सत्यमेव जयते

राजभवन सूचना परिसर, उत्तराखण्ड

राजभवन देहरादून 20 जून, 2022

राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) ने अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस (21 जून) के अवसर पर प्रदेशवासियों को बधाई एवं शुभकामनाएं दी हैं। अपने संदेश में राज्यपाल ने कहा योग शरीर, मस्तिष्क एवं आत्मा को एक सकारात्मक ऊर्जा एवं स्वस्थ जीवन जीने की शक्ति देता है। उन्होंने कहा कि उत्तराखण्ड योग प्रदेश है यहां हरिद्वार और ऋषिकेश योग के लिए विश्व प्रसिद्ध हैं। पूरे विश्व को योग की प्रेरणा भारत से ही मिली है।

राज्यपाल ने कहा कि कोरोना महामारी के बाद योग और प्राणायाम का महत्व और भी बढ़ गया है। कोरोना महामारी ने हमें स्वास्थ्य का ध्यान रखने व प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने का सबक सिखाया है। योग, प्राणायाम और आयुष व्यक्ति की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने में सहायक है। उन्होंने लोगों से अपने दैनिक जीवनचर्या में योग को अपनाने की अपील की है।

................0..................

सूचना परिसर राजभवन

टेली0 फै0–0135–2756172