Activity Reporting Format: 2023-24

Name of Activity: **Program on "Nasha Mukta Bharat"**

Date and time of activity conducted: 13/10/2023, 12.15 pm

Target Group: B. Sc. I Students

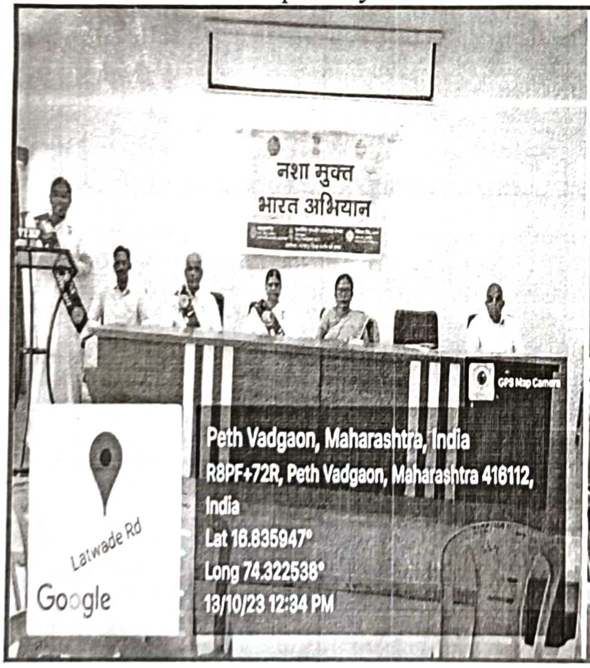
Number of Participants took the advantage: 56

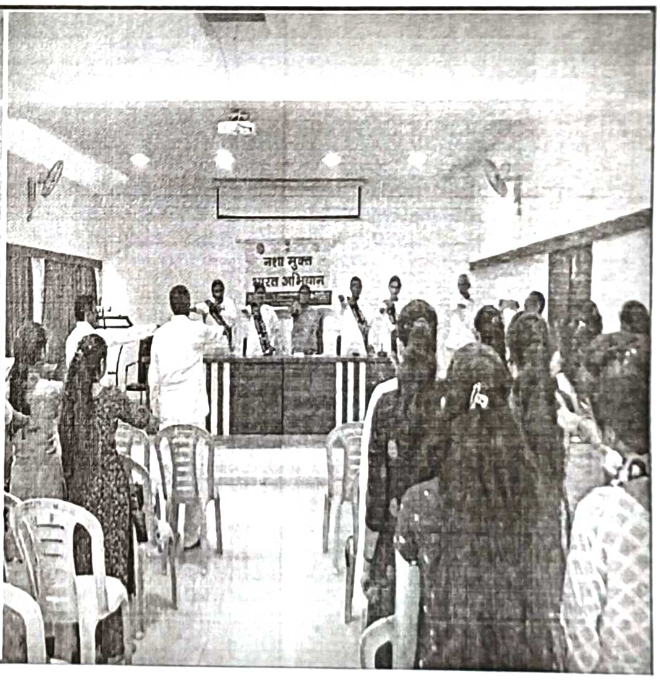
Name of Organizer: Department of Chemistry and Prajapita Brahma Kumari Ishwaria Vishvavidyalaya

Name of the Resource Person: 1] Sunita Bahanji 2] Shubhangi Bahanji 3] Anil Bhai 3] Vikas Bhai

Short description of activity conducted: Drugs and alcohol can have serious and long term effects on a young person health and well-being. To aware about the effects on health department of chemistry organized program.Mrs. Renuka Pawar has given preface of the programme. Sunita Bahanji, Shubhangi Bahanji delivered speech on effect of drugs such as physical and mental illness, diminished overall health and well being and potential progression to addiction. Anil Bhai and Vikas Bhai explained about prevention and protection from such drugs. At the last all have taken oath about no addiction. Dr. C. B. Mane expressed vote of thanks.

PO's- Students understood effect of drugs on health.
PSO's- Students keep away addiction.





Date of report: 13/10/2023

Co-ordinator: Prof. Renuka Pawar

Head & Co-ordinator

Head
Department of Chemistry
Shri. Vijaysinha Yadav College
Peth Vadgaon, Dist. Kolhapur

Principal

प्रजापिता ब्रह्मा कुमारीज ईश्वरीय विश्व विद्यालय

विश्वशांती प्रस्थापित करण्यासाठी ४००० हून अधिक राजयोग केंद्राद्वारे कार्यरत
प्रजापिता ब्रह्माद्वारे निराकार परमपिता शिव परमात्म्याने १९३७ साली स्थापन केलेले

परमपिता
शिव परमात्मा

स्थानिक सेवाकेंद्र - १५७/६, हिराई हॉस्पिटलच्या मागे,
पोलिस स्टेशन जवळ, पेठ वडगांव, ता. हातकणंगले,
जि. कोल्हापूर. पिन-४१६११२
फोन/मो. ~~(०२३०) २४७१२१२, ९१५६३८३६९५~~ 7522931625
E-mail : pethvadgaon@bkivv.org

आंतरराष्ट्रीय मुख्यालय -
पाण्डव भवन, माऊंट आबू - ३०७५०१
(राजस्थान) भारत
फोन : ०२९७४-२३८२६१ ते ६८

~~प्रति,~~

ओम शांती

दिनांक : 30/09/23

मा. प्राचार्य अधिकराव निकमसाहेब
~~सिनीयर कॉलेज यादव कॉ.~~ विजयसिंह यादव कॉलेज

विषय : 'नशामुक्त भारत अभियान' बाबत.

आदरणीय भ्राताजी,

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय ही गेल्या ८७ वर्षापासून आंतरराष्ट्रीय स्तरावर १४४ देशांमध्ये कार्य करणारी अध्यात्मिक, शैक्षणिक व सामाजिक संस्था आहे. मुल्यनिष्ठ व चरित्रसंपन्न समाज निर्माण करणे हा या संस्थेचा मुख्य उददेश असून संयुक्त राष्ट्र संघाचे गैर सरकारी संस्थेच्या रूपाने सदस्यत्व प्राप्त आहे.

ब्रह्माकुमारीजची भगिनी संस्था राजयोग एज्युकेशन व रिसर्च फाऊंडेशनच्या २० प्रभागांद्वारे समाजातल्या सर्व स्तरातील लोकांसाठी व्यसनमुक्त, तणावमुक्त जीवनासाठी विविध कार्यक्रम राबवले जातात. भारत सरकारच्या **सामाजिक न्याय व अधिकारिता मंत्रालय** द्वारा एक **'नशामुक्त भारत अभियान'**च्या अंतर्गत ब्रह्माकुमारीजच्या वैद्यकिय प्रभागासोबत ४ मार्च २०२३ रोजी नवी दिल्ली येथे सामंजस्य करार केला गेला. हे अभियान ब्रह्माकुमारीजद्वारे भारताच्या सर्व राज्य तसेच केंद्र शासित प्रदेशांच्या ३७२ जिल्ह्यांमध्ये लॉन्च केले जात आहे.

या अभियानाचे उदघाटन दि. १० ऑक्टोबर २०२३ रोजी सकाळी १० वाजता शिवाजी विद्यापिठात होईल व **दि. १३ ऑक्टोबर २०२३ ते १४ ऑक्टोबर २०२३** दरम्यान वडगांव शहरामध्ये हे अभियान राबवले जाईल. या अभियानाचा कार्यक्रम आपल्या ठिकाणी आयोजित करून यामध्ये सहभागी व्हावे ही विनंती.

सोबत गव्हर्नमेंट लेटरची कॉपी जोडली आहे.

धन्यवाद.

ईश्वरीय कार्यामध्ये,
बी. के. सुनंदा,
संचालिका, वडगाव सेवाकेंद्र.
B.K. Sunanda

30.9.2023

ठिकाण - सिनीयर ~~कॉलेज~~ विजयसिंह यादव कॉलेज
दिनांक - 13/10/2023 शुक्रवार (11:30-12:30)
संख्या - 100
P. No → 9960086750
माईक सिस्टम - आहे

प्राचार्य
श्री. विजयसिंह यादव महाविद्यालय
पेठ वडगाव, जि. कोल्हापूर

डॉ. रेणुका
जाधव
मॅडम

'राजयोग' ही तन, मन, धन एवं समाज को सम्पूर्ण स्वास्थ्य प्रदान करता है।

DP -9/3/2023-DP-I

722/2023

सत्यमेव जयते
Government of India

F.No.9-3/2023-DP-II
Government of India
Ministry of Social Justice and Empowerment
Department of Social Justice and Empowerment

Shastri Bhawan, New Delhi-110001
Dated: 25th April, 2023

To

Brahma Kumaris,
Mount Abu, Rajasthan.
Email id- brahmakumaris.dwarka@gmail.com

Subject: Details of IRCAs/ODICs/CPLIs etc. supported by this Ministry and sample of IEC material.

Sir/Madam,

I am directed to refer to your email dated 31.03.2023 on the subject mentioned above and to forward herewith the details of IRCAs/ODICs/CPLIs etc. and sample of IEC materials in extending the support to the Abhiyaan for providing necessary support to Brahma Kumaris in spreading the messages and activities of the Abhiyaan. A copy of the letter issued to the States/UTs is also enclosed for your reference and information.

2. This issues with the approval of the competent authority.

Encls.: As above.

Yours faithfully,

नशा मुक्त भारत अभियान

भारत सरकार के सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय द्वारा एक नशा मुक्त भारत अभियान (NMBA) के तहत ब्रह्माकुमारीज़ के साथ 4 मार्च, 2023 को, नई दिल्ली में समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए गए। यह अभियान ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा भारत के सभी राज्यों एवं केंद्र शासित प्रदेशों के 372 जिलों में लांन्च किया जाएगा।

डां वीरेंद्र कुमार, कैबिनेट मंत्री (सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय): "यह अभियान अब एक जन आंदोलन का रूप ले चुका है। यह दिन प्रतिदिन देश के कोने कोने में फैल रहा है। आध्यात्मिक नेताओं की भागीदारी से ना केवल मिशन की पहुंच बढेगी बल्कि आध्यात्मिक सशक्तिकरण के द्वारा लोगों को नशे से मुक्त होने में भी सफलता प्राप्त होगी।"

नशा और इसका तंत्र (Addiction and its Mechanism)

नशा एक दिमागी बीमारी है और बार-बार होती रहती है (Chronic relapsing disorder), जो नकारात्मक परिणामों के बावजूद, अवांछित पदार्थ या व्यवहार का निरंतर उपयोग करता है। नशीले पदार्थों का उपयोग करता है और व्यवहार संबंधी लत का शिकार होता है। (substance use disorder & behavioural addiction)

नशीले पदार्थ या व्यवहार मस्तिष्क में आनंद केंद्र को सक्रिय करता है जिसे न्यूक्लियस अकुम्बेंस (nucleus accumbens) और मेसोलिम्बिक कॉर्टेक्स (mesolimbic cortex) के रूप में जाना जाता है, जो डोपामाइन को रिलीज करता है और यह एक बहुत शक्तिशाली रासायनिक पदार्थ है। धीरे-धीरे यह आनंद केंद्र अविनियमित हो जाता है और डोपामाइन की अनुपस्थिति में व्यक्ति लालसा करने लगता है, जिससे नशे के ऊपर निर्भरता और नशे के लत की बीमारी हो जाती है। भारत में लगभग 8 से 10% लोग नशे की आदतों के आदी हैं। इनमें चरस, गांजा, अफीम, भांग, सिगरेट, शराब, बीड़ी आदि पदार्थों का प्रयोग शामिल है। नशे की इन आदतों के फलस्वरूप लोगों को समाज में कानूनी, सामाजिक, आर्थिक परेशानियों और स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ता है।

इस अभियान के अंतर्गत आध्यात्मिक सशक्तिकरण और आपसी परामर्श द्वारा नशा मुक्ति के लिए मन के खालीपन को दूर कर मानव समाज को सशक्त बनाया जा रहा है।

नशे का प्रबंधन (Management of addiction)

नशे की लत कितनी भी पुरानी क्यों न हो, अच्छी खबर यह है कि उचित मार्गदर्शन और परामर्श, दवाओं, पौष्टिक आहार और ध्यान के विवेकपूर्ण उपयोग से व्यक्ति किसी भी लत को छोड़ सकता है। हल्के वा मध्यम मामलों को ओपीडी के आधार पर प्रबंधित किया जा सकता है लेकिन लत के गंभीर मामलों में हस्पताल में भर्ती करवा कर गहन देखरेख की जरूरत पड़ती है। नशे के आदी आमतौर पर पूरी तरह से ठीक होने में कुछ महीनों से लेकर वर्षों तक का समय लेते हैं।

राजयोगी जीवन शैली का सार

राजयोगी जीवन शैली ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विश्व भर में पिछले 8 दशकों से सिखाई जा रही है और आज भी सभी उम्र और पृष्ठभूमि के 12 लाख से भी अधिक स्त्री-पुरुष नियमित रूप से इसका अभ्यास करते हैं। यह आध्यात्मिक जीवन जीने की कला है। रोजाना नियमित रूप से ध्यान करना, आध्यात्मिक जागरूकता का निर्माण, स्वयं को समर्थ बनाने की, आत्मा की निज सकारात्मक गुणों की अनुभूति करने की और भय से मुक्ति प्राप्त करने की एक युक्ति है। शारीरिक और मानसिक शांति प्रदान करने वाले आध्यात्मिक आधार: सात्विक आहार, सकारात्मक चिंतन, राजयोग मेडिटेशन, आत्मिक स्थिति का अभ्यास और एक संतुलित दिनचर्या का नियमित पालन जो कि, आध्यात्मिक जीवन शैली का मानदंड है। इस जीवन शैली से नशा मुक्त जीवन जीने में सहायता मिलती है। राजयोग से आध्यात्मिक समझ, ईमानदारी के साथ नेतृत्व और बेहतर दुनिया के लिए श्रेष्ठ कर्म करने की और बढ़ावा देता है।

राष्ट्रीय अभियान

आओ...हाथ मिलायें

नशा मुक्त भारत बनायें

राष्ट्रीय समन्वयक

डॉ.बनारसी लाल साह, सचिव

मेडिकल विंग

राजयोग शिक्षा एवं अनुसंधान शोध प्रतिष्ठान ब्रह्माकुमारीज़ शान्तिवन परिसर, आबू रोड़, राजस्थान

फोन: 805444 2222, 70149 86342

ई-मैल: nmba@bkivv.org https://www.brahmakumaris.com/nmba

Ministry of Social Justice & Empowerment
Government of India

Prajapita Brahma Kumaris Ishwariya Vishwa Vidyalaya
Mt. Abu Rajasthan

Project by **Medical Wing**
Rajyoga Education & Research Foundation, Global Hospital & Research Centre Trust

ब्रह्माकुमारीज़ और मेडिकल विंग

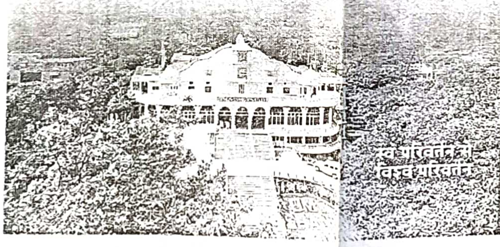
प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्वविद्यालय एक अंतरराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त सामाजिक, आध्यात्मिक संस्थान है जो आध्यात्मिक ज्ञान और सहज राजयोग की व्यवहारिक शिक्षा निशुल्क प्रदान करता है, जिससे मनुष्य अपनी खोई हुई आत्मिक शक्तियों के विकास द्वारा स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन के कार्य में सहयोगी बनता है। आज विश्व में इसके 137 देशों में 4500 निशुल्क प्रशिक्षण केंद्र है। कई वर्षों की मानवता की निस्वार्थ सेवा के फलस्वरूप आज इस संस्था को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मान्यता व ख्याति प्राप्त है।

ब्रह्माकुमारीज़ की एक सहयोगी संस्था, राजयोग शिक्षा एवं अनुसंधान प्रतिष्ठान के मेडिकल विंग में लगभग 4000 चिकित्सक, नर्सेज वा अन्य स्वास्थ्य सेवाओं के क्षेत्र में कार्यरत भाई -बहनें स्वैच्छिक सेवाएं देते है। मेडिकल विंग का स्वास्थ्य शिक्षा, तनाव प्रबंधन और नशा मुक्ति के क्षेत्र में पिछले कई दशको का अनुभव है। इनके द्वारा पूरे भारतवर्ष में 200 से अधिक स्वास्थ्य संबंधी मेलों और नशा मुक्ति कार्यक्रमों का आयोजन किया गया है।

प्रत्येक साप्ताहिक प्रदर्शनी मेलें में 10,000 से 75,000 तक लोग लाभान्वित होते हैं। इसके अंतर्गत ''मेरा भारत स्वस्थ भारत'' की परियोजना पर भी लंबे समय से कार्य किया जा रहा है। इंडिया बुक आॅफ रिकाॅर्ड्स की तरफ से लंबी अवधि तक चलाए जाने वाले स्वास्थ्य जागरूकता अभियान के रूप में भी इन्हें मान्यता प्राप्त हुई है। वर्ष 2013 में इसके अंतर्गत स्वास्थ्य जागरूकता और नशा मुक्ति अभियान को शामिल किया गया था।

प्रजापिता ब्रह्मा
संस्था के संस्थापक

राजयोगिनी
दादी रतनमोहिनी जी
मुख्य प्रशासिका, ब्रह्माकुमारीज़

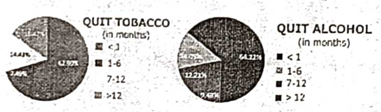


राजयोगी जीवन शैली से नशामुक्ति पर अनुसन्धान

भारत के 25 राज्यों और 2 केंद्र शासित प्रदेशों में से छाटे गए 1021 व्यक्तियों पर किए गए राजयोग जीवन शैली के प्रयोग के फलस्वरूप व्यसन मुक्त होने का अध्ययन किया गया। विभिन्न प्रकार की श्रेणियों जैसे की अनपढ से लेकर शिक्षित वर्ग, पेशेवर वर्ग के व्यक्तियों पर राजयोगी जीवन शैली अपनाने से विभिन्न प्रकार के नशों से मुक्त होने का अध्ययन किया गया। राजयोगी जीवन शैली अपनाने के फलस्वरूप 65% लोगों ने 1 महीने में और 85% लोगों ने 1 वर्ष में अपने नशे करने की आदतों से मुक्ति प्राप्त की। इनमें से कुछ प्रतिशत लोग पुनः नशे की आदतों का शिकार हुए। मात्र 1% छोड नही पाए। व्यसन छोडने वाले लोगों में से 52% लोगों ने अन्य लोगों को भी व्यसन और नशे से मुक्त होने के कार्य में सहयोग दिया।

अध्ययन से राजयोगी जीवन शैली के विभिन्न सोपानो जैसे कि अमृतवेला, ट्रैफिक कंट्रोल, शुद्ध खानपान, आत्मिक स्थिति का अभ्यास, तथा सुबह और संध्या काल का योग मेडिटेशन के अभ्यास से यह पता चला कि इस जीवन शैली को अपनाने से सीधे तौर पर नशा मुक्त होने में मदद मिलती है और साथ ही साथ चारित्रिक वा सामाजिक बुराइयों से मुक्ति भी होती है। जिन लोगों ने अपने नशे की आदत और व्यसनों को छोड़ा उनके द्वारा व्यक्तिगत, सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक उन्नति हुई वा सामाजिक समरसता की स्थापना हुई।

राजयोगी जीवन शैली से नशा छोड़ने की अवधि



नशामुक्ति की प्रतिज्ञा

मैं प्रतिज्ञा लेता हूं कि:

1. जीवन में कभी भी किसी भी परिस्थिति में किसी के भी दबाव में आकर, कभी भी, किसी भी प्रकार के नशे का प्रयोग नहीं करूंगा/करूंगी।
2. अपने मित्र संबंधियों और समाज को इनसे बचाने का समग्र प्रयास करूंगा/करूंगी।
3. नशा मुक्ति व नशे से संबंधित भारत सरकार द्वारा बनाए गए सभी कानूनों का पालन करूंगा/ करूंगी।

नशा मुक्त भारत अभियान कार्य योजना

इसके अंतर्गत हम निम्नलिखित चरणों में कार्य कर रहे हैं।

1. युवाओं विशेषकर किशोरों में नशे से होने वाले दुष्प्रभावों के प्रति जागरूकता पैदा करना ताकि हम वर्तमान एवं भावी पीढ़ी को इस दलदल से बचा सके।
2. जो नशे की गिरफ्त में है उन्हें नशा छोड़ने के लिए प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से प्रेरित करना।
3. जो नशा छोड़ना चाहते हैं लेकिन छोड नहीं पा रहे उन्हें नशा छुड़ाने में [illegible]ग करना। इसके अंतर्गत विभिन्न एक्टिविटीज के माध्यम से पूरे भारतवर्ष में क[illegible] आयोजित किए जाएंगे।
4. नुक्कड नाटकों, प्रदर्शनी, चलचित्र और पर्चो के माध्यम से प्रचार-प्रसार।
5. ब्रांडेड कैंपेन वहीकल द्वारा नशा मुक्ति का संदेश प्रदान करना, सेमिनार, कार्यशाला, रैलियों का आयोजन करना।
6. जेलों, सामाजिक संस्थाओं, ग्राम पंचायतों, पार्कों, सामाजिक स्थानों इत्यादि पर आध्यात्मिक व्याख्यान का आयोजन करना।
7. ट्रेन द ट्रेनर्स कार्यक्रम के तहत हर जिले में प्रशिक्षण प्रदान करना।

Department of Chemistry
"Nasha Mukta Bharat 23-24"
Date and time: 13/10/2023, 12.15 pm

Sr. No.	Name of Students	Class	Sign
1	Tejas Tanaji Shinde	B.S.C. I	[illegible]
2	Sanjana Suresh Shelake	B.S.C. I	SShelake.
3	Rutuja Popat Patil	B.S.C. I	RPPatil
4	Neha Nagnath Patil	BSC I	NPatil.
5	Sanika Balaso Bhore	BSC I	[illegible]
6	Amruta Bajirao Chavan	BSC I	A.B.chavan
7	Prachi Chandrakant Patil	—〃—	Prachi
8	Sanjana Shrirang Patil	—〃—	[illegible]
9	Samiksha Bhauso Suryavanshi	—〃—	[illegible]
10	Sanika Namdev Suryavanshi	—〃—	[illegible]
11	Pranali Bhimrao Patil	—〃—	PPatil
12	Snehal Anil Chalke	—〃—	S.A.chalke
13	Sakshi Sanjay Patil	—〃—	SPatil
14	Pooja Kishan Vaishnav	—〃—	Pvaishnav
15	Rasika Dhananjay Lohar	—〃—	Rlohar.
16	Manasi Dilip Jadhav	—〃—	MDJadhav
17	Aishwary Ashok Mali	—〃—	[illegible]
18	Sanika Jaysing Khatal	—〃—	Skhatal
19	Kajal Tanaji Nangare	—〃—	[illegible]
20	Pratiksha Uday Patil	—〃—	P.U.Patil
21	Utkarsha Sambhaji Magdum	—〃—	USMagdum
22	Srushti Vasant Salunkhe	—〃—	[illegible]
23	Pranoti Ganapati Katkar	—〃—	[illegible]
24	Sanika Vijay Patil	—〃—	Spatil
25	Pallavi Subhash Khot	—〃—	PSKhot
26	Sanika Anil Patil	—〃—	SAPatil.
27	Shweta Vitthal Mane	—〃—	SMane.
28	Janhavi Vinayak Shinde	—〃—	jvshinde.
29	Vishakha Madhukar Gujar	—〃—	VishakhaG.
30	Anagha Ravindra Patil.	—〃—	A.R.Patil.
31	Sanika Sanjay Kamble	—〃—	SKamble
32	Swapnali Sambhaji Nangare	—〃—	[illegible]
33	Payal Hindurao Dhavale	—〃—	Dhavale.
34	Shreya Nivas Bhandari	—〃—	[illegible]
35	Angha Shital Patil	—〃—	ASpatil
36	Asmita Mahadev Parit	—〃—	[illegible]
37	Akshada Sampatrao Mane.	—〃—	ASmane
38	Saniya Musa Pendhari	—〃—	Pendhari
39	Vaishnavi Krushnat Patil	—〃—	VKPatil
40	Vaishnavi Bhivaji Jadhav.	—〃—	[illegible]
41	Sakshi Dilip Kadam	—〃—	[illegible]

42	Sayali Ramchandra Mane	— " —	Smane
43	Simran Sajjad Sanade	— " —	Sanade
44	Saniya Dastgir Sande	— " —	Sande
45	Tejaswini Dnyandev Sapkal	— " —	Tsapkal
46	Tanuja Anil Deshmukh	— " —	[illegible]
47	Pratiksha Ram Patil	— " —	PRPatil
48	Sandhya Santosh Mohite	— " —	S.S.mohite
49	Vidya Govind Katkar	— " —	Vkatkar
50	Shrutika Dilip Nikam	— " —	SNikam
51	Aruna Sunil Bandekar.	— " —	A.S. Bandekar.
52	Shweta Manik Powar	— " —	SMpawar
53	Diksha Vilas Gholap.	— " —	DVGholap
54	Laxmi Siyaram Varshnav	— " —	[illegible] Vaishnav
55	Nirjala Prakash Pawar	— " —	APawar
56	Sakshi Mahesh Kurane	— " —	Kurane