

“Yoga for One Earth One Health”

दिनांक: 15 मई, 2025



कार्यक्रम प्रतिवेदन

आयोजक

कृषि विज्ञान विद्याशाखा

उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

एवं

महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि केन्द्र

उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

कार्यक्रम संयोजक

प्रो. श्रुति

प्रभारी-निदेशक कृषि विज्ञान विद्याशाखा

एवं

प्रभारी, महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि केन्द्र

“Yoga for One Earth One Health”

कार्यक्रम

15 मई, 2025

अध्यक्ष

आचार्य सत्यकाम
माननीय, कुलपति, उ०प्र०राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

संयोजक

प्रो. श्रुति
प्रभारी-निदेशक कृषि विज्ञान विद्याशाखा
एवं
प्रभारी, महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि केन्द्र

आयोजन सचिव

डॉ. रविन्द्र प्रताप सिंह, सदस्य महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि केन्द्र
डॉ. प्रमोद कुमार सिंह, सहायक आचार्य, कृषि विज्ञान विद्याशाखा

सह आयोजन सचिव

श्री अमित कुमार सिंह, सहायक आचार्य, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
डॉ. अनिल कुमार यादव, सदस्य महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि केन्द्र

“Yoga for One Earth One Health”

कार्यक्रम प्रतिवेदन

पत्रांक ओ0यू0/261/2025 दिनांक 09/05/2025 की बैठक में लिये गये निर्णय के अनुपालन में “Yoga for One Earth One Health” कार्यक्रम दिनांक 15 मई, 2025 को आयोजित किया गया। उपरोक्त पत्रांक के माध्यम से 2 (ब) के अंतर्गत निर्देशित किये गये कार्यक्रम “Yoga for One Earth One Health” का आयोजन कृषि विज्ञान विद्याशाखा द्वारा गोद लिये गाँव तिवारीपुर, लेहरा के कम्पोजिट विद्यालय लेहरा, सोरांव में कृषि विज्ञान विद्याशाखा एवं महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि के संयुक्त तत्वावधान से किया गया।

उपरोक्त कार्यक्रम में विद्यालय के प्रधानाचार्य डॉ0 धर्मराज यादव, प्रधानाचार्य एवं सहायक प्राध्यापक श्रीमती मिथलेश त्रिपाठी, श्रीमती अंजू पाण्डेय, श्री पूर्णन्दु मिश्र, श्री नीरा श्रीवास्तव, श्रीमती आशा, विनीता शुक्ला, सीमा परवीन एवं शिक्षा मित्र अनुराधा चौधरी, रंजीता के साथ उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय के डॉ. रविन्द्र प्रताप सिंह, विज्ञान विद्याशाखा के सहायक आचार्य एवं सदस्य महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि केन्द्र तथा डॉ0 प्रमोद कुमार सिंह, सहायक आचार्य, कृषि विज्ञान विद्याशाखा एवं डॉ. अमित कुमार सिंह, सहायक आचार्य, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा, डॉ. अनिल कुमार यादव, विज्ञान विद्याशाखा के सहायक आचार्य एवं सदस्य महिला अध्ययन एवं विस्तारित गतिविधि केन्द्र आदि उपस्थित रहे साथ ही कक्षा 01 से 08 तक समस्त छात्रों ने पूरे मनोयोग से योग जागरुकता कार्यक्रम व कार्यशाला में प्रतिभाग किया।

कार्यक्रम के प्रारम्भ में डॉ0 आर. पी. सिंह ने समस्त उपस्थित प्रतिभागियों का स्वागत किया साथ ही उन्होंने ने योग के महत्व को समझाते हुए योग से होने वाले लाभों से उन्हें परिचित कराया। योग के जनक महर्षि पतंजलि है इन्होंने योगसूत्र नामक ग्रंथ में योग के विभिन्न पहलूओं को व्यवस्थिति रूप से संकलित किया और योग दर्शन का विकास किया। उन्होंने ने बताया कि इस योग नामक कला का जन्म आज से हजारो वर्ष पूर्व हमारे देश भारत में ही हुआ

था। योगसूत्र ग्रंथ में योग के आठ अंगों यम, नियम, आसन, प्रणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि का वर्णन किया गया है। इसमें योग के 196 सूत्र हैं। महर्षि पंतजलि ने योग को एक व्यवहारिक एवं वैज्ञानिक दृष्टिकोण से प्रस्तुत किया जिससे आमजनों के लिए अधिक सुलभ हो गया। महर्षि पंतजलि को योग का जनक माना जाता है।

डॉ. अनिल कुमार यादव, ने बताया कि 11 दिसम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र के 177 देशों के सदस्यों द्वारा 69/131 संकल्प संख्या द्वारा 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने के प्रस्ताव को मंजूरी मिली तथा इसे अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में घोषित किया। प्रथम अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून 2015 को मनाया गया। यह दिन उत्तरी गोलार्ध वर्ष का सबसे बड़ा दिन होता है, जिसे ग्रीष्म संक्रांति कहते हैं और योग भी मनुष्य को दीर्घायु बनाता है। ग्रीष्म संक्रांति के बाद सूर्य दक्षिणायन में प्रवेश करता है जिसे योग एवं अध्यात्म के लिए महत्वपूर्ण माना गया है। भारतीय परम्परा में भगवान शिव को आदि योगी देव एवं योग माया को देवी बताया गया है। पौराणिक ग्रंथों में योग को एक आध्यात्मिक यात्रा में एक महत्पूर्ण कदम के रूप में व्याख्यायित किया गया है। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का उद्देश्य योग दिवस का उद्देश्य योग अभ्यास के अनेक लाभों के बारे में विश्व भर में जागरूकता बढ़ाना है।

प्रधानाचार्य जी ने बताया कि इस वर्ष की अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम “ Bring into Focus the Role that Yoga can Play in Achieving the 17 Sustainable Development Goals Outlined by the United Nations” है। अतः सतत् विकास लक्ष्य को प्राप्त करने में योग की एक सक्रिय भूमिका है।

विश्वविद्यालय की ओर से श्री अमित कुमार सिंह ने प्रतिभागियों को योग के विभिन्न आसानों से परिचित कराते हुए कई प्रणायाम, साधना आदि का प्रशिक्षण दिया।





अंत में डॉ. प्रमोद कुमार सिंह ने उपस्थित सभी प्रतिभागियों, विश्वविद्यालय के सदस्यों, प्रधानाध्यापकों एवं शिक्षकों के प्रति धन्यवाद ज्ञापित किया साथ ही यह भी बताया कि योग एक व्यापक अभ्यास है। यह एक आत्म अनुशासन और साधना है जो शरीर, मन एवं आत्मा को संतुलित करती है।

विद्यालय के प्रधानाचार्य की ओर से कम्पोजित विद्यालय, लेहरा में आयोजित योग जागरुकता एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम में उपस्थित विश्वविद्यालय के प्राध्यापकों को कार्यक्रम आयोजन हेतु प्रमाण पत्र, प्राध्यापकों एवं छात्रों, के उपस्थित पत्रक उपलब्ध कराया।