



Ministry of Ayush  
Government of India



# MIDNIY

## E-NEWSLETTER

### February 2023

# प्रधान संपादक की कलम से



## संपादकीय टीम

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

ताज़ा जानकारी के लिए जुड़े:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

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

वर्तमान शिक्षा प्रणाली में योग का अत्यधिक महत्व है। आधुनिक शिक्षा प्रणाली विज्ञान और प्रौद्योगिकी पर जोर देती है, जिसमें भौतिक प्रगति की जा रही है, लेकिन कर्तव्यपरायण, नैतिक तथा आध्यात्मिक मूल्यों का समावेश और स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने की समान्यतः पूर्ण रूप से उपेक्षा की जाती है।

इस संबंध में, हम, मो.दे.रा.यो.सं. अधिक रोचक और सार्थक अनुभव के लिए कड़ी मेहनत करते हैं, जिसके माध्यम से हमारे छात्र अपने व्यक्तिगत और पेशेवर जीवन में सर्वाधिक प्रासंगिक कौशल, आदतों और चरित्र विशेषताओं को विकसित करने में निश्चय ही सक्षम होंगे।

योग शिक्षा स्वयं को अपने व्यक्तित्व के बारे में बुनियादी ज्ञान से सुसज्जित करने में तथा सभी स्थितियों को पूर्ण रूप संभालना सीखाने में सहायता करती है, जिससे अच्छा स्वास्थ्य विवेकपूर्ण मस्तिष्क प्राप्त किया जा सकें।

यह हमारा सौभाग्य है कि वर्तमान में हमारे देश का शीर्ष नेतृत्व भी योग को जन-जन तक पहुंचाने के लिए प्रयासरत हैं। भारत की माननीय राष्ट्रपति, श्रीमती द्रौपदी मुर्मू जी ने 10 फरवरी को 'क्रिया योग' को लोकप्रिय बनाने के लिए भुवनेश्वर में योग के महत्त्व को प्रतिपादित करते हुए बताया है, कि अगर हम 'योग-युक्त' (योग से जुड़े) रहते हैं, तो हम 'रोग-मुक्त' (बीमारियों से मुक्त) रह सकते हैं। इसी क्रम में, हमारे माननीय प्रधानमंत्री जी ने 11 फरवरी को इंडियन एसोसिएशन ऑफ फिजियोथेरेपिस्ट के राष्ट्रीय सम्मेलन में बताया कि "शरीर की सामान्य समस्याएं, जिनमें प्रायः फिजियोथेरेपी की आवश्यकता होती है, कई बार योग से भी हल हो जाती हैं। इसलिए आपको फिजियोथेरेपी के साथ-साथ योग को भी जरूर अपनाना चाहिए। हमारे माननीय प्रधानमंत्री जी समय समय पर योग को अपने जीवन में उतारने की सलाह देते रहते हैं, ताकि हमारा जीवन सुखी और समृद्ध बन सके। माननीय केंद्रीय आयुष मंत्री श्री सर्बानंद सोनोवाल जी का योग प्रेम जग जाहिर है। योग के प्रचार और प्रसार में उनका भागीरथी प्रयास सराहनीय है, जो निश्चित रूप से देश की दशा और दिशा बदलने में मील का पत्थर साबित होगा।

छात्रों के समुचित विकास के लिए मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान सदैव विभिन्न क्रिया कलाओं में अग्रणी भूमिका निभाता है। मो.दे.रा.यो.सं. ने महाबोधि इंटरनेशनल मेडिटेशन सेंटर (एमआईएमसी), लेह, लद्दाख के सहयोग से 17 फरवरी, 2023 को महाकरुणा दिवस का सफल आयोजन किया। इस कार्यक्रम में कई विशिष्ट गणमान्य अतिथियों ने भाग लिया। एमआईएमसी के संस्थापक-अध्यक्ष और आध्यात्मिक निदेशक आदरणीय भिक्षु संघसेना ने भी अपनी गरिमामयी उपस्थिति दर्ज कराई।

इतना ही नहीं, योग को घर-घर तक पहुंचाने के लिए 9 फरवरी, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. और सीजीएचएस के बीच समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर भी किया गया। वाराणसी के दीनदयाल हस्तकला संकुल में 24 फरवरी से 27 फरवरी, 2023 तक आयुर्वेद एक्सपो का आयोजन किया गया, जिसमें मो.दे.रा. यो.सं. टीम ने योग फ्यूजन कार्यक्रम के माध्यम से अपनी छंटा बिखेरी। कुल मिलाकर देखा जाय, तो मो.दे.रा. यो.सं. न सिर्फ योग के प्रचार-प्रसार की दिशा में नित्य प्रयासरत है, बल्कि योग के माध्यम से देश और समाज के नव निर्माण में निरन्तर अपना सार्थक योगदान भी दे रहा है।



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

# From the Desk of Editor in Chief

*Yoga has great importance in the present education system. The modern education system emphasises on science and technology in which material progress is being made, but the inculcation of moral, ethical and values and the promotion of a healthy lifestyle often completely neglected. In this regards, w*

*at Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) work hard to create interesting and meaningful learning experiences, through which the students are able to develop the skills, habits and character traits most relevant in their personal and professional lives.*

*Yoga education can assist in arming oneself with basic knowledge about one's personality and teaching one on how to handle themselves well in all situations in order to achieve good health and a wise mind.*

*It is an honour for us that our country's current top leadership is also attempting to make Yoga more accessible to the general public. Mrs. Droupadi Murmu ji, Hon'ble President of India, said on February 10th, while expounding on the importance of Yoga in Bhubaneswar to popularise 'Kriya Yoga,' that if we remain 'Yog-yukt' (connected with Yoga), we can become 'Rog-mukt' (free from diseases).*

*Similarly, our Hon'ble Prime Minister at the National Conference of the Indian Association of Physiotherapists on 11th February said, "General problems of the body, which often require physiotherapy, on many times can be solved by Yoga. So you must know Yoga along with Physiotherapy". Our Hon'ble Prime Minister continues to give us advice on how to incorporate Yoga into our lives so that we can be happy and prosperous.*

*Hon'ble Union Minister of Ayush Shri Sarbananda Sonowal ji's love for Yoga is visible all over the world. His efforts in promoting and disseminating Yoga will undoubtedly be a watershed moment in changing the country's condition and direction.*

*MDNIY always plays a leading role in all activities that are for overall development of students. MDNIY in association with Mahabodhi International Meditation Center (MIMC), Leh, Ladakh successfully organized Mahakaruna Divas on 17th February, 2023. Many special dignitaries participated in this program. Venerable Bhikkhu Sanghasena, Founder President and Spiritual Director of MIMC also marked his august presence. In addition, on February 9, 2023, an MoU was signed between MDNIY and CGHS to bring Yoga to every household. The Ayur Yoga Expo was held from February 24 to February 27, 2023 at Deendayal Hastkala Sankul in Varanasi, and our team captivated the audience with their Yoga Fusion programme. Overall, MDNIY is not only constantly working to promote Yoga, but it is also making a significant contribution to the country's and society's new construction through Yoga.*



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

## Editorial Team

- **Editor-in-Chief**  
Dr. Ishwar V. Basavaraddi  
Director, MDNIY
- **Editor**  
Md. Taiyab Alam  
Communication &  
Documentation Officer
- **Language Editor**  
Dr. Vandana Singh  
Assistant Professor (Hindi)  
Dr. Suman Rathor  
Assistant Professor (English)
- **Assistant Editor**  
Santosh Singh, Consultant (Media)  
Rinku Behera Consultant  
(Content Development)
- **Design by**  
Nihal Hasnain  
Junior Consultant (Designer)

### Catch the latest updates:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

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

# फेस ऑफ़ द मंथ

श्री किरण रिजिजू वर्तमान में भारत सरकार में कानून और न्याय के माननीय कैबिनेट मंत्री हैं।

श्री रिजिजू अरुणाचल (पश्चिम) निर्वाचन क्षेत्र का प्रतिनिधित्व करने वाले लोकसभा सांसद हैं। उन्हें पूर्वोत्तर भारत के सबसे प्रमुख चेहरों में से एक माना जाता है। वह प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की सरकार में युवा मंत्रियों के समूह से हैं, जो अपनी वाक्पटुता और बेहतर स्वास्थ्य के लिए जाने जाते हैं।

उन्होंने 2014 से 2019 तक गृह राज्य मंत्री के रूप में कार्य किया। वो अल्पसंख्यक मामलों के राज्य मंत्री, युवा मामलों और खेल राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) और आयुष मंत्रालय में अतिरिक्त प्रभार भी संभाल चुके हैं।

वह योग का अभ्यास करने और इसे अपने स्वस्थ आहार नियम का हिस्सा बनाने के लिए जाने जाते हैं।

माननीय मंत्री जी समय-समय पर सोशल मीडिया पर अपने व्यायाम के वीडियो पोस्ट करते रहते हैं। वह देश के युवाओं को स्वास्थ्य के लिए प्रेरित भी करते हैं। उल्लेखनीय है कि 2022 में गांधी जयंती के अवसर पर श्री रिजिजू ने श्री अनुराग सिंह ठाकुर, माननीय केंद्रीय मंत्री "युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय के साथ फिट इंडिया फ्रीडम रन का शुभारंभ किया।

उन्होंने एक कार्यक्रम में हिस्सा लेते हुए कहा था, 'योग को न केवल भारत के मूल अभ्यास के रूप में देखा जाता है, बल्कि इसे वि व के लिए भारत के उपहार के रूप में देखा जाता है, जिसे सभी ने अपना माना है। योग एक ऐसी औशधि है, जिसके लिए आपको कुछ भी खर्च नहीं करना पड़ता है।

उन्होंने योग को लोकप्रिय बनाने के लिए माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी की सराहना की और बताया कि अब योगासन एक खेल बन चुका है। युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय ने आधिकारिक तौर पर योगासन को प्रतिस्पर्धी खेल के रूप में मान्यता दे दी है। जिस प्रकार योग विश्व को भारत की देन है, उसी प्रकार योगासन खेल जगत के लिए वरदान है।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के दौरान उन्होंने अरुणाचल प्रदेश के अंजाव जिले में – डोंग – भारत के सबसे पूर्वी गांव, उस बिंदु के पास जहां भारत, चीन और म्यांमार मिलते हैं – में कार्यक्रम का नेतृत्व किया।

श्री किरण रिजिजू एक दूरदर्शी राजनेता के रूप में जाने जाते हैं। आयुष मंत्रालय द्वारा कामकाजी पेशेवरों के लिए वाई-ब्रेक ऐप लॉन्चिंग के दौरान श्री रिजिजू ने कहा था कि ये ऐप "जंगल की आग की तरह फैल जाएगा"। आज वाई-ब्रेक ऐप की लोकप्रियता ने श्री रिजिजू के कथन को अक्षर तः सत्य साबित कर दिया है।



श्री किरण रिजिजू  
माननीय कैबिनेट मंत्री  
कानून और न्याय मंत्रालय  
भारत सरकार

# Face of the Month

*Shri Kiren Rijiju is currently the Hon'ble Cabinet Minister of Law and Justice in the Government of India.*

*Hailing from Arunachal Pradesh, Shri Rijiju is a Lok Sabha MP representing the Arunachal (West) constituency.*

*He is considered one of the most prominent faces of the North East. He is among the group of young ministers in Prime Minister Narendra Modi's government, who is also known for his oratory skills and fitness.*

*He served as the Minister of State for Home Affairs from 2014 to 2019. Minister of State for Minority Affairs, Minister of State (Independent Charge) for Youth Affairs and Sports and held the additional charge in Ministry of Ayush.*

*He is known to be practicing Yoga and making it a part of his fitness regimen. Shri Rijiju keeps posting videos of his workouts on social media. It may be mentioned that, on the occasion of Gandhi Jayanti, in 2022, Shri*

*Rijiju along with Shri Anurag Singh Thakur, Hon'ble Union Minister of Youth Affairs and Sports launched the Fit India Freedom Run.*

*While participating in an event, he said, "Yoga is not only seen as India's native practice, but India's gift to the world, which everyone has accepted as their own. Yoga is such a medicine, for which you do not have to spend anything".*

*He hailed the Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi for popularizing Yoga so much that Yogasana has become a sport. The Ministry of Youth Affairs and Sports had officially recognized Yogasana as a competitive sport. Just as Yoga is India's gift to the world, similarly Yogasana is a gift to the sports world. During the International Day of Yoga, he led the programme at Dong -- the easternmost village in India, near the point where India, China and Myanmar meet -- in Anjaw district of Arunachal Pradesh.*

*Mr. Kiren Rijiju is known to be a statesman with vision. During the launched of the Y-Break app for working professionals by the Ministry of Ayush, Mr. Rijiju said that the app will "spread like wildfire". Today the popularity of the Y-Break app proved Shri Rijiju's statement to be true in letter and spirit.*



**Shri Kiren Rijiju**

Hon'ble Cabinet Minister  
for Law and Justice  
Government of India

## योगयुक्त रहेंगे तो रोगमुक्त रहेंगे: माननीय राष्ट्रपति जी



जीवन में योग की उपयोगिता एवं सार्थता पर बल देते हुए, भारत की माननीय राष्ट्रपति, श्रीमती द्रौपदी मुर्मू जी ने कहा कि योग स्वस्थ शरीर और शांतिपूर्ण जीवन प्राप्त करने में सहायता करता है।

10 फरवरी को भुवनेश्वर में ज्ञानप्रभा मिशन की प्रशंसा करते हुए, माननीय राष्ट्रपति जी ने कहा, "रूप कोई भी हो— योग भारत का प्राचीन विज्ञान और एक आध्यात्मिक साधना है, जिसका उद्देश्य स्वस्थ मानव समाज का निर्माण करना है।" उन्होंने आगे जोर देते हुये कहा, "स्वस्थ जीवन के लिए इलाज से बेहतर बचाव है। अगर हम 'योग-युक्त' (योग से जुड़े) रहते हैं, तो हम अपने जीवन में भी 'रोग-मुक्त' (बीमारियों से मुक्त) रह सकते हैं।

माननीय राष्ट्रपति जी ने कहा कि योग स्वस्थ शरीर और शांतिपूर्ण मन प्राप्त करने में सहायक हो सकता है। "आज की दुनिया में भौतिकवादी सुख पहुंच से बाहर नहीं है, लेकिन मन की शांति बहुतों की पहुंच से परे हो सकती है। उनके लिए,

योग मन की शांति पाने का एकमात्र साधन है।"

इसके अतिरिक्त, माननीय राष्ट्रपति ने लोगों से प्रकृति के प्रति कृतज्ञ होने और प्रकृति के अनुरूप जीवन शैली अपनाने का भी आग्रह किया।



## If we remain *yog-yukt*, we remain *rog-mukt*: Hon'ble President



Putting faith in the restorative effects of Yoga, Hon'ble President of India, Smt Droupadi Murmu ji said that Yoga helps in attaining healthy body and peaceful life.

Praising the Jnanaprabha Mission at Bhubaneswar for popularising the 'KriyaYoga' on 10th February, the Hon'ble President said, "Yoga is an ancient science and spiritual practice of India, whose objective is to create a healthy human society".

She further stated, "Prevention is better than cure for a healthy life. If we remain 'Yog-yukt' (associated with Yoga), we can remain 'Rog-mukt' (free from diseases)". She said that yoga can help attain a healthy body and peaceful mind. "In today's world materialistic happiness is

not beyond the reach, but peace of mind may be beyond the reach of many. For them, Yoga is the only way to find peace of mind," the Hon'ble President said. She also urged the people to be grateful to nature and adopt a lifestyle in harmony with nature.



## बहुआयामी अनुसंधान से योग को लोकप्रिय करने की आवश्यकता: माननीय प्रधानमंत्री

भारत के माननीय प्रधानमंत्री, श्री नरेंद्र मोदी जी ने बहु-विषयक अनुसंधान विधियों के माध्यम से योग को लोकप्रिय बनाने की आवश्यकता को दोहराया है।

12 फरवरी को एक नागरिक के ट्वीट का जवाब देते हुए, प्रधानमंत्री ने जोर देते हुये कहा, "आगे का रास्ता योग और भारतीय चिकित्सा के पारंपरिक रूपों को एक ऐसी भाषा में लोकप्रिय बनाना है, जिसे दुनिया समझती है। मुझे इस पर अपने लोगों के बीच अधिक जागरूकता देखकर खुशी हो रही है।

भारत में चिकित्सा के क्षेत्र में एक सुदृढ़ बहु



तथा अंतः विशय अनुसंधान वातावरण इसे करने का तरीका है, इससे पूर्व कि दुनिया इसे हमसे ले ले।

उल्लेखनीय है कि 2014 में संयुक्त राष्ट्र महासभा में अपने भाषण के दौरान माननीय प्रधानमंत्री ने दुनिया भर में योग महोत्सव मनाने का प्रस्ताव रखा था। प्रधानमंत्री जी के प्रस्ताव को संयुक्त राष्ट्र ने स्वीकार कर लिया और 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने की घोषणा की। गौरतलब है कि वर्ष 2015 से, दुनिया योग का पर्व मना रही है।

## फिजियोथेरेपिस्ट को भी योग जानना चाहिए: माननीय प्रधानमंत्री

माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने फिजियोथेरेपिस्ट से योग का अभ्यास करने का आह्वान किया है, क्योंकि इससे उनकी व्यवसायिक क्षमता में वृद्धि होगी।

फिजियोथेरेपी के अपने व्यक्तिगत अनुभव को साझा करते हुए, माननीय प्रधानमंत्री ने कहा, "यह मेरा अनुभव है कि जब योग की विशेषज्ञता को एक फिजियोथेरेपिस्ट के साथ जोड़ा जाता है, तो इसकी शक्ति कई गुना बढ़ जाती है।"

उन्होंने कहा, "शरीर की सामान्य समस्याएं, जिनमें प्रायः फिजियोथेरेपी की आवश्यकता होती है, कई बार योग से भी हल हो जाती हैं। इसलिए आपको फिजियोथेरेपी के साथ-साथ योग को भी जरूर जानना चाहिए। इससे आपकी व्यवसायिक क्षमता बढ़ेगी।"



माननीय प्रधानमंत्री 11 फरवरी को इंडियन एसोसिएशन ऑफ फिजियोथेरेपिस्ट के राष्ट्रीय सम्मेलन को संबोधित कर रहे थे।



## PM bats for popularising Yoga through multidisciplinary research

**S**hri Narendra Modi ji, Hon'ble Prime Minister of India, has reiterated the need to popularise Yoga through multidisciplinary research methods. While responding to a citizen's tweet on February 12, the Prime Minister said, "Well said. The way ahead is by popularising Yoga and traditional forms of Indian medicine in a language that the world understands. I am happy to see greater awareness among our people on this too.



research environment among fields of medicine in India is the way to do it before the world takes it from us".

It may be pertinent to mention that during his speech at the UN General Assembly in 2014, the hon'ble Prime Minister proposed to celebrate Yoga across the world. The PM's proposal was accepted by the UN and June 21 was declared to be celebrated as International Yoga Day. Since 2015, the world has been celebrating the festival of Yoga.

A good multi and interdisciplinary

Yoga.

## Physiotherapists must also know Yoga: Hon'ble PM

**H**on'ble Prime Minister Shri Narendra Modiji has called upon physiotherapists to practice Yoga as this will enhance their professional expertise.

Sharing his personal experience of Physiotherapy, the Hon'ble Prime Minister said, "It is my experience that when the expertise of Yoga is combined with that of a physiotherapist, its power increases manifold."

"The common problems of the body, which often require physiotherapy, are sometimes solved in yoga as well. That's why You must also know yoga along with physiotherapy. This will



enhance your professional power", he added.

On February 11, the Hon'ble Prime Minister addressed the National Conference of the Indian Association of Physiotherapists.

# देशी भाषाओं में आयुष की क्षमता को बढ़ावा देने की जरूरत: माननीय केंद्रीय आयुष मंत्री

## Potential of Ayush needs to be promoted in native languages: Hon'ble Ayush Minister



श्री सर्बानंद सोनोवाल जी, माननीय केंद्रीय आयुष मंत्री ने 27 फरवरी को असम के काजीरंगा राष्ट्रीय उद्यान में पहले चिंतन शिविर का उद्घाटन किया।

इस अवसर पर बोलते हुए, माननीय मंत्री ने कहा कि आयुष भारत में स्वस्थ करने और भारतीय पारिस्थितिकी तंत्र द्वारा स्वस्थ होने के लिए है। युवा शोधकर्ताओं और वैज्ञानिकों को साक्ष्य-आधारित अनुसंधान पर काम करने और आयुष चिकित्सा पद्धति के लाभ और अनुसंधान को देशी भाषाओं में समझाने का आह्वान किया, ताकि यह अधिक से अधिक लोगों तक पहुंच सके।

शिविर में डॉ. मुंजपरा महेंद्रभाई, माननीय केंद्रीय आयुष राज्य मंत्री, वैद्य राजेश कोटेचा, सचिव, आयुष मंत्रालय, श्री प्रमोद कुमार पाठक, विशेष सचिव, आयुष मंत्रालय, डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि, निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने भाग लिया। साथ ही साथ मंत्रालय के अन्य वरिष्ठ अधिकारियों और प्रख्यात वक्ता, विशेषज्ञों और गणमान्य व्यक्तियों ने भी अपनी उपस्थिति दर्ज कराई।

मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक द्वारा वाई-ब्रेक आयोजित किया गया और दोनों मंत्रियों के साथ आयुष मंत्रालय के अन्य अधिकारियों ने भी भाग लिया।

**S**hri Sarbananda Sonowal ji, Hon'ble Union Minister of Ayush inaugurated the first Chintan Shivir at Kaziranga National Park, Assam on February 27.

Speaking on the occasion, the Minister said that Ayush is pivotal to heal in India and heal by India ecosystem. This sector had tremendous potential. He urged the young researchers and scientists to work on evidence-based scientific research and explain the benefits and research of Ayush system of medicine in native languages, so that it reaches the larger masses.

The shivir also witnessed the participation of Dr. Munjapara Mahendrabhai, Hon'ble Union Minister of State for Ayush, Vaidya Rajesh Kotecha, Secretary, Ministry of Ayush, Shri Pramod Kumar Pathak, Special Secretary, Ministry of Ayush, Dr. Ishwar V Basavaraddi, Director MDNIY and other senior officials from the Ministry, eminent speakers, experts, and dignitaries.

The Director, MDNIY, led a Y-break in which both ministers and Ayush Ministry officials took part.

# मो.दे.रा.यो.सं. ने महाकरुणा दिवस- 2023 मनाया



मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) में महाबोधि इंटरनेशनल मेडिटेशन सेंटर (एमआईएमसी), लेह, लद्दाख के सहयोग से 17 फरवरी, 2023 को महाकरुणा दिवस का सफल आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम को एमआईएमसी के संस्थापक, अध्यक्ष और आध्यात्मिक निदेशक आदरणीय भिक्षु संघसेना ने अपनी शुभ उपस्थिति से सु गोभित किया।

सभा को संबोधित करते हुए पूज्य भिक्षु संघसेना ने कहा कि हमारे व्यवहार में करुणा झलकनी चाहिए। आज वि व युद्ध,





भूकंप और जलवायु परिवर्तन जैसी प्रतिकूल परिस्थितियों से जूझ रहा है। ऐसे में हमारे जीवन में करुणा, अध्यात्म और योग की आवश्यकता बढ़ गई है, तभी विश्व में शांति और सद्भाव स्थापित हो सकता है।

पद्मश्री डी.आर. कार्तिकेयन, पूर्व सीबीआई निदेशक और महानिदेशक, राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग, इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में भाग लिया।

कार्यक्रम में बोलते हुए; पद्मश्री डी.आर. कार्तिकेयन ने कहा कि योग उनके जीवन का एक अभिन्न हिस्सा है। उन्होंने बताया कि स्वस्थ रहने के लिए योग एक दैवीय वरदान है। आइए हम सभी प्राणियों के लिए करुणामय दुनिया बनाएं।

अपने अध्यक्षीय संबोधन के दौरान मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक ने कहा, "जब हम योग की बात करते हैं, तो बुद्ध का नाम सबसे पहले आता है। बुद्ध की शिक्षा के अनुसार किसी भी धर्म का आधार करुणा है और यह योग साधकों के लिए सबसे महत्त्वपूर्ण है।" उन्होंने लद्दाख जैसे दुर्गम क्षेत्र में योग को जीवित रखने के अथक प्रयासों के लिए आदरणीय भिक्षु संघसेना को धन्यवाद दिया। मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक को योग के प्रति उनके उल्लेखनीय योगदान के लिए महाकरुणा पुरुस्कार से सम्मानित किया गया।



इस कार्यक्रम में डॉ. प्रिय रंजन त्रिवेदी, संस्थापक कुलपति, द ग्लोबल ओपन यूनिवर्सिटी, नागालैंड; आचार्य प्रतिष्ठा, निदेशक, मोक्षायतन योग संस्थान; डॉ. रवींद्र पंथ, निदेशक, आईबीसी, नई दिल्ली; श्री अनिल कुमार जैन, कार्यकारी निदेशक, परियोजना, एमआईएमसी; मेजर जनरल यश मोर (सेवानिवृत्त) और श्री पीपी वांगचुक, वरिष्ठ संपादक, हिंदुस्तान टाइम्स ने भी अपनी गरिमामयी उपस्थिति दर्ज कराई।

कार्यक्रम में लद्दाख की शांगरी-ला टीम के कलाकारों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम की शानदार प्रस्तुति की, जिसे दर्शकों ने काफी सराहा। कार्यक्रम में लगभग 400 लोग उपस्थित थे।

## Eminent personalities share dais for Mahakaruna Diwas celebration at MDNIY



**M** DNIY in association with Mahabodhi International Meditation Centre - MIMC, Ladakh successfully organised Mahakaruna Diwas on February 17. The event witnessed the auspicious presence of Vene. Bhikkhu Sanghasena, Founder President & Spiritual Director, MIMC. Addressing the gathering, Vene. Bhikkhu Sanghasena emphasized on the importance of compassion





in our life. He stated that the world is currently facing adverse situations like war, earthquakes and climate change, and in such times, compassion, spirituality and Yoga in our lives has become significant to establish peace and harmony in the world. The Chief Guest of the event, Padama Shri D.R. Kaarthikeyan, former CBI Director and Director General, National Human Rights Organisation highlighted that Yoga is a divine gift to stay healthy and called for the creation of a world of compassion for all beings. During the presidential address, Dr Ishwar Basavaraddi, Director MDNIY said "When we talk of Yoga, the name of Buddha comes first. According to Buddha's teaching the foundation of a healthy society is compassion and it is most important for Yoga practitioners." He also thanked Venerable Bhikkhu Sanghasena for his relentless efforts in keeping Yoga alive in the harsh terrain of Ladakh. Director MDNIY was honoured with Mahakaruna Award for his noteworthy



contribution towards Yoga by Venerable Bhikkhu Sanghasena. The event was also graced by Dr. Priya Ranjan Trivedi, Founder Chancellor, The Global Open University, Nagaland; Acharya Pratishtha, Director, Bharat Yoga Mokshayatan; Dr. Ravindra Panth, Director, IBC, New Delhi; Shri Anil Kumar Jain, Executive Director, Projects, MIMC; Maj Gen Yash Mor (retd) and Shri. PP Wangchuk, Senior editor, Hindustan Times. The audience was enthralled by scintillating performances presented by the Ladakh's Shangri-La team. Around 400 Yoga enthusiasts were present at the event.

## योग को पुनर्जीवित करने के लिए मो.दे.रा.यो.सं. और सीजीएचएस के बीच समझौता ज्ञापन

## MDNIY, CGHS ink MoU to revitalise Yoga in dispensaries



मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) और केंद्र सरकार स्वास्थ्य योजना (सीजीएचएस), स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार के बीच 9 फरवरी, 2023 को मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक, डॉ. ईश्वर वी. बसवरडि और सीजीएचएस की निदेशक, डॉ. अंजना राजकुमार की उपस्थिति में एक समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर हस्ताक्षर किए गए।

समझौता ज्ञापन का मूल उद्देश्य कोविड महामारी के बाद दिल्ली-एनसीआर में सीजीएचएस डिस्पेंसरियों में योग की निवारक स्वास्थ्य देखभाल इकाइयों को पुनर्जीवित करना है। साथ ही साथ, मौजूदा स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली में योग को मुख्यधारा में लाना है। ये केंद्र, अस्पतालों में सीजीएचएस लाभार्थियों को योग चिकित्सा प्रदान करेंगे।

प्रारंभिक चरण में ऐसी 20 इकाइयों को चालू किया जाएगा।

मो.दे.रा.यो.सं. और सीजीएचएस दोनों के वरिष्ठ अधिकारी भी हस्ताक्षर समारोह में उपस्थित थे।

**A** Memorandum of Under-standing (MoU) was signed between the Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) and the Central Government Health Scheme (CGHS), Ministry of Health and Family Welfare, Government of India in the presence of Dr. Ishwar V Basavaraddi, Director MDNIY, and Dr. Anjana Rajkumar, Director CGHS on February 9th, 2023.

The MoU aims to revitalise the Preventive Health Care Units of Yoga in CGHS Dispensaries in Delhi NCR after COVID pandemic. The basic objective is to mainstream Yoga in the existing health care system. These centres will provide Yoga Therapy to the CGHS beneficiaries in the hospitals.

In the initial phase, 20 such units will be made operational.

Senior officials of both MDNIY and CGHS were present at the signing in ceremony.

## योग, वेदांत के सिद्धांत आज भी प्रासंगिक: निदेशक मो.दे.रा.यो.सं.



मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक, डॉ. ईश्वर वी. बसवरड्डि के 5 फरवरी को विशाखापत्तनम के भीमिली में "योग और वेदांत: सिद्धांत, अभ्यास और समकालीन समय में उनकी प्रासंगिकता" पर एक अतिथि व्याख्यान दिया।

व्याख्यान में 800 से अधिक योग पेशेवरों ने भाग लिया। व्याख्यान के बाद आधुनिक समय में योग और वेदांत की प्राचीन शिक्षाओं की प्रासंगिकता के बारे में जीवंत चर्चा हुई।

मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक ने सभा को संबोधित करते हुए योग और वेदांत के



सिद्धांतों और रोजमर्रा की जिंदगी में उनके व्यावहारिक अनुप्रयोग के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान की।

यह अतिथि व्याख्यान योग कॉन्शसनेस ट्रस्ट, भीमिली, विशाखापत्तनम द्वारा गुरुदेव परमपावन योगाचार्य रापार्थी रामाराव के शताब्दी समारोह के अं 1 के रूप में आयोजित किया गया, जो कि प्रख्यात हस्तियों के व्याख्यानों की श्रृंखला का एक हिस्सा था।



## Yoga and Vedanta principles still relevant: Director MDNIY



Dr. Ishwar V. Basavaraddi, Director, MDNIY delivered a guest lecture on February 5, at Bhimili in Visakhapatnam on "Yoga and Vedanta: Principles, Practices, and Their Relevance in Contemporary Times".

More than 800 Yoga professionals attended the lectures. The lecture was followed by a lively discussion about the relevance of the ancient teachings of Yoga and Vedanta in modern times.



The Director MDNIY, while addressing the gathering spoke about the principles of Yoga and Vedanta and their practical application in everyday life.

This guest lecture was a part of the series of lectures by eminent personalities being organised by Yoga Consciousness Trust, Bhimili, Visakhapatnam, as a part of Gurudev His Holiness Yogacharya Raparathi Rama Rao's Centenary Celebrations.

## आयुरयोग एक्सपो में मो.दे.रा.यो.सं. ने बिखेरा रंग



वाराणसी के दीनदयाल हस्तकला संकुल में 24 फरवरी से 27 फरवरी, 2023 तक आयुरयोग एक्सपो का आयोजन किया गया, जिसमें दिल्ली स्थित मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान की टीम ने भी शिरकत की।

एक्सपो में मो.दे.रा.यो.सं. टीम ने वर्कशॉप और अपनी आईईसी सामग्री और योग फ्यूजन कार्यक्रम का प्रदर्शन किया। इस एक्सपो में माननीय श्री ब्रजेश पाठक, उपमुख्यमंत्री, उत्तर प्रदेश, डॉ. दया शंकर मिश्रा 'दयालु', राज्य मंत्री, आयुष मंत्रालय (स्वतंत्र प्रभार), उत्तर प्रदेश जैसे विशिष्ट गणमान्य अतिथियों ने अपनी गरिमामयी उपस्थिति दर्ज कराई। इस मौके पर मो.दे.रा.यो.सं. टीम ने योग फ्यूजन कार्यक्रम का शानदार प्रदर्शन किया, जिसे काफी सराहना मिली।

मो.दे.रा.यो.सं. टीम में योग चिकित्सक श्री भाशांक अत्रे, योग प्रशिक्षु लक्ष्मी यादव, पूजा, श्याम सुंदर राजू और छात्र रोहित शामिल थे।

गौरतलब है कि आयुरयोग एक्सपो भारत का एकमात्र



व्यावसायिक आयोजन है, जो आयुर्वेद, योग, प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी, सिद्ध और होम्योपैथी, हर्बल, कृषि, प्राकृतिक, फिटनेस और कल्याण उत्पादों और सेवाओं पर केंद्रित है। मंच आपूर्तिकर्ताओं को खरीदारों से जोड़ रहा है। एक्सपो इस क्षेत्र में आयुष, जैविक, प्राकृतिक और स्वास्थ्य संबंधी व्यापार तथा िल्प को एक जगह लाने में अग्रणी है।

## MDNIY team's mesmerising performance at Ayur Yoga Expo



**A**yur Yoga Expo was organized from February 24 to February 27, 2023 at Deendayal Hastkala Sankul, Varanasi. The team of Morarji Desai National Yoga Institute, Delhi also participated in the event.

The MDNIY team showcased workshops, IEC content, and Yoga Fusion program at the expo. The expo saw the presence of distinguished dignitaries like Hon'ble Mr. Brajesh Pathak, Deputy Chief Minister, Uttar Pradesh, Dr. Daya Shankar Mishra 'Dayalu', Minister of State, Ministry of Ayush (Independent Charge), Uttar Pradesh. On this occasion, the MDNIY team put up a spectacular performance of Yoga Fusion program, which was highly appreciated.

The MDNIY team consisted of Yoga therapist Mr. Sushant Atre, Yoga trainees Lakshmi Yadav, Pooja, Shyam Sundar Raju and student Rohit.



The AyurYoga Expo is India's only trade fair focused on Ayurveda, Yoga, Naturopathy, Unani, Siddha and Homeopathy, Herbal, Agriculture, Natural, Fitness and Wellness products and services. The platform connects suppliers with buyers. The expo is a pioneer in bringing together Ayush, Organic, Natural and Wellness trades in the region.

## जी-२०: मो.दे.रा.यो.सं. ने आगरा में प्रतिनिधियों के लिए ताज़ा योग अभ्यास आयोजित किया



11 और 12 फरवरी, 2023 को ताज कन्वेंशन आगरा उत्तर प्रदेश में भारत की योग परंपरा की एकीकृत शक्ति का प्रदर्शन करने के लिए जी-20 प्रतिनिधियों के लिए मो.दे.रा.यो.सं. द्वारा योग सत्र के साथ एक स्वस्थ सुबह की दिनचर्या का आयोजन किया गया।

आगरा में दो दिवसीय जी-20 एम्पॉवर इंसेप्शन बैठक आयोजित की गई।

मो.दे.रा.यो.सं. के प्रशिक्षक श्री राहुल सिंह चौहान, श्री दलीप कुमार, श्री तनुज यादव के मार्गदर्शन में प्रतिनिधियों ने योग किया और मो.दे.रा.यो.सं. की योग इंटर्न सुश्री श्रुति, सुश्री लक्ष्मी यादव, ने सामान्य योग अभ्यासक्रम का प्रदर्शन किया और श्री राकेश सिंह रौतेला ने तकनीकी सहायता प्रदान की।

## MDNIY conducts refreshing Yoga drill for G20 delegates at Agra



A wellness morning routine with an early morning Yoga session was organised by MDNIY for the G20 delegates, to showcase the unifying power of India's Yoga tradition, at the Taj Convention Agra Uttar Pradesh on 11th and 12th February, 2023.

The two-day G20 EMPOWER Inception meeting was held in Agra.

The delegates performed the Yoga under the guidance of MDNIY Instructors Shri Rahul Singh Chauhan, Shri Dalip Kumar, Shri Tanuj Yadav and Yoga Intern of MDNIY Ms. Shruti, Ms. Laxmi Yadav, Sh. Rakesh Singh Rautela provided the technical support and demonstrated the Common Yoga Protocol.

## योग की तलाश में भारतीय मूल के युवा पहुंचे मो.दे.रा.यो.सं.



जीवन में योग की महत्ता और सार्थकता के गूढ़ रहस्य को समझने के लिये विभिन्न देशों से भारतीय मूल के 25 युवाओं के एक प्रतिनिधिमंडल ने 6 फरवरी, 2023 को मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान का दौरा किया।

डॉ. आई. एन आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी(योग थेरेपी), मो.दे.रा.यो.सं. ने प्रतिनिधिमंडल का स्वागत किया और उन्हें संस्थान के विभिन्न क्रिया-कलापों और कार्यक्रमों से परिचय कराया।

मो.दे.रा.यो.सं. के योग प्रशिक्षक श्री दलीप कुमार ने प्रतिनिधिमंडल के लिए व्यावहारिक योग सत्र का संचालन किया।

योग सत्र के पश्चात् प्रतिनिधिमंडल ने संस्था के प्रििक्षुओं द्वारा मंत्रमुग्ध कर देने वाले योग फ्यूजन कार्यक्रम का आनंद उठाया। अतिथियों ने यहां अपने अनुभव बताते हुए अपनी खुशी व्यक्त की और संस्थान के प्रति आभार व्यक्त किया।



## Quest for Yoga brings Indian origin youth to MDNIY



A delegation comprising of 25 students of Indian origin from different countries visited MDNIY campus on February 6.

The purpose of the visit was to understand the importance and impact of Yoga in the day to day life of mankind.

The delegation was welcomed by Dr. I.N. Acharya, Programme Officer,

MDNIY and introduced them to various activities undertaken by the Institute.

Shri Dilip Kumar Singh, Yoga Instructor, MDNIY conducted a practical Yoga session for the delegates. The guests also witnessed a mesmerising Yoga Fusion by the interns of the Institute.

The guests expressed their happiness and gratitude to the Institute for their experience here.



## मीडिया कवरेज

## Media Coverage

### The Times of India

on 21.02.2023

#### MDNIY celebrates Mahakaruna Diwas

Morarji Desai National Institute of Yoga

(MDNIY) in association with Mahabodhi International Meditation Centre (MIMC), Leh, Ladakh, successfully organised the Mahakaruna Diwas recently. The event witnessed the presence of Venerable Bhikkhu Sanghasena, Founder President & Spiritual Director, MIMC. While addressing the gathering, Venerable Bhikkhu Sanghasena emphasized the importance of compassion in our life. The chief guest, Padama D.R. Kaarthikeyan, former CBI Director and Director General, National Human Rights Commission, highlighted that Yoga is a divine gift to stay healthy. During the presidential address, Dr Ishwar V Basavaraddi, Director MDNIY said, "When we talk of Yoga, the name of Buddha comes first."

### Hindustan Times

on 21.02.2023

#### MDNIY celebrates Mahakaruna Diwas-2023



Morarji Desai National Institute of Yoga in association with Mahabodhi International Meditation Centre, Leh, Ladakh successfully organised the Mahakaruna Diwas on Feb 20. The event witnessed the auspicious presence of Venerable Bhikkhu Sanghasena, Founder President, MIMC.

## मो.दे.रा.यो.सं.के सीएपीएफ छात्रों ने चलाया स्वच्छता अभियान

मो.दे.रा.यो.सं. के केंद्रीय सशस्त्र पुलिस अर्धसैनिक बल के छात्रों ने 4 फरवरी, 2023 को कैम्पस परिसर में और उसके आसपास स्वच्छता अभियान चलाया और स्वच्छता के संदेश को न केवल शब्दों में बल्कि कार्यों के साथ प्रसारित करने के लिए जागरूकता पदयात्रा निकाली।

यह अभियान योग प्रशिक्षक पवन कुमार और प्रदीप कुमार की देखरेख में चलाया गया।

Central Armed Police Paramilitary students of MDNIY carried out a cleanliness drive in and around campus premises on February 4, 2023, and took out an awareness walk to disseminate the message of Swachhta not just with words but with actions.

The drive was conducted under the supervision of Pawan Kumar and Pradeep Kumar, Yoga instructors.

## CAPF students of MDNIY undertake cleanliness drive





# फ्राईडे वेबिनार

## मानसिक विकारों की रोकथाम में योग सूत्रों की भूमिका

संस्थान द्वारा 3 फरवरी, 2023 को 'मानसिक विकारों की रोकथाम में योग सूत्रों की भूमिका' विषय पर वेबिनार का आयोजन किया गया, उक्त व्याख्यान प्रोफेसर सुरेंद्र कुमार, अध्यक्ष तथा संकायअध्यक्ष, योगिक विज्ञान, गुरुकुल कांगरी डीम्ड टू बी वि विद्यालय, हरिद्वार, उत्तराखंड द्वारा प्रस्तुत किया गया जिसकी अध्यक्षता मो.दे.रा.यो.सं. के निदेशक, डॉ. ईश्वर बसवरडि ने की।

मो.दे.रा.यो.सं. निदेशक ने बताया कि योग सूत्र हमारे मस्तिष्क एवं विभिन्न क्षेत्रों के निर्माण में सहायता करता है। उन्होंने यह बताते हुए पतंजलि के सूत्रों का भी उल्लेख किया कि कैसे दुख और भोक अपरि योग सूत्र को अपिहार्य लेकिन योग एक ऐसा साधन है, जो दुख को रोक सकता है।

प्रो. सुरेंद्र कुमार ने अपना व्याख्यान प्रस्तुत करते हुए कहा कि पतंजलि के योग सूत्र ने मानसिक विकारों के मूल कारणों को उद्घाटित किया है। इसके पीछे के मूल कारण के आधार पर यह भी पता लगाया गया है कि किसी व्यक्ति को किस प्रकार के मानसिक विकार का सामना करना पड़ सकता है। पतंजलि मानसिक विकारों में आने वाली सभी 14 बीमारियों के लिए उपचार भी देते हैं।

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


## Role of Yoga Sutras in Prevention of Mental Disorders

**A** Webinar on the topic 'Role of Yoga Sutras in Prevention of Mental Disorders' was organised by MDNIY on February 3rd, 2023. The lecture was presented by Prof. Surendra Kumar, Head and Dean Department of Yogic Science, Gurukula Kangri Deemed to be University, Haridwar, Uttarakhand and was presided over by Dr. Ishwar Basavaraddi, Director, MDNIY.


Director, MDNIY said that Yoga sutras help in construction of mind and various other domains. while referring about Patanjali's sutras, he said that Yoga is a mean that can prevent sufferings.

During his lecture, Prof. Surendra Kumar stated that Patanjali's Yoga Sutras have broken down the root causes of mental disorders. It has also determined what type of mental disorder a person may have based on the root cause. Patanjali also provides remedies for all 14 ailments classified as mental disorders.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer presented the introductory remarks of the guest and Dr. Vandana Singh, Assistant Professor (Hindi) moderated the programme.




Ministry of Ayush  
Government of India



भारतीय योग संस्थान  
MDNIY  
मो.दे.रा.यो.सं.


# 123<sup>rd</sup> Friday Webinar

## Role of Yoga Sutras in Prevention of Mental Disorders

Introductory Remarks By: 

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

**SPEAKER**



**Prof. Surendra Kumar**  
Head and Dean Department of Yogic Science,  
Gurukul Kangri Deemed to be University,  
Haridwar, UK

3<sup>rd</sup> February, 2023  
5:00 PM

## स्तन कैंसर जागरूकता

10 फरवरी, 2023 को 'स्तन कैंसर जागरूकता' पर एक वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. गीता कादयाप्रथ, वरिष्ठ निदेशक—सर्जिकल ऑन्कोलॉजी (स्तन), मैक्स सुपर स्पेशलिटी अस्पताल, दिल्ली और डॉ. ईश्वर बसवरडि, निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने भाग लिया।

निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं. ने स्तन कैंसर की बढ़ती संख्या पर विचार करते हुए बताया कि कीमोथेरेपी और दवा जैसे सही उपचार अंततः महिलाओं को इस समस्या से लड़ने का बेहतर अवसर प्रदान करते हैं।

डॉ. गीता कादयाप्रथ ने एक विस्तृत और सूचनात्मक व्याख्यान दिया। उन्होंने कहा कि योग जीवन शैली और स्वास्थ्य में सुधार करता है और हमें स्वस्थ जीवन जीना सिखाता है। योग केवल एक व्यायाम नहीं है, बल्कि यह आपके मन की स्थिति को भी सुधारता है।

उन्होंने आगे कहा कि कुछ कैंसर का पता किसी भी लक्षण के प्रकट होने से पहले कुछ नियमित जांच से लगाया जा सकता है। स्तन कैंसर से बचे रहने के लिए प्रारंभिक निदान महत्वपूर्ण है।

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

## Breast Cancer Awareness

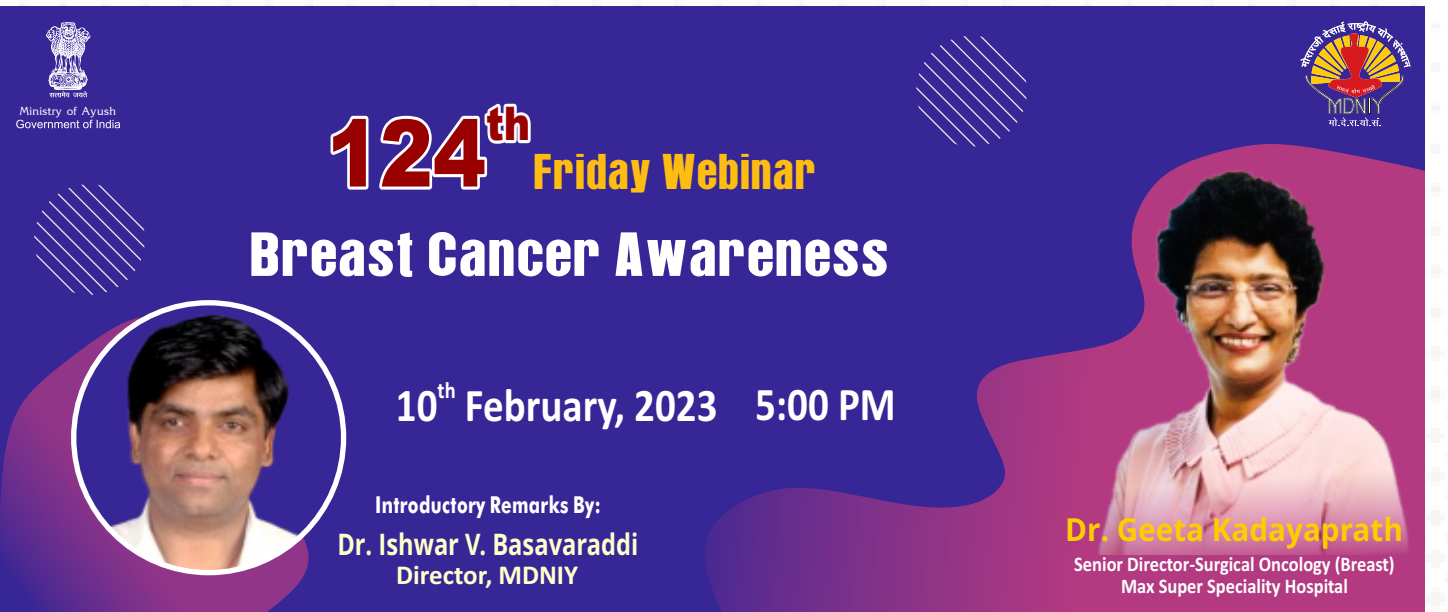
**M** DNIY organised a webinar on the topic 'Breast Cancer Awareness' on February 10th, 2023 which was presented by Dr. Geeta Kadayaprath, Senior Director-Surgical Oncology (Breast), Max Super Speciality Hospital, Delhi. It was presided by Dr. Ishwar V Basavaraddi, Director, MDNIY.

Director, MDNIY while deliberating upon the increasing number of breast cancer cases, talked about how right treatment such as chemotherapy and medication can eventually provide women with a better opportunity to fight this problem.

Dr. Geeta Kadayaprath, said that Yoga improves life style and health and also teaches us to live a healthy life. Yoga is not just about exercises, it's also about improving the state of mind.

She further discussed about multiple factors associated with breast cancer and also mentioned the preventive measure for the same.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer (C.&D.O.) presented the introductory remarks of the guest and Dr. Vandana Singh, Assistant Professor (Hindi) moderated the programme.



Ministry of Ayush  
Government of India

भारतीय चिकित्सा संस्थान  
MDNIY  
मो.दे.रा.यो.सं.

**124<sup>th</sup> Friday Webinar**

**Breast Cancer Awareness**

**10<sup>th</sup> February, 2023 5:00 PM**

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

**Dr. Geeta Kadayaprath**  
Senior Director-Surgical Oncology (Breast)  
Max Super Speciality Hospital

## जीवन के लिए भाषाएँ

17 फरवरी, 2023 को 'जीवन के लिए भाषाएँ' नामक उत्कृष्ट विषय पर एक वेबिनार आयोजित किया गया, जिसमें डॉ. रामानुजम मेगानाथन, आचार्य, अंग्रेजी, भाषा शिक्षा विभाग, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद – एनसीईआरटी, नई दिल्ली द्वारा प्रस्तुत किया गया।

डॉ. रामानुजम मेगानाथन ने कहा कि द्विभाषी और एकभाषी लोगों के लिए हमारे मस्तिष्क में एक सामान्य अंतर्निहित प्रवीणता है। उनके पास अलग दक्षता नहीं है। एक से अधिक भाषा जानने वाले लोगों के लिए, पहली भाषा, दूसरी भाषा और एक सामान्य अंतर्निहित प्रवीणता की कुछ सतही विशेषताएँ हैं जो एक केंद्रीय संचालन व्यवस्था बनाती हैं। एक भाषा के कुछ आनंदोत्सव उद्देश्य होते हैं, जिनमें संगीत, नृत्य, सांस्कृतिक कार्यक्रम, सामाजिक सभाएँ आदि सम्मिलित हैं।

उन्होंने आगे बताया कि आजकल स्कूली शिक्षा और शिक्षा के क्षेत्र में भारतीय भाषाएँ कम होती जा रही हैं, और अंग्रेजी माध्यम हावी होता जा रहा है।

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

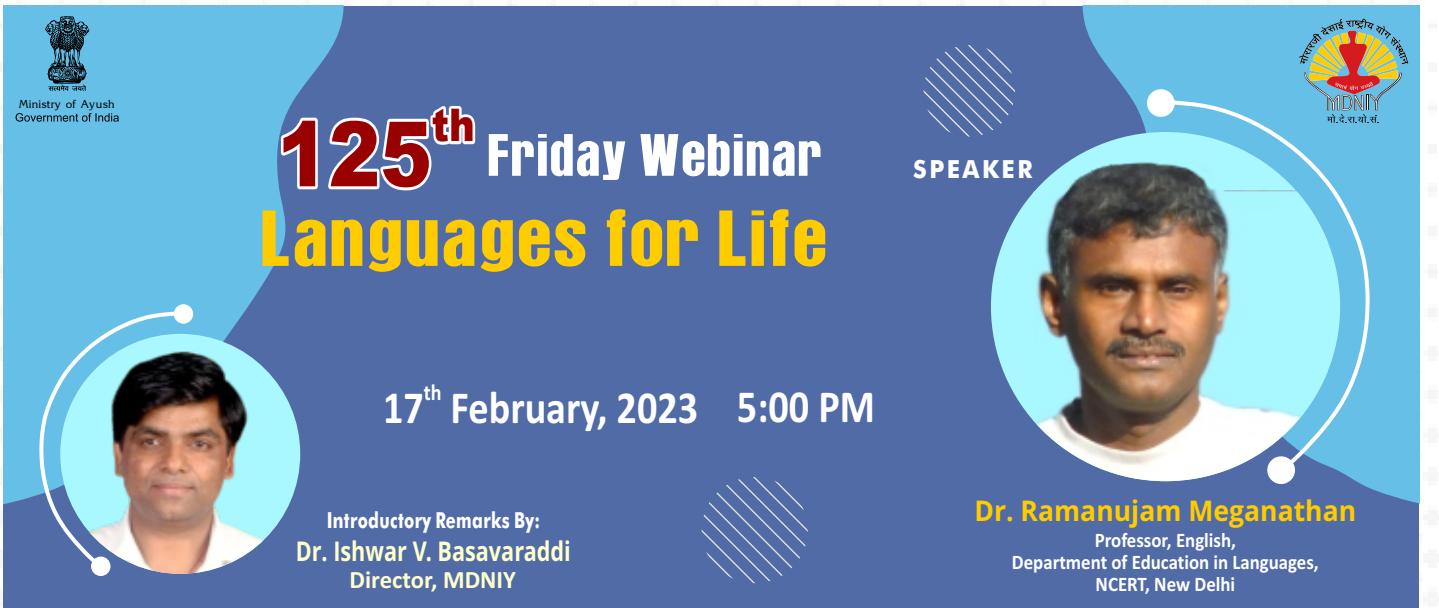
## Languages for Life

A Webinar on 'Languages for Life' was organized on February 17th, 2023, presented by Dr. Ramanujam Meganathan, Professor, English, Department of Education in Languages, National Council of Educational Research and Training - NCERT, New Delhi.

Dr. Ramanujam Meganathan said that our mind has a common underlying proficiency for bilingual and monolingual people. They don't have separate proficiencies. For people knowing more than one language, there are certain surface features of first language, second language and a common underlying proficiency that forms a central operating system. There are certain carnival purposes for a language that includes music, dance, cultural programs, social gatherings etc.

He further stated that language development happens in the initial years of any child's development. They tend to observe and learn the language that is prevalent in their environment. Over the period of time, they turn bilingual and even multilingual when their scope of the environment increases and they learn new languages.

Md. Taiyab Alam, Communication and Documentation Officer presented the introductory remarks while Dr. Vandana Singh, Assistant Professor (Hindi) moderated the programme.



Ministry of Ayush  
Government of India


125<sup>th</sup> Friday Webinar  
Languages for Life

17<sup>th</sup> February, 2023 5:00 PM

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

SPEAKER

Dr. Ramanujam Meganathan  
Professor, English,  
Department of Education in Languages,  
NCERT, New Delhi



## स्वास्थ्य और फिटनेस के रखरखाव में योग की भूमिका

24 फरवरी, 2023 को 'हेल्थ एंड फिटनेस के रखरखाव में योग की भूमिका' पर एक शुक्रवार का वेबिनार आयोजित किया गया।

जिसमें डॉ इंद्रनिल मन्ना, सह आचार्य एवं प्रमुख, फिजियोलॉजी, मिदनापुर कॉलेज, पश्चिम बंगाल ने शिरकत की।

डॉ इंद्रनिल मन्ना ने एक विस्तृत और सूचनात्मक व्याख्यान दिया और बताया कि नियमित रूप से योग अभ्यास तनाव और शरीर-व्यापी सूजन के स्तर को कम कर सकता है, स्वस्थ दिलों के रख-रखाव में योगदान देता है।

उन्होंने आगे कहा कि कई कारक हैं जैसे उच्च रक्तचाप, अधिक वजन और अन्य जो हृदय रोगों में योगदान दे रहे हैं। नियमित रूप से योग का अभ्यास करके इन सभी कारकों को दूर किया जा सकता है।

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

## Role of Yoga in Maintenance of Health and Fitness

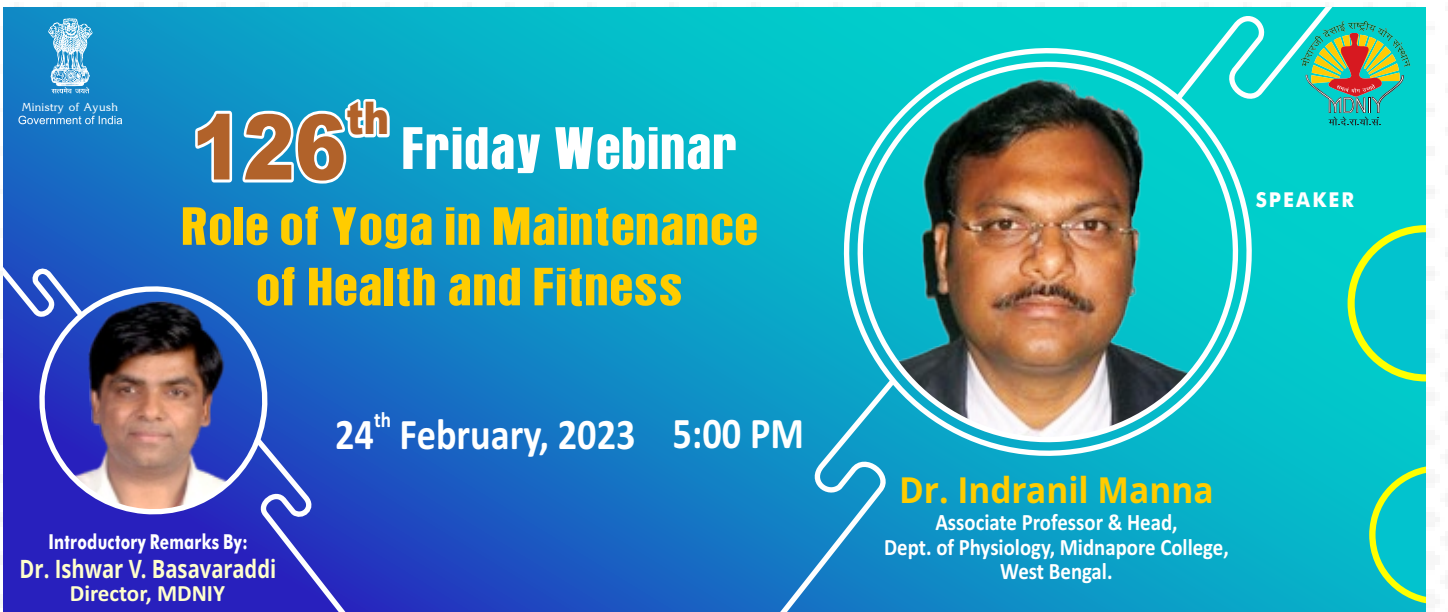
A Friday Webinar was organised by MDNIY on the topic 'Role of Yoga in Maintenance of Health and Fitness' on February 24th, 2023.

The lecture was presented by Dr. Indranil Manna, Associate Professor & Head, Department of Physiology, Midnapore College, West Bengal.

Dr. Indranil Manna in his presentation said that regular Yoga practice may reduce levels of stress and body inflammation, contributing to healthier hearts.

He further said that there are several factors such as high blood pressure, over weight and the like that contribute to heart diseases. All these factors can be addressed by practicing Yoga on a regular basis.

Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer presented the introductory remarks of the guest and Dr. Vandana Singh, Assistant Professor (Hindi) moderated the programme.



Ministry of Ayush  
Government of India

126<sup>th</sup> Friday Webinar  
Role of Yoga in Maintenance of Health and Fitness

24<sup>th</sup> February, 2023 5:00 PM

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

MDNIY  
मो.वे.स.सं.

SPEAKER

Dr. Indranil Manna  
Associate Professor & Head,  
Dept. of Physiology, Midnapore College,  
West Bengal.