

पत्र सूचना शाखा
सूचना एवं जनसम्पर्क विभाग, उ०प्र०

राज्यपाल ने स्वर्ण जयन्ती पार्क में योग शिविर का उद्घाटन किया
बदलती जीवन शैली में योग का महत्व और बढ़ गया है-राज्यपाल

लखनऊ: 21 जून, 2015

उत्तर प्रदेश के राज्यपाल, श्री राम नाईक ने आज अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर स्वर्ण जयन्ती पार्क में चेतना एवं यौगिक संस्थान एवं नैच्युरोपेथी एण्ड योगा टीचर्स एण्ड फिजिशियन्स एसोसिएशन द्वारा आयोजित योग शिविर का उद्घाटन किया। इस अवसर पर डा० अमरजीत यादव ने योग पर लिखित पुस्तक 'योग के महत्व' राज्यपाल को भेंट किया तथा उन्हें अंगवस्त्र देकर सम्मानित भी किया। राज्यपाल ने योग शिविर में योग अभ्यास भी किया।

इस अवसर पर राज्यपाल ने अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि आज अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस है। सदियों पुरानी भारत की सांस्कृतिक परम्परा योग विश्व पटल पर आई है। आज का दिन भारत के इतिहास में स्वर्ण दिवस के रूप में जाना जायेगा। भारत में योग की प्राचीन परम्परा है। बुद्ध की प्रतिमा देखकर योगासन की याद आती है। बुद्ध के विचार के साथ योग साधना विदेशों तक पहुंची है। प्रधानमंत्री, श्री नरेन्द्र मोदी बधाई के पात्र हैं कि उन्होंने यू०एन०ओ० में प्रस्ताव रख कर भारत के ऋषि-मुनियों की कुटियों से निकले योग को अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर पहुंचा दिया। 21 जून की व्याख्या करते हुए उन्होंने कहा कि आज के दिन सूर्य का दर्शन लगभग 13 घण्टा 50 मिनट का होता है, जो वर्ष का सबसे बड़ा दिन होता है। उन्होंने कहा कि योग को जन-जन तक पहुंचाने की जरूरत है जिससे जनता स्वस्थ रहकर ज्यादा से ज्यादा लाभ उठाये।

श्री नाईक ने कहा कि योग का जन्म उत्तर प्रदेश में हुआ। शरीर जीवन का आधार है। शरीर स्वस्थ है तो हम स्वस्थ हैं। योग शरीर को स्वस्थ एवं निरोग रखता है तथा मन को भी स्वस्थ रखता है। मन, बुद्धि और शरीर को जोड़ता है योग। आज की बदलती जीवन शैली में योग का महत्व और बढ़ गया है। तनाव को कम करने तथा मन को शांति देने में योग रामबाण उपाय है। उन्होंने कहा कि शांत मन से योग करने से शांति की प्रेरणा मिलती है।

राज्यपाल ने इस अवसर पर योग का संकल्प दिलाते हुए कहा कि जो भी संकल्प करें उसे पूरा करने का प्रयत्न करें। कार्यक्रम में भारी संख्या में योग प्रेमीजन उपस्थित थे। राजभवन के वैद्याचार्य, डा० एस०एस० त्रिपाठी ने कार्यक्रम में धन्यवाद ज्ञापित किया।









