

## مكتب رئيس الوزراء

رئيس الوزراء يلقي كلمة إلى الأمة بمناسبة اليوم العالمي لليوجا

رئيس الوزراء: يوم اليوجا هو يوم للتضامن والأخوة بين البشر

رئيس الوزراء: اليوجا تعزز الترابط الأسري

رئيس الوزراء: اليوجا تعزز جهاز المناعة في مواجهة فيروس كوفيد 19

21 يونيو 2020

مكتب الإعلام الصحفي، دلهي

ألقى رئيس الوزراء السيد/ ناريندرا مودي اليوم كلمة إلى الأمة بمناسبة اليوم العالمي لليوجا عبر تقنية مؤتمرات الفيديو. وقال رئيس الوزراء إن اليوم العالمي لليوجا هو يوم للتضامن. هذا هو يوم الأخوة العالمية. نظراً لحالة الطوارئ الصحية التي يشهدها العالم بسبب انتشار فيروس كوفيد-19، يتم الاحتفال باليوم العالمي لليوجا هذا العام عبر المنصات الإلكترونية والرقمية.

وقال رئيس الوزراء: "يمارس الناس اليوجا في بيوتهم مع جميع أفراد أسرهم."

وقال إن اليوجا جمعت بيننا.

وقال إن المشاركة الكبيرة للناس في جميع أنحاء العالم في مسابقة التدوين عبر الفيديو "حياتي - اليوجا" تعكس تزايد شعبية اليوجا.

وأضاف: "اليوم، يجب علينا جميعاً الابتعاد عن التجمعات الكبيرة وممارسة اليوجا في المنزل مع عائلاتنا. موضوع هذا العام هو 'اليوجا في المنزل واليوجا مع العائلة'. تعمل اليوجا على تعزيز الترابط الأسري حيث يجتمع الأطفال والشباب وكبار السن في الأسرة لممارسة اليوجا، مما يؤدي إلى تدفق الطاقة الإيجابية في المنزل. وأضاف رئيس الوزراء أن اليوجا تعزز الاستقرار العاطفي."

وقال رئيس الوزراء: "تعمل اليوجا على تعزيز جهاز المناعة في الجسم. يجب عليكم ممارسة تمارين 'براناياما' في حياتكم اليومية. تعمل تمارين 'براناياما يوجا' أو تمارين التنفس على تقوية الجهاز التنفسي

لدينا. وتظهر أهمية هذا الأمر بشكل أكبر في الأوقات الحالية حيث إن الجهاز التنفسي للجسم هو الأكثر تأثراً بفيروس كوفيد-19."

وقال رئيس الوزراء: "إن اليوجا أصبحت أداة قوية لتحقيق الوحدة. فهي تعمق الأواصر الإنسانية لأنها لا تميز بين البشر. وهي تتجاوز حدود العرق واللون والجنس والعقيدة والأمة. ويمكن لأي شخص ممارسة اليوجا. إذا تمكنا من الارتقاء بصحتنا ومشاعر الأمل لدينا، فسوف يشهد العالم قريباً نجاح الإنسانية في التمتع بالصحة والسعادة. ويمكن لليوجا بالتأكيد أن تساعدنا في تحقيق ذلك."

وأضاف رئيس الوزراء: "كمواطنين واعين، سنمضي قدماً كعائلة ومجتمع في تناغم. سنحاول أن نجعل من شعار 'اليوجا في المنزل واليوجا مع العائلة' جزءاً من حياتنا. وبالتأكيد سوف ننجح وسوف ننتصر".

\*\*\*\*\*