



महर्षिवाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालयः



मौनधारा (मून्डडी), कपिष्ठल (कैथल), हरियाणा

(हरियाणा सरकार के अधिनियम २०/२०१८ द्वारा संस्थापित एवं यू.जी.सी. की धारा २(एफ) के अन्तर्गत मान्यता प्राप्त)

अंक-८

माह - जून

वर्ष २०२२

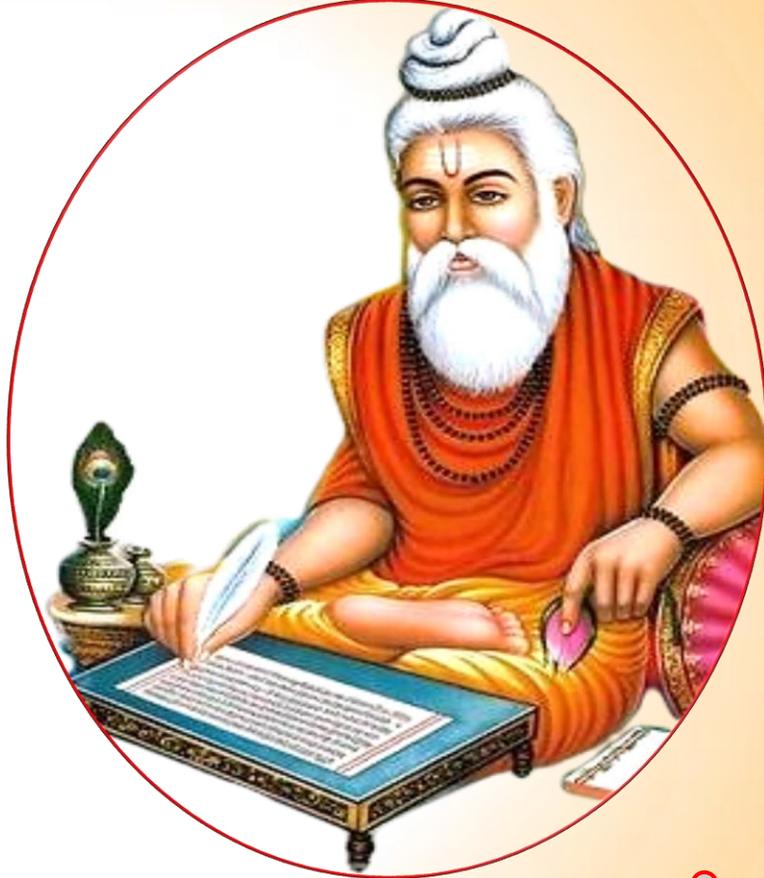
विक्रमी संवत् २०७९

महर्षि-प्रभा

मासिक ई-पत्रिका

75
आज़ादी का
अमृत महोत्सव

योग विशेषांक



वाल्मीकये नमस्तस्मै कवये रामसाक्षिणे ।
रामायणं लिखित्वा यः प्रथितो धरणीतले ॥



ई-मेल - maharishiprabhamvsu@gmail.com

संरक्षक

श्री बंडार दत्तात्रेय
(महामहिम राज्यपाल)

श्री मनोहरलाल खट्टर
(मुख्यमंत्री हरियाणा)

श्री कंवरपाल गुर्जर
(माननीय शिक्षा मंत्री)

मार्गदर्शक

प्रो. बृजकिशोर कुठियाल
(अध्यक्ष, उच्च शिक्षा परिषद्, हरियाणा)

प्रो. रमेश चन्द्र भारद्वाज
(कुलपति)

सम्पादक

डॉ. कृष्ण चन्द्र पाण्डे

सहसम्पादक

डॉ. शशिकान्त तिवारी
डॉ. अखिलेश कुमार मिश्र
डॉ. नरेश शर्मा
डॉ. शर्मिला

छात्र सम्पादिका

रजनी, शीतल



MVSUOFFICIAL



सम्प्रति सम्पूर्णे विश्वे दीव्यते अस्माकं भारतीया संस्कृतिः । इयं संस्कृतिः आवैदिककालाद् वर्तमानपर्यन्तं सदैव लोकहिताय च निरता वर्तते । ऋषिभिः परिमार्जितं परिपोषितञ्च भारतीयं ज्ञान-विज्ञानं वैदेशिकेभ्यः आकर्षणस्य विषयः अस्ति एव । पाश्चात्यसंस्कृतेः नायका अपि भारतीयसंस्कृतेः वैज्ञानिकपक्षं स्वीकुर्वन्ति । भारतीयसंस्कृतेः मूलं वेदाः सन्ति । वेदेषु आगताः न्याय-धर्म-दर्शन-विज्ञान-ज्योतिष-आयुर्वेद-स्थापत्य-योगादयः विषयाः अस्माकं संस्कृतेः वैज्ञानिकं स्वरूपं प्रस्तुवन्ति । विगत दशवर्षेषु भारतीयसंस्कृत्याधारिताः विषयाः विश्वस्तरे भारतस्य गौरवं तन्वन्ति । 2020 तमे वर्षे कोरोनाव्याधिना सम्पूर्णं विश्वं पीडितो अभवत् । भारतीयसंस्कृत्याधारितं योगायुर्वेदञ्च कोरोनाकाले मानवानां जीवनरक्षकरूपेण प्रतिष्ठापितम् । विश्वस्य सर्वे जनाः आयुर्वेदाधारिताचारव्यवहारपद्धतिना स्वजीवनं अरक्षन् । तस्मिन् काले योगायुर्वेदयोः सिद्धान्ताः आचारव्यवहारमाध्यमेन जनेभ्यः अनुभूयन्ते ।

साम्प्रतमपि विश्वे अनेकप्रकारकाः शारीरिकमानसिकव्याधयः प्रतिवर्षे सहस्राधिकानां जनानां जीवनं ग्रसन्ति । योगायुर्वेदश्च भारतीयसंस्कृतौ स्वास्थ्यरक्षकरूपेण अनादिकालात् विश्रुतो अस्ति । योगायुर्वेदश्च न केवलं भारतीयानामपितु सम्पूर्णविश्वस्य कृते जीवनरक्षकौ वर्तते । एवमेव विचारमवलम्ब्य भारतस्य प्रधानमन्त्रिणा संयुक्तराष्ट्रमहासभायां योगस्य आवश्यकतालाभयोश्च विषयः स्वभाषणे निगदितम् वर्तते । अस्मिन्नैव क्रमे तेन 2014 तमे वर्षे तत्रैव संयुक्त-राष्ट्र-संघ-महासभायां प्रतिवर्षं जूनमासस्य 21 तमं दिनं योगदिवसरूपेण प्रस्तावितम् । महासभायां संयुक्तराष्ट्रसंघस्य 192 सदस्येभ्यः प्रस्तावमिदं पूर्णसहमतिपूर्वकं स्वीकृतम् । तत्पश्चात् दिवसमिदं 21 जून 2015 तः प्रतिवर्षं 'अन्तर्राष्ट्रीय-योग-दिवसः' इति नाम्ना आमन्यते । सम्प्रति सम्पूर्णविश्वे नैककोटिजनाः योगमाध्यमेन स्वास्थ्यलाभं प्राप्नुवन्ति ।

योग विद्यायाः प्रधानो ग्रन्थः पतञ्जलिना विरचितं योगसूत्रमेव विद्यते । अत्र मुनिना सूत्ररूपेण योगस्य अनेके भेदाः विधयः च वर्णिता । योगस्य त्रयो प्रधानमार्गाः ज्ञानयोगमार्गः, भक्तियोगमार्गः, कर्मयोगमार्गश्च, योगस्य अष्टाङ्गानि सन्ति । यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधिश्चेति ।

कोऽयं योगः इति जिज्ञासायां पतञ्जलिमतमेव प्रमाणीक्रियते । पतञ्जलिना उक्तं वर्तते "योगश्चित्तवृत्ति निरोधः" इति । एकः अपर लक्षणं भवितुं शक्नोति 'योगः कर्मसुकौशलम्' इति । स्व कर्मणि पूर्ण मनोयोगेन संलग्नमेव योग उच्यते । कर्मणैव नरः साफल्यं लभते । यद्यपि तपसाऽपि श्रेयः सिद्धिर्भवति तपसा किल्बिषं हन्तीति वचनात्, ज्ञानमपि श्रेयः साधकः वर्तते । कर्मणा एव कार्यसिद्धिः जायते- कर्मणैव हि संसिद्धिमास्थित जनकादयः इति । किन्तु तपसो ज्ञानात् कर्मणश्चापि श्रेष्ठो योगः एव इति भगवताः कृष्णेनः स्वयमेव गीतायामुक्तमस्ति ।

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।

कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्मात् योगी भवार्जुनः ॥

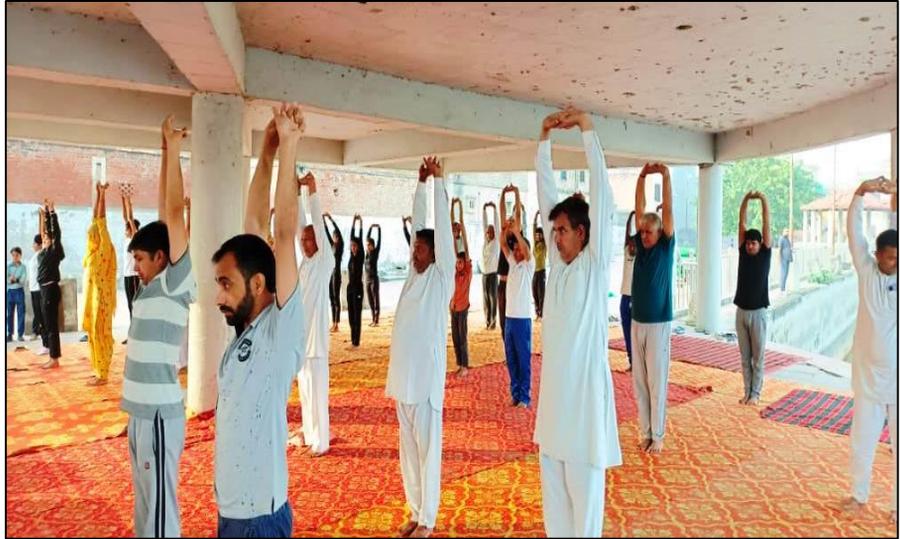
अस्माकं ऋषयः पूर्वमेव प्रमाणीक्रियते यत् मानव कल्याणाय ये मार्गाः स्वीकृताः सन्ति तेषु योगस्य प्रमुखं स्थानं वर्तते । योगः मानवं प्रकृत्या सार्धं सामंजस्यं स्थापयति । योगः जीवने अनुशासनं साधयति । अधुना समग्रेऽपि विश्वे योगस्य महत्त्वं तस्य वैज्ञानिकं स्वरूपं अवगत्य जनाः स्वदैनिकचर्चायां योगंमङ्गीकुर्वन्ति । भौतिकाध्यात्मिकमुन्नतेरपि योगं जीवने धारयन्ति जनाः विश्व कल्याण भावनायै तथा च वैयक्तिक स्वस्थ रक्षायऽपि योगं साधनीयम् ।

विश्वयोगदिवसस्यावसरे समग्रेऽपि विश्व विभिन्नाः योगाधारितं कार्यक्रमः भवन्ति । 'सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः' इति कामनया जीवने योगमाचरन्ति जनाः ।

योग शिविर - मून्डी
(05 मई से 09 मई 2022)

आजादी के 75 वर्ष पूरे होने के अवसर पर भारत सरकार आजादी का अमृत महोत्सव मना रहा है। योग विभाग ने भी इसमें अपनी सहभागिता करने का विचार किया। गाँवों और शहरों में योग का प्रचार प्रसार करने के लिए योग विभाग के सहायक आचार्य डॉ. देवेन्द्र ने योजना तैयार की। जिसका मुख्य उद्देश्य योग का सामान्य जन में प्रचार प्रसार एवं योग के विद्यार्थियों को व्यवहारिक रूप से प्रशिक्षित करना तथा छात्रों के अध्यापन कौशल का विकास करना है। इस योजना को योग विभाग के आचार्य गिरिराज, सहायक आचार्य रोहित कुमार के साथ माननीय कुलपति प्रो. रमेश चन्द्र भारद्वाज जी के समक्ष प्रस्तुत किया गया। कुलपति जी ने इसे सहर्ष स्वीकार कर इसे मूर्त रूप देने के लिए कहा। जिसके लिए एक समिति बनाई गई। माननीय कुलपति जी के मार्गनिर्देशानुसार जिले के सात गाँवों एवं तहसीलों में पञ्च दिवसीय योग शिविरों का आयोजन करने का प्रस्ताव पास हुआ। जो 5 मई से 21 जून (अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस) तक चलेंगे। जिसमें सूक्ष्म व्यायाम, योगासन, प्राणायाम, योग निद्रा एवं ध्यान का अभ्यास करवाया गया।

इस कार्यक्रम के अन्तर्गत प्रथम पञ्चदिवसीय योग शिविर 05 मई को गांव मून्डी, कैथल में कुलपति प्रो. रमेश चन्द्र भारद्वाज की अध्यक्षता में आयोजित किया गया। इस अवसर पर गांव के सरपंच श्री सुभाष जी, लवकुश तीर्थ ट्रस्ट के प्रधान श्री महेन्द्र जी उपस्थित रहे। कुलपति जी ने कहा कि विश्वविद्यालय का उद्देश्य समाज कल्याण है। इसी को ध्यान में रखते हुए पञ्चदिवसीय योग शिविरों का आयोजन किया जाएगा एवं अगले वर्ष इस कार्यक्रम को और विस्तार रूप दिया जाएगा। कार्यक्रम में योग विभाग के आचार्य डॉ देवेन्द्र सिंह के मार्गदर्शन में शास्त्री योग के विद्यार्थियों (पूजा, ज्योति, प्रियंका व विष्णु) द्वारा योग की प्रस्तुति दी गई। इस योग शिविर में प्रशिक्षण जौनी, विक्रमजीत व कोमल ने दिया। इस अवसर पर विश्वविद्यालय परिवार से डॉ. शर्मिला, डॉ. कुलदीप, श्री रोहित, श्री सुभाष चन्द, श्री तरसेम व श्री महावीर उपस्थित रहे।



(चित्र-1) अध्यक्ष कुलपति प्रो. रमेश चन्द्र भारद्वाज, गाँव के सरपंच श्री सुभाष और लवकुश तीर्थ ट्रस्ट के प्रधान श्री महेन्द्र । (चित्र-2) योग करते ग्रामीण व (चित्र 3) हवन द्वारा समारोह का समापन।



(चित्र -1) मुख्यातिथि के रूप में पूण्डरी विधानसभा क्षेत्र से विधायक व पशुधन विकास बोर्ड के चेयरमैन श्री रणधीर सिंह गोलन, मुख्यवक्ता सत्यचेतन पुरी जी महाराज, अध्यक्ष महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. रमेश चन्द्र भारद्वाज व आचार्य श्री गिरिराज जी मंच पर उपस्थित। (चित्र -2) योगाभ्यास करवाते विद्यार्थी व (चित्र -3) योग करते साधक (चित्र-4) शिविर के पश्चात विश्वविद्यालय परिवार व योग साधकों के साथ मुख्यातिथि व कुलपति जी का सामूहिक चित्र।

योग शिविर - पूण्डरी (07 मई से 11 मई 2022)

07 मई से 11 मई को योग विभाग की ओर से पांच दिवसीय योग शिविर का आयोजन कैथल के पूण्डरी क्षेत्र में किया गया। इस कार्यक्रम का शुभारम्भ मुख्यातिथियों द्वारा दीपप्रज्वलन से किया गया। इस कार्यक्रम में मुख्यातिथि के रूप में पूण्डरी विधानसभा क्षेत्र से विधायक व पशुधन विकास बोर्ड के चेयरमैन श्री रणधीर सिंह गोलन, मुख्यवक्ता सत्यचेतन पुरी जी महाराज, अध्यक्ष महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. रमेश चन्द्र भारद्वाज उपस्थित रहे। मुख्यातिथि ने कहा कि योग जीवन का एक अभिन्न अङ्ग है। विश्वविद्यालय द्वारा योग शिविरों का आयोजन एक सराहनीय कार्य है। मुख्यवक्ता सत्यचेतनपुरी जी महाराज जी ने अपने वक्तव्य में कहा कि योग एक सर्वोत्तम साधना है। कुलपति जी ने कहा कि प्रत्येक गाँव में योग शिविर का आयोजन हो ऐसा हमारा प्रयास है।

कार्यक्रम में मञ्च संचालन डॉ देवेन्द्र सिंह ने किया व साधकों को योगाभ्यास करवाया। आगामी चार दिनों तक प्रशिक्षण आचार्य योग के विद्यार्थी विजय, शुभम, सोनिया, पूनम ने दिया। योग प्रस्तुति विष्णु, ज्योति, पूजा, सीमा ने दी। मीना, शीतल, रजनी ने स्वागत गीत व योग गीत की प्रस्तुति दी। कार्यक्रम में राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के रमेश चन्द्र, सुरेश आर्या व आर्य समाज फतेहपुर पुण्डरी पतञ्जली ने भी अपनी सहभागिता दी। इस अवसर पर विश्वविद्यालय परिवार से डॉ शर्मिला, डॉ कुलदीप, श्री रोहित, श्री सुभाष चन्द, श्री महावीर उपस्थित रहे।





(उपर) डेयरी एवं विकास निगम बोर्ड के चेयरमैन रणधीर सिंह, स्वामी छवि रामदास जी, श्री सुभाष चन्द्र जी आचार्य गिरिराज जी व डॉ देवेन्द्र सिंह। (नीचे) योगाभ्यास करवाते योग शिक्षक व शिविर में भाग लेते स्थानीय लोग।



योग शिविर राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय- चीका

17 मई को पांच दिवसीय योग शिविर का आयोजन राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय चीका में किया गया जिसका शुभारम्भ डेयरी एवं विकास निगम बोर्ड के चेयरमैन रणधीर सिंह, स्वामी छवि रामदास जी, श्री सुभाष चन्द्र जी व आचार्य गिरिराज जी ने किया। चेयरमैन ने कहा कि योग को जीवन में अपनाने से बिना खर्च के हम स्वस्थ रह सकते हैं। स्वामी छवि रामदास जी ने कहा कि योग द्वारा ही व्यक्ति का सर्वांगीण विकास सम्भव है इसलिए योग हमारे जीवन का महत्वपूर्ण अंग होना चाहिए।

मंच संचालक व योग सहायक आचार्य डॉ देवेन्द्र ने इस अवसर पर कहा कि विश्वविद्यालय के योग विभाग द्वारा योग शिविरों के माध्यम से योग आमजन तक पहुंचाने का कार्य किया जा रहा है। इन शिविरों में आचार्य योग के छात्रों द्वारा प्रशिक्षण दिया जा रहा है, जिससे उनके अध्यापन कौशल का विकास किया जा सके। इस शिविर में चार दिन प्रशिक्षण आचार्य योग के विद्यार्थी. हरिओम, नेहा, मीना, इकबाल व राजरानी द्वारा किया गया। शास्त्री योग के विद्यार्थी विष्णु, प्रियंका, पूजा, ज्योति व सीमा ने शिविर में योग की मनमोहक प्रस्तुति दी।



योग शिविर बाल विकास पब्लिक स्कूल - कलायत

18 मई को पञ्च दिवसीय योग शिविर का आयोजन कलायत में स्थित बाल विकास पब्लिक स्कूल में किया गया। कार्यक्रम का आगाज नगरपालिका चैयरपर्सन शशिबाला कौशिक ने माँ सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलित करके किया। इस अवसर पर विशिष्ट अतिथि के रूप में भाजपा नेता एवं श्री कपिल मुनि तीर्थ कमेटी के प्रधान श्री राजू कौशिक, नगर पार्षद रणवीर धानिया, वाइस चैयरपर्सन पूजा धीमान और निशु सिंगला उपस्थित रहे। योग प्रशिक्षण कार्यक्रम की अध्यक्षता योगाचार्य गिरिराज और विश्वविद्यालय सहायकाचार्य डॉ देवेन्द्र सिंह ने की। विश्वविद्यालय की छात्रा मीना और रजनी ने संस्कृत भाषा में सुरीले स्वागत गीत के माध्यम से मुख्य अतिथि और विशिष्ट अतिथियों का अभिनन्दन किया।

मञ्च संचालन व योगाभ्यास डॉ देवेन्द्र सिंह द्वारा करवाया गया। शास्त्री योग के विद्यार्थियों विष्णु, प्रियंका ज्योति, पूजा व सीमा द्वारा योग की मनमोहक प्रस्तुति दी गई। इस शिविर में चार दिन प्रशिक्षण आचार्य योग के विद्यार्थी सोनिया, सुरेश, प्रदीप व राजाराम द्वारा दिया गया। योग विभाग द्वारा प्रारम्भ किए गए शिविर में बच्चों, महिलाओं, युवाओं और बड़े- बुजुर्गों का उत्साह देखते ही बनता था।



योग शिविर सरस्वती पब्लिक स्कूल- सजुमा

20 मई को पञ्च दिवसीय शिविर का आयोजन कैथल के सजूमा गांव में किया गया। इस कार्यक्रम का शुभारम्भ मुख्यातिथि सरस्वती पब्लिक स्कूल के निदेशक श्री रोशनलाल, गांव के प्रधान महावीर जी व श्री रोहित द्वारा दीप प्रज्वलन से किया गया। मुख्यातिथि श्री रोशनलाल जी ने योग के महत्त्व को बताते हुए कहा कि हम सभी के को प्रतिदिन योग करना चाहिए क्योंकि योग करने से हमारा शरीर व मन दोनों स्वस्थ रहते हैं। मञ्च संचालन व योगाभ्यास योग विभाग के आचार्य डॉ देवेन्द्र सिंह ने करवाया। कार्यक्रम की अध्यक्षता आचार्य गिरिराज जी ने की। शास्त्री के छात्र विष्णु ने संगीत के माध्यम से मंत्रमुग्ध करने वाली सुन्दर प्रस्तुति दी। आचार्य के छात्र रोहित व प्रवीण ने सभी को चार दिनों तक योग का प्रशिक्षण दिया। आचार्य गिरिराज जी ने इस अवसर पर उपस्थित मुख्यातिथियों का धन्यवाद ज्ञापन किया।





22 मई को एक दिवसीय उत्सव का आयोजन कैथल शहर के प्रसिद्ध स्थल श्री हनुमान वाटिका में किया गया। कार्यक्रम का शुभारम्भ कार्यक्रम के मुख्यातिथि चेतन पुरी जी महाराज, माता गेट, मुख्यवक्ता नरेन्द्र जिंदल, विभाग बौद्धिक प्रमुख राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ ने दीप प्रज्वलन कर किया। मुख्यवक्ता ने कहा कि केवल शारीरिक अभ्यास करना ही योग नहीं है, अपितु योग को जीवन का अभिन्न अंग बनाना चाहिए। सर्वप्रथम यम और नियम को जीवन में धारण करना चाहिए। विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित किए जाने वाले योग शिविरों का आयोजन एक प्रशंसनीय पहल है।

कार्यक्रम में मंच संचालन व योगाभ्यास डॉ देवेन्द्र सिंह द्वारा किया गया। कार्यक्रम में योग प्रस्तुति शास्त्री योग के विद्यार्थी विष्णु, पूजा, ज्योति, सीमा, प्रियंका ने दी। स्वागत गीत व योग गीत की प्रस्तुति मीना, रजनी, शीतल द्वारा दी गई।

चित्र 1-अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में लगाए गए योग शिविर में योग करते साधक।

चित्र 2- योग विभाग के छात्र-छात्राएं योग प्रस्तुति देते हुए।

चित्र 3- मुख्यवक्ता नरेन्द्र जिंदल, विभाग बौद्धिक प्रमुख राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ को सहायक आचार्य रोहित कुमार सम्मानित करते हुए।

चित्र 4- योग विभाग के आचार्य डॉ देवेन्द्र सिंह मंच संचालन व योगाभ्यास करवाते हुए।

चित्र 5- कार्यक्रम के पश्चात् विशिष्टातिथि श्रीमती अमर राविश व सहायक आचार्य डॉ देवेन्द्र के साथ सामूहिक छायाचित्र।





मुख्यातिथि संजय रावल, रोमा रावल व गांव के सरपंच राजीव कुमार के द्वारा दीप प्रज्वलन कर कार्यक्रम का शुभारम्भ करते हुए व शास्त्री योग के छात्रों द्वारा संगीत ध्वनि पर योग की प्रस्तुति देते हुए।

24 मई को पांच दिवसीय शिविर का आयोजन कैथल शहर के डोहर गांव में किया गया। विश्वविद्यालय का योग विभाग निरन्तर प्रयासरत है कि योग प्रत्येक जन तक पहुंचे और लोग अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग बने। योग से शरीर व मन स्वस्थ एवं संयमित रहता है। इसी उद्देश्य पूर्ति के लिए विश्वविद्यालय निरंतर योग शिविर का आयोजन कर रहा है। विश्वविद्यालय ने जहां- जहां योग शिविर का आयोजन किया है वहां लोगों का बहुत ही सकारात्मक भाव देखने को मिला है। लोगों के द्वारा सुझाव दिया जा रहा है इन शिविरों का आयोजन समय-समय होते रहना चाहिए जिससे लोगों में जागृति बनी रहे। इस कार्यक्रम का शुभारम्भ मुख्यातिथि संजय रावल, रोमा रावल व गांव के सरपंच राजीव कुमार के द्वारा दीप प्रज्वलन से किया गया। मीना, शीतल व रजनी के द्वारा स्वागत गीत व योग गीत की प्रस्तुति दी गयी। मुख्यातिथि के रूप में उपस्थित मुख्यातिथि रोमा रावल जी ने योग के महत्त्व को बताते हुये कहा कि हम सभी को प्रतिदिन योग करना चाहिए। योग करने से हमारा शरीर व मन स्वस्थ रहता है। कार्यक्रम की अध्यक्षता डॉ जगतनारायण व उपकुलसचिव श्री रविभूषण ने की। मञ्च संचालन व योगाभ्यास डॉ देवेन्द्र सिंह ने करवाया। आचार्य के विद्यार्थी निवेश, पूनम, जसविन्द्र, सोनम चार दिन योग का प्रशिक्षण देंगे। शास्त्री की छात्रा प्रियंका, ज्योति, पूजा ने संगीत के माध्यम से योग की बहुत ही सुन्दर प्रस्तुति दी। इस कार्यक्रम में गांव की महिलाओं व बच्चों ने बहुत ही उत्साह के साथ इस योग शिविर में बढ़ चढ़कर भाग लिया।



हकीकत नगर-जीन्द



योग शिक्षिका मीना योग प्रशिक्षण देते हुए।

आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय द्वारा 05 मई से 24 मई तक चलाए जाने वाले योग शिविरों के साथ-साथ विश्वविद्यालय के योग विभाग के विद्यार्थियों द्वारा गाँव-गाँव जाकर कार्यक्रम किए गए। सर्वप्रथम पञ्च दिवसीय योग शिविर का कार्यक्रम हरियाणा प्रदेश के जिला जीन्द के हकीकत नगर में 04 मई से 08 मई तक आचार्य योग प्रथम वर्ष की छात्रा मीना द्वारा करवाया गया।

सी. डी. शिक्षा निकेतन वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय पेहोवा में योग शिविर का आयोजन



विद्यालय के छात्रों को योग प्रशिक्षण देते हुए योग शिक्षिका दलजीत कौर।

आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय द्वारा चला जा रहे योग शिविरों की श्रृंखला को आगे बढ़ाते हुए आचार्य योग द्वितीय वर्ष की छात्रा दलजीत कौर ने 05 मई से 09 मई तक सी. डी. शिक्षा निकेतन वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय पेहोवा में योग शिविर का आयोजन किया जिसमें विद्यालय के सभी छात्र-छात्राओं के साथ-साथ कर्मचारियों ने भी भाग लिया।

हर्बल पार्क, खुराना



योग शिक्षिका रणधीर सिंह योग प्रशिक्षण देते हुए।

10 मई से 14 मई तक गाँव खुराना में पञ्च दिवसीय योग शिविर आचार्य योग प्रथम वर्ष के छात्र रणधीर सिंह द्वारा लगाया गया। शिविर में विशेष रूप से युवाओं, महिलाओं व बुजुर्गों ने बढ-चढकर भाग लिया।

योग शिविर-गाँव बधनारा



योग शिविर में भाग लेते ग्रामवासी व प्रशिक्षण देते हुए योग शिक्षिका अंजू देवी।

15 मई से 19 मई तक जिला कैथल के हल्का पून्डरी के बधनारा गाँव में आचार्य योग प्रथम वर्ष की छात्रा अंजू देवी द्वारा लगाया गया। इस अवसर पर गाँव की सरपंच रीटा शर्मा जी ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारम्भ किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता आचार्य गिरिराज शर्मा जी ने की। इस शिविर में योग प्रशिक्षण आचार्य योग के विद्यार्थी अंजू देवी, विजय शर्मा, समा और सपना ने दिया। सभी ग्रामवासियों ने अपनी इच्छा जताई कि ऐसे शिविरों का आयोजन समय-समय पर होते रहना चाहिए जिससे जन साधारण अपने स्वास्थ्य को लेकर जागरूक रहे और स्वस्थ रहें।

योग शिविर – अर्जुन नगर (कैथल)



नगरवासियों को योग प्रशिक्षण देते हुए योग शिक्षिका सुनीता रानी।

28 मई से 01 जून अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में पाँच दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का आयोजन कैथल शहर के अर्जुन नगर में आचार्य योग की छात्रा सुनीता रानी द्वारा दिया गया। इस शिविर में शिक्षिका ने आसन, प्राणायाम व योग निद्रा को सही प्रकार से करने की विधि, लाभ एवं सावधानियों से अवगत करवाया।



(ऊपर) स्थानीय पार्क में व (दाएँ) गाँव के राजकीय विद्यालय योग प्रशिक्षण देते हुए योग शिक्षिका प्रीत कौर।

योग शिविर – लाडवा



28 मई से 02 जून अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में पाँच दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का आयोजन लाडवा गाँव में आचार्य योग की छात्रा प्रीत कौर द्वितीय वर्ष द्वारा लगाया गया। प्रातः शिविर को स्थानीय पार्क में लगाया गया जिसमें वहां उपस्थित महिलाओं, बुजुर्गों व युवाओं ने भाग लिया और अन्तिम दिनों में शिविर गवर्नमेंट प्राइमरी स्कूल में लगाया गया जिसमें विद्यालय के सभी छात्रों के साथ साथ शिक्षकों ने भी भाग लिया। इस कार्यक्रम में अध्यापकों ने इच्छा जताई कि विद्यार्थियों के सर्वांगिन विकास के लिए योग महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है इसलिए समय-समय पर योग शिविरों का आयोजन होना चाहिए।

योग शिविर – डॉ. बी. आर. अम्बेडकर राजकीय महाविद्यालय (कैथल)



(बाएं) महाविद्यालय की कार्यवाहक प्राचार्या सुनीता अरोड़ा, आचार्य गिरिराज, डॉ. देवेन्द्र, रोहित व अन्य (दाएं) शास्त्री योग के छात्र विष्णु द्वारा योग की प्रस्तुति व शिविर में भाग लेते महाविद्यालय के विद्यार्थी ।

05 से 07 जून आजादी के अमृत महोत्सव कार्यक्रम की श्रृंखला में संस्कृत विश्वविद्यालय द्वारा 3 दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का आयोजन, बी. आर. अम्बेडकर राजकीय महाविद्यालय, कैथल में किया गया । शिविर में प्रशिक्षक के तौर पर आचार्य गिरिराज, सहायक आचार्य डॉ देवेन्द्र सिंह व रोहित जी रहे । आचार्य गिरिराज जी ने योग की महत्ता को बताते हुए कहा कि योग से मन पर नियंत्रण किया जा सकता है जिससे मनुष्य को मानसिक शान्ति प्राप्त होती है व अंसतोष, क्रोध और अनिद्रा जैसी बिमारियों पर काबू पाया जा सकता है । प्राचार्या महोदया ने कहा कि योग ही एक ऐसी विधा है जिससे विद्यार्थियों के शारीरिक, मानसिक विकास सम्भव हो सकता है । अतः भविष्य में विश्वविद्यालय इस प्रकार के योग प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन करता रहे जिससे समाज को हमारी प्राचीन ज्ञान परम्परा का लाभ मिल सके ।

योग शिविर – कुलतारन 17 जून से 21 जून



मंज्व संचालन व मुख्यातिथि सतपाल सिंह एवं श्रीमती उषा रानी का स्वागत करते डॉ देवेन्द्र सिंह व योग प्रस्तुति देते शास्त्री योग के विद्यार्थी ।

17/06/2022 को कुलतारन में पाँच दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया । जिसमें मुख्यातिथि सतपाल सिंह एवं श्रीमती उषा रानी व योग विभाग के आचार्य गिरिराज जी, डॉ देवेन्द्र सिंह व सहायक आचार्य रोहित ने दीप प्रज्वलन करते हुए कार्यक्रम का शुभारम्भ किया ।

स्वागत गीत के द्वारा मीना, रजनी व शीतल ने मुख्यातिथि का स्वागत किया । डॉ देवेन्द्र सिंह ने मंच संचालन किया व सभी साधकों को योगाभ्यास करवाया । शास्त्री योग के विद्यार्थी विष्णु प्रियंका और ज्योति ने योग की प्रस्तुति दी । आचार्य गिरिराज सिंह जी ने अतिथियों व सभी साधकों का धन्यवाद ज्ञापन किया । आचार्य योग के विद्यार्थी मुनिया शर्मा, श्रवण कुमार, मानसी ने चार दिनों तक साधकों को योग प्रशिक्षण दिया ।

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस



माननीय कुलपति महोदय प्रो. रमेश चन्द्र भारद्वाज व मुख्य अतिथि प्रो. देवप्रसाद भारद्वाज जी विश्वविद्यालय की पत्रिका 'महर्षि प्रभा' के योग विशेषांक का विमोचन करते हुए।



विश्वविद्यालय के योग के छात्रों के द्वारा योग की प्रस्तुति।



आठवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर माननीय कुलपति व मुख्य अतिथि एवं विश्वविद्यालय के आचार्य और छात्र योगाभ्यास करते हुए।

महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय कैथल हरियाणा में 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में योग विभाग द्वारा एक विशिष्ट कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि एवं वक्ता के रूप में विद्या भारती के प्रान्त अध्यक्ष प्रो. देवप्रसाद भारद्वाज जी ने कहा कि राखीगढी की खुदाई में योग मुद्रा में प्राप्त मूर्तियों के आधार पर अतित में हरियाणा योग का मुख्य केन्द्र रहा होगा। योग किसी भाषा, पंथ, जाति में सीमित न होकर शुद्ध यौगिक विज्ञान है।

कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे विश्वविद्यालय के माननीय कुलपति प्रो. रमेशचन्द्र भारद्वाज जी ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति का प्राण तथा भारतीयता का परिचायक है। भविष्य में विश्वविद्यालय योग विभाग को योग संस्थान का स्वरूप देने का प्रयास करेगा और शोध के द्वारा यौगिक ग्रन्थों में वर्णित योग के शुद्ध स्वरूप को स्थापित करेगा एवं समाज को लाभान्वित करने के लिए अगले वर्ष योग शिविरों की संख्या में विस्तार करेगा। कार्यक्रम में योग विभाग के छात्रों द्वारा दी गई प्रस्तुति को देखकर समस्त लोग आनन्द एवं आश्चर्य से भर गए। कार्यक्रम का संचालन योग विभाग के आचार्य डॉ. देवेन्द्र जी ने, धन्यवाद ज्ञापन तथा मंगलाचरण विभागीय अध्यक्ष डॉ. रामानन्द मिश्र ने किया। इस कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के समस्त संकायप्रमुख, अध्यक्ष, अध्यापक, अधिकारी, कर्मचारी तथा छात्र उपस्थित रहे। शान्ति पाठ से कार्यक्रम का समापन किया गया।



बुद्धियुक्तो जहातीह उभे सुकृतदुष्कृते ।
तस्माद्योगाय युज्यस्व योगः कर्मसु कौशलम् ॥



जिसने अपनी बुद्धि को भगवान् के साथ युक्त कर दिया है वह इस द्वन्द्वमय लोक में ही शुभ कर्म और अशुभ कर्म इन दोनों का परित्याग कर देता है; इसलिए समत्व बुद्धिरूप योग के लिए प्रयत्न कर; समत्व बुद्धि रूप योग ही कर्म का कौशल है।

गांव मूंदड़ी में लगाया योग शिविर



कैथल। महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की ओर से गांव मूंदड़ी में योग शिविर लगाया गया। विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. रमेश चंद्र भारद्वाज ने बताया कि कार्यक्रम में गांव के निवर्तमान सरपंच सुभाष व लवकुश तीर्थ ट्रस्ट के प्रधान महेंद्र भी मौजूद रहे। योग विभाग के आचार्य डॉ. देवेन्द्र सिंह ने साधकों को योग करवाया। इस अवसर पर आचार्य गिरिराज, डॉ. शर्मिला, सुभाष, डॉ. कुलदीप सिंह, रोहित, महावीर व तरसेम मौजूद थे। संवाद

गांव मूंदड़ी में लगाया योग शिविर



कैथल। महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की ओर से गांव मूंदड़ी में योग शिविर लगाया गया। विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. रमेश चंद्र भारद्वाज ने बताया कि कार्यक्रम में गांव के निवर्तमान सरपंच सुभाष व लवकुश तीर्थ ट्रस्ट के प्रधान महेंद्र भी मौजूद रहे। योग विभाग के आचार्य डॉ. देवेन्द्र सिंह ने साधकों को योग करवाया। इस अवसर पर आचार्य गिरिराज, डॉ. शर्मिला, सुभाष, डॉ. कुलदीप सिंह, रोहित, महावीर व तरसेम मौजूद थे। संवाद

दैनिक भास्कर कैथल भास्कर 06-05-2022

महर्षि वाल्मीकि यूनिवर्सिटी ने मुंदड़ी में लगाया योग शिविर

गांव मूंदड़ी में योग शिविर का शुभारंभ कुलपति डॉ. रमेश चंद्र भारद्वाज ने किया। मौके पर निवर्तमान सरपंच सुभाष, लवकुश तीर्थ ट्रस्ट के प्रधान महेंद्र भी उपस्थित रहे। कुलपति ने कहा कि यूनिवर्सिटी का उद्देश्य समाज कल्याण है। इसलिए योग शिविर का आयोजन किया जा रहा है। कार्यक्रम में योग विभाग के आचार्य डॉ. देवेन्द्र सिंह के मार्गदर्शन में शास्त्री योग के छात्रों के द्वारा योग की प्रस्तुति दी गई। कार्यक्रम का मंच संचालन योग विभाग के

योग सिखाने के लिए गांवों में शिविर लगाएगा विवि : डा. भारद्वाज

जागरण संवाददाता, कैथल : आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की तरफ से डेढ़ महीने तक योग शिविर आयोजित किए जाएंगे। इस कार्यक्रम के तहत जिले के सात गांवों एवं तहसीलों में पांच दिवसीय योग शिविरों का आयोजन मई माह में किया जाएगा। जो पांच मई से शुरू होकर 21 जून तक अंतरराष्ट्रीय योग दिवस तक जारी रहेगा। विवि कुलपति डा. रमेश भारद्वाज ने बताया कि शिविर में सूक्ष्म व्यायाम, योगासन, प्राणायाम, योग निद्रा एवं ध्यान का अभ्यास करवाया जाएगा। योग शिविरों का आयोजन के तहत गांव मूंदड़ी में पांच से नौ मई तक, पूंडरी में सात से 11 मई तक, कुलतारन में 10 से 14 मई तक, चीका में 17 से 21 मई तक, कलायतन 18 से 22 मई तक, सजुमा में 20 से 24 मई तक व डोहर में 24 से 28 मई तक शिविर आयोजित किए जाएंगे।

पांच दिवसीय योग शिविर का समापन



कैथल। महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की ओर से बुधवार को हवन करने के बाद पांच दिवसीय योग शिविर का समापन हुआ। यज्ञ के समय सत्य चेतन पुरी का सान्निध्य प्राप्त हुआ। उन्होंने कहा कि यज्ञ और भारतीय संस्कृति को हम सभी को नियमित रूप से धारण करना चाहिए। आचार्य गिरिराज ने बताया कि योग प्राणायाम के द्वारा ही व्यक्ति आजीवन सफलता, शांति एवं संतोष को प्राप्त करता है। डॉ. देवेन्द्र सिंह ने इस शिविर के आयोजन का उद्देश्य बताया हुए कहा कि आचार्य योग के विद्यार्थियों को प्रशिक्षण देने व योग को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से इन शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। योग प्रशिक्षण का कार्य शुभम, पूनम, विजय व सोनिया ने किया। इस कार्यक्रम में आचार्य रोहित, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के खंड प्रमुख योग चंद्र, टेकचंद व भास्कर सुरेश आर्य मौजूद रहे। संवाद

नवा प्रेरणा नवोत्साहः
 himsanskritnews
 himsanskritnews
 himsanskritnews
 himsanskrit@gmail.com
 हिमसंस्कृतवार्ताः
 हिमाचलप्रदेशस्य संस्कृतशिक्षकाणां नूतनः प्रकल्पः
 संस्कृतम् सर्वत्र संस्कृतम् सर्वेषाम्
 w.w.w.himsanskritam.com
 पृष्ठ-3 अङ्क-194 हिमसंस्कृतवार्तायाः ई-समाचारपत्रम् 06.05.2022
 वि.सं. २०७९ वैशाखमासस्य शकलपक्षः तिथिः पञ्चमी-पथी. शक्रवासरः मेघराशिस्थे सर्ये प्रतिपदिशः 23 वैशाखः

महर्षिवाल्मीकिसंस्कृतविश्वविद्यालय द्वारा योगशिविरस्य आयोजनम्



हिमसंस्कृतवार्ताः - रजनी। आजादी-अमृतमहोत्सवस्य उपलक्ष्ये योगदिवसात् पूर्व जनान् स्वास्थ्यं प्रति जागरूककर्तुम् एवञ्च ग्रामीणसमाजे योगस्य प्रचाराय विश्वविद्यालयस्य योगविभागः ७ ग्रामेषु एवञ्च कैथले पञ्चदिवसीय- योगशिविरस्य आयोजनं करोति। अस्य कार्यक्रमस्यानुसारेण मईमासस्य पंचमे दिनांके बृहस्पतिवासरे मून्दड़ीग्रामे कुलपतिमहोदयः दीपप्रज्वलनेन कार्यक्रमस्य शुभारम्भं कृतवान्। दीपप्रज्वलनेन सहैव दीपमन्त्रस्य उच्चारणम् एवञ्च स्वागतगीतस्य गायनं मीना, शीतल रजनी च कृतवत्यः। कार्यक्रमे महर्षिवाल्मीकिसंस्कृतविश्वविद्यालयस्य कुलपतिः डॉ. रमेशचन्द्रभारद्वाजमहोदयः एवञ्च मून्दड़ी ग्रामस्य सरपंच श्रीसुभाषः लवकुश-तीर्थ-ट्रस्टइत्यस्य प्रधान-महेन्द्रः आदयः उपस्थिताः आसन्। तत्पश्चात् छात्राः योगगीतस्य अद्भूतं प्रस्तुतिं कृतवत्यः। कार्यक्रमे कुलपतिः महोदयः स्ववक्तव्ये उक्तवान् यत् विश्वविद्यालयस्य परमकर्तव्यः वर्तते यत् समाज-कल्याणमपि भवेत्। योगस्य प्रचारः जनसामान्यपर्यन्तं भवेत्। सः उक्तवान् यत् योगविद्यया शरीरस्वस्थो भवति अनेन शरीरं नियन्त्रितं कर्तुं शक्यते। योगेन बुद्धिः मनश्च सम्यक्तया कार्यं करोति। कार्यक्रमे योगविभागस्य आचार्यः डॉ. देवेन्द्रसिंहः अपि उपस्थितः आसीत्। तस्य मार्गदर्शने शास्त्री-योगस्य छात्रैः योगस्य सुन्दर-प्रस्तुतयः जाताः। मुख्यातिथीनां धन्यवादज्ञापनम् आचार्य- गिरिराजमहोदयः ज्ञापितवान्। योगशिविरे विश्वविद्यालयस्य छात्र-छात्राः, एवञ्च मून्दड़ी ग्रामस्य महिलाः, पुरुषाः बालकाश्चापि स्वसहभागितां कृतवन्तः। विश्वविद्यालयतः डॉ. शर्मिला, श्री सुभाषः, डॉ. कुलदीपसिंहः, आचार्य रोहितः, डॉ. महावीरः, श्री तरसेम इत्यादयः उपस्थिताः आसन्। कार्यक्रमस्य मञ्चसञ्चालनं योगविभागस्य आचार्यः डॉ. देवेन्द्रसिंहः कृतवान्। कार्यक्रमस्य समापनं शान्तिपाठेन अभवत्।

रा.व.मा. विद्यालय में 5 दिवसीय योग शिविर का आयोजन

गुहला-चीका, 14 मई (गोयल) : आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की तरफ से 5 दिवसीय योग शिविर रा.व.मा. विद्यालय चीका में 17 मई से 21 मई सुबह 6 बजे से 7 बजे तक आयोजित किया जाएगा। उक्त जानकारी देते हुए सहायक आचार्य डॉ. देवेन्द्र सिंह (गोयल) ने कहा कि इस योग शिविर में सूक्ष्म व्यायाम, योग निद्रा एवं ध्यान योग का अभ्यास करवाया जाएगा। उन्होंने कहा कि योग साधकों को योग परीक्षण देने के लिए विश्वविद्यालय योग विभाग के छात्र हरिओम शोकल, मीना देवी, राजरानी, इकबाल मौजूद होंगे। उन्होंने नगरवासियों से अपील की है कि इस योग शिविर में बड़-चढ़कर भाग लें।

योग स्वस्थ जीवन का आधार, अपनी दिनचर्या में योग को दें एक घंटा

संवाद सहयोगी पुरी : आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदूरी के योग विभाग द्वारा पांच दिवसीय योग शिविर का आयोजन किया गया। पुरी के इंडोर आउटडोर स्टेडियम में आयोजित योग शिविर का उद्घाटन कार्यक्रम के मुख्यातिथि पशुपति विभाग के चेयरमैन व हलका विधायक राधाचंद्र गोलन ने किया। कार्यक्रम में विशेष अतिथि के रूप में महंत सत्य चेतन पुरी मौजूद रहे और अध्वक्षता विश्वविद्यालय के कुलपति रमेश चंद्र भारद्वाज ने की।



योग शिविर के दौरान योग प्रखरिता करते मुख्यातिथि • आजादा

गोलन ने कहा कि योग स्वस्थ जीवन का आधार है और इस बात को भात के साथ-साथ अन्न देना भी मानने लगे है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को बड़ेतक जैसे पूरे विश्व में भात का टंडा बन रहा है, उसी प्रकार हमारे योग पद्धति को आज पूरा विश्व अपना चुका है। सरकार योग को धर-धर तक पहुंचाने के लिए अपने स्तर पर प्रयास कर रही है। उन्होंने लोगों

में योग शिविर का आयोजन किया जा चुका है और आगे भी ये क्रम जारी रहेगा। कार्यक्रम के दौरान उन्होंने मुख्यातिथि व विशेष अतिथि को स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया। योग विभाग के डा.देवेंद्र सिंह ने प्रतिभागियों को योगाभ्यास कराया। योग शिविर का समय सुबह 5 से 6 बजे तक रहेगा। इस मौके पर आचार्य गिरिराज, आचार्य रोहित, डा. कुलदीप, अनिल अर्वा, डा.संत, टेकचंद वैनै, रमेश चंद्र, डा. शर्मिला मौजूद रहे।

योग से दूर होती हैं बीमारियां: रघुवीर

संवाद सहयोगी दांड : राजकीय उच्च विद्यालय जाजमपुर में योग प्रशिक्षण दिवस मनाया गया। पीटीआइ वोगिता ने सभी बच्चों को अलग-अलग प्रकार से योग कराया गया। जिन बच्चों ने ब्रह्मा स्तर पर प्रथम स्थान प्राप्त किया है, उनकी जिला स्तर पर चयन होने के कारण उनको विशेषकर योग कराया गया।

सिंह ने कहा कि योग करने से हमारा शरीर मजबूत व शक्तिशाली बनता है, जिन विद्यार्थियों का पढ़ाई में मन कम लगता है, जादू आलस्य है वे जादू से जादू दूर होतें। इस अवसर में प्रवीन शर्मा, संजय गहलोत, हरिकेश, सुरेश कुमार, जसबीर सिंह, शिल्पा व अंजु सहित आदि प्रमुख रूप से मौजूद रहे।



राजकीय उच्च विद्यालय जाजमपुर में योग करते विद्यार्थी • आजादा

नवा प्रेरणा नवोत्साह:

himsanskritnews
himsanskritnews



f himsanskritvartah
himsanskritvartah
himsanskrit@gmail.com

हिमाचलप्रदेशीय संस्कृतशिक्षकाणां नूतन: प्रकल्पः संस्कृतम् सर्वत्र संस्कृतम् सर्वेषाम्

पृष्ठ-2 अङ्क-196 हिमसंस्कृतवार्तायाः ई-समाचारपत्रम् 08.05.2022

वि.सं. २०७९ वैशाखमासस्य शुक्लपक्षः तिथिः सप्तमी-अष्टमी, रविवासरः मेघराशित्ये सुयं प्रविष्टांशः 25 वैशाखः

महर्षिवाल्मीकि- संस्कृत- विश्वविद्यालयपक्षतः कैथलनगरे योगशिविरस्य आयोजनम्।

हिमसंस्कृतवार्ता:- रजनी, कुरुक्षेत्र, हरियाणा। महर्षिवाल्मीकि-संस्कृतविश्वविद्यालय- मुन्दूरी- कैथलस्य योगविभागपक्षतः महर्षिवाल्मीकि-संस्कृत- विश्वविद्यालय- कैथलस्य माननीयः कुलपतिः प्रो. रमेशचन्द्रभारद्वाजवर्यः उपस्थिताः आसन्। योगविभागस्य छात्रः विजयः, शुभम, सोनिया, पुनम, छात्रा मीना, शीतल आदयः स्वागतगीतस्य योगगीतस्य च अद्भुतप्रस्तुतिं कृतवन्तः। मुख्यातिथिः स्वोद्बोधने उक्तवान् यत् योगः जीवनस्य अभिज्ञानः भवितव्यः। महर्षिवाल्मीकि-संस्कृत-विश्वविद्यालयेन योगशिविराणाम् आयोजनम् एकं सराहनीयं कार्यमस्ति। मुख्यवक्ता सत्यचेतनजीमहाराज स्वयौद्बोधने उक्तवान् यत् योगः सर्वोत्तमसाधना अस्ति। माननीयः कुलपतिः उक्तवान् यत् प्रत्येकप्राये योगशिविरस्य आयोजनं भविष्यति इति अस्माकं प्रयासोऽस्ति। कार्यक्रमे योगविभागस्य आचार्यः गिरिराजः, आचार्यः रोहितः, डॉ. कुलदीपः, डॉ. शर्मिला, अधीक्षकः सुभाषचन्द्रः, डॉ. महावीरः उपस्थिताः आसन्। राष्ट्रियस्वयंसेवकसंघस्य रमेशचन्द्रः, सुरेशआर्यः, आर्यसमाज- फतेहपुर- पुण्डरी, पतञ्जलि संस्था चादयः सहभागितां कृतवन्तः।



योग कर हम विभिन्न प्रकार की बुराइयों को दूर कर बेहतर समाज का निर्माण कर सकते हैं: रणधीर सिंह

गुहला चौका। आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदूरी के तत्वावधान में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय चौका में पांच दिवसीय निःशुल्क योग शिविर का शुभारंभ किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि हरियाणा डेप्टी विकास सच के चेयरमैन रणधीर सिंह द्वारा भारत मां के चित्र के समक्ष दीप प्रज्वलित कर किया गया। विश्वविद्यालय योग विभाग के सहायक आचार्य डॉ देवेन्द्र सिंह ने मंच का संचालन किया। योग आचार्य के छत्र मार्गदर्शक हरि ओम शोकरल, मीना देवी व राजनी ने योग साधकों ताड़सान,



त्रिकोणासन, हस्त पदुत्तानासन, सूक्ष्म व्यायाम, योग निद्रा, ध्यान योग, योगासन प्राणायाम का अभ्यास कराया। चेयरमैन रणधीर सिंह ने कहा कि संस्कृत एवं विश्वविद्यालय को इस प्रकार के कार्यक्रम निरंतर करने चाहिए ताकि योग को छत्र-छत्राओं की दिनचर्या में शामिल किया जा सके। उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से हम विभिन्न प्रकार की बुराइयों को दूर कर बेहतर समाज का निर्माण कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि योग बिना किसी खर्च के हर असाध्य रोग की अचूक दवा है। उन्होंने कहा कि योग को हमें अपनी

दिनचर्या में शामिल करना चाहिए ताकि हम अच्छे जीवन जी सकें। योग एवं प्राणायाम का महत्व बताते हुए कहा कि विद्यार्थी जीवन में यह बेहद जरूरी है। इससे न केवल शरीर स्वस्थ रहता है अपितु मन में एकता आती है। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के सुपरवाइजर आचार्य सुभाष, पंतजलि योग समिति के जिला प्रभारी मा. हरिओम शोकरल, स्वामी छवि राम, आचार्य गिरिराज, रोहित कुमार, डॉ महावीर, प्रो रामलाल कथवा, मिर्क शिल्पा, राजेश कुमार खन्ना, मा. सुरेश कुमार, जयलाल खान, इकबाल, जय नारायण, नेहा, पूजा, प्रिंका, ज्योति, सीमा, विष्णु आदि सदस्य मौजूद थे।

पूंडरी में चल रहे योग शिविर का हवन के साथ समापन



पूंडरी | योग शिविर के समापन पर हवन में अहुति डालते साधक।

मास्कर न्यूज़ | पूंडरी

महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की तरफ से पूंडरी के इंडोर स्टेडियम में योग शिविर का समापन हवन के साथ हुआ। हवन में मुख्य रूप से सत्य चेतन पुरी महाराज ने हिस्सा लिया। उन्होंने कहा कि यज्ञ और भारतीय संस्कृति को हम सभी को नियमित रूप से धारण करना चाहिए। आचार्य गिरिराज ने बताया कि योग प्राणायाम के द्वारा ही व्यक्ति

आजीवन सफलता, शांति एवं संतोष मिलता है। डॉ. देवेन्द्र ने कहा कि आचार्य योग के विद्यार्थियों को प्रशिक्षण देने एवं योग को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से ये शिविर लगाए जा रहे हैं। यज्ञ का संपादन अनिल आर्य ने किया। योग प्रशिक्षण शुभम वालिया, पूनम देवी, विजय, सोनिया ने दिया। कार्यक्रम में आचार्य रोहित, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के खंड प्रमुख रमेश चन्द्र, टेकचंद व मास्टर सुरेश आर्य मौजूद रहे।

संस्कृत विवि. ने लगाया योग शिविर

कैथल। महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की ओर से पूंडरी में द्वितीय योग शिविर लगाया गया। इसका उद्घाटन विधायक रणधीर सिंह गोलन, विवि. के कुलपति प्रो. रमेश चंद्र भारद्वाज व सत्यचेतन पुरी ने किया। मुख्यातिथि गोलन ने अपने वक्तव्य में योग का महत्व बताया। उन्होंने कहा कि योग को जीवन का अभिन्न अंग बनाना चाहिए। महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विवि. द्वारा योग शिविरों का आयोजन एक सराहनीय कदम है। मुख्य वक्ता सत्य चेतन ने कहा कि अपने शरीर व मन को स्वस्थ रखने के लिए योग साधना से बढ़कर कोई साधना नहीं है। संवाद

भारतीय संस्कृति और यज्ञ को नियमित रूप से धारण करें समाज: सत्य चेतनपुरी



संवाद सहयोगी पुरी : महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदूरी की तरफ से नगर के आउटडोर-इंडोर स्टेडियम में बुधवार को हवन के साथ पांच दिवसीय योग शिविर संपन्न हुआ। हवन के समय सत्य चेतनपुरी के सानिध में हुआ। इस शिविर में नगर के सैकड़ों लोगों ने योग का लाभ लिया। सत्य चेतनपुरी ने कहा कि यज्ञ और भारतीय संस्कृति को हम सभी को नियमित रूप से धारण करना चाहिए। आचार्य गिरिराज

उद्देश्य से इन शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि योग का जीवन में बहुत महत्व है। योग को जीवन में नियमित रूप से अपना चाहिए। योग प्रशिक्षक शुभम, पूनम, विजय, सोनिया ने योग क्रियाएं कराईं। कार्यक्रम में आचार्य रोहित, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के खंड प्रमुख रमेश चंद्र, टेक चंद्र, आर्य समाज के महामंत्री अनिल आर्य व मास्टर सुरेश आर्य मौजूद थे।

चीका में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत कॉलेज ने लगाया योग शिविर

भास्कर न्यूज़। कैथल

महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदुड़ी कैथल द्वारा राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय चीका में योग शिविर आयोजित किया गया। चैयमेन ने कहा कि योग को जीवन में अपनाने से बिना खर्च के हम स्वस्थ रह सकते हैं। स्वामी छवि रामदास ने कहा योग द्वारा ही व्यक्ति का सर्वांगीण विकास संभव है इसलिए योग हमारे जीवन का महत्वपूर्ण अंग होना चाहिए। मंच संचालन व योगाभ्यास

डॉ. देवेन्द्र सिंह द्वारा किया गया। उन्होंने कहा कि विश्वविद्यालय के योग विभाग द्वारा योग शिविरों के माध्यम से योग आमजन तक पहुंचाने का प्रयास किया जा रहा है। इन शिविरों में आचार्य योग के छात्रों द्वारा प्रशिक्षण दिया जा रहा है जिससे उनके अध्यापन कौशल का विकास किया जा सके। शास्त्री योग के विद्यार्थी विष्णु, प्रियंका, पूजा, ज्योति व सीमा ने शिविर में उपस्थित साधकों को योग क्रियाएं बताईं। इस अवसर पर आचार्य रोहित, डॉ. महावीर, मीना, इकबाल, रजनी, राजरानी, नेहा, प्रो. रामलाल वधवा, राजेश खन्ना, जयभगवान एवं कश्मीरी लाल उपस्थित रहे।

योग के माध्यम से बुराइयों को दूर कर बेहतर समाज का कर सकते हैं निर्माण : रणधीर सिंह



योग शिविर में साधकों को योग करवाते हुए योग शिक्षक।

5 दिवसीय निःशुल्क योग शिविर का शुभारंभ

गुहला-चीका, 17 मई (गोयल): आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में मंगलवार को महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदुड़ी के तत्वावधान में राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय चीका में 5 दिवसीय निःशुल्क योग शिविर का शुभारंभ किया गया।

कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्यातिथि हरियाणा डेयरी विकास संघ के चैयमेन रणधीर सिंह द्वारा भारत मां के चित्र के समक्ष दीप प्रज्वलित कर किया गया। विश्वविद्यालय योग विभाग के सहायक आचार्य डा. देवेन्द्र सिंह ने मंच का संचालन किया। योग अचार्य के छात्र मास्टर हरिओम शोकल, मीना देवी व राजरानी ने योग साधकों ताड़मसन,

त्रिकोणासन, हस्त पादतानासन, सूक्ष्म व्यायाम, योग निद्रा, ध्यान योग, प्राणायाम का अभ्यास कराया।

चैयमेन ने कहा कि स्कूल एवं विश्वविद्यालय को इस प्रकार के कार्यक्रम निरंतर करने चाहिए ताकि योग को छात्रों की दिनचर्या में शामिल किया जा सके।



योग शिविर का शुभारंभ करते हुए चैयमेन।

उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से हम विभिन्न प्रकार की बुराइयों को दूर कर बेहतर समाज का निर्माण कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि योग बिना किसी खर्च के हर असाध्य रोग को अचूक दवा है।

योग को हमें अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए ताकि अच्छा जीवन जी सकें। योग एवं प्राणायाम का महत्व बताते हुए कहा कि विद्यार्थी जीवन में यह बेहद जरूरी है।

इससे न केवल शरीर स्वस्थ रहता है अपितु मन में एकाग्रता आती है। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के सुपरवाइजर आचार्य सुभाष, पंतजलि योग समिति के जिला प्रभारी मा. हरिओम शोकल, स्वामी छवि राम, आचार्य गिरिराज, रोहित कुमार, डॉ. महावीर, प्रो. रामलाल वधवा आदि सदस्य मौजूद थे।

आजादी के अमृत महोत्सव के तहत पांच दिवसीय योग शिविर शुरू रोगों के साथ-साथ समाज में फैली बुराइयों को भी दूर करने में मददगार हो सकता है योग : रणधीर सिंह



विश्वविद्यालय को इस प्रकार के कार्यक्रम निरंतर करने चाहिए ताकि योग को छात्र छात्राओं की दिनचर्या में शामिल किया जा सके। उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से हम रोगों के साथ साथ विभिन्न प्रकार की बुराइयों को भी दूर कर बेहतर समाज का निर्माण कर सकते हैं। उन्होंने कहा कि योग बिना किसी खर्च के हर असाध्य रोग को अचूक दवा है। उन्होंने कहा कि योग को हमें अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए ताकि हम अच्छा जीवन जी सकें।

फास्ट मीडिया गुहला चीका/ गुप्तती सौदा। आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में मंगलवार महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदुड़ी द्वारा योग शिविर शुरू किया गया। आज पहले दिन के शिविर का शुभारंभ आचार्य योग निद्रा, ध्यान योग, प्राणायाम का अभ्यास कराया। चैयमेन रणधीर सिंह ने दीप प्रज्वलित कर

किया। विश्वविद्यालय योग विभाग के सहायक आचार्य डॉ. देवेन्द्र सिंह ने मंच का संचालन किया। योगाचार्य मास्टर हरिओम शोकल, मीना देवी व राजरानी ने योग साधकों ताड़मसन, त्रिकोणासन, हस्त पादतानासन, सूक्ष्म व्यायाम योग निद्रा, ध्यान योग, प्राणायाम का अभ्यास कराया। चैयमेन रणधीर सिंह ने कहा कि स्कूल एवं

के सुपरवाइजर आचार्य सुभाष, पंतजलि योग समिति के जिला प्रभारी मा. हरिओम शोकल, स्वामी छवि राम, आचार्य गिरिराज, रोहित कुमार, डॉ. महावीर, प्रो. रामलाल वधवा, मिकू सिंघला, राजेश कुमार खन्ना, मा. सुरेश कुमार, जमील भी मौजूद रहे।

शिविर में योग से निरोग रहने का संदेश

गुहला-चीका। आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदुड़ी की ओर से चीका में मंगलवार को पांच दिवसीय निःशुल्क योग शिविर शुरू हुआ। इसमें लोगों को बताने का प्रयास किया जा रहा है कि योग को अपने जीवन में शामिल करना चाहिए।

शिविर के पहले दिन का शुभारंभ हरियाणा डेयरी विकास संघ के चैयमेन रणधीर सिंह ने किया। विश्वविद्यालय योग विभाग के सहायक आचार्य डॉ. देवेन्द्र सिंह ने मंच का संचालन किया। योगाचार्य मास्टर हरिओम शोकल, मीना देवी व राजरानी ने योग साधकों ताड़मसन, त्रिकोणासन, हस्त पादतानासन, सूक्ष्म व्यायाम, योग निद्रा, ध्यान योग, प्राणायाम का अभ्यास कराया। चैयमेन रणधीर सिंह ने कहा कि स्कूल एवं विश्वविद्यालय को इस प्रकार के कार्यक्रम निरंतर करने चाहिए ताकि योग को छात्र छात्राओं की दिनचर्या में शामिल किया जा सके। उन्होंने कहा कि योग के माध्यम से हम रोगों के साथ साथ विभिन्न प्रकार की बुराइयों को भी दूर कर बेहतर समाज का निर्माण कर सकते हैं। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के सुपरवाइजर आचार्य सुभाष, पंतजलि योग समिति के जिला प्रभारी मा. हरिओम शोकल, स्वामी छवि राम, आचार्य गिरिराज, रोहित कुमार, डॉ. महावीर, प्रो. रामलाल वधवा, मिकू सिंघला, राजेश कुमार खन्ना आदि सदस्य मौजूद थे।



जीवन में अपनाएं योग

मंगलवार को स्कूल करीय तीन दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का शुभारंभ किया गया। अल्पकालिक के रूप में यह शिविर लगाया गया। योग आयोग के द्वारा नियंत्रित के अन्तर्गत तीन दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर के पहले दिन लगभग 50 योग साधकों ने भाग लिया। यह शिविर 19 मई तक चलेंगा। योग टैलर राकेश नेन, रुनिता महिला प्रभारी ने कहा कि योग जीवन जीने की प्रकृति है। इसे सभी ने अपनाना चाहिए। योग से असाध्य रोगों से मुक्ति पाई जा सकती है।

योग प्रशिक्षण कार्यक्रम

कैथल। हरिओम शोकल विश्वविद्यालय में छात्राओं को योग से संबंधित जानकारी देने के लिए 15 दिवसीय योग प्रशिक्षण कार्यक्रम शुरू किया गया। कार्यक्रम अंतर्गत अंतर्गत योग के महत्व का कार्यक्रम 30 मई तक कॉलेज प्रांगण में सुबह आठ बजे से दो बजे तक जारी रहेगा। पहले दिन कार्यक्रम में 130 छात्राओं की भागीदारी के साथ शिविर में ध्यान एवं सूक्ष्म व्यायाम किया। कॉलेज प्रबंधक सविता के उपलक्ष्य में सुपरवाइजर सुविधा ने छात्राओं को योग के लिए प्रेरित किया।

महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विवि ने शुरू किया योग उत्सव



हनुमान वाटिका में महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विवि की तरफ से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को लेकर एक माह के योग शिविर की शुरुआत करते मुख्य अतिथि।

जगन्नाथ साहबदादा, कैथल : महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय के योग विभाग की तरफ से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को लेकर एक माह के लिए हनुमान वाटिका में योग उत्सव कार्यक्रम को शुरुआत की। इस कार्यक्रम का शुभारंभ कार्यक्रम के



मुख्यातिथि जेनन पुरी, माता गेट मॉडर, मुख्य वक्ता नरेंद्र जितल विभाग बौद्धिक प्रमुख राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ, कृपा चंद्र पांडेय, साबर देवेन्द्र सिंह ने दीप प्रज्वलन के साथ शिविर की शुरुआत कर दिया। मुख्य वक्ता नरेंद्र जितल ने कहा केवल शारीरिक अभ्यास करना

योग नहीं है, बल्कि योग को जीवन का अभिन्न अंग बनाना चाहिए। सबसे पहले यम और निराम को जीवन में धारण करना चाहिए। विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित किए जाने वाले योग शिविरों का आयोजन एक प्रारंभिक अवस्था है। कार्यक्रम का मंच संचालन

संस्कृत विश्वविद्यालय की तरफ से लगाया योग शिविर संपन्न

रोंगद सहयोगी, कलायत : महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की तरफ से आजादी के अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस से पूर्व योग शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। इस योग दिवस को विशेष रूप से मनाने के लिए विश्वविद्यालय योग विभाग ने अनेक गांवों और शहरों में पांच दिवसीय योग शिविरों का आयोजन करने का निर्णय लिया था। इस श्रृंखला में अब तक छह कार्यक्रम किए जा चुके हैं। कलायत में लगाए गए योग शिविर का समापन यज्ञ के द्वारा रविवार को किया। शिविर में कलायत के निवासियों ने बहुत चढ़ कर भाग लिया। सभी ने यज्ञ में आहुति डालकर समापन किया। लोगों ने कहा कि इस तरह के शिविर आगे भी लगाते रहने चाहिए।

महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विवि ने कलायत में लगाया योग शिविर



कलायत में विशिष्ट मेहमानों के साथ योग शिविर की शुरुआत करती मुख्य अतिथि नया चैयमेन शशीबाला कौशिक।

रणधीर सहयोगी, कलायत : महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मुंदुड़ी द्वारा कलायत स्थित बाल विकास पब्लिक स्कूल में पांच दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर की पाठशाला सजाई गई है। कार्यक्रम का आगमन नगर पालिका चैयमेन प्रमोद शशीबाला कौशिक ने मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलित करके किया। मेहमानों का अभिनंदन किया। इस अवसर पर युवा समाज सेवा हेतु शरीर, साधु धाम विज्ञानियां, केरमटी से कपिल मुनि तीर्थ कमेटी प्रधान राजू कौशिक, नगर पालिका प्रधानियां, वाइस चैयमेन सैनी पूजा धीमान और निम्न सिंघला मौजूद रहे।

योग प्रशिक्षण कार्यक्रम का अर्थशास्त्र योगाचार्य गिरिराज और विश्वविद्यालय सहायक प्रोफेसर डा. देवेन्द्र सिंह ने की। विश्वविद्यालय योग विभाग द्वारा शुरू किए गए शिविर में बच्चों, महिलाओं, बुढ़े-बुजुर्गों और युवाओं का उत्साह देखते ही बनता था। विवि की छात्रा मीना व रजनी ने संस्कृत भाषा में प्रस्तुत सुरेल स्वगत गीत के जरिये मुख्य और विशिष्ट मेहमानों का अभिनंदन किया। इस अवसर पर युवा समाज सेवा हेतु शरीर, साधु धाम विज्ञानियां, केरमटी से कपिल मुनि तीर्थ कमेटी प्रधान राजू कौशिक, नगर पालिका प्रधानियां, वाइस चैयमेन सैनी पूजा धीमान और निम्न सिंघला मौजूद रहे।

योग प्रशिक्षण कार्यक्रम का अर्थशास्त्र योगाचार्य गिरिराज और

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाया: कैथल : महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विवि में योग दिवस मनाया गया। प्रो. देवीप्रसाद भारद्वाज ने कहा कि विश्व के आदियोगी भगवान शिव हैं। योग भारतीय संस्कृति की पहचान है। हरियाणा के हिसार जिले राखीगढ़ी की खुदाई में योग मुद्रा में बैठी मूर्तियां पाई गई हैं जो प्रायः 7000 वर्ष पुरानी हैं। अतः यह कहा जा सकता है कि हरियाणा सदा से योग मुद्रा का बड़ा केंद्र रहा होगा इसमें कोई शंका नहीं।

महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय कैथल ने श्री हनुमान वाटिका में आयोजित किया योग उत्सव



कैथल, 22 मई (मिथल) : महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय कैथल के योग विभाग ने विश्व योग दिवस से 30 दिन पूर्व श्री हनुमान वाटिका में योग उत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया। समाज में योग के प्रति जागरूकता फैलाने के लिए विश्वविद्यालय का योग विभाग निरंतर प्रयासरत है। इस मंचला में योग विभाग 5 निःशुल्क योग शिविरों का आयोजन कर चुका है। आज के कार्यक्रम का शुभारंभ कार्यक्रम के मुख्यातिथि चेतन पूरी महाराज, मुख्य वक्ता नरेंद्र जिंदल विभाग बौद्धिक प्रमुख राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ, कृष्ण चंद्र पांडेय, डा. देवेन्द्र सिंह ने दीप प्रज्वलन के साथ किया। मुख्य वक्ता नरेंद्र जिंदल ने कहा कि केवल शारीरिक अभ्यास करना योग नहीं है, अपितु योग को जीवन का अभिन्न अंग बनाना चाहिए। सबसे पहले यम और नियम को जीवन में धारण करना चाहिए। आज के कार्यक्रम का मंच संचालन डा. देवेन्द्र सिंह ने किया एवं सभी साधकों को योगाभ्यास भी कराया। कार्यक्रम में योग प्रस्तुति शास्त्री योग के विद्यार्थियों विष्णु, पुष्पा, ज्योति, सीमा, प्रियंका द्वारा दी गई। कार्यक्रम में आचार्य रोहित, डा. महावीर, शीतल, नेहा, रजनी व पतंजलि योग समिति से अमर रविश, मा. हरिओम, पतंजलि योगपीठ को तरफ से भारत स्वाभिमान प्रभारी रामचरण आदि ने अपना पूर्ण योगदान दिया।

कैथल भास्कर 22-06-2022

संस्कृत विश्वविद्यालय में मनाया योग दिवस

कैथल | महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय में विश्व योग दिवस पर योग विभाग ने कार्यक्रम किया गया। मुख्यातिथि एवं वक्ता स्वयं सेवक संघ के पूर्व प्रांत कार्यवाहक प्रो. देवीप्रसाद भारद्वाज रहे। अध्यक्षता कुलपति प्रो. रमेशचन्द्र भारद्वाज ने की।

योग से असंतोष, क्रोध व अनिद्रा जैसी बीमारियों पर पाया जा सकता है काबू : आचार्य गिरिराज



राजकीय कालेज में 3 दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का आयोजन कैथल, 8 जून (मिथल) : डा. भीम राव अम्बेडकर राजकीय महाविद्यालय के प्रांगण में 21 जून को मनाए जाने वाले अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में 3 दिवसीय योग प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया। यह आयोजन आजादी के अमृत महोत्सव की मंचला में कालेज के खेल प्रकोष्ठ एवं राष्ट्रीय सेवा योजना के संयुक्त तत्वावधान में किया गया जिसमें विद्यार्थियों को योग का महत्व बताते हुए योगसन, प्रणायाम, विभिन्न श्वास क्रियाएं कराई गईं। शिविर का शुभारंभ कालेज के कार्यवाहक प्राचार्य सुनीता अरोड़ा द्वारा किया गया। उन्होंने अपने सम्बोधन में कहा कि योग हमारे मन-मस्तिष्क को नियंत्रित करने का कार्य करता है। यह शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य का संतुलन बनाता है, इसके साथ-साथ यह तनाव और चिंता का प्रबंधन करने में भी सहायता करता है। इसलिए हमें अपने दैनिक जीवन में योग को अपनाना चाहिए। शिविर में प्रशिक्षक के तौर पर महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय के आचार्य गिरिराज, सहायक आचार्य रोहित एवं देवेन्द्र रहे। आचार्य गिरिराज ने योग की महत्ता को बताते हुए कहा कि योग से मन पर नियंत्रण किया जा सकता है जिससे मनुष्य को मानसिक शांति प्राप्त होती है, इससे असंतोष, क्रोध और अनिद्रा जैसी बीमारियों पर काबू पाया जा सकता है। सहायक आचार्य रोहित ने विद्यार्थियों को सूर्य नमस्कार, ताड़सन, ब्रजसन, अर्धचंद्रसन का महत्व बताते हुए योगसन करने की विधिवत प्रक्रिया बताई, वहीं सहायक आचार्य देवेन्द्र ने प्राणायाम अनुलोम-विलोम एवं कपालभाति क्रियाओं को करवाया। खेल प्रकोष्ठ के संयोजक प्रो. सुनील कुमार ने बताया कि यह 3 दिवसीय योग शिविर विद्यार्थियों में योग के प्रति जागरूकता और दैनिक जीवन में इसे अपनाने के प्रति प्रेरित करना है। योग के द्वारा मनुष्य अनेक बीमारियों से अपना एवं अपने परिवार का बचाव करते हुए स्वस्थ जीवन व्यतीत कर सकता है। इस अवसर पर प्रो. कृतिता, प्रो. विकास व प्रो. विनोद आदि उपस्थित रहे।

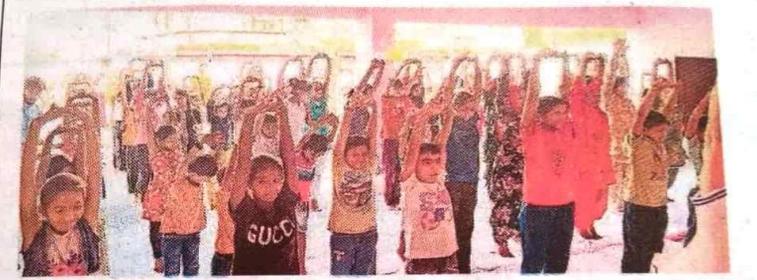
भारतीय संस्कृति की पहचान योग



मुख्यातिथि को सम्मानित करते विवि के कुलपति डॉ. रमेश चंद्र भारद्वाज

महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय में स्वयं सेवक संघ के पूर्व प्रांत कार्यवाहक प्रो. देवी प्रसाद भारद्वाज मुख्यातिथि रहे। भारद्वाज ने कहा कि विश्व के आदियोगी भगवान शिव हैं। योग भारतीय संस्कृति की पहचान है। कुलपति प्रो. रमेश चंद्र भारद्वाज ने कहा कि रामदेव व रविशंकर से पहले महेश योगी ने योग को विदेशों में फैलाया। कार्यक्रम का संचालन योग विभाग के आचार्य डॉ. देवेन्द्र ने, धन्यवाद ज्ञापन अध्यक्ष डॉ. रामानन्द मिश्र व डॉ. रमाशंकर मिश्र ने किया।

गांव डोहर में पांच दिवसीय योग शिविर की शुरुआत



महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय की तरफ से गांव डोहर में आयोजित किए गए योग शिविर में हिस्सा लेते ग्रामीण। विवि पीआरओ सीवन : महर्षि वाल्मीकि संस्कृत विश्वविद्यालय मूंदड़ी की तरफ से गांव डोहर में सातवां योग शिविर लगाया गया। शिविर के पहले दिन काफी संख्या में ग्रामीण अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग बने। कार्यक्रम में विश्व संवाद केंद्र के जिला प्रभारी संजय रावल, रोमा रावल व निवर्तमान सरपंच राजीव कुमार ने मुख्यातिथि के रूप में शिरकत की। मुख्यातिथियों ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम की शुरुआत की। मीना, शीतल व रजनी ने स्वागत गीत व योग गीत की प्रस्तुति दी। रोमा रावल ने योग के महत्त्व को बताते हुए कहा कि हम सभी को प्रतिदिन योग करना चाहिए। उन्होंने बताया कि योग करने से हमारा शरीर व मन स्वस्थ रहता है। आचार्य ने बताया कि छात्रा निवेश व पूनम चार दिन तक योग का प्रशिक्षण देंगी। (संस)