





ଧରିତ୍ରୀର ୪୦ ବର୍ଷ ପୂର୍ବ ଉପଲକ୍ଷେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜୟୀରାଜଗୁରୁ ଭବନ(ଶାଉନ୍ ହଲ)ଠାରେ ଶନିବାର ଆୟୋଜିତ 'ଗଣମାଧ୍ୟମ, ଗଣତନ୍ତ୍ର ଓ ଯୁଦ୍ଧପିତ୍ର' ଶାର୍ଷକ ଜିଲ୍ଲାସ୍କ୍ରାବୀୟ ଆଲୋଚନାତବ୍ରରେ ଅତିଥିଙ୍କ ଗହଣରେ ବଜ୍ରା ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ପୁରସ୍କତ ହୋଇଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନର କ୍ଷେତ୍ରୀ ଛାତ୍ରୀଙ୍କାରୁ । (ଫଟୋ: ମନୋରଞ୍ଜନ ମିଶ୍ର)

# ମିଶ୍ରଜୀବ ହୋଇ ସବ ଉତ୍ସବାଳକ କର

ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ୨୮୯ (ପ୍ରଭାତ ପାଣିଗ୍ରହୀ)

ଗଣତନ୍ତ୍ର ଗଣମାଧ୍ୟମର ନିରପେକ୍ଷତା ଓ ନିର୍ଭାକତା ଉପରେ ନିର୍ଭରଶାଳା । ଏକ ପୁନ୍ନ୍ଯ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଗଣତନ୍ତ୍ର ପାଇଁ ଏକାତ୍ମ ଅପରିହାୟିମ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ନାଗରିକ ଗଣମାଧ୍ୟମକୁ ନିରପେକ୍ଷ, ସତ୍ୟନିଷ୍ଠ ଓ ମୂଳ ହେବାକୁ ଚାହାନ୍ତି । ଏ ଦିଗରେ ଧରିତ୍ରୀ ତା'ର ସ୍ଵତନ୍ତ୍ରା ବଜାୟ ରଖେଛି । ଯୁବପିତ୍ତ ପାଖରେ ଅମାପ ଶକ୍ତି ଅଛି । ପୌର୍ଣ୍ଣ, ନିଷ୍ଠା, କର୍ତ୍ତନ ପରିଶ୍ରମ ଦିବି ଯୁବସମାଜ ଆଗକୁ ବଢ଼ିପାଇବ ନାହିଁ । ନିର୍ଭାକ ଗଣମାଧ୍ୟମ ନିରପେକ୍ଷତାକୁ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଦିବ ଓ ଯୁବସମାଜକୁ ଅନୁପ୍ରାଣିତ କରେ । ଯୁବସମାଜ ସତେନ ରହି ଆମର କଷ୍ଟଲଙ୍ଘ ଗଣତନ୍ତ୍ର ଓ ନିରପେକ୍ଷତାକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେବା ଉଚିତ । ଗଣତନ୍ତ୍ର ପାଇଁ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଏକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଅସ୍ତ୍ର, ଏଥ୍ଲୋଗି ଯୁବପିତ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ନିଷ୍ଠା, ଆଶ୍ରମ, ଉସ୍ତ୍ରା ନିତାକ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି 'ଧରିତ୍ରୀ'ର ୫୦ବର୍ଷ ପୂର୍ବ ଅବସରରେ ଖୋଜ୍ଯ ଜୟାଗାଜଗୁରୁ ଭବନ(ଗାଉନ ହଲ) ୧୦ରେ 'ଗଣମାଧ୍ୟମ, ଗଣତନ୍ତ୍ର ଓ ଯୁବପିତ୍ତ'ଶର୍ପକ ଜ୍ଞାପ୍ରଗାୟ ଆଲୋଚନାକ୍ଷରେ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ପ୍ରାଣନାଥ ସ୍ୱୟଂଶାସିତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ଅର୍ଥନାତି ବିଭାଗ ପ୍ରାଧାପକ ଶୁଭେତ୍ର ମହାନ୍ତି ଏହା କହିଛନ୍ତି ।

ସାମନିତି ଅଥିବ ଭାବେ ଯୋଗଦେଖିଥିବା  
ଖୋର୍ଦ୍ଧା ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାକଳୟ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି  
ଶ୍ରୀଚନ୍ଦ୍ର ଧରିଛୁ ୫୦ବର୍ଷ ପୂରଣ କରିଥିବାରୁ  
ଶୁଭେଳ୍ଲା ଜଣାଇଥିଲେ । ଗଣମାଧ୍ୟମ ସମାଜର  
ଜାଗ୍ରତ ପ୍ରହରୀ । ଚର୍କ୍, ସମାଜୋଚନା,  
ପର୍ଯ୍ୟାଳୋଚନା ମାଧ୍ୟମରେ ଲୋକମତ ସୃଷ୍ଟି  
ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି କହିଥିଲେ ।  
ଲୋକଙ୍କ ଆଶା, ନିରାଶା ଲୋକଲୋଚନକୁ  
ଆଣିବାରେ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଏକ ବଳିଷ୍ଠ ମାଧ୍ୟମ ।  
ଗଣଚନ୍ଦ୍ର ଭାବରେବେଳ ମେନ୍ଦୁଷ୍ଟ । ଗଣଚନ୍ଦ୍ର  
ସୁରକ୍ଷା ଦିଗରେ ଗଣମାଧ୍ୟମ ଓ ଯୁବପିତ୍ରଙ୍କ  
ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ରହିଛି । ଭାବିଷ୍ୟତ ଭାବରେ ଗଠନ  
ସ୍ଵର୍ଗପିତକ ଉପରେ ନୟ୍ୟ । ଯୁବପିତକ ଦାୟିତ୍ୱବାନ,  
କର୍ତ୍ତ୍ତ୍ଵୀୟରାୟାଶ ହେବା ଉଚ୍ଚି ବୋଲି ସେ  
କହିଥିଲେ । ଧରିଛୁ ଓ ଓଡ଼ିଶା ପୋଷ୍ଟ ସମ୍ପାଦକ  
ତଥାଗତ ସତପଥୀ କହିଲେ ଯେ, ନିଜ ଭିତରେ  
ଯୁଦ୍ଧ ଚାଲିଛି । ସବୁବେଳେ ଆଭ୍ୟନ୍ତରାଶ ଯୁଦ୍ଧ



ଆଲୋଚନା କରୁଥିବା ପ୍ରାଥମିକ ଶୁଭେତ୍ର ମହାକିଂଶୁ ଦେଉଛନ୍ତି । ନିକଟରେ  
ଅଛନ୍ତି ସନ୍ଧାନିତ ଅତିଥି ପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି ଶ୍ରୀରମନ ଏବଂ ସମ୍ମାଦକ ତଥାଗତ ସତପଥୀ ।

ଗଣପାଧମ, ଗଣତନ୍ତ୍ର  
ଓ ସୁଚପିଡ଼ି ଶୀର୍ଷକ  
ଜନ୍ମତା ପ୍ରତିଯୋଗିତାର  
କୃତୀ ଛାତ୍ରୀଛାତ୍ରୀ

ପ୍ରାଣନାଥ ସ୍ବର୍ଗଶାସ୍ତ୍ର  
ମହାଦିଦ୍ୟାଳୟ, ଖୋର୍ଦ୍ଧା  
ଆଶ୍ରୁତୋତ୍ସ ପ୍ରହାରକ- ପ୍ରଥମ  
ସୁଧାକର ଦାସ- ଦ୍ଵିତୀୟ  
ଆମତୁଳ ମୋଜିବ- ତୃତୀୟ

ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ, ଖୋର୍ଦ୍ଧା  
ଲକ୍ଷ୍ମୀପ୍ରିୟା ରାଉଚରାୟ- ସୁନ୍ଦର ପ୍ରଥମ  
ତାପସୀ ବଳବତ୍ତରାୟ- ସୁନ୍ଦର ପ୍ରଥମ  
ସୌନ୍ଦରୀ ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣଲଙ୍ଘ ମହାପାତ୍ର- ବ୍ରିତ୍ତାୟ  
ଅମିତା ଦାସ- ତତ୍ତ୍ଵାୟ

କବିତ୍ତିଏଇ କଲେଜ, ନିରାକାରପୂର  
ଚିଉରଞ୍ଜନ ସାହୁ-ପ୍ରଥମ  
ପୁଣ୍ୟମା ପାଇକରାୟ- ଦ୍ଵିତୀୟ  
ପିଯଙ୍ଗା ପିଯଦର୍ଶନ ବିଶ୍ଵାଳ- ତୃତୀୟ

ବେଗୁନିଆ କଲେଜ, ବେଗୁନିଆ  
ସାମା ବେହେରା- ପ୍ରଥମ  
ଭାରତ ସାହୁ - ଯୁଗା ଦ୍ଵିତୀୟ  
ସୋନମ ମହାନ୍ତି - ଯୁଗା ଦ୍ଵିତୀୟ  
ଶ୍ରୀତାଳିମୀ ପ୍ରିୟଦର୍ଶନୀ ସାହୁ - ତୃତୀୟ

ଅନୁଶୀ ଜେନା- ପ୍ରଥମ  
ଅଭୀସା ବେହେରା- ଦ୍ଵିତୀୟ  
ମୋନାଲିସା ଦାସ- ତୃତୀୟ

ଶାନ୍ତି ଆଳନ ମହାବଦ୍ୟାଳୟ, ଖୋଜି  
ନନ୍ଦିନୀ ପ୍ରଧାନ- ପ୍ରଥମ  
ପ୍ରଞ୍ଚ ପଢ଼ାଇ ପଡ଼ିଆରୀ- ଦ୍ଵିତୀୟ  
ସିପ୍ରାରାଣୀ ପାତ୍ରୀ- ତୃତୀୟ



ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ମଞ୍ଚ, ଖୋର୍ଦ୍ଧାର ସଦସ୍ୟଙ୍କ ସହ ।



[View Details](#) [Buy Now](#)



ପାଦ ପାଦିବା ହିଁ ପାଦ ପାଦ ପାଦ ପାଦ ପାଦ ପାଦ



ເລື່ອງວັດທະນາໄສຂອງລາວ ອົມບີລັງ ສຶກສົດລົງ ໨ ອົມບີລັງ



សាខាសាស្ត្រ និងសាស្ត្រ និងសាស្ត្រ និងសាស្ត្រ និងសាស្ត្រ និងសាស្ត្រ និងសាស្ត្រ និងសាស្ត្រ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ରବିବାର, ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୯/୨୦୨୪

Bhubaneswar, Sunday, September 29/2024

ପୃଷ୍ଠା-୧

ଆକ୍ରମଣର ଶରେ 'ସିଂଘମ୍ ଏଗେନ୍' ଟ୍ରେଲର  
ଅଭିନେତା ଅଜୟ ଦେବଗନ୍ଧୀ 'ସିଂଘମ୍ ଏଗେନ୍' ଫିଲ୍ମର  
ଟ୍ରେଲର ଆକ୍ରମଣର ଶରେ ରିଲିଜ୍ ହେବ।

୦୮ ୧୪

ମରିସିଓଙ୍କ ଗୋଲରେ ଓସିଥି ବିଜୟୀ

ବିଷଣୁ ମରିସିଓଙ୍କ ଗୋଲ ବଳରେ ଓଡ଼ିଶା ଏପ୍ରି କିଳିଟ ଖୁବିଯିମରେ ଶିବିର  
ଅନୁଷ୍ଠାତ ଆବେଦନ୍ତ ମ୍ୟାଚରେ ଜାମସେଦପୁର ଏପ୍ରି ପରାସ୍ତ କରିଛି।



ତାମିଲନାୟକ୍ରୂ ହୋସ୍ଟିଟ ଟାଙ୍କ ଲାଇନ୍‌ବ୍ୟୁଲ୍‌ବ୍ୟୁଲ୍ ଉପକରଣ ଫାଇର୍‌ଫିର୍ମରେ ଶିବିର ନିଆଁ ଲାଗିଛି।

ସୀଟାରାମନ୍ତଙ୍କ ନାରେ ₹, ୦୦୦  
କୋଟିର ବଢ଼ି ଆଦାୟ ମାମଳା

ବେଳାକୁଳ୍ତୁ, ୭୮୯

ସମ୍ପଦ ରଦ୍ଦ ହୋଇଥିବା ନିର୍ବିଚନ୍ଦନ ବର୍ଷ ଯୋଜନା ଜରିଆରେ ଜରବଦୟ ଟ, ୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କାର ବଢ଼ି ଆଦାୟ କରିବା ଅଭିଯୋଗରେ କେବୁ ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ ନିର୍ମଳା ସାତାରାମନ୍ ଓ ଅନ୍ୟ ଅଭିଯୋଗରେ ନାରେ ଶିବିର କର୍ମଚକରେ ମାମଳା ଭାବୁ ହୋଇଛି। ସେମାନଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଏତୋ ଦାର୍ଘ୍ୟ ପାଇଁ ବେଳାକୁଳ୍ତୁର ଏକ ସତନ୍ତ ଅଧାଳେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ। ସୀଟାରାମନ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ଦିନାମାନ୍ (କରବଦୟ ତାହା ଆଦାୟ), ୧୭୦୭ (ଆପାଧିକ ଷତମାନ) ଏବଂ ୩୪ (ସେମାନ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରଖି ଏକାଧିକ ଲୋକ ନାମାନ୍ତରିତ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର) ବଳରେ ଆୟର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ପ୍ରତର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇତି) ର କେତେଟଣ ଅଧିକାରୀ, ଭାଜପାର ଜାତୀୟ ଥଥେ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତଙ୍କ ନାରେ ଆଇପିର କରିବାର କାହାର ପାଇଁ ର































ତା. ରମାରମଣ ଷଢ଼ିଜୀ

ଗତ କିଛି ବର୍ଷ ଧରି ସାରା ପୃଷ୍ଠାବୀରେ ବିଶେଷକରି ଭାରତ ବର୍ଷରେ ଉତ୍ସବ, ଉତ୍ସବାଳଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ଦୂର ଗତିରେ ବିଦ୍ୱାନୀଙ୍କି। ଭାରତର ସମ୍ପ୍ରଦାୟର ଜନସଂଖ୍ୟାର ପ୍ରାୟ ଏକ ପଥମାର୍ଗ ହେଉଛନ୍ତି ଏହି ବର୍ଷ । ଏମାନଙ୍କର ତାତ୍ତ୍ଵଣ୍ୟ ଭାରତରୁ ଏକ ମୁତ୍ତ ସବୁକ ରଖିଲେ ଅଛି କରିଦେଇଛି । ହେଲେ ଶିଳ୍ପୀଙ୍କ ଓ ବିଜ୍ଞାନର ଅନୁକ୍ରତି ସାଙ୍ଗୁ ପାଠ ଓ ବିଦ୍ୟାଳୟର ବୋାଝ ଦଥା ଗନ୍ଧ ବିଶେଷ ଭାବରେ ଆଲ.ର. ହେଲେ ଓ ଅନ୍ୟ ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମାନସିକ ଏବଂ ଶାରୀରିକ ଚାପ ଅଛି ବନ୍ଦପରେ ମୁଦ୍ରବର୍ଣ୍ଣ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ କରିଦେଇଛି । ତଥାରୁ ହୃଦୟରେ ଅନ୍ୟତମ । ଆମ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ମନରେ ବନ୍ଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଧାରା ଅଛି ଯେ, କେବଳ ମଧ୍ୟମତ୍ତ୍ୟ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ହୃଦୟରେ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଆଜିକାନ୍ତ ୨୦ ବର୍ଷ ବନ୍ଦପରେ ମଧ୍ୟ ଏଥିରୁ ବାଦ ପଦ୍ଧନାହାନ୍ତି ।

ଶିଳ୍ପୀଙ୍କ ପାଠରେ:

ମୁଦ୍ରବର୍ଣ୍ଣ ବନ୍ଦପରେ ହୃଦୟରେ ପ୍ରମୁଖ ରିଷ୍ଟ୍ ଫ୍ରେଶ୍ ରୋଗିକରି ହେଉଛି—

ଧୂମପାନ: ଅଧିକ ଧୂମପାନ ଓ ମଧ୍ୟପାନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତରେ ଖାରାପ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ (ଏଲଟିଏଲ୍) ବଢ଼ିଯିବା ଦଥା ଭାଲ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ ଏହିଏଲ୍ କରିଯାଏ । ନିଯନ୍ତ୍ରିତ ଧୂମପାନ କଲେ, ଏହା ରକ୍ତରେ ଥିବା ଭାଲ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ କାନ୍ତି ମାତ୍ର ୧୫% କମାଇ ଦେଇଥାଏ । କିଶୋର, କିଶୋରୀମାନଙ୍କର ଧମନୀ ବିଶେଷକରି କରିବାରୀ ଧମନୀ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ହୋଇଥାଏ, ଧୂମପାନ ଦ୍ୱାରା ଆଶଙ୍କା ହୋଇଥାଏ କାମ ଦେଇଥାଏ ।

ଆଳସ୍ୟ ବା ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ ନ କରିବା: ଆଜିକାନ୍ତ ପିଲାମାନେ ପାଠପଡ଼ା ଦ୍ୱାରା ବେଳିଟି.ଭି. ମୋବାଇଲ୍ ଆଦି ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ ଗ୍ୟାଜେଟରେ ଅଧିକ ସମୟ ବିତାଇଛନ୍ତି । ତା ଛାତ୍ର ଆଶଙ୍କାରେ ଥିବା କମାଇ ଦେଇଥାଏ ।

ଅଳ୍ପାକ୍ଷର କମାଇ ଦେଇଥାଏ ।

ଅଳ୍

