



॥ ज्ञानं ब्रह्मन् 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



Date: 23rd 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





॥ श्रुते ज्ञानमन्त्र मुक्तये ॥

Dwarka Bahuuddeshiya Aaramin Vikas Foundation's

Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana

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



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.





॥ ज्ञानं ज्ञानान्न मुक्तये ॥

Dwarka Bahuuddeshiya Gramin Vikas Foundation's

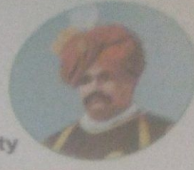
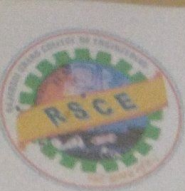
Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana

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

दुनिया

8

जागतिक योगदिन व संगीत दिनानिमित्त बुलडाण्यात योग गीतांजली

हसरी दुनिया / बुलडाणा
योगांजली योग वर्ग व नर्द वाचनालयच्यावतीने २२ जून जागतिक योग दिन व जागतिक संगीत दिनानिमित्त एका विशेष कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. या कार्यक्रमासाठी अध्येक्ष्यानी गोळड भर्मा हे होते. तर प्रमुख पाहुणे म्हणून उदय देशपांडे, अरवि टाकडकर, मीना नागपूर यांची उपस्थिती होती. कार्यक्रमाच्या सुरुवातीला मान्यवरांनी दीप प्रज्वलन करून महाभूमी पाठवली, ओकाराची प्रलिया, भारत मातेच्या प्रतिमेचे पूजन करण्यात आले. याप्रसंगी प्रास्ताविक करताना योगांजलीच्या योगशिक्षिका अंजली पराजपे यांनी सांगितले की, महिलांसाठी दररोज सकाळी योगांजलीच्या वर्गीने योग वर्ग घेण्यात येतो, या योगवर्गात भारतीय परंपरे नुसार



असाणारे सगळे सण व महापुरुष व महिलांच्या जयंती व पुण्यतिथीचे कार्यक्रम सकाळीच पारंपारिक पद्धतीने सादरे केले जातात, योगाभ्यासामुळे आरोग्य संपन्न जीवन जगणे सुकर होते. योग आणि संगीत यांचे मानवी जीवनत अनन्य साधारण महत्त्व आहे. याच पार्श्वभूमीवर यावर्षी बुलडाण्यातील संगीत क्षेत्रात

कार्य करणाऱ्या व्यक्तींचा सत्कार वानिमित्ताने योगांजलीच्या वर्गीने करण्यात येत. याप्रसंगी बोलताना प्रा.किरण टाकडकर यांनी योग आणि संगीत ह्या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू असून दोन्हीचे साधना करण्याची वेळ सकाळीच आहे व दोन्हीची क्रिया ही प्रणवणे म्हणजेच ओंकार मुक्त होते, योग आणि संगीत

याच्या माध्यमातून शारीरिक क्रियांचे विशिष्ट हानिनाश होऊन ते शरीरासाठी पूरक असल्याचे मन आपल्या मनोमन त्यांनी व्यक्त केले. जागतिक संगीत दिनाच्या पार्श्वभूमीवर बुलडाणा भारतात संगीत क्षेत्रात योगदाय देणाऱ्या नर्तनी वरणावकर, अरवि टाकडकर, काशिनाथ तावडे, मडनसिंग राजपुत, बदना कुलकर्णी यांचा योगांजलीच्यावतीने शान, स्मृतीचिन्ह व बुद्धे देऊन सन्मान करण्यात आला. या कार्यक्रमात योग क्षेत्रात काम करणाऱ्या डॉ. वैशाली निकम समता खबर, स्मिता पाठक, त्रिपिका पाठक, डॉ. मीमा लिंसावत यांचा आहे मान्यवरांच्या हस्ते स्मृतीचिन्ह देऊन सौत्त करण्यात आला. योग दिन व संगीत दिनाच्या औचित्याने योगांजली योग वर्गाच्यावतीने योगगितांजली या

योगगितांवर आयोजित कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले. याला अंजली पराजपे, रम्या वाघव, केतकी माने, मीना पाटील, किरण टाकडकर यांनी योगाचे महत्त्व पटवून देणारे सुरेल गीते सादर केली. या गीतांच्या कार्यक्रमासाठी संवादिनीवर -अरवि टाकडकर, तळकावर -अनंद माने, टाकड - विवेक मोनवणे यांनी माध्यमवत केली. योगगितांच्या कार्यक्रमाचे संचालन ममता शबर, वर्षा जैन, अमिता अग्रवाल यांनी केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन व आभार प्रदर्शन स्वता महाजन यांनी केले. या कार्यक्रमासाठी बुलडाण्यातील रसिकांची मोठ्या संख्येने उपस्थिती होती. कार्यक्रमाच्या यशस्वीतेसाठी योगांजलीच्या योगसाधिका व नर्द वाचनालयाच्या सदस्यांनी पुढाकार घेतला होता.

राजर्षी शाहू फार्मसी महाविद्यालय मध्ये आंतरराष्ट्रीय योगा दिवस उत्साहात साजरा

हसरी दुनिया / बुलडाणा
दि. २२ जून रोजी रासोय वतीने महाविद्यालयाच्या प्राचणगात प्राचार्य डॉ. शिरीष जैन यांच्या मार्गदर्शनाखाली विद्यार्थी आणि महाविद्यालयाच्या प्राध्यापक आणि कार्यवाही यांनी आंतरराष्ट्रीय योग दिवसानिमित्त योग्य शिबिराचे आयोजन केले होते. यावेळी विविध प्रकारची योगाभ्यास प्रशासक सूर्यनमस्कार आणि ध्यान घेत मोठ्या योग दिवस साजरा करण्यात आला.



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

होते महाविद्यालयाची विद्यार्थिनी साक्षी राहटे यांनी योग सादर

केले व कार्यक्रमाचे संचालन केले. यावेळी प्राचार्य डॉ. एस पी जैन, प्रा. डॉ. प्रकाश के. प्रा. डॉ. केवळकर, प्रा. डॉ. आशिष देवमाने, प्रा. सतिश शेळके, प्रा. डॉ. दीपक लॉक वाणी, प्रा. संदीप हुपडे, प्रा. डॉ. के.के. प्रा. देवरे, प्रा.

हो विजय सोनार, प्रा. दीपक भुसारी, प्रा. अमोल पोंडके, प्रा. पीरज कावडे, किशोर कुर्तरे, शेख मनीन आणि रासोय कार्यक्रम अधिकारी प्रा. स्नेहल देशमाने व सर्व फार्मसी विद्यार्थी यांनी योग करून जागतिक योगा दिवस साजरा केला. यावेळी प्रा. डॉ. आशिष देवमाने, प्रा. सतिश शेळके, प्रा. डॉ. दीपक लॉक वाणी, प्रा. संदीप हुपडे, प्रा. डॉ. के.के. प्रा. देवरे, प्रा.

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. २२ जून २०२३ रोजी ९ वा आंतरराष्ट्रीय योग दिवस साजरा करण्यात आला. २०२४ साली २२ डिसेंबरला संयुक्त राष्ट्रमंडल योगाचे महत्त्व मान्य करत २२ जूनला आंतरराष्ट्रीय योगदिवस साजरा करण्याची घोषणा केली. २२ जून हा वर्षातील सर्वात मोठा दिवस असल्याने आणि सूर्याचे दक्षिणावर्त सुरु होण्याचा हा काळ असल्याने या सत्रमण काळात योगाचा ज्ञान पायला होतो म्हणून २२ जूनची निवडणूक दिवसासाठी करण्यात आली. भारतीय प्राचीन संस्कृती, परंपरा आणि योग, योगाभ्यास, योगसाधना यांना अत्यंत साधारण महत्त्व आहे. अगदी प्राचीन काळापासून

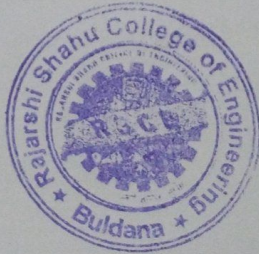


कार्यवाही, साधू संत यांनी केलेली योगाचे महत्त्व, त्याचे फायदे आणि त्याची गरज पटवून दिलेली आहे. आजच्या काळातील प्रकाशकीच्या जीवनात योगाच्या माध्यमातून आपण आपले शरीर तर तंदुरुस्त ठेवू शकतो; शिवाय मनाबद्धी बाबते संस्कार करू शकतो. मन आणि मन यांचा एकत्रित व्यायाम म्हणजे योग, असे म्हणता येईल. भारतातील ही योग संस्कृती जागतिक पातळीवर बहुतांश देशांनी स्वीकारली असून, योगाभ्यास साम त्यांनीही

मोठ्या प्रमाणावर अनुभवले आहेत. जगभरातील देशांनी केलेले योग स्वीकारला नाही, तर त्याचा प्रचार आणि प्रसारही केला. महाविद्यालयात सकाळी ७ वाजता सर्व विद्यार्थ्यांनी महाविद्यालयाच्या जागेवर निसर्गरम्य वातावरणात योगाभ्यास केला. याप्रसंगी बुलडाणा भारतातील योगपंडित, श्रीपाद कलंत्री व योगशिक्षिका सौ. सिमा कलंत्री महान यांचे पुण्य देऊन स्वागत करण्यात आले. त्यांनी आपल्या मार्गदर्शनात योग व प्राचीन

काळापासून असाणारे योगाचे महत्त्व तसेच आजच्याकाळात योग हि आपल्या दैनंदिन जीवनाचा भाग बनवण्याची गरज आहे असे सांगितले. तसेच आजच्या काळामध्ये प्रत्येक व्यक्ती हा वेगवेगळ्या प्रकारच्या व्यधीनि प्रस्त आहे व त्यावर रामबाण उपाय म्हणजे योग अभ्यास व त्याचा सराव हा आहे. प्रथम वर्गमंडळ करून योगाभ्यासासाठी सुरवात करण्यात आली. योगाचे धर्मकांडी सराती बेसिक ज्ञानाचा अभ्यास करून घेतला, योग सौ.मोमा कलंत्री महान यांनी प्राविधिक करून योग ज्ञानाचे सादरीकरण केले. तसेच पवन मुक्तसन, भुजंगासन, पश्चिमोत्तानासन, वझासन, धनुरासन, मत्स्यासन, पादहस्तासन, सर्वांगासन, नौकासन, पक्षीकासनसन, वृक्षासन, कोनासन, अशा विविध

योग अभ्यासाचा, त्याचप्रमाणे कपालावली, भरिष्का, शिखरी, नाडीशोधन प्राणापाम, उडावी प्राणापाम, अनुलोम-विलोम, भास्वरी इत्यादी प्राणापाम बदल विस्तृत माहिती दिली. डॉ. पी.बी. पिगळे यांनी योग पंडित श्रीपाद कलंत्री व सौ. मोमा कलंत्री यांचा परिचय करून दिला तसेच महाविद्यालयाच्या वतीने आभार व्यक्त केले. या सत्रासाठी राष्ट्रीय सेवा योजना कार्यक्रम अधिकारी प्रा. पी.एस. काटकर, क्रीडा विभाग प्रमुख डॉ. पी.बी. पिगळे, प्रा. बी. बी. नरवाडे, प्रा. एन.एस. पाचघन, प्रा. पी.ए.राणे, प्रा. एस.एस. खान प्रा. अजित कुर्तरे, प्रा. प्रकाश राणे, प्रा. नेहा देशमुख, प्रा. किरण सरदे, प्रा. राणे मंडम, प्रा. प्रदीप पुढे, विद्याल शिंदे, नितीश नेमाडे, जयराई, मोटे विद्यार्थी उपस्थित होते.



Principal
Rajarshi Shahu College of Engineering, Buldana



Name of Event / Programme : Yoga Meditation

Date : 23/06/2023

ATTENDANCE SHEET

Sr.No.	Name of the Students	Sign
1)	Akshad Ashok Phapard	<u>Akshad</u>
2)	Ashish Suresh Kakze.	<u>A.S.Kakze.</u>
3)	Ganesh Santosh Wandale	<u>G.Wandale</u>
4)	Kailas Baban Kakad.	<u>KB Kakad.</u>
5)	Tulshiram Lahu Ade	<u>Tulshiram</u>
6)	Manishwar D. Chopade	<u>Manishwar</u>
7)	Rushikesh S. Deshmukh	<u>Rushikesh</u>
8)	Aashay D. Tachew	<u>A.Tachew</u>
9)	Rutuja G. Dhumal	<u>R.Dhumal.</u>
10)	Bhushan D. Bodkhe	<u>Bhushan</u>
11)	Dipali Dilip Chapatikar	<u>D.Chapatikar</u>
12)	Ganesh R. Bhulane	<u>Ganesh</u>
13)	Vaishmare K. Klaghmare	<u>V.Klaghmare</u>
14)	Bhagyashri R. Malode	<u>B.Malode</u>
15)	Falguni S. Sateode	<u>F.Sateode</u>
16)	Prerona N. Wadhane	<u>Prerona</u>
17)	Shivam A. Phorse	<u>Shivam</u>
18)	Sunil A. Wankhade	<u>S.Wankhade</u>
19)	Sunil R. Bhagat	<u>S.Bhagat</u>
20)	Swaraj T. Jaiswal	<u>S.Jaiswal</u>
21)	Tushar T. Raut	<u>T.Raut</u>
22)	Vaishnavi Rambhau Misal	<u>V.Misal.</u>
	Vaishnavi Abhijit Saoji	<u>V.Saoji</u>
24)	Vaishnavi B. Bhargale.	<u>V.Bhargale.</u>
25)	Vaibhav M. Vairalkar	<u>V.Vairalkar</u>
26)	Tushar P. Sarodekar	<u>T.P.Sarodekar</u>
27)	Shrikrishna R. Monhadle.	<u>S.Monhadle</u>
28)	Aditya A. Ashilkar	<u>A.Ashilkar</u>
29)	Aarti M. Rajput	<u>A.Rajput</u>
30)	Abhishek S. Dandak	<u>A.Dandak</u>
31)	Aditya Atmaram Dandak	<u>A.Dandak</u>

Dr. S. L.
Assistant Professor

Department of Mechanical Engineering
Rajarshi Shahu College of Engineering

Dr. S. L.
Event Organizer