महाराणा प्रताप स्नातकोत्तर महाविद्यालय

जंगल धूसड़- गोरखपुर

स्थापित २००५ ई.

फोन नं0 : 0551–6827552

मो. 9794299451

Website: www.mpm.edu.in

E-mail : mpmpg5@gmail.com

पत्रांक : ..... दिनांक : 04.02.2016

प्रकाशनार्थ

प्रकृति और शरीर में आत्मसात भाव होना चाहिए। प्राकृतिक संतुलन ही मनुष्य के शारीरिक स्वास्थ्य का मूलाधार है। प्रकृति की गोद में ही दुनिया का विकास सम्भव है। स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ आत्मा निवास करती है। स्वस्थ शरीर के लिए प्राकृतिक आहार–विहार अति आवश्यक है। प्रकृति के अनुसार दिनचर्या व्यक्ति के स्वास्थ्य के लिए अत्यन्त महत्वपूर्ण है। बदलती हुई जीवन पद्धति ने पूर्वांचलवासियों को भी बुरी तरह दुष्प्रभावित किया है। फास्टफूड भोजन मुख्य आहार बनता जा रहा है। इन तमाम विकृतियों के कारण आज मनुष्य का स्वस्थ रहना तो दूर जीवन ही संकट में पड़ता जा रहा है। योग और व्यायाम के द्वारा मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य को पुनः प्राप्त किया जा सकता है। इस वर्तमान चुनौती का सामना सिर्फ प्रकृति के साथ और प्रकृति के पास ही सम्भव है। उक्त बातें महाराणा प्रताप पी.जी. कालेज, जंगल धूसड़ में राष्ट्रीय सेवा योजना के गुरू श्रीगोरक्षनाथ एवं हिन्दुआ सूर्य महाराणा प्रताप इकाई का ग्राम छोटी रेतवहिया में आयोजित सप्त दिवसीय विशेष शिविर में महानगर के प्रतिष्ठित **आयुर्वेद चिकित्सक डॉ. दिनेश सिंह** ने कही।

कार्यक्रम में क्रीड़ा अधीक्षक डॉ. मृत्युंजय सिंह ने अपना विचार व्यक्त करते हुए कहा कि शारीरिक श्रम प्रत्येक व्यक्ति के स्वस्थ जीवन के लिए आवश्यक है। आधुनिक मानव समाज के कर्म ने प्रकृति को भरपूर दूषित किया है। अब सिर्फ व्यायाम और शारीरिक श्रम ही एकमात्र औषधि स्वस्थ जीवन का मार्ग है।

कार्यक्रम में कार्यक्रम अधिकारी डॉ. यशवन्त कुमार राव ने भी अपना विचार व्यक्त किया। कार्यक्रम का संचालन स्वयं सेवक अभिषेक चौधरी तथा आभार ज्ञापन कार्यक्रम अधिकारी डॉ. अविनाश प्रताप सिंह ने किया। कार्यक्रम सरस्वती वन्दना और स्वागत गीत के साथ प्रारम्भ हुआ। इस अवसर पर श्रीमती कविता मन्ध्यान, सुश्री दीप्ती गुप्ता, डॉ. प्रज्ञेश कुमार मिश्र, श्री गोविन्द वर्मा, डॉ. पूजा पाण्डेय आदि लोग उपस्थित रहें।

(डॉ. प्रकाश प्रियदर्शी)

प्रभारी, सूचना एवं परामर्श