

ईशा फाउंडेशन की 'आनंद लहर'

हर आदमी खुश रहना चाहता है लेकिन उसकी खुशी परिवार, संबंधों, व्यवसाय या काम और कई सारे अन्य बाहरी कारकों व चीजों पर निर्भर



करती है। दुर्भाग्यवश बाहरी कारकों से आने वाली ऐसी खुशी अक्सर क्षणित और बेहद कमजोर साबित होती है।

ईशा फाउंडेशन के संस्थापक सदगुरु जग्गी वासुदेव के अनुसार, खुशी जीवन की ऊर्जा की अभिव्यक्ति है और हम सभी में अपनी खुशी के

स्रोत बनने की क्षमता होती है।

हाल में समाप्त इंडियन इकोनॉमिक समिट में हिस्सा लेते हुए सदगुरु ने जोर दिया कि आंतरिक तौर पर यानी प्रकृति से अगर कोई व्यक्ति खुश रहता है तो ही वह अपनी पूरी क्षमता का इस्तेमाल कर सकता है और वह मानवीय समस्याओं का समाधान निकालने में सक्षम होता है। लोगों में इस तरह की सजगता और क्षमता पैदा करने के लिए ईशा फाउंडेशन ने 'आनंद लहर' नामक एक आंदोलन चलाया है जो आज से राजधानी में शुरू होगा। 'आनंद लहर' के सात दिनों के कार्यक्रमों की सीरिज के जरिए योग के प्राचीन सिद्धांतों पर आधारित वैज्ञानिक तकनीक से लोगों को वाकिफ कराया जाएगा। इसका आयोजन नई दिल्ली के प्रमुख हिस्सों में किया जाएगा। कार्यक्रम के दौरान अंतरक्रियात्मक सत्र और पवित्र शंभवी महा मुद्रा समेत शक्तिशाली योगिक सिस्टम का संतुलित पैकेज पेश किया जाएगा। (वि.)