Date: 22 जून 2023

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

सिलेबस: GS1/ कला और संस्कृति, साहित्य, GS2/ भारत और विदेशी संबंध

संदर्भ-

- हाल ही में, दुनियाभर में 9वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया है।

प्रमुख बिन्दु-

- स्वास्थ्य और कल्याण के लिए योग के लाभों के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए दुनिया भर में हर साल 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाता है।

योग के बारे में:

- योग एक प्राचीन शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक अभ्यास है जो भारत में उत्पन्न हुआ है। 'योग' शब्द संस्कृत से लिया गया है और इसका अर्थ है जोड़ना या एकता, शरीर और चेतना की एकता का प्रतीक करते हुए।

9वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस:

- प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अमेरिका के न्यूयॉर्क में संयुक्त राष्ट्र मुख्यालय में इस समारोह का नेतृत्व किया।
- **थीम:** यह आयोजन **'वसुधैव कुटुम्बकम' थीम पर** केंद्रित है, जिसका अर्थ है **एक पृथ्वी, एक भविष्य, एक परिवार।**

योग के अंतर्राष्ट्रीय दिवस के लिए UN की मान्यता:-

प्रस्ताव और संकल्प:-

- अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की स्थापना के प्रस्ताव के मसौदे का प्रस्ताव भारत ने रखा था और रिकॉर्ड 175 सदस्य देशों ने इसका समर्थन किया था।
- प्रस्ताव पहली बार प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा संयुक्त राष्ट्र महासभा के 69वें सत्र के उद्घाटन के दौरान उनके भाषण में पेश किया गया था।
- 21 जून को चुना गया था क्योंकि यह ग्रीष्मकालीन संक्रांति को चिह्नित करता है, उत्तरी गोलार्ध में वर्ष का सबसे लंबा दिन, जो दुनिया के कई हिस्सों में विशेष महत्व रखता है।
- दिलचस्प बात यह है कि प्रस्ताव का कोई विरोध नहीं हुआ। जब इसे पेश किया गया तो कोई नकारात्मक वोट नहीं थे।

मान्यता:

- इसकी सार्वभौमिक अपील को स्वीकार करते हुए, 11 दिसंबर 2014 को, संयुक्त राष्ट्र ने 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में घोषित किया।

उद्देश्य:

- अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का उद्देश्य योग का अभ्यास करने के कई लाभों के बारे में दुनिया भर में जागरूकता बढ़ाना है।

भारत की योग कूटनीति

अक्सर यह कहा जाता है कि, "अगर चीन के पास पांडा कूटनीति है, तो भारत के पास योग है।

वैश्विक समस्याओं का समाधान:

- अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का उद्देश्य वैश्विक समस्याओं को संबोधित करना है, और स्वास्थ्य और जलवायु परिवर्तन में योग द्वारा किए गए योगदान पर ध्यान में रखना है।
- योग और स्वास्थ्य के बीच का संबंध, स्थायी जीवनशैली और स्थायी उपभोग को बढ़ावा देने के विस्तृत संरचना के अंतर्गत महत्वपूर्ण माना जाता है।

विश्वव्यापी मौजूदगी:

- अफ्रीका, एशिया-प्रशांत महासागर और कैरेबियन महासागर देशों में बड़ी संख्या में भारतीय प्रवासी आबादियों वाले देशों के अलावा दूसरे देशों में भी योग का प्रचार किया जा रहा हैं।

किशोरों के लिए योग:

- सामरिक गतिविधियों में बाल-किशोरों को योग अभ्यास कराने के लिए आयोजन किए जाते हैं जिससे उनकी शारीरिक स्थिति, मानसिक तत्व और तनाव को कम किया जा सकता है।
- बालक/बालिकाओं को प्राथमिकता दी जाती है और उन्हें एक शानदार वातावरण दिया जाता है जहां वे योग के अभ्यास का आनंद ले सकते हैं।

योग को बढ़ावा देने के लिए भारत सरकार की पहल-

- **म-योगा एप्लिकेशन:** भारत सरकार ने विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के सहयोग से "म-योगा एप्लिकेशन" लॉन्च की है। इस ऐप में योग प्रशिक्षण के वीडियो शामिल हैं जो सामान्य योग प्रोटोकॉल पर आधारित हैं और इसे अलग-अलग भाषाओं में उपलब्ध किया गया है।
- **सामान्य योग प्रोटोकॉल:** आयुष मंत्रालय ने 2019 में अपने "सामान्य योग प्रोटोकॉल" में यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि, बंध और मुद्रा, सत्कर्म, युक्ताहार, मंत्र-जप, युक्त-कर्मा जैसे प्रसिद्ध योग साधनाओं की सूची बनाई है। इसे आमतौर पर योग के अभ्यास में शामिल किया जाता है।
- **शिक्षात्मक योग पाठ्यक्रम:** ब्यूटी और वेलनेस सेक्टर कौशल परिषद (बीएंडडब्ल्यूएसएससी) द्वारा केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सीबीएसई) स्कूलों के लिए योग के व्यावसायिक शिक्षा पाठ्यक्रम हैं।
- **योग प्रशिक्षण:** प्रधानमंत्री कौशल विकास योजना (पीएमकेवाईवाई) जैसे विभिन्न कौशल पहलों के माध्यम से लाखों उम्मीदवारों को योग प्रशिक्षक और प्रशिक्षक के रूप में प्रशिक्षित किया गया है।
- **फिट इंडिया मूवमेंट:** योग फिट इंडिया मूवमेंट का एक हिस्सा भी है, जो राष्ट्रीय स्तर पर लोगों को अपने दैनिक जीवन में शारीरिक गतिविधियों और खेल को शामिल करने के लिए प्रोत्साहित करने का एक अभियान है।

आगे की राह-

- इस प्रकार, योग दिवस एक महत्वपूर्ण अंतर्राष्ट्रीय आयोजन है जो योग के महत्व को बढ़ावा देता है और विश्व-स्तर पर इसकी महत्वता को मान्यता प्रदान करता है। योग का अभ्यास मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए बहुत लाभकारी हो सकता है और इसे लोगों के बीच फैलाना एक स्वस्थ और सकारात्मक समुदाय का निर्माण करने का एक महत्वपूर्ण कदम है।

Rajiv Pandey

वन नेशन वन हेल्पलाइन पहल

सिलेबस: जीएस 2 /शासन

सदर्भ-

- हाल ही में, एक राष्ट्र- एक हेल्पलाइन' की व्यापक सोच के तहत सरकार ने चाइल्ड हेल्पलाइन को ईआरएसएस-112 के साथ जोड़ने का निर्णय लिया।

प्रमुख बिन्दु-

- यह सुनिश्चित किया जाएगा कि जिम्मेदार और जवाबदेह प्रशासन के माध्यम से बच्चों की देखभाल की जिम्मेदारी संभाली जाए और उसे क्रियाशील बनाया जाए।
- यह संकट में फंसे हुए बच्चों के प्रत्यावर्तन और उनके कल्याण में सहायता करेगा।
- चाइल्ड हेल्पलाइन का रूपांतरण प्रगति पर है, चरणबद्ध तरीके से 9 राज्यों/केंद्रशासित प्रदेशों में चाइल्डलाइन का अधिग्रहण करके इसे संचालित किया जा रहा है।
- किशोर न्याय (बच्चों की देखभाल और संरक्षण) अधिनियम, 2015 की धारा 2(25) के तहत चाइल्डलाइन सेवाओं को संकट में बच्चों के लिए चौबीसों घंटे की आपातकालीन पहुंच सेवा के रूप में परिभाषित किया गया है।
- यह उन्हें आपातकालीन या दीर्घकालिक देखभाल और पुनर्वास सेवा से जोड़ती है। इस सेवा का उपयोग चार अंकों के टोल फ्री नंबर (1098) डायल करके संकट में फंसा हुआ कोई भी बच्चा या उनकी ओर से कोई वयस्क कर सकता है।

पहल के बारे में

प्रक्रिया:

- एक राष्ट्र एक हेल्पलाइन की व्यापक सोच के एक हिस्से के तहत और दूसरे राष्ट्रीय मुख्य सचिवों के सम्मेलन के दौरान प्राथमिकता के रूप में मंत्रालय ने महिला हेल्पलाइन और चाइल्ड हेल्पलाइन को ईआरएसएस-112 (आपातकालीन प्रतिक्रिया समर्थन प्रणाली) के साथ जोड़ने का निर्णय लिया है।
- राज्य/केंद्रशासित प्रदेश में चाइल्ड हेल्पलाइन के लिए एक 24×7 समर्पित डब्ल्यूसीडी नियंत्रण कक्ष (डब्ल्यूसीडी-सीआर) स्थापित किया जाएगा और इसे ईआरएसएस-112 के साथ एकीकृत किया जाएगा।
- इसके अलावा जिला स्तर पर जिला बाल संरक्षण इकाई (डीसीपीयू) में चाइल्ड हेल्पलाइन (सीएचएल) इकाई चौबीसों घंटे उपलब्ध रहेगी।
- जिससे संकट में फंसे हुए बच्चों को आपातकालीन व दीर्घकालिक देखभाल और पुनर्वास सेवाओं से जोड़ा जा सके।
- रेलवे के मानक संचालन प्रक्रिया (एसओपी) के अनुसार राज्य/केंद्रशासित प्रदेश चयनित रेलवे स्टेशनों और बस स्टैंडों पर चाइल्ड हेल्प डेस्क/कियोस्क/बूथ की स्थापना जारी रखेंगे।

कवरेज:-

- 1098 पर सभी कॉल संबंधित राज्यों/केंद्रशासित प्रदेशों में चाइल्ड हेल्पलाइन के डब्ल्यूसीडी-सीआर पर आएंगी और आपातकालीन कॉल ईआरएसएस-112 को अग्रेषित की जाएंगी।
- चाइल्ड हेल्पलाइन का रूपांतरण प्रगति पर है और इसे चरणबद्ध तरीके से 9 राज्यों/केंद्रशासित प्रदेशों में चाइल्डलाइन का अधिग्रहण करके इसे शुरू किया जा रहा है।
- पहले चरण में, नौ राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को कवर किया जाएगा।

Yojna IAS
लक्ष्य है तो सफलता है

- आंध्र प्रदेश, अरुणाचल प्रदेश, बिहार, गुजरात, गोवा, मिजोरम, लद्दाख, पुडुचेरी, दादरा और नगर हवेली और दमन और दीव।
- अन्य राज्य और केंद्र शासित प्रदेश चरणबद्ध तरीके से इसका पालन करेंगे।

स्रोत: TH

Rajiv Pandey

Yojna IAS
योजना है तो सफलता है
yojnaias.com