जिल्हा परिषद रत्नागिरी
विपश्यना आनापान साधना वर्ग तथा मित्र उपक्रम २०१३-१४

विषय -जिल्हा परिषद मुख्यालयांतील सर्व विभागांतील कर्मचाऱ्यांसाठी विपश्यना ध्यानसाधने अंतर्गत आनापान साधना कार्यशाळेचे आयोजन करणे.

संदर्भ - दिनांक १९/०५/२०१४ च्या विपश्यना आनापान साधना वर्ग तथा मित्र उपक्रम जिल्हास्तरीत समितीच्या सभेमध्ये मा.मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद रत्नागिरी यांनी दिलेल्या सूचना.

प्रस्तावना

राज्य शासनाच्या शालेय शिक्षण विभाग शासन परिपत्रक क्रमांक संकीर्ण-२०११/२९६६/११/मा.शि.३, मंत्रालय, मुंबई दिनांक ५ ऑक्टोबर २०११ व शालेय शिक्षण व क्रीडा विभाग शासन परिपत्रक क्रमांक संकीर्ण -२०११ (२१६-११)/मा.शि.३ मंत्रालय, मुंबई दिनांक २७ जानेवारी २०१२ या परिपत्रकांनुसार रत्नागिरी जिल्हा परिषद अंतर्गत प्राथमिक व माध्यमिक शाळांतील इयत्ता पाचवी ते इयत्ता दहावीपर्यंतच्या सर्व विद्यार्थ्यांसाठी जून २०१२ पासून विपश्यना आनापान साधनेंतर्गत मित्र उपक्रम राबविणेंत येत आहे. या उपक्रमांतर्गत विद्यार्थ्यांना विपश्यना ध्यानसाधनेचे प्राथमिक ध्यानसाधना अर्थात आनापान साधना शिकवणेंत येवून या साधनेचा शाळेमध्ये सकाळी १० मिनिटे व सायंकाळी १० मिनिटे सरा घेतला जातो.

विपश्यना आनापान ध्यानसाधनेचे मुख्य उद्दिष्टय मानवी मन शुद्ध, निर्मळ व निर्बिकार करणे. या साधनेच्या अभ्यासातून मानवी मनाच्या अंतर्मनात साचून राहिलेले अनेक मनोविकार, दैनंदिन जीवनातील ताणतणाव, व्याकुळता यांच्या बंधनातून सुटका होते. या साधनेच्या दैनंदित सरावामुळे व्यक्तीला शारिरीक, मानसिक व बौद्धिक लाभ होवून सुख शांती व समाधानामुळे सकारात्मक व्यक्तिमत्त्व विकसित होते.

माहे जून २०१२ पासून रत्नागिरी जिल्ह्यातील प्राथमिक व माध्यमिक शाळांतून हा उपक्रम सुरु झाल्यानंतर शाळांतील अनेक विद्यार्थ्यांमध्ये शारिरीक, मानसिक व बौद्धिक सकारात्मक वर्तनबदल घडून आल्याचे दिसून आले. या साधनेच्या नियमित सरावामुळे विद्यार्थ्यांच्या सकारात्मक वर्तन बदलाबरोबरच स्मरणशक्तीमधील वाढ, आचारविचारांतील सकारात्मक बदलांसह कार्यक्षमतेत वाढ होत असल्याचे दिसून आले. विद्यार्थ्यांमध्ये असणारी परीक्षेची चिंता, काळजी, ताणतणाव कमी झाल्याचे दिसून आले, या साधनेद्वारे विद्यार्थी मनाची एकाग्रता साधत स्वतःच्या अंतर्मनामध्ये डोकाबून विचारांना सकारात्मक बनवून आत्मविश्वास जागृत करून स्वतःच्या आचारविचारांवर प्रभुत्त्व मिळवू शकतात, हे लक्षांत आले.

याबाबत दिनांक १९/०५/२०१४ रोजी मा.मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद रत्नागिरी यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या मित्र उपक्रम समितीच्या सभेमध्ये या उपक्रमाच्या फलनिष्पत्तीबाबत चर्चा करणेत आली. सध्याच्या अस्वस्थ व ताणतणावाच्या वातावरणामध्ये बावरतांना प्रत्येक व्यक्तीला या ध्यानसाधनेद्वारे स्वतःच्या अंतर्मनाचा अभ्यास करुन ताणतणाव विरहीत सुख, शांती व समाधानातून सकारात्मक व्यक्तिमत्त्ब विकास साधता येणे शक्य आहे. यासाठी मा.अध्यक्ष, मित्र उपक्रम जिल्हास्तरीय समिती तथा मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद रत्नागिरी यांनी जि.प.मुख्यालयातील सर्व विभागांचे

विभागप्रमुख व सर्व कर्मचारी यांचेसाठी विपश्यना ध्यानसाधनेची प्राथमिक स्वरुपाची तीन तासांची कार्यशाळा आयोजित करण्याच्या सूचना दिल्या.

मा.मुख्य कार्यकारी अधिकारी, जिल्हा परिषद रत्नागिरी यांनी दिलेल्या सूचनेनुसार या कार्यशाळेचे नियोजन याद्वारे सादर करणेत येत आहे.

जिल्हापरिषद मुख्यालयातील विभागनिहाय कर्मचारी वर्ग
संख्यादर्शक तक्ता

अ. क्र.	जि.प.विभागाचे नांव	कर्मचारी संख्या		
		पुरुष	स्त्रिया	एकूण
१.	सामान्य प्रशासन विभाग	४०	०६	४६
२.	बांधकाम विभाग रत्नागिरी	२४	१३	३७
३.	बांधकाम विभाग चिपळूण	१७	११	२८
४.	ग्रामपंचायत पाणीपुरवठा	१४	११	२५
५.	वित्त विभाग	२५	१४	३९
६.	आरोग्य विभाग	२९	१६	४५
७.	महिला व बालकल्याण विभाग	०६	०३	०९
८.	कृषि विभाग	१४	०२	१६
९.	पशुसंवर्धन विभाग	०६	०३	०९
१०.	शिक्षण विभाग (प्राथमिक)	३४	२९	६३
११.	शिक्षण विभाग (माध्यमिक)	१६	०३	१९
१२.	जिल्हा ग्रामीण विकास यंत्रणा	११	०३	१४
१३.	समाजकल्याण व ग्रा.पं.विभाग	०९	०४	१३
१४.	ग्रामपंचायत विभाग	१२	०२	१४
	एकूण	**२५७**	**१२०**	**३७७**

कार्यशाळेचे स्थळ :- रंजन मंदिर, रा.भा.शिर्के प्रशाला, रत्नागिरी.

कार्यशाळेचा दिनांक, वेळ व विभागानुसार सहभागी होणाऱ्या पुरुष व स्त्री कर्मचाऱ्यांची संख्या

अ. क्र.	विभागाचे नांव	दिनांक १९.०६.२०१४ वेळ दु.३ ते सायं.६			दिनांक २०.०६.२०१४ वेळ दु.३ ते सायं.६			एकूण		
		पुरुष	स्त्रिया	एकूण	पुरुष	स्त्रिया	एकूण	पुरूष	स्त्रिया	एकूण
१.	सा.प्र.विभाग	२०	०३	२३	२०	०३	२३	४०	०६	४६
२.	बांधकाम रत्नागिरी	१२	०७	१९	१२	०६	१८	२४	१३	३७
३.	बांधकाम चिपळूण	०९	०६	१५	०८	०५	१३	१७	११	२८
४.	ग्रा.पं.पाणीपुरवठा	०७	०६	१३	०७	०५	१२	१४	११	२५

५.	वित्त विभाग	१३	०७	२०	१२	०७	१९	२५	१४	३९
६.	आरोग्य विभाग	१५	०८	२३	१४	०८	२२	२९	१६	४५
७.	म.बा.क विभाग	०३	०२	०५	०३	०१	०४	०६	०३	०९
८.	कृषि विभाग	०७	०१	०८	०७	०१	०८	१४	०२	१६
९.	पशुसंवर्धन विभाग	०३	०२	०५	०३	०१	०४	०६	०३	०९
१०.	शिक्षण (प्राथमिक)	१७	१५	३२	१७	१४	३१	३४	२९	६३
११.	शिक्षण (माध्यमिक)	०८	०२	१०	०८	०१	०९	१६	०३	१९
१२.	जि.ग्रा.वि.यंत्रणा	०६	०२	०८	०५	०१	०६	११	०३	१४
१३.	स.क., ग्रा.पं.विभाग	०५	०२	०७	०४	०२	०६	०९	०४	१३
१४	ग्रामपंचायत विभाग	०६	०१	०७	०६	०१	०७	१२	०२	१४
		१३१	**६४**	**१९५**	**१२६**	**५६**	**१८२**	**२५७**	**१२०**	**३७७**

~~सदस्य~~ सचिव
मित्र उपक्रम जिल्हास्तरीय समिती
तथा शिक्षणाधिकारी (माध्यमिक)
जिल्हा परिषद रत्नागिरी

दिनांक ः २०/०५/२०१४