स्वच्छ मन स्वच्छ शहर के उददेश्य को लेकर अंतराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया

भिलाईनगर। नगर पालिक निगम भिलाई क्षेत्र के बैकुण्ठधाम अम्बेडकर भवन में अंतराष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। जिसमें इस बार का थीम स्वच्छ मन स्वच्छ शहर पर आधारित था। इसमें निकाय स्तर पर स्वच्छता दीदीयों, स्वच्छता कमांडो एवं समस्त सफाई कर्मचारियो को शामिल किया गया। सैकड़ो लोगो की उपस्थिति में योग का कार्यक्रम आयोजित हुआ, जिसमें आर्ट आॅफ लिविगं संस्था से अंतराष्ट्रीय योग शिक्षक लिंका बुक आॅफ रिकार्ड से सम्मानित धीरज शर्मा अपनी टीम के साथ बालोद से आये। आकर योग के विभिन्न बारिकीयो को समझाते हुए योग सिखाया। प्रमुख रूप से ताड़ासन, नटराज आसन, भूजंग आसन, धनु आसन, अर्धसलभ आसन, पूर्णसलभ आसन, पदमासन, भ्रस्त्रिका प्राणायाम, भ्रमणी प्रणायाम, कपाल भारती, अनोम विलोम, आदि आसनो के बाद ध्यान करवाये। साथ ही जगत कल्याण के लिए प्रार्थना भी की गई।

कार्यक्रम में उपस्थित वैशाली नगर विद्यायक रिकेश सेन ने योग करने के बाद उन्होने कहा शरीर और मन तरो ताजा हो गया है मैं एकदम फ्रेस महसूस कर रहा हूॅ। जब हम योग नियमित करेगे तो अवस्य निरोग रहेगे। यह हमारे ऋषि मुनियों की धरोहर है, जिसमें सभी प्रकार के रोगो का निदान है, हमे करना चाहिए। कार्यक्रम के साथ ही उपमुख्यमंत्री एवं नगरीय निकाय मंत्री अरूण साव कोरबा से लाईव प्रसारण दिखाया गया, जिसमें उनके द्वारा स्वच्छता दीदी, स्वच्छता कमांडो, स्वच्छता कर्मचारियो एवं आम नागरिको के लिए संदेश का लाइव प्रसारण दिखाया गया। कार्यक्रम के दौरान प्रमुख रूप से प्रजापिता ब्रम्हकुमारी से आशा दीदी, आर्ट आफ लिविंग संस्था से भक्ति, दिनेश के साथ सदस्यगण, जोन अध्यक्ष, पार्षदगण, जनप्रतिनिधि, विभिन्न मंडलो के अध्यक्ष, कार्यकर्ता, समाजसेवी, एनडीआरएफ का दल, सेना एवं पुलिस फोर्स हेतु प्रशिक्षक मुकेश चैहान अपने सदस्यो के साथ, क्रिकेट, फूटबाल, बालीवाल, बाक्सिंग के खिलाड़ी, नगर निगम भिलाई के आयुक्त देवेश कुमार ध्रुव, जोन आयुक्त येशा लहरे, स्वच्छता दीदी, स्वच्छता कमांडो, स्वच्छता कर्मचारी, सरिया जी का मिशन के शहरी आजीविका मिशन के मिशन मैनेजर c o के साथ निगम के अधिकारी कर्मचारी उपस्थित रहे।