



राजभवन सूचना परिसर, उत्तराखण्ड

राजभवन देहरादून 21 जून, 2023

अंतर्राष्ट्रीय 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 पतंजलि योगपीठ व शांतिकुंज की छात्राओं, पुलिस के जवानों आदि द्वारा राजभवन परिसर में योगाभ्यास व प्राणायाम किए गए। योगाचार्य डॉ. अंकित ने उपस्थित लोगों को योगाभ्यास करवाया।

9वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर राज्यपाल ने कहा कि योग से मन, मस्तिष्क और शरीर स्वस्थ रहते हैं। उन्होंने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति को योग अपने नित्य दिनचर्या में अपनाना चाहिए। योग हमारी सोच, हमारे विचार और क्रिया में सकारात्मक बदलाव लाता है। इससे एक सकारात्मक ऊर्जा व स्वस्थ जीवन जीने की शक्ति मिलती है।

उन्होंने कहा की योग ने पूरे विश्व को जोड़ दिया है। भारत में युगों-युगों से "वसुधैव कुटुम्बकम्" के मंत्र का पालन किया जाता रहा है, जिसे आज दुनिया भर में स्वीकार कर लिया गया है, हम सब एक-दूसरे के आरोग्य की कामना कर रहे हैं। योग के माध्यम से भारत ने पूरे विश्व को एकता का संदेश दिया 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। उन्होंने कहा कि 08 वर्ष पूर्व योग को संयुक्त राष्ट्र द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाए जाने के पश्चात् अभी तक योग विश्व के लगभग हर कोने में अपनाया जाने लगा है। राज्यपाल ने कहा कि उत्तराखण्ड की योग भूमि ने पूरी दुनिया को योग का संदेश दिया है।

इस दौरान सचिव श्री राज्यपाल रविनाथ रामन, अपर सचिव श्रीमती स्वाति एस.भदौरिया, वित्त नियंत्रक डॉ. तृप्ति श्रीवास्तव के अलावा कई लोग उपस्थित रहे।

.....0.....