नशा मुक्त भारत अभियान & मिशन स्पंदन के अन्तर्गत

विकसित भारत की ओर एक सशक्त कदम

❋ दादी प्रकाशमणि जी की पावन स्मृति में ❋



10 करोड़ नशामुक्ति प्रतिज्ञा महाअभियान

6 से 20 अगस्त 2026

मैं बनूँगा / बनूँगी नशामुक्त भारत के 10 करोड़ संकल्पों का सहभागी

जागरूक नागरिक
सशक्त समाज

नशा छोड़ें
जीवन जोड़ें

योगी जीवन अपनाएँ
स्वस्थ जीवन पाएँ

हम सबका संकल्प
नशा मुक्त भारत

अभी QR कोड स्कैन करें
केवल 30 सेकंड में प्रतिज्ञा करें

नशे के दुष्प्रभाव

स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव



प्रति वर्ष लगभग
30 लाख मृत्यु
नशे से संबंधित कारणों से होती हैं

परिवार एवं समाज में तनाव



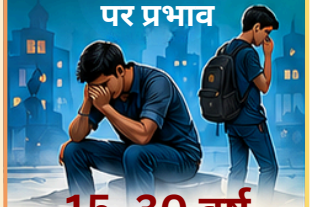
40–60%
पारिवारिक विवादों में नशा प्रमुख कारण

आर्थिक नुकसान



आय का
20–30%
हिस्सा नशे में व्यय

युवाओं पर प्रभाव



15–30 वर्ष
आयु वर्ग सबसे अधिक प्रभावित

आज ही प्रतिज्ञा करें और कम से कम 50 लोगों को इस महाअभियान से जोड़ें।

www.bkmedicalwing.org
www.brahmakumaris.com/nmba

मेडिकल विंग, राजयोग एजुकेशन एंड रिसर्च फाउंडेशन
प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्व विद्यालय

WhatsApp द्वारा प्रतिज्ञा
9414154000

दादी प्रकाशमणि जी की पावन स्मृति में यह अभियान समाज सेवा एवं राष्ट्र निर्माण के प्रति समर्पित एक विनम्र श्रद्धांजलि है

ब्रह्माकुमारीज़

ब्रह्माकुमारीज़ एक अंतरराष्ट्रीय आध्यात्मिक एवं सामाजिक संस्था है, जो 110 से अधिक देशों में मूल्य आधारित शिक्षा, राजयोग ध्यान, व्यक्तित्व विकास, तनाव प्रबंधन, सकारात्मक सोच एवं नशामुक्ति जैसे जनकल्याणकारी कार्यक्रमों के माध्यम से समाज में सकारात्मक परिवर्तन ला रही है। संस्था का उद्देश्य व्यक्ति को आत्म-जागरूक, नैतिक एवं आत्मनिर्भर बनाकर एक शांतिपूर्ण, स्वस्थ और सशक्त समाज का निर्माण करना है।

भारत में इसके 5,500 से अधिक सेवाकेन्द्रों के माध्यम से लाखों लोग नियमित रूप से राजयोग ध्यान, आध्यात्मिक शिक्षा एवं जीवन प्रबंधन का लाभ प्राप्त कर रहे हैं। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा युवा सशक्तिकरण, महिला उत्थान, पारिवारिक मूल्यों, स्वास्थ्य जागरूकता, तनावमुक्त जीवनशैली तथा सामाजिक सद्भाव को बढ़ावा देने हेतु विभिन्न राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय पहल संचालित की जाती हैं।

दादी प्रकाशमणि जी – संक्षिप्त परिचय

दादी प्रकाशमणि जी ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका एवं विश्वविख्यात आध्यात्मिक मार्गदर्शक थीं। अपने सरल व्यक्तित्व, मातृवत स्नेह और प्रेरणादायी नेतृत्व के माध्यम से उन्होंने लाखों लोगों के जीवन में शांति, सकारात्मकता एवं आध्यात्मिक जागृति का संचार किया।

उन्होंने प्रेम, करुणा, सेवा एवं नैतिक मूल्यों पर आधारित जीवनशैली को बढ़ावा देते हुए विश्वभर में मानव कल्याण, महिला सशक्तिकरण, सामाजिक सद्भाव एवं आध्यात्मिक उत्थान के लिए महत्वपूर्ण योगदान दिया। उनके नेतृत्व में ब्रह्माकुमारीज़ ने राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सेवा गतिविधियों का व्यापक विस्तार किया।

"सच्ची सेवा वही है जो मनुष्य के जीवन में आशा, शक्ति और परिवर्तन लाए।"
— राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

राष्ट्रीय पहल एवं जनआंदोलन

वर्ष 2023 से भारत सरकार के Ministry of Social Justice and Empowerment तथा वर्ष 2024 Ministry of Home Affairs - Narcotics Control Bureau [NCB] के साथ धारणा पत्र के अंतर्गत "नशा मुक्त भारत अभियान" और "मिशन स्पंदन" संचालित किये जा रहे हैं। इस अभियान का उद्देश्य देशभर में नशे के प्रति जागरूकता बढ़ाना, नशे की रोकथाम को सशक्त बनाना तथा युवाओं और समाज को सकारात्मक एवं स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करना है।

नशा मुक्त भारत अभियान: संक्षिप्त उपलब्धियाँ

- **30,166 +** जन-जागरूकता
- **3.63 करोड़ +** लोग संकल्पित तक संदेश
- **3.19 करोड़ +** नशामुक्ति प्रतिज्ञाए
- **28 राज्यों एवं 5 केंद्रशासित प्रदेश**
- हजारों विद्यालय, महाविध्यालय, ग्राम पंचायत एवं सामाजिक सस्थाओं तक पहुँच

यह अभियान राष्ट्रीय स्तर पर जन-आन्दोलन का रूप ले चूका है

समाधान – राजयोग जीवन शैली

राजयोग अभ्यास व्यक्ति को मानसिक संतुलन, आत्म-नियंत्रण एवं सकारात्मक दृष्टिकोण प्रदान करता है।

- **मन की शांति एवं स्थिरता**
  तनाव, चिंता एवं नकारात्कमक विचारों में कमी
- **सकारात्मक दृष्टिकोण**
  ईर्ष्या, क्रोध, भय, तनाव पर विजय
- **लक्ष्य निर्धारित जीवन**
  जीवन में दिशा, प्रेरणा और संतुष्टि प्राप्त होती है
- **स्व-चिंतन और आत्म-संवाद (Self Talk)**
  मानसिक निर्भरता कम कर नशा छोड़ने में सहायक
- **मूल्य आधारित जीवन अपनाएँ**
  सत्य, अहिंसा, प्रेम, करुणा, सहयोग और अनुशासन
- **सत्संग एवं सकारात्मक संगति**
  अच्छे विचार, अच्छे साहित्य और सत्संग में शामिल हों

आप कैसे सहयोग कर सकते हैं ?

- **हर व्यक्ति कम से कम 50 लोगों से प्रतिज्ञा कराएं**
- **जन-जन तक संदेश पहुँचाएँ।**
  सोशल मीडिया, बैठकों कार्यक्रमों एवं सम्वाद के माध्यम से जागरूकता फैलाएँ
- **नशा मुक्त समाज निर्माण में सहयोग दें**
  युवाओं को सकारात्मक दिशा दें। परिवारों को जोड़े और समाज परिवर्तन लाएं
- **स्वयं भी राजयोग ध्यान करें**
  प्रति दिन 10-20 मिनट राजयोग ध्यान से आत्मबल और शांति प्राप्त करें।



"हमारे युवा भारत की सबसे बड़ी शक्ति हैं। उन्हें सही दिशा, आत्मबल और सकारात्मक जीवन मूल्यों से जोड़ना हम सबकी सामूहिक जिम्मेदारी है। स्वस्थ जीवनशैली, जनभागीदारी, मूल्यनिष्ठ शिक्षा और आध्यात्मिक जागरूकता के माध्यम से ही हम नशामुक्त एवं विकसित भारत का निर्माण कर सकते हैं। आइए, हम सब इस राष्ट्रीय जनआंदोलन का हिस्सा बनें।"

श्री नरेन्द्र मोदी
माननीय प्रधानमंत्री, भारत सरकार

अभी QR कोड स्कैन करें एवं प्रतिज्ञा लें

केवल 30 सेकंड में अभियान का हिस्सा बनें

लक्ष्य: 10 करोड़ प्रतिज्ञाएँ

आपकी प्रतिज्ञा, नशामुक्त भारत की ओर एक सशक्त कदम।

स्थानीय सेवा केन्द्र

आयोजक

ब्रह्माकुमारीज़

संपर्क: डॉ. बनारसी लाल साह, सचिव, मेडिकल विंग
ब्रह्माकुमारीज़, शांतिवन, आबू रोड, राजस्थान - 307510
मोबाइल : 9414150000 ईमेल: nmba@bkivv.org

हम सबका संकल्प — नशा मुक्त भारत, स्वस्थ भारत, विकसित भारत।