



# नेपाल सरकार

प्रदेश प्रमुख  
बागमती प्रदेश  
हेटौंडा, मकवानपुर

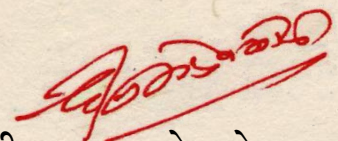
## अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवस(जुन २१) को शुभकामना सन्देश

विश्व योग दिवस को पावन अवसरमा स्वदेश तथा विदेसमा रहनुभएका सम्पूर्ण आदरणीय नेपाली दिदीबहिनी तथा दाजुभाइहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि, सुस्वास्थ्य र दीर्घायुको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु। योग हाम्रो प्राचीन पूर्वीय दर्शन, वैदिक संस्कृति र गौरवमय जीवनपद्धतिको एक अमूल्य निधि हो। योगको अर्थ जोडिनु हो। जसले शरीर, मन, बुद्धि र आत्मालाई एकाकार मात्र गर्दैन, व्यक्ति समाज र प्रकृतिसंग पनि एकआपसमा जोड्दछ। आजको आधुनिक, व्यस्त र तनावपूर्ण जीवनशैलीमा शारीरिक रुपमा निरोगी रहन, मानसिक रुपमा शान्त बन्न र भावनात्मक रुपमा सन्तुलित रहन योगको सान्दर्भिकता एवं अपरिहार्यता झन् बढेर गएको छ।

स्वस्थ नागरिक नै राज्यको वास्तविक पूँजी हुन्। योगले मानिसमा सकारात्मक उर्जाको सञ्चार गर्दै देशभक्ति, अनुशासन र भ्रातृत्वको भावना जागृत गराउन मद्दत पुऱ्याउँछ। हाम्रो राष्ट्रका प्रत्येक नागरिकलाई शारिरीक र मानसिक रुपमा सबल बनाई एक समृद्ध समाज निर्माण गर्न योग र प्राणायामलाई दैनिक जीवनको अभिन्न अङ्ग बनाउनु आवश्यक छ। यस दिशामा योगको सन्देश र अभ्यासलाई गाउँ-टोलसम्म पुऱ्याउन विभिन्न सामाजिक संस्थाहरुले निर्वाह गरेको भूमिका प्रशंसनीय छ।

अन्तमा, यस गौरवमय दिवसले हामी सबैलाई सभ्य र सुसंस्कृत समाज निर्माणमा लाग्न थप ऊर्जा र प्रेरणा दिनेछ भन्ने विश्वास लिएको छु।

२०८३ साल असार ०७ गते, आइतबार  
ने.सं. ११४६ तछलाश्वः सप्तमी

  
दीपक प्रसाद देवकोटा  
प्रदेश प्रमुख