



12 ನೇ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಯೋಗ ದಿನ



ಇದೀಗ ಸುದ್ದಿಯಲ್ಲಿ:



12 ನೇ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಯೋಗ ದಿನವನ್ನು "ಆರೋಗ್ಯಕರ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಯೋಗ" (Yoga for Healthy Ageing) ಎಂಬ ಧ್ಯೇಯವಾಕ್ಯದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಜೂನ್ 21, 2026 ರಂದು ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.



ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಯೋಗ ದಿನಾಚರಣೆ:

- ಮುಖ್ಯ ಸ್ಥಳ: ಪಶ್ಚಿಮ ಬಂಗಾಳದ ಕೋಲ್ಕತ್ತಾದಲ್ಲಿರುವ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಕೆಂಪು ರಸ್ತೆ (ರೆಡ್ ರೋಡ್) ಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನಿ ನರೇಂದ್ರ ಮೋದಿ ಅವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆಚರಣೆ ನಡೆಯಿತು.
- ನೋಡಲ್ ಸಚಿವಾಲಯ: ಆಯುಷ್ ಸಚಿವಾಲಯವು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ನೀತಿ ಅನುಷ್ಠಾನವನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವ ನೋಡಲ್ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.



2026 ರ ಪ್ರಮುಖ ಉಪಕ್ರಮಗಳು:



ಯೋಗ ಸಂಗಮ ಪೋರ್ಟಲ್ : ಇದು ದೇಶಾದ್ಯಂತ 6 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸಿ, ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಯೋಗವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟ ಡಿಜಿಟಲ್ ವೇದಿಕೆಯಾಗಿದೆ.



ಯೋಗ 365 ಅಭಿಯಾನ: ಯೋಗವನ್ನು ಕೇವಲ ಸಾಂಕೇತಿಕವಾಗಿ ಒಂದು ದಿನದ ವಾರ್ಷಿಕ ಆಚರಣೆ ಮಾಡುವುದರ ಬದಲಾಗಿ, ದೈನಂದಿನ ಜೀವನಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಗುರಿಯನ್ನು ಈ ಅಭಿಯಾನ ಹೊಂದಿದೆ.



ಲೋನಾರ್ ಸರೋವರದಲ್ಲಿ ನೂತನ ದಾಖಲೆ: ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಲೋನಾರ್ ಸರೋವರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ 75 ದಿನಗಳ ಕ್ಷಣಗಣನೆ (ಯೋಗ ಮಹೋತ್ಸವ-2026) ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ, ಬೃಹತ್ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಜನರು ಒಟ್ಟಾಗಿ ತ್ರಿಕೋನಾಸನ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ 'ಏಷ್ಯಾ ಬುಕ್ ಆಫ್ ರೆಕಾರ್ಡ್ಸ್'ನಲ್ಲಿ ಹೊಸ ದಾಖಲೆ ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಯೋಗ ದಿನದ ಹಿನ್ನೆಲೆ:



- ಪ್ರಧಾನಿ ನರೇಂದ್ರ ಮೋದಿ ಅವರು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2014 ರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ (UNGA) ಈ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದರು. ಡಿಸೆಂಬರ್ 2014 ರಲ್ಲಿ 175 ಪ್ರಾಯೋಜಕ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳ ಬೆಂಬಲದೊಂದಿಗೆ UNGA ನಿರ್ಣಯ 69/131 ಅನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸಲಾಯಿತು.



- ಯುನೆಸ್ಕೋ ಮಾನ್ಯತೆ: ಡಿಸೆಂಬರ್ 2016 ರಲ್ಲಿ, ಯುನೆಸ್ಕೋದ ಮಾನವೀಯತೆಯ ಅಮೂರ್ತ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪರಂಪರೆಯ ಪ್ರತಿನಿಧಿ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗವನ್ನು ಸೇರಿಸಲಾಯಿತು.



- ಜೂನ್ 21 ಏಕೆ?: ಉತ್ತರಾರ್ಧಗೋಳದಲ್ಲಿ ವರ್ಷದ ಅತ್ಯಂತ ದೀರ್ಘವಾದ ಹಗಲನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಈ ದಿನವು ಬೇಸಿಗೆಯ ಅಯನ ಸಂಕ್ರಾಂತಿಯನ್ನು (Summer Solstice) ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಭಾರತೀಯ ಪುರಾಣಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ಈ ಖಗೋಳ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ಐತಿಹಾಸಿಕವಾಗಿ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಉಗಮದ ದಿನ (ಆದಿಯೋಗಿಯು ಆದಿಗುರುವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡ ದಿನ) ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ.



- ತಾತ್ವಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ: ಭಾರತೀಯ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರದ ಆರು ಸಂಪ್ರದಾಯಬದ್ಧ (ಆಸ್ತಿಕ) ಪಂಥಗಳಲ್ಲಿ (Shad-Darshana) ಯೋಗವೂ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಮಹರ್ಷಿ ಪತಂಜಲಿ ಅವರು 'ಯೋಗ ಸೂತ್ರ'ಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಸಂಕಲಿಸಿದ್ದಾರೆ; ಇದು ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗವನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುತ್ತದೆ.

