



योजना तथा वास्तुकला विद्यालय, नई दिल्ली

संसद के अधिनियम के तहत 'राष्ट्रीय महत्व का संस्थान'
शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस | 21 जून 2023

"हर-घर आंगन योग" "One Yoga for One World"

यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार,
धारणा, ध्यान, समाधयः अष्टौ अङ्गानि।

सिद्धांत, व्यक्तिगत अनुशासन, मुद्राएं, जीवन शक्तियों पर नियंत्रण, संवेदना,
ध्यान केंद्रित एकाग्रता, ध्यान, और प्रबोधन योग के आठ अंग हैं।

Principles, Personal Disciplines, Postures, Control over life forces, Withdrawal of Senses,
Focused Concentration, Meditative Absorption, and Enlightenment are the 8 limbs of Yoga.

