

योग और संपूर्ण स्वास्थ्य विषय पर कार्यशाला का समापन

विश्वविद्यालय में हुई कार्यशाला में देशभर से आए विशेषज्ञों के हुए व्याख्यान

सागर। नवदुनिया प्रतिनिधि

डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के योग शिक्षा विभाग द्वारा आयोजित 15 दिवसीय कार्यशाला का शुक्रवार को समापन हो गया। योग एवं संपूर्ण स्वास्थ्य पर आधारित इस कार्यशाला में देशभर के योग विशेषज्ञ एवं आयुर्वेदाचार्यों ने हिस्सा लिया। समापन कार्यक्रम योग शिक्षा शाला के अधिष्ठाता प्रो. गणेश शंकर गिरी की अध्यक्षता, प्रोफेसर उमाशंकर गुप्ता के मुख्य अतिथि एवं मैंगलोर के योग विभागाध्यक्ष डॉ. केके शर्मा व मुंबई के आयुर्वेदाचार्य एवं रेकी मास्टर डॉ. आशीष फड़के के विशिष्ट अतिथि में सम्पन्न हुआ।

प्रो. गणेश शंकर गिरी ने अतिथियों का स्वागत करते हुये कार्यशाला के मुख्य उद्देश्य एवं उसकी प्राप्ति के लिए 15 दिवसीय कार्यशाला में हुए विभिन्न विषयों पर आमंत्रित व्याख्यानों, राष्ट्रीय संगोष्ठी, विभिन्न योग विषय पर बौद्धिक-प्रायोगिक



प्रतियोगिताओं एवं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के आयोजन आदि कार्यक्रमों का सार प्रस्तुत किया।

प्रतिभागियों ने किया योग

कार्यशाला के समापन अवसर पर प्रतिभागियों ने योग की मुद्राएं एवं कई आसनों का प्रदर्शन किया। उपस्थित प्रतिभागियों की ओर से भगवान सिंह लोधी, इंद्र तेवेतिया एवं अरूण कुमार आदि ने अपने अनुभव साझा करते हुए

विश्वविद्यालय के योग विभाग में आकर बौद्धिक ज्ञान के साथ आसन, प्राणायाम, ध्यान एवं शुद्धिक्रियों का अभ्यास को सीखकर नयापन, अनुशासन में रहने, जीवन शैली को योगमय बनाने एवं इस ज्ञान को परिवार एवं समाज में बांटने का संकल्प लिया। उन्होंने योग को न केवल शारीरिक बल्कि आध्यात्मिक दृष्टि से भी अपनाने की आवश्यकता बताई और सर्वांगीण विकास हेतु योग को प्रतिदिन आजीवन अपनाने पर बल दिया।

योग ज्ञान को बांटने का लिया संकल्प

सागर, देशबन्धु। योग शिक्षा विभाग द्वारा प्राप्त जानकारी के अनुसार विभाग में योग एवं संपूर्ण स्वास्थ्य पर आधारित कार्यशाला का समापन आज शिक्षा शाला के अधिष्ठाता प्रो. गणेश शंकर गिरी की अध्यक्षता, प्रोफेसर उमाशंकर गुप्ता के मुख्यातिथि एवं मैंगलोर के योग विभागाध्यक्ष डॉ. के. कृष्ण शर्मा व मुंबई के आयुर्वेदाचार्य एवं रेकीमास्टर डॉ. आशीष फड़के के विशिष्ट अतिथि में सम्पन्न हुआ। प्रो. गणेश शंकर गिरी ने अतिथियों का स्वागत करते हुये कार्यशाला के मुख्य उद्देश्य एवं उसकी प्राप्ति के लिये 15 दिवसीय कार्यशाला में हुए विभिन्न विषयों पर आमंत्रित व्याख्यानों, राष्ट्रीय संगोष्ठी, विभिन्न योग विषय पर बौद्धिक-प्रायोगिक



एवं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के आयोजन आदि कार्यक्रमों के सार को प्रस्तुत किया।

कार्यशाला में उपस्थित प्रतिभागियों की ओर से भगवान सिंह लोधी, इंद्र तेवेतिया एवं अरूण कुमार आदि ने अपने अनुभव साझा करते हुए विश्वविद्यालय के योग विभाग में आकर बौद्धिक ज्ञान के साथ आसन, प्राणायाम, ध्यान एवं

शुद्धिक्रियों का अभ्यास को सीखकर नयापन, अनुशासन में रहने, जीवन शैली को योगमय बनाने एवं इस ज्ञान को परिवार एवं समाज में बांटने का संकल्प लिया। योग को न केवल शारीरिक बल्कि आध्यात्मिक दृष्टि से भी अपनाने की आवश्यकता बताई और सर्वांगीण विकास हेतु योग को प्रतिदिन आजीवन अपनाने पर बल दिया।

