋଳ ବିମାନକୁ 'ସମୟ କଳିକା' କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଇଛି । (ଫଟୋ : ସମୟ କଳିକା)



ଭୁବନେଶ୍ୱର : ସହିଦନଗର ବିଷୁମ୍ଭଦିରୁ ନଗର ପରିକ୍ରମାରେ ବାହାରିଥିବା ଠାକୁରଙ୍କ ଦୋଳ ବିମାନକୁ 'ସମୟ କଳିକା' କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଇଛି । (ଫଟୋ : ସମୟ କଳିକା)

### ପୁରୀରେ ପାଳନ ହେଉଛି ଗୋବିନ୍ଦ ଦ୍ୱାଦଶୀ ସିଂହଦ୍ୱାରରୁ ସମୁଦ୍ର ଯାଏଁ ଚାଲିଛି ସଂକୀର୍ତ୍ତନ

ପୁରୀ, ୧୧/୩ ବୁଧବାର  
ମଙ୍ଗଳବାର ପୂଷ୍ୟ ନକ୍ଷତ୍ର ଯୁକ୍ତ ଗୋବିନ୍ଦ ଦ୍ୱାଦଶୀ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ରୁଚିତ । ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି ଚାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ପ୍ରାଣ କଲେ ଅଶେଷ ପୁଣ୍ୟ ମିଳିଥାଏ । ୧୦ ତାରିଖ ଦିନ ପାପନାଶିନୀ ଏକାଦଶୀରେ ୧୧ ତାରିଖ ସକାଳ ୮.୧୫ ସୁଦ୍ଧା ପୂଷ୍ୟ ନକ୍ଷତ୍ର ଯୁକ୍ତ ଗୋବିନ୍ଦ ଦ୍ୱାଦଶୀ ପାଳିତ ହୋଇଛି । ଚାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ମହୋତ୍ସବରେ ପବିତ୍ର ଗୋବିନ୍ଦ ଦ୍ୱାଦଶୀ ପ୍ରାଣ । ମହୋତ୍ସବ ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାର ନିକଟ ଅମାବାସ୍ୟା ନାରାୟଣ ଠାକୁର ନାରାୟଣ ଘାଟରେ ପ୍ରାଣ କରିଛନ୍ତି ବିଭିନ୍ନ ମଠାଧୀଶ ଏବଂ ଶ୍ରୀକାଳୀ । ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ସିଂହଦ୍ୱାର ଠାରୁ ଭବ୍ୟ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ସଂକୀର୍ତ୍ତନ କରି ରୁଡ଼ ପକାଇଛନ୍ତି ଶ୍ରୀକାଳୀ । ସେଥିପାଇଁ କିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ଦୀପକ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଥିଲା । ଦୀର୍ଘ ୧୬ ବର୍ଷ ପରେ ଗୋବିନ୍ଦ ଦ୍ୱାଦଶୀ ପୁଷ୍ୟ ନକ୍ଷତ୍ର ଯୁକ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବାରୁ ଚାର୍ଯ୍ୟ ରାଜ ମହୋତ୍ସବରେ ଶତାଧିକ ଶ୍ରୀକାଳୀ, ମଠାଧୀଶ, ସେବାୟତ ବୃତ୍ତ ପକାଇଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ର ମଠାଧୀଶ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ସକାଳ ୬ଟା ୩୦ ରେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ସିଂହଦ୍ୱାର ଠାରୁ ଏକ ବିରାଟ ଶୋଭାଯାତ୍ରା ବାହାରି ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାର ନିକଟ ନାରାୟଣ ଘାଟରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ସେଠାରେ ଶହ ଶହ ସାଧୁ ସନ୍ଥ, ମଠାଧୀଶ, ସେବାୟତ ଓ ଶ୍ରୀକାଳୀ ମାନେ ବୃତ୍ତ ପକାଇଥିଲେ । ତେବେ ଫଗୁଣ ମାସର ଆରାଧ୍ୟ ଦେବତା ହେଉଛନ୍ତି ଗୋବିନ୍ଦ । ଏହି ପୁଣ୍ୟ ମାସରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଷ ଗୋବିନ୍ଦ ଦ୍ୱାଦଶୀ ପ୍ରାଣ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦୀର୍ଘ ୧୬ ବର୍ଷ ପରେ ଗୋବିନ୍ଦ ଦ୍ୱାଦଶୀ ପୁଷ୍ୟ ନକ୍ଷତ୍ର ଯୁକ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ଛତିଶା ନିଯୋଗ ନାୟକ । ଗତ ୨୦୦୯ ମସିହାରେ ଶେଷଥର ପାଇଁ ଏଭଳି ବିରାଟ ଯୋଗ ପଡ଼ିଥିଲା । କୋଟିଶ ଗଣନା ମୁତାବକ ଶୋଳ ବର୍ଷ ପରେ ଏଭଳି ଯୋଗ ପଡ଼ିଛି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ମଠାଧୀଶ ।

## ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାକୁ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ମାନ୍ୟତାର ୧୧ ବର୍ଷ ପୂର୍ତ୍ତ: ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଏବଂ ଉପମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଅଭିନନ୍ଦନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୧/୩ ବୁଧବାର  
ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାକୁ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷା ଭାବରେ ମାନ୍ୟତା ମିଳିବାର ୧୧ତମ ବାର୍ଷିକୀରେ ଓଡ଼ିଶାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ, ଉପମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କନକ ବର୍ଷିକ ସିଂହ ଦେବ ଏବଂ ପ୍ରଭାତା ପରିଡ଼ା ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାଭାଷୀ ଲୋକଙ୍କୁ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି । ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ଏବଂ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ମାଝୀ ଲେଖିଛନ୍ତି, ଓଡ଼ିଆ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷା ଦିବସ ଅବସରରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା । ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ଆମର ଗର୍ବ ।

ଆସନ୍ତୁ ଆମେ ଗୌରବମୟ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାକୁ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ମାନ୍ୟତା ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ଆମର ମହାପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଅତୁଳନୀୟ ଅବଦାନକୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିବା ଏବଂ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାର ପ୍ରସାର, ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ ସମୃଦ୍ଧି ପ୍ରତି ଆମର ସଂକଳ୍ପକୁ ଆହୁରି ମଜବୁତ କରିବା । ଉପମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କେଳି ସିଂହ ଦେବ ତାଙ୍କ ଭାବନା ପ୍ରକାଶ କରି ନିଜର ଏକ ହ୍ୟାଣ୍ଡେକରେ କହିଛନ୍ତି, ଏଗାର ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାକୁ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ମାନ୍ୟତା ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ

ମୁଁ ସମସ୍ତ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାଭାଷୀ ଲୋକଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇବାକୁ ଚାହୁଁଛି ଏବଂ ଆମର ଗୌରବମୟ ଭାଷାକୁ ସମୃଦ୍ଧ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟାସ କରିଥିବା ମହାନ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜଣାଉଛି । ଏହି ଏତିହାସିକ ବାର୍ଷିକୀ ଓଡ଼ିଶା ଏବଂ ଓଡ଼ିଶା ବାହାରେ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କଥିତ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାର ସମୃଦ୍ଧ ସାଂସ୍କୃତିକ ଏତିହ୍ୟ ଏବଂ ସାହିତ୍ୟିକ ଗୁରୁତ୍ୱକୁ ପାଳନ କରିବେ । ୨୦୧୫ ମସିହା ମାର୍ଚ୍ଚ ୧୧ ତାରିଖରେ ଓଡ଼ିଆକୁ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷା ଭାବରେ ଘୋଷିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଯେ, ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷାର ମାନ୍ୟତା ୨୦୦୪ ମସିହାରେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ମାନବସ୍ୱର ପକାଫଳ । ସଂସ୍କୃତି ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ଏହି

ପକାଫଳକୁ ପାଳନ କରି ପୁଲିସ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜଣାଉଛି । ଏହି ଏତିହାସିକ ବାର୍ଷିକୀ ଓଡ଼ିଶା ଏବଂ ଓଡ଼ିଶା ବାହାରେ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କଥିତ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାର ସମୃଦ୍ଧ ସାଂସ୍କୃତିକ ଏତିହ୍ୟ ଏବଂ ସାହିତ୍ୟିକ ଗୁରୁତ୍ୱକୁ ପାଳନ କରିବେ । ୨୦୧୫ ମସିହା ମାର୍ଚ୍ଚ ୧୧ ତାରିଖରେ ଓଡ଼ିଆକୁ ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷା ଭାବରେ ଘୋଷିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଯେ, ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷାର ମାନ୍ୟତା ୨୦୦୪ ମସିହାରେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ମାନବସ୍ୱର ପକାଫଳ । ସଂସ୍କୃତି ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ଏହି

ସମ୍ମାନଜନକ ମାନ୍ୟତା ପାଇଁ ପ୍ରସାଦିତ ଭାଷାଗୁଡ଼ିକୁ ପରାମ୍ପରା କରିବା ପାଇଁ ସାହିତ୍ୟ ଏକାଡେମୀ ଅଧୀନରେ ଏକ ଭାଷାଗତ ବିଶେଷଜ୍ଞ କମିଟି (ଏଲଜସି) ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିଲା । ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷା ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରାଚୀନ ଭାଷା ଯାହାର ଏକ ସମୃଦ୍ଧ ସାହିତ୍ୟିକ ଇତିହାସ ଏବଂ ସ୍ୱାଧୀନ ପରମ୍ପରା ଅଛି ଯାହା ଅନ୍ୟ ଭାଷା ଏବଂ ବାର୍ଷିକିକ ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ ପ୍ରଭାବିତ କରିଚାଲିଛି । ୨୦୦୪ ମସିହାରେ ତାମିଲ ପ୍ରଥମ ଭାଷା ଭାବରେ ଭାରତର ଶାସ୍ତ୍ରୀୟ ଭାଷା ଭାବରେ ଘୋଷିତ ହୋଇଥିଲା ।



ଭୁବନେଶ୍ୱର : ଲୋକସେବା ଭବନରେ ଭରତପୁର ଘଟଣା ସଂକ୍ରାନ୍ତରେ କମିଶନ ରିପୋର୍ଟ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀଙ୍କୁ ହସ୍ତାନ୍ତର କରୁଛନ୍ତି କର୍ମସ୍ୱି ବି.ଆର ଦାଶ । (ଫଟୋ : ସମୟ କଳିକା)



ଭୁବନେଶ୍ୱର : ନବୀନ ନିବାସ ଠାରେ ବିରୋଧୀ ଦଳ ନେତା ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କୁ ସୌଜନ୍ୟମୂଳକ ସାକ୍ଷାତ କରୁଛନ୍ତି ପୂର୍ବତନ କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ଡିଏମକେ ସାଂସଦ ଥିରୁ ଦୟାନିଧି ମାରିନ ଓ ତାମିଲନାଡୁ ଶିଳ୍ପମନ୍ତ୍ରୀ ବିଆରଭି ରାଜା । (ଫଟୋ : ସମୟ କଳିକା)

## ଗୋଡ଼ାଇ ଗୋଡ଼ାଇ ଅପରାଧୀଙ୍କୁ ସାବାଡ଼ କରିବ କମିଶନରେଟ୍ ପୋଲିସ

ଭୁବନେଶ୍ୱର ୧୧/୩ ବୁଧବାର  
ବିନିଷ୍ଠିତ କଟକ ଓ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଅପରାଧୀଙ୍କୁ ଆଉ ନିଷ୍ଠର ନାହିଁ । ଗୋଡ଼ାଇ ଗୋଡ଼ାଇ ବାନ୍ଧିବା ସହ ସାବାଡ଼ କରିବାକୁ ପୁଲିସ କମିଶନର କଡ଼ା ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଚୋରି, ରାହାଜାମି, ଲୁଟ, ନିଶା ଓ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର କାରବାର ଉପରେ ବଡ଼ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ହେବ । ଡିଏମକେ ନେତୃତ୍ୱରେ ଗଠିତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଟିମ୍ ଏସବୁ ଉପରେ ନଜର ରଖିବା ସହ କେଳି ଫେରନ୍ତା ଦାଗାଙ୍କ ଇତିହାସ ବି ଦେଖିବ । କେଳି ଫେରନ୍ତା ପ୍ରତିମାସରେ ଥାନାରେ ହାଜର ପାଇଁ ନୋଟିସ ଓ ଅବ୍ୟାସଗତ ଅପରାଧୀଙ୍କୁ ବିନିଷ୍ଠିତ ରଖିବାର କୋର୍ଟି । ମହିଳାଙ୍କ ବେକରୁ ଚେନ୍ଦୁ ଝାମି କାନ୍ଦନ ନେଇଗଲେ । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ପୁଲିସ ଡିଭିଜନରେ ସାଇବର ଠକ ସିଏମ୍ ଏଫ ଓ ଡିଜିଟାଲ ଡିଭିଜନ ବ୍ୟାଚ କୋର୍ଟିକେଟି ଲୁଟିନେଲେ । ବିହାର ମନ୍ତ୍ରପତି ମାରିଆନ ଚୋରି ହେଲା । ବରିଷ୍ଠ କଂଗ୍ରେସ ନେତା ନିରଞ୍ଜନ

ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଘରୁ ଚୋରି କରି ପୁଲିସକୁ ବ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ଦେଲେ । ସବୁ ଘଟଣାରେ ଆନ୍ତରାଳ୍ୟ ଅପରାଧୀଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସାମୁଦ୍ରୀୟ ଆସିଲା । ବାହାର ରାଜ୍ୟକୁ ଯାଇ ଅପରାଧୀଙ୍କୁ ଧରିଲା ପୁଲିସ । ଆନ୍ତରାଳ୍ୟ ଅପରାଧୀଙ୍କୁ ୨ଟି ଏନକାର୍ଡରେ ହେଲା । ଏନେଲ ପୁଲିସ କମିଶନରଙ୍କ ଚେତାବନୀ ହାର୍ଡକୋର ଅପରାଧୀଙ୍କ ଛାଡ଼ିବେ ଛନ୍ଦନା ପ୍ରକାଶ ଦେଲେ । ଆନ୍ତରାଳ୍ୟ ପେସାଦାର ଅପରାଧୀଙ୍କୁ ଚିରଦ ପରେ ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ପର୍କ ବ୍ୟାକସ୍ତି ନେଇ ମଧ୍ୟ ଦୂରତ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି କମିଶନରେଟ୍

ପୁଲିସ । ସେହିପରି ରାଜ୍ୟରେ ଚୋର ବାଳି, ମୋରମ ଏବଂ ମାକଡ଼ା ପଥର ମାଫିଆଙ୍କ ବିରୋଧରେ ବୃତ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ରାଜ୍ୟ ଚଳାଏ ପୋଲିସ ପକ୍ଷରୁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ବଡ଼ତ କରାଯାଇ ବାଳି ବୋଧେକେ ଗ୍ରାହକ, ଟ୍ରକ, ଟିପର ଓ ହାଲଡୁକୁ ଜବତ କରାଯାଇଛି ବୋଲି ରାଜ୍ୟ ଆରକ୍ଷା ମହାନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଯୋଗେଶ ବାହାଦୁର ଖୁରାନିଆ ଗଣମଧ୍ୟମକୁ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । କିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ, ଖଣି ବିଭାଗ ଓ ପୋଲିସ ବିଭାଗ ମିଳିତ ସହଯୋଗରେ ଗତ ୭

ତାରିଖରୁ ପୋଲିସ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅଭିଯାନ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ସାରା ରାଜ୍ୟରେ ବାଳି, ମୋରମ ଏବଂ ମାକଡ଼ା ପଥର ମାଫିଆଙ୍କ ବିରୋଧରେ ୪୫୬ ଟି ମାମଲା ଗୁରୁ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ୫୨୪ଟି ବାଳି ବୋଧେକେ ଗ୍ରାହକ, ଟ୍ରକ, ଟିପର ଓ ହାଲଡୁକୁ ଜବତ କରାଯାଇଛି । ଏହା ସହ ମାକଡ଼ା ପଥର ମାଫିଆଙ୍କ ବୌଦ୍ଧାତ୍ମ୍ୟ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ୧ ଶହରୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କୁ ନୋଟିସ ଦିଆଯାଇଛି ବୋଲି

ଡିଜିପି ଶ୍ରୀ ଖୁରାନିଆ ଗଣମଧ୍ୟମକୁ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି ଧରଣର ଅଭିଯାନ ଲଗାତାର ଭାବେ ଚାଲିବ ବୋଲି ଡିଜିପି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ବାଳି, ମୋରମ ଚୋରା କାରବାର ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ଥାନୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ ପୋଲିସକୁ ସୂଚନା ମଧ୍ୟ ଦେଇପାରିବେ । ପୋଲିସର ଏହି ଅଭିଯାନ ଯୋଗୁଁ ରାଜ୍ୟରେ ବାଳି, ମୋରମ ଏବଂ ମାକଡ଼ା ପଥର ମାଫିଆଙ୍କ ବୌଦ୍ଧାତ୍ମ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧିତ ଭାବେ କମିଟି ବୋଲି ସେ ଗଣମଧ୍ୟମକୁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଛନ୍ତି ।

**ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ...**  
‘କଥାକଳିକା’ର ଜନ୍ମ ବିଶେଷାଙ୍କ ମାର୍ଚ୍ଚ-୨୦୨୪ ସଂଖ୍ୟା

**ଏଥର ସଂଖ୍ୟାରେ...**  
ସୁରଶାୟ କଥା : ତ୍ରିନାଥ ପଟ୍ଟନାୟକ  
ସମ୍ପାଦକ କଥା : ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି କର, ଚନ୍ଦ୍ରପ୍ରକାଶ ପାତ୍ର, ଭୀରବିଧା ବେହେରା, ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ତ୍ରିପାଠୀ, ପ୍ରତାପ ବିଶ୍ୱାଳ, ରଞ୍ଜନ ପ୍ରଧାନ, ବିନୋଦ, ପ୍ରଭାତ ସିହ୍ନା, କମଳିନୀ ମଲିକ, ବିଜନବାଳା ପାଠକଯୋଗୀ, ସତ୍ୟରଞ୍ଜନ ସାହୁ, ଲିପିସା ପଟ୍ଟେଲ, ବିଦ୍ୟାଧର ଗୁରୁ, ମଧୁସୂଦନ ମିଶ୍ର, ଆଶାଗୋଷ୍ଠୀ ପଣ୍ଡା, ବିଜୟଲକ୍ଷ୍ମୀ ସାହୁ, ମନୋଜ କୁମାର ମହାନ୍ତି ।  
ଅନ୍ୟ ଭାଷାର କଥା : ସୁପ୍ରଭା ରାୟ, ନରେନ୍ଦ୍ର ପଟ୍ଟନାୟକ ।  
ସ୍ତବ ମାନସର କଥା : ପ୍ରିୟଙ୍କା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ ଦାସ, ରାନାରାଣା ରାଉତରାୟ, ଅନୁକମ୍ପା ପରି, ସତ୍ୟ ବିଶ୍ୱାଳ, ସରୋଜ ସାହୁ, ମଧୁସୂତ୍ରା ମିଶ୍ର, ମାଙ୍ଗଳିକା ମହାପାତ୍ର, ପ୍ରୋତସ୍ନା ପରିଡ଼ା ।

(ଗାଳିକମାନଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ ସେମାନଙ୍କର ଗଢ଼ ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ଭାବେ ଡିଜିପି କରି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଠିକଣା ସହ ମେଲରେ ପଠାଇବାକୁ ହେବ)

**ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ**  
ପ୍ରସାର ପରିଚାଳକ ‘କଥାକଳିକା’ କୋର୍ଡ ନଂ - (୦୬୭୪) ୨୫୪୧୪୪୮, ୨୫୪୫୦୪୪, ଫାକ୍: ୨୫୪୫୬୭୮  
E-mail: kathakalika@gmail.com

ପୁଷ୍ୟ-୧୧/୩ ମୂଲ୍ୟ ୭୦ ଟଙ୍କା ମାତ୍ର  
‘ସମୟ କଳିକା’ର ସ୍ଥାନୀୟ ପ୍ରତିନିଧି ଏକେଷ୍ଟ୍ରାପ୍ରିକା ସ୍ଥଳକ ସହ  
ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ । କଥା କଳିକାର ବାର୍ଷିକ ଗ୍ରାହକ ଦେଇ ଟ.୫୦୦/- (୨ଟି ବିଶେଷ ସଂଖ୍ୟା ସହ)

**ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଅଭିନେତ୍ରୀ ବୈଜୟନ୍ତୀ ମାଳାଙ୍କ ପରଲୋକ**

ଚେନ୍ନାଇ, ୧୧/୩  
ମଙ୍ଗଳବାର ଚେନ୍ନାଇ ଠାରେ ପ୍ରଖ୍ୟାତ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଅଭିନେତ୍ରୀ ବୈଜୟନ୍ତୀ ମାଳାଙ୍କ ପରଲୋକ ଘଟିଛି । ତାଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଜଗତରେ ଏକ ସୁରର ଅବଧାନ ଘଟିଛି । ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର କ୍ଷେତ୍ରରେ ତାଙ୍କର ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ଅବଦାନ ତାଙ୍କୁ ସବୁଦିନ ପାଇଁ ସୁରଶାୟ ରଖିବ ।

**ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ଯବାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ : ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ସହକାରେ ହେଲା ଶେଷକୃତ୍ୟ**

ଆଠଗଡ଼ ୧୧/୩ ବୁଧବାର  
ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ଯବାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଆଠଗଡ଼ ଅଞ୍ଚଳ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସୁରକ୍ଷା ବଳର ଜଣେ ଯବାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ମୃତ ଯବାନ ହେଉଛନ୍ତି ଆଠଗଡ଼ ଥାନା ଅରଖପାଟଣା ମୁକ୍ତାଦେବପୁର ଗ୍ରାମର ସତ୍ୟବାନ ବେହେରା । ଗତ ୨୦୧୭ ମସିହାରେ ସେ ସିଆରପିଏଫରେ କନଷ୍ଟେବଲ ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଗତ ୨ ତାରିଖ ଦିନ ତାଙ୍କର ମୁଣ୍ଡକା ଚକଗତ ଠାରେ ଏକ ସଡ଼କ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ଗୁରୁତର ଆହତ ହୋଇ କଟକ ବଡ଼ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇଥିଲେ । ପରେ ଅବସ୍ଥା ଗୁରୁତର ହେବାରୁ ତାଙ୍କୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଏକ ଘରୋଇ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଥିଲା । ତେବେ ଚିକିତ୍ସିତ ଅବସ୍ଥାରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ସେଠାରେ ତାଙ୍କର ଶବ ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦ କରିବା ପରେ ଗ୍ରାମ ଶୁଶ୍ରୁଣାରେ ଶୋକାକୁଳ ପରିବେଶରେ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ସହକାରେ ଶେଷ କୃତ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଗତ ୨୦୨୧ ମସିହାରେ ସେ ବିବାହ କରିଥିବା ବେଳେ ଘରର ବଡ଼ ପୁଅ ଥିଲେ । ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁରେ ସାରା ଅଞ୍ଚଳରେ ଶୋକର ଛାଇ ଖେଳିଯାଇଛି ।

**ଦୁଇ ବିଧାୟକଙ୍କୁ ହାଇକୋର୍ଟ ଝଟ୍କା**

ଭୁବନେଶ୍ୱର ୧୧/୩ ବୁଧବାର  
ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ଅନିୟମିତତା ଅଭିଯୋଗ ମାମଲାରେ ଦୁଇ ବିଧାୟକଙ୍କୁ ହାଇକୋର୍ଟ ଝଟ୍କା । ଜଳେଶ୍ୱର ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ଅନିୟମିତତା ମାମଲାରେ ବିଧାୟକ ଅଶ୍ୱିନୀ ପାତ୍ରଙ୍କ ବିରୋଧରେ ମାମଲା ଚାଲିବ । ବିନା ଶୁଣାଣିରେ ମାମଲା ଖାରଜ ପାଇଁ ଅଶ୍ୱିନୀଙ୍କ ଆବେଦନ ଖାରଜ କରିଛନ୍ତି ହାଇକୋର୍ଟ । ବିଧାୟକ ଅଶ୍ୱିନୀ ପାତ୍ରଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଅନିୟମିତତା ଅଭିଯୋଗ ନେଇ ମାମଲା ଦାୟର କରିଛନ୍ତି ପରାଜିତ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବ୍ରଜ ପ୍ରଧାନ । ସେହିଭଳି ନର୍ମା ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନ ଅନିୟମିତତା ଅଭିଯୋଗ ମାମଲାରେ ବିଧାୟକା ମନୋରମା ମହାନ୍ତିଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଚାଲିବ ନିର୍ବାଚନ ମାମଲା । ପରାଜିତ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଭକ୍ତ ଦାସଙ୍କ ଆବେଦନକୁ ମଞ୍ଜୁରୀ ଦେଇଛନ୍ତି ହାଇକୋର୍ଟ । ନିର୍ବାଚନ ମାମଲା ଖାରଜ ପାଇଁ ମନୋରମାଙ୍କ ଆବେଦନ ଖାରଜ ହୋଇଛି ।

**ବିଶ୍ୱ ଗୁଳମା (କଳାମୋତିଆ) ସସ୍ତାହ**  
(୧-୧୫ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୪) DSPL-420

ଗୁଳମା (କଳାମୋତିଆ)ର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଓ ପ୍ରତିରୋଧ ସମ୍ପର୍କିତ ସଚେତନତା ପାଇଁ ପ୍ରତି ବର୍ଷ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨ୟ ସପ୍ତାହରେ “ବିଶ୍ୱ ଗୁଳମା ସସ୍ତାହ” ପାଳନ କରାଯାଉଅଛି । ଉପଯୁକ୍ତ ସଚେତନତା ଓ ତ୍ୱାନ୍ତରୀ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

**ଗୁଳମା ମୁକ୍ତ ବିଶ୍ୱ ପାଇଁ ଏକାଠି ହେବା**

**ଗୁଳମାର କାରଣ**

- ବାର୍ଷିକ୍ୟ
- ସମାପ ଦୃଷ୍ଟିଦୋଷ
- ଦୀର୍ଘ ମିଆଦି ଷ୍ଟିରଏଡ୍ ଚିକିତ୍ସା
- ବଂଶଗତ
- ଡାଇବେଟିସ୍ / ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ / ଆଇରଏଡ୍
- ଆଖୁର ମାତ୍ରାଧିକ ଋପ
- ପୂର୍ବରୁ ଆଖି ଆଘାତ ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ

**ଆପଣ ତନ୍ତ୍ର ପରୀକ୍ଷା କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ, ଯଦି ଏହି ସବୁ ସମସ୍ୟା ଥାଏ**

- ▶ ପରିବାରରେ ଯଦି କାହାର କଳା ମୋତିଆ ଥାଏ
- ▶ ଆପଣଙ୍କୁ ଗୁଳମା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସୂଚନା ମିଳିଛି
- ▶ ଚକ୍ଷୁ ମାତ୍ରା ବାଧ୍ୟତା ପାଠ୍ୟର ବଦଳିବା
- ▶ ଲାଇଟ୍ ଗ୍ଲୋସିଂ ରିଜିନ୍ ଦୃଷ୍ଟ ଦେଖାଯିବା
- ▶ ହଠାତ୍ ଆଖି ଲାଲ୍ ପଡ଼ି କିଛି ଦେଖାଯିବା
- ▶ ଦୃଷ୍ଟିର ପରିସୀମା ସୀମିତ ହୋଇଯିବା

OIPR-10003/13/0131/2425  
ସମ୍ପର୍କ ବିହୀନ ସଠିକ୍ ଚିକିତ୍ସା କରିବା କଳାମୋତିଆକୁ ଦୂରରେ ଦେବା

ସାଧୁ ଓ ପରିବାର ବ୍ୟାପୀ ବିଭାଗ ଓଡ଼ିଶା

facebook.com/HFWOdisha  
http://www.health.odisha.gov.in/  
@HFWOdisha