

Prime Minister addresses on the occasion of seventh International Yoga Day

June 21, 2021

ഏഴാമത് അന്താരാഷ്ട്ര യോഗ ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് പ്രധാനമന്ത്രിയുടെ അഭിസംബോധന

ജൂൺ 21, 2021

എല്ലാ രാജ്യത്തിന്റേയും സമൂഹത്തിന്റേയും വ്യക്തിയുടേയും ആരോഗ്യത്തിനായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു

എം-യോഗ ആപ്പ് പ്രഖ്യാപിച്ചു; 'ഒരു ലോകം ഒറ്റ ആരോഗ്യം' നേടാൻ ആപ്ലിക്കേഷൻ സഹായിക്കുമെന്ന് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു

മഹാമാരിക്കെതിരെ ലോകമെമ്പാടുമുള്ള പോരാട്ടത്തിന് ജനങ്ങളിൽ ആത്മവിശ്വാസവും ശക്തിയും കൂട്ടിച്ചേർക്കുന്നതിന് യോഗ സഹായിച്ചു: പ്രധാനമന്ത്രി

കൊറോണ മുന്നണിപോരാളികള് യോഗയെ അവരുടെ പരിചയാക്കുകയും രോഗികളെ സഹായിക്കുകയും ചെയ്തു: പ്രധാനമന്ത്രി

വിരവങ്ങള് പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിനുള്ള തടസങ്ങളിൽ നിന്നും ഐക്യത്തിലേക്കുള്ള മാറ്റം യോഗയാണ്. അനുഭവത്തിൽ തെളിയിക്കപ്പെട്ട മാർഗ്ഗം, ഏകത്വത്തിന്റേ തിരിച്ചറിവാണു യോഗ: പ്രധാനമന്ത്രി

'വാസുദൈവ കുടുംബകം' എന്ന മന്ത്രം ആഗോള സ്വീകാര്യത കണ്ടെത്തുന്നു: പ്രധാനമന്ത്രി

കൊറോണയ്ക്കെതിരായ പോരാട്ടത്തിൽ ഓൺലൈൻ ക്ലാസ്സുകളിലെ യോഗ കുട്ടികളെ ശക്തരാക്കുന്നു: പ്രധാനമന്ത്രി

മഹാമാരി ഉണ്ടായിരുന്നിട്ടും, " യോഗ ക്ഷേമത്തിന് വേണ്ടി" എന്ന ഈ വർഷത്തെ അന്താരാഷ്ട്ര യോഗ ദിന ആശയം ജനങ്ങളുടെ മനോവീര്യം ഉയർത്തിയെന്ന് പറഞ്ഞ പ്രധാനമന്ത്രി ശ്രീ നരേന്ദ്രമോദി എല്ലാ രാജ്യങ്ങളുടേയും സമൂഹത്തിനും വ്യക്തിക്കും അദ്ദേഹം ആരോഗ്യം ആശംസിക്കുകയും നമ്മള് ഐക്യത്തോടെ പരസ്പരം ശക്തിപ്പെടുത്തുമെന്ന് പ്രത്യാശ പ്രകടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. ഏഴാമത് അന്താരാഷ്ട്ര യോഗ ദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് സംസാരിക്കുകയായിരുന്നു അദ്ദേഹം.

മഹാമാരിയുടെ കാലത്ത് യോഗയുടെ പങ്കിനെക്കുറിച്ച് പ്രധാനമന്ത്രി സംസാരിച്ചു. ഈ ദുഷ്കരമായ സമയത്ത് യോഗ ആളുകളുടേ ഒരു ശക്തി സ്രോതസും സമീകൃതമായതുമാണെന്ന് തെളിയിച്ചു. തങ്ങളുടെ സംസ്കൃതം

ക്കാരത്തിൽ അന്തർലീനമല്ലാത്തതുകൊണ്ടുതന്നെ ഈ മഹാമാരിക്കാലത്ത് രാജ്യങ്ങളിൽ യോഗദിനം മറക്കാൻ എളുപ്പമായിരുന്നു, എന്നാൽ അതിന് പകരം ആഗോളതലത്തിൽ യോഗയോടുള്ള ഉത്സാഹം വർദ്ധിക്കുകയായിരുന്നുവെന്ന് അദ്ദേഹം ചൂണ്ടിക്കാട്ടി.

ലോകത്താകമാനമുള്ള ജനങ്ങളിൽ ഈ മഹാമാരിയുമായി പോരാടുന്നതിനുള്ള ആത്മവിശ്വാസവും ശക്തിയും കുട്ടിച്ചേർക്കാൻ യോഗ സഹായിച്ചു. മുൻനിര കൊറോണ യോദ്ധാക്കളെ യോഗയെ തങ്ങളുടെ പരിചയായി മാറ്റിയതും യോഗയിലൂടെ തങ്ങളെത്തന്നെ ശക്തരാക്കിയതും വൈറസിന്റെ പ്രത്യാഘാതങ്ങളെ നേരിടാൻ ജനങ്ങളും, ഡോക്ടർമാരും നഴ്സുമാരും യോഗയെ സ്വീകരിച്ചതും പ്രധാനമന്ത്രി അനുസ്മരിച്ചു. നമ്മുടെ ശ്വസനവ്യവസ്ഥയെ ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നതിന് പ്രാണായാമ, അനുലോം-വിലോം തുടങ്ങിയ ശ്വസന വ്യായാമങ്ങളുടെ പ്രാധാന്യം വിദഗ്ദ്ധർ ഉന്നിപ്പറയുന്നുണ്ട്.

യോഗ രോഗത്തിന്റെ മൂലകാരണത്തിലേക്ക് പോകുമെന്നും രോഗശാന്തിക്ക് കാരണമാകുമെന്നും മഹാനായ തമിഴ് സന്യാസി തിരുവള്ളുവറിനെ ഉദ്ധരിച്ച് പ്രധാനമന്ത്രി പറഞ്ഞു. ആഗോളതലത്തിൽ യോഗയുടെ രോഗശാന്തി ഗുണങ്ങളിൽ ഗവേഷണം നടക്കുന്നുണ്ടെന്നതിൽ അദ്ദേഹം സംതൃപ്തി പ്രകടിപ്പിച്ചു. യോഗയിലൂടെ രോഗപ്രതിരോധത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പഠനങ്ങളും തങ്ങളുടെ ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളിൽ കുട്ടികളെ യോഗ ചെയ്യുന്നതും അദ്ദേഹം ചൂണ്ടിക്കാട്ടി. ഇത് കുട്ടികളെ കൊറോണയ്ക്കെതിരെ പോരാടാൻ സജ്ജമാക്കുന്നെന്ന് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. യോഗയുടെ സമഗ്ര സ്വഭാവം ഉന്നിപ്പറഞ്ഞ പ്രധാനമന്ത്രി അത് ശാരീരിക ആരോഗ്യത്തേയും മാനസികാരോഗ്യത്തേയും പരിപാലിക്കുന്നുവെന്ന് പറഞ്ഞു. യോഗ നമ്മുടെ ആന്തരിക ശക്തിയുമായി സമ്പർക്കം പുലർത്തുകയും എല്ലാത്തരം നിഷേധാത്മകതകളിൽ നിന്നും നമ്മെ സംരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. യോഗയുടെ സകാരാത്മകതകളിൽ ഉന്നിക്കൊണ്ട് "ഒളിച്ചുവയ്ക്കലിൽ നിന്നും ഐക്യത്തിലേക്കുള്ള മാറ്റം യോഗയാണ്. അനുഭവത്തിലൂടെ തെളിയിക്കപ്പെട്ട മാർഗ്ഗം. ഏകത്വത്തിന്റെ തിരിച്ചറിവാണ് യോഗ" എന്ന് പ്രധാനമന്ത്രി പറഞ്ഞു. ഇക്കാര്യത്തിൽ അദ്ദേഹം ഗുരുദേവ് രവീന്ദ്രനാഥ ടാഗോറിന്റെ "നമ്മുടെ സ്വത്വത്തിന്റെ അർത്ഥം ദൈവത്തിൽ നിന്നും മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നുമുള്ള വേർതിരിവിലൂടെ കണ്ടെത്താനല്ല, മറിച്ച് എന്നാൽ യോഗ, ഐക്യത്തിന്റെ നിരന്തരമായ തിരിച്ചറിവാണ്" വരികളെ ഉദ്ധരിച്ച് പറഞ്ഞു. ഇന്ത്യ യുഗങ്ങളായി പിന്തുടരുന്ന "വസുദൈവ കുടുംബകം" എന്ന മന്ത്രം ഇപ്പോൾ ആഗോള സ്വീകാര്യത കണ്ടെത്തുന്നുവെന്ന് പ്രധാനമന്ത്രി പറഞ്ഞു. നാമെല്ലാവരും പരസ്പരം ക്ഷേമത്തിനായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു, മാനവികതയ്ക്ക് ഭീഷണിയുണ്ടെങ്കിൽ, സമഗ്ര ആരോഗ്യത്തിന് യോഗ പലപ്പോഴും ഒരു വഴി നൽകും. "യോഗ നമുക്ക് സന്തോഷകരമായ ഒരു ജീവിതരീതി നൽകുന്നു. ബഹുജനങ്ങളുടെ പ്രതിരോധത്തിലും ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിലും അതിന്റെ സകാരാത്മകമായ പങ്ക് യോഗ വഹിക്കുമെന്ന് എനിക്ക് ഉറപ്പുണ്ട്" പ്രധാനമന്ത്രി മോദി പറഞ്ഞു. ഇന്ത്യയും ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയും ഇന്ന് ഒരു സുപ്രധാന നടപടി സ്വീകരിച്ചതായി

പ്രധാനമന്ത്രി അറിയിച്ചു. പല ഭാഷകളിലും സാധാരണ യോഗ പ്രോട്ടോക്കോളിന് അടിസ്ഥാനമാക്കി യോഗ പരിശീലനത്തിന്റെ നിരവധി വീഡിയോകളിന് നൽകുന്ന എം-യോഗ ആപ്ലിക്കേഷൻ ലോകത്തിന് ലഭിക്കും. ആധുനിക സാങ്കേതികവിദ്യയുടെയും പുരാതന ശാസ്ത്രത്തിന്റേയും സംയോജനത്തിന്റെ മികച്ച ഉദാഹരണമായി ഇതിനെ വിശേഷിപ്പിച്ച പ്രധാനമന്ത്രി, ലോകമെമ്പാടും യോഗ വ്യാപിപ്പിക്കാൻ എം-യോഗ ആപ്ലിക്കേഷൻ സഹായിക്കുമെന്നും ഒരു ലോകം ഒരു ആരോഗ്യം എന്ന ശ്രമങ്ങളിൽ സംഭാവന നൽകുമെന്നും പ്രത്യേക പ്രകടിപ്പിച്ചു. യോഗയിൽ എല്ലാവർക്കും പരിഹാരമുണ്ടെന്നതിനാൽ യോഗയുടെ കൂട്ടായ യാത്രയിൽ തുടരേണ്ടതുണ്ടെന്ന് ഗീതയെ നിന്ന് ഉദ്ധരിച്ച് പ്രധാനമന്ത്രി പറഞ്ഞു. യോഗ അതിന്റെ അടിത്തറയും കാതലും നിലനിർത്തുന്നതിനൊപ്പം ഓരോ വ്യക്തിയിലേക്കും എത്തിച്ചേരേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. എല്ലാവരിലേക്കും യോഗ എത്തിക്കുന്നതിനുള്ള ഈ ദൗത്യത്തിൽ യോഗ ആചാര്യരും നാമെല്ലാവരും സംഭാവന ചെയ്യണമെന്ന് പ്രധാനമന്ത്രി പറഞ്ഞു.

ന്യൂ ഡൽഹി
ജൂൺ 21, 2021

DISCLAIMER: This is an approximate translation. The original is available in English on MEA's website and may be referred to as the official press release.