DINATHANTHI-09-JAN-2012

சூலூரில் ஈஷா யோக மைய நிறுவனர் சத்குரு ஜக்கி வாசுதேவ் பேசுவதையும் அதை ஏராளமானோர் கண்டு ரசிப்பதையும் படத்தில் காணலாம்.

மாணவர்கள் மன அழுத்தத்தில் இருந்து விடுபட யோக பயிற்சி அவசியம்

சூலூரில் ஜக்கி வாசுதேவ் பேச்சு

சூலூர், ஜன.9–

மாணவர்கள் மன அழுத்தத்தில் இருந்து விடுபட யோக பயிற்சி அவசியம் என்று சூலூரில் நடந்த ஆன்மிக சொற்பொழிவில் ஜக்கிவாசுதேவ் பேசினார்.

கோவையை அடுத்த சூலூர், கண்ணம்பாளையத்தில் உள்ள ஆர்.வி.எஸ். திருமண மண்டபத்தில் ஆன்மிக சொற்பொழிவு நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது. இதில் ஈஷா யோக மைய நிறுவனர் சத்குரு ஜக்கி வாசுதேவ் கலந்து கொண்டு பேசினார். அப்போது அவர் கூறியதாவது:–

யோக பயிற்சி அவசியம்

மாணவர்களுக்கு கல்லூரி பருவம் என்பது மிகவும் முக்கியமான பருவம். இந்த வயதில் மாணவர்கள் தங்களின் மனம், உடல், மூளை ஆகியவற்றை தனது கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்து கொள்ள வேண்டும். வாழ்க்கையில் பல்வேறு புதியவற்றை கற்றுக்கொள்ளக்கூடிய நேரம் இது. இதை மாணவர்கள் கண்டிப்பாக பயன்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும்.

எதிர்காலத்தில் மன உளைச்சல், கோபம், மன அழுத்தம்