नालको NALCO

अप्रैल-जून 2024

Sanginee

संगिनी

Smile... Stride... Scintillate

Editor-in-Chief
Sasmita Patra, President
NALCO Mahila Samiti

Editorial Board
Swayamprava Rath
Shikta Singh
Himanshu Rai

Co-ordinator
Kamana Singh

Design concept
Bibhu Prasad

April to June

प्रकाशक
नालको महिला समिति के
संयुक्त प्रयास से राजभाषा प्रकोष्ठ,
नेशनल एल्यूमिनियम कंपनी लिमिटेड
निगम कार्यालय, भुवनेश्वर

संपादकीय

प्रिय पाठकों,

संगिनी के वर्तमान अंक के सम्पादकीय के माध्यम से एक बार फिर आप सबसे रूबरू होने का मौका मिला। मुझे पूरी उम्मीद है कि पिछले दिनों में आपने लोकतंत्र के महापर्व में अपनी सहभागिता सुनिश्चित करते हुए अपने राष्ट्र व भावी पीढ़ी के वर्तमान एवं भविष्य हेतु जनादेश में अपनी अमूल्य योगदान दिया होगा। इसके अतिरिक्त हमने पर्यावरण संरक्षण के मार्ग से गुजरते हुए रज-पर्व के उल्लास में आनंदमय होकर स्वयं, परिवार, समाज, राष्ट्र के माध्यम से विश्व-कल्याण हेतु योग दिवस पर योगाभ्यास करके योग को अपने दैनिक दिनचर्या में हिस्सा बनाने का संकल्प भी किया।

योग का हम सभी के जीवन पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। माना जाता है कि इसे करने से व्यक्ति बड़े से बड़े तनाव से छुटकारा पा सकता है। आजकल ऑफिस और पारिवारिक समस्याओं के चलते हर दूसरा व्यक्ति तनाव से ग्रस्त है। ऐसे में सभी को योग करने की विशेष सलाह दी जाती है। इससे न केवल मानसिक शांति मिलती है बल्कि सोचने समझने की क्षमता में भी वृद्धि होती है। वहीं कुछ लोग योग के साथ ध्यान करने पर अधिक विश्वास रखते हैं, क्योंकि इससे सुकून और संतुलन होने का एहसास होता है।

आसन, ध्यान, धारणा, समाधि ये योग के चरण माने जाते हैं। ध्यान करते समय व्यक्ति अपनी एकाग्रता को गहराई तक ले जाने का प्रयास करता है, जिससे एकाग्र क्षमता बढ़ती है। साथ ही इसे करने से मन के विचलन को भी कम किया जाता है। वहीं धारणा की हमारे जीवन में अहम भूमिका होती है। धारणा में व्यक्ति बाहरी चीजों से मन हटाकर एक बिंदु पर स्थिर होता है। इसमें मन पूरी तरह से शांत और किसी एक चीज पर केंद्रित हो जाता है। इस दौरान व्यक्ति को आंतरिक शांति और स्पष्टता का अनुभव होता है। इसके अलावा समाधि, जिसे योग का अंतिम स्तर माना जाता है। इसे आध्यात्मिक और ध्यान की उच्च अवस्था कहते है, जिसमें व्यक्ति को शांति और सुकून का अनुभव होता है।

स्त्री परिवार की, समाज की धूरी होती है, जिस कारण परिवार के देखरेख का सर्वोच्च भार परिवार की महिलाओं का ही होता है। योग के माध्यम से स्त्रियाँ अपने इस दायित्व का निर्वहन भली प्रकार से कर सकती हैं।

संगिनी के इस अंक में हमने मताधिकार, पर्यावरण, साइबर सुरक्षा, माँ के साथ-साथ स्त्री के व्यक्तित्व एवं रामनवमी के अतिरिक्त रसोई को भी कलमबद्ध करने का प्रयास किया है। आशा है, यह आपके अपेक्षानुरूप होगी। इन्हीं शब्दों के साथ महाप्रभु जगन्नाथ के श्रीचरणों में शीश नमन करते हुए समस्त जनों की मंगलकामना के साथ यह अंक आप सबके समक्ष प्रस्तुत करती हूँ।

जय हिंद, जय भारत।

ସଂପାଦକୀୟ

ମୋର ପ୍ରିୟ ପାଠକ ବନ୍ଧୁଗଣ,

ସଙ୍ଗିନୀର ଏହି ବିଶେଷ ଅଙ୍କରେ ସମ୍ପାଦକୀୟ ମାଧ୍ୟମରେ ପୁଣି ଆପଣମାନଙ୍କ ସହ ଯୋଡ଼ି ହେବାର ଏକ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ସୁଯୋଗ ଆସିଛି। ମୋର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ବିଗତ ମାସରେ ଲୋକତନ୍ତ୍ରର ମହାନ ପର୍ବରେ ଆପଣମାନେ ନିଜ ରାଷ୍ଟ୍ର ନିର୍ମାଣରେ ତଥା ବର୍ତ୍ତମାନ ଓ ଭବିଷ୍ୟତ ଗଠନ ପାଇଁ ନିଜର ଅମୂଲ୍ୟ ଯୋଗଦାନ ଦେଇଥିବେ। ଆମେ ଏ ଭିତରେ ପରିବେଶ ସଂରକ୍ଷଣରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ରଜପର୍ବକୁ ଆନନ୍ଦ ଉଲ୍ଲାସର ସହିତ ପାଳନ କରିବା ସାଙ୍ଗେ ସାଙ୍ଗେ ନିଜର, ସମାଜର, ରାଷ୍ଟ୍ରର ତଥା ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱର କଲ୍ୟାଣ କରୁଥିବା ଯୋଗର ଗୁରୁତ୍ୱକୁ ଉପଲବ୍ଧି କରି ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ କରିଛେ। ଯୋଗକୁ ଆମ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନଚର୍ଯ୍ୟାର ଏକ ଅଙ୍ଗ କରିବାର ସଙ୍କଳ୍ପବଦ୍ଧ ହୋଇଛେ ।

ଯୋଗ ଆମ ଜୀବନରେ ଏକ ସକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପକେଇଥାଏ। ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ଅନେକ ସ୍ତରରେ ମାନସିକ ଚାପରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇଥାଏ। ଆଜିକାଲିର ରହଣ ଶୈଳୀ ଏପରି ହେଲାଣି ଯେ ମଣିଷ ଅଫିସ, ପରିବାର, ସମାଜକୁ ନେଇ ପ୍ରାୟତଃ ମାନସିକ ଚାପରେ ଗ୍ରସ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି। ତେଣୁ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଯୋଗ କରିବାକୁ ବିଶେଷ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଉଛି। ଏଥିରେ ଯେ କେବଳ ମାନସିକ ଶାନ୍ତି ମିଳେ ତାହା ନୁହେଁ ବରଂ ଧୀଶକ୍ତି, ବୁଦ୍ଧିଶକ୍ତି ତା ସହ ବୁଝିବା ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ। କେହି କେହି ଯୋଗ ସହ ଧ୍ୟାନ କରିବାରେ ଅଧିକ ବିଶ୍ୱାସ ରଖନ୍ତି। ଏହା ମନକୁ ଶାନ୍ତ, ସନ୍ତୁଳିତ ରଖିବାରେ ବିଶେଷ ସହାୟକ ହୁଏ।

ଆସନ, ଧ୍ୟାନ, ଧାରଣ, ସମାଧି ଆଦି ଯୋଗର ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ। ଧ୍ୟାନ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ଏକାଗ୍ରତାର ଗହୀରତାର ଚରମ ସୀମାକୁ ଯିବାର ପ୍ରୟାସ କରେ ଯଦ୍ଦ୍ୱାରା ତା'ର ଏକାଗ୍ରତା ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ। ସେହିପରି ଧାରଣାର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି। ଧାରଣା ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ବାହାର ଦୁନିଆରୁ ମନକୁ ହଟେଇ ଏକ ବିନ୍ଦୁରେ ହିଁ ମନକୁ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ କରିଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ମନ ପୂରା ଶାନ୍ତ, ସମାହିତ ହୁଏ। କେଉଁ ଏକ ବସ୍ତୁ ଉପରେ କେନ୍ଦ୍ରୀଭୂତ ହୁଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ତା ଅନ୍ତରରୁ ଶାନ୍ତି, ସ୍ୱଷ୍ଟତା ଅନୁଭବ କରେ। ସମାଧି ଯୋଗର ଅନ୍ତିମ ସ୍ତର ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ। ଏହା ଆଧ୍ୟାତ୍ମ୍ୟ ର ଏକ ଉଚ୍ଚ ସୋପାନ। ଏହାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟକ୍ତି ଶାନ୍ତି, ପରିତୃପ୍ତି ଲାଭକରେ ।

ସ୍ତ୍ରୀ, ପରିବାର ତଥା ସମାଜର ଧାରୟତ୍ରୀ । ସେ ପରିବାରର ଦେଖାଶୁଣାର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାର ବହନ କରେ। ଯୋଗ କରି ସ୍ତ୍ରୀ ମାନେ ଏ ଦାୟିତ୍ୱକୁ ଭଲଭାବରେ ତୁଳେଇ ପାରିବେ ବୋଲି ମୋର ବିଶ୍ୱାସ ।

ସଙ୍ଗିନୀର ଏହି ବିଶେଷ ଅଙ୍କରେ ଆମେ ମତ-ଅଧିକାର, ପରିବେଶ ସଂରକ୍ଷଣ, ମାଁ ତଥା ସ୍ତ୍ରୀର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଏବଂ ରାମନବମୀ ସ୍ଥାନିତ କରିଛୁ। ତା ଛଡ଼ା ଆମ ରୋଷେଇ ମଧ୍ୟ ଆମେ ଆମ କାଳମରେ ସ୍ଥାନ ଦେଇଛୁ। ମୋର ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ୱାସ ଏହା ଆପଣମାନଙ୍କ ମନଲାଖି ହେବ। ଆସନ୍ତା ଦିନରେ ଆମେ ଆମ ଓଡ଼ିଆଙ୍କ ଗର୍ବର ପ୍ରତୀକ ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ରଥଯାତ୍ରା ପାଳନ କରିବା। ସେହି ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଶ୍ରୀଚରଣରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ମଙ୍ଗଳ କାମନା କରି ଏହି ବିଶେଷାଙ୍କକୁ ପ୍ରଦାନ କରୁଛି।

ଜୟ ହିନ୍ଦ୍, ଜୟ ଭାରତ।

ସସ୍ମିତା ପାତ୍ର

अक्षय तृतीया

अक्षय तृतीया भारत में हिन्दू धर्म में मनाया जाने वाला एक त्यौहार है। अक्षय तृतीया को अक्ती भी कहा जाता है। हिंदू कैलेंडर के अनुसार, वैशाख माह के शुक्ल पक्ष की तीसरी तिथि को अक्षय तृतीया के रूप में मनाया जाता है। अक्षय का अर्थ है अनंत जो कभी ख़त्म न हो। पुराणों के अनुसार इस दिन शुभ कार्य करने का विशेष महत्व है। इस साल अक्षय तृतीया 10 मई को मनायी गयी।

यह बहुत शुभ दिन है क्योंकि

- इस दिन भगवान विष्णु के छठे अवतार परशुराम जी का जन्म हुआ था।
- इसी दिन रसोई माता अन्नपूर्णा का जन्म भी हुआ था।
- इसी दिन गणेशजी ने महाभारत लिखना शुरू किया था।
- इसी दिन माता गंगा भी स्वर्ग से धरती पर आई थी।

इस दिन के महत्व को सिद्ध करने के लिए बहुत सी कहानियाँ हैं।

कहानी 1:- भगवान कृष्ण अपने मित्र सुदामा के पास गये। सुदामा बहुत गरीब थे। वह एक झोपड़ी में रहते थे और उनके पास भगवान को खिलाने के लिए कुछ भी नहीं था। प्रेम से, सुदामा ने श्री कृष्ण को कुछ चावल खाने के लिए दिए। श्रीकृष्ण खाना खाकर आत्मतृप्त हुए और उस दिन भगवान ने अपने मित्र सुदामा की कुटिया को महल में बदल दिया। यह शुभ दिन अक्षय तृतीया पर ही हुआ था।

कहानी 2:- एक वैश्य था, जो पैसों के कारण तनाव में रहता था। एक दिन उसने कुछ ऋषियों से अक्षय तृतीया का महत्व सुना कि इस दिन पूजा, यज्ञ और दान करने से सब कुछ अनंत हो जाता है। उसने इस दिन सुबह जल्दी स्नान किया, लक्ष्मी माता को फूल, धूप, प्रसाद चढ़ाया और दान किया। वह हर अक्षय तृतीया पर ये शुभ कार्य करता गया और अगले जन्म में वह राजा बना। मान्यता है कि इस दिन जो कुछ भी किया जाए, वह आपके भविष्य में बहुत बड़ा हो जाता है।

कहानी 3:- इस दिन भगवान श्री कृष्ण ने द्रोपदी को अक्षय पात्र दिया था। जब ऋषि दुर्वासा पांडवो के घर भोजन ग्रहण करने आये थे। पाण्डव वनवास काट रहे थे और घर में खाने को कुछ भी नहीं था। द्रौपदी ने थोड़ी देर पहले ही सबको भोजन करा दिया था और पात्र में कुछ भी नहीं बचा था। चूँकि द्रौपदी कृष्ण का नाम हमेशा सुमिरन करती थी, उसी वक्त श्रीकृष्ण आए और द्रौपदी से बोले "खाने में क्या है मुझे बहुत भूख लगी है" ? द्रौपदी बोली "क्षमा करे प्रभु खाने में तो कुछ भी नहीं है"। श्री कृष्णा बोले "अरे कैसे नहीं है ? इस पात्र में तो मुझे एक चावल का दाना दिख रहा है"। श्री कृष्ण ने उस एक दाना चावल को जब खाया तो उनका हृदय संतुष्ट हो गया और वह द्रौपदी को बोले "मैं जा रहा हूँ, पांचाली। मेरी भूख शांत हो गई है" और श्री कृष्ण चले गए। तभी दुर्वासा ऋषि स्नान करके भोजन ग्रहण करने आए। द्रौपदी चिंता में आ गई कि वह दुर्वासा ऋषि को कैसे भोजन कराएंगी ? तभी रसोई से खाने की सुगंध आने लगी। जिस पात्र में भगवान श्री कृष्ण ने एक दाना चावल खाया था वह अक्षय पात्र बन गया और उसमें बहुत सारा चावल था। द्रौपदी भगवान के चमत्कार को समझ गई। फिर क्या द्रौपदी ने ख़ुशी-ख़ुशी ऋषि दुर्वासा और उनके शिष्यों को भोजन कराया।

कहानी 4:- श्री कृष्ण युवा थे और वे गौ चारण के लिए जाना चाहते थे। लेकिन उनकी माँ यशोदा ने कहा कि "लला मुंडन कराने के बाद ही गौ-चारण के लिए जाया जाता है"। श्री कृष्ण बोले "बड़े भाई बलराम भी गाए चराने के लिए जाते है। मैं भी जाउंगा"। तो माँ यशोदा बोली "बलराम का मुंडन हो चुका है लला"। श्रीकृष्ण बोले "मेरा भी करा दो"। तो नंदबाबा बोले "ऐसे कैसे करा दे मुंडन। बड़ा आयोजन कराएंगे"। लला कृष्ण तो अड़ ही गए। माता यशोदा बोली "नज़दीक में ही अक्षय तृतीया है तब लला का मुंडन करा देंगे"। अक्षय तृतीया के दिन मुंडन होने के बाद लला बोले "मैं जा रह हूँ गौ चारण के लिए"। माता बोली "बहुत गर्मी है अभी कहाँ जा रहे हो"।

लला बोले “मैंने इतने सुंदर केश दे दिए गौ चारण के लिए। अब तो मैं जाऊंगा”। माता यशोदा नंदबाबा से बोली “ले जाओ इसे और जल्दी ही ले आना”। लला कृष्ण गौ चारण के लिए गए लेकिन कुछ देर में ही गर्मी से उनकी हालत खराब हो गई। तब ही ललिता और कुछ सखियों ने देखा कि लला की हालत ठीक नहीं है तो उनहोने नंदबाबा को बोला “आप इसे यहीं छोड़ दे। हम थोड़ी देर में लला को घर छोड़ देंगे। लाला की ऐसी हालत देख कर ललिता और सखियों ने लला कृष्णा के शरीर पर चंदन का लेप लगाया और उनको पेड़ के नीचे बैठा दिया। लला सो गए और उठने के बाद उन्हें बीज के लड्डु और इलायची का शरबत पिलाया। यह दिन भगवान को बीज के लड्डू का भोग भी लगाया जाता है ।

इस दिन श्रेष्ठ कार्य करना चाहिए, जिससे उसका फल अनंत हो जाता है।

- पूजा करना
- चावल दान करना
- गाय को खाना खिलाना
- साधना करना
- अपने घर चावल लाना
- सोना चाँदी खरीदना

आप सभी को अक्षय तृतीया की अनंत अनंत शुभकामनाएँ।

कीर्ति खैरा
अनुगुळ

माँ बन गई हूँ

अब रातें जागकर भी,
दिन में नहीं सोती हूँ।
उसके आधे घंटे की नींद में
घर के सारे काम निपटा लेती हूँ।

कभी ब्रश करना भूल जाती हूँ,
तो कभी नहाना भूल जाती हूँ।
अगर वह थोड़ी देर भी व्यस्त हो,
तो झटपट खाना बना लेती हूँ।

मैं ऐसे कैसे बदल रही हूँ,
ओह! अब मैं माँ बन गई हूँ।
ड्रेसिंग टेबल पर अब मेरे श्रृंगार के
सामान कहाँ रहते हैं,
उन पर तो बस अब
उसके ही खिलौने सजते हैं।

दीवार अब कैनवास बन गए हैं,
और मेरे लिपस्टिक,
काजल अब पेन बन गए हैं।

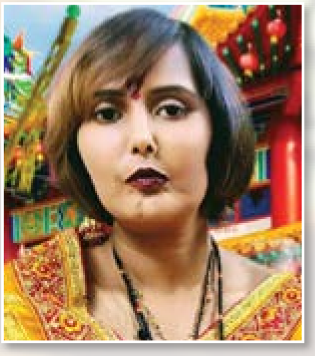
दिन-रात उसके बिखरे सामान समेटने
में चला जाता है,
दो पल भी कहाँ मिलता है चैन,
क्यों इसके बाद भी नहीं थकती हूँ,

ओह! अब मैं माँ बन गई हूँ।

सोचती हूँ कोई थोड़ी देर उसे पकड़े,
तो थोड़ा आराम कर लूँ,
जल्दी से कुछ खा लूँ,
थोड़ा काम कर लूँ,
पर थोड़ी देर भी वह ओझल हो जाए,
तो बेचैनी का अहसास होता है,
फिर अस्त व्यस्त क्यों रहती हूँ,
जब वो मेरे पास होता है,
ये कैसी ममतामयी गई हूँ,
ओह! अब मैं माँ बन गई हूँ।

स्वाति तिवारी
अनुगुळ

सुप्रसिद्ध बिहारी व्यंजन – 'सत्तू पराठा'



सामग्री

क) सत्तू की स्टफिंग (मिश्रण)

1. सत्तू (चना) - 250 ग्राम
2. प्याज - 1 बारीक कटा हुआ
3. लहसून - 4 से 5 कली बारीक कटी हुई
4. अजवाइन - 1 छोटा चम्मच
5. मंगरैला - 1 छोटा चम्मच
6. अदरक - 1 इंच कद्दूकस किया हुआ
7. हरी मिर्च - 2/3 बारीक कटी हुई
8. नीबू का रस - 2/3 बड़ा चम्मच
9. मिर्च के आचार का मसाला - 1 बड़ा चम्मच
10. धनिया पत्ता - 2 छोटा चम्मच
11. नमक - स्वादानुसार

ख) दूसरी सामग्री

1. गेहूँ का आटा - 500 ग्राम
2. देशी घी का मक्खन - 50 ग्राम

बनाने की विधि

पहला चरण: आटा तैयार करना

आटे को ऐसा गूँथे जो पूड़ी के लिए उपयोग किए जाने वाले आटे से मुलायम और रोटी वाले आटे से कुछ ज्यादा कड़ा हो। सत्तू की स्टफिंग तैयार होने तक आटे को गीले मलमल के कपड़े से ढ़ककर रख दें।

दूसरा चरण: सत्तू की स्टफिंग (मिश्रण)

स्टफिंग (मिश्रण) की सारी सामग्री को एक साथ मिला दें। यदि मिश्रण बहुत ज्यादा सूखा लगे तो थोड़ा गर्म पानी छिड़के और अच्छी तरह मिला लें।

तीसरा चरण: लोई बनाना

आटे को छोटे लोई (बॉल) में बाँट लें और प्रत्येक लोई को थोड़ा बेल लें, उस पर थोड़ा सा घी फैलाएँ और बीच में 2 बड़ा चम्मच स्टफिंग (मिश्रण) रखें। चारो तरफ से ढ़ककर पराठे को ½ इंच मोटा बेल लें।

चौथा चरण: पराठा सेंकना

तवा गर्म करें और तवे पर घी/ तेल की कुछ बूँदे डाले। पराठे को बारी बारी से दोनो तरफ़ से सुनहरा होने तक पका लें। आपका बिहार का प्रसिद्ध सत्तू पराठा तैयार है। बाकी पराठों के लिए यही प्रक्रिया दोहराएँ।

पाँचवा चरण: परोसना

सत्तू पराठे को बैगन के भर्ते या आलू का भर्ता और टमाटर की चटनी के साथ परोस सकते हैं। स्वाद के लिए धनिया – पुदीन की चटनी के साथ भी परोस सकते हैं।

सीखा वर्मा
अनुगुळ

राम जन्मोत्सव का पर्व

चैत्र शुक्ल नवमी का दिन
मध्याह्न का पावन प्रहर
दुष्टों का संहार करने
प्रगटे हरि मानव देह धर ।१।

श्यामवर्ण, सूरत अति मोहिनी
कमल से कोमल लोचन
धीर गंभीर उद्दात्त व्यक्तित्व
सूर्य सा तेजस्वी तन ।२।

अनुशासन की मूरत वे
नीतियुक्त किया जीवन यापन
अक्षय प्रेरणा के स्रोत वे
सूर्यवंशी मर्यादा पुरुषोत्तम ।३।

पुनः उसी तेज के साथ
वर्षों बाद आए हैं रघु - राई
राम जन्मोत्सव के पर्व की
शुभ बेला है आई ।४।

कभी जहाँ था अस्मिता का प्रश्न
आज भव्य मंदिर है खड़ा
हर दिशा में जयकारे गूंज रहे
वर्षों बाद पधारे हैं राम लला ।५।

नयी सुबह है नयी ये किरणे
पर है वही पुरानी हिलोर
पूरे उत्साह से मच रहा
'जय श्री राम ' का शोर ।६।

- नंदिनी प्रियदर्शिनी दाश
दामनजोड़ी

भ्रष्टाचार को न कहे, राष्ट्र के प्रति प्रतिबद्ध रहे

भारत देश आजादी का
पचहत्तर साल मनाते हैं,
पर फिर भी भ्रष्टाचार
उन्मूलन की बाते करते हैं,
कैसी है यह विडम्बना,
कि आज भी गुहार लगाते हैं।

अंग्रेज जाते-जाते हमें
भ्रष्टाचार सीखा गए,
घूसख़ोरी हमारी जड़ों में उतार
खूब मजे लिए,
नैतिकता की नीव को
अंदर से हिला दिए।

भ्रष्टाचार एक दीमक है,
जो बढ़ता ही जा रहा,
महामारी से भी भयंकर लाइलाज़
बनता जा रहा,
भारतवासियों अब जागो समय निकलता जा रहा।

भ्रष्टाचार से अमीरी–गरीबी का
फासला बढ़ता जा रहा ।
किसान ऋण के बोझ से
आत्महत्या करते जा रहे ।
रोज नए घोटालों से
जनता जनार्दन डूबते जा रहे।

पर वक्त है, जागरूक हो,
भ्रष्टाचार जड़ से उखाड़ फेंकने को,
शिक्षा द्वारा नैतिकता और भ्रष्टाचार
विरोध सीखाने को,
प्रत्येक नागरिक प्रण ले
अपने राष्ट्र के प्रति प्रतिबद्धता को,
उत्तरदायित्व से भारत को
विश्व में सर्वश्रेष्ठ बनाने को।

वी. अनुराधा
विशाखापट्टणम

हमेशा जल्दी में रहते हो तुम!

किसी की आँख को,
उसके यौवन की चमक दिखाना हो,
किसी कमसिन को ,
उसके हुस्न का एहसास दिलाना हो,
हमेशा जल्दी में रहते हो तुम!

किसी बूढ़े से कहना हो,
कि सफ़ेद बालों के साथ-साथ,
चेहरे की झुर्रियाँ कहती हैं,
कहानियाँ कई हजार,
हमेशा जल्दी में रहते हो तुम!

किसी भूले को उसकी भूल का
स्मरण हो जाए,
किसी का भ्रम टूटा है,
ये आभास हो जाए,
हमेशा जल्दी में रहते हो तुम!

सब रूठ गए कुछ छूट गया,
दिल अंदर-अंदर टूट गया,
सब चुप थे मगर तुमने कह दिया,
हे दर्पण! तुम अपना काम,
आहिस्ता नहीं कर सकते?
हमेशा जल्दी में रहते हो तुम!

नादिरा ख़ान
भुवनेश्वर

ରାମ ନବମୀ

ଆଜିର ଏହି ପବିତ୍ର ଦିନରେ ରାମନାମ ଜପକରି ହୃଦୟକୁ ପବିତ୍ର ଓ ଧନ୍ୟ ମନେକରି ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ କରିବା ଓ ତାଙ୍କର ଜୟଗାନ କରିବା।

ଶ୍ରୀରାମ ଜୟରାମ।

ଜୟ ଜୟ ରାମ।

ଶ୍ରୀ ରାମ ଜୟରାମ।

ଜୟ ଜୟ ରାମ

ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମ ଚୈତ୍ର ମାସ ଶୁକ୍ଳପକ୍ଷ ନବମୀ ତିଥିରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଥିଲେ। ତେଣୁ ରାମ ନବମୀ ପାଳନ କରାଯାଏ। ରାଜା ଦଶରଥ ଥିଲେ ଅଯୋଧ୍ୟାର ରାଜା। ସେ ଥିଲେ ନିଃସନ୍ତାନ। ମନରେ ତାଙ୍କର ସବୁବେଳେ ଦୁଃଖ ଥିଲା ସନ୍ତାନ ପାଇଁ ସେ ତାଙ୍କର ଗୁରୁ ବଶିଷ୍ଠଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ କଲେ ତାଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ପାଇସାରିଲା ପରେ ରାଜା ଦଶରଥ ଯଜ୍ଞକଲେ ଓ ଯଜ୍ଞପରେ ତାଙ୍କ ତିନିରାଣୀଙ୍କୁ କ୍ଷୀରି ପ୍ରସାଦ ରୂପରେ ତାଙ୍କୁ ବଣ୍ଟାଗଲା – କ୍ଷୀରି ପ୍ରସାଦ ପାଇଲାପରେ ମାତା କୌଶଲ୍ୟା, ମାତା କୈକେୟୀ ଓ ମାତା ସୁମିତ୍ରା ମାତୃତ୍ୱ ଲାଭକଲେ। ସମୟ ଅନୁସାରେ ତିନିରାଣୀଙ୍କ ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନ ଜାତ ହେଲା। ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନର ଖବର ଶୁଣି ରାଜା ଦଶରଥ ବହୁତ ଆନନ୍ଦିତ ହେଲେ। ଦାସୀମାନଙ୍କୁ ରାଜା ଦଶରଥ ଖୁସିରେ ସୁନା ଅଳଙ୍କାର ସବୁ ବାଣ୍ଟିଲେ ବହୁତ ରତ୍ନ, ହୀରା, ନୀଳା ପ୍ରଦାନ କଲେ। ରତ୍ନ ଅଳଙ୍କାର ପାଇ ଦାସୀମାନେ ବହୁତ ଆନନ୍ଦିତ ହେଲେ। କୌଶଲ୍ୟାଙ୍କ ପୁତ୍ର ଶ୍ରୀରାମ, କୈକେୟୀଙ୍କ ପୁତ୍ର ଭରତ ଓ ସୁମିତ୍ରାଙ୍କ ପୁତ୍ର ହେଲେ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଓ ଶତ୍ରୁଘ୍ନ। ଚାରି ପୁତ୍ରଙ୍କୁ ପାଇ ରାଜା ଦଶରଥ ବହୁତ ଆନନ୍ଦିତ ହେଲେ। ତିନିରାଣୀ ମଧ୍ୟ ଖୁସିରେ ବିମୋହିତ ହେଲେ। ରାମ ନବମୀ ପାଳନ କରିବା ଓ ରାମଙ୍କୁ ସ୍ମରଣକରି ତାଙ୍କରି ସେବାରେ ନିଜକୁ ନିୟୋଜିତ କରି ତନ, ମନକୁ ପବିତ୍ର କରିବା।

ରାମ ନବମୀ ଉତ୍ସବରେ ପୁରପଲ୍ଲୀ ସହର ମନ୍ଦିର ଓ ମଠମାନଙ୍କରେ ପାଳନ କରାଯାଏ। ସେହିଦିନ ରାମଙ୍କ ମନ୍ଦିରରେ ବିଶେଷ ଭାବରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା ହୋଇଥାଏ। ତୁଳସୀ ଦାସଙ୍କ ରାମଚରିତ ମାନସ ପଢ଼ାଯାଇଥାଏ ଓ ପୂଜା ହୋଇଥାଏ। ଦ୍ୱାପର ଯୁଗରେ କୃଷ୍ଣ ହୋଇ ଲୀଳା ଖେଳା କରି ନିଜ ଧାମକୁ ପ୍ରଭୁ ପ୍ରତ୍ୟାଗମନ କରିଥିଲେ ଓ ତ୍ରେତୟା ଯୁଗରେ ଶ୍ରୀରାମ ହୋଇ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ଭାବରେ ରାଜ୍ୟ ଶାସନକରି ମର୍ଯ୍ୟାଦାର ପ୍ରତୀକ ହୋଇ ଲୋକଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷା ଦେଇଗଲେ। ଲୋକେ ତାଙ୍କର ଧର୍ମର ଗାଥା ଗାଇ ପଢ଼ିଶୁଣି ନିଜକୁ ଧନ୍ୟମନେ କଲେ। ଆମେ ସମସ୍ତେ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ଠାରୁ ଅନେକ ଶିକ୍ଷା କରିବା କଥା।

ମାତା କୌଶଲ୍ୟା ନିଜେ ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଚାରି ଭୂଜଧାରୀ ରୂପରେ ପ୍ରକଟ ହେବାର ଦେଖି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇ ମନେମନେ ସ୍ମରଣ କଲେ ସ୍ୱଂୟ ପ୍ରଭୁ ମୋରି କୋଳରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଛନ୍ତି। ପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ମାତା କୌଶଲ୍ୟା କହିଲେ ମୋତେ ଭଗବାନଙ୍କ ରୂପରେ ନୁହେଁ ଛୋଟ ଶିଶୁ ରୂପରେ ଦେଖାଦିଅ ଭଗବାନ ତଥାସ୍ତୁ କହିଲେ। ଦେବତାମାନେ ଆକାଶରୁ ପୁଷ୍ପ ବୃଷ୍ଟିକଲେ, ସମସ୍ତେ ଆନନ୍ଦିତ ହୋଇ ଜୟ ପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କର କହି ଶଙ୍ଖଧ୍ୱନି କଲେ। ରାଜ୍ୟବାସୀମାନେ ପ୍ରଭୁ ରାମଙ୍କୁ ଦେଖିବା ପାଇଁ ରାଜ ଉଆସକୁ ଛୁଟିଲେ। ସଂସାର ସାଗର ପ୍ରଭୁ ସୃଷ୍ଟି କର୍ତ୍ତା। ଆଜି ଏଇ ଧରାଧାମରେ ଜନ୍ମ ହୋଇ ଲୋକଙ୍କ ମଙ୍ଗଳକାମ୍ୟ କରିବେ।

ରାଜା ଦଶରଥ ଚାରି ପୁତ୍ରଙ୍କର ନାମ ସଂସ୍କରଣ କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ। ପୁତ୍ରମାନଙ୍କୁ ପାଇ ମାତା କୌଶଲ୍ୟା, ମାତା କୈକେୟୀ, ମାତା ସୁମିତ୍ରା ନିଜକୁ ଧନ୍ୟ ଧନ୍ୟ ମଣୁଥିଲେ। ଅଯୋଧ୍ୟାର ରାଜା ଦଶରଥଙ୍କୁ ଆସି ପ୍ରଜାମାନେ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଉଛନ୍ତି ଜୟ ହୋ ଜୟ ହୋ ରାମଲାଲ୍ଲାକି। ଚାରିଆଡ଼େ ସୁସଜ୍ଜିତ ତୋରଣ ନାଚଗୀତରେ ଆନନ୍ଦ ଉଲ୍ଲାସରେ ଚାରିଦିଗ ପ୍ରକମ୍ପିତ ହୋଇ ଉଠିଛି। ରାମ ନବମୀ ଏମିତି ଏକ ପବିତ୍ର ଦିନ ଯେଉଁ ରାମଙ୍କ ମହିମାରେ ଆଜି ଧରାଧାମରେ ରାମରାଜ୍ୟ ପରିକଳ୍ପନା କରିବା ସମ୍ଭବ ହୋଇ ପାରିଛି। ଯଦି ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ନିଜ ଜୀବନ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଏହାକୁ ପାଳନ କରେ ତେବେ ଭାଇଭାଇ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ନେହ ସଦ୍ଭାବ ରହିବ। ଭାଇ ପ୍ରତି ଭାଇର ସମ୍ମାନ ରହିବ। କେହି ଯଦି ଏହାକୁ ପାଳନକରି ଅଧର୍ମ କଲା ତେବେ ରାମଙ୍କ ପ୍ରତି ଭଗବାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସେ ଅସମ୍ମାନ କଲା। ଭଗବାନ ରାମ ଯେମିତି ନିଜ ଭାଇ ଭରତକୁ ସିଂହାସନ ଦେଇ ଚଉଦ ବର୍ଷ ବନବାସକୁ ଚାଲିଯାଇଥିଲେ। ପିତାମାତାଙ୍କ ଆଦେଶକୁ ଅମାନ୍ୟ କରି ନଥିଲେ ଠିକ୍ ସେହିପରି ଆମେ ମାନେ ମଧ୍ୟ ପିତାମାତାଙ୍କ ଆଦେଶକୁ

ଅକ୍ଷରେ ଅକ୍ଷରେ ପାଳନ କରିବା ଉଚିତ୍। ଭାତୃତ୍ୱ ପ୍ରେମକୁ ଜାଗ୍ରତ କରିବା ତେବେ ରାମ ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ। ଭଗବାନ ରାମ ନିଜେ ଭଗବାନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସଂସାରରେ ଲୀଳା ରଚିବା ପାଇଁ ସେ ମଣିଷ ଆଚରଣ କରି ନିଜ ପିତାମାତାଙ୍କୁ ସମ୍ମାନ କରୁଥିଲେ। ଗୁରୁମାନଙ୍କୁ ସମ୍ମାନ ଓ ସେମାନଙ୍କ ପାଦ ପୂଜା କରୁଥିଲେ। ଆଜି ଆମ୍ଭେମାନେ ରାମ ନବମୀ ପାଳନକରି ରାମଙ୍କ ଆଦର୍ଶରେ ଅନୁପ୍ରାଣିତ ହେବା ଓ ସମାଜରେ ରାମଙ୍କ ବିଗ୍ରହ ପୂଜାକରି ରାମ ରାଜ୍ୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା......

ଜୟ ସିତା ରାମ,

ଜୟ ଶ୍ରୀରାମ

ମମତା ରାଉତ
ଅନୁଗୁଳ

ମାଳତୀ

ଶିବ ମଉସା ଗାଁରେ ପୂଜାପାଠ କରନ୍ତି। ଆମ ପାଖ ଗାଁରେ ତାଙ୍କର ବହୁତ ନାଁ। ବଡ଼ ବଡ଼ ମନ୍ଦିରରେ ପୂଜା କରିବା, ଘର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବା ଆଦି କାମରେ ମଉସାଙ୍କ ନାଁ ସବା ଆଗରେ। ପୂଜା ପାଠ କରିବା ପରେ ଚାଉଳ, ପରିବା, ଟଙ୍କା ସାଙ୍ଗକୁ ବିଭିନ୍ନ ଖାଦ୍ୟ, ମିଠା ସବୁ ତାଙ୍କୁ ମିଳିଥାଏ। ତେଣୁ ଚଳିବାରେ କିଛି ଅସୁବିଧା ହୁଏ ନାହିଁ। ତା' ସହିତ ଜ୍ୟୋତିଷ ବିଦ୍ୟାରେ ମଉସା ବି ପାରଙ୍ଗମ ଥିଲେ। ବାହାଘର ମେଳକ କରେଇବାଠାରୁ ପିଲାଙ୍କ ଜନ୍ମ ଜାତକ ତାଙ୍କରି ପାଖରେ ଆଖ ପାଖ ଗାଁର ସମସ୍ତେ କରାନ୍ତି। ସବୁ ଥାଇ ବି ମଉସାଙ୍କର ବଡ଼ ଅବଶୋସ୍ ଯେ ଦୁଇଟି ପୁଅ ଭଗବାନ ଦେଇଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଝିଅଟିଏ ଦେଲେନି। ଦିନେ ପୂଜାସାରି ଫେରିବା ସମୟରେ ରାସ୍ତାରେ ଲୋକଙ୍କ ଭିଡ଼ ଦେଖି ଶିବ ମଉସା ପାଖକୁ ଗଲେ। ଦେଖିଲା ବେଳକୁ ରାସ୍ତା କଡ଼ ବାଡ଼ ପାଖରେ ଝିଅଟିଏକୁ କିଏ ଛାଡ଼ି ଯାଇଛି। ଗାଁ ଲୋକେ ମଉସାଙ୍କ ହାତରେ ଝିଅଟିକୁ ଦେଇ କହିଲେ ମଉସା ଝିଅଟିଏ ଖୋଜୁଥିଲ ପରା ନିଅ। ମଉସା ଝିଅଟିକୁ ଆଣି ମାଉସୀଙ୍କ ହାତରେ ବଢ଼େଇ ଦେଲେ। ମାଉସୀ ଝିଅଟିକୁ ଦେଖି ଆଖି ଛଳଛଳ କରି କହିଲେ ସତେ କ'ଣ ଠାକୁର ତାଙ୍କ ଡାକ ଶୁଣିଲେ।

ଝିଅଟିକୁ ସ୍ନେହ, ମମତା ଦେଇ ପାଳିବାକୁ ଲାଗିଲେ ସମସ୍ତେ। ମଧୁ ମାଳତୀ ଗଛରେ ଶିବ ମଉସାଙ୍କର ବଡ଼ ଶରଧା। ଘର ଅଗଣାରେ ଗଛଟିକୁ ମଢ଼େଇଛନ୍ତି ମଉସା। ତା'ର ମୃଦୁ ମୃଦୁ ସୁଗନ୍ଧରେ ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀ ଦୁହେଁ ମୋହିତ ହୁଅନ୍ତି। ତେଣୁ ସରାଗରେ ଝିଅର ନାଁ ଦେଲେ ମାଳତୀ। ମାଳତୀ ବାପା, ମାଆଙ୍କର ଆଖିର ତାରା। ଦୁଇ ଭାଇଙ୍କର ଗେହ୍ଲି ଭଉଣୀ ଆଉ ଗାଁରେ ସବୁରି ପ୍ରିୟ ହୋଇଗଲା।

ଗାଁ ଅବଧାନଙ୍କ ପାଖରେ ଭାଇମାନଙ୍କ ସହ ପାଠ ପଢ଼ିବାକୁ ଗଲା ମାଳତୀ। ଝିଅଟି ଭଲ ପାଠ ପଢୁଛି ବୋଲି ଅବଧାନେ କହିଲେ। ଅ.... ଆ... ଠାରୁ ଯୁକ୍ତାକ୍ଷର ତା'ପରେ ପଣିକିଆ ବହୁତ ଶୀଘ୍ର ମନେରଖି ଦେଉଛି ମାଳତୀ। ଏକଥା ଶୁଣି ବାପା, ମାଆଙ୍କ ଛାତି କୁଣ୍ଢେମୋଟ ହୋଇଗଲା। ତା'ପରେ ଗାଁ ସ୍କୁଲରେ ମାଳତୀ ଓ ତା'ର ଭାଇମାନେ ପାଠ ପଢ଼ିଲେ। ସେଠାରୁ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପାଠସାରି ପାଖ ଗାଁକୁ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପାଠ ପଢ଼ିବାକୁ ଭାଇମାନେ ବାହାରିଲେ। ତାଙ୍କର ନାଁ ଲେଖା ହୋଇଗଲା। କିନ୍ତୁ ମାଳତୀକୁ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଛାଡ଼ିବାକୁ ତା'ର ମାଆ ଆଦୌ ରାଜି ନଥିଲେ। ସେତେବେଳେ ଝିଅମାନେ ବେଶି ପାଠ ପଢୁ ନଥିଲେ। ସାଇ ପଡ଼ିଶା ଗାଁ ଲୋକେ କେତେ କଥା କହିବେ ଝିଅକୁ କିନ୍ତୁ ବାପା ମାଳତୀକୁ ପଢ଼େଇବାକୁ ବଦ୍ଧ ପରିକର ଥିଲେ। କିଏ ପଢୁ ବା ନ ପଢୁ ତାଙ୍କ ମାଳତୀ ତା' ଭାଇମାନଙ୍କ ସହ ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷା ଲାଭ କରିବ। ବାପା ତା'ର ନାଁ ଲେଖେଇ ଦେଲେ ପାଖ ଗାଁ ସ୍କୁଲରେ ସିଏ ବି ଭାଇମାନଙ୍କ ସହ ପାଠ ପଢ଼ିବାକୁ ଚାଲିଲା। ମାଆ ବ୍ୟସ୍ତ ହେଉଥାନ୍ତି ତାକୁ ଘର କାମ, ରୋଷେଇ ବାସ, ପିଠାପଣା ଶିଖେଇ ଦେବାକୁ, ଆଉ ସବୁ ଝିଅଙ୍କ ପରି ତାକୁ ଶାଶୁ ଘରକୁ ପଠେଇ ଦେବାପାଇଁ।

ବାପା କିନ୍ତୁ ଝିଅର ଆଗ୍ରହ ଆଉ ମନେରଖିବା ଅସାଧାରଣ ବୁଦ୍ଧିମତା ଦେଖି ତାକୁ ପଢ଼େଇବାକୁ ମନେ ମନେ ଭାବି ନେଇଥିଲେ। ମାଳତୀ ଧିରେଧିରେ ସବୁ ଶ୍ରେଣୀରେ ଭଲ କରିକରି ଚାଲିଲା। ଶେଷରେ ସର୍ବ ଭାରତୀୟ ମେଡ଼ିକାଲ ପରୀକ୍ଷାରେ କୃତକାର୍ଯ୍ୟ ହେଲା। ଡାକ୍ତରୀ ପଢ଼ିବାକୁ ଚାଲିଗଲା।

ଯେତେବେଳେ ଡାକ୍ତରାଣୀ ହୋଇଗଲା ବାପା, ମାଆ, ଗାଁ ଲୋକ ସମସ୍ତେ ବହୁତ ଖୁସି ହୋଇଗଲେ। ଆଖ ପାଖ ଗାଁରେ ସେ ପ୍ରଥମ ଡାକ୍ତରାଣୀ ହୋଇ ସୁନାମ ଅର୍ଜନ କଲା। ଯେତେବେଳେ ଯାହାର ରୋଗ, ବଇରାଗ ହେଲା ମାଳତୀ ପାଖରୁ ଔଷଧ ନ ଖାଇଲେ ତାଙ୍କ ରୋଗ ଭଲ ହେଉ ନଥିଲା। ମାତଳୀ ଗାଁ ସାରା ସବୁରି ଝିଅ ହୋଇଗଲା।

ସବୁଦିନ ତ ସମାନ ଯାଏନି। ତୁମେ ଗୋଟେ ପ୍ରକାରର ଭାବିଥିବ କିନ୍ତୁ ଈଶ୍ୱର ତୁମ ଭାଗ୍ୟରେ କ'ଣ ରଖିଥିବେ ତାହା ତାଙ୍କୁ ହି ଜଣା। ଦିନ ଆସିଲା, ମାଳତୀର ମାଆ ଭୟଙ୍କର ରୋଗରେ ପଡ଼ିଲେ। ସବୁ ପରୀକ୍ଷା ପରେ ତାଙ୍କୁ ବ୍ରେନ୍ ଟ୍ୟୁମର୍ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଲା। ମାଳତୀ ତା' ମାଆଙ୍କର ଚିକିତ୍ସା କରିବାରେ ଲାଗିପଡ଼ିଲା। ମାଆ ତା'ର ଭଲ ହୋଇଗଲେ ସତ ମାତ୍ର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆରୋଗ୍ୟ ଲାଭ କରି ପାରିଲେନି। କିଛିଦିନ ପରେ ହୁଏତ ଏହି ରୋଗ ପୁଣି ମାଡ଼ିବସିବ ତା'ର ମାଆଙ୍କୁ ଏକଥା ମାଳତୀ ଜାଣିଥିଲା। ତାଙ୍କର ସେବାଯତ୍ନରେ କିଛି ବି ହେଳା କରି ନଥିଲା। ମାଆ ଶେଷ ବେଳକୁ ବହୁତ କଲ୍ୟାଣ କରି ଆଖି ବୁଜିଲେ। କହିଲେ ମାଆରେ ତୁ ଝିଅଟିଏ ବୋଲି ତୋତେ ପାଠ ନ ପଢ଼େଇ ବାହା କରିଦେବାକୁ ଭାବିଥିଲି। ତୁ ଆଜି ଆମର ତଥା ଆମ ଗାଁର ଗର୍ବ ଓ ଗୌରବ। ତୁ ଆମ ଗାଁର ମହିଳାମାନଙ୍କର ପ୍ରେରଣାର ଉତ୍ସ।

ସୀମା ମିଶ୍ର
ଦାମନଯୋଡ଼ି

ବନ୍ଧୁତା

ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ସୃଷ୍ଟିର ଏକ ମୂଲ୍ୟବାନ
ଅବଦାନ "ବନ୍ଧୁତା"
ଏହି ଦୁନିଆରେ ଅନେକ ସମ୍ପର୍କ
ଅଛି
କିନ୍ତୁ ସବୁଠାରୁ ଭଲ ସମ୍ପର୍କ ହେଉଛି
"ବନ୍ଧୁତା"
ପ୍ରକୃତ ବନ୍ଧୁତାରେ କେବେ କୌଣସି
ସର୍ତ୍ତ ନଥାଏ
ବନ୍ଧୁଟିଏ ବୁଝିପାରେ ଆମ ମନର
ସବୁ ଛୋଟ କଥା ।
ସିଏ ପୁଣି ହୃଦୟର ଶୂନ୍ୟତାରେ
ଭରିଦିଏ ଅନେକ ଆନନ୍ଦର ବାର୍ତ୍ତା ।
ବିପଦ ବେଳେ ପାଖେ ରହିଥାଏ
ଦେଇଥାଏ ବରଗଛର ଛାଇ ପରି
ଆଶ୍ରା ।
"ବନ୍ଧୁତା" ସମସ୍ତ ସୃଷ୍ଟିକୁ ଜୀବନ୍ତ
ରଖିପାରେ,
ହୃଦୟର ସ୍ୱର ହୋଇ ବଞ୍ଚିପାରେ
ବନ୍ଧୁର ହୃଦୟରେ
ନିଜ ସ୍ନେହର ଚୁମ୍ବକତ୍ୱରେ
ଟାଣିପାରେ ବନ୍ଧୁଠାରୁ ସବୁ
ବିଷାଦର ଚିହ୍ନ,
ବନ୍ଧୁତା ଦିଏ ବିଶ୍ୱାସର ଭାଷା,
ଜୀବନରେ ପୂର୍ଣ୍ଣତା,
ଅନ୍ତରରେ ସ୍ନିଗ୍ଧତା,
ମନରେ ଆତ୍ମୀୟତା ।
"ବନ୍ଧୁତା" ଏକ ସୁନ୍ଦର କବିତା
ଆମ ଜୀବନର,
ସଙ୍ଗୀତର ଅନ୍ତାକ୍ଷରୀ,
ଆନନ୍ଦର ଆବାହନୀ,
ଆଶାର କିରଣ ଆମ ହୃଦୟର,
"ବନ୍ଧୁତା" ଶୀତଳ ଜ୍ୟୋତ୍ସ୍ନା ଆମ
ଜଞ୍ଜାଳମୟ ଜୀବନର,
"ବନ୍ଧୁତା" ଏକ ଅଦେଖା ସାହାରା,
ଏକ ବିଚିତ୍ର ପ୍ରେମର ପସରା ।
ଛୋଟ ଛୋଟ କଥାରେ
ଏଠି କେତେ ସମ୍ପର୍କ ଭାଙ୍ଗିଯାଏ,
କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତ ବନ୍ଧୁତା
ସବୁ ଝଡ଼ଝଞ୍ଜାକୁ ସହି ସବୁବେଳେ
ମଜଭୁତ ରୁହେ ।
ସକଳ ବିଭୀଷିକା "ବନ୍ଧୁତା"
ଆଗରେ
ହାରିଯାଏ ।
ଅକ୍ଷମ୍ୟ ଅପରାଧ କ୍ଷମା କରିପାରେ,
ପ୍ରକୃତ ବନ୍ଧୁର ହୃଦୟ ବିଶାଳ ଥାଏ,
ହାତ ଝାଡ଼ିଦିଏ ଦୁନିଆ, କିନ୍ତୁ ସିଏ
କେବେ ନ ଛାଡ଼େ,
ଜୀବନରେ ପ୍ରକୃତ ଖୁସି ଓ ଶାନ୍ତି
ବନ୍ଧୁ ସହ ହିଁ ମିଳିଥାଏ ।
ପ୍ରକୃତ ବନ୍ଧୁ ଲୁହ ପରି ରୁହେ ।
କାରଣ ଲୁହ ଯେପରି ବିନା
ନିମନ୍ତ୍ରଣରେ
ମଣିଷର ଦୁଃଖ ପଡ଼ିଲେ ଆଖିରେ
ଆସିଯାଏ,
ଠିକ୍ ସେପରି ବିନା ନିମନ୍ତ୍ରଣରେ
ବନ୍ଧୁର
ଦୁଃଖ ସମୟରେ ପହଞ୍ଚି ଆଖିରୁ
ଲୁହ ପୋଛିଦିଏ ।

ତନୁଶ୍ରୀ ଦାସ
ଦାମନଯୋଡ଼ି

Cyber Security An Everyday Responsibility

Cyber Security is a critical concern in our interconnected world. All of us find the world like cyber scorrs cyber frauds to be scarry. We realise that we have some limitation in our knowledge base regarding the application and usage of computer system, laptop and mobile.

If we look into about our activities from morning to night we can understand that has much dependent we are on internet & its uses starting from searching a good morning quote or to online shopping by using flipkart, amazon, booking a train or flight ticket, booking cab using Ola Uber or using swigy & zomato app for ordering food or using urban company for aiding to household cleaning services.

One thing that comes into our mind is what cyber security actually is.

Mr. Bob Thomas who is the father of Cyber Security defined it as the practice of protecting systems network and programme from the digital attack or in other words it is the application of technological processes and controls to protect system network, programme device & data from cyber attack.

Its aim is to reduce the risk of cyber attack and protect our system from other unauthorised cyber attack.

Everyone who is connected to the internet needs cyber securities.

Cyber Security is used to defend internet connected devices and services from malicious attacks by hackers, spammers & cyber criminals.

The first cyber crime attack happened in France well before the internet was even invented. In 1834 attackers stole financial market information by accessing the french telegraph system.

We all must stay alert to prevent cyber crime by experting the following -

1. Creating Education and Awareness Programmes
2. Keeping the software updated
3. Enabling system firewall
4. Using different & strong passwords
5. Using antivirus & antimalware softwares
6. Activating "Emails antispam blocking" feature
7. Avoiding installation of unapproved application
8. Be receptive to right information
9. Prevent identification theft when shopping online by using contact less payment
10. Keeping our children safe when using the internet.

Cyber Security is important in todays world. One can not ignore cyber security. One single security breach can lead to exposure of personal information to millions of people. Such breaches have a strong financial impact on the companies and also loss of the trust of customers. Hence cyber security is very much essential to protect the intigrity, identification of any individual or organisation at large from cyber attacks on any online platform as cyber security is is a shared responsibility for everyone.

Karabi Kadambini Kar
Bhubaneswar

Save the Environment for the Future

Environment refers to the surroundings in which all life operates & sustains itself on Earth. So, it has to be of utmost importance for the people cap the environment clean, pure and healthy. Only then there can be qualitative growth and development of the society.

The environment is changing and the change has not been for the good for the eco system. The important factors that has affected the present environment are:

a) Indiscriminate use of chemical fertilizers and pesticides in Agriculture field

b) Alarming rise in petrol/diesel operated vehicles and electronic devices usage at domestic, office and commercial level

c) Deforestation/Cutting of trees & construction of concrete jungles.

d) Single use plastic being utilised on a very large scale

e) Population explosion

f) High technology adaptation in field of science, agriculture, engineering, IT, in a negative way.

All these above factors has led to:

a) Pollution of air, water and soil

b) Rise in temperature

c) Depletion of ozone layer

d) Green jungles replaced with concrete jungles

It is high time we realize that we have to stop developments at the cost of our environment health. And steps have to be taken to save our soil, rivers and air we are breathing in. Only essay, debate competitions on topics of environment or celebration of World Environment day and Vanamahotsav week is not provide the solution.

It is for each one of the civilized person to realize the benefits of trees/plants, organic farming, organic food and also understand the hazardous effects of chemicals on life on earth.

We have to adopt alternatives that are eco-friendly like:

a) Mass Plantation drive at all levels and in all sectors.

b) Switching over to battery and electric operated vehicles.

c) Optimum use of electronic devices.

d) Commuting by Car/vehicle pooling and use of bi-cycles for short distance.

e) Organic farming and promoting cultivation and consumption of millets that requires less water and minimum

maintenance for its cultivation and is highly beneficial for our health.

f) Say no to single-use plastic and substitute with cloth bags and other eco-friendly materials.

g) Less use of paper by promoting digitization thereby protecting/saving the eucalyptus/Acacia plantations.

Our fore-fathers had given us a beautiful environment which has been degraded in the name of industrialization and Hi-tech development.

It is our duty to handover an environment worth living to our future generations & practice sustainability in real sense.

So, let us promise ourselves to do our bit towards environment restoration, conservation and upgradation for our future generations.

Rashmi Nayak
Bhubaneswar

Vote – Our Qualitative Participation

Introduction

Voting is the cornerstone of democracy, representing the voice of the people in choosing their leaders and shaping their governance. However, beyond its fundamental role in elections, voting embodies a deeper essence – it is an act of qualitative participation, a means through which individuals engage with their communities, express their values, and contribute to societal progress.

The Power of Participation

Participation lies at the heart of democracy, empowering individuals to play an active role in decision-making processes. Through voting, citizens exercise their right to influence the direction of their society, irrespective of their socio-economic status or background. This participatory aspect of voting fosters inclusivity, ensuring that diverse voices are heard and considered in the governance of a nation.

Democracy thrives on the principle of inclusivity, where every citizen's voice carries weight regardless of their social or economic status. Voting, therefore, becomes a powerful tool in ensuring that this principle is upheld. By participating in elections, individuals contribute to the collective decision-making process, shaping the policies and laws that govern their lives. This sense of empowerment

fosters a deeper connection between citizens and their communities, instilling a sense of ownership and responsibility for the well-being of society as a whole.

A Symbol of Civic Duty

Voting is not merely a right; it is a civic duty. By casting their ballots, citizens fulfil their responsibility towards their fellow compatriots and future generations. This sense of duty underscores the importance of voter turnout in sustaining a healthy democratic society. When individuals abstain from voting, they inadvertently diminish the collective strength of their community, weakening the foundation upon which democracy thrives.

The concept of civic duty emphasizes the reciprocal relationship between citizens and their government. Just as citizens are entitled to certain rights and freedoms, they also bear the responsibility of actively participating in the democratic process. This includes not only voting in elections but also staying informed about political issues, engaging in civil discourse, and holding elected officials accountable for their actions. By fulfilling their civic duties, individuals contribute to the vitality and resilience of democratic institutions, ensuring that they remain responsive to the needs and aspirations of the people they serve.

Fostering Accountability

In addition to shaping electoral outcomes, voting serves as a mechanism for holding elected representatives accountable. By electing officials into office, citizens entrust them with the responsibility of representing their interests and upholding the values of the society. Through subsequent elections, voters have the power to evaluate the performance of incumbents and decide whether they merit another term in office. This accountability loop reinforces the notion that elected officials are servants of the people, obligated to govern in the best interests of their constituents.

Accountability is a cornerstone of effective governance, ensuring that those in positions of power are held accountable for their actions and decisions. By participating in the electoral process, citizens exert their influence over the composition and conduct of their government, thereby shaping the course of public policy and administration.

Ensuring Representation

One of the fundamental principles of democracy is representation – the idea that government should reflect the diversity of its populace. Voting enables individuals to select representatives who mirror their beliefs, experiences, and aspirations, thereby ensuring that the interests of various demographic groups are adequately represented in the corridors of power. This diversity of perspectives enriches the decision-making process, fostering innovation

and resilience in the face of complex challenges.

Promoting Social Cohesion

Beyond its instrumental value in governance, voting plays a crucial role in fostering social cohesion and solidarity. When citizens participate in the electoral process, they affirm their membership in a larger community bound by shared values and aspirations. This sense of belonging cultivates trust and cooperation among individuals from different walks of life, mitigating social divisions and promoting a sense of unity amidst diversity.

Social cohesion refers to the degree of connectedness and solidarity within a society, characterized by mutual trust, respect, and cooperation among its members. Voting serves as a powerful mechanism for promoting social cohesion by providing citizens with a common platform for expressing their collective will and aspirations. By participating in the electoral process, individuals reaffirm their commitment to the principles of democracy and civic engagement, thereby strengthening the bonds of community and solidarity that underpin a healthy and resilient society.

Overcoming Barriers to Participation

Despite its significance, voting is not always accessible to all members of society. Structural barriers such as voter suppression, disenfranchisement, and logistical challenges can hinder individuals from exercising their right to vote. Addressing these barriers requires concerted efforts to promote voter education, expand access to polling stations, and enact policies that facilitate voter participation, particularly among marginalized communities.

The Imperative of Engagement

In an era marked by political polarization and apathy, revitalizing our commitment to democratic participation is more crucial than ever. Beyond the act of voting itself, we must cultivate a culture of civic engagement that transcends electoral cycles. This entails fostering dialogue, promoting civil discourse, and empowering citizens to actively shape the decisions that affect their lives. By embracing our role as stakeholders in the democratic process, we can collectively steer our societies towards a future characterized by justice, equality, and prosperity.

Civic engagement refers to the active participation of citizens in the affairs of their community, encompassing a wide range of activities such as voting, volunteering, advocacy, and grassroots organizing. By engaging in civic life, citizens can become agents of change, working together to build a more inclusive, equitable, and democratic society for all.

Conclusion

Voting is not merely a procedural formality; it is a manifestation of our collective aspirations and values. As citizens, we hold the power to shape the course of our societies through our active participation in the electoral process. By recognizing the qualitative dimensions of voting – its role in fostering inclusivity, accountability, representation, social cohesion, and civic engagement – we can reaffirm our commitment to the principles of democracy and pave the way for a more just and equitable future.

Swayam Prabha Devi
Angul

Title: Beyond Gifts and Selfies: A Reflection on the True Essence of Mother's Day

Mother's Day is a cherished occasion celebrated globally to honor and appreciate the profound influence of mothers in our lives. Mother's Day is typically celebrated on the second Sunday of May in many countries around the world. This annual observance provides an opportunity for individuals to express their love, gratitude, and appreciation for the maternal figures in their lives. While the specific date may vary depending on cultural and regional traditions, the sentiment behind Mother's Day remains universal—a heartfelt tribute to the selfless love and sacrifices of mothers everywhere.

Mother's Day is more than just a day marked on the calendar—it's a poignant reminder of the immeasurable sacrifices, unconditional love, and unwavering devotion that mothers selflessly bestow upon their children. It's a time to reflect on the countless sleepless nights, the tender care, and the boundless sacrifices that mothers make to nurture and protect their offspring.

As we celebrate Mother's Day, it's crucial to acknowledge the profound impact that mothers have had on our lives—their tireless efforts to ensure our well-being, their unwavering support in times of need, and their boundless love

that knows no bounds. It's a day to pause and reflect on the countless sacrifices that mothers make, often at the expense of their own dreams and aspirations.

For working mothers, Mother's Day serves as a poignant reminder of the sacrifices they've made to balance career and family responsibilities. Many working mothers have put their own ambitions on hold to prioritize the needs of their children, sacrificing career opportunities and personal aspirations to ensure their children's well-being and security.

In today's fast-paced world, it's all too easy to overlook the sacrifices that mothers make on a daily basis. In our pursuit of success and personal fulfillment, we often fail to appreciate the sacrifices that mothers have made to nurture and support us. It's a sobering reality that many of us take for granted the countless sleepless nights, the endless hours of care, and the boundless love that mothers have showered upon us throughout our lives.

Furthermore, as our parents grow older, it's essential to recognize the importance of cherishing the time we have with them. Too often, we become consumed by our own lives, neglecting the emotional needs of our aging parents. We fail to recognize the sacrifices they've made for us, the countless opportunities they've forgone to ensure our happiness and well-being.

Instead of embracing the opportunity to spend quality time with our aging parents, many of us opt to place them in nursing homes or old age homes, rationalizing our decision as a matter of practicality. However, it's crucial to recognize that true reciprocity lies not in material gestures or financial support but in the emotional connection and companionship that we provide to our aging parents.

As we celebrate Mother's Day, let us take a moment to reflect on the profound impact that mothers have had on our lives—their unwavering love, their boundless sacrifices, and their tireless efforts to ensure our happiness and well-being. Let us cherish the time we have with our aging parents, recognizing the importance of emotional connection and companionship in our relationships.

In conclusion, Mother's Day is a time to honor and appreciate the remarkable women who have shaped our lives in countless ways. It's a time to acknowledge the sacrifices that mothers have made and continue to make for their children, and to recognize the importance of cherishing the time we have with our aging parents. Let us celebrate Mother's Day not just with gifts and selfies but with heartfelt gratitude and a renewed commitment to honoring the profound impact of maternal love in our lives.

As we celebrate Mother's Day, let

us also reflect on the values that define our society and culture. In an era where traditional family bonds are being challenged by Western influences, it is essential to preserve the essence of our Indian heritage—a culture that places utmost importance on familial bonds and respect for elders.

Let us strive to instill these cherished values in our children, teaching them the importance of family, respect, and emotional bonding. By leading by example and nurturing strong connections with our own parents, we set a powerful precedent for the next generation to follow.

As the saying goes, "As we sow, so shall we reap." By prioritizing our relationships with our parents and fostering a culture of love and respect within our families, we pave the way for a society enriched with enduring values and deep emotional bonds.

On this Mother's Day, let us commit ourselves to preserving our cultural heritage and strengthening the bonds that unite us as families. Let us honor the sacrifices and love of our mothers by embracing the timeless values of compassion, respect, and family unity. In doing so, we ensure a brighter future for generations to come, rooted in the enduring principles of our rich Indian culture.

Rajashree Pradhan
Angul

हमारी गतिविधियाँ

भुवनेश्वर / अनुगुळ

नालको की गृह-पत्रिका 'संगिनी' का विमोचन करते हुए श्री श्रीधर पात्र, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति एवं अन्य गणमान्य

सावित्री वट पूजा महापर्व के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में भाग लेती हुई श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति एवं अन्य सदस्याएँ

शिव – विवाह के अवसर पर अराधना करती हुई श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति एवं अन्य सदस्याएँ

होली मिलन समारोह में नालको महिला समिति की सदस्याएँ अपनी अध्यक्षा श्रीमती सस्मिता पात्रा के साथ

आगामी पीढ़ी के भविष्य की संरक्षा हेतु विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर वृक्षारोपण कार्यक्रम के दौरान श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति एवं अन्य सदस्याएँ

हमारी गतिविधियाँ

भुवनेश्वर / अनुगुळ

विश्व योग दिवस के अवसर पर योगाभ्यास करते हुए श्री श्रीधर पात्र, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक तथा श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति

ओड़िया फिल्म 'माई स्वीट हाउस वाइफ़' के प्रसारण के दौरान श्री श्रीधर पात्र, अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, श्री रमेश चंद्र जोशी, निदेशक (वित्त), श्री सोमनाथ हंसदा:, मुख्य सतर्कता अधिकारी तथा श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति

उत्कल दिवस को उत्साहपूर्वक मनाते हुए श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति एवं अन्य सदस्याएँ

दिव्यांगजनों हेतु विद्यालय में ईश्वर के सम्मुख दीपप्रज्वलित करती हुईं श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति

श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति एवं अन्य सदस्याएँ साथ में सुखद पल बिताते हुए

बस्ती के बच्चों के साथ उनका उत्साहवर्धन करती हुईं श्रीमती सस्मिता पात्रा, अध्यक्षा नालको महिला समिति

अनुगुळ

अनुगुळ आगमन के दौरान वृक्षारोपण करती हुईं श्रीमती सस्मिता पाला, अध्यक्षा नालको महिला समिति

डॉ. जय श्री घोषाल के साथ स्वास्थ्य प्रबंधन के सात स्तंभ कार्यक्रम को संचालित करती हुई नालको लेडिज क्लब, अनुगुळ की सदस्याएँ

ओड़िशा के विख्यात लोकपर्व रज के अवसर पर आयोजित गतिविधियों में उमंगपूर्वक भाग लेती हुईं नालको लेडिज क्लब, अनुगुळ की सदस्याएँ

विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर वृक्षारोपण करती हुईं नालको लेडिज क्लब, अनुगुळ की सदस्याएँ

श्रीमती इतिश्री त्रिपाठी के अभिनंदन समारोह में भाग लेती हुईं नालको लेडिज क्लब, अनुगुळ की सदस्याएँ

दामनजोड़ी

रजोत्सव के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में भाग लेती हुईं नालको लेडिज क्लब, दामनजोड़ी की सदस्याएँ

विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर वृक्षारोपण करती हुईं नालको लेडिज क्लब, दामनजोड़ी की सदस्याएँ

विश्व योग दिवस के अवसर पर योगासन करती हुईं नालको लेडिज क्लब, दामनजोड़ी की सदस्याएँ

श्रीमती पूरनबासी षड़गी के अभिनंदन समारोह के दौरान नालको लेडिज क्लब, दामनजोड़ी की सदस्याएँ

श्रीमती सुनिता महापात्र के अभिनंदन समारोह के दौरान नालको लेडिज क्लब, दामनजोड़ी की सदस्याएँ

श्रीमती सोनिया पाढ़ी के अभिनंदन समारोह के दौरान नालको लेडिज क्लब, दामनजोड़ी की सदस्याएँ

Readers are requested to send their write ups, suggestions and feedback to nmssangini@gmail.com in clear handwriting or soft copy before 15th August 2024 - Editor-in-Chief

नालको NALCO

National Aluminium Company Limited

Born in ODISHA..
Grown in ODISHA..
Globally Represents ODISHA...

No. 1 Lowest Cost Producer of Alumina in World

No. 1 Lowest Cost Producer of Bauxite in World

2nd Highest Net Foreign Exchange Earning CPSE in the Country

NALCO

THE INDUSTRIAL KONARK OF ODISHA

Designed and printed by sanket