Sanginee

संगिनी

Smile... Stride... Scintillate

नालको NALCO

अक्तूबर-दिसंबर 2020

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

Editorial Board
Lina Mohapatra
Rosie Rath
Roshan Pandey

Co-ordinator
Shagufta Jabeen

Design Concept
Aswini Sutar

अक्तूबर-दिसंबर 2020

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

ସମ୍ପାଦକୀୟ

'ଜୀବନର ଅନ୍ୟନାମ ସଂଗ୍ରାମ'

ଜୀବନର ପ୍ରଥମ ପାହାଚ ପିଲାଦିନ। ଯେଉଁଠୁ ମଣିଷ ପାହାଚ ଚଢ଼ିବା ଆରମ୍ଭ କରେ। ପିଲାଦିନର ଏ ପାହାଚ ଚଢ଼ାରେ ବିଭୋରପଣ ଭରି ରହିଥାଏ। ସବୁଦିନ ଫୁଲଫୁଟା ଦିନ। ସବୁ କାର୍ଯ୍ୟ, ସଫଳତା ସବୁକିଛି ଖୁବ୍ ମିଠାମିଠା। ପିଲାଦିନ ପରେ ପୁଣି ଯେଉଁ ପାହାଚ ଚଢ଼ିବା ଆରମ୍ଭ ହୁଏ, ସେ ସମୟ ଖୁବ୍ କଠିଣ। ସକାଳର କଅଁଳ ସୂର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟାହ୍ନର ଡହଡହ ସୂର୍ଯ୍ୟକୁ ରୂପାନ୍ତରିତ ହୋଇସାରିଥାଏ। ତା'ଭିତରେ ପୁଣି ଭରି ରହିଥାଏ ମାନ-ଅଭିମାନ, ଜୟ-ପରାଜୟ ଓ ସଫଳତା-ବିଫଳତାର ଅନେକ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ଘଟଣା। ଶେଷ ପାହାଚରେ ବେଶ୍ କିଛିଦିନ ରହିବାକୁ ପଡ଼େ ତଟସ୍ଥ ସ୍ଥିତିରେ।

ନା ଉପରକୁ ଉଠିବାର ବଳ ଥାଏ ନା ତଳକୁ ଖସିବାର ବେଳ ଥାଏ। ଏଇ ହେଉଛି ସେ ଚନ୍ଦ୍ରମିତ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର ସମୟ ଯେଉଁଠି ଶରୀର ପାକଳ ହୋଇ ସାରିଥାଏ ଓ ମନ ଶିଶୁ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ।

ପିଲାଦିନର ଏଇ ପ୍ରଥମ ପାହାଚକୁ ଉଠିବାର ଶିକ୍ଷା ଦେବାରେ ହିଁ ଥାଏ ନାରୀର ବିଭୋରତା। ତା'ର ଆନନ୍ଦ। ସେଇ ନାରୀ ପୁଣି ମଧ୍ୟାହ୍ନର ସୂର୍ଯ୍ୟକୁ ଶୀତଳତା ପ୍ରଦାନ କରେ ଏବଂ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର ଅବୋଧ ଶିଶୁପଣକୁ ପୁଣି ଥରେ ମାତୃତ୍ୱର ସହଜାତ ସ୍ନେହସ୍ନିଗ୍ଧ ସମ୍ମୋହନରେ ସମ୍ମୋହିତ କରି ମଣିଷର ଶେଷ ଜୀବନକୁ ମଧୁମୟ କରିଥାଏ। ଏସବୁର ଖୁବ୍ ଲମ୍ବା ଅନୁଭବ ଭିତରେ ହିଁ ନାରୀ ଜୀବନର ସଫଳତାର କବିତା ଲୁଚି ରହିଥାଏ।

ନାରୀ ଜୀବନର ଏ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କବିତା ଭିତରେ ବି ରହିଥାଏ ଆହୁରି ଅନେକ ଅନେକ ପଂକ୍ତି। ନିଜକୁ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ରଖିବା ଭିତରେ ହିଁ ନାରୀଟିଏ ତା'ର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବାରକୁ ଶୃଙ୍ଖଳିତ, ସୁରକ୍ଷିତ ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛ ରଖିବାର ସହଜ ସରଳ ସାଧନାର ସିଦ୍ଧି ପ୍ରାପ୍ତ କରିଥାଏ। ଦୀପାବଳିର ପବିତ୍ର ଉତ୍ସବ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଶାନ୍ତାକ୍ଲଜର ଆନନ୍ଦ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁ ଶୁଭ ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ବି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭାବରେ ବାରିହୋଇପଡ଼େ ନାରୀର ସ୍ୱାକ୍ଷର। ପର୍ବପର୍ବାଣୀ, ଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଭିତରେ ବି ନାରୀଟିଏର ମାତୃତ୍ୱ ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଭିକାରୀର ପେଟ, ଦିବ୍ୟାଙ୍ଗର ମନ, ଖଟିଖିଆ ମଜୁରୀଆର ଦୁଃଖ ଓ କୃଷକର ସ୍ୱାଭିମାନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିସ୍ତାରିତ ହୋଇ ରହିଥାଏ।

ଛୋଟ ଝିଅଟିଏ ତା' ନିଜ ଜୀବନର ପ୍ରଥମ ପାହାଚ ଚଢ଼ିବାର ସମୟ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅନେକ ଉଚ୍ଚତାର ଚନ୍ଦ୍ରପୃଷ୍ଠରେ ପହଞ୍ଚି କଳ୍ପନା ଚାଓ୍ୱଲା ହୋଇପାରିବାର ସଫଳତା ଭିତରେ ବି ଭୁଲିଯାଇ ନଥାଏ ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ପ୍ରଥମ ଓ ଶେଷ ପାହାଚର ଅବସ୍ଥିତି ବିଷୟରେ। ତାହାରି ଭିତରେ ହିଁ ଲୁଚିରହିଥାଏ ନାରୀର ସଫଳତା ଏବଂ ସେଇ ସଫଳତା ହିଁ ତାକୁ ଯୋଗାଇଥାଏ ହସହସ ମୁଖ ରହିବାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ସାମର୍ଥ୍ୟ।

ସସ୍ମିତା ପାତ୍ର

संपादकीय

'संघर्ष जीवन का दूसरा नाम'

जीवन का प्रथम सोपान बचपन है। जहाँ से व्यक्ति जीवन की सीढ़ी चढ़ने की शुरूआत करता है, शिशुवस्था में व्यक्ति इसी कार्य में पूरे मनोयोग से लगा रहता है। जिस दौरान प्रत्येक दिन नए उमंग का संचार होता है। समस्त प्रयत्न और सफलता मधुर प्रतीत होते हैं। शैशवावस्था से किशोरावस्था के सफ़र के दौरान पुन: कठिनाई का सामना करना होता है। प्रात:कालीन सूर्य की लालिमा शीतलता प्रदान करती है, दोपहर तक वह अपने पूर्ण रूप में आ चुका होता है तथा उसमें मान-अभिमान, सफलता-विफलता, जय-पराजय की बहुत सारी अनुभूतियाँ भरी रहती हैं। ढलने की अवस्था में आते-आते वह तटस्थ की स्थिति में आ जाता है। ना ही ऊपर उठने की क्षमता होती है, ना ही नीचे जाने का सामर्थ्य शेष रहता है। यही ढलने की अवस्था वृद्धावस्था होती है, जहाँ शरीर वृद्ध हो जाता है, किंतु मन बचपन वाला ही रहता है।

शिशुवस्था के दौरान प्रथम शिक्षा देने में नारी की अहम भूमिका होती है, जो अत्यंत आनंदप्रद होती है। वही नारी, मध्य जीवन को शीतलता प्रदान करने में लीन रहती है तथा वही नारी वृद्धावस्था में उस मन के अंदर छिपे बचपने को साज-संवार कर जीवन में मधुरता का संचार करती है। इस लम्बे अनुभव के भीतर ही नारी जीवन की सफलतागाथा विद्यमान है।

नारी जीवन की संपूर्ण गाथा के अनेक अनछुए पहलू भी होते हैं। स्वयं को अनुशासित रखने के साथ ही वह परिवार को भी सुरक्षित, अनुशासित, स्वच्छ तथा स्वस्थ रखने में निपुण होती है। दीपावली के पावन पर्व से प्रारम्भ करके क्रिसमस के उल्लास तक सारे शुभ कार्यों में नारी का योगदान परिलक्षित होता है। इन सभी कार्यों के निष्पादन के दौरान भी नारी का मातृत्व पशु पक्षी, भूखों, दिव्यांगजनों की इच्छा, श्रमिकों के कष्ट तथा कृषकों के स्वाभिमान तक विस्तारित रहता है।

हमारी बेटियाँ जीवन के प्रथम सोपान से लेकर अनेक ऊँचाईयों को छूते हुए कल्पना चावला के समान अंतरिक्ष तक की यात्रा पूर्ण करने के बाद भी दूसरों को भूलती नहीं हैं। इसी गुण में नारी की सफलता का सूत्र विद्यमान है और यही सफलता उसे हमेशा खुश रहने की शक्ति और सामर्थ्य प्रदान करती है।

सस्मिता पात्रा

दादी की सांता वाली साड़ी

"कविता आ गई क्या ड्यूटी से? खाकर पहले मेरा बिस्तर ठीक कर देना उसके बाद मच्छरदानी भी लगा देना ! और हाँ, उसके बाद ज़रा मेरे पैर भी दबा देना । बड़ा दुखता है आज कल। दिसंम्बर का महीना आया नही कि मुसीबत शुरू !" दादी ने कविता से कहा। "क्या दादी, अभी आई नहीं कि आपका काम चालू हो गया ! ये कर दे ! वो कर दे !" कविता ने दादी से प्यार वाला गुस्सा दिखाते हुए कहा।

"और क्या बूढ़ी हो गई हूँ! नज़र कमज़ोर हो गई है और तो और, ये मुआ घुटना भी जवाब दे रहा है।" दादी, ने भावनात्मक अन्दाज़ में कहा।

" हाँ, मेरा खाना हो गया, अब बताओ क्या-क्या करना है?"

" पहले मेरे पैर ही दबा दे । दर्द से जान जा रही है। कविता, पता है आज जब मैं शाम को टहलने निकली तो शर्माइन मिली थी।"

" कौन शर्माइन ?"

" अरे वो निशांत की दादी !"

"अच्छा ! अरे निशांत की तो फौज में नौकरी लग गई है ना ! कैसा है वो और कहाँ है?"

"ठीक है और दिल्ली में है !"

"पर मेरी बात तो सुन ! पता है उसने मुझसे कहा कि निशांत ने कंप्यूटर से उसके लिए साड़ी भेजी है! भला कंप्यूटर से साड़ी कैसे आएगी?" दादी ने बड़े आश्चर्य से पूछा।

" हा हा हा हा हा !!" कविता ये सुन बड़े ज़ोर से हँसी, "दादी कंप्यूटर से नहीं इंटरनेट से साड़ी आई होगी!"

"अब ये इंटरनेट क्या होता है?" दादी ने बड़े आश्चर्य से पूछा।

अरे दादी , ये अभी क्रिसमस के महीने में सांता क्लॉस ने क्रिसमस के लिए ये नई टेक्नोलॉजी भेजी है जिससे आप घर बैठे कुछ भी मँगवा सकते हो!" कविता ने दादी को छेड़ते हुए कहा ।

"अब हमें क्या पता नेट उट, हमारे जमाने में तो न था ये ! हाँ, सांता के बारे में तो बचपन से सुनती आ रही हूँ इसलिये मानती भी हूँ अपने प्यारे सांता को ।" सांता के नाम से दादी की बाँछें खिल गई और वो बचपन में खो गई । कविता जाकर दादी से लिपट गई ।

"कविता बात सुन ! क्या मेरे लिए भी उस से एक साड़ी आ सकती है ?"

"हाँ, क्यों नहीं! रुको मैं फ़ोन लाती हूँ फिर बस तुम उस पर अपने लिए एक साड़ी पसंद कर लेना !"

दादी ने अपने बचपन वाले सांता को याद करते हुए एक लाल रंग की साड़ी पसंद की।

"ये लो मैनें ऑर्डर कर दी ! चार दिन बाद आ जाएगी आपकी साड़ी!"

कुछ दिनों बाद कविता ने ड्यूटी से आते ही ज़ोर से आवाज़ लगाई , " दादी! दादी !"

"हाँ, क्या हुआ?"

"दादी ये लो आ गई आपकी कंप्यूटर वाली साड़ी! आपके अपने सांता की तरफ से आपको प्यार भरा तोहफ़ा !!"

और दोनों ज़ोर ज़ोर से हँसने लगीं । उनकी हँसी जिंगल बेल की आवाज़ के साथ घुलमिल गई ।

स्वाती तिवारी
अनुगुळ

नारी शक्ति

माँ-बहनों में जीवन-शक्ति जगाएँगे,
नारी-शक्ति का हम बीज उगाएँगे,
होता जहाँ पर नारी का हो सम्मान,
धरती वहाँ की होती बड़ी है महान ।
आशाओं की जीवन-ज्योति जगाएँगे,
नारी-शक्ति का हम बीज उगाएँगे,

उन्नत बेटी प्राकृतिक विज्ञान है,
लिपटा इसमें सारा विश्व जहान है,
कन्याओं से विजयी ज्योत जलाएँगे,
नारी-शक्ति का हम बीज उगाएँगे।

हर बच्ची को शिक्षा का वरदान है,
करती पूर्ण सबका ये अरमान है,
बेटी भ्रूण हत्या का कलंक मिटाएँगे,
नारी-शक्ति का हम बीज उगाएँगे।

कल-कल करती नदियाँ, व जीवन जहान है,
धरती गाती गीत वहाँ पर चिड़ियों की पहचान है।
माताओं को हम सम्मान दिलाएँगे,
नारी-शक्ति का हम बीज उगाएँगे।
माँ-बहनों में जीवन-शक्ति जगाएँगे
नारी-शक्ति का हम बीज उगाएँगे।

बि. सूजया लक्ष्मी
अनुगुळ

"नारी हूँ मैं"

नारी हूँ मैं !
अद्‌भुत, गौरवशाली, ममतामयी
हर सुख-दु:ख की सहभागी
सर्वविजेता, कभी न हारनेवाली मैं।
न रोको मुझे, न टोको मुझे
अपने सपनों की उड़ान भरने दो।
न समझो मुझे बोझ, न करो मेरा तिरस्कार
क्योंकि सबसे पहले, एक इंसान हूँ मैं।
औरत कहकर, मुझे न चुप कराओ
मेरी सोच व विचार को न दबाओ।
मान-मर्यादा में दबकर, मैं न रोऊँगी
अपने आत्म सम्मान के लिए आवाज़ उठाऊँगी।
स्वाभिमानी हूँ मैं, आत्मनिर्भर भी हूँ
टूट कर बिखर जाऊँ, इतनी कमजोर भी नहीं हूँ।
अंदर के डर से लड़कर मैं आगे बढ़ूँगी
न मैं रुकूँगी, न मैं भटकूँगी
दुशासन से भरी दुनिया में, द्रौपदी नहीं बनूँगी,
बल्कि अन्याय और अत्याचार के खिलाफ़,
मैं दुर्गा और काली बनूँगी।
मैं जन्मदायी,
बेटी से माँ बनकर इस जग को संभाला,
मैं स्नेहमयी, प्रेममयी और करुणामयी,
गर्व है मुझे कहने में-
"एक नारी हूँ मैं!!"

स्नेहा पात्र
दामनजोड़ी

सुख की प्राप्ति

संसार के प्रत्येक व्यक्ति के जीवन का अंतिम लक्ष्य सुख की प्राप्ति है। हर एक व्यक्ति अपने जीवन में सुख भोगने की इच्छा रखता है। सुख आंतरिक अनुभूति है। यह हमारी आंतरिक मन: स्थिति को दर्शाता है। आज आधुनिक युग में मनुष्य पहले की अपेक्षा अधिक साधन संपन्न है परंतु पहले की अपेक्षा ज्यादा सुखी नहीं है ।आखिर ऐसा क्यों? इस प्रश्न का एकमात्र उत्तर यही है कि हम अपने सुख को भौतिक सुख सुविधाओं में ढूँढ़ने लगे हैं जो हमारा एक भ्रम है। हम सुविधाओं से ज्यादा बेहतर जीवन तो बिता सकते हैं, पर सर्वदा के लिए सुखी नहीं बन सकते क्योंकि सुख आंतरिक अनुभूति है ; यह हमें अपने विचारों से ही प्राप्त हो सकती है। अगर हम बाहरी परिस्थितियों के आधार पर सुख ढूँढ़ने लगे तो हम सर्वदा भूखे ही रहेंगे।

आज प्रत्येक व्यक्ति अपनी इच्छाओं के आधार पर जीवन जीना चाहता है और जब वह उसमें सफल नहीं हो पाता तो वह दुखी हो जाता है। हम अपनी शर्तों के अनुसार जीवन नहीं व्यतीत कर सकते हैं, क्योंकि हमारी भी कुछ सीमाएँ होती हैं। हमें अपनी इच्छाओं को नियंत्रित करना सीखना होगा नहीं तो हमारी इच्छाएँ हमें नियंत्रित करेंगी। हम इच्छाओं के कठपुतली मात्र बनकर रह जाएँगे। मन पर नियंत्रण ही सुख का प्रथम सोपान है। भगवान कृष्ण ने गीता में यही बात सिखलाई है जो आज का आधुनिक मानव भूलता जा रहा है। भारत के धर्म ग्रंथों में सर्व-धर्म को अपनाया गया है "सर्वे भवंतु सुखिनः सर्वे संतु निरामया सर्वे भद्राणि पश्यंतु मां कश्चित् दुख भाग भवेत्। "प्राचीन ग्रंथों में सभी प्रश्नों के हल हैं परंतु हम उनसे दूर चले जा रहे हैं । जिसके कारण आज प्रत्येक मनुष्य दुखी है, निराश है और अंतर्द्वंद में फँसा है। आज हम प्रकृति से दूर चलते चले जा रहे हैं जो हमारी एक बहुत बड़ी भूल है जिसके कारण आज मनुष्य के जीवन में बहुत सारी बाधाएँ उत्पन्न हो रही है जैसे बाढ़, सूखा, तूफान और कितनी सारी प्राकृतिक आपदाएँ। हमने प्रकृति को अपने स्वार्थ अनुसार उसका उपयोग किया जिसके कारण आज सभी मनुष्य दुखी है। हमें प्रकृति से भावनात्मक संबंध बनाना ही होगा यह समय की आवश्यकता है।

आज के आधुनिक युग में एक दूसरे के साथ प्रतिस्पर्धा बढ़ती ही जा रही है, जो हमारे दुख का मूल कारण है। प्रतिस्पर्धा हमेशा ईर्ष्या और नफ़रत ही देती है जिसके कारण नकारात्मकता उत्पन्न होती है, जो हमारे समाज के लिए उचित नहीं है। प्रतिस्पर्धा के कारण आज लोगों में एक दूसरे के प्रति प्यार व सद्भाव की कमी देखी जाती है। हम अपनी

तुलना दूसरे से करके ईश्वर की रचना पर ही सवाल उठाते हैं। प्रत्येक व्यक्ति एक दूसरे से भिन्न होता है , हम सभी एक नहीं हो सकते हैं। सब का अपना महत्व है। सड़क पर झाड़ू देने वाला भी उतना ही महत्व रखता है जितना कि एक सफल व्यापारी, राजनेता और प्रशासनिक अधिकारी रखता है। कभी किसी को दूसरे से अपने को कम नहीं आँकना चाहिए क्योंकि सभी समाज में उतना ही महत्व रखते हैं जितना दूसरे। अपने कर्मों को अच्छी तरह करना चाहिए और दूसरे से तुलना नहीं करनी चाहिए।

मनुष्य की अपनी आकांक्षाएँ और आशाएँ ही दुख उत्पन्न करती हैं। वह अपने रिश्ते में भी इन आशाओं और आकांक्षाओं के कारण दुखी है। हमारी आकांक्षाएँ हमारा पीछा नहीं छोड़ती जिसके कारण हम हर रिश्ते से निराश और हताश हैं। अगर हम आशाओं को दरकिनार कर दें तो हम सुखी हो सकते हैं। हम अपना हर एक कार्य नि:स्वार्थ होकर करें तो हम हमेशा सुखी और प्रसन्न रहेंगे। आज प्रत्येक व्यक्ति अपना कार्य स्वार्थ पूर्ण करता है और जब उसकी इच्छाएँ पूर्ण नहीं होती हैं तो वह दुखी हो जाता है। मनुष्य का कर्मभाव ही उसके सुख और दुख का कारण है। गीता में कहा गया है कि "कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।"

अर्थात कर्म करो फल की चिंता मत करो। नि:स्वार्थ भाव के कारण हमारे कर्म उत्तम हो जाते हैं और फल की प्राप्ति तो होती ही है। कर्म और फल एक दूसरे से जुड़े हैं। आज का मनुष्य कर्म कम और फल की चिंता ज्यादा करता है, जिसके कारण उसे दुख की प्राप्ति होती है।

हमें यह नहीं सोचना चाहिए कि संसार ने हमें क्या दिया बल्कि यह सोचना चाहिए हमने संसार को क्या दिया? यह भाव ही हमें सुखी बनाता है। हमें दूसरों की खुशी के लिए भी काम करना चाहिए जिससे हमें भी खुशी प्राप्त होती है। यह प्रकृति का नियम है अगर हम दूसरे को सुख देते हैं तो हमें सुख प्राप्त होता है। हमें दूसरों के प्रति सद्भावना रखनी चाहिए यही सुख का मूल मंत्र है। भगवान बुद्ध ने कहा था कि प्रत्येक मनुष्य अपने ही कारण दुखी या सुखी होता है उसके लिए दूसरा कोई जिम्मेदार नहीं है। मनुष्य के विचार ही उसके सुखी या दुखी होने के कारण हैं। इसके लिए दूसरा कोई उत्तरदायी नहीं होता है। अगर हम इस विचार को

अपना लें, तो हमें कभी दुख नहीं होगा। हम अपने दुख के लिए किसी अन्य को जिम्मेदार नहीं ठहरा सकते हैं। एक ही परिस्थिति में हर एक मनुष्य की सोच अलग-अलग होती है और यही विचार उसे सुख और दुख देता है।

अरुणिमा सिन्हा इसका जीता जागता उदाहरण है कि कोई भी व्यक्ति परिस्थिति पर निर्भर नहीं करता है बल्कि परिस्थितियाँ उसकी सोच पर निर्भर करती हैं। अरुणिमा सिन्हा के दोनों पैर एक दुर्घटना में खो जाने के बाद भी उन्होंने एवरेस्ट की ऊँचाईयों को पार किया, जो हमें एक बहुत बड़ी सीख देती है कि हम किसी भी परिस्थिति में हार नहीं मान सकते। हमें हर परिस्थिति में सुखी होना चाहिए और जीवन जीने की अदम्य इच्छाशक्ति रखनी चाहिए। सुखी होना सिर्फ एक विचार है इसके लिए कोई वाह्य परिस्थितियाँ उत्तरदायी नहीं हो सकती है। आज विश्व में अमेरिका विकसित देशों में सबसे ऊपर है फिर भी वहाँ हिंसक घटनाएँ ज्यादातर दिखाई पड़ती हैं जो उनके असंतोष को व्यक्त करती हैं। आज हम लोग विकसित देशों के अंधानुकरण के कारण दिशाहीन होते जा रहे हैं और अपनी मूल संस्कृति को भूलते जा रहे हैं।

आज का मानव अपने विचार में परिवर्तन करके सुखी हो सकता है क्योंकि किसी भी परिस्थिति में सुखी होना उसके मानसिक और आंतरिक शक्ति को प्रदर्शित करता है। हमें भावनात्मक रूप से मजबूत होना पड़ेगा। हम विज्ञान में जितना चाहे उन्नति कर लें पर मानसिक अस्थिरता के कारण हम सब बहुत कुछ खो सकते हैं। विज्ञान हमें क्षणिक सुख तो दे सकता है, पर सुख तो हमें अपनी मानसिक स्थिति से ही प्राप्त होता है, जो आज के मानव की सबसे बड़ी जरूरत है।

कामना सिंह
भुवनेश्वर

अन्नदाता

सुबह की सैर के लिए आज घर से निकला तो मन प्रसन्न हो उठा । बादलों से झाँकता हुआ सूरज बहुत आकर्षक लग रहा था । टहलता हुआ जब पगडंडी की ओर बढ़ा तो सुनहरी किरणों से सराबोर खेतों में लहराती हरी बालियों ने मन को मोह लिया । कानों में रस घोलती पपीहे की पीहू-पीहू की आवाज़ सुन मैं मन ही मन प्रकृति को श्रद्धापूर्वक नमन कर बैठा । धान की खुशबू लिए खेतों से उठने वाली ठंडी बयार मुझे बेहोश किये जा रही थी । मेरी तंद्रा तब टूटी जब अचानक मुझे किसी के कराहने की आवाज़ सुनाई दी । जैसे कोई कमज़ोर स्त्री अपनी बेबसी के बोझ तले दबी हो और उस बोझ को उठा सकने में असमर्थ होने के कारण सिसक रही हो । मन बेचैन हो उठा और मैंने आवाज़ लगाई , " कौन हो तुम माई ?? कहाँ हो, नज़र नही आ रही ? "

"मैं यहाँ हूँ बेटा ।" एक निरीह बूढ़ी औरत को मैंने लाठी के सहारे खेतों के बीच से उठते हुए देखा।

" क्या बात है माई, तुम्हारी यह दशा कैसे हो गई ?"

" क्या बताऊँ बेटा, मेरा एक सुंदर परिवार था । सारे बेटे आत्मनिर्भर थे । उनके काम से मैं भी बहुत खुश थी । वो सबका पेट भरने का काम करते थे । पर जाने कैसी हवा चली कि देश का तो विकास होता चला गया पर मेरे बेटे वहीं के

वहीं रहे । मैं तो तब भी खुश थी क्योंकि उन्हें किसी के सामने हाथ नहीं फैलाना पड़ता था । पर देखते देखते मेरे परिवार की स्थिति दयनीय होती गयी। कम कीमत पर उनसे खरीदी चोज़ें दूसरे कई गुना अधिक कीमत पर बेचने लगे। उस पर प्रकृति की मार भी अक्सर उन्हें भोगनी पड़ी। आज स्थिति यह है कि मेरे कई बेटों और नाती-पोतों ने पैसों की तंगी के कारण आत्महत्या तक कर ली है । सरकार भी उनका साथ नहीं दे रही है । "

"पर माई , क्या बेचते हैं तुम्हारे बेटे और कौन हो तुम?? "

" मेरे बेटे इस देश के अन्नदाता किसान हैं बेटा और मैं उनकी अभागी धरती माँ हूँ !"

अचानक मैं सकते में आ गया और मेरी नज़रों के सामने मेरी खाने की थाली आ गई और मेरे चेहरे पर मेरे उन्हीं हाथों से एक ज़न्नाटेदार थप्पड़ आकर लगा जिससे कई बार खाना जूठा कर मैंने फेंक दिया था।

शगुफ़्ता जबीं
भुवनेश्वर

हम हैं नारी

हम हैं नारी, सुंदरता की प्रतीक, स्वभाव से ममता की मूरत,
पर न समझ कमजोर हमें, शक्ति की आधार हैं हम।
अशुभ शक्ति का विनाश और नवीन सृजन का कारण,
कभी दुर्गा, लक्ष्मीबाई तो कभी सावित्री का रूप हैं हम।
हर समस्या को दूर भगाकर, रोशनी दिखाने वाली,
माँ, पत्नी और बेटी के रूप में नारी हैं हम।

क्यूँ मारते हो हमें माँ की पेट में?
हमें भी दुनिया की रोशनी देखने दो!
भैया जैसा पालना हमें, देना समान प्यार,
भर देंगे खुशियाँ घर के कोने-कोने में।
हर मुसीबत में साथ रहेंगे,
गर्व करके कहना बेटी हमारी इंसान बनी है।
जी लेंगे हम छोटे घर और कम पैसे में,
जहाँ नहीं है कमी प्यार और आदर की।
अगर जिन्दगी भर साथ निभाने का वादा करो,
तो बाँट लेंगे खुशियाँ और ग़म आधे-आधे में।
चलेंगे साथ हम कदम -कदम,
भर देंगे रंग तुम्हारे जीवन में।

बच्चों से हमें क्या आशा, थोड़ा सम्मान थोड़ा भरोसा,
तेरी माँ-माँ बोली ही तो सब दुःख हरा।
ममता की साया में पालेंगे तुझे,
दर्द की आँच न छूने देंगे तुझे।
हमें नहीं है परवाह हमारे जान की,
तेरे अधिकार के लिए पूरी दुनिया से लड़ जायेंगे।

बर्नाली अधिकारी
भुवनेश्वर

बुज़ुर्ग : हमारे मूल्यवान परिजन

वो भी क्या दिन थे
जब दादा-दादी, नाना-नानी साथ थे।

उनकी छत्र –छाया में जिंदगी बिताना
मानो जीवन के सब रंगों में ढलना।

जब तक उनका सर पर है हाथ
न मन बेचैन न दर्द का कोई साथ।

राजा-रानी, राम-कृष्ण की कथा सुनाते
अपने तजुर्बे से जीवन का सारांश समझाते।

वक़्त तेजी से बदला, बदली मानव की सोच
संयुक्त परिवार को बोझ मान,
बनाया एकल परिवार नि:संकोच।

आज युवा पीढी न समझे बुजुर्गों की अहमियत
पसंद नहीं टोका-टोकी, पाबंदी, "बिंदास" उनकी नीयत।

पर समय है इस सोच को बदलने का
समाज मे बुजुर्गों को आत्म-सम्मान दिलाने का।

वी. अनुराधा
विशाखापट्टणम

कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती

मैं कल्पना पासवान आज अपने बेटे मोहित कुमार पासवान, जो एक दिव्यांग (100 प्रतिशत श्रवणबाधित) है, के संघर्ष भरे जीवन के बारे में कुछ बताना चाहती हूँ, और साथ ही यह भी बताना चाहती हूँ कि यदि कड़ी मेहनत व सच्ची लगन हो तो कुछ भी प्राप्त करना असंभव नहीं है।

मेरा बेटा जब पैदा हुआ, तो उसके कुछ महीनों बाद मुझे यह महसूस हुआ कि शायद मोहित में सुनने की क्षमता नहीं है। फिर मैंने उसके कानों का जाँच करवाई और डॉक्टर ने प्रमाणित किया कि उसके दोनों कानों में सुनने की क्षमता बिल्कुल नहीं है और उन्होंने तुरंत उसका कॉक्लियर इम्प्लांट (cochlear implant) कराने को कहा, क्योंकि यही एकमात्र इलाज था, जिससे उसकी सुनने की उम्मीद थी। उसे बाइलेट्रल प्रोफाउंड सेंसरी न्यूरल हियरिंग लॉस (Bilateral Profound Sensorineural Hearing Loss) था। फिर 6 साल की उम्र में हिंदूजा हॉस्पिटल मुम्बई में भारत के प्रसिद्ध ईएनटी सर्जन पद्मश्री डॉ.मिलिंद वी.किर्तने ने कॉक्लियर इम्प्लांट सर्जरी की। ईश्वर की कृपा से ऑपरेशन सफल रहा। इसके बाद उसके लिए यह बहुत बड़ी चुनौती थी – 'नो साउण्ड से साउण्ड' की दुनिया में सफ़र। फिर एक महीने बाद उसके इम्प्लांट का स्विच-ऑन श्री राजेश पटाडिया (ऑडियोलॉजिस्ट) द्वारा किया गया। उस दिन पहली बार उसने ध्वनि का अनुभव किया। मुझे लगा मेरे बेटे का पुनर्जन्म हुआ है। हम लोगों की खुशी का कोई ठिकाना नहीं था। उस पल को शब्दों में नहीं बताया जा सकता है। इसके बाद मैंने उसके ऑडियो वर्बल थैरेपी के लिए अयुरेड (AURED) मुम्बई में दाख़िला करवाया। वहाँ पर अजीजा मैडम ने कहा कि आपके बेटे का इम्प्लांट काफी लेट में हुआ है। इसलिए उसपर काफी मेहनत करनी पड़ेगी और प्रोग्रेस काफी स्लो होगी और इम्प्रूवमेंट का चान्स भी काफी कम है क्योंकि यह लेट इम्प्लांट है। मैंने कहा आप मेरे बच्चे का एडमिशन ले लीजिए फिर अगर इम्प्रूवमेंट ना दिखे तो निर्णय लीजिएगा। फिर इसके बाद उसकी जबरदस्त ट्रेनिंग की शुरुआत हुई जैसे कि सुनने की ट्रेनिंग, बोलने की ट्रेनिंग, भाषा की ट्रेनिंग इत्यादि। फिर मैंने नॉर्मल स्कूल (मेनस्ट्रीम) में उसका दाखिला करवाने की कोशिश की। वह हर स्कूल में लिखित परीक्षा में पास हो जाता था पर भाषा ठीक से न होने के कारण और आवाज क्लीयर न होने के कारण उसे रिजेक्ट कर दिया जाता था। साथ में यह भी कहा जाता था कि आपका बच्चा स्पेशल है इसे स्पेशल स्कूल मे डालिए। हमलोग उस पर काफ़ी मेहनत करते थे। काफ़ी कोशिशों के

बाद उसे सेंट जोसेफ हाई स्कूल, वडाला, मुम्बई में टेम्परेरी एडमिशन मिला। प्रिसिंपल ने कहा कि मैं आपके बच्चे का ओवरऑल परफार्मेंस व उसका दूसरे बच्चों के साथ व्यवहार कैसा है?, शिक्षक का सामना किस तरह करता है? यह सब देखने के बाद उसका एडमिशन कंफर्म करूंगा। हमलोग हमेशा चिंतित रहते थे कि हमारे बच्चे की पढ़ाई कब शुरू होगी। फिर एक महीने बाद प्रिसिंपल ने एडमिशन कंफर्म किया। पढ़ाई के साथ-साथ मैंने उसे ड्राईंग क्लास, शियामाक दावर डांस क्लास और टेबल टेनिस की क्लास भी ज्वाईन करवा दी। उसे हर जगह पर, ख़ासकर स्कूल में नॉर्मल बच्चों द्वारा परेशान किया जाता था। क्योंकि उसकी भाषा क्लीयर नहीं थी और वह कान में मशीन पहनता था।

इस तरह दसवीं और बारहवीं की परीक्षा पास की और इंजीनियरिंग एंट्रेंस परीक्षा पास की और उसका एडमिशन 2016 में कलिंगा इंस्टीट्यूट ऑफ इंडस्ट्रीयल टेक्नोलॉजी (किट), भुवनेश्वर, ओड़िशा में कंप्यूटर साईंस व इंजीनियरिंग में हुआ। वह रेगुलर क्लास करने लगा। 2017 में गन फॉर ग्लोरी शूटिंग एकेडमी, भुवनेश्वर में एडमिशन करवाया और वहाँ उसने 10 मीटर शूटिंग (पीप साईट) की प्रैक्टिस करनी आरंभ की। उसने पढ़ाई के साथ-साथ अपनी शूटिंग ट्रेनिंग के सारे लेवल समय पर समाप्त किए। फिर उसने शूटिंग कंपीटिशन में भाग लेना आरंभ किया। उसे बेस्ट शूटर का अवार्ड फर्स्ट शूटिंग प्रीमियर लीग में मिला। फिर उसे स्वर्ण पदक से सुपर शॉट गेम के लिए नवाज़ा गया। उसने 8वें ओड़िशा स्टेट शूटिंग चैंपियनशिप में ब्रॉज मेडल पाया। उसने 2018 में आसनसोल (पश्चिम बंगाल) ईस्ट ज़ोन शूटिंग चैंपियनशिप खेला पर वहाँ अच्छा स्कोर नहीं कर सका। उसने 2018 में ऑल इंडिया जी.बी.मावलंकर, चेन्नई में खेलने के बाद नेशनल शूटिंग चैंपियनशिप के योग्य हो गया। इसके बाद 62वीं नेशनल शूटिंग चैंपियनशिप (2018) केरल, त्रिवेंद्रम में भाग लिया और वह नेशनल राईफल एसोशिएशन ऑफ इंडिया (एनआरएआई) द्वारा 'रिनाउंड शूटर' घोषित किया गया। यह सभी कंपीटिशन उसने नॉर्मल कैटेगरी में खेले।

इसी बीच उसे भारत सरकार द्वारा उसके उत्कृष्ट कार्य के लिए राष्ट्रीय पुरस्कार "रोल मॉडल" श्रवणबाधित (2018) के

लिए चुना गया और उसे 3 दिसंबर 2018 को विज्ञान भवन, नई दिल्ली में भारत के उपराष्ट्रपति माननीय श्री एम वेंकैया नायडूजी के कर कमलों से पुरस्कृत किया गया। वहाँ अन्य मंत्री-गण माननीय श्री धावरचंद गहलोत, माननीय श्री विजय सांपला, माननीय श्री रामदास अठावले और माननीय श्री कृष्णपाल गुर्जर भी उपस्थित थे। वो दिन हमलोगों के जीवन का सबसे गौरवशाली दिन था। हमारे खुशी के आँसू थमते नहीं थम रहे थे। मोहित हमें खुश देखकर और पुरस्कार पाकर काफी गर्व महसूस कर रहा था। पूरा हॉल तालियों की गड़गड़ाहट से गूँज उठा। उस दिन मुझे लगा कि मेरा बेटा मेरी मेहनत पर खरा उतरा। एक क्षण के लिए मुझे वो दिन भी याद आ गया था जब लगता था कि मेरे बच्चे के लिए हर द्वार बंद है और सब जगह से उसे रिजेक्शन या स्पेशल चाइल्ड के रूप में देखा जाता था। पर जब उसे मैंने राष्ट्रीय पुरस्कार पाता देखा तो मैं सबकुछ भूल गई।

उसे 2019 में 39वें नालको फाउंडेशन डे सेलिब्रेशन में राईफल शूटिंग में अच्छा प्रदर्शन करने के लिए नालको ने उसे अपकमिंग स्पोर्ट्स टैलेंट अवार्ड दिया। यह पुरस्कार उसे नालको के तत्कालीन सीएमडी माननीय श्री तपन कुमार चान्द तथा तत्कालीन समस्त बोर्ड ऑफ डायरेक्टर्स माननीय श्री श्रीधर पात्र, माननीय श्री व्ही.बालासुब्रमण्यम, माननीय श्री संजीब रॉय, माननीय श्री बसंत कुमार ठाकुर तथा माननीय श्री प्रदीप कुमार मिश्र की उपस्थिति में दिया गया। मोहित को इस मुकाम तक पहुँचाने के लिए नालको का बहुत बड़ा योगदान है। इस योगदान के लिए हमलोग नालको मैनेजमेंट के सदा आभारी रहेंगे। किट विश्वविद्यालय ने उसे 70वें गणतंत्र दिवस के शुभ अवसर पर पुरस्कृत किया।

जनवरी 2020 में नेशनल यूथ डे के अवसर पर वी 4 यू फाउंडेशन द्वारा उसे तीसरा सोशल इंपेक्ट अवार्ड दिया गया।

2019 में 63वें नेशनल शूटिंग चैंपियनशिप (भोपाल) में खेलने के बाद वह सेलेक्शन ट्रायल (इंडियन शूटिंग टीम) में जाने के लिए योग्य हो गया। उसने 2020 में केरल, त्रिवेंद्रम में सेलेक्शन ट्रायल 1 व 2 खेला। आगे और भी ट्रायल खेलना था पर कोविड-19 महामारी के कारण सब रद्द हो गया।अभी वह ओड़िशा राईफल एसोसिएशन में श्री आशीष नायक (आईएसएसएफ-इंटरनेशनल शूटिंग स्पोर्ट्स फेडरेशन-ट्रेंड कोच) के मार्गदर्शन में नियमित रूप से प्रशिक्षण ले रहा है। इसी साल (2020) अगस्त में उसने अपना बी.टेक (कंप्यूटर साईंस) से स्नातक प्रथम श्रेणी से उतीर्ण कर लिया है। अभी वह 'गेट' (GATE) की तैयारी कर रहा है ताकि अच्छी नौकरी पा सके। अब उसकी यह इच्छा है कि वह राईफल शूटिंग में ऑलंपिक/डैफ ऑलंपिक की अच्छे से तैयारी करे और एक दिन भारत के लिए स्वर्ण पदक जीतकर लाए और अपने महान भारत देश का नाम और रोशन करे। मैं एक बार दिल से उन सभी लोगों का धन्यवाद करना चाहती हूँ जिन्होंने मोहित को यहाँ तक लाने में मदद की।

कहा जाता है, अगर मन में दृढ़ विश्वास और बड़ों का आशीर्वाद हो तो कठिन से कठिन रास्ते आसान हो जाते हैं और यह भी कहा जाता है कि "कोशिश करने वालों की कभी हार नहीं होती।"

कल्पना पासवान
भुवनेश्वर

संघर्ष ही जीवन है

विजेता वही जिसमें हार के जीतने का दम हो,
कश्ती वहीं पार लगी जिसे ना तूफ़ानों का डर हो।
ऊँचाइयों को छू लिया उसने जिसमें गिरकर उठने का फ़न हो,
कदमों को चूम लेती हैं ख़ुशियाँ उनकी जिनके हौसले बुलंद हों।
नहीं झुका सकती मुसीबत की आँधी जिनके इरादों की सीमा चरम हो,
पैर के छाले ना दिखे जिसे मंजिल की चाह में,
चमकता है वही सोना जो तपा हो।
मिसाल बना उन्हीं का व्यक्तित्व समाज में,
जिन्होंने जीवन में किया संघर्ष हो।

आइशा अहद
दामनजोड़ी

बुज़ुर्ग : हमारे मूल्यवान परिजन

मैं छठी कक्षा में थी जब एक रात हमें दादी जी के देहांत की खबर मिली। हम रातों ही रात को गाँव के लिए रवाना हो गए। रास्ते भर पापा हमें दादी जी की बातें बताते रहे। जब पापा आई आई टी खड़गपुर में दाख़िला लेने गए तो दादी जी ने अपने कंगन गिरवी रखकर उनकी फीस जमा की थी। और पहली तनख्वाह मिलने पर ही पापा ने वे कंगन छुड़वा कर दादी जी को वापस कर दिया था ! जब वे छुट्टियों में गाँव पहुँचते थे, तो दादी जी उनकी पसंदीदा नारियल के लड्डू बनाकर रखतीं। ऐसी बहुत सारी बातें बताते हुए उनका गला भर जा रहा था। हम तड़के ही गाँव पहुँच गए। गाँव में ताऊजी, चाचा जीऔर बुआजी का परिवार पहले से पहुँच गया था। घर का माहौल बड़ा ही सहमा-सहमा सा था। हम दादा जी से मिलने अंदर गये तो देखा बुआजी उनसे लिपट कर रो रही थीं। माँ भी यह दृश्य देख कर रो पड़ीं। हम दादी जी की तेरहवीं तक वहाँ रुके। फिर सबने मिलकर फैसला किया कि दादाजी अब गाँव में नहीं बल्कि हमारे साथ रहेंगे। मेरी ख़ुशी का तो ठिकाना नहीं रहा ! दादा जी जैसे स्नेही और दुलार करने वाले व्यक्ति हमारे साथ रहेंगे!

अगले दिन सुबह ही हम अपने घर के लिए निकल पड़े। मैं रास्ते भर दादा जी को अपनी सहेलियों, पड़ोसियों आदि के बारे में बता रही थी और छोटू अपने दोस्तों के बारे में। घर पहुँचते ही माँ ने सबसे पहले दादा जी के रहने का कमरा करीने से सजा दिया और फिर हमारे दोपहर के खाने का बंदोबस्त किया। चूँकि अगले दिन इतवार था, मैं शाम को अपनी सहेली मिनी के यहाँ से सारे बकाया पाठ लिख कर लाई। घर पहुँच कर मैंने दादा जी से गणित का पाठ समझने की बात की तो वो खुशी-खुशी राज़ी हो गए और उन्होंने बहुत ही सरल तरीके से अनेक कठिन प्रश्नों के हल करवा दिया।

सुबह जल्दी उठकर दादा जी हमारे बगीचे में टहलते। उन्हें फूलों को निहारते देख मैं आश्चर्यचकित हो गयी। मुझे नहीं पता था कि गणित के मास्टर जी को पेड़ पौधों से भी इतना लगाव हो सकता था। मुझे देखते ही दादा जी ने अपने पास बुलाया और फूलों के नाम पूछे, और जो मुझे नहीं पता था, उनका नाम मुझे अँग्रेज़ी में बताया। मैं सोचती थी कि दादाजी को सिर्फ गणित ही आती है, पर पता चला कि उन्हें जीव विज्ञान का भी काफ़ी ज्ञान था।

नाश्ता करते वक़्त पापा ने कहा था कि पहले दादाजी को परोसा जाएगा और फिर हम खाएँगे, पर दादा जी ने हम दोनों बहन-भाई को अपने साथ बहुत ही प्यार से खिलाया। उनका कहना था कि बच्चों को ज़्यादा देर भूखा नहीं रहना चाहिए!

माँ से अगर किसी बात पर डाँट पड़ती, तो दादा जी हमें बड़े प्यार से एवं शांत होकर, वह गलती दोबारा न दोहराने के लिए समझाते। दादा जी की अँग्रेज़ी भी काफ़ी तेज थी। कभी-कभी वे छोटू को निबंध लिखने में भी सहायता करते। हमारे अर्धवार्षिक परीक्षा में दादा जी की मदद से अच्छे अंक आये, यह जानकर तो पापा खुशी से फूले नहीं समाये !

यद्यपि दादाजी गाँव में पले बढ़े थे, पर उनकी विचारधारा आजकल के लोगों से कहीं आगे थी। उनका कहना था कि एक औरत ही घर की नींव होती है, इसलिये उसे सबसे ज़्यादा मजबूत होना चाहिए। वे कहते कि बच्चों और औरतों को सबसे अधिक पौष्टिक आहार की ज़रूरत है।वे हमेशा माँ को खुद का खयाल रखने के लिए कहते। कभी-कभी तो वे रसोई में माँ का हाथ भी बँटाते थे और कुछ हमारे लिए गाँव का स्पेशल बना देते !

शाम को पापा के दफ्तर के लौटने से पहले, जब हम दादाजी को कहानी सुनाने के लिए कहते तो वे हमें महापुरुषों की गाथाएँ सुनाते। इसके अलावा हमें सीख देनेवाली कहानियाँ भी सुनाते।

दादाजी हमारे साथ अगले तीन साल तक थे और मुझे और छोटू को उनकी आदत पड़ गयी थी। हमारे हर सवाल का जवाब उनके पास होता था। उन्होंने हमारी हिंदी सुधारने के लिए एक हिंदी का शब्दकोश भी मँगवा दिया था, जिससे मुझे बड़ी मदद मिली और तो और उन्होंने हमें सुबह उठने का अभ्यास भी करा दिया !

वे हमें अपने बचपन के दिनों के बारे में बताते,और कभी दादीजी, ताऊजी, चाचा जी तथा बुआ जी की बातें भी बताते। कभी शाम को हम दोनों बच्चों के लिए समोसे और कचौड़ियाँ बाज़ार से ले आते तो कभी आइस क्रीम! तीन साल कैसे गुज़र गए, पता ही नहीं चला। इतने सालों में मैंने एक बार भी उन्हें नाराज़ नहीं देखा। मिलनसार स्वभाव होने के कारण वे माँ की सहेलियों से भी एक दो बातें कर लेते थे।

पर जब पापा का तबादला राँची हो गया, तो उन्होंने ताऊजी के कहने पर उनके साथ रहने का फैसला कर लिया। जिस दिन ताऊ जी आकर दादाजी को लेकर चले गए, छोटू और मेरे आँसू रुकने का नाम ही नहीं ले रहे थे। पर फिर छुट्टियों में उनसे मिलने की आशा लेकर हम एक नई जगह चल पड़े। दादा जी से मैंने बहुत कुछ सीखा है और आज भी उनकी बातें मुझे हमेशा सही राह दिखाती हैं।

शाश्वती महान्ति
भुवनेश्वर

ନାରୀଶକ୍ତି

ନାରୀ ଆମ ସମାଜର ଏକ ମହତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଙ୍ଗ ଅଟେ। ନାରୀ ବିନା ଏକ ସମାଜର କଳ୍ପନା ମଧ୍ୟ କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ। ନାରୀ ଏକ ଶକ୍ତି ଅଟେ। ପ୍ରାଚୀନ କାଳରୁ ଆମକୁ ଏପରି ଅନେକ ଉଦାହରଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ ଯେଉଁଠି ଏକ ଉଦାର ହୃଦୟର ନାରୀ ବେଳେବେଳେ ବିକଟ ରୂପ ଧରି ଦୁଷ୍ଟଙ୍କର ନାଶ କରିଛି। ପ୍ରକୃତରେ ଆମ ସମାଜରେ ନାରୀଶକ୍ତିର ମହତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗଦାନ ଅଛି। ପ୍ରାଚୀନ କାଳରେ ନାରୀର ଅବସ୍ଥା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୋଚନୀୟ ଥିଲା। ମହିଳାମାନଙ୍କୁ ବହୁ କଷ୍ଟର ସାମ୍ନା କରିବାକୁ ପଡୁଥିଲା। ସେ ସମୟରେ କିଛି ମହାନ ସମାଜ ସଂସ୍କାରକ ଯଥା ରାଜାରାମମୋହନ ରାୟ, ଈଶ୍ୱରଚନ୍ଦ୍ର ବିଦ୍ୟାସାଗର ଆଦି ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଉପରେ ହେଉଥିବା ଅନ୍ୟାୟ ଓ ଅତ୍ୟାଚାରକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରି ତାହା ବିରୁଦ୍ଧରେ ସ୍ୱର ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ ଏବଂ ନାରୀ ଶିକ୍ଷା, ବିଧବା ବିବାହ ପ୍ରଥାର ପ୍ରଚଳନ କରିଥିଲେ। ସେହି ମହାନ ପୁରୁଷମାନେ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ସ୍ୱାଧୀନତା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ସ୍ୱର ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ମହିଳାମାନେ ନିଜ ନିଜ ଅଧିକାର ବିଷୟରେ କିଛି ପରିମାଣରେ ଜାଗୃତ ହୋଇ ରାଷ୍ଟ୍ର ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଭାଗନେବାକୁ ଆଗେଇଆସିଥିଲେ ଏବଂ ନିଜ ବିଦ୍ୟା ବୁଦ୍ଧି ଓ କର୍ତ୍ତବ୍ୟବୋଧ ଦ୍ୱାରା ସମାଜରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଉଚ୍ଚସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରି ମାନବ ସମାଜକୁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରିବାରେ ପ୍ରଶଂସନୀୟ କାମକରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ।

ଏମିତିରେ ଆମେ ଯଦି ଦେଖିବା ନାରୀ ସ୍ୱଭାବରେ ନମ୍ର, ସରଳ ଓ ସହନଶୀଳ ଅଟେ। ବାଲ୍ୟକାଳରୁ ଆମ ସମାଜରେ ନାରୀକୁ ଏକ ବୋଝପରି ସମସ୍ତେ ଭାବନ୍ତି। ଆଜି ମଧ୍ୟ ଅନେକ ପରିବାରରେ ଝିଅଟିଏ ଜନ୍ମନେଲେ ପରିବାରରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ମୁହଁ ଶୁଖିଯାଏ। ଭବିଷ୍ୟତରେ କନ୍ୟାର ବିବାହ କଥା ଚିନ୍ତାକରି ବାପା-ମା ଝିଅ ପାଇଁ ଯୌତୁକ ସଞ୍ଚୟ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଦିଅନ୍ତି।

କିନ୍ତୁ ମୋ ମତରେ ନାରୀ ହେଉଛି ସମଗ୍ର ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡର ଏକ ରଚନାତ୍ମକ ଶକ୍ତି। ଏକ ନୂଆ ଜୀବନ ନାରୀର ଗର୍ଭରୁ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଓ ତାହାର ଯତ୍ନରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ବଢ଼େ। ଆଜିର ନାରୀ କେବଳ ଘର ସମ୍ଭାଳିବାରେ ଦକ୍ଷ ନୁହେଁ, ସେ ପୁରୁଷ ସହ କାନ୍ଧରେ କାନ୍ଧ ମିଶାଇ ବାହାର କାମ ମଧ୍ୟ ସୂଚାରୁ ରୂପେରେ କରିପାରୁଛି।

ଆଜିର ଯୁଗର ନାରୀ ସବୁକ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜ ଶକ୍ତି ଓ ସାମର୍ଥ୍ୟର ପରିଚୟ ଦେଉଛି। ଶିକ୍ଷାରୁ ଆରମ୍ଭକରି ବ୍ୟବସାୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ଖେଳକୁଦରୁ ଆରମ୍ଭକରି ସିନେମା ଜଗତରେ ମଧ୍ୟ ନିଜ ସ୍ଥାନ ଦୃଢ଼ କରିପାରିଛି। ନାରୀ ମଧ୍ୟରେ ଏତେ ଶକ୍ତି ଅଛି ଯେ ବାହୁଦାୟିତ୍ୱ ଏକା ସଙ୍ଗରେ ତୁଲାଇପାରୁଛି। ନିଜ ପରିବାରର ଦାୟିତ୍ୱ ସୂଚାରୁ ରୂପରେ ପରିଚାଳିତ କରିବା ସହ ବାହାରକୁ ଯାଇ ଅଫିସରେ କାମ କରି ନିଜ ପରିବାରର ଆର୍ଥିକ ଅବସ୍ଥାକୁ ସଦୃଢ଼ କରିପାରୁଛି। ଆଜି ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀର ସ୍ଥାନ ଉପରେ ଅଛି।

ଆଜିକାଲିର ନାରୀମାନଙ୍କର ମନନ ଶକ୍ତି, ବିଚାର କ୍ଷମତା ଓ ଦୂରଦୃଷ୍ଟିର କୌଣସି ମୁକାବିଲା ନାହିଁ। ନାରୀ ଧୀରେ ଧୀରେ ନିଜର ସବୁ ଅଧିକାର ବିଷୟରେ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କଲାଣି। ଆମ ଦେଶର କାନୁନ ନାରୀକୁ ପିତାର ସମ୍ପତ୍ତି ଉପରେ ସମାନ ଅଧିକାର ଦେଇଛି।

ନାରୀ ଶକ୍ତିକୁ ଯଦି ଆମେ ସହଜ ଭାଷାରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ତାହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ନାରୀ ନିଜେ ସ୍ୱାବଲମ୍ବୀ ହୋଇ ନିଜ ଜୀବନର ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନିଜେ ନେଇପାରିବ ଏବଂ ସମାଜ ଓ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ନିଜର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାନ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଭଲରେ ରହିପାରିବ।

ସଂସ୍କୃତରେ ଏକ ଶ୍ଲୋକ ଅଛି-

"ଯସ୍ୟ ପୂଜ୍ୟତେ ନାର୍ଯ୍ୟସ୍ତୁ, ତତ୍ର ରମନ୍ତେ ଦେବତା।"

ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁଠାରେ ନାରୀର ପୂଜା ହୁଏ, ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଦେବତା ବାସ କରନ୍ତି।

ନାରୀର ଅନେକ ରୂପ ଅଛି। ମୋ ମତରେ ସବୁଠାରୁ ପବିତ୍ର ରୂପ ହେଉଛି ମାତୃରୂପ। ମାଆକୁ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଠାରୁ ବଡ଼ ଭାବେ ମାନ୍ୟ କରାଯାଏ କାରଣ ଈଶ୍ୱରଙ୍କ ଜନ୍ମଦାତ୍ରୀ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ନାରୀ। ମା' ଦେବକୀ (କୃଷ୍ଣ) ଏବଂ ମା' ପାର୍ବତୀ (ଗଣେଶ ଓ କାର୍ତ୍ତୀକେୟ)ଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ଏହା ଦେଖିପାରିବା। ତେଣୁ ନାରୀକୁ ଦୁର୍ବଳା ଭାବି ଅବହେଳା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ବରଂ ପୁରୁଷଠାରୁ ନାରୀର ମନୋବଳ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଏବଂ ନାରୀ ମଧ୍ୟରେ ଅତୁଟ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଭରିରହିଛି। ଯେତେବେଳେ ପୁରୁଷ ଉପରେ କିଛି ବିପଦ ଆସେ ନାରୀ ସର୍ବଦା ତାହାର ସହାୟତା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥାଏ। ତେଣୁ କଥାରେ ଅଛି "ନାରୀ ସମସ୍ତଙ୍କ ଉପରେ ଭାରୀ"।

ତନୁଶ୍ରୀ ଦାସ
ଦାମନଯୋଡ଼ି

ଏକ ଅଭୂଲା ସ୍ମୃତି (ହଜିଲା ପିଲାଦିନ)

ଏକ ଅଭୂଲା ସ୍ମୃତି ସେଇ ପିଲା ଦିନ।
କଥା କହୁଥାଏ ବାଟ ଚଲୁଥାଏ
କେତେବେଳେ ପୁଣି ଝୁଣ୍ଟିପଡ଼େ ସିଏ
ମନ ତା ନିର୍ମଳ ବାଟ ଚଲୁ ଚଲୁ
ଫୁଲ ପରି କୋମଳ
ବୁଝେନି ସେ ସମୟର ମୂଲ୍ୟ
ପିଲା ସାଙ୍ଗମେଳ କେତେ ଲୁଚକାଳି ଖେଳେ
ଝାଞ୍ଜି ଖରାବେଳେ ସବୁ ଶୋଇଗଲା ପରେ
ଛପି ଯାଏ ସିଏ ଆମ୍ବ ତୋଟା ମୂଳେ
ମନେ ପଡ଼େ ଆଜି ସେଇ ପିଲାଦିନ
ହଜିଲା ସ୍ମୃତିଟି ଘାରେ
ଜହ୍ନ ଆଲୁଅରେ ଛକି ଶୂନ ଖେଳ
ବରଷା ପାଣିରେ ଭିଜି ଭିଜି
ଭସାଏ କାଗଜ ଡଙ୍ଗା
ଅପୂର୍ବ ଅଭୂଲା ମୋର ପିଲାଦିନ !
ଶିତୁଆ ସକାଳେ ଥୁର ଥୁର ହୋଇ ଯାଉଥିଲେ ଟିଉସନ
ଚକ କଳ ବହି, ପଣିକିଆ ଡକା
ଡିବିର ଆଲୁଅ ପାଠପଢ଼ିବାରେ ମନ।
ଆଦି ମନେ ପଡ଼େ ସେଇ ପିଲାଦିନ।
ବୟସର ତାଳେ ତାଳେ ସ୍ମୃତି ସବୁ ଲୁଚକାଳି ଖେଳେ
ପିଲାଦିନ କଥା ସବୁ ମନେ ପଡ଼ିଗଲେ।
ଭାବିବାକୁ ଇଚ୍ଛାହୁଏ ପୁଣିଥରେ
ଆଉକି ଫେରିବ ସେଇ ପିଲାଦିନ।
ପିଲାଦିନ ମୋର ରହିତ ଯାଇଛି
ଅଭୂଲା ସ୍ମୃତି ହୋଇ
ଗଲାବେଳେ ସିଏ ଆସିବାକୁ ପୁଣି
ମିଛ ପ୍ରତିଶୃତି ଦେଇ।

ଶିଖା ନାୟକ
ଅନଗୁଳ

ନାରୀ

ଆଲୋକ ଅନ୍ଧାର ଲୁଚକାଳି ଖେଳ
ନାରୀର ଜୀବନ ସିନା
ଆହ୍ୱାନ ଭରା ପ୍ରତି ପଦପାତ
ମନରୁ ଲିଭୁନି ଜମା
କଣ୍ଟାକିତ ପଥ ଆଗରେ ପଡ଼ିଛି
ଚଲିଲେ ଫୁଟଇ କଣ୍ଟା
ତଥାପି ଚଲିବାକୁ ହେବ ଚଲିବାକୁ ହେବ
ନରଖି ମନରେ ଦ୍ୱିଧା
ଜୀବନଟା ସିନା ଯନ୍ତ୍ରଣାମୟ
ଆନନ୍ଦ ଲୁଚିଛି ତହିଁ
ସାଉଁଟି ସାଉଁଟି ଆଗକୁ ଚଲିଲେ
ସାର୍ଥକ ମିଳେ ଯହିଁ।
ସୁନାର ସଂସାର ନାରୀର ସ୍ୱର୍ଗରେ
ସତେକି ଜୀବନ ଲଭେ
ବିପଦେ ଆପଦେ କାନିପାତି ଯିଏ
ସବୁକୁ ଆଦରି ନିଏ।
ଜନନୀ, ଭଗିନୀ, ଜାୟାର ରୂପରେ
ଜୀବନ ତ ଗଢ଼ା ତା'ର
ସାର୍ଥକ ଲଭେ ଜନନୀ ଭାବରେ
ଏ ସଂସାରେ ବାରବାର।
ଥକି ତ ଯାଏନି ଜୀବନ ଯୁଦ୍ଧରେ
ସଭିଁଏ ତା' ଆପଣାର
ଅନ୍ୟାୟ ଆସିଲେ ଲଢ଼ିବା
ପାଇଁକି ସଦା ହୁଏ ଆଗଭର।
ଦୁହିତା ଜନ୍ମ ସାର୍ଥକ କରଇ
ସଂସାରର ଏଇ ଚଲାବାଟରେ
ଜନମ, ମରଣ ହିସାବ ନିକାଶ
ସବୁ ଛାଡ଼ିଦେଇ 'ତାଙ୍କରି' ହାତରେ।

ସୀମା ମିଶ୍ର
ଦାମନଯୋଡ଼ି

CARING FOR THE ELDERLY

It was getting dark. Someone was calling from behind the locked iron gate. Wondering who it could be I came out. An elderly person was standing behind the gate. The clothes wrinkled and with a small bag in his hand he appeared to have travelled some distance coming here. Looking into a small piece of paper in his hands he enquired, “Is this Anand, Number 8, Charminar Street, my son?”.

“Yes, I am Anand and this is the address. And you?”, I mumbled. Slightly shivering and moistening his dry lips with the tongue he replied, handing over the letter, “Babu, I am your father's friend. I am coming from your village. Your father gave me this letter and advised that I seek help from you”.

Taking that letter from him, exclaiming “Father?!”, I eagerly read that letter.

“Dear Anand, blessings to you.

The person carrying this letter is my friend. His name is Ramayya. He works hard. A few days ago, his only son died in an accident. He is running around seeking compensation. That would help him and his wife to pull along with the other meagre income. I am sending the police reports after the accident, the compensation affidavits given by the Travel Agents and other relevant papers. He was told that the final payment may be collected in the Head Office. This is his first visit to Hyderabad and he is a stranger. I am hoping that you would be able to help him. Take care of your health. Visit us at your earliest convenience.

Your loving father”.

Ramayya Garu was standing watching me. I thought for a moment and invited him inside. Giving him some water to drink, I enquired, “Did you have anything to eat?”. He replied, “No, my son. As the journey got delayed, I ate the two fruits that I brought with me.”

Going inside I prepared four dosas and served them with pickles saying, “You please eat”, I went out and made a couple of calls and returned. When I returned, I found that he had finished the tiffin and was sitting with a few papers in his hand. There was a photo of his deceased son. The boy was handsome and young. May be 22 years. My eyes moistened.

“He is my only son. Those who were born before him died due to various other causes. He was the only one we had. Mahesh was his name. He studied well and got a job. Assuring us that he will take care of us and we would get over all hardships he took up the job. On the fateful day he was involved in a road accident while crossing the road. Died on the spot. Not wishing to take compensation in the name of the deceased son we were initially reluctant. But day by day, I am becoming weak and my wife too is not doing well. With your father's insistence I came here. He said my son will help, he sent me with this letter”, he concluded.

“Fine. It's late now. Take rest”. Saying this I too slept.

Next morning, we got ready, had coffee at home and started. Finishing breakfast on the way, we reached the Office address mentioned in the documents. “Anand, I will take care of the rest. You attend to your office work” said Ramayya Garu. “No issue. I have taken leave for today”, I replied. Being with him I got the compensation paid to him. “Thank you, dear son. My wife is alone at home and I will go back home”, said the old man. “Come, I will drop you at the bus-stand and see you off.” I took him to the bus-stand, got him a ticket, bought a few fruits to eat on the way.

He said with joy in his eyes, he said, “Anand babu, taking leave for my sake you helped me a lot. Soon after going home I will narrate everything to your father and thank him too.”

Smiling and holding his hands I explained, "I am not your friend's son Anand. I am Aravind. You came to the wrong address. That Anand's house is another 2 km away. You were already tired and I didn't have the heart to tell you the truth. I called the number in your letter and enquired. His wife said that Anand had gone out of town on some work. I called your friend and told him too. He felt very sad. Once I assured him that I will take care he felt good. The loss you have suffered is irreparable. But I felt that I should help you. The fact that I did it gives me greatest pleasure."

As the bus moved, holding my hands Ramayya Garu left with tears of gratitude in his eyes. "God bless you, my child", were his parting words. That is enough for me, I thought. My father had passed away fifteen years ago. Now looking at Ramayya Garu, I felt like my father had returned.

Looking up at the sky I thought my father must be somewhere there. "Bapa, did you come in this form to check my progress in life? Sending me a letter, were you testing me whether I would help or not? Born to a great father like you, as a son I have performed my duty. Ever since I was little, I had always seen you extend your selfless help to others without expecting anything in return. As your son, helping out people has become a habit for me. Whenever I find someone in need, I immediately extend a hand to help. Are you happy, Bapa?"

Tears of joy flooded my eyes.

Lina Mohapatra
Bhubaneswar

STRUGGLE OF LIFE

I have searched my soul but it's hard to find,

I believe in nature and laughter and tear which u gave,

The God and his mercy,

The sun and the rain and the winds that blow, And the several worldy things that i know,

But i don't fit in all the proper way,

To the rules and the customs that people may say,

My heaven on Earth is her lap and things she shares whole heartedly with me

I really care.

And when I am gone and just ashes remain,

I'll be the part of the sun and the rain and winds that blow, again and again.

It's everlasting and it seems right to me,

In the big screen of life, it's the way it should be.

Priyanka Pal
Angul

THE MASK !

The year 2020 started with the same enthusiasm as like any other year! January passed by with the hangover of New Year's pledges and commitments. February passed by cherishing the cascading springs of 2020. Then came March with its mixed bag of handling exam fever, ritualising Holi and preparing balance sheets of financial year ending. All pressure mounting to equip self and others to face the burnt of summer in April next month. Then suddenly planning and preparations jolted to make a sudden halt. It's the advent of COVID-19 virus in Odisha!

Well! never imagined this new strain of corona virus (nCoV) could be so close except in some TV news channels. Symptoms were common but condition was peculiar. Some say its 'deadly', some say 'fatal' and some designate it 'lethal'! All the more this virus earned the popularity of being highly infectious and easily contractible! These definitions were a whistle blower to most of us to start adapting new formulas for more hygienic lifestyle.

Media was flooded with list of do's and don'ts. Hand hygiene, respiratory hygiene, physical distancing took the front seats while immunity boosting, yoga and cutting down travel took the rear seats. Anticipating uncontrolled health emergency outbreak government declared a total shutdown. The strategy added fuel to fire. Although this was an unprecedented move by the authority in power but was inevitable. It affected all cadres of the population.

As staff of a local functioning hospital we too were not spared from the clutches of fear and panic. But we were lucky that our formal training and acquired knowledge in the medical field gave us the courage to overcome this fear and panic in a short time. New zeal filled our hearts. The craving to know more about Covid-19 virus slowly replaced our anxiety in our hearts and minds. We accessed few educational online portals and attended a couple of orientation programs related to this novel medical condition to equip ourselves better.

It was early April by then. Work habitat at the hospital premises was slowly undergoing a metamorphosis. Patient footfalls had suddenly plunged to an all-time low. There were occasions when the hospital corridors gave a deserted look. The pharmacy corner which otherwise used to witness a large assembly showed only few stranded souls. Masks, gloves and goggles had already started to compliment the primary attire of the hospital staff. Sanitiser was a strong weapon to carry while on duty. All staff now on high alert 24x7. A new section was set up on emergency basis 'The Covid Corner'!

But then what next...? No use of the acquired knowledge which is not applied in real time need! A crew of paramedic staff pooled in and volunteered to make face MASKS for the needy. It was the need of the hour. Idea was encouraging but resources were discouraging at that moment. Shutdown had closed all possible means to arrange the raw materials. But as the saying goes... 'where there is a Will there is a Way'...the crew decided to use sterilised cloth shopping bags as the prime fabric for the face masks. The hunt for shopping bags, threads and elastic straps were soon met through a network. Sewing machines of two of our crew members made this dream of handmade MASK come true. Washing, blue dyeing and ironing followed to further refine its appearance. By the end of the eighth day the crew was ready with 100 pieces of face MASKS! Kudos to the team!! All this was made possible with parallel regular duty.

One noble cause lead to a noble idea. A team of likeminded people gave their best to turn this idea into reality. Finally, the efforts brought colors when 'The MASKS' were handed to the staffs of the local Police Station. No thought big or small will go waste if that's propelled with sincere efforts and good cause. Humanity needs a Human touch today. Let us come forward with whatever means we have and stand for others who need them. Sometimes one determined small Step can lead us to bigger Destinations!

I extend my sincere thanks to my team members Ms Sasmita Dalai (Staff Nurse), Kunmun Sahoo (Staff Nurse), Atulya Sahoo (Sr. Lab Tech Pathology), Ms. Wanima Nayak (Lab Tech Pathology) and Nilamadhab Behera (Dresser). Without them 'The Mask' would only had remained in my mind!

Madhumita James
Angul

THE ELDERLY : OUR VALUABLE MEMBER

If you have to take a glimpse of the city, go to the hill top. If you are at the bottom you can't see the whole view.

Same goes with the life and age as old person has wholesome experiences of life, he/she can be a pioneer to the young generation.

Their role is not only limited to family but also to society and Nation at large.

In family they impart values and wisdom to the younger ones. In the modern society where family depends on the dual income (i.e. of wife and husband), the role of elderly people has increased in order to raise our children else in the company of maids and servants, they may not acquire the right values and morals. A child spending time with his grandparents is the most worthy thing a child can get.

Spices, herbs, home remedies, fairy tales, bed time stories all come from the elder generation.

At the level of society and Nation they come to resolve the disputes as they are respected and easily agreed upon. They do good to the nation by playing a socio-judicia role in customary disputes resolution thus relieving the National Judicial System from extra litigation pressure.

They are the custodian of our culture and traditional wisdom and knowledge which they transfer to the next generation. They are our roots that support us at the base undergrow.

10 Important life lessons we can learn from our elders:

i. Stay Positive
ii. Plan Ahead
iii. Listen to others
iv. Never too late to learn
v. Be grateful
vi. Final Faith
vii. Value Friendship
viii. Laugh a Lot
ix. Be Active
x. Have Purpose

Saumya Patnaik
Angul

THE QUIET ARRIVAL- WINTER

The lazy morning dawned
with the morning birds
chirping snoozily, here and there, uninterrupted though.

The usual emblazoned sun
arrived dull and muffled, the bus in the garden,
cold and still await the warmth to bloom,
the dew drops on the grass blades glisten in wonderment embracing a rainbow each.

The big black mother spider in her silken, netted home, secure her little ones, braving the circumstance.

My spirits take to flight sublime as I prefer to retrace my steps indoors
with the first cold tingle of the season on my face.

Wonder, winter's arrival, so quiet, so sure.

Sujata Pani
Damanjodi

A WORLD FULL OF SMILES

While walking along the lanes of life, I came across a world full of smiles

The world was different and the world was new, and my interest to explore it gradually grew.

So, I started my journey in the unknown, hut, in this journey I was not alone.

I went ahead along with other travelers; they were equally excited as I was, by seeing the view which was spectacular.

I looked here and I looked there, I was thrilled and I was amazed to find that, this world was devoid of despair!

I could see, there was love and there was care, and it actually moved me to tears.

Then one by one, I came across different angels and I thought if I was a part of a fable!

The angels were graceful and they were innocent, they welcomed me with open arms and hearts, and finally all my inhibitions were torn apart.

The angels took me to show their lives and I constantly kept wondering what it would be like?

Slowly, while moving ahead in my direction, many wonderful things caught my attention, which were made by the angels with fervent passion and dedication!

They viewed life from a different perspective and their emotions for others were neither fake nor deceptive.

I wish I could be like them, so pure and so genuine, like dew drops which sparkle in bright sunshine!

I never wanted that journey to get over and I wanted to move on with them forever!

But as the rule of life says, everything has to come to an end, and my journey was no different.

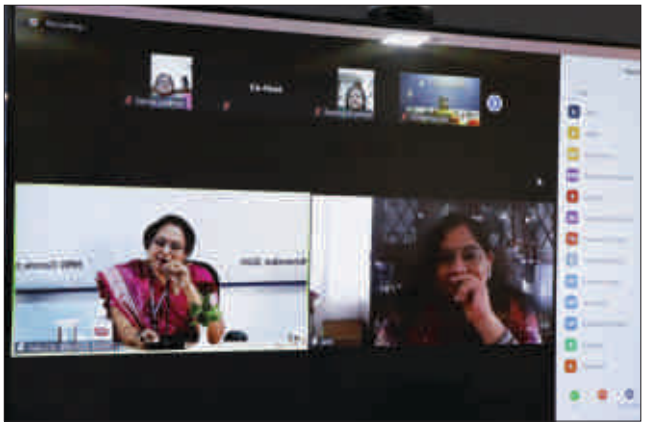
That day I thanked God for taking me on this journey, though for a short while, but the memories are deep within, of the world, that is full of smiles

Padmaja Tripathi
Angul

TOUCHING LIVES

भुवनेश्वर 'नालको महिला समिति' समाजसेवा में अग्रसर रहती है। इसी तरह अनुगुळ व दामनजोड़ी की नालको महिला समितियाँ भी आवास के समीपवर्ती इलाकों में सक्रियता से समाज-सेवा प्रदान करती हैं। इन सभी के सदप्रयास का उद्देश्य सभी समुदाय के प्रत्येक आयुवर्ग तक लाभ पहुँचाना है। यहाँ नालको महिला समिति के सद्प्रयास की कुछ झलकियाँ प्रस्तुत की गई हैं।

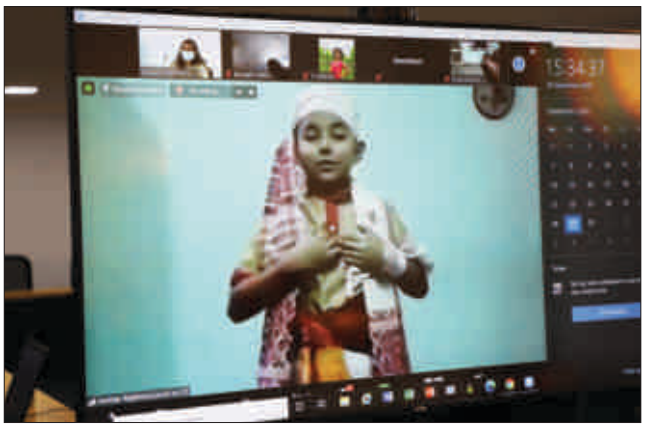
भुवनेश्वर



"भगवत गीता-ज्ञान के मोती" विषय पर आयोजित वेबीनार में उपस्थित मुख्य अतिथि श्रीमती अनुराधा जैन
(अर्धांगिनी श्री अनिल कुमार जैन, भा.प्र.से., सचिव, कोयला एवं खान मंत्रालय, भारत सरकार)

नालको की आशुभाषण प्रतियोगिता का समापन समारोह

आशुभाषण प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कार वितरण



बाल दिवस के अवसर पर आयोजित फैन्सी ड्रेस प्रतियोगिता में अध्यक्षा नालको महिला समिति व अन्य निर्णायक

गाँधी जयंती का उत्सव

फैन्सी ड्रैस प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कार वितरण

कार्यक्रम ग्रीन कोड के अंतर्गत गांधी जयंती के अवसर पर बच्चों को पौधों का वितरण

अध्यक्षा, नालको महिला समिति द्वारा उभरते कलाकार का सम्मान

नालको महिला समिति, भुवनेश्वर द्वारा आयोजित महिला आशुभाषण प्रतियोगिता की विजेता

अध्यक्षा नालको महिला समिति द्वारा ओपन जिम का उद्घाटन

नालको महिला समिति की अध्यक्षा व सदस्यों द्वारा "संगिनी" पत्रिका के जुलाई-सितंबर-2020 अंक का विमोचन

हैलो डॉक्टर सत्र-I - में उपस्थित डॉ. संजय दास, वरि. गॉयनोलॉजिस्ट, ओड़िशा सरकार

हैलो डॉक्टर, सत्र-II - महिलाओं में हड्डियों की प्रचलित समस्याओं पर वरिष्ठ नागरिकों के लिए आयोजित वेबीनार

एक्यूट कोरोनरी सिंड्रोम पर आयोजित हैलो डॉक्टर, सत्र-III में डॉ एम.पी. त्रिपाठी व डॉ एस. दाश

सेहतमंद पेय पर आयोजित वेबीनार में श्री अविनाश

खोर्धा जिले में उग्रतारा शक्तिपीठ में आरओ आधारित पेयजल सुविधा का संस्थापन

दामनजोड़ी

नालको महिला समिति, भुवनेश्वर द्वारा आयोजित
महिला आशुभाषण प्रतियोगिता की उप-विजेता

आशुभाषण प्रतियोगिता के विजेताओं का सम्मान

विद्यार्थियों के लिए वृक्षारोपण जागरूकता कार्यक्रम

विद्यार्थियों के लिए वृक्षारोपण जागरूकता कार्यक्रम

विद्यार्थियों के लिए वृक्षारोपण जागरूकता कार्यक्रम

अनुगुळ

आशुभाषण प्रतियोगिता के विजेताओं का सम्मान

वृक्षारोपण के लिए पौधों का वितरण

वृक्षारोपण के लिए
पौधों का वितरण

Readers are requested to send their write ups, suggestions and feedback to **nmssangini@gmail.com** in clear handwriting or soft copy before 31st January 2021. **- Editor-in-Chief**

नालको NALCO
एक नवरत्न केंद्रीय लोक उद्यम
भारतीय सार
वैश्विक प्रसार
एल्युमिना परिशोधक
पवन ऊर्जा
एल्युमिनियम प्रद्रावक
सौर विद्युत
बॉक्साइट खान
ग्रहीत विद्युत संयंत्र
पत्तन सुविधाएँ
रोलित उत्पाद
एशिया में वृहत्तम एकीकृत एल्युमिना और एल्युमिनियम संकुलों में से एक, नालको के प्रचालन बॉक्साइट खनन, एल्युमिना परिशोधन, एल्युमिनियम प्रद्रावण, विद्युत सृजन से लेकर अनुप्रवाह उत्पादों तक की समग्र मूल्य शृंखला को पार कर के आगे बढ़ रहे हैं ।
▲ विश्व में एल्युमिना का निम्नतम लागत का उत्पादक
▲ विश्व में बॉक्साइट का निम्नतम लागत का उत्पादक
▲ तीसरा उच्चतम शुद्ध विदेशी मुद्रा अर्जन करनेवाला केंद्रीय लोक उद्यम
नालको वेबसाईट
नालको ट्विटर
@NALCO_India
@CMDNalco
fb.com/nalcoindia
www.nalcoindia.com