

खुशहाल जिंदगी के लिए प्रेरित कर रहा ह्यूमन कनेक्ट

आइआइएम रांची की पहल

लाइफ रिपोर्टर @ रांची

दैनिक जीवन की व्यस्तता में लोग खुशहाल जीवन से दूर होते जा रहे हैं। इससे सामाजिक जीवन पर असर पड़ रहा है। लोग आसपास रहते हुए भी दूसरों से जुड़ नहीं पाते हैं, जबकि खुशहाल जीवन के लिए लोगों से जुड़ना जरूरी है। आइआइएम रांची इस दिशा में पहल करते हुए ह्यूमन कनेक्ट कार्यक्रम का संचालन कर रहा है। इसका उद्देश्य लोगों को सामाजिक जीवन और अन्य गतिविधियों से जोड़कर खुश रहने के लिए प्रेरित करना है। यह बात बुधवार को आइआइएम रांची के निदेशक प्रो दीपक श्रीवास्तव ने सूचना भवन में आयोजित संवाददाता सम्मेलन में कही।

26 जनवरी से हो रहा है कार्यक्रम



का संचालन : प्रो श्रीवास्तव ने बताया कि ह्यूमन कनेक्ट कार्यक्रम का संचालन 26 जनवरी से हो रहा है। प्रो तनुश्री और प्रो गौरव की अध्यक्षता में संस्था का काउंसिलिंग सेल कार्यक्रम को आगे बढ़ा रहा है। जिसमें इंसान को खुशी देने और सामाजिक जीवन से जुड़ने जैसी विभिन्न गतिविधियां संचालित की जा रही हैं। इसमें ड्रम सर्किल, ह्यूमन लाइब्रेरी, कलेक्टिव डांस, ब्लड डोनेशन, योगा कैंप, पेट थेरेपी, केयरिंग कन्वर्सेशन,

ट्री प्लांटेशन जैसी गतिविधियां आयोजित की जा रही हैं। प्रो दीपक ने कहा कि इन गतिविधियों का संचालन संस्था के रेखी सेंटर फॉर हैपीनेस के तहत किया जा रहा है। इसके जरिये लोग जीवन में सुख-शांति के साथ एक-दूसरे के बीच घनिष्ठता को मजबूत कर सकेंगे।

काउंसिलिंग सेल से जुड़े छात्र निखिल खट्टर और श्रेया आहूजा ने बताया कि ह्यूमन कनेक्ट के ड्रम सर्किल कार्यक्रम के जरिये लोग

अपनी आंतरिक ऊर्जा को संगीत में बदलना सीख सकते हैं। इसके लिए किसी खास प्रशिक्षण की जरूरत नहीं है। मन की आवाज से निकलनेवाले धुन लोगों को संगीत से जोड़कर खुश कर सकते हैं। ह्यूमन लाइब्रेरी के जरिये लोग किसी भी अनजान व्यक्ति के साथ परस्पर बेहतर संबंध स्थापित कर सकते हैं। जहां आपस की चर्चा से मन को शांत रखा जा सकता है। कलेक्टिव डांस पर श्रेया ने कहा कि यह गतिविधि लोगों को हंसा सकती है। साथ ही शारीरिक गतिविधि होने से लोग दिनचर्या के तनाव से छुटकारा हासिल कर सकेंगे। इसके अलावा पेट थेरेपी मानवीय संवेदना को जागृत करने में सहयोग करेगी। प्रो गौरव ने कहा कि ह्यूमन कनेक्ट कार्यक्रम किसी भी संस्था के लिए जरूरी है। इससे कार्यस्थल का माहौल सकारात्मक रखा जा सकेगा।