



ରାଜଧାନୀର ଜମିଦାରୀ

31 YEARS

ସ୍ମୃତି କମ୍ପ୍ୟୁଟର

କ୍ଲିପ୍ ଅନ୍ତର୍ଜାଲ

ଚଳିତ ବର୍ଷ ୫୦ ପ୍ରତିଶତ କମ୍

ନିଯୁକ୍ତି ହେବାର ଆଶଙ୍କା

ପାଠ୍ୟକାରୀ ଶେଷ କରିବା ପରେ ଚାକିରି ଦୁନିଆରେ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଯାଉଥୁବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଲାଗି ଏବେ ସବୁଠୁ ଆହ୍ଵାନପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ନିଜ ପସନ୍ଦ କମାନିରେ ଚାକିରି ଖଣ୍ଡିଏ ପାଇବା ବେଶ କଷକର ମନେ ହେଉଛି । ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକର ଅବସ୍ଥା ଦୟନୀୟ ହୋଇପଡ଼ିଥାରୁ ସାଧାରଣ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକର ଅବସ୍ଥା କ'ଣ ଥିବ ତାହା ସହଜରେ ଅନୁମାନ କରାଯାଇପାରିବ । ସୂଚନା ପ୍ରୟୁକ୍ତି ଶିଖରେ ଚାକିରି ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ଚାହୁଥୁବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଲାଗି ଖରାପ ଖବର ହେଉଛି ଯେ ଫ୍ରେସର ନିଯୁକ୍ତିରେ ୫୦ ପ୍ରତିଶତ ହ୍ରାସ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଦେଖାଇଛି । ଗତ କିଛି ବର୍ଷ ହେଲାଣି ଆଇଟିରେ ଫ୍ରେସର ନିଯୁକ୍ତି କମୁଥିଲା । ଚଳିତ ବର୍ଷ ତାହା ଆହୁରି ୫୦ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ଚିମ୍ବିଜୁ ସର୍ବିସେର ସିଏଫ୍‌ଓ ରମଣ ଦାଖ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଗତବର୍ଷ କ୍ୟାମ୍ସୁ ଫ୍ରେସର ନିଯୁକ୍ତି କମ୍ ଥିଲା । ଚଳିତ ବର୍ଷ ତାହା ଆହୁରି କମିବ । ଦାଖଙ୍କ ମତରେ ଆଇଟି କମାନିଗୁଡ଼ିକର ଆର୍ଟର୍‌ଫିସିଆଲ ଇଣ୍ଡିଲିଜେନ୍ସ (ଏଆଇ) ଓ ମେସିନ୍ ଲର୍ଣ୍ଣିଂ (ଏମ୍‌ଏଲ୍) ଉପରେ ସ୍ଵତନ୍ତ୍ର ଦକ୍ଷତା ଥିବା ପିଲା ଖୋଜୁଛନ୍ତି ଯାହା କ୍ୟାମ୍ସୁରୁ ମିଳିବା କଷକର ହେଉଛି । ଶିଖର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଯାୟୀ ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । କିଛି ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ଇନଫୋସିସ୍, ଟ୍ରିପ୍ଲେ ଓ ଟିସିଏସ୍ ଭଲି ଆଇଟି କମାନିର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ନିଜ ପାଠ୍ୟକ୍ରମରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିଛନ୍ତି । ଏମିତିରେ ଆଇଟି ଶିଖର ନିଯୁକ୍ତି ସ୍ଥିତି ନୈରାଶ୍ୟକନକ ରହିଛି । ଗତ ୧୫ ମାସ ଭିତରେ ନିଯୁକ୍ତି ଲଗାତାର ଭାବେ କମୁଥିବା ବେଳେ କେବଳ ଫେବ୍ରୁଆରୀ ଓ ମାର୍ଚ୍ଚରେ କିଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କମାନିରେ ନିଯୁକ୍ତି ବଢ଼ିଥିଲା । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ଆଇଆଇଟି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ କ୍ୟାମ୍ସୁ ଚଯନ ବେଳେ ନିଯୁକ୍ତି ପ୍ରସାଦ ପାଇବାକୁ ସଂଘର୍ଷ କରୁଥୁବାର ମଧ୍ୟ ଚର୍ଚା ହେଉଛି । ଗୋଟିଏ ପଟେ ବହୁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି ମିଳିନଥୁବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ପଟେ ଯେଉଁମାନଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି ପ୍ରସାଦ ମିଳିଛି, ସେମାନଙ୍କୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ବେତନ ପ୍ରସାଦ ଏତେ କମ୍ ରହିଛି ଯେ ତାହାକୁ ଗୁହଣ କରିବେ ନା ନାହିଁ ତାହାକୁ ନେଇ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଚିନ୍ତାରେ ରହିଛନ୍ତି । ଚଳିତ ବର୍ଷ କିଛି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ବାର୍ଷିକ ୩-୪ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଭଲି କମ୍ ବେତନ ପ୍ରସାଦ ଦିଆଯାଇଛି ।

**ସତ୍ୟ ଭାଗବତ
ଉଚ୍ଚବାନ
ହେ ପ୍ରଭୁ ଜଗତ ନାଥ
ମୁଁ
ଇଣ୍ଟର୍ରୁ ପିଣ୍ଡ ପରିଯତେ
ଘୁରୁଛି ମୁହିଁ ଦିବା ରାତ୍ରେ
(୧)**

**ନାହିଁ ମୋହର ଠାବରାବ
ଉଜ୍ଜତ ମୋର ମନ ଭାବ
(୨)
ଦେଖୁଲି ସକଳ ଅନ୍ତରେ
ମାୟା ମୋହରେ
ନିରକ୍ଷରେ (୩)
ଆକେଶେ ଉତ୍ତି ମୁଁ
ବୁଲୁଛି
ଜଳରେ ବୁଦ୍ଧି ମୁଁ ବୁଲୁଛି
(୪)**

**ସୁଲରେ ସଦା ଭ୍ରମୁଅଛି
ଅନଳେ ସଦା ସାକ୍ଷୀଅଛି
(୫)
ବାୟୁରେ ସର୍ବଦା ଘୁରୁଛି
ପ୍ରାଣୀର ହୃଦେ ଭ୍ରମୁଅଛି
(୬)
ମୋ ମାୟା ମୋତେ
ଅଗୋଚର
କାହୁଁ ଜାଣିବେ ନର ଛର
(୭)
ଜୀବ ଜଗତ ମାୟା ଘର
ସେ କାହୁଁ ଭଜିବ ଠାକୁର
(୮)**

ଥର୍ମୋମିଟର, ବାରେମିଟର ଓ ଡାକ୍‌ଟାମ୍

କଡ଼େଇରେ ପାଣି ରଖୁ କଡ଼େଇ ତଳେ
ନିଆଁ ଜାଲିଲେ ପାଣି ଗରମ ହୁଏ ।
କାଶନ ନିଆଁରୁ ବାହାରୁଥାବା ତାପ ଦ୍ୱାରା
କଡ଼େଇ ଗରମ ହୁଏ । କଡ଼େଇ ଗରମ
ହେଲେ କଡ଼େଇରେ ଥିବା ପାଣି ଗରମ
ହୁଏ । ଅର୍ଥାତ୍ ପାଣିର ତାପମାତ୍ରା
ବଢ଼େ । ତାପମାତ୍ରା କୁମାରିବା ପାଇଁ
ଥର୍ମୋମିଟର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।
ତାପମାତ୍ରା ମାପକୁ ଆମେ ତିଗ୍ରୀ
ସେଣ୍ଟିଗ୍ରେଡ୍, ତିଗ୍ରୀପାରେନ୍ହାଇର୍, ବା
କେଲଟିନ୍ ଏକକରେ ପ୍ରକାଶ କରୁ ।
ସାଧାରଣତଃ ପାଣିର ତାପମାତ୍ରା ୨୫
ରୁ ୩୦ ଟିଗ୍ରୀ ସେଣ୍ଟିଗ୍ରେଡ୍ ଥାଏ ।
ନିଆଁରେ ଗରମ କଲେ ପାଣିର
ତାପମାତ୍ରା ବଢ଼ି ବଢ଼ି ଯେତେବେଳେ
୧୦୦ ଟିଗ୍ରୀ ସେଣ୍ଟିଗ୍ରେଡ୍ରେ ପହଞ୍ଚିଯାଏ,
ସେତେବେଳେ ପାଣି
ପୂର୍ବିକୀ ଆରମ୍ଭ କରେ । ପ୍ରତିଦିନର
ତାପମାତ୍ରା ମାପିବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ
ଥର୍ମୋମିଟର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।
ଜୁର ସମୟରେ ଆମ ଜିର ତଳେ
ଥର୍ମୋମିଟର ରଖି ଦେହର ତାପମାତ୍ରା
ମାପ କରାଯାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଆମ
ଦେହର ତାପମାତ୍ରା ୩୭ ଟିଗ୍ରୀ
ସେଣ୍ଟିଗ୍ରେଡ୍ ବା ୯୮.୭ ଟିଗ୍ରୀ
ପାରେନ୍ହାଇର୍ ରହିବା କଥା । ଜୁର
ଥୁଲେ ଥର୍ମୋମିଟର ଅଧିକ ଦେଖାଏ ।
ସେମିତି ଶରାରର ତାପ ମାପିବା ପାଇଁ
ଥର୍ମୋମିଟର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ,
ସେମିତି ବାଯୁମଣ୍ଡଲର ତାପ ମାପିବା
ପାଇଁ ବାରୋମିଟର ବ୍ୟବହାର



ନିହାତି ଜୁଗରା । ଦିନକ ଭିତରେ
ଅନେକ ଥର ପାଗର ପରିବର୍ତ୍ତନ
ଘଟିପାରେ । ସେହି ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଭାବିଲେ,
ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ପ୍ରତିଦିନର ପାଗ
ବିଷୟରେ କିଛି ଲେଖ ରଖିବା କଥାଟା
ଆମକୁ ଅଭୂତା ଲାଗିପାର । କିନ୍ତୁ
ଆଶ୍ରଯ୍ୟର କଥା, ଗସାୟନବିଭ୍ରତ ଜନ
ଡାଲଟନ ନିଜର ବୈଜ୍ଞାନିକ ଜୀବନର
ବ୍ୟପ୍ତତା ଭିତରେ ମଥ ଦାର୍ଢ ଓ ବର୍ଷ
ଧରି ପ୍ରତିଦିନର ପାଗ ବିଷୟରେ ଚିପି
ରଖୁଥିଲେ ।

ଜନ, ଡାଲଟନ ୧୭୭୭ ମସିହା
ସେପର୍ମେର ଏ ତାରିଖରେ ଝାଙ୍ଗଲ୍ଲାର
ଇଗଲ୍ଲେସଫ୍ଟିଲ୍ଡ ନାମକ ନିପଟ
ମଧ୍ୟରେ ଗାଆଁରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ ।
ତାଙ୍କର ‘ପରମାଣୁ ଡର୍’ ସାରା

ପୃଥ୍ବୀର ଆଲୋଡ଼ନ ସୃଜି
କରିଥିଲା । ସେ ପାଗ ବିଶ୍ୟରେ ନୂଆ
ନୂଆ କିଛି ଜାଣିବା ପାଇଁ ସବୁବେଳେ
ଆଗୁହୀ ଥିଲେ । ଅର୍ମୋମିଟର
ସାହାଯ୍ୟରେ ସେ ପ୍ରତିଦିନର
ତାପମାତ୍ରା ମାୟୁଥିଲେ ଏବଂ
ବାରୋମିଟର ଦ୍ୱାରା ବାୟୁମଣ୍ଡଳୀୟ
ଚାପ ମାପି ରଖିଥିଲେ । ତାଙ୍କର
ସବୁଠାରୁ ପ୍ରିୟ ବନ୍ଧୁ ଥିଲା ତାଙ୍କ
ଚିପାଖାତା । ବାୟୁମଣ୍ଡଳୀୟ ଚାପ ଓ
ତାପମାତ୍ରା ମାପିଲା ପରେ ସେହି
ଚିପାଖାତାରେ ସେ ପ୍ରତିଦିନର ପାଗ
ବିଶ୍ୟରେ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଚିପଣା ଲେଖି
ରଖିଥିଲେ । ପାଣିପାଗ ସର୍କରରେ
୧୭୯୩ ମସିହାରେ ତାଙ୍କର
ଗୋଟିଏ ବହି ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥିଲା,

ଯାହାର ନାମ ଥୁଳା—
 ୬ ମେ ଟେରା । ଲୋଜି କାଳ
 ଅବ୍ଜଗଭେଶନ ଆଷ୍ଟ ଆସେଇ' ।
 ୨୮୪୪ ମସିହା ଜୁଲାଇ ୨୭
 ତାରିଖରେ ଡାକ୍ତର ମୃଦ୍ୟୁ ଦେଲା । ସେ
 ଯୋଗ୍ୟତା ରୋଗରେ ଆକ୍ରମିତ ହୋଇ
 ମୃଦ୍ୟୁବରଣ କରିଥିଲେ । ଜାବନର
 ଶେଷ ମୁହଁର୍ତ୍ତରେ ମଧ୍ୟ ଡାକ୍ତର
 ଅର୍ଥୋମିଟର ଓ ବାରୋମିଟର ପାଠ୍ୟାଙ୍କ
 ପିପିବାକୁ ଛୁଲି ନଥିଲେ । ମୃଦ୍ୟୁବରଣ
 କରିବାର ମାତ୍ର କିଛିକଣ ପୂର୍ବରୁ ଥରି
 ଥରି ଲେଖିଥିଲେ, 'ସାମାନ୍ୟ ଚାଷି ଆଜି
 ଏଥାପାଇ... ।' ସେଇ ଦିନକୁ ମିଶାଇ
 ଡାକ୍ତର ପ୍ରିୟ ଟିପାଖାତାରେ ସେ
 ଅମୁଦାୟ ୨୦,୦୦୦ ଟି ପାଗ
 ବିଶ୍ୱଯରେ ତିଷ୍ଠଣୀ ଲେଖିଥିଲେ ।

ଗରମ ଅଞ୍ଚଳରେ ରହୁଥୁବା ଲୋକଙ୍କର ବୃକକ୍ ଦୂରଳ : ଅଧ୍ୟାତ୍ମ

ଗରମ ଅଞ୍ଚଳରେ ରହୁଥିବା ରୋଗୀଙ୍କ କିତନୀ ଅଧୁକ ଖରାପ ହେଉଛି । କ୍ରନିକ ବୃକ୍ଷକ ରୋଗ (ସିକେଡ଼ି) ରୋଗୀ ଯେଉଁମାନେ ଅତ୍ୟଧୁକ ଗରମ ଅଞ୍ଚଳରେ ବାସ କରୁଥିଲେ ସେମାନଙ୍କର କିତନୀର କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷମତାରେ ଅତିରିକ୍ତ ଆଠ ପ୍ରତିଶତ ହୁଏ ପାଇଥିବା ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଲକ୍ଷଣ ସ୍କୁଲ ଅପ୍ରକାଶିତ ଆଣ୍ଟ ପ୍ରିକାଲ ମେଡିସିନ (ଏଲାଏସଏଟରଟିଏମା) ଏବଂ ଯୁଦ୍ଧ ଭରଣି କଲେଜ ଲକ୍ଷଣ (ଯୁଦ୍ଧୀଏଲ) ସହିତ ଜିତିତ ଗବେଷକଙ୍କ ନେବ୍ରୁଡ୍ରରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରେ ଏହା ସାମାନ୍ୟ ଆସିଛି । ଦି ଲାନସେଟ୍ ପ୍ଲାନେଟାରୀ ହେଲଥ ଜର୍ଜ୍ବାଲରେ ପ୍ରକାଶିତ ଅଧ୍ୟୟନ ଅନୁୟାୟୀ, ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବାର ଜଳବାୟୁ ଅଞ୍ଚଳରେ ରହୁଥିବା ରୋଗୀଙ୍କ କିତନୀ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଅତିରିକ୍ତ ଆଠ ପ୍ରତିଶତ କମିଯାଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତାତ ରୋଗୀଙ୍କର ଓଜନ, ମଧୁମେହ ଏବଂ ରକ୍ତଚାପ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ଉପରେ ଅତିରିକ୍ତ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ।

ଗବେଷକମାନେ ଏହି ଅଧ୍ୟୟନରେ ଉତ୍ତରାପ ଏବଂ କ୍ରନିକ କିତନୀ ରୋଗ (ସିକେଡ଼ି) ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ମଧ୍ୟ ଆଲୋକିତ କରିଛନ୍ତି । କ୍ରନିକ କିତନୀ ରୋଗ ହେଉଛି ଏକ ରୋଗ ଯାହା କିତନୀକୁ ବର୍ଷ ଧରି ପ୍ରତାବିତ କରିଥାଏ । ଗରମ ଦେଶରେ କିତନୀ ସମ୍ପଦାୟ ରୋଗରେ ପାଇତ ରୋଗୀଙ୍କ ସାୟ୍ୟ ପାଇଁ ଉତ୍ତରାପ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ସମୟା ଥାଏ । ଏଥୁ ସହିତ, ବିଶ୍ଵର ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବାରୁ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଗୁରୁତର ହୋଇପାରେ । ଅଧ୍ୟଯନ ସହିତ ଜିତିତ ବିଭିନ୍ନ ଲେଖନ ପରେମର ତେବେ

ମଣିଷର ଆୟୁଷ ବଡ଼ାଇଥାଏ କଳାଅଞ୍ଚା

ଯଦି ଆପଣ ଖାରଦିନରେ କେଉଁଠିକୁ ଦୁଇବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ତେବେ
ସାଙ୍ଗେ ଭଲ ଜ୍ଞାନର, ଗୋନନ, ମଧ୍ୟବାଚିକର ନେବାକୁ ଫୁଲାଷ୍ଟ
ନାହିଁ । ଏହାପରେ ସମସ୍ତିକୁ ଲୋପନ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ,
ଯାହା ଲୋପିଦୁକୁ ବନ୍ଦକରୁ ନ ଥିବ, ଏହା ମୁଁକୁ ଭଲ ଲୁଳ
ଦେବ... ନିଜ ଦ୍ୱାରା ଅନୁଯାୟୀ ମୁଁକୁ ଭଲ ପ୍ରାକାଶର ବ୍ୟବହାର
କରିପାରିଛି । ଏହାପରେ ମେଳାଂଘ ମୁଁକୁ ଭଲାବାରେ ମିଳିଯିବ ।
ସୁରୀ ଭଲ ଶେତର କନ୍ଯାଲିଲ ଦ୍ୱାରା ଦାଶକୁ ଲୁଗାଇପାରିବେ ।
ଏହାପରେ ମ୍ୟାର ପିନିୟ ପାଦଶ୍ଵରଶବ୍ଦକୁ ସଞ୍ଚା ସହାୟତାରେ
ମୁଁକୁ ଭଲାବାରେ ଲଗାନ୍ତି । ଏହି ଉପାୟ ତେଳିଆ ଦ୍ୱାରା ଲାଗି ବେଶ
ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ । ଏହାପରେ ମେଳାଂଘ ସେବ କରିବାକୁ

ହେଲେ କିଛି ଲୁଣ ପାଉଡ଼ର ପ୍ରୟୋଗ କରିପାରିଛି । ନାତୁରାଳ କଳର ଏବଂ ଭଣ୍ଡର ଲଗାନ୍ତୁ ଆଇବ୍ରୋକ୍ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆଇବ୍ରୋ ପେନସିଲ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଆଖି ଲାଗି ସବୁଦେଲେ ଭାଲୁ ପେନସିଲ ହିଁ କେନ କାଥାଲମ୍ୟାଲ୍କ ଦିନସାରା ସେପି ରଖିବାକୁ ଚାହୁଁଲେ ଥୁଟ୍ଟିବା ମଧ୍ୟର ଲାଙ୍ଗାଇବାକୁ ଭୁଲିଯୁ ନାହିଁ । ଯଦି ଆପଣ ଚାହୁଁଲି ପ୍ରତିକୁ ସେପିର ଚାହୁଁ ଦେବେ ଏଥିଏଥ ମୁକ୍ତ ପାଇଶେ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ । ଲିପିକ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୩ ରଖିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ହାଙ୍ଗା ପାଇଶେନ କିମ୍ବା ପାଇଲା ଲାଙ୍ଗାଇବା ପରେ ଲିପି ପେନସିଲ ବା ଲିପିକ ଲଗାନ୍ତୁ ।

ବର୍ଷ ପୂର୍ବ ଏହି ସହାରଣ କିଛି ଦୂର
ଆଗେଯରିରେ ଲାଭା ଉଦ୍ଗତି
ପରେ ବଦଳି ଯାଇଥୁଲା ଆଖାତ
ଅଞ୍ଚଳର ସ୍ଥିତି । ସେତେବେଳେ
ଉଦ୍ଗିରଣ ଯୋଗୁ ହୋଇବଢ଼ି
ପ୍ରସବଶ ଭଳି ପୁଷ୍ପରିଣାଶ ଦେ
ହୋଇଥୁଲା । ତେବେ ଏକାକିର ପ୍ରାଣ
ଅଧିବାସମାନେ ଏହି ପୁରୁଷଙ୍କ ପାଣି
ସାଧାରଣ ଅଣ୍ଟାକୁ ସିଖାଇଥାନ୍ତି, ଯାହା
ସିଟିଗଲେ କଳା ରଙ୍ଗରେ ପରି

ହେଲିଯାଏ । ଶ୍ରୀମାୟ ଲୋକଙ୍କ କହି
ଅନୁସାରେ, ବିଶାଷ ଅଛି ଯେ, ୱ
ପଣିରେ ସିଧା ଯାଇଥିବା ଅଣ୍ଟାନ ଖାଇ
ଲୋକଙ୍କ ଆୟୁଷ ବଢ଼ିଯାଏ । ବାସ୍ତବରେ
ଏହି ପଣିରେ ପ୍ରଭୁର ମାତ୍ରରେ ସମ
ଭଳି କୃତ୍ରିମ ରାଗାନ୍ତନିକ ପଦାର୍ଥ ଅଣ୍ଟାନ
ମାତ୍ରରେ ରହିଥାଏ । ଏହି ପଣିରେ ତାଙ୍କ
ଶିଖାଇଲେ ଅଣ୍ଟାର ଖୋଜପା କାହା
ପଡ଼ିଯାଇଥାଏ । ଏହାସହିତ ଅଣ୍ଟାର ଦ
ବି ବଦଳିଯାଏ ।



ମାରଗ୍ରେନ୍‌ରୁ ମୁଣ୍ଡ ଦେବ ସବୁଜ ଦୂର ଘାସ



ସବୁଜ ଘାସ ବିନା ପ୍ରଭୁ ଗଣେଶଙ୍କ
ପୂଜା ଅସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି ବିବେଚନା
କରାଯାଏ । ଦୁଇ କେବଳ ଆମ
ଧର୍ମରେ ନୁହେଁ ବରଂ ଆୟୁର୍ବେଦରେ
ମଧ୍ୟ ବହୁତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି
ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ଉଷ୍ଣାୟ
ମୁଣାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଘାସ ଅସହ୍ୟ
ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା, ମାଇଗ୍ରେନ, ସହିତ
କୋଷକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁଣ୍ଡ
ଦେବାରେ ସମ୍ମାନ । ଆୟୁର୍ବେଦିକ
ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଘାସକୁ ଗୁଣର ଏକ
ଉତ୍ସାର ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତି ।
ମଖମଳ ଘାସ କେବଳ ବର୍ଣ୍ଣିତାର

ବୁଦ୍ଧି କରେ ମାହିଁ ବରା
ମଧ୍ୟ ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ
ବେଚନା କରାଯାଏ ।
ଏବଂ ସଥ୍ୟାରେ ଏହି ଘାସ
ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା
ମାଳଗ୍ରେନ, ତଥା ମାନସିକ
ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ
ଶ୍ରୀଶଙ୍କ୍ରି ମଧ୍ୟ ଉନ୍ନତ
। ପଞ୍ଜାବର ବାବେସ୍
କ ମେଡ଼ିକାଲ୍ କଲେଜ,
ଚାଲର ଢାକର ପ୍ରମୋଦ
ପ୍ରାଚୀ (ଏମଟି) କହିଛନ୍ତି,
ଏରେ ଦୂରକୁ ଏକ ଔଷଧ

‘ଏବଂ ଗୁଣର ଖଣ୍ଡି କୁହାୟାଏ । ଏହା
ପେଟ ଗୋଗ ଏବଂ ମାନସିକ ଶାନ୍ତି
ପାଇଁ ଲାଭଦୟକ । ଦୂର ରସ ପିଲବା
ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତହାନତା ଦୂର ହୋଇପାରେ ।
ଏହା ହିମୋଗ୍ନୁବିନ୍ ପ୍ରକଳ୍ପମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି
କରେ ।’ ସେ କହିଥୁଲେ, ଯେ
ଘାସରେ ଜ୍ୟାଳସିଯମ, ଆୟରନ,
ପ୍ରଥମରସ ସହିତ ଫାଇବର,
ପ୍ରୋଟିନ ଏବଂ ପୋଶାସିଯମ ମଧ୍ୟ
ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ଏହାକୁ ଟୋଷଧାୟ
ଗୁଣର ଏକ ଉଣ୍ଡାର ଭାବରେ
ବିବେଚନା କରାଯାଏ ।
ପାର୍କିଗୁଡ଼ିକରେ ଥୁବା ସବୁଜ ଘାସ

ଖାଲି ପାଦରେ ଚାଲିବା ଦ୍ୱାରା
ମାଳଗ୍ରେନ୍ ସମ୍ପଦରୁ ମୁକ୍ତ ମିଳିଆଏ ।
ଏହା ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟମଣ କରେ
ଏବଂ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଉନ୍ନତ କରେ ।
ଦୂର ହୃଡ଼ୀପିଣ୍ଡ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ବହୁତ
ଲାଭଦାୟକ ।’ ଆୟୁର୍ବେଦକିରଣ
ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ ଅନୁଯାୟୀ, ତାଙ୍କ
ଦୂର ଘାସକୁ ବାଟି ଏହାର ରସ ପିଲାବା
ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୁଏ ।
ଦୂର ଘାସ ଖାଲିବା ଦ୍ୱାରା କେବଳମୁଣ୍ଡଳ
ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ
ନାହିଁ, ବରଂ ଏହା ମହିଳାମାନଙ୍କୁ
ରତ୍ୟାବ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ଦିବ ଏବଂ
କୋଷକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟାରୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତି
ଦିବ ।

ସେ କହିଥୁଲେ, ‘ଯଦି ଆପଣଙ୍କର
ମାଳଗ୍ରେନ୍ କିମ୍ବା ମୁଣ୍ଡିବା ଅଛି,
ତେବେ ସକାଳେ ଏବଂ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ
ଖାଲି ପାଦରେ ଘାସ ଗାଲିଚାରେ
ଚାଲିବା ଏବଂ ଘାସ ରସ ପିଲାବା ଦ୍ୱାରା
ଅନେକ ସୁଫଳ ମିଳିଆଏ । ଯଦି
ଶରୀରରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଛି କିମ୍ବା
ଦାନ୍ତରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଛି, ମାତ୍ରିକ
ରକ୍ତସ୍ରାବ ହେଉଛି, ପାଟିରେ ଘା’
ହେଉଛି, ତେବେ ଘାସ ରସକୁ ମହୁ
କିମ୍ବା ଘିଅ ସହିତ ମିଶାଇ ପିଲାବା ଦ୍ୱାରା
ମଧ୍ୟ ତୁରନ୍ତ ଆରାମ ମିଳିଆଏ ।’

A close-up photograph of a ripe avocado cut in half, showing its green flesh, pit, and surrounding wooden texture.

ପ୍ରୋଫାଇଲରେ ସୁଧାର ଆଣିବା ସହ ହୃଦୟକୁ ସୁରକ୍ଷାମୁକ ବଳୟ ଦେଇଥାଏ । ନିୟମିତ ୫ ସପ୍ତାହ ଆଭୋକାତୋ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ବଚିଥିବା ଲିପିତ୍ ପ୍ରୋଫାଇଲ ପ୍ରକାଶକୁ କମ୍ କରାଯାଇପାରେ । ଗ୍ରାମୀୟରାଜତତ୍ୱ ଏବଂ ଏଲ୍‌ଡି ଏଲ୍‌କୁ କମ୍ କରି ଏତ୍ତିଏଲକୁ ବଢାଇଥାଏ । ତାଏବେଳେ

ଶ୍ଵାସରୋଗ ଔଷଧ ବିକ୍ରିରେ ବୃଦ୍ଧି

ଦେଶରେ ଅଷ୍ଟ ବିକ୍ରି ପରିମାଣ
ମହାମାରୀ ପୂର୍ବପ୍ରକଳ୍ପ ଥିଲା ଆସିଛି ।
ଏହି ସମୟରେ ଅଷ୍ଟ ଦରରେ ବୃଦ୍ଧି
ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଯାହାପଲାରେ
ଗତ ଏପ୍ରିଲ ମାସରେ ଭାରତାୟ
ପାର୍ମା ବଜାର(ଆଲିପିଏମ)ରେ
ଅଷ୍ଟର ବିକ୍ରି ୨୦୧୯ ଏପ୍ରିଲ
ତୁଳନାରେ ମାତ୍ର ୦.୭୧ ପ୍ରତିଶତ
ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ହୃଦରୋଗ, ମଧୁମେହ,
ଉଚାମିନ ଆଦି ଅଷ୍ଟ ବିକ୍ରିରେ ହ୍ରସ୍ଵ
ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଶ୍ୱାସଜନିତ
ରୋଗ, ଆଣ୍ଟି-ଇନ୍ଫଲ୍ରେମ୍‌ପାର୍ଟି ଏବଂ
ପେନ ଏବଂ ଆନାଲଜେଟିକ୍ ବିକ୍ରିରେ
ବୃଦ୍ଧି ନଜରକୁ ଆସିଛି । ପାର୍ମାରାକ
ଆଡ଼ାକ ପକ୍ଷରୁ ହୋଇଥିବା
ଗବେଷଣାରୁ ଏହା ଜଣାପଡ଼ିଛି ।
ଆଲପିଏମର ବାର୍ଷିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି
୨୦୧୯ ଏପ୍ରିଲ ତୁଳନାରେ
୨୦୧୩ ମେରେ ୨ ପିରିଟ୍

ରହେଛି । ହେଲେ ୨୦୨୨ ତୁଳନାମାତ୍ର ୧.୯ ପ୍ରତିଶତ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଛି । ଉଚ୍ଚମାନିନ ଆଷଧର ବିକ୍ରି ବିପୁଲ୍ଯୁ ୨୫ ପ୍ରତିଶତ ରହେଛି । ହୃଦୟରେ, ମଧ୍ୟାବ୍ଧୀ ଆଷଧର ଅଭିଭୂତ ଏକ ଅଳ୍ପରେ ସାରା ରହେଛି । ତାଙ୍କର-ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ କୌଣସି ପରେ ଲୋକମାନଙ୍କଠାରେ ଶ୍ଵାସଗୋଗ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ତେଣୁ ଆଷଧର ବିକ୍ରି ହୁଏ ପାରଥିବା ବେଳେ ଶ୍ଵାସଗୋଗ ଆଷଧର ବିକ୍ରି ଦଢ଼ି ଫାର୍ମାରାକ ଆୟୁହର ଉପ-ସାଧାରଣ ସାତଳ ସାପେଳେ ମତରେ, ଏହା ମାସରେ ଅଭିଜାଣ ଆଷଧର ବିକ୍ରି ହୁଏ ପାଇଛି । ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ଆଇପିୟେମର ବଜାର ୧୩୭,୫୯୮ କୋଟି ଟଙ୍କା ଥିବା ବେଳେ ୨୦୨୩ ମସିହା ଏହା ୧୮୪,୫୮୯ କୋଟିଟିକୁ ପାଇଛି । ଗତବରସ ତୁଳନାରେ ଏଥିରେ ଏହା ଏକ ପରିଶ୍ରମ ହେଲା ।

ହୃଦରୋଗ ଜନିତ ଆଶ୍ରଧର ବିକ୍ରି ୨୦୧୯ ମସିହାରେ ୧୭,୪୯୭ କୋଟି ଥିବା ବେଳେ ୨୦୨୩ ଏପ୍ରିଲରେ ଏହା ୨୩,୯୯୯ କୋଟିରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ବିକ୍ରି ପ୍ରତିମାଣ ନୁହେଁ, ଆଶ୍ରଧ କମ୍ପ୍ୟୁଟିମାନେ ଆଶ୍ରଧର ଦର ବୃଦ୍ଧି କରିବା ଫଳରେ ଏହି ବୃଦ୍ଧି ଦେଖୁବାକୁ ମିଳିଛି । ଯଦି ବାର୍ଷିକ ବିକ୍ରି ହିସାବକୁ ନିଆୟାଏ ତା'ଙ୍କାଲେ ଏହି ସମୟରେ ଆଶ୍ର ବିକ୍ରି ପ୍ରତିମାଣ ୧.୯ ପ୍ରତିଶତରେ ଏକପ୍ରକାର ଟ୍ରିଭ ଥିବା ବେଳେ ଆଶ୍ରଧର ଦର ବୃଦ୍ଧି ୪.୯ ପ୍ରତିଶତ ରହିଛି । ସେହିପରି ଏହି ଆଶ୍ରଧ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ କହିଛନ୍ତି, ଆଶ୍ରଧର ବିକ୍ରି ଅଭିଭୂତ ଏକପ୍ରକାର ସ୍ଥାଣ୍ୟ ପାଇଛି । ମଧୁସମ୍ରାଟ ରୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପାଦର ବୃଦ୍ଧି ହାର ବାର୍ଷିକ ୪.୪ ପ୍ରତିଶତ ଦେଖୁବାକୁ ମିଳିଥିବା ବେଳେ ବିକ୍ରି ପରିପ୍ରକାର ୨.୨ ଟିକ୍ରିପ୍ତ ହେବାକି ।

