



॥ श्रुतेर्जनान्न मुक्ती ॥

Dwarka Bahuuddeshiya Gramin Vikas Foundation's

**Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana**

Approved By AICTE New Delhi, NAAC Accredited, Affiliated to Sant Gadge Baba Amravati University



Date:20/06/2023

## Notice

All the students of Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana are hereby informed that, on the occasion of International Yoga Day, the college going to organise a one day workshop on "Yoga meditation" on **23rd June 2023**. The event will take place within the college campus.

Students are encouraged to actively participate in this event and contribute towards making our campus greener and more environmentally friendly.

Your active participation will be highly appreciated.

**Principal**  
**Rajarshi Shahu College of**  
**Engineering, Buldana**





Date: 23<sup>rd</sup> June 2023

## One day Workshop on Yoga Meditation

Rajarshi Shahu College of Engineering organised the One day Workshop on Yoga Meditation on the occasion of International Yoga Day with enthusiasm. In association with National Service Planning Department and Sports Department. The 9th International Day of Yoga is being celebrated on 21st June 2023. On December 11, 2014, United Nations recognized the importance of yoga and announced to celebrate June 21 as International Yoga Day. Since June 21 is the longest day of the year and this is the time when the sun begins to set, yoga is more beneficial during this transition period, so June 21 was chosen as the day. Yoga, yogasana, yoga practices have a unique importance in the culture and traditions of India and China. Since ancient time Sages, sadhus and saints have time and again convinced the importance of yoga, its benefits and its necessity. In today's stressful life, we can keep our body healthy through yoga: besides, we can also cultivate our mind, it can be said that yoga is the combined exercise of body and mind. This yoga culture in India has been adopted by most of the countries at the global level, and they too benefit from yoga Widely experienced. Countries around the world have not only adopted yoga, but also promoted and propagated it.

On this occasion the famous yoga pandit from the Buldhana city, Mr. Shripad Kalantri and yoga teacher Mrs. Sima Kalantri Madam was welcome with a bouquet of flowers. He guided about yoga also he said that the importance of yoga from time immemorial as well as the need to make yoga a part of our daily routine. Also, in today's time every person is suffering from different types of diseases and the panacea for them is yoga study and practice. Yoga practice was started by warming up first. In this, Shri Kalantari Sarani studied basic postures, yoga. Seema Kalantari Ma'am gave demonstrations and

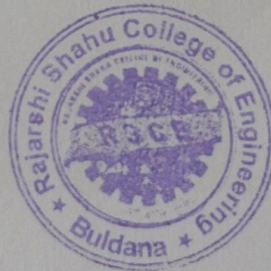






presented yoga asanas. Also, Pawan Muktasana, Bhujangasana, Paschimottanasana, Vajrasana, Dhanurasana, Matsyasana, Padahastanasana, Sarvangasana, Naukasana, Chakkichalansana, Vrikshasana, Konasana etc. Yoga Asanas, similarly Pranayama of Kapalbhati, Bhastrika, Shitli, Nadisodhana Pranayama, Ujjayi Pranayama, Anulom-Vilom, Bhamri etc.. In this session National Service Scheme Program Officer Prof. P.S. Katkar, Head of Sports Department Dr. P.V. Pingle, Prof. B. V. Narwade, Prof.N. S. Payaghan, Prof. P.A. Rane, Prof. M.M. Khan Prof. Ajikya Kuhire, Prof. P.P. Rane, Prof. Neha Deshmukh, Prof. Kiran Sarode, Prof. P.T.Patthe, Mr. Vishal Shinde, Mr. Nitin Nemade, Mr. Buddhabhushan Jamdade, Mr. Dhote and students were present.

Number of student attended the program = 30.







॥ यतो नानात्म्यं मुक्तये ॥

Dwarka Bahuuddeshiya Gramin Vikas Foundation's

**Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana**

Approved By AICTE New Delhi, NAAC Accredited, Affiliated to Sant Gadge Baba Amravati University



**YOGA Meditation Workshop Photo**







**News Paper Cutting**

शुक्रवार २३ जून २०२३

हसरी दुनिया

४

# जागतिक योगदिन व संगीत दिनानिमित्त बुलडाण्यात योग गीतांजली

हसरी दुनिया / बुलडाणा

योगाजली योग सभे व सदे वाचनालयपत्रकारांनी २१ जून जागतिक योग दिन व जागतिक संगीत दिनानिमित्त एका विशेष कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. या कार्यक्रमासाठी अध्यात्मवादी पोकळ भूमी हे होते. तर प्रमुख पाहुणे म्हणून उदय देशपांडे, अरविंद टाकळकर, गीता गांगुले यांची उपस्थिती होती. कार्यक्रमाच्या सुरुवातीला मान्यवरांनी दीप प्रज्वलन करून महाकवी पारबरी, ओंकाराची प्रतिमा, भारत मातेच्या प्रतिमेचे पुजन करण्यात आले. याप्रसंगी प्रास्ताविक करताना योगाजलीच्या योगशिक्षिका अंजली पराजपे यांनी सांगितले की, महिनासाठी दररोज सकाळी योगाजलीच्या बत्तीने योग बस घेण्यात येतो. या योगबत्तीत भारतीय चरित्रे नुसार



असणारे समूचे सण व महापुरुष व महिलांच्या जयंती व पुण्यनिधीचे कार्यक्रम सकाळीच पारंपारिक पद्धतीने साजरे केले जाताना, योगाभ्यासासुद्धे आरोग्य संपन्न जीवन जगणे सुकर होते. योग आणि संगीत यांचे मानवी जीवनात अत्यंत साधारण महत्त्व आहे. याच पार्श्वभूमीवर याबरी बुलडाण्यातील संगीत क्षेत्रात

कार्य करणाऱ्या व्यक्तींचा साकार यानिमित्ताने योगाजलीच्या बत्तीने करण्यात येत. याप्रसंगी बोलताना प्रा.किरण टाकळकर यांनी योग आणि संगीत ह्या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू असून दोन्हीचे माधना करण्याची वेळ सकाळीच आहे व दोन्हीची क्रिया ही प्रत्येक महत्त्वाचे ओंकार सुरू होते. योग आणि संगीत

याच्या माध्यमातून शारीरिक क्रियांचे विशिष्ट हस्तबान होऊन ते शरीरासाठी पुरक असल्याचे मत आपल्या मनोगत त्यांनी व्यक्त केले. जागतिक संगीत दिनान्या पार्श्वभूमीवर बुलडाणा शहरात संगीत क्षेत्रात योगदान देणाऱ्या नविनी बरगवाकर, अरविंद टाकळकर, काशिनाथ तापडे, सद्गुरुसिंग राजपुत, बंदना कुलकर्णी यांचा योगाजलीच्याबत्तीने शाल, स्मृतीचिन्ह व बुके देऊन सन्मान करण्यात आला. या कार्यक्रमात योग क्षेत्रात काम करणाऱ्या डॉ. वैशाखी निकम ममता डवरे, मृलिता पाठक, प्रियंका पाठक, डॉ. सीमा विगायत यांचा आहे मान्यवरांच्या हस्ते स्मृतीचिन्ह देऊन गौरव करण्यात आला. योग दिन व संगीत दिनान्या औचित्य त्याने योगाजली योग सभ्याच्याबत्तीने योगगितांजली या

योगगितांवर आधारित कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले. यात अंजली पराजपे, रम्यी पाधुर, केनकी मान्दे, सीमा पाटील, किरण टाकळकर यांनी योगा-वे महत्त्व पटवून देणारे सुरेल गीते सादर केली. या गीतांच्या कार्यक्रमासाठी सवाईजीवर अरविंद टाकळकर, नवकायकर, आनंद मान्दे, टांड- विवेक मोनवणे यांनी साधसंगत केली. योगगितांच्या कार्यक्रमाचे संचालन ममता डवरे, बंधी जैन, अमिता अखवाल यांनी केले. कार्यक्रमाचे सुरुसंचालन व आभार प्रदर्शन स्वता महाजन यांनी केले. या कार्यक्रमासाठी बुलडाण्यातील रसिकांची मोठ्या संख्येने उपस्थिती होती. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी योगाजलीच्या योगसाधिका व सदे वाचनालयाच्या सदस्यांनी पुढाकार घेतला होता.

## राजर्षी शाहू फार्मसी महाविद्यालय मध्ये आंतरराष्ट्रीय योगा दिवस उत्साहात साजरा

हसरी दुनिया / बुलडाणा

दि. २१ जून रोजी रामेणो कनिं महाविद्यालयाच्या प्राणयोगात प्राचार्य डॉ. शिरीष जैन यांच्या मार्गदर्शनाखाली विद्यार्थी आणि महाविद्यालयाच्या प्राध्यापक आणि कर्मचारी यांनी आंतरराष्ट्रीय योग दिवसानिमित्त योग विविधांचे आयोजन केले होते. यावेळी विविध प्रकारची योगासने प्राणायाम सूर्यनमस्कार आणि ध्यान घेत सांखत योग दिवस साजरा करण्यात आला.



यावेळी महाविद्यालयाचे सर्व प्राध्यापक व विद्यार्थी उपस्थित होते महाविद्यालयाची विद्यार्थिनी साजी राहटे यांनी योग सादर

हा केला. प्रा. देवेंद्र, प्रा.

केले व कार्यक्रमाचे संचालन केले. यावेळी प्राचार्य डॉ. एस. पी. जैन, प्रा. डॉ. प्रकाश के. प्रा. डॉ. केवतकर, प्रा. डॉ. सुभाष देशमाने, प्रा. मनिषा शेळके, प्रा. डॉ. दीपक लोके बाणी, प्रा. सदीप हुपडे, प्रा. डॉ. के. प्रा. देवेंद्र, प्रा.

डॉ. विजय मोनार, प्रा. दीपक भुसारी, प्रा. अमोल घोडके, प्रा. पीरत कारदे, किशोर कुहिर, अश्व मनीन आणि रासेयो कार्यक्रमा अधिकारी प्रा. मोहन देशमाने व सर्व फार्मसी विद्यार्थी यांनी योग करून शारीरिक आणि मानसिक स्तरावर ध्यानाचे महत्त्व समजून घेतले. सदर कार्यक्रमासाठी प्राचार्य डॉ. शिरीष जैन सखती मार्गदर्शन केले. आभार प्रदर्शन यांनी केले.

## राजर्षी शाहू अभियांत्रिकी महाविद्यालयात आंतरराष्ट्रीय योगदिवस उत्साहात साजरा

हसरी दुनिया / बुलडाणा

राजर्षी शाहू अभियांत्रिकी महाविद्यालय, बुलडाणा येथे राष्ट्रीय सेवा योजनाविभाग व क्रीडा विभाग यांच्या संयुक्त विद्यमाने दि. २१ जून २०२३ रोजी १ वा आंतरराष्ट्रीय योग दिवस साजरा करण्यात आला. २०१४ साली ११ डिसेंबरला संयुक्त राष्ट्रसंघाने योगास महत्त्व मान्य करत २१ जूनला आंतरराष्ट्रीय योगदिवस साजरा करण्याची घोषणा केली. २१ जून हा वर्षातील सर्वात मोठा दिवस असल्याने आणि सूर्याचे दक्षिणावर्त सूर्य होण्याचा हा काळ असल्याने या संक्रमण काळात योगाचा जास्त फायदा होतो म्हणून २१ जूनची निवडणूक दिवसासाठी करण्यात आली. भारतीय प्राचीन संस्कृती, परंपरा आणि योग, योगासने, योगसाधना यांना अत्यंत साधारण महत्त्व आहे. अगदी प्राचीन काळापासून

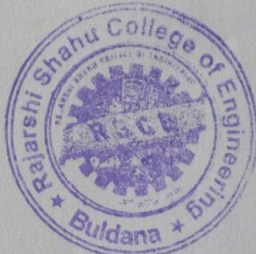


कृषीसुवी, साधू संत यांनी वेळ-वेळी योगाचे महत्त्व, त्याचे फायदे आणि त्याची गरज पटवून दिलेली आहे. आजच्या काळातील प्रकाशकीच्या जीवनात योगाच्या माध्यमातून आपण आपले शरीर तर तंदलत ठेवू शकतो; शिवाय मनाबरोबर चांगले संस्कार करू शकतो. तन आणि मन यांचा एकत्रित व्यायाम म्हणजे योग. असे म्हणता येईल. भारतातील ही योग संस्कृती जागतिक पातळीवर बहुतांश देशांनी स्वीकारली असून, योगासनाचे लाभ त्यांनीही

मोठ्या प्रमाणावर अनुभवले आहेत. जगभरातील देशांनी केवळ योग स्वीकारत नाही, तर त्याचा प्रचार आणि प्रसारही केला. महाविद्यालयात सफाजी ७ वाजता सर्व विद्यार्थ्यांनी महाविद्यालयाच्या लांबवर निरंतर व्यवसायासोबत योगाभ्यास केला. याप्रसंगी बुलडाणा शहरातील योगपंडित, श्रीपाद कलंत्री व योगशिक्षिका सी. सिमा कलंत्री मंडम यांचे पुण्या मुंबई देऊन स्वागत करण्यात आले. त्यांनी आपल्या मार्गदर्शनात योग व प्राचीन

काळापासून असणारे योगाचे महत्त्व तसेच आजच्याकाळात योग ही आपल्या दैनंदिन जीवनाचा भाग बनवण्याची गरज आहे असे सांगितले. तसेच आजच्या काळात प्रत्येक व्यक्ती हा वेगवेगळ्या प्रकारच्या व्याधीनि ग्रस्त आहे व त्यावर रामबाण उपाय म्हणजे योग अभ्यास व त्याचा सराव हा आहे. प्रथम वर्गामध्ये करून योगाभ्यासासाठी सुरुवात करण्यात आली. योगाचे श्रीकलंत्री सरनी बेनिक आसनांचा अभ्यास करून घेतला. योग सी.सीमा कलंत्री मंडम यांनी प्राथमिकी करून योग आसनांचे सादरीकरण केले. तसेच पवन सूक्तसंग, भूज वासन, पश्चिमोत्तानासन, वज्रासन, धनुरासन, मत्स्यासन, पादहस्तासन, सर्वांगासन, नौकासन, चक्रीचासनसन, वृक्षासन, फोनासन, अशा विविध

योग आसनांचा, त्याचप्रमाणे कपालभाली, भस्त्रिका, शिल्ली, नाडीशोधन प्राणायाम, उज्जायी प्राणायाम, अनुलोम-विरोध, भामरी इत्यादी प्राणायाम बद्दल विस्तृत माहिती दिली. डॉ. पी.व्ही. पिण्डे यांनी योग पंडित श्रीपाद कलंत्री व सी. सीमा कलंत्री यांचा परिचय करून दिला तसेच महाविद्यालयाच्या बत्तीने आभार व्यक्त केले. या सत्राला राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रमा अधिकारी प्रा. पी.एस. काटकर, क्रीडा विभाग प्रमुख डॉ. पी.व्ही. पिण्डे, प्रा. बी. व्ही. नरबाई, प्रा. एन.एस. पायपन, प्रा. पी.ए.राणे, प्रा.एम.एन.खान, प्रा. अजित कुडिते, प्रा. पंकज राणे, प्रा. नहा देशमुख, प्रा. किरण सरदे, प्रा. राणे मंडम, प्रा.पहडी पट्टे, विशाल शिंदे, मिलीन नेमाडे, जमदाई, घाटे विद्यार्थी उपस्थित होते.



*Braun*  
**Principal**  
**Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana**

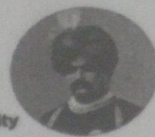




॥ श्रुते ज्ञानं तमो जयते ॥  
Dwarka Bahuuddeshiya Gramin Vikas Foundation's

## Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana

Approved By AICTE New Delhi, NAAC Accredited, Affiliated to Sant Gadge Baba Amravati University



Name of Event / Programe : Yoga Meditation

Date : 23/06/2023

### ATTENDANCE SHEET

Sr.No.	Name of the Students	Sign
1)	Akshad Ashok Phokar	
2)	Ashish Suresh Kakze.	A.S.Kakze.
3)	Genesh Santosh Wandale	G.Wandale
4)	Railar Baban Kakad.	KB Kakad.
5)	Tulshiram Lahu Ade	
6)	Manishwar D. Chopade	
7)	Rushikesh S. Deshmukh	R.Deshmukh
8)	Arshay D. Tadhe	A.Tadhe
9)	Rutuja G. Dhumal	R.Dhumal.
10)	Shubham D. Bodke	
11)	Dipali Dilip Chapatkar	D.Chapatkar
12)	Gurpreet R. Bhutkar	G.Bhutkar
13)	Vaishnavi K. Khandekar	V.K.Khandekar
14)	Bhagyashri R. Malode	B.Malode
15)	Falguni S. Sateode	F.Sateode
16)	Pooja N. Wankhede	P.Wankhede
17)	Shikhar A. Dhege	S.Dhege
18)	Susaj A. Wankhede	S.Wankhede
19)	Susaj R. Bhagat	S.Bhagat
20)	Swaraj T. Jaiswal	S.Jaiswal
21)	Tushar J. Raut	T.Raut
22)	Vaishnavi Rambhau Misal	V.Misal
	Vaishnavi Abhijit Saoji	V.Saoji
24)	Vaishnavi B. Bhargale.	V.Bhargale.
25)	Vaibhav M. Vairalkar	V.Vairalkar
26)	Tushar P. Sarsalkar	T.P.Sarsalkar
27)	Shrikrushna R. Monkhade.	S.Monkhade
28)	Aditya A. Ashikar	A.Ashikar
29)	Aarti M. Rajput	A.Rajput
30)	Abhishek S. Dandak	A.Dandak
31)	Aditya Anuram Dudhol	A.Dudhol

Assistant Professor

Department of Mechanical Engineering  
Rajarshi Shahu College of Engineering

Event Organizer