

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧/୦୭:

ଯୋଗ କେବଳ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାର ମାଧ୍ୟମ ନୁହେଁ, ବରଂ ଏହା ମନ, ଶରୀର ଓ ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ତୁଳନ ସ୍ଥାପନ କରି ଏକ ସୁସ୍ଥ ଓ ସଚେତନ ସମାଜ ଗଠନ କରିବାର ପଥକୁ ପ୍ରଶସ୍ତ କରିଥାଏ । ଏହି ବାର୍ତ୍ତାକୁ ନେଇ ଜଳ ସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଆଜି ରାଜୀବ ଭବନ ପରିସରରେ ୧୨ତମ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଯୋଗ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଇଛି ।



ଏହି ଅବସରରେ ଜଳ ସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ପ୍ରମୁଖ ଶାସନ ସଚିବ ଶ୍ରୀମତୀ ଶୁଭା ଶର୍ମା, ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିଷଦର ସଭାପତି ଶ୍ରୀ ଜୟ କିଶୋର ମିଶ୍ର, ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଶ୍ରୀ ପ୍ରେମନାଥ ବେହେରା ଓ ବିଭାଗର ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ, ଇଞ୍ଜିନିୟର ଏବଂ କର୍ମଚାରୀବୃନ୍ଦ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ ।

ଚଳିତ ବର୍ଷର ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଯୋଗ ଦିବସର ବିଷୟବସ୍ତୁ “ସୁସ୍ଥ ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥା ପାଇଁ ଯୋଗ” (Yoga for Healthy Ageing) ଅନୁଯାୟୀ ଆୟୋଜିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସମସ୍ତ ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀ ସାମୂହିକ ଭାବେ ଯୋଗାସନ, ପ୍ରାଣାୟାମ ଓ ଧ୍ୟାନ ଅଭ୍ୟାସ କରିଥିଲେ । ଆଧୁନିକ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ବଢୁଥିବା ମାନସିକ ଚାପ, ଅନିୟମିତ ଜୀବନଯାପନ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଗତ ସମସ୍ୟାର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ଯୋଗ ଏକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ମାଧ୍ୟମ ଭାବେ ପରିଗଣିତ ହେଉଛି । ବିଶେଷକରି ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ଶାରୀରିକ ସୁସ୍ଥତା, ମାନସିକ ସ୍ଥିରତା, ସକ୍ରିୟ ଜୀବନଧାରା ଏବଂ ଜୀବନର ଗୁଣାତ୍ମକ ମାନ ବୃଦ୍ଧିରେ ଯୋଗର ଭୂମିକା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ସୁସ୍ଥ ଶରୀର, ସନ୍ତୁଳିତ ମନ ଏବଂ ସକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରାର ବିକାଶ ସମ୍ଭବ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ସମାଜର ସାମଗ୍ରିକ କଲ୍ୟାଣରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଜଳ ସମ୍ପଦ ବିଭାଗର ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ, ମାନସିକ ସଚେତନତା ଏବଂ ସକାରାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟ ସଂସ୍କୃତିର ପ୍ରସାର ଦିଗରେ ଏକ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ପ୍ରୟାସ ଭାବେ ପରିଗଣିତ ହୋଇଛି ।

ସାଗରିକା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ
ଲୋକସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ