

# Prime Minister addresses on the occasion of seventh International Yoga Day

June 21, 2021

## প্রধানমন্ত্রী সপ্তম আন্তর্জাতিক যোগ দিবসে ভাষণ দিয়েছেন

জুন ২১, ২০২১

প্রতিটি দেশ, সমাজ এবং প্রত্যেকের সুস্বাস্থ্য প্রার্থনা করি: প্রধানমন্ত্রী

প্রধানমন্ত্রী 'এক বিশ্ব এক স্বাস্থ্য' ব্যবস্থা অর্জনের জন্য এম- যোগ অ্যাপের কথা ঘোষণা করেছেন

বিশ্বজুড়ে এই মহামারীর সময়ে যোগ মানুষের মধ্যে আস্থা অর্জন করতে এবং শক্তি সঞ্চয়ে সাহায্য করেছে: প্রধানমন্ত্রী  
সামনের সারির করোনা যোদ্ধারা যোগকে তাঁদের রক্ষা কবচ হিসেবে ব্যবহার করেছেন এবং রোগীদের সাহায্য করেছেন:

প্রধানমন্ত্রী

যোগ বিচ্ছিন্নভাবে থাকার পরিবর্তে সংঘবদ্ধভাবে থাকতে সাহায্য করে। আমরা সবাই যে এক, যোগের মাধ্যমে সেই উপলব্ধি  
গড়ে ওঠে: প্রধানমন্ত্রী

বিশ্বজুড়ে 'বসুধৈব কুটুম্বকম'-এর মন্ত্র আজ সমাদৃত হচ্ছে: প্রধানমন্ত্রী

অনলাইন ক্লাসের সময় করোনার বিরুদ্ধে লড়াইয়ে যোগ শিশুদের শক্তিশালী করে তুলছে: প্রধানমন্ত্রী

প্রধানমন্ত্রী শ্রী নরেন্দ্র মোদী বলেছেন মহামারী সত্ত্বেও এ বছরের আন্তর্জাতিক যোগ দিবসের মূল ভাবনা হল 'সুস্থতার জন্য যোগ'।  
যোগের মাধ্যমে মানুষের মনোবল বাড়বে। প্রধানমন্ত্রী প্রতিটি দেশ, সমাজ এবং প্রত্যেকের সুস্বাস্থ্য প্রার্থনা করেছেন। তিনি আশা  
করেন আমরা ঐক্যবদ্ধভাবে একে অন্যের শক্তি যোগাবো। শ্রী মোদী সপ্তম আন্তর্জাতিক যোগ দিবস উললক্ষ্যে ভাষণ  
দিচ্ছিলেন।

প্রধানমন্ত্রী মহামারীর সময় যোগের ভূমিকা নিয়ে আলোচনা করেছেন। তিনি বলেছেন, সংকটের এই সময়ে মানুষের মধ্যে শক্তি  
সঞ্চয়ের ক্ষেত্রে যোগের ভূমিকা প্রমাণিত। যোগ দিবসের কথা বিভিন্ন দেশ এই মহামারীর সময় ভুলে যেতেই পারতো কারণ এটি  
তাদের সংস্কৃতির অঙ্গ নয়। কিন্তু তার বদলে দেখা যাচ্ছে, সারা বিশ্বজুড়ে উৎসাহ-উদ্দীপনার সঙ্গে যোগাভ্যাস বৃদ্ধি পাচ্ছে।  
সংকটের মধ্যে শক্তির যোগান দেওয়া যোগের গুরুত্বপূর্ণ উপাদান। সারা বিশ্বে মানুষের মধ্যে শক্তি এবং আস্থা অর্জনে যোগ  
সাহায্য করেছে। সামনের সারিতে থাকা করোনা যোদ্ধারা কিভাবে যোগকে তাঁদের রক্ষা কবচ হিসেবে ব্যবহার করেছেন এবং  
শক্তিশালী থেকেছেন, প্রধানমন্ত্রী সেই বিষয়টি উল্লেখ করেন। এই ভাইরাসের থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য সাধারণ মানুষ,  
চিকিৎসক এবং নার্সরা যোগের সাহায্য নিয়েছেন। শ্রী মোদী বলেছেন, বিশেষজ্ঞরা প্রাণায়াম এবং অনুলোম-বিলোমের মতো  
নিশ্বাস-প্রশ্বাসের ব্যায়ামের মাধ্যমে আমাদের শ্বাসতন্ত্রকে শক্তিশালী করার ওপর জোর দিয়েছেন।

মহান তামিল সন্ত থিরুভাল্লভরকে উদ্ধৃত করে প্রধানমন্ত্রী বলেছেন, যোগ যেকোন রোগের মূলে গিয়ে পৌঁছায় এবং উপশমে  
সাহায্য করে। আজ বিশ্বজুড়ে যোগের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা নিয়ে গবেষণা হওয়ায় প্রধানমন্ত্রী সন্তোষ প্রকাশ করেছেন। তিনি  
বলেছেন, যোগের মাধ্যমে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি পাওয়ার বিষয় নিয়ে পরীক্ষা-নিরীক্ষা চলছে। অনলাইন ক্লাস চলার এই  
সময়ে শিশুদের যোগাভ্যাসের মধ্যে দিয়ে প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়তে হবে। করোনার বিরুদ্ধে লড়াইতে এরফলে শিশুরা প্রস্তুত  
থাকবে।

প্রধানমন্ত্রী যোগের সর্বাঙ্গীণ বৈশিষ্ট্য প্রসঙ্গে বলেছেন, যোগের মাধ্যমে শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য বজায় থাকে। যোগ আমাদের  
অভ্যন্তরীণ শক্তিকে উজ্জীবিত করে এবং সব রকমের নেতিবাচক ভাবনা থেকে রক্ষা করে। যোগের ইতিবাচক দিকের প্রসঙ্গ  
উল্লেখ করে প্রধানমন্ত্রী বলেছেন, 'যোগ বিচ্ছিন্নভাবে থাকার পরিবর্তে সংঘবদ্ধভাবে থাকতে সাহায্য করে। আমরা সবাই যে এক,  
যোগের মাধ্যমে সেই উপলব্ধি গড়ে ওঠে।' এই প্রসঙ্গে তিনি বিশ্বকবি রবীন্দ্রনাথ ঠাকুরকে উদ্ধৃত করে বলেছেন, 'ঈশ্বরের সঙ্গে  
অন্যদের পার্থক্য করলে আমাদের সত্ত্বার অর্থ খুঁজে পাওয়া যাবে না। এই একাত্মতা যোগের মাধ্যমে উপলব্ধি হবে।'

প্রধানমন্ত্রী বলেছেন, যুগ যুগ ধরে 'বসুধৈব কুটুম্বকম'-এর যে মন্ত্র ভারত অনুসরণ করে আসছে তা বর্তমানে সারা বিশ্বজুড়ে  
সমাদৃত। আমরা সকলের মঙ্গল কামনা করি। যখন মানব জাতির সঙ্কটাপন্ন হয় যোগ তখন সর্বাঙ্গীণভাবে আমাদের সুস্বাস্থ্য  
নিশ্চিত করে। 'যোগ জীবনে আনন্দ নিয়ে আসে। আমি নিশ্চিত যে, যোগ তার প্রতিরোধ ক্ষমতা এবং ইতিবাচক ভূমিকার  
মাধ্যমে মানুষের সুস্বাস্থ্য নিশ্চিত করতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।'

প্রধানমন্ত্রী জানিয়েছেন, ভারত এবং বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা আজ একটি গুরুত্বপূর্ণ পদক্ষেপ নিয়েছে। সারা পৃথিবী আজ এম-যোগ অ্যাপ পেয়েছে। এই অ্যাপের মাধ্যমে বিভিন্ন ভাষায় অভিন্ন যোগ বিধির মাধ্যমে যোগ প্রশিক্ষণের বেশকিছু ভিডিও রয়েছে। একে আধুনিক প্রযুক্তি এবং প্রাচীন বিজ্ঞানের মধ্যে অভূতপূর্ব এক মেলবন্ধনের উদাহরণ বলে উল্লেখ করে প্রধানমন্ত্রী আশাপ্রকাশ করেছেন, এম-যোগ অ্যাপের সাহায্যে সারা বিশ্বে যোগ ছড়িয়ে পাবে। এর ফলে 'এক বিশ্ব এক স্বাস্থ্য' অর্জন ব্যবস্থা করা যাবে।

গীতা থেকে উদ্ধৃতি দিয়ে প্রধানমন্ত্রী বলেছেন, যোগের মাধ্যমে আমাদের সংঘবদ্ধ হয়ে এগোতে হবে। কারণ যোগই সকলের সমস্যার সমাধান করবে। যোগ কষ্টের থেকে মুক্তি দেয় এবং প্রত্যেককে সাহায্য করে। যোগকে প্রত্যেকের কাছে পৌঁছে দিতে যোগ আচার্য্য এবং আমাদের সকলকে উদ্যোগী হতে হবে।

নিউ দিল্লি

জুন ২১, ২০২১

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.