पत्र सूचना शाखा
सूचना एवं जनसम्पर्क विभाग, उ0प्र0

राज्यपाल ने योग विषयक संगोष्ठी का उद्घाटन किया

लखनऊः 21 जून, 2016

उत्तर प्रदेश के राज्यपाल श्री राम नाईक ने आज लखनऊ विश्वविद्यालय के मालवीय सभागार में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर 'आधुनिक जीवन शैली और योग' विषयक संगोष्ठी का उद्घाटन किया। इस अवसर पर कुलपति प्रो0 एस0बी0 निमसे, उपकुलपति प्रो0 यू0के0 द्विवेदी सहित मुख्य वक्ता के रूप में डाॅ0 वी0एस0 पाण्डे पूर्व विभागाध्यक्ष फिजियोलाॅजी एवं प्रो0 सूर्यकांत किंग जार्ज चिकित्सा विश्वविद्यालय उपस्थित थे। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के छात्र-छात्राएं भी उपस्थित थे।

राज्यपाल ने कहा कि आज के आधुनिक जीवन के बारे में सोचता हूँ तो अपना बचपन याद आता है। खाना, सोना, पढ़ना सब कुछ नियम संयम से होता था। हमारे स्कूल में सूर्य नमस्कार जरूरी था जिसके कारण रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती थी। आज की आधुनिक जीवन शैली में रात को जागना, देर तक सोना, व्यायाम न करना, उचित समय पर भोजन न लेना तथा खान-पान में बदलाव का चलन बढ़ा है। इन कारणों से जीवन में तनाव पैदा होता है जिससे मनुष्य के स्वास्थ्य पर प्रतिकूल असर पड़ता है। ऐसी स्थिति में योग के बारे में जानना जरूरी है। उन्होंने कहा कि सूर्य नमस्कार से शारीरिक व मानसिक शक्ति का निर्माण होता है।

श्री नाईक ने कहा कि भारतीय धर्मों के साथ योग विदेशों में पहुँचा है। सारी दुनिया में योग का चलन बढ़ा है। दुबई और अन्य देशों में भी लोग योगाभ्यास कर रहे हैं। तीन करोड़ पचास लाख से अधिक लोग अमेरिका में योग कर रहे हैं। योग का महत्व विश्व को धीरे-धीरे समझ में आ रहा है। योग भारत की सांस्कृतिक विशेषता की एक विशिष्ट विधा है। उन्होंने कहा कि योग की ताकत को पहचानकर उसका प्रयोग करें।

कार्यक्रम में प्रो0 यू0एस0 पाण्डेय व प्रो0 सूर्यकांत ने योग को लेकर अपने-अपने विचार रखे। कुलपति प्रो0 एस0बी0 निमसे ने स्वागत भाषण दिया। कार्यक्रम में योगभ्यास एवं योग आधारित अन्य प्रतियोगिता में भाग लेने वाले छात्र-छात्राओं में से प्रियंका दीक्षित, आशुतोष, पूर्णिमा पाण्डे, नीरज कश्यप, प्रियंका वर्मा, शहाना बानो सहित अन्य विद्यार्थियों को स्मृति चिन्ह व प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। राज्यपाल ने इस अवसर पर श्री सत्येन्द्र मिश्रा द्वारा लिखित पुस्तक 'मसाज एज थेरेपी' का लोकार्पण भी किया।

अंजुम/ललित/राजभवन (216/19)

"योगक्षेमम् वहाम्यहम्"
अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस

"योगक्षेमम् वहाम्यहम्"
अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस
"आधुनिक जीवन शैली और योग" विषयक संगोष्ठी
मुख्य अतिथि: श्री राम नाईक, माननीय राज्यपाल,
अध्यक्षता:
एस0 बी0 निमसे, कुलपति, लखनऊ

"योगक्षेमम् वहाम्यहम्"
अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस
Yoga for Harmony & Peace
"आधुनिक जीवन शैली और योग" विषयक संगोष्ठी