

आयुर्वेदिक प्रकृति परीक्षण शिविर

स्वस्थ जीवन की ओर एक पहल

दिनांक : 14 दिसंबर 2024

नर्वदेश्वर विधि महाविद्यालय में दिनांक 14 दिसंबर 2024 को आयुर्वेदिक प्रकृति परीक्षण शिविर का भव्य एवं सफल आयोजन किया गया। इस शिविर का उद्देश्य विद्यार्थियों एवं महाविद्यालय के स्टाफ को आयुर्वेदिक जीवनशैली तथा प्रकृति (वात, पित्त एवं कफ) की वैज्ञानिक अवधारणा के प्रति जागरूक करना था।

शिविर के अंतर्गत आमंत्रित विशेषज्ञ वैद्य द्वारा आयुर्वेदिक पद्धति से प्रतिभागियों की प्रकृति का परीक्षण किया गया। प्रत्येक प्रतिभागी को उसके शारीरिक एवं मानसिक स्वभाव के अनुरूप व्यक्तिगत स्वास्थ्य परामर्श प्रदान किया गया। इस दौरान आयुर्वेद के माध्यम से रोग-निवारण, संतुलित जीवनशैली तथा दीर्घकालीन स्वास्थ्य लाभों पर विशेष जानकारी दी गई।

कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण आहार, दिनचर्या एवं योग से संबंधित व्यावहारिक सुझाव रहे, जिनका उद्देश्य विद्यार्थियों में स्वस्थ एवं अनुशासित जीवनशैली को बढ़ावा देना था। इस जागरूकता अभियान से विद्यार्थियों में स्वास्थ्य के प्रति सकारात्मक सोच एवं आत्म-देखभाल की भावना विकसित हुई।

शिविर में विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों की उत्साहपूर्ण एवं सक्रिय भागीदारी रही, जिससे कार्यक्रम अत्यंत सफल रहा। इस आयोजन के माध्यम से आयुर्वेद के प्रति जागरूकता के साथ-साथ पारंपरिक भारतीय ज्ञान प्रणाली के महत्व को भी रेखांकित किया गया।

नर्वदेश्वर विधि महाविद्यालय द्वारा आयोजित यह शिविर सामाजिक एवं स्वास्थ्य चेतना को प्रोत्साहित करने की दिशा में एक सराहनीय और प्रेरणादायक पहल सिद्ध हुआ।