भा.कृ.अनु.प.-भारतीय सोयाबीन अनुसंधान संस्थान,

खंडवा रोड, इन्दौर-452001

फ़ाइल् क्रमांक./प्रेस नोट/प्रेस एवं पब्लिसिटी/2022/33

संस्थान में किया गया अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन, वैज्ञानिकों तथा श्रमिक वर्ग ने भी दिखाया उत्साह

इंदौर, मध्यप्रदेश - इक्कीसवी सदी के इस दौर में आज पूरा विश्व विभिन्न व्याधियों से लड़ रहा है, ऐसे में शरीर का स्वस्थ होना एक आवश्यकता सा बन गया है। इस विषय पर एक पहल करते हुए 21 जून 2022 को आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के दिशानिर्देश में भारतीय सोयाबीन अनुसंधान संस्थान, इंदौर द्वारा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में योग प्रशिक्षण सत्र का आयोजन किया गया। जिसके अंतर्गत संस्थान के सभी कर्मचारियों, वैज्ञानिकों, श्रमिकों एवं किसानों समेत संस्थान के यूट्यूब चैनल तथा ज़ूम एप् के माध्यम से 118 प्रतिभागियों ने इस सत्र में भाग लिया । इस सत्र का संचालन प्रख्यात योग गुरु श्रीमती मनदीप कौर द्वारा किया गया, जिसकी शुरुआत ॐ के जाप से की गई, इसका अनुगमन करते हुए अनुलोम-विलोम, कपालभाती एवं विभिन्न प्रकार के आसनों द्वारा जीवन को कैसे सरल, दीर्घायु और सुगम बनाया जा सकता है, इस बात को श्रीमती द्वारा बखूबी रूप से समझाया गया। सत्र के मध्य में विश्राम के लिए बौद्धिक खेल का भी समावेश किया गया जिससे सभी आयु के प्रतिभागियों को योग का पूर्ण रूप से लाभ पहुँच पाए। सत्र के अंतिम दौर में " हरी ॐ " भजन के साथ सभी भागीदारियों द्वारा ध्यान केंद्रित कर इस योग प्रक्रिया को सार्थक बनाया गया एवं श्रीमती श्रीमती मनदीप कौर जी को इस योग दिवस पर उनके महत्तवपूर्ण योगदान के लिए संस्थान के प्रधान वैज्ञानिक डॉ एस.डी. बिल्लोरे तथा डॉ सविता कोल्हे द्वारा स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया गया।

....