कम नहीं होगी योग की सार्थकता

भाकर न्यूज़. वंडीगढ़

योग कोई अतीत का ऐसा अनुशासन नहीं, जिसे आज अपेक्ष कर सबके स्वाम्य लाया गया हो, बल्कि योग एक ऐसा विज्ञान है, जो आज और कल भी सार्थक है। यह कहना है सदगुरु का। सदगुरु ने ईशा फाउंडेशन की ओर से पीयू में शनिवार शाम आयोजित लेखर में यह बात कही।

पीयू ओडिटोरियम में आयोजित इस लेखर में उन्होंने कहा कि योग की सार्थकता कभी कम नहीं होगी।

सदगुरु का मानना है कि पुराने समय से ही हमारे साथ जुड़ी कोई भी चीज निर्मक्ष नहीं है और आज भी उनकी सुनना ही महत्व है। उन्होंने उदाहरण देते हुए समझाया कि पुराने

जमाने में जानह नहीं होते थे और लोग तंदुरस्त रहते थे क्योंकि लोग चलते-फिरते थे। आज भी शुरू व हरियाणा के संबंधित कई बीमारियों के लिए डॉक्टर सैं की सलाह देते है। ठीक वैसे ही योग का हमेशा से ही महत्व रहा है। योग ही एक ऐसा साधन है जिसके लिए धन की नहीं बल्कि लगन की जरूरत है। योग की अपनाने से कभी नुकसान नहीं हुआ है।

पंजाब यूनिवर्सिटी में शनिवार को लेखर देते सदगुरु।

-भाकर