आफरी, जोधपुर द्वारा मनाये गये अंतरराष्ट्रीय योग दिवस (21st जून 2022) की रिपोर्ट

आफरी जोधपुर द्वारा अतंरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर सामूहिक योग कार्यक्रम का आयोजन किया। संस्थान के सामुदायिक भवन में प्रात: 8 से 9 बजे तक एक योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में योग विशेषज्ञ प्रोफेसर विमला शियोरान, प्रभागाध्यक्ष, प्राणी शास्त्र, जे.एन.वी.यू जोधपुर द्वारा हार्टफुलनेस संस्था के अपने सहयोगियों डॉ. लक्ष्मी दीक्षित, श्रीमती रेनू विश्नोई, श्री लिखमा राम पटेल, श्री नितिन दीक्षित, श्री गोपाल दास पुरोहित के निर्देशन में वार्मअप के बाद, योग की विभिन्न मुद्राएँ, प्राणायाम एवं ध्यान साधना कराया। इस अवसर पर संस्थान के श्री, एम.आर. बालोच, निदेशक की अध्यक्षता में डॉ. तरुण कान्त, समूह समन्वयक शोध, समस्त प्रभागाध्यक्ष, वैज्ञानिकगण एवं आफरी परिसर में रहने वाले अधिकारीयों, कर्मचारियों ने इस कार्यक्रम में उत्साह के साथ भाग लिया।

अतंरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आजादी की अमृत महोत्सव के तहत योग सत्र का आयोजन किया गया इस कार्यक्रम की मुख्य अतिथि, योग विशेषज्ञ प्रोफेसर विमला शियोरान, प्रभागाध्यक्ष, प्राणी शास्त्र,

जे.एन.वी.यू,जोधपुर रही । कार्यक्रम के आरम्भ में आफरी निदेशक श्री एम.आर.बालोच ने मुख्य अतिथि का पुष्पगुच्छ प्रदान कर स्वागत किया।

डॉ. तरुण कान्त, समूह समन्वयक शोध ने अपने स्वागत संबोधन में योग की उपयोगिता बताते हुए कहा कि योग की उपयोगिता को स्वीकार करते हुए इस वर्ष यूनाइटेड नेशन ने योग दिवस का थीम "योग फॉर ह्यूमैनिटी" निर्धारित किया । उन्होंने कहा कि कोरोना जैसी महामारी में जब विश्व आहत था तब योग ने बहुत लोगों को इस महामारी से होने वाले दुष्प्रभाव से उबारा है । डॉ. कान्त ने कहा कि, योग साँस्कृतिक धरोहर है । योग धर्म नही कल्याण का विज्ञान है।

आफरी निदेशक श्री एम.आर.बालोच ने बताया की योग केवल शारीरिक व्यायाम ही नहीं है, योग व्यक्ति को मानसिक एवं आध्यात्मिक रूप से सुदृढ़ बनाता है । उन्होंने योग से होने वाले विभिन्न लाभों के बारे में बताया ।

श्री लिखमाराम पटेल, हार्टफुलनेस के प्रतिनिधि ने ध्यान एवं एकाग्रता को एक स्वाभाविक प्रक्रिया बताते हुए आध्यात्मिक एवं मानसिक शांति के लिए आवश्यक बताया ।

हार्टफुलनेस की प्रतिनिधि डॉ. लक्ष्मी दीक्षित ने कहा कि योग का मतलब हृदय एवं मन को जोड़ना है। योग से जीवन शैली स्वस्थ यानि स्वयं में स्थित होती है । योग से कार्यस्थल पर कार्य करने की एकाग्रता बढती है।

प्रोफ़ेसर विमला शियोरान ने "Yogik Anandam" विषय पर एक रोचक एवं ज्ञानवर्धक व्याख्यान प्रस्तुत किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि जो भी कार्य करे उसे आनंद के साथ करना चाहिए। व्यक्ति को शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक तीनों स्थितियों को एक अवस्था में लाने का प्रयास करना चाहिये और यह केवल योग एवं एकाग्रता से ही संभव हो सकता है ।

आफरी परिसर से बाहर रहने वाले अधिकारीयों कर्मचारियों ने अपने घर से योग करने की तस्वीरें अपने प्रभागाध्यक्ष को व्हाटसअप पर साझा करी।

कार्यक्रम के अतं में सभी अतिथियों का स्मृति चिन्ह भेंट किया गया ।श्रीमती अनीता, प्रभागाध्यक्ष, विस्तार विभाग, द्वारा धन्यवाद ज्ञापित किया गया। कार्यक्रम का संचालन डॉ. बिलास सिंह, मुख्य तकनीकी अधिकारी द्वारा किया गया।

भारतीय वानिकी अनुसन्धान एवं शिक्षा परिषद
INDIAN COUNCIL OF FORESTRY RESEARCH AND EDUCATION
वनस्पतयः शान्तिः

TERNATIONAL
YOGA DAY
21st JUNE, 2022
Venue: Conference Hall, AFRI
FOREST RESEARCH INSTITUTE
भारतीय वानिकी अनुसन्धान एवं शिक्षा परिषद
INDIAN COUNCIL OF FORESTRY RESEARCH AND EDUCATION
वनस्पतयः शान्तिः

भारतीय वानिकी अनुसन्धान एवं शिक्षा परिषद
INDIAN COUNCIL OF FORESTRY RESEARCH AND EDUCATION
वनस्पतयः शान्तिः

heartfulness.org
भारतीय वानिकी अनुसन्धान एवं शिक्षा परिषद
INDIAN COUNCIL OF FORESTRY RESEARCH AND EDUCATION
वनस्पतयः शान्तिः