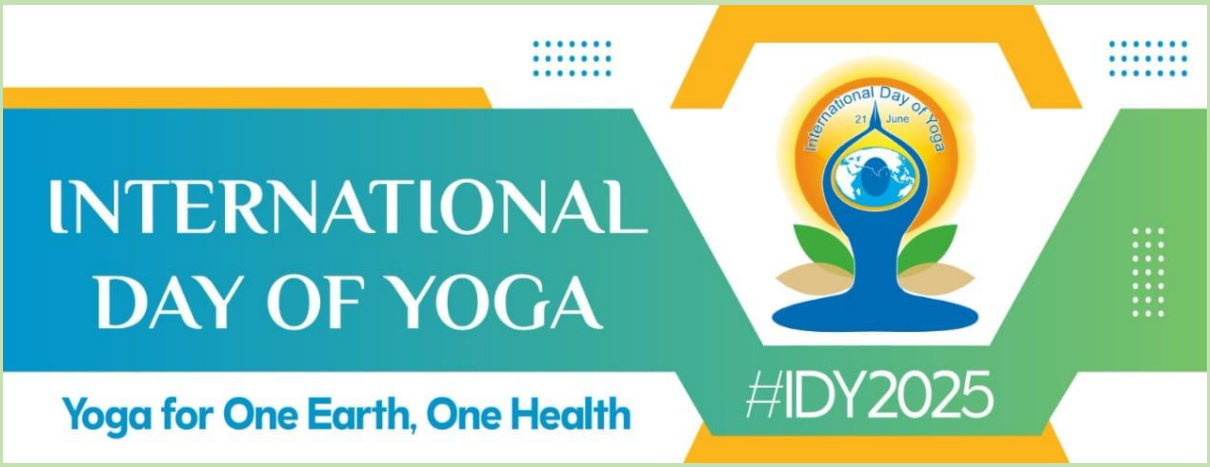
हमारी पृथ्वी एवं हमारे स्वास्थ्य के लिये योग का महत्व विषय पर संगोष्ठी

(दिनांक 18 जून 2025)

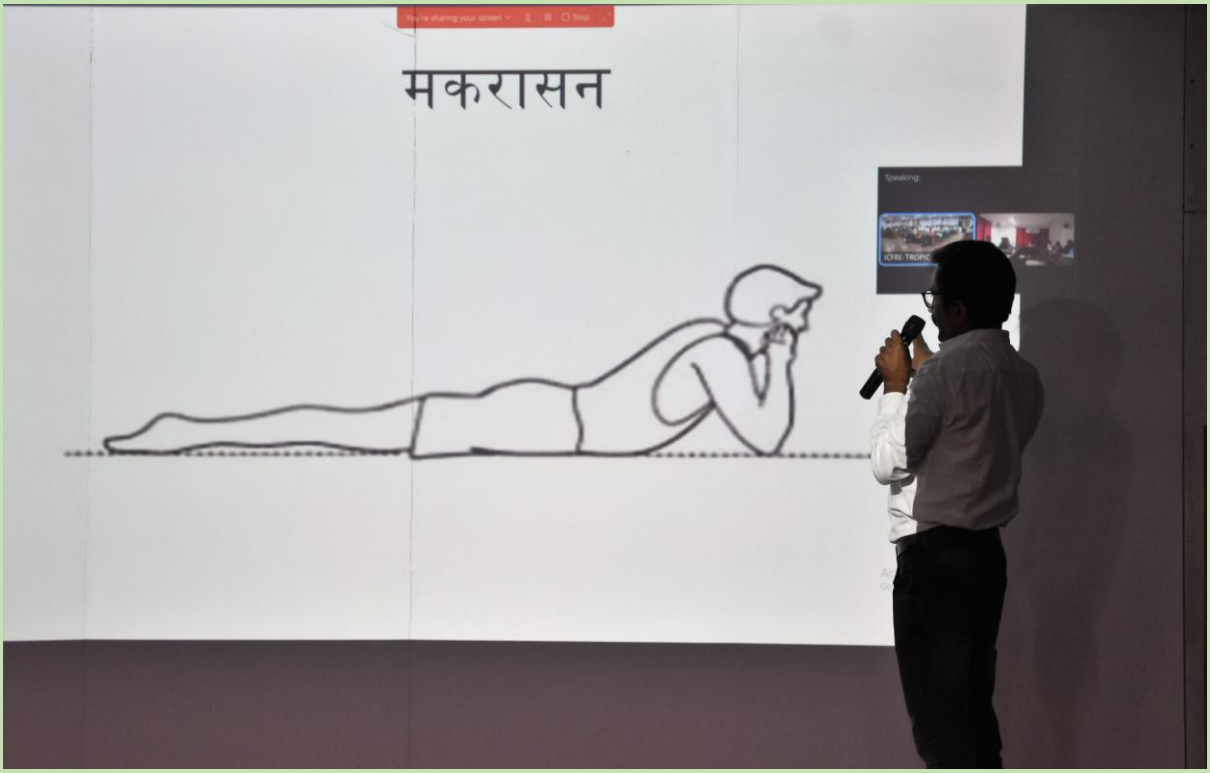


भा.वा.अ.शि.प.-उष्ण कटिबंधीय वन अनुसंधान , जबलपुर में "हमारी पृथ्वी एवं हमारे स्वास्थ्य के लिये योग का महत्व" विषय पर दिनांक 18 जून 2025 को एक संगोष्ठी आयोजित की गई।

इस संगोष्ठी का मुख्य उद्देश्य प्रतिभागियों को योग के महत्व से अवगत कराना था, विशेषकर इस बात पर ध्यान केंद्रित करते हुए कि किस प्रकार योग न केवल हमारे व्यक्तिगत स्वास्थ्य के लिए उपयोगी है , बल्कि पर्यावरण एवं पृथ्वी के प्रति हमारी सोच और व्यवहार में भी सकारात्मक परिवर्तन ला सकता है।

संगोष्ठी की शुरुआत स्वागत भाषण एवं डा. हरीश सिंह गिनवाल , निदेशक के उदबोधन से हुई जिसमें महोदय द्वारा योग के महत्व , उद्देश्य, इसकी मानव स्वास्थ्य पर पर पड़ने वाले सकारात्मक पहलू पर प्रकाश डालते हुए इसके प्रकृति से सामंजस्य बनाने की पहल की । इसके पश्चात योग प्रशिक्षक डॉ. राजेश कुमार मिश्रा द्वारा विभिन्न योगासन, प्राणायाम, बंध,

मुद्रा तथा ध्यान तकनीकों का पावर प्वाइंट के माध्यम से प्रदर्शन किया गया। संस्थान एवं भा.वा.अ.शि.प.- कौशल विकास केन्द्र, छिन्द्रवाड़ा (आभासी माध्यम से) के समस्त वैज्ञानिकों, अधिकारियों, कर्मचारियों ने सक्रिय रूप से संगोष्ठी में भाग लिया।



योग का अर्थ
• योग का अर्थ है "जुड़ना" या "एकजुट होना"।
संस्कृत शब्द "युज" से लिया गया है, जिसका अ
"जोड़ना" या "एकजुट करना"। योग का अ
शरीर, मन और आत्मा को एक साथ लाने का एक
तरीका है, जिससे व्यक्ति का व्यक्तिगत चेतना
सार्वभौमिक चेतना से जुड़ता है.
भा.वा.अ.शि.प.-उष्णकटिबंधीय वन अनुसंधान संस्थान
(भारतीय वानिकी अनुसंधान एवं शिक्षा परिषद)

TFRI/10/IT Section/COMP-200 G3 AIO
HP-Win-10 H 815
GEMC-I
11
10
16
10

June 18, 2025

संगोष्ठी (18/06/2025)
हमारी पृथ्वी एवं हमारे स्वास्थ्य के लिये योग का महत्व

संगोष्ठी (18/06/2025)
हमारी पृथ्वी एवं हमारे स्वास्थ्य के लिये योग का महत्व