पंजीकरण

प्रतिनिधि पंजीकरण राशि

– 1000 रू0 प्रतिव्यक्ति (कोई छूट नहीं)

भोजन/निवास सहयोग राशि

– 2000 रू0 प्रतिव्यक्ति (सामान्य कमरा 1+1)

– 2500 रू0 प्रतिव्यक्ति (Executive कमरा 1+1)

– 5000 रू0 प्रतिव्यक्ति (VIP कमरा 1+1)

(उपरोक्त राशि में 3 दिन/2 रात हाटेल कमरा, भोजन, भ्रमण इत्यादि शामिल है। किसी भी किस्म का यात्रा व्यय, भाड़ा स्वयं वहन करें)।

सीमित पंजीकरण:पहले आओ पहले पाओ आधार पर।

फार्म हमारी वेबसाइट से डाउनलोड कर सकते हैं।

पंजीकरण अंतिम तिथि : 30 सितम्बर, 2016

15 जुलाई 2016 तक निवास व भोजन पर 20 प्रतिशत की छूट का लाभ उठाएं

15 सितम्बर 2016 तक निवास व भोजन पर 10 प्रतिशत की छूट का लाभ उठाएं

Payment : Cash / Cheque (at par) / draft in the account of **"Laughter Club Hasyayoga Kendra"**, payable at Delhi. send by post or deposit in PNB A/c No. **1470000100171518.** Send the deposit receipt along with form by Post, E-mail & SMS at the following address :

लाफ्टर क्लब हास्ययोग केन्द्र

पत्र व्यवहार: 162, रामेश्वर नगर, आजादपुर, दिल्ली-33

दूरभाष : 9999-20-4444 (सत्या) • 09829232439 (इन्दौर)

Email: hykdelhi@gmail.com

Web : www.hasyayoga.in

आयोजक

लाफ्टर क्लब हास्ययोग केन्द्र

प्रेरणा व सानिध्य

हास्ययोग गुरु जितेन कोही

मुख्य संरक्षक

सर्वश्री नीरज रायजादा, जी.डी. गोयल

उपाध्यक्ष	कोषाध्यक्ष	महासचिव
विपिन गुप्ता	सुरेश कुमार गुप्ता	सुनील गुप्ता
सचिव	**मीडिया सचिव**	**लेखन सचिव**
सुनील कुमार मंगल सिंह	अंजना गुप्ता	कृष्ण कुमार सुमन

कार्यकारिणी मंडल:- नीरज कटियाल, अजीत बंसल, रविन्द्र कुमार, शिव कुमार, धर्मपाल गोयल।

आयोजन समिति:- सर्वश्री सी.बी. चंसोरिया, एस.बी. दवे, डॉ. आर. माहेश्वरी, विट्ठल राव काटे, इन्द्र कुमार अग्रवाल, शिवाराम मिश्रा, ओ.ए. सेठ, कमांडर बी. दत्ता, किशोर कुआंवाला, अनिल मुथ्या, मूलचंद शर्मा, मुंसफ अली, अमित वर्मा, दीपक।

महिमाहास्योगस्य मोदयन्ति च मानवः

सातवां हास्ययोग साधना सम्मेलन

हास्ययोग गुरु जितेन कोही

के सान्निध्य में

13–14–15 नवम्बर 2016

चित्रकूट (मध्य प्रदेश)

-: आयोजक :-

लाफ्टर क्लब

हास्ययोग केन्द्र

प्रेरणा व इतिहास

हास्ययोग गुरु जितेन कोही के सान्निध्य में हास्ययोग की सूक्ष्मता से परिचय कराने व उसका विस्तार करने के लिए गंगा की निर्मल धारा का स्पर्श करती योग की कर्मभूमि ऋषिकेश में अक्टूबर 2008 को 'प्रथम अन्तर्राष्ट्रीय हास्ययोग साधना सम्मेलन' का आयोजन सम्पन्न हुआ। जिसमें हास्ययोग के विभिन्न आयामों, नियमों, आचार–व्यवहार, क्रियाएं, जीवन–पद्धति इत्यादि पर चर्चा कर CHYCC का गठन किया। इसी क्रम को आगे बढ़ाते हुए सातवां सम्मेलन चित्रकूट में होने जा रहा है।

हास्ययोग की आवश्यकता

भविष्य का योग - हास्ययोग

लोग प्रतिदिन योगासन, ध्यान, प्राणायाम आदि सब कुछ कर रहे हैं किन्तु तब भी वे खुश व हँसमुख नहीं हैं क्यों? तनाव, असंतोष, असुरक्षा की भावना, वर्तमान को जीने के स्थान के बजाय भविष्य के लिए और–और पैसा कमाने की होड़, यह सारा असंतोष परिवार–ऑफिस–घर–सड़क पर निकल रहा है और ऐसा इसलिए हो रहा है कि हम हँसना भूल गए हैं।

90 प्रतिशत से ज्यादा लोग शारीरिक कम मानसिक रुप से ज्यादा बीमार हैं। अधिकतर बीमारियों का प्रमुख कारण है बढ़ता मानसिक दवाब यानि तनाव। शूगर, उच्च रक्तचाप, मोटापा, डिप्रेशन, जोड़ों के दर्द, सरवाईकल, माइग्रेन, गैस, एलर्जी, अस्थमा, कैंसर आदि अनेकानेक बीमारियों की संख्या में उत्तरोत्तर बढ़ोतरी हो रही है।

विज्ञान जगत नित नई खोजों के बावजूद बीमारियों पर अंकुश लगा पाने तथा पूर्णतः समाप्त कर पाने में अक्षम साबित हो रहा है ऐसा इसलिए है क्योंकि हमारे जीवन से निश्छल–निर्मल हँसी दूर होती जा रही है।

'योग' व 'हास्य' के मंथन से उपजा 'हास्ययोग' सरल, सरस लाभकारी भी है और मंनोरजक व आनंददायक भी। सात साल के बच्चे से लेकर 70 साल के बुजुर्ग तक कोई भी इसे आसानी से अपना सकता है। इसीलिए हास्ययोग को भविष्य का योग कहा जाता है।

हास्ययोग सम्मेलन का महत्व

- कैसे भी हँसना या कुछ भी करके हँसना हास्य है, 'हास्ययोग' नहीं।
- मुस्कुराना और हँसना दो अलग–अलग क्रियाएं है। मुस्कुराना एक मानसिक क्रिया है व हँसना मानसिक व शारीरिक दोनों क्रिया है।

पार्कों में आधा–एक घण्टा हँस लेना 'हास्ययोग' नहीं। जब तक हम उस 'हास्य भाव' को आत्मसात् कर स्नेह और प्रेम का मानवीय भाव अर्जित नहीं कर पाते।

योग की भारतीय परपंरा के अनुसार हास्ययोग का संवर्धन हो। इसे लाफ्टर योग कहना गलत है। 'योग' व 'हास्य' के मंथन से उत्पन्न 'हास्ययोग' भारत की पावन धरती की देन है।

सम्मेलन स्थल

चित्रकूट का अध्यात्मिक रुप से बड़ा ही महत्व है। कहते हैं चित्रकूट में ही भगवान श्रीराम ने तुलसीदास जी को दर्शन दिए थे। और यह संभव हुआ था हनुमान जी की कृपा से। कहते हैं चित्रकूट में आज भी हनुमान जी वास करते हैं जहां भक्तों को दैहिक और भौतिक ताप से मुक्ति मिलती है।

कारण यह है कि यहीं पर भगवान राम की कृपा से हनुमान जी को उस ताप से मुक्ति मिली थी जो लंका दहन के बाद हनुमान जी को कष्ट दे रहा था। इस विषय में एक रोचक कथा है कि, हनुमान जी ने प्रभु राम से कहा, लंका जलाने के के बाद शरीर में तीव्र अग्नि बहुत कष्ट दे रही है। तब श्रीराम ने मुस्कराते हुए कहा कि–चिंता मत करो। चित्रकूट पर्वत पर जाओ। वहां अमृत तुल्य शीतल जलधारा बहती है। उसी से कष्ट दूर होगा।

मुख्य आकर्षण

13–14–15 नवम्बर 2016

- प्रातः हास्ययोग सत्र (गुरु जितेन कोही जी द्वारा)।
- हास्ययोग के छः सोपान (आचमन, आचरण, हास्यासन, संवर्धन, ध्यान, मौन)।
- 'विहंगम हास्यध्यान' व 'सत्चित्त आनंद क्रियायोग' व Life Engineering & Waves of Happiness ।
- विभिन्न स्थानों के हास्ययोग शिक्षकों/क्लबों के अनुभवों से साक्षात्कार।
- दीपोत्सव/झूलनोत्सव।
- प्राकृतिक चिकित्सा, योग, ,खान–पान, एक्युप्रेशर पर विशेषज्ञों द्वारा कार्यशालाएं।
- लघु फिल्मों द्वारा 'दृष्टि परिवर्तन' व 'उत्साहवर्धन'।
- नौका विहार, गंगा स्नान।
- हैप्पीनेस पर कार्यशाला, चित्रकूट भ्रमण।

इस सम्मेलन का उद्देश्य हास्ययोग पर कार्य कर रहे विभिन्न लोगों को एक सांझा मंच प्रदान करना व 'हास्ययोग' के परिष्कृत रूप का प्रचार-प्रसार करना है। इस सम्मेलन में 'हास्ययोग' के साथ-साथ प्राणायाम, प्राकृतिक चिकित्सा, एक्युप्रेशर, हास्यध्यान, मौन-जप पर कार्यशालाएँ होंगी।

साधकों से अनुरोध है कि शिविर के दौरान सफेद वस्त्र धारण करें।