



एसएमएस लखनऊ के वैदिक विज्ञान केन्द्र के तत्वाधान में योग शिविर का आयोजन

DN Verma

22 जून 2023 | 20 hours ago 4 Views



लखनऊ : योग भारतीय संस्कृति एवं सभ्यता का एक अभिन्न अंग रहा है। महर्षि पतांजलि ने पांच हजार वर्ष पूर्व योग को मानव जीवन का अभिन्न अंग बताते हुए कहा कि “योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः अर्थात् योग चित्त की वृत्तियों का निरोध है।” भगवद् गीता में श्रीकृष्ण ने भी योग को प्राथमिकता देते हुए कहा कि “योगः कर्मसु कौशलम् अर्थात् कर्मों में कुशलता को योग कहते हैं।” योग की शक्ति को पहचानते हुए स्कूल ऑफ मैनेजमेंट साइंसेज लखनऊ द्वारा 15 अप्रैल, 2015 को वैदिक विज्ञान केन्द्र की स्थापना की गयी जिसका उद्देश्य योग की शिक्षा-दीक्षा देना है। वैदिक केन्द्र के स्थापना वर्ष से अब तक संस्थान कई योग शिविरों का आयोजन कर चुका है और हमारे शिक्षकों और विद्यार्थियों को इसके लाभ के विषय में भी अवगत करा चुका है। हर योग शिविर में शिक्षक एवं विद्यार्थी, योग गुरुओं के निर्देशन में, लाभान्वित होते रहते हैं।

आज जब पूरा विश्व 9वाँ अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस मना रहा है तो हमारे संस्थान में भी योग शिविर का आयोजन 15 मई 2023 से 21 जून 2023 तक किया गया, जिसमें भारी संख्या में गणमान्य अधिकारी, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों ने बढ़-चढ़कर प्रतिभाग किया। योगशिविर में योग सिखाने का प्रतिदिन का कार्य प्रो० डॉ० भरत राज सिंह ने किया तथा 21 जून 2023 के आयोजन का संचालन श्री मुकेश सिंह, योग प्रशिक्षक, व दूरदर्शन केन्द्र के अधिकारी द्वारा कराया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के

रूप में श्यामेंद्र मिश्रा, पार्षद, गोसाईगंज उपस्थित होकर छात्र / छात्राओं व शिक्षकगणों को योग को अपने जीवन का अंग बनाने हेतु अह्वान किया और बताया कि इससे मन, हृदय व शरीर में स्फूर्ति व सामंजस्य स्थापित होता है।



संस्थान के सचिव व मुख्य कार्यकारी अधिकारी शरद सिंह ने योग दिवस के अवसर पर अपने विचार व्यक्त किये कि “योग भारतीय परम्परा रही है जिसके माध्यम से हम अपने मन-मस्तिष्क को साध सकते हैं और शरीर को स्वस्थ बना सकते हैं। श्री सिंह ने कहा कि योग के माध्यम से हम अपना मानसिक सन्तुलन एवं एकाग्रता को बेहतर बना सकते हैं।” निदेशक डॉ० मनोज मेहरोत्रा ने सभी अतिथियों व प्रतिभागियों का स्वागत किया तथा अपने वक्तव्य में समझाया कि योग से हम असीमित ज्ञान की वृद्धि कर सकते हैं।

महानिदेशक (तकनीकी) डॉ० भरत राज सिंह ने सभी उपस्थित अधिकारियों को “योग के आठ महत्वपूर्ण अंगों : यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान एवं समाधि के सार को बताया यह भी उद्धृत किया है कि योग की साधना प्रतिदिन करनी चाहिए इससे हमारा शरीर स्वस्थ बना रहता है और हम दीर्घायु को प्राप्त होते हैं।” मुकेश सिंह, योग प्रशिक्षक, जो कि विगत 09- वर्षों से योग और ध्यान की शिक्षा, विद्यार्थियों एवं समाज के अन्य वर्गों को दे रहे हैं, ने “योग के चमत्कारिक प्रमाण और इससे हमारे शरीर पर प्रमाणित असर के बारे में अवगत कराया। उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से हम स्वस्थ जीवन का लाभ प्राप्त कर सकते हैं।”

अन्तर्राष्ट्रीय योग शिविर के आयोजन में संस्थान के अधिकारी डॉ० जगदीश सिंह-मुख्य महाप्रबन्धक; डॉ० धर्मेन्द्र सिंह-एस० निदेशक, डॉ० पी०के० सिंह-अधिष्ठाता, डॉ० आशीष भटनागर, प्राचार्य(प्रबन्धन व एल.यू. कोर्स), आमोद पांडेय, प्राचार्य (डिप्लोमा), डा. आशा कुलश्रेष्ठ-विभागाध्यक्ष, डा. अमरजीत सिंह-विभागाध्यक्ष, सुरेन्द्र श्रीवास्तव-महाप्रबन्धक, मिशन), डा. वी.बी. सिंह- सन्युक्त निदेशक(एडमिशन), एस.एन. शुक्ला-कुलसचिव, डा. वेद कुमार व अन्य विद्वत शिक्षकगणों, कर्मचारियों व छात्र-छात्राओं ने भारी उत्साह से प्रतिभाग किया।