



सत्यमेव जयते

राजभवन सूचना परिसर, उत्तराखण्ड
प्रेस विज्ञप्ति

राजभवन देहरादून 21 जून, 2022

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राजभवन में राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) सहित सभी अधिकारियों व कर्मचारियों द्वारा सामूहिक योगाभ्यास किया गया। इस दौरान राजभवन के अधिकारियों व कर्मचारियों के अलावा आई.टी.बी.पी के जवानों, दून मेडिकल कॉलेज, एच.एन.बी उत्तराखण्ड चिकित्सा शिक्षा विश्वविद्यालय आदि के छात्र-छात्राओं द्वारा राजभवन परिसर में योगाभ्यास व प्राणायाम किया। योगाचार्य डॉ. अंकित ने उपस्थित लोगों को योगाभ्यास करवाया।

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राज्यपाल ने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को योग अपने नित्य दिनचर्या में अपनाना चाहिए। योग से मन, मस्तिष्क और शरीर स्वस्थ रहते हैं। योग हमारी सोच, हमारे विचार और क्रिया में सकारात्मक बदलाव लाता है। इससे एक सकारात्मक ऊर्जा व स्वस्थ जीवन जीने की शक्ति मिलती है।

राज्यपाल ने कहा कि कोरोना महामारी ने हमें सबक सिखाया है कि अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखने एवं रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने के लिए योग एवं प्राणायाम को प्राथमिकता देनी चाहिए। राज्यपाल ने कहा कि योग गुरु एवं योग प्रदेश होने के नाते प्रत्येक देश एवं उत्तराखण्डवासी की यह जिम्मेदारी बनती है कि वह पूरे विश्व में योग के लिए प्रेरणास्रोत बनें।

उन्होंने कहा कि 07 वर्ष पूर्व योग को संयुक्त राष्ट्र द्वारा अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाये जाने के पश्चात् अभी तक योग विश्व के लगभग हर कोने में अपनाया जाने लगा है। इस दौरान सचिव श्री राज्यपाल डॉ. रंजीत सिन्हा, अपर सचिव श्रीमती स्वाती एस.भदौरिया, वित्त नियंत्रक डॉ. तृप्ति श्रीवास्तव के अलावा कई लोग उपस्थित रहे।

.....0.....