योग का मुख्य उद्देश्य

उच्चतर शारीरिक, मानसिक व आध्यात्मिक व्यक्तित्व का विकास करना है। योग एक ओर स्नायु संस्थान की कार्य प्रणाली को अति कार्यात्मक बनाता है तथा दूसरी ओर भौतिक शरीर को रोग मुक्त रखता है। योग का निम्नलिखित उद्देश्य है:–

1. मानसिक शक्ति का विकास करना।
2. रचनात्मकता का विकास करना।
3. मानसिक शक्ति का विकास करना।
4. तनावों से मुक्त करना।
5. प्रकृति विरोधी जीवन शैली में सुधार करना
6. बृहद दृष्टिकोण का विकास करना।
7. मानसिक शान्ति प्रदान करना।
8. उत्तम शारीरिक क्षमता का विकास करना।
9. शारीरिक रोगों से मुक्त करना।
10. मदिरापान तथा मादक द्रव्य व्यसन से मुक्त कराना।

योग का लक्ष्य

योग के निम्न लक्ष्य बताये गये हैं :–

1. शारीरिक शुद्धि
2. मानसिक शान्ति
3. आध्यात्मिक सुख
4. स्वयं से साक्षात्कार
5. जीवन में सफलता की प्राप्ति
6. ध्यान शक्ति की वृद्धि
7. कर्तव्यों का पालन
8. मोक्ष प्राप्ति
9. मनो–सामाजिक समन्वय

योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा के स्नातक पाठ्यक्रम (बी.एन.वाई.एस.) संचालित करने वाले विश्वविद्यालय/महाविद्यालय/संस्थानों की सूची

1. काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी, उत्तर प्रदेश
2. सुभारती विश्वविद्यालय, मेरठ, उत्तर प्रदेश
3. राजकीय प्राकृतिक चिकित्सा महाविद्यालय, हैदराबाद, आन्ध्र प्रदेश
4. नारायणा योगा एण्ड नेचुरोपैथी मेडिकल कॉलेज, आन्ध्र प्रदेश
5. देवस योगा एण्ड नेचुरोपैथी मेडिकल कॉलेज, आन्ध्र प्रदेश
6. एस.डी.एम. कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एण्ड योगिक साइंस, कर्नाटक
7. अलवास कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एण्ड योग, कर्नाटक
8. गवर्नमेन्ट नेचर क्योर एण्ड योग कॉलेज, कर्नाटक
9. कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एण्ड योगिक साइंस, स्वामी विवेकानन्द योग अनुसंधान संस्थान, कर्नाटक
10. जे.एस.एस. इन्सटीट्यूट ऑफ नेचुरोपैथी एण्ड योगिक साइंस, तमिलनाडु
11. शिवराज नेचुरोपैथी एण्ड योग मेडिकल कॉलेज, तमिलनाडु
12. गवर्नमेन्ट नेचुरोपैथी एण्ड योग मेडिकल कॉलेज, तमिलनाडु
13. एस.आर.के. मेडिकल कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एण्ड योग, तमिलनाडु
14. एस.वी.एस. मेडिकल कॉलेज ऑफ योग एण्ड नेचुरोपैथी, तमिलनाडु
15. सन्त हृदाराम मेडिकल कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एण्ड योगिक साइंस, मध्य प्रदेश
16. सांची नेचुरोपैथी कॉलेज, मध्य प्रदेश
17. उपरोक्त के अतिरिक्त योग वेलनेस सेण्टर में योग प्रशिक्षक के रूप में नियुक्ति के लिए वही अभ्यर्थी अर्ह होगें जिन्होंने विश्वविद्यालय अनुदान आयोग, नई दिल्ली द्वारा मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से एम.एस.सी. (योग), एम.ए. (योग), बी.एस.सी. (योग) तथा पी.जी. डिप्लोमा (योग / प्राकृतिक चिकित्सा) पाठ्यक्रम उत्तीर्ण किया है।