



## विचार बिन्दु

चेहरा मस्तिष्क का प्रतिबिम्ब है और आँखें बिना कहे दिल के राज खोल देती हैं।  
—संत जेरोमे

# पेड़-पौधे सिफ हरियाली नहीं हैं, ये हमारी आत्मा को प्रफुल्लित करने के माध्यम हैं

प्रा

कृतिक परिवेश में समय बिताना मेरे जीवन का एक अभिन्न हिस्सा बन चुका है। यह कहना अतिथियोंनि नहीं होगी कि हर बार जब मैं प्रकृति के करीब गया हूँ, मैंने अपने भीतर और बाहर कुछ अनमोल बदलाव महसूस किए हैं। आयुर्वेद में वनानुभव का महत्व अनेक सन्दर्भों में वर्णित है। समकालीन शोध भी इस परिषय में कहने नहीं है। वर्ष 2019 में मैंने एक वैज्ञानिक अध्ययन के बारे में पढ़ा, जिसमें बताया गया था कि सत्यांशु में 120 मिनट प्रकृति में बिताने से खास्य और मानसिक संतुलन में बड़ा सुधार होता है। इसे पढ़ने के बाद, मैंने अपने बहुत से साथियों को जीवन में लागू करने देते प्रेरित किया। जिन साथियों ने भी 120 मिनट का स्वायत्म अपनाया, उनका अनुभव अद्भुत है। किंसी बन में यह घंटे शरीर पार्क में ऊंचे पेड़ों के बीच बैठकर पक्षियों की चर्चाहाट सुनते हुए अप महसूस कर सकते हैं कि आपके मन की बैचीनी धीरे-धीरे गायब हो रही है। यह अनुभव आपको आयुर्वेद और समकालीन अध्ययनों की सत्यता का प्रमाण देगा। अप महसूस करोंगे कि कैसे प्रकृति के बीच बैठकर एक गहरा सुखन ला सकता है। आज यहाँ मैं आपको बहुत बहुत पर अपने साथियों के स्वायत्म साझा करूँगा।

एक दिन, अतिथियत तानाव के कारण मेरे एक साथी की रात की नींद उड़ गई थी। दोस्त को मैंने सलाह दिया, “क्यों न जंगल में लंबी दौर कर के आ जाओ?” वह हिचकिचते हुए सहमत हुआ। आल ही दिन हम पास के एक जंगल में गए। वहाँ को जीवन का आती धूप, और मिठाई की खुशबून ने उसके अंदर कुछ बदल दिया। जब वह पापस लौटकर अपने को अपने देखा, तो उसकी अंदरों में नई जीवन की शक्ति हो गई। यह अनुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य था, लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव का सही अस्थाया जापानी संस्कृति में भी इस तकनीक को अवध्ययों की मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपका बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

आप पार्श्वों की जीवन की कहानी का जीवन के एक अच्छा एहसास है, तो रचनात्मका और सोचों की क्षमता बढ़ जाती है। एक बार मेरा काम की अपरिचिनी एक परियोगी पर अटका हुआ था, तो मैंने उसे जंगल घृण कर दिया। वापस आने पर, समाधान खुद-ब-खुद आया था। यह उसके लिए एक सकार था—जब दिमाग भटक रहा है, तो उसे थोड़ी देर के लिए प्रकृति के हवाले कर दें।

मेरे बैठे की कहानी भी ऐसी ही प्रेणादायक है। बचपन में वह जीवियों गेम्स में इतना खो जाता था कि उसकी सामाजिक और शारीरिक गतिविधियों कम होने लगी थीं। मैंने उसे अपने साथ बच्चों वाले पहाड़ी रासों पर ले कर गया। ऊंचे पेड़ों के बीच चलते हुए उसने मुझे बताया कि वह आज अपनी सांसारों की आवाज सुन और शरीर को जीवन की अंदरूनी उठाकर एक व्यक्तित्व था, लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर का साथ जुड़वाल आपके लिए एक गहरा सुखन ला सकता है।

कुछ साल पहले, मेरे एक साथी को जीवन एक कैप्टन दौर से गुजर रहा था। वह गहरे तानाव और अवसाद में था। एक दिन, बिना किसी योजना के, उसे मैंने अपने साथ एक ऊंचे घंटे बैठकर घृणा की आवाज सुन और महसूस कर रहा है और भर कम के साथ कंधों से बोल हड्का होता जा रहा है। मैंने वनानुभव मेरे उत्कृष्ट परिवर्तन का तथ्य लेकिन वैज्ञानिक तथ्यों पर ध्यान दिया जाए तो पता चलता है कि वनस्पतियों से निकलने वाले केमिकल्स हमारी प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करते हैं। वहाँ में घृणा न सिर्फ़ एक अच्छा एहसास देता है, अपनु इससे आपका शरीर भी लाभान्वित होता है। आपके बाद जुड़वाल आपके लिए एक बल्कि शरीर क











MARUTI SUZUKI

TRUE VALUE

वाइट कैंप के साथ बेहतरीन व्यालिटी मिलेगी  
सिर्फ त्रु व्यूल



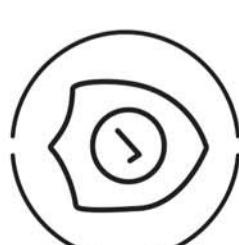
वेरिफाइड  
कार हिस्ट्री\*



3 फ्री सर्विस और  
1 साल तक की वारंटी\*



376 व्यालिटी  
चेक पॉइंट्स



अधिक  
जानने के लिए  
स्कैन करें

\*नियम और शर्तें लागू। Verified Car History और Warranty के बारे में जानकारी के लिए लागू नियम शुल्क सेवा के बारे में जानकारी के लिए लागू है। वाहन पर काला शीशा प्रकाश प्रभाव के कारण होता है।

Ajmer: Pushkar Road, Near Regional College, Ajmer Auto: 9352091001 | Opp. Satkar Restaurant NH-8, Gagwana, Jaipur Road, Relan Motors: 8302722110, 8440041011, 8619237396 | Bhilwara: Near Gram Bharti, Chittor Road, Bhilwara, Champion Cars: 9358820044, 9829824128 | 1001/02/03, Kirti Nagar, Nimbahera Road, Chittorgarh, Bhatis & Co.: 9414059499 | Nagaur: Nagaur, Mangalam Motors: 7230055963, 7230055940.