

डा0 राम मनोहर लोहिया अवध वि0वि0, फैजाबाद

दिनांक : 22.06.2017

प्रेस विज्ञप्ति (निःशुल्क प्रकाशनार्थ)

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर 21 जून 2017 को विश्वविद्यालय के स्वामी विवेकानन्द प्रेक्षागृह में देर शाम 5 बजे से 7 बजे तक "योग एवं स्वास्थ्य" विषय पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। संगोष्ठी का उदघाटन कुलपति प्रो0 मनोज दीक्षित ने किया। विशिष्ट अतिथि व वक्ता के रूप में फैजाबाद के प्रमुख योगाचार्य डा0 चैतन्य, लखनऊ विश्वविद्यालय के डा0 सुधीर मिश्रा और बस्ती जिले के कर्नल के0सी0 मिश्रा उपस्थित रहे। समारोह का प्रारम्भ छात्राओं द्वारा राष्ट्रगीत के संगीतमयी प्रस्तुतीकरण से हुआ। ततपश्चात छात्राओं ने कुलगीत प्रस्तुत किया। कुलपति प्रो0 दीक्षित ने मंचस्थ अतिथिगणों का पुष्पगुच्छ प्रदान कर स्वागत किया। संगोष्ठी के प्रारम्भ में विश्वविद्यालय में सत्र 2017-18 से प्रारम्भ योगापीठ के समन्वयक डा0 एस0एस0 मिश्र ने अतिथियों का योग एवं स्वास्थ्य के क्षेत्र में योगदान पर चर्चा करते हुए उनका परिचय कराया।

संगोष्ठी में योग एवं स्वास्थ्य पर व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए डा0 चैतन्य ने कहा कि वर्तमान समय में हर व्यक्ति किसी न किसी समस्या को लेकर सदैव भयाक्रांत रहता है। इस मानसिक बीमारी से उबरने का सर्वश्रेष्ठ माध्यम योगीयास है। उन्होंने कहा कि नियमबद्ध दिनचर्या के अभाव में लोग रोगग्रस्त हो रहे हैं। नियमित योग उनकी क्रियाशीलता में वृद्धि करता है। डा0 चैतन्य ने गीता से लेकर उपनिषदों तथा वेदों में छुपी योग संबंधी सूक्तियों का उल्लेख करते हुए बताया कि क्यों भारत को योग और प्राकृतिक चिकित्सा के क्षेत्र में गुरु का स्थान प्राप्त है।

भारतीय सेना के पूर्व कर्नल श्री के0सी0 मिश्रा ने अपने संस्करणों को साझा करते हुए बताया कि कैसे ट्रेनिंग के दौरान कमर से नीचे के हिस्से के क्षमताहीन हो जाने के बाद योग की मदद से उन्होंने सेना में फिर से अपना सक्रिय योगदान करने में मदद कैसे मिली। उन्होंने बताया कि काश्मीर में -4 डिग्री तापमान पर उन्होंने अपने सैनिकों को नियमित योगाभ्यास कराना शुरू किया और परिणामस्वरूप प्रतिदिन डाक्टर के पास जाने वाले 40 से 50 जवानों की संख्या एक सप्ताह के योगाभ्यास के बाद 3 से 4 पर आ गई। उन्होंने कहा कि उनके द्वारा सैनिकों पर किए गए योग के प्रयोग के उपरांत आज पहाड़ों पर ड्यूटी करने वाले सैनिकों के लिए योगाभ्यास अनिवार्य कर दिया गया है।

लखनऊ विश्वविद्यालय से आए योगाचार्य डा0 सुधीर मिश्रा ने योग संबंधी क्रियाओं के वैज्ञानिक पक्ष पर प्रकाश डालते हुए बताया कि योगाभ्यास के समय सांसो पर नियंत्रण स्थापित करना ही साधना की श्रेणी में आता है। डा0 मिश्रा ने तीन दिनों से तन्मयता से योगाभ्यास कर रहे छात्रों की प्रशंसा करते हुए कहा कि योग को दिनचर्या का हिस्सा बना लें, जीवन में आनन्द का समावेश स्वयं ही हो जाएगा। डा0 मिश्रा ने तमाम योगासनों के वैज्ञानिक पक्षों पर चर्चा करते हुए विस्तार से बताया कि किस प्रकार के योगासन से कौन सी बीमारी ठीक होती है।

संगोष्ठी के अंत में अपने अध्यक्षीय उदबोधन में कुलपति प्रो0 मनोज दीक्षित ने अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस को उत्सव के रूप में आयोजित किए जाने पर संबंधित टीम के सदस्यों की प्रशंसा की और कहा कि उन्होंने जीवन की विभिन्न घटनाओं से ही सीखा है और प्राप्त होने वाले अनुभवों को व्यवहार में उतारा है। प्रो0 दीक्षित ने कहा कि योगाभ्यास ने उन्हें सकारात्मक सोच उपहार स्वरूप प्रदान की है और यही सकारात्मक सोच उनके दैनिक क्रियाकलापों का अभिन्न अंग बन चुकी है। उन्होंने सभागर में उपस्थित शिक्षकों, अधिकारियों, कर्मचारियों और छात्र/छात्राओं से नियमित योगाभ्यास को अपनाने की सलाह दी और कहा कि इसके परिणाम सिर्फ और सिर्फ अच्छे ही होंगे।

कुलपति ने संगोष्ठी के अंत में मंचस्थ योगाचार्यों को योग, दर्शन और स्वास्थ्य के क्षेत्र में उनके द्वारा की जा रही निःस्वार्थ समाजसेवा के लिए मंच पर सम्मानित भी किया।

संगोष्ठी का संचालन अधिष्ठाता छात्र कल्याण प्रो0 आशुतोष सिन्हा ने किया। डा0 विनय मिश्रा ने घन्यवाद ज्ञापित किया।

नोट : फोटो मेल पर संलग्न है।

मीडिया प्रभारी