University in News on 17 June 2025

AMAR UJALA MY CITY PAGE 7

लखनऊ विश्वविद्यालय में स्नातक के आर्डिनेंस में होने जा रहा है बदलाव

ढाई साल में मिल जाएगी तीन साल वाली डिग्री

माई सिटी रिपोर्टर

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय में नए सत्र से तीन साल वाली डिग्री ढाई साल में भी हासिल की जा सकेगी। इसके लिए स्नातक के आर्डिनेंस में बदलाव किया जा रहा है। इसके लिए विद्यार्थी को जरूरी क्रेडिट पूरे करने होंगे। जरूरी क्रेडिट पूरे होते ही परीक्षा कराकर उसे डिग्री मिल जाएगी।

लविवि की डीन एकेडमिक्स प्रो. गीतांजलि मिश्रा के मुताबिक नई शिक्षा नीति विद्यार्थी आधारित शिक्षा की बात करती है। इसमें स्ट्रीम की बाधा समाप्त कर दी गई है। इसके बाद अब बीए पास विद्यार्थी भी एमएससी की पढ़ाई कर सकता है।

इस साल से लविवि नया बदलाव करने जा रहा है। अगर कोई विद्यार्थी मेधावी हैं और वह तीन साल वाले पाठ्यक्रम की पढ़ाई कम अवधि में ही करना चाहता है तो फिर उसे इसकी सहूलियत मिलेगी। विद्यार्थी को सिर्फ कोर्स के लायक जरूरी क्रेडिट हासिल करने होंगे। क्रेडिट का आशय एक सप्ताह में उस विषय की पढ़ाई जाने वाली कक्षाओं से होता है। अगर विद्यार्थी इन कक्षाओं के साथ ही किसी प्रोजेक्ट, असाइनमेंट या सेमिनार आदि के माध्यम से क्रेडिट हासिल करता है तो उनको भी डिग्री की गणना में शामिल किया जाता है।

इसी के आधार पर विद्यार्थी को तीन साल से कम अवधि में ही डिग्री हासिल करने की अनुमति मिल जाती है। इसे एब्रेविवेटेड डिग्री प्रोग्राम कहा जाता है।

- **कोर्स की अवधि बढ़ाने की भी मिलेगी सुविधा** : एब्रेविवेटेड डिग्री प्रोग्राम के साथ ही एक्सटेंडेट डिग्री प्रोग्राम की शुरुआत भी होगी। इसमें डिग्री की अवधि कम करने के बजाय छह महीने बढ़ाने का मौका भी मिलता है। इसमें बढ़ी हुई अवधि में विद्यार्थी जरूरी क्रेडिट हासिल कर लेता है।
- **क्रेडिट में बदल सकेगा पेशेवर अनुभव** : नई शिक्षा नीति में यह व्यवस्था भी है कि एकेडमिक क्रेडिट बैंक के माध्यम से विद्यार्थी पढ़ाई छोड़ने के बाद दोबारा वहीं से शुरू कर सकता है। यह सुविधा भी उपलब्ध है कि पेशेवर अनुभव वाले विद्यार्थी को पढ़ाई में भी उसका फायदा मिले। अगर किसी व्यक्ति ने किसी फील्ड में काम किया है तो उसके अनुभव को क्रेडिट में बदलने की व्यवस्था भी है। विवि उस विद्यार्थी के क्रेडिट का मूल्यांकन करके उसके एकेडमिक क्रेडिट बैंक में जोड़ देगा। आर्डिनेंस में इसे भी शामिल किया जा रहा है।

लखनऊ विश्वविद्यालय में बीएससी रसायन विज्ञान की प्रयोगात्मक परीक्षा 23 जून को

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के रसायन विज्ञान विभाग में बीएससी दूसरे और चौथे सेमेस्टर के छात्रों की प्रयोगात्मक परीक्षा 23 जून को विभाग में होगी। इसमें छूटे हुए और परीक्षा न दे पाने वाले विद्यार्थी भी शामिल हो सकेंगे। विभागाध्यक्ष प्रो. वीके शर्मा ने इस संबंध में अधिसूचना जारी कर दी है। जो भी छात्र इस परीक्षा में शामिल होना चाहते हैं, वह 20 जून तक आवेदन विभागाध्यक्ष कार्यालय में जमा कर दें। 500 रुपये शुल्क ऑनलाइन पोर्टल पर जमा करना होगा। परीक्षा तय तिथि में सुबह 10 बजे से विभाग में होगी। छात्र तय समय से आधे घंटे पहले उपस्थिति दर्ज करवाएंगे।

वहीं, विश्वविद्यालय में बीते एक माह से अधिक समय से जारी सम सेमेस्टर परीक्षाओं का सोमवार को समापन हो गया। इनमें संबद्ध जिलों हरदोई, लखीमपुर, सीतापुर, लखनऊ व रायबरेली के 500 से अधिक महाविद्यालयों के तीन लाख के करीब विद्यार्थियों ने परीक्षा दी। विवि चार जुलाई को दोबारा खुलेगा। प्रवक्ता प्रो. दुर्गेश श्रीवास्तव ने बताया कि अवकाश अवधि में सिर्फ पठन-पाठन संबंधी कार्य बंद रहेगा। (संवाद)

रूमी दरवाजे पर किया योग

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के योग संकाय के विद्यार्थियों ने 11वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के आयोजन के क्रम में में सोमवार को ऐतिहासिक विरासत रूमी दरवाजे पर योगाभ्यास किया। सुबह 5 बजे शुरू हुए योग शिविर में अंजनेयासन, वीरभद्रासन आदि का अभ्यास कराया गया। कोऑर्डिनेटर डॉ. अमरजीत यादव ने कहा कि स्मारकों व धरोहरों पर योगाभ्यास कराने से राष्ट्र गौरव का भाव उत्पन्न होता है। इस कार्यक्रम में मोनिका सिंह, प्रीति मनुज, अर्चना वर्मा, सविता रंजन ने प्रतिभाग किया। (संवाद)

एनसीसी कैडेट शिवम पांडेय ने सेना में हासिल किया कमीशन

स्वयं

लखनऊ। लखनऊ विवि में 64 यूपी बटालियन एनसीसी के सीनियर अंडर ऑफिसर शिवम पांडेय ने भारतीय सेना में कमीशन प्राप्त किया है। उन्हें इंडियन मिलिट्री एकेडमी देहरादून से चयनित कर कमीशन प्रदान किया गया है। शिवम को प्रतिष्ठित डोगरा रेजिमेंट में कमीशन मिला है। उन्होंने अखिल भारतीय रैंक 25 हासिल की है। कुलपति प्रो. अलोक कुमार राय, कमान अधिकारी कर्नल पीपीएस चौहान व ले. (डॉ) रजनीश कुमार यादव बधाई दी है। (संवाद)

HINDUSTAN PAGE 8

एलयू छात्राओं ने रूमी दरवाजे के सामने किया योगाभ्यास

लखनऊ विश्वविद्यालय के योग विभाग ने ऐतिहासिक धरोहर रूमी दरवाजा के सामने योगाभ्यास शिविर का आयोजन किया। छात्राओं ने सुबह पांच बजे अंजनेयासन, वीरभद्रासन, नटराजासन, गौमुखासन, त्रिकोणासन आदि का अभ्यास किया। मोनिका सिंह, प्रीति मनुज, अर्चना वर्मा, सविता रंजन, स्मृति ओझा, अर्चना सिंह आदि ने योग किया।

लखनऊ विश्वविद्यालय के छात्र शिवम पांडेय को डोगरा रेजिमेंट में कमीशन मिला।

एलयू के शिवम को डोगरा रेजिमेंट में मिला कमीशन

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय में 64 यूपी बटालियन एनसीसी के बीएससी छात्र और सीनियर अंडर अफसर शिवम पांडेय को एसएसबी सेंटर साउथ बंगलुरु ने 156वें कोर्स के लिए भारतीय सेना के डोगरा रेजिमेंट कमीशन प्राप्त हुआ है। उन्हें इंडियन मिलिट्री अकेडमी देहरादून से चयनित कर कमीशन प्रदान किया गया है, जहां से उन्होंने सफलतापूर्वक पास आउट किया। उन्होंने अखिल भारतीय 25वीं रैंक प्राप्त की है।

बीएससी रसायन प्रैक्टिकल 23 को

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के शैक्षिक सत्र 2024-25 सम सेमेस्टर परीक्षा के तहत रसायन विज्ञान विभाग में बीएससी दूसरे और चौथे सेमेस्टर के छात्रों की प्रयोगात्मक परीक्षा 23 जून को विभाग में आयोजित की जा रही है। इसमें छूटे हुए परीक्षार्थी शामिल हो सकेंगे। इस संबंध में विभागाध्यक्ष प्रो. वीके शर्मा ने सूचना जारी कर दी है।

TOI PAGE 2

LU's NCC cadet joins Dogra unit

Shivam Pandey, senior under officer of the 64 UP Battalion NCC in Lucknow University, has been commissioned into the Indian Army.

He was selected through the Indian Military Academy (IMA), Dehradun, and successfully passed out, earning a commission in the Dogra Regiment. He secured an All India Rank of 25.

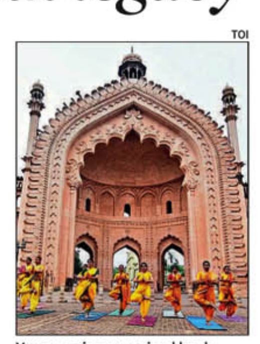
Yoga lovers mark fusion with legacy

TIMES NEWS NETWORK

Lucknow: A yoga session was organised at Rumi Darwaza on Monday as part of the 11th International Yoga Day 2025 celebrations. During the session, organised by department of yoga, faculty of yoga and alternative medicine, Lucknow University, participants performed 'asanas' like Anjaneyasana, Virabhadrasana, Trikonasana, and 'pranayama' practices including Bhramari, Anulom Vilom, and Surya Namaskar.

YOGA DAY ON JUNE 21

Faculty coordinator, yoga department, Amarjeet Yadav said, "Practising yoga at iconic heritage sites like Rumi Darwaza not only promotes wellness but also deepens our connection with India's rich cultural legacy. It's a fusion of physical health and patriotic pride."



TOI

Yoga session organised by department and faculty of yoga and alternative medicine, Lucknow University at Rumi Darwaza on Monday

A workshop on 'Impact of Pranayama on the Body' was also held at the Yoga Hall. Yogacharya Kishore Kumar Shukla led sessions on Bhastrika, Ujjayi, and Nadi Shodhan, emphasizing the role of 'pranayama' role in strengthening the respiratory system and energizing the body.

i-NEXT PAGE 4

शिवम पांडेय को एलयू वीसी ने दी बधाई

लखनऊ यूनिवर्सिटी में 64 यूपी बटालियन एनसीसी के सीनियर अंडर ऑफिसर शिवम पांडेय ने भारतीय सेना में कमीशन प्राप्त किया है. उन्हें आईएमए देहरादून से सिलेक्ट करके डोगरा रेजिमेंट में कमीशन मिला है, जिसके लिए लखनऊ यूनिवर्सिटी के वीसी प्रो. आलोक कुमार राय ने शिवम के उज्ज्वल भविष्य की कामना की.

प्रो. आलोक राय, वीसी, एलयू

1 मुद्दा

एलयू कैसे बना छात्रों की पहली पसंद?

इस सवाल पर लखनऊ यूनिवर्सिटी के वीसी प्रो. आलोक राय ने बताया कि एलयू को लेकर दो चीजों को देखने की सख्त जरूरत है. पहला यह कि स्टूडेंट्स जहां है क्या हम वहां हैं? दूसरा, जिस विधा में स्टूडेंट्स एडमिशन ले रहे हैं उसमें उनका भविष्य क्या है? एलयू के समृद्ध इतिहास के बल पर ही हम आगे नही बढ़ सकते. हम छात्रों को दे क्या रहे हैं, इसको भी देखना होगा. हमने छात्रों के अनुरूप कोर्स में बदलाव किए हैं ताकि उनको फ्यूचर रेडी कोर्स की मदद से बेहतर करियर ऑप्शन दिया जा सके. पहले जहां लखनऊ से बाहर के बच्चे ज्यादा आते थे, वही अब लखनऊ के ही बच्चे ज्यादा पढ़ने आ रहे हैं.

कोर्सेज में कर रहे बदलाव

उन्होंने आगे बताया कि एलयू ने 2020-25 में अपना कोर्स दो बार चेंज किया है. शायद ही किसी दूसरी यूनिवर्सिटी ने ऐसा किया हो. 4 नई फैकल्टी और 14 नए विभागों की शुरुआत हुई है. हम एआई और मशीन लर्निंग की भी शिक्षा दे रहे हैं.

एलयू को मिलेगा तीसरा कैंपस

एलयू को लेकर चल रही फ्यूचर प्लानिंग पर वह बोले कि जल्द ही एलयू का नया और तीसरा कैंपस खुलने वाला है. जहां एग्रीकल्चर और वेटनरी की पढ़ाई होगी. जो छात्रों को बेहतर भविष्य के और ऑप्शन देने का काम करेगी. ये कोर्स भविष्य को देखते हुए तैयार किए जा रहे हैं.

HT PAGE 3

Yoga practitioners at Rumi Darwaza on Monday. HT

AMRIT VICHAR PAGE 7

बीएससी सेमेस्टर दो व चार रसायन विज्ञान की परीक्षा 23 को

अमृत विचार, लखनऊ: लखनऊ विश्वविद्यालय परिसर एवं उससे संबद्ध महाविद्यालयों के बीएससी सेमेस्टर दो व चार के रसायन विज्ञान (पुराना पाठ्यक्रम/छूट प्राप्त/अपूरित नई शिक्षा नीति) छात्रों की प्रायोगिक परीक्षा दिनांक 23 जून को आयोजित की जाएगी। परीक्षा रसायन विज्ञान विभाग की प्रयोगशाला में संपन्न होगी। बीएससी रसायन विज्ञान सेमेस्टर दो और चार की 10 बजे से आयोजित होगी।

JAGRAN CITY PAGE III

जैव विविधता एवं वन्य जीव संरक्षण में भी ले सकेंगे विशेषज्ञता

लवि के जंतु विज्ञान विभाग ने छठे विषय के रूप में कोर्स में किया शामिल, नए सत्र से विद्यार्थियों को मिलेगा इसका विकल्प

जागरण संवाददाता • लखनऊ : लखनऊ विश्वविद्यालय से एम.एससी जंतु विज्ञान विभाग की पढ़ाई करने वाले छात्र-छात्राएं जैव विविधता एवं वन्य जीव संरक्षण व प्रबंधन में भी विशेषज्ञता ले सकेंगे। विभाग ने विशेषज्ञता वाले विषयों में इसे भी शामिल कर लिया है। फैकल्टी बोर्ड और एकेडमिक काउंसिल से इसका प्रस्ताव पास हो गया है। अब जुलाई से शुरू होने वाले नए शैक्षिक सत्र से विद्यार्थियों को इसके साथ कुल छह विषयों का विकल्प मिलेगा।

जंतु विज्ञान विभाग के अध्यक्ष प्रोफेसर एम सिराजुद्दीन ने बताया कि एम.एससी तीसरे सेमेस्टर में कोर पेपर के साथ स्पेशलाइनजेशन (विशेषज्ञता) का पेपर पढ़ना भी अनिवार्य है। अभी तक पांच विषय में विशेषज्ञता की सुविधा दी जा रही है। इनमें फिश एंड फिशरीज, कीट विज्ञान, परजीवी विज्ञान, एंडोकैनोलाजी और आणविक आनुवंशिकी विषय शामिल हैं। अब छठे विषय के रूप में जैव विविधता एवं वन्य जीव संरक्षण व प्रबंधन को जोड़ा गया है। इसमें विभिन्न प्रकार की पाई जाने वाली प्रजाजियां की संख्या, उनके नाम, पहचान करना सिखाया जाएगा। जीन की गणना करना, कौन-कौन से जीव हैं, उनका क्या स्टेटस है, विलुप्त होने वाले जीव की गणना, उनका संरक्षण एवं प्रबंधन सहित प्रमुख चीजें पढ़ाई जाएंगी।

चौथे सेमेस्टर का प्रैक्टिकल तीसरे में होगा : एम.एससी जंतु विज्ञान के तीसरे सेमेस्टर में अब कोर पेपर के साथ विशेषज्ञता वाले दो थ्योरी पेपर की जगह एक पेपर पढ़ाया जाएगा। इसका एक पेपर अब चौथे सेमेस्टर में विद्यार्थी पढ़ेंगे। वहीं, चौथे सेमेस्टर का प्रैक्टिकल अब तीसरे सेमेस्टर में होगा। विभागाध्यक्ष ने बताया कि यह बदलाव इसलिए किया गया ताकि छात्र-छात्राएं तीसरे सेमेस्टर में थ्योरी के साथ प्रैक्टिकल भी कर सकें।

रूमी गेट के पास लवि की छात्राओं ने किया योगाभ्यास

जासं • लखनऊ: लखनऊ विश्वविद्यालय के योग विभाग, फैकल्टी आफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन की ओर से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर कार्यक्रमों का सिलसिला जारी है। सोमवार को विभाग ने ऐतिहासिक धरोहर रूमी गेट के समक्ष योगाभ्यास शिविर का आयोजन किया। यह शिविर सुबह पांच बजे शुरू हुआ। इसमें छात्राओं को अंजनेयासन, वीरभद्रासन, नटराजासन, गौमुखासन, त्रिकोणासन के साथ भ्रामरी प्राणायाम, अनुलोम विलोम, शीतली प्राणायाम एवं सूर्यनमस्कार का अभ्यास भी कराया गया।

संकाय के आर्डिनेटर डा. अमरजीत यादव ने कहा कि स्मारकों एवं धरोहरों पर योगाभ्यास कराने से राष्ट्र गौरव का भाव उत्पन्न होता है। योग विभाग की छात्राओं ने रूमी दरवाजा के सामने योगाभ्यास करके भारतीय गौरव एवं स्वास्थ्य का संदेश दिया। प्रातः काल योगाभ्यास से शरीर में चेतना एवं स्फूर्ति का संचार होता है। शांत एवं स्वच्छ वातावरण में योगाभ्यास से भावनात्मक एवं विचारों के स्तर पर परिवर्तन आता है। व्यक्ति विशेष में शारीरिक मानसिक एवं सामाजिक भावना बढ़ती है। योग कार्यक्रम में मोनिका सिंह, प्रीति मनुज, अर्चना वर्मा, सविता रंजन, स्मृति ओझा, अर्चना सिंह, प्रगति तिवारी, मनीषा दत्ता, अमिता शुक्ला, रुचि धवन, श्रेया कौशिक, दिव्या मिश्रा, सुष्मिता, खुशबू गौतम तथा रागिनी ने प्रतिभाग किया। वहीं, दूसरी ओर सुबह 10 बजे से विश्वविद्यालय के योग सभागार में 'शरीर पर प्राणायाम का प्रभाव' विषय पर कार्यशाला भी हुई।

लवि के योग विभाग, फैकल्टी आफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन की ओर से आयोजित कार्यक्रम में मौजूद छात्राएं • लवि

'योग को बनाएं जीवन का अंग' : 'योग से हमारा बहुत पुराना नाता है। महर्षि पतंजलि के अष्टांग योग दर्शन से लेकर आधुनिक योग विज्ञान तक का जो सफर हमने तय किया है। उसकी बदौलत भारत आज योग गुरु के रूप में जाना पहचाना जा रहा है। ध्यान एवं प्राणायाम हमें विकार एवं अहंकार से बाहर निकालता है। योग मन और शरीर की एकता का प्रतीक है, इसलिए हमें आज यह संकल्प लेना है कि हम प्रति दिन इसको अपने जीवन का अंग बना लें' यह विचार सोमवार को डा. शकुंतला मिश्रा राष्ट्रीय पुनर्वास विश्वविद्यालय के कुलपति आचार्य संजय सिंह ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित वेबिनार में रखे।

दिव्यांगजन के सशक्तीकरण और समावेश के लिए योग विषय पर हुए वेबिनार में मुख्य अतिथि कुलाधिपति विवेकानंद योग अनुसंधान संस्थान बेंगलुरु पद्मश्री डा. एच आर नागेंद्र गुरु ने कहा, वैश्विक शांति के लिए योग बहुत जरूरी है। योग समग्र जीवन का विज्ञान है। विशेष अतिथि ब्रह्म कुमारी संस्थान की बीके स्वर्णलता (सोनी दीदी) ने कहा कि योग दिव्यांगजनों के साथ सम्पूर्ण मानवता को संतुलित करने का एक तरीका है। वेबिनार का संयोजन डा. कौशिकी सिंह ने किया। इस अवसर पर मुख्य वक्ता प्रोफेसर जीडी शर्मा, प्रोफेसर सुरेश लाल वर्णवाल ने भी अपने विचार रखे।

RASHTRIAYA SAHARA PAGE 5

सेना के डोगरा रेजिमेंट में कमीशन हुए लविवि एनसीसी के सीनियर अंडर ऑफीसर शिवम पांडे

लखनऊ (एसएनबी)। लखनऊ विश्वविद्यालय 64 यूपी बटालियन एनसीसी के सीनियर अंडर ऑफिसर शिवम पांडेय ने भारतीय सेना में कमीशन प्राप्त किया है। उन्हें इंडियन मिलिट्री अकैडमी, देहरादून से चयनित कर कमीशन प्रदान किया गया है, जहाँ से उन्होंने सफलतापूर्वक पास आउट किया। शिवम पांडेय को प्रतिष्ठित डोगरा रेजिमेंट में कमीशन मिला है। उन्होंने अखिल भारतीय रैंक 25 प्राप्त की है, जो स्वयं में एक बड़ी उपलब्धि है।

शिवम पांडेय ने अपने अनुभव साझा करते हुए बताया कि एनसीसी ने आत्मविश्वास बढ़ाने, आपसी सहयोग की भावना विकसित करने और सशस्त्र बलों के प्रति जागरूकता बढ़ाने में अहम भूमिका निभाई। उन्होंने कहा कि एनसीसी के दौरान मिली बेसिक मिलिट्री ट्रेनिंग ने इंडियन मिलिट्री अकैडमी में सैन्य रणनीतियों को समझना आसान बना दिया। 64 यूपी बटालियन एनसीसी (लखनऊ विश्वविद्यालय) में प्रशिक्षण के दौरान सीखे गए ड्रिल, अनुशासन और सैन्य व्यवहार ने उन्हें अकादमी के वातावरण में जल्दी अनुकूल होने में मदद की। शिवम पांडेय की इस उपलब्धि से न केवल लखनऊ विश्वविद्यालय, बल्कि समस्त एनसीसी कैडेट्स को भी गर्व और प्रेरणा मिली है। लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. अलोक कुमार राय ने विश्वविद्यालय परिवार की ओर से उन्हें हार्दिक शुभकामनाएं प्रेषित कीं, साथ ही 64 यूपी बटालियन के कमान अधिकारी कर्नल पी.पी.एस. चौहान व ले. (डा.) रजनीश कुमार यादव एसोसिएट एनसीसी ऑफिसर ने भी भारतीय सेना लेफ्टिनेंट बनने पर बधाई दी।

लविवि : शरीर पर प्राणायाम का प्रभाव पर कार्यशाला

लखनऊ (एसएनबी)। लविवि के योग विभाग की ओर से ऐतिहासिक धरोहर रूमी दरवाजा के समक्ष योगाभ्यास शिविर का आयोजन सुबह किया गया। शिविर में अंजनेयासन, वीरभद्रासन, नटराजासन, गौमुखासन, त्रिकोणासन आदि का अभ्यास कराया गया तथा भ्रामरी प्राणायाम, अनुलोम विलोम, शीतली प्राणायाम एवं सूर्यनमस्कार का अभ्यास भी कराया गया। संकाय के कोऑर्डिनेट डॉ. अमरजीत यादव ने कहा कि स्मारकों एवं धरोहरों पर योगाभ्यास कराने से राष्ट्र गौरव का भाव उत्पन्न होता है। योग विभाग की छात्राओं ने रूमी दरवाजा के सामने योगाभ्यास करके भारतीय गौरव एवं स्वास्थ्य का संदेश दिया। प्रातः काल के अभ्यास से शरीर में स्थित चक्रों का जागरण होता है। इस कार्यक्रम में मोनिका सिंह, प्रीति मनुज, अर्चना वर्मा, सविता रंजन, स्मृति ओझा, अर्चना सिंह, प्रगति तिवारी, मनीषा दत्ता, अमिता शुक्ला, रुचि धवन, श्रेया कौशिक, दिव्या मिश्रा, सुष्मिता, खुशबू गौतम तथा रागिनी ने प्रतिभाग किया। इस दौरान लविवि परिसर के योग सभागार में 'शरीर पर प्राणायाम का प्रभाव' विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में योगाचार्य किशोर कुमार शुक्ला के द्वारा भस्त्रिका प्राणायाम, उज्जायि प्राणायाम, शीतली प्राणायाम, शीतकारी प्राणायाम, नाड़ी शोधन प्राणायाम तथा भ्रामरी प्राणायाम का अभ्यास कराया गया।

AMRIT VICHAR PAGE 7

अंतरराष्ट्रीय योग दिवसः रूमी दरवाजा बना प्रतीक स्थल

लविवि छात्रों ने किया योगाभ्यास, भाषा विश्वविद्यालय, बीबीएयू और पुनर्वास विवि में भी हुए कार्यक्रम

कार्यालय संवाददाता, लखनऊ

अमृत विचारः अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के पूर्व ही राजधानी लखनऊ योग की सकारात्मक उर्जा से तरंगित होने लगा है। शहर के प्रमुख विश्वविद्यालयों में योग के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक पक्षों पर आधारित विविध कार्यक्रम आयोजित होने आरंभ हो गए हैं। ऐतिहासिक स्मारकों से लेकर शैक्षिक परिसरों तक योग के माध्यम से स्वास्थ्य, संस्कृति और चेतना का संदेश शैक्षिक संस्थान दे रहे हैं। इसी क्रम में लखनऊ विश्वविद्यालय के फैकल्टी आफ योग और अल्टरनेटिव मेडिसिन विभाग की ओर से शहर के ऐतिहासिक रुमी दरवाजा पर योग शिविर का आयोजन किया गया।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में सुबह 5 बजे ऐतिहासिक रूमी दरवाजा के समक्ष भव्य योगाभ्यास शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में अंजनेयासन, वीरभद्रासन, नटराजासन, गौमुखासन, त्रिकोणासन जैसे प्रमुख आसनों के साथ-साथ भ्रामरी, अनुलोम-विलोम, शीतली और सूर्यनमस्कार का अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के समन्वयक डॉ. अमरजीत यादव ने कहा कि ऐतिहासिक धरोहरों पर योगाभ्यास कराने से राष्ट्रीय गौरव और सांस्कृतिक चेतना का विकास होता है। यह स्वास्थ्य और संस्कृति का संगम है। उन्होंने बताया कि प्रातःकाल योग करने से शरीर में चेतना और स्फूर्ति का संचार होता है, और चक्रों का जागरण होता है।

प्राणायाम कार्यशाला में सीखा शरीर और आत्मा पर प्रभाव : विश्वविद्यालय के योग सभागार में शरीर पर प्राणायाम का प्रभाव विषय पर कार्यशाला आयोजित की गई। जिसमें योगाचार्य किशोर कुमार शुक्ला ने भस्त्रिका, उज्जायी, शीतली, शीतकारी, नाड़ी शोधन और भ्रामरी प्राणायाम का अभ्यास कराया। उन्होंने कहा कि प्राणायाम न केवल हमारी श्वसन प्रणाली को सशक्त करता है, बल्कि यह चारों स्तर शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और आत्मिक पर सकारात्मक प्रभाव डालता है।

रूमी दरवाजा पर योगाभ्यास करते लखनऊ विश्वविद्यालय के छात्र-छात्राएं। अमृत विचार

भाषा विश्वविद्यालय में वेबिनारः योग वैश्विक संवाद की भाषा

ख्वाजा मोइनुद्दीन चिश्ती भाषा विश्वविद्यालय में योग संस्कृति, चेतना और संवाद की वैश्विक भाषा विषय पर अंतरराष्ट्रीय वेबिनार का आयोजन किया गया। यह आयोजन राष्ट्रीय सेवा योजना और शारीरिक शिक्षा विभाग के संयुक्त तत्वावधान में सम्पन्न हुआ। वेबिनार का उद्घाटन कुलपति प्रो. अजय तनेजा ने करते हुए कहा कि योग मौन, चेतना और शांति की भाषा बोलता है। यह एक ऐसा माध्यम है जो विज्ञान और अध्यात्म, स्वास्थ्य और सामंजस्य को जोड़ता है। मुख्य अतिथि डॉ. मंजू सिंह ने युवाओं के बीच योग की भूमिका को रेखांकित करते हुए कहा कि योग युवाओं को मानसिक स्पष्टता, आत्मिक ऊर्जा और सकारात्मक दृष्टिकोण प्रदान करता है। एनएसएस स्वयंसेवक इसे जन-जन तक पहुँचा सकते हैं। वियतनाम से जुड़े डॉ. शिवम मिश्रा ने अंतरराष्ट्रीय परिप्रेक्ष्य में योग के महत्व पर प्रकाश डाला।

राष्ट्रीय पुनर्वास विविः दिव्यांगजनों के लिए योग

डॉ. शकुंतला मिश्रा राष्ट्रीय पुनर्वास विश्वविद्यालय में दिव्यांगजनों के सशक्तीकरण और समावेश के लिए योग विषय पर एक दिवसीय अंतरराष्ट्रीय वेबिनार आयोजित हुआ। उद्घाटन विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. संजय सिंह द्वारा किया गया। उन्होंने कहा कि योग शरीर और मन की एकता का प्रतीक है। ध्यान और प्राणायाम विकार और अहंकार से मुक्ति का मार्ग है। हमें योग को जीवन का अंग बनाना चाहिए। मुख्य अतिथि डॉ. एचआर नागेन्द्र (विवेकानंद योग अनुसंधान संस्थान, बेंगलुरु) ने कहा कि योग न केवल स्वास्थ्य का विज्ञान है, बल्कि वैश्विक शांति और आतंकवाद के उन्मूलन का माध्यम भी है। यह संपूर्ण जीवन दर्शन है।

VOICE OF LUCKNOW PAGE 6

रूमी दरवाजा के समक्ष हुआ योगाभ्यास शिविर

विशेष संवाददाता (vol)

लखनऊ। लखनऊ विश्वविद्यालय के योग विभाग, फैकल्टी ऑफ योग एंड अल्टरनेटिव मेडिसिन के तत्वावधान में 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 के आयोजन के क्रम में, लखनऊ की ऐतिहासिक धरोहर रूमी दरवाजा के समक्ष योगाभ्यास शिविर का आयोजन किया गया।

शिविर में अंजनेयासन, वीरभद्रासन, नटराजासन, गौमुखासन, त्रिकोणासन आदि का अभ्यास कराया गया तथा भ्रामरी प्राणायाम, अनुलोम विलोम, शीतली प्राणायाम एवं सूर्यनमस्कार का अभ्यास भी कराया गया। संकाय के कोऑर्डिनेट डॉ अमरजीत यादव ने कहा कि स्मारकों एवं धरोहरों पर योगाभ्यास कराने से राष्ट्र गौरव का भाव उत्पन्न होता है। योग विभाग की छात्राओं ने रूमी दरवाजा के सामने योगाभ्यास करके भारतीय गौरव एवं स्वास्थ्य का संदेश दिया। प्रातः काल योगाभ्यास से शरीर में चेतना एवं स्फूर्ति का संचार होता है। प्रातः काल के शांत एवं स्वच्छ वातावरण में योगाभ्यास से भावनात्मक एवं विचारों के स्तर पर परिवर्तन आता है। व्यक्ति विशेष में शारीरिक मानसिक एवं सामाजिक भावना बढ़ती है। प्रातः काल के अभ्यास से शरीर में स्थित चक्रों का जागरण होता है। इस कार्यक्रम में मोनिका सिंह, प्रीति मनुज, अर्चना वर्मा, सविता रंजन, स्मृति ओझा, अर्चना सिंह, प्रगति तिवारी, मनीषा दत्ता, अमिता शुक्ला, रुचि धवन, श्रेया कौशिक, दिव्या मिश्रा, सुष्मिता, खुशबू गौतम तथा रागिनी ने प्रतिभाग किया। पुनः 10 बजे से योग सभागार में शरीर पर प्राणायाम का प्रभाव विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में योगाचार्य किशोर कुमार शुक्ला के द्वारा भस्त्रिका प्राणायाम, उज्जायि प्राणायाम, शीतली प्राणायाम, शीतकारी प्राणायाम, नाड़ी शोधन प्राणायाम तथा भ्रामरी प्राणायाम का अभ्यास कराया गया। प्राणायाम के अभ्यास द्वारा शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक तथा आत्मिक चारों स्तरों पर लाभ होता है।

लविवि के सीनियर अंडर ऑफिसर शिवम पांडे भारतीय सेना के डोगरा रेजिमेंट में हुए कमीशन

विशेष संवाददाता (vol)

लखनऊ। 64 यूपी बटालियन एनसीसी, लखनऊ विश्वविद्यालय के सीनियर अंडर ऑफिसर शिवम पांडेय (बीएससी- 2022, लखनऊ विश्वविद्यालय) ने 156वां कोर्स, एसएसबी सेंटर साउथ (बैंगलोर), 2023 (बैच 2019-2022) को भारतीय सेना में कमीशन प्राप्त किया है। उन्हें इंडियन मिलिट्री अकैडमी (आईएमए), देहरादून से चयनित कर कमीशन प्रदान किया गया है, जहां से उन्होंने सफलतापूर्वक पास आउट किया। एसओयू शिवम पांडेय को प्रतिष्ठित डोगरा रेजिमेंट में कमीशन मिला है। उन्होंने अखिल भारतीय रैंक (एआईआर) - 25 प्राप्त की है, जो स्वयं में एक बड़ी उपलब्धि है।

एसओयू शिवम पांडेय ने अपने अनुभव साझा करते हुए बताया कि एनसीसी ने आत्मविश्वास बढ़ाने, आपसी सहयोग की भावना विकसित करने और सशस्त्र बलों के प्रति जागरूकता बढ़ाने में अहम भूमिका निभाई। उन्होंने कहा कि एनसीसी के दौरान मिली बेसिक मिलिट्री ट्रेनिंग ने इंडियन मिलिट्री अकैडमी में सैन्य रणनीतियों को समझना आसान बना दिया। 64 यूपी बटालियन एनसीसी (लखनऊ विश्वविद्यालय) में प्रशिक्षण के दौरान सीखे गए ड्रिल, अनुशासन और सैन्य व्यवहार ने उन्हें अकादमी के वातावरण में जल्दी अनुकूल होने में मदद की। एसओयू शिवम पांडेय की इस उल्लेखनीय उपलब्धि से न केवल लखनऊ विश्वविद्यालय, बल्कि समस्त एनसीसी कैडेट्स को भी गर्व और प्रेरणा मिली है। 64 यूपी बटालियन एनसीसी, लखनऊ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो अलोक कुमार राय कर्नल कमांडेंट ने विश्वविद्यालय परिवार की ओर से उन्हें हार्दिक शुभकामनाएं प्रेषित की। साथ ही 64 यूपी बटालियन के कमान अधिकारी कर्नल पीपीयस चौहान व ले. (डॉ) रजनीश कुमार यादव एसोसिएट एनसीसी ऑफिसर ने भी भारतीय सेना लेफ्टिनेंट बनने पर बधाई दी।