

for No. 13
Convent, etc.



G.E.C., AJMER

Office of Principal

Out.No... 2469

Date... 31/03/23

SHRI RAM CHANDR

International HQ, Kanna Shanti vanar

हर दिल ध्यान

S/o Principal, Engineering College,
Ajmer

विषय: 7 से 9 अप्रैल, 2023 तक योग महोत्सव, अजमेर हेतु आमंत्रण।

महोदय,

श्री राम चंद्र मिशन और हार्टफुलनेस संस्थान की ओर से, हम आपका हार्टफुलनेस संस्थान द्वारा संस्कृति मंत्रालय, भारत सरकार के सहयोग से 7 से 9 अप्रैल, 2023 तक आयोजित "योग महोत्सव" में आमंत्रित करत हुए खुशी महसूस कर रहे हैं। यह तीन दिनों तक चलने वाला कार्यक्रम है, जिसमें ब्लड प्रेशर, मोटापा, डायबिटीज, डिप्रेशन तथा तनाव प्रबंधन के साथ एकाग्रता एवं आत्मविश्वास में वृद्धि के लिए लाभकारी आसन, प्राणायाम, मुद्रा के अभ्यास के साथ योगिक प्राणाहुति आधारित हार्टफुलनेस ध्यान का गहन अनुभव कराया जाएगा। इस तीन दिवसीय कार्यक्रम की रूपरेखा इस प्रकार है—

योग महोत्सव

स्थल : जी.एल.ओ. ग्राउंड, डी.आर.एम. ऑफिस, अजमेर

शुक्रवार 7 अप्रैल से रविवार 9 अप्रैल, 2023

प्रतिदिन प्रातः 6:00 से 8:00 बजे तक

दिनांक 7 व 8 अप्रैल 23. प्रातः 6:00 PM से 6:30 PM

संस्कृति मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा आजादी का अमृत महोत्सव के तहत श्री राम चंद्र मिशन और हार्टफुलनेस

संस्थान के साथ मिलकर व्यक्तिगत और समुदायिक स्तर पर आंतरिक शांति, आनंद और समग्र कल्याण की खोज में

सहयोग करने के लिए हार्टफुलनेस योग और ध्यान कार्यक्रमों की एक श्रृंखला "हर दिल ध्यान, हर दिन ध्यान" नाम

से आयोजित की जा रही है। इस आयोजन में मानसिक स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। इस पहल में

हार्टफुलनेस संस्थान के संस्थापक एवं श्री रामचंद्र मिशन के अध्यक्ष – पूज्य दाजी, श्री कमलेश पटेल जी के मार्गदर्शन

में योग और ध्यान के कई कार्यक्रम शामिल हैं जो कि निःशुल्क हैं। सभी कार्यक्रमों और उनके पंजीकरण का विवरण

<https://hfn.link/hdd> लिंक पर उपलब्ध है।

आपसे यह भी निवेदन है कि आपके संस्थान/विभाग के सभी छात्र-छात्राओं एवं कर्मचारियों का इस योग

महोत्सव में उपस्थित होने हेतु आवश्यक प्रेरणा एवं निर्देश प्रदान करें।

नोट:- कार्यक्रम विशेषकर स्टूडेंट्स (Students) के लिए पूरे दिन का विनाश
18-03-2023 को रहेगा।

श.जी. शर्मा आई.एस.ए.एस.(स.नि.)
आयोजन संयोजक

इन्ज. शैलेश गौड़
केन्द्र समन्वयक
86192 21066

ANKUR, TELAK कर्नल अमर सिंह(स.नि.)
9352947875 जोनल संयोजक

आजादी का
अमृत महोत्सव



संस्कृति मंत्रालय
MINISTRY OF
CULTURE



Yoga
4U

heartfulness
advancing in life

हार्टफुलनेस संस्थान, श्री रामचन्द्र मिशन एवं संस्कृति मंत्रालय

के सहयोग से आयोजित

हर दिल ध्यान – हर दिन ध्यान

योग महोत्सव

आसन | प्राणायाम | मुद्रा | पीलेटि |

ब्राइल माइंड्स | यौगिक प्राणायाम सहित ध्यान

निःशुल्क

दिनांक : 7 - 8 - 9 अप्रैल 2023 | प्रातः 6:00 से 8:00 बजे

7-8 अप्रैल 2023 को शाम 6:00 से 7:30 PM

स्थान: रेल्वे जी.एल.ओ. ग्राउंड, डी.आर.एम. ऑफिस, अजमेर

रजिस्ट्रेशन करें



/heartfulness

<http://hfn.link/hdd>

96600 86239; 98873 29049