



ଉତ୍କଳ ସମାଚାର
ବୈଦିକ ଚେନେଇ ପ୍ରକାଶ
THE UTKAL SAMACHAR

PUBLISHED FROM ROURKELA, SAMBALPUR & BHUBANESWAR

† Vol - 22 † Issue No:177 † 24 October 2026 (Saturday) † Rourkela † Rs.2.00 † Page -1 † ୨୨ ବର୍ଷ † ସଂଖ୍ୟା:୧୭୭ † ୨୪ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୬ (ଶନିବାର) † ରାଉରକେଲା † ମୂଲ୍ୟ:ଟ.୨.୦୦ † ପୃଷ୍ଠା-୬



**କୋଟିଆକୁ ନେଇ ରାଜନୀତି ସରଗରମ:
ନବୀନଙ୍କ ଚିଠିର ଜବାବ ରଖିଲେ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର**

[illegible]

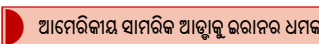
ନାରାୟଣ ନଦ, ପ୍ରବାସ ମାଝା, ରମେଶ ମାଝା ପ୍ରମୁଖ ହେଉଛି । ସେମାନେ ବିଜେପି ସାଥାନ୍ତର ସମ୍ପାଦକ ବିଜିତ ଦ୍ଵିପାଠୀ ବଞ୍ଚିଛି ଯେ ରାଜ୍ୟର ଗଣେ ଜାଗା ବାହାରୁ ବିଆସିବ ନାହିଁ । ଅସ୍ପର୍ଯ୍ୟ ବିଜେପି ଓ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ । ବିଜିତ ଏହାପ୍ରସ୍ତୁତ ମିତ୍ରଙ୍କ ବିଜେପିରେ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କରିଛି । ନବୀନ ବାବୁ ଭୁବନ ବଜୁରିଛି, ତିନି ଦେଶକୁଛି ଏବଂ ନିଜ ନିଜ କେରିଆ ପଠାଉଛି, ଗଣେ ଜାଗା ୨୪ ବର୍ଷ ଧରି ଶାସନରେ ଥିଲେ । ୨୪ ବର୍ଷ ଭିତରେ ଆପଣଙ୍କ ଦଳକୁ କିଏ କିଏ ସେଠାରୁ ଯାଉଥିଲେ ତାର କିଛି ଦିଅନ୍ତୁ ।

ପୋସ୍ତୋ ଓ ଜ୍ୟେସ୍ତରୂପ ମୁଖ୍ୟଙ୍କ ସହ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଆଲୋଚନା

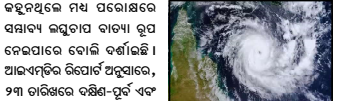
ବରଦେବ, ୨୩/୧୦(୫/୬):
 ଓଡ଼ିଶାରେ ଶିଳ୍ପ ପ୍ରିୟା ଓ ପୁରସ୍କୃତିର
 ବୃଦ୍ଧିରାଜ୍ୟର ଗର୍ବର ସମୟ ଗରଜ
 ନିହାଜ ଦିବର ଗୋସାଏ ଓ
 ବେଦବ୍ୟାସ ପ୍ରଭୃତି ଓ ଦର୍ଶି
 ଅଧୁନାକର ଓ ମୁଖ୍ୟାଧିକାରୀ
 ରଜ୍ୟ ମାଧ୍ୟାଧିକାରୀ ବର୍ତ୍ତମାନ
 ଦେବଦେବ ଗୋସାଏ ଉପାଧ୍ୟାୟ
 ଏବଂ ଏମ୍. ପ୍ରଭାକର ପ୍ରଧାନ
 ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଚାନ୍ଦିନୀ
 ବେଦବ୍ୟାସ ପ୍ରଭୃତି ଓ ଅନ୍ୟ
 ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଗୋସାଏ ଉପାଧ୍ୟାୟ
 ପ୍ରଧାନ ଶିଳ୍ପ ପ୍ରିୟା, ପୁରସ୍କୃତିର ଓ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ
 ପ୍ରସାରଣ କରୁଥିବା ଏହି ଗୋସାଏ
 ମାଧ୍ୟାଧିକାରୀ ଗୋସାଏ ଶ୍ରୀ
 ମାଧ୍ୟାଧିକାରୀ ଗୋସାଏ ଶିଳ୍ପ ପ୍ରିୟା
 ଓ ପୁରସ୍କୃତିର ପାଇଁ ଏହି ଅନୁରୋଧ
 କରୁଛି। ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଗୋସାଏ ଉପାଧ୍ୟାୟ

[illegible]

ହୋମ୍‌ଜରେ ଭୟଙ୍କର ଆକ୍ରମଣ, ୭ ଡେଲ ଟ୍ୟାଙ୍କର କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ: ବଢ଼ିଲା ବାତ୍ୟା ଆଘାତ।

[illegible][illegible]

ଏହାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରିଣାମ
 ଲୋକସମାଜକୁ ଦିଏ । ଆମେନିଆର
 ଶରଣାଗମନ 'ହୁସ୍ ସାହେବ'କୁ
 ଦେଖିବାକୁ ସେ ସାକ୍ଷୀଗୋଷ୍ଠୀରେ
 ଉପସ୍ଥାନ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଯଦି
 ଆମେନିଆର ସହ ବାଞ୍ଛଣୀ ଜାରି
 ରହିବ, ତେବେ ଲୋକୋପାସନାରେ
 ଏହାର ଉପକାର ଦେବାର ସମ୍ଭବ
 ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବ । 'ହୁସ୍ ସାହେବ' ମଧ୍ୟ
 ଏହି ବିଷୟ ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛନ୍ତି । ଲୋକୋ
 ପାସନାରେ, "କୋହନ ଲୋକ ସମ୍ମତ
 ରହନ୍ତେ ସେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ
 ଲୋକେ ଚାହୁଁ ନାହାନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଉପକାର
 କରାଯାଇପାରେ ନାହିଁ, ଯେତେବେଳେ
 ଆମେନିଆର ସମସ୍ତେ ଆପଣଙ୍କ
 ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ନିଜର ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଅପାମାନିତ
 କରିବା ଲୋକେ ନିଜ ନିଆଁଳା ।



ବଳରାଜ ପୂର୍ବ-ବେଘାସ କଲ୍ୟାଣପାଠର ଅନୁକରଣ ବେ କଲ୍ୟାଣ ପଣ୍ଡେ ଦୁର୍ଦ୍ଦିନେ । ଯେଉ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ-ନନ୍ଦନ-ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଗରେ ଗରିବେ । ୨୫ ଗରିବେ ଖୁଆ ଯୁଦ୍ଧ ସାହାଯ୍ୟ ହୋଇ ଅପାପ ହୁଏ ବୀରବର ସମାପନେ ଗୁଢ଼ିଛି । ପଦବୀର ବମାରେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପଦବୀର-ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତରେ ଗରି ବନି ପଦବୀର-ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନାଶେ ଆହୁତି ଆହୁତ ସାହାଯ୍ୟ ହୋଇପାରେ । ଲଜୁଆ ଦୁର୍ଦ୍ଦିନେ ବୋଲେ ସମା ପଦବୀର ଦୁର୍ଦ୍ଦିନେ ସଂପା ପ୍ରତି ମାୟୁ	୫୫.ଶି.ବି ଏବଂ ଶୁକ୍ଳବିଶେଷରେ ଶେବା ପଦନ ଶେବା ପଦନ ପ୍ରତି ୫୫ ଶି.ବି.ବିହାରୀ । ୨୪ ଗରିବେ ବେଦକୁ ପଦନେ ବେଗ ଦୁର୍ଦ୍ଦି ପାଦେ ଏବଂ ବେଦକୁ ପଦନେ ପ୍ରତି ୪୫କୁ ୫୫.ଶି.ବି ଏବଂ ଶୁକ୍ଳବିଶେଷରେ ଶେବା ପଦନ ଶେବା ୫୫.ଶି.ବି.ବିହାରୀ । ୨୫ ଗରିବେ ସଂସ୍ୟା ପଦନେ ପଦନେ ପଦନେ ଆହୁତି ବୈଦି ଏବଂ ପଦନ ପ୍ରତି ୫୫କୁ ୫୫.ଶି.ବି ଏବଂ ଶୁକ୍ଳବିଶେଷରେ ଶେବା ପଦନ ପଦନେ ୨୦.ଶି. ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବେଦାଦି
---	--

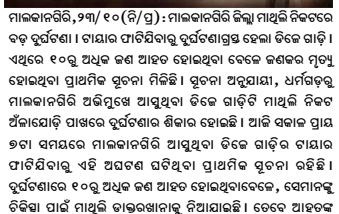
ଅବସର ପୂର୍ବରୁ
ପେନ୍‌ସନ୍ ଓ ଦରମା
ସ୍ଥାତଂ ବାଧ୍ୟତାମଳକ

[illegible]

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୩/୧୦ : କଂଗ୍ରେସ
ସାଂସଦ ତଥା ଲୋକସଭାର
ବିରୋଧୀ ଦଳ ନେତା ରାହୁଲ ଗାନ୍ଧୀ
ବିଦେଶ ଗସ୍ତରେ ଥିବାବେଳେ ତାଙ୍କୁ
କଟାକ୍ଷ କରିଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ଗୃହମନ୍ତ୍ରୀ
ଅମିତ ଶାହ। ଆଗାମୀ ୩୦ ବର୍ଷ
ଯାଏଁ କଂଗ୍ରେସ କ୍ଷମତାକୁ
ଫେରିପାରିବ ନାହିଁ ବୋଲି ସେ

କହିଛନ୍ତି । ସୁଦୂରୀକ ଦିଲ୍ଲୀରେ
ଯଯୁର୍ବା ନବୀର ପୁନଃପ୍ରାଣର ଓ
ସଫେର ପାର୍ଶ୍ୱ ଗୃହ କୋଟି
ରାଜର ପ୍ରକଟ ଉପାଦାନର ଓ
ଶିଳାନ୍ୟାସ ବାସ୍ୟାକ୍ରମରେ ଶାସ୍ତ୍ର ଏହି
ମତର ଓ କହିଛନ୍ତି । ରାହୁର
କି ଦେଶ ଗଢ଼ଣ ନେଇ ଶାସ
କହିଛନ୍ତି । ଗୁଁ ନାହିଁ ଆପଣ
କହିଛନ୍ତି ।

ଆସିବାର ପାଠ ପଢ଼ିବ ନାହିଁ । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କମିସନ ବିଧି ଭୋଗେ
ଲାଭ କରିବା ପାଇଁ ବାରିବିନୀ
କି ଗଣନା ଗ୍ରହଣେ ଥିବା
କଣ୍ଠାପଢ଼ିଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ମୁଖ୍ୟ
ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ନିର୍ବାଚନ କ୍ଷେତ୍ର ଖୋଲେ
ରୁମାର ଉପସ୍ଥାପନା ପାରି ଏହା
ଭୋଗେ ରାଜିନାବ ହେବ ସପନ
ବୋଲିବା (ସ୍ୱୟାସାଧାରଣ)
ଅନିଚ୍ଛାପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭିଯୋଗ କରିବା
ନିରୋଧୀ କେବଳଙ୍କୁ ଆନ୍ଦୋଳନ
କଳାହାଣି ଏବଂ ଅଧିକାରରେ ଉପ
କଳାହାଣି ଏବଂ ଅଧିକାରରେ ଉପ
(ବିଜେପି) ମଧ୍ୟ ସାମିଲ ହୋଇଛି ।
ନିରୋଧୀଙ୍କ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ
ଅଭିଯୋଗକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କରି ଗଣନା
କରିଛନ୍ତି, କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ତରୀୟ ନିର୍ବାଚନରେ
ପ୍ରତିପଦ ପରେ ନିର୍ବାଚନ ଗଣନା
ସମୟେ ପୁଣ୍ୟ କଳାହାଣି । ବିଜୁ
ବେହେରା, ଶେଖରଜୀନ ଓ ଡିନାକର
ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ତରୀୟ ଗାଁ
ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ପରେ ନିର୍ବାଚନରେ
ନିର୍ବାଚନରେ ନିର୍ବାଚନରେ ନିର୍ବାଚନରେ



ଆବେଦନ

ଚିଲିକାରେ ଭୟଙ୍କର ଭୃମିକମ୍ପ: ୧୬ ମୃତ, ୩୨ ଆହତ

[illegible]

୨୯ର ଓଡ଼ିଏସ୍ ମୁଖ୍ୟ ଲିଖିତ ପରୀକ୍ଷା

[illegible]

प्रायः सा वि

ଉତ୍କଳ ସମାଚାର
The Utkal Samachar

www.theutkalsamachar.com

ଦୈନିକ ‘**ଉତ୍କଳ ସମାଚାର**’ର ସମସ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ:
ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ସାମ୍ବାଦିକ ଆବଶ୍ୟକ । ଉତ୍କଳ ପ୍ରାର୍ଥୀ ନିମ୍ନ

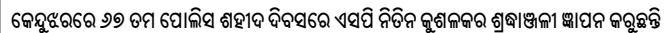
ଠିକଣାରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରିପାରିବେ ।

Address:Qrs No-B/204,

Sec-16,Rourkela,

Mob:9692048008

Email: utkalsamachar@gmail.com



២៣/១០(ត/ថ្ម): បទដ្ឋាន

ସରକାରୀ ଚାଷୀଙ୍କ ମହଙ୍ଗା ଯୋଗ ରୋଡୁ ଆସିଥିବା ପ୍ରସିଦ୍ଧ ‘ବ୍ୟାସଶ୍ରୀ’ ମାହାରୀ, ଦେବଦାସୀ ଓ ଗୋଟିପୁଅ କରାଯାଇ ଜମ୍ଭାହିତ କରାଯାଇଥିଲା



ଆ ଆଇଭେ ରହାନ୍. ବେନିଆବନ୍ଧରେ ଅଶୋକ ବିଜୟା ଦଶମୀ ପାଳିତ

ପ୍ରତିଜ୍ଞା ଅପରାଜିତା ପଟ୍ଟା ଶ୍ରଦ୍ଧା ରାଉତ

କୁଳି ଶିଶୁ, ଅନ୍ୟ ୩ ଜଣ ଗୁରୁତର ଟଟି ବିମାନକୁ ଦଶହରା ପଡିଆକୁ ନିଆଯାଉଥିଲା । ଦଶହରା ପଡିଆରେ

ଚଞ୍ଚୁଆ, ୨୩/୧୦(ନି/ପ୍ର): ଜୀବନରୁ ଏକ ଆଦର୍ଶ ନାଗରିକ ପ୍ରଦାନ ଓ ଆଭିମୁଖ୍ୟ କଥନ ଆରମ୍ଭରେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଗୁରୁନାଥ।

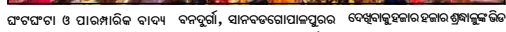
ପଦ୍ମିନୀପାତ୍ର ଶ୍ରୀମତୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଦେବୀ ପାତ୍ର ଶ୍ରୀମତୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଦେବୀ ପାତ୍ର

ଗଜପତି ଜିଲ୍ଲାର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଧନୁସାହା	ହୁମ ପୁରୀରେ ସାମଲ ହୋଇ ପ୍ରଭୁଙ୍କ	ଜନ ସାଧାରଣଙ୍କ	ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ	ହରିବୋଲ ଓ ହୁଳହୁଳ ସ୍ବରରେ
ଭାମନରେ ଥିବା ପରିଚିତସାବନ	ଆଶୀର୍ବାଦ ଦିକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ଏହି	ସହଜାଗିତରେ ଅଂଜନବାସୀଙ୍କ ହିତ	କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଉପସାଧିତ କରିଥିଲେ ।	

10. ନିମ୍ନ ଲିଖିତ କେଉଁ କେଉଁ ସମ୍ପର୍କ ସୂଚକ ଅଟେ ?

କେନ୍ଦ୍ରୀୟତା ରାଜନୀତିରୁ ଗଣପର୍ବ

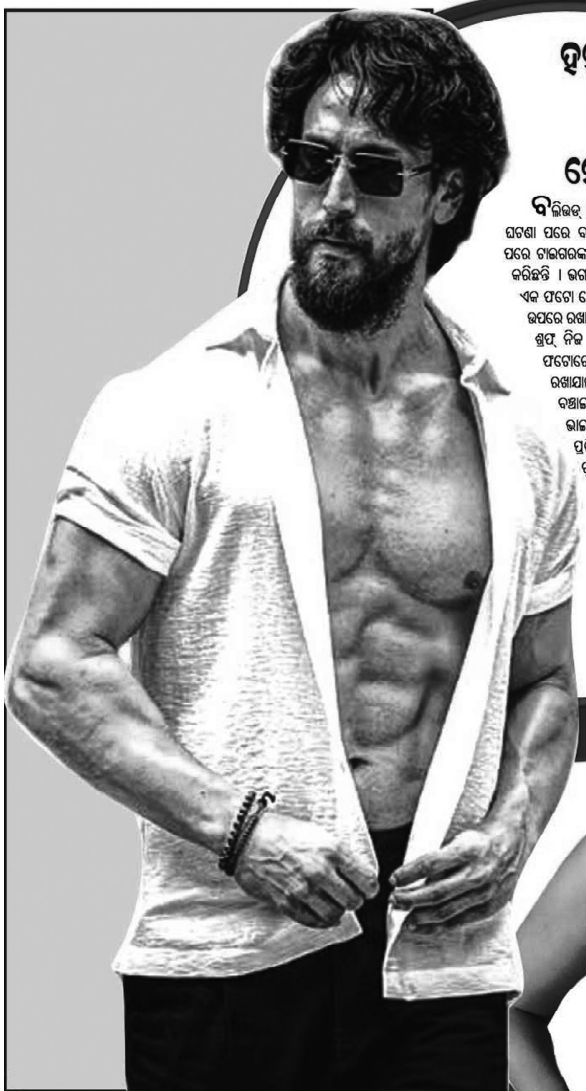
ବିସର୍ଜନ ପୂଜା ସମାପନ ଘଟଣା ଓ ପାରମ୍ପରିକ ବାସ୍ୟ ବନଭୂମି, ସାନବଡ଼ପୋଲପୁର ବେଣାକୁହକାରହକାରଶ୍ରମାଳୁକରିତ



ମୋତି ଜାତୀୟ ଲଗ୍ ରେକର୍ଡିଂ କମିଟି

ଆମେରିକା ଯେଉଁଠି, ଯାହାକି ସାମାଜିକ	କମିୟୁନିଟି, ୨୩/୧୦ (ନ/ପ୍ର):	କରାଯିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ପରେ ରାଜପତି	କୋପ ପାଳନାକାର୍ଯ୍ୟ	ବେଳେକେ	
କାନ୍ୟାକୁଳରେ କମିୟୁନିଟି	କମିୟୁନିଟି	ସହରରେ	ରାଜ	ରାଜା କା'ରିଲ୍ ଆଣିଥିବା କନକ	
				ସଞ୍ଚାରୀ	ଉପଲକ୍ଷେ
				ବିଭିନ୍ନ	

ବିବିଧା



ହୃଦୟମାନ ବିଆଇଦେଲେ

ମୋ ଜୀବନ: ଟାଇଗର

ବିଭିନ୍ନ ଅଭିନେତା ଟାଇଗର ଶ୍ରବଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପରଖା ପରେ ବିଭିନ୍ନତର ସମସ୍ତଙ୍କ ଚିନ୍ତା କରିପାରନ୍ତି । ଏହି ପରଖା ପରେ ଟାଇଗରଙ୍କ ମାଆ ଆୟୋଶା ଶ୍ରବଣ ଏକ ସେପିଆର ମିଡିଆ ପୋଷ କରିଛନ୍ତି । ଜଗତୀୟ ହୃଦୟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ନିଜର ଆଶ୍ୱା ପ୍ରକାଶ କରି ଆୟୋଶା ଏକ ପଟେ ସେୟାର କରିଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ଟାଇଗରଙ୍କ କାରର ବ୍ୟାସବୋର୍ଡ ଉପରେ ରଖାଯାଇଥିବା ହୃଦୟମାନ ଚାରିଆଡ଼ି ବହି ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଆୟୋଶା ଶ୍ରବଣ ନିଜ ଭଗ୍ନସ୍ୱାମୀ ଖୋରିରେ ଏହି ପଟେ ସେୟାର କରିଛନ୍ତି । ପଟେରେ ଟାଇଗରଙ୍କ କାରର ବ୍ୟାସବୋର୍ଡ ଉପରେ ହୃଦୟମାନ ଚାରିଆଡ଼ି ରଖାଯାଇଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଆଉ ଦକ୍ଷିଣପାର୍ଶ୍ୱ ଠାକ ଜୀବନ ବ୍ୟାସବୋର୍ଡରେ କଟିଛନ୍ତି । ସେପିଆର ମିଡିଆରେ ଏବେ ପଟେ ଟାଇଗରଙ୍କ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଏହାକୁ ନେଇ ପ୍ରଶ୍ନାତ୍ମକ ଚିନ୍ତା ପ୍ରତିବୁଦ୍ଧା ଦେଖିଛନ୍ତି । ଟାଇଗର ଶ୍ରବଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପରଖା ଚଳି ରହିଛି ।

ସକାଳ ଜଳଖିଆରେ ଖାଆନ୍ତୁ ତୁଟା

ତୁଟା ଆମ ଖିଆ ଘରର ଏକ ପ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟ । ସକାଳ ଜଳଖିଆ ହେଉ ଦି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଜଳଖିଆ, ତୁଟାକୁ ଅନେକ ଲୋକ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ତୁଟା ସହ ବଜାର, ଗ୍ରୁପ୍ ଓ ଚିପିଏ ବହି ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ଏହା ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଲାଗିବା ସହ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଦେଇଥାଏ । ଏଥିସହ ତୁଟା ନିଜ ଖାଦ୍ୟ । ସାଥୀ ଦହୁଡ଼ି ସମୟ ଧରି ପେଟକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରି ରଖୁଥାଏ । ପାଟରେ ଲୋକ କମ୍ ଖୋଇଥାଏ । ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଏହା କ'ଣ ସବୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଅଧିକ ଜାଣିବା....

ଏକଦି ବାବା: ଚିନ୍ତନ ଏବଂ ଭଲ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପାଇଁ ତୁଟା ଏକ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଖାଦ୍ୟ ବିବେକ । ତୁଟାରେ ଖାଦ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଶରୀରକୁ ପ୍ରଭୁତ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇବା ସହ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲୋକ ଲାଗିବାକୁ ଦେଖାଯାଏ । କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଆରମ୍ଭ ହେଉ ବେଳୁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବାନ୍ଧୁଥିବା ଅଳ୍ପ ଲାଗିବା ଓ ଖାନ୍ତାରେ ଶକ୍ତିର ଆରମ୍ଭ ଅନୁଭବ ହୋଇପାରେ । ତେଣୁ ତୁଟା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ସମସ୍ୟାରେ ମିଶ୍ର ମାତ୍ରରେ ଉପକାର ମିଳିପାରେ ।

ମୋଟାପଣ ଦୂର କରେ: ଶରୀରକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଓ ସ୍ୱଚ୍ଚରେ ରଖିବା ପାଇଁ ତୁଟା ଖାଇବା ଲାଭଦାୟକ ହୋଇପାରେ । ତୁଟାରେ ବ୍ୟାଲୋରି ପ୍ରତିମାଶ ପ୍ରଦାନକାରୀ ଖାଦ୍ୟ କମ୍ ପ୍ରଦାନକରେ ଏଥିରେ ତେବେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପୋଷକବସ୍ତୁ ରହିଛି । ଯଦି ଆପଣ ଚିନ୍ତନ ଆରମ୍ଭ ତୁଟା ଖାଇ କରନ୍ତି, ତେବେ ଏହା ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଖାଦ୍ୟର ଏକ ଅଂଶ ଭାବେ ଜାଣି କରିବା ସହ ତେଜ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରେ ।

ପେଟକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ରଖେ: ତୁଟାରେ ଖାଦ୍ୟ ପାଚକର ସାବଧାନତା ସ୍ୱଚ୍ଛ ରଖିବାରେ ସହାୟକ କରେ । ଏହା ଶରୀରରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ହଜନ ହୋଇ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ । ଏହା ସହିତ ତୁଟାରେ ପ୍ରତିପତ୍ତି ମିଶାଇ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟରେ ପ୍ରତିପତ୍ତିର ଅଭାବ ଦୂରୀଭୂତ ହୋଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଏ ପ୍ରକାରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ଦେଖାଯାଏ ।

ମଧୁମେହ ପାଇଁ ଉପକାର: ସେକେଣ୍ଡେରି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କର ନିଶା ଯୋଗି । ତୁଟା ଏହା ଏହା ଉପରେ ଶରୀରର ସ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହି ଲାଗି । ତେଣୁ ଏହା ପ୍ରତିପତ୍ତିରେ ତୁଟାକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଦେଖିବା ଏକ ଅଂଶ ଭାବେ ରହୁଛି ହୋଇପାରେ । ତୁଟା ପ୍ରଭୁତ କରିବା ସମୟରେ କମ୍ ତେଜ ଓ ଅଧିକ ପ୍ରତିମାଶରେ ସ୍ୱଚ୍ଛ ପ୍ରତିପତ୍ତିର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

ଅନୁତାପ କରୁଛନ୍ତି ନେତ୍ରୀ

ଆମେ ନିଜେ କେଉଁଥିବା ନିଶ୍ଚିତ ପାଇଁ ଦେଖିବାରେ ପସନ୍ଦାୟ ଉଠୁ । ଏପରି ଏକ ପରିସ୍ଥିତିର ସାମ୍ନା କରିବାକୁ ବିଭିନ୍ନ ଅଭିନେତା ନେତ୍ରୀ ଧରିଆ । ଅନେକ ସମ୍ପର୍କରେ ନିଜ ଅଭିନୟରେ ଦର୍ଶକଙ୍କ ମନ ଜିତିଥିବା ନେତ୍ରୀ ଗଜ ଶାନ୍ତକୁ ଆସିଥିବା ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ସୁଯୋଗ ମିଳିଥିବା ଦର୍ଶକଙ୍କ ନେତ୍ରୀ ଏବେ ଅନୁତାପ କରୁଛନ୍ତି । ସେଥିପ୍ରସଙ୍ଗରେ ନେତ୍ରୀଙ୍କ ଶାନ୍ତ ଶାନ୍ତ ଶାନ୍ତ ପାଇଁ 'ଚନ୍ଦ୍ର ବେ ଇଣ୍ଡିଆ' । ନିଜତରଫେ ନିଜ ଚାନ୍ଦ ଶାନ୍ତ 'ଚନ୍ଦ୍ର ବେ' ନେତ୍ରୀ ଏହି କଥା ସ୍ୱାଗତ କରିଛନ୍ତି । ସେ ସବୁବେଳେ ଏକ ଭଲ ହାତୀଖିଲି ପିନ୍ଧିବା ଲୋକ ଚାରିଆଡ଼ି ଚାହିଁଥିଲେ । ତେବେ, 'ଚନ୍ଦ୍ର ବେ ଇଣ୍ଡିଆ'ରେ ଅଭିନୟ କରିବା ସୁଯୋଗ ମିଳିଥିବା ମଧ୍ୟ ସେ ଏହାକୁ ସ୍ୱଗତ କରି ଅନୁତାପ । ଏହି ନିଶ୍ଚିତ ପାଇଁ ଆମ ଦି ସେ ଅନୁତାପ କରୁଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଦିଗର ସୁଯୋଗର ସ୍ୱାଦ ସ୍ୱେଦ ସହିତ 'ଅପରେସନ ସେପେ ସାଗର' । ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ସୁଯୋଗ ଠାକ ଦାୟିତ୍ୱରେ ଏବଂ ନୂଆ ମୋଡ଼ ଦେଖାଯିବା ପାଇଁ ନେତ୍ରୀ ମନ ଦେଇଛନ୍ତି । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ, ୨୦୦୭ରେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିଥିବା 'ଚନ୍ଦ୍ର ବେ ଇଣ୍ଡିଆ'ରେ ଶାନ୍ତର ଶାନ୍ତ ଶାନ୍ତ ମିଳିବା ହିଁ ଦେଖିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦେଖିବା ଶାନ୍ତର ଅଭିନୟ ଦର୍ଶକଙ୍କୁ । ପ୍ରଭୁତ ଦର୍ଶକଙ୍କ ସହ ସମ୍ପର୍କରେ ଚାହିଁ ମଧ୍ୟ ଦେଖି ସୁଖ୍ୟା ବାଣ୍ଟିଥିଲେ । ଆମାୟକରେ, ୨୦୨୬ର 'ଅପରେସନ ସେପେ ସାଗର' ଦ୍ୱାରା, ଟୋକାଟ୍ଟ ଖୋଲି ଅପ, ବାଣ୍ଟିଲୁ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ହେଉଛି ୧୯୯୯ର ବାଣ୍ଟିଲୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ ସମୟରେ ଲାଗିଥିବା ବାଣ୍ଟିଲୁ ଶ୍ରୀମତୀଙ୍କୁ ନେଇ ନିର୍ମଳ ଏବଂ ସ୍ୱେଦ ସହିତ । ଏଥିରେ ଶିଖଣ୍ଡ, ଚିନି ଶେରସିନ୍ଧୁ ଓ ବିଶା ମିର୍ଚାଟ୍ ଇତି ବଦାଦାର ଅଭିନୟ କରିଛନ୍ତି ।

ଘରେ ବନାନ୍ତୁ କଞ୍ଚା ଦୁଧିଆ ଆଚାର



ଚିର

ପାଇଁ ଉପକାରୀ ଲାଭ ହେବ । ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବା ଏବଂ ଗଣ୍ଡି ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ଅଟନ୍ତି ଲାଭଦାୟକ । ସାଧାରଣତଃ ଆଚାର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ସମୟରେ କଣ୍ଡୁ ପରିମାଣରେ ତେଜ ଏବଂ ମସଲା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ, ଯିହୁ ଆମେ ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଏପରି ଏକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ରେସିପି ନେତ୍ରୀଆସିଛି, ଯେଉଁଥିରେ ଆପଣ ବିନା ତେଜ ଏବଂ ବିନା ମସଲାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର କଞ୍ଚା ହଳଦୀ ଆଚାର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବେ । ଏହା ମଧ୍ୟ ମାତ୍ର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖରାପ ହୁଏ ନାହିଁ ।

ଆଚାର ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ସାମଗ୍ରୀ

କଞ୍ଚା ହଳଦୀ: ୨୫୦ ଗ୍ରାମ
ଲେନ୍ତୁ ରସ: ୩ଲ୍ଲି ଟି କଞ୍ଚା ଲେନ୍ତୁ ରସ
ଆଦା: ୫୦ ଗ୍ରାମ
ଲୁଣ: ସ୍ୱାଦ ଅନୁସାରେ
କଞ୍ଚାଲୁଣା: ୪-୫ଟି

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ

ପରିଷ୍କାର କରିବା: ଉତ୍ତୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କଞ୍ଚା ହଳଦୀ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ପାଣିରେ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ ନିଅନ୍ତୁ । ଯେଉଁସେ ସେଥିରେ କୌଣସି ମାଟି ନରହେ । ଏହାପରେ ଏହାକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଶୁଖାଇ ନିଅନ୍ତୁ ।

କାଟିବା: ହଳଦୀ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ଲୁଣା ବିନ୍ଧା ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡରେ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ ।

ମିଶ୍ରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତି: ଏକ ପରିଷ୍କାର ଏବଂ ଶୁଖିଲା କାଟି କାଟି ମଧ୍ୟରେ କଟା ହଳଦୀ, ଆଦା ଏବଂ କଞ୍ଚାଲୁଣାକୁ ରଖନ୍ତୁ । ଲେନ୍ତୁ ରସ ଏବଂ ଲୁଣ ମିଶ୍ରଣ: ସେଥିରେ ସ୍ୱାଦାନୁସାରେ ଲୁଣ ଏବଂ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଲେନ୍ତୁ ରସ ମିଶାନ୍ତୁ । ଲେନ୍ତୁ ରସ ଏପରି ପରିମାଣରେ ରହିବା ଦରକାର ଯେପରି ହଳଦୀ ଖଣ୍ଡଗୁଡ଼ିକ ସେଥିରେ ଖୁଣ୍ଟି ବୁଡ଼ି ରହିବ ।

କାନ୍ଦ ର ଚାନ୍ଦୁ ଯଦି କଣ୍ଡୁ ଏହାକୁ ୩ରୁ ୬ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଫିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ରଖନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଦିନ କାନ୍ଦୁ ଥରେ ଘୋଲ ଦିଅନ୍ତୁ ଯେପରି ଲେନ୍ତୁ ରସ ବହୁତାହେତୁ ସମାନ ଭାବରେ ମିଶିଯିବ ।

ଏହି ଆଚାରକୁ ସାଧାରଣ ଚାମଚାପରେ ନ ରଖି ସର୍ବଦା ଫୁଲରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଏହା ୨ ମାସରୁ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିଥାଏ । ଆଚାର କାଟିବା ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ଏକ ଶୁଖିଲା ଚାମଚ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।



ଦ୍ୱିତୀୟ ଜନ୍ମପାର ନାମ 'ବେନା' ଦେଲେ ବାପିକା

ବିଭିନ୍ନ ଲୋକପ୍ରିୟ ସେଟି ବାପିକା ସାବୁବୋନ ଓ ଉଷାବୋନ ଦି । ନିଜର ଦ୍ୱିତୀୟ ଜନ୍ମପାର ନାମ ଗୋଷ୍ଠୀ କରିବା ସହ ବାମ ଝିଅର ପ୍ରାଣ ଶେଷ ହୋଇଥିବା ନିମିତ୍ତରେ ସେୟାର କରିଛନ୍ତି ଏହି ଖବର ବାମି । ଯେତେ ଝିଅ ନାମ 'ବେନା' ଉଷାବୋନ ପରେ ଚିନ୍ତା ଅଭିନେତା ପିତାଙ୍କୁ ଚାହୁଁ । ନାମର ପିତାଙ୍କର ଝିଅ ନାମ ମଧ୍ୟ ବେନା । ବାପିକାଙ୍କ ପୋଷକ ପିତାଙ୍କର ପ୍ରାଣ ନିମେଷ ଏବେ ସେହିପରି ନିମିତ୍ତରେ ଚିନ୍ତା ବିଷୟ ପାଇଛନ୍ତି । ବାପିକା ସାବୁବୋନ ଓ ଉଷାବୋନ ଦିଙ୍କ ପିତାଙ୍କରୁ ଆସିଛି ନୂଆ ସ୍ୱପ୍ନ । ଉଷାବୋନ ଶ୍ରୀ ଅବସରରେ ରୁହେଁ ନିଜର ଦ୍ୱିତୀୟ ଜନ୍ମପାର ନାମ 'ବେନା' ସାବୁବୋନ ଦିଙ୍କୁ ଲେଖିବା ପୋଷଣ କରିଥିଲେ । ଏଥିସହ ନିଜସ୍ୱାମୀଙ୍କର ଦୁଇ ଝିଅଙ୍କ ସହ ଏକ ସୁନ୍ଦର ପରିବାରରେ ପଡ଼ିବା ମଧ୍ୟ ସେୟାର କରିଛନ୍ତି । ପଟେରେ ବାପିକା ସୁନ୍ଦର ଲକ୍ଷ୍ୟ ପାଖରେ ପିତାଙ୍କ ପିତା ଝିଅକୁ ବୋଲରେ ଧରିଥିବା ବେଳେ ପାଖରେ ରହିଛନ୍ତି ଉଷାବୋନ ଓ ଚନ୍ଦ୍ର ଝିଅ ନୁଆ । ବାମ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରତି ଝିଅଙ୍କ ସ୍ୱେଦ ଓ ଭଲପାଇବା ପଟେରେ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ପୋଷକ ବ୍ୟାସବୋନରେ ବାମି ନିଜ ଝିଅର ନାମ ଗୋଷ୍ଠୀ କରିବା ସହ ଝିଅର ଓ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ବାଣ୍ଟି ଦେଖାଯିଛି । ତେବେ ଏହି ପୋଷକରେ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ ଅଧିକ ଚର୍ଚ୍ଚା ହେଉଛି ପିତାଙ୍କ ବସ୍ତ୍ର ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ ନେଇ । ବାପିକାଙ୍କ ପୋଷକ ଉଷାବୋନ ପିତାଙ୍କୁ ପ୍ରାଣେ କେହିଥିଲେ, 'ତେବେ ତୁମେ ମୋତେ ଏ ବିଷୟରେ ସେତେବେଳେ କହିଥିଲ, ସେତେବେଳେ ତୁମେ ବରଦେ ଗୋଷ୍ଠୀ ଥିଲ' ଯିହୁ ଚିହ୍ନି ମିଳିବୁ ପରେ ସେ ନିଜ ଦମ୍ପତ୍ୟକୁ ଏହିପରି କରି ଦେବେ 'ବେନା' ଦେଖିବା ସହ ତୁମେ ଉଷାବୋନ ପୋଷିଥିଲେ । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ, ପିତାଙ୍କୁ ଚାହୁଁ ଓ ଉଷାବୋନ ଦିଙ୍କୁ ଗୋଷ୍ଠୀରେ ଝିଅଙ୍କ ନାମ ମଧ୍ୟ ବେନା । ତେଣୁ ଦୁଇ ଅଭିନେତାଙ୍କ ଝିଅଙ୍କ ନାମ ଗୋଷ୍ଠୀ ହେବା ପରେ ଝିଅଙ୍କର ପ୍ରଶଂସକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ୱପ୍ନାବଳୀ ରହିଛି । ତେବେ ବାପିକା ଓ ପିତାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ନେଇ ହୋଇଥିବା ଘଟଣାକାଳୀ ଖୁବ୍ ବିବରଣୀ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିବ ।

CITY OFFICE: B/204, SECTOR-16, ROURKELA, Pin : 76900



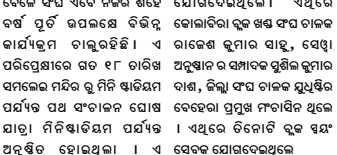
କୋଲାର୍‌ବିରା ବ୍ୟବସାୟ ଯାତ୍ରା ସମ୍ପନ୍ନ

[illegible]

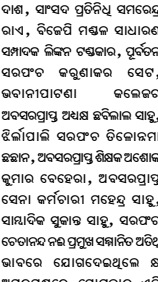
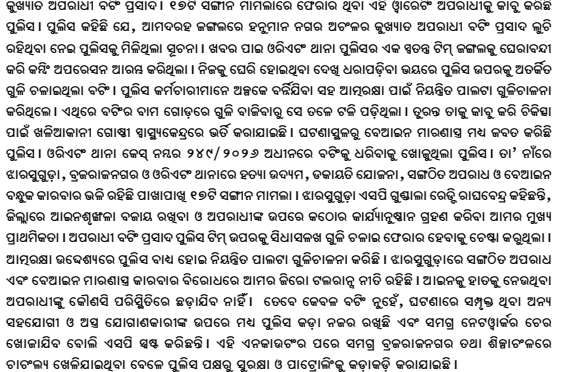
ଏତିହାସିକ ସାଲେଉଟା ମାଁ ପାଟଣେଶ୍ୱରଙ୍କ ବ୍ୟଲ ଯାତା

ବର୍ତ୍ତାବଳି, ୨୩/୧୦ (ନି/ପ୍ର) : ବର୍ତ୍ତାବଳିର ଆଗଭରସ୍ଥ ଦୂର ଅବସ୍ଥିତ ସାଲକରଣା ଗ୍ରାମରେ ପୂର୍ବ ପାଖର ଶାସନ ସମୟରେ ୧୫୦୦ ଖ୍ରୀଷ୍ଟାବ୍ଦରେ ରାଜା ବଳରାମ ଦେବ ଗର୍ମ ପାଟଶେଷ୍ଠରା, ନାମ ସମେଶ୍ଵରୀ ପୁରୀଅର୍ଚ୍ଚନା କରି ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ନାମ ସମେଶ୍ଵରୀ ପାଟଶାସ୍ତ୍ରୀ ଚଣ୍ଡା ପ୍ରାଣେଶ୍ଵରୀ ପୁରୀ ଶୋରାଧରୀ ବେଳେ ନାମ ସମେଶ୍ଵରୀ ଦୁର୍ଗା ସମୟରେ ପୁରୀ ଶୋରାଧରୀ । ୨୨ତମ ମଧ୍ୟଯୁଗ ମୁଖ୍ୟତଃ ଦେଶ ପରିଚିତ ଯୁଦ୍ଧା ଏହି ରାଜା ବଳରାମଦେବ ମନ୍ତ୍ର, ଚନ୍ଦ୍ର, ସାଧନା ପାଠ । ଏହି ଗମ୍ଭୀରୀ ଦୂର କରଣର ପୂଜା ପାଟଶାସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରାଣେଶ୍ଵରୀ ଦେବୀ, ଚନ୍ଦ୍ରି ପର୍ବରେ ଶେଷ ଧ୍ୟାନପାଠ ପାଟଶାସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରାଣେଶ୍ଵରୀ ଦେବୀ ଆୟାଜିତ ହେବ ।

କୋଲାରରେ ଆରବ୍ୟସ୍ୟସର ବଜୟା ଦଶମୀ ଉତ୍ସବ

[illegible]

ଜଳୀୟ ଭିତରେ ଏନକାଉଟର: ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି ହେଲା କୁଖ୍ୟାତ ଅପରାଧୀ

[illegible]

ଚିତ୍ର ଫୁଲକା ଗଳିତ ଶବ୍ଦ ଉଦାହରଣ
 ଚିତ୍ରକଳା ସଦା ଶବ୍ଦ ଫୁଲକାଦ୍ୱାରା ନେଇ
 ଚିତ୍ର ମାସ ଚେତେଇ ସ୍ଥାନାବସା ଦେଖାଇବା
 ଚିତ୍ରିତକାର ପ୍ରାୟଶଃ । କେଶେ ଯୁବକ ସୁଗ୍ରୀବ
 ଚିତ୍ରକାର ସାହାଯ୍ୟରେ ପ୍ରାୟଶଃ ଦେଖାଇ ପାଶା
 କଲାଇ ଆହମେୟା ଚିତ୍ରିତକାର
 ଚିତ୍ରକାରଙ୍କ ପ୍ରକାର ପ୍ରାୟଶଃ । ଚିତ୍ରକାର
 ଚିତ୍ରକାରଙ୍କ ପ୍ରକାର ନୟ ପ୍ରକାରକାର

ମଙ୍ଗଳବାର ଉଦୟାସିତ କରୁଛି ଧାରାବିଚରଣୀ ପ୍ରଦାନ ଆୟୋଜକ ମା ସମଲେଶ୍ୱରୀ କୁବର
ହୋଇଯାଉଛି ଏହାର ପ୍ରାଚୀନତା ରହିଥାଉ । ମନସ୍କାନ୍ତ ଦିନରଣ ମହାପାତ୍ର ସମ୍ପେଦକ ମାମୁର ମହାପାତ୍ର

ସାହସଯୁଗ, ୨୩/୧୦(ଟି/ଘ): ସାହସଯୁଗ। କିଛି କୋଇଲିର ଆବା ବୁଲେ ଖାଲରେ ଗ୍ରାମରେ ହାତୀ ୨୦ ଟି ନିଶିଆ ଗୁଡ଼ି କେଉଁ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ପ୍ରା କରେ ଉପର ଯୋଡ଼ି । (୧୪ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ଦିଆ । ଧୂ	ଓ ଗାଈ ଏହି ବାଲି ଗୁଡ଼ି ଗ୍ରାମରେ ଅଟେ ଓ ଚିତ୍ର କିମ୍ବା ଏ ଚାରିଶ ଚାରିଶ ନିଆ ଧୁନ । ଏସି ବାଲି ଗୁଡ଼ି କେଉଁ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ପ୍ରା କରେ ଉପର ଯୋଡ଼ି । (୧୪ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ଦିଆ । ଧୂ	ସବା ଶବ୍ଦ ଧୁନରା ଗୁଡ଼ି କେଉଁ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ପ୍ରା କରେ ଉପର ଯୋଡ଼ି । (୧୪ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ଦିଆ । ଧୂ	କେଉଁ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ପ୍ରା କରେ ଉପର ଯୋଡ଼ି । (୧୪ ଯୁଗର ଧୁନରା ଚିତ୍ର ଦିଆ । ଧୂ
--	--	---	---

