अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक का संदेश

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024

प्रिय सहयोगियों,

योग हमारी प्राचीन परंपरा का एक अमूल्य उपहार है, जो विश्व और प्रकृति के साथ हमारी एकता की भावना के अन्वेषण का एक तरीका है। योग शरीर और चेतना के मिलन का प्रतीक है।

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून को पूरे विश्व में मनाया जाता है। इस वर्ष ''स्वयं और समाज के लिए योग'' विषय के साथ 10वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया जा रहा है।

स्वास्थ्य और कल्याण के लिए एक समग्र दृष्टिकोण के रूप में, 11 दिसंबर, 2014 को, संयुक्त राष्ट्र ने योग की उपचार शक्ति के बारे में वैश्विक जागरूकता बढ़ाने हेतु 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में घोषित किया था।

योग का सार सामंजस्य और संतुलन बनाना है–यह न केवल मन और शरीर के बीच बल्कि दुनिया भर में मानवीय संबंधों के बीच भी है। योग ध्यान, संयम, अनुशासन और दृढ़ता के मूल्यों पर जोर देता है।

योग को जब समुदायों और समाजों पर लागू किया जाता है, तो यह पृथ्वी ग्रह के साथ सद्भावनापूर्वक स्थायी जीवन जीने का मार्ग प्रदान करता है।

योग सामूहिक ऊर्जा से भरपूर एक स्वस्थ और शक्तिशाली समाज का निर्माण करता है। इसी भावना को ध्यान में रखते हुए, इस वर्ष के योग दिवस समारोह का विषय ''स्वयं और समाज के लिए योग'' है।

मेरा सुझाव है कि हम सभी मानसिक, शारीरिक और आध्यात्मिक कल्याण के लिए नियमित रूप से योग का अभ्यास करके अपने जीवन को सुसमृद्ध करें।

मैं आप सभी को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2024 की शुभकामनाएं देता हूं।

घनश्याम शर्मा
अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक
21.06.2024