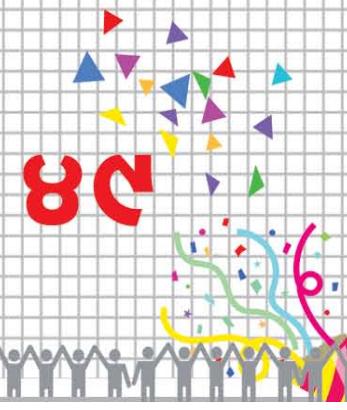




ଧରିତ୍ରୀ

DHARITRI



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ମଙ୍ଗଳବାର, ଡିସେମ୍ବର ୭/୨୦୨୨ (୧୮ ପୃଷ୍ଠା)

୪୯ଶ ଭାଗ ୧୩ ସଂଖ୍ୟା

www.orissakhabar.com | www.dharitri.com | Printed at Bhubaneswar

Bhubaneswar, Tuesday, December 6/2022

Page 18 ₹ 7.00

★★★★★

VOLUME 49 ISSUE 13

ମୂଲ୍ୟୋତ୍ସବ



Safal

PAN MASALA

କିଛି ଅତୁଳ୍ୟ ସ୍ଵାଦ
ଶବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛୁ ନାହିଁ



ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନରେ ପାନ କିମ୍ବା ପାନ ମସଲା ଛେପ ପକାନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
କରୋନା ମହାମାରୀରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ ।
ସଫଳ ପାନ ମସଲା ଦ୍ଵାରା ଜନହିତରେ ଜାରି ।

0% TOBACCO • NICOTINE NOT ADDED • NOT FOR MINORS

ବୈଧାନିକ ଚେତାବନୀ: ପାନ ମସଲା ଚୋବାଇବା ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ଅଟେ



કમલા પસન્ડ

એલ્લાર કોટેન્ટ જલાઈચે

THIS CONTAINS SODIUM SACCHARIN (INS 954) or SUCRALOSE (INS 955) and NEOTAME (INS 961)
NOT RECOMMENDED FOR CHILDREN, NO SUGAR ADDED IN THE PRODUCT,
CONTAINS ARTIFICIAL SWEETENER AND FOR CALORIE CONSCIOUS.

Watch at:



ଜୀବନ ସାଥୀ 1.000

ମନ ପସଦର ଜୀବନସାଥାଟିଏ ମିଳିଗଲେ ଜୀବନ ଆହୁରି ସରସ ସୁନ୍ଦର ଲାଗେ । ଭଲ
ଜୀବନସାଥୀ କିପରି ମିଳିବ, ତାକୁ କିପରି ଆପଣ ଚଯନ କରିବୋ କାହାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ
ରଖି ଭଲ ଜୀବନସାଥୀ ବାହିବେ—ଏମିତି ଅନେକ ପ୍ରଶ୍ନଗୁଚ୍ଛ ସେହି ସମୟରେ ମନରେ
ଉଜ୍ଜିମାରିବା ସ୍ଵାଭାବିକ । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ କେତୋଟି ଟିପ୍ପଣୀୟ....



ଏହା'ଗା ଆମ କ୍ଷିଆ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି,
ଏ ବୁନ୍ଦର ଯେଉଁ ପେଣ୍ଟିଂଟା
ଦେଖୁଣ୍ଡ ଏଇଟା କ୍ଷିଆ କରିଛି । ଆଜି ବି
ଏମିତି ପ୍ରଥା ବାଲିଙ୍କି ଯେଉଁଠି ପୁଅଘର
ଲୋକେ କ୍ଷିଆରକୁ ଆସି କେତୋଟି
ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରନ୍ତି ତା'ର ଉଭର କ୍ଷିଆ ଦିବ ।
ଏଉଳି ଏକ ପ୍ରଶ୍ନ-ଉଭର ସେସନ
ଚାଲେ । କ୍ଷିଆ ମଧ୍ୟ ନିଜକୁ ଏଥୁମେଲ
ଅନେକାଂଶରେ ମାନସିକ ପ୍ରରରେ
ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ । ଯେମିତିକି ତାକୁ
ଗୋଷେଳ ଆସେ କି ନାହିଁ, ତୁମ ହବି
କ'ଣ ? ହେଲେ ଜଣେ ମନ ପସାଦର

ଏସବୁ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ନିଷ୍ଠା
ଜରୁରୀ । ସେ ବି ତାଙ୍କ ପରିବାର
ସହ ତାଙ୍କ ଘରକୁ ଯିବା ଜରୁରୀ
ସେ ବି ଦେଖୁବ ଯେ ତାଙ୍କର ଘର
ଓ ଚାଲିଚଳଣି ସମୟରେ । ଯେବେ
ଆପଣ ପରିବାର ଲୋକଙ୍କ ସହ
ମିଶିବେ ଆପଣ ଜାଣିପାରିବେ ତାଙ୍କ
ପରିବାର ବିଷୟରେ । ଅନ୍ୟ ଅର୍ଥରେ
କହିବାକୁ ଗଲେ ତାଙ୍କ ପିକଟର
ଆପଣଙ୍କ କ୍ଷିମର ଦେଖାଯିବ ।
ସୌମିଆଳ ମିତିଆ ପ୍ରୋପାଳକ ବି
ଦେଖନ୍ତୁ

ଜୀବନସାଥାଟିଏ ପାଇବା ତ ଏତେ
ସହଜ ନୁହେଁ । ତଥାପି ସବୁ ଦିଗକୁ
ଦୃଷ୍ଟିଦେଲେ ନିଜର ଏଭଳି ଆଶା
ଅନେକାଂଶରେ ପୂରଣ ହୋଇଥାଏ ।
ଦେଖାସାକ୍ଷାତ ସମୟରେ
ଆପଣଙ୍କ ଲାଗୁଛି କି ଯଦି ଆପଣ
ଆରେଞ୍ଜ ମ୍ୟାରେଇ କରୁଛନ୍ତି
ଜୀବନସାଥୀ ଚଯନ କରିବା ସମୟରେ
ଭାବିଷ୍ୟତ ନିଶ୍ଚର ନିଅନ୍ତୁ । ତରବର
ହୋଇ ନିଶ୍ଚର ନିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଦୁଇଜଣ
ଯଦି ଦେଖାସାକ୍ଷାତ କରୁଛନ୍ତି ତେବେ
ନିଜ ଭିତରେ ପ୍ରଶ୍ନଗୁଡ଼ିକର ସମାଧାନ
କରିବିଅନ୍ତୁ । ଏହାହାରା ବିବାହ ପୂର୍ବରୁ
ଦୁଇଁ ଭିତରେ ଝାଖାମଣା ଦୃଢ଼ ହେବ ।
ତେବେ ଗୋଟିଏ କଥା, ଏଭଳି
ଦେଖାସାକ୍ଷାତକୁ କେହି ଭିନ୍ନ ଦୃଷ୍ଟିରେ
ଦେଖୁଣାରକ୍ତି, ହେଲେ ହେବି ସମୟରେ
ନିଜ ଭିତରେ ଏକଥାକୁ ନେଇ ସମେହ
ସୁଷ୍ଠୁ ନ ହେବା ଭଲ । ବିବାହ ପୂର୍ବରୁ
ଦେଖାସାକ୍ଷାତ ହେଉଛି ଏପରି ଏକ
ମାଧ୍ୟମ ଯାହାହାରା ଦୁଇଁ ପରବରତକୁ
ନିବିଦି ଭାବରେ ଜାଣିପାରିଥାଆନ୍ତି ।
ବିବାହ ପୂର୍ବରୁ ଝିଅ ପୁଅ ଘରକୁ ଯିବା
ଦରକାର
ପୁଅଘର ଲୋକେ ଝିଅ ଘରକୁ ଆସି
ଝିଅ ଚାଲିଚଳଣି, ରହଣି ସହଣା
ବିଶ୍ୟରେ ଜାଣି ନିଅନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଝିଅକୁ ବି
ପୁଅ ଘରକୁ ଯାଇ ତାଙ୍କର ଚାଲିଚଳଣି

କଥା ମନୀଷର ନ ହୋଇପାରେ ।
ଯେମିତିକି ମୁଁ ଜଳଦି ରାଗେ, ମୁଁ ବସୁତ
ଏକଙ୍କିତିଆ ଆଦି । ହେଲେ ବିବାହ
ପରେ ଅନେକ କଥାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ
ଆସିଥାଏ । ଯଦି କେବେ କିଛି ସମସ୍ୟା
ମୁଣ୍ଡ ହେଲା, ତେବେ ନୁହେଁ ଏ
ବିଶ୍ୱଯରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଜାଣିଥାଲେ ଭାବର

ସହଜରେ ପ୍ରାଥମିକତା ଦିଅନ୍ତୁ
ସବୁଠ ଜୀବରୀ କଥା ହେଲା-ଆପଣ
ଯେମିତି ଭାବୁଆନ୍ତି ସେହିପରି
ଜୀବନସାଥୀଟିଏ ଯେ ମିଳିଯିବ
ତାହାର କିଛି ଗ୍ୟାରେଣ୍ଟି ନାହିଁ। ଯାହାକୁ
ଜୀବନସାଥୀ କରିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି
ତାଙ୍କ ବିଶ୍ୟରେ ନିଜେ ପ୍ରଥମେ ଭଲ
ଭାବରେ ଜାଣନ୍ତୁ। ତାଙ୍କର ଶିକ୍ଷାଗତ
ଯୋଗ୍ୟତା, ସେ ଚାକିରି କରିଛନ୍ତି କି
ନାହିଁ, ତାଙ୍କର ଆଉ କ'ଣ ଚେକ୍କିକାଲ
ଜ୍ଞାନ ରହିଛି ଆଦି ବିଶ୍ୟରେ ପ୍ରଥମେ
ଜାଣିମେବା ଭଲ। କେତେକ ଝିଅ
ବିବାହ ପୂର୍ବ ତାଙ୍କର କରିଥାଆନ୍ତି।
ଘର ସଂଭାବ କରିବା ପରେ ସେମାନେ
ନିଜକୁ ସେହି ପ୍ରଫେସନରେ ଜଡ଼ିତ
ରଖିବାକୁ ବାହାନ୍ତି। ତେବେ ଏ ମେଲ
ପ୍ରଥମେ ଦୁଇଁଙ୍କ ଭିତରେ ଆଲୋଚନା
ହେବା ନିଶ୍ଚାତି ଜରୁରା। ନ ହେଲେ

ନୋମାଳିନ୍ୟ ହୋଇପାରେ । ଏ
କୁଣ୍ଡଲିତ ପ୍ରଥମେ ନିଷ୍ଠାରି ନେବା
ଏହ ପରିବାର ସହିତ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ
ଶିଖିଦ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ ।
ହେଲେ ଜୀବନକୁ ଆପଣ ସରଳ
କରିପାରିବେ ।

ଶ୍ରୀଶାକଥାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅଛୁ ନାହିଁ
କିନ୍ତୁ ଜୀବନସାଥୀ ଚଯନ ସମୟରେ
ପରିମାନେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ମତ
ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ହେଲେ ସେହି କଥାକୁ
୨୦୧୦ର ଗୃହଶ କରିନେବା ବୋକାମିର
ପରିଚୟ । କାରଣ ଏତିକି କେତେକ
ଥା ଅଛି, ଯାହା ପଲ୍ଲରେ ଟିକିଏ
ହେଲେ ସତ୍ୟତା ନ ଥାଏ । ତେଣୁ
କୌଣସି କଥାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା ପୂର୍ବରୁ
ନେଇ ଭଲ ଭାବରେ ତିନ୍ଦାକରନ୍ତୁ ।
ଏ କଣ୍ଠ କହୁଛି ତାଙ୍କ ବିଷୟରେ
ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଜ୍ଞାନକରି ଦେଖନ୍ତୁ ।
ପରିମାନେ ଯେଉଁ କଥା କହୁଥୁଲେ
ଗହା କେତେଦୂର ସତ୍ୟ । ନିଜର
କୁଣ୍ଡଲିତ ଉପରେ ସବୁକିଛି ନିର୍ଭରକରେ ।
ଶ୍ରୀଶାକଥାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଲେ ନିଜ
ଜୀବନସାଥୀ ଚଯନରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି
ହେବା ଆଶଙ୍କା ରହିଛି ।
ବିଷୟତ ଯୋଜନା ବିଷୟରେ
ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ



ଗ୍ରୀକ୍‌ମଟ୍ଟର କିପରି ଷ୍ଟୋର କରିବେ



କରି କାଚଜାରରେ ରଖନ୍ତୁ । ଏହି ଜାଗର୍ତ୍ତି ଯେପରି
 କୌଣସି ଥଣ୍ଡା ପ୍ଲାନରେ ରଖିବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
 -ଯେତେବେଳେ ଆପଣଙ୍କୁ ମଟର ବ୍ୟବହାର
 କରିବାର ଅଛି ତେବେ ଏହାକୁ ଜାଗରୁ କାଢି
 ଏଯାର ଗାଇର ଡାବାରେ ରଖିପାରିବେ ।
 ଏବେ ଏହାକୁ ଆପଣ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
 ରଖିପାରିବେ ।
 -ଗାନ୍ଧୀ ମଟର ବ୍ୟବହାର କରିବା ପୂର୍ବରୁ ନଖ

ପ୍ରାଚୀ ମହାଜନ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କାର୍ଯ୍ୟାଙ୍କ ଦୂର୍ଧ୍ୱାଳେ
ଉଷ୍ଣମ ପାଣିରେ ପକାଇ କିଛି ସମୟ ରଖୁ
ଦିଆନ୍ତା ତା'ପରେ ଏହାକୁ ଆପଣ ବ୍ୟବହାର
କରିପାରିବେ ।

ଶୀତଦିନରେ ଏପରି ନିଆକ୍ତ ଦୃଚାର ଯତ୍ନ

ଦ୍ଵିନ୍ କେଯାର ତୁଟ୍ଟିଲ୍ ନିୟମିତ ରୂପେ
କରନ୍ତୁ
ଏହିଦିନରେ ନିୟମିତ ରୂପେ ନିଜ
ଦୂଚାର ଯତ୍ନ ନିଅନ୍ତ୍ରୀ । ମୁହଁଙ୍କୁ
ଦିନରେ ଦୁଇଥର ସପା କରନ୍ତୁ
ଥରେ ସକାଳ ସମୟରେ ଆଉ
ଗୋଟେ ରାତିରେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୂ
ଏହା ବ୍ୟତୀତ ମୁହଁଙ୍କୁ କୌଣସି
ଲାଇର ମଣ୍ଡରାଇଜର ଆୟୁଏ
କରିବାକୁ ଖୁଲୁଛି ନାହିଁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା
ଶାତଦିନରେ ଦୂଚ ଏତେବା ଭ୍ରାନ୍ତ

ହେବ ନାହିଁ । ରାତିରେ ମଣ୍ଡରାଜକର
ଲଗାଉଥିଲେ ଅଧୁକ ମଣ୍ଡରାଜକର
ଲଗାଇଲେ କିଷ୍ଟ ଅସୁବିଧା ନାହିଁ ।
ଏହାକୁ ମୁଁ ଧୋଇବାର ଅଛୁ ସମୟ
ଭିତରେ କରନ୍ତୁ ।

ଉଷ୍ମମାପାଣିରେ ଗାଧୋଉଥିଲେ
ଶୀଘ୍ରଦିନରେ ଅଧୁକାଂଶ ଉଷ୍ମମାପାଣିରେ
ଗାଧୋଇବାକୁ ପସଦ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ
ଗରମ ପାଣିରେ ଗାଧୋଇବା ପରେ
କୌଣସି ଭଲ ମଣ୍ଡରାଜକର ବ୍ୟବହାର
କରନ୍ତୁ । ଯାହାବୁରା ଆପଣଙ୍କ ଭାଗ

ବେବା ମଧ୍ୟ ଆଶିଙ୍କା
ସମସ୍ତିନ୍ଦ୍ର ଉପଯୋଗ
ଶାତଦିନରେ ସମସ୍ତ
ଲଗାଇବାକୁ ଭୁଲେନ୍ତିବା
ଖରାଇ ରାତାବିବା

ନିହାତି ଲଗାନ୍ତୁ । ଏହା କେବଳ
ସୂର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଯତିକାରକ କିରଣଠାର ରକ୍ଷା
କରିଥାଏ ତା' ଦୁଇଁ ଏହା ଅଧିକ
ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦ୍ଵିନ୍ ତ୍ରାଏ ହେବାକୁ
ଦିଏ ନାହିଁ ।



