



জনসংযোগ, অসম  
মুখ্যমন্ত্ৰীৰ জনসম্পৰ্কৰক্ষী কোষ, দিছপুৰ  
প্ৰেছ বাৰ্তা

প্ৰেছ বাৰ্তা নং : ১২৬/২০২২

ঐতিহাসিক শিৱ দৌলত অনুষ্ঠিত যোগ উৎসৱত অংশ ল'লে মুখ্যমন্ত্ৰী ড°শৰ্মাই

যোগ হ'ল শাৰিৰীক, মানসিক আৰু আধ্যাত্মিক যোগসূত্ৰ স্থাপনৰ মাধ্যম : মুখ্যমন্ত্ৰী

যুৱক-যুৱতী আৰু ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলক যোগক জীৱনৰ অংগ হিচাপে গ্ৰহণ কৰাৰ  
মানসিকতা গঢ়িবলৈ মুখ্যমন্ত্ৰীৰ আহ্বান

**দিছপুৰ, ০২ মে' :** 'ভাৰতীয় সনাতন সভ্যতা আৰু সংস্কৃতিৰ এক অবিচ্ছেদ্য অংগ হৈছে যোগ। জীৱন শৈলীক সুস্থ আৰু সুন্দৰৰূপত গঢ়ি তোলাৰ লগতে মানসিক প্ৰশান্তিৰ বাবে যোগাভ্যাসৰ যি পৰম্পৰা, সেই পৰম্পৰাই আজি বিশ্ব সম্প্ৰদায়ৰ বাবে আশীৰ্বাদ স্বৰূপ হৈ পৰিছে। যোগ কেৱল ব্যায়াম আৰু অনুশীলনৰ সমষ্টি নহয়, যোগ হৈছে মানসিক সক্ষমতা আৰু সুস্বাস্থ্য লাভৰ এক সুগম পথ। সেইবাবে পাঁচ হাজাৰ বছৰীয়া ভাৰতীয় সভ্যতা, সংস্কৃতিৰ এক উত্তম ফচল হিচাপে আজি সমগ্ৰ বিশ্ববাসীয়ে যোগৰ মহত্ব আৰু গুৰুত্ব উপলব্ধি কৰিবলৈ সক্ষম হৈছে।' 'আজাদী কা অমৃত মহোৎসৱ' আৰু অহা ২১ জুনত উদযাপিত হ'বলগীয়া 'আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় যোগ দিৱস'ৰ সৈতে সংগতি ৰাখি আজি শিৱসাগৰ জিলাৰ ঐতিহাসিক শিৱ দৌল প্ৰাংগণত অনুষ্ঠিত যোগ উৎসৱত অংশগ্ৰহণ কৰি মুখ্যমন্ত্ৰী ড° হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাই এইদৰে কয়।

যোগ উৎসৱৰ এই অনুষ্ঠান শিৱসাগৰত অয়োজিত কৰাৰ লগতে যোগৰ জনপ্ৰিয়কৰণৰ বাবে কেন্দ্ৰীয় আয়ুষ দপ্তৰৰ মন্ত্ৰী সৰ্বানন্দ সোণোৱালে গ্ৰহণ কৰা ভূমিকাৰ প্ৰশংসা কৰি মুখ্যমন্ত্ৰী ড° শৰ্মাই কয় যে প্ৰধানমন্ত্ৰী হিচাপে কাৰ্যভাৰ গ্ৰহণ কৰাৰ পিছতে প্ৰধানমন্ত্ৰী নৰেন্দ্ৰ মোদীয়ে যোগক বিশ্ববাসীৰ সন্মুখত তুলি ধৰাৰ বাবে দৃঢ়তাৰে পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰে। মুখ্যমন্ত্ৰীয়ে কয় যে প্ৰধানমন্ত্ৰীৰ আহ্বানৰ প্ৰতি সঁহাৰি জনাই ২০১৪ চনৰ ১১ ডিচেম্বৰত ৰাষ্ট্ৰ সংঘৰ সাধাৰণ পৰিষদে ২১ জুনক আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় যোগ দিৱস হিচাপে ঘোষণা কৰে। এই পদক্ষেপে ভাৰতীয় সভ্যতা সংস্কৃতিক মান্যতা প্ৰদান কৰাৰ লগতে ভাৰতে বিশ্ব গুৰুৰ আসনত অধিষ্ঠিত হোৱাৰ দিশত এক শক্তিশালী খোজ পেলোৱাত সহায় কৰিছে।

গীতাত চিত্ত স্থিৰ কৰিবলৈ যোগৰ মহত্বৰ কথা কৈছে বুলি উল্লেখ কৰি মুখ্যমন্ত্ৰী শৰ্মাই কয় যে নিয়মিত যোগাভ্যাসে চিত্ত স্থিৰ কৰাত সহায় কৰে। ভাৰতীয় ঋষি-মুনিসকলে কেইবা হাজাৰ বছৰ পূৰ্বে বিবিধ পৰীক্ষা-নিৰীক্ষাৰ জৰিয়তে শ্বাস-প্ৰশ্বাস আৰু অংগ সঞ্চালনৰ দ্বাৰা শৰীৰৰ পেশীসমূহ সৱল কৰি সুস্বাস্থ্য আৰু দীৰ্ঘায়ু লাভৰ পৰামৰ্শ দি গৈছে। এই মন্তব্য কৰি মুখ্যমন্ত্ৰী শৰ্মাই কয় যে পঞ্চদশ শতিকাত যোগাভ্যাসৰ গুৰুত্ব আৰু মহত্ব সম্পৰ্কত দৰ্শন দি গৈছে মহাপুৰুষ শ্ৰীমন্ত শংকৰদেৱে। কৈশোৰ কালত



জনসংযোগ, অসম  
মুখ্যমন্ত্ৰীৰ জনসম্পৰ্কৰক্ষী কোষ, দিছপুৰ  
প্ৰেছ বাৰ্তা

মহাপুৰুষ শংকৰদেৱে যি শৌৰ্য, বীৰ্য, শক্তি তথা মেধাৰ পৰিচয় দিছিল, সেইখিনি এজন যোগীৰ বাবেহে সম্ভৱ বুলি মুখ্যমন্ত্ৰীয়ে কয়। তেওঁ লগতে উল্লেখ কৰে যে অংকীয়া নাট, ভাওনা, সত্ৰীয়া নৃত্যৰ মুদ্ৰা সমূহতো যোগাসনৰ ভংগীমা দেখিবলৈ পোৱা যায়। শংকৰদেৱে দি যোৱা আদৰ্শৰ জৰিয়তে যুৱ প্ৰজন্ম সুস্বাস্থ্যৰ অধিকাৰী হৈ কঠোৰ শ্ৰম কৰাৰ মানসিকতা আহৰণ কৰিব লাগিব বুলি তেওঁ কয়।

মুখ্যমন্ত্ৰী ড° শৰ্মাই কয় যে যোগাভ্যাস, প্ৰাণায়াম আৰু আয়ুৰ্বেদত উল্লেখিত কিছুসংখ্যক খাদ্যই যে আমাৰ শৰীৰৰ ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি কৰিব পাৰে, সেই কথা বিশ্বই পুনৰবাৰ উপলব্ধি কৰিবলৈ বাধ্য হৈছে। সেয়েহে যোগ দিৱসৰ প্ৰাসংগিকতাও দিনকদিনে বৃদ্ধি পাবলৈ ধৰিছে। তেওঁ লগতে কয় যে যোগ হ'ল শৰীৰ আৰু আত্মাৰ মিলন সাধনেৰে প্ৰাকৃতিকভাৱে সকলো দিশতে উৎকৰ্ষতা লাভ কৰা এক সবল প্ৰক্ৰিয়া। যোগে প্ৰাণৰ সঞ্চাৰ কৰে, মন আৰু শৰীৰ সন্তুলিত কৰি সকলোকে আধ্যাত্মিকভাৱে সবল কৰি সকলো দিশতে ইতিবাচক দৃষ্টিভংগীৰ উন্মেষ ঘটায়। তদুপৰি মুখ্যমন্ত্ৰী ড° শৰ্মাই কয় যে যোগৰ লগত ধৰ্মৰ সম্পৰ্ক নাই। যোগ হ'ল শাৰীৰিক, মানসিক আৰু আধ্যাত্মিক যোগসূত্ৰ স্থাপনৰ মাধ্যম।

আধুনিক সভ্যতাৰ বিভিন্ন মানসিক চাপসমূহৰ সৈতে সহজতে মোকাবিলা কৰাত যোগে উত্তম প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা গঢ়ি তোলাত সহায় কৰে বুলি মুখ্যমন্ত্ৰী শৰ্মাই কয়। তেওঁ লগতে কয় যে যোগ আৰু সুখৰ মাজত এক অপূৰ্ব সম্বন্ধ আছে। মানুহ সুখী হোৱাৰ ক্ষেত্ৰত যোগে বিধান দিয়ে। যোগ হৈছে এক বিজ্ঞান। সেইবাবেই ইয়াৰ বিশ্বব্যাপি সাৰ্বজনীনতা সম্ভৱ হৈ পৰিছে।

আয়ুষ মন্ত্ৰণালয়ে আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় যোগ দিৱসৰ পূৰ্বে সমগ্ৰ দেশতে যোগক অধিক জনপ্ৰিয়কৰণৰ বাবে লোৱা পদক্ষেপ নিতান্তই প্ৰশংসনীয় বুলি মন্তব্য কৰি মুখ্যমন্ত্ৰীয়ে কয় যে আজি বিশ্ব সম্প্ৰদায়ে যোগৰ গুৰুত্ব আৰু মহত্ব উপলব্ধি কৰাৰ পৰিপ্ৰেক্ষিতত ভাৰতবৰ্ষত যোগক অধিক গুৰুত্ব প্ৰদানৰ সময় আহি পৰিছে। নতুন প্ৰজন্মক সুস্থভাৱে গঢ় দিব নোৱাৰিলে এখন শক্তিশালী ৰাষ্ট্ৰ আৰু এখন শক্তিশালী ৰাজ্য গঠন কৰিব নোৱাৰি বুলি উল্লেখ কৰি তেওঁ কয় যে ইয়াৰ বাবে যুৱ প্ৰজন্মৰ মানসিক আৰু শাৰীৰিক বিকাশ সাধন কৰিব লাগিব। তেতিয়াহে উন্নয়ন প্ৰক্ৰিয়াটো অধিক ত্বৰান্বিত হ'ব।

মুখ্যমন্ত্ৰীয়ে অভিভাৱক সকলক নিজৰ সন্তানৰ সন্মুখত নিয়মিতভাৱে যোগৰ অনুশীলনৰ অভ্যাস গঢ়ি তোলাৰ আদৰ্শ স্থাপন কৰিবলৈ আহ্বান জনায়। তেওঁ লগতে কয় যে ভাৰতীয় সংস্কৃতিৰ শক্তিশালী এই সম্পদৰ গুৰুত্ব বিশ্বজুৰি তুলি ধৰাৰ দায়িত্ব উঠি অহা প্ৰজন্মই বহন কৰিব লাগিব। মুখ্যমন্ত্ৰীয়ে যুৱক-যুৱতী আৰু ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলক যোগক জীৱনৰ অংগ হিচাপে গ্ৰহণ কৰাৰ মানসিকতা গঢ়িবলৈও আহ্বান জনায়।

আজিৰ অনুষ্ঠানত মুখ্যমন্ত্ৰী ড° শৰ্মাই বিশিষ্ট অতিথিসকলৰ সৈতে যোগাভ্যাসতো অংশ লয়।

কেন্দ্ৰীয় আয়ুষ মন্ত্ৰণালয়ৰ বিশেষ সচিব প্ৰমোদ কুমাৰ পাঠকে আদৰ্শ ভাষণ প্ৰদান কৰা যোগ উৎসৱৰ কাৰ্যসূচীত কেন্দ্ৰীয় আয়ুষ দপ্তৰৰ মন্ত্ৰী সৰ্বানন্দ সোণোৱাল, কেন্দ্ৰীয় আয়ুষ দপ্তৰৰ ৰাজ্যিক মন্ত্ৰী ডাঃ মহেন্দ্ৰ মুঞ্জাপাৰা আৰু অসম চৰকাৰৰ স্বাস্থ্য মন্ত্ৰী কেশৱ মহন্তইও ভাষণ প্ৰদান কৰে। আজিৰ এই



জনসংযোগ, অসম  
মুখ্যমন্ত্ৰীৰ জনসম্পৰ্কৰক্ষী কোষ, দিছপুৰ  
প্ৰেছ বাৰ্তা

অনুষ্ঠানত কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰৰ তেল আৰু প্ৰাকৃতিক গেছ দপ্তৰৰ ৰাজ্যিক মন্ত্ৰী ৰামেশ্বৰ তেলী, অসম চৰকাৰৰ শিক্ষা মন্ত্ৰী ডাঃ বণোজ পেগু, ৰাজহ মন্ত্ৰী যোগেন মহন, সাংস্কৃতিক বিভাগৰ মন্ত্ৰী বিমল বৰা, ছিক্কিম চৰকাৰৰ স্বাস্থ্য মন্ত্ৰী ডাঃ মণিকুমাৰ শৰ্মা, অৰুণাচল প্ৰদেশ চৰকাৰৰ স্বাস্থ্য মন্ত্ৰী আল' লিবাং, যোৰহাট লোকসভা সমষ্টিৰ সাংসদ তপন কুমাৰ গগৈ, নাগালেণ্ডৰ ৰাজ্য সভাৰ সাংসদ এছ ফাংনন কন্যাক, বিধায়কসকল ক্ৰমে প্ৰশান্ত ফুকন, চক্ৰধৰ গগৈ, তৰংগ গগৈ, সুশান্ত বৰগোহাঁই আৰু ধৰ্মেশ্বৰ কোঁৱৰে উপস্থিত থাকি যোগাভ্যাসত অংশ লয়। যোগ উৎসৱৰ যোগাভ্যাস কাৰ্যসূচীৰ সঞ্চালন কৰে মোৰাৰজী দেশাই ৰাষ্ট্ৰীয় যোগ প্ৰতিষ্ঠানৰ সঞ্চালক ড° ঈশ্বৰ ভি বাসৱাৰেড্ডীয়ে।

বীঃগঃ

০২-০৫-২০২২