8वाँ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

आठवाँ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (21 जून 2022) को दुनिया भर में मनाया गया।

- **थीम 2022:** 'मानवता के लिये योग'।

ऐतिहासिक पृष्ठभूमि और महत्त्व:

- **पृष्ठभूमि:**
    - वर्ष 2014 में आयोजित **संयुक्त राष्ट्र महासभा** (UNGA) के 69वें सत्र के उद्घाटन के दौरान भारत द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (IDY) का विचार प्रस्तावित किया गया था।
    - संयुक्त राष्ट्र ने दिसंबर, 2014 में एक प्रस्ताव पारित करके 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (IDY) के रूप में घोषित किया।
    - वर्ष 2015 में नई दिल्ली में राजपथ पर आयोजित पहले योग दिवस समारोह के दौरान दो गिनीज़ वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाए गए थे।
        - यह 35,985 लोगों के साथ दुनिया का सबसे बड़ा योग सत्र था।
        - इसमें 84 राष्ट्रों के लोगों द्वारा हिस्सा लिया गया था।
- **योग और इसका महत्त्व:**
    - योग एक प्राचीन शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक अभ्यास है जिसकी उत्पत्ति भारत में हुई थी।
    - 'योग' शब्द संस्कृत से लिया गया है और इसका अर्थ है जुड़ना अर्थात् शरीर और चेतना के मिलन।
    - आज यह दुनिया भर में विभिन्न रूपों में प्रचलित है और लोकप्रियता लगातार बढ़ रही रहा है।
    - क्वारंटाइन और आइसोलेशन में कोविड-19 रोगियों के मनो-सामाजिक देखभाल और पुनर्वास में योग ने महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाई।
    - विश्व स्वास्थ्य संगठन (World Health Organisation- WHO) ने भी अपने सदस्य देशों को योग का अभ्यास करने के लिये कहा है और इसे वर्ष 2018-30 की शारीरिक गतिविधि के लिये अपनी वैश्विक कार्य योजना में शामिल किया है।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का महत्त्व:

- अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस योग अभ्यास द्वारा शारीरिक और मानसिक कल्याण के लिये इसके समग्र दृष्टिकोण के बारे में जागरूकता फैलाने के लिये मनाया जाता है।
- अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का उद्देश्य मन की शांति और आत्म-जागरूकता हेतु ध्यान की आदत विकसित करना है जो तनाव मुक्त वातावरण में जीवित रहने के लिये आवश्यक है।

संबंधित पहलें:

- **एम-योग ऐप:**
    - प्रधानमंत्री ने एम-योग ऐप की घोषणा की जो 'एक विश्व एक स्वास्थ्य' के लक्ष्य को प्राप्त करने में मदद करेगा।
    - ऐप विश्व स्वास्थ्य संगठन (WTO) और आयुर्वेद, योग और प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी, सिद्ध और होम्योपैथी (आयुष मंत्रालय), भारत सरकार के बीच सहयोग का परिणाम है।
- **अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (IDY) के लिये नई वेबसाइट:**
    - यह वेब पोर्टल अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस से संबंधित सभी अद्यतन और प्रासंगिक जानकारी प्रदान करता है।
    - यह एक सामाजिक आधार है जहाँ आगंतुकों के लिये चर्चाओं पर नज़र रखने और उनमें भाग लेने के लिये सभी सोशल मीडिया इंटरैक्टिव प्लेटफॉर्म उपलब्ध हैं।
    - पोर्टल महत्त्वपूर्ण वेब पेजों जैसे स्वच्छ भारत, मेक इन इंडिया आदि से भी जुड़ा हुआ है।
- **खेल अनुशासन के रूप में मान्यता प्राप्त योग:**
    - और खेल मंत्रालय ने विभिन्न खेल विषयों के वर्गीकरण की समीक्षा के बाद योग को एक खेल अनुशासन के रूप में मान्यता दी और इसे सितंबर 2015 में 'प्राथमिकता' श्रेणी में रखा।
- **सामान्य योग प्रोटोकॉल:**
    - आयुष मंत्रालय ने अपने **'सामान्य योग प्रोटोकॉल'** में प्राणायाम , नियम, आसन आदि को लोकप्रिय योग 'साधनाओं के तहत सूचीबद्ध किया है।

- **योग में व्यावसायिक शिक्षा पाठ्यक्रम:**
    - ब्यूटी एंड वेलनेस सेक्टर स्किल काउंसिल (B&WSSC) में **CBSE स्कूलों के लिये योग में व्यावसायिक शिक्षा पाठ्यक्रम हैं।**
    - B&WSSC को राष्ट्रीय कौशल विकास निगम, कौशल विकास और उद्यमिता मंत्रालय के तत्त्वावधान में एक गैर-लाभकारी संगठन के रूप में स्थापित किया गया है।
- **विभिन्न कौशल पहल:**
    - **प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना (PMKVY)** जैसी विभिन्न कौशल पहलों के माध्यम से हज़ारों उम्मीदवारों को योग प्रशिक्षकों और अनुदेशकों के रूप में प्रशिक्षित किया गया है।
    - PMKVY कौशल विकास और उद्यमिता मंत्रालय की प्रमुख योजना है।
- **फिट इंडिया मूवमेंट:**
    - योग भी **फिट इंडिया मूवमेंट** का एक हिस्सा है।
    - फिट इंडिया मूवमेंट एक राष्ट्रव्यापी अभियान है जिसका उद्देश्य लोगों को अपने दैनिक जीवन में शारीरिक गतिविधियों और खेलों को शामिल करने के लिये प्रोत्साहित करना है।

स्रोत: इंडियन एक्सप्रेस

PDF Refernece URL: https://www.drishtiias.com/hindi/printpdf/8th-international-day-of-yoga