



सत्यमेव जयते

Ministry of Ayush
Government of India

MDNIY

E-NEWSLETTER

July 2023

प्रधान संपादक की कलम से



भारत का प्राचीन काल से ही शिक्षा, संगीत, साहित्य, कला, संस्कृति और योग में विशिष्ट स्थान रहा है। आध्यात्मिक ज्ञान, शिक्षा और प्रेरणा की तलाश में दुनिया भर से लोग भारत आए हैं।

आज, हम तेजी से बदलते बहुमुखी समाज में रह रहे हैं, जो हमारे सामने चुनौतियाँ और अवसर दोनों प्रस्तुत करता है। मेरा दृढ़ विश्वास है कि विभिन्न प्रतिभाओं और कौशलों से संपन्न हर इंसान ईश्वर का एक अनमोल उपहार है।

गुणवत्ता के लिए कोई एक पैमाना नहीं है, क्योंकि एक अच्छा शैक्षणिक संस्थान अपनी गतिविधि के हर क्षेत्र में गुणवत्ता को बनाए रखने और बढ़ाने के लिए लगातार प्रयास करता रहता है।

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो. दे.रा.यो.सं.) आधुनिक दृष्टिकोण और पारंपरिक मूल्यों के बीच अद्भुत सामंजस्य द्वारा एकीकृत व्यक्तित्व का मार्ग प्रशस्त करने के लिए समग्र योग शिक्षा प्रदान करता है।

मो.दे.रा.यो.सं. उन छात्रों को वैश्विक मानकों की गुणवत्तापूर्ण योग शिक्षा प्रदान करने की अपनी प्रतिबद्धता में अटल है, जो चुनौतियों और अवसरों से भरे पेशेवर क्षेत्र में प्रवेश करने वाले हैं। जैसे ही हम योग शिक्षा प्रदान करते हैं, हम नैतिक मूल्यों और सिद्धांतों के लोकाचार के साथ आगे बढ़ते हैं। योग का अभ्यास व्यक्तियों को अपने मन और शरीर को नियंत्रित करने में मदद करता है। कम उम्र में बच्चों को योग से परिचित कराना महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह अनगिनत व्यक्तियों की जीवनशैली बन गया है। लगातार दैनिक अभ्यास से कई लाभ मिलते हैं, जिनमें फेफड़ों की कार्यक्षमता में सुधार, बेहतर रक्त परिसंचरण, बेहतर हृदय स्वास्थ्य, नींद नियंत्रण, बढ़ी हुई प्रतिरक्षा में बढ़ोतरी, अंग उत्तेजना और स्मृति और मानसिक स्थिति में सुधार शामिल हैं। मो.दे.रा.यो.सं. में, हम सीखने को एक सौहार्दपूर्ण और आनंददायक अनुभव बनाने का प्रयास करते हैं। एक एकीकृत दृष्टिकोण लागू करके जिसमें पेशेवर शिक्षाविदों, पाठ्येतर गतिविधियों और खेल का सही संतुलन शामिल है। योग व्यक्तियों को अपने भीतर और अपने बाहरी वातावरण में बेहतर सामंजस्य स्थापित करने में मदद करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। हमारा लक्ष्य उनकी शारीरिक, बौद्धिक, भावनात्मक, मनोवैज्ञानिक और आध्यात्मिक शक्तियों का पोषण करना है और उन्हें वास्तविक दुनिया की चुनौतियों से प्रभावी ढंग से निपटने के लिए तैयार करना है।

हमें अत्यधिक समर्पित और प्रेरित कर्मचारियों और संकाय सदस्यों की अपनी टीम पर बहुत भरोसा है, जो लगातार हमारे छात्रों का मार्गदर्शन, ज्ञान और भावनात्मक समर्थन प्रदान करते हैं। हमारे स्टाफ की विशेषज्ञता हमारी अत्याधुनिक सुविधाओं और बुनियादी ढांचे से पूरित होती है। संस्थान नवीनतम उपकरणों और आधुनिक व्याख्यान कक्षों से सुसज्जित है, जो यह सुनिश्चित करता है कि सीखने का अनुभव आरामदायक और समृद्ध दोनों हो।

मैं पूर्ण आश्वस्त हूँ कि हमारे समर्पित संकाय सदस्य और कर्मचारियों के ईमानदार प्रयासों से, मो.दे.रा.यो.सं. सदैव फलता-फूलता रहेगा और योग शिक्षा और जीवन की गुणवत्ता में उत्कृष्टता और प्रतिष्ठा के लिए एक स्वच्छ एवं संतुलित मार्ग प्रशस्त करेगा।



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

संपादकीय टीम

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

ताज़ा जानकारी के लिए जुड़े:

@mdniyayush

Director Mdniy

@mdniy

@mdniyyoga

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

From the Desk of Editor in Chief



Editorial Team

- **Editor-in-Chief**

Shri Vikram Singh
Director, MDNIY

- **Editor**

Md. Taiyab Alam
Communication &
Documentation Officer

- **Language Editor**

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

- **Assistant Editor**

Santosh Singh, Consultant (Media)

- **Design by**

Nihal Hasnain
Junior Consultant (Designer)

India has always held a distinguished position in education, music, literature, art, culture, and Yoga since time immemorial. People from across the world have come to India in search of spiritual knowledge, education, and inspiration.

Today, we are living in a fast-changing complex society that presents us with both challenges and opportunities. I firmly believe that every human being, endowed with various talents and skills, is a precious gift of God. There is no single yardstick for quality as a good educational institution continually strives for the sustenance and enhancement of quality in every field of its activity.

Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) delivers holistic Yoga education to pave the way for an integrated personality by the striking equilibrium between modern outlook and traditional values.

MDNIY is unwavering in its commitment to providing a quality Yoga education of global standards to students who are about to enter the professional realm, filled with challenges and opportunities. As we impart Yoga education, we march ahead with the ethos of moral values and principles. practice of Yoga helps individuals control their minds and bodies. Introducing children to Yoga at a young age is crucial, as it has evolved into a lifestyle for countless individuals. Consistent daily practice yields numerous benefits, including improved lung function, enhanced blood circulation, better cardiovascular health, regulated sleep patterns, boosted immunity, organ stimulation, and heightened memory and mental well-being. At MDNIY, we strive to make learning an amicable and enjoyable experience by implementing an integrated approach that incorporates the right balance of professional academics, extra-curricular activities, and sports. Yoga lays a significant role in helping individuals achieve better harmony within themselves and in their external environment. Our goal is to nurture their physical, intellectual, emotional, psychological, and spiritual strengths preparing them to effectively navigate real-world challenges.

We have immense confidence in our team of highly dedicated and motivated staff and faculty members who consistently provide our students with guidance, knowledge, and emotional support. The expertise of our staff is complemented by our state-of-the-art facilities and infrastructure. The Institute is equipped with the latest tools and modern lecture rooms, ensuring that the learning experience is both comfortable and enriching.

I am assured and confident that with the sincere efforts of our dedicated faculty and staff, MDNIY will continue to flourish and tread a spotless and balanced path to excellence and eminence in Yoga education and quality of life.



Editor-In-Chief
Shri Vikram Singh
Director, MDNIY

Catch the latest updates:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

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

फेस ऑफ़ द मंथ

डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई कालूभाई माननीय केंद्रीय आयुष और महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री हैं। उनके कुशल नेतृत्व ने आयुष मंत्रालय के भीतर योग और अन्य आयुष घटकों को बढ़ावा देने के लिए महत्वपूर्ण पहल की है। योग और आयुष प्रथाओं के विकास और प्रसार को बढ़ावा देने में डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई कालूभाई जी का निरंतर समर्थन महत्वपूर्ण रहा है।

हाल ही में एक कार्यक्रम के दौरान, माननीय मंत्रीजी ने लोगों के जीवन को खुशी और स्वास्थ्य से लबरेज करने के लिए स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय के साथ एक सहयोगात्मक प्रयास किया। साथ ही साथ आयुष संस्थानों को जमीनी स्तर पर मजबूत करने पर जोर दिया। उन्होंने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य और तनाव प्रबंधन में इसकी दोहरी भूमिका को प्रमाणित करते हुए, कल्याण के लिये उपचार के माध्यम के रूप में योग के महत्व पर जोर दिया। योग को अपनाने का उनका आह्वान भारत की विरासत, सौहार्द और मानवीय मूल्यों को बढ़ावा देने, आयुष मंत्रालय की पहल के तहत वैश्विक शांति के प्रतीक के रूप में योग की भूमिका को मजबूत करने के साथ प्रतिध्वनित हुआ।



डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई कालूभाई
माननीय केंद्रीय आयुष और महिला
एवं बाल विकास राज्य मंत्री

इसके अलावा, डॉ. मुंजपरा ने शारीरिक, मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य को शामिल करते हुए समग्र कल्याण के लिए योग को एक पारंपरिक मार्ग के रूप में रेखांकित किया। योग का दैनिक अभ्यास मन और शरीर के समन्वय को बढ़ावा देता है, जिससे समय के साथ मनोवैज्ञानिक अनुकूलन क्षमता बढ़ती है।

राजनीतिक क्षेत्र में प्रवेश करने से पहले, डॉ. मुंजपरा ने गुजरात के सुरेंद्रनगर में हृदय रोग विशेषज्ञ और इकोकार्डियोलॉजिस्ट के रूप में जनता की सेवा की। चिकित्सा के प्रति निस्वार्थ दृष्टिकोण से प्रेरित उनके समर्पण के कारण स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र में कई पुरस्कार मिले। अंत्योदय सिद्धांतों के पथप्रदर्शक, उन्होंने हाशिए पर रहने वाले लोगों के लिए 2 रुपये का मामूली परामर्श शुल्क लेकर 10 लाख से अधिक रोगियों की देखभाल की। उनका जीवन पथ राष्ट्रीय विकास के प्रति समर्पण का उदाहरण है।

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

Face of the Month

Dr. Munjpara Mahendrabhai Kalubhai Hon'ble Union Minister of State for Ayush and Women and Child Development

Dr. Munjpara Mahendrabhai Kalubhai is the Hon'ble Union Minister of State for Ayush and Women and Child Development. His dynamic leadership has spearheaded crucial initiatives within the Ministry of Ayush, propelling the promotion of Yoga and other Ayush components. Dr. Munjpara Mahendrabhai Kalubhai Ji's consistent support has been instrumental in fostering the growth and dissemination of Yoga and Ayush practices.



Dr. Munjpara Mahendrabhai Kalubhai
Hon'ble Union Minister of State for Ayush
and Women and Child Development

During a recent event, the Hon'ble Minister stressed the grassroots strengthening of Ayush institutions, a collaborative effort with the Ministry of Health and Family Welfare to imbue people's lives with happiness and health. He emphasized the significance of Yoga as a conduit to wellness and healing, attesting to its dual role in physical and mental fitness and stress management. His call to embrace Yoga resonated with promoting India's heritage, camaraderie, and humane values, solidifying Yoga's role as an emblem of global peace under the Ministry of Ayush's initiatives.

Furthermore, Dr. Munjpara highlighted Yoga as a traditional pathway to holistic well-being, encompassing physical, mental, and social health. The daily practice of Yoga fosters the synchronization of mind and body, enhancing psychological adaptability over time.

Before entering the political realm, Dr. Munjpara served the public as a Cardiologist and Echocardiologist in Surendranagar, Gujarat. His dedication led to numerous awards in the healthcare sector, driven by a selfless approach to medicine. A torchbearer of Antyodaya principles, he tended to over 10 lakh patients, charging a nominal consultation fee of 2 rupees, catering to the marginalized. His life trajectory exemplifies dedication to national development.

The Director of MDNIY and the institute's community extend heartfelt gratitude to the Hon'ble Minister for his avid interest in Yoga, MDNIY's endeavors, and the comprehensive promotion of the Ayush system.

‘100 साल की महिला दुनियां में योग का प्रमुख चेहरा बनीं’ - माननीय प्रधानमंत्री

'100 years old lady become a prominent face of Yoga in the world'- Hon,ble PM



माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने 30 जुलाई 2023 को अपने मन की बात के 103वें संस्करण में चर्चा करते हुए बताया कि पिछले दिनों जब मैं फ्रांस गया हुआ था, तो वहां मेरी मुलाकात एक फ्रांसीसी मूल की महिला – शारलोट शोपा से हुई। शारलोट शोपा एक योगा प्रैक्टिशनर, योग शिक्षिका हैं और उनकी उम्र 100 साल से अधिक है। वह शतक पार कर चुकी हैं। वह पिछले 40 सालों से योगाभ्यास कर रही हैं। वह अपनी सेहत और इस 100 साल की उम्र का श्रेय योग को ही देती हैं। वह दुनियां में भारत के योग विज्ञान और उसकी ताकत का एक प्रमुख चेहरा बन गई हैं। हर किसी को उनसे सीखना चाहिए। आइए हम न केवल अपनी विरासत को अपनाएं, बल्कि इसे दुनियां के सामने जिम्मेदारी से प्रस्तुत भी करें।

On July 30, 2023, while discussing in the 103rd edition of his Mann Ki Baat, the Honorable Prime Minister, Shri Narendra Modi ji said that when I went to France in the past, I met a French-origin woman there – Charlotte Shopa. Charlotte Shopa is a Yoga Practitioner, Yoga Teacher, and she is more than a 100 years old. She has crossed a century. She has been practicing yoga for the last 40 years. She gives credit for her health and this age of 100 years only to yoga. She has become a prominent face of India's science of yoga and its strength, in the world. Everyone should learn from her. Let us not only embrace our heritage, but also present it responsibly to the world.

‘पारंपरिक चिकित्सा प्रणालियों में वन हेल्थ के लक्ष्य को प्राप्त करने में प्रमुख भूमिका निभाने की काफी क्षमता है’ - माननीय केंद्रीय आयुष मंत्री

20 जुलाई, 2023 को भारत और आसियान के बीच पारंपरिक चिकित्सा पर एक ज्ञानवर्धक सम्मेलन सफलतापूर्वक आयोजित किया गया, जो “भारत और आसियान देशों में पारंपरिक चिकित्सा की भूमिका” विषय पर केंद्रित था। यह कार्यक्रम नई दिल्ली में हुआ, जहां आसियान देशों के सम्मानित प्रतिनिधि सहयोग को बढ़ावा देने और वैश्विक महामारी से निपटने में प्राचीन उपचार पद्धतियों की क्षमता का पता लगाने के लिए एकत्र हुए थे।

सम्मेलन की अध्यक्षता माननीय केंद्रीय मंत्री, आयुष तथा पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्रालय के कैबिनेट मंत्री श्री सर्बानन्द सोणोवाल ने की। अपने अध्यक्षीय भाषण में, श्री सर्बानन्द सोणोवाल ने कहा कि भारत और आसियान देशों के बीच पारंपरिक चिकित्सा पर सम्मेलन सतत विकास लक्ष्यों को प्राप्त करने और पारंपरिक चिकित्सा प्रणालियों को आगे बढ़ाने के तौर-तरीकों पर रणनीति बनाने के लिए पारंपरिक चिकित्सा प्रणालियों के विभिन्न आयामों पर विचार-विमर्श करने के लिए एक मंच प्रदान करता है। “माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भारत ‘वसुधैव कुटुंबकम’ के सिद्धांत में विश्वास करता है। उन्होंने आगे बताया कि पारंपरिक चिकित्सा प्रणालियों में “एक स्वास्थ्य” के लक्ष्य को प्राप्त करने में प्रमुख भूमिका निभाने की काफी क्षमता है।

सम्मेलन में माननीय केंद्रीय आयुष और महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री डॉ. महेंद्र मुंजपरा और आसियान के महासचिव डॉ. काओ किम होर्न साथ ही साथ आसियान क्षेत्रों के प्रतिष्ठित गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

वैद्य राजेश कोटेचा, सचिव, आयुष मंत्रालय, और सुश्री कविता गर्ग, संयुक्त सचिव, आयुष मंत्रालय सहित अन्य वरिष्ठ अधिकारीगण भी उपस्थित थे।

“Traditional Medicine Systems have great potential to play a major role in achieving the aim of 'One Health'” - Hon'ble Union Ayush Minister

An enlightening conference on Traditional Medicine Systems was successfully conducted on July 20, 2023 between India and ASEAN, centered around the theme "Role of Traditional Medicine in India and ASEAN countries". The event took place in New Delhi, where esteemed delegates from ASEAN countries gathered to foster collaboration and explore the potential of ancient healing practices in combatting the global pandemic.

The conference was chaired by Shri Sarbananda Sonowal, Hon'ble Union Minister of Ayush and Ports, Shipping & Waterways. In his presidential address, Shri Sarbananda Sonowal said that the Conference on Traditional Medicine between India and ASEAN countries provides a platform to deliberate on various dimensions of Traditional systems of medicine for attaining Sustainable Development Goals and strategizing on modalities for advancing Traditional Medicine Systems. "India, under the leadership of Prime Minister Narendra Modi believes in the Principle of 'Vasudhaiva Kutumbakam'. Traditional Medicine Systems have great potential to play a major role in achieving the aim of "One Health," he further added.

The conference was graced by Dr. Mahendra Munjpara, Hon'ble Union Minister of State for Ayush and Women & Child Development & Dr. Kao Kim Hourn, Secretary - General, ASEAN and eminent dignitaries from ASEAN regions.

Vaidya Rajesh Kotecha, Secretary, Ministry of Ayush, and Ms. Kavita Garg, Joint Secretary, Ministry of Ayush, among other senior officials were also present.



आयुष मंत्रालय ने मो.दे.रा.यो.सं. के प्रकाशनों की एक श्रृंखला का अनावरण किया

Ministry of Ayush unveiled a series of MDNIY's publications



भारत सरकार के आयुष मंत्रालय के सचिव वैद्य राजेश कोटेचा ने 17 जुलाई 2023 को महत्वपूर्ण मो.दे.रा.यो.सं. के डब्ल्यूएचओ सीसी (योग) प्रकाशनों की एक श्रृंखला का अनावरण किया, जिसमें एक उपभोक्ता सूचना पुस्तिका और विभिन्न आयु-विशिष्ट समूहों के लिए मानकीकृत स्वास्थ्य संवर्धन योग मॉड्यूल पर किताबें शामिल हैं। कार्यस्थल पर योग ब्रेक, बच्चों के लिए योग, किशोरों के लिए योग, प्रजनन आयु की महिलाओं के लिए योग, मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग और वृद्धावस्था आबादी के लिए योग पर विशेष जोर दिया गया। इनके अलावा, योग प्रमाणन बोर्ड (वाईसीबी) की पुस्तकों के साथ-साथ भारतीय मानक ब्यूरो मोनोग्राफ का भी अनावरण किया गया। इनके अलावा योग प्रमाणन बोर्ड (वाईसीबी) की पुस्तकों के साथ-साथ भारतीय मानक ब्यूरो के मोनोग्राफ का भी अनावरण किया गया।

इस कार्यक्रम में आयुष मंत्रालय की संयुक्त सचिव श्रीमती कविता गर्ग; श्री विक्रम सिंह, निदेशक आयुष मंत्रालय और मो.दे.रा.यो.सं. और डॉ. पवन कुमार तकनीकी अधिकारी, विश्व स्वास्थ्य संगठन दक्षिण पूर्व एशिया क्षेत्र डब्ल्यूएचओ सीरो भी उपस्थित थे।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के साथ मो.दे.रा.यो.सं. ने उपभोक्ताओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने और योग के विभिन्न पहलुओं को संबोधित करने में मदद के लिए योग पर तकनीकी दिशानिर्देश और जानकारी विकसित की है।

ये प्रकाशन योग की दुनिया में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर हैं। ये पुस्तकें और दस्तावेज़ योग के प्रति उत्साही, इच्छुक प्रशिक्षकों और इस प्राचीन अभ्यास के बारे में अपनी समझ को गहरा करने के इच्छुक व्यक्तियों को अमूल्य ज्ञान और मार्गदर्शन प्रदान करते हैं।

Vaidya Rajesh Kotecha, Secretary, Ministry of Ayush, Government of India, unveiled a series of important MDNIY's WHO CC (Yoga) publications on July 17, 2023, including a consumer information booklet and books on standardized health promotion Yoga modules for various age-specific groups. A special emphasis was placed on Yoga Break at the Workplace, Yoga for Children, Yoga for Adolescents, Yoga for Women of Reproductive Age, Yoga for Mental Health, and the Geriatric Population. Apart from these, Yoga Certification Board (YCB) books and Bureau of Indian Standards Monographs, were also unveiled.

The event was also graced by Smt. Kavita Garg, Joint Secretary, Ministry of Ayush; Shri Vikram Singh, Director MoA & MDNIY; and Dr. Pawan Kumar, Technical Officer, World Health Organization South-East Asia Region - WHO SEARO.

MDNIY along with the World Health Organization (WHO), has developed technical guidelines and information on Yoga to help ensure the safety of consumers and address different aspects of Yoga.

These publications mark a significant milestone in the world of Yoga. These books and documents offer invaluable knowledge and guidance to Yoga enthusiasts, aspiring instructors, and individuals seeking to deepen their understanding of this ancient practice.

गुरुपूर्णिमा- 2023 पर मो.दे.रा.यो.सं. श्रद्धांजलि

3 जुलाई 2023 को गुरु पूर्णिमा के शुभ अवसर पर मो.दे.रा.यो.सं. ने श्रद्धेय श्री स्वामी धीरेन्द्र ब्रह्मचारी जी को श्रद्धांजलि देने के लिए एक कार्यक्रम आयोजित किया।

इस विशेष अवसर पर कार्यभार संभालने वाले एमओए और मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह की उपस्थिति में हमने गुरु— शिष्य परंपरा के सार का जश्न मनाया, जो भारत की कलात्मक और सांस्कृतिक विरासत में गहराई से निहित है।

हमने साथ मिलकर गुरु और शिष्य के बीच के शाश्वत बंधन का सम्मान करते हुए अपनी हार्दिक श्रद्धांजलि अर्पित की।

MDNIY tribute on Guru Purnima 2023

On the auspicious occasion of Guru Purnima on 3rd July 2023, MDNIY organized an event to pay tribute to the revered Shri Swami Dhirendra Brahmachariji.

With the presence of Shri Vikram Singh, Director MoA & MDNIY, who assumed the office on this special day we celebrated the essence of the Guru-Shishya Parampara that is deeply rooted in India's traditional and cultural legacy.

Together, we poured our heartfelt tributes, honoring the timeless bond between mentor and disciple.



मो.दे.रा.यो.सं. में 'आजाद सप्ताह' का आयोजन

Celebration of 'Azad Saptah' at MDNIY



मो.दे.रा.यो.सं. के क्रिया भवन में प्रत्येक शनिवार और रविवार को प्राणायाम, ध्यान और योग निद्रा सत्र सहित एक निःशुल्क योग प्रोटोकॉल आयोजित किया जाता है। सत्र में 50 से अधिक लोगों ने भाग लिया। तदन्तर, 23 जुलाई 2023 को भारत के प्रमुख स्वतंत्रता सेनानी, चन्द्रशेखर आज़ाद की 117वीं जयंती के उपलक्ष्य में एक कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस कार्यक्रम में मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक श्री विक्रम सिंह उपस्थित थे।

कार्यक्रम के दौरान निदेशक ने ब्रिटिश औपनिवेशिक शासन से भारत की आजादी की लड़ाई में चंद्रशेखर आज़ाद के महत्वपूर्ण बलिदानों पर प्रकाश डालते हुए उनको श्रद्धांजलि अर्पित की। इस अवसर पर, क्रिया भवन में उपस्थित लोगों के बीच मिठाइयाँ वितरित की गईं। इसके अतिरिक्त, चन्द्रशेखर आज़ाद के जीवन पर केन्द्रित एक प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन भी किया गया, जिसके विजेताओं को निदेशक ने स्व-लिखित पुस्तक, "चेतना स्रोत" भेंट की।

गौरतलब है कि इसी कार्यक्रम से निदेशक ने "आज़ाद सप्ताह" की शुरुआत की घोषणा की। संस्थान में सप्ताह भर चलने वाले इस उत्सव में एक विशेष वेबिनार श्रृंखला शामिल थी, जिसमें चन्द्रशेखर आज़ाद के जीवन से संबंधित विभिन्न गतिविधियों को शामिल किया गया है। इन गतिविधियों में वृक्षारोपण, रक्तदान शिविर, निबंध प्रतियोगिता, नारा लेखन, आज़ाद पोज़ और "डर से आजादी" पर चर्चा शामिल है। निदेशक ने सभी को "आज़ाद सप्ताह" में उत्साहपूर्वक भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया।

निदेशक ने "आज़ाद सप्ताह" सत्र की शुरुआत की घोषणा की। संस्थान में सप्ताह भर चलने वाले इस उत्सव में विभिन्न गतिविधियाँ शामिल थीं, जिनमें वृक्षारोपण, रक्तदान शिविर, निबंध प्रतियोगिता, नारा लेखन, आज़ाद पोज़ और शुक्रवार के साप्ताहिक व्याख्यान के एक भाग के रूप में "डर से मुक्ति" विषय पर एक विशेष व्याख्यान शामिल किया गया। निदेशक ने सभी को "आज़ाद सप्ताह" में उत्साहपूर्वक भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया।

A Free Yoga Protocol, including Pranayama, Meditation, and Yoga Nidra sessions, is held every Saturday and Sunday at MDNIY in the Kriya Bhawan. Over 50 people participated in the sessions. This was followed by an event commemorating the 117th birth anniversary of Chandrashekhara Azad, a prominent freedom fighter of India, on July 23, 2023. The event was attended by MDNIY Director, Shri Vikram Singh.

During the event, the director paid tribute to Chandrashekhara Azad, highlighting his significant sacrifices in the fight for India's independence from British colonial rule. To mark the occasion, sweets were distributed to the attendees at the Kriya Bhawan. Additionally, a quiz competition was organized, focusing on Chandrashekhara Azad's life. The winners were presented with the director's self-written book, "Chetna Srot."

The director announced the initiation of "Azad Saptah". This week-long celebration at the institute includes a special webinar series covering various activities related to Chandrashekhara Azad's life. These activities encompass tree plantation, a blood donation camp, essay competition, slogan writing, Azad pose, and a special lecture on the topic, "Freedom from Fear" as a part of the Friday weekly lecture session. The director encouraged everyone to participate enthusiastically in the "Azad Saptah."

24 जुलाई

मो.दे.रा.यो.सं. में "आज़ाद सप्ताह" समारोह ने 24 जुलाई 2023 को पर्यावरण के प्रति जागरूक मोड़ ले लिया, जब श्रीमती कविता गर्ग संयुक्त सचिव, आयुष मंत्रालय ने संस्थान परिसर के भीतर पौधे लगाकर पर्यावरण संरक्षण के एक प्रतीकात्मक कार्य में भाग लिया।

यह आयोजन भारतीय स्वतंत्रता सेनानी चन्द्रशेखर आज़ाद के जीवन और योगदान की एक सप्ताह तक चलने वाली स्मृति "आज़ाद सप्ताह" के दूसरे दिन को चिह्नित किया गया। इस पहल का उद्देश्य प्रतिभागियों को विभिन्न गतिविधियों में शामिल करना है, जो आज़ाद के साहस और समर्पण की भावना का प्रतीक हैं।

श्री राजकुमार, निदेशक, इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ फैशन डिजाइन (आईआईएफडी) और श्री विक्रम सिंह, निदेशक मो.दे.रा.यो.सं., ने भी अपनी उपस्थिति से इस अवसर की शोभा बढ़ाई और सहयोगात्मक भावना तथा चन्द्रशेखर आज़ाद के आदर्शों के प्रति साझा प्रतिबद्धता पर जोर दिया।

"आज़ाद सप्ताह" समारोह विविध पृष्ठभूमि के प्रतिभागियों के साथ गूंजता रहता है, जिससे उन मूल्यों के प्रति एकता और श्रद्धा की भावना को बढ़ावा मिलता है जिनके लिए चन्द्रशेखर आज़ाद खड़े थे। जैसे-जैसे सप्ताह शुरू होता गया, उनकी विरासत को श्रद्धांजलि देने और नई पीढ़ी को स्वतंत्रता और सामाजिक प्रगति के सिद्धांतों को बनाए रखने के लिए प्रेरित करने के लिए और अधिक आकर्षक गतिविधियों की योजना बनाई गई।

24 जुलाई, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. में आज़ाद सप्ताह कार्यक्रम ज्ञानवर्धक चर्चाओं से भरा था। प्रतिभागियों ने एक मिनट की भाषण प्रतियोगिता के दौरान "रोग से आज़ादी में योग का योगदान" पर अपनी वाक्पटुता का प्रदर्शन किया और प्रेरक विचार साझा किए।

डॉ. गुरु देव, सहायक आचार्य (योग थेरेपी); डॉ. पवन कुमार, सहायक आचार्य (योग शिक्षा) और डॉ. शुभम के. सूर्यवंशी, सहायक आचार्य (मानव चेतना) कार्यक्रम के निर्णायक थे।

योग के प्रति जुनून और बीमारियों से मुक्ति की दिशा में इसका योगदान वास्तव में सराहनीय था।

24 July

The "Azad Saptah" celebrations at MDNIY featured a tree-planting initiative on July 24, 2023, as Smt. Kavita Garg, Joint Secretary, MoA participated in a symbolic act of environmental preservation by planting saplings within the institute's premises.

The event marked the second day of the "Azad Saptah," a week-long commemoration of the life and contributions of the Indian freedom fighter Chandrashekhra Azad. The initiative aims to engage participants in various activities that embody Azad's spirit of courage and dedication.

Shri Rajkumar, Director, Indian Institute of Fashion Design (IIFD), and Shri Vikram Singh, Director MDNIY, also graced the occasion with their presence, emphasizing the collaborative spirit and shared commitment to the ideals represented by Chandrashekhra Azad.

The "Azad Saptah" celebrations resonated with participants from diverse backgrounds, fostering a sense of unity and reverence for the values that Chandrashekhra Azad stood for. As the week unfolded, more engaging activities were planned to pay homage to his legacy and inspire a new generation to uphold the principles of freedom and social progress.

On July 24, 2023 AZAD WEEK event at MDNIY was filled with insightful discussions. Participants showcased their eloquence and shared inspiring views on "Rog Se AZADI Mein Yoga ka Yogdaan" during the one-minute elocution competition.

Dr. Guru Deo, Assistant Professor (Yoga Therapy); Dr. Pawan Kumar, Assistant Professor (Yoga Education) and Dr. Shubham K. Suryavanshi, Assistant Professor (Human Consciousness) were the judges of the program.

The passion for Yoga and its contributions towards liberation from ailments was truly commendable.



25 जुलाई

25 जुलाई 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. के सभागार में "मानव व्यक्तित्व विकास में योग का योगदान" विषय पर निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें संस्थान के 31 विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

निर्णायक मंडल में डॉ. इंदु शर्मा, सहायक आचार्य, योग शिक्षा; डॉ. वंदना सिंह, सहायक आचार्य, हिंदी और डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य, अंग्रेजी शामिल थी।

25 July

Essay writing competition on the topic "Contribution of Yoga in Human Personality Development" was organized on July 25, 2023 in MDNIY's auditorium, wherein 31 students of the Institute participated enthusiastically.

The jury consisted of Dr. Indu Sharma, Assistant Professor, Yoga Education; Dr. Vandana Singh, Assistant Professor, Hindi and Dr. Suman Rathore, Assistant Professor, English.



मो.दे.रा.यो.सं. के छात्रों ने 25 जुलाई, 2023 को वीर चंद्र शेखर आज़ाद को भावभीनी श्रद्धांजलि देते हुए "आज़ाद" के वास्तविक सार का प्रदर्शन किया। उनकी अदम्य भावना पीढ़ियों को प्रेरित करती रहती हैं। हमें स्वतंत्रता, साहस और दृढ़ संकल्प के मूल्यों को बनाए रखने का स्मरण करवाती हैं।

MDNIY's students showcased the true essence of "Azad" - paying heartfelt tribute to the heroic Chandra Shekhar Azad on July 25, 2023. His indomitable spirit continues to inspire generations, reminding us to uphold the values of freedom, courage, and determination.



26 जुलाई

26 July



सम्मानित स्वतंत्रता सेनानी चंद्र शेखर आज़ाद की 117वीं जयंती के सम्मान में और आज़ाद सप्ताह समारोह के संदर्भ में, मो.दे.रा.यो.सं. ने 26 जुलाई, 2023 को एक महान रक्तदान शिविर का आयोजन किया।

यह कार्यक्रम निडर देशभक्त और उनकी अदम्य भावना को श्रद्धांजलि देने की एक हार्दिक पहल थी, जो हमें सार्थक तरीकों से समाज में योगदान करने के लिए प्रेरित करती है। रक्तदान का कार्य करुणा, एकता का प्रतीक है और उन मूल्यों का सच्चा प्रमाण है, जिनके लिए चंद्र शेखर आज़ाद खड़े थे।

सभा को संबोधित करते हुए, निदेशक श्री विक्रम सिंह ने जीवन बचाने और एक स्वस्थ समाज को बढ़ावा देने में रक्तदान की अपरिहार्य भूमिका पर प्रकाश डालते हुए गहन अंतर्दृष्टि साझा की और कहा कि उन सभी अधिकारियों, कर्मचारियों, स्वयंसेवकों और प्रतिभागियों को हमारा हार्दिक धन्यवाद, जो आगे आए और मानवीय उद्देश्यों के प्रति अपनी अटूट प्रतिबद्धता का प्रदर्शन करते हुए निस्वार्थ भाव से रक्तदान किया। उन्होंने अपनी बात को आगे बढ़ाते हुए कहा, "आपके इस नेक समर्थन ने लोगों पर महत्वपूर्ण प्रभाव डाला है और जरूरतमंद लोगों की जान बचाने में मदद की है।"

शिविर के आयोजन में शामिल डॉक्टरों और स्टाफ सदस्यों को मो.दे.रा.यो.सं. अधिकारियों द्वारा सम्मानित किया गया, इस आयोजन को एक शानदार सफल बनाने में उनके अटूट समर्पण और प्रयासों की सराहना की गई।

शिविर के दौरान उदाहरण पेश करने के लिये मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक श्री विक्रम सिंह ने स्वयं आगे बढ़कर उदारतापूर्वक रक्तदान किया।

In honor of the 117th birth anniversary of the revered freedom fighter Chandra Shekhar Azad and as a part of the Azad Week Celebration, MDNIY organized a noble Blood Donation Camp on July 26, 2023.

The event was a heartfelt initiative to pay homage to the fearless patriot and his indomitable spirit, inspiring us to contribute to society in meaningful ways. The act of blood donation is a symbol of compassion, unity, and a true testament to the values Chandra Shekhar Azad stood for.

Addressing the gathering, Director Shri Vikram Singh shared profound insights, highlighting the indispensable role of blood donation in saving lives and fostering a healthier society.

Our heartfelt thanks to all the Officers, staff, volunteers and participants who came forward and selflessly donated blood, demonstrating their unwavering commitment to humanitarian causes. Your support has made a significant impact and helped save precious lives in need, he added.

In a heartwarming gesture, the doctors & staff members involved in organizing the camp were felicitated by MDNIY officials, acknowledging their unwavering dedication and efforts in making the event a resounding success.

During the camp, a true embodiment of leading by example was witnessed when Director Shri Vikram Singh himself rolled up his sleeve and generously donated blood.

27 जुलाई

मो.दे.रा.यो.सं. ने निडर स्वतंत्रता सेनानी, चंद्र शेखर आज़ाद की 117वीं जयंती का सम्मान करने के लिए 27 जुलाई, 2023 को पंचम स्वर के 80वें संस्करण का आयोजन किया। पूरा कार्यक्रम देशभक्ति गीतों, नृत्य, लयबद्ध योग आदि के इर्द-गिर्द घूमता रहा, जिसे मो.दे.रा.यो.सं. के छात्रों और कर्मचारियों द्वारा खूबसूरती से पेश किया गया।

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक विक्रम सिंह ने अपनी विशेष टिप्पणी में 'आज़ाद सप्ताह' को यादगार बनाने के लिए सभी को धन्यवाद दिया और एपीजे अब्दुल कलाम की पुण्य तिथि होने के कारण इस दिन के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने डॉ. कलाम द्वारा बताए गए भारत के दृष्टिकोण को याद किया और सभी को हर महीने कुछ दिन ऐसे काम के लिए समर्पित होने के लिए प्रोत्साहित किया, जो उन्हें प्रेरित और गौरवान्वित करे और समाज की बेहतरी में अपना योगदान दे सके।

27 July

MDNIY organized the 80th edition of Pancham Swar, on July 27, 2023 to honor the 117th birth anniversary of the fearless freedom fighter, Chandra Shekhar Azad. The entire programme featured patriotic songs, dance, rhythmic yoga and more, all expertly choreographed and executed by the students and staff of MDNIY.

Sh. Vikram Singh, Director MDNIY expressed his gratitude to all for making Azad Week memorable in his special remarks. He emphasized the significance of the day, which also marked the death anniversary of APJ Abdul Kalam.. He reflected on Dr. Kalam's vision for India and encouraged everyone to dedicate a few days each month to work that inspires them and fills them with pride, ultimately contributing to the betterment of society.



28 जुलाई

महान स्वतंत्रता सेनानी चंद्र शेखर आज़ाद की 117वीं जयंती के संदर्भ में मो.दे.रा.यो.सं. में 28 जुलाई, 2023 को 148वें शुक्रवार वेबिनार का आयोजन किया गया, जिसमें प्रो. रेनु शर्मा, सलाहकार (रिटेल) एफडीडीआई, वाणिज्य एवं उद्योग मंत्रालय मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित थी।

एमडीएनआईवाई निदेशक श्री विक्रम सिंह ने कार्यक्रम में गरिमामयी अध्यक्षीय भूमिका निभाई।

कार्यक्रम का विषय 'डर से मुक्ति के बारे में बातचीत' थी।

गौरतलब है कि यह अब तक की सबसे बड़ी छात्र उपस्थिति वाला शुक्रवार वेबिनार था, जो दर्शकों के लिये काफी आनंददायक और ज्ञानवर्धक था।



The 148th Friday Webinar, titled 'A Conversation about Freedom from Fear' witnessed an extraordinary participation with the largest-ever student turnout across different courses, coming together for an interactive and engaging session on July 28, 2023.

The session was led by Prof. Renu Sharma, Consultant (Retail) FDDI, Ministry of Commerce & Industry and Shri Vikram Singh, Director MDNIY enlightened us with their wisdom.

28 July

मो.दे.रा.यो.सं. ने आज़ाद सप्ताह के दौरान एक स्फूर्तिदायक प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता का आयोजन किया। प्रतियोगिता का उद्देश्य चंद्रशेखर आज़ाद से जुड़े साहस और देशभक्ति के मूल्यों को याद करते हुए प्रतिभागियों को एक उत्साही चुनौती में शामिल करना है।

सभी उत्साही लोगों के लिए खुली, क्विज़ प्रतियोगिता व्यक्तियों को अपने ज्ञान और समझ को प्रदर्शित करने का अवसर प्रदान करती है। शीर्ष 10 प्रतियोगियों को एक विशेष योग किट से पुरस्कृत किया गया



MDNIY ignited excitement with an invigorating quiz contest during the Azad Saptah. The contest aimed to engage participants in a spirited challenge while honoring the values of courage and patriotism associated with Chandra Shekhar Azad.

Open to all enthusiasts, the quiz contest provides an opportunity for individuals to showcase their knowledge and understanding. The top 10 contestants were rewarded with an exclusive Yoga Kit.

मो.दे.रा.यो.सं. प्रशासनिक अधिकारी का स्वागत समारोह

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) के सम्मेलन कक्ष में 13 जुलाई को नव नियुक्त प्रशासनिक अधिकारी श्री मुदित शर्मा का स्वागत समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें संस्थान के सभी अधिकारियों और कर्मचारियों ने शिरकत की।

निदेशक श्री विक्रम सिंह जी ने पुष्पगुच्छ देकर श्री मुदित शर्मा का स्वागत किया और कहा कि श्री शर्मा से संस्थान को बहुत उम्मीदें हैं। वे अपने प्रशासनिक अनुभव के बल पर संस्थान के स्तंभ बन सकते हैं।

निदेशक ने बताया कि चूंकि श्री शर्मा एक स्पोर्ट्समैन भी हैं, तो उनसे हम बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद करते हैं, क्योंकि एक स्पोर्ट्समैन में टीम भावना, लक्ष्य के प्रति समर्पण स्वाभाविक तौर पर होती है। एक स्पोर्ट्समैन सफल हो या ना हो, लेकिन वो कभी नाकामयाब नहीं होता।

इस दौरान मो.दे.रा.यो.सं. के डॉ. आई. एन आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग थेरेपी), मो. तैयब आलम, संचार एवं प्रलेखन अधिकारी और अंशुमन कुमार झा, लेखा अधिकारी ने भी अपने विचार साझा किये।

गौरतलब है की 03 जुलाई, 2023 को श्री मुदित शर्मा ने स्थायी रूप से प्रशासनिक अधिकारी के रूप में मो.दे.रा.यो.सं. को ज्वाइन किया है। श्री शर्मा इसके पूर्व भी डेप्युटेशन पर प्रशासनिक अधिकारी के रूप में मो.दे.रा.यो.सं. में अपनी सेवाएं दे चुके हैं।

Welcoming ceremony of MDNIY Administrative Officer

A welcome ceremony for the newly appointed Administrative Officer, Shri Mudit Sharma was organized on 13th July at the conference hall of Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY), wherein all the officers and employees of the institute participated.

Director Shri Vikram Singh welcomed Shri Mudit Sharma and said that the institute has great expectations from Shri Sharma. He can become the pillars of the institution on the strength of their administrative experience.

The Director said proudly that as we all know that Mr. Sharma is also a sportsman. So, we expect better performance from him. Team spirit and dedication towards the goal are natural in a sportsman. A sportsman may be successful or not, but he never fails.

During this, MDNIY's Dr. I.N Acharya, Program Officer (Yoga Therapy), Md. Taiyab Alam, Communication and Documentation Officer and Shri Anshuman Kumar Jha, Accounts Officer also shared their views.

It is notable that on July 03, 2023, Shri Mudit Sharma has joined MDNIY permanently as Administrative Officer. Shri Sharma had earlier also served in MDNIY as Administrative Officer on deputation.



मो.दे.रा.यो.सं. में विदाई समारोह का आयोजन

मो.दे.रा.यो.सं. के प्रेक्षागृह में 31 जुलाई, 2023 को 'वेलनेस इंस्ट्रक्टर के लिए योग में सर्टिफिकेट (सीसीवाईडब्ल्यूआई)' कोर्स के सीएपीएफ के 26वें बैच के छात्र- छात्राओं के विदाई समारोह कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसकी अध्यक्षता मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने की।

कार्यक्रम के दौरान निदेशक, ने छात्र- छात्राओं को संबोधित करते हुये कहा कि योग का सबसे बड़ा पात्र तो योद्धा (सैनिक) ही होता है, क्योंकि योद्धा विषम परिस्थितियों में भी अपने कर्तव्य पथ पर डटा रहता है। एक सैनिक माइनस 40 डिग्री में भी मुस्कुराते हुए देश की सुरक्षा में तल्लीन रहता है। आप असंभव को संभव कर दिखाते हैं, यही कारण है की सैनिकों को देखकर एक सुरक्षा का आभास होता है।

अपनी बात को आगे बढ़ाते हुये उन्होंने बताया कि योग को सिर्फ सीखना जरूरी नहीं है, बल्कि योग को जीना भी जरूरी है। चार महीनों में आपने यहां जो भी व्यवहारिक और पाठ्यक्रम संबंधित ज्ञान अर्जित किया है, वो आपके व्यवहार और आचरण में परिलक्षित होना चाहिए, तभी शिक्षा की सार्थकता सिद्ध होगी। ए मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक ने सभी छात्र-छात्राओं को अग्रिम जीवन की शुभकामनाएं दीं।

कार्यक्रम के दौरान डॉ. आई. एन. आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग थेरेपी); श्री मुदित शर्मा, प्रशासनिक अधिकारी; डॉ. गुरुदेव, सहायक आचार्य (योग थेरेपी), श्री राहुल सिंह चौहान, योग प्रशिक्षक; और श्रीमती शुचि मोहन, योग प्रशिक्षक भी उपस्थिति हुए।

समारोह के दौरान संबंधित पाठ्यक्रमों के सैनिकों ने भी अपने अनुभव साझा किए।



Valedictory Ceremony organizes at MDNIY.

The Valedictory Ceremony of the 26th batch of CAPFs students of the 'Certificate in Yoga for Wellness Instructor (CCYWI)' course was organized on July 31, 2023 in the auditorium of Morarji Desai National Institute of Yoga, which was presided over by Shri Vikram Singh, Director, MDNIY.

During the program, the Director while addressing the students said that Yoga is most needed by the soldiers because they remain firm on the path of duty even in adverse circumstances. A soldier smiling even in minus 40 degrees remains engrossed in the security of the country. You make the impossible possible, that's why there is a feeling of security on seeing the soldiers.

Taking his point forward, he further added, that "it is not only necessary to learn Yoga, but it is also necessary to live Yoga. Whatever practical and curriculum related knowledge you have acquired here in four months, it should be reflected in your behavior and conduct, only then the meaningfulness of education will be proved". The Director extended his best wishes to all the students for their future endeavors..

During the program Dr. I.N. Acharya, Program Officer (Yoga Therapy); Shri Mudit Sharma, Administrative Officer; Dr. Gurudev, Assistant Professor (Yoga Therapy), Mr. Rahul Singh Chauhan, and Mrs. Shuchi Mohan, Yoga Instructor were also present.

Soldiers from the respective courses also shared their experiences during the ceremony.

सीसीवाईपीवी छात्रों का विदाई समारोह

मो.दे.रा.यो.सं. के "योग प्राण विद्या में प्रमाणपत्र पाठ्यक्रम" के 5वें बैच का 21 जुलाई, 2023 को विदाई समारोह था, जिसमें मो.दे.रा.यो.सं., निदेशक श्री विक्रम सिंह ने छात्र दृष्टात्राओं के उज्ज्वल भविष्य की कामना करते हुये उन्हें जीवन की अग्रिम बधाई दी।

समारोह के दौरान श्री मुदित शर्मा, प्रशासनिक अधिकारी और पाठ्यक्रम की ट्रेनर श्रीमती माधवी भी उपस्थित थे।

"योग प्राण विद्या में प्रमाणपत्र पाठ्यक्रम" में छात्रदृष्टात्राओं की कुल संख्या 40 थी।

Valedictory Ceremony of CCYPV students

Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) organized a Valedictory Ceremony for the 5th batch of "Certificate Course in Yoga Prana Vidya" on 21st July, 2023. Shri Vikram Singh, Director, MDNIY wished the students a bright future and congratulated them in advance in life.

Shri Mudit Sharma, Administrative Officer and Smt. Madhavi, Trainer of the course were also present during the function.

The "Certificate Course in Yoga Prana Vidya" had a total of 40 students enrolled.



विभिन्न देशों के 65 युवा भारतीय प्रवासियों ने मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया

विभिन्न देशों के भारतीय प्रवासियों के 65 युवा पेशेवरों ने 66वें 'भारत को जानें कार्यक्रम' के हिस्से के रूप में 31 जुलाई 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया। यहां उन्हें योग के सार और महत्व का अनुभव हुआ।

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने समूह का गर्मजोशी से स्वागत किया और इस बात पर प्रकाश डाला कि कैसे योग हमारे माननीय प्रधान मंत्री के सराहनीय प्रयासों की बदौलत विश्व स्तर पर भारत की विशिष्ट पहचान बन गया है।

डॉ. आई. एन. आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग थेरेपी) ने प्रतिभागियों को संस्थान के विविध कार्यक्रमों और गतिविधियों के बारे में जानकारी दी। भारतीय प्रवासियों ने पुस्तकालय और प्रयोगशाला सहित संस्थान के विभिन्न विभागों का दौरा किया और चल रही गतिविधियों के बारे में जानकारी प्राप्त की।

श्री राहुल सिंह चौहान, योग प्रशिक्षक, मो.दे.रा.यो.सं. द्वारा एक योग सत्र आयोजित किया गया।

प्रवासी भारतीयों की समग्र प्रतिक्रिया अविश्वसनीय रूप से उत्साहजनक थी, जो दुनिया भर में योग के प्रभाव और उसके आकर्षण को दर्शाती है।

65 young Indian diaspora from different countries visits MDNIY

65 young professionals of the Indian diaspora from different countries visited MDNIY on July 31, 2023 as part of the 66th 'Know India Program'. They experienced the essence and significance of Yoga.

Shri Vikram Singh, Director MDNIY, warmly welcomed the group and highlighted how Yoga has become India's distinct identity globally, thanks to the commendable efforts of our Hon'ble Prime Minister.

Dr. I. N. Acharya, Program Officer (Yoga Therapy), briefed the participants about the diverse programs and activities of the Institute. The Indian diaspora explored various departments of the institute, including the library and laboratory, gaining an insight into the ongoing work.

A refreshing Yoga session was conducted by Shri Rahul Singh Chauhan, YI, MDNIY. The overall response from the Indian diaspora was incredibly encouraging, reflecting the impact and appeal of Yoga worldwide.



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

आसियान देशों के 20 सदस्यीय प्रतिनिधिमंडल ने अपने जीवन में योग दर्शन की गहरी समझ का अनुभव प्राप्त करने के लिए 21 जुलाई, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया।

श्री विक्रम सिंह निदेशक मो.दे.रा.यो.सं. एवं आयुष मंत्रालय ने प्रतिनिधिमंडल का गर्मजोशी से स्वागत किया। निदेशक ने उन्हें संस्थान की विभिन्न गतिविधियों और कार्यक्रमों के बारे में भी जानकारी दी।

केंद्रीय योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद के निदेशक डॉ. राघवेंद्र राव ने योग के अनुसंधान परिणामों के बारे में एक संक्षिप्त प्रस्तुति दी। उन्होंने यह भी कहा कि योग जीवन की गुणवत्ता में सुधार करता है और आजकल यह एक वैश्विक आंदोलन बन गया है।

योग चिकित्सक सुश्री मधु खुराना और योग प्रशिक्षु सुश्री श्रुति रोहिल्ला और सुश्री कोमल द्वारा प्रतिनिधियों के लिए एक विशेष योग सत्र भी आयोजित किया गया।

इस अवसर पर संस्थान के डॉ. आई.एन. आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग थेरेपी), श्री मुदित शर्मा, प्रशासनिक अधिकारी और सुश्री मनजोत कौर, आहार विशेषज्ञ भी उपस्थित थे।

अतिथियों ने अपने सुखद अनुभव साझा किये और योग को बढ़ावा देने में संस्थान की पहल की सराहना भी की।

A delegation from the ASEAN Countries visits MDNIY

A 20-member delegation from the ASEAN Countries visited MDNIY on July 21, 2023, to experience a deeper understanding of Yoga philosophy in their lives.

The delegation was given a warm welcome by Shri Vikram Singh, Director MDNIY, Ministry of Ayush. The Director also briefed them about the various activities and programmes of the institute.

Dr. Raghavendra Rao, Director, Central Council for Research in Yoga & Naturopathy made a brief presentation about research outcomes of Yoga. He also stated that Yoga improves the quality of life and now-a-days, it has become a global movement.

A special Yoga session was also conducted by the Yoga Therapist Ms. Madhu Khurana, and Yoga interns Ms. Shruti Rohilla and Ms. Komal for the delegates.

Dr. I.N. Acharya, Program Officer (YT), Shri Mudit Sharma, Administrative Officer, and Ms. Manjot Kaur, Dietician of the Institute, were also present on the occasion.

The guests shared their pleasant experiences and also appreciated the institute's initiatives in promoting Yoga.



मो.दे.रा.यो.सं. में कार्यशाला

A workshop at MDNIY

15 जुलाई 2023 को फाउंडेशन कोर्स इन योग साइंस फॉर वेलनेस (एफसीवाईएससीडब्ल्यू) के छात्रों के लिए उनके ज्ञान को बढ़ाने के लिए एक कार्यशाला आयोजित की गई, जिसमें मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह ने छात्रों के साथ एक संवादात्मक सत्र में भाग लिया।

कार्यशाला मो.दे.रा.यो.सं. के योग प्रशिक्षक श्री शरद, श्री साहिल खोकर, श्री अर्जुन और श्री करमवीर आर्य की देखरेख में षट्क्रिया (योगिक सफाई अभ्यास) सत्र पर केंद्रित थी।

इसके अतिरिक्त श्री अमित शर्मा द्वारा "स्वस्थ जीवन के लिए योग" विषय पर एक विशेष व्याख्यान दिया गया। इसके अलावा छात्रों ने श्री ललित मदान, योग चिकित्सक के नेतृत्व में मुफ्त सीवाईपी और प्राणायाम और ध्यान में सक्रिय रूप से भाग लिया।

A workshop was conducted for the students of the Foundation Course in Yoga Science for Wellness (FCYScW) on July 15, 2023 to enhance their knowledge wherein Shri Vikram Singh, Director, MDNIY led a small interactive session with the students.

The workshop was focused on shatkriya (yogic cleansing practises) that took place under the supervision of the Yoga Instructor of MDNIY- Sharad, Mr. Sahil Khokar, Mr. Arjun and Mr. Karamvir Arya.

A special lecture on the topic "Yoga for Healthy Living" was delivered by Sh. Amit Sharma. Additionally, students actively participated in free CYP, Pranayama & Meditation led by Sh. Lalit Madaan, YogaTherapist.



मो.दे.रा.यो.सं. के सीएपीएफ छात्रों ने की ज्ञानवर्धक शैक्षिक यात्रा

वेलनेस इंस्ट्रक्टर (सीएपीएफ) के लिए योग में सर्टिफिकेट कोर्स के छात्र मो.दे.रा.यो.सं. के संकाय सदस्यों श्री राहुल सिंह चौहान, योग प्रशिक्षक; सुश्री शुचि मोहन, योग प्रशिक्षक; श्री बुध्नेश, योग प्रशिक्षक और श्री पवन कुमार, योग प्रशिक्षक के साथ 25 जुलाई, 2023 को एक शैक्षिक दौरे पर गये।

शैक्षणिक दौरे की शुरुआत करते हुए टीम ने अध्यात्म साधना केंद्र, छतरपुर, नई दिल्ली का दौरा किया, जहां उन्होंने एक निर्देशित योग और मध्यस्थता सत्र में भाग लिया। इस दौरान उन्हें आश्रम का दौरा भी कराया गया।

इस शैक्षिक दौरे ने छात्रों के व्यक्तिगत और व्यावसायिक विकास के लिए एक उत्प्रेरक के रूप में कार्य किया, जिससे उन्हें योग के अनुप्रयोगों की समृद्धि और व्यापकता को प्रत्यक्ष रूप से देखने का मौका मिला।



मो.दे.रा.यो.सं. के नेतृत्व में एक योग सत्र

श्री पवन कुमार, योग प्रशिक्षक, मो.दे.रा.यो.सं. और श्री जय सिंह, इंस्पेक्टर, सीआरपीएफ और सीसीवाईडब्ल्यूआई (सीएपीएफ) के छात्र ने 29 जुलाई, 2023 को केंद्रीय विद्यालय, ए.ए.आई रंगपुरी, नई दिल्ली में एक योग सत्र का नेतृत्व किया। उत्साही छात्रों को सत्र में सक्रिय रूप से भाग लेते देखना एक अद्भुत दृश्य था।

MDNIY's CAPF Students took an enlightening educational trip

The students of Certificate Course in Yoga for Wellness Instructor- (CAPF) along with the faculty members of MDNIY Sh. Rahul Singh Chauhan, YI; Ms. Shuchi Mohan, YI; Shri. Bhupnesh, YI and Shri Pawan Kumar, YI went on an educational tour on July 25, 2023.

They visited the Adhyatm Sadhna Kendra, Chhatarpur, New Delhi and participated in guided Yoga and mediation session and were given a tour of the ashram.

This educational tour served as a catalyst for the students' personal and professional growth, offering them a firsthand experience of the vast and diverse applications of Yoga.

A Yoga Session led by MDNIY

Shri Pawan Kumar, Yoga Instructor, MDNIY and Shri Jai Singh, Inspector, CRPF & student of CCYWI (CAPF) led a Yoga session on July 29, 2023 at Kendriya Vidyalaya, A.A.I Rangpuri, New Delhi. It was a wonderful sight to see the enthusiastic students actively participating in the session.



मो.दे.रा.यो.सं.के सीएपीएफ छात्रों का शैक्षिक दौरा

वेलनेस इंस्ट्रक्टर (सीएपीएफ) के लिए योग में सर्टिफिकेट कोर्स के छात्रों ने संकाय सदस्यों श्री राहुल सिंह चौहान, योग प्रशिक्षक; सुश्री शुचि मोहन, योग प्रशिक्षक; श्री बुपनेश, योग प्रशिक्षक और श्री पवन कुमार, योग प्रशिक्षक अपने शैक्षिक दौरे पर निकले। इस परिवर्तनकारी पथ पर अगला पड़ाव इस्कॉन-दिल्ली था।

मंदिर के शांत वातावरण में योग और आध्यात्मिकता के बीच गहरा संबंध उजागर हुआ, जिससे इस प्राचीन अभ्यास का वास्तविक सार सामने आया। मंत्रोच्चार और भक्ति की आवाज़ से शांत वातावरण गूंज उठा। गौरतलब है कि इस यात्रा के दौरान सभी को एहसास हुआ कि योग जितना शारीरिक अभ्यास है, उतना ही हृदय की यात्रा भी है।

MDNIY's CAPF Students Educational Tour Yoga Instructor

Continuing their journey of enlightenment, the Students of Certificate Course in Yoga for Wellness Instructor- (CAPF), alongside faculty members Sh. Rahul Singh Chauhan, YI; Ms. Shuchi Mohan, YI; Sh. Bupnesh, YI; and Sh. Pawan Kumar, YI, continued their educational tour with ISKCON-Delhi as their next stop on the transformative journey.

In the tranquil embrace of the temple, a profound connection between Yoga and spirituality was uncovered, revealing the true essence of this ancient practice.



फ्राइडे वेबिनार

पुरुष प्रजनन स्वास्थ्य

7 जुलाई 2023 को डॉ. सुदीप्त साहा, सह – प्राध्यापक, बायोटेक्नोलॉजी और माइक्रोबायोलॉजी विभाग, सिस्टर निवेदिता यूनिवर्सिटी, ने एक जानकारीपूर्ण व्याख्यान दिया और कहा कि प्रजनन स्वास्थ्य पुरुषों के समग्र स्वास्थ्य और कल्याण का एक महत्वपूर्ण घटक है। प्रजनन स्वास्थ्य की चर्चाओं में अक्सर पुरुषों को नजरअंदाज कर दिया जाता है, खासकर तबतक, जबतक गर्भनिरोधक और बांझपन जैसे प्रजनन संबंधी मुद्दों को महिला-संबंधी माना जाता है।

उन्होंने यह भी कहा कि पुरुष प्रजनन प्रणाली ज्यादातर आपके शरीर के बाहर मौजूद होती है। पॉलीफेनोल्स, मुख्य रूप से अपने एंटीऑक्सीडेंट गुणों के कारण प्रजनन संबंधी व्यवधानों को कम करने के लिए आशाजनक पदार्थ हैं, जिनमें से अधिकांश ऑक्सीडेटिव तनाव को शामिल करने के लिए जाने जाते हैं। बड़ी संख्या में खाद्य पदार्थों, पेय पदार्थों, पौधों और जड़ी-बूटियों में पाए जाने वाले पॉलीफेनोल्स फाइटोएस्ट्रोजेन के रूप में भी कार्य कर सकते हैं और मुख्य रूप से महिला प्रजनन प्रणाली में कई प्रतिक्रियाओं को उत्प्रेरित कर सकते हैं।

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

Male Reproductive Health

A Friday webinar was held on an excellent topic "Male Reproductive Health." on July 7, 2023 wherein Dr. Sudipta Saha, Associate Professor, Department of Biotechnology and Microbiology, Sister Nivedita University, delivered an informative lecture and stated that Reproductive health is an important component of men's overall health and well-being. Too often, males have been overlooked in discussions of reproductive health, especially when reproductive issues such as contraception and infertility have been perceived as female-related.

He also stated that the male reproductive system mostly exists outside of your body. Polyphenols, mainly by their antioxidant properties, are promising substances to mitigate reproductive disruptions, most of which are known to involve oxidative stress. Largely found in a vast number of foods, beverages, plants and herbs, polyphenols may also act as phytoestrogens and trigger numerous responses mainly in the female reproductive system. Acting in a dose-dependent way, polyphenols can also exert toxic effects to both males and females, and their safety limits are also largely under investigation.

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




Join us for

145th FRIDAY WEBINAR

"Male Reproductive Health"



Shri Vikram Singh
Director, Ministry of Ayush



Dr. Sudipta Saha
Associate Professor,
Department of Biotechnology and Microbiology,
Sister Nivedita University

July 07, 2023 | 05:00 PM onwards

‘सांख्य एवं योग का समत्व’

14 जुलाई, 2023 को एक उत्कृष्ट विषय ‘सांख्य एवं योग का समत्व’ पर एक वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. शशिकांत द्विवेदी, एसोसिएट प्रोफेसर, बनारस हिंदू विश्वविद्यालय – वाराणसी, उत्तर प्रदेश और श्री विक्रम सिंह, निदेशक, एमओए और मो.दे.रा.यो.सं. ने शिरकत की।

डॉ. शशिकांत द्विवेदी ने ज्ञानवर्धक व्याख्यान देते हुए कहा कि सांख्य और योग में पग-पग पर समानता प्रतिपादित है, दोनों की उत्पत्ति वेदों से हुई है। सांख्य योग ज्ञान और विवेक का मार्ग है, जिसमें स्वयं (पुरुष) की शाश्वत और अपरिवर्तनीय वास्तविकता और भौतिक संसार (प्रकृति) की हमेशा बदलती वास्तविकता के बीच अंतर को समझना शामिल है। सांख्य योग का अंतिम लक्ष्य स्वयं की वास्तविक प्रकृति का एहसास करना है, जो शाश्वत, अपरिवर्तनीय और भौतिक संसार की सीमाओं से परे है।

सांख्य योग को ज्ञान और विवेक के एक मार्ग के रूप में प्रस्तुत किया जाता है, जो आत्म-प्राप्ति और आत्मज्ञान की ओर ले जाता है। उन्होंने आगे कहा कि यह वास्तविकता और व्यक्तिगत स्वयं की प्रकृति को समझने के महत्व पर जोर देता है, और आत्म-प्राप्ति की दिशा में आवश्यक कदम के रूप में संतुलन, सद्भाव और वैराग्य की भावना को प्रोत्साहित करता है।

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

‘Sankhya Evam Yog ka Samatva’

A Webinar was held on an excellent topic ‘सांख्य एवं योग का समत्व’ on July 14, 2023 wherein Dr. Shashikant Dwivedi, Associate Professor, Banaras Hindu University - Varanasi, Uttar Pradesh and Shri Vikram Singh, Director, MoA & MDNIY.

Dr. Shashikant Dwivedi delivered an informative lecture and stated that the equality of Samkhya and Yoga is propounded at every step, both are derived from the Vedas. Samkhya Yoga is the path of wisdom and discernment, which involves understanding the difference between the eternal and unchanging reality of the Self (Purusha) and the ever-changing reality of the material world (Prakriti). The ultimate goal of Samkhya Yoga is to realize the true nature of the self, which is eternal, unchanging and beyond the limitations of the material world.

Samkhya presents Yoga as a path of wisdom and discernment that leads to self-realization and enlightenment. It emphasizes the importance of understanding reality and the nature of the individual self, and encourages the cultivation of balance, harmony, and dispassion as essential steps toward self-realization, he further added.

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







Join us for

146th FRIDAY WEBINAR

सांख्य एवं योग का समत्व



Shri Vikram Singh
Director, Ministry of Ayush
& MDNIY

Dr. Shashikant Dwivedi
Associate Professor,
Banaras Hindu University, Uttar Pradesh

July 14, 2023 | 05:00 PM onwards

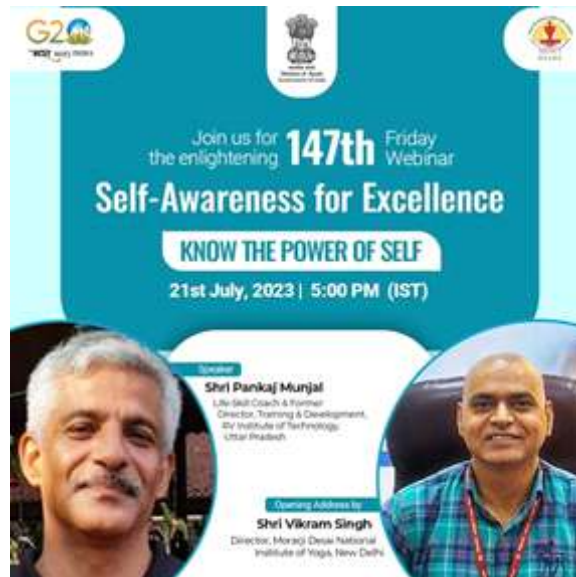
उत्कृष्टता के लिए आत्म-जागरूकता

“उत्कृष्टता के लिए आत्म-जागरूकता” विषय पर केंद्रित एक आकर्षक शुक्रवार वेबिनार 21 जुलाई 2023 को हुआ। सम्मानित प्रतिभागियों में श्री पंकज मुंजाल, जीवन-कौशल कोच और आरवी इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी उत्तर प्रदेश में प्रशिक्षण और विकास के पूर्व निदेशक सहित मो.दे.रा.यो. सं. के निदेशक श्री विक्रम सिंह शामिल थे।

निदेशक विक्रम सिंह ने उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए आत्म-जागरूकता के सार पर प्रकाश डाला। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि जागरूकता से आत्मविश्वास बढ़ता है। निदेशक ने भगत सिंह के जेल में बिताए समय के एक उद्धरण से बताया कि भगत सिंह ने लिखा कि जीवन में सिर्फ सांस लेना नहीं जिंदगी नहीं है बल्कि अपने परिवेश, कर्तव्यों और जिम्मेदारियों के प्रति जागरूक होना भी जीवंत होने का सबूत है। निदेशक ने इस बात पर जोर दिया कि आत्मविश्वास चुनौतियों पर काबू पाने की कुंजी है।

श्री पंकज मुंजाल ने अपनी बहुमूल्य अंतर्दृष्टि साझा करते हुए कहा कि आत्म-बोध जागरूकता के समान है। जीवन की आकांक्षाओं और उद्देश्य को समझने से जागरूकता आती है, जिससे व्यक्तियों को अपने जीवन को आकार देने की अनुमति मिलती है। मुंजाल ने भावनाओं के महत्व को रेखांकित करते हुए कहा कि भावनाओं की कमी आत्मविश्वास की कमी से संबंधित है। उन्होंने कहा, आत्मविश्वास आध्यात्मिक खुशी लाता है और उत्कृष्टता को बढ़ावा देता है।

मो. तैयब आलम, संचार एवं प्रलेखन अधिकारी ने अतिथि का परिचय दिया, जबकि डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य (अंग्रेजी) ने कार्यक्रम का कुशलतापूर्वक संचालन किया।



Self-Awareness for Excellence

An engaging Friday webinar centered around the theme "Self-Awareness for Excellence" took place on July 21, 2023. The distinguished speaker, Shri Pankaj Munjal, a Life-Skill Coach and Former Director of Training & Development at RV Institute of Technology, Uttar Pradesh, was accompanied by Shri Vikram Singh, Director of MDNIY, in the session. Shri Pankaj Munjal shared his valuable insights, stating that self-realization is akin to awareness. Understanding life's aspirations and purpose leads to awareness, allowing individuals to shape their lives. Shri Munjal underscored the significance of emotions, asserting that a lack of emotion correlates with a lack of confidence. Confidence, he noted, brings spiritual happiness and fosters excellence.

In his remarks, Shri Vikram Singh, Director, MDNIY highlighted the essence of self-awareness to achieve excellence. He emphasized that awareness leads to confidence. The Director quoted Bhagat Singh's words from his time in jail, where Bhagat Singh expressed, that life is not just breathing, but being mindful of one's surroundings, duties, and responsibilities signifying the essence of being alive. This profound perspective underscores the significance of living with purpose.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer (C.&D.O.), introduced the guest, while Dr. Suman Rathore, Assistant Professor (English), adeptly moderated the program.

भय से मुक्ति के बारे में एक वार्तालाप

28 जुलाई, 2023 को एक उत्कृष्ट विषय "डर से मुक्ति के बारे में एक वार्तालाप" पर एक व्यावहारिक 148वां शुक्रवार वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें प्रोफेसर रेनू शर्मा सलाहकार (रिटेल) एफडीडीआई, वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय और श्री विक्रम सिंह, निदेशक मो.दे.रा.यो.सं. नई दिल्ली ने शिरकत की।

निदेशक ने अतिथियों का स्वागत करते हुए विषय की महत्ता पर जोर दिया। उन्होंने इस बात पर प्रकाश डाला कि कैसे भय और स्वतंत्रता हमारे जीवन को गहराई से आकार देते हैं, जो अंधेरे या अकेलेपन के डर जैसे विभिन्न रूपों में प्रकट होते हैं। भय की सर्वव्यापकता को स्वीकार करते हुए निदेशक सिंह ने ज्ञान और व्यावहारिक कौशल के माध्यम से स्वतंत्रता प्राप्त करने की क्षमता को रेखांकित किया। उन्होंने सकारात्मक सोच पर जोर देते हुए कहा कि "माना की अंधेरा घना है, लेकिन दीपक जलाना कहाँ मना है?"

प्रोफेसर रेनू शर्मा ने एक जानकारीपूर्ण व्याख्यान दिया, जिसमें बताया कि उनकी सीखने की यात्रा कैसे शुरू हुई। उन्होंने जीवन में सकारात्मक ऊर्जा की महत्वपूर्ण भूमिका पर जोर दिया और नकारात्मकता का प्रभावी ढंग से मुकाबला करने के लिए इसके व्यापक प्रसार की वकालत की।

मो. तैयब आलम, संचार एवं प्रलेखन अधिकारी ने अतिथि का परिचय दिया, जबकि डॉ. सुमन राठौड़, सहायक आचार्य (अंग्रेजी) ने कार्यक्रम का संचालन किया।

A Conversation about Freedom from Fear

An insightful 148th Friday Webinar was held on the topic "A Conversation about Freedom from Fear" on July 28, 2023 led by Prof. Renu Sharma, Consultant (Retail) FDDI, Ministry of Commerce & Industry and Shri Vikram Singh, Director, MDNIY, New Delhi.

Welcoming the guest, Director emphasized the topic's significance. He highlighted how fear and freedom profoundly shape our lives, manifesting in various forms such as fear of darkness or

Loneliness. Emphasizing positive thinking, he quoted, "माना की अंधेरा घना है, लेकिन दीपक जलाना कहाँ मना है?"

Prof. Renu Sharma delivered an insightful lecture, detailing the origins of her educational journey. She underscored the pivotal importance of positive energy in our lives, advocating for its widespread propagation as an effective means to counter negativity.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer introduced the guest and Dr. Suman Rathore, Assistant Professor, English, moderated the program.

