॥ अंतरी पेटवू ज्ञानज्योत ॥
कवयित्री बहिणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठ,जळगाव
Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon
'A' Grade NAAC Re-accredited (4th Cycle)

## जनसंपर्क विभाग

जळगाव दि.२२ (प्रतिनिधी) : कवयित्री बहिणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठातील योगशास्त्र विभागाद्वारे दिनांक २१ जुलै २०२४ रोजी गुरुपोर्णिमेच्या औचित्याने सकाळी ०८:०० ते १०:०० या वेळेत **अंतरंग योग साधना** आयोजित करण्यात आली होती. अंतरंग योग साधनेमुळे विद्यार्थ्यांची ग्रहणक्षमता, एकाग्रता, स्मरणशक्ती वाढीस लागते. या साधनेचे वैशिष्ट्य म्हणजे विद्यार्थ्यांना किंवा साधकाला आपली आध्यात्मिक प्रगती अथवा मानसिक स्वास्थ्य साधणे सहज शक्य होत असते.

कार्यक्रमाच्या प्रसंगी एम.ए. योगशास्त्र अभ्यासक्रमाचे सर्व विद्यार्थी व शिक्षकवृंद उपस्थित होते. या साधनेमध्ये श्वसनाच्या अभ्यासासहित प्राणायाम व ध्यानाचा अभ्यास प्राध्यापक डॉ. लीना चौधरी यांनी घेतला. यावेळी प्रा. गीतांजली भंगाळे व योगशास्त्र विभागाचे प्रमुख इंजि.राजेश पाटील उपस्थित होते.

.................................................................................................................................

जा.क्र.:-कबचौउमवि/१६/ई-मेल/बातमी/२०२४ दिनांक: २२ जुलै, २०२४

प्रति,

मा.संपादक/प्रतिनिधी,

महोदय,

वरील बातमी आपल्या लोकप्रिय दैनिकात प्रसिध्द करावी, ही विनंती.

आपला विश्वासू

(डॉ.सुनील पाटील)

जनसंपर्क अधिकारी