

www.dsvv.ac.in



देव संस्कृति विश्वविद्यालय
DEV SANSKRITI VISHWAVIDYALAYA

Gayatrikunj - Shantikunj, Haridwar - 249411 (India)
email: info@dsvv.ac.in • web: www.dsvv.ac.in

Criteria 3

3.4.5: Number of books and chapters in edited volumes published per teacher during the last five years

3.4.5.1: Total Number of books and chapters in edited volumes published during the last five years



हठयोग ग्रन्थावली

(Hathayoga text series)

हठयोग के प्रमुख ग्रन्थों का महत्वपूर्ण विषयों की साहजिक, सरल, सविन्य एवं सटीक व्याख्या,
योग की प्रतिष्ठान परीक्षाओं NET, Ph.D., YCB एवं प्रवेश परीक्षाओं
पार्याप्तिक एवं भौतिक परीक्षाओं हेतु उपयोगी/महत्वपूर्ण प्रश्नोत्तर सहित

डॉ. इन्द्राणी त्रिवेदी



Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar- 249411

प्रथम संस्करण : 2022

ISBN : 978-93-92080-29-6

e₹ : ₹195.00

Baldau
Dewangan

Digitally signed by
Baldau Dewangan
Date: 2024.07.01
23:35:03 +05'30'

मुख्य वितरक

1. किताब महल पब्लिशर्स
4655/21, अंसारी रोड, ग्राउंड फ्लोर
दरियागंज, नई दिल्ली-110002
फोन : 011-23273230/43526875, +91 9810669341
Email : kitab_mahal@hotmail.com
2. किताब महल डिस्ट्रीब्यूटर्स
ए-403 राजनिवास रेजीडेन्सी
22-A, सरोजिनी नायडू मार्ग
इलाहाबाद-211001
फोन : +91 7355431617, 9350075776

© डॉ. इन्द्राणी त्रिवेदी

प्रकाशक : किताब महल, 4655/21, अंसारी रोड, ग्राउंड फ्लोर, दरियागंज,
नई दिल्ली-110002 Visit : www.kitabmahalpublishers.com

फोन : +91 9350075776 Email : kitabmahalpublishers@gmail.com

मुद्रक : अवतार ऑफसेट, 43/2, साईट-IV, साहिबाबाद इंडस्ट्रियल एरिया, साहिबाबाद (उत्तर प्रदेश)

Registrar
Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar- 249411
Scanned with CamScanner

A Cross-sectional Survey to Assess Knowledge, Attitude, and Practice of Yoga among Cancer Patients at a Tertiary Care Hospital

Abstract

Background: Cancer incidence and mortality are rapidly growing worldwide. Cancer affects the overall quality of life of cancer patients. Yoga has its origin in the ancient times. This ancient practice has been used for holistic well-being for ages. Yoga as an alternative therapy might be beneficial for cancer patients too. This study was conducted to assess knowledge, attitudes, and yoga practices among cancer patients. **Materials and Methods:** For this cross-sectional survey, a self-designed questionnaire was validated and distributed among 25 cancer patients for a pilot study. Then, a full-fledged study was conducted based on the interviews of 1000 cancer patients at a tertiary care oncology unit and the data were analyzed using R 3.6. **Results:** A total of 1000 participants were enrolled in this cross-sectional survey. Out of 1000 participants, 91 were excluded as they responded that they were not familiar with the term "Yoga" in the first question of the questionnaire. Of 919 participants, 238 strongly agreed and 395 agreed with the question that people who practice yoga are less prone to diseases, showing that 68.87% of cancer patients have a positive attitude toward yoga. However, only 145 (15.77%) of the participants practice yoga regularly. Lack of time was the most common reason for not practicing yoga, and the other reasons were the lack of interest and insufficient facilities. **Conclusion:** The present study on 1000 patients from the yoga capital of the world, Rishikesh, highlights the fact that the majority of cancer patients are aware of yoga practice's benefits and if given the opportunity to learn appropriate techniques, yoga can further improve the outcome in such patients. There is a need to design the effective yoga programs for cancer patients to promote suitable yoga practices in this population.

Keywords: Awareness, cancer, knowledge, attitude, and practice, oncology, survey, yoga

Amit Sehrawat,
Sweta Malik¹,
Shikha Mudgal²,
Twinkle Dogra³,
Sweety Gupta⁴,
Suresh Lal
Barnwal⁵,
Jaya Chaturvedi³,
Deepak Sundriyal

Departments of Medical
Oncology Haematology,
¹Pathology, ²Obstetrics and
Gynaecology and ⁴Radiation
Oncology, AIIMS, Rishikesh,
³Department of Yoga and
Health, Dev Sanskriti
Vishwavidyalaya, Haridwar,
Uttarakhand, ⁵Department of
Yoga, Children's University,
Gandhinagar, Gujarat, India

Introduction

According to the most recent estimates of global mortality data (2019), 3 out of every 10 people who die prematurely (30–70 years) of noncommunicable diseases die from cancer.^[1] Unfortunately, more than 10 million people died of cancer in 2019 alone, approximately twice the number in 1990.^[2] Cancer incidence and mortality are rapidly growing worldwide. According to the International Agency for Research on Cancer (by WHO), the incidence of new cases of cancer in India in 2018 was 1,157,294, and 784,821 cancer patients died.^[3] In 2016, Uttarakhand state had a death rate of 66.6 and an incidence rate of 92.9 for every 1000 people screened for cancer.^[4]

It is well established that cancer is a global health problem affecting people of all ages, genders, faiths, cultures, and socioeconomic classes.^[5]

With its holistic approach to health, yoga is recognized as a complementary and alternative medicine by the National Institute of Health.^[6] Yoga has been an ancient practice being used for holistic well-being for ages. In the Yoga Sutra, Sage Patanjali illustrated the eight limbs of Yoga. These are a progressive series of steps – Yamas (restraints), Niyamas (observances), Asanas (postures), Pranayams (regulation of breath), Pratyahara (drawing the senses inward to still the mind), Dharna (concentration), Dhyana (meditation), and Samadhi (super-consciousness), which purify the body and mind.^[7] Today, many people identify yoga as asana only, but asana is just one step of the series. Yoga as a mind-body intervention is being practiced worldwide.

Previous literature has reported that yoga is a promising alternative therapy for

Address for correspondence:
Asst. Prof. Sweta Malik,
Department of Yoga,
Children's University,
Gandhinagar, Gujarat, India.
E-mail: rinkumalik321@gmail.
com

Access this article online

Website: <https://journals.iwv.com/IJOY>

DOI: 10.4103/ijoy.ijoy_150_22

Quick Response Code:



This is an open access journal, and articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 license, which allows others to remix, tweak, and build upon the work non-commercially, as long as appropriate credit is given and the new creations are licensed under the identical terms.

For reprints contact: WJLRP@medknow_reprints@wolterskluwer.com

How to cite this article: Sehrawat A, Malik S, Mudgal S, Dogra T, Gupta S, Barnwal SL, et al. A cross-sectional survey to assess knowledge, attitude, and practice of Yoga among cancer patients at a tertiary care hospital. *Int J Yoga* 2023;16:12-9.

Submitted: 31-Aug-2022

Revised: 23-Jan-2023

Accepted: 04-Feb-2023

Published: 10-Jul-2023

'YOGIC THERAPY ON SPINE CURVATURE DISORDERS'

Dr. Kamal Kishore

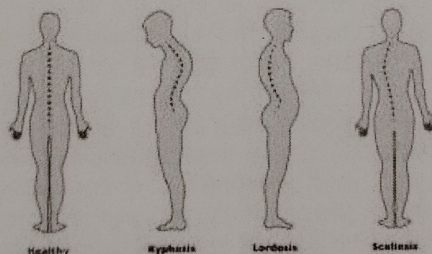
Assistant Professor Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Haridwar 249411 (Uttarakhand), INDIA

Introduction

In today's busy schedule, people are facing many problems related to spine, so this research is necessary so that people can overcome the problem related to spine by improving their lifestyle and practicing yoga and this problem can be avoided. The spine, or backbone, is made up of small bones (vertebrae) stacked -- along with discs -- one on top of another. A healthy spine when viewed from the side has gentle curves to it. The curves help the spine absorb stress from body movement and gravity. Spine abnormalities cause misalignment of the curvature and results in spine curvature disorders like lordosis, kyphosis, and scoliosis. due to the spine's natural and healthy curvatures, when viewed from the side, it will have a soft 'S' shape; when viewed from the front or back, it will appear straight.

The spine's healthy and natural lordosis and kyphosis work to protect the health and biomechanics of the spine by keeping it aligned. When there is a loss of one or more of these curve, it can affect the spine, and other areas of the body, in multiple ways. In a healthy spine, the vertebrae are stacked on top of one another in a healthy alignment, separated by intervertebral discs that give the spine structure, flexibility, and act as the spine's shock absorbers. When the spine loses one or more of its natural curvatures, the spine is no longer optimally aligned, and this is when problems occur. Spine: Since this is where the scoliosis, kyphosis and lordosis are located, they are important to focus on lengthening the spine, which tends to reduce the Spinal curve. When viewed from the back, the spine should run straight down the middle of the back. When abnormalities of the spine occur, the natural curvatures of the spine are misaligned or exaggerated in certain areas, as occurs with lordosis, kyphosis, and scoliosis.

1. Kyphosis-- Kyphosis is featured by an abnormal round upper back. i.e. over 50 degrees curvature.
2. Lordosis-- This is also known as swayback. The spine of an individual having lordosis curves inward significantly at lower back
3. Scoliosis-- An individual with scoliosis has a curve sideways to the spine. This curve is often C-shaped or S-shaped.



Back pain affects and its Therapeutic options

Back pain affects 80% of the population and total expenses approach \$26 billion annually. Therapeutic options within conventional medical practice are limited to analgesics, educational materials, and physical therapy. Patients with significant long-term disability and requiring opiate analgesia may be referred to multi-disciplinary pain treatment centers that provide an array of therapeutic options including cognitive-behavioral therapy, group support, individual psychological counseling, epidural steroid injections, implantable pain pumps and spinal cord stimulator devices and other non-convention therapies such as chiropractic, massage, acupuncture,, yoga, tai chi, meditation, relaxation exercises, Pilates, and Feldenkrais.

[Signature]

आधुनिक समय में जीवन शैली का यौगिक प्रबंधन

कमल किशोर

सहायक प्राध्यापक

देव संस्कृति विश्वविद्यालय, हरिद्वार (उत्तराखण्ड)

Received : 15/11/2023

1st BPR : 21/11/2023

2nd BPR : 29/11/2023

Accepted : 04/12/2023

Abstract

आधुनिक समय में प्रत्येक मनुष्य किसी न किसी रूप से शारीरिक, मानसिक विकारों से ग्रस्त है और इन समस्याओं का एक कारण अनियमित जीवनशैली है इससे जीवन में संघर्ष एवं तनाव बढ़ गया है और मनुष्य का खान-पान एवं रहन सहन बुरी तरह प्रभावित हुआ है। मशीनों का विकास होने के कारण मानव का शारीरिक श्रम कम हो गया है तथा मानसिक श्रम बढ़ गया है एक के निष्क्रिय होने तथा दूसरे के अधिक सक्रिय होने से मानव स्वास्थ्य का सन्तुलन बिगड़ जाना स्वाभाविक है। अनियमित जीवन शैली का एक प्रमुख कारण तकनीकी का दुरुपयोग, भौतिकता की प्रधानता, प्रतिस्पर्धा, अति महत्वाकांक्षा, आर्थिक तृष्णा नैतिक मूल्यों के अवहेलना है। स्वस्थ शरीर के बिना हम जीवन में सुख, समृद्धि एवं सफलता प्राप्त नहीं कर सकते हैं आधुनिक जीवन शैली के कारण जो शारीरिक, मानसिक विकार उत्पन्न हो रहे हैं इन सबका निवारण यौगिक जीवन शैली के द्वारा ही सम्भव है। प्राचीन काल से भारतीय परम्परा में संयमित आहार विहार से युक्त नियम पूर्वक जीवन यापन ही स्वस्थ जीवन का सर्वोत्तम उपाय माना जाता है। यम, नियम अभ्यास से हमारे आन्तरिक व बाह्य व्यक्तित्व संवरने लगता है। अतः यौगिक जीवनशैली एवं यौगिक तकनीकों को अपने जीवन में शामिल करने से आज की विकृत जीवनशैली से उत्पन्न शारीरिक, मानसिक समस्याओं एवं विकृतियों से समाधान पा सकते हैं इस प्रकार योग एक समग्र चिकित्सा पद्धति है।

Key words : जीवनशैली, योगाभ्यास ।

भूमिका -

आज के भौतिकवादी सोच एवं मानसिकता वाले लोगों की बाढ़ सी आ गयी है। हर कोई भौतिकता की ओर दौड़ रहा है यह आँधी सम्पूर्ण समाज को अपनी चपेट में ले रही है जिससे सारा समाज रोगी बन रहा है इनमें कुछ शारीरिक रूप से कुछ मानसिक रूप से रोगी हैं। क्योंकि आज मनुष्य की जीवन शैली इतनी बिगड़ गयी है कि उसका स्वस्थ रह पाना असम्भव सा हो गया है। अस्त-व्यस्त जीवन शैली के कारण शरीर और मन दोनों के कार्य बाधित हो रहे हैं। एक सामान्य सी मशीन को भी यदि सही ढंग से प्रयोग में न लाया जाय तो उसके कार्य बाधित होने लगते हैं और शरीर के कार्य में बाधा उत्पन्न होती है अर्थात् इसका मुख्य कारण त्रुटिपूर्ण जीवनशैली ही है।

शरीर को स्वस्थ रखने में जीवन शैली की महत्वपूर्ण भूमिका है क्योंकि आज के प्रतिस्पर्धात्मक एवं भाग दौड़ वाले युग में प्रत्येक मनुष्य व्यस्तता के कारण स्वयं अपने लिये समय नहीं निकाल पाता है फलस्वरूप वह अनेक प्रकारों के शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक परेशानियों से युवावस्था में दुर्बलता, थकान, तनाव, चिन्ता, अवसाद जैसे विकारों से ग्रस्त देखा जाता है। शरीर व मन एक ही सिक्के के दो पहलू किसी एक में असन्तुलन होने से दूसरा भी असन्तुलित हो जाता है जिसको सन्तुलन में लाने के लिए मनुष्य को आधुनिक चिकित्सा को प्रयोग में लाये जाने के कारण परिणाम यह होता है कि एक बीमारी तो दब जाती है परन्तु दूसरी उत्पन्न हो जाती है। इसलिये स्वस्थ जीवन शैली की सम्पूर्णता के लिये भारतीय संस्कृति के ऋषि-मुनियों ने योग की विधा बतायी है क्योंकि योग द्वारा हम सभी प्रकार के कष्टों का निवारण करने में सक्षम हैं। योग एक समग्र उपचार पद्धति है।

आधुनिक जीवन शैली-

जीवन शैली वह प्रक्रिया है जिसमें हम अपने दायित्वों और कर्तव्यों का निर्वहन करते हैं प्रत्येक व्यक्ति की उसके व्यवसाय, कार्य के अनुसार जीवनचर्या होती है जिसमें जीवन के सभी पक्ष सम्मिलित होते हैं- शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक, सामाजिक तथा आध्यात्मिक। दिनचर्या के अनुसार ही हम किसी के व्यक्तित्व का सही आंकलन कर सकते हैं। वर्तमान समय में हमारी असंतुलित जीवनशैली हमारे सम्पूर्ण जीवन को प्रभावित करती है जैसे- देर से सोना, जल्दी जगना या देर तक सोते रहना, समयभाव के कारण आहार-विहार का असंतुलित होना, साथ ही योग-व्यायाम आदि पर ध्यान न देना, हर समय गलत ढंग से बैठना, पर्याप्त विश्राम न करना आदि आते हैं जिससे अनेक रोगों की उत्पत्ति होती है और न चाहते हुये भी व्यक्ति

भारत का स्वाधीनता आन्दोलन और साहित्य

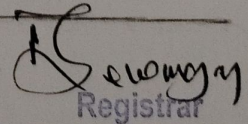
संपादन
डॉ अन्नाराम शर्मा

प्रकाशक

अखिल भारतीय साहित्य परिषद् न्यास

बाबा साहेब आपटे भवन, केशव कुंज, झण्डेवाहन, नई दिल्ली - 110055

1


Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya

Scanned with AnyScanner

भाषाईय स्वतंत्रता संग्राम में जनान्दोलनों की पूर्णतः बनावट में साहित्यकारों की गहरी भूमिका थी इस बात से इनकार नहीं किया जा सकता है। देश के विभिन्न भागों में जाते-परिनिष्ठ साहित्य रचना के माध्यम से ये लोक सेवी जनता के मोक्ष राष्ट्रीय चेतना जमाने की जगत में लगे थे वहीं क्षेत्रीय साहित्यकार भी अपनी भूमिकामूल्य इस जगत में आहुति स्वरूप जाकपुष्प आपूर्त करने में पीछे नहीं रहे। वर्तमान उत्तराखण्ड उस समय टिहरी और कुमायूँ जैसे छोटे-छोटे देशों राज्यों में बंटा था तथा राजा अपनी निजी हितों की रक्षा हेतु अंग्रेजों की वाटकारिता में लगा रहता था। अंग्रेजों अत्याचारों से रक्षा का कोई उपाय न देख स्वतः स्वतंत्र जन चेतना ने विभिन्न आन्दोलन लड़े किए तथा इस चेतना के विस्तार का कार्य किया इन्हीं लोक सेवी क्षेत्रीय साहित्यकारों ने जिनमें से बहुत तो जग से साहित्य की भाषा से भी परिचित नहीं थे, साहित्य रचना का विचार तो इनके रचन में भी न आया होगा परन्तु मातृभूमि हित इनकी जिज्ञा से जो संरक्षती प्रस्फुटित हुई उसने इस सुदूर पर्वतीय अंचल में क्रान्ति की ऐसी लहर फूँकी की सम्पूर्ण गढ़वाल उठा। प्रस्तुत अलेख में ऐसे ही कुछ लोक साहित्यकारों के द्वारा

तिलाड़ी हत्या काण्ड

उत्तराखण्ड के इतिहास में वर्ष 1930 का विशेष महत्व है। इस साल दो महत्वपूर्ण घटनाएँ हुईं। पहला 23 अप्रैल 1930 को पेशावर में वीर चन्द्रसिंह गढ़वाली ने निहत्थे पठानों पर गोली चलाने से इकार किया था, दूसरा 30 मई 1930 को अपने हक-हकूको को लेकर रवाई के तिलाड़ी में अपनी ही निहत्थी जनता पर राजशाही ने गोली चलाई। तिलाड़ी के इस दुर्दांत नरसंहार की विमोक्षिका को अपने शब्दों में व्यक्त करते हुए मनोहरलाल उनियाल कहते हैं-

शहीदों के उज्ज्वल बलिदान, दिलायेंगे

तेरी पावन याद

रहेगा जब तक तू आजाद, जलेगे

शत-शत क्रान्ति विराग!

जहां तक होंगे लाल निशान!

अरे ओ जलियाँवाले बाग,

रवाई के सीने के दाम
रिवासात टिहरी के अंगियान
तिलाड़ी के खुनी मैदान
उत्तरकारी की सम्पत्त पाटी में स्थित बंदखान में एक छोटी सी घाटी में रवाई। इसी घाटी में जग से सा मैदान तिलाड़ी। जग लीग एक जग के लिए एकत्र हुए थे। टिहरी विचारों में जग हक-हकूको को छीनने के लिये दमनकारी जग का सहारा लिया था। इसके खिलाफ जनान्दोलन के मैदान में रणनीति बनाने के लिये सभा के लीगों का गुस्सा भी बढ़ रहा था। दमनकारी जग नौकरशाही, बेगार, प्रभु सेवा, बड़े हुये बन्दे में प्रतिकार जुड़ा था। रवाई घाटी में विचारों के दमन के खिलाफ जगलौकिक प्रतिकार के लीग ही शुरू हो गये थे। 1835 में सकलाना तथा 1851 में आदोलन चला। 1851 में सकलाना की आद में आदोलन हुआ। राजशाही के क्रूर दमन के खिलाफ जनवरी 1887 को ढढक हुआ। कुजडी में 1900 ढढक हुई। 1906 में खासा पट्टी में ढढक हुई। जगलाती बंदोबस्त तथा सौण्या सेर एव विचार के खिलाफ कडाकोट, रमोली और सकलाना पट्टी में हुआ उसाके बाद 1927-28 में नये वन बंदोबस्त द्वारा जगलात के अधिकारों को सीमित कर दिया गया। इसके अतिरिक्त सन 1929 में ही पकड़ रतूडी जो लंदन से वानिकी पढ आए थे वमन बन नए वन अधिकारी बन कर आए और मात वाली 12 नए कर जिनमें चूल्हा जलने पर कर बकरी कर, गाय, भैस, बैलो पर कर, काट कुराली (जगत घास व लकडी ले आ) पर कर जैसे उलजनुत सामिल थे, थोप दिया। इन सबके विरोध में 1930 में दो धर्म पट्ट हुए और इसे स्वतंत्र पवासा नाम दिया गया। 30 मई को दोपहर 2 बजे हल दीवान चक्रधर के नेतृत्व में ढढकियों पर गोली की गई। इसमें करीब 200 लोग मारे गए। प्रचलित यह लोक गीत इसका प्रमाण है-

ऐसी गढ़ पैसी,

मु ना मार चक्रधर

मेरी एकत्या भैसी।

तिमला का लान,

मु न मार चक्रधर मेरो बुढया बन।

Dev Singh

Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar- 249411



आईएसएन २४५४-९३०५

इंविता

राष्ट्रीय संगोष्ठी २९-३० अक्टूबर - २०२१
जीवन साफल्य का प्रतीक यात्रा साहित्य

छायाचित्र
संकलन सहयोग
उपेन्द्र कस्तूरे

पृष्ठ संयोजन एवं टंकण
प्रियंका ठाकुर

रंगीन पृष्ठ संयोजन
शमीम सिद्धीकी

मुद्रण
सुरेन्द्र सिंह ठाकुर
कॉमन ऑफिसेट, नया बाजार,
ग्वा. - १४७१९४४६२३

संरक्षक
डॉ. कुमार संजीव
सभाध्यक्ष

सम्पादक
डॉ. मंदाकिनी शर्मा
सभा साहित्य मंत्री

प्रकाशक
धीरज शर्मा
सभा मंत्री



रु. 200/-

मध्य भारतीय हिन्दी साहित्य सभा, ज्वालियर

Email : hindisahitysabha1902@gmail.com

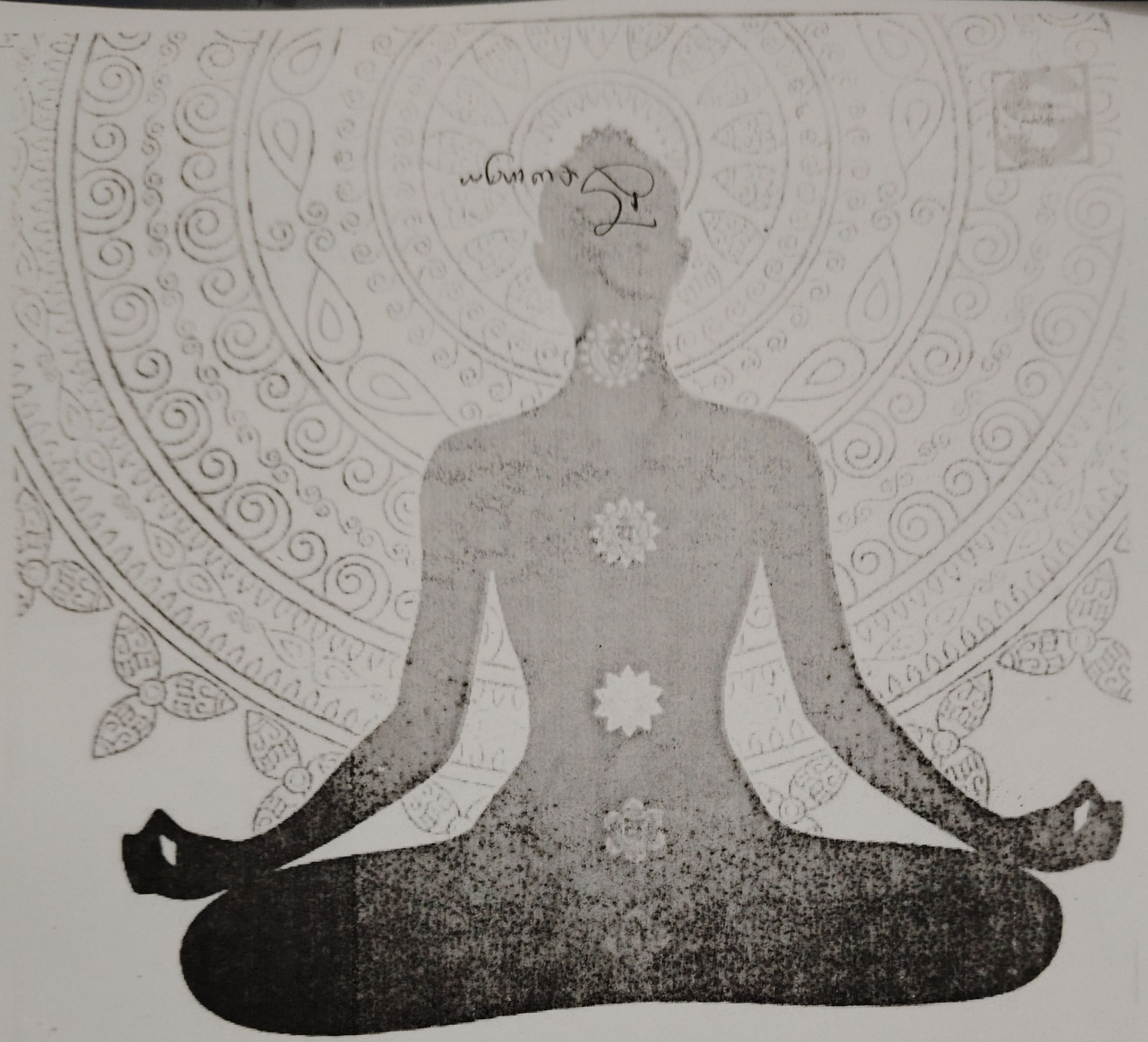
सम्पर्क - ९४२५३३६२३९

Dev Singh

Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj-Shantikunj, Haridwar-249411

Scanned with AnyScanner



Yog Yogji Yogini

Dr. Anuja Rawat
Dr Asim Kulshrestha

Registrar
Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj, Shantikunj, Haridwar

The content written in this book belongs to the respective Author and solely represents their thoughts, the Publisher, Printer and Typist bears no responsibility for their thoughts and Perspective.

ISBN : 978-93-5909-012-2

Publisher :

Satyam Publishing House

N-3/25, Mohan Garden, Uttam Nagar,

New Delhi-110059 (India)

Mobile: +91- 7042082850, 9899665801

E-mail: satyampub_2006@yahoo.com

Yog Yogi Yogini

First Edition: 2023

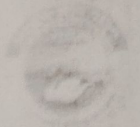
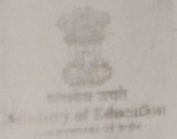
© Reserved

This book can only be accessed for reading and cannot be reproduced or distributed in any format without the Publisher's written Consent.

Published in India-

Published by R. D. Pandey for 'Satyam Publishing House', New Delhi. Layout by Satyam PrintoGraphics, New Delhi and Printed at Vishal Kaushik Printers, Shahdara, Delhi.

Institute for Science and Spirituality Delhi
in partnership with
Noida International University
IKS Division, Ministry of Education, Govt. of India



जिज्ञासा-2022
International Conference
on

Science and Philosophy in Indian Knowledge System

Registrar
Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar- 249121

17-18 DEC



ISBN: 978-93-5777-660-8

MANAGEMENT OF JANU SANDHIGATA VATA THROUGH AN INTEGRATIVE
APPROACH INCLUDING MARMA THERAPY WITH JANU BASTI - A CASE STUDY

Alka Mishra¹, Vandana Shrivastava²

¹ (Presenting Author) Assistant Professor, Department of Ayurveda and Holistic Health, Dev
Sanskriti Vishwavidyalaya, Haridwar, Uttarakhand, India - alka.mishra@dsvv.ac.in

² Associate Professor, Department of Ayurveda and Holistic Health, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya,
Haridwar, Uttarakhand, India - vandana.shrivastav@dsvv.ac.in

Keywords: Janu Sandhigata Vata, Osteoarthritis of Knee, Ayurveda, Marma Therapy, Janu Basti

ABSTRACT

Janu Sandhigata Vata (a condition that closely resemble Osteoarthritis of Knee) is one of the most disabling musculoskeletal disorder. Its symptoms include Shoola (pain), Shotha (swelling), Stabdghata (stiffness), and Atopa (crepitus). Ayurvedic texts recommend repeated use of Snchana (oleation) and Swedana (sudation) for its management. Marma Therapy has also been found effective in various Vata disorders. Therefore, in the present study Marma Therapy (on four Marma points of the legs, i.e. Kshipra, Gulpha, Indravasti and Janu) with Janu Basti (with Ksheerbala Taila) were administered to a 60 year old female patient (suffering from Janu Sandhigata Vata in the Left Knee) for 9 days, with one month followup wherein the patient self-administered Marma Therapy and massage at home. There was significant improvement in the subjective parameters (Shoola, Shotha, Stabdghata, Atopa) and objective parameters (WOMAC Index, Range of Motion, Walking Time) analyzed during the study, illustrating the efficacy of the therapeutic intervention.

1. INTRODUCTION

Osteoarthritis (OA) of knee is one of the most common and disabling musculoskeletal disorder, which is extremely common in the elderly population [Joshi et al. (2011); Rajoria et al. (2010)]. The symptoms of this disease include joint pain, joint stiffness, instability and loss of function [Joshi et al. (2011)]. In the present times, the therapeutic interventions normally used for its treatment include the use of physiotherapy, weight control, different types of analgesics, intra-articular steroid injections, knee replacement surgery, etc. [Rajoria et al. (2010)]. However, side-effect free, long-term management of this disease is still a challenge [Joshi et al. (2011); Rajoria et al. (2010)], and hence, there is a definite need to look for other safe and effective therapies for its management.

Sewangm
Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj, Shantikunj, Haridwar- 249411

Dr. Arunesh Parashar : The role of Nature-based Health Tourism in
Development Process

Dev Sanskriti Vishwavidhyalaya : Food Culture and Tourism of India
ISBN : 978-81-933916-1-7

Food Culture and Tourism of India

Dev Sanskriti Vishwavidhyalaya

Department of Tourism Management

Patron & Guidance

Dr. Pranav Pandya

Chief Editor

Dr. Chinnay Pandya

Editor

Dr. Arunesh Parashar & Dr. Umakant Jindolia

Editorial Associates

Mr. Pankaj Singh Chandel

Mr. Ajay Bharadwaj

Mr. Ashish Kumar Pawar

Dr. Monika Pandey

Dr. Avanendu Parashar Pandey

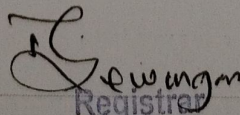
Mr. Prasen Kumar

Mr. Prakhari Pal

Department of Tourism Management,

Dev Sanskriti Vishwavidhyalaya, Shantikunj, Haridwar,
Uttarakhand, India - www.dsvv.ac.in

ISBN - 978-81-933916-1-7


Registrar

Food Safety and Hygiene Practices among Food Handlers in Hospitality Industry in Uttarakhand

Dr. Umakant Indolia*
Kamal Kumar Lasiyal**

*Co-ordinator, Research Scholar, ** Department of Tourism Management,
Dev Sanskriti University, Gayatrikunj, Shantikunj, Haridwar, (U.K.)

Abstract

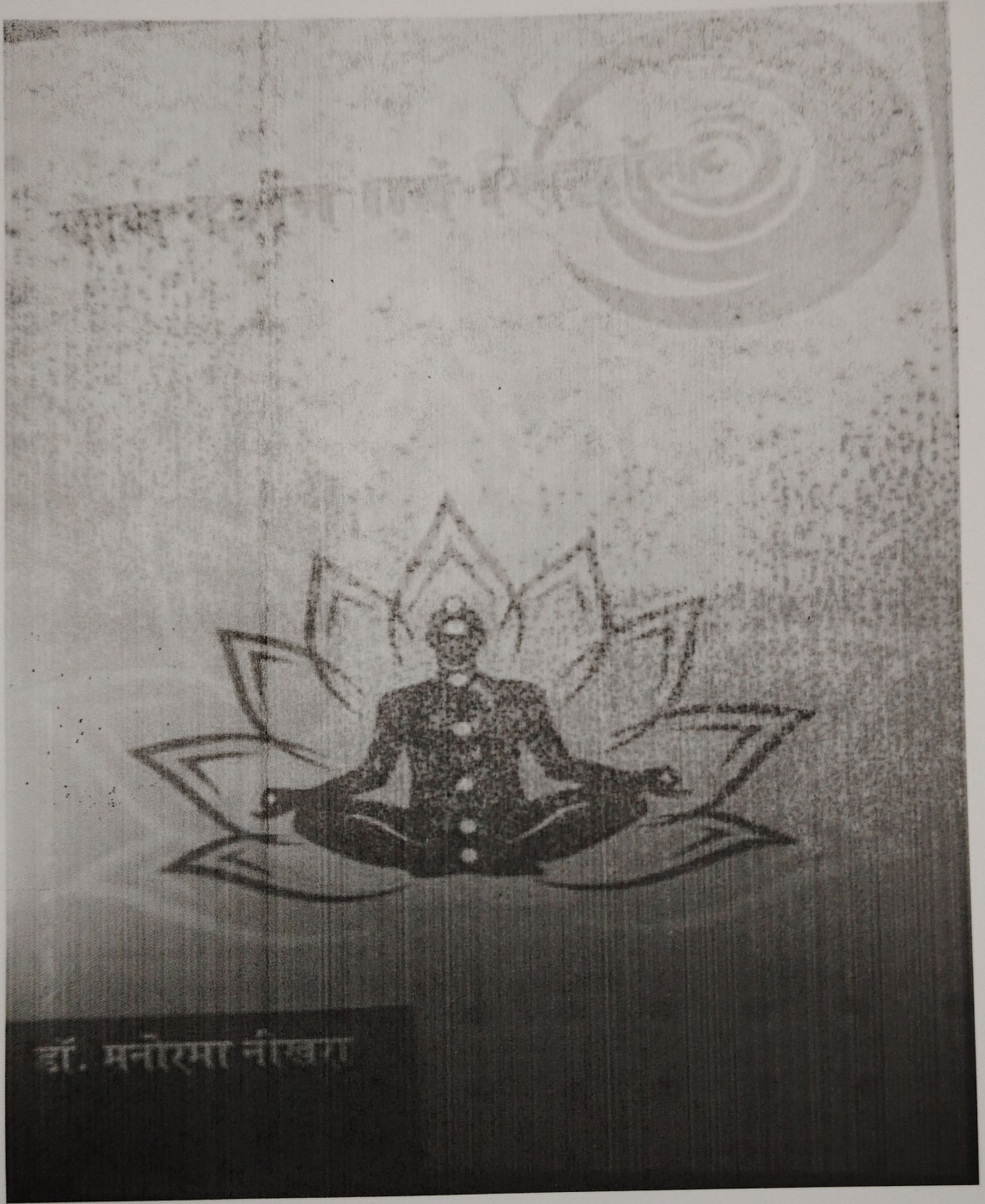
As food safety includes food hygiene, hygiene of food handlers, hazard related to food and its risks is becoming an important issue to guests making purchase decisions. Therefore, the food processors and food handlers either in hospitality industry and food processing industries should improve their knowledge and skill on food safety assurance. A systematic and continued training and education with behavioural changes, and supported with good law enforcement are likely to minimize the hazard related to food and its risks.

This study seeks to examine the awareness of food safety knowledge and handling of food, personal hygiene among food handlers. Although food handlers may be aware of the need for personal hygiene, they do not understand critical aspects of personal hygiene such, cleaning work surface, sanitation and control food temperature value while cooking. In order to prevent food borne illnesses and hazard, food handlers need to access and improve food safety knowledge, personal hygiene and the hygiene practices on food safety to guests.

Keywords: food safety, food hygiene, food handlers, hospitality industry.

Introduction

The Indian tourism and hospitality industry has emerged as one of the key drivers of growth among the services sector in India. Tourism & hospitality is also a potentially large employment generator besides being a significant source of foreign exchange for the country. During 2006-17, direct contribution of tourism and hospitality to GDP is expected to register a CAGR of 14.05 per cent. The rapid technological changes in all aspects of life to a certain extent have affected the food pattern and food habit of people especially in the metropolitan areas. These changes also bring the impressive growth of hospitality industries such as international and national tourism, restaurants, fast food outlets and catering businesses.



Office: 1st Floor, Aurobindo Bhawan C-56/36, Sector 62, Gurgaon, Noida, Uttar Pradesh-201301

© INDIAN YOGA ASSOCIATION PrCB

The moral rights of the author have been asserted.

First Edition Published in 2021.

All rights reserved. No part of this work may be reproduced or utilized in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopy, recording, or by any information storage and retrieval system without prior permission in writing from IYA-PrCB. Enquiries concerning reproduction outside the scope of the above should be sent to the address above.

You must not circulate this book in any other binding or cover and you must impose this same condition on any acquirer.

ISBN: 9788194720706

Design by Rahul Rohilla,

Email id: studiorinternational@gmail.com

Printed in India by _____

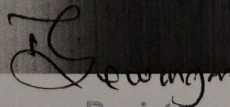
Published in India by

Indian Yoga Association PrCB

IYA Team

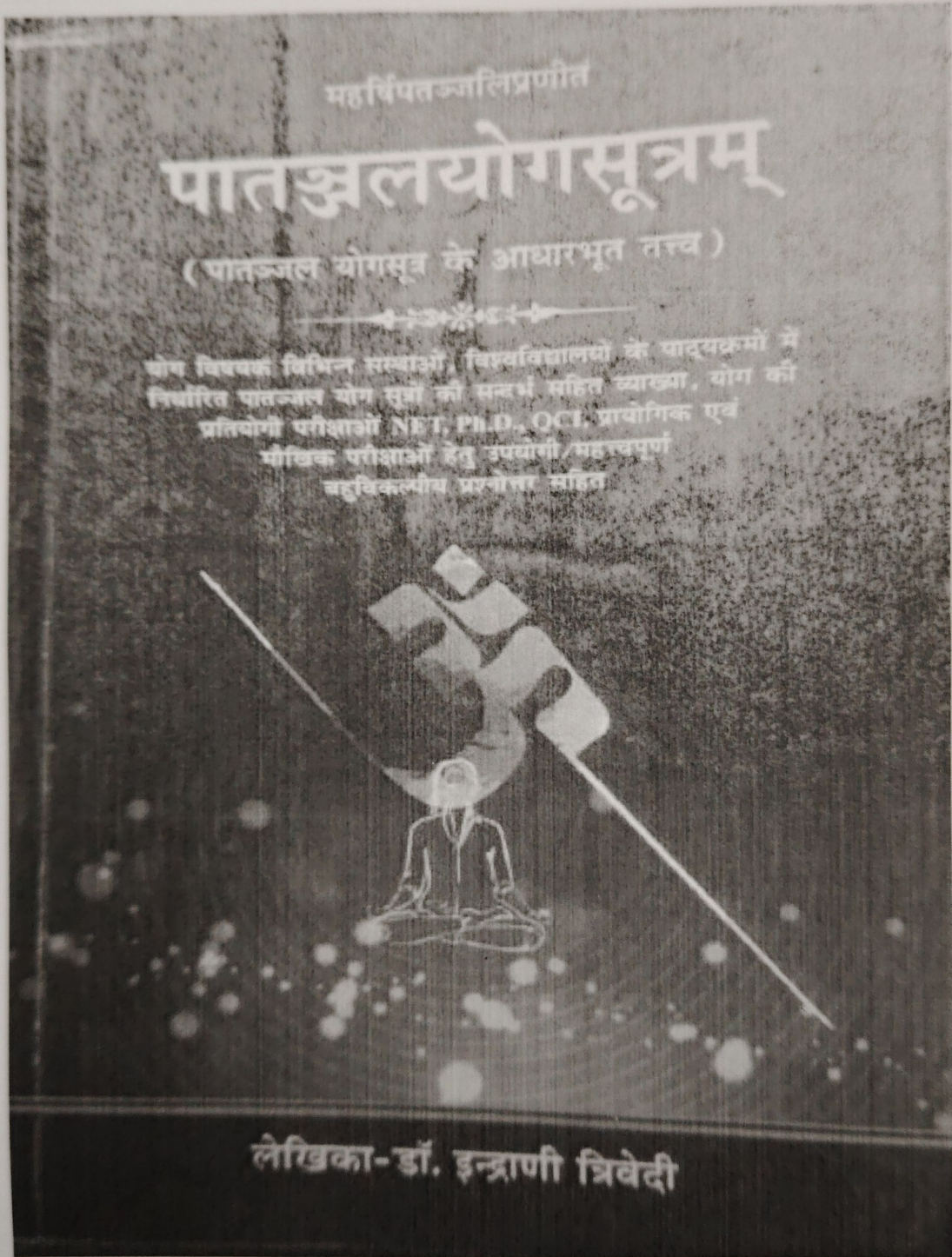
Author: Dr Manojana Nikhra

Managing Editor: Prof. Dr. R. N. Mishra



Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar-249411



लेखिका परिचय

डॉ. इन्द्राणी त्रिवेदी, देव संस्कृति विश्वविद्यालय, पंचकोट, शान्तिकुंज, हरिद्वार, उत्तराखण्ड के योग विज्ञान एवं मानव चेतना विभाग में वरिष्ठ सहायक आचार्य के पद पर हैं। इन्हें बचपन से ही योग जैसे अनूठे विषय के प्रति अगाध श्रद्धा व रुचि थी। स्वतंत्ररूप कला व त्रिवेदिविद्यालय से प्रथम स्थान प्राप्त होने पर इन्हें दो स्वर्णपदक भारत के पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम द्वारा मिला, जो एक वैज्ञानिक, दार्शनिक व लेखक थे। इसी विश्वविद्यालय से ही इन्हें पी-एच.डी. की उपाधि भारत के पूर्व राष्ट्रपति प्रणव मुखर्जी से मिली। इन्होंने अपना शोध-कार्य "पं. श्रीगणेश शर्मा द्वारा वर्णित मनोमय कोश की प्राप्ति का किशोरी के मानसिक स्वास्थ्य व नेतृत्व क्षमता पर प्रभाव" विषय पर किया और इस माध्यम से समाज में एक उत्कृष्ट योगदान दिया है। इनके द्वारा शिक्षित विद्यार्थियों राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर योग के क्षेत्र में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। डॉ. इन्द्राणी के राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर विभिन्न संगोष्ठियों के शोध-पत्र प्रकाशित हो चुके हैं।



पुस्तक परिचय

पातञ्जल योगसूत्र योग का आधारभूत ग्रन्थ है। इसके सूत्रों में योग के सभी स्तर के साधकों के लिए योग का मार्ग प्रशस्त किया गया है। इसमें वर्णित यत्नयोग, क्रियायोग व आध्यात्म योग की साधनाओं के द्वारा व्यक्तित्व का समग्र विकास किया जा सकता है। प्रस्तुत ग्रन्थ में इस विशाल ज्ञान को सुगम बनाने हेतु इसके समर्पित अंग जनसामान्य के समक्ष रखने का प्रयास किया गया है तथा इन सूत्रों के आधारभूत विषयों व महत्वपूर्ण तथ्यों को सरलार्थ स्वरूप में विवेचित किया गया है।

लेखिका ने विभिन्न सन्दर्भों के माध्यम से इसे अधिकाधिक प्रामाणिक, सरल, सुगम व सचिकर बनाने का प्रयास किया है। इस ग्रन्थ को एक विशिष्टता यह भी है कि इसमें प्रत्येक अध्याय से संबंधित बहुविकल्पीय प्रश्नों का भी संकलन किया गया है जो योग के किसी भी प्रकार की प्रतियोगी परीक्षाओं जैसे-नेट, क्यू सी आई व विभिन्न प्रवेश परीक्षाओं के लिए अत्यन्त उपयोगी है। आशा है कि सभी विद्यार्थियों के लिए जो योग विज्ञान के विभिन्न पाठ्यक्रमों में अध्ययनरत हैं, उनकी जिज्ञासाओं का समाधान सहज होगा, जिसमें योग जैसे दिव्य विषय में उनका ज्ञानसंपर्क होगा, और यह ज्ञान उनके जीवन में भी ज्वावहारिक स्तर पर उपयोगी सिद्ध हो ऐसी कामना है।

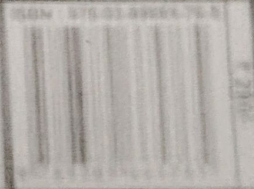
चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन

आगरा-221001

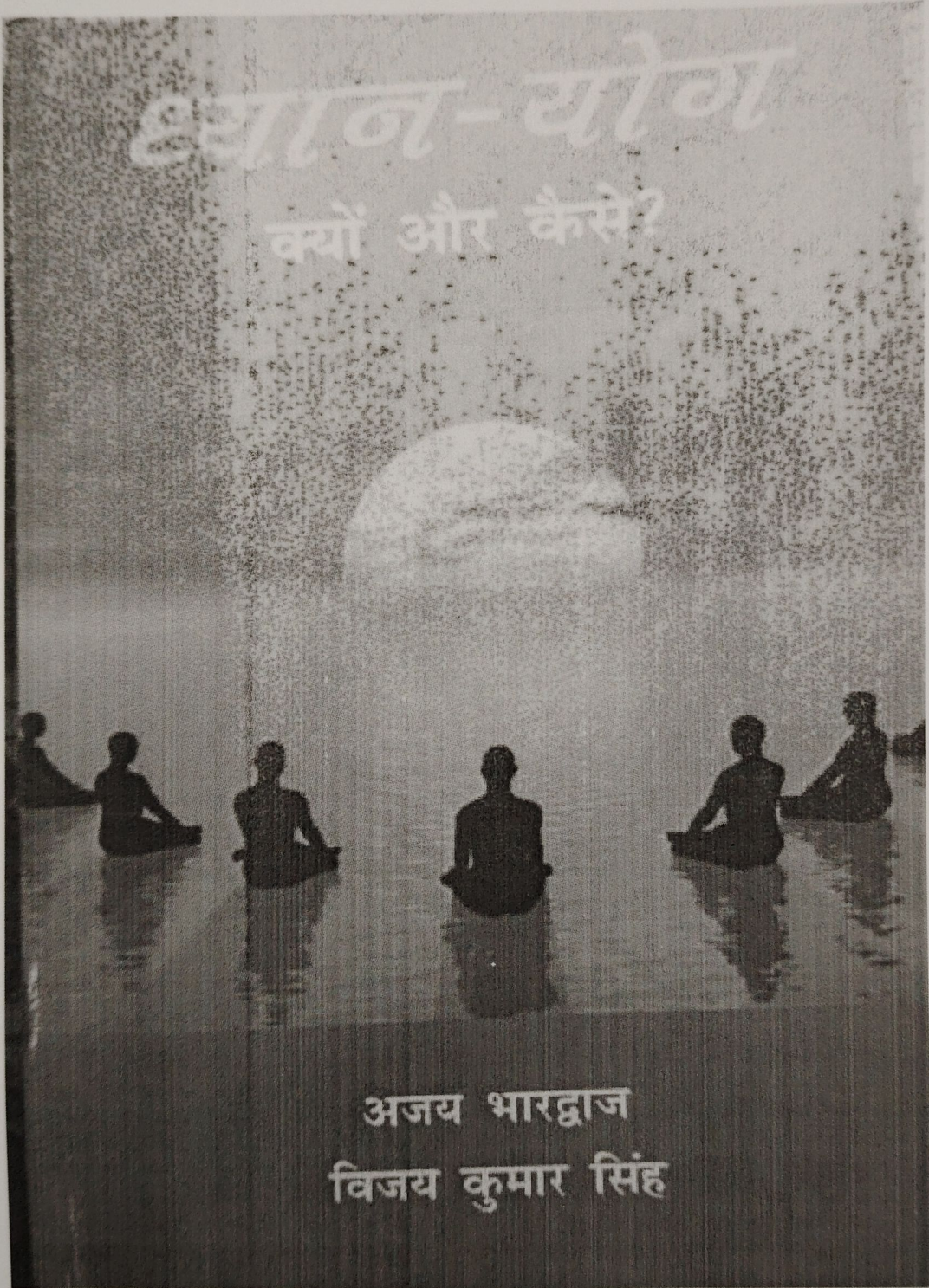
chauhambhaurubharatiprakashan@gmail.com

www.chauhambha.co.in

#chauhambha #chauhambha



Dr. Ajay Bharadwaj, Dr. Vijay Kumar Singh : Dhyana Yoga: kyon aur kaise



Copyright in Publications (India) Act, 1957
(Copyright Act, 1957)

Bharadwaj, Vijay. 1973- author.
On yoga or meditation in Hinduism.
Title, author, editor, etc. / Vijay
Bharadwaj. 1973- author. Hinduism.
pages cm
1. Hindu; Incl. 1. verses in Sanskrit.
On yoga or meditation in Hinduism.
ISBN 9788124611173 (hardback)

1. Meditation -- Hinduism. 2. Yoga. I. Sinha,
Vijaya Kumara 1973- author. II. Title.

LCC BL627.B43 2022 | | YDC 158.135 . 23

ISBN: 978-81-246-1117-3 (अजि२३)

प्रथम प्रकाशन वर्ष, 2022

© लेखक

सर्वाधिकार सुरक्षित। इस प्रकाशन के किसी भी अंश या पुरे का प्रतिलिपिकरण,
इसे यत्र भी प्रकाशन जिससे इसे पुनः प्राप्त किया जा सकता हो या रूपांतरण
(किसी भी रूप में या किसी भी विधि जैसे इलेक्ट्रॉनिक, यंत्रिक, फोटो प्रतिलिपि,
रिकॉर्डिंग या किसी अन्य तरीके से) कॉपीराइट धारक एवं प्रकाशक की पूर्वलिखित
अनुमति के बिना नहीं किया जा सकता।

प्रथम वर्ष प्रकाशक

डी.के. प्रिन्टवर्ल्ड (प्रा.) लि.

पंजीकृत कार्यालय : "वेपथी", एम-395, सुप्रीम पार्क

महोदय नगर, ई.एम.आर. कॉम्प्लेक्स, नई दिल्ली - 110015

दूरभाष : (011) 25453973, 25466019

ई-मेल : indology@dkprintworld.com

वेब : www.dkprintworld.com



Effect of Yogic intervention on Premenstrual Syndrome among Adolescence

Riddhi Sahu¹ and Suresh Lal Barnwal²

¹Research Scholar, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Shantikunj, Haridwar, India

²Head, Department of Yogic Sciences and Human Consciousness, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Shantikunj, Haridwar, India

Abstract. Background: Premenstrual Syndromes (PMS) are major public health issues that have a significant impact on one's mental health. Additional healthcare costs, absenteeism from work, and activity restrictions all add to the economic burden of such a disorder. Yoga as a therapeutic regimen has been shown to be useful to individuals with mental health and premenstrual syndrome. Aim of the study: The present study was conducted to assess the effect of Yogic Intervention on Premenstrual syndrome among Adolescence. Methodology: 30 students were selected from the Government Girls Higher secondary school with ages ranging from 14 to 17 years (group average age \pm SD 38.37 \pm 5.52 years). They all filled Modified Moods menstrual Distress questionnaire before and after the yogic intervention. They were randomly divided into Control and Experimental group. The participants in experimental group did Yoga for 45 minutes each day for 10 weeks under supervision of a female yoga therapist whereas those in control group did not do any such specific activity. Results: Data were analysed using paired sample t-test. There was a statistically significant reduction in the pain, water retention, autonomic reactions, negative effect, impaired concentration, behavior change, arousal, Control in yoga group as compared to control group. Computed t-value for all participants (i.e., 6.31) has been found significant for $df = 28$, $P < 0.01$. Conclusion: Premenstrual syndrome can be alleviated by the Yogic Intervention. It is therefore possible to administer yogic Intervention (asans and breathing exercises) to help alleviate the symptoms of premenstrual syndrome (PMS) in Adolescence girls. Keywords: Premenstrual syndrome, Mental health, Yoga, Adolescent girls

*CORRESPONDENCE

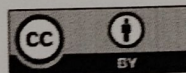
Address Dept. Of Yogic Sciences and Human Consciousness, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Shantikunj, Haridwar, India
Email: suresh.barnwal@dsdev.ac.in

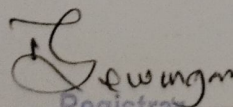
PUBLISHED BY

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Gayatrikunj, Shantikunj, Haridwar, India

OPEN ACCESS

Copyright (c) 2022 SAHU and BARNWAL
Licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License




Registrar

Rural entrepreneurship management

ग्रामीण उद्यमिता प्रबंधन

© Dilip Sarah

❖ Publisher :

Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.
Limbaganesh, Dist. Beed (Maharashtra)
Pin-431126, vidyawarta@gmail.com

❖ Printed by :

Harshwardhan Publication Pvt.Ltd.
Limbaganesh, Dist. Beed, Pin-431126
www.vidyawarta.com

❖ Page design & Cover :

H.P. Office (Source by Google)

❖ Edition: Oct.2021

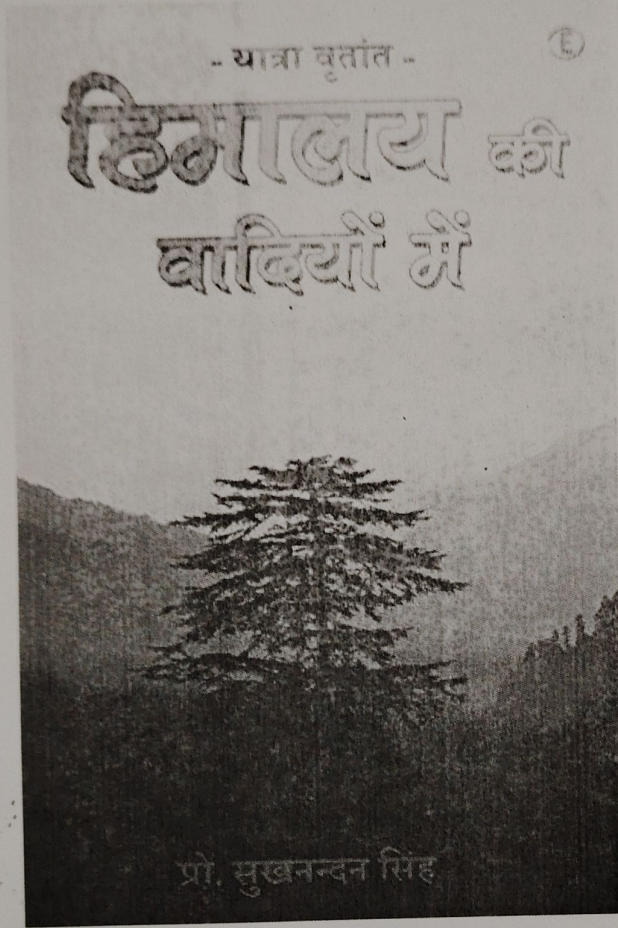
ISBN 978-93-92584-05-3



❖ Price : 200/-

All Rights Reserved. No part of this publication may be reproduced or stored in a retrieval system without the prior written permission of the publisher.

Dr. Sukhmandan Singh : यात्रा वृत्तान्त, हिमालय की वादियों में



Sewangm

Dr. Sukhmandan Singh : आध्यात्मिक पत्रकारिता

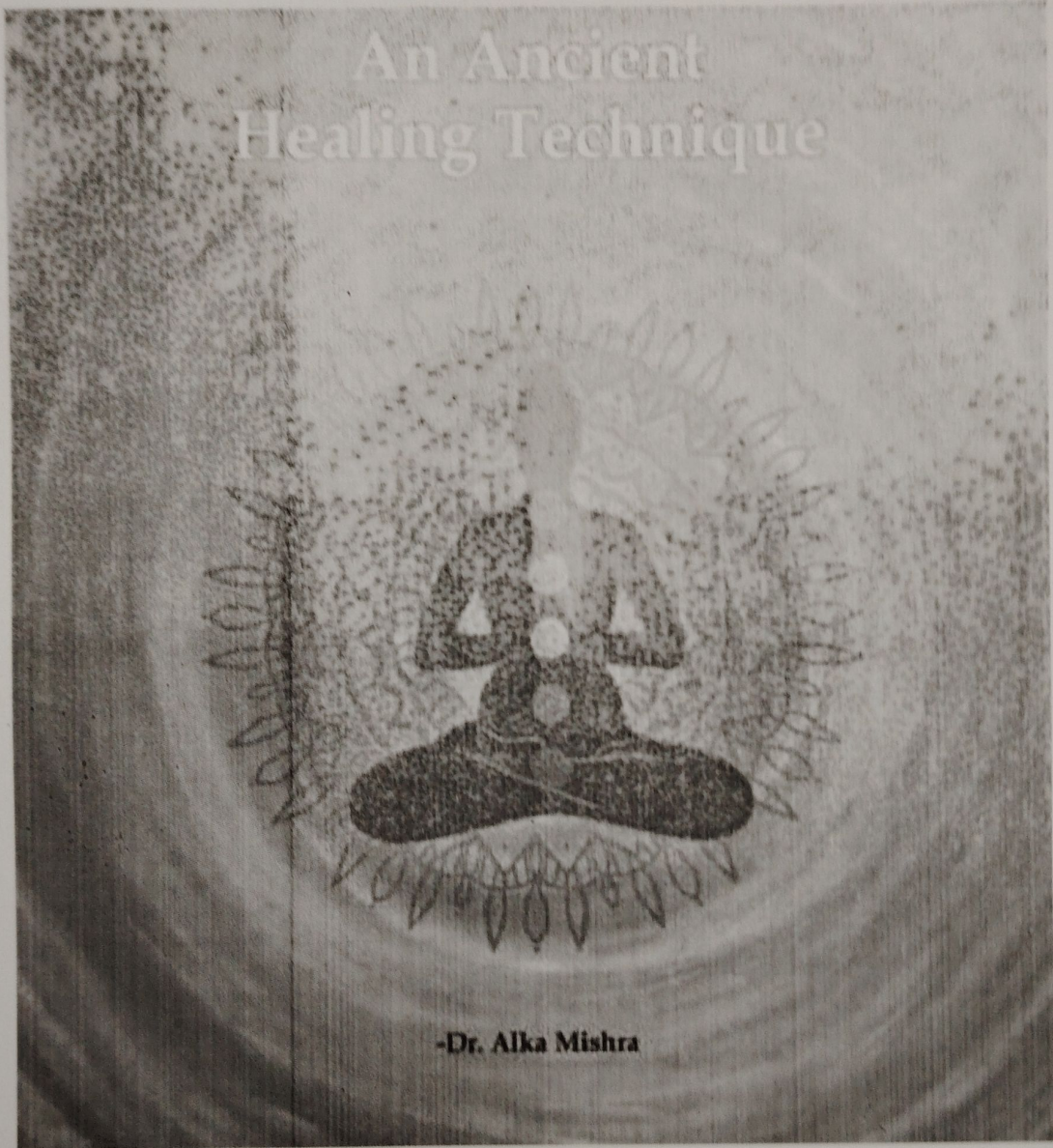
आध्यात्मिक पत्रकारिता



प्रो० सुखनन्दन सिंह

Sewangm
Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar- 249411





Exploring the Science of Marma: An Ancient Healing Technique

Author

Dr. Alka Mishra

Assistant Professor

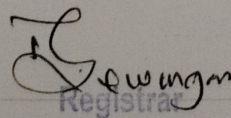
Department of Ayurveda and Holistic Health

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya

Gayatrikunj-Shantikunj, Haridwar, Uttarakhand, India - 249411

Email: alka.mishra@dsvv.ac.in

Webpage: <https://sites.google.com/view/dr-alka-mishra>


Registrar

First Edition - 2021

Publisher

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj-Shantikunj, Haridwar
Uttarakhand, India - 249411
Phone: (01334) 261367, 261485
www.dsvv.ac.in

License Information for Readers

This book is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) License. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this book, subject to full attribution to this book, author, and publisher. The full terms of this license may be seen at <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Cost of Printed Book: Rs. 120/-

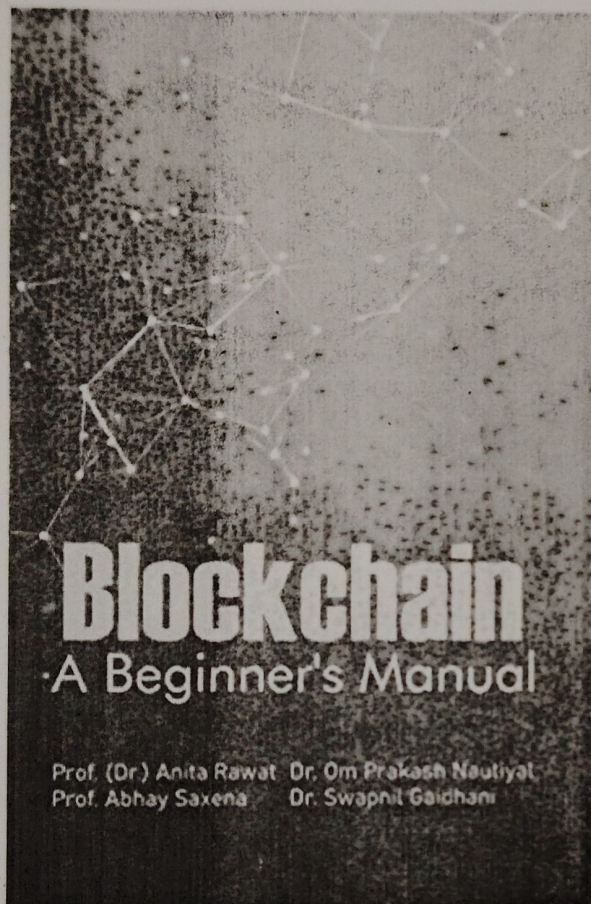
ISBN 978-81-942338-2-4



DEV SANSKRITI
VISHWAVIDYALAYA
www.dsvv.ac.in

Devendra
Registrar

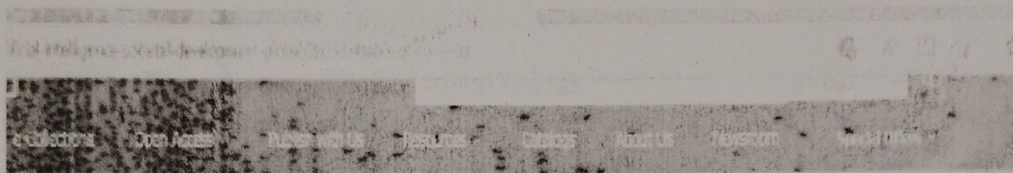
Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar-249411



Swapnil Gaidhani
Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar- 249411

Abhay Saxena : Artificial Intelligence for Societal Development and Global Well-Being



Artificial Intelligence for Societal Development and Global Well-Being

Abhay Saxena (Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, India), Anand Kumar (GGS Indraprastha College University, India), and Ramesh Kumar (Jawahar Institute of Technology, India)

Published Online June 2022 | Copyright © 2022 | Pages 207

DOI: 10.4018/978-1-6684-2441-8

ISBN10: 978-1-6684-2443-8 | ISBN11: 978-1-6684-2445-2

ISBN10 E-book: 978-1-6684-2441-8

Buy Hardcover

Qty: 1 | \$270.00



Benefits & Incentives
• Printed On Demand (POD)
• Usually ships out on the day
• OK

Hardcover: \$270.00
 Available
Details & Incentives

E-book: \$270.00
 Available
Details & Incentives

Hardcover + E-book: \$325.00
 Available
Details & Incentives

Softcover: \$205.00
 Available
Details & Incentives

OnDemand (Individual Chapter): \$29.50
 Available
Details & Incentives

Description & Coverage

Description:

Artificial intelligence has become an invaluable tool in modern society and can be utilized across fields such as healthcare, travel, education, and construction. There are numerous benefits for companies, industries, and governments when adopting this technology into their daily operations as it continues to evolve to support the needs of society. Further study on the challenges and strategies of implementation is required in order to ensure the technology is employed to its full potential.

Artificial Intelligence for Societal Development and Global Well-Being considers the various uses, best practices,

Available in GOBI™

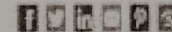
Available in OASIS™

Share

Recommend to Librarian

Recommend to Colleague

Fair Use Policy



More Information

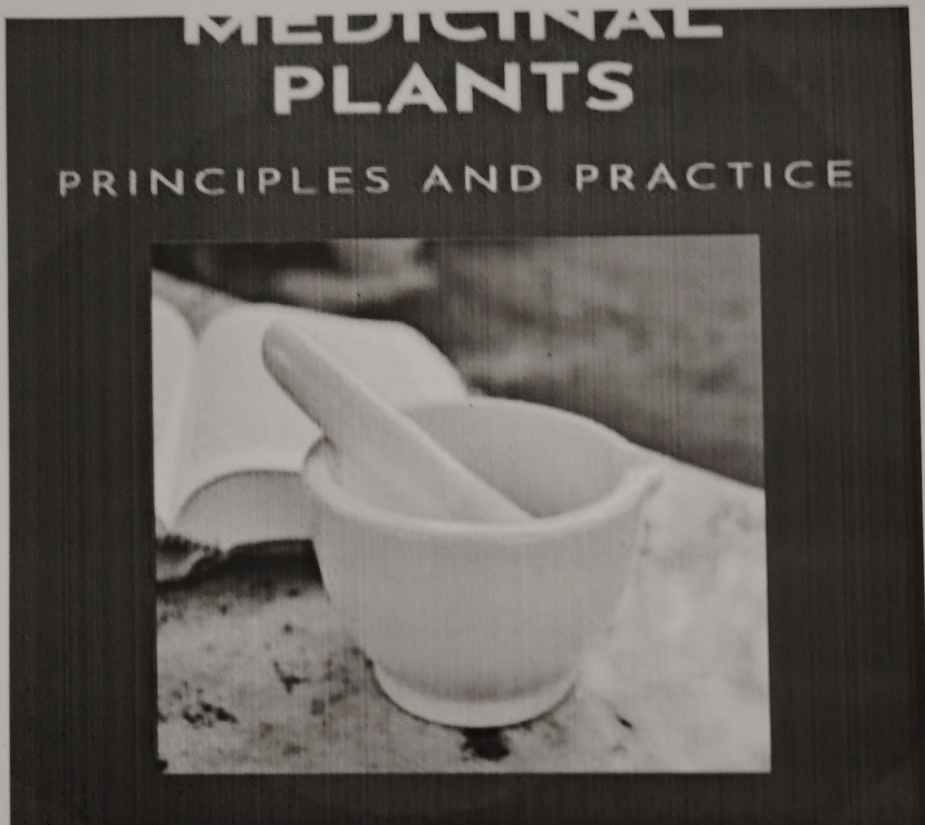
Request Examination Copy

Access on Platform

Favorite

Maximize

Medicinal Plants : Principles & Practice



Medicinal Plants

Principles and Practice

Dr. Lalit Raj Singh
Assistant Professor
Department of Medicinal Plants Sciences
Dev Sanskriti Vishwavidyalaya,
Gayatrikunj, Shantikunj, Haridwar-
249411 (U.K.)

L. Raj Singh
Registrar

Dev Sanskriti Vishwavidyalaya
Gayatrikunj- Shantikunj, Haridwar- 249411

Imprint

Any brand names and product names mentioned in this book are subject to trademark, brand or patent protection and are trademarks or registered trademarks of their respective holders. The use of brand names, product names, common names, trade names, product descriptions etc. even without a particular marking in this work is in no way to be construed to mean that such names may be regarded as unrestricted in respect of trademark and brand protection legislation and could thus be used by anyone.

Published by: Dr. Lalit Raj Singh

Printers Address: Shri Balaji Publications,

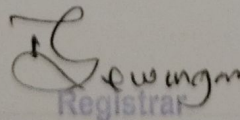
6-Gulshan Vihar, Jansath Road, Muzaffarnagar-251001

Uttar Pradesh, India

Edition Details: 1st edition

ISBN: 978-93-5593-572-4

Copyright © Dr. Lalit Raj Singh


Registrar



Addressing Anxiety Disorder through Indigenous Therapeutics : A Review

Shubhranshul Dwivedi¹

¹Post Graduate Student, Clinical Psychology, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Haridwar, India

Abstract. In modern times, there is a rise in the number of cases suffering from mental health issues. Anxiety disorder is one of the significant mental illnesses. Various psychological and pharmacological interventions are available to treat anxiety and reduce its symptoms. However, these interventions have various limitations, and comprehensive treatment of this disorder is still a challenge. Ancient indigenous therapeutic techniques such as Yoga Therapy, Marma Therapy and Pranic healing, and Yagya Therapy are promising in the treatment of this disorder. The present study reviewed the applicability of these techniques for the treatment of this disorder. Yoga is an effective therapeutic intervention which can be used to treat anxiety. Yoga helps in addressing the biological symptoms of anxiety disorder. Stimulating marma points helps in mental and physical well-being and the development of self-healing powers. Stimulation of marma points of throat and head helps in treating anxiety disorder. Through pranic healing, the imbalanced chakras responsible for anxiety are energised which influence the physical body, mind, and emotions. Yagya therapy is beneficial in managing anxiety through the fumes of the herbs. It is beneficial in maintaining overall psychological well-being. From the review, it is clear that indigenous therapeutic interventions such as yoga therapy, marma therapy, pranic healing, and Yagya therapy help treat anxiety disorder and maintain good mental wellbeing. **Keywords.** Anxiety Disorder, Yoga Therapy, Marma Therapy, Pranic Healing, Yagya Therapy

*CORRESPONDENCE Address Post Graduate Student, Clinical Psychology, Dev Sanskriti Vishwavidyalaya, Haridwar, India Mobile No.- +91 6408469340
Email shubhranshul@outlook.com

PUBLISHED BY Dev Sanskriti Vishwavidyalaya Gayatrikunj-Shantikunj Haridwar, India

OPEN ACCESS
Copyright (c) 2022
Shubhranshul Dwivedi
Licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

