Rajasthan Police Academy Jaipur

THE State View
"The Strong Voice Of The State"

• Thestateview.com • Newsinrajasthan.com

RJENG/25/A3486

The State View

Jaipur, Monday, 22 June 2026 Digital Addiction Pages:8 Rs:3.00/-

Yogotsav at RPA on International Yoga Day: Over 1,100 police personnel performed mass yoga under the leadership of DGP Rajiv Kumar Sharma

Police force embraces the mantra of yoga to beat stress and boost operational efficiency

The State View

Jaipur. On the auspicious occasion of International Yoga Day, Rajasthan Police personnel and officers performed mass yoga on Sunday morning, conveying a message of mental resilience and physical well-being. A grand yoga ceremony was organized at 7:00 AM sharp in the sprawling grounds of the Rajasthan Police Academy (RPA) in Jaipur. Rajasthan Director General of Police (DGP) Rajiv Kumar Sharma was the chief guest at this state-level police 'Yogotsav'; in his distinguished presence, the entire police force practiced various forms of yoga. Yoga acts as a shield for health amidst stressful duties: DGP Rajiv Kumar Sharma Addressing the police personnel during the event, DGP Sharma highlighted the importance of yoga in daily life. He noted that police work is extremely challenging and fraught with immense mental stress. In such a scenario, it is crucial for all personnel to prioritize their physical and mental health. Delivering his message to the force, he emphasized that some form of physical activity is essential for good health. Yoga is a unique practice that can be performed easily□anytime, anywhere□without the need for expensive equipment. If personnel incorporate yoga into their daily routine, it will not only ensure excellent health but also significantly enhance their efficiency in discharging challenging duties. Over 1,100 personnel performed yoga postures This special camp, organized by the Rajasthan Police Academy, showcased a unique synergy among various key wings of the police department. Officers, staff members, and trainees from the Police Headquarters, Rajasthan Police Academy, Forensic Science Laboratory, and Intelligence Training Academy participated in this grand yoga event with great enthusiasm. More than 1,100 police personnel gathered in the courtyard, laying out mats to perform yoga collectively, filling the entire atmosphere with positive energy. Conducted under the guidance of expert yoga gurus, the event involved practicing various asanas (postures) in accordance with established protocols. The program began with relaxation exercises, followed by the demonstration of various postures designed to enhance spinal and bodily flexibility. Subsequently, the police personnel engaged in intensive practice of pranayama techniques□ such as Anulom-Vilom, Kapalbhati, and Bhramari□to boost mental balance and concentration. In the final phase of the event, all officers and personnel observed a period of silence for meditation, allowing them to experience the positive energy. Promoting Physical Fitness and Positive Energy: The Primary Objective RPA Director and Additional Director General of Police, Sanjeeb K. Narzary, stated that the main objective of this special event was to strengthen physical fitness, mental balance, and a positive outlook among the vigilant guardians of the police force. This session proved to be highly energizing for police personnel who remain occupied day and night with maintaining law and order and interacting with the public. At the conclusion of the event, all participating personnel pledged not only to practice yoga regularly themselves but also to encourage their families and society to adopt this excellent lifestyle.

FIRST INDIA

23 Jun 2025

Police officers and personnel practice yoga in presence of DGP Rajeev Kumar Sharma at Raj Police Academy in Jaipur, on Sunday.

पत्रिका

राजस्थान पुलिस अकादमी : पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

योग से मानसिक तनाव पर जीत का आह्वान

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

जयपुर. अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर रविवार को राजस्थान पुलिस अकादमी (आरपीए) में राज्य स्तरीय योगोत्सव आयोजित हुआ। पुलिस महानिदेशक राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिस अधिकारियों, जवानों और प्रशिक्षणार्थियों ने सामूहिक योगाभ्यास कर स्वस्थ जीवन का संदेश दिया। पुलिस मुख्यालय, आरपीए, एफएसएल और इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के कार्मिकों ने निर्धारित प्रोटोकॉल के तहत योगासन, प्राणायाम और ध्यान किया।

डीजीपी शर्मा ने कहा कि पुलिस की ड्यूटी तनाव से भरी होती है। ऐसे में योग शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन और कार्यक्षमता बढ़ाने का सबसे सरल माध्यम है।

आरपीए निदेशक एवं एडीजी संजीब के. नार्जारी ने कहा कि योग के माध्यम से तनाव पर जीत का संदेश दिया गया। इस मौके पर डीजी संजय अग्रवाल, एडीजी वीके सिंह, हवासिंह घुमरिया, विशाल बंसल, एस सेंगाथिर व बीएल मीणा मौजूद थे।

भारत में 1.17 करोड़ से अधिक पाठक (IRS 2019) PUNJAB KESARI, JAIPUR

पंजाब केसरी

Monday, 22 June 2026 www.punjabkesari.in जयपुर • जालंधर • चंडीगढ़ • लुधियाना • बठिंडा • पानीपत • हिसार • शिमला • पालमपुर • जम्मू से प्रकाशित

आरपीए में योगोत्सव : डीजीपी राजीव कुमार शर्मा के साथ 1100 पुलिसकर्मियों ने किया योगाभ्यास

तनावपूर्ण ड्यूटी के बीच योग स्वास्थ्य-कार्यक्षमता की ढाल : डीजीपी

जयपुर, 21 जून (ब्यूरो): अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर रविवार सुबह राजस्थान पुलिस अकादमी (आरपीए) में भव्य योगोत्सव आयोजित किया गया। जिसमें डीजीपी राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिस अधिकारियों, जवानों और प्रशिक्षणार्थियों ने सामूहिक योगाभ्यास किया। सुबह 7 बजे आरपीए के विशाल प्रांगण में आयोजित इस राज्य स्तरीय कार्यक्रम में पुलिस मुख्यालय, आरपीए, फॉरेंसिक साइंस लैब और इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारी.कर्मचारी उत्साहपूर्वक शामिल हुए। इस दौरान डीजीपी शर्मा ने कहा कि पुलिस की ड्यूटी अत्यंत चुनौतीपूर्ण और मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को संतुलित बनाए रखने के लिए योग बेहद जरूरी है। उन्होंने कहा कि योग ऐसी सरल और प्रभावी पद्धति है, जिसे बिना किसी विशेष उपकरण के कहीं भी और कभी भी किया जा सकता है। यदि पुलिसकर्मी इसे अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना लें तो उनकी कार्यक्षमता और मानसिक मजबूती दोनों में उल्लेखनीय वृद्धि होगी।

आरपीए निदेशक एवं एडीजी संजीव के. नार्जारी ने बताया कि आयोजन का उद्देश्य पुलिस बल में फिटनेस, मानसिक संतुलन और सकारात्मक सोच को बढ़ावा देना है। समारोह में डीजी संजय अग्रवाल, एडीजी वीके सिंह, हवासिंह घुमरिया, विशाल बंसल, एस. सेंगाथिर, बीएल मीणा और अतिरिक्त निदेशक शंकरदत्त शर्मा सहित वरिष्ठ अधिकारियों ने भी योगाभ्यास किया।

इधर, एसीबी में 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर अधिकारियों एवं कर्मचारियों द्वारा सामूहिक योगाभ्यास किया गया। वर्ष 2026 की अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम 'स्वस्थ एवं सक्रिय वृद्धावस्था के लिए योग', जो योग के माध्यम से जीवन के प्रत्येक चरण में शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने तथा स्वस्थ एवं गरिमापूर्ण जीवन को प्रोत्साहित करने का संदेश देती है।

FIRST INDIA
दैनिक हिन्दी अख़बार
सच बेधड़क
22 Jun 2026

डीजीपी के साथ 1100 पुलिसकर्मियों ने किए योग के विभिन्न आसन

राजस्थान पुलिस अकादमी (आरपीए) में डीजीपी राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने सामूहिक योग किया। डीजी संजय अग्रवाल, एडीजी वी.के. सिंह, हवासिंह घुमरिया, विशाल बंसल, एस. सेंगाथिर और बी.एल. मीणा सहित वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित रहे। आरपीए निदेशक संजीब के. नार्जरी और अतिरिक्त निदेशक शंकरदत्त शर्मा के नेतृत्व में कार्यक्रम आयोजित हुआ। योग गुरुओं ने अनुलोम-विलोम, कपाल भाति और विभिन्न आसनों का अभ्यास कराया।

राजस्थान पुलिस अकादमी प्रांगण में डीजीपी राजीव कुमार शर्मा अधिकारियों और जवानों के साथ योगाभ्यास करते हुए।

राष्ट्रदूत
ESTD. 1951 || 8 Editions || 8 Lakh Circulation

तनाव को मात देने और कार्यक्षमता बढ़ाने के लिए पुलिस बेड़े ने सीखा योग का मंत्र

जयपुर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस श्री राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया।

समारोह में डीजीपी शर्मा ने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धित है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा। राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया।

सच के साथ सुप्रभात
मॉर्निंग न्यूज़
www.morningnewsindia.com | जयपुर, सोमवार 22 जून, 2026 | 3

पेज 7 | स्पोर्ट्स

डीजीपी की अगुवाई में पुलिसकर्मियों ने किया योगाभ्यास

जयपुर। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस श्री राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया। समारोह के दौरान

पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है, यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा।

प्रातःकाल
Jaipur Edition | 2026-06-22 | Page- 5
pratahkal.epapers.in

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आरपीए में योगोत्सव

पुलिस महकमा हुआ योगमय, डीजीपी के नेतृत्व में हुआ राज्य स्तरीय योगोत्सव

जयपुर (कासं)। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7.00 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया।

समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है।

योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा।

राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने मैट बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा।

विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरुआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया।

Powered by Bharati Web

जयपुर
महानगर टाइम्स
epaper.mahanagartimes.com
22 Jun 2026 - Page 2

डीजीपी राजीव कुमार ने 1100 जवानों के साथ किया योग

राजस्थान पुलिस अकादमी में आयोजित राज्यस्तरीय पुलिस योगोत्सव में डीजीपी राजीव कुमार शर्मा ने 1100 से अधिक पुलिस अधिकारियों और जवानों के साथ योगाभ्यास किया। उन्होंने कहा कि पुलिस सेवा अत्यधिक तनावपूर्ण होती है और ऐसे में योग शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य बनाए रखने का सबसे सरल और प्रभावी माध्यम है। उन्होंने जवानों से योग को दैनिक दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया।

जागो इंडिया जागो
सच ■ साहस ■ संकल्प से...

22 जून 2026

पुलिसकर्मियों ने किया योगाभ्यास

राजस्थान पुलिस अकादमी में पुलिस योगोत्सव का आयोजन किया गया। इसमें पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा रहे। **एसीबी मुख्यालय** में भी अधिकारियों एवं कर्मचारियों द्वारा सामूहिक योगाभ्यास किया गया।

RNI NO. 53791/93

दैनिक विशेष गरिमा समाचार

पत्र में उत्तर प्रदेश, राजस्थान, महाराष्ट्र, मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, हिमाचल प्रदेश, आंध्र प्रदेश, गुजरात, झारखंड, उत्तराखण्ड, पश्चिम बंगाल, हरियाणा, पंजाब, मेघालय, जम्मू कश्मीर, उड़ीसा, केरल, कर्नाटक, तमिलनाडु, गोवा एवं केरल से पत्रकार जुड़े।

contact us: email: visheshgarima@gmail.com Mobile.9314017636, 8209073743

जयपुर व शिमला से एक साथ प्रसारित

विशेष गरिमा

आप अपने संस्थान के समाचार हमें दैनिक विशेष गरिमा, VG NEWS चैनल एवं पोर्टल www.visheshgarima.page में प्रकाशन हेतु vishesh-garima @gmail.com पर भेज सकते हैं। व्हाटसअप - 9314017636

वर्षः 15 | अंक : 334 | जयपुर, सोमवार, 22 जून 2026 | हिंदी दैनिक | पृष्ठः4 | मूल्यः 1 रुपए

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आरपीए में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

विशेष गरिमा

जयपुर। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राजस्थान पुलिस अकादमी (आरपीए) में रविवार सुबह राज्य स्तरीय योगोत्सव आयोजित किया गया। कार्यक्रम में पुलिस महानिदेशक राजीव कुमार शर्मा के नेतृत्व में 1100 से अधिक पुलिस अधिकारियों, जवानों एवं प्रशिक्षणार्थियों ने सामूहिक योगाभ्यास किया।डीजीपी राजीव कुमार शर्मा ने कहा कि पुलिस सेवा अत्यधिक तनावपूर्ण होती है, ऐसे में योग शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य बनाए रखने का सबसे सरल और प्रभावी माध्यम है। उन्होंने सभी पुलिसकर्मियों से नियमित योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाने का आह्वान किया।योग सत्र में पुलिस मुख्यालय, आरपीए, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री और इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के कार्मिकों ने भाग लिया। विशेषज्ञ योग प्रशिक्षकों ने निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार

विभिन्न योगासन, अनुलोम-विलोम, कपालभाति, भ्रामरी तथा ध्यान का अभ्यास कराया।आरपीए निदेशक एवं अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस संजीब के. नार्जारी ने बताया कि आयोजन का उद्देश्य पुलिस बल में शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन और सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देना है। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों ने नियमित योग करने तथा परिवार व समाज को भी योग से जोड़ने का संकल्प लिया।

Power of Truth
सत्यमेव जयते
निडर . निष्पक्ष. निर्भीक तस्दीक न्यूज ब्यूरो

दैनिक
तस्दीक
RNI/HIN2014/55337
दिल्ली, उड़ीसा, जयपुर, कोटा, झालावाड़, बारां, जोधपुर, भरतपुर, अलवर, उदयपुर व चित्तौड़ से प्रसारित
उड़ीसा संपादक-स्वामी विजया नंद महाराज / सह संपादक-विदुषी राठौड़

वर्ष:13 | अंक: 168 | सोमवार 22 जून 2026 | हिन्दी | प्रात:कलीन | मूल्य: 2 रुपए प्रति | कुल पृष्ठ:4

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आरपीए में योगोत्सव: डीजीपी राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

दैनिक तस्दीक

जयपुर 21 जून। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7:00 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस श्री राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया।

तनावपूर्ण ड्यूटी के बीच स्वास्थ्य की ढाल है योग: डीजीपी राजीव कुमार शर्मा

समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी श्री शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा।

1100 से अधिक जवानों ने साधे आसन

राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने चटाई बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा। विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरूआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया। इसके उपरांत पुलिसकर्मियों को मानसिक संतुलन और एकाग्रता बढ़ाने के लिए अनुलोम-विलोम, कपालभाति व भ्रामरी जैसे प्राणायामों का सघन अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के अंतिम चरण में सभी अधिकारियों और जवानों ने कुछ समय मौन रहकर ध्यान लगा सकारात्मक ऊर्जा को महसूस किया।

शारीरिक फिटनेस और सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देना मुख्य ध्येय

आरपीए निदेशक एवं अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस श्री संजीब के. नाजारी ने बताया कि इस विशेष आयोजन का मुख्य उद्देश्य पुलिस बल के सजग प्रहरियों में शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन तथा सकारात्मक दृष्टिकोण को सुदृढ़ करना है। दिन-रात कानून व्यवस्था और पब्लिक डीलिंग में व्यस्त रहने वाले पुलिसकर्मियों के लिए यह सत्र बेहद ऊर्जावान साबित हुआ। समारोह के अंत में सभी उपस्थित कार्मिकों ने न केवल स्वयं नियमित योग करने का संकल्प लिया, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी इस उत्तम जीवनशैली से जोड़ने की शपथ ली।

इस मौके पर डीजी श्री संजय अग्रवाल, एडीजी सर्वश्री वीके सिंह, हवासिंह घुमरिया, विशाल बंसल, एस सेंगाथिर व बीएल मीणा, आरपीए निदेशक श्री संजीब नार्जरी व अतिरिक्त निदेशक शंकरदत्त शर्मा सहित वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों ने भी 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों के साथ योगाभ्यास किया।

RJHIN/25/A0469

सुविचार

'मंजिल उन्हीं को मिलती है, जिनके सपनों में जान होती है।

थार संवाद

सम्यक, न्याय, स्वतंत्रता, समानता, बंधुता, एवं सामाजिक चेतना के लिए रचनात्मक पत्रकारिता

वर्ष-01 | जयपुर (राजस्थान) | सोमवार, 22 जून, 2026 | editortharsamachar@gmail.com | पृष्ठ-8 | मूल्यः 5.00

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आरपीए में योगोत्सवः डीजीपी राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

तनाव को मात देने और कार्यक्षमता बढ़ाने के लिए पुलिस बेड़े ने सीखा योग का मंत्र

थार संवाद

जयपुर । अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7:00 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस श्री राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया। तनावपूर्ण ड्यूटी के बीच स्वास्थ्य की ढाल है योगः डीजीपी राजीव कुमार शर्मा समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी श्री शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है।

पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा।

1100 से अधिक जवानों ने साधे आसन

राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने मैट बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा। विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरुआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया।

शारीरिक फिटनेस और सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देना मुख्य ध्येय

आरपीए निदेशक एवं अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस श्री संजीव के. नार्जरी ने बताया कि इस विशेष आयोजन का मुख्य उद्देश्य पुलिस बल के सजग प्रहरियों में शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन तथा सकारात्मक दृष्टिकोण को सुदृढ़ करना है। दिन-रात कानून व्यवस्था और पब्लिक डीलिंग में व्यस्त रहने वाले पुलिसकर्मियों के लिए यह सत्र बेहद ऊर्जावान साबित हुआ। समारोह के अंत में सभी उपस्थित कार्मिकों ने न केवल स्वयं नियमित योग करने का संकल्प लिया, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी इस उत्तम जीवनशैली से जोड़ने की शपथ ली।

इसके उपरांत पुलिसकर्मियों को मानसिक संतुलन और एकाग्रता बढ़ाने के लिए अनुलोम-विलोम, कपालभाति व भ्रामरी जैसे प्राणायामों का सघन अभ्यास कराया गया।

कार्यक्रम के अंतिम चरण में सभी अधिकारियों और जवानों ने कुछ समय मौन रहकर ध्यान लगा सकारात्मक ऊर्जा को महसूस किया।

Hindraftar111@gmail.com
PRGI NO. RJHIN/25/A1926

खबरों का सटीक विश्लेषण
हिंद रफ्तार

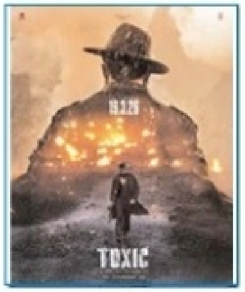
2 खातीपुरा से विकास की नई रफ्तार .... | भरतपुर में आयोजित जाट आरक्षण..... 2

Digital E-paper | सोमवार , 22 जून 2026 | मूल्य : 2 रुपया प्रति | संस्थापक एवं संपादक अखिल शर्मा

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आरपीए में योगोत्सवः डीजीपी राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

हिंद रफ्तार,जयपुर

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7:00 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया। तनावपूर्ण ड्यूटी के बीच स्वास्थ्य की ढाल है योगः डीजीपी राजीव कुमार शर्मा समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा। 1100 से अधिक जवानों ने साधे आसनराजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने मैट बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा। विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरुआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया। इसके उपरांत पुलिसकर्मियों को मानसिक संतुलन और एकाग्रता बढ़ाने के लिए अनुलोम-विलोम, कपालभाति व भ्रामरी जैसे प्राणायामों का सघन अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के अंतिम चरण में सभी अधिकारियों और जवानों ने कुछ समय मौन रहकर ध्यान लगा सकारात्मक ऊर्जा को महसूस किया। शारीरिक फिटनेस और सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देना मुख्य ध्येय आरपीए निदेशक एवं अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस संजीब के. नार्जारी ने बताया कि इस विशेष आयोजन का मुख्य उद्देश्य पुलिस बल के सजग प्रहरियों में शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन तथा सकारात्मक दृष्टिकोण को सुदृढ़ करना है। दिन-रात कानून व्यवस्था और पब्लिक डीलिंग में व्यस्त रहने वाले पुलिसकर्मियों के लिए यह सत्र बेहद ऊर्जावान साबित हुआ। समारोह के अंत में सभी उपस्थित कार्मिकों ने न केवल स्वयं नियमित योग करने का संकल्प लिया, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी इस उत्तम जीवनशैली से जोड़ने की शपथ ली।



टू इंडिया

पेज नं. 2 › आ गई यश ...

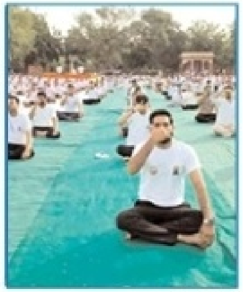
(प्रातः कालीन दैनिक)

RNI REG. NO. RAJHIN/2022/86005

POSTAL REG. NO. A/JODHPUR/510/2024-2026

पेज नं. 4 › 12वें ...

✦ वर्ष : 05 ✦ अंक : 124 ✦ जोधपुर, सोमवार, 22 जून 2026 ✦ फोन नं. 9782940404 ✦ हिन्दी ✦ जोधपुर से प्रकाशित ✦ पृष्ठ : 4 ✦ मूल्य : 1.00 रुपया



अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आरपीए में योगोत्सव

डीजीपी राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

तनाव को मात देने और कार्यक्षमता बढ़ाने के लिए पुलिस बेड़े ने सीखा योग का मंत्र

टू इंडिया न्यूज

जयपुर। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7:00 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस श्री राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया।

तनावपूर्ण ड्यूटी के बीच स्वास्थ्य की ढाल है योग: डीजीपी राजीव कुमार शर्मा

समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी श्री शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा।

1100 से अधिक जवानों ने साधे आसन

राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने चटाई बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा। विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरूआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया। इसके उपरांत पुलिसकर्मियों को मानसिक संतुलन और एकाग्रता बढ़ाने के लिए अनुलोम-विलोम, कपालभाति व भ्रामरी जैसे प्राणायामों का सघन अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के अंतिम चरण में सभी अधिकारियों और जवानों ने कुछ समय मौन रहकर ध्यान लगा सकारात्मक ऊर्जा को महसूस किया।

शारीरिक फिटनेस और सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देना मुख्य ध्येय

आरपीए निदेशक एवं अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस श्री संजीब के. नाजारी ने बताया कि इस विशेष आयोजन का मुख्य उद्देश्य पुलिस बल के सजग प्रहरियों में शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन तथा सकारात्मक दृष्टिकोण को सुदृढ़ करना है। दिन-रात कानून व्यवस्था और पब्लिक डीलिंग में व्यस्त रहने वाले पुलिसकर्मियों के लिए यह सत्र बेहद ऊर्जावान साबित हुआ। समारोह के अंत में सभी उपस्थित कार्मिकों ने न केवल स्वयं नियमित योग करने का संकल्प लिया, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी इस उत्तम जीवनशैली से जोड़ने की शपथ ली। इस मौके पर डीजी श्री संजय अग्रवाल, एडीजी सर्वश्री वीके सिंह, हवासिंह घुमरिया, विशाल बंसल, एस सेंगाथिर व बीएल मीणा, आरपीए निदेशक श्री संजीब नार्जरी व अतिरिक्त निदेशक शंकरदत्त शर्मा सहित वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों ने भी 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों के साथ योगाभ्यास किया।

सुविचार

सबको मिलता है, वक्त सबका आता है, कोई चाल चल जाता है, तो कोई बर्दाश्त कर जाता है।

हमारा समाचार

सच • सरल • सटीक

@hamarasamachar
@hamarasamachar
@hamarasamachar
@hamarasamachar
9461162346

वर्ष-13 | अंक : 24 | दैनिक प्रातः कालीन | जयपुर, सोमवार, 22 जून, 2026 | मूल्य : 3.00 रुपए | पृष्ठ : 8 | hamarasamachar02@gmail.com

कार्य क्षमता बढ़ाने को पुलिस बेड़े ने सीखा योग का मंत्र

आरपीए में योगोत्सव: डीजीपी राजीव शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

हमारा समाचार @ जयपुर

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस श्री राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया।समारोह के दौरान डीजीपी शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। इस मौके पर डीजी, एडीजी सर्वश्री वीके ,हवासिंह,विशाल,एस सेंगाथिर व बीएल मीणा, आरपीए निदेशक संजीव नार्जरी व अतिरिक्त निदेशक शंकर दत्त शर्मा सहित वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों ने भी 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों के साथ योगाभ्यास किया।

अंतरराष्ट्रीय समरसता मंच के तत्वावधान में भूटान में किया योग

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में अंतर्राष्ट्रीय समरसता मंच एवं 25 देशों के राष्ट्रीय ध्वजों के सानिध्य में भूटान की राजधानी थिम्पू में भारत-भूटान शान्ति मिशन के अंतर्गत भारत से भूटान पधारे 85 सदस्यीय दल ने भूटान स्थित होटल व्हाइट तारा में आयोजित प्रातः 7:30 बजे योग कार्यक्रम में योग साधना कर भारत की वैदिक

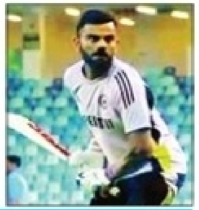
कालीन योग परम्परा का निर्वहन किया। इस योग साधना कार्यक्रम के अध्यक्ष रामदेव आश्रम खन्दरा के मठाधीश रामदेव महाराज थे तथा मुख्य अतिथी पंजाब से पधारी सतेन्दर कौर पन्नू थी। विशिष्ठ अतिथी मंच के ब्रांड एम्बेसेडर सवेन्द्रजीत सिंह, जम्बूद्वीप पद्मश्री इंजी.नरेन्द्र कुमार पाण्डेय एडवोकेट, डॉ चन्द्रशेखर शर्मा पूर्व कुलगुरू प्रवीण त्रिवेदी एवं आशा डामोर व शिक्षाविद भवानी शंकर शर्मा रहे। इस अवसर पर योग साधना कार्यक्रम किया व अत्तिथियों ने योग की वैदिक कालीन महत्व पर प्रकाश डालते हुए प्रत्येक को अपनी दैनिक दिनचर्या में योग को अंगीकार करने पर बल दिया एवं राजस्थान से आये मास्टर ईशान व निशित ने कार्यक्रम की अगुवाई की। राजुवास डीन डॉ पंकज थानवी ने सूर्य नमस्कार का प्रजेंटेशन दिया। मंच का संचालन डॉ कुलदीप शर्मा ने किया था। मंच के संयोजक कुलदीप प्रसाद शर्मा ने सभी आगन्तुकों का भूटान पधारने पर आभार व्यक्त करते हुए धन्यवाद ज्ञापित किया।

एसीबी राजस्थान मुख्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सामूहिक योगाभ्यास का आयोजन

12 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो (एसीबी), राजस्थान मुख्यालय में अधिकारियों एवं कर्मचारियों द्वारा सामूहिक योगाभ्यास किया गया। वर्ष 2026 की अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम 'स्वस्थ एवं सक्रिय वृद्धावस्था के लिए योग' रही, जो योग के माध्यम से जीवन के प्रत्येक चरण में शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने तथा स्वस्थ एवं गरिमापूर्ण जीवन को प्रोत्साहित करने का संदेश देती है। इस अवसर पर मुख्यालय पर योग प्रशिक्षकों के निर्देशन में विभिन्न योगासनों एवं प्राणायाम का अभ्यास किया गया योग भारत की प्राचीन सांस्कृतिक विरासत होने के साथ-साथ स्वस्थ, संतुलित एवं तनावमुक्त जीवन का प्रभावी माध्यम है। नियमित योगाभ्यास न केवल शारीरिक स्फूर्ति और मानसिक शांति प्रदान करता है, बल्कि कार्यक्षमता, एकाग्रता, आत्मानुशासन एवं सकारात्मक सोच को भी बढ़ावा देता है। वर्तमान समय में स्वस्थ एवं सक्रिय जीवन शैली के लिए योग की प्रासंगिकता और अधिक बढ़ गई है। कार्यक्रम के दौरान एसीबी राजस्थान के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने योग को दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने तथा समाज में इसके प्रति जन-जागरूकता बढ़ाने का संकल्प लिया। इस अवसर पर स्वस्थ एवं सक्रिय वृद्धावस्था के लिए योग की वैश्विक थीम के अनुरूप सभी आयु वर्ग के लोगों को नियमित योग अपनाने और स्वस्थ समाज के निर्माण में योगदान देने का आह्वान किया गया।

cmyk

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक
हिन्दुस्तान एक्सप्रेस
हिन्दुस्तान एक्सप्रेस समूह



मध्यप्रदेश राजस्थान हरियाणा छत्तीसगढ़ महाराष्ट्र से प्रकाशित

डाक पंजीयन क्र. डीएलपी 1144/2019-21 | 5 50 ओवर क्रिकेट में फास्टेस्ट फिफ्टी | सम्पादकीय हानिकारक दवाएं: केंद्र सरकार... | इंग्लैंड वनडे सीरीज से पहले विराट कोहली का फिटनेस टेस्ट 5

वर्ष 14 अंक 113 | E-mail: hindustanexpressrajasthan@gmail.com | जयपुर, सोमवार 22 जून 2026 | ई-पेपर के लिए लॉगऑन करें -www.hindustanexpress.online | मूल्य 2.00 रुपया, पृष्ठ 8

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आरपीए में योगोत्सव– डीजीपी राजीव कुमार शर्मा की अगुवाई में 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

तनाव को मात देने और कार्यक्षमता बढ़ाने के लिए पुलिस बेड़े ने सीखा योग का मंत्र

जयपुर 21 जून। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में प्रातः 7 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस श्री राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया।

तनावपूर्ण ड्यूटी के बीच स्वास्थ्य की ढाल है योग

समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी श्री शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है।

पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि अच्छे स्वास्थ्य के लिए फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा।

1100 से अधिक जवानों ने साधे आसन

राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने चटाई बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा। विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरुआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया। इसके उपरांत पुलिसकर्मियों को मानसिक संतुलन और एकाग्रता बढ़ाने के लिए अनुलोम-विलोम, कपालभाति व भ्रामरी जैसे प्राणायामों का सघन अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के अंतिम चरण में सभी अधिकारियों और जवानों ने कुछ समय मौन रहकर ध्यान लगा सकारात्मक ऊर्जा को महसूस किया।

जागरूक टाइम्स

epaper.jagruktimes.co.in
Jaipur - 22 Jun 2026 - Page 3

आरपीए में योगोत्सव : 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

जागरूक टाइम्स संवाददाता

जयपुर। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7.00 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया। समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है।

पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-

प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा।

राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने चटाई बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा।

विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरुआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया। इसके उपरांत पुलिसकर्मियों को मानसिक संतुलन और एकाग्रता बढ़ाने के लिए अनुलोम-विलोम, कपालभाति व भ्रामरी जैसे प्राणायामों का सघन अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के अंतिम चरण में सभी अधिकारियों और जवानों ने कुछ समय मौन रहकर ध्यान लगा सकारात्मक ऊर्जा को महसूस किया।

शारीरिक फिटनेस और सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देना मुख्य ध्येय: आरपीए निदेशक एवं अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस संजीब के. नार्जारी ने बताया कि इस विशेष आयोजन का मुख्य उद्देश्य पुलिस बल के सजग प्रहरियों में शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन तथा सकारात्मक दृष्टिकोण को सुदृढ़ करना है। दिन-रात कानून व्यवस्था और पब्लिक डीलिंग में व्यस्त रहने वाले पुलिसकर्मियों के लिए यह सत्र बेहद ऊर्जावान साबित हुआ। समारोह के अंत में सभी उपस्थित कार्मिकों ने न केवल स्वयं नियमित योग करने का संकल्प लिया, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी इस उत्तम जीवनशैली से जोड़ने की शपथ ली। इस मौके पर डीजी संजय अग्रवाल, एडीजी सर्ववीके सिंह, हवासिंह घुमरिया, विशाल बंसल, एस सेंगाथिर व बीएल मीणा, आरपीए निदेशक संजीब नार्जारी व अतिरिक्त निदेशक शंकरदत्त शर्मा सहित वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों ने भी 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों के साथ योगाभ्यास किया।

दैनिक
नवयत्न
केन्द्र व राज्य सरकार द्वारा विज्ञापनों के लिए स्वीकृत
RNI No. RAJHIN/2010/31619
Post.Reg No. sikar/041/2016-2018
खबरें सड़क से संसद तक
वर्ष: 17 | अंक 114 | सीकर, सोमवार 22 जून 2026 | Email : navyatndainik@gmail.com | मूल्य 1 रुपया | पृष्ठ 8

डीजीपी की अगुवाई में पुलिसकर्मियों ने किया सामूहिक योगाभ्यास

निसं

जयपुर (नवयत्न)। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर राजस्थान पुलिस के जवानों और अधिकारियों ने रविवार सुबह सामूहिक योग साधना कर मानसिक सुदृढ़ता और निरोगी काया का संदेश दिया। जयपुर स्थित राजस्थान पुलिस अकादमी के विशाल प्रांगण में सुबह ठीक 7 बजे विशेष योग समारोह का भव्य आयोजन किया गया। इस राज्य स्तरीय पुलिस योगोत्सव के मुख्य अतिथि राजस्थान के महानिदेशक पुलिस राजीव कुमार शर्मा रहे, जिनकी गरिमामयी उपस्थिति में पूरे पुलिस महकमे ने योग की विभिन्न विधाओं को आत्मसात किया। समारोह के दौरान पुलिसकर्मियों को संबोधित करते हुए डीजीपी शर्मा ने दैनिक जीवन में योग की महत्ता को रेखांकित किया। उन्होंने कहा कि पुलिस की नौकरी बेहद चुनौतीपूर्ण और अत्यधिक मानसिक तनाव से भरी होती है। ऐसे में सभी साथियों के लिए अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। पुलिस कर्मियों को संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि स्वास्थ्य के लिए कोई न कोई फिजिकल एक्टिविटी बहुत आवश्यक है। योग एक ऐसी अनुपम पद्धति है जिसे किसी भी समय और किसी भी स्थान पर बिना किसी महंगे उपकरण के आसानी से किया जा सकता है। यदि हमारे जवान दिन-प्रतिदिन योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाते हैं, तो इससे न केवल उनका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा, बल्कि चुनौतीपूर्ण ड्यूटियों को निभाने की उनकी कार्यक्षमता में भी जबरदस्त इजाफा होगा। राजस्थान पुलिस अकादमी द्वारा आयोजित इस विशेष शिविर में पुलिस महकमे की विभिन्न महत्वपूर्ण विंग्स का अनूठा समन्वय देखने को मिला। योग के इस महा-अनुष्ठान में पुलिस मुख्यालय, राजस्थान पुलिस अकादमी, फॉरेंसिक साइंस लेबोरेट्री तथा इंटेलिजेंस ट्रेनिंग अकादमी के अधिकारियों, सदस्यों और प्रशिक्षणार्थियों ने पूरे उत्साह के साथ भाग लिया। प्रांगण में एक साथ 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों ने चटाई बिछाकर सामूहिक योगाभ्यास किया, जिससे पूरा माहौल सकारात्मक ऊर्जा से सराबोर हो उठा। विशेषज्ञ योग गुरुओं के सानिध्य में आयोजित इस समारोह में निर्धारित प्रोटोकॉल के अनुसार विभिन्न योगासनों का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम की शुरुआत शिथिलीकरण के अभ्यासों से हुई, जिसके बाद रीढ़ की हड्डी और शरीर को लचीला बनाने वाले विभिन्न आसनों का प्रदर्शन किया गया। इसके उपरांत पुलिसकर्मियों को मानसिक संतुलन और एकाग्रता बढ़ाने के लिए नुलोम-विलोम, कपालभाति व भ्रामरी जैसे प्राणायामों का सघन अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के अंतिम चरण में सभी अधिकारियों और जवानों ने कुछ समय मौन रहकर ध्यान लगा सकारात्मक ऊर्जा को महसूस किया। आरपीए निदेशक एवं अतिरिक्त महानिदेशक पुलिस संजीव के. नार्जारी ने बताया कि इस विशेष आयोजन का मुख्य उद्देश्य पुलिस बल के सजग प्रहरियों में शारीरिक फिटनेस, मानसिक संतुलन तथा सकारात्मक दृष्टिकोण को सुदृढ़ करना है। दिन-रात कानून व्यवस्था और पब्लिक डीलिंग में व्यस्त रहने वाले पुलिसकर्मियों के लिए यह सत्र बेहद ऊर्जावान साबित हुआ। समारोह के अंत में सभी उपस्थित कार्मिकों ने न केवल स्वयं नियमित योग करने का संकल्प लिया, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी इस उत्तम जीवनशैली से जोड़ने की शपथ ली। इस मौके पर डीजी संजय अग्रवाल, एडीजी सर्वश्री वीके सिंह, हवासिंह घुमरिया, विशाल बंसल, एस सेंगाथिर व बीएल मीणा, आरपी,

निदेशक संजीव नार्जरी व अतिरिक्त निदेशक शंकरदत्त शर्मा सहित वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों ने भी 1100 से अधिक पुलिसकर्मियों के साथ योगाभ्यास किया।

एसीबी मुख्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया

12 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर भ्रष्टाचार निरोधक ब्यूरो एसीबी, राजस्थान मुख्यालय में अधिकारियों एवं कर्मचारियों द्वारा सामूहिक योगाभ्यास किया गया। वर्ष 2026 की अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम स्वस्थ एवं सक्रिय वृद्धावस्था के लिए योग रही, जो योग के माध्यम से जीवन के प्रत्येक चरण में शारीरिकए मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने तथा स्वस्थ एवं गरिमापूर्ण जीवन को प्रोत्साहित करने का संदेश देती है। इस अवसर पर मुख्यालय पर योग प्रशिक्षकों के निर्देशन में विभिन्न योगासनों एवं प्राणायाम का अभ्यास किया गया योग भारत की प्राचीन सांस्कृतिक विरासत होने के साथ-साथ स्वस्थ, संतुलित एवं तनावमुक्त जीवन का प्रभावी माध्यम है। नियमित योगाभ्यास न केवल शारीरिक स्फूर्ति और मानसिक शांति प्रदान करता है, बल्कि कार्यक्षमता, एकाग्रता, आत्मानुशासन एवं सकारात्मक सोच को भी बढ़ावा देता है। वर्तमान समय में स्वस्थ एवं सक्रिय जीवनशैली के लिए योग की प्रासंगिकता और अधिक बढ़ गई है। कार्यक्रम के दौरान एसीबी राजस्थान के अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने योग को दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बनाने तथा समाज में इसके प्रति जन-जागरूकता बढ़ाने का संकल्प लिया। इस अवसर पर स्वस्थ एवं सक्रिय वृद्धावस्था के लिए योग की वैश्विक थीम के अनुरूप सभी आयुवर्ग के लोगों को नियमित योग अपनाने और स्वस्थ समाज के निर्माण में योगदान देने का आह्वान किया गया।