

Hoy, desde esta plataforma, deseo a todos los amantes del yoga de todo el mundo el quinto día internacional del yoga.

Es una cuestión de orgullo y felicidad para nosotros que más y más personas en todo el mundo estén adoptando el yoga hoy en día.

Mujeres, niños, viejos, jóvenes, todos se están convirtiendo en una parte del yoga.

Una razón para esto es que el yoga es simple, fácil y accesible para todos.

La persona de cada grupo de edad puede hacer yoga sin problemas según su capacidad. No se necesita una herramienta o equipo especial para hacer yoga, solo se requiere un pequeño espacio.

El yoga es un gran regalo para el mundo de los grandes santos de la India. Es un precioso regalo dado al mundo. El yoga garantiza no solo la salud sino también la salud. El yoga es también el camino de la liberación junto con la libertad.

El yoga combina mente, cuerpo, intelecto y da placer a la persona al eliminar la intriga y el estrés.

El yoga conecta a la persona con la familia y la sociedad, produce afecto mutuo y crea una nación amante de la paz y esas naciones forman un mundo armonioso y hermoso. Es decir, el yoga es un viaje de yo a nosotros.

Hoy en día, debido al estilo de vida moderno, las personas padecen muchos problemas. Las enfermedades como el estrés, la depresión, la diabetes y la presión arterial están matando a la persona desde el interior. El yoga es la solución para evitar todas estas enfermedades.

El yoga es muy útil para deshacerse del estrés y mantener la mente relajada.

El yoga es una meditación entre la agonía y el conflicto.

El yoga convierte la desesperación en esperanza y confianza.

El yoga está más allá de los límites de edad, género, raza, religión y naciones.

Estoy feliz de que la popularidad del yoga está creciendo a nivel global.

Después de un día de agotamiento, cuando nos lavamos la cara con agua, sentimos frescura, de la misma manera que después de un día de trabajo, si le damos poco tiempo al Yoga, entonces nuestro cuerpo obtiene nueva energía.

Hoy en día, a medida que más y más personas hacen del Yoga una parte importante de sus vidas, la demanda de profesores de Yoga está aumentando. Hoy, nuestro desafío es preparar maestros de yoga capacitados que puedan promover esta pasión y entusiasmo en el sentido real y alentar a los jóvenes en particular. Mucha suerte a todos los amantes del yoga y, una vez más, Feliz Día Internacional del Yoga.

Gracias.

NOTA:

El Ministerio de AYUSH ha comenzado los preparativos para el Día del Yoga desde 50 días antes del quinto Día Internacional del Yoga. En esta orden, el Ministerio de Ayush ha emitido instrucciones al Ministerio de Desarrollo Humano.

De acuerdo con esta directiva, el Ministerio de Desarrollo Humano ha emitido una carta a todas las universidades y al consejo de CBSE del país.

Se ha mencionado en este documento que el quinto Día de Yoga se celebrará entre los estudiantes de manera importante. El Día del Yoga se celebrará del 2 de mayo al 21 de junio (durante 50 días).

En estos 50 días, el yoga se enseñará y practicará en todos los colegios y universidades del país. La UGC ha preparado un portal de monitoreo universitario para capturar las actividades de yoga de las universidades y escuelas.

El propósito del International Yoga Day 2019: Promover el yoga entre los jóvenes e invocar un sentimiento de orgullo nacional y difundir el yoga al resto del mundo.

NOTA: El tema y el lugar del Día Internacional del Yoga 2019 actualmente no está decidido por el Ministerio de Ayush.