

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस सज गया गैरिसन ग्राउंड सदर, शहर के कई स्थानों में अनेक नागरिक करेंगे सामूहिक योगाभ्यास

राष्ट्रपति की मौजूदगी में 3 हजार से ज्यादा विद्यार्थी करेंगे योग

हर वर्ग के लोगों में नजर आ रहा उत्साह

नवभारत, जबलपुर। सामूहिक योग के लिए प्रशासनिक तैयारियों के बीच गैरिसन ग्राउंड पूरी तरह से सज गया है। 12वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को इसलिए भी विशेष रहेगा क्योंकि इस दिन सामूहिक योगाभ्यास के दौरान महामहिम राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू मौजूद रहेंगीं और पूरा शहर इस ऐतिहासिक पल का साक्षी बनेगा। राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू के मुख्य आतिथ्य में आयोजित सामूहिक योग के इस कार्यक्रम में लगभग 5 हजार नागरिकों की सहभागिता होगी, इसमें 31 स्कूलों के लगभग 3 हजार छात्र-छात्राएं भी शामिल रहेंगे। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के जबलपुर में आयोजित राज्य स्तरीय कार्यक्रम के प्रति नागरिकों का अभूतपूर्व उत्साह दिखाई दे रहा है।उल्लेखनीय है कि प्रधान मंत्री नरेन्द्र मोदी की पहल पर संयुक्त राष्ट्र संघ ने 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस घोषित किया था। इस साल योग दिवस स्वस्थ



आयु के लिए योग की अवधारणा को समर्पित है।

ये वीआईपी रहेंगे उपस्थित

गैरिसन ग्राउंड सदर में देश की महामहिम राष्ट्रपति श्रीमति द्रोपदी मुर्मू सहित प्रदेश के राज्यपाल मंगू भाई पटेल, मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव, उपमुख्यमंत्री जगदीश देवड़ा, कैबिनेट मंत्री राकेश सिंह, प्रहलाद सिंह पटेल, इंद्र सिंह परमार सहित अनेक वीवीआईपी सदर गैरिसन मैदान में सामूहिक योगाभ्यास करेंगे।

संभाग आयुक्त सहित, आईजी, कलेक्टर-एसपी सहित अनेक अधिकारी आयोजन स्थल की पल-पल की अपडेट ले रहे हैं।

वहीं वीवीआईपी को आमंत्रण पत्र वितरित किए गए हैं। 12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को लेकर शहर के हर वर्ग में खासा उत्साह देखने को भी मिल रहा है। गैरिसन ग्राउंड के अलावा शासकीय कार्यालयों, स्कूल, कॉलेजों सहित समाजसेवी, धार्मिक संस्थाओं ने योग दिवस की तैयारियां कर लीं हैं और इनके द्वारा भी शहर में अलग अलग जगह सामूहित योगाभ्यास किया जाएगा। उधर परमार सहित अनेक वीवीआईपी सदर गैरिसन मैदान के साथ कई स्थानों में योग के आसन किए जाने शुरू हो चुके हैं।

अगर पानी गिरा तो महाकोशल कॉलेज बनेगा साक्षी

कलेक्टर राघवेंद्र सिंह के अनुसार सामूहिक योगाभ्यास के

कुछ इस तरह रहेगा कार्यक्रम

उल्लेखनीय है कि संस्कारधानी में सामूहिक योगाभ्यास के लिए पूर्व में उपराष्ट्रपति जगदीश धनखड़ आ चुके हैं। उपराष्ट्रपति के बाद राष्ट्रपति के आगमन को लेकर शहर में खासा उत्साह है। जानकारी के अनुसार राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू रविवार सुबह करीब 7 बजकर 5 मिनट पर गैरिसन ग्राउंड के लिए प्रस्थान करेंगीं। फिर वे सुबह 7.20 बजे गैरिसन ग्राउंड पहुंचेंगीं तथा यहां सुबह 7.30 बजे से आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के राज्य स्तरीय कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगीं। इसके बाद राष्ट्रपति सुबह 8.35 बजे गैरिसन ग्राउंड से सर्किट हाउस क्रमांक-एक रवाना होंगीं। इसके बाद सुबह 11.30 बजे सर्किट हाउस से प्रस्थान कर सुबह 11.40 बजे रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय पहुंचेंगीं तथा यहां सुबह 11.50 बजे से दोपहर 12.5 बजे तक विश्वविद्यालय के 36वें दीक्षांत समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगीं। राष्ट्रपति दोपहर 12.50 बजे रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय से डुमना एयरपोर्ट के लिए प्रस्थान करेंगीं। महामहिम राष्ट्रपति दोपहर 1.10 बजे एयरपोर्ट पहुंचेंगीं तथा दोपहर 1.20 बजे भारतीय वायुसेना के विशेष विमान द्वारा ग्वालियर प्रस्थान करेंगीं।

इंजीनियर-डॉक्टर बनकर देश का नाम रोशन करें : राज्यपाल

आदिवासी छात्राओं से भेंट कर पढ़ाई के लिए किया प्रेरित

नवभारत, जबलपुर। मध्यप्रदेश के राज्यपाल मंगूभाई पटेल ने शनिवार को शास्त्री ब्रिज स्थित नरसिंह मंदिर परिसर में संचालित भगिनी निवेदिता बालिका छात्रावास पहुंचकर आदिवासी छात्राओं से आत्मीय भेंट की और परिसर में औषधि पौधरोपण किया। इस दौरान उन्होंने छात्राओं को मन लगाकर पढ़ाई करो, इंजीनियर और डॉक्टर बनकर देश का नाम



रोशन करने के लिए प्रेरित किया। वहीं राज्यपाल के आगमन पर छात्राओं और विद्या भारती के क्षेत्रीय संगठन मंत्री अखिलेश मिश्रा एवं चंद्रा मिश्रा एवं प्रदेशीक सचिव डॉक्टर सुधीर अग्रवाल ने शॉल एवं पुष्प

भेंटकर उनका स्वागत किया। पौधे रोपित करने के बाद राज्यपाल ने शनिवार को छात्रावास के कमरों का भ्रमण किया और बालिकाओं से संवाद कर पढ़ाई के लिए गंभीर रहने प्रोत्साहित किया।

मेरी भी 3 बेटियां हैं...

छात्राओं से बातचीत के दौरान राज्यपाल ने कहा कि उनकी भी तीन बेटियां हैं और उनकी नातिन कंप्यूटर इंजीनियर है। उन्होंने छात्राओं से कहा कि आप सभी इंजीनियरिंग की छात्राएं हैं, इसलिए पूरी लगन और मेहनत से अध्ययन करें, डॉक्टर और इंजीनियर बनें

तथा देश का नाम रोशन करें। उन्होंने यह भी कहा कि विद्या भारती जैसे संस्थान में पढ़ना सौभाग्य की बात है। राज्यपाल ने इस मौके पर अखिल भारतीय बालिका शिक्षा प्रमुख रेखा चूड़ासमा के कार्यों की सराहना भी की। कार्यक्रम में आयुक्त धनंजय सिंह, आईजी, विद्या भारती के क्षेत्रीय संगठन मंत्री अखिलेश मिश्रा, प्रादेशिक सचिव डॉ. सुधीर अग्रवाल, संगठन मंत्री अमित दवे, विष्णुकांत ठाकुर, विवेक चौधरी, कमलेश अग्रहरी सहित बड़ी संख्या में छात्राओं व शिक्षकों की उपस्थिति रही।

राहुल गांधी के जन्मदिन पर युवा कांग्रेस ने फल बांटे

नवभारत, जबलपुर । लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के जन्मदिन के अवसर पर मध्य प्रदेश युवा कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष यश लखन घनोरिया के निर्देश पर जबलपुर युवा कांग्रेस द्वारा सेवा और उत्सव के साथ कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान कार्यकर्ताओं ने विक्टोरिया अस्पताल पहुंचकर मरीजों और उनके परिजनों के बीच फल वितरित किए तथा केक काटकर राहुल गांधी का जन्मदिन मनाया। इस दौरान युवा कांग्रेस नेताओं ने कहा कि राहुल गांधी देश के युवाओं, किसानों और आमजन की आवाज को मजबूती से उठाने का कार्य कर रहे हैं। कार्यक्रम का समापन केक काटने और



सभी उपस्थित लोगों को मिठाई वितरित करने के साथ हुआ। इस अवसर पर अभ्युत अतुल बागोरी, नितीन सिंह, सोरभ यादव, नीलेश जैन (नीटू), शिशांत सिंह ठाकुर, प्रवीन चौधरी, शुभम बेहति, आशु दुबे, अदील अहमद, अतुल डोगरे, नयन गुप्ता, मोहम्मद दानिश खान, जकी मंसूरी आदि उपस्थित रहे ।

माता गुजरी कॉलेज में आकर्षक गीतों की प्रस्तुतियों ने मोहा मन

नवभारत, जबलपुर। माता गुजरी महिला महाविद्यालय, जबलपुर के संगीत विभाग द्वारा विश्व संगीत दिवस बड़े उत्साह एवं उल्लास के साथ मनाया गया। कार्यक्रम में महाविद्यालय की छात्राओं ने भी इस अवसर पर बह-चदकर सहभागिता निभाई तथा अपनी संगीतमय प्रस्तुतियों से कार्यक्रम को और भी आकर्षक बनाया। 'इतनी शक्ति हमें देना दाता', 'बरसाने को छोरी', 'ओ काव्हा... मधुर सुना दो तान', 'छोटी-छोटी गैया' आदि भजनों की



भावपूर्ण प्रस्तुतियों दी गई। साथ ही 'कभी किसी को मुकम्मल जहाँ नहीं मिलता', 'जाने क्या बात है', 'किस तरह भूलेगा दिल' जैसी गजलों एवं अन्य फिल्मी गीतों की शानदार प्रस्तुतियों ने उपस्थित श्रोताओं का मन

मोह लिया। इस अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में महाविद्यालय के डायरेक्टर डॉ. सुनील कुमार पाहवा एवं प्राचार्या डॉ. संगीता झांव का विशेष सहयोग एवं मार्गदर्शन प्राप्त हुआ। संगीत विभाग की

विभागाध्यक्ष डॉ. कीर्ति श्रीवास्तव ने कार्यक्रम का सफल संचालन किया तथा अपनी सुमधुर गीत प्रस्तुति से सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। कार्यक्रम में महाविद्यालय के प्राध्यापकों द्वारा भी भजनों, गजलों, पुराने फिल्मी गीतों एवं लोकगीतों की मनमोहक प्रस्तुतियां दी गईं। इस अवसर पर डॉ. संध्या मल्लिया, डॉ. रानू सिंह, डॉ. महिमा त्रिपाठी, डॉ. कविता गौर, डॉ. सुनीता सोनी, प्रभा पहलिया और डॉ. रीता मुखर्जी उपस्थित रहे।



एक नजर में

जबलपुर मेनोपाँज समिति द्वारा योग शिविर का आयोजन

नवभारत, जबलपुर। विश्व योग दिवस के अवसर पर जबलपुर मेनोपाँज सोसायटी की अध्यक्ष डॉ चित्रा जैन , सचिव डॉ सोना रिछारिया द्वारा आईएमए हॉल में एक योग शिविर का आयोजन किया गया जिसमें जबलपुर स्त्री रोग संघ, इंडियन मेडिकल एसोसिएशन जबलपुर, महिला डॉक्टर्स विंग, आईएमए एएमएस, क्लब 35 प्लस और विभिन्न संस्थाएं सम्मिलित हुईं इसे सफल बनाया। जिसमें योगाचार्य अमित जी के द्वारा विभिन्न योगासन कराए गए जिनमें मुख्यतः सूर्य नमस्कार, मर्जरी आसन मार्केट आसन एवं चंद्रासन सम्मिलित था, ज्ञान का जीवन में बहुत महत्व है अगर एक बार आपका मन नियंत्रित हो गया तो पूरा जीवन नियंत्रित हो जाता है हर साल इस तरह का आयोजन किया जाता है जिससे डॉक्टर के बीच में योग के महत्वपूर्ण तरीके अपनाने जा सके इसमें डॉक्टर ऋचा शर्मा, नीना श्रीवास्तव, संगीता श्रीवास्तव, डॉ शारदा मिश्रा, अमिता सक्सेना, निशा साहू मानिक पन्से, डॉ रोमा नाग, डॉ प्रियंका गौर, उपस्थित रही। डॉ स्नेहा मेठवानी ने प्रोग्राम का आयोजन किया था।



शिव स्मृति भवन में योग दिवस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम आयोजित

नवभारत, जबलपुर। नेपियर टाउन, भंवरताल गार्डन स्थित शिव स्मृति भवन में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में विशेष योग और राजयोग मैडिटेशन कार्यक्रम आयोजित हुआ। शुरुआत प्रातः 8:15 बजे नियमित ईश्वरीय महावाक्यों (मुरली) के पश्चात हुई। राजयोगिनी बीके भावना दीदी ने योग को आत्मा का परमात्मा से मिलन बताते हुए कहा कि इसके नियमित अभ्यास से मन शांत, तन स्वस्थ और आत्मा सशक्त बनती है। इसके पश्चात बीके वर्षा दीदी ने सरल तरीके से विभिन्न योगासनों और प्राणायाम का अभ्यास करारक प्रतिदिन सकारात्मक दिनचर्या अपनाने की प्रेरणा दी। स्थानीय नागरिकों ने उत्साहपूर्वक भाग लेकर शारीरिक व आत्मिक स्वास्थ्य लाभ प्राप्त किया। अंत में सभी को राजयोग मैडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति करारक स्वस्थ व व्यसनमुक्त समाज का संकल्प दिलाया गया। कार्यक्रम में राजयोगिनी बीके भावना दीदी, बीके वर्षा दीदी, बीके साधना दीदी, बीके रजनी दीदी, बीके संदीपा भाई, बीके वीरेंद्र भाई, बीके अनिल, बीके राजेश, बीके परेश, बीके संतोष और अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे।



पत्रकारिता की आड़ में अनैतिक कार्य स्वीकार नहीं

नवभारत, जबलपुर। राष्ट्रीय श्रमजीवी पत्रकार परिषद की जिला इकाई एवं कोर कमटी की बैठक शनिवार को आयोजित की गई, जिसमें राष्ट्रीय, प्रदेश, संभाग और जिला स्तर के वरिष्ठ एवं नवीन पदाधिकारी उपस्थित रहे। बैठक में आगामी अगस्त माह में जर्नलिस्ट मीट आयोजित करने का निर्णय लिया गया। इसके साथ ही जिला इकाई को और मजबूत करने के लिए ब्लॉक स्तर पर सदस्यता अभियान चलाने और संगठन को सुदृढ़ करने पर सहमति बनी। गौरतलब है कि राष्ट्रीय श्रमजीवी पत्रकार परिषद पत्रकारों के हितों के लिए निरंतर प्रयासरत है। पिछले कुछ समय से फर्जी पत्रकारों का मुद्दा चर्चा में रहा है, जिस पर परिषद ने पूर्व में कलेक्टर एवं एसपी को सूचित किया था। आने वाले समय में इस विषय पर गंभीरता से विचार-विमर्श कर बेहतर कार्ययोजना बनाने पर चर्चा की गई। परिषद ने स्पष्ट किया है कि पत्रकारिता की आड़ में कोई भी अनैतिक कार्य स्वीकार्य नहीं होगा।

फादर्स डे आज वह कभी अपने लिए नहीं जीता, लेकिन पूरी जिंदगी अपने परिवार के सपनों को जीता है

पिता का रिश्ता जिम्मेदारी, त्याग और निस्वार्थ प्रेम की मिसाल



नवभारत, जबलपुर। हर साल जून के तीसरे रविवार को मनाया जाने वाला फादर्स डे 21 जून को यानि आज मनाया जाएगा। पिता वह शख्स हैं जो अपने बच्चों के सपनों को पूरा करने के लिए अपनी हर खुशी, हर आराम और हर खर्च को बिना किसी शिकायत के पीछे छोड़ देते हैं। दुनिया के हर रिश्ते की अपनी अलग पहचान होती है, लेकिन पिता का रिश्ता जिम्मेदारियों, त्याग और निस्वार्थ प्रेम की सबसे मजबूत मिसाल माना जाता है। वह अपने परिवार की जरूरतों को पूरा करने के लिए दिन-रात मेहनत करते हैं, लेकिन बच्चों में सिर्फ अपने बच्चों की

मुस्कान और उनकी सफलता देखना चाहते हैं। जिम्मेदारियों के बीच छिपा प्यार अक्सर पिता अपने जज्बात खुलकर व्यक्त नहीं करते। उनकी डांट में चिंता होती है, उनकी सख्ती में भविष्य की सुरक्षा और उनकी बखोशी में अपार स्नेह छिपा होता है। बच्चे जब छोटे होते हैं तो पिता की उंगली पकड़कर चलना सीखते हैं, और बड़े होने पर उन्हीं के अनुभव जीवन की राह आसान बनाते हैं। फादर्स डे पर जहां कई जरिवार अपने पिता के साथ खुशियां साझा करते हैं, वहीं कुछ ऐसे बेटे-बेटियां भी हैं जिनके पिता अब इस दुनिया में नहीं हैं, लेकिन उनकी सीख, उनके संस्कार और उनका आशीर्वाद हर कदम पर उनका मार्गदर्शन करते हैं। जिंदगी के हर फैसले में उन्हें पिता की बातें याद आती हैं और वही यादें आगे बढ़ने की ताकत देती हैं।

इनका कहना है

ख्यातिशे मेरी, मेहनत आपकी, मेरे चेहरे की मुस्कान से ही, चلتा है दुनिया

आपकी। खुशकिस्मत हूँ जो आप जैसा पिता मिला, मेरी हर खुशी, मेरा पूरा जहान हो आप पापा। फादर्स डे की हार्दिक शुभकामनाएं।

अंशिका सेनी

उंगली पकड़कर चलना सिखाया, मांगने से पहले ही मेरी हर ख्वाहिश को पूरा कर दिया, आपके साप में रहकर मैं अपनी पूरी जिंदगी सुकून से बिताऊँ, फादर्स डे की हार्दिक शुभकामनाएं।

आराध्या सेनी

पिता वह ईसान हैं जो अपनी जेब खाली करके भी बच्चों के सपनों को भर देते हैं। वह कभी अपनी तकलीफ नहीं बताते, लेकिन परिवार की हर तकलीफ को अपना मान लेते हैं।

जितेंद्र चौधरी

जब भी कोई मुश्किल आती है, ऐसा लगता है जैसे वह आज भी मेरा हाथ थामे हुए हैं। मैं उनकी राह पर चलकर उनका सपना पूरा करना चाहता हूँ। मेरे लिए हर दिन फादर्स डे है, क्योंकि वह हमेशा मेरे दिल और मेरी यादों में जिंदा है।



नवीन सेन



एनसीसी कैम्प के हार्टफुलनेस मेंडेशन से बच्चों में उत्साह

नवभारत, जबलपुर। शनिवार को 4 एम.पी. सी.टी.आर. एन.सी.सी. द्वारा आयोजित 1 दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम के अंतर्गत जे.ई.सी., रांछी, जबलपुर में सुबह 7 बजे से हार्टफुलनेस मेंडेशन के तीन दिवसीय कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। कार्यक्रम के प्रथम दिवस में 28 प्रशिक्षणार्थियों एवं 4 अधिकारियों सहित कुल 285 प्रतिभागियों ने सहभागिता की। हार्टफुलनेस रिलेक्सेशन एवं मेंडेशन सत्र का संचालन हार्टफुलनेस प्रिसेप्टर सुरेन्द्र विश्वकर्मा एवं निरीक्षक विक्रम सिंह द्वारा किया गया। सत्र के दौरान प्रतिभागियों को ध्यान एवं रिलेक्सेशन की विभिन्न तकनीकों का अभ्यास कराया गया, जिससे उन्हें मानसिक एवं शारीरिक संतुलन प्राप्त करने में सहायता मिली। मेंडेशन सत्र के बाद प्रशिक्षणार्थियों ने अपने अनुभव साझा करते हुए बताया कि पिछले तीन-चार दिनों

से लगातार प्रशिक्षण गतिविधियों के कारण वे शारीरिक एवं मानसिक रूप से थकान अनुभव कर रहे थे, किंतु मेंडेशन के पश्चात उन्हें मानसिक शांति, तनाव से राहत एवं नई ऊर्जा का अनुभव हुआ। इस अवसर पर कर्नल सिद्धार्थ सुर्वे ने हार्टफुलनेस मेंडेशन को वर्तमान समय में अत्यंत उपयोगी एवं लाभदायक बताते हुए कहा कि नियमित ध्यान अभ्यास से व्यक्ति की एकाग्रता, आत्मविश्वास एवं कार्यक्षमता में वृद्धि होती है। कार्यक्रम के दौरान सैन्यर जेसीओ सुबेदार रामाश्रय सिंह, ट्रेनिंग एसोओ नायब सुबेदार एन.के. यादव, सुबेदार के.के. तिवारी सहित समस्त प्रशिक्षणार्थी उपस्थित रहे। हार्टफुलनेस मेंडेशन का यह तीन दिवसीय कार्यक्रम आगामी दिनों में भी प्रशिक्षणार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य एवं व्यक्तित्व विकास के लिए मार्गदर्शन प्रदान करेगा।