प्रकाशनार्थ

गोरखपुर, 15 जून। **श्रीगोरखनाथ मन्दिर में अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर साप्ताहिक योग प्रशिक्षण शिविर एवं योग–अध्यात्म–शैक्षिक कार्यशाला के** सायंकालीन सैद्धान्तिक सत्र में **योग एवं स्वास्थ्य** विषय पर बोलते हुए **दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय के दर्शनशास्त्र के आचार्य प्रो0 द्वारिकानाथ जी** ने कहा कि हमारे ऋषियों ने योग को विज्ञान माना है, क्योकि योग की एक क्रमबद्ध पद्धति है जो विज्ञान के सभी अवयवों को समाहित किये हुए है। इसलिए योग मानव शरीर का पूर्ण स्वास्थ्य का विज्ञान है। योग इन अर्थो में विज्ञान है कि योग के माध्यम से अनेक प्रकार के रोगों को दूर किया जा सकता है। योग के आसनों एवं प्राणायाम के विविध तरीकें है जो अनेक प्रकार के रोगों को दूर करने में सहायक होते है। उन्होंने कहा कि सर्वांगासन के द्वारा इस्नोफिलिया, गोरक्षासन के द्वारा स्वप्नदोष को दूर किया जा सकता है। योग विज्ञान के माध्यम से ही हमारे पूर्वज दुनिया में भारत को विश्वगुरू बनाया था, आज भी हम योग के माध्यम से अपने उस वैभव को प्राप्त कर सकते है। यद्यपि प्रधानमंत्री जी के द्वारा प्रयास किये जा रहे है फिर भी जबतक योग को पाठ्यक्रमों में विज्ञान की एक अलग शाखा के रूप में नही पढ़ाया जायेगा तबतक योग विज्ञान को जो स्थान मिलना चाहिए वह नही मिलेगा।

अध्यक्षता करते रहे **महन्त शिवनाथ जी** ने कहा कि हमारे चित्त एवं शरीर को सांसारिक मलो से निर्मूल कर योग हमारे आध्यात्मिक उन्नति का मार्ग प्रशस्त करता है। योग द्वारा शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक शान्ति एवं आध्यात्मिक उपलब्धि तीनों ही सम्भव है। योग की वर्णाक्षरी अभ्यास एवं वैराग्य है। महायोगी गुरू गोरखनाथ जी ने कहा कि **''मरो हे योगी मरो, मरण है मीठा''** मरण में मीठास की बात महायोगी गोरखनाथ जी जैसा योगाचार्य ही कह सकता है। हठयोग विद्या आदिनाथ भगवान शिव से आरम्भ होकर मत्स्येन्द्रनाथ, गोरखनाथ एवं अन्य नवनाथ चौरासी सिद्धो को प्राप्त हुई। सभी प्रकार के ज्ञान के आदि स्रोत आदिनाथ भगवान शिव ही है। हठयोग साधना एवं राजयोग साध्य है। महायोगी गोरखनाथ जी योग के क्रियात्मक पक्ष के मुख्य आचार्य है। पतंजलि ने केवल सिद्धान्त दिया किन्तु गुरू गोरखनाथ जी ने उसे और विकसित स्वरूप देते हुए उसका क्रियात्मक पक्ष समाज के समक्ष प्रस्तुत किया और योग को जनसामान्य के लिए सुलभ बना दिया।

आभार ज्ञापन योगाचार्य डॉ0 चन्द्रजीत यादव ने किया। मंच का संचालन अरविन्द चतुर्वेदी ने किया।