University in News on 21 February 2025

HINDUSTAN PAGE 7

विशेषज्ञ की राय

प्रो. मनोज अग्रवाल
अर्थशास्त्र विभाग, लखनऊ विश्वविद्यालय

राज्य को वन ट्रिलियन डॉलर तक ले जाने वाला बजट

योगी सरकार 2.0 के चौथे बजट 2025-26 की रणनीतियां काफी व्यापक और सधी हुई हैं, जो एक मजबूत होती अर्थव्यवस्था तथा बढ़ते आत्मबल को भी प्रदर्शित करता है। यह बजट अपने आकार में लगभग 20 प्रतिशत की व्यापकता दिखाता है। अपने वित्तीय रणनीतियों की मजबूतियों के कारण जहां बजट घाटा कम हो रहा है, वहीं गैर उत्पादक खर्चों में कटौती तथा संसाधन एकत्रित करने की बढ़ती क्षमता के कारण विकास के लिए अब उत्तर प्रदेश में संसाधनों का कोई अभाव नहीं हो रहा है। बजट घाटा 2024-25 में 3.4 फीसदी अनुमानित था जो घटकर 2025-26 के लिए 2.97 फीसदी रह गया है। राजस्व अतिरेक बढ़ने और पूंजीगत व्यय बढ़ाने से राज्य की अर्थव्यवस्था को वन ट्रिलियन डॉलर ले जाने में व्यापक मदद मिलती हुई दिखाई पड़ रही है।

वित्त मंत्री सुरेश खन्ना की ओर से प्रस्तुत 2025-26 के इस बजट में जहां एक ओर कृषि क्षेत्र, सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम इकाईयों को प्रोत्साहित करने की प्रबल रणनीति दिखाई पड़ती है। वहीं युवाओं और महिलाओं को बजट में काफी महत्व दिया गया है। प्रदेश में कृषि को लाभप्रद तथा पोषणीय बनाने के लिए कई प्रकार के कार्यक्रम बनाए गए हैं, जिसमें प्राकृतिक खेती, तिलहन की खेती, बेहतर सिंचाई सुविधा, बागवानी आदि के विकास को प्रोत्साहित किया जा रहा है। इस तरह योगी सरकार का यह बजट उत्तर प्रदेश की अर्थव्यवस्था को जहां एक नया आयाम देने की क्षमता रखता है। हर बजट में योगी सरकार का मुख्य एजेंडा आधारभूत सरधनाओं का विकास तथा नए ग्रोथ इंजनों को सृजित करना होता है। सेमीकंडक्टर और आर्टीफिशियल इंटेलीजेंस पर विशेष ध्यान दिया गया है जो कि भविष्य के दृष्टिकोण से अर्थव्यवस्था को एक बड़ा संबल प्रदान करने की व्यवस्था करते हैं।

एक्सप्रेस-वे, सौर ऊर्जा व बायो एनर्जी पर जोर

बजट में भी चार एक्सप्रेस-वे के निर्माण की घोषणा की गई है जो यूपी को एक्सप्रेस-वे प्रदेश का दर्जा दिलाने में अहम भूमिका निभाएगा। इसी तरह ऊर्जा क्षेत्र को तेजी से विकसित करने की रणनीति जारी है, जिसमें मुख्य भूमिका सौर ऊर्जा का तीव्र विकास शामिल है। अगले पांच वर्षो में 22000 मेगावाट की अतिरिक्त सौर ऊर्जा की क्षमता सृजन का लक्ष्य है। बायो एनर्जी पर भी जोर दिया गया है। यह सभी जहां उत्तर प्रदेश में उत्पादन लागत घटाने में मदद करेंगे।

AMAR UJALA MY CITY PAGE 7

डिप्रेशन को नियंत्रित करता है जल योग

लखनऊ। जल में योग करने से डिप्रेशन व उच्च रक्तचाप (बीपी) नियंत्रित होता है। इससे शरीर में ताजगी आती है और दिमाग की क्रिया शक्ति बढ़ती है। ये बातें लविवि के योग संकाय के प्रो. अमरजीत यादव ने कही। वे लखनऊ विवि की ओर से प्रयागराज में आयोजित जल योग कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने जल में योग के विभिन्न आसनों और महत्व को परिभाषित किया। कार्यक्रम में योग संकाय की छात्रा प्रीति, अंकिता गौतम, सुष्मिता सिंह, खुशबू गौतम, सविता रंजन, नम्रता मिश्रा, प्रियांशी, रुचि धवन ने योग कुंभ थीम पर नृत्य प्रस्तुत किया गया। योग विभाग की छात्रा मधु त्रिपाठी ने शिव स्तुति का मनमोहक प्रदर्शन भी किया। (संवाद)

महाकुम्भ में एलयू योग संकाय की छात्राओं ने जल योग किया।

विद्यार्थियों ने कुम्भ में किया जलयोग

लखनऊ। जल में योगाभ्यास करने से डिप्रेशन और उच्च रक्तचाप में विशेष लाभ प्राप्त होता है। शरीर तरोताजा हो जाता है। ये बातें एलयू योग संकाय के समन्वयक डॉ. अमरजीत यादव ने कही। वह लखनऊ विश्वविद्यालय की ओर से प्रयागराज में आयोजित जल योग कार्यक्रम में संबोधित कर रहे थे। महाकुम्भ में एलयू योग संकाय की छात्राओं ने योग कुंभ थीम पर नृत्य प्रस्तुत किया गया। योग विभाग की छात्रा मधु त्रिपाठी ने शिव स्तुति का मनमोहक प्रदर्शन भी किया।

एलयू में साइबर सुरक्षा पर किया जागरूक

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के इंस्टीट्यूट ऑफ मैनेजमेंट साइंसेज में साइबर सुरक्षा जागरूकता: डिजिटल दुनिया में डेटा की सुरक्षा विषय पर कार्यशाला हुई। मुख्य वक्ता अपर पुलिस महानिदेशक जीके गोस्वामी ने छात्रों को साइबर सुरक्षा, साइबरस्पेस, भेद्यता बिंदु, डिजिटल व्यक्तिगत डेटा संरक्षण अधिनियम (डीपी डीपी अधिनियम), आईटी अधिनियम 2000, डिजिटल गिरफ्तारी के बारे में बताया।

एलयू छात्रावास में प्रतियोगिताएं हुईं

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय में आयोजित अंतर छात्रावास प्रतियोगिता उत्सव के दूसरे दिन निवेदिता महिला, लाल बहादुर शास्त्री, तिलक और एपी सेन छात्रावास में कई प्रतियोगिताओं का आयोजन हुआ। दिन की शुरुआत लाल बहादुर शास्त्री छात्रावास में बैडमिंटन प्रतियोगिता के साथ हुई। एकल बैडमिंटन फाइनल में महमूदाबाद और बलरामपुर छात्रावास ने प्रवेश किया। डबल फाइनल में महमूदाबाद व हबीबुल्लाह हाल ने प्रवेश किया।

चीफ प्रवोस्ट प्रो. अनूप कुमार सिंह ने बताया कि छात्राओं के लिए क्विज और जैम प्रतियोगिता हुई।

i-NEXT PAGE 4

सेमीकंडक्टर, एआई से इमेज होगी मजबूत

एलयू के इकोनॉमिक विभाग के प्रो. एमके अग्रवाल की बजट पर त्वरित टिप्पणी

प्रो. एमके अग्रवाल,
अर्थशास्त्र विभाग, लखनऊ यूनिवर्सिटी

LUCKNOW (20 Feb): योगी सरकार द्वारा प्रस्तुत 2025-26 का बजट एक नए कलेवर एवं नयी संभावनाओं के साथ प्रदेश की जनता को सौंपा गया है. यह बजट विकास की रणनीतियों को एक नए स्वरूप में प्रस्तुत करता है. बजट के माध्यम से वित मंत्री सुरेश खन्ना स्पष्ट का दिया कि यदि स्पष्ट एवं दृढ इच्छाशक्ति हो तो वित्तीय पहलुओं को मजबूत करते हुए तथा बजट घाटे की कम करते हुए प्रदेश के विकास के लिए संसाधनों को जुटाकर विकास को बहुआयामी एवं समावेशी बनाया जा सकता है.

ऊर्जा क्षेत्र को दिया महत्व

योगी सरकार ने आधारभूत संरचना, युवा, महिला, कृषि तथा सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम इकाईयों के साथ चिकित्सा एवं चिकित्सा शिक्षा और भविष्य के नए सेक्टर्स को पोषित करने का बड़ा काम किया है. बजट में दोबारा चार एक्सप्रेस-वे की घोषणा के साथ नगरीय सेतु और ग्रामीण अंचलों को मूलभूत सुविधाओं से तृप्त करने की रणनीति प्रदर्शित की गई है. ऊर्जा क्षेत्र को काफी महत्व दिया गया है. जिसमें विशेष रूप से सौर ऊर्जा तथा जैविक ऊर्जा को और अधिक प्रोत्साहित किया गया है.

ग्लोबल इमेज बनेगी

योगी सरकार प्रदेश में सेमीकंडक्टर और आर्टिफिशियल इंटेलीजेंस को धरातल पर उतारने का काम इस बजट में कर रही है. इससे अर्थव्यवस्था को तीव्र गति मिलेगी और ग्लोबल इमेज मजबूत होगी. चिकित्सा एवं स्वास्थ्य तथा शिक्षा क्षेत्र को और पोषित करने की योजना है. ये क्षेत्र प्रदेश में एक नए प्रकार के पर्यटन को बढ़ावा देते नजर आ रहे हैं. यह सभी क्षेत्र प्रदेश में नए ग्रोथ इंजनों को सृजित करने का कार्य करेंगे. इससे विकसित भारत की संकल्पना को बल मिलेगा.

प्रदेश अब पिछड़ा नहीं

सीएम योगी प्रदेश की अर्थव्यवस्था को तीव्र गतिमान करने के लिए युवाओं एवं महिलाओं को केंद्र बिंदु बनाकर प्रदेश में आय एवं रोजगार बढ़ाने की व्यूह रचना कर रहे हैं. जिससे यूपी तेजी से विकसित हो सकेगा. कृषि क्षेत्र के आधुनिकीकरण तथा नवीनीकरण से इस क्षेत्र को और सशक्त करने के प्रयास है. यह बजट स्पष्टता के साथ संदेश दे रहा कि प्रदेश अब पिछड़ेपन का शिकार नहीं रह गया है. अपनी नई रणनीतियों, व्यूह रचनाओं एवं नए ग्रोथ इंजनों के माध्यम से तेजी से उभरती राज्य अर्थव्यवस्था बन गया है.

PIONEER PAGE 3

महाकुंभ 2025: एलयू के योग विभाग ने किया जल योग कार्यक्रम का आयोजन

पायनियर समाचार सेवा। लखनऊ

लखनऊ विश्वविद्यालय के फैकल्टी ऑफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन के द्वारा महाकुंभ 2025 प्रयागराज में गुरुवार को जल योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

संकाय के कोआर्डिनेटर डॉ अमरजीत यादव ने बताया कि जल में योगाभ्यास करने से डिप्रेशन और उच्च रक्तचाप में विशेष लाभ प्राप्त होता है,जल योग करने से शरीर तरोताजा हो जाता है। शरीर में लचीलापन आता है,जल योग करने से दिमाग की क्रिया शक्ति सक्रिय हो जाती है। पानी में वृक्षासन करने से मांसपेशियों में खिंचाव होता है,वजन कम होने लगता है और तनाव से मुक्ति मिलती है। जल में ताड़ासन करने के अभ्यास से चिड़चिड़ापन में आराम मिलता है,शरीर में अधिक एसिड बनने से रोकता है,पानी में गरुड़ासन करने से एकाग्रता बढ़ती है। वही प्राणायाम करने से मन और रक्त की शुद्धि होती है। जल में अनुलोम विलोम के अभ्यास से दोगुना लाभ प्राप्त होते हैं। इससे शरीर एनर्जी से भर जाता है इसके साथ ही शरीर में ऑक्सीजन का प्रवाह तेजी से बढ़ने लगता है,रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि होती है। जल में भ्रामरी प्राणायाम के अभ्यास से मनुष्य की चेतना का स्तर बढ़ता है। भ्रात्रिका प्राणायाम करने से पाचन तंत्र में विशेष लाभ प्राप्त होता है,वही ध्यान से आंतरिक शांति और संतुलन की भावना उत्पन्न होती है,ध्यान से नींद बेहतर होती है तथा निर्णय लेने की क्षमता में बढ़ोतरी होती। डॉ. यादव ने यह भी बताया कि कुंभ दर्शन से भाव परिवर्तन होता है और भारतीय मनीषियो द्वारा प्रतिपादित नियमों के पालन से जीवन में आध्यात्मिकता का विकास होता है। योग विभाग की छात्रा रोमा हेमवानी जो कि जल योग की विश्व रिकॉर्ड धारी है इनके द्वारा जलयोग का प्रदर्शन किया गया।

इंटर हॉस्टल कॉम्पीटिशन फेस्ट-2025 के दूसरे दिन सम्पन्न हुई विभिन्न प्रतियोगिताएं

पायनियर समाचार सेवा। लखनऊ

लविवि में चल रहे इंटर हॉस्टल कॉम्पीटिशन फेस्ट - 2025 के दूसरे दिन गुरुवार को निवेदिता गर्ल्स हास्टल, लाल बहादुर शास्त्री हास्टल, तिलक हास्टल एवं एपी सेन हाल में भिन्न-भिन्न प्रयोगिताओं का आयोजन किया गया। चीफ प्रोवोस्ट प्रो अनूप कुमार सिंह ने बताया कि सर्वप्रथम लाल बहादुर शास्त्री छात्रावास में बैडमिंटन प्रतियोगिता आयोजित हुआ। जिसमें एकल बैडमिंटन के फाइनल में महमूदाबाद हाल एवं बलराम पुर हाल ने प्रवेश किया। इसी तरह बैडमिंटन के डबल के फाइनल के लिए महमूदाबाद हाल के साथ हबीबुल्लाह हाल ने प्रवेश किया। महिला अंत:वासियों हेतु क्विज एवं जैम प्रतियोगिता का आयोजन निवेदिता गर्ल्स हास्टल में किया गया। क्वीज में प्रथम स्थान बीआर अम्बेडकर हास्टल ने प्राप्त किया। जबकि तिलक हाल एवं निवेदिता हाल को क्रमश: द्वितीय एवं तृतीय स्थान मिला। तिलक हाल में प्रो दुर्गेश श्रीवास्तव एवं प्रो डी के सिंह को गेस्ट ऑफ़ ऑनर से सम्मानित किया गया। जैम स्पर्धा में कैलाश हाल की अभिलिप्सा को प्रथम स्थान , निवेदिता हॉल की इला मिश्रा को द्वितीय एवं तिलक हॉल की नैन्सी को तृतीय स्थान मिला। एपी सेन हाल में हुई पुरुष अंत:वासियों की प्रतियोगिता में गेस्ट ऑफ़ ऑनर प्रो राकेश द्विवेदी कुलानुशासक लविवि थे तथा आर जे प्रतीक एवं डॉ रंजना द्विवेदी जज की भूमिका में थे। मिमिक्री में कौटिल्य हॉल को प्रथम, हबीबुल्लाह हॉल को द्वितीय तथा महमूदाबाद हाल को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ। विश्वविद्यालय के अधिष्ठता छात्र कल्याण प्रो. वी के शर्मा ने सूचित किया कि इस 10 दिवसीय इंटर हॉस्टल कॉम्पीटिशन फेस्ट में विभिन्न प्रकार की इंडोर एवं आउट डोर प्रतियोगिताएं आयोजित की जाएगी।

म्यूजिक, आर्ट और मिमिक्री का संगम

एलयू में इंटर फेस्ट हॉस्टल कंप्टीशन का दूसरा दिन

LUCKNOW (20 FEB): आओ हुजूर तुमको सितारों में ले चलूं, कुछ इसी तरह से शुरुआत हुई लखनऊ यूनिवर्सिटी के इंटर हॉस्टल फेस्ट कंप्टीशन के दूसरे दिन की. जिसमें स्टूडेंट्स ने सोलो सिंगिंग, मिमिक्री और रंगोली मेकिंग जैसी कल्चरल एक्टिविटीज में अपने हुनर का जादू बिखेर सबको दंग कर दिया. दूसरी तरफ स्पोर्ट्स एक्टिविटीज में बैडमिंटन कंप्टीशन में लड़कों ने अपने जोश और जुनून का जलवा बिखेरा. इन कंप्टीशन में स्टूडेंट्स ने पूरे जोश के साथ हिस्सा लिया.

डबल्स में बनाई जगह

चीफ प्रोवोस्ट अनूप कुमार सिंह ने बताया कि लाल बहादुर शास्त्री हॉस्टल में आयोजित बैडमिंटन कंप्टीशन में महमूदाबाद हॉस्टल और बलरामपुर हॉस्टल सिंगल्स के फाइनल में पहुंचा. वहीं, महमूदाबाद हॉस्टल के साथ ही हबीबुल्लाह हॉस्टल ने डबल्स के फाइनल में अपनी जगह बनाई.

मिमिक्री में कौटिल्य आगे

एपी सेन हॉल में बॉयज के लिए आयोजित मिमिक्री कंप्टीशन में कौटिल्य हॉस्टल ने फर्स्ट, हबीबुल्लाह ने सेकेंड और महमूदाबाद ने थर्ड पोजीशन हासिल की. जिसमें ब्वॉयज ने अलग-अलग एक्टर्स और कैरेक्टर्स की मिमिक्री कर समां बांध दिया. कंप्टीशन के गेस्ट ऑफ ऑनर चीफ प्रॉक्टर राकेश द्विवेदी रहे. कैंपस में हुए अलग-अलग कंप्टीशन में प्रो वीसी प्रो. मनुका खन्ना, डीन स्टूडेंट वेलफेयर प्रो. वीके शर्मा, प्रो. ओपी शुक्ला, प्रो. अलका, प्रो. बबिता जायसवाल, डॉ राजेश्वर यादव, डॉ भारती राय, डॉ. अर्चना सिंह और डॉ. अनुपमा श्रीवास्तव आदि मौजूद रहे.

क्विज में अंबेडकर हॉस्टल फर्स्ट

गर्ल्स के लिए आयोजित क्विज एवं जैम कंप्टीशन का आयोजन निवेदिता गर्ल्स हॉस्टल में किया गया. इसमें उलझाने वाले सवालों के तार्किक जवाब देकर अंबेडकर हॉस्टल ने फर्स्ट तो तिलक और निवेदिता हॉस्टल ने सेकेंड और थर्ड पोजीशन पाई. तिलक हॉस्टल में प्रो. दुर्गेश श्रीवास्तव और प्रो. डीके सिंह को गेस्ट ऑफ ऑनर से सम्मानित किया गया.

JAGRAN CITY PAGE III

महाकुंभ में लवि का 'जल योग' प्रदर्शन

प्रयागराज महाकुंभ में लखनऊ विश्वविद्यालय के योग विभाग की ओर से आयोजित 'जल योग कार्यक्रम' ने श्रद्धालुओं और दर्शकों का ध्यान आकृष्ट किया • सौ. लवि

जासं • लखनऊ: गंगा और यमुना की निर्मल धारा में जब योग की मुद्राएं उभरीं, तो मानो जल में ऊर्जा का संचार हो गया। गुरुवार को प्रयागराज महाकुंभ में लवि के योग विभाग की ओर से आयोजित 'जल योग कार्यक्रम' ने श्रद्धालुओं और दर्शकों का ध्यान आकर्षित किया।

जल में भ्रामरी प्राणायाम से मन को अद्भुत शांति मिली, जबकि ध्यान साधना ने आंतरिक ऊर्जा को जाग्रत किया। कार्यक्रम में आकर्षण का केंद्र रहीं रोमा हेमवानी जल योग में विश्व रिकार्ड धारक हैं। गंगा की लहरों पर संतुलन साधते हुए उन्होंने विभिन्न योगासन प्रस्तुत किए। योग कुंभ थीम पर प्रीति, अंकिता गौतम, सुष्मिता सिंह, खुशबू गौतम, सविता रंजन, नम्रता मिश्रा, प्रियांशी और रुचि धवन ने शानदार नृत्य प्रस्तुति दी।

लवि : रोमांचक मुकाबलों में दिखी जबरदस्त स्पर्धा

जासं • लखनऊ : लखनऊ विश्वविद्यालय में चल रहे इंटर हास्टल प्रतियोगिता फेस्ट का दूसरा दिन जबरदस्त उत्साह और प्रतिस्पर्धा से भरा रहा। निवेदिता गर्ल्स हास्टल, लाल बहादुर शास्त्री हास्टल, तिलक और एपी सेन हाल में विभिन्न प्रतियोगिताएं हुईं।

बैडमिंटन प्रतियोगिता में सिंगल्स फाइनल में महमूदाबाद हाल और बलरामपुर हाल ने जगह बनाई, जबकि डबल्स फाइनल में महमूदाबाद और हबीबुल्लाह हाल आमने-सामने रहे। निवेदिता गर्ल्स हास्टल में आयोजित क्विज में बीआर अंबेडकर हास्टल ने बाजी मारी। तिलक और निवेदिता हाल दूसरे और तीसरे स्थान पर रहे। जैम (जस्ट अ मिनिट) प्रतियोगिता में कैलाश हाल की अभिलिप्सा पहले, निवेदिता हाल की इला मिश्रा दूसरे और तिलक हाल की नैन्सी तीसरे स्थान पर रहीं। एपी सेन हाल में हुई पुरुषों की मिमिक्री प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने शानदार प्रस्तुति दी।

AMRIT VICHAR PAGE 6

आज होगी छात्राओं के बीच कबड्डी की भिड़ंत

अमृत विचार, लखनऊ : लखनऊ विश्वविद्यालय में इंटर हॉस्टल कॉम्पीटिशन फेस्ट- 2025 के दूसरे दिन निवेदिता गर्ल्स हॉस्टल, लाल बहादुर शास्त्री हॉस्टल, तिलक हॉस्टल व एपी सेन हाल में भिन्न -भिन्न स्पर्द्धाओं का आयोजन किया गया। चीफ प्रोवोस्ट प्रो. अनूप कुमार सिंह ने बताया कि सर्वप्रथम लाल बहादुर शास्त्री छात्रावास में बैडमिंटन प्रतियोगिता आयोजित हुआ जिसमें एकल बैडमिंटन के फाइनल में महमूदाबाद हाल व बलरामपुर हाल ने प्रवेश किया। इसी तरह वैडमिंटन के डबल के फाइनल के लिए महमूदाबाद हाल के साथ हबीबुल्लाह हाल ने प्रवेश किया। महिला अंतःवासियों हेतु क्विज़ एवं जैम प्रतियोगिता का आयोजन निवेदिता गर्ल्स हॉस्टल में किया गया। क्वीज में प्रथम स्थान बीआर अम्बेडकर हास्टल ने प्राप्त किया। जबकि तिलक हाल व निवेदिता हाल को क्रमशः द्वितीय और तृतीय स्थान मिला। तिलक हाल में प्रो. दुर्गेश श्रीवास्तव व प्रो. डीके सिंह को गेस्ट ऑफ़ ऑनर से सम्मानित किया गया।

HT PAGE 4

Instead of allocating funds for private universities in the state, there is a need to strengthen state univs and govt colleges. Overall, the proposed budget is good, focusing on training, rehabilitation of persons with disability &education at large.

Ranvijay Singh, a PhD student, LU, a person with 40% disability

एलयू योग विभाग ने महाकुंभ में किया योग- अध्यात्म का प्रसार

लखनऊ, लोकसत्य। लखनऊ विश्वविद्यालय के योग विभाग,फैकल्टी ऑफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन के द्वारा महाकुंभ 2025 प्रयागराज में 20 फरवरी 2025 को जल योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। संकाय के कोआर्डिनेटर डॉ अमरजीत यादव ने बताया कि जल में योगाभ्यास करने से डिप्रेशन और उच्च रक्तचाप में विशेष लाभ प्राप्त होता है,जल योग करने से शरीर तरोताजा हो जाता है।शरीर में लचीलापन आता है,जल योग करने से दिमाग की क्रिया शक्ति सक्रिय हो जाती है, पानी में वृक्षासन करने से मांसपेशियों में खिंचाव होता है,वजन कम होने लगता है और तनाव से मुक्ति मिलती है। जल में ताड़ासन करने के अभ्यास से चिड़चिड़ापन में आराम मिलता है,शरीर में अधिक एसिड बनने से रोकता है,पानी में गरुड़ासन करने से एकाग्रता बढ़ती है।

LOKSATYA PAGE 2

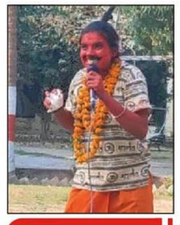
इंटर हॉस्टल कॉम्पीटिशन फेस्ट के दूसरे दिन खूब दिखा उत्साह

लखनऊ, लोकसत्य। लखनऊ विश्वविद्यालय कुलपति प्रो आलोक कुमार राय के मार्गदर्शन में चल रहे इंटर हॉस्टल कॉम्पीटिशन फेस्ट - 2025 के दूसरे दिन निवेदिता गर्ल्स हास्टल, लाल बहादुर शास्त्री हास्टल, तिलक हास्टल एवं एपी सेन हाल में स्पर्द्धाओं का आयोजन किया गया।

चीफ प्रोवोस्ट प्रो अनूप कुमार सिंह ने बताया कि सर्वप्रथम लाल बहादुर शास्त्री छात्रावास में बैडमिंटन प्रतियोगिता आयोजित हुआ जिसमें एकल बैडमिंटन के फाइनल में महमूदाबाद हाल एवं बलराम पुर हाल ने प्रवेश किया। इसी तरह वैडमिंटन के डबल के फाइनल के लिए महमूदाबाद हाल के साथ हबीबुल्लाह हाल ने प्रवेश किया।

महिला अंत:वासियों हेतु क्विज एवं जैम प्रतियोगिता का आयोजन निवेदिता गर्ल्स हास्टल में किया गया। क्वीज में प्रथम स्थान बी०आर० अम्बेडकर हास्टल ने प्राप्त किया। जबकि तिलक हाल एवं निवेदिता हाल को क्रमशः द्वितीय एवं तृतीय स्थान मिला। तिलक हाल में प्रो दुर्गेश श्रीवास्तव एवं प्रो डी के सिंह को गेस्ट ऑफ़ ऑनर से सम्मानित किया गया। जैम स्पर्द्धा में कैलाश हाल की अभिलिप्सा को प्रथम स्थान , निवेदिता हॉल की इला मिश्रा को द्वितीय एवं तिलक हॉल की नैन्सी को तृतीय स्थान मिला।

प्रति कुलपति प्रो० मनुका खन्ना, अधिष्ठाता छात्र कल्याण प्रो० वी०के० शर्मा, चीफ प्रो० ओ०पी शुक्ला, प्रो० अलका कुमारी, प्रो० बबिता जायसवाल, डॉ राजेश्वर यादव, डॉ भारती राय डॉ अर्चना सिंह डॉ अनुपमा श्रीवास्तव आदि उपस्थित रहे। गेस्ट ऑफ़ ऑनर प्रो राकेश द्विवेदी कुलानुशाशक लखनऊ विश्वविद्यालय थे तथा आर जे प्रतीक एवं डॉ रंजना द्विवेदी जज की भूमिका में थे। मिमिक्री में कौटिल्य हॉल को प्रथम, हबीबुल्लाह हॉल को द्वितीय तथा महमूदाबाद हाल को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ। अधिष्ठाता छात्र कल्याण प्रो वीके शर्मा ने सूचित किया कि हॉस्टल कॉम्पीटिशन फेस्ट में विभिन्न प्रकार की इंडोर एवं आउट डोर प्रतियोगिताएं होंगी। तीसरे दिन क्रिकेट स्पर्द्धा (केवल छात्रों हेतु) विश्वविद्यालय के द्वितीय कैंपस में होंगी।



उत्सव

• विभिन्न प्रतियोगिताओं में बैडमिंटन, क्विज प्रतियोगिताएं

डिप्रेशन से बचना है तो करें जल में योगासन

कार्यालय संवाददाता, लखनऊ

अमृत विचार: जल में योगाभ्यास करने से डिप्रेशन और उच्च रक्तचाप में विशेष लाभ प्राप्त होता है,जल योग करने से शरीर तरोताजा हो जाता है। शरीर में लचीलापन आता है,जल योग करने से दिमाग की क्रिया शक्ति सक्रिय हो जाती है, पानी में वृक्षासन करने से मांसपेशियों में खिंचाव होता है, वजन कम होने लगता है और तनाव से मुक्ति मिलती है। लखनऊ विश्वविद्यालय के योग विभाग,फैकल्टी ऑफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन के डॉ. अमरजीत यादव ने योग कार्यक्रम के दौरान कहा। लखनऊ विश्वविद्यालय के योग विभाग, फैकल्टी ऑफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन द्वारा महाकुंभ प्रयागराज में 20 फरवरी को जल योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया था।

संकाय के कोआर्डिनेटर डॉ. अमरजीत यादव ने बताया कि जल में ताड़ासन करने के अभ्यास से चिड़चिड़ापन में आराम मिलता है, शरीर में अधिक एसिड बनने से रोकता है, पानी में गरुड़ासन करने से एकाग्रता बढ़ती है। वहीं प्राणायाम करने से मन और रक्त की शुद्धि होती है। जल में अनुलोम विलोम के अभ्यास से दोगुना लाभ प्राप्त होते हैं इससे शरीर एनर्जी से भर जाता है इसके साथ ही शरीर में ऑक्सीजन का प्रवाह तेजी से बढ़ने लगता है, रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि होती है। जल में भ्रामरी प्राणायाम के अभ्यास से मनुष्य की चेतना का स्तर बढ़ता है, भ्रात्रिका प्राणायाम करने से पाचन तंत्र में विशेष लाभ प्राप्त होता है, वहीं ध्यान से आंतरिक शांति और संतुलन की भावना उत्पन्न होती है। ध्यान से नींद बेहतर होती है तथा निर्णय लेने की क्षमता में बढ़ोतरी होती। डॉ. यादव ने यह भी बताया कि कुंभ दर्शन से भाव परिवर्तन होता है और भारतीय मनीषियों द्वारा प्रतिपादित नियमों के पालन से जीवन में आध्यात्मिकता का विकास होता है।

योग विभाग की छात्रा रोमा हेमवानी जो कि जल योग की विश्व रिकॉर्डधारी है इनके द्वारा जलयोग का प्रदर्शन किया गया। विभाग की छात्राओं प्रीति, अंकिता गौतम, सुष्मिता सिंह, खुशबू गौतम, सविता रंजन, नम्रता मिश्रा, प्रियांशी, रुचि धवन द्वारा योग कुंभ थीम पर नृत्य प्रस्तुत किया गया। योग विभाग की छात्रा मधु त्रिपाठी द्वारा शिव स्तुति का मनमोहक प्रदर्शन किया गया।

जल में योगासन करते लविवि की छात्राएं। अमृत विचार

कर्ज घट रहा, संसाधन बढ़ रहे

डॉ. मनोज अग्रवाल
प्रोफेसर अर्थशास्त्र विभाग, लविवि

• उत्तर प्रदेश बजट 2025-26 योगी सरकार के दूसरे कार्यकाल का चौथा बजट है। जो कि प्रदेश की अर्थव्यवस्था को तीव्र नवीनीकरण, आधुनिकीकरण और विकास के नए स्रोत की खोज करने वाला बजट है। योगी सरकार के बजट को बेहद सकारात्मक बजट बताते हैं। वह कहते हैं कि यूपी में वित्तीय स्थित लगातार मजबूत हो रही है और अब हम बीमारु राज्य से आगे निकल चुके हैं।

प्रदेश की वित्तीय स्थिति लगातार मजबूत होने से कर्ज तेजी से घट रहा है और संसाधन बढ़ रहे हैं। इसके अलावा विकास की गतिविधियां गति पकड़ रही हैं। प्रदेश में आर्टिफिशियल इंटेलीजेंस और सेमीकंडक्टर को लेकर योगी सरकार ने प्रावधान किया है।

आप देख रहे हैं कि हमारे पास 4 एक्सप्रेस वे हो चुके हैं। हमारे पास कुल 15 एयरपोर्ट हो चुके हैं जिसमें चार तो इंटरनेशनल हैं। हम पांचवा इंटरनेशनल एयरपोर्ट जेवर बनाने की तैयारी है। कुछ अन्य जगहों को भी हवाई कनेक्टिविटी से जोड़ा जा रहा है। यह प्रदेश की आधारभूत संरचना को बेहद समृद्ध करेगा।

शिक्षा, स्वास्थ्य, मानव संसाधन और कल्याणकारी योजनाएं: इस बार शिक्षा पर 13 प्रतिशत आवंटन किया गया है। करीब 400 करोड़ रुपए तो छात्राओं को स्कूटी देने पर व्यय किया जा रहा है। इसके अलावा प्राथमिक शिक्षा, माध्यमिक शिक्षा, तकनीकी शिक्षा को मजबूत किया जा रहा है। अपने पास 80 तो मेडिकल कॉलेज हो गए जबकि एम्स इसके बाद है। प्रदेश में आयुष के बडे केंद्र विकसित किए जा रहे हैं। तीन विश्वविद्यालय पहले ही बनाने की घोषणा हो चुकी है। खेल विश्वविद्यालय से प्रदेश में युवाओं को राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय प्रतिभागिता के लिए तैयार होने का अवसर मिलेगा। कुलमिलाकर बेहद सकारात्मक और कल्याणकारी बजट है।

400 करोड़ रुपये से खरीदी जाएंगी छात्राओं के लिए स्कूटी