



Ministry of Ayush
Government of India



MIDNIY
E-NEWSLETTER
March 2023

www.yogamdniy.nic.in

प्रधान संपादक की कलम से



संपादकीय टीम

- प्रधान संपादक
डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि
निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं.
- संपादक
मो. तैयब आलम
संचार और प्रलेखन अधिकारी
- भाषा संपादक
डॉ. वंदना सिंह, सहायक आचार्य (हिन्दी)
डॉ. सुमन राठौर, सहायक आचार्य (अंग्रेजी)
- सहायक संपादक
संतोष सिंह, सलाहकार (मीडिया)
रिंकू बेहरा, सलाहकार (कंटेंट डेवलपमेंट)
- 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

21 जून को मनाए जाने वाले अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2023 के 9वें संस्करण की उलटी गिनती प्रारंभ हो चुकी है। मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.), आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के लिए अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2023 के 100 दिनों की उलटी गिनती के उपलक्ष्य में तालकटोरा इंडोर स्टेडियम, नई दिल्ली में 13 और 14 मार्च को रंगारंग योग महोत्सव 2023 का आयोजन करना तथा 15 मार्च को मो.दे.रा.यो.सं. में पोस्ट महोत्सव योग कार्यशालाओं का आयोजन करना गर्व की बात है।



प्रधान संपादक
डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि
निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं.

मुख्य कार्यक्रम का उद्घाटन श्री सर्बानंद सोनोवाल जी, माननीय केंद्रीय, आयुष मंत्रालय, पत्तन पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय तथा कई कई केंद्रीय मंत्रियों और भारत सरकार के प्रतिष्ठित गणमान्य महानुभावों की उपस्थिति में किया गया।

मो.दे.रा.यो.सं. ने योग महोत्सव को श्रेष्ठ उत्सव के रूप में मनाया। दो दिवसीय कार्यक्रम में लगभग 6000 दर्शकों की उपस्थिति देखी गई और सांस्कृतिक कार्यक्रमों सहित दिलचस्प कार्यक्रमों ने उन्हें मंत्रमुग्ध कर दिया।

इस वर्ष, वैश्विक पहुंच के साथ अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का मुख्य केंद्र बिन्दु ग्राम पंचायत और ग्राम सभाओं की सक्रिय भागीदारी के माध्यम से भारत के प्रत्येक गांव में योग को ले जाना है।

100 दिवसीय उलटी गिनती समारोह के एक भाग के रूप में मो.दे.रा.यो.सं. योग के प्रचार के लिए देश के प्रसिद्ध संस्थानों के साथ सहयोग कर रहा है।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस -2023 की तैयारियों में पूरी तरह से व्यस्त होने के अतिरिक्त, मो.दे.रा.यो.सं. अपने अन्य कर्तव्यों में भी सक्रिय रूप से भाग ले रहा है।

इस माह के आरंभ में भारत यात्रा के दौरान इटली के प्रधानमंत्री, सुश्री जियोजिया मेलोनी ने मो.दे.रा.यो.सं. और सर्व योग अंतरराष्ट्रीय (एसवाईआई), लेरिसी के साथ योग सहयोग पर एक समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए।

इसके अतिरिक्त, मो.दे.रा.यो.सं. ने केंद्रीय सशस्त्र पुलिस बल(सीएपीएफ) योग प्रशिक्षण पाठ्यक्रम- सीसीवाईडब्ल्यूआई के 26वें बैच का भी स्वागत किया।

आधुनिक विश्व में, योग हमारे दैनिक जीवन का एक अनिवार्य घटक बन गया है। दूसरे शब्दों में, योग आगे की सोच वाली सभ्यता की नींव है। पाठ्यक्रम की आवश्यकताओं से ऊपर और परे जाने के अतिरिक्त, मो.दे.रा.यो.सं. योग निर्देश और प्रशिक्षण के लिए एक विशेष वातावरण प्रदान करता है, जो व्यक्तिगत और व्यावसायिक दोनों स्तरों पर सफलता के लिए आवश्यक अन्य कौशलों की एक विस्तृत श्रृंखला हेतु विकास और जोखिम को प्रोत्साहित करता है।

From the Desk of Editor in Chief

The countdown to the 9th edition of International Day of Yoga-2023, to be observed on June 21, has already begun. It was a matter of pride for Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ayush Ministry, Government of India to organize the vibrant 'Yoga Mahotsav-2023

An Event to Commemorate 100 Days Countdown to International Day of Yoga-2023' in a grand manner at the Talkatora Indoor Stadium, New Delhi on March 13 and 14 followed by Post-Mahotsav Yoga Workshops at MDNIY on March 15.

The main event was inaugurated by Shri Sarbananda Sonowal, Hon'ble Union Minister of Ayush and Ports, Shipping & Waterways in presence of several Union Ministers and eminent dignitaries from the Government of India.

MDNIY celebrated the Yoga Mahotsav in a true festive manner. The two-day event saw an audience presence of around 6000, and interesting programmes, including cultural events, left them enthralled. This year, along with global outreach, IDY's main focus is to taking Yoga to each and every village in India through active participation of Gram Panchayat and Gram Sabhas.

As a part of the 100 Day countdown celebrations, MDNIY is collaborating with renowned institutes of the country for the promotion of Yoga.

Besides from being totally preoccupied with IDY-2023 preparations, MDNIY is also actively attending to its other duties.

During the visit of Ms. Giorgia Meloni, Hon'ble Prime Minister of Italy to India earlier this month, MDNIY signed an MoU on Yoga cooperation with Sarva Yoga International (SYI), Lerici.

Moreover, MDNIY also welcomed the 26th batch of Central Armed Police Force (CAPF) Yoga Training Course-CCYWI.

In the modern world, Yoga has become an essential component of daily life, and is considered foundation of a forward thinking civilization. MDNIY goes beyond the curriculum requirements to provide a unique atmosphere for Yoga instruction and training that for there personal and professional growth. This training exposes individuals to wide range of skills, necessary to achieve sucess at both a personal & professional level. In other words, Yoga is the foundation of a forward-thinking civilization. In addition to going above and beyond the requirements of the curriculum, MDNIY offers a special atmosphere for Yoga instruction and training that encourages growth and exposure to a wide range of other skills necessary for success on both a personal and professional level.

Editorial Team

- **Editor-in-Chief**
Dr. Ishwar V. Basavaraddi
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)
Rinku Behera Consultant
(Content Development)
- **Design by**
Nihal Hasnain
Junior Consultant (Designer)

Catch the latest updates:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

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



Editor-In-Chief
Dr. Ishwar V. Basavaraddi
Director, MDNIY

फेस ऑफ़ द मंथ

श्री ज्योतिरादित्य सिंधिया वर्तमान में भारत सरकार के केंद्रीय मंत्री नागरिक उड्डयन, इस्पात मंत्रालय में कार्यरत हैं। वह पांच बार संसद सदस्य भी रहे हैं, जिसमें लोकसभा में चार कार्यकाल (2002–04, 2004–09, 2009–14 और 2014–19) शामिल हैं। वर्तमान कार्यकाल में राज्यसभा में मध्य प्रदेश राज्य का प्रतिनिधित्व करते हैं।

ज्योतिरादित्य माधवराव सिंधिया मोदी सरकार के उन कैबिनेट मंत्रियों में से एक हैं, जो अपनी सेहत को लेकर काफी सचेत रहते हैं और सुर्खियों में बने रहते हैं। श्री सिंधिया स्वयं को स्वस्थ रखने के लिए प्रतिदिन योग करते हैं। इतना ही नहीं, योग से अत्यधिक लगाव होने के कारण वे जनकल्याण की भावना से योग के प्रचार-प्रसार में भी बड़ी सक्रिय भूमिका निभाते हैं, जिससे योग घर-घर तक पहुंच सके।



श्री ज्योतिरादित्य सिंधिया
केंद्रीय नागरिक उड्डयन, इस्पात मंत्री
भारत सरकार

पिछले वर्ष श्री सिंधिया के नेतृत्व में नागरिक उड्डयन मंत्रालय ने ग्वालियर किले में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में न केवल महत्वपूर्ण भूमिका निभाई, बल्कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को भी सफल बनाया। आज भी योग को लेकर उनका प्रेम समय-समय पर अभिव्यक्त होता रहता है।

श्री सिंधिया ने 2002 में सार्वजनिक सेवा में अपनी यात्रा शुरू की। 2008 में, उन्होंने दूरसंचार, डाक और आईटी राज्य मंत्री के रूप में कार्य किया; 2009 में वाणिज्य और उद्योग राज्य मंत्री के रूप में और फिर 2012 में विद्युत मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) के रूप में कार्य किया। दूरसंचार, डाक और आईटी राज्य मंत्री के रूप में श्री सिंधिया के कार्यकाल ने परिवर्तनकारी प्रोजेक्ट एरो की शुरुआत की जिसने नई ब्रांडिंग और आईटी-सक्षम प्रक्रियाओं के माध्यम से भारतीय डाकघरों का आधुनिकीकरण किया। वाणिज्य और उद्योग राज्य मंत्री के रूप में अपने कार्यकाल में, उन्होंने उत्पादन के चरण से लेकर अंतिम ग्राहक तक विभिन्न स्तरों पर भारतीय निर्यात में लेन-देन की लागत को सफलतापूर्वक कम किया।

श्री सिंधिया शिक्षा, महिला, बाल युवा और खेल, रक्षा वित्त गृह और विदेश मामलों की संसदीय समितियों के सदस्य भी रह चुके हैं। श्री सिंधिया ने संयुक्त राष्ट्र में और मॉर्गन स्टेनली और मेरिल लिंच में एक निवेश बैंकर के रूप में भी कार्यरत रहे हैं।

अपनी राजनीतिक भूमिकाओं के अतिरिक्त श्री सिंधिया शिक्षा के प्रति भावुक हैं। वह वर्तमान में सिंधिया स्कूल, माधव इंस्टीट्यूट ऑफ़ टेक्नोलॉजी एंड साइंसेज, सम्राट अशोक टेक्नोलॉजिकल इंस्टीट्यूट में बोर्ड ऑफ़ गवर्नर्स के अध्यक्ष और डेली कॉलेज के संरक्षक के रूप में कार्यरत हैं। क्रिकेट में गहरी रुचि के साथ, उन्होंने बीसीसीआई की वित्त समिति के अध्यक्ष और मध्य प्रदेश क्रिकेट संघ के पूर्व अध्यक्ष और सभापति के रूप में भी कार्य किया है।

मो.दे.रा.यो.सं. योग के व्यापक प्रसार और अनुप्रयोग में माननीय मंत्री जी के योगदान के लिए हृदय से आभार व्यक्त करता है।

Face of the Month

Mr. Jyotiraditya Scindia is currently serving as the Union Minister of Civil Aviation, Steel, Government of India. He has also been a five-term Member of Parliament, which includes four terms in the Lok Sabha (2002-04, 2004-09, 2009-14 & 2014-19) and the current term in the Rajya Sabha representing the state of Madhya Pradesh.

Jyotiraditya Madhavrao Scindia, a Cabinet Ministers in the Modi government, is known for his dedication to maintain good health, with a regular practice of Yoga featuring prominently in his routine. His practice of Yoga extend beyond personal wellness, as he actively promote & supports the practice of public welfare, with the aims of making Yoga accessible to every household.

Last year, under the leadership of Shri Scindia, the Ministry of Civil Aviation played a significant role in the International Yoga Day - 2022 at Gwalior Fort. His passion for Yoga continue to be evident. Even today, his love for Yoga is manifested from time to time.

Mr. Scindia began his journey in public service in 2002. In 2008, he served as the Minister of State for Telecommunications, Posts and IT; in 2009 as the Minister of State for Commerce and Industry, and then, in 2012 as Minister of Power (Independent Charge). Mr Scindia's tenure as Minister of State for Telecommunications, Posts and IT ushered in the transformational Project Arrow that modernized the Indian post offices through new branding and IT-enabled procedures. In his tenure as Minister of State for Commerce and Industry, he successfully brought down transaction costs in Indian exports at various levels - right from the stage of production to the end customer.

Mr. Scindia has also been a member of Parliamentary Committees on Education, Women, Children Youth and Sports; Defence; Finance; Home and External Affairs. Mr. Scindia has also worked at the United Nations, and an investment banker at Morgan Stanley and Merrill Lynch.

Apart from his political roles, Mr Scindia is passionate about education. He is currently serving as the President of the Board of Governors at the Scindia School, Madhav Institute of Technology & Sciences, Samrat Ashok Technological Institute and Patron of the Daly College. With an avid interest in cricket, he has also served as the Chairman of the Finance Committee of the BCCI, and as the Former President and Chairman of the Madhya Pradesh Cricket Association.

MDNIY extends its profound gratitude to the Hon'ble Minister for his contributions to the mass propagation and application of Yoga.



Mr. Jyotiraditya Scindia
Union Minister of Civil Aviation, Steel,
Government of India

“योग महोत्सव 2023 में 9वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के 100 दिनों की उल्टी गिनती शुरू”

प्रधानमंत्री ने सभी से योग महोत्सव-2023 में भाग लेने का किया आग्रह

भारत के माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने सभी से योग महोत्सव-2023 से पहले, 13 मार्च को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 के 100 दिनों की उल्टी गिनती के उपलक्ष्य में मनाये जा रहे तीन दिवसीय कार्यक्रम में उत्साहपूर्वक भाग लेने का आग्रह किया।

प्रधानमंत्री ने ट्वीट किया, “योग दिवस के सौ दिनों के साथ, आप सभी से उत्साहपूर्वक इसमें अपनी भागेदारी सुनिश्चित करने का आग्रह करता हूँ और यदि आपने योग को पहले से अपने जीवन का हिस्सा नहीं बनाया है, तो जल्द से जल्द ऐसा करें।”

आशय है कि यह मेगा कार्यक्रम 13 और 14 मार्च को तालकटोरा इंडोर स्टेडियम, नई दिल्ली में आयोजित किया गया था और उसके बाद 15 मार्च को मो.दे.रा.यो.सं. परिसर में पोस्ट महोत्सव योग कार्यशाला आयोजित की गई थी।

“YOGA MAHOTSAV-2023 MARKS THE BEGINNING OF 100 DAYS COUNTDOWN to the 9TH IDY” Celebrations

PM urges everyone to participate in Yoga Mahotsav - 2023

Ahead of Yoga Mahotsav-2023, an event to commemorate 100-Days countdown to the International Day of Yoga -2023 on March 13, the Hon'ble Prime Minister of India, Shri Narendra Modi ji urged everyone to enthusiastically participate in the three-day event.

The Hon'ble Prime Minister tweeted, "With a hundred days to go for Yoga Day, urging you all to mark it with enthusiasm. And, if you haven't made Yoga a part of your lives already, do so at the earliest".

The mega event was held at the Talkatora Indoor Stadium, New Delhi on 13 and 14 March followed by a Post Mahotsav Yoga Workshops at MDNIY premises on 15 March.



← Tweet



Narendra Modi
@narendramodi

With a hundred days to go for Yoga Day, urging you all to mark it with enthusiasm. And, if you haven't made Yoga a part of your lives already, do so at the earliest.

Ministry of Ayush @moayush - Mar 12

The three day Yoga Mahotsav 2023, an event to commemorate 100 days countdown to International Day of Yoga 2023, will witness various activities like talks/discourse by Yoga experts, Yoga fusions, Vice Chancellors summit, quiz, elocution

Show this thread

**YOGA
MAHOTSAV-2023**

An event to commemorate 100 days countdown to IDY 2023
March 13-14, 2023 at Talkatora Indoor Stadium, New Delhi
March 15, 2023 at MDNIY, New Delhi

Programmes/Activities

- Talks/Discourse by Yoga Experts/Masters
- Vice Chancellors Summit – Experience sharing sessions
- Yoga Fusion/Demonstrations
- Quiz, Elocution and Poster presentation
- Post Mahotsav Yoga Workshop for Yoga Instructors of AHWCs/Anganwadi workers
- 'Y-Break' Sessions
- Common Yoga Protocol (CYP)

मैं कॉर्पोरेट घरानों से कार्यालय परिसर में (योग केंद्र) स्थापित करने का आग्रह करता हूँ: श्री सर्बानंद सोनोवाल



श्री सर्बानंद सोनोवाल, माननीय केंद्रीय मंत्री, आयुष मंत्रालय और पत्तन पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय द्वारा अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2023 के 100 दिनों की उलटी गिनती के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम, योग महोत्सव 2023 का उद्घाटन करते हुए उन्होंने सभी कॉर्पोरेट घरानों से अपने कार्यालय परिसर में "योग केंद्र" आरंभ करने की अपील की। इस भव्य कार्यक्रम का आयोजन मो.दे.रा.यो.सं. आयुष मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा 13-14 मार्च को किया

गया था। जिसमें माननीय केंद्रीय मंत्रीजी ने अपने संबोधन में कहा कि कार्यालय परिसर में योग प्रकोष्ठ की स्थापना से कार्यस्थलों में कायाकल्प और दक्षता बढ़ाने में सहायता मिलेगी।

उन्होंने आगे बताया कि, "अब तक योग से संबंधित 12,000 से अधिक शोध पत्र अनुक्रमित पत्रिकाओं में प्रकाशित हो चुके हैं। इसके अतिरिक्त, व्यापक वैज्ञानिक साक्ष्य— आधारित शोध भारत और अन्य देशों में आयोजित किए गए हैं।

मंत्रीजी ने योग महोत्सव को एक अभियान बनाने का आह्वान किया, क्योंकि योग केवल एक व्यायाम ही नहीं है, बल्कि स्वास्थ्य से जुड़ी सभी समस्याओं का समाधान भी है।

उन्होंने आगे बताया कि हमारे माननीय प्रधानमंत्री जी के नेतृत्व में हम इस अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को सफल बनाएंगे। मैं सभी निजी और सार्वजनिक संगठनों से भी आग्रह करता हूँ कि वे आगे आएँ और इस आंदोलन का हिस्सा बनें।"



I urge corporate houses to set up a Yoga Cell in office premises: Shri Sarbananda Sonowal



Shri Sarbananda Sonowal, Hon'ble Union Minister for Ayush and Ports, Shipping & Waterways while inaugurating the Yoga Mahotsav 2023 appealed to all corporate houses to initiate a Yoga Cell in their office premises.

The mega event was organised by Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush, Government of India on March 13-14, 2023.

In his address, the Union Minister said that

setting up of Yoga Cell in their office premises would help to rejuvenate and maximize efficiency in the workplaces.

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 in other countries".

The Minister called upon the 'make Yoga Mahotsav a campaign' as Yoga is not just an exercise, but a solution to almost all the problems pertaining to health.

Under the leadership of our Hon'ble PM we will make this IDY successful. I also urge all organisations private and public to come forward and be a part of this movement, he further added.





सभा को संबोधित करते हुए, श्री जी. किशन रेड्डी, माननीय केंद्रीय संस्कृति, पर्यटन और डोनर मंत्री ने कहा कि, "योग पर्यटन का एक महत्वपूर्ण घटक बन गया है और हमारे माननीय प्रधानमंत्री जी योग को विश्व भर में लोगों को एकजुट करने के लिए एक सांस्कृतिक राजदूत के रूप में देखते हैं। योग की बढ़ती लोकप्रियता के साथ उनके मंत्रालय ने चिकित्सा और स्वास्थ्य पर्यटन शुरू किया है, जो अपने स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती में सुधार के इच्छुक आगंतुकों के लिए विशेष योग और कल्याण कार्यक्रमों की प्रस्तुति पर केंद्रित है।

श्रीमती मीनाक्षी लेखी, माननीय केंद्रीय विदेश और संस्कृति राज्य मंत्री ने कहा, "हमारे प्रधानमंत्री ने हमेशा कहा है कि योग सभी के लिए है, और हर कोई योग के लिए है। यही कारण है कि 177 देशों ने सर्वसम्मति से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने के प्रस्ताव का समर्थन किया।

योग विज्ञान है इसमें हमारे शरीर और मन को स्वस्थ रखने की क्षमता है। हमारे जीवन में तनाव को कम करने में योग का बहुत बड़ा योगदान है। इसका नियमित अभ्यास स्वस्थ और रोगमुक्त जीवन की ओर बढ़ाना है, जिससे हमारा शारीरिक और मानसिक कल्याण सुनिश्चित होता है।



मणिपुर के माननीय मुख्यमंत्री श्री एन बीरेन सिंह ने कहा, "इंफाल में मणिपुर विश्वविद्यालय, मानव संसाधन और विकास मंत्रालय, विश्वविद्यालयों में योग शिक्षा पर समिति द्वारा योग विभाग शुरू करने के लिए चुने गए छह केंद्रीय विश्वविद्यालयों में से एक था। तब से योग दिवस राज्य के मैदानी इलाकों और पहाड़ियों में मनाया जाता है। शैक्षिक, स्वास्थ्य, सुरक्षा बलों सहित विभिन्न संगठन बड़ी संख्या में भाग लेते हैं।"

आयुष मंत्रालय और महिला एवं बाल विकास मंत्रालय के राज्य मंत्री डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई ने कहा, "अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के प्रत्येक पूर्ववर्ती संस्करण ने अत्यधिक लोकप्रियता, वैश्विक समर्थन और स्वीकृति प्राप्त की है। योग महोत्सव 2023 का आयोजन अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023 के लिए 100 –दिवसीय उलटी गिनती की आधिकारिक शुरुआत है और योग के क्षितिज को व्यापक बनाने के लिए योग केंद्रित गतिविधियों में भाग लेने के लिए जनता को जागरूक और प्रेरित करने के लिए है।





Shri G. Kishan Reddy, Hon'ble Union Minister of Culture, Tourism, and DoNER, said, "Yoga has become a vital component of tourism, and our Prime Minister perceive Yoga as a cultural ambassador to unite people worldwide. With the growing popularity of Yoga my Ministry has launched Medical and Health Tourism, which focuses on offering specialized Yoga and wellness programmes to visitors seeking to improve their health and well-being."

Smt. Meenakshi Lekhi, Hon'ble Union Minister of State for External Affairs and Culture said, "Our Prime Minister had always said that Yoga is for everyone and every one is for Yoga. It is this reason that 177 countries unanimously supported the proposal to celebrate IDY. Yoga is a science that has the power to keep our body and mind healthy. Yoga is a big contributor to reducing stress from our lives. Its regular practice is the step to a healthy and disease-free life, which leads to our physical and mental well-being."



Shri N. Biren Singh, Hon'ble Chief Minister of Manipur said, "Manipur University, in Imphal, was one of the six central universities selected to start Yoga department by the committee on Yoga education in Universities, Ministry of Human Resources and Development, Government of India. Since then the Yoga day is being celebrated across the plains and hills of the state. Various organisations including educational institutional, health, security forces participate in a large number."

Dr. Munjpara Mahendra Bhai, Hon'ble Minister of State for Ayush and Woman and Child Development said, "Every preceding edition of IDY has garnered immense popularity, global support and acceptance. The celebration of Yoga Mahotsav 2023 marks the official beginning of the 100-day countdown to IDY2023 and to sensitize and motivate the masses to participate in Yoga centric activities to widen the horizons of Yoga."





भारतीय एथलीट सुश्री हिमा दास ने इस अवसर पर कहा कि, "मैं नियमित रूप से योग का अभ्यास कर रही हूँ। मैं प्रत्येक दिन 10 मिनट योग जरूर करती हूँ। मैं अपने मस्तिष्क और शरीर को स्वस्थ रखने के लिए प्राणायाम करती हूँ। हमें योग केवल मनोरंजन के लिए नहीं करना चाहिए, बल्कि यह पूरे साल हमारे जीवन का अभिन्न अंग होना चाहिए।"

आयुष मंत्रालय के सचिव वैद्य राजेश कोटेचा ने कहा, "मंत्रालय ने भारत और दुनिया भर में योग के संदेश को पहुंचाने में पिछले आठ वर्षों में हासिल की गई प्रगति को आगे बढ़ाने के लिए कई कार्यक्रम और सहयोग शुरू किए हैं। हम जी20 की अध्यक्षता कर रहे हैं और हम इस मंच के जरिए योग को एक नई ऊंचाई पर ले जाने के लिए प्रतिबद्ध हैं। आज अंतरराष्ट्रीय योग दिवस 2023 के 100 दिन पूरे होने का काउंटडाउन शुरू हो गया है और यहां बड़ी संख्या में लोगों का जमावड़ा इस बात का सबूत है कि योग किस तरह गांवों में पहुंच गया है।"



आयोजन के दौरान आयुष मंत्रालय की संयुक्त सचिव सुश्री कविता गर्ग ने सभी गणमान्य व्यक्तियों का स्वागत किया और कहा कि योग ने हमारे दैनिक जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। मैं माननीय केंद्रीय आयुष और बंदरगाह, नौवहन और जलमार्ग मंत्री, श्री सर्बानंद सोनोवाल जी की बहुत आभारी हूँ, जिनके दूरदर्शी नेतृत्व में आयुष मंत्रालय लगातार घर-घर तक योग पहुंचाने का प्रयास कर रहा है।

आइए हम सब मिलकर योग का प्रचार-प्रसार करें, ताकि विश्व समुदाय में आपसी भाईचारे और सद्भाव का संचार हो सके।

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी ने योग महोत्सव के आयोजन में कुशल मार्गदर्शन के लिए माननीय केंद्रीय मंत्री को धन्यवाद दिया। उन्होंने बड़ी संख्या में आए सभी प्रतिभागियों का भी धन्यवाद किया। साथ ही साथ, उन्होंने योग के प्रति अपनी प्रतिबद्धता दोहराते हुये कहा कि अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के 100 दिनों के दौरान महोत्सव का उद्देश्य योग और इसके लाभ को देश के हर ग्राम तक पहुंचाना होगा।



गौरतलब है कि तीन दिवसीय योग महोत्सव 2023, नई दिल्ली के तालकटोरा इंडोर स्टेडियम में आयोजित किया गया। इसके बाद मोराजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान में पोस्ट-महोत्सव कार्यशालाओं का आयोजन किया गया।

तीन दिवसीय योग महोत्सव- 2023 में कई तरह के कार्यक्रम और गतिविधियां शामिल थीं, जिनमें योग गुरुओं द्वारा वार्ता/प्रवचन, कुलपति शिखर सम्मेलन, जहां संस्थानों के प्रमुखों ने अपने अनुभव साझा किए, राज्यों/केंद्रशासित प्रदेशों के आयुष शिखर सम्मेलन, योग फ्यूजन/प्रदर्शन, योग लयबद्ध प्रदर्शन शामिल थे। प्रश्नोत्तरी कार्यक्रम/वक्तृत्व कला /पोस्टर प्रस्तुति और 'वाई' ब्रेक एवं सामान्य योग अभ्यासक्रम जैसी प्रतियोगिताओं का भी प्रदर्शन किया गया।



Indian Athlete Ms. Hima Das on the occasion said, "I have been practising Yoga regularly. Every day I dedicate 10 mins to Yoga. I do Prayanam to keep my mind and body fit. We should not do Yoga just to celebrate but it should be a part of our life through out the year."

Vaidya Rajesh Kotecha, Secretary, Ministry of Ayush said, "The Ministry has initiated multiple programmes and collaborations to build on the progress achieved over the last eight years in taking the message of Yoga across India and the world. We are hosting G20 presidency and we are committed to taking Yoga to a new height through this platform. Today the countdown to 100 days to International Day of Yoga 2023 has begun, and the presence of large gathering here is a proof of how Yoga has reached every place including villages.



During the event Ms. Kavita Garg, Joint Secretary, Ministry of Ayush welcomed all the dignitaries and said that Yoga has played an important role in our daily life. I am extremely grateful to Hon'ble Union Minister for Ayush and Ports, Shipping and Waterways, Shri Sarbananda Sonowal ji, under whose visionary leadership the Ministry of Ayush is constantly trying to make Yoga reach every household.

Let's all promotion and dissemination Yoga together, so that there can be communication of mutual brotherhood and harmony in the world community.

Dr Ishwar V Basavaraddi Director, MDNIY, thanked the Hon'ble Union Minister for his able guidance in organising the Yoga Mahotsav. He also thanked all the participants who had come in large numbers. He said that during the 100 days to IDY, the aim of the Mahotsav would be to take Yoga and its benefit to every gram of the country.



The three-day Yoga Mahotsav 2023, was organised at Talkatora Indoor Stadium, New Delhi followed by Post-Mahotsav Workshops at Moraji Desai National Institute of Yoga.

The three-day Yoga Mahotsav 2023 featured a range of programmes and activities which included talks/discourses by Yoga gurus, Vice Chancellors Summit, where heads of leading institutes shared their experience, States/UTs Ayush Summit, Yoga Fusion/Demonstration, Yoga rhythmic performance, competitions like Quiz/Elocution/Poster presentation and 'Y' Break & CYP were also performed.

माननीय आयुष मंत्री ने “योग @ कार्यस्थल – योग इन चेयर” वीडियो किया लॉन्च



श्री सर्बानंद सोनोवाल, माननीय केंद्रीय मंत्री आयुष मंत्रालय और पतन पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय ने “योग @ कार्यस्थल – योग इन चेयर” पर एक मिनट का वीडियो लॉन्च किया।

13 मार्च, 2023 को तालकटोरा इंडोर स्टेडियम, नई दिल्ली में आयोजित योग महोत्सव 2023 के भव्य उद्घाटन समारोह के दौरान कई केंद्रीय मंत्रियों, वरिष्ठ सरकारी अधिकारियों और प्रतिष्ठित हस्तियों की उपस्थिति में मंत्री ने वीडियो लॉन्च किया।



वीडियो मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान(मो.दे.रा.यो.सं.), आयुष मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा डॉ. ईश्वर वी. बसवरडु, निदेशक, मो.दे.रा.यो. सं.के दूरदर्शी नेतृत्व में बनाया गया है। ये लघु और आकर्षक वीडियो योग में सामूहिक भागीदारी को प्रेरित करने और प्रोत्साहित करने के लिए डिज़ाइन किए गए हैं, जिसमें कॉर्पोरेट कार्यस्थलों और अत्यधिक कार्य करने वालों पर विशेष ध्यान दिया गया है।

लॉन्च के बाद, मंच पर उपस्थित प्रतिष्ठित हस्तियों ने भी चेयर में योगाभ्यास किया।



Hon'ble Ayush Minister launches "Yoga @ Workplace - Yoga in Chair" video



S hri Sarbananda Sonowal, Hon'ble Union Minister for Ayush and Ports, Shipping & Waterways launched a one-minute video on "Yoga @ Workplace -Yoga in Chair". The Minister in the presence of several Union Ministers, senior government officers and eminent personalities launched the video during the grand inaugural ceremony of Yoga Mahotsav 2023, held at Talkatora Indoor Stadium, New Delhi on March 13, 2023.



The video has been created by Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush, Government of India, under the visionary leadership of Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY. These short and engaging videos are designed to inspire and encourage mass participation in Yoga, with a specific focus on corporate workplaces and workaholics. After the launch, eminent personalities on the dais also practiced Yoga in Chair.

Audience enthralled with the beauty of cultural events and yoga fusion

सांस्कृतिक कार्यक्रम, योगाभ्यास ने दर्शकों को किया मंत्रमुग्ध



The inauguration of Yoga Mahotsav-2023 witnessed some colourful and breath taking performances by artists who gathered from across the country. Ms. Nidhi Dogra, from Himachal Pradesh, popularly known as "Rubber Doll" left the eminent guests and the audience enthralled with her flawless Yoga demonstration.

The cultural evening witnessed beautiful Folk Dances of India organised by Suresh Bhawani Balancing Art.

A scintillating Yoga Fusion programme was performed by the students of MDNIY.

Later Dr Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY honoured all the participants with mementos.

योग महोत्सव- 2023 के उद्घाटन के बाद, अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस- 2023 के 100 दिनों की उलटी गिनती के उपलक्ष्य में, हिमाचल प्रदेश की "रबर डॉल" के रूप में ख्याति प्राप्त निधि डोगरा ने मेहमानों और दर्शकों को रोमांचित कर देने वाले योग प्रदर्शन से मंत्रमुग्ध कर दिया।

सांस्कृतिक संध्या में सुरेश भवानी बैलेंसिंग आर्ट द्वारा आयोजित भारत के सुंदर लोक नृत्य देखे गए।

मो.दे.रा.यो.सं.के छात्रों द्वारा योग फ्यूजन कार्यक्रम का शानदार प्रदर्शन किया गया।

बाद में, मो.दे.रा.यो.सं.के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि ने सभी प्रतिभागियों को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया।



MDNIY, MIMC ink MoU for promotion of Yoga

योग को बढ़ावा देने के लिए समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर



The second day of Yoga Mahotsav-2023 witnessed action-packed demonstrations, inking of MoU, discourses by eminent personalities, quiz, competitions, elocutions, cultural programmes and Yoga performances. Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush, Government of India, and Mahabodhi International Meditation Centre (MIMC), Leh Ladakh entered into an agreement to promote Yoga through academic activities, research and training and sharing of expertise.

The Memorandum of Understanding (MoU) was signed by Dr. Ishwar V Basavaraddi, Director MDNIY and Ven. Bhikkhu Sanghasena, Founder president and Spiritual Director, MIMC, Ladakh on March 15, 2023. Both sides agreed to initiate interdisciplinary research in Yoga, psychology, physiology, genetics etc. and support the exchange of academic, research and training material.

योग महोत्सव-2023 के दूसरे दिन उत्साह से भरपूर प्रदर्शन, समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर, प्रख्यात हस्तियों के प्रवचन, प्रश्नोत्तरी, प्रतियोगिताएं, भाषण, सांस्कृतिक कार्यक्रम और योग प्रदर्शन हुए। मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो. सं), आयुष मंत्रालय, भारत सरकार और महाबोधि अंतर्राष्ट्रीय ध्यान केंद्र (एमआईएमसी), लेह लद्दाख ने शैक्षणिक गतिविधियों, अनुसंधान और प्रशिक्षण और विशेषज्ञता साझा करने के माध्यम से योग को बढ़ावा देने के लिए एक समझौता किया।

15 मार्च, 2023 को समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि और एमआईएमसी के संस्थापक अध्यक्ष और आध्यात्मिक निदेशक भिक्खु संघसेना ने हस्ताक्षर किए। दोनों पक्ष योग, मनोविज्ञान, शरीर विज्ञान, आनुवंशिकी आदि में अंतःविषय अनुसंधान प्रारंभ करने और अकादमिक, अनुसंधान और प्रशिक्षण सामग्री के आदान-प्रदान का समर्थन करने पर सहमत हुए।



VCs cum eminent experts' summit

विद्वान कुलपतियों सह प्रख्यात विशेषज्ञों का शिखर सम्मेलन



The second day witnessed a knowledge-filled Vice Chancellors cum eminent experts' summit. The summit was chaired by Ven. Bhikkhu Sanghasena, Founder president and Spiritual Director, Mahabodhi International Meditation Centre - MIMC, Ladakh and the topic was 'IDY- A Reflection on its Past and Opportunity for Future'.

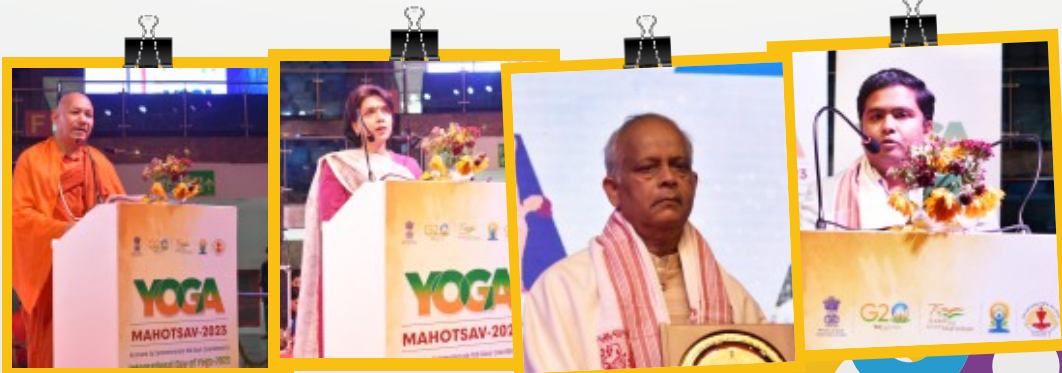
The summit saw the participations of Somdev Satanshu, Vice Chancellor, Gurukul Kangri Vishwavidyalaya, Haridwar, Dr. Sanjeev Sharma, CPU, Hamirpur Himachal Pradesh, Shri. Mulai Muhilan, Commissioner, Youth empowerment and Sports Department, Government of Karnataka and Ekta Boudierlique, Heartfulness Institute.

The Experts spoke at large on the importance of Yoga and how it has been helping mankind. They also shed light on how their organisations have been working relentlessly for promoting Yoga through various programmes.

शिखर सम्मेलन की अध्यक्षता भिक्षु संघसेना, संस्थापक अध्यक्ष और आध्यात्मिक निदेशक, महाबोधि अंतर्राष्ट्रीय ध्यान केंद्र – एमआईएमसी, लद्दाख ने की और विषय 'अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस – अपने अतीत पर एक प्रतिबिंब और भविष्य के लिए अवसर' था।

शिखर सम्मेलन में सोमदेव सतंशु, कुलपति, गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय, हरिद्वार, डॉ. संजीव शर्मा, सीपीयू, हमीरपुर, हिमाचल प्रदेश, श्री. मुलाई मुहिलान, आयुक्त, युवा अधिकारिता और खेल विभाग, कर्नाटक सरकार और एकता बौडरलिक, हार्टफुलनेस संस्थान अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई।

विशेषज्ञों ने बड़े पैमाने पर योग के महत्व और यह कैसे मानव जाति की सहायता कर रहा है, विषय पर बात की। उन्होंने इस बात पर भी प्रकाश डाला कि कैसे उनके संगठन विभिन्न कार्यक्रमों के माध्यम से योग को बढ़ावा देने के लिए निरंतर कार्य कर रहे हैं।



प्रमुख योग संस्थानों के प्रमुखों ने योग के महत्व पर विचार-विमर्श किया



14 मार्च, 2023 को तालकटोरा इनडोर स्टेडियम, नई दिल्ली में योग महोत्सव –2023 के दूसरे दिन 'अग्रणी योग संस्थानों के प्रमुखों द्वारा अनुभव साझा करने' के लिए एक शिखर सम्मेलन आयोजित किया गया।

मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ ईश्वर वी. बसवरड्डि ने योग—इसका अतीत/वर्तमान/भविष्य' विषय पर शिखर सम्मेलन की अध्यक्षता की।

शिखर सम्मेलन में श्री के.सी. जैन, अध्यात्म साधना केंद्र; श्रीमती नृत्य जगन्नाथन, कृष्णमाचार्य योग मंदिरम; श्री पवन कुमार, पतंजलि योगपीठ, हरिद्वार; श्री. मनोज गुप्ता, द आर्ट ऑफ लिविंग; श्री. शरद चंद्र अग्रवाल, भारतीय योग संस्थान; डॉ रुचि जैन, ओम अरहम सोशल वेलफेयर फाउंडेशन; श्री. हीरा योगी, हीरा योगी फाउंडेशन; सुश्री अर्पिता, ईशा

फाउंडेशन; आचार्य नवनीश कांत शर्मा, भारत योग मोक्षायतन; श्री संदीप कुमार, एडब्ल्यूजीपी—अखिल विश्व गायत्री परिवार; डॉ. पूरन चंद, अमृता योग संस्थान अम्मा आश्रम और शिवानंद योग स्कूल इंटरनेशनल; योग गुरु मंगेश त्रिवेदी, अखिल भारतीय योग शिक्षक महासंघ; श्री. वी.पी. सिंह, कैवल्यधाम योग संस्थान; श्री अनुपम जैन, हार्टफुलनेस ध्यान दिल्ली/एनसीआर; डॉ. विक्रम सिंह, नवयोग ग्राम, डॉ. नवदीप जोशी; श्री अभिषेक भारती, आरोग्य योगशाला; ओशायनी जी शिवानंद योग वेदांत नटराज केंद्र, नई दिल्ली; प्रो सैयद मुर्तजा, अलीगढ़ मुस्लिम विश्वविद्यालय; श्री बालमुकुंद शास्त्री, एस एम योग अनुसंधान संस्थान, भारत—पंजीकृत, वृंदावन और श्री अतुल, विश्वास ध्यान केंद्र ने इस विषय पर अपने अनुभव साझा किए।



Summit of the heads of leading Yoga institutes on, 'Yoga-Its Past, Present and Future'



The summit of the Heads of Leading Yoga Institutes' was organised on the 2nd Day of Yoga Mahotsav-2023 at Talkatora Indoor Stadium, New Delhi on March 14, 2023. Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY chaired the summit on the topic 'Yoga-Its Past, Present and Future'.

The Summit witnessed the participation of Shri K.C. Jain, Adhyatm Sadhna Kendra; Smt. Nrithya Jagannathan, Krishnamacharya Yoga Mandiram; Shri Pawan Kumar, Patanjali Yogpeeth, Haridwar; Shri. Manoj Gupta, The Art of Living; Shri. Sharad Chandra Agrawal, BhartiyaYog Sansthan; Dr. Ruchi Jain, Om Arham Social Welfare Foundation; Shri. Hira Yogi, Hira Yogi Foundation; Ms. Arpita, Isha

Foundation; Acharya Navneesh Kant Sharma, Bharat Yoga Mokshayatan; Shri Sandeep Kumar, AWGP - All World Gayatri Pariwar; Dr. Pooran Chand, Amrita Yoga Institute Amma Ashrama and Sivananda Yoga School International; Yog Guru Mangesh Trivedi, Akhil Bhartiya Yog Shikshak Mahasangh; Shri. V.P. Singh, Kaivalyadhama Yoga Institute; Shri Anupam Jain, Heartfulness Meditation Delhi/NCR; Dr. Vikram Singh, Navyoga Gram, Dr. Navdeep Joshi; Shri Abhishek Bharti, AROGYA YOGSHALA; Oshayani Jee Sivananda Yoga Vedanta Nataraja Centre, New Delhi; Prof. Syed Murtaza, Aligarh Muslim University; Shri Balmukund Shastri, S M Yoga Research Institute, India-Regd, Vrindavan and Shri Atul, Vishvas Meditation Centre.



Quiz, elocution and cultural events dominates

प्रश्नोत्तरी, प्रवचन, सांस्कृतिक कार्यक्रम दूसरे दिन भी छाये रहे



Children from Patanjali Yog Peeth and Pyramid Yoga Team gave some brilliant performances which received a huge appreciation from the audience. Moreover, competitions such as quiz, elocution and poster presentation also took place.

A thrilling demonstration by the paramilitary students of MDNIY who performed on the Uri surgical strike left the audience spellbound. The paramilitary personnel made everyone recall the valiant 2016 operation across the Line of Control carried out by the Indian Army.

पतंजलि योग पीठ और पिरामिड योग टीम के बच्चों ने कुछ शानदार प्रस्तुतियां दीं, जिन्हें दर्शकों से काफी सराहना मिली। इसके अतिरिक्त प्रश्नोत्तरी, प्रवचन, पोस्टर प्रस्तुति आदि प्रतियोगिताएं भी हुईं।

उरी सर्जिकल स्ट्राइक पर प्रदर्शन करने वाले मो.दे.रा.यो.सं के पैरामिलिट्री छात्रों के रोमांचक प्रदर्शन ने दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। अर्धसैनिक बल के जवानों ने सभी को भारतीय सेना द्वारा नियंत्रण रेखा के पार 2016 में किए गए बहादुर ऑपरेशन को याद किया।



Common Yoga Protocol during Yoga Mahotsav at MDNIY

Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY led a refreshing early morning Yoga session based on Common Yoga Protocol at MDNIY to mark the beginning of the journey towards the International Day of Yoga 2023. The Common Yoga Protocol was practiced from 07:00 AM to 07:45 AM daily. Several eminent personalities including Dr. Sanjeev Sharma, Vice Chancellor of Career Point University, Hamirpur, Yoga Sadhaks and diverse groups of individuals from various walks of life participated in the CYP session.

योग महोत्सव के दौरान मो.दे.रा.यो.सं. में सामान्य योग अभ्यासक्रम

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023— योग महोत्सव 2023 की यात्रा की शुरुआत को चिह्नित करने के लिए मो.दे.रा.यो.सं. में सामान्य योग अभ्यासक्रम पर आधारित प्रातःकाल के योग सत्र का नेतृत्व किया। सामान्य योग अभ्यासक्रम का अभ्यास प्रतिदिन सुबह 07:00 बजे से 07:45 बजे तक किया गया। संजीव शर्मा, कुलपति, करियर प्वाइंट यूनिवर्सिटी हमीरपुर योग साधकों और जीवन के विभिन्न क्षेत्रों के व्यक्तियों के विविध समूहों सहित कई प्रतिष्ठित व्यक्तियों ने इस दौरान अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई।



Additional Chief Secretary, Karnataka Government visits MDNIY

अतिरिक्त मुख्य सचिव, कर्नाटक सरकार ने मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया



Dr. Shalini Rajneesh, Additional Chief Secretary, Department of Youth Empowerment and Sports, Government of Karnataka, paid a visit to Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) on March 15, 2023. Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY, extended a warm welcome and apprised her about the various activities and programmes of the institute.

While addressing the Anganwadi workers as a part of Post Mahotsav Yoga Workshop, Dr. Shalini commended the initiatives of MDNIY in promoting Yoga among police personnel, students, Anganwadi workers, elderly individuals, and other segments of the society.

During her interactive session with the staff and students of MDNIY, she acknowledged the tireless efforts and support provided by the MDNIY team, led by Director MDNIY, in realizing the vision of the Yogathon 2022. She emphasized the importance of incorporating the benefits of Yoga in today's world, particularly for the youth.

Furthermore, she also highlighted the "Y Break for Workaholics - Yoga at Chair Videos" developed by MDNIY and called for collective efforts to promote this message, particularly in workplaces and institutions beyond schools and colleges.

डॉ. शालिनी रजनीश, अतिरिक्त मुख्य सचिव, युवा अधिकारिता और खेल विभाग, कर्नाटक सरकार ने 15 मार्च, 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं) का दौरा किया। मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डि ने उत्साहपूर्वक से उनका स्वागत किया और उन्हें संस्थान की विभिन्न गतिविधियों और कार्यक्रमों से अवगत कराया।

पोस्ट महोत्सव योग कार्यशाला के एक भाग के रूप में आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए डॉ. शालिनी रजनीश ने पुलिस कर्मियों, छात्रों, आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं, बुजुर्ग व्यक्तियों और समाज के अन्य वर्गों के बीच योग को बढ़ावा देने के लिए मो.दे.रा.यो.सं के पहल की सराहना की।

मो.दे.रा.यो.सं के कर्मचारियों और छात्रों के साथ अपने संवादात्मक सत्र के दौरान उन्होंने योगाथन 2022 के विजन को साकार करने में मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक की अगुवाई में मो.दे.रा.यो.सं टीम द्वारा प्रदान किए गए अथक प्रयासों और समर्थन को स्वीकार किया। उन्होंने आधुनिक विश्व में योग के लाभों को शामिल करने के महत्व पर जोर दिया, मूल रूप से युवाओं के लिए।

इसके अतिरिक्त, उन्होंने मो.दे.रा.यो.सं द्वारा विकसित "अत्यधिक कार्य करने वालों के लिए वाई ब्रेक - चेयर वीडियो पर योग" पर भी प्रकाश डाला और इस संदेश को बढ़ावा देने के लिए विशेष रूप से स्कूलों और कॉलेजों से परे कार्यस्थलों और संस्थानों में सामूहिक प्रयासों का आह्वान किया।

योग महोत्सव – 2023 का भव्य तरीके से समापन



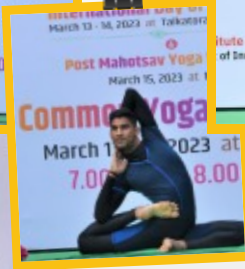
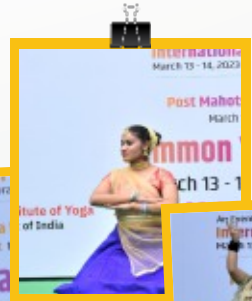
योग महोत्सव – 2023 अंतरराष्ट्रीय योग दिवस – 2023 के 100 दिनों की उलटी गिनती मनाने के लिए एक कार्यक्रम 15 मार्च, 2023 को संपन्न हुआ।

समापन कार्यक्रम 'पोस्ट महोत्सव योग कार्यशाला' मो.दे.रा.यो.सं परिसर में आयोजित किया गया।

मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि ने समापन कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कहा कि योग महोत्सव का उद्देश्य योग को हर गांव और हर घर तक पहुंचाना है।

कार्यक्रम का समापन मो.दे.रा.यो.सं के छात्रों द्वारा रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों के साथ किया गया।

कार्यक्रम में आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, आशा कार्यकर्ता और हरियाणा कल्याण केंद्र के प्रतिनिधियों सहित कई संगठनों ने भी भाग लिया।



Yoga Mahotsav - 2023 concludes in a grand way



The Yoga Mahotsav - 2023 concluded on March 15, 2023 in the much grandeur and fervour.

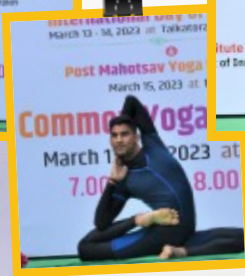
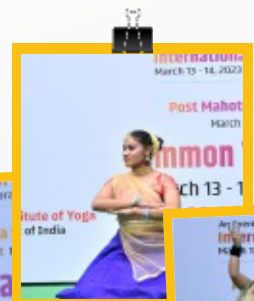
The concluding event - 'Post Mahotsav Yoga Workshop' take place at the MDNIY premises.

Dr. Ishwar V Basavaraddi, Director, MDNIY while presiding over the concluding programme

said that the objective of the Yoga Mahotsav was to make Yoga reach every village and every home.

The event concluded with colourful cultural programmes performed by the students of MDNIY.

Several organisations including Anganwadi workers, Asha workers, and representatives from Haryana Wellness Centre also participated in the programme.



आईडीवाई - 2023 अंतर-मंत्रीपदीय बैठक

27 मार्च, 2023 को संसद भवन में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस-2023 के उत्सव पर चर्चा के लिए एक अंतर-मंत्रीपदीय बैठक आयोजित की गई।

श्री सर्बानंद सोनोवाल, माननीय आयुष मंत्रालय, पत्तन पोत्र परिवहन और जलमार्ग मंत्री सहित कई केंद्रीय मंत्री; श्री गिरिराज सिंह, माननीय ग्रामीण विकास और पंचायती मंत्री; श्री भूपेंद्र यादव भाजपा, माननीय श्रम और रोजगार मंत्री; श्री किशन रेड्डी गंगापुरम, माननीय पर्यटन, संस्कृति और डोनर मंत्री; श्री किरिन रिजिजू, माननीय कानून और न्याय मंत्री; श्री पुरुषोत्तम रूपाला, माननीय मत्स्य पालन, पशुपालन और डेयरी मंत्री; श्री वीरेंद्र कुमार, माननीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्री; श्री डॉ जितेंद्र सिंह, माननीय राज्य मंत्री, पृथ्वी विज्ञान, विज्ञान और प्रौद्योगिकी मंत्रालय; डॉ. महेंद्र मुंजपारा, माननीय आयुष और महिला एवं बाल

विकास राज्य मंत्री; डॉ. भारती प्रवीण पवार, माननीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण राज्य मंत्री; श्री चौ. कृष्ण पाल गुर्जर, माननीय सामाजिक न्याय और अधिकारिता राज्य मंत्री; श्री अजय भट्ट, माननीय रक्षा राज्य मंत्री; श्री अजय मिश्रा, माननीय गृह राज्य मंत्री; श्री डॉ. भागवत कराड, माननीय वित्त राज्य मंत्री ने बैठक में भाग लिया और अपने सुझाव भी दिए ताकि पूरे दृष्टिकोण को प्रतिबिंबित किया जा सके और अंतरराष्ट्रीय योग दिवस-2023 को संयुक्त प्रयास से मिशन मोड में उत्कृष्टता प्रदान किया जा सके।

वैद्य राजेश कोटेचा और अन्य सचिव, भारत सरकार की बैठक में उपस्थित थे। श्रीमती कविता गर्ग, संयुक्त सचिव, आयुष मंत्रालय, डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि, निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं और आयुष मंत्रालय के अन्य वरिष्ठ अधिकारी भी बैठक में शामिल हुए।



IDY – 2023 Inter-Ministerial Meeting

An inter-ministerial meeting was held to discuss the celebration of International Day of Yoga (IDY)-2023 at the Parliament House on 27th March, 2023.

Several Union Ministers including Shri Sarbananda Sonowal, Hon'ble Minister of Ayush and Ports, Shipping & Waterways; Shri Giriraj Singh, Hon'ble Minister of Rural Development and Panchayati; Shri Bhupender Yadav, Hon'ble Minister of Labour and Employment; Shri Kishan Reddy Gangapuram, Hon'ble Minister of Tourism, Culture and DoNER; Shri Kiren Rijiju, Hon'ble Minister of Law and Justice; Shri Parshottam Rupala, Hon'ble Minister of Fisheries, Animal Husbandry and Dairying; Shri Vierndra Kumar, Hon'ble Minister of Social Justice and Empowerment; Shri Dr Jitendra Singh, Hon'ble Minister of state for Ministry of Earth Science, Science and Technology; Dr Mahendra Munjpara, Hon'ble Minister of State

for Ayush & WCD; Dr. Dr. Bharati Pravin Pawar, Hon'ble Minister of State for Health and Family Welfare; Shri Ch. Krishan Pal Gurjar, Hon'ble Minister of State for Social Justice and Empowerment; Shri Ajay Bhatt, Hon'ble Minister of State for Defence; Shri Ajay Mishra, Hon'ble Minister of State for Home Affairs; Shri Dr. Bhagwat Karad, Hon'ble Minister of State for Finance attended the meeting and gave suggestions to increase the outreach, pooling up of resources so as to reflect the entire government, approach and to put in combined efforts in the mission mode to take IDY-2023 to greater heights.

Vaidya Rajesh Kotecha and other secretaries, Government of India were present at the meeting. Smt. Kavita Garg, Joint Secretary, Ayush, Dr Ishwar Basavaraddi, Director MDNIY and other senior officers from the Ministry of Ayush also attended the meeting.



Director, MDNIY highlights the importance of Yoga for healthy life at ASSOCHAM

स्वस्थ जीवन के लिए योग महत्वपूर्ण: निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं.



Dr Ishwar V. Basavaraddi, Director, Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush participated as a 'Special Guest' in a two-day Awareness Summit on the Illness to Wellness to promote 'New-India-Healthy India' organised by ASSOCHAM on March 22 and 23, 2023.

The inaugural session was chaired by Shri Bhubaneswar Kalita, Hon'ble Member of Parliament, Rajya Sabha, and Chairperson, Parliamentary Standing committee on Health & Family welfare, Government of India.

Director, MDNIY during an interactive session with the theme "Yoga and Ayush: A Boon to New Healthy India, highlighted on how Yoga can be beneficial for the overall development of mind and body.

The Director also led the Y-Break (Yoga in Chair) session for the participants.

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं), आयुष मंत्रालय के निदेशक डॉ ईश्वर वी. बसवरडि ने 'न्यू-इंडिया-हेल्दी इंडिया' को बढ़ावा देने के लिए बीमारी से तंदुरुस्ती पर दो दिवसीय जागरूकता शिखर सम्मेलन में 'विशेष अतिथि' के रूप में भाग लिया। एसोचैम द्वारा 22 और 23 मार्च, 2023 को आयोजित किया गया।

उद्घाटन सत्र की अध्यक्षता श्री भुवनेश्वर कलिता, माननीय संसद सदस्य, राज्य सभा, और अध्यक्ष, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार पर संसदीय स्थायी समिति द्वारा की गई थी।

मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक ने "योग और आयुष: नए स्वस्थ भारत के लिए वरदान" विषय पर एक संवादात्मक सत्र के दौरान इस बात पर प्रकाश डाला कि योग मन और शरीर के समग्र विकास के लिए कैसे लाभदायक हो सकता है।

निदेशक ने प्रतिभागियों के लिए वाई-ब्रेक (चेयर में योग) सत्र का भी नेतृत्व किया।



Dr. Ramankutty enlightens students about Yoga at MDNIY

मो.दे.रा.यो.सं. में विशेष व्याख्यान



Vaidyaratnam Dr. Raghavan Ramankutty, Founder and Chief Physician, Dattatreya, Kerala delivered a special lecture on the 'Importance of Patanjala Yoga in the Present Era' at the MDNIY Auditorium on 22 March.

While delivering the lecture, Dr Raghavan Ramankutty said that, 'Prana and Yoga' are of utmost importance in our lives. Our attitudes control our mind and brain and a healthy living and good conduct are very important for our attitudes.

The programme was presided over by Director, MDNIY Dr. Ishwar V Basavaraddi. On the occasion, he said that the arrival of Vaidyaratnam Dr. Raghavan Ramankutty on the auspicious occasion of Hindu New Year and Chaitra Navaratri is a matter of pride and honor for us. He also urged the students of the institute to gain knowledge and disseminate it for world peace.

वैद्यरत्नम डॉ. राघवन रमनकुट्टी, संस्थापक और मुख्य चिकित्सक, दत्तात्रेय, केरल ने 22 मार्च को मो.दे.रा.यो.सं के प्रेक्षागृह में 'वर्तमान युग में पतंजल योग के महत्व' पर एक विशेष व्याख्यान दिया।

डॉ. राघवन रमनकुट्टी ने व्याख्यान देते हुए कहा कि प्राण और योग का हमारे जीवन में अत्यधिक महत्व है। हमारा दृष्टिकोण हमारे मन और मस्तिष्क को नियंत्रित करता है और एक स्वस्थ जीवन और अच्छा आचरण हमारे दृष्टिकोण के लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं।

कार्यक्रम की अध्यक्षता मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि ने की। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि वैद्यरत्नम डॉ. राघवन रमनकुट्टी का हिन्दू नववर्ष और चैत्र नवरात्रि के शुभ अवसर पर आगमन हमारे लिए गर्व और सम्मान की बात है। उन्होंने संस्थान के छात्रों से ज्ञान प्राप्त करने और विश्व शांति के लिए प्रचार करने का भी आग्रह किया।

MDNIY exhibits Ayush camp at Parliament Annexe

MDNIY exhibited an Ayush camp-cum-exhibition for the Members of Parliament from 20th to 24th March, 2023. The Exhibition was inaugurated by Shri Om Birla, Hon'ble Speaker of Lok Sabha. The camp was organized by the Ministry of Health & Family Welfare, Ministry of Ayush and CGHS at the Parliament Annexe.

Members of Parliament from the Rajya Sabha and Lok Sabha, including Hon'ble Members of Rajya Sabha; Shri Prakash Javadekar, Shri Baburam Nishad, Smt. Sangeeta Yadav, Smt. Darshana Singh and Hon'ble Members of Lok Sabha; Dr. K. Jayakumar, Shri Vijay Vasanth paid a visit to the MDNIY Stall.

Besides, Parliament staffs and security personnel also flocked the stall, where they were informed about the Yoga facilities such as Yoga Therapy Consultancy, Yoga Break Protocol and their benefits.

मो.दे.रा.यो.सं ने संसद एनेक्सी में आयुष शिविर का किया प्रदर्शन

मो.दे.रा.यो.सं ने 20 से 24 मार्च, 2023 तक संसद सदस्यों के लिए एक आयुष शिविर-सह-प्रदर्शनी का प्रदर्शन किया। प्रदर्शनी का उद्घाटन लोकसभा के माननीय अध्यक्ष श्री ओम बिरला ने किया। यह शिविर स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, आयुष मंत्रालय और सीजीएचएस द्वारा पार्लियामेंट एनेक्सी में आयोजित किया गया था।

राज्यसभा के माननीय सदस्यों सहित राज्य सभा और लोक सभा के संसद सदस्य; श्री प्रकाश जावड़ेकर, श्री बाबूराम निषाद, श्रीमती संगीता यादव, स्व. दर्शना सिंह और लोकसभा के माननीय सदस्य; डॉ. के. जयकुमार, श्री विजय वसंत ने मो.दे.रा.यो.सं स्टॉल का दौरा किया।

इसके अतिरिक्त, संसद के कर्मचारी और सुरक्षाकर्मी भी स्टॉल पर पहुंचे, जहां उन्हें योग थेरेपी कंसल्टेंसी, योग ब्रेक अभ्यासक्रम जैसी योग सुविधाओं और उनके लाभों के बारे में बताया गया।



मो.दे.रा.यो.सं. और एसवाईआई, इटली ने किया समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए

योग के क्षेत्र में अकादमिक सहयोग स्थापित करने के लिए मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं), आयुष मंत्रालय, भारत सरकार और सर्व योग इंटरनेशनल (एसवाईआई), लेरिसी, इटली के बीच एक समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर हस्ताक्षर किए गए।

समझौता ज्ञापन पर 1 मार्च को डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी, निदेशक मो.दे.रा.यो.सं और डॉ. एंटोनियेटा रोजी, अध्यक्ष, सर्व योग इंटरनेशनल, इटली द्वारा हस्ताक्षर किए गए थे।

समझौते का उद्देश्य योग की पारंपरिक प्रणालियों का अध्ययन करने के लिए सहयोग को मजबूत करना और विकसित करना और अकादमिक गतिविधियों को भी करना है। इसके अतिरिक्त, शिक्षा, प्रशिक्षण और योग के प्रचार-प्रसार से संबंधित गतिविधियों को व्यापक बनाना और योग में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए वैज्ञानिक प्रगति,

उपकरणों और तकनीकों के साथ सहयोग और सहभागिता स्थापित करना है।

दोनों संस्थान आधुनिक चिकित्सा के साथ योग सिद्धांतों और प्रथाओं को एकीकृत करने के लिए अनुसंधान, साक्ष्य-आधारित दिशानिर्देश विकसित करने में सहयोग करेंगे। उन्होंने नियमित अंतराल पर योग पर व्याख्यान, कार्यशाला, सेमिनार और अन्य गतिविधियां आयोजित करने का भी निर्णय लिया।

इस मौके पर दोनों पक्षों के पदाधिकारी उपस्थित रहे।

आयुष मंत्रालय, भारत सरकार के अधीन मो.दे.रा.यो.सं योग शिक्षा, प्रशिक्षण, चिकित्सा और अनुसंधान के सभी पहलुओं की योजना, प्रशिक्षण, प्रचार और समन्वय के लिए एक ख्यातिप्राप्त संस्थान है।



MDNIY and SYI of Italy ink an MoU for collaboration in Yoga

A Memorandum of Understanding (MoU) was signed between Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush, Government of India and Sarva Yoga International (SYI), Lerici, Italy to establish academic collaboration in the field of Yoga.

The MoU was signed by Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY and Dr. Antonietta Rozzi, President, Sarva Yoga International, Italy on March 1.

The aim of the agreement is to strengthen and develop cooperation to study traditional systems of Yoga and also undertake academic activities. Besides, broadening activities related to education, training and promotion of Yoga,

and the collaboration aims to achieve excellence in Yoga, supported by scientific advances, tools and techniques.

Both the institutes will collaborate on research to develop evidence-based guidelines for integrating Yoga principles and practices with modern medicine. They also decided to conduct lectures, workshops, seminars and other activities on Yoga at regular intervals.

Officials from both the sides were present on the occasion.

MDNIY under the Ministry of Ayush, Government of India is a focal institute for planning, training, promotion and coordination of Yoga education, training, therapy and research in all its aspects.



असम के प्रतिनिधिमंडल ने मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया

शैक्षिक दौरे के एक भाग के रूप में, श्रीमंत शंकरदेव विश्वविद्यालय, असम के 43 छात्रों और कर्मचारियों के एक समूह ने 3 मार्च को जीवन में योग की भूमिका और उपयोग को समझने के लिए मो.दे.रा.यो.सं का दौरा किया।

मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ ईश्वर वी. बसवरडि ने प्रतिनिधिमंडल का स्वागत किया और उन्हें संस्थान की विभिन्न गतिविधियों और कार्यक्रमों के बारे में बताया।

प्रतिनिधिमंडल को अपने संबोधन के दौरान, निदेशक ने कहा कि योग तभी प्रभावी होगा जब कोई इसके नियमों और सिद्धांतों के बारे में जागरूक होगा। योग का सदुपयोग मानव कल्याण के लिए करना चाहिए।

दौरे पर आए प्रतिनिधिमंडल के एक प्रमुख सदस्य द्वारा निदेशक को शॉल भेंट कर सम्मानित किया गया।

प्रतिनिधिमंडल को एक व्यावहारिक योग सत्र प्रदान किया गया, जिसने योग फ्यूजन कार्यक्रम का भी आनंद लिया।

Delegation from Assam visits MDNIY

As a part of educational tour, a group of 43 students and staff members of Srimant Sankardeva Vishwavidyalaya, Assam visited MDNIY to understand the role and use of Yoga in life on March 3.

The delegation was welcomed by Director, MDNIY Dr IshwarV Basavaraddi and introduced to them about the various activities and programmes of the institute.

During his address to the delegation, the Director, MDNIY said that Yoga will only be effective if one is aware of its rules and principles. Yoga should be used for the welfare of mankind.

The Director was felicitated with a shawl by a prominent member of the visiting delegation.

A practical Yoga session was provided to the delegation and they also experienced a Yoga fusion programme.



गुवाहाटी में डॉ. मुंजपरा ने मो.दे.रा.यो.सं. स्टॉल का किया दौरा

डॉ महेंद्रभाई मुंजपरा, माननीय आयुष राज्य मंत्री ने गुवाहाटी, असम में एससीओ के तहत बी2बी सम्मेलन और एक्सपो ऑन ट्रेडिशनल मेडिसिन के उद्घाटन सत्र के दौरान मो.दे.रा.यो.सं की टीम के स्टॉल पर जाकर बातचीत की। छात्रों द्वारा किए गए फ्यूजन कार्यक्रम को देखकर वे बहुत खुश हुए और उन्होंने योग को बढ़ावा देने के लिए संस्थान के प्रयासों की सराहना की।

इसके अतिरिक्त, इस्लामिक देशों के स्वास्थ्य पर्यटन विकास केंद्र के महासचिव श्री मजीद जांगोई ने अपने परिवार के सदस्यों के साथ स्टाल का दौरा किया। अपनी बातचीत के दौरान, उन्होंने प्रदर्शित योग प्रकाशनों में गहरी रुचि दिखाई।

Dr Munjpara, SCO dignitaries visit MDNIY stall in Guwahati

Dr Mahendrabhai Munjpara, Hon'ble Minister of State for Ayush visited and interacted with the team of MDNIY at its stall during the inaugural session of B2B conference and Expo on Traditional Medicine under SCO at Guwahati, Assam. He was delighted to witness the fusion program performed by the students and appreciated the efforts of the Institute in the promotion of Yoga.

Moreover, Mr. Majid Zangoeei, Secretary General, Health Tourism Development Center of Islamic Countries along with his family members also visited the stall. During his interaction, he showed keen interest in Yoga publications that were on display.



मो.दे.रा.यो.सं. के सीएपीएफ छात्रों के समापन समारोह



मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) आयुष मंत्रालय ने 31 मार्च को सीसीवाईडब्ल्यूआई के केंद्रीय सशस्त्र पुलिस बल (सीएपीएफ) के 25वें बैच के समापन समारोह का सफलतापूर्वक आयोजन किया। समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि, ने सम्मिलित हुए।

अर्धसैनिक कर्मियों को अपने संबोधन में मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक ने भविष्य के प्रयासों के लिए अपनी हार्दिक शुभकामनाएं और बधाईयां दीं। उन्होंने योग की परिवर्तनकारी शक्ति पर जोर दिया, जो किसी की मानसिकता और विचार प्रक्रिया में महत्वपूर्ण बदलाव ला सकता है। उन्होंने सीएपीएफ के छात्रों के समर्पण और कड़ी मेहनत की सराहना की और उनसे नियमित रूप से योग का

अभ्यास करने की आदत डालने का आग्रह किया। उन्होंने समाज में सकारात्मक बदलाव लाने के लिए बड़े पैमाने पर लोगों को योग के लाभों का प्रचार करने के लिए प्रोत्साहित किया।

आईटीबीपी के डिप्टी कमांडेंट और बैच के ग्रुप कमांडर श्री चुनिया मावी ने भी अपने अनुभव साझा किए और सभी से योग के सकारात्मक गुणों को अपनाने का आग्रह किया।

गौरतलब है कि बैच में असम राइफल्स, सशस्त्र सीमा बल (एसएसबी), केंद्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल (सीआईएसएफ), केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल (सीआरपीएफ), सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) और भारत-तिब्बत सीमा पुलिस (आईटीबीपी) के छात्र शामिल थे।



MDNIY conducts valedictory function of CAPF students



Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush, successfully conducted the valedictory function of the 25th Batch of the Central Armed Police Force (CAPF) of CCYWI on March 31. The ceremony was graced by Dr. Ishwar V Basavaraddi, Director MDNIY as the Chief Guest.

In his address to the paramilitary personnel, Director MDNIY extended his heartfelt wishes and good luck for the future endeavors. He emphasized the transformative power of Yoga, which can bring about significant changes in one's mindset and thought process. He lauded the CAPF students for their dedication and hard

work and urged them to inculcate the habit of practicing Yoga regularly. He further encouraged them to propagate the benefits of Yoga to the people at large, to bring about positive change in society.

Shri Chuniya Mavi, Deputy Commandant, ITBP, and Group Commander of the batch, also shared his experience and urged everyone to imbibe the positive qualities of Yoga.

The batch consisted of students from the Assam Rifles, Sashastra Seema Bal (SSB), Central Industrial Security Force (CISF), Central Reserve Police Force (CRPF), Border Security Force (BSF) and Indo-Tibetan Border Police (ITBP).



दिल्ली के माननीय उपराज्यपाल ने आपदा मित्र प्रशिक्षण कार्यक्रम का किया शुभारंभ

दिल्ली के माननीय उपराज्यपाल श्री विनय कुमार सक्सेना ने 29 मार्च को राष्ट्रीय राजधानी में "आपदा मित्र" प्रशिक्षण कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस दौरान माननीय राज्यपाल ने अटल इनक्यूबेशन सेंटर ऑडिटोरियम-कम-प्लेसमेंट सेंटर और ओपन एयर थिएटर का भी उद्घाटन किया।

दिल्ली आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डीडीएमए) के सहयोग से गुरु गोबिंद सिंह इंद्रप्रस्थ विश्वविद्यालय, दिल्ली द्वारा आयोजित एक प्रशिक्षण कार्यक्रम के शुभारंभ में आयुष मंत्रालय के मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि शामिल हुए।



Delhi LG launches AAPDA MITRA training programme

Shri Vinai Kumar Saxena, Hon'ble Lieutenant Governor of Delhi launched the "AAPDA MITRA" training programme on March 29 at the national capital. The Hon'ble Lt. Governor also inaugurated the Atal Incubation Centre, Auditorium-Cum-Placement Centre & OpenAirTheatre.

Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush, attended the launch of a training program organised by Guru Gobind Singh Indraprastha University, Delhi, in collaboration with Delhi Disaster Management Authority (DDMA).

आईडीवाई के 75वें दिन की उलटी गिनती के लिए वरिष्ठ अधिकारी डिब्रूगढ़ पहुंचे

डॉ. ईश्वर बसवरडि, निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं., श्री विश्वजीत पेगू आईएएस, डीसी डिब्रूगढ़ के साथ; श्री विक्रम सिंह, निदेशक, आयुष मंत्रालय; श्री श्वेतांक मिश्रा; डिब्रूगढ़ पुलिस अधीक्षक ने मो.दे.रा.यो.सं. के अन्य वरिष्ठ अधिकारियों के साथ 25 मार्च, 2023 को डिब्रूगढ़ का दौरा किया, ताकि 2023 में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की 75वीं उलटी गिनती के आयोजन स्थल का आकलन किया जा सके।



Senior officials visit Dibrugarh for the 75th day countdown to IDY-2023

Dr. Ishwar Basavaraddi, Director MDNIY, accompanied by Shri Biswajit Pegu IAS, DC Dibrugarh; Shri Vikram Singh, Director, Ministry of Ayush; Shri Shwetank Mishra; Dibrugarh SP along with other senior officials of MDNIY, visited Dibrugarh on 25th March, 2023 to assess the venue for the upcoming celebration of the 75th Countdown to the International Day of Yoga-2023.

आईडीवाई-2023 का 99वां दिन, मूडबिद्री

अलवास एजुकेशन फाउंडेशन ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 14 मार्च, 2023 को मूडबिद्री, कर्नाटक में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस -2023 के 99वें दिन की उलटी गिनती कार्यक्रम को चिह्नित करने के लिए एक विशेष योग कार्यक्रम मनाया।

डॉ. शारदा शेट्टी, ने युवाओं के लिए योग की आवश्यकता क्यों है और स्वस्थ जीवन को बनाए रखने के लिए इसके लाभों पर बात की। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि प्रशासनिक अधिकारी प्रजना अल्वा रहीं।

उलटी गिनती कार्यक्रम में छात्रों और रोगियों सहित लगभग 530 लोगों ने भाग लिया।

99 Days to IDY-2023, Moodabidri

Alvas Education Foundation in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush celebrated a special Yoga event to mark the 99th-day countdown program to International Day of Yoga-2023 on March 14, 2023 at Moodabidri, Karnataka.

Dr Sharda Shetty MD Yoga gave a talk on why Yoga is needed for youth and its benefits for maintaining a healthy life. Administrative Officer Prajna Alva was the Chief guest of the event.

Around 530 people including students and patients participated in the countdown event.



आईडीवाई-2023 का 98वां दिन, गुवाहाटी

इंस्टीट्यूट ऑफ योग एंड नैट्रिशन साइंस गुवाहाटी ने 15 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ योग मिनिस्ट्री ऑफ आयुष के सहयोग से 98 दिनों के योगोत्सव की उलटी गिनती के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "युवाओं के लिए योग" पर केंद्रित था।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग को कई पहलुओं में प्रचारित करना और इसकी उपयोगिता के साथ-साथ सामान्य योग अभ्यासक्रम (सीवाईपी) को बढ़ावा देना था।

कॉमन योग प्रोटोकॉल के अतिरिक्त निम्नलिखित कार्यक्रम भी आयोजित किए गए:-

1. सामूहिक योग प्रदर्शन
2. संगोष्ठी

संगोष्ठी में आचार्य (डॉ.) आर. के. सरमा, पूर्व प्राचार्य गुवाहाटी आयुर्वेदिक कॉलेज सह आयुष ड्रग कंट्रोलर अथॉरिटी, असम ने जीवनशैली विकारों के प्रबंधन के लिए योग चिकित्सा पर अपने विचार अभिव्यक्त किये।

कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं. आयुष मंत्रालय और इंस्टीट्यूट ऑफ योग एंड नैट्रिशन साइंस गुवाहाटी के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।

98 days to IDY 2023, Guwahati

Institute of Yoga and Nutrition Science Guwahati organized the 98 Days to Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga Ministry of Ayush on 15th March 2023.

The theme of the event focused on "Yoga for Youth"

The main objectives of the program were to publicize Yoga in its various facets and promote the Common Yoga Protocol (CYP).

Besides Common Yoga Protocol, following programs were also conducted:

1. Mass Yoga Demonstration.
2. Seminar

Seminar on, 'Yogatherapy for Management of Lifestyle Disorders' Concluded with the keynote address by Prof. (Dr.) R.K Sarma, Former Principal Guwahati Ayurvedic College Cum Ayush Drug Controller Authority, Assam.

The Programme was given wider coverage through various social media handles of the MDNIY, Ministry of Ayush, and Institute of Yoga and Nutrition Science, Guwahati.



आईडीवाई-2023 का 97वां दिन, तमिलनाडु

आयुष मंत्रालय और मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं) के सहयोग से स्वामी विवेकानंद प्राकृतिक चिकित्सा और योग मेडिकल कॉलेज, सलेम, तमिलनाडु ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 9वें संस्करण की शुरुआत में 97वें दिन की उलटी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया। 16 मार्च, 2023 को योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम था, कार्यक्रम का विषय "युवाओं के लिए योग" था।

योगोत्सव क्रमिक उलटी गिनती कार्यक्रम में 3000 योग उत्साही लोगों की अविश्वसनीय भागीदारी देखी गई, जिससे अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023 की उलटी गिनती शुरू हो गई।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस अभ्यासक्रम 2023 के अनुसार स्थिर व्यायाम, सूर्य नमस्कार, आसन, प्राणायाम, बंध, मुद्रा और विश्राम तकनीकों का 90 मिनट का अभ्यास किया गया।

इसके बाद योग विशेषज्ञों द्वारा योग के लाभों पर व्याख्यान दिए गए।

योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम सांकरी तालुक, सलेम जिला, तमिलनाडु में संपन्न हुआ।

इस घटना को स्थानीय समाचार पत्रों में व्यापक प्रचार और प्रसार मिला।

97 Days to IDY-2023, Tamil Nadu

To mark the 97th-day countdown program in prelude to the 9th edition of International Day of Yoga, Swamy Vivekanandha Naturopathy and Yoga Medical College, Salem, Tamil Nadu in collaboration with Ministry of Ayush and Morariji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) organized a Yogotsav countdown programme on 16th March, 2023. The theme of the event was "Yoga for Youth".

The Yogotsav Countdown programme saw incredible participation from thousands of women and Yoga enthusiasts, igniting the countdown to the International Day of Yoga 2023.

The Yogotsav countdown programme took place at Sankari Taluk, Salem District, Tamil Nadu as part of Ayush Ministry's 100 Days, 100 Cities, and 100 Organizations campaign for the upcoming 9th International Day of Yoga.

The Programme was given a wide coverage by MDNIY and Swamy Vivekanandha Naturopathy and Yoga Medical College.



आईडीवाई-2023 का 96वां दिन, ऋषिकेश



भारत और विश्व भर के योग प्रेमी, साधकों और तीर्थयात्रियों ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से परमार्थ निकेतन आश्रम द्वारा 17 मार्च 2023 को ऋषिकेश, उत्तराखंड

में आयोजित कार्यक्रम अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम के 100 दिनों की उलटी गिनती का एक हिस्सा है।

मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डि ने गंगा के पवित्र तट पर सामान्य योग अभ्यासक्रम सत्र का नेतृत्व किया, जो अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023 के 96वें दिन की



उलटी गिनती को चिह्नित करता है।

इस सत्र में परमार्थ निकेतन के अध्यक्ष पूज्य स्वामी चिदानंद सरस्वतीजी-मुनिजी और अंतरराष्ट्रीय योग महोत्सव की निदेशक पूज्य साध्वी भगवती सरस्वती सहित विश्व भर के योग प्रेमियों ने भाग लिया।

परमार्थ निकेतन द्वारा मो.दे.रा.यो.सं के सहयोग से योग की कालातीत परंपरा का सम्मान करने और शांति और भलाई के अपने संदेश को फैलाने के लिए इस सत्र का आयोजन खूबसूरती से किया गया। कार्यक्रम का मो.दे.रा.यो.सं, आयुष मंत्रालय और परमार्थ निकेतन के सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार किया गया।



Countdown to IDY-2023: Parmarth Niketan and MDNIY organise a Yoga programme at Rishikesh



As a part of curtain raiser for the 100 days countdown to International Day of Yoga (IDY) 2023, Parmarth Niketan, Rishikesh in association with MDNIY, Ministry of Ayush, Government of India, organised a programme, which was attended by 1500 participants from 90 countries along the holy bank of river Ganga on 19 March.



On the occasion, Dr Ishwar V Basavaraddi, Director MDNIY led a special Common Yoga Protocol, in the divine presence of HH Param Pujya Swami Chidanand Saraswatiji - Muniji, President of Parmarth Niketan, and Pujya Sadhvi Bhagawati Saraswatiji, Director of International Yoga Festival

Pujya Swamiji said that the aim of this was to raise awareness about the holistic benefits of Yoga programme to health and well-being of people from walk of life and every culture.



आईडीवाई-2023 का 95वां दिन, जयपुर

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के 95 दिनों के साथ, राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान, जयपुर ने 18 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से एक योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया।

कार्यक्रम का विषय "हैंड्स ऑन ट्रेनिंग ऑफ प्रोप योग" था। स्वस्थवृत्त शिक्षकों के लिए प्रोप योग के प्रशिक्षण पर एक कार्यशाला आयोजित की गई।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि प्रो. वीसी आचार्य मीता कोटेचा और डीएमएस आचार्य रामकिशोर जोशी थे।

इगेंगर योग शिक्षक, ब्रह्मपुरी, जयपुर के योगी अमित शर्मा और डॉ. रितेश पटेल, संस्थापक, लाइफ स्प्रिंग योग इंस्टीट्यूट, वडोदरा ने प्रतिभागियों को प्रायोगिक परीक्षण के माध्यम से विभिन्न प्रॉप्स की सहायता से आसनों के बारे में समझाया।

इस अवसर पर विभागाध्यक्ष प्रो. दुर्गावती देवी, डा. सर्वेश अग्रवाल, डा. काशीनाथ समागंदी, डा. रवि, डा. पुनीत चतुर्वेदी, डा. संगीता वर्मा, विश्वविद्यालय के पीजी एवं पीएचडी विद्वान एवं योग प्रशिक्षक उपस्थित थे।

95 Days to IDY-2023, Jaipur

With 95 Days to go to the International Day of Yoga, the National Institute of Ayurveda, Jaipur organized a Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 18th March 2023.

The theme of the programme was, "Hands on Training of Prop Yoga". A Workshop on, 'Hands on Training of Prop Yoga for Swasthavritta Teachers' was conducted.

The Chief Guests of the event were Pro VC Prof Mita Kotecha and DMS Prof Ramkishor Joshi.

Yogi Amit Sharma of Igengar Yoga Teacher, Brahmpuri, Jaipur and Dr. Ritesh Patel, Founder, Life Spring Yoga Institute, Vadodara explained the participants about the asanas with the help of various props through experimental testing.

Those present were Head of the Department Prof Durgavati Devi, Dr. Sarvesh Agarwal, Dr. Kashinath Samagandi, Dr. Ravi, Dr. Punit Chaturvedi, Dr. Sangeeta Verma, PG and PhD scholars and Yoga instructors of the university.



आईडीवाई-2023 का 94वां दिन, नासिक

94 Days to IDY-2023, Nasik



योग विधान धाम ने 19 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 94 दिनों (योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "स्वास्थ्य के लिए योग" था।

कार्यक्रम सुबह 06:00 बजे शुरू हुआ और 09:30 बजे तक चला। इस कार्यक्रम में नासिक, त्र्यंबकेश्वर और आसपास के क्षेत्रों के लगभग 500 योग उत्साही लोगों ने भाग लिया।

दीप प्रज्वलन के बाद वरिष्ठ योग शिक्षिका श्रीमती सनिका मंगलवेडेकर ने योग के प्रति उत्साही लोगों के लिए योग सत्र का संचालन किया।

योग के प्रचार और विकास में सर्वोच्च योगदान के लिए प्रथम प्रधानमंत्री पुरस्कार से सम्मानित योगऋषि डॉ. विश्वास मांडलिक जी ने लोगों को संबोधित करते हुए दैनिक जीवन में योग के महत्व और इसे अपने जीवन का हिस्सा क्यों होना चाहिए, के बारे में बताया।

Yoga Vidhan Dham organized the 94 Days to (Yogotsav countdown programme) in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 19th March 2023. The theme of the programme was, "Yoga for Health".

The event began at 06:00 AM and continued till 09:30 AM. Around 500 Yoga enthusiasts from Nasik, Trimbakeshwar and nearby areas participated in the event.

After the lighting of the lamp, senior Yoga teacher Mrs. Sanika Mangalvedhekar conducted the Yoga session for the Yoga enthusiasts.

Yogrihi Dr Vishwas Mandlik ji, recipient of the First Prime Minister's Award for outstanding contribution to promotion and development of Yoga while addressing the people disrobed the importance of Yoga in daily life and why it should be a part of one's life.



आईडीवाई-2023 का 93वां दिन, फरीदाबाद

मानव रचना इंटरनेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ रिसर्च एंड स्टडीज, फरीदाबाद, हरियाणा ने 20 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 93 दिनों (योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम) का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "एक विश्व, एक स्वास्थ्य" "वसुधैव कुटुम्बकम्" था।

लगभग 150 छात्रों ने सूर्य नमस्कार, शव आसन, नाड़ी शोधन, प्राणायाम और भ्रामरी प्राणायाम किए।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक डॉ. ईश्वर वी. बसावराड्डी ने विभिन्न मुद्राओं और प्राणायाम सहित योग से संबंधित कुछ बुनियादी बातों पर प्रकाश डाला।

प्रोफेसर (डॉ.) संजय श्रीवास्तव, माननीय कुलपति, एमआरआईआईआरएस ने दैनिक जीवन में योग के महत्व पर चर्चा की और बताया कि यह कैसे एक मनुष्य को शारीरिक और मानसिक रूप से दुरुस्त कर सकता है।

प्रोफेसर (डॉ.) संजय श्रीवास्तव, वाइस चांसलर, एमआरआईआईआरएस और डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डी, निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. की उपस्थिति में एमआरआईआईआरएस और मो.दे.रा.यो.सं. के बीच एक समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए गए। यह समझौता ज्ञापन अकादमिक और अनुसंधान विनिमय कार्यक्रमों दोनों की सुविधा प्रदान करेगा।

इस अवसर पर क्विज व पोस्टर प्रतियोगिता सहित अन्य कार्यक्रम भी आयोजित किए गए। यह आयोजन लगभग 200 प्रतिभागियों (छात्रों और संकायों) के साथ मानव कल्याण और स्वास्थ्य के लिए योग के लाभों के बारे में जानकारी प्राप्त करने के साथ एक बड़ी सफलता थी।



93 Days to IDY-2023, Faridabad

Manav Rachna International Institute of Research & Studies, Faridabad, Haryana organized the 93 Days to (Yogotsav countdown programme) in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 20th March 2023. The theme of the programme was "One World, One Health" "Vasudhaiva Kutumbakam".

Around 150 students performed Surya Namaskar, Shav asana, Nadi Shodhan, Pranayama and Bhramari Pranayama.

Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY as a Chief Guest of the event highlighted some of the fundamental aspects Yoga including different postures and Pranayams.

Prof (Dr.) Sanjay Srivastava, Hon'ble Vice Chancellor, MRIIRS discussed the importance of Yoga in day-to-day life and how it can heal humans physically and mentally.

An MoU was signed between MRIIRS and MDNIY in the presence of Prof (Dr.) Sanjay Srivastava, Vice Chancellor, MRIIRS and Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY. This MoU will facilitate both academic and research exchange programmes.

On the occasion events including quiz and poster competitions were also organised. The event was a huge success with nearly 200 participants (students & faculties) gaining insights into the benefits of Yoga for human wellness and health.



आईडीवाई-2023 का 92वां दिन, सहारनपुर

92 Days to IDY-2023, Saharanpur



9वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 92 दिनों के साथ, मोक्षायतन योगाश्रम, बेरी बाग, सहारनपुर ने 21 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से एक विशेष योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया। इस आयोजन का विषय "एक विश्व, एक स्वास्थ्य" वसुधैव कुटुम्बकम्" था।

योग गुरु पद्मश्री स्वामी भारत भूषण ने साधकों को योग के बाहरी रूप से परे जाकर आंतरिक योग का अनुभव करने और एक अनुशासित जीवन शैली का पालन करने के लिए प्रेरित किया। गुरु आचार्य प्रतिष्ठा ने दिलचस्प तरीके से उपयोगी स्वस्थ जीवन शैली के सुझाव साझा किए। योगाचार्य प्रदीप कांबोज, नंदकिशोर, सुमन्यु सेठ, केशव वर्मा व अजय यादव द्वारा योग सत्र का संचालन किया गया।

बड़ी संख्या में सभी क्षेत्रों और आयु वर्ग के लोगों के साथ कई गणमान्य व्यक्तियों ने भाग लिया।

इस आयोजन का उद्देश्य जागरूकता पैदा करना और योग के अन्य पहलुओं और इसके अनुप्रयोग को बढ़ावा देने के साथ-साथ सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।



With 92 days to go for the 9th International Day of Yoga, Mokshayatan Yogashram, Beri Bagh, Saharanpur organized a special Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 21st March 2023. The theme of the event was "One World, One Health" Vasudhaiva Kutumbakam".

Yog Guru Padmashree Swami Bharat Bhushan inspired seekers to go beyond the external form of Yoga and experience the inner Yoga and follow a disciplined lifestyle. Guru Acharya Pratishta shared some useful healthy lifestyle tips in an interesting way. Yoga sessions were conducted by Yogacharya Pradeep Kamboj, Nand Kishore, Sumanyu Seth, Keshav Verma and Ajay Yadav.

Several dignitaries along with people from all walks of life and age groups participated in large numbers.

The objective of the event was to raise awareness and promote Common Yoga Protocol while also advance other aspects of Yoga and its application.

आईडीवाई-2023 का 91वां दिन, अहमदाबाद

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय ने गुजरात राज्य योग बोर्ड, गांधीनगर के सहयोग से 21 मार्च, 2023 को विशेष 91 दिनों के योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया। योगोत्सव का विषय "योगमय गुजरात" था।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था। सामान्य योग अभ्यासक्रम के अतिरिक्त, निम्नलिखित कार्यक्रम भी आयोजित किए गए।

कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं और गुजरात राज्य योग बोर्ड के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार दिया गया।

91 Days to IDY-2023, Ahmedabad

Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush in collaboration with Gujarat State Yog Board, Gandhinagar organized a special 91 Days to Yogotsav countdown programme on 21st March, 2023. The theme of the Yogotsav was "Yogmay Gujarat".

The main objective of the program was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and the promotion of Common Yoga Protocol.

The Programme was given wider coverage through various social media handles of the Ministry of Ayush, MDNIY and Gujarat State Yog Board.



आईडीवाई-2023 का 90वां दिन, देहरादून

90 Days to IDY-2023, Dehradun



श्री गुरु राम राय विश्वविद्यालय, देहरादून, उत्तराखंड ने "मानवता के लिए योग" विषय पर मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान के सहयोग से देहरादून में एक विशेष कार्यक्रम का आयोजन किया।

यह आयोजन 20 मार्च, 2023 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस – 2023 के 90वें दिन की उलटी गिनती के क्रम में हुआ।

कार्यक्रम का शुभारंभ श्री गुरु राम राय विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. यू.एस. रावत ने गणमान्य व्यक्तियों सहित दीप प्रज्वलित कर किया। विश्वविद्यालय के कुलाधिपति महंत देवेन्द्र दास जी महाराज ने एक संदेश के माध्यम से छात्रों को अपनी शुभकामनाएं भेजीं और कार्यक्रम के सफलता की कामना की।

पहले सत्र के दौरान सैकड़ों छात्रों और शिक्षकों ने सुबह सामान्य योग अभ्यासक्रम का अभ्यास किया। दूसरे भाग में "मानवता के लिए योग" विषय पर एक संगोष्ठी आयोजित की, जहां जीवन में योग के महत्व और उपयोगिता पर एक विचार-विमर्श भी किया गया।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

S hri Guru Ram Rai University, Dehradun, Uttarakhand organized a special event in Dehradun in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) on the theme, "Yoga for Humanity".

The event took place on the 90th day countdown to the International Day of Yoga – 2023 on March 20, 2023.

The event was inaugurated by Vice Chancellor of Sri Guru Ram Rai University, Prof. U. S. Rawat by lighting the lamp along with the dignitaries. The Chancellor of the University, Mahant Devendra Das Ji Maharaj through a message sent his good wishes to the students and wished them success in the programme.

During the first session, hundreds of students and teachers practiced the Common Yoga Protocol in the morning. The second half witnessed a seminar on the theme, "Yoga for Humanity" and a deliberation on the importance and usefulness of Yoga in life.

The main objectives of the program were to raise awareness regarding the benefits of Yoga and promotion of Common Yoga Protocol.

आईडीवाई-2023 का 89वां दिन, पुदुक्कोट्टई, तमिलनाडु

आईडीवाई-2023 की 89 दिनों की उलटी गिनती को चिह्नित करने के लिए 24 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से आनंद योग फाउंडेशन, चेन्धुरन कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी, पुदुक्कोट्टई, तमिलनाडु में एक योगोत्सव कार्यक्रम आयोजित किया गया।

योगोत्सव की थीम 'लेट दिस डे ब्लॉसम विद योगा' थी।

विविध पृष्ठभूमियों और व्यवसायों के लोग सामान्य योग अभ्यासक्रम में भाग लेने के लिए एक साथ आए और अपने जीवन में योग के महत्व का उत्सव मनाया।

इस कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं, आयुष मंत्रालय और आनंद योग फाउंडेशन के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से काफी प्रचार-प्रसार दिया गया।

89 Days to IDY-2023, Pudukkottai, Tamil Nadu

A Yogotsav event was organised by AnandaYoga Foundation, at Chendhuran College of Engineering and Technology, Pudukkottai, Tamil Nadu in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 24th March 2023 to mark 89 Days Countdown to IDY-2023.

The theme of the Yogotsav was, "Let This Day Blossom With Yoga".

People from diverse backgrounds and professions came together to participate in the Common Yoga Protocol and celebrate the importance of Yoga in their lives.

The event was given wide coverage through various social media handles of the Ministry of Ayush, MDNIY and AnandaYoga Foundation.



आईडीवाई-2023 का 88वां दिन, वलसरवक्कम

नरचिंतनईवट्टम, तिरुपति नगर, वलसरवक्कम चेन्नई ने 25 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ योग, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 88 दिनों की उलटी गिनती के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन "कल्याण के लिए योग" थीम के साथ किया गया।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

88 Days to IDY-2023, Valasaravakkam

Narchinthanavattam, Thirupati Nagar, Valasaravakkam Chennai, organized the 88 Days to Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 25th March 2023 with the theme "Yoga for Well-being".

The main objective of the programme was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and promotion of Common Yoga Protocol (CYP).



आईडीवाई-2023 का 87वां दिन, एसजीएस इंटरनेशनल योगा फाउंडेशन

87 Days to IDY-2023, SGS International Yoga Foundation



9वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के लिए 87 दिन शेष होने के साथ, सिद्धगंगा मठ और एसजीएस इंटरनेशनल योगा फाउंडेशन कॉलेज एंड रिसर्च सेंटर ने 26 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से एक विशेष योग कार्यक्रम का आयोजन किया। आयोजन का विषय "गुरुकुल छात्रों के लिए योग" था।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

With 87 days left for 9th International Day of Yoga, Siddaganga Mutt and SGS International Yoga Foundation College and Research Centre organized a special Yoga event in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 26th March 2023. The theme of the event was "Yoga for Gurukul Students".

The main objective of the programme was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and promotion of Common Yoga Protocol (CYP).



आईडीवाई-2023 का 86वां दिन, कानपुर

छत्रपति शाहू जी महाराज विश्वविद्यालय, कानपुर ने 27 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से योगोत्सव के 86 दिनों की उलटी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया। इस आयोजन का विषय "योगिक जीवन पद्धति" था।

डॉ. वंदना पाठक, वरिष्ठ आयुर्वेदाचार्य ने कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कहा कि योग जीवन की एक ऐसी पद्धति है, जो संपूर्ण मानव जाति को दी गई है। यह निरंतर आत्मा को ऊपर उठाती है और पूर्णता प्रदान करती है।

कार्यक्रम को विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक प्रचार किया गया।

86 Days to IDY-2023, Kanpur

Chhatrapati Shahu Ji Maharaj University, Kanpur organized the 86 Days to Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 27th March 2023. The theme of the event was "Yogic Jeevan Paddhati".

Dr. Vandana Pathak, Senior Ayurvedacharya, while presiding over the programme, said that Yoga is a method of life that has been given to the entire human race and it continuously lifts the soul and offers completion.



आईडीवाई-2023 का 85वां दिन, कोयम्बटूर

85 Days to IDY-2023, Coimbatore



जेएसएस इंस्टीट्यूट ऑफ नेचुरोपैथी एंड योगिक साइंसेज, कोयम्बटूर ने 28 मार्च 2023 को मोरारजी देसाई नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ योग, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 85 दिनों की उलटी गिनती के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया, जिसका विषय "दीर्घायु के लिए योग" था।

योगोत्सव के हिस्से के रूप में "दीर्घायु के लिए योग" विषय पर एक वेबिनार भी आयोजित किया गया, जिसे मो.दे.रा.यो.सं के निदेशक डॉ ईश्वर वी. बसवरड्डी ने संबोधित किया था।

कार्यक्रम में सैकड़ों प्रतिभागियों ने सक्रिय रूप से भाग लिया। जैसा कि विश्व भर में विभिन्न रूपों में योग का अभ्यास किया जाता है और लोकप्रियता में वृद्धि जारी है, कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के लाभों के बारे में जागरूकता पैदा करना और सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

कार्यक्रम को स्थानीय मीडिया सहित मो.दे.रा.यो.सं और जेएसएस इंस्टीट्यूट ऑफ नेचुरोपैथी एंड योगिक साइंसेज, कोयम्बटूर के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से प्रचारित और प्रसारित किया गया

JSS Institute of Naturopathy and Yogic Sciences, Coimbatore organized the 85 Days to Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 28th March 2023 with the theme "Yoga for Longevity".

A webinar on the topic, "Yoga for Longevity" as a part of the Yogotsav, was also organised which was addressed by Dr Ishwar V Basavaraddi, Director, MDNIY.

Hundreds of participants actively participated in the event. As Yoga is practiced in various forms around the world and continues to grow in popularity, the main objectives of the programme was to generate awareness regarding the benefits of Yoga and promote CommonYogaProtocol.

आईडीवाई-2023 का 84वां दिन, हमीरपुर

9वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस में जाने के लिए केवल 84 दिनों के साथ, कैरियर प्वाइंट यूनिवर्सिटी, हमीरपुर, हिमाचल प्रदेश ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से 29 मार्च 2023 को हमीरपुर, हिमाचल प्रदेश में योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया। कार्यक्रम का विषय "खुशी के लिए योग" था।

सामान्य योग अभ्यासक्रम ड्रिल में डॉ. संजीव शर्मा, वाइस चांसलर, कैरियर प्वाइंट यूनिवर्सिटी, हमीरपुर सहित अन्य गणमान्य व्यक्तियों ने भी भाग लिया।

इस कार्यक्रम में रबर डॉल, सुश्री निधि डोगरा का ऊर्जावान प्रदर्शन भी देखा गया, जिन्होंने एक मिनट में 35 अलग-अलग आसन करके योग में विश्व रिकॉर्ड बनाया है। गायत्री परिवार द्वारा हवन समारोह और प्रसाद वितरण के साथ कार्यक्रम का समापन हुआ।

इस कार्यक्रम में 600 उत्साही लोगों की भागीदारी देखी गई।

84 Days to IDY-2023, Hamirpur

With just 84 days to go to 9th International Day of Yoga, Career Point University, Hamirpur, Himachal Pradesh organized Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 29th March 2023 at Hamirpur, Himachal Pradesh. The theme of the programme was "Yoga for Happiness".

Dr. Sanjeev Sharma, Vice Chancellor, Career Point University, Hamirpur along with other dignitaries also participated in the CYP drill.

The event also witnessed the energetic performance by the Rubber Doll, Ms. Nidhi Dogra who has set a world record in Yoga by performing 35 different Asanas in one minute. The event concluded with the havan ceremony and prasad distribution by Gayatri Pariwar.

The event witnessed the participation of 600 enthusiasts.



आईडीवाई-2023 का 83वां दिन, कोझिकोड

83 Days to IDY-2023, Kozhikode



गवर्नमेंट कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन, कोझिकोड, केरल ने मोरारजी देसाई नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ योग के सहयोग से 83 दिनों की उलटी गिनती के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन किया। 30 मार्च 2023 के कार्यक्रम की थीम "कल्याण के लिए योग" था।

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य योग के विभिन्न आयामों और इसकी उपयोगिता का व्यापक प्रचार-प्रसार करना और सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था।

कार्यक्रम को मो.दे.रा.यो.सं और गवर्नमेंट कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन के विभिन्न सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से व्यापक रूप से प्रचारित किया गया।

Government College of Physical Education, Kozhikode, Kerala organized the 83 days to Yogotsav countdown programme in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush on 30th March 2023 with the theme "Yoga for Wellbeing".

The main objective of the program was to give wider promotion and publicity to various dimensions of Yoga and its utility and promote CommonYoga Protocol.



आईडीवाई-2023 का 82वां दिन, तिरुचिरापल्ली

82 Days to IDY-2023, Tiruchirappalli



सीतालक्ष्मी रामास्वामी कॉलेज, तिरुचिरापल्ली, तमिलनाडु ने मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान, आयुष मंत्रालय के सहयोग से, 31 मार्च, 2023 को रॉकफोर्ट मंदिर, तिरुचिरापल्ली में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के 82 दिनों के योगोत्सव उलटी गिनती कार्यक्रम का आयोजन किया। योगोत्सव "समग्र स्वास्थ्य के लिए योग" था। इस कार्यक्रम ने महिलाओं की अविश्वसनीय भागीदारी के साथ समग्र स्वास्थ्य के लिए योग की शक्ति का एक सुंदर प्रदर्शन प्रस्तुत किया।

कार्यक्रम का मुख्य लक्ष्य योग को लेकर जागरूकता बढ़ाना और सामान्य योग अभ्यासक्रम को बढ़ावा देना था। साथ ही साथ, योग और इसके अनुप्रयोग के अन्य पहलुओं को बढ़ावा देना भी था।

स्थानीय मीडिया सहित मो.दे.रा.यो.सं और सीतालक्ष्मी रामास्वामी कॉलेज के सोशल मीडिया हैंडल के माध्यम से कार्यक्रम का व्यापक प्रचार किया गया।

Seethalakshmi Ramaswami College, Tiruchirappalli, Tamil Nadu in collaboration with Morarji Desai National Institute of Yoga, Ministry of Ayush, organized the 82 Days to Yogotsav countdown programme of International Day of Yoga at Rockfort Temple, Tiruchirappalli on 31st March, 2023. The theme of the Yogotsav was, "Yoga for Holistic Health".

The event showcased a beautiful maditation of the power of Yoga for holistic health, with an incredible participation from women.

The programme's main goals were to increase awareness and promote Common Yoga Protocol while also promoting other aspects of Yoga and its application.



मीडिया कवरेज

Media Coverage

Hindustan Times

on 18.03.2023



Morarji Desai National Institute of Yoga, under the aegis of Ministry of Ayush, organised a three-day event, Yoga Mahotsav 2023, to commemorate 100 days countdown to International Day of Yoga 2023. An MoU between MDNIY and MIMC, Leh was signed to promote yoga.

Hindustan Times

on 22.03.2023



Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director MDNIY led the Common Yoga Protocol Session at the banks of Ganga, marking the 96-day countdown to International day of Yoga 2023. Swami Chidanand Saraswati, President of Parmarth Niketan along with yoga lovers participated in the session.

on 24.03.2023

Hindustan Times

MDNIY organises a special lecture on Patanjala Yoga



Vaidyaratnam Dr. Raghavan Ramankutty, Founder and Chief Physician, Dattatreya, Kerala delivered a special lecture on the topic 'Importance of Patanjala Yoga in the present era' at MDNIY on March 22. The program was presided over by MDNIY Director Dr. Ishwar V. Basavaraddi.

उत्तर केसरी

योग उत्तम स्वास्थ्य की कुंजी : स्वामी चिदानन्द

(उत्तर केसरी यूट्यूब) उत्तर केसरी में 18 मार्च को आयोजित कार्यक्रम में 5 से 14 वर्ष की उम्र के बच्चों को शामिल किया गया, जिसमें 90 से अधिक बच्चों ने 1500 से अधिक अभ्यासों में भाग लिया था, इस अवसर पर योग के महत्व पर चर्चा की गई और बच्चों को योग के फायदों के बारे में बताया गया। कार्यक्रम के अध्यक्ष डॉ. इश्वर वसुदेव प्रसाद ने कहा कि योग बच्चों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद करता है।



स्वामी चिदानन्द ने कहा कि योग बच्चों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद करता है। उन्होंने कहा कि योग बच्चों को शांत रखता है और उनके मन को केंद्रित करता है। उन्होंने कहा कि योग बच्चों को अपने शरीर को बेहतर बनाने में मदद करता है। उन्होंने कहा कि योग बच्चों को अपने मन को केंद्रित करता है। उन्होंने कहा कि योग बच्चों को अपने शरीर को बेहतर बनाने में मदद करता है।

सोशल मीडिया टाइम्स

योगोत्सव काउन्टडाउन प्रोग्राम फॉर इंटरनेशनल डे ऑफ योगा - 2023

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के सम्मान में परमार्थ निकेतन में दिव्यता और भव्यता के साथ आयोजित



अपने विश्वविद्यालयों में योग शुरू करने जा रहा सऊदी अरब

जेदा, एनआइ : सऊदी अरब अपने विश्वविद्यालयों में योग कार्यक्रम शुरू करेगा। मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य के लिए योग के महत्व को देखते हुए सऊदी अरब यह कदम उठाने जा रहा है। सऊदी योग समिति की अध्यक्ष नौफ अल-मावाई के अनुसार, सऊदी अरब में बड़े विश्वविद्यालयों के साथ कई समझौतों पर हस्ताक्षर हुए हैं। अरब न्यूज के अनुसार, 'विश्वविद्यालयों में नए खेलों के विकास एवं प्रोत्साहन' विषय पर चौथे सत्र में भाग लेने के दौरान अल-मावाई ने बताया कि विश्वविद्यालयों में योग शुरू करने के लिए समिति कड़ा परिश्रम कर रही है। उन्होंने कहा कि योग लोगों को शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य दोनों में कई लाभ प्रदान करता है।

फ्राईडे वेबिनार

भारत के लिए प्रौद्योगिकी दृष्टि 2047

3 मार्च, 2023 को एक उत्कृष्ट विषय 'प्रौद्योगिकी दृष्टि 2047 फॉर इंडिया' पर एक शुक्रवार वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. गौतम गोस्वामी, वैज्ञानिक जी, प्रौद्योगिकी सूचना, पूर्वानुमान और मूल्यांकन परिषद (टीआईएफएसी), विज्ञान और प्रौद्योगिकी विभाग, भारत सरकार ने विस्तृत और ज्ञानवर्धक व्याख्यान दिया। उन्होंने कहा कि तत्कालीन माननीय प्रधान मंत्री डॉ. एच.डी. देवेगौड़े द्वारा 1996 में जारी प्रौद्योगिकी दृष्टि 2020 और इसी तरह माननीय प्रधान मंत्री श्री नरेंद्र मोदी द्वारा 2016 में प्रौद्योगिकी दृष्टि- 2035 जारी की गई।

भारत की सेवा में प्रौद्योगिकी, सुरक्षा सुनिश्चित करना, समृद्धि बढ़ाना और हर भारतीय की पहचान को मजबूत करना। यह प्रस्तावित है कि 1947 में भारत प्रौद्योगिकी दृष्टि कथा के क्षेत्र में स्वतंत्र हो जाए। उन्होंने भारत के विकास पर टीवी-2035 के प्रभाव के बारे में भी बताया। स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत, मेक इन इंडिया, स्टार्टअप्स का प्रचार, डिजिटल इंडिया, स्किल डेवलपमेंट इनिशिएटिव जैसे कार्यक्रम टीवी 2023 की सिफारिशों के अनुरूप हैं। नई शिक्षा नीति में शिक्षा रोडमैप की विशेषता परिलक्षित होती 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।

Technology Vision 2047 for India

A Friday webinar was held on the topic 'Technology Vision 2047 for India' on 3rd March, 2023 wherein Dr. Gautam Goswami, Scientist G, Technology Information, Forecasting and Assessment Council (TIFAC), Department of Science and Technology, Government of India delivered an elaborative and informative lecture. He stated that Technology vision 2020 released in 1996 by the then Hon'ble Prime minister Dr. H.D. Deve Gowde and similarly Technology vision 2035 released in 2016 by Hon'ble Prime minister Shri Narendra Modi. Technology in the service of India, is its insure security, enhance prosperity and strengthen the Identity of every Indian. It is proposed that in 1947 India become independent in the field of Technology vision narrative.

He also explained the impact of TV-2035 on India's growth. Programmes like Swaccha Bharat Swasth Bharat, Make in India, Promotions of start-ups, Digital India, Skill Development Initiative are in line with the recommended of TV2023. Education roadmap recommendation are reflected in new education policy.

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



Technology Vision 2047 for India

127th Friday Webinar

03rd March, 2023
5:00 PM

Dr. Ishwar V. Basavaraddi
Director, MDNIY

Dr. Gautam Goswami
Scientist G,
Technology Information, Forecasting and Assessment Council,
Dept. of Science & Technology, Govt. of India, New Delhi

SPEAKER

योग के क्षेत्र में नारी की महती भूमिका

10 मार्च, 2023 को 'योग के क्षेत्र में नारी की महती भूमिका' विषय पर शुक्रवार वेबिनार का आयोजन किया गया। डॉ. निशा जोशी, विभागाध्यक्ष, योग विभाग, श्री जैन श्वेतांबर प्रोफेशनल एकेडमी, इंदौर, म.प्र. ने जीवंत व्याख्यान प्रस्तुत किया।

अपने व्याख्यान में उन्होंने कहा कि महिला सशक्तिकरण अधूरा शब्द है क्योंकि नारी तो स्वयं में शक्ति स्वरूपा है, उसे किसी के द्वारा सशक्तिकरण की आवश्यकता नहीं है। वह खुद सृजनात्मक शक्ति है। शिव भी शक्ति के अभाव में शव के सामान है। शक्ति नारी का ही पर्यायवाची रूप है। नारी शक्ति ही नहीं, बल्कि करुणा और ममता का शक्तिपुंज है। नारी के हृदय प्रांगण से ही करुणा का स्राव होता है।

योग सम्पूर्णता का द्योतक है। योग का शाब्दिक अर्थ ही जोड़ना है। इसलिए योग से जुड़ा हर व्यक्ति सम्पूर्णता की ओर अग्रसर हो जाता है। आधुनिक भारत में इंदिरा देवी को 'फर्स्ट लेडी ऑफ योग' कहा जाता है। वर्तमान परिदृश्य में आचार्य प्रतिष्ठा, आशा दीदी, शिवानी दीदी, योगनंदा देवी, मीनाक्षी दीदी योग के क्षेत्र में अपना परचम लहरा रही हैं।

कार्यक्रम का संचालन डॉ. सुमन राठौर, सहायक आचार्य (अंग्रेजी) द्वारा किया गया।

Role of Women in the Field of Yoga



A Friday webinar was organised on 'Important role of women in the field of Yoga' on 10th March, 2023. Dr. Nisha Joshi, H.O.D. of Department of Yoga, Shri Jain Shwetamber Professional Academy, Indore, M.P. presented a vibrant lecture.

She said that... Women have played a significant role in the field of Yoga both as practioners and teachers. Women's involvement in Yoga has also let to greater understanding & appreciation of the creative force.

Women are the powerhouse of compassion and affection. Compassion emanates from the heart of a woman.


Yoga signifies completeness. The literal meaning of Yoga is to join. That's why every person associated with Yoga moves towards perfection. Ms. Indira Devi is called the 'First Lady of Yoga' in modern India. In the present scenario, Acharya Pratishtha, Asha Didi, Shivani Didi, Yogananda Devi, Meenakshi Didi are making waves in the field of Yoga.

Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English) conducted the programme.




योग के क्षेत्र में नारी की महती भूमिका

128th Friday Webinar



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

10th March, 2023
5:00 PM



SPEAKER
Dr. Nisha Joshi
HoD, Department of Yoga,
Shree Jain Shwetamber Professional Academy Collage,
Indore, M.P.

अष्टांग योग में स्वास्थ्य का प्रचार

17 मार्च को उत्कृष्ट विषय 'वर्तमान युग में स्वास्थ्य संवर्धन और रोगों की रोकथाम में अष्टांग योग के महत्व' पर एक वेबिनार का आयोजन किया गया, जिसमें प्रो. (डॉ.) नीरू नथानी, आचार्य और पूर्व प्रमुख, विज्ञान विभाग स्वस्थवृत्त और योग, आयुर्वेद संकाय, चिकित्सा विज्ञान संस्थान, बनारस हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी द्वारा एक सूचनात्मक व्याख्यान प्रस्तुत किया गया।

जिसमें उन्होंने कहा की वर्तमान समय में योग अत्याधिक लोकप्रिय हो रहा है। यह भारत का पारम्परिक विज्ञान तथा दर्शन है। योग हजारों वर्षों से भारत में प्रचलित स्वस्थ जीवन का विज्ञान है। योग हमें सभी आयामों से बेहतर स्वास्थ्य प्रदान करता है।

उन्होंने यह भी बताया कि अष्टांग योग मांसपेशियों के प्रशिक्षण पर केंद्रित है तथा शारीरिक क्षमता का विकास करता है।

उन्होंने आगे बताया कि अष्टांग योग का अभ्यास आपके शरीर को पुनः जीवंत करता है तथा इसे मजबूत, स्वस्थ, अधिक लचीलापन एवं नियंत्रित बनाता है।

कार्यक्रम का संचालन, डॉ. सुमन राठौर, सहायक आचार्य, अंग्रेजी द्वारा किया गया।



Ashtanga Yoga in the Promotion of Health

A Friday webinar was held on the topic 'Significance of Ashtanga Yoga in the Promotion of Health and Prevention of Diseases in the Present era' on 17th March, 2023 wherein Prof. (Dr.) Neeru Nathani, Professor & Former Head, Department of Swasthavritta and Yoga, Faculty of Ayurveda, Institute of Medical Sciences, Banaras Hindu University - Varanasi presented an informative lecture.

She stated that nowadays Yoga is quite popular. It is traditional Science and philosophy of India. Yoga is the science of healthy living practised in India for over thousands of years. Yoga give us good health from all dimensions.

She also told that Ashtanga Yoga focuses on muscle training and develops physical strength. Practicing Ashtanga rejuvenates your body, making it stronger, toned, more flexible and controlled.

Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English) moderated the programme.



Significance of Ashtanga Yoga in the Promotion of Health and Prevention of Diseases in the Present era




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

129th Friday Webinar

17th March, 2023

5:00 PM



SPEAKER

Prof. (Dr.) NEERU NATHANI
Professor & Former Head
Dept. of Swasthavritta and Yoga, Faculty of Ayurveda,
Institute of Medical Sciences, Banaras Hindu University, Varanasi

टेली-योग: वर्तमान परिदृश्य और भविष्य की संभावनाएं

24 मार्च 2023 को एक उत्कृष्ट विषय टेली-योग: वर्तमान परिदृश्य और भविष्य की संभावनाएं पर एक शुक्रवार वेबिनार का आयोजन किया गया, जिसमें डॉ. शीतल यादव, सहायक प्रोफेसर, दिल्ली फार्मास्युटिकल साइंसेज एंड रिसर्च यूनिवर्सिटी – डीपीएसआरयू और डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि, निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने शिरकत की।

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक ने विषय का परिचय देते हुये बताया कि योग हमारी प्राचीन परंपरा है। मेरा व्यक्तिगत तौर पर मानना है कि योग भी एक विज्ञान है। टेली-योग आज की आवश्यकता है। टेली योग चंद सेकेंड में लाखों लोगों तक पहुंचने का सबसे अच्छा माध्यम है, जिसमें तकनीक की अहम भूमिका है।

डॉ. शीतल यादव ने जीवंत व्याख्यान देते हुए कहा कि पिछले 5 वर्षों के दौरान टेली योग सत्र, टेली परामर्श, टेली मेडिसीन (टेली औषधि) में समग्र रूप से वृद्धि हुई है। उन्होंने कहा कि भारत एक विशाल देश है जहां टेली योग इस अंतर को पाटने और सुसाधक उपलब्ध कराने में सहायता करता है। उन्होंने आगे बताया कि टेली औषधि से कई लाभ हैं। यह अत्यधिक किफायती एवं सुविधा जनक है। बहुत से लोग इसके लाभ और सुविधा के कारण इस अभ्यास को ले रहे हैं।

कार्यक्रम का संचालन डॉ. सुमन राठौर, सहायक प्राध्यापक (अंग्रेजी) ने किया।

Tele-Yoga: Current Scenario and Future Prospects

A Friday webinar by Dr. Sheetal Yadav, Assistant Professor, Delhi Pharmaceutical Sciences and Research University - DPSRU, on the topic "Tele-Yoga: Current Scenario and Future Prospects" was organised by Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), Ministry of Ayush, on March 24, which was initiated by Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY.

The Director, MDNIY spoke about the positive impact on Yoga on society. He also deliberated on the history of Yoga and its traditional practice, and discussed how modern apps and sciences are coming up to enhance the credibility of Yoga. Dr. Sheetal Yadav said that during the last five years there has been a surge in Telly Yoga sessions, teleconsultations and telemedicine as a whole. As India is a humongous country, Tele Yoga helps in bridging the gap and make resources available.

She further added that there are several benefits from Telemedicine as it helps in reducing the traffic of patients from the hospitals and is more economical and convenient. Multitude of people have been adopting the practice due to its benefits and convenience, she concluded.

The programme was moderated by Dr. Suman Rathore, Assistant Professor, English, Department, MDNIY.

The poster is for a webinar titled "Tele-Yoga: Current Scenario and Future Prospects". It is the 130th Friday Webinar, held on 24th March, 2023, at 5:00 PM. The speaker is Dr. Sheetal Yadav, Assistant Professor in the department of Hospital Management at Delhi Pharmaceutical Sciences and Research University, Govt. of NCT, Delhi. The introductory remarks are by Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY. The poster features the logos of the Ministry of Ayush, Government of India, and MDNIY. The background is dark blue with a grid pattern.

फिजियोलॉजी और बायोमैकेनिक्स के लेंस के माध्यम से योग

31 मार्च, 2023 को एक उत्कृष्ट विषय "फिजियोलॉजी और बायोमैकेनिक्स के लेंस के माध्यम से योग" पर शुक्रवार वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. सोहिनी पॉल, सहायक आचार्य, स्वास्थ्य एवं कल्याण संकाय, श्री श्री विश्वविद्यालय ओडिशा ने एक विस्तृत और सूचनात्मक व्याख्यान दिया।

उन्होंने बताया कि बायोमैकेनिक्स एक जीव के भौतिक संचालन का अध्ययन है। इसमें भौतिकी, शरीर विज्ञान और शरीर रचना विज्ञान के तत्व शामिल हो सकते हैं। योग प्राचीन भारतीय ज्ञान का विज्ञान है जिसका मानव के साथ-साथ लगभग हर शारीरिक प्रणाली और मन पर चमत्कारी प्रभाव पड़ता है।

डॉ. पॉल ने जोर देकर कहा कि कई शोधकर्ताओं ने पाया है कि गहन चिंतन, गहरी सांस लेने के अभ्यास, योग की अधिकता, आसन के नियमित अभ्यास से मस्तिष्क और इसके न्यूरोकेमिकल कार्यों में निश्चित परिवर्तन होते हैं।

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।

Yoga Through the Lens of Physiology and Biomechanics

A Friday webinar was held on the topic "Yoga through the lens of Physiology and Biomechanics" on 31st March, 2023 wherein, Dr. Sohini Paul, Assistant professor, Faculty of Health and Wellness, Sri Sri University Odisha gave an elaborative and informative lecture

She stated that Biomechanics is the study of the physical movement of an organism. This can include elements of physics, physiology and anatomy. Yoga is science from ancient Indian wisdom which has miraculous effect on almost every physiological system and mind as well of human being.

Dr. Paul emphasized that many researchers have found that regular practice of deep meditation, deep breathing practices, Yogic exercises, asanas have definitive changes in brain and its neurochemical functions.

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



Yoga through the lens of Physiology and Biomechanics

131st Friday Webinar

31st March, 2023
5:00 PM



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



SPEAKER
Dr. Sohini Paul
Assistant professor, Faculty of Health and Wellness, Sri Sri University, Odisha