पत्र सूचना शाखा
सूचना एवं जनसम्पर्क विभाग, उ0प्र0

भारत की विश्व को सबसे बड़ी देन है योग - राज्यपाल

लखनऊः 30 अगस्त, 2018

उत्तर प्रदेश के राज्यपाल श्री राम नाईक ने आज लखनऊ कारागार परिसर में मानस वाणी संस्था द्वारा आयोजित 'योगाभ्यास' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए कहा कि योग सबको जोड़ने का काम करता है। नियमित रूप से किये गये योग से न सिर्फ बीमारियों का निदान सम्भव है, बल्कि इसे अपनाने से अनेक शारीरिक एवं मानसिक बीमारियों से भी बचा जा सकता है। उन्होंने कहा कि मन को नियंत्रित करने की कला ही योग है।

राज्यपाल ने कहा कि भारतीय योग के महत्व को सारी दुनिया ने माना है। संयुक्त राष्ट्र संघ ने 21 जून को 'अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस' घोषित किया है। भारत की हजारों साल पुरानी योग विद्या का अभ्यास आज विश्व के 200 से अधिक देश अपने यहां कर रहे हैं। स्वास्थ्य एवं मन की चिन्ता रखने की दृष्टि से सभी देश के लोग पिछले तीन वर्षों से योग को अपनी जीवन शैली का हिस्सा बना रहे हैं। उन्होंने कहा कि भारत की विश्व को सबसे बड़ी देन है योग।

राज्यपाल ने योग का महत्व बताते हुए कहा कि योग तन और मन को स्वस्थ बनाने के साथ ही दिमाग को भी शांति प्रदान करता है। नियमित रूप से किया गया योग निश्चित ही सुखद परिणाम देता है। राज्यपाल ने अपने छात्र जीवन में विद्यालय में किये गये सूर्य नमस्कार एवं योग के महत्व को बताते हुए कहा कि इससे उन्हें शारीरिक मजबूती मिली, जिससे उन्होंने कैंसर रोग पर विजय प्राप्त की और आज भी स्वस्थ रहकर कार्य कर रहे हैं।

राज्यपाल ने कहा कि योग के स्वास्थ्य पर प्रभाव के कारण ही राजभवन में योगाभ्यास कार्यक्रम की परम्परा शुरू की है। राज्यपाल ने कहा कि राजभवन में योगाभ्यास करना एक अलग अनुभूति थी और कारागार में योग करने का एक अलग ही आनंद है। राज्यपाल ने 'करो योग रहो निरोग' का मंत्र देते हुए योग गुरू सुश्री गुलाटी को बधाई दी और कहा कि उनका लोगों को योग के माध्यम से खुशी और मन की शांति देने का अभूतपूर्व प्रयास सराहनीय है। ऐसा प्रयास करने से मन को जो शांति मिलती है वह अतुलनीय है। उन्होंने कहा कि निरन्तर कार्य करते रहने से जीवन में सफलता प्राप्त होती है।

इस अवसर पर मुख्य अतिथि ग्राम्य विकास राज्यमंत्री डॉ0 महेन्द्र सिंह, कारागार मंत्री श्री जय कुमार सिंह 'जैकी', प्रमुख सचिव गृह श्री अरविन्द कुमार, जिला जज श्री एन0के0 जौहरी, आईजी जेल श्री चंद्र प्रकाश, वरिष्ठ जेल अधीक्षक श्री प्रेमनाथ पाण्डेय, योगाचार्य सुश्री मानसी गुलाटी, कारागार अधिकारी एवं कर्मचारी तथा बंदी उपस्थित थे।

राज्यपाल ने इस अवसर पर राष्ट्रपति सेवा पदक प्राप्त कारागार में सेवा देने वाले 4 अधिकारियों एवं कर्मचारियों को पदक पहनाकर सम्मानित भी किया।

अंजुम/ललित/राजभवन (332/39)