डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर (मध्यप्रदेश)

(केंद्रीय विश्वविद्यालय)

ख़बरों में विश्वविद्यालय

जून 2022

प्रतिस्पर्धा • जुलाई के पहले सप्ताह में हो सकती है प्रवेश परीक्षा, 31 मई थी आवेदन की अंतिम तारीख

सागर विवि में पहली बार यूजी की 2103 सीटों पर दाखिले के लिए 1 लाख 16 हजार आवेंदन, सबसे अधिक बीफार्मा में

भास्कर संवाददाता | सागर

डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय में यूजी कोर्स में दाखिले के लिए पहली बार कॉमन यूनिवर्सिटी एंट्रेंस टेस्ट (सीयूईटी) के माध्यम से प्रवेश प्रक्रिया आयोजित की जा रही है। सागर समेत देशभर के केंद्रीय विश्वविद्यालयों में यूजी कोर्स में दाखिले के लिए आवेदन की अंतिम तारीख 31 मई थी। जानकारी के अनुसार 31 मई की शाम 5 बजे तक सागर विश्वविद्यालय में यूजी की 2103 सीटों के लिए रिकॉर्ड एक लाख 16 हजार 473 आवेदन आए हैं।

इसमें सबसे अधिक 16623 विद्यार्थियों ने बीफार्मा में रुचि दिखाई है। जबकि सागर विश्वविद्यालय में बीफार्मा की कुल 75 सीटें ही हैं। इतने विद्यार्थियों के आवेदन करने की मुख्य वजह यह है कि सागर के फार्मेसी विभाग के प्रोफेसर और विद्यार्थियों का नाम अंतरराष्ट्रीय स्तर तक है। वहीं अन्य विभागों में भी सीटों की संख्या से 20 गुना अधिक आवेदन प्राप्त हुए हैं। सीयूईटी का जिम्मा नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (एनटीए) को सौंपा गया है। आवेदन प्रक्रिया पूरी होने के बाद 15 से 20 दिन के भीतर प्रवेश परीक्षा की तारीख घोषित कर दी जाएगी। जुलाई के पहले या दूसरे सप्ताह में यह परीक्षा आयोजित हो सकती है।

पिछले वर्ष यूजी, पीजी और पीएचडी में कुल 16 हजार आवेदन ही आए थे

पिछले वर्ष प्रवेश परीक्षा सागर विश्वविद्यालय द्वारा ही कराई गई थी। इस दौरान यूजी, पीजी और पीएचडी की सीटों को मिलाकर कुल 16 हजार आवेदन ही आए थे। जबकि इस वर्ष 16 हजार से अधिक आवेदन तो केवल बी-फार्मा के लिए ही आए हैं। वहीं कुल आवेदनों की बात करें तो पिछले वर्ष से करीब एक लाख आवेदन अधिक हैं। जबकि अभी पीजी और पीएचडी के दाखिले की प्रक्रिया शुरू होना शेष है। इतनी बड़ी संख्या में आए आवेदनों के चलते इस बार सागर के विद्यार्थियों को विश्वविद्यालय में दाखिला लेना कठिन होगा, लेकिन अच्छी बात यह है कि देशभर से चुने हुए विद्यार्थी सागर विश्वविद्यालय में अध्ययन करेंगे।

बीए और बीकॉम में 13 हजार से अधिक आवेदन

बीफार्मा के बाद सागर विश्वविद्यालय में बीए और बीकॉम में भी 13-13 हजार आवेदन प्राप्त हुए हैं। इसके अलावा बीबीए में 11978, बीएससी (बायो ग्रुप) में 9311 और बीएससी (मैथ्स ग्रुप) में 11611 विद्यार्थियों ने आवेदन किया है। वहीं बीए एलएलबी की 53 सीटों पर 10652 आवेदन प्राप्त हुए हैं।

जानें सागर विवि के किस कोर्स में कितने आवेदन

कोर्स	सीटें	आवेदन
बीए	806	13306
बीए बीएड	63	6811
बीएफए	25	2452
बीकॉम	325	13311
बीबीए	50	11978
बीएससी(बायो ग्रुप)	281	9311
बीएससी बीएड(बायो ग्रुप)	31	5928
बीएससी (मैथ्स ग्रुप)	288	11611
बीएससी बीएड (मैथ्स ग्रुप)	31	6559
बीसीए	75	7931
बीफार्मा	75	16623
बीए एलएलबी	53	10652

सागर विश्वविद्यालय में यूजी में दाखिला पाने के लिए इस बार देशभर से 116473 आवेदन आए हैं। बीफार्मा और बीए एलएलबी में सीटों की संख्या कम होने के बावजूद भी विभागों की लोकप्रियता का ही नतीजा है कि इतनी बड़ी संख्या में आवेदन प्राप्त हुए। जब इतने कॉम्पिटिशन के बाद विद्यार्थी विश्वविद्यालय में प्रवेश लेंगे तो निश्चित ही हमारी पहचान अंतरराष्ट्रीय स्तर तक जाएगी।

– डॉ. विवेक जायसवाल, मीडिया अधिकारी सागर विवि

डॉ. हरिसिंह गौर केंद्रीय विवि के बायोटैक्नोलॉजी विभाग को मिला रिसर्च वर्क के लिए 3.5 करोड़ का बजट

कम पानी में उगने वाले पौधों पर होगी रिसर्च

वैज्ञानिक जीन निकालकर करेंगे आलू व चावल की फसलों में उपयोग

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. डॉ. हरिसिंह गौर केंद्रीय विवि के बायोटेक्नोलॉजी विभाग के वैज्ञानिक मप्र व मध्य भारत में चिंहित किए गए ऐसे पौधों पर रिसर्च करेंगे, जो कम पानी में और ठंडे क्षेत्र में बड़ी आसानी से पैदा हो रहे हैं। साथ ही बेहतर ग्रोथ भी कर रहे हैं। वैज्ञानिक इन पौधों के जीन का उपयोग कम पानी वाली फसलों में करेंगे। यदि वैज्ञानिक इसमें सफल रहे तो यह खेती को मुनाफे के धंधे में बदला जा सकता है। इस रिसर्च वर्क के लिए डॉ. हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय को हाल ही में जीवन विज्ञान में अंतःविषय अनुसंधान और शिक्षा के लिए 3.5 करोड़ रुपए की नई शोध परियोजना मिली है।

बायोटैक्नोलॉजी विभाग के सहायक प्राध्यापक डॉ. चंद्रमा उपाध्याय ने बताया कि प्रोफेसर खान ने अपनी पूर्व वित्त पोषित परियोजनाओं के दौरान मध्य प्रदेश और मध्य भारत के अन्य हिस्सों में पौधों, पेड़ों के समूहों की पहचान पहले ही कर ली है। यह डेटा पहले ही नेचर जर्नल में प्रकाशित हो चुका है। अब इस प्रोजेक्ट के तहत पौधों के पहले से पहचाने गए समूहों से प्रमुख जैव रासायनिक मार्गों और जीनों के अलगाव, पहचान और उपयोग पर ध्यान केंद्रित किया जाएगा। कृषि फसलों में जैव रासायनिक मार्ग और जीन का उपयोग किया जाएगा। डॉ. उपाध्याय ने बताया कि आनुवांशिक इंजीनियरिंग तकनीक का उपयोग, पहचान किए गए जीन को आलू और चावल सहित प्रमुख फसल पौधों में एकीकृत करने के लिए किया जाएगा।

डॉ. उपाध्याय ने बताया कि दूसरे शोध समूह का नेतृत्व डॉ. रजनीश अनुपम और राजकुमार कोइरी कर रहे हैं। इनके द्वारा विभिन्न औषधीय पौधों की पहचान करेंगे। पहचाने गए नए यौगिकों का उपयोग विभिन्न रोग उपचारों के लिए किया जाएगा। सत्यापन के लिए जीवाणु, वायरल और पशु मॉडल का उपयोग किया जाएगा। इस प्रोजेक्ट का एक और उद्देश्य रिसर्च को बढ़ावा देना है। विवि के होनहार अंडर ग्रेज्युएट विद्यार्थियों को चिंहित किया जाएगा और उन्हें रिसर्च में शामिल किया जाएगा। इसके लिए विद्यार्थियों को स्कॉलरशिप भी दी जाएगी।

वनस्पति विज्ञान विभाग के प्रो. मोहम्मद लतीफ खान परियोजना के मुख्य समन्वयक हैं। अन्य विभागों के प्रोफेसर, डॉ. अश्विनी कुमार (वनस्पति विज्ञान विभाग), डॉ चंद्रमा प्रकाश उपाध्याय, और डॉ. रजनीश अनुपम (दोनों जैव प्रौद्योगिकी विभाग) और डॉ. राजकुमार कोईरी (जूलॉजी विभाग) परियोजना के परियोजना अन्वेषक हैं।

दुर्लभ पौधों में जीन, कंपाउंड और बैक्टीरिया की पहचान कर खेती और बीमारियों के इलाज में इस्तेमाल करेंगे सागर विवि के शिक्षक

भास्कर संवाददाता | सागर

डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय में बॉटनी, जूलॉजी और बायोटेक्नोलॉजी विभाग के शिक्षक मिलकर सेंट्रल इंडिया में पाए जाने दुर्लभ पौधों में जीन, कंपाउंड और बैक्टीरिया की पहचान कर खेती और बीमारियों के इलाज में इनके इस्तेमाल पर शोध करेंगे। इस शोध में न केवल शिक्षक बल्कि विश्वविद्यालय में पढ़ने वाले यूजी व पीजी के विद्यार्थी भी हिस्सा ले सकेंगे। 5 साल तक के इस प्रोजेक्ट के लिए सागर विवि को पहली बार विज्ञान और प्रौद्योगिकी मंत्रालय व जैव प्रौद्योगिकी विभाग भारत सरकार द्वारा 3.5 करोड़ रुपए का अनुदान दिया गया है। इस प्रोजेक्ट के लिए देशभर के 15 विश्वविद्यालयों और रिसर्च इंस्टीट्यूट ने प्रेजेंटेशन दिया था, जिसमें से केवल 7 इंस्टीट्यूट को इस प्रोजेक्ट की अनुमति प्रदान की गई है। प्रोफेसर मोहम्मद लतीफ खान प्रोजेक्ट के मुख्य समन्वयक होंगे। गौरतलब है कि सागर विवि के शिक्षक सेंट्रल इंडिया के जिन पौधों पर शोध करने जा रहे हैं। उनकी पहचान करने में सागर विवि के वनस्पति विभाग के प्रोफेसर एमएल खान की मुख्य भूमिका रही है।

तीन अलग-अलग चरणों में होगा पौधों पर शोध

दुर्लभ प्रजाति के पौधों पर तीन अलग-अलग चरणों में शोध कार्य होगा। बायोटेक्नोलॉजी विभाग में असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. चंद्रमा प्रकाश उपाध्याय कठिन परिस्थितियों में भी पौधों को जीवित रखने वाली जीन का पता लगाएंगे। इसके बाद इस जीन को जैनेटिक इंजीनियरिंग की तकनीक से गेंहू, धान और सोयाबीन की फसल में इस्तेमाल किया जाएगा। दूसरी तरफ जूलॉजी विभाग के असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. राजकुमार कोइरी और बायोटेक्नोलॉजी में असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. रजनीश अनुपम इन पौधों के कंपाउंड पर काम करेंगे। वहीं तीसरी चरण पौधों की जड़ों पर काम करने का होगा। *जिसमें वनस्पति विज्ञान के असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. अश्विनी कुमार काम करेंगे।*

सागर छावनी परिषद
54, मॉल रोड, सागर केन्ट ...

योग परंपरा पर आधारित बीस दिवसीय कार्यशाला आज से

सागर (नवदुनिया प्रतिनिधि)। योग शिक्षा विभाग योग केंद्र एवं ध्यान केंद्र डा. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के संयुक्त तत्त्वाधान में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को धूमधाम से मनाया जाएगा। इस दौरान 20 दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया जाएगा।

आयोजन की जानकारी देते हुए योग शिक्षा विभाग के अध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने बताया कि सबसे पहले आधुनिक परिप्रेक्ष्य में योग परंपराएं विषय पर बीस दिवसीय कार्यशाला 1द्य जून से प्रारंभ होगी। इस कार्यशाला का उद्घाटन कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता, योगाचार्य विष्णु आर्य एवं प्रो.अस्मिता गजभिए के विशिष्ट आतिथ्य में महर्षि पतंजलि भवन में प्रातः 7 बजे होगा। प्रतिदिन आयुष मंत्रालय द्वारा निर्धारित योग प्रोटोकाल के अभ्यास के बाद योग से जुड़े विभिन्न विषयों पर विशेषज्ञों द्वारा व्याख्यान विभाग में होंगे जो आफलाइन एवं आनलाइन दोनों प्रकार से संचालित होंगे। यह पूरा कार्यक्रम विभाग के फेसबुक पेज पर व यू ट्यूब पर लाइव चलेगा।

चिकित्सा में योग की भूमिका सहित कई विषयों पर होंगे व्याख्यान: प्रो. गिरी ने बताया कि आधुनिक जीवन में योग परंपरा, कर्म योग, हठयोग, भक्ति योग, ज्ञानयोग, राजयोग, आयुर्वेद, मनोवैज्ञानिक परिप्रेक्ष्य, वेद, उपनिषद, भगवद्गीता तथा दर्शनों में योग, आहार, योग निद्रा, तनाव प्रबंधन, चिकित्सा में योग की भूमिका, योग एक अध्यात्मिक विज्ञान, रामचरित मानस में योग, समग्र स्वास्थ्य तथा नई शिक्षा नीति में योग विषय पर प्रो. एचआर नागेन्द्र बैंगलोर, डा. आशीष फड़के मुम्बई, प्रो. राजीव चौधरी रायपुर, डा. अर्पित दुबे दिल्ली, डा. कामता प्रसाद साहू हरिद्वार, योगाचार्य एनआर भार्गव जबलपुर, प्रो. जी परन गौडा हरिद्वार, डा. उमाशंकर पचौरी ग्वालियर, अरूणा सारस्वत एवं डा. मनुगौरहा उज्जैन सहित सागर से डा. राजेश शुक्ला, डा. रेणुबाला शर्मा, प्रो. यूएस गुप्ता, प्रो. एडी शर्मा, डा. संजय जैन जैसे विशेषज्ञों द्वारा आमंत्रित व्याख्यान दिए जाएंगे। प्रो. गिरी ने बताया कि इस दौरान योग क्विज, रंगोली, पोस्टर, भाषण आदि प्रतियोगिता 15 जून से आयोजित की जा रही है। इनमें भाग लेने के इच्छुक प्रतिभागी योग विभाग में संपर्क कर सकते है।

इस आयोजन का मुख्य कार्यक्रम अंतर्राष्ट्रीय दिवस 21 जून 2022 को प्रातः 5:30 बजे से विश्वविद्यालय के गौर समाधी प्रांगण में आयोजित किया जाएगा।

विश्वविद्यालय में शपथ ग्रहण हुआ, जागरुकता रैली निकली

डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय में विश्व तंबाकू निषेध दिवस मनाया गया। विवि के प्रशासनिक भवन परिसर में कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने शिक्षक, अधिकारी एवं कर्मचारियों को तंबाकू निषेध एवं इसके प्रति लोगों को प्रेरित करने और पर्यावरण संरक्षण एवं स्वच्छता की शपथ दिलाई। रासेयो इकाई द्वारा विद्यार्थियों द्वारा बनाए गए पोस्टर बैनर के साथ जागरुकता रैली निकाली गई, जो प्रशासनिक भवन होते हुए परिसर में संचालित दुकानों पर पहुंचकर संपन्न हुई। आभार संपदा अधिकारी प्रो. अशोक अहिरवार ने माना।

प्रो.आशीष वर्मा राधाकृष्णन गोल्ड मैडल अवार्ड से हुए सम्मानित

जागरण, सागर। डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के एसएमपीएस के डीन एवं भौतिक शास्त्र विभाग के प्रो. आशीष वर्मा को उनके उत्कृष्ट शोध एवं शिक्षण कार्य के लिए ग्लोबल इकनोमिक प्रोग्रेस रिसर्च एसोसिएशन द्वारा प्रतिष्ठित सम्मान भारतरत्न डॉ. राधाकृष्णन गोल्ड मैडल अवार्ड से सम्मानित किया गया है। 29 मई को गांधीनगर बैंगलोर में प्रो. वर्मा के सम्मान में आयोजित एक कार्यक्रम में यह सम्मान प्रो.वर्मा को प्रदान किया गया। इस अवसर पर ग्लोबल इकनोमिक प्रोग्रेस रिसर्च एसोसिएशन के जनरल सेक्रेटरी डॉ.आईएस बाशा व एसोसिएशन के अन्य सदस्य उपस्थित रहे। इस अवसर पर प्रो. वर्मा को भौतिक शास्त्र विभागाध्यक्ष रणवीर कुमार, प्रो. नमीता ब्राह्मे, डॉ. रेखा गर्ग सोलंकी, डॉ. फजल नूर, डॉ. अलका, डॉ. नीलेश जैन, डॉ. स्वाति मिश्रा आदि एवं शोध छात्रों में अरुण कुमार सिंह, प्रवीण लिटौरिया, स्वाति कुर्मी, शैरी नासिर, सादाब, प्रेरणा गुप्ता, सुजाता यादव, अंकिता दुबे, स्वेता पाठक, ऋतु आर्या आदि ने हर्ष व्यक्त करते हुए शुभकामनाएं दी।

1 लाख 16 हजार विद्यार्थियों ने कराया पंजीयन

सागर. डॉ. हरिसिंह गौर केंद्रीय विश्वविद्यालय में कॉमन टेस्ट के जरिए इस बार यूजी-पीजी कोर्स में प्रवेश के लिए प्रवेश परीक्षा आयोजित की जा रही है। मंगलवार को प्रवेश परीक्षा के लिए ऑन लाइन आवेदन करने की अंतिम तारीख थी। जानकारी के अनुसार विवि में यूजी कोर्स की 2103 सीटों के लिए 1,16,473 विद्यार्थियों ने पंजीयन कराया है, जो विश्वविद्यालय के इतिहास में सबसे ज्यादा है। बता दें कि 27 मई से 8 हजार से ज्यादा और पंजीयन हुए हैं। जल्द ही शिक्षा मंत्रालय स्तर से प्रवेश परीक्षा की तारीख तय की जाएगी।

विवि द्वारा आधुनिक परिप्रेक्ष्य में योग परंपरा आधारित कार्यशाला

जागरण न्यूज, सागर

योग शिक्षा विभाग, योग केन्द्र एवं ध्यान केन्द्र, डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के संयुक्त तत्वावधान में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को धूमधाम से मनाने की तैयारियां की जा रही हैं। इस संदर्भ में श्रृंखलाबद्ध आयोजनों की रूपरेखा प्रस्तुत करते हुए योग शिक्षा विभाग के अध्यक्ष प्रो. गणेशशंकर गिरी ने बताया कि सबसे पहले आधुनिक परिप्रेक्ष्य में योग परंपराएं विषय पर बीस दिवसीय कार्यशाला 1 जून से प्रारंभ होगी। इस कार्यशाला का उद्घाटन कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता की अध्यक्षता, योगाचार्य विष्णु आर्य एवं प्रो.अस्मिता गजभिए के विशिष्ट आतिथ्य में महर्षि पतंजलि भवन में सुबह 7 बजे होगा। आयोजन में विशिष्ट अतिथियों के व्याख्यान होंगे। प्रो. गिरी ने बताया कि इस दौरान योग क्विज, रंगोली, पोस्टर, भाषण आदि प्रतियोगिताएं 15 जून से आयोजित की जा रही है। इस आयोजन का मुख्य कार्यक्रम अंतर्राष्ट्रीय दिवस 21 जून को प्रातः 5:30 बजे से विश्वविद्यालय के गौर समाधि प्रांगण में आयोजित किया जायेगा। आयोजन सभी के लिए खुला है जिसमें नागरिक, शिक्षक, विद्यार्थी, अधिकारी, कर्मचारी भाग लेकर शारीरिक, मानसिक, अध्यात्मिक स्तर पर समग्र स्वास्थ्य लाभ प्राप्त कर सकते हैं। योग के सैद्धांतिक एवं प्रायोगिक पक्षों पर विस्तृत चर्चाएं इन आयोजनों में प्रतिदिन की जावेंगी।

योग दिवस पर आज से 20 दिन होगी कार्यशाला

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के योग शिक्षा विभाग, योग केंद्र और ध्यान केंद्र के संयुक्त तत्वावधान में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने जा रहा है। श्रृंखलाबद्ध आयोजनों की रूपरेखा प्रस्तुत करते हुए योग शिक्षा विभाग के अध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने बताया कि सबसे पहले आधुनिक परिप्रेक्ष्य में योग परंपराएं विषय पर 20 दिवसीय कार्यशाला बुधवार से शुरू हो रही है।

उद्घाटन कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता की अध्यक्षता, योगाचार्य विष्णु आर्य और प्रो.अस्मिता गजभिए के विशिष्ट आतिथ्य में महर्षि पतंजलि भवन में सुबह 7 बजे होगा। प्रतिदिन आयुष मंत्रालय द्वारा निर्धारित योग प्रोटोकाल के अभ्यास के बाद योग से जुड़े विभिन्न विषयों पर विशेषज्ञों द्वारा व्याख्यान विभाग में होंगे, जो आफलाइन एवं आनलाइन दोनों प्रकार से संचालित होंगे। यह पूरा कार्यक्रम विभाग के फेसबुक पेज और यू टयूब पर लाइव चलेगा।

केंद्रीय मंत्री ने सर गौर की समाधि पर अर्पित किए पुष्प

सागर @ पत्रिका. डॉ. हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय में बुधवार को केन्द्रीय कैबिनेट मंत्री डॉ. वीरेंद्र कुमार पहुंचे, जहां उन्होंने सर गौर की समाधि पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि दी। व्यक्तिगत दौरे के दौरान अचानक विश्वविद्यालय पहुंचे डॉ. वीरेंद्र कुमार का स्वागत प्रभारी कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने किया। इस दौरान उन्होंने विश्वविद्यालय को उनके मंत्रालय द्वारा स्वीकृत विभिन्न परियोजनाओं की प्रगति की जानकारी भी ली। उन्होंने कहा कि मेरे जीवन में इस विश्वविद्यालय का काफी योगदान रहा है। एक छात्र होने के नाते में आजीवन विश्वविद्यालय के विकास के लिए हर संभव कोशिश करता रहूँगा। इस अवसर पर पूर्व विधायक भानू राणा, विवि यंत्री राहुल गोस्वामी, डॉ मुकेश साहू सहित शहर के कई गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

केन्द्रीय कैबिनेट मंत्री ने विश्वविद्यालय पहुंचकर डॉ. गौर को किया नमन

जागरण, सागर। केन्द्रीय मंत्री डॉ. वीरेंद्र कुमार ने डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय में गौर प्रांगण पहुंचकर संस्थापक डॉ.गौर की समाधि पर पुष्प अर्पित किए। व्यक्तिगत दौरे के दौरान अचानक विश्वविद्यालय पहुंचे वीरेंद्र कुमार का स्वागत कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने किया। इस दौरान उन्होंने विश्वविद्यालय को उनके मंत्रालय द्वारा स्वीकृत विभिन्न परियोजनाओं की प्रगति की जानकारी भी ली। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि मेरे जीवन में इस विश्वविद्यालय का काफी योगदान रहा है। एक छात्र होने के नाते मैं आजीवन विश्वविद्यालय के विकास के लिए हर संभव कोशिश करता रहूंगा। इस अवसर पर पूर्व विधायक भानू राणा, विवि यंत्री राहुल गोस्वामी, डॉ मुकेश साहू सहित शहर के कई गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

शारीरिक शिक्षा विभाग में 14 जून तक चलेगा निःशुल्क समर कैम्प

जागरण, सागर। विवि के शारीरिक शिक्षा विभाग द्वारा 1 जून से 14 जून तक निःशुल्क ग्रीष्मकालीन प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया जा रहा है। इस कैम्प की औपचारिक शुरुआत करते हुए विश्वविद्यालय के कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने कहा कि यह एक बहुत ही सकारात्मक कदम है। इस बहाने उन्हें अपने साथियों के साथ बातचीत करने का अवसर मिलता है। कई गतिविधियों को एक साथ जीना और प्रदर्शन से एक बंधन बनता है जो बच्चों की शारीरिक, सामाजिक और मानसिक क्षमताओं में मदद करते हैं। शारीरिक शिक्षा विभाग के निदेशक डॉ. राकेश मलिक ने स्वागत भाषण दिया और इस शिविर में होने वाली गतिविधियों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि यह शिविर प्रातः काल और सायंकाल चलेगा जिसमें कबड्डी, खोखो, बालीवाल, बैडमिंटन इत्यादि सहित कई खेल होंगे। इससे युवाओं के भीतर उत्साह और आत्मविश्वास पैदा होगा और शारीरिक क्षमता में भी वृद्धि होगी। उन्होंने बताया कि कि यह खुला शिविर है जिसमें विश्वविद्यालय के साथ-साथ शहर के भी युवा विद्यार्थी भाग ले सकते हैं।

1 जून से चलेगा 14 जून तक

ग्रीष्मकालीन प्रशिक्षण शुरू, बाहर के युवा भी हो सकते हैं शामिल

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. डॉ. हरिसिंह गौर केंद्रीय विश्वविद्यालय के शारीरिक शिक्षा विभाग द्वारा 1 जून से 14 जून तक निःशुल्क ग्रीष्मकालीन प्रशिक्षण शिविर (समर ट्रेनिंग कैम्प) का आयोजन किया जा रहा है।

शारीरिक शिक्षा विभाग के निदेशक डॉ. राकेश मलिक ने शिविर में होने वाली गतिविधियों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि यह शिविर प्रातः काल और सायंकाल चलेगा, जिसमें कबड्डी, खो-खो, बालीवाल, बैडमिन्टन इत्यादि सहित कई खेल होंगे। इससे युवाओं के भीतर उत्साह और आत्मविश्वास पैदा होगा। साथ ही शारीरिक क्षमता में भी वृद्धि होगी। उन्होंने बताया की कि यह खुला शिविर है, जिसमें विश्वविद्यालय के साथ-साथ शहर के भी युवा विद्यार्थी भाग ले सकते हैं। इस अवसर पर शारीरिक शिक्षा विभाग के डॉ. महेंद्र बाथम, विनय कुमार और अनवर खान उपस्थित थे।

विवि के शारीरिक शिक्षा विभाग में 14 जून तक चलेगा नि: शुल्क समर कैंप

सागर ■ राज न्यूज नेटवर्क

डॉक्टर हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय सागर के शारीरिक शिक्षा विभाग द्वारा 1 जून से 14 जून तक निःशुल्क ग्रीष्मकालीन प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया जा रहा है। इस कैम्प की औपचारिक शुरुआत करते हुए विश्वविद्यालय के कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने कहा कि यह एक बहुत ही सकारात्मक कदम है। आज डिजिटल युग में स्वास्थ्य को नजर अंदाज करने से कई बीमारियां उत्पन्न हो रही हैं। खेल कूद से बच्चों का शारीरिक विकास के साथ मानसिक विकास भी होता है। समर कैंप में बच्चे एक दूसरे के साथ कार्य को साझा करते हैं एवं टीम में काम करते हैं। इससे वे एक दूसरे का सहयोग करना सीखते हैं। इसमें व्रे तकनीक से दूर रहकर वास्तविक दुनिया में व्यस्त होते हैं और जीवन के बारे में कई महत्वपूर्ण बातें सीखने का मौका मिलता है। आत्मनिर्भरता और आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए ऐसे आयोजन बहुत ही जरूरी है। शारीरिक शिक्षा विभाग के निदेशक डॉ राकेश मलिक ने स्वागत भाषण दिया और इस शिविर में होने वाली गतिविधियों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि यह शिविर प्रातः काल और सायंकाल चलेगा जिसमें कबड्डी, खो खो, बालीवाल, बैडमिन्टन इत्यादि सहित कई खेल होंगे। उन्होंने बताया कि यह खुला शिविर है जिसमें विश्वविद्यालय के साथ साथ शहर के भी युवा विद्यार्थी भाग ले सकते हैं। इस अवसर पर शारीरिक शिक्षा विभाग के डॉ महेंद्र बाथम, बिनय कुमार और अनवर खान उपस्थित थे जो शिविर का संचालन करने में सहयोग दे रहे हैं।

ग्रीष्मकालीन प्रशिक्षण शिविर शुरू

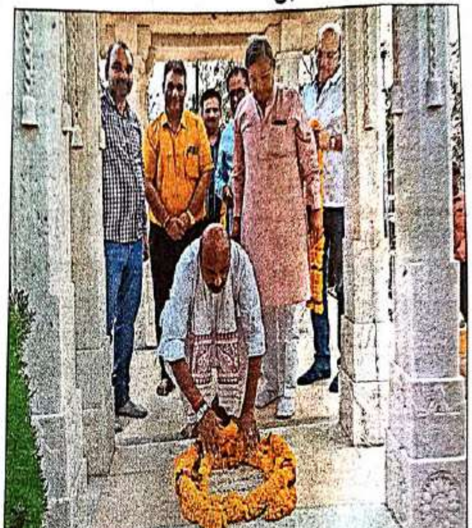
नवभारत न्यूज

सागर 1 जून. डॉक्टर हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय के शारीरिक शिक्षा विभाग द्वारा 14 जून तक निःशुल्क ग्रीष्मकालीन प्रशिक्षण शिविर समर ट्रेनिंग कैम्प का आयोजन किया जा रहा है.

विश्वविद्यालय के कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने कहा कि यह एक बहुत ही सकारात्मक कदम है. आज डिज़िटल युग में स्वास्थ्य को नजर अंदाज करने से कई बीमारियाँ उत्पन्न हो रही हैं. खेलकूंद से बच्चों का शारीरिक विकास के साथ मानसिक विकास भी होता है. शारीरिक शिक्षा विभाग के निदेशक डॉ. राकेश मलिक ने स्वागत भाषण दिया. इस अवसर पर शारीरिक शिक्षा विभाग के डॉ. महेंद्र बाथम, विनय कुमार, अनवर खान उपस्थित थे.

एक छात्र होने के नाते विश्वविद्यालय के विकास के लिए हर संभव कोशिश करता रहूंगा : खटीक

सागर (नवदुनिया प्रतिनिधि)। केन्द्रीय मंत्री (सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय) डा. वीरेंद्र कुमार खटीक ने बुधवार को डाक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर में गौर प्रांगण पहुंचकर विश्वविद्यालय के संस्थापक डा. हरीसिंह गौर की समाधि पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। व्यक्तिगत दौरे के दौरान वह अचानक विश्वविद्यालय पहुंचे जिनका कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने स्वागत किया।



विश्वविद्यावय परिसर में डा. गौर की समाधि पर पुष्प चक्र अर्पित करते हुए केंद्रीय मंत्री डा. वीरेंद्र कुमार खटीक। ● नवदुनिया

उन्होंने विश्वविद्यालय को उनके मंत्रालय द्वारा स्वीकृत विभिन्न परियोजनाओं की प्रगति की जानकारी भी ली। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि मेरे जीवन में इस विश्वविद्यालय का काफी योगदान रहा है। एक छात्र होने के नाते मैं आजीवन विश्वविद्यालय के विकास के लिए हर संभव कोशिश करता रहूंगा। इस अवसर पर पूर्व विधायक भानू राणा, विवि यंत्री राहुल गोस्वामी, डा. मुकेश साहू सहित शहर के कई गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

पुराने मित्रों से की मुलाकात: केन्द्रीय मंत्री ने सागर प्रवास के दौरान अपने पुराने मित्रों से मुलाकात कर उनका हालचाल पूंछा। मंत्री ने अपने मित्र की सिविल लाइन स्थित दुकान पर पहुंचकर दोस्तों के साथ समय बिताया। वह सबसे पहले अपने पुराने मित्र मधुकांत शाह के निवास पर पहुंचे और उनके स्वजनों से मुलाकात की। शाह परिवार ने उनका स्वागत किया एवं बीते दिनों की यादें ताजा की जब वीरेन्द्र कुमार भाजपा के एक साधारण कार्यकर्ता हुआ करते थे। इसके बाद वह सिविल लाइन पहुंचे और यहां उन्होंने अपने साथी कमल सबलोक, पूर्व विधायक भानू राणा, भगत सिंह आदि मित्रों से मुलाकात की।

केंद्रीय मंत्री ने सर गौर की समाधि पर अर्पित किए पुष्प

सागर @ पत्रिका. डॉ. हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय में बुधवार को केन्द्रीय कैबिनेट मंत्री डॉ. वीरेंद्र कुमार पहुंचे, जहां उन्होंने सर गौर की समाधि पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धांजलि दी। व्यक्तिगत दौरे के दौरान अचानक विश्वविद्यालय पहुंचे डॉ. वीरेंद्र कुमार का स्वागत प्रभारी कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने किया। इस दौरान उन्होंने विश्वविद्यालय को उनके मंत्रालय द्वारा स्वीकृत विभिन्न परियोजनाओं की प्रगति की जानकारी भी ली। उन्होंने कहा कि मेरे जीवन में इस विश्वविद्यालय का काफी योगदान रहा है। एक छात्र होने के नाते मैं आजीवन विश्वविद्यालय के विकास के लिए हर संभव कोशिश करता रहूँगा। इस अवसर पर पूर्व विधायक भानू राणा, विवि यंत्री राहुल गोस्वामी, डॉ मुकेश साहू सहित शहर के कई गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

केंद्रीय मंत्री वीरेन्द्र कुमार ने पुराने मित्रों से मुलाकात की

सागर। केन्द्रीय सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्री वीरेन्द्र कुमार अल्प प्रवास पर सागर पहुंचे इस दौरान उन्होंने अपने पुराने मित्रों से मुलाकात कर कुशल क्षेम पूछी। मंत्री ने अपने मित्र की सिविल लाईन स्थित दुकान पर पहुंचकर दोस्तों के साथ समय बिताया। केन्द्रीय मंत्री वीरेन्द्र कुमार सबसे पहले अपने पुराने मित्र मधुकांत शाह के निवास पर पहुंचे और उनके परिजनों से मुलाकात की। शाह परिवार ने वीरेन्द्र कुमार का स्वागत किया एवं बीते दिनों की यादें ताजा की जब वीरेन्द्र कुमार भाजपा के एक साधारण कार्यकर्ता हुआ करते थे। इसके बाद केन्द्रीय मंत्री वीरेन्द्र कुमार सिविल लाइन स्थित शगुन इलेक्ट्रॉनिक दुकान पर पहुंचे यहां उन्होंने अपने साथी कमल सबलोक, पूर्व विधायक भानू राणा, भगत सिंह, सौरभ अग्रवाल, अखिल अग्रवाल आदि मित्रों से मुलाकात.की। सभी ने केन्द्रीय मंत्री वीरेन्द्र कुमार का स्वागत किया। सभी दोस्त मिले तो पुराने दिनों में खो गए और भूतकाल से लेकर वर्तमान तक लंबी चर्चा हुई। इस दौरान न कोई मंत्री का प्रोटोकाल था न सुरक्षा थी। इस सहज और सरल मुलाकात में बस सब दोस्त थे और दोस्तों की तरह मिले।

एक छात्र होने के नाते विश्वविद्यालय के विकास के लिए हर संभव कोशिश करता रहूंगा : खटीक

सागर (नवदुनिया प्रतिनिधि)। केन्द्रीय मंत्री (सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय) डा. वीरेंद्र कुमार खटीक ने बुधवार को डाक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर में गौर प्रांगण पहुंचकर विश्वविद्यालय के संस्थापक डा. हरीसिंह गौर की समाधि पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धांजलि दी। व्यक्तिगत दौरे के दौरान वह अचानक विश्वविद्यालय पहुंचे जिनका कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने स्वागत किया।

उन्होंने विश्वविद्यालय को उनके मंत्रालय द्वारा स्वीकृत विभिन्न परियोजनाओं की प्रगति की जानकारी भी ली। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि मेरे जीवन में इस विश्वविद्यालय का काफी योगदान रहा है। एक छात्र होने के नाते मैं आजीवन विश्वविद्यालय के विकास के लिए हर संभव कोशिश करता रहूंगा। इस अवसर पर पूर्व विधायक भानू राणा, विवि यंत्री राहुल गोस्वामी, डा. मुकेश साहू सहित शहर के कई गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

पुराने मित्रों से की मुलाकात: केन्द्रीय मंत्री ने सागर प्रवास के दौरान अपने पुराने मित्रों से मुलाकात कर उनका हालचाल पूंछा। मंत्री ने अपने मित्र की सिविल लाइन स्थित दुकान पर पहुंचकर दोस्तों के साथ समय बिताया। वह सबसे पहले अपने पुराने मित्र मधुकांत शाह के निवास पर पहुंचे और उनके स्वजनों से मुलाकात की। शाह परिवार ने उनका स्वागत किया एवं बीते दिनों की यादें ताजा की जब वीरेन्द्र कुमार भाजपा के एक साधारण कार्यकर्ता हुआ करते थे। इसके बाद वह सिविल लाइन पहुंचे और यहां उन्होंने अपने साथी कमल सबलोक, पूर्व विधायक भानू राणा, भगत सिंह आदि मित्रों से मुलाकात की।

विश्वविद्यावयं परिसर में डा. गौर की समाधि पर पुष्प चक्र अर्पित करते हुए केंद्रीय मंत्री डा. वीरेंद्र कुमार खटीक। ● नवदुनिया

मन मस्तिष्क में सौम्यता और सरलता का भाव लाता है योग : कुलपति

सागर, देशबन्धु। योग वह तरंगें पैदा करने वाली विद्या है जिससे मन एवं मस्तिष्क में सौम्यता एवं सरलता का भाव उत्पन्न होता है। यदि मनुष्य में सौम्यता एवं सरलता आ जाती है तो मानवता का उद्धार होता है। मानवता के उद्धार के लिये योग को जीवन का अंग बनाना होगा। उक्त उद्गार प्रो.नीलिमा

गुप्ता-कुलपति डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय ने मानवता के लिए योग विषय पर बीस दिवसीय कार्यशाला का उद्घाटन के अवसर पर व्यक्त किए। प्रो. गुप्ता ने आगे कहा सर्वप्रथम हमें एक श्रेष्ठ व्यक्ति बनना होगा, श्रेष्ठ व्यक्ति से एक व्यक्तित्व का निर्माण होता है और व्यक्तित्व से मानवता विकसित होती है और इसके लिए भारतीय योग परंपरा की अनुषासित जीवन पद्धति सबसे अचूक उपाय है। हमें अपनी इस विद्या का प्रचार प्रसार एवं संवर्धन करना पड़ेगा तभी हम मानवता के लिये अपना योगदान दे पायेंगे। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि योगाचार्य विष्णु आर्य ने कहा समाज ने जब से योग और यज्ञ को छोडा तभी से विकृतियां एवं विषमताएं बढ़ने लगी। इसके परिणामस्वरूप हमारे संस्कार एवं संस्कृति विलुप्त हो गये। यहीं मानवता के ह्रास का कारण बना। हमें पुनः योग एवं यज्ञ आधारित संस्कृति की ओर लौटना होगा तभी मानवता की जड़े मजबूत होंगी। श्री आर्य ने श्री हनुमान जी के लंका प्रसंग की चर्चा करते हुए कहा श्री राम ने उनसे सीता का पता लगाने को कहा था परंतु परिस्थिति अनुसार श्री हनुमान ने समुद्र लांघा, लंका में युद्ध किया, लंका को जलाया, आवश्यकता हुई तो बंदी बने, सीता से श्री राम के लिये चूड़ीमणि ली, इस प्रकार विभिन्न कार्यकलाप किए जो आवष्यक थे। विद्यार्थीयों का आवाहन करने हुए उन्हें भी अपनी क्षमताओं को पहचानने और उपयोग करने का सफलता का मंत्र सिखाया। प्रो. आनंद प्रकाश त्रिपाठी ने कहा मनुष्य के जीवन में संकल्प, समर्पण एवं निष्ठा बनी रहनी चाहिए। योग विषय ज्ञान को व्यवहार आचार विचार में उतारने एवं पालन करने की विद्या है। योग जीवन का परिष्कार करने की विद्या है। स्वागत भाषण देते हुए योग विभागाध्यक्ष प्रो.गणेश गिरी ने कहा यह कार्यशाला आगामी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के परिप्रेक्ष्य में आयोजित की जा रही है। इस कार्यशाला का उद्देश्य विश्व शांति, मानव जीवन का विकास एवं पूर्ण स्वास्थ्य प्राप्त करना है। कार्यक्रम के प्रारंभ में छात्रा अनुराधा सोनी ने आदियोगी की स्तुति प्रस्तुत की। विद्यार्थीयों ने योगाभ्यास की प्रदर्शन किया। कार्यक्रम का संचालन डॉ. अरूण कुमार साव ने तथा आभार ज्ञापन डॉ. नितिन कोरपाल ने किया।

मन मस्तिष्क में सौम्यता एवं सरलता का भाव लाता है योग : कुलपति

बीस दिवसीय कार्यशाला का उद्‌घाटन किया

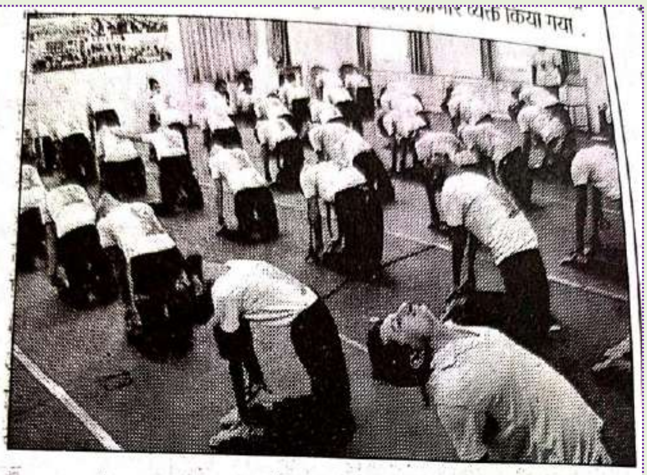
जागरण न्यूज, सागर

योग वह तरंगें पैदा करने वाली विद्या है जिससे मन एवं मस्तिष्क में सौम्यता एवं सरलता का भाव उत्पन्न होता है। यदि मनुष्य में सौम्यता एवं सरलता आ जाती है तो मानवता का उद्धार होता है। मानवता के उद्धार के लिये योग को जीवन का अंग बनाना होगा। उक्त उद्गार प्रो.नीलिमा गुप्ता कुलपति डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय ने मानवता के लिए योग विषय पर बीस दिवसीय कार्यशाला के उद्घाटन के अवसर पर व्यक्त किए। प्रो. गुप्ता ने कहा कि सर्वप्रथम हमें एक श्रेष्ठ व्यक्ति बनना होगा, श्रेष्ठ व्यक्ति से एक व्यक्तित्व का निर्माण होता है और व्यक्तित्व से मानवता विकसित होती है और इसके लिए भारतीय योग परंपरा की अनुषासित जीवन पद्धति सबसे अचूक उपाय है। हमें अपनी इस विद्या का प्रचार प्रसार एवं संवर्धन करना पड़ेगा तभी हम मानवता के लिये अपना योगदान दे पायेंगे। विशिष्ट अतिथि योगाचार्य विष्णु आर्य ने कहा कि समाज ने जब से योग और यज्ञ को छोड़ा तभी से विकृतियां एवं विषमताएं बढ़ने लगीं। इसके परिणामस्वरूप हमारे संस्कार एवं संस्कृति विलुप्त हो गये। श्री आर्य ने हनुमानजी के लंका प्रसंग की चर्चा करते हुए कहा कि श्रीराम ने उनसे सीता का पता लगाने को कहा था परंतु परिस्थिति अनुसार श्री हनुमान ने समुद्र लांघा, लंका में युद्ध किया, लंका को जलाया, आवश्यकता हुई तो बंदी बने, सीता से श्रीराम के लिये चूड़ीमणि ली। इस प्रकार विभिन्न कार्यकलाप किए जो आवश्यक थे। प्रो. आनंद प्रकाश त्रिपाठी ने कहा कि मनुष्य के जीवन में संकल्प, समर्पण एवं निष्ठा बनी रहनी चाहिए। योग विषय ज्ञान को व्यवहार आचार विचार में उतारने एवं पालन करने की विद्या है। योग जीवन का परिष्कार करने की विद्या है। स्वागत भाषण देते हुए योग विभागाध्यक्ष प्रो.गणेश गिरी ने कहा कि यह कार्यशाला आगामी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के परिप्रेक्ष्य में आयोजित की जा रही है।

आधुनिक समय में इलेक्ट्रानिक गजेट्स का प्रयोग मानसिक समस्याओं का कारण :डॉ. शुक्ला

सागर, देशबन्धु। आज के समय में इलेक्ट्रानिक गजेट्स मोबाइल, कम्प्यूटर आदि का अत्यधिक प्रयोग विभिन्न मानसिक समस्याएं उत्पन्न कर रहा है। इस कारणवश मुनष्य की मानसिक एकाग्रता एवं स्थिति में व्यापक परिवर्तन देखने को मिल रहा है। यद्यपि ये गजेट्स हमारे जीवन का अभिन्न अंग बन गये हैं फिर भी आवश्यकतानुसार उपयोग हमारा मन एवं मस्तिष्क संतुलित रखेगा। उक्त उद्गार डॉ. दिवाकर शुक्ला विभागाध्यक्ष कम्प्यूटर साईंस ने बीस दिवसीय योग कार्यशाला में व्यक्त किए। डॉ. शुक्ला ने आगे कहा इन उपकरणों एवं यंत्रो से निकलने वाले रेडियेशन शरीर के लिये घातक हैं अत: योगाभ्यास के माध्यम में शारीरिक क्षमताएँ एवं प्रतिरोधात्मक शक्ति का विकास करने के लिये योग को जीवन का अंग बनाना होगा। योग विभागाध्यक्ष प्रोफेसर जीएस गिरी ने योगाभ्यास तथा योगिक आहार से रोग प्रतिरोधक क्षमता के विकास पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा योग एवं आयुर्वेद के सिद्धांतों के माध्यम से नित्य हित पूर्वक आहार विहार, ऋतुचर्या, दिनचर्या और रात्रिचर्या के नियमों का पालन कर इनसे बचाव कर सकते हैं।

कर्मयोग पर चर्चा करते हुए महेन्द्र कुमार शर्मा ने कहा मनुष्य कर्म के बिना जीवन की कल्पना नही कर सकता। कर्म में दो भावनाएं निहित हैं सकाम कर्म और निष्काम कर्म। कर्मयोग आसक्ति, कामनां, इच्छा रहित निष्काम कर्म का संदेश देता है। सकाम कर्म क्षणिक सुख पैदा करते हैं जबकि निष्काम कर्म इस जीवन के बाद भी सतचित आनंद की अनुभूति कराते हैं। विभागीय छात्रा मिस चंचल चौरसिया ने योग पर केन्द्रित भजन एवं मिस किर्तिका ने कविता पाठ किया। कार्यशाला के प्रायोगिक खंड में आयुष मंत्रालय का निर्धारित प्रोटोकोल का अभ्यास डॉ.ब्रजेश सिंह ठाकुर ने कराया एवं धन्यवाद डॉ.अरूण साव ने किया।



इलेक्ट्रानिक गजेट्स पैदा कर रहे मानसिक विकार

सागर. आज के समय में इलेक्ट्रानिक गजेट्स मोबाइल, कम्प्यूटर आदि का अत्यधिक प्रयोग विभिन्न मानसिक समस्याएँ उत्पन्न कर रहा है. इस कारणवष मुनष्य की मानसिक एकाग्रता एवं स्थिति में व्यापक परिवर्तन देखने को मिल रहा है. यद्यपि ये गजेट्स हमारे जीवन का अभिन्न अंग बन गये हैं. उक्त उद्गार डॉ.दिवाकर शुक्ला विभागाध्यक्ष कम्प्यूटर साईंस ने योग कार्यशाला में व्यक्त किए. डॉ. शुक्ला ने कहा कि इन उपकरणों एवं यंत्रो से निकलने वाले रेडियेशन शरीर के लिये घातक हैं. योग विभागाध्यक्ष प्रो. जी.एस.गिरी ने योगाभ्यास तथा योगिक आहार से रोग प्रतिरोधक क्षमता के विकास पर प्रकाश डाला. उन्होंने कहा कि योग एवं आयुर्वेद के सिद्धांतों के माध्यम से नित्य हित पूर्वक आहार विहार, ऋतुचर्या, दिनचर्या और रात्रिचर्या के नियमों का पालन कर इनसे बचाव कर सकते हैं.कार्यक्रम को महेन्द्र कुमार शर्मा ने भी संबोधित किया. संचालन डॉ.ब्रजेश सिंह ठाकुर ने एवं आभार डा. अरूण साव ने माना.

'आधुनिक समय में इलेक्ट्रानिक गजेट्स का प्रयोग मानसिक समस्याओं का कारण'

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. आज के समय में इलेक्ट्रानिक गजेट्स मोबाइल, कम्प्यूटर आदि के अत्यधिक प्रयोग से विभिन्न मानसिक समस्याएँ खड़ी हो रही हैं। इस कारण मुनष्य की मानसिक एकाग्रता और स्थिति में व्यापक परिवर्तन देखने को मिल रहा है। यह विचार कम्प्यूटर सांइस विभाग के एचओडी डॉ.दिवाकर शुक्ला ने बीस दिवसीय योग कार्यशाला के दौरान कहे। उन्होंने कहा कि इन उपकरणों व यंत्रो से निकलने वाले रेडियेशन शरीर के लिये घातक हैं। योगाभ्यास के माध्यम में शारीरिक क्षमताएं व प्रतिरोधात्मक शक्ति का विकास करने के लिए योग को जीवन का अंग बनाना होगा। योग विभागाध्यक्ष प्रोफेसर जीएस गिरी ने योगाभ्यास तथा योगिक आहार से रोग प्रतिरोधक क्षमता के विकास पर प्रकाश डाला। कर्मयोग पर चर्चा करते हुए महेंद्र कुमार शर्मा ने कहा कि मनुष्य कर्म के बिना जीवन की कल्पना नही कर सकता। सकाम कर्म क्षणिक सुख पैदा करते हैं जबकि निष्काम कर्म इस जीवन के बाद भी सतचित आनंद की अनुभूति कराते हैं। विभागिय छात्रा मिस चंचल चौरसिया ने योग पर केन्द्रित भजन एवं मिस किर्तिका ने कविता पाठ किया। कार्यशाला के प्रायोगिक खंड में आयुष मंत्रालय का निर्धारित प्रोटोकोल का अभ्यास डॉ. ब्रजेश सिंह ठाकुर ने कराया और आभार डॉ. अरूण साव ने माना।

विश्वविद्यालय में मनाया जायेगा पर्यावरण जागरूकता सप्ताह

जागरण, सागर। डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय 5 जून से 11 जून तक पर्यावरण जागरूकता सप्ताह मनाया जायेगा। गौरतलब है कि 5 जून को विश्व पर्यावरण दिवस है जिसकी इस वर्ष की संकल्पना है- केवल एक पृथ्वी। सप्ताह भर चलने वाले इस कार्यक्रम की शुरुआत रविवार को विश्वविद्यालय के शॉपिंग परिसर में कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता द्वारा वृक्षारोपण कार्यक्रम एवं पोस्टर प्रदर्शनी के द्वारा की जाएगी। इसी के तहत विश्वविद्यालय के पर्यावरण अध्ययन केंद्र एवं राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के संयुक्त तत्वावधान में विभिन्न कार्यक्रम, ऑनलाइन व्याख्यान, ऑनलाइन पोस्टर प्रतियोगिता, ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी, ऑनलाइन आशुभाषण प्रतियोगिता आदि का आयोजन किया जायेगा। इसी क्रम में इस आयोजन में प्रख्यात पर्यावरण कार्यकर्ता पद्मभूषण डॉ.अनिल प्रकाश जोशी, प्रख्यात शिक्षाविद अतुल कोठारी, प्रो.बलदेवभाई शर्मा कुलपति कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता विश्वविद्यालय, प्रमुख नीतिकार प्रो.चांद किरण सलूजा, जवाहरलाल नेहरु विश्वविद्यालय के प्रो. कौशल कुमार शर्मा, महर्षि दयानंद सरस्वती विश्वविद्यालय अजमेर के पूर्व कुलपति एवं वैज्ञानिक प्रो.के.के शर्मा, कर्नल आशुतोष सिंह, प्रो.प्रमोद खरे, सुश्री प्रिय पाठक सहित कई शिक्षाविद इसमें ऑनलाइन व्याख्यान देंगे।

संक्षिप्त समाचार

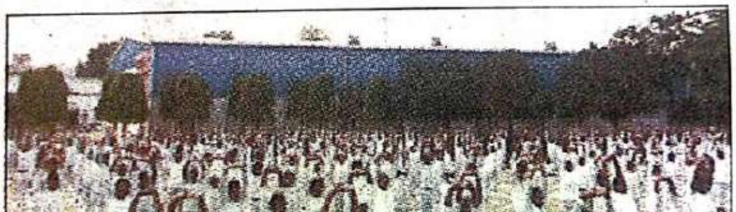
विवि में मनाया जायेगा पर्यावरण जागरूकता सप्ताह

सागर, आचरण। डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर में 05 जून से 11 जून तक पर्यावरण जागरूकता सप्ताह मनाया जायेगा. गौरतलब है कि 05 जून को विश्व पर्यावरण दिवस है, जिसकी इस वर्ष की संकल्पना है-केवल एक पृथ्वी. सप्ताह भर चलने वाले इस कार्यक्रम की शुरुआत 5 जून को विश्वविद्यालय के शॉपिंग परिसर में कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता द्वारा वृक्षारोपण कार्यक्रम एवं पोस्टर प्रदर्शनी के द्वारा की जाएगी। इसी के तहत विश्वविद्यालय के पर्यावरण अध्ययन केंद्र एवं राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के संयुक्त तत्वावधान में विभिन्न कार्यक्रम, ऑनलाइन व्याख्यान, ऑनलाइन पोस्टर प्रतियोगिता, ऑनलाइन प्रश्नोत्तरी, ऑनलाइन आशुभाषण प्रतियोगिता आदि का आयोजन किया जायेगा। इसीक्रम में इस आयोजन में प्रख्यात पर्यावरण कार्यकर्ता पदमभूषण डॉ. अनिल प्रकाश जोशी, प्रख्यात शिक्षाविद अतुल कोठारी, प्रो. बलदेवभाई शर्मा, कुलपति, कुशाभाऊ ठाकरे पत्रकारिता विश्वविद्यालय, प्रमुख नीतिकार प्रो. चाँद किरण सलूजा , जवाहरलाल नेहरु विश्वविद्यालय के प्रो. कौशल कुमार शर्मा, महर्षि दयानंद सरस्वती विश्वविद्यालय अजमेर के पूर्व कुलपति एवं वैज्ञानिक प्रो. के.के.शर्मा, कर्नल आशुतोष सिंह, प्रो. प्रमोद खरे, सुश्री प्रिय पाठक सहित कई शिक्षाविद इसमें ऑनलाइन व्याख्यान देंगे।

विश्वविद्यालय ने शिविर का आयोजन कर बताए योग के फायदे, जेल परिसर में लगाए आसन

योग जीवन को नई दिशा प्रदान करता है: प्रो. गिरी

जागरण न्यूज, सागर



परिस्थितियां मनुष्य के जीवन में सकारात्मक एवं नकारात्मक दोनों प्रकार से प्रभाव डालती हैं। सकारात्मक प्रभाव में मनुष्य मनुष्यता का पर्याय बन जाता है तो नकारात्मकता के प्रभाव में मनुष्य हैवान बन जाता है। इसी के परिणामस्वरूप वह अपराध कर बैठता है और कानून व्यवस्था के तहत दण्डित होता है। मानवीय आधार पर जिन्हें हम पूर्व में कारागार एवं जेल कहते थे उन्हें अब सुधार गृह का दर्जा दिया गया है और उनमें योग के अभ्यास दिनचर्या का हिस्सा बन गये हैं। यह बात योग विभाग के अध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने केन्द्रीय जेल में योग शिविर में कही। ज्ञातव्य है कि जेल प्रशासन के अनुरोध पर योग शिक्षा विभाग द्वारा बीस दिवसीय योग शिविर जेल परिसर में आयोजित किया गया है जिसमें स्त्री एवं पुरुष अलग-अलग योगाभ्यास की बारीकियां सीख रहे हैं जिनमें लगभग 525 कैदी शामिल हैं। केन्द्रीय जेल में भी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को मनाया जायेगा जिसकी तैयारी इस शिविर के माध्यम से चल रही है। प्रो. गिरी ने कहा कि मन एवं मस्तिष्क पर परिस्थितियों के प्रभाव के कारण मनुष्य सही दिशा में आगे बढ़ता है तो कठिन से कठिन कार्य आसानी से कर पाता है, तो वहीं यदि नकारात्मक प्रभावों के वश में आता है तो असामाजिक कृत्यों में लिप्त हो जाता है। योग' चूंकि चित्त का विज्ञान है अतः मन बुद्धि और अहंकार से निर्मित चित्त को स्थिर रखते हुए एक परिपक्व व्यक्तित्व का निर्माण किया जा सकता है। कर्म सिद्धांत के परिप्रेक्ष्य में प्रो. गिरी ने कहा कि प्रत्येक कर्म का फल निश्चित रूप से मिलता ही है। आज इस सुधार गृह में सीखे योगाभ्यास से आपके शारीरिक एवं मानसिक विकास के साथ आध्यात्मिक विकास का मार्ग भी प्रशस्त होगा। डॉ. नितिन कोरपाल ने बताया कि विश्व का सबसे प्राचीन योग विभाग हमारे सागर विश्वविद्यालय में ही है। यदि आप इस विद्या के अर्थ को समझ पायेंगे तो निश्चित अपने परिवारजनों को योग सीखने के लिए प्रेरित करेंगे। योग सैद्धांतिक के साथ साथ पूर्णतः व्यवहारिक विज्ञान है जो एक उत्कृष्ट मानव का निर्माण करने की क्षमता रखता है। कार्यशाला का संचालन इकबालजीत सिंह, विकास अहिरवार, आस्था जैन एवं भारती अहिरवार कर रहे हैं जिसमें योगाभ्यास, प्राणायाम, बंध, मुद्रा, शोधन क्रियाएं तथा ध्यान सहित प्रार्थनाओं का अभ्यास कराया जा रहा है।

स्मार्ट सिटी बनाकर हम विकास कर रहे, पर पर्यावरण पर नहीं दे रहे ध्यान : कुलपति

सागर(नवदुनिया प्रतिनिधि)। विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर विश्वविद्यालय के शापिंग परिसर में कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता एवं अतिथियों द्वारा पौधारोपण कार्यक्रम एवं पोस्टर प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। विश्वविद्यालय में 5 से 11 जून तक पर्यावरण जागरूकता सप्ताह मनाया जाएगा।

पौधारोपण कार्यक्रम में कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि पर्यावरण रहेगा तभी हम बचेंगे। प्रकृति के साथ अन्यायपूर्ण व्यवहार से पर्यावरण असंतुलन का खतरा पैदा हुआ है और इसके जिम्मेदार हम सब मनुष्य ही हैं। इसलिए इसके प्रति सचेत होकर प्रकृति के सद्भावपूर्ण व्यवहार करना चाहिए। आज स्मार्ट सिटी और बहुमंजिला इमारतें बनाकर हम तेजी से विकास तो हो रहा हैं, लेकिन उसकी तुलना में पर्यावरण पर बिल्कुल ध्यान नहीं दे रहे हैं। इसलिए हम सभी हम सभी इस पृथ्वी को और बचाने में एक होकर संकल्प लें। इस अवसर पर शहर की प्रमुख सामाजिक कार्यकर्ता डा. वंदना गुप्ता, कर्नल ए. पी सिंह, आनंद जैन, प्रीति केशरवानी, आजीविका मिशन के अनूप तिवारी सभी ने अपने विचार रखे और पर्यावरण के प्रति जागरूक रहने का संदेश दिया।

पोस्टर प्रदर्शनी लगी, सुनाई कविताएं : इस अवसर पर विश्वविद्यालय के विभिन्न विभागों एवं राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के छात्र-छात्राओं ने पोस्टर प्रदर्शनी में सहभागिता की और अपने बनाए गए पोस्टर का प्रदर्शन किया। सभी ने अपने पोस्टर के माध्यम से पर्यवारण के प्रति संवेदनशीलता बरतने और प्रकृति को बचाने की अपील की। कई छात्राओं ने स्वरचित कविताएं सुनाईं और पृथ्वी और पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। कार्यक्रम का संचालन वनस्पति विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो दीपक व्यास ने किया। कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने कहा कि आज पर्यावरण असंतुलन का खतरा तेजी से बढ़ा है। कार्यक्रम के दूसरे सत्र में आयोजित व्याख्यान कार्यक्रम में प्रख्यात शिक्षाविद् और नीतिकार प्रो. चांद किरण सलूजा ने कहा कि दुनिया के प्रत्येक देश ने पर्यावरण अध्ययन को अपनी शिक्षा नीति में शामिल किया है। इसका यही मतलब है कि पर्यावरण का विषय एक सार्वभौमिक चिंता का विषय है। कर्नल एपी सिंह ने बताया कि प्रकृति का संरक्षण आज के समय की सबसे महत्ती आवश्यकता है। प्रो. अम्बिका दत्त शर्मा ने कहा कि दुनिया में पर्यावरण को लेकर की जाने वाली सभी चिंताओं का समाधान भारतीय चिंतन, संस्कृति एवं जीवन पद्धति में है। कार्यक्रम का संचालन शोध छात्रा कुमारी स्मिता मिश्र ने किया।

कार्यक्रम को संबोधित करती हुई कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता। ● नवदुनिया

रन फार नेचर दौड़ के बाद खिलाड़ियों ने पौधारोपण किया। ● नवदुनिया

दूषित पर्यावरण स्वस्थ शरीर पर सीधा असर करता है

सागर। कलेक्टर दीपक आर्य ने विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर जिला चिकित्सालय में आयोजित कार्यक्रम में कहा कि दूषित पर्यावरण स्वस्थ शरीर पर सीधा असर करता है इसलिए पौधे लगाएं एवं उसे सहेज कर रखें। कलेक्टर श्री आर्य ने कहा कि मानव और पर्यावरण एक-दूसरे पर निर्भर होते हैं। पर्यावरण जैसे जलवायु, प्रदूषण या वृक्षों का कम होना मानव शरीर और स्वास्थ्य पर सीधा असर डालता है। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डा. डीके गोस्वामी, सिविल सर्जन डा. ज्योति चौहान ने भी अपने विचार व्यक्त किए एवं पर्यावरण बचाने के लिए आवश्यक उपाय के संबंध में विस्तार से जानकारी दी। इस अवसर पर स्मार्ट सिटी के सीइओ राहुल सिंह राजपूत व कलेक्टर ने पौधारोपण किया।

पर्यावरण संरक्षण के लिए बच्चों और युवाओं ने लगाई दौड़

विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर जिला मुख्यालय पर पर्यावरण दौड़ का आयोजन प्रात: 6 से किया गया। जिला प्रशासन के निर्देश पर खेल युवा कल्याण विभाग एवं जन अभियान परिषद द्वारा रन-फॉर नेचर का आयोजन किया गया। इस दौरान प्रशिक्षण केंद्रों के 80 खिलाड़ियों और समस्त खेल प्रशिक्षकों ने भाग लिया। दौड़ वात्सल्य हायर सेकेंडरी स्कूल से प्रारंभ की गई जो सिविल लाइन चौराहे से होते हुए एसपी बंग्ला से वापस वात्सल्य स्कूल पर समाप्त की गई। दौड़ की शुरुआत रोटरी क्लब के पूर्व अध्यक्ष वीनू राणा, जिला खेल और युवा कल्याण अधिकारी प्रदीप अबिद्रा, जिला समन्वयक केके मिश्रा द्वारा हरी झंडी दिखाकर की गई। इसमें श्री मंगल सिंह यादव प्रशिक्षक, प्रेम नीति राय अर्जुन सिंह रावत, सीमा चक्रवर्ती, उमेश चंद्र मौर्य, श्याम लाल पाल, अंजलि पाठक उपस्थित रहे।

अधिकारी मौजूद थे। है और गर्मी की वजह से जनजीवन बुरी तरह प्रभावित हुआ है।

पर्यावरण दिवस : शॉपिंग परिसर में पौधारोपण व पोस्टर प्रदर्शनी के साथ हुई शुरुआत

जागरण न्यूज, सागर

पर्यावरण दिवस के मौके पर रविवार को शहर में विभिन्न आयोजन हुए। डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय में 5 जून से 11 जून तक पर्यावरण जागरूकता सप्ताह मनाया जाएगा। कार्यक्रम की शुरुआत रविवार को विश्वविद्यालय के शॉपिंग परिसर में कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता एवं अतिथियों द्वारा वृक्षारोपण कार्यक्रम एवं पोस्टर प्रदर्शनी के साथ हुई। कुलपति प्रो.गुप्ता ने कहा कि पर्यावरण रहेगा तभी हम बचेंगे। कुलपति ने कहा कि प्रकृति के अन्यायपूर्ण दोहन से पैदा होने वाला संकट सभी के लिए एक जैसा ही है इसलिए हम सभी हम सभी इस पृथ्वी को और बचाने में एक होकर संकल्प लें। इस अवसर पर अतिथियों ने अपने विचार रखे और पर्यावरण के प्रति जागरूक रहने का संदेश दिया। सभी अतिथियों ने इस बात पर जोर दिया कि हम सबको अपने आसपास के हिस्से को स्वच्छ रखना चाहिए। कार्यक्रम का संचालन वनस्पति विज्ञान विभाग के विभागाध्यक्ष प्रो दीपक व्यास ने किया। कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने आभार वक्तव्य देते हुए कहा कि आज पर्यावरण असंतुलन का खतरा तेजी से बढ़ा है। इस अवसर पर विश्वविद्यालय की कुलपति और अतिथियों ने सेंटर प्वाइंट शॉपिंग परिसर और नवनिर्मित आचार्य शंकर भवन परिसर में वृक्षारोपण किया। पोस्टर प्रदर्शनी में छात्र-छात्राओं ने सहभागिता करते हुए कविताएं भी सुनाईं। विश्व पर्यावरण दिवस पर आयोजित कार्यक्रम के दूसरे सत्र में व्याख्यान कार्यक्रम आयोजित किया गया।

जन-जागरुकता के लिए रन फॉर नेचर

विश्व पर्यावरण दिवस 5 जून के अवसर पर जिला मुख्यालय पर पर्यावरण दौड़ का आयोजन प्रातः 6 से 8:30 के मध्य किया गया। जिला प्रशासन के निर्देश पर खेल युवा कल्याण विभाग एवं जन अभियान परिषद द्वारा रन फॉर नेचर का आयोजन किया गया। जिसमें खेल और युवा कल्याण विभाग सागर के प्रशिक्षण केंद्रों के 80 खिलाड़ियों और समस्त खेल प्रशिक्षकों ने भाग लिया। दौड़ वात्सल्य हायर सेकेंडरी स्कूल से प्रारंभ की गई जो सिविल लाइंस चौराहे से होते हुए एवापस वात्सल्य स्कूल पर समाप्त की गई। दौड़ की शुरुआत रोटरी क्लब के पूर्व अध्यक्ष बीनू राणा, जिला खेल और युवा कल्याण अधिकारी प्रदीप अबिद्रा, केके मिश्रा जिला समन्वयक द्वारा हरी झंडी दिखाकर की गई। दौड़ पूरी होने के बाद सभी खिलाड़ियों के साथ वृक्षारोपण किया गया। अंत में सभी खिलाड़ियों को पर्यावरण बचाने एवं और पेड़ों की रक्षा करने के लिए शपथ दिलाई गई। इसमें मंगल सिंह यादव प्रशिक्षक, प्रेम नीति राय, अर्जुन सिंह रावत, श्रीमती सीमा चक्रवर्ती, उमेशचंद्र मौर्य, श्यामलाल पाल, अंजलि पाठक, आरती प्रजापति, नमिता वानखेड़े, शिवदीन, नीरज व्यास, दिनेश दुबे, मुकेश शर्मा, मिथिलेश यादव, रामबाबू विश्वकर्मा, बद्री सेन आदि उपस्थित रहे।

जागरुकता एवं पौधारोपण कार्यक्रम का आयोजन

प्रधान जिला न्यायाधीश अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण अरूण कुमार सिंह के निर्देश पर विश्व पर्यावरण संवर्धन एवं संरक्षण सप्ताह 5 से 11 जून तक अंतर्गत वन विभाग सागर के समन्वय से रविवार को दक्षिण वन मंडल में विधिक साक्षरता जागरूकता शिविर एवं वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जागरूकता शिविर में सचिव जिला विधिक सेवा प्राधिकरण मनीष भट्ट, सीसीएफ अमित दुबे, जिला वन मंडल अधिकारी नवीन गर्ग, परिक्षेत्र सहा. ओमकार प्रसाद मिश्रा, विधि छात्र सुश्री अंशिता चतुर्वेदी, अमोल वर्मा, सुश्री माही चौकसे एवं कार्यालय जिला विधिक सेवा प्राधिकरण एवं वन विभाग के सुरक्षाकर्मी व कर्मचारीगण उपस्थित रहे। सचिव श्री भट्ट ने कहा कि पर्यावरण की सुरक्षा करना हमारा नैतिक कर्तव्य है। सीसीएफ श्री दुबे ने पर्यावरण का जीवन में अहम भूमिका के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि वर्तमान में एसी जैसे उपकरणों का वृहद स्तर पर इस्तेमाल हो रहा है जिससे पर्यावरण को गंभीर हानि पहुंच रही है। जिला वन मंडल अधिकारी नवीन गर्ग ने कहा कि हमें पर्यावरण संरक्षण के साथ संवर्धन करने की भी अति आवश्यकता है। कार्यक्रम के बाद शिविर स्थल पर छायादार एवं फलदार पौधों का रोपण किया गया।

मप्र प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड ने लगाया डिस्प्ले बोर्ड

तिली रोड स्थित अटल पार्क में हाई वॉल्यूम डस्ट सैंपलर के माध्यम से वायु गुणवत्ता मापन का कार्य संपन्न किया गया। भारत सरकार द्वारा प्लास्टिक अपशिष्ट प्रबंधन संशोधन नियम 2021 के माध्यम से प्लास्टिक एवं थर्मोकोल आदि से निर्मित सिंगल यूजप्लास्टिक को चिन्हित वस्तुओं को आगामी 1 जुलाई से प्रतिबंधित किया गया है। इसी तारतम्य में आम नागरिकों को पैंफलेट वितरण कर जन जागृति कार्यक्रम संपन्न किया गया। विभाग द्वारा कॉटन के बने थैलों का वितरण भी किया। विभाग द्वारा अटल पार्क में मैसेज मूविंग डिस्पले बोर्ड लगाया गया है जिस का अवलोकन कलेक्टर द्वारा किया गया। ऑनलाइन डिस्पले बोर्ड के माध्यम से शहर कि वायु गुणवत्ता का पर्यावरण आंकड़ों से जागरूक किया जाएगा।

योग में गुरू एवं ज्ञान दोनों आवश्यक

नवभारत न्यूज

सागर 5 जून. योग में गुरू एवं ज्ञान दोनों ही आवश्यक हैं. मैंने अपने गुरू स्वामी सत्यानन्द जी से प्रत्यक्ष योगनिद्रा, अंतमौंन, चिदाकाश धारणा,त्राटक विधि एवं नासिकाग्र ध्यान के अभ्यास सीखे जिसे मैंने स्कूली विद्यार्थीयों को सिखाते हुए प्रायोगिक परीक्षण किए जिसके बहुत सकारात्मक परिणाम मुझे प्राप्त हुए.

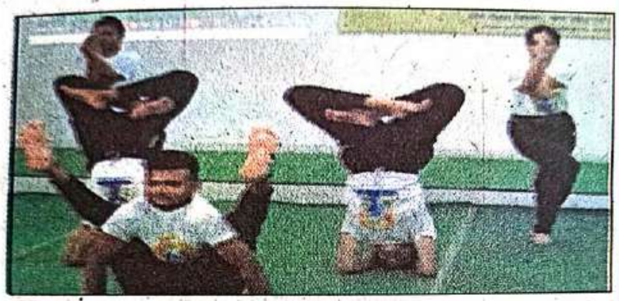
यह उक्त उद्गार योगाचार्य एनआर भार्गव ने योग शिक्षा विभाग की कार्यशाला में व्यक्त किए. एजुकेशनल मल्टीमीडिया रिसर्च सेंटर के निदेशक डा. पंकज तिवारी ने कहा कि भारतीय शास्त्र परंपरा में छोटे छोटे सूत्र श्लोकों के माध्यम से ज्ञान के गूढ एवं रहस्यमयी तथ्यों का उद्घाटन हमारे दृष्टा ऋषियों संतो एवं मनीषियों ने किए. स्वागत भाषण योगविभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने दिया.

अंजलि पटेल ने भजन प्रस्तुत किया, प्रियांशी सिंह ने नृत्य प्रस्तुत किया. संचालन डा. नितिन कोरपाल तथा आभार डा. अरूण साव ने किया.

योग द्वारा संकल्प, संस्कार, और उर्जा का विकास होता है: योगाचार्य भार्गव

सागर, देशबन्धु। योग में गुरू एवं ज्ञान दोनों ही आवश्यक हैं। मैंने अपने गुरू स्वामी सत्यानन्द जी से प्रत्यक्ष योगनिद्रा, अंतर्मौन, चिदाकाश धारणा, त्राटक विधि एवं नासिकाग्र ध्यान के अभ्यास सीखे जिसे मैंने स्कूली विद्यार्थीयों को सिखाते हुए प्रायोगिक परीक्षण किए जिसके बहुत सकारात्मक परिणाम मुझे प्राप्त हुए। यह उक्त उद्गार योगाचार्य एनआर भार्गव ने योग शिक्षा विभाग की कार्यशाला में व्यक्त किए। भार्गव जी ने आगे कहा कि इन अभ्यासों से विद्यार्थीयों के सोचने विचारने की शक्तिं, ज्ञान एवं सुप्त नैसर्गिक प्रतिभा का विकास हुआ। योग मन वचन कर्म के माध्यम से संकल्प संस्कार और उर्जा को विकसित करता है परंतु इसके लिये साहित्य अध्ययन, साधना की सतत् आवश्यकता होती है। मुख्य अतिथि डॉ. पंकज तिवारी ने कहा कि भारतीय शास्त्र परंपरा में छोटे-छोटे सूत्र श्लोकों के माध्यम से ज्ञान के गूढ एवं रहस्यमयी तथ्यों का उद्घाटन हमारे दृष्टा ऋषियों संतों एवं मनीषियों ने किए। इनमें निहित अर्थों को डिकोड करने की क्षमता मानव मस्तिष्क की प्रखरता पर निर्भर करती है। प्रखर एवं प्रबुद्ध बुद्धि की प्राप्ति के लिए योग को जीवन का अंग बनाना होगा। डॉ. तिवारी ने आगे कहा कि आधुनिक कंप्यूटर युग में उसकी भी सीमित क्षमताएं हैं क्योंकि जितना डाटा कंप्यूटर में भरा जाता है वह उतना ही कार्य कर पाता है। अपने आप कार्य करने की क्षमता केवल मानव मस्तिष्क में ही है। स्वागत भाषण योग विभागाध्यक्ष प्रो.गणेश शंकर गिरी ने दिया। अंजलि पटेल ने भजन प्रस्तुत किया, प्रियांशी सिंह ने महिषासुर मर्दिनी स्त्रोत पर नृत्य प्रस्तुत किया।

स्वस्थ्य जीवन की कामना प्रत्येक व्यक्ति का लक्ष्य : त्रिपाठी



सागर, देशबन्धु। प्राचीन काल से मानव मूल्यों के नष्ट होने की प्रक्रिया में प्राणीमात्र को राह दिखाने का कार्य योग विद्या ही रही है। स्वस्थ्य जीवन की कामना प्रत्येक व्यक्ति का लक्ष्य होता है और योग उसे प्राप्त करने की सबसे सरल युक्ति है। संयुक्त राष्ट्र संघ ने भी योग के शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक महत्त्व को स्वीकार करते हुए 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस इसीलिये घोषित किया है। उक्त विचार एचआरडीसी के सहायक निदेशक डॉ. कन्हैया त्रिपाठी ने आधुनिक परिप्रेक्ष्य में योग परंपरा विषय पर विशिष्ट अतिथि के रूप में अपने वक्तव्य में योग विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला में व्यक्त किए। योग विभागाध्यक्ष प्रो. जीएस गिरि ने अतिथियों का स्वागत कर कार्यशाला के उद्देश्यों पर प्रकाश डाला। कार्यशाला के प्रारंभ में सुरभि तिवारी द्वारा नृत्य प्रस्तुति की गई।

प्रकृति में ही निर्मित हैं पर्यावरण संरक्षण के तमाम सूत्र : शर्मा

नवभारत न्यूज

सागर 7 जून. डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय में पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के आयोजन के तीसरे दिन ऑनलाइन व्याख्यान आयोजित किये गये.

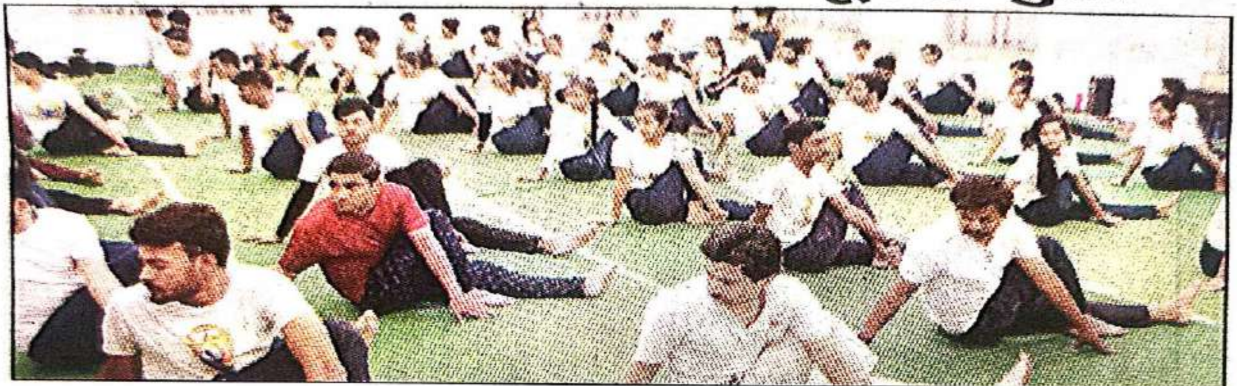
प्रथम व्याख्यान में क्षेत्रीय अध्ययन केंद्रए जवाहरलाल नेहरु विश्वविद्यालय नई दिल्ली के प्रो. कौशल कुमार शर्मा ने बताया कि पर्यावरण की सुरक्षा और उसका सतत विकास वर्तमान समय की सबसे बड़ी आवश्यकता है. मानव संस्कृति सदैव पर्यावरण के साथ सह.अस्तित्व के विचार से विकसित हुई है. भारतीय संस्कृति, जीवन मूल्य, विचार और परम्पराएँ सदैव पर्यावरण के संरक्षण करती आयी हैण् आज हमें स्थानीय तरीकों का उपयोग करके हमारे आसपास के परिवेश को बचाए रखना है. प्रो. प्रमोद खरे ने प्राकृतिक विविधताओं पर जोर दिया. प्रो.खरे ने मानव के उद्विकास की यात्रा को सृष्टि के विकास के साथ जोड़ते हुए पर्यावरण और मानव की अंतर्क्रिया को परस्पर पूरक बताया. उन्होंने चार्ल्स डार्विन के प्राकृतिक चयन के सिद्धांत के आधार पर मानव के उद्विकास को स्पष्ट किया. ऑनलाइन व्याख्यान में शोधार्थी प्रणब कुमार ने दोनों मुख्य वक्ताओं का परिचय दिया. कार्यक्रम में विद्यार्थी, शोधार्थी एवं शिक्षक सम्मिलित हुए.

पर्यावरण संरक्षण के सूत्र भारतीय संस्कृति में निहित

सागर, आचरण। डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर में पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के आयोजन के तीसरे दिन ऑनलाइन व्याख्यान आयोजित किये गये । प्रथमव्याख्यान में क्षेत्रीय अध्ययन केंद्र, जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय, नई दिल्ली के प्रो. कौशल कुमार शर्मा ने पर्यावरण के सतत विकास के स्थानीय तरीकों को विस्तार से समझाया. उन्होंने बताया कि पर्यावरण की सुरक्षा और उसका सतत विकास वर्तमान समय की सबसे बड़ी आवश्यकता है. मानव संस्कृति सदैव पर्यावरण के साथ सह-अस्तित्व के विचार से विकसित हुई है।

भारतीय संस्कृति, जीवन मूल्य, विचार और परम्पराएँ सदैव पर्यावरण के संरक्षण करती आयी है. आज हमें स्थानीय तरीकों का उपयोग करके हमारे आसपास के परिवेश को बचाए रखना है. मंगलवार के सत्र का दूसरा व्याख्यान डॉ. हरीसिंहगौर विश्वविद्यालय के वनस्पतिशास्त्र के प्रो.प्रमोदखरे ने प्राकृतिक विविधताओं पर दिया। प्रो. खरे ने मानव के उद्विकास की यात्रा को सृष्टि के विकास के साथ जोड़ते हुए पर्यावरण और मानव की अंतर्क्रिया को परस्पर पूरक बताया. उन्होंने चार्ल्स डार्विन के प्राकृतिक चयन के सिद्धांत के आधार पर मानव के उद्विकास को स्पष्ट किया. ऑनलाइन व्याख्यान में शोधार्थी प्रणब कुमार ने दोनों मुख्य वक्ताओं का परिचय दिया। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के विद्यार्थी, शोधार्थी एवं शिक्षक सम्मिलित हुए।

योगाभ्यास द्वारा रोग प्रतिरोधक क्षमता का विकास संभवः प्रो. यूएस गुप्ता



जागरण, सागर। मनुष्य के प्राणों को आक्सीजन द्वारा पोषित करने हेतु योगाभ्यास एक संतुलित व्यायाम प्रक्रिया है। उक्त उद्गार प्रो. यूएस गुप्ता ने योग शिक्षा विभाग की कार्यशाला में अपने वक्तव्य में व्यक्त किए। प्रो. गुप्ता ने विभिन्न शारीरिक अंगों एवं संस्थानों जैसे श्वसन तंत्र, मांसपेशी, संस्थान, ग्रंथि संस्थान, तंत्रिका तंत्र, उत्सर्जन एवं पाचन तंत्रों के अवयवों की चर्चा करते हुए योग की विभिन्न क्रियाओं, आसन एवं प्राणायाम के इन अंगों पर प्रभाव का वर्णन किया। प्रो.गुप्ता ने योगाभ्यास सहित ध्यान आदि पर विभिन्न शोधों की चर्चा करते हुए रोग प्रतिरोध क्षमता के विकास में सकारात्मक प्रभाव की व्याख्या की। कार्यक्रम के प्रारंभ में दिव्या पाण्डे द्वारा भजन प्रस्तुत किया गया। अंकित सोनी, रोहित पटेल, दीपेश अहिरवार एवं रोहित नापित द्वारा योगाभ्यास की प्रस्तुति दी गई। स्वागत भाषण योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने देते हुए अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियां पर प्रकाश डाला। संचालन डॉ. नितिन कोरपाल ने तथा आभार प्रवेश जाटव ने माना।

पुस्तकालय विज्ञान ने शिक्षा का महत्व बढ़ाया है: कुलपति

सागर, आचरण संवाददाता।

सागर. डॉ. हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर के जवाहर लाल नेहरू पुस्तकालय एवं एचआरडीसी के तत्वावधान में पाक्षिक "Digital Transformation of LIS Education and Services" विषय पर पुनश्चर्या पाठ्यक्रम का आयोजन किया था। समापन सत्र की अध्यक्षता करते हुए प्रभारी कुलपति प्रो. जनक अही ने कहा कि सूचना प्रौद्योगिकी के आने के बाद पुस्तकालय विज्ञान शिक्षा में एक नई क्रान्ति आई है. लोगों में डिजिटल साक्षरता बढ़ी है और ज्ञान के विभिन्न अनुशासनों में नई सूचना प्रौद्योगिकी का उपयोग तेजी से बढ़ा है. की। विवि के पूर्व छात्र रहे मुख्य अतिथि प्रो रोशन लाल रैना, कुलपति, जयपुर राष्ट्रीय विश्वविद्यालय जयपुर ने कहा कि आज के समय लोगों को तकनीकी से कनेक्ट रहने की आवश्यकता है. ज्ञान उत्पादन और शोध में नवीनतम तकनीक और प्रौद्योगिकी का महत्वपूर्ण योगदान है. इससे राष्ट्रीय शिक्षा नीति के उद्देश्यों को पूरा करने में काफी मदद मिलेगी। उद्घाटन समारोह का उद्घाटन 26 मई को प्रो. नीलिमा गुप्ता, कुलपति द्वारा किया गया था और मुख्य अतिथि प्रो. जे.पी. सिंह जूरेल, निदेशक इनफ्लिबनेट थे। कोर्स समन्वयक डॉ अनुराग श्रीवास्तव ने बताया कि हर दिन 90 मिनट के चार सत्र (दो दोपहर पूर्व और दो दोपहर बाद) आयोजित किए गए थे। ऑनलाइन प्लेटफॉर्म का उपयोग करते हुए आठ राज्यों के 66 प्रतिभागियों ने इस पाठ्यक्रम को सफलतापूर्वक पूरा कर लिया है। पुनश्चर्या पाठ्यक्रम की रिपोर्ट प्रो. उमेश कुमार पाटिल, प्रो. प्रभारी पुस्तकालय द्वारा प्रस्तुत की गई। पूरे आयोजन में देश के ख्यातिनाम विद्वानों ने व्याख्यान दिया जिसमें प्रो लक्ष्मण राव नागुबंदी, डॉ बीके सिंह, डॉ विजय कुमार मल्लपा, डॉ निहार पात्रा, प्रो भास्कर मुखर्जी, डॉ अख्तर परवेज, डॉ बी बी खरे, डॉ नबी हसन, डॉ जी महेश, डॉ अभिषेक कुमार, प्रो। दिनेश के गुप्ता, डॉ शिवपाल सिंह कुशवाह, डॉ विश्वनाथ दत्ता, प्रो मनोज कुमार सिन्हा, प्रो एचपीएस कालरा, डॉ सोनल सिंह, डॉ डीके सिंह, डॉ नीलेश कुमार, डॉ मनीष बाजपेयी, डॉ गोपाल सिंह जादोन, डॉ शंकर रेड्डी कोल्ले, डॉ के सी सतपथी, प्रो शिल्पी वर्मा, प्रो पार्थसारथी मुखोपाध्याय, डॉ सुनील गोरिया, डॉ संदीप पाठक, प्रो रंजीत के चौधरी, प्रो महेंद्र प्रताप सिंह, डॉ शरद कुमार सोनकर, डॉ डीके वीर, प्रो के एल महावर, डॉ मुकेश साहू, डॉ लता सुरेश और डॉ नीलम थापा आदि प्रमुख हैं. यूजीसी-एचआरडीसी के निदेशक डॉ आर टी बेद्रे ने धन्यवाद ज्ञापन किया।

पर्यावरण की सुरक्षा आज के समय में सबसे बड़ी जरूरत

पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के तीसरे दिन आनलाइन व्याख्यान हुआ। ● नवदुनिया

सागर (नवदुनिया प्रतिनिधि)। डाक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय सागर में पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के आयोजन के तीसरे दिन आनलाइन व्याख्यान आयोजित किया गया। प्रथम व्याख्यान में क्षेत्रीय अध्ययन केंद्र, जवाहरलाल नेहरु विश्वविद्यालय नई दिल्ली के प्रो. कौशल कुमार शर्मा ने पर्यावरण के सतत विकास के स्थानीय तरीकों को विस्तार से समझाया। उन्होंने बताया कि पर्यावरण की सुरक्षा और उसका सतत विकास वर्तमान समय की सबसे बड़ी आवश्यकता है। मानव संस्कृति सदैव पर्यावरण के साथ सह-अस्तित्व के विचार से विकसित हुई है। भारतीय संस्कृति, जीवन मूल्य, विचार और परम्पराएं सदैव पर्यावरण के संरक्षण करती आई है। आज हमें स्थानीय तरीकों का उपयोग करके हमारे आसपास के परिवेश को बचाए रखना है।

आज के सत्र का दूसरा व्याख्यान डा. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के वनस्पतिशास्त्र के प्रो.प्रमोद खरे ने प्राकृतिक विविधताओं पर दिया। प्रो. खरे ने मानव के उद्विकास की यात्रा को सृष्टि के विकास के साथ जोड़ते हुए पर्यावरण और मानव की अंतर्क्रिया को परस्पर पूरक बताया। उन्होंने चार्ल्स डार्विन के प्राकृतिक चयन के सिद्धांत के आधार पर मानव के उद्विकास को स्पष्ट किया। आनलाइन व्याख्यान में शोधार्थी प्रणव कुमार ने दोनों मुख्य वक्ताओं का परिचय दिया। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के विद्यार्थी, शोधार्थी एवं शिक्षक सम्मिलित हुए।

पर्यावरण-मैत्री भारतीय जीवन शैली का महत्त्वपूर्ण अंग: अतुलभाई कोठारी

सागर, देशबन्धु। डॉ. हरीसिंह गौर विवि में चल रहे पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के पांचवे दिवस ऑनलाइन व्याख्यान में शिक्षा, संस्कृति उत्थान न्यास, नई दिल्ली के राष्ट्रीय सचिव अतुलभाई कोठारी ने कहा पर्यावरण का संकट एक ऐसे संकट के रूप में उभरा है जिससे पूरी दुनिया जूझ रही है। इस संकट के निर्माता भी हम मनुष्य ही हैं और इसका समाधान भी हमें ही खोजना होगा। आज पर्यावरण संकट के कारण पैदा हुए संकट को लेकर पूरी दुनिया से अनेक आंकड़े आते हैं जिससे यह पता चलता है कि पर्यावरण प्रदूषण मनुष्य के जीवन के लिए कितना घातक है। प्रकृति के बारे में भारतीय दृष्टि ही पर्यावरण को सुरक्षित रखने में सक्षम है। भले ही 80 के दशक में पर्यावरण संकट पर बातचीत शुरू हुई हो लेकिन भारतीय प्राचीन ग्रंथों में पर्यावरण को लेकर बहुत सी बातें हैं जो यह बतलाती हैं कि प्रकृति के बारे में भारतीय दृष्टि संपन्न रही है। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता ने कहा हम हर वर्ष पर्यावरण की चिंता करते हैं। हमें प्रत्येक पर्यावरण दिवस पर पीछे मुड़कर देखना चाहिए कि हमने पिछले एक वर्ष पर्यावरण संरक्षण की दिशा में कितना योगदान किया है। पर्यावरण संरक्षण की दिशा में शिक्षा के भारतीय दर्शन के माध्यम से ही कार्य किया जा सकता हे। आज बढ़ते शहरीकरण के कारण लोग गांव की तरफ नहीं जाना चाहते। बढ़ती आधुनिकता ने शहरी लोगों को प्रकृति से दूर कर दिया है. पर्यावरण परिवर्तन की की अनुभूति करने से हम सब वंचित हैं। व्याख्यान कार्यक्रम का संचालन प्रो. दीपंक व्यास ने किया और डॉ आशुतोष ने अतिथि परिचय प्रस्तुत किया। कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने आभार वक्तव्य में पर्यवारण संरक्षण की दिशा में भारत सरकार द्वारा चलाये जा रहे विभिन्न अभियानों का जिक्र करते हुए कहा कि पर्यावरण की चिंता जन-जन की चिंता है। इसे एक अभियान की तरह चलाना होगा तभी हम प्रकृति को नष्ट होने से बचा पायेंगे।

पर्यावरण-मैत्री भारतीय जीवन शैली का महत्वपूर्ण अंगः अतुलभाई कोठारी

जागरण न्यूज, सागर

डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय में चल रहे पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के पांचवे दिवस पर ऑनलाइन व्याख्यान में शिक्षा, संस्कृति उत्थान न्यास, नई दिल्ली के राष्ट्रीय सचिव अतुलभाई कोठारी ने कहा कि पर्यावरण का संकट एक ऐसे संकट के रूप में उभरा है जिससे पूरी दुनिया जूझ रही है। इस संकट के निर्माता भी हम मनुष्य ही हैं और इसका समाधान भी हमें ही खोजना होगा। आज पर्यावरण संकट के कारण पैदा हुए संकट को लेकर पूरी दुनिया से अनेक आंकड़े आते हैं जिससे यह पता चलता है कि पर्यावरण प्रदूषण मनुष्य के जीवन के लिए कितना घातक है। उन्होंने कहा कि प्रकृति के बारे में भारतीय दृष्टि ही पर्यावरण को सुरक्षित रखने में सक्षम है। उन्होंने कहा कि भले ही 80 के दशक में पर्यावरण संकट पर बातचीत शुरू हुई हो लेकिन भारतीय प्राचीन ग्रंथों में पर्यावरण को लेकर बहुत सी बातें हैं जो यह बतलाती हैं कि प्रकृति के बारे में भारतीय दृष्टि संपन्न रही है। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि हम हर वर्ष पर्यावरण की चिंता करते हैं। हमें प्रत्येक पर्यावरण दिवस पर पीछे मुड़कर देखना चाहिए कि हमने पिछले एक वर्ष पर्यावरण संरक्षण की दिशा में कितना योगदान किया है। उन्होंने कहा कि पर्यावरण संरक्षण की दिशा में शिक्षा के भारतीय दर्शन के माध्यम से ही कार्य किया जा सकता है। आज बढ़ते शहरीकरण के कारण लोग गांव की तरफ नहीं जाना चाहते। बढ़ती आधुनिकता ने शहरी लोगों को प्रकृति से दूर कर दिया है। पर्यावरण परिवर्तन की की अनुभूति करने से हम सब वंचित हैं। व्याख्यान कार्यक्रम का संचालन प्रो. दीपक व्यास ने किया और डॉ. आशुतोष ने अतिथि परिचय प्रस्तुत किया। कुलसचिव संतोष सोहगौरा ने आभार वक्तव्य में पर्यवारण संरक्षण की दिशा में भारत सरकार द्वारा चलाये जा रहे विभिन्न अभियानों का जिक्र करते हुए कहा कि पर्यावरण की चिंता जन-जन की चिंता है। कार्यक्रम में विश्वविद्यालय के विद्यार्थी, शोधार्थी एवं शिक्षक सम्मिलित हुए।

योग मुद्राएं ऊर्जा बढ़ाकर आध्यात्मिक विकास का मार्ग प्रशस्त करती हैं : प्रो. चौधरी

विवि में योग शिक्षा विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला

जागरण न्यूज, सागर

इस भूमण्डल पर योग की मुद्राएं सर्वसिद्धि प्रदायक हैं। ये मन, शरीर एवं बुद्धि में ऊर्जा के प्रवाह को बढ़ाकर मनुष्य के शारीरिक, मानसिक विकास के अतिरिक्त अध्यात्मिक विकास का मार्ग प्रशस्त करती हैं। उक्त उद्गार पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय रायपुर के योग विशेषज्ञ प्रो. राजीव चौधरी ने योग शिक्षा विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला में व्यक्त किए। प्रो.चौधरी ने मुद्राओं के प्रकारों की चर्चा करते हुए कहा कि यह योग, आध्यात्मिक, उपचारात्मक, धार्मिक एवं प्रथागत मुद्राएं कहलाती हैं। हस्तमुद्रा एवं योग मुद्रा इनका वर्गीकरण है। हस्तमुद्राएं पंचतत्वों पर आधारित मुद्रा है जिनके माध्यम से शरीर का निर्माण करने वाले पांच तत्व-अग्नि, पृथ्वी, जल, वायु एवं आकाश का शरीर में संतुलन बनाया जाता है। मुद्रा अभ्यास के नियमों की चर्चा करते हुए प्रो.चौधरी ने कहा कि यह मुद्राएं दोनों हाथों से की जानी चाहिए, तनाव एवं दबाव ने लेकर सहज स्पर्ष अंगुली एवं अंगूठे का होना चाहिए, रोग की अवस्था में उपचारात्मक अभ्यास के रूप में मुद्रा अभ्यास किया जाता है, जिसके तात्कालिक एवं दीर्घकालिक लाभ होते हैं। भोजन के तत्काल बाद मुद्रा अभ्यास नहीं किया जाता। प्रो.चौधरी ने ज्ञान मुद्रा, वायु मुद्रा, आकाश/व्योम मुद्रा, शून्य मुद्रा, पृथ्वी मुद्रा, सूर्य/अग्नि मुद्रा, वरुण मुद्रा पर विस्तृत प्रकाश डालते हुए प्रत्येक के लाभ बताए। मुद्रा अभ्यास से गैस विकार, अनिद्रा, अवसाद दूर होते हैं, साथ ही एकाग्रता, ध्यान में वृद्धि होती है, गुस्से को नियंत्रित करती हैं तो रक्त का शुद्धिकरण एवं किडनी की कार्यक्षमता बढ़ाते हुए मूत्र त्याग में सहायक होती है। कार्यक्रम की विशिष्ट अतिथि प्रो. अस्मिता गजभिये ने कहा कि योग जीवन पर्यंत चलने वाली प्रक्रिया है, जीवन का प्रत्येक कार्य, कर्त्तव्य योग से गहराई से जुड़ा होता है। कार्यकुशलता योग संयोग से ही आती है। प्रो. गजभिए ने कहा कि जिन गूढ़ अर्थों में योग को वह समझती हैं, इस कार्यशाला के माध्यम से उन गूढ़ विषयों पर सहज सरल भाषा में चिंतन और व्याख्यान हो रहे हैं, जिससे विद्यार्थी एवं प्रतिभागी लाभान्वित हो रहे हैं। कार्यक्रम का संचालन डॉ. अरुण कुमार साव ने किया। दीक्षा भारद्वाज ने आदिनाथ की स्तुति रूद्राष्टक से की। श्रुति ठाकुर एवं चंचल चौरसिया ने मस्तक पर दीप संतुलित कर योगाभ्यास की प्रस्तुति दी। स्वागत भाषण डॉ. नितिन कोरपाल ने एवं आभार ज्ञापन विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने किया।

अनुशासन मानवीय उत्कर्ष को सुनिश्चित करने की भारतीय संस्कृति परंपराः प्रो. चन्दा बेन

जागरण न्यूज, सागर

अनुशासन नियम बद्धता में पराधीनता नहीं है, हमारी संस्कृति और परंपरा का आधार आत्मानुशासन है। अनुशासन व्यक्तित्व विकास की नींव और आधार है। इसी परंपरा का अनुसरण करते हुए महर्षि पतंजलि योग का प्रथम सूत्र अथ योगानुशासनम् के रूप में व्यक्त करते हैं। वैदिक परंपरा से लेकर महाभारत काल जिसमें तेरहवां पर्व अनुशासन पर्व बताया गया है, बुद्ध का विनय पिटक अनुशासन *आधारित है तो जैन दर्शन पूर्ण रूप* से अनुशासन का पाठ सिखाता है, इस तरह दर्शन काल, भक्ति काल जिसमें कबीर दास एक निर्गुण अनुशासन साधना की व्याख्या करते है, अनुशासन भारतवर्ष की संस्कृति परंपरा का परिचयात्मक शब्द है जो मानवीय उत्कर्ष को सुनिश्चित करता है। उक्त विचार विश्वविद्यालय की प्राक्टर प्रो. चन्दा बेन ने योग विभाग की कार्यशाला में व्यक्त किए। अनुशासन शब्द की महिमा को यत् पिण्डे तत् ब्रह्माण्डे सूत्र की व्याख्या से स्पष्ट करते हुए प्रो. चन्दा बेन ने कहा कि प्रकृति में समस्त घटनाचक्र अनुशासित रूप से चल रहा है, दिन के बाद रात, रात के बाद पुनः सवेरा, पृथ्वी आदि ग्रह उपग्रह अपनी धुरी पर सूर्य की परिक्रमा यथा समयानुसार कर रहे हैं, प्रकाश और ऊर्जा की सभी प्राणियों पर बिना भेदभाव एक सी वर्षा हो रही है, यह सब एक नियमित, नियम बद्ध, निष्काम भाव से चल रहा है यह सब योग का प्रभाव है। योग का दूसरा नाम अनुशासन ही है। कार्यशाला में योगाचार्य श्री विष्णु आर्य ने परमहंस स्वामी सत्यानंद द्वारा उद्घाटित योग निद्रा की सैद्धांतिक एवं प्रायोगिक प्रविधियों से प्रतिभागीयों को अनुभव कराया। श्री आर्य ने योग निद्रा में धारण किए गये संकल्प के फलित होने के उदाहरण भी प्रस्तुत किए। उन्होंने योग निद्रा को तनाव जनित रोगों में उपयोगी बताया। स्वागत भाषण देते हुए योगविभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने कहा कि जीवन में अनुषासन प्राणीमात्र की सफलता की अहम कुंजी है। प्रातः 5.30 बजे से योगाभ्यास का सत्र का संचालन किया गया। छात्रा पूजा जैन ने स्वरचित योग कविता एवं अनन्या साहू ने ओडिसी नृत्य की प्रस्तुति दी। वसंचालन सुश्री प्रज्ञा साव ने तथा आभार ज्ञापन कोमल सैनी ने किया।

विश्वविद्यालय में चल रही 20 दिवसीय कार्यशाला

जीवन में नकारात्मकता का अंत, सकारात्मकता की वृद्धि नियमित ध्यान अभ्यास से संभव : प्रो चौधरी

भास्कर संवाददाता | सागर

एकाग्रता एवं चेतना का विस्तार ध्यान के अभ्यास के परिणाम हैं, जो योग के लक्ष्य चित्तवृत्ति निरोध की अवस्था तक पहुंचा सकते हैं। जीवन में नकारात्मकता का अंत और सकारात्मकता की बढ़ोत्तरी नियमित संकल्पित ध्यान अभ्यास से संभव है। यह बात रविवार को पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय रायपुर के योग विशेषज्ञ प्रो. राजीव चौधरी ने कही। वे डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के योग शिक्षा विभाग में चल रही बीस दिवसीय योग कार्यशाला को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि मन के सारे द्वार परा शक्ति के लिए खोल देना और विशिष्ट शक्तियों का आव्हान करना ध्यान है। मन को बहुत गहराई तक भेदने की प्रक्रिया ध्यान है। ध्यान मनो शारीरिक तादात्म्यता की स्थिति है, जो मानव चेतना को परिष्कृत

कार्यशाला के दौरान लघु नाटक का मंचन करते विद्यार्थी।

करती है। आधुनिक परिप्रेक्ष्य में ध्यान के दो प्रचलित वर्ग हैं। एकाग्रता का अनुष्ठान एवं मन का लगातार एक तत्वान्वेषण। इन प्रक्रियाओं को योग ग्रंथों में स्थूल, सूक्ष्म, ज्योतिर्मय, भावातीत, रूपातीत, गुणातीत, विपष्यना, प्रेक्षा, प्राण धारणा इत्यादि नामों से जाना जाता है। वैज्ञानिक शोधों से प्राप्त निष्कर्षों ने ध्यान द्वारा तनाव, चिंता, अनिद्रा, अवसाद, दुःख तथा अन्य मानसिक व्याधियों पर नियंत्रण पाकर, हृदय रोग, चयापचय एवं मनो-शारीरिक दुर्बलता को दूर करने की शक्ति जागृत करने का अभ्यास माना है। प्रो. आशीष वर्मा ने कहा कि वे स्वयं योग के लाभों के प्रत्यक्ष उदाहरण हैं। उन्होंने लगभग चार वर्ष के नियमित अभ्यास से अपना 25 किलोग्राम वजन कम किया है। यदि खुद को न जाना और दुनिया को जाना तो यह ज्ञान अधूरा ज्ञान है। योग स्वयं को जानने की विद्या है। उन्होंने मस्तिष्क, इलेक्ट्रोन, प्रोटोन और न्यूरॉन का तुलनात्मक विवेचन रखा। स्वागत भाषण योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने दिया। भक्तियोग के महत्त्व को समझाने विद्यार्थियों पल्लवी, पुंज, सुरभि, दिव्या, शिवानी, केशु और ओम यादव ने लघु नाटक का मंचन किया। उच्च और कठिन योगाभ्यासों का प्रदर्शन इलबालजीत सिंह ने किया। संचालन डॉ. नितिन कोरपाल आभार दीक्षा भारद्वाज ने माना।

योगाभ्यास से रोग प्रतिरोधक क्षमता का विकास संभव : प्रो. गुप्ता

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. प्रकृति में दो प्रकार के जीवन पाए जाते हैं, जीवित प्राणी और अजीवित प्राणी। मनुष्य एवं पशु पक्षी आदि जीवित श्रेणी के अंतर्गत आते हैं जबकि पेड़ पौधे अजीवित श्रेणी में आते हैं। पेड़ पौधे आक्सीजन छोडते, जबकि मनुष्य ऑक्सीजन ग्रहण करते हैं। इसी प्रकार मनुष्य कार्बन डाई आक्साइड छोड़ते हैं तो पेड़ पौधों के लिए कार्बनडाई आक्साइड प्राण हैं। प्रकृति इस प्रकार से वायु तत्व का नियंत्रण स्थापित करती है। मनुष्य के प्राणों को आक्सीजन द्वारा पोषित करने के लिए योगाभ्यास एक संतुलित व्यायाम प्रक्रिया है। यह विचार योग शिक्षा विभाग के प्रो. यूएस गुप्ता ने योग शिक्षा विभाग की कार्यशाला में रखे।

प्रो. गुप्ता ने विभिन्न शारीरिक अंगों एवं संस्थानों जैसे श्वसन तंत्र, मांसपेशी, संस्थान, ग्रंथि संस्थान, तंत्रिका तंत्र, उत्सर्जन एवं पाचन तंत्रों के अवयवों की चर्चा करते हुए योग की विभिन्न क्रियाओं, आसन एवं प्राणायाम के इन अंगों पर प्रभाव का वर्णन किया। प्रो. गुप्ता ने योगाभ्यास सहित ध्यान आदि पर विभिन्न शोधों की चर्चा करते हुए रोग प्रतिरोध क्षमता के विकास में सकारात्मक प्रभाव की व्याख्या की। कार्यक्रम के प्रारंभ में दिव्या पाण्डे द्वारा भजन प्रस्तुत किया गया। अंकित सोनी, रोहित पटेल, दीपेश अहिरवार व रोहित नापित द्वारा योगाभ्यास की प्रस्तुति दी गई। योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की तैयारियों पर प्रकाश डाला। संचालन डॉ. नितिन कोरपाल ने और आभार प्रवेश जाटव ने माना।

म डाला। ...

उपलब्धि... फार्मेसी के डॉ. राहुल तिवारी का अमेरिका में पोस्ट डॉक्टोरल एसोसिएट में चयन

सागर। डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के फार्मेसी विभाग के डॉ. राहुल तिवारी का चयन अमेरिका के पेंसिलवेनिया स्टेट यूनिवर्सिटी में पोस्ट डॉक्टोरल एसोसिएट के लिए हुआ है। इस फैलोशिप के तहत डॉ. तिवारी शुगर के मरीजों में बोन फ्रैक्चर की समस्या पर शोध करेंगे। उन्होंने विश्वविद्यालय के फार्मेसी विभाग से जनवरी 2022 में विभागाध्यक्ष प्रो. वंदना सोनी एवं प्रो. सुरेश प्रसाद व्यास के निर्देशन में शोध पूर्ण किया है। डॉ. तिवारी, इंडियन कौंसिल ऑफ़ मेडिकल रिसर्च फैलो रह चुके हैं। उनके विभिन्न राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय जर्नल्स में 13 शोध पत्र एवं एक पुस्तक प्रकाशित है।

पर्यावरण पर व्याख्यान

सागर. डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के तहत आयोजित व्याख्यानमाला में डॉ. अनिल प्रकाश जोशी ने प्रकृति और पर्यावरण विषय पर व्याख्यान देते हुए चिंता जताई कि पर्यावरण संरक्षण में भारत की स्थिति वैश्विक स्तर पर चिंताजनक है.

डॉ. जोशी ने बताया कि दुनिया का एक मात्र धर्म प्रकृति है. प्रकृति बचेगी तो दुनिया बचेगी, उन्होंने कहा कि पृथ्वी ही एक नही है बल्कि मानव जीवन भी एक ही है. विवि द्वारा आयोजित पर्यावरण अंतर्राष्ट्रीय पर्यावरण दिवस हुई.

प्रकृति ही सबसे बड़ा धर्म है: डॉ.अनिल जोशी

सागर, देशबन्धु। डॉ.हरीसिंह गौर विवि के द्वारा आयोजित पर्यावरण जागरूकता सप्ताह के तहत आयोजित व्याख्यानमाला में प्रसिद्ध पर्यावरणविद पद्मभूषण डॉ.अनिल प्रकाश जोशी ने प्रकृति और पर्यावरण विषय पर व्याख्यान देते हुए चिंता जताई कि पर्यावरण संरक्षण में भारत की स्थिति वैश्विक स्तर पर चिंताजनक है। जल; जंगल और जमीन को पूज्य मानने वाले समाज के लिए यह भयावह स्थिति है, जिसे हमे समझना होगा। आजादी के बाद से अब तक हम सर्वाधिक संकटपूर्ण स्थिति से गुजर रहे है, जहां हमारे आसपास प्राणवायु, जल और खाद्य ,पदार्थों का संकट गहरा रहा है। डॉ. जोशी ने बताया दुनिया का एक मात्र धर्म प्रकृति है। प्रकृति बचेगी तो दुनिया बचेगी। उन्होंने कहा कि पृथ्वी ही एक नही है बल्कि मानव जीवन भी एक ही है। कार्यक्रम के समन्वयक प्रो.दीपक व्यास ने विषय प्रवर्तन किया। साप्ताहिक कार्यक्रमों का वर्णन डॉ.अश्वनी ने प्रस्तुत किया। डॉ.संजय शर्मा ने मुख्यवक्ता डॉ. अनिल प्रकाश जोशी का परिचय कराया।

आयोजन

योग विषय पर आयोजित हुई बीस दिवसीय कार्यशाला, शामिल हुए कई अतिथि

योगा से अवसाद, तनाव, अस्थिरता और असंतुलन होता है दूर

योग विषय पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान योगाभ्यास करती हुई छात्राएं। ● नवदुनिया

कार्यक्रम के दौरान घूमर नृत्य की प्रस्तुति देती हुई छात्राएं। ● नवदुनिया

सागर (नवदुनिया प्रतिनिधि)। मनुष्य मशीन नहीं है बल्कि एक वैज्ञानिक यांत्रिक उपकरण है जिसमें सोचने विचारने, नियोजन करने का विशेष गुण है। इसके माध्यम से वह मानवता को प्राप्त होता है। अपनी कार्य प्रतिमा से वह मानवीय व्यवहार की पराकाष्ठा तक पहुंच पाता है। मनोविज्ञान की विभिन्न व्यवहारिक तकनीकें आधुनिक समय में पश्चिम देशों की चिंतन प्रक्रिया से परिचित कराती है, लेकिन भारतीय मनीषियों ने युगों पूर्व इसे साक्षात अनुभवों के माध्यम से समाज के समुख रखा था। यह बात योग विषय पर आयोजित बीस दिवसीय कार्यशाला में मनोवैज्ञानिक परिप्रेक्ष्य में डा. ज्ञानेश कुमार तिवारी ने कही। डा. तिवारी ने मनोविज्ञान में मनोचिकित्सा, व्यवहार चिकित्सा, अन्य तकनीकों की चर्चा करते हुए कहा कि योग चिकित्सा का आधुनिक स्वरूप मानसिक चिकित्सा के रूप में प्रचलित हो रहा है। विज्ञान गणना से प्रारंभ होकर गणन तक जाने की प्रक्रिया है तो योग मन प्रारंभ होकर स्व तक की यात्रा है। योग से अवसाद, तनाव, अस्थिरता और असंतुलन दूर होता है और मन शांत स्थिर और लचीला बना है, संतुष्ठि का भाव विकसित होता है जिससे एक उत्कृष्ट व्यक्तित्तव का विकास होता है।

पातंजल योगसूत्र मानसिक समस्याओं और उनके निदान पर आधारित है: स्वागत भाषण देते हुए योगविभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने कहा कि योग प्राचीन काल से ही मन के विज्ञान के रूप में प्रचलित रहा है। उन्होंने बताया कि आज प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी शारीरिक एवं मानसिक परेशानियों से ग्रसित है और वह उनसे पूर्णरूप से छुटकारा पाना चाहता है। योग के विभिन्न साधन इन सबसे बचाव एवं छुटकारा दिला सकते हैं मानसिक अवस्थाओं समस्याओं और उनके निदान पर पातंजल योगसूत्र का पूरा ग्रंथ आधारित है। कार्यशाला में इकबालजीत सिंह ने स्वरचित योग कविता का पाठ किया। स्नातकोत्तर विद्यार्थियों क्षिप्रा, संगीता, पुंज, गायत्री एवं अंजलि सराफ ने घुमर नृत्य की प्रस्तुति दी। संचालन डा. ब्रजेश ठाकुर ने तथा आभार ज्ञापन चेतना सरकार ने माना।

विवि में बीस दिवसीय योग कार्यशाला का आयोजन

आयुर्वेद,स्वस्थ व्यक्ति के स्वास्थ्य का है रक्षण : डॉ.फड़के

सागर (आरएनएन)। आयुर्वेद का उद्देश्य स्वस्थ व्यक्ति के स्वास्थ्य का रक्षण करना है और साथ ही रोगी के रोग का प्रशमन करना है। पंच प्राण, पंचतत्व, त्रिदोश उनकी प्रकृति तथा उनका शरीर में संतुलन व्यक्ति को सदैव स्वस्थ रखता है। योग एवं आयुर्वेद के विशेषज्ञ डॉ. आशीष फड़के (मुम्बई) ने उक्त विचार योग विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला में व्यक्त किए। डॉ. फड़के ने कहा कि आयुर्वेद और योग का समन्वय एक स्वस्थ मनुष्य का निर्माण करता है। कोविडकाल में भी इसका महत्त्व पूरे विश्व ने माना और योगाम्यास एवं औशधीय काढ़े का सेवन बहुसंख्यक लोगों ने किया। षट् क्रियाएं और पंचकर्म, त्रिगुण एवं त्रिदोश तथा अष्टांगिक आयुर्वेद एवं अष्टांग योग ये उदाहरण हैं जिसके माध्यम से दोनों विद्या पद्धतियों में समन्वय का अर्थ समझा जा सकता है। अतिथि के तौर पर उद्बोधन में प्रो. ब्रजेश कुमार श्रीवास्तव ने कहा कि हमारा मन मित्र भी है तो शत्रु भी। इन्द्रियों के विषयों के प्रभाव में मन हमारा वास्तविक अर्थो में शत्रु हो जाता है। मन के कारण मानव या तो अतीत में रहता है या फिर भविष्य में। योग के माध्यम से हम मन को साधने का प्रवास करते हैं जिसके परिणामस्वरूप मन वर्तमान में रहने का अभ्यस्त हो पाता है। मन माया के प्रभाव में पढ़कर सुख दुःख राग द्वेष में पड़ जाता है।

इस माया के प्रभाव को वश में करने के लिए शास्त्र अध्ययन एवं प्रत्याहार की साधना करनी चाहिए। तभी असंतुलन और संशय दूर होंगे और सकारात्मक मनः स्थिति का विकास होगा। स्वागत भाषण देते हुए प्रो. गणेश शंकर गिरी विभागाध्यक्ष योग शिक्षा विभाग ने कहा कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस जैसे जैसे नजदीक आ रहा है वैसे वैसे इस विषय में अधिक उत्साह बढ़ता जा रहा है और संपूर्ण देश में आयोजनों की गिनती बढ़ती जा रही है। प्रारंभ में कल्पना अहिरवार तथा सौत्रमणि श्रीवास्तव ने भजन प्रस्तुत किए। संचालन डॉ. ब्रजेश ठाकुर ने तथा अभार ज्ञापन महेन्द्र शर्मा ने किया।

विश्व रक्तदाता दिवस के अवसर पर शिविर का आयोजन और ग्रामवासियों को दिलाई गई शपथ

जीवन बचाने में रक्तदान की महती भूमिका

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. डॉ.हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय के स्वास्थ्य एवं स्वच्छता विभाग द्वारा मंगलवार को विश्व रक्तदाता दिवस के उपलक्ष्य पर पथरिया जाट में सुबह 11 से दोपहर 1 बजे तक रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। इस अवसर पर कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने पथरिया जाट के ग्रामवासियों, माध्यमिक शाला के विद्यार्थियों, शिक्षकों, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, विश्वविद्यालय के छात्र एवं शिक्षकों को विश्व रक्त दानदाता दिवस के इतिहास और उसकी वर्तमान में प्रासंगिकता को बताया। साथ ही कहा कि देश में प्रतिदिन 12000 से अधिक व्यक्तियों की मृत्यु रक्त की कमी के कारण हो जाती है। ऐसे में उनकी जान बचाने का एक मात्र विकल्प रक्तदान ही है।

उन्होंने बताया कि रक्तदान के विषय में कई भ्रामक बाते हैं, जिन्हे समझना चाहिए। एक बार रक्त देने के बाद तीन माह के अवधि में ही यह पुनः निर्मित हो जाता है। प्रो. गुप्ता द्वारा सभी को रक्तदान करने की शपथ दिलाई गई। विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों द्वारा एक नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया। पथरिया जाट के माध्यमिक शाला परिसर में

समुदाय के लोगों के रक्त का निशुल्क परीक्षण भी किया गया। इसमें बड़ी संख्या में महिलाओं और बालिकाओं का रक्त परीक्षण किया गया।

220 यूनिट ब्लड किया दान

सागर. विश्व रक्तदाता दिवस के अवसर पर मंगलवार को रक्तदाताओं द्वारा आर्मी बेस यूनिट ढाना में 135 यूनिट, मिलिट्री अस्पाताल सागर में 71 यूनिट, यूटीडी अस्पताल में 8 यूनिट, ब्लड बैंक जिला चिकित्सालय में 6 यूनिट सहित कुल 220 यूनिट ब्लड लोगों ने दिया है। जिला चिकित्सालय सागर में जनजागरूकता रैली का आयोजन किया गया। इसमें सीएमएचओ डॉ. डी के गोस्वामी, सिविल सर्जन डॉ. ज्योति चौहान सहित सभी चिकित्सक मौजूद थे। इस दौरान मानव श्रृंखला बनाकर आमजन को जागरूक किया।

जीवन बचाने में रक्तदान की महती भूमिका : प्रो नीलिमा

विश्व रक्तदाता दिवस पर रक्तदान शिविर का आयोजन, ग्रामवासियों को शपथ दिलाई गई

सागर। डॉक्टर हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय सागर के स्वास्थ्य एवं स्वच्छता विभाग में 14 जून को विश्व रक्तदाता दिवस के उपलक्ष्य पर सुबह 11 से दोपहर 01 तक रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। इस अवसर पर सामुदायिक गतिविधि कार्यक्रम के तहत आयोजित कार्यक्रम में कुलपति प्रो नीलिमा गुप्ता ने पथरिया जाट के ग्राम वासियों, माध्यमिक शाला के विद्यार्थियों, शिक्षकों, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, विश्वविद्यालय के छात्र एवं शिक्षकों को संबोधित करते हुए विश्व रक्त दानदाता दिवस के इतिहास और उसकी वर्तमान में प्रासंगिकता को बताते हुए कहा कि देश में प्रतिदिन 12000 से अधिक व्यक्तियों की मृत्यु रक्त की कमी के कारण हो जाती है। ऐसे में उनकी जान बचाने का एक मात्र विकल्प रक्तदान ही है। उन्होंने बताया कि रक्तदान के विषय में कई भ्रामक बाते हैं, जिन्हे समझना चाहिए। एक बार रक्त देने के बाद तीन माह के अवधि में ही यह पुनः निर्मित हो जाता है। कार्यक्रम की शुरुआत माध्यमिक शाला की अध्यापक नीलम जैन द्वारा अतिथियों के स्वागत के साथ हुई। प्रो नीलिमा गुप्ता द्वारा सभी को रक्तदान करने हेतु शपथ दिलाई गई। ग्रामीण जनों में जागरूकता हेतु विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों द्वारा एक नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया। पथरिया जाट के माध्यमिक शाला परिसर में समुदाय के लोगों के रक्त का निशुल्क परीक्षण भी किया गया। इस अवसर पर विशिष्ट अतिथि ब्रजेश दुबे, प्रधानाचार्य शासकीय माध्यमिक शाला एवं श्रद्धा दुबे प्राचार्य शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला थे। इस कार्यक्रम में सहायक प्राध्यापक एवं राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम समन्वयक डॉ संजय शर्मा, डॉ राकेश सोनी सहायक प्राध्यापक ललित कला एवं प्रदर्शनकारी कला विभाग एवं डॉ किरण माहेश्वरी प्रभारी चिकित्सा अधिकारी, स्वास्थ्य एवं स्वच्छता विभाग समन्वयक रहे।

विश्व रक्तदाता दिवस 14 जून के अवसर पर रक्तदान शिविर का आयोजन

जागरण, सागर। डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के स्वास्थ्य एवं स्वच्छता विभाग में 14 जून को विश्व रक्तदाता दिवस के उपलक्ष्य पर सुबह 11 से दोपहर 1 तक रक्तदान शिविर आयोजित किया गया। इस अवसर पर सामुदायिक गतिविधि कार्यक्रम के तहत आयोजित कार्यक्रम में कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता ने पथरिया जाट के ग्रामवासियों, माध्यमिक शाला के विद्यार्थियों, शिक्षकों, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता, विश्वविद्यालय के छात्र एवं शिक्षकों को संबोधित करते हुए विश्वरक्त दानदाता दिवस के इतिहास और उसकी वर्तमान में प्रासंगिकता को बताते हुए कहा कि देश में प्रतिदिन 12000 से अधिक व्यक्तियों की मृत्यु रक्त की कमी के कारण हो जाती है। ऐसे में उनकी जान बचाने का एक मात्र विकल्प रक्तदान ही है। उन्होंने बताया कि रक्तदान के विषय में कई भ्रामक बाते हैं, जिन्हें समझना चाहिए। एक बार रक्त देने के बाद तीन माह के अवधि में ही यह पुनः निर्मित हो जाता है। कार्यक्रम की शुरुआत माध्यमिक शाला की अध्यापक श्रीमती नीलम जैन द्वारा अतिथियों के स्वागत के साथ हुई। प्रो.नीलिमा गुप्ता द्वारा सभी को रक्तदान करने हेतु शपथ दिलाई गई। ग्रामीण जनों में जागरूकता हेतु विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों द्वारा एक नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया। पथरिया जाट के माध्यमिक शाला परिसर में समुदाय के लोगों के रक्त का निःशुल्क परीक्षण भी किया गया। जिसमें बड़ी संख्या में महिलाओं और बालिकाओं का रक्त परीक्षण किया गया। इस कार्यक्रम में सहायक प्राध्यापक एवं राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम समन्वयक डॉ. संजय शर्मा, डॉ. राकेश सोनी सहायक प्राध्यापक ललित कला एवं प्रदर्शनकारी कला विभाग एवं डॉ. किरण माहेश्वरी प्रभारी चिकित्सा अधिकारी, स्वास्थ्य एवं स्वच्छता विभाग समन्वयक रहे।..................

वर्कशॉप • विश्वविद्यालय के विधि विभाग में न्यायिक सेवा में पास हुए विद्यार्थियों ने बताए सफलता के टिप्स

दस पुस्तकों को एक-एक बार पढ़ने से अच्छा है कि एक ही पुस्तक को आप दस बार पढ़ें : नारायण यादव

भास्कर संवाददाता | सागर

पहले अपना लक्ष्य निर्धारित कर लेना चाहिए कि आप किस राज्य की न्यायिक सेवा में जाना चाहते हैं। फिर उस राज्य के पाठ्यक्रम के अनुसार तैयारी करनी चाहिए। पुराने प्रश्न पत्रों का अभ्यास व अनुशासन बेहद जरूरी है। दस पुस्तकों को एक-एक बार पढ़ने से अच्छा है कि एक पुस्तक को दस बार पढ़ें। यह बात हाल ही में न्यायिक सेवा पास करने वाले विश्वविद्यालय के पूर्व छात्र नारायण यादव ने कही। वे बुधवार को डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के विधि विभाग में विद्यार्थियों के लिए ऑनलाइन आयोजित वर्कशॉप व ट्रेनिंग कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने वर्तमान विद्यार्थियों को विभिन्न पुस्तकों व पत्रिकाओं के बारे में भी बताया, प्रतियोगी परीक्षा में सफलता हासिल करने के लिए जिनको पढ़ना लाभदायक होता है। उन्होंने अपने शिक्षकों खासकर पूर्व विभागाध्यक्ष प्रो. पृथ्वीपाल सिंह के योगदान को भी याद किया। वर्तमान विद्यार्थी ओशी जैन ने बताया कि परीक्षा तीन स्तरों पर होती है। प्रारंभिक, मुख्य व साक्षात्कार। प्रारंभिक परीक्षा के लिए बेयर एक्ट पढ़ना जरूरी है।

परिभाषा पर ध्यान देना है। प्रैक्टिस करना भी जरूरी है। पुराने वर्षों के सभी प्रश्न पत्र और टेक्स्ट बुक भी जरूर पढ़ें, जिससे परीक्षा में समय खराब नहीं होगा। हिंदी व अंग्रेजी दोनों पर पकड़ बनाना जरूरी है। प्रारंभिक परीक्षा के 110 प्रश्न विधि से व 40 प्रश्न सामान्य ज्ञान के होते हैं। इसलिए समाचार पत्र भी पढ़ें। मुख्य परीक्षा में चार प्रश्न पत्र होते हैं। जिसमें एक पेपर सिविल विधि, एक क्रिमिनल विधि, एक जजमेंट और एक में अनुवाद इत्यादि होता है। इसके लिए कंटेंट, स्किल और स्पीड जरूरी है। तीसरा स्तर साक्षात्कार का होता है। इसमें फिर बेयर एक्ट काम आता है। इसमें अभ्यास भी जरूरी है। रिविजन सात दिन के अंदर कर लेना चाहिए। संकाय प्रमुख प्रो. यशवंत सिंह ठाकुर ने कहा कि कार्यक्रम विद्यार्थियों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा। विभागाध्यक्ष प्रो. अनुपमा कौशिक ने भविष्य में ऐसे कार्यक्रम और आयोजित करने की बात कही। ताकि विधि विभाग के विद्यार्थियों को न्यायिक व अन्य सेवाओं में सफलता हासिल हो। गौरतलब है कि मुख्य वक्ता नारायण यादव पूर्व विद्यार्थी व ओशी जैन वर्तमान विद्यार्थी हैं। जिन्होंने इसी वर्ष अप्रैल में मध्यप्रदेश न्यायिक सेवा परीक्षा उत्तीर्ण की है और जल्द पद ग्रहण करने वाले हैं। दोनों विद्यार्थियों ने 100 से ज्यादा छात्रों के प्रश्नों के जवाब में समय प्रबंधन, याद रखने के टिप्स बताए।

ऑनलाइन मोड़ में एक दिन का वर्कशाप आयोजित

जागरण, सागर। डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के विधि विभाग में बुधवार को विधि विभाग के विद्यार्थियों के लिए ऑनलाइन मोड़ में एक दिन का वर्कशाप व ट्रेनिंग कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम की मुख्य संरक्षिका कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता थी। कार्यक्रम की अध्यक्षता संकाय प्रमुख प्रो. यशवंत सिंह ठाकुर ने की व आशा व्यक्त की कि उक्त कार्यक्रम विद्यार्थियों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा व जो तन, मन धन से प्रयास करेगा वो अवश्य सफलता प्राप्त करेगा। कार्यक्रम में विभागाध्यक्ष प्रो. अनुपमा कौशिक ने बताया कि भविष्य में इसी प्रकार के और कार्यक्रम भी आयोजित कराये जायेंगे जिससे विधि के विद्यार्थियों को न्यायिक सेवा व अन्य सेवाओं में अधिकाधिक मात्रा में सफलता हासिल हो तथा वे विभाग व डॉ. हरीसिंह गौर का नाम रोशन करें। कार्यक्रम का संचालन, कार्यक्रम संयोजक डॉ. विकास अग्रवाल ने किया। मुख्य वक्ता व मुख्य अतिथि नारायण यादव पूर्व विद्यार्थी व सुश्री ओशी जैन वर्तमान विद्यार्थी थे जिन्होंने इसी वर्ष अप्रैल में मध्य प्रदेश न्यायिक सेवा परीक्षा उत्तीर्ण की तथा शीघ्र पद दायित्व ग्रहण करने वाले है। सुश्री ओशी जैन ने बताया कि परीक्षा तीन स्तरों पर होती है। प्रारंभिक, मुख्य व साक्षात्कार प्रारंभिक परीक्षा के लिए बेयर एक्ट पढ़ना आवश्यक है।

एक दिन का वर्कशाप व ट्रेनिंग कार्यक्रम आयोजित

सागर, देशबन्धु। डॉ. हरीसिंह गौर विवि के विधि विभाग में विद्यार्थियों के लिए ऑनलाइन मोड में एक दिन का वर्कशाप व ट्रेनिंग कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम की मुख्य संरक्षिका कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता थी। अध्यक्षता संकाय प्रमुख प्रो. यशवंत सिंह ठाकुर ने की। विभागाध्यक्ष प्रो. अनुपमा कौशिक ने बताया कि भविष्य में इसी प्रकार के और कार्यक्रम भी आयोजित कराये जायेंगें जिससे विधि के विद्यार्थियों को न्यायिक सेवा व अन्य सेवाओं में अधिकाधिक मात्रा में सफलता हासिल हो तथा वे विभाग व डॉ.हरीसिंह गौर का नाम रोशन करें। कार्यक्रम का संचालन, कार्यक्रम संयोजक डॉ. विकास अग्रवाल ने किया। कार्यक्रम में मुख्यवक्ता व मुख्य अतिथि नारायण यादव पूर्व विद्यार्थी व सुश्री ओशी जैन वर्तमान विद्यार्थी थे जिन्होंने इसी वर्ष अप्रैल में मप्र न्यायिक सेवा परीक्षा उत्तीर्ण की तथा शीघ्र पद दायित्व ग्रहण करने वाले है। धन्यवाद ज्ञापन डॉ.अनुपमा पंडित सक्सेना ने दिया।

आयोजन

बीस दिवसीय योग कार्यशाला में योग अभ्यास का मानव जीवन में महत्व बताया, विद्यार्थियों ने नाट्य मंचन से मोहा सभी का मन

प्राचीन परंपराओं और अध्यात्म के कारण ही भारत की पहचान रही है

कार्यक्रम में कुरुक्षेत्र के संवाद को नाटक के माध्यम से समझाया गया। ● नवदुनिया

सागर (नवदुनिया प्रतिनिधि)। प्राचीन परंपराओं एवं अध्यात्म के कारण ही भारत की पहचान रही है और भारत का परिचय भी इन्हीं से होता है। मातृभूमि से प्रेम, भातृभाव की सद्भावना, शिक्षक और गुरु का आदर व कर्म की प्रधानता हमारे मुल्क के वैशिष्ट्य रहे हैं। नैतिक मूल्य और सात्विक गुणों से हमारी भारत माता विश्व पूजनीय बनी है। यह बात सागर विभाग संघ चालक डा. गौरी शंकर चौबे ने बीस दिवसीय योग कार्यशाला में कही।

उन्होंने कहा कि आधुनिक चकाचौंध भरी, भौतिक संसाधनों की लालसा भरी जीवनचर्या ने इन मूल्यपरक जीवनचार्य को धूमिल किया है, हमारे संस्कारों में कमी आई है जो बहुत चिंताजनक स्थिति की ओर इशारा कर रही है। देह और ध्येय का संयोग संकल्पों को पूरा करता है। यदि देह स्वस्थ रखना है व

कार्यशाला के दौरान योगाभ्यास की प्रस्तुति देते हुए विद्यार्थी। ● नवदुनिया

योगाभ्यास और ध्येय सात्विक रखना है तो प्राचीन परंपराओं और मूल्यों को धारण करना होगा तभी एक नैतिक चारित्रिक व्यक्तित्व का निर्माण होगा तभी हमारी युवा शक्ति अपने परिवार को खंडित होने से बचाएगी। इससे समाज में समरसता और सद्भाव का विकास होगा जिससे एक मजबूत राष्ट्र का निर्माण होगा। डा. चौबे ने ऐसे भारत के निर्माण में योग का जीवन पर्यन्त अभ्यास का महत्व रेखांकित करते हुए विखंडन और विघटनकारी प्रवृत्तियों पर विजय प्राप्त करने विद्यार्थियों का आह्वान किया। यम नियमों के अनुशासित अनुपालन से चित्त को परिष्कृत करने की युक्ति डॉ. चौबे ने प्रतिभागियों को उदाहरण सहित समझाई।

योग का लक्ष्य एकाग्र समाधि को प्राप्त करना: मुख्य वक्तव्य में प्रो. आम्बिका दत्त शर्मा ने कहा कि योगी का लक्ष्य एकाग्र समाधि को प्राप्त करना होना चाहिए। क्षिप्त, मूढ़, विक्षिप्त, निरूद्ध भूमियां आसुरी प्रवृत्त समाधि की ओर ले जाती है। योग विद्या का सार एकाग्र समाधि में स्थित चेतना शून्यता की स्थिति को प्राप्त करना है। चेतना के परिष्कृत स्वरूप में वैदह की प्राप्ति होती है जिसमें जीव अपने धारित देह के भाव से परे हो जाता है। प्रो. शर्मा ने इस तृष्णीय भाव को प्राप्त करने आयुर्वेद पद्धति की भावना विधि में आंवला और नीम के सम्मिश्रण का उदाहरण देते हुए कहा कि प्रत्येक पदार्थ के अपने गुणधर्म होते हैं।

रोग की दशा में आवश्यकतानुसार विपरीत और भिन्न गुणधर्मों के भाव वाले पदार्थों का मिश्रण व एक जड़ पदार्थ का गुणधर्म दूसरे पदार्थ के गुणधर्म को प्रभावित कर चिकित्सा करता है। ऐसे ही योग में चेतना में भावना देने की विधि से सद्भावनों सात्विक गुणों को उद्घाटित करती है।

योग के सैद्धांतिक पक्षों को समझाया: स्वागत भाषण देते हुए योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने स्वास्थ्य और प्रतिरोधकात्मक क्षमता में योग की भूमिका पर प्रकाश डाला। प्रो. गिरी ने कहा कि भारत सरकार के दिशा निर्देशों अनुसार इस वर्ष की थीम मानवता के लिए योग पर आधारित योग के सैद्धांतिक पक्षों को समझाया जा रहा है एवं प्रायोगिक पक्ष में भारत सरकार द्वारा तैयार किया गया सामान्य प्रोटोकाल अभ्यास कराया जा रहा है। अनामिका और साक्षी ने कुरुक्षेत्र में भगवद्गीता के संवाद की नाट्य प्रस्तुति दी। पुंज, सुरभि, केशू, सोनाली, गायत्री और शीतल ने योगाभ्यास के साथ शिव स्तुति प्रस्तुत की। इस अवसर पर डा. अरुण कुमार साव, डा. विवके मेहता, डा. सत्यनारायण देवलिया, डॉ. ब्रजेश ठाकुर, प्रज्ञा साव सहित प्रतिभागी उपस्थित थे।

देश, ध्येय का संयोग संकल्पों को पूरा करते हैं: डॉ. चौबे

सागर (आरएनएन)। प्राचीन परंपराओं एवं अध्यात्म के कारण ही भारत की पहचान रही है और भारत का परिचय भी इन्हीं से होता है। मातृभूमि से प्रेम, भातृभाव की सद्भावना, शिक्षक और गुरु का आदर तथा कर्म की प्रधानता हमारे मुल्क के वैशिष्ट्य रहे है। नैतिक मूल्य और सात्विक गुणों से हमारी भारत माता विश्व पूजनीय बनी है। सागर विभाग संघ चालक डॉ. गौरी शंकर चौबे ने बीस दिवसीय योग कार्यशाला में उक्त विचार व्यक्त करते हुए कहा कि आधुनिक चकाचौंध भरी, भौतिक संसाधनों की लालसा भरी जीवनचर्या ने इन मूल्यपरक जीवनचार्य को धूमिल किया है, हमारे संस्कारों में कमी आई है जो बहुत चिंताजनक स्थिति की ओर इशारा कर रही है। देह और ध्येय का संयोग संकल्पों को पूरा करता है।

देह स्वस्थ रखना है तथा योगाभ्यास और ध्येय सात्विक रखना है तो प्राचीन परंपराओं और मूल्यों को धारण करना होगा तभी एक नैतिक चारित्रक व्यक्तित्व का निर्माण होगा। मुख्य वक्तव्य में प्रो. आम्बिका दत्त शर्मा ने कहा कि योगी

का लक्ष्य एकाग्र समाधि को प्राप्त करना होना चाहिए। क्षिप्त, मूढ़, विक्षिप्त, निरूद्ध भूमियां आसुरी प्रवृत्त समाधि की ओर ले जाती है। योग विद्या का सार एकाग्र समाधि में स्थित चेतना शून्यता की स्थिति को प्राप्त करना है।

चेतना के परिष्कृत स्वरूप में वैदह की प्राप्ति होती है जिसमें जीव अपने धारित देह के भाव से परे हो जाता है। प्रो. शर्मा ने योग के वैश्वीकरण के दौर में योग को बाजारू सामग्री बनाए जाने की गंभीर परिस्थिति की ओर ईशारा करते हुए विद्यार्थियों को योग को सही मायनों में जानने की सीख दी।

स्वागत भाषण देते हुए योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने स्वास्थ्य और प्रतिरोधकात्मक क्षमता में योग की भूमिका पर प्रकाश डाला। अनामिका और साक्षी ने कुरूक्षेत्र में भगवद्गीता के संवाद की नाट्य प्रस्तुति दी। पुंज, सुरभि, केशू, सोनाली, गायत्री और शीतल ने योगाभ्यास के साथ शिव स्तुति प्रस्तुत की। संचालन एवं आभार ज्ञापन डॉ. नितिन कोरपाल ने किया। इस अवसर पर डॉ. अरूण कुमार साव, डॉ. विवके मेहता, डॉ. सत्यनारायण देवलिया, डॉ. ब्रजेश ठाकुर, प्रज्ञा साव सहित प्रतिभागी उपस्थित थे।

पाता है। दोपहर तीन बजे के बाद कुछ परिवर्तन आया और आसपास के है। आर्द्रता सुबह 73 प्रतिशत और शाम को 71 प्रतिशत दर्ज की गई।

पूंजीवाद, समाजवाद और विज्ञानवाद से ऊपर है अध्यात्मवादः सुनील देव

योग शिक्षा विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला

जागरण न्यूज, सागर

विज्ञान अपने समस्त प्रयोग कर जब थक जाता है तब वो अध्यात्म की शरण में आता है। अध्यात्म को पश्चिमी सभ्यता तब स्वीकार करती है जब उसको वैज्ञानिक कसौटी पर कसा जाता है। पूंजीवाद, समाजवाद, विज्ञानवाद से ऊपर है अध्यात्मवाद-आत्मा का वह विज्ञान जो शरीर और प्रकृति से पृथक परम आत्मा की व्याख्या करता है वह अध्यात्म है और इस अध्यात्म का परिचय और पृष्ठभूमि योग है। उक्त विचार सुनील देव महाकौशल प्रांत कार्यवाहक ने योग शिक्षा विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला में व्यक्त किए। श्री देव ने कहा कि विज्ञान कभी नहीं रुकेगा, सतत चलेगा लेकिन उसे वैदिक अध्यात्म का सहारा लेना पड़ेगा तभी सृष्टि में पूर्णता होगी। भारत का जीवन और चरित्र अध्यात्म में रचा बसा है। जब जब मानवता आपाधापी और दौड़धूप से परेशान होती है तब तब शांति और आनंद के लिए उसे भारत की ओर देखना पड़ता है। इसलिए योग के विद्यार्थियों की भूमिका इस वैश्विक परिदृश्य में महत्वपूर्ण हो जाती है। उन्होंने कहा शंकराचार्य एवं राजा जनक के तनाव जीवनवृत्तों के उदाहरणों के माध्यम से योग में निहित शक्तियों एवं बल पर प्रकाश डाला। अपने वक्तव्य में डॉ. कामता प्रसाद साहू हरिद्वार ने कहा कि तनाव पूर्ण जीवन शैली में और आधुनिकवाद में प्राचीन परंपराएं एवं संस्कृति विलुप्त हो रही है। इसके लिए योगदर्शन के अष्टांगिक मार्ग की भूमिका का बढ़ जाती है। डॉ. साहू ने अष्टांगयोग के प्रत्येक अंग का सूक्ष्म विवेचन करते हुए जीवन में उसकी प्रासंगिकता बताई। स्वागत भाषण देते हुए योग विभागाध्यक्ष प्रो.गणेश शंकर गिरी ने बताया कि प्रत्येक दिवस प्रायोगिक प्रोटोकॉल के अतिरिक्त सैद्धांतिक एवं व्यवहारिक ज्ञान भी प्रतिभागियों को प्रदान किया जाता है। उन्होंने कहा कि प्राचीन भारत की योग विद्या विश्व एवं प्राणीमात्र को स्वास्थ्य एवं खुशहाल जीवन की राह दिखाने का कार्य कर रही है। आगामी 20-21 जून को भारतीय शिक्षण मंडल की राष्ट्रीय उपाध्यक्ष श्रीमति अरुणा सारस्वत के मालवा प्रांत महामंत्री डॉ. मनु गौराहा विभाग में मार्गदर्शन देंगे। साथ ही मंडल के ही महामंत्री डॉ. उमाशंकर पचौरी भी रामचरित मानस का यौगिक दृष्टिकोण विषय पर व्याख्यान देंगे। संचालन डॉ. अरुण कुमार साव ने किया। राधाकृष्ण लीला प्रसंग समूह नृत्य अनुराधा सोनी, अनामिका गुरू, चंचल चौरसिया, शिवानी राजपूत, गायत्री प्रजापति, साक्षी ठाकुर ने तथा ओम यादव एवं प्रियांशी सिंह ने नृत्य प्रस्तुत किए। आभार ज्ञापन डॉ. नितिन कोरपाल ने किया।

योग के सैद्धांतिक पक्षों को समझाया

देश और ध्येय का संयोग संकल्पों को पूरा करते हैं

सागर

प्राचीन परंपराओं एवं अध्यात्म के कारण ही भारत की पहचान रही है और भारत का परिचय भी इन्हीं से होता है। मातृभूमि से प्रेम, भातृभाव की सद्भावना, शिक्षक और गुरू का आदर व कर्म की प्रधानता हमारे मुल्क के वैशिष्ट्य रहे है। नैतिक मूल्य और सात्त्विक गुणों से हमारी भारत माता विश्व पूजनीय बनी है। यह बात सागर विभाग संघ चालक डा. गौरी शंकर चौबे ने बीस दिवसीय योग कार्यशाला में कही।

उन्होंने कहा कि आधुनिक चकाचौंध भरी, भौतिक संसाधनों की लालसा भरी जीवनचर्या ने इन मूल्यपरक जीवनचार्य को धूमिल किया है, हमारे संस्कारों में कमी आई है जो बहुत चिंताजनक स्थिति की ओर इशारा कर रही है। देह और ध्येय का संयोग संकल्पों को पूरा करता है। यदि देह स्वस्थ रखना है व योगाभ्यास और ध्येय सात्ति?वक रखना है तो प्राचीन परंपराओं और मूल्यों को धारण करना होगा तभी एक नैतिक चारित्रिक व्यक्तित्व का निर्माण होगा तभी हमारी

युवा शक्ति अपने परिवार को खंडित होने से बचाएगी। इससे समाज में समरसता और सद्भाव का विकास होगा जिससे एक मजबूत राष्ट्र का निर्माण होगा। डा. चौबे ने ऐसे भारत के निर्माण में योग का जीवन पर्यन्त अभ्यास का महत्त्व रेखांकित करते हुए विखंडन और विघटनकारी प्रवृत्तियों प्रर विजय प्राप्त करने विद्यार्थियों का आह्वान किया। यम नियमों के अनुशासित अनुपालन से चित्त को परिष्कृत करने की युक्ति डॉ. चौबे ने प्रतिभागीयों को उदाहरण सहित समझाई।

मुख्य वक्तव्य में प्रो. आम्बिका दत्त शर्मा ने कहा कि योगी का लक्ष?य एकाग्र समाधि को प्राप्त करना होना चाहिए। क्षिप्त, मूढ़, विक्षिप्त, निरूद्ध भूमियां आसुरी प्रवृत्त समाधि की ओर ले जाती है। योग विद्या का सार एकाग्र समाधि में स्थित चेतना शून्यता की स्थिति को प्राप्त करना है। चेतना के परिष्कृत्त स्वरूप में वैदह की प्राप्ति होती है जिसमें जीव अपने धारित देह के भाव से परे हो जाता है। प्रो. शर्मा ने इस तृष्णीय भाव को प्राप्त करने आयुर्वेद पद्धति की भावना विधि में आंवला और नीम के सम्मिश्रण का उदाहरण देते हुए कहा कि प्रत्येक पदार्थ के अपने गुणधर्म होते हैं। रोग की दशा में आवश्यकतानुसार विपरीत और भिन्ना गुणधर्मो के भाव वाले पदार्थों का मिश्रण व एक जड़ पदार्थ का गुणधर्म दूसरे पदार्थ के गुणधर्म को प्रभावित कर चिकित्सा करता है। ऐसे ही योग में चेतना में भावना देने की विधि से सद्भावना सात्तिवक गुणों को उद्घाटित करती है जबकि बुरी आदतों से राजसिक तामसिक प्रवृत्तियां बलवती होती हैं। अतः भाव शुद्धि का [illegible] अभ्यास चेतना शुद्धि का मार्ग [illegible] करता है जिससे व्यक्तिगत चेतना [illegible] चेतना और चेतना शून्यता में समा [illegible] है।

स्वागत भाषण देते हुए [illegible] विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी [illegible] स्वास्थ्य और प्रतिरोधकात्मक क्षमता [illegible] योग की भूमिका पर प्रकाश डाला। [illegible] गिरी ने कहा कि भारत सरकार [illegible] दिशा निर्देशों अनुसार इस वर्ष की [illegible] मानवता के लिए योग पर आधारि[illegible] योग के सैद्धांतिक पक्षों को समझाया जा रहा है एवं प्रायोगिक पक्ष में भारत सरकार द्वारा तैयार किया गया सामान्य प्रोटोकाल अभ्यास कराया जा रहा है। अनामिका और साक्षी ने कुरूक्षेत्र में भगवद्गीता के संवाद की नाट्य प्रस्तुति दी। पुंज, सुरभि, केशू, सोनाली, गायत्री और शीतल ने योगाभ्यास के साथ शिव स्तुति प्रस्तुत की। संचालन एवं आभार ज्ञापन डा. नितिन कोरपाल ने किया। इस अवसर पर डा. अरुण कुमार साव, डा. विवके मेहता, डा. सत्यनारायण देवलिया, डां. ब्रजेश ठाकुर, प्रज्ञा साव सहित प्रतिभागी उपस्थित थे।

योग विभाग की 20 दिवसीय कार्यशाला का आयोजन

योग द्वारा चरम सुख, परम आनंद की अवस्था की प्राप्ति : संतोष सोहगौरा

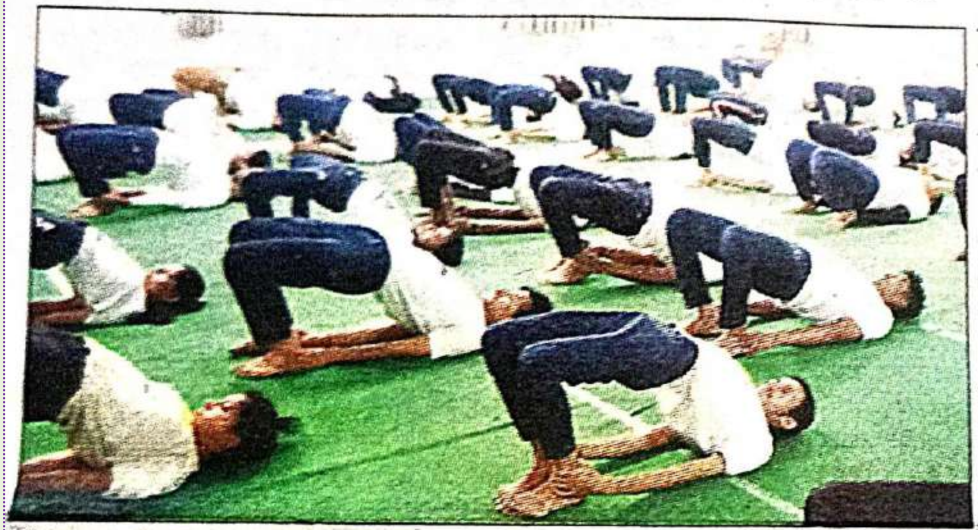
सागर (आरएनएन)। मानव जन्म से ही दुःखों से घिरा हुआ रहता है। यदि वह दुःखों में सुख ढूंढ़ लेता है तभी वह सच्चा योगी कहलाता है। योग की कला ही है कि मनुष्य चरम सुख और परम आनंद की अवस्था को सहज ही प्राप्त कर लेता है। योग का हमारा जितना ज्ञान है वह समुंदर में लोटे के समान है। इसकी थाह पाना हम जैसे सामान्य प्राणियों के वस की बात नही है। फिर भी आप विद्यार्थी और प्रतिभागी जो साधना कर रहे हैं वह आपको अन्य सामान्य लोगों से विशिष्ट बनाती है। उक्त उद्गार पं. संतोष सोहगोरा विश्वविद्यालय के कुलसचिव ने योग विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला में व्यक्त किए। श्री सोहगोरा ने कहा कि मनुष्य और प्रकृति का अटुट संबंध है, परंतु मनुष्य अपने हठीले एवं अहम जनित स्वभाव के कारण प्रकृति से दूर अलगाव की स्थिति में जा रहा है। ऐसे में योग शिक्षा का महत्व और बढ़ जाता है। इसी करणवश लोगों में जन जागृति लाने के उद्देश्य से प्रतिवर्ष 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जाता है। हमारा विश्वविद्यालय भी इस आयोजन में बढ़ चढ़कर हिस्सा ले रहा है। मुख्य वक्ता कन्या महाविद्यालय की गृह विज्ञान विभागाध्यक्ष प्रो. रेणुबाला शर्मा ने कहा कि ऋतुओं के अनुसार शरीर की जैसी आवश्यकता हो वैसा आहार लेना चाहिए। ऐसा नहीं करने से मनुष्य का रोगग्रस्त होना निश्चित है। प्रो. शर्मा ने कहा कि आधुनिक आहार आकर्षक माधुर्य तो होते हैं परंतु तत्वों एवं गुणों की दृष्टि से निम्न कोटि के होते हैं। हमारे प्राचीन आहार पदार्थ गुणों तत्वों से युक्त सुपाच्य विटामिन प्रोटीन खनिज लवण युक्त होते हैं जिससे शारीरिक मानसिक और गुणात्मक विकास होता है। कार्यक्रम में स्वागत भाषण योगविभागाध्यक्ष प्रो.गणेश शंकर गिरी ने दिया। प्रांरभ में प्रिंयाशी सिंह ने नृत्य के माध्यम से गणेश वंदना प्रस्तुत की। अंशी मिश्रा एवं पूजा जैन ने योगाभ्यास की प्रस्तुति दी।

अंकरात व नकदी राशि

तन, मन और वचनों को साधने से सुसंस्कृत व्यक्तित्व का निर्माण: प्रो. दिवाकर राजपूत

सागर, देशबन्धु। यदि हम अपने तन, मन और वचनों को साध लेते हैं तो हम सुसंस्कृत व्यक्तित्व का निर्माण कर पाते हैं। योगाभ्यास से शरीर सुदृढ़ होता है ध्यान से मन शांत होता है। तन और मन की शुद्धि वचन वाक् शुद्धि करती है जिससे हम वचनों पर आधिपत्य स्थापित कर भावनाओं और विचारों को उत्कर्ष की ओर ले जाते हैं। उक्त विचार प्रो. दिवाकर सिंह राजपूत ने योग शिक्षा विभाग की कार्यशाला में व्यक्त किए। विशिष्ट अतिथि डॉ. राकेश सोनी ने कहा शास्त्र परंपरा में पंचमवेद के रूप में प्रतिष्ठित नाट्यशास्त्र के चित्राभिनय और आंगिक अभिनय नामक अध्यायों में पूर्ण रूप से एक कुशल योगाभ्यासी के गुणों का वर्णन है। योगविभागाध्यक्ष प्रो.गणेश शंकर गिरी ने स्वागत भाषण देते हुए कहा आगामी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को धूमधाम से मनाने हेतु विभिन्न प्रतियोगिताएं भी चल रही हैं जिनमें भाषण, कविता प्रतियोगिता एवं क्विज तथा कानागोटी प्रतियोगिता आयोजित है। इसी प्रकार 20-21 जून को रंगोली एवं योग प्रदर्शनी का आयोजन है। संचालन प्रज्ञा साव ने तथा आभार ज्ञापन डॉ.नितिन कोरपाल ने किया।

शुद्ध सात्विक आचरण से योगी बन जाता है व्यक्ति : डॉक्टर संजय जैन



जागरण न्यूज, सागर

सच्ची श्रद्धा से ज्ञानार्जन, ज्ञानार्जन से शुद्ध आचरण, शुद्ध सात्विक आचरण से व्यक्ति योगी बन जाता है। योगी जन्म मृत्यु बंधन से परे हो जाते हैं। योग, चिकित्सा कभी नहीं रहा है, परंतु आधुनिक काल में वैज्ञानिक शोधों से प्राप्त निष्कर्षों ने इसके चिकित्सकीय पक्ष को ज्यादा बल देकर योग चिकित्सा के रूप में योग विद्या को प्रतिष्ठित कराया। वास्तव में योग आत्मा का विज्ञान है जिसका एक पड़ाव शारीरिक संस्थानों जैसे रक्त परिसंचरण, श्वसन, पाचन, ग्रंथि एवं नाड़ी पेशीय संस्थानों पर पड़ने से, तथा इनसे होने वाले सुधारात्मक एवं उपचारात्मक प्रभावों से योग चिकित्सा आधुनिक काल में प्रसिद्ध हुई। वर्तमान में कोरोना की विभीषिका के काल में रोग प्रतिरोध क्षमता वृद्धि में योग की भूमिका ने योग चिकित्सा की प्रतिष्ठा बढ़ाई। उक्त विचार बुंदेलखण्ड मेडीकल कालेज के चिकित्सक डॉ. संजय जैन ने योग विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला में व्यक्त किए। पतंजलि योगपीठ हरिद्वार के आचार्य परन गौड़ा ने योग शुद्धि क्रियाओं के आधुनिक प्रयोगों पर प्रकाश डाला। उन्होंने योग की शुद्धि क्रियाओं को योग चिकित्सा का महत्वपूर्ण साधन कहा। डॉ. परन गौड़ा ने बताया कि विवेकानन्द केन्द्र द्वारा वस्त्र धौति क्रिया के समान, एक फेफड़ों की सफाई का यंत्र बनाया गया जिसके माध्यम से प्राणवायु अंदर खींचकर कफ दोष का शमन कराया जाता है। विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने कहा कि कल 20 जून को कार्यशाला का समापन होगा जिसमें कुलपति प्रो.नीलिमा गुप्ता, श्रीमति अरुणा सारस्वत, डॉ.मनु गौराहा उपस्थित रहेंगे। आज क्विज प्रतियोगिता एवं कानपागोटी खेल संपन्न हुए। संचालन डॉ. अरूण साव ने किया। श्रद्धा साव ने नृत्य तथा इकबालजीत सिंह ने योगाभ्यास की प्रस्तुति दी। आभार ज्ञापन डॉ. ब्रजेश ठाकुर ने किया।

प्राणी विज्ञान विभाग की डॉ. जूली जैन जायेंगी अमेरिका

जागरण, सागर। डॉ. हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय के प्राणी विज्ञान विभाग की डॉ जूली जैन का चयन पोस्ट डॉक्टोरल फेलो के रूप में अमेरिका अगस्टा यूनिवर्सिटी के जार्जिया मेडिकल कालेज में हुआ है। वे वहां के न्यूरोसाइंस एंड रेग रिजनरेटिव मेडिसिन विभाग की डॉ क्विन वांग लैबोरेटरी में तनाव के विभिन्न पहलुओं पर उच्च अध्ययन करेंगी। डॉ जूली जैन ने प्राणी विज्ञान विभाग की डॉ दीपाली जाट के निर्देशन में पीएच-डी डिग्री प्राप्त की है। उनके चयन पर विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो नीलिमा गुप्ता, प्राणी विज्ञान विभाग के अध्यक्ष प्रोफेसर सुबोध जैन, सभी शिक्षकों एवं शोध छात्र छात्राओं ने बधाई दी है।

जार्जिया मेडिकल कॉलेज में डॉक्टोरल फेलो हेतु चयनित

नवभारत न्यूज

सागर 18 जून. डॉ हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय के प्राणी विज्ञान विभाग की डॉ जूली जैन का चयन पोस्ट डॉक्टोरल फेलो के रूप में अमेरिका अगस्टा यूनिवर्सिटी के जार्जिया मेडिकल कालेज में हुआ है.

वे वहाँ के न्यूरोसाइंस एंड रेग रिजनरेटिव मेडिसिन विभाग की डॉ क्विन वांग लैबोरेटरी में तनाव के विभिन्न पहलुओं पर उच्च अध्ययन करेंगी. डॉ जूली जैन ने प्राणी विज्ञान विभाग की डॉ. दीपाली जाट के निर्देशन में पीएचडी डिग्री प्राप्त की है. उनके चयन पर विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता, प्राणी विज्ञान विभाग के अध्यक्ष प्रो. सुबोध जैन सभी शिक्षकों एवं शोध छात्र-छात्राओं ने बधाई दी है.

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 पर ऑनलाइन कार्यशाला

शोध के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने की आवश्यकता : प्रो. नीलिमा

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के मानव संसाधन विकास केंद्र में राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 पर चार दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला को चार प्रतिष्ठित केंद्रीय विश्वविद्यालयों के कुलपतियों ने संबोधित किया।

गुरु घासीदास विश्वविद्यालय बिलासपुर के कुलपति प्रो. अशोक कुमार चक्रवाल ने अकादमिक बैंक ऑफ क्रेडिट विषय पर व्याख्यान दिया। उन्होंने बताया कि अब देश के किसी भी विश्वविद्यालय से ऑनलाइन और ऑफलाइन मोड में आवश्यक संख्या में क्रेडिट पूरा करने की स्वतंत्रता है।

इसके लिए उन्होंने नवगठित शिक्षा व्यवस्था में एकेडमिक बैंक ऑफ क्रेडिट्स और नेशनल एकेडमिक डिपॉजिटरी की आवश्यकता और महत्व के बारे में बताया।

कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने विषयों के चयन, समय की एक निर्दिष्ट अवधि के भीतर और एक निर्दिष्ट भौगोलिक स्थिति में डिग्री पूरी करने के रूप में सीखने के रास्ते में आने वाली बाधाओं को तोडने की आवश्यकता को रेखांकित किया। उन्होंने विदेशों में भारी मात्रा में राजस्व के साथ-साथ ब्रेन ड्रेन की ओर ध्यान आकर्षित किया और कहा कि हर साल लाखों छात्र शिक्षा के लिए विदेश जाते हैं और वहां बस जाते हैं। इससे देश की प्रतिभा के पलायन के साथ-साथ देश की आर्थिकी को भी नुकसान पहुंचता है।

नॉर्थ ईस्टर्न हिल यूनिवर्सिटी, शिलांग के कुलपति प्रो. एसपी शुक्ल ने भारत की उच्च शिक्षा का अंतर्राष्ट्रीयकरण विषय पर अपनी बात रखी।

इंदिरा गांधी राष्ट्रीय जनजातीय विश्वविद्यालय अमरकंटक के कुलपति प्रो.श्रीप्रकाश मणि त्रिपाठी ने भारत की उच्च शिक्षा में वैश्विक नागरिकता के लिए शैक्षिक रूपरेखा विषय पर अपनी बात रखी।

आयोजन । राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 पर चार दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला हुई

उच्च शिक्षण संस्थाओं में शोध के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने की आवश्यकता: गुप्ता

सागर, आचरण संवाददाता।

डॉ हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर के मानव संसाधन विकास केंद्र में राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 पर चार दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन किया गया. कार्यशाला को चार प्रतिष्ठित केंद्रीय विश्वविद्यालयों के कुलपतियों ने संबोधित किया. उद्घाटन सत्र में गुरु घासीदास विश्वविद्यालय, बिलासपुर के कुलपति प्रो. अशोक कुमार चक्रवाल ने अकादमिक बैंक ऑफ क्रेडिट विषय पर व्याख्यान दिया और च्वाइस बेस्ड क्रेडिट सिस्टम को भी विस्तार से बताया. उन्होंने बताया कि अब देश के किसी भी विश्वविद्यालय से ऑनलाइन और ऑफलाइन मोड में आवश्यक संख्या में क्रेडिट पूरा करने की स्वतंत्रता है। इसके लिए उन्होंने नवगठित शिक्षा व्यवस्था में एकेडमिक बैंक ऑफ क्रेडिट्स और नेशनल एकेडमिक डिपॉजिटरी की आवश्यकता और महत्व के बारे में बताया।

कुलपति प्रो नीलिमा गुप्ता ने विषयों के चयन, समय की एक निर्दिष्ट अवधि के भीतर और एक निर्दिष्ट भौगोलिक स्थिति में डिग्री पूरी करने के रूप में सीखने के रास्ते में आने वाली बाधाओं को तोड़ने की आवश्यकता को रेखांकित किया. उन्होंने विदेशों में भारी मात्रा में राजस्व के साथ-साथ ब्रेन ड्रेन की ओर ध्यान आकर्षित किया और कहा कि हर साल लाखों छात्र शिक्षा के लिए विदेश जाते हैं और वहां बस जाते हैं. इससे देश की प्रतिभा के पलायन के साथ-साथ देश की आर्थिकी को भी नुकसान पहुंचता है. उन्होंने अनुसंधान को नौकरी के अवसरों से जोड़ने और अनुसंधान के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने और उच्च शिक्षा संस्थानों के बीच अनुसंधान सुविधाओं को साझा करने की आवश्यकता पर बल दिया.

नॉर्थ ईस्टर्न हिल यूनिवर्सिटी, शिलांग के कुलपति प्रो. एस. पी. शुक्ल ने भारत की उच्च शिक्षा का अंतर्राष्ट्रीयकरण विषय पर बोलते हुए कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 शिक्षा के क्षेत्र में भारत के गौरव और प्रतिष्ठा को पुनर्जीवित करने की योजना बना रहा है। उन्होंने नालंदा, तक्षशीला, विक्रमशीलाके साथ ही भारत में शिक्षा के प्राचीन केंद्रों का उदाहरण दिया। उन्होंने बताया कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 प्राचीन भारतीय विश्वविद्यालयों की तर्ज पर वर्तमान विश्वविद्यालयों और कॉलेजों को स्वरूप प्रदान करेगा ताकि हम अपने भारतीयता के साथ-साथ शिक्षा के नये आयामों को भी सम्मिलित करते हुए आत्मनिर्भर भारत की तरफ बढ़ सकें. उन्होंने देश के प्रत्येक विश्वविद्यालय में अंतर्राष्ट्रीय छात्र केंद्र स्थापित करने की बात कही।

इंदिरा गांधी राष्ट्रीय जनजातीय विश्वविद्यालय, अमरकंटक के कुलपति प्रो. श्रीप्रकाश मणि त्रिपाठी ने भारत की उच्च शिक्षा में वैश्विक नागरिकता के लिए शैक्षिक रूपरेखा विषय पर बोलते हुए कहा कि देश की प्राचीन परंपराओं के पुनरुद्धार मात्र से उद्देश्य की पूर्ति नहीं होगी जब तक कि उन्हें वर्तमान समय में प्रासंगिक नहीं बनाया जाता है। जीवित रहने के लिए बदलती वैश्विक जरूरतों के साथ तालमेल बिठाना अनिवार्य है। उन्होंने कहा कि भारतीय शिक्षा प्रणाली न केवल हाथों को बल्कि सिर और दिमाग को भी प्रशिक्षित करती है। एसटीईएम (विज्ञान, प्रौद्योगिकी, इंजीनियरिंग और गणित) और सामुदायिक शिक्षण के साथ अनुभवात्मक शिक्षा शिक्षा में रोजगार पैदा करेगी. उन्होंने संस्थागत तैयारियों, लैंगिक समानता के सिद्धांत और समावेशी नेतृत्व पर जोर दिया पुस्तकालयों का महत्व, और हमारे वर्तमान को समृद्ध करने और बेहतर भविष्य का निर्माण करने के लिए संचार उपकरणों का विवेकपूर्ण उपयोग करने की बात कही।

गुजरात केन्द्रीय विश्वविद्यालय, गांधीनगर के कुलपति प्रो. आर एस दुबे ने अच्छे अकादमिक अनुसंधान अभ्यास विषय पर समस्याओं के समाधान, ज्ञान की रचना, वैज्ञानिक आविष्कार और नए विचारों की गुंजाइश के लिए अच्छे शोध के गुणों पर विचार-विमर्श किया। उन्होंने इस बात पर भी जोर दिया कि अनुसंधान को सामाजिक कल्याण और राष्ट्र की अर्थव्यवस्था में योगदान देना चाहिए। उन्होंने अन्य देशों की तुलना में भारत में अनुसंधान पर कम खर्च पर चिंता व्यक्त की.

एचआरडीसी के सहायक निदेशक डॉ कन्हैया त्रिपाठी ने वक्ताओं का परिचय दिया और प्रत्येक सत्र का संचालन किया. डॉ आर टी बेद्रे ने धन्यवाद ज्ञापन किया। इन कार्यशालाओं से कुल 403 प्रतिभागी लाभान्वित हुए।

समापन | 20 दिवसीय योग कार्यशाला का समापन

ईर्ष्या, अज्ञान, द्वेष, घमंड, वैमनस्य, आलस्य आदि गांठों को खोलने की क्षमता योग में: अरुणा

सागर, आचरण संवाददाता।

योग शब्दों में व्यक्त नहीं हो सकता, वह तो अनुभूति का विषय है। योग जुड़ने के अर्थ में सभी जानते हैं जिसमें आत्मा परमपिता परमेश्वर से जोड़ने की प्रक्रिया आती है। यह जुड़ाव ही सत् चित आनंद स्वरूप की संकल्पना की सिद्धि है। उक्त उद्गार भारतीय शिक्षण मंडल की राष्ट्रीय उपाध्यक्ष श्रीमती अरुणा सारस्वत ने योग शिक्षा विभाग की बीस दिवसीय कार्यशाला के समापन सत्र में बतौर मुख्य अतिथि व्यक्त किए। श्रीमती अरुणा सारस्वत ने कहा कि हम सभी अपने जीवन में बहुत सारी गांठें बाँध लेते हैं। ये गांठें ईर्ष्या, अज्ञान, द्वेष, घमंड, वैमनस्य, आलस्य आदि हैं। बाँस को खोखला कर देने मात्र से मधुर स्वर नहीं निकलते। मधुरता लाने के लिए बाँस में कुछ छिद्र बनाने पड़ते हैं। श्रीमती सारस्वत ने इसका तात्पर्य समझाते हुए कहा कि हमें व्यक्तित्व में तरलता और सरलता लाना पड़ेगी। तब उन गांठों से उत्पन्न विषमताएँ और वैमनस्यता दूर होगी। इन गाँठों को खोलने की क्षमता केवल योग विद्या में हैं। हमने आधुनिक परिप्रेक्ष्य में योग को केवल आसन, प्राणायाम और ध्यान तक सीमित कर दिया है। समय की कमी का बहाना बनाकर हम केवल कुछ शारीरिक व्यायामों को योग मान बैठे हैं। प्राचीन परंपराओं में योग आत्मा का विज्ञान रहा है यह हमें समझना होगा। तभी योग शास्त्र के अध्ययन की गहराई को हम जान पायेंगे। योग शिक्षा मनुष्य की प्रवृत्तियों को उर्ध्वगामी बनाती है।

योग द्वारा समग्र स्वास्थ्य की प्राप्ति संभव: डॉ. मनु

विशिष्ट अतिथि डॉ. मनु गौरहा प्राध्यापक समाजशास्त्र विक्रम विश्वविद्यालय उज्जैन ने कहा कि हमारे यशस्वी प्राधानमंत्री के प्रयासों से योग धार्मिक और भौगोलिक रेखाओं से परे जाकर वैश्विक ज्ञान और साधना का प्रतीक बन गया है। इस योग को समझने के लिए इसके समग्र स्वरूप को जानना होगा। तभी योग सही मायनों में हमारे जीवन, व्यक्तित्व, चरित्र और मानवता को नई ऊँचाईयों पर ले जाएगा। डॉ. मनु गौरहा ने स्वास्थ्य के पाँच आयाम- शारीरिक, बौद्धिक (मानसिक), सामाजिक, संवेगात्मक और आध्यात्मिक स्वरूप से समग्रता को प्राप्त करना है लेकिन इसके साथ ही वृत्तिक आयाम भी आवश्यक, कि हम कैसा आचरण, व्यवहार और विहार करते हैं। इसी के समग्र स्वास्थ्य की संकल्पना पूर्णता को प्राप्त करती है। स्वागत भाषण देते हुए योग विभागाध्यक्ष एवं कार्यशाला संयोजक प्रो. गणेश शंकर गिरी ने कहा कि इस कार्यशाला में योग के हर पहलू पर विचार किया गया। सैद्धांतिक एवं प्रायोगिक पक्षों पर व्यापक विमर्श का समापन कल 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह के साथ होगा। समारोह के मुख्य अतिथि प्रो. उमाशंकर पचौरी- महामंत्री, भारतीय शिक्षण मंडल रहेंगे। कार्यक्रम में श्रीमती अरुणा सारस्वत, डॉ. मनु गौरहा एवं प्रो. जी. एन गौड़ा विशिष्ट अतिथि रहेंगे जबकि आयोजन की अध्यक्षता कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता करेंगी। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस में आयुष मंत्रालय का निर्धारित प्रोटोकाल प्रातः 06:00 बजे सहित आमंत्रित वक्ताओं के व्याख्यान महर्षि पतंजलि भवन योग विभाग में तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम दोपहर दो बजे से स्वर्ण जयंती सभागार में आयोजित होगा। कार्यक्रम के प्रारंभ में शिवानी राजपूत और निहारिका ठाकुर ने महिषासुर मर्दिनी स्त्रोत पर शास्त्रीय नृत्य प्रस्तुत किया। प्रियांशी सिंह ने एकल नृत्य प्रस्तुत किया। रोहित पटेल, दीपेश अहिरवार, अंकित सोनी और रोहित नापित ने भैरवाष्टक पर योगाभ्यासों की प्रस्तुति दी। संचालन डॉ. नितिन कोरपाल ने तथा आभार ज्ञापन डॉ. अरुण साव ने किया। इस अवसर पर डॉ. सुनील शर्मा, डॉ. रविशंकर गुरु, कुंवर प्रणय सिंह, डॉ. ब्रजेश ठाकुर, प्रज्ञा साव सहित अनेक प्रतिभागी उपस्थित थे।

शिक्षा नीति को वर्तमान के अनुसार प्रासंगिक बनाना जरूरी

नवभारत न्यूज

सागर 21 जून. डॉ हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के मानव संसाधन विकास केंद्र में राष्ट्रीय शिक्षा नीति पर चार दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला का आयोजन किया गया.

उदघाटन सत्र में गुरु घासीदास विश्वविद्यालय बिलासपुर के कुलपति प्रो. अशोक कुमार चक्रवाल ने अकादमिक बैंक ऑफ क्रेडिट विषय पर व्याख्यान दिया और च्वाइस बेस्ड क्रेडिट सिस्टम को भी विस्तार से बताया. उन्होंने बताया कि अब देश के किसी भी विश्वविद्यालय से ऑनलाइन और ऑफलाइन मोड में आवश्यक संख्या में क्रेडिट पूरा करने की स्वतंत्रता है. कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने विषयों के चयन, समय की एक निर्दिष्ट अवधि के भीतर और एक निर्दिष्ट भौगोलिक स्थिति में डिग्री पूरी करने के रूप में सीखने के रास्ते में आने वाली बाधाओं को तोड़ने की आवश्यकता को रेखांकित किया. उन्होंने कहा कि हर साल लाखों छात्र शिक्षा के लिए विदेश जाते हैं और वहां बस जाते हैं. इससे देश की प्रतिभा के पलायन के साथ-साथ देश की आर्थिकी को भी नुकसान पहुंचता है. नॉर्थ ईस्टर्न हिल यूनिवर्सिटी शिलांग के कुलपति प्रो. एसपी शुक्ल ने भारत की उच्च शिक्षा का अंतर्राष्ट्रीयकरण विषय पर जानकारी दी. इंदिरा गांधी राष्ट्रीय जनजातीय विवि अमरकंटक के कुलपति प्रो. श्रीप्रकाश मणि त्रिपाठी ने भारत की उच्च शिक्षा में वैश्विक नागरिकता के लिए शैक्षिक रूपरेखा विषय पर बोलते हुए कहा कि देश की प्राचीन परंपराओं के पुनरुद्धार मात्र से उद्देश्य की पूर्ति नहीं होगी जब तक कि उन्हें वर्तमान समय में प्रासंगिक नहीं बनाया जाता है. केन्द्रीय विश्वविद्यालय गांधीनगर के कुलपति प्रो. आरएस दुबे ने अच्छे अकादमिक अनुसंधान अभ्यास विषय पर समस्याओं के समाधान, ज्ञान की रचना, वैज्ञानिक आविष्कार और नए विचारों की गुंजाइश के लिए अच्छे शोध के गुणों पर विचार-विमर्श किया.

शरीर, मन तथा आत्मा को जोड़ने का मार्ग है

योग दिवस मानव जीवन में सामंजस्य, शांति एवं आनंद देने का मार्ग है जो कि जाति धन से उठकर मानव जाति के लिये विदेशों ने स्वीकार किया है। यह भारत के लिए गौरव की बात है। यह विश्व योग गुरू का हकदार लग रहा है। पतंजलि योग समिति के जिला प्रभारी भगत सिंह ठाकुर ने आयुष मंत्रालय से जारी 56 मिनिट का योग प्रोटोकाल का अभ्यास करने की विधि बताते हुये उनके लाभ गिनाये। भारत स्वाभिमान ट्रस्ट के जिला प्रभारी धर्मेन्द्र शर्मा ने धन्यवाद व आभार व्यक्त किया। इस अवसर पर केन्द्रीय संचार ब्यूरो की ओर से आईजी अनुराग, अध्यक्ष प्रो.संतोष शुक्ला, भगत सिंह ठाकुर का शाल श्रीफल व स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मान किया।

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सैकड़ों साधकों ने किया योगाभ्यास, विवि सहित अन्य स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित

जागरण न्यूज, सागर

भारत सरकार का सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय के केन्द्रीय संचार ब्यूरो के क्षेत्रीय कार्यालय सागर के तत्वावधान में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस तिली में मुख्य अतिथि अनुराग आईपीएस पुलिस महानिरीक्षक एवं अध्यक्षता प्रो. संतोष शुक्ल भूगोलवेत्ता के आतिथ्य में नगर के योग साधकों की उपस्थिति में शुभारंभ हुआ। मुख्य अतिथि अनुराग पुलिस महानिरीक्षक सागर रेंज ने योग साधकों को संबोधित करते हुये कहा कि महर्षि पतंजलि ने स्वयं पर अनुसंधान करके मानव जीवन के लिये आष्टांग योग को दिया। जिसे वर्तमान में मनुष्यों में बढ़ रही महत्वाकांक्षाएं, बीमारियों के स्थायी निदान के लिये अंतर्राष्ट्रीय संयुक्त राष्ट्र संघ ने विश्वयोग की मान्यता देकर योग को स्वीकार किया है। उन्होंने कहा कि योग वास्तव में शरीर में स्वास्थ्य ही नहीं वरन ऊर्जा युक्त बनाता है। योग शरीर मन तथा आत्मा को जोड़ने का मार्ग है, इसे अपने जीवनशैली में अपनाने की आवश्यकता है। उन्होने कहा कि कार्य की कौशलता दक्षता लाती है। अपने कर्तव्यों पर अनुशासित करना है। तो आत्म विजेता बने। आप हर ऊंचाई को प्राप्त कर सकते है। उन्होंने कहा कि सागर एक संवर्ग योग से स्वास्थ्य के क्षेत्र में सेवा कार्य करना सराहनीय कार्य है। उन्होने छात्रों के प्रस्तुत योग को उत्कृष्ट आसनों की प्रस्तुती की सराहना करते हुये पुरस्कार उपहार भेंट करते हुये प्रोत्साहित किया। अध्यक्षता कर रहे प्रो.संतोष शुक्ला ने कहा कि अंतर्राष्ट्रीय

योग साधक ऊंचाई प्राप्त करता है

राष्ट्रीय शिक्षा नीति में योग को महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। साधक को गुरुमुखी बनाता है योग। गुरुमुखी भाव को धारण करने वाला साधक सदैव नई ऊंचाईयों को प्राप्त करता है। उक्त उद्गार भारतीय शिक्षण मंडल के राष्ट्रीय महामंत्री प्रो. उमाशंकर पचौरी ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग शिक्षा विभाग में बतौर मुख्य अतिथि व्यक्त किए। प्रो. पचौरी ने कहा कि मानवता को खोजने का सूत्र योग है। जब सद्गुणों का व्यवहार और विचार में विकास होगा तब चरित्र का निर्माण होगा। विशिष्ट अतिथि एनसीसी ब्रिगेडियर अशोक मिनोचा ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के महत्व को रेखांकित करते हुए कहा कि हमारी युगों पुरातन धरा का परिचय अध्यात्म और योग से ही होता रहा है। स्वागत भाषण देते हुए प्रो. गणेश शंकर गिरी योग विभागाध्यक्ष ने कहा कि इस वर्ष का योग दिवस मानवता के लिये योग विषय के लिए समर्पित हैं। अध्यक्षीय उद्बोधन में विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि आज योग समस्त सीमाओं के बंधनों से परे एक वैश्विक विद्या और साधना पद्धति के रुप में प्रतिष्ठित हो गया है। हमें संपूर्ण मानव बनाने का मार्ग योग विद्या ही प्रशस्त करती है। कार्यक्रम का संचालन डॉ. नितिन कोरपाल ने किया। अंशी, पूजा, रोहित, राहुल, वैशाली, मानसी, संगीता, आयुषी, दीपेश, विकास ने वंदे मात्रम नृत्य के माध्यम से भारत माता की स्तुति की। इस अवसर पर प्रो. चंदा बेन, प्रो. यशवंत ठाकुर, प्रो. आर. के. रावत, डॉ. गौतम प्रसाद, डॉ. राकेश मलिक, डॉ. विवेक जायसवाल, सतीश कुमार डॉ. ब्रजेश ठाकुर, प्रज्ञा साव सहित विश्वविद्यालय परिवार के अनेक शिक्षक कर्मचारी उपस्थित थे।

एक दिवसीय संगोष्ठी का आयोजन

भारत में एनईपी के साथ वैश्विक ज्ञान केंद्र बनने की क्षमता है: प्रो. नीलिमा

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

सागर. डॉ. हरिसिंह गौर केंद्रीय विश्वविद्यालय और बीटी इंस्टीट्यूट ऑफ एक्सीलेंस के संयुक्त तत्वावधान में मंगलवार को एक दिवसीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया। नई शिक्षा नीति 2020 क्रियान्वयन, प्रावधान एवं चुनौतियां विषय पर वक्ताओं ने अपनी-अपनी बात रखी।

विश्वविद्यालय के जवाहरलाल नेहरू पुस्तकालय में हुए इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के तौर पर अखिल भारतीय शिक्षण मंडल के राष्ट्रीय महामंत्री डॉ. उमाशंकर पचौरी रहे। उन्होंने नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति में चाणक्य नीति के सिद्धांतो की बात कही। उन्होंने कहा कि शिक्षक कभी साधारण नहीं होता,उसकी गोद में प्रलय व निर्माण एक साथ पलते हैं। विशिष्ट अतिथि डॉ. धीरेंद्र शुक्ला ने नीति पथ.प्रदर्शक पहल के रूप में है, लेकिन चुनौतियों से ग्रस्त है। एनईपी का उद्देश्य छात्रों की

आकांक्षाओं के अनुरूप कई विषयों की पेशकश करके रचनात्मक सोच को बढ़ावा देना है। इस दौरान अरुणा सारस्वत भी मौजूद रहीं।

कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि भारत में एनईपी के साथ वैश्विक ज्ञान केंद्र बनने की क्षमता है। विश्वविद्यालयों को कार्यात्मक समाज से अलग नहीं रहना चाहिए। उन्होंने यह भी कहा कि एनईपी 2020 एक वास्तविकता और आवश्यकता आधारित नीति है और विशेषज्ञों और संसाधन व्यक्तियों को आने वाली पीढ़ी के हित में नीति का उपयोग करें।

हमे उन प्रावधानों की पहचान करने की आवश्यकता पर जोर देना चाहिए। बीटी इंस्टीट्यूट ऑफ एक्सीलेंस महाविद्यालय के डायरेक्टर संदीप जैन ने भी अपने विचार रखे। आभार संस्था के प्राचार्य डॉ. राजू टंडन ने माना।

शिक्षक की गोद में प्रलय व निर्माण एक साथ पलते हैं: उमाशंकर

सागर, आचरण संवाददाता।

जवाहरलाल नेहरू पुस्तकालय, डॉ. हरीसिंहगौर विश्वविद्यालय सागर (केंद्रीय विश्वविद्यालय), के सभागार में राष्ट्रीय शिक्षा नीति का कार्यान्वयन (एनईपी), प्रावधान एवं चुनौतियां विषय पर एक दिवसीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया। संगोष्ठी का आयोजन डॉक्टर हरिसिंह गौर केंद्रीय विश्वविद्यालय एवं बी टी इंस्टीट्यूट ऑफ एक्सीलेंस के संयुक तत्वावधान में हुआ। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के तौर पर, अखिल भारतीय शिक्षण मंडल के राष्ट्रीय महामंत्री डॉ उमाशंकर पचौरी रहे। उन्होंने नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति में चाणक्य नीति के सिद्धांतो की बात कही। उन्होंने कहा कि शिक्षक कभी साधारण नहीं होता, उसकी गोद में प्रलय व निर्माण एक साथ पलते हैं।

श्री पचौरी ने इस वाक्य को उद्धृत करते हुये कहा कि विद्यार्थी के जीवन में शिक्षक ही परिवर्तन ला सकता है। शिक्षा एवं शिक्षक दोनों का महत्व हमारे जीवन में अधिक होता है। नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति विद्यार्थियों को रोजगार व स्वरोजगार प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करेगी। नई शिक्षा नीति अपने आप में कई सकारात्मक परिवर्तनों से भरपूर है। इसमें कई सुविधाएं हैं और अवसर हैं। उन्होंने कहा कि इन सभी को विद्यार्थियों तक पहुंचाने का कार्य शिक्षकों को करना है। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि डॉ धीरेंद्र शुक्ला ने एनईपी के मुख्य पहलुओं जैसे पाठ्यक्रमों में लचीलापन, बहु-प्रवेश, बहु-निकास और बहु-अनुशासनात्मक दृष्टिकोण पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि नीति पथ-प्रदर्शक पहल के रूप में है, लेकिन कार्यान्वयन में चुनौतियों से ग्रस्त है। एनईपी का उद्देश्य छात्रों की आकांक्षाओं के अनुरूप कई विषयों की पेशकश करके रचनात्मक सोच को बढ़ावा देना है। इस दौरान श्रीमती अरुणा

सास्वत, राष्ट्र उपाध्यक्ष भारतीय शिक्षण मंडल भी मौजूद रहीं। उन्होंने कहा कि हमारे बच्चे आज प्रतिभा पलायन का दौर झेल रहे हैं, जिस कारण से हमारी शिक्षा नीति पर भी पाश्चात्य संस्कृति का दंश सह लिया है। उन्होंने भारतीय पुरातन संस्कृति की शिक्षा का महत्व बताते हुए कहा कि हमें अब जरूरत है वापस अपनी संस्कृति की जड़ों को मजबूत करने की ताकि प्रतिभा पलायन को रोका जा सके।

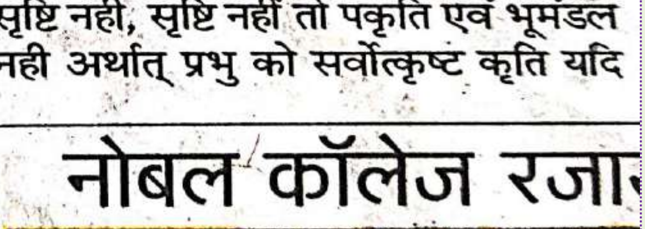
कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए प्रो नीलिमा गुप्ता कुलपति, डॉ हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय ने कहा कि भारत में एनईपी के साथ वैश्विक ज्ञान केंद्र बनने की क्षमता है। विश्वविद्यालयों को कार्यात्मक समाज से अलग नहीं रहना चाहिए। उन्होंने यह भी कहा कि एनईपी 2020 एक वास्तविकता और आवश्यकता आधारित नीति है और विशेषज्ञों और संसाधन व्यक्तियों को आने वाली पीढ़ी के हित में नीति का उपयोग करें, हमे उन प्रावधानों की पहचान करने की आवश्यकता पर जोर देना चाहिए जो अधिक महत्वपूर्ण हैं और ऐसे प्रावधानों को प्राथमिकता देने की आवश्यकता है। जिससे इसे सफलतापूर्वक लागू करने के तरीके खोजे जा सकें।

कार्यक्रम का संचालन अरविंद जैन द्वारा किया गया। इस दौरान बीटी इंस्टीट्यूट ऑफ एक्सीलेंस महाविद्यालय के डायरेक्टर संदीप जैन, समस्त स्टाफ और छात्र/छात्रायें इस कार्यशाला में उपस्थित थे। कार्यक्रम में पधारे अतिथियों का आभार संस्था के प्राचार्य डॉ. राजू टंडन द्वारा किया गया।

सागर ■ राज न्यूज नेटवर्क

राष्ट्रीय शिक्षा नीति में योग को महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। योग साधक को गुरुमुखी बनाता है। गुरुमुखी भाव को धारण करने वाला साधक सदैव नई ऊंचाईयों को प्राप्त करता है। इसलिए युवा पीढ़ी को मन मुखी से गुरुमुखी बनना पड़ेगा। एक बार गुरूतत्व विकसित हो गया तो मानव से मानवता के गुणों के उत्कर्ष का बखान सारा जग करेगा। उक्त बातें भारतीय शिक्षण मंडल के राष्ट्रीय महामंत्री प्रो. उमाशंकर पचौरी ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग शिक्षा विभाग में बतौर मुख्य अतिथि कही। प्रो.. पचौरी ने कहा कि मानवता को खोजने का सूत्र योग है। जब सदुणों का व्यवहार और विचार में विकास होगा तब चरित्र का निर्माण होगा। एक उत्तम चरित्र धारण करने वाला व्यक्तित्व योगी ही हो सकता है। विशिष्ट अतिथि एनसीसी ब्रिगेड़ियर अशोक मिनोचा ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के महत्व को रेखांकित करते हुए कहा कि हमारी युगों पुरातन धरा का परिचय अध्यात्म और योग से ही होता रहा है। समय के साथ बदलते परिदृश्य में योग की परंपरा एवं अभ्यास क्रमों में भी बदलाव हुआ। उसी योग परंपरा को विश्व सूत्र में पिरोने का कार्य योग दिवस कर रहा है। स्वागत भाषण देते हुए प्रो. गणेश शंकर गिरी योग विभागाध्यक्ष ने कहा कि इस वर्ष का योग दिवस मानवता के लिये योग विषय के लिए समर्पित हैं। अध्यक्षीय उद्बोधन में विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि आज योग समस्त सीमाओं के बंधनों से परे एक वैश्विक विद्या और साधना पद्धति के रुप में प्रतिष्ठित हो गया है। हमें संपूर्ण मानव बनाने का मार्ग योग विद्या ही प्रशस्त करती है। नैतिक मूल्य और चारित्रिक गुणों के विकास को बिना योग के कल्पित नहीं किया जा सकता। यदि योग नही तो मानव नही, मानव नही तो सृष्टि नही, सृष्टि नहीं तो पकृति एवं भूमंडल नही अर्थात् प्रभु को सर्वोत्कृष्ट कृति यदि

नोबल कॉलेज रजा



बताया कि योग करने से मानसिक एवं शा

भारतीय शिक्षण मंडल के राष्ट्रीय महामंत्री ने योग शिक्षा विभाग में योग दिवस पर व्यक्त किए विचार

साधक को गुरुमुखी बनाता है योग: पचौरी

सागर ■ राज न्यूज नेटवर्क

राष्ट्रीय शिक्षा नीति में योग को महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। योग साधक को गुरुमुखी बनाता है। गुरुमुखी भाव को धारण करने वाला साधक सदैव नई ऊंचाईयों को प्राप्त करता है। इसलिए युवा पीढ़ी को मन-मुखी से गुरुमुखी बनना पड़ेगा। एक बार गुरूतत्व विकसित हो गया तो मानव से मानवता के गुणों के उत्कर्ष का बखान सारा जग करेगा। उक्त बातें भारतीय शिक्षण मंडल के राष्ट्रीय महामंत्री प्रो. उमाशंकर पचौरी ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योग शिक्षा विभाग में बतौर मुख्य अतिथि कही। प्रो. पचौरी ने कहा कि मानवता को खोजने का सूत्र योग है। जब सदुणों का व्यवहार और विचार में विकास होगा तब चरित्र का निर्माण होगा। एक उत्तम चरित्र धारण करने वाला व्यक्तित्व योगी ही हो सकता है। विशिष्ट अतिथि एनसीसी ब्रिगेडियर अशोक मिनोचा ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के महत्व को रेखांकित करते हुए कहा कि हमारी युगों पुरातन धरा का परिचय अध्यात्म और योग से ही होता रहा है। समय के साथ बदलते परिदृश्य में योग की परंपरा एवं अभ्यास क्रमों में भी बदलाव हुआ। उसी योग परंपरा को विश्व सूत्र में पिरोने का कार्य योग दिवस कर रहा है। स्वागत भाषण देते हुए प्रो. गणेश शंकर गिरी योग विभागाध्यक्ष ने कहा कि इस वर्ष का योग दिवस मानवता के लिये योग विषय के लिए समर्पित हैं। अध्यक्षीय उद्बोधन में विश्वविद्यालय की कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि आज योग समस्त सीमाओं के बंधनों से परे एक वैश्विक विद्या और साधना पद्धति के रुप में प्रतिष्ठित हो गया है। हमें संपूर्ण मानव बनाने का मार्ग योग विद्या ही प्रशस्त करती है। नैतिक मूल्य और चारित्रिक गुणों के विकास को बिना योग के कल्पित नहीं किया जा सकता। यदि योग नही तो मानव नही, मानव नही तो सृष्टि नही, सृष्टि नहीं तो पकृति एवं भूमंडल नही अर्थात् प्रभु को सर्वोत्कृष्ट कृति यदि मानव है तो मानवता के लिए केवल एक विद्या है और वह योग है। योग जीवन विज्ञान और कला है। कार्यक्रम का संचालन डॉ. नितिन कोरपाल ने किया। अंशी, पूजा, रोहित, राहुल, वैशाली, मानसी, संगीता, आयुषी, दीपेश, विकास ने वंदे मात्रम नृत्य के माध्यम से भारत माता की स्तुति की।

कृषि विज्ञान केन्द्र सागर में योग दिवस का आयोजन

सागर। आठवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर कृषि विज्ञान केन्द्र, सागर-1 एवं 2 तथा नाबार्ड के संयुक्त तत्वावधान में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत प्रातः 7.30 बजे से 9 बजे तक योग, प्राणायाम एवं उसके लाभ के महत्व पर प्रकाश डाला गया तथा उपस्थित लोगों ने केन्द्र के प्रमुख वैज्ञानिक एवं प्रशिक्षक डॉ.केएस यादव द्वारा प्राणायाम एवं विभिन्न प्रकार के योगासनों आदि का जीवंत प्रशिक्षण प्रदान किया गया। इस अवसर पर नाबार्ड के जिला प्रबंधक अभिषेक घोष एवं एलडीएम दीपेन्द्र यादव, राज्य आजीविका मिशन से अनूप तिवारी, कृ.वि.के. बिजौरा के वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. आशीष त्रिपाठी आदि सहित अन्य कृषक महिलाओं तथा पुरुषों ने भाग लिया। कार्यक्रम के पश्वात प्रातः 10 बजे से संबंधित कृषकों एवं कृषक महिलाओं को खाद एवं उर्वरकों का संतुलित उपयोग, प्राकृतिक एवं जैविक खेती तथा उद्यानिकी एवं प्रक्षेत्र वानिकी आदि विषयों पर वैज्ञानिकों द्वारा ऑन लाइन एवं ऑफलाइन मोड में प्रशिक्षण भी प्रदान किया गया।

नोबल कॉलेज रजाखेड़ी मकरोनिया में योग दिवस का आयोजन

सागर। नोबल कॉलेज रजाखेड़ी मकरोनिया में राष्ट्रीय सेवा योजना के तत्वाधान में आज अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में महाविद्यालय का समस्त स्टाफएवं विद्यार्थियों द्वारा योग किया गया। कार्यक्रम में महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. कमलेश कुमार ने बताया कि अ%छा स्वास्थ्य जीवन की सबसे बड़ी धरोहर है, इसलिए कहा जाता है कि पहला सुख निरोगी काया है, एवं सकारात्मक सोच के साथ योग करने का संदेश दिया। राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी अमित कुमार घारू ने बताया कि योग करने से मानसिक एवं शारीरिक विकास होता है, शरीर, मन और आत्मा को जोड़ने का विज्ञान है, योग।

योगाभ्यास करने से शारीरिक और मानसिक लाभ होता है: भूपेंद्र सिंह

सागर (आरएनएन)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर नगरीय विकास एवं आवास मंत्री भूपेंद्र सिंह ने योग अभ्यास किया। मंत्री श्री सिंह ने कहा कि योगाभ्यास करने से शारीरिक और मानसिक लाभ होता है। श्री सिंह ने बताया कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को योग की सार्थकता एवं प्रमाणिकता को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर स्थापित करने का श्रेय जाता है। वर्ष 2014 में संयुक्त राष्ट्र महासभा में प्रधानमंत्री ने योग को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर मनाने हेतु प्रस्ताव रखा था। जिसका लगभग 177 देशों ने समर्थन किया। तदोपरान्त 193 सदस्यों ने सर्वसम्मति से 21 जून को इसे अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने की मंजूरी दी थी।

विश्वविद्यालय... स्वर्ण जयंती सभागार में गूंजा डॉ. वंदना गुप्ता का योग गीत

सागर | अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के मौके पर डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय के स्वर्ण जयंती सभागार में आयोजित कार्यक्रम के शुभारंभ पर योग शिक्षा विभाग विभाग द्वारा डॉ. वंदना गुप्ता के योग गीत

योगः कर्मसु कौशलम् को दो बार बजाया गया। डॉ. गुप्ता द्वारा रचित इस 4 मिनट के गीत को विगत दिनों उन्होंने विश्वविद्यालय को समर्पित किया था। कार्यक्रम में कुलपति डॉ. नीलिमा गुप्ता, योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश गिरि, डॉ. उमाशंकर पचौरी, अरुणा दीदी एवं मनु गौरांग ने सराहना करते हुए कहा कि इस गीत में योग के व्यापक प्रभाव के वर्णन के साथ-साथ वर्तमान वैश्विक सामाजिक समस्याओं के समाधान को भी प्रस्तुत किया गया है।

आयोजन

योग शिक्षा के विकास हेतु प्रावधानों को श्रीमती सारस्वत ने रेखांकित किया

योग आत्मशांति की प्राप्ति कराने वाली विद्या है

सागर, आचरण संवाददाता।

आदिनाथ शिव जो योगीराज है उन्होंने रामकथा, सुनाते हुए रामचरितमानस की रचना की। राम का चरित ऐसे योगी की चरित है जो आसुरी सुंदरी शूर्पनखा के प्रणय निवेदन में समभाव धारण करते हैं, वह राम जो बाली वध पश्चात् पिता को दिए वचन के पालन में सुग्रीव राज्याभिषेक लक्ष्मण से करवाते हैं, तो वही राम धैर्य का परिचय देते हुए समुद्र से सम्मानपूर्वक लंका जाने हेतु मार्ग मांगते और रावण वध के पश्चात् स्वर्ण नगरी लंका को विभीषण को सौंप देते हैं। ऐसे उत्तम चरित्र योगी को वर्णन एक दूसरा सिद्ध योगी शिव ही कर सकता है। उक्त विचार प्रो. उमाशंकर पचौरी ने योग शिक्षा विभाग द्वारा आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में बतौर मुख्य अतिथि व्यक्त किए। प्रो. पचौरी ने रामचरितमानस में योग विषय पर केन्द्रित व्याख्यान में कहा कि योग आत्मशांति की प्राप्ति कराने वाली विद्या है।

रामचरितमानस में शांति का प्रतीक देवी सीता हैं जो शुद्ध, प्रबद्ध, चैतन्य स्वरूपा हैं। सीता वे शांति की प्रतीक हैं जो विदेह जनक को आनंद प्रदान करती हैं, देह वादी दशरथ जिसने दसों इंद्रियों को रथ बना लिया है उनके परिवार में बहू बनकर मोह और आसक्ति का नाश करने का पाठ पढ़ती हैं और दशानन रावण जो तामसिक प्रवृत्तियों और आसुरी प्रवृत्तियों अहंकार का प्रतीक हैं उसकी पूर्णतः निवृत्ति और मुक्ति का मूल कारण बनती हैं। इस तरह रामचरित मानस एक विशिष्ट ग्रंथ है जो पतंजलि के योगसूत्र का व्यावहारिक प्रकटीकरण करती है। रामचरित मानस जीवन के हर उस पहलू को उद्घाटित करता है जो मनुष्य के जीवनकाल में आते हैं और योगस्थ होकर, अपने स्व में स्थित होने की शिक्षा भी प्रदान करती है।

डॉ. मनु गौरहा ने अपने वक्तव्य में आधुनिक काल में विकारों के स्वरूप पर प्रकाश डालते हुए कहा जीवन में नकारात्मकता से प्रभावित

और जनित तनाव- मधुमेह, अवसाद, हृदय रोग और मानसिक अशांति का कारण बन रहा है। इस बात का प्रमाण है कि बैठे बैठे लोग बेसुध और बेहोश हो जाते हैं, यद्यपि उनके शारीरिक लक्षण उस समय ऐसी किसी स्थिति की ओर ईशारा नहीं करते। परंतु योग वह सम स्थिति की अवस्था है जहां ऐसे व्यवधानों को उत्पन्न करने वाले कारक तत्त्वों का स्वतः ही नाश हो जाता है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति में योग पर केन्द्रित अपने वक्तव्य में श्रीमती अरूणा सारस्वत ने कहा कि शिक्षक की गोद में प्रलय और निर्माण दोनों की क्षमता होती है। शिष्य पर निर्भर करता है कि किस दृष्टि से वह गुरू और गुरूकुल के समक्ष प्रस्तुत होता हैं। नैतिक मूल्यों के ह्रास ओर चरित्र के विघटन के इस दौर में इन मूल्यों की गुणवत्ता को यदि कोई विशय साध सकता है तो वह केवल योग विषय है। शिक्षा नीति में इस पर पर्याप्त महत्व देते हुए योग शिक्षा के विकास हेतु प्रावधानों को श्रीमती सारस्वत ने रेखांकित किया।

कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने योग की महत्ता पर प्रकाश डालते हुए अपने अध्यक्षीय उद्बोधन में जनसंख्या विस्फोट, पर्यावरण, प्रदूषण तथा तनाव जनित दिनचार्य में विश्रांतिकारक योग की भूमिका की वजह से योग को जीवनशैली का अंग बनाने हेतु सभी का आह्वान किया।

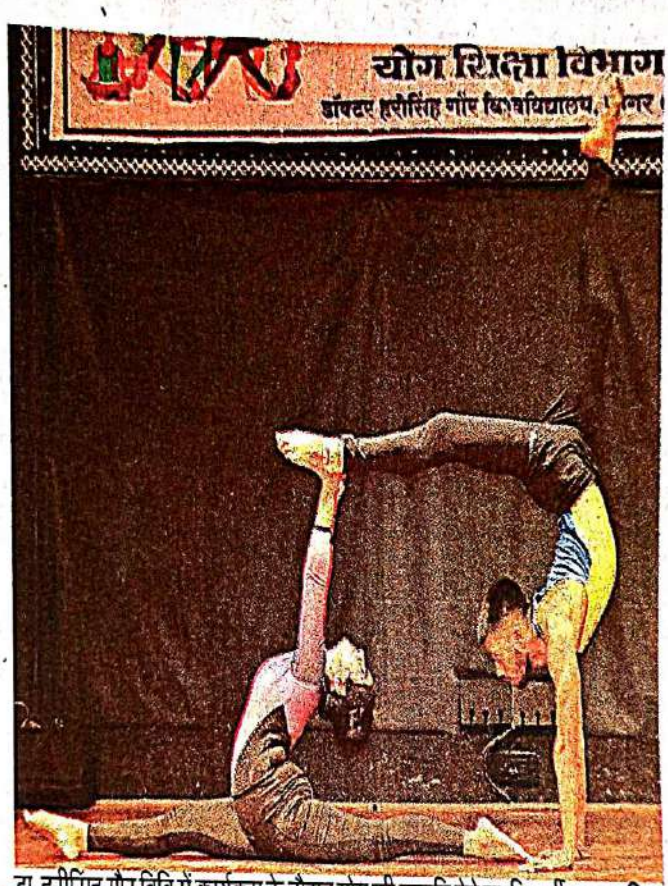
प्रो. गुप्ता ने जीवन का पुनः संयोजन कर यौगिक जीवन पद्धति को अपनाने की बात कही। स्वागत भाषण योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने दिया और अंतर्राष्ट्रीय योग के संदर्भ में योग शिक्षा विभाग की विगत तीन माह की गतिविधियों से अवगत कराया। संचालन डॉ नितिन कोस्पाल ने किया।

इस अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रम जैसे बधाई, बरेदी, लावणी, छत्तीसगढ़ी नृत्य, कविता, पाठ, भजन तथा लघु नाटिकाएँ भी प्रस्तुत की गई। अंत में आभार ज्ञापन डॉ अरूण साव ने किया। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के शिक्षण, कर्मचारी, अधिकारी, विद्यार्थियों सहित शहर के गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

आयोजन डा. हरीसिंह गौर वि में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम आयोजित किया गया

योग आत्मशांति की प्राप्ति कराने वाली विद्या है

सागर (नवदुनिया प्रतिनिधि)। आदिनाथ शिव जो योगीराज है उन्होंने रामकथा, सुनाते हुए रामचरितमानस की रचना की। राम का चरित्र ऐसे योगी की चरित्र है जो आसुरी सुंदरी शूर्पनखा के प्रणय निवेदन में समभाव धारण करते हैं, वह राम जो बाली वध के बाद पिता को दिए वचन के पालन में सुग्रीव राज्याभिषेक लक्ष्मण से करवाते हैं, तो वही राम धैर्य का परिचय देते हुए समुद्र से सम्मानपूर्वक लंका जाने मार्ग मांगते और रावण वध के बाद स्वर्ण नगरी लंका को विभीषण को सौंप देते हैं। ऐसे उत्तम चरित्र योगी को वर्णन एक दूसरा सिद्ध योगी शिव ही कर सकता हैं। यह बात प्रो. उमाशंकर पचौरी ने योग शिक्षा विभाग द्वारा आयोजित अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में कही।



डा. हरीसिंह गौर विवि में कार्यक्रम के दौरान योग की प्रस्तुति देते हुए विद्यार्थी। ●नवदुनिया

प्रो. पचौरी ने रामचरितमानस में योग विषय पर केन्द्रित व्याख्यान में कहा कि योग आत्मशांति की प्राप्ति कराने वाली विद्या है। रामचरितमानस में शांति का प्रतीक देवी सीता हैं जो शुद्ध, प्रबद्ध, चैतन्य स्वरूपा हैं। सीता वे शांति की प्रतीक हैं जो विदेह जनक को आनंद प्रदान करती हैं, देह वादी दशरथ जिसने दसों इंद्रियों को रथ बना लिया है उनके परिवार में बहू बनकर मोह और आसक्ति का नाश करने का पाठ पढ़ती हैं और दशानन रावण जो तामसिक प्रवृत्तियों और आसुरी प्रवृत्तियों, अहंकार का प्रतीक हैं उसकी पूर्णत: निवृत्ति और मुक्ति का मूल कारण बनती हैं। इस तरह रामचरित मानस एक विशिष्ट ग्रंथ है जो पतंजलि के योगसूत्र का व्यावहारिक प्रकटीकारण करती हैं। रामचरित मानस जीवन के हर उस पहलू को उद्‌घाटित करता है जो मनुष्य के जीवनकाल में आते हैं और योगस्थ होकर, अपने स्व में स्थित होने की शिक्षा भी प्रदान करती है।

तनाव-मधुमेह, अवसाद, हृदय रोग और मानसिक अशांति का कारण बन रहा है : डा. मुन गौराहा ने कहा कि जीवन में नकरात्मकता से प्रभावित और जनित तनाव-मधुमेह, अवसाद, हृदय रोग और मानसिक अशांति का कारण बन रहा है। इस बात का प्रमाण है कि बैठे-बैठे लोग बेसुध और बेहोश हो जाते हैं, यद्यपि उनके शारीरिक लक्षण उस समय ऐसी किसी स्थिति की ओर ईशारा नहीं करते, लेकिन योग वह सम स्थिति की अवस्था है जहां ऐसे व्यवधानों को उत्पन्न करने वाले कारक तत्वों का स्वत: ही नाश हो जाता है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति में योग पर केन्द्रित अपने वक्तव्य में अरूणा सारस्वत ने कहा कि शिक्षक की गोद में प्रलय और निर्माण दोनों की क्षमता होती है। शिष्य पर निर्भर करता है कि किस दृष्टि से वह गुरु और गुरुकुल के समक्ष प्रस्तुत होता हैं। नैतिक मूल्यों के ह्रास ओर चरित्र के विघटन के इस दौर में इन मूल्यों की गुणवत्ता को यदि कोई विषय साध सकता है तो वह केवल योग विषय है। अंत में आभार ज्ञापन डा. अरूण साव ने किया। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के शिक्षण, कर्मचारी, अधिकारी, विद्यार्थियों सहित शहर के गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

योग को जीवनशैली का अंग बनाएं

कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि जनसंख्या विस्फोट, पर्यावरण, प्रदूषण तथा तनाव जनित दिनचर्या में विश्रांतिकारक योग की भूमिका की वजह से योग को जीवनशैली का अंग बनाने सभी का आह्वान किया। जीवन का पुन: संयोजन कर यौगिक जीवन पद्धति को अपनाने की बात कही। स्वागत भाषण योग विभागाध्यक्ष प्रो. गणेश शंकर गिरी ने दिया और अंतरराष्ट्रीय योग के संदर्भ में योग शिक्षा विभाग की विगत तीन माह की गतिविधियों से अवगत कराया। संचालन डा. नितिन कोरपाल ने किया। इस अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रम जैसे बधाई, बरेदी, लावणी, छत्तीसगढ़ी नृत्य, कविता, पाठ, भजन तथा लघु नाटिकाएं भी प्रस्तुत की गई।

विद्यार्थी के जीवन में शिक्षक ही परिवर्तन ला सकता है : डॉ. पचौरी

भास्कर संवाददाता | सागर

डॉ. हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय एवं बीटी इंस्टीट्यूट ऑफ एक्सीलेंस के संयुक्त तत्वावधान में राष्ट्रीय शिक्षा नीति के क्रियान्वयन, प्रावधान एवं चुनौतियां विषय पर संगोष्ठी हुई। मुख्य अतिथि डॉ. उमाशंकर पचौरी ने नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति में चाणक्य नीति के सिद्धांतों की बात कही। उन्होंने कहा कि शिक्षक कभी साधारण नहीं होता, उसकी गोद में प्रलय व निर्माण एक साथ पलते हैं। विद्यार्थी के जीवन में शिक्षक ही परिवर्तन ला सकता है। शिक्षा एवं शिक्षक दोनों का महत्व हमारे जीवन में अधिक होता है। नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति विद्यार्थियों को रोजगार व स्वरोजगार देने में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करेगी। डॉ. धीरेंद्र शुक्ला ने नीति के तहत पाठ्यक्रमों में लचीलापन, बहु-प्रवेश, बहु-निकास एवं बहु-अनुशासनात्मक दृष्टिकोण पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि नीति पथ-प्रदर्शक के रूप में है। लेकिन क्रियान्वयन में चुनौतियों से ग्रस्त है। एनईपी का उद्देश्य छात्रों की आकांक्षाओं के अनुरूप कई विषयों की पेशकश करके रचनात्मक सोच को बढ़ावा देना है। राष्ट्रीय उपाध्यक्ष भारतीय शिक्षण मंडल अरुणा सारस्वत ने कहा कि हमारे बच्चे आज प्रतिभा पलायन का दौर झेल रहे हैं। उन्होंने भारतीय पुरातन संस्कृति की शिक्षा का महत्व बताते हुए कहा कि हमें अब जरूरत है वापस अपनी संस्कृति की जड़ों को मजबूत करने की। ताकि प्रतिभा पलायन को रोका जा सके। कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने कहा कि भारत में वैश्विक ज्ञान केंद्र बनने की क्षमता है। विश्वविद्यालयों को कार्यात्मक समाज से अलग नहीं रहना चाहिए। एनईपी-2020 वास्तविकता और आवश्यकता आधारित नीति है। साथ ही विशेषज्ञ व संसाधन आने वाली पीढ़ी के हित में नीति का उपयोग करें। संचालन अरविंद जैन एवं आभार डॉ. राजू टंडन ने माना।

खेल शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य हेतु जरूरी : प्रो . गुप्ता

नवभारत न्यूज

सागर 24 जून. डॉ. हरीसिंह गौर विवि के शारीरिक शिक्षा विभाग द्वारा ओलंपिक दिवस पर ऑनलाइन संगोष्ठी आयोजित की गई.

कुलपति प्रो. नीलिमा गुप्ता ने शारीरिक शिक्षा विभाग में संचालित गतिविधियों को युवाओं के लिए आवश्यक बताया. उन्होने कहा कि खेल जीवन का आवश्यक अंग है. खेल शारीरिक और मानसिक दोनों स्वास्थ्य के लिए जरूरी है. सद्भाव और मैत्री की भावना का सबसे बड़ा माध्यम खेल ही है. पालामुरु विवि महबूबनगर के कुलपति प्रो. एलबी लक्ष्मीकांत राठौर, अर्जुन अवार्ड एवं एशियन गेम्स एवं कॉमन वेल्थ गेम में स्वर्ण पदक प्राप्त बाबा बलविंदर सिंहए ओस्मानिया विवि हेदराबाद के प्रो. राजेश कुमार, डॉ वीरेंद्र हुड्डा, प्रो जय प्रकाश बुकर, प्रो रतेश दास, डॉ आरएन सिंह, प्रो. महादेवन, डॉ अनिल कुमार कलकल, डॉ अजीत सिंह यादव, डॉ नितिन कोरपाल, डॉ अरुण साव, विनय शुक्ला, अनवर खान, डॉ सुभाष हार्डिकर, डॉ नवनीत कौर ने विचार व्यक्त किये. शारीरिक शिक्षा निदेशक एवं आयोजन सचिव डॉ राकेश मलिक ने अतिथियों का स्वागत किया. डॉ नीरू मालिक एवं महेंद्र कुमार ने संचालन किया आभार सहायक निदेशक डॉ सुमन पटेल ने व्यक्त किया. अधिष्ठाता प्रो.जीएस गिरी ने आयोजन को महत्तवपूर्ण बताया.

SagarUniversity DoctorGour Doctor Harisingh Gour Vishwavidyalaya,Sagar

संकलन, चयन एवं संपादन

कार्यालय, मीडिया अधिकारी

डॉक्टर हरीसिंह गौर विश्वविद्यालय, सागर (म.प्र.)

Email- mediaofficer@dhsgsu.edu.in Website- www.dhsgsu.edu.in