

वेटरनरी महाविद्यालय में मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

योग एक प्राचीन शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक अभ्यास है जिसकी उत्पत्ति भारत में हुई है। योग अपने सेहत को बनाये रखने के साथ अनिश्चितता और अलगाव के तनाव से निपटने के लिए एक शक्तिशाली माध्यम है। विश्व योग दिवस के अवसर पर नानाजी देशमुख पशु चिकित्सा विज्ञान विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति डॉ. सीता प्रसाद तिवारी के मार्गदर्शन एवं पशु चिकित्सा विज्ञान एवं पशु पालन महाविद्यालय के अधिष्ठाता, डॉ. आर.के. शर्मा के दिशा निर्देशन में महाविद्यालय के सभागार प्रांगण में विश्व योग दिवस के कार्यक्रम का आयोजन आज दिनांक 13 जून 2024 को प्रातः 07:00 बजे किया गया। इस कार्यक्रम में समस्त छात्र छात्राओं एवं शिक्षकों ने भाग लिया। विश्वविद्यालय के प्रेरणा स्रोत माननीय कुलपति डॉ. सीता प्रसाद तिवारी जी कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में मौजूद रहे। सर्वप्रथम प्रातः 07:00 बजे महाविद्यालय सभागार में माननीय प्रधान मंत्री जी के कार्यक्रम का ऑनलाइन संचालन किया गया इसके उपरांत महाविद्यालय प्रांगण में समस्त शिक्षकों एवं छात्र-छात्राओं ने योग कार्यक्रम में अपनी भागीदार निभाई।



विश्व योग दिवस 2024 की थीम, "स्वयं और समाज के लिए योग" इस बात पर प्रकाश डालती है कि कैसे योग न केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य को बढ़ाता है बल्कि सामाजिक कल्याण में भी योगदान देता है। यह व्यक्तिगत और सामूहिक स्वास्थ्य के अंतर्संबंध को रेखांकित करता है, व्यक्तिगत विकास और सामाजिक सुधार के लिए योग को एक उपकरण के रूप में बढ़ावा देता है।



माननीय कुलपति महोदय ने बताया कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर पूरी दुनिया योग को आत्मसात कर रही है। हाल के दिनों में कई रिसर्च ने यह बताया है कि योग से कई प्रकार के फायदे हैं। तनाव को दूर करने में योग बेहद फायदेमंद है। इसके अलावा विभिन्न प्रकार के गैर संचारी रोग जैसे मधुमेह, ब्लड प्रेशर, अनिद्रा आदि को भी नियंत्रित किया जा सकता है। इस कार्यक्रम में डॉ. एस. के. जोशी, डॉ. सुनील नायक, डॉ. आदित्य मिश्रा, शोभा जावरे, देवेन्द्र गुप्ता आदि की उपस्थिति रही। योग शिक्षक प्रवीण सिंह एवं आरती तिवारी द्वारा योग करवाया गया।