

भा.कृ.अनु.प. - केन्द्रीय मृदा लवणता अनुसंधान संस्थान क्षेत्रीय अनुसंधान केन्द्र, भरुच

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

भा.कृ.अनु.प. - केन्द्रीय मृदा लवणता अनुसंधान संस्थान, क्षेत्रीय अनुसंधान केन्द्र, भरुच के अधिकारियों/कर्मचारियों ने दिनांक 21.06.2021 को ऑनलाइन माध्यम (zoom app) द्वारा सुबह 6:15 बजे से सातवाँ 'अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस' का आयोजन डॉ. सागर डी. विभूति, वैज्ञानिक द्वारा केन्द्र के अध्यक्ष डॉ. अनिल आर. चिंचमलातपुरे के कुशल नेतृत्व में किया गया। उन्होंने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के आयोजन के बारे में एवं 'दैनिक जीवन में योग' विषय को गहराई से समझाया। उन्होंने नित्य योग करने के लिए सही समय तथा तरीके के बारे में जानकारी दी। उन्होंने बताया कि दैनिक जीवन में सभी को नियमित योगाभ्यास करना चाहिए जिससे आजकल की भागदौड़ भरी जीवनशैली में भी शरीर तनावमुक्त, स्वस्थ एवं मन शांत रह सके। साथ ही वर्तमान समय में जब पूरा विश्व कोविड 19 (कोरोना वायरस) जैसे वैश्विक महामारी से अबतक जूझ रहा है, ऐसे समय में योग का महत्व और भी बढ़ जाता है क्योंकि योग से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ता है और कोविड 19 वैश्विक महामारी की अभी तक कोई सटीक इलाज संभव नहीं है।

इस केन्द्र के वरिष्ठ तकनीकी अधिकारी श्री अक्षय कुमार ने उपस्थित लोगों को विभिन्न तरह के आसन जैसे मर्कटासन, पवनमुक्तासन, मकरासन, वक्रासन, कोणासन तथा प्राणायाम जैसे भस्त्रिका, कपालभाति, अनुलोम विलोम, भ्रामरी इत्यादि कराया। उन्होंने शरीर के विभिन्न हिस्सों में होने वाली विभिन्न बीमारियों को ठीक करने तथा निरोगी काया के लिए भी योग बताया। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के इस ऑनलाइन आयोजन में (अपने - अपने घरों से) केन्द्र के वैज्ञानिक सहित सभी अधिकारी, कर्मचारियों, समनी फार्म के कर्मचारियों, संविदाकर्मियों एवं आसपास के लोगों ने बढ़ चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम का समापन सुबह 7:15 बजे शान्ति पाठ एवं आनन्दासन के साथ किया गया।

इसके पश्चात, सुबह 10:30 बजे मुख्यालय द्वारा ऑनलाइन माध्यम से आयोजित योग आधारित व्याख्यानों 1. योग : योगी से जनसाधारण तक (श्री सुदेश गोसाई, पतंजलि योग समिति, करनाल) व 2. सनातन और योग (डॉ० सी एल वर्मा, आर.आर.एस., लखनऊ) में केन्द्र के सभी अधिकारियों व कर्मचारियों ने भाग लिया।

धन्यवाद प्रस्ताव के साथ कार्यक्रम का समापन किया गया।

