रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय, जबलपुर

शारीरिक और मानसिक दृढ़ता के लिए योग बहुत जरूरी–कुलपति प्रो. मिश्र

योग निद्रा द्वारा तनाव प्रबंधन विषय पर एक दिवसीय कार्यशाला का सफल आयोजन

जबलपुर 28 मई। विश्वविद्यालय के योग विभाग के तत्वावधान में मान. कुलपति प्रो. कपिल देव मिश्र की अध्यक्षता, मुख्य वक्ता प्रो. साधना दोनेरिया, विभागाध्यक्ष, योग विभाग बरकतउल्ला वि.वि., भोपाल एवं प्रो. भरत कुमार तिवारी, विभागाध्यक्ष, योग एवं दर्शन विभाग, रादुविवि की उपस्थिति में आज 'योगनिद्रा द्वारा तनाव प्रबंधन' विषय पर एक दिवसीय ऑनलाईन कार्यशाला का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए माननीय कुलपति प्रो. कपिल देव मिश्र ने कहा कि शारीरिक एवं मानसिक दृढ़ता के लिए योग बहुत जरूरी है। मान. कुलपति जी ने आज के इस भयावह समय में योग की उपादेयता और शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए उसके महत्व

पर विस्तृत चर्चा की। साथ ही उन्होंने योग निद्रा का पूर्ण अभ्यास भी किया और योगनिद्रा की बारीकियों को समझा।

इस कार्यशाला की मुख्य अतिथि एवं मुख्य वक्ता प्रो. साधना दोनेरिया ने योग निद्रा के सैद्धांतिक पक्षों को सबके समक्ष रखा और उसकी उपादेयता को बताते हुए उसकी विधियों की विस्तार से चर्चा की और साथ ही साथ आज के इस भयावह स्थिति से निपटने के लिए योग निद्रा एक सशक्त माध्यम है इस तथ्य को प्रमाणित भी किया।

विषय प्रवर्तन करते हुए प्रो. भरत कुमार तिवारी ने योग की अनिवार्यता के संदर्भ में अपने विचार प्रस्तुत किए और आज योग मानव समाज के उत्थान के लिए कितना आवश्यक है इस विषय पर अपने विचार रखें हर किसी को योग करना चाहिए अपने मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए।

योग निद्रा के प्रायोगिक सत्र का संपादन डॉ. रीना मिश्रा, योग विभाग द्वारा किया गया। कार्यक्रम की रूपरेखा डॉ. वर्षा अवस्थी द्वारा और आभार प्रदर्शन डॉ. राजेश पांडे द्वारा किया गया। कार्यशाला की शुरुआत प्रार्थना से हुई जिसको डॉ. वंदना यादव द्वारा किया गया एवं आंतरिक सहयोग विभाग के डॉ. राकेश गोस्वामी का रहा।

मीडिया का अंदाज बदला है, नजरिया नहीं–दुबे

विश्वविद्यालय के संचार अध्ययन एवं शोध विभाग द्वारा 'इलेक्ट्रानिक मीडिया का वर्तमान और भविष्य' विषय पर ई–व्यख्यानमाला आयोजित

जबलपुर। इस समय एक बात का बड़ा शोर मचा है कि मीडिया का अवमूल्यन हो रहा है, जबकि ऐसा नहीं है। ये अवमूल्यन समाज का है। समाज तेजी से बदल रहा है। उसी प्रकार मीडिया में भी बदलाव आया है। हां आज के समय में मीडिया के लिए बाजार बड़ी चुनौती बन गया है। खबरों को परोसने का अंदाज बदला है, लेकिन नजरिया वही है। ये बातें टीवी–18 मप्र के सीनियर एडिटर प्रवीण दुबे ने मुख्य अतिथि की आसंदी से कही। अवसर था रानी दुर्गावती विश्वविद्यालय के संचार अध्ययन एवं शोध विभाग द्वारा श्इलेक्ट्रानिक मीडिया का वर्तमान और भविष्य विषय पर आयोजित ई–व्यख्यानमाला का।

कुलपति प्रो. कपिल देव मिश्र के मार्गदर्शन में हिन्दी पत्रकारिता दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित की जा रही चार दिवसीय व्याख्यानमाला के दूसरे दिन अतिथियों ने इलेक्ट्रानिक मीडिया की स्थिति पर विस्तार से प्रकाश डाला। मुख्य अतिथि प्रवीण दुबे ने इलेक्ट्रानिक मीडिया के भविष्य को लेकर छात्रों की दुविधा का समाधान करते हुए कहा कि इलेक्ट्रानिक या प्रिंट पत्रकारिता खत्म हो जाएगी, ऐसा नहीं है। आपातकाल के दौरान भी लोग ऐसा कह रहे थे, लेकिन पत्रकारिता खत्म हुई क्या, नहीं। मीडिया आज भी प्रभावशाली है और कल भी रहेगा। जैसे–जैसे तकनीकी विकास होता जाएगा, बदलाव आता जाएगा, यह निश्चित है। भविष्य उज्ज्वल है। प्रतिस्पर्धा बढ़ी है, लेकिन

अवसर कम नहीं हुए हैं। तगड़ी स्पर्धा के बावजूद प्रतिभाशाली लोगों को अवसर मिल रहा है। हां, युवाओं को अब बाजार और मांग के अनुरूप अपने को तराशना होगा।

कार्यक्रम में मुख्य वक्ता एबीपी न्यूज चौनल मप्र के स्टेट हेड डॉ. ब्रजेश राजपूत ने कहा कि ये बदलाव का दौर है। इलेक्ट्रानिक मीडिया का तेजी से विस्तार हुआ है। न्यूज चौनलों की संख्य बहुत बढ़ गई है। इसके साथ ही अब लोगों का न्यूज देखने और सुनने का नजरिया बदल रहा है। वे जो चाहते हैं उसी के अनुरूप नहीं दिखाएंगे तो वे पसंद नहीं करेंगे। वर्तमान समय में मीडिया में रेवेन्यु घट रहा है। इसलिए मीडिया की सरकारों पर निर्भरता बढ़ी है। सरकारें पैसा दे रही हैं तो कहीं न कहीं उनके हिसाब से चलने का दबाव होता है। ऐसे समय में सच्ची खबर जनता तक कैसे पहुंचाई जाए, यह भी एक बड़ी चुनौती है। जहां तक भविष्य की बात है तो तकनीक तेजी से बदल रही है। सोशल मीडिया बड़ी चुनौती बनकर उभरा है। आज जब सब कुछ सोशल मीडिया पर मिल रहा है तो दर्शक न्यूज चौनल क्यों देखेगा। ये चुनौती वाला वक्त है। इसका मुकाबला करेंगे तभी टिक पाएंगे।

संचार अध्ययन एवं शोध विभाग के अध्यक्ष व कार्यक्रम संयोजक प्रो. धीरेंद्र पाठक ने विषय प्रवर्तन करते हुए इलेक्ट्रानिक मीडिया के विकास पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम का संचालन प्रो. पाठक एवं आभार प्रदर्शन अतिथि विद्वान डॉ. संजीव श्रीवास्तव ने किया। कार्यक्रम को सफल बनाने में विभाग के डॉ. मोहम्मद जावेद, डॉ. शैलेष प्रसाद, डॉ. प्रमोद पाण्डेय, डॉ. मोहनिका गजभिये, अमरकांत चौधरी का प्रमुख योगदान रहा।

रादुविवि जनसम्पर्क प्रकोष्ठ/क्रमांक/1019/28.05.2021