













ଯେହି ଭ୍ରାତର ବିଦ୍ୟାଧର  
ସାହୁ ମୃତ୍ୟୁ ଘଣା

# ୦୬କଇ ଶିଳାର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ହେଲେ ଅଭିଯୁକ୍ତ



ଗିରିପାତ୍ର ଅଭିଯୁକ୍ତ



ଗିରିପାତ୍ର ଅଭିଯୁକ୍ତ

ଗାଲପତ୍ର ଅଭିଯୁକ୍ତ  
ବାନ୍ଧିଲା ପୋଲିସ  
ମାନ୍ଦୁର ମାନ୍ଦୁର  
ଜ୍ୟୋତ୍ସ୍ନା ପଥା ମିଲୁନି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩୦୧୯ (ସତ୍ୟକିରଣାତ୍ମକ)

ଅପରାଧ ଗାଲପତ୍ର ଭ୍ରାତର ଖୋଜି ବାଣୀପୁର  
ଆନା ଅରାଜ ଗ୍ରାମର ବିଦ୍ୟାଧର ସାହୁ  
(୩୭) ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାରେ କମିଶନରେ  
ପୋଲିସ କରିଛି କରିଛି କରିଛି କରିଛି  
କରିଛି ପାଇବାରୁ କଞ୍ଚା ଦେଲେ ୦୮କଇର  
ଶିଳାର ହୋଇଥିବା ପାହିତମାନେ  
ଏବେ ଅଭିଯୁକ୍ତ ପାଲିଟିକ୍ଟି ଯାଇପୁର  
ଗୋଟିର ଅପରାଧଙ୍କ ହେପାତରେ  
ବିଦ୍ୟାଧର ଆମହତ୍ୟା କରିବା ପରେ  
ତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଅଣି  
ପିଲିଅଯାଇଥିଲା। ଏହି ଘଣାରେ

ସମ୍ମୂହ ଥିବା ଗାଲପତ୍ର ଜିଲ୍ଲା ପାଇବାରୁ ଆମହତ୍ୟା ପାଇପାରି ନାହିଁ। ମାତ୍ର  
ଆଗରୁ ଗିରିପାତ୍ର ବାଣୀପୁର  
ରମେଶ ରେହେରା (୪୭), ଗୁରୁତ୍ୱ  
ଅଞ୍ଚଳର ଦୀପକ କୁମାର ସାହୁକାର  
(୩୦) ଓ ରବାଦ୍ଵାର ରେହେରା (୪୦)କୁ  
ପୋଲିସ ଗିରିପାତ୍ର କରିଛି ଯେତେ  
ପାଇବାର କମିଶନର ଏବେ ଦେବଦର  
ସିଂ ଖୁବରାତା ସାନ୍ତିକାର କରି ୦୯୯  
ଓ ବିଦ୍ୟାଧରଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାର ପଥା  
ରହସ୍ୟ ବାଣିଜ୍ୟକୁ ପାଇଁ କରିଥିଲା  
ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାର ସମ୍ମୂହ ଥିବା ଦର୍ଶକର  
ପୋଲିସ କରିଛି କରିଥିଲା ମଧ୍ୟ  
ଦେବଦର ପାଇବାର କରିଥିଲା ମଧ୍ୟ  
ନିଆଯିବ ବେଳି ପୁରୁଷ ଦିଆଯାଇଛି।

ଶୁଣ୍ଡାଙ୍କ ପାଇବା ପାଇପାରି ନାହିଁ। ମାତ୍ର  
ଆଗରୁ ଗିରିପାତ୍ର ବାଣୀପୁର  
ବେଳି କମିଶନର ସୁଚନା ଦେଇଛନ୍ତି।  
ଅଭିଯୁକ୍ତମାନଙ୍କୁ ବଢ଼ିବା ଆମ ପକ୍ଷର  
କେତେ ଶାଳାର ପରେ ବିଭାଗିତାଗାୟ  
ହାତକୁ ପଠାଇ ଦିଆଯାଇଛି।  
ବିଦ୍ୟାଧରଙ୍କ ବ୍ୟାଗ୍ରହ ମିଳିତବା ବହୁ  
ରବର ସ୍ଥାନ, ସ୍ଥାନ ପାଇଁ ଓ ସାର୍ଟିଫିକେସ୍  
ଆଦି ଜବତ କରି ପୋଲିସ ଦେବଦର  
କରିଛି। ଅପରାଧଣୀ ଆମହତ୍ୟା ପାଇଁ  
ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାର ସମ୍ମୂହ ଥିବା ଦର୍ଶକର  
ପୋଲିସ କରିଛି କରିଥିଲା ମଧ୍ୟ  
ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାର ସମ୍ମୂହ ଥିବା ଦର୍ଶକର  
ପୋଲିସ କରିଛି କରିଥିଲା ମଧ୍ୟ  
ନିଆଯିବ ବେଳି ପୁରୁଷ ଦିଆଯାଇଛି।

## ଅପରାଧରଣାର ଆମହତ୍ୟା

ଅପରାଧରଣା ଆମହତ୍ୟା ଓ ପରେ ମୃତ୍ୟୁରେ  
ପିଲାକ ପାଇବା ପାଇପାରି ନାହିଁ। ମାତ୍ର  
ଆଗରୁ ଗିରିପାତ୍ର ବାଣୀପୁର  
ରମେଶ ରେହେରା (୪୭), ଗୁରୁତ୍ୱ  
ଅଞ୍ଚଳର ଦୀପକ କୁମାର ସାହୁକାର  
(୩୦) ଓ ରବାଦ୍ଵାର ରେହେରା (୪୦)କୁ  
ପୋଲିସ ଗିରିପାତ୍ର କରିଛି ଯେତେ  
ପାଇବାର କମିଶନର ଏବେ ଦେବଦର  
ସିଂ ଖୁବରାତା ସାନ୍ତିକାର କରି ୦୯୯  
ଓ ବିଦ୍ୟାଧରଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାର ପଥା  
ରହସ୍ୟ ବାଣିଜ୍ୟକୁ ପାଇଁ କରିଥିଲା  
ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାର ସମ୍ମୂହ ଥିବା ଦର୍ଶକର  
ପୋଲିସ କରିଛି କରିଥିଲା ମଧ୍ୟ  
ମୃତ୍ୟୁ ଘଣାର ସମ୍ମୂହ ଥିବା ଦର୍ଶକର  
ପୋଲିସ କରିଛି କରିଥିଲା ମଧ୍ୟ  
ନିଆଯିବ ବେଳି ପୁରୁଷ ଦିଆଯାଇଛି।

## ୩୦୪ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଜବତ, ଅଭିଯୁକ୍ତ ଗିରିପାତ୍ର



ଜବତ ବାଲକ ଓ ବ୍ୟାନସୁଗାର ସହ ଗିରିପାତ୍ର ଅଭିଯୁକ୍ତ

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

(ମ୍ୟୋଡ୍ୟୁଲେଟିକ୍ ପାଇଁ)

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୨୧୦ (ବାଲେଶ୍ୱର)

ଗ୍ରାମ ବ୍ୟାନସୁଗାର ଓ ଏକ ବୁଲେଶ୍ୱର  
(ମ୍ୟୋ



**TVS THE ALL-NEW  
JUPITER  
SCOOTER OF INDIA**



**CELEBRATING THE**

**Most Awarded  
Scooter of India  
JUPITER**



EX SHOWROOM PRICE STARTS FROM  
**OLD ₹83,681\***  
**NEW ₹76,900\***

\* Ex-showroom price of TVS Jupiter 110 BS VI Drum variant in Odisha.  
Trophies and award logos are not representative of all 15 accolades.

+ 5 yr. warranty without any additional charges.

**5**  
YEAR  
WARRANTY

**TVS CREDIT**

L&T Finance  
IDFC FIRST  
Bank  
ALWAYS YOU FIRST

**HDFC BANK**

**SHIRIRAM  
Finance**

**TopGear  
AWARDS**

**MOTORING  
AWARDS**

**BIKE  
MEDIA**

**MOTOR  
VIKATAN**

**MOTOR OCTANE**

**FASTER**

**Jagran  
hiTech**

**#TOTM  
AWARDS 2025**

FOR ALL INSTITUTIONAL/BULK REQUIREMENTS PLEASE MAIL [corporate.customersupport@tvsmotor.com](mailto:corporate.customersupport@tvsmotor.com) Authorised Main Dealers: SITA TVS.: 7852935605, BHADRAK: SRIKANT TVS: 9124559654, 9124559653, BARIPADA: ALLIED TVS: 7852935617. JALESWAR: KHAN TVS: 9040853950, BARBIL: ANJALI TVS: 8895458991, KEONJHAR: KUMAR TVS: 9870326414. Authorised Dealers: SORO: 9438760320. KHAIRA: 9668712109, MATTO: 8249123514, MARKONA: 9438353035, TIHIDI: 9437536881 CHANDBALI: 9238514769, BASUDEVPUR: 8249905878, UDALA: 943723880, BETNOTI: 9776142684 KARANJIA: 7008814677, JHARPOKHARIA: 7008293717, BAHALDA: 7978457775, KUAMARA: 7008873689 CHANDANESWAR: 9040194603, BASTA: 7077297097, AMARDA ROAD: 6370634231, NILGIRI: 9437137899 BALIAPAL: 9776777922, JODA: 9937178529, DHENIKOTE: 7008898582, HARICHANDANPUR: 9437633978 TURMUNGA: 9937591829, ANANDPUR: 9937367109.

[tvsjupiter](http://tvsjupiter) | [www.tvsmotor.com/tvs-jupiter](http://www.tvsmotor.com/tvs-jupiter)  
Call: 1800 315 7777

\* Ex-showroom price of TVS Jupiter 110 BS VI Drum variant in Odisha.  
Trophies and award logos are not representative of all 15 accolades.

+ 5 yr. warranty without any additional charges.

dentsu/dha bal/06/25



ଭୁବନେଶ୍ୱର କ୍ୟାପିଟାଲ ହସ୍ତିକାଳରେ ତାଙ୍କରଙ୍କ ଅବହେଳା । ଓ ଭୁଲ ମେଡିଚିନ ପାଇଁ ୧୩ ମାସର ଶିଶୁପୁତ୍ରର ମୃତ୍ୟୁ ଅଭିଯୋଗ ଆଣିବା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟାନନ୍ଦା ଦ୍ୱାରିରେ ଉପ୍ରେୟ ଲୋକେ ସମ୍ବିଳନ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଲାଭାଳ୍ପ ଅବରୋଧ ଜରିଛନ୍ତି । (ଫ୍ରେଣ୍ଟ ରିକାର୍ଡ୍ ନାମଙ୍କଳ)

# ଭୁଲ୍ ମେଡ଼ିସିନ୍ ମେଲା ଶିଖୁପୁତ୍ର ଜୀବନ

## କ୍ୟାପିଟାଲ ଦସ୍ତଖତରେ ଉପୋକ୍ତ

ଦେଖୁ ମେଡ଼ିସିନ୍ ଦେବା ସହିତ ଯୋମାବାର  
ଜକୋ କରିବାକୁ କହିଥିଲେ । ମାତ୍ର ରାତିରେ  
ପୁଅର ବାନ୍ଧି ହେବାରୁ ପରିବାରେ ଲୋକେ  
ତାଙ୍କୁ ପୁଣିଥରେ ହେବାଗଲକୁ ଆଣିଥିଲେ ।  
ଦ୍ୱୟଚିରେ ଥବା ଡାକ୍ତର ପିଲାର ସାଇୟ ଯାଆ  
କରି ନିର୍ମୂଳାଇଜର ଦେବାକୁ କହି ମେଡ଼ିସିନ୍  
ଲେଖିଦେଲାଇଥିଲେ । ସୋଠର ତାଙ୍କୁ ମଧ୍ୟର  
ନିର୍ମୂଳାଇଜର ଦିଆଯିବା ପରେ ପିଲା ଟିକ୍  
ଭାବେ ନିଶ୍ଚାସ ନେଇ ନ ପାରିବାରୁ ତାଙ୍କୁ  
ମେଡ଼ିସିନ୍ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଇଥିଲା ।  
ଏହାପରେ ଶିଖିର ହିଲା ଉଠିବା ସହ ଦେହ

ନାଳ ପଢ଼ିଯାଇଥିଲା । ଉପର୍ରିତ ଡାକ୍ତର  
ଶିଖିରିକୁ ଦେଖୁ ମୃଦୁ ହୋଇଯାଇଥିବା କହି  
ସୋଠର ଗଲି ଯାଇଥିଲେ । ପରେ ଯେଉଁ  
ଡାକ୍ତର ଆସିଥିଲେ ସେ ଭୁଲ ମେଡ଼ିସିନରୁ  
ଶିଖିର ମୃଦୁ ହୋଇଥିବା ପରିବାର  
ଲୋକଙ୍କୁ କହିଥିଲେ ବେଳି ମା' ଓ ବାପା  
ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ପୁଅର ମୃଦୁ  
ହେବା ଜଣି ମା'ବାପା ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଦୋଷ  
ଦେବା ସହ ପାକିବିଥିଲେ । ହେଲେ  
ହେବାଗଲ ସିମ୍ପୁରିଟି ଗାର୍ଡ ଶିଖିର ମା'କୁ  
ଦୂର୍ବ୍ୟବହାର କରିବା ସହ ଫ୍ରେ ପଞ୍ଚା-୩

ହୋଇଥିଲା । ମା' ରଞ୍ଜିତ ସାହୁଙ୍କ  
ଅଭିଯୋଗ ଅନୁଯାୟୀ,  
ଶିଶୁପୁତ୍ର ଆୟୋଜନଙ୍କୁ ଥଣ୍ଡା ଦୂର  
ହୋଇଥାରୁ ତାଙ୍କୁ ସେ ରବିବାର  
ଅପରାହ୍ନରେ କ୍ୟାପିଟାଲ ହସ୍ତିଗଳକୁ  
ଆଣିଥିଲେ । ଶିଶୁ ବିଭାଗରେ ଡାକ୍ତର ତାଙ୍କୁ  
ଦେଖୁବା ସହ ଛାତି ଏକ୍କରେ କରିବାକୁ  
କହିଥିଲେ । ପରେ ଡାକ୍ତର ଏକ୍କରେ ରିପୋର୍ଟ  
ପୁଅର ବାକି ହେବାରୁ ପରିବାରେ ଲୋକେ  
ତାଙ୍କୁ ପୁଣିଥରେ ହସ୍ତିଗଳକୁ ଆଣିଥିଲେ ।  
ଭୁବିରେ ଥିବା ଡାକ୍ତର ପିଲାର ସ୍ବାଧ୍ୟ ଯାଞ୍ଚ  
କରି ମିରୁଲାଙ୍କର ଦେବାକୁ କହି ମେତିଥିନ  
ଲେଖୁଦେଇଥିଲେ । ସେଠାରେ ତାଙ୍କୁ ଥାର  
ମିରୁଲାଙ୍କର ଦିଆଯିବା ପରେ ପିଲା ଠିକ୍  
ଡାବେ ନିଷ୍ପାସ ମେଲ୍ ନ ପାଇଲାରୁ ତାଙ୍କୁ  
ମେତିଥିନ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଇଥିଲା ।  
ଏହାପରେ ଶିଶୁରିଟି ହିକି ଉଠିବା ସହ ଦେବା

ମାନସାମିକୁ ଅପରାଧମୂଳ କରିବା  
ସମୟ ଆସିଛି: ସ୍ଵପ୍ନମକୋଟି

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ୧, ୨୨୧୯



ମାନସାନିକୁ ଅପରାଧମୂଳ କରିବାର  
ସମୟ ଆସିଥିବା ସୋମବାର  
ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟ ବିଚାରପତି କହିଛନ୍ତି ।  
ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ, ସଂଘଠନ ଓ ରାଜନୈତିକ  
ଦଳଗୁଡ଼ିକ ଆପରାଧିକ ମାନସାନି  
ଆଜନର ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କୁରୁଥିବାରୁ  
ଜଣ୍ମିସ ଏମ.୧୯୮୩ ସୁଦ୍ରେଶ କହିଛନ୍ତି,  
ମାନସାନିକୁ ଅପରାଧମୂଳ କରିବା ଲାଗି  
ସମୟ ଆସିଯାଇଥିବା ସେ ଭାବୁଛନ୍ତି ।  
ସୁଚନାଯୋଗ୍ୟ, ୨୦୧୭ରେ ସର୍ବୋକ  
ଅଦାଳତ ଆପରାଧିକ ମାନସାନିର  
ସାମିଧାନିକ ବୈଧତାକୁ କାହାମ  
ଅବସରରେ କହିଥିଲେ, ଏହା ବଞ୍ଚିବାର  
ମୌଳିକ ଅଧିକାରର ଅଂଶବିଶେଷ  
ମର୍ଯ୍ୟାଦାର ସୁରକ୍ଷା କରୁଛନ୍ତି । ୨୦୧୭ର

୧୩ ମାସରେ ୩୭. ୨୧୧ ମାରୀ ନିଯ୍ୟାତନା ମାମଲା

ଲେଖକ ଶ୍ରୀ ପାତ୍ର ପାତ୍ର (ବିଜୁଳିଯାମଣୀ ଲେଖକ)

ହୁକ୍କାରକୁ ଅଧିକ ନାରୀ ନିର୍ଯ୍ୟାତନୀ ମାମଲା ଛୁଟୁ ହୋଇଛି । ସେଥିମଧ୍ୟରେ ନାରୀ ଅପହରଣ, ବଳାକ୍ରାନ୍ତ ଓ ଯୌନୁଳ ନିର୍ଯ୍ୟାତନୀ ଭଳି ସଙ୍ଗିନ ମାମଲା ରହିଛି । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ନାରୀ ନିର୍ଯ୍ୟାତନୀ ମାମଲାକୁ କିଭଳି ହ୍ରାସ କରାଯାଇପାରିବ ସେନେଇ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ବ୍ୟାପକ ପଦଶେଷ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି ବେଳି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ର ମୋହନ ଚତରୀ ମାଝେ ମୁହଁକୁ ଜଣାଇଛନ୍ତି । ସେମାବାର ବିଧ୍ୟାଯିକା ସୋଫିଆ ପିର୍ଗେସଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ର ଗନ୍ଧକୁ ଦେଇଥିବା ଥିଥେ ଏହା ପଞ୍ଚ-୩

68



# ସ୍ଵଦେଶୀକୁ ଅପଣାଇବା, ସ୍ଵଦେଶୀ ବସ୍ତୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା

**"ନେତ୍ରଟ ଜେନେରେସନ ଟିଏସ୍ଟି" ପାଇଁ  
ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋହନ୍ ଜୀଙ୍କୁ  
ଦ୍ୱାଦୟର ସହ ଧନ୍ୟବାଦ**



ଶ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାତ୍ରୀ  
ମନ୍ଦ୍ୟପଦୀ ଓଡ଼ିଶା

# ଉତ୍ତର ମାଟିଲା ବିମ ବିଭାଗ

ବାରିପଦା, ୨୭୧୯(ନାଳାତ୍ରି ବିହାର ଦଶପାତା)



ବେଅଭାବର ବିମ୍ବାର ସଂଯୋଗକୁ ବିରୋଧ କରୁଥିବା ଗ୍ରାମବାସୀ।

ବାରିପଦା

ବିମ୍ବାର

ବିଭାଗ











# ବଡ଼ାଙ୍କୁ ଆମ୍ବରିଶ୍ଵାସ

ଅଜାଣତରେ ଅନେକ ସମୟରେ ମାଡାପିତା ପିଲାଙ୍କୁ  
ଏତଳି ଆକଟ କରନ୍ତି ଯାହା ସେମାନଙ୍କ ଆମ୍ବିଶ୍ଵାସକୁ  
ଦୁର୍ବଳ କରିଦିଏ ତେଣୁ ଅଭିଭାବକମାନେ ନିଜର  
ଏହି ଝୁଲୁ ସୁଧାରିନେବା ଦରକାର...

❖ ପ୍ରଥମରୁ ପିଲାଙ୍କ କାମ ପରଫେଣ୍ଡ  
 ହୋଇ ନ ପାରେ । ହେଲେ  
 ଅଭିଭାବକମାନେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିଲାଙ୍କୁ  
 ଯଦି ବାରମ୍ବାର କହିବେ କି ‘ତେ ଦ୍ୱାରା  
 ଏ କାମ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ, ତୁ ଭୁଲ  
 କରିଦେବୁ ତେଣୁ କରିବା ଦରକାର ନାହିଁ,  
 ତାହା ଭୁଲ । ଏଭଳି ବାରମ୍ବାର କହିବା  
 ଫଳରେ ପିଲାଙ୍କ ଆମ୍ବିଶ୍ଵାସ ଧାରେ  
 ଧାରେ କମିଯାପାଇ । କିଛିଦିନ ପରେ  
 ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ନିଜେ ଭାବି ନିଅନ୍ତି ଯେ  
 ସେମାନେ କିଛି କରିପାରିବେ ନାହିଁ ।  
 ତେଣୁ ପିଲା ଭୁଲ କଲେ ବି ତାକୁ ସ୍ଵେଚ୍ଛର  
 ସହ ଝଞ୍ଜାଇ ପୁଣି ଥରେ କରିବାର  
 ସୁଯୋଗ ଦିଅନ୍ତୁ ଓ ସେ କରିପାରିବ କହି  
 ଆମ୍ବିଶ୍ଵାସ ବଢାନ୍ତୁ ।



❖ ପିଲାଙ୍କ ଆଗରେ ନିଜର  
ସକାରାମୁକ ଛୁଟି ଦେଖାନ୍ତୁ । ନିଜର  
ପରିଶ୍ରମ, ନିଷ୍ଠା ଓ ଧ୍ୟାନ ଆଦି  
ଭଲ୍ଲ ଶୁଣ ବିଶ୍ୱାସରେ କହି ପିଲାଙ୍କୁ  
ପ୍ରେରଣା ଦିଅନ୍ତୁ ।

ମୁଁ ଏମିତି ଖାଏ, ଏମିତି  
 ପିଛେ, ଏଯା କରେ....  
 ଏଭଳି ଆମୁପ୍ରଶାସାରେ ମନ୍ତ୍ର  
 ରୂପ୍ରକ୍ରିୟା କେତେଜଣ ମହିଳା  
 ସବୁବେଳେ କହିବୁଲୁଛି  
 ସେମାନେ ରାଣୀ ଭଳି ବଡ଼  
 ହୋଇଛନ୍ତି ଏପରି କହି  
 ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ  
 ସ୍ଵତନ୍ତ୍ର ବ୍ୟବହାର  
 ଉଚ୍ଛାକରନ୍ତି ଏଭଳି  
 ମାନସିକତାକୁ କୁହାଯାଏ  
 ପ୍ରିନ୍ସେସ ସିଶ୍ରୋମା  
 ମହିଳାଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ  
 ଦେଖାଯାଉଥିବା ଏହି  
 ମାନସିକ ଅବସ୍ଥା ଅନେକ  
 ସମୟରେ ସମ୍ପର୍କ ଖରାପ  
 କରିବାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ  
 ପାଲିଥିଏ...

ପିଲାବେଳକୁ ବାପଘରେ ରାଶୀ ଭଳି  
 ବଡ଼ ହୋଇଛନ୍ତି । ନିଜ ଖାଇବାପିଇବା,  
 ପିଣ୍ଡବା ଆଦି ସବୁ ଲାଇଫଂସ୍ଟ୍ରାଇଲ୍  
 ଅମ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଭିନ୍ନ ବୋଲି କହି  
 କେତେଣା ମହିଳା ସମୟକୁ ଆକୃଷ୍ଟ  
 କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି । ସେମାନେ ଭାବନ୍ତି  
 ନିଜ ବିଷୟରେ ଏଭଳି କହିଲେ ସମୟେ  
 ତାଙ୍କୁ ଭଲ ପାଇବେ । ସେଥିଥାଇଁ  
 କେତେକେ ଶାଶ୍ଵତରେ ବି ବାପଘରର

1



# ପ୍ରମୁଖ ସାହିତ୍ୟ ଏକାଡେମୀ

ସମ୍ପକ ଖରାପଃ  
 ଏହଳି ସିଦ୍ଧୋମର  
 ମହିଳା ସମୟଙ୍କ ସହ  
 ନିଶିବାରେ ଅପୁର୍ବିଆ  
 ମନେକରଣ୍ତି ।  
 ଏମିତିକି ଅନେକ  
 ସମୟରେ ଅପିସରେ  
 ଠିକ୍‌ଭାବରେ କାମ  
 କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।  
 ନିଜ ବସ କିମ୍ବା  
 ସହକର୍ମାଙ୍କଠାରୁ  
 ସ୍ଵତନ୍ତ୍ର ବ୍ୟବହାର  
 ଆଶାକରଣ୍ତି ଆଉ  
 କମ କାମ କରି  
 ଅଧିକ ପ୍ରଶାସା  
 ଆଶା ରଖନ୍ତି ।  
 ବେଳେବେଳେ  
 ବିଚର ବିରେ ମଧ୍ୟାଂ



ପ୍ରତିକୁଳ ପରିଷିତିକୁ ସାମନା: ଏପରି  
ମହିଳା ମାନସିକଭାବେ ଆଦୋ  
ପରିପକ୍ଷ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ  
ନିଜ ବିଷୟରେ କୌଣସି ନିଷ୍ପତ୍ତି  
ନେବାରେ ଏମାନେ ଅସମାର୍ଥ ରୂପ୍ତି ।  
ସେମାନେ ସବୁବେଳେ ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ  
କୌଣସି ଆଲୋଚନାକୁ ମଧ୍ୟ ଭୟ  
କରନ୍ତି । ଆଲୋଚନା ସମୟରେ କେହି  
ତାଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ନକାରାମକ ମତ  
ଦେଇପାରେ ଭାବି ମନ ଖରାପ  
କରନ୍ତି । ଅନେକ ସମୟରେ  
ନିଜ ଲମୋସନ କଣ୍ଠେଲୁ  
କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅଧ୍ୟଧିକ  
ଦ୍ୱାରା ହୋଇଯାଆନ୍ତି କିମ୍ବା  
ଆମ୍ବିଭୋର ହୋଇଯାନ୍ତି ।  
ତେଣୁ ଅନେକ ସମୟରେ  
କୌଣସି ଉଚିତ ନିଷ୍ପତ୍ତି  
ନେବାକୁ ଅକ୍ଷମ ମନେଷୁଆନ୍ତି  
ସବୁ ସମୟରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ  
ସାହାଯ୍ୟ ଆଶା କରନ୍ତି ।



ରୋଷେଇ ଟିକ୍

→ ଦହିର କୌଣସି ତରକାରି  
କରୁଥିଲେ ପ୍ରଥମେ ତାକୁ ଅଛୁ  
ଆଞ୍ଚରେ ଗୋଳାହୁ ପୁଣିବା ପରେ  
ଲୁଣ ପକାହୁ ତରକାରି ସ୍ଵାଧିକ୍ଷୀ

ଲାଗିବ।  
 ➔ ଲେମ୍ବୁ ବ୍ୟବହାର ପରେ  
 ଚୋପାକୁ ଫୋପାଡ଼ି ଦିଆକୁ ନାହିଁ।  
 ବରଂ ସେଥିରେ ଲୁଣ ପକାଇ  
 ଖରାରେ ଶୁଖାଇ ଦିଆକୁ। ଏଥିରେ  
 ଆଚାର ତାଙ୍କାରି କରି ଖାଇପାରିବେ।  
 ➔ ରୋଷେଲ ଘରେ କାମ କରି  
 ସାରିବା ପରେ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ  
 ସଫା କରି ଦିଆକୁ ନଚେତ୍ ପିଲ୍ଲୁଡ଼ି  
 ଓ ପୋକ ଆଦି ଆସି ଅପରିଷାର

- ରୋଷେଇ ଘର ଯ୍ୟାବ ସପା କରିବାବେଳେ କିଛି ଲୁଣ ପକାନ୍ତୁ।
- ଫଳରେ ପୋକ ଆସିବେ ନାହିଁ ଓ ଘରେ ସକାରାମ୍ବକ ବାଡାବରଣ ସୃଷ୍ଟି ହେବ।
- ଚାତ୍ର ଉପମା କରୁଥିଲେ ଚାତ୍ର ଧୋଇବା ପରେ ସେଥିରେ କିଛି ଲେଖ ରିପାର୍ଡ ଦିଆନ୍ତିରେ ଖୋଲା

# ଶାଶ୍ଵତ କଟ୍ଟଳେଟ୍



ଅବସ୍ୟକ ମାପମୀ-

ଦାର୍ଶନିକ ସାହଚାର୍ଜା—  
ଶାଗୁ— ୧ କପ, ଆକୁ— ୭ ଟି,  
ବାଦାମମଞ୍ଚି— ୪ ବଡ଼ ଚାମତ,  
କଞ୍ଚାଲଙ୍କା— ୨ ଟି, ଲେମୁ ରସ—  
ଅଧାଚାମତ, ଜିରା ରୁଣ୍ଡ— ଅଧା ଚାମତ  
ଗୋଲମିରିତ ରୁଣ୍ଡ— ଅଧା ଚାମତ,  
ଧରିଆପତ୍ର— ଅକ୍ଷୁ, ସାଦ ଅନୁସାରେ ଲୁ

ଓ ଛାଣିବା ପାଇଁ ତେଲା ।  
ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଶାଳୀ-  
ପ୍ରଥମେ ଶାଗୁକୁ ଧୋଇ ୪-୫ ଘଣ୍ଟା  
ଭଜାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଶାଗୁ ନରମ ହୋଇଯିବ  
ପରେ ଏହାକୁ ପାଣିରୁ ଛାଣି ରଖନ୍ତୁ ।  
ଆନ୍ତକୁ ସିଖାଇ ଚୋପା ଛାଇଲା ଚକଟି  
ଦିଅନ୍ତୁ । ବାଦାମ ମଞ୍ଜିକୁ ଭାଜି ଦରଦର

କରି ଗ୍ରାଇଡ଼ିଂ କରି ରଖନ୍ତୁ । ଏବେ ଶାବ୍ଦୀ  
ସହ ସିଂହା ଆନ୍ଦୁ, ବାଦାମ ମିଶାନ୍ତୁ ।  
କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଓ ଧନୀଆପତ୍ରକୁ ଛୋଟ  
ଛୋଟ କରି କାଟି ଏଥୁରେ ପକାନ୍ତୁ ।  
ଜାରା ଗୁଣ୍ଡ, ଗୋଲମରିତ ଗୁଣ୍ଡ,  
ଲେମ୍ବୁରସ ଓ ଲୁଣ ପକାଇ ଏହାକୁ  
ଭଲଭାବେ ଚକଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏଥୁରେ  
ପାଣି ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏବେ ଏହାକୁ  
ଛୋଟ ଛୋଟ ଗୋଲକରି କରିଲେଟ୍  
ଉଳି ତିଆରି କରନ୍ତୁ । ଏବେ କଢ଼େଇତେ  
ତେଲ ଗରମକରି ସେଥୁରେ ଶାଗୁର  
ଏହି କରିଲେଟଗୁଡ଼ିକୁ ଛାନ୍ତି ଦିଅନ୍ତୁ ।  
ଚରଣ କିମ୍ବା ଦହି ସମ୍ବ ଏହାକୁ ଗରମ  
ଗରମ ଖାଆନ୍ତୁ ।

# ସନ୍ଦର୍ଭ ହୃଦୀ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ



କରିଥାଏ ।  
 → ଗାଇର ମଧ୍ୟ  
 ସିନ୍ଦୁ ସୁଦର  
 କରିବାରେ  
 ବେଶ ସହାୟକ  
 ହୋଇଥାଏ ।  
 ଏଥେରେ ଭରପୂର  
 ମାତ୍ରାରେ ବିଚା  
 କାରୋଟିନ୍  
 ଥାବାରୁ ସିନ୍ଦୁ  
 ଉଛଳ କରିବାରେ  
 ସହାୟକ ହୁଏ ।  
 ପ୍ରତିଦିନ ଗାଇର

ପ୍ରାକୃତିକଭାବେ ବ୍ୟୋକ କରିବ । ଏହା  
ଜୟୁମିଟି ବସ୍ତ୍ର ଭଲି କାମ କରେ  
ଓ ଆଖିକୁ ମଧ୍ୟ ସୁନ୍ଦର ରଖିବାରେ  
ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

→ଆଲମଣ୍ଡର ଭିଟାମିନ୍ ଛ ପ୍ରତିର  
ପରିମାଣରେ ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହା  
ଝିନର ଶୁଷ୍କତା ଦୂରକରିବା ସହ ଅଧିକ  
କୋମଳ କରିଥାଏ । ରାତିରେ ଏହାକୁ  
ଭିଜାଇ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳୁ ଖାଇଲେ ଝିନ୍  
ହାଇତ୍ରେଚ ରହେ ଓ ବୟସ ଅଧିକ  
ହେବା ପ୍ରଭାବରୁ ଦେଖାଯାଉଥିବା  
କୁଞ୍ଜନ ବି ଆସି ନ ଥାଏ ।

ଉଚା ପାଇଁ ବହୁତ ଭଲ । ପାନଙ୍ଗ,  
ମେଥ, ସୋରିଷ ଆଦି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର  
ଶାର ଓ ପନ୍ଥିପରିବାରେ ଫୋଲେଟ,  
ଆଇରନ ତଥା ଆଷି ଅନ୍ତିତାଧି ଥାଏ ।  
ତେଣୁ ଏହା ଝିନକୁ ହେଲଦି ରଖିବା  
ସହ ବ୍ୟୋକ କରିବାରେ ବିଶେଷ ସହାୟକ  
ହୋଇଥାଏ ।

→ପଇଡ଼ପାଣି ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ  
ଭିଜାକୁ ପାନୀୟ । ଏହାକୁ ନିଯମିତ  
ପିଇଲେ ଝିନରେ ବ୍ରଶ କିମ୍ବା ଦାଗ  
ସମସ୍ୟା ରହିବ ନାହିଁ । ଶରୀରକୁ ଏହା  
ଭିତରୁ ଥଣ୍ଡା ରଖିବା ସହ ହାଇତ୍ରେଚ

A portrait of actress Sauraseni Dasgupta, a young woman with dark hair and brown eyes, looking directly at the camera with a slight smile. To her right is a vertical column of Odia text.

