୧୯ ବର୍ଷ ● ୫ମ ସଂଖ୍ୟା ● ନଭେମ୍ବର ୨୦୧୮

ପ୍ରଥମ ପ୍ରସଙ୍ଗ: ପ୍ରେମ, ପରିଣୟ ଓ ପରାକାଷ୍ଠା
ବିଶେଷ ପ୍ରସଙ୍ଗ: ବଡ଼ବଡୁଆ ହୋ, ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ରରେ ରାସୋତ୍ସବ
ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପ୍ରସଙ୍ଗ: ବିଶ୍ୱର ବିଚିତ୍ର ବିସ୍ମୟ: ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରର ମହାପ୍ରସାଦ ଓ ରୋଷଶାଳା
ପ୍ରଚ୍ଛଦ ପ୍ରସଙ୍ଗ: ପାଠପଢ଼ା ପରିସ୍ଥିତି ଓ ପରିବେଶ: ସାମ୍ପ୍ରତିକ ଶୈଶବ
ଆଳାପ: ଅଭିନୟର ଅନନ୍ୟ ଯୁଗଳ: ଶୀତଲ୍ ଓ ସିମରନ୍
ସାହିତ୍ୟ : ୫ଟି ମନନଶୀଳ ଗଳ୍ପ, ୪ଟି କବିତା
ନିୟମିତ : ରାଶିଫଳ, ଆମ ରୋଷେଇ, ଘରକରଣା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଭାଗ।

ପ୍ରଥମ ପ୍ରସଙ୍ଗ : ପ୍ରେମ, ପରିଣୟ ଓ ପରାକାଷ୍ଠା (ଦ୍ୱିତୀୟ ଭାଗ)

ଉତ୍ତମ ନାରୀଙ୍କ ସହିତ ଉତ୍ତମ ପୁରୁଷଙ୍କ ସଂଯୋଗ ଘଟିଲେ ଦୁଇଜଣଙ୍କର ମନ ଏବଂ ଆତ୍ମାର ମିଳନ ଘଟି ସମାଜର ବିଶେଷ ହିତ ସାଧିତ ହୋଇଥାଏ। ତେବେ ଏ ସଂସାରରେ ସର୍ବଦା ତାହା ଘଟି ନ ଥାଏ। ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିରେ ଅନେକ ସମୟରେ ଉତ୍ତମ ନାରୀଙ୍କର ଉତ୍ତମ ପୁରୁଷଙ୍କ ସହିତ ମିଳନ ଘଟିପାରି ନ ଥାଏ। ସେଥି ନିମନ୍ତେ ବହୁ ସମୟରେ ସଂସାରର ହିତ ସାଧିତ ହୋଇପାରି ନ ଥାଏ। ବରଂ ବ୍ୟକ୍ତି, ପରିବାର ତଥା ସମାଜର ଅହିତ ସାଧିତ ହୋଇଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନ ସାର୍ଥକ ହେବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ନର୍କଯନ୍ତ୍ରଣା ସଦୃଶ ହୋଇଥାଏ।

ବିଶେଷ ପ୍ରସଙ୍ଗ : ବଡ଼ବଡୁଆ ହୋ

ବାରମାସ ମଧ୍ୟରେ କାର୍ତ୍ତିକ ମାସର ଅନେକ ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି। ଧାର୍ମିକ ମାସ ଭାବେ ଏହି ମାସର ବିଶେଷତା ଅନେକ ପ୍ରାଚୀନ। ଏଣୁ ଉକ୍ତ ମାସକୁ ମହାକାର୍ତ୍ତିକ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। କାର୍ତ୍ତିକ ମାସର ଅମାବାସ୍ୟା 'ଦୀପାବଳି' ଅମାବାସ୍ୟା ଭାବେ ବେଶ୍ ପ୍ରସିଦ୍ଧ। ଭାରତବର୍ଷର ସର୍ବତ୍ର ଏହାକୁ ଆଲୋକର ପର୍ବ ଭାବେ ପାଳନ କରାଯାଏ। ଉକ୍ତ ପର୍ବରେ ମହାସରସ୍ୱତୀ, ମହାକାଳୀ ଓ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କର ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଏ। ପିତୃପୁରୁଷଙ୍କୁ 'ପୟାଶ୍ରାଦ୍ଧ' ଓ 'ଦୀପଦାନ' କରି ପୃଥ୍ୱୀଲୋକରୁ ବିଦାୟ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଦେବା ହିନ୍ଦୁଧର୍ମର ଏକ ପ୍ରଚଳିତ ପରମ୍ପରା ଅଟେ। ଏହିଦିନ ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ର ପୁରୀରେ 'ବଡ଼ବଡୁଆ' ଡାକିବା ପ୍ରଥା କେଉଁ ଆବହମାନ କାଳରୁ ପ୍ରଚଳିତ। ଚଳିତ ମାସରେ ପାଳିତ ହେବାକୁ ଯାଉଥିବା ଦୀପାବଳି ଅମାବାସ୍ୟାର ମହତ୍ତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ଏହି ବିଶେଷ ଆଲେଖ୍ୟ। ଉପସ୍ଥାପନା: ଅନନ୍ତ ପ୍ରଧାନ

ବିଶେଷ ପ୍ରସଙ୍ଗ : ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ରରେ ରାସୋତ୍ସବ

ବିଭିନ୍ନ ମାସରେ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଉତ୍ସବର ଉଲ୍ଲେଖ ପୂର୍ବକ କୁହାଯାଇଛି 'ଉର୍ଜେ ରାସୋତ୍ସବସ୍ତଥା' । ଅର୍ଥାତ୍ ପୁଣ୍ୟବର୍ଦ୍ଧକ କାର୍ତ୍ତିକ ମାସରେ ରାସ ଉତ୍ସବ ପାଳିତ ହୁଏ । କାର୍ତ୍ତିକ ମାସର ଶୁକ୍ଳ ଏକାଦଶୀ ଠାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ରାସୋତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୁଏ । ଏହି ପାଞ୍ଚ ଦିନକୁ ରାସପଞ୍ଚକ ଓ କାର୍ତ୍ତିକ ପୂର୍ଣ୍ଣିମାକୁ ରାସପୂର୍ଣ୍ଣିମା କୁହାଯାଏ । ଏହି ପଞ୍ଚ ଦିବସୀୟ ଉତ୍ସବ 'ଭୀଷ୍ମ ପଞ୍ଚକ' ନାମରେ ମଧ୍ୟ ଅଭିହିତ ହୋଇଥାଏ । କୌଣସି ପ୍ରକାର କ୍ଷୟବୃଦ୍ଧି ନ କରି ଭକ୍ତି ସହକାରେ ରାସ ଉତ୍ସବ ପାଞ୍ଚଦିନ ଧରି ପାଳନ କରିବା ବିଧି ଅଟେ । ଶ୍ରୀରାଧା ହେଉଛନ୍ତି ରାସକ୍ରୀଡ଼ାର ଅଧିଷ୍ଠାତ୍ରୀ ଦେବୀ । ରାସ ମଣ୍ଡଳରେ ରାଧାଙ୍କ ଆବିର୍ଭାବ ଘଟେ । ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ରରେ ରାସୋତ୍ସବ ସମ୍ପର୍କରେ ଶରତ ଚନ୍ଦ୍ର ପରିଡ଼ାଙ୍କର ଏହି ଆଲେଖ୍ୟ ।

ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପ୍ରସଙ୍ଗ : ବିଶ୍ୱର ବିଚିତ୍ର ବିସ୍ମୟ: ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରର ମହାପ୍ରସାଦ ଓ ରୋଷଶାଳା

ଲେଖକ : ପୀତବାସ ରାଉତରାୟ / ବିଶ୍ୱନାଥ ସାମନ୍ତରା

ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରର ବହୁ ବୈଚିତ୍ର୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଭକ୍ତଙ୍କୁ ଆକୃଷ୍ଟ କରେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରର ଶ୍ରୀମହାପ୍ରସାଦ। ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ମନ୍ଦିରମାନଙ୍କରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ସମର୍ପଣ ହେଉଥିବା ନୈବେଦ୍ୟକୁ ପ୍ରସାଦ କୁହାଯିବା ସ୍ଥଳେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରେ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ସମର୍ପିତ ପ୍ରସାଦକୁ ମହାପ୍ରସାଦର ଆଖ୍ୟା ଦିଆଯାଇଥାଏ। ସନାତନୀୟ ସଂସ୍କୃତି ତଥା ଓଡ଼ିଶାର ପରିଚିତିର ପ୍ରତୀକ ହେଉଛି ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ ଓ ଶ୍ରୀମହାପ୍ରସାଦ। ମହିମାମୟ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ପ୍ରସିଦ୍ଧି ଯେପରି ବ୍ୟାପକ, ଶ୍ରୀମହାପ୍ରସାଦର ପ୍ରସିଦ୍ଧି ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ବ୍ୟାପକ।

ପ୍ରଚ୍ଛଦ ପ୍ରସଙ୍ଗ : ପାଠପଢ଼ା ପରିସ୍ଥିତି ଓ ପରିବେଶ: ସାମ୍ପ୍ରତିକ ଶୈଶବ

ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଶିକ୍ଷା ଜରୁରୀ। ଶିକ୍ଷା ଦୂର କରେ ଅଜ୍ଞାନ ରୂପକ ଅନ୍ଧକାର। ଆଣେ ଜ୍ଞାନର ଆଲୋକ। ଶିକ୍ଷା ପାଇଲେ ମଣିଷର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ହୁଏ ବିକଶିତ। ଶିକ୍ଷା ଦିଏ ରୋଜଗାର। ଗଢ଼େ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଭବିଷ୍ୟତ। ଶିକ୍ଷାଦ୍ୱାରା ଆସେ ସାରା ପୃଥିବୀକୁ ଜାଣିବାର ସୁଯୋଗ। ଭଲ-ମନ୍ଦ, ଠିକ୍-ଭୁଲ ବିଚାର କରିବାର କ୍ଷମତା ପ୍ରଦାନ କରେ ଶିକ୍ଷା। ଶିଶୁ ବୟସରୁ ପିଲାକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଶିକ୍ଷା ମିଳିଲେ ବଡ଼ ବେଳକୁ ସେ ହୁଏ ସଫଳ। ପିଲାଙ୍କ ପାଠପଢ଼ା ପରିବେଶ ଓ ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଚୟନ କେମିତି କ'ଣ ହୋଇପାରିବ ? ପିଲାଙ୍କର ପାଠପଢ଼ାକୁ ନେଇ ଏମିତି ଅନେକ ପ୍ରଶ୍ନ ଆସେ ମନକୁ। ଏଇସବୁ ପ୍ରଶ୍ନର ସମାଧାନ ଖୋଜିବା ଆସନ୍ତୁ। ଉପସ୍ଥାପନା: କେଦାର ପୃଷ୍ଟି

ବିବିଧ ପ୍ରସଙ୍ଗ: ପିଲାଦିନର ଖାଦ୍ୟପେୟ

ଲେଖିକା : ସୁନୀତା ସାହୁ

ବିଭିନ୍ନ ବୟସ ହିସାବରେ ଶରୀର ପାଇଁ ସୁଷମ ଖାଦ୍ୟର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ପିଲାମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଠିକ୍ ମାତ୍ରାର ଭିଟାମିନ୍, ଖଣିଜ ଲବଣ, ପ୍ରୋଟିନ୍ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଅଧିକ ଜରୁରୀ, କାରଣ ପିଲାମାନଙ୍କ ଶାରୀରିକ ବିକାଶ ସହ ମାନସିକ ବିକାଶରେ ଏସବୁ ଉପାଦାନ ବିଶେଷ ଭୂମିକା ସମ୍ପାଦନ କରିଥାଏ। ବୟସ ହିସାବରେ ଓଜନ, ଉଚ୍ଚତା, ସୁଦୃଢ଼ ମାଂସପେଶୀ, ସୁସ୍ଥ ହାଡ଼ ପାଇଁ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଥିଛି । ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା, ବୟସ ହିସାବରେ ପିଲାମାନଙ୍କ ଖାଦ୍ୟପେୟ କ'ଣ ଓ କେମିତି ହେବା ଉଚିତ ?

ବିବିଧ ପ୍ରସଙ୍ଗ: ଦାଗ ଛଡ଼ାଇବାର ଉପାୟ

ପୋଷାକପତ୍ରରେ ଦାଗ ଲାଗିଯିବା କିଛି ନୂଆକଥା ନୁହେଁ। ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଦାଗ ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ପୋଷାକପତ୍ରରେ ଲାଗିଯାଇଥାଏ। ତେବେ ଏମିତି କିଛି ଦାଗ ଅଛି, ଯାହା ପରିଧାନ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ ସିନା ଛାଡ଼େନାହିଁ। ଦାଗ ନ ଛାଡ଼ିଲେ ପୋଷାକପତ୍ର ଖରାପ ଦେଖାଯାଇଥାଏ। ତେବେ ପୋଷାକପତ୍ରରୁ କିଛି ବିଶେଷ ଦାଗ ଛଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଉପାୟ ଆପଣେଇ ଦେଖନ୍ତୁ ନିଶ୍ଚୟ ଉପକାର ମିଳିବ।

ଗଳ୍ପ : ଗାୟତ୍ରୀ ସନ୍ଧାନେ

ଲେଖିକା: ପ୍ରବୀଣା ମହାନ୍ତି

ବାପାମାଆଙ୍କର ସ୍ନେହକୋମଳ ଆଶ୍ରୟ ମଧ୍ୟରୁ ସ୍କୁଲକୁ ଆସି ଆଉ ଘରକୁ ଫେରିନଥିବା ପିଲାଟି ପାଇଁ ବାପାମାଆ ଏବଂ ପରିବାରବର୍ଗଙ୍କର ସେ ଯେଉଁ ବ୍ୟାକୁଳ ଅବସ୍ଥା- ତାହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ହୃଦୟ ବିଦାରକ। ପୁଣି ନିଜ ଶରୀର ବିଷୟରେ ଆଦୌ ସଚେତନ ହୋଇନଥିବା କୁନିଝିଅଟି ଜୀବନରେ ଯେଉଁ ଅମାନୁଷିକ ଅଘଟଣ ଘଟିଗଲା, ସେଇ ଭୟଙ୍କର ଅନୁଭବକୁ ସହଜରେ ସେ କ'ଣ ଭୁଲିପାରିବ ?

ଗଳ୍ପ : ଗୋଟାଏ ଜହ୍ନରାତିର କଥା

ଲେଖିକା: କବିତା ବାରିକ

ସେ ମୋ ଭିତରେ ଏମିତି କ'ଣ ଦେଖିଲେ କେଜାଣି ବିବାହ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେଇଥିଲେ ତା' ପୁଣି ବିନା ଯୌତୁକରେ। ମୋର ଅରାଜି ହେବାର କିଛି ନଥିଲା। ତେବେ ଶାଶୂଘରେ ବୋହୂ କ'ଣ ଆଣିଛି କହି ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବ, ପଡ଼ୋଶୀମାନେ ଶାଶୂଙ୍କୁ ପଚାରି ବସିଲାବେଳେ ମୁଁ ସଙ୍କୋଚରେ ମୁଣ୍ଡ ପୋତି ଦେଇଥିଲି। ହେଲେ ସେସବୁ ପ୍ରଶ୍ନର ହସିହସି ସାମ୍ନା କରିଥିଲେ ସୁମିତ।

ଗଳ୍ପ: ଗଙ୍ଗଦତ୍ତ ସାହୁ

ଲେଖକ : ରଞ୍ଜନ ସାହୁ

ନୟନତାରା ଅନ୍ତରସ୍ଥ ହୋଇଯାଇଥାଏ। ପୁଅ ମୋଟର ସାଇକେଲ ନେଇ କୁଆଡ଼େ ଚାଲିଯାଇଥାଏ। ସାନଝିଅ ସେତିକିବେଳେ ତା' ପ୍ରେମିକ ଟୋକାର ବାଇକ୍‌ରୁ ଓହ୍ଲେଇ ଆଗେ ଇତସ୍ତତଃ ହୋଇ ଏଣିକି ତେଣିକି ନିରୀକ୍ଷଣ କଲା। ଦେଖିଲା, କେହି ବାଲ୍‌କୋନିରେ ନାହାନ୍ତି। ମନକୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେଇ ଦୁଆର ଘଣ୍ଟି ବଜାଇଲା। ପିନ୍ଧିଥାଏ, ମେରୁନ୍ ରଙ୍ଗର ଜାନୁ-ପ୍ରକଟ ସିଙ୍ଗଲ୍-ପିସ୍ ଫ୍ରକ୍। ଗଙ୍ଗଦତ୍ତ ମୁହଁ ବୁଲାଇଦେଲା। ଝିଅର ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ପୋଷାକକୁ ଚାହିଁବାକୁ ଦ୍ୱିଧାବୋଧ ହେଲା।

ଗଳ୍ପ : ରାମ ଗୋଟିଏ ଭଲପିଲା

ଲେଖକ : ପ୍ରଭାତ ସିହ୍ନା

ଇଏ ସେଇ ସୁଗନ୍ଧା ମିଶ୍ର ନା' ! ଖଣ୍ଡାଧାର ନାକ, ଉଚ୍ଚା କପାଳ, କଥାକୁହା ହରିଣୀନୟନା, ବର୍ଷିବ ବର୍ଷିବ ଠାଣି ମୁହଁରେ। ଗୋଟେ ସମୟରେ ଇଏ ତ କ୍ୟାମ୍ପସ୍‌ରେ ପୁଅମାନଙ୍କ ହୋସ୍‌ପାଇପ୍ ଖୋଲି ଦେଉଥିଲା। ପାହାଡ଼ର ଛାତିଚିରା ଝରଣା ପରି କୁଳୁକୁଳୁ ଝଙ୍କାର ତୋଳି ଛଳଛଳ ବୋହିଯାଉଥିଲା ସେ ! ଶୀତସକାଳର ସୂର୍ଯ୍ୟସ୍ନାତ କଅଁଳରଶ୍ମିପରି ଯା'ର କମନୀୟ ଛଟା ଅନେକଙ୍କୁ ଆନମନା କରୁଥିଲା। ସ୍କୁଟି ଚଢ଼ି ମୁହଁରେ ଓଢ଼ଣି ଗୁଡ଼େଇ କଳା ଗଗଲସ୍ ପିନ୍ଧି କ୍ୟାମ୍ପସକୁ ପଶିଲା ବେଳେ ସୁନ୍ଦରୀ ଆତଙ୍କବାଦୀ ପରି ଲାଗୁଥିଲା ସେ ! ମାତ୍ର ଏବେ ଦେଖ କିପରି ନିଦାଘଦଗ୍ଧ ଗୋଧୂଳିର କାଳବୈଶାଖି ପରର ନଡ଼ାଛପର ଘରପରି ଲାଗୁଚି।

ଗଳ୍ପ : ମା' ମନ

ଲେଖିକା : ଗାୟତ୍ରୀ ଆର୍ଯ୍ୟ

ପାସ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିଲା। ତାକୁ ଦେଖି ଟିକେ ସାହସ ହେଲା। ମୁହଁରେ ଜବରଦସ୍ତ ହସ ଫୁଟାଇଲି। ପୁତୁରାଟି ନୂଆନୂଆ ଚାକିରି କରିଥିଲା। ସେ ଆସି କ୍ୟାବିନ୍ ଦେଖିଲା। ପୁଅ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେଲା। ତାକୁ ଦେଖି ପୁଅ ଖୁସି ହେଲା। କେହି ତ ହେଲେ ଜଣେ ନିଜର ହୋଇ ଆସିଥିଲା। ସେ ଘରକୁ ଫେରିଗଲା।

କବିତା

ଏଥର କବିତାରେ ରହିଛି: ଜଳଧର ସ୍ୱାଇଁଙ୍କ 'ସନ୍ତାପ', ଏମ୍.ହିମାଂଶୁ ଆଚାରୀଙ୍କ 'ସ୍ୱପ୍ନ ତୁମେ', କୃଷ୍ଣ କୁମାର ମହାନ୍ତିଙ୍କ 'ବିଛଣା' ଏବଂ ପଞ୍ଚାନନ ନାୟକଙ୍କ 'ଚଢ଼େଇ'।

ଭ୍ରମଣ କାହାଣୀ: ମୋ ଝର୍କାର ପୃଥିବୀ (୧୬)

ଲେଖିକା : ସୁସ୍ମିତା ବାଗ୍‌ଚୀ

'ମୋ ଝର୍କାରୁ ପୃଥିବୀ' ୧୯୯୧ରୁ ୧୯୯୩ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଧାରାବାହିକ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇଥିଲା। ପରେ ଏହାର ଦ୍ୱିତୀୟ ଭାଗ ଲେଖିବା କଥା ମୋତେ ଅନେକ ପାଠକ ପାଠିକା କହିଥିଲେ। ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ତାହା ଆଉ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରି ନ ଥିଲା। ମୋର ମନେହୁଏ ସବୁ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଉପଯୁକ୍ତ ସମୟ ଥାଏ। ଏବେ କଲମ ଧରିଲେ 'ମୋ ଝର୍କାରୁ ପୃଥିବୀ' ଲେଖିବା ପାଇଁ ନିଜ ଭିତରୁ ଏଭଳି ଆଗ୍ରହ ଆସୁଛି ଯେ, ତାକୁ ମୁଁ ଆଡ଼େଇ ଦେଇ ପାରୁନାହିଁ। ଆଶା କରୁଛି, ପ୍ରଥମ ଭାଗ ଭଳି 'କାଦମ୍ବିନୀ'ରେ ପ୍ରକାଶିତ ଦ୍ୱିତୀୟ ଭାଗଟି ମଧ୍ୟ ପାଠକ ପାଠିକାଙ୍କୁ ଭଲ ଲାଗିବ। - ଲେଖିକା

ପୁସ୍ତକ ପରିକ୍ରମା:

ଏ ମାସର ପୁସ୍ତକ ପରିକ୍ରମାରେ ଅଛି: ଚାଲଦେବା ଦୀପଟେ ଲଗାଇ, ଢୋଲ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଗଳ୍ପ, ପତ୍ନୀ, ସତରର ସତ ଗଳ୍ପ, ମଧୁଛନ୍ଦା, ମୁଁ ବେଲାଳସେନ, ବୋଉ, ଜୀବନ ଏକ ଭିନ୍ନ ମୋଡ଼ରେ, ଜୀବନପାତ୍ର, ଅନ୍ତଃସ୍ୱର, ପୃଷ୍ଠାଏ ପ୍ରଣିପାତ, କରିଦେ ପାରିରେ, ଗାଁରୁ ଆସିଥିଲା ମାଆର ଫୋନ୍, ଅଥର୍ବ ଈଶ୍ୱର ଓ ନିରସ୍ତ କୁହକ।

ଆଳାପ: ଅଭିନୟର ଅନନ୍ୟ ଯୁଗଳ: ଶୀତଲ୍ ଓ ସିମରନ୍

ଉଭୟଙ୍କ ମାଆ ବହୁ ପରିଚିତ ଅଭିନେତ୍ରୀ। ଅନେକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ଓ ଧାରାବାହିକର ବିପୁଳ ଅଭିଜ୍ଞତା ତାଙ୍କ ମା'ଙ୍କ ପାଖରେ। ତେଣୁ ଦୁଇ ଝିଅଙ୍କ ରକ୍ତରେ ଅଭିନୟ କଳା ରହିବା ସ୍ୱାଭାବିକ। ତେବେ ପୂର୍ବ ଦକ୍ଷତା ଓ ଅଭିଜ୍ଞତା ନ ଥାଇ ଉଭୟ ଝିଅ ଏକାଥରେ ମେଗା ଧାରାବାହିକରେ ଅଭିନୟ କରିବା କିଛି କମ୍ କଥା ନୁହେଁ। ପୁଣି ସାନଭଉଣୀ କରୁଥିବା ଚରିତ୍ରର ବଡ଼ ଭୂମିକାରେ ବଡ଼ଭଉଣୀ ଅଭିନୟ କରିବା ସହିତ ନାୟିକା ସାଜିବା ଏବଂ ଦ୍ୱୈତ ଭୂମିକା (ରାନୀ ଓ ସୋନୀ) ନିର୍ବାହ କରିବା ଭାଗ୍ୟର କଥା। ଉଭୟଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରତିଭା ପ୍ରଦର୍ଶନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବୟସ ବାଧକ ସାଜିନାହିଁ। ଦୃଢ଼ ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି ବଳରେ ନିଜ ପ୍ରତିଭାକୁ ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ କରିପାରିଛନ୍ତି ଉଭୟ। ପୁଣି ଅଭିନେତ୍ରୀ ମା'ଙ୍କ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ପାଇ ତାହା ଆହୁରି ବିକଶିତ ହୋଇପାରିଛି। ମା'ଙ୍କୁ ଦେଖିଦେଖି ମନରେ ଅଭିନୟର ଆଶା ଉଦ୍ରେକ ହୋଇଥିବା ତଥା ନିଷ୍ଠା ଓ ଆଗ୍ରହ ବଳରେ କମ୍ ବୟସରେ ବି ଏହାକୁ ବାସ୍ତବ ରୂପ ଦେଇଥିବା ଏହି ଦୁଇ ଭଉଣୀ ହେଉଛନ୍ତି ଶୀତଲ୍ ଓ ସିମରନ୍ ପଟ୍ଟନାୟକ। 'ରାନୀ' ଧାରାବାହିକର ସାନ ରାନୀ ଭୂମିକାରେ ସିମରନ୍ ଅଭିନୟ କରିଥିବା ବେଳେ ବଡ଼ ରାନୀ ହୋଇଛନ୍ତି ବଡ଼ ଭଉଣୀ ଶୀତଲ୍। ଉଭୟ ଘରେଘରେ ଖୁବ୍ ପରିଚିତ। ଅଭିନେତ୍ରୀ କାର୍ତ୍ତି (ମଣିମେଖଳା) ମହାନ୍ତି ଓ ବ୍ୟବସାୟୀ ବାପା ଶୁଭକାନ୍ତ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଦୁଇ ସୁଯୋଗ୍ୟ କନ୍ୟା। ଜନ୍ମଜାଗା ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ବାପା ଓ ମା'ଙ୍କ ସହ ରହୁଥିବା ଶୀତଲ୍ ଓ ସିମରନ୍ ଏଥର 'କାଦମ୍ବିନୀ'ର ପ୍ରଚ୍ଛଦରେ। ଏହି ଅବସରରେ ଉଭୟଙ୍କ କଥା ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା। ସାକ୍ଷାତ ଓ ଉପସ୍ଥାପନା: କେଦାର ପୃଷ୍ଟି।

ମନୋରଞ୍ଜନ

ଏ ମାସରେ ମନୋରଞ୍ଜନ ପୃଷ୍ଠାରେ ରହିଛି: ଲଭ୍ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍, କ୍ରିଷ୍ଣା, ପ୍ରେମ ପାଇଁ ମହାଭାରତ, ସଡ଼କ-୨, ସିମ୍ବା ଓ ଷ୍ଟୁଡେଣ୍ଟ ଅଫ୍ ଦି ଇୟର-୨।

ଚଳନ୍ତିକା

ଏ ମାସରେ ଚଳନ୍ତିକା ପୃଷ୍ଠାରେ ରହିଛି: କାଦମ୍ବିନୀ ଶାରଦୀୟ ବନ୍ଧୁମିଳନ, ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ପ୍ରାଣନାଥ ସମ୍ମାନ ଓ ସ୍ମୃତିସଭା, ଶାରଳା ପୁରସ୍କାର ଓ ରାଗ ମହୋତ୍ସବ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ-ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ : ଆୟୁର୍ବେଦୀୟ ପଞ୍ଚକର୍ମ

ଲେଖିକା : ମୌସୁମୀ ମିଶ୍ର

ସୁସ୍ଥ ଓ ସୁନ୍ଦର ରହିବା ପାଇଁ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଉପଚାର କରାଯାଉଛି, ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ଉପାୟ ଆପଣାଯାଉଛି। ତେବେ ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରାକୃତିକ ଆୟୁର୍ବେଦୀୟ ଉପଚାର ସବୁକାଳେ ସବୁ ସମୟରେ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଆସିଛି। ଆୟୁର୍ବେଦୀୟ ଉପଚାରର ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ଦିଗ ହେଉଛି ପଞ୍ଚକର୍ମ। ସୁନ୍ଦରତାକୁ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରଖିବା ସହ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ଆଜିକାଲି ପଞ୍ଚକର୍ମ ଆପଣା ଯାଉଛି। ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେରଳ ଏକ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ସ୍ଥାନ, ଯେଉଁଠାରେ ପଞ୍ଚକର୍ମ ଉପଚାରର ବିଶେଷ ଆଦର ରହିଛି। ଏହା କହିଲେ ଆଦୌ ଭୁଲ୍ ହେବନାହିଁ ଯେ, କେରଳର ପଞ୍ଚକର୍ମ ଏକ ଆକର୍ଷଣ। ଆସନ୍ତୁ ପଞ୍ଚକର୍ମ ଚିକିତ୍ସା ସଂପର୍କରେ କିଛି ଜାଣିବା ଏହି ଆଲେଖ୍ୟରୁ।

ରାଶିଗଣନା ଓ ତିଥି-ବାର-ବେଳା

ନଭେମ୍ବର ମାସର ରାଶିଫଳ ସାଙ୍ଗକୁ ନଭେମ୍ବର ଓ ଡିସେମ୍ବର ମାସରେ ପଡୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପର୍ବପର୍ବାଣି, ଜନ୍ମତିଥି ଇତ୍ୟାଦି ରହିଛି।

ଆମ ରୋଷେଇ

ଏ ମାସର ରୋଷେଇ ପୃଷ୍ଠାରେ ଅଛି: କାକରା ପିଠା, ମଣ୍ଡା ପିଠା, ଚନ୍ଦ୍ରକାନ୍ତି, ଖୁଆପୁର ଲବଙ୍ଗଲତା, ଲୁଣି ଖୁରୁମା ଓ ପାରିଜାତକ ପିଠା।

ଘରକରଣା

ଏଥର ମଧ୍ୟ ଘରକରଣାରେ ରହିଛି କେତୋଟି ଘର ଉପଯୋଗୀ ଟିପ୍ସ।

ରୂପଚର୍ଯ୍ୟା

ଏଥର ମଧ୍ୟ ରୂପଚର୍ଯ୍ୟାରେ ରହିଛି କେତୋଟି ରୂପ ଉପଯୋଗୀ ଟିପ୍ସ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସୂଚନା : ପରଳ / ମୋତିଆବିନ୍ଦୁ

ମୋତିଆବିନ୍ଦୁ ଆଖିର ପ୍ରାକୃତିକ ଲେନ୍ସର ବୟସଜନିତ ରୋଗ, ଯେଉଁଥିରେ ଧୀରେଧୀରେ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି କ୍ଷୀଣ ହେବାରେ ଲାଗିଥାଏ। ମାତ୍ର କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏଥିରେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦେଖାଯାଇଥାଏ। ଅର୍ଥାତ ଜନ୍ମଗତ, ଆଘାତଜନିତ, ରେଡିଏସନ୍‌ର ପ୍ରଭାବ କିମ୍ବା କୌଣସି ଔଷଧର ପାର୍ଶ୍ୱପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଆଦି ମୋତିଆବିନ୍ଦୁର କାରଣ ହୋଇପାରେ। ଏହା ଗୋଟିଏ କିମ୍ବା ଉଭୟ ଆଖିରେ ହୋଇପାରେ। ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ମୋତିଆବିନ୍ଦୁ ବା ପରଳ ବିଷୟରେ ଏହି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସୂଚନାରୁ ଜାଣିବା।

■■■