







ଧରଣୀଧର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ନୂତନ କୁଳପତିଙ୍କ ଯୋଗଦାନ



କେନ୍ଦ୍ରପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ଓଡ଼ିଶା ଲୋକଭବନ, ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ପ୍ରେସ୍ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ୦୬-୦୪-୨୦୨୨ ତାରିଖ ଅନୁଯାୟୀ ଧରଣୀଧର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ ନୂତନ କୁଳପତି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି ପ୍ରଫେସର ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ପାତ୍ର। ଆଇ.ଆଇ.ଟି. ମୁଖ୍ୟାଳୟ ପିଏଚ୍.ଡି. ଡିଗ୍ରୀ ହାସଲ କରିଥିବା ପ୍ରଫେସର ପାତ୍ର ଏହା ପୂର୍ବରୁ ବାର ସୁରକ୍ଷା ସାଧନ କରୁଥିବା ସମୟରେ କୁଳପତି ତାଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କହିଥିଲେ, ସମସ୍ତଙ୍କର ଆନ୍ତରିକ ସହଯୋଗରେ ଏହି ନୂଆ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଆଗକୁ ବଢ଼ିପାରିବ।

୩ ଦିନୀ ଦାବି ନେଇ ଯୋଜନା ବୋର୍ଡ଼ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତର ପ୍ରଦାନ



କୌଣସି ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରୀ ଆଇଡିଏସି କର୍ମଚାରୀ ମହାସଂଘ, କୌଣସି ଜିଲ୍ଲା ଶାଖା ତରଫରୁ କର୍ମଚାରୀ ବିଧାୟକ ତଥା ନବନିଯୁକ୍ତ ଯୋଜନା ବୋର୍ଡ଼ର ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଚରଣ ଡାକ୍ତରୀ ଓ ଡାକ୍ତରୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ବାସଭବନରେ ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରାଯାଇ ନପାରିବ ବୋଲି ସଂଘର ସମାଧାନ ନେଇ ବିଧାୟକଙ୍କ ସହ ପ୍ରତିନିଧିମାନଙ୍କ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ।

ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଚନ୍ଦନ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ

ଭଦ୍ରକ, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଯୋଜନା ପରିଷଦ ଆରମ୍ଭ କରୁଛି ଚନ୍ଦନ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ। ଏହାପାଇଁ ବାବାଙ୍କ ମନ୍ଦିରରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ନୀତିକାଳି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା। ଭୋର ୪ଟାରେ ବାବାଙ୍କ ପହଞ୍ଚି ଖୋଲିବା ପରେ ରାତିକାଳି ଅନୁଯାୟୀ ଦେବମନ୍ଦିର ନୀତିକାଳି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।

ପିକଅପ୍ ଭ୍ୟାନରୁ ୪୦ ବନ୍ଧା ଧାନ ଲୁଚ୍ ଘଟଣାରେ ୩ ଗିରଫ

କନ୍ଧମୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଏକ ବୋଲେରୋ ପିକଅପ୍ ଭ୍ୟାନରୁ ୪୦ ବନ୍ଧା ଧାନ ଲୁଚ୍ ଘଟଣାରେ ୩ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି। ଏକ ହାଇଡ୍ରୋ ଡିଲିଭେରି ଘଟଣାରେ କୋରାପୁଟ ପୋଲିସ୍ ଟିନି ଜଣ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି।

କନ୍ଧମୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ

କନ୍ଧମୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଏକ ବୋଲେରୋ ପିକଅପ୍ ଭ୍ୟାନରୁ ୪୦ ବନ୍ଧା ଧାନ ଲୁଚ୍ ଘଟଣାରେ ୩ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି। ଏକ ହାଇଡ୍ରୋ ଡିଲିଭେରି ଘଟଣାରେ କୋରାପୁଟ ପୋଲିସ୍ ଟିନି ଜଣ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି।

କନ୍ଧମୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ

କନ୍ଧମୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଏକ ବୋଲେରୋ ପିକଅପ୍ ଭ୍ୟାନରୁ ୪୦ ବନ୍ଧା ଧାନ ଲୁଚ୍ ଘଟଣାରେ ୩ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି। ଏକ ହାଇଡ୍ରୋ ଡିଲିଭେରି ଘଟଣାରେ କୋରାପୁଟ ପୋଲିସ୍ ଟିନି ଜଣ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି।



ମରାମତି ଆଭାବରୁ ଖଟ ଖାଉଛି ସରକାରୀ ବାସଭବନ

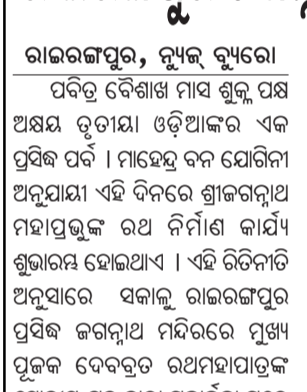
କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ପୌରାଜ୍ଞ ଅନ୍ତର୍ଗତ ମରାମତି ଆଭାବରୁ ଖଟ ଖାଉଛି ସରକାରୀ ବାସଭବନ। ଏହି ଖଟିଆ ଠାରେ ଥିବା ବିରାଟପରିକ ସରକାରୀ ବାସଭବନ ମରାମତି ଆବଶ୍ୟକତା ଖଟ ଖାଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି।

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ୧.୭୦ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀ ପାଇଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କିଷାନ ଯୋଜନା କିଛି



କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ପ୍ରତିଭା ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ୧.୭୦ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀ ପାଇଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କିଷାନ ଯୋଜନା କିଛି। ଏହା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ କୃଷି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ଆୟୋଜିତ ଏକ ଭିଡିଓ କନ୍ଫରେନ୍ସ ମାଧ୍ୟମରେ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ୧.୭୦ ଲକ୍ଷ ଚାଷୀଙ୍କୁ ଏହି ଯୋଜନା କିଷାନ ଯୋଜନା କିଛି ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି।

ରାଇରଙ୍ଗପୁର ଜଗନ୍ନାଥ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ରଥକାଠ ଅନୁକୂଳ



ରାଇରଙ୍ଗପୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ରାଇରଙ୍ଗପୁର ଜଗନ୍ନାଥ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ରଥକାଠ ଅନୁକୂଳ। ଏହା ପାଇଁ ରାଇରଙ୍ଗପୁର ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ରଥକାଠ ଅନୁକୂଳ। ଏହା ପାଇଁ ରାଇରଙ୍ଗପୁର ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ରଥକାଠ ଅନୁକୂଳ।

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଏକ ବୋଲେରୋ ପିକଅପ୍ ଭ୍ୟାନରୁ ୪୦ ବନ୍ଧା ଧାନ ଲୁଚ୍ ଘଟଣାରେ ୩ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି। ଏକ ହାଇଡ୍ରୋ ଡିଲିଭେରି ଘଟଣାରେ କୋରାପୁଟ ପୋଲିସ୍ ଟିନି ଜଣ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି।

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଏକ ବୋଲେରୋ ପିକଅପ୍ ଭ୍ୟାନରୁ ୪୦ ବନ୍ଧା ଧାନ ଲୁଚ୍ ଘଟଣାରେ ୩ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି। ଏକ ହାଇଡ୍ରୋ ଡିଲିଭେରି ଘଟଣାରେ କୋରାପୁଟ ପୋଲିସ୍ ଟିନି ଜଣ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି।

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ। ଏହା ପାଇଁ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ।



ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ। ଏହା ପାଇଁ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ।

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ। ଏହା ପାଇଁ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ।



ଗଛକୁ ଧକ୍କା ଦେଇ କାରରେ ଲାଗିଲା ନିଆଁ: ୬ ଗୁରୁତର

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ନ୍ୟୁକ୍ ବ୍ୟବସାୟ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ାରେ ଗଛକୁ ଧକ୍କା ଦେଇ କାରରେ ଲାଗିଲା ନିଆଁ: ୬ ଗୁରୁତର। ଏହା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ାରେ ଗଛକୁ ଧକ୍କା ଦେଇ କାରରେ ଲାଗିଲା ନିଆଁ: ୬ ଗୁରୁତର।

ଆଜିର ଭଲମୟ - A section containing a portrait of a man and a table with astrological data.

ମେଷ: କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ପ୍ରାପ୍ତ ହେବ - A section with zodiac signs and their corresponding descriptions.

ବୃଷ: ଦୃଢ଼ତାର ସହିତ କର୍ମ କରି ବେଶ୍ ସମ୍ପ୍ରଦ ହେବ - A section with zodiac signs and their corresponding descriptions.

ଆଗାମୀ କାଳିର ପଞ୍ଜିକା - A section with zodiac signs and their corresponding descriptions.





## ଏନର୍ଜୀ ଟ୍ରିଙ୍କ୍ ଲିଭରକୁ କରୁଛି ଖରାପ, ରିସର୍ଚ୍ଚରେ ଦାବି

ଆଜିକା ସମୟରେ ଏନର୍ଜୀ ଟ୍ରିଙ୍କର ଟ୍ରେଣ୍ଡ ଖୁବ୍ କୋରରେ ବୃଦ୍ଧି ହେଇଛି । କ୍ଲାସ୍ ପୁରୁ କରାଯାଏ, ଚୁରଚୁ ଏନର୍ଜୀ ପାଇବା ଏବଂ କାମ କିମ୍ବା ପାଠପଢ଼ାରେ ଫୋକସ୍ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ଲୋକ ଏହାର ସେବନ କରିଥାନ୍ତି । ବିଶେଷକରି ଯୁବବର୍ଗ ଏହାକୁ ନିଜର ଦୈନିକ ଜୀବନଶୈଳୀର ଅଂଶ କରୁଛନ୍ତି । ବିକମ୍ପିତ ରାତ୍ରି ଯାଏ ଟେକ୍ସଟ୍ ରହିବା, ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଯାଏ ସ୍କିନରେ କାମ କରିବା ଏବଂ ଫାଷ୍ଟ ଲାଇଫ୍ ଷ୍ଟାଇଲ୍ ଏହି ଟ୍ରିଙ୍କସର ଚାହିଦାକୁ ଆହୁରି ବଢ଼ାଇ ଦେଇଛି । କିନ୍ତୁ ବିଶ୍ୱ ଲିଭର ବିଦସ୍ତ ଅସବରରେ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏକ ଗୁରୁତର ତଥ୍ୟାବଳୀ ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ, ଏନର୍ଜୀ ଟ୍ରିଙ୍କସର ସେବନ ବୃଦ୍ଧି ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ଲିଭର ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଛି ।



କେମିତି, ସୁଗାର ଓ କେମିକାଲ୍ ଲିଭରକୁ ଧିରେ ଧିରେ କ୍ଷତି କରିଥାଏ । ତାହାର କହିବାକୁ ଯାଉ, ଏହି ଅଭାବ ଏବେ ଏକ ଗୁରୁତର ସେବନ ହେବାକୁ ଯାଉଛି, ଯାହା ଦୀର୍ଘ ସମୟରୁ ଗୁରୁତର ରୋଗର କାରଣ ହୋଇପାରେ । ବିନା ସୁଗାରରେ ବ୍ୟାପାର ସେବନ କରିବା ବିପଦକୁ ଆହୁରି ବଢ଼ାଇ ଦେଇଥାଏ । ଆସନ୍ତୁ ଏହି ରିସର୍ଚ୍ଚ ବିଷୟରେ ଚିତ୍ରେଇ କେମିତି ।

ମେଡିକାଲ୍ ଜର୍ନାଲ୍ ବିଏମ୍‌ଜେ କେସ୍ ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ କେସ୍ ଷ୍ଟଡିରେ ମେଡିକାଲ୍ ରିପୋର୍ଟ ବିଏମ୍‌ଜେ କେସ୍ ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରକାଶିତ ଷ୍ଟଡି ଅନୁସାରେ, ଏହି ସବୁ ଟ୍ରିଙ୍କସର ଥିବା ଏହି

ଯାହା ଯୋଗୁଁ ପ୍ରବାହ ଏବଂ ଅକ୍ସିଡେଟିଭ ଚାପ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ । ସମୟ ସହ ଏହି ସ୍ଥିତି ଲିଭରର କ୍ଷମତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ ଏବଂ ଗୁରୁତର ରୋଗର ବିପଦ ବୃଦ୍ଧି କରିପାରେ । ଯଦି ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଅଭାବକୁ ଗୋଟା ନଯାଏ, ତ ଲିଭର ଟ୍ୟାମେଲ୍ ବିପଦ ବଢି ପାରେ ।

ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁସାରେ, ଭାରତରେ ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଲିଭର ସହ ଜଡ଼ିତ ସମସ୍ୟା ଗୁଡ଼ିକ ଖୁବ୍ କୋରରେ ବୃଦ୍ଧି ହେଇଛି । ବିଶେଷକରି ୨୦ରୁ ୩୦ ବର୍ଷ ବୟସରେ ଫାଟିଲିଭର ଓ ଅନ୍ୟ ଲିଭର ରୋଗର ମାମଲା ଅଧିକ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଏହାର ଏକ ବଡ଼ କାରଣ ଏନର୍ଜୀ ଟ୍ରିଙ୍କ୍, ମିଠା ପାନୀୟ ପଦାର୍ଥ ଓ ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଲାଇଫ୍ ଷ୍ଟାଇଲ୍ ।

ଡାକ୍ତରମାନେ ତଥ୍ୟାବଳୀ ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ, ଏନର୍ଜୀ ଟ୍ରିଙ୍କ୍ ମଧ୍ୟ ସହ ମିଶାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଖୁବ୍ ବିପଜ୍ଜନକର ହୋଇପାରେ । କେମିତିକି ପ୍ରଭାବ ମଧ୍ୟ ନିଶ୍ଚଳ ଭାବେ ଦିଏ, ଯେଉଁଥିରେ ସାମାଜିକ ନିକ ସାମାଜିକ ଆହୁରି ଅଧିକ ମଧ୍ୟ ସେବନ କରିଥାନ୍ତି । ଏଥିରେ ଲିଭର ଉପରେ ଡିଭରସ୍ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ ଏବଂ କ୍ଷତି କୋରରେ ବଢିଥାଏ । କିମ୍ବଦନ୍ତୀ ଓ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଲିଭର ପ୍ରବାହ, ଫାଲ୍‌ଗ୍ରେସ୍‌ସ୍ ଓ ସିରୋସିସ୍ ଭଳି ଗୁରୁତର ସ୍ଥିତି ବିକଶିତ ହୋଇପାରେ ।

## ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାରେ ସୁନା କିଣୁଛନ୍ତି ? ଜାଣନ୍ତୁ ଖାସ୍ କଥା, ଲାଭରେ ରହିବେ

ଆସନ୍ତାକାଲି ପବିତ୍ର ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟା । ଯଦି ଆପଣ ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାରେ ସୁନା କିଣିବାକୁ ଯୋଜନା କରୁଛନ୍ତି, ତେବେ କିଣିବା ପୂର୍ବରୁ ସର୍ବଶେଷ ଦରଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଏହାର ଶୁଣ୍ଠକା କିପରି ଯାଞ୍ଚ କରିବେ ତାହା ଶିଖିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଭାରତରେ ସୁନା କିଣିବା ପରମ୍ପରାରେ ଗଭୀର ଭାବରେ ମୂଲ୍ୟ ରହିଛି ଏବଂ ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାରେ ସୁନା କିଣିବା ଏକ ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଘଟଣା ଏବଂ ଏହାକୁ ଶୁଭ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ଏହି ବିଶେଷ ପର୍ବ ପୂର୍ବରୁ ସୁନା ଏବଂ ରୂପା ମୂଲ୍ୟରେ ବୃଦ୍ଧି ଦେଖାଦେଇଛି । ଏମିତିଏକରେ ରୂପା ମୂଲ୍ୟ ୧୪ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ବଢିଛି । ସୁନା ମୂଲ୍ୟ ବି ବଢିଛି । ଘରୋଇ ବଜାରରେ ମୂଲ୍ୟବାନ ଧାତୁର ମୂଲ୍ୟ ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଆଣ୍ଡ୍ରୋଇଡ଼ ଖବର ହେଉଛି ସାମ୍ପ୍ରତିକ ବୃଦ୍ଧି ସତ୍ତ୍ୱେ ମୂଲ୍ୟବାନ ଧାତୁ ସେମାନଙ୍କର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ମୂଲ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା ବହୁତ ଶସ୍ତାରେ ଉପଲବ୍ଧ । ପ୍ରଥମେ, ସୁନା ଦର ଜାଣନ୍ତୁ- ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାରେ ସୁନା କିଣିବା ଶୁଭ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ସୁନା ବୋଲାନ କିମ୍ବା ପ୍ୟୁରର୍ ଟ୍ରେଡିଂରେ ରୂପା କିଣିବା ପାଇଁ ଭିତ୍ତ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଯଦିଓ ଗରଜରେ ଟ୍ରେଡିଂ ରବିବାର ବନ୍ଦ ରହିଥାଏ, ଯଦି ଆପଣ ଘରୋଇ ବଜାରରେ ସୁନା ଅଳଙ୍କାର କିଣିବାକୁ ଯୋଜନା କରୁଛନ୍ତି, ତେବେ କିଛିଆନ ବୁଲ୍‌ଲୁ-କୁ-ଲୁର୍ ଆସୋସିଏସନ୍ ଡ୍ରେସ୍‌ସାଇଟ୍, ଓଜିଏଲ୍.ଓଏଚ୍‌ରେ ଅପଡେଟ୍ ଅପଡେଟ୍ ହୋଇଥିବା ଦର ଯାଞ୍ଚ କରିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା- ୧୦ ଗ୍ରାମ ପ୍ରତି ୧, ୫୧ ହଜାର ୬୨୦ ଟଙ୍କା, ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା- ୧୦ ଗ୍ରାମ ପ୍ରତି ୧, ୪୮,୦୨୦ ଟଙ୍କା ୨୦ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା-୧୦ ଗ୍ରାମ ପ୍ରତି ୧, ୩୪, ୯୭୦ ଟଙ୍କା ୧୮ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା- ୧୦ ଗ୍ରାମ ପ୍ରତି ୧,୨୨,୮୪୦ ଟଙ୍କା, ୧୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା- ୧୦ ଗ୍ରାମ ପ୍ରତି ୯୭, ୮୨୦ ଟଙ୍କା, ଏହା ମନେ ରଖିବା ଉଚିତ ଯେ ଓଜିଏଲ୍ ଦ୍ୱାରା ଅପଡେଟ୍ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ହାରଗୁଡ଼ିକ ଘରୋଇ ବଜାରରେ ସମାନ । ତଥାପି, ଯେତେବେଳେ ଆପଣ ଅଳଙ୍କାର କିଣିବାକୁ ଯାଆନ୍ତି, ଆପଣଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଏକ୍ସଟ୍ ସହିତ ଏକ ମେକିଂ ଚାର୍ଜ୍

ଦେବାକୁ ପଡିବ, ଯାହା ରାଜ୍ୟ ଏବଂ ସହର ମଧ୍ୟରେ ଭିନ୍ନ ହୋଇପାରେ । ଏହି ଯୋଗଗୁଡ଼ିକ ସୁନାର ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରେ । ସୁନା ଖାଣି ନା ନକଲି ତାହା କିପରି ଜାଣିବେ ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାରେ ସୁନା କିଣିବା ଶୀର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଥାଏ ଏବଂ ସୁନା ବୋଲାନରେ ଭିତ୍ତ ଲାଗିଥାଏ । ଯଦିଓ ସୁନା ବହୁତ କମ ମୂଲ୍ୟରେ ଉପଲବ୍ଧ ତଥାପି କିଣିବା ପୂର୍ବରୁ ଏହାର ଶୁଣ୍ଠକା ଯାଞ୍ଚ କରିବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହା କରିବା ପାଇଁ ଆପଣ କିଛି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପଦକ୍ଷେପ ଅନୁସରଣ କରିପାରିବେ । କେବଳ ଭାରତୀୟ ମାନକ ବ୍ୟୁତ୍ପାଦନ ହଲମାର୍କ୍ ଥିବା ପ୍ରମାଣିତ ସୁନା କିଣନ୍ତୁ । ସରକାର ଏହାକୁ ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ କରିଛନ୍ତି । ହଲମାର୍କ୍ ହେଉଛି ସୁନାର ଶୁଣ୍ଠକାର ଏକ ମାପକାଠି । ଏହା ଅଧିକରେ, ଭାରତୀୟ ମାନକ ବ୍ୟୁତ୍ପାଦନ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସୁନା ଅଳଙ୍କାରକୁ ଚିହ୍ନିତ କରି ପବିତ୍ରତା ଗ୍ୟାରେଣ୍ଟି ଦିଏ । ଅଳଙ୍କାର କିଣିବା ସମୟରେ, ଶୁଣ୍ଠକା କୋଡ୍, ପରାକ୍ଷା କେନ୍ଦ୍ର ଚିହ୍ନ, ଅଳଙ୍କାର ଚିହ୍ନ ଏବଂ ଚିହ୍ନିତ ହେବାକୁ ଚାହିଁବା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଅଳଙ୍କାରରେ ଏକ ଅଳଙ୍କାର କୋଡ୍ ଆକାରରେ ଏକ ଦୃଶ୍ୟମାନ ପରିଚୟ ଚିହ୍ନ ମଧ୍ୟ ରହିବ, ଯାହା ଅଳଙ୍କାର ତିଆରି ହୋଇଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ଚିହ୍ନିତ କରେ । ଆପଣ ଇଓଃ କେୟାର ଆପ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଆପଣଙ୍କର ସୁନାର ଶୁଣ୍ଠକା ମଧ୍ୟ ଯାଞ୍ଚ କରିପାରିବେ । ଏହି ଆପ୍ ଠିକ୍‌ସେକ୍ସନ୍ ଏଓଏଓ ବିଶ୍ୱାସ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରେ । ଏକ ଛଅ-ଅକ୍ ବିଶିଷ୍ଟ କୋଡ୍ ପ୍ରଦେଶ କରିବା ଦ୍ୱାରା ତୁରନ୍ତ କୁ-ସାଇଲ୍‌ସ୍ ପଞ୍ଜୀକରଣ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଶୁଣ୍ଠକା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୂଚନା ମିଳିଥାଏ ।

କେବେ ସୁନା କିଣିବା ଠିକ୍ ସୁନା ପ୍ରତି ୧୦ ଗ୍ରାମ ୧.୫୦ ଲକ୍ଷ ଉପରେ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାରେ ଲୋକେ ଭାବୁଛନ୍ତି ଯେ ଏବେ ସୁନା କିଣିବା ଉଚିତ୍ କି ନାହିଁ । ଲାଭ ପାଇଁ କେଉଁ ରଣନୀତି ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ୍ । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁସାରେ ସୁନାର ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ମୌଳିକତା ଦୃଢ଼, ତେଣୁ ମାନ୍ୟତା ସମୟରେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ସୁନା କିଣିବା ଲାଭ ।

## କୌଣସି ଜିମ୍ ଯାଇ ନାହାନ୍ତି କି ତାଏଟ୍ ପ୍ଲାନିଂ କରି ନାହାନ୍ତି, ଅତି ସହଜରେ ବଡ଼ ବିଲ୍ଡିଂ କରିଛନ୍ତି ଏହି କନଷ୍ଟ୍ରକ୍ସନ ଓ୍ୱାର୍କର

ଏକ ସୁଗଠିତ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଶରୀର ଏବଂ ମାଂସପେଶୀ ଗଠନ ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ଏକ ଫ୍ୟାନ୍ସି ଡାଏଟ୍ କିମ୍ବା ମହଙ୍ଗା ଜିମ୍ ଯିବା ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ଯଦି ଆପଣ ଭାବୁଛନ୍ତି ଯେ ସଫଳ, ଏହି କନଷ୍ଟ୍ରକ୍ସନ ଓ୍ୱାର୍କରକୁ ଦେଖି ଜାଣି ପାରିବେ, କେମିତି ସେ ଏକ ସରଳ ଡାଏଟ୍ ଏବଂ ଓ୍ୱାର୍କ ଆଉଟ୍ ସହ ତାଙ୍କ ଶରୀରକୁ ଟ୍ରାନ୍ସଫର୍ମ୍ କରିଛନ୍ତି । ତେଣୁଜିମ୍ ଏହି ଓ୍ୱାର୍କ (ଜିମ୍) ବାଲସେସ୍, ଏବଂ ସହ ତାଙ୍କର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶରୀରକୁ ଟ୍ରାନ୍ସଫର୍ମ୍ କରିଛନ୍ତି । ଜନସାମାଜିକରେ ଫିଟ୍ ବୁର୍ ଏହି ଷ୍ଟେସନର ସେୟାର କରିଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ଓ୍ୱାର୍କର ଜଣକ କହିଛନ୍ତି, କେମିତି ସେ ଡାଏଟ୍ ଓ ଓ୍ୱାର୍କ ଆଉଟ୍ ଚଳିତ ଅନୁସରଣ କରି ତାଙ୍କ ଶରୀରକୁ ଟ୍ରାନ୍ସଫର୍ମ୍ କରିଛନ୍ତି । ଶରୀରର ଏହି ପୂରା ଟ୍ରାନ୍ସଫର୍ମେସନ ପାଇଁ ଶ୍ରମିକ ଜଣକ ଅତି ସରଳ ଖାଦ୍ୟକୁ ଫୋକା କରିଥିଲେ । ଯେଉଁଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ରହିଛି । ସାଧାରଣ ସାଧାରଣ ଖାଦ୍ୟ ଦେଖା ଏବଂ ଇଡିଲ୍‌ସ୍ ସେ ପରିଚାଳନା କରି ଅଧିକ, ଧଳା ଭାତ(ସ୍ୱାଦୁକ୍ତ ଭାତ), ରାଜସ୍ୱ ଦଳିଆ ଏବଂ ଲାଲ ଭାତ ଆଦି ସେବନ କରିଥିଲେ । ସେ କହିଛନ୍ତି, ସେ କେବଳ ଭାତକୁ ସାମ୍ବର ଏବଂ ରସମ୍ ସହିତ ଦିନର ତିନୋଟି ଭୋଜନ କରିଥାନ୍ତି । ଯେଉଁଥିରେ ରାଜସ୍ୱ, ବିଟ୍ ଏବଂ ଅନାମସ୍ ପରିପରିବାରୁ ତିଆରି ତରକାରୀ ରହିଛି । ଏହା ସହ ସେ ସପ୍ଲାୟରେ ଥରେ ମଟ୍ଟ ମଧ୍ୟ ଖାଆନ୍ତି, କୌଣସି ବିକେନ୍ କିମ୍ବା ମାଛ ଖାଆନ୍ତି ନାହିଁ । ନିଜର ଫିଟିକାଲ୍ କେବଳ ଓ୍ୱାର୍କ ସହ କନଷ୍ଟ୍ରକ୍ସନ ଓ୍ୱାର୍କର ପୂରା ୫ଦିନ ବଡ଼ ବିଲ୍ଡିଂର ଉତ୍ତମକୁ

ଫୋକା କରିଛନ୍ତି । ଏହି ପଦ୍ଧତି ଅନୁସରଣ କରି, ସେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ମାଂସପେଶୀ ଗୁପ୍ତ ଗୋଟିଏ ଦିନ ପାଇଁ କରନ୍ତି । ସୋମବାର ଛାତି ଓ୍ୱାର୍କ ଆଉଟ୍, ସମ୍ବରକାର କାଞ୍ଚ ଓ୍ୱାର୍କ ଆଉଟ୍, ବୁଧବାର ପିଠି ବା ବ୍ୟାଙ୍କ ଓ୍ୱାର୍କ ଆଉଟ୍, ଗୁରୁବାର ବାଲସେସ୍ ଏବଂ ଗ୍ରାଜସେସ୍ ଏବଂ ଶୁକ୍ରବାର ଗୋଟିଏ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତି । ଶ୍ରମିକ ଜଣକ କୁହନ୍ତି ସେ ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁଁ ସେ ପ୍ରାୟତଃ ଗୋଟିଏ ଓ୍ୱାର୍କ ଆଉଟ୍ ଅଧିକ କରନ୍ତି ନାହିଁ, କାରଣ ଏଥିରୁ ହେଉଛି ଲିଫ୍ଟ୍ ଓ ଚାଲିବା ବୁଲିବାରେ କୌଣସି ହୋଇଥାଏ । କନଷ୍ଟ୍ରକ୍ସନ ଶ୍ରମିକ ଜଣକ କୌଣସି ବି ସପ୍ଲିମେଣ୍ଟ୍ କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା(ପରଫର୍ମାନ୍ସ) ବୃଦ୍ଧିକାରୀ ଷ୍ଟେସନର୍ ଗ୍ରହଣ କରି ନାହାନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ସେ ତାଙ୍କର ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ କେବଳ ତାଙ୍କର ଓ୍ୱାର୍କ-ଇଟ୍-ସ୍ପିଲ୍ ସାଧକକ ଯୋଗୁଁ ହୋଇଥିଲା । ସେ ଏପରି ମଧ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ସେ ହେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ମଧ୍ୟ ସେବନ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହାସହ କହିଛନ୍ତି, ଶରୀରର ଉପସ୍ତର ରିକଭରି ସହ ଖରାପ ଅଭ୍ୟାସକୁ ଦୂରେଇ ଏବଂ ପ୍ରତିଦିନ ସାତ ଘଣ୍ଟା ଆରାମ ନିଦ୍ରା ମାଧ୍ୟମ ସେ ଏହି ବଡ଼ ଟ୍ରାନ୍ସଫର୍ମେସନ କରିଛନ୍ତି । ଯଦି ଆପଣ ବଡ଼ ବିଲ୍ଡିଂ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ଏବଂ ସୋଫିଷ୍ଟିକାଲ୍ ଫିଟିଆରେ ଉପଲବ୍ଧ ଫ୍ୟାନ୍ସି ଡାଏଟ୍ ଓ ଫିଟନେସ୍ ଟ୍ରେଣିଂ ଚଳୁଥିଲେ ରହିଥାନ୍ତି ତ ଏହି କନଷ୍ଟ୍ରକ୍ସନ ଓ୍ୱାର୍କର ବଡ଼ ଟ୍ରାନ୍ସଫର୍ମେସନ ମୋଟିଭେସନ ଭଳି । କେବଳ ଘରର ଖାଦ୍ୟ ଓ ଜଳ ପୁଢ଼, ଆଲକହଲ, ଷ୍ଟ୍ରେକ୍ସ୍ ଦୂରେଇ ଫିଟନେସ୍ ମିଳି ପାରିବ ।

## ପେନ୍ କିଲର ଖାଇଲେ ତୁରନ୍ତ କିପରି ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମିଳେ ମୁକ୍ତି ? ଜାଣନ୍ତୁ କେମିତି କରେ କାମ

ଯେତେବେଳେ ଶରୀରରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୋଇଥାଏ, ଲୋକମାନେ ପ୍ରାୟତଃ ଯେନ୍ କିଲର ଖାଇଥାନ୍ତି । ଖାସ୍ କଥା ହେଉଛି ଏହି ଔଷଧ ଗ୍ରହଣ କରିବାର କିଛି ସମୟ ପରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଏହା କିପରି ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀରରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବା ମାତ୍ରେ ଏକ ପ୍ରକାର ସଙ୍କେତ ମିଳିଥାଏ ଯେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ କିଛି ସମସ୍ୟା, ଆଘାତ କିମ୍ବା ପ୍ରବାହ ହୋଇଛି । ଯେତେବେଳେ ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଶରୀରରେ ପ୍ରୋସ୍ଟାଗ୍ଲ୍ୟାଣ୍ଡିନ୍ ନାମକ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ଉତ୍ପାଦିତ ହୁଏ, ଯାହା ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଯନ୍ତ୍ରଣାର ସ୍ଥାନ ବିଷୟରେ ସ୍ୱାଧି ମାଧ୍ୟମରେ ସଙ୍କେତ ଦିଏ । ଅଧିକାଂଶ ଯେନ୍ କିଲର ଯେପରିକି ପାରାସିଟାମୋଲ୍ ଏବଂ ଆଇବୁପ୍ରୋଫେନ୍, ଶରୀରରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ଉତ୍ପାଦନ ହ୍ରାସ କରିବାର ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ଏହି ଔଷଧଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରୋସ୍ଟାଗ୍ଲ୍ୟାଣ୍ଡିନ୍ ଉତ୍ପାଦନକୁ ଅବରୋଧ କରିବାର ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଏହି ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥଗୁଡ଼ିକ କମ୍ ଉତ୍ପାଦିତ ହୁଏ, ସେତେବେଳେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ସଙ୍କେତଗୁଡ଼ିକ ସ୍ୱାଧି କମ୍ ସଂଚାରିତ ହୁଏ । ଫଳସ୍ୱରୂପ, ଆମେ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୁ ମୁକ୍ତି ଅନୁଭବ କରୁ । ଏହି ଔଷଧଗୁଡ଼ିକ ଘରର ଖାଦ୍ୟ ଓ ଜଳ ପୁଢ଼, ଆଲକହଲ, ଷ୍ଟ୍ରେକ୍ସ୍ ଦୂରେଇ ଫିଟନେସ୍ ମିଳି ପାରିବ ।



ଶରୀରରେ ଦୁର୍ଗତରେ ଖୋଜିଲେ ହୋଇଥାଏ, ବିଶେଷକରି ମସ୍ତିଷ୍କ ଏବଂ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ସାଧାରଣତଃ, ଅଧିକାଂଶ ଯେନ୍ କିଲର ୨୦ ରୁ ୩୦ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ କାମ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଯେନ୍ କିଲର ଅଛି, ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ପଦ୍ଧତି ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନ । ପାରାସିଟାମୋଲ୍ ପରି ସାଧାରଣ ଯେନ୍ କିଲର କ୍ଷମ କମାଉଥାଏ, କିନ୍ତୁ ପ୍ରବାହ ଉପରେ ଏଗୁଡ଼ିକର ବିଶେଷ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିନଥାଏ । ଆଇବୁପ୍ରୋଫେନ୍ ଭଳି ଔଷଧ, ଯାହା ପ୍ରବାହ ସହିତ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଉପରେ ମଧ୍ୟ କାମ କରେ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେଲେ ବିଆଯାଏ, କାରଣ ଏଗୁଡ଼ିକ ସିଧାସଳଖ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ତଥାପି, ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ବିନା ଏଗୁଡ଼ିକ ନେବା କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇପାରେ ।



ରାମ ଦାସ ବିରଚିତ 'ବୈଶାଖ ମାହାତ୍ମ୍ୟ' ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଧ୍ୟାୟରେ 'ବୈଶାଖ ବ୍ରତ' ପାଳନର ଦୁଇଟି ମତ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଛି । ଗୋଟିଏ-ଚାନ୍ଦ୍ରମାସର ମତ ଓ ଅନ୍ୟଟି ସୌରମାସର ମତ । ଏହା ବୈଶାଖବ୍ରତ ପାଳନର ଦୁଇଟି ବିଧି । 'ବୈଶାଖ ମାହାତ୍ମ୍ୟ' ଅନୁସାରେ, ସତ୍ୟଯୁଗର ରାଜା ଅମରାଷ୍ଟକ୍ ଦେବର୍ଷି ନାରଦ କହିଛନ୍ତି- ଏହି ବ୍ରତଧାରୀ ଚେ ?ତୁ ପୂର୍ଣ୍ଣମା ଦିନ ପ୍ରଭାତରୁ ଉଠି ଶ୍ରୀମାଧବଙ୍କ ନାମ ସ୍ମରଣ କରି ଓ ତାଙ୍କର ନାମକୁ ମନ ମଧ୍ୟରେ ଘୋଷି ସ୍ମାନ, ଶୈବ ଆଦି ନିତ୍ୟକର୍ମ ସମାପନ କରିବେ । ତାହାପରେ ଶୁକ୍ଳ ବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରି ଚନ୍ଦନ, ତିଳ ଆଦିରେ ବିଧିମତେ ଚିତା ଘେନିବେ । ଦେବାଳୟକୁ ଯିବା ପାଇଁ ଦେବତାଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିବା ସହିତ ଅତିଥି ସେବା କରିବେ । ତାହାପରେ ବ୍ରାହ୍ମଣଙ୍କୁ ବରଣ କରି ସଂକଳ୍ପ କରିବା ସହିତ ବିପ୍ରକୁ ଦକ୍ଷିଣା ଓ ଅନ୍ନ, ବସ୍ତ୍ର ଆଦି ଦେବେ ଏବଂ 'ବୈଶାଖ ମାହାତ୍ମ୍ୟ' ଶୁଣିବେ । ତୁଳସୀ ଓ ଅଶ୍ୱତ୍ ?ଥ ବୃକ୍ଷ ମୂଳରେ ଘିଅଦୀପ ଦେବେ ଏବଂ ହରିଶ୍ଚନ୍ଦ୍ର ଧ୍ରୁବ ମାଧବଙ୍କୁ ନୈବେଦ୍ୟ କରିବେ । ଏହି ବ୍ରତଧାରୀ ମିଥ୍ୟା କହିବେ କାହିଁ କି ନାରାକ୍ତ୍ ସ୍ମରଣ କରିବେ ନାହିଁ । ଦେ ?ଶାଞ୍ଚ ପୂର୍ଣ୍ଣମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ବ୍ରତ ପାଳନ କଲେ ବିଷ୍ଣୁ ପ୍ରୀତ ହୁଅନ୍ତି । ଏହା ଚାନ୍ଦ୍ରମାସ ମତରେ ବୈଶାଖ ବ୍ରତ । ସେହିପରି, ସେ ?ର ମାସ ମତରେ ବୈଶାଖବ୍ରତ ଏହିପରି- ଯେଉଁଦିନ ସୂର୍ଯ୍ୟ ମେଘ ରାଶିକୁ ଚଳିବେ, ସେହି

## ଜୀବନ-ମନ୍ତ୍ର: ଏକାଦଶୀର ନାମ ମୋହିନୀ କୁଲରରୁ ବାହାରୁଥିବା ଦୁର୍ଗାଙ୍କୁ କେମିତି କରିବେ ଦୂର ଆପଣାନ୍ତୁ ଏହି ସହଜ ଉପାୟ

ବୈଶାଖ ଶୁକ୍ଳ ଏକାଦଶୀର ନାମ 'ମୋହିନୀ ଏକାଦଶୀ' । 'ପଦ୍ମପୁରାଣ' ଅନୁସାରେ- ସୁଧୂଷିତଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଏହାର ମାହାତ୍ମ୍ୟ କହିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଅନୁସାରେ- ହେତୁକ୍ତା ସୁଗ୍ରରେ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କୁ କୁଳଗୁରୁ ବଶିଷ୍ଠ ଏହା କହିଥିଲେ । ଶ୍ରୀରାମ ବଶିଷ୍ଠଙ୍କୁ ପଚାରିଥିଲେ- ହେ ଭଗବନ୍ ! ମୁଁ ଏପରି ଏକ ବ୍ରତକଥା ଶୁଣିବାକୁ ଚାହେଁ- ଯାହା ସର୍ବୋତ୍ତମ ଏବଂ ସମସ୍ତ ପାପ ଓ ଦୁଃଖ ଦୂରକାରୀ । ହେ ମହାତ୍ମନ ! ମୁଁ ସାତାଳ ବିରାହ ଦୁଃଖ ଭୋଗ କରିଛି । ଏଣୁ ଆପଣଙ୍କୁ ଏହା ପଚାରିବା । ଏହାର ଉତ୍ତରରେ ମହର୍ଷି ବଶିଷ୍ଠ କହିଲେ- ହେ ରାମ ! ତୁମେ ବହୁତ ଭଲ ପୁତ୍ର କରିଛ । ଏମିତିରେ ତ ତୁମର ନାମ ଉଦ୍ଧାରଣ କଲେ ମନୁଷ୍ୟ ପବିତ୍ର ହୋଇଯାଏ । ତଥାପି ଲୋକକଲ୍ୟାଣ ନିମନ୍ତେ ମୁଁ ଏହା କହିଛି । ବୈଶାଖ ମାସ ଶୁକ୍ଳପକ୍ଷ ଏକାଦଶୀରେ ଯେଉଁ ବ୍ରତ କରାଯାଏ, ତାହାର ନାମ ମୋହିନୀ । ଏହା ପାପ ପରିତ୍ୟାଗ ବ୍ରତ ଭାବରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ଏହି ବ୍ରତ ପାଳନ କଲେ ମନୁଷ୍ୟ ମୋହର ପାଶ ଓ ପାପରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଯାଏ । ଏହା ମଧ୍ୟ ଦୁଃଖର ବିନାଶ କରିବାର ଶ୍ରେଷ୍ଠ । କେବଳ ଏହି ବ୍ରତକଥା ଶ୍ରବଣରେ ବ୍ରତ ପାଳନ ବିନାଶ ଘଟିଥାଏ । ଏହା ପରେ, ମୁଖପାତା ରୂପେ ବଶିଷ୍ଠ ଯାହା କହିଲେ, ତାହା ଏହିପରି-

ସରସ୍ୱତୀ ନଦୀ ତଟରେ ଥିଲା ଭଦ୍ରାବତୀ ନାମରେ ଏକ ନଗରୀ । ସେଠାରେ ଦ୍ୟୁତିମାନ ନାମରେ ଜଣେ ରାଜା ରାଜୁତି କରୁଥିଲେ । ସେ ଥିଲେ ତନ୍ଦ୍ର-ଶୀ, ସତ୍ୟନିଷ୍ଠ ଓ ଯୌର୍ଯ୍ୟବାନ୍ । ସେହି



ନଗରୀରେ ଥିଲେ ଧନପାଳ ନାମକ ଜଣେ ଧନୀ ବୈଶ୍ୟ । ସେ ବହୁ ପୁଣ୍ୟକର୍ମ କରୁଥିଲେ । ତା' ସହିତ ସେ ମଧ୍ୟ ଥିଲେ ବିଷ୍ଣୁଭକ୍ତ । ତାଙ୍କର ଥିଲେ ପାଞ୍ଚପୁତ୍ର । ସମସ୍ତେ ପାପକର୍ମୀ । ପଞ୍ଚମ ପୁତ୍ର ଦୁଃସବୁଧି ପଲାଜଲେ । ସୁଧା, ମଧ୍ୟରେ ଆତୁର ହୋଇ ସେ ଜଡ଼ସ୍ତର ରୁଚି ବୁଲିଲା । ବଶ୍ୟ ପଶୁକୁ ମାରି ମାଂସ ଖାଇ ସେ ଅରଣ୍ୟରେ ରହିବାକୁ ଲାଗିଲା । ପୂର୍ବଜନ୍ମର ପାପ ଫଳରେ ସେ ଏ ଜନ୍ମରେ ମଧ୍ୟ ପାପକର୍ମୀ ହୋଇଥିଲା ।

ମାତ୍ର କୌଣସି ଗୋଟିଏ ପୁଣ୍ୟ ହୁଏତ ତା'ର ଥିଲା- ଯେଉଁଥିପାଇଁ ସେ ଦିନେ ଯାଇ ଅରଣ୍ୟରେ ଥିବା ମହର୍ଷି କୌଣ୍ଡିନ୍ୟ ଆଶ୍ରମରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ତାହା ଥିଲା ବୈଶାଖ ମାସ । ମହର୍ଷି ଗଙ୍ଗାସ୍ନାନରୁ

## କୁଲରରୁ ବାହାରୁଥିବା ଦୁର୍ଗାଙ୍କୁ କେମିତି କରିବେ ଦୂର ଆପଣାନ୍ତୁ ଏହି ସହଜ ଉପାୟ

ପ୍ରସକ୍ତ ଗରମ, ଅଷ୍ଟବ୍ୟକ୍ତ ହେଉଛି ଜନଜୀବନ । ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଋତୁରେ ଟିକେ ଥଣ୍ଡା ଅନୁଭବ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ କୁଲର ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । କାରଣ ସବୁ ଲୋକ ଏହି କିଣିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇନଥାଏ । ମାତ୍ର ପ୍ରାୟ ଲୋକ କୁଲର ଘରେ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । ଯେଉଁଥିରେ କିଛିତା ଶାନ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଅସହ୍ୟ ଋତୁରୁ ଘରେ ବ୍ରାହି ଦେଉଥିବା ଏହି କୁଲରରେ ପାଣି ଦିଆଯାଏ । ଆଉ ବେଳେ ଏମିତି ଏକ ଦୁର୍ଗାଙ୍କୁ ହୁଏ ଯାହାକି ନାମ ଫଟେଇ ପକାଏ । ଏମିତି ଲାଗେ ଯେମିତି କିଛି ଗୋଟେ ମରିଯାଇଛି । ତେବେ ଏହି ଦୁର୍ଗାଙ୍କୁ କେମିତି କରିବେ ଦୂର ଆପଣାନ୍ତୁ ଏହି ସହଜ ଉପାୟ । ପ୍ରାୟ ଲୋକେ କୁଲରରେ ଦେଇଥିବା ପାଣିକୁ ବଦଳାଇବାକୁ ଭୁଲି ଯାଆନ୍ତି । କିଛିଦିନ ଏହି ପାଣି ରହିବା ପରେ ଦୁର୍ଗାଙ୍କ ବାହାରେ । ସବୁବେଳେ କୁଲରର ପାଣିକୁ ଭଲଭାବେ ସଫା କରନ୍ତୁ । ଏବଂ ପାଣିକୁ ବଦଳାନ୍ତୁ । ଅତି କମରେ ଦୁଇ-ତିନି ଦିନରେ ଥରେ ପାଣିକୁ ବଦଳାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । ପାଣି ଗୁଡ଼ିକ ଅଧିକ ଦିନ ଜମି ରହିଲେ ଜୀବାଣୁ ହେବା ସହ ଏଥିରୁ ଦୁର୍ଗାଙ୍କ ବାହାରେ । ସବୁବେଳେ କୁଲର ସଫା କରିବା ବେଳେ ଏଥିରେ ଧଳା ଭିନେଗାର ଏବଂ କିଛି ଲେସୁ ରସ ମିଶାଇ ସଫା କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଥିବା ଜୀବାଣୁ ମରିବା ସହ ଦୁର୍ଗାଙ୍କ ଦୂର କରିବାରେ ଏହା ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହାସହ କୁଲରରୁ ଥଣ୍ଡା ପବନ ମଧ୍ୟ ବାହାରିଥାଏ । ସବୁବେଳେ ସଫା କରିବା ପରେ ଏହାକୁ ଖରାରେ ରଖନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଥିବା ଜୀବାଣୁ ମଧ୍ୟ ମରିଯାଆନ୍ତି । ଏହାସହ ଏଥିରେ ଥିବା ଦୁର୍ଗାଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ସହଜରେ ଗାଏବ କରିଥାଏ । ଯଦି କୁଲର ପ୍ୟାଡ୍ ପୂରଣା ଏବଂ ମଇଳା ହୋଇଯାଏ, ତେବେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଦୂରଣ ମଧ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିପାରେ । ତେଣୁ, ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ବୃଦ୍ଧିକାର ଏବଂ ଦୁର୍ଗାଙ୍କ ରୋକିବା ପାଇଁ ସେଗୁଡ଼ିକ ସମୟ ସମୟରେ ଯୋଗ ଦିଅନ୍ତୁ କିମ୍ବା ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ନୂତନ ପ୍ୟାଡ୍ ସହିତ ବଦଳାନ୍ତୁ । ମନେରଖନ୍ତୁ ଯେ ସଫା ପ୍ୟାଡ୍ ଥଣ୍ଡା, ତାଳା ପବନ ପ୍ରଦାନ କରେ ।



ଭକ୍ତପୁତ୍ରବେଶର ମଥୁରାନଗରୀ ନିକଟରେ ପ୍ରବାହିତ ସମୁଦ୍ରୀ ନଦୀ ତୀରରେ ଥିବା ପରିଶୋକି ଘାଟ ମଧ୍ୟରୁ ବିଶ୍ରାମଘାଟ ମୁଖ୍ୟ । ଏହି ଘାଟର ପବିତ୍ରତା ତଥା ଯୌରାଶିକ ମାହାତ୍ମ୍ୟ ସୁଦୂରପ୍ରସାରୀ । କଂସ ଓ ତାର ଅନୁଚର ରାକ୍ଷସମାନଙ୍କର ଅତ୍ୟାଚାରରେ ନିପାଡ଼ିତ ହୋଇ ମାତା ବସୁନ୍ଧରା ଗାନ୍ଧାରୁପ ଧାରଣ କରି ଯେତେବେଳେ ଦେବତାମାନଙ୍କୁ ଗୁହାରି କଲେ, ତାଙ୍କର ବିକଳ ସହ୍ୟ କରି ନ ପାରି ଦେବତାମାନେ ଯାଇ ବିଷ୍ଣୁଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ବିଷ୍ଣୁ ବସୁନ୍ଧରାଙ୍କର ଦୁଃଖ ଦୂର କରିବାପାଇଁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇ ଦେବତାମାନଙ୍କୁ ବିଦାୟ ଦେଲେ । ପରେ ଭଗବାନ ବିଷ୍ଣୁ କୃଷ୍ଣରୂପ ଧାରଣ କରି ଧରାବତରଣ କଲେ । କଂସ ଯେତେବେଳେ ଜାଣିଲା, ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଦେବକୀଙ୍କର ଅଷ୍ଟମ ଗର୍ଭର ସନ୍ତାନ, ସେ ବାଳୁତ କାଳୁକ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ମାରିବାପାଇଁ ପୁତ୍ରନାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅଘାତ, ବକାସୁର, ଶକତାସୁର, ପ୍ରଳୟାସୁର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନେକ ରାକ୍ଷସଙ୍କୁ ପଠାଇଲା । କିନ୍ତୁ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ହାତରେ ସେମାନେ ନିହତ ହେଲେ । ଶେଷରେ କେ ?ଶାହି ଉପାୟ ନ ପାଇ କଂସ ଧନୁଯାତ୍ରା ଆଳରେ ରାମ ଓ କୃଷ୍ଣଙ୍କୁ ମଥୁରା ନିମନ୍ତେ କରି ଆଣିଲା । ମଥୁରାରେ ମଧ୍ୟ କୃଷ୍ଣ କଂସର ମନୁମାନଙ୍କ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରି ସେମାନଙ୍କୁ ବଧ କଲେ । ପରିଶେଷରେ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କଂସକୁ ନିହତ କଲେ । ଅସୁରମାନଙ୍କ ସହିତ ଯୁଦ୍ଧ କରି କରି ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିଲେ । ତେଣୁ ନିଜର ପ୍ରିୟ ସମୁଦ୍ରୀ ତୀରକୁ ଯାଇ, ସେଠାରେ ସ୍ନାନ କରି, ସେ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ବିଶ୍ରାମ ନେଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ କାଳରେ ଏହି ସ୍ନାନଘାଟ ବିଶ୍ରାମଘାଟ ନାମରେ ବିଖ୍ୟାତ ହେଲା । ଏହି ଘାଟ ସଂପର୍କରେ 'ବରାହପୁରାଣ'ରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଅଛି । ଆଦିବରାହ ରଥାଳୟରୁ ପୃଥାକୁ ଉଦ୍ଧାର କରି ଆଣିବା ପରେ ଏଠାରେ ବିଶ୍ରାମ ନେଇଥିଲେ । ଅଧିକ ଏକ କିଂବଦନ୍ତୀ ମଧୁସୂଦନ-ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ରଙ୍କ କନିଷ୍ଠ ଭ୍ରାତା ଶତ୍ରୁଘ୍ନ ଲଙ୍କାସୁରକୁ ବଧ କଲାପରେ ଏହିଠାରେ ବିଶ୍ରାମ ନେଇଥିଲେ । ଏହିପରି ଅନେକ

କିଂବଦନ୍ତୀ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ହୋଇ ବିଶ୍ରାମଘାଟ ମଥୁରାର ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଘାଟ ଭାବରେ ପରିଚିତ ହୋଇଛି । ଯେଉଁମାନେ ବ୍ରଜମଣ୍ଡଳ ପରିକ୍ରମା କରନ୍ତି ସେମାନେ ଏହିଠାରୁ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କରି ପୁଣି ଏହିଠାରେ ପରିକ୍ରମା ଶେଷ କରିଥାନ୍ତି । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ପଦବଳ ଏଠାରେ ପଡ଼ିଥିବାରୁ ଏହାକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ପବିତ୍ର ମନେକରି ଭକ୍ତମାନେ ଏଠାରେ ସ୍ନାନ କରନ୍ତି । ଏହି ଘାଟରେ ଭ୍ରାତୃଦ୍ୱିତୀୟା ପର୍ବ ମହାସମାରୋହରେ ପାଳିତ ହୋଇଥାଏ । ଭକ୍ତମାନଙ୍କ ସହିତ ଭକ୍ତମାନେ ଏହି ଘାଟକୁ ଆସି ପବିତ୍ର ସ୍ନାନ କଲା ପରେ, ସମୁଦ୍ରୀ ମହାରାଣୀଙ୍କୁ ଦର୍ଶନ କରିଥାନ୍ତି । ବ୍ରତକଥା ଅନୁସାରେ- ଦେବୀ ସମୁଦ୍ରୀ ନିକ ଭାଇକଠାରୁ ଶେଷ କରିଥାନ୍ତି । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣଙ୍କର ପଦବଳ ଏଠାରେ ପଡ଼ିଥିବାରୁ ଏହାକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ପବିତ୍ର ମନେକରି ଭକ୍ତମାନେ ଏଠାରେ ସ୍ନାନ କରନ୍ତି । ଏହି ଘାଟ







**ପୁରୀ, ୨୧/୦୪**  
**ଦୁଧଳ ବ୍ୟୁବୋ**

ଆସନ୍ତା ଜୁନ୍ ୨୯ ତାରିଖ ସୋମବାର ଦେବସ୍ନାନ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା । ସ୍ନାନଦେବୀରେ ଶ୍ରୀପ୍ରଭେ ୧୦୮ ଗଣା ଜଳ ଲାଗି ପରେ ହାତୀ (ଗଜାନନ) ଦେଶରେ ଉଡ଼ା ହେବେ ଦାରୁବ୍ରହ୍ମ । ଏଣୁ ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାରେ ଅନୁକୂଳ କରାଯାଇ ହାତୀ ବେଶ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ରାତ୍ର ଦାସ ଓ ଗୋପାଳ ତୀର୍ଥ ମଠରେ ପାରମ୍ପରିକ ଭାବେ ସମସ୍ତ ଦେବ ସାମଗ୍ରୀ ରଖି ପୂଜା କରାଯାଇଥିଲା । ଦରଶନାଳି ସେବକ ବସନ୍ତ କୁମାର ରଣାକ ତତ୍ପରାଧୀନରେ ଶୁକ୍ରପୂର୍ତ୍ତ ଭାବେ ରହି

ପୂଜା କରିବା ପରେ କାଗିରମାନେ ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି ଦେଇ ଠାକୁରଙ୍କ ବେଶ କାମର ଶୁଭାରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ବେଶ କାଗିରର ସମ୍ୟ ନାନ୍ଦରାଣେ ଦେହୋରା, ସେତାସ କୁମାର ମିଶ୍ରଙ୍କ ସମେତ ଦର୍ଶା ସେବକ ଲୋକମାନେ ମହାପାତ୍ର ଓ କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଶ୍ରୀ ରଣାକ ମଠରେ ଠାକୁରଙ୍କ ହାତୀ ବେଶ ନିର୍ମାଣ ଶୈଳୀ ସ୍ବେଦି ବିଧି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ । ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ଦେଶର ମାପ ସମାନ । ବାଉଁଶ, ଦେଉ, କନା, ସୋଲ, ଜରି, କଦଳୀ ପତ୍ରକା, କନ୍ଦୁରା, କୋସ୍ ଓ କଇଁଅଁ ଅଠା ଆଦି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରମ୍ପରିକ ପଦ୍ଧତିରେ ବେଶ ତିଆରି ହେବ । ଦେବସ୍ନାନ ପୂର୍ଣ୍ଣିମାରେ ବେଶ ସଂସ୍କାର ହୋଇ ପଣା ଭୋଗ ଅର୍ପଣ ହେବ । ପରେ ଘଣ୍ଟ ଘଣ୍ଟା କାହାଳୀର ପତ୍ରଆରରେ ମଠ ପରି ସରଭୁ ବିକେ ହୋଇ ଠାକୁରଙ୍କ ଶ୍ରୀଅଙ୍ଗରେ ଲାଗି ହେବ । ଜଳଲାଗି ହେବା ପରେ ସ୍ନାନମଣ୍ଡପରେ ଠାକୁରଙ୍କ ଗଜାନନ ବେଶ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ ।



**ପୁରୀ, ୨୧/୦୪**  
**ଦୁଧଳ ବ୍ୟୁବୋ**

ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି ଚତୁର୍ଦ୍ଧା ପୂର୍ଣ୍ଣିକା ବିଶୁପ୍ରସିଦ୍ଧ ରଥଯାତ୍ରା ପାଇଁ ରଥ ପ୍ରସ୍ତୁତି କାର୍ଯ୍ୟ । ରଥଖଳା ଚଳଚଞ୍ଚଳ ହୋଇଥିବା ବେଳେ, ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ତିନି ରଥର ଚକ ପାଇଁ ତୁମ୍ଭ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଛି । ୩ ରଥର ମୁଖ୍ୟ ମହାରଣାମାନଙ୍କ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ନିରୀକ୍ଷଣରେ ରଥ ନିର୍ମାଣକାରୀ ସେବକମାନେ ତୁମ୍ଭ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । ଭୋଜ ସେବକମାନେ ରଥ ଖଳାକୁ କାଠ ଯୋଗାଇ ଦେଉଥିବା ବେଳେ, କରଡି ସେବକମାନେ ତୁମ୍ଭ ପାଇଁ କାଠ କାଟୁଛନ୍ତି । ତୁମ୍ଭ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଶେଷ ହେବା ପରେ ତୁମ୍ଭରେ ବିଶ୍ଵ କାର୍ଯ୍ୟ ସହ ପୂଜା ବାଡ଼ିଆ କାମ ହେବ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ଭୋଜ ସର୍ଦ୍ଦାର ରବି ଭୋଜ । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଗ୍ରାଣ୍ଠ ପ୍ରଦାନକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ସେବକମାନଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ

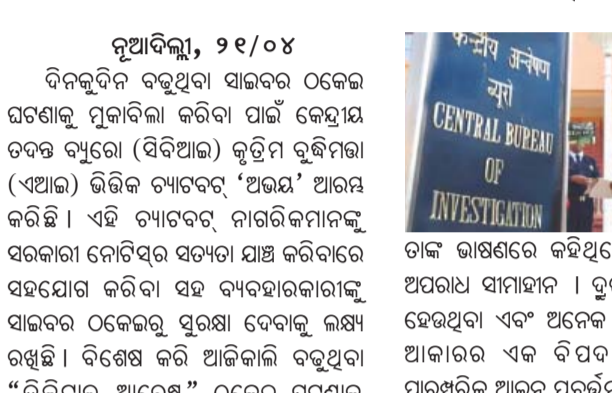
### ରାଉରକେଲାରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଦ୍ରୌପଦୀ ମୁର୍ତ୍ତି: ସ୍ଵାଗତ କଲେ ରାଜ୍ୟପାଳ-ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ



**ଭୁବନେଶ୍ଵର/ରାଉରକେଲା/ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ୨୧/୦୪ ଦୁଧଳ ବ୍ୟୁବୋ**

ମଙ୍ଗଳବାର ଦିନିକିଆ ରାଉରକେଲା ଗସ୍ତରେ ଆସି ପହଞ୍ଚିଥିଲେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଦ୍ରୌପଦୀ ମୁର୍ତ୍ତି । ମହାମହିମଙ୍କ ଗଣ୍ଡ ପାଇଁ ଇସ୍ତାଦ ନଗରୀରେ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା କଡ଼ାକଡ଼ି କରାଯାଇଥିଲା । ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବିମାନ ବନ୍ଦରରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କୁ ରାଜ୍ୟପାଳ ହରିଚାନ୍ଦ୍ର କୁମାରପାତି, ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ, ସୁରରଗତ ସାଂସଦ ଲୁଏଲ ଓଡ଼ାମା ସ୍ଵାଗତ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା

### ଡିଜିଟାଲ ଗିରଫଦାରୀ ମାମଲାରେ ଅଧିକମାତ୍ରାରେ ଫସ୍ଵରୁକ୍ତି ଶିକ୍ଷିତ ଲୋକ : ଚିନ୍ତା ପ୍ରକାଶ କଲେ ସିଜେଆଇ



**ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧/୦୪**

ଦିନକୁଦିନ ବହୁଥିବା ସାଇବର ଠକେଇ ଘଟଣାକୁ ମୁକାବିଲା କରିବା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ତଦନ୍ତ ବ୍ୟୁରୋ (ସିବିଆଇ) କୃତ୍ରିମ ବୁଦ୍ଧିମତା (ଏଆଇ) ଭିତ୍ତିକ ଚ୍ୟାଟବଟ ‘ଅଭୟ’ ଆରମ୍ଭ କରିଛି । ଏହି ଚ୍ୟାଟବଟ ନାଗରିକମାନଙ୍କୁ ସରକାରୀ ନୈତିକତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ସହଯୋଗ କରିବା ସହ ବ୍ୟବହାରକାରୀଙ୍କୁ ସାଇବର ଠକେଇରୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି । ବିଶେଷ କରି ଆଜିକାଲି ବହୁଥିବା ‘ଡିଜିଟାଲ ଆରେଷ୍ଟ’ ଠକେଇ ଘଟଣାକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ଏହା ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଟେ ।

### ରହିଛି, ଯାହା ପ୍ରାୟତଃ ବିକଳିତ ଓ ସମୟ ସାପେକ୍ଷ ହୋଇଥାଏ ।

ସିଜେଆଇ ଆହୁରି କହିଥିଲେ ଯେ ଏହି ସମସ୍ୟାର ଦୂରତ ଓ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପାଇଁ ସମ୍ପର୍କାଳିତ ଚିହ୍ନଟ ପ୍ରଣାଳୀ, ପୂର୍ବ ସଚର୍କିତା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ସମ୍ପର୍କିତ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଗଠନ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ସହିତ ସେ ତଦନ୍ତକାରୀ ସଂସ୍ଥାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ତିକ୍ତିଚାଲି ଫରେନସିକ, ସାଇବର ଇଣ୍ଫୋରମେସନ୍ ଓ ବିଶେଷ ଶିକ୍ଷଣ କ୍ଷମତାକୁ ମଜବୁତ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ତାଙ୍କ ଅଭିଭାଷଣରେ, ଚାହିଁ ଦେଇଛି । ଏଥିସହ ସେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଥିଲେ ଯେ ଏପରି ଅପରାଧ କେବଳ ଆର୍ଥିକ କ୍ଷତିରେ ସୀମିତ ନୁହେଁ, ଏହା ମାନବ ମର୍ଯ୍ୟାଦା, ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ଵାଧୀନତା ଏବଂ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ସୁରକ୍ଷାକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ବାସ୍ତବ ସମୟରେ ଘଟୁଥିବା ସାଇବର ଅପରାଧ ଓ ସଂସ୍ଥାଗତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ରହିଛି, ଯାହା ପ୍ରାୟତଃ ବିକଳିତ ଓ ସମୟ ସାପେକ୍ଷ ହୋଇଥାଏ ।

### ମିଳିଥିବା ଘର ଭଡ଼ାରେ ଲଗାଇଲେ ହେବ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ: ମେୟର

**ଭୁବନେଶ୍ଵର, ୨୧/୦୪**  
**ଦୁଧଳ ବ୍ୟୁବୋ**

ବନ୍ଧିବାସିନ୍ଦା ପାଇଥିବା ଘର ଯଦି ଭଡ଼ାରେ ଦେବେ ତା’ହେଲେ ତାଙ୍କ ଉପରେ ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ହେବ । ଏଭଳି କଡ଼ା ଚେତାବନୀ ଦେଇଛନ୍ତି ମେୟର ସୁଲୋଚନା ଦାସ । ମଙ୍ଗଳବାର ବିଏମସି ପକ୍ଷରୁ ଶତାଧିକ ପରିବାରଙ୍କୁ ଲଚେରୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଗୃହ ଆବଶ୍ୟକ କରାଯାଇଛି । ଏକାମ୍ର ଭିଲ୍ଲା, ମା’ ଭଗବତୀ ବନ୍ଧି, ସାଲିଆ ସାହି, ଭୋଜ ନଗର ଏବଂ ସରସ୍ଵତୀ ବନ୍ଧିର ମୋଟ

### ଚୌଦ୍ଵାର ଜେଲରୁ ବିହାରୀ ଅପରାଧୀ ଫେରାର ଘଟଣା ପ୍ରାଥମିକ ଚାର୍ଜସିଟ୍ ଦାଖଲ କଲା ପୁଲିସ୍, ରାଜାକୁ ରିମାଣ୍ଡରେ ଆଣିବାକୁ ଯୋଜନା



**କଟକ, ୨୧/୦୪ ଦୁଧଳ ବ୍ୟୁବୋ**

ଚୌଦ୍ଵାର ସର୍କିଲ ଜେଲରୁ ଫେରାର ପରେ ପୁଣି ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ବିହାରୀ ଦୁର୍ଦ୍ଦା ଅପରାଧୀ ମଧୁକାନ୍ତ ରାଣା ଉତ୍ତର ଛେଦିତ ପ୍ରାଥମିକ ଚାର୍ଜସିଟ୍ ଦାଖଲ ହୋଇଛି । ଚୌଦ୍ଵାର ଆନା ପୁଲିସ୍ ଗଡ଼ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରେ ଏହି ଚାର୍ଜସିଟ୍ ଦାଖଲ କରିଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଏହି ଘଟଣାର ଅନ୍ୟତମ ଅଭିଯୁକ୍ତ ତଥା ଗଡ଼ ୧ ଚାରିଖରେ ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ରାଜା ସାହାଣ ନେଇ ତଦନ୍ତ ଚାଲି ରହିଛି ।

ଦିବାଲୋକରେ ଗୁଳି କରି ହତ୍ୟା କରିବା ଘଟଣାରେ ବିହାରୀ ଦୁର୍ଦ୍ଦା ଅପରାଧୀ ମଧୁକାନ୍ତ ରାଣା ଓ ରାଜା ସାହାଣ ଗିରଫ ହୋଇ ଚୌଦ୍ଵାର ଜେଲରେ ଥିଲେ । ତେବେ ଅକ୍ଟୋବର ୨ ତାରିଖ ରାତିରେ ସେଇ ରାଜା ଦୁଇଟି ପାଟେରି ଡେଇଁ ସେମାନେ ଚମ୍ପର ମାରିଥିଲେ । ଏନେଇ ଅକ୍ଟୋବର ୩ ତାରିଖରେ ଚୌଦ୍ଵାର ଆନାରେ ଏକ ମାମଲା ଚଳୁ ହୋଇଥିଲା । ଫେବୃୟାରୀ ୧୪ରେ ମଧୁକାନ୍ତ ରାଣାକୁ ଦୁଇଦିନରୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଥିଲା । ତା’ ଗିରଫଦାରୀକୁ ୬୦ ଦିନ ପୂରିବା ପୂର୍ବରୁ ହିଁ ଚୌଦ୍ଵାର ଆନା ପକ୍ଷରୁ ଚାର୍ଜସିଟ୍ ଦାଖଲ ହୋଇଛି । ଏଥିରେ ଚୌଦ୍ଵାର ଜେଲ କର୍ମଚାରୀ, ଚୌଦ୍ଵାର ଆନା କର୍ମଚାରୀ, ବୃନ୍ଦାବନରୁ ଗିରଫ ବେଳେ ଗୋଷ୍ଠୀହାର୍ତ୍ତ ଓ ସ୍ଥାନୀୟ ପୁଲିସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବୟାନକୁ ଚାର୍ଜସିଟ୍ରେ ସାକ୍ଷ୍ୟ ଭାବେ ରଖାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଚୌଦ୍ଵାର ଜେଲ, କଟକର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନର ସିବିଟିଲି ପୁଡେକ, ବୃନ୍ଦାବନର ସିବିଟିଲି ପୁଡେକ ମଧ୍ୟ କୋର୍ଟକୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଏଥିସହ ବି.ନି. ରିଲିଏସ୍ ବେଳର ଭିଡିଓ, ଫେରାର ସମୟରେ ରାଜା ବ୍ୟବହାର କରିଥିବା କିଛି ବୈଷୟିକ ତଥ୍ୟକୁ ମଧ୍ୟ କୋର୍ଟକୁ ଦିଆଯାଇଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷେ ଗଡ଼ ୧ ଚାରିଖରେ ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ରାଜା ସାହାଣ ନେଇ ତଦନ୍ତ ପ୍ରାୟ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ରହିଛି । ଫେରାର ଘଟଣାରେ ଚୌଦ୍ଵାର ପୁଲିସ୍ ରାଜାଠାରୁ ଆଉ କିଛି ତଥ୍ୟ ଆବାସ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛି । ତେଣୁ ରାଜାକୁ ରିମାଣ୍ଡରେ ଆଣିବା ପାଇଁ କଟକ ପୁଲିସ୍ ପକ୍ଷରୁ ଚୌଦ୍ଵାର ଜେଲ, କଟକର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନର ସିବିଟିଲି ପୁଡେକ, ବୃନ୍ଦାବନର ସିବିଟିଲି ପୁଡେକ ମଧ୍ୟ କୋର୍ଟକୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି ।

### ଭୋଟର ଲିଷ୍ଟରୁ ୯.୮ ଲକ୍ଷ ଭୋଟରଙ୍କ ନାଁ କଟିବା ପ୍ରସଙ୍ଗ ପୁନର୍ବିଚାର ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନରଙ୍କୁ ଚିଠି ଲେଖିଲେ ସମ୍ବିତ ପାତ୍ର

**ଭୁବନେଶ୍ଵର, ୨୧/୦୪**  
**ଦୁଧଳ ବ୍ୟୁବୋ**

ଭୋଟର ତାଲିକାରୁ ୯ ଲକ୍ଷ ୮୦ ହଜାର ଭୋଟରଙ୍କ ନାମ କଟିବା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ କଲେ ବିଜେଡି ସାଂସଦ ସମ୍ବିତ ପାତ୍ର । ପୁନର୍ବିଚାର ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନର ଛାଣିବେ କୁମାରଙ୍କୁ ଚିଠି ଲେଖିଲେ ସମ୍ବିତ ପାତ୍ର । ପୁନଃ ଯାଞ୍ଚ କରି ଭୋଟରଙ୍କ ଅଧିକାର ଫେରାଇବାକୁ ଚିଠିରେ ଅପିଲ କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ସେଗାଲ ଇଣ୍ଫରମେସନ୍ ରିଭିଜନ୍ ବା ଏସ.ଆଇ.ଆରକୁ ନେଇ ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଛନ୍ତି ସାଂସଦ ସମ୍ବିତ ପାତ୍ର । ନିର୍ଭୁଲ ଭୋଟର ତାଲିକା ଗଣତନ୍ତ୍ର ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ଚିଠିରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରାଥମିକ ଯାଞ୍ଚରେ ଏତେ ସଂଖ୍ୟକ ଭୋଟରଙ୍କ ନାଁ ବାଦ୍ ପଡ଼ିଛି, ଯାହା ସ୍ଵଚ୍ଛତା ଉପରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛି ବୋଲି ସମ୍ବିତ ଲେଖିଛନ୍ତି । ପ୍ରକୃତ ଭୋଟର ସାମ୍ପ୍ରାଧାନିକ ଅଧିକାରରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇପାରନ୍ତି । ଏହା ନିର୍ବାଚନ ନିରପେକ୍ଷତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି । ତେଣୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ପୁନର୍ବିଚାର କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି ସମ୍ବିତ ।

**ସମାଜସେବୀ**

**ପୁଷ୍ପା-୪**

**ଉତ୍କଳ ଘାତୀ**

**THE UTKAL DEEPIKA**

**ସାପ୍ତାହିକ ସାମାଜ ପତ୍ରିକା**

ପଞ୍ଚେଣ୍ଡେକେମିକା ଯୋଗାଣ ଠିକଣା : ୬୦% କମିଲାଣି ପୁଷ୍ପିକ ଶିଳ୍ପ ଉତ୍ପାଦନ

**ବ୍ୟବସାୟ ହେତୁ ୨୦୦ ପ୍ରକାଶିତ ପକ୍ଷୀ ବିଲୟମୁଖୀ**

**ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ! ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ!**

ସାପ୍ତାହିକ ସମୟ ପତ୍ରିକା ‘କଟକ ଦାସିନୀ’ ରାଜ୍ୟର ସମସ୍ତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଉପଲବ୍ଧ । ଏହାକୁ ଭଲ ପାଉଥିବା ପାଠକ ପାଠିକାମାନଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ, ନିବନ୍ଧ ସ୍ଵରୂପ ଉତ୍ତରକୁ ଯାଉ ସଂଗ୍ରହ କରିନିଅନ୍ତୁ ।

ସମ୍ପର୍କ : ପୂର୍ବ ନଂ-୪୪୪, ଶହୀଦନଗର, ଭୁବନେଶ୍ଵର-୭୫୧୦୦୭  
ଜିଲ୍ଲା-ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ଓଡ଼ିଶା  
ସ୍ଵରାଜ୍ୟ : (୦୬୭୪)୨୫୫୧୪୪୮, ୨୫୫୫୭୮୮  
Email : utkaldeepika2016@gmail.com

### ସାରା ରାଜ୍ୟରେ ସାମୂହିକ ବିବାହ ଉତ୍ସବ : ୫ ଜିଲ୍ଲାରେ ୩୦୨ ବର-କନ୍ୟାଙ୍କର ପତିଲା ହାତଗଣି

**ବ୍ରହ୍ମପୁର/ପାରଳାଖେମୁଣ୍ଡି/ଖୋର୍ଦ୍ଧା/କଟକ/ଯାଜପୁର, ୨୧/୦୪ ଦୁଧଳ ବ୍ୟୁବୋ**

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କନ୍ୟା ବିବାହ ଯୋଜନାରେ ମଙ୍ଗଳବାର ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାରେ ସାମୂହିକ ବିବାହ ଉତ୍ସବ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ଗଞ୍ଜାମ ଓ ଗଜପତି ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ସାମୂହିକ ବିବାହ କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ଗଞ୍ଜାମରୁ ୨୧୧ ବର-କନ୍ୟାଙ୍କ ବିବାହ ସମ୍ପନ୍ନ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଗଜପତିରୁ ୧୭୭ ବର-କନ୍ୟାଙ୍କର ବିବାହ ସମ୍ପନ୍ନ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାର ୪୯ ଯୋଡି ଓ ଯାଜପୁର ଜିଲ୍ଲାର ୬୦ ଯୋଡି ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇ ହାତକୁ ଦୁଇଜାଡି ହୋଇଛନ୍ତି ।



ଆବଦ୍ଧ ହୋଇଥିଲେ । ଖଣି ଓ ଇସ୍ପାତ ମନ୍ତ୍ରୀ ବିଭୂତି ଭୂଷଣ ଜେନା ନବ ଦମ୍ପତିଙ୍କୁ ଆଶୀର୍ବାଦ କରିବା ସହିତ ପ୍ରତ୍ୟେକ କନ୍ୟାଙ୍କୁ ୪୫,୦୦୦ ଟଙ୍କା ସହାୟତା ରାଶି ଡେଇଁ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ବିବାହ ଉତ୍ସବରେ ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲାପାଳ କାର୍ତ୍ତି ଝାସନ, ବ୍ରହ୍ମପୁର ଉପ-ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଅବିନାଶ କୁମାର, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନିକ ପୂର୍ବକା ଓ ସମାଜର ମାନ୍ୟଗଣ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଗଣମାନେ ଯୋଗଦାନ କରି ବିବାହ ଉତ୍ସବକୁ ସାଫଳ୍ୟମଣ୍ଡିତ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ଗଜପତି ଜିଲ୍ଲା ପାରଳାଖେମୁଣ୍ଡି ବିଜୁ କଳ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପଠାରେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ସାମୂହିକ ବିବାହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଅବସରରେ ୧୧୭ ଜଣ ହିନ୍ଦୁ, ୨୭ ଜଣ ଖ୍ରୀଷ୍ଟିୟାନ, ୪୩୮ ଜଣ ବର-କନ୍ୟାଙ୍କ ବିବାହ ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇଛନ୍ତି । ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ବିବାହ ପାଇଁ ସମସ୍ତ ଆୟୋଜନ ଓ ଭୋଜିପାତ୍ର ମାଗଣାରେ କରାଯିବା ସହ ପ୍ରତି ଦମ୍ପତିଙ୍କ ପାଇଁ ୪୫୫୫୦ ଟଙ୍କାର ସହାୟତା ମଧ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି ବୋଲି ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ କହିଛନ୍ତି । ଏହାଦ୍ଵାରା ବିବାହ ପାଇଁ ଆୟୋଜନ କରିବାରେ ଅକ୍ଷମ ଥିବା ଗରିବ ପରିବାର ଉପକୃତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ଖୋର୍ଦ୍ଧା ବରୁଣେଇ ପାଠରେ ଆୟୋଜିତ ଏହି ସାମୂହିକ

**ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ! ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ!**

ସାପ୍ତାହିକ ସମୟ ପତ୍ରିକା ‘କଟକ ଦାସିନୀ’ ରାଜ୍ୟର ସମସ୍ତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଉପଲବ୍ଧ । ଏହାକୁ ଭଲ ପାଉଥିବା ପାଠକ ପାଠିକାମାନଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ, ନିବନ୍ଧ ସ୍ଵରୂପ ଉତ୍ତରକୁ ଯାଉ ସଂଗ୍ରହ କରିନିଅନ୍ତୁ ।

ସମ୍ପର୍କ : ପୂର୍ବ ନଂ-୪୪୪, ଶହୀଦନଗର, ଭୁବନେଶ୍ଵର-୭୫୧୦୦୭  
ଜିଲ୍ଲା-ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ଓଡ଼ିଶା  
ସ୍ଵରାଜ୍ୟ : (୦୬୭୪)୨୫୫୧୪୪୮, ୨୫୫୫୭୮୮  
Email : utkaldeepika2016@gmail.com