



ध्यान के लाभ



तन की



एकाग्रता, संकल्प शक्ति एवं कार्यकुशलता में वृद्धि



भन की शांति, आंतरिक बुद्धि का विकास आनंद



हिस्सा लेना 14 दिनों का निःशुल्क ध्यान कार्यक्रम (एफ.एम.पी) हर महीने 2 नए बैच

