03
नशा मुक्त अभियान को सफल बनाने के लिए नागरिक करें योगदान : डीसी

आज समाज

www.aajsamaaj.com

04
एफएमडीए को पार्किंग जोन बनाने के सुझाव दिए : एसीपी विनोद कुमार

नई दिल्ली, पृष्ठ-04, गुरुवार, 16 मार्च 2023 | राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र | विक्रमी संवत 2080, अमांत-फाल्गुन, कृष्ण पक्ष नवमी, मूल्य, 2.00 रुपए

अग्रवाल महाविद्यालय में स्वस्थ युवा और स्वस्थ भारत पर स्वास्थ्य वार्ता का आयोजन

बल्लभगढ़। अग्रवाल महाविद्यालय बल्लभगढ़ में एनएसएस और वाणिज्य विभाग के संयुक्त

तत्वाधान में प्राचार्य डॉ कृष्ण कांत गुप्ता के कुशल मार्गदर्शन में स्वस्थ युवा और स्वस्थ भारत पर स्वास्थ्य वार्ता का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला के संयुक्त आयोजक यूथ विंग (आरएआरएफ) और ब्रह्मकुमारी हेड ऑफिस माउंट आबू थे। प्राचार्य ने अपने संभाषण में ब्रह्माकुमारीज को ईश्वरीय अभिव्यक्ति का साधन बताया और कहा कि खुली आंखों से योग की पद्धति अर्थात राजयोग को ब्रह्माकुमारीज से सीखा जा सकता है। मुख्य वक्ता ब्रह्माकुमारी प्रिया ने अपने वक्तव्य में मानसिकस्थिरता और एकाग्रता पर युवाओं को संबोधित किया। उन्होंने बताया कि युवा भोजन, योग और थैरेपी के जानकार एवं वाहक बनें और स्वस्थ रहकर जीवन में आगे बढ़ें और समाज में भी इस विचार को आगे बढ़ाएं। आत्मा को परमात्मा से मिलने के लिए किसी बिचौलिए की नहीं बल्कि श्रद्धा, भाव और समर्पण की जरूरत है द्य अगर आप नियमित रूप से मेडिटेशन करते हैं, तो निश्चित रूप से आप आध्यात्मिक रूप से काफी स्वस्थ होंगे। उन्होंने अपने भाषण में बताया कि मेडिटेशन तनाव को कम करता है और दिमाग को शांत रखता है।