कार्यालय प्राचार्य, शासकीय डॉ.वा.वा.पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय,
केन्द्रीय विद्यालय के पास, जेलरोड दुर्ग (छ.ग.)
पूर्व नाम–शासकीय कन्या महाविद्यालय,दुर्ग (छ.ग.) फोन 0788–2323773
Email- govtgirlspgcollege@gmail.com Website: www.govtgirlspgcollegedurg.ac.in
College Code : 1602

दुर्ग, दिनांक : 22.11.2025

/प्रेस विज्ञप्ति/

कन्या महाविद्यालय में

प्राचीनतम आयुर्वेद चिकित्सा प्रणाली, मुद्रा चिकित्सा एवं प्राणिक हीलिंग पर कार्यशाला

शासकीय डॉ0 वा0 वा0 पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग में भारतीय ज्ञान परंपरा पर आधारित नवीन शिक्षण प्रणाली के अंतर्गत छात्राओं को भारतीय संस्कति एवं कला से अवगत कराने हेतु प्राचार्य डॉ0 रंजना श्रीवास्तव के मार्गदर्शन में कार्यशाला का आयोजन किया गया। प्राचार्य ने अपने उद्‌बोधन में कहा कि आयुर्वेद हमें हजारों वर्षों से स्वस्थ जीवन की दिशा दिखा रहा है। प्राचीन भारत में आयुर्वेद को रोगों के उपचार और स्वस्थ जीवन शैली व्यतीत करने का सर्वोत्तम तरीका माना जाता है। आजकल की तेज जीवनशैली में हमें अपने शरीर और मन का ध्यान रखने के लिए आयुर्वेदिक तरीकों की आवश्यकता है, जिससे न केवल रोगों को दूर रख सकते हैं बल्कि एक स्वस्थ और संतुलित जीवन भी जी सकते हैं।

विषय विशेषज्ञ मुद्रा चिकित्सक एवं प्राणीक हीलर श्री बी0 मोहन कुमार ने बताया कि आयुर्वेद भारत की एक प्राचीन चिकित्सा पद्धति है। जिसका अर्थ है 'जीवन का विज्ञान' यह एक समग्र प्रणाली है जो बीमारी को रोकने, इलाज करने और जीवन की रक्षा करने पर केन्द्रित है। आयुर्वेद इस सिद्धांत पर आधारित है कि शरीर में तीन मुख्य जीवन शक्तियां (दोष, वात पित्त और कफ) होती है, इन दोषों के असंतुलन से बीमारियां होती है। आयुर्वेद में स्वस्थ बनाए रखने और असंतुलन को ठीक करने के लिए आहार, जीवनशैली में बदलाव, जड़ी बूटियां, योग और पंचकर्म जैसी प्राकृतिक उपचार विधि का उपयोग किया जाता है। मुद्रा चिकित्सक वह व्यक्ति होता है जो मुद्रा चिकित्सा पद्धति से प्रशिक्षित होता है। जो उंगलियों के विशेष संयोजन के माध्यम से शरीर में ऊर्जा को संतुलित करने की एक प्राचीन विधि है। मुद्रा चिकित्सा पंचतत्वों जल, अग्नि, वायु, पृथ्वी और आकाश को संतुलित करके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार करती है। जबकि प्राणीक हीलर एक ऐसी चिकित्सा पद्धति है के विशेषज्ञ होते हैं जो बिना स्पर्श के शरीर की जीवन ऊर्जा प्राण का उपभोग करके शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक समस्याओं का उपचार करते हैं। यह एक प्राचीन चिकित्सा पद्धति है जो शरीर के ऊर्जा क्षेत्र (आत्मा और चक्रों) को संतुलित और शुद्ध करती है। ताकि शरीर की स्वास्थ्य और उपचार क्षमता में सुधार हो सके।

प्रभारी डॉ0 रेशमा लाकेश के अनुसार आयुर्वेद पुरानी चिकित्सा पद्धति है जो हमारी आधुनिक जीवन शैली को सही दिशा देने और स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होती है। इसमें जड़ी बूटी सहित अन्य प्राकृतिक चीजों से उत्पाद दवा और रोजमर्रा के जीवन में इश्तेमाल होने वाले पदार्थ तैयार किए जाते हैं। इनके इश्तेमाल से जीवन सुखी, तनावमुक्त और रोगमुक्त बनता है। हीलिंग का मतलब शारीरिक, मानसिक या भावनात्मक घावों का ठीक करना या सुधारना है। इसमें शरीर की कोशिकाओं द्वारा ऊतकों की मरम्मत से लेकर मानसिक स्वास्थ्य के लिए थेरेपी या ध्यान जैसी तकनीके शामिल है, यह ज्ञान सभी के अत्यंत उपयोगी है। इस ज्ञानवर्द्धक कार्यशाला में बड़ी संख्या में छात्राऐं एवं प्राध्यापक उपस्थित रहें।

टीप – छात्रहित में प्रकाशन हेतु निवेदित।

(डॉ0 रंजना श्रीवास्तव)
प्राचार्य
शास0 डॉ0 वा0 वा0 पाटणकर कन्या
स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दुर्ग (छ0ग0)

प्राचीनतम आयुर्वेद चिकित्सा प्रणाली, मुद्रा चिकित्सा एवं प्राणिक हीलिंग पर कार्यशाला