बहुत हुआ, आगे बढ़ो और खुद के लिए लड़ो

अमर उजाला रूपांतरण क्लब के कार्यक्रम में कराते गुरु परवेज बी मिस्त्री ने बताए आत्मरक्षा के गुर

अमर उजाला ब्यूरो

वाराणसी। 'बस! बहुत हुआ। आगे बढ़ो और खुद के लिए लड़ो' के नारे के साथ गुरुवार को भारत में कराते के जन्मदाता सेंसई परवेज बी मिस्त्री अमर उजाला रूपांतरण क्लब की महिला सदस्यों और छात्राओं से मिले। उनके साथ लगभग दो घंटे बिताए और आत्मरक्षा के गुर भी बताए। कराते के इस पुरोधा ने बताया कि 'अटैक इज द बेस्ट डिफेंस' का फार्मूला आज भी कारगर है।

ककरमत्ता स्थित लिटिल फ्लावर हाउस स्कूल में बी मिस्त्री अपनी टीम विपुल, जग्गी चावला और जीनत मिस्त्री के साथ पहुंचे। पूरी टीम ने स्कूल कैंपस में मौजूद रूपांतरण की सदस्यों, छात्राओं और कमांडो अकादमी आफ मार्शल आर्ट्स के प्रशिक्षुओं को बताया कि महिला निहत्था होने के बाद भी अपनी रक्षा कैसे कर सकती है। उन्होंने बताया कि छेड़ने वालों को चांटा और चिकोटी से भी अपना बचाव किया जा सकता है। टीम ने यह बताने की कोशिश की कि आत्मरक्षा के लिए जूडो, कराते या ताइक्वांडो में एक्सपर्ट होना जरूरी नहीं है। विपरीत हालातों में आप कितनी जल्दी अपने बचने का फैसला लेते हैं, यह ज्यादा मायने रखता है।

टीम मेंबर जग्गी चावला ने बताया कि जब कोई आपको पीछे से आकर जकड़ ले तो आप कैसे खुद को उसकी गिरफ्त से आजाद कराएं। उन्होंने यह करके दिखाया कि ऐसे हालात में पेट पर कोहनी से वार कर और पंजे पर ठोकर मार आप खुद को आजाद करा सकती हैं। यदि कोई सामने से आकर आपको टक्कर मारता है या आपके अंगों को छूता है तो आप कैसे उसे सबक सीखा सकते हैं। ब्लैक बेल्ट जीनत मिस्त्री ने कहा, डरो मत.. पूरे विश्वास के साथ वार करो। दिमाग कम चलाओ और हाथ-पैर का इस्तेमाल करो। अमर उजाला वाराणसी के महाप्रबंधक एपी सिंह ने सेंसई परवेज बी मिस्त्री और उनकी टीम के सदस्यों को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया। लिटिल फ्लावर हाउस स्कूल की मधुबाला कौल, कमांडो अकादमी के अखिलेश रावत, किसलय पटेल एवं अनीता सिंह आदि मौजूद थे। इस आयोजन में गोदरेज सिक्योरिटी सॉल्यूशन के साथ ही डाबर, बैंक आफ इंडिया और बैल कोल्हू का सहयोग मिला।

ककरमत्ता स्थित लिटिल फ्लावर हाउस में आत्मरक्षा के टिप्स देते कराते गुरु सेंसई परवेज बी मिस्त्री।

गोदरेज सिक्योरिटी सॉल्यूशन ने लगाया स्टाल

गोदरेज सिक्योरिटी सॉल्यूशन की ओर से घर की सुरक्षा के बारे में भी बताया गया। कंपनी की ओर से एक स्टाल भी यहां लगाया गया जहां मैनुअल और डिजीटल सेफ (तिजोरी) के साथ ही वीडियो डोर फोन का प्रदर्शन किया गया। यहां गोदरेज सिक्योरिटी सॉल्यूशन का प्रतिनिधित्व सोमा एंड कंपनी ने किया।

हिचक छोड़ें, छेड़ने वाले का मुंहतोड़ जवाब दें महिलाएं

वाराणसी। आज भी देश की ज्यादातर कामकाजी महिलाएं और छात्राएं आत्मरक्षा तकनीक सीखने को लेकर जागरूक नहीं हैं। उनके अंदर एक नकारात्मक पहलू यह है कि वह हमेशा यह सोचती हैं कि वह खुद के बचाव में दूसरों पर हमला नहीं कर सकती। उनके अंदर एक हिचक है।

इतना ही नहीं, महिलाएं सोचती हैं कि जरूरत पड़ने पर पुलिस उनकी और उनके परिवार की मदद करेगी। कुछ तो यह सोचती हैं कि यह काम मुझसे किसी भी सूरत में नहीं हो सकता। यह कड़वी सच्चाई है दुनिया के सबसे युवा देश भारत की। यह सब कुछ बयां किया भारत में कराते के जन्मदाता सेंसई परवेज बी मिस्त्री ने। कराते के महागुरु मिस्त्री अमर उजाला रूपांतरण के एक कार्यक्रम में शिरकत करने गुरुवार को यहां आए थे।

बातचीत के दौरान उन्होंने कहा कि ज्यादातर महिलाएं यह मानती हैं कि व्यक्तिगत सुरक्षा के लिए

कराते गुरु बोले, सेल्फ डिफेंस पर गंभीर हों छात्राएं

आत्मरक्षा की तकनीक जरूरी है मगर उनकी इस सोच को बदलना होगा। उन्हें पता होना चाहिए कि सड़क, घर और आफिस के साथ ही यात्रा के दौरान भी उन्हें सुरक्षा चाहिए। और इसके लिए बेहद जरूरी है कि वह आत्मरक्षा के लिए खुद तैयार रहें।

उन्होंने कहा कि मेरी नजर में सेल्फ डिफेंस की एक लाइन की परिभाषा है 'टेकिंग रिस्पांसबिलिटी फॉर योरसेल्फ।' जिस दिन महिलाएं इस फार्मूले को आत्मसात करने लगेंगी, मेरा दावा है कि उस दिन से अपराध का ग्राफ नीचे आने लगेगा। कराते के सेवेन डान ब्लैक बेल्ट सेंसई मिस्त्री ने कहा कि आत्मनिर्भर बनने के लिए आत्मरक्षा की तकनीक को अपनाना ही होगा। युवा पीढ़ी को सेल्फ डिफेंस को अपनी प्राथमिकता में शामिल करना होगा।

कार्यालय जिला
त्रांक/सा.भा.मि./6495-96/2012