



राष्ट्रीय उर्दू भाषा विकास परिषद्

Tel: No.: 011-49539000

Fax No.: 011-49539099

قومی کونسل برائے فروغ اردو زبان

Website.: www.urducouncil.nic.in

E-mail.: publicrelation.ncpul@gmail.com

: urduduniyancpul@yahoo.co.in

National Council for Promotion of Urdu Language

Ministry of Education, Department of Higher Education

Government of India

فروغ اردو بھون

Farogh-e-Urdu Bhawan

FC-33/9, Institutional Area

Jasola, New Delhi-110025

Dated:21/06/2023

یوگ انسان کے جسم و دماغ دونوں کی صحت کے لیے ضروری: پروفیسر شیخ عقیل احمد

قومی اردو کونسل کے زیر اہتمام نواں عالمی یوم یوگ منایا گیا

نئی دہلی: یوگ ہندوستان کے قدیم فلسفے 'واسود یوگ' کو بڑھا دیتا ہے اور یہ پوری دنیا کو ایک پلیٹ فارم پر لانے کی منفرد کوشش بھی ہے۔ ان خیالات کا اظہار قومی کونسل برائے فروغ اردو زبان کے ڈائریکٹر پروفیسر شیخ عقیل احمد نے سری نگر میں عالمی یوم یوگ کے حوالے سے اظہار خیال کرتے ہوئے کیا۔ اس سے پہلے انھوں نے کونسل کے زیر اہتمام جموں و کشمیر، لداخ و پنجاب میں چلنے والے اسی سے زائد کمپیوٹر سینٹرز کے اساتذہ و مقامی لوگوں کو یوگ بھی کروایا۔ انھوں نے کہا کہ یوگ کرنے سے نہ صرف انسان کا جسم صحت مند اور توانا رہتا ہے بلکہ اس کا ذہن و دماغ بھی مضبوط رہتا اور بہتر طریقے سے کام کرتا ہے، اسی وجہ سے ہمارے وزیر اعظم نریندر مودی کہتے ہیں کہ یوگ صحت و تندرستی کے ساتھ ہماری درازی عمر کا بھی ذریعہ ہے۔ شیخ عقیل نے کہا کہ یوگ ایک جسمانی ورزش ہے جس کی شروعات قدیم زمانے میں ہمارے ملک کے رشی منیوں نے کی تھی اور تب سے ہی یہ ہندوستان اور دنیا کے مختلف ملکوں میں مقبول رہی ہے، مگر جب سے نریندر مودی ملک کے وزیر اعظم بنے ہیں تب سے انھوں نے عالمی سطح پر اس کی مقبولیت کو بڑھانے اور پھیلانے میں غیر معمولی کردار ادا کیا ہے اور انھی کی وجہ سے ہر سال 21 جون کو پوری دنیا میں عالمی یوم یوگ منایا جاتا ہے، یہ یقیناً ہمارے لیے قابل فخر ہے۔ انھوں نے کہا کہ دراصل مودی جی چاہتے ہیں کہ بھارت کے لوگ چست اور تندرست رہیں تاکہ وہ ذاتی ترقی کے ساتھ ملک کی تعمیر و ترقی میں بھی کما حقہ اپنا کردار ادا کر سکیں، کیونکہ جب وہ چست اور توانا رہیں گے تبھی خود اپنے لیے بھی مفید ثابت ہوں گے اور ملک کے بھی کام آئیں گے، ایک کمزور اور بیمار انسان نہ اپنے کام آسکتا ہے اور نہ اپنے ملک کے کام آسکتا ہے اس لیے ہمیں اپنی جسمانی صحت پر خصوصی توجہ دینی چاہیے اور یوگ کو اپنے معمولات زندگی کا حصہ بنانا چاہیے۔ شیخ عقیل نے کہا کہ جموں و کشمیر میں ابھی یوگ کا چلن کم ہے مگر آج جس طرح یہاں کے لوگوں نے دلچسپی کا مظاہرہ کیا ہے اس سے لگتا ہے کہ آئندہ یوگ کے تین لوگوں میں عمومی دلچسپی پیدا ہوگی اور ہماری بھی کوشش ہوگی کہ یہاں عالمی یوم یوگ کو خوب دھوم دھام سے منایا جائے۔

واضح رہے کہ قومی اردو کونسل کی جانب سے پچھلے تین دنوں سے لگاتار عالمی یوم یوگ کی مناسبت سے یوگا کا اہتمام کیا جا رہا ہے۔ چنانچہ 19 جون کو کونسل کے صدر دفتر میں ڈائریکٹر پروفیسر شیخ عقیل احمد نے تمام اسٹاف کو یوگا کروایا، اسی طرح 20 جون کو انڈیا انٹرنیشنل سینٹر نئی دہلی میں 'اے پی جے عبدالکلام کے سماجی و سائنسی افکار کے عنوان سے مسابقت مضمون نویسی میں کامیاب ہونے والے طلبہ و طالبات کے مابین تقسیم انعامات کا پروگرام منعقد ہوا تھا، اس میں یہ طور مہمان خصوصی آرابیس ایس لیڈر ڈاکٹر اندریش کمار نے شرکت کی اور انھوں نے بھی یوگا کی مشقیں کروائی تھیں جبکہ آج سری نگر میں پروفیسر شیخ عقیل احمد نے جموں و کشمیر و لداخ، پنجاب و ہماچل پردیش کے کمپیوٹر سینٹرز کے اساتذہ و مقامی لوگوں کو یوگا کروایا ہے۔ اس موقع پر قومی اردو کونسل کے ریسرچ آفیسر ڈاکٹر کلیم اللہ اور انتخاب عالم بھی موجود رہے۔

(رابطہ عامہ سیل)