



**LIFE is full of
Excitement and Adventure.
Life is also full of Questions...**

**Join Training in Life Management
and you will get answers for such questions...**

- ★ What is the right method of Living Life?
- जिंदगी जीने का सही तरीका क्या है?
- ★ How to develop healthy body – perfect body?
- हम शरीर को सशक्त और रोग मुक्त कैसे बना सकते हैं?
- ★ How much money do we need to live a satisfied Life?
- खुशहाल जिंदगी जीने के लिये कितने पैसों की आवश्यकता होती है?
- ★ Why I should believe in God? Whether God can change my Life?
- भगवान में विश्वास रखने से मेरा क्या फायदा होगा?
भगवान को ना मानने से मेरा क्या नुकसान होगा?



● For Answers Join ●

**TRAINING IN LIFE MANAGEMENT
जिंदगी जीने का सही तरीका सीखें**



Training covers understanding of Spirituality which is a Philosophy behind all religions. Knowledge of *Aatma*, *Parmaatma* and its relation with our Body. Connecting Body with Mind, Heart, Soul and Divine Power. Decision making system of Mind and role of Soul, as guiding factor for journey of life. Four objectives of Life such as *Dharm*, *Arth*, *Kaam* and *Moksha*. Understanding of Five *Vikaras*- *Kaam*, *Krodh*, *Moh*, *Lobh* and *Ahankar*, how to recognize and control over all *vikaras*. What is Stress, how to discover original source of stress and eliminate it for ever. Role of Emotions in Personal Life, Family Life and Business Life. Human Relations, its importance and how to maintain harmony among all relations? Discovering ultimate Aim of Life and attain *Moksha* by enjoying *Ananda* of Life. Understand yourself and write Constitution of Your Life to manage life in right direction.

Bring Perfection in Physical Body, Acquire Divine Knowledge, Discover your Soul, make it a guiding force and learn to live happy & satisfied life. This is what is known as 'Life Management'



**Bharatiya Vidya Bhavan
Centre of Indology**
Kasturba Gandhi Marg, New Delhi-1
Nearest Metro Station : Mandi House
Tel: 8744005005, 8745005005
Website: www.bvbfts.com

DETAILS OF NEXT BATCH

Starting from Saturday 18th April 2026
will continue till Saturday 8th August 2026.
Time: 12 noon to 2pm. Every Saturday.
Fee for full course is Rs. 2100/- (with GST)
Attend First Lecture FREE on 18th April 2026

TRAINING IN LIFE MANAGEMENT

इसे ध्यान से पढ़ें ... लाइफ मैनेजमेंट की ट्रेनिंग किसे लेनी चाहिए?

MNC में अंडरप्रेसर काम करने वाले... ऐसे लोग हमेशा स्ट्रेस यानी तनाव में रहते हैं। आखिर ये स्ट्रेस है क्या? आपने किताबों में पढ़ा होगा, Youtube पर फिल्में भी देखी होगी, पर स्ट्रेस कम नहीं हुआ। अच्छी सैलरी पाने के लिए रोज नई डेडलाइन या नया टारगेट हासिल करने की होड़ में आपको पता नहीं चलता, कि स्ट्रेस ने आपको पकड़ा है, या आपने खुद ही स्ट्रेस को पकड़ रखा है। पतंजलि का योग सूत्र, आपको सही मायने में तनाव से छुटकारा दिला सकता है। आइये आपका स्ट्रेस गायब कर देते हैं।

ऐसे गृहस्थी जो अपने बीवी से परेशान हैं... बीवी को कैसे खुश रखना है ये स्कूल में नहीं पढ़ाया जाता है, इसलिये M.B.A. तक पढ़ाई करके कंपनी को मैनेज करते हैं, लेकिन बीवी के सामने घुटने टेकते हैं। जो आदमी बहुत अहंकारी होते हैं वो तलाक के बारे में सोचना शुरू कर देते हैं। याद रखो, ना हमें घुटने टेकने है, ना बीवी से छुटकारा पाना है। Husband & Wife Relationship के नीव को समझना जरूरी है। आइये, आपकी समस्या आसानी से दूर हो जाएगी।

ऐसी पत्नी जो अपने पति से परेशान है... हमारे समाज में, माँ हमेशा अपने बेटी को समझाकर-सिखाकर भेजती है कि ससुराल में अपना importance कैसे बनाये रखना है, लेकिन माँ के सिखाये हुये नुस्खे शायद आपके काम नहीं आ रहे हैं। क्योंकि ससुराल वाले कुछ ज्यादा ही smart हैं, या आपके पति आपको साथ नहीं दे रहे हैं। आइये आपकी समस्या दूर कर देते हैं। याद रखें, घरेलू समस्याओं में भगवान हमेशा औरत का ही साथ देता है। 'Lady has maximum Divine Support' शायद आप ये नहीं जानती। आइये आपको समझाते हैं।

ऐसे युवा जिन्हें complete education के बाद भी अच्छी नौकरी नहीं मिल रही है, ऊपर से घरवालों के ताने और परेशान करते हैं। इसकी मुख्य वजह है कि आपने, अपने आपको पहचाना ही नहीं। आप क्या बनना चाहते हैं और भगवान आपको क्या बनाना चाहता है - आइये आपको समझाते हैं। आपकी समस्या तुरंत दूर हो जाएगी और आप अपने पैरों पर खड़े हो जाएंगे।

ऐसे युवा जो लड़की से प्यार तो करते हैं - लेकिन इतनी सारी girlfriend में से शादी किससे करनी है, समझ नहीं पाते। आइये आपको समझाते हैं। The concept of falling in love and the concept of rising in love. अगर प्यार को समझना है और लव मैरिज करनी है तो इस Chapter को पढ़ना जरूरी है।

ऐसे बीमार जो बहुत सारी दवाईयां खाने के बाद भी ठीक नहीं होते हैं। आइये आपको ठीक कर देते हैं। क्योंकि बीमारी की जड़ को समझना जरूरी है। इन्सानों को चार प्रकार की बीमारियां होती हैं। आपको किस प्रकार की बीमारी है, आप जब पहचानेंगे तो आसानी से उसे ठीक भी कर पाएंगे। आपकी बीमारी जड़ से खत्म हो जाएगी।

ऐसे बुजुर्ग जो रिटायरमेंट के बाद अपने आपको अकेला महसूस करते हैं। समझ में नहीं आता, जिन बच्चों को हमने प्यार से कामयाब बनाया, वो एक पक्षी की तरह उड़कर चले गए। यूँ कहो माँ-बाप को भूल गए। ऐसा क्यों होता है? आप आइये, आपको जवाब मिल जायेगा। आपको पता चलेगा, जिंदगी की second inning कैसे खेली जाती है। निराश ना होइये - ये बहुत ही आसान है।

ऐसे School या College passout बच्चे, जो अपनी सोच और अपने माँ-बाप की सोच के बीच पिस रहे हैं, और घर से या माँ-बाप से दूर जाने के बारे में सोचते हैं। ऐसे कभी नहीं करना। पेड़ जब बड़ा हो जाता है, तो उसे अपने जड़ से नहीं कटना चाहिए। जड़ के साथ जुड़े रहकर ही वो फलता-फूलता है। यहाँ समझना चाहिए physical growth, mental growth, psychic growth के बाद spiritual growth क्या है? इसे हर माँ-बाप को अपने बच्चों को समझाना चाहिए, और हर बच्चे ने उसे समझना चाहिये। आइये हम आपको समझाते हैं।

ऐसे कई सारे 'Family issues related to Life' पे हम बातें करते हैं और आसान तरीके से समझाते हैं। आपके सभी सवालों के जवाब देने की कोशिश करते हैं। आइये आपका इंतजार रहेगा।

भारतीय विद्या भवन की तरफ से एक अनोखा प्रयास

**The First Lecture (Orientation) is FREE. 8506005005
To Register SMS or WhatsApp your name to**