

// प्रतिवेदन //

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस – 2022

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर (छ.ग.) के योग विज्ञान विभाग, राष्ट्रीय सेवा योजना एवं अन्तर विश्वविद्यालय केन्द्र योग विज्ञान, बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में दिनांक – 20 जून, 2022 से 18 जुलाई, 2022 तक आयोजित कार्यक्रमों का विवरण

—0—

दिनांक 20 जून, 2022

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय एवम अंतर विश्व विद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलोर के संयुक्त तत्वावधान में विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर के अवसर पर 20, 21 और 22 जून इन तीन दिनों का कार्यक्रम रखा गया 20 जून 2022 को निबंध प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें विश्वविद्यालय एवं अन्य महाविद्यालयों के 100 से अधिक छात्र-छात्राओं ने हिस्सा लिया जिसमें प्रथम स्थान पर आकांक्षा खेड़कर पीजी डिप्लोमा योग साइंस, दूसरे स्थान पर लोकेश कुमार सिदार डीपी विप्र महाविद्यालय तीसरे स्थान पर राघव धूरी कॉमर्स डिपार्टमेंट यूटीडी रहे। इसके पश्चात पेंटिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें प्रथम स्थान पर भावना ठाकुर पीजीडीवाईएस योग विज्ञान विभाग, दूसरे स्थान पर आरती यादव शासकीय बिलासा कन्या महाविद्यालय, तीसरे स्थान पर दीप्ति यादव पीजी डिप्लोमा योग विभाग रही।



दिनांक 21 जून, 2022

दिनांक 21 जून, 2022 को प्रातः 6:00 बजे विश्वविद्यालय परिसर में रन फॉर योगा का आयोजन किया गया विश्वविद्यालय के कर्मचारी अधिकारी सहित अन्य महाविद्यालयों के प्राध्यापक राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यकर्ता बड़ी संख्या में विद्यार्थी सम्मिलित हुए। कार्यक्रम के दूसरे सत्र का उद्घाटन कार्यक्रम के मुख्य अतिथि संत स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी जी के द्वारा किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य एडीएन वाजपेई जी ने किया। अतिविशिष्ट अतिथि के रूप में श्री रोहित कुमार सिंह जी अध्यक्ष, राष्ट्रीय युवा चेतना, उपस्थित रहे। कार्यक्रम का शुभारंभ विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग के सहा. प्राध्यापक श्री सत्यम तिवारी ने एवं मोनिका पाठक ने ओम उच्चारण के साथ किया। तत्पश्चात स्वागत उद्बोधन छात्र कल्याण विभाग के अधिष्ठाता एचएस होता ने किया स्वागत उद्बोधन के पश्चात योग प्रोटोकॉल के अंतर्गत समस्त कर्मचारी अधिकारी एवं उपस्थित प्रतिभागियों ने विभिन्न आसन प्राणायाम व ध्यान का अभ्यास किया इस अवसर पर कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री अभिषेक ब्रह्मचारी जी ने बतलाया की योग ईश्वर के द्वारा संपूर्ण मानव समाज को एक उपहार है। आज के इस समय में इसका अभ्यास प्रत्येक मनुष्य के लिए आवश्यक है विशिष्ट अतिथि श्री रोहित कुमार सिंह जी ने योग के द्वारा संपूर्ण मानव समाज को जोड़ने की बात कही विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य एडीएन वाजपेई ने बतलाया की योग व्यक्ति के जीवन को परिष्कृत करता है और उसे मानव से महामानव के रूप में विकसित करने की क्षमता रखता है जो योग की रक्षा करता है योग उसकी रक्षा करता है। छात्र कल्याण अधिष्ठाता ने बताया की योग का अभ्यास बीमारियों और कठिनाइयों को हमसे दूर करता है विश्वविद्यालय के कुलसचिव डॉ सुधीर शर्मा ने बतलाया कि कोरोना कालखंड में योग के द्वारा ही संपूर्ण मानव समाज की रक्षा हुई अतः इसे स्थाई रूप से अपने जीवन में स्थान देना आवश्यक है। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद ज्ञापन कार्यक्रम के समन्वयक योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने किया और उन्होंने बतलाया कि जैसे श्वास का महत्व है वैसे ही हर व्यक्ति को योग का महत्व समझना चाहिए योग हमारे संस्कारों को शुद्ध करता है और विकारों को नष्ट करता है।



दिनांक 22 जून, 2022

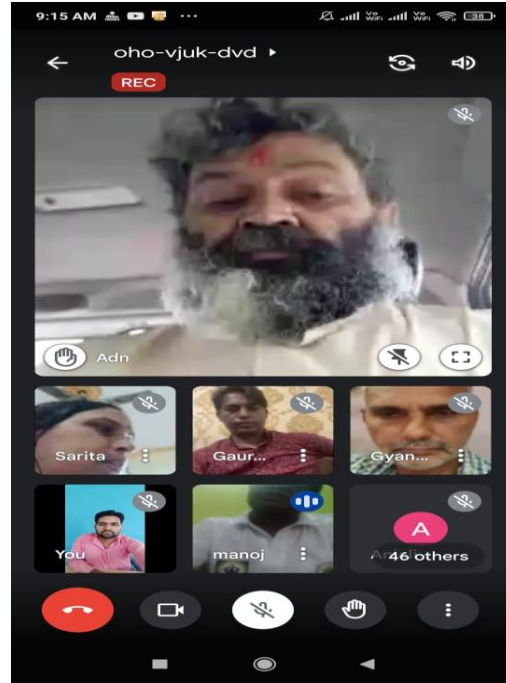
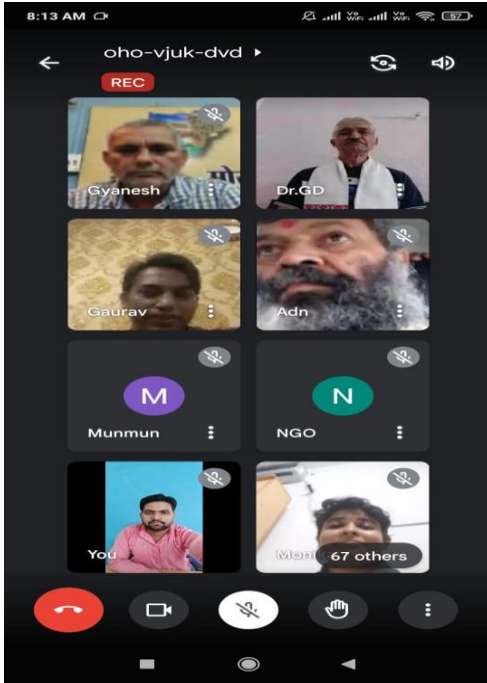
दिनांक 22/06/2022 को योग पर भाषण, क्विज प्रतियोगिता एवं योगासन के वीडियो मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। तत्पश्चात सात दिवसीय योग के ऑनलाइन सत्र व सात दिवसीय ऑफलाइन सत्र का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के माननीय कुलसचिव श्री सुधीर शर्मा परीक्षा नियंत्रक पीके पांडे श्री प्रदीप सिंह राष्ट्रीय सेवा योजना, समन्वयक डॉ. मनोज सिन्हा, उप कुलसचिव सुश्री नेहा यादव, श्री यशवंत पटेल, श्री हर्ष पांडेय, श्री एलेक्जेंडर कुजूर, श्री हामिद अब्दुल्ला, श्री मनीष सक्सेना, श्रीयंक परिहार, उपेंद्र चंद्राकर सहित विश्वविद्यालय के समस्त प्राध्यापकगण-छात्र छात्राएं, अन्य महाविद्यालयों से संबंधित प्राध्यापकगण, मीडिया के कर्मचारी राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी शामिल रहे। कार्यक्रम के मुख्य समन्वयक के रूप में विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू, अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी, योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक उपस्थित थे। उक्त कार्यक्रम में 11:00 बजे से 1:00 बजे तक रंगोली प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें प्रथम स्थान पर दिव्या कश्यप यूटीडी फूड प्रोसेसिंग डिपार्टमेंट, दूसरे स्थान पर सेजल भट्ट एवं रितिका वर्मा कंप्यूटर साइंस विभाग, तीसरे स्थान पर प्रमोद केवट डीपी विप्र महाविद्यालय बिलासपुर रहे। तत्पश्चात योग भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जो 1:00 बजे से लेकर 2:00 बजे तक संपन्न हुआ। इसमें प्रथम स्थान पर प्रियांशु मिश्रा यूटीडी कॉमर्स विभाग, दूसरे स्थान पर दीप्ति यादव पीजीडीवाईएस, योग विज्ञान विभाग, तीसरे स्थान पर अविनाश साहू शासकीय राघवेंद्र राव महाविद्यालय रहे। 2:00 बजे से 2:30 बजे के मध्य योग पर वीडियो मेकिंग प्रतियोगिता का आयोजन हुआ जिसमें प्रथम स्थान पर लोमस कुमार साहू पीजीडीवाईएस योग विज्ञान विभाग, दूसरे स्थान पर आयुषी शुक्ला सीएसआर महाविद्यालय करगी रोड कोटा, तीसरे स्थान पर कौशल सिंह एवं उज्ज्वल यूटीडी कॉमर्स रहे। 2:30 बजे से 3:30 बजे के मध्य योग पर क्विज प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें प्रथम स्थान पर अजय कुमार बंजारे शासकीय जेपी वर्मा महाविद्यालय, कुणाल कुमार साहू यूटीडी कॉमर्स विभाग, तीसरे स्थान पर उज्ज्वल माटेलिया यूटीडी कॉमर्स विभाग रहे। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति ने उन्हें अनंत कोटि शुभकामनाएं दी और उनका उत्साहवर्धन किया। विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने विश्वविद्यालय सभी प्रतिभागियों को शुभकामनाएं देते हुए कार्यक्रम में भाग लेने विद्यार्थियों को कहा कि योग के इस कार्यक्रम को आयोजित करने का एकमात्र उद्देश्य विद्यार्थियों में योग के प्रति मूल्य परक व गुणात्मक शिक्षा को बढ़ावा देना व उनके प्रतिभा व योग्यता को सम्मान देना है आज के कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान विभाग के व्याख्याता सत्यम तिवारी ने किया कार्यक्रम में डॉ. हामिद अब्दुल्ला, प्रताप पांडे, हर्ष पांडे डॉ. पूजा पांडे निर्णायक के रूप में उपस्थित रहे विश्वविद्यालय एवं अन्य महाविद्यालयों के विद्यार्थीगण मीडिया के कर्मचारी शामिल रहे।



दिनांक 01 जुलाई से 07 जुलाई, 2022 तक आयोजित अष्टांग योग के आठ प्रहर पर सप्ताहिक आभासी सत्र प्रथम दिवस— दिनांक 01 जुलाई, 2022

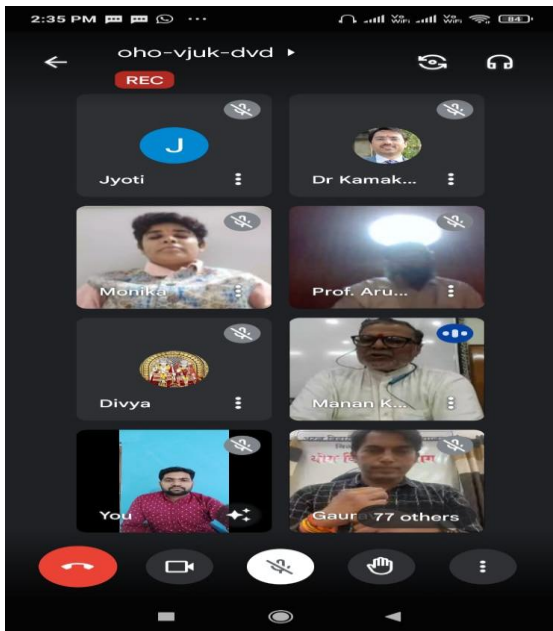
अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं राष्ट्रीय स्वयं सेवा योजना एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित अष्टांग योग के आठ प्रहर पर सप्ताहिक आभासी सत्र प्रातः 8 बजे गूगल मीट एप के द्वारा ऑनलाइन माध्यम से प्रारंभ हुआ। कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया। कार्यक्रम के प्रारंभ में योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने स्वागत उद्बोधन के द्वारा समस्त अतिथियों समस्त अतिथियों का स्वागत किया साथ में उन्होंने बतलाया की यम और नियम अष्टांग योग के दो आधार हैं जिस पर अष्टांग योग टिका हुआ है। प्रत्येक साधक के लिए यम और नियम का पालन आवश्यक है कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री ज्ञानेश शर्मा माननीय अध्यक्ष योग आयोग रायपुर रहे। उन्होंने बतलाया की यम और नियम के पालन से ही अष्टांग योग का अभ्यास पूर्ण होता है और योग के मार्ग में यम नियम का पालन अति आवश्यक होता है। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता प्रोफेसर जीडी शर्मा माननीय पूर्व विभाग अध्यक्ष योग विज्ञान विभाग हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय शिमला रहे। उन्होंने बताया की अष्टांग योग के पालन से व्यक्ति के मन में ममता शुचिता और समता का भाव जागृत होता है। कार्यक्रम की अध्यक्षता माननीय कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेई जी ने की उन्होंने बताया कि यम के अंतर्गत अहिंसा, सत्य और ब्रह्मचर्य का पालन आवश्यक होता है।

इससे मन इंद्रिय और शरीर में अद्वितीय शक्तियों का विकास होता है इसलिए हमें यम नियम के परिपालन पर विशेष ध्यान देना चाहिए। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद यापन श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय द्वारा किया गया। कार्यक्रम के संरक्षक प्रोफेसर अविनाश चंद्र पांडे माननीय निदेशक अंदर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बंगलुरु रहे, कार्यक्रम के समन्वयक डॉ सुधीर शर्मा कुलसचिव अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय बिलासपुर रहे। कार्यक्रम में छात्र कल्याण अधिष्ठाता डॉ. एच एस होता, सहायक प्राध्यापक श्री यशवंत पटेल, श्री एलेग्जेंडर कुजूर, कार्यक्रम के संयोजक के रूप में श्री गौरव साहू विभागाध्यक्ष योग विज्ञान विभाग श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना, श्री सत्यम तिवारी अतिथि व्याख्याता योग विज्ञान विभाग, सुश्री मोनिका पाठक योग अनुदेशक ,राष्ट्रीय सेवा योजना के समस्त कार्यक्रम अधिकारी व सदस्य योग विज्ञान विभाग के समस्त विद्यार्थी इसके अलावा अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय से संबंधित महाविद्यालयों से संबंधित समस्त प्राध्यापकगण बड़ी संख्या में विद्यार्थी गण, मीडिया के बंधु उपस्थित रहे।



द्वितीय दिवस— दिनांक 02 जुलाई, 2022

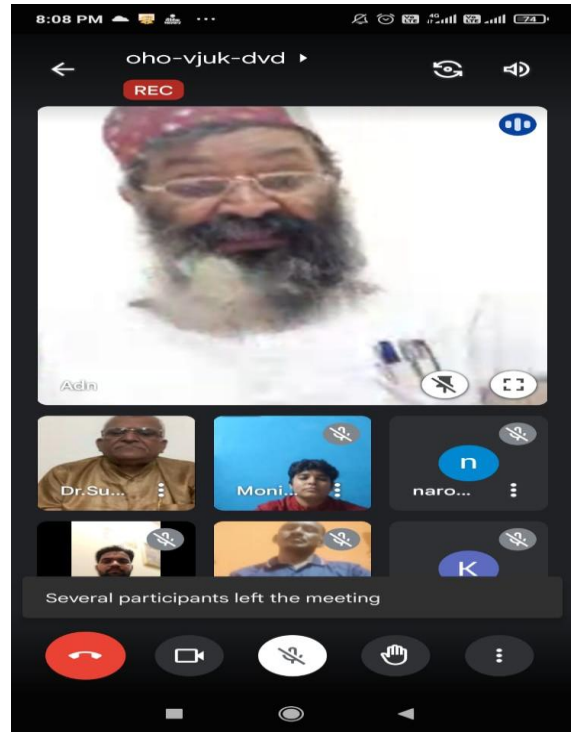
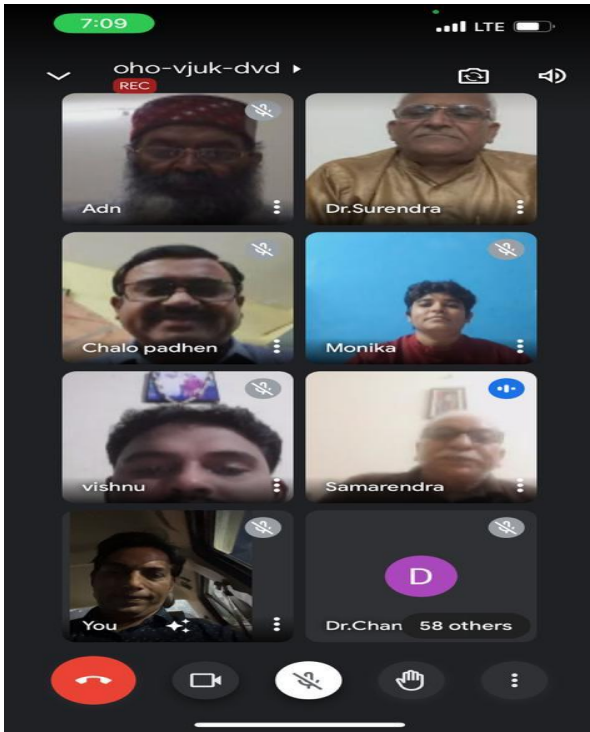
अष्टांग योग के आठ प्रहर पर आभासी कार्यक्रम के दूसरे दिन का आभासी कार्यक्रम 2/07/2022 को संपन्न हुआ जिसका मुख्य विषय अष्टांग योग में आसन रखा गया सप्ताहिक आभासी सत्र के दूसरे दिन का 2/07/2022 का व्याख्यान दोपहर 2 बजे से 3 बजे के मध्य गूगल मीट एप के द्वारा ऑनलाइन माध्यम से संपन्न हुआ। कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया। कार्यक्रम के प्रारंभ में योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने स्वागत उद्बोधन के द्वारा समस्त अतिथियों का स्वागत किया साथ ही उन्होंने बताया कि प्रतिदिन आसन करने से शारीरिक शक्ति का विकास होता है। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि प्रोफेसर कमलेश झा, संकाय अध्यक्ष संस्कृत विद्या धर्म विज्ञान संस्थान बनारस हिंदू विश्वविद्यालय वाराणसी उ.प्र. रहे। उन्होंने बताया कि आसन करने से जो प्रकृति प्रदत्त वात पित्त कफ का असंतुलन है वह दूर होता है। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता डॉ. कामाख्या कुमार विभागाध्यक्ष यौगिक विज्ञान विभाग उत्तराखंड संस्कृत विश्वविद्यालय हरिद्वार विभागाध्यक्ष योग विज्ञान विभाग हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय शिमला रहे। उन्होंने अपने उद्बोधन में कहा कि महर्षि पतंजलि जी के द्वारा प्रदत्त आसनों के अभ्यास से व्यक्ति समाधि के भाव को प्राप्त हो सकता है कार्यक्रम की अध्यक्षता माननीय कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेई जी ने की। उन्होंने बताया कि अलग-अलग आसनों को करने से हमारे अंदर विभिन्न प्रकार के सकारात्मक भावों का उदय होता है आसनों के अभ्यास से हमारे शरीर में उपस्थित रसायनों हार्मोन्स पर आसनों का सकारात्मक प्रभाव होता है, जो कि हमारे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को विकसित करने में सहायक होता है। आसनों के अभ्यास से हम शरीर, व्यवहार, मन और बुद्धि में संतुलन स्थापित कर सकते हैं। अतः हमें नियमित रूप से आसनों का अभ्यास करना चाहिए। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद ज्ञापन डॉ. मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय ने किया। कार्यक्रम के संरक्षक प्रोफेसर अविनाश चंद्र पांडे माननीय निदेशक अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु रहे। कार्यक्रम के समन्वयक डॉ सुधीर शर्मा कुलसचिव अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय बिलासपुर रहे।



तृतीय दिवस- दिनांक 03 जुलाई, 2022

अष्टांग योग के आठ प्रहर पर आधारित आभासी कार्यक्रम के तीसरे दिन 3/07/2022 के मुख्य विषय अष्टांग योग में प्राणायाम पर सुनिश्चित किया गया सप्ताहिक आभासी सत्र के तीसरे दिन रविवार 3/07/2022 का व्याख्यान शाम 7 बजे से 8 बजे के मध्य गूगल मीट एप के द्वारा ऑनलाइन माध्यम से संपन्न हुआ।

कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान के योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक ने किया। कार्यक्रम के प्रारंभ में योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने स्वागत उद्बोधन के द्वारा समस्त अतिथियों का स्वागत किया। उन्होंने बतलाया प्राणायाम के अभ्यास से व्यक्ति निरोगी होता है इसलिए प्राणायाम का अभ्यास हमें प्रतिदिन करना करना चाहिए। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डॉ समरेंद्र सिंह, स्टेट एनएसएस अधिकारी, पदेन उप सचिव उच्च शिक्षा विभाग छत्तीसगढ़ शासन रायपुर रहे। उन्होंने बतलाया प्राणायाम करने से समस्त रोगों का निवारण होता है। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता प्रोफेसर सुरेंद्र कुमार विभागाध्यक्ष योगिक विज्ञान एवं अधिष्ठाता योग एवं शारीरिक शिक्षा गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय हरिद्वार रहे। उन्होंने बतलाया की प्राणायाम से वात पित्त कफ संतुलित होता है और शरीर स्वस्थ रहता है। कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य एडीएन वाजपेई ने की उन्होंने बतलाया की प्राण के संयम से मन का संयम भी किया जा सकता है। प्राणायाम से व्यक्ति प्राणवान बनता है कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद यापन श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय ने किया।



चतुर्थ दिवस- दिनांक 04 जुलाई, 2022

कार्यक्रम के चौथे दिन 4/07/2022 के आभासी कार्यक्रम का विषय अष्टांग योग में प्रत्याहार रहा जो दोपहर 12:00 से 1:00 के मध्य गूगल मीट एप के माध्यम से आभासी रूप से संपन्न हुआ। आज के कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान विभाग के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया।

अतिथियों का स्वागत उद्बोधन योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने किया। उन्होंने बतलाया प्रत्याहार के पालन से जीवन में संयम और शक्ति का संचार होता है। आज के मुख्य अतिथि डॉक्टर मंजूनाथ गुरुराज सह प्राध्यापक योग एवं आध्यात्म विभाग स्वामी विवेकानंद योग अनुसंधान संस्थान बेंगलुरु रहे। उन्होंने बतलाया की प्रत्याहार के पालन से व्यक्ति अपने मन को संतुलित और एकाग्र कर सकता है। आज के मुख्य वक्ता डॉ. एस एन जोशी अधिष्ठाता छात्र कल्याण उत्तराखंड संस्कृत विश्वविद्यालय हरिद्वार रहे। उन्होंने बतलाया की हमें वृत्तियों के वशीभूत नहीं रहना चाहिए। हमें चित्त वृत्ति निरोध हेतु प्रत्याहार का पालन करना चाहिए। कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य एडीएन वाजपेई ने की। उन्होंने श्रीमद् भगवद्गीता का उदाहरण देकर बतलाया की चंचल मन को वश में करने का उपाय अभ्यास और वैराग्य होता है। जैसे कछुआ समस्त अंगों को समेट लेता है वैसे ही हमें भी विषयों के संपर्क होने पर अपने मन और इंद्रियों को अंतर्मुखी कर लेना चाहिए। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद ज्ञापन राष्ट्रीय सेवा योजना के समन्वयक डॉ मनोज सिन्हा ने किया। कार्यक्रम के संरक्षक प्रोफेसर अविनाश चंद्र पांडे माननीय निदेशक अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु रहे। कार्यक्रम के समन्वयक डॉ सुधीर शर्मा कुलसचिव अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय बिलासपुर रहे।



पंचम दिवस- दिनांक 05 जुलाई, 2022

अष्टांग योग के आठ प्रहर व आज के मुख्य विषय अष्टांग योग धारणा पर साप्ताहिक आभासी सत्र के पांचवे दिन 5/07/2022 का व्याख्यान रात्रि 9 बजे से 10 बजे के मध्य गूगल मीट एप के द्वारा ऑनलाइन माध्यम से संपन्न हुआ।

कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया। कार्यक्रम के प्रारंभ में योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने स्वागत उद्बोधन के द्वारा समस्त अतिथियों का स्वागत किया साथ ही उन्होंने बतलाया कि धारणा ध्यान का प्रमुख अंग है धारणा के अभ्यास से हमारी आंतरिक शक्तियों का विकास होता है। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डॉ. ईश्वर भारद्वाज संकायाध्यक्ष अकादमी, देव संस्कृति विश्वविद्यालय हरिद्वार (उत्तराखंड) रहे उन्होंने बतलाया धारणा के अभ्यास से सत प्रवृत्तियों को धारण करने का भाव उत्पन्न होता है, अतः धारणा का स्थान अष्टांग योग में प्रमुख है। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता डॉ. सुरेश लाल बर्णवाल विभागाध्यक्ष देव संस्कृति विश्वविद्यालय हरिद्वार (उत्तराखंड) रहे। उन्होंने बतलाया बिना श्रद्धा और संयम के बिना धारणा का अभ्यास निरर्थक है। धारणा चित्त(मन) की निर्मल अवस्था का प्रथम सोपान है। कार्यक्रम की अध्यक्षता माननीय कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेई जी ने किया। उन्होंने बतलाया धारणा के अभ्यास से चित्त की शुद्धि होती है धारणा, ध्यान की पूर्व अवस्था है और ध्यान की चरम अवस्था समाधि है धारणा के द्वारा हमारी समस्त इंद्रियों का निग्रह होता है। धारणा के उचित अभ्यास से मनुष्य सभी प्रकार की भौतिक एवं आध्यात्मिक सफलता को प्राप्त कर सकता है। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद ज्ञापन श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय ने किया। कार्यक्रम के संरक्षक प्रोफेसर अविनाश चंद्र पांडे माननीय निदेशक अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु रहे, कार्यक्रम के समन्वयक डॉ सुधीर शर्मा कुलसचिव अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय बिलासपुर रहे।



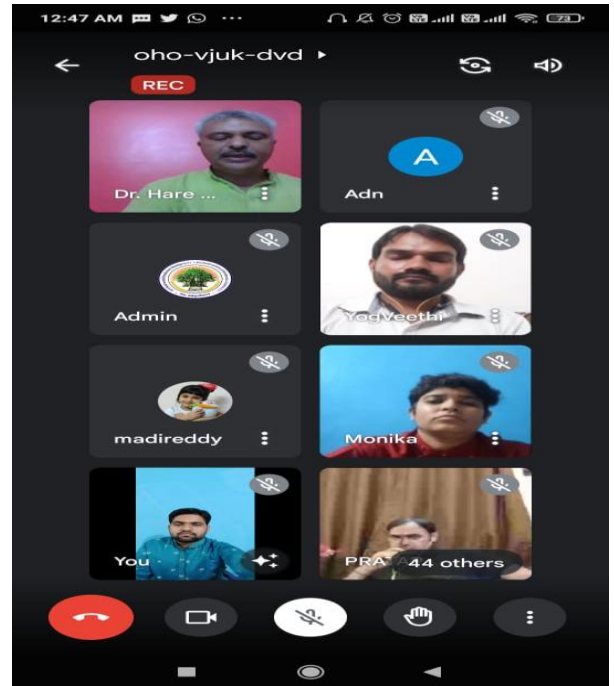
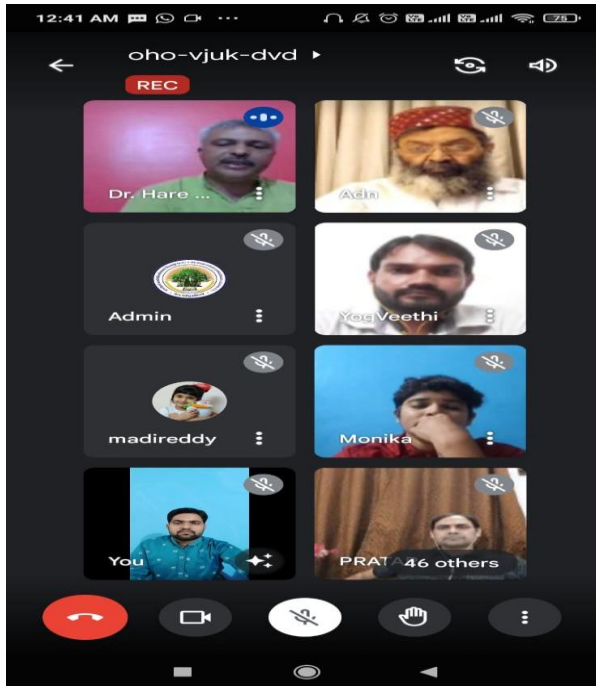
षष्ठम् दिवस- दिनांक 06 जुलाई, 2022

कार्यक्रम के छठवे दिवस का कार्यक्रम 6/07/2022 बुधवार को मध्य रात्रि 12:00 बजे से प्रारंभ हुआ।

कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान विभाग के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया। तत्पश्चात स्वागत भाषण योग विज्ञान विभाग के सहायक प्राध्यापक श्री गौरव साहू ने किया। उन्होंने बतलाया ध्यान से चित्त निर्मल होता है, अतः हमे ध्यान का अभ्यास करना चाहिए।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री नरेंद्र सिंह सहायक प्राध्यापक योग विज्ञान विज्ञान पतंजलि विश्वविद्यालय हरिद्वार रहे। उन्होंने बताया कि ध्यान के द्वारा पूर्व जन्मों के कर्मों की शुद्धि होती है। वर्तमान कर्मों में दिव्यता का भाव जाग्रत होता है। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता डॉ हरेराम पांडे सहायक प्राध्यापक इंदिरा गांधी राष्ट्रीय जनजाति विश्वविद्यालय अमरकंटक रहे। उन्होंने बतलाया घेरंड संहिता में तीन प्रकार के ध्यान बतलाए गए हैं जिसमें ज्योति ध्यान सर्वश्रेष्ठ है हम सभी को उनका अभ्यास करना चाहिए।

कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य एडीएन वाजपेई ने किया। उन्होंने बतलाया अलिखित को लिखना, अपठित को पढ़ना ही ध्यान है। ध्यान एक ऐसी विधा है जिसे मन इंद्रियों के द्वारा नहीं जाना जा सकता है। ध्यान के द्वारा हमारे चेतन और अवचेतन मन का शोधन होता है, अतः ध्यान हमारे लिए परम आवश्यक है। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद ज्ञापन डॉ मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना द्वारा किया गया। कार्यक्रम में संरक्षक के रूप में अंतर विश्वविद्यालय योग विज्ञान केंद्र बेंगलुरु के निदेशक से डॉ. अविनाश चंद्र पांडे व विश्वविद्यालय के सम्मानीय कुलसचिव श्री सुधीर शर्मा उपस्थित रहे।

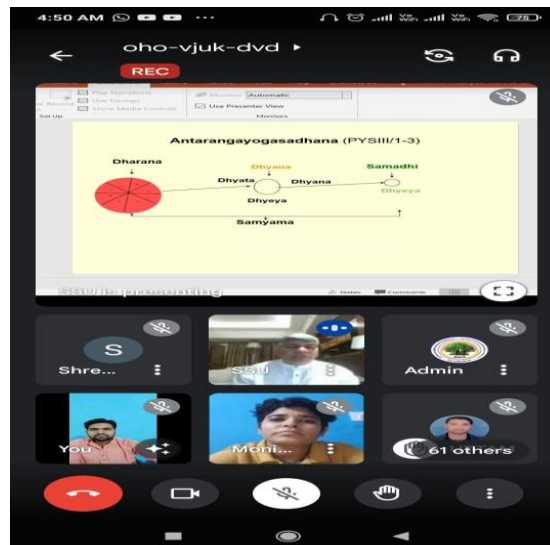


सप्तम् (समापन) दिवस- दिनांक 07 जुलाई, 2022

कार्यक्रम के सातवें दिन व अंतिम दिन का कार्यक्रम 8 जुलाई 2022 को सुबह 4:00 बजे गूगल मीट एप के माध्यम से संपन्न हुआ कार्यक्रम का संचालन अतिथि व्याख्याता योग विज्ञान विभाग से श्री सत्यम तिवारी ने किया तथा स्वागत उद्बोधन योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने किया। उन्होंने बतलाया समाधि में व्यक्ति के अंदर सभी व्यक्तियों के लिए समान दृष्टिकोण उत्पन्न हो जाता है, वह व्यक्ति व्यक्ति में भेद नहीं करता, अतः समाधि योग की सबसे महत्वपूर्ण क्रिया है।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एवं मुख्य वक्ता प्रोफ़ेसर बीआर शर्मा माननीय कुलपति संकायाध्यक्ष योग विज्ञान, श्री श्री यूनिवर्सिटी, कटक, उड़ीसा रहे। उन्होंने बतलाया व्यक्ति जब संप्रज्ञात योग की अवस्था को पार कर असमप्रज्ञात योग अर्थात् निर्बीज अवस्था को प्राप्त कर लेता है, वही क्रिया समाधि है। आभासी कार्यक्रम की अध्यक्षता अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य ए. डी. एन. वाजपेई ने किया। उन्होंने बतलाया की समाधि ध्यान से ऊपर की क्रिया है। ध्यान हमारे सबकॉन्शियस माइंड व समाधि हमारे सुपरकॉन्शियस माइंड को जागृत करती है। समाधि हमें आत्मसाक्षात्कार व स्वयं के स्वरूप का दिग्दर्शन कराती है कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद यापन डॉ. मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना ने किया। कार्यक्रम में संरक्षक के रूप में अंतर विश्वविद्यालय योग विज्ञान केंद्र बेंगलुरु के निदेशक से डॉ. अविनाश चंद्र पांडे व विश्वविद्यालय के सम्मानीय कुलसचिव श्री सुधीर शर्मा उपस्थित रहे।

सात दिवसीय कार्यक्रम में, सहायक प्राध्यापक श्री यशवंत पटेल, श्री प्रताप पांडेय, श्री विकास कुमार, श्री शिव दयाल पटेल, श्री वाय के तिवारी, कार्यक्रम के समन्वयक के रूप में विश्व विद्यालय के कुलसचिव श्री सुधीर शर्मा, कार्यक्रम के संयोजक के रूप में श्री गौरव साहू विभागाध्यक्ष योग विज्ञान विभाग, श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना, श्री सत्यम तिवारी अतिथि व्याख्याता योग विज्ञान विभाग, सुश्री मोनिका पाठक योग अनुदेशक, राष्ट्रीय सेवा योजना के समस्त कार्यक्रम अधिकारी व सदस्य योग विज्ञान विभाग के समस्त विद्यार्थी इसके अलावा अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय से संबंधित महाविद्यालयों से संबंधित समस्त प्राध्यापक गण बड़ी संख्या में विद्यार्थी गण, मीडिया के बंधु उपस्थित रहे।



दिनांक 11 जुलाई से 17 जुलाई, 2022 तक आयोजित

निःशुल्क योग शिविर

समय प्रातः 7:00 बजे से

प्रथम दिवस— दिनांक 11 जुलाई, 2022

अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित 11 से 17 जुलाई के योग शिविर के प्रथम दिवस अर्थात् 11 जुलाई के योग कार्यक्रम के मुख्य अतिथि व मुख्य वक्ता विश्व विद्यालय के सम्माननीय कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेई जी रहे। उन्होंने भौतिक सत्र के शुरुआत में बतलाया की योग पठन-पाठन से भी अधिक क्रियापरक व्यवहारिक विषय वस्तु है। योग को व्यवहार में लाए बिना मानव मात्र का कल्याण नहीं हो सकता। कार्यक्रम का संचालन अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया तथा योगाभ्यास का क्रम मोनिका पाठक ने संपन्न कराया।



द्वितीय दिवस— दिनांक 12 जुलाई, 2022

अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित 11 से 17 जुलाई के योग शिविर के दूसरे दिन 12/07/2022 के कार्यक्रम की शुरुआत सुबह 7:00 बजे विश्वविद्यालय के तृतीय तल पर स्थित सभागार पर हुई कार्यक्रम का संचालन अतिथि व्याख्याता सत्यम तिवारी ने किया। योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने स्वागत भाषण के द्वारा अतिथियों का अभिनंदन किया। उन्होंने अपने उद्बोधन में कहा कि योग जीवन जीने की कला है, हम सभी को इसका अभ्यास करना चाहिए। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री सौमित्र तिवारी सहायक प्राध्यापक एवं डायरेक्टर शारीरिक शिक्षा विभाग अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय रहे। उन्होंने बतलाया की योग के द्वारा हमारे शरीर में कई प्रकार के सकारात्मक हार्मोनल परिवर्तन होते हैं। योग से हमारे शरीर के साथ-साथ मन का विकास होता है। योगाभ्यास हमें समस्त प्रकार के रोगों से दूर रखता है, हम सभी को इसका अभ्यास करना चाहिए। तत्पश्चात योगाभ्यास का कार्यक्रम अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने करवाया। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद ज्ञापन योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने किया। कार्यक्रम में श्रीमती श्रिया साहू सहायक प्राध्यापक कंप्यूटर साइंस डिपार्टमेंट श्री, धर्मेन्द्र कश्यप सहायक प्राध्यापक, श्रीमती सीमा बेलोलकर, श्री जितेंद्र गुप्ता सहायक प्राध्यापक, योग विज्ञान के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी सुश्री मोनिका पाठक एवं योग विज्ञान विभाग एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के विद्यार्थी एवं बड़ी संख्या में अन्य महाविद्यालयों के विद्यार्थी गण तथा मीडिया के बंधु सम्मिलित हुए।



तृतीय दिवस- दिनांक 13 जुलाई, 2022

अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित आयोजन योग शिविर का आयोजन 11 से 17 जुलाई तक अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय कोनी स्थित परिसर के तृतीय तल स्थित सभागार पर किया रहा है आज के तीसरे दिन 13/07/2022 के कार्यक्रम की शुरुआत सुबह 7:00 बजे हुई।

कार्यक्रम का संचालन व योगाभ्यास का कार्य योग विज्ञान विभाग के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एवम मुख्य वक्ता डॉ. डी. एस. व्ही. जी. के. कलाधर विभागाध्यक्ष माइक्रोबायोलॉजी एवं बायोइनफॉर्मेटिक्स अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय रहे। उन्होंने बतलाया कि योग हमें स्वास्थ्य और शक्ति प्रदान करता है। योग हमारे समस्त कार्यों को सम भाव व पूर्णता से करने का संदेश देता है। हमें योग युक्त होकर अपने समस्त कार्यों को करना चाहिए। योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने कहा योग ईश्वर के द्वारा प्रदत्त प्राणी मात्र के लिए वरदान है इसके पालन से हमारे इंद्रिय मन बुद्धि और आत्मा परिष्कृत होती है और हमें ऊर्जा और स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है।

कार्यक्रम में डॉ. कलाधर विभागाध्यक्ष माइक्रोबायोलॉजी एवम बायोइनफॉर्मेटिक्स, योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू, योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक, अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी एवं बड़ी संख्या में योग विज्ञान विभाग के विद्यार्थी एवं अन्य महाविद्यालयों से उपस्थित विद्यार्थी गण एवं मीडिया के बंधु उपस्थित रहे।



चतुर्थ दिवस- दिनांक 14 जुलाई, 2022

अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित आयोजन योग शिविर का आयोजन 11 से 17 जुलाई तक अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय कोनी स्थित परिसर के तृतीय तल स्थित सभागार पर किया रहा है आज के चौथे दिन 14/07/2022 के कार्यक्रम की शुरुआत सुबह 7:00 बजे हुई।

कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान विभाग के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया व योगाभ्यास का कार्य योग विज्ञान विभाग के योग अनुदेशिका सुश्री मोनिका पाठक ने सम्पन्न करवाया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एवं मुख्य वक्ता श्री यशवंत पटेल विभागाध्यक्ष खाद्य प्रसंस्करण एवं प्रौद्योगिकी अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय रहे। उन्होंने बतलाया कि चित और मन में निर्मलता योग के द्वारा उत्पन्न होती है। योग के द्वारा हम अपने विचारों और व्यवहारों को शुद्ध कर सकते हैं योग हमारे ओज तेज और बल को विकसित करता है साथ ही साथ हमें जीवन के हर पड़ाव पर सफल होने में मदद करता है। योग के द्वारा व्यक्ति पूर्णता से अपने जीवन को जी सकता है अतः हम सभी को प्रतिदिन योगाभ्यास करना चाहिए योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने कहा योग का यह सात दिवसीय शिविर हमें योग युक्त होना सिखाता है। अपने प्रतिदिन के आचरण के योग को लाए बिना जीवन का कल्याण संभव नहीं है। योग के अभ्यास से सांसारिक समृद्धि, सफलता भौतिक उपलब्धि और आध्यात्मिक शक्तियों के साथ साथ ईश्वर की प्राप्ति भी की जा सकती है। योग मानव को गढ़ने की टकसाल है अतः हम सभी को योग परायण जीवन जीना चाहिए।

कार्यक्रम में श्री यशवंत पटेल विभागाध्यक्ष खाद्य प्रसंस्करण एवं प्रौद्योगिकी, योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू, योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक, अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी एवं बड़ी संख्या में योग विज्ञान विभाग के विद्यार्थी एवं अन्य महाविद्यालयों से उपस्थित विद्यार्थी गण एवं मीडिया के बंधु उपस्थित रहे।



पंचम दिवस- दिनांक 15 जुलाई, 2022

आज के पांचवे दिन 15/07/2022 के कार्यक्रम की शुरुआत सुबह 7:00 बजे हुई। कार्यक्रम का संचालन योग विज्ञान विभाग के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया व योगाभ्यास का कार्य योग विज्ञान विभाग के योग अनुदेशिका सुश्री मोनिका पाठक ने सम्पन्न करवाया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री सुधीर शर्मा कुलसचिव अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़ रहे। उन्होंने बतलाया योगाभ्यास के द्वारा व्यक्ति का चित्त एवं मन निर्मल होता है योग के षट्कर्मों के अभ्यास से शरीर की तत्व शुद्धि होती है वही धारणा व ध्यान से मानसिक स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है।

कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि डॉ. एच. एस. होता अधिष्ठाता छात्र कल्याण अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय बिलासपुर छत्तीसगढ़ रहे। उन्होंने बतलाया की योग सभी को एक दूसरे से जोड़ना सिखाता है। योग के द्वारा हमें एकता सामंजस्यता की सीख मिलती है एवं मुख्य वक्ता डॉ. हरी भाई मेहर मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी संत श्री विनोबा भावे प्राकृतिक चिकित्सा एवं योग केंद्र बिलासपुर छत्तीसगढ़ रहे। उन्होंने बतलाया की योग को जीवन में उतारना व्यवहार में लाना महत्वपूर्ण है। योग के क्रियाओं को करने से ही व्यक्ति को लाभ प्राप्त होगा। योग पठन-पाठन से भी अधिक क्रियात्मक विषय वस्तु है।

योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने कहा कि योग का यह सात दिवसीय शिविर हमें नियम परायण होकर एवं योग युक्त होना सिखाता है। हमें अपने प्रतिदिन के आचरण में योग को लाए बिना जीवन का कल्याण संभव नहीं है। योग के अभ्यास से सांसारिक समृद्धि, सफलता, भौतिक उपलब्धि और आध्यात्मिक शक्तियों के साथ साथ ईश्वर की प्राप्ति भी की जा सकती है। योग मानव को गढ़ने की टकसाल है, अतः हम सभी को योग परायण जीवन जीना चाहिए।

कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के सम्माननीय कुलसचिव डॉ. सुधीर शर्मा डॉ. एच एस होता अधिष्ठाता छात्र कल्याण, श्री यशवंत पटेल विभागाध्यक्ष खाद्य प्रसंस्करण एवं प्रौद्योगिकी, श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना, योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू, योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक, अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी एवं बड़ी संख्या में योग विज्ञान विभाग के विद्यार्थी एवं अन्य महाविद्यालयों से उपस्थित विद्यार्थी गण एवं मीडिया के बंधु उपस्थित रहे।



षष्ठम् दिवस- दिनांक 16 जुलाई, 2022

अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित निःशुल्क योग शिविर का आज दिनांक 16/07/2022 को छठवां दिन रहा।

कार्यक्रम का संचालन व योगाभ्यास का क्रम योग विज्ञान विभाग के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी ने किया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्रीमती नेहा यादव उपकुलसचिव अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़ रहे। उन्होंने बतलाया योगाभ्यास के द्वारा व्यक्ति का चित्त एवं मन निर्मल होता है। योग के षटकर्मों के अभ्यास से शरीर की तत्व शुद्धि होती है वही धारणा व ध्यान से मानसिक स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है।

कार्यक्रम की अध्यक्ष विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य ए.डी.एन. वाजपेयी जी रहे उन्होंने बतलाया की योग सभी को एक दूसरे से जोड़ना सिखाता है। योग के द्वारा हमें एकता सामंजस्यता की सीख मिलती हैं। उन्होंने बतलाया की योग को जीवन में उतारना व्यवहार में लाना महत्वपूर्ण है। योग के क्रियाओं को करने से ही व्यक्ति को लाभ प्राप्त होगा। योग पठन-पाठन से भी अधिक क्रियात्मक विषय वस्तु है।

योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने कहा कि योग का यह सात दिवसीय शिविर हमें नियम परायण होकर एवं योग युक्त होना सिखाता है। हमें अपने प्रतिदिन के आचरण में योग को लाए बिना जीवन का कल्याण संभव नहीं है। योग के अभ्यास से सांसारिक समृद्धि, सफलता भौतिक उपलब्धि और आध्यात्मिक शक्तियों के साथ साथ ईश्वर की प्राप्ति भी की जा सकती है। योग मानव को गढ़ने की टकसाल है, अतः हम सभी को योग परायण जीवन जीना चाहिए।

कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के सम्माननीय कुलसचिव डॉ. सुधीर शर्मा उप कुलसचिव श्रीमती नेहा यादव, श्री सौमित्र तिवारी, श्री यशवंत पटेल, विभागाध्यक्ष खाद्य प्रसंस्करण एवं प्रौद्योगिकी, श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना, योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू, योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक, अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी एवं बड़ी संख्या में योग विज्ञान विभाग के विद्यार्थी एवं अन्य महाविद्यालयों से उपस्थित विद्यार्थी गण एवं मीडिया के बंधु उपस्थित रहे।



सप्तम् दिवस– दिनांक 17 जुलाई, 2022

अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित निःशुल्क योग शिविर का आज दिनांक 17/07/2022 को सातवां दिन रहा।

कार्यक्रम का संचालन व योगाभ्यास क्रम योग विज्ञान विभाग के अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी एवं योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक द्वारा किया गया। सातवां दिवस का यह कार्यक्रम माननीय कुलपति आचार्य ए.डी.एन. वाजपेयी जी के सानिध्य में संपन्न हुआ।



अष्टम् (समापन) दिवस– दिनांक 18 जुलाई, 2022

समापन सत्र 18/07/2022 के कार्यक्रम के मुख्य अतिथि पुलिस महानिरीक्षक श्री रतनलाल डांगी रहे। उन्होंने योगाभ्यास को जीवन का प्रमुख अंग बताया। उन्होंने बतलाया कि जिस प्रकार हमें दैनिक कार्यों की आवश्यकता होती है आज के युग में योगाभ्यास भी उसी प्रकार आवश्यक है। कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेई ने किया। उन्होंने बतलाया की 20 जून से लेकर 18 जुलाई तक चलने वाले मासिक योगाभ्यास के कार्यक्रमों का उद्देश्य लोगों में जन भावनाओं में योग को प्रतिस्थापित करना था। वर्तमान के समय में योग अति महत्वपूर्ण तत्व है। प्रत्येक व्यक्ति योग से जुड़े और अपने जीवन को स्वस्थ और निरामय बनाएं साथ ही साथ व्यक्ति योगी उपयोगी और समाज के लिए सहयोगी बने। माननीय मुख्य अतिथि श्री रतनलाल डांगी व विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति महोदय द्वारा पुरस्कार वितरण कार्यक्रम भी संपन्न हुआ।

कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेई जी ने किया। उन्होंने बतलाया 1 महीने के योग सत्र के द्वारा राज्य व देश के प्रत्येक व्यक्तियों तक योग की भावना व योगाभ्यास को पहुंचाने में हम सफल हुए हैं। भारत का प्रत्येक व्यक्ति निरोगी और सुखी हो इसलिए उन्हें योग को अपनी दिनचर्या में शामिल करना होगा।

धन्यवाद यापन का क्रम श्री मनोज सिन्हा समन्वयक राष्ट्रीय सेवा योजना ने संपन्न किया।

आज के कार्यक्रम में कार्यक्रम समन्वयक विश्वविद्यालय के कुलसचिव श्री सुधीर शर्मा, श्री सौमित्र तिवारी, श्री यशवंत पटेल श्री हामिद अब्दुल्ला, श्रीमती पूजा पांडे, सुश्री सीमा बेलोरकर, श्रीमती श्रिया साहू, श्री कुजूर, श्री हर्ष पांडे, श्री प्रताप पांडे, योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू, अतिथि व्याख्याता श्री सत्यम तिवारी, योग अनुदेशक सुश्री मोनिका पाठक एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी तथा अन्य महाविद्यालयों से आए प्राध्यापक एवं बड़ी संख्या में विद्यार्थीगण तथा मीडिया के बंधु उपस्थित थे।



अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर (छ.ग.)

योग विज्ञान विभाग, राष्ट्रीय सेवा योजना एवं
अन्तर विश्वविद्यालय केन्द्र योग विज्ञान, बेंगलुरु
के संयुक्त तत्वावधान में

विभिन्न कार्यक्रमों का समापन एवं सम्मान समारोह

दिनांक 20 जून से 18 जुलाई 2022

संयोजकगण



संयोजक
प्रो. अशिमश चन्द्र चाक्रवर्त्य
कानूनीय विभाग,
अन्तर विश्वविद्यालय केन्द्र योग विज्ञान,
बेंगलुरु



मुख्य अतिथि
श्री रमेश चन्द्र
कानूनीय पुलिस महानिरीक्षक,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)



संयोजक
श्री मनोज सिन्हा
राष्ट्रीय सेवा योजना,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)



संयोजक
श्री अनंद कुमार
योग विज्ञान विभाग,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)



संयोजक
श्री अनंद कुमार
योग विज्ञान विभाग,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)



संयोजक
श्री अनंद कुमार
योग विज्ञान विभाग,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)



संयोजक
श्री अनंद कुमार
योग विज्ञान विभाग,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)



संयोजक
श्री अनंद कुमार
योग विज्ञान विभाग,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)



संयोजक
श्री अनंद कुमार
योग विज्ञान विभाग,
अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,
बिलासपुर (छ.ग.)

18 जुलाई 2022, सोमवार
अपरान्ह 12:00 बजे

18 जुलाई 2022, सोमवार
अपरान्ह 12:00 बजे

योग दिवस का उद्घाटन अभिषेक ब्रह्मचारी करेंगे



अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय के प्रांगण में विश्व योग दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय द्वारा योग कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। कार्यक्रम का उद्घाटन वरिष्ठ संत स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी करेंगे। युवा चेतना के राष्ट्रीय संयोजक रोहित कुमार सिंह अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित योग कार्यक्रम में बतौर विशेष अतिथि शामिल होंगे। रोहित सिंह कश्मीर से कन्यकुमारी तक गांव, गरीब, किसान, मजदूर एवं नौजवान के उत्थान हेतु प्रयासरत हैं। कार्यक्रम की अध्यक्षता अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी करेंगे। इस समारोह में बिलासपुर के 500 से अधिक लोग भाग लेंगे।

मोदी के मजबूत नेतृत्व के कारण पूरी दुनिया अपना रही भारत के योग को

बिलासपुर (नईदुनिया न्यूज)। अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय में विश्व योग दिवस का उद्घाटन स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी, युवा चेतना के राष्ट्रीय संयोजक रोहित कुमार सिंह एवं विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी ने दीप प्रज्वलित कर किया।

इस दौरान स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी ने कहा कि आज पूरी दुनिया भारत के योग को अपना रही है। योग हमारे जीवन को अनुशासित करता है। योग दिवस को महोत्सव के रूप में मनाने युवा वर्ग को बढ़-चढ़कर भाग लेना होगा। मुख्य अतिथि युवा चेतना के राष्ट्रीय संयोजक रोहित कुमार सिंह ने कहा कि योग परमात्मा से जोड़ने का माध्यम है। आदि



योग कार्यक्रम के दौरान मंच पर आसीन अतिथि • नईदुनिया

काल से युग भारत का पहचान है, परंतु प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मजबूत नेतृत्व के कारण आज पूरी दुनिया भारत के योग को विश्व युग दिवस के रूप में मना रही

है। समारोह की अध्यक्षता करते हुए विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी ने कहा कि योग ही व्यक्ति का सर्वांगीण विकास करता



है। नौजवानों को राष्ट्र के प्रति समर्पित भाव से काम करने योग करना चाहिए। प्रो. वाजपेयी ने कहा कि प्रत्येक भारतवासी राष्ट्र को विश्व गुरु बनाने काम कर रहा है। इस अवसर पर प्रो. एचएस होता, डा. सुधीर शर्मा, मोनिका पाठक, गौरव साहू, सत्यम तिवारी आदि उपस्थित रहे।



अटल बिहारी वाजपेयी यूनिवर्सिटी में विश्व योग दिवस का उद्घाटन स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी, युवा चेतना के राष्ट्रीय संयोजक रोहित कुमार सिंह एवं यूनिवर्सिटी के कुलपति आचार्य अरुण दिवाकरनाथ वाजपेयी ने दीप प्रज्वलित कर किया। इस अवसर पर स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी ने कहा कि आज पूरी दुनिया भारत के योग को अपना रही है।

एबीयू: योग हमें अनुशासित करता है- स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी



अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय में विश्व योग दिवस 2022 का उद्घाटन स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी, युवा चेतना के राष्ट्रीय संयोजक रोहित कुमार सिंह एवं विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी ने दीप प्रज्वलित कर किया। विश्व युग दिवस

समारोह का उद्घाटन करते हुए स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी ने कहा कि आज पूरी दुनिया भारत के योग को अपना रही है। योग हमारे जीवन को अनुशासित करता है। मुख्य अतिथि युवा चेतना के राष्ट्रीय संयोजक रोहित कुमार सिंह ने कहा कि योग परमात्मा से जोड़ने का माध्यम है।

एयू में हुई योग पर निबंध और चित्रकला स्पर्धा, छात्रों ने बताया योग के तरीके

आज योग दिवस कार्यक्रम में आएंगे स्वामी अभिषेक व रोहित



बिलासपुर। अटल यूनिवर्सिटी में तीन दिवसीय योग कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। सोमवार को शिक्षण विभाग में 'मानवता के लिए योग' विषय पर निबंध प्रतियोगिता हुई। इसमें 70 छात्रों ने भाग लिया। निर्णायक सोमित्र तिवारी और यूपेश कुमार रहे। योग पर चित्रकला प्रतियोगिता हुई। इसमें 80 छात्रों ने भाग लिया। निर्णायक सीमा

बेलोकर रहीं। वहीं 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाएगा। इसमें प्रथम सत्र में सुबह 6:30 से 7 तक रन फॉर योग का आयोजन किया जाएगा। कार्यक्रम के दूसरे सत्र का उद्घाटन मुख्य अतिथि संत स्वामी अभिषेक ब्रह्मचारी करेंगे। अध्यक्षता एयू के कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी करेंगे। अति विशिष्ट अतिथि युवा चेतना के राष्ट्रीय संयोजक रोहित कुमार सिंह हैं। मुख्य संयोजक कुलसचिव डॉ. सुधीर शर्मा हैं। मुख्य समन्वयक योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष गौरव साहू हैं।

व्यक्ति का चित्त और मन निर्मल होता है- डॉ. सुधीर

212



बिलासपुर। अटल बिहारी वाजपेई विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग व अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में योग शिविर का आयोजन 11 से 17 जुलाई तक किया जा रहा है। इसका आयोजन अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय कोनी में हो रहा है। पांचवें दिन के कार्यक्रम में शामिल होने पहुंचे विश्वविद्यालय के कुलसचिव डॉ. सुधीर शर्मा ने कहा कि योगाभ्यास से व्यक्ति का चित्त व मन निर्मल होता है। इस मौके पर गौरव साहू, यशवंत पटेल, मनोज सिन्हा आदी मौजूद थे।

योग से सिर्फ शरीर नहीं मन भी स्वस्थ रहता है: गौरव

बिलासपुर (नईदुनिया प्रतिनिधि)। योग विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष गौरव साहू ने कहा कि योग से सिर्फ शरीर नहीं मन भी स्वस्थ रहता है। योग जीवन जीने की कला है हम सभी को इसका अभ्यास करना चाहिए।

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित सात दिवसीय योग शिविर के दूसरे दिन बुधवार को विश्वविद्यालय के सभागार शिविर प्रारंभ हुआ। योग विज्ञान विभाग

के विभागाध्यक्ष गौरव साहू ने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए आगे कहा कि योग के द्वारा हमारे शरीर में कई प्रकार के सकारात्मक हार्मोनल परिवर्तन होते हैं योग से हमारे शरीर के साथ-साथ मन का विकास होता है। योगाभ्यास हमें समस्त प्रकार के रोगों से दूर रखता है। हम सभी को इसका प्रतिदिन अभ्यास करना चाहिए। कार्यक्रम का संचालन व्याख्याता सत्यम तिवारी ने किया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शारीरिक शिक्षा विभाग के प्रमुख सौमित्र तिवारी उपस्थित थे।

योग से हमारे शरीर में उत्पन्न होते हैं सकारात्मक हार्मोन: तिवारी



बिलासपुर। अटल बिहारी वाजपेयी यूनिवर्सिटी के योग विज्ञान विभाग एवं अंतर विश्वविद्यालय केंद्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वाधान में योग शिविर का आयोजन किया जा रहा है। दूसरे दिन के मुख्य अतिथि फूड प्रोसेसिंग विभाग के सहायक प्राध्यापक सौमित्र तिवारी रहे। स्वागत भाषण विभाग के विभागाध्यक्ष गौरव साहू ने दिया। उन्होंने बतलाया कि योग जीवन जीने की कला है। हम सभी को इसका अभ्यास करना चाहिए। मुख्य अतिथि सहायक प्राध्यापक

तिवारी ने कहा कि योग के द्वारा हमारे शरीर में कई प्रकार के सकारात्मक हार्मोनल परिवर्तन होते हैं। योग से हमारे शरीर के साथ-साथ मन का विकास होता है। योगाभ्यास हमें समस्त प्रकार के रोगों से दूर रखता है। हम सभी को इसका अभ्यास करना चाहिए। योगाभ्यास सत्यम तिवारी ने कराया। धन्यवाद ज्ञापन विभागाध्यक्ष साहू ने किया। कार्यक्रम में श्रिया साहू, धर्मेन्द्र कश्यप, सीमा बेलोलकर, जितेंद्र गुप्ता, मोनिका पाठक मौजूद रहे।

योग से छात्र अपने व्यक्तित्व विकास के साथ लक्ष्य प्राप्त कर सकते हैं: आईजी डांगी

212

बिलासपुर। अटल यूनिवर्सिटी के योग विज्ञान विभाग व अंतर विश्वविद्यालय योग विज्ञान केंद्र बेंगलुरु और राष्ट्रीय सेवा योजना मासिक योग कार्यक्रम करा रहा था। समापन व सम्मान समारोह के मुख्य अतिथि आईजी रतनलाल डांगी थे। अध्यक्षता कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी ने किया। विभागाध्यक्ष गौरव साहू ने स्वागत भाषण दिया। सहायक प्राध्यापक सौमित्र तिवारी ने विश्वविद्यालय में योग विभाग की स्थापना से अब तक के प्रगति को रेखांकित किया। हमिद अब्दुल्ला ने कहा कि योग वर्तमान के जीवन शैली से होने वाले तनाव और रोगों से मुक्ति दिलाता है। मुख्य अतिथि आईजी डांगी ने कहा कि योग मानव को प्रकृति से जोड़ने का कार्य करती है। विद्यार्थी योग के माध्यम से

अटल यूनिवर्सिटी में चल रहा था मासिक योग कार्यक्रम



अपने व्यक्तित्व के विकास के साथ-साथ अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं। कुलपति आचार्य वाजपेयी ने कहा कि योग योजनाबद्ध ढंग से कार्य करने और कार्य में श्रेष्ठता लाने में योगदान देता है। एक्सप्रेस के समन्वयक डॉ. मनोज सिन्हा अतिथि के हथों हर घर तिरंगा कार्यक्रम का शुभारंभ कराया। प्रतियोगिता के

विजयी प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया। कुलसचिव डॉ. सुधीर शर्मा ने कहा कि योग को सभी लोग अपने जीवन में शामिल करें। संचालन सत्यम तिवारी व मोनिका पाठक ने किया। उपकुलसचिव शैलेंद्र दुबे, वित्त अधिकारी अलेक्जेंडर कुजु, डॉ. पूजा पांडेय, डॉ. सीमा बैरोलकर, प्रताप पांडेय सहित अन्य मौजूद रहे।



► एयू में मासिक योग कार्यक्रम का समापन

बिलासपुर @ पत्रिका. अटल बिहारी वाजपेयी विश्व विद्यालय योग विज्ञान विभाग व अंतर विश्वविद्यालय योग विज्ञान केन्द्र बंगलुरु व राष्ट्रीय सेवा योजना ने मासिक योग दिवस का समापन किया। 20 जून से 18 जुलाई तक चले मासिक योग सामपन कार्यक्रम में मुख्य अतिथि आईजी रतनलाल डांगी, अध्यक्षता कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी ने की। इस मौके पर उप-कुलसचिव नेहा यादव, सौमित्र तिवारी, हामिद अब्दुल्ला, डॉ. मनोज सिन्हा सहित अन्य उपस्थित थे।