

সংশ্লিষ্ট

অবসরপ্রাপ্ত জিপিইওক
পরিচয়ে

ভুবনেশ্বর, ১০৩(বন্ধন বার্তা)

বার্ষিক সর্বসমাজ পূর্ণতন জীবিতে
অবসরপ্রাপ্ত জিপিইওক পরিচয়ে

রাজন পাই যিবাকু পঙ্কজ কি.মি.

গবালি, ১০৩(কিশোর পাত্র)



শিবিরে অধ্যারামানে লোকক অভিযোগ শুন্নেছি।

শিক্ষিক জনসুন্দরী শিবির

- প্রতিবাদের মহিলাঙ্গ হোহলা
- শাহীদ নিরাঞ্জনক সমাধি পাঠৰ উকতি কাবি
- লুণাপাণি মাতৃ চাষকলমি নষ্ট হেজথৰা অভিযোগ

জিমাটি গবালি কুক উচ্চতা
পাঞ্চায়ের পাঞ্চায়ের থুক মানক
যাত্রা প্রতিবাদের শতাধিক মহিলা
আবি হোহলা করিথলো। ১০৩কেজি
গোপনাথপুর পঞ্চায়ের ছলদিআ গাঁৱে
রাশন কাত হিতাধিকারামানে রাশন
মুখ্য শুন্নেছি। তাক মুখ্য খৰপাই
জৰুৰি কৰিয়ে আবু বাপার
মন্দি সুর্যবংশী সুরক, ভুবন এমপি
অভিযোগ দেও, বিদ্যাক বিদ্যাক
শেখের মহাপাত্ৰ, প্ৰেসৱৰ কেলাম
জেন পুষ্ক শোকব্যক্তি কৰিছিলো।

আবেদনকাৰা প্রিয়মুখ পোখালু
স্বামাঙ্গ কৰিয়া নিষ্ঠেৰে বোমার
জিলা কারাগুৰে বিদ্যারাধীন
বিদ্যামুক্ত ধৰামুক্ত শীক্ষা প্রদান
কৰিয়ে আছি। জিলা আবেদনকাৰী
যুৱেৰ শুহুৰ নিৰাঞ্জন বেহেৰাৰ

পার্ক সহ তাজৰ এক প্ৰতিশুলি পুঁজি

জিলা গবালি নিবন্ধিত পাঠৰামাকু তাজ

নামৰে নামৰ কৰিয়া ও তাজ নামৰে

এক বিদ্যালয় পাই পাশৰ দাবি

কৰায়াজিতো। বিদ্যালয়ে বিদ্যালয়

লিখিত তাৰে জুজুৰা পাই জিলা পাই

নিৰ্দেশ দেৱেছি। ভাজপা কৃষক

মোক্ষ যাধাৰণ স্বামাক স্বদেশ

পঞ্চাঙ্গ নেতৃত্বে এক প্ৰতিশুলি দল

নামুনৰ আৰডিভাস্তু কৰায়াজিতো

ভাজা মাখামাহি গোপালৰ গুৱামুক্ত

গুৱামুক্ত উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি, উভোৱন কৰায়াজিতো।

প্ৰতিশুলি পাই পাশৰ বিদ্যালয়

জুজুৰা পাই অধান নদাৰাম

মামাতি,

ଘର ଖାତ୍ରୀ ରଖିଥିଲେ...

ଚପିଂ କୋର୍ଡ ସମ୍ପଦକର୍ତ୍ତରେ

ପରିବା କାଟିବା ପାଇଁ ଅଧିକାଂଶ ଗୃହିଣୀ ଘରେ
ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ଚପିଂ ବୋର୍ଡ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି କିନ୍ତୁ
ଏହାର ବ୍ୟବହାର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖରାପ।

ପ୍ରାଣିକୁ ଚପି ବୋର୍ଡରେ ପରିବା
ଜାତିବା ଫଳରେ ସେଥିରେ ଥିବା
ମାଜଙ୍ଗୋ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଆମ ଶରୀର
ଉପରକୁ ଯାଇଥାଏ, ଯାହା ଅଟ୍ୟେନ୍
ପରାପା । ବାରମାର ଛୁଟିରେ କାଟିବା
ଫଳରେ ଏଥିରେ ହୋଇଥିବା ଦାଗ
ବ୍ୟାନରେ ବ୍ୟାକ୍ତେରିଆ ହେବାର
ବ୍ୟାଶଙ୍କା ରହିଥାଏ । ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବିଶ୍ଵଚିତ୍
ହ୍ରାଇ ନଷ୍ଟହେବା ପାଇଁ ହଜାର
ଜାର ବର୍ଷ ଲାଗିଥାଏ । ତେଣୁ
ରାଇକୁ ଯାଉଥିବା ମାଜଙ୍ଗୋ
ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ନଷ୍ଟ ନ ହୋଇ ରହୁଥିରେ
ଶିଥିଏ, ଯାହା ବନ୍ଧୁ ସମସ୍ୟା
ପୃଷ୍ଠା କରିଥାଏ । କାଠର ବୋର୍ଡ
ଏଥ ବ୍ୟାକ୍ତେରିଆ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।
ପ୍ରିୟ ବୋର୍ଡ ବ୍ୟକହାର ଫଳରେ
ଭଜି ସମସ୍ୟା ଆସିପାରେ ଆସନ୍ତୁ
ଗଣିବା ।

ଚପି ବୋର୍ଡ ମାଧ୍ୟମରେ

ସାମାଜିକାରରେ ସଫଳତା ଲାଗି...

ଶକ୍ତାଗତ ଯୋଗ୍ୟତା ସହ୍ର ଅମେକ ସମୟରେ
ସାକ୍ଷାତ୍କାରରେ ବିଫଳତା ମିଳିଥାଏ । ତେବେ
ଏଥରେ ସଫଳ ହେବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ
ଦିଗରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରିବାକୁ ହେବା ।

■ ସାକ୍ଷାତକାର ଦେବାକୁ ଯିବା
ବୁନ୍ଦୁ ସର୍ବପ୍ରଥମେ କେଉଁ ସବୁ
ଷମୟରେ ଆପଣଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ ଆସିବ
ସମେଜ ପ୍ରୟୁତ ହୁଅଛୁ। ନଚେତ
ସହି ସବୁ ବିଶ୍ୱାସରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଭର
ଦଳ ନ ପାରିଲେ ଆପଣଙ୍କ
ଜୀବାକୁ ନେଇ ସେଠାରେ ଭିନ୍ନ
ରିଷ୍ଟ୍ରିଟ ସ୍ଵର୍ଗ ହୋଇପାରେ ।

■ ନିଜର ଆଗ୍ରହ ଥିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ହେଁ
ଆରୀଯର ଚଯନ କରନ୍ତୁ । ଫଳରେ
କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣ ନିଜ ଆତ୍ମ ଭିନ୍ନ
ଛି କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟାସ କରିବେ ।

ଫଳରେ ଆପଣ ଏ କ୍ଷେତ୍ରର ନିଜକୁ
ଧରିବାରୁୟରେ ଯୋଗ୍ୟ ପ୍ରମାଣିତ
ରିପାରିବେ ।

■ ସାକ୍ଷାତକାର ନିମିତ୍ତ ପ୍ରତିଦିନ
ଜୀବାସ କରନ୍ତୁ । କିତଳି ସମୟଙ୍କ
ମାନ୍ୟରେ କହିବେ ସେକଥୀ ଭାବି
ପ୍ରୟୁତ ହୁଅଛୁ । ସଫଳ ନ ହେବା

ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାରମାର ବିଷୟବସ୍ତୁ
ପଡ଼ନ୍ତୁ । ଏହା ସହ ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିର
ବଢ଼ାଇବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରନ୍ତୁ ।

■ ସାକ୍ଷାତକାରକୁ ଯିବା
ସମୟରେ ପରିଧାନର ଏକ
ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱ ରହିଥାଏ ।
ସେଥିପ୍ରତି ଧାନ ଦେବାକୁ
ଭୂଲନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଯେଉଁ କମ୍ପାନାକୁ
ଲକ୍ଷ୍ମୀରଭ୍ୟ ଦେବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି
ସେଠି ଅନ୍ୟମାନେ କିଭଳି
ପୋଷାକ ପିନ୍ଧୁକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ
କରନ୍ତୁ । ସହି ଅନୁସାରେ ନିଜେ
ପ୍ରୟୁତ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତୁ ।

■ ଏହି ସମୟରେ ଆମବିଶ୍ୱାସ
ହରାନ୍ତୁ ନାହିଁ । କୌଣସି ବିଶ୍ୱାସରେ
ଜାଣିନାହାନ୍ତି ଭାବି ଆଦୌ ନର୍ତ୍ତୟ
ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ବରଂ ଆମବିଶ୍ୱାସ
ଥିବା ଅନୁଭବ କଲେ ଆପଣ
ସଫଳ ହୋଇପାରିବେ ।



ଆଜିକାଳି ଅଧ୍ୟକାଶ
ପରିବାରରେ ମେଘଙ୍କ
ସହାୟତା ମେଦାକୁ
ବାଥ ହେଉଛନ୍ତି
ଗୃହିଣୀ । ତେବେ ଘରେ
ଏମାନେ କାମ କରୁଥିବା
ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ
ଦିଗକୁ ନେଇ ସତେତନ
ରହିବାକୁ ହୁଏ ନଚେତ୍
ବହୁ ସମସ୍ୟା ଆସିଥାଏବା
ଏହି ଦୃଷ୍ଟିରୁ କେଉଁ ସବୁ
କଥାକୁ ଦୃଷ୍ଟିଦେବାକୁ
ହେବ ଜାଣନ୍ତୁ...

ଥାଜିକାଳ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳା କର୍ମଚାରୀ ହେବାକୁ ପ୍ରସାଦ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ପରକାମରେ ସହାୟତା ପାଇଁ ସେମାନେ ମେଡ଼ ରଖିବାକୁ ବାଧ ହେଉଛନ୍ତି । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗୃହିଣୀମାନେ ଏକାନିବର୍ଷା ପରିବାରରେ ରହୁଥିବାରୁ ମେଡ଼ଙ୍କ ସହାୟତା ମେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି । ଏଭଳି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ କେହି ମୁଲ୍କ ଗାଇମ ତ କେହି ପାର୍ଟ ଗାଇମ ମେଡ଼ ରଖୁଛନ୍ତି । ତେବେ ଯାହା ବି ହେଉ ଘରେ ଯଦି ମେଡ଼ କାମ କରୁଛି ସେ ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସଚେତନ ରହିବାକୁ ହେବା । ନଚେତ ଏମାନଙ୍କ କାରଣରୁ ବହୁ ପାରିବାରିକ ଓ ଧାରାଜିକ ବିଶ୍ଵାସିଳା ସୃଷ୍ଟି ହେବାକୁ ବେଶି ସମୟ ଲାଗିବ ନାହିଁ ।

ମେଡ଼ ସାମ୍ବାରେ ଝଗଡ଼ା କରିଛୁ ମାହି: ବେଳେବେଳେ ଅତ୍ୟଧିକ ରାଗରେ ଆମେ କାହାକୁ କ’ଣ ସବୁ କହି ଦିଅନ୍ତି ସେକଥା ନିଜେ ବି ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏଭଳି ପ୍ରିତିରେ ଘରେ ଯଦି ମେଡ଼ କାମ କରୁଥିବାବେଳେ ଆପଣ କାହା



ଆଗରେ ଏତଳ ଖୁଲ୍ଲ କରନ୍ତୁ ନାହା
ବିଶେଷକରି ସ୍ବାମୀଙ୍କ ସହ ଝଗଡ଼ା
କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କ ନିୟା କରନ୍ତୁ
ନାହିଁ : ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କ ବିଷୟରେ
ମେଉ ଆଗରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର
ନକାରାମକ କଥା ଜୁଣ୍ଡୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା
ତା' ଠାରୁ ଶୁଣନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏତଳି ଖୁଲ୍ଲ
ପାଇଁ ବହୁ ଆପଣ ଅସୁରିଧାରେ
ପଢ଼ି ପାରନ୍ତି ।
କାରଣ କୌଣସି
ମୁସ୍ତକୁ ରେ
ହୁଏତ ମେଉ
ପ ଦେବ । ଶୀଙ୍କ
ଆଗରେ ଆପଣ
କହିଥିବା କଥା
କହି ସେମାନଙ୍କ
ନୀ କ ଚ ତ ର
ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା
କରିପାରେ । ଏହା
ଫଳରେ ଅସଥାରେ ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କ
ସହ ଆପଣଙ୍କର ସମ୍ପର୍କ ଖରାପ
ହୋଇପାରେ ।

ଟଙ୍କା ଥିବା ନେଇ ଦେଖେଇ
ହୁଅଛୁ ନାହିଁ : ଆପଣଙ୍କର ଅଧିକ
ଟଙ୍କା ଓ ମୁଣ୍ଡା ଅଳକାର ଅଛି ବୋଲି
ମେଉ ଆଗରେ ଆଦୋ ପ୍ରକାଶ
କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କି ସେଇତି କୌଣସି
ଆଗରଣ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । କାରଣ
ଟଙ୍କା ପ୍ରତି ଅଧିକାଶ ମେତ୍ରଙ୍କର
ଲୋଭ ଆସିଥାଏ । ଫଳରେ
ସେମାନେ ଟଙ୍କା ନେବା ପାଇଁ
ହୁଏତ ଆପଣଙ୍କ ମିଛ କହିପାରନ୍ତି

ଗାଇଡ୍ କରିବାକୁ ସେ

ଘରକାମରେ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଁ ମେଡ଼ ରଖୁଛି
ସତ, ହେଲେ ସେଥିପାଇଁ ବହୁ ଚେନ୍‌ସନ
ନେବାକୁ ପଡ଼ୁଛି। ଅଧିକାଶ ଦିନ ସେ ଠିକ୍
ସମୟରେ ଆସୁନାହିଁ। ବେଳେବେଳେ
ସକାଳ ସମୟରେ ଡେରି କରିଦେଉଛି
ତ କେବେ ପୁଣି ସନ୍ଧ୍ୟାବେଳେ ଡେରିରେ
ଆସୁଛି। ଏଥିପାଇଁ ଅସୁରିଧା ହେଲେ ବି କିଛି
କହିହେଉନି। ମେଡ଼କୁ ବିଳମ୍ବ କଥା ପଚାରିଲେ
ସେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଜାରଣା କହିଥାଏ। ତେଣୁ ଭଲ ଲାଗେନି। ବରଂ
ନିଜେ ବେଳେବେଳେ କଷ୍ଟ ହେଲେ ବି କାମ କରିଦିବ। ସେ ଆସିବା
ପରେ ତା' ପାଇଁ କମ୍ପ କାମ ଥାଏ। ଏହା ସହ ସେ କାମ କରିବାବେଳେ
ସବୁବେଳେ ତାକୁ ଗାଇଦି କରିବାକୁ ହୁଏ, ନଚେତ ସବୁ କାମ ଏପଚ
ସେପଚ କରିଦେବ। ତେଣୁ ସବୁବେଳେ ତା' ଉପରେ ନଜର ରଖିବା
ସହ ତାକୁ କଣ ସବୁ କରିବାକୁ ହେବ କହିଥାଏ।

- ମହାତ୍ମା ଜେନ୍ଦ୍ରା, ଗୃହିଣୀ, ବରତାଳ୍ପାତା, ଖୁବନେଶ୍ୱର
 ସିସିଟିଭି ଲାଗେଇଛି
 ଘରେ ମେଘ ରଖିଛି ବୋଲି ସିସିଟିଭି ଲାଗେଇବାକୁ ବାଧ ହେଲି।
 କାହିଁକିମା ସେମାନଙ୍କୁ ସହଜରେ ବିଶ୍ୱାସ କରି
 ହେଉନି। ସିସିଟିଭି ଲାଗେଇଛି ଜାଣିବା
 ପରେ ସେ କୌଣସି ଭୁଲ କାମ କରିବାକୁ
 ସାହସ କରୁନି। କିନ୍ତୁ ଅନେକ ଥର ଡେରିରେ
 ଆସିବା ଆର ବାରମାର ଛୁଟିରେ ରହିବା ପାଇଁ
 ସେ ବାହାନା କରେ। ସବୁ ଜାଣିବା ପରେ ବି
 ତାକୁ କିନ୍ତି କହି ହୁଏନି। ଯାହା ବି ହେଉ ସେ ନ
 ଆସିଲେ ସବୁ କାମ କରିଛେବନି। ଘରର ସବୁ
 କାମ, ପିଲାଙ୍କ ଖରର ବୁଝିବା ପାଇଁ ମତେ ଏକା ସମୟ ହେଉନି। ତେଣୁ
 ମେଘ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଛି। ସେ ଆସିବା ଫଳରେ ମତେ ସାହସ୍ୟ
 ମିଳୁଛି। ତେଣୁ ବାଧହୋଇ ତାକୁ କାମ କରିବାକୁ କଷ୍ଟ ଓ ସେ କାମ
 କରିବାବେଳେ ସବୁବେଳେ ମୋ ନଜର ବି ତା' ଉପରେ ରହିଥାଏ ।

କମ୍ପ ଚୋରୀ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା
କରିପାରନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କ
ଆଗରେ ଚଙ୍ଗାର ଲୋଭ ସୁଷ୍ଟି
କାରାନ୍ତୁ ନାହିଁ ନିଜ ଅସୁବିଧାରେ
ପଡ଼ିବେ ।

ବିରୋଧରେ ଗପିବାକୁ
ପ୍ରସ୍ତୁତ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ : ଅନେକ
ସମୟରେ ଘରେ କାମ କରିବା ସହ
ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ହୃଦୟରେ
କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ମେହା ।
ଏଥପାଇଁ ସେମାନେ ପ୍ରଥମେ
ଘରର ସଦସ୍ୟକ ସହ ଘନିଷ୍ଠତା
ଦେଖାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ପରେ
ଜଣଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଅନ୍ୟ ଆଗରେ
କହି ନିଜର ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ।
କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କୁ ଏହି ସୁଯୋଗ ଦିଅନ୍ତୁ
ନାହିଁ । ଏମିତିକି ବାହାର ଲୋକଙ୍କ
ବିଶ୍ୟରେ ଯଦି ସେମାନେ କିଛି

କହିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ହେସବୁ
ମଧ୍ୟ ଶୂନ୍ୟ ନାହିଁ । ଘରର କୌଣସି
ସଦସ୍ୟଙ୍କ ବିଶ୍ୟରେ ଆପଣଙ୍କ
କହି ଆମିଶତା ଦେଖାଇବା
ଚେଷ୍ଟାକଲେ ଦୁଇତ ଆକଟ କରନ୍ତୁ
ଦାମୀ ଜିନିଷକୁ ସୁରକ୍ଷିତରେ
ରଖନ୍ତୁ : ଘରର କୌଣସି ଦାମ
ଜିନିଷକୁ ଖାମଖାଲ ଭଙ୍ଗରେ
ଏଣେ ତେଣେ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ
କାରଣ ମେଉ ଯେ ସତୋର
ହୋଇଥିବେ ତା' ସୁରବେଳେ
ଠିକ୍ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ତେଣେ
ଲୋଭର ବଶବରୀ ହୋଇ
ଯେ ତୋର କିମ୍ବା ଆକ୍ରମ
ଯୋଜନା କରିପାରନ୍ତି । ଏଥାବଦି
ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିଚାରକଲେ ଘରେ ସାଥେ
ଜିନିଷକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ପ୍ଲାନରେ
ସାଇତି ରଖିବା ହାଁ ଠିକ୍ ହେବ ।



ବର୍ଷାରେ ଗ୍ରୋଟିଂ ସିମ୍ବୁଦ୍ଧି

ବର୍ଷାଦିନେ ସୁନ୍ଦର ଓ
ଗୋଇ ଦ୍ଵିତୀ ପାଇବା
ନିମନ୍ତେ କିତଳି ଯତ୍ତ
ନେବାକୁ ହେବ
ଜାଣିରଖନ୍ତା

- ▶ ଦ୍ଵିତୀୟ ସୁଦେଶ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ କ୍ଲିଞ୍ଚର ଲଗାନ୍ତୁ । ଯେକୌଣସି ପ୍ରକାରର ଲାଇଟ୍ କ୍ଲିଞ୍ଚର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରାକୃତକତାବେ ଦ୍ଵିତୀୟ ଚିକଣ ରହିଥାଏ । ତେବେ ମୁଣ୍ଡକୁ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ଭଲ କ୍ଲାନ୍ତିର କ୍ଲିଞ୍ଚର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।
- ▶ ବର୍ଷାଦିନେ ଦ୍ଵିତୀୟ ସାମାନ୍ୟ ତିଳା ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରତିଦିନ ମଣ୍ଠରାଜଙ୍କର ଲଗାନ୍ତୁ । ଫଳରେ ଦ୍ଵିତୀୟ ସୁଦେଶ ଦେଖାଯିବ ।
- ▶ ବର୍ଷାଦିନେ ବି ବାହାରକୁ ବାହାରିଲେ ସନ୍ତ୍ରିନ୍ଦ୍ରିୟ ଲୋସନ ଲଗାନ୍ତୁ । ଏହି ରତ୍ନରେ ଦ୍ଵାରା ଅଧିକ ଅଧିଳି ଦେଖାଯାଏ, ତେଣୁ ଖାରବେବୁ ସନ୍ତ୍ରିନ୍ଦ୍ରିୟ ଲୋସନ ଲଗାଇବା ଦରକାର । ସାଧାରଣତଃ ଖରାଦିନେ ସନ୍ତ୍ରିନ୍ଦ୍ରିୟ ଲୋସନ ଲଗାଇବା ଦରକାର ବୋଲି ଲୋକେ ଭାବିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏହି



ଧାରଣା ଭୁଲ । ସବୁ ରହୁରେ ସମ୍ପଦିନ ଲୋଶନ
ଲଗାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

▶ ବର୍ଷାଦିନେ ଯଦି ମୋକାଥ୍ୟ ନେଉଛାନ୍ତି ତେବେ
କୁଟି ପେପର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ଏଥରେ
ମୋକାଥ୍ୟ ଭଲଭାବେ ସେବା ହୋଇ ରହିବା
ଓ ମୁହଁରେ ଥିବା ଅତ୍ୟଧିକ ଟେଲ ଅଂଶ କମ୍
ହୋଇଯିବା ।

▶ ବର୍ଷାଦିନେ ଦୂରାର ଗ୍ରୋ ବଡ଼ଙ୍ଗବା ପାଇଁ
ଉଶ୍ମାମଧ୍ୟରେ ମୁଁହଁ ଝୁଆନ୍ତି ଏହା ସହ ମଞ୍ଚରେ
ମଞ୍ଚରେ ସ୍ଵର ନିଶ୍ଚଯ କରନ୍ତୁ ପାଣି ଅଧିକ
ପିଅନ୍ତୁ ଏହା ବ୍ୟତିତ ଭାଗମିଳି ସି ସେବମୁଁ
ଲଗାନ୍ତି ଏଥୁରେ ଆଶୀ ଅକ୍ଷିତାକ୍ଷର ଥାଏ । ତେଣୁ
ଏହା ଦୂରା ପାଇଁ ବହୁ ଜରୁରୀ । ପ୍ରତିଦିନ ଏହାର
ବ୍ୟବସାର ଫଳରେ କ୍ଷିନ୍ତ ଚାଇଟ୍ ହେବା ସହ

ଶାନ୍ତିରୁଚି

ଭେଦିଟେବଳ ହିଙ୍ଗ ରୋଲ



ଶୋଇ କରି କାଟି ପକାଇ ଭାଜନ୍ତୁ ।
ଅଛୁ ଭାଜିହୋଇ ଆସିଲେ
ସେଥିରେ କଟାହୋଇ ରହିଥିବା
ସମସ୍ତ ପରିବାକୁ ପକାନ୍ତୁ । ଏବେ
ଲୁଣ ପକାନ୍ତୁ । କିଛି ସମୟ ପରେ
ସେଥିରେ ଯୋଯାସ୍ଵ ପକାଇ
ଗୋଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଅଛୁ ଭାଜିବା
ପରେ କଢ଼େଇ ଓଝାଇ ଥଣ୍ଡା କରିବ
ପାଇଁ ଛାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏବେ ବେଳି
ରଖିଥିବା ରୋଳନ୍ତୁ ଆଣି ସେଥିରେ
ପୂର ଭର୍ତ୍ତ କରନ୍ତୁ । ଭଲଭାବେ
ଫୁଲପଟନ୍ତୁ ବୟ କରି ରଖନ୍ତୁ । ଏବେ
କଢ଼େଇରେ ତେଲ ଗରମ କରି ଡ୍ରିଙ୍କ
ରୋଲଗୁଡ଼ିକୁ ଛାନ୍ତି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏବେ
ଏହାକୁ ସମ୍ବେଦିତ ଖାଆନ୍ତୁ ।

