02

आज समाज

www.aajsamaaj.com

04

नई दिल्ली, पृष्ठ-04, बुधवार, 22 जून 2022

राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र

विक्रमी संवत 2079, आषाढ़ कृष्ण पक्ष नवमी, मूल्य 2.00 रुपए

अग्रवाल महाविद्यालय में मनाया योग दिवस

बल्लभगढ़। अग्रवाल महाविद्यालय बल्लभगढ़ में योग क्लब समर्पण द्वारा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. कृष्णकांत गुप्ता के मार्गदर्शन में महाविद्यालय में प्रतिवर्ष अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाता है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के स्वस्थ एवं सुरक्षित भारत के स्वप्न को साकार करने में योगदान देना था। प्रतिवर्ष अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर बनते नए प्रतिमानों की श्रृंखला को बनाए रखने के प्रयास में इस वर्ष आठवें योग दिवस पर मानवता के कल्याण के लिए आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में अग्रवाल विद्या प्रचारिणी सभा के प्रधान देवेंद्र गुप्ता एवं विशिष्ट अतिथि के रूप में डॉ वासुदेव गुप्ता (उप प्रधान अग्रवाल विद्या प्रचारिणी सभा) उपस्थित थे। तथा महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. कृष्ण कांत गुप्ता ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की। कार्यक्रम की शुरूआत गायत्री मंत्र के उच्चारण से हुई। तत्पश्चात योग प्रशिक्षक श्याम कुमार के निरीक्षण में प्राणायाम और लगभग 1 घंटे तक महाविद्यालय के समस्त वरिष्ठ प्रवक्ताओं और विद्यार्थियों ने योग किया। श्याम कुमार ने योग और प्राणायाम करते हुए योग से होने वाले गुणों का विस्तार पूर्वक समझाया। मुख्य अतिथि देवेंद्र गुप्ता ने कहा योग हमारे दैनिक जीवन का अनिवार्य हिस्सा है। अगर हम स्वस्थ रहेंगे तभी कोई भी कार्य ठीक ढंग से कर पाएंगे। अत: योग को अपने जीवन में जरूर अपनाना चाहिए। कार्यक्रम संरक्षक एवं महाविद्यालय प्राचार्य डॉ कृष्णकांत गुप्ता ने आठवें योग दिवस पर अतिथियों का स्वागत करते हुए सभी को बधाई दी और कहा स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है।