

MINISTRY OF AYUSH COMPILED MEDIA REPORT
20 Dec, 2024 – 21 Dec, 2024

 **Total Mention 24**

 Print	Financial	Mainline	Regional	Periodical
24	1	12	11	N/A

 Print

No	Newspaper	Headline	Edition	Pg
1.	Bizz Buzz	Ayurveda Congress clinches business worth Rs 1,275 crore	Hyderabad	2
2.	The Times of India	Rise of Zen Gen: Why young folk are embracing meditation	Delhi	15
3.	Hindustan Times	UNION MoS: AAP GOVT PUSHING FOR POOR HEALTH CARE SCHEME IN DELHI	Delhi	5
4.	The Morning Standard	Fit Bit	Delhi	2
5.	The Morning Standard	Fit Bit	Delhi	2
6.	The New Indian Express	VIPARITA KARANI VARIATION	Chennai	2
7.	The New Indian Express	BETEL LEAVES, A NATURAL REMEDY	Chennai	13
8.	The Hindu	36 crore beneficiaries verified under PM-JAY, says Minister	Hyderabad + 1	12
9.	The Pioneer	ED searches at hospitals led to seizure of Rs 88 lakh	Hyderabad	5
10.	Deccan Chronicle	NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY	Chennai	9
11.	The Echo of India	World Ayurveda Congress clinches business deals worth nearly Rs 1,275cr	Kolkata	8
12.	Free Press Journal	Siddha startups	Mumbai	3
13.	The Statesman	Reiki: The art of self-applied touch	Delhi	11
14.	Morning News	Yoga' takes you from health to happiness	Jaipur	4
15.	Virat Vaibhav	Vishv aayurved congress mai huy 1,275 crore rupay ke vyapark saude	Delhi	5
16.	Sakal	Rs 1, 275 crore contract in Ayurveda Parishad	Mumbai	8
17.	Dina Karan	NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY	Chennai	4
18.	Dina Karan	NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY	Chennai	15
19.	Dina Mani	NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY	Chennai	4
20.	Dina Malar	NATIONAL INSTITUTE OFSIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY	Chennai	2
21.	Dakshin Bharat	Business deals worth Rs 1,275 crore made in World Ayurveda Congress	Bengaluru	2

22.	Dainik Jagran	Ayushman card vitran samaroh sanatan dharam mandir mein kal	Chandigarh	4
23.	Dabang Duniya	Dabur Honitus launches Science of Ayurveda campaign	Mumbai	2
24.	Divya Bhaskar	Dabur's Science of Ayurveda Campaign	Mumbai	4

Bizz Buzz • 20 Dec • Ministry of Ayush
Ayurveda Congress clinches business worth Rs 1,275 crore

2 • PG

111 • Sqcm

11125 • AVE

N/A • Cir

Bottom Left

Hyderabad

Ayurveda Congress clinches business worth ₹1,275 crore

The flagship biennial conclave of Ayurveda fraternity and allied stakeholders, held recently

DEHRADUN

THE 10th World Ayurveda Congress and Arogya Expo 2024 which concluded here earlier this week clinched business deals worth nearly Rs1,275 crore (\$ 150 million), reflecting an increasing global demand for Ayurvedic medicines and wellness products. The flagship biennial conclave of the Ayurveda fraternity and allied stakeholders, held from December 12-15, broke all previous records in the volume of business achieved as 142 buyers



from 30 countries took part in about 3200 B2B meetings, facilitated by Ayush Export Promotion Council (AYUSHXIL) at the event. "Digital Health: An Ayurveda Perspective" was the focal theme of the event, organised by the World Ayurveda Foundation (WAF) with the support of the Ayush Ministry, the Government of India,

the Government of Uttarakhand, other state governments and leading Ayurveda establishments.

The WAC 2024 was attended by a total of 10,321 delegates, 352 of them from 58 countries, breaking all previous records, a press release from the organisers said. The event, held at the sprawling Parade Ground in Dehradun, featured 172 sessions covering key themes, aimed at making a strategic push to the global outreach of Ayurveda as a mainline wellness option.

The Times of India • 21 Dec • Ministry of Ayush
Rise of Zen Gen: Why young folk are embracing meditation

15 • PG

463 • Sqcm

1909174 • AVE

4.69M • Cir

Bottom Right

Delhi

Rise of Zen Gen: Why young folk are embracing meditation

Bogged down by academics, work and social media stressors, they are turning to silent retreats and meditation workshops

Srirupa.Ray@timesofindia.com

The sport of shooting requires sharp focus and precision, says Divya TS. She would know, considering she bagged two silver medals at the 2023 Asian Games. "Shooting is a mental game. Your mind can be filled with doubts which can distract any athlete from the goal," says the 29-year-old. In such moments, her secret weapon is not her gun but a far more non-violent guide — meditation. "When I learned the Art of Living's Sudarshan Kriya (a mix of pranayama and meditation), all my doubts disappeared. With a clearer mind, I can now remain focused and calm even in the most challenging situations," she says.

**ANGONA PAUL,
INSTRUCTIONAL DESIGNER**

Vipassana is like going to surgery — a surgery of your mind. With so much unnecessary chatter in our lives, we forget to sit silent and observe our breath. It taught me how to focus, and not get carried away by my emotions

Meditation, a practice rooted in ancient Indian spiritual traditions, was long relegated to retired life. But now, more young people like Divya are warming up to it to keep their peace and poise in an increasingly stressful world.

Part of the youth appeal stems from social media, feels neuro coach Saloni Suri. "Young influencers like Masoom Minawala, Karishma Mehta of Humans of Bombay and Ranveer Alahbadia have shared the many benefits of meditation, leading young people to start embracing it," she says. The Goa Vipassana Trust says around 48% of its applications for 10-day courses in the recent past have been from the 19-30 age group.

As is often the case with social media, it is driving both the problem and solution. "Given social media distract



DIGITAL DETOX: Yoga teacher Ira Trivedi Mantena says the practice can help break dopamine addiction

tions, the brains of kids and young adults are getting primed to receive a dopamine hit from external stimuli like an Instagram reel. Over time, it's possible their focus will be compromised and their expectation of instant gratification amplified. Meditation can help calm the mind and bring it back to the present," Suri says.

Rajnish C Tripathi, associate professor of physical education at Govt Girls College Varanasi, says it helps them combat stress. "Young people today face tremendous academic, social and professional pressures, leading to heightened stress, anxiety and burnout. Meditation has gained traction as an accessible solution to these problems, an effective method for mental clarity and self-care," adds Tripathi, who did his postdoctoral degree in positive youth development through sports, yoga and meditation from Wittenberg University, Ohio.

Pune-based instructional designer Angona Paul was 35, and struggling with a troubled relationship, when she went for Vipassana in 2011. Vipassana needs absolute silence, and you can't carry any possessions — no cellphones, no books, not even pen and paper. "It's like going to surgery — a surgery of your mind. You can't walk out mid-surgery or do other stuff. With so much unnecessary chatter in our daily lives, we forget to sit silent and just observe our breath. Vipassana taught me about the impermanence of life, showed me

how to focus, and not get carried away by my emotions," she says.

Advertising professional Aritra Chaudhuri says that after doing a 10-day Vipassana course at a meditation centre in McLeodganj, Himachal Pradesh in 2023, he feels a lot calmer and is able to approach conflict situations in a balanced and detached manner. To him, meditation is akin to a sapling one nurtures. "Think of a sapling on a boulevard running through the spine of a busy thoroughfare full of cars, carts, people, and hoardings. Slowly, the people and noise start disappearing till there is only you and the sapling. You water it in all earnest. The sapling is now a tree bearing fruit. Now, think of the sapling as your purest thought. And water it. Singularly — like there is nothing else in this world that matters," says the 39-year-old Delhi resident.

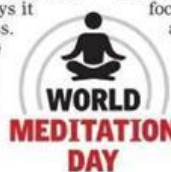
In a 2011 study, Harvard researchers found that mindfulness meditation alters brain structures linked to memory and stress, cultivating emotional intelligence, resilience, and self-awareness. Studies have also revealed the potential of mindfulness practices in improving mental health. "Starting early gives young people the tools to develop healthier coping mechanisms, reducing the risk of mental health issues in adulthood," says Tripathi.

Author and yoga teacher Ira Trivedi Mantena says meditation has been a transformative practice for her. "It helps me stay grounded, improves my focus, and brings a sense of calm and clarity to my day. For young people, it's a powerful tool to navigate stress and reconnect with themselves in today's fast-paced world".

Tripathi says it helps reduce cortisol levels, improves sleep and counters hypertension, heart disease, digestive issues and inflammation. "Sudarshan Kriya didn't just change the way I breathed, it increased my lung capacity in a matter of days," says marketing professional Abhishu Rakshit.

Spiritual teacher Acharya Prashant feels the young today are told to achieve, compete and conform all the time. "They are constantly bombarded with desires, ambitions, and insecurities — be successful, be liked, be somebody — creating unbearable inner noise. Meditation is meant to silence this noise forever."

Tanushree Bishnoi, Art of Living teacher and life coach, sees the young embracing mindfulness as a good sign. "They've realised that wealth and fame don't always lead to happiness. Meditation offers them a path to deeper meaning," she says.



Hindustan Times • 21 Dec • Ministry of Ayush

UNION MoS: AAP GOVT PUSHING FOR POOR HEALTH CARE SCHEME IN DELHI

5 • PG

71 • Sqcm

418884 • AVE

3.43M • Cir

Middle Center

Delhi

UNION MoS: AAP GOVT PUSHING FOR POOR HEALTH CARE SCHEME IN DELHI

HT Correspondent

htreporters@hindustantimes.com

NEW DELHI: Union minister of state Harsh Malhotra on Friday said that 85 million people are beneficiaries of the Central government's Ayushman Bharat scheme, with Delhi and West Bengal the only states to not implement the programme due to "political reasons".

Malhotra, the East Delhi MP, said scheme was launched in 2018 with an aim to provide health cover of ₹5 lakh per family per year for secondary and tertiary care hospitalisation.

"The government of India has made sincere efforts to persuade Delhi government to implement the scheme but they do not want that the people of Delhi see benefits of this scheme. In fact, they are advocating a poor healthcare model established by them," Malhotra said.

The AAP did not respond to HT's request for a comment.

Received 100k suggestions for manifesto: Delhi BJP

The Delhi BJP has received over 100,000 suggestions from the people on how should the BJP prepare its manifesto for the Delhi elections, South Delhi MP and the chairman of the Delhi BJP's manifesto committee Ramvir Singh Bidhuri said. Bidhuri said the suggestions will be used in drafting the party manifesto.

The Morning Standard • 21 Dec • Ministry of Ayush Fit Bit

2 • PG

617 • Sqcm

296213 • AVE

300K • Cir

Middle Right

Delhi

FITBIT

VIPARITA KARANI VARIATION

(LEGS UP THE WALL POSE BOLSTER)

This is a variation of Viparita Karani, with additional support from the bolster to help raise the hips and lower back. This can be done as part of restorative yoga sequences to help stretch the hamstrings or ease back pain. It can also be part of the cooling down section after an intense balancing sequence with more emphasis on standing poses. It helps in relaxing the body and mind after powerful yoga sequences, bringing in all the benefits of a simple inversion.

STEPS

- Place a bolster on your side a few inches away from the wall. Sit on the floor facing the wall with your left hip against one end of the bolster.
- Lower your shoulders and head to the floor and lie down on your right side. Roll over on your back, rest your hips and part of your buttocks on the bolster and stretch your legs up the wall.
- Adjust the posture by scooting your tailbone towards the wall. Ensure your hips are against the edge of the bolster and legs are placed together with the toes flexed pointing towards the chest.
- Lift the back of your head and neck, placing them softly on the floor. Avoid pushing your chin towards the sternum, instead keep lifting the sternum.
- Open the shoulder blades, loosen your arms, and relax them on the sides of the body. Relax your thighs and keep the abdomen light, pushing the weight of the body into your torso, towards the pubic bones. Settle and breathe comfortably in the pose for three to five minutes.
- To release, bend your knees, push yourself away from the bolster, roll onto your right side, and support your left palm to come to a seated position.

BENEFITS

- It is a gentle backbend that soothes the spine.
- Improves heart health and lowers the heart rate.
- Encourages deep breathing, allowing more oxygen into the lungs.
- Enhances blood flow to reproductive organs and supports pelvic floor muscles, especially post-pregnancy.
- Relieves swollen legs and feet, improves venous drainage, and promotes better circulation.
- Reduces stress and anxiety.
- Improves digestion, supports lymphatic drainage, and helps with insomnia.
- Engages leg muscles.
- Accessible for beginners and senior citizens.

LIMITATIONS

- Students who have injuries to the legs, hips, lower back, pelvis, knees, neck, or abdomen; conditions like slipped or herniated discs, severe back pain, cervical spondylitis, or heart issues; those undergoing post-surgery recovery, including abdominal or eye surgeries (hernia, cataracts, etc.); any discomfort or jerking sensations in the hips, shoulders, neck, or feet, should avoid the pose.



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

The Morning Standard • 20 Dec • Ministry of Ayush Fit Bit

2 • PG

619 • Sqcm

297015 • AVE

300K • Cir

Middle Right

Delhi

FITBIT

SALAMBA SARVANGASANA BENT LEGS

(SHOULDERSTAND POSE BENT LEGS)

This variation of Sarvangasana (Shoulderstand Pose) includes bending the legs slightly at the knee. It helps people get used to inversions and prepares them to undertake other forms of inversions. The bend in the knee shifts some of the body weight on the knees, and due to the centre of gravity getting balanced, people may find it easier to hold this pose. It also acts as a transit pose after performing Sarvangasana. Yoga teachers can incorporate this modification in different kinds of classes, such as Hatha Yoga as part of asana practice and Vinyasa Yoga as part of a sequence, as well as in Hot Yoga.

STEPS

- Start the pose by aligning to Ardha Halasana and stay in this pose for a few breaths.
- Exhale, press your palms into the mat, and slowly raise your lower back off the mat.
- Place your palms behind your lower back while ensuring your elbows dig into the ground, supporting your posture. This position looks like the Half Shoulderstand Pose.
- You can now slowly peel your upper back off the ground, straighten your back perpendicular to the floor, and maintain your weight on your shoulders.
- Now, add a slight bend in the knee, ensuring that your balance is maintained on your shoulders and weight is distributed evenly between your knees and your elbows.
- Try to maintain this pose for at least five breaths, but perform it as per your capacity.
- To release the pose, slowly straighten your legs.
- With the support of your hands gently and with control, place your back on the mat till you are back in Ardha Halasana.
- Slowly, now bring your feet down to

the mat, and align to Savasana.

- Reflect on the impact of the pose. Then, relax and rest.

BENEFITS

- Tones and strengthens shoulders, and corrects sagging shoulders.
- Strengthens neck to avoid relapse of spondylitis and/or stiff neck.
- Tones legs, hamstrings, and calf muscles.
- Athletes, especially runners, can benefit from the practice of the asana.
- Reversed blood flow helps relieve stress in the leg muscles due to running.
- Lifting of the back and balancing the body helps make the back stronger.
- Increased strength and flexibility in the spine help improve nervous system functioning.
- Stimulates the thyroid and parathyroid glands, balancing hormones in both male and female bodies.
- As the flow of blood is reversed, there is increased blood flow to the brain.
- Heart muscles are stretched as the reversed blood flow requires the heart to work harder to pump blood to the extremities.
- Improves digestion and relieves constipation.
- Reversed blood flow helps heal tight varicose veins.
- Additional flow of blood to the brain helps improve eyesight.



LIMITATIONS

- People suffering from severe back pain or spine injury, spondylitis and are under medical treatment for the same, heart problems, less flexibility or control over the body, weak internal organs like the spleen, liver, kidney, or an enlarged thyroid, high blood pressure or migraine, and women during pregnancy and menstruation, throat infection or ear infection, should avoid this.

— By N. Elumalai, PhD Scholar (Yoga Science) at Meenakshi Academy of Higher Education & Research, Chennai-78

The New Indian Express • 21 Dec • Ministry of Ayush

VIPARITA KARANI VARIATION

2 • PG

701 • Sqcm

925937 • AVE

246.4K • Cir

Bottom Center

Chennai

FITBIT

VIPARITA KARANI VARIATION

(LEGS UP THE WALL POSE BOLSTER)

This is a variation of Viparita Karani, with additional support from the bolster to help raise the hips and lower back. This can be done as part of restorative yoga sequences to help stretch the hamstrings or ease back pain. It can also be part of the cooling down section after an intense balancing sequence with more emphasis on standing poses. It helps in relaxing the body and mind after powerful yoga sequence, bringing in all the benefits of a simple inversion.

STEPS

- Place a bolster on your side a few inches away from the wall. Sit on the floor facing the wall, with your left hip against one end of the bolster.
- Lower your shoulders and head to the floor, lie down on your right side. Roll over on your back, rest your hips and part of your buttocks on the bolster and stretch your legs up the wall.
- Adjust the posture by scooting your tailbone towards the wall, making sure your hips are against the edge of the bolster. Ensure legs are placed together with the toes flexed pointing towards the chest.
- Lift the back of your head and neck, placing them softly on the floor. Avoid pushing your chin towards the sternum instead keep lifting the sternum.
- Open the shoulder blades, loosen your arms, and relax them to the sides of the body. Relax your thighs and keep the abdomen light pushing the weight of the body deeply into your torso, towards the pubic bones. Settle and breathe comfortably in the pose for 3 to 5 minutes.
- To release from the pose, bend your knees, push yourself away from the bolster, roll onto your right side, and support your left palm to come to a seated position. Note that using the bolster can help those with short legs, bringing balance to the hips.

BENEFITS

- It is a gentle backbend that soothes the spine.
- Improves heart health and lowers the heart rate.
- Encourages deep breathing, allowing more oxygen into the lungs.
- Enhances blood flow to reproductive organs and supports pelvic floor muscles, especially post-pregnancy.
- Relieves swollen legs and feet, improves venous drainage, and promotes better circulation.
- Calms the body and mind, reducing stress and anxiety.
- Improves digestion, supports lymphatic drainage, and helps with insomnia.
- Engages leg muscles without overstretching.
- Accessible for beginners and senior citizens.

LIMITATIONS

- Students who have injuries to the legs, hips, lower back, pelvis, knees, neck, or abdomen; conditions like slipped or herniated discs, severe back pain, cervical spondylitis, or heart issues; those undergoing post-surgery recovery, including abdominal or eye surgeries (hernia, cataracts, etc.); any discomfort or jerking sensations in the hips, shoulders, neck, or feet, should avoid the pose.



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

The New Indian Express • 20 Dec • Ministry of Ayush

BETEL LEAVES, A NATURAL REMEDY

13 • PG

824 • Sqcm

823901 • AVE

246.4K • Cir

Top Center

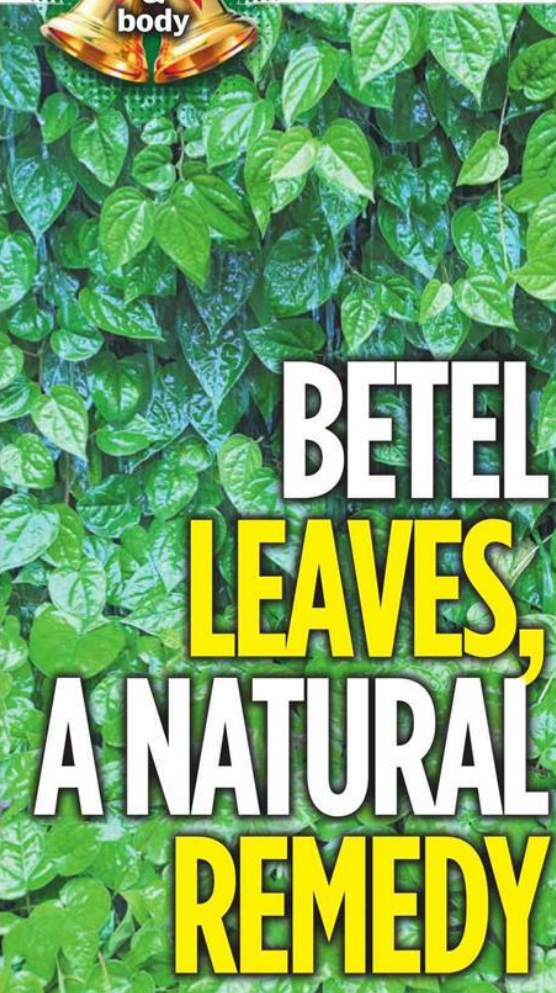
Indulge

Chennai



wellness/week ahead





BETEL LEAVES, A NATURAL REMEDY

From supporting heart health to enhancing digestion, discover how these humble leaves can improve your well-being

BETEL LEAVES, COMMONLY as known as *paan ka patta*, are a staple in Indian culture and traditions. From being offered after meals to being used in religious rituals, betel leaves hold a special place. Traditionally, they are combined with additives like *kattha* (catechu), *chuna* (slaked lime), and *supari* (areca nut), which unfortunately make it unhealthy when consumed regularly. However, betel leaves on their own have incredible health benefits and medicinal properties that often go unnoticed. Betel leaves contain essential oils and powerful chemical components like betel oil, chavicol, betelphenol, eugenol, terpene, and camphene. These compounds contribute to its wide range of health benefits, making betel leaves a natural remedy for many ailments. Let's look at certain benefits of these mighty leaves:

- The compound eugenol in betel leaves is known to block the synthesis of cholesterol in the liver and reduce its absorption in the intestines, which can help manage cholesterol levels, reducing the risk of heart problems.
- Not many know, but betel leaves contain aromatic phenolic compounds that act as catecholamine stimulators. These hormones play a vital role in reducing symptoms of depression and anxiety, helping to lift your mood naturally.
- Betel leaves possess antihistamine and anti-inflammatory properties, making them beneficial for people with asthma or seasonal allergies. Consuming betel leaf juice or simply chewing the leaves can provide relief from respiratory discomfort.
- The polyphenols, especially chavicol, present in betel leaves provide strong antiseptic properties. They protect the body from germs and prevent infections. Chewing betel leaves or consuming their powder works wonders for digestion and helps relieve constipation.
- They have excellent antifungal properties. Applying a paste of fresh betel leaves directly to a fungal infection or any affected area can kill fungal infections and provide instant relief.
- It has strong antioxidant properties that help combat oxidative stress caused by uncontrolled blood sugar levels. Consuming betel leaf powder with *amla* juice or aloe vera juice helps regulate blood glucose and reduce inflammation in the body.
- Betel leaves are rich in vitamin C, which helps reduce hair fall, promote hair growth, and prevent premature greying of hair. You can prepare a hair mask using betel leaf and hibiscus leaf paste for stronger and shinier hair.

To get the benefit, we can chew one plain betel leaf after a meal, which aids digestion, relieves constipation, or manages cholesterol; take half to one tsp of betel leaf powder before meals for better glucose control; and apply a paste directly to affected areas for instant relief. While betel leaves offer numerous health benefits, it's important to observe how your body reacts. If you don't feel good after consuming or applying betel leaves, it may not suit your body. Always start with small amounts and monitor its effects. Unlike the traditional *paan* with additives, consuming fresh betel leaves or using their paste and powder can significantly improve overall health, but stay mindful and don't overdo it.



HEALTHY LIVING

DEEPIKA RATHOD

Chief Nutrition Officer, Luke Coutinho Holistic Healing Systems. The writer is a clinical nutritionist with a focus on healthy lifestyle choices.

The Hindu • 21 Dec • Ministry of Ayush
36 crore beneficiaries verified under PM-JAY, says Minister

12 • PG

50 • Sqcm

54932 • AVE

956.08K • Cir

Bottom Left

Hyderabad • Mumbai

36 crore beneficiaries verified under PM-JAY, says Minister

Approximately 36 crore beneficiaries have been verified, and 8.39 crore hospital admissions worth over ₹1.16 lakh crore have been authorised under the Ayushman Bharat Pradhan Mantri Jan Arogya Yojana (AB PM-JAY) so far, Union Minister of State for Health and Family Welfare Prataprao Jadhav stated in a written reply in the Lok Sabha on Friday. AB PM-JAY is a flagship scheme of the Centre that provides a health cover of ₹5 lakh per family per year for secondary and tertiary care hospitalisation to approximately 55 crore beneficiaries corresponding to 12.37 crore families constituting economically vulnerable bottom 40% of India's population.

The Pioneer • 21 Dec • Ministry of Ayush
ED searches at hospitals led to seizure of Rs 88 lakh

5 • PG

102 • Sqcm

34693 • AVE

275K • Cir

Bottom Left

Hyderabad

FAKE AB-PMJAY CARDS

'ED searches at hospitals led to seizure of Rs 88 lakh'

PNS ■ NEW DELHI

Searches conducted at some hospitals in August in connection with alleged generation of fake Ayushman Bharat Pradhan Mantri Jan Arogya Yojana (AB-PMJAY) cards have led to seizure of cash amounting to around Rs 88 lakh and various incriminating documents and digital devices, Lok Sabha was informed Friday.

The ED conducted searches at 20 locations in a case



related to alleged generation of fake Ayushman Bharat - Pradhan Mantri Jan Arogya Yojana (AB-PMJAY) cards in August, Minister of State for Health Prataprao

Jadhav said in a written reply.

The locations searched included seven hospitals and their key management persons, he said.

Deccan Chronicle • 20 Dec • Ministry of Ayush

NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY

9 • PG

176 • Sqcm

310126 • AVE

1.15M • Cir

Bottom Center

Chennai

NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY

**DC CORRESPONDENT
CHENNAI:**

The National Institute of Siddha (NIS) achieved a milestone setting a Guinness World Record by simultaneously providing Varmam therapy to 555 individuals at the same time, with 555 Varmanis (Varmam healers) performing the therapy.

The event performed as a part of a larger effort to showcase the global relevance and efficacy of Siddha medicine, particularly Varmam therapy, and to honour India's rich healthcare traditions. The event attended by Vaidya Rajesh Kotecha, Secretary, Ministry of AYUSH and Prof. Dr. R. Meenakumari, Director of NIS.

"This Guinness World Record attempt is a message to the world about the efficacy and global relevance of Siddha medicine," said Prof. Dr. R. Meenakumari. "Through this world record attempt, we aim to place Siddha medicine in the global spotlight, inspiring confidence in its therapeutic value." The event integrated traditional healthcare with modern recognition, uniting practitioners,

patients, and enthusiasts under one roof. As the world increasingly turns to Indian traditional therapies like Varmam, Siddha medicine stands as a beacon of holistic and drugless healing methods, Dr. Meenakumari noted.

She said, "This event is a tribute to India's rich healthcare traditions and a step forward in showcasing the power of Siddha medicine on a global platform. Siddha Varmam therapy is a timeless healing tradition rooted in ancient wisdom. It harmonizes the body and mind through precise pressure techniques, revitalizing health naturally."

Varmam therapy, a part of the ancient Siddha system of medicine, plays a significant role in pain management and the treatment of various acute and chronic conditions, especially those related to the brain, nervous system, bones, joints, and muscles. Its therapeutic benefits extend to treating stroke, rheumatoid arthritis, and trauma-related injuries. By stimulating vital energy points on the body, Varmam therapy promotes healing, enhances vitality, and restores balance.

The Echo of India • 20 Dec • Ministry of Ayush

World Ayurveda Congress clinches business deals worth nearly Rs 1,275cr

8 • PG

184 • Sqcm

22072 • AVE

120.06K • Cir

Bottom Right

Kolkata

World Ayurveda Congress clinches business deals worth nearly Rs 1,275cr

DEHRADUN, DEC 19 /--/ The 10th World Ayurveda Congress and Arogya Expo 2024 which concluded here earlier this week clinched business deals worth nearly Rs 1,275 crore (USD 150 million), reflecting an increasing global demand for Ayurvedic medicines and wellness products. The flagship biennial conclave of the Ayurveda fraternity and allied stakeholders, held from December 12-15, broke all previous records in the volume of business achieved as 142 buyers from 30 countries took part in about 3200 B2B meetings, facilitated by Ayush Export Promotion Council (AYUSHEXIL) at the event. "Digital Health: An Ayurveda Perspective" was the focal theme of the event, organised by the World Ayurveda Foundation (WAF) with the support of the Ayush Ministry, the Government of India, the Government of Uttarakhand, other state governments and leading Ayurveda establishments.

The WAC 2024 was

attended by a total of 10,321 delegates, 352 of them from 58 countries, breaking all previous records, a press release from the organisers said. The event, held at the sprawling Parade Ground in Dehradun, featured 172 sessions covering key themes, aimed at making a strategic push to the global outreach of Ayurveda as a mainline wellness option. The International Delegates Assembly of WAC 2024 was attended by delegates from 27 countries, who presented the country status report on Ayurveda.

Also, WAF took the initiative to form an International Association of Associations to give further momentum to the global comeback of Ayurveda.

The event saw the first-ever accreditation for an Ayurveda institute outside India being awarded to Europe Ayurveda Academy Association. The Ayush Chair panel discussion was attended by delegates from Thailand, Mauritius, Latvia and Russia. The Arogya Expo, arranged at a 1 lakh sq

ft area at the venue showcasing products and services from leading Ayurvedic institutions, registered a massive 1.5 lakh footfall, the release said. The Ayush Clinic on the sidelines of the event, where leading medical practitioners provided free service, was visited by over 4,000 people to avail diagnostic consultation.

Other highlights of the four-day meet included Industry Conclave-Invest India, NCIM conclave, traditional healers meet, International Medicinal Plants seminar, international conclaves of veterinary Ayurveda, Vriksha Ayurveda and Ayurveda film festival. The conclave also brought together experts from various domains of science and technology to deliberate on the increasing stake of Ayurveda in creating a holistic and sustainable healthcare ecosystem in a world confronted by grim health and environmental challenges. (PTI)

Free Press Journal • 20 Dec • Ministry of Ayush
Siddha startups

3 • PG

27 • Sqcm

21859 • AVE

251.68K • Cir

Bottom Center

FP School

Mumbai



The Statesman • 20 Dec • Ministry of Ayush
Reiki: The art of self-applied touch

11 • PG

1037 • Sqcm

186666 • AVE

225K • Cir

Top Left

Delhi

Reiki: The art of self-applied touch

SOMNATH PAL

Reiki, a holistic practice, fosters a stress-free lifestyle, balanced energy and overall well-being through the art of self-applied touch. An alternative treatment method, Reiki has garnered attention for its holistic approach to improving various aspects of life. People have been practicing this gentle yet powerful energy healing method for centuries.

Reiki is a Japanese healing process that promotes spiritual healing treatment. Mikao Usui introduced it as a holistic approach to balancing the body and mind. Reiki comes from the Japanese words "Rei" (meaning universal) and "Ki" (meaning life force or energy). It serves as a self-care ritual, focusing on the alignment of the body's energy centres, known as chakras. These spinning wheels of energy, when balanced, are believed to play a vital role in maintaining the proper functioning of the mind, organs and overall health.

THERE ARE SEVEN MAIN CHAKRAS:

1. Root chakra (base of the spine, tailbone area)
2. Sacral chakra (lower abdomen, below the navel)
3. Solar Plexus chakra (upper abdomen, stomach area)
4. Heart chakra (centre of the chest)
5. Throat chakra (located in throat)
6. Third eye chakra (forehead, between the eyebrows)
7. Crown chakra (top of the head)

Each of the seven chakras has unique benefits and influences specific aspects of physical and mental well-being.

Experts claim that this energy-based therapy can positively impact health, career, relationships and even financial well-being. The practice of Reiki, which originated in Japan, focuses on the



transfer of universal life energy through the hands of a practitioner to a recipient and is often referred to as "touch therapy" because of this physical interaction.

However, Reiki's benefits extend beyond direct contact. Practitioners also perform "distance therapy", where the healing energy is transmitted without the need for physical touch, making Reiki a versatile treatment method. Experts suggest that Reiki is effective not only for humans but may also benefit animals and even trees, reflecting its deep, nature-inspired roots.

Experts highlight Reiki's potential in addressing both mental and physical well-being. In a groundbreaking revelation, wellness experts have affirmed the transformative benefits of Reiki, an ancient energy healing practice, in alleviating a range of both psychological and physical issues. Specialists assert that individuals struggling with daily stressors—ranging from family and relationship conflicts to workplace ten-

sion—can experience significant improvements through this holistic approach.

Practitioners emphasise that Reiki works by channelling energy to promote the body's natural healing processes, thereby restoring balance to mind and body. As interest in holistic and alternative therapies continues to grow, Reiki's role in comprehensive wellness is becoming more widely recognised.

Renowned Reiki practitioner Mitali Bhattacharya elaborated on the practice's profound impact, stating, "Reiki is an invaluable tool that can help manage and relieve everyday mental challenges such as stress, anxiety and depression."

Beyond mental health, Reiki is celebrated for its physical healing effects. Mitali Bhattacharya explained, "Regular Reiki sessions have shown improvements in conditions such as diabetes, high blood pressure, acidity, nausea, kidney issues and joint pain. Many of my clients report a significant sense of well-being and relief from ailments like migraines,

breathing problems, thyroid imbalances and insomnia."

She further emphasised the importance of balancing the body's seven chakras, explaining, "I firmly believe that mental well-being leads to physical fitness. The seven chakras of our body play a crucial role in our overall health, and when these chakras are energised, it creates harmony in both mind and body. This balance can only be achieved through dedicated Reiki practice."

Mitali Bhattacharya concluded by highlighting the need for proper training: "It is essential to complete a structured Reiki course, which typically takes three to six months, to fully benefit from this transformative healing method."

As interest in holistic therapies grows, Reiki's contributions to comprehensive wellness continue to be recognised, solidifying its role as a key player in alternative healing practices.

The writer is a freelance contributor

Morning News • 20 Dec • Ministry of Ayush
Yoga' takes you from health to happiness

4 • PG

209 • Sqcm

25078 • AVE

188.32K • Cir

Middle Left

Jaipur

स्वास्थ्य से आनंद की ओर ले जाता है 'योग'



■ योगाचार्य ढाकाराम

हम अक्सर यह प्रश्न करते हैं कि योग हमारे जीवन में क्यों और कितना महत्वपूर्ण है? वर्तमान में आम जनमानस में योग के बारे में अनेक भ्रांतियां फैली हैं। इसलिए हम सर्वप्रथम स्पष्ट करना चाहेंगे कि योग का मतलब सिर्फ शरीर को विभिन्न मुद्राओं और आकृतियों में तोड़ना, मरोड़ना मात्र नहीं है।

योग का मतलब परम आनंद है और इसका प्रारंभ योग पथ पर अग्रणी किसी अनुभवी विशेषज्ञ और आचार्य के मार्गदर्शन में विधि विधान से किया जाना चाहिए। हम जीवन में जो भी कार्य करते हैं, सुख, शांति और आनंद के लिए करते हैं। हम यह आनंद दूसरों में ढुंढते हैं, लेकिन यह भी सत्य है कि यह आनंद हमें दूसरा कोई नहीं दे सकता। इसलिए प्रश्न यह उठता है कि सुख, शांति और आनंद कहाँ और कैसे ढूँढा जाए? बस इसी दिशा में हम इस सीरीज में आप पाठकों से आगे संवाद जारी रखेंगे। जब हम स्कूल शिक्षा में

साधारणतया योग की बात करते हैं तो योग का साधारणतया मतलब होता है जोड़ना। एक और एक को जोड़ते हैं तो दो होता है। अगर हम शास्त्रों के अनुसार या आध्यात्म के क्षेत्र में बात करते हैं तो आत्मा का परमात्मा से मिलन ही योग है। आत्मा से परमात्मा का मिलना तो बहुत साधना की बात है पहले हम हमारे शरीर श्वास के साथ तो जुड़ जाए सांस और शरीर के साथ जुड़ने का मतलब है आसन क्रियाएं प्राणायाम और ध्यान करते हुए उसी में समा जाना।

योग के लाभ : योग के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक लाभ निम्नलिखित हैं...

शारीरिक : स्वस्थ शरीर, मजबूत मांसपेशियाँ, लचीला शरीर, बेहतर संतुलन, कम तनाव, बेहतर नींद, कम थकान।

मानसिक : कम चिंता, बेहतर ध्यान केंद्रित करने की क्षमता, बेहतर निर्णय लेने की क्षमता, अधिक सकारात्मक सोच, बेहतर आत्मविश्वास।

आध्यात्मिक : आंतरिक शांति, आत्म-ज्ञान, आत्म-साक्षात्कार।

योग की शुरुआत कैसे करें? : यदि आप योग की शुरुआत

करना चाहते हैं तो किसी अनुभवी योग विशेषज्ञ से मार्गदर्शन लें। योग की विभिन्न विधाएं हैं, इसलिए अपने लिए सबसे उपयुक्त विधा का चयन करें। योग आसन और प्राणायाम की शुरुआत में धीरे-धीरे शुरुआत करें और धीरे-धीरे समय बढ़ाएं।

योग की प्रतिबद्धता : योग का लाभ तभी प्राप्त होता है जब आप नियमित रूप से योग करते हैं। इसलिए यह तय करें कि आप प्रतिदिन योग करेंगे। यदि आप प्रतिदिन योग नहीं कर सकते हैं तो भी सप्ताह में कम से कम तीन दिन योग करें।

जैसे खाना खाना जरूरी है उसी प्रकार योग का करना भी अत्यंत अनिवार्य है एक दिन में 24 घंटे होते हैं और एक से डेढ़ घंटा योग में देकर 22 घंटा 30 मिनट सुंदर हो जाते हैं तो हमें लगता है डेढ़ घंटा आपको देना चाहिए ताकि साढ़े 22 घंटे बहुत ही खुशनुमा रहें।

निष्कर्ष : योग एक ऐसी शक्तिशाली विधि है जो आपके जीवन को बदल सकती है। योग के माध्यम से आप शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ हो सकते हैं। इसलिए आज ही योग की शुरुआत करें और अपने जीवन में आनंद का अनुभव करें।

Virat Vaibhav • 20 Dec • Ministry of Ayush

Vishv aayurved congress mai huy 1,275 crore rupay ke vyapark saude

5 • PG

238 • Sqcm

285833 • AVE

625K • Cir

Middle Left,Top Left

Delhi

विश्व आयुर्वेद कांग्रेस में हुए 1,275 करोड़ रुपए के व्यापारिक सौदे

वैभव न्यूज ■ देहतादून

इस सप्ताह की शुरुआत में यहाँ संपन्न हुई 10वीं विश्व आयुर्वेद कांग्रेस और आरोग्य एक्सपो -2024 में लगभग 1,275 करोड़ रुपए के व्यापारिक सौदे हुए जो आयुर्वेदिक दवाओं और स्वास्थ्य उत्पादों की बढ़ती हुई वैश्विक मांग को दर्शाता है।

बाह्र से 15 दिसंबर तक चले आयुर्वेद क्षेत्र और संबद्ध हितधारकों के प्रमुख द्विवार्षिक सम्मेलन के आयोजन ने कारोबार के मामले में पिछले सभी स्कोर्ड तोड़ दिए क्योंकि आयुष निर्यात संवर्धन परिषद (आयुषेक्सिल) द्वारा आयोजित इस सम्मेलन में 30 देशों के 142 खरीददारों ने लगभग 3200 बी2बी बैठकों में हिस्सा लिया।

विश्व आयुर्वेद फाउंडेशन द्वारा केंद्रीय आयुष मंत्रालय, उत्तराखंड सरकार, अन्य राज्य सरकारों और प्रमुख आयुर्वेद प्रतिष्ठानों के सहयोग से आयोजित इस कार्यक्रम का मुख्य विषय डिजिटल स्वास्थ्य, एन आयुर्वेद पर्सपेक्टिव था। आयोजकों



की ओर से यहाँ जारी एक प्रेस विज्ञप्ति में बताया गया है कि सम्मेलन में भागीदारी के पिछले सभी स्कोर्ड टूट गए। सम्मेलन में कुल 10,321 प्रतिनिधियों ने भाग लिया जिनमें से 352 प्रतिनिधि 58 देशों से थे।

देहतादून के विशाल परेड ग्राउंड में आयोजित इस कार्यक्रम में मुख्य विषयों को शामिल करते हुए 172 सत्र आयोजित किए गए जिनका उद्देश्य आयुर्वेद को मुख्य स्वास्थ्य विकल्प के रूप में वैश्विक स्तर पर पहुंचाने के लिए योजनाबद्ध ढंग से

प्रयास करना था। विश्व आयुर्वेद कांग्रेस की अंतरराष्ट्रीय प्रतिनिधि सभा में 27 देशों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया जिन्होंने देश में आयुर्वेद की स्थिति पर अपनी रिपोर्ट प्रस्तुत की। साथ ही, फाउंडेशन ने आयुर्वेद की वैश्विक वापसी को और गति देने के लिए अंतरराष्ट्रीय संघ बनाने की पहल की। इस कार्यक्रम में भारत के बाहर किसी आयुर्वेद संस्थान के लिए पहली बार यूरोप आयुर्वेद अकादमी एसोसिएशन को मान्यता प्रदान की गई। आयुष चेयर पैनल चर्चा में

थाईलैंड, मॉरीशस, लातविया और रूस के प्रतिनिधियों ने भाग लिया। एक लाख वर्ग फुट क्षेत्र में आयोजित आरोग्य एक्सपो में प्रमुख आयुर्वेदिक संस्थानों के उत्पादों और सेवाओं को प्रदर्शित किया गया जिसमें लगभग डेढ़ लाख लोगों ने भाग लिया।

इस कार्यक्रम के दौरान आयुष क्लिनिक में प्रमुख चिकित्सकों ने 4,000 से अधिक लोगों को नैदानिक परामर्श प्रदान किया। चार दिवसीय बैठक के अन्य मुख्य आकर्षणों में उद्योग सम्मेलन, पारंपरिक चिकित्सकों की बैठक, अंतरराष्ट्रीय औषधीय पौधों की संगोष्ठी, पशु चिकित्सा आयुर्वेद का अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन, वृक्ष आयुर्वेद और आयुर्वेद फिल्म महोत्सव शामिल थे। इस सम्मेलन में विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी के विभिन्न क्षेत्रों के विशेषज्ञ भी एकत्रित हुए जिन्होंने गंभीर स्वास्थ्य और पर्यावरणीय चुनौतियों से जुड़ी दुनिया में एक समग्र और स्थाई स्वास्थ्य सेवा पारिस्थितिकी तंत्र बनाने में आयुर्वेद की बढ़ती हिस्सेदारी पर विचार-विमर्श किया।

Sakal • 20 Dec • Ministry of Ayush
Rs 1, 275 crore contract in Ayurveda Parishad

8 • PG

116 • Sqcm

76287 • AVE

352.42K • Cir

Middle Left

Mumbai

आयुर्वेद परिषदेत १,२७५ कोटींचे करार 'आरोग्य एक्स्पो'ला चांगला प्रतिसाद

डेहराडून, ता. १९ (पोटांआय) : विविध आजारोंबाबतच्या तक्रारी दूर करून आरोग्यदायी जीवन जगण्यासाठी आयुर्वेदाची लोकप्रियता वाढत आहे. नुकत्याच येथे झालेल्या दहाव्या जागतिक आयुर्वेद काँग्रेस आणि 'आरोग्य एक्स्पो २०२४' मध्ये आयुर्वेदशास्त्रा संबंधित विक्रमां १,२७५ कोटींचे करार करण्यात आले. यातून आयुर्वेदिक औषधे व उत्पादनांची मागणी वाढत असल्यावर एक प्रकारे शिक्कामोर्तब झाले.

आयुर्वेदावरील ही द्वैवार्षिक परिषद १२ ते १५ डिसेंबर दरम्यान डेहराडून येथे पार पडली. जगभरातील ३० देशांतील १४२ खरेदीदारांचा सहभाग असलेल्या या परिषदेत व्यवसायाचे व्यापारींचे सर्व विक्रम मोडतीत निघाले. 'डिजिटल आरोग्य ; आयुर्वेदाचा दृष्टिकोन' हा यंदाच्या परिषदेची मध्यवर्ती संकल्पना होती. आयुर्वेद फाउंडेशनने केंद्र सरकार, उत्तराखंड सरकार, इतर राज्य सरकारे, आयुर्वेदिक संस्था आणि आयुष मंत्रालयाच्या सहकायाने या परिषदेचे आयोजन केले होते. या परिषदेत विविध विषयांवर मुख्य संकल्पनेवर आधारित १७२ सत्रांचा समावेश होता. आरोग्याचा मुख्य पर्याय म्हणून आयुर्वेदाला जागतिक स्तरावर पोहोचविण्याचा धोरणात्मक हेतू यामागे होता. या परिषदेच्या आंतरराष्ट्रीय प्रतिनिधी संमेलनात २७ देशांचे प्रतिनिधी उपस्थित होते. त्यांनी आयुर्वेदाच्या सद्यःस्थितीवरचा अहवालही प्रकाशित केला. आयुर्वेदाला जागतिक स्तरावर ऊर्जितावस्था प्राप्त करून देण्यासाठी इंटरनॅशनल असोसिएशन ऑफ असोसिएशन्सची स्थापना करण्यासाठीही पुढाकार घेतला.

आयोजन केले होते. या परिषदेत विविध विषयांवर मुख्य संकल्पनेवर आधारित

१७२ सत्रांचा समावेश होता. आरोग्याचा मुख्य पर्याय म्हणून

आयुर्वेदाला जागतिक

स्तरावर पोहोचविण्याचा धोरणात्मक हेतू यामागे होता. या परिषदेच्या आंतरराष्ट्रीय प्रतिनिधी संमेलनात २७ देशांचे प्रतिनिधी उपस्थित होते. त्यांनी आयुर्वेदाच्या सद्यःस्थितीवरचा अहवालही प्रकाशित केला. आयुर्वेदाला जागतिक स्तरावर ऊर्जितावस्था प्राप्त करून देण्यासाठी इंटरनॅशनल असोसिएशन ऑफ असोसिएशन्सची स्थापना करण्यासाठीही पुढाकार घेतला.

परिषदेला उपस्थित एक्स्पो प्रतिनिधी
१०,३२१

प्रतिनिधी पाठविणारे देश
२७

'आरोग्य एक्स्पो'चे डेव्हकल
१ लाख चौ. फूट

एक्स्पोला शेट देणारे नागरिक
१.५ लाख

Dina Karan • 20 Dec • Ministry of Ayush

NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY

4 • PG

105 • Sqcm

133644 • AVE

1.45M • Cir

Bottom Right

Chennai



Dina Karan • 20 Dec • Ministry of Ayush

NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY

15 • PG

68 • Sqcm

86796 • AVE

1.45M • Cir

Bottom Right

Chennai



Dina Mani • 20 Dec • Ministry of Ayush

NATIONAL INSTITUTE OF SIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY

4 • PG

175 • Sqcm

74409 • AVE

167.26K • Cir

Bottom Right

Chennai

**ஆயுஷ் மருத்துவத் திட்டங்கள்:
தமிழகத்துக்கு மத்திய அரசு பாராட்டு**

சென்னை, டிச. 19: ஆயுஷ் மருத்துவத் திட்டங்களைச் செயல்படுத்துவதில் தமிழகம் சிறந்து விளங்குவதாக மத்திய ஆயுஷ் அமைச்சர் பிரதாப் ராவ் ஜாதவ் பாராட்டு தெரிவித்துள்ளார்.

மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் குழுவும், தேசிய சித்த மருத்துவ நிறுவனம், இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி இயக்குநரகம் சார்பில் 8-ஆவது தேசிய சித்த மருத்துவ தின விழா சென்னை கோட்டூர்புரத்தில் உள்ள அண்ணா நூற்றாண்டு நூலகத்தில் வியாழக்கிழமை நடைபெற்றது.

இந்த நிகழ்ச்சியில், ஆயுஷ் அமைச்சகத்தின் செயலர் வைத்திய ராஜேஷ் கோட்டேச்சா, மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி குழுமத்தின் தலைமை இயக்குநர் என்.ஜே.முத்துக் குமார், சித்த மருத்துவ வல்லுநர்கள், சித்த மருத்துவப் பேராசிரியர்கள், ஆராய்ச்சியாளர்கள், சித்த மருத்துவ மாணவர்கள் உள்ளிட்ட 1,600-க்கும் மேற்பட்டோர் பங்கேற்றனர்.

சித்த மருத்துவச் செய்முறை குறிப்பு நூலின் 3-ஆவது பாகம் (தமிழ்), 8-ஆவது சித்த மருத்துவ தின விழா மலர் ஆகியவற்றை ஆயுஷ் துறை செயலர் வைத்திய ராஜேஷ் கோட்டேச்சா வெளியிட்டார்.

தொடர்ந்து, மத்திய அரசின் சிறு ஆராய்ச்சி திட்டத்தில் வெற்றி பெற்ற 10 இளநிலை சித்த மருத்துவ மாணவர்களுக்கு தலா ரூ. 20,000, 5 முதுநிலை மாணவர்களுக்கு தலா ரூ. 30,000 என ஆராய்ச்சி உதவித் தொகையை

யும் பல்கலைக்கழக அளவில் சிறப்பிடம் பெற்ற மாணவர்களுக்கு பதக்கங்களையும் பாராட்டு சான்றிதழ்களையும் அவர் வழங்கினார்.

அப்போது அவர் பேசியதாவது: சித்த மருத்துவக் கல்வி, ஆராய்ச்சி ஆகியவற்றில் தமிழகம் முன்னோடி மாநிலமாக நிகழ்கிறது. நாட்டில் 900-க்கும் மேற்பட்ட ஆயுஷ் புத்தொழில் நிறுவனங்கள் செயல்பட்டு வருகின்றன. இந்த துறை பிரதமர் நரேந்திர மோடி தலைமையில் சிறப்பான வளர்ச்சியைக் கண்டுள்ளது.

ஆயுஷ் மருத்துவமுறை: கிராமப் பகுதிகளில் 90 சதவீத மக்களும், நகர்ப்புறங்களில் 95 சதவீத மக்களும் ஆயுஷ் மருத்துவத்தைப் பற்றி நன்கு அறிந்திருக்கின்றனர். இவர்களில் 50 சதவீதம் பேர் ஆயுஷ் மருத்துவ முறைகளைப் பயன்படுத்தி வருகின்றனர். ஆயுஷ் மருத்துவ முறைகளின் பயன்களைப் பெற 22 செயலிகள் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளன என்றார் அவர்.

இந்த நிகழ்வில், மத்திய ஆயுஷ் துறை இணை அமைச்சர் பிரதாப் ராவ் ஜாதவ் கானொலி வாயிலாக நிகழ்ச்சியில் கலந்துகொண்டார்.

அப்போது அவர் பேசுகையில், 'கரோனா பெருந்தொற்று காலத்தில் மக்களின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்க சித்த மருத்துவ முறைகளின் பயன்பாடு இன்றியமையாததாக இருந்தது. தேசிய ஆயுஷ் இயக்கத்தை தமிழ்நாடு அரசு சிறப்பாகச் செயல்படுத்தி வருகிறது' என்றார் அவர்.

Dina Malar • 20 Dec • Ministry of Ayush

NATIONAL INSTITUTE OFSIDDHA SETS RECORD FOR VARMAM THERAPY

2 • PG

322 • Sqcm

277046 • AVE

882.2K • Cir

Bottom Center

Chennai

சித்த மருந்துகள் செய்முறைக்கு கூடுதலாக 72 புத்தகங்கள்

மத்திய ஆயுஷ் செயலர் உறுதி

சென்னை, டிச. 20-
"சித்த மருந்து செய்முறைகளுக்கு கூடுதலாக, 72 புத்தகங்கள் இணைக்கப்படுவதன் வாயிலாக, புதிய மருந்துகள் தயாரிக்கப்படும்," என, மத்திய ஆயுஷ் அமைச்சக செயலர் வைத்திய ராஜேஷ் கோட்டேச்சா தெரிவித்தார்.

மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி குழுவும், தேசிய சித்த மருத்துவ நிறுவனம், தமிழக அரசின் இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி துறை ஆகியவற்றின் சார்பில், எட்டாவது தேசிய சித்த மருத்துவ தினம், சென்னை கோட்டூர்புரத்தில் உள்ள அண்ணா நூற்றாண்டு நூலகத்தில் நேற்று கொண்டாடப்பட்டது.

இதில், மத்திய ஆயுஷ் துறை அமைச்சர் பிரதாப் ராவ் ஜாதவ், 'விடியோகான் பரன்ஸ்' வழியாக பேசுகையில், "மத்திய அரசு, இந்திய மருத்துவ முறைகளுக்காக தனி அமைச்சகத்தை உருவாக்கி உள்ளது. "கொரோனா பெருந்தொற்று காலத்தில், மக்களின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்க, சித்த மருத்துவ முறைகள் மிகுந்த பயன் அளித்தன. தேசிய ஆயுஷ் இயக்கத்தை, தமிழக அரசு சிறப்பாக செயல்படுத்தி வருகிறது," என்றார்.

தமிழக இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி துறை இணை

■ சென்னையில் நடந்த எட்டாவது தேசிய சித்த மருத்துவ தின விழாவில், சித்த மருந்துகள் செய்முறை குறித்த நூலை வெளியிட்ட மத்திய அரசின் ஆயுஷ் துறை செயலர் வைத்திய ராஜேஷ் கோட்டேச்சா. உடன் இடமிருந்து: மத்திய சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி குழுமத்தின் பொது இயக்குனர் முத்துகுமார், இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதிக்கான பார்மகோபோயா கமிஷன் இயக்குனர் ராமன் மோகன் சிங், தமிழக இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி துறை இணை இயக்குனர் பார்த்திபன். இடம்: கோட்டூர்புரம்.

இயக்குனர் பார்த்திபன் பேசுகையில், "சித்த மருந்துகளின் செய்முறைகளுக்கு, 27 புத்தகங்கள் மட்டுமே உள்ளன. அவற்றில் சித்தர்கள் கொடுத்துள்ள வழிமுறைகளின் படி, கூடுதலாக 72 மருந்து செய்முறை புத்தகங்களை இணைத்தால், பல நோய்களுக்கு புதிய மருந்துகள் தயாரிக்க முடியும்.

"மேலும், சித்த மருந்துகளுக்கு, ஆயுஷ் துறை மற்றும் உணவு பாதுகாப்பு துறை அனுமதி அளிக்கிறது. அந்த மருந்துகளுக்கு, ஒரே மாநில அனுமதி என்ற முறையில், தேசிய மருத்துவ சட்டத்தை மத்திய அரசு இயற்ற வேண்டும்," என்றார்.

நிகழ்ச்சியில், மத்திய ஆயுஷ் அமைச்சக செயலர் வைத்திய ராஜேஷ் கோட்டேச்சா பேசியதாவது: சித்தா மருத்துவ கல்வி, ஆராய்ச்சி ஆகியவற்றில் தமிழகம் முன்னோடி மாநிலமாக திகழ்கிறது. நாட்டில், 900க்கும் மேற்பட்ட ஆயுஷ் புத்தொழில் நிறுவனங்கள் செயல்படுகின்றன. பிரதமர் மோடி தலைமையில் இத்துறை சிறப்பான வளர்ச்சியை பெற்றுள்ளது.

கிராமப் பகுதிகளில் 90 சதவீத மக்கள், நகர்ப்புறங்களில் 95 சதவீத மக்கள், ஆயுஷ் மருத்துவத்தை நன்கு அறிந்துள்ளனர். இவர்களில் 50 சதவீதம் பேர், ஆயுஷ் மருத்துவ முறையை பயன்படுத்துகின்றனர். ஆயுஷ் மருத்துவ முறைகளின் பயன்களை பெற, 22 செயலிகள் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டு உள்ளன.

சித்த மருந்து செய்முறையில் கூடுதலாக, 72 புத்தகங்கள் இணைக்கப்படும். அதன் வாயிலாக, புதிய மருந்து தயாரிப்புகளும் உருவாகும். சித்த மருந்துகளை, மத்திய மருத்துவ சட்டத்தின் கீழ் கொண்டு வருவது குறித்து நடவடிக்கை எடுக்கப்படும்.

இவ்வாறு அவர் பேசினார்.

Dakshin Bharat • 20 Dec • Ministry of Ayush

Business deals worth Rs 1,275 crore made in World Ayurveda Congress

2 • PG

88 • Sqcm

14002 • AVE

77.83K • Cir

Middle Right

Bengaluru

विश्व आयुर्वेद कांग्रेस में हुए 1,275 करोड़ रुपए के व्यापारिक सौदे

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

देहरादून/भाषा। इस सप्ताह की शुरुआत में यहां संपन्न हुई 10वीं विश्व आयुर्वेद कांग्रेस और आरोग्य एक्सपो -2024 में लगभग 1,275 करोड़ रुपए के व्यापारिक सौदे हुए जो आयुर्वेदिक दवाओं और स्वास्थ्य उत्पादों की बढ़ती हुई वैश्विक मांग को दर्शाता है।

बारह से 15 दिसंबर तक चले आयुर्वेद क्षेत्र और संबद्ध हितधारकों के प्रमुख द्विवार्षिक सम्मेलन के आयोजन ने कारोबार के मामले में पिछले सभी रिकॉर्ड तोड़ दिए क्योंकि आयुष निर्यात संवर्धन परिषद (आयुषेक्सिल) द्वारा आयोजित इस सम्मेलन में 30 देशों के 142 खरीददारों ने लगभग 3200 बी2बी बैठकों में

हिस्सा लिया। विश्व आयुर्वेद फाउंडेशन द्वारा केंद्रीय आयुष मंत्रालय, उत्तराखंड सरकार, अन्य राज्य सरकारों और प्रमुख आयुर्वेद प्रतिष्ठानों के सहयोग से आयोजित इस कार्यक्रम का मुख्य विषय 'डिजिटल स्वास्थ्य, एन आयुर्वेद पर्सपेक्टिव' था। आयोजकों की ओर से यहां जारी एक प्रेस विज्ञप्ति में बताया गया है कि सम्मेलन में भागीदारी के पिछले सभी रिकॉर्ड टूट गए। सम्मेलन में कुल 10,321 प्रतिनिधियों ने भाग लिया जिनमें से 352 प्रतिनिधि 58 देशों से थे। देहरादून के परेड ग्राउंड में आयोजित इस कार्यक्रम में मुख्य विषयों को शामिल करते हुए 172 सत्र आयोजित किए गए जिनका उद्देश्य आयुर्वेद को मुख्य स्वास्थ्य विकल्प के रूप में वैश्विक स्तर पर पहुंचाने के लिए योजनाबद्ध ढंग से प्रयास करना था।

Dainik Jagran • 20 Dec • Ministry of Ayush

Ayushman card vitran samaroh sanatan dharam mandir mein kal

4 • PG

302 • Sqcm

478856 • AVE

107.62K • Cir

Middle Right

Chandigarh

आयुष्मान कार्ड वितरण समारोह सनातन धर्म मंदिर में कल

जागरण संवाददाता, पंचकूला : हितैषी फाउंडेशन की ओर से 21 दिसंबर शनिवार सुबह 10 बजे सेक्टर 10 के श्री सनातन धर्म मंदिर में निशुल्क आयुष्मान कार्ड वितरण समारोह का आयोजन किया जा रहा है। हितैषी फाउंडेशन के अध्यक्ष भारत हितैषी ने बताया कि निशुल्क आयुष्मान कार्ड वितरण समारोह में मुख्यमंत्री सीएम सैनी के ओएसडी भारत भूषण भारती मुख्यातिथि होंगे और पंचकूला के मेयर कुलभूषण गोयल कार्यक्रम की अध्यक्षता करेंगे। पार्षद सोनिया सूद, सीनियर सिटीजन काउंसिल पंचकूला के प्रधान रविंद्र शर्मा और हरियाणा भाजपा के सहमीडिया प्रभारी संजय आहूजा विशिष्ट अतिथि होंगे। फाउंडेशन के मुख्य संरक्षक डा. एस कुमार, संरक्षक बीएम कौशिक, संगठन सचिव सुभाष शर्मा ने बताया कि समारोह में 70 वर्ष के ऊपर की आयु के उन वरिष्ठ नागरिकों को निशुल्क आयुष्मान कार्ड बांटे जाएंगे जिन्होंने हितैषी फाउंडेशन द्वारा 30 नवंबर और 1 दिसंबर को दो दिवसीय



कुलभूषण गोयल। भारत भूषण भारती।

आयुष्मान कार्ड कैंप में अपने कार्ड बनवाए थे। फाउंडेशन के आईटी सेल के अध्यक्ष अच्छर सिंह और एमरोज गिरधर ने बताया कि कार्ड धारक जिनको कार्ड बांटे जाने हैं, वह अपने साथ अपने-अपने आधार कार्ड और अपना वह मोबाइल साथ लेकर आए जो मोबाइल आपके आधार कार्ड के साथ लिंक हो।

बैठक में फाउंडेशन के मुख्य मार्गदर्शक एसके शर्मा, मुख्य सलाहकार प्रोफेसर बीके गुप्ता, सचिव प्रेमलाल गुप्ता, वित्त सचिव शिवकुमार वर्मा, प्रचार सचिव एस पी विज, समाज कल्याण प्रकल्प अध्यक्ष जीडी बत्रा, तरसेम गर्ग, एन के खोसला, अरुण बंसल, बीबी शर्मा उपस्थित रहे।

Dabang Duniya • 20 Dec • Ministry of Ayush
Dabur Honitus launches Science of Ayurveda campaign

2 • PG

33 • Sqcm

35282 • AVE

605K • Cir

Top Right

Mumbai

डाबर हनीटस ने साइंस ऑफ आयुर्वेद कापेन लॉन्च किया

मुंबई। रहितों का योग्य ध्यान से लेने को खूब गुणकारी है, लेकिन सही ढंग से खाने, सोने में खराब और टेम्परेचर इनवेक्शन जैसे मामलों बढ़ने लगते हैं। ऐसे में खासी और गले की तकलीफ से निपटने के लिये उपयुक्त जलवायु है इसी को ध्यान में रखते हुए डाबर इंडिया लिमिटेड की ओर से भारत के जंकर : आयुर्वेदिक काय विरूप ज्ञान डाबर हनीटस ने एक जलवायु अभियान साइंस ऑफ आयुर्वेद का लॉन्च किया है, जो डाबर हनीटस के पीछे के विज्ञान के बारे में लोगों को जानकारी बढ़ाए, डाबर हनीटस का यह पहलू खासी और गले की तकलीफ से निपटने में बेहद कारगर है। डाबर का यह काय कैपेन दर्शकों को बताता है कि किस तरह आयुर्वेदिक इन्टीग्रेशन जैसे मुलेटी, राहद, गुलसी, बनवा, अरक इन सभी तकलीफों से राहत देते हैं। अपने एंटीबायोटिकल और एंटी इन्फ्लेमेटरी गुणों के लिए विख्यात राहद गले कोषले को खराब को दूर कर प्रत्यक्ष तंत्रिक से खासी का उपचार करता है। मुलेटी को पी एंटी- इन्फ्लेमेटरी गुणों के लिए जलवायु है, जो गले को खराब काम करने में करता है। गुलसी के एंटी- बैक्टीरियल गुण खासी के बक्तेरिय को दूर करते हैं, बनवा खासी के सर्जिकल को दूर करता है। गुलस विरूप इन सभी तकलीफों आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियों से बना डाबर हनीटस मिन्टो खासी और गले को खराब को दूर कर देता है। डाबर इंडिया लिमिटेड में साइंस ऑफ आयुर्वेद का अलग सिंग पॉइन्ट है जहां, इस आयुर्वेदिक गुलसी के पीछे के विज्ञान तथा हर्बल इन्टीग्रेशन जैसे अरक, राहद, गुलसी, मुलेटी, बनवा के फायदों के बारे में जानकारी बढ़ाने के लिए डाबर हनीटस काय विरूप अभियान कैपेन साइंस ऑफ आयुर्वेद लेकर आए हैं, जो आम लोगों को डाबर हनीटस के विज्ञान और इसके आयुर्वेदिक अवयवों के बारे में जानकारी देता। डाबर हनीटस खासी के इलाज का आयुर्वेदिक गुलसी है, हर्बल इन्टीग्रेशन से बना यह फॉर्मूला खासी और गले को खराब से राहत देता है। अगली बात यह है कि खासी को अन्य दवाओं की तरह इसके सेवन से बंद नहीं आती, ऐसे में यह पूरे परिवार के लिए सुरक्षित और कारगर है।

Divya Bhaskar • 20 Dec • Ministry of Ayush
Dabur's Science of Ayurveda Campaign

4 • PG

22 • Sqcm

3353 • AVE

316.29K • Cir

Bottom Left

Mumbai

ડાબરની સાયન્સ ઓફ આયુર્વેદ કેમ્પેઈન

ડાબર ઈન્ડિયાની આયુર્વેદિક કફ સિરપ બ્રાન્ડ ડાબર હોનિટસે તેની પાછળના વિજ્ઞાન વિશે લોકોને માહિતગાર કરવા માટે ભવ્ય સ્વાસ્થ્ય જાગૃતિ સુંબેશ સાયન્સ ઓફ આયુર્વેદ રજૂ કરી છે, જે ખાંસી અને ગળામાં બળતરા સામે લડવામાં તેને અસરકારક બનાવે છે. આ સમસ્યાથી ઝડપી અને અસરકારક રીતે રાહત કરી રીતે મળે છે તે આમાં સમજાવવામાં આવ્યું છે.