

# கல்வி ஆராய்ச்சி மற்றும் பயிற்சிக்கான தேசிய ஆலோசனை மன்றத்தின் (என்சிஇஆர்டி), தேசிய யோகா ஒலிம்பியாட் -2017 முடிந்தது

Posted On: 21 JUN 2017 12:19PM by PIB Chennai

மூன்று நாள் தேசிய யோகா ஒலிம்பியாட் நிகழ்வு, புது தில்லி, தல்கடோரா விளையாட்டரங்கில் தலைமை விருந்தினர், மனிதவள மேம்பாட்டு அமைச்சகத்தின் இணையமைச்சர் திரு. உபேந்திர குஷ்வாஹா அவர்களால் வெற்றி பெற்ற மாநிலங்களின் குழந்தைகளுக்கு பரிசுகள் வழங்கப்பட்டு நேற்று முடிவுக்கு வந்தது. நிகழ்வில் பெங்களூரு, எஸ்-வியாசா பல்கலைக்கழக வேந்தர் டாக்டர் எச்.ஆர்.நாகேந்திரா சிறப்பு விருந்தினராகப் பங்கேற்றார்.

நிகழ்வில் நான்கு வகையான பரிசுகள் வழங்கப்பட்டன -

1. உயர் முதன்மைப் பரிசு (மகளிர்) - குஜராத் அணி தங்கப் பதக்கத்தையும், தில்லி அணி வெள்ளிப் பதக்கத்தையும், ஹரியானா அணி வெண்கலப்பதக்கத்தையும் தட்டிச் சென்றன.
2. உயர் முதன்மைப் பரிசு (ஆடவர்) - தில்லி அணி தங்கப் பதக்கத்தையும், குஜராத் அணி வெள்ளிப் பதக்கத்தையும், தமிழ்நாடு அணி வெண்கலப்பதக்கத்தையும் தட்டிச் சென்றன.
3. இரண்டாம் பரிசு (மகளிர்) - தில்லி அணி தங்கப் பதக்கத்தையும், குஜராத் அணி வெள்ளிப் பதக்கத்தையும், கர்நாடகா அணி வெண்கலப்பதக்கத்தையும் தட்டிச் சென்றன.
4. இரண்டாம் பரிசு (ஆடவர்) - ஹரியானா அணி தங்கப் பதக்கத்தையும், தில்லி அணி வெள்ளிப் பதக்கத்தையும், மணிப்பூர் அணி வெண்கலப்பதக்கத்தையும் தட்டிச் சென்றன.

பங்கேற்ற 450 மாணவர்கள், ஆசிரியர்கள், பெற்றோர்கள் முன் உரையாற்றிய திரு. குஷ்வாஹா, குழந்தைகளின் இப்போதைய இந்த மாணவப் பருவம் மிக மகிழ்ச்சியானது; அவர்கள் அவரவர் கடமைகளில் முதன்மையாக இருக்கிறார்கள்; மன உளைச்சல் இல்லை; எப்பொழுதும் இந்த வாழ்க்கை இதுபோலவே கவலையற்றதாக இருக்குமென நம்பிக்கை வைத்திருக்கிறார்கள் எனக் குறிப்பிட்டார். உடல் சுறுசுறுப்பாகவும், மனம் நிம்மதியாகவும் இருந்தால் மட்டுமே எவரும் உடலாலும் மனதாலும் ஆரோக்கியமாக விளங்க முடியும்; இரண்டுக்கும் இடையே ஒரு சமநிலையை உருவாக்குவதே யோகா என்று கூறினார்.

இந்த இளம் வயதில் யோகாவை வாழ்க்கையின் அடித்தளமாக்கிவிட்டால், பிறகு இந்தப் பழக்கம் வாழ்நாள் முழுதும் தொடரும் என்று கூறி பதக்கங்கள் பெற்ற குழந்தைகளைப் பாராட்டினார். இந்த ஒலிம்பியாடை ஒரு போட்டியாகக் கருதாமல், யோகாவை அன்றாட நடைமுறையாகப் பின்பற்றுவதற்காகவே என்று கொள்ளவேண்டும் என்று குறிப்பிட்டார். வாழ்க்கையில் எத்தகைய வெற்றியையும் அடைவதற்கு அவசியமான சிறந்த மன ஒருமுகப்படுத்துதலுக்கு உதவி ஆக்கபூர்வமான சிந்தனையை யோகா உருவாக்குகிறது என்றும் கூறினார்.

முற்காலத்தில், யோகா சாதுக்களோடு இணைத்தே பார்க்கப்பட்டது. இப்போது யோகா ஒவ்வொரு குழந்தையும் அறிந்து கொள்ளும் வகையில் ஊக்குவித்து எடுத்துச்செல்லப்படுகிறது என்றார். இப்போது இந்தியாவில் மட்டுமன்றி உலகம் முழுவதும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டது. ஜூன் 21 ஆம் நாளை சர்வதேச யோகா தினமாகக் கொண்டாடுவதற்கு உலகமே ஏற்றுக்கொண்டது. மாண்புமிகு பாரதப் பிரதமரின் முயற்சிக்கும், முனைப்புக்கும் நன்றி என்றார்;

மேலும் திரு. குஷ்வாஹா யோகாவில் வழங்கிய பெரும் பங்களிப்புக்காக டாக்டர் நரேந்திராவுக்கு தனது நன்றியை வெளிப்படுத்தினார். எஸ்-வியாசா பல்கலைக்கழகம் யோகாவின் மீது ஏராளமான ஆராய்ச்சிகளை மேற்கொண்டது என்று அவர் தெரிவித்தார். பள்ளிக்கூடப் பாடத்திட்டத்தில் யோகாவையும் சேர்த்ததில் என்சிஇஆர்டியின் அயராது முயற்சிகளைப் பாராட்டினார்.

டாக்டர் எச்.ஆர்.நாகேந்திரா அவரது உரையில் யோகாவினால் உடல் நலத்தைக் கொடுக்க முடியும் என்று வலியுறுத்தினார். இந்த தேசிய யோகா ஒலிம்பியாட் நிகழ்வில் 143 மாவட்டங்களில் இருந்து 20000 குழந்தைகள் பங்கேற்றனர். குழந்தைகள் யோகா பயிற்சியின்போது மன அழுத்தமோ, பதற்றமோ கொள்ளக்கூடாது; 40-50 சதவிகித குழந்தைகளிடம் நான் கண்டதுபோல் யோகா பயிற்சியின்போது முகமலர்ச்சியோடு விளங்க வேண்டும்.

பிரமிடுகள் செய்தபோது ஆடவர்கள் மிகுந்த உடல் வலிமையையும், திடமான தோற்றங்களையும் காட்ட, பெண்கள் சிறந்த ஒருங்கிணைப்பையும், நல்ல ஒருமுகப்படுத்தலையும் வெளிப்படுத்தினர். குழந்தைகள் பலர் இளம் வயதிலேயே போதை மருந்துகளில் ஈடுபட்டு வாழ்க்கையையே வீணாக்கி விடுகின்றனர்; ஆனால், யோகா இதுபோன்ற போதைக்கு அடிமையாவதிலிருந்து விடுபட பெரிதும் உதவும்.

அதுபோன்ற கேடுதரும் பொருட்களை அறவே விலக்கவும் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைமுறையில் கவனம் செலுத்தவும் வகை செய்யும் யோகாவின் மீதான புரிதலை குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுத்தியமைக்காக என்சிஇஆர்டியை டாக்டர் நரேந்திரா பாராட்டினார்.

என்சிஇஆர்டி, சுவத் கொரியாவின் கொரிய அகாதெமியோடு ஒரு புரிந்துணர்வு ஒப்பந்தம் கையெழுத்தானதையும் அதில் உடற்கல்வியையும், யோகாவினையும் சர்வதேச அளவில் கூட்டாக இணைந்து ஊக்கப்படுத்தி எடுத்துச் செல்வதும் ஒரு அங்கமாகும் என்பதையும் என்சிஇஆர்டி இயக்குனர் பேராசிரியர் ரிஷிகேஷ் சேனாபதி தெரிவித்தார்.

Read this release in: English

