उत्तराखण्ड लोक सेवा आयोग
प्रेस नोट
दिनांक 21 जून, 2023

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में योग के सकारात्मक प्रभाव एवं आम जीवन में योग की उपयोगिता के प्रसार हेतु आज दिनांक 21 जून, 2023 को उत्तराखण्ड लोक सेवा आयोग में योगाभ्यास/योग प्रशिक्षण का आयोजन किया गया। उक्त समारोह में मा0 अध्यक्ष प्रो0 (डॉ0) जे0एम0एस0 राणा, मा0 सदस्य डॉ0 रवि दत्त गोदियाल, मा0 सदस्य श्री अनिल कुमार राणा, मा0 सदस्य डॉ0 ऋचा गौड़ एवं श्री अवधेश कुमार सिंह, प्रभारी सचिव तथा आयोग परिवार के अन्य कार्मिक उपस्थित रहे।

उक्त कार्यक्रम में उत्तराखण्ड संस्कृत विश्वविद्यालय के योगाचार्य श्री दिशान्त शर्मा एवं उनकी टीम द्वारा सभागार में उपस्थित समस्त सदस्यों को योग की महत्ता के विषय में विस्तार से बताते हुए योगाभ्यास (आसन, प्राणायान आदि) करवाया गया।

कार्यक्रम के अंत में उत्तराखण्ड लोक सेवा आयोग के मा0 अध्यक्ष प्रो0 (डॉ0) जे0एम0एस0 राणा ने बताया कि भारत के मा0 प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी द्वारा वर्ष 2014 में दिये गये अपने भाषण में उत्तरी गोलार्द्ध में सबसे बड़े दिन अर्थात् 21 जून को प्रत्येक वर्ष अंतराष्ट्रीय योग दिवस मनाये जाने का प्रस्ताव संयुक्त राष्ट्र महासभा (यूएनजीए) के समक्ष रखा गया। मा0 प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के उक्त प्रस्ताव से लगभग सभी सदस्य राष्ट्रों द्वारा सहमति प्रदान की गयी। 09 वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का थीम "वसुधैव कुटुम्बकं है"। मा0 अध्यक्ष द्वारा गीता एवं प्राचीन धार्मिक ग्रन्थों में उल्लिखित समत्व योग के लाभों को समस्त उपस्थित सदस्यों को बताया गया तथा इसके साथ ही साथ यह भी बताया गया कि योग द्वारा मन, शरीर और आत्मा को स्वस्थ एवं सक्षम बनाया जा सकता है, जिससे पूर्ण मनोयोग से कार्य करने में ऊर्जा प्राप्त होती है। इस प्रकार योग के प्रयोग से हम अधिक सामर्थ्य एवं शुचितापूर्वक अपना कार्य सम्पादित कर सकते हैं।

अंत में मा0 अध्यक्ष द्वारा योग प्रशिक्षक को विशेष धन्यवाद ज्ञापित करते हुए समस्त प्रतिभागियों को कार्यक्रम में उपस्थित होने हेतु धन्यवाद ज्ञापित किया गया।

AKS
21/6/2023

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस
योग करें
और निरोग
रहें!
दिनांक – 21 जून 2023
“ आत्मा से जुडने के लिए योग दर्शन बहुत जरूरी है। ”
उत्तराखण्ड लोक सेवा आयोग, हरिद्वार

योग दिवस