

# गाँधी भवन

दिल्ली विश्वविद्यालय

## अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

२१.०६.२०१७

गाँधी भवन, दिल्ली विश्वविद्यालय में २१ जून २०१७ को तीसरा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस, राष्ट्रीय सेवा योजना सेण्टर, दिल्ली विश्वविद्यालय के सहयोग से, बहुत ही हर्षोउल्लास के साथ मनाया गया। प्रोफेसर अनीता शर्मा, निर्देशिका, गाँधी भवन ने अतिथियों का स्वागत किया। माननीय कुलपति, दिल्ली विश्वविद्यालय, प्रोफेसर योगेश कुमार त्यागी इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि रहे।

कार्यक्रम का उद्घाटन करने से पूर्व मुख्य अतिथि, निर्देशिका, गाँधी भवन एवं अन्य गणमान्य अतिथियों ने वृक्षारोपण किया। दिन के कार्यक्रमों का विवरण देते हुए प्रोफेसर अनीता शर्मा ने साथ ही गाँधी भवन में १ जुलाई २०१७ से ३ माह/ १०० घंटे का योग एवं ध्यान का प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित करने की घोषणा की। उन्होंने यह भी बताया कि तीन महीने का यह कोर्स करने पर छात्रों को प्रमाण पत्र भी दिया जाएगा। कार्यक्रम की शुरुआत महात्मा गाँधी के प्रिय भजनों से की गयी। तदोपरांत आयुष मंत्रालय द्वारा निर्मित वृत्तचित्र सामान्य योग प्रोटोकॉल दिखाया गया। चुंबक चिकित्सा पर उपचार सत्र का भी आयोजन इस दिन किया गया।

माननीय कुलपति, दिल्ली विश्वविद्यालय, प्रोफेसर योगेश कुमार त्यागी ने अपने उद्घाटन भाषण में कहा कि भारतीयों के पास दूसरों को प्यार देने की एवं सम्मान करने की अपार धरोहर है और यह भारतीय सभ्यता की एक विशेष पूंजी है। उन्होंने कहा कि योग भी एक विशेष पूंजी है। उन्होंने कहा कि भारतीय संस्कृति की जहाँ से शुरुआत होती है वहाँ से योग शुरू होता है। योग शारीरिक शक्ति ही नहीं देता अपितु आध्यात्मिक शक्ति भी प्रदान करता है। योग हमारी धरोहर है और इसे संजों कर रखना पड़ेगा ताकि आने वाली पीढ़ियाँ भी इसका लाभ उठा सकें। हमें सात्विक होना चाहिए तामसिक नहीं। अंत में उन्होंने कहा कि हमारी हर समस्या का हल योग में है। अपनी वाणी को विराम देते हुए उन्होंने निर्देशिका महोदय, समन्वयक, राष्ट्रीय सेवा योजना, विद्यार्थियों एवं अध्यापकों को कार्यक्रम का हिस्सा बनने के लिए धन्यवाद दिया।

गाँधी भवन में उपस्थित सभी ने मिलकर योगासन, प्राणायाम तथा ध्यान किया। सब बहुत प्रसन्नचित थे। प्राणायाम एवं ध्यान तनाव को कैसे कम कर सकते हैं पर भी विचार प्रस्तुत किये गए। कुछ अलग से योगासन भी दिखाए गए जो कि स्वस्थ रहने में मदद कर सकते हैं। इसके पश्चात् लक्ष्मीबाई महाविद्यालय एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के छात्रों ने अपने-अपने मनमोहक योगासन कार्यक्रम प्रस्तुत किये। कार्यक्रम के अंत में कैप्टन परमिंदर सहगल ने धन्यवाद ज्ञापन प्रस्तुत किया।

**प्रोफेसर अनीता शर्मा**

**निर्देशिका (माननीय), गाँधी भवन, दि.वि.**





















**Prof. Anita Sharma**  
Director (Hony.), Gandhi Bhawan