

'खुशी, प्यार देखभाल, साझा करना: विश्व प्रसन्नता दिवस'

कन्या गुरुकुल हरिद्वार के मनोविज्ञान विभाग में विश्व प्रसन्नता दिवस 20 मार्च 2026 के अवसर पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। उक्त कार्यक्रम में विभाग की सभी छात्राओं ने भाग लिया। छात्राओं द्वारा नृत्य गायन व लघु नाटिका का मंचन किया गया। इस वर्ष विश्व प्रसन्नता दिवस का थीम 'खुशी, प्यार देखभाल साझा करना' है इसके अन्तर्गत छात्राओं में दयालुता उदारता और एक दुसरे का समर्थन करना और समुदाय की भावना को मजबूत बनाने के प्रति जागरूकता बढ़ाना था। छात्राओं के मध्य प्रसन्नता को एक सार्वभौमिक लक्ष्य के रूप में बढ़ावा देना और सतत विकास के लिए प्रसन्नता अनिवार्य है यह अहसास देना था।

छात्राओं ने लघु नाटिका के माध्यम से बताया कि, खुशी केवल पैसा कमाने या भौतिक सफलता पाने में नहीं बल्कि मानसिक शांति और संतुष्टि में है। विभाग प्रभारी डा० सुनिता रानी ने अपने विचार प्रस्तुत करते हुये कहा कि आज के युग में व्यक्ति रोजमर्रा की जिन्दगी में अनेक प्रकार के तनावों का अनुभव करता है, और यह दिन तनाव और मानसिक संतुलन को बनाये रखने के लिए प्रेरित करता है। ऐसे दिवसों के माध्यम से लोगों को एक दूसरे के प्रति दयालुता फैलाने और अच्छे मानवीय संबंध बनाने के लिए प्रोत्साहित करता है। डा० ऋचा सक्सैना ने बताया कि सरकार को सार्वजनिक नीति बनाते समय नागरिकों व छात्राओं की खुशी और कल्याण को सर्वोपरि रखना चाहिए। खुश रहने के विशेष सुझाव देते हुये उन्होंने कहा कि खुशी सामाजिक जुड़ाव, नियमित व्यायाम, दूसरों की मदद और प्रकृति से जुड़ाव करने पर मिलती है। कार्यक्रम का संचालन डा० सुनिता रानी, डा० ऋचा सक्सैना व डा० पारूल मलिक ने किया। शोध छात्रा भव्या अरोड़ा, लैब अस्सिस्टेंट दीपा साहू व लैब अटेन्डेन्ट हरिराम का कार्यक्रम को सफल बनाने में सहयोग रहा।



खुशी केवल पैसा कमाने या भौतिक सफलता पाने में नहीं बल्कि मानसिक शांति और संतुष्टि में

हरिद्वार। कन्या गुरुकुल के मनोविज्ञान विभाग में विश्व प्रसन्नता दिवस के अवसर पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विभाग की सभी छात्राओं ने भाग लिया। छात्राओं द्वारा नृत्य, गायन व लघु नाटिका का मंचन किया गया। इस वर्ष विश्व प्रसन्नता दिवस का थीम 'खुशी, प्यार देखभाल साझा करना है' इसके अन्तर्गत छात्राओं में दयालुता उदारता और एक दुसरे का समर्थन करना और समुदाय की भावना को मजबूत बनाने के प्रति जागरूकता बढ़ाना था। छात्राओं के मध्य प्रसन्नता को एक सार्वभौमिक लक्ष्य के रूप में बढ़ावा देना और सत विकास के लिए प्रसन्नता अनिवार्य है यह अहसास देना था। छात्राओं ने लघु नाटिका के माध्यम से बताया कि, खुशी केवल पैसा कमाने या भौतिक सफलता पाने में नहीं बल्कि मानसिक शांति और संतुष्टि में



है। विभाग प्रभारी डा. सुनीता रानी ने अपने विचार प्रस्तुत करते हुए कहा कि आज के युग में व्यक्ति रोजमर्रा की जिन्दगी में अनेक प्रकार के तनावों का अनुभव करता है, और यह दिन तनाव और मानसिक संतुलन को बनाये रखने के लिए प्रेरित करता है। ऐसे दिवसों के माध्यम से लोगों को एक दूसरे के प्रति दयालुता फैलाने और अच्छे मानवीय संबंध बनाने के लिए प्रोत्साहित करता है। डा. ऋचा सक्सेना ने बताया कि सरकार को सार्वजनिक नीति बनाते समय नागरिकों व छात्राओं की खुशी और कल्याण को सर्वोपरि रखना चाहिए। खुश रहने के विशेष सुझाव देते हुये उन्होंने कहा कि खुशी सामाजिक जुड़ाव, नियमित व्यायाम, दूसरों की मदद और प्रकृति से जुड़ाव करने पर मिलती है। कार्यक्रम का संचालन डा. सुनीता रानी, डा. ऋचा सक्सेना व डा. पारुल मलिक ने किया। शोध छात्रा भव्या अरोड़ा, लैब अस्सिस्टेंट दीपा साहू व लैब अटेन्डेंट हरिराम का कार्यक्रम को सफल बनाने में सहयोग रहा।

विश्व खुशी दिवस पर छात्राओं ने नाटक और गायन की दी शानदार प्रस्तुतियां

जगरण संघप्रदाता, हरिद्वार: कन्या गुरुकुल के मनोविज्ञान विभाग में विश्व खुशी दिवस के अवसर पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान छात्राओं ने नृत्य, गायन और नाटक के माध्यम से अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। कार्यक्रम का थीम 'खुशी, प्यार और देखभाल साझा करना है'। छात्राओं ने नाटक के माध्यम से संदेश दिया कि खुशी केवल धन कमाने या भौतिक सफलता प्राप्त करने में नहीं, बल्कि मानसिक शांति और संतुष्टि में निहित है। विभाग प्रभारी डा. सुनीता रानी ने कहा कि आज के समय में व्यक्ति अपनी रोजमर्रा की जिन्दगी में अनेक प्रकार के तनावों का सामना कर रहा है। ऐसे में छोटी-छोटी बातों में खुशी तलाशना और सकारात्मक रहना जरूरी है। डा. ऋचा सक्सेना ने कहा कि नागरिकों



कन्या गुरुकुल में विश्व खुशी दिवस पर मंचन छात्राएं और शिक्षिकाएं © खब

और छात्राओं की खुशी और कल्याण को सर्वोपरि रखना चाहिए। उन्होंने बताया कि सामाजिक जुड़ाव, नियमित व्यायाम, दूसरों की मदद और प्रकृति से जुड़ाव से वास्तविक खुशी प्राप्त होती है। उन्होंने लोगों से खुश रहने को अपील की। बताया कि जीवन में कितनी भी कठिनाई आए लेकिन हमेशा खुश रहना चाहिए। खुशी से बड़ी कोई मोडिस्म नहीं है। खुशी से पूरे परिवार, समाज के माहौल बेहतर बनता है। छोटी-छोटी खुशियों से परिवार और खुद का जीवन बेहतर बनता है। इस मौके पर डा. पारुल मलिक, दीपा साहू आदि लोग मौजूद रहे।

सामाजिक और प्रकृति से जुड़ाव से मिलती है खुशी : डा. ऋचा

हरिद्वार, 20 मार्च (कुलभूषण) : कन्या गुरुकुल हरिद्वार के मनोविज्ञान विभाग में विश्व प्रसन्नता दिवस (20 मार्च) के अवसर पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में छात्राओं ने नृत्य, गायन व लघु नाटिका का मंचन किया। विश्व प्रसन्नता दिवस का थीम 'खुशी, प्यार देखभाल साझा करना है'।



छात्राओं ने लघु नाटिका के माध्यम से बताया कि खुशी केवल पैसा कमाने या भौतिक सफलता पाने में नहीं बल्कि मानसिक शांति और संतुष्टि में है। विभाग प्रभारी डा. सुनीता रानी ने कहा कि आज के युग में व्यक्ति रोजमर्रा की जिन्दगी में अनेक प्रकार के तनाव का अनुभव करता है और यह दिन तनाव और मानसिक

संतुलन को बनाये रखने के लिए प्रेरित करता है। डा. ऋचा सक्सेना ने बताया कि खुशी सामाजिक जुड़ाव, नियमित व्यायाम, दूसरों की मदद और प्रकृति से जुड़ाव से मिलती है। कहा कि सरकार को सार्वजनिक नीति बनाते समय नागरिकों व छात्राओं की खुशी और कल्याण को सर्वोपरि रखना

चाहिए। कार्यक्रम का संचालन डा. सुनीता रानी, डा. ऋचा सक्सेना व डा. पारुल मलिक ने किया। शोध छात्रा भव्या अरोड़ा, लैब अस्सिस्टेंट दीपा साहू, लैब अटेन्डेंट हरिराम ने कार्यक्रम को सफल बनाने में सहयोग दिया।

विश्व प्रसन्नता दिवस पर कार्यक्रम का आयोजन



हरिद्वार। कन्या गुरुकुल हरिद्वार के मनोविज्ञान विभाग में विश्व प्रसन्नता दिवस 20 मार्च 2026 के अवसर पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। उक्त कार्यक्रम में विभाग की सभी छात्राओं ने भाग लिया। छात्राओं द्वारा नृत्य गायन व लघु नाटिका का मंचन किया गया। इस वर्ष विश्व प्रसन्नता दिवस का थीम 'खुशी, प्यार देखभाल साझा करना है' इसके अन्तर्गत छात्राओं में दयालुता उदारता और एक दुसरे का समर्थन करना और समुदाय की भावना को मजबूत बनाने के प्रति जागरूकता बढ़ाना था। छात्राओं के मध्य प्रसन्नता को एक सार्वभौमिक लक्ष्य के रूप में बढ़ावा देना

और सत विकास के लिए प्रसन्नता अनिवार्य है यह अहसास देना था। छात्राओं ने लघु नाटिका के माध्यम से बताया कि, खुशी केवल पैसा कमाने या भौतिक सफलता पाने में नहीं बल्कि मानसिक शांति और संतुष्टि में है। विभाग प्रभारी डा. सुनीता रानी ने अपने विचार प्रस्तुत करते हुये कहा कि आज के युग में व्यक्ति रोजमर्रा की जिन्दगी में अनेक प्रकार के तनावों का अनुभव करता है, और यह दिन तनाव और मानसिक संतुलन को बनाये रखने के लिए प्रेरित करता है। ऐसे दिवसों के माध्यम से लोगों को एक दूसरे के प्रति दयालुता फैलाने और अच्छे मानवीय संबंध

बनाने के लिए प्रोत्साहित करता है। डा. ऋचा सक्सेना ने बताया कि सरकार को सार्वजनिक नीति बनाते समय नागरिकों व छात्राओं की खुशी और कल्याण को सर्वोपरि रखना चाहिए। खुश रहने के विशेष सुझाव देते हुये उन्होंने कहा कि खुशी सामाजिक जुड़ाव, नियमित व्यायाम, दूसरों की मदद और प्रकृति से जुड़ाव करने पर मिलती है। कार्यक्रम का संचालन डा. सुनीता रानी, डा. ऋचा सक्सेना व डा. पारुल मलिक ने किया। शोध छात्रा भव्या अरोड़ा, लैब अस्सिस्टेंट दीपा साहू व लैब अटेन्डेंट हरिराम का कार्यक्रम को सफल बनाने में सहयोग रहा।

Newes Link –

<https://www.prabhatsahara.com/archives/19962>

<https://sabsetezpradhantimes.com/detail-image.php?id=62767>