



तिस-या आंतरराष्ट्रीय योग दिवसाच्या निमित्ताने उत्तर प्रदेशात लखनौ येथे पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी केलेले भाषण

Posted On: 21 JUN 2017 2:32PM by PIB Mumbai

नवी दिल्ली, 21 जून 2017

व्यासपीठावर विराजमान सर्व सन्माननीय मान्यवर आणि मोठ्या संख्येने उपस्थित सर्व योग प्रेमी बंधू आणि भगिनीनो !

देशाच्या वेगवेगळ्या कानाकोप-यातून देखील अशाच प्रकारच्या कार्यक्रमात उपस्थित सर्व योग प्रेमींना मी आज लखनौच्या या भूमीतून प्रणाम करत आहे.

मनाला स्थिर ठेवणे हे योगसाधनेचे एक वैशिष्ट्य आहे. कोणत्याही प्रकारच्या चढउतारामध्ये देखील निरोगी मनाने जगण्याची कला योगसाधनेमुळे शिकायला मिळते. मात्र, लखनौच्या या विशाल मैदानात मी हजारो लोकांना पाहत आहे आणि हे लोक एक संदेश देत आहेत की जीवनात योगाचे महत्त्व तर आहेच पण जर पाऊस आला तर योग चटईचा देखील कशा प्रकारे उपयोग होऊ शकतो, योग दरीचा उपयोग कसा होऊ शकतो, हे देखील लखनौवाल्यांनी दाखवून दिले आहे. सतत पाऊस पडत असून देखील तुम्ही या ठिकाणी पाय रोवून आहात, योगसाधनेच्या महात्म्याला बळ देण्याचा तुमचा हा प्रयत्न अभिनंदनीय आहे.

योगाने स्वतः सुद्धा व्यक्ती पासून समष्टीपर्यंत प्रवास करायला सुरुवात केली आहे. एक काळ होता जेव्हा योग हिमालयात गुहांमधील ऋषींच्या, मुनींच्या, मनीषींच्या साधनेचा मार्ग असायचा. युगे बदलत गेली, शतके उलटत गेली. आज योग घरा-घराचा, लोकांचा, त्यांच्या जीवनाचा भाग बनू लागला आहे. जगातील अनेक देश असे आहेत, ज्यांना ना आपली भाषा येते, ना त्यांना आपली परंपरा माहित आहे, ना त्यांना आपल्या संस्कृतीची ओळख आहे. मात्र, योगामुळे संपूर्ण जग भारताशी संलग्न होत चालले आहे. योग- जो शरीर, मन, बुद्धीला एकमेकांशी जोडतो, तो योग आज संपूर्ण जगाला आपल्याशी जोडून घेण्यात एक महत्त्वाची भूमिका निभावत आहे.

संयुक्त राष्ट्रांनी सर्वाधिक मतांनी कमीत कमी काळात जेव्हा योगसाधनेला आंतरराष्ट्रीय दिवसाच्या रूपात स्वीकृती दिली, तेव्हापासून आजपर्यंत जगात असा एखादाच देश असेल जिथे योगविषयक एखादा कार्यक्रम होत नसेल, योगसाधनेविषयी आकर्षण वाढले नसेल, जागरूकता वाढली नसेल.

गेल्या तीन वर्षांत योगामुळे अनेक नवनवीन योग संस्था आज विकसित झाल्या आहेत. गेल्या तीन वर्षांत खूप मोठ्या प्रमाणात योग शिक्षकांची मागणी वाढत चालली आहे. योगविद्येच्या प्रशिक्षण संस्थांमध्येही तरुण योगसाधनेला एका व्यवसायाच्या रूपात स्वीकार करण्यासाठी स्वतःला तयार करत आहेत. जगातील सर्व देशांमध्ये योग प्रशिक्षकांची मागणी वाढली आहे. जगामध्ये एक नवी रोजगार बाजारपेठ योगाद्वारे तयार होऊ लागली आहे. त्यात भारतातील लोकांना संपूर्ण जगात सर्वात पहिल्यांदा प्राधान्य दिले जाते.

एक काळ होता, ज्यावेळी प्रत्येक जण आपापल्या पद्धतीने योग करत असे. हळूहळू त्याचे प्रमाणीकरण, त्याचे टप्पे, योगाभ्यासात पुढे कसे जायचे, पहिला टप्पा, दुसरा टप्पा, तिसरा टप्पा, हळूहळू वैज्ञानिक पद्धतीने जगामध्ये समान रूपात योगसाधनेच्या प्रक्रियेचे प्रमाणीकरण करण्याच्या दिशेने भारतात आणि भारताबाहेर मोठ्या प्रमाणात प्रयत्न होत आहेत.

गेल्या वर्षी युनेस्कोने भारताच्या योगाला मानव संस्कृतीच्या एका अमर वारशाच्या रूपात मान्यता दिली आहे. जागतिक संघटना शाळांमध्ये, महाविद्यालयांमध्ये बालकांना योगविद्येचे प्रशिक्षण मिळावे, बालके योगविद्येशी परिचित व्हावीत आणि हळू हळू तो जीवनाचा एक भाग बनत जावा या दिशेने जागरूकता वाढत चालली आहे. आज भारतातही अनेक राज्ये अशी आहेत ज्यांनी योगविद्येला शिक्षणाचा एक उपक्रम बनवले आहे. जेणेकरून आपल्या भावी पिढ्या आपल्या अनेक शतके प्राचीन असलेल्या या विज्ञानाशी परिचित होतील, त्याच्या अभ्यासक बनतील आणि तो त्यांच्या जीवनाचे एक अविभाज्य अंग बनेल.

आरोग्यासाठी अनेक प्रकारचे पर्याय असतात, मात्र, फिटनेसपेक्षाही जास्त, निरोगी होण्यापेक्षाही जास्त निरामय राहण्याचे महत्त्व असते आणि म्हणूनच निरामय जीवन जगण्यासाठी योग एक खूप मोठे माध्यम आहे. आज योगसाधनेविषयी जगात कोणाच्याही मनात शंका नाही. काळानुरूप परिवर्तन होत चालले आहे. जगातील वेगवेगळे समाज यामध्ये काही ना काही भर घालत आहेत. स्थळ, काळ, परिस्थिती नुसार, वयानुसार, योगामध्ये उत्तरोत्तर विकास होत आहे. त्याचा विस्तार देखील होत आहे. म्हणूनच या महत्त्वपूर्ण प्रसंगी मी देशातील आणि जगातील लोकांना योगाला जीवनाचा एक भाग बनवण्याचे आवाहन करतो. आपण योगविद्येमध्ये निपुण व्हा वा ना व्हा, आपण योगसाधनेमध्ये कौशल्य प्राप्त करू वा ना करू, पण आपण योगाचे अभ्यासक व्हा शकतो आणि ज्यावेळी पहिल्यांदा योगाभ्यास करतो तेव्हा आपल्या लक्षात येते की आपले शरीरात किती महत्त्वाचे अवयव आहेत, ज्यांच्याकडे आपले कधीच लक्ष गेले नव्हते, कधीपासून असेच ते निकामे होत गेले, आणि जेव्हा आपण योग सुरू करतो, तेव्हा शरीरातील जे अवयव निष्क्रिय अवस्थेत पडले होते, त्यात जागृती होत असल्याचा अनुभव आपल्या स्वतःला येऊ लागतो. त्यासाठी काही दिव्य चेतनेची गरज नसते. ज्यांनी पहिल्यांदाच योगाभ्यास केला आहे त्या सर्वांना हे लक्षात येते की, माझ्या शरीरातील अवयव निष्क्रिय पडून होते, योग सुरू करताच त्यांच्या आत जागृती होऊ लागली आहे, चैतन्य येऊ लागले आहे.

काही वेळा लोक मला विचारतात, योगाच्या महात्म्यावर मोठमोठ्या चर्चा केल्या जातात, मी अगदी सोप्या शब्दात समजावतो की, मीठ स्वस्त असते, सर्वत्र उपलब्ध असते, पण जर दिवसभर जेवणामध्ये जर मीठ नसेल तर केवळ चवच वाईट लागते असे नाही तर शरीरातील अंतर्चनेलाही गंभीर इजा होते. मीठ थोडेसे असले तरी संपूर्ण शरीराच्या रचनेत त्याचे माहात्म्य कोणी नाकारू शकत नाही. त्याची गरज कोणी नाकारू शकत नाही. मीठ- केवळ एकट्या मीठाने जीवन चालत नाही. पण जीवनात मीठ नसले तर जीवन चालत नाही. जसे जीवनात मीठाचे स्थान आहे तशाच प्रकारे योगाचे स्थान देखील आपण निर्माण करू शकतो. त्यासाठी काही सर्वकाळ चोवीस तास योग करण्याची गरज नाही. 50 मिनिटे, 60 मिनिटे आणि मी आधीसुद्धा सांगितले आहे की शून्य खर्चाचा हा आरोग्य विमा आहे. ही ताकद आहे योगामध्ये.

निरोगी शरीर, निरोगी मन, निरोगी बुद्धी, जर सव्वाशे कोटी देशवासी, जगातील नागरिक यांनी या निरोगीपणाला प्राप्त केले तर मानव जमातीसमोर जे मानवी विचारांच्या कारणांनी संकट निर्माण होते त्या संकटात देखील आपण मानव जमातीचे रक्षण करू शकतो.

म्हणूनच आज तृतीय आंतरराष्ट्रीय योग दिनी जगभरातील योग प्रेमींना मी मनापासून शुभेच्छा देतो. जगातील सर्व देशांनी ज्या आकांक्षा आणि उत्साहाने यात सहभाग घेतला त्याबद्दल मी त्यांचे अभिनंदन करतो. आणि मी तुम्हा लखनौवासीयांचे देखील मनापासून अभिनंदन करतो.

धन्यवाद.

B.Gokhale/S.Patil/Anagha

(Release ID: 1493645) Visitor Counter : 8

