

Inside SATYA

YOUR QUARTERLY INFOTAINMENT MAGAZINE

**THE INTERLINK BETWEEN
INDIAN FESTIVALS & NATURE**

Oct - Dec 2023
Vol 05, Issue 01



SCAN FOR WEBSITE



VISION

“To be a catalyst for the socio-economic upliftment of 5 million households by the year 2025”

“वर्ष 2025 तक 50 लाख परिवारों के सामाजिक एवं आर्थिक उत्थान के लिए एक उत्प्रेरक होना”



MISSION

“To be a preferred choice for the people at bottom of pyramid in creation of their enterprise & livelihood through holistic approach”

“सीमित सुविधा प्राप्त लोगों की आजीविका एवं उद्यम-विकास हेतु, बृहद दृष्टिकोण के साथ, एक प्राथमिक विकल्प होना”



MOTTO

“May all be Prosperous and Happy”

“सर्वे भवन्तु सुखिनः”

विषय सूची / CONTENTS

MD की कलम से	4 - 5
सत्या-टॉवर का उद्घाटन	6
BEST WORKPLACE IN BFSI	7
LIFE @ SATYA	8
SATYA & INDUSTRY SNAPSHOT	9
WORKPLACE	10
साहित्य, कला, प्रकृति और संस्कृति	11 - 16
फनकार	17 - 20
मन की बात	21
WONDERFUL WORLD	22 - 23
MOTIVATIONAL COLUMN	24 - 25
ग्राहक सुरक्षा सिद्धांत	26
किस्सागोई	27 - 28
दोहे	29
भारतीय इतिहास में शक्तिशाली महिलाएँ	29
POWER OF SPICES	30
HEALTH TIPS	31 - 32
खाना-खजाना	33 - 34
EGRM	35
सत्या संदेश	36

MD की कलम से

नमस्कार साथियों,

हर बार की तरह, इस बार भी INSIDE SATYA के माध्यम से आप सभी के सामने अपनी बात रखने का मौका मिला। आशा करता हूँ, आप सभी सकुशल एवं स्वस्थ होंगे। आप सभी को क्रिसमस एवं नव वर्ष की ढेर सारी शुभकामनाएं, आने वाला साल हम सभी के लिए, पहले से भी अधिक मंगलमय हो, और हम सभी मिलकर, इस बार भी नए कीर्तिमान स्थापित करें।

लक्ष्य बड़ा है और हम सभी को एक साथ मिलकर उसके लिए सतत प्रयास करते रहना है। चुनौतियाँ तो कदम-कदम पर सत्या के साथ थी, परन्तु आप सभी के सतत प्रयास से हमें कभी हार नहीं मिली, न ही हम लोग चुनौतियों से विचलित हुए, हम लोगों ने कभी हार नहीं मानी है, और आगे भी नहीं मानेंगे।

मैंने हमेशा से ही 'सत्या' को माइक्रोफाइनेंस सेक्टर में एक रोल मॉडल के रूप में देखना चाहा है, एक ऐसी कंपनी के रूप में, जिसका उद्देश्य लोन देकर सिर्फ पैसे कमाना न होकर, लोगों के जीवन में आर्थिक और सामाजिक रूप से एक सकारात्मक बदलाव लाना भी है। ऐसी कंपनी के रूप में आगे बढ़ना है, जो पॉलिसी और प्रोसेस के तहत, ग्रामीण महिलाओं को लोन देकर, उनकी आर्थिक गतिविधियों को बढ़ा कर, उनके उद्यम का विकास करके, उनको आर्थिक रूप से स्वावलंबी बनाए।


मुझे अपनी टीम की शक्तियों पर पूरा भरोसा है, इस टीम ने हमेशा नामुमकिन को मुमकिन करके दिखाया है, और इसी का परिणाम है कि, इतने कम समय में 'सत्या' ने बुलंदियों के शिखर को छुआ है। जो 'सत्या' ने किया है, उसका अनुसरण माइक्रोफाइनेंस सेक्टर की बहुत सी कंपनियां करती हैं। शुरुआत से ही अपने डिजिटाइज्ड प्रोसेस के कारण हमलोग अपने कार्यों का निपटारा त्वरित रूप से करने में सक्षम रहे हैं।

मेरी टीम दुनिया की चुनिंदा टीमों में से एक है, मुझे आप सब की काबिलियत पर पूरा भरोसा है। संस्था में पहले की ही भांति सहयोगात्मक और सकारात्मक तौर तरीकों को अपना कर, हम सभी को विश्वास, पारदर्शिता और टीमवर्क के साथ अपने गंतव्य की ओर निरन्तर आगे बढ़ते रहना है। हम सभी को बड़ा लक्ष्य हासिल करना है, पर नियमों और प्रोसेस के साथ चलकर, PAR को ध्यान में रखकर, अपने उच्चतम कौशल और गुणवत्ता का प्रदर्शन करना है। ये सब सिर्फ संस्था के विकास के लिए नहीं, अपितु स्वयं के भविष्य एवं व्यक्तित्व निर्माण के लिए भी आवश्यक हैं। इसके साथ-साथ हमें ग्राहकों एवं सहकर्मियों के प्रति सहयोगपूर्ण एवं सम्मानजनक रवैये को भी अपनाना है।

हम सभी को NBFC-MFI के लिए निर्धारित, RBI द्वारा जारी गाइडलाइंस का सदैव ध्यान रखना होगा। अपनी टीम की काबिलियत पर मुझे पूरा भरोसा है, और विश्वास है कि आप सभी का सहयोग पहले की तरह ही मिलता रहेगा। मुझे मालूम है कि, आप सभी की डिक्शनरी में असंभव शब्द है ही नहीं, इसलिए हम सभी के लिए किसी भी लक्ष्य को पार करना कठिन नहीं होगा, इसलिए मुझे पूरा विश्वास है कि इस वित्तीय वर्ष, हम लोग निर्धारित लक्ष्य हासिल करके, नया कीर्तिमान अवश्य स्थापित करेंगे।

कंपनी की निरंतर वृद्धि एवं विस्तार के लिए आपकी प्रतिबद्धता की सराहना करता हूँ, मुझे विश्वास है, कि नए वर्ष में आप सभी कंपनी को नई ऊंचाइयों पर ले जायेंगे। ये पत्रिका हम सभी की पत्रिका है, ये हमारे मध्य विचारों के आदान-प्रदान का एक मंच है, इसके माध्यम से आप अपनी कला, कंपनी के बारे में अपने विचार एवं कंपनी हित में कोई भी सलाह साझा कर सकते हैं। बढ़ती हुई ठंड को देखते हुए, आप सभी अपना ध्यान रखें, सावधानियाँ बरतें, बाईक चलाते समय हेलमेट जरूर लगाएँ।

नव वर्ष की शुभेच्छा और शुभकामनाएं


 विवेक तिवारी



विवेक तिवारी
 एमडी, सीईओ, सीआईओ (सत्या माइक्रोकैपिटल)

MD की कलम से

Hello Everyone,

As always, through the medium of Inside SATYA, I had the opportunity to express myself before all of you. I hope you all are well and healthy. Wishing you all Merry Christmas and a Happy New Year. May the upcoming year be even more prosperous for all of us, and together, let's achieve new milestones.

The goal is big, and we all need to continue making consistent efforts towards it. Challenges were with SATYA at every step, but with your continuous efforts, we have never faced defeat. We have never been deterred by challenges, and we will not be in the future either.



VIVEK TIWARI
MD, CEO, CIO (SATYA MicroCapital Ltd)

I have always wanted to see SATYA as a role model in the microfinance sector, a company whose purpose is not just to earn money by giving loans but also to bring about positive economic and social change in people's lives. Moving forward as a company that, through policies and processes, provides loans to rural women, enhances their economic activities, and develops their enterprises, making them economically self-reliant.

I have full confidence in the strengths of my team. This team has always shown that the impossible can be made possible, and that's why SATYA has reached great heights in such a short time. What SATYA has done is followed by many companies in the sector. From the beginning, we have been able to quickly handle our tasks due to our digitized processes.

My team is one of the elite teams in the world, and I have complete trust in their capabilities. By adopting collaborative and positive attitudes within the organization, we need to move forward towards our goals with trust, transparency, teamwork, keeping our focus on rules and processes, remembering PAR, and demonstrating our highest skills and quality. This is necessary not only for the development of the organization but also for building our own future and personality.

It is essential to adopt a supportive and respectful attitude towards customers and colleagues. For NBFC-MFI, it is essential to always keep in mind the guidelines issued by the RBI. I have full confidence in the capabilities of my team, and I believe that their support will continue to be as it was before. Impossible is not in their dictionary, so achieving any goal will not be difficult for us. Therefore, I am confident that this financial year, we will definitely set a new record by achieving the set targets.

I commend your commitment to the continuous growth of the company. I am confident that in the new year, all of you will take the company to new heights. This Magazine is a platform for all of us to share our thoughts, skills, and advice for the benefit of the company. Seeing the increasing cold, please take care, be cautious, and wear a helmet while riding a bike.

With best wishes for the New Year

Vivek Tiwari

सत्या-टॉवर का उद्घाटन



विजयादशमी के शुभ अवसर पर दिनांक 24 अक्टूबर, 2023 को माननीय श्री सद्गुरु मधु परमहंस साहिब जी की सम्मानित उपस्थिति में नोएडा, (सेक्टर-125) में सत्या-टॉवर का उद्घाटन किया गया। गुरुजी की उपस्थिति में यह अद्वितीय उपलब्धि सत्या के निरंतर प्रगति और सफलता का प्रयाय बनी। गुरुजी के आशीर्वाद से पूरे सत्या परिवार ने ज्ञानोदय एवं वित्तीय समावेशन के इस नए अध्याय में एक कदम और आगे बढ़ाया। विजयादशमी का ये शुभ दिन सत्या के इतिहास में सदैव याद रखा जाएगा।

Best Workplace in BFSI

**Best
Workplaces™**

in BFSI

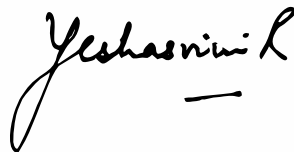
**Great
Place
To
Work®**

INDIA
2023

**Top 50
India's Best
Workplaces™
in BFSI
2023**

SATYA MicroCapital Ltd.

*For inspiring trust among your people, instilling pride in them,
creating an environment that promotes camaraderie,
and delivering a great workplace experience for all your employees*



Yeshasvini Ramaswamy
Chief Executive Officer
Great Place to Work® Institute, India

Life @ SATYA



SATYA Snapshot

Parameters	Data as on 30 th November 2023
Number of States	25
Number of Districts	327
Number of Branches	574 (excluding HO)
Number of Villages	51,201
Number of Centers	1,69,307
No. of Clients	16,51,257 (excluding sale of portfolio to ARC)
Number of Active Loans	16,51,609 (excluding sale of portfolio to ARC)
Loan Outstanding	Rs 5,446.70 Cr (excluding sale of portfolio to ARC)
Total no. of Staff	6,816

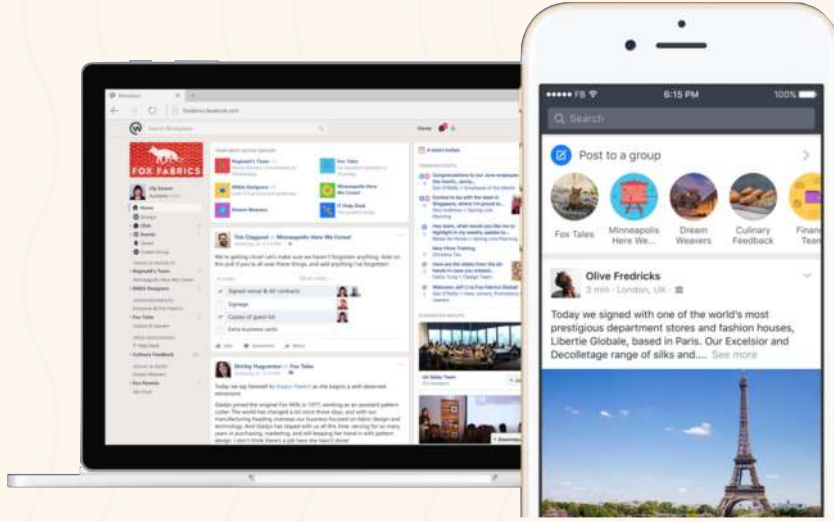
Industry Snapshot

Indicator	Q2 FY 22-23	Q1 FY 23-24	Q2 FY 23-24	YoY change (%) Q2 FY 23-24 over Q2 FY 22-23
	30-Sep-22	30-Jun-23	30-Sep-23	
Branches	16,525	17,706	19,513	18.10%
Employees	1,37,795	1,56,093	1,72,778	25.40%
Clients (Cr.)	3.2	3.8	4.0	23.00%
Loan accounts	3.8	4.6	4.8	27.10%
Gross Loan Portfolio (Rs Cr)	96,247	1,26,053	1,33,963	39.20%
Balance sheet Portfolio (Rs Cr)	81,542	1,03,942	1,09,462	34.20%
Loans disbursed (during the year, Cr)	67.5	68.9	79.1	17.30%
Loan amount disbursed (during the quarter, Rs Cr)	28,029	30,398	32,732	16.80%

Source URL - <https://mfinindia.org/Resources/micrometer>

Workplace

@workplace by facebook



वर्कप्लेस फेसबुक द्वारा विकसित एक एंटरप्राइज कनेक्टिविटी प्लेटफॉर्म है जो ग्रुप, इंस्टेंट मैसेजिंग और न्यूज फीड जैसे टूल्स की मदद से एक संस्था के सभी कर्मचारियों को एक साथ जोड़े रखता है।

सत्या ने यह प्लैटफ़ॉर्म अपने कर्मचारियों को एक साथ जोड़े रखने के लिए ही लिया है। इसलिए आप सभी कर्मचारियों से विनती है कि वर्कप्लेस पर अकाउंट बनाकर, जानकारियाँ एक दूसरे के साथ साझा करने हेतु इसका अधिक से अधिक इस्तेमाल करें।

लॉगिन करने की प्रक्रिया:

जैसे ही कोई कर्मचारी कंपनी के साथ जुड़ता है, कंपनी द्वारा उसका एम्प्लोयी कोड जेनरेट किया जाता है एवं उसे कंपनी एक CUG नंबर भी प्रदान करती है। नए कर्मचारी को अपना वर्कप्लेस अकाउंट एक्टिवेट करवाने हेतु, अपना CUG नंबर अपने एम्प्लोयी कोड के साथ स्टेट आईटी को भेजना होता है। स्टेट आईटी द्वारा हैड ऑफिस आईटी विभाग को यह अनुरोध भेजा जाता है जहां से एक एकसैस कोड जेनरेट किया जाता है और वापस से स्टेट आईटी को भेजा जाता है जिसकी मदद से कर्मचारी पहली बार वर्कप्लेस पर लॉगिन कर अपना पासवर्ड सेट कर सकता है और मेम्बर बन सकता है। इसके पश्चात वह किसी भी लैपटॉप या मोबाइल एप के जरिये पासवर्ड का प्रयोग कर अपना वर्कप्लेस अकाउंट एकसैस कर सकता है।

साहित्य, कला, प्रकृति और संस्कृति

— प्रकृति के संवर्धन एवं संरक्षण हेतु प्रेरित करते हैं भारतीय त्यौहार —

हम प्रकृति और इसके संरक्षण के महत्व के संबंध में देशों के बीच बढ़ती जागरूकता देख सकते हैं। सभी देशों में प्रकृति और पर्यावरण के संरक्षण के प्रति प्रतिबद्धता गहरी होती जा रही है, क्योंकि प्रदूषण और प्रकृति के विवेकहीन दोहन का प्रभाव अलग-अलग लेकिन भयानक तरीकों से प्रकट होने लगा है, परिणामस्वरूप, पर्यावरण संरक्षण पर सम्मेलनों और रूपरेखाओं ने अब अंतरराष्ट्रीय राजनीति में केंद्र का स्थान ले लिया है। विभिन्न हितों वाले विभिन्न देश उन गतिविधियों को रोकने और उलटने के लिए एक साथ आने पर सहमत हुए हैं जिनके कारण प्रदूषण और पर्यावरणीय गिरावट हुई।

यह दावा करना गलत नहीं होगा कि प्रकृति और उसके संरक्षण के प्रति भारत की प्रतिबद्धता शाश्वत है क्योंकि इसकी जड़ें प्राचीनता में हैं। वास्तव में, प्रकृति और उसके संरक्षण के प्रति भारत की प्रतिबद्धता भारत की प्राचीन संस्कृति का प्रतिबिंब हो सकती है और इस प्रकार यह अंतरराष्ट्रीय सम्मेलनों या किसी भी राजनीतिक संकल्प से ऊपर और परे उठ सकती है। प्रकृति के प्रति यह चिंता और प्रतिबद्धता भारत के विभिन्न स्वदेशी त्यौहारों में आसानी से प्रकट होती है।

कई भारतीय त्यौहार मनुष्य, प्रकृति और समाज के बीच गहरे संबंध का प्रतीक हैं। यदि कोई भारत के विभिन्न स्वदेशी त्यौहारों के महत्व पर गौर करता है, तो यह तुरंत स्पष्ट हो जाता है कि इनमें से अधिकांश त्यौहार माँ प्रकृति और उनकी शक्ति के साथ-साथ प्रचुरता का उत्सव हैं। वास्तव में, भारत में प्रकृति की पूजा सदियों पुरानी प्रथा है। भारत में प्रकृति की पूजा की ऐसी सदियों पुरानी प्रथाएं इस समझ पर आधारित हैं कि प्रकृति हमारे जीवन और हमारी भलाई का स्रोत है। इस प्रकार भारत में, प्रकृति का न केवल संरक्षण किया जाना चाहिए, बल्कि वास्तव में उसकी पूजा भी की जानी चाहिए।

यह समझना महत्वपूर्ण है कि भारत में प्रकृति की शक्तियों और उसके द्वारा प्रदान किए गए उपहारों को स्वीकार करने के लिए प्रकृति की पूजा की जाती है, हालाँकि, प्रकृति की पूजा करने की इस सदियों पुरानी प्रथा का एक और आयाम भी है। जिन त्यौहारों में प्रकृति की पूजा की जाती है वे बहुत स्पष्ट लेकिन सूक्ष्म तरीके से प्रकृति के संरक्षण की आवश्यकता का संकेत देते हैं। एक स्पष्ट सादृश्य यह है कि हम जिसकी पूजा करते हैं उसे नष्ट नहीं करते हैं, इसलिए, जिन त्यौहारों में प्रकृति की पूजा की जाती है, वे लोगों को प्रकृति के संरक्षण और प्राकृतिक संसाधनों को विवेकहीन शोषण और विनाश से बचाने की आवश्यकता की याद दिलाते हैं। इस प्रकार, यह कहा जा सकता है कि कई स्वदेशी भारतीय त्यौहार सीधे तौर पर प्रकृति के संरक्षण से संबंधित हैं।

भारत में आपको अक्सर लोग खास पेड़-पौधों की पूजा करते हुए मिल जाएंगे। उदाहरण के लिए, **वट वृक्ष पूजा** (पूजा या पूजन हिंदुओं द्वारा किया जाने वाला एक प्रार्थना अनुष्ठान है) एक भारतीय त्यौहार है जिसमें भक्त (विशेष रूप से महिलाएं) बरगद के पेड़ के चारों ओर घूमते हैं और उस पर जल चढ़ाते हैं और उस पर हल्दी पाउडर, सिन्दूर और चंदन लगाते हैं, हालाँकि यह पूजा विवाहित महिलाएं अपने पति की लंबी उम्र के लिए करती हैं, लेकिन यह समझना महत्वपूर्ण है कि इस पूजा पद्धति के माध्यम से प्रकृति हेतु महत्वपूर्ण बरगद वृक्ष के संरक्षण एवं संवर्धन की प्रेरणा मिलती है। बरगदका पेड़ प्रकृति के लिए महत्वपूर्ण तो है ही, भारतीय शास्त्रों एवं पुरानों में इसे एक पवित्र पेड़ माना जाता है और प्राचीन हिंदू धर्मग्रंथों में इसका विशेष उल्लेख किया गया है। यह स्पष्ट है कि वट वृक्ष पूजा का धार्मिक महत्व बरगद के पेड़ के जीवन समृद्ध गुणों और महिमा से उत्पन्न होता है। लेकिन फिर भी यह त्यौहार इन महत्वपूर्ण पेड़ों के संरक्षण को सुनिश्चित करने का एक अनूठा तरीका है, हालाँकि, ऐसे त्यौहार आम तौर पर लोगों में प्रकृति के साथ जुड़ाव की भावना भी पैदा करते हैं। भारतीय तुलसी के पौधे की भी पूजा करते हैं।

छठ पूजा महोत्सव सूर्य देव के प्रति कृतज्ञता की अभिव्यक्ति है और नदी तट पर किया जाता है। हमारे जीवन के हर पहलू में पानी के महत्व को स्वीकार करते हुए, नदी के पानी में डुबकी लगाए बिना त्यौहार की रस्में पूरी नहीं की जा सकतीं। इसी तरह कुआ पूजन उन कुओं या स्थानों की पूजा करने की प्रथा है जो लोगों को पीने का पानी उपलब्ध कराते हैं। यह पूजा विवाह समारोहों के दौरान या बच्चे के जन्म के समय की जाती है।

दुख की बात है कि आजकल लोग ऐसे त्यौहारों को इस तरह से मनाते हैं जो प्रकृति की पूजा के पूरे उद्देश्य को विफल कर देते हैं। गोदावरी पुष्करम जैसे त्यौहार, बिहू, राजा परबा, मेष संक्रांति, मकर संक्रांति या पोंगल मूल रूप से प्रकृति से जुड़े हुए हैं और प्रकृति की रक्षा और सम्मान करने का शाश्वत संदेश देते हैं।

भारत में प्रकृति और विभिन्न परंपराओं के बीच इतने मजबूत संबंधों के बावजूद, अधिकांश भारतीयों में प्रकृति संरक्षण के महत्व के बारे में जागरूकता और उत्साह विशेष रूप से कम है। यह कोई रहस्य नहीं है कि भारत में प्रदूषण का स्तर काफी अधिक है और प्रदूषण के मामले में इस देश के लोग काफी उदासीन नजर आते हैं। इस देश में हर कोई प्रदूषण के बारे में शिकायत करता है लेकिन केवल कुछ ही लोग इस मुद्दे पर चिंतित दिखते हैं। केवल कुछ ही लोगों को यह एहसास है कि प्रत्येक व्यक्ति को प्रदूषण से बचने और पर्यावरणीय गिरावट में, योगदान के लिए क्रमिक कदम उठाने होंगे। पर्यावरण संरक्षण सुनिश्चित करने के लिए अकेले सरकारी हस्तक्षेप पर्याप्त नहीं हो सकता।

प्रकृति संरक्षण के संबंध में भारत की सदियों पुरानी परंपराओं के वास्तविक महत्व के बारे में लोगों के बीच जागरूकता बढ़ाना समय की मांग है, दिलचस्प बात यह है कि भारतीय लोगों का सामान्य दृष्टिकोण और विभिन्न मुद्दों के बारे में उनकी समझ सांस्कृतिक और धार्मिक संदर्भ में गहराई से अंतर्निहित है और इस तरह के स्वभाव को प्रकृति के साथ एक मजबूत संबंध विकसित करने के लिए निर्देशित किया जा सकता है।

"लोगों को प्रकृति से जोड़ना" विषय को उनके स्वदेशी त्यौहारों के माध्यम से भारतीय लोगों के जीवन में खूबसूरती से बुना गया है, लेकिन अफसोस की बात है कि वर्तमान पीढ़ी के बीच इस पर किसी का ध्यान नहीं जा रहा है। वर्तमान समय की यह जरूरत है कि हमसभी नयी पीढ़ी को भारतीय व्रत-त्यौहार में सन्निहित प्रकृति के संरक्षण एवं संवर्धन के महत्व को उन्हें बताएं। उन्हें जागरूक करें, शिक्षित करें कि भारतीय व्रत-त्यौहार का मतलब केवल उल्लास एवं उमंग ही नहीं होता, बल्कि इसमें छुपी है मनुष्य को प्रकृति के साथ जोड़ने की वो मजबूत सोच, जो प्राचीन भारत के धार्मिकता में सन्निहित है।



- FESTIVALS INSPIRE US TO RESPECT NATURE -

India, renowned for its diverse culture, celebrates festivals that not only mark changing seasons but also honor saints, gurus, and gods. While festivals symbolize love, joy, and new beginnings, it's crucial to intertwine this celebration with environmental responsibility.

In the midst of modernization, the true essence of festivals has faded, and the impact on the environment cannot be ignored. However, India boasts festivals deeply rooted in nature appreciation.

SARHUL :

Tribes in Jharkhand worship trees during the three-day spring festival of Sarhul, acknowledging the divine spirit of nature. Traditional attire, local songs, and processions celebrate and honor the vital role trees play in their lives



CHHATH PUJA:



Celebrated in northern and eastern India, Chhath Puja revolves around worshiping the sun god and nature. Rituals near water bodies, fasting, and abstaining from specific foods highlight the close connection between humans and nature.

AYILYAM MAHOTSAVAM

In Kerala, the Ayilyam Mahotsavam venerates snakes, symbolizing rebirth. Communities showcase respect for these creatures through rituals and ceremonies, emphasizing their place in the larger ecosystem.



BIHU :



Celebrated three times a year in Assam, Bihu aligns with the farming calendar. Farmers express gratitude to deities for a fruitful harvest. The festivities, including feasting and solemn celebrations, unite Assamese society

ITU PUJA :

Celebrated in West Bengal, Itu Puja worships the Sun God as a gesture of gratitude for light, heat, and energy. Dating back to prehistoric times, the festival signifies the beginning of the sowing season and a wish for a prosperous harvest.



देवी दुर्गा का जन्म



किंवदंतियाँ, देवी दुर्गा को हिंदू देवगणों में तीन सबसे शक्तिशाली देवों - ब्रह्मा (निर्माता), विष्णु (संरक्षक) और शिव (संहारक)- की रचना के रूप में बताती हैं। दुर्गा के जन्म की कहानी देवी भागवतम् में वर्णित है। इस पवित्र ग्रंथ के अनुसार एक बार महिषासुर नामक पुत्र, एक असुर (दानव) के यहाँ पैदा हुआ। असुर के रूप में जन्म लेने के कारण उसने हर लड़ाई में असुरों पर देवों की विजय देखी। असुरों की लगातार हार से खिन्न होकर महिषासुर ने देवताओं को प्रसन्न करने के लिए तपस्या की, किंवदंतियाँ देवी दुर्गा को हिंदू देवगणों में तीन सबसे शक्तिशाली देवों - ब्रह्मा (निर्माता), विष्णु (संरक्षक) और शिव (संहारक)- की रचना के रूप में बताती हैं। दुर्गा के जन्म की कहानी देवी भागवतम् में वर्णित है। इस पवित्र ग्रंथ के अनुसार एक बार महिषासुर नामक पुत्र, एक असुर (दानव) के यहाँ पैदा हुआ। असुर के रूप में जन्म लेने के कारण उसने हर लड़ाई में असुरों पर देवों की विजय देखी। असुरों की लगातार हार से खिन्न होकर महिषासुर ने देवताओं को प्रसन्न करने के लिए तपस्या (एक लंबा तप) करने का निर्णय लिया। वर्ष बीतते गए। महिषासुर के समर्पण

से प्रभावित होकर, भगवान ब्रह्मा ने उसे एक वरदान देने का निर्णय लिया। इस अवसर पर उत्तेजित होकर महिषासुर ने ब्रह्मा से उसे यह वरदान देने के लिए कहा कि कोई मनुष्य और न ही कोई भगवान उसे मार सके। इस प्रकार, उसकी मृत्यु केवल एक महिला के हाथों में होगी- जो उसके संज्ञान में असंभव था। वरदान का लाभ उठाकर महिषासुर ने अपनी असुरों की टुकड़ी के साथ पृथ्वी पर आक्रमण कर दिया। उसने दंड मुक्ति भाव के साथ लूटपाट मचाई और हत्या की। जल्द ही शक्ति से उग्र होकर, इस विश्वास के साथ कि वह तीनों लोक का शासक हो सकता है, उसने स्वर्ग पर कब्जा करने का निर्णय लिया। असुरों और देवों के बीच का युद्ध भयंकर था। महिषासुर ने अंत में अमरावती में इंद्र की सेना को हराया। इस घटना से अपमानित देवतागण एक समाधान खोजने की उम्मीद से लिदेव से मिले। देवों की हार पर खिन्न और क्रोधित लिदेव ने इस पर चिंतन किया। असुर को दिए वरदान के बारे में सोचकर भगवान ब्रह्मा ने कहा, "केवल एक स्त्री ही महिषासुर का वध कर सकती है", लेकिन तीनों लोकों में कौन सी इतनी शक्तिशाली महिला थी, जो युद्ध कर सके? लिदेव ने अपनी एकजुट सोच के साथ अपनी शक्तियों का उपयोग करके ऊर्जा का निर्माण किया जिसने देवी दुर्गा का रूप धारण किया। महिषासुर को मारने में मदद करने के लिए प्रत्येक देवता ने देवी को अपना अस्त्र दिया। हिमालय के देवता हिमवत ने देवी को सवारी करने के लिए एक शेर प्रदान किया।

प्रारंभ में, दुर्गा के अमरावती पहुँचने पर, महिषासुर एक स्त्री से युद्ध लड़ने के बारे में सोचकर ही हँसने लगा। लेकिन युद्ध छिड़ने पर, महिषासुर को एहसास हुआ कि देवी के भीतर सन्निहित सर्वोच्च शक्तियों का कोई मुकाबला नहीं है। दस दिनों की लड़ाई में, असुर देवी को भ्रमित करने के लिए कई रूप बदलता रहा, लेकिन देवी का निशाना कभी नहीं चूका, जैसे ही असुर अपने मूल रूप, एक भैंस, में बदल गया, दुर्गा ने तेज़ी से उसका सिर धड़ से अलग कर दिया, और इस प्रकार स्वर्ग और पृथ्वी को अत्याचारी शासक से मुक्ति दिला दी, इसलिए, दुर्गा महिषासुर मर्दिनी (महिषासुर की संहारक) के रूप में जानी जाती है। इस दृश्य को दुर्गा पूजा में स्थापित देवी की कई मूर्तियों में दिखाया जाता है। कुछ मूर्तियों में असुर की हत्या करते हुए माँ दुर्गा की मुद्रा, तांडव करते हुए शिव की मुद्रा के समान है।

पटना कलाम



पटना कलाम एक प्रमुख भारतीय चित्रकला शैली हैं। तत्कालीन जनसामान्य के आम पहलुओं के चित्रण के लिए प्रसिद्ध पटना या कम्पनी चित्रकला शैली का विकास मुगल साम्राज्य के पतन के बाद हुआ जब चित्रकारों ने पटना तथा उसके समीपवर्ती क्षेत्रों को अपना विषय बनाया। इन चित्रकारों द्वारा चित्र बनाकर ब्रिटेन भी भेजे गये जो आज भी वहां के संग्रहालयों में विद्यमान हैं। पटना कला शैली के प्रमुख चित्रकार महादेव लाल है।

भारतीय चित्रकला के विकास में “पटना कलाम” का योगदान अविस्मरणीय है। सारे विश्व में भारतीय चित्रकला को जो ख्याति और प्रशंसा मिली है, उसका उल्लेख पटना कलाम की चर्चा के बगैर अधूरा ही रहेगा। प्राचीन काल में मौर्य एवं गुप्त वंश के शासनकाल में भी पाटलिपुत्र की चित्रकला का विकास अवश्य हुआ, किन्तु सही मायने में यह कला यहीं उत्पन्न हुई। यहीं इसका पालन-पोषण हुआ। मुर्शिदाबाद से आने वाले चित्रकारों में सेवक राम का नाम विशेष रूप से उल्लेखनीय है। इनके चित्र पटना संग्रहालय में देखे जा सकते हैं। सेवक राम के जैसे हुलास लाल, झूमक लाल, फकीरचंद लाल, टुन्नी लाल जैसे अनेक चित्रकारों ने पटना शैली की चित्रकला को विकसित और समृद्ध किया हैं।

छठ पूजा



<https://images.app.goo.gl/NMZZq2xYVvREQT99>

वर्ष में दो बार मनाये जाने वाले इस पर्व को पूर्ण आस्था और श्रद्धा से मनाया जाता है। पहला छठ पर्व चैत्र माह में मनाया जाता है और दूसरा कार्तिक माह में। यह पर्व मूलतः सूर्यदेव की पूजा के लिए प्रसिद्ध है। रामायण और महाभारत जैसी पौराणिक शास्त्रों में भी इस पावन पर्व का उल्लेख है। हिन्दू धर्म में इस पर्व का एक अलग ही महत्व है, जिसे पुरुष और स्त्री बहुत ही सहजता से पूरा करते हैं।

कार्तिक मास के शुक्ल पक्ष की षष्ठी तिथि को मनाये जाने वाले इस पावन पर्व को 'छठ' के नाम जाना जाता है। इस पूजा का आयोजन पुरे भारत वर्ष में बहुत ही बड़े पैमाने पर किया जाता है। ज्यादातर उत्तर भारत के लोग इस पर्व को मनाते हैं। भगवान सूर्य को समर्पित इस पूजा में सूर्य को अर्घ्य दिया जाता है। कई लोग इस पर्व को हठयोग भी कहते हैं। ऐसा माना जाता है कि भगवान सूर्य की पूजा विभिन्न प्रकार की बिमारियों को दूर करने की क्षमता रखता है और परिवार के सदस्यों को लम्बी आयु प्रदान करती है। चार दिनों तक मनाये जाने वाले इस पर्व के दौरान शरीर और मन को पूरी तरह से साधना पड़ता है।

महत्व

पहला दिन: 'नहाय खाय' के नाम से प्रसिद्ध है। इस दिन को छठ पूजा का पहला दिन माना जाता है। इस दिन नहाने और खाने की विधि की जाती है और आसपास के माहौल को साफ सुथरा किया जाता है। इस दिन लोग अपने घरों और बर्तनों को साफ करते हैं और शुद्ध-शाकाहारी भोजन कर इस पर्व का आरम्भ करते हैं।

दूसरा दिन: छठ पूजा के दूसरे दिन को खरना के नाम से जाना जाता है। इस दिन खरना की विधि की जाती है। 'खरना' का असली मतलब पुरे दिन का उपवास होता है। इस दिन व्रती व्यक्ति निराजल उपवास रखते हैं। शाम होने पर साफ सुथरे बर्तनों और मिट्टी के चुल्हे पर गुड़ के चावल, गुड़ की खीर और पुड़ीयाँ बनायी जाती हैं और इन्हें प्रसाद स्वरूप बांटा जाता है।

तीसरा दिन: इस दिन शाम को भगवान सूर्य को अर्घ्य दिया जाता है। सूर्य षष्ठी के नाम से प्रसिद्ध इस दिन को छठ पूजा के तीसरे दिन के रूप में मनाया जाता है। इस पावन दिन को पुरे दिन निराजल उपवास रखा जाता है और शाम में डूबते सूर्य को अर्घ्य दिया जाता है। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार शाम के अर्घ्य के बाद छठी माता के गीत गाये जाते हैं और व्रत कथाएं सुनी जाती हैं।

चौथा दिन: छठ पूजा के चौथे दिन सुबह सूर्योदय के वक्रत भगवान सूर्य को अर्घ्य दिया जाता है। आज के दिन सूर्य निकलने से पहले ही व्रती व्यक्ति को घाट पर पहुँचना होता है और उगते हुए सूर्य को अर्घ्य देना होता है। अर्घ्य देने के तुरंत बाद छठी माता से घर-परिवार की सुख-शांति और संतान की रक्षा का वरदान माँगा जाता है। इस पावन पूजन के बाद सभी में प्रसाद बाँट कर व्रती खुद भी प्रसाद खाकर व्रत खोलते हैं।

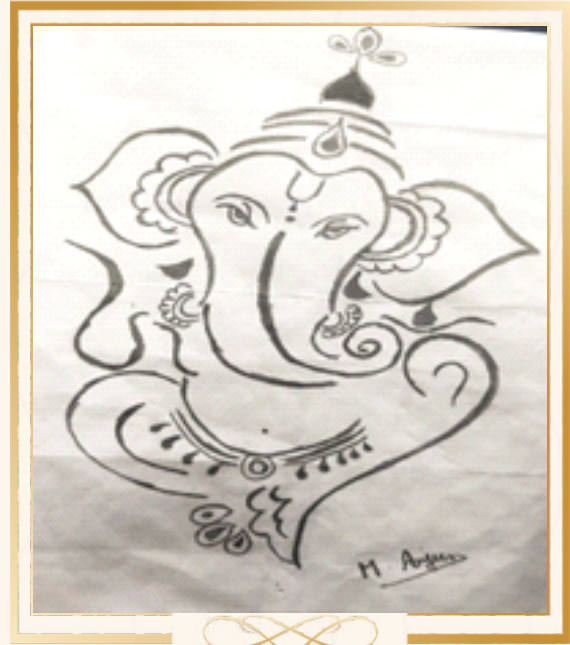
धार्मिक महत्व के अलावा, इन त्योहारों के अनुष्ठानों से कुछ विज्ञान भी जुड़ा हुआ है, अनुष्ठानों में नदी तट पर प्रार्थना करने या नदी तट पर लंबे समय तक खड़े रहने की मांग की जाती है और इसके पिछे कहीं ना कहीं वैज्ञानिक तथ्य जुड़ा हुआ हैं, सूर्योदय और सूर्यास्त के समय सूर्य की पराबैंगनी किरणें सबसे कम होती हैं और इसीलिए इन दो समय में सूर्य की किरणें सबसे अधिक फायदेमंद होती हैं। सूर्य की ये किरणें सभी नकारात्मक ऊर्जाओं को हटाकर मन, शरीर और आत्मा को विषमुक्त करने में मदद करती हैं।

फ़नकार



SHYAMLA RAI (21456)

MANAGEMENT TRAINEE (OPERATIONS)



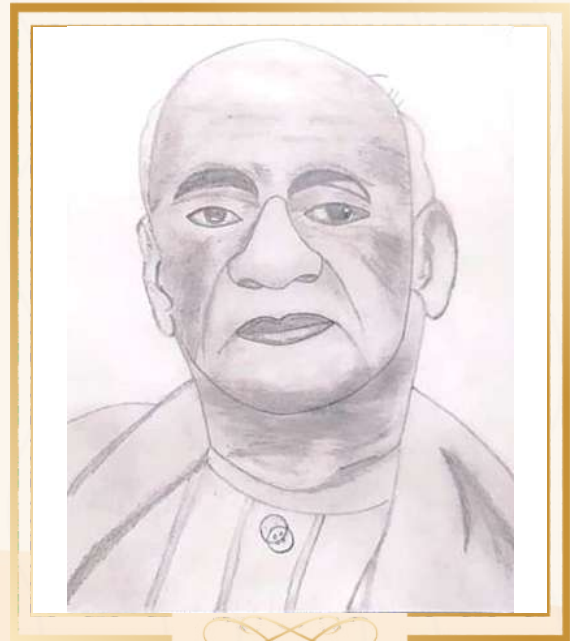
NAME : M ARJUN (14401)

ASTT. MANAGER (CREDIT)



ESHA SONIYAL (22798)

APPRENTICE (SPM)



MOHIT DALAL (25831)

(GRAPHIC DESIGNER - MARKETING & COMMUNICATIONS)

बचपन

आओ सुनाऊं आज तुमको एक पुरानी कहानी,
बचपन के दिनों की बातें वो सुहानी ।
बचपन के वो खेल खिलौने, प्यारी सी नादानी,
आओ आज दोहराएं फिर से बचपन की वो कहानी ॥

कभी कीचड़ के धब्बों पर मम्मी की मार,
वो नानी के हाथों के आम का अचार,
दादू का प्यार और दादी का दुलार ।
अलग थे, दिवाली और होली के त्यौहार,
कीचड़ के धब्बों की प्यारी सी निशानी,
बचपन के दिनों की बातें वो सुहानी ॥



<https://images.app.goo.gl/5z4Ma9RutBudCscg8>



<https://images.app.goo.gl/QxaMzQsJ4kn2pyg15>

बचपन में स्कूल ना जाने के भी अलग बहाने थे,
कभी पेट दर्द तो कभी सर दर्द, ये किस्से भी पुराने थे,
पर मम्मी पापा हमसे भी ज्यादा सयाने थे ।
झट से पकड़ लेते, हमारे वो बहाने थे,
स्कूल ना जाने की जिद्द भी मासूमियत की निशानी थी,
बचपन के दिनों की बातें वो सुहानी थी ॥

गुल्लक में सिक्कों के खनक की आवाज
त्यौहार पर बड़ों के पैर छूने का रिवाज़,
गुलाबजामुन की चाशानी, बर्फी की मिठास
और इन्ही से तो बना था, हमारा बचपन खास ।
कहानी वो दादी और नानी की जुबानी,
बचपन के दिनों की बातें वो सुहानी,

बचपन के वो खेल खिलौने प्यारी सी नादानी,

SHYAMLA RAI (21456)

MANAGEMENT TRAINEE (OPERATIONS)

ओ रे घनघोर बदरा कारे कारे

ओ रे घनघोर बदरा कारे कारे, प्यासी धरा को दूर से निहारे,
बूंदों में प्रेम समाये, व्याघ्र पतंग के मन को भा जा रे ।
साय- साय हवाएं टहनियों को सहलाये, चिड़ियों की चहचहाट गीत सुनाये,
काली घटा में जटाई मोर, हिरों सी पोशाक में, मोरनियो को रिझाये ।
बिजली की चमक झटके से आये, देह के रोंगटे खड़े कर जाये,
लटकते झटकते घनप्रिया, धरती की कोख में समाए ।
वो फटे कपड़े में लिपटा मुरली, सिर पर उठाए घास और हसली,
उत्साहित हो रो पड़ा मुरली, इंद्र की कृपा खेतों में बरस आई ।
झम-झम की लय जैसे कम हुई, सतरंगी रेखाओ ने ली अंगड़ाई,
बीजों से नन्हे कोपलों की, नवजीवन झलक है आई ।
सांझ की रक्त किरणों की चादर में, टर टर आवाज है आई,
चाय की चुस्की लेकर रात भी सुस्तायी, देखो प्रिये मॉनसून की बहार है आई ।



NANCY KUJUR (21446)

MANAGEMENT TRAINEE (OPERATIONS)



मेरी माँ



तुम सी हो गई हूँ अब मैं भी....

माँ तुम "सिल्क" साड़ी महँगी कह छोड़ती
महँगे कप मेहमानों की खातिर सहेजती
हम लतीफ़े बना बना तुम्हारी मितव्ययता के
तुमको ही हँसाते
त्यौहारों पर नहीं देखा कभी
सबके साथ फुर्सत में खुशियाँ मनाते
हमेशा रही तुम मसरूफ़ रसोई में
जाने क्या क्या बंदोबस्त करती
तब अक्सर सोचती थी मैं
तुम नहीं जानती हो जिंदगी का स्वाद लेना
लेकिन अब महसूस कर पाती हूँ
"ज़िम्मेदारियों" के सुराख से
चुप सरक जाती है तमाम मसखरी

कभी वक्त निकाल कर सँवरते नहीं देखा तुमको,
मैं झुंझलाती थी सौ दफ़ा तुम्हारी
हड़बड़ी भरी गड़बड़ियों पर
कैसे गर्म कढ़ाही से चटका लेती हो

बुरे लगते हैं ये जले निशान हाथ पर ,
एड़ियां फट जाती है आपकी
कुछ ख्याल किया करो ,
सब्जी "चापर बोर्ड" पर नहीं काटती
उँगलियों पर चाकू की ये निशानियाँ
अच्छी नहीं लगती
बैटेक्स मत पहना करो
शर्मिदा करती तुम्हें तमाम लापरवाहियों पर

लेकिन अब खुद धुरी के केंद्र में खड़ी होने के बाद समझने लगी हूँ
औरत खो देती है सुध-बुध, रूप, श्रृंगार, शौक और उम्र
"परिवार" को आत्मा में धारण करते करते ।
अब मैं जब गीले बाल से ही
रसोई में घुसती हूँ
तुम सी ही लगने लगती हूँ मैं
भगवान को ताली बजा नींद से उठाती
तुम सी जागती हूँ
सारे पर्व रीति रिवाज़ों के प्रबंध करते गुजर जाते
रसोई, छत, आँगन में फिरती और
दिन ढले थक कर डूबी डूबी तुम सी दिखती हूँ
आँखों से पानी आने तक हँसी नहीं मैं कब से ऐसा याद आए तो
तुम सी फीकी फीकी लगने लगती हूँ मैं माँ

कोई सहेली भी स्नेहिलता से भिगो दें जब मन को
लम्हा भर उसके प्रेम में भी तुम झलकती हो माँ
दूर होकर भी मैं कभी खुद में तो
कभी आत्मीय रिश्तों में तुमको टटोल ही लेती हूँ
मेरी "माँ"

SHWETA JHA (25343)

(DY. MANAGER - MARKETING & COMMUNICATIONS)

मन की बात



जब मैं सत्या में शामिल हुआ, तो मेरे अंदर आगे बढ़ने और सीखने की तीव्र इच्छा थी, लेकिन जिस चीज़ ने मुझे इस संगठन से जोड़ा, वह थी लोगों के जीवन पर इसका गहरा प्रभाव। सत्या में मेरे पूरे कार्यकाल के दौरान, मुझे विभिन्न क्षेत्रों में आगे बढ़ने और विकसित होने के कई अवसर मिले हैं।

अकाउंट्स में मेरी शुरुआती भूमिका से लेकर ऑडिट (आंतरिक, वैधानिक और समूह), नीति और प्रक्रिया को संभालने तक, मैंने व्यवसाय और उसके संचालन की व्यापक समझ हासिल की है। मुझे अपने सहकर्मियों और वरिष्ठों से जो समर्थन और मार्गदर्शन मिला है, वह मेरे पेशेवर विकास में मूल्यवान रहा है। मैं सत्या का हिस्सा बनकर सम्मानित महसूस कर रहा हूँ और आने वाले कई और लाभकारी वर्षों की आशा करता हूँ।

RAM KUMAR (23202)

SR. VICE PRESIDENT (ACCOUNTS)

WONDERFUL WORLD

THE WORLD'S MOST MAGICAL PLANTS

Mostly known as the “Enchanter's Herb, Vervain was treated as a sacred plant by almost every culture who could get their hands on it, likely due to its anti-inflammatory and healing properties. In ancient Egypt, it was believed to have first sprung from the tears of the goddess Isis, and in Christianity, it was used to treat Christ's wounds on the cross.



VERVAIN (VERBANA)



HENBANE (HYOSCYAMUS NIGER)

Henbane, also known as “the witch's drug,” is one of several plants in the Solanaceae (nightshade) family that contains alkaloids including hyoscyine, hyoscyamine, and atropine, which can cause powerful hallucinations. Native to Europe, henbane not only looks rather spooky with its green petals and black center, but it also has a long history as a poison, medicinal and ritualistic plant across that continent.

Datura stramonium, native to North and Central America and now widespread throughout the world, has been used for magical, ceremonial and medicinal purposes for centuries. Like henbane, datura can have hallucinogenic effects when absorbed through the skin as a lotion, causing those who used it to embark on spiritual journeys or enter a trance, in medieval Europe.



DATURA (DATURA STRAMONIUM)

Monkshood or wolfsbane (so named because it was historically used to poison animal bait) has long been associated with the supernatural. Native to mountainous regions in western and central Europe, most species of the plant contain the highly toxic aconitine. If you do decide to use wolfsbane in your magic-making- or just to add some deep purple to your garden - be sure to wear gloves, as gardeners, have died from handling the plant.



WOLFSBANE (ACONITUM)



ARTEMISIA

Plants in the artemisia family (which include wormwood and mugwort) are not only a beautiful in gardens but are among the world's most ancient magical herbs. Magical use for artemisia include luring love, cleansing, protection from accidents and evil spirits, and divination. As some plants in the family contain thujone, a hallucinogenic compound, researchers believe that folks in Asia, Europe, and North America have used it to bring on visions and dreams since the Stone Age.

Blackthorn, a thorny shrub in the rose family, has an especially sinister reputation in European folklore. Native to Europe, western Asia, and northern Africa, it has long been associated with darkness and death, in part due to the appearance of its twisted, spiky branches, which are especially stark in the winter months. In Celtic folklore, unfriendly fairies are said to guard the trees, and will burn down the house of anyone who dares to cut one down.



BLACKTHORN

MOTIVATIONAL COLUMN

MAKE EACH DAY YOUR MASTERPIECE!

Nothing in the world can take the place of Persistence. Talent will not; nothing is more common than unsuccessful men with talent. Genius will not; unrewarded genius is almost a proverb. Education will not; the world is full of educated derelicts. Persistence and determination alone are omnipotent. The slogan 'Press On' has solved and always will solve the problems of humans." - **Calvin Coolidge**.

Albert Einstein is a well-known scientist and extraordinary genius personality known by almost all of us all over the world due to his great inventions and contributions to science. He quoted that success is a failure in progress and someone who has never failed cannot truly be a successful person. During childhood, he suffered from continuous failures. He was not even able to speak fluently till the age of nine years, following which he was expelled from the school. Furthermore, his admission to Zurich Polytechnic School was also not considered. But, leading to the ways of success consistently, he proved himself as a renowned gem in the ocean of science and technology and finally won the Nobel Prize for Physics in 1921.

The best way to make each day your masterpiece is to fully live and feel each second of it. It simply means to live in the present and to focus on things you're doing right now. Aim to give your full potential at whatever you do. Plan things out, allocate your time and assign it to perform specific tasks, and give it your 100%, don't mix out anything, have a laser-like focus on one thing at a time. Isn't it that we can do so much by simply doing one thing at a time? The goal shouldn't be to get busy, instead, it should be to get more productive with the aim of creating a masterpiece. Each day has 24 hours, and we must make each second count.

We can never rewind the past. Once an hour passes, we never go back to it. Some may feel like a day is not enough to accomplish everything, that may be true, but we can make it the best that we could. It's just like what the quote above says, "Make each day your masterpiece. "We mustn't merely settle for good enough. We must exert those extra efforts to create excellent results. We must push harder and keep trying to be closer to our goals every single day. We can't just

leave things to chance. The only way to reach a goal is to work on it day by day. Each day is different, with different challenges and circumstances. What's important is what we do with it. Do we succumb to the challenge or try to overcome it? If we try to make each day great, then we are already on our way to success. Start today. Make today your masterpiece, make it happen! Life is all about facing challenges and becoming a better individual. Undoubtedly, some people start criticizing themselves just after one problem, while others get up again, face that situation and come out with flying colors. Thus, stop making excuses guys...Get up and make your all dreams come true. This is your life and hence your responsibility to make it better... For example, rather than dwelling on that horrible officiating call by a ref or obsessing over what went wrong in the last game, try to keep your mind right where you are now and focus on the positive things that surround you. Let go of the past, be it a week ago or an hour ago; don't fret about the future, be it next week or next year. Apply this wisdom in small doses throughout your day and by the end of it you will have your masterpiece.

Conclusion: - Success always looks ahead of silly excuses and puts itself forward than the created misconceptions. It is never burdened on religious ethics and not at all dependent on any specific religions including Hindu, Muslim, Christianity, etc. to name a few. Success is the result of key determination and concentration while moving ahead in the path of working.



SANDEEP KUMAR (19250)

(ASSISTANT VICE PRESIDENT - TRAINING)

LIFE IS TOO SHORT TO SPEND ALONE



I am sitting numb and alone on my bed, without any thoughts, staring at the white wall and making scenarios in my mind wondering what if I was in my village, with my parents. My mother would be humming bhajans in the kitchen, fragrance of the food would be filling in my room by this time. Father must be back from the office at this point and changing clothes, my dog Bruno would be requesting him to go out for a walk.

In this fast-paced and disconnected world, it's easy to find ourselves feeling alone, longing for the warmth and support of our loved ones. As I sit here, lost in thought, I can't help but wonder if life has become easier or more difficult for us. The metropolitan cities we call home seem to drain the essence of our being day by day, leaving us empty and detached. Families are shrinking, and friendships are fading away. We find ourselves caught up in the web of social obligations, where formalities have replaced genuine connections.

We witness the plight of others, yet instead of extending a helping hand, we reach for our phones to document their suffering. It's a cruel irony that in a world built on connectivity, we feel more isolated than ever before. But here's a stark truth: humans are not meant to live alone. We crave companionship, love, and a sense of belonging.

The staggering statistics from the Global Burden of Disease Study in 2019 serve as a chilling reminder of our collective struggle. The number of suicides among young individuals between the ages of 15 to 34 is alarmingly high, spanning across countries like Japan, Korea, and Russia. It's a heartbreaking indication of the silent battles people fight within themselves. In the desperate pursuit of solace, a disconcerting trend emerges – the concept of renting friends or even romantic partners. This phenomenon is gaining

popularity in cities like Bangalore, and it's a poignant reflection of how deeply we yearn for human connection. We have reached a point where we are willing to pay for someone to simply be by our side. It's a bittersweet reminder of simpler times when we didn't have technology at our fingertips, but we had each other.

I remember a time when neighbors were not strangers, but people we could rely on. We stood united, offering support through thick and thin. Today, we lead solitary lives even among a sea of people, ignorant of those who reside just a wall away.

As I reflect on this, I realize that it's never too late to change our course. Life is indeed too short to spend alone, disconnected from the love and companionship that nourishes our souls. It's time to prioritize genuine human connection over the superficiality of virtual interactions. Let's open our hearts to the people around us, cultivate meaningful relationships, and create a society where loneliness is not the norm.

Coping with loneliness can be a little overwhelming for most of us but by just simply accepting and starting to reflect your thoughts, you can be part of a change. Here I'm sharing a few points to help you deal with it.

Accept yourself. We all have faults, God has made no one perfect, and the good news is it doesn't matter. Be comfortable in your own skin.

Ditch toxic people in your life and be with the one who appreciates you and hold your back in thin and thick.

You're precious and unique. Do not compare yourself with anyone.

Don't be afraid to express your thoughts or perspective with the world. Your opinion matters! Express yourself.

Do not let other people's opinions burden you. They don't like it; it's their problem, not yours.

Go out alone for shopping or to eat your favorite ice cream. It will help you build confidence and self-esteem. Make new friends and make time to meet people more often.

So, let us not succumb to the isolation that pervades our modern lives. Instead, let us embrace the beautiful messiness of human existence and rediscover the joy of togetherness. Life is meant to be lived in the company of others – in sharing laughter, wiping away tears, and creating lasting memories. Let us choose love, let us choose connection, and let us choose to live a life filled with warmth and genuine human presence.

Because life is too short to spend alone.

ARADHANA GAUR (25970)

(DY. MANAGER - MARKETING & COMMUNICATIONS)

ग्राहक सुरक्षा सिद्धान्त

ग्राहक सुरक्षा सिद्धान्त क्या है और क्यों ज़रूरी है ?

ग्राहक सुरक्षा सिद्धान्त उस देखभाल के मानक को स्पष्ट करते हैं जो ग्राहकों को वित्तीय सेवा प्रदाताओं के साथ व्यापार करते समय प्राप्त करने की अपेक्षा करनी चाहिए। ग्राहक सुरक्षा के सात सिद्धान्त होते हैं और एक जिम्मेदार वित्तीय सेवा प्रदाता को ग्राहकों को वित्तीय सेवा प्रदान करते वक़्त इन सातों सिद्धान्तों का नैतिकता से पालन करना चाहिए ताकि व्यवसाय को प्रभावी बनाया जा सके और ऐसा करते वक़्त किसी भी स्टेज पर ग्राहकों के हित का हनन न हो। यह सात सिद्धान्त इस प्रकार हैं:



1. उपयुक्त उत्पाद डिज़ाइन और वितरण - सत्या उत्पादों और वितरण चैनलों को डिज़ाइन करने के लिए पर्याप्त देखभाल करता है जिससे हमारे ग्राहकों को कोई नुकसान नहीं पहुंचे। उत्पादों और वितरण चैनलों को ग्राहक विशेषताओं के साथ डिज़ाइन किया जाता है।
2. अधिक कर्जभार से रोकथाम - सत्या क्रेडिट प्रक्रिया के सभी चरणों में पर्याप्त जांच करता है ताकि यह निर्धारित किया जा सके कि ग्राहकों के पास ऋणग्रस्त होने के बिना चुकाने की क्षमता है।
3. पारदर्शिता - सत्या स्थानीय भाषा में स्पष्ट, पर्याप्त और सामयिक जानकारी का संचार करता है जिसे ग्राहक समझ सकते हैं ताकि ग्राहक सही निर्णय ले सकें।
4. जिम्मेदार मूल्य निर्धारण - मूल्य, नियम, और शर्तें इस तरह से सेट की जाती हैं कि ग्राहकों के लिए सस्ती हो और कंपनी को भी इससे कोई हानि न पहुंचे।
5. ग्राहक के साथ उचित और सम्मानजनक व्यवहार - सत्या ग्राहकों के साथ उचित और सम्मानपूर्वक व्यवहार करता है। हम भेदभाव नहीं करते। सत्या भ्रष्टाचार और अपमानजनक उपचार का पता लगाने और उसे ठीक करने के लिए पर्याप्त सुरक्षा उपाय सुनिश्चित करता है।
6. ग्राहक डाटा की गोपनीयता - व्यक्तिगत ग्राहक डेटा की गोपनीयता का सम्मान स्थानीय कानूनों और नियमों के अनुसार किया जाता है और इसका उपयोग केवल उन उद्देश्यों के लिए किया जाता है जिस उद्देश्य से ये जानकारीयाँ एकत्र की गई थीं और वह भी ग्राहक की सहमति के साथ।
7. ग्राहक शिकायत निवारण तंत्र - सत्या के पास ग्राहकों की शिकायतों और समस्या समाधान के लिए समयबद्ध और उत्तरदायी तंत्र हैं और समस्याओं को हल करने एवं उत्पादों और सेवाओं को बेहतर बनाने के लिए उनका उपयोग किया जाता है।

सत्या जैसी जिम्मेदार संस्था के कर्मचारी होने के नाते हमारा यह फर्ज है कि हम सभी इन ग्राहक सुरक्षा सिद्धान्तों का सख्ती से पालन करें तभी हम एक मजबूत एवं सतत कंपनी की नींव रख पाएंगे।

किरसागोई

बुद्धि से भरा बर्तन



एक बार की बात है, राजा अकबर व उनके प्रिय बीरबल के बीच कुछ मनमुटाव हो गया। इसके चलते राजा ने बीरबल को राज्य से दूर जाने की सजा दे दी। इस परिस्थिति में भी बीरबल ने हार न मानी और उन्होंने अन्य गांव जाकर वेश बदलकर खेती करना शुरू किया। अब वह एक किसान के रूप में अपना जीवन गुजारने लगे।

शुरु में तो राजा अकबर के लिए सब कुछ सामान्य सा था, लेकिन कुछ ही दिन बीते थे कि राजा को अपनी गलती का एहसास होने लगा। वह अपनी दैनिक दिनचर्या में बीरबल को याद करने लगे थे। जब भी उनके समक्ष कोई मुश्किल परेशानी आती तो उन्हें बीरबल की कमी खूब खलती थी।

एक दिन राजा अकबर से रहा न गया। उन्होंने अपने सेनापति को बुलाया और उन्हें बीरबल को ढूंढ लाने का आदेश दिया। राजा की आज्ञा अनुसार हर गांव, हर गली में बीरबल की खोज शुरू की गई। सभी सैनिकों ने हर एक कोना छान मारा, लेकिन

वे बीरबल को ढूंढ न सके।

राजा को जब इस बात की जानकारी मिली तो वे बड़े निराश हुए। अब बीरबल से मिलने की उनकी बेचैनी और बढ़ने लगी थी। अचानक राजा के मन में एक उपाय आया। उन्होंने आदेश दिया कि सभी गांव के मुखिया को संदेश भेजा जाए कि उन सभी को एक बर्तन के अंदर बुद्धि डालकर राजा को भेजना होगा। जो भी इस आदेश को पूरा नहीं करेगा, उसे इसके बदले एक बर्तन में हीरे-जवाहरात भरकर राजा को भेजना पड़ेगा।

सभी गांववासी राजा के इस अजीबो-गरीब आदेश को सुनकर परेशान थे। सभी यह सोचकर हैरान थे कि बुद्धि को किस तरह एक बर्तन में भरा जाए। बुद्धि तो सभी के पास उपलब्ध थी, लेकिन उसे किस तरह एक बर्तन में डालना है, यह सोचकर सभी परेशानी में थे। ऐसा न कर पाने की अवस्था में उन्हें उसी बर्तन को कीमती हीरे-जवाहरात से भरना था, जो कि इससे भी बड़ी समस्या थी।

वहीं, जिस गांव में बीरबल एक सामान्य किसान का वेश बनाकर रह रहे थे, वहां भी राजा का यह आदेश चर्चा का विषय बना हुआ था। गांव के सभी बड़े-बुजुर्ग निराश होकर बैठे हुए थे कि वहां बीरबल आए और उन्होंने कहा कि वह इस समस्या का समाधान निकाल सकते हैं। पहले तो किसी को भी इस बात का यकीन नहीं हुआ, लेकिन उनके पास बीरबल पर विश्वास करने के अलावा और कोई रास्ता नहीं था, इसलिए इस काम की बागडोर बीरबल को सौंपी गई।

उस वक्त गांव में तरबूज की फसल उगाने का समय था। बीरबल ने तरबूज के पौधे की एक बेल को एक बर्तन में डाला। धीरे-धीरे उस बेल में तरबूज का फल लगने लगा और समय के साथ ही

तरबूज ने बर्तन का आकार ले लिया, जैसे ही बर्तन तरबूज से पूरा भर गया, बीरबल ने बेल को फल से अलग किया और उस बर्तन को तरबूज समेत राजा के दरबार में भिजवा दिया। साथ में यह संदेश भी भेजा कि उस बर्तन के अंदर बुद्धि भरी है, और राजा को बर्तन को बिना तोड़े ही बुद्धि को निकालना होगा।

जैसे ही राजा ने तरबूज से भरा हुआ बर्तन देखा व उसे निकालने की शर्त सुनी तो उन्हें यकीन हो गया कि ऐसा विचार केवल बीरबल का ही हो सकता है, उन्होंने जल्दी से अपना घोड़ा मंगवाया और बीरबल को अपने साथ वापिस लाने के लिए गांव की ओर चल दिए।

सीख : हर मुश्किल सवाल का कोई न कोई जवाब जरूर होता है। हमें केवल थोड़ा हटकर सोचने की जरूरत होती है।



दरबार में बीरबल बन गए बच्चा

एक बार की बात है, बीरबल को दरबार आने में देरी हो गई। राजा अकबर बेसब्री से बीरबल का इंतजार कर रहे थे, जैसे ही बीरबल दरबार में पहुंचे, अकबर ने उनसे देरी का कारण पूछा। बीरबल कहने लगे कि आज जब वह घर से निकल रहे थे, तो उनके छोटे-छोटे बच्चों ने उन्हें रोक दिया और कहीं न जाने की जिद करने लगे। किसी तरह बच्चों को समझा-बुझाकर निकलने में ही देरी हो गई।

राजा को बीरबल की इन बातों पर बिल्कुल यकीन नहीं हुआ, उन्होंने सोचा कि बीरबल देर से आने का झूठा बहाना कर रहे हैं। उन्होंने बीरबल को कहा कि बच्चों को मनाना इतना भी कठिन काम नहीं है। अगर वे ना मानें तो थोड़ा डांट-डपटकर उन्हें शांत किया जा सकता है।



वहीं, बीरबल इस बात से परिचित थे, कि बच्चों के मासूम सवालों और जिद को पूरा कर पाना बेहद मुश्किल होता है। जब अकबर इस बात से संतुष्ट न हुए तो बीरबल को एक उपाय सूझा। उन्होंने राजा के सामने एक शर्त रखी, उन्होंने कहा कि वह इस बात को सिद्ध कर सकते हैं कि छोटे बच्चों को समझाना बहुत मुश्किल होता है, लेकिन इसके लिए उन्हें एक छोटे बच्चे के जैसे व्यवहार करना होगा व राजा को उन्हें समझाना होगा। राजा इस शर्त के लिए तैयार हो गए।

अगले ही पल बीरबल एक बच्चे के जैसे चिल्लाने और रोने लगे। राजा ने उन्हें मनाने के लिए उन्हें अपनी गोद में उठा लिया। बीरबल गोद में बैठकर राजा की लंबी मूछों से खेलने लगे। कभी वे बच्चों की तरह मुंह बिगाड़ते तो कभी मूछों को खींचने लगते। अभी तक राजा को कोई आपत्ति नहीं हो रही थी।

जब बीरबल मूछों से खेलकर थक गए तो गन्ना खाने की जिद करने लगे। राजा ने बच्चा बने बीरबल के लिए गन्ना लाने का आदेश दिया। जब गन्ना लाया गया तो बीरबल ने नयी जिद पकड़ ली कि उन्हें खिला हुआ गन्ना चाहिए। एक सेवक द्वारा गन्ने को खिला गया। अब बीरबल जोर-जोर से चीखने लगे कि उन्हें गन्ना छोटे-छोटे टुकड़ों में कटा हुआ ही चाहिए।

उनकी जिद को पूरा करने के लिए गन्ने को छोटे-छोटे टुकड़ों में काटा गया। जब राजा ने इन टुकड़ों को बीरबल को खाने के लिए दिया तो बीरबल ने उन टुकड़ों को जमीन पर फेंक दिया। राजा को यह देखकर बहुत गुस्सा आया। उन्होंने गुस्से से बीरबल से पूछा, “तुमने गन्ने को नीचे क्यों फेंका? चुपचाप से इसे खा लो।” डांट सुनकर बीरबल अब और भी जोर से रोने व चीखने लगे।

अकबर ने प्यार से पूछा, “कहो बीरबल। तुम क्यों रो रहे हो?” बीरबल ने जवाब दिया, “मुझे अब छोटा नहीं एक बड़ा गन्ना चाहिए।” अकबर ने उन्हें एक बड़ा गन्ना लाकर दिया, लेकिन बीरबल ने उस बड़े गन्ने को हाथ तक न नहीं लगाया।

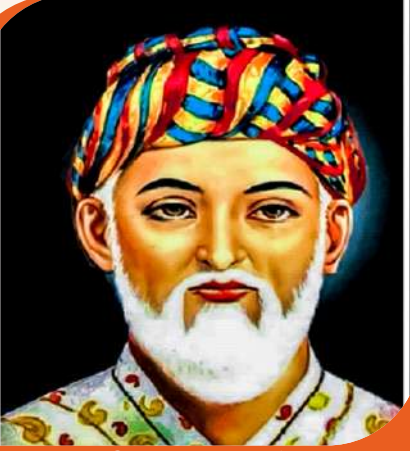
अब राजा अकबर का गुस्सा बढ़ रहा था। उन्होंने बीरबल से कहा कि “तुम्हारी जिद के अनुसार तुम्हें बड़ा गन्ना लाकर दिया गया है, तुम इसे न खाकर रो क्यों रहे हो?” बीरबल ने जवाब दिया, “मुझे इन्हीं छोटे-छोटे टुकड़ों को जोड़कर एक बड़ा गन्ना खाना है।” राजा ने बीरबल की इस जिद को सुनकर अपना सिर पकड़ लिया और अपनी जगह जाकर बैठ गए।

उन्हें परेशान देखकर बीरबल ने बच्चा बनने का नाटक खत्म किया और राजा के समक्ष गए। उन्होंने राजा से पूछा, “क्या अब आप इस बात से सहमत हैं कि बच्चों को समझाना यकीनन एक मुश्किल काम है?” राजा ने हां में सिर हिलाया और बीरबल को देख मुस्कुराने लगे।

सीख : बच्चे बहुत मासूम होते हैं। अक्सर हम उनके नादान सवालों का जवाब नहीं दे पाते हैं, लेकिन फिर भी उन्हें प्यार से समझा कर व अनेक उदाहरण देकर उनकी जिद व जिज्ञासा को शांत किया जा सकता है।



दोहे



रहीम के दोहे

रहीमन धागा प्रेम का, मत तोड़ो चटकाय ।
टूटे से फिर ना जुरे, जुरे गाँठ पर जाय ॥

प्रेम का बंधन किसी धागे के समान होता है जिसे कभी भी झटके से तोड़ नहीं देना चाहिए बल्कि उसकी हिफाजत करनी चाहिए, क्योंकि जब कोई धागा एक बार टूट जाता है तो फिर उसे जोड़ा नहीं जा सकता । जोड़ने की कोशिश में उस धागे में गाँठ पड़ जाती है । किसी से रिश्ता जब एक बार टूट जाता है तो फिर उस रिश्ते को दोबारा जोड़ा नहीं जा सकता ।

भारतीय इतिहास में शक्तिशाली महिलाएँ



अहिल्याबाई होल्कर

इनका जन्म 31 मई, 1725 को मराठा साम्राज्य के ग्राम चुंडी में हुआ था, इन्हें भारतीय इतिहास की सबसे बेहतरीन महिला शासकों में से एक माना जाता है। इन्होंने धर्म का संदेश फैलाया और 18वीं शताब्दी में औद्योगिकरण को बढ़ावा दिया। अपने पति और ससुर की मृत्यु के बाद, इन्होंने मालवा पर बुद्धिमानी और चतुराई से शासन किया। विभिन्न अवसरों पर, इन्होंने हाथी पर धनुष और बाण से सुसज्जित एक बहादुर योद्धा की तरह स्वयं सामने से सेना का नेतृत्व किया। ऐसा कहा जाता है कि इनके शासनकाल के दौरान, मालवा पर कभी भी हमला नहीं हुआ और यह स्थिरता और शांति का नखलिस्तान बना रहा।

POWER OF SPICES

Cardamom aids the digestive process, helping the body break down and assimilate nutrients. It is also known to boost metabolism and burn body fat, aiding with weight-loss. Toss in a few cloves of cardamom into your evening chai for a steamy cup of good health.



CARDAMOM



TURMERIC

Turmeric contains curcumin, a constituent that protects the heart. It helps reduce the levels of bad cholesterol (LDL), bring down high blood pressure, prevent clotting and reduce the risk of heart attacks. Include a sprinkle of turmeric in your meats and masalas; it will bring you a host of good health.

Both these spices aid the production of insulin and help control blood sugar levels in the body. Highly beneficial to people with type 2 diabetes, it is recommended to sprinkle cinnamon powder into your cup of tea or coffee and include cloves when you make rice or dal.



CINNAMON AND CLOVES



BLACK PEPPER

Known as the king of spices, black pepper boasts numerous health advantages, with a significant one being its role in promoting weight loss. It is reputed for aiding digestion and detoxifying the body, potentially preventing cancer. Incorporating this spice into your meals not only enhances the flavor but also adds a delightful spiciness to the food.

Cumin serves as a flavor enhancer in spices, foods, and drinks, prompting increased interest in medical research due to anecdotal evidence suggesting various health benefits. These purported advantages primarily revolve around digestion, immune system support, and improved circulation. Additionally, cumin finds application as a seasoning in cuisine, and its oil is extracted for use in perfumes.



CUMIN

HEALTH TIPS

NAVIGATING HEALTH AND BUSINESS THROUGH INTERNAL AUDITS

There is a compelling analogy between the “Internal Audit of Health” and its corporate counterpart, the Internal Audit. Embracing a comprehensive “Internal Audit of Health” empowers individuals to gain insights into their physical, emotional, and mental well-being. This proactive approach to health assessment serves as a beacon, illuminating potential issues in their infancy, much like the role of internal audits within businesses, which relentlessly seek out irregularities and areas for improvement, thereby providing early signals and acting as harbingers of progress.

BOTH GENRES OF INTERNAL AUDITS SHARE A FUNDAMENTAL PURPOSE

Cultivating and enriching the landscape of overall health and wellbeing, whether in the context of an individual's body or within the intricate workings of a corporate entity.



Organ / Body Parameter	Function / Metric / Indicator	Outcome / Prognosis if not Healthy	Organ / Body Parameter	Function / Metric / Indicator	Outcome / Prognosis if not Healthy
Tongue	A healthy tongue is pink, with a large surface covered with small bumps, smooth edges and no cuts.	If it is a darker shade – it indicates inflammation/vitamin deficiency/liver issues. Edges with protrusions-constipation/colon issues. Cut on the tongue - intestinal problems, which could be severe.	Fingers and Nails	Healthy nails are smooth without pits or discolouration. The skin around the nails should also be smooth and have the same complexion as the rest of the skin.	Change in the shape or quality of nails indicates nutritional deficiency / poor gut health / liver dysfunction/ cardiovascular issues. It could be a symptom of a severe illness.
Skin	Healthy skin is smooth and has a natural glow. It indicates a healthy liver, optimum kidney, and lung function.	Dark patches on the skin – extreme toxicity in the body reflective of unhealthy liver/ kidney. Acne and pimples are due to gut issues/may also involve liver/thyroid dysfunction.	Eyes	White and bright eyes are a sign of good health.	Vision problems arise due to a weakened liver / thyroid dysfunction. Xanthelasma- deposits around the eyes are due to high cholesterol.
Bowel movements	The body's output is a good indicator of its internal health. Well-formed stool and regular bowel movements indicate good gut health.	Constipation is an early warning and needs to be immediately set right. Modern research finds constipation at the root of all neurodegenerative disorders.	Waist circumference	Ideal waist circumference for men and women indicates good metabolism and, therefore, good gut health.	Increased waist circumference is at the root of all current lifestyle disorders, also called metabolic disorders. Cardiovascular issues / strokes are the outcome.

VASUDHA GOEL (11630)
 HEAD (INTERNAL AUDIT)

टेंशन दूर करने के उपाय, माइग्रेन में भी उपयोगी

टेंशन में

अधिक काम करने से या ज्यादा जिम्मेदारी लेने से, अक्सर हम लोग टेंशन में आ जाते हैं, ऐसे में हमारा नर्वस सिस्टम ठीक से काम नहीं कर पाता है, और हम सही गलत का नहीं सोच पाते हैं। आप भी अगर इस तरह की समस्या से परेशान हैं, तो दूध में तुलसी के पत्ते डालकर लें, असर नज़र आएगा। ब्रीदिंग एक्सरसाइज यानी गहरी सांस लेना जैसे व्यायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल करें। योग एक पॉवरफुल रिलैक्सेशन टेकनीक और स्ट्रेस-बस्टर है। टेंशन से छुटकारा पाना चाहते हैं तो नींद पूरी जरूर लें। अपर्याप्त नींद आपके फिजिकल हेल्थ, मूड, एनर्जी-लेवल और मेंटल अवेयरनेस पर नकारात्मक प्रभाव डालती है।

सिर दर्द और माइग्रेन

सिर में दर्द होना आम बात है, लेकिन जब यह माइग्रेन का रूप ले लेता है, तब सिर का दर्द असहनीय हो जाता है। ऐसे में सुबह के समय तुलसी के पत्तों को दूध में उबाल कर सेवन करना चाहिये। यह माइग्रेन और सिर के सामान्य दर्द में कारगर सिद्ध होता है। रोज सुबह गुड़ के सेवन से भी माइग्रेन के दर्द में काफी आराम मिलता है। सुबह खाली पेट छोटा सा गुड़ का टुकड़ा मुंह में रखें और उसके ऊपर से ठंडा दूध पीने से भी माइग्रेन के दर्द में काफी राहत मिलेगी। रिसर्च में, ये बात सामने आई है कि अदरक माइग्रेन के दर्द को कम करने में मदद करता है। जब भी माइग्रेन की वजह से सिर दर्द हो तब अदरक का एक छोटा सा टुकड़ा दांतों के बीच दबा लें और उसे चूसते रहें।



SHWETA JHA (25343)

(DY. MANAGER - MARKETING & COMMUNICATIONS)

खाना-खजाना

दाल पिन्नी

सामग्री :

- 1 कप धुली उड़द दाल
- 1/2 कप सूजी
- 4 बड़े चम्मच बेसन
- 1/2 कप घी
- 1/2 कप चीनी
- 1/2 कप मगज
- 1/2 कप पिस्ता
- 1/2 कप बादाम
- 1/2 कप खोया
- 1/2 चम्मच इलायची पाउडर



बनाने की विधि :

इस लाजवाब दाल पिन्नी की डिश को आसानी से अपने घर पर बनाने के लिए सबसे पहले उड़द की दाल को लगभग 1-2 घंटे के लिए भिगो दें। फिर इसे बहुत ही कम पानी के साथ महीन पीस लें। इसके बाद कड़ाई में घी, बादाम, पिस्ता और मगज डाल कर हल्का सा भून कर निकाल लीजिये। साथ ही थोड़े से बादाम और पिस्ते को गार्निशिंग के लिए अलग रख दें। अब उसी कड़ाही में, बारीक पिसी हुई उड़द की दाल डालें, फिर इसे 1-2 मिनट तक भूनें और फिर बेसन और सूजी डालें। धीमी आंच पर इस दाल मिश्रण को ब्राउन होने तक भूनते रहें। इस बीच, दूसरे पैन में, पानी डालें और एक तार की चाशनी बनाने के लिए चीनी डालें। फिर दाल के मिश्रण में खोया और इलायची पाउडर डालकर अच्छी तरह भून लें। फिर इसमें चीनी की चाशनी डालें और अच्छी तरह मिलाएँ। इसे तब तक अच्छे से चलाते रहे, जब तक यह गाढ़ा न होने लगे। एक बार जब यह कड़ाही के किनारे छोड़ने लगे, तो इसमें पिस्ता और मगज भी डाल दें। इसके बाद गैस को बंद कर दीजिये। फिर जब यह थोड़ा सा ठंडा होने लगे तो लड्डू के जैसे इसके गोले बना लें। फिर, हमने जो पहले पिस्ता और बादाम बचाया था, उससे इसे गार्निश करें। आपकी स्वादिष्ट दाल पिन्नी अब बनकर तैयार है, इसे परोसें और सभी के साथ इसका आनंद लें।

ARADHANA GAUR (25970)

(DY. MANAGER - MARKETING & COMMUNICATIONS)

वेजिटेबल उपमा

सामग्री :

- 1 कप रवा/सूजी
- 1 प्याज बारीक कटा हुआ
- 1/4 कप मटर ताजा या जमे हुए
- 1 कप मिश्रित सब्जियाँ कटी हुई (गाजर, आलू और बीन्स)
- 2 हरी मिर्च कटी हुई (स्वादानुसार)
- 1" टुकड़ा अदरक कसा हुआ
- कुछ करी पत्ते
- 1/2 छोटा चम्मच उड़द दाल / उलुन्थम पारुप्पु / उड्डुनु परिप्पु
- 1/4 छोटा चम्मच सरसों के बीज / कडुकु
- वैकल्पिक रूप से सजाने के लिए कुछ भुने हुए काजू
- गार्निश के लिए धनिया पत्ती कटी हुई (इस बार नहीं थी)
- 2 चम्मच तेल
- नमक स्वाद अनुसार



बनाने की विधि :

रवा को एक पैन में हल्का भूरा होने तक (लगभग 7-10 मिनट) सूखा भून लें। पक जाने पर इसे एक कटोरे में निकाल लें और ठंडा होने के लिए अलग रख दें।

उसी पैन में तेल गरम करें और उसमें सरसों, उड़द दाल और करी पत्ता डालें। जब दाल सुनहरे भूरे रंग की हो जाए और सरसों चटकने लगे तो इसमें प्याज, हरी मिर्च और अदरक डालें। प्याज को सुनहरा भूरा होने तक 4-5 मिनट तक भूनें।

अब मटर और सब्जियां डालें। अच्छी तरह से मिलायें। लगभग 3 कप पानी डालें और सब्जियों के नरम होने तक बंद करके पकाएं।

खोलें, नमक डालें और अच्छी तरह मिलाएँ। फिर आंच धीमी कर दें और भूना हुआ रवा थोड़ा-थोड़ा करके डालें, लगातार हिलाते रहें, ताकि गांठ न पड़े। अगले 5 मिनट तक पकायें और हिलाते रहें।

अब निकाल कर, सब्जी सांबर और नारियल की चटनी के साथ गरमागरम परोसें।

SHWETA JHA (25343)

(DY. MANAGER - MARKETING & COMMUNICATIONS)

EGRM

प्रिय साथियों,

सत्या शुरुवात से ही अपने कर्मचारियों के लिए कुछ नया और बेहतर सोचती और करती चली आ रही है। कंपनी का यह मानना है कि किसी भी संस्था की शक्ति, उसकी ताकत उसका कर्मचारी होता है जो उसे मज़बूत बनाता है। शायद इसलिए सत्या में हमेशा से ही मानव संसाधन विभाग को मानव पूँजी कहा जाता है क्योंकि हम अपने स्टाफ़ को संसाधन नहीं, पूँजी समझते हैं।

कर्मचारियों के हित को ध्यान में रखते हुए कंपनी ने कर्मचारी शिकायत निवारण तंत्र (EGRM) स्थापित किया था जिसके तहत कंपनी का कोई भी कर्मचारी बिना झिझक अपनी बात / शिकायत / सुझाव एक टोल फ्री नंबर या ईमेल के माध्यम से कंपनी के समक्ष रख सकता है।

अपनी बात कहने के लिए, आप बिना किसी झिझक या डर के इस नंबर या ईमेल का उपयोग कर सकते हैं। आपकी समस्या का कंपनी के नियमानुसार उचित समाधान किया जायेगा।

Employee Grievance Redressal Mechanism

SATYA MicroCapital Limited welcomes your suggestions / information and complaints as you are an important part of the SATYA family, we would like to provide you a great place to work.

Grievance Redressal Officer will listen your complaint and redress it within seven days

**Toll-Free-Number
1800-123-000008**

E-mail: egrm@SATYAmicrocapital.com



सत्या संदेश

SATYA संदेश यूट्यूब चैनल, माननीय MD sir की एक बड़ी सोच है, एक विस्तृत योजना है, जिसके माध्यम से कम्पनी एवं कम्पनी के बाहर के लोगों को विभिन्न विषयों के बारे में जागरूक किया जाता रहे।

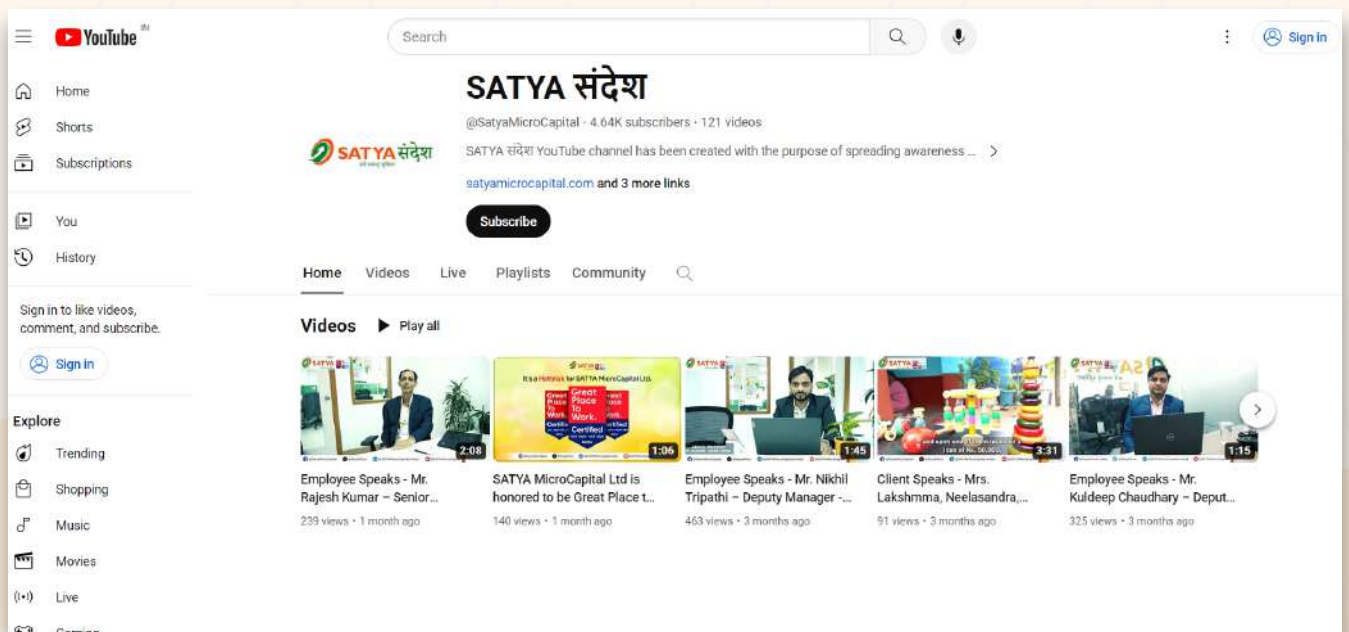
अभी तक इस योजना के तहत स्वास्थ्य संबंधित जानकारियां एवं अन्य महत्वपूर्ण जानकारियां प्रस्तुत की जाती रही हैं। आने वाले समय में, इस चैनल के माध्यम से सुरक्षा एवं स्वरोजगार संबंधित जानकारियां भी प्रस्तुत की जाएंगी। अपने क्लाइंट्स की सफलता की कहानियां भी प्रस्तुत की जाएंगी।

चूंकि सोच बड़ी है और उद्देश्य जनहित से जुड़ा है, तो ज्यादा से ज्यादा लोगों के द्वारा इस चैनल के माध्यम से प्रस्तुत किये जाने वाले जानकारियों को स्वयं भी देखना चाहिए और अन्य लोगों को भी देखने हेतु प्रेरित किया जाना चाहिए ताकि इस चैनल का उद्देश्य पूरा हो सके।



**इस चैनल को Subscribe करें, वीडियो को ज्यादा से ज्यादा लोगों को Share करें,
अगर वीडियो पसंद आये तो Like कर के उत्साहवर्धन करें।**

<https://www.youtube.com/channel/UCzXuJ7okWLWOSK70vKdpkdw>



CONTRIBUTORS



VASUDHA GOEL



ARADHANA GAUR



RAM KUMAR



SANDEEP KUMAR



NANCY KUJUR



SHWETA JHA



SHYAMLRA RAI



MARJUN



ESHA SONIYAL

CONTACT US

Address : 519, 5th Floor, DLF Prime Towers, Okhla Industrial Area, Phase-1, Delhi- 110020, INDIA

Mail : info@SATYAmicrocapital.com

Web : www.SATYAmicrocapital.com

Phone : (+91-11) 49724000

Toll Free Number : 1800-102-5644