University in News on 19 June 2024

AMAR UJALA MY CITY PAGE 5

कुलपति ने वेटिंग हॉल का किया उद्घाटन

लखनऊ। लविवि कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय ने मंगलवार को विश्वविद्यालय में नवनिर्मित वेटिंग हॉल एवं 1000 केवीए के कॉम्पैक्ट विद्युत उपकेंद्र का उद्घाटन किया। वेटिंग हॉल वाहन चालकों, सुरक्षा प्रहरियों व आगंतुकों के लिए प्रशासनिक भवन के पास बनाया गया है। उद्घाटन कार्यक्रम में लविवि कर्मचारी परिषद के अध्यक्ष राकेश यादव, महामंत्री संजय शुक्ला के साथ ही निर्माण अधीक्षक प्रो. डीके सिंह भी मौजूद रहे। (संवाद)

श्रद्धा बनीं पेटेंट डिजाइन परीक्षक

लखनऊ। लविवि के रसायन विज्ञान विभाग की शोध छात्रा रही श्रद्धा राठौर को पेटेंट डिजाइन परीक्षक के पद पर नौकरी मिली है। यह भर्ती राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी की निगरानी में की गई। प्रवक्ता प्रो. दुर्गेश ने बताया कि छात्रा ने अपना शोध कार्य विवि के डॉ. देश दीपक के सुपरविजन में पूरा किया है। कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय ने छात्रा को इस उपलब्धि पर शुभकामनाएं दी हैं। (संवाद)

i-NEXT PAGE 5

एलयू : चैलेंज मूल्यांकन के परिणाम जारी

लखनऊ विश्वविद्यालय के परीक्षा नियंत्रक विद्यानंद त्रिपाठी ने विभिन्न सेमेस्टर परीक्षाओं में चैलेंज मूल्यांकन के परिणाम जारी किए हैं. इनमें एलएल.बी. विषम सेमेस्टर में पहले, तीसरे, पांचवें और सातवें 20, एमएस.सी., एम.एड, बी.एड विषम सेमेस्टर के चार, बी.एससी तीसरे सेमेस्टर के 20, पांचवें सेमेस्टर के 22, बी.यू.एम.एस द्वितीय वर्ष के 22, इसके तीसरे वर्ष के 18, चौथे वर्ष के 21 के चैलेंज मूल्यांकन के परिणाम शामिल हैं. छात्र-छात्राओं ने कम अंक मिलने की वजह से एलयू में चैलेंज मूल्यांकन के लिए आवेदन किया था. अब नए अंकों के साथ परिणाम जारी किए गए हैं. विद्यार्थी वेबसाइट https://www.lkouniv.ac.in/ पर इसे देख सकते हैं.

बीए आनर्स इकोनामिक्स की परीक्षाएं 22 से

लखनऊ विश्वविद्यालय ने बी.ए आनर्स इकोनामिक्स छठे सेमेस्टर की परीक्षाओं की समय सारिणी जारी कर दी है. यह परीक्षाएं 22 से 28 जून तक होंगी. इसका समय सुबह नौ से दोपहर 12 बजे तक होगा. विस्तृत परीक्षा कार्यक्रम वेबसाइट **https://www.lkouniv.ac.in/** पर अपलोड किया गया है.

एलयू छात्रा का परीक्षक पद पर चयन

लखनऊ विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग की शोध छात्रा श्रद्धा राठौर को पेटेंट कार्यालय में पेटेंट एवं डिजाइन के परीक्षक पद पर नियुक्त किया गया है. यह पद वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय, भारत सरकार के उद्योग संवर्धन एवं आंतरिक व्यापार विभाग के अधीन है. यह भर्ती प्रक्रिया राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी की ओर से कराई गई थी. इसमें प्रारंभिक, लिखित परीक्षा और साक्षात्कार को पास करने के बाद छात्रा चयन हुआ है. श्रद्धा ने डा. देश दीपक की देखरेख में अपनी पीएचडी पूरी की है.

HINDUSTAN PAGE 6

एलयू में सुंदरकांड

लखनऊ विश्वविद्यालय में सुंदरकांड पाठ और भंडारे का आयोजन हुआ। यहां कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय के साथ राज्यसभा सांसद डॉ. दिनेश शर्मा ने प्रसाद वितरित किया। कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार सिंह, लुआक्टा अध्यक्ष डॉ. मनोज पांडेय समेत अन्य मौजूद रहे। इस अवसर पर सभी ने बजरंग बली के जयकारे लगाए।

एलयू में भंडारे के अवसर पर कुलपति आलोक कुमार राय और राज्यसभा सांसद दिनेश शर्मा आदि मौजूद रहे।

एलयू में थर्ड जेंडर के लिए लगाया गया योग शिविर

लखनऊ, संवाददाता। लखनऊ विश्वविद्यालय के योग संकाय की ओर से दसवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के मद्देनजर थर्ड जेंडर के लिये योग शिविर का आयोजन हुआ।

शिवाजी मैदान पर शिविर समन्वयक डॉ. अमरजीत यादव ने बताया कि यह समुदाय भी समाज का विशेष अंग है। इन्हें रोगों से बचाव के लिए अलग अलग आसनों और प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। वीरासन, बालासन, त्रिकोणासन, पश्चिमोतासन के साथ अनुलोम विलोम प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। योग प्रशिक्षक डॉ. राम किशोर, डॉ. राम नरेश, शिक्षक शोभित सिंह समेत अन्य मौजूद रहे।

पीजीआई में रोगियों को योग की उपयोगिता बताई

पीजीआई में पीठ दर्द में योग की भूमिका विषय पर योग सत्र में मरीजों और अन्य को योग के कई आसन बताये गए। संस्थान निदेशक डॉ. आरके धीमान ने बताया कि योग हमें शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से स्वस्थ रखने में सहायक है। आमतौर पर सुबह के समय योग करने की परंपरा है। नियमित योग करने से शरीर निरोगी होगा। योगाचार्य एसके मिश्रा ने पीठ के निचले हिस्से में दर्द की रोकथाम और प्रबंधन के लिए योग आसन बताए।

JAGRAN CITY PAGE III

कुलपति ने किया 1000 केवीए विद्युत उपकेंद्र का लोकार्पण

जासं • लखनऊ : लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय ने मंगलवार को मुख्य परिसर में 1000 केवीए काम्पैक्ट विद्युत उपकेंद्र का लोकार्पण किया। इस उपकेंद्र में अत्याधुनिक उपकरणों की स्थापना की गई है, जो किसी भी शार्ट-सर्किट एवं ब्रेकडाउन में आपूर्ति को स्वतः बंद कर देगा, जिससे धन एवं जन हानि को रोका जा सकता है।

प्रवक्ता प्रो. दुर्गेश श्रीवास्तव ने बताया कि इस उपकेंद्र से प्रशासनिक भवन, कुलसचिव कार्यालय, केंद्रीय लेखा कार्यालय, अर्बन सेंटर, लोक प्रशासन विभाग, स्टेट बैंक, पीजी मूल्यांकन प्रकोष्ठ, परीक्षा भवन, छात्रसंघ भवन, बड़ी कैंटीन को विद्युत आपूर्ति प्रदान की जा रही है। उन्होंने बताया कि पूरे परिसर की उच्च क्षमता 11 केवी की पारेषण लाइन पहले ऊपर थी। उसे भूमिगत केबिल के माध्यम से विद्युत आपूर्ति सभी ट्रांसफार्मरों को प्रदान की जा रही है। पूरे परिसर को आठ जोन में बांट दिया गया है। इसमें जिस जोन में विद्युत आपूर्ति में खराबी आएगी तो सिर्फ उसी जोन की विद्युत आपूर्ति बाधित होगी। शेष आपूर्ति यथावत चलती रहेगी। कुलपति ने कुलसचिव कार्यालय के समक्ष विश्वविद्यालय के वाहन चालकों, सुरक्षा प्रहरियों एवं आने वाले आगंतुकों के लिए प्रतीक्षालय का भी उद्घाटन किया। इस अवसर पर कुलसचिव डा. विनोद कुमार सिंह, कर्मचारी परिषद के अध्यक्ष राकेश यादव, महामंत्री डा. संजय शुक्ल उपस्थित रहे।

लवि छात्रा श्रद्धा राठौर का परीक्षक पद पर चयन

लखनऊ: लखनऊ विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग की शोध छात्रा श्रद्धा राठौर को पेटेंट कार्यालय में पेटेंट एवं डिजाइन के परीक्षक पद पर नियुक्त किया गया है। यह पद वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय, भारत सरकार के उद्योग संवर्धन एवं आंतरिक व्यापार विभाग के अधीन है। यह भर्ती प्रक्रिया राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी की ओर से कराई गई थी। इसमें प्रारंभिक, लिखित परीक्षा और साक्षात्कार को पास करने के बाद छात्रा चयन हुआ है। श्रद्धा ने डा. देश दीपक की देखरेख में अपनी पीएचडी पूरी की है। कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय ने उन्हें बधाई दी। (जासं)

शिवाजी मैदान में थर्ड जेंडर को योग अभ्यास कराया गया • सौजन्य से लवि

लवि : थर्ड जेंडर को कराया योग अभ्यास

लखनऊ विश्वविद्यालय के फैकल्टी आफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन की ओर से 10वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में मंगलवार शाम को विश्वविद्यालय के शिवाजी मैदान से थर्ड जेंडर के लिए योग शिविर का आयोजन किया गया। संकाय के समन्वयक डा. अमरजीत यादव ने बताया कि यह समुदाय भी समाज का विशेष अंग है। थर्ड जेंडर को स्ट्रेस के प्रबंधन के लिए वीरासन, बालासन, त्रिकोणासन, पश्चिमोतासन के साथ अनुलोम विलोम प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। मधुमेह के बचाव के लिए कटिचक्रासन, पादहस्तासन, भुजंगासन, धनुरासन, मत्स्यासन, मयूरासन, अर्धमत्स्येन्द्रासन श्वसन तथा प्राणायाम में कपालभाति प्राणायाम का भी अभ्यास कराया गया। पेट की बीमारियों के बचाव लिए ताड़ासन, तिर्यक ताड़ासन, भुजंगासन, तिर्यक भुजंगासन, फेफड़ों के रोगों के बचाव के लिए उष्ट्रासन, गौमुखासन तथा भस्त्रिका प्राणायाम कराया गया। उचित खानपान का सेवन करने की सलाह भी दी गई।

लवि : चैलेंज मूल्यांकन के परिणाम जारी

लखनऊ विश्वविद्यालय के परीक्षा नियंत्रक विद्यानंद त्रिपाठी ने विभिन्न सेमेस्टर परीक्षाओं में चैलेंज मूल्यांकन के परिणाम जारी किए हैं। इनमें एलएल.बी. विषम सेमेस्टर में पहले, तीसरे, पांचवें और सातवें 20, एमएस.सी., एम.एड, बी.एड विषम सेमेस्टर के चार, बी.एससी तीसरे सेमेस्टर के 20, पांचवें सेमेस्टर के 22, बी.यू.एम.एस द्वितीय वर्ष के 22, इसके तीसरे वर्ष के 18, चौथे वर्ष के 21 के चैलेंज मूल्यांकन के परिणाम शामिल हैं। छात्र-छात्राओं ने कम अंक मिलने की वजह से लवि में चैलेंज मूल्यांकन के लिए आवेदन किया था। अब नए अंकों के साथ परिणाम जारी किए गए हैं।

परीक्षाएं 22 से

लखनऊ : लखनऊ विश्वविद्यालय ने बी.ए आनर्स इकोनामिक्स छठे सेमेस्टर की परीक्षाओं की समय सारिणी जारी कर दी है। यह परीक्षाएं 22 से 28 जून तक होंगी। इसका समय सुबह नौ से दोपहर 12 बजे तक होगा। विस्तृत परीक्षा कार्यक्रम वेबसाइट https://www.lkouniv.ac.in/ पर अपलोड किया गया है। (जासं)

लखनऊ विश्वविद्यालय की ओर से सुंदरकांड पाठ और भंडारे का आयोजन हुआ। इसमें कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय, राज्यसभा सदस्य डा. दिनेश शर्मा उपस्थित रहे • लवि

RASHTRIAYA SAHARA PAGE 7

लविवि परिसर में एक हजार केवीए के काम्पैक्ट विद्युत उपकेन्द्र का लोकार्पण

लखनऊ (एसएनबी)। लविवि मुख्य परिसर में 1000 केवीए कम्पैक्ट विद्युत उपकेन्द्र का लोकार्पण कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय ने किया, जिससे प्रशासनिक भवन, कुलसचिव कार्यालय, केन्द्रीय लेखा कार्यालय, अरबन सेंटर, लोक प्रशासन विभाग, स्टेट बैंक, पीजी मूल्यांकन प्रकोष्ठ, परीक्षा भवन, छात्रसंघ भवन, बड़ी कैंटीन जुड़ेगा।

वाहन चालकों, सुरक्षा प्रहरियों व आगंतुकों के प्रतीक्षालय का उद्घाटन

प्रो दुर्गेश श्रीवास्तव ने बताया कि इस उपकेन्द्र में अत्याधुनिक उपकरणों की स्थापना की गयी है, जो किसी भी शार्ट सर्किट एवं ब्रेकडाउन में आपूर्ति को स्वतः बंद कर देगा, जिससे धन एवं जन हानि को रोका जा सकता है। इसके अतिरिक्त पूरे परिसर की उच्च क्षमता 11 के. वी. की पारेषण लाइन जो कि पूर्व में शिरोपरि (ऊपर) थी उसे भूमिगत केबिल के माध्यम से विद्युत आपूर्ति सभी ट्रांसफार्मरों को दे रही है। जिसमें पूर्व में पेड़ो की डालों, पत्तियों एवं पतंग के तारों से होने वाले विद्युत व्यवधान को समाप्त किया गया तथा पूरे परिसर को आरएमयू लगा कर 8 जोन में बांट दिया गया, इसमें जिस जोन में विद्युत आपूर्ति में खराबी आयेगी, तो केवल उसी जोन की विद्युत आपूर्ति बाधित होगी शेष आपूर्ति यथावत चलती रहेगी। इसी के साथ कुलपति ने कुलसचिव कार्यालय के समक्ष विश्वविद्यालय के वाहन चालकों, सुरक्षा प्रहरियों एवं आने वाले आगंतुकों के लिए प्रतीक्षालय का भी उद्घाटन किया।

इस अवसर पर लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलसचिव डॉ. विनोद कुमार सिंह, विश्वविद्यालय के प्रवक्ता प्रोफेसर दुर्गेश श्रीवास्तव, लूटा अध्यक्ष प्रोफेसर आरबी सिंह मून, महामंत्री प्रोफेसर अनित्य गौरव एवं कर्मचारी उपस्थित थे।

AMRIT VICHAR PAGE 6

श्रद्धा बनीं पेटेंट डिजाइन परीक्षक

अमृत विचार, लखनऊ : लखनऊ विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग की शोध छात्रा श्रद्धा राठौर को पेटेंट और डिजाइन के परीक्षक के पद पर नियुक्त किया गया है। यह पद वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय के उद्योग संवर्धन और आंतरिक व्यापार विभाग के अधीन है। छात्रा ने परीक्षा को तीन चरणों में उत्तीर्ण किया। भर्ती प्रक्रिया राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी की ओर से कराई गई। लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय और रसायन विज्ञान विभाग के प्रमुख प्रो. अनिल मिश्रा ने उन्हें बधाई दी है।

श्रद्धा राठौर

लविवि में 1000 केवीए विद्युत उपकेंद्र स्थापित

अमृत विचार, लखनऊ : लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलपति ने विश्वविद्यालय के मुख्य परिसर में 1000 केवीए कम्पैक्ट विद्युत उपकेंद्र का लोकार्पण किया। कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय ने बताया कि नए उपकेंद्र स्थापित होने से प्रशासनिक भवन, कुलसचिव कार्यालय, केन्द्रीय लेखा कार्यालय, अरबन सेंटर, लोक प्रशासन विभाग, स्टेट बैंक, पीजी मूल्यांकन प्रकोष्ठ, परीक्षा भवन, छात्रसंघ भवन और बड़ी कैंटीन को सुविधा मिलेगी।

बताया कि इस उपकेंद्र में अत्याधुनिक उपकरणों की स्थापना की गयी है, जो किसी भी शॉर्ट सर्किट एवं ब्रेकडाउन में आपूर्ति को स्वतः बंद कर देगा, जिससे धन एवं जन हानि को रोका जा सकता है।

SWATANTRA BHARAT PAGE 2

कुलपति ने किया विद्युत उपकेन्द्र का लोकार्पण

स्वतंत्र भारत संवाददाता, लखनऊ। कुलपति प्रो.आलोक कुमार राय ने मुख्य परिसर में 1000 केवीए कम्पैक्ट विद्युत उपकेन्द्र का लोकार्पण किया। जिससे लविवि परिसर के कई भवनों को विद्युत आपूर्ति प्रदान की जा रही है। जिनमें प्रशासनिक भवन, कुलसचिव कार्यालय, केन्द्रीय लेखा कार्यालय, अरबन सेण्टर, लोक प्रशासन विभाग, स्टेट बैंक, पीजी मुल्यांकन प्रकोष्ठ, परीक्षा भवन, छात्रसंघ भवन और बड़ी कैण्टीन शामिल हैं। उक्त उपकेन्द्र में अत्याधुनिक उपकरणों की स्थापना की गयी है, जो किसी भी शार्टसर्किट एवं ब्रेकडाउन में आपूर्ति को स्वतः बंद कर देगा, जिससे धन एवं जन हानि को रोका जा सकता है। इसके अलावा लविवि के पूरे परिसर की उच्च क्षमता 11 केवी की पारेषण लाइन जोकि पूर्व में ऊपर थी उसे भूमिगत केबिल के माध्यम से विद्युत आपूर्ति सभी ट्रांसफार्मरों को प्रदान की जा रही है। जिसमें पूर्व में पेड़ो की डालों, पत्तियों एवं पतंग के तारों से होने वाले विद्युत व्यवधान को समाप्त किया गया तथा पूरे परिसर को आरएमयूलगाकर 8 जोन में बांट दिया गया। इसमें जिस जोन में विद्युत आपूर्ति में खराबी आयेगी, तो केवल उसी जोन की विद्युत आपूर्ति बाधित होगी शेष आपूर्ति यथावत चलती रहेगी। इसी के साथ कुलपति ने कुलसचिव कार्यालय के समक्ष विश्वविद्यालय के वाहन चालकों, सुरक्षा प्रहरियों एवं आने वाले आगंतुकों के लिए प्रतीक्षालय का भी उद्घाटन किया। इस अवसर परलविवि के कुलसचिव डॉ.विनोद कुमार सिंह, कार्य अधीक्षक प्रो.डीके सिंह, लविवि के प्रवक्ता प्रो.दुर्गेश श्रीवास्तव,लविवि शिक्षक संघ के अध्यक्ष प्रो.आरबी सिंह एवं महामंत्री प्रो.अनित्य गौरव तथा कर्मचारी परिषद के अध्यक्ष राकेश यादव और महामंत्री डॉ.संजय शुक्ल सहित बड़ी संख्या में अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित थे।

लविवि की छात्रा परीक्षक नियुक्त

स्वतंत्र भारत संवाददाता, लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग की शोध छात्रा श्रद्धा राठौर को पेटेंट कार्यालय में पेटेंट और डिजाइन के परीक्षक के पद पर नियुक्त किया गया है। यह पद वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय, भारत सरकार के उद्योग संवर्धन और आंतरिक व्यापार विभाग के अधीन है। उन्हें तीन चरणों में प्रारंभिक परीक्षा, लिखित परीक्षा और उसके बाद साक्षात्कार को पास करना था। उक्त भर्ती प्रक्रिया राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी द्वारा की गई थी। श्रद्धा ने डॉ.देश दीपक की देखरेख में अपनी पीएचडी पूरी की है। लविवि के कुलपति प्रो.आलोक कुमार राय और रसायन विज्ञान विभाग के प्रमुख प्रो.अनिल मिश्रा ने उन्हें बधाई दी।

तनाव, मधुमेह, फेफड़े और पेट की बीमारियों में योग कारगर

स्वतंत्र भारत संवाददाता, लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो.आलोक कुमार राय के संरक्षण एवं निर्देशन में फैकल्टी ऑफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन के तत्वावधान में दसवें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 के क्रम में मंगलवार को सायंकाल 5.30 बजे लविवि के शिवा जी मैदान पर थर्ड जेंडर के लिये योग शिविर का आयोजन किया गया। संकाय के समन्वयक डॉ.अमरजीत यादव ने बताया कि यह समुदाय भी समाज का विशेष अंग है, योग द्वारा स्वास्थ्य की धारा से जोड़ने के लिये इस शिविर का आयोजन किया गया है। आगे डॉ.यादव ने बताया कि भिन्न-भिन्न रोगों से बचाव के लिए अलग-अलग आसनों और प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। स्ट्रेस के प्रबंधन के लिए वीरासन, बालासन, त्रिकोणासन, पश्चिमोतासन के साथ अनुलोम-विलोम प्राणायाम का अभ्यास कराया गया।

VOICE OF LUCKNOW PAGE 6

कुलपति ने आगंतुकों लिए प्रतीक्षालय का किया उद्घाटन

विशेष संवाददाता (vol)

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय कर्मचारी परिषद के पहल पर विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो आलोक कुमार राय ने कुलसचिव कार्यालय के समक्ष एवं लखनऊ विश्वविद्यालय कर्मचारी परिषद कार्यालय के बगल में विश्वविद्यालय के वाहन चालकों सुरक्षा प्रहरियों एवं आने वाले आगंतुकों के लिए प्रतीक्षालय का उद्घाटन मंगलवार को किया।

इस अवसर पर उनके साथ लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलसचिव डॉ विनोद कुमार सिंह, कार्य अधीक्षक प्रोफेसर डीके सिंह, विश्वविद्यालय के प्रवक्ता प्रो दुर्गेश श्रीवास्तव, लविवि शिक्षक संघ के अध्यक्ष प्रो. आरबी सिंह और महामंत्री प्रो. अनित्य गौरव सहित बड़ी संख्या में अधिकारी एवं कर्मचारी शामिल रहे।

लविवि के प्रो. आलोक और डॉ. दिनेश शर्मा ने बांटा प्रसाद

लखनऊ। ज्येष्ठ मास के अंतिम बड़े मंगल के पावन अवसर पर लखनऊ विश्वविद्यालय परिवार की ओर से भण्डारे का आयोजन किया। इस अवसर पर सुंदरकांड पाठ एवं भंडारे में पूर्व उपमुख्यमंत्री व सांसद डॉ. दिनेश शर्मा, कुलपति प्रो आलोक कुमार राय, कुलसचिव डॉ विनोद कुमार सिंह, लखनऊ विश्वविद्यालय कर्मचारी परिषद के अध्यक्ष राकेश यादव और महामंत्री संजय शुक्ला समेत बड़ी संख्या में कर्मचारीगण उपस्थित रहें।

TOI PAGE 4

Bend it like Stanislav! LU's Russian yoga student wins hearts

Mohita.Tewari@timesgroup.com

Lucknow: Russians have long been loyal to the cause of yoga. It was Russian actor Constantin Stanislavski who made extensive use of Hatha Yoga in his system for training actors in the 1910s, and then came Eugenie Peterson aka Indra Devi, a Russian yoga teacher known for bringing yoga to Hollywood.

Even today, yoga remains popular in Russia with students taking pains to travel around 5,000 km to India to learn yoga. Meet 23-year-old Stanislav Pavlovich Karausov who came from Yekaterinburg, Russia, to pursue BA in yoga at Lucknow University. He is the only foreign student at the department's yoga course.

YOGA DAY PREP

Stan, as he is known to his friends and teacher, **knows very little English** and is learning Hindi with the help of his friends in extra time. A man of fewer words, Stan talks through his asanas which he has mastered in a surprisingly short time.

His passion, flexibility and punctuality for learning yoga have not only won the hearts of his Indian friends but also yoga assitant professor Amarjeet Yadav and other faculty members who admire his flexibility, punctuality and efforts to learn asanas despite the language barrier.

Talking to TOI, ahead of the International Day of Yoga celebrations, Stan said, "I like to do different physical recreational exercises. I firmly believe that yoga as a form of recreational therapy can promote relaxation, improve flexibility, boost your ability to focus and expand lung capacity."

He said, "I want to make a career in yoga once I complete my course. I chose to pursue yoga at LU at the suggestion of one of my relatives here in India."

"For me, yoga is all about taking care of your body, mind and breathing. The yoga practices, which are millennia old, include yogic postures (asanas), breathing techniques (pranayama) and meditation. With their help, the body, mind and breath come into harmony with one another," he added.

Stanislav's dad Pavel Olegovich Karausov, who heads a travel agency, and his mother Nadezhda Vasilievna Karausova, head of a kindergarten school, have always supported his passion for yoga.

Coordinator of LU's faculty of yoga and alternative medicine Amarjeet Yadav said, "Stanislav is a quick learner. He learned asanas in no time. Also, he is very punctual and sincere about his yoga classes. He makes sure not to miss a single class and is always on time."

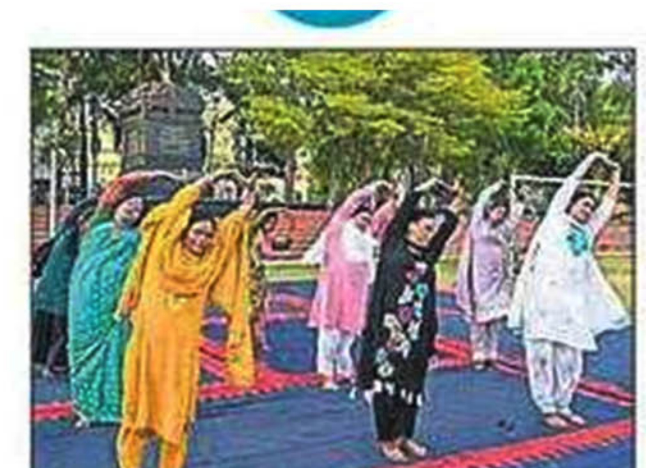
"He is the most loved student of our batch due to his friendly and humble nature. He has mixed well with Indian students, understands and has picked many Hindi words. Stanislav eagerly takes part in Indian festival celebrations like Holi and other cultural activities," Amarjeet said.

Stanislav Pavlovich Karausov, the guru

RMLIMS staff warming up for Yoga Day

Lucknow: Preparations for World Yoga Day are underway at Ram Manohar Lohia Institute of Medical Sciences (RMLIMS). Faculty members, students, and staff have begun their yoga practice sessions at the institute's Yogshala. "We are ensuring that faculty members, students, and staff practice yoga every day for a healthy life," said AP Jain, spokesperson of RMLIMS.

HT PAGE 2



A yoga camp for transgenders was held on LU campus on Tuesday evening to promote better integration of trans individuals into society and health facilities. HT PHOTO

लविवि की शोध छात्रा श्रद्धा राठौर पेटेंट की बनी परीक्षक

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग की शोध छात्रा श्रद्धा राठौर को पेटेंट कार्यालय में पेटेंट और डिजाइन के परीक्षक के पद पर नियुक्त किया गया है। यह पद वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय, भारत सरकार के उद्योग संवर्धन और आंतरिक व्यापार विभाग के अधीन है। उन्हें तीन चरणों, प्रारंभिक परीक्षा, लिखित परीक्षा और उसके बाद साक्षात्कार को पास करना था। यह भर्ती प्रक्रिया राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी द्वारा की गई थी। श्रद्धा ने डॉ. देश दीपक की देखरेख में अपनी पीएचडी पूरी की है। लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. आलोक कुमार राय और रसायन विज्ञान विभाग के प्रमुख प्रो. अनिल मिश्रा ने उन्हें बधाई दी।