Government of India
Ministry of Ayush
सत्यमेव जयते

MINISTRY OF AYUSH COMPILED MEDIA REPORT
03 Feb, 2025

Total Mention 35

Print	Financial	Mainline	Regional	Periodical
22	3	11	8	N/A

Online
13

Print

No	Newspaper	Headline	Edition	Pg
1.	The Economic Times	Fitness trends that experts love to hate	Bengaluru	19
2.	Business Standard (Hindi)	Naye labharthiyo ke liye paryapat rahega PM-Jai Aavantan!	Chandigarh	4
3.	Business Standard (Hindi)	Health Sector will strong	Delhi	4
4.	Mid Day	Marathon-running is ex-British PM Sunak's fitness mantra	Mumbai	23
5.	The New Indian Express	PARIVRTTA SUKHASANA	Chennai	2
6.	The New Indian Express	PARIVRTTA SUKHASANA (REVOLVED EASY POSE)	Bengaluru	2
7.	Free Press Journal	Patanjali's 6-day 'Charakayatan' training programme concludes	Mumbai	12
8.	Free Press Journal	Plant-based skin care products	Mumbai	2
9.	Free Press Journal	DPU's convocation honours Nader & Sardeshmukh	Mumbai	7
10.	The Tribune	AYUSH Mission gets marginal hike in Budget	Delhi + 1	9
11.	The Morning Standard	Fit Bit	Delhi	2
12.	Millenniumpost	Discover untold treasures of Rajasthan's hidden heartland	Delhi	12
13.	Orissa Post	6-day training programme 'Charakayatan' concludes	Bhubaneshwar	8
14.	Orissa Post	Nat'l institute of Ayurveda launches plant-based alternatives for skincare	Bhubaneshwar	7
15.	Dainik Tribune	240 free chekcup in Health checkup camp	Delhi	3
16.	Dainik Tribune	Ayush Deppartment open health camp	Delhi	5
17.	Dainik Tribune	Ayush vibhag ne lagaya free health shivir	Chandigarh	5
18.	Dainik Tribune	Health shivir mein 240 ki free janch	Chandigarh	3
19.	Dainik Savera	Ayurved vartman samay ki aavshayakata Chandarkant kataria	Chandigarh	6
20.	Navbharat	Ayurveda is seen in nature and life	Pune	9
21.	Dainik Bhaskar	Mahesh President of Indian Yoga Association	Jaipur	2
22.	Virat Vaibhav	Ayurved jivan nirvahan ka sahan nahi	Delhi	18

The Economic Times • 03 Feb • Ministry of Ayush

Fitness trends that experts love to hate

19 • PG	400 • Sqcm	78061 • AVE	215.44K • Cir	Top Left	ET Panache

Bengaluru

Fitness trends that experts love to hate

From cold plunges to targeted weight-loss workouts, here are some habits that could derail your goals

Fitness advice on social media can be littered with misinformation and impossible promises. If something sounds too good to be true, it probably is.

Here are five fitness trends that irk experts the most:

The '75 hard' challenge

The viral challenge '75 Hard' took hold last year. The key to mental and physical toughness, its proponents claimed, was following a set of daily rules for 75 days: Work out twice a day for 45 minutes, maintain a strict diet, drink a gallon (3.8 litres) of water and read at least 10 pages of non-fiction, among other things.

While the idea of transforming yourself in 75 days might sound appealing, the challenge is "extremely unsustainable", said US-based physical therapist Victoria Sekely. Exercising twice a day, especially if you are new to working out, "is a good way to injure yourself and to create completely unrealistic expectations around exercise", she said.

To build a healthy exercise habit, start simply and find an activity you enjoy enough to practice consistently.

Cold plunges

The social media hype about cold plunges is nothing new, but it's still going strong. Evangelists claim that a post-workout dip can regulate your immune system, cure depression and anxiety and speed up recovery from exercise by combating inflammation. But while some studies have suggested that cold-water swimming may improve mood and well-being, much more research is needed, said Dr Amy Comander, director of the lifestyle medicine program, Massachusetts General Hospital, US.

Focus on finding movements you enjoy and building a regular habit, rather than pursuing the latest miracle workout

PICS: NYT, GETTY IMAGES

Targeted 'spot reduction'

Whether it's a side plank for a flat stomach or Pilates for toned arms, social media is brimming with videos that claim there is one move or workout that will help you lose weight in one area of your body. You should be wary of anyone promoting 'spot reduction', or the idea that certain exercises will lead to targeted weight loss, said Rae Reichlin, founder of a strength training gym in Chicago, US. While you can strengthen different muscle groups by working different parts of your body, you cannot target where you lose weight. Instead, practice a full-body strength training routine twice a week.

'What I eat in a day' videos

Many fitness influencers share detailed videos of their meals with calorie counts and protein breakdowns. While these posts might seem like harmless entertainment, they promote diets that don't fit everyone's needs. "All of us have different heights, different weights, different body compositions," said Comander.

If you are looking for guidance on what to eat to support your fitness goals, consult a nutritionist.

Fitness tracker data

If you use a fitness tracker, it can be tempting to obsess over the data it gives you. But while some stats can be helpful, it's far too easy to go overboard, said Kathryn Larson, a cardiologist at the Mayo Clinic, US. She said that some of her patients are so fixated on their devices that "at the end of the day, they've kind of lost focus on why the exercise is important in the first place".

– The New York Times

Business Standard (Hindi) • 03 Feb • Ministry of Ayush

Naye labharthiyo ke liye paryapat rahega PM-Jai Aavantan!

4 • PG | 386 • Sqcm | 40504 • AVE | 15.51K • Cir | Middle Left

Chandigarh

स्वास्थ्य क्षेत्र को मिलेगा दम

नए लाभार्थियों के लिए पर्याप्त रहेगा पीएम-जय आवंटन!

संकेत कौल
नई दिल्ली, 2 फरवरी

सार्वजनिक स्वास्थ्य क्षेत्र के विशेषज्ञों ने आम बजट 2025-26 में आयुष्मान भारत-प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना (पीएमजय) के लिए आवंटन आवंटन में वृद्धि का स्वागत किया है और साथ ही इस बात पर चिंता जताई है कि क्या यह धनराशि इस योजना के तहत बढ़ रहे लाभार्थियों की संख्या को दायरे में लेने के लिए पर्याप्त होगी।

वित्त वर्ष 2025-26 के बजट अनुमान में पीएमजय के लिए 9,406 करोड़ रुपये की राशि का आवंटन किया गया है, जो वित्त वर्ष 25 के बजट अनुमान में आंवटित 7,300 करोड़ रुपये की राशि की तुलना में 28.8 प्रतिशत अधिक है। अलबत्ता यह वृद्धि इस योजना में और ज्यादा समूहों और राज्यों को शामिल करने के अनुरूप की गई है।

शनिवार को अपने बजट भाषण में वित्त मंत्री सीतारमण ने आने वाले वर्षों में पीएमजय योजना में लगभग एक करोड़ गिग श्रमिकों को शामिल करने की भी ऐलान किया है।

आयुष्मान भारत के पूर्व मुख्य कार्य अधिकारी इंदु भूषण ने इस पर टिप्पणी करते हुए कहा कि हालांकि मंशा अच्छी है, लेकिन गिग श्रमिकों को परिभाषित करने के लिहाज से कार्यान्वयन संबंधी चुनौतियां रहेंगी क्योंकि उनके पास तैयार डेटाबेस नहीं है। उन्होंने कहा कि आज कोई व्यक्ति गिग श्रमिक हो सकता है और कल उसे नियमित नौकरी मिल सकती है। प्रबंधन इसकी पुष्टि कैसे करेगा और किस प्रक्रिया का पालन किया जाएगा, इस संबंध में सवाल बने हुए हैं। देखना होगा कि कार्यान्वयन संबंधी इन चुनौतियों का समाधान कैसे किया जाएगा।

इस बात की भी चिंता बनी हुई है कि यह रकम नए लाभार्थियों के लिए पर्याप्त है या नहीं।

अकेले साल 2024 में ही 37 लाख आशा और आंगनवाड़ी कर्मचारियों और उनके परिवारों को मुफ्त स्वास्थ्य सेवा लाभ के लिए इस योजना का विस्तार किया गया था और साल के अंत में सरकार ने 70 वर्ष और उससे अधिक आयु के लगभग 6 करोड़ वरिष्ठ नागरिकों को शामिल करने का ऐलान किया।

इस योजना के तहत तकरीबन 67.8 लाख और परिवारों को इस योजना में शामिल करते हुए इस साल ओडिशा पीएमजय योजना में शामिल होने वाला 34वां राज्य या संघ शासित प्रदेश बन गया।

Business Standard (Hindi) • 03 Feb • Ministry of Ayush

Health Sector will strong

4 • PG	386 • Sqcm	86795 • AVE	26.42K • Cir	Middle Left

Delhi

स्वास्थ्य क्षेत्र को मिलेगा दम

नए लाभार्थियों के लिए पर्याप्त रहेगा पीएम-जय आवंटन!

संकेत कौल
नई दिल्ली, 2 फरवरी

सार्वजनिक स्वास्थ्य क्षेत्र के विशेषज्ञों ने आम बजट 2025-26 में आयुष्मान भारत-प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना (पीएमजय) के लिए आवंटन आवंटन में वृद्धि का स्वागत किया है और साथ ही इस बात पर चिंता जताई है कि क्या यह धनराशि इस योजना के तहत बढ़ रहे लाभार्थियों की संख्या को दायरे में लेने के लिए पर्याप्त होगी।

वित्त वर्ष 2025-26 के बजट अनुमान में पीएमजय के लिए 9,406 करोड़ रुपये की राशि का आवंटन किया गया है, जो वित्त वर्ष 25 के बजट अनुमान में आंवटित 7,300 करोड़ रुपये की राशि की तुलना में 28.8 प्रतिशत अधिक है। अलबत्ता यह वृद्धि इस योजना में और ज्यादा समूहों और राज्यों को शामिल करने के अनुरूप की गई है।

शनिवार को अपने बजट भाषण में वित्त मंत्री सीतारमण ने आने वाले वर्षों में पीएमजय योजना में लगभग एक करोड़ गिग श्रमिकों को शामिल करने की भी ऐलान किया है।

आयुष्मान भारत के पूर्व मुख्य कार्य अधिकारी इंदु भूषण ने इस पर टिप्पणी करते हुए कहा कि हालांकि मंशा अच्छी है, लेकिन गिग श्रमिकों को परिभाषित करने के लिहाज से कार्यान्वयन संबंधी चुनौतियां रहेंगी क्योंकि उनके पास तैयार डेटाबेस नहीं है। उन्होंने कहा कि आज कोई व्यक्ति गिग श्रमिक हो सकता है और कल उसे नियमित नौकरी मिल सकती है। प्रबंधन इसकी पुष्टि कैसे करेगा और किस प्रक्रिया का पालन किया जाएगा, इस संबंध में सवाल बने हुए हैं। देखना होगा कि कार्यान्वयन संबंधी इन चुनौतियों का समाधान कैसे किया जाएगा।

इस बात की भी चिंता बनी हुई है कि यह रकम नए लाभार्थियों के लिए पर्याप्त है या नहीं।

अकेले साल 2024 में ही 37 लाख आशा और आंगनवाड़ी कर्मचारियों और उनके परिवारों को मुफ्त स्वास्थ्य सेवा लाभ के लिए इस योजना का विस्तार किया गया था और साल के अंत में सरकार ने 70 वर्ष और उससे अधिक आयु के लगभग 6 करोड़ वरिष्ठ नागरिकों को शामिल करने का ऐलान किया।

इस योजना के तहत तकरीबन 67.8 लाख और परिवारों को इस योजना में शामिल करते हुए इस साल ओडिशा पीएमजय योजना में शामिल होने वाला 34वां राज्य या संघ शासित प्रदेश बन गया।

Mid Day • 03 Feb • Ministry of Ayush

Marathon-running is ex-British PM Sunak's fitness mantra

23 • PG	359 • Sqcm	816730 • AVE	1.5M • Cir	Bottom Center

Mumbai

Marathon-running is ex-British PM Sunak's fitness mantra

Former British PM Rishi Sunak is presented a Parsee Gymkhana cricket shirt and cap by the Gymkhana's vice-president and cricket secretary, Khodadad Yazdegardi. On the extreme left and extreme right are Jt Secretary Eric Billimoria and former commentator Fredun De Vitre

SUBODH MAYURE
subodh.mayure@mid-day.com

FORMER British Prime Minister Rishi Sunak enjoyed his Sunday in Mumbai, where he visited the Parsee Gymkhana among other cricket grounds in the morning. He spent around 45 minutes playing tennis-ball cricket and interacting with the boys at the Marine Drive ground. In the evening, he was at the Wankhede Stadium to witness the fifth T20I between India and England.

Though Sunak was not in sports attire, he looked perfect and passionate while batting, remarked Parsee Gymkhana Vice-President and Cricket Secretary, Khodadad Yazdegardi. "He [Sunak] is very passionate about cricket. It is very clear that he had played cricket in his younger days. He was playing properly on the front foot and was equally good on the back foot while countering short-pitched balls. All the shots he played were cricketing shots," Yazdegardi told mid-day.

Yazdegardi, a former Mumbai Cricket Association Apex Council member, also revealed that the British politician's fitness mantra is running. "When I asked him about his fitness mantra and success, because he looks so fit, Sunak said: 'I run marathons.' He was very humble. While interacting with the boys and Gymkhana officials, Sunak mostly talked about the history of the game. He asked about our 1886 Trophy which our Gymkhana team has been playing against the British team since 2016. He also spoke on the Parsee history of the game," Yazdegardi added.

Before leaving the Gymkhana ground, Sunak said: "Great to be with all of you at the Parsee Gymkhana club at its anniversary celebrations. What an extraordinary achievement. So much history and so much exciting stuff to come. I managed not to get out too many times." The Gymkhana is celebrating its 140th year this month.

The New Indian Express • 03 Feb • Ministry of Ayush

PARIVRTTA SUKHASANA

2 • PG	696 • Sqcm	918439 • AVE	246.4K • Cir	Top Right

Chennai

FITBIT

PARIVRTTA SUKHASANA
(REVOLVED EASY POSE)

This is a gentle twisting variation of Sukhasana, a grounding practice that opens the back and chest with support from the psoas muscles. The strengthening of the spine, combined with the grounding action of the sit bones, ensures energy flow from the base of the spine to the crown.

STEPS

- Sit comfortably on a cushion or the floor in a cross-legged position (Sukhasana), rolling the shoulders back, opening the chest, and resting your palms on your knees.
- Relax your facial muscles and take a few deep breaths, allowing the body to settle. Maintain a straight back, aligning the head over the heart and the heart over the pelvis.
- Inhale and begin twisting to the right. Engage your core, place your left palm on your right knee, and swing your right arm back, resting your fingertips or palm on the floor behind you with fingers pointing outward.
- Exhale, twisting your torso and neck further to the right to look back. With each exhale, lengthen your spine and deepen the twist, feeling a 'squeeze and soak' action in your lower abdomen.
- Hold the twist for five deep breaths, imagining your spine as the axis of the movement.
- To release, inhale and bring your head back to the center. Exhale and return your upper body to the starting position.
- Repeat on the left side, following the same steps.
- Finally, relax in Sukhasana Variation Arms Knees.

BENEFITS

- Stretches and strengthens the hips, knees, spine, shoulders, and chest.
- Enhances mobility in the spine, shoulders, and neck.
- Strengthens the shoulder blades, side abdominal muscles, and lower back.
- Prepares the body for Thread the Needle Pose Flow.
- Improves posture and spinal alignment.
- Reduces tightness in the neck and shoulders.
- Tones the spine and counteracts hunching.
- Supports deep breathing and enhances lung capacity.
- Beneficial for asthma and allergies.
- Activates the parasympathetic nervous system, promoting relaxation.
- Boosts energy and sends positive signals to the brain.
- Stimulates the Muladhara Chakra, aiding energy flow.
- Aids digestion and detoxification by massaging abdominal organs.
- Helps pregnant women relieve back pain or heaviness.
- Can be practised as a warm-up for pranayama or meditation.
- Those unable to sit on the floor can practise this pose while seated on a chair.

LIMITATIONS

- Avoid this practice if you have injuries to the hips, neck, shoulders, spine, lower back, knees, or pelvic floor muscles, or any abdominal injury. Those with severe conditions like high blood pressure, heart ailments, digestive issues, or neck spondylitis should also refrain. Individuals recovering from diastasis recti or experiencing tension, aches, or pain should proceed with caution. Seniors or those with weak knees or tight hips can modify the pose by practising it while seated on a chair.

By N Elumalai, PhD Scholar (Yoga Science) at Meenakshi Academy of Higher Education & Research, Chennai

The New Indian Express • 03 Feb • Ministry of Ayush

PARIVRTTA SUKHASANA (REVOLVED EASY POSE)

2 • PG	659 • Sqcm	560079 • AVE	177.8K • Cir	Top Right

Bengaluru

FITBIT

PARIVRTTA SUKHASANA

(REVOLVED EASY POSE)

This is a gentle twisting variation of Sukhasana, a grounding practice that opens the back and chest with support from the psoas muscles. The strengthening of the spine, combined with the grounding action of the sit bones, ensures energy flow from the base of the spine to the crown.

STEPS

- Sit comfortably on a cushion or the floor in a cross-legged position (Sukhasana), rolling the shoulders back, opening the chest, and resting your palms on your knees.
- Relax your facial muscles and take a few deep breaths, allowing the body to settle. Maintain a straight back, aligning the head over the heart and the heart over the pelvis.
- Inhale and begin twisting to the right. Engage your core, place your left palm on your right knee, and swing your right arm back, resting your fingertips or palm on the floor behind you with fingers pointing outward.
- Exhale, twisting your torso and neck further to the right to look back. With each exhale, lengthen your spine and deepen the twist, feeling a 'squeeze and soak' action in your lower abdomen.
- Hold the twist for five deep breaths, imagining your spine as the axis of the movement.
- To release, inhale and bring your head back to the center. Exhale and return your upper body to the starting position.
- Repeat on the left side, following the same steps.
- Finally, relax in Sukhasana Variation Arms Knees.

BENEFITS

- Stretches and strengthens the hips, knees, spine, shoulders, and chest.
- Enhances mobility in the spine, shoulders, and neck.
- Strengthens the shoulder blades, side abdominal muscles, and lower back.
- Prepares the body for Thread the Needle Pose Flow.
- Improves posture and spinal alignment.
- Reduces tightness in the neck and shoulders.
- Tones the spine and counteracts hunching.
- Supports deep breathing and enhances lung capacity.
- Beneficial for asthma and allergies.
- Activates the parasympathetic nervous system, promoting relaxation.
- Boosts energy and sends positive signals to the brain.
- Stimulates the Muladhara Chakra, aiding energy flow.
- Aids digestion and detoxification by massaging abdominal organs.
- Helps pregnant women relieve back pain or heaviness.
- Can be practised as a warm-up for pranayama or meditation.
- Those unable to sit on the floor can practise this pose while seated on a chair.

LIMITATIONS

- Avoid this practice if you have injuries to the hips, neck, shoulders, spine, lower back, knees, pelvic floor muscles, or any abdominal injury. Those with severe conditions like high blood pressure, heart ailments, digestive issues, or neck spondylitis should also refrain. Individuals recovering from diastasis recti or experiencing tension, aches, or pain should proceed with caution. Seniors or those with weak knees or tight hips can modify the pose by practising it while seated on a chair.

By N Elumalai, PhD Scholar (Yoga Science) at Meenakshi Academy of Higher Education & Research, Chennai

Free Press Journal • 03 Feb • Ministry of Ayush

Patanjali's 6-day 'Charakayatan' training programme concludes

12 • PG	195 • Sqcm	154721 • AVE	251.68K • Cir	Middle Center

Mumbai

Patanjali's 6-day 'Charakayatan' training programme concludes

FPJ News Service

HARIDWAR

A six-day residential training program "Charakayatan" for Ayurveda teachers, post-graduate and undergraduate scholars was organised under the Ministry of AYUSH, by the autonomous body National Ayurveda Vidyapeeth under the aegis of Patanjali Ayurveda College.

Speaking on the occasion, chief guest, Acharya Balkrishna, Vice Chancellor of Patanjali University, explained that the main objective of Charakayatan is to impart authentic clinical knowledge and practical relevance of the Charak Samhita to students and develop skills in teaching and learning the Charak Samhita. He addressed the students, saying, "We are fortunate to have the opportunity to connect with Ayurveda. Ayurveda is not just a means of livelihood or life sustenance, but a way to achieve well-being through ancient wisdom."

Acharya Balkrishna emphasized that Ayurveda should be reflected in one's behavior, conduct, nature, and life. He encouraged students to take pride in being called a Vaidya (Ayurvedic practitioner), stating that they should never hesitate to embrace this identity.

In the programme, renowned Ayurvedic physician Prof. S.K. Khandel stated that Patanjali is the world's leading institution in the field of Ayurveda and Yoga. He added that Patanjali has presented Ayurveda and Yoga with facts and evidence on both national and international platforms.

Throughout the programme, students and scholars had the opportunity to interact with several distinguished Ayurvedic experts, including Padma Shri and Padma Vibhushan awardee Vaidya Devendra Triguna, member of the Governing Council of the National Ayurveda Vidyapeeth Vaidya Rakesh Sharma, Vaidya Mohan Lal Jaiswal, Santosh Bhatted, Vice President of Patanjali Research Institute Dr. Anurag Varshney, Director of National Ayurveda Vidyapeeth Dr. Vandana Siroha and others.

Free Press Journal • 03 Feb • Ministry of Ayush

Plant-based skin care products

2 • PG	74 • Sqcm	58667 • AVE	251.68K • Cir	Top Right	FP School

Mumbai

PLANT-BASED SKIN CARE PRODUCTS

The National Institute of Ayurveda (NIA), a Deemed to be University under the Ministry of Ayush, has launched a line of plant-based cosmetic products aimed at providing safe, chemical-free alternatives for skincare. The range includes foot care cream, Aloe Vera gel, lip balm and a variety of herbal soaps, among others, using plant-based extracts to offer effective skincare solutions. "Ayurveda has always advocated harmony between nature and human health. Our mission is to bring this wisdom into everyday skincare, ensuring that people have access to safe, effective, and sustainable products," Sanjeev Sharma, vice-chancellor of NIA, said.

Free Press Journal • 03 Feb • Ministry of Ayush

DPU's convocation honours Nader & Sardeshmukh

7 • PG	264 • Sqcm	210261 • AVE	251.68K • Cir	Bottom Left

Mumbai

recognising achievements

DPU's convocation honours Nader & Sardeshmukh

Staff Reporter
PUNE

Dr DY Patil Vidyapeeth (DPU) held its convocation ceremony on Feb 1, coinciding with the inauguration of the two-day 8th International Ayurveda Congress 2025. The event attracted a global assembly of Ayurveda experts, researchers, practitioners and students. It served as a vibrant platform for exchanging cutting-edge knowledge, featuring insightful lectures, groundbreaking research presentations and collaborative brainstorming sessions on a wide spectrum of Ayurvedic disciplines.

The convocation ceremony was graced by DPU's Chancellor PD Patil, who served as the chief guest. He was joined by dignitaries, including Tony Nader, the head of the Global Transcendental Meditation Organisation and president of Maharishi International University, Iowa, USA, and Sadanand Sardeshmukh, chairman of the Bharatiya Sanskriti Darshan Trust, Pune, among others.

During the ceremony, the Doctor of Science (Honoris Causa) degree was conferred upon Nader and Sardeshmukh. These two, recognised for their extraordinary contributions and profound impact, were celebrated for their dedication to advancing their respective fields and enriching humanity.

"This is a momentous day for the Vidyapeeth as we have the distinct honour of recognising these illustrious individuals and their remarkable achievements," said the chancellor.

Upon receiving his Honoris Causa, Nader articulated his vision, stating, "Vedic literature offers a scientific pathway to understanding life. Consciousness, the very essence of existence, is primary. The expansion of this consciousness is the fundamental purpose of our human journey. These profound truths, enshrined in the ancient Vedic texts, connect the pursuit of happiness with this expansion of consciousness, revealing it as the underlying impetus of our lives. Furthermore, the Vedas offer remarkable correlations with human physiology, anatomy, cell biology and DNA, demonstrating that their wisdom transcends philosophical concepts and extends into the realm of tangible scientific reality."

Sardeshmukh, reflecting on his pioneering work in Ayurveda, a legacy inherited from his father, shared, "My focus lies in improving the lives of cancer patients and addressing the challenges of fractures and delayed bone healing. Our treatment protocols are rooted in fundamental changes to dietary habits and lifestyle, recognising these as the cornerstones of the healing process. I am deeply gratified by the international recognition our work has received, validating the efficacy of our approach."

The Tribune • 03 Feb • Ministry of Ayush

AYUSH Mission gets marginal hike in Budget

9 • PG	131 • Sqcm	394886 • AVE	92.25K • Cir	Top Right

Delhi • Chandigarh

AYUSH Mission gets marginal hike in Budget

TRIBUNE NEWS SERVICE

NEW DELHI, FEBRUARY 2

The Centre's National AYUSH Mission (NAM), which aims to provide comprehensive primary healthcare at the grassroots level, has received only a modest budgetary increase in the Union Budget for 2025-26. The allocation for the NAM has been hiked by just 6.25%, rising to Rs 1,275 crore from Rs 1,200 crore in the previous budget.

Under NAM, the government supports states and Union Territories in establishing integrated AYUSH hospitals with 10 to 50 beds, as well as new AYUSH dispensaries in areas lacking such facilities. The scheme also covers the contractual deployment of AYUSH doctors in these integrated hospitals.

The overall allocation for the Ministry of AYUSH has seen a small hike of 7 per cent, totaling to Rs 3,992.90 crores for 2025-26, up from Rs 3,712 crore in the previous budget.

The significance of NAM can be understood by the fact that the "issue of declining registered AYUSH practitioners" was raised by Opposition MPs in Parliament in 2024.

In response, the government said the number of non-institutional qualified (NIQ) registered practitioners, who got registered on the basis of five or 10 years' of experience, dropped from 2.12 lakh in 2018 to 1.15 lakh in 2022.

The Morning Standard • 03 Feb • Ministry of Ayush

Fit Bit

2 • PG	605 • Sqcm	290633 • AVE	300K • Cir	Middle Right

Delhi

FITBIT

PARIVRTTA SUKHASANA

(REVOLVED EASY POSE)

This is a gentle twisting variation of Sukhasana, a grounding practice that opens the back and chest with support from the psoas muscles. The strengthening of the spine, combined with the grounding action of the sit bones, ensures energy flow from the base of the spine to the crown.

STEPS

- Sit comfortably on a cushion or the floor in a cross-legged position, rolling the shoulders back, opening the chest, and resting your palms on your knees.
- Relax your facial muscles and take a few deep breaths, allowing the body to settle. Maintain a straight back, aligning the head over the heart and the heart over the pelvis.
- Inhale and begin twisting to the right. Engage your core, place your left palm on your right knee, and swing your right arm back, resting your fingertips or palms on the floor behind you with fingers pointing outward.
- Exhale, twisting your torso and neck to the right to look back. With each exhale, lengthen your spine and deepen the twist, feeling a 'squeeze and soak' action in your lower abdomen.
- Hold the twist for five deep breaths, imagining your spine as the axis of the movement.
- To release, inhale and bring your head back to the centre. Exhale and return your upper body to the starting position.
- Repeat on the left side, following the same steps.
- Finally, relax in Sukhasana Variation Arms Knees.

BENEFITS

- Stretches and strengthens the hips, knees, spine, shoulders, and chest.
- Enhances mobility in the spine, shoulders, and neck.
- Strengthens the shoulder blades, side abdominal muscles, and lower back.
- Prepares the body for Thread the Needle Pose Flow.
- Improves posture and spinal alignment.
- Reduces tightness in the neck and shoulders.
- Tones the spine and counteracts hunching.
- Supports deep breathing and enhances lung capacity.
- Beneficial for asthma and allergies.
- Activates the parasympathetic nervous system, promoting relaxation.
- Boosts energy and sends positive signals to the brain.
- Stimulates the Muladhara Chakra, aiding energy flow.
- Aids digestion and detoxification by massaging abdominal organs.
- Helps pregnant women relieve back pain or heaviness.
- Can be practised as a warm-up for pranayama or meditation.

LIMITATIONS

- Avoid this practice if you are suffering from injuries to the hips, neck, shoulders, spine, lower back, knees, abdomen, or pelvic floor muscles. Those with severe conditions like high blood pressure, heart ailments, digestive issues, or neck spondylitis should also refrain. Individuals recovering from diastasis recti or experiencing tension, aches, or pain should proceed with caution. Seniors or those with weak knees or tight hips can modify the pose by practising it while seated on a chair.

By N Elumalai, PhD Scholar (Yoga Science) at Meenakshi Academy of Higher Education & Research, Chennai

Millenniumpost • 03 Feb • Ministry of Ayush

Discover untold treasures of Rajasthan's hidden heartland

12 • PG	222 • Sqcm	400164 • AVE	750K • Cir	Middle Right

Delhi

VEDAARANYA HERITAGE & HEALING FESTIVAL 2025

Discover untold treasures of Rajasthan's hidden heartland

OUR CORRESPONDENT

The Vedaaranya Heritage and Healing Festival (VHAH Fest 2025) opens its doors to cultural and wellness enthusiasts to experience a transformative journey through the untapped beauty of Rajasthan from February 13-17, 2025. For the first time, this festival unveils the lesser-known landscapes of Ramgarh Shekhawati, a region often overshadowed by Rajasthan's popular destinations. Nestled in this setting, VHAH Fest 2025 celebrates the artistic legacies of Raja Ravi Varma, Dhurandha and Guru Dutt, combining heritage, artistic expression and rejuvenating wellness activities.

VHAH Festival showcases the exquisite 'mohar haveli' mansions with intricate frescoes and vibrant colors. Visitors will immerse themselves in the rich region's history through a heritage walk, exploring 'havelis', temples and 'chhatris', while enjoying camel cart rides and 'tuk-tuk' tours. Additionally, the festival offers a series of workshops, including heritage restoration, turban-tying, traditional applique with Barmer artisans in collaboration with 'Banglanatak.com' and weaving sessions with craft persons from Shekhawati and Barmer, providing a deeper connection to Rajasthan's cultural heritage.

Nestled in this setting, it celebrates the artistic legacies of Raja Ravi Varma, Dhurandha and Guru Dutt

The festival also features classical and folk-dance performances, interactive discussions and workshops on Ayurvedic health treatments, ancient chants and wellness practices.

In homage to Guru Dutt, the centennial celebration will include the 'Guru Dutt Moonlight Mehfil' on February 14; a magical dinner concert led by Anuraag Poddar, along with insights from Nasreen Munni Kabir and Shruti Nada Poddar on February 15 and 16.

As she looks forward to welcoming guests to Ramgarh Shekhawati, Shruti Nada Poddar, Founder and Managing Trustee of Shruti Foundation, said, "At VHAH Fest 2025, we believe in a holistic approach to well-being."

Orissa Post • 03 Feb • Ministry of Ayush

6-day training programme 'Charakayatan' concludes

8 • PG	147 • Sqcm	43984 • AVE	171.26K • Cir	Middle Center

Bhubaneshwar

6-day training programme 'Charakayatan' concludes

POST NEWS NETWORK

Haridwar, Feb 2: A 6-day residential training programme 'Charakayatan' was organised for Ayurveda teachers and postgraduate and graduate scholars of Ayurveda by Rashtriya Ayurveda Vidyapeeth, an autonomous organisation under the Ministry of AYUSH, under the aegis of Patanjali Ayurveda College.

On the closing occasion of the programme, Patanjali University Vice Chancellor Acharya Balkrishna, as the chief guest, said that the main objective of 'Charakayatan' is to provide authentic clinical knowledge of Charaka Samhita and its relevance to practice among the students and to develop the skill of learning and teaching Charaka Samhita. Addressing the students, he said, "We are fortunate that we got the opportunity to connect with Ayurveda... Ayurveda should be visible in your behaviour, conduct, nature and life."

Allopathy is dependent on synthetic medicines and chemicals, while Ayurveda is not dependent on these substances, Balkrishna said, adding "You can give life by crushing herbs, using bark, stem, leaves and making decoction. But first of all you have to believe in yourself and your Ayurveda."

Renowned Ayurveda physician Vaidya (Prof.) SK Khandel said that Patanjali is the world's leading institute in the field of Ayurveda. Patanjali has presented Ayurveda and Yoga on the national and international stage with facts and evidence, Khandel added.

Orissa Post • 03 Feb • Ministry of Ayush

Nat'l institute of Ayurveda launches plant-based alternatives for skincare

7 • PG	55 • Sqcm	16373 • AVE	171.26K • Cir	Middle Center

Bhubaneshwar

Nat'l institute of Ayurveda launches plant-based alternatives for skincare

JAIPUR: The National Institute of Ayurveda (NIA), a Deemed to be University under the Ministry of Ayush, has launched a line of plant-based cosmetic products aimed at providing safe, chemical-free alternatives for skincare. The range includes foot care cream, Aloe Vera gel, lip balm and a variety of herbal soaps, among others, using plant-based extracts to offer effective skincare solutions. "Ayurveda has always advocated harmony between nature and human health. Our mission is to bring this wisdom into everyday skincare, ensuring that people have access to safe, effective, and sustainable products," Sanjeev Sharma, vice-chancellor of NIA, said.The NIA is actively working on technology transfer mechanisms to introduce these products to the wider market, fostering a collaboration between the academia and the industry, he added.

Dainik Tribune • 03 Feb • Ministry of Ayush

240 free chekcup in Health checkup camp

3 • PG | 225 • Sqcm | 128399 • AVE | 39.91K • Cir | Middle Left

Delhi

चिकित्सा शिविर में 240 की फ्री जांच

कैथल, 2 फरवरी (हप्र)

बसंत पंचमी के अवसर आयुष विभाग ने डॉ. भीम राव अंबेडकर लाईब्रेरी, क्योड़क बस्तीं निशुल्क चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। यह शिविर राष्ट्रीय आयुष मिशन के तहत लगाया गया है। इस अवसर पर प्रदर्शनी भी लगाई गई। शिविर में 240 लोगों के स्वास्थ्य की जांच की गई।

डीएओ डॉ. शकुन्तला दहिया ने बताया कि इस शिविर में विभिन्न रोगों का आयुष विभाग के वरिष्ठ एवं अनुभवी चिकित्सकों तथा योग विशेषज्ञ, पंचकर्म विशेषज्ञ द्वारा निःशुल्क इलाज किया गया। इस शिविर में अनुभवी विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न स्वास्थ्य सम्बन्धी विषयों पर व्याख्यान भी दिए। उन्होंने कहा कि बसन्त ऋतु का पीला रंग हमारे मस्तिष्क को यकृत एवं उर्जा प्रदान करता है। ऋतु अनुसार पीले रंग के फलों में केला, आम, अमरूद, पपीता, बेर, श्री खंड जैसे फलों का सेवन लाभदायक होता हैं। आयुर्वेदिक चिकित्सा अधिकारी डा. राजेन्द्र कुमार ने मौसम अनुसार होने वाली बीमारियों व उनकी रोकथाम के बारे में बताया। आयुर्वेदिक चिकित्सा अधिकारी डा रमेश कुमार ने औषधीय पौधों के प्रयोग के बारे में बताया। इसी प्रकार डा. अंजलि श्योकन्द द्वारा बसन्त ऋतु में स्वास्थ्यवर्धन उपायों के बारे में तथा घरेलू रसोई में उपलब्ध मसालों के औषधीय गुणों के बारे में बताया गया। कुसुम लता, सुशील कुमार, विनोद कुमार, कमला रानी, स्नेहा आयुर्वेदिक फार्मासिस्टों द्वारा निशुल्क औषधिया वितरित की गई। हौम्योपैथिक चिकित्सक डा. ममता मैहला, डा. सुशील जागलान द्वारा हौम्योपैथी पद्धति के माध्यम से रोगियों का निरीक्षण किया गया। इसके अलावा पाला राम, विनोद कुमार द्वारा कैम्प में पूर्ण सहयोग किया गया।

कैथल में रविवार को लगे शिविर में मरीजों को दवाइयां देते डॉक्टर। -हप्र

Dainik Tribune • 03 Feb • Ministry of Ayush

Ayush Deppartment open health camp

5 • PG	84 • Sqcm	47990 • AVE	39.91K • Cir	Bottom Right

Delhi

आयुष विभाग ने लगाया फ्री चिकित्सा शिविर

नरवाना, 2 फरवरी (निस)

बसंत पंचमी के अवसर पर आयुष विभाग ने आयुष्मान आरोग्य मंदिर कालवन में निशुल्क चिकित्सा शिविर लगाया गया। इस अवसर पर 200 से अधिक मरीजों की जांच की गई और उन्हें दवाईयां दी गईं । शिविर का उद्घाटन गांव की सरपंच कविता देवी ने किया। जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डॉ अमित रोहिल्ला ने की गांव के सरपंच एवं शिविर में आए अन्य लोगों का धन्यवाद किया और बसंत पंचमी की शुभकामनाएं दी।

डॉ महेंद्र सिंह एवं आयुर्वेदिक फार्मासिस्ट जय पाल ने बसंत पंचमी के महत्व को आयुर्वेद मतानुसार विस्तार से बताया। इस अवसर पर आयुष चिकित्सक डॉ. अमित ठाकुर, डॉ. महेंद्र सिंह, डॉ. भारत कौशिक, डॉ. सुमन, डॉ. गीता एवं डॉ संदीप ने रोगियों के स्वास्थ्य की जांच की और दवाइयां बांटी।

Dainik Tribune • 03 Feb • Ministry of Ayush

Ayush vibhag ne lagaya free health shivir

5 • PG	84 • Sqcm	47990 • AVE	58.7K • Cir	Bottom Right

Chandigarh

आयुष विभाग ने लगाया फ्री चिकित्सा शिविर

नरवाना, 2 फरवरी (निस)

बसंत पंचमी के अवसर पर आयुष विभाग ने आयुष्मान आरोग्य मंदिर कालवन में निशुल्क चिकित्सा शिविर लगाया गया। इस अवसर पर 200 से अधिक मरीजों की जांच की गई और उन्हें दवाईयां दी गईं । शिविर का उद्घाटन गांव की सरपंच कविता देवी ने किया। जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डॉ अमित रोहिल्ला ने की गांव के सरपंच एवं शिविर में आए अन्य लोगों का धन्यवाद किया और बसंत पंचमी की शुभकामनाएं दी।

डॉ महेंद्र सिंह एवं आयुर्वेदिक फार्मासिस्ट जय पाल ने बसंत पंचमी के महत्व को आयुर्वेद मतानुसार विस्तार से बताया। इस अवसर पर आयुष चिकित्सक डॉ. अमित ठाकुर, डॉ. महेंद्र सिंह, डॉ. भारत कौशिक, डॉ. सुमन, डॉ. गीता एवं डॉ संदीप ने रोगियों के स्वास्थ्य की जांच की और दवाइयां बांटी।

Dainik Tribune • 03 Feb • Ministry of Ayush

Health shivir mein 240 ki free janch

3 • PG	225 • Sqcm	128399 • AVE	58.7K • Cir	Middle Left

Chandigarh

चिकित्सा शिविर में 240 की फ्री जांच

कैथल, 2 फरवरी (हप्र)

बसंत पंचमी के अवसर आयुष विभाग ने डॉ. भीम राव अंबेडकर लाईब्रेरी, क्योड़क बस्ती निशुल्क चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। यह शिविर राष्ट्रीय आयुष मिशन के तहत लगाया गया है। इस अवसर पर प्रदर्शनी भी लगाई गई। शिविर में 240 लोगों के स्वास्थ्य की जांच की गई।

डीएओ डॉ. शकुन्तला दहिया ने बताया कि इस शिविर में विभिन्न रोगों का आयुष विभाग के वरिष्ठ एवं अनुभवी चिकित्सकों तथा योग विशेषज्ञ, पंचकर्म विशेषज्ञ द्वारा निःशुल्क इलाज किया गया। इस शिविर में अनुभवी विशेषज्ञों द्वारा विभिन्न स्वास्थ्य सम्बन्धी विषयों पर व्याख्यान भी दिए। उन्होंने कहा कि बसन्त ऋतु का पीला रंग हमारे मस्तिष्क को यकृत एवं उर्जा प्रदान करता है। ऋतु अनुसार पीले रंग के फलों में केला, आम, अमरूद, पपीता, बेर, श्री खंड जैसे फलों का सेवन लाभदायक होता हैं। आयुर्वेदिक चिकित्सा अधिकारी डा. राजेन्द्र कुमार ने मौसम अनुसार होने वाली बीमारियों व उनकी रोकथाम के बारे में बताया। आयुर्वेदिक चिकित्सा अधिकारी डा रमेश कुमार ने औषधीय पौधों के प्रयोग के बारे में बताया। इसी प्रकार डा. अंजलि श्योकन्द द्वारा बसन्त ऋतु में स्वास्थ्यवर्धन उपायों के बारे में तथा घरेलू रसोई में उपलब्ध मसालों के औषधीय गुणों के बारे में बताया गया। कुसुम लता, सुशील कुमार, विनोद कुमार, कमला रानी, स्नेहा आयुर्वेदिक फार्मासिस्टों द्वारा निशुल्क औषधिया वितरित की गई। हौम्योपैथिक चिकित्सक डा. ममता मैहला, डा. सुशील जागलान द्वारा हौम्योपैथी पद्धति के माध्यम से रोगियों का निरीक्षण किया गया। इसके अलावा पाला राम, विनोद कुमार द्वारा कैम्प में पूर्ण सहयोग किया गया।

कैथल में रविवार को लगे शिविर में मरीजों को दवाइयां देते डॉक्टर। -हप्र

Dainik Savera • 03 Feb • Ministry of Ayush

Ayurved vartman samay ki aavshayakata Chandarkant kataria

6 • PG	221 • Sqcm	53048 • AVE	40.03K • Cir	Bottom Left

Chandigarh

आयुर्वेद वर्तमान समय की आवश्यकता : चंद्रकांत कटारिया

एस डी एम चंद्रकांत कटारिया चिकित्सा कैंप का अवलोकन करते हुए।

सवेरा न्यूज/ संतोष पंचकूला : एस डी एम चंद्रकांत कटारिया ने कहा कि आयुर्वेद वर्तमान समय की आवश्यकता और इसकी बढ़ती लोकप्रियता स्वास्थ्य सेवा के लिए बहुत ही कारगर है। एसडीएम चंद्रकांत कटारिया आयुष विभाग हरियाणा के महानिदेशक संजीव वर्मा निदेर्शानुसार बसंत पंचमी के उपलक्ष्य पर निःशुल्क चिकित्सा कैम्प के उद्घाटन अवसर पर नागरिकों को संबोधित कर रहे थे। जिला आयुर्वेदिक अधिकारी डॉ. दिलीप कुमार मिश्रा की अध्यक्षता में श्री सिद्धिविनायक मंदिर, सैक्टर 26, लगाए गए शिविर में आयुर्वेद चिकित्सा, होम्योपैथिक चिकित्सा, पंचकर्म चिकित्सा एवं योग के बारे में अवगत करवाया गया। चंद्रकान्त कटारिया ने दीप प्रज्वलित कर किया। उन्होंने आयुर्वेद की बढ़ती लोकप्रियता पर विस्तार से प्रकाश डाला।

Navbharat • 03 Feb • Ministry of Ayush

Ayurveda is seen in nature and life

9 • PG	181 • Sqcm	88580 • AVE	85K • Cir	Middle Left

Pune

प्रशिक्षण कार्यक्रम 'चरकायतन' क समापन पर आचार्य बालकृष्ण ने कहा-

स्वभाव व जीवन में आयुर्वेद दिखे

■ **हरिद्वार, नवभारत कनेक्ट.** आयुष मंत्रालय के अन्तर्गत स्वायत्त संगठन राष्ट्रीय आयुर्वेद विद्यापीठ द्वारा आयुर्वेद शिक्षकों तथा आयुर्वेद के स्नातकोत्तर व स्नातक विद्वानों हेतु 6 दिवसीय आवासीय प्रशिक्षण कार्यक्रम 'चरकायतन' का आयोजन पतंजलि आयुर्वेद कॉलेज के तत्वाधान में किया गया. कार्यक्रम के समापन अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में पतंजलि विश्वविद्यालय के कुलपति आचार्य बालकृष्ण ने कहा कि 'चरकायतन' का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में चरक संहिता का प्रामाणिक नैदानिक ज्ञान तथा अभ्यास की प्रासंगिकता प्रदान करना व चरक संहिता को सीखने व पढ़ाने का कौशल विकसित करना है. उन्होंने विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए कहा कि हमारा सौभाग्य है कि हमें आयुर्वेद से जुड़ने का अवसर मिला. आयुर्वेद केवल आजीविका या जीवन निर्वहन का साधन नहीं है अपितु ऋषि ऋण से उऋण होने का उपाय है.

स्वयं को वैद्य कहलाने में संकोच न करें : आचार्य जी ने कहा कि आपके व्यवहार में, आचरण में, स्वभाव में व जीवन में आयुर्वेद दिखना चाहिए. स्वयं को वैद्य कहलाने में संकोच नहीं होना चाहिए अपितु गौरव अनुभव होना चाहिए. वैद्यकीय क्षमता व आयुर्वेद क्षमता बहुत व्यापक है.

एलोपैथ सिंथेटिक दवाओं व कैमिकल्स पर आश्रित है, इसमें बहुत से साधनों की आवश्यकता रहती है. आयुर्वेद पराश्रित नहीं है. जड़ी-बूटियाँ घोटकर, छाल, तना, पत्तियों का प्रयोग कर, काढ़ा बनाकर आप जीवन दे सकते हैं.

लेकिन सर्वप्रथम स्वयं पर, अपने आयुर्वेद पर विश्वास तो करना होगा. कार्यक्रम में विख्यात आयुर्वेद चिकित्सक वैद्य (प्रो.) एस.के. खण्डेल पद्मश्री वैद्य देवेंद्र त्रिगुणा, गवर्निंग काउंसिल के सदस्य वैद्य राकेश शर्मा, वैद्य मोहन लाल जायसवाल, संतोष भट्टेड़ जी, पतंजलि अनुसंधान संस्थान के उपाध्यक्ष डॉ. अनुराग वार्ष्णेय, राष्ट्रीय आयुर्वेद विद्यापीठ की निर्देशिका डॉ. वंदना सिरोहा, आयुर्वेद शिक्षण एवं अनुसंधान संस्थान जामनगर के वैद्य (प्रो.) हितेश व्यास, दीक्षित आयुर्वेद फोंडा गोवा के वैद्य (प्रो.) उपेंद्र दीक्षित और गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे. कार्यक्रम के सफल आयोजन में पतंजलि विवि के प्रति-कुलपति डॉ. सत्येन्द्र मित्तल, पतंजलि आयुर्वेद कॉलेज के प्राचार्य प्रो. अनिल कुमार, उप-प्राचार्य प्रो. गिरिश के.जे., वैद्य प्रो. सुरेश चन्द्र जोशी, वैद्य विभु व वैद्या दीपा का विशेष योगदान रहा.

Dainik Bhaskar • 03 Feb • Ministry of Ayush

Mahesh President of Indian Yoga Association

2 • PG	101 • Sqcm	581608 • AVE	2.34M • Cir	Middle Center

Jaipur

महेश इंडियन योग एसोसिएशन के अध्यक्ष

जयपुर | इंडियन योग एसोसिएशन की राजस्थान कार्यकारिणी की बैठक का आयोजन राष्ट्रीय महासचिव एवं आयुष मंत्रालय भारत सरकार की गवर्निंग कौंसिल के सदस्य सुबोध तिवारी की अध्यक्षता में बप्पा रावल सभागार में हुआ। बैठक में योग विशेषज्ञ एवं कार्यकारी समिति के सदस्य सम्मिलित हुए, जिसमें जयपुर के वरिष्ठ आर्ट ऑफ लिविंग प्रशिक्षक महेश शर्मा को सर्व सम्मति से अध्यक्ष चुना गया। बैठक में सर्व सम्मति से योगाचार्य ढाकाराम वरिष्ठ उपाध्यक्ष, डॉ.हनवंत सिंह एवं मेघसिंह उपाध्यक्ष, डॉ.दीपेंद्र सिंह सचिव, हिमांशु पालीवाल संयुक्त सचिव, दीक्षा जामवाल कोषाध्यक्ष मनोनीत हुए। राज्य कार्यकारिणी के अन्य दायित्वों में समन्वयक लीगल डॉ हेमराज चौधरी, सदस्यता डॉ वीणा मूंदड़ा, आयोजन शिवानी वर्मा, प्रकाशन एवं रिसर्च डॉ.पूर्णेंदु एवं डॉ.गुनीत मोंगा, प्रचार योगी मनीष को प्रदान किया गया। इंदिरा डांगी एवं करतार सिंह को सदस्य के रूप में मनोनीत किया गया। इस तरह संस्था की नवीन राज्य कार्यकारिणी का गठन हुआ। आर्ट ऑफ लिविंग राजस्थान परिवार के सदस्यों ने महेश शर्मा तथा कार्यकारिणी के सदस्यों को बधाई दी।

Virat Vaibhav • 03 Feb • Ministry of Ayush

Ayurved jivan nirvahan ka sahan nahi

18 • PG	372 • Sqcm	446283 • AVE	625K • Cir	Top Left

Delhi

समापन छह दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम 'चरकायतन' का समापन

आयुर्वेद जीवन निर्वहन का साधन नहीं, ऋषि ऋण से उऋण होने का उपाय है: आचार्य बालकृष्ण

वैभव न्यूज ■ हरिद्वार

आयुष मंत्रालय के अन्तर्गत स्वायत्त संगठन राष्ट्रीय आयुर्वेद विद्यापीठ द्वारा आयुर्वेद शिक्षकों तथा आयुर्वेद के स्नातकोत्तर व स्नातक विद्वानों हेतु 6 दिवसीय आवासीय प्रशिक्षण कार्यक्रम 'चरकायतन' का आयोजन पतंजलि आयुर्वेद कॉलेज के तत्वाधान में किया गया। कार्यक्रम के समापन अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में पतंजलि विश्वविद्यालय के कुलपति आचार्य बालकृष्ण जी ने कहा कि 'चरकायतन' का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों में चरक संहिता का प्रामाणिक नैदानिक ज्ञान तथा अभ्यास की प्रासंगिकता प्रदान करना व चरक संहिता को सीखने व पढ़ाने का कौशल विकसित करना है। उन्होंने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि हमारा सौभाग्य है कि हमें आयुर्वेद से जुड़ने का अवसर मिला। आयुर्वेद केवल आजीविका या जीवन निर्वहन का साधन नहीं है अपितु ऋषि ऋण से उऋण होने का उपाय है। आचार्य जी ने कहा कि आपके व्यवहार में, आचरण में, स्वभाव में व जीवन में आयुर्वेद दिखना चाहिए। स्वयं को वैद्य कहलाने में संकोच नहीं होना चाहिए अपितु गौरव अनुभव होना चाहिए। वैद्यकीय क्षमता व आयुर्वेद क्षमता बहुत व्यापक है। एलोपैथ सिंथेटिक दवाओं व कैमिकल्स पर आश्रित है, इसमें बहुत से साधनों की आवश्यकता रहती है। आयुर्वेद पराश्रित नहीं है। जड़ी-बूटियाँ घोटकर, छाल, तना, पत्तियों का प्रयोग कर, काढ़ा बनाकर आप जीवन दे सकते हैं। लेकिन सर्वप्रथम स्वयं पर, अपने आयुर्वेद पर विश्वास तो करना होगा। कार्यक्रम में विख्यात आयुर्वेद चिकित्सक वैद्य (प्रो.) एस.के. खण्डेल ने कहा कि पतंजलि पूरे विश्व में आयुर्वेद व योग के क्षेत्र में विश्व का सबसे अग्रणी संस्थान है। पतंजलि ने आयुर्वेद व योग को राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय पटल पर तथ्यों व प्रमाणों के साथ प्रस्तुत किया है। पतंजलि में आयुर्वेद को जीना सिखाया जा रहा है। आचार्य जी ने ग्रंथों की रचना कर आयुर्वेद की धाती बनाया है और विश्व में आयुर्वेद को नई पहचान दी है। विश्व में जितनी भी चिकित्सा पद्धतियाँ हैं उनके समावेश का असंभव सा कार्य आचार्य जी ने करके दिखाया है। इस आयोजन में समय-समय पर आयुर्वेद के विद्वानों का सान्निध्य प्राप्त होता रहा। प्रशिक्षण कार्यक्रम में पद्मश्री और पद्म विभूषण वैद्य देवेंद्र त्रिगुणा, राष्ट्रीय आयुर्वेद विद्यापीठ गवर्निंग काउंसिल के सदस्य वैद्य राकेश शर्मा, वैद्य मोहन लाल जायसवाल, संतोष भट्टेड़ जी, पतंजलि अनुसंधान संस्थान के उपाध्यक्ष डॉ. अनुराग वार्ष्णेय, राष्ट्रीय आयुर्वेद विद्यापीठ की निर्देशिका डॉ. वंदना सिरोहा, आयुर्वेद शिक्षण एवं अनुसंधान संस्थान जामनगर के वैद्य (प्रो.) हितेश व्यास, दीक्षित आयुर्वेद फोंडा गोवा के वैद्य (प्रो.) उपेंद्र दीक्षित, एवीएस आयुर्वेद महाविद्यालय, बीजापुर, कर्नाटक के वैद्य (प्रो.) संजय कडलिमट्टी, राष्ट्रीय आयुर्वेद विद्यापीठ के यंग प्रोफेशनल, डॉ. खुशबू पांडेय तथा डॉ. अनुराग सिंह व प्रोजेक्ट सलाहकार डॉ. लवनीत शर्मा जी ने प्रतिभागी विद्वानों व विद्यार्थियों का ज्ञानवर्धन किया। कार्यक्रम के सफल आयोजन में पतंजलि विवि के प्रति-कुलपति डॉ. सत्येन्द्र मित्तल, पतंजलि आयुर्वेद कॉलेज के प्राचार्य प्रो. अनिल कुमार, उप-प्राचार्य प्रो. गिरिश के.जे., वैद्य प्रो. सुरेश चन्द्र जोशी, वैद्य विभु व वैद्या दीपा का विशेष योगदान रहा।

Online Coverage

No	Portal Name	Headline (Incorporated with URL)	Reach
1.	Dainik Bhaskar	महेश इंडियन योग एसोसिएशन के अध्यक्ष	66.5M
2.	Dainik Bhaskar	झीपन में 178 से अधिक लोगों ने किया योगाभ्यास	66.5M
3.	The Tribune India	AYUSH Mission gets marginal hike in Budget	7M
4.	Daily Excelsior	Six-day training prog 'Charakayan" organized by RAV concludes	717.7K
5.	Samachar Nama	Patna सभी अस्पतालों में 60 दिनों में पहुंचेगी आयुर्वेदिक दवाइयां	195.8K
6.	Dainik Tribune	चिकित्सा शिविर में 240 की फ्री जांच	110.2K
7.	Dainik Tribune	आयुष विभाग ने सीहमा में लगाया निशुल्क चिकित्सा एवं परामर्श शिविर	110.2K
8.	Pioneer edge	Six-day Charakayatan training programme ends at Patanjali	47.8K
9.	ET Government	Ayush OPDs, clinics, stalls, sessions are key attractions for devotees at Maha K...	5K
10.	Khas Khabar	कैंसर आज विश्वभर में सबसे गंभीर स्वास्थ्य चुनौतियों में से एक है, इसके लिए बॉडी ...	N/A
11.	Real India News	कैंसर आज विश्वभर में सबसे गंभीर स्वास्थ्य चुनौतियों में से एक है, इसके लिए बॉडी ...	N/A
12.	अंजनी खबर (Anjani Khabar)	कैंसर से लड़ने में बॉडी रिवाइवल हो सकता हैं कारगर साबित: मुनीश खान	N/A
13.	Koshur Samachar	Six-day training prog 'Charakayan" organized by RAV concludes	N/A