

चित्रकूट ने रचा योग का अनूठा मॉडल : 111 केंद्रों से पहुंचे साधक

ग्रामोदय विश्वविद्यालय में हुआ विराट सामूहिक योग आयोजन,संतों, समाजसेवियों, शिक्षण संस्थाओं और जनसमुदाय की सहभागिता से साकार हुआ चित्रकूट की एकात्मता का अद्भुत स्वरूप

नवभारत न्यूज
चित्रकूट, 21 जून । अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2026 के अवसर पर महान्या गांधी चित्रकूट ग्रामोदय विश्वविद्यालय परिसर में आयोजित सामूहिक योग कार्यक्रम केवल एक योग आयोजन नहीं, बल्कि चित्रकूट की सांस्कृतिक एकात्मता, सामाजिक समरसता और जनभागीदारी का अद्वितीय उत्सव बन गया।

मध्यप्रदेश और उत्तरप्रदेश के सीमावर्ती चित्रकूट क्षेत्र के 111 योग केंद्रों से पहुंचे एक हजार से अधिक महिला-



पुरुष योग साधकों ने एक साथ योगाभ्यास कर चित्रकूट मॉडल की विशिष्ट पहचान को सशक्त रूप से प्रस्तुत किया।



हुआ। इस अवसर पर अपने आशीर्वाचन में महंत श्री रामजी दास ने कहा कि योग मानव को सुख, शांति और सौहार्द की दिशा में अग्रसर करता है। यह ऋषि-मुनियों की अमूल्य धरोहर है, जिसका उल्लेख हमारे प्राचीन आर्ष ग्रंथों में मिलता है। उन्होंने योग को जीवन का अभिन्न अंग बनाने का आह्वान किया। दीनदयाल शोध संस्थान के राष्ट्रीय संगठन सचिव श्री अभय महाजन, महान्या गांधी चित्रकूट ग्रामोदय विश्वविद्यालय के कुलगुरु प्रो. आलोक चौबे, संतोषी अखाड़ा के महंत श्री रामजी दास, भरत मंदिर के महंत श्री दिव्यजीवन दास, कामतानाथ प्रथम मुखारविंद के डॉ. मदन गोपाल दास, गायत्री शक्तिपीठ के संचालक डॉ. रामनारायण त्रिपाठी, महंत श्री सीताशरण जी महाराज एवं महंत श्री गोविन्द दास जी महाराज द्वारा भारत माता के चित्र पर माल्यार्पण एवं दीप प्रज्वलन के साथ

सीमाओं का कोई महत्व नहीं था। आज पुनः वही भाव साकार होता दिखाई दे रहा है, जब मध्यप्रदेश और उत्तरप्रदेश के 111 केंद्रों के योगाभ्यासी एक साथ योग

साधना के लिए एक मंच पर एकत्र हुए हैं। महान्या गांधी चित्रकूट ग्रामोदय विश्वविद्यालय के कुलगुरु प्रो. आलोक चौबे ने स्वागत उद्बोधन में कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के प्रयासों से योग को वैश्विक पहचान मिली है और आज पूरा विश्व योग दिवस मना रहा है। उन्होंने प्रधानमंत्री श्री मोदी की युगपुरुष की संज्ञा देते हुए कहा कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस केवल एक दिवस का आयोजन न रहकर वर्ष के 365 दिनों की जीवनशैली बनाकर चाहिए। कार्यक्रम के उद्बोधक प्रो. ललित कुमार सिंह रहे।



योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ शरीर शांत मन और संतुलित जीवन का मार्ग है

नवभारत न्यूज
रामपुर बाघेलान 21 जून, वस्तुतः योग केवल शरीर को मोड़ने या कसरत करने का नाम नहीं है। इसका असली उद्देश्य इसान के आंतरिक मन, चरित्र और चिंतन को शुद्ध करना ही है।

हम इन्हीं भावना के साथ विश्व योग दिवस पर योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाकर स्वस्थ, सकारात्मक और ऊर्जावान जीवन की ओर कदम बढ़ाएं यह बात अंतरराष्ट्रीय योगाभ्यास पर आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम में कहीं गई। मध्य प्रदेश शासनप्रदेश के अग्रसर पोएम श्री शासकीय कन्या उच्चतम माध्यमिक विद्यालय रामपुर बाघेलान, सतना में प्रातः 6:00 बजे से सभी शिक्षकों के द्वारा योग दिवस के अवसर पर योगासन, प्राणायाम का अभ्यास किया गया। इस अवसर विद्यालय प्राचार्य के

द्वारा अपने उद्बोधन में सभी को प्रतिदिन योग करने की सलाह दी गई। योग कार्यक्रम का संचालन सेवानिवृत्त शिक्षक ललित मोहन त्रिपाठी के द्वारा किया गया साथ ही विद्यालय में सभी शिक्षकों के द्वारा प्राचार्य के नेतृत्व में श्रमदान के तहत विद्यालय में गाजर घास एवं खरपतावर को साफ किया गया। उक्त कार्यों में रामपुर बाघेलान के विधायक नगर प्रतिनिधि अशोक सिंह, दशरथ प्रसाद साकेत (प्राचार्य), विजय वर्मा, सेवानिवृत्त शिक्षक ललित मोहन त्रिपाठी, उमेश मिश्रा, संजीव सोनी, मुकेश साकेत, पुष्पराज सिंह, धनश्याम सिंह, रामाश्रय कोल, जगन्नाथ बजेश शुक्ला, रामबली सिंह, नाथुलाल लाल चौधरी, वाय्म्यंकि तिवारी, मानव शुक्ला, रामराम प्रजापति, सुरेश विश्वकर्मा, गुरुण सोधिया ने प्रतिभाग किया।

वैदिक मंत्रोच्चार से हुई शुरुआत
ओम के उच्चारण, वैदिक मंत्रोच्चार एवं ओम संगच्छर्व संवदर्व की प्रार्थना के साथ प्रारंभ हुए योगाभ्यास में संधि संचालन, योगासन, सूर्य नमस्कार, प्राणायाम, ध्यान, संकल्प तथा "सर्व भवन्तु सुखिनः" के कल्याण मंत्र का सामूहिक उच्चारण किया गया। संपूर्ण वातावरण आध्यात्मिक ऊर्जा, अनुशासन और सकारात्मक चेतना से अनुप्राणित रहा। इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम फ़स्वस्थ वृद्धावस्था के लिए योगफ़ रही, जिसके अनुरूप कार्यक्रम में योग को स्वस्थ, सक्रिय और संतुलित जीवन का आधार बताया गया।



नगर परिषद कोटर में योग दिवस आयोजित

नवभारत न्यूज
कोटर 21 जून, आज नगरपरिषद कोटर में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का मुख्य कार्यक्रम आयोजित किया गया.

इस कार्यक्रम कोटर मंडल अध्यक्ष रामकृष्ण तिवारी, नगरपरिषद कोटर अध्यक्ष राजमणि सिंह, उपाध्यक्ष प्रभाकर तिवारी, सभापति

बबलू गौतम, पार्षद पंकज कुशवाह आनंद पाठक, और कर्मचारी, दिवाकर तिवारी, सतीश साहू, बिपिन तिवारी, , रामदेव गोस्वामी, संतोष मिश्रा, गम्बर शुक्ला, शल्लू, दिनेश, राजेन्द्र, पिन्नु शुक्ला, राहुल गौतम, और सभी कर्मचारी शामिल हुए और उन्होंने वहां मौजूद लोगों के साथ मिलकर योग किया.

नागपुर मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल मैहर में हुआ योग

नवभारत न्यूज
मैहर 21 जून, अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नागपुर मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल, मैहर में विशेष योग एवं प्राणायाम सत्र का आयोजन किया गया। इस अवसर पर अस्पताल की वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. शैलजा पांडेय ने अस्पताल प्रभारी एवं समस्त स्टाफ को योग और प्राणायाम के महत्व की जानकारी दी।

कार्यक्रम के दौरान डॉ. पांडेय ने सूर्य नमस्कार तथा सरल प्राणायाम का व्यावहारिक प्रशिक्षण कराया। स्टाफ सदस्यों ने उनके निर्देशन में विभिन्न योगासन एवं श्वास संबंधी अभ्यास किए। उन्होंने बताया कि नियमित योगाभ्यास से तनाव में कमी आती है, हृदय स्वास्थ्य बेहतर होता है तथा पाचन क्रिया और नींद की गुणवत्ता में सुधार होता है। डॉ. पांडेय



ने विशेष रूप से वरिष्ठ नागरिकों, गर्भवती महिलाओं, पीसीओडी (PCOD), थायरॉइड विकार, क्रांनिक



शासकीय कन्या शाला मेहुती में उत्साहपूर्वक मनाया गया विश्व योग दिवस

नवभारत न्यूज
बिरसिंहपुर 21 जून, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शासकीय कन्या विद्यालय मेहुती में योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

यह कार्यक्रम नवांकुर संस्था शिवा ग्रामीण विकास संस्थान के संस्थापक एवं सेक्टर प्रभारी ,राष्ट्रीय मानवाधिकार अपराध एवं नियंत्रण ब्यूरो (मध्य प्रदेश) के सलाहकार तथा पर्यावरण मंच इकाई सतना (सम्बद्ध भारतीय मजदूर संघ) के जिला संयोजक बृजेंद्र सिंह के विशेष सहयोग व प्रयासों से संपन्न हुआ। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में पूर्व वरिष्ठ व्याख्याता राम प्रताप सिंह ,अध्यक्षता पूर्व मंडल अध्यक्ष

कमलेश प्रसाद पाण्डेय द्वारा की गई।

पूरे कार्यक्रम का कुशल व प्रभावी संचालन पूर्व शिक्षक एवं किसान संघ के मंत्री भीष्म प्रसाद त्रिपाठी ने किया। योग गुरुओं ने सिखाए सेहत के गुर योग शिविर में प्रमुख प्रशिक्षक के रूप में उपस्थित डॉ. मुकेश सिंह एवं योग प्रशिक्षक संजीव मिश्रा ने उपस्थित जनों को योग के विभिन्न आसनों व प्राणायाम का अभ्यास कराया।

उन्होंने दैनिक जीवन में योग के महत्व को रेखांकित करते हुए कहा कि योग न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है, बल्कि मानसिक शांति और एकाग्रता भी प्रदान करता है।

योगोत्सव में ये रहे उपस्थित

इस योगोत्सव को सफल बनाने में क्षेत्र के प्रबुद्ध नागरिकों और प्रभारियों का सरावनीय योगदान रहा। कार्यक्रम में मुख्य रूप से सूरत लाल त्रिपाठी, विनीता कुशवाहा,प्रभा सिंह,सुधांशु भारती,राजा भैया कुशवाहा,युवराज सिंह जगत सिंह, ज्ञानेंद्र सिंह, हिमांशु त्रिपाठी सहित विद्यालय के स्टाफ और भारी संख्या में स्थानीय लोग उपस्थित रहे। डा मुकेश सिंह सहित सभी ने सामूहिक रूप से योग कर निरोग रहने का संकल्प लिया और साथ प्रतिदिन सुबह छः बजे से सात बजे तक डा मुकेश सिंह द्वारा अपना कीमती समय देने का वादा किया है।

हरदुआ विद्यालय में मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

नवभारत न्यूज
नागौद 21 जून, शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय हरदुआ में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का भव्य आयोजन किया गया इस अवसर पर विद्यालय स्टाफ एवं विद्यार्थियों ने उत्साह पूर्वक हिस्सा लिया और सामूहिक योगासन एवं प्राणायाम किया।

कार्यक्रम का शुरुआत प्रातः 6.00 बजे से विद्यालय के प्राचार्य रमेश प्रसाद दहायत द्वारा दीप प्रज्वलित कर की गई। योग प्रशिक्षक मोहम्मद इस्ताक एवं कृष्ण कुमार पाठक के मार्गदर्शन में उपस्थित लोगों ने सामान्य योग प्रोटोकॉल का पालन करते हुए सूर्य नमस्कार के साथ विभिन्न आसनों जैसे वृक्षासन,ताड़ासन, ध्रामरी,



कपालभाति आदि प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास किया कार्यक्रम का संचालन कृष्ण कुमार पाठक ने किया इस दौरान योग से होने वाले शारीरिक और मानसिक लाभों पर भी प्रकाश डाला। अपने उद्बोधन में विद्यालय के प्राचार्य रमेश प्रसाद दहायत ने योग की शांति और सकारात्मक ऊर्जा का श्रोत बताया, साथ ही योग के महत्व को बताते हुए इसे अपनी दिनचर्या में शामिल

करने पर बल दिया। विद्यालय के शिक्षक श् गैबीलाल कोरी राजकुमार बागरी, मो. इस्ताक और धनीलाल वर्मा ने अपने अपने विचार व्यक्त करते हुए योग को न केवल शारीरिक व्यायाम का उत्सव बल्कि इसे हमारे तन,मन और आत्मा के बीच संतुलन बनाने का एक वैश्विक महापर्व बताते हुए योग को दैनिक जीवन में अपनाने का आवाहन किया।

व्यापारी पर हमले को लेकर ताम्रकार समाज आक्रोशित,हमलावर गिरफ्तार नहीं हुए तो होगा आंदोलन सौंपा ज्ञापन

नवभारत न्यूज
उबेहरा 21 जून, नगर के युवा व्यवसाई अभिनव ताम्रकार उर्फ श्रीलाल के साथ 16 जून को पैसों के लेन देन को लेकर विवाद से तह से कराब 15 की संख्या में बाहर से आये लोगों ने नगर के हृदय स्थल संकट मोचन चौगहे के पास रात्रि 9 बजे के करीब सुनियोजित तरीके से हमला कर दिया था।

यह घटना पुलिसिया व्यवस्था सीधा सवाल खो कर रही है जबकि रात्रि में घटना होने के पूर्व ही उसी दिन दोपहर में परिचायी ने अपने ऊपर जान से हमला होने की लिखित शिकायत दर्ज कराई थी अगर समय रहते पुलिस कुछ एक्टिव होती तो शायद इस घटना को रोक जा सकता था नगर में हुई इस तरह की घटना से सुरक्षा को लेकर समूचे नगर में दहशत का माहौल



बना हुआ है। हासिल जानकारी अनुसार जिस तरह से युवा व्यवसाई अभिनव ताम्रकार पर अमन सिंह परिहार और अंकित सिंह परिहार ने हमला कर दिया जिससे उनके कंधे में चोट आ गई अगर उनका साथी मनोज ताम्रकार समय रहते नहीं बचाता तो बड़ी अन्वहोनी होते दर नहीं लगती।

ऐसी भी है चर्चा- ऐसी भी चर्चा है कि उक्त सभी हमलावर जिस फोर व्हीलर

अधिवक्ताओं की सुरक्षा पर सरकार की चुप्पी अब बर्दाश्त नहीं: राजेश गौतम

नवभारत न्यूज
अमदरा 21 जून, अखिल भारतीय संयुक्त अधिवक्ता मंच के राष्ट्रीय महामंत्री एवं अधिवक्ता परिषद मैहर के अध्यक्ष अधिवक्ता राजेश गौतम ने अधिवक्ताओं पर लगातार बढ़ रहे हमलों, धमकियों और उपीड़न की घटनाओं पर गहरी चिंता व्यक्त किया है.

उन्होंने कहा कि न्याय व्यवस्था के महत्वपूर्ण स्तंभ अधिवक्ता आज स्वयं असुरक्षा के वातावरण में कार्य करने को विवश हैं। न्याय दिलाने वालों की सुरक्षा सुनिश्चित करना सरकार की संवैधानिक और नैतिक जिम्मेदारी है। अधिवक्ता राजेश गौतम ने कहा कि देश के अनेक राज्यों ने अधिवक्ताओं की सुरक्षा के महत्व को समझते हुए एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट लागू किया है या इस दिशा में ठोस पहल की है। इसके बावजूद मध्यप्रदेश में अब तक अधिवक्ताओं की सुरक्षा के लिए कोई विशेष कानून लागू नहीं किया गया है, जो



मुर्वकिल का पक्ष नहीं रखते, बल्कि संविधान, कानून के शासन और नागरिक अधिकारों की रक्षा का कार्य भी करते हैं। ऐसे में अधिवक्ताओं पर होने वाला हमला किसी एक व्यक्ति पर नहीं, बल्कि पूरी न्याय व्यवस्था और लोकतांत्रिक मूल्यों पर हमला माना जाना चाहिए। अधिवक्ता राजेश गौतम ने प्रदेश सरकार से मांग करते हुए कहा कि मध्यप्रदेश में तत्काल एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट लागू किया जाए, जिससे अधिवक्ताओं को उनके पेशेगत दायित्वों के निर्वहन के दौरान प्रभावी कानूनी सुरक्षा और संरक्षण प्राप्त हो सके। उन्होंने कहा कि

प्रदेश के हजारों अधिवक्ता वर्षों से इस मांग को उठा रहे हैं, लेकिन सरकार की लगातार चुप्पी अब असहनीय होती जा रही है। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि अधिवक्ता समाज अब केवल आक्षासनों से संतुष्ट नहीं होगा। यदि शीघ्र ही एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट लागू करने की दिशा में ठोस कदम नहीं उठाए गए, तो प्रदेश सहित देशभर के अधिवक्ता लोकतांत्रिक एवं संवैधानिक तरीके से व्यापक आंदोलन चलाने के लिए बाध्य होंगे। राजेश गौतम ने कहा कि "अधिवक्ता सुरक्षित होंगे तभी न्याय सुरक्षित रहेगा। सरकार को यह समझना होगा कि अधिवक्ताओं की सुरक्षा केवल अधिवक्ताओं का मुद्दा नहीं, बल्कि न्याय व्यवस्था की गरिमा और आम नागरिकों के अधिकारों की रक्षा का विषय है।"

"अब केवल आक्षासन नहीं, एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट चाहिए। अधिवक्ताओं की सुरक्षा पर सरकार की चुप्पी अब बर्दाश्त नहीं होगी।"

सान्दीपनि विद्यालय रामनगर में मनाया योग दिवस



नवभारत न्यूज
रामनगर 21 जून, मैहर जिले के रामनगर जनपद शिक्षा केन्द्र अंतर्गत अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शासकीय सान्दीपनि उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में सामूहिक योग

कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमे अनुविभागीय दण्डाधिकारी एस.पी.मिश्रा, जनपद पंचायत उपाध्यक्ष ईजिनियर श्रीमती प्रियंका सिंह पटेल अध्यक्ष भाजपा मंडल रामनगर, बिकास

खण्ड शिक्षा अधिकारी राजेश द्विवेदी, बीआरसीसी चंद्रप्रताप शुक्ला, नायब तहसील दार ललित धर्वे,रोशन लाल रावत, विद्यालय प्राचार्य सुग्रीव सिंह विशेन, पूर्व शिक्षक राम प्रकाश मिश्रा,



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सांदीपनि विद्यालय रामपुर बाघेलान में योगाभ्यास किया गया



स्वस्थ रखें। आज के मुख्य अतिथि डॉ राजनसरन श्रीवास्तव ने अपने उद्बोधन में कहा कि- 21 एवम् 22 जून के मध्य का दिवस अत्यंत पवित्र है।ज्ञात तथ्यों में सूर्य ही एक ऐसा ग्रह है कि जो ऊर्जा का भण्डार है। इसके अतिरिक्त द्वितीय क्रम में वायु ही एक ऊर्जा का शसक्त स्रोत है। जो किसी भी वस्तु या इस शरीर को गति प्रदान कर सकती है। इसलिए हम योग के द्वारा वायु का आदान-प्रदान करना अत्यंत लाभप्रयक है। योग एक वैज्ञानिक प्रक्रिया है। योग के द्वारा शरीर के सभी भागों पर वायु का परिवहन होता है।हमें आहार-विहार एवं ब्रम्हचर्य का पालन करना चाहिए। इन्द्रिया पर नियंत्रण

किया जा सकता है।किन्तु पूर्ण ज्ञान के साथ ही इन्द्रिय नियंत्रण करना चाहिए नहीं तो इसके दुष्परिणाम भी होते हैं। कार्यक्रम के अध्यक्ष चंदन अग्रवाल ने उपस्थित सभी जनों को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस की हार्दिक शुभकामनायें दीं आपने आर्ट ऑफ लिविंग का परियय देते हुए पंडित रविशंकर जी शुक्ल को याद किया। आप आज के कार्यक्रम के योग शिक्षक के रूप में सहभागिता की। आपने दै?, खिंचाव के व्यायाम, ता/संन, वृक्षासन, सूर्य नमस्कार आदि के साथ प्राणायाम में अनुलोम-विलोम, भस्तिका, ध्रामरी के साथ ही श्वासन का अत्यंत सुन्दर अभ्यास कराया।



सांदीपनि विद्यालय नागौद में मनाया गया योग दिवस

नवभारत न्यूज
नागौद 21 जून, सांदीपनि शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय नागौद के सभी शिक्षकों, विद्यार्थियों और कर्मचारियों की उपस्थिति 12वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया।

आपने भागवद्गीता के इस सुंदर श्लोक (सिद्धयसिद्धयोः समो भूत्वा समत्तम् योग उच्यते) के माध्यम से योग का असली अर्थ साझा किया है। सफलता और विफलता में समान भाव रखना ही सच्चा योग है।