भारत सरकार /GOVERNMENT OF INDI
रेलमंत्रालय/ MINISTRY OF RAILWAYS
आधुनिक रेल डिब्बा कारखाना, रायबरेली
MODERN COACH FACTORY, RAEBARELI

प्रेस विज्ञप्ति

दिनांक 21.06.2023

आरेडिका में चमका योग का सूरज

नौवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आधुनिक रेल डिब्बा कारखाना, रायबरेली के गोमती क्रीडांगन में विशाल योग शिविर का आयोजन महाप्रबंधक श्री पी.के.मिश्रा के नेतृत्व में किया गया। इस कार्यक्रम की थीम **"वसुधैव कुटुम्वकम् के लिए योग"** है तथा समर्पित शब्द **हर आंगन योग** रहा।

आरेडिका महाप्रबंधक श्री मिश्रा ने समस्त रेलकर्मियों तथा उनके परिवारजनों को योग करने के लिए प्रोत्साहित करते हुए बताया कि धरती पर मानव ने एक से बढ़कर एक चमत्कार किए हैं एवं प्रत्येक रहस्य से पर्दा उठाया है। इन्ही खोजों में से एक योग है। जिसके यम, नियम और प्राणायाम आदि के माध्यम से अन्दर आने वाली और बाहर जाने वाली श्वासों के बीच समयांतर को बढाते हैं जिससे मानव चेतना शक्ति इतनी सक्रिय एवं जाग्रत हो जाती है कि वह नई–नई चीजों का सृजन करने लगती है। दुनिया की हर वस्तु की खोज के लिए ज्ञान की आवश्यकता होती है और ज्ञान की खोज के लिए योग की।

योग का उल्लेख हमारे वेदों, उपनिषदों, महाकाव्यों, भारतीय दर्शन तथा बौद्ध और जैन परम्पराओं में मिलता है जिसे हमारे ऋषि–मुनियों ने जीवित रखा। योग भारत द्वारा विश्व को दी गई अनमोल देन है। आज के तनाव एवं भाग–दौड़ भरे जीवन में योग का महत्व और भी बढ़ जाता है क्योंकि योग से व्यक्ति मानसिक एवं शारीरिक रूप से स्वस्थ्य रहता है।

इस योग शिविर में श्री विशेश्वर प्रसाद, वरिष्ठ तकनीशियन/आरेडिका ने योगाचार्य की भूमिका निभाई तथा इस कार्यक्रम को सभी विभागों के सहयोग से सफलतापूर्वक संपन्न कराया गया।

योग शिविर में आरेडिका, के पीसीएमई श्री शमशेर सिंह कलसी एवं सीई श्री सत्य प्रकाश यादव, सहित प्रमुख अधिकारियों, रेलवे सुरक्षा बल के जवानों कर्मचारियों व उनके परिवार के सदस्यों ने योगाचार्य जी के कुशल मार्गदर्शन में योगाभ्यास किया।

21.6.2023

(आर.एन.तिवारी)
जन–संपर्क अधिकारी