



दिग्विजयनाथ स्नातकोत्तर महाविद्यालय

गोरखपुर-273001

(नैक प्रत्यायित 'B' श्रेणी)

सम्बद्ध

दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय, गोरखपुर

☎ : 0551-2334549

☎ : 09792987700

e-mail : digvijayans@gmail.com

: dnpggkp@gmail.com

website : www.dnpgcollege.edu.in

पत्रांक :

/2019-20

दिनांक : 21.06.2019

प्रकाशनार्थ

आज दिनांक 21 जून 2019 को पंचम अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर महाविद्यालय के पुस्तकालय सभागार में समस्त शिक्षक कर्मचारी तथा छात्र/छात्राओं ने योग में सम्मिलित हुए। इस अवसर पर महाविद्यालय के योग एवं क्रीडाधीक्षक श्री अवधेश कुमार शुक्ल ने समस्त प्रतिभागियों को विभिन्न प्रकार के आसन, प्राणायाम, ध्यान आदि का अभ्यास कराते हुए इसकी महत्ता और गुणवत्ता पर प्रकाश डाला।

कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. शैलेन्द्र प्रताप सिंह ने कहा कि योग दिवस एक ऐसा अवसर है, जो जनसमुदाय को इस विधा के प्रति जागरूक करता है। योग शरीर, मन को स्वस्थ रखते हुए मानवता को प्राकृतिक शक्तियों से जोड़ता है। और सही अर्थों में शांति और समरसता को प्रतिबिम्बित करने वाला एवं महत्वपूर्ण साधन है। इससे केवल तन और मन ही स्वस्थ नहीं रहता बल्कि रक्तचाप, मधुमेह तथा हृदय सम्बन्धी अनेक असाध्य रोगों का इलाज बिना किसी चिकित्सा के भी हो सकता है। इसके विषय में स्वयं महर्षि पतंजलि ने कहा है कि योग मनुष्य के चित्त से समस्त विकारों को दूर कर उसे स्वस्थ रखने का सर्वोत्तम साधन है और यही कारण है कि आज विश्व के लगभग नब्बे प्रतिशत राष्ट्रों ने इसे अंगीकार किया है।

इस अवसर पर महाविद्यालय के शिक्षक डॉ. अरूण कुमार तिवारी, डॉ. गीता सिंह, श्री धर्मचन्द्र विश्वकर्मा, श्री पवन कुमार पाण्डेय, डॉ. चण्डी प्रसाद पाण्डेय, डॉ. अमरनाथ तिवारी, डॉ. सुनीता श्रीवास्तव सहित लगभग दो सौ से अधिक लोगो ने योगाभ्यास किया।

डॉ. (मुरली मनोहर तिवारी)

सूचना एवं जनसम्पर्क प्रभारी

मोबाइल नं-9452879449