विधान सभा सचिवालय
मध्यप्रदेश
समाचार

विधान सभा में हार्टफुलनेस ध्यान कार्यशाला संपन्न.

भोपाल :- 03 नवम्बर, 2015

श्री रामचंद्र मिशन, चैन्नई की भोपाल स्थित शाखा द्वारा विधान सभा भवन के सभागार में आज विधान सभा सुरक्षा कर्मियों के लिए "हार्टफुलनेस ध्यान" कार्यशाला संपन्न हुई.

मिशन के प्रशिक्षकों द्वारा प्रभावी ढ़ंग से ध्यान के महत्व और प्रक्रिया पर प्रकाश डाला गया एवं ध्यान का अभ्यास भी कराया गया. मिशन के प्रशिक्षक श्री नील केलकर द्वारा बताया गया कि ध्यान वस्तुत: हमारी आत्मिक धरोहर की कुंजी है. ध्यान के माध्यम से आप अपने कार्यो में निपुणता प्राप्त करते हुए अपने भीतर के सर्वश्रेष्ठ को प्रखर कर सकते हैं. उन्होंने बताया कि ध्यान का अभ्यास सामाजिक सम्बंधों को परिष्कृत करते हुए उन्हें मजबूती प्रदान करता है. ध्यान के सतत अभ्यास के द्वारा हृदय रोग, रक्तचाप और कैंसर जैसी बीमारियों में चमत्कारिक लाभ प्राप्त होते हैं. कार्यशाला के दौरान ध्यान प्रशिक्षणार्थियों की विभिन्न जिज्ञासाओं का समाधान भी किया गया.

कार्यशाला में बड़ी संख्या में विधान सभा के अधिकारी एवं कर्मचारीगण उपस्थित थे.

वि.स./ज.स./2015

(मुकेश मिश्रा)
सूचना अधिकारी