शिविर ब्राइट कैरियर एकेडमी में आचार्य आनंद क्लब का आत्मावलोकन आनंद शिविर आयोजित

सकारात्मक व्यवहार से बढ़ता है जीवन में आनंद : मुकेश करुआ

सत्ता सुधार ■ अम्बाह

मध्यप्रदेश राज्य आनंद संस्थान की पहल पर आचार्य आनंद क्लब द्वारा एक दिवसीय आत्म अवलोकन आनंद शिविर का आयोजन ब्राइट कैरियर एकेडमी में मध्यप्रदेश राज्य आनंद संस्थान के मुख्य प्रशिक्षक एवं शिविर ऑब्जर्वर मुकेश करूआ, प्रदीप महतो संयोजक एवं मास्टर ट्रेनर डॉ सुधीर आचार्य, जिला नोडल अधिकारी रामकुमार सिंह तोमर व जिला समन्वयक बालकृष्ण शर्मा की मौजूदगी में हुआ।

मंगल प्रार्थना के साथ प्रारंभ हुए शिविर में उपस्थित जनों को संबोधित करते हुए पर्यवेक्षक मुकेश करूआ ने कहा कि जीवन में सुख-शांति और आनंद की आवश्यकता सभी को महसूस होती है लेकिन इसके लिए हम बाहरी भौतिकता से परे प्रयास करते हैं। जबकि हमारे हृदय और मन में लोभ, लालच, ईर्ष्या, द्वेष और भेदभाव के बढ़ते प्रभाव के कारण टेंशन, दुख और चिंताएं बढ़ती है। इन परिस्थितियों में हमें अधिक से अधिक पॉजिटिव अर्थात सकारात्मक होने की जरूरत है और हम जैसे-जैसे सकारात्मक होते जाते हैं वैसे ही हमारे जीवन में आनंद बढ़ता जाता है। मुख्य प्रशिक्षक प्रदीप महतो ने कहा कि हम अपने कार्य व्यवहार और मन से बुराइयां दूर करते जाते हैं, वैसे ही वैसे हमारे जीवन में आनंद की वृद्धि होती जाती है। इसके बाद जिला समन्वयक बालकृष्ण शर्मा ने आनंद विभाग का संक्षिप्त परिचय प्रस्तुत किया।

संयोजक डॉ सुधीर आचार्य ने गत वर्ष जीवन में अल्पविराम चिंतन के बाद आए परिवर्तनों को आत्मावलोकन मेडिटेशन के माध्यम से व्यक्त कराया, साथ ही स्वयं से संवाद करते हुए आगामी वर्ष के लिए बुराइयों से मुक्त जीवन का संकल्प कराया। द्वितीय सत्र में कर्मों का हिसाब-किताब जीवन के लेखा-जोखा के माध्यम से विश्वनाथ गुर्जर और अरविंद मावई के द्वारा कराया गया। द्वितीय सत्र का समापन रिलेशनशिप टूल से सुजाता तोमर और दीपक भोला ने किया। लंच के बाद तृतीय सत्र में अपने अंत में गुण दोषों की विवेचना करने के लिए नीतू भारद्वाज ने फ्रीडम गिलास टूल किया जिसमें संवाद सहयोगी मनोज पंडित, कृष्णवीर सिंह तोमर, बिंदुसार सिंह तोमर रहे। समापन सत्र में डा क्षमा कौशिक सरिता उपाध्याय, आभा मिश्रा, विभा चतुर्वेदी, रागिनी, यीशु कुशवाह, श्याम सिकरवार, जयवीर सिंह तोमर, दामोदर शर्मा, सुधा तोमर ने अपने विचार व्यक्त किए। संचालन विश्वनाथ गुर्जर ने एवं आभार डॉ प्रगति शर्मा ने किया। प्रेरणा गीत के साथ शिविर समापन के अवसर पर सभी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र वितरित किए गए।