

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर  
साप्ताहिक योग प्रशिक्षण शिविर एवं योग-अध्यात्म-शैक्षिक कार्यशाला  
15 से 21 जून, 2018 श्रीगोरखनाथ मन्दिर, गोरखपुर

---

### प्रेस विज्ञप्ति

प्रकाशनार्थ, 20 जून। महायोगी गुरु गोरखनाथ योग संस्थान एवं महाराणा प्रताप शिक्षा परिषद् द्वारा अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आयोजित साप्ताहिक योग प्रशिक्षण शिविर एवं योग-अध्यात्म-शैक्षिक कार्यशाला के छठवें दिन के शैक्षिक सत्र में "भारतीय संस्कृति में योग-अध्यात्म-शिक्षा" विषय पर गोरक्षपीठाधीश्वर परमपूज्य योगी आदित्यनाथ जी महाराज का विशेष व्याख्यान श्री गोरखनाथ मन्दिर परिसर स्थित महन्त दिग्विजयनाथ स्मृति सभागार में सम्पन्न हुआ।

महाराज जी ने अपने उद्बोधन में कहा कि योग भारतीय प्रचीन ऋषियों का प्रसाद है। जिसे सर्व प्रथम भगवान शिव से ऋषियों ने प्राप्त किया था। गुरु गोरक्षनाथ ने हठ योग का प्रतिपादन कर सर्वजन के लिए सुलभ बनाया। महर्षि पतंजलि ने अष्टांग योग में यम और नियम को आन्तरिक शुद्धि के लिए आवश्यक बताया है। तो हठयोग में गोरखनाथ जी ने काया शोधन को आवश्यक बताया है। यह काया शोधन नेति, धौति, नौलि, वस्ति, त्राटक और कपालभाति के माध्यम से होता है। इससे योगी या साधक काया शोधन कर समस्त रोगों से छुटकारा प्राप्त कर लेता है। इसे ही षट्कर्म कहा गया है। इसके बाद ही आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि आती है। जहां पहुँचकर जीवात्मा परमात्मा से साक्षात्कार करता है।

महाराज जी ने कहा कि योग की जितनी भी परिभाषायें हैं देश काल और परिस्थिति के अनुसार मान्य हैं। आज की परिस्थिति में जीवन में संतुलन ही योग है। जिसने जीवन में संतुलन बना लिया उसे सब कुछ प्राप्त हो गया। उसके लिए कुछ भी अलभ्य नहीं। अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून की सार्थकता के विषय में महाराज जी ने कहा कि हम प्रकृति से ऊर्जा ग्रहण करते हैं। 21 जून को सबसे अधिक उर्जा मनुष्य को प्राप्त होती है। इसीलिए इस दिन को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मान्यता प्राप्त हुई। जिसे विश्व के 192 देशों ने स्वीकार किया। दुनिया भारत की ओर आशा भरी दृष्टि से देख रही है क्योंकि विश्व मानव को मार्ग दर्शन कराने वाला भारत के अलावा कोई अन्य देश नहीं है। हम जो प्रकृति से जो ऊर्जा प्राप्त करते हैं। उसे लोक कल्याण में लगायें, यही जीवन की सार्थकता है।

मानव जीवन का उद्देश्य परम पुरुषार्थ की प्राप्ति है जो योग के माध्यम से प्राप्त होती है। यही शिक्षा का भी उद्देश्य है। शिक्षा भी मानव को मुक्ति का मार्ग प्रशस्त करती है। 'सा विद्या या विमुक्तये' विद्या वह जो मुक्ति दे। मुक्ति का तात्पर्य कर्म के बंधनों से मुक्ति। योग और शिक्षा का उद्देश्य मानव को मुक्ति प्रदान करना ही है। मानव श्रेष्ठ जीवन है। इसकी सार्थकता तभी है जब वह अपने जीवन के उद्देश्य को प्राप्त कर सके।

महाराज जी ने अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस की सभी योग साधकों को शुभकामना प्रदान करते हुए सभी के सुखी और नीरोग जीवन की कामना की।

इसके पूर्व महाराज जी एवं अन्य अतिथियों ने युगपुरुष महन्त दिग्विजयनाथ एवं राष्ट्रसंत महन्त अवेद्यनाथ जी महाराज के चित्र पर पुष्पार्पण कर कार्यक्रम का शुभारम्भ किया। इसके बाद गोरक्षाष्टक पाठ हुआ।

इस अवसर पर कटक उड़ीसा से पधारे महन्त शिवनाथ जी ने कहा कि योग चित्त की वृत्तियों का निरोध है। ऐसा पतंजलि कहते हैं। मन का अचंचल होना ही व्यक्ति की योग साधना में सफलता है। मन बहुत चंचल होता है। मन को नियंत्रित करना साधक के लिए आवश्यक होता है। इसके लिए योग आवश्यक है। पतंजलि ने योग को कैवल्य प्राप्ति का साधन बताया है। गुरु गोरखनाथ जी ने इसे शरीर के स्वास्थ्य के साथ ही मोक्ष का मार्ग बताया। जब तक शरीर स्वस्थ नहीं होगा तब तक योग की कल्पना नहीं की जा सकती। अतः मनुष्य यदि मोक्ष की प्राप्ति करना चाहता है तो उसे गोरखनाथ जी का हठ योग साधना का मार्ग अपनाना होगा।

महाराणा प्रताप शिक्षा परिषद् के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रो० यू० पी० सिंह जी ने कहा कि व्यक्ति शरीर, मन, बुद्धि और आत्मा का समुच्चय है। व्यक्ति का शरीर स्वस्थ होना, चाहिए, मन एकाग्र होना चाहिए, बुद्धि प्रखर होनी चाहिए और आत्म जाग्रत होना चाहिए। इस अवस्था में ही व्यक्ति अपना सर्वांगीण विकास कर सकता है। शिक्षा बौद्धिक, शारीरिक, भावात्मक और आध्यात्मिक होनी चाहिए।

इस कार्यक्रम का संचालन डॉ० राजशरण शाही ने और आभार ज्ञापन महाराणा प्रताप शिक्षा परिषद् के वरिष्ठ सदस्य श्री प्रमथनाथ मिश्र जी ने किया। मंच पर उत्तर प्रदेश सरकार में कृषि मंत्री श्री सूर्य प्रताप शाही, योगाचार्य डॉ० चन्द्रजीत यादव, उपस्थित थे। इस अवसर पर प्रो० विनोद सिंह, प्रो० राजवन्त राव, प्रो० डी० के० सिंह, प्रो० रामबरन पटेल, प्रो० मानवेन्द्र प्रताप सिंह, श्रीमती अन्जू चौधरी, डॉ० सत्या पाण्डेय, डॉ० धर्मेन्द्र सिंह, प्रो० गोविन्द पाण्डेय, श्री रामनाथ गुप्ता, डॉ० यू० पी० सिंह, डॉ० बी० एन० सिंह, डॉ० शैलेन्द्र उपाध्याय, डॉ० राजेशधर दूबे सहित महानगर के बड़ी संख्या में व्यवसायी, चिकित्सक, शिक्षक एवं गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।