

H.W.
25/12/21



(क) ३) आयाम का क्या महत्व है
(क) ३) आयाम का महत्व है शरीर की

स्वस्थ या विराम रसना है

(ख) - आज व्यक्ति क्या भूल गया है।

(ख) ३) आज व्यक्ति आयाम भूल गया है।
मा) शरीर की उपेक्षा करने वाला व्यक्ति क्या इकसने
करेगा है।

(ग) ३) शरीर की उपेक्षा करने वाला व्यक्ति

रोग, बुढ़ापे तथा मृत्यु का दरवाजा
खोलता है।

(घ) (घ) ३) अच्छे स्वास्थ्य के लिए क्या-क्या आवश्यक है।

३) अच्छे स्वास्थ्य के लिए संतुलित भोजन,

स्वच्छ जल तथा शुद्ध वायु संयम तथा

नियमित ~~अभ्यास~~ आवश्यक है।