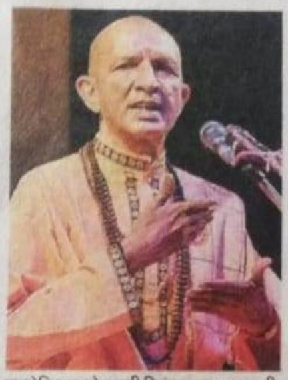
आस्था | विश्व में योग की प्रसिद्धि में बिहार, बिहारी व मुंगेर का योगदान अहम

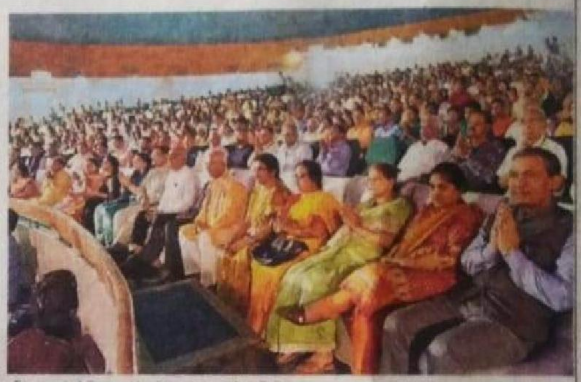
शारीरिक, मानसिक व आध्यात्मिक संतुलन ही योग

पद्म विभूषण परमहंस स्वामी निरंजनानंद सरस्वती ने कहा कि शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य के बीच संतुलन बनाना ही योग है। निरंजनानंद बिहार इंडस्ट्रीज एसोसिएशन के प्लैटिनम जुबली समारोह को संबोधित कर रहे थे। समारोह की दूसरी कड़ी के रूप में बीआइए ने श्रीकृष्ण मेमोरियल हाल में बुद्धि, भावना एवं कर्म विषय पर बिहार स्कूल ऑफ योगा, मुंगेर के परमाचार्य निरंजनानंद सरस्वती का आध्यात्मिक संबोधन आयोजित किया। योग के विभिन्न पहलुओं के महत्व और विश्व में योग के प्रचार-प्रसार में बिहार की भूमिका पर स्वामी ने विस्तृत प्रकाश डाला।

योग से बढ़ी कर्मियों की कार्यक्षमता: बताया कि जापान समेत विश्व के कई देशों में औद्योगिक प्रतिष्ठानों ने अपने कर्मियों के लिए 20 मिनट के योग को अनिवार्य किया। कालांतर में उन इकाईयों के उत्पादन बढ़ने की खबरें आईं। पाया गया कि कर्मियों की कार्यक्षमता में 30 फीसद तक की वृद्धि हुई है और उनके सिक लीव में 70 फीसद की कमी आयी है। अब भारत में भी भेल, ओएनजीसी, आइओसी, सेल जैसी कंपनियों ने योग के महत्व को समझा और कर्मियों के रूटीन में इसे शामिल कर रही है। योग गुरु ने बताया कि योग से जहां शारीरिक स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है, वहीं मानसिक अवसाद भी कम होते हैं।



सम्बोधित करते स्वामी निरंजनानन्द सरस्वती



श्री कृष्ण मेमोरियल हॉल में प्रवचन सुनते अतिथिगण

साधु और समाज के लिए अलग-अलग योग

स्वामी ने कहा कि योग साधुओं और समाज के लिए अलग-अलग होते हैं। समाज में रहने वाले गृहस्थों को योग के लिए संसार का त्याग करने की आवश्यकता ही नहीं है। वो अपने संसार अर्थात घर, परिवार और राष्ट्र को सुखद और सुन्दर बनाते हुए योग का प्रयोग करें। उन्होंने कहा कि योग की प्रसिद्धि में बिहार की भूमिका सर्वाधिक रही है। आज विश्वभर में योग को जो ख्याति मिल रही है उसमें बिहार, बिहारी और मुंगेर के योग स्कूल का बड़ा योगदान है। गुरु शिवानंद जी के आदेश से गुरु सत्यानंद जी ने योग को घर-घर पहुंचाने का कार्यारंभ किया था।

योग के चार प्रकार : निरंजनानंद ने बताया कि योग के चार प्रकार हैं। आसन, प्राणायाम, योग निद्रा और ध्यान। इनका नियमानुसार प्रयोग हो तो बड़ी से बड़ी बीमारी भी समाप्त हो सकती है।

आध्यात्मिक व औद्योगिक क्रांति एक दूसरे की पूरक

राज्य के विकास में औद्योगिक घरानों की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। आध्यात्मिक क्रांति हो या औद्योगिक क्रांति , उद्योग घराने महत्वपूर्ण भूमिका निभाते रहते हैं। वस्तुतः आध्यात्मिक और औद्योगिक क्रांति एक दूसरे की पूरक रही है। बिहार में भी आध्यात्मिक और औद्योगिक क्रांति में बीआईए की अहम भूमिका होगी। संबोधन से पूर्व पटना की मेयर सीता साहू, बीआइए के अध्यक्ष के. पी. एस. केसरी , रमेश चंद, राम लाल खेतान, आइएएस चंचल कुमार व दीपक कुमार ने स्वामी निरंजनानंद का माला पहनाकर स्वागत किया। उद्योग मंत्री जय कुमार सिंह भी स्वामी का संबोधन सुनने पहुंचे। इस अवसर पर स्किल फाउंडेशन के छात्रों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम भी पेश किये। हनुमान चालीसा के साथ सूर्य नमस्कार और भरतनाटयम को दर्शकों ने खूब सराहा।

निःस्वार्थ सेवा अपनाएं तभी मोक्ष की प्राप्ति संभव

कृष्ण मेमोरियल हॉल में शुक्रवार को प्लेटिनम युबली समारोह का उद्घाटन करते पद्मश्री, पद्मविभूषण निरंजनानंद स्वामी। • हिन्दुस्तान

पटना | हिन्दुस्तान प्रतिनिधि

योग का काम संतुलन पैदा करना है, जिससे स्वास्थ्य और आध्यात्मिक प्राप्ति हो सके। इसे नये दृष्टिकोण की जरूरत है। बुद्धि भावना कर्म इन तीनों को विकसित करने के लिए योग की आवश्यकता होती है। जीवन की विवेकपूर्ण सोच संस्कार और संस्कृति के द्वार खोलता है। निःस्वार्थ सेवा को अपनाएं तभी मोक्ष भी संभव है।

ये बातें स्वामी निरंजनानंद परमहंस ने बीआइए के 75वें वर्ष पर एसके मेमोरियल हॉल में शुक्रवार को कही। विषय था बुद्धि भावना और कर्म। कार्यक्रम का उद्घाटन दीप जलाकर किया गया। स्वामी ने कहा कि मन और बुद्धि लॉजिकल बातें सोचते हैं जबकि चित्त और अहंकार का संबंध भावना से होता है।

हमें हमेशा प्रसन्न रहना चाहिए। ताकि सकारात्मकता हमारे चारों ओर रहे। रोज प्रसन्न रहने की अवधि को बढ़ाएं। उदार चरित्र को हमेशा अपनाएं।

बच्चों ने पेश किया सांस्कृतिक कार्यक्रम

इस अवसर पर स्किल फाउंडेशन के बच्चों ने हनुमान चालीसा पर सूर्य नमस्कार का नृत्य कर दर्शकों का मनमोह लिया।

बच्चों ने गीता के श्लोकों को भी सुनाया। इससे पहले बीआईए के अध्यक्ष केपी केसरी, प्लैटिनम जुबली के अध्यक्ष राम लाल खेतान, मेयर सीता साहू ने निरंजनानंद जी का माल्यार्पण कर स्वागत किया।