राजभवन सूचना परिसर, उत्तराखण्ड
प्रेस विज्ञप्ति

राज्यपाल ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर प्रदेशवासियों को बधाई एवं शुभकामनाएं दी हैं।

राजभवन देहरादून 20 जून, 2025

राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) ने 21 जून को मनाए जाने वाले 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में प्रदेशवासियों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं दी हैं।

पूर्व संध्या पर जारी अपने संदेश में राज्यपाल ने कहा कि ”योग जीवन जीने की एक कला है, जो मनुष्य को समग्र रूप से सशक्त और सकारात्मक बनाता है। यह हमें तनावमुक्त रहने, कार्यक्षमता बढ़ाने और संतुलित जीवन जीने की प्रेरणा देता है। “उन्होंने कहा कि योग न केवल शरीर को स्वस्थ बनाता है, बल्कि मस्तिष्क और आत्मा को भी संतुलन एवं शांति प्रदान करता है।

राज्यपाल ने इस वर्ष की अंतर्राष्ट्रीय थीम "Yoga for One Earth, One Health" – ”एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग” का उल्लेख करते हुए कहा कि यह विषय हमें यह स्मरण कराता है कि मानव स्वास्थ्य और प्रकृति एक–दूसरे से गहराई से जुड़े हुए हैं। उन्होंने कहा कि प्रतिदिन योगाभ्यास करने से हम न केवल स्वयं को, बल्कि अपने समाज और पर्यावरण को भी लाभ पहुँचा सकते हैं।

राज्यपाल ने सभी नागरिकों से अपील की कि वे स्वयं योग करें और दूसरों को भी इसके लिए प्रेरित करें, जिससे एक स्वस्थ, शांत और जागरूक समाज का निर्माण हो सके।

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