





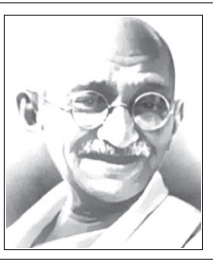








ଜନନୀ-ଭବିନୀ-କନ୍ୟା-ପ୍ରାଣପ୍ରିୟା-ଜୀବନ  
ସଜିନୀ, ଦାସୀ ନୁହଁ-ଦାସୀ ନୁହଁ, ତୁମ ରୁଦ୍ଧ  
ବିହଜିନୀ।  
-ଅନୁଦା ଶଙ୍କର ରାୟ



ନିଜ ଉପରେ ଭରସା କରିବାକୁ ଯାହା ଶିକ୍ଷା  
ଦିଏ, ତାହା ହିଁ ଯେ କୌଣସି ଦେଶ ପାଇଁ ଅଧିକ  
ଶିକ୍ଷା।  
-ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀ

# ଆତଙ୍କବାଦର ଅନ୍ତ ନାହିଁ ? କାଶ୍ମୀରରେ ଆତଙ୍କୀୟ ନୂଆ ରଣନୀତି

ଭାରତର ଅବିଚ୍ଛେଦ୍ୟ ଅଙ୍ଗ କାଶ୍ମୀରରେ ଆତଙ୍କବାଦ ଦିନକୁ ଦିନ ଉଗ୍ରରୂପ ନେଉଥିବାର ଦେଖାଯାଇଛି । ଆତଙ୍କବାଦୀମାନେ ପ୍ରାୟ ପ୍ରତିଦିନ ନିରାହ ଯାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଦାମ୍ଭିନୀ ତଥା ସ୍ଥାନୀୟ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ପାଇଁ ବିରାଟ ଆହୁରଣ ରୂପେ ଉଭା ହୋଇଛି । ଗତ ତିନି ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଆତଙ୍କବାଦୀମାନେ ନିଜର ଲକ୍ଷ୍ୟଭେଦୀ ଆକ୍ରମଣରେ ୧୬ ଜଣ ଯାଧାରଣ ନାଗରିକଙ୍କ ଜୀବନ ଲୁଚିନେଇଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ଭିତରେ ୧୦ ଜଣ କାଶ୍ମୀରୀ ମୁସଲମାନ ଓ ୬ ଜଣ ହିନ୍ଦୁ ରହିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଗତ ପାଞ୍ଚ ମାସ ଭିତରେ ଆକ୍ରମଣରେ ୧୩ ଜଣ ଯାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ୧୩ ଜଣଙ୍କୁ ପିଣ୍ଡଳ ଦ୍ୱାରା ଉପୁଡ଼ି କରି ହତ୍ୟା କରାଯାଇଛି । କାଶ୍ମୀର ଉପତ୍ୟକାରେ ନିରାହ ଯାଧାରଣ ନାଗରିକଙ୍କୁ କେବଳ ହତ୍ୟା କରାଯାଇଛି ତା' ନୁହେଁ, ଆତଙ୍କବାଦୀମାନେ ନିରାହ ପୁଲିସ୍ ମଧ୍ୟ ଟାର୍ଗେଟ୍ କରି ହତ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି । ଗତ କୁଲାଇ ୧୮ ତାରିଖରେ ଉଗ୍ରବାଦୀମାନେ ଦକ୍ଷିଣ କାଶ୍ମୀରର ପୂର୍ବାଞ୍ଚଳ ଠାରେ ଜଣେ ରେଳପୁରଣୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଗୁଳିକରି ହତ୍ୟା କରିଥିବାବେଳେ ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କୁ ଗୁରୁତର ଭାବରେ ଆହତ କରିଥିଲେ । ଅନନ୍ତନାଗ ଜିଲ୍ଲାରେ ସୁରକ୍ଷା କର୍ମୀ ଓ ଆତଙ୍କବାଦୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗୁଳି ବିନିମୟରେ ଜଣେ ହିଜବୁଲ୍ କାମାଙ୍ଗର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ତା' ନିକଟରୁ ଏବେ-୪୬ ବନ୍ଧୁକ ସମେତ ବିପୁଳ ପରିମାଣର ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ଜବତ ହୋଇଛି । ଏବେ ଆତଙ୍କବାଦୀମାନେ ବାଞ୍ଛି ବିଭିନ୍ନ ଲୋକଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରୁଥିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ଭୟର ଭାବଦରଣ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କୋଳକାତା ବାହାଁ ଦେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ଯେ, କାଶ୍ମୀରରେ ଆତଙ୍କବାଦର ଅନ୍ତ ଘଟିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । କାଶ୍ମୀରରେ ସୁବକମାନଙ୍କୁ

ଆତଙ୍କବାଦରେ ପରିଣତ କରି ପାରିବାର ନିଜ ପରାକର୍ମର ପ୍ରତିଶୋଧ ନେବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲା ଭଳି ମନେ ହେଉଛି । ଗତ ୨୦୧୧ ଅଗଷ୍ଟ ପ୍ରତିଦିନ ନିରାହ ଯାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଦାମ୍ଭିନୀ ତଥା ସ୍ଥାନୀୟ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ପାଇଁ ବିରାଟ ଆହୁରଣ ରୂପେ ଉଭା ହୋଇଛି । ଗତ ତିନି ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଆତଙ୍କବାଦୀମାନେ ନିଜର ଲକ୍ଷ୍ୟଭେଦୀ ଆକ୍ରମଣରେ ୧୬ ଜଣ ଯାଧାରଣ ନାଗରିକଙ୍କ ଜୀବନ ଲୁଚିନେଇଛନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ଭିତରେ ୧୦ ଜଣ କାଶ୍ମୀରୀ ମୁସଲମାନ ଓ ୬ ଜଣ ହିନ୍ଦୁ ରହିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଗତ ପାଞ୍ଚ ମାସ ଭିତରେ ଆକ୍ରମଣରେ ୧୩ ଜଣ ଯାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ୧୩ ଜଣଙ୍କୁ ପିଣ୍ଡଳ ଦ୍ୱାରା ଉପୁଡ଼ି କରି ହତ୍ୟା କରାଯାଇଛି । କାଶ୍ମୀର ଉପତ୍ୟକାରେ ନିରାହ ଯାଧାରଣ ନାଗରିକଙ୍କୁ କେବଳ ହତ୍ୟା କରାଯାଇଛି ତା' ନୁହେଁ, ଆତଙ୍କବାଦୀମାନେ ନିରାହ ପୁଲିସ୍ ମଧ୍ୟ ଟାର୍ଗେଟ୍ କରି ହତ୍ୟା କରୁଛନ୍ତି । ଗତ କୁଲାଇ ୧୮ ତାରିଖରେ ଉଗ୍ରବାଦୀମାନେ ଦକ୍ଷିଣ କାଶ୍ମୀରର ପୂର୍ବାଞ୍ଚଳ ଠାରେ ଜଣେ ରେଳପୁରଣୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଗୁଳିକରି ହତ୍ୟା କରିଥିବାବେଳେ ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କୁ ଗୁରୁତର ଭାବରେ ଆହତ କରିଥିଲେ । ଅନନ୍ତନାଗ ଜିଲ୍ଲାରେ ସୁରକ୍ଷା କର୍ମୀ ଓ ଆତଙ୍କବାଦୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗୁଳି ବିନିମୟରେ ଜଣେ ହିଜବୁଲ୍ କାମାଙ୍ଗର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ତା' ନିକଟରୁ ଏବେ-୪୬ ବନ୍ଧୁକ ସମେତ ବିପୁଳ ପରିମାଣର ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ଜବତ ହୋଇଛି । ଏବେ ଆତଙ୍କବାଦୀମାନେ ବାଞ୍ଛି ବିଭିନ୍ନ ଲୋକଙ୍କୁ ହତ୍ୟା କରୁଥିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ଭୟର ଭାବଦରଣ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କୋଳକାତା ବାହାଁ ଦେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ଯେ, କାଶ୍ମୀରରେ ଆତଙ୍କବାଦର ଅନ୍ତ ଘଟିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । କାଶ୍ମୀରରେ ସୁବକମାନଙ୍କୁ



ଶ୍ୟାମ ସୁନ୍ଦର ସାମଲ  
ଦିବ୍ଯାନାୟା ବନ୍ଧୁକ, କଟକ,  
ମୋ : ୯୭୭୮୩୭୫୯୨୬

ଜୀବନରେ ନିଜର ପାରିବାରିକ କ୍ଷେତ୍ର ହେଉ ବା ବ୍ୟାପ୍ କ୍ଷେତ୍ର, କର୍ମ ସଂସ୍ଥାନର କ୍ଷେତ୍ର ହେଉ ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ କ୍ଷେତ୍ର । ସତରେ 'କଲେ ହେଲା ବୁଢ଼ିବ ଭେଳା' । ହେଲାରୁ ଭେଳା ବୁଢ଼ିବର ନିଜର ଆମ ସାମ୍ମୁଖେ ପ୍ରତିଦିନ ଆମେ ଦେଖୁଥାଉ । ଆତ୍ମସଂଯମ କଥା ହେଉଛି ଆମେ ଜାଣିପାରି ମଧ୍ୟ ଅନେକ ସମୟରେ ନିଜର ଭେଳା ବୁଢ଼ିବ ନିଜେ ହଜିରାଣ ହେବା ସହ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଅପୂର୍ବଧାରଣ ବି ପକାଇଥାଉ । ଦେଖାଯାଏ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜ ହେଲା ସମ୍ପର୍କରେ ବୁଝିଲା ବେଳକୁ ନେତୃମୁଖ କହୁଣ୍ଡାକୁ ବୋଧିଯାଇଥାଏ । ସେତେବେଳୁ ଆଉ ନିଜ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ କିଛି ବି ନଥାଏ । ପୃଥିବୀରେ ମଣିଷ ହେଉଛି ସବୁଠାରୁ ବୁଦ୍ଧିମାନ ପ୍ରାଣୀ କିନ୍ତୁ ନିଜେ ନିଜ ବୁଦ୍ଧି ପାଇଁ ଓ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରବୁଦ୍ଧି ଓ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଗମନ ବୁଦ୍ଧି ପାଇଛି । ବଡ଼ ବଡ଼ ବ୍ୟବସାୟିକ ସଂସ୍ଥା ରାଜ୍ୟରେ ପୁଞ୍ଜି ନିବେଶ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କଲେଣି । ସମ୍ଭବତଃ ଏହି କାରଣରୁ ଆତଙ୍କବାଦୀ ସଂଗଠନଗୁଡ଼ିକ ଅତିମାତ୍ରରେ ହତୋତ୍ସାହିତ ହୋଇ ପଡ଼ିଛନ୍ତି । ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଆତଙ୍କବାଦୀ ନିପାତ ହୋଇଯିବା ପରେ ଏବେ ସେମାନେ 'ଟାର୍ଗେଟ୍ କିଲିଂ' ବା ଲକ୍ଷ୍ୟଭେଦୀ ହତ୍ୟାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ରଚାଇବାର ଯୋଜନା କରି ସେହି-ଅନୁଯାୟୀ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । କୁଲାଇ-ମୁସଲମାନଙ୍କ ଭିତରେ ପ୍ରଦେଶ କରି ଜଣେ ବ୍ୟାଙ୍କ ମ୍ୟାନେଜରଙ୍କୁ ସେମାନେ ହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି । ଆତଙ୍କବାଦୀମାନଙ୍କର ଏହି ନୂତନ ରଣନୀତିକୁ ଉଚିତ୍ ଜବାବ ଦେବା ଲାଗି ଆମ ସୁରକ୍ଷା ବାହିନୀ ସଦାସର୍ବଦା ଜାଗତିଆର ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନଚେତ୍, ନିରାହ ନାଗରିକଙ୍କ ରକ୍ତରେ ହୋଇ ଖେଳିବାକୁ ସେମାନେ ସୁଯୋଗ ପାଇବେ ।

# ସ୍ତନ୍ୟପାନ : ବଦଳୁଛି ଓଡ଼ିଶାର ଚିତ୍ର



ଡାକ୍ତର ଜ୍ୟୋତିରଞ୍ଜନ ଚମ୍ପତିରାୟ  
ସହଯୋଗୀ ପ୍ରଫେସର, ଶିଶୁ ବିଭାଗ,  
ଶିଶୁଭବନ, କଟକ, ଦୂରଭାଷ :  
୯୪୩୭୧୨୪୦୬୪

ବର୍ତ୍ତମାନ କରୋନା କିଛି ସମସ୍ୟା ଭିତରେ ମନିଷକୁ ନେଇ ଏକ ପ୍ରକାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଭୟ ଦେଖାଦେଇଛି । ଏ ସମୟରେ ବିଶେଷକରି ପିଲାମାନଙ୍କ ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ସମ୍ପର୍କରେ ସାଧାରଣରେ ଆଲୋଚନା ମଧ୍ୟ ହେଉଛି । ଅନେକ ସୁଦୃଢ଼ ଜାଣିଥିବେ ମା' କ୍ଷୀର ଠାରୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଅପେକ୍ଷା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଆଉ କିଛି ନାହିଁ । ମା' କ୍ଷୀର ଶିଶୁ ପାଇଁ ଅନୁତ । ଆଦିମ କାଳରୁ ରହିଥିବା ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ସ୍ତନ୍ୟରେ ପିଠା ପଡ଼ିଛି । ଅଧିକାଂଶ ମା'ଙ୍କର ସ୍ତନ୍ୟପାନକୁ ନେଇ ବିଚିତ୍ର ମାନସିକତା ରହିଛି । ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଯାଇ ଯୋଗ୍ୟ ପ୍ରକାରେ ହେବା ଆଶଙ୍କା କରି ଶିଶୁଙ୍କୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ପାଇଁ ସେମାନେ ଇଚ୍ଛା ପ୍ରକାଶ କରୁନାହାନ୍ତି । ତମନେ ଅନୁତ କୁହାଯାଉଥିବା ଏହି ମା' କ୍ଷୀର ଏବେ ଶିଶୁ ପାଇଁ ସ୍ୱପ୍ନ ହୋଇଛି । ଏଣୁ ବିଶ୍ୱ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ସପ୍ତାହ ଆବସରରେ ସପ୍ତାହେ ବ୍ୟାପୀ ମହିଳାଙ୍କୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ଲାଗି ସଚେତନ କରାଯାଏ । ପିଲାଟିଏ ଜନ୍ମ ହେବାର ଏକ ସଫା ମଧ୍ୟରେ ତାକୁ ମା' କ୍ଷୀର ଦେବା ଉଚିତ । ଏହା ଶିଶୁ ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ୬ମାସରୁ ୨ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ନିମନ୍ତେ ଡାକ୍ତର ମତ ଦିଅନ୍ତି । ୧୯୯୨ ମସିହାରେ ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନ ତରଫରୁ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ବିଶ୍ୱ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ୭୯ଟି ଦେଶରେ ଏହି ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଇଛି । ପ୍ରତିବର୍ଷ ପରି ସଦିତ ବର୍ଷର ଶ୍ରେଣୀର ରହିଛି 'କ୍ଷେପ ଅଫ୍ ଫର ଡ୍ରେଷ୍ଟିଂ ଫିଟିଂ : ଏକ୍ସକେଟ ଆଥ ସପୋର୍ଟ' । ବିଶ୍ୱ ଏକ ଦୃତୀୟାଂଶ ଶିଶୁ ଅପସ୍ତୁଷ୍ଟି ଯୋଗୁଁ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଆଖି ବୁଜିଥାନ୍ତି । ସମାନ ପ୍ରସବ ହେବାର ଏକ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ବା କୋଲୋଷ୍ଟ୍ରମ ପାନ ଏବଂ ୬ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେବଳ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ଜରୁରୀ । କିନ୍ତୁ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନେକ ଅବଗତ ନୁହଁନ୍ତି । ଏଥିଯୋଗୁଁ ଦୁଇ ଦୃତୀୟାଂଶ ଶିଶୁଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟୁଛି । ହେଲେ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏବେ ଓଡ଼ିଶାରେ ଚିତ୍ର ଧାରଣ ଧାରଣ ବଦଳୁଛି । ବିଶେଷକରି ଆଦିବାସୀ ଅଧିକାଂଶ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳାମାନେ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ପ୍ରତି ଅଧିକ ସଚେତନ ହୋଇଛନ୍ତି । ପ୍ରସବ ପରର ପ୍ରଥମ ସୁସ୍ଥପାନ କରାଇବା

ଏବଂ ନବଜାତକର ଯତ୍ନ ନେବାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିନ ପ୍ରତି ରକ୍ଷିତ ମହିଳା ଏବଂ ନୂତନ ଭାବେ ମା' ହୋଇଥିବା ମହିଳାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଚେତନତା ବୃଦ୍ଧିପାଇଛି । ତାଙ୍କୁ ରାଜତ୍ୱ ଆଣି ଯୁ ଓ ଭାଏସ୍ ପର ତାଙ୍କୁ ରାଜତ୍ୱ ଜନ ଓଡ଼ିଶା ପକ୍ଷରୁ ମାତୃସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ନେଇ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ କୋଲୋଷ୍ଟ୍ରମ ପାନ କରାଇବା ବିନା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଶେଷ ଓଡ଼ିଶା ତଥା ଆଦିବାସୀ ମହିଳାମାନେ ବିଶେଷ ସଚେତନ ହୋଇଛନ୍ତି । ବଳାଙ୍ଗୀର, କୋରାପୁଟ, ବରଗଡ଼, କଳାହାଣ୍ଡି ଓ କନ୍ଧମାଳର ୧୬୪ ଗ୍ରାମର କେତେକ ମହିଳାଙ୍କୁ ନେଇ ମୋବାଇଲ୍ ଇଣ୍ଟରାକ୍ଟିଭ୍ ଭାଏସ୍ ରେକର୍ଡ୍ କରିଆରେ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ୯୧% ମହିଳା ବିଶ୍ୱାସୀ, ସଂଖ୍ୟାଗତ, ସାମାଜିକ ଓ ପାରିବାରିକ କ୍ଷମଣରେ ବାଞ୍ଛି ରଖିବା ପାଇଁ ଆମ ସମାଜରେ ବିବାହ ପରମ୍ପରା ପ୍ରଚଳିତ । ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି ସମୟ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ସାମାଜିକ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଅଶାନ୍ତି ଓ ବିଶ୍ୱାସୀତା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ତେଣୁ ପରକାୟା ପ୍ରେମ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଏ । ଜଣେ ବିବାହିତ ପୁରୁଷ ବା ନାରୀ କାହିଁକି ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହୁଏ ? ବିବାହ ପରେ ମଧ୍ୟ କ'ଣ ପାଇଁ ନିଜ ମନରେ ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ପ୍ରେମ ଭାବନା ହିଁ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ? ପତି-ପତ୍ନୀଙ୍କ ଭିତରେ କିଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ତୃତୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ କରେ ? ପତି ବା ପତ୍ନୀ ଆଉ ଆଉ ଜଣେ ପ୍ରକୃତ ଅନ୍ୟ ପାଖରେ କାହିଁକି ସମର୍ପିତ କରିଦିଏ ? ପରକାୟା ପ୍ରେମର ମୂଳ କାରଣ କ'ଣ ? ତାକୁ ନେଇ ମନ ଭିତରେ ଏଭଳି ନାନା ପ୍ରଶ୍ନ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି ପ୍ରତି କାହିଁକି ଜଣେ ମନ ବଳାଏ, ତାର ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି ।



ଡାକ୍ତର ସମୀର କର  
ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ, ଦି'ଲ୍ରେନ,  
ପୁରୀପାଟ ଗୋଡ଼, କଟକ, ମୋ :  
୯୧୩୨୪୩୩୩୩୩୩

ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି ବିବାହ ପରେ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ହିଁ ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି କୁହାଯାଏ । ନିଜ ଜୀବନସାଥୀ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କାହା ସହିତ ମାନସିକ ବା ଶାରୀରିକ ସମ୍ପର୍କ ରଖିବା ହିଁ ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି । ଭାରତୀୟ ସଂସ୍କୃତିରେ ବିବାହ ପରେ ଅନ୍ୟ ପୁରୁଷ ବା ନାରୀ ସହିତ ପ୍ରେମ ସମ୍ପର୍କ ରଖିବାକୁ ନିରାକାର୍ଯ୍ୟ ଭାବେ ଦେଖାଯାଏ । କାରଣ ମଣିଷକୁ ଏକ ଶୁଦ୍ଧଜାତି, ସଂଖ୍ୟାଗତ, ସାମାଜିକ ଓ ପାରିବାରିକ କ୍ଷମଣରେ ବାଞ୍ଛି ରଖିବା ପାଇଁ ଆମ ସମାଜରେ ବିବାହ ପରମ୍ପରା ପ୍ରଚଳିତ । ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି ସମୟ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ସାମାଜିକ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଅଶାନ୍ତି ଓ ବିଶ୍ୱାସୀତା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ତେଣୁ ପରକାୟା ପ୍ରେମ ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବା ପାଇଁ ସର୍ବଦା ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଏ । ଜଣେ ବିବାହିତ ପୁରୁଷ ବା ନାରୀ କାହିଁକି ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହୁଏ ? ବିବାହ ପରେ ମଧ୍ୟ କ'ଣ ପାଇଁ ନିଜ ମନରେ ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ପ୍ରେମ ଭାବନା ହିଁ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ? ପତି-ପତ୍ନୀଙ୍କ ଭିତରେ କିଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ତୃତୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ କରେ ? ପତି ବା ପତ୍ନୀ ଆଉ ଆଉ ଜଣେ ପ୍ରକୃତ ଅନ୍ୟ ପାଖରେ କାହିଁକି ସମର୍ପିତ କରିଦିଏ ? ପରକାୟା ପ୍ରେମର ମୂଳ କାରଣ କ'ଣ ? ତାକୁ ନେଇ ମନ ଭିତରେ ଏଭଳି ନାନା ପ୍ରଶ୍ନ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି ପ୍ରତି କାହିଁକି ଜଣେ ମନ ବଳାଏ, ତାର ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି ।

ଦିଲ୍ଲୀପ କୁମାର ମହାରଣା  
ଶିଖରପୁର ଉପରସାହି, କଟକ,  
ମୋ : ୮୨୮୦୦-୯୬୩୨୮୩

ଚିତ୍ତ ରଘୁନାଥ ଶତକୋଟି ପ୍ରବିଷ୍ଟ, 'ବିକେମକ୍ଷତ୍ର' ଫୁଲ ମହାଭାରତକାବ୍ୟମାନ । ଶିଖରପୁର ଉପରସାହି ଶତକୋଟି ପ୍ରବିଷ୍ଟ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିଷୟ ଯୋଗାନ୍ତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ରାମନାମ ଅନୁତ ମହିଳାମାନ କରି ନାନା ଶବ୍ଦରେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରିଯାଇଛନ୍ତି । 'ଆପୋଷ୍ଟ ପ୍ରାଣୀ' ନାମରେ ସମସ୍ତ ଏଥିରେ ବିଶ୍ୱାସ ସ୍ଥାନ କଲେ ମଧ୍ୟ ମନରେ ସ୍ୱତଃ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠେ, ସମସ୍ତ ପଞ୍ଚାଶତ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରୁ 'ର, ଅ, ମ' ଏହି ତିନୋଟି ଅକ୍ଷର ଏପରି ଅନୁତ ଶକ୍ତି କାତ ହେଲା କାହିଁକି ? ଏ ବିଷୟରେ ଉପନିଷଦ କହେ - 'ରମତେ ଯୋଗିନୋନନ୍ଦେ ନିତ୍ୟାନନ୍ଦେ ବିଚାରୁଣି, ଜତି ରାମପଦେ ନାସୌ ପରଂବ୍ରହ୍ମାଣିଧ୍ୟାୟତେ ।' (ରାମ ପୂର୍ବତପିନୀ ଉପନିଷଦ) ଅର୍ଥାତ୍, ଯୋଗୀମାନେ ଯେଉଁ ସମ୍ପଦ ହେବାପାଇଁ ଆତ୍ମନାମକ ଏହା ନିତ୍ୟ ଆତ୍ମନାମ ଅନନ୍ତ ନିତ୍ୟାନନ୍ଦ ବିଚାରୁଣେ କ୍ରାନ୍ତ ହେବେ, ତାହା ହିଁ ରାମନାମ । ଏହି 'ରାମ' ଉପ ବ୍ରହ୍ମକୁ ସ୍ୱରୂପ ଅଟେ । ମତା ରାମାୟଣରୁ ପ୍ରାଣୀ ନିଜେ ଯେ, ଏହି ରାମନାମ ବିଧି ହରିହରଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତ ଅଟେ । ଯଥା - 'ରକାବାତ୍ କାୟତେ ବ୍ରହ୍ମା ଅକାବାତ୍ କାୟତେ, ହରିଃ, ଅକାବାତ୍ କାୟତେ ଶମ୍ଭୁତ୍ତଃ ସର୍ବଶକ୍ତିଃ ।' ଅର୍ଥାତ୍, ଏହି ରାମନାମ ଗତ 'ର'କାବାତ୍ ବ୍ରହ୍ମା, 'ଅ'କାବାତ୍ ହରି ଏବଂ 'ମ'କାବାତ୍ ଶମ୍ଭୁକ୍ତେ ଜନ୍ମ । ତେଣୁ ରାମନାମ ସର୍ବ-ରକ୍ତ-ତମ ଚିତ୍ରରାମା । ତେଣୁ ଆତ୍ମନାମକ ସେହି ରକ୍ତ-ରକ୍ତ ରାମାୟଣରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ଉକ୍ତ ଅକ୍ଷର ଉକ୍ତ ଶ୍ଳୋକ ଓ ବୈଶାଖ୍ୟ କାରଣ ଅଟେ । ଏହି ରାମନାମ

# କଲେ ହେଲା ବୁଢ଼ିବ ଭେଳା

ଅନୁରାଗ ମିଶ୍ର ଜନକ କାଠଯୋଡ଼ି ଲିଙ୍ଗରୋଡ଼ ରାଧାରମଣ ଚନ୍ଦ୍ର ହରିଶାଳ ଓ ବିପର୍ବ ଜନଶ୍ଚିତ୍ରରେ ରୋଗୀ ଦେବା କରୁଛନ୍ତି । ଅନୁକ୍ରମ ପରିଚୟ ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ପରିଚିତ ଓ କାର୍ଯ୍ୟ ଦକ୍ଷତା ଶୁଣିବା ପରେ ସେ ବଡ଼ ବିଶ୍ୱାସ ଭରା କଣ୍ଠରେ କହିଲେ ଆମେ ଆତଙ୍କବାଦୀ ସମ୍ପର୍କରେ ବିଚିତ୍ର କଥା ଶୁଣୁଛୁ । ପ୍ରଶ୍ନାତ୍ମକ ଅବହେଳା, ତାତ୍ପର୍ୟ ଅବହେଳା, ପୋଲିସର ଅବହେଳା, ଅଭିଭାବକଙ୍କ ଅବହେଳା ବଦଳି ଅବହେଳାର ଚିତ୍ର ଓ ଚିତ୍ର ଛତୁ ପୁଅପୁଅର ଅବହେଳା କଣେ ଅନୁଭବୀ, କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷ ଓ ଲୋକପ୍ରିୟ ଯୁବ ବ୍ୟକ୍ତି ହୋଇ ବି ଶରୀର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଚକ୍ଷୁର ଅବହେଳାକୁ ନେଇ ସେ ଦିନ ଅନୁରାଗ ବାବୁ ବହୁତ ଦୁଃଖିତ ହୋଇପଡ଼ିଲେ । ଓଡ଼ିଶାର ସମସ୍ତ ଛପା ଗଣମାଧ୍ୟମରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଏପରି ଜଣେ ଯୁବ ବ୍ୟକ୍ତି ହିଁ ବି ତାଙ୍କ ଘରୋଇ ପାଠାଳୟରେ ଅଧିକାଂଶ ଚଳାଚଳିତ, ଉପାଦେୟ ଓ ମୁଲ୍ୟବାନ ପୁସ୍ତକ ରଖିଛନ୍ତି । ଏହା ସହ ପ୍ରତିଦିନ ଓଡ଼ିଶାର ସମସ୍ତ ଛପା ଖବରକାଗଜ କିଣି ଓ ପଢ଼ି କିନ୍ତୁ ଦାରି ଦିନ ଧରି ଚନ୍ଦ୍ର ସମସ୍ୟା ଅନୁଭବ କରି ତାଙ୍କର ବହୁଆଳ ମଧ୍ୟ ସେ ନିଜ ଚନ୍ଦ୍ର ପାଖାପାଖି ନାହିଁ ତା'ର ସହାୟକ ଶୁଣିବେ ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ଠାରୁ ପାଇଥିବା ଏକ କେନ୍ଦ୍ରରେ ସେ ଲେଖାପଢ଼ା କରୁଛନ୍ତି । କେନ୍ଦ୍ରରେ ଦାରି ଦିନ ଧରି ତାତ୍ପର୍ୟ କରିବା ଆଖିକୁ ପ୍ରତିକୂଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଭିତରକୁ ଠେଲି ଦେବା ସହ ଦୁଃଖିତ ମଧ୍ୟ କମାଳ ଦେଇଛି । ଯାହାଫଳରେ ସୁଶାନ୍ତ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଚକ୍ଷୁ ନ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ ହେଲା । ଅନୁରାଗ ବାବୁଙ୍କ ସହାୟକ କଥାଟି ଥିଲା କେ ଆମ ଗନ୍ଧକର ଏପରି ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ରହିଛନ୍ତି ଯେମାନେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁଣା ଜ୍ଞାନୀ ଓ ସଚେତନ ମଧ୍ୟ ଏହା ସହ ଅଧିକ

କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ସୁଲଭ । କିନ୍ତୁ ସାମାନ୍ୟ ଅବହେଳା ପାଇଁ ସେମାନେ ନିଜର ମୂଲ୍ୟବାନ ସମୟ ଓ ସମ୍ପତ୍ତିକୁ ଏକ ପ୍ରକାର ନଷ୍ଟ କରିଦେଇଥାନ୍ତି । ଚନ୍ଦ୍ର ଆମ ଶରୀର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଓ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ପତ୍ତି । ତେବେ ଏ ଅବହେଳା କ'ଣ ପାଇଁ ହେଲା ? ବ୍ୟକ୍ଷତା, ଭାବପ୍ରଦଶତା ନାଁ ଆଉ କିଛି ? ହେଉଛି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗର ପ୍ରତି ବିଭାଗରେ ଓଡ଼ିଶାରେ ଦେଶ ନାଁ କମାଉଥିବା ପ୍ରଫେସର ଓ ତାତ୍ପର୍ୟମାନେ ତାର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଘନିଷ୍ଠ କରୁ । ତା' ସହୁରେ ସେ ଏତେ ଅବହେଳା କରି ନିଜର ଯେଉଁ କ୍ଷତି କରିଦେଲା ତାହା ମୋତେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଃଖିତ କରିଦେଲା । ତାତ୍ପର୍ୟ ଅନୁରାଗ ବାବୁଙ୍କ ନାମା ସ୍ମରଣ ପ୍ରଫେସର ତାତ୍ପର୍ୟ ସହୁର ଭାରତରେ ପ୍ରସ୍ତୁତସତା ଚନ୍ଦ୍ର ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ । ୧୯୮୦-୯୦ ମସିହା ଭିତରେ ତତ୍କାଳୀନ ସମୟରେ ଓଡ଼ିଶାର ଶ୍ରୀସତ୍ୟସାଲ ସେବା ସଙ୍ଗଠନର ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳରେ ଅନେକ ପରିଚିତ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗର ବିଶେଷଜ୍ଞ ତାତ୍ପର୍ୟ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ନିଜ ଚନ୍ଦ୍ର ପାଖାପାଖି ନାହିଁ ତା'ର ସହାୟକ ଶୁଣିବେ ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ଠାରୁ ପାଇଥିବା ଏକ କେନ୍ଦ୍ରରେ ସେ ଲେଖାପଢ଼ା କରୁଛନ୍ତି । କେନ୍ଦ୍ରରେ ଦାରି ଦିନ ଧରି ତାତ୍ପର୍ୟ କରିବା ଆଖିକୁ ପ୍ରତିକୂଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଭିତରକୁ ଠେଲି ଦେବା ସହ ଦୁଃଖିତ ମଧ୍ୟ କମାଳ ଦେଇଛି । ଯାହାଫଳରେ ସୁଶାନ୍ତ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଚକ୍ଷୁ ନ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ ହେଲା । ଅନୁରାଗ ବାବୁଙ୍କ ସହାୟକ କଥାଟି ଥିଲା କେ ଆମ ଗନ୍ଧକର ଏପରି ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ରହିଛନ୍ତି ଯେମାନେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁଣା ଜ୍ଞାନୀ ଓ ସଚେତନ ମଧ୍ୟ ଏହା ସହ ଅଧିକ

ରାଧାରମଣ ଚନ୍ଦ୍ର ହରିଶାଳ ଓଡ଼ିଶାର ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଚନ୍ଦ୍ର ରୋଗ ଗବେଷଣା ଓ ସେବା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ । ଅସହାୟ, ଗରିବ ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଇଁ କିଛି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସେବା ଏବଦ୍ଧ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଏଠାରେ କାର୍ଯ୍ୟତର ଉତ୍ତରୀକୁତ ସେବା ମନୋଭାବର ପାଖାପାଖି ତିନିଶହ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ କର୍ମ ସଂସ୍ଥାନର ଦାୟିତ୍ୱ ଅନୁରାଗ ବାବୁଙ୍କ ଉପରେ । ବଡ଼କଥା ହେଉଛି ସେହି ତାତ୍ପର୍ୟମାନ ପରିଚାଳକ ସୁଧାର କୁମାର ଛାତୋଟ, ଦେବୀ ପ୍ରସାଦ ସାହୁ, ପ୍ରସାଦ କୁମାର ପ୍ରଧାନ, ଅଧିକାରି ବାବୁ, ପ୍ରିୟଙ୍କା ବାବୁ, ଓଡ଼ି ସହାୟିକା ସ୍ୱରୂପେ ଦାସ, ସର୍ବଜିତା ମୁଖା, ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ଓ ଅନ୍ୟ ପ୍ରମୁଖ କର୍ମଚାରୀ ଓ ସେବାକାରୀଙ୍କ ଉତ୍ତରୀକୁତ ସେବାକାରୀତା ଓ ବ୍ୟବହାର । ରୋଗୀଟିଏ ସହାୟକ ଭାବରେ ଆସିଥାଏ ଉପସ୍ଥାପ ପାଇବା ପାଇଁ । ତାତ୍ପର୍ୟ ତ ଦ୍ୱିତୀୟ ଭଗବାନ କିନ୍ତୁ ତାତ୍ପର୍ୟ ସାକ୍ଷୀ ପୂର୍ବରୁ ଓ ସାକ୍ଷୀ ପରେ ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିଗୁଣ୍ଡ ସେବା, ସ୍ୱେଚ୍ଛା, ମମତା, ଭଲପାଇବାର ପରମ୍ପରାଟି ସେମାନଙ୍କ ସହଶାଳୁ ସର୍ବଶ୍ରେ ଲୋପ କରିଦେଇଥାଏ । ଏମାନେ କିନ୍ତୁ ସୁଶାନ୍ତ ଚନ୍ଦ୍ର ଅବହେଳା ପରି ରୋଗୀକୁ ସ୍ୱେଚ୍ଛା ସେବାରେ କେଳା କରିଥାନ୍ତି । ଅନୁରାଗ ବାବୁ ତାଙ୍କ ଜୀବନରେ ହେଲା ତ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁନି କରଂ ଯେଉଁ ସେବା ଓ ଉତ୍ତରୀକୁତ ମନୋଭାବର ପ୍ରଶଂସା ଏ ସମାନ ଆଶାବାଦୀ ଅନେକଙ୍କ ଠାରୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି ତାହା ତାଙ୍କ ପାଇଁ ମୂଲ୍ୟବାନ । କୋଟି କୋଟି ମୁମୁକ୍ଷୁ ନୂଆ ଜୀବନ ପାଇ ଚନ୍ଦ୍ର ଦ୍ୱାରା ସମାଜ ଓ ସଂସାରକୁ ଦେଖିବାର ଯେଉଁ ଦେଖିବା ପାଇଥିଲେ ତାହା ନେପଥ୍ୟ ଏହି ମହତ୍ତ୍ୱ ତାତ୍ପର୍ୟ ବାବୁଙ୍କର । ଆସନ୍ତୁ ନିଜ ନିଜ ଜୀବନରେ ହେଲା କରି ଭେଳା ବୁଢ଼ିବର ନାହିଁ । କାରଣ ଅନେକ ସମୟରେ ନିଜ ଭେଳା ସହ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ବି ଭେଳା ବୁଢ଼ିବ । ଏହାକୁ ମନେରଖି ଜୀବନକୁ ଆଗେଇ ନେବା ଉଚିତ ।

# ‘ରାମତାରକ’ ମନ୍ଦର ଉପୁଷ୍ଟି

ପାରିବାରିକ କୁଟମ୍ବମଣ୍ଡଳର ଅଭାବ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ମାନସିକ ଉନ୍ନତତା, ଦାମତ୍ୟ ଜୀବନରେ ଶ୍ୱିତ୍ୱକାୟ, ସ୍ୱାମୀ-ସ୍ତ୍ରୀ ମଧ୍ୟରେ କଳହ, ପତି-ପତ୍ନୀ ପରାଧର ପ୍ରତି ଅବିଶ୍ୱାସ ଓ ବଦନେ, ଜୀବନସାଥୀ ଠାରୁ ସ୍ୱେଚ୍ଛା ଓ ଭଲ ପାଇବାର ଅଭାବ, ଅନିଚ୍ଛା ସହୁ ବିବାହ, ସଂପତ୍ତି ଲୋଭ ଆଦି ପରକାୟା ପ୍ରେମର ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କାରଣ । ତେବେ ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତିର ଆତ୍ମଆଲୋଚନା ରହିଛି ଆହୁରି କିଛି କାରଣ । ପ୍ରାଣୀ ସ୍ୱଗତ ପରକାୟା ପ୍ରେମ ରହି ଆସିଛି । ତେବେ ଆଧୁନିକ ମଣିଷ ଅଧିକ ପରକାୟା ପ୍ରେମ, ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଲିପି । ପତିପତ୍ନୀଙ୍କ ଜୀବନରେ ଯଦି କୌଣସି ତୃତୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରବେଶ କରେ, ତେବେ ସମ୍ପର୍କ ଶୁଦ୍ଧ ଶାନ୍ତ କରିଯାଏ । ପ୍ରେମ ବିବାହ ବା ବ୍ୟବସ୍ଥିତ ବିବାହ ପ୍ରତିପାରେ । ସାଧାରଣତଃ ବିବାହିତ ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳାଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଶ୍ୱିତ୍ୱକାୟ ଯୋଗୁଁ ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଏ । ଯେଉଁମାନେ ବାଧ୍ୟତାଧିକତାରେ ବିବାହ ହୋଇଥାନ୍ତି, ସେଭଳି ଦମ୍ପତି ଅଧିକ ପରକାୟା ପ୍ରେମରେ ପଡ଼ିଥାଆନ୍ତି । ଏପରିକି କେତେକ ସ୍ୱାମୀ-ସ୍ତ୍ରୀ ନିଜ ଜୀବନସାଥୀ ଠାରୁ ଶାରୀରିକ ସୁଖ ପାଇନଥାନ୍ତି । ସେଭଳି କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ରଖି ନିଜ ଇଚ୍ଛାକୁ ପୂରଣ କରିଥାନ୍ତି । ସେହିପରି ପତି-ପତ୍ନୀ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣକୁ ସମ୍ମାନ ନ ଦେଇ ଉଦ୍ଧରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ଫାଟ୍ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଜୀବନସାଥୀ ଅପେକ୍ଷା ବିବାହରେ ବାହାର ଲୋକଙ୍କ ପ୍ରେମ ସୂଚିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ନିଜ ସାଥୀ ସହିତ ସମୟ ବିତାଇବା ତାଙ୍କ ପାଇଁ ବୋଧ୍ୟ ପାଇଁ ଯାଏ । କେବେକେବେ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣକ ସହିତ ମାନସିକ ଭାବେ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ ସେଭଳି ସ୍ୱାମୀ-ସ୍ତ୍ରୀ ଦାମତ୍ୟ ସମ୍ପର୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ରଖିବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । କେତେକ ନିଜ ବିବାହକୁ ନେଇ ଖୁସି ନାହାନ୍ତି । ଫଳରେ ସେମାନେ ବିବାହ ଲୀଳାରେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଆକର୍ଷିତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ତେବେ ପରକାୟା ପ୍ରାପ୍ତିର ଆହୁରି ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି ।

ପତ୍ନୀ ହେଉ କି ପତି ଯଦି ଏକାଠି ରହି ମଧ୍ୟ ପରକାୟା ସମ୍ପର୍କରେ ଲିପ୍ତ ରହୁଛନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ସୁଖ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତି କି ତୁ ଆଉ ତାଙ୍କ ସହ ରହନ୍ତି । ସମ୍ପର୍କରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଚ୍ଛେଦ ପକାଇଦେ । ହେଲେ ଏହା ଆପଣା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । କାରଣ କାହା ଘର ଭାଙ୍ଗିବା ପୂର୍ବରୁ ସେହି ସମ୍ପର୍କକୁ ବଞ୍ଚାଇବା ସବୁଠୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥାଟି ନାହିଁ ତାହା ମଧ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦାନ କରେ । ସା ଯେତେବେଳେ ଜାଣିବ କି ତା' ସ୍ୱାମୀ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ମହିଳା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେଉଛନ୍ତି, ତା'ହେଲେ ରାଗି କରି କଥା ହେବା ବଦଳରେ ସ୍ୱାମୀକୁ ଭଲଭାବେ ବୁଝାଇବା ଦରକାର । କାରଣ ଏଥିରେ ଉଭୟ ସ୍ୱାମୀ-ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କର ଦୋଷ ଥାଏ । ଜଣେ ପୁରୁଷ ଯଦି ଅନ୍ୟ ମହିଳାଙ୍କ ସହ ସମ୍ପର୍କ ରଖିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି, ଏହାର ଅନେକ ଦିନ ଥାଏ । ତେଣୁ ସମ୍ପର୍କ ଯିଏ ରଖୁଛି ତାର ୭୦ ପ୍ରତିଶତ ଦୋଷ ହେଉଛି । କେବଳ ପୁରୁଷ ନୁହଁନ୍ତି, ଅଧିକତର ବିବାହିତା ମହିଳା ମଧ୍ୟ ପରକାୟା ସମ୍ପର୍କରେ ବିଶ୍ୱାସ ଭାଙ୍ଗିଯାଇଛି । ଆଜିକାଲି ସ୍ୱାମୀ-ସ୍ତ୍ରୀ ଉଭୟ ଏକାଠି ଅଧିକ ସମୟ ବିତାଇବା ବଦଳରେ କେବଳ ଅଭିଯୋଗକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଉଛନ୍ତି । ତେଣୁ ସ୍ୱାମୀ ହେଉ କି ସ୍ତ୍ରୀ ଗୋଟିଏ କଥା ମୁଣ















ଭୁବନେଶ୍ୱର, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ) : ଅଲିମ୍ପିକ୍ ଖେଳା ଖେଳା ସିନ-୧୯ ଉଦ୍‌ଘାଟନା ମ୍ୟାଚ୍ ଚଳିତ ମାସ ୧୪ ତାରିଖରେ ଆୟୋଜିତ ହେବ । ଏହି ଉଦ୍‌ଘାଟନା ମ୍ୟାଚରେ ମୁଖ୍ୟ ଖୁଲାଡିଂ-ଗୁଜରାଟ ଲାଏଭ୍ ଖେଳିବେ । ଏହାପରେ ଚେନ୍ନାଇ କିଙ୍ଗ୍ ଚମ୍ପିୟନ୍-ଡେଲୁଗୁ ଯୋଗାଏ ମଧ୍ୟରେ ମୁକାବିଲା ହେବ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିବସ ଅର୍ଥାତ୍ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିବସରେ ଦର୍ଶକମାନେ ରାଜସ୍ଥାନ ଖୁଲାଡିଂ-ଡିଏଲ୍ ଜର୍ଣ୍ଣଲିଷ୍ଟ ମଧ୍ୟରେ ଏବଂ ମୁଖ୍ୟ ଖୁଲାଡିଂ-

ଚେନ୍ନାଇ କିଙ୍ଗ୍ ଚମ୍ପିୟନ୍ ମଧ୍ୟରେ ମ୍ୟାଚ୍ ଦେଖିପାରିବେ । ଖେଳା ଫେଡେରେସନ୍ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ ସହ ସହକାରୀତାରେ ତାଙ୍କର ଉଦ୍‌ଘାଟନା ଅଧିକାରୀ ଚର୍ଚ୍ଚା ? କିମ୍ବା ଅଲିମ୍ପିକ୍ ଖେଳା ପରିଚାଳିତ ହେଉଛି । ୬ ଦଳକୁ ନେଇ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ପ୍ରଥମ ସିନ-୧୯ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀ ପୁନର୍ବିଜୟ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀ ଶିବ୍ ଛତ୍ରପତି ଷୋର୍ଟ୍ସ୍ କଂପ୍ୟୁଟର ବ୍ୟାଟ୍ମିନ୍ ଟ୍ୟୁଟର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ ।

ରୋପ୍ୟ ଜିତିଲେ ଅଶ୍ୱ ମଲ୍ଲିକ



ବର୍ମି-ହାମ: ଏଠାରେ ଚାଲିଥିବା ଚଳିତ ରାଜ୍ୟଗୋଷ୍ଠୀ କ୍ରୀଡାରେ ଭାରତ ଶୁକ୍ରବାର ଅକ୍ତିଆର କରିଛି ଆଉ ୨ ପଦକ। ପୁରୁଷ ୬୫ କେଜି ବର୍ଗରେ ବଜରଙ୍ଗ ପୁନିଆ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣପଦକ ହାସଲ କରିଥିବାବେଳେ ମହିଳା ୫୭ କେଜି ବର୍ଗରେ ଅଶ୍ୱ ମଲ୍ଲିକ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଭାରତର ଅନ୍ୟତମ ରେସଲର ଦାସକ ପୁନିଆ ଓ ସାକ୍ଷୀ ମଲ୍ଲିକ ମଧ୍ୟ ଭାରତ ପାଇଁ ପଦକ ଆଣିବା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିଛନ୍ତି । ଭାରତ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୬ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ, ୮ ରୌପ୍ୟ ଏବଂ ୭ କାମ୍ୟ ପଦକ ହାସଲ କରିଛି ।

ସାଫ୍ ଫୁଟବଲ୍: ଭାରତ ଚାମ୍ପିୟନ୍



ସାଫ୍ ଫୁଟବଲ୍ ମ୍ୟାଚ୍‌ରୁ ଉପଭୋଗ କରୁଛନ୍ତି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ

ତେବେ ଭାରତ ପକ୍ଷରୁ ଲଗାତର ଆଠାକିଶ ଖେଳ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା ଏବଂ ଏକତ୍ର ଚାଳନରେ ଭାରତ ୩ଟି ଗୋଲ ଘୋର କରି ୫-୨ରେ ବିଜୟ ହାସଲ କରିଛି । ଚଳିତ ବର୍ଷ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ପୂର୍ବ ହାତେଇବା ସହ ଲଗାତର ଦ୍ୱିତୀୟ ସାଫ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପ ଟ୍ରଫି ଅକ୍ତିଆର କରିଛି । ୨୦୧୯ରେ ସାଫ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ମଧ୍ୟ ଭାରତ ବାଲାଦେଶକୁ ହରାଇ ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇଥିଲା ।

ଐତିହାସିକ ସର୍ଣ୍ଣ ଜିତିଲେ ସୁଧୀର

ବର୍ମି-ହାମ: ଭାରତୀୟ ପାରା ଷ୍ଟେଟିସ୍ମାନ ସୁଧୀର ଏଠାରେ ଚାଲିଥିବା ଚଳିତ ରାଜ୍ୟଗୋଷ୍ଠୀ କ୍ରୀଡାରେ ଭାରତ ପାଇଁ ଇତିହାସିକ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ । ଗତକାଳି ଅନୁଷ୍ଠିତ ପୁରୁଷ ପାରା ହେଲ୍‌ସ୍ମେଲ୍ କ୍ୟାଟେଗୋରୀ ଫାଇନାଲରେ ସୁଧୀର ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ପଛରେ ପକାଇ ମୋଟ ୨୧୨ କେଜି ଓଜନ ଉତ୍ତୋଳନ କରି ଏହି ସଫଳତା ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟଗୋଷ୍ଠୀ କ୍ରୀଡାରେ ସୁଧୀର ଭାରତ ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ତଥା ଐତିହାସିକ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଜିତି ଥିବାରୁ କେନ୍ଦ୍ର କ୍ରୀଡାମନ୍ତ୍ରୀ ଅନୁରାଗ ଠାକୁର ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି । ଫାଇନାଲରେ ସୁଧୀର ଗେମ୍ ରେକର୍ଡ୍ ୧୩୪,୫ ପଏଣ୍ଟ୍ ହାସଲ ସହିତ ସର୍ଣ୍ଣ ପାଇଥିବା ବେଳେ ନାଜିଜେରିଆର ଲକ୍‌ସେନ୍‌ସ୍ମି ଓ ୧୩୩.୬ ପଏଣ୍ଟ୍ ସହିତ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ପାଇଛନ୍ତି । ଏହା ସହିତ ଭାରତୀୟ ମହିଳା ପାରା ଅଥଲେଟ୍ ଭାବିନା

ପଦକ ଭାରତ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟଗୋଷ୍ଠୀ କ୍ରୀଡାରେ ପଦକ ହାସଲ ନିଶ୍ଚିତ କରିଛନ୍ତି । ପାରା ଷ୍ଟେଟିସ୍ମାନ ସୁଧୀର ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ ସେମିଫାଇନାଲରେ ଭାବିନା ପଦକ ଲାଭ କରିଥିବା ସୁଧୀର ବେଲ୍‌ସ୍ମେଲ୍ ୧୧-୬, ୧୧-୬, ୧୧-୬ରେ ପରାସ୍ତ କରି ଫାଇନାଲରେ ପ୍ରବେଶ କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ଭାରତର ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ପାରା



ଆଥଲେଟ୍ ଏହି ଇଭେଣ୍ଟର ଅନ୍ୟ ମ୍ୟାଚରେ ପରାଜୟ ସ୍ୱୀକାର କରିଛନ୍ତି ।

ମୁରଲୀ ଶ୍ରୀଗଙ୍ଗର ଓ ସୁଧୀରଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ): ଇଣ୍ଡିଆ ଚାମ୍ପିୟନ୍‌ସିପରେ ଚାଲିଥିବା ରାଜ୍ୟଗୋଷ୍ଠୀ କ୍ରୀଡାରେ ଲକ୍ଷ୍ମଣଙ୍କୁ ରୌପ୍ୟପଦକ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିବା ମୁରଲୀ ଶ୍ରୀଗଙ୍ଗରଙ୍କୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇବା ସହ ଭବିଷ୍ୟତରେ ସେ ଦେଶ ପାଇଁ ଆହୁରି ଗୌରବ ଆଣିବେ ବୋଲି କାମନା କରିଛନ୍ତି ।

ସେହିପରି ରାଜ୍ୟ ଗୋଷ୍ଠୀ କ୍ରୀଡାରେ ପୁରୁଷ ପାରା ପାରାଲିମ୍ପିକ୍ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ବିଜୟୀ ସୁଧୀରଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇବା ସଂଗେ ସଂଗେ ଆଶୀର୍ୱାନ ଦିନରେ ଆହୁରି ଭଲ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ଦେଶକୁ ଗୌରବାଦିତ କରିବେ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଚାକ୍ଷର ସଫଳତା କାମନା କରିଛନ୍ତି ।

ଇତିହାସ ରଚିଲେ କୃଷକଙ୍କ ଝିଅ ରୁପାଲ ଶ୍ରେୟସ ଆୟାରଙ୍କ ଉପରେ ଅଧିକ ନଜର

କେଲି: ଭାରତୀୟ ମହିଳା ଅଥଲେଟ୍ ରୁପାଲ ଚୌଧୁରୀ ଏଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ୨୦ ବର୍ଷରୁ କମ ବିଶ୍ୱ ଅଥଲେଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ରଚିଲେ ନୂଆ ଇତିହାସ । ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ ଅଥଲେଟ୍ ଭାବେ ଏହି ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ଜିତିଲେ ଦୁଇ ପଦକ । ପୂର୍ବରୁ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଭାରତୀୟ ଅଥଲେଟ୍ ଏହି ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ଦୁଇ ପଦକ ଜିତି ପାରି ନ ଥିଲେ । ରୁପାଲ ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ ଅଥଲେଟ୍ ଭାବେ ମହିଳା ୪୫୩ ୪୦୦ ମିଟର ରିଲେ ଇଭେଣ୍ଟରେ ରୌପ୍ୟ ଓ ୪୦୦ ମିଟର ରେସରେ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ପଦକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଦୁଇଦୁଇ ରୁପାଲ ୫୧.୮୫ ସେକେଣ୍ଡରେ ଅତିକ୍ରମ କରି ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ପାଇ ଥିବା ବେଳେ ଗ୍ରେଟ୍ ବ୍ରିଟେନର ଯେନି ମେଗା କନ ୫୧.୫୦ ସେକେଣ୍ଡ ସମୟ ନେଇ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ସହିତ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରି ଥିବା ବେଳେ କେନିୟାର ତାମାରିସ ମୁରୁଜା ୫୧.୬୧ ସେକେଣ୍ଡରେ ଏହି ଦୂରକୁ ଅତିକ୍ରମ କରିବା ସହ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ପାଇଛନ୍ତି । ପୂର୍ବତନ ଯୋଗ୍ୟ ଯେ



ଭାରତର ଅନ୍ୟତମ ମହିଳା ଅଥଲେଟ୍ ହାମା ଦାସ ୨୦୧୮ରେ ଫଟନଲ୍ୟାଣ୍ଡରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ୨୦ ବର୍ଷରୁ କମ ବିଶ୍ୱ ଅଥଲେଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ ମହିଳା ଅଥଲେଟ୍ ଭାବେ ୪୦୦ ମିଟର ରେସକୁ ୫୧.୪୬ ସେକେଣ୍ଡ ସମୟରେ ଅତିକ୍ରମ କରି ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ

ଅକ୍ତିଆର କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ଚଳିତ ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ମହିଳା ୪୫୩ ୪୦୦ମିଟର ରିଲେରେ ଭାରତୀୟ ଦଳ ଏସିଆ କୁନିୟର ରେକର୍ଡ୍ ସହିତ ୩ ମିନିଟ୍ ୧୭.୬୬ ସେକେଣ୍ଡ ସମୟ ନେଇ ଥିବା ବେଳେ ଆମେରିକା ଏହି ଇଭେଣ୍ଟରେ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ସହିତ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରିଛି । ପୂର୍ବତନ ଯୋଗ୍ୟ

ଅନୁଷ୍ଠିତ କାତୀୟ ୨୦ ବର୍ଷରୁ କମ ଫେଡେରେସନ୍ କପ୍ ଅଥଲେଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ମହିଳା ୪୦୦ ମିଟର ଇଭେଣ୍ଟରେ କର୍ଣ୍ଣାଟକର ପ୍ରି-ରେସ ଫେବରିଟ୍ ପ୍ରିୟା ମୋହନଙ୍କୁ ପଛରେ ପକାଇ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଅକ୍ତିଆର କରି ଥିଲେ । ରେସ ଇଭେଣ୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଯୋଗ୍ୟ ଯେ ଚେଲିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ବିଜେତା ତଥା ନିକଟରେ ଆମେରିକାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବିଶ୍ୱ ଅଥଲେଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ଜାଭେଲିନ ଥ୍ରୋରେ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ଜିତି ଥିବା ନିରଜ ଚୋପ୍ରା ୨୦୧୬ରେ ପୋଲଣ୍ଡରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ୨୦ ବର୍ଷରୁ କମ ବିଶ୍ୱ ଅଥଲେଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ ଅଥଲେଟ୍ ଭାବେ ସର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଜିତି ଥିଲେ । ତେବେ ୨୦୨୧ରେ କେନିଆର ନାଜିଜେରିଆରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କୁନିୟର ବିଶ୍ୱ ଅଥଲେଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ଭାରତ ୨ ରୌପ୍ୟ ଓ ୧ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ପଦକ ପାଇଥିବା ବେଳେ ୨୦ ବର୍ଷରୁ କମ ବିଶ୍ୱ କୁନିୟର ଅଥଲେଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ଭାରତ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୋଟ ୯ ପଦକ ହାସଲ କରିଛି ।

ଭାରତୀୟ ଟି-୨୦ ଦଳର ଯୁବ ବ୍ୟାଚର ଶ୍ରେୟସ ଆୟାରଙ୍କୁ ନେଇ ଚୟନକର୍ତ୍ତା ବିଶେଷ ଚିନ୍ତାରେ ଅଛନ୍ତି । କାରଣ ଦିନିକିଆ ଫର୍ମାଟରେ ତାଙ୍କର ପ୍ରଦର୍ଶନ ସତ୍ୟତା ଜନକ ହୋଇ ପାରୁ ଥିବା ବେଳେ ଟି-୨୦ ଫର୍ମାଟରେ ସଫଳ ହୋଇ ପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଆଶାମୀ ଟି-୨୦ ବିଶ୍ୱକପ ପାଇଁ ଗଠିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଭାରତୀୟ ଦଳରେ ଆୟାରଙ୍କୁ ନେବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ଥିଲେ ହେଁ ଚଳିତ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍‌କର୍ଣ୍ଣ ବିପକ୍ଷ ଟି-୨୦ ସିରିଜରେ ତାଙ୍କର ପ୍ରଦର୍ଶନ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆଖି ଦୂରୀଆ ହୋଇ ପାରିନି । ପ୍ରଥମ ତିନି ମ୍ୟାଚରେ ସେ ୦,୧୦(୧୧ ବଲ୍) ଓ ୨୪(୨୭ ବଲ୍)ରନ କରିଛନ୍ତି । ମୁଖ୍ୟତଃ ସେ ଫାଷ୍ଟ ଆଣ୍ଡ ରାଜଲିଂ ଡେଲିଭରି ବଳୁ ଠିକରେ ଖେଳି ପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ସେହିପରି ସର୍ ପିଟ ବଲ ଖେଳିବାରେ ସେ ମଧ୍ୟ ସମସ୍ୟାରେ ପଡୁଛନ୍ତି । ତଥାପି ମୁଖ୍ୟ କୋଚ୍ ତାଙ୍କୁ ଏକାଧିକ ସୁଯୋଗ ଦେଇ ଚାଲିଛନ୍ତି । କାରଣ

କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଂଖ୍ୟକ ମ୍ୟାଚରେ କୌଣସି ଖେଳାଳିଙ୍କ ଖରାପ ପ୍ରଦର୍ଶନକୁ ନେଇ କୋଚ୍ ପ୍ରାୟତଃ ବିଶେଷ କଠୋର ପଦକ୍ଷେପ ନେଇ ନାହାନ୍ତି । ତେଣୁ ଖରାପ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସତ୍ତ୍ୱେ ଆୟାରଙ୍କୁ ଗତ ଅକ୍ଟୋବର ମାସ ମଧ୍ୟରେ ୯ ଟି-୨୦ ମ୍ୟାଚ ଖେଳିବା ସୁଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି । ତଥାପି ଫର୍ମାକୁ ଫେରି ପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ଏହି ୯ ମ୍ୟାଚ ମଧ୍ୟରେ ଆୟାର ଗୋଟିଏ ଅର୍ଦ୍ଧଶତକ ମଧ୍ୟ ହାସଲ କରି ପାରି ନାହାନ୍ତି । ତେଣୁ ଚଳିତ ଷ୍ଟ୍ରେସ୍‌କର୍ଣ୍ଣ ବିପକ୍ଷ ଟି-୨୦ ସିରିଜର ଶେଷ ଦୁଇ ମ୍ୟାଚ ଆୟାରଙ୍କ ପାଇଁ ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ନଚେତ ଆଉ ଅଧ ଦିନ ପରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଏସିଆ



କପରେ ଆୟାର ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପ୍ରତିପାଦନ କରିବାକୁ ପଡିବ । ନଚେତ ଆଶାମୀ ଟି-୨୦ ବିଶ୍ୱକପ ଖେଳିବା ତାଙ୍କ ପାଇଁ କଷ୍ଟକର ହୋଇ ପଡିବ ବୋଲି ଚୟନକର୍ତ୍ତା ଅନୁମାନ କରୁଛନ୍ତି ।

ଝେଷ୍ଟକର୍ଣ୍ଣ ବିପକ୍ଷ ଚତୁର୍ଥ ଟି-୨୦ ମ୍ୟାଚ ବିଜୟ ସହ ସିରିଜ ଜିତିବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଭାରତ

ଲାଡେରେହିଲ(ଫ୍ଲୋରିଡା): ଭାରତ-ଝେଷ୍ଟକର୍ଣ୍ଣ ଚଳିତ ଟି-୨୦ କ୍ରିକେଟ ସିରିଜର ଚତୁର୍ଥ ମ୍ୟାଚ ଶନିବାର ଦିନ ଏଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ପାଞ୍ଚ ମ୍ୟାଚ ବିଶିଷ୍ଟ ସିରିଜର ତିନି ମ୍ୟାଚ ଝେଷ୍ଟକର୍ଣ୍ଣରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ସାରିଛି । ଏଥିରେ ଭାରତ ୨-୧ରେ

ଆଞ୍ଚୁଆ ରହିଛି । ତେଣୁ ଆଉ ଗୋଟିଏ ମ୍ୟାଚ ଜିତିଲେ ଭାରତ ସିରିଜ କବଳା କରିବ । ତେବେ ସିରିଜ ବିଜୟ ଅପେକ୍ଷା ସବୁ ମ୍ୟାଚରେ ଭାରତର ପ୍ରଦର୍ଶନ ଉପରେ ବିସିସିଆର ଚୟନ କର୍ତ୍ତା ନଜା ରଖୁଛନ୍ତି । କାରଣ ଏହି ସିରିଜ ସମାପ୍ତ ହେବା ପରେ ତେଡନ

ଶର୍ମାଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ପରିଚାଳିତ ଖେଳାଳି ଚୟନକର୍ତ୍ତା ଆଶାମୀ ଟି-୨୦ ବିଶ୍ୱକପ ପାଇଁ ଦଳ ଗଠନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ କରିବେ । ତେଣୁ ଏହି ସିରିଜର ଫଳାଫଳ ଓ ସମସ୍ତ ଖେଳାଳିଙ୍କର ପ୍ରଦର୍ଶନକୁ ବିଚାର କରି ଚୟନକର୍ତ୍ତା ବିଶ୍ୱକପ ଦଳ ଗଠନ

ନିଖୁଳ ଓଡିଶା ଗୋଲଡେନ କିଙ୍ଗ୍ ସୁକର ଚାମ୍ପିୟନସିପ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ



କଟକ(ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ): ସ୍ଥାନୀୟ ଗୋଲଡେନ କିଙ୍ଗ୍ ସୁକର ସେଣ୍ଡର ପକ୍ଷରୁ ଚଳିତ ବର୍ଷ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି ସୁକର ଚାମ୍ପିୟନସିପ । ଗୋଲଡେନ କିଙ୍ଗ୍ ଚାକ୍ଷରକ ପାଇଁ

ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ୩୨ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରି ଥିବା ବେଳେ ଏହି ଚାମ୍ପିୟନସିପର ଚତୁର୍ଥ ସିଡେଟ୍ ଖେଳାଳି ଭାବେ ବିବେଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି ସୁବ୍ରତ ଦାସ, ସୌଭାଗ୍ୟ

ବେହେରା, ରାଜକେଶ ରୋଶନ ପ୍ରଧାନ ଓ ଅବିନାଶ ମହାପାତ୍ର । ପୂର୍ବତନ ଯୋଗ୍ୟ ଯେ ଜ୍ଞାନ ରଞ୍ଜନ ବେହେରା (ଗୋଲଡେନ କିଙ୍ଗ୍ କର୍ଯୋରେସନ୍‌ର ପ୍ରୋପାଗାଣ୍ଡର) ୨୦୧୫ରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା

କରି ଥିଲେ ଗୋଲଡେନ କିଙ୍ଗ୍ ସୁକର ସେଣ୍ଡର । ୨୦୧୪ରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାତୀୟ ରେସର୍ଣ୍ଣ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ବିଜେତା ଜ୍ଞାନ ରଞ୍ଜନ ବେହେରା ରାଜ୍ୟ ସ୍ତରୀୟ ସୁକର ଓ ବିଲିୟାର୍ଡ ଚାମ୍ପିୟନସିପରେ ପୁରୁଖା ଖେଳାଳିଙ୍କ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଦେଖି ବିଶେଷ ରସାହିତ ହେବା ସହିତ ୨୦୧୫ରେ କଟକରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରି ଥିଲେ ଗୋଲଡେନ କିଙ୍ଗ୍ ସୁକର ସେଣ୍ଡର । ଉକ୍ତ ବର୍ଷ ସେ ନିଜ ପ୍ରଦେଶରେ ଏହି ସେଣ୍ଡର ପରିସରରେ ଆୟୋଜନ କରି ଥିଲେ ନିଖୁଳ ଓଡିଶା ସୁକର ଚାମ୍ପିୟନସିପ । ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା କାରି ରଖିଥିବା ବେଳେ କରୋନା ସେଣ୍ଡର ୨୦୨୦ ଓ ୨୦୨୧ରେ ଏହା ଆୟୋଜନ କରିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରି ନ ଥିଲା । ତେବେ ଚଳିତ ବର୍ଷ ଏହି ଚାମ୍ପିୟନସିପ ସଫଳତାରେ ସହିତ ଆୟୋଜନ କରିଛନ୍ତି ।

ବାଇକୁ ଓଡିଶା ମହିଳା ଟି-୨୦ ଲିଗ୍ କ୍ରିକେଟ ଓଡିଶା ରେଡ୍ ଓ ଓଡିଶା ଗ୍ରୀନ ବିଜୟୀ



ସବୁ ଫର୍ମାଟ କ୍ରିକେଟ ଜାରି ରହିବ: ଅଲାରତାଭସ୍

କଟକ(ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ): ସ୍ଥାନୀୟ ଟ୍ରିପ୍ ଗ୍ରାଉଣ୍ଡରେ ଚାଲି ଥିବା ବାଇକୁ ଓଡିଶା ମହିଳା ଟି-୨୦ କ୍ରିକେଟ ଲିଗର ଶୁକ୍ରବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ଦୁଇ ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚରେ ବିଜୟୀ ହୋଇଛନ୍ତି ଓଡିଶା ରେଡ୍ ଓ ଓଡିଶା ଗ୍ରୀନ । ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚରେ ଚମ୍ପି ଜିତିବା ପରେ ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟିଂ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନେଇ ଓଡିଶା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିର୍ଣ୍ଣାୟିତ ୨୦୦ ବେଲେ ଓଡିଶା ଟ୍ରିକେଟ ହରାଇ କରିଥିଲା । ୮୧ ରନ । ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ପୁନମ ନାୟକ ସର୍ବଧିକ ୩୦ ବଲକୁ ୨୦ ଓ ପ୍ରଞ୍ଜନ ଦି ୩୦ ବଲକୁ ୧୮ ରନ କରି ଥିବା ବେଳେ ପ୍ରତିପକ୍ଷ ଓଡିଶା ରେଡ୍ ପକ୍ଷରୁ ସଫଳ କୋଲର ଭାବେ ଗ୍ରେଟ୍ ପ୍ରିୟଦର୍ଶିଣୀ ଓ ଅଞ୍ଜଳୀ ବି ପ୍ରତ୍ୟେକ ୨ ଲେଖାଏଁ ଟ୍ରିକେଟ ଅକ୍ତିଆର କରି ଥିଲେ । ପଛରେ ବ୍ୟାଟିଂ କରି ଓଡିଶା ରେଡ୍ ୧୬.୫ ଓଡିଶା ରେଡ୍ କେବଳ ୨ ଟ୍ରିକେଟ ହରାଇ ୮୨ ରନ କରିବା ସହିତ

୮ ଟ୍ରିକେଟରେ ବିଜୟୀ ହୋଇ ଥିଲା । ଅଞ୍ଜଳୀ ବି ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ସର୍ବଧିକ ୨୮ ବଲକୁ ଅପରାଜିତ ୨୪ ଓ ମାଧୁରୀ ମେହ୍ତା ୨୩ ବଲକୁ ୨୨ ରନ କରି ଥିବା ବେଳେ ଓଡିଶା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପକ୍ଷରୁ ଜାହ୍ନବୀ ଶତପଥୀ ଗୋଟିଏ ଟ୍ରିକେଟ ଅକ୍ତିଆର କରି ଥିଲେ । ମ୍ୟାନ ଅଫ ଦି ମ୍ୟାଚ ଅଞ୍ଜଳୀ ବିକୁ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରି ଥିଲେ ସୁଗଳ କିଶୋର କୁମାର ବାନୋଥ (ଏସପିଏ, କଟକ, ଜିଲ୍ଲା ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ) ସେହିପରି ଅନ୍ୟ ମ୍ୟାଚରେ ଓଡିଶା ଭାଉଲେଟକୁ ୯ ଟ୍ରିକେଟରେ ପରାସ୍ତ କରିଛି ଓଡିଶା ଗ୍ରୀନ । ଚମ୍ପି ଜିତିବା ପରେ ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟିଂ କରି ଓଡିଶା ଭାଉଲେଟ ପ୍ରତିପକ୍ଷ ଦଳର ବୋଲିଂକୁ ସଠିକ୍ ମୁକାବିଲା କରି ନ ପାରି ୧୯.୨ ଓଡିଶା ରେଡ୍ କେବଳ ୪୭ ରନ କରି ଅଲଆଉଟ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ଅଲିକା ବିଶ୍ୱାଳ ୨୧ ବଲ ଖେଳି ୧୨ ଓ

ପ୍ରଜ୍ଞା ୧୭ ବଲକୁ ୧୦ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରି ଥିବା ବେଳେ ପ୍ରତିପକ୍ଷ ଓଡିଶା ଗ୍ରୀନ ପକ୍ଷରୁ ସଫଳ କୋଲର ଭାବେ ଜିଏମ୍ ଅଳକାନନ୍ଦ ୮ ରନ ବିନିମୟରେ ୪ ଓ ଚୟନାତା ଉପରିଜ ୭ ରନରେ ୩ ଟ୍ରିକେଟ ଅକ୍ତିଆର କରି ଥିଲେ । ପଛରେ ବ୍ୟାଟିଂ କରି ସିନ୍ଧୁତା ଚିନ୍ତାକର ୪୧ ବଲକୁ ଅପରାଜିତ ୩୧ ରନ ବଳରେ ଓଡିଶା ଗ୍ରୀନ ୧୦.୪ ଓଡିଶା ରେଡ୍ ଟ୍ରିକେଟ ହରାଇ ୪୮ ରନ ସଂଗ୍ରହ ସହିତ ସହଜ ବିଜୟ ହାସଲ କରିଥିଲା । ପ୍ରତିପକ୍ଷ ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରଜ୍ଞା ଦିବ୍ୟଦର୍ଶିଣୀ ଗୋଟିଏ ଟ୍ରିକେଟ ଅକ୍ତିଆର କରି ଥିଲେ ସଫଳ ହୋଇ ଥିଲେ । ମ୍ୟାନ ଅଫ ଦି ମ୍ୟାଚ ଜିଏମ୍ ଅଳକାନନ୍ଦକୁ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରି ଥିଲେ ଆର ଶ୍ରୀକାନ୍ତ (ଡେକନିକାଲ ଡାକ୍ତରରେକ୍ଟର, ଓଡିଶା କ୍ରିକେଟ ଏକାଡେମୀ ତଥା ଲିଡ କୋଚ୍, ସିନିୟର, ପୁରୁଷ ସିଏସି) ।

ବିଶ୍ୱକପ ପୂର୍ବରୁ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ବିପକ୍ଷରେ ଭାରତ ଖେଳିବ ୬ଟି-୨୦

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଆଶାମୀ ଅକ୍ଟୋବର-ନଭେମ୍ବର ମାସରେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଟି-୨୦ ବିଶ୍ୱକପ ପୂର୍ବରୁ ଭାରତ ଦୁଇ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱୀ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ବିପକ୍ଷରେ ଖେଳିବ ଦୁଇ ପୃଥକ ଘରୋଇ ସୀମା ଓଡିଶା ସିରିଜ । ତେବେ ଉଭୟ ଦଳ ବିପକ୍ଷରେ ଭାରତ ଖେଳିବା ପାଇଁ ଥିବା ୬ ଟି-୨୦ ମ୍ୟାଚ ବିଶ୍ୱକପ ପାଇଁ ବଡ଼ ଅଭ୍ୟାସ ସୁଯୋଗ ମିଳିବ । ଅବଶ୍ୟ ଭାରତ ଓ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ପିଲ ମଧ୍ୟରେ ଯଥେଷ୍ଟ ତପାତ ଥିଲେ ହେଁ ଭାରତୀୟ ଖେଳାଳିଙ୍କ ଅଧିକ ଶକ୍ତି ଏହି ଦୁଇ ସିରିଜରେ ପରୀକ୍ଷା ହେବା ପାଇଁ ନିଶ୍ଚିତ ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିବ । ପ୍ରଥମେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ବିପକ୍ଷରେ ଭାରତ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦(ମୋହାଲି) ୨୩(ନାଗପୁର) ଓ ୨୫ (ହାଇଦ୍ରାବାଦ) ଟି-୨୦ ମ୍ୟାଚ ଖେଳିବ । ଏହା ପରେ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୮ରୁ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ବିପକ୍ଷରେ ଭାରତ ଖେଳିବ ତିନି ଟି-୨୦ ମ୍ୟାଚ । ଏହି ସିରିଜର ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚ ଡିସେମ୍ବର ୨୨ରେ ଓ ଅକ୍ଟୋବର ୨ ତାରିଖ ଦିନ ଚୌହାତା ଓ ଅକ୍ଟୋବର ୪ ତାରିଖ ଦିନ ଲଭୋରରେ ତୃତୀୟ ତଥା ଶେଷ ମ୍ୟାଚ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ସେହିପରି ଅକ୍ଟୋବର ୬, ୯ ଓ ୧୧ ତାରିଖ ଦିନ ଲଣ୍ଡୋନ, ରାସ୍ତା ଓ ଦିଲ୍ଲୀରେ ଭାରତ-ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ମଧ୍ୟରେ ତିନି ମ୍ୟାଚ ବିଶିଷ୍ଟ ଦିନିକିଆ ସିରିଜ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ତେବେ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ବିପକ୍ଷ ଦିନିକିଆ ସିରିଜ ପାଇଁ ଏକ ପୃଥକ ଦଳ ଗଠନ ହେବା ପାଇଁ ଥିବା ବେଳେ ଓପନର ଶିଖର ଧାଞ୍ଜନ ଏହି ଦଳର ନେତୃତ୍ୱ ନେତେ ବୋଲି ବିସିସିଆର ସମ୍ପାଦକ ଜୟହ୍ନ ଶାହ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଓଡିଆ ଟେନିସ୍ ଖେଳାଳି ଶିବରାମ ସାଇଙ୍କ ପୋଲାଣ୍ଡ ଗସ୍ତ

ବୋଲଗଟ, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ) : ବୋଲଗଟ ଦୁଇ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଟ୍ରାଣ୍ଡା ଗ୍ରାମର ରାଜ୍ୟ ବିଜେତା କୃଷକ ମୋର୍ଟାଲ କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ବିଶ୍ୱଜିତ୍ ସାଇଙ୍କ ପୁତ୍ର ଶିବରାମ ସାଇ ଓଡିଶା ସର୍ବ ଟେନିସ୍ ଆସୋସିଏସନ୍ ତରଫରୁ

୧୫ଟି ଦିନ ଧରି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ଭାରତର ଆମେଟର ସର୍ବ ଟେନିସ୍ ଫେଡେରେସନ୍ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ଏହି ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ୧୫ଟି ଦିନ ପୋଲାଣ୍ଡ କପ୍ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଅଛି । ଓଡିଶାର ଟେନିସ୍ ଖେଳାଳି ଶିବରାମ



୧୫ଟି ଦିନ ଧରି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ଭାରତର ଆମେଟର ସର୍ବ ଟେନିସ୍ ଫେଡେରେସନ୍ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ଏହି ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ୧୫ଟି ଦିନ ପୋଲାଣ୍ଡ କପ୍ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଅଛି । ଓଡିଶାର ଟେନିସ୍ ଖେଳାଳି ଶିବରାମ



ଆମେ ସମସ୍ତେ କାଣ୍ଡୁ କ୍ଷୀର ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ । କାରଣ ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ ବ୍ୟତୀତ ଏପରି ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ମିଳିଥାଏ, ଯାହା ଆମ ହାତ ସହିତ ସମଗ୍ର ଶରୀର ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । କିନ୍ତୁ କ୍ଷୀରକୁ ଆମେ ଅନେକ ଉପାୟରେ ପିଇଥାଉ । ଯେପରି ଛୋଟ ପିଲା ଏବଂ ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଉତ୍ତମ କିମ୍ବା ହାଲୁକା ଉତ୍ତମ କ୍ଷୀର ଦେବା ଅଧିକ ଲାଭଦାୟକ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ସେହିପରି ବଡ଼ମାନଙ୍କୁ ଗରମ କ୍ଷୀର ପିଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଏ । କିନ୍ତୁ କେତେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀର ପିଇବା ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀରକୁ ଆପଣ ମିଳ ସୁତି, ମିଳ ସେବ, କୋଲୁ କର୍ପି ଭାବରେ ପିଇଥିବେ, କିନ୍ତୁ ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀର ପିଇବା ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ

କେତେ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇପାରେ । ବିଶେଷତଃ ଅନୁଯାୟୀ, ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀରରେ ପୋଟାସିୟମ, ଫସଫରସ୍, ଭିଟାମିନ୍ ଏବଂ କ୍ୟାଲସିୟମ ଭଳି ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ, ଯାହା ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀର ପିଇବାଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀର ହାଲତ୍ୱେତ୍ତ୍ୱ ରହିଥାଏ । ଏହା ସହିତ, ଆପଣ ଅନେକ ହଜମ କମିତ ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତି ପାଆନ୍ତି । ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀର ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୋଗିଲା ଅନୁଭବ କରିବେ ନାହିଁ ଏବଂ ଆପଣ ଦିନସାରା ସତେଜ ଅନୁଭବ କରିବେ । ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀର ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଓଜନ ହ୍ରାସ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ କମ୍ ବର୍ଣ୍ଣ ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀର ପିଅନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ରୋଗିଲା ଅନୁଭବ କରିବେ ନାହିଁ ।



### ମ୍ୟାଡୁଲ୍ ପିଲୁସର ଅପକମିଶ୍ନ ପିଲୁ 'ପୁଜା

ମେରି କାନ' ରେ ନଜର ଆସିବେ ଅଭିନେତ୍ରୀ ହୁମା କୁରେଶୀ । ବରୁଣ ଧର୍ମକ 'ବଦଲୀପୁର' ପରେ ଏହି ମଜାଦାର ପିଲୁ କରିଆରେ ହୁମା ୨ୟ ଥର ପ୍ରଯୋଜକ ଦିନେଶ ଭିକନଙ୍କ ସହ କାମ କରିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । ପିଲୁର ଘୋଷଣା ବିଷୟରେ ହୁମା କୁହନ୍ତି 'ଆସନ୍ତା ୨୮ ତାରିଖରେ ମୋର ଜନ୍ମଦିନ । ମୁଁ ବହୁତ ଖୁସି ଯେ ଏଥର ମୋ ଜନ୍ମଦିନ କାମରେ କାମରେ ବିତିବ । ଏହି ପିଲୁକୁ ନେଇ ଗତ ବର୍ଷସାରା ମୁଁ କାମରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିଲି, ଯେଉଁଥିପାଇଁ ମୁଁ କୃତଜ୍ଞ । ଆଗକୁ ଆହୁରି ବ୍ୟସ୍ତ ରହିବାକୁ ଚାହୁଁଛି ।' 'ପୁଜା ମେରି କାନ'ରେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା, ବିକ୍ରମ ସିଂହ ଚୌହାନ ଓ ବିକ୍ରମ ରାଜ ପ୍ରମୁଖ ଅଭିନୟ କରିଛନ୍ତି । ପିଲୁର ସୁଟିଂ ନିକଟରେ ଶେଷ ହୋଇଛି । ଏହାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶନା ଦେଇଛନ୍ତି ନବଜୋତ ଗୁଲାଟି । କାହାଣୀ ଉଭୟ ଜନିଷା ଓ ନବଜୋତ ଗୁଲାଟି ଲେଖିଛନ୍ତି । ଏହି ମାସ ଆରମ୍ଭରେ 'ମହାରାନୀ' ସିଜନ୍-୨ର ଟିକର୍ କରିଆରେ ହୁମା ଇଣ୍ଡିଆ ଓ ଦର୍ଶକଙ୍କ ଉପରେ ବଡ଼ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥିଲେ । ଏଥିରେ ସେ ଅଭିନେତା ସୋହୁମ ଶାହ ଓ ଅମିତ ସିଆଲଙ୍କ ସହ ନଜର ଆସିଛନ୍ତି । ରାଜନୈତିକ ଓ ଡ୍ରାମାଟିକ ଥିମ୍ ପାଇଁ 'ମହାରାନୀ'ର ସିଜନ୍-୧ ଖୁବ୍ ପ୍ରଶଂସିତ ହୋଇଥିଲା । ତେଣୁ ସିଜନ୍-୨ରେ ମଧ୍ୟ ସେହି ବଦଳବା ବଜାୟ ରଖିବ ବୋଲି ଆଶା କରାଯାଉଛି । ଉପରୋକ୍ତ ପୁଲଟି ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ସହିତ ହୁମାଙ୍କ ଅଭିନୀତ 'ତବଲ୍ ଏବଂଏଲ୍', 'ମୋନିକା ଓ ମାଲି ତାଲିଙ୍ଗ' ଓ 'ତଲି ବଲିଙ୍ଗ' ଭଳି ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ଚଳିତ ବର୍ଷ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ କରାଯାଉଛି ।

## ଆଗକୁ ଆହୁରି ବ୍ୟସ୍ତ ରହିବି: ହୁମା

## ବାଇସେପ୍ ବଢ଼ାଇବା ନିଶା ନେଲା ଜୀବନ



ଆଜିକାଲି ଜିନିଷରେ ଝାଙ୍କ ବୁଝାଇ ବଡ଼ ବଦଳବା ଏକ ପ୍ରକାର ଫ୍ୟାଶନ ପାଲଟି ଗଲାଣି । ସିଏ ପ୍ୟାକ୍ ଆର୍ଡ୍ ଓ ବାଇସେପ୍ ବଢ଼ାଇବା ନିଶା ଯୁବପିଢ଼ାକୁ ଘାରିଛି । କେବଳ ଯୁବପିଢ଼ା ନୁହଁନ୍ତି ଏଥିରୁ ବ୍ୟସ୍ତମାନେ ମଧ୍ୟ ବାଦ୍ ପଡ଼ି ନାହାନ୍ତି । କିଏ ଏଥିପାଇଁ ଲଗାତର ଜିମ୍ ଯାଇ ପରିଶ୍ରମ କରୁଛି ତ ଆଉ କିଏ ଆପଣାଉଛି ସର୍ବ କର୍ତ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ର । ତେବେ ଏହି ସର୍ବ କର୍ତ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ର ବେଳେ ବେଳେ କିଛି ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଘାତକ ହେଉଛି ଏପରିକି ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ମଧ୍ୟ ଚାଲିଯାଉଛି । ଏଭଳି ହିଁ କିଛି ଘଟଣା ଘଟିଛି ବ୍ରାଜିଲର ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହ । ସେ ହେଲେ ଭଲଦିନ ସେବାତା । ସେ ଜଣେ ବଡ଼ବିଲ୍ଡର ଓ ଟିକ୍‌ଟକ୍ ଷ୍ଟାର । ୫୫ ବର୍ଷୀୟ ଏହି ବଡ଼ବିଲ୍ଡର ଜଣେ 'ହଲ୍ଡ' ନାମରେ ପରିଚିତ । ତାଙ୍କୁ କେହି କେହି 'ହି-ମ୍ୟାନ୍' ମଧ୍ୟ କହି ଚାଲୁଥିଲେ । ତାଙ୍କର ବଡ଼ ବଡ଼ ବାଇସେପ୍ ଲୋକଙ୍କୁ ଆକୃଷ୍ଟ କରୁଥିଲା । ହେଲେ ନିଜ ବାଇସେପ୍ ଆହୁରି ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ଲାଗି ପଡ଼ିଥିଲେ ଭଲଦିନ । ୨୩ ଘଣ୍ଟ ବାଇସେପ୍ ବଦଳବା ପାଇଁ ଭଲଦିନ ଆପଣାଉଥିଲେ ସର୍ବକର୍ତ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ର । ଆଉ ନେଇଥିଲେ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଇଞ୍ଜେକସନ୍ । ଘାତକ ବୋଲି ଜାଣିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ବାଇସେପ୍ ଓ ବ୍ୟାକ୍ ମସଲ୍ ବଢ଼ାଇବା ପାଇଁ ସିଲ୍‌ଲ ନାମକ ଇଞ୍ଜେକସନ୍ ନେଉଥିଲେ ଭଲଦିନ । ୬ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ତାଙ୍କୁ ଏଥିପାଇଁ ଚେତାବନୀ ମଧ୍ୟ ଦେଇଥିଲେ । ଯଦି ସେ ଏଭଳି ଲଗାତର ବଡ଼ ବଦଳବା ପାଇଁ ଇଞ୍ଜେକସନ୍ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କ ନର୍ଭସ ସିଷ୍ଟମ ନଷ୍ଟ ହେବା ସହ ଅନେକ ବିପଦର ସାମ୍ନାକୁ କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ ବୋଲି ତାଙ୍କର କହିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର କଥାକୁ ସେ ଖାତିର କରି ନେଇଥିଲେ । ତେଣୁ ଏପରି ଖୁସି ଆଗରେ ମୃତ୍ୟୁର ସମ୍ଭାବନା ତାଙ୍କୁ କିଛି ବି ଲାଗୁନଥିଲା ବୋଲି ୨୦୧୬ରେ ଏକ ସାକ୍ଷାତକାରରେ ଭଲଦିନ କହିଥିଲେ । ଶେଷରେ ତାଙ୍କର ଚେତାବନୀ ସତ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଥିଲା । ନିଜ ଜନ୍ମଦିନର ହିଁ ପ୍ରାଣ ହରାଇଛନ୍ତି ଭଲଦିନ । ୫୫ ବର୍ଷ ବୟସରେ ହୃଦ୍‌ଘାତରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ମୃତ୍ୟୁ ଦିନ ସକାଳୁ ଭଲଦିନଙ୍କୁ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ କଷ୍ଟ ହୋଇଥିଲା । ଏହାପରେ ସେ ସହଯୋଗ ପାଇଁ ନିଜ ମା'ଙ୍କୁ ଡାକିଥିଲେ । ଏହାପରେ ତୁରନ୍ତ ତାଙ୍କୁ ହସ୍ପିଟାଲକୁ ନିଆଯାଇଥିଲା । ତେବେ ହସ୍ପିଟାଲ ରିସେପ୍‌ସନରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ତାଙ୍କର ହୃଦ୍‌ଘାତ ଘଟିଥିଲା ଓ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ସେ ଚଳି ପଡ଼ିଥିବା ତାଙ୍କ ପତୋଶା କହିଛନ୍ତି ।

## ସୁନ୍ଦରୀ ମଶା 'ସାବେଥେସ୍ ସ୍ୟାନୁଅସ୍'

ମଶା ହେଉଛି ମଣିଷର ବଡ଼ ଶତ୍ରୁ । କିନ୍ତୁ ଏମିତି ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ମଶା ଅଛି ଯାହାକି ଦେଖିବାକୁ ଖୁବ୍ ସୁନ୍ଦର । ଆଉ ସବୁଠାରୁ ସୁନ୍ଦରୀ ମଶାର ମାନ୍ୟତା ବି ପାଇଛି । ଏହି ମଶାର ନାଁ 'ସାବେଥେସ୍ ସ୍ୟାନୁଅସ୍' । ଏହାର ରଙ୍ଗ ଓ ରୂପ ଏପରି ହୋଇଥାଏ ଯେ ତା'କୁ ମାରିବାକୁ ହାତ ଯାଏନାହିଁ । ଦକ୍ଷିଣ ଆମେରିକାର ଉଷ୍ଣ ଜଙ୍ଗଲରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଏ ମଶା ନିଜର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ପରିଚିତି ପାଇଛି । ସାଧାରଣତଃ ମଶାମାନଙ୍କ ରଙ୍ଗ କଳା, ମଟିଆ ଓ ଧୂସର ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହାର ରଙ୍ଗ ନୀଳ । ତା'ର ଗୋଡ଼ରେ ଛୋଟ ଛୋଟ ଚର ବି ଥାଏ । ଏହା ତତ୍ତ୍ୱ ପ୍ରକୃତିର । ମଶାଟିର ଫଟୋ ଉଠାଇବା ବା ଧରିବା ଏତେ ସହଜ ହୋଇନାଥାଏ ।



## ବିଶ୍ୱର ତେଜା ପୋଲିସ

ବିଶ୍ୱରେ ଅନେକ ତେଜା ମଣିଷ ଅଛନ୍ତି ହେଲେ କେବେ ତେଜା ପୋଲିସ ଅଟିବର ଥିବା ଦେଖିଛନ୍ତି କି ? ଆଜି ହିଁ ଏପରି ଏକ ତେଜା ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି ଯେ ସାଧାରଣ ତେଜା ମଣିଷ ନୁହଁନ୍ତି ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ତେଜା ପୋଲିସ କର୍ମଚାରୀ । ଏହି ତେଜା ବ୍ୟକ୍ତି ହେଉଛନ୍ତି ପଞ୍ଜାବର ଜଗଦୀପ୍ ସିଂ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସେ ଅମୃତସରର ଗ୍ରୀଟିକ୍ କର୍ମଚାରୀ ଭାବେ କାମ କରିବା ସହ ସେହି ଅମୃତସରର ଗ୍ରୀଟିକ୍ କର୍ମଚାରୀ ଭାବେ କାମ କରିବା ସହ ସେହି ଅଞ୍ଚଳର ଜଣେ ଲୋକାଲ ସେଲିବ୍ରିଟି ଏବଂ ସେ ୨୦ ବର୍ଷ ଧରି ପୋଲିସ ଅଟିବର ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ । କାନୁନର ହାତ ଲମ୍ବା କଥାଟି ତାଙ୍କ ପାଖରେ ପ୍ରକୃତ୍ୟ ବୋଲି କହିଲେ ଭୁଲ୍ ହେବ ନାହିଁ । ଏଠାରେ କାନୁନର ଉଭୟ ହାତ ଏବଂ ଗୋଡ଼ ଲମ୍ବା । ଏହା କଥା ଶୁଣିବାକୁ ମଜା ଲାଗିଲେ ବି ସତ । ସେହେତୁ ସେ ତେଜା ସେଥିପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ଦେଖି ସବୁ ଅପରାଧୀ ଭୟରେ ଧରି ଉଠନ୍ତି । ଯଦି ଆପଣ ଜଗଦୀପ୍‌ଙ୍କ ସହ ସେଲିଟି ଉଠାଇବାକୁ ଚାହଁବେ ତାହେଲେ ଆପଣଙ୍କୁ ଏକ ସିଡି ଆବଶ୍ୟକତା ପଡିବ । ତାଙ୍କୁ ପିଲା ଦିନରୁ ହିଁ ତାଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ତେଜା କାରଣରୁ ତାଙ୍କୁ ସମସ୍ତେ ଟିକି ବାଘୁର ବୋଲି ଡାକୁଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଉଚ୍ଚତାରେ ଏତେ ଲମ୍ବା ଯେ, ତାଙ୍କୁ ଦେଖି ଯେକେହି ଅପରାଧୀ ଭୟ କରିଦିଏ । ମୁଖ୍ୟତଃ ସେ ଗୋଡ଼ରେ ନିଜର ଡ୍ରାମା କରିଥାନ୍ତି କାରଣ ତାଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ଦେଖି ଭୟରେ ଲୋକେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଗଣ୍ଡଗୋଳ କରିନଥାନ୍ତି । ସବୁ ମୁଦ୍ରାର ୨ଟି ପାର୍ଶ୍ୱ ଥାଏ । ସେହିପରି ଜଗଦୀପ୍‌ଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ମଧ୍ୟ ଭୟ ଭଲ ଏବଂ ଖରାପ ପାର୍ଶ୍ୱ ରହିଛି । ସକରାମ୍ଭକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିଶ୍ୱର ସବୁଠାରୁ ତେଜା ମଣିଷ ହୋଇଥିବା ଯୋଗୁଁ ପଞ୍ଜାବରେ ତାଙ୍କର ଏକ ଭିନ୍ନ ପରିଚୟ ରହିଛି । ସବୁଠି ତାଙ୍କୁ ସେଲିବ୍ରିଟି ପରି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ଏବଂ ସମସ୍ତେ ତାଙ୍କ ସହ ଫୋଟୋ ଉଠାନ୍ତି ଏବଂ ଭିଡ଼ ଭିଡ଼ରେ ସେ ପାଲଟି ଯାଆନ୍ତି ଆକର୍ଷଣର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ । କିନ୍ତୁ ସେହି ଲମ୍ବା ଉଚ୍ଚତା ହିଁ ଅନେକ ସମୟରେ ତାଙ୍କୁ ଅସୁବିଧାରେ ପକାଇଥାଏ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ପୋଷାକ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବାଇକ ଚଳାଇବାରେ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟରେ ତାଙ୍କୁ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ସବୁ ଜିନିଷ ପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଡିଜାଇନ ଡିଆରି କରିବାକୁ ପଡେ । ଏପରି ତାଙ୍କ ତେଜାପଣ ଯୋଗୁଁ ଏଯାବତ୍ ତାଙ୍କ ବିବାହ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ ଏବଂ କେହି ତାଙ୍କୁ ବାହା ହେବାକୁ ପସନ୍ଦ କରୁନାହାନ୍ତି ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି ।



## ଘୁଙ୍ଗୁଡ଼ି, ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବ ସ୍ୱାର୍ଟ ବେଡ୍

ବିଜାରକୁ ଆସିଛି ଏହି ସ୍ୱାର୍ଟ ବେଡ୍ । କିନ୍ତୁ ଖୁବ୍ କମ୍ ସମୟରେ ବେଶ୍ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇଛି । ସ୍ୱାର୍ଟ ବେଡ୍ ଆପଣଙ୍କୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଉଠାଇବା ସହିତ ଅନେକ ପ୍ରକାର କାମ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ଆଉଟ୍‌କମ୍‌ସେଟ୍ ରେକଲାଇନର୍ ସି ଆସାଯାଇଛି । ଭବିଷ୍ୟତ ଟେକ୍ନୋଲୋଜି ଆଧାରିତ ଏହି ବେଡ୍‌ରେ ଶୂନ୍ୟ ମାଧ୍ୟକର୍ଷଣ ଭଳି ଅନେକ ମୋଡ୍ ରହିଛି । ଏହି ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ କରିଆରେ ଆପଣ କୌଣସି ସମସ୍ୟା ବିନା ଶୋଇପାରିବେ । କୌଣସି ପ୍ରକାର ଭାରିପଣ ଅନୁଭୂତ ହେବ ନାହିଁ । ଘୁଙ୍ଗୁଡ଼ି ବିରୋଧୀ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଏଥିରେ ରହିଛି । ଏହା ଆପଣଙ୍କ ଘୁଙ୍ଗୁଡ଼ି କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ ହେବ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନରେ ମଧ୍ୟ ସୁଧାର ଆସିବ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସହିତ ଏହା ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଛି । ସବୁଠୁ ଖାସ୍ କଥା ହେଉଛି ଏ ପ୍ରକାର ଖଟ ପ୍ରାୟ ୫ ବର୍ଷର ଖୁବ୍‌ରେ ସହିତ ମିଳୁଛି । ୨ ବର୍ଷର ମୋଟର ଓ ବର୍ଷକର ଖେଳାଳିମାନଙ୍କୁ ରିମୋଟ୍ ଖୁବ୍‌ରେ ସହିତ ଏହି ସ୍ୱାର୍ଟ ବେଡ୍ ଆସିଛି । ଆମାଜନ୍ ଭଳି ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ବିଭିନ୍ନ କମ୍ପାନୀର ସ୍ୱାର୍ଟ ଖଟ ମିଳୁଛି ।

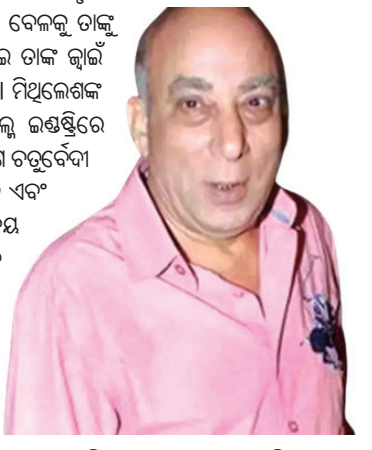


## ଗୋଟିଏ ଲିଟର ତିଜେଲରେ କେତେ କି.ମି. ଗଡ଼େ ଟ୍ରେନ ?

ଭାରତୀୟ ରେଳ ହେଉଛି ବିଶ୍ୱର ଚତୁର୍ଥ ବୃହତ୍ତମ ରେଳ ନେଟୱାର୍କ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶ୍ରେଣୀର ବ୍ୟକ୍ତି ଟ୍ରେନରେ ଯାତ୍ରା କରନ୍ତି । ଭାରତୀୟ ରେଳବାଇରେ ଥିବା ଟ୍ରେନ ଗୁଡ଼ିକ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍, ତିଜେଲ ଇଞ୍ଜିନରେ ଚାଲିଥାଏ । ତେବେ ତିଜେଲ ଟ୍ରେନର ମାଇଲେଜ୍ କେତେ ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ? ତିଜେଲ ଟ୍ରେନ ଇଞ୍ଜିନର ମାଇଲେଜ୍ ଅନେକ କାରଣ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ । ତିଜେଲ ଇଞ୍ଜିନରେ ଚାଲୁଥିବା ୧୨ ଟି କୋଚ୍ ଏକ ଯାତ୍ରାବାହୀ ଟ୍ରେନ ୬ ଲିଟରରେ ଏକ କିଲୋମିଟର ମାଇଲେଜ୍ ଦେଇଥାଏ । ୨୪ କୋଚ୍ ଏକପ୍ରେସ ଟ୍ରେନ ମଧ୍ୟ ୬ ଲିଟରରେ ଏକ କିଲୋମିଟର ମାଇଲେଜ୍ ଦେଇଥାଏ । ପ୍ରାୟତଃ ଷ୍ଟେସନରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଥିବା ଟ୍ରେନର ଇଞ୍ଜିନ୍ ଚାଲୁ ରହିଥାଏ । ତିଜେଲ ଇଞ୍ଜିନ୍ ଚାଲିବା ପଛରେ ଘୁଙ୍ଗୁଡ଼ି ବଡ଼ କାରଣ ରହିଛି । ପ୍ରଥମ କାରଣଟି ହେଉଛି ତିଜେଲ ଇଞ୍ଜିନ୍ ବନ୍ଦ କରିବା ପରେ ଟ୍ରେକ ପାଇପର ଚାପ ବହୁତ କମ୍ ହୋଇଯାଏ, ଯାହା ସମାନ କ୍ଷମତାକୁ ଫେରିବା ପାଇଁ ବହୁତ ସମୟ ଲାଗିଥାଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ କାରଣ ଟି ହେଉଛି ଯେ, ତିଜେଲ ଇଞ୍ଜିନ୍ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପାଇଁ ସାଧାରଣତଃ ୨୦ ରୁ ୨୫ ମିନିଟ୍ ସମୟ ଲାଗିଥାଏ । ତେଣୁ, ତିଜେଲ ଇଞ୍ଜିନକୁ ବନ୍ଦ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଚାଲିବା ଠିକ୍ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ ।

## ଆଖିବୁଜିଲେ ବର୍ଷିଆନ୍ ଅଭିନେତା ମିଥୁଲେଶ

ପୁଣି ଫିଲ୍ମ ଜଗତରୁ ଆସିଲା ଦୁଃଖଦ ଖବର । ଆଖି ବୁଜିଲେ ଆଉ ଜଣେ ବଲିଉଡର ବର୍ଷି ଅଭିନେତା । ହିନ୍ଦୀ ଫିଲ୍ମ ଜଗତର ଜଣାଶୁଣା ଅଭିନେତା ମିଥୁଲେଶ ଚତୁର୍ବେଦୀଙ୍କ ଦେହାନ୍ତ ହୋଇଛି । କୁଧିବାର ରାତିରେ ମିଥୁଲେଶଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ସେ ଦୀର୍ଘଦିନ ହେବ ହୃଦୟ କମିତ ରୋଗ ସହ ଲଢ଼େଇ କରୁଥିଲେ । ତେବେ ସେ ଲଣ୍ଡୋରେ ଶେଷ ନିଶ୍ୱାସ ତ୍ୟାଗ କରିଛନ୍ତି । ଖବର ଅନୁଯାୟୀ କୁଧିବାର ତାଙ୍କର ହୃଦୟ ଘାତ ଘଟିଥିଲା । ଏହାପରେ ତାଙ୍କୁ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଅଣାଯାଇଥିଲା । ସେଠାରେ ହୃଦୟଘାତ ଯୋଗୁଁ ତାଙ୍କୁ ଦେହାନ୍ତ ହୋଇଛି । ମୃତ୍ୟୁ ବେଳକୁ ତାଙ୍କୁ ୬୬ ବର୍ଷ ବୟସ ହୋଇଥିଲା । ଏନେଇ ତାଙ୍କ ଲୁଣ୍ଠି ଆଖ୍ୟାୟ ଚତୁର୍ବେଦୀ ସୂତନା ଦେଇଛନ୍ତି । ମିଥୁଲେଶଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଖବର ଜଣାପଡିବା ପରେ ଫିଲ୍ମ ଜଗତରେ ଶୋକର ଲହରୀ ଖେଳିଯାଇଛି । ମିଥୁଲେଶ ଚତୁର୍ବେଦୀ ତାଙ୍କ କ୍ୟାରିୟରରେ ଅନେକ ବଡ଼ ବଡ଼ ଏବଂ ସୁପରହିଟ୍ ବଲିଉଡ ଫିଲ୍ମରେ ଅଭିନୟ କରିଛନ୍ତି । ସବୁ ଦିନେ ତାଙ୍କୁ 'ଗଦର' ଏକ ପ୍ରେମ କଥା', 'ମନୋଜ ବାଜପେୟୀଙ୍କ 'ସତ୍ୟା', ଶାହରୁଖ୍ ଖାନଙ୍କ 'ଅଶୋକା', 'ତାଲ', 'ବର୍ଷି ଅର ବବଲି' ଭଳି ଅନେକ ଫିଲ୍ମରେ ଅଭିନୟ କରିଛନ୍ତି ମିଥୁଲେଶ । କିନ୍ତୁ କୋଇ ମିଲଗୟରେ ତାଙ୍କ ଅଭିନୟ ଥିଲା ବେଶ୍ ବଳିଷ୍ଠ । ସୂତନା ମୁତାବକ, ମିଥୁଲେଶଙ୍କୁ କିଛି ଦିନ ପୂର୍ବେ 'ଚଲ୍ଲି ଯୋଡି' ନାମକ ଏକ ଡ୍ରେମ୍ ସିରିଜ୍‌ରେ କାମ ମିଳିଥିଲା । ବଲିଉଡ ଫିଲ୍ମ ସମେତ ମିଥୁଲେଶ ଥିଏଟରରେ ମଧ୍ୟ କାମ କରିଛନ୍ତି ।



## ସତନ୍ତ୍ର ଦୁସ୍ତନ୍ତ ମେଲା - ୨୦୨୨

ନୀଳାଚଳ ଅର୍ଦ୍ଧନ ହାଟ, ପୁରୀ  
ତାରିଖ : ୦୧.୦୮.୨୦୨୨ ଠାରୁ ୧୫.୦୮.୨୦୨୨  
ସମୟ : ସକାଳ ୧୧ ଠାରୁ ରାତ୍ର ୯ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ

ଆକର୍ଷଣୀୟ ସରକାରୀ ରିହାତି ଉପଲବ୍ଧ

ଆୟୋଜକ : ସମଲପୁରୀ ଦସ୍ତାଲୟ  
ଚତୁର୍ଣ୍ଣ ସମାପ ସହଯୋଗ ସମିତି ଲି.

ପ୍ରାୟୋଜକ : ହସ୍ତଚନ୍ଦ୍ର, ବୟନ ଓ ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ବିଭାଗ, ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ଏବଂ ବୟନ ଶିଳ୍ପ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ, ଓଡ଼ିଶା ସରକାର

