अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित 'व्याख्यान तथा प्रशिक्षण सत्र' का संक्षिप्त विवरण

इन्दिरा गान्धी राष्ट्रीय कला केन्द्र, पूर्वक्षेत्रीय केन्द्र, वाराणसी के द्वारा २१ जून, २०१६ को अपराह्न ३ से ५ बजे तक पार्श्वनाथ विद्यापीठ स्थित कार्यालय परिसर में 'अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस' एवं प्रशिक्षण सत्र का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम का आरम्भ डॉ० रजनीकान्त त्रिपाठी के मंगलाचरण से हुआ। डॉ० नरेन्द्रदत्त तिवारी ने अतिथियों के सम्मान में स्वागत भाषण प्रस्तुत कर योग विषय पर संक्षिप्त प्रकाश डाला।

संस्था के परामर्शदाता प्रो० कमलेशदत्त त्रिपाठी ने मान्य अतिथियों को माल्यार्पण एवं अंगवस्त्रम् पदान कर सम्मानित किया तथा प्रो० त्रिपाठी को पार्श्वनाथ विद्यापीठ के संयुक्त निदेशक डॉ० एस०पी० पाण्डेय ने माल्यार्पण एवं अंगवस्त्रम् प्रदान कर स्वागत किया।

आयोजित व्याख्यान के मुख्य वक्ता काशी हिन्दू विश्वविद्यालय के संस्कृतविद्या धर्मविज्ञान संकाय के दर्शन विभाग के पूर्व अध्यक्ष प्रो० कृष्णकान्त शर्मा ने 'योग स्वरूप एवं योगसाधन विमर्श' विषय पर विद्वत्तापूर्ण व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए महर्षि पतञ्जलि प्रोक्त सूत्र 'योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः' सूत्र में निरूपित करते हुए कहा कि चित्त की वृत्तियों का निरोध अर्थात् निवारण ही योग है। चित्त की वृत्तियों का निरोध समाधि में होता है, अतः योग को समाधि भी कहा गया है। योग में बुद्धि, अहंकार और मन इन तीनों का सम्मिलित नाम चित्त है जो कि प्रकृति का प्रथम प्रसूत तत्त्व है एवं इसमें सत्त्वगुण की प्रधानता होती है। यही चित्त जब इन्द्रियों द्वारा बाह्य विषयों से सम्पर्क स्थापित करता है उस समय वह विषयाकार हो जाता है और यही 'वृत्ति' कही जाती है। योग क साधनस्वरूप के पक्ष पर प्रकाश डालते हुए उन्होंने अष्टाङ्गयोग – यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा,ध्यान एवं समाधि को ही मुख्य बतलाया।

काशी हिन्दू विश्वविद्यालय के मालवीय भवन के योग प्रशिक्षक योगेश भट्ट जो कि यहाँ पर अपने प्रशिक्षित छात्र-छात्राओं के साथ उपस्थित हुए थे, ने योग के विविध आयामों – आसन, प्राणायाम के माध्यम से सबको प्रशिक्षित किया। प्राणायाम एवं आसनों में 'ॐ' उच्चारण, अनुलोम, विलोम, भ्रामरी, मण्डूकासन, वज्रासन, अंत में शवासन तथा प्राणायाम इत्यादि प्रमुख थे। उनकी धर्मपत्नी श्रीमती गीता भट्ट ने ईश वन्दना एवं शांतिपाठ प्रस्तुत किया।

इस कार्यक्रम के आयोजन में पार्श्वनाथ विद्यापीठ के सभी सदस्य भी प्रतिभागी के रूप में सम्मिलित हुए।

अन्त में डॉ० रमा दुबे के द्वारा कार्यक्रम में उपस्थित सभी अतिथियों एवं संस्था के प्रतिभागियों के प्रति कृतज्ञता एवं धन्यवाद ज्ञापन से आयोजन का समापन हुआ तथा संचालन डॉ० प्रणति घोषाल के द्वारा किया गया।

कार्यक्रम के समापन पर सबको सूक्ष्म जलपान कराया गया।