

యోగవాణి

ధ్యేయం:

సాంప్రదాయక
మరియు శాస్త్రీయ
ప్రనాదులపై
ఆధారపడిన యోగా
సందేశాన్ని
పంచుకోవడం

ప్రాముఖ్యత:

విభిన్న యోగ
సంప్రదాయాలను
ఏకీకృతం చేయడం

ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ అధికారిక మాసపత్రిక

iyadap.in | yogavani.iyadap.in

ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్

ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ అనేది ఒక రిజిస్టర్డ్ సొసైటీ, సొసైటీ రిజిస్ట్రేషన్ చట్టం 1860 కింద రిజిస్టర్ చేయబడింది, రిజిస్ట్రేషన్ నంబర్: SI/63761/2008, తేదీ 31 అక్టోబర్, 2008 యోగ ఋషి స్వామి రామదేవ్ జీ మహారాజ్ పాలక మండలికి మొదటి చైర్మన్ గా ఉన్నారు, ప్రస్తుతం పూజ్య గురుదేవ్ శ్రీశ్రీ రవిశంకర్ వారు పాలక మండలి చైర్మన్ గా మరియు మా డాక్టర్ హంసాజీ యోగేంద్ర మాతాజీ అధ్యక్షుడిగా ఉన్నారు. రెజెండరీ యోగి పద్మవిభూషణ్ దివంగత డాక్టర్ బికేష్ అయ్యంగర్ జీ ఆధ్వర్యంలో స్థాపించబడింది.

ఐ. వై. ఏ. అనేది అన్ని యోగ పరంపరాలను ఒక ఉమ్మడి లక్ష్యంలో ఏకం చేయడానికి చేసిన తొలి ప్రయత్నం. ప్రపంచవ్యాప్తంగా యోగా మరియు దాని అనువర్తనాలను ప్రోత్సహించడానికి మరియు అభివృద్ధి చేయడానికి మరియు సభ్య సంస్థల కార్యకలాపాలను సులభతరం చేయడానికి పరిశ్రమ - మరియు స్వయం - నియంత్రణ సంస్థకు ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ కట్టుబడి ఉంది.

లక్ష్యాలు మరియు ఆశయాలు

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • యోగా యొక్క ప్రచారం మరియు అభివృద్ధి మరియు దాని ఉపయోగములు. • వివిధ భారతీయ యోగా సంప్రదాయాలను నిర్వహించడం మరియు ప్రోత్సహించడం. • సమాజంలోని అన్ని వర్గాల సామాజిక-ఆర్థిక అవసరాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని యోగా మరియు దాని అనువర్తనాలలో ప్రాథమిక మరియు క్లినికల్ పరిశోధనలను నిర్వహించడానికి విస్తృతమైన పరిశోధన సౌకర్యాలను అందించడం. • భారతదేశంలోని వివిధ ప్రాంతాలలో మరియు విదేశాలలో యోగా, దాని వివిధ పద్ధతులు మరియు అభ్యాసం గురించి సమాచారం మరియు జ్ఞానాన్ని ప్రచారం చేయడానికి సమావేశాలు, సెమినార్లు, వర్క్ షాపులు, శిబిరాలు మరియు బహిరంగ సమావేశాలను నిర్వహించడం. • యోగా యొక్క గుర్తింపు మరియు అనుబంధం యోగా సంస్థల అనుబంధానికి ప్రాథమిక అవసరాలను సూచించడంతో సహా సంస్థలు. | <ul style="list-style-type: none"> • యోగా సంస్థల కార్యకలాపాలలో కొంత స్వీయ క్రమశిక్షణను తీసుకురావడం. • యోగాలో ఉద్భవిస్తున్న ధోరణులపై ప్రయోగాలు మరియు పరిశోధనలు నిర్వహించడం. ఆధునిక యుగం యొక్క సవాళ్లను ఎదుర్కోవడానికి యోగా యొక్క ప్రాచీన యోగా గ్రంథాలు మరియు గ్రంథాల ఆధారంగా పద్ధతులు మరియు విధానాలను అభివృద్ధి చేయడం. • యోగా అభ్యాసం, బోధన మరియు పరిశోధనలకు కొత్త విధానాల అభివృద్ధి మరియు వ్యాప్తి. • యోగాలో విద్య మరియు శిక్షణ అందించడానికి వివిధ కోర్సులను సూచించడం. • వివిధ యోగా విద్య, యోగా చికిత్స మరియు యోగా శిక్షణ కోర్సులు మరియు కార్యక్రమాలకు సిలబస్ మరియు పాఠ్యాంశాలను సూచించడం. • వివిధ స్థాయిలలో యోగా మరియు దాని అనువర్తనాలపై పరిశోధన నిర్వహించడానికి మార్గదర్శకాలను సూచించడం. |
|---|--|

సంపాదకీయ బృందం

Editorial Team

సంపాదకీయ మండలి

ప్రాఫెసర్ కంభంపాటి సుబ్రహ్మణ్యం

ప్రాఫెసర్ మేడపాటి వెంకటరెడ్డి

డాక్టర్ శ్రీ కృష్ణ చందక

ప్రాఫెసర్ రమేష్ బాబు కె

Editorial Board

Professor Kambampati Subrahmanyam

Professor Medapati Venkata Reddy

Dr. Sri Krishna Chandaka

Professor Ramesh Babu K

చీఫ్ ఎడిటర్ - శ్రీరామచంద్ర పరిగె

ఎడిటర్ - నల్లగొండ కుమార్ రాజా

అసోసియేట్ ఎడిటర్ - వైష్ణవం శ్రీ విష్ణు భగవత్ ఆచార్య

అసిస్టెంట్ ఎడిటర్ - డాక్టర్ సుమన పోతుగుంట

అసిస్టెంట్ ఎడిటర్ - వెంకట నరసింహ మూర్తి వడ్లమాని

Chief Editor - Srirama Chandra Parige

Editor - Nallagonda Kumar Raja

Associate Editor - Vaishnavam Sri Vishnu

Bhagavatacharya

Assistant Editor - Dr. Sumana Pothugunta

Assistant Editor - Venkata Narasimha Murthy

Vadlamani

నిర్మాణం - శ్రీ సందీప్ వారణాసి

పేజిసేషన్ - హేమ చందర్

Production - Sri Sandeep Varanasi

Pagination - Hema Chander

ప్రకటనలు & ప్రచారం

ads@iyaap.in

Advertisements & Publicity

ads@iyaap.in

ఆంధ్రుల ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ ద్వారా ప్రచురించబడింది. ఈ ప్రచురణ మరియు దానిలోని విషయాలు ప్రచురణకర్తకు అంతర్జాతీయ కాపీరైట్ ద్వారా రక్షించబడింది. కాబట్టి, ప్రచురణకర్త యొక్క ముందస్తు వ్రాతపూర్వక అనుమతి లేకుండా ఈ ప్రచురణలో ఏదైనా ప్రచురణ అయినా పునరుత్పత్తి చేయడం, తిరిగి పాండ్ వ్యవస్థలో నిల్వ చేయడం లేదా ఏ రూపంలోనైనా మరియు ఏ విధంగానైనా ప్రసారం చేయడం నిషేధించబడింది

Published by the Andhra Pradesh State Chapter of the Indian Yoga Association. This publication and its contents are protected by international copyright held by the publisher. Therefore, any reproduction, storage in a retrieval system, or transmission in any form or by any means of any part of this publication without the prior written permission of the publisher is prohibited.

ఆంధ్రుల ఐ. వై. ఏ. మెంబర్ ఇంస్టిట్యూషన్స్ Andhrula IYA Member Institutions



యోగ చైతన్య ట్రస్ట్



యోగి రామ తపావనం &
ఋషి మార్గ మిషన్

ఆంధ్రుల ఐ. వై. ఏ. అసోసియేట్ సెంటర్స్ Andhrula IYA Associate Centers



నయాగో ఎడ్యుకేషనల్ ట్రస్ట్



శ్రీ విశ్వేశ్వర యోగ రీసెర్చ్ ఇన్స్టిట్యూట్



భారత్ యోగవిద్య కేంద్ర

The strength of Indians lies in the knowledge of Yoga. Bhagavad Gita is a wonderful scripture of Yoga. For mankind, Yoga practice is also for good health.

The good fortune of the people of Andhra Pradesh is that this year's International Day of Yoga will be held in Visakhapatnam.

This is a wonderful opportunity to showcase the greatness of the people of Andhra Pradesh.

On this occasion, the Andhra Pradesh State Chapter Committee of the Indian Yoga Association is launching a Yoga magazine.

The magazine of IYA is titled Yogavani.

Having gained popularity in English and other Indian languages, this Yogavani will now be available to us in Telugu as well. This bilingual magazine will also attempt to explain things in English wherever necessary.



ప్రాఫెసర్ కంభంపాటి సుబ్రహ్మణ్యం
అధ్యక్షుడు, ఆంధ్రుల ఐ. యె. ఏ. ,
ఛాన్సలర్, ఎస్-వ్యాస్ యోగా
విశ్వవిద్యాలయం

Prof Kambhupati Subrahmanyam,
Chairperson, Andhrula IYA
Chancellor, SVYASA Yoga University

భారతీయుల బలం యోగ విద్య
భగవద్గీత గీత అద్భుతమైన యోగ శాస్త్రం.
మానవాళికి ఆరోగ్యదాయకం యోగాభ్యాసం.

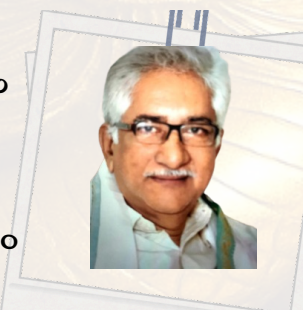
ఆంధ్రుల అద్భుతం. ఈ సంవత్సరం విశ్వ యోగ దినం విశాఖపట్టణం లో జరగనున్నది. ఆంధ్రుల గొప్పదనాన్ని చాటుకొనుటకు చక్కటి అవకాశం. ఈ సందర్భంలో భారతీయ యోగా సంస్థ యొక్క ఆంధ్రుల శాఖ చక్కని యోగ సంభంధిత పత్రికను అందజేయుటకు సంసిద్ధులైనారు.

ఆ యోగ సంస్థ యొక్క పత్రికయే యోగ వాణి. ఆంగ్లము నందు ఇతర భారతీయ భాషల యందు ప్రాచుర్యం సంపాదించిన ఈ యోగవాణి మనకు ఇక మీదట తెలుగులో కూడా లభ్యము కానున్నది. ఈ పుస్తకం అవసరమైన చోట్ల ఆంగ్లము నందు కూడ తెలియజేయుటకు ప్రయత్నించును.

ఈ పత్రిక యందు యోగాభ్యాసమునకు యోగ విద్యకు యోగ సంస్థ కార్యక్రమములకు సంబంధించిన అన్ని విషయములు సంక్షిప్తముగాను విపులముగాను వివరింపబడును. కావున ఈ పత్రికను ఎల్లరు ఆహ్వానించవలసినదిగా మనవి

ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ వారి యోగ వాణి ఇప్పుడు మన తెలుగులో రావడం ముదావహం. ఏ విధానం అయినా సామాన్యులకు చేరువైతేనే దానికి సార్థకత. ఆ ఆశయంతో ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్, ఆంధ్ర ప్రదేశ్ శాఖ వారు తెలుగులో యోగ వాణి ప్రారంభించడం అభినందనీయం.

ప్రపంచం గురు భారతదేశమైతే, భారత యోగాకు ఐ. యె. ఏ. చుక్కాని, దినదిన ప్రవర్ధమానం కావాలని ఆశిస్తూ



శ్రీ వీరప్పనేని రామారావు
సీనియర్ ఉపాధ్యక్షుడు,
ఆంధ్రుల ఐ. యె. ఏ.

The fact that Yogavani from Indian Yoga Association is now available in our Telugu language is a matter of joy. Any system achieves its purpose only when it reaches the common people. With that aim, it is commendable that the Andhra Pradesh State Chapter Committee of the Indian Yoga Association has started Yogavani in Telugu.

If India is the Guru to the world, then IYA is the helm for Indian Yoga. Wishing it grows day by day....

ప్రియమైన సోదరీమణులు, సోదరులారా !!

Dear Sisters and Brothers,

మీ అందరికీ ఆంధ్రుల ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ (ఐ. వై. ఏ.) నుండి శుభాకాంక్షలు! గౌరవనీయులైన ప్రధాని శ్రీ నరేంద్ర మోడీ గారు గౌరవనీయులైన ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు గారి ఆభ్యర్థన మేరకు విశాఖపట్నం లో అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం (ఐడివై) ప్రకటించారు.

మన రాష్ట్రాన్ని, యోగాంధ్ర: గా చేయడానికి, మనమందరం కలిసి సహకరించడానికి మనకు ఇది ఒక చక్కని అవకాశం. రండి! మనమందరం కలిసి ఈ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని నిజంగా, యోగా ఫర్ వన్ ఎర్త్ వన్ హెల్త్ గా మార్చుద్దాము!

ఆంధ్రుల ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ యోగా కార్యక్రమాలను విస్తరించడానికి, హృదయపూర్వక మద్దతును తెలియ చేయడానికి ఎప్పుడైనా, ఎక్కడైనా సిద్ధంగా ఉంటుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని రెండు కోట్లకు పైగా ప్రజలు పాల్గొనడానికి పిలుపునిచ్చిన శ్రీ చంద్రబాబు నాయుడు గారు చేసిన మంచి ప్రయత్నం ఇది.

ఇది గరిష్ట భాగస్వామ్యాన్ని కల్పిస్తూ, ఆంధ్రుల ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ సభ్యులచే అనుభవజ్ఞులైన, విద్యా మరియు పరిశోధన-ఆధారిత ఉపాధ్యాయుల ద్వారా యోగా యొక్క నాణ్యమైన ప్రమాణాలను పెంపొందిస్తుంది.

సభ్యులు కఠినమైన దృవీకరణ ప్రక్రియ ద్వారా అర్హత పొందినవారు. ఇందులో ప్రతి సభ్యుడు యోగాలో సర్టిఫికేట్ / డిప్లొమా / డిగ్రీ / మాస్టర్స్ డిగ్రీ / పిహెచ్డి లేదా 2000 గంటల శిక్షణ లేదా వైసిబి స్థాయి 2 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ధృవపత్రాలు మరియు 2000 గంటల విశ్వవిద్యాలయ సర్టిఫికేట్ ను పొందినవారు.

ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న ఈ చొరవ ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ తో కలిసి సరైన యోగా విద్యను అందిస్తుంది.

ఆంధ్రుల ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ ఇప్పుడు పూర్తి స్థాయి కమిటీతో చురుకుగా పనిచేస్తూ ఉన్నది! ఆఫీస్ బేరర్ల మాత్రమే కాకుండా, సభ్యత్వాలు, పరిశోధన, విద్యావిషయక ప్రచురణలు, మహిళా సెల్, ఐటి, అక్రెడిటేషన్, పబ్లిసిటీ, పిఆర్ మరియు లీగల్ వంటి సబ్ కమిటీలను, వాటికి కన్వీనర్స్ ను కలిగి ఉంది!

ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ అనే ఈ యోగా ఉద్యమంలో చేరడానికి నేను ప్రతి ఒకరిని ఆహ్వానిస్తున్నాను! ఇందులో ఎవరైనా చేరవచ్చు మరియు సహకరించవచ్చు !!

రవి తుములూరి, కార్యదర్శి, ఆంధ్రుల ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్.

Greetings from Andhrula Indian Yoga Association!

Honourable Prime Minister Sri Narendra Modi garu has announced the International Day of Yoga (IDY) at Visakhapatnam at the request of Honourable CM Chandrababu Naidu garu. This is a opportunity for all us to come together and contribute towards making 'Yogaandhra' (యోగాంధ్ర). Come! Let us all make this IDY truly "Yoga for One Earth One Health" !

Andhrula IYA will be willing to extend wholehearted support of Yoga activities, anytime, anywhere.

This is a good initiative by the Sri Chandrababu Naidu garu to call for the participation of more than 2 crores people from all of Andhra Pradesh. While this will ensure maximum participation, Andhrula IYA will ensure quality standards of Yoga through experiential, academic and research-based teachers by IYA Members.

IYA Members are qualified through a rigorous validation process where by each Member should have completed Certificate / Diploma / Degree / Master's degree / PhD in Yoga or any other course of 200+ hours of training or YCB level 2 or higher certificates and any University certificate of 200+ hours of training. This initiative by the Government combined with rigour or IYA will ensure proper Yoga education.

Andhrula IYA is active now with full-fledged Committee! Other than the office bearers, we have a Convener for Memberships, Research, Academics, Publications, Women Cell, IT, Accreditation, Publicity, PR and Legal Subcommittees!

I invite one and all to join this movement called Indian Yoga Association! Anyone can join and contribute!!



Ravi Tumuluri, Secretary, APSCC IYA (Andhrula Indian Yoga Association)

Dear Readers!

Yoga relatives !!

The Andhra Pradesh State Chapter Committee of the Indian Yoga Association is delighted to bring you the first issue of "Yogavani" monthly magazine in Telugu. This is not just a magazine; it's an aspiration to integrate yoga, meditation, and spiritual knowledge into your daily lives, offering peace, health, and joy.

In today's fast-paced world, stress and anxiety have become commonplace.

We are losing the balance between our body, mind, and soul. In these circumstances, yoga and meditation, the ancient Indian treasures of knowledge, stand as powerful tools for us.

Our aim through "Yogavani" is to bring this wonderful knowledge to you in simple language.

In this first issue, we have included many interesting topics such as the primary goals and objectives of the Indian Yoga Association, messages from yoga gurus, and information on yoga courses. Each page offers practical guidance. We hope this will assist you on your inner journey.

"Yogavani" is not just for reading but a platform to inspire practice. I sincerely wish that you incorporate the knowledge from this magazine into your lives, experience the positive changes it brings, and help expand the Indian Yoga Association across our Telugu states.

Your opinions and suggestions are invaluable to us. With your cooperation, we

hope to further enhance "Yogavani."

Nallagonda Kumar Raja, Editor,
"Telugu Yogavani" Monthly Magazine.



ప్రియమైన పాఠకులారా!

యోగ బంధువులారా!!

ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్, ఆంధ్రప్రదేశ్ స్టేట్ చాప్టర్ కమిటీ పక్షాన తెలుగులో 'యోగవాణి' మాసపత్రిక మొదటి సంచికను మీ ముందుకు తీసుకురావడం అనందంగా ఉంది.

ఇది కేవలం ఒక పత్రిక కాదు. మీ దైనందిన జీవితంలో యోగ, ధ్యానం మరియు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానాన్ని మేళవించి శాంతి, ఆరోగ్యం, మరియు ఆనందాన్ని అందించాలనే ఒక ఆశయం. నేటి వేగవంతమైన ప్రపంచంలో ఒత్తిడి, ఆందోళన సర్వసాధారణమైపోయాయి. మన శరీరం, మనస్సు, ఆత్మల మధ్య సమతుల్యతను కోల్పోతున్నాం. ఈ పరిస్థితుల్లో, ప్రాచీన భారతీయ జ్ఞాన సంపద అయిన యోగం, ధ్యానం మనకు ఒక శక్తివంతమైన ఉపకరణంగా నిలుస్తుంది.

'యోగవాణి' ద్వారా ఈ అద్భుతమైన జ్ఞానాన్ని సరళమైన భాషలో మీ ముందుకు తీసుకురావడమే మా లక్ష్యం.

ఈ మొదటి సంచికలో, ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ ప్రాథమిక లక్ష్యాలు, ఉద్దేశ్యం, యోగ గురువుల సందేశాలు, యోగ కోర్సులు వంటి అనేక ఆసక్తికరమైన విషయాలను పొందుపరిచాం. ప్రతి పేజీ మీకు ఆచరణాత్మక మార్గదర్శనాన్ని అందిస్తుంది. ఇది మీ అంతర్గత ప్రయాణంలో సహాయపడుతుందని ఆశిస్తున్నాము.

'యోగవాణి' కేవలం చదవడానికి మాత్రమే కాదు, ఆచరణకు ప్రేరణ కలిగించే ఒక వేదిక. ఈ పత్రికలోని జ్ఞానాన్ని మీ జీవితంలో భాగం చేసుకుని, దాని ద్వారా లభించే సానుకూల మార్పులను అనుభవించాలని, ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ ను మన తెలుగు రాష్ట్రాలలో విస్తృత పరచాలని మనసారా కోరుకుంటున్నాను.

మీ ఆభిప్రాయాలు, సూచనలు మాకు ఎంతో విలువైనవి. మీ సహకారంతో, 'యోగవాణి' ని మరింత ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దాలని ఆశిస్తున్నాము.

నల్లగొండ కుమార్ రాజా,
సంపాదకుడు
తెలుగు యోగవాణి, మాసపత్రిక

ఏలీ ఎస్ సిసి బి. వై. ఏ. - ఆంధ్రుల బి. వై. ఏ. కమిటీ

Dr Prof Kambhampati Subrahmanyam	Chairperson, Chancellor, S-VYASA
Sri Veerappaneni Rama Rao	Senior Vice Chairperson, IYA Life Member
Sri Ravi Tumuluri	Secretary
Dr JK Swapna	Joint Secretary, IYA Life Member
Sri Surendra Reddy Katam	Joint Secretary, IYA Life Member
Sri Hemanth V R Yandamuri	Treasurer, IYA Life Member
Sri Venkataramanujam Shyam Sundar V	Convener Academics, YRT & RM – Mission Nominee
Dr Krishnaveni Sri Bhuvanagiri	Convener Research, IYA Life Member
Sri Rama Chandra Parige	Convener Publications, IYA Life Member
Yogacharini Dr Sumana Pothugunta	Convener Women Cell, SVYRI Nominee
Sri Kalyan Janumapally	Convener IT, IYA Life Member
Sri Pemma Nageshwara Rao	Convener Memberships, IYA Life Member
Sri Tirupati Sai Yagnesh Singh	Convener Accreditation, NAYAGO Nominee
Sri Nallagonda Kumar Raja	Convener Publicity, IYA Life Member
Sri Asapu Rajeswara Rao	Convener Legal. IYA Life Member

ఏలీ ఎస్ సిసి ఐ.వై.ఏ. - ఆంధ్రుల ఐ.వై.ఏ. కమిటీ

Sri Srinivasu Mannem	Convener, Yoga Chaitanya Yatra, IYA LM
Sri Sandeep Varanasi	Convener Srikakulam, IYA Life Member
Sri Pagadala Chandra Sekhar	Convener Ongole, IYA Life Member
Sri Venkata Narasimha Murthy Vadlamani	Convener Kakinada, IYA Life Member
Smt Rajeshwari Kolachalam	Convener Krishna, Art of Living Nominee
Yogamatha Adunadevi	Advisor, Academics, IYA Life Member
Dr Chandaka Sri Krishna	Advisor, Nominee, VYASA, IYA Life Member
Sri Satya Sridhar Akkineni	Advisor, Former Joint Secretary
Sri Ramamoorthy Bhasker Bharadwaj	Advisor, Former Convener, IYA Life Member
Dr Rama Reddy Karri	Advisor, ICYER Nominee, IYA Life Member
Yogacharya Balasubramanyam G	Advisor, Former Convener, IYA Life Member
Prof K Ramesh Babu	HOD, Yoga & Consciousness, Andhra University, IYA LM

You want to your name in this list?



Subscribe to Yogavani FREE



సంపాదకీయం

- యోగాచార్య డాక్టర్ ఆనంద బాలయోగి భవనాని, ఎడిటర్
డైరెక్టర్ ISCM మరియు ప్రాఫెసర్ యోగా థెరపీ,
శ్రీ బాలాజీ విద్యాపీఠ్, ప్రదుచ్చేరి, భారతదేశం.

గురువు శిష్యున్ని ఎంచుకుంటాడు

గురు-శిష్య పరంపర అనేది మన భారతీయ సంస్కృతి యొక్క గొప్ప సంపదలలో ఒకటైన పురాతన యోగ కళ మరియు శాస్త్రం. మరియు సాంప్రదాయ జ్ఞానం యొక్క సమృద్ధిగా సజీవ మనుగడ. ఈ అవిచ్ఛిన్న పరంపర గురువు నుండి శిష్యుడికి అపరిమిత బోధనలను అందించింది. తరువాత అతను తన శిష్యులకు గురువుగా మారాడు. తద్వారా రాబోయే తరాలకు వంశపారంపర్య జ్ఞానాన్ని కాపాడుకున్నాడు.

పరమ పూజ్య స్వామీజీ చెప్పినట్లుగా, యోగమహర్షి డాక్టర్ స్వామి గీతానంద గిరి గురు మహారాజ్ ఇలా అంటారు. "నిజమైన గురువు తన శిష్యుడికి వారి సామర్థ్యాన్ని వ్యక్తపరచడానికి వీలు కల్పిస్తాడు. తద్వారా వారే గురువు అవుతారు. వారిని శక్తివంతం చేయడమే లక్ష్యం. వారిని శాశ్వతంగా శిష్యుడిగా పరిమితం చేయడం మరియు బలహీనపరచడం కాదు."

ఈ విషయంలో, 50 సంవత్సరాలకు పైగా యోగా జీవన సత్సంఘ అంతర్జాతీయ మాసపత్రిక (పాండిచ్చేరిలోని ఆనంద ఆశ్రమంలో - ఐ. సి. వై. ఇ. ఆర్.) ను ప్రచురించిన పరమ పూజ్య అమ్మాజీ, యోగాచారిణి మీనాక్షి దేవి భవనాని రాసిన సంపాదకీయాన్ని నేను పంచుకోవాలనుకుంటున్నాను.

"విద్యార్థి సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు, గురువు కనిపిస్తాడు" అని అంటారు. ఇది నాకు జరిగినందున నేను దశాబ్దాలుగా దీనికి వారసత్వాన్ని పొందాను. నా గురువు కనిపించినందున నేను సిద్ధంగా ఉండాలి. మరియు నేను అతని కోసం కూడా వెతకలేదు.

అయితే, నేను పెద్దయ్యాక మరియు తెలివిగా పెరుగుతున్న కొద్దీ, ఆ ఆలోచనను కొంచెం ముందుకు విస్తరించాలనుకుంటున్నాను. "విద్యార్థి సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు, గురువు అతన్ని ఆమెను ఎంచుకుంటాడు" అని అనుకుంటున్నాను.



నా పరిణామంలో ఈ దశలో విద్యార్థి తన గురువును ఎంచుకోలేడని నేను భావిస్తున్నాను. అతను/ఆమెను గురువు ఎన్నుకోవాలి. మరియు గురువులు చాలా తొందరగా ఎంపిక చేసుకునేవారు కావచ్చు.

నా జ్ఞానం ప్రకారం, పరమ పూజ్య స్వామీజీ గీతానంద గిరిజీ తన జీవితకాలంలో ఆరుగురు విద్యార్థులను మాత్రమే ఎంచుకున్నారు. ఈ శిష్యులను తమను తాము ఖాళీ చేసుకున్నారు. తద్వారా ఆయన అపారమైన శక్తి మరియు జ్ఞానం ఆ స్థలంలోకి ప్రవేశించగలిగారు. స్వామీజీ వద్దకు వచ్చిన వారిలో చాలా మంది తమతో ఉండి పోయారు గురువుకు స్థలం లేదు. స్వామీజీ తరచుగా "నేను అందరినీ ప్రేమిస్తున్నాను. కానీ నేను కొద్దిమందిని మాత్రమే ఇష్టపడుతున్నాను; అని పాక్షికముగా గమనించేవారు.

ఇద్దరు దొంగలు ఒక దారిలో కలిసినప్పుడు, వారు ఒకరినొకరు ప్రశ్న లేకుండా గుర్తిస్తారు. గురువు గురుత్వ అవకాశాన్ని గ్రహించే విద్యార్థి వైపు ఆకర్షితులవుతారు. అప్పుడే గురువు తన ఎంపిక చేసుకుంటాడు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా వేలాది మంది తాము స్వామీజీ విద్యార్థులు, శిష్యులు అని చెప్పుకుంటారు. ఆయన వారిని ఎన్నుకోలేదు. వారు ఆయనను ఎన్నుకున్నారు.



ఆ ఎంపికలో కొంత ప్రయోజనం. కొంత జ్ఞానం. కొంత సాంకేతిక నైపుణ్యం ఎక్కువ ఏకాగ్రత (స్వామిజీ—గురు) ప్రాంతం నుండి తక్కువ ఏకాగ్రత (విద్యార్థి—చేల) ప్రాంతానికి ప్రవహించాయి. అహం-స్వయం ఆక్రమించని ఏ చిన్న స్థలాన్ని అయినా పూరించవచ్చు.

కానీ నిజమైన గురువు కోరుకునే నిజమైన ఆత్మ ఏకత్వం సమానుల మధ్య మాత్రమే సంభవిస్తుంది. ఆధ్యాత్మిక ప్రవాహం అన్ని ద్వంద్వాలను అధిగమించే ఐక్యతలో రెండు వైపులా ప్రవహిస్తుంది.

గురువు రోడ్డుపై కలిసినప్పుడు మరొక గురువును గుర్తిస్తాడు. ఎంపిక పరస్పరంశ వారు తక్షణమే అర్థం చేసుకుంటారు ఏకత్వం తక్షణమే ఉంటుంది. గురువుకు తన సొంత గురువు నుండి వారసత్వంగా వచ్చిన జ్ఞానం సురక్షితమైనదని మరియు తదుపరి తరానికి అందించబడుతుందని తెలుసు. ఒకటి ఎల్లప్పుడూ సరిపోతుంది.

జీవితకాలంలో అలాంటి ఒక శిష్యుని వెలుగు ఆరిపోదని. జ్ఞానం పట్టుకునేంత బలంగా ఉందని హామీ ఇస్తుంది. గురువు ఎంచుకుంటాడు రెండు ఆత్మలు కలుస్తాయి మరియు అవి ఒకటి: అని తెలుసుకుంటారు.

విలువ, నమ్మకం, ప్రేమ మరియు భక్తి ఆధారంగా అటువంటి సజావుగా ప్రసారం ద్వారా స్వచ్ఛత, విశ్వసనీయత మరియు ఉద్దేశ్యం యొక్క స్పష్టత నిర్వహించబడ్డాయి. శిష్యుడు మొదట గురువు యొక్క నమ్మకాన్ని సంపాదించాలి మరియు బోధనలకు అర్హుడని నిరూపించుకోవాలి. ముందు అవి హృదయపూర్వక ఆశీర్వాదాలతో కాలాతీత జ్ఞానాన్ని అందించాలి. శిష్యుడి వైపు ఉన్న వీటిని కృతజ్ఞతతో స్వీకరించి, తరువాతి తరానికి అదే విధంగా ప్రసారం చేయాలి. ఆదర్శాలు మరియు పరోపకార స్ఫూర్తి సార్వత్రిక జ్ఞానం యొక్క నిరంతర ప్రసారానికి మార్గనిర్దేశం చేసే ప్రధాన సూత్రాలు.

ఇది అత్యున్నత నాణ్యత గల బోధనను కొనసాగించిన సాంప్రదాయ వ్యవస్థ. యోగా యొక్క అత్యున్నత అవగాహన మరియు ఆచరణాత్మక అనువర్తనాలు పలుచబడకుండా లేదా క్షీణించిన వ్యాపార నమూనాగా మారకుండా ఉండే కఠినమైన నాణ్యత నియంత్రణ విధానం ఇది.

గురు-శిష్య సంబంధం అనేది సూర్యుని క్రింద ఉన్న ప్రతి మానవ సంబంధాన్ని కలిగి ఉన్న ఒకరి నుండి ఒకరు, సంబంధం. ఇది ఒకరి యోగ సాధనను ఫలవంతం చేసి, నిలబెట్టే మరియు నడిపించే సన్నిహిత. భవ్య మరియు అనుభవపూర్వక సంబంధంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఇది సిద్ధాంతం మరియు బంధం కంటే స్వేచ్ఛ మరియు వ్యక్తిగత ఎంపిక భావనపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

గురువు ఎప్పుడూ శిష్యుడిని పట్టుకోడు లేదా వారిని పట్టుకోనివ్వడు. శిష్యుడు గురువు యొక్క ప్రతిరుపంగా ఉండకూడదు. వారు ఉండగల ఉత్తమ: వ్యక్తిగా మారడానికి వారికి సహాయం చేయబడుతుంది. ఇది నిజమైన స్వేచ్ఛ. ఇది నిజమైన పెరుగుదల. ఇది నిజమైన ప్రేమ.

అటువంటి సంబంధం లేకుండా, నిజమైన ఆధ్యాత్మిక పెరుగుదల వ్యక్తమవుతుందా?



ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ 48వ ఇసి మీటింగ్‌లో భవిష్యత్తు కోర్సుల పట్టికను రూపొందించినది

ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ (ఐ.వై.ఏ.) యొక్క 48వ ఎగ్జిక్యూటివ్ కౌన్సిల్ (ఇసి) సమావేశం ఏప్రిల్ 15, 2025న ఆన్‌లైన్ ప్లాట్‌ఫారమ్ ద్వారా జరిగింది. ఈ సమావేశానికి అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు మాతాజి డాక్టర్ హంసాజీ యోగేంద్ర అధ్యక్షత వహించారు మరియు ప్రార్థనతో ప్రారంభించారు. తరువాత ప్రారంభ ప్రసంగంలో ఆమె ఐ. వై. ఏ. లక్ష్యం పట్ల ఇసి సభ్యుల అంకితభావాన్ని గుర్తించి, నిజాయితీగా పనిచేయడం కొనసాగించమని వారిని ప్రోత్సహించారు. ఆ తర్వాత సక్రమంగా జనరల్ శ్రీ సుబోధ్ తివారీ సమావేశానికి సంబంధించిన ఎజెండా మరియు కార్యకలాపాలను సమర్పించారు.

జనవరి 28, 2025న జరిగిన 47వ ఇసి సమావేశం యొక్క నిమిషాలను సమీక్ష కోసం ముందుగానే పంపిణీ చేశారు. ఎటువంటి అభ్యంతరాలు లేదా సవరణలు ప్రతిపాదించబడనందున, మినిట్స్ లను ఏకగ్రీవంగా ఆమోదించారు. 47వ సమావేశానికి సంబంధించిన చర్య నివేదికను శ్రీ తివారీ సమర్పించారు.

- 2025 యోగ కుంభ విజయవంతంగా నిర్వహించడం ముఖ్యాంశాలు.
- మార్చి 3, 2025న జరిగిన 4వ జాతీయ సమావేశంలో ఐ.వై.ఏ. యాప్ ప్రారంభం.
- కొత్త యోగా థెరపీ సిలబస్ ఆవిష్కరణ.
- యోగా సేవా పురస్కార్ అవార్డుల పంపిణీ మరియు
- రాష్ట్ర చాప్టర్ కమిటీలలో (ఎస్ సి సి) పాత్ర పరిచయం వంటి కీలక పరిణామాలు జరిగాయి.

జనవరి 30 - ఫిబ్రవరి 1, 2026 వరకు బెంగళూరులోని ఆర్ట్ ఆఫ్ లివింగ్ (ఎఓఎల్) క్వాలిఫికేషన్ జరిగే గ్లోబల్ రీసెన్స్ కాన్ఫరెన్స్ షెడ్యూల్డ్. వెబ్‌సైట్‌లో నెలవారీ సైకిల్ కార్యక్రమం గురించి కూడా సవీకరణలు పంపిణీ చేయబడ్డాయి. మార్చి 3, 2025న జరిగిన 9వ పాలక మండలి సమావేశంలో ఆచార్య శ్రీ మహాశామణ్ జీ మరియు డాక్టర్ ప్రశాంత్ అయ్యంగార్ జీలను చేర్చాలని ప్రతిపాదించారు. ప్రయాణ పరిమితుల కారణంగా రెండో ఆ ఆఫీస్ ను తీరస్కరించింది. బీహార్ స్కూల్ ఆఫ్ యోగా డాక్టర్ స్వామి నిర్మలానంద సరస్వతిని ఐ. వై. ఏ. పరిశోధన మరియు అక్రిడిటేషన్ కమిటీలకు నియమించింది. సంస్థాగత సహకారాలను మరింత బలోపేతం చేసింది. మంథన్ ఉపన్యాస శ్రేణి యొక్క 6వ సెషన్‌ను ఏప్రిల్ 26, 2025న ప్రకటించబడింది.

రాష్ట్ర చాప్టర్ కమిటీల సంస్కరణను కూడా సమావేశంలో ప్రస్తావించారు. పునర్నిర్మాణ ప్రయత్నాలు రెండు ప్రాథమిక ప్రమాణాలపై ఆధారపడి ఉన్నాయి: 4-5 సంవత్సరాల పదవీకాలం పూర్తి చేయడం మరియు పనితీరు లేకపోవడం. ప్రొఫెసర్ అల్వా కుమార్ నాయకత్వంలో తెలంగాణ చాప్టర్ పునరుద్ధరించబడుతోంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆఫీస్-బేరర్ ఖిలారు పెండింగ్‌లో ఉన్న సభ్యుల కొత్త జాబితాను సమర్పించింది మరియు పనితీరు తక్కువగా ఉండటం వల్ల ఢిల్లీ చాప్టర్ పునర్వ్యవస్థీకరించబడుతోంది. ఆయుష్ మంత్రిత్వ శాఖ ద్వారా అంచనా వేయబడిన, పెరిగిన నిశ్చయానికి మద్దతు ఉంది. పశ్చిమ బెంగాల్ సవరించబడింది. అన్ని సంస్కరణ ప్రతిపాదనలు మరియు సవరణలు ఏకగ్రీవంగా ఆమోదించారు.



బెంగళూరులోని ఎఓఎల్లో జరిగిన గ్లోబల్ రీసెర్చ్ కాన్ఫరెన్స్ జనవరి 30-ఫిబ్రవరి 1, 2026 వరకు తిరిగి నిర్ధారించబడింది. ఈ కార్యక్రమం కోసం ఆర్గనైజింగ్ కమిటీ (అన్ని ఇసి సభ్యులతో కూడినది) మరియు ప్రోగ్రామ్ కమిటీ (వివిధ విభాగాల పరిశోధకులతో సహా) ఏర్పాటును కొన్ని ఆమోదించింది. మూడు రాష్ట్రాల్లో బలమైన ఫిట్నెస్ ఉనికని కలిగి ఉన్న ఎఫ్.ఎన్.ఎస్.ఎ. కొన్ని నుండి సభ్య సంస్థ హోదా కోసం కొత్త దరఖాస్తు కూడా ఆమోదించబడింది. శ్రీమతి అసోసియేట్ సెంటర్ గా చేరనుంది.

మార్చి 13, 2025న విజ్ఞాన్ భవన్ లో జరిగిన అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం (ఐడివై) 100 రోజుల కౌంటడౌన్ కార్యక్రమంలో ఐ. వై. ఏ. పాల్గొనడం గమనార్హం. గుజరాత్ చాప్టర్ నిర్వహించనున్న మే 17న గుజరాత్ కోసం తదుపరి అధికారిక ఐడివై కార్యక్రమం అనుమతి లభించింది. ఐ. వై. ఏ. ఆయుష్ మంత్రిత్వ శాఖతో తన సంబంధాన్ని కొనసాగిస్తోంది మరియు అంతర్-మంత్రిత్వ కమిటీలో ప్రాతినిధ్యం కోరింది.

“ఏదైనా ఇతర విషయాలు” కింద, అనేక చొరవలను చర్చించారు. డాక్టర్ గణేష్ రావు కొత్త పుస్తకం “తూ అండ్ తూ ప్రాణాయామ ప్రాక్టీస్ - ఎ డైలీ గైడ్ ఫర్ ప్రాక్టీషనర్స్” మార్కెట్ లో అధికారికంగా విడుదలైంది. ఇది 2020 నుండి నిర్వహించిన 750 కి పైగా ఆన్ లైన్ సెషన్ల ఆధారంగా యోగా ఉపాధ్యాయులకు సమగ్ర గైడ్. కాపీలు ఇసి సభ్యులకు పంపిణీ చేయబడతాయి. గ్లోబల్ రీసెర్చ్ కాన్ఫరెన్స్ 2026 యొక్క ప్రతిపాదిత నిర్మాణం గురించి సవరణలు పంచుకోబడ్డాయి. ఇందులో యోగా కమ్యూనిటీ యొక్క వైవిధ్యాన్ని ప్రతిబింబించేలా డ్యూయల్ ట్రాక్స్ - అధికారిక పరిశోధన మరియు అనుభవపూర్వక అభ్యాసం - ఉంటాయి.

అసిస్టెంట్ యోగా థెరపిస్ట్ సర్టిఫికేషన్ కోసం తుది సెలబ్స్ వివరాలను డాక్టర్ ఆనంద పంచుకున్నారు. అర్హత కలిగిన సంస్థలను ఈ కార్యక్రమాన్ని స్వీకరించడానికి ఆహ్వానించారు. డిసెంబర్ 21న జరిగే అంతర్జాతీయ ధ్యాన దినోత్సవం కోసం అభివృద్ధి చేయబడుతున్న కామన్ మెడిటేషన్ ప్రోటోకాల్ ను డాక్టర్ గణేష్ రావు కూడా ప్రవేశపెట్టారు. ఇది సమగ్రమైన మరియు సంప్రదాయ-సున్నితమైన వనరుగా ఉపయోగపడుతుంది. చివరగా, రాష్ట్ర అధ్యాయులలో పోషకులను పరిచయం చేసే ప్రతిపాదన ఆమోదించబడింది. సభ్యత్వ ప్రయోజనాలను పొందకుండానే పోషకులు ఎస్సిసి కార్యకలాపాలకు మద్దతు ఇవ్వడానికి నిధులను విరాళంగా ఇస్తారు. అయినప్పటికీ వారి మద్దతు బహిరంగంగా అంగీకరించబడుతుంది.

అధ్యక్షుడు ముగింపు వ్యాఖ్యలు మరియు ప్రార్థనతో సమావేశం ముగిసింది

స్టేకిల్ కార్యక్రమం:

యోగాచార్య డాక్టర్ ఆనంద బాలయోగి భవనాని రచించిన సలుబోజెనిసిస్ మరియు యోగా చికిత్స

- యోగసాధక నీలాచల సంక్షిప్త నివేదిక

పరిచయం

శ్రీ రామ సవమి పవిత్ర సందర్భంగా మరియు ప్రపంచ ఆరోగ్య దినోత్సవం సందర్భంగా, యోగాచార్య డాక్టర్ ఆనంద బాలయోగి భవనాని సివైసిఎల్ ఇ కార్యక్రమం యొక్క 15వ సెషన్ లో భాగంగా పరివర్తనాత్మక ప్రసంగం చేశారు. పురాతన భారతీయ సంప్రదాయంలో పాతుకుపోయిన యోగా చికిత్స, డైరెమిక్, సమగ్ర ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహించడానికి ఆధునిక సలుబోజెనిక్ సూత్రాలతో ఎలా సంపూర్ణంగా అనుసంధానించబడిందో లోతైన స్పష్టత మరియు ఆధునికతతో ఆయన అన్వేషించారు.

పురుషై కలైమామణి యోగాచార్య డాక్టర్ ఆనంద బాలయోగి భవనాని ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సలుబోజెనిసిస్ అండ్ కాంప్లిమెంటరీ మెడిసిన్ (ఐఎస్సీఎం) డైరెక్టర్ మరియు పాండిచ్చేరిలోని శ్రీ బాలాజీ విద్యాపీఠంలో యోగా థెరపీ ప్రొఫెసర్. వైద్య బంగారు పతక విజేత మరియు అతని ప్రఖ్యాత తల్లిదండ్రులచే యోగాలో శిక్షణ పొందిన (1991-1993). (అతను యోగమహర్షి డాక్టర్ స్వామి గీతానంద గిరి మరియు యోగాచారిణి మీనాక్షి దేవి భవనాని కుమారుడు మరియు వారసుడు.)



ఆయన ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ జాయింట్ సెక్రటరీగా, యోగాసన భారత్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ గా మరియు ియా యొక్క ట్రిడిషనల్ మెడిసిన్ చోరవలకు కన్సల్టెంట్ గా పనిచేస్తున్నారు. డాక్టర్ ఆనంద మొట్టమొదటి ఇండియన్ సర్టిఫైడ్ యోగా థెరపిస్ట్ (సి-ఐఎన్ఐటీ) మరియు 35 పుస్తకాలు, 4000 పరిశోధన పత్రాలను రచించారు మరియు 4,00,000 ప్రశంసలను అందుకున్నారు. అలాగే క్లాసికల్ ఇండియన్ గాయకుడు మరియు కొరియోగ్రాఫర్ అయిన ఆయనకు 2016లో పుదుచ్చేరి కలైమామణి బిరుదు మరియు 2025లో యోగా చికిత్స రత్న అవార్డులు లభించాయి.

సాల్బుట్ జెనిసిస్ ియాగా చికిత్స

గీతానంద యోగా సంప్రదాయంలో తన వంశం నుండి ఉద్భవించిన డాక్టర్ ఆనంద జీ. యోగా అనేది మ్యాట్-బౌండ్ దినచర్య కాదు. 24/7 చేతన జీవన విధానం అని నొక్కి చెప్పారు. యోగా చికిత్స యోగపత్తి, యొక్క లక్షణ-ఆధారిత జోక్యాలకు తగ్గించబడకుండా, యోగా యొక్క ప్రాథమిక సూత్రాలలో పాతుకుపోయి ఉండాలని ఆయన నొక్కి చెప్పారు.

డాక్టర్ ఆనంద ప్రసంగం యొక్క కేంద్రం వద్ద సాల్బుట్ జెనిసిస్ ఉంది. ఇది వైద్య సామాజిక శాస్త్రవేత్త ఆరోన్ ఆంటోనోవ్స్కి రూపొందించిన పదం. ఇది ఆరోగ్యం యొక్క మూలాలు మరియు అభివృద్ధిని సూచిస్తుంది. సాల్బుట్ జెనిసిస్ ను శ్రేయస్సు మరియు ఆరోగ్యకరమైన శ్రేయస్సు యొక్క భావాన్ని వ్యక్తపరచడంలో మరియు నిలబెట్టడంలో పాల్గొనే అన్ని కారకాలుగా నిర్వచించవచ్చు. దీనికి భారతీయ సమానమైన పదం స్వస్థ. అంటే స్వయంలో స్థిరపడటం లేదా తనతో తాను ప్రశాంతంగా ఉండటం అని అర్థం. ఆచార్య సుశుత (6600 క్రి.పూ.) దీనిని అంశాలు మరియు హాస్యాల యొక్క డైనమిక్ సమతుల్యత.

సాధారణ జీవక్రియ కార్యకలాపాలు మరియు సమర్థవంతమైన తొలగింపు - ప్రశాంతమైన మనస్సు సృష్టమైన ఇంద్రియాలు మరియు సంతృప్తి చెందిన ఆత్మతో కలిసి, భవనాని, 2013) అని నిర్వచించారు.

డాక్టర్ ఆనంద ఆరోగ్యం అనేది సాధించాల్సిన స్థిర స్థితి కాదని, డైనమిక్ నిరంతరాయం అని నొక్కి చెప్పారు - భారతదేశంలోని యోగ, వేద మరియు సిద్ధ సంప్రదాయాలలో ప్రతిధ్వనించే భావన. ఆరోగ్యం యొక్క ఈ సమగ్ర దృష్టి మానవ అనుభవం యొక్క శారీరక, భావోద్వేగ, మేధో, సామాజిక మరియు ఆధ్యాత్మిక కోణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఈ దృక్పథానికి అనుగుణంగా, యోగా కేవలం చాచకు పరిమితమైన అభ్యాసం కాదు, పూర్తి జీవనశైలి. దశలవారి అభివృద్ధి ద్వారా, యోగా ఓనికల్లోని ప్రతి అంతర్యమునూ సంబోధిస్తుంది. నైతిక ప్రవర్తన యమ, నియమంతో ప్రారంభించి, వివిధ రూపాల భౌతిక అభ్యాసాల ద్వారా (ఆసన) కొనసాగడం, శ్వాసతో ప్రాణ నియంత్రణ (ప్రాణాయామం) మరియు అంతర్గత దృష్టి ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యానం, సార్వత్రిక ఏకత్వం మరియు నిజమైన ఏకీకరణ స్థితి అయిన సమాధి యొక్క అంతిమ అనుభవంలో ముగుస్తుంది.

పురాతన జ్ఞానాన్ని ఆధునిక మనస్తత్వశాస్త్రంతో అనుసంధానిస్తూ, డాక్టర్ ఆనంద జీ ఆంటోనోవ్స్కి, యొక్క సమన్వయ భావన (ఎస్.ఓ.సి) గ్రహణశక్తి నిర్వహణ మరియు అర్థవంతమైన లక్షణాలను ఎలా కలిగి ఉండో వివరించారు. దీర్ఘకాలిక వ్యాధులలో, ఈ

అంతర్గత సమన్వయాన్ని పెంపొందించుకోవడం వల్ల వ్యక్తులు శారీరక పరిమితుల మధ్య కూడా అభివృద్ధి చెందగలుగుతారు. ఏకలాంగులు, ఎలా, విభిన్న సామర్థ్యం కలిగి ఉంటారు, అనేది అలాంటిది.

సమన్వయ భావనలో ఈ క్రిందివి ఉన్నాయి:

గ్రహణశక్తి (ఒకరి జీవితాన్ని అర్థం చేసుకోవడం).

నిర్వహణ సామర్థ్యం (తగిన వనరులు కలిగి ఉండటం) మరియు అర్థవంతమైనతనం (లక్ష్యం కనుగొనడం).

ఈ భావన అరిస్టాటిల్ సరిగ్గా జీవించిన జీవితంగా వర్ణించిన యుడెమోనియాతో లోతుగా ప్రతిధ్వనిస్తుంది మరియు మాస్టో స్పీయ-వాస్తవికత, జపనీస్ ఇక్కిగై మరియు భారతీయ భావన అయిన స్వధర్మ - ఒకరి నిజమైన ఉద్దేశ్యం: లలో సమాంతరాలను కనుగొంటుంది. అందువల్ల, యోగా వ్యక్తులు తమ సామర్థ్యాన్ని వాస్తవికంగా చేసుకోవడానికి మరియు వారి జీవితాన్ని అర్థవంతమైన ఉద్దేశ్యంతో సమైక్యంగా చేసుకోవడానికి సహాయపడే సాధనంగా మారుతుంది.

డాక్టర్ ఆనంద గుర్తించినట్లుగా, యోగా ధైర్యస్థ లేదా యోగా చికిత్సాకా పాత్ర కేవలం అభ్యాసాలను అందించడం మాత్రమే కాదు, వ్యక్తులు తమను తాము నిజంగా చూసుకోవడానికి సహాయపడే స్నేహితుడిగా, మార్గదర్శిగా మరియు అద్దంలా ఉండటం. దీనికి లోతైన శ్రవణం, సానుభూతి, ఓర్పు మరియు కరుణ అవసరం. ఈ నమ్మకం ద్వారానే చికిత్సకులు ఇతరులు ఆరోగ్యంగా ఉండటం అసాధ్యం అనే మనస్తత్వం నుండి స్వీయ-నిశ్చయంతో, నాకు సాధ్యమే అనే స్థితికి మారడానికి సహాయపడగలరు. ఇక్కడ మానసిక ఒత్తిడి కారకం స్వయంగా పరివర్తన ఆరోగ్యానికి ఉత్పేరకంగా మారుతుంది.

ఈ ప్రయాణానికి మద్దతుగా, యోగా ఐదు ముఖ్యమైన జీవనశైలి స్తంభాలను ప్రోత్సహిస్తుంది:

ఆచార - ఆరోగ్యకరమైన రోజువారీ చర్యలు

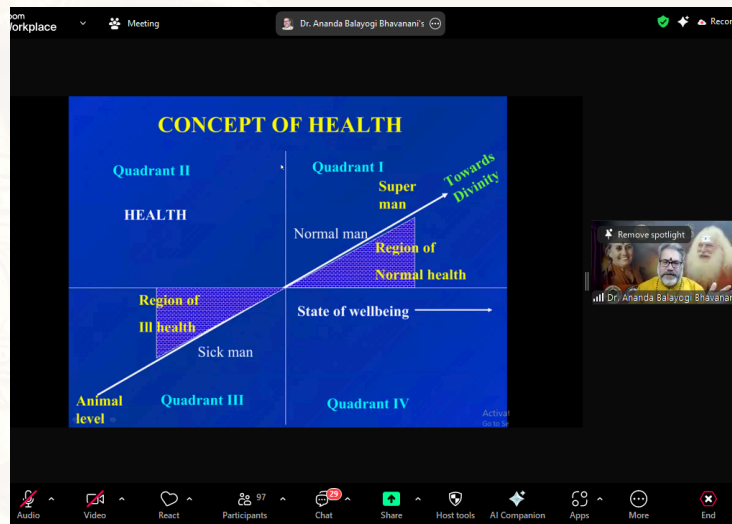
విచార - సానుకూల ఆలోచనలు మరియు వైఖరులు

అహార - పోషకమైన, సాత్విక ఆహారం

విహార - ఆరోగ్యకరమైన వినోదం మరియు విశ్రాంతి

వ్యావహార - సామరస్యపూర్వక సామాజిక ప్రవర్తన

ఈ అభ్యాసాలు స్థితిస్థాపకతను పెంపొందిస్తాయి, స్వీయ-నియంత్రణను బలోపేతం చేస్తాయి మరియు అంతర్గత శాంతిని పెంపొందిస్తాయి, వ్యక్తులు నిష్క్రియాత్మక సంరక్షణ గ్రహీతలుగా కాకుండా వారి స్వంత స్వస్థత ప్రయాణంలో చురుకుగా పాల్గొనేలా చేస్తాయి.



ప్రతి సంచిక ఒక ఆసనము

పద్మాసనము



Do you want to
express yourself?



పద్మాన్ని పోలి ఉండటం వల్ల ఈ ఆసనానికి పద్మాసనమని పేరు.

పద్ధతి

1. మొదట రెండు కాళ్ళు చాపి నేలపై ఉంచాలి.
2. ఎడమ కాలును కుడి తొడపై, కుడి కాలును ఎడమ తొడపై ఉంచాలి.
3. రెండు చేతులను మోకాళ్ళపై ఉంచాలి.
4. చూపుడు వేలును బొటన వేలుకి నడుమ ఆనించి మిగతా మూడు వేళ్ళను ముందుకు చాపి ఉంచి చిన్నుద్ద లో ఉండాలి.

ఉపయోగాలు

1. మెదడుకు ప్రశాంతత.
2. శరీరం తేలికవుతుంది.
3. మోకాళ్ళు, చీలమండలు విస్తరిస్తాయి.
4. దిగువ శరీరంలోని వెన్ను చివరిభాగం, వెన్నెముక భాగం, పొత్తికడుపు వంటి మొదలైన భాగాల్లో చైతన్యాన్ని కలిగిస్తుంది.

నయాగో ఎడ్యుకేషనల్ ట్రస్ట్ - యోగోత్సవం నిర్వహించిన మొదటి ఆంధ్రుల ఐ. వై. పి. AC

ఇండియన్ యోగ అసోసియేషన్, ఆంధ్రప్రదేశ్ ఇనిస్టిట్యూట్ మెంబర్ అయిన నయాగో ఎడ్యుకేషనల్ ట్రస్ట్ మే 19, 20 తేదీలలో నెల్లూరులో 'యోగోత్సవ' కార్యక్రమం నిర్వహించింది.

అంతర్జాతీయ యోగ దినోత్సవం - 2025 ను పురస్కరించుకుని, 33 రోజుల కౌంటడౌన్ లో భాగంగా 'యోగా ఫర్ వన్ ఎర్త్ వన్ హెల్త్' అనే నినాదంతో మొరార్జీ దేశాయ్ నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ యోగా, ఆయుష్ మంత్రిత్వ శాఖ, భారత ప్రభుత్వం వారి సహకారంతో నెల్లూరు పట్టణం లోని ఎసి సుబ్బారెడ్డి స్టేడియంలో మే 19, 20 తేదీలలో ఈ కార్యక్రమాలు నిర్వహించబడ్డాయి.

తొలి రోజు మే 19 న వర్షం కారణంగా 1300 మంది ఖిజ్జ (ఆర్మీ క్యాడెట్స్) తో అక్షర విద్యాలయ- స్వర్ణ భరత ట్రస్ట్ వద్ద ఇండోర్ స్టేడియంలో ఈవెంట్ నిర్వహించడం జరిగింది. రెండవ రోజు మే 20న ఎసి సుబ్బారెడ్డి స్టేడియంలో జరిగిన కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రభుత్వ అధికారులు, విక్రమ సహపూరి విశ్వవిద్యాలయ ఎన్ఎస్ఐ, ఎన్ఎస్ఎస్ విద్యార్థులు, నారాయణ ప్రొఫెషనల్ కళాశాలలు (నారాయణ ఇంజనీరింగ్ కాలేజ్- నెల్లూరు & గూడూరు నారాయణ కాలేజ్ ఆఫ్ నర్సింగ్ విద్యార్థులు, ఎసి సుబ్బారెడ్డి మెడికల్ కాలేజ్ మరియు ప్రభుత్వ నర్సింగ్ కళాశాల విద్యార్థులు, ప రెయిన్ఫో పాఠశాల విద్యార్థులు.

జిల్లా స్పోర్ట్స్ అథారిటీ సమ్మర్ క్యాంప్ మరియు పలు ఇతర విద్యా సంస్థల నుండి 4752 మంది పాల్గొన్నారు.



Kanupur Bit-II At Chowtapalem, Andhra Pradesh, India
8w24+r39, Kanupur Bit-II At Chowtapalem, Andhra Pradesh 524320,



పొట్టి శ్రీరాములు నెల్లూరు జిల్లా కలెక్టర్ మరియు మేజిస్ట్రేట్ శ్రీ ఓ. ఆనంద్. ఐ.ఎ.ఎస్.. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఇంకా జిల్లా అధికారుల షాణా, ప్రాంతీయ ఆయుష్ కోఆర్డినేటర్, వాఖా నుండి ఖిజ్జా ప్రోగ్రామ్ ఆఫీసర్ మరియు ఇండియన్ యోగ అసోసియేషన్ సభ్యులు, ఆర్ట్స్ ఆఫ్ లివింగ్, పతంజలి, ఈషా, హార్మోఫుల్ మెడిటేషన్ మొదలగు సంస్థల సభ్యులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

డాక్టర్ జె కె స్వప్న ప్రధాన నేతృత్వంలో ప్రధాన వేదిక ఎదురుగా యోగ అభ్యాసకులు అందరూ కామన్ యోగా ప్రోటోకాల్ ప్రకారము యోగ ఆసనాలు, ప్రాణాయామం వంటివి ప్రదర్శించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా అంతకు ముందు విద్యార్థులకు వ్యాస రచన, వక్రత్వ మరియు యోగాసనా పోటీలు నిర్వహించబడ్డాయి. దాదాపు 800 మంది విద్యార్థులు ఇందులో పాల్గొన్నారు.

కామన్ యోగ ప్రోటోకాల్ కార్యక్రమ అనంతరం పోటీల్లో గెలుపొందిన వారికి నెల్లూరు జిల్లా కలెక్టర్ బహుమతి ప్రధానం చేశారు.











Yogotsav

International Day of Yoga-2025

33

DAYS TO GO

19th May, 2025

06:00AM to 08:00AM onwards

Organised by:

Nayago Education Trust

Andhra Pradesh

A.C Subba Reddy Stadium

Nellore City, SPSR Nellore, Andhra Pradesh

In Collaboration with

Morarji Desai National Institute of Yoga

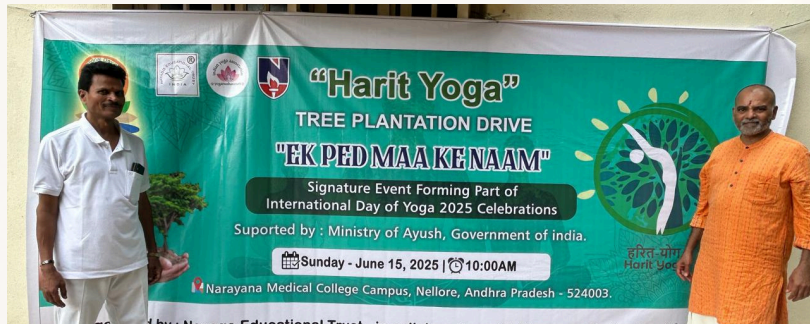
Ministry of Ayush, Government of India

68, Ashok Road, New Delhi - 110001

Telefax : 011-23711657 Email : dir-mdniy@nic.in

Website : www.yogamdniya.nic.in

నయాగో ఎడ్యుకేషన్ ల్ ట్రస్ట్ - తొలి హరిత యోగా
 నిర్వహించిన మొదటి ఆంధ్రుల ఐ. షై. ఓ. AC



నయాగో స్కూల్ ఆఫ్ యోగా. నెల్లూరులోని నారాయణ ప్రొఫెషనల్ కాలేజీల సహకారంతో భారత ప్రభుత్వ ఆయుష్ మంత్రిత్వ శాఖ మద్దతుతో ట్రీ ప్లాంటేషన్ డ్రైవ్, ఏక్ పేడ్ మా కే నామ్, పేరుతో హరిత యోగా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించింది. ముఖ్య అతిథిగా గౌరవనీయులైన పురపాలక మరియు పట్టణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి శ్రీ డాక్టర్ పొంగూరు నారాయణ గారి భార్య శ్రీ పొంగూరు రమాదేవి గారు తన అత్తగారు పి సుబ్బామ్మ గారు మరియు ఆమె తల్లి ఎం ధనలక్ష్మి గారు పేరు మీద మొక్కలు నాటారు మరియు కోవూరు ఎమ్మెల్యే శ్రీ వేమిరెడ్డి ప్రశాంతి రెడ్డి గారు ఆమె తల్లి ఎం రమ పేరు మీద మొక్కను నాటారు మరియు తెలుగు దేశం యువనేత శ్రీ గంటా రవితేజ గారు ఆయన తల్లి గంటా శారద గారు మరియు అమ్మమ్మ నానామా పేరిట మొక్క నాటారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్యాంపస్ ఆవరణలో దాదాపు 600 మంది వైద్య కళాశాల విద్యార్థులు మొక్కలు నాటారు మరియు 600 మంది నర్సింగ్ కళాశాల విద్యార్థులు హరిత యోగా కింద కామన్ యోగా ప్రోటోకాల్ లో పాల్గొన్నారు. తరువాత సెమినార్ జరిగింది.



ఈ కార్యక్రమంలో పి.రమాదేవి గారు మాట్లాడుతూ, ఈ రకమైన కార్యక్రమం ప్రతి ఒక్కరూ తమ తల్లిదండ్రులను గుర్తుంచుకోవడానికి సహాయపడుతుందని మరియు తన అత్తమామల పేరుతో చెట్లను నాటడం తన అదృష్టమని భావిస్తున్నానని అన్నారు. తమ ప్రొఫెషనల్ కళాశాలల్లో విద్యను అభ్యసిస్తున్న ప్రతి విద్యార్థి ఒక చెట్టును నాటడమే కాకుండా, నాటిన తర్వాత వాటిని సంరక్షించాలని కూడా ఆమె అన్నారు.

మంచి పర్యావరణం కోసం చెట్లను పెంచడం చాలా ముఖ్యమని, ప్రతి విద్యార్థి తమ కోర్సు తర్వాత క్యాంపస్‌ను సందర్శించినప్పుడు ఆ మొక్కను చూడటం ద్వారా తమ గత జ్ఞాపకాలను గుర్తుంచుకుంటారని ఆమె అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో వేమిరెడ్డి ప్రశాంతి గారు మాట్లాడుతూ తన తల్లి పేరు మీద ఒక చెట్టు నాటడం చాలా సంతోషంగా ఉందని మరియు మన పర్యావరణం కోసం ఈ రకమైన



యోగా చేయండి

అరోగ్యం పొందండి

యోగ ఆంధ్ర - ఆరోగ్య ఆంధ్ర - 2025

YOGA DAY MAHOTSAV కుప్పం

P. నాగేశ్వరరావు
యోగా గురువు,
యోగా భారతి ఆరోగ్య భారత్

మే 21 నుండి జూన్ 21 వరకు కుప్పం నియోజకవర్గంలో
గ్రామ గ్రామాన యోగా ఉత్సవాలకు అందరికీ ఆహ్వానం

వివరాలు:-
పి.నాగేశ్వరరావు : 94407 03368
ఎం.గణేష్ : 99890 93290

KUPPAM AREA DEVELOPMENT AUTHORITY
యోగ భారతి - ఆరోగ్య భారత్

“యోగ ఒక ఆరోగ్య విధానం. యోగ ఒక జీవన శైలి. యోగ ఒక ఉపాధి”

భారతదేశ ప్రాచీన సంస్కృతిలో ఒక అంతర్భాగమైన యోగ, నేడు ప్రపంచవ్యాప్తంగా అపారమైన గుర్తింపును పొందింది. ఇది కేవలం శారీరక వ్యాయామంగా పరిమితం కాకుండా, ఒక సమగ్ర ఆరోగ్య విధానంగా, పరిపూర్ణ జీవనశైలిగా, మరియు బహుముఖ ఉపాధి మార్గంగా రూపాంతరం చెందింది. 11 వ అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవ సందర్భంగా ఈ వ్యాసంలో యోగా యొక్క ఈ మూడు కీలక కోణాలను వివరంగా విశ్లేషిద్దాం.

యోగ: ఒక సమగ్ర ఆరోగ్య విధానం:

యోగ అనేది కేవలం శారీరక బలం లేదా వ్యాయామం పెంచేది కాదు. ఇది మనసు, శరీరం మరియు ఆత్మల మధ్య సమతుల్యతను సాధించడం ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని అందించే ఒక శాస్త్రీయ విధానం.

- శారీరక ఆరోగ్యం: యోగాలోని వివిధ ఆసనాలు కండరాలను బలోపేతం చేస్తాయి, కీళ్ల వ్యత్యాసం పెంచుతాయి మరియు శరీర భంగిమను మెరుగుపరుస్తాయి. క్రమం తప్పకుండా యోగా సాధన చేయడం వల్ల రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరు సక్రమంగా ఉంటుంది. శ్వాసకోశ వ్యవస్థ పటిష్టపడుతుంది. తద్వారా రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీర్ఘకాలిక నొప్పులు (ముఖ్యంగా వెన్నునొప్పి, మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు, గుండె జబ్బులు వంటి జీవనశైలి వ్యాధుల నిర్వహణలో యోగా అద్భుతంగా సహాయపడుతుంది.



- యమ (సామాజిక నియమాలు): అహింస, సత్యం, అస్థేయ (దొంగతనం చేయకపోవడం), బ్రహ్మచర్యం, అపరిగ్రహ (సంగ్రహణ లేకపోవడం) వంటి ఈ నియమాలు ఇతరులతో మన సంబంధాలను, సామాజిక ప్రవర్తనను ప్రభావితం చేస్తాయి.
- నియమ (వ్యక్తిగత నియమాలు): శౌచ (శుభ్రత), సంతోష (తృప్తి), తపస్సు (క్రమశిక్షణ), స్వాధ్యాయ (స్వీయ అధ్యయనం), ఈశ్వర ప్రణీధాన (దైవశరణం) వంటివి వ్యక్తిగత క్రమశిక్షణ, అంతర్గత శుద్ధి మరియు ఆధ్యాత్మిక వృద్ధికి దోహదపడతాయి.
- ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యాన, సమాధి: ఈ అంగాలు వరుసగా శారీరక భంగిమలు, శ్వాస నియంత్రణ, ఇంద్రియ నిగ్రహం, ఏకాగ్రత, ధ్యానం మరియు పరమానంద స్థితిని సూచిస్తాయి.



- మానసిక ఆరోగ్యం: ఆధునిక జీవనశైలిలో ఒత్తిడి, ఆందోళన, నిరాశ సర్వసాధారణం. ప్రాణాయామం (శ్వాస నియంత్రణ) మరియు ధ్యానం ద్వారా ఒత్తిడి హార్మోన్ల స్థాయిలను తగ్గించి, మానసిక ప్రశాంతతను పొందవచ్చు. యోగా ఏకాగ్రతను, జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది మరియు ఆలోచనలలో స్పష్టతను పెంచుతుంది. ఇది నిద్ర నాణ్యతను కూడా గణనీయంగా పెంచుతుంది.
- భావోద్వేగ మరియు ఆధ్యాత్మిక ఆరోగ్యం: యోగా అంతర్ముఖంగా ప్రయాణించి, మన భావోద్వేగాలను అర్థం చేసుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. కోపం, భయం, అసూయ వంటి ప్రతికూల భావాలపై నియంత్రణ సాధించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది స్వీయ-అవగాహనను పెంచి, జీవిత పరమార్థాన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి ఒక మార్గాన్ని చూపుతుంది. తద్వారా లోతైన అంతర్గత శాంతి మరియు సంతృప్తిని అందిస్తుంది.

యోగ: ఒక పరిపూర్ణ జీవనశైలి:

- యోగ కేవలం మ్యాట్ పైన చేసే ఆసనాలకు పరిమితం కాదు; ఇది మన దైనందిన జీవితంలో ఆరోగ్యం, శాంతి మరియు సామరస్యాన్ని తీసుకువచ్చే ఒక సంపూర్ణ జీవనశైలి. మహర్షి పతంజలి యోగ సూత్రాలలో వివరించబడిన అష్టాంగ యోగ (ఎనిమిది అంగాలు) ఈ విషయాన్ని స్పష్టం చేస్తాయి:

ఈ అష్టాంగ యోగ విధానం ద్వారా, యోగా మన ఆలోచనలు, మాటలు, చేతలు, ఆహారపు అలవాట్లు, సంబంధాలు - ఇలా జీవితంలోని ప్రతి అంశాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది శారీరక, మానసిక మరియు ఆధ్యాత్మిక సమతుల్యతను సాధిస్తుంది. తద్వారా ఒత్తిడి లేని, సానుకూల దృక్పథంతో కూడిన ఆరోగ్యకరమైన జీవనాన్ని అందిస్తుంది.

యోగ: ఒక బహుముఖ ఉపాధి మార్గం:

ఆరోగ్యం మరియు శ్రేయస్సు పట్ల ప్రజలలో పెరుగుతున్న అవగాహనతో, యోగా రంగం అనేక ఉపాధి అవకాశాలకు నిలయంగా మారింది. యోగా నేడు ఒక అభివృద్ధి చెందుతున్న పరిశ్రమ.

- యోగ శిక్షకుడు/టీచర్: ఇది యోగా రంగంలో అత్యంత ప్రాచుర్యం పొందిన వృత్తి. యోగా స్టూడియోలు, జిమ్లు, వెల్నెస్ సెంటర్లలో బోధించవచ్చు. వ్యక్తిగత శిక్షణలు, ఆన్‌లైన్ తరగతులు, కార్పొరేట్ సంస్థలకు శిక్షణ ఇవ్వడం ద్వారా మంచి

ఆదాయం పొందవచ్చు. 200, 300 లేదా 500 గంటల యోగ టీచర్ ట్రైనింగ్ (సీ), యోగ ఇన్స్ట్రక్టర్ కోర్స్ కోర్సులు, యోగాలో డిప్లొమా, డిగ్రీ, ఎం.ఎస్సి. పి. హెచ్ఛి కోర్సులు పూర్తి చేసి, యోగా అలయన్స్ వంటి గుర్తింపు పొందిన సంస్థల నుండి సర్టిఫికేషన్ పొందడం ద్వారా ఈ రంగంలో నిపుణుడిగా రాణించవచ్చు. పలు సంస్థలు లో ఉపాధి పొందవచ్చు.

- యోగ థెరపిస్ట్ / వైద్యులు: వివిధ రకాల ఆరోగ్య సమస్యలకు శారీరక మరియు మానసిక యోగా ద్వారా చికిత్స అందించేవారు. యోగా థెరఫి, ఓశో వంటి కోర్సులు అభ్యసించి అనుపత్రులు, క్లినిక్‌లు మరియు హోలిస్టిక్ వెల్ఫేర్ సెంటర్లలో పని చేయవచ్చు.
- యోగా కన్సల్టెంట్/అడ్వైజర్: యోగా ప్రాక్టీస్, జీవనశైలి, ఆహార ప్రణాళికలు మొదలైన వాటిపై వ్యక్తులకు లేదా సంస్థలకు సలహాలు అందించేవారు.
- యోగా బ్రాగర్/ప్లాగర్/కంటెంట్ క్రియేటర్: యోగా గురించి రాయడం, వీడియోలు చేయడం ద్వారా ఆన్‌లైన్‌లో కంటెంట్ క్రియేటర్‌గా రాణించవచ్చు. ఇది ప్రకటనలు, స్పాన్సర్‌షిప్‌ల ద్వారా ఆదాయాన్ని అందిస్తుంది.
- యోగ ఉత్పత్తుల తయారీ/అమ్మకాలు: యోగా మ్యాట్‌లు, దుస్తులు, ప్రాప్స్, పుస్తకాలు, ఆయుర్వేద ఉత్పత్తులు మొదలైన వాటి తయారీ మరియు విక్రయ రంగంలో అవకాశాలు ఉన్నాయి.

- యోగా రిట్రీట్‌లు/వర్క్‌షాప్‌ల నిర్వాహకులు: యోగా రిట్రీట్‌లు, వర్క్‌షాప్‌లను నిర్వహించడం ద్వారా కూడా మంచి ఆదాయం పొందవచ్చు.
- రీసెర్చ్ మరియు అకాడమిక్ రంగాలు: యోగా యొక్క శాస్త్రీయ ఆధారాలు, ప్రయోజనాలపై పరిశోధనలు చేసే సంస్థలు, విశ్వవిద్యాలయాలలో కూడా అవకాశాలు లభిస్తాయి.

ముగింపు:

యోగ కేవలం ఒక పురాతన సాధన కాదు, అది ఆధునిక ప్రపంచంలో ఎదురయ్యే సవాళ్లను ఎదుర్కొనేందుకు ఒక శక్తివంతమైన సాధనం. ఇది ఒక సమగ్ర ఆరోగ్య విధానంగా మన శరీరానికి, మనసుకు, ఆత్మకు పోషణను అందిస్తుంది. ఒక పరిపూర్ణ జీవనశైలిగా మన దైనందిన జీవితంలో శాంతి, సమతుల్యతను తీసుకువస్తుంది. మరియు పెరుగుతున్న డిమాండ్‌తో, ఇది అనేక మందికి లాభదాయకమైన ఉపాధి మార్గాలను కూడా అందిస్తుంది. భవిష్యత్తులో యోగా యొక్క ప్రాముఖ్యత మరింత పెరిగి, ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా మరింత మందికి ఆరోగ్యం, ఆనందం మరియు ఉపాధిని అందిస్తుందని చెప్పడంలో సందేహం లేదు.

ప్రకటన

యోగాన్ని ప్రపంచానికి చేరువచేస్తున్న యోగిపై ప్రో

ఇప్పటివరకు యోగాను దీర్ఘకాలికంగా నేర్చుకోవాలంటే, భారతదేశానికి ప్రయాణించాల్సి వచ్చేది. ఆశ్రమాలు లేదా యూనివర్సిటీల్లో నివాస కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనడం అనేది సాధారణ మార్గంగా ఉండేది. కానీ ఈ విధానం ప్రతి వ్యక్తికి సాధ్యపడేదేం కాదు. ముఖ్యంగా యోగాను ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక మంది అనుసరిస్తున్న ఈ రోజుల్లో.

యోగిపై ప్రో ప్రోఈ సవాళ్లను పరిష్కరించేందుకు ఆవిష్కృతమైంది. యోగిని ప్రో ఎస్-వ్యాస యోగా యూనివర్సిటీ భాగస్వామ్యంతో అభివృద్ధి చేయబడిన ఈ కార్యక్రమం, ఇండియన్ యోగా అసోసియేషన్ (ఐ. వై. ఏ.) గుర్తింపు పొందింది. ఇది ప్రపంచంలోని ఎక్కడ ఉన్నా విద్యార్థులు మరియు యోగా గురువులు కావాలనుకునే వారు — తాము ఉన్నచోట నుంచే — ఒక విశ్వసనీయమైన, స్వయంసిద్ధమైన, సరళమైన విద్యా మార్గాన్ని అనుసరించవచ్చు.

ఈ ప్రోగ్రామ్ కేంద్రబిందువు యోగిపై ప్రో సర్టిఫికేషన్. ఇది కనీసం 30 రోజుల పాటు ఉండే గౌరవనీయమైన ప్రోగ్రాం, ప్రాచీన యోగ సిద్ధాంతాల ఆధారంగా రూపొందించబడింది. ఇది ఓన్‌లైన్ ప్లాట్‌ఫామ్ కాదు — ఇది యోగా విద్యను లోతుగా, కానీ సౌలభ్యంగా అందించే ఒక నవీన మార్గం.

ఈ ప్రోగ్రామ్ ప్రత్యేకతలు:

- 8 దశల ఆసనాల అంచనా విధానం ద్వారా విద్యార్థులు కేవలం చూచే యోగా కాదు — శారీరకంగా, మానసికంగా, అంతరంగికంగా అనుభవించేలా చేస్తుంది.

- విజయవంతమైన అభ్యర్థులు ఐవైఏ జీవితకాల సభ్యత్వం లభిస్తుంది. అలాగే ఎస్-వ్యాస లో ఉన్నత స్థాయిలో విద్యను కొనసాగించే అవకాశం కూడా ఉంటుంది.
- ప్రోగ్రామ్ కి భాగంగా యోగిపై ప్రో సార్ట్ మ్యాట్ ఉచితంగా ఇవ్వబడుతుంది — ఇది స్క్రీన్లు, కెమెరాలు లేకుండా, నిజమైన యోగ ఫోకస్‌తో, సాధనలో ప్రతి క్షణాన్ని మార్గనిర్దేశనం చేస్తుంది.

తెలుగు ప్రేక్షకుల కొరకు ముఖ్యమైన విషయం:

ఈ ప్రోగ్రామ్ కొనుగోలు చేసినప్పుడు, వినియోగదారులకు రెండు విలువైన సర్టిఫికేషన్లు (విద్యా గుర్తింపులు) లభిస్తాయి. వీటితో పాటు, ఒక సార్ట్ యోగా మ్యాట్ ఉచితంగా వస్తుంది — ఇది వారి సాధనలో ముఖ్యమైన భాగంగా మారుతుంది. ఇది యోగా గురువు లేనప్పటికీ, గురువు లాగే మార్గనిర్దేశనం చేస్తుంది అనేది యోగాన్ని ప్రపంచవ్యాప్తంగా అందరికీ చేరువచేసే ప్రగతిశీల ఆలోచన. ఇది ఉద్యోగాలు చేసుకుంటున్నవారికి.

ఇంట్లో పిల్లల్ని చూసుకునే తల్లిదండ్రులకు, లేదా లోతుగా అధ్యయనం చేయాలనుకునే వారి కోసం రూపొందించబడింది — వారు ఎక్కడ ఉన్నా ఎటూ వెళ్లకుండానే.





DR. K.V. SUBBA REDDY INSTITUTE OF TECHNOLOGY (AUTONOMOUS)



KURNOOL, A.P. — 518218.



ENGINEERING (KVSr)	PHARMACY (KVSP)
✓ B.TECH ◆ CSE ◆ AI ◆ AI&ML ◆ DATA SCIENCE ◆ ECE ◆ EEE ◆ CIVIL ◆ MECH ✓ M.TECH ✓ MBA ✓ MCA ✓ POLYTECHNIC	✓ PHARM.D ✓ PB ✓ D.PHARMACY ✓ B.PHARMACY ✓ M.PHARMACY

Special Features:

- ✦ **100% Placement Support** - Jobs for all eligible students.
- ✦ **Expert Faculty** - Highly qualified & experienced teaching professionals.
- ✦ **Premium Hostels** - Top-class accommodation for men & women with quality, hygienic food.
- ✦ **Accredited Excellence** - NAAC A+ Grade, NBA & ISO certified.

FOR ADMISSIONS: ☎ 9704333789 / 7660003357 / 56



Are you looking
for a Yoga
Career?

Join as
Andhrula IYA
Patron



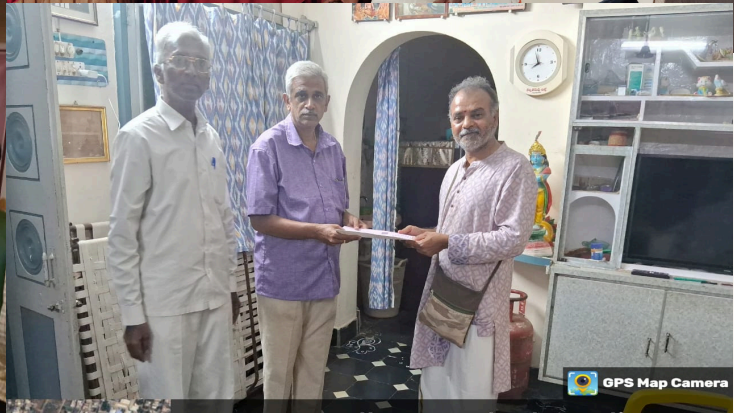


ఆంధ్రుల ఐ. ష్ట. ఏ. సమావేశాలు

Andhrula Indian Yoga Association Meetings

Andhrula Indian Yoga Association, Andhra Pradesh State Chapter Committee Meeting held at Vijayawada on the 17th March, 2025. Swami Vivekananda Yoga Anusandana Samasthana (S-VYASA) University, Bangalore Chancellor and Iya AP Chairperson Dr Professor Kambhampati Subrahmanyam, IYA AP, Senior Vice Chair Person V. Rama Rao, IYA AP Secretary Tumuluri Ravi, IYA AP State Committee members and others participated.

The agenda for the meeting was reformation of the Committee and allocation of roles to the Committee members.



As resolved in the Vijayawada meeting, APSCC entered into an agreement with Prakruthi Yoga Sanjeevani Trust, Guntur, to setup the State Headquarters at Sampath Nagar, Guntur on the 19th June, 2025
As resolved also, State Headquarters would setup district-wise IYA branches.

IYA It was also resolved to retain the Vijayawada address as branch center!

ఆంధ్రుల ఐ. ష్ట. పి. సమావేశాలు

Andhrula Indian Yoga Association Meetings

Special representation from APSCC with Prof K Subrahmanyam and Ravi Tumuluri at TSSCC



Both the Chairperson and the Both the Chairperson and the Secretary, APSCC initiated the reformation meeting of the Telangana State Chapter Committee with the idea of uniting both the Andhras. This initiative was triggered by the thought of commonality of language, customs, traditions and culture.

APSCC bore the complete expenditure for the Chairperson and Secretary's travel.

Following the APSCC formation and progress so far, APSCC office bearers shared their experiences to the budding Telangana Members.



Message of Gratitude from the IYA Andhra Chapter

A special thanks to Dr Sri Krishna Veni garu, Convener Research, Joint Commissioner Transport (Tirupati) who was the host at the venue, Prakruthi Yoga Sanjeevani Trust, Sampath Nagar. The hospitality and support were par excellence.

Sri Indusekhar garu, an experienced yoga practitioner, who has conducted over 10000 yoga camps was also present for the inaugural event!

The State Chapter Committee meeting started with the inauguration of the State Headquarters at the center. The removal of the ribbon was done by Sri VV Ram Rao garu. Then all members gathered inside the hall for the meeting. A special thanks also to ETV. The Secretary, Sri Ravi Tumuluri garu explained about Indian Yoga Association activities. IYA is Membership-based organization with Patrons, Life Members, Yoga Professionals and Volunteer Members. Institutional Memberships include Member Institutions, Associate Centers and International Associates. Secretary invited all present to join the Yoga Movement called IYA!

IYA also offers course frameworks such as Foundation Course in Yoga, Certificate Course in Yoga & Advance Certificate Course in Yoga. We are also launching Yoga Chikitsa framework also.

With Guntur as its headquarters, Andhrula IYA will expand to all the districts of AP

Members present for the meeting were:

Sri V Rama Rao, Sri Ravi Tumuluri, JK Swapna, Surendra Reddy Katam, Rama Chandra Parige, Krishnaveni Sri Bhuvanagiri, Hemanth V R Yandamuri, Sri Vishnuo Bhagawat Acharya, Yogacharini Sumana Pothugunta,



Sri Nallagonda Kumar Raja, Sri Tirupati Sai Yagnesh Singh, Dr Chokkalingam, Venkata Narasimha Murthy Vadlamani, Sri Srinivasu Mannem, Asapu Rajeswara Rao

We acknowledge and thank all the non-member participants as well for their enthusiasm and presence. Your support strengthens our collective vision of fostering a professionally accredited, ethically grounded, and spiritually enriching Yoga movement. Let us continue working together to manifest "Yoga for Unity, Yoga for Humanity."

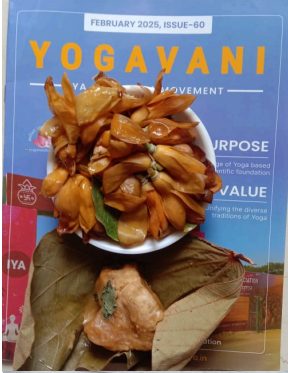


In tune with IYA Mandate, Andhrula IYA launched a few initiatives:

- ID Cards for all the office bearers and Advisors printed; issued to Committee Members present in person
- Visiting Cards for the Members who will be interfacing with public
- Andhrula IYA brochures launched in Telugu and English
- Telugu Edition of the very popular Yogavani to be launched on IDY 2025
- Online series 'Yogadhara - a continuous flow!' launched
- Fully functional Andhrula IYA website iyaap.in



ఆంధ్రుల ఐ. షై. ఓ. సక్రలేరియట్ సమావేశాల నివేదిక



Our tour started from Simhachalam Temple of Narasimha Swamy near Visakhapatnam

We offered first copy of the Yogavani to Lord

The priests gave flowers and prasadam and wished IYA well

This was on the 21st at 4 am

Along with Secretary, Ravi Tumuluri, Treasurer, Hemanth Yandamuri garu was present



We then met Gundu Shankar garu who is the MLA, Srikakulam. We upgraded him on the meeting with VC BRAU and requested him to follow up.

Incidentally, he is sishya of Gurudev and he is going to meet Gurudev on his birthday

Along with Secretary, Ravi Tumuluri, Treasurer, Hemanth Yandamuri garu, Sandeep Varanasi garu were present



We handed over the second copy to Dr KR Rajani, VC of BRAU, Srikakulam. We discussed the rollout of the CYP YVC Training Program. The Vc was all for this program and even gave us a date after their University vacation in the first week of July.

Along with Secretary, Ravi Tumuluri, Treasurer, Hemanth Yandamuri garu, Sandeep Varanasi garu were present



Then we returned to Andhra University Yoga Consciousness Department

There we were greeted warmly by Prof Ramesh Babu garu, the Head of Department. We spent quality time time and toured the beautiful campus called Yoga Village
Dr Ramesh garu is a Life Member of IYA

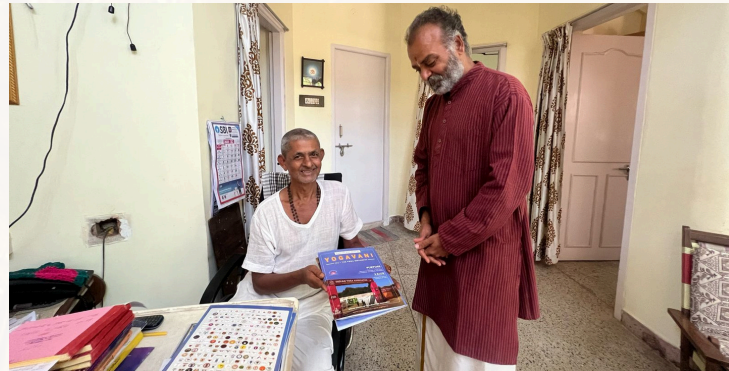
Along with Secretary, Ravi Tumuluri, Treasurer, Hemanth Yandamuri garu and Ms Soko Takeuchi were present



Then we returned to Andhra University Yoga Consciousness Department

There we were greeted warmly by Prof Ramesh Babu garu, the Head of Department. We spent quality time time and toured the beautiful campus called Yoga Village
Dr Ramesh garu is a Life Member of IYA

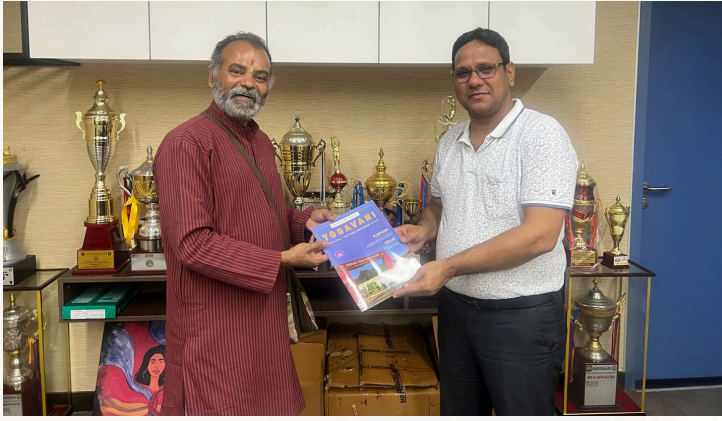
Along with Secretary, Ravi Tumuluri, Treasurer, Hemanth Yandamuri garu and Ms Soko Takeuchi were present



Then we returned to Andhra University Yoga Consciousness Department

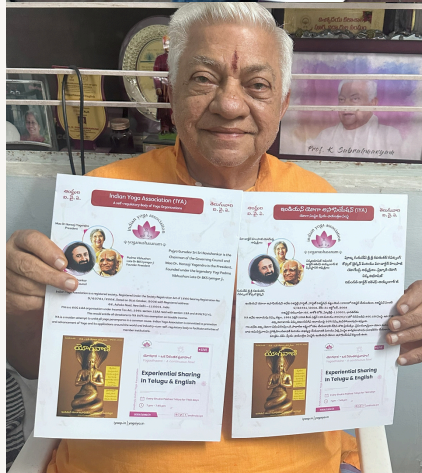
There we were greeted warmly by Prof Ramesh Babu garu, the Head of Department. We spent quality time time and toured the beautiful campus called Yoga Village
Dr Ramesh garu is a Life Member of IYA

Along with Secretary, Ravi Tumuluri, Treasurer, Hemanth Yandamuri garu and Ms Soko Takeuchi were present



On 23rd, IYA team visited the huge campus of GITAM UNIVERSITY at Rishikonda. IYA team met the Director, Sports, Dr. Vijay Kumar, Wing Commander (Retd.) We handed over 1 copy of Yogavani! We proposed one more event which can a scientific conference in collaboration with IYA. Along with Secretary, Ravi Tumuluri and Ms Soko Takeuchi were present

On 26th April, a meeting was arranged by Dr Sri Krishna Veni garu, Convener, Research, APSCC, with Honorable Vice Chancellor, Sri Venkataswara University , Tirupati, Prof Appa Rao garu and Secretary, Sri Ravi Tumuluri, APSCC APSCC submitted a proposal to help conduct an ongoing training program through AP IYA institutional members for CYP for all the students of SVU and affiliated colleges. SVU has 20000 students and is one of the older Universities in AP, post independence Also, we proposed to help setup a Health and Wellness Department for SVU We handed over copies of Yogavani to the VC

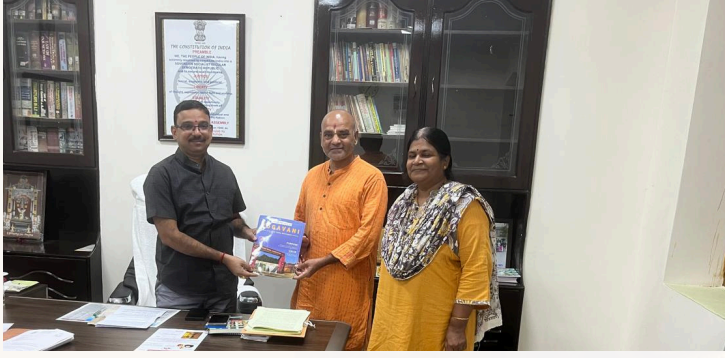


A delighted Chairperson releasing the Telugu and English brochures of the Andhrula IYA and the ID Cards on separate occasions.

He was very happy to note the quick progress in Andhrula IYA activities.

He once again stated his desire to tour Andhra Pradesh at his age of 84!





On the 3rd June, Secretary, Andhrula IYA, met the Principle District Judge, Guntur, B Sai Kalyana Chakravarthy and discussed the possibility of conducting the CYP for the staff of Guntur Court. Dr. Krishna Veni Garu, Convener - Research, was also present. They also discussed the possibility of organising Yoga Instructors Course for inmates of the Guntur prison. Sri Kalyan garu appreciated the idea and immediately actioned the same by asking to meet the concerned persons.



On the 9th June, Secretary, Andhrula IYA, Ravi Tumuluri, Secretary, had a meeting with Kurnool IYA Member Sri Bestha Amaresh, a Yoga Professional Member of IYA and others at Vivekananda Kendra, Kurnool.

Others present were active social workers including Shiva Prasad garu, Nagendra Prasad garu, Jatin garu and others.

We discussed the potential openings for for IYA



On the 9th June, Secretary, Andhrula IYA, could meet the Registrar, Indian Institute of Information Technology, Design and Manufacturing, Kurnool (IIITDM) who was willing to work with IYA.

Royalaseema University, a State University, asked for session of Yoga as part of the International Day of Yoga. Secretary, was accompanied by Sri Bestha Amaresh, a Yoga Professional Member of IYA



On the 9th June, Secretary, Andhrula IYA, could meet the Vice Chancellor, Royalaseema University, Kurnool, Prof. V. Venkata Basava Rao, who was willing to work with IYA.

Royalaseema University, a State University, asked for session of Yoga as part of the International Day of Yoga. Secretary, was accompanied by Sri Bestha Amaresh, a Yoga Professional Member of IYA



On the 13th June, Secretary, Andhrula IYA, could meet the Registrar, Yogi Vemana University, Dr Padma who was willing to work with IYA. YVU, a State University, has 70 affiliated Colleges under them. He also met Sri Sampath Kumar, Coordinator for NSS and the Coordinator of all affiliates, YVU



On 15th June, 2025, Andhrula IYA Treasurer, Sri Hemanth V Yandamuri, handed over the IYA ID Card to Advisor, Prof Ramesh Babu garu. Prof Ramesh Babu garu is the HOD of Yoga & Consciousness Department, Andhra University. Yoga Department was started in 1985 in Andhra University.

ఆంధ్రుల
ఐ. యై. ఏ.

Indian Yoga Association (IYA)

A self-regulatory Body of Yoga Organizations

తెలుగువారి
ఐ. యై. ఏ.

Maa Dr Hansaji Yogendra
President



Gurudev Sri Sri Ravi Shankar
Chairman, Governing Council



Padma Vibhushan
Late Dr BKS Iyengar ji
Founder President

Pujya Gurudev Sri Sri Ravishankar is the
Chairman of the Governing Council and
Maa Dr. Hansaji Yogendra is the President.
Founded under the legendary Yogi Padma
Vibhushan Late Dr BKS Iyengar ji,

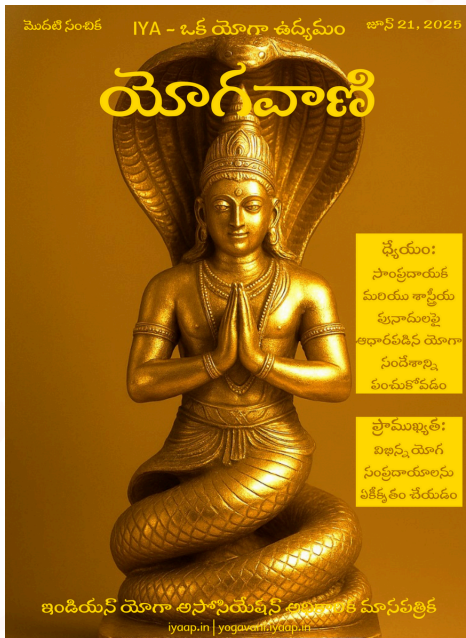
Indian Yoga Association is a registered society, Registered Under the Society Registration Act of 1860 bearing Registration No:
SI/63761/2008, Dated on 31st October, 2008 with Registered address:

68, Ashoka Road, New Delhi – 110001, India

IYA is a 80G 12A organisation under Income Tax Act, 1961 section 12AA read with section 12A and 80G(5)(vi).

This would entitle all donations to IYA 50% tax exemption on taxable income.

IYA is a maiden attempt to unite all yoga paramparas in a common cause. Indian Yoga Association is committed to promotion and advancement of Yoga and its applications around the world and industry-cum-self-regulatory body to facilitate activities of member institutions.



Indian yoga association
yoganushasanam

LIVE

యోగధార - ఒక నిరంతర ప్రవాహం!
Yogadhaara - A continuous flow!

Experiential Sharing
In Telugu & English

Andhrula Indian Yoga Association

Every Shukla Pakhsa Tritiya for TWO days

7 pm - 7:45 pm

www.iyaap.in

andhrula.iya

Foundation Course in Yoga – FCY

SCAN ME



Eligibility – 16 years of age

Duration – 50 hours

Practical : Theory = 80 : 20

Minimum Contact Hours = 80% I.E. 40 Hours

Practical – Total Contact Hours = 32 Hours

Theory – Total Contact Hours = 8 Hours

Fees: Rs 250 For Indian Nationals / \$ 10 for non-Indians

(Please note that the certification fees is different from course fees;
course fees is as per norms of the hosting institution)

Certificate Course in Yoga – CCY

SCAN ME



Eligibility – 10th Std & 18 Years of Age

Duration – 200 Hours

Practical : Theory = 60 : 40 I.E. 120 Hours: 80 Hours

Minimum Contact Hours = 80% I.E. 160 Hours

Practical – Total Contact hours = 96 Hours

Theory – Total Contact Hours = 64 Hours

Fees: Rs 1000 For Indian Nationals / \$ 40 for non-Indians

(Please note that the certification fees is different from course fees;
course fees is as per norms of the hosting institution)

Advance Certificate Course in Yoga – ACCY

SCAN ME



Eligibility – 12th Std or Certificate Course in Yoga

Duration – 500 Hours

Practical: Theory = 50 : 50 I.E. 250 Hours: 250 Hours

Minimum Contact Hours = 80% I.E. 400 Hours

Practical – Total Contact Hours = 200 Hours

Theory – Total Contact Hours = 200 Hours

Fees: Rs 1500 For Indian Nationals / \$ 50 for non Indians

(Please note that the certification fees is different from course fees;
course fees is as per norms of the hosting institution)

Recognition of Prior Learning (RPL)

SCAN ME



Now, become an IYA member on the bases of your previous Yoga
Certification!

1. You get IYA Certification

You may select your level from FCY, CCY OR ACCY

Fees:

Rs. 250 – Foundation Course in Yoga FCY (50 hours)

Rs. 1000 – Certificate Course in Yoga CCY (200 hours)

Rs. 1500 – Advance Certificate Course in Yoga ACCY (500 hours)

Yoga Sahayaks – YS

SCAN ME



A Yoga Sahayak Member is any Member who learns Common Yoga
Protocol Yoga Volunteer Certificates from institutional members of
IYA through APSCC.

Yoga Sahayak fees includes YCB fees where applicable PLUS IYA PRCB
PLUS APSCC fees–

(Please note that the certification fees is different from course fees;
course fees is as per norms of the hosting institution)

Yoga Chikitsa Sahayaka – Coming Soon!

Eligibility – 12th Std or Certificate Course in Yoga

Duration – 1000 Hours

Practical: Theory = 50 : 50 I.E. 400 Hours: 400 Hours

Minimum Contact Hours = 80% I.E. 800 Hours

Practical – Total Contact Hours = 400 Hours

Theory – Total Contact Hours = 400 Hours

Fees: Rs 3000 For Indian Nationals / \$ 100 for non Indians

(Please note that the certification fees is different from course fees;
course fees is as per norms of the hosting institution)

IYA Code of Conduct

SCAN ME



Yoga Professional Member
(Yog Prashikshak) – YPM

SCAN ME



- Certificate / Diploma / Degree / Master's degree / PhD in Yoga
- YCB level 2 or higher and 200+ hours of yoga training
- Fee INR 1000/-

Life Member
(Ajeevan Sadasya) – LM

SCAN ME



Only by Invitation by EC, GC, SCC with a contribution of INR 10,000 for Indian Nationals and USD 250/- for Non Resident Indians.

Yoga Volunteer Member
(Yog Samarthak) – YVM

SCAN ME



- A Yoga Volunteer Member is any person who wishes to contribute to the overall development of Yoga and IYA.
- A Yoga Volunteer member need not have any pre-qualification.

Patron – P

SCAN ME



- IYA is a 80G 12A 50% tax exemption on taxable income.
- Patrons are eligible for this provision with exception for Membership fees.

Associate Center – AC

SCAN ME



- Should be actively involved in promoting Yoga
- Final decision for approval lies with IYA
- Should have a legal status in India

Life Member (Ajeevan Sadasya)
Upgradation from Yoga
Professional Membership

SCAN ME



Medallions

SCAN ME



SCAN ME



Code of Conduct of IYA

- IYA Certification for Foundation Course in Yoga, Certificate Course in Yoga, Advance Certificate Course in Yoga, Continuing Yoga Professional Education, Yoga Therapy Courses, Corporate Yoga Courses and other courses as needed. We also offer Yoga Chikista Accreditation to therapy-based institutions
- IYA is also accredited by NSDC as a Training Provider; Skill Training Job Roles (QP NOS) in partnership with HSSC such as Yoga Therapy Assistant, Assistant Yoga Instructor, Yoga Instructor and other Job Roles as needed
- Created framework for Recognition of Prior Learning (RPL) of past students of IYA institutional members.
- Developed Continuing Education for Yoga Professionals (CEYP), a flagship training program under IYA
- Have partnered with Ministry of Social Justice & Empowerment through NISD for creation of Yoga Modules for Old Age and Drug De-addiction & Rehabilitation.
- Have developed Yoga Chikista minimum standards for Yogachikitsa Sahayak, Yogachikitsak and Yogachikitsa Acharya; we have a started CYCLE (Continuous Yoga Chikitsa Learning and Education) where Yoga Chikista Ratna and Acharya talk about their experiential learning
- Accreditation committee has undertaken to accredit Yoga Departments in Universities. Accreditation committee undertaken to help with capacity building activities for its partner bodies such as YCB, NAAC, Skill Councils, etc.
- Have partnered with NIOS to work with open schooling for yoga programs
- IYA has developed Common Yoga Protocol of Yoga (CPY) and Common Yoga Protocol of Yoga for Diabetes, through our institutional members, Andhrula IYA conducts CYP Yoga Volunteers Certificate which includes CYP and some more fundamentals to yoga, for government schools, private schools and for general public
- IYA has own publications in partnership with Chaukhambha, Varanasi and it is planning to bring out a series of text books as per the UGC standards
- Yogavani - Mouthpiece of IYA is published digitally every month and covers activities undertaken by the Members. We have launched Telugu Yogavani starting from IDY
- We have started with the Second series of Online Gurukulam - Learn with Masters. In Andhrula IYA, we have started Yogadhara - a continuous flow!
- IYA has partnered with Mint, Gol, to create its own Medallions as part of its memorabilia.
- Events like National Conclave of State Chapter Committees, Yog Kumbh, AYURYOG, etc. are being planned and executed.
- Signed an MOU with Tata Consultancy Services to use IYA-empowered Members to teach Yoga to the 5-lakh strong TCSians!
- Partnered with India Exposition Mart Limited to conduct World Assembly of Ayurveda, Yoga and Naturopathy, AYURYOG and other events.
- Activities of IYA and the members are regularly promoted on the Social Media Platforms of IYA.
- IYA has created an independent entity within itself named as IYA PrCB (Personnel certification Body) by giving functional autonomy to it. PrCB is approved under the Scheme for Voluntary Certification of Yoga Professionals scheme owned by Yoga Certification Board.

Andhrula IYA (APSCC, IYA)

With the concurrence of the President, First meeting of the Andhra Pradesh State Chapter (APSCC) held on 6th July, 2019 at Yoga Consciousness Trust, Bhimili, Vishakapatnam, Andhra Pradesh

AP IYA State Chapter Office

Door No. 25-18-73/2A, Sivalayam Street, Sampath Nagar,
Guntur, Guntur District, Andhra Pradesh - 522004

AP IYA Branch Offices:

Plot No-43, Gurunanak, Vijayawada 520008

c/o Nayago Educational Trust, Shivalayam Street,
Balarama Nagar, Nellore, Andhra Pradesh 524003

secretariat@iyaap.in | +91 96189 78958

iyaap.in | yogaiya.in



- యోగాలో ఫౌండేషన్ కోర్సు కోసం IYA సర్టిఫికేషన్, యోగాలో సర్టిఫికేట్ కోర్సు, యోగాలో అడ్వాన్స్డ్ సర్టిఫికేట్ కోర్సు, యోగాలో కంటిన్యూయింగ్ యోగా ప్రాఫెషనల్ ఎడ్యుకేషన్, యోగా థెరపీ కోర్సులు, కార్పొరేట్ యోగా కోర్సులు మరియు అవసరమైన ఇతర కోర్సులు. మేము థెరపీ ఆధారిత సంస్థలకు యోగా చికిత్సా అక్రిడిటేషన్ కు కూడా అందిస్తున్నాము
- IYA NSDC ద్వారా శిక్షణా ప్రదాతగా కూడా గుర్తింపు పొందింది; యోగా థెరపీ అసిస్టెంట్, అసిస్టెంట్ యోగా ఇన్ స్ట్రక్టర్, యోగా ఇన్ స్ట్రక్టర్ మరియు అవసరమైన ఇతర ఉద్యోగ పాత్రలు వంటి HSSCతో భాగస్వామ్యంలో చైత్రణ్య శిక్షణ ఉద్యోగ పాత్రలు (QP NOS)
- IYA సంస్థాగత సభ్యుల పూర్వ విద్యార్థుల ముందస్తు అభ్యాసం (RPL) గుర్తింపు కోసం ప్రేమవర్క్స్ రూపొందించారు.
- IYA ఆధ్వర్యంలో ఒక ప్రధాన శిక్షణా కార్యక్రమంగా యోగా నిపుణుల కోసం నిరంతర విద్య (CEYP) అభివృద్ధి చేయబడింది
- వృద్ధాప్యం మరియు మాదకద్రవ్యాల నిర్మూలన & పునరావాసం కోసం యోగా మాడ్యూల్స్ రూపొందించడానికి NISD ద్వారా సామాజిక న్యాయం & సాధికారత మంత్రిత్వ శాఖతో భాగస్వామ్యం కలిగి ఉంది.
- యోగాచికిత్స సహాయక, యోగాచికిత్స మరియు యోగాచికిత్స ఆచార్య కోసం యోగా చికిత్సకనీస ప్రమాణాలను అభివృద్ధి చేసాము; మేము CYCLE (నిరంతర యోగా చికిత్స అభ్యాసం మరియు విద్య) ప్రారంభించాము, ఇక్కడ యోగా చికిత్స రత్న మరియు ఆచార్య వారి అనుభవపూర్వక అభ్యాసం గురించి మాట్లాడుతారు
- విశ్వవిద్యాలయాలలో యోగా విభాగాలకు గుర్తింపు ఇవ్వడానికి అక్రిడిటేషన్ కమిటీ చేపట్టింది. YCB, NAAC, స్కిల్ కోర్సింగ్ మొదలైన వాటి భాగస్వామ్య సంస్థల సామర్థ్య నిర్మాణ కార్యకలాపాలకు సహాయం చేయడానికి అక్రిడిటేషన్ కమిటీ చేపట్టబడింది.
- యోగా కార్యక్రమాల కోసం ఓపెన్ స్కూల్తో పనిచేయడానికి NIOSతో భాగస్వామ్యం కుదుర్చుకుంది
- IYA మా సంస్థాగత సభ్యుల ద్వారా కామన్ యోగా ప్రోటోకాల్ ఆఫ్ యోగా (CPY) మరియు కామన్ యోగా ప్రోటోకాల్ ఆఫ్ యోగా ఫర్ డయాబెటిస్ ను అభివృద్ధి చేసింది, ఆంధ్రుల IYA ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, ప్రైవేట్ పాఠశాలలు మరియు సాధారణ ప్రజల కోసం CYP మరియు యోగాకు మరికొన్ని ప్రాథమికాలను కలిగి ఉన్న CYP యోగా వాలంటీర్స్ సర్టిఫికేట్ ను నిర్వహిస్తుంది
- IYA వారణాసిలోని చేఖంభతో భాగస్వామ్యంతో సాంత ప్రచురణలను కలిగి ఉంది మరియు UGC ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా పాఠ్యపుస్తకాల శ్రేణిని విడుదల చేయాలని యోచిస్తోంది
- యోగావాణి - IYA యొక్క మౌత్ టీవీ ప్రతి నెలా డిజిటల్ గా ప్రచురించబడుతుంది మరియు సభ్యులు చేపట్టిన కార్యకలాపాలను కవర్ చేస్తుంది. మేము IDY నుండి తెలుగు యోగావాణిని ప్రారంభించాము
- మేము ఆన్ లైన్ గురుకులం - మాస్టర్స్ తో నేర్చుకోండి యొక్క రెండవ సిరీస్ తో ప్రారంభించాము. ఆంధ్రుల IYAలో, మేము యోగాధారను ప్రారంభించాము - నిరంతర ప్రవాహం!
- IYA తన జ్ఞాపకాలలో భాగంగా తన సాంత మెడలియన్లను సృష్టించడానికి మింటి, గోల్డ్ తో భాగస్వామ్యం కుదుర్చుకుంది.
- నేషనల్ కాన్ఫ్లెన్స్ ఆఫ్ స్టేట్ చాప్టర్ కమిటీలు, యోగా కుంభ, ఆయుర్వేగ్ మొదలైన కార్యక్రమాలను ప్లాన్ చేసి అమలు చేస్తున్నారు.
- 5 లక్షల మంది బలమైన TCSians కు యోగా బోధించడానికి IYA-ఎంపానెల్డ్ సభ్యులను ఉపయోగించుకోవడానికి టాటా కన్సల్టెన్సీ సర్వీసెస్ తో ఒక MOU పై సంతకం చేసింది!
- వరల్డ్ అసెంబ్లీ ఆఫ్ ఆయుర్వేదం, యోగా మరియు నేచురోపతి, ఆయుర్వేగ్ మరియు ఇతర ఈవెంట్లను నిర్వహించడానికి ఇండియా ఎక్స్ పోజిషన్ మార్ట్ లిమిటెడ్ తో భాగస్వామ్యం కలిగి ఉంది.
- IYA దానికి క్రియాత్మక స్వయంప్రతిపత్తిని ఇవ్వడం ద్వారా IYA PrCB (ప్రెస్ నల్ సర్టిఫికేషన్ బాడీ) అని పిలువబడే ఒక స్వతంత్ర సంస్థను సృష్టించింది. యోగా సర్టిఫికేషన్ బోర్డ్ యాజమాన్యంలోని స్వచ్ఛంద సర్టిఫికేషన్ ఆఫ్ యోగా ప్రాఫెషనల్స్ పథకం కింద PrCB ఆమోదించబడింది.

ఆంధ్రుల ఐ. షై. ఏ. (APSCC, IYA)

**ప్రెసిడెంట్ సమ్మతితో, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర చాప్టర్ (APSCC) మొదటి సమావేశం 6 జూలై, 2019న యోగా
కార్నియన్ సెన్సిట్రివ్, భీమిలి, విశాఖపట్నం, ఆంధ్రప్రదేశ్ లో జరిగింది.**

ఆంధ్రుల ఐ. షై. ఏ. రాష్ట్ర చాప్టర్ కార్యాలయం
డోర్ నెం. 25-18-73/2A, శివాలయం వీధి, సంపత్ నగర్,
గుంటూరు, గుంటూరు జిల్లా, ఆంధ్రప్రదేశ్ - 522004

ఆంధ్రుల ఐ. షై. ఏ. శాఖ కార్యాలయాలు:
ఫ్లాట్ నెం-43, గురునానక్, విజయవాడ 520008

c/o నర్మూగో ఎడ్యుకేషన్ లీట్రల్, శివాలయం స్ట్రీట్,
బలరామ నగర్, నెల్లూరు, ఆంధ్రప్రదేశ్ 524003

secretariat@iyaap.in | +91 96189 78958





RAVINDRA

COLLEGE OF ENGINEERING FOR WOMEN
(AUTONOMOUS)
KURNOOL, ANDHRA PRADESH.

☎ 86397 56876 | 86397 56663

**EAPCET
CODE**

RAVW



G.PULLAIAH

COLLEGE OF ENGINEERING AND TECHNOLOGY
(AUTONOMOUS)
KURNOOL, ANDHRA PRADESH.

☎ 86397 56669 | 86397 56663

**EAPCET
CODE**

PCEK



**Empowering Futures with Global Placements With 450+ offers
from Top Notch Companies**

COURSES OFFERED

CSE

CAI

ECE

EEE

CIVIL

MECH

MBA

MTECH



**Safe & Secure Hostel Facility Available
for Women Students**

Our Top Recruiters

Walmart



**TATA
CONSULTANCY
SERVICES**

Infosys
Navigate your next

accenture



Catalog

MANOMAY
A MOMENT OF STYLE

movate

ValueLabs



Cognizant

**27
LPA**

**Highest Salary
Packages offered**



www.gpcet.ac.in
www.recw.ac.in

**Highest Salary
Packages offered**

**25
LPA**

Rooted in Tradition, Designed for your Rhythm.

YogiFi Pro is an online yoga instructor certification program developed with S-VYASA Yoga University and supported by the Indian Yoga Association.

One breath, one moment, one step at a time.

DISCOUNT CODE:
“LAUNCHSPECIAL”



Scan to know more.

Website: pro.yogifismart.com

Download the app now:  

