महात्मा ज्योतिबा फुले रुहेलखण्ड विश्वविद्यालय, बरेली

MAHATMA JYOTIBA PHULE ROHILKHAND UNIVERSITY, BAREILLY

A State University-Govt. of Uttar Pradesh, NAAC A++ Accredited, ISO 9001:2015 & ISO 14001:2015 Certified

पत्रांक : एम.जे.पी.रू.वि. / डी.एस.डब्ल्यू. / 2025 / 2241 दिनांक 19.06.2025

सेवा में,

प्राचार्य / प्राचार्या,
समस्त सम्बद्ध महाविद्यालय
एम.जे.पी.रूहेलखण्ड विश्वविद्यालय, बरेली।

महोदय / महोदया,

राज्यपाल सचिवालय, उत्तर प्रदेश, लखनऊ के पत्र सं0 4299 / 32–जी.एस. / 2025 दिनांक 18.06.2025 के माध्यम से अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस दिनांक 21.06.2025 पर विश्व कीर्तिमान स्थापित किये जाने हेतु **"एक साथ सूर्य नमस्कार योग मुद्रा"** कार्यक्रम किया जाना है जिसका समय राज्यपाल सचिवालय द्वारा प्रातः 08:00 बजे से 08:10 तक निर्धारित किया गया है। (पत्र संलग्न)

उपरोक्त कार्यक्रम के जीओ टैग फोटोग्राफ्स एवं अधिकतम 30 सेंकेण्ड का वीडियो व प्रतिभाग करने वाले समस्त प्रतिभागियों की संख्या पी0डी0एफ0 प्रारूप में अपने महाविद्यालय के official Email. Id से नीचे दिये गये ई–मेल पर समस्त रिपोर्ट उपस्थिति शीट सहित दिनांक 21.06.2025 को शाम 5:00 बजे तक भेजने का कष्ट करें।

E-mail. – dsw@mjpru.ac.in

प्रो0 (पी.वी. सिंह)
अधिष्ठाता, छात्र कल्याण

प्रतिलिपि– निजी–सचिव कुलपति।

प्रो0 (पी.वी. सिंह)
अधिष्ठाता, छात्र कल्याण

ई–मेल

राज्यपाल सचिवालय, उत्तर प्रदेश,
लखनऊ–226027

पत्रांकःई– 4299 / 32–जी0एस0 / 2025
दिनांकः 18 जून, 2025

प्रेषक,

श्री राज्यपाल / कुलाधिपति के विशेष कार्याधिकारी,
उत्तर प्रदेश।

सेवा में,

कुलपति / निदेशक
समस्त राज्य विश्वविद्यालय / संस्थान,
उत्तर प्रदेश।

विषयः अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस (दिनांक 21.06.2025) पर विश्व कीर्तिमान स्थापित किये जाने हेतु "एक साथ सूर्य नमस्कार योग मुद्रा" कार्यक्रम प्रातः 08:00 बजे से कराये जाने के सम्बन्ध में।

महोदय / महोदया,

माननीया कुलाधिपति महोदया जी की अध्यक्षता में सम्पन्न बैठक दिनांक 05.05.2025 एवं इस सचिवालय के पत्र संख्याःई–3458 / 32–जी.एस. / 2025, दिनांक 27.05.2025 तथा पत्र संख्याःई–4101 / 32–जी.एस. / 2025, दिनांक 11.06.2025 का संदर्भ ग्रहण करने का कष्ट करें।

2. माननीय कुलाधिपति महोदया की प्रेरणा एवं निर्देश के अनुपालन में अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस (21.06.2025) के अवसर पर राजभवन सहित समस्त राज्य विश्वविद्यालयों / संस्थानों एवं उनसे सम्बद्ध समस्त महाविद्यालयों में एक साथ "सूर्य नमस्कार योग मुद्रा" कार्यक्रम आयोजित करते हुए विश्व कीर्तिमान स्थापित किया जाना है।

3. इस सम्बन्ध में मुझे आपसे यह कहने का निदेश हुआ है कि **"सूर्य नमस्कार योग मुद्रा"** कार्यक्रम **प्रातः 08:00 बजे से 08:10 बजे तक** आयोजित कराया जायेगा। कार्यक्रम की जीओ टैग फोटोग्राफ्स एवं अधिकतम 30 सेकेण्ड का वीडियो, महाविद्यालयों से प्राप्त आख्या साफ्ट कापी में पेन ड्राइव पर तथा कार्यक्रम के सम्बन्ध में आख्या व प्रतिभाग करने वाले समस्त प्रतिभागियों की संख्या भौतिक रूप से दिनांक 24 जून, 2025 तक इस सचिवालय को अनिवार्य रूप से उपलब्ध कराने का कष्ट करें।

भवदीय,

(डॉ. पंकज एल. जानी)
कुलाधिपति के विशेष कार्याधिकारी

ई-मेल द्वारा

राज्यपाल सचिवालय, उत्तर प्रदेश,
लखनऊ–226027

पत्रांक: ई-[illegible]/32-जी.एस./2025
दिनांक: [illegible] जून, 2025

प्रेषक,

श्री राज्यपाल/कुलाधिपति के विशेष कार्याधिकारी,
उत्तर प्रदेश।

सेवा में,

कुलपति/निदेशक
समस्त राज्य विश्वविद्यालय/संस्थान,
उत्तर प्रदेश।

विषय: अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस (दिनांक 21.06.2025) के अवसर पर विश्व कीर्तिमान स्थापित किये जाने के सम्बन्ध में।

महोदय/महोदया,

उपर्युक्त आन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 के आयोजन एवं इस अवसर पर योग का विश्व कीर्तिमान स्थापित किये जाने के सम्बन्ध में अपर मुख्य सचिव महोदय की अध्यक्षता में आयोजित बैठक दिनांक 05.06.2025 में प्रदत्त निर्देशों का संदर्भ ग्रहण करने का कष्ट करें।

2. अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम एवं प्रस्तावित विश्व कीर्तिमान को सफलतापूर्वक प्राप्त करने के लिए निम्नांकित बिन्दुवार कार्यवाही की जायेगी:-

i. अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस (दिनांक 21.06.2025) पर सर्वप्रथम माननीय प्रधानमंत्री जी के कार्यक्रम के सीधा प्रसारण (Live Telecast) की व्यवस्था की जायेगी।
ii. मा. प्रधानमंत्री जी के कार्यक्रम के पश्चात् आयुष मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा जारी मानक योग प्रोटोकॉल 'Standard Yoga Protocol' का पूर्ण रूप से पालन करते हुए योग कार्यक्रम सम्पन्न किया जायेगा।
iii. मानक योग प्रोटोकाल (Standard Yoga Protocol) के पश्चात माननीय राज्यपाल/कुलाधिपति महोदया का संदेश जो ऑडियो/वीडियो में होगा प्रसारित किया जायेगा।
iv. माननीय राज्यपाल/कुलाधिपति महोदया के संदेश के प्रसारण के पश्चात विश्व कीर्तिमान स्थापित किये जाने के उद्देश्य से एक साथ "सूर्य नमस्कार एवं मुद्रा" कार्यक्रम सभी जगह किया जायेगा। इस आयोजन का निरंतर फोटोग्राफ एवं वीडियो रिकार्डिंग करायी जायेगी।
v. इस कार्यक्रम के अंतर्गत सूर्य नमस्कार 10 मिनट की अवधि तक किए जाएंगे, जिनके सीक्वेंस एक समान किए जाने हेतु छायाचित्र की प्रति संलग्न है तथा सूर्य नमस्कार में उच्चारित होने वाले मंत्र एवं उसका यू-ट्यूब लिंक भी संलग्न कर प्रेषित किया जा रहा है।

vi. जहाँ तक सम्भव हो सूर्य नमस्कार में प्रतिभागियों की वेशभूषा एक समान रखी जाय।

vii. विश्व कीर्तिमान हेतु प्रत्येक स्थल पर सूर्य नमस्कार के प्रतिभागियों की संख्या की गणना की जायगी तथा प्रत्येक स्थल पर गणना हेतु कार्मिकों/नोडल अधिकारी की तैनाती की जायेगी।

viii. सूर्य नमस्कार का पूर्ण पारदर्शी तरीके से डॉक्यूमेन्टेशन कराया जायेगा और इस सचिवालय के पत्र संख्या ई–3456/32–जी.एल./2025 दिनांक 27 मई, 2025 के बिन्दु–3 अनुसार वांछित सूचनाएं इस सचिवालय को दिनांक 24 जून 2025 की अपराह्न तक प्रत्येक दशा में उपलब्ध कराना सुनिश्चित किया जाय।

3. कृपया तदानुसार कार्यवाही सम्पादित कराते हुए विश्व कीर्तिमान हेतु पूर्व में प्रेषित निर्देशों के अनुसार निर्धारित समयावधि में कार्यवाही करने का कष्ट करें।

भवदीय,

(डॉ. पंकज एल. जानी)
कुलाधिपति के विशेष कार्याधिकारी

सूर्य के 12 मंत्र

ॐ सूर्याय नमः

ॐ आदित्याय नमः

ॐ मित्राय नमः

ॐ रवये नमः

ॐ भानवे नमः

ॐ खगाय नमः

ॐ पूषणे नमः

ॐ हिरण्यगर्भाय नमः

ॐ मारिचाय नमः

ॐ सावित्रे नमः

ॐ अर्काय नमः

ॐ भास्कराय नमः

नोट : यू-ट्यूब लिंक :

https://www.youtube.com/watch?v=[illegible]

SURYA NAMASKAR
(SUN SALUTATION)
Step 1: Exhale
Step 2: Inhale
Step 3: Exhale
Step 4: Inhale
Step 5: Retention
Step 6: Exhale
Step 7: Inhale
Step 8: Exhale
Step 9: Inhale
Step 10: Exhale
Step 11: Inhale
Step 12: Exhale

चरैवेति चरैवेति

महात्मा ज्योतिबा फुले
रुहेलखण्ड विश्वविद्यालय, बरेली

Yoga for Harmony & Peace

आमंत्रण

महात्मा ज्योतिबा फुले रुहेलखण्ड विश्वविद्यालय, बरेली

(नैक ग्रेड A++, UGC कैटेगरी–I राज्य विश्वविद्यालय)

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

''एक साथ योग: संकल्प और सामूहिकता का प्रतीक''

श्रीमती आनंदीबेन पटेल

मानननीय कुलाधिपति एवं श्री राज्यपाल, उत्तर प्रदेश

की प्रेरणा एवं

प्रो० के० पी० सिंह

मानननीय कुलपति

के दिशा निर्देश में

शनिवार, 21 जून 2025 । प्रातः 06:00 बजे

आप सभी सादर आमंत्रित हैं।

प्रो० पी०बी० सिंह	**प्रो० एस० एस० बेदी**	**श्री संजीव कुमार सिंह**
(अधिष्ठाता छात्र कल्याण)	(सचिव, क्रीड़ा परिषद)	(कुलसचिव)

आयोजन स्थल : पं० दीनदयाल उपाध्याय स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स, विश्वविद्यालय परिसर, बरेली