



MDNIY

E-NEWSLETTER

January 2024



प्रधान संपादक की कलम से



संपादकीय टीम

प्रधान संपादक

श्रीमती विजयालक्ष्मी भारद्वाज
निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं.

प्रबंध संपादक

मो. तैयब आलम
संचार और प्रलेखन अधिकारी

भाषा संपादक

डॉ. वंदना सिंह
सहायक आचार्य (हिन्दी)
डॉ. सुमन राठौड़
सहायक आचार्य (अंग्रेजी)

संपादक

संतोष सिंह
सलाहकार (मीडिया)

कोमल कात्याल
वरिष्ठ सलाहकार (सोशल मीडिया)

डिजाइन

निहाल हसनैन
कनिष्ठ सलाहकार (डिजाइनर)

ताज़ा जानकारी के लिए जुड़ें:

@mdniyayush

Director Mdnly

@mdniy

@mdniyyoga

@mdniy

आधुनिक जीवन में हमारी जीवनशैली और मानसिकता बदल गई है, जिससे हमें अधिकतर समय अपनी इच्छाओं की पूर्ति और सफलता की निरंतर दौड़ में डूबा हुआ पाते हैं। लेकिन इस सफलता की दौड़ में हम अक्सर अपने स्वास्थ्य, आनंद और शांति के लिए महत्वपूर्ण घटकों को नजरअंदाज कर देते हैं।

योग समसामयिक 'जीवन मंत्र' के रूप में उभरा है, जो एक समग्र जीवनशैली मॉड्यूल पेश करता है जो अंतहीन इच्छाओं की खोज के कारण होने वाले असंतुलन को पेश करता है। आशा की किरण के रूप में योग में आसन और प्राणायाम के अभ्यास के माध्यम से मुरझाए हुए मन को पुनर्जीवित करने और शारीरिक सुधार में सहायता करने की गहन क्षमता है। यौगिक दर्शन जीवन की चुनौतियों का वास्तविक समाधान प्रदान करता है और समग्र कल्याण के लिए एक समग्र दृष्टिकोण प्रदान करता है।

मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान (मो.दे.रा.यो.सं.) योग को बढ़ावा देने के लिए निरंतर प्रयास कर रहा है, विभिन्न कार्यक्रमों के माध्यम से हम योग को जन-जन तक पहुंचाने का सार्थक प्रयास करते हैं।

हाल ही में, मो.दे.रा.यो.सं. ने 1 से 14 जनवरी, 2024 तक देश भर के प्रतिष्ठित सूर्य मंदिरों में सामूहिक सूर्य नमस्कार अभ्यास के सफल आयोजन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इस पहल का उद्देश्य सूर्य की दक्षिणी से उत्तरी गोलार्ध तक की यात्रा का जश्न मनाना है, जो 'मकर संक्रांति' के महत्वपूर्ण अवसर पर समाप्त हुई। मो.दे.रा.यो.सं., आयुष मंत्रालय ने अन्य योग संस्थानों के सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के माध्यम से मॉड्यूल के बारीक पहलुओं को जनता के बीच प्रसारित करने के लिए सूर्य नमस्कार वीडियो और ब्रोशर (हिंदी एवं अंग्रेजी) में तैयार किया।

आयुष मंत्रालय प्रतिरक्षा स्तर को बढ़ाने के प्रभावी साधन के रूप में सूर्य नमस्कार के अभ्यास को सक्रिय रूप से बढ़ावा दिया। मंत्रालय को इस अवसर का उपयोग सूर्य नमस्कार के माध्यम से कायाकल्प के एक विशेष और सामयिक संदेश के साथ मानवता तक पहुंचने के लिए किया – योग आसन का समूह जिसका उपयोग सूर्य को "नमस्कार" करने के लिए किया जाता है।



प्रधान संपादक
श्रीमती विजयालक्ष्मी भारद्वाज
निदेशक, मो.दे.रा.यो.सं.



From the Desk of Editor-in-Chief



Editorial Team

Editor-in-Chief

Smt. Vijayalakshmi Bhardwaj
Director, MDNIY

Managing Editor

Md. Taiyab Alam
Communication &
Documentation Officer

Language Editor

Dr. Vandana Singh
Assistant Professor (Hindi)

Dr. Suman Rathore
Assistant Professor (English)

Editor

Santosh Singh
Consultant (Media)


Komal Katyal
Senior Consultant (Social Media)

Design by

Nihal Hasnain
Junior Consultant (Designer)

Catch the latest updates:

 @mdniyayush

 Director Mdniy

 @mdniy

 @mdniyyoga

 @mdniy

In the pursuit of happiness, individuals often find themselves immersed in the chaos of modern life, driven by desires and the relentless race for success. However, the current era, marked by constant struggles, has led to a neglect of essential components for well-being—happiness, joy, calmness, and relaxation.

Yoga emerges as the contemporary 'Life Mantra,' offering a holistic lifestyle module that addresses the imbalances caused by the pursuit of unending desires. Yoga, as a beacon of hope, has the profound ability to revive a withering mind and aid in physical recovery through the practice of asanas and pranayama. The Yogic philosophy offers real solutions to life's challenges, providing a holistic approach to overall well-being.

Morarji Desai National Institute of Yoga (MDNIY) has been making continuous efforts for the promotion of Yoga through various programs; we make a meaningful effort to take Yoga to the masses.

Recently, MDNIY played a crucial role in the successful organization of Mass Surya Namaskar Practices at iconic Sun Temples across the country from January 1st to 14th, 2024. This initiative aimed to commemorate the Sun's journey from the Southern to the Northern Hemisphere, culminating on the significant occasion of 'Makar Sankranti.' MDNIY promoted Surya Namaskar videos & brochure (Hindi & English) to disseminate the finer aspects of the module among the masses through the social media platform of the MDNIY, Ministry of Ayush & other Yoga institutions.

The Ministry of Ayush has actively promoted the practice of Surya Namaskar as an effective means to enhance immunity levels. The Ministry has utilized this occasion to reach out to humanity with a special message of rejuvenation through the Surya Namaskar -the set of Yogasanas used to "salute" the sun.



Editor-In-Chief

Smt. Vijayalakshmi Bhardwaj
Director, MDNIY

माननीय प्रधानमंत्री ने राम सेतु के उद्गम स्थल पर किया योग

माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने 21 जनवरी को अयोध्या में राम मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा (प्रतिष्ठा समारोह) से पहले धनुषकोडी में अरिचल मुनाई पॉइंट का दौरा किया। अरिचल मुनाई को राम सेतु का उद्गम स्थल माना जाता है।

उन्होंने 'अनुलोम-विलोम' का अभ्यास किया और स्थल पर फूल चढ़ाए। उन्होंने अरिचल मुनाई में ध्यान और योग भी किया।



Hon'ble Prime Minister performs Yoga at the starting point of Ram Setu

Hon'ble Prime Minister, Shri Narendra Modi visited Arichal Munai point in Dhanushkodi on 21st January before the Pran Pratishtha (consecration ceremony) of the Ram Mandir at Ayodhya. Arichal Munai is believed to be the origin point of the Ram Setu.

He practised 'Anulom Vilom' and offered flowers at the site. He also performed meditation and Yoga at Arichal Munai.

100 वर्षीय फ्रांसीसी योग शिक्षक को पद्मश्री से सम्मानित किया गया

फ्रांस की योग शिक्षिका चार्लोट चोपिन को 25 जनवरी 2024 को पद्मश्री से सम्मानित किया गया।

हालाँकि उन्होंने 50 साल की उम्र में योगाभ्यास करना शुरू कर दिया था लेकिन जल्दी ही इसमें महारत हासिल कर ली। चार्लोट चोपिन ने वर्ष 1982 से फ्रांस में योग सिखाना शुरू किया। जैसे-जैसे शारीरिक फिटनेस आंदोलन ने गति पकड़ी, उनकी लोकप्रियता में काफी वृद्धि हुई।

शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक शांति चाहने वालों के लिए योग फ्रांस में सबसे प्रमुख क्रियाओं में से एक है।



100-year-old French Yoga teacher honoured with Padma Shri

Charlotte Chopin, a Yoga teacher from France was conferred Padma Shri on 25th January, 2024.

Though, she started practicing Yoga at the age of 50 but aced it quickly. Charlotte Chopin began teaching Yoga in France from the year 1982. Her popularity surged significantly as the fitness movement gained momentum.

Yoga is one of the most prominent practices in France for those pursuing physical fitness and mental peace.



माननीय केंद्रीय आयुष मंत्री ने गणतंत्र दिवस समारोह के विशेष आमंत्रित सदस्यों से की वार्तालाप

Hon'ble Union Ayush Minister interacts with the Special Invitees of Republic Day celebrations



75वें गणतंत्र दिवस समारोह 2024 के अवसर पर, भारत के विभिन्न राज्यों से आयुष स्वास्थ्य और कल्याण केंद्र के योग शिक्षकों/प्रशिक्षकों ने विशेष आमंत्रित अतिथियों के रूप में कर्तव्य पथ पर गणतंत्र दिवस परेड देखी। गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में शामिल होने के बाद सभी विशेष आमंत्रित लोगों ने केंद्रीय आयुष और पत्तन, पोत परिवहन और जलमार्ग मंत्री श्री सर्बानंद सोणोवाल के साथ उनके आवास पर एक संवादात्मक सत्र में शामिल हुए।

भारत सरकार ने पूरे देश में जमीनी स्तर पर योग के माध्यम से प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने में उनके उल्लेखनीय योगदान के लिए उन्हें उनके परिवार के सदस्यों के साथ आमंत्रित किया।

अपनी बातचीत के दौरान श्री सर्बानंद सोणोवाल ने कहा कि प्रधानमंत्री के दूरदर्शी नेतृत्व में भारत ने एक शक्तिशाली राष्ट्र के रूप में दुनिया में अपनी उपस्थिति स्थापित करने में अभूतपूर्व सफलता हासिल की है। जमीनी स्तर पर योग शिक्षकों/प्रशिक्षकों की भूमिका की सराहना करते हुए, मंत्री ने उन्हें सम्मानित किया और कहा कि "देश के विभिन्न राज्यों से आए योग शिक्षकों/प्रशिक्षकों के रूप में आपने जमीनी स्तर पर जनता को सशक्त बनाया है, जिससे समाज स्वस्थ और खुशहाल हुआ है। इसी क्रम में आपके योगदान के प्रति आभार व्यक्त किया जाता है।

On the occasion of 75th Republic Day Celebrations 2024, Yoga Teachers/Instructors of Ayush health & wellness centre from various states of India witnessed the Republic Day parade at Kartavya Path as special invitees. After joining the Republic Day event, all the special invitees had an interaction session with the Union Minister of Ayush and Ports, Shipping & Waterways Shri Sarbananda Sonowal at his residence.

Government of India invited them along with their family members for their remarkable contribution in providing primary health care through Yoga at grass root level across the nation.

During his interaction, Shri Sarbananda Sonowal said that, "under the visionary leadership of the Prime Minister, India has achieved unprecedented success in establishing its presence in the world as a powerful nation". Applauding the role of Yoga teachers/instructors at the grassroots level, the Minister paid his regards to them and said that, "you as Yoga teachers/instructors came from various states of the country have empowered the masses at the base level that has made the society healthy and happy. For this, gratitude is owed to your contributions."



विशेष आमंत्रित अतिथियों का स्वागत करते हुए आयुष मंत्रालय के सचिव वैद्य राजेश कोटेचा ने कहा कि "जमीनी स्तर पर आपके प्रयास सामाजिक विकास में आपकी महत्वपूर्ण भूमिका को दर्शाते हैं। यहां आपकी उपस्थिति के लिए हम हृदय की गहराईयों से आपकी सराहना करते हैं।"

आयुष मंत्रालय की संयुक्त सचिव सुश्री कविता गर्ग ने सभा का स्वागत किया और विशेष आमंत्रित अतिथियों और गणमान्य व्यक्तियों को संबोधित किया। इस कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए मो.दे.रा.यो.सं. को विशेष धन्यवाद दिया। इस मौके पर आयुष मंत्रालय के उपमहानिदेशक सत्यजीत पॉल भी मौजूद रहे।

आयुष स्वास्थ्य एवं कल्याण केंद्र (एएचडब्ल्यूसी) से जुड़े योग शिक्षक/प्रशिक्षक आयुष के प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल क्षेत्र में योग के माध्यम से कल्याण अभियान का अभिन्न हिस्सा हैं।

इस कार्यक्रम में मो.दे.रा.यो.सं. के प्रशासनिक अधिकारी श्री मुदित शर्मा और छात्र-छात्राओं ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

Welcoming the special invitees, Secretary, Ministry of Ayush Vaidya Rajesh Kotecha said that "your endeavors at the grassroots level signify your pivotal role in societal development. We deeply appreciate your presence here."

Ms. Kavita Garg, Joint Secretary Ministry of Ayush welcomed the gathering and gave special thanks to MDNIY for making this programme a success. DDG Satyajit Paul, Ministry of Ayush was also present on this occasion.

The Yoga teachers/instructors associated with AHWC's are indispensable part of the wellness drive through Yoga in the primary health care sector of Ayush.

Shri Mudit Sharma, Administrative Officer, MDNIY & Students played an important role in the program.



गणतंत्र दिवस के विशेष आमंत्रित सदस्यों ने मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया

Special invitees of Republic Day visit MDNIY



75वें गणतंत्र दिवस समारोह में देश भर के विभिन्न राज्यों से शिरकत करने आए विशेष आमंत्रित सदस्यों के एक प्रतिनिधिमंडल ने 27 जनवरी, 2024 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया।

डॉ. आई.एन. आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग चिकित्सा) ने प्रतिनिधिमंडल को संस्थान की विभिन्न गतिविधियों और क्रिया-कलापों की जानकारी दी और साथ ही साथ मो. तैयब आलम, संचार और प्रलेखन अधिकारी ने विशेष आमंत्रित सदस्यों का स्वागत किया। श्री मुदित शर्मा, प्रशासनिक अधिकारी ने धन्यवाद प्रस्ताव पेश किया।

वाई-ब्रेक सत्र के अलावा, उन्हें वाईसीबी के बारे में भी विस्तृत रूप में बताया गया।

A delegation of special invitees from various states across the country participated in the 75th Republic Day celebrations and visited MDNIY on January 27, 2024.

Dr. I.N. Acharya, Program Officer (Yoga Therapy) informed the delegation about various activities of the institute and Md. Taiyab Alam, Communication & Documentation Officer welcomed them. Shri Mudit Sharma, Administrative Officer, Presented the vote of thanks.

Besides Y-Break session, they were also given ppt about YCB.



गुजरात ने 'सूर्य नमस्कार' कर बनाया गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड



Gujarat sets Guinness World Record for performing mass 'Surya Namaskar'



गुजरात राज्य योग बोर्ड ने 1 जनवरी, 2024 को एक विशाल कार्यक्रम आयोजित किया, जिसमें 108 स्थानों पर 50,000 से अधिक लोगों ने एक साथ 'सूर्य नमस्कार' करके गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाया। यह उपलब्धि न केवल प्रतिभागियों के सामूहिक प्रयास और प्रतिबद्धता को दर्शाती है, बल्कि सूर्य नमस्कार जैसी प्राचीन योग अभ्यासों को बढ़ावा देने के महत्त्व पर भी प्रकाश डालती है।

माननीय प्रधानमंत्री, श्री नरेंद्र मोदी की स्वीकृति ने सूर्य नमस्कार जैसी अभ्यासों से जुड़े सांस्कृतिक और स्वास्थ्य लाभों पर और जोर दिया। ऐसी परंपराओं को दैनिक जीवन में एकीकृत करने से शारीरिक और मानसिक दोनों तरह से समग्र कल्याण में योगदान मिल सकता है।

Gujarat State Yog Board organized a massive event on 1st January, 2024, setting a Guinness World Record with over 50,000 people performing 'Surya Namaskar' simultaneously at 108 venues. This achievement not only reflects the collective effort and commitment of the participants but also highlights the significance of promoting ancient Yogic practices like Surya Namaskar.

Hon'ble Prime Minister, Shri Narendra Modi's acknowledgment further emphasized the cultural and health benefits associated with practices like Surya Namaskar. Integrating practices like these into daily life can contribute to overall well-being, both physically and mentally.



मो.दे.रा.यो.सं. में सूर्य नमस्कार
प्रदर्शन ने सैकड़ों योग उत्साही लोगों
को किया आकर्षित

Surya Namaskar demonstration
attracts the presence of hundreds
of Yoga enthusiasts at MDNIY



आयुष मंत्रालय के मो.दे.रा.यो.सं. में 02 जनवरी, 2024 को सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का आयोजन किया, जिसमें जीवन के विभिन्न क्षेत्रों से सैकड़ों योग प्रेमियों ने भाग लिया।

MDNIY, Ministry of Ayush organised a mass Surya Namaskar demonstration on January 02, 2024 at MDNIY. The event attracted hundreds of Yoga enthusiasts from diverse walks of life.



इस अवसर पर आयुष मंत्रालय के उप महानिदेशक श्री सत्यजीत पॉल और मो.दे.रा.यो.स. की निदेशक श्रीमती विजयलक्ष्मी भारद्वाज भी उपस्थित थीं। इस कार्यक्रम में वरिष्ठ अधिकारियों, कर्मचारियों सहित मो. दे.रा.यो.स. के छात्र-छात्राओं और योग प्रेमियों ने भी भाग लिया।

यह सूर्य नमस्कार सामूहिक प्रदर्शन आयुष मंत्रालय द्वारा 1 से 14 जनवरी, 2024 तक आयोजित किए जा रहे कार्यक्रमों की श्रृंखला का हिस्सा है।

108 स्थानों पर एक साथ कार्यक्रमों के सफल आयोजन के बाद, जिसके परिणामस्वरूप गुजरात को सूर्य नमस्कार के लिए गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड की उपलब्धि हासिल हुई, मो.दे.रा.यो.सं. ने गति बनाए रखने के लिए इस श्रृंखला में दूसरे कार्यक्रम की मेजबानी की।

सूर्य नमस्कार शरीर और मन के समन्वय के साथ 12 चरणों में किए जाने वाले 8 आसनों का एक समूह है। सूर्य नमस्कार को सुबह-सवेरे (सूर्योदय के समय) किया जाता है।

मो.दे.रा.यो.स. के प्रांगण में 500 से अधिक योग साधकों ने सूर्य नमस्कार किया। इस कार्यक्रम को दूरदर्शन द्वारा कवर किया गया और आयुष मंत्रालय एवं मो.दे.रा.यो.स. के विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफार्मों के माध्यम से भी स्ट्रीम किया गया।

The gathering was graced by Shri Satyajit Paul, Deputy Director General, Ministry of Ayush accompanied by Smt. Vijayalakshmi Bharadwaj, Director, MDNIY. Senior officials, staff, students of MDNIY and Yoga enthusiasts also participated in the program.

This mass demonstration of Surya Namaskar was a part of a series of events being organized by the Ministry of Ayush from 1st to 14th January, 2024.

After the successful organization of simultaneous events at 108 locations, resulting in Gujarat's achievement of a Guinness World Record for Surya Namaskars, MDNIY hosted the second event in this series to maintain the momentum.

Surya Namaskar is a set of 8 asanas performed in 12 steps with coordination of body and mind. This is preferably done in the early morning at sunrise.

More than 500 Yoga Sadhaks performed Surya Namaskar on the premises of MDNIY. The programme was covered by Doordarshan and also streamed through various social media platforms of the Ministry of Ayush and MDNIY.



एनआईए, जयपुर में सामूहिक सूर्य नमस्कार का प्रदर्शन

NIA, Jaipur conducts the Mass Surya Namaskar



राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान (एनआईए) जयपुर ने मो.दे.रा. यो.स. के सहयोग से 03 जनवरी, 2024 को एनआईए परिसर में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का आयोजन किया, जिसमें सैकड़ों से अधिक प्रतिभागियों ने भाग लिया।

इस आयोजन को व्यापक रूप से मीडिया प्रचार-प्रसार दिया गया।

National Institute of Ayurveda (NIA), Jaipur, in collaboration with MDNIY, organised mass Surya Namaskar demonstration on 03 January, 2024 at NIA Campus, wherein over hundreds of people participated.

Wide media coverage was given to the event.



मड़खेरा का सूर्य मंदिर सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का बना गवाह

Madkhera Sun Temple witnesses the Mass Surya Namaskar demonstration



4 जनवरी, 2024 को मध्य प्रदेश के टीकमगढ़ में 9वीं शताब्दी का आश्चर्यजनक मड़खेरा के सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम में छात्र, मोहनगढ़ के नगर निरीक्षक, गांव के सरपंच, पुलिस अधिकारी और स्थानीय लोग एक साथ आए। इसका आयोजन मो.दे.रा.यो.स. के सहयोग से अर्हम ध्यान योग द्वारा किया गया था।

Mass Surya Namaskar demonstration was organised on 4th January, 2024 at Madkhera Sun Temple, a 9th-century marvel in Tikamgarh, Madhya Pradesh.

Students, the Inspector of Mohangarh, Sarpanch of the village, police officials, and locals came together for the programme. The event was organized by Arham Dhyana Yog in collaboration with MDNIY.



उत्तराखंड के कटारमल सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार का प्रदर्शन

Mass Surya Namaskar demonstration at Katarmal Sun Temple in Uttarakhand



05 जनवरी, 2024 को उत्तराखंड के कटारमल सूर्य मंदिर के प्राचीन वैभव के बीच सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का आयोजन किया गया।

इस कार्यक्रम में स्थानीय निवासियों, आईटीबीपी कर्मियों और सोबन सिंह जीना विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग के शिक्षकों सहित समाज के सभी क्षेत्रों से उत्साही लोग एकत्र हुए।

कार्यक्रम का आयोजन सोबन सिंह जीना विश्वविद्यालय, अल्मोडा द्वारा मो.दे.रा.यो.स. के सहयोग से किया गया था।

कई स्थानीय अखबारों ने कार्यक्रम को कवरेज दी।

A mass Surya Namaskar demonstration was organised on 05 January, 2024, amidst the ancient splendor of Katarmal Sun Temple in Uttarakhand.

Enthusiasts from all walks of life, including local residents, ITBP personnel, and faculty from the Yoga Science Department at Soban Singh Jeena University, gathered together for this programme.

The event was organised by Soban Singh Jeena University, Almora in collaboration with MDNIY.

Many local newspapers gave coverage to the program.

शिविर: स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है सूर्य नमस्कार

अल्मोड़ा, 05 जनवरी: उत्तराखंड के उत्तरांचल प्रदेश के कटारमल सूर्य मंदिर में आयोजित सूर्य नमस्कार कार्यक्रम का आयोजन सोबन सिंह जीना विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग के शिक्षकों सहित समाज के सभी क्षेत्रों से उत्साही लोगों ने किया।

योग कर निरोग रहने का दिया संदेश

कटारमल सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार का आयोजन

सूर्य मंदिर में किया सामूहिक सूर्य नमस्कार

आज अल्मोड़ा में आयोजित सूर्य नमस्कार कार्यक्रम में हजारों लोगों ने भाग लिया।

सूर्य नमस्कार का आयोजन सोबन सिंह जीना विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग के शिक्षकों सहित समाज के सभी क्षेत्रों से उत्साही लोगों ने किया।



विशाल योग प्रेमियों ने सूर्य नमस्कार प्रदर्शन से लोगों को किया मंत्रमुग्ध

Huge Yoga enthusiast gathered for Surya Namaskar demonstration



योग प्रेमी 06 जनवरी, 2024 को सूर्य नमस्कार कार्यक्रम के लिए प्राचीन स्थल श्री सूर्य पहाड़, गोलपारा, असम में एकजुट हुए।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.स. के सहयोग से, योग विज्ञान और प्राकृतिक चिकित्सा विभाग, महापुरुष श्रीमंत शंकरदेव विश्वविद्यालय, असम द्वारा आयोजित किया गया और व्यापक मीडिया प्रचार दिया गया।

लगभग 500 योग साधकों ने सूर्य नमस्कार कार्यक्रम में भाग लिया।

Yoga enthusiasts united at the ancient site of Shri Surya Pahad, Goalpara, Assam on January 06, 2024, for the Surya Namaskar program.

The event was organized by the Department of Yoga Sciences and Naturopathy, Mahapurusha Srimanta Sankardeva University, Assam, in collaboration with MDNIY and wide media coverage was given.

About 500 Yoga Sadhaks performed Surya Namaskar in the event.



महापुरुष श्रीमन्तु शंकरदेव विश्वविद्यालय डोदोपाग

गोरालपारा सूर्य पाहात सूर्य नमस्कार

गुवाहाटी, ७ जनवरी : श्रीमन्तु शंकरदेव विश्वविद्यालय गुवाहाटी गेटेडिह योग विज्ञान आर्क प्राकृतिक चिकित्सा विभागे आज मोबावर्जी देशाई राष्ट्रिय योग अतिरिक्त, आगत चक्रवाच आयुष मन्त्रालय सहयोगत सूर्य नमस्कार अनुष्ठान गोरालपारा सूर्य पाहातस्थित सूर्य मन्दिब प्राणगत सफलतासे आयोजन करे। १०/पिठिगे

Continue reading.....

गोरालपारा सूर्य...

विश्वविद्यालयकन उपाचार्य अध्यापक मुदुल हाजकि, राष्ट्रिय आयुष मिन्तन सफलक ईरनोधि मसे, विश्वविद्यालयकन पञ्जीयक अध्यापक मुशाल कुमाल कवा, किवा उग्रान आयुष बजित केरिय, सूर्य मन्दिब सटिब हबनोहन कलिताई बजित अखलन कलि अनुष्ठानटोब उतबार करे। विभागेटोब मुकली ७" उअर अरुण मकेई आनरवी जयष आणवटोब अनुष्ठान पबिचालना करे विभागेटोब शिफक सहयोगी बनि प्रसाद शर्मा। अनुष्ठानन पाछत विश्वविद्यालयकन उपाचार्यगिवाकीये अनुष्ठानटो सफल करब बावे सकलोके अतिरिक्त जनोराब अगत योग आर्क सूर्य नमस्कार अनुष्ठानन उतबार कवा उरोग करे। अनुष्ठानते ७" ईरनोधि मसे सूर्य मन्दिब उतबार आर्क सूर्य नमस्कार अनुष्ठानन उतबारविताब विरयेत अरगत करे। आयुष मन्त्रालये देशर मुया सूर्य मन्दिबसूहत सूर्य नमस्कार अनुष्ठान अनुष्ठित कनिबले आखन जनाईहिल। अनुष्ठानटोब विभिन्न योगा संगठन, सामाजिक संगठन, विद्यालय आर्क महाविद्यालयन शिफकारी तथा राष्ट्रिय आयुष मिन्तन विद्यालयकले आशेग्रहण करे।

कोणार्क सूर्य मंदिर में ऐतिहासिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन

Surya Namaskar demonstration at Konark Sun Temple



सैकड़ों योग प्रेमियों ने 7 जनवरी, 2024 को कोणार्क सूर्य मंदिर की मनमोहक पृष्ठभूमि में सूर्य को नमस्कार के लिए एकजुट हुए।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.स. के सहयोग से श्री श्री विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित किया गया था, जिसमें 400 प्रतिभागियों ने भाग लिया था।

इस घटना को स्थानीय मीडिया में उचित प्रचार-प्रसार मिला।

Hundreds of Yoga enthusiasts united to offer salutations to the sun against the breathtaking backdrop of the Konark Sun Temple on 7th January, 2024.

The event was organized by Sri Sri University, in collaboration with MDNIY, wherein 400 participants were participated.

The event got suitable coverage in the local media.



ସୂର୍ଯ୍ୟ ମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର ସାମୂହିକ ଅଭ୍ୟାସ ବାର୍ଷିକ କ୍ରମ

— 77th Jan 2024

ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର ପ୍ରଦର୍शन के दौरान, 400 से अधिक योग प्रेमियों ने सूर्य को नमस्कार के लिए एकजुट हुए।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.स. के सहयोग से श्री श्री विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित किया गया था, जिसमें 400 प्रतिभागियों ने भाग लिया था।

इस घटना को स्थानीय मीडिया में उचित प्रचार-प्रसार मिला।

ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର ପ୍ରଦର୍शन

ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର ପ୍ରଦର୍शन के दौरान, 400 से अधिक योग प्रेमियों ने सूर्य को नमस्कार के लिए एकजुट हुए।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.स. के सहयोग से श्री श्री विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित किया गया था, जिसमें 400 प्रतिभागियों ने भाग लिया था।

इस घटना को स्थानीय मीडिया में उचित प्रचार-प्रसार मिला।



सूर्यनार मंदिर में योग प्रेमियों ने सूर्य नमस्कार के लिए लोगों को किया जागरूक

Yoga enthusiasts gathered for Mass Surya Namaskar at Suryanar Temple



अदुथुराई के पास सूर्यनार मंदिर के पवित्र वातावरण के बीच 7 जनवरी, 2024 को 'सामूहिक सूर्य नमस्कार कार्यक्रम' आयोजित किया गया। कार्यक्रम में हजारों योग प्रेमी शामिल हुए।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.स. के सहयोग से अन्नाई कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड योग साइंस द्वारा आयोजित किया गया, जिसमें छात्रों और स्थानीय लोगों सहित प्रतिभागियों की एक उत्साही भीड़ देखी गई।

स्थानीय समाचार पत्रों द्वारा व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।

Amidst the sacred surroundings of Suryanar Temple near Aduthurai, the 'Mass Surya Namaskar Programme' was organized on 7th January, 2024. Thousands of Yoga enthusiasts participated in the program.

The event organized by the Annai College of Naturopathy and Yoga Science in collaboration with MDNIY, which saw a spirited gathering of participants, including students and locals.

Wider publicity was given by the local newspapers.



9-1-2024 அன்று சூரியனார் கோயிலின் திருவிளக்கு மன்றத்தில் நடந்த சூரிய நமஸ்காரம் க்கான புகைப்படம். அமைப்பில் கலந்து கொள்ளும் மாணவர்கள் திரைப்படம் 30-1-2024



மாணவர்கள், மாணவியர்கள் சூரிய நமஸ்காரம் ஆடிக்கொண்டனர். இது 9-1-2024 அன்று சூரியனார் கோயிலின் திருவிளக்கு மன்றத்தில் நடந்தது. மாணவர்கள் சூரியனார் கோயிலின் திருவிளக்கு மன்றத்தில் சூரிய நமஸ்காரம் ஆடிக்கொண்டனர். இது 9-1-2024 அன்று.



आंध्र प्रदेश के सूर्य मंदिर में सूर्य नमस्कार प्रदर्शन

Surya Namaskar demonstration at Sun Temple in Andhra Pradesh



6 दिवसीय उत्सव को चिह्नित करने के लिए 8 जनवरी, 2024 को आंध्र प्रदेश के सूर्य मंदिर में एक सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन आयोजित किया गया था। आंध्र प्रदेश के श्रीकाकुलम के मध्य में स्थित, सूर्य मंदिर न केवल आध्यात्मिक घटनाओं के लिए एक समकालीन केंद्र के रूप में खड़ा है, बल्कि ऐतिहासिक समृद्धि के प्रमाण के रूप में भी खड़ा है।

इस कार्यक्रम में योग प्रेमियों की बड़ी संख्या में भागीदारी देखी गई।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से हार्टफुलनेस द्वारा आयोजित किया गया था, जिसमें महिलाओं, बच्चों और स्थानीय निवासियों सहित समुदाय के विभिन्न वर्गों की सक्रिय भागीदारी देखी गई। इस कार्यक्रम में हजारों लोगों ने भाग लिया और मीडिया प्रचार-प्रसार दिया गया।

To mark the 6-day celebration a mass Surya Namaskar demonstration was organized on 8th January, 2024 at Sun Temple in Andhra Pradesh. Nestled in the heart of Srikakulam, Andhra Pradesh, the Surya Temple stands not only as a contemporary hub for spiritual events but also as a testament to historical richness.

The event witnessed huge participation from the Yoga enthusiasts.

This event was organized by Heartfulness in collaboration with the MDNIY, witnessed active participation from diverse segments of the community, including women, children and local residents. More than thousand people participated in the event and media coverage was given too.



सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन
के लिए हजारों छात्र
श्री सूर्यनारायण मंदिर में एकत्र हुए

Thousands of students gathered
for Mass Surya Namaskar
demonstration at
Shree Suryanarayana Temple



मैंगलोर विश्वविद्यालय, शारदा कॉलेज ऑफ नेचुरोपैथी एंड योगिक साइंसेज, शक्ति रेजिडेंशियल स्कूल एंड कॉलेज और श्री पतंजलि योग शिक्षा समिति के हजारों छात्र- छात्राओं ने सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन में भाग लेने के लिए 9 जनवरी 2024 को श्री सूर्यनारायण मंदिर, मरोली, मैंगलोर, कर्नाटक में एकत्रित हुए।

यह कार्यक्रम मानव चेतना और योग विज्ञान विभाग और धर्मनिधि योगपीठ, मैंगलोर विश्वविद्यालय द्वारा मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से दक्षिण कन्नड़ आयुष विभाग के साथ आयोजित किया गया।

Thousands of students from Mangalore University, Sharada College of Naturopathy & Yogic Sciences, Shakti Residential School & College, and Shri Patanjali Yoga Shikshana Samithi gathered together on 9th January, 2024, at Shree Suryanarayana Temple, Maroli, Mangalore, Karnataka to participate in Mass Surya Namaskar demonstration.

The event was organized by the Department of Human Consciousness & Yogic Sciences and Dharmanidhi Yogapeetha, Mangalore University, along with the Dakshina Kannada Ayush Department in collaboration with MDNIY.



रांची के सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार कार्यक्रम

Mass Surya Namaskar programme at Sun Temple in Ranchi



झारखंड के रांची में सूर्य मंदिर के पवित्र वातावरण के बीच, 10 जनवरी, 2024 को 'सामूहिक सूर्य नमस्कार कार्यक्रम' आयोजित किया गया, जिसमें सैकड़ों छात्रों और स्थानीय लोगों सहित प्रतिभागियों की एक उत्साही भीड़ देखी गई।

रामकृष्ण मिशन आश्रम और मो.दे.रा.यो.सं. के बीच यह सहयोगात्मक पहल 1 से 14 जनवरी, 2024 तक आयुष मंत्रालय की घटनाओं की शृंखला का हिस्सा थी, जो सूर्य की दक्षिणी से उत्तरी गोलार्ध तक की यात्रा की याद दिलाती है।

Amidst the sacred surroundings of Sun Temple in Ranchi, Jharkhand, a 'Mass Surya Namaskar programme' was organized on 10th January, 2024 witnessed a spirited gathering of participants, including hundreds of students and locals.

This collaborative initiative between the Ramakrishna Mission Ashram and MDNIY was a part of the Ministry of Ayush's series of events from January 1 to 14, 2024, commemorating the Sun's journey from the Southern to the Northern Hemisphere.



ग्वालियर के प्रतिष्ठित सूर्य मंदिर में सूर्य नमस्कार का प्रदर्शन

Surya Namaskar program at the iconic Sun Temple in Gwalior



स्कूली बच्चों सहित जीवन के सभी क्षेत्रों से हजारों योग प्रेमियों ने 11 जनवरी, 2024 को, मध्य प्रदेश के ग्वालियर में प्रतिष्ठित सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन के लिए एकत्र हुए।

इस कार्यक्रम में जगतगुरु आनंदेश्वर महाराज और लोकसभा सांसद श्री विवेक नारायण शेजवलकर की उपस्थिति रही।

मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से अंतरराष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा संगठन (आईएनओ) द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में एकता और सामुदायिक कल्याण को बढ़ावा देने के लिए स्वामी विवेकानंद जयंती भी मनाई गई।

Thousands of Yoga enthusiasts from all walks of life, including school children gathered for a mass Surya Namaskar demonstration on 11 January, 2024 at the iconic Sun Temple in Gwalior, Madhya Pradesh.

The event was graced by the presence of Jagatguru Anandeshwar Maharaj and Lok Sabha MP Shri Vivek Narayan Shejwalkar.

Organized by International Naturopathy Organisation (INO) in collaboration with MDNIY, the program also celebrated Swami Vivekananda Jayanti, promoting unity and community wellness.



सूर्य मंदिर, गलता जी, जयपुर में सूर्य नमस्कार प्रदर्शन

Surya Namaskar demonstration at the Sun Temple, Galta Ji, Jaipur



12 जनवरी, 2024 को सूर्य मंदिर, गलता जी, जयपुर में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का आयोजन किया गया। जयपुर के मध्य में स्थित, गलता जी मंदिर न केवल वास्तुशिल्प प्रतिभा का प्रमाण है, बल्कि 3000 साल से भी अधिक पुराना एक आध्यात्मिक स्वर्ग भी है।

यह पतंजलि योगपीठ और मो.दे.रा.यो.सं. द्वारा आयोजित किया गया था, यह 1 से 14 जनवरी, 2024 तक आयुष मंत्रालय की घटनाओं की शृंखला का हिस्सा था।

A Mass Surya Namaskar demonstration was organized on 12th January, 2024 at the Sun Temple, Galta Ji, Jaipur. Nestled in the heart of Jaipur. Galta Ji Temple is not just a testament to architectural brilliance but also a spiritual haven dating back over 3000 years.

It was organised by Patanjali Yogpeeth and MDNIY, as a part of the Ministry of Ayush's series of events from January 1 to 14, 2024.



झालरापाटन सूर्य मंदिर में सूर्य नमस्कार प्रदर्शन

Jhalrapatan Surya Temple experiences Surya Namaskar demonstration



योग प्रेमी झालरापाटन सूर्य मंदिर की मनमोहक पृष्ठभूमि में सूर्य को नमस्कार करने के लिए एकजुट हुए।

यह कार्यक्रम 13 जनवरी, 2024 को मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से पतंजलि योगपीठ द्वारा आयोजित किया गया था, जिसमें सैकड़ों प्रतिभागी, कार्यक्रम के लिए एकत्र हुए थे।

इस आयोजन को मीडिया ने खूब प्रचार-प्रसार किया गया।

Yoga enthusiasts unite to offer salutations to the sun against the breathtaking backdrop of the Jhalrapatan Surya Temple.

The event was organized by Patanjali Yogpeeth in collaboration with MDNIY on 13th January, 2024, wherein hundreds of participants gathered for the event.

The event received good media publicity.



राजस्थान के देवका सूर्य मंदिर में सुंदर सूर्य नमस्कार का प्रदर्शन

Beautiful Surya Namaskar demonstration at Devka Sun Temple in Rajasthan



13 जनवरी, 2024 को राजस्थान के बाड़मेर में देवका सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का आयोजन किया गया।

इस कार्यक्रम में सैकड़ों छात्रों की भागीदारी ने योग के माध्यम से शारीरिक और मानसिक कल्याण को बढ़ावा देने में समुदाय की रुचि को प्रदर्शित किया।

इस आयोजन को व्यापक मीडिया कवरेज दिया गया।

Mass Surya Namaskar demonstration was organized at the Devka Sun Temple in Barmer, Rajasthan, on January 13, 2024.

The event witnessed the participation of hundreds of students, which showcased the community's interest in promoting physical and mental well-being through Yoga.

Wider media coverage was given to the event.



गया के दक्षिण सूर्य मंदिर में सूर्य नमस्कार प्रदर्शन

Mass Surya Namaskar practice at South Sun Temple, Gaya



स्कूली बच्चों सहित 400 से अधिक योग प्रेमी 13 जनवरी, 2024 को दक्षिण सूर्य मंदिर, गया (बिहार) में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन में भाग लेने के लिए एकत्र हुए।

उत्साह की एक अतिरिक्त परत जोड़ते हुए, इस कार्यक्रम में 108 सूर्य नमस्कारों की एक उत्साही प्रतियोगिता भी आयोजित की गई, जिसमें मानव भारती नेशनल स्कूल, सरस्वती विद्या मंदिर और अन्य सहित विभिन्न स्कूलों और संस्थानों के कुल 150 प्रतिभागियों ने अपने समर्पण का प्रदर्शन किया।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.सं. द्वारा नवयोग ग्राम के सहयोग से आयोजित किया गया।

More than 400 Yoga enthusiasts, including school children, gathered to participate in a Mass Surya Namaskar Demonstration at Dakshina Surya Mandir, Gaya (Bihar), on January 13, 2024.

Adding an extra layer of enthusiasm, the event also featured a spirited competition of 108 Surya Namaskars, wherein a total of 150 participants from various schools and institutions, including Manav Bharati National School, Saraswati Vidya Mandir, and more, showcased their dedication.

The event organized by MDNIY in collaboration with Navyoga Gram.



औरंगाबाद के देव सूर्य मंदिर में सूर्य नमस्कार कार्यक्रम

Surya Namaskar program at Deo Surya Mandir in Aurangabad



14 जनवरी, 2024 को बिहार के औरंगाबाद में प्रतिष्ठित देव सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया।

कार्यक्रम का उद्घाटन औरंगाबाद के माननीय सांसद श्री सुशील कुमार सिंह ने किया, उन्होंने योग के महत्त्व पर अंतर्दृष्टि साझा की और लोगों से इसके अभ्यास को अपनाने का आग्रह किया।

स्थानीय निवासियों और आसपास के स्कूलों के छात्र उत्साहपूर्वक सूर्य नमस्कार अभ्यास में शामिल हुए।

यह कार्यक्रम मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से आर्ट ऑफ लिविंग फाउंडेशन और श्री श्री स्कूल ऑफ योग के प्रशिक्षकों द्वारा आयोजित किया गया।

A mass Surya Namaskar program unfolded at the revered Deo Surya Mandir in Aurangabad, Bihar on 14th January, 2024.

The program was inaugurated by Shri Sushil Kumar Singh, the Hon'ble Member of Parliament for Aurangabad. He shared insights on the significance of Yoga and urged people to embrace its practice.

Local residents and students from nearby schools enthusiastically joined the Surya Namaskar practice.

The event was conducted by instructors from the Art of Living Foundation and Sri Sri School of Yoga with the collaboration of MDNIY.



रणकपुर सूर्य मंदिर में
सूर्य नमस्कार प्रदर्शन आयोजित
किया गया

Surya Namaskar
demonstration
@ Ranakpur Sun Temple



14 जनवरी, 2024 को रणकपुर सूर्य मंदिर में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन आयोजित किया गया।

यह कार्यक्रम, पतंजलि योगपीठ हरिद्वार के सहयोग से, राजस्थान के पाली के वास्तुशिल्प के आश्चर्य के बीच आयोजित किया गया, जहाँ पर सैकड़ों योग साधकों ने भाग लिया।

यह सहयोगी पहल पतंजलि योगपीठ के साथ मो.दे.रा. यो.सं., आयुष मंत्रालय का एक हिस्सा थी।

A Mass Surya Namaskar Demonstration held on 14th January, 2024 at the Ranakpur Sun Temple.

This event, in collaboration with Patanjali Yogpeeth Haridwar, unfolded amidst the architectural marvel of Pali, Rajasthan, wherein hundreds of Yoga enthusiasts participated.

This collaborative initiative was a part of MDNIY, the Ministry of Ayush along with Patanjali Yogpeeth.



डोमलूर, बैंगलोर में सामूहिक सूर्य नमस्कार

Mass Surya Namaskar at Domlur, Bangalore



आयुष मंत्रालय की पहल के रूप में मो.दे.रा.यो.सं. के सहयोग से आर्ट ऑफ लिविंग फाउंडेशन, बैंगलुरु द्वारा 14 जनवरी, 2024 को श्री सूर्यनारायण स्वामी मंदिर, डोमलूर, बैंगलुरु में सामूहिक सूर्य नमस्कार प्रदर्शन का आयोजन किया गया, जिसमें सूर्य की दक्षिणायन से दक्षिणायन तक की यात्रा का स्मरण किया गया।

हजारों की संख्या में योग साधकों ने इस कार्यक्रम में भाग लिया।

A mass Surya Namaskar demonstration was organized at Shri Suryanarayana Swami Temple, Domlur, Bangalore on 14th January 2024, by Art of Living Foundation, Bengaluru, in collaboration with MDNIY as a part of the Ministry of Ayush initiative, commemorating the Sun's journey.

Thousands of Yoga enthusiasts participated at the event.



भारतीय प्रवासियों के 36 युवा पेशेवरों के एक समूह ने मो.दे.रा.यो.सं. का किया दौरा

A group of 36 young professionals of Indian diaspora visited MDNIY



7 अलग-अलग देशों के भारतीय प्रवासियों के 36 युवा पेशेवरों के एक समूह ने 71वें 'भारत को जानो कार्यक्रम' के तहत अपनी जड़ों को फिर से खोजने और योग के विभिन्न पहलुओं का अनुभव करने के लिए 5 जनवरी 2024 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया।

मो.दे.रा.यो.सं. की निदेशक श्रीमती विजयलक्ष्मी भारद्वाज ने प्रतिनिधिमंडल का गर्मजोशी से स्वागत किया और उम्मीद जताई की प्रतिभागियों को इस दौरे से भारत और योग के बारे में और अधिक जानकारी मिलेगी।

डॉ. आई.एन.आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग चिकित्सा) ने समूह को संस्थान के विभिन्न कार्यक्रमों और गतिविधियों के बारे में जानकारी दी।

तदंतर, योग प्रशिक्षक सुश्री श्रुति रोहिल्ला की देखरेख में योग सत्र आयोजित किया गया।

योग सत्र के पश्चात् प्रवासियों ने योग फ्यूजन कार्यक्रम का भी लुत्फ उठाया।

A group of 36 young professionals of Indian diaspora from 7 different countries visited MDNIY on 5th January 2024 to rediscover their roots and experience different aspects of Yoga under the 71st 'Know India Programme'.

Director, MDNIY Smt. Vijayalakshmi Bhardwaj warmly welcomed the delegation and expressed hope that the participants would gain deeper insights into India and Yoga from this tour.

Dr. I.N Acharya, Program Officer (Yoga Therapy) informed the group about the various programs and activities of the Institute.

Further Yoga session was organised under the supervision of Yoga instructor Ms. Shruti Rohilla.

After the Yoga session, the delegation also enjoyed the Yoga Fusion program.

‘भारत को जानो कार्यक्रम’ के एक
समूह ने मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया

A group of 'Know India
Program' visits MDNIY



10 अलग-अलग देशों के भारतीय प्रवासियों के 40 युवा युवा वृत्तियों के एक समूह ने अपनी जड़ों की तलाश और योग के विभिन्न पहलुओं की जानकारी प्राप्त करने के लिए 'भारत को जानें कार्यक्रम' के 72वें संस्करण के हिस्से के रूप में 16 जनवरी, 2024 को मो.दे.रा.यो.सं. का दौरा किया।

डॉ. आई. एन. आचार्य, कार्यक्रम अधिकारी (योग चिकित्सा) ने प्रतिनिधिमंडल का गर्मजोशी से स्वागत किया और उन्हें संस्थान के विविध कार्यक्रमों और गतिविधियों के बारे में जानकारी दी।

यात्रा का केंद्र बिंदु प्रतिनिधिमंडल के लिए विशेष रूप से तैयार किया गया योग सत्र था, जिसका नेतृत्व योग चिकित्सक सुश्री मधु खुराना ने किया।

इसके अलावा, एक योग संलयन कार्यक्रम ने विभिन्न रूपों में योग की बहुमुखी प्रतिभा को प्रदर्शित करते हुए अनुभव में गहराई जोड़ दी।

A group of 40 young professionals of the Indian diaspora from 10 different countries visited MDNIY on 16th January, 2024 as part of the 72nd edition of the 'Know India Program' to rediscover their roots and explore the various facets of Yoga.

Dr. I. N. Acharya, Program Officer (Yoga Therapy), warmly welcomed the delegation and briefed them about the diverse programs and activities of the Institute.

The centrepiece of the visit was a specially tailored Yoga session for the delegation, led by Ms. Madhu Khurana, Yoga Therapist.

Furthermore, a Yoga fusion program added depth to the experience, showcasing the versatility of Yoga in different forms.

मो.दे.रा.यो.सं. में कार्यशाला का आयोजन

Weekend workshop at MDNIY



20 जनवरी, 2024 को एफसीवाईएससीडब्ल्यू ऑफलाइन, ऑनलाइन और सप्ताहांत बैचों और षट्कर्म अभ्यास में सप्ताहांत बुनियादी पाठ्यक्रम के छात्रों के लिए उनके ज्ञान और योग के व्यावहारिक घटकों को बढ़ाने के लिए एक कार्यशाला आयोजित की गई थी।

षट्क्रिया पर केंद्रित कार्यशाला मो.दे.रा.यो.सं. के योग प्रशिक्षकों की देखरेख में हुई। इसके बाद योग निद्रा पर एक सत्र हुआ।

कार्यशाला का समग्र समन्वय योग चिकित्सक एवं एफसीवाईएससीडब्ल्यू के प्रभारी श्री विनय भारती के मार्गदर्शन में किया गया।

A workshop was conducted on 20th January, 2024 for the students of FCYScW Offline, Online & Weekend batches and Weekend Basic Course in Shatkarma practices to enhance their knowledge and practical components of Yoga.

The workshop focused on Shatkriya which took place under the supervision of Yoga Instructors of MDNIY. This was followed by a session on Yog Nidra.

The overall coordination of the workshop was done under the guidance of Shri. Vinay Bharti, Yoga Therapist & In-charge of FCYScW.

मो.दे.रा.यो.सं. में स्वच्छता अभियान

अयोध्या में श्री राम लला की मूर्ति की प्राण प्रतिष्ठा पर 22 जनवरी, 2024 को मो.दे.रा.यो.सं. के प्रांगण में स्वच्छता अभियान कार्यक्रम चलाया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों सहित सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने भी भाग लिया।

Cleanliness campaign at MDNIY

On the auspicious occasion of the consecration of Shri Ram Lalla in Ayodhya, on January 22, 2024, a cleanliness campaign was organised in the premises of MDNIY and its surrounding areas. All the officers and staff including students participated in the event.

