

Department of Sanskrit
Hindu Kanya Mahavidyalaya, Jind
Event: Workshop on the topic 'Yoga: Karmasu Kaushalam'
4th February, 2025

The department of Sanskrit of Hindu Kanya Mahavidyalaya, Jind organized a one-day workshop on 4th February, 2025 under the chairmanship of the college principal Dr. Poonam Mor ji. The topic of which was 'Yoga: Karmasu Kaushalam'. The keynote speaker of this program was Mrs. Meena, Assistant Professor of Physical Education department who told about how various diseases can be avoided through yoga. Along with this, she got the students to practice various types of yogasanas. Addressing the students, Dr. Neelam Rani, the coordinator of this workshop, while shedding light on its subject said that yoga is the result of the tireless penance done by the sages for thousands of years. Our sages have defined yoga as 'Samatvam Yoga Uchchate', that is, to remain the same in both happiness and sorrow, equal and odd circumstances. In the present times, divine ornaments like patience, restraint and compassion are needed to protect the entire humanity, which is inherent only in the yogic way of life. In India, yoga is a way of life, a philosophy and a culture. Through this, spiritual steps can be achieved. Yoga not only increases our self-respect but also connects us to the eternal tradition of self-reliance by making us useful and self-reliant, that is why it is said that 'efficiency in actions is yoga'.




Glimpses and Media Coverage of the Event

हिन्दू कन्या महाविद्यालय, जीन्द
संस्कृत विभाग
 द्वारा आयोजित
एक दिवसीय कार्यशाला
विषय- 'योग: कर्मसु कौशलम्'

दिनांक: 04.02.2025
 समय: 11:00 बजे
 स्थान: महाविद्यालय प्रांगण

संयोजिका
 डॉ. नीलम रानी

प्राचार्या
 डॉ. पूनम मोर


दैनिक जागरण पानीपत, 6 फरवरी, 2025

हिंदू कॉलेज में योग पर हुई कार्यशाला



हिंदू कन्या महाविद्यालय में आयोजित कार्यशाला में भाग लेने वाली। • लै. कल्लेज

जागरण संगठन द्वारा हिंदू कन्या महाविद्यालय के संस्कृत विभाग द्वारा आयोजित एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्या डॉ. पूनम मोर ने की। इसका विषय 'योग: कर्मसु कौशलम्' था। इस कार्यक्रम की अध्यक्षता प्राचार्या डॉ. नीलम रानी ने की। इस कार्यक्रम में छात्राओं को योग के फायदों और योग के प्रकारों के बारे में बताया गया। छात्राओं को योग के फायदों और योग के प्रकारों के बारे में बताया गया। छात्राओं को योग के फायदों और योग के प्रकारों के बारे में बताया गया।

वीरवार • 06.02.2025

amarujala.com/jind

हिंदू कन्या कॉलेज में कराई योग पर कार्यशाला



जींद। हिंदू कन्या कॉलेज के संस्कृत विभाग की ओर से योग पर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसकी अध्यक्षता प्राचार्या डॉ. पूनम मोर ने की। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता शारीरिक शिक्षा विभाग की प्राध्यापिका मीना शामिल हुईं। इन्होंने योग की ओर से विभिन्न रोगों से कैसे बचा जा सकता है और विभिन्न प्रकार के योगासनों का छात्राओं को अभ्यास करवाया। कार्यशाला की संयोजिका डॉ. नीलम सांगवान ने छात्राओं को कहा कि ऋषियों की हजारों वर्षों तक की गई अथक तपस्या का परिणाम योग है। संवाद