

# ‘मेरा परिवार शक्ति का सुरक्षा चक्र’ पर वेबिनार

युवा दया, त्याग, प्रेम जैसे गुणों को धारण कर समाज सेवा में आगे आएं : अर्पित शर्मा



**भीनमाल-राज.** | ब्रह्माकुमारीज के युवा प्रभाग द्वारा राष्ट्रीय स्तर पर ‘यूथ फॉर ग्लोबल पीस प्रोजेक्ट’ के अंतर्गत ‘मेरा परिवार शक्ति का सुरक्षा चक्र’ विषय पर वेबिनार का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के शुभारम्भ में ब्र.कु. प्रहलाद, ग्वालियर ने सभी का स्वागत अभिनन्दन किया। तत्पश्चात ब्र.कु. गीता दीदी, भीनमाल, राज. राष्ट्रीय सदस्या, युवा प्रभाग ने कार्यक्रम का उद्देश्य स्पष्ट करते हुए कहा कि युवा अपने परिवार को

मजबूती प्रदान करें और परिवार के साथ स्वयं को सुरक्षित रखते हुए, अपने आप को सफलता की ओर सदा आगे ले जाएं। सी.ए. अरुण डागा, भारत विकास परिषद, ग्वालियर ने कहा कि युवाओं को ऐसी परंपराओं, ऐसी विचारधाराओं को अपनाना चाहिए जो समाज, राष्ट्र और सम्पूर्ण विश्व को समृद्धि दे। साथ ही युवाओं में प्रेम, सम्मान, सेवा, सहयोग की भावना, देने की भावना व दूसरों को समझने व सामंजस्य बिठाने की समझ होनी

चाहिए। तभी परिवार में सुख, शांति व प्रसन्नता का निवास होता है। राजयोगिनी ब्र.कु. शैलजा दीदी, छतरपुर ने कहा कि परिवार ही वह कड़ी है जो बच्चों को, युवा को संस्कार की पहली रूपरेखा सिखाती है। अर्पित शर्मा, प्रदेश समन्वयक, भारतीय छात्र संसद ने कहा कि यदि युवा परिस्थितियों, वस्तुओं व घटनाओं को देखने का नजरिया बदलकर स्वयं के जीवन में दया, त्याग, प्रेम, अपनत्व, सहयोग की भावना आदि गुणों को धारण करता है तो वह अपने परिवार के लिए ही नहीं वरन् सम्पूर्ण समाज के लिए सुखदाई बन जायेगा। ब्र.कु. रेखा दीदी ने सभी का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि सबकुछ जीतकर या हारकर इंसान जहाँ जाना चाहता है वह परिवार ही तो है। परिवार एक ऐसा आधार है जो मानव को मानव बनाता है। जो इंसानियत सीखाता है साथ ही उसको अन्य से भिन्न करता है। ब्र.कु. अर्चना दीदी भी कार्यक्रम में सम्मिलित रहीं। ब्र.कु. नीलम ने सभी को राजयोग मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराई। कार्यक्रम का कुशल संचालन ब्र.कु. सुनीता दीदी ने किया। कार्यक्रम लगभग 250 भाई-बहनों ने भाग लिया।

➤ स्ट्रेस फ्री लिविंग पर वेबिनार... <

## बाह्य स्थिति को कंट्रोल करने के बजाय भीतर की स्थिति को करें कंट्रोल

**नई दिल्ली** | ब्रह्माकुमारीज द्वारा वेन डायर आई.टी.एल. पब्लिक स्कूल, द्वारका में ‘स्ट्रेस फ्री लिविंग’ विषय पर वेबिनार का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में उपस्थित रहे प्रिंसिपल सुधा आचार्या, कोऑर्डिनेटर रीतू शर्मा, हेड बॉय ऑफ स्कूल आयुष गुप्ता, हेड गर्ल, साक्षी नौटियाल। कोरोना पैंडेमिक से आज चारों तरफ डिप्रेशन का माहौल है।

चयन करने की ज़रूरत है और उस पॉजिटिव एनर्जी को चारों ओर फैलाना है। ब्र.कु. प्रियंका ने ये भी शेयर करते हुए कहा कि हमारा माइंड बाह्य वातावरण पर निर्भर न होकर बल्कि हमारे अंदर क्या हो रहा है उस पर होना चाहिए। हमें अपने माइंड व अपने आस-पास के लोगों का ध्यान रखना हमारी नैतिक ज़िम्मेवारी है, जिससे हमें



विद्यार्थियों में बढ़ते स्ट्रेस लेवल को ध्यान में रखते हुए इस विषय पर फोकस किया है कि इसको कैसे मैनेज किया जाये। स्ट्रेस के विरुद्ध हमारा एक श्रेष्ठ विचार सबसे बड़ा हथियार है। हम में कितने ऐसे हैं जो अपने कार्य को लेकर और पर्सनल लाइफ में स्ट्रगल तो कर ही रहे हैं लेकिन डिप्रेशन में भी हैं। कई तरह की समस्याओं व स्ट्रेस पर योजनाबद्ध तरीके से हम विजय पा सकते हैं। अभी हमें अपने माइंड को कंट्रोल करने के लिए हेल्दी व पॉजिटिव थॉट्स के

दुआयें मिलेंगी। यह जीवन को जीने लायक बनाता है और हर परिस्थिति से लड़ने की ताकत देता है। उन्होंने सलाह देते हुए कहा कि हमें अपने जीवन को ऊपर उठाने के लिए सुबह एक घंटा स्पीरिचुअल स्टडी के लिए देना चाहिए, जिससे हम अपने आपको पॉजिटिव एनर्जी से भर सकें। उन्होंने इस बात पर भी जोर देते हुए कहा कि अपने माइंड को रिलेक्स करने व लाइफ को हेल्दी बनाने के लिए सुबह-सुबह मेडिटेशन के लिए समय ज़रूर निकालें।

➤ मदर्स डे पर...

## चिल्ड्रेन्स पर्सनैलिटी डेवलपमेंट वेबिनार



**बाल्को-कोरवा(छ.ग.)** | ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित ‘चिल्ड्रेन्स पर्सनैलिटी डेवलपमेंट’ ई-क्लास में मोटिवेशनल स्पीकर व लाइफ कोच शालिनी चंद्रन ने बच्चों संग ‘मदर्स डे’ के उपलक्ष्य पर ‘अंडरस्टैंडिंग फेमिनिन एनर्जी’ विषय पर चर्चा की। अपने वक्तव्य के दौरान उन्होंने बताया कि इस सृष्टि में दो तरह की ऊर्जा कार्य करती है एक होती है मेल एनर्जी, दूसरी फीमेल एनर्जी। यह दोनों ही एनर्जी प्रत्येक में विद्यमान होती हैं। जब हम बड़े होते जाते हैं तो जेंडर कॉन्शियस होने की वजह से हम जेंडर अनुसार एनर्जी का इस्तेमाल करने लग जाते हैं और हमारा

व्यक्तित्व वैसा रिफ्लेक्ट होने लगता है। फिर आगे राजयोग मेडिटेशन के संदर्भ में बताते हुए कहा कि मेडिटेशन से हमारे अन्दर की दोनों ही शक्तियों को एक्टिवेट किया जा सकता है। मेडिटेशन से त्रिकालदर्शी, दूरदर्शी की स्टेज प्राप्त होती है। जिससे आप अतीत के अनुभवों के आधार पर वर्तमान में आई समस्या का अच्छे भविष्य के लिए समाधान कर सकते हैं। और मदर्स डे के उपलक्ष्य पर बच्चों को ये भी सिखाया कि हमें माँ का सम्मान करना चाहिए। उन्हें वैसा ही एक्सपेक्ट करना चाहिए जैसी वो हैं। उनको किसी से भी कम्पेयर न करें। ब्र.कु. विद्या दीदी ने भी अपने विचार रखे।

## शिक्षित बेटी पूरे परिवार को बनाती सशक्त

**मंदसौर-म.प्र.** | ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित कार्यक्रम में प्रशिक्षिका ब्र.कु. समिता ने कहा कि आज की महिला अबला नहीं है, सबला है। वह घर का कार्य करने से लेकर चंद्रमा तक की ऊंचाइयाँ छूने में सक्षम है, हमें उन्हें किसी भी रूप में कमजोर नहीं मानना

“**लायंस क्लब मंदसौर गोल्ड द्वारा शासकीय ‘जनरल नर्सिंग एवं मिडफायरी ट्रेनिंग सेंटर’ में कार्यरत नर्सिंग स्टाफ एवं शासकीय सेवा में रत महिला कर्मियों का किया सम्मान।**”

उपस्थित सभी अतिथियों का स्वागत किया। प्राचार्या बसंती मसीह ने सभी अतिथियों का फूलों के गुलदस्ते से अभिनंदन किया। इस अवसर पर उपस्थित रहे लायंस क्लब के लायन विजय पलोड, लायन संदीप जैन, लायन साक्षी जैन, लायन सुदीप दास,



चाहिए। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. के.एल. राठौर ने सभी महिलाओं को और मजबूत होने का संकल्प दिलाते हुए कहा कि समाज की मुख्य धारा में अपने आप को स्थापित करना

चाहिए। लायंस गोल्ड के रीजनल चेयरमैन लायन सुरेश सोमानी ने जी.एन.एम.टी. सेंटर में शिक्षार्थी सभी प्रशिक्षु महिला कर्मियों, स्टाफ का अभिनंदन किया। लायंस क्लब गोल्ड के अध्यक्ष दिनेश बाबानी ने

कार्यक्रम संयोजक लायन डॉ. आशीष अग्रवाल, लायन संजय पारीक, लायन मनोज सेवानी। कार्यक्रम का संचालन लायन डॉ. आशीष अग्रवाल, सुश्री अलीमा रंगरेज, सुश्री साक्षी ने किया।