



ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી

(આઈ. એસ. ઓ. ૯૦૦૧:૨૦૧૫ પ્રમાણિત સંસ્થા),

"સંહતિ", છઠ્ઠો માળ, એસ.આઈ.ઈ.સી.સી. કેમ્પસ, ખજોદ ચાર રસ્તા પાસે, અલથાણ રોડ, સરસાણા, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૭
ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧ ફેક્સ નં. ૦૨૬૧-૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : info@sgcci.in

Website : www.sgcci.in

Ref no. PN 2025-26/097

Dt. 14/08/2025

તંત્રીશ્રી, _____, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

જત નીચેની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજ.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,

(સેક્રેટરી)

આયુર્વેદિક અને યોગ થેરાપી જીવનમાં કેવી રીતે બદલાવ લાવે છે તેના સંદર્ભે ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ દ્વારા સેશન યોજાયું

સુરત: ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી દ્વારા મંગળવાર, તા. ૧૨ ઓગષ્ટ ૨૦૨૫ના રોજ સાંજે ૪:૦૦ કલાકે, સમૃદ્ધિ, નાનપુરા, સુરત ખાતે આયુર્વેદિક અને યોગ થેરાપી જીવનમાં કેવી રીતે બદલાવ લાવે છે તે સંદર્ભે સેશન યોજાયું હતું, જેમાં તાપી ફૂટ પ્રોસેસિંગ લિમિટેડના મેનેજિંગ ડિરેક્ટર શ્રી ધનશ્યામ લુખીએ પોતાના અનુભવોથી યોગ વિષે વિસ્તૃત જાણકારી આપી હતી.

ચેમ્બર ઓફ કોમર્સના ઉપ પ્રમુખ શ્રી અશોક જીરાવાલાએ જણાવ્યું હતું કે, વ્યસ્ત વ્યવસાયિક જીવનમાં ટારગેટ, મિટીંગ્સ, ડેડલાઇન્સ અને સતત સ્પર્ધાની વચ્ચે આપણે આપણા સ્વાસ્થ્ય તરફ બહુ ઓછું ધ્યાન આપીએ છીએ. વ્યવસાયમાં સફળ થવા માટે તંદુરસ્ત મન અને તંદુરસ્ત શરીર એટલા જ જરૂરી છે જેટલા બિઝનેસ માટે કેપિટલ અને સ્ટ્રેટેજી. યોગથી આરોગ્યની સ્વસ્થતા જાળવી શકાય છે.

તાપી ફૂટ પ્રોસેસિંગ લિમિટેડના મેનેજિંગ ડિરેક્ટર શ્રી ધનશ્યામ લુખીએ જણાવ્યું હતું કે આયુર્વેદિક પદ્ધતિ અને યોગ થેરાપી માત્ર શારીરિક તંદુરસ્તી માટે જ નહીં પરંતુ માનસિક શાંતિ, રોગપ્રતિકારક શક્તિમાં વધારો અને જીવનની ગુણવત્તામાં સુધારો લાવે છે. નિયમિત યોગાભ્યાસ તેમજ સંતુલિત અને સાત્વિક આહાર દ્વારા જીવનમાં લાંબાગાળાનો સકારાત્મક બદલાવ આવી શકે છે.

તેમણે જણાવ્યું હતું કે યોગથી શરીર ડિટોક્સ થયું અને એની સાથે વિચાર પણ ડિટોક્સ થઈ જાય છે. યોગની સાથે સાથે ખોરાક પણ સાત્ત્વિક હોવો જોઈએ. શરીર ત્યારે જ બેલેન્સ રહેશે જ્યારે માઈન્ડ બેલેન્સ રહેશે અને યોગથી માઈન્ડ બેલેન્સ થાય છે. વધુમાં તેમણે કહ્યું કે, પ્રાણાયમથી ઘણા લોકોને સારા થતા જોયા છે. મોટા ભાગના લોકો વધુ પડતા વિચારોને કારણે તણાવમાં હોય છે. આ કોઈ કામના વિચારો નથી, આ નોન પ્રોડક્ટીવ વિચારોને કારણે વ્યક્તિ સતત તણાવમાં રહે છે અને યોગ આ વિચારોને ધીરે ધીરે સ્થિર કરે છે.

તેમણે કહ્યું હતું કે, આયુર્વેદ અને યોગ એ બંને ભારતની પ્રાચીન સંસ્કૃતિ છે, પરંતુ કમનસીબની વાત છે કે ભારતની આ બંને પ્રાચીન સંસ્કૃતિ અમેરિકા ફરીને પાછી ભારતમાં આવે છે ત્યારે લોકો એને અપનાવે છે. યોગ જ્યારે યોગી બનીને આવે છે ત્યારે લોકો એને અપનાવે છે એ આપણી કમનસીબી છે.

ચેમ્બરની આયુષ કમિટીના ચેરપર્સન ડો. મન્શાલી તિવારીએ કાર્યક્રમની રૂપરેખા આપી હતી. આયુષ કમિટીના કો-ચેરમેન ડો. નિપેશ પટેલે વક્તાનો પરિચય આપ્યો હતો. કો-ચેરપર્સન ડો. પારૂલ પટેલે કાર્યક્રમનું સંચાલન કર્યું હતું. જ્યારે કમિટીના સભ્ય શ્રી ચિરાગ ગજજરે સેશનમાં ઉપસ્થિત સર્વેનો આભાર માન્યો હતો. સેશનમાં ઉપસ્થિત ઉદ્યોગ સાહસિકો અને સભ્યોના વક્તાને સંતોષકારક જવાબો આપ્યા હતા અને ત્યારબાદ સેશનનું સમાપન થયું હતું.