राज्यपाल सचिवालय
राजभवन, जयपुर

राजभवन में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम आयोजित

राज्यपाल ने आयु और क्षमता के अनुसार सभी को योगाभ्यास करने का किया आह्वान

जयपुर, 21 जून। राज्यपाल श्री कलराज मिश्र ने योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने का आह्वान करते हुए कहा है कि शरीर, मन एवं बुद्धि को स्वस्थ रखने के लिए आयु और क्षमता के अनुसार योग करना चाहिए।

राज्यपाल श्री मिश्र के सान्निध्य में बुधवार को राजभवन में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम आयोजित हुआ। इसमें राजभवन के अधिकारी, कर्मचारियों और पुलिस बल ने योग के विभिन्न आसन किए।

राज्यपाल ने स्वयं इस दौरान विभिन्न योगासनों, कपालभाति, अनुलोम– विलोम प्राणायाम, भ्रामरी मुद्रा और ध्यान का सबके साथ अभ्यास किया। उन्होंने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए हर घर–आंगन योग के प्रसार की आवश्यकता जताई। उन्होंने सूर्य नमस्कार को सम्पूर्ण योग का समुच्य बताते हुए सभी को इसका अभ्यास करने का सुझाव भी दिया। उन्होंने पांतजली से प्रारंभ योग की भारतीय संस्कृति को विश्व भर के लिए अनूठी देन बताया।

श्री मिश्र ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की पहल पर पूरे विश्व में 21 जून को योग दिवस मनाया जाता है। उन्होंने कहा कि योग न सिर्फ शारीरिक स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है, इससे व्यक्ति में आध्यात्मिक प्रवृत्ति का भी विकास होता है।

इस अवसर पर राज्यपाल के प्रमुख सचिव श्री सुबीर कुमार, प्रमुख विशेषाधिकारी श्री गोविंदराम जायसवाल सहित राजभवन के सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों ने योगाभ्यास किया।

———