जीवन को सदा आनंदित कैसे किया जाए, यही सिखाता है, राज्य आनंद संस्थान

जिला कलेक्ट्रेट के शासकीय अधिकारी कर्मचारियों के बीच में भी अल्पविराम कार्यक्रम आयोजित

अशोकनगर (ऊष्मा की आवाज) बीते दिनों राज्य आनंद संस्थान के द्वारा प्रस्तावित आनंद यात्रा का एक दिवसीय प्रवास अशोकनगर में भी हुआ। इस दौरान जिले के आनंदग्राम रांवसर एवं कलेक्ट्रेट सभाकक्ष में अल्पत्रिराम परिचय सत्र आयोजित किए गए। आनंद यात्रा ग्वालियर संभाग के कई जिलों से होती हुई गुना से अशोकनगर पहुंची थी और यहां से टीकमगढ़ के लिए रवाना हो गई। आनंद यात्रा के पहुंचने पर जिले के आनंद साथियों ने आनंद यात्रा का स्वागत किया। इस दौरान आनन्द यात्रा में शामिल आनंद कौन है आनंद गांव के निवासी एवं कलेक्ट्रेट के अधिकारी कर्मचारियों को जीवन में आनंद के महत्व और हमेशा आनंद के साथ कैसे जीते रहे इस के बारे में बताया।आनंद यात्रा में सुधीर आचार्य, बालकृष्ण शर्मा, दुष्यंत तोमर एवं शिशुपाल सिंह शामिल रहे। राज्य आनंद संस्थान द्वारा प्रत्येक जिले में एक आनंदग्राम का चयन किया गया है। इस ग्राम में आनंद संस्थान की गतिविधियों को संचालित किया

जा रहा है। गतिविधियों के उपरांत ग्राम में क्या परिवर्तन हुआ इसके आधार पर अन्य ग्रामों में संस्थान की गतिविधियां ले जाई जाएंगी।अशोकनगर जिले में रावसर ग्राम को आनंदग्राम के लिए चयनित किया गया है। संभागीय आनंद यात्रा के दौरान आनंद ग्राम के लोगों को संस्थान के उद्देश्य एवं गतिविधियों से अवगत कराया ग्रामीणों के साथ अल्पविराम कार्यक्रम किया गया।जिसमें राज्य आनंद संस्थान के मास्टर ट्रेनर, सुधीर आचार्य, बलवीर बुंदेला, बालकृष्ण शर्मा, हितेंद्र बुधौलिया, दुष्यंत कुमार एवं सतीश शर्मा दुबे ने अपने अपने अनुभवो के आधार पर लोगो को स्वयं के अंदर झांकने का अभ्यास कराया और अनुभव शेयर किए। उन्होंने अपने अनुभवो के आधार पर कहा कि हमारे अंदर बहुत बुराइयां हैं,यदि हम इन बुराइयों को अल्पविराम के माध्यम से दूर करेंगे तो हमारे बीच मनमुटाव आपसी ईर्ष्या जलन को दूर कर पाएंगे। आपसी प्रेम भाव बढ़ेगा एक दूसरे की मदद करेंगे। सभी मिलकर के ग्राम में व्याप्त बुराइयों को दूर करने का प्रयास करेंगे। आनंदग्राम के माध्यमिक विद्यालय परिसर में अल्पविराम सत्र आयोजित किया गया इसके पहले आनंद यात्रा ने गांव में भ्रमण का कार्यक्रम किया एवं घर-घर जाकर लोगों से मुलाकात की। राज्य आनंद संस्थान की टीम के द्वारा निकाली जा रही आनंद यात्रा में सम्मिलित मास्टर ट्रेनर्स के द्वारा अशोकनगर जिला कलेक्ट्रेट के सभाकक्ष में शासकीय अधिकारी कर्मचारियों के बीच में भी अल्पविराम कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें तनाव रहित काम एवं बेहतर कार्य प्रबंधन में अल्पविराम की उपयोगिता के बारे में लोगों को बताया। इस अवसर पर संस्थान के मास्टर ट्रेनर ने अधिकारी कर्मचारियों को बताया कि उन्होंने अपने अपने अंदर किए गए छोटे-छोटे परिवर्तनों से सुखमय एवं आनंदमय जीवन जीने का काम शुरू किया है। यह बहुत आसान है।सिर्फ आपसी समझ एवं स्वीकारोक्ति जैसे सामान्य विषयों से जीवन के कठिनतम निराशा भरे माहौल विभिन्न तरह के दुख तकलीफ एवं परेशानियों के बीच भी जीवन को आनंद पूर्वक जिया जा सकता है। कार्यक्रम में प्रशासन की ओर से अपर कलेक्टर श्री जीएस धुर्वे ने भी सहभागिता की एवं उन्होंने राज्य आनंद संस्थान द्वारा चलाया जाए जा रहे अल्पविराम कार्यक्रम की सराहना करते हुए इस विधा से खुद को पूर्व से जुड़ा हुआ बताते हुए अपने अनुभव शेयर किये। साथ ही उन्होंने कहा कि वर्तमान के भागमभाग भरे दौर में सभी को अल्पविराम जैसे कार्यक्रमों में जरूर भाग लेना चाहिए। विभिन्न अधिकारी कर्मचारियों के अलावा शिवकुमार शर्मा,अभिषेक चौधरी, दीपा रस्तोगी,आनंद रघुवंशी, राहुल शर्मा, शिवाजी शर्मा नीरज शर्मा आदि आनंदक साथी उपस्थित थे।

मुद्रक, प्रकाशक शरीफ अहमद द्वारा जेयन ऑफसेट वर्क्स, 119 इनारा हाउस, पुल बोगदा, रायसेन रोड भोपाल (म.प्र.) से मुद्रित एवं वार्ड नं. 15 बजरिया मोहल्ला ईशागढ़, अ
सम्पादक : फरीदा खान, सहायक संपादक- फिरोज खान। (सभी विवादों का न्याय क्षेत्र जिला अशोकनगर रहेगा।) मोबाइल नं. 8827606714 E-mail : ushmaki

आनंद यात्रा • अशोकनगर के आनंद ग्राम रांवसर पहुंची यात्रा, हुआ एक दिवसीय प्रवास

हमारे अंदर बुराइयां हैं, अल्पविराम से दूर करेंगे तो नहीं होगा मनमुटाव

भास्कर संवाददाता | अशोकनगर

बीते दिनों राज्य आनंद संस्थान द्वारा प्रस्तावित आनंद यात्रा का एक दिवसीय प्रवास अशोकनगर में भी हुआ। जिले के आनंद ग्राम रांवसर एवं कलेक्ट्रेट सभाकक्ष में अल्पविराम परिचय सत्र आयोजित किए गए। आनंद यात्रा ग्वालियर संभाग के कई जिलों से होती हुई गुना से अशोकनगर पहुंची थी और यहां से टीकमगढ़ के लिए रवाना हो गई।

इस दौरान आनंद यात्रा में शामिल आनंद कौन है आनंद गांव के निवासी एवं कलेक्ट्रेट के अधिकारी कर्मचारियों को जीवन में आनंद के महत्व और हमेशा आनंद के साथ कैसे जीते रहे इस के बारे में बताया। आनंद यात्रा में सुधीर आचार्य, बालकृष्ण शर्मा, दुष्यंत तोमर एवं शिशुपाल सिंह शामिल रहे। राज्य आनंद संस्थान द्वारा प्रत्येक जिले में एक आनंद ग्राम का चयन किया। इस ग्राम में आनंद संस्थान की गतिविधियों को संचालित किया जा रहा है। गतिविधियों के बाद ग्राम में क्या परिवर्तन हुआ इसके आधार पर अन्य ग्रामों में संस्थान की गतिविधियां ले जाई जाएंगी। इस मौके पर बलवीर बुंदेला, बालकृष्ण शर्मा, हितेंद्र बुधौलिया, दुष्यंत कुमार, सतीश शर्मा दुबे ने अपने अनुभव शेयर किए। इस अवसर पर शिवकुमार शर्मा, अभिषेक चौधरी, दीपा रस्तोगी, आनंद रघुवंशी, राहुल शर्मा, शिवाजी शर्मा, नीरज शर्मा मौजूद रहे। राज्य आनंद संस्थान के मास्टर ट्रेनर सुधीर आचार्य ने कहा कि हमारे अंदर बहुत बुराइयां हैं। यदि हम इन बुराइयों को अल्पविराम के माध्यम से दूर करेंगे तो हमारे बीच मनमुटाव आपसी ईर्ष्या जलन को दूर कर पाएंगे। आपसी प्रेम भाव बढ़ेगा एक दूसरे की मदद करेंगे। सभी मिलकर के ग्राम में व्याप्त बुराइयों को दूर करने का प्रयास करेंगे।

अशोकनगर। कार्यक्रम के दौरान मौजूद लोग।

अधिकारी कर्मचारियों के बीच पहुंचे आनंदक

राज्य आनंद संस्थान की टीम द्वारा निकाली जा रही आनंद यात्रा में सम्मिलित मास्टर ट्रेनर्स द्वारा शासकीय अधिकारी कर्मचारियों के बीच में भी अल्पविराम कार्यक्रम आयोजित किया। जिसमें तनाव रहित काम एवं बेहतर कार्य प्रबंधन में अल्पविराम की उपयोगिता के बारे में लोगों को बताया। इस अवसर पर संस्थान के मास्टर ट्रेनर ने अधिकारी कर्मचारियों को बताया कि उन्होंने अपने-अपने अंदर किए गए छोटे-छोटे परिवर्तनों से सुखमय एवं आनंदमय जीवन जीने का काम शुरू किया है। यह बहुत आसान है।