

खबर संक्षेप

योग दिवस पर लोगों ने किया उत्साहपूर्वक योग



भानपुरी। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय भानपुरी में विश्व योग दिवस के उपलक्ष्य में योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें पूर्व सांसद दिनेश कश्यप, जिला पंचायत अध्यक्ष वेदवती कश्यप, जनपद अध्यक्ष संतोष बघेल, जनप्रतिनिधि, ग्राम के गणमान्य नागरिक, प्राचार्य एवं समस्त स्टाफ, एनसीसी कैडेट्स, एनएसएस स्वयं सेवक सम्मिलित हुए। कार्यक्रम का सफल संचालन आर्ट ऑफ लिविंग के द्वारा किया गया।

रेल्वे कॉलोनी में महिला ने लगायी फांसी
बचेली। स्थानीय रेल्वे मंदिर के सामने रेल्वे कॉलोनी में शिवानी निहाल नाम की 28 वर्ष की महिला ने फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। आत्महत्या के कारणों का पता नहीं चल सका है। पुलिस ने लगभग 1.30 बजे शव को पोस्टमार्टम के लिये भेज दिया है। रेल्वे कॉलोनी की रहने वाली महिला की 5 वर्षीय पुत्री ने तड़के लगभग 5.30 बजे नींद से उठकर अपनी मां के शव को लटकते हुए देखा और बच्चों की चीख निकल पड़ी। इसके बाद पड़ोसी वहां आ गये कुछ देर बाद महिला का पति और परिजन वहां आ गए। जिसके बाद तुरंत पुलिस को सूचना दी गयी। महिला के 3 बच्चे हैं जिसमें बड़ी बेटी 5 वर्ष, मझली बेटा 3.5 वर्ष एवं सबसे छोटा बेटा 1 वर्ष का है।महिला अपने पति से अलग रहकर अपने तीनों बच्चों के साथ जीवनयापन कर रही थीं।

शिशु मंदिर में मनाया गया विश्व योग दिवस



गीदम। विश्व योग दिवस के अवसर पर सरस्वती शिशु मंदिर उच्च माध्यमिक विद्यालय गीदम में आचार्य परिवार द्वारा योग कर योग दिवस मनाया गया। अभिभावक शुक्ला राम कड़ती, पतंजलि योग संस्थान के द्वारा दीप प्रज्वलन व पूजा अर्चना कर योग प्रारंभ किया गया। विद्यालय के योग्य शिक्षक गोवर्धन ठाकुर ने योग का महत्व बताया एवं स्वदेशी वस्त्र का उपयोग करना, पर्यावरण सुरक्षा की चिंता करना आदि के बारे में भैया बहनों को जागरूक किया। उन्होंने कहा कि हमें पर्यावरण सुरक्षित रखने के लिए प्रधानमंत्री द्वारा चलाई जा रही एक पेड़ मां के नाम योजना के तहत सभी को पेड़ लगाना चाहिए। विद्यालय के प्राचार्य विजय कुमार दुबे ने योग के महत्व को बताया। इस दौरान वक्रासन, पद्मासन, आलोम विलोम, सूर्य नमस्कार, ताड़ासन, वृक्षासन, तितली आसन आदि किया गया। योगासन में विद्यालय के भैया बहन व अभिभावक भी शामिल हुए।

एनएमडीसी के अधिकारियों व कर्मचारियों ने किया अलोम, विलोम और सूर्य नमस्कार

हरिभूमि न्यूज ►► किरंदुल

भारत सरकार के खनन मंत्रालय के निर्देश अनुसार एनएमडीसी लिमिटेड किरंदुल लोह अयस्क परियोजना में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य के लिए योग के तहत संजीव शाही मुख्य महाप्रबंधक के निर्देश में योग से योग्य 11वें अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस पर परियोजना विद्यालय में योगाभ्यास किया गया।

किरंदुल परियोजना में योग से योग्य कार्यक्रम किया गया

संजीव साही मुख्य महाप्रबंधक एवं मंजू साही अध्यक्ष प्रेरणा महिला समिति ने दीप प्रज्ज्वलन कर कार्यक्रम की शुरुआत की। केएल नागवेणी उप महाप्रबंधक (कार्मिक) ने स्वागत भाषण प्रस्तुत किया। योग दिवस के अवसर पर साही ने कहा कि योग एक शारीरिक क्रिया है, यह हमारी



प्राचीन भारतीय संस्कृति का महत्वपूर्ण हिस्सा है। योग हमारे शरीर, मन और ध्यान को जोड़ता है। इसके पश्चात योग शिक्षक नरोत्तम ध्रुव ने उपस्थितों को प्राणायाम, अनुलोम-विलोम, पद्मासन, व्रजासन, शवासन, भुंजगासन, सूर्यनमस्कार आदि आसनों का अभ्यास कराया। कार्यक्रम में एसके कोचर, महाप्रबंधक खनन खान प्रबंधक, पीबी एंटोनी



महाप्रबंधक सामग्री, सेल्वाकुमार महाप्रबंधक (यां.) सेवाएं, सुनील कुमार उप महाप्रबंधक प्रशि. व सुरक्षा, टीएस रामनाथ उप महाप्रबंधक सिविल, एके सिंह, सचिव एमएमडब्ल्यू यूनियन, संजय पाटील सहा.महाप्रबंधक राजभाषा, प्रमोद कुमार सहा.महाप्रबंधक सुरक्षा, शैलेन्द्र सोनी सहा.महाप्रबंधक कार्मिक सहित विभागाध्यक्ष, अधिकारी- कर्मचारी, छात्र-



छात्राएं व आमजन उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन अभिजीत मिश्रा, वरि.प्रबंधक कार्मिक और दिनेश साहू ने किया जबकि धन्यवाद ज्ञापन मो.तनवीर जावेद, उप महाप्रबंधक कार्मिक ने किया। कार्यक्रम को सफल बनाने में कार्मिक विभाग के अधिकारी-कर्मचारियों का बेहद महत्वपूर्ण योगदान रहा।

मेंडका डोबरा मैदान में सैकड़ों लोगों ने किया योगाभ्यास

योग के घोष से गूंजा मां दंतेश्वरी का प्रंगण

हरिभूमि न्यूज ►► देतेवाड़ा



सभी को शुभकामनाएं दीं और कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जिसे पूरी दुनिया ने अपनाया है। उन्होंने कहा कि योग सिर्फ एक शारीरिक अभ्यास नहीं, बल्कि यह शरीर, मन और आत्मा को संतुलित करने की एक संपूर्ण जीवनशैली है। योग नियमित रूप से करने से न केवल शारीरिक स्वास्थ्य बेहतर होता है, बल्कि मानसिक तनाव भी कम होता है और आत्मिक शांति की प्राप्ति होती है। योग को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाएं और इसे केवल एक दिन की गतिविधि न मानें, बल्कि इसे निरंतर अपनाकर स्वस्थ और सकारात्मक जीवन की ओर कदम बढ़ाएं। उन्होंने

यह भी कहा कि योग के माध्यम से हम न केवल स्वयं को स्वस्थ रख सकते हैं, बल्कि समाज में भी एक सकारात्मक ऊर्जा का संचार कर सकते हैं। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के शुभ अवसर पर कलेक्टर कुणाल दुदावत ने योग के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि आज संपूर्ण विश्व में योग कार्यक्रमों का आयोजन बड़े उत्साह और श्रद्धा के साथ किया जा रहा है। यह दिन केवल एक आयोजन भर नहीं है, बल्कि यह हमें अपनी प्राचीन सांस्कृतिक विरासत और जीवनशैली की ओर लौटने की प्रेरणा देता है। कलेक्टर ने कहा कि शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ मानसिक

स्वास्थ्य का संतुलन भी एक स्वस्थ जीवन की आधारशिला है। आज की तेज रफ्तार और तनावपूर्ण जीवनशैली में योग ही एक ऐसा माध्यम है, जो शरीर, मन और आत्मा को एक सूत्र में बाँधता है। योग केवल व्यायाम या आसनों का प्रदर्शन नहीं है, बल्कि यह एक समग्र जीवन दर्शन है, जो अनुशासन, संयम और संतुलन सिखाता है। उन्होंने सभी नागरिकों से आग्रह किया कि योग को केवल एक दिन के कार्यक्रम या प्रदर्शन के रूप में न अपनाएं, बल्कि इसे प्रतिदिन के जीवन में एक नियमित अभ्यास के रूप में शामिल करें। इस अवसर पर जिला पंचायत

अध्यक्ष नंदलाल मुड़ामी, नगर पालिका अध्यक्ष पायल गुप्ता, पुलिस अधीक्षक गौरव राय, जिला पंचायत सीईओ जयंत नाहटा, डीएफओ सागर जाधव, अपर कलेक्टर राजेश पात्रे सहित अन्य जनप्रतिनिधि पंचायत पदाधिकारी और अधिकारी-कर्मचारी एवं बड़ी संख्या में गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

इस दौरान योग प्रशिक्षक डॉक्टर भारती रजक, डॉ. संतोष कुमार बर्मन, मंजू सिगची ने प्रार्थना, शिथिलीकरण अभ्यास, ग्रीवा चालन, स्कंध संचालन, कटि चालन, घुटना संचालन, ताड़ासन, वृक्षासन, पादहस्तासन, अर्ध चक्रासन, त्रिकोणासन, भद्रासन, अर्ध उष्ट्रासन, उष्ट्रासन, शशकासन, उत्तान मंडूकासन, वक्रासन, मकरासन, भुजंगासन, शलभासन, सेतुबंधासन, उत्तानपादासन, अर्ध हलासन, पवन मुक्तासन, शवासन, कपालभाति, नाड़ी शोधन अथवा अनुलोम विलोम प्राणायाम, शीतली प्राणायाम, भ्रामरी प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास कराया। इसके साथ ही योगाभ्यास के पश्चात अधिकारियों एवं जनप्रतिनिधियों ने मेंडका डोबरा परिसर में एक वृक्ष मां के अभियान के तहत पौधा रोपण किया।

विश्व योग दिवस पर भूरसंडी के बच्चों ने किया योग



भोण्डा। बस्तर विकासखण्ड के माध्यमिक शाला भूरसंडी एवं प्राथमिक शाला महुगुड़ा के स्कूली बच्चों को 11 वें विश्व योग दिवस के अवसर पर शिक्षकों के द्वारा योग योग करवाया गया। साथ ही विभिन्न योगासन से शरीर को होने वाले लाभ की भी जानकारी दी गई। नियमित रूप से योग करने से शरीर भी निरोग रहता है। इस दौरान पालक भी इसकी जानकारी प्राप्त करते देखे गए। इस अवसर पर प्रधान अध्यापक शैलेन्द्र कुमार तिवारी, रश्मि नेताम, सुश्री हेमलता कश्यप, भूतेश्वर प्रसाद पाण्डेय, लोकेश रावते प्राथमिक शाला के प्रधान अध्यापक चमरू राम बघेल, जलोश श्रीवास्तव, पौलू राम मौजूद थे।

पांच दिवसीय योग शिविर का हुआ समापन



बस्तर। संचालक आयुष रायपुर छत्तीसगढ़ एवं जिला आयुष अधिकारी डॉ. मोहनिश साहू के मार्गदर्शन में विष्व योग दिवस के उपलक्ष्य में पांच दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का आयोजन आदर्श उच्चतर माध्यमिक विद्यालय चपका में किया गया। जिसका उद्घाटन चपका सरपंच पीली कश्यप के द्वारा तथा योग शिविर का समापन जिला पंचायत सदस्य शकुंतला कश्यप की उपस्थिति में विश्व योग दिवस के अवसर पर विभिन्न योगाभ्यास कर समापन किया गया। इस अवसर पर सुंदरी मोर्य, लक्ष्मी यादव, प्राचावी बीआर कश्य, जीसी प्रधान, आरएस तिवारी, एसएस सेठिया, प्रेमनाथ कश्यप, सी.आर साहू, एस.आर जैन, पदमा क्षत्रिय, एसमा सेठिया, गीता नेताम व शिविर प्रमारी डॉ. दिनेश सिंह, योग शिक्षक विजय देवांगन, धनश्याम सोदर फार्मासिस्ट एवं अन्य विद्यालय स्टांप एवं ग्रामीण जन उपस्थित रहे।

योग शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है: मोहित



जगदलपुर। 11 वें अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन 22 बटालियन सीआरपीएफ सिंगावल कैम्प के प्रांगण में किया गया। जिसमें बटालियन के अधिकारियों मोहित कपूर कमाण्डेंट, पंकज कुमार द्वितीय कमान अधिकारी एवं निरंजन कुमार सिंह उप. कमाण्डेंट, की नर्सरी सीनियर चिकित्सा अधिकारी, विजय आनन्द सहायक कमाण्डेंट तथा अधिनस्थ अधिकारियों एवं बल के जवानों ने बड़-चढ़ कर हिस्सा लिया। योग अभ्यास के दौरान विशिन्न प्रकार के आसन एवं प्राणायाम कराये गये। मुख्य अतिथि मोहित कपूर कमाण्डेंट द्वारा योग के महत्व को समझाया गया एवं दैनिक जीवन में योग के फायदों के बारे में प्रेरित किया। यह भी बताया गया है कि योग हमारे शारीरिक एवं मानसिक विकास को जगजुल बनाता है साथ ही शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है।

डीएचई पॉलिटेक्निक ने मनाया योग दिवस



गीदम। एजुकेशन सिटी जावंगा में स्थित एनएमडीसी डीएचई पॉलिटेक्निक देतेवाड़ा महाविद्यालय में योग दिवस आयोजित किया गया। भारत सरकार आयुष मंत्रालय एवं छत्तीसगढ़ स्वामी विवेकानंद तकनीकी विश्वविद्यालय भिलाई के दिशानिर्देश में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस आयोजित किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत प्रातः हुई जिसमें महाविद्यालय के प्राचार्य, समस्त स्टाफ तथा विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. मुकेश ठाकुर ने बताया कि महाविद्यालय में आयोजित योग कार्यक्रम में प्रधानमंत्री के संबोधन वाले योग प्रोटोकॉल का सभी ने अभ्यास किया। इस वर्ष सभी उपस्थित लोगों ने यह संकल्प भी किया कि वे सभी नियमित रूप से योग एवं प्राणायाम को अपने जीवन में स्थान देंगे। योग अभ्यास में प्रथम स्टूटिंग अभ्यास कराया गया जिसमें स्त्रि से लेकर परे तक सभी अंगों को आसन के लिए तैयार करना उद्देश्य था। इसके बाद आसनों का अभ्यास किया गया। ताड़ासन, शलम आसन, मकर आसन, भुजंगासन इत्यादि का अभ्यास क्रमागत कराया गया। अंत में प्राणायाम तथा ध्यान भी कराया गया। सभी उपस्थित लोगों ने योग किया तथा छात्र विशेष रूप से योग अभ्यास करके प्रसन्न हुए।

खबर संक्षेप

स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों ने किया योग



जगदलपुर। विश्व योग दिवस के अवसर पर स्वास्थ्य विभाग के मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. संजय बसाक, डीपीएम डॉ. रीणा लक्ष्मी, जिला टीकाकरण अधिकारी डॉ. सी मैत्री, डीएसएम नाथर, जिला स्नाहकदार हवी गदलीब, जिला कार्यालय से लेखाधिकारी पीके दमधर, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र आसना के प्रमारी धर्मेन्द्र देवांगन, एमपीडब्ल्यू प्रशिक्षण केंद्र से श्रीमती माधुरी मित्रा और प्रमारी जिला मीडिया अधिकारी शकोल खान ने अपनी सक्रिय भागीदारी दिखाई। सभी ने पतंजलि योग पीठ के प्रतिनिधि डॉ. मनोज पाणिग्राही और उनके साथियों द्वारा करवाए जा रहे हैं, योगाभ्यास में भाग लिया।

डीएवी मुख्यमंत्री पब्लिक स्कूल में योग दिवस मना



जगदलपुर। डीएवी मुख्यमंत्री पब्लिक स्कूल नकटी येमरा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस शनिवार को बड़ी धूमधाम और उत्साह के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय प्रांगण में एक विशेष योग सत्र का आयोजन किया गया जिसमें विद्यालय के सभी विद्यार्थी, शिक्षकगण ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम की शुरुआत प्रार्थना सभा से हुई, जिसके बाद विद्यालय के प्रधानाचार्य शैलेश कुमार ने योग दिवस का महत्व बताते हुए कहा कि योग न केवल हमारे शरीर की स्वस्थ रखता है बल्कि यह मन और आत्मा को भी शांति प्रदान करता है। इसके पश्चात प्रशिक्षित योग शिक्षक द्वारा विद्यार्थियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान क्रियाएं करवाई गईं, छात्र-छात्राओं ने ताड़ासन, त्रिकोणासन, वज्रासन आदि प्राणायाम आदि का अभ्यास किया। इस अवसर पर कई छात्रों ने भाषण, कविता और पोस्टर के माध्यम से योग का संदेश भी दिया। कार्यक्रम के अंत में उपस्थित प्राचार्य और शिक्षक गणों एवं विद्यार्थियों ने नियमित रूप से योग करने और स्वस्थ जीवन शैली अपनाने का संकल्प लिया।

योग फॉर वन अर्थ,वन हेल्थ के दृढ़ संकल्प के साथ योग्याभ्यास

हरिभूमि न्यूज़ ►► जगदलपुर

विश्व योग दिवस पर 80 वीं वाहिनी के-न्द्रीय रिजर्व पुलिस बल, मुख्यालय जगदलपुर के प्रांगण में हरजिन्दर सिंह, उप महानिरीक्षक केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल रेंज जगदलपुर के निदेशन में 80 वीं

- 80 वी वाहिनी सीआरपीएफ बल ने 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

वाहिनी के कमाण्डेंट जितेन्द्र कुमार के नेतृत्व में 11 वें अंतराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर योग फॉर वन अर्थ,वन हेल्थ के दृढ़ संकल्प के साथ योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस योग कार्यक्रम में 80 वीं वाहिनी एवं रेंज जगदलपुर के सभी अधिकारी एवं जवानों ने भाग लिया।

कमांडेंट जितेन्द्र कुमार ने मानव जीवन में योग के महत्व को बताने के साथ-साथ यह भी अवगत कराया कि एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य का अर्थ है कि अगर हम खुद स्वस्थ रहेंगे तो हमारा समाज और पर्यावरण भी उसी उर्जा को महसूस करेगा। जैसे सोच एक स्वस्थ्य जीवनशैली

धरमपुरा में निमार्णाधीन आडिटोरियम शीघ्र होगा पूर्ण : किरण देव

हरिभूमि न्यूज़ ►► जगदलपुर

शहर के धरमपुरा क्षेत्र में निमार्णाधीन आडिटोरियम का काम तेजी से पूर्ण हो रहा है। निर्माण कार्य को गति देने शासन से 9 करोड़ रुपए की अतिरिक्त स्वीकृति प्राप्त हुई है। विधायक किरण देव ने

- बस्तर अंचल के रंगकर्मियों को जल्दी मिलेगी बड़ी सीमागत

निमार्णाधीन आडिटोरियम के लिए 9 करोड़ रुपए की स्वीकृत करने के लिए मुख्यमंत्री विष्णु देव साय एवं वित्त मंत्री ओपी चौधरी को प्रति धन्यवाद व आभार व्यक्त किया है। किरण देव ने कहा कि बस्तरवासियों की बहुप्रतीक्षित भाग शहर में आधुनिक आडिटोरियम की रही थी। जिस पर प्रदेश के मुखिया को इस

ग्रामीणों ने एकत्र किए 300 किलो प्लास्टिक और कचरा

हरिभूमि न्यूज़ ►► जगदलपुर

बस्तर जिले के नेतानार क्षेत्र स्थित उयधीर पर्यटन स्थल बिजलीपारा में आज स्वच्छता और पर्यावरण संरक्षण की दिशा में सराहनीय पहल की गई। उयधीर पर्यटन समिति के अध्यक्ष फूलसिंह नाग के नेतृत्व में बिजलीपारा और गेहूंपदर के आस-पास स्वच्छता अभियान चलाया गया। इस अभियान में समिति के सदस्य, स्थानीय ग्रामीणों और दोनों गांवों के बच्चों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। अभियान के दौरान पर्यटन स्थल से लेकर गांव की गलियों तक सफाई की गई। विशेष रूप से प्लास्टिक कचरे पर ध्यान केंद्रित किया गया, जिसमें लगभग 60 किलो प्लास्टिक बोतलें एकत्र

उयधीर पर्यटन स्थल पर चलाया गया स्वच्छता अभियान



प्रयास की सराहना

उन्होंने कहा, हमारा उद्देश्य केवल पर्यटन को बढ़ावा देना नहीं है बल्कि प्राकृतिक सौंदर्य और जैवविविधता को रक्ष कराना भी है। अगर हम अपने पर्यटन स्थलों को स्वच्छ और आकर्षक बनाए रखें, तो यह क्षेत्र आगे चलकर एक बड़ा पर्यटन केंद्र बन सकता है। समिति ने भविष्य में प्रत्येक माह ऐसे सफाई अभियान चलाने की योजना भी बनाई है। ग्रामीणों और विद्यार्थियों ने भी इस प्रयास की सराहना की और इसे नियमित करने का संकल्प लिया।

विश्व योग दिवस में हुआ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का संदेश वाचन

योग से शारीरिक व मानसिक क्षमता बढ़ती है : कश्यप



विश्व योग की महत्ता को समझते हुए 21 जून को योग दिवस मनाता है। योग केवल शारीरिक अभ्यास नहीं, बल्कि भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो तन, मन और आत्मा का संतुलन स्थापित करता है। योग व्यक्ति को न केवल निरोग बनाता है, बल्कि मानसिक शांति और सकारात्मक सोच भी प्रदान करता है। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय के नेतृत्व में छत्तीसगढ़ सरकार योग को जन-जन तक पहुंचाने निरंतर कार्य कर रही है। उन्होंने नरेंद्र मोदी को जताया है। उन्होंने कहा कि योग की महत्ता को पूरे विश्व में स्वीकार

किया गया है। उन्होंने बताया कि 193 देशों के मौजूदगी में 177 देशों ने योग दिवस मनाए जाने समर्थन किया। उन्होंने आगे कहा कि योग से शारीरिक क्षमता बढ़ती है तथा मानसिक विकार दूर होता है और स्वस्थ जीवन के लिए योग बहुत ही आवश्यक है। उन्होंने नक्सल मुक्त भारत अभियान के बारे में कहा कि हम मार्च 2026 तक बस्तर को नक्सलमुक्त बनाने के लिए कुत संकल्पित हैं। इस दौरान सांसद ने योग को जीवन का हिस्सा बनाने तथा नशा मुक्त भारत का निर्माण करने का संकल्प भी दिलाया। कार्यक्रम में महिला



सांसद ने किया पौधरोपण

ज्ञानोदय विद्यालय प्रांगण में आज सुबह सात बजे सभी उपस्थित अतिथियों के साथ योग प्रशिक्षक रामनारायण मिश्र के द्वारा बैठकर, खड़े होकर तथा लेटकर किए जाने वाले सूक्ष्म योग, अर्द्धवक्रासन, ताड़ासन, मुर्जंगासन, शशकासन, वज्रासन, त्रिकोणासन, उत्तानपाद आसन, कटिकटासन, अर्धवृक्षकासन, उष्ट्रासन, अर्धउष्ट्रासन, मत्स्यासन, मार्जारआसन सहित विभिन्न प्रकार योग मुद्रा का अभ्यास कराया गया, साथ ही कपालभाति, अनुलोम-विलोम, आमरी जैसे विभिन्न प्राणायामों का सामूहिक अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम में आत्मसमर्पित नक्सलियों ने भी बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। योग कार्यक्रम के पश्चात सांसद ने स्कूल प्रांगण में पौधरोपण भी किया।

योग की शुरुआत हजारों साल से, समय के अभाव में लोगों ने भुला दिया था : योगेंद्र

हरिभूमि न्यूज़ ►► जगदलपुर

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय 'पावन धाम' वृन्दावन कोलानी में शनिवार को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग कार्यक्रम

- प्रजापति ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में बना योग दिवस

आयोजित किया गया।

इस अवसर पर योगा टीचर योगेंद्र देवांगन ने कहा योग की शुरुआत हजारों वर्ष पहले हो चुकी थी किन्तु समय के अभाव के साथ हमने योग को भुला दिया है। योग का अर्थ होता है तन का मन के साथ जुड़ना और मन का परमात्मा से जुड़ना। हम इस पृथ्वी पर रहते हैं। हम स्वस्थ रहना चाहते हैं और साथ ही साथ पृथ्वी भी स्वस्थ रहे। आसन प्रणायाम के साथ योगाभ्यास भी कराया और योग के फायदे के बारे में बताया। इस अवसर पर योगा टीचर रमा बहन एवं शीला बहन ने भी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस प्रकाश पर प्रकाश डाला।

संचालिका ब्रह्माकुमारी मंजूषा दीदी ने कहा वर्तमान समय भागम



भाग की जिनगी में सबका जीवन तनावग्रस्त बन गया है, और अनेक उलझनों में उलझता जा रहा है, नकारात्मकता बढ़ती जा रही है, परिणाम स्वरूप अनेकानेक भी बीमारियाँ बढ़ती जा रही है। ऐसे समय पर तन और मन को स्वस्थ रखने के लिए योग को जीवन में शामिल करना अति आवश्यक है। शारीरिक स्वास्थ्य की प्राप्ति के लिए प्राणायाम आसन और व्यायाम आदि करने की आवश्यकता है। तन को स्वस्थ बनाने के साथ-साथ हमें मन को भी स्वस्थ बनाना अत्यंत आवश्यक है। राजयोग मेंडिटेशन के द्वारा परमपिता से जब हम कनेक्ट होते हैं तो आत्मा सशक्त बनती है और हमारे विचार सकारात्मक बनते

हैं। यदि मन हमरा सकारात्मक होगा तो हम प्रकृति को सुन्दर बना सकते हैं हरी भरी बुनिया बना सकते हैं और इस विश्व में स्वर्ग की स्थापना कर सकते हैं। दैनिक दिनचर्या में हमें राजयोग मेंडिटेशन और योग को शामिल करना अत्यंत आवश्यक है। इससे स्वयं का जीवन सुखमय बनेगा, साथ-साथ परिवार, समाज, देश और पूरा विश्व ही स्वस्थ और सुखमय बन जायेगा। आपने स्वस्थ जीवन के लिए सभी भाई बहनों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं दी। आपने ओम की मधु ध्वनि से सभी को योगाभ्यास कराया। इस अवसर पर संस्था से जुड़े हुए भाई बहनों ने योगाभ्यास किया।

बस यात्रियों की सुरक्षा और सम्मान का ध्यान रखा जाए

हरिभूमि न्यूज़ ►► जगदलपुर

रायपुर से सुकमा आ रही बस में यात्री के साथ बस के चालक-परिचालक द्वारा मारपीट करने एवं उसके सिर पर लोहे की रॉड

हड़ है। जिससे अब आडिटोरियम यथा शीघ्र आकार पायेगा। बस्तर के रंगकर्मियों के द्वारा नि मा ण ध र्ी न ऑडिटोरियम के जल्द निर्माण की मांग रखी। विधायक किरण देव ने मुख्यमंत्री एवं वित्त मंत्री से आडिटोरियम के निर्माण के लिए अतिरिक्त राशि की मांग रखी थी जिस पर वित्त विभाग से 9 करोड़ रुपए की स्वीकृति प्राप्त हुई है। विधायक मूलभूत सुविधाओं को जनता के मांग के अनुरूप पूरा करते हुए लगातार विकास कार्य कर रहे हैं। है कि आदिवासी अंचल बस्तर से रायपुर की ओर आने-जाने वाली इन यात्री बसों में अग्रिय हाथपाई करने जैसी घटनाओं का अंजाम दिया गया है व यात्रियों को उनके परिवारजनों के सामने अपमानित तक किया गया।

तक 300 कि.मी. के लगभग 7 से 8 घण्टे के लम्बे सफर के दौरान निजी बस के चालक-परिचालकों द्वारा खासतौर पर दिन के समय यात्रियों के खाने-पीने एवं शौच इत्यादि के लिए यात्रियों द्वारा निवेदन करने के बावजूद उनसे बस लेट हो जाने की बात कहकर बसों को रोका तक नहीं जाता और अधिक सवारी बैठाने की प्रतिस्पर्धात्मक दौड़ में लगातार 8 घण्टे महिलाओं, छोटे बच्चों, बड़े-बुजुर्गों, ईलाज के लिए आने-जाने वाले गंभीर बीमारियों से ग्रसित लोगों को बस रोके बिना यात्रा करने को मजबूर किया जाता है। पूर्व में भी ऐसी घटनाएं घटित हो चुकी हैं जिसमें यात्रियों के द्वारा बस रोकने की बात कहने पर उन्हें आधे रास्ते बस से उतार देने, सामान फेंक देने, दुर्व्यवहार एवं



- मुख्यमंत्री और परिवहन सचिव को पत्र लिखकर पूर्व विधायक ने घटना की पुनरावृत्ति नहीं होने का किया अनुरोध

हाथपाई करने जैसी घटनाओं का अंजाम दिया गया है व यात्रियों को उनके परिवारजनों के सामने अपमानित तक किया गया।

रेलवे की तरह बस में भी हेलपलाईन व्यवस्था शुरू की जाए

बाफना ने मुख्यमंत्री व परिवहन विभाग के सचिव से अनुरोध किया है कि बसों में यात्रियों के साथ अपमानजनक, दुर्व्यवहार व मारपीट करने जैसी घटनाएं घटित न हो और उनकी सम्मानजनक यात्रा का ख्याल रखा जाये। इसके लिए रेलवे प्रशासन के 139 हेलपलाईन नम्बर की तर्ज पर जिसमें रेलवे यात्री ट्रेन के अंदर किसी भी अग्रिय परिस्थिति में 139 नम्बर पर शिकायत दर्ज करके अपनी किसी भी समस्या का त्वरित समाधान पाते हैं उसी तर्ज पर छत्तीसगढ़ सरकार भी प्रदेश भर में बस यात्रियों के लिए हेलपलाईन नम्बर जारी करे और किसी भी अग्रिय परिस्थिति में यात्री के द्वारा हेलपलाईन नम्बर पर जानकारी देने व मदद मांगने पर परिवहन विभाग त्वरित कार्यवाही कर लोगों की यात्रा को सुरक्षित व सम्मानजनक बनाये। प्रदेश के समस्त निजी बस संचालकों को अपने-अपने चालक-परिचालक को बुलाकर समझाईश देने संबंधी दिशा-निर्देश जारी किये जाएं और यदि किसी भी बस के चालक-परिचालक द्वारा अपने संचालक व सरकार के दिशा-निर्देश के बाद ऐसी घटना को अंजाम दिया जाता है तो तत्काल उन पर एफआईआर दर्ज करने के अलावा बस संचालक पर भी कठोर कानूनी कार्यवाही की जाए, ताकि भविष्य में पुनः इस प्रकार किसी भी यात्री को अपमानजनक स्थिति का सामना न करना पड़े।

online Booking-www.tripuryatra.com

Individual & Group Tour
Honeymoon Tours
School Collage Tour

25 जुलाई, 14 अगस्त, 11 सितंबर, 3 अक्टूबर,
13 नवंबर, 18 दिसंबर, 24 दिसंबर 2025 (10 दिन)

सुविधा ज्यादा सबसे कम राशि पर

नेपाल विदेश यात्रा

लुम्बिनि (भगवान बुद्ध का जन्म स्थान), काठमांडू (बुद्ध नैतिकता, बुद्ध स्तूप,
काठमांडू दरबार),परापूर्विक, जनकपुर (सीता मैया का जन्म स्थान),

राशि-स्लीपर 13,500/-, 3 एसी 22,500/-, 2 एसी 25,500/-+ 5% GST

Since-2007

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति

संपर्क करें:-7354-411411