இந்திய உயர் ஸ்தானிகராலயம்
கொழும்பு

ஊடக அறிக்கை

உலக தியான தினம் 2024 டிசம்பர் 21 ஆம் திகதி இலங்கையில் கொண்டாடப்பட்டது

ஐக்கிய நாடுகள் சபையினால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட உலக தியான தினத்தை அனுஷ்டிக்கும் முகமாக இலங்கையில் உள்ள இந்திய உயர் ஸ்தானிகராலயம் மற்றும் சுவாமி விவேகானந்தா கலாசார நிலையம் ஆகியவற்றால் 2024 டிசம்பர் 21 ஆம் திகதி இரு நிகழ்வுகள் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டிருந்தன. கொழும்பு மற்றும் இரத்தினபுரி ஆகிய இடங்களில் நடைபெற்ற இந்நிகழ்வுகள், தியானத்தின் மூலமாக உள மற்றும் உடல் ரீதியான நலனை மேம்படுத்துவதற்கான வாய்ப்பினை வழங்கியிருந்தது.

2. முதலாவது அமர்வு கொழும்பில் உள்ள மயூராபதி தியான மண்டபத்தில் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டிருந்த அதேவேளை இரண்டாவது அமர்வு சமநேரத்தில் இரத்தினபுரி, களதுவாவ, ஜேதவனராம பௌத்த மடாலயத்தில் நடைபெற்றிருந்தது. இரு அமர்வுகளிலும் பெருமளவானோர் பங்கு கொண்டிருந்த அதேவேளை இவற்றின் மூலமான நிலைமாற்ற மற்றும் அமைதியான பெறுபேறுகளுக்காக இந்நிகழ்வானது வெகுவாகப் பாராட்டப்பட்டிருந்தது.

3. 2024 டிசம்பர் 06 ஆம் திகதியன்று, ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச் சபை ஏக மனதாக A/79/L.27 தீர்மானத்தை நிறைவேற்றியதுடன் டிசம்பர் 21ஆம் திகதியை உலக தியான தினமாக பிரகடனம் செய்தது. இந்தியா மற்றும் இலங்கை உள்ளிட்ட இரு நாடுகளையும் உள்ளடக்கிய உயர் குழுவானது, மன மற்றும் உடல் நலத்தில் தியானத்தின் நேர்மறையான தாக்கத்தை அங்கீகரிக்க ஒன்றிணைந்த முயற்சியை மேற்கொண்டது. அதன் அடிப்படையில், இந்த பிரகடனம் யோகா மற்றும் தியானத்திற்கும் இடையிலான நெருங்கிய உறவை வலியுறுத்துகிறது, அத்துடன் இது முழுமையான ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துவதில் ஒரு தனித்துவமான பங்கைக் கொண்டுள்ளது. டிசம்பர் 21 ஆம் திகதி வடக்கு அரைக்கோளத்தில் மிகக் குறுகிய பகல் மற்றும் மிக நீண்ட இரவைக் கொண்ட நாளாகும், மேலும் இந்நாளானது பிரதிபலிப்பு மற்றும் புதிய தொடக்கத்திற்கான சுப நேரமாக கருதப்படுகிறது, எனவே தியானத்தில் ஈடுபடுவதற்கும் ஒருவரின் நலனில் கவனம் செலுத்தவும் இது ஒரு நல்ல தருணமாகும்.

****

கொழும்பு
21 டிசம்பர் 2024