

అల్పరకటే, ఇందూరు: యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సాధిస్తుందని ఆయుర్వేద విభాగం ఇన్ ఛార్జ్ డాక్టర్ గంగాదాస్ వ్యాస. ప్రతిఒక్కరూ యోగా చేయడం అల వర్చుకోవాలని సూచించారు. యోగాకు సర్వరోగాలను నయంచేసే శక్తి ఉందని వివరించారు. నవీపేట పాంథిక్ సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల లో విద్యార్థులకు సోమవారం అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ముఖ్లాదుతూ.. మారుతున్న జీవన విధానంలో ఆయుర్వేద పాత్ర ఎంతో కీలకమని పేర్కొన్నారు. ఆరోగ్య పరిరక్షణలో యోగా ప్రముఖపాత్ర పోషిస్తుం దన్నారు. అలాగే ఔషధ మొక్కల ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయన్నారు. వ్యాధులు సోకితే ఔషధ గుణాల కలిగిన మొక్కలే వైద్యానికి ఉపయోగపడ తాయని ఆయన వివరించారు. ఇంటిమట్టుపక్కల పరిశుభ్రత పాటించాల ని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో యోగా శిక్షకులు తిరుపతి, ఆయుర్వేద పార్సినస్టు లా పురపరిశుం, ఉషా ప్రసాద్, పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ పద్మకుమారి, యోగా శిక్షకుడు రాజేందర్, సారామండికల్ సిబ్బంది రమేష్, భిక్షుపతి, లక్ష్మణ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.