

આણંદ કૃષિ યુનિવર્સિટી

આણંદ

-:: પરિપત્ર ::-

આથી આણંદ કૃષિ યુનિવર્સિટી, આણંદ કેમ્પસ ખાતે ફરજ બજાવતા તમામ અધિકારીઓ/કર્મચારીઓને જણાવવાનું કે બેડમિન્ટન હોલ, જીમખાના ગ્રાઉન્ડ ખાતે તા. ૨૮-૨૯-૩૦/૧૨/૨૦૧૬ દરમિયાન જાણીતા યોગાચાર્ય દુષ્યંતભાઈ મોદી દ્વારા યોગ અંગેનો એક વર્કશોપ રાખવામાં આવેલ છે, તો આ કાર્યક્રમમાં ભાગ લેવા માટે ઇચ્છુક અધિકારી/કર્મચારીઓએ રજીસ્ટ્રેશન માટે આ કચેરીના ઇ-મેઇલ dsw@vau.in પર તા.૨૬/૧૨/૨૦૧૬ સુધીમાં નામો મોકલી આપવા જણાવવામાં આવે છે. વર્કશોપમાં ભાગ લેવા માટે રજીસ્ટ્રેશન ફરજિયાત છે. જેથી સુચારુ વ્યવસ્થા કરી શકાય.

સ્થળ	તારીખ	સમય
બેડમિન્ટન હોલ, જીમખાના ગ્રાઉન્ડ, આણંદ કૃષિ યુનિવર્સિટી	તા. ૨૮-૨૯-૩૦/૧૨/૨૦૧૬	સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૦૦

જા.નં.આકૃયુ/વિક/ ૨૭૪૩ /૨૦૧૬
તા:૨૧/૧૨/૨૦૧૬

નિયામક
વિદ્યાર્થી કલ્યાણ

નકલ જયભારત સહ રવાના જાણ તથા અમલ થવા સારું.

૧. માન. કુલપતિશ્રીના રહસ્ય સચિવ/ કુલ સચિવશ્રીના અંગત સચિવ તરફ.
૨. યુનિવર્સિટીના તમામ અધિકારીશ્રીઓ તરફ
૩. યુનિવર્સિટીના ફક્ત આણંદ કેન્દ્રની તમામ કોલેજો/તમામ યુનિટ તરફ જાણ તથા અમલ સારું.
૪. કેપ્ટન પી.એ. ગોહિલ, ફીઝિકલ ઇન્સ્ટ્રક્ટરશ્રી, આણંદ ઉક્ત વિગતે સંલગ્ન વ્યવસ્થા ગોઠવવા વિનંતી.
૫. ચેરમેનશ્રી, વિદ્યાર્થી સંઘ, કૃષિ/વેટરનરી/ડેરી/એક્રીપીટી/એગ્રીઆઇટી/હોર્ટીલ્યર વીંગ/કૃષિ પોલી./ફૂડ સાયન્સ પોલી., આકૃયુ, આણંદ તરફ જાણ તથા આ કાર્યક્રમમાં હાજર રહેવા માટે આપની કોલેજનાં અધિકારી/કર્મચારીઓના નામો સંકલિત કરી મોકલવા વિનંતી.
૬. આચાર્યશ્રી, કૃષિ પોલીટેકનીક, આકૃયુ, આણંદ તરફ જાણ તથા આ કાર્યક્રમ માટે સાઉન્ડ સીસ્ટમની સર્વે વ્યવસ્થા કરવા વિનંતી.

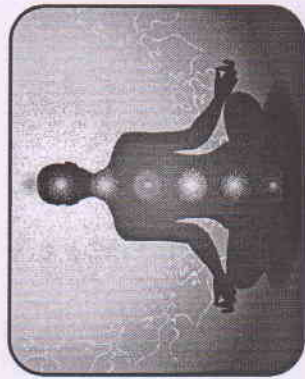


: શિબિર સંચાલક :

યોગાચાર્ય દુષ્યંતભાઈ મોદી

યોગાચાર્ય, એમ. એસ. યુનિવર્સિટી, વડોદરા
દ્વારા સંચાલિત યોગા કોર્સીસના નિયામક
વડોદરા યોગ કેન્દ્રના માનદ્ નિયામક

સ્વાતંત્ર્ય સેનાની લક્ષ્મીદાસ પટેલ યોગકેન્દ્ર નિયામક અને ટ્રસ્ટીશ્રી
છેલ્લા ૩૫ વર્ષથી મહર્ષિ અરવિંદ આશ્રમ, દાંડીયા બજાર, વડોદરા
ખાતે શ્રી અરવિંદ હેલ્થ ટ્રસ્ટના "પગ હલાવો અને રોગ ભગાવો",
અપાનપ્રાણ પર આધારિત, ખાસ કરીને શરીરના બધા જ રોગો પર
રામબાણ ઈલાજ કરતાં હાલ એમ.એસ. યુનિ. વડોદરા. માં ૨૦
વર્ષથી યોગ એક્ઝુપ્રેશર, નેચરોપેથી, યોગના સર્ટિફિકેટ કોર્સ
ચલાવતા સને ૨૦૦૦ની સાલમાં ગુજરાતના રાજ્યપાલશ્રી ભંડારી
સાહેબના હસ્તે તથા શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર આધ્યાત્મિક સાર્વના કેન્દ્ર, કોબા
ના સંત શ્રી આત્માનંદજી મહારાજના હસ્તે સંસ્કૃત સંવર્ધન એવોર્ડ
મેળવનાર અને સને ૨૦૧૦માં દિવ્યજ્ઞવન સંઘ, ગુજરાતના સંતશ્રી
આધ્યાત્મનંદજીના હસ્તે યોગપ્રચાર રત્નનો એવોર્ડ મેળવનાર
યોગાચાર્ય શ્રી દુષ્યંતભાઈ મોદી આ શિબિરમાં સેવાઓ આપશે.



સ્વસ્થ, સુખી અને સમૃદ્ધ જીવન

આરોગ્ય જીવનનો અણમોલ ખજાનો છે. રોગ એ
કોઈ અકસ્માત નથી એ આપણાં અરોગ્ય આહાર, વિહાર
અને નકારાત્મક ચિંતનનું પરિણામ છે. ૯૯ ટકા રોગોનું મૂળ
માનવીનું નકારાત્મક મન છે. મનુષ્ય પોતાની માનસિક અને
શારીરિક પ્રકૃતિ જાણીને પોતે જ પોતાના કોર્કટર બને તે
ખૂબ જરૂરી છે.

હું, મારો પરિવાર, મારો સમાજ, મારો દેશ તંદુરસ્ત
બને તેવા ઉમદા હેતુથી આ શિબિરનું આયોજન કરવામાં
આવ્યું છે. વિવિધ રોગો જેવા કે માનસિક તનાવ, હતાશા,
નિરાશા, ગળાનો, ખભાનો, કોશિનો, ઘૂંટણનો, એડીનો,
કમરનો દુઃખાવો, ગેસની તકલીફ, બ્લડ પ્રેશર, સંધિવા.....
વિગતે માંથી મુક્તિ મેળવવા આ શિબિરમાં બેસાવો. શું તમારે
આખા વર્ષનો દવાનો ખર્ચ ઘટાડવો છે? શું તમારે આખો
દિવસ ખુશી, આનંદ, સ્ફૂર્તિમાં રહેવું છે? શું તમારે લાંબા
સમય સુધી નિરોગી અને રોગમુક્ત થવું છે? તો તો
માટેની આવી સોનેટી તકનો અચૂક લાભ લેશો..... તો
શિબિર આપના માટે યાદગાર અને આશિર્વાદ રૂપ બની
રહેશે.

: શિબિરના હેતુઓ :

- સર્વાંગી સ્વાસ્થ્ય અંગે લોકોમાં જાગૃતિ લાવવી.
- શારિરીક સ્વાસ્થ્ય માટે યોગાસન, પ્રાણાયમ યોગિક
મુદ્રાઓ, ભ્રમણ ક્રિયાઓની તાલીમ
- આત્મ વિદ્યાસ, દંટ મનોબળ, એકાગ્રતા અને તીવ્ર
યાદદાસ્ત માટે રોજયોગનો અભ્યાસ.
- માનસિક અને સામાજિક સ્વાસ્થ્યનું પ્રશિક્ષણ
- નૈતિક અને યાત્રિક મૂલ્યોનો વિકાસ.

બદલાયેલ જીવનશૈલીના કારણે "પહેલું સુખ તે જાતે
નર્ચા" ના સ્થાને "પહેલું દુઃખ તે જાતે નડ્યા" તરફ ટળી રહ્યાં
હોવાથી આપણે આપણા શરીરમાં જુદી જુદી નાની મોટી
વ્યાધિ નોતરતી રહ્યાં છીએ.

હાલના બદલાતા જતા સમયમાં મોટા ભાગના
લોકોને શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં દુઃખાવાની તકલીફ રહે
છે. જેમકે પગની પીડીઓ, ઘૂંટણ, કમર, પગના સાંધા,
ટીંચણ વગેરે શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં દુઃખાવાની વેદના
મટાડવા માટે ભારે ગોળીઓ, ઈન્જેક્શનો અને
ઓપરેશનોના ખર્ચામાંથી પસાર થવું પડે છે. અને તેમ છતાંય
તેનું કાયમી નિરાકરણ થવું નથી, વળી ભારે ગોળીઓની
આડઅસરથી ક્યારેક રોગોનો ભોગ બનવું પડે છે.

સુખ-સગવડોની બધી જ વ્યવસ્થા હોય પરંતુ જો
શરીર સ્વસ્થ ન હોય તો કોઈ સુખ ભોગવી શકાતું નથી. આરે,
ભગવાનની યાદ તથા આત્મકલ્યાણનો પુરુષાર્થ કરવા
શરીરનું સ્વસ્થ રહેવું જરૂરી છે.

આ શિબિરમાં ભાગ લેનાર અનેક લોકોને ખૂબ ફાયદા
થયાના અહેવાલ મળ્યાં છે.

શિબિરાર્થીઓ માટે સૂચના :

- શિબિરમાં ભાગ લેવા ઈચ્છનારે પ્રવેશપત્ર ભરી મોકલી
આપવાનું રહેશે.
- યોગની ક્રિયામાં અનુકુળતા રહે તે માટે ભાઈઓ કફની -
પાયખમો તથા બહેનો પંખાની ફેસ પહેરીને આવે તો વધુ
સારું.
- શિબિરમાં સમયસર હાજર રહેવું અનિવાર્ય રહેશે.
- ૧૪ વર્ષથી વધુ ઉંમરના ભાઈ-બહેનો જ ભાગ લઈ શકશે.
શિબિરાર્થીએ પોતાનું પાથરણું સાથે લઈને આવવું.