

प्रेस विज्ञप्ति

जामिया ने 6 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को ऑफ़लाइन और ऑनलाइन दोनों तरह से मनाया

जामिया मिल्लिया इस्लामिया ने 'योगा फॉर फिटनेस, हेल्थ एंड इम्युनिटी' थीम के साथ 6 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया। इस समारोह ने कोविड-19 महामारी के मद्देनजर योग के बढ़ते महत्व को रेखांकित किया।

इसके लिए विश्वविद्यालय के मंसूर अली खान पटौदी स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स में एक कॉमन योग प्रोटोकॉल ड्रिल (सीवाईपीडी) का आयोजन किया गया था, जहाँ एक बहुत ही वरिष्ठ योग गुरु ने विभिन्न योगासनों के बारे में बताया और उनके एक शिष्य ने साथ साथ उन योगासनों का प्रदर्शन किया। सीवाईपीडी के दौरान सोशल डिस्टेंसिंग मानदंडों का पालन किया गया। कार्यक्रम स्थल पर हैंड सैनिटाइज़र भी उपलब्ध कराए गए।

जामिया की कुलपति प्रो नजमा अख्तर, शिक्षकों, गैर-शिक्षण कर्मचारियों और उनके परिवार के सदस्यों सहित लगभग 100 प्रतिभागियों ने, इस वर्ष की थीम 'योगा फ्रॉम होम, योगा विद फैमिली' आयोजन में अपने अपने घरों से गूगल मीट के माध्यम से हिस्सा लिया। विश्वविद्यालय के आधिकारिक फेसबुक पेज पर भी इसे लाइव स्ट्रीम किया गया।

सीवाईपीडी के समापन पर प्रो नजमा अख्तर ने कहा, यूँ तो हमें जीवन भर योग की आवश्यकता है लेकिन कोविड-19 महामारी से पैदा हुए आज के चिंताजनक हालात से निपटने के लिए, इसके ज़रिए अपने को शारीरिक और मानसिक रूप से फिट रखना और भी ज़रूरी हो गया है। कोरोना वायरस के कारण इन दिनों हम ज्यादा बाहर नहीं जा पा रहे हैं और ऐसे में, फिट और स्वस्थ रहने के लिए योग ही सबसे अच्छी चीज बन कर उभरा है।

अहमद अज़ीम

जनसंपर्क अधिकारी एवं मीडिया समन्वयक