राष्ट्रीय प्रौधौगिकी संस्थान, जमशेदपुर
NATIONAL INSTITUTE OF TECHNOLOGY
JAMSHEDPUR-831014

Phone: 0657-2373392 (O)
: 0657-2373392 (O)

Fax: 0657 2373246

Date: 21-06-2015

Ref. No.:

आज दिनांक २१ जून २०१५, प्रातः ६.३० बजे राष्ट्रीय प्राधौगिकि संस्थान जमशेदपुर के प्रांगण मैं संस्थान के छात्र कल्याण केंद्र एवं एन. एस. एस,. एन. आइ. टी. जमशेदपुर शाखा, के द्वारा, अंतराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर योग अभ्याश का आयोजन किया। इस अभ्याश सत्र मैं संस्थान के छात्र छात्राएं, शिक्षक एवम शिक्षकेतर कर्मचारियों ने हर्षोल्लाष के साथ भाग लिया। यह कार्यकर्म काफी सफल रहा। इस सत्र के मुख्य अतिथि संस्थान के निदेशक प्रोफेशर रामबाबू कोडाली रहे। सभा का संचालन प्रोफेशर रामविनय शर्मा ने किया। अभ्यास सत्र में आर्ट ऑफ़ लिविंग के श्रीमती मोक्षिता गौतम ने शिक्षिका का दायित्व निभाया। संस्थान के सभी डीन, विभागाध्यक्ष, वरीय प्राध्यापक, डीन (छात्र कल्याण), डॉ श्रीपति झा, मुख्य वार्डन डॉ अशोक कुमार, एन. एस. एस. के संरक्षक, डॉ एस. बी. प्रसाद ,एन. एस. एस. के समायोजक डॉ एस. के. प्रसाद एवं अन्य लोगों ने सक्रिय भूमिका निभायी। अभ्याश सत्र के दौरान योग के महत्व पर विचार व्यक्त किया गया। इस सत्र मैं माननीय प्रधानमंत्री का संयुक्त राष्ट्र महासभा में पढ़ा गया प्रस्ताव को भी दिखाया गया। सत्र की शुरूआत प्रार्थना से किया गया तदोपरांत ग्रीवा चालन, कीट चालन , योगासन (खड़े होकर ,बैठकर उदर के बल लेटकर, पीठ के बल लेटकर) कपालभाति प्राणायाम (अनुलोम विलोम, भ्रामरी), शाम्भवी मुद्रा में ध्यान का अभ्यास किया गया। सत्र की समाप्ति संकल्प एवं शांति पाठ से की गयी। अभ्यास सत्र में सभी के सुखमय, निरोग एवं सुखी जीवन की तथा संस्थान एवं देश के उज्ज्वल भविष्य की कामना की गयी।

शैलेन्द्र
21/06/2015