



सत्यमेव जयते  
**Ministry of Ayush**  
Government of India



# **MDNIY**

## **E-NEWSLETTER**

### **August 2023**





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

# प्रधान संपादक की कलम से



## 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)

कोमल कटियाल


सलाहकार (सोशल मीडिया)


### डिजाइन

निहाल हसनैन

कनिष्ठ सलाहकार (डिजाइनर)

ताज़ा जानकारी के लिए जुड़े:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) में हम शैक्षिक विकास और गहन योग अनुभव दोनों को बढ़ावा देने वाले विविध पृष्ठभूमि के छात्रों के लिए एक उल्लेखनीय केंद्र होने पर गर्व करते हैं। हमारा संस्थान छात्र- छात्राओं को आकार देने, मस्तिष्क को समृद्ध करने और स्थायी अनुभव प्रदान करने के लिए समर्पित है।

हमारा दृढ़ विश्वास है कि शिक्षा निर्देशों के समाहार से कहीं अधिक है; यह जीवन के अनुभवों और सीखने की प्रक्रियाओं की यात्रा है।

मो.दे.रा.यो.सं. का उद्देश्य निर्देशों से परे हम सीखने का जुनून पैदा करने की आकांक्षा रखते हैं, जो किताबों और ज्ञान की सीमा से परे तक फैला हो। हमारी प्रतिबद्धता एक व्यापक शैक्षिक प्रक्रिया प्रदान करने में निहित है, जो छात्रों को उनकी प्रतिभा विकसित करने, कमियों को दूर करने और वास्तविक जीवन की चुनौतियों का सामना करने में मदद करती है। शैक्षणिक गतिविधियों को पूरा करने के लिए मो.दे.रा.यो.सं. छात्रों के समग्र विकास को सुनिश्चित करने के लिए विभिन्न गतिविधियों का आयोजन करता है।

आज की दुनिया में योग के अभ्यास ने अपनी सीमाओं को पार कर लिया है और अपने असंख्य लाभों के कारण चिकित्सा पेशेवरों और मशहूर हस्तियों से समान रूप से समर्थन प्राप्त कर रहा है। हालाँकि कुछ लोग योग को एक पुरानी प्रवृत्ति के रूप में देख सकते हैं, लेकिन इसे केवल व्यायाम से कहीं अधिक के रूप में पहचानना आवश्यक है – यह जीवन का एक संपूर्ण तरीका है। योग शक्ति और लचीलेपन को बढ़ावा देने वाला एक प्राचीन ज्ञान है। योग और ध्यान को स्कूल और विश्वविद्यालय के पाठ्यक्रम में एकीकृत करना अनिवार्य हो जाता है, क्योंकि यह शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक कल्याण को सहजता से जोड़ता है, जिससे छात्रों को समाज का कर्तव्यनिष्ठ सदस्य बनने में सहायता मिलती है।

मो.दे.रा.यो.सं. में हम एक ऐसे वातावरण को बढ़ावा देते हैं, जो छात्रों को सकारात्मक सुदृढीकरण के माध्यम से प्रेरित करता है। हम तीन 'इ' 'इन्करिज्मन्ट' (प्रोत्साहन), 'इन्थूज़ीऐज़म' (उत्साह) और 'इम्पथी' (संवेदना) पर जोर देते हैं। हमारा लक्ष्य एक स्वच्छ, स्वस्थ और अनुशासित माहौल बनाना है, जहाँ छात्र सत्यनिष्ठा, सहनशीलता, करुणा, धैर्य, निष्पक्षता और खेल कौशल के उच्च मानकों का पालन करें।

आपकी प्रतिक्रिया हमारे लिए अमूल्य है, और हम अपने ई-न्यूज़लेटर को समृद्ध बनाने में आपका योगदान का उत्सुकता से इंतजार करते हैं।



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



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

# From the Desk of Editor in Chief



## 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 Rathor**  
Assistant Professor (English)

### Assistant Editor


**Santosh Singh**  
Consultant (Media)


**Komal Katyal**  
Consultant (Social Media)


### Design by


**Nihal Hasnain**  
Junior Consultant (Designer)

### Catch the latest updates:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

*At Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), we pride ourselves on being a remarkable hub for students from diverse backgrounds, fostering both educational growth and a profound Yoga experience.*

*Our institute is dedicated to shaping characters, enriching minds, and providing enduring experiences. We firmly believe that education is more than a set of instructions; it's a journey of life experiences and learning processes.*

*MDNIY's mission goes beyond mere instructions; we aspire to instill a passion for learning that extends beyond books and horizons. Our commitment lies in providing a comprehensive educational process that helps students develop their talents, overcome shortcomings, and face real-life challenges. To complement academic pursuits, MDNIY organizes various activities, ensuring the holistic development of our students.*

*In today's world, the practice of Yoga has transcended its boundaries, receiving recognition from medical professionals and celebrities alike due to its numerous benefits. While some may view Yoga as a passing trend, it's essential to recognize it as more than just exercise—it's a complete way of life, an ancient wisdom fostering strength and flexibility. Integrating Yoga and meditation into school and university curricula becomes imperative, as it seamlessly combines physical, mental, emotional, and spiritual well-being, aiding students in becoming conscientious members of society.*

*At MDNIY, we foster an environment that motivates students through positive reinforcement, emphasizing the three E's: Encouragement, Enthusiasm, and Empathy. Our goal is to create a clean, healthy, and disciplined atmosphere where students adhere to high standards of integrity, tolerance, compassion, patience, fairness, and sportsmanship.*

*Your feedback is invaluable to us, and we eagerly anticipate your contributions to enrich our E-Newsletter.*



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

# फेस ऑफ़ द मंथ

डॉ. मनसुख मंडाविया केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण और रसायन एवं उर्वरक मंत्री हैं।

अपनी कुशाग्र बुद्धि और दूरदर्शी नेतृत्व के लिए पहचाने जाने वाले डॉ. मंडाविया भारत की प्रगति को बढ़ावा देने के लिए कई देशों की यात्रा की और उनकी नीतियों और प्रबंधन दृष्टिकोण का अध्ययन किया।

माननीय मंत्रीजी के असाधारण मार्गदर्शन में योग को न केवल पर्याप्त प्रोत्साहन मिला है, बल्कि वैश्विक मान्यता भी मिली है। वह समग्र विकास के लिए भारत के गहन ज्ञान और परंपराओं को बढ़ावा देने में एक प्रेरक शक्ति रहे हैं। एक कार्यक्रम में उन्होंने बताया कि हमारी प्राचीन परंपरा से योग के अमूल्य उपहार पर जोर दिया और इसे मन और शरीर, विचार और क्रिया के बीच एकता का प्रतीक बताया।



डॉ. मनसुख मंडाविया  
केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण  
और रसायन एवं उर्वरक मंत्री

माननीय मंत्री जी के अनुसार योग व्यायाम से कहीं आगे है; यह स्वयं, दुनिया और प्रकृति के साथ एकता के खोज की यात्रा है। नियमित योग अभ्यास को प्रोत्साहित करते हुए उन्होंने बीमारी को रोकने और खुशी को बढ़ावा देने में इसके महत्व पर प्रकाश डाला।

नए भारत के विकास को आकार देने में उनका महत्वपूर्ण योगदान उनके परिश्रम और बुद्धिमत्ता को दर्शाता है। मो.दे.रा.यो.सं. योग के व्यापक प्रचार और इसके वैश्विक अनुप्रयोग में महत्वपूर्ण भूमिका के लिए माननीय मंत्रीजी के प्रति गहरा आभार व्यक्त करता है।

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक और पूरा संस्थान योग, मो.दे.रा.यो.सं. की गतिविधियों और आयुष प्रणाली के व्यापक प्रचार— प्रसार में माननीय मंत्रीजी की गहरी रुचि की ईमानदारी से सराहना करता है।

# Face of the Month

*Dr. Mansukh Mandaviya is the Union Minister of Health and Family Welfare and Chemicals and Fertilizers.*

*Recognized for his sharp intellect and visionary leadership, he has journeyed across nations, studying their policies and management approaches to accelerate India's progress.*

*Under the exceptional guidance of Hon'ble Minister, Yoga has not only received substantial encouragement but has also gained global recognition. He has been a driving force in promoting India's profound wisdom and traditions for holistic development. Speaking at an event, he emphasized the invaluable gift of Yoga from our ancient tradition, describing it as the embodiment of unity between mind and body, thought and action.*

*According to the Hon'ble Minister, Yoga goes beyond mere exercise; it's a journey towards discovering oneness with oneself, the world, and nature. Encouraging regular Yoga practice, he highlighted its importance in preventing illness and promoting happiness.*

*His significant contributions extend to shaping the growth and development of a new India, showcasing his diligence and intellect. The MDNIY expresses profound gratitude to the Hon'ble Minister for his instrumental role in the widespread promotion of Yoga and its global application.*

*The Director of MDNIY and the entire institute sincerely appreciates the Hon'ble Minister's keen interest in Yoga, MDNIY activities, and the broader promotion of the Ayush system.*



**Dr. Mansukh Mandaviya**  
Union Minister of Health and Family  
Welfare and Chemicals and Fertilizers  
Government of India



## ‘योग, आयुर्वेद और दर्शनशास्त्र के शोधकर्ता अब अधिक संस्कृत सीख रहे हैं’ - माननीय प्रधानमंत्री

27 अगस्त 2023 को मन की बात के 104वें एपिसोड में माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने विश्व संस्कृत दिवस पर शुभकामनाएं दीं और संस्कृत के महत्व पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम के दौरान, प्रधानमंत्री ने हजारों वर्षों से संस्कृत में संरक्षित प्राचीन ज्ञान की संपदा को रेखांकित किया।

उन्होंने इस समृद्ध विरासत को उजागर करने के लिए योग, आयुर्वेद और दर्शनशास्त्र जैसे क्षेत्रों में शोधकर्ताओं के बीच संस्कृत में गहराई से शोध करने की बढ़ती प्रवृत्ति पर प्रकाश डाला। इस अन्वेषण को सुविधाजनक बनाने में कई संस्थान सक्रिय रूप से लगे हुए हैं।



## 'Researchers of Yoga, Ayurveda and Philosophy are now learning more Sanskrit' - Hon'ble PM

In the 104th episode of Mann Ki Baat on August 27, 2023, Hon'ble Prime Minister, Shri Narendra Modi Ji conveyed greetings on World Sanskrit Day and highlighted the significance of Sanskrit. During the episode, the Prime Minister underscored the wealth of ancient knowledge preserved in Sanskrit over thousands of years.

He noted the increasing trend among researchers in the fields like Yoga, Ayurveda, and Philosophy to delve deeper into Sanskrit to unlock this rich heritage. Numerous institutions are actively engaged in facilitating this exploration.

## ‘हमने एक अलग आयुष मंत्रालय बनाया और आज योग और आयुष दुनिया में धूम मचा रहे हैं’ - माननीय प्रधानमंत्री

27 अगस्त 2023 को मन की बात के 104वें एपिसोड में माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने विश्व संस्कृत दिवस पर शुभकामनाएं दीं और संस्कृत के महत्व पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम के दौरान, प्रधानमंत्री ने हजारों वर्षों से संस्कृत में संरक्षित प्राचीन ज्ञान की संपदा को रेखांकित किया।

उन्होंने इस समृद्ध विरासत को उजागर करने के लिए योग, आयुर्वेद और दर्शनशास्त्र जैसे क्षेत्रों में शोधकर्ताओं के बीच संस्कृत में गहराई से शोध करने की बढ़ती प्रवृत्ति पर प्रकाश डाला। इस अन्वेषण को सुविधाजनक बनाने में कई संस्थान सक्रिय रूप से लगे हुए हैं।



## 'We created a separate Ministry of Ayush and today Yoga and Ayush are making waves in the world' - Hon'ble PM

During the 77th Independence Day address at the Red Fort on August 15, 2023, Hon'ble Prime Minister, Shri Narendra Modi Ji shared a significant achievement: the establishment of a separate Ministry of Ayush. He emphasized that the impact of Yoga and Ayush is now being felt worldwide, creating positive ripples globally. The Hon'ble Prime Minister highlighted the importance of India's commitment to sharing this knowledge with the world, and urged recognition of this capability. The creation of the Ministry underscored its significance not only for India but also on the global stage.

**‘भविष्य में चंदा मामा होंगे  
‘टूर’ की जगह’  
- माननीय प्रधानमंत्री**

**'Chanda Mama will be  
of 'Tour' in future'  
- Hon'ble PM**



23 अगस्त, 2023 को भारत का चंद्रमा पर उतरने का सपना आखिरकार साकार हो गया। माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदीजी ने चंद्रयान -3 की सफल चंद्र लैंडिंग के ऐतिहासिक क्षण के लिए राष्ट्र को हार्दिक बधाई दी। उन्होंने इस पल को देश की 140 करोड़ धड़कनों का सामूहिक गूंजन वाला क्षण बताया। उन्होंने आगे कहा, ‘भविष्य में चंदा मामा ‘टूर’ की जगह होंगे।’

देश की इस शानदार सफलता पर मो.दे.रा.यो.सं. के छात्र- छात्राओं ने इसरो की योग मुद्राएं करके अपनी खुशी अभिव्यक्त की।

On August 23, 2023, India's cherished dream of landing on the moon was finally realized.

Hon'ble Prime Minister, Shri Narendra Modi Ji extended heartfelt congratulations to the nation for the historic moment of Chandrayaan-3's successful lunar landing. He described this moment as something that resonates with the 140 crore beats of the nation's collective heart. He further added that "Chanda Mama will be of 'Tour' in future."

In the spirit of this success, students from MDNIY expressed their jubilation by striking Yoga poses dedicated to ISRO, symbolizing the harmonious blend of science and peace.





## 13 देशों के 60 युवा भारतीय प्रवासियों ने मो.दे.रा.यो.सं. का किया दौरा

## 60 Young Indian Diaspora from 13 countries visit MDNIY



67वें 'भारत को जानें कार्यक्रम' के तहत 13 देशों के भारतीय प्रवासी 60 छात्रों और युवा पेशेवरों के एक प्रतिनिधिमंडल ने अपनी सांस्कृतिक जड़ों से फिर से जुड़ने और योग के विविध आयामों का पता लगाने के लिए 16 अगस्त 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया।

प्रतिनिधिमंडल का डॉ. आई.एन. आचार्य कार्यक्रम अधिकारी (योग थेरेपी) ने गर्मजोशी से स्वागत किया, जिन्होंने संस्थान के विभिन्न विकासों और उपलब्धियों का संक्षिप्त परिचय प्रस्तुत किया।

प्रतिनिधिमंडल के लिए एक योग सत्र का आयोजन किया गया, जिसका नेतृत्व श्री ललित गंगवाल, योग प्रशिक्षक ने किया और योग प्रशिक्षु सुश्री कोमल ने प्रदर्शन किया।

योग सत्र के पश्चात परस्पर संवादात्मक सत्र भी हुआ, जिससे प्रवासी सदस्यों को योग और संस्थान के बारे में गहराई से जाने का अवसर मिला।

As part of the 67th 'Know India Program,' a delegation consisting of 60 students and young professionals from the Indian diaspora across 13 countries visited MDNIY on August 16, 2023, to reconnect with their cultural roots and explore the diverse dimensions of Yoga.

The delegation received a warm welcome from Dr. I. N. Acharya, Program Officer (YT), who also provided an overview of the Institute's various developments and achievements.

A rejuvenating Yoga session was led by Shri Lalit Gangwal, Yoga Instructor, with practical demonstration by Ms. Komal, Yoga Intern.

Following the Yoga session, an interactive question and answer session unfolded, offering the diaspora members an opportunity to delve deeper into the realm of Yoga and the institute.





## ‘एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य लाभ हेल्थकेयर - भारत 2023’

## "One Earth, One Health Advantage Healthcare - India 2023"



गुजरात के गांधी नगर में महात्मा गांधी कन्वेंशन और प्रदर्शनी केंद्र में 17-19 अगस्त, 2023 तक आयोजित "वन अर्थ, वन हेल्थ एडवांटेज हेल्थकेयर - इंडिया 2023" कार्यक्रम वैश्विक स्वास्थ्य सेवा में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर साबित हुआ। जी-20 स्वास्थ्य मंत्रियों की बैठक और डब्ल्यूएचओ पारंपरिक चिकित्सा वैश्विक शिखर सम्मेलन के साथ समन्वित, इस सभा ने वैश्विक स्वास्थ्य चुनौतियों से निपटने के लिए व्यापक चर्चा और पहल के लिए एक मंच प्रदान किया।

मो.दे.रा.यो.सं. ने वैश्विक स्वास्थ्य चुनौतियों का समाधान करने और एक वैश्विक स्वास्थ्य वास्तुकला के निर्माण के लिए और योग की क्षमता को उजागर करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। हमारे प्रयासों में योग चिकित्सा सत्र आयोजित करना, योग के बुनियादी सिद्धांतों को समझाना और वाई ब्रेक ऐप, एम

The "One Earth, One Health Advantage Healthcare - India 2023" event, held from 17-19 August, 2023, at the Mahatma Gandhi Convention and Exhibition Centre in Gandhi Nagar, Gujarat, marked a significant milestone in global healthcare. Coordinated with the G20 Health Ministers meeting and the WHO Traditional Medicine Global Summit, this gathering provided a platform for comprehensive discussions and initiatives addressing global health challenges.

MDNIY played a pivotal role in highlighting the potential of Yoga as a tool to address global







योग ऐप और मो.दे.रा.यो.सं. पाठ्यक्रमों जैसी सरकारी पहलों के बारे में जानकारी का प्रसार करना शामिल था। योग के स्वास्थ्य लाभों को और अधिक सुलभ बनाने के लिए इन पहलों को वीआईपी प्रतिनिधियों और आगंतुकों तक बढ़ाया गया।

19 अगस्त, 2023 को टीसीआई वैश्विक नेटवर्क के डब्ल्यूएचओ सहयोग केंद्रों के साथ शिखर सम्मेलन के बाद की बैठक आयोजित की गई। दुनिया भर के क्षेत्रों से कुल 21 डब्ल्यूएचओ सहयोग केंद्रों ने भाग लिया, और अपने संबंधित केंद्रों की गतिविधियों को ऑनलाइन और ऑफलाइन दोनों तरह से प्रस्तुत किया गया।

इस संदर्भ में, मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने डब्ल्यूएचओसीसी (भारत-118) की गतिविधियों की रूपरेखा तैयार की और पारंपरिक, पूरक और एकीकृत चिकित्सा से संबंधित नई डब्ल्यूएचओ की रणनीतियों के लिए सुझाव प्रस्तावित किए।

शिखर सम्मेलन के बाद की इस सभा में योग ब्रेक प्रोटोकॉल का अभ्यास भी शामिल किया गया, जो प्रतिभागियों को तनाव मुक्त करने, फिर से तरोताजा होने और फिर से ध्यान केंद्रित करने का अवसर प्रदान करता है।



health challenges and build a resilient global health architecture. Our efforts included conducting Yoga therapy sessions, explaining Yoga fundamentals, and disseminating information about government initiatives, such as the Y-break app, M Yoga app, and MDNIY courses. These initiatives were extended to VIP delegates and visitors, making Yoga's health benefits more accessible.

On August 19th, 2023, a post-Summit meeting with WHO Collaborating Centres of the TCI global network was organized. A total of 21 WHO Collaborating Centres from regions worldwide participated, presenting the activities of their respective centres both offline and online. In this context, Shri Vikram Singh, Director, MDNIY, outlined the activities of WHOCC (IND 118) and proposed suggestions for new WHO strategies concerning Traditional, Complementary, and Integrative Medicine.

This post-Summit gathering also featured the practice of the Yoga Break Protocol, offering participants an opportunity to de-stress, refresh, and re-focus.



## ‘भारत को जानिए क्विज’ के प्रतिनिधिमंडल ने एमडीएनआईवाई का किया दौरा

## Delegation of 'Bharat Ko Janiye Quiz, visits MDNIY



‘भारत को जानिए क्विज’ के तीसरे संस्करण के विजेताओं ने योग के मूल्य और व्यावहारिक ज्ञान का अनुभव करने के लिए 11 अगस्त 2023 को मो.दे.रा.यो. सं. का दौरा किया।

एमडीएनआईवाई के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने प्रतिनिधिमंडल का स्वागत किया और समग्र कल्याण को बढ़ाने पर मूल्यवान अंतर्दृष्टि साझा करते हुए किसी के जीवन में योग के सर्वोपरि महत्व पर जोर दिया।

कार्यक्रम अधिकारी (वाईटी) ने संस्थान की विभिन्न गतिविधियों और कार्यक्रमों के बारे में जानकारी दी।

दौरे के बाद श्री राहुल सिंह चौहान, योग प्रशिक्षक, मो. दे.रा.यो.सं. के नेतृत्व में एक योग सत्र भी आयोजित किया गया।

The winners of 3rd Edition of the 'Bharat Ko Janiye Quiz, visited MDNIY on August 11, 2023 to experience the value and practical knowledge of Yoga.

Shri Vikram Singh, Director MDNIY, welcomed the delegation and emphasized the paramount importance of Yoga in one's life, sharing valuable insights on enhancing overall well-being.

The Program Officer (YT), provided a briefing on the various activities and programs of the institute.

After then guided tour of the institute, a Yoga session, was also given them led by Shri Rahul Singh Chauhan, YI, MDNIY.





## मालदीव के सिविल सेवकों ने संस्थान का दौरा किया

## Civil Servants of Maldives visits the Institute



योग के मूल्य और व्यावहारिक ज्ञान का अनुभव करने के लिए मालदीव के 40 सिविल सेवकों के एक प्रतिनिधिमंडल ने 23 अगस्त, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया।

प्रतिनिधिमंडल का स्वागत करते हुए मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने कहा, "ताजमहल और गांधी की विरासत के लिए प्रसिद्ध भारत ने अब एक नई पहचान बना ली है – योग की भूमि के रूप में। यह बदलाव केवल प्रतीकात्मक नहीं है; यह जीवन के हर पहलू में उत्कृष्टता लाने के बारे में है।"

मो. तैयब आलम संचार एवं प्रलेखन अधिकारी ने उन्हें संस्थान की समग्र गतिविधियों के बारे में जानकारी दी।

योग प्रशिक्षक श्री राहुल चौहान ने योग सत्र का नेतृत्व किया, जिसके बाद योग फ्यूजन कार्यक्रम आयोजित किया गया।

A delegation of 40 Civil Servants of Maldives visited MDNIY on August 23, 2023 to experience the value and practical knowledge of Yoga.

Welcoming the delegation, Shri Vikram Singh, Director MDNIY, expressed, "India, renowned for the Taj Mahal and Gandhi's legacy, has now embraced a new identity – the recognition of India as a land of Yoga. This shift isn't merely symbolic; it's about infusing excellence into every aspect of life."

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer, briefed them about the overall activities of the institute.

Shri Rahul Chauhan, Yoga Instructor, led a Yoga session followed by Yoga Fusion program.



## हिंदी टिप्पण एवं प्रारूपण पर एक कार्यशाला

## A Workshop on Hindi Noting and Drafting



18 अगस्त, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. के सम्मेलन कक्ष में 'हिन्दी टिप्पण एवं प्रारूपण' विषय पर एक कार्यशाला का आयोजन किया गया, जिसमें श्री राजेश कुमार सिंह, पूर्व सहायक निदेशक एवं केन्द्र प्रभारी, अनुवाद प्रशिक्षण केन्द्र, नवी मुम्बई, राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित थे।

डॉ. आई. एन. आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी, योग थेरेपी, मो.दे.रा.यो.सं. ने एक पौधा और एक स्मृति चिन्ह भेंट करके गर्मजोशी से स्वागत किया। कार्यशाला के दौरान वक्ता ने एक ज्ञानवर्धक व्याख्यान दिया, जिसमें हिंदी टिप्पण और प्रारूपण में सरलता और संक्षिप्तता के महत्व पर जोर दिया गया। उन्होंने इस बात पर प्रकाश डाला कि इस संदर्भ में प्रभावी लेखन की विशेषता इसकी आकर्षकता और अनावश्यक विवरणों से बचना है।

कार्यक्रम का समन्वयन डॉ. वंदना सिंह, सहायक आचार्य (हिन्दी) ने किया। कार्यक्रम के दौरान संस्थान के अधिकारियों एवं कर्मचारियों की भी उपस्थिति थी।

A workshop was organized on August 18, 2023 in the conference hall of MDNIY on the topic 'Hindi Noting and Drafting', wherein Mr. Rajesh Kumar Singh, Former Assistant Director and Center Incharge, Translation Training Centre, Navi Mumbai, Department of Official Language, Ministry of Home Affairs, Government of India was the chief speaker.

Dr. I. N. Acharya, Program Officer, YT, MDNIY expressed a warm welcome by presenting a sapling and a memento. During the workshop, the speaker delivered an insightful lecture, emphasizing the importance of simplicity and conciseness in Hindi noting and drafting. He highlighted that effective writing in this context is characterized by its attractiveness and avoidance of unnecessary details.

Dr. Vandana Singh, Assistant Professor (Hindi), coordinated the program. Officers & staff was presented during the workshop.



## एफसीवाईएससीडब्ल्यू कार्यशाला

26 अगस्त, 2023 को फाउंडेशन कोर्स इन योगा साइंस फॉर वेलनेस (एफसीवाईएससीडब्ल्यू) के छात्रों के लिए एक कार्यशाला आयोजित की गई, ताकि उन्हें योग में मूल्यवर्धन दिया जा सके। मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने "स्वस्थ जीवन के लिए योग" विषय पर विशेष व्याख्यान दिया।

कार्यशाला षट्क्रिया (योगिक सफाई अभ्यास) पर केंद्रित थी और इसकी निगरानी फाउंडेशन समन्वयक प्रशिक्षकों द्वारा की गई थी।

शतकक्रियाओं से पहले, उन्हें सामान्य योग प्रोटोकॉल सत्र, ध्यान और प्राणायाम में भी भाग लिया गया था।



## FCYScW Workshop

A workshop was conducted for the students of the Foundation Course in Yoga Science for Wellness (FCYScW) on August 26, 2023 to to give them a value addition in Yoga. Shri Vikram Singh, Director MDNIY, delivered special lecture on the topic "Yoga for Healthy Life".

The workshop focused on a shatkriya (Yogic cleansing practises) and monitored by foundation coordinators instructors.

Before Shatkriyas, they were also participated in the Common Yoga Protocol session, Meditation & Pranayama.

## सीसीवाईडब्ल्यूआई कार्यशाला के लिए मो.दे.रा.यो.सं. के छात्र

सीसीवाईडब्ल्यूआई के छात्रों के लिए एक कार्यशाला समन्वय 19 अगस्त, 2023 को थी।

कार्यशाला में सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी), शतकक्रिया (योगिक सफाई अभ्यास), "योग प्रशिक्षक के शिक्षण कौशल" पर एक विशेष व्याख्यान और एक योग निद्रा सत्र शामिल थे।



## CCYWI workshop for the MDNIY's student

A workshop coordinates for the students of the CCYWI was on August 19, 2023.

The workshop included sessions on CYP (Common Yoga Protocol), Shatkriya (yogic cleansing practices), a special lecture on "Teaching Skills of a Yoga Instructor," and a Yoga Nidra session.

## स्पेन के प्रतिनिधिमंडल ने संस्थान का किया दौरा

21 स्पेनिश योग प्रेमियों का एक प्रतिनिधिमंडल ने 8 अगस्त 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया। प्रतिनिधिमंडल ने योग सत्र में उत्साहपूर्वक भाग लिया।



## Delegation from Span visits the Institute

A delegation of 21 Spanish Yoga enthusiasts visited MDNIY on August 8, 2023.

The delegation participated enthusiastically in the Yoga session.



## मो.दे.रा.यो.सं. ने सीएपीएफ छात्रों का किया स्वागत



मो.दे.रा.यो.सं. ने 4 अगस्त, 2023 को केंद्रीय सशस्त्र पुलिस बल (सीएपीएफ) योग प्रशिक्षण पाठ्यक्रम-सीसीवाईडब्ल्यूआई के 27वें बैच का स्वागत किया।

निदेशक मो.दे.रा.यो.सं. ने मुख्य अतिथि के रूप में उद्घाटन समारोह की शोभा बढ़ाई।

छात्रों को संबोधित करते हुए, निदेशक ने इस बात पर प्रकाश डाला कि ड्यूटी पर तैनात कर्मियों को अक्सर तनावपूर्ण परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है, ऐसे में सशस्त्र बलों के बीच योग का अभ्यास और भी महत्वपूर्ण है। योगाभ्यास से शारीरिक फिटनेस बढ़ती है, लचीलेपन और सहनशक्ति में सुधार होता है, जिससे वे अधिक केंद्रित और आत्मविश्वासी बनते हैं।

100 छात्रों के इस बैच में आईटीबीपी, सीआरपीएफ, सीआईएसएफ, असम राइफल्स, बीएसएफ और सशस्त्र सीमा बल (एसएसबी) शामिल हैं। कार्यक्रम के दौरान कई अधिकारी एवं कर्मचारी मौजूद रहे।



## MDNIY welcomes CAPF students

MDNIY welcomed the 27th Batch of Central Armed Police Force (CAPF) Yoga training Course-CCYWI, on August 4, 2023.

Director MDNIY graced the inaugural function as the Chief Guest. While addressing the students, the director highlighted that personnel deployed on duty often face stressful situations, wherein the practice of Yoga among the armed forces even more important. Yoga practices increase physical fitness, improve flexibility, and endurance, making them more focused and confident.

The batch of 100 students comprising of ITBP, CRPF, Central Industrial Security Force (CISF), The Assam Rifles, BSF, and Sashastra Seema Bal (SSB). Many officers & staff was present during the program.



# मीडिया कवरेज/ Media Coverage

## Hindustan Times

on 01.08.2023



A team of 15 Japanese members enthusiastically participated in a rejuvenating yoga session at the Morarji Desai National Institute of Yoga on August 31. The session was led by Madhu Khurana, a yoga therapist, and demonstrated by Shruti, a yoga intern.

## दैनिक व्यापार केसरी

नई दिल्ली, 1 अगस्त 2023

### एमडीएनआईवाई में विदाई समारोह का आयोजन



विदाई समारोह में भाग लेने वाले लोगों की एक बड़ी संख्या शामिल थी। कार्यक्रम के दौरान, अध्यक्ष, कर्मचारी अधिकारी (डी.ओ.ओ.), मुख्य अतिथि, प्रशासनिक अधिकारी, डॉ. गुरदीप, राहुल सिंह चौहान, और श्रीमती सुवि मोहन, योग प्रतियोगिता में शामिल हुए।

समारोह के दौरान, सभी पदकधारी के सौभाग्य में भी अपने-अपने पदक प्रदान किए गए। कार्यक्रम के दौरान, निदेशक ने सभी छात्र-छात्राओं को अभिनंदन किया।

## अंगदान की शपथ

03 अगस्त, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. के परिसर में 'अंग दान प्रतिज्ञा' समारोह का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम के दौरान संस्थान के निदेशक ने सभी अधिकारियों और कर्मचारियों को प्रतिज्ञा दिलाई।

## Pledge of Organ Donation

An 'Organ Donation Pledge' ceremony was organized in the premises of MDNIY on August 03, 2023. During this event, the Director of the Institute, administered the pledge to all officers and employees.



# Weekly Orientation Lectures

## शिक्षा को पुनर्जीवित करना

मो.दे.रा.यो.सं. में 4 अगस्त, 2023 को "पुनर्जीवित शिक्षा" विषय पर ध्यान केंद्रित करते हुए एक व्यावहारिक छात्र अभिविन्यास व्याख्यान आयोजित किया गया था।

एनआईई, एनसीईआरटी, नई दिल्ली में शिक्षक शिक्षा विभाग के प्रमुख प्रोफेसर शरद सिन्हा और मो.दे.रा.यो. सं. नई दिल्ली के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने इस अवसर की शोभा बढ़ाई।

जानकारीपूर्ण व्याख्यान में परिवर्तनकारी सुधारों और एनईपी-2020 की मुख्य विशेषताओं पर प्रकाश डाला गया, जो भारत में शिक्षा के भविष्य को आकार देने में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका को दर्शाता है।

कार्यक्रम की परिचयात्मक टिप्पणी संचार एवं प्रलेखन अधिकारी द्वारा पेश की गई और डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य (अंग्रेजी) द्वारा कार्यक्रम का समन्वय किया गया।



## Revitalising Education

On August 4, 2023, an insightful student orientation lecture was conducted, focusing on the theme of "Revitalising Education." Prof. Sharad Sinha, Head of the Department of Teacher Education at NIE, NCERT, New Delhi, and Shri Vikram Singh, Director of MDNIY, New Delhi, graced the occasion as a speaker.

The informative lecture shed light on transformative reforms and key highlights of NEP-2020, delineating its pivotal role in shaping the future of education in India.

The event's introductory remark was given by Communication & Documentation Officer, and coordinated by Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English).

## मूल्य आधारित निर्णय

साप्ताहिक व्याख्यान श्रृंखला के भाग के रूप में 11 अगस्त, 2023 को मूल्य-आधारित निर्णय-निर्माण विषय पर एक व्यावहारिक चर्चा हुई। अधिकारियों, कर्मचारियों और छात्रों की भारी उपस्थिति देखी गई।

श्री पंकज मुंजाल, जीवन-कौशल कोच और आरवी इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी, उत्तर प्रदेश के पूर्व निदेशक प्रशिक्षण एवं विकास, ने मुख्य वक्ता के रूप में अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई और अपनी अंतर्दृष्टि से चर्चा को समृद्ध किया। अपने संबोधन में, श्री सिंह ने सीखने की प्रक्रिया के महत्व और प्रतिदिन एक घंटे तक पढ़ने की आदत पर जोर दिया और किसी के दृष्टिकोण पर उनके परिवर्तनकारी प्रभाव पर प्रकाश डाला।



## Value-based decision

An insightful discussion on the topic of Value-Based Decision-Making unfolded on August 11, 2023, as part of the weekly lecture series. A substantial turnout of officers, employees, and students was observed.

Mr. Pankaj Munjal, Life-Skills Coach and Former Director Training & Development at RV Institute of Technology, Uttar Pradesh, served as the keynote speaker, enriching the discussion with his insights. In his address, Mr. Singh emphasized the significance of a learning process and the habit of daily reading for an hour, highlighting their transformative impact on one's perspective.



## देश के विकास में हिंदी भाषा की भूमिका

18 अगस्त 2023 को साप्ताहिक व्याख्यानमाला के अंतर्गत 'देश के विकास में हिंदी भाषा की भूमिका' विषय पर व्याख्यान का आयोजन किया गया, जिसमें केंद्रीय सशस्त्र पुलिस बल (सीएपीएफ) सहित संस्थान के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने भाग लिया। जवानों ने भी पूरे उत्साह के साथ अपनी उपस्थिति दर्ज करायी।

श्री राजेश कुमार सिंह, पूर्व सहायक निदेशक और केंद्र प्रभारी, अनुवाद प्रशिक्षण केंद्र, नवी मुंबई, राजभाषा विभाग, गृह मंत्रालय, भारत सरकार मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित थे।

उन्होंने अपने व्याख्यान में इस बात पर जोर दिया कि हिंदी दुनिया की सबसे समृद्ध भाषाओं में से एक है, जो कई अर्थों और अभिव्यक्तियों को दर्शाती है। उन्होंने सार्थक संचार में भाषा की भूमिका पर प्रकाश डाला। उन्होंने शब्दों से होनेवाले नुकसान से बचने और सामाजिक और सांस्कृतिक सद्भाव को बढ़ावा देने के महत्व पर जोर दिया।

डॉ. आई. एन. आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग थेरेपी), मो.दे.रा.यो.सं. ने वक्ता का अभिनंदन किया और उनका आभार व्यक्त किया।

कार्यक्रम का संयोजन एवं संचालन डॉ. सुमन राठौड़, सहायक प्रोफेसर (अंग्रेजी) द्वारा किया गया।

## Role of Hindi language in the development of the country

A lecture on 'Role of Hindi language in the development of the country' was organized on August 18, 2023 under the weekly lecture, in which all the officers, and employees of the Institute including Central Armed Police Forces (CAPF) participated. The jawans also got their presence registered with great enthusiasm.

Mr. Rajesh Kumar Singh, Former Assistant Director and Center Incharge, Translation Training Center, Navi Mumbai, Department of Official Language, Ministry of Home Affairs, Government of India was the guest speaker.

In his lecture, he emphasized that Hindi is among the world's richest languages, reflecting numerous meanings and expressions. He highlighted the language's role in meaningful communication, emphasizing

the importance of avoiding harm with words and promoting social and cultural harmony.

Dr. I. N. Acharya, Program Officer (Yoga Therapy), MDNIY felicitated the speaker and expressed his gratitude.

Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English) coordinated and conducted the program.



## पुनर्वास, पुनर्स्थापन और योग

डेवलपमेंट फाइल्स के कार्यकारी संपादक श्री अमरेंद्र किशोर ने 25 अगस्त, 2023 को 'पुनर्वास, पुनर्स्थापन और योग' पर एक अभिविन्यास व्याख्यान दिया। श्री किशोर ने पुनर्वास में शामिल चुनौतियों पर जोर देते हुए कहा कि पुनर्वास तुलनात्मक रूप से आसान हो सकता है, लेकिन सच्चा पुनर्वास एक जटिल प्रक्रिया है। उन्होंने इस चुनौतीपूर्ण यात्रा के माध्यम से व्यक्तियों का मार्गदर्शन करने में योग की महत्वपूर्ण भूमिका पर प्रकाश डाला, जिससे यह पुनर्वास प्रक्रिया का एक अनिवार्य घटक बन गया।

## Rehabilitation, Resettlement and Yoga

Shri Amarendra Kishore, Executive Editor of Development Files delivered an orientation lecture on 'Rehabilitation, Resettlement, and Yoga' on August 25, 2023. Mr. Kishore emphasized the challenges involved in rehabilitation, stating that resettlement may be comparatively easier, but true rehabilitation is a complex process. He highlighted the crucial role that Yoga can play in guiding individuals through this challenging journey, making it an essential component of the rehabilitation process.

