



75
Azadi Ka
Amrit Mahotsav



अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर (छ0ग0)

एवं

अंतर विश्वविद्यालय केन्द्र योग विज्ञान, बेंगलुरु के संयुक्त
तत्ववाधान में
अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023

दिनांक 21 जून, 2023

स्थान: अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, कोनी बिलासपुर परिसर
समय प्रातः 7.00 बजे से

प्रतिवेदन



अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर (छ0ग0)

E-mail:- registrar@bilaspuruniversity.ac.in, Web. www.bilaspuruniversity.ac.in

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर एवं अंतर विश्वविद्यालय, केन्द्र योग विज्ञान, बेंगलुरु के संयुक्त तत्वावधान में योग विज्ञान विभाग एवं राष्ट्रीय सेवा योजना अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय के द्वारा "वसुधैव कुटुंबकम् के लिए योग" विषय पर अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय कोनी बिलासपुर परिसर में प्रातः 7.00 बजे योग शिविर का आयोजन किया गया। माननीय कुलपति महोदय आचार्य अरुण दिवाकर नाथ बाजपेयी जी द्वारा माँ सरस्वती की प्रतिमा में दीप प्रज्वलित कर रन फॉर योग को हरी झंडी दिखाकर दौड़ का प्रारंभ किया गया जिसमें लगभग 175 अधिकारी, कर्मचारी एवं छात्र, छात्राओं ने इस दौड़ में भाग लिया तत्पश्चात् योगाभ्यास प्रारंभ किया जिसमें लगभग 275 कर्मचारी, अधिकारी, प्राध्यापकगण, रासेयो कार्यक्रम अधिकारी कर्मचारी एवं छात्र, छात्राओं ने भाग लिया।



स्वागत एवं अभिनंद श्री गौरव साहू द्वारा किया गया। तत्पश्चात् श्री सत्यम तिवारी एवं सुश्री मोनिका पाठक, योग ब्याख्याता, अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर द्वारा प्रोटोकाल का पालन करते हुए निम्नानुसार योगाभ्यास कराया गया:-

योग अभ्यास- स्थिर दौड़, मुखधौति, एड़ी का तनन, नितंब का व्यायाम, कमर का घूर्णन, कंधों का घूर्णन, गर्दन का घूर्णन, अर्ध पदमासन, तितली आसन, पवन मुक्तासन। हस्तोतानासन, पादहस्तासन, अश्वसंचालन आसन, तुलासन, शशांक आसन, पादहस्तासन, प्रणाम मुद्रा। परिवृत्त त्रिकोणासन, पार्श्व त्रिकोणासन, मंडूकासन, उष्ट्रासन, धनुरासन, नौकासन, शवासन। भस्त्रिका, कपालभाति, नाड़ी शुद्धि, भ्रामरी, उद्गीद, उज्जायी, शीतली, शीतकारी, सदन्त।



माननीय कुलपति महोदय जी का उद्बोधन

कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी ने कहा कि योग केवल इस विश्वविद्यालय में ही नहीं बल्कि 177 देश आज के दिन योगाभ्यास कर रहे हैं। योग ही एक ऐसा माध्यम है, जिससे पूरा विश्व वसुधैव कुटुंबकम के स्वरूप में परिवार के रूप में जुड़ा हुआ है। योग न केवल व्यक्ति के शारीरिक रोगों को दूर करता है अपितु यह हमारे मस्तिष्क के नकारात्मक विचारों को दूर कर सकारात्मक ऊर्जा उत्पन्न करने में भूमिका निभाता है, उन्होंने कहा वैश्विक शांति के लिए योग जरूरी है। योग का मतलब केवल शारीरिक व्यायाम ही नहीं अपितु पूरे शरीर का उपचार है। शारीरिक, मानसिक, स्वास्थ्य की प्राप्ति योग के द्वारा ही होती है।



योगाभ्यास के दौरान 9 वर्षीय बालक सार्थक अग्रवाल द्वारा योग प्रदर्शन करते हुए



योग विज्ञान के विभागाध्यक्ष श्री गौरव साहू ने कहा कि योग ही एक ऐसा माध्यम है जिससे व्यक्ति स्वस्थ एवं प्रसन्नचित्त रह सकता है। छात्र कल्याण अधिष्ठाता श्री एच.एस.होता ने कहा कि योग सभी को जोड़ने का कार्य करता है। कार्यक्रम के अंत में धन्यवाद ज्ञापन एन.एस.एस. समन्वयक डॉ. मनोज सिन्हा ने किया। विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित विश्व योग दिवस के कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि के रूप में कुलसचिव श्री शैलेन्द्र दुबे, छात्र अधिष्ठाता डॉ.एच.एस.होता, परीक्षा नियंत्रक श्री एलेक्जेंडर कुजूर, एन.एस.एस. समन्वयक डॉ. मनोज सिन्हा, विश्वविद्यालय के सहायक प्राध्यापक श्री सौमित्र तिवारी, श्री यशवंत पटेल, श्री हामिद अब्दुल्ला, श्री हैरी जार्ज, डॉ. लतिका भाटिया, श्रीमती रेवा कुलश्रेष्ठ, पूजा पाण्डेय, विश्वविद्यालय के पीआरओ श्री हर्ष पाण्डेय उपस्थित रहे। इसी प्रकार अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय के रासेयो से संबद्ध डी.एल.एस. महाविद्यालय के श्री प्रताप पाण्डेय, सुश्री संस्कृति शास्त्री, एल.सी.आई.टी कालेज के भारती बर्डे, डी.पी.विप्र महाविद्यालय, बिलासपुर के छात्र, छात्राएँ, विद्यालय एवं महाविद्यालय के कार्यक्रम अधिकारी एवं स्वयंसेवक बड़ी संख्या में योगाभ्यास किया गया।

योग के विभिन्न आसनों का प्रदर्शन करते हुए



विद्यार्थियों द्वारा योग पिरामिड का प्रदर्शन करते हुए

पीजी डिप्लोमा योग विज्ञान विभाग एवं नैचुरोपैथी के विद्यार्थियों द्वारा योग पिरामिड का प्रदर्शन करते हुए:



एक झलक अखबार की ओर.....

वैश्विक शांति के लिए योग जरूरी



अटल बिहारी वाजपेई विवि और अंतर विवि केन्द्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वावधान में योग शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कुलपति आचार्य अरूण दिवाकर नाथ बाजपेई ने कहा कि वैश्विक शांति के लिए योग जरूरी है। स्वागत भाषण विभागाध्यक्ष योग विज्ञान विभाग गौरव साहू ने दिया।

सकारात्मकता के लिए योग जरूरी-वाजपेई



अटल बिहारी वाजपेई विश्व विद्यालय बिलासपुर छत्तीसगढ़ और अंतर विश्वविद्यालय केन्द्र योग विज्ञान बेंगलुरु के संयुक्त तत्वावधान में योग विज्ञान विभाग और राष्ट्रीय सेवा योजना अटल बिहारी वाजपेई विश्व विद्यालय के द्वारा "वसुधैव कुटुंबकम् के लिए योग" विषय पर अटल बिहारी वाजपेई विश्व विद्यालय बिलासपुर के नवीन परिसर कोनी में प्रातः सात बजे योग शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कुलपति आचार्य अरूण दिवाकर नाथ वाजपेई ने कहा कि योग न केवल व्यक्ति के शारीरिक रोगों को दूर करता है अपितु यह हमारे मस्तिष्क के नकारात्मक विचारों को दूर कर सकारात्मक ऊर्जा उत्पन्न करने में महती भूमिका निभाता है।

माननीय कुलपति योगासन मुद्रा में



चित्रकला का आयोजन

योग रक्षित, रक्षिता- आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर एवं अंतर विश्वविद्यालय केन्द्र योग विज्ञान बंगलुरु के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित 30 दिवसीय योग अभ्यास सत्र की शुरुवात दिनांक 20 जून, 2023 को चित्रकला प्रतियोगिता के माध्यम से किया गया। इसका उद्घाटन विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति आचार्य अरुण दिवाकर नाथ वाजपेयी जी ने किया। उन्होंने अपने उद्बोधन में कहा कि " योग रक्षित, रक्षित" अर्थात् आप यदि योग की रक्षा करेंगे तो योग आपकी रक्षा करेगा। उन्होंने योग के माध्यम सके कैसे स्वस्थ रहा जा सकता है उसे विस्तार से बतलाया। इस चित्रकला प्रतियोगिता में विभिन्न महाविद्यालयों के विद्यार्थियों ने योग से संबंधित चित्रकला का प्रदर्शन किया सिमें प्रथम स्थान कु.दीप्ति यादव नेचुरोपैथी एवं द्वितीय स्थान में सुश्री निमिशा सोनी जे.पी.वर्मा महाविद्यालय, बिलासपुर एवं तृतीय स्थान कु. आरती यादव, बिलासा कन्या महाविद्यालय, बिलासपुर रही। इस प्रतियोगिता का निर्णायक मंडल में वाणिज्य विभाग के सहायक प्रायापक श्रीमती सुमोना भट्टाचार्य एवं फूड प्रोसेसिंग विभाग के श्री यशवंत पटेल रहें।



रंगोली प्रतियोगिता का आयोजन

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर एवं अंतर विश्वविद्यालय केन्द्र योग विज्ञान बेंगलुरु के तत्वावधान में आयोजित 30 दिवसीय योग अभ्यास सत्र के दौरान दिनांक 22 जून, 2023 को योग रंगोली प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें छात्र, छात्राओं ने योग से संबंधित रंगोली का निर्माण किया इस रंगोली प्रतियोगिता में नगर स्थित डी.पी.विप्र महाविद्यालय,बिलासा कन्या महाविद्यालय, डी.एल.एस.महाविद्यालय, बिलासपुर एवं विश्वविद्यालय शिक्षण विभाग के लगभग 70 छात्र,छात्राओं ने रंगोली का प्रदर्शन किया। इस रंगोली प्रदर्शन को माननीय कुलपति आचार्य ए.डी.एन. वाजपेयी ने सराहना करते हुए कहा इस प्रकार के कार्यक्रमों से विद्यार्थियों में योग की भावना और रचनात्मकता का विकास होता है। योग रंगोली प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर कु. मुस्कान निर्मलकर, कम्प्यूटर साइंस विभाग अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय,बिलासपुर रही। द्वितीय स्थान पर रुकमणी, कामर्स विभाग एवं तृतीय स्थान कु. रूपांजलि बरेठ, यूटीडी कम्प्यूटर साइंस विभाग रही।



अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर योग से संबंधित भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया जिसमें विश्वविद्यालय शिक्षण विभाग के छात्र,छात्राओं एवं विभिन्न महाविद्यालयों से आये हुए छात्र,छात्राओं ने भाग लिया। जिसका मुख्य उद्देश्य योग को जन-जन तक पहुंचाना था।



