

IS 17873: 2022 ‘Cotton Yoga Mat – Specification’

The term ‘Yoga’ is derived from the word ‘Ýuj’ which in Sanskrit language means ‘to join’ or ‘to yoke’ or ‘to unite’. Yoga is an art and science for healthy living that brings harmony in all walks of life and thus, is known for disease prevention, health promotion and management of many lifestyle related disorders. The practice of Yoga leads to the union of an individual consciousness with the universal consciousness. The eightfold components of Yoga advocate certain restraints and observances which have the potential to improve physical health and induce tranquillity of mind. The benefits of this ancient practice go far beyond increased flexibility and muscle tone as the study and practice of Yoga incorporates mindfulness-based practices such as mindful breathing techniques, focused concentration, meditation and self-reflection.

Yoga works on psycho - physiological phenomenon of human beings and is thus known to provide for disease prevention, health promotion and management of many lifestyle related disorders. Yoga practices facilitate mind and body co-ordination, emotional equanimity and intellectual clarity to the practitioners.

Yoga Mats are used by the practitioners, students and enthusiasts of Yoga as an accessory for performing Yogasana, Pranayama and Dhyana. Such mats made up of different materials are available in the market in various shapes and dimensions. Cotton Yoga mats are eco-friendly and safe to use. Standardized size, packaging and overall presentation of Cotton Yoga Mat is poised to fortify the Yoga experience and augment the overall credibility of this coveted spiritual science of mind-body fitness.

Taking cognizance of the need for having a standardized Yoga mat and ecological importance of using cotton as the material, the Bureau of Indian Standards (BIS), the National Standards Body of India, has developed an Indian Standard, IS 17873 : 2022 ‘Cotton Yoga Mat - Specification’. This standard specifies the types, sizes, constructional requirements, chemical requirements, provisions related to sampling, test methods, marking, packaging and certification of Cotton Yoga Mats.

With around 192 countries joining the celebrations on the International Day of Yoga on 21 June every year, the impact of a standardized Cotton Yoga Mat is ceaseless ranging from cotton farming to handloom industry to MSME ventures. In addition to encouraging the domestic industry, minimizing the usage of Yoga Mats made up of non-biodegradable and thus non-eco-friendly materials is likely to help in boosting India’s exports.

आईएस 17873 : 2022 सूती योग चटाई – विशिष्टि

‘योग’ शब्द ‘युज’ धातु से निकला है जिसका संस्कृत में अर्थ है ‘जोड़ना’ अथवा ‘जुड़ना’ अथवा ‘एकमेव’ होना। योग स्वस्थ जीवन जीने की कला और विज्ञान है जो जीवन के सभी क्षेत्रों में सामंजस्य लाता है। इसलिए इसे रोगों की रोकथाम, स्वास्थ्य के संवर्धन और जीवन शैली से संबंधित विकारों को अनुशासित करने के लिए जाना जाता है। योग साधना वैयक्तिक चेतना को ब्रम्हांड की चेतना से जोड़ती है। योग के आठ अंग नियत संयम और साधना पर बल देते हैं जिससे हमारे शारीरिक स्वास्थ्य बेहतर और मस्तिष्क शांत होता है। इस प्राचीन पद्धति के लाभ शरीर में अधिक लचकता और मांसपेशियों को सुदृढ़ करने से कहीं अधिक हैं क्योंकि योग का अध्ययन और साधना चेतना पर आधारित है जैसे सजगतापूर्ण श्वास लेने की तकनीक, एकाग्रता, ध्यान और आत्मचिंतन।

योग मानव के मनो-शारीरिक प्रवृत्ति पर प्रभाव डालता है। इसीलिए योग को रोग की रोकथाम, स्वास्थ्य के संवर्धन और जीवन शैली से जुड़े कई विकारों के प्रबंधन के लिए जाना जाता है। योग साधना से मन और शरीर का समन्वय होता है, भावनात्मक समता आती है और साधक में बौद्धिक शुद्धता विकसित होती है।

योग चटाई का प्रयोग योग साधक, छात्र और योग के प्रति रुचि रखने वाले व्यक्ति योगासन, प्राणायाम और ध्यान के लिए एक अनुषंगी (accessory) के रूप में करते हैं। आजकल बाज़ार में भिन्न-भिन्न प्रकार की सामग्री से निर्मित विविध आकार व माप की योग चटाईयां उपलब्ध हैं। सूत से निर्मित योग चटाई पर्यावरण के अनुकूल है और उपयोग में सुरक्षित है। सूती योग चटाई के मानकीकृत परिमाण (साइज), पैकिंग और उसके संपूर्ण प्रस्तुतीकरण से योग करने का अनुभव समृद्ध होगा तथा शरीर एवं मन को स्वस्थ रखने के इस अभिलाषित आध्यात्मिक विज्ञान की विश्वसनीयता समग्र रूप से बढ़ेगी।

मानकीकृत योग चटाई की आवश्यकता और सामग्री के रूप में सूती के प्रयोग के पर्यावरणीय महत्त्व को ध्यान में रखते हुए भारत के राष्ट्रीय मानक निकाय भारतीय मानक ब्यूरो (बीआईएस) ने भारतीय मानक आईएस 17873 : 2022 ‘सूती योग चटाई – विशिष्टि’ विकसित किया है। इस मानक में सूती योग चटाई के प्रकार, परिमाण, निर्माण सामग्री, रासायनिक अपेक्षाएं और नमूने लेने, परीक्षण पद्धतियों, मुहरांकन और संवेष्टन (पैकेजिंग) तथा प्रमाणन संबंधी प्रावधान निर्दिष्ट किए गए हैं।

प्रत्येक वर्ष 21 जून को योग दिवस के आयोजन में लगभग 192 देश भागीदारी करते हैं, ऐसे में मानकीकृत योग चटाई का प्रभाव सूत की खेती से लेकर हथकरघा उद्योग और एम.एस.एम.ई उपक्रमों पर अनवरत रूप से पड़ेगा। इसके अतिरिक्त इससे घरेलू उद्योगों को बढ़ावा मिलेगा तथा गैर-जैव निम्नकरणीय (non-biodegradable) और पर्यावरण के प्रतिकूल सामग्री से निर्मित योग चटाई के प्रयोग में कमी आएगी जिससे भारत के निर्यात को बढ़ावा मिलेगा।

IS 17873: 2022 ‘Cotton Yoga Mat – Specification’

The term ‘Yoga’ is derived from the word ‘Ýuj’ which in Sanskrit language means ‘to join’ or ‘to yoke’ or ‘to unite’. Yoga is an art and science for healthy living that brings harmony in all walks of life and thus, is known for disease prevention, health promotion and management of many lifestyle related disorders. The practice of Yoga leads to the union of an individual consciousness with the universal consciousness. The eightfold components of Yoga advocate certain restraints and observances which have the potential to improve physical health and induce tranquillity of mind. The benefits of this ancient practice go far beyond increased flexibility and muscle tone as the study and practice of Yoga incorporates mindfulness-based practices such as mindful breathing techniques, focused concentration, meditation and self-reflection.

Yoga works on psycho - physiological phenomenon of human beings and is thus known to provide for disease prevention, health promotion and management of many lifestyle related disorders. Yoga practices facilitate mind and body co-ordination, emotional equanimity and intellectual clarity to the practitioners.

Yoga Mats are used by the practitioners, students and enthusiasts of Yoga as an accessory for performing Yogasana, Pranayama and Dhyana. Such mats made up of different materials are available in the market in various shapes and dimensions. Cotton Yoga mats are eco-friendly and safe to use. Standardized size, packaging and overall presentation of Cotton Yoga Mat is poised to fortify the Yoga experience and augment the overall credibility of this coveted spiritual science of mind-body fitness.

Taking cognizance of the need for having a standardized Yoga mat and ecological importance of using cotton as the material, the Bureau of Indian Standards (BIS), the National Standards Body of India, has developed an Indian Standard, IS 17873 : 2022 'Cotton Yoga Mat - Specification'. This standard specifies the types, sizes, constructional requirements, chemical requirements, provisions related to sampling, test methods, marking, packaging and certification of Cotton Yoga Mats.

With around 192 countries joining the celebrations on the International Day of Yoga on 21 June every year, the impact of a standardized Cotton Yoga Mat is ceaseless ranging from cotton farming to handloom industry to MSME ventures. In addition to encouraging the domestic industry, minimizing the usage of Yoga Mats made up of non-biodegradable and thus non-eco-friendly materials is likely to help in boosting India's exports