



प्रभात

छिपाएँ नहीं, छपेंगे

facebook-Subharti Tv Twitter-Subharti Tv



क्रिकेट विश्व कप में आज

भारत बनाम अफगानिस्तान

स्थान: साउथम्युन, भारतीय समयानुसार : अपराह्न 3 बजे

न्यूजीलैंड बनाम वेस्टइंडीज

स्थान: ओल्ड ट्रैफर्ड, समय : सायं 6 बजे

पेज - 11

लखनऊ, शनिवार, 22 जून 2019, मूल्य : 2.00, पृष्ठ : 12

उत्तर प्रदेश-उत्तराखंड से प्रकाशित

समूहगत खेल में नहीं होगी निशानेबाजी, भारत को झटका

प्रभात राजधानी

लखनऊ, शनिवार 22 जून 2019

3



शिष्यों को योग के माध्यम से लम्बी आयु एवं खुशहाल जीवन जीने के गुण सिखाये

लखनऊ। प्रभात

योग भारतीय संस्कृति एवं सभ्यता का एक अभिन्न अंग रहा है प्राचीन योग गुरुओं ने अपने शिष्यों को योग के माध्यम से लम्बी आयु एवं खुशहाल जीवन जीने के गुण सिखाये। हमारे वेद और पुराणों में योग के विषय में अत्यन्त महत्वपूर्ण एवं आश्चर्यजनक जानकारियाँ प्रस्तुत की गयी है जिनका हम अगर अपने जीवन में आत्मसात करें तो हमारा जीवन निश्चय ही खुशहाल हो सकता है और हम स्वास्थ्य लाभ को प्रस्तुत हो सकते हैं।

महर्षि पतंजलि ने पांच हजार वर्ष पूर्व योग को मानव जीवन का अभिन्न अंग बताते हुए कहा कि "योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः अर्थात् योग चित्त की वक्तियों का निरोध है।" भगवद् गीता में श्री कृष्ण ने भी योग को प्राथमिकता देते हुए कहा



कि "योगः कर्मसु कौशलम अर्थात् कर्मों में कुशलता को योग कहते हैं।"

योग की शक्ति को पहचानते हुए स्कूल ऑफ मैनेजमेंट साईसेज लखनऊ के तत्वाधान में विगत 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 शिक्षको 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।