

# भुवनेश्वर मारवाड भवन में मनाया गया अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस



भुवनेश्वर। 21 जून 2022 को भुवनेश्वर के मारवाड भवन में प्रातः 6 बजे से 8 बजे तक विश्व शांति फाउण्डेशन के संस्थापक श्री विशाल अवतार के नेतृत्व में मनाया गया 8वां अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस। फिजीकल लाइव सेशन के उपरांत विश्व योग दिवस का शुभारंभ हुआ। जहाँ इस आध्यात्मिक ज्ञान ध्यान के कार्यक्रम की शुरुआत वर्ल्ड पीस फाउंडेशन की सीनियर मेंटर श्रीमती विनीता बागड़िया ने की। श्रीमती विनीता बागड़िया ने वहाँ उपस्थित सभी प्रतिभागियों को एक छोटा व प्रभावकारी ध्यान कर दिव्य उर्जा से भर दिया।

वर्ल्ड पीस फाउंडेशन के संस्थापक श्री विशाल अवतार जी ने मंच पर योग-विज्ञान, महर्षि पतंजलि के योग सूत्र के माध्यम से बहुत ही सहज तरीके से समझाया। उनके अनुसार अष्टांग योग पतंजलि के द्वारा ध्यान समाधि तक पहुँचने का मार्ग है। योग सिर्फ शारीरिक व्यायाम, आसन या मुद्रा नहीं है न ही इसे मुद्रा और आसन तक सीमित रखना चाहिए। वास्तव में योग का उद्देश्य स्वयं के सत्य का बोध कराना है, अपने इस शरीर में रहते हुए समाधि तक पहुँचाना है। उन्होंने कहा कि नियमित ध्यान, सज्जन सांगत्य, गुरु सानिध्य, वैज्ञानिक दृष्टिकोण और स्वाध्याय के द्वारा शरीर में रहते हुए समाधि में पहुँचना हर एक के लिए संभव है।

उन्होंने सभी को गहन ध्यान का अनुभव करवाया। वहाँ उपस्थित कई प्रतिभागियों ने अपने अनुभव साझा किए कि किस तरह उन्होंने अपने शरीर में बहुत ही व्यापक उर्जा को महसूस किया, कुछ लोगों ने प्रकाश और रंगों को बहता हुआ महसूस किया। कुछ प्रतिभागी ने स्वयं को असीम अनन्त ब्रह्मांड में बहता हुआ पाया, और इन सारे अनुभवों को आत्मसात करके जब वो वापस अपने शरीर में आए तो एक गहन शान्ति और आनंद का प्रवाह महसूस कर रहे थे।

संपूर्ण आडिटोरियम दिव्यता से भर गया। सबके चेहरे पर एक अद्भुत आनंद और ठहराव दिख रहा था। वास्तव में ध्यान और आध्यात्मिकता हमारे जीवन में आनंद, स्वास्थ्य और शान्ति लेकर आता है।

इस कार्यक्रम में अखिल भारतीय मारवाड़ी महिला सम्मेलन ओड़िशा प्रदेश प्रांतीय अध्यक्षा श्रीमती चंदा संतुका जी, महिला समिति की अध्यक्षा नीलम अग्रवाल, मारवाड़ी सोसायटी भुवनेश्वर, अध्यक्ष श्री संजय लाठ, आपनो परिवार भुवनेश्वर, अध्यक्ष श्री पूरन मल अग्रवाल का साथ साथ संगठन के

सदस्य मौजूद थे। आज नये लोगे का वास्तव में अपने मन और आत्मा से योग हुआ।

इस कार्यक्रम मुख्य आर्कषण मेडिटेशन मेगा मैराथन का भव्य शुभारंभ वर्ल्ड पीस फाउंडेशन के संस्थापक श्री विशाल अवतार के द्वारा हुआ। जहाँ उन्होंने ने बताया कि इस मेडिटेशन मेगा मैराथन के अंतर्गत पांच विभिन्न अध्यात्मिक कार्यक्रम जैसे मेडिटेशन मास्टरी, डिस्कवर द न्यू यू, दिव्य साथी हेल्पलाइन और समय-समय पर विशिष्ट अवसरों पर फिजीकल लाइव सेशन होंगे। प्रतिदिन 21 जून 2022 से रात्री 9:30 से 10:30 तक और 22 जून से प्रातः 7:30 से 8:30 अंग्रेजी में हीलिंग ध्यान सत्र राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर आनलाइन होगा।

श्री विशाल अवतार ने रात्री 9:30 से आनलाइन इस सत्र को राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर भी आयोजित कर विश्व योग दिवस का समापन किया।