

लोकमत आणि आर्ट ऑफ लिव्हिंगच्या

शेकडो कोल्हापूरकरांचा सहभाग : विवेकानंद कॉलेज, गोपाळ कृष्ण गोखले कॉलेज, देश

लोकमत न्यूज नेटवर्क

कोल्हापूर : धावपळीच्या आणि तणावपूर्ण जीवनात 'निरोगी आरोग्यासाठी योगसाधना' हाच सर्वोत्तम पर्याय आहे, हा संदेश देत कोल्हापूर, इचलकरंजी, हुपरी, पेठ वडगाव परिसरात 'आंतरराष्ट्रीय योग दिन' मोठ्या उत्साहात साजरा करण्यात आला. लोकमत सखी, द आर्ट ऑफ लिव्हिंग आणि श्री श्री स्कूल ऑफ योग यांच्या वतीने आयोजित सातदिवसीय मोफत 'योगोत्सव' उपक्रमाचा रविवारी (दि. २१) अत्यंत उत्साही वातावरणात समारोप झाला. कोल्हापूर जिल्ह्यातील विविध सहा केंद्रांवर मोठ्या संख्येने योगप्रेमींनी एकत्र येत सामूहिक योगसाधना केली.

लोकमत मीडिया ग्रुपचे चेअरमन विजय दर्डा आणि आर्ट ऑफ लिव्हिंगचे पूजनीय गुरु श्री श्री रविशंकर यांच्या संकल्पनेतून हा उपक्रम राबवण्यात आला. सातदिवसीय योगोत्सवाचा समारोप रविवारी, जागतिक योगदिनी अर्थात २१ जून रोजी महाराष्ट्रातील २०० केंद्रांवर प्रत्यक्ष (ऑफलाइन स्वरूपात) पार पडला. भल्या सकाळी-सकाळी सात वाजता सूर्यकिरणांच्या साक्षीने प्राणायामाने प्रत्यक्ष सत्राला सुरुवात झाली आणि योगगुरूंनी शरीराला उपयुक्त ठरतील अशी योगासने करवून घेतली. त्यांच्या मार्गदर्शनामुळे हजारो नागरिकांनी 'कायमस्वरूपी योग' ही जीवनशैली तयार करण्याचा संकल्प केला.

कोल्हापूर जिल्ह्यात विविध ठिकाणी आयोजित कार्यक्रमास विवेकानंद महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. सी. बी. पाटील, गोपाळ कृष्ण गोखले महाविद्यालयाच्या मुख्य कार्यकारी अधिकारी मंजिरी मोरे, श्री लक्ष्मी शिक्षण प्रसारक संचालित वसंतराव देशमुख हायस्कूलचे संचालक सिद्धार्थ शारंगधर देशमुख, आदी मान्यवर उपस्थित होते.

यावेळी योगासनांचे महत्त्व, त्याचे शरीरावर होणारे अनुकूल परिणाम, आकृती योगामुळे लाभणारे स्वास्थ्य तसेच प्राणायामांच्या विविध प्रकारांमुळे होणारी मनःशांती यांबाबत योगतज्ज्ञांनी माहिती दिली. तसेच केवळ एक दिवस नव्हे, तर सातत्याने आयुष्यबलवर्धनार्थ योगासने दैनंदिन जीवनाचा भाग बनावी, असे आवाहन केले.



आयोजित



६६ आपला देश भौतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक आणि राष्ट्रादाच्या भूमिकेतून केवळ एकत्र नाही तर देशाचे आरोग्य निरामय राहावे यासाठीदेखील देशवासीय एक ओढेत, याचा प्रत्यक्ष योगोत्सवाच्या निमित्ताने आला. लोकमत सखी आणि आर्ट ऑफ लिव्हिंगच्या वतीने महाराष्ट्र, गोवा आणि दिल्ली येथे पाचशे केंद्रांवर योगसाधना करण्यात आली. त्यात हजारो नागरिकांनी सहभाग घेतला. आणि निरोगी राष्ट्राचा संदेश दिला. गुरुदेव श्री श्री रविशंकरजी यांच्या आशीर्वादाने व प्रेरणेने यंदाचा योगोत्सव खऱ्या अर्थाने यशस्वी झाला. याबद्दल सहभागी नागरिक, त्यांच्याकडून योगासने करून घेणारे योगशिक्षक या सर्वांचे अभिनंदन आणि निरामय आयुष्यासाठी शुभेच्छा.

डॉ. विजय दर्डा, चेअरमन, लोकमत मीडिया ग्रुप



६६ निरोगी, आरोग्यदायी जीवनासाठी योग अत्यंत महत्त्वाचा आहे.

महाविद्यालयाच्या प्रांगणात 'लोकमत'च्या वतीने घेण्यात आलेल्या या उपक्रमात विद्यार्थी, शिक्षक, शिक्षकेतर कर्मचारी मोठ्या संख्येने सहभागी झाले. महाविद्यालयातर्फे असे समाजोपयोगी उपक्रम नेहमीच घेतले जात असतात.

डॉ. सी. बी. पाटील, प्राचार्य



६६ वृत्तपत्र हे प्रसारक महत्त्वाचे माध्यम आहे. योगदिनानिमित्त 'लोकमत'ने घेतलेल्या या

उपक्रमामुळे समाजात याविषयी अधिक जागरूकता निर्माण झाली आहे. ताणतणावाच्या काळात प्रत्येकाला मानसिक स्वास्थ्याची गरज असते. त्यासाठी 'लोकमत'चे व्यासपीठ मिळाल्याने उपक्रमाचा, योगाचा चांगल्या पद्धतीने प्रचार आणि प्रसार झाला आहे.

राजश्री पाटील



६६ आपले आरोग्य चांगले असेल तर आपण दैनंदिन जीवनातील आव्हाने यशस्वीरीत्या पेलू शकतो. त्यासाठी 'लोकमत'ने आर्ट ऑफ लिव्हिंग, सुशीलादेवी सचेतना फौंडेशनसह सर्वांच्या सहकार्यातून आयोजित केलेला योग दिनाचा उपक्रम मोठ्या प्रतिसादात झाला.

- प्रा. डॉ. मंजिरी मोरे-देसाई

चेअरमन, गोपाळ कृष्ण गोखले महाविद्यालय



६६ योग ही भारताने जगाला दिलेली एक अमूल्य देणगी आहे. नियमित योगासने आणि प्राणायामामुळे विद्यार्थ्यांची एकाग्रता वाढते, स्मरणशक्ती तीक्ष्ण होते आणि मानसिक तणाव कमी होतो. 'लोकमत'च्या या उपक्रमात हायस्कूलचे सर्व विद्यार्थी, शिक्षक, पालक, कर्मचारी मोठ्या उत्साहाने सहभागी झाले.

सिद्धार्थ देशमुख

वसंतराव जयवंतराव देशमुख हायस्कूल



विवेकानंद कॉलेज, कोल्हापूर



यशवंत मंगल कार्यालय, हुपरी



वसंतराव जयवंतराव देशमुख हायस्कूल, कोल्हापूर



नागरिकांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद