অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থা

স্মৃতিগ্ৰন্থ

৪১ তম্ দ্বি-বাৰ্ষিক অধিবেশন

দিনাংক ঃ ১০ আৰু ১১ ডিচেম্বৰ, ২০১৪

সম্পাদক

পঙ্কজ ফুকন

সম্পাদকীয়

জয়জয়তে অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ সমূহ সন্মানীয় বিষয়ববীয়া ও সদস্য/সদস্যালৈ লগতে আমাৰ শুভাকাংক্ষী সকললৈ স্মতৃতিগ্ৰন্থ সমিতিৰ হৈ মোৰ হিয়াভৰা আন্তৰিক অভিনন্দন জ্ঞাপন কৰিলো।

আধুনিক সমাজত যুগৰ লগত খাপ খুৱাবলৈ গৈ আমি একো একোটা যন্ত্ৰচালিত মেচিনৰ দৰে হৈ পৰিছো যেন অনুভৱ হয়। বৰ্তমান প্ৰায়ভাগ ব্যক্তিৰে সামাজিক জীৱন প্ৰায় নোহোৱা হৈছে। অন্যহাতে বিজ্ঞান আৰু প্ৰযুক্তিবিদ্যাৰ দ্ৰুত বিকাশে বৰ্তমান পৃথিৱীখনক এখন গোলকীয় গাঁৱত পৰিণত কৰিছে। এই যুগত সকলো দিশতে ক্ষিপ্ৰ পৰিবৰ্তন হৈছে লগতে চাৰিওফালে এক তিব্ৰ প্ৰতিযোগিতা হ'বলৈ ধৰিছে। ভাৰতীয় দৃশ্য পটত ইয়াৰ প্ৰভাৱ কিছু পৰিছে আৰু এক আশাৰ সঞ্চাৰ হৈছে। কিন্তু অসমত আজিও "যোগ্য ভোগ্য বসুন্ধৰা" কথা শাৰীৰ সাৰমৰ্ম বুজিবলৈ চেষ্টা কৰা নাযায়। এচাম লোকৰ মাজত হিংসা, বিদ্বেষ, কৰ্ম বিমুখতা ইত্যাদি অনেক নেতিবাচক দিশসমূহে বেৰি ধৰিছে। ইয়াৰ মাজতে অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ আদৰ্শগত পৰম্পৰাৰ ইতিহাসে আমাৰ সকলোকে অনুপ্ৰেৰণা যোগাই আহিছে। আহক আমি সকলোৱে আজিও আমাৰ কৰ্মৰাজিৰে শ্ৰম, নিষ্ঠা, চেষ্টা আৰু ত্যাগৰ জৰিয়তে সকলোকে কৰ্মমূখী কৰি সমাজৰ বাবে সৎ চিন্তা কৰাৰ বাবে সকলোকে আদৰ্শ দাঙি ধৰো। যাতে সকলোৱে একত্ৰিত হৈ এক সুস্থ ও সুন্দৰ সমাজ গঢ়িব পাৰো। এই ক্ষেত্ৰত আমাৰ দৰে সেৱা সন্থাবোৰৰো সমাজক দিশ নিৰ্ণয় কৰাত কিঞ্চিতমান হলেও অৰিহণা যোগাব পৰা যায়।

এই সুযোগতে সেই সকল ব্যক্তিক সুৱঁৰিছো, যি সকল ব্যক্তিৰ প্ৰচেষ্টাত আৰু ত্যাগৰ বিনিময়ত অসম অৰ্থনাতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ বৰ্তমানৰ অৱস্থা পোৱাত অৰিহণা যোগাইছিল। বৰ্তমান যিসকল ব্যক্তি প্ৰত্যক্ষ বা পৰোক্ষভাৱে জড়িত থাকি সন্থাৰ সদস্য/সদস্যাক অনুপ্ৰেৰণা আৰু উৎসাহ যোগাই আহিছে, সেই সকলকো অশেষ শ্ৰদ্ধা আৰু ধন্যবাদৰ শৰাই যাঁচিলো। যি সকল বন্ধু-বান্ধৱীয়ে এই স্মৃতিগ্ৰন্থখনৰ সম্পাদনাৰ দায়িত্ব আমাক অৰ্পণ কৰি সন্থালৈ সামান্যতম সেৱা আগবঢ়াবলৈ সুযোগ দিলে, সেই সকলক মোৰ আন্তৰিক ধন্যবাদ জ্ঞাপন কৰিলো।

স্মৃতিগ্ৰন্থখন সম্পাদনৰ ক্ষেত্ৰত আমাক সততে দিহা পৰামৰ্শ আগবঢ়োৱা অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ সদস্য/সদস্যা তথা সম্পাদনা সমিতিৰ সদস্য/সদস্যা শ্ৰীপূৰ্বজ্যোতি দাস, শ্ৰীমুকুল গোস্বামী, শ্ৰীমতী নিৰূপমা তালুকদাৰ, শ্ৰীহীৰেণ দাস, শ্ৰীপ্ৰশান্ত কুমাৰ মিশ্ৰ, শ্ৰীৰঞ্জন কুমাৰ দত্ত, শ্ৰীউৎপল মেধি, শ্ৰীদিগন্ত ঠাকুৰীয়া, শ্ৰীবিবেকানন্দ বৰা, শ্ৰীবিজিত বড়া আদি সকলোলৈকে মোৰ আন্তৰিক কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপন কৰিলো। মূখ্য কাৰ্যালয়কে ধৰি, জিলা ও মহকুমা পৰ্যায়ৰ সমূহ সদস্য/সদস্যাই বিভিন্ন ধৰণৰ লিখনি আগবঢ়াই প্ৰতিটো পাততে স্মৃতিগ্ৰন্থখনৰ সৌষ্ঠৱ বঢ়োৱাৰ বাবে সকলো লেখক লেখিকালৈ ধন্যবাদ জনালো।

যিসকল ব্যক্তিয়ে বা অনুস্থানে স্মৃতিগ্ৰন্থখনত বিজ্ঞাপন আগবঢ়াই আৰ্থিকভাৱে সহায়ৰ হাত আগবঢ়ালে তেখেতসকলৰ ওচৰত আমি পৰম কৃতজ্ঞ।

মা মনসা প্ৰিণ্টাৰ্চৰ স্বত্বাধিকাৰী শ্ৰীবনজিৎ তালুকদাৰ আৰু ছপাশালৰ কৰ্মচাৰীবৃন্দই পৰিশ্ৰম কৰি এই স্মৃতিগ্ৰন্থখন সঠিক সময়ত আমাৰ মাজত আগবঢ়োৱাৰ বাবে তেখেতলৈ তথা কৰ্মচাৰীবৃন্দলৈ কৃতজ্ঞতা জনালো।

বিশেষ কাৰণত স্মৃতিগ্ৰন্থখনি বৰ খৰখেদাকৈ প্ৰস্তুত কৰিব লগা হোৱাত নানা ভুল-ভ্ৰান্তি ৰৈ যোৱাতো স্বাভাৱিক। তাৰ বাবে আমি সমূহ পাঠকৰ ওচৰত ক্ষমা প্ৰাৰ্থী। আশা ৰাখিছো পাঠক সমাজে স্মৃতিগ্ৰন্থখন সহৃদয়তাৰে আকোৱালি ল'ব।

শেষত অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ সফলতা ও দীৰ্ঘায়ু কামনাৰে—

পঙ্কজ ফুকন
স্মৃতিগ্ৰন্থ সম্পাদনা সমিতি

Remember Please

✍ Pankaj Phukan

1. Remember that you control your attitude.

Attitude does not emerge from what happens to you, but instead from how you decide to interpret what happens to you.

Take, for example, receiving the unexpected gift of an old automobile. One person might think: "It's a piece of junk!" a second might think: "It's cheap transportation," and a third might think: "It's a real classic!"

In each case, the person is deciding how to interpret the event and therefore controlling how he or she feels about it (i.e. attitude).

2.Keep life simple.

Far too many of us are always over analyzing and looking for the most complicated way of doing things in life. Sometimes life was meant to be simple – a walk through the park, a simple yes or no answer, or a quiet evening with the family. Don't try and clutter your life with unnecessary decisions by making everything complicated and complex. Keep it simple!

3.Smile! Always remember to keep that beautiful smile on your face.

4.Wake up Early

One of the best ways to help you maintain a positive attitude is to create the habit of waking up early. Waking up early allows you to get a head start on the day. You can prepare for work and start your day without feeling rushed. You can get a head start on important projects before the rest of the world is awake to interrupt you. You can spend time reading or in prayer or meditation.

5.Exercise

Very few things in life leverage your time as much as exercise. Obviously it makes a difference for your physical health, but it also has significant benefits to your mental health. Exercise is useful to combat depression and to improve overall positive mood. Further, if you exercise early in the morning you can go through your day knowing that you have already completed the most valuable activity you had to do!

6.Grooming. Appearance can affect you too if you feel ugly. Stay natural. You should change hair styles, clothing, and if you wear it, make up, but that's it. This can help you feel great.

7.Start by looking at how you carry yourself!

8.Take time off for self discovery.

9.Relax. Doing things like yoga, meditation, listening to nature, and going for walks really are great for your mind and spirit.

10.Do what makes you happy and isn't harmful.

11.Show your family you care!

12.Maintain an open mind toward religion, philosophy, and people in general..

13. Create a "library" of positive thoughts.

Spend at least 15 minutes every morning to read, view, or listen to something inspirational or motivational. If you do this regularly, you'll have those thoughts and feelings ready at hand (or rather, ready to mind) when events don't go exactly the way you'd prefer.

14.Start doing good deeds for others—something to redeem your past actions such as apologizing, helping people, giving something back to society, or whatever way you see fit, as long as it is not harmful or going back to your old ways.

15.Give everything a chance before you neglect or reject it.

16. Avoid angry or negative media.

Unfortunately, the media is full of hateful people who make money by goading listeners to be

paranoid, unhappy, and frightened. The resulting flood of negativity doesn't just destroy your ability to maintain a positive attitude; it actively inserts you into a state of misery, pique, and umbrage. Rather than suck up the spew, limit your "informational" media consumption to business and industry news.

17.Stop using negative phrases: such as "I can't," "It's impossible," or "This won't work." These statements program you for negative results.

18.Forgive yourself.

Stop beating yourself up over things that happened in the past - things you did or didn't do, and mistakes you may have made with others.

19.Make up a song that'll get you through the day!

20.Before you enter a room, put on a big, comfortable smile, so people feel relaxed about talking to you.

21.Study intuition books.

22.Tidy your room/house, and you will feel better and more comfortable.

23.Forget about your past. Think of your future. Positively. Doing this will not only put a smile

24.Listen to Podcasts/CDS

The advantage of listening to podcasts or compact disks is that you can listen on the go. You can listen to motivating podcasts while you clean your house, exercise, or on a flight. In your car, you can play encouraging compact disks that help you make better use of your commute. Listening to recordings from people like Zig Ziglar, Tony Robbins, or John Maxwell can both teach and inspire you.

24.Plan Your Week and Day

Having a clear plan to your day and to your week can go a long way to helping you maintain a positive attitude. By knowing what you want to accomplish you will be able to focus on your important life priorities. A weekly plan allows you to match your long-term goals to your weekly accomplishments. Your daily plan allows you complete the activities you need to do so that you meet your weekly goals.

25.Surround Yourself with Positive People

The people around you have a big impact on you. They impact who you are, how much money you will make, and what you value. They also impact how you think. If you surround yourself with negative people you will be negative as well. You can't help it. Hearing negativity all day leads you to negativity. The opposite is also true. Surround yourself with positive people and you will be more positive.

29.Practice being satisfied.

How many times have you heard someone say, "If only I had a few more dollars I'd..." or "If I just had another day off I could...."? Many people don't know how to be satisfied with what life gives them. They are so busy wanting more that they squander what life has already given them.

30.Tolerate your own mistakes.

You will make mistakes – in fact, you will make so many mistakes you will never be able to list them all. Learn that mistakes happen and the best thing you can do is to learn from them. Don't spend your entire life dwelling on a mistake you made years ago – learn from it and move on. The world isn't going to wait while you live in the past.

Please Don't:

1. Never, never, compare yourself with people.

2.Don't expect any changes you make to work overnight.

3.Don't waste your time feeling upset about what people have said to you in the past.

4.Never hurt yourself or others on account of how negative you feel.

5.Don't take yourself so seriously. Here is a secret: it's ok to be a little goofy now and then! You only get one shot at this life, so make the most of it. Have some fun and show your children and those around you that you know how to have fun. You aren't the greatest gift to mankind this world has ever had – so don't act like it! You may find you add years to your life, not to mention a ton of laughter! ●

অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ ৪১ তম্ দ্বি-বাৰ্ষিক অধিৱেশনৰ
স্মৃতিগ্ৰন্থ সম্পাদনা সমিতিৰ কেইজনমান বিষয়ববীয়া

অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ
[illegible] তম দ্বি-বাৰ্ষিক অধিৱেশনৰ এটি মুহূৰ্ত

অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ ৪০ তম্ দ্বি-বাৰ্ষিক অধিৱেশনৰ
মুকলি অধিৱেশনৰ এটি দৃশ্য

অসম অৰ্থনীতি আৰু পৰিসংখ্যা সেৱা সন্থাৰ ৪০ তম্ দ্বি-বাৰ্ষিক অধিৱেশনৰ
স্মৃতিগ্ৰন্থ উন্মোচন