



**Ministry of Ayush**  
Government of India



# MDNIY

## E-NEWSLETTER

### June 2023

# प्रधान संपादक की कलम से



एक बार स्वामी विवेकानन्द ने कहा था, "अभ्यास से योग आता है, योग से ज्ञान आता है, ज्ञान से प्रेम आता है, और प्रेम से आनन्द आता है।" योग आसन हमारे शरीर और मन में शक्ति और आत्मविश्वास का निर्माण करते हैं। योग से आप स्वस्थ, तनावमुक्त, आत्म-जागरूक, अनुशासित, केंद्रित और काम में अति-उत्पादक बनेंगे। योग आपको मानसिक स्पष्टता प्रदान करता है और यह आपके समान विचारधारा वाले सहकर्मियों के साथ करीब आने का एक शानदार तरीका है, जो सफल कार्य प्रदर्शन के लिए भी महत्वपूर्ण है।

योग आदर्श जीवनशैली मॉड्यूल में से एक है और प्रकृति में समग्र भी है। जीवनशैली के यौगिक सिद्धांत तनाव को बेहतर ढंग से समझने में सक्षम बनाकर सकारात्मक स्वास्थ्य को मजबूत और विकसित करने में मदद करते हैं। विभिन्न योगाभ्यास जैसे योगासन, प्राणायाम, ध्यान और विभिन्न यौगिक विश्राम तकनीकों को तनाव के प्रति शारीरिक प्रतिक्रिया को मॉड्यूल करने के लिए जाना जाता है। खुशी जीवन का अंतिम लक्ष्य है और व्यक्ति इसे सर्वोच्च आत्मा के साथ संवाद के माध्यम से प्राप्त करने का प्रयास करता है। आज के युग में इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए योग 'जीवन मंत्र' है।



प्रधान संपादक  
श्री विक्रम सिंह  
निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं.

समाज के भविष्य के रूप में छात्रों के महत्व को पहचानते हुए, योग शिक्षा उन्हें उनके व्यक्तित्व के बारे में मौलिक ज्ञान प्रदान करती है, जिससे वे सभी जीवन स्थितियों को कुशलतापूर्वक पार करने में सक्षम होते हैं। इसलिए अपने छात्र का पोषण करना, उनकी भावनात्मक, बौद्धिक और शैक्षिक आवश्यकताओं को सुनिश्चित करना और संतुष्ट करना और उनके सर्वांगीण विकास को बढ़ावा देना हमारे समाज की प्रमुख जिम्मेदारियों में से एक है। योग छात्रों को उनकी शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक क्षमताओं के एकीकरण के लिए शारीरिक और मानसिक रूप से तैयार कर सकता है ताकि छात्र स्वस्थ, समझदार और समाज और राष्ट्र के अधिक एकीकृत सदस्य बन सकें।

जैसा कि दुनिया भारत के विकास के सबसे निर्णायक चरण में प्रवेश करने की उम्मीद कर रही है, स्वस्थ राष्ट्र के संबंध में मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान की जिम्मेदारी बहुत महत्वपूर्ण हो जाती है। उस समाज को वापस लौटाने की हमारी जिम्मेदारी जो हमें वह बनाती है जो हम हैं और जहां हम काम करते हैं वहां योगदान करने की हमारी क्षमता हमारे भविष्य को आकार देगी और हमें एक वैश्विक संगठन के रूप में एकजुट रखेगी।

मुझे लगता है कि मूल्यों, नैतिकता, आचार, ईमानदारी आदि के साथ लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए कोई शॉर्टकट नहीं हैं। जब व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन में सफलता की बात आती है तो मैं कड़ी मेहनत करने, वादा किए गए काम को पूरा करने और छात्रों की संतुष्टि को प्राथमिकता देने में दृढ़ विश्वास रखता हूँ।

हम हमेशा नए विचारों और सुझावों का स्वागत करते हैं, जो हमारे भीतर उत्तरदायित्व की भावना और नए मूल्यों में वृद्धि कर सकते हैं।

## संपादकीय टीम

- प्रधान संपादक  
श्री विक्रम सिंह  
निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं.
- संपादक  
मो. तैयब आलम  
संचार और प्रलेखन अधिकारी
- भाषा संपादक  
डॉ. वंदना सिंह, सहायक आचार्य (हिन्दी)  
डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य (अंग्रेजी)
- सहायक संपादक  
संतोष सिंह, सलाहकार (मीडिया)
- डिजाइन  
निहाल हसनैन  
कनिष्ठ सलाहकार (डिजाइनर)

ताज़ा जानकारी के लिए जुड़े:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

E-mail: mdniy@yahoo.co.in  
website: www.yogamdniy.nic.in

# From the Desk of Editor in Chief

*Swami Vivekananda once said “Through practice comes Yoga, through Yoga comes knowledge, through knowledge love, and through love bliss.” Yoga asanas build strength and confidence in our body and mind. With Yoga, one becomes healthier, relaxed, self-aware, disciplined, focused and super-productive at work. Yoga gives one mental clarity and is a great way to get closer with like-minded colleagues, which is equally important in achieving successful work performance.*

*Yoga is one of the perfect lifestyle modules and is also holistic in nature. Yogic principles of lifestyle help to strengthen & develop positive health enabling one to manage stress in a better way. Yogic practices like yogasana, pranayama, meditation, and relaxation techniques have been known to modulate physiological responses to stress. Happiness is the ultimate aim of life and one strives to achieve it through communion with the supreme soul. Yoga is the 'Life Mantra' to achieve this aim in the contemporary times.*

*Recognizing the significance that students bear as the future of society, Yoga education equips them with fundamental knowledge about their personalities, enabling them to navigate all life situations adeptly. Nurturing students' emotional, intellectual, and educational needs while promoting their all-round development remains a paramount responsibility of our society. Through Yoga, students can integrate their physical, mental, and spiritual faculties, leading to improved health, balance, and enhanced contributions as members of society and the nation.*

*As the world looks forward to India, entering its most decisive phase of growth, the responsibility of the Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) towards fostering a healthy nation assumes greater importance. Our commitment to giving back to the society that shape our identity and contribute to the communities we operate in will define our future as a global organization.*

*I think there are no shortcuts to achieving goals with values, morals, ethics, honesty, etc. I firmly believe in the value of hard work, delivering on commitments, and prioritizing student satisfaction when it comes to their personal and professional life success.*

*We are always open to novel perspectives and constructive suggestions that can augment our sense of responsibility and enhance the value we bring to our community.*

## Editorial Team

- **Editor-in-Chief**

Shri Vikram Singh  
Director, MDNIY

- **Editor**

Md. Taiyab Alam  
Communication &  
Documentation Officer

- **Language Editor**

Dr. Vandana Singh  
Assistant Professor (Hindi)  
Dr. Suman Rathore  
Assistant Professor (English)

- **Assistant Editor**

Santosh Singh, Consultant (Media)

- **Design by**

Nihal Hasnain  
Junior Consultant (Designer)



Editor-In-Chief  
**Shri Vikram Singh**  
Director, MDNIY

## Catch the latest updates:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

E-mail: [mdniy@yahoo.co.in](mailto:mdniy@yahoo.co.in)  
website: [www.yogamdniy.nic.in](http://www.yogamdniy.nic.in)



# फेस ऑफ़ द मंथ

श्री सर्बानन्द सोणोवाल जी भारत सरकार के माननीय, आयुष तथा पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय के कैबिनेट मंत्री हैं।

उनके कुशल नेतृत्व में योग को एक नई पहचान मिली है। यह दुनियां भर के लोगों की जीवनशैली का हिस्सा बनता जा रहा है। योग के प्रचार-प्रसार में माननीय आयुष मंत्री की भूमिका सराहनीय है। माननीय आयुष मंत्री ने न केवल योग को घर-घर तक पहुंचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई, बल्कि योग को अपने जीवन में शामिल कर एक मिसाल भी कायम की। आयुष मंत्री प्रतिदिन व्यक्तिगत रूप से योगाभ्यास करते हैं।

28 अप्रैल, 2023 को केंद्रीय आयुर्वेदिक विज्ञान अनुसंधान परिषद् (सीसीआरएएस) के आधिकारिक शोध प्रकाशन के विशेष संस्करण के शुभारंभ पर अपने संबोधन के दौरान माननीय आयुष मंत्री ने कहा कि माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के 'मन की बात' ने आयुष को सकारात्मक प्रोत्साहन देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है, जिससे पारंपरिक भारतीय प्रणालियों के लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ी है। माननीय मंत्रीजी ने कहा कि प्रधानमंत्री ने नागरिकों से स्वस्थ जीवन शैली अपनाने, योग का अभ्यास करने और साक्ष्य-आधारित आयुर्वेद को अपनाने और आयुर्वेदिक जीवन शैली को अपनाने का आग्रह किया था।

माननीय मंत्रीजी का मानना है कि योग समाज में शांति और सद्भाव, दोस्ती और भाईचारे को मजबूत करने में काफी मदद कर सकता है। योग अच्छे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के बीच संतुलन भी बनाए रख सकता है। इसलिए, योग ने दुनिया भर में अपार लोकप्रियता हासिल की है। उन्होंने योगाभ्यास पर कम से कम पांच मिनट व्यतीत करने की भी सलाह दी, क्योंकि इससे त्वरित और प्रभावी परिणाम मिलते हैं।

श्री सर्बानन्द सोणोवाल जी ने अपनी एक ब्रीफिंग में स्वस्थ शरीर और स्वस्थ दिमाग के निर्माण में योग के महत्व को भी रेखांकित किया, जो इस प्रक्रिया में एक स्वस्थ समाज और स्वस्थ राष्ट्र का निर्माण करेगा। एक साक्षात्कार में, केंद्रीय मंत्रीजी ने आयुष चिकित्सा सेवाओं के महत्व पर प्रकाश डाला और कहा कि नवीन और पारंपरिक प्रथाओं के हस्तक्षेप के माध्यम से अच्छा सार्वजनिक स्वास्थ्य सरकार की सर्वोच्च चिंता है।

एक महत्वपूर्ण योग कार्यक्रम के उद्घाटन में कहा कि कार्यस्थलों में योग प्रकोष्ठ स्थापित करने से न केवल कर्मचारियों को तरोताजा करने में मदद मिलेगी बल्कि दक्षता भी बढ़ेगी। अपने संबोधन में, केंद्रीय मंत्री ने कहा कि उनके कार्यालय परिसर में योग प्रकोष्ठ की स्थापना से कार्यस्थलों में दक्षता को फिर से जीवंत करने और अधिकतम करने के में मदद मिलेगी। उन्होंने आगे कहा, "अब तक योग से संबंधित 12,000 से अधिक शोध पत्र अनुक्रमित पत्रिकाओं में प्रकाशित हो चुके हैं। इसके अलावा, भारत और अन्य देशों में व्यापक वैज्ञानिक साक्ष्य-आधारित शोध किए गए हैं। मंत्रीजी ने 'योग महोत्सव को एक अभियान बनाने' का आह्वान किया क्योंकि योग सिर्फ एक शारीरिक व्यायाम नहीं है, बल्कि यह स्वास्थ्य से संबंधित लगभग सभी समस्याओं का समाधान है।

योग के लाभों के बारे में बात करते हुए, श्री सर्बानन्द सोणोवाल जी ने बताया कि, "हम जानते हैं कि कॉर्पोरेट पेशेवर अक्सर अपने व्यवसाय के कारण तनाव और शारीरिक समस्याओं का अनुभव करते हैं। बेशक, अन्य पेशे भी ऐसी समस्याओं से अछूते नहीं हैं। कामकाजी आबादी को ध्यान में रखते हुए यह वाई-ब्रेक विकसित किया गया है, जिससे कर्मचारियों को कार्यस्थल पर कुछ राहत मिलेगी। अगर ईमानदारी से इसका पालन किया जाए तो यह वाई-ब्रेक लोगों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में एक प्रमुख भूमिका निभाएगा।

निदेशक मो.दे.रा.यो.सं. और संस्थान की पूरी बिरादरी माननीय मंत्रीजी को योग और मो.दे.रा.यो.सं. की गतिविधियों के साथ-साथ संपूर्ण आयुष प्रणाली को बढ़ावा देने में उनकी गहरी रुचि के लिए तहे दिल से धन्यवाद देती है।



**श्री सर्बानन्द सोणोवाल**  
माननीय केंद्रीय मंत्री,  
आयुष तथा पत्तन, पोत परिवहन  
और जलमार्ग मंत्रालय



# Face of the Month

*Shri Sarbananda Sonowal Ji is the Hon'ble Cabinet Minister of Ayush and Ports, Shipping and Waterways, Government of India.*

*Under his dynamic leadership, Yoga has gained a new identity, becoming an integral part of people's lifestyles across the globe. The Hon'ble Ayush Minister's efforts in promoting Yoga are truly commendable. He has not only played a pivotal role in making Yoga accessible to every household but also demonstrates a personal commitment by practicing Yoga daily.*

*During his address at the launch of the special edition of the official research publication of the Central Council for Research in Ayurvedic Sciences (CCRAS) on April 28, 2023, Shri Sarbananda Sonowal Ji said that "Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi's 'Mann ki Baat' conversations have been instrumental in giving Ayush a positive thrust, leading to an increase in awareness about the benefits of traditional Indian knowledge systems. The Hon'ble Prime Minister has utilized the platform to encourage citizens to embrace a healthy lifestyle, practice yoga, and integrate the Ayurvedic way of life into their daily routines.*

*The Hon'ble Ayush Minister firmly believes that the practice of Yoga holds the potential to foster harmony, tranquility, friendship, and solidarity within society, contributing to enhanced physical and mental well-being. As a testament to its widespread acceptance, Yoga has achieved unprecedented popularity on a global scale. The Minister also advises spending at least five minutes on Yoga practices daily, as it yields quick and effective results*

*During one of his briefings, the Minister emphasized the importance of Yoga in nurturing a healthy body and mind, contributing to a healthier society and nation. In an interview, the Union Minister highlighted the significance of Ayush medicare services and the government's focus on enhancing public health by combining innovative and time tested traditional practices.*

*In the inauguration of an important Yoga event, it was stated that establishing a Yoga cell at workplaces would not only help rejuvenate employees but also maximize their efficiency. He further added, "Till date, more than 12,000 research papers related to Yoga have been published in indexed journals. Moreover, extensive scientific evidence-based research has been conducted in India and various other countries." The Minister urged to make Yoga Mahotsav a campaign, as Yoga is more than just physical exercise; its a solution to nearly all health-related issues.*

*Addressing the benefits of Yoga, he said, "We know that the corporate professionals often experience stress and physical issues due to the demands of their work. Of course, other professionals are also not exempted from such problems. Considering the working population, the Y-break module has been developed, to provide employees with some respite in the workplace. When practiced sincerely, the Y-Break can be highly beneficial."*

*Director, MDNIY and the entire fraternity of the institute whole heartedly thanks the Hon'ble Minister for his keen interest in Yoga, MDNIY initiatives, and the advancement of the entire Ayush system for the well-being of the people.*



**Shri Sarbananda Sonowal**

Hon'ble Cabinet Minister of Ayush  
and Ports, Shipping and Waterways,  
Government of India

## “योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं” - माननीय प्रधानमंत्री

माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने 18 जून, 2023 को अपने “मन की बात” कार्यक्रम की 102वीं कड़ी में 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की चर्चा करते हुए बताया कि इस बार विश्व के कोने-कोने में लोग अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का उत्सुकता से इंतजार कर रहे हैं।

इस वर्ष योग दिवस की थीम है— ‘वसुधैव कुटुम्बकम् के लिए योग’ अर्थात् ‘एक विश्व-एक परिवार’ के रूप में सबके कल्याण के लिए योग। यह योग की उस भावना को व्यक्त करता है, जो सबको जोड़ने वाली और साथ लेकर चलने वाली है। हर बार की तरह, इस बार भी देश के कोने-कोने में योग से जुड़े कार्यक्रम किए जायेंगे।

माननीय प्रधानमंत्री ने आगे बताया कि

इस बार मुझे न्यूयॉर्क के संयुक्त राष्ट्र मुख्यालय में होने वाले योग दिवस कार्यक्रम में शामिल होने का अवसर मिलेगा। आप सभी से आग्रह है कि आप, योग को अपने जीवन में जरूर अपनाएं, इसे अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं। अगर अब भी आप योग से नहीं जुड़े हैं तो आने वाली 21 जून, इस संकल्प के लिए बहुत बेहतरीन मौका है।

## “Make Yoga a part of your daily routine” – Hon'ble Prime Minister

In the 102nd episode of "Mann Ki Baat" on 18th June, Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi while discussing about the International Day of Yoga on 21st June said that, "this time people in every corner of the world are eagerly waiting for the International Day of Yoga-2023.

The theme of this year's Yoga Day is "Yoga for Vasudhaiva Kutumbakam". i.e., Yoga for the welfare of all as 'One World-One Family'. It expresses the spirit of Yoga, which unites and takes everyone together. Like every year, this time also programs related to Yoga will be organized in every nook and corner of the country."

Hon'ble Prime Minister further

stated that this year he'll get an opportunity to participate in the IDY program to be held at the United Nations Head quarters in New York. He urged everyone to adopt Yoga in one's life and make it a part of daily routine.



“

**इस वर्ष योग दिवस की theme है –  
Yoga for Vasudhaiva Kutumbakam  
यानि ‘एक विश्व-एक परिवार’ के रूप में  
सबके कल्याण के लिए योग।**

यह योग की उस भावना को व्यक्त करता है,  
जो सबको जोड़ने वाली और साथ लेकर चलने वाली है।  
हर बार की तरह, इस बार भी देश के कोने-कोने में,  
योग से जुड़े कार्यक्रम आयोजित किये जायेंगे



## अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2023 का 9वां संस्करण दुनिया भर में बड़े पैमाने पर भागीदारी के साथ मनाया गया

## 9<sup>th</sup> edition of International Day of Yoga 2023, witness the unifying force of Yoga across the globe



अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2023 का 9वां संस्करण बहुत बड़े पैमाने पर सफलतापूर्वक मनाया गया और इसमें नई पहल देखी गई जो इस वर्ष के अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के लिए विशेष थीं।

प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने एक वीडियो संदेश के माध्यम से राष्ट्र को संबोधित किया और कहा कि वह वर्तमान में योग दिवस के पिछले अवसरों के विपरीत विभिन्न प्रतिबद्धताओं के कारण संयुक्त राज्य अमेरिका के दौरे पर हैं, हालांकि वह अंतरराष्ट्रीय योग दिवस समारोह के प्रत्येक संस्करण में उपस्थित थे। इस वर्ष उन्होंने न्यूयॉर्क में संयुक्त राष्ट्र मुख्यालय से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम का नेतृत्व किया।

प्रधानमंत्री ने कहा कि योग के माध्यम से व्यक्ति स्वास्थ्य और शक्ति प्राप्त करता है। जो लोग वर्षों से नियमित रूप से इस अभ्यास में शामिल रहे हैं, उन्होंने इसकी ऊर्जा को महसूस किया है। व्यक्तिगत और पारिवारिक स्तर पर अच्छा स्वास्थ्य सर्वाधिक महत्वपूर्ण है। योग

The 9th edition of International Day of Yoga 2023 was successfully celebrated on a large scale and witnessed numerous new initiatives which were special for this year's IDY.

Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi addressed the nation through a video message as he was touring the United States of America due to his various other commitments, unlike previous International Day of Yoga celebrations when he was present at every edition of IDY. However, this year he led an IDY event at UN headquarters in New York.

Prime Minister added that "one acquires health, vigour, and strength through Yoga. Those who have been regularly involved in this practice over the years have felt its energy. The importance of good health at the individual as well as the family level is of great significance. Yoga creates a



एक स्वस्थ और शक्तिशाली समाज का निर्माण करता है, जहां सामूहिक ऊर्जा बहुत अधिक होती है। स्वच्छ भारत और स्टार्टअप इंडिया जैसे अभियान जिन्होंने एक आत्मनिर्भर राष्ट्र के निर्माण और देश की सांस्कृतिक पहचान को पुनर्स्थापित करने में मदद की है। युवाओं ने इस ऊर्जा में बहुत बड़ा योगदान दिया है। आज देश की सोच बदली है जिससे लोगों और उनके रहन-सहन में अत्यधिक बदलाव आया है। जबलपुर, मध्य प्रदेश में मुख्य राष्ट्रीय कार्यक्रम में 15,000 से अधिक लोगों की उत्साही भागीदारी देखी गई, जिन्होंने भारत के उपराष्ट्रपति श्री जगदीप धनखड़ की उपस्थिति में सामान्य योग अभ्यासक्रम प्रदर्शन में भाग लिया।

healthy and powerful society where the collective energy elevates. Campaigns like Swachh Bharat and Startup India have helped in building a self-reliant nation while restoring the cultural identity of the country and its youth who have contributed immensely to this energy. The main national event held at Jabalpur, Madhya Pradesh saw enthusiastic participation of more than 15,000 Yoga sadhak / Enthusiastic, mass people, who participated in the Common Yoga Protocol (CYP) demonstration in the presence of Hon'ble Vice President of India, Shri Jagdeep Dhankhar.

On this occasion, the Hon'ble Governor of



इस अवसर पर मध्य प्रदेश के राज्यपाल, श्री मंगूभाई पटेल; मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री, श्री शिवराज सिंह चौहान; केंद्रीय आयुष तथा पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय, श्री सर्बानंद सोणोवाल; केंद्रीय आयुष और महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री, डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई सहित अनेक कैबिनेट मंत्री, मध्य प्रदेश के सांसद, श्री राम चंद्र मिशन के अध्यक्ष, कमलेश डी. पटेल; मध्य प्रदेश सरकार के मंत्री और आयुष मंत्रालय के अधिकारी भी मौजूद थे।

Madhya Pradesh Shri Mangubhai Patel; Shri Shivraj Singh Chauhan, Chief Minister of Madhya Pradesh, Shri Sarbananda Sonowal, Union Minister of Ayush & Ministry of Ports Shipping & Waterways, Dr. Munjpara Mahendrabhai, Union Minister of State for Ayush and Women & Child Development, Cabinet Ministers, MPs of Madhya Pradesh, Shri Kamlesh D. Patel, President, Shri Ram Chandra Mission, ministers of the government of MP and senior officials of the Ministry of Ayush were present at the event.



उपराष्ट्रपति श्री जगदीप धनखड़ ने अपने संबोधन में कहा कि “यह बड़े संतोष की बात है कि हमारे प्रधानमंत्री के प्रयासों से योग अब एक वैश्विक उत्सव बन गया है। योग किसी एक व्यक्ति के लिए नहीं, बल्कि पूरी मानवता के लिए है। उन्होंने कहा कि योग ने आर्थिक रूप भी लिया है और इसका सकारात्मक प्रभाव पड़ा है। हमारे प्रशिक्षित योग शिक्षक पूरी दुनिया में काम कर रहे हैं और योग शिक्षकों की मांग निरंतर बढ़ रही है।”

Hon'ble Vice President, Shri Jagdeep Dhankhar in his address said, "it is a matter of great satisfaction that due to the efforts of our Prime Minister, Yoga has now become a global festival. Yoga is not merely for an individual, but for the entire humanity. Our trained Yoga teachers are working all over the world and the demand for Yoga teachers has continuously been increasing."

मध्य प्रदेश के राज्यपाल श्री मंगूभाई पटेल ने अपने संबोधन में बताया कि, “योग आज की युवा पीढ़ी के लिए बहुत प्रासंगिक है। योगाभ्यास के लाभों के माध्यम से वे भविष्य की चुनौतियों का अच्छी तरह से सामना करने में सक्षम होंगे।”

Hon'ble Governor of Madhya Pradesh, Shri Mangubhai Patel in his address said “Yoga is very relevant for today's young generation. Through the benefits of practicing Yoga, they will be able to face future challenges well.”



श्री सर्बानन्द सोणोवाल जी भारत सरकार के माननीय, आयुष तथा पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय के कैबिनेट मंत्री ने कहा कि “माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के दूरदर्शी और अनुकरणीय नेतृत्व में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर योग और भारतीय परंपराओं को मजबूती से स्थापित करने के लिए तैयार है। यह वैश्विक स्तर पर सार्वभौमिक कल्याण के संदेश को और आगे बढ़ाएगा।”

Sh. Sarbananda Sonowal, Union Minister of Ayush & Ministry of Ports, Shipping & Waterways said, “Under the farsighted and exemplary leadership of Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi, International Day of Yoga 2023 is poised to firmly implant the ethos of Yoga and Indian traditions upon national and international communities. It will further amplify the message of universal well-being at global level.”



इस अवसर पर मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने एक महत्वपूर्ण घोषणा की, कि उनकी सरकार योग को स्कूली पाठ्यक्रम में शामिल करेगी और इसे मध्य प्रदेश के सभी स्कूलों में लागू करेगी।

On the occasion of IDY-2023, Chief Minister of Madhya Pradesh Shri Shivraj Singh Chauhan, made an important announcement that his government will include Yoga in school curriculum and implement it in all the schools of Madhya Pradesh.







9वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का मुख्य आकर्षण ओशन रिंग ऑफ योग के निर्माण की अनूठी अवधारणा थी, जिसे एक समन्वित योग प्रदर्शन के रूप में परिकल्पित किया गया था, जिसमें भारतीय नौसेना के जहाज दुनिया भर के विभिन्न बंदरगाहों और उन देशों में तैनात थे जिनके साथ भारत का समुद्री सहयोग और व्यापारिक शिपिंग समझौता है। प्रतिभागियों ने सामान्य योग अभ्यासक्रम प्रदर्शन में भी भाग लिया।

भारतीय नौसेना के 19 जहाजों पर सवार लगभग 3500 नौसैनिकों ने राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय दोनों जल क्षेत्रों में योग के राजदूत के रूप में 35,000 किलोमीटर से अधिक की यात्रा की। इसमें विदेशी बंदरगाहों/अंतरराष्ट्रीय जल में 11 नौपोतों पर 2400 से अधिक कर्मचारी शामिल हैं। विशेष रूप से, आईडीवाई को हमारे विदेशी मिशन के साथ मिलकर कई विदेशी नौसेनाओं के जहाजों पर मनाया गया, जिसमें 1200 से अधिक विदेशी नौसेना कर्मी शामिल थे।

आर्कटिक से अंटार्कटिका तक योग, इस वर्ष के अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का एक अन्य पहलू था, जहां प्राइम मेरिडियन लाइन के आसपास और उत्तरी ध्रुव और दक्षिणी ध्रुव क्षेत्रों में पड़ने वाले देशों में योग प्रदर्शन का आयोजन किया गया। आर्कटिक और अंटार्कटिका में भारत के अनुसंधान अड्डों अर्थात् हिमाद्री और भारती के वैज्ञानिकों/अनुसंधानकर्ताओं ने भी योग प्रदर्शन में भाग लिया। भारतीय थल सेना, भारतीय नौसेना,

The highlight of the 9<sup>th</sup> International Day of Yoga was the 'Ocean Ring of Yoga', a unique concept which was envisaged as a coordinated yoga demonstration in which Indian naval ships were stationed at different ports around the world and countries with which India has maritime cooperation and merchant shipping agreements participated in the CYP demonstration.

Nearly 3,500 naval personnel embarked, on 19 Indian naval ships travelled over 35,000 Km as the ambassadors of Yoga in both national and international waters. This included over 2400 personnel on 11 IN ships at foreign ports/international water. Notably, IDY was celebrated onboard ships of several foreign navies in concert with our overseas missions, involving over 1200 foreign navy personnel.

Yoga from Arctic to Antarctica was another facet of this year's IDY where Yoga demonstration was organized in countries falling in and around the Prime Meridian line and in North Pole and South Pole regions. Scientists/Researches at India's research bases in Arctic and Antarctica namely Himadri and Bharati also participated in Yoga demonstration. Indian Army, Indian Navy, Indian Air Force along with



भारतीय वायु सेना ने आईटीबीपी, बीएसएफ और बीआरओ के साथ मिलकर योग प्रदर्शन की एक श्रृंखला बनाई, जिसका नाम "योग भारतमाला" रखा गया। इसी तरह भारतीय तट रेखा और 'योग सागरमाला' कहे जाने वाले द्वीपों के साथ योग प्रदर्शन का भी गठन किया गया।

ग्रामीण समुदायों के साथ जुड़ने के लिए आयुष मंत्रालय ने "हर आंगन योग" के संदेश को फैलाने की विस्तृत योजना बनाई थी। अमृत सरोवर पर स्थित पंचायतों,

ITBP, BSF, and BRO made a chain of Yoga demonstration in unison named Yoga Bharatmala. Similarly Yoga demonstration along Indian coast line and islands was also showcased, as termed Yoga Sagarmala".

To engage the rural communities Ministry of Ayush elaborately planned Yoga demonstrations to spread the message of "Har Aangan Yoga". Yoga demonstration was organized at Panchayats, Anganwadi, Health and Wellness



आंगनबाड़ी, स्वास्थ्य एवं आरोग्य केंद्रों, विद्यालयों, करीब 2 लाख कॉमन सर्विस सेंटरों, आयुष ग्राम इकाई पर योग प्रदर्शन का आयोजन किया गया।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस व्यापक सरकारी दृष्टिकोण, जो स्थानीय ग्राम प्रशासन से लेकर सत्ता के उच्चतम स्तर तक व्याप्त था, के साथ मनाया गया। भारत सरकार के सभी प्रमुख मंत्रालयों, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय अग्रणी योग संस्थानों और संगठनों और अन्य हितधारकों ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस में भाग लिया। इन भारतीय मिशनों और दूतावासों के साथ, संयुक्त राष्ट्र के सदस्य राज्यों और जामनगर में डब्ल्यूएचओ- जीसीटीएम के अंतरिम कार्यालय ने भी अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाने के लिए कार्यक्रम आयोजित किए।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम के दौरान मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के निदेशक, डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि, के नेतृत्व में सामान्य योग अभ्यासक्रम का संचालन किया गया।

Centres, and schools with around 2 lakhs common service centres, Ayush Gram Unit and location on Amrit Sarovar.

The International Day of Yoga was celebrated with a comprehensive governmental approach spanning from local village governance to the highest echelons of authority; All the key ministries of the Government of India, National and International leading Yoga institutes and organizations, along with other stakeholders participated in the IDY-2023 celebrations. Additionally Indian missions and embassies, UN member states and the interim office of WHO-GCTM in Jamnagar also organized various events to celebrate the International Day of Yoga.

The Common Yoga Protocol (CYP) was conducted under the leadership of Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY, during the IDY-2023 held at Parade Ground, Jabalpur, M.P.



## मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि सेवानिवृत्त हुए

## MDNIY Director Dr. Ishwar V. Basavaraddi's superannuation



मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.), आयुष मंत्रालय, भारत सरकार में विगत 18 वर्षों की शानदार सेवा के पश्चात् संस्थान के निदेशक, डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि 30 जून, 2023 को सेवानिवृत्त हो गए। इस अवसर पर मो.दे.रा.यो.सं. के प्रेक्षागृह में एक भव्य कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें विशिष्ट अतिथियों में श्री विक्रम सिंह, निदेशक, आयुष मंत्रालय, भारत सरकार; डॉ. डब्ल्यू सेल्वामूर्ति, अध्यक्ष, एमिटी साइंस, टेक्नोलॉजी व इनोवेशन, एमिटी यूनिवर्सिटी; श्री देवीदत्त, सलाहकार, आईईजी; मो. तैयब आलम, संचार और प्रलेखन अधिकारी, मो.दे.रा.यो.सं. मंचासीन थे।

कार्यक्रम के दौरान सभी विशिष्ट अतिथियों ने डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि के साथ अपने-अपने अनुभवों को साझा किया और निदेशक के रूप में डॉ. बसवरडि के कुशल नेतृत्व और उनके भागीरथी प्रयासों की भूरि-भूरि सराहना की।

डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि ने भी अपनी यात्रा को स्मरण करते हुए कहा कि कोई भी सफलता आसान नहीं होती, उसके पीछे निरंतर प्रयास और दृढ़ निश्चय का हाथ होता है। उन्होंने अपने 18 वर्षों के इस सफर को आसान और यादगार बनाने वाले सभी सहकर्मियों के प्रति धन्यवाद और आभार ज्ञापित किया।

**D**r. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY's superannuation took place on June 30, 2023, after 18 years of distinguished service in the Ministry of Ayush, Government of India.

On this occasion splendid gathering was organized in the auditorium of MDNIY, in which special guests Shri Vikram Singh Ji, Director, Ministry of Ayush, Government of India; Dr. W. Selvamurthy, President, Amity Science, Technology & Innovation, Amity University, Shri Devi Datta, Advisor, IEG, Md. Taiyab Alam, Communication and Documentation Officer, MDNIY were present along with the staff and students.

During the program all the distinguished guests shared their experiences with Dr. Ishwar V. Basavaraddi and lauded Dr. Basavaraddi's efficient leadership and selfless efforts as the Director of the Institute.

Dr. Ishwar V. Basavaraddi also recalled his journey and said that no success is easy; it demands substantial effort & determination. He extended his regards for his colleagues and all who made this journey of 18 years easy and memorable. He thanked all them from the bottom of his heart.



## आयुष मंत्रालय के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक का अतिरिक्त प्रभार संभाला

आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने 30 जून, 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के निदेशक का अतिरिक्त पदभार ग्रहण किया। इसी क्रम में उन्होंने संस्थान के सम्मेलन कक्ष में एक परिचयात्मक बैठक में शिरकत की, जहां वो संस्थान के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों से रूबरू हुए। इस दौरान निदेशक ने कर्मचारियों को संबोधित किया। संस्थान के भविष्य के प्रति दृष्टिकोण को साझा किया और कर्मचारियों से बातचीत की।



### Shri Vikram Singh, Director, Ministry of Ayush assumes additional charge as Director, MDNIY

**S**hri Vikram Singh, Director, Ministry of Ayush, assumed the additional charge as Director, MDNIY on June 30, 2023.

In this sequence, he attended an introductory meeting in the Institute's conference room, where he met all the officers and employees of the Institute.

During this gathering the Director addressed the staff, shared the vision for the institute's future, and future an interaction with the employees.

## मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक ने योग एवं ध्यान केंद्र का उद्घाटन किया

डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि, निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने 25-26 जून, 2023 को लेह के चांगस्पा में भव्य महाबोधि नव योग और ध्यान केंद्र का उद्घाटन किया; जो योग और ध्यान का अभ्यास करने के लिए एक शांतिपूर्ण वातावरण प्रदान करेगा।

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक द्वारा वाई-ब्रेक सत्र भी आयोजित किया गया।

कार्यक्रम के दौरान योग के क्षेत्र में उनके अथक प्रयासों और समर्पण के लिए उन्हें प्रतिष्ठित 'विश्व शांति के लिए हिमालय योग पुरस्कार' से सम्मानित किया गया।



### MDNIY Director inaugurated the Yoga & Meditation Center

**D**r. Ishwar Basavaraddi, Director, MDNIY, inaugurated the magnificent Mahabodhi New Yoga & Meditation Center In Changspa, Leh on June 25-26, 2023; which will provide a peaceful environment to practice yoga and meditation.

Y- break session was also conducted by the Director, MDNIY.

During the event he was felicitated with the prestigious 'Himalayan Yoga Award for World Peace' for his tireless efforts and dedication to the field of Yoga.



## धन्यवाद ज्ञापन समारोह का आयोजन

## Thanks giving ceremony at MDNIY



अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 के सफल आयोजन के परिप्रेक्ष्य में दिनांक 28 जून, 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) के सम्मेलन कक्ष में धन्यवाद ज्ञापन समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें दिल्ली- राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र के प्रतिष्ठित योग संस्थान के प्रतिनिधियों ने भाग लिया। गौरतलब है निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की।

कार्यक्रम की शुरुआत योगाचार्य शेषपाल जी के मधुर शंखनाद से हुई। अपने अध्यक्षीय सम्बोधन में निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 को सफल बनाने वाले तमाम योग संस्थानों के प्रति अपना आभार जताया और उनके सामूहिक प्रयास और सहयोग की सराहना की और कहा कि हम भविष्य में भी आपसे इसी सहयोग की अपेक्षा करते हैं।

कार्यक्रम में मो.दे.रा.यो.सं. के वरिष्ठ अधिकारियों यथा – डॉ. आई. एन आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग चिकित्सा) और मो. तैयब आलम, संचार और प्रलेखन अधिकारी ने भी अपने विचार अभिव्यक्त किए।

इस दौरान योग संस्थान के प्रतिनिधियों ने भी अपने अनुभव साझा किए और निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. के कुशल नेतृत्व और उनके भागीरथी प्रयासों की भूरि-भूरि सराहना की।

कार्यक्रम के समापन में निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने सभी प्रतिनिधियों को स्मृति चिह्न और प्रमाणपत्र देकर सम्मानित किया।

In the light of the successful organization of the International Yoga Day-2023, a thanks giving ceremony was organized on June 28, 2023 at the conference hall of MDNIY, in which representatives of prestigious Yoga institutes of Delhi-NCR participated. It is noteworthy that Director, MDNIY presided over the function.

The program started with the melodious conch shell by Yogacharya Sheshpal ji. In his presidential address, Director, MDNIY expressed his gratitude to all the Yoga Institutes who made the International Day of Yoga-2023 a grand success and appreciated their collective efforts and cooperation.

Dr. I. N. Acharya, Program Officer (Yoga Therapy) MDNIY and Md. Taiyab Alam, Communication and Documentation Officer, MDNIY also shared their views and acknowledged the team spirit.

During this program, the representatives of various Yoga Institutes also shared their experiences and appreciated the efficient leadership of Director, MDNIY.

At the end of the programme, Director, MDNIY felicitated all the delegates with mementos and certificates.



## मो.दे.रा.यो.सं. में कार्यशाला

## A Workshop at MDNIY



18 जून, 2023 को जून बैच के फाउंडेशन कोर्स इन योग साइंस फॉर वेलनेस (FCYScW) के छात्रों के ज्ञान में वृद्धि बढ़ाने के लिए एक कार्यशाला आयोजित की गई, जिसमें संस्थान के निदेशक ने छात्रों के साथ परस्पर संवाद और अभ्यास सत्र का नेतृत्व किया।

कार्यशाला में कार्यरत योग प्रशिक्षकों यथा श्री कर्मवीर आर्य, श्री साहिल खोखर, श्री शरद मुंडे, सुश्री पूजा अधिकारी, सुश्री उपमा शर्मा और सुश्री ऐश्वर्या लक्ष्मी सिंह की देखरेख में षटक्रिया, ध्यान तथा सामान्य योग अभ्यासक्रम सत्र भी शामिल था।

A Workshop was conducted on June 18, 2023 for the students of Foundation Course in Yoga Science for Wellness (FCYScW) of June batch to enhance their knowledge Director, MDNIY led a small interactive and practice session with the students.

The workshop also comprised Shatkriya (Yogic Cleansing Practices), Meditation and CYP session under the supervision of Yoga Instructors Mr. Karamvir Arya, Mr. Sahil Khokhar, Mr. Sharad Munde, Ms. Pooja Adhikari (YI), Ms. Upma Sharma and Ms. Aishwarya Laxmi Singh (YI).

## मो.दे.रा.यो.सं. के लिए गौरवपूर्ण पल

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) की बीएससी द्वितीय वर्ष की छात्रा प्रियंका शिंदे ने 15 जून, 2023 को सीआईएमआर, एम्स में आयोजित इंटर इंस्टीट्यूट योगासन प्रतियोगिता में उत्कृष्ट उपलब्धि हासिल की है। उनकी प्रतिभा और समर्पण न उनकी सफलता संस्थान की भूमिका को रेखांकित किया तथा अपने त्रुटिहीन प्रदर्शन से, उन्होंने प्रतियोगिता में द्वितीय स्थान प्राप्त किया।

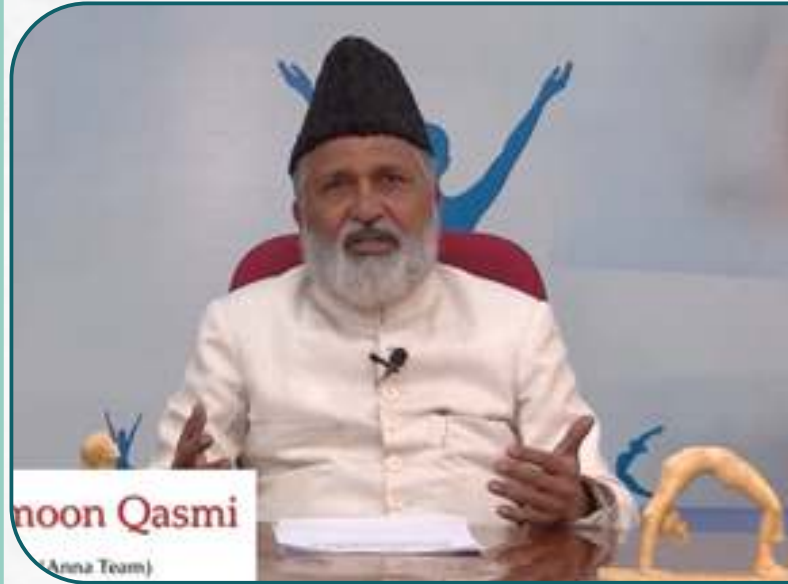


### A proud movement for MDNIY

**P**riyanka Shinde, a second year B.Sc.(Yoga) student of MDNIY secured second position in the Inter Institute Yogasana Competition held on June 15, 2023 at CIMR, AIIMS. Her impeccable performance took the audience by surprise. Her talent and dedication underscored the role of the institute in her success.

## “हम सभी भारतीयों को अपने जीवन में योग को अपनाना चाहिए” - मुफ़्ती शमून

मो.दे.रा.यो.सं. के प्रांगण में 15 जून, 2023 को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 के उपलक्ष्य में मुफ़्ती शमून, फाउंडर व मेंबर, इंडिया अगेंस्ट करप्शन (अन्ना टीम) ने अपनी तकरीर में बताया कि “समाज से नकारात्मक सोच को निकालने में योग बहुत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। योग हमें आपस में जोड़ता है। हम सभी भारतीयों को अपने जीवन में योग को अपनाना चाहिए।”



### “We all Indians should adopt Yoga in our lives” - Mufti Shamoon

**M**ufti Shamoon, Founder and Member, India against Corruption (Anna Team) in his speech on the occasion of IDY2023 on June 15, 2023 in the premises of MDNIY said, "Yoga plays a very important role in removing negative thinking from the society. Yoga connects us with each other. We all Indians should adopt Yoga in our lives."



## 22 अधिकारिक भारतीय भाषाओं में सामान्य योग अभ्यासक्रम

क्या आप अपनी मूल भाषा में क्रमबद्ध तरीके से कुशल मार्गदर्शन में योग का अभ्यास करना चाहते हैं? संभवतः पहले यह असंभव था, परंतु अब यह पूरी तरह संभव है, क्योंकि सामान्य योग अभ्यासक्रम वीडियो अब सिर्फ एक या दो नहीं, बल्कि कुल 22 अधिकारिक भारतीय भाषाओं में उपलब्ध हैं।

### Common Yoga Protocol

Now in

22

Official Indian  
Languages

अजमोझा डोगरी गुजराती हिंदी  
पंजाबी बाश्ला कन्नड़ कर्नाड  
तमिळ् मलयाळम मराठी मैथिली  
ಕರ್ನಾಟಕ ಸಂಸ್ಕृतम् اردو मैथिली  
नेपाली سندي ॐथि कोंकणी  
मलयाळम बड़ो काश्

### CYP in 22 Official Indian Languages

**D**o you wish to practice Yoga with step-by-step guidance in your native language?

It is now possible as Common Yoga Protocol (CYP) videos are available in not just one or two, but in 22 official Indian languages.

## विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में शपथ समारोह

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के प्रेक्षागृह में आज विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष्य में शपथ समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें संस्थान के संचार और प्रलेखन अधिकारी, मो. तैयब आलम, ने संस्थान के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों को शपथ दिलाई।

गौरतलब है कि शपथ समारोह में सभी ने पर्यावरण को बचाने के लिए अपने दैनिक जीवन में हर संभव बदलाव लाने और पर्यावरण के अनुकूल व्यवहार हेतु अपने परिजनों और दोस्तों को भी प्रेरित करने का संकल्प लिया।



### Pledge ceremony on the occasion of World Environment Day

**O**n the occasion of World Environment Day, oath taking ceremony was organized in the auditorium of Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) on June 5, 2023. Md. Taiyab Alam, Communication and Documentation Officer, MDNIY led the oath taken ceremony.

In the ceremony, everyone took a pledge to make every possible change in their daily lives to save the environment and to inspire their family and friends for environment-friendly behavior.



## मो.दे.रा.यो.सं. में दो दिवसीय सप्ताहांत योग कार्यशाला का आयोजन

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) के प्रेक्षागृह में वरिष्ठ अधिकारियों के लिए दो दिवसीय (02-03 जून) सप्ताहांत योग कार्यशाला का आयोजन किया गया, जिसे मुख्य अतिथि के रूप में श्री सी. राजशेखर, एम्बेसडर, आईएफएस, विदेश मंत्रालय, भारत सरकार ने अपनी गरिमामयी उपस्थिति से सुशोभित किया। विशिष्ट अतिथि के रूप में श्री चरणजीत सिंह, अतिरिक्त सचिव, ग्रामीण विकास मंत्रालय ने शिरकत की।

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डि ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की। तथा सभी अतिथियों को शॉल तथा स्मृति चिह्न भेंट करके सम्मानित किया।

## Two day weekend Yoga workshop organizes at MDNIY

A two-day (June 02 - 03) weekend Yoga workshop for senior officers was organized in the auditorium of MDNIY. Shri C. Rajasekhar Ambassador IFS, Ministry of External Affairs, Government of India graced the occasion as the Chief Guest. Mr. Charanjit Singh, Additional Secretary, Ministry of Rural Development also participated as a special guest.

Director, MDNIY presided over the function and felicitated all the guests with shawls and mementos.



गौरतलब है कार्यक्रम के अध्यक्ष के साथ विशिष्ट अतिथि ने संयुक्त रूप से दीप प्रज्वलित कर कार्यशाला का शुभारंभ किया।

अपने अध्यक्षीय संबोधन में डॉ. बसवरड्डि ने बताया कि योग आज हमारे जीवन की आवश्यकता बन चुका है। योग कोई चमत्कार नहीं है, बल्कि यह कला है, विज्ञान है, जिससे न सिर्फ हमारा जीवन व्यवस्थित होता है, बल्कि इसके माध्यम से हमारा जीवन सम्पूर्णता की ओर अग्रसर होता है। आज की व्यस्त जीवन शैली में ध्यान शरीर और मन को सुख और शांति प्रदान करता है। नियमित रूप से ध्यान काफी कारगर होता है। योग का क्षेत्र काफी व्यापक है, जहां असीम संभावनाएँ हैं।

श्री सी. राजशेखर मुख्य अतिथि थे और उन्होंने किसी के जीवन में योग की उत्पादकता और महत्व पर प्रकाश डाला।

कार्यशाला का उद्देश्य सभी प्रतिभागियों के मध्य शारीरिक और मानसिक तथा योग के प्रति कल्याण को संदेश का प्रसार जागरूक करना था।

The special guest along with the chairman of the program jointly inaugurated the workshop by lighting the lamp.

In his presidential remarks, the Director, MDNIY stated that, "Yoga has become the necessity of our life today. Yoga is not a miracle, rather it is an art, a science, which not only organizes our life, but through it our life moves towards perfection. In the contemporary fast paced way to life. Meditation provide calm, happiness and peace to mind. Regular meditation is very effective. The field of yoga has extensive possibilities.

Mr. C. Rajasekhar was the Chief Guest and shared light threw light productivity and significance of Yoga in one's life.

The aim of the workshop was to promote physical and mental well-being for all participants and raise awareness about Yoga.



## अ.यो.दि-2023 के 20 दिवस पूर्व का कार्यक्रम, हरिद्वार में आयोजित

देव संस्कृति विश्वविद्यालय, हरिद्वार ने 1 जून, 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से नमामि गंगे, चंडी घाट, हरिद्वार में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 के 20 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "आनंदमय जीवन के लिए योग" था।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में डॉ. चिन्मय पाण्ड्या, समकुलपति, देव संस्कृति विश्वविद्यालय, शांतिकुंज हरिद्वार, उत्तराखंड उपस्थित रहे। कार्यक्रम में लगभग 700 प्रतिभागियों ने भाग लिया।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता को उजागर करने के साथ-साथ सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

इस आयोजन में सौंदर्यपूर्ण दृश्यों और योग की परिवर्तनकारी शक्ति के मिश्रण ने मन और शरीर को पोषित किया तथा वहां उपस्थित लोगों को एक ज्ञानवर्धक अनुभव प्राप्त हुआ।

## 20 Days to IDY-2023, Haridwar

DevSanskritiVishwavidyalaya, Haridwar organized the 20 days countdown to IDY-2023, at Namami Gange, Chandi Ghatt, Haridwar in collaboration with MDNIY on June 1, 2023.

The theme of the event was "Yoga for Blissful Life."

Dr. Chinmay Pandya, Pro Vice Chancellor, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya Shantikunj Haridwar Uttarakhand graced the occasion as the Chief Guest of the program. About 700 participants participated in the programme.

The main objective of the program was to publicize Yoga in its many facets and utility while promoting Common Yoga Protocol (CYP).

The blend of aesthetic visuals and the transformative power of Yoga created an enlightening experience, nurturing mind and body.





## अ.यो.दि-2023 के 19 दिवस पूर्व का कार्यक्रम, उजिरे में आयोजित

## 19 Days to IDY-2023, Ujire



**S**DM College of Naturopathy and Yogic Sciences, Ujire organized 19 days countdown to IDY-2023 at Bhagavan Sri Neminath Swami Jain Matt, Varanga, Hebri Taluk, Udipi in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 2, 2023.

The theme of the event was "One Yoga One World."

Shri M.Y. Harish, Exective Officer, SDME Society (R) Ujire was present as the Chief Guest and Sri Sitaramaa Tholpadithaya, Secretary, Shanthivana Trust Dharmasthala; Dr. Prashanth Shetty, Principal, SDM College of Naturopathy & Yogic Sciences, Ujire; Dr. Shivaprasad, Dean & HOD, Chief Medical Officer, SDMYNCH, Dharmasthala; Dr. Shashikanth Jain, Director, SDM Yoga & Moral Education, Dharmasthala; Sri. Ashok, Administrative Officer, Hombuja Jain Mutt, Hombuja and Sri Yuvaraja Ariga, Manager, Hombuja Jain Mutt, Varanga were present as the guests of the program.

To make the program successful, more than one thousand Yoga enthusiasts registered their presence in the program.

The program was promoted through various social media handles of Morarji Desai National Institute of Yoga and SDM College of Naturopathy and Yogic Sciences, Ujire.



एसडीएम कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड यौगिक साइंसेज, उजिरे ने 2 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय संभवतः के सहयोग से भगवान श्री नेमिनाथ स्वामी जैन मठ, वरंगा, हेबरी तालुक, उडुपी में अ.यो.दि-2023 के 19 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "एक योग एक विश्व" था।

श्री एम.वाई हरीश, कार्यकारी अधिकारी, एसडीएम, ई सोसाइटी (आर) उजिरे मुख्य अतिथि के रूप में और श्री सीतारमा थोलपाडिथया, सचिव, शांतिवन ट्रस्ट धर्मस्थल; डॉ. प्रशांत शेटी, प्राचार्य, एसडीएम कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड यौगिक साइंसेज, उजिरे; डॉ. शिवप्रसाद, डीन एवं एचओडी, मुख्य चिकित्सा अधिकारी, एसडीएमवाईएनसीएच, धर्मस्थल; डॉ. शशिकांत जैन, निदेशक, एसडीएम योग एवं नैतिक शिक्षा, धर्मस्थल; श्री अशोक, प्रशासनिक अधिकारी, होम्बुजा जैन मठ, होम्बुजा; श्री युवराज अरिगा, प्रबंधक, होम्बुजा जैन मठ, वरंगा कार्यक्रम के अतिथि के रूप में उपस्थित थे।

कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए एक हजार से अधिक योग प्रेमियों ने कार्यक्रम में अपनी उपस्थिति दर्ज कराई।

कार्यक्रम को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान और एसडीएम कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड यौगिक साइंसेज, उजिरे के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से प्रचारित किया गया।



## अ.यो.दि-2023 के 18 दिवस पूर्व का कार्यक्रम, अमरकंटक (म.प्र.) में आयोजित

## 18 Days to IDY-2023, Amarkantak, (M.P.)



इंदिरा गांधी राष्ट्रीय जनजातीय विश्वविद्यालय, अमरकंटक, (मप्र) ने 3 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से मेकल पार्क, अमरकंटक, (म.प्र.) में अ.यो.दि.-2023 के 18 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "हर घर आंगन योग" था।

कार्यक्रम की अध्यक्षता इंदिरा गांधी राष्ट्रीय जनजातीय विश्वविद्यालय, अमरकंटक, मध्य प्रदेश के कुलपति प्रोफेसर श्री प्रकाश मणि त्रिपाठी ने की। मुख्य अतिथि के रूप में बिहार के पूर्व डीजीपी आईपीएस गुप्तेश्वर पांडे ऑनलाइन उपस्थित थे।

कार्यक्रम में प्रो. (डॉ.) बी. आर. शर्मा, श्री श्री विश्वविद्यालय, कटक के कुलपति; कर्नल मकसूद अली खान और कर्नल दिनेश चौहान भी बतौर अतिथि शामिल हुए।

कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए 500 से अधिक प्रतिभागियों ने सामान्य योग अभ्यासक्रम सत्र में शामिल हुए।

कार्यक्रम को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान और इंदिरा गांधी राष्ट्रीय जनजातीय विश्वविद्यालय, अमरकंटक, (मप्र) के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार दिया गया।

Indira Gandhi National Tribal University, Amarkantak, (M.P.) organized 18 days countdown to IDY-2023 at Mekal Park, Amarkantak, (M.P.) in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 3, 2023.

The theme of the event was "Har Ghar AanganYog."

Prof. Shri Prakash Mani Tripathi, Vice Chancellor of Indira Gandhi National Tribal University, Amarkantak, Madhya Pradesh presided over the programme. IPS Gupteshwar Pandey, Former DGP, Bihar was present as the chief guest.

Prof. (Dr.) B. R. Sharma, Vice Chancellor of Sri Sri University, Cuttack; Colonel Maqsood Ali Khan and Colonel Dinesh Chauhan also attended the event as guests.

More than 500 participants joined the Common Yoga Protocol to make the program a success.

The programme was given wider coverage through various social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush, Institute of Yoga and Indira Gandhi National Tribal University, Amarkantak, (M.P.).



## अ.यो.दि-2023 के 17 दिन पूर्व का कार्यक्रम, इंदौर में आयोजित

सुंदरबाई फूलचंदजी आदर्श शिक्षा संस्थान, इंदौर ने 4 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से फूटी कोठी, इंदौर में अ.यो.दि.-2023 के 17 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "योग और स्वस्थ जीवन शैली" पर केंद्रित था।

कार्यक्रम का शुभारंभ अतिथियों द्वारा दीप प्रज्वलन एवं कथक नृत्यांगना अंकिता अग्रवाल की शिष्या प्रचिति लाड द्वारा गणेश वंदना से किया गया।

कार्यक्रम में माननीय श्री तुलसी सिलावट, कैबिनेट मंत्री, जल संसाधन मंत्रालय, मध्य प्रदेश सरकार, श्री शंकर लालवानी, संसद सदस्य भी उपस्थित थे।

ऑनलाइन और ऑफलाइन सत्रों को मिलाकर इस आयोजन में 2000 से अधिक लोगों ने भाग लिया।

कार्यक्रम के मुख्य वक्ता विश्व प्रसिद्ध आहार विशेषज्ञ डॉ. विश्व रूप राय चौधरी ने भगवद गीता के अनुसार योग और आहार के सामंजस्य को समझाते हुए अपने व्याख्यान की शुरुआत की। अपने संबोधन में उन्होंने बताया कि महज संदेह ही किसी बीमारी को जन्म देने के लिए काफी है।

ओशो के भाई आध्यात्मिक गुरु स्वामी डॉ. शैलेन्द्र सरस्वती ने कहा कि योग के अनुसार पदार्थ और चेतना के बीच गहरा संबंध है। योग एक विज्ञान है, जिसके लिए जिज्ञासा की आवश्यकता होती है।

बरकतउल्ला विश्वविद्यालय की योग विभागाध्यक्ष डॉ. साधना दौनेरिया ने योग के अनुसार स्वास्थ्य को परिभाषित करते हुए कहा कि सकारात्मक सोच वाला व्यक्ति ही पूर्ण रूप से स्वस्थ हो सकता है। डॉ. डोनेरिया ने योग के विभिन्न सिद्धांतों का महत्व भी बताया।

## 17 Days to IDY-2023, Indore

Sunderbai Phoolchandji Adarsh Shiksha Sansthan, Indore organized 17 days countdown to IDY-2023 at Footi Kothi, Indore in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 4, 2023.

The theme of the event was "Yoga and healthy life style."

The program began with the lighting of the lamp by the guests and Ganesh Vandana by Prachiti Lad, a student of Kathak dancer Ankita Aggarwal.

Hon'ble Mr. Tulsi Silavat, Cabinet Minister, Ministry of Water Resources, Government of Madhya Pradesh, Mr. Shankar Lalwani MP were also present in the programme.

More than 2000 people participated in the event including online and offline sessions.

The main speaker of the program, Dr. Vishwa Roop Rai Chaudhary, distinguished dietician, began his lecture by explaining the balance of Yoga and diet according to the Bhagwat Gita. In his address, he stressed that a simple doubt is enough to give birth to a disease. Spiritual master Swami Dr. Shailendra Saraswati, Osho's brother, said that according to yoga, there is a deep connection between matter and consciousness.

Dr. Sadhna Doneria, Head, Department of Yoga, Barkatulla University, while defining health according to Yoga, explained that only a person with positive thinking can be completely healthy and Yoga brings that positivity to our lives. Dr. Doneria also the importance of various principles of Yoga.





## अ.यो.दि-2023 के 16 दिन पूर्व का कार्यक्रम, सागर में आयोजित

## 16 Days to IDY-2023, Sagar

योग शिक्षा विभाग, डॉ. हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर ने 5 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से गौर समाधि प्रांगण, डॉ. हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर में अ.यो.दि.-2023 के 16 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

महार रेजिमेंट सेंटर भारतीय सेना का गौरव है क्योंकि इसने देश को दो सेना प्रमुख दिए हैं – जनरल के. वी. कृष्णा राव पीवीएसएम और जनरल के. सुंदरजी पीवीएसएम। इसके अलावा देश की संप्रभुता और अखंडता को बनाए रखने के लिए भारतीय सीमाओं पर निगरानी रखने में भी इसका योगदान है।

कार्यशाला का उद्घाटन 36 रैपिड शाहबाज़ डिवीजन के डिप्टी जनरल ऑफिसर कमांडिंग ने किया। इस दौरान ब्रिगेडियर. एस.पी. सिस्टला एसएम, लेफ्टिनेंट कर्नल पी. नागराज, प्रसिद्ध आर्थोपेडिक सर्जन डॉ. जी. एस.भी मौजूद थे।

कार्यक्रम में लगभग 225 सेना के जवानों ने अपने परिवारों के साथ, 80 एनसीसी कैडेटों और लगभग 100 योग विभाग के छात्रों ने भाग लिया। इस कार्यक्रम की एक अनूठी विशेषता सेना में नए भर्ती हुए 260 अग्निवीरों की भागीदारी थी जिन्होंने योग अभ्यासक्रम का प्रदर्शन किया। उनके साथ 400 से अधिक सामान्य रैंक के जवानों और एमआरसी के लगभग 40 अधिकारियों ने गौरव और सम्मान के इस कार्यक्रम में भाग लिया।

Department of Yoga Education, Dr. Harisingh Gour Vishwavidyalaya, Sagar, organized 16 days countdown to IDY-2023, at Gour Samadhi Prangan in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 5, 2023.

The Mahar Regiment centre stands as a source of pride for the Indian Army, having produced two Army Chief for the country, namely - Gen K. V. Krishna Rao PVSM and Gen K. Sunderji PVSM, besides, in preserving the nation's its contribution in safeguarding the Indian Borders, sovereignty and integrity.

The workshop was inaugurated by the Deputy General Officer Commander of 36 RAPID Shahbaaz Div. Brig. S.P. Sistla SM, in the benign presence of Lt. Col. P. Nagraj, Dr. G.S Choubey a renowned Orthopadic Surgeon who delivered the keynote lecture and Head of Department Prof. Bhavatosh IndraGuru.

About 225 army jawans with families, 80 NCC cadets and about 100 Yoga department students participated in this event. Ghasi Ram Kirirangan MRC: The 16th countdown was simultaneously streamed live at the above venue in which MRC Commandant Brig. I.P. Bhalla VSM, Deputy Commandant MRC, Col. Umang Choudhary graced the dias as the Chief Guest & Guest of Honour respectively. A unique feature of this event was the participation of 260 agniveers, newly recruited to the army who performed the Yoga protocol. Along with them more than 400 other jawans and about 40 officers of MRC participated in this event of pride and honour.





## अ.यो.दि-2023 के 15 दिन पूर्व का कार्यक्रम, मैसूरु में आयोजित

## 15 Days to IDY-2023, Mysuru



महाजन एजुकेशन सोसाइटी और एसकेआरएसपीएम श्री वेदव्यास योग प्रतिष्ठान, मैसूरु ने 6 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम ऑडिटोरियम, एसबीआरआर महाजन फर्स्ट ग्रेड कॉलेज, मैसूरु में अ.यो.दि.-2023 के 15 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय था "वसुधैव कुटुंबकम्।" मैसूरु के मेयर श्री शिवकुमार ने उद्घाटन समारोह में कहा कि मैसूरु में योग की स्थापना का मुख्य श्रेय मैसूरु के महाराजा, कृष्ण राजा वाडियार चतुर्थ को जाता है।

श्री वेदव्यास प्रतिष्ठान के माननीय सचिव डॉ. के. राघवेंद्र पई ने कहा कि "योग एक भारतीय परंपरा है, जो दुनिया को उपहार में दी गई आंतरिक इंजीनियरिंग के लिए एक शक्तिशाली उपकरण है जिसके माध्यम से कोई आध्यात्मिकता का पता लगा सकता है और आध्यात्मिक एकता प्राप्त कर सकता है।"

महाजन एजुकेशन सोसाइटी के अध्यक्ष श्री मुरलीधर भागवत ने अपने योग संदेश में कहा कि योग की उत्पत्ति भारत में 5,000 साल पहले देखी जा सकती है। उन्होंने कहा कि योग सद्भाव और शांति के लिए है।

कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय और योग संस्थान और महाजन एजुकेशन सोसाइटी और एसकेआरएसपीएम श्री वेदव्यास योग प्रतिष्ठान, मैसूरु के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से प्रचारित किया गया।

Mahajana Education Society & SKRSPM Sri Vedavyasa Yoga Pratisthana, Mysuru organized 15 days countdown to IDY-2023 at Dr. APJ Abdul Kalam Auditorium, SBRR Mahajana First Grade College, Mysuru in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 6, 2023.

The theme of the event was, "Vasudhaiva Kutumbakam."

Shri Shivakumar, the Mayor of Mysuru spoke at the inauguration that the main credit for the establishment of Yoga in Mysuru goes to the Maharaja of Mysuru, Krishna Raja Wadiyar IV.

Dr. K. Raghwendra Pai, Hon'ble Secretary, Shri Vedavyasa Pratisthana said that "Yoga is an ancient Indian treasure gifted to the world. It is a powerful tool for inner engineering through which one can explore the metaphysical world and achieve spiritual oneness."

Mr. Murlidhar Bhagwat, President, Mahajana Education Society in his yogic message said that the origin of Yoga can be traced in India to 5,000 years ago. He opined that Yoga is implemented for harmony and peace.

The program was given wider coverage through various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, Institute of Yoga and Mahajana Education Society & SKRSPM Sri Vedavyasa Yoga Pratisthana, Mysuru.



## अ.यो.दि-2023 के 14 दिन पूर्व का कार्यक्रम, गजरौला (यूपी)

## 14 Days to IDY-2023, Gajraula (U.P.)



पराविद्या रिसर्च फाउंडेशन ने 7 जून 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से श्री वेंकटेश्वर विश्वविद्यालय गजरौला (यूपी) में अ.यो.दि-2023 के 14 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "स्वास्थ्य और सद्भाव के लिए योग" था।

पराविद्या रिसर्च फाउंडेशन के प्रमुख आचार्य डॉ. विक्रमादित्य के नेतृत्व में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 के 14 दिन पूर्व का कार्यक्रम धूमधाम से मनाया गया।

कार्यक्रम में 550 से अधिक प्रतिभागियों ने भाग लिया।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में श्री राजीव त्यागी, समकुलपति, श्री वेंकटेश्वर विश्वविद्यालय, गजरौला, उत्तर प्रदेश शामिल हुए। अपने संबोधन में उन्होंने जीवन में योग के प्रभाव एवं उपयोगिता पर प्रकाश डाला और युवाओं से योग अपनाने का आह्वान किया।

आचार्य डॉ. विक्रमादित्य ने लोगों को संबोधित करते हुए कहा कि योग भारत की ऐतिहासिक विरासत है। आज हमारे माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के प्रयासों से योग को अंतरराष्ट्रीय पहचान मिली है।

Paravidya Research Foundation organized 14 days countdown to IDY-2023 at Shri Venkateshwara University, Gajraula(U.P.) in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 7, 2023.

The theme of the event was "Yoga for Health and Harmony."

Under the leadership of Acharya Dr. Vikramaditya, the Head of Paravidya Research Foundation, the program of the 14th day arounding to IDY was celebrated with grandiosity.

More than 550 participants participated in the programme.

Mr. Rajeev Tyagi, Pro Chancellor, Sri Venkateswara Vishwavidyalaya, Gajraula, Uttar Pradesh attended the program as the Chief Guest. In his address, Pro Chancellor highlighted the effect and usefulness of Yoga in life and called upon the youth to adopt Yoga.

Acharya Dr. Vikramaditya while addressing the people said that Yoga is the historical heritage of India. Today, due to the efforts of our Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi, Yoga has international recognition.



## अ.यो.दि-2023 के 13 दिन पूर्व का कार्यक्रम, मंगलुरु

## 13 Days to IDY-2023, Mangaluru

मानव चेतना और योग विज्ञान विभाग, धर्मनिधि योगपीठ और यूनिवर्सिटी कॉलेज मंगलुरु ने 8 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से रवीन्द्र कलाभवन, यूनिवर्सिटी कॉलेज मंगलुरु, हंपानाकट्टे में अ.यो. दि.-2023 के 13 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

सेमिनार का विषय "स्वास्थ्य के लिए योग" था।

कार्यक्रम का उद्घाटन मुख्य अतिथि डॉ. हरिकृष्ण पुनूरु ने किया। अपने संबोधन में उन्होंने सभी उम्र और लिंग के लोगों के लिए योग अभ्यास के महत्त्व पर जोर दिया। उन्होंने इस बात पर प्रकाश डाला कि योग अच्छे स्वास्थ्य को बनाए रखने और दवाओं पर निर्भरता को कम करने में योगदान दे सकता है।

समारोह की अध्यक्षता मैंगलोर विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति प्रोफेसर जयरज अमीन ने की। उन्होंने योग की पहुंच और समावेशिता की सराहना व्यक्त की। प्रो. अमीन ने योग को एक अकादमिक अनुशासन में बदलने पर प्रकाश डाला, जिसने आधुनिक समाज में प्राचीन ज्ञान के प्रसार को सुविधाजनक बनाया है।

मैंगलोर विश्वविद्यालय के मानव चेतना और योग विज्ञान विभाग के अध्यक्ष डॉ. के. कृष्ण शर्मा ने प्रतिभागियों का स्वागत किया और घटनाओं का सिंहावलोकन प्रदान किया। डॉ. शर्मा ने इस बात पर जोर दिया कि सेमिनार का आयोजन अंतरराष्ट्रीय योग दिवस समारोह के हिस्से के रूप में किया गया, जिसमें 100 विभिन्न स्थानों पर योग प्रोटोकॉल अभ्यास आयोजित किए गए थे। यूनिवर्सिटी कॉलेज मैंगलोर हम्पनकट्टे की प्रिंसिपल डॉ. अनसूया राय ने इस आयोजन को अपना समर्थन दिया और उपस्थित लोगों को अवसर का अधिकतम लाभ उठाने के लिए प्रोत्साहित किया।

सेमिनार में मो.दे.रा.यो.सं., केएमसी मणिपाल, केएमसी मैंगलोर, सीआईएमआर एमएएचई मणिपाल के विशेषज्ञों द्वारा मुख्य हॉल में 8 सत्र आयोजित किए गए।

Department of Human Consciousness & Yogic Sciences, DharmanidhiYogapeetha and University College Mangaluru organized 13 days countdown to IDY-2023 at Raveendra Kalabhavana, University College Mangaluru, Hampanakatte in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 8, 2023.

The theme of the seminar was "Yoga for Health."

The inauguration was done by Chief Guest, Dr. Harikrishna Punaroor. In his address, Dr. Punaroor emphasized the importance of practicing Yoga by people of all ages and genders. He highlighted that Yoga can contribute in maintaining good health and reduce dependency on medicines.

Presiding over the function, Prof. Jayaraj Amin, the Hon'ble Vice-Chancellor of Mangalore University. Expressed his appreciation for the accessibility and inclusivity of Yoga. Prof. Amin highlighted the transformation of Yoga into an academic discipline, which has facilitated the dissemination of ancient knowledge in modern society.

Dr. K. Krishna Sharma, Chairman of the Department of Human Consciousness and Yogic Sciences, Mangalore University, welcomed the participants and provided an overview of the events. Dr. Sharma emphasized that the seminar was organized as part of the International Yoga Day celebrations, with Yoga protocol practices conducted in 100 different locations. The Principal of University College Mangalore Hampankatte, Dr. Anasooya Rai, extended her support to the event and encouraged the attendees to make the most of the opportunity.

The seminar included 8 sessions in the main hall conducted by experts from MDNIY, KMC Manipal, KMC Mangalore, CIMR MAHE Manipal.





## अ.यो.दि-2023 के 12 दिन पूर्व का कार्यक्रम, हिसार में आयोजित

## 12 Days to IDY-2023, Hisar



ओम स्टर्लिंग ग्लोबल यूनिवर्सिटी, हिसार ने 9 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से जिंदल पार्क, हिसार, हरियाणा में अ.यो.दि.-2023 के 12 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "योग के माध्यम से सर्वांगीण विकास" था। ओम स्टर्लिंग ग्लोबल यूनिवर्सिटी के कुलपति डॉ. एन.पी.कौशिक इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि थे, जिसमें उन्होंने इस बात पर प्रकाश डाला कि योग सभी के लिए फायदेमंद है।

अतिथि के रूप में समकुलपति, कुलसचिव, उपकुलसचिव, संकाय अध्यक्ष, और नगर प्रशासन के अन्य अधिकारी उपस्थित थे। योग कार्यक्रम में लगभग 50 विशिष्ट अतिथियों ने भाग लिया और इस अवसर की शोभा बढ़ाई।

700 से अधिक योग प्रतिभागियों ने योग अभ्यासक्रम का अभ्यास किया।

कार्यक्रम का विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।

Om Sterling Global University, Hisar, organized 12 days countdown to IDY-2023 at Jindal Park, Hisar, Haryana in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 9, 2023.

The theme of the event was, "All Round Development through Yoga."

Dr. N.P. Kaushik, Vice Chancellor Om Sterling Global University, was the Chief Guest of the event. He highlighted that Yoga is beneficial for everyone.

Pro Vice Chancellor, Registrar, Deputy Registrar, Deans and other officers of the city administration were present as guest. About 50 VIPS's attended the Yoga program and graced the occasion. More than 700 Yoga participants practiced the Yoga protocol.

The Programme was given wider coverage on various social media platforms.





## अ.यो.दि-2023 के 11 दिन दिन का कार्यक्रम, सिक्किम में आयोजित

## 11 Days to IDY-2023, Sikkim



Yogesvara Sansthan organized 11 days countdown to IDY-2023 at Palzor Stadium, Sikkim in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 10, 2023.

Dignitaries, including Mrs. Chime D. Denjongpa and Shri Ajay Agarwal, graced the inauguration. With 400+ participants, including students from eight schools, the program's aim was to promote unity through Yoga.

The programme was given wider coverage through various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, and Yogesvara Sansthan.

योगेश्वर संस्थान ने 10 जून, 2023 को मो.दे. रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से पालज़ोर स्टेडियम, सिक्किम में अ.यो.दि.-2023 के 11 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम के दौरान श्रीमती चाइम डी. डेन्जोंगपा, श्री अजय अग्रवाल, एवं योगाचार्य सुभाशीष कर उपस्थित थे। आठ स्कूलों के छात्रों सहित 400 से अधिक प्रतिभागियों ने योग की भावना को अंगीकार किया।

कार्यक्रम को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान और योगेश्वर संस्थान के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के रूप से प्रचारित किया गया।





## अ.यो.दि-2023 के 10 दिन पूर्व का कार्यक्रम, दमन और दीव में आयोजित

## 10 Days to IDY-2023, Daman & Diu



भारतीय तटरक्षक वायु स्टेशन दमन ने 11 जून, 2023 को एकता और स्वास्थ्य से समन्वित एक जीवंत "योगोत्सव" कार्यक्रम आयोजित किया। सूर्य की प्रथम किरण के उदय और आकाश के रंगों से भर जाने के साथ, 167 सेलर्स और 25 अधिकारियों सहित 200 प्रतिभागी प्रातः 7:00 बजे एक सामान्य योग अभ्यासक्रम सत्र के लिए एकत्र हुए और योग के सर्वव्यापी लाभों की महत्ता को प्रदर्शित किया।

मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से, भारतीय तटरक्षक वायु स्टेशन दमन ने "योगोत्सव के लिए अ.यो.दि.-2023 के 10 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।" जो पूर्ण स्वास्थ्य के प्रति उनकी प्रतिबद्धता की प्रतिष्ठान है। यह कार्यक्रम शारीरिक आसनों और श्वास अभ्यासों से आगे बढ़ा, यह सामूहिक यात्रा के रूप में उन्नत मानसिक स्पष्टता, तनाव की राहत और एकता की ओर एक संकल्पित यात्रा का एक पड़ाव था।

In a celebration that resonated with unity and wellness, the Indian Coast Guard Air Station, Daman hosted a vibrant 10 days countdown to IDY-2023. As the sun painted the sky with dawn's colors, 200 participants, including 167 sailors and 25 officers, gathered at 0700 hrs for a Common Yoga Protocol session that underscored the essence of yoga's all-encompassing benefits.

Collaborating with the Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), the Indian Coast Guard Air Station, Daman orchestrated the "10 Days to Yogotsav" program, a testament to their commitment to holistic well-being. This event went beyond physical postures and breathing exercises; it marked a collective journey towards enhanced mental clarity, stress relief, and unity.

This programme served as a gateway in experiencing the essence of IDY.



## अ.यो.दि-2023 के 9 दिन पूर्व का कार्यक्रम, भागलपुर में आयोजित

मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय और सत्यभामा योग नेचुरल एक्यूप्रेसर सेंटर ट्रस्ट के संयुक्त तत्वावधान में अ.यो.दि.-2023 के 09 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया। 12 जून, 2023 को हजारों लोगों की भागीदारी के साथ भागलपुर जिले के भ्रमरपुर गांव में संपन्न हुआ।

कार्यक्रम का विषय "स्वास्थ्य और खुशी के लिए योग" था।

इस कार्यक्रम की शुरुआत सेवानिवृत्त प्रोफेसर अरविंद कुमार झा, ब्रिजेश मिश्रा, प्रोफेसर अजीत कुमार ने संयुक्त रूप से दीप प्रज्वलन के साथ किया। स्वागत व्याख्यान ट्रस्ट के सचिव डॉ. सुबोध कुमार मिश्र ने किया, जबकि विषय प्रवेश बिहार प्राकृतिक चिकित्सा योग सेवा संघ के संस्थापक सदस्य डॉ. उमेश कुमार उषाकर ने की।

बिहार के विभिन्न जिलों से आए 10 योग प्रशिक्षकों द्वारा मंच पर विभिन्न शैक्षणिक संस्थानों के 3000 से अधिक छात्र-छात्राओं एवं स्थानीय नागरिकों ने सामान्य योग अभ्यासक्रम का अभ्यास किया।

कार्यक्रम में सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र से जुड़ी सैकड़ों आशा कार्यकर्ताओं, सीएचओ और योग प्रशिक्षकों के समूह ने भी भाग लिया और योग किया।

कार्यक्रम के समापन से पूर्व सभी योग विशेषज्ञों, योग प्रशिक्षकों एवं योग के क्षेत्र में विशेष योगदान देने वाले विशिष्ट व्यक्तियों को ट्रस्ट के सचिव एवं अन्य गणमान्य व्यक्तियों द्वारा सम्मान पत्र, स्मृति चिह्न एवं पुष्पमालाएं आदि भेंट किए गए।

## 9 Days to IDY-2023, Bhagalpur

Under the joint aegis of MDNIY, the Ministry of Ayush, and Satyabhama Yoga Natural Acupressure Center Trust, 09 days to Yogotsav countdown program concluded on June 12, 2023, in Bhramarpur village of Bhagalpur district, with the participation of thousands of Yoga enthusiasts.

The event's theme was "Yoga for Health and Happiness." Retired Professor Arvind Kumar Jha, Brijesh Mishra, and Professor Ajit Kumar jointly inaugurated the program by lighting the lamp. Welcome address was delivered by Dr. Subodh Kumar Mishra, Secretary of the Trust, while Dr. Umesh Kumar Ushakar, a founder member of Bihar Naturopathy Yoga Service Association, introduced the subject to the audience.

More than 3000 students from various educational institutions and local citizens practiced the Common Yoga Protocol. A group of hundreds of ASHA workers, CHOs, and Yoga instructors attached to the Community Health Center also participated in the program and performed Yoga.

The program concluded by felicitating all the Yoga experts, Yoga trainers, and distinguished individuals who made special contributions in the field of Yoga. They were presented with letters of respect and honor along with Mementoes, and wreaths, by the Secretary of the trust and other dignitaries.





## अ.यो.दि-2023 के 8 दिन पूर्व का कार्यक्रम, चंडीगढ़ में आयोजित

## 8 Days to IDY-2023, Chandigarh

गवर्नमेंट कॉलेज ऑफ योग एजुकेशन एंड हेल्थ चंडीगढ़ ने 13 जून 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से गार्डन ऑफ साइलेंस सुखना लेक चंडीगढ़ (यूटी) में अ.यो.दि.-2023 के 08 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "योगधारा" था।

यह कार्यक्रम सामान्य योग अभ्यासक्रम के अभ्यास के साथ शुरू हुआ, जिसे सिटी ब्यूटीफुल के प्रतिष्ठित स्थान यानी गार्डन ऑफ साइलेंस, सुखना लेक, चंडीगढ़ में सुबह 6:00 बजे से मनाया गया और इस विलक्षण कार्यक्रम का उद्घाटन श्री अखिल कुमार, दानिक्स, निदेशक, आयुष, यू.टी. प्रशासन, चंडीगढ़ द्वारा किया गया।

सामान्य योग अभ्यासक्रम का अभ्यास 250 से अधिक व्यक्तियों द्वारा किया गया, जिसमें विभिन्न कॉलेजों के छात्र-छात्राओं, आयुष विभाग के योग प्रशिक्षक, सामान्य योग चिकित्सकों ने योग के प्रति अपने प्रेम का प्रदर्शन करते हुए बड़े उत्साह के साथ कार्यक्रम में शिरकत की।

इसके बाद बाल भवन, सेक्टर 23, चंडीगढ़ में "आधुनिक जीवन में योग और आयुर्वेद की प्रासंगिकता" विषय पर हाइब्रिड मोड में एक अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन हुआ।

योगधारा-2023 का पूरा कार्यक्रम कॉलेज यूट्यूब चैनल यानी जीसीवाईईएच पर लाइव स्ट्रीम किया गया। प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया के साथ-साथ सोशल मीडिया द्वारा भी कवर किया गया, जिसकी चंडीगढ़ प्रशासन के अधिकारियों ने काफी सराहना की।

Government College of Yoga Education & Health, Chandigarh organized 08 days countdown to IDY-2023 at Garden of Silence, Sukhna Lake, Chandigarh (U.T) in collaboration with MDNIY on June 13, 2023.

The theme of the event was "Yogdhara"

The event commenced with the practice of Common Yoga Protocol which was celebrated at the iconic place of the city's beautiful Garden of Silence, Sukhna Lake, Chandigarh from 6:00 a.m. onwards and the prodigious event was inaugurated by Sh. Akhil Kumar, DANICS, Director Ayush, U.T. Administration, Chandigarh.

Common Yoga Protocol was practiced by more than 250 persons which comprised students of various colleges, Yoga Instructors of Ayush department, general Yoga practitioners etc. Everyone participated in the event with great zeal and enthusiasm exhibiting their love for Yoga.

It was followed by an International Conference in Hybrid Mode on the theme "Relevance of Yoga and Ayurveda in Modern Life" at Bal Bhawan, Sector 23, Chandigarh.

The whole event of Yogdhara 2023 was live streamed on the college's YouTube Channel i.e. GCYEH and was covered by print, electronic as well as social media. It was appreciated by the officials of Chandigarh Administration.





## अ.यो.दि-2023 के 7 दिन पूर्व का कार्यक्रम, चित्रदुर्ग किले, कर्नाटक में आयोजित

## 07 Days to IDY-2023, Chitradurga Fort, Karnataka

आयुष टीवी, कर्नाटक ने 14 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से चित्रदुर्ग किले, चित्रदुर्ग, कर्नाटक में अ.यो.दि.-2023 के 07 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "मानवता के लिए योग" था। कार्यक्रम का उद्घाटन योगगुरु श्री तिप्पेस्वामी ने किया और कार्यक्रम के दौरान डॉ. प्रशांत, डॉ. शिवकुमार और कई अन्य लोग उपस्थित थे। कार्यक्रम की प्रासंगिकता में वृद्धि हुई।

योग के प्रति लोगों का उत्साह दर्शनीय था, क्योंकि 500 से अधिक योग प्रेमियों ने योग के महत्त्व को बढ़ावा देने और प्रसारित करने के उद्देश्य से कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लिया।

कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय और आयुष टीवी, कर्नाटक के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक रूप से प्रचारित किया।

**A**yushTV Karnataka, in collaboration with MDNIY organized a captivating 07 days countdown to IDY-2023 at the historic Chitradurga Fort in Karnataka on June 14, 2023.

The event centered around the theme "Yoga for Humanity" and commenced with the gracious presence of Yogaguru Shri Tippeswami, who inaugurated the programme. Dr. Prashant, Dr. Shivkumar, and other esteemed personalities were also in attendance, adding to the significance of the occasion.

The enthusiasm for Yoga was evident as more than 500 Yoga enthusiasts actively participated in the programme, aiming to promote and propagate the essence of Yoga.

The programme was given a wider coverage through various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush and Ayush Tv, Karnataka.





## अ.यो.दि-2023 के 6 दिन पूर्व का कार्यक्रम, का.हि.वि.वि. में आयोजित

## 06 Days to IDY-2023, BHU



काशी हिंदू विश्वविद्यालय, वाराणसी ने 15 जून 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से भारत अध्ययन केंद्र काशी हिंदू विश्वविद्यालय, वाराणसी में अ.यो.दि.-2023 के 06 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "योग विद्या से स्वास्थ्य संवर्धन" था।

प्रोफेसर सदाशिव कुमार द्विवेदी, समन्वयक, भारत अध्ययन केंद्र, काशी हिंदू विश्वविद्यालय, कार्यक्रम के मुख्य अतिथि थे।

डॉ. चन्द्र शेखर पांडे, विभागाध्यक्ष, सिद्धांत दर्शन, का.हि.वि.वि.; डॉ. योगेश कुमार भट्ट, योग प्रशिक्षक, योग साधना केंद्र, मालवीय भवन, का.हि.वि.वि.; डॉ. गीता योगेश भट्ट, सेंटेनरी विजिटिंग फेलो, भारत अध्ययन केंद्र, का.हि.वि.वि.; डॉ. जया पांडे, सेंटेनरी विजिटिंग फेलो, भारत अध्ययन केंद्र, का.हि.वि.वि. विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित थे।

कार्यक्रम में 150 से अधिक योग आकांक्षियों ने भाग लिया।

**B**anaras Hindu University, Varanasi organized 06 days countdown to IDY-2023 at Bharat Adhyayan Kendra, BHU, Varanasi, in collaboration with MDNIY on June 15, 2023.

The theme of the event was, "Yog Vidhya se Swasthya Samvardhan."

Prof. Sadhashiv Kumar Dwivedi, coordinator of Bharat Adhyayan Kendra, BHU, was the Chief Guest of the program.

Dr. Chandra Sekhar Pandey, HOD of Sidhant Darshan, along with Dr. Yogesh Kumar Bhatt, Yoga Instructor at Yoga Sadhna Kendra, Malviya Bhawan, and Dr. Geeta Yogesh Bhatt and Dr. Jaya Pandey, Centenary Visiting Fellows at Bharat Adhyayan Kendra, were also present.

More than 150 Yoga enthusiasts participated in the programme.



## अ.यो.दि-2023 के 5 दिन पूर्व का कार्यक्रम, पांडिचेरी में आयोजित

श्री बालाजी विद्यापीठ, पांडिचेरी ने मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से 16 और 17 जून 2023 को 9वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस (आईडीवाई) 2023 के समारोह के हिस्से के रूप में अ.यो.दि.-2023 के 05 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

उत्सव 16 जून को पांडिचेरी रॉक बीच पर सामूहिक योग अभ्यासक्रम के एक मोहक प्रदर्शन से शुरू हुआ। श्री बालाजी विद्यापीठ के उपाध्यक्ष प्रो. डॉ. एन.आर. बिस्वास ने आयोजन का उद्घाटन किया, प्रतिभागियों के बीच एकता तथा योग की महत्ता को बढ़ावा देने का संदेश दिया।

इसके पश्चात्, "योग चिकित्सा के माध्यम से समग्र स्वास्थ्य और उपचार" नामक एक राष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन किया गया। इस सम्मेलन में योग के विभिन्न पहलुओं पर चर्चाएँ की गईं। सरकारी योग और प्राकृतिक चिकित्सा मेडिकल कॉलेज, चेन्नई, के सहायक चिकित्सा अधिकारी, डॉ. वेनुगोपाल वी., ने मधुमेह प्रबंधन में योग की भूमिका पर चर्चा की। श्री रामचंद्र मेडिकल कॉलेज और रिसर्च इंस्टीट्यूट, चेन्नई के प्रोफेसर और प्रमुख डॉ. डीसी मठांगी, ने समग्र स्वास्थ्य पर योग के प्रभावों पर विचार किए।

दूसरे दिन, 17 जून, 2023, डॉ. हेमंत भार्गव, निम्हांस, बेंगलोर, ने मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित हाल के योग अनुसंधान की प्रगतियों पर चर्चा की। इसके अलावा, सरकारी योग और प्राकृतिक चिकित्सा मेडिकल कॉलेज और अस्पताल, चेन्नई, के योग और समुदाय चिकित्सा विभाग के प्रमुख प्रो. डॉ. एस. टी. वेङ्कटेश्वरन, ने उपशोषणीय विकारों के लिए योग की पूर्वनिर्धारित संरचना में किए जाने वाले योग के प्रमुख योगदानों पर अपने विचार साझा किए।

इस आयोजन ने 500 से अधिक प्रतिभागियों को आकर्षित किया और इसका प्रसारण यूट्यूब पर भी हुआ।

## 05 Days to IDY-2023, Pondicherry

In collaboration with MDNIY, Sri Balaji Vidyapeeth, Pondicherry, celebrated 05 days countdown to IDY-2023 with great enthusiasm and fervor. June 16th and 17th, the university hosted a series of activities focused on promoting holistic health through Yoga therapy.

The event began with a captivating mass Yoga demonstration of the Common Yoga Protocol on June 16th at Pondicherry Rock Beach. Prof. Dr. NR Biswas, Vice Chancellor of Sri Balaji Vidyapeeth, inaugurated the event, fostering unity and the spirit of Yoga among participants.

A National Conference on "Holistic Health and Healing through Yoga Therapy," held in collaboration with MDNIY, followed. Dr. Meena Ramanathan, Vice Principal of the School of Yoga Therapy, ISCM, started the conference with a prayer. Dr. Venugopal V., Assistant Medical Officer from Government Yoga & Naturopathy Medical College, Chennai, discussed Yoga's role in diabetes management. Dr. DC Mathangi, Professor & Head at Sri Ramachandra Medical College & Research Institute, Chennai, explored Yoga's impacts on holistic well-being.

The second day, June 17, 2023, featured Dr. Hemant Bhargav from NIMHANS, Bangalore, discussing recent Yoga research advancements in mental health. Prof. Dr. S T Venkateswaran, Head of the Department of Yoga & Community Medicine at Government Yoga & Naturopathy Medical College & Hospital, Chennai, shared his insights on Yoga's preventive potential for metabolic disorders.

The event attracted over 500 participants and was live-streamed on YouTube.





## अ.यो.दि-2023 के 4 दिन पूर्व कार्यक्रम, बीदर, कर्नाटक में आयोजित

## 04 Days to IDY-2023, Bidar, Karnataka

अंतरराष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा संगठन एन.के. जबशेटी आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज बीदर कर्नाटक ने 17 जून 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से एन.के. जबशेटी आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज गुंपा, बीदर कर्नाटक में अ.यो.दि.-2023 के 04 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "वसुधैव कुटुंबकम के लिए योग" था।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

कार्यक्रम को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान और अंतरराष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा संगठन एन.के. जबशेटी आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज, बीदर, कर्नाटक के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से प्रचार दिया गया।

International Naturopathy Organisation N.K. Jabshetty Ayurvedic Medical College, Bidar, Karnataka organized 04 days countdown to IDY-2023 at Gumpa, Bidar, Karnataka. The event, held on June 17, 2023, centered around the theme "Yoga for Vasudhaiva Kutumbakam."

Hundreds of enthusiastic participants from various walks of life gathered at college campus to embrace the essence of Yoga and its myriad benefits.

The programme aimed to publicize the numerous facets and utility of Yoga, emphasizing its potential to foster harmony and well-being. The event also sought to advocate the adoption of the Common Yoga Protocol (CYP) for holistic health.



## अ.यो.दि-2023 के 3 दिन पूर्व का कार्यक्रम, हैदराबाद में आयोजित

## 03 Days to IDY-2023, Hyderabad



भारत स्वाभिमान ट्रस्ट ने 18 जून 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. आयुष मंत्रालय के सहयोग से विशाल संजीवनी रंगा रेड्डी, हैदराबाद तेलंगाना में अ.यो.दि.-2023 के 03 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "स्वस्थ समाज के लिए योग" पर केंद्रित था।

कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए 500 से अधिक प्रतिभागियों ने अपनी उपस्थिति दर्ज करायी।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में श्री वेंकट रेड्डी नगरपालिका उपाध्यक्ष और अतिथि के रूप में श्री वीरेंद्र गौड़, भाजपा राज्य प्रवक्ता, सुश्री तेजस्वनी श्रीकांत, परामर्शदाता और सुश्री कोप्पला पदमा शिवैया गौड़, मंत्री तथा पतंजलि के प्रदेश अध्यक्ष श्री शिवुडु उपस्थित थे।

कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय और भारत स्वाभिमान ट्रस्ट के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से प्रचार-प्रसार मिला, जो व्यापक दर्शकों तक पहुंचा और अधिक लोगों को अपने दैनिक जीवन में योग अपनाने के लिए प्रेरित किया।

**B**harat Swabhimani Trust organized 03 days countdown to IDY-2023 at Vishal Sanjeevani, Ranga Reddy, Hyderabad, Telangana in collaboration with MDNIY on June 18, 2023, aimed to promote the theme of "Yoga for Healthy Society."

The event received an overwhelming response, with more than 500 participants registering their presence.

Shri Venkat Reddy, Municipal Vice Chairman, graced the event as the chief guest. Accompanying him were notable dignitaries, including Shri Verender Goud, BJP State Spokesperson, Ms. Tejaswani Shrikanta and Ms. Koppla Pdama Shivaiah Goud, Counsellors, along with Sh. Shivudu, Patanjali State President, who attended the programme as guests.

The programme garnered extensive coverage through various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, and Bharat Swabhimani Trust, reaching a broader audience and inspiring more individuals to adopt Yoga in their daily lives.



## अ.यो.दि-2023 के 2 दिन पूर्व का कार्यक्रम, प्रयागराज उत्तर प्रदेश में आयोजित

रेलवे यात्री सुरक्षा और सुविधाएं एसोसिएशन, प्रयागराज ने 19 जून, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से प्रयागराज में अ.यो.दि.-2023 के 02 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "सभी के लिए योग" था।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में श्री जयन्त श्रीवास्तव, जिला संयोजक-शैक्षणिक संस्थान प्रकोष्ठ (भारतीय जनता पार्टी) उपस्थित थे।

अतिथि के रूप में भारतीय श्रम कल्याण परिषद् की संगठन मंत्री सुश्री किरण बाला एवं भारतीय स्टेट बैंक के राजीव पांडे उपस्थित थे।

इस कार्यक्रम में 200 से अधिक व्यक्तियों की उत्साहपूर्वक भागीदारी हुई, जिसमें विभिन्न योग परम्पराओं और गतिविधियों को अपनाया गया।

कार्यक्रम का प्राथमिक उद्देश्य समग्र कल्याण के लिए सामान्य योग अभ्यासक्रम को अपनाने की वकालत करते हुए योग के कई पहलुओं और लाभों के बारे में जागरूकता बढ़ाना था।

## 02 Days to IDY-2023, Prayagraj (U.P.)

Railway Passenger Safety and Amenities Association, Prayagraj organized 02 days countdown to IDY-2023 at Prayagraj in collaboration with MDNIY on June 19, 2023.

The theme of the event was on "Yoga for All"

Shri Jayant Srivastava, District Coordinator - Educational Institution Cell (Bharatiya Janata Party) was present as chief guest of the programme.

Ms. Kiran Bala, Organization Minister, Indian Labor Welfare Council and Rajeev Pandey, State Bank of India were present as guest.

The event garnered enthusiastic participation, with more than 200 individuals joining in to embrace various Yoga practices and activities.

The programme's primary objectives were to raise awareness about the numerous facets and benefits of Yoga while advocating the adoption of the Common Yoga Protocol for holistic well-being.





## अ.यो.दि-2023 के 1 दिन पूर्व का कार्यक्रम, कोल्हापुर, महाराष्ट्र में आयोजित

## 01 Days to IDY-2023, Kolhapur, Maharashtra



Trishul Patil  
Photography

सिद्धगिरि मठ कोल्हापुर महाराष्ट्र ने 20 जून 2023 को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय के सहयोग से कनेरी मठ कोल्हापुर महाराष्ट्र में अ.यो.दि.-2023 के 01 दिन पूर्व के कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "योग ग्राम प्रारंभोत्सव" था।

कार्यक्रम के दौरान परम पूज्य श्री अदृश्य काडसिद्धेश्वर स्वामीजी, वर्तमान 49वें प्रमुख, सिद्धगिरि मठ, महाराष्ट्र; श्री राहुल रेखावार, जिला कलेक्टर, कोल्हापुर और श्री कृष्णात जोशी, योग प्रचारक उपस्थित थे।

कार्यक्रम में हजारों लोगों ने भाग लेकर इसे सफल बनाने का सार्थक प्रयास किया।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय और सिद्धगिरि मठ, कोल्हापुर, महाराष्ट्र के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार दिया गया।

Siddhagiri Math, Kolhapur, Maharashtra organized 01 days countdown to IDY-2023 at Kaneri Math, Kolhapur, Maharashtra in collaboration with MDNIY, Ministry of Ayush on June 20, 2023.

The theme of the event was, "Yoga Grama Parambotsava."

During the program, his holiness Shri Adrishya Kadsiddheshwar Swamiji, the present 49th Head, Siddhagiri Math, Maharashtra; Shri Rahul Rekhawar, District Collector, Kolhapur and Shri Krishnat Joshi, Yoga Pracharak were present.

Thousands of people participated in the program and made a efforts to make the program a successful.

The main objectives of the program were to publicize Yoga in it's many facets and utility as well as promote Common Yoga Protocol.

The Programme was given wider coverage through various social media handles of MDNIY, Ministry of Ayush and Siddhagiri Math, Kolhapur, Maharashtra.







## योग के लिए PM Modi ने टीम बनाई-मेहनत की, आज मिली अंतरराष्ट्रीय पहचान

**Yoga Day:** मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के निदेशक डॉ. ईश्वर बसवा देही ने कहा, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी भारतीय परंपरा और संस्कृति को विश्व के कोने-कोने तक पहुंचाना चाहते हैं। वह हर पल सिर्फ हमारे राष्ट्र के लिए ही सोचते हैं।

**Authored by:** प्रेरित कुमार | Updated Jun 21, 2023 | 08:19 PM IST



**Yoga Day:** देश और दुनिया में आज योग दिवस की धूम है। इस मौके पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी आज संयुक्त राष्ट्र के मुख्यालय में योग कार्यक्रम का हिस्सा बनें। इतना ही नहीं केंद्र सरकार के कई मंत्रियों ने भी योग दिवस पर अलग-अलग जगह जाकर योग से जुड़े कार्यक्रमों में हिस्सा लिया है। इसके अलावा राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने भी राष्ट्रपति भवन में योग कार्यक्रम में हिस्सा लिया।

### International Yoga Day: Uniting world through wellness

by Satyanarshi Kundu  
New Delhi | Mon, Jun 19 | 8:09 p.m.

Share story | f t in



**New Delhi, Jun 19:** In the bustling world we inhabit, where stress and chaos seem to rule our lives, there exists a sanctuary -- an ancient practice called Yoga that allows us to reconnect with our inner selves and find solace amidst the clamour.

Originating in ancient India, Yoga has transcended time and space to become a global phenomenon, attracting millions of seekers seeking balance and harmony. Beyond a mere exercise routine, Yoga encompasses a holistic approach to well-being, combining physical postures, breath control, meditation, and ethical principles to create a profound transformation within oneself.

From beginners taking their first steps on the mat to the experienced practitioners seeking further enlightenment, there is something profound for everyone to discover within the embrace of Yoga.

Practicing Yoga extends beyond the mat, permeating every facet of our lives, fostering mindfulness, and nurturing a sense of interconnectedness with the world around us.

As we approach the International Day of Yoga, the government has already rolled out multiple programmes as a run-up to the main day.

### International Yoga Day: Uniting World Through Wellness

In the bustling world we inhabit, where stress and chaos seem to rule our lives, there exists a sanctuary -- an ancient practice called Yoga

By Sree Mishra | On Jun 19, 2023



Share | f t

**New Delhi:** In the bustling world we inhabit, where stress and chaos seem to rule our lives, there exists a sanctuary -- an ancient practice called Yoga that allows us to reconnect with our inner selves and find solace amidst the clamour.

Originating in ancient India, Yoga has transcended time and space to become a global phenomenon, attracting millions of seekers seeking balance and harmony. Beyond a mere exercise routine, Yoga encompasses a holistic approach to well-being, combining physical postures, breath control, meditation, and ethical principles to create a profound transformation within oneself.

From beginners taking their first steps on the mat to the experienced practitioners seeking further enlightenment, there is something profound for everyone to discover within the embrace of Yoga.

Practicing Yoga extends beyond the mat, permeating every facet of our lives, fostering mindfulness, and nurturing a sense of interconnectedness with the world around us.

As we approach the International Day of Yoga, the government has already rolled out multiple programmes as a run-up to the main day.



# शुक्रवार वेबिनार

## योग का वैज्ञानिक महत्त्व

2 जून 2023 को एक उत्कृष्ट विषय "योग का वैज्ञानिक महत्त्व" पर शुक्रवार वेबिनार का आयोजन किया गया, जिसमें प्रोफेसर (डॉ.) आर. एलंगोवन, (सेवानिवृत्त), सचिव, भारतीय योग एसोसिएशन-तमिलनाडु राज्य चैप्टर ने एक विस्तृत और जानकारीपूर्ण व्याख्यान दिया।

प्रो. (डॉ.) आर. एलंगोवन ने बताया कि 89% भारतीय तनावग्रस्त हैं। भारत में 3 में से 2 मौतें गैर-संचारी रोग के कारण होती हैं। 2023 में वैश्विक स्तर पर 50% लोग मोटापे की समस्या से ग्रस्त हैं। 17 करोड़ भारतीय डायबिटिक रेटिनोपैथी से पीड़ित हैं। 1.5 करोड़ बच्चे नशे के आदि हैं। गौरतलब है कि केवल 9 करोड़ भारतीय ही स्वास्थ्य के प्रति जागरूक हैं।

उन्होंने यह भी बताया कि योगाभ्यास न्यूरोजेनेसिस को बढ़ावा देता है और ज्यादा शराब का सेवन न्यूरोजेनेसिस को प्रभावित करता है। योगाभ्यास बेहतर गतिविधियों, मनोदशाओं, भावनाओं और व्यवहार के लिए बेसल गैंग्लिया के माध्यम से सेरिबेलम की गतिविधियों को भी बढ़ावा देता है।

मो. तैयब आलम, संचार और प्रलेखन अधिकारी ने अतिथि की परिचयात्मक टिप्पणी प्रस्तुत की और डॉ. सुमन राठौर, सहायक आचार्य (अंग्रेजी) ने कार्यक्रम का संचालन किया।

## Scientific Importance of Yoga

A Friday webinar was held on the topic, "Scientific Importance of Yoga" on 2nd June, 2023 wherein Prof. (Dr.) R. Elangovan, Professor (Retd), Secretary, Indian Yoga Association-Tamil Nadu State Chapter, delivered an enlightening.

Prof. (Dr.) R. Elangovan pointed out that 89% of Indians are stressed and two out of three deaths in India are due to non-communicable diseases. Globally in 2023, 50% of population is suffering from obesity. 17 crore million Indians suffer from diabetic retinopathy and 1.5 crore children are addicted to drugs. Significantly, only 9 crore Indians are health conscious.

He also explained that Yoga practice promotes neurogenesis and excessive alcohol consumption affects neurogenesis. Yoga practice also promotes the activity of the cerebellum through the basal ganglia for better movements, mood, emotions and behavior.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer presented the introductory remarks in the session and Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English) moderated the webinar.



Introductory Remarks By:  
**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY



**Prof. (Dr.) R. Elangovan**  
Professor (Retd),  
Secretary, Indian Yoga Association  
Tamil Nadu State Chapter

Join Our

**140** FRIDAY  
WEBINAR

**02** June | **05:00 PM**  
2023 | onwards

**Theme : Scientific Importance of Yoga**

## योग के साथ आंतरिक सौंदर्य और आनंद की खोज

“योग के साथ आंतरिक सुंदरता और आनंद की खोज” पर 9 जून, 2023 को एक वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. उल्का नातु गदम, एक प्रसिद्ध स्त्री रोग विशेषज्ञ, नेस्ट हॉस्पिटल, ठाणे तथा निदेशक, प्रजनन योग अनुसंधान केंद्र, सत्र के वक्ता के रूप में आमंत्रित थी।

आज के व्याख्यान में, वक्ता ने आंतरिक सुंदरता और आनंद को उजागर करने और अनुभव करने में योग की परिवर्तनकारी शक्ति पर प्रकाश डाला। उन्होंने आत्म-अन्वेषण की यात्रा पर ध्यान केंद्रित किया और इस बात पर प्रकाश डाला कि कैसे योग किसी के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक कल्याण पर गहरा प्रभाव डाल सकता है। आज के व्याख्यान में योग के समग्र दृष्टिकोण पर जोर दिया गया जो मन, शरीर और आत्मा को एकीकृत करता है।

मो. तैयब आलम, संचार एवं प्रलेखन अधिकारी ने अतिथि की परिचयात्मक टिप्पणी प्रस्तुत की और डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य (अंग्रेजी) ने कार्यक्रम का संचालन किया।

## Exploring the inner beauty and bliss with Yoga

A Webinar was held on “Exploring the inner beauty and bliss with Yoga” on 9th June, 2023. Dr. Ulka Natu Gadam, a renowned Gynecologist, Nest Hospital, Thane and Director, Prajnana Yoga Anushandhan Kendra was invited as the resource person for the seminar.

In today's lecture, the speaker delves into the transformative power of yoga in uncovering and experiencing inner beauty and bliss. She focused on the journey of self-exploration, highlighting how yoga can profoundly impact one's physical, mental, and spiritual well-being. Today's lecture emphasized on the holistic approach of yoga that unifies the mind, body, and spirit.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer presented the introductory remarks and Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English) moderated the webinar.



Join Our

141 | FRIDAY  
WEBINAR

Theme : Exploring the inner beauty  
and bliss with Yoga



**Dr. Ulka Natu Gadam**

Gynecologist, Nest Hospital, Naupada, Thane  
Director, Prajnana Yoga Anusandhana Kendra,  
Vice President, Ghantali Mitra Mandal,  
Thane Mumbai, Maharashtra



Introductory Remarks By:

**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

**09 June 2023** | **05:00 PM onwards**



## योग एवं स्वास्थ्य

16 जून, 2023 को एक उत्कृष्ट विषय "योग और स्वास्थ्य" पर शुक्रवार वेबिनार आयोजित किया गया, जहां डॉ. मनोज नाइक, सलाहकार चिकित्सक, कृष्णा अस्पताल और डेक्कन सह्यद्राद्री सुपर स्पेशलिटी अस्पताल के योग शिक्षक, अयंगर संस्थान, पुणे ने एक जानकारीपूर्ण व्याख्यान दिया।

आज के सत्र में वक्ता ने स्वास्थ्य और कल्याण के प्रति योग के समग्र दृष्टिकोण पर चर्चा की। योग के बहुमुखी लाभों को उजागर किया गया, जो शारीरिक व्यायाम से परे हैं। सत्र का उद्देश्य व्यक्तियों को योग अपनाने, इसके लाभों का उपयोग करने और समग्र स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ाने के लिए इसे दैनिक दिनचर्या में शामिल करने के लिए प्रेरित करना था।



डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य, (अंग्रेजी) ने अतिथि की परिचयात्मक टिप्पणी प्रस्तुत की और कार्यक्रम का संचालन भी किया।


## Yoga and Health

A Friday webinar was held on the topic "Yoga and Health" on 16th June, 2023. The invited speaker Dr. Manoj Naik, Consultant Physician, Krishna Hospital and Deccan Sahydradi Super Speciality Hospital. Yoga teacher, Iyengar institute, Pune delivered an informative lecture.



In today's session, the speaker discussed the holistic approach of Yoga towards health and well-being. The varied benefits of Yoga were highlighted, which go beyond physical exercise. The session aimed to inspire individuals to embrace Yoga, harness its benefits, and incorporate it into daily routines to enhance the overall health and well-being.

Dr. Suman Rathore, Assistant Professor, English presented the introductory remarks and also moderated the webinar.



वेबिनार  
Ministry of Ayush  
Government of India


### Join Our

# 142 FRIDAY WEBINAR

## Theme : Yoga and Health



**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY



**Dr. Manoj Naik**  
Consultant Physician,  
Krishna Hospital and Deccan Sahydradi Super Speciality Hospital  
Yoga teacher, Iyengar institute, Pune

**16 June 2023 05:00 PM onwards**

## हठ योग साधना में आहार की वैचारिक समझ

23 जून, 2023 को एक उत्कृष्ट विषय "हठ योग साधना में आहार की वैचारिक समझ" पर शुक्रवार वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. सत्यप्रकाश पाठक, सहायक आचार्य (योग), योग अध्ययन विभाग, हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय, शिमला, हिमाचल प्रदेश ने एक विस्तृत ज्ञानवर्धक व्याख्यान प्रस्तुत किया।

सत्र के दौरान, डॉ. पाठक ने भगवद गीता में भी, आहार प्रथाओं से संबंधित अवधारणाएँ साझा कीं। उन्होंने कहा कि हमारा पूरा जीवन आहार पर निर्भर है। योगी, रोगी और भोगी के लिए अलग-अलग भोजन की व्यवस्था होती है। इसी क्रम में योगी के लिए यौगिक आहार की आवश्यकता पर बल दिया गया है। भोजन से पहले थोड़ी मात्रा में पानी का सेवन शरीर के लिए फायदेमंद होता है। सबसे पहले मीठा खाना चाहिए। आहार में नियमित रूप से घी का सेवन आपको दीर्घायु प्रदान करता है।

उन्होंने अपने व्याख्यान में आगे बताया कि अगर हमारा आहार बिगड़ेगा तो निश्चय ही हमारा व्यवहार अथवा आचरण भी बिगड़ेगा। हमारा आचरण बिगड़ा तो हमें दुःख की अनुभूति होगी। गव्यम दूध से बने खाद्य पदार्थ सदैव व्यवहार में लाना चाहिये।

मो. तैयब आलम, संचार और प्रलेखन अधिकारी ने अतिथि की परिचयात्मक टिप्पणी प्रस्तुत की और डॉ. सुमन राठौर, सहायक आचार्य (अंग्रेजी) ने कार्यक्रम का संचालन किया।

## Conceptual Understanding of Aahar in Hath Yoga Sadhan

A Friday webinar was held on the topic "Conceptual Understanding of Aahar in Hath Yoga Sadhana" on June 23, 2023, Dr. Satyaprakash Pathak, Assistant Professor (Yoga), Department of Yoga Studies, Himachal Pradesh University, Shimla, Himachal Pradesh was invited to present an informative session.

During the session, Dr. Pathak shared that in the Bhagavad Gita also, there are concepts pertaining to dietary practices. Our entire lives are dependent on diet. There are different food arrangements for Yogi, Rogis and Bhogis. In this sequence, the need for compound diet has been emphasized for the Yogi. Consuming a small amount of water before meals is beneficial for the body. Sweets should be eaten first of all. Consuming ghee regularly in diet gives you longevity.

He further explained in his lecture that if our diet deteriorates, then our behavior or conduct will also deteriorate. If our conduct deteriorates, it will lead to sorrow and could become a cause of our suffering.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer presented the introductory remarks and Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English) moderated the webinar.



Join us for

**143<sup>rd</sup> FRIDAY WEBINAR**

**Conceptual Understanding of Aahar  
in Hath Yoga Sadhana**



Introductory Remarks By:  
**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY



**Dr. Satyaprakash Pathak**  
Assistant Professor (Yoga)  
Department of Yoga Studies  
Himachal Pradesh University, Shimla  
Himachal Pradesh

**June 23, 2023 05:00 PM onwards**



## पतंजलि के योग सूत्र का महत्त्व

30 जून, 2023 को एक उत्कृष्ट विषय "पतंजलि के योग सूत्र का महत्त्व" पर एक शुक्रवार वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. एन.गणेश राव, संस्थापक, ऑथेंटिक क्लासिकल ट्रेडिशनल (एसीटी) योग, निदेशक भारतीय योग एसोसिएशन, नई दिल्ली, आचार्य और मुख्य सलाहकार, शिक्षाविद और प्रशिक्षण, कैवल्यधाम, महाराष्ट्र ने विस्तृत व्याख्यान दिया।

डॉ. राव ने कहा कि पतंजलि के योग सूत्र 1600-1700 वर्ष पुराने हैं। यह सूत्र एक सैद्धांतिक समझ भी प्रदान करते हैं। सूत्रों के संकलन का आज सटीक उद्देश्य खो गया है, लेकिन वे मौखिक परंपरा से जीवित है। परंपरागत रूप से ये सूत्र शिक्षक से छात्र तक पहुंच रहे हैं।

डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य, अंग्रेजी ने अतिथि की परिचयात्मक टिप्पणी प्रस्तुत की और कार्यक्रम का संचालन भी किया।

## Significance of Patanjali's Yoga Sutras

A Friday webinar was held on the topic, "Significance of "Patanjali's Yoga Sutras" on 30th June, 2023 wherein Dr. N. Ganesh Rao, Founder, Authentic Classical Traditional (ACT) Yoga, Director Indian Yoga Association, New Delhi, Professor and Chief Advisor, Academics and Training, Kaivalyadhama, Maharashtra delivered an elaborative lecture.

Dr. Rao said that the Yoga Sutras of Patanjali are 1600-1700 years old. These sutras also provide a theoretical understanding. The exact purpose of compiling the sutras is lost today, but they survive through oral tradition. Traditionally these sutras are passed down from teacher to student.

Dr. Suman Rathore, Assistant Professor, English presented the introductory remarks and also moderated the webinar.



Join us for  
**144<sup>th</sup> FRIDAY WEBINAR**  
**Significance of Patanjali's Yoga Sūtra**



Introductory Remarks By:  
**Dr. Ishwar V. Basavaraddi**  
Director, MDNIY

**June 30, 2023**  
**05:00 PM onwards**



**Dr. N. Ganesh Rao**  
Founder, ACT Yoga  
Director, Indian Yoga Association, New Delhi  
Professor and Advisor,  
Member of Board of Studies of Kaivalyadhama,  
Maharashtra