

हिन्दुस्तान

21-6-2026

शैक्षणिक संस्थानों का योग से स्वस्थ आयु का संदेश



इंदिरा गांधी राष्ट्रीय कला केंद्र में रविवार को योग कराती रजनी सेन।

रांची, विशेष संवाददाता। योग दिवस पर रविवार को राजधानी रांची के विश्वविद्यालयों, कॉलेजों और विभिन्न शैक्षणिक-सामाजिक संस्थानों में योग आधारित कार्यक्रम आयोजित किए गए। इस वर्ष के थीम- स्वस्थ आयु के लिए योग, को केंद्र में रखते हुए प्रतिभागियों ने सामूहिक योगाभ्यास किया और योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने का संकल्प लिया।

इंदिरा गांधी राष्ट्रीय कला केंद्र, क्षेत्रीय केंद्र रांची व बालिका शिक्षा भवन उच्च विद्यालय, लालपुर की ओर से योग दिवस पर रविवार को योग जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। क्षेत्रीय निदेशक और अन्य वक्ताओं ने योग को भारतीय ज्ञान परंपरा की अमूल्य धरोहर बताया।

भारतीय सूचना प्रौद्योगिकी संस्थान (ट्रिपल आईटी), रांची में योग दिवस का आयोजन रविवार को किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य योग के माध्यम से

डीपीएस में योगासनों का मनोहारी प्रदर्शन

रांची। डीपीएस कक्षा एक व दो के विद्यार्थियों ने विभिन्न योगासनों का मनोहारी प्रदर्शन किया तथा योग के अनेक लाभों पर अपने विचार व्यक्त किए। कक्षा 4 एवं कक्षा 5 के विद्यार्थियों ने विवेकानंद सभागार में सामूहिक योग सत्र में भाग लिया। प्राचार्या डॉ जया चौहान ने कहा कि भारतीय संस्कृति हमेशा बेहतर और संबुद्ध होने की सीख देता रहा है। योग भी हमें हमेशा स्वस्थ शरीर और स्वच्छ मन देता है, जो बेहतर इंसान बनने के लिए प्रेरणा भरता है।

शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक संतुलन एवं स्वस्थ जीवनशैली के प्रति जागरूकता बढ़ाना था। योग सत्र के दौरान प्रतिभागियों ने विभिन्न योगासन व प्राणायाम का अभ्यास किया। निदेशक प्रो राजीव श्रीवास्तव ने योग को दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया।