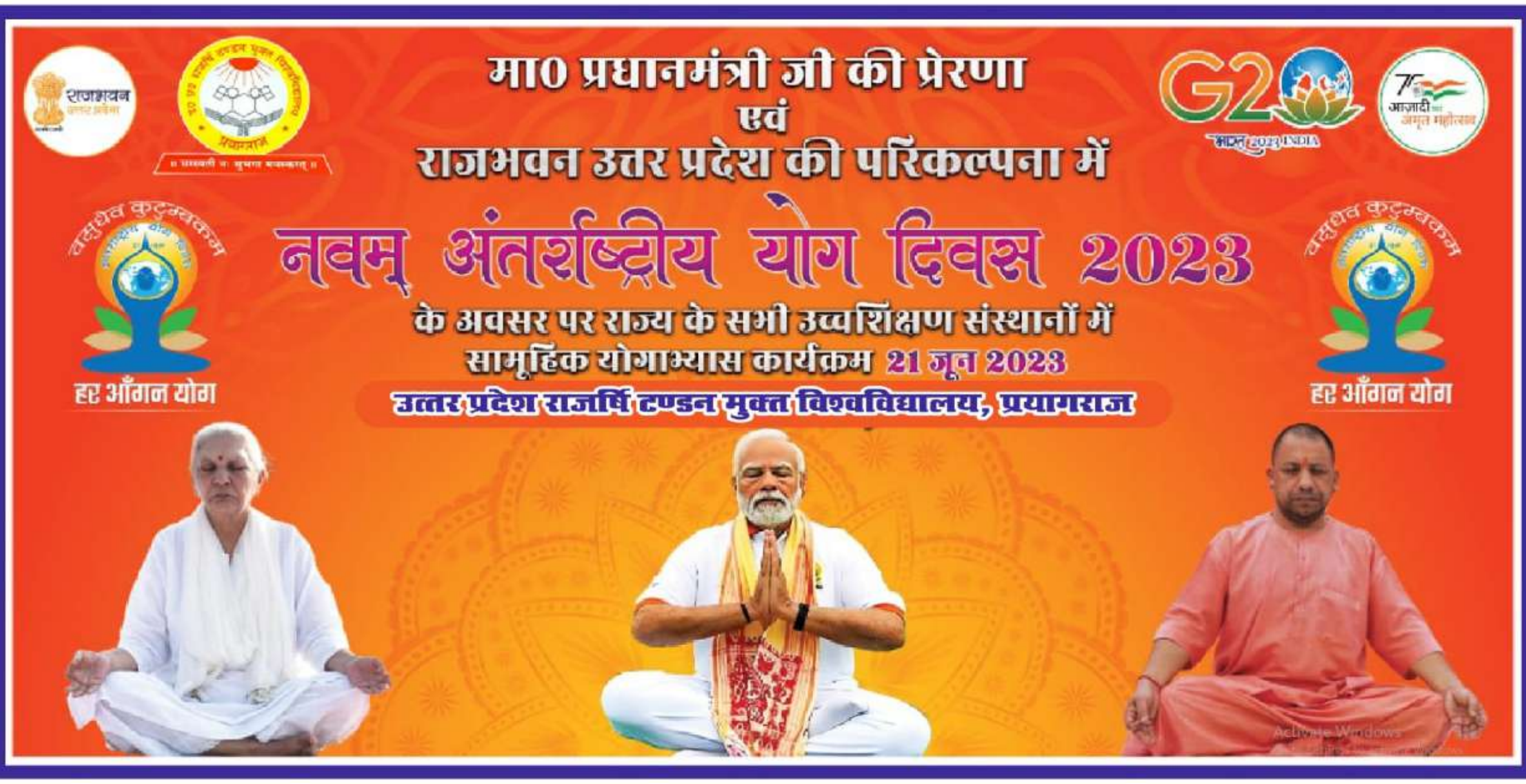

मा0 प्रधानमंत्री जी की प्रेरणा
एवं
राजभवन उत्तर प्रदेश की परिकल्पना में
नवम् अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023
के अवसर पर राज्य के सभी उच्चशिक्षण संस्थानों में
सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम 21 जून 2023
उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज
वसुधैव कुटुम्बकम्
हर आँगन योग
वसुधैव कुटुम्बकम्
हर आँगन योग
राजभवन
G20
आज़ादी का अमृत महोत्सव

9वां अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस

"हर घर आँगन योग"

दिनांक– 21 जून, 2023

अध्यक्षा
प्रोफेसर सीमा सिंह
माननीया कुलपति महोदया
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

मुख्य अतिथि
माननीय न्यायमूर्ति साधना रानी ठाकुर
उच्च न्यायालय, प्रयागराज

विशिष्ट अतिथि
श्री गुरू प्रसाद मौर्या
विधायक, फाफामऊ, प्रयागराज
उत्तर प्रदेश

समन्वयक
प्रोफेसर (डॉ.) जी.एस. शुक्ल
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

संयोजक
श्री अमित कुमार सिंह
असिस्टेंट प्रोफेसर (योग)
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

सह–संयोजक
डॉ. मीरा पाल
एसोसिएट प्रोफेसर
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

सह–आयोजन सचिव
डॉ. अभिषेक कुमार सिंह
असिस्टेंट प्रोफेसर
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

सह–आयोजन सचिव
डॉ. दीप्ति श्रीवास्तव
असिस्टेंट प्रोफेसर
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

आयोजन सचिव
श्री निकेत सिंह
असिस्टेंट प्रोफेसर (योग)
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

आयोजन सचिव
श्री अनुराग शुक्ला
असिस्टेंट प्रोफेसर (योग)
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

सह–आयोजन सचिव
डॉ. नीलम उपाध्याय
असिस्टेंट प्रोफेसर
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

सह–आयोजन सचिव
सुश्री जूमी सिंह
असिस्टेंट प्रोफेसर
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

कार्यक्रम संरक्षक
श्री कर्नल विनय कुमार
कुलसचिव
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

समय– प्रातः 7:00 बजे स्थान– त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र, यमुना परिसर, शान्तिपुरम्

आयोजनकर्ता – स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, फाफामऊ, प्रयागराज,

उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा

सरस्वती परिसर, सेक्टर एफ, शान्तिपुरम्

फाफामऊ, प्रयागराज

9वां अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस

" हर घर आँगन योग"

दिनांक– 21/06/2023 प्रात: 7:00

कार्यक्रम स्थल – त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र (यमुना परिसर)

कार्यक्रम रूपरेखा

2. दीप प्रज्वालन एवं पुष्पार्पण	प्रात: 7:00 – 7:05
3. अतिथि परिचय एवं पुष्पगुच्छ से स्वागत	प्रात: 7:06 – 7:10 प्रो. (डॉ.) जी.एस. शुक्ल
4. स्वागत एवं सम्मान	प्रात: 7:11 – 7:15
5. विशिष्ट अतिथि श्री गुरू प्रसाद मौर्य माननीय विधायक, विधानसभा, फाफामऊ, प्रयागराज़, उत्तर प्रदेश	प्रात: 7:16 – 7:23
6. मुख्य अतिथि का उद्‌बोधन माननीय न्यायमूर्ति साधना रानी ठाकुर उच्च न्यायालय, प्रयागराज	प्रात: 7:24 – 7:34
7. योगाभ्यास एवं योग गीत	प्रात: 7:35 – 8:25
8. अध्यक्षीय उद्‌बोधन	माननीया कुलपति महोदया
9. धन्यवाद ज्ञापन	कुलसचिव
10. राष्ट्रगान	उपस्थित समस्त जन समुदाय
11. संचालन	डॉ. मीरा पाल एवं डॉ. दीप्ति श्रीवास्तव
12. जलपान	––

9वाँ अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस, 2023
रिपोर्ट

आज दिनांक 21 जून को 9 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष में विश्वविद्यालय की यमुना परिसर, त्रिवेणी समुदायिक केंद्र सभागार मे योग दिवस कार्यक्रम का आयोजन स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा एवं क्षेत्रीय केंद्र प्रयागराज के संयुक्त तत्वाधान में किया गया कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक श्री गुरु प्रसाद मौर्य जी, न्यायमूर्ति माननीय साधना रानी ठाकुर जी मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थी। कार्यक्रम की अध्यक्षता माननीय कुलपति महोदय प्रोफेसर सीमा सिंह जी द्वारा की गई कार्यक्रम का शुभारंभ सभी अतिथि गणों एवं माननीय कुलपति जी कुलसचिव जी तथा स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर डॉक्टर जी. एस. शुक्ल जी के द्वारा देवी स्तुति एवं दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। तत्पश्चात सभी अतिथियों का स्वागत एवं परिचय प्रोफेसर डॉक्टर जी. एस. शुक्ल द्वारा दिया गया। सभी अतिथियों को पुष्प गुच्छ अंग वस्त्र एवं स्मृति चिन्ह प्रदान कर स्वागत सम्मान किया गया। गुरु प्रसाद मौर्य जी ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर डॉक्टर को दूर रखने का तथा योग को बढावा देने हेतु निवेदन किया उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के द्वारा लिए गए प्रण को कायम रखने तथा हर व्यक्ति एवं बालक द्वारा योग के प्रति जागरूक रहने पर विशेष बल दिया। न्यायमूर्ति माननीय साधना ठाकुर जी द्वारा 9 मई अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सभी को बहुत–बहुत बधाई के साथ वक्तव्य प्रारंभ हुआ उन्होंने विज्ञान पर आधारित योग को बढ़ावा देने हेतु निवेदन किया तथा योग विज्ञान पर आधारित है और ऐसा अध्यात्म में जो तन मन को सुखी रखने वाला है उन्होंने बताया कि स्वास्थ्य शरीर निरोगी काया का रास्ता योग है स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है योग सभी लोगों को लाभान्वित करता है इससे सभी शारीरिक रोग दूर रहते हैं। उन्होंने युवकों स्वास्थ्य शरीर निरोगी काया का रास्ता योग है स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है योग सभी लोगों को लाभान्वित करता है इससे सभी शारीरिक रोग दूर रहते हैं।उन्हें विशेष रूप से बच्चों द्वारा योग के प्रति जागरूक रहने पर बल दिया और कहा कि हर घर में बच्चों से लेकर वृद्ध तक जितने भी सदस्य हैं उन्हे मन, और शरीर व से जोड़ा जाए और घर घर मे उन्हें विशेष रूप से बच्चों द्वारा योग के प्रति जागरूक किया जाये और घर से शहर, शहर से राज्य, राज्य से राष्ट्र को योग से जोडा जाए तब पूरा विश्व विकास की ओर अग्रसर होगा। शिवजी से प्रारंभ हुए योग की साधना पतंजलि द्वारा आगे बढ़ाई गई।

योग विद्या ऐसी है जिससे हम सभी को लाभ होगा और हमारा राष्ट्र का होगा माननीय कुलसचिव कर्नल विनय कुमार जी के द्वारा धन्यवाद ज्ञापन किया गया। कार्यक्रम में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के योगाचार्य निकेत कुमार सिंह जी के द्वारा योग गीत ढपली वादन के साथ प्रस्तुत किया गया। स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के योग आचार्य श्री अमित कुमार जी ने प्रतिभागियों द्वारा विशिष्ट योग प्रदर्शन के साथ उन्होंने सभी प्रतिभागियों को योग क्रिया कराई कार्यक्रम धन्यवाद ज्ञापन के साथ संपन्न हुआ। कार्यक्रम का संचालन स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा की सह आचार्य डॉ मीरा पाल जी के द्वारा किया गया। कार्यक्रम के संयोजक के रूप में प्रोफेसर डॉक्टर जी. एस. शुक्ला जी निदेशक स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा सह संयोजक के रूप में डॉक्टर मीरा पाल जी, श्री अमित कुमार सिंह जी, सह संयोजक श्री अभिषेक कुमार सिंह जी, सह संयोजक डॉ दीप्ति श्रीवास्तव, सह संयोजक आयोजन सचिव श्री निकेत सिंह, आयोजन सचिव श्री अनुराग शुक्ला जी, आयोजन सचिव डॉ नीलम उपाध्याय जी, आयोजन सचिव जूमि सिंह जी एवं सहयोगी चन्द्रशेखर, प्रमोद कुमार एवं सुनील कुमार उपस्थित रहे। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों एवं अतिथियों द्वारा राष्ट्रगान के साथ कार्यक्रम को संपन्न हुआ।

उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा

सरस्वती परिसर, सेक्टर एफ, शान्तिपुरम्
फाफामऊ, प्रयागराज

सेवा में,

दिनांक – 09/06/2023

कुलसचिव
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय
प्रयागराज।

विश्वविद्यालय स्तर पर विश्व योग दिवस–2023 से सम्बन्धित प्रारूप–क

1	विश्वविद्यालय का नाम	उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज
2	कार्यक्रम स्थल	त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र, यमुना परिसर, शातिपुरम, प्रयागराज, एवं समस्त क्षेत्रीय कार्यालय
3	प्रतिभागी छात्र छात्राओं की संख्या	800
4	शिक्षक/शिक्षणेत्तर कर्मचारियों व उनके परिवारीजनों सहित/अन्य गणमान्य नागरिकों/आमंत्रित जनप्रतिनिधियों की संख्या	200
5	मुख्य अतिथि का नाम/ पदनाम	माननीय न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, प्रयागराज
6	योगाचार्य का नाम	श्री अमित सिंह, श्री अनुराग शुक्ला, श्री निकेत सिंह
7	अन्य विशिष्ट आयोजन स्थल का नाम	क्षेत्रीय केन्द्र वाराणसी, क्षेत्रीय केन्द्र लखनऊ, क्षेत्रीय केन्द्र आगरा, क्षेत्रीय केन्द्र कानपुर, क्षेत्रीय केन्द्र मेरठ, क्षेत्रीय केन्द्र नोएडा, क्षेत्रीय केन्द्र बरेली, क्षेत्रीय केन्द्र झांसी, क्षेत्रीय केन्द्र फैजाबाद, क्षेत्रीय केन्द्र आजमगढ़ एवं क्षेत्रीय केन्द्र गोरखपुर
8	प्रतिभागियों की संख्या	1000

विश्वविद्यालय से सम्बद्ध महाविद्यालय स्तर पर विश्व योग दिवस–2023 कार्यक्रम के आयोजन से सम्बन्धित प्रारूप–ख

1	महाविद्यालय का नाम	लागू नही है
2	महाविद्यालय में अध्ययनरत प्रतिभागी छात्र छात्राओं की कुल संख्या	लागू नही है
3	शिक्षक/शिक्षणेत्तर कर्मचारियों व उनके परिवारीजनों सहित/अन्य गणमान्य नागरिकों/आमंत्रित जनप्रतिनिधियों की संख्या	लागू नही है
4	मुख्य अतिथि का नाम/ पदनाम	लागू नही है
5	योगाचार्य का नाम	लागू नही है
6	अन्य विशिष्ट आयोजन स्थल का नाम	लागू नही है
7	प्रतिभागियों की संख्या	लागू नही है

भवदीय

प्रो.(डॉ.) जी.एस. शुक्ल
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा

उ.प्र. राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय

विश्वविद्यालय परिसर, शान्तिपुरम (सेक्टर–एफ), फाफामऊ
प्रयागराज – 211021

कुलसचिव

फोन : 0532-2447035 मो.: 7525048031
ई-मेल : registrar.uprtou@gmail.com

दिनाँक : 06–07–2023

प्रमाण–पत्र

प्रमाणित किया जाता है कि विश्व योग दिवस–2023 के अवसर पर दिनाँक 21 जून, 2023 को **उ.प्र. राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज** के अन्तर्गत विश्वविद्यालय मुख्यालय एवं विभिन्न क्षेत्रीय केन्द्रों पर योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें शिक्षकों/कर्मचारियों/शिक्षार्थियों व उनके परिवारीजनों तथा अन्य गणमान्य नागरिकों सहित कुल **2890** व्यक्तियों द्वारा प्रतिभाग किया गया।

(विनय कुमार)
कुलसचिव

(विनय कुमार)
कुलसचिव
उ.प्र. राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय
प्रयागराज

अमर उजाला 75

• 6 राज्य
• 2 केंद्रशासित प्रदेश
• 22 संस्करण

महानगर
वर्ष 27 | अंक 7 | पृष्ठ : 16 | मूल्य : सात रुपये

अमर उजाला

प्रयागराज
बृहस्पतिवार, 22 जून 2023
आषाढ़ शुक्ल-चतुर्थी
विक्रम संवत-2080

फिट रहने की दौड़, योग के लिए लगी होड़

जिला प्रशासन और अमर उजाला की ओर से आयोजित योगाभ्यास में आठ हजार से अधिक लोग रहे शामिल

अमर उजाला ब्यूरो

परेड मैदान में विश्व योग दिवस पर अमर उजाला और जिला प्रशासन की ओर से आयोजित शिविर में योग करते जिलाधिकारी संजय खत्री और मंडलायुक्त विजय विश्वास पंत साथ में अन्य अधिकारी गण और शिविर में स्केटिंग के माध्यम से प्रदर्शन करते खिलाड़ी। अमर उजाला।

प्रयागराज। नौवें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर बुधवार को परेड मैदान लोगों से खचाखच भरा रहा। जिला प्रशासन और अमर उजाला के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित योगाभ्यास में आठ हजार से अधिक लोग शामिल हुए। सेल्फी प्वाइंट और स्केटिंग पर योगाभ्यास करते बच्चे कार्यक्रम का खास आकर्षण रहे। योग सप्ताह के तहत उल्लेखनीय कार्य करने वालों को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया।

AMAR UJALA FOUNDATION

मुख्य सहित सांसद रीता बहुगुणा जोशी सहित मंडलायुक्त विजय विश्वास पंत और जिलाधिकारी संजय कुमार खत्री ने दीप प्रज्ज्वलन के साथ कार्यक्रम की शुरुआत की। 'हर घर आंगन योग' की थीम पर आयोजित इस कार्यक्रम में प्रतिभाग करने वाले लोगों को योग प्रशिक्षक धर्मेंद्र मिश्र ने लोगो को योगाभ्यास कराया और इसके फायदे बताए।

कार्यक्रम स्थल पर बनाए गए सेल्फी प्वाइंट, सैंडआर्ट एवं स्केटिंग योग लोगों के आकर्षण का केंद्र रहा। सेल्फी प्वाइंट पर लोगों की भीड़ लगी रही तो सैंड आर्ट एवं स्केटिंग योगा के माध्यम से लोगों को योग के प्रति जागरूक करने प्रयास किया गया।

परेड मैदान पर हुए कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण रहा सैंड आर्ट और स्केटिंग योग

योग सप्ताह में सराहनीय कार्य करने वाले 10 लोगों को मंडलायुक्त एवं जिलाधिकारी ने प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया।

कार्यक्रम में प्रधानमंत्री के संबोधन का सीधा प्रसारण भी किया गया। इस अवसर पर जनप्रतिनिधियों के अलावा आईजी चंद्र प्रकाश, मुख्य विकास अधिकारी गौरव कुमार, डीसीपी गंगापार एवं यमुनापार आदि मौजूद रहे। संचालन कर रहीं डॉ. रंजना त्रिपाठी को भी प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया।

राजर्षि टंडन मुक्त विवि में योग शिविर का आयोजन किया गया। *अमर उजाला*

पायनियर

लखनऊ, बृहस्पतिवार, 22 जून, 2023

निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख:न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

मुक्त विश्वविद्यालय में दो वर्षीय आरोही ने योग कर किया कमाल कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में कुलपति प्रो सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उसको मंच पर बुलाकर गोद में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित किया। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि उच्च न्यायालय की न्यायमूर्ति साधना ठाकुर ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है। जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती। न्यायमूर्ति ठाकुर ने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है। क्योंकि हर आसन का अलग अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए।अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रो सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है। स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रो जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।

हिन्दी दैनिक

सहज स्वरूप

राष्ट्रीय एकता के प्रति पूर्ण समर्पित

प्रयागराज से प्रकाशित

वर्ष–02–अंक–280 | प्रयागराज बुधवार 21 जून 2023 | विक्रम संवत 2080 | प्रातः संस्करण | पृष्ठ–8 | मूल्यः 1/रुपया

योगाभ्यास के भव्य आयोजन के लिए मुक्त विश्वविद्यालय तैयार

सहज स्वरुप प्रयागराज। प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज में बुधवार 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय मुख्यालय एवं प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केन्द्रों पर योगाभ्यास कार्यक्रम प्रातः 7:00 से 9:00 तक सुनिश्चित किया गया है। योगाभ्यास कार्यक्रम को भव्य बनाने के लिए सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने बताया कि विश्वविद्यालय में यमुना परिसर स्थित त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र में योग विशेषज्ञों द्वारा योगाभ्यास कराया जायेगा। मुख्यालय पर आयोजित कार्यक्रम की मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय इलाहाबाद तथा विशिष्ट अतिथि श्री गुरु प्रसाद मौर्य, विधायक, फाफामऊ विधानसभा प्रयागराज होंगे। कार्यक्रम की अध्यक्षता कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह करेंगी। उन्होंने बताया कि इसके साथ ही राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर प्रयागराज,लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, झांसी, नोएडा, आगरा, मेरठ, अयोध्या तथा कानपुर में स्थापित विश्वविद्यालय के 12 क्षेत्रीय केंद्रों पर योगाभ्यास कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे।

RNI No. : UPHIN/2022/84137
हिन्दी दैनिक - प्रातःसंस्करण
E-mail: pawanprayag22@gmail.com
वर्ष : 01, अंकः 179
मूल्य : 1 रुपये
पृष्ठ : 4
प्रयागराज
गुरूवार
22 जून, 2023
पावन प्रयाग

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने किया योग, कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित

निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख- न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

पावन प्रयाग संवाददाता

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए।

इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं।

त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती।न्यायमूर्ति ठाकुर ने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है क्योंकि हर आसन का अलग-अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए।अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। उन्होंने कहा कि आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान-प्रदान अच्छी तरह होगा।विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद्विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है। उन्होंने कहा कि योग आरोग्य का आधार है। प्रारंभ में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।इसी कड़ी में विश्वविद्यालय की तरफ से टैगोर टाउन स्थित रविंद्र नाथ गौड़ आनंद वृद्धाश्रम में योग शिक्षक अनुराग शुक्ला के द्वारा वरिष्ठ जनों को योग जागरुकता से संबंधित सूक्ष्म व्यायाम, हास्य योग, प्राणायाम, ध्यान योग आदि का प्रशिक्षण दिया गया। इस वृद्धाश्रम में महाराष्ट्र, पश्चिम बंगाल, उड़ीसा, छत्तीसगढ़ सहित विभिन्न राज्यों के वरिष्ठ जन निवास कर रहे हैं। इस अवसर पर डॉ नीलम उपाध्याय एवं सुनील कुमार ने सहयोग किया। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्यालय सहित प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केंद्रों प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, आगरा, कानपुर, झांसी, अयोध्या, नोएडा एवं मेरठ में विभिन्न स्थानों पर योगाभ्यास का कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें लगभग 3000 प्रतिभागियों ने योगाभ्यास किया।

The City Standard

PRAYAGRAJ • VOL : 5 • ISUUE : 60 • THURSDAY, JUNE, 22 2023 • PAGE 08 • Rs. 5.00

2-year-old Aarohi did wonders in yoga in Open University

PRAYAGRAJ: The little girl kept attracting people's attention towards herself. In the Triveni Community Center filled with the presence of hundreds of people, Vice-Chancellor Professor Seema Singh caught sight of the said girl, then he called her on the stage and lifted her in his lap. The guests on the stage also honored the little girl. Seeing the affection of the Vice-Chancellor, the happiness of Aarohi's parents knew no bounds. Aarohi regularly practices yoga with her parents. On the instructions of the Governor's Secretariat, along with the teachers and employees of the main university, their family members also participated in the yoga practice.

On this occasion, yoga teachers Amit Kumar Singh, Niket Singh and Anurag Shukla got various activities of yoga done along with singing and playing. Addressing the Yoga exercise program organized at Triveni Community Center, Chief Guest Justice Sadhna Thakur, High Court, Allahabad said that a healthy body is the greatest happiness. Definitely not only we are treated with yoga but we can easily face any disease. Yoga develops our body's immunity, as a result of which generally no disease can affect us. Justice Thakur said that doing yoga from young age to old age can be beneficial as each asana has different effects. That's why yoga should be practiced regularly. While presiding, Vice-Chancellor Professor Seema Singh said that Yoga takes us on the path of happiness. Yoga connects us with ourselves. He said that today yoga is being done in the courtyard of every house. When the body is healthy, the mind will be healthy. When the mind is healthy, the exchange of ideas will be good. Special guest, MLA of Phaphamau assembly constituency, Shri Guru Prasad Maurya said that under the leadership of Prime Minister Shri Narendra Modi, Yoga has been established at the world level and the flow of good thoughts is spreading in the public mind. He said that yoga is the basis of health. In the beginning, Professor GS Shukla, Director, Department of Health Science, introduced the theme and welcomed the guests. Operation Dr. Meera Pal and vote of thanks was done by Col. Registrar Col. Vinay Kumar. In this series, on behalf of the University, at Rabindra Nath Goud Anand Old Age Home, located in Tagore Town, yoga teacher Mr. Anurag Shukla, senior people were trained in subtle exercises related to yoga awareness, humor yoga, pranayama, meditation yoga etc. Senior citizens from different states including Maharashtra, West Bengal, Odisha, Chhattisgarh are living in this old age home. Dr. Neelam Upadhyay and Mr. Sunil Kumar cooperated on this occasion. On the instructions of the Governor's Secretariat, a program of yoga exercises was organized at various places in the state's 12 regional centers including Prayagraj, Lucknow, Bareilly, Varanasi, Gorakhpur, Azamgarh, Agra, Kanpur, Jhansi, Ayodhya, Noida and Meerut. In which about 3000 participants practiced yoga.

www.livehindustan.com

हिन्दुस्तान

1936

बुधवार

21 जून 2023

भरोसा नए हिन्दुस्तान का

उच्च शिक्षा में बढ़ा योग का क्रेज

प्रयागराज, संवाददाता। योग का क्रेज उच्च शिक्षा में भी बढ़ा है। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय में अब तक एमए इन योगा और सार्टिफिकेट कोर्स संचालित किए जा रहे हैं। इन पाठ्यक्रमों में छात्र-छात्राओं की काफी रूचि देखी जा रही है। इसके बाद मुक्त विश्वविद्यालय योगा विषय से पीएचडी भी कराएगा। बीते दीक्षांत समारोह में मोनिका पांडेय को चांसलर गोल्ड मैडल मिल चुका है। उन्होंने एमए इन योगा में सर्वोच्च स्थान प्राप्त किया था। मुक्त विवि के 12 क्षेत्रीय अध्ययन केंद्र प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, झांसी, नोएडा, आगरा, मेरठ, अयोध्या तथा कानपुर में योगा पाठ्यक्रम संचालित किए जा रहे हैं।

इलाहाबाद विश्वविद्यालय से संबद्ध सीएमपी डिग्री कॉलेज में नए शैक्षिक सत्र 2023-24 से योगा पाठ्यक्रम शुरू करेगा। इसके लिए कॉलेज प्रशासन ने तैयारी पूरी कर ली है। नए शैक्षिक सत्र से योग विषय की पढ़ाई होगी। इसमें सर्टिफिकेट कोर्स संचालित किए जाएंगे, जो तीन माह के होंगे। 60 सीटों के सापेक्ष दाखिले लिए जाएंगे। पाठ्यक्रम संचालन के लिए ब्रोशर भी तैयार कर लिया है। सीएमपी के प्राचार्य डॉ. अजय प्रकाश खरे ने बताया कि पाठ्यक्रम के संचालन के लिए नोडल ऑफिस बनाया गया है। योग में सर्टिफिकेट पाठ्यक्रम के लिए कामन फीस होगी।

मुक्त विश्वविद्यालय में योगाभ्यास आज

उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय में बुधवार को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय मुख्यालय एवं प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केन्द्रों पर योगाभ्यास सुबह सात से नौ बजे तक सुनिश्चित किया गया है। कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने बताया कि विश्वविद्यालय में यमुना परिसर स्थित त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र में योग विशेषज्ञों द्वारा योगाभ्यास कराया जाएगा। मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर तथा विशिष्ट अतिथि विधायक गुरु प्रसाद मौर्य होंगे।

● वर्ष : 16
● अंक : 136
● प्रातः कालीन संस्करण
● लखनऊ
● गुरुवार, 22 जून 2023
● पृष्ठ : 08
● मूल्य : 3 रुपए
www.tijaratnews.com

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

तिजारत

भारत देश ही नहीं, संपूर्ण विश्व योग को एक उत्सव के रूप में मना रहा है: विधायक

⏩ निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुखः न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

⏩ दो वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल, कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित

तिजारत संवाददाता

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा।

नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया।

कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती। न्यायमूर्ति ठाकुर ने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है क्योंकि हर आसन का अलग-अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए। विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं शुद्ध विचार एवम सद्विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है। उन्होंने कहा कि योग आरोग्य का आधार है। विधायक श्री मौर्य ने कहा कि आज भारत देश ही नहीं, संपूर्ण विश्व में योग को एक उत्सव के रूप में मनाया जा रहा है। योगाभ्यास से प्राणी रोगमुक्त रह सकता है।उन्होंने योगा को नियमित जीवन में आत्मसात करने का आवाह्न किया।

अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। उन्होंने कहा कि आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान-प्रदान अच्छी तरह होगा।प्रारंभ में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया। इसी कड़ी में विश्वविद्यालय की तरफ से टैगोर टाउन स्थित रविंद्र नाथ गौड़ आनंद वृद्धाश्रम में योग शिक्षक अनुराग शुक्ला के द्वारा वरिष्ठ जनों को योग जागरूकता से संबंधित सूक्ष्म व्यायाम, हास्य योग, प्राणायाम, ध्यान योग आदि का प्रशिक्षण दिया गया। इस वृद्धाश्रम में महाराष्ट्र, पश्चिम बंगाल, उड़ीसा, छत्तीसगढ़ सहित विभिन्न राज्यों के वरिष्ठ जन निवास कर रहे हैं। इस अवसर पर डॉ नीलम उपाध्याय एवं श्री सुनील कुमार ने सहयोग किया। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्यालय सहित प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केंद्रों प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, आगरा, कानपुर, झांसी, अयोध्या, नोएडा एवं मेरठ में विभिन्न स्थानों पर योगाभ्यास का कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें लगभग 3000 प्रतिभागियों ने योगाभ्यास किया।

● वर्ष : 16
● अंक : 135
● प्रात: कालीन संस्करण
● लखनऊ
● बुधवार, 21 जून 2023
● पृष्ठ : 08
● मूल्य : 3 रुपए
www.tijaratnews.com

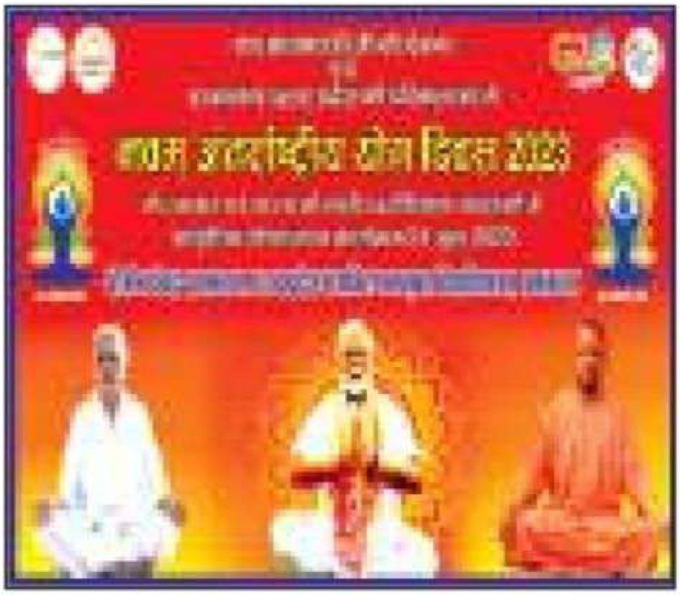
तिजारत

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

योगाभ्यास के भव्य आयोजन के लिए मुक्त विश्वविद्यालय तैयार, सभी केंद्रों पर तैयारी पूर्ण

▸▸ न्यायमूर्ति साधना ठाकुर चीफ गेस्ट, विधायक गुरु प्रसाद मौर्य होगे विशिष्ट अतिथि

तिजारत संवाददाता



प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज में बुधवार 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय मुख्यालय एवं प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केन्द्रों पर योगाभ्यास कार्यक्रम प्रातः 7:00 से 9:00 तक सुनिश्चित किया गया है। योगाभ्यास कार्यक्रम को भव्य बनाने के लिए सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं।

कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने बताया कि विश्वविद्यालय में यमुना परिसर स्थित त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र में योग विशेषज्ञों द्वारा योगाभ्यास कराया जायेगा। मुख्यालय पर आयोजित कार्यक्रम की मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय इलाहाबाद तथा विशिष्ट अतिथि गुरु प्रसाद मौर्य, विधायक, फाफामऊ विधानसभा प्रयागराज होंगे। कार्यक्रम की अध्यक्षता कुलपति प्रो.फ़ेसर सीमा सिंह करेंगी। उन्होंने बताया कि इसके साथ ही राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर प्रयागराज,लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, झांसी, नोएडा, आगरा, मेरठ, अयोध्या तथा कानपुर में स्थापित विश्वविद्यालय के 12 क्षेत्रीय केंद्रों पर योगाभ्यास कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे।

अनुराग दर्शन

www.anuragdarshan.com

वर्ष-02 अंक-61 (हिंदी दैनिक) प्रयागराज गुरुवार 22 जून 2023 पृष्ठ 4 प्रातः कालीन मूल्य दो रुपए

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख : न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

प्रयागराज (अनुराग दर्शन समाचार)। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। मुक्त विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती।अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद्विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है।प्रारंभ में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।

सूर्योदय : 5:33
सूर्यास्त : 6:35
अधिकतम तापमान : 34.0
न्यूनतम : 26.0

RNI NO : UPHIN/2010/31173

डाक पंजीकरण संख्या:
SSP/LW/NP-422/2014-2016

वर्ष-17 अंक-17 पेज-16
मूल्य : 3 रुपया

लखनऊ, गुरुवार, 22 जून 2023
03 ज़िलहिज्जा, 1444 हिजरी

हिन्दी दैनिक
अवधनामा
www.avadhnama.com

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। मुक्त विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है।

दैनिक लोकमित्र सच्चाई की जंग
वर्ष : 29 | अंक :231
प्रतापगढ़ | गुरूवार , 22 जून-2023
पृष्ठ : 8 | मूल्य : 3 रुपये
प्रतापगढ़,लखनऊ, कौशाम्बी, एवं प्रयागराज से एक साथ प्रकाशित
R.N.I. No. : 71870/94
संस्थापक : श्रद्धेय स्व. रामनिरंजन भगवन
प्रतिदिन की खबरों के लिए देखें www.dailylokmitra.com

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुखः न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

लोकमित्र ब्यूरो

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। मुक्त विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी

योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती।अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद्विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है।प्रारंभ में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।

वर्षों से राष्ट्र की सेवा में समर्पित

वीर अर्जुन

विविध : तब्बू ने 'द क्रू' के पहले चरण की शूटिंग पूरी की * लखनऊ, नई दिल्ली एवं देहरादून से प्रकाशित

E-mail : virarjunlko@gmail.com Website : www.virarjun.com E-Paper : www.epapervirarjun.com

लखनऊ, बृहस्पतिवार 22 जून, 2023 मूल्य : रु. 2.00 ***उत्तर संस्करण

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

वीर अर्जुन संवाददाता

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती।

हिन्दी दैनिक

वॉइस ऑफ प्रयागराज

प्रयागराज से प्रकाशित

जज्बा सच लिखने का

RNI-No UPHIN/2021/81034

वर्ष- 02 अंक-309 प्रयागराज गुरूवार, 22 जून 2023, / voiceofprayagraj.vop@gmail.com / नगर संस्करण, पृष्ठ - 8, मूल्य 2.00 रू0

राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित

राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर आयोजित हुआ योग शिविर

(वॉइस ऑफ प्रयागराज)

प्रयागराज । उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी त.ो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिनन्‍ क्रियाएं संपादित कराई। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नही होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नही कर पाती।

न्यायमूर्ति ठाकुर ने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है क्योंकि हर आसन का अलग-अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए। अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। उन्होंने कहा कि आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान-प्रदान अच्छी तरह होगा। स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया। इसी कड़ी मे विश्वविद्यालय की तरफ से टैगोर टाउन स्थित रविंद्र नाथ गौड़ आनंद वृद्धाश्रम मे योग शिक्षक श्री अनुराग शुक्ला के द्वारा वरिष्ठ जनों को योग जागरुकता से संबंधित सूक्ष्म व्यायाम, हास्य योग, प्राणायाम, ध्यान योग आदि का प्रशिक्षण दिया गया। इस वृद्धाश्रम मे महाराष्ट्र, पश्चिम बंगाल, उड़ीसा, छत्तीसगढ़ सहित विभिनन्‍ राज्यों के वरिष्ठ जन निवास कर रहे हैं। इस अवसर पर डॉ नीलम उपाध्याय एवं श्री सुनील कुमार ने सहयोग किया। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्यालय सहित प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केंद्रों प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, आगरा, कानपुर, झांसी, अयोध्या, नोएडा एवं मेरठ में विभिनन्‍ स्थानों पर योगाभ्यास का कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें लगभग 3000 प्रतिभागियों ने योगाभ्यास किया।

RNI NO-UPHIN/2023/84340

सबसे तेज प्रयागराज

सब पर नजर, सटीक खबर

नगर संस्करण | hpshukla50@gmail.com | गुरुवार 22 जून, 2023

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल, कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित, निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख- न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, मुक्त विश्वविद्यालय ने वृद्ध आश्रम में जाकर कराया योग

मुख्य संवाददाता
सबसे तेज प्रयागराज

उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए।

इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराई।

त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती।

न्यायमूर्ति ठाकुर ने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है क्योंकि हर आसन का अलग-अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए।

अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। उन्होंने कहा कि आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान-प्रदान अच्छी तरह होगा।

विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक श्री गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद्विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है। उन्होंने कहा कि योग आरोग्य का आधार है।

प्रारंभ में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।

दैनिक
अमृत प्रभात
वर्ष - 47 अंक-170 प्रयागराज, गुरुवार 22 जून 2023 पृष्ठ-12 मूल्य-3.50 रुपए
जनता के साथ जनता की आवाज

फिल्म पेज 11 मैं अब शादी करना चाहती हूं : कंगना

खेल पेज 12 कप्तान के तौर पर विराट ने खोले हैं सबसे ज्यादा टेस्ट

निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख : न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल, कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित

प्रयागराज (नि.सं.)। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं। त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती। न्यायमूर्ति ने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है क्योंकि हर आसन का अलग-अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए।अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। उन्होंने कहा कि आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान-प्रदान अच्छी तरह होगा।विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद्विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है। उन्होंने कहा कि योग आरोग्य का आधार है। प्रारंभ में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी.एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ. मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।

ग्वालियर
गुरुवार, 22 जून 2023
सच कहने का साहस और सलीका
राज एक्सप्रेस
■ ग्वालियर ■ भोपाल ■ इंदौर ■ जबलपुर ■ रतलाम ■ रीवा ■ सतना ■ छिंदवाड़ा ■ उज्जैन ■ सागर

मुक्त विवि में दो वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

उप्र राजर्षि टंडन मुक्त विवि प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया।

अमर उजाला
amarujala.com
प्रयागराज
बुधवार, 21 जून 2023
अंतरराष्ट्रीय योग दिवस आज

मुक्त विवि में योगाभ्यास के भव्य कार्यक्रम की तैयारी

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय में 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर विश्वविद्यालय मुख्यालय एवं प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केंद्रों में योगाभ्यास कार्यक्रम सुबह सात से नौ बजे तक आयोजित किया जाएगा। योगाभ्यास कार्यक्रम को भव्य बनाने के लिए सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने बताया कि विश्वविद्यालय में यमुना परिसर स्थित त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में योग विशेषज्ञों की ओर से योगाभ्यास कराया जाएगा। मुख्यालय पर आयोजित कार्यक्रम की मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर और विशिष्ट अतिथि विधायक गुरु प्रसाद मौर्य होंगे। ब्यूरो

हिन्दी दैनिक

इलाहाबाद एक्सप्रेस

सच का आधार...

वर्ष : 14 अंक : 83, प्रयागराज, गुरुवार 22 जून 2023, पृष्ठ 8, मूल्य 1 रुपया

मुक्त विश्वविद्यालय में दो वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित, निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख : न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

इलाहाबाद एक्सप्रेस

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफखींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया।

आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके

परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं सम्पादित कराईं।

इलाहाबाद हाईकोर्ट की मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते है। योग हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है, जिसके फ्लस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती। उन्होंने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है। क्योंकि हर आसन का अलग-अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए।

अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान-प्रदान अच्छी तरह होगा। विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद् विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है। उन्होंने कहा कि योग आरोग्य का आधार है। स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रो. जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।

इसी कड़ी में विश्वविद्यालय की तरफ से टैगोर टाउन स्थित रविंद्र नाथ गौड़ आनंद वृद्धाश्रम में योग शिक्षक अनुराग शुक्ला ने वरिष्ठजनों को योग जागरुकता से सम्बंधित सूक्ष्म व्यायाम, हास्य योग, प्राणायाम, ध्यान योग आदि का प्रशिक्षण दिया। इस वृद्धाश्रम में महाराष्ट्र, पश्चिम बंगाल, उड़ीसा, छत्तीसगढ़ सहित विभिन्न राज्यों के वरिष्ठ जन निवास कर रहे हैं। इस अवसर पर डॉ नीलम उपाध्याय एवं सुनील कुमार ने सहयोग किया।

पीआरओ डॉ प्रभात चंद्र मिश्र ने बताया कि राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्यालय सहित प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केंद्रों प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, आगरा, कानपुर, झांसी, अयोध्या, नोएडा एवं मेरठ में विभिन्न स्थानों पर योगाभ्यास का कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें लगभग 3000 प्रतिभागियों ने योगाभ्यास किया।

www.sahajsatta.in
facebook.com/sahajsatta.allahabad
twitter.com/sahajsattaalla1

सहजसत्ता

सत्य की सत्ता को समर्पित

वर्ष-16 अंक-06
पृष्ठ-8
प्रयागराज
गुरुवार, 22 जून, 2023
मूल्य 1.00 रुपये मात्र

मुक्त विश्वविद्यालय में दो वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

प्रयागराज। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए। इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं सम्पादित कराईं। इलाहाबाद हाईकोर्ट की मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है, जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती। उन्होंने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है। क्योंकि हर आसन का अलग-अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए।अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान-प्रदान अच्छी तरह होगा। विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद् विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है।

अनुराग दर्शन

www.anuragdarshan.com

वर्ष-02 अंक-60 (हिंदी दैनिक) प्रयागराज बुधवार 21 जून 2023 पृष्ठ 4 प्रातः कालीन मूल्य दो रुपए

योगाभ्यास के भव्य आयोजन के लिए मुक्त विश्वविद्यालय तैयार

प्रयागराज (अनुराग दर्शन समाचार)। उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज में बुधवार 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय मुख्यालय एवं प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केन्द्रों पर योगाभ्यास कार्यक्रम प्रातः 7़00 से 9़00 तक सुनिश्चित किया गया है। योगाभ्यास कार्यक्रम को भव्य बनाने के लिए सभी तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने बताया कि विश्वविद्यालय में यमुना परिसर स्थित त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र में योग विशेषज्ञों द्वारा योगाभ्यास कराया जायेगा। मुख्यालय पर आयोजित कार्यक्रम की मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय इलाहाबाद तथा विशिष्ट अतिथि गुरु प्रसाद मौर्य, विधायक, फाफामऊ विधानसभा प्रयागराज होंगे। कार्यक्रम की अध्यक्षता कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह करेंगी। उन्होंने बताया कि इसके साथ ही राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, झांसी, नोएडा, आगरा, मेरठ, अयोध्या तथा कानपुर में स्थापित विश्वविद्यालय के 12 क्षेत्रीय केंद्रों पर योगाभ्यास कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे।

News Letter

मुक्त चिन्तन

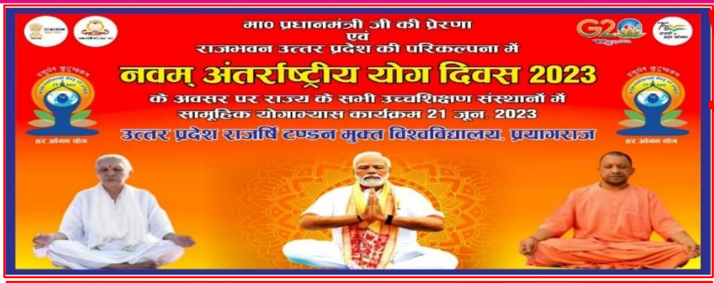
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

॥ सरस्वती नः सुभगा मयस्करत् ॥

उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा निर्गत अधिनियम संख्या 10, 1999 द्वारा स्थापित

दिनांक : 21 जून, 2023

हम पहुँचे वहाँ पहुँचा न कोई जहाँ



मुक्त विश्वविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

मुक्त विश्वविद्यालय में 2 वर्षीय आरोही ने योग में किया कमाल

कुलपति ने गोद में उठाकर किया सम्मानित

मुक्त विश्वविद्यालय ने वृद्ध आश्रम में जाकर कराया योग

उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज में बुधवार 21 जून, 2023 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय मुख्यालय एवं प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केन्द्रों पर भव्य योगाभ्यास कार्यक्रम प्रातः 7:00 से 9:00 तक आयोजित किया गया है।

कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने बताया कि विश्वविद्यालय में यमुना परिसर स्थित त्रिवेणी सामुदायिक केन्द्र में योग विशेषज्ञों द्वारा योगाभ्यास कराया गया। मुख्यालय पर आयोजित कार्यक्रम की मुख्य अतिथि मा0 न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय इलाहाबाद तथा विशिष्ट अतिथि श्री गुरु प्रसाद मौर्य, मा0 विधायक, फाफामऊ विधानसभा प्रयागराज रहें। कार्यक्रम की अध्यक्षता विश्वविद्यालय की मा0 कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने की। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन मा0 राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, झांसी, नोएडा, आगरा, मेरठ, अयोध्या तथा कानपुर में स्थापित विश्वविद्यालय के 12 क्षेत्रीय केंद्रों के साथ–साथ रविन्द्र नाथ गौड़ आनन्द वृद्धाश्रम, प्रयागराज पर योगाभ्यास कार्यक्रम आयोजित किए गये।

राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्यालय सहित प्रदेश के 12 क्षेत्रीय केंद्रों प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, आगरा, कानपुर, झांसी, अयोध्या, नोएडा एवं मेरठ में विभिन्न स्थानों पर योगाभ्यास का कार्यक्रम आयोजित किया गया। जिसमें 2890 प्रतिभागियों ने योगाभ्यास किया।

उत्तर प्रदेश राजर्षि टंडन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर मात्र दो वर्षीय बालिका आरोही का योग प्रदर्शन लोगों के लिए कौतूहल का विषय बना रहा। नन्ही बालिका बरबस ही लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचती रही। सैकड़ों लोगों की उपस्थिति से भरे त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में मंचासीन कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह की निगाह उक्त बालिका पर पड़ी तो उन्होंने उस को मंच पर बुलाकर गोदी में उठा लिया। मंचासीन अतिथियों ने नन्ही बालिका को सम्मानित भी किया। कुलपति के ममत्व भाव को देख कर आरोही के माता पिता की खुशी का ठिकाना न रहा। आरोही अपने माता पिता के साथ नियमित योगाभ्यास करती रहती है। राज्यपाल सचिवालय के निर्देश पर मुख्य विश्वविद्यालय के अध्यापकों एवं कर्मचारियों के साथ उनके परिजन भी योगाभ्यास में शामिल हुए।

योगाभ्यास कराते हुए योग शिक्षक अमित कुमार सिंह

योगाभ्यास कराते हुए योग शिक्षक अमित कुमार सिंह

योगाभ्यास कराते हुए योग शिक्षक अमित कुमार सिंह

कार्यक्रम का संचालन करती हुई डॉ0 मीरा पाल

दीप प्रज्ज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारम्भ करते हुए माननीय अतिथिगण

विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत करते हुए स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल

इस अवसर पर योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराईं।

मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद एवं विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक श्री गुरु प्रसाद मौर्य को अंगवस्त्र एवं तुलसी का पौध भेंट करती हुई कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह

प्रारंभ में स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल ने विषय प्रवर्तन तथा अतिथियों का स्वागत किया। संचालन डॉ मीरा पाल एवं धन्यवाद ज्ञापन कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार ने किया।

कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह एवं कुलसचिव कर्नल विनय कुमार को अंगवस्त्र एवं तुलसी का पौध भेंट करते हुए स्वास्थ्य विज्ञान विद्या शाखा के निदेशक प्रोफेसर जी एस शुक्ल

योग आरोग्य का आधार है : गुरु प्रसाद मौर्य

विशिष्ट अतिथि फाफामऊ विधानसभा क्षेत्र के विधायक श्री गुरु प्रसाद मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में योग विश्व स्तर पर स्थापित हो चुका है एवं सद्विचारों का प्रवाह जनमानस में फैल रहा है। उन्होंने कहा कि योग आरोग्य का आधार है।

निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख– न्यायमूर्ति साधना ठाकुर

त्रिवेणी सामुदायिक केंद्र में आयोजित योगाभ्यास कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद ने कहा कि निरोगी काया ही सबसे बड़ा सुख है। निश्चित रूप से योग से केवल हमारा इलाज ही नहीं होता बल्कि हम किसी भी रोग का सामना सहज रूप से कर लेते हैं। योग हमारे शरीर हमारे शरीर की प्रतिरोधक क्षमता का विकास करता है जिसके फलस्वरूप साधारणतया कोई भी बीमारी हमें प्रभावित नहीं कर पाती।

न्यायमूर्ति ठाकुर ने कहा कि छोटी सी उम्र से लेकर वृद्धावस्था तक योग करके लाभान्वित हुआ जा सकता है क्योंकि हर आसन का अलग–अलग असर होता है। इसलिए नियमित रूप से योगाभ्यास करना चाहिए।

योग हमें स्वयं से जोड़ता है : प्रोफेसर सीमा सिंह

अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह ने कहा कि योग हमें खुशहाली के रास्ते पर ले जाता है। योग हमें स्वयं से जोड़ता है। उन्होंने कहा कि आज हर घर आंगन में योग हो रहा है। जब तन स्वस्थ होगा तो मन स्वस्थ होगा। मन के स्वस्थ होने पर विचारों का आदान–प्रदान अच्छी तरह होगा।

धन्यवाद ज्ञापन करते हुए कर्नल कुलसचिव कर्नल विनय कुमार

राष्ट्रगान

छात्राओं से वार्ता करती हुई मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद एवं कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह तथा योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराते हुए

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन विश्वविद्यालय के क्षेत्रीय केन्द्र प्रयागराज, लखनऊ, बरेली, वाराणसी, गोरखपुर, आजमगढ़, झांसी, नोएडा, आगरा, मेरठ, अयोध्या तथा कानपुर में स्थापित 12 क्षेत्रीय केंद्रों पर एवं उनके अन्तर्गत आने वाले विभिन्न अध्ययन केन्द्रों पर आयोजित हुआ

क्षेत्रीय केन्द्र आगरा

क्षेत्रीय केन्द्र आजमगढ

क्षेत्रीय केन्द्र झाँसी

क्षेत्रीय केन्द्र अयोध्या

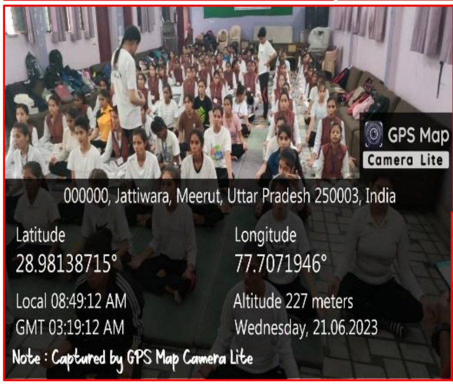
क्षेत्रीय केन्द्र प्रयागराज

क्षेत्रीय केन्द्र मेरठ

नवम् अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023
के अवसर पर सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम 21 जून 2023 की आख्या

माननीय प्रधानमंत्री जी की प्रेरणा एवं राजभवन उत्तर प्रदेश की परिकल्पना मे नवम अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023 के अवसर पर आज दिनांक 21 जून 2023 को उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज के क्षेत्रीय केंद्र मेरठ द्वारा इस्माइल नेशनल महिला पी जी कॉलेज के संयुक्त तत्वाधान में सामूहिक योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ क्षेत्रीय केंद्र मेरठ के समन्वयक डॉ त्रिविक्रम तिवारी, सहायक निदेशक सहायक आचार्य, समाज विज्ञान विद्याशाखा, उत्तर प्रदेश राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज, प्राचार्य प्रो. अनीता राठी, इस्माइल नेशनल महिला पी जी कॉलेज, डॉ ममता, एसो. प्रो., शारीरिक शिक्षा विभाग, डॉ विनेता, डॉ स्वर्णा, डॉ श्वेता द्वारा दीप प्रज्वलन एवम् मां सरस्वती की प्रतिमा पर पुष्पार्पण करके किया गया। इस कार्यक्रम में योग शिक्षक श्री मिथिलेश तिवारी, धीरज एवं नीरज द्वारा कार्यक्रम में प्रतिभाग कर रहे समस्त व्यक्तियों को सूक्ष्म व्यायाम, सूर्यनमस्कार, वृक्षासन, ताड़कासन, वज्रासन, मत्स्यासन, कुर्मासन, शशकासन, शलभासन, पवनमुक्तासन, सेतुबंधासन, भुजंगासन, भस्त्रिका, भ्रामरी, शवासन, सिंहासन वीरासन, प्राणायाम, अनुलोम विलोम, ध्यान इत्यादि का योगाभ्यास कराया गया। इस कार्यक्रम मे 100 से अधिक छात्राओं एवं क्षेत्रीय केंद्र तथा महाविद्यालय के शिक्षक कर्मचारी गण एवं उनके परिजनों ने प्रतिभाग किया।

इस अवसर पर क्षेत्रीय समन्वयक मेरठ डॉ. त्रिविक्रम तिवारी ने योग के अर्थ एवं महत्व पर प्रकाश डालते हुए इसे कार्य कुशलता के रूप में परिभाषित किया। उन्होंने कार्यक्रम की रूपरेखा हेतु विश्वविद्यालय की माननीया कुलपति प्रो. सीमा सिंह जी के प्रति कृतज्ञता ज्ञापित की। साथ ही निरंतर सहयोग हेतु विश्वविद्यालय के कुलसचिव कर्नल विनय कुमार के प्रति आभार प्रकट किया। महाविद्यालय की प्राचार्य प्रो. अनीता राठी ने योग दिवस को भारत की विश्व को देन बताया। अन्त में राष्ट्र निर्माण में योगदान के संकल्प के साथ कार्यक्रम का समापन हुआ। कार्यक्रम आयोजन में कविता, अमित एवं राहुल का सहयोग रहा।



क्षेत्रीय केन्द्र लखनऊ

क्षेत्रीय केन्द्र बरेली

क्षेत्रीय केन्द्र गोरखपुर

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस

दिनांक 21/06/2023

क्षेत्रीय केन्द्र, गोरखपुर

आख्या

दिनांक 21 जून, 2023 को मोहद्दीपुर, गोरखपुर स्थित विन्ध्यवासिनी पार्क में अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर माननीय कुलपति सीमा सिंह के निर्देशानुसार योग कार्यक्रम का आयोजन प्रातः 6:00 बजे से किया गया। योग कार्यक्रम में मुख्य अतिथि डॉ0 भूपेन्द्र सिंह, विभागाध्यक्ष समाजशास्त्र विभाग, भवानी प्रसाद पाण्डेय पी0जी0 कालेज, चारगावॉ गोरखपुर थे। डॉ भूपेन्द्र सिंह ने प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए कहा कि योग का अर्थ जोड़ना है। इसके द्वारा शरीर, मन, आत्मा और ब्राह्मंड से जोड़ना है। यह एक आध्यात्मिक प्रक्रिया हैं। नियमित योग करने से शरीर और मस्तिष्क दोनों को शक्ति और स्फूर्ति प्राप्त होता है। इस अवसर पर क्षेत्रीय समन्वयक डॉ0 प्रवीण कुमार ने अतिथि, प्रशिक्षक एवं शिक्षार्थियों के प्रति आभार व्यक्त किया। योग कार्यक्रम के प्रशिक्षक श्री हितेश कुमार रहें। प्रशिक्षक द्वारा प्रशिक्षार्थियों के सूक्ष्म व्यायाम, प्राणायाम, सूर्यनमस्कार, संबंधी योग क्रियाए कराया गया। प्रशिक्षण में बताया गया कि योग के द्वारा तनाव, मानसिक रोगों एवं अवसाद पर प्रभावी नियंत्रण किया जा सकता है। योग के द्वारा प्राप्त होने वाले लाभों को बारे में विस्तृत जानकारी दी गयी। योग अभ्यास कार्यक्रम में कुल....व्यक्तियों ने प्रतिभाग किया। जिसमें छात्र पुरूष एवं महिलाओं ने उत्साह पूर्वक सहभागिता किया। इस योग कार्यक्रम में युसुफ आजाद, सुनील चन्द्रा, अमृता उपाध्याय, रामानन्द प्रजापति, रवि कुमार, निर्भय नारायण सिंह, रामजतन गोंड आदि लोगों का सक्रिय सहयोग रहा।

इसी कड़ी में विश्वविद्यालय की तरफ से टैगोर टाउन स्थित रविंद्र नाथ गौड़ आनंद वृद्धाश्रम में योग शिक्षक श्री अनुराग शुक्ला के द्वारा वरिष्ठ जनों को योग जागरुकता से संबंधित सूक्ष्म व्यायाम, हास्य योग, प्राणायाम, ध्यान योग आदि का प्रशिक्षण दिया गया। इस वृद्धाश्रम में महाराष्ट्र, पश्चिम बंगाल, उड़ीसा, छत्तीसगढ़ सहित विभिन्न राज्यों के वरिष्ठ जन निवास कर रहे हैं। इस अवसर पर डॉ नीलम उपाध्याय एवं श्री सुनील कुमार ने सहयोग किया।

क्षेत्रीय केन्द्र कानपुर

राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, हमीरपुर

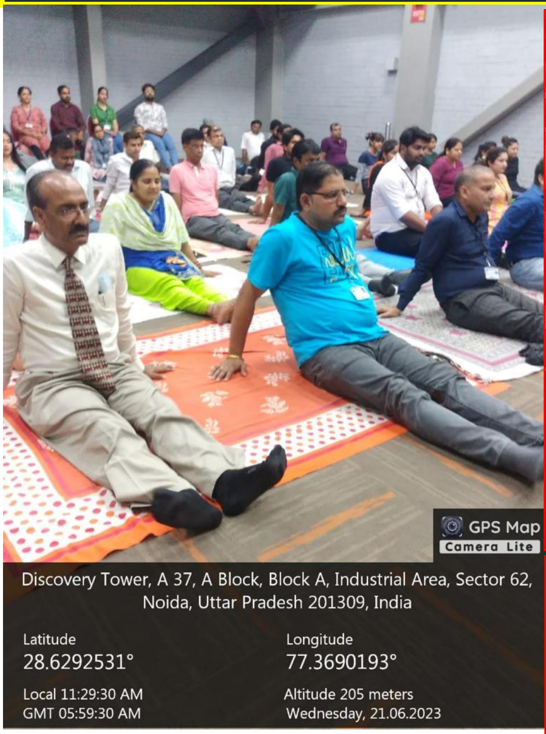
अर्मापुर पी0जी0कालेज, कानपुर

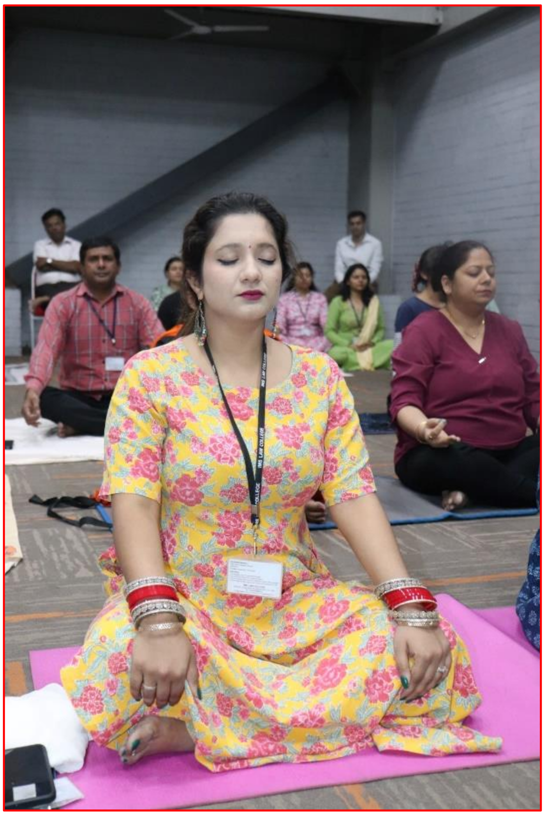
माँ शारदा महाविद्यालय, उन्नाव

कर्मक्षेत्र महाविद्यालय, इटावा

क्षेत्रीय केन्द्र वाराणसी

क्षेत्रीय केन्द्र नोएडा





उ० प्र० राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय प्रयागराज

(विश्व योग दिवस 21 जून 2023, 21/06/23)

(स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा एवं क्षेत्रीय केन्द्र-प्रयागराज)

S.No	Name	Designation	Contact No.	Singhnature
1.	Dr. Shinendra Pratap Singh	Assit. Prof.	8004501407	[illegible]
2.	Dr. Sanjay Kr. Singh (Geology)	Asso. Professor	——— 007	[illegible]
3.	Dr. Dinesh Singh	Asst. Prof. SoE	7525048012	[illegible]
4.	Dr. Dinesh Kr. Gupta	Asst. Prof	— 53	[illegible]
5.	Dr. Shailendra Kr.	Asst. Prof	9457670326	[illegible]
6.	Dr. C.K. Singh	Asst. Prof	7525048044	[illegible]
7.	Dr. Amit Kumar Singh	SoH, "	8318540361	[illegible]
8.	Dr. A.K. Malik	Professor	9887585785	[illegible]
9.	Dr. ABHAY Kr. YADAV	Asst. Profe	8299399903	[illegible]
10.	Dr. Raghvendra Singh	Assistant Profe	7379630291	[illegible]
11	[illegible]	[illegible]	7525048129	Ajay
12.	देवी दत्त त्रिपाठी		9450591968	[illegible]
13	[illegible]	Retired Headmaster	9450187417	[illegible]
14	राजेश सिंह	As. Prof.	8787059789	[illegible]
15	Santosh Yadav	CO-C	7525048073	[illegible]
16	Ashutosh Mishra	DEO	9795684913	Ashutosh.
17	Barvind Kr. Maurya	O.A.	7525048066	[illegible]
18	Ravi Kumar Dubey	office Asst.	7525048028	[illegible]
19	Sarvesh Tripathi	AV Lab	9450882424	Sarvesh.
20	Samson Jole	Lib. Asst	7525048057	[illegible]
21	Raghvendra Singh	C.O.B	7525048073	[illegible]
22	Vishal Vikram Singh	Exam. Deptt.	7525048102	[illegible]
23	Manvendra Pratap Singh	Sr. Asst	7525048065	[illegible]
24	Raj Mani Shukla	COMP op	7525048019	[illegible]

S.No	Name	Designation	Singhnature
25	Ghanshyam yadav	LDC.	
26.	इन्द्रजीत कुशवाहा	कनिष्ठ सहा०	
27-	राम सुरेश यादव		
28.-	राजेन्द्र सिंह	कम्प्यूटर आपरेटर ग्रेड-बी	
29	Dr. G.K. Dwivedi	Associate Prof.	
30	Anand Prakash	Junior Assistant	
31	Abhilash Kumar	Junior Assistant	
32	Dr. Amarendra Kr. Yadav	Asst. Prof.	
33	Raju	Pariksha Vibhag	
39	Harish Chandra	Counselling Cell	
40	Sandeep Verma	J.A	
41.	Abhimanyu.	Jr. Asst.	
42-	कमलेश कुमार	कार्यालय सहायक	
43=	मनीष कुमार यादव	परिचर	
44.	PUNEET KUMAR	C.O.G-B	
45	Shailesh Ku. Yadav	C.O.G.B	
46	PRAKASH CHANDRA SRIVASTAVA	Junior Assistant	
47	नन्दलाल 9519117429	[illegible]	
48	वीरेन्द्र कुमार गुप्ता 9651514267	आशुलिपिक(स) ग्रेड D -	
49.	Dr. Dharmveer Singh 9415044533,	Awasiya Parishar, OPEN D	
50	Dr. Gopal Krishna Singh	Shanti puram Sector F	
51	Dr. Bal Govind Singh	Asst. Professor, 7007566318	
52	Dr. Pushpendra Kumar Verma	Asst. Prof. 7398023844	
53	P.K. Astalin	Director 8081903509	
54	Sandeep Tiwari	Asst. teacher 6393880578	
55-	Prof. Satya Pal Tiwari	Director (SOH) 9453276776	
56.	Dr. Ravindra Pratap Singh	Assistant Prof. 8707677318	
57:	Hariom Tiwari	Teacher 8081008802	
58.	Alok Shukla	8127034419	
59.	Dr. Anuj Kumar Singh	Asst. Prof. 9369094776	
60	M.K. Balwant	Assistant Professor 7525048125	
61.	Dr. Dayanand Upadhyay	SOH (JLMC) Asst Prof 9450508710	
62.	Bupendra Kumar Bhartiya	Registrar office 9026180488	
63	Ram Chandra	COG-B 7524048068	
63	Hariom Pratap Singh	Ex Army 9625550401	
64	Dr. Mohammad Saleem	Asst. prof. 8563936997	

S.No	Name	Designation	Singhnature
65	Dr. Ananda Nand Tripathi	Associate Prof (SOSS) 752504812[illegible]	[illegible]
66	Arun Kumar Srivastava	Accont Section	[illegible]
67	राजसिंह यादव	परिचारक 9794169313	राजसिंह
68	Anup Kumar	SOS 9455777870	Anup
69	[illegible] प्रजापति	9935019076	[illegible]
70	Ankit Mishra	8887833171	Ankit
71	Ram Lakhan Lakhuda	8953087296 (SOH)	R.L.K
72	अनिल शर्मा	9696832654	अनिलशर्मा
73	ओम शिव पाण्डेय	9839317258	ओम शिव पाण्डेय
74	Virendra Kumar Verma	9026323476	[illegible]
75	डॉ. गौरव संकल्प	Asst Professor (Commerce) SOMS 7525048043	[illegible]
76	S.K. DUBEY	O.S. 7525048092	[illegible]
77	Vinod Kumar	पम्प ऑपरेटर 8577069123	[illegible]
78	Sudeep Kumar	माली 7523048121	[illegible]
79	शशिकान्त सिंह यादव	माली 7525048087	SK
80	Dr Chandreshwar Prasad Yadav	Assistant Professor 8318267507	CPY
81	Dr. Mukesh Kumar Maurya	Assistant Prof. (Eng) 8318568522	[illegible]
82	Rajesh Kr Gautam	Asst. Prof. (AB Co) 7838704605	[illegible]
83	ANUPAM SINGH	Asst Prof (Hindi) SOH 945[illegible]	[illegible]
84	Satendra Kumar	Asst Prof (Eco) SOH 8299394407	[illegible]
85	DR. R. J. Maurya	Lib[illegible] 7525048055	[illegible]
86	Dr. Ashutosh Gupta	Director 7525048002	[illegible]
87	Dr. Satish Ch. Jaisal	Asst Prof. 7525043145	[illegible]
88	Prof. Santosha Kumar	Director SOSS	[illegible]
89	प्रोफेसर विनोद कुमार गुप्त	निदेशक स्वास्थ्य, [illegible]	[illegible]
90	U.K. Pandey	Education	[illegible]
91	Dr. R. M. Pathak	PhD 9839030529	R.M. Pathak
92	Shreyansh Raj		[illegible]
93	Dr. R.N. Singh	Asst Prof. (SOE) 7054824147	[illegible]
94	Kamla Kant Tripathi	Reseach Reader 8869283535	[illegible]
95	Dr. Santosh Kr Bharti	Asst. Prof. (SOE) 9450613592	Santosh
96	Ramesh Kumar Yadav	Research Scholar 7355503184	Ram
97	Sanjeev Bhatt	SOH (Asst Prof - Lib Info)	Bhatt
98	Dr. Yogesh Kumar Yadav	SOSS (Asst Prof.)	[illegible]
99	Shivam Bind	SO (Gulab Bind) 7607125666	Shivam
100	Sachin Bind	So (Gulab Bind) 7847315310	Sachin

S.No	Name	Designation	Signature
101	Santosh Kumar	9598047757 परिचर	SOS - Santosh
102	Raju Maurya	7607272352	GIGA
103	अर्जुन कुमार	7525048142	SOSS
104			
105	रामप्रसाद वर्मा	9794399692	[illegible]
106	विपिन यादव	8318655295	[illegible]
107	राजू कुमार (SLM)	8765735337	[illegible]
108			
109	[illegible] कुमार मिश्र	9451001105	[illegible]
110	Rajesh Pathak	7525048104	[illegible]
111	Sudhir Kr. Tiwari	7525048095.	Tiwari
112	MUNNARAM	8957303104	Munna
113	Dr. Shailendra K. Singh	9452836677	[illegible]
114	[illegible] कुमार मिश्र	SOH - 9415141207	[illegible]
115	Arvind Mishra	SOS - 8004489641	A
116	Avanish Chandra	Accountant 7525048061	[illegible]
117	[illegible]	9935703372	[illegible]
118	[illegible]	8081419283 (SOH)	[illegible]
119	Ayesha kumari	8858825064	A.kumari
120	Anil	9473595964	[illegible]
121	Dr. Gyan Prakash Yadav	9415395683	[illegible]
122	Pravind Kr. verma	9793862724	[illegible]
123	Dr. Sarvesh Kumar	7525048105	[illegible]
124	Dr. N. B. Singh	9450601395	[illegible] 27/6/23
125	Dr. Mohammad Khalid Masroor	9450579776	M. K. Masroor
126	Dr. P. C. Srivastava	9918061254	[illegible]
127	DR. M. N. Singh	7652019775	MNS
128	Prof. P. P. Dubey	7525048005	[illegible]
129	Ananya		Ananya
130	Shreya		Shreya
131	Shatanshika		Satyanshika
132	Dr. Prabhat Ch. Mishra	7525048029	[illegible]
133	Indu Bhushan Pandey	7525048088	[illegible]
134	Dr. Mam Pal	7525048052	[illegible]
135	Dr. Deepak Srivastava	9532187580	Deep

S. No	Name	Designation	Signature
136	Dr. Neelu upadhyay	9235899617	Neelu
137	Zoomi Singh	8004791847	Singh
138	Dr. Suman Singh	9451847977	Suman Singh
139	Shashi Bind	9305072943	Shashi
140	Saloni Bind	9305072943	Saloni
141	Kul Bhooshan Singh	9454007228	[illegible]
142	Er. Nikkee Singh	7525098129	[illegible]
143	Kamana yadav	9076570366	[illegible]
144	Dr. Sohinee Devi	Asst Prof. 7355957	[illegible]
145	Km. Vinita Pal	9369242619	VN
146	Dr. Neetu Mishra	8840053083	[illegible]
147	Dr. Soni Mishra	7525048054	Smita
148.	Seema Singh	7525048091	[illegible]
149	Ruby Sonkar	7525048035	Ruby
150	Dr. Deepshikha Srivastava	(SOSS) Asst. Professor (7525048031)	DS
151	Dr Sadhana Srivastava	(SOH) Ass Prof (Soh) (7525048150)	Sadhana
152	Prithvi Shree	(MBA) 9129411537	Prithvi Shree
153	Saumya Tiwari	(SOMS) Ass. Prof (6388441874)	[illegible]
154	Kaumudi Shukla	(SoE) Ass. Prof. (7985670014)	Kaumudi
155	Kumari Arju	9839408891 lecter (Sports teacher)	Arju
156	Nandini Gupta	9621718488	Nandini
157	Madhavi Singh	9651895329	Singh
158	Dr. Anuradha Singh (SOS)	9451161477	AS
157	Dr. Sadhana Singh (SOS)	8173339340	Sadhana
158	डा० गायत्री शुक्ला असि० प्रो० मनोविज्ञान	9452323674	[illegible]
159	Dr. Tulika Narang (Computer Science)	9415647731	Tn
160	Dr. Deepmala Singh (SoS)	9451764297	[illegible]
161	Ph.d. Food and Nutrition	7348496199	[illegible]
162	Dr Sanjay Kumar Singh	9454995124	[illegible]
163	Dr. Upendra Nath Tiwari	6307094576	[illegible]
164	Kusum lata Singh	Acc / teacher 9454530771	K 21/6/23
165	Dr. Vandana Verma	Aca. Cons. (SOSS) 9450416522	V.V.
166	Aanchal Agarwal Phd (FRN)	7897200739 (scholar)	A
167	DR SAFINA SAMAVI (SOH)	8840047307 (Assistant Prof)	[illegible]
168	Viky	8960967318	[illegible]
169.	Dr. Surendra Kumar	7525048100	[illegible]

S.No	Name	Designation	Contact No	Signature
170	Archita Tiwari		6387442389	[illegible]
171	Anjana Tiwari		6387442389	A
172	Anju kushwaha		8318786263	[illegible]
173	DR. NEELAM SINGH	ASST. PROF (English)	9125580499	[illegible]
174	Priyadarshini yadav		9369802646	[illegible]
175	Aditi Prajapati		9838738136	[illegible]
176	Shubhi Mishra		7805571203	[illegible]
177	MUDITA DUBEY		8840954429	[illegible]
178	ANUBHAV MISHRA	MAYO II sem	9161556376	[illegible]
179	PROF ANUPAM DIKSHIT	Acad Consultant	9335108519	[illegible]
180	Nidhi Dwivedi		9936987751	
181	Ravi Kumar		8756235441	[illegible]
182	Satyabir Ram Tripathi	Ex. Engr	7525048074	[illegible]
183	Dr. Shruti	Associate Prof	7525048051	[illegible]
184	Purnima G Bhattacharya	Juni Asst	7525048037	[illegible]
185	नीतू सिंह	कनिष्ठ सहायक	7525048098	Nitu
186	Jaiprakash Gautam	Jr. Dev [illegible]	7525048129	[illegible]
187	Rajani		8938862099	Rajani
188	Dr Abdul Rahman	SOH	9454644599	[illegible]
189	Dr. Abdurrahman	SOVJ	8218467666	[illegible]
190	राजेन्द्र सिंह	माली	9598741209	राजेन्द्र
191	रोहित कुमार	माली	9956302900	[illegible]
192	अशोक कुमार	माली	8958314419	अशोक
193	[illegible]		7668778820	[illegible]
194	विनोद कुमार [illegible]	माली	9889837886	[illegible]
195	रामबाबू	SLM	9369479153	रामबाबू
196	ओमनाथ शर्मा	8307293497	Soms	[illegible]
197	मनीष यादव	SOS	8765846628	मनीष यादव
198	गजानन्द	PGDYO	9125592020	[illegible]
199	गणराज	PGDYO	"	[illegible]
200	खुशी पाना बाबा लक्ष्मी	"	"	S.p.[illegible]
201	Shivpooj Jaiswal	DEO	9935754279	[illegible]
202	Dinesh Kumar Das	SOB	7525048116	[illegible]
203	परमानन्द [illegible]		7525048131	[illegible]
913	Dr Subas Chand Pal	SOSS	9918675310	[illegible]
204	M. Nikhil	Asst. ACF	7525048202	[illegible]

S.No	Name	Designation	Contact No	Signature
245	Narendra Nath Singh	DEO	7525048118	[illegible]
246	Om Prakash Yadav	DEO	7525048143	[illegible]
247	Vijay Kumar Yadav	Remote for online		[illegible]
248	Balkrishna Tiwari	[illegible]	9670405018	[illegible]
249	Shivgovind Singh	PGDYO	7652090462	[illegible]
250	Ankit Kumar	PGDYO	7880575679	Ankit K.
251	Santosh K. Chaudhary	V-C	7525048085	[illegible]
252	Ramanand Yadav	Anwesha	7525048135	[illegible]
253	Sunil Kumar patel	[illegible]	8853307797	[illegible]
254	[illegible]	V C	7525048183	[illegible]
255	Rakesh Kr. Srivastava	Ad. Sect.	7525048166	Rk
256	Dr. Javed Ak	Ad. Sec. Aca.	— [illegible]	[illegible]
257	Pradeep Yadav	Counseling Cell	7525048117	[illegible]
258	Mohd Imran	DYO	7525048017	[illegible]
259	Dr. Reetu Sharma	ASSIS. Pro.	9473591180	[illegible]
260	Akash Tiwari	Student MA Yoga	9452694443	Akash
261	Vivek Kumar Yadav	DYO	8737844779	[illegible]
262	Neelam tiwari	YLTP	9696641685	Neelam
263	Akhilesh Pal	[illegible] (RSS)	7753871684	[illegible]
264	Sushil Maurya	E.I.	7897365229	Sushil
265	Shyamal Bhadauria	DEO	9140427006.	[illegible]
266	Shailendra Kumar		7398787471	SK
267	Pramod [illegible]	SOH	7525048141	[illegible]
268	Sushil Kumar Gupta	MA Yoga	6307251267	Sushil
269	Ram badan Yadav	Diploma Yoga	740 521 3455	[illegible]
270	Chandra Bhushan Singh	B.P.ed. Yoga YLP	7786036369	C.B. Singh
271	[illegible]	[illegible]	7525048818	[illegible]
272	[illegible]	[illegible]	6392241661	[illegible]
273	[illegible]	[illegible]	7905647542	[illegible]
274	[illegible]	[illegible]	9696441262	
275	[illegible]	[illegible]	11	
276	[illegible]	[illegible]	11	
277	[illegible]	SOH	6306289919	[illegible]
278	Pramod	—	9807251815	[illegible]
279	Kiran Pandey	MAYO	9335024485	Kiran
280	A. Priyadarshini	PGDYO	8305021257	[illegible]

S.No	Name	Designation	Contact No	Sign
281	Professor Manju Bhart	Professor	9208508556	[illegible]
282	Dr. Pramod Kumar	S.O.A.S	5808551537	[illegible]
283	Dr. Satendra Babu	S.O.A.S A.P. Professor	9412259485	[illegible]
284	Samarendra Bahadur	ARP	8115596538	[illegible]
285	Akash Tiwari	MAYO	9452694443	[illegible]
286	Surendra Kumar	—	8279485915	[illegible]
287	Anubhav mishra	M.A.Y.O II sem	916155637 0	Anubh
288	Rajendra yadav	Teacher	9161438193	Rajendra
289	Amulya yadav	Student	9369003616	Amulya
300	Pramila Pal	Teacher-	6394687784	[illegible]
301	Brijesh Singh	YLTP	7523922191	[illegible]
302	Aanchal kesarwani	DYO + YLTP	9140537417	Aanchal
303	Saroj yadav	YLTP	9369003696	
304	Dr. Abhishek Singh	Assistant Prof	7525098030	[illegible]
305	Neha Singh	—	8869939823	[illegible]
306	Sandeep Kumar		9519891105	Sandeep
307	Alak Singh		9335156942	Alak
308	Mahendra Kumar Yadav	DEO	8922816907	[illegible]
309	Avantika Singh		9454837195	[illegible]
310	Satvik Singh	Student	9956668949	[illegible]
311	Sarita Yadav	student	6392006756	Sarita
312	Kiran Pandey	Assist. Teacher	9839076069	Kiran
313	Monika Tripathi	Teacher (cms)	8887968755	Monika
314	Mona Shukla	Student	9455689286	[illegible]
315	Amit Yadav	Manager (School	9936472111	Amit [illegible]
316	Satendra mishra	Social worker	9838551657	Satendra
317	Shilpi Singh	-		Shilpi Singh
318	Anup Tiwari	Student	8115745045	अनूप तिवारी
319	Piyush Singh	Student	9793849327	Piyush Singh
320	Rashmi Singh	Student	7310217552	रश्मि सिंह
321	AKhilesh Singh	"	9451759092	अखिलेश
322	हरेन्द्र यादव	"	9118503400	Harendra
323	सन्नी गुप्ता	~~विद्यार्थी~~	9140350051	सन्नी गुप्ता
324	Pawan Kumar	Student	9696395809	Pawan Ku
325				
326				

GPS Map Camera
Phaphamau, Uttar Pradesh, India
GVJ6+96X, Phaphamau, Uttar Pradesh 211013, India
Lat 25.530868°
Long 81.860348°
21/06/23 07:11 AM GMT +05:30
Google

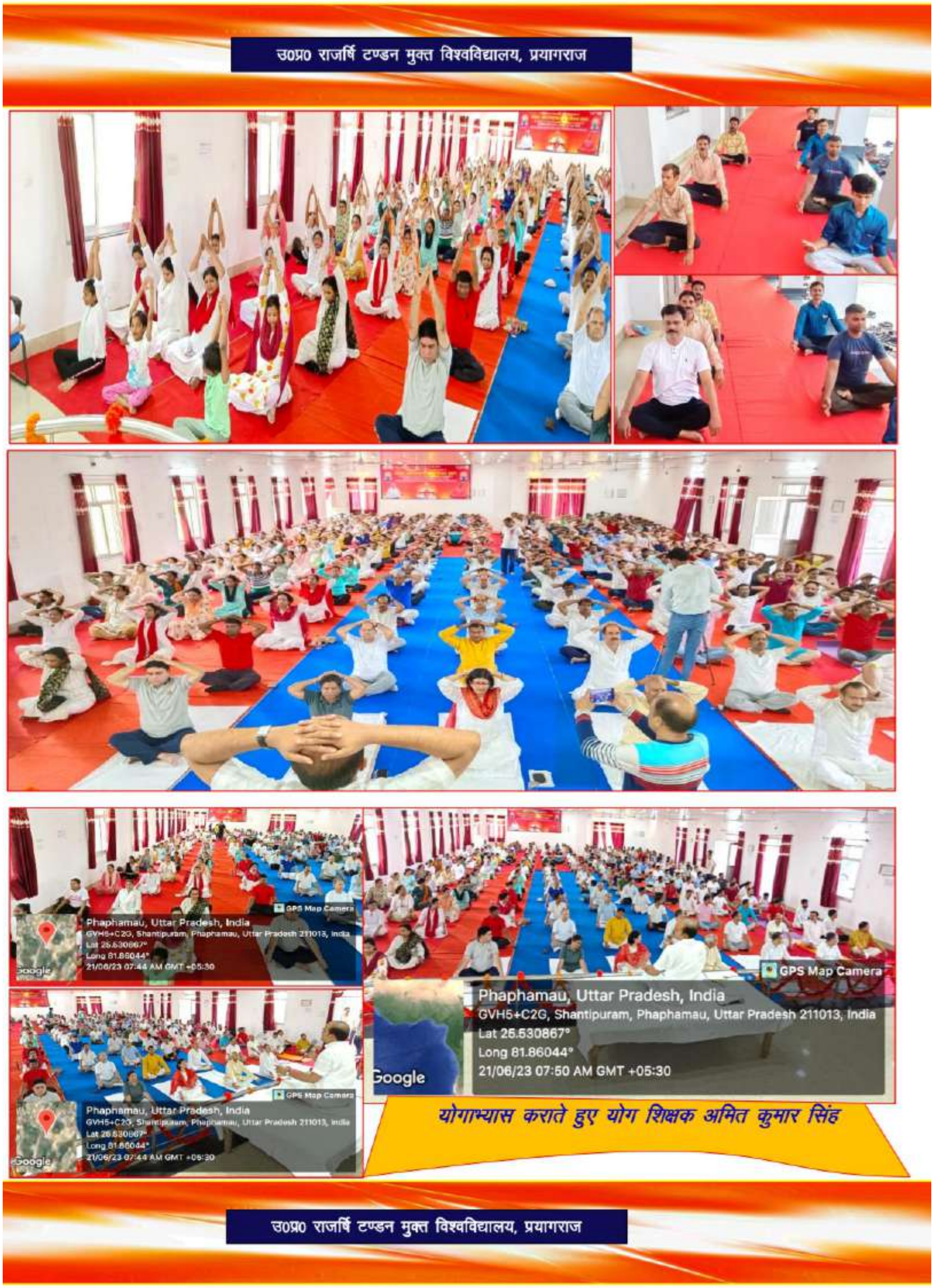
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

छात्राओं से वार्ता करती हुई मुख्य अतिथि न्यायमूर्ति साधना ठाकुर, उच्च न्यायालय, इलाहाबाद एवं कुलपति प्रोफेसर सीमा सिंह तथा योग शिक्षक अमित कुमार सिंह, निकेत सिंह एवं अनुराग शुक्ला ने गायन वादन के साथ योगाभ्यास की विभिन्न क्रियाएं संपादित कराते हुए

उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

अंतर्राष्टीय योग दिवस का आयोजन विश्वविद्यालय के क्षेत्रीय केन्द्र प्रयागराज, लखनऊ, बरेली,


उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज
GPS Map Camera
Phaphamau, Uttar Pradesh, India
GVH5+C2G, Shantipuram, Phaphamau, Uttar Pradesh 211013, India
Lat 25.530867°
Long 81.86044°
21/06/23 07:50 AM GMT +05:30
Google
योगाभ्यास कराते हुए योग शिक्षक अमित कुमार सिंह
उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज
नवम अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2023

उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

योगाभ्यास कराते हुए योग शिक्षक अमित कुमार सिंह

उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज

उ0प्र0 राजर्षि टण्डन मुक्त विश्वविद्यालय, प्रयागराज