अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस

'अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस' को 'अंतरराष्ट्रीय क्रियाशील महिला दिवस' या महिलाओं के अधिकार और अंतरराष्ट्रीय शांति के लिये 'संयुक्त बुतपरस्त दिवस' भी कहा जाता है, जो समाज में महिलाओं के योगदान और उपलब्धियों पर ध्यान केन्द्रित करने के लिये देश के विभिन्न क्षेत्रों में पूरे विश्व भर में 8 मार्च को हर वर्ष मनाया जाता है। इस उत्सव का कार्यक्रम क्षेत्र दर क्षेत्र बदलता रहता है। सामान्यत: इसे पूरी महिला बिरादरी को सम्मान देने, उनके कार्यों की सराहना करने और उनके लिये प्यार व सम्मान जताने के लिये मनाया जाता है। चूंकि महिलाएँ समाज का मुख्य हिस्सा होती हैं तथा आर्थिक, राजनीतिक और सामाजिक क्रियाओं में एक बड़ी भूमिका निभाती हैं, अत: महिलाओं की सभी उपलब्धियों को याद करने के लिये अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस का उत्सव मनाते हैं।

एक सामाजिक राजनैतिक कार्यक्रम के रूप में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस उत्सव को मनाने की शुरुआत हुई जिसके दौरान कई देशों में अवकाश की घोषणा की गयी। अपने अनमोल योगदान के लिये महिला संघर्ष की ओर राजनीतिक और सामाजिक जागरुकता को मज़बूत करने के लिये वर्ष के खास विषय और पूर्व योजना के साथ हर वर्ष इसे मनाया जाता है।

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस क्यों मनाया जाता है

1910 से अगस्त महीने में, अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस के सालाना उत्सव को मनाने के लिये कोपेहेगन में द्वितीय अंतरराष्ट्रीय समाजवादी की एक मीटिंग (अंतरराष्ट्रीय महिला सम्मेलन के द्वारा आयोजित) रखी गयी थी। अंतत: अमेरिकन समाजवादी और जर्मन समाजवादी लुईस जिएत्ज़ की सहायता के द्वारा

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस के वार्षिक उत्सव की स्थापना हुई। हालांकि उस मीटिंग में कोई एक तारीख तय नहीं हुई थी। सभी महिलाओं के लिये समानता के अधिकार को बढ़ावा देने के लिये इस कार्यक्रम को मनाने की घोषणा हुई।

इसे पहली बार 19 मार्च 1911 में ऑस्ट्रिया, जर्मनी, डेनमार्क और स्वीट्ज़रलैंड के लाखों लोगों द्वारा मनाया गया था। विभिन्न प्रकार के कार्यक्रम जैसे प्रदर्शनी, महिला परेड, बैनर आदि रखे गये थे। महिलाओं के द्वारा वोटिंग की मांग, सार्वजनिक कार्यालय पर स्वामित्व और रोजगार में लैंगिक भेद-भाव को समाप्त करना जैसे मुद्दे सामने रखे गये थे। हर वर्ष फरवरी के अंतिम रविवार को राष्ट्रीय महिला दिवस के रूप में अमेरिका में इसे मनाया जाता था। फरवरी महीने के अंतिम रविवार को 1913 में रशियन (रूस की) महिलाओं के द्वारा इसे पहली बार मनाया गया था। 1975 में सिडनी में महिलाओं (ऑस्ट्रेलियन बिल्डर्स लेबरर्स फेडरेशन) के द्वारा एक रैली रखी गयी थी।

1914 का अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस उत्सव 8 मार्च को रखा गया था। तब से 8 मार्च को सभी जगह इसे मनाने की शुरुआत हुई। वोट करने के महिला अधिकार के लिये जर्मनी में 1914 का कार्यक्रम खासतौर से रखा गया था। वर्ष 1917 के उत्सव को मनाने के दौरान सेंट पीटर्सबर्ग की महिलाओं के द्वारा 'रोटी और शांति', रशियन खाद्य कमी के साथ ही प्रथम विश्व युद्ध के अंत की मांग रखी। यह हड़ताल भी ऐतिहासिक थी। ज़ार ने सत्ता छोड़ी, अन्तरिम सरकार ने महिलाओं को वोट देने का अधिकार दिया। उस समय रूस में जुलियन कैलेंडर चलता था और बाकी दुनिया में ग्रेगेरियन कैलेंडर। इन दोनों की तारीखों में कुछ अन्तर है। जुलियन कैलेंडर के मुताबिक 1917 की फरवरी का आखिरी इतवार 23 फ़रवरी को था जबकि ग्रेगेरियन कैलैंडर के अनुसार उस दिन 8 मार्च था। इस समय पूरी दुनिया में (यहां तक कि रूस में भी) ग्रेगेरियन कैलैंडर चलता है। इसीलिये 8 मार्च महिला दिवस के रूप में मनाया जाने लगा।महिला अधिकारों के बारे में जागरुकता बढ़ाने के लिये 8 मार्च को पूरे उत्साह और जुनून के साथ भारतीय लोगों के द्वारा पूरे भारतवर्ष में अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस उत्सव मनाया जाता है। समाज में महिलाओं के अधिकार और उनकी स्थिति के बारे में वास्तविक संदेश को फैलाने में ये उत्सव एक बड़ी भूमिका निभाता है।

'दिलवालों' ने सीखे दिल को तंदुरुस्त रखने के गुर

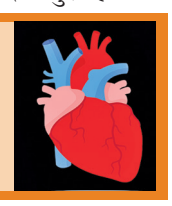
शांतिवन। स्वस्थ मन तो तन भी स्वस्थ। इसी संकल्पना को लेकर ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'थ्री डायमेंशनल हेल्थ केयर प्रोग्राम' शुरू किया गया है। इसका उद्देश्य हृदय रोगियों को बिना बायपास सर्जरी और ऑपरेशन के ठीक करना है। 1998 में शुरू किए गए इस थ्री.डी. प्रोग्राम में प्रशिक्षण लेकर अब तक करीब सात हज़ार से अधिक हृदय रोगी ठीक हो चुके हैं। आज ये सभी सामान्य लोगों की तरह ज़िंदगी जी रहे हैं।

इस कार्यक्रम में रोगियों को बेहतर जीवनशैली के बारे में बताया गया। इस सात दिनों में हृदय रोगियों को मन, हृदय और शरीर को स्वस्थ रखने के नुस्खे विशेष विशेषज्ञों द्वारा बताए गये। इसमें देशभर से परिजन के साथ आए मरीज और डॉक्टर्स भी शामिल हैं। मेडिटेशन, संतुलित व सात्विक आहार, व्यायाम और प्रशिक्षण से हज़ारों हृदय रोगियों का दिल फिर से सामान्य लोगों की तरह धड़कने लगा है। सैकड़ों ऐसे लोग हैं जिन्हें हार्ट में 90 फीसदी तक ब्लॉकेज हो चुके थे और डॉक्टर्स ने बायपास सर्जरी कराने की सलाह दी थी। लेकिन इस प्रोग्राम में प्रशिक्षण लेने के बाद आज वह स्वस्थ जीवन जी रहे हैं। साथ ही बायपास की भी ज़रूरत नहीं पड़ी और ब्लॉकेज भी सामान्य हो गए हैं।

95 फीसदी बीमारियों का कारण मन:

कैड प्रोजेक्ट के कोऑर्डिनेटर व वरिष्ठ हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. सतीश गुप्ता ने बताया कि

- डी. हेल्थ केयर प्रोग्राम फॉर हेल्दी माइंड, हार्ट एंड बॉडी प्रशिक्षण में पहुँचे देश भर से दिलवाले
- हृदय रोगियों को पुकारा जाता है दिलवाले के नाम से
- हृदय मरीज व परिवार के साथ डॉक्टर्स ने भी लिया प्रशिक्षण



विभिन्न शोध में पाया गया है कि 95 फीसदी बीमारियों का कारण हमारा मन है। मेडिकल साइंस ने शरीर की बीमारियों का इलाज तो खोज लिया है, लेकिन मन की बीमारियों का अभी तक कोई इलाज संभव नहीं हो पाया है। सिर्फ राजयोग मेडिटेशन प्रणाली से ही मन के सभी प्रकार के रोगों का उपचार संभव है। सबसे पहले मन में तनाव उत्पन्न होता है, जिससे शरीर में बीमारी आती है। मन की बीमारियों जैसे- जल्दबाज़ी, चिंता, गुस्सा, डर (डिप्रेशन), हाईपरटेंशन, असंतोष, नकारात्मक विचार आदि से मन बीमार हो जाता है।

लोगों का भोजन पर तय होता है मूड...

हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. गुप्ता ने बताया कि शोध में पाया गया है कि यदि व्यक्ति को भोजन अच्छा मिले तो मन और दिल खुश हो जाता है। भोजन से हमारा मूड बदल जाता है। जैसा हमारा मूड होता है वैसा ही हम भोजन करते हैं। जब हम कड़वाहट महसूस करते हैं तो उसे दूर करने के लिए मीठा खाते हैं। सम्बंधों में खुश्की आने पर तला खाने, बोरिंग महसूस करने पर चटपटा खाने का मन करता है। वहीं मेडिटेशन हमें सिखाता है कि कैसे हम मन की सभी अवस्थाओं में स्थिर

- शेष पेज 11 पर...

पोखरा-नेपाल। अंतरराष्ट्रीय लायंस क्लब के सौ वर्ष पूर्ण होने पर आयोजित सम्मान समारोह में ब्र.कु. परिणीता को 'लायन्स क्लब शताब्दी सम्मान' से सम्मानित करते हुए माननीय उपराष्ट्रपति नन्दबहादुर पुन, प्रदेश न. 4 के माननीय गवर्नर बाबुराम कुँवर, माननीय मुख्यमंत्री पृथ्वी सुब्बा गुरुङ, महानगर के मेयर मानबहादुर जी.सी. तथा अन्य।

बालाघाट-म.प्र.। म.प्र. एवं छ.ग. सरकार द्वारा आयोजित जैविक आध्यात्मिक कृषि सम्मेलन के अवसर पर माननीय मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान, छ.ग. के माननीय मुख्यमंत्री डॉ. रमन सिंह, आध्यात्मिक गुरू श्री श्री रविशंकर जी, राजयोगिनी ब्र.कु. सरला बहन,गुज. तथा अन्य।

कोटा-राज.। महिला दिवस पर 'बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ अभियान' पर चर्चा करने के पश्चात् अतिरिक्त जिला कलेक्टर सुनीता डागा व कई खेल प्रतियोगिताओं में राज्य स्तर व अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर स्वर्ण पदक प्राप्त अरूंधती को ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. उर्मिला।

टोंक-राज.। अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित 'उन्नत नारी-समृद्ध विश्व' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं छामुनिया की भाजपा महिला जिला अध्यक्षा वीना जैन, ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु.रानी तथा ब्र.कु.ऋतु।

बहादुरगढ़-हरि.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर अयोजित कार्यक्रम में राज्य एवं राष्ट्रीय स्तर की बुल्लड़ अखाड़े की महिला पहलवान प्रीति, तन्नु, सुरेश, पूजा, कोमल, पिंकी, रिधम व मीनू को ईश्वरीय सौगात भेंट कर सम्मानित करते हुए ब्र.कु. उर्मिला,माउण्ट आबू एवं ब्र.कु. अंजलि।

भिलवाड़ा-राज.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर 'वर्तमान परिवेश में नारी की भूमिका' विषयक कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए महिला आश्रम की प्राधानाचार्या आशा जैमन, अंतर्राष्ट्रीय कत्थक नृत्यांगना रमा पचीसिया, महिला एवं बाल विकास विभाग के उपनिदेशक सुमेर सिंह श्योरान, अधिवक्ता प्रहलाद व्यास, विधि सेवा योग के सचिव डॉ. मोहित गुप्ता, न्यू लुक स्कूल की प्राधानाचार्या अनीता भगत, ई.एन.टी. विशेषज्ञा डॉ.चन्द्रकांता तथा ब्र.कु. इन्द्रा।