

प्रेस विज्ञप्ति

आज दिनांक 7 जून, 2017 को चिकित्सा विश्वविद्यालय के साईंटिफिक कंवेनशन सेण्टर के 1000 क्षमता वाले कक्ष में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को होने वाले कार्यक्रम के उपलक्ष्य में “**Foundation and practices of Yoga for healthy living**” विषय पर एक व्याख्यान का आयोजन किया गया। उपरोक्त व्याख्यान डॉ० ईश्वर वी बसवरद्दि, निदेशक मोरार जी देशाई नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ योगा, नई दिल्ली द्वारा दिया गया। उन्होंने बताया कि योग अध्यात्म के लिए अति आवश्यक है, योग एक दर्शन है, योग विज्ञान है, योग स्वस्थ जीवन जीने की कला है, यह जीवन में समरसता लाता है, योग का अभ्यास मानव मन को शांत करता है। आज पूरा राष्ट्र इस समय लखनऊ की तरफ टकटकी लगाये बैठा है। 21 जून को देश के प्रधानमंत्री और भारत में योग विद्या को एक बार फिर से विश्व के पटल पर स्थापित करने वाले श्री नरेन्द्र दामोदर मोदी जी के साथ किंग जार्ज विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो० मदनलाल ब्रह्म भट्ट के साथ चिकित्सा विश्वविद्यालय परिवार के लगभग 1200 कर्मचारी एवं विद्यार्थी मौजूद रहेंगे।

प्राचीन जीवन पद्धति लिये योग, आज के परिवेश में हमारे जीवन को स्वस्थ और खुशहाल बना सकते हैं। आज के प्रदूषित वातावरण में योग एक ऐसी औषधि है जिसका कोई साइड इफेक्ट नहीं है, बल्कि योग के अनेक आसन, प्रणायाम आदि ब्लड प्रेशर आदि को नार्मल करते हैं और जीवन के लिए संजीवनी है। योग में ऐसे अनेक आसन हैं जिनको जीवन में अपनाने से कई बीमारियां समाप्त हो जाती हैं और खतरनाक बीमारियों का असर भी कम हो जाता है। स्वस्थ रखने के साथ ही योग हमें पॉजिटिव एर्नजी भी देता है। योग शरीर के रोग प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है। योग एक सुरक्षात्मक मेडिसिन है। आसन प्रणायाम, ध्यान से मन शांत होने पर स्वस्थ जीवन का आरंभ होता है। शास्त्रों से 128 प्रकार योग की जानकारी मिलती है, जिनमें से मुख्य योग है वेदांत, सांख्य योग, तांत्रिक योग, जैन योग, बुध्दिष्ट योग सुफी और पारम्परिक योग है। हमारे देश में 5000 वर्ष से योग सस्कृति चली आ रही है। उन्होंने स्वास्थ्य के तीन स्तम्भों के बारे बताते हुए कहा कि आहार, निद्रा और ब्रह्मचर्य है। योग की अवधारणा आहार, विहार, आचार, वीचार एवं व्यवहार से है।

इस अवसर पर चिकित्सा विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो० मदनलाल ब्रह्म भट्ट जी ने डॉ० ईश्वर वी० बसवरद्दि को स्मृति चिन्ह प्रदान करते हुए उनको सम्मानित किया तथा इस अवसर पर उन्होंने कहा कि योगा आसन के माध्यम से शारीरिक मानसिक अध्यात्मिक समाजिक समरसता से जुड़ना है। सभी इंद्रियों को विग्रह करना पड़ता है ताकी हम एकाग्रचित्त होकर योग आसन पूर्ण कर सकें। उन्होंने देश के प्रधानमंत्री द्वारा चालये जा रहे योग और स्वच्छता के सम्बंध में कहा कि इससे जहां स्वच्छता अभियान से समाज में व्याप्त गंदगी समाप्त होगी और योग के माध्यम से मनुष्य स्वस्थ एवं प्रसन्नचित्त रहेगा।

प्रो० दिवाकर दलेला, प्रभारी योग इकाई, द्वारा कार्यक्रम का संचालन किया गया। इस अवसर पर चिकित्सा विश्वविद्यालय के विभिन्न संकायों के संकाय सदस्य एवं छात्र-छात्रायें तथा कर्मचारी उपस्थित रहे।

(प्रो० नरसिंह वर्मा)
फैकल्टी इंचार्ज, मीडिया सेल
चिकित्सा संकाय, केजीएमयू

(प्रो० विभा सिंह)
फैकल्टी इंचार्ज, मीडिया सेल
दंत संकाय, केजीएमयू