

॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥

"प्रथम अंतर-विश्वविद्यालय शैक्षणिक विभाग
वाक् प्रतिस्पर्धा-2021"

"श्रीमद्भगवद्गीता श्लोक उच्चारण प्रतिस्पर्धा-२०२१"

॥ समत्वं योग उच्यते ॥

1 व 2 जुलाई 2021

समय: शाम 3:00 बजे

Link: meet.google.com/oqr-ukuc-rgc



आयोजक

छात्र कल्याण एवं योग विज्ञान विभाग

चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय जींद, हरियाणा

मुख्य संरक्षक

प्रोफेसर सोमनाथ सचदेवा
माननीय कुलगुरु
चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय, जींद एवं
कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र



संरक्षक

डॉ० राजेश बंसल
कुलसचिव
चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय,
जींद



संयोजक

डॉ० ज्योति श्योराण
विभागाध्यक्ष
योग विज्ञान विभाग एवं
अधिष्ठाता, छात्र कल्याण



कार्यक्रम सचिव

श्री जयपाल सिंह राजपूत
सहायक प्राध्यापक
योग विज्ञान विभाग
9896887522
jaipal@crsu.ac.in



आयोजन समिति

आयोजन समिति सदस्य

डॉ० वीरेंद्र कुमार
डॉ० मंजू सुहाग
श्रीमती ज्योति मलिक
सुश्री सुमन पूनिया

उद्देश्य-

श्रीमद्भगवद्गीता योग का एक आधारभूत ग्रंथ है, जिसका स्वाध्याय योगाभ्यासियों के लिए महत्वपूर्ण एवं उपयोगी है। कुरुक्षेत्र के मैदान में किंकर्तव्यविमूढ़ हुए अर्जुन को कर्तव्य पथ पर आरूढ़ करने के लिए परमात्मा श्रीकृष्ण के द्वारा दिया गया यह दिव्य उपदेश प्रत्येक मानव को जीवन में श्रेष्ठ पथ का वरन् करने की प्रेरणा देता है | योग विज्ञान विभाग द्वारा "श्रीमद्भगवद्गीता श्लोक उच्चारण प्रतिस्पर्धा-२०२१" का आयोजन किया जा रहा है, जिसका मूल उद्देश्य योग के यथार्थ स्वरूप को प्रकट करना तथा शास्त्र ज्ञान परम्परा को विकसित करना है।

प्रतियोगिता विषय-

श्रीमद्भगवद्गीता श्लोक उच्चारण (कण्ठस्थीकरण)

प्रतियोगिता में सहभागिता हेतु दिशा निर्देश:

1. प्रतियोगिता का आयोजन वर्तमान समय में चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय के विभिन्न विभागों के अन्तर्गत अध्ययनरत छात्र-छात्राओं के लिए किया जा रहा है |
2. प्रतियोगिता में सम्मिलित होने के लिए पंजीकरण कराना अनिवार्य है | पंजीकरण लिंक:
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeUt0ovVMllwSkF6CILGr4PrbMi9IdOhdCQDbU_f1cC95bAQ/viewform?usp=sf_link
3. यह आभासी माध्यम से आयोजित होगी | यह प्रतियोगिता दो स्तरों में संपन्न करायी जाएगी |
4. प्रथम स्तर में उत्तीर्ण होने के लिए प्रतिभागी को निर्धारित पाठ्यक्रम में से 11 या उससे अधिक श्लोकों का उच्चारण निर्धारित समय (5-7 मिनट) में करना होगा |
5. जो प्रतिभागी शुद्धतापूर्वक (11 या उससे अधिक) श्लोकों का उच्चारण कर पाने में समर्थ होंगे, वहीं द्वितीय स्तर के लिए चुने जाएँगे |
6. प्रथम स्तर में प्रतिभागी द्वारा उच्चारित किए गए श्लोकों को छोड़कर निर्धारित पाठ्यक्रम में से शेष अन्य 7 या उससे अधिक श्लोकों का शुद्धतापूर्वक उच्चारण निर्धारित समय (3-5 मिनट) में करना होगा |
7. निर्णायक मंडल द्वारा प्रतियोगिता से प्रथम, द्वितीय और तृतीय एवं सांत्वना पुरस्कार के लिए प्रतिभागियों का चयन किया जाएगा | द्वितीय स्तर पर पहुँचने वाले सभी प्रतिभागियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान किए जाएँगे |
8. निर्णायक मंडल का निर्णय सर्वमान्य होगा और किसी भी स्तर पर अपील पर विचार नहीं किया जाएगा।

निर्णय मानदंड

निर्णय मानदंड (Judgment Criteria):	अंक (Marks)
स्मरण क्षमता /प्रवाह (Memory/Fluency)	20
उच्चारण और समग्र प्रभाव (Pronunciation & overall effect)	20
समापन (Completion)	20
श्लोक का अर्थ (Meaning)	20
प्रस्तुतीकरण (Presentation)	20
कुल अंक (Total marks)	100

निर्णय मानदंड में शर्तों की परिभाषा:

- स्मरण क्षमता /प्रवाह: बिना किसी रुकावट, झिझक या भ्रम के सभी श्लोकों का उच्चारण करने की क्षमता ।
- उच्चारण और समग्र प्रभाव: सभी श्लोकों का सही उच्चारण, उच्चारण की स्पष्टता के साथ उच्चारण करने की क्षमता
- प्रस्तुति: मुद्रा, भक्ति भाव (सही रवैया और भावना), शिष्टाचार, पोशाक और वातावरण
- जब प्रतिभागी उच्चारण कर रहे हों तो परिवार के किसी अन्य सदस्य को कमरे में उपस्थित होने की अनुमति नहीं है ।
- सुनिश्चित करें कि श्लोक उच्चारण के दौरान आपके कक्ष का वातावरण शान्त (कोई शोर-शराबा न हो) हो ।

निर्धारित पुरस्कार

- प्रथम - 1100/- एवं प्रमाण-पत्र
- द्वितीय - 700/- एवं प्रमाण-पत्र
- तृतीय - 500/- एवं प्रमाण-पत्र
- चतुर्थ - 300/- एवं प्रमाण-पत्र
- पंचम से दशम स्थान प्राप्त करने वाले प्रतिभागियों को सहभागिता प्रमाण-पत्र दिया जाएगा ।

महत्वपूर्ण तिथियाँ :

पंजीकरण करने की अंतिम तिथि- 30 जून 2021

प्रथम स्तर- 1 जुलाई 2021, शाम 3:00 बजे

द्वितीय स्तर- 2 जुलाई 2021, शाम 3:00 बजे

॥ ॐ श्री परमात्मने नमः ॥

छात्र कल्याण एवं योग विज्ञान विभाग के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित श्रीमद्भगवद्गीता श्लोक उच्चारण प्रतियोगिता का पाठ्यक्रम

1. क्लैब्यं मा स्म गमः पार्थ नैतत्त्वय्युपपद्यते । क्षुद्रं हृदयदौर्बल्यं त्यक्त्वोत्तिष्ठ परन्तप ॥ २-३॥
2. कार्पण्यदोषोपहतस्वभावः पृच्छामि त्वां धर्मसम्मूढचेताः । यच्छ्रेयः स्यान्निश्चितं ब्रूहि तन्मे शिष्यस्तेऽहं शाधि मां त्वां प्रपन्नम् ॥ २-७॥
3. अशोच्यानन्वशोचस्त्वं प्रज्ञावादांश्च भाषसे । गतासूनगतासूंश्च नानुशोचन्ति पण्डिताः ॥ २-११॥
4. नासतो विद्यते भावो नाभावो विद्यते सतः । उभयोरपि दृष्टोऽन्तस्त्वनयोस्तत्त्वदर्शिभिः ॥ २-१६॥
5. य एनं वेत्ति हन्तारं यश्चैनं मन्यते हतम् । उभौ तौ न विजानीतो नायं हन्ति न हन्यते ॥ २-१९॥
6. न जायते म्रियते वा कदाचिन्नायं भूत्वा भविता वा न भूयः । अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणो न हन्यते हन्यमाने शरीरे ॥ २-२०॥
7. वासांसि जीर्णानि यथा विहाय नवानि गृह्णाति नरोऽपराणि । तथा शरीराणि विहाय जीर्णान्यन्यानि संयाति नवानि देही ॥ २-२२॥

8. नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः । न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ॥ २-२३॥
9. अच्छेद्योऽयमदाह्योऽयमक्लेद्योऽशोष्य एव च । नित्यः सर्वगतः स्थाणुरचलोऽयं सनातनः ॥ २-२४॥
10. नेहाभिक्रमनाशोऽस्ति प्रत्यवायो न विद्यते । स्वल्पमप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात् ॥ २-४०॥
11. कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन । मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ॥ २-४७॥
12. योगस्थः कुरु कर्माणि सङ्गं त्यक्त्वा धनञ्जय । सिद्ध्यसिद्ध्योः समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते ॥ २-४८॥
13. क्रोधाद्भवति सम्मोहः सम्मोहात्स्मृतिविभ्रमः । स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति ॥ २-६३॥
14. या निशा सर्वभूतानां तस्यां जागर्ति संयमी । यस्यां जाग्रति भूतानि सा निशा पश्यतो मुनेः ॥ २-६९॥
15. आपूर्यमाणमचलप्रतिष्ठं समुद्रमापः प्रविशन्ति यद्वत् । तद्वत्कामा यं प्रविशन्ति सर्वे स शान्तिमाप्नोति न कामकामी ॥ २-७०॥
16. न हि कश्चित्क्षणमपि जातु तिष्ठत्यकर्मकृत् । कार्यते ह्यवशः कर्म सर्वः प्रकृतिजैर्गुणैः ॥ ३-५॥
17. यज्ञार्थात्कर्मणोऽन्यत्र लोकोऽयं कर्मबन्धनः । तदर्थं कर्म कौन्तेय मुक्तसङ्गः समाचर ॥ ३-९॥
18. देवान्भावयतानेन ते देवा भावयन्तु वः । परस्परं भावयन्तः श्रेयः परमवाप्स्यथ ॥ ३-११॥
19. अन्नाद्भवन्ति भूतानि पर्जन्यादन्नसम्भवः । यज्ञाद्भवति पर्जन्यो यज्ञः कर्मसमुद्भवः ॥ ३-१४॥
20. एवं प्रवर्तितं चक्रं नानुवर्तयतीह यः । अघायुरिन्द्रियारामो मोघं पार्थ स जीवति ॥ ३-१६॥
21. यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः । स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते ॥ ३-२१॥
22. प्रकृतेः क्रियमाणानि गुणैः कर्माणि सर्वशः । अहङ्कारविमूढात्मा कर्ताहमिति मन्यते ॥ ३-२७॥
23. तत्त्ववित्तु महाबाहो गुणकर्मविभागयोः । गुणा गुणेषु वर्तन्त इति मत्वा न सज्जते ॥ ३-२८॥
24. श्रेयान्स्वधर्मो विगुणः परधर्मात्स्वनुष्ठितात् । स्वधर्मे निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः ॥ ३-३५॥
25. एवं बुद्धेः परं बुद्ध्वा संस्तभ्यात्मानमात्मना । जहि शत्रुं महाबाहो कामरूपं दुरासदम् ॥ ३-४३॥
26. यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत । अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥ ४-७॥
27. परित्राणाय साधूनां विनाशाय च दुष्कृताम् । धर्मसंस्थापनार्थाय सम्भवामि युगे युगे ॥ ४-८॥
28. जन्म कर्म च मे दिव्यमेवं यो वेत्ति तत्त्वतः । त्यक्त्वा देहं पुनर्जन्म नैति मामेति सोऽर्जुन ॥ ४-९॥
29. ये यथा मां प्रपद्यन्ते तांस्तथैव भजाम्यहम् । मम वर्तमानुवर्तन्ते मनुष्याः पार्थ सर्वशः ॥ ४-११॥
30. चातुर्वर्ण्यं मया सृष्टं गुणकर्मविभागशः । तस्य कर्तारमपि मां विद्ध्यकर्तारमव्ययम् ॥ ४-१३॥

31. ब्रह्मार्पणं ब्रह्म हविर्ब्रह्माग्नौ ब्रह्मणा हुतम् । ब्रह्मैव तेन गन्तव्यं ब्रह्मकर्मसमाधिना ॥ ४-२४॥
32. तद्विद्धि प्रणिपातेन परिप्रश्नेन सेवया । उपदेक्ष्यन्ति ते ज्ञानं ज्ञानिनस्तत्त्वदर्शिनः ॥ ४-३४॥
33. श्रद्धावाँल्लभते ज्ञानं तत्परः संयतेन्द्रियः । ज्ञानं लब्ध्वा परां शान्तिमचिरेणाधिगच्छति ॥ ४-३९॥
34. युक्तः कर्मफलं त्यक्त्वा शान्तिमाप्नोति नैष्ठिकीम् । अयुक्तः कामकारेण फले सक्तो निबध्यते ॥ ५-१२॥
35. ये हि संस्पर्शजा भोगा दुःखयोनय एव ते । आद्यन्तवन्तः कौन्तेय न तेषु रमते बुधः ॥ ५-२२॥
36. भोक्तारं यज्ञतपसां सर्वलोकमहेश्वरम् । सुहृदं सर्वभूतानां ज्ञात्वा मां शान्तिमृच्छति ॥ ५-२९॥
37. उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् । आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥ ६-५॥
38. सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थद्वेष्यबन्धुषु । साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यते ॥ ६-९॥
39. युक्ताहारविहारस्य युक्तचेष्टस्य कर्मसु । युक्तस्वप्नावबोधस्य योगो भवति दुःखहा ॥ ६-१७॥
40. यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः । यस्मिन्स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते ॥ ६-२२॥
41. यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति । तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥ ६-३०॥
42. आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन । सुखं वा यदि वा दुःखं स योगी परमो मतः ॥ ६-३२॥
43. असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम् । अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते ॥ ६-३५॥
44. बहूनां जन्मनामन्ते ज्ञानवान्मां प्रपद्यते । वासुदेवः सर्वमिति स महात्मा सुदुर्लभः ॥ ७-१९॥
45. अव्यक्तोऽक्षर इत्युक्तस्तमाहुः परमां गतिम् । यं प्राप्य न निवर्तन्ते तद्धाम परमं मम ॥ ८-२१॥
46. अनन्याश्चिन्तयन्तो मां ये जनाः पर्युपासते । तेषां नित्याभियुक्तानां योगक्षेमं वहाम्यहम् ॥ ९-२२॥
47. पत्रं पुष्पं फलं तोयं यो मे भक्त्या प्रयच्छति । तदहं भक्त्युपहतमश्नामि प्रयतात्मनः ॥ ९-२६॥
48. यत्करोषि यदश्नासि यज्जुहोषि ददासि यत् । यत्तपस्यसि कौन्तेय तत्कुरुष्व मदर्पणम् ॥ ९-२७॥
49. समोऽहं सर्वभूतेषु न मे द्वेष्योऽस्ति न प्रियः । ये भजन्ति तु मां भक्त्या मयि ते तेषु चाप्यहम् ॥ ९-२९॥
50. अपि चेत्सुदुराचारो भजते मामनन्यभाक् । साधुरेव स मन्तव्यः सम्यग्व्यवसितो हि सः ॥ ९-३०॥
51. मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कुरु । मामेवैष्यसि युक्तवैवमात्मानं मत्परायणः ॥ ९-३४॥
52. महर्षीणां भृगुरहं गिरामस्म्येकमक्षरम् । यज्ञानां जपयज्ञोऽस्मि स्थावराणां हिमालयः ॥ १०-२५॥
53. वायुर्यमोऽग्निर्वरुणः शशाङ्कः प्रजापतिस्त्वं प्रपितामहश्च । नमो नमस्तेऽस्तु सहस्रकृत्वः पुनश्च भूयोऽपि नमो नमस्ते ॥ ११-३९॥
54. पितासि लोकस्य चराचरस्य त्वमस्य पूज्यश्च गुरुर्गरीयान् । न त्वत्समोऽस्त्यभ्यधिकः कुतोऽन्यो लोकत्रयेऽप्यप्रतिमप्रभाव ॥ ११-४३॥

55. सन्नियम्येन्द्रियग्रामं सर्वत्र समबुद्धयः । ते प्राप्नुवन्ति मामेव सर्वभूतहिते रताः ॥ १२-४॥
56. श्रेयो हि ज्ञानमभ्यासाज्ज्ञानाद्ध्यानं विशिष्यते । ध्यानात्कर्मफलत्यागस्त्यागाच्छान्तिरनन्तरम् ॥ १२-१२॥
57. अमानित्वमदम्भित्वमहिंसा क्षान्तिरार्जवम् । आचार्योपासनं शौचं स्थैर्यमात्मविनिग्रहः ॥ १३-८॥
58. कार्यकारणकर्तृत्वे हेतुः प्रकृतिरुच्यते । पुरुषः सुखदुःखानां भोक्तृत्वे हेतुरुच्यते ॥ १३-२१॥
59. पुरुषः प्रकृतिस्थो हि भुङ्क्ते प्रकृतिजान्गुणान् । कारणं गुणसङ्गोऽस्य सदसद्योनिजन्मसु ॥ १३-२२॥
60. ऊर्ध्वं गच्छन्ति सत्त्वस्था मध्ये तिष्ठन्ति राजसाः । जघन्यगुणवृत्तिस्था अधो गच्छन्ति तामसाः ॥ १४-१८॥
61. ऊर्ध्वमूलमधःशाखमश्वत्थं प्राहुरव्ययम् । छन्दांसि यस्य पर्णानि यस्तं वेद स वेदवित् ॥ १५-१॥
62. ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः । मनःषष्ठानीन्द्रियाणि प्रकृतिस्थानि कर्षति ॥ १५-७॥
63. उत्क्रामन्तं स्थितं वापि भुञ्जानं वा गुणान्वितम् । विमूढा नानुपश्यन्ति पश्यन्ति ज्ञानचक्षुषः ॥ १५-१०॥
64. दैवी सम्पद्धिमोक्षाय निबन्धायासुरी मता । मा शुचः सम्पदं दैवीमभिजातोऽसि पाण्डव ॥ १६-५॥
65. त्रिविधं नरकस्येदं द्वारं नाशनमात्मनः । कामः क्रोधस्तथा लोभस्तस्मादेतत्त्रयं त्यजेत् ॥ १६-२१॥
66. अश्रद्धया हुतं दत्तं तपस्तप्तं कृतं च यत् । असदित्युच्यते पार्थ न च तत्प्रेत्य नो इह ॥ १७-२८॥
67. न हि देहभृता शक्यं त्यक्तुं कर्माण्यशेषतः । यस्तु कर्मफलत्यागी स त्यागीत्यभिधीयते ॥ १८-११॥
68. स्वे स्वे कर्मण्यभिरतः संसिद्धिं लभते नरः । स्वकर्मनिरतः सिद्धिं यथा विन्दति तच्छृणु ॥ १८-४५॥
69. यतः प्रवृत्तिर्भूतानां येन सर्वमिदं ततम् । स्वकर्मणा तमभ्यर्च्य सिद्धिं विन्दति मानवः ॥ १८-४६॥
70. सहजं कर्म कौन्तेय सदोषमपि न त्यजेत् । सर्वारम्भा हि दोषेण धूमेनाग्निरिवावृताः ॥ १८-४८॥
71. ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति । भ्रामयन्सर्वभूतानि यन्त्रारूढानि मायया ॥ १८-६१॥
72. तमेव शरणं गच्छ सर्वभावेन भारत । तत्प्रसादात्परां शान्तिं स्थानं प्राप्स्यसि शाश्वतम् ॥ १८-६२॥
73. सर्वधर्मान्परित्यज्य मामेकं शरणं व्रज । अहं त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥ १८-६६॥
74. नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा त्वत्प्रसादान्मयाच्युत । स्थितोऽस्मि गतसन्देहः करिष्ये वचनं तव ॥ १८-७३॥
75. यत्र योगेश्वरः कृष्णो यत्र पार्थो धनुर्धरः । तत्र श्रीर्विजयो भूतिर्ध्रुवा नीतिर्मतिर्मम ॥ १८-७८॥

योग विज्ञान विभाग में प्रस्तावित कार्यक्रम:

क्रमांक	प्रस्तावित कार्यक्रम	अवधि	पात्रता/योग्यता
1.	स्नातकोत्तर योग विज्ञान में डिप्लोमा (P.G. Diploma in Yoga Science)	1 वर्ष	किसी मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से स्नातक की डिग्री (न्यूनतम अंक 45%)
2.	योग विज्ञान में एमए/एमएससी (M.A./M.Sc. in Yoga Science)	2 वर्ष	किसी मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से स्नातक की डिग्री (न्यूनतम अंक 45%)

सम्पर्क विवरण:

अध्यक्ष : योग विज्ञान विभाग

चौधरी रणबीर सिंह विश्वविद्यालय जींद, हरियाणा

Mobile No. 9896887522

E-mail: chyogascience@crsu.ac.in