दैनिक भास्कर
बिलासपुर भास्कर 22-06-2025

हाई कोर्ट: योग कर सभी ने जाना इसका शारीरिक, मानसिक लाभ

योग दिवस पर हाई कोर्ट के चीफ जस्टिस रमेश सिन्हा के मार्गदर्शन में योगाभ्यास कार्यक्रम हुआ। सीजे सिन्हा ने उच्च न्यायालय परिसर में स्थापित राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की प्रतिमा पर माल्यार्पण एवं दीप प्रज्जवलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। योगाभ्यास कार्यक्रम के दौरान योग प्रशिक्षक योग प्रशिक्षक छग योग आयोग के दीपक पांडेय व रश्मि पांडेय ने नियमित योगाभ्यास के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक लाभों के बारे में बताया। प्रतिभागियों ने विभिन्न योगासन सूर्य नमस्कार, प्राणायाम और ध्यान की योग–विधियों में भाग लिया। इस अवसर पर जस्टिस पार्थ प्रतीम साहू, जस्टिस नरेन्द्र कुमार व्यास, जस्टिस दीपक कुमार तिवारी, जस्टिस राकेश मोहन पाण्डेय, जस्टिस रविन्द्र अग्रवाल, जस्टिस अरविन्द वर्मा, जस्टिस विभूदत्त गुरू, जस्टिस अमितेन्द्र किशोर प्रसाद, रजिस्ट्रार जनरल सहित अन्य मौजूद रहे।