

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर बिहार पशुचिकित्सा महाविद्यालय में सामूहिक योगाभ्यास

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर बिहार पशु विज्ञान विश्वविद्यालय के अंगीभूत बिहार पशुचिकित्सा महाविद्यालय, पटना में रविवार को योग जागरूकता कार्यक्रम एवं सामूहिक योगाभ्यास का आयोजन किया गया। राष्ट्रीय सेवा योजना (एन.एस.एस.) एवं राष्ट्रीय कैडेट कोर (एन.सी.सी.) के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित इस कार्यक्रम में महाविद्यालय के शिक्षक, कर्मचारी एवं विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

कार्यक्रम में विवेकानंद केंद्र, पटना के प्रशिक्षक श्री राम कृपाल एवं श्री संजीत कुमार ने प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम तथा ध्यान की विधियों का अभ्यास कराया तथा योग के शारीरिक एवं मानसिक लाभों की जानकारी दी।

इस अवसर पर महाविद्यालय के डीन डॉ. पल्लव शेखर ने कहा कि "योग भारत की प्राचीन एवं अमूल्य धरोहर है, जो स्वस्थ शरीर, शांत मन और संतुलित जीवन का आधार है। वर्तमान समय की भागदौड़ भरी जीवनशैली में योग को दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाना अत्यंत आवश्यक है। नियमित योगाभ्यास न केवल शारीरिक रोगों से बचाव करता है, बल्कि मानसिक तनाव को दूर कर सकारात्मक ऊर्जा का संचार भी करता है। विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों को स्वस्थ एवं अनुशासित जीवन के लिए प्रतिदिन योग करना चाहिए।"

कार्यक्रम के दौरान योग के महत्व, इसके स्वास्थ्य लाभों तथा दैनिक जीवन में योग को अपनाने की आवश्यकता पर विस्तार से चर्चा की गई। प्रतिभागियों ने नियमित रूप से योग करने का संकल्प भी लिया।

कार्यक्रम के सफल आयोजन में डॉ. मनोज कुमार, विश्वविद्यालय प्रभारी, राष्ट्रीय सेवा योजना, डॉ. निर्भय कुमार, डॉ. पुष्पेन्द्र सिंह, प्रभारी, महाविद्यालय राष्ट्रीय सेवा योजना, डॉ. भूमिका, डॉ. सोनी, डॉ. हिमालय भारद्वाज, डॉ. दुष्यंत सहित अन्य शिक्षकों एवं कर्मियों ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

कार्यक्रम में बड़ी संख्या में विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों की सहभागिता रही, जिससे परिसर में स्वास्थ्य, अनुशासन एवं सकारात्मक जीवनशैली का संदेश प्रसारित हुआ।

