सत्यमेव जयते

भारत सरकार
आयुष मंत्रालय

International Day of Yoga
21 June
Yoga for Harmony & Peace

योग

योग-प्रभाव

योग प्रभाव, अंतरराष्ट्रीय योग दिवस (आईडीवाई) 2025 के 10 प्रमुख कार्यक्रमों में से एक है। यह अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के एक दशक पूरे होने के अवसर पर एक विशेष प्रयास है, जिसमें सार्वजनिक स्वास्थ्य और संबंधित क्षेत्रों पर अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के एक दशक के परिणामों का आकलन करने के लिए प्रभाव आकलन किया जाएगा।

पिछले दशक में, आईडीवाई एक परिवर्तनकारी शक्ति के रूप में विकसित हुआ है, जो विभिन्न संस्कृतियों और समुदायों के मध्य समग्र स्वास्थ्य, माइंडफुलनेस और सद्भावना को प्रोत्साहित करता है। दशक भर की इस लंबी यात्रा के उपलक्ष्य में, आईडीवाई 2025 में योग के आख्यान को बढ़ाने वाले दस मुख्य कार्यक्रम शामिल होंगे, जिसमें प्रत्येक का लक्ष्य समाज के विशिष्ट वर्गों तक पहुंच स्थापित करना है।

उनमें से एक है योग प्रभाव, जो एक परिशुद्ध शोध अभ्यास के रूप में होगा, जो विभिन्न दृष्टिकोणों से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवलोकन के दशकीय प्रभाव का व्यवस्थित मूल्यांकन करेगा।

मूल्यांकन पद्धति

अध्ययन में तीन प्रमुख अनुसंधान पद्धतियां अपनाई जाएंगी:

- विविध जनसांख्यिकी को कवर करने वाला एक राष्ट्रव्यापी नमूना सर्वेक्षण।
- योग के प्रभाव पर पिछले अध्ययनों, रिपोर्टों और वैश्विक शोध का विश्लेषण करने के लिए द्वितीयक अनुसंधान।
- विभिन्न क्षेत्रों में योग को अपनाने में रुझान और विकास पैटर्न की पहचान करने के लिए डेटा माइनिंग और एनालिटिक्स।
- पिछले दशक में, जोकि कोविड-19 व्यवधान के समय में भी जारी रहा, सार्वजनिक स्वास्थ्य परिणाम प्राप्त करने के लिए योग को लागू करने में भारत के नेतृत्व का प्रमाण है।

योग-प्रभाव

योग प्रभाव के निष्कर्ष, स्थूल रूप में इसके परिणाम सामने लाएंगे, और एक रणनीतिक नीति मार्गदर्शन के रूप में काम करने, कल्याण पहल को आकार देने और संभवतः निवारक स्वास्थ्य सेवा प्रयासों को मजबूत करने में महत्त्वपूर्ण भूकिया निभाएंगे। इसके अतिरिक्त, यह मूल्यांकन रिपोर्ट, एक व्यापक ज्ञान संसाधन के रूप में कार्य करेगी, जिसमें प्रमुख उपलब्धियों का दस्तावेजीकरण, चुनौतियों का समाधान और अंतरराष्ट्रीय योग दिवस (आईडीवाई) के भविष्य के प्रभाव को बढ़ाने के लिए एक रोडमैप की रूपरेखा तैयार की जाएगी।

आईडीवाई की विरासत को मापने और उसका विश्लेषण करने के द्वारा, योग प्रभाव, भविष्य की वैश्विक स्वास्थ्य और कल्याण पहलों को सूचित करने और बढ़ाने के लिए मूल्यवान अंतर्दृष्टि प्रदान करेगा।

Design: Kamleshwar Singh