



सत्यमेव जयते

प्रधान मंत्री
Prime Minister

नई दिल्ली
ज्येष्ठ 22, शक संवत् 1948
12 जून, 2026

प्रिय ग्राम प्रधान जी,

आशा है कि आप एवं सभी ग्रामवासी स्वस्थ, प्रसन्न एवं कुशलपूर्वक होंगे।

मुझे यह बताते हुए अत्यंत हर्ष एवं गर्व का अनुभव हो रहा है कि आप सभी के अमूल्य सहयोग, सहभागिता एवं जनसमर्थन से 21 जून, 2026 को 12वां अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पूरे उत्साह, उल्लास एवं व्यापक जनभागीदारी के साथ मनाया जाएगा। हमारे स्वस्थ गांव सशक्त, समृद्ध एवं विकसित राष्ट्र की आधारशिला हैं। जब प्रत्येक परिवार योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाएगा, तब न केवल बीमारियों में कमी आएगी, बल्कि हमारा समाज अधिक स्वस्थ, ऊर्जावान और खुशहाल बनेगा।

इस वर्ष की वैश्विक थीम “स्वस्थ आयु के लिए योग” (Yoga for Healthy Ageing) निर्धारित की गई है, जो आयु के प्रत्येक चरण में योग की उपयोगिता व स्वस्थ एवं गरिमामय जीवन के लिए उसकी महत्ता को रेखांकित करती है। योग हर आयु वर्ग के शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाकर उन्हें अधिक सक्रिय जीवन जीने के लिए प्रेरित करता है। विशेष रूप से बढ़ती आयु के साथ होने वाली विभिन्न स्वास्थ्य चुनौतियों का सामना करने व जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बनाने में योग अत्यंत प्रभावी सिद्ध हुआ है।

स्वस्थ शरीर और शांत मन ही जीवन की वास्तविक संपदा हैं। योग के नियमित अभ्यास से न केवल शारीरिक क्षमता एवं रोग प्रतिरोधक शक्ति में वृद्धि होती है, बल्कि मानसिक तनाव में कमी, भावनात्मक संतुलन और सकारात्मक जीवन-दृष्टि का भी विकास होता है। यह व्यक्ति को स्वयं से, परिवार को समाज से और समाज को मानवता से जोड़ने का कार्य करता है।

योग भारत की प्राचीन ज्ञान परंपरा की अमूल्य धरोहर है, जिसने सम्पूर्ण विश्व को स्वास्थ्य, शांति एवं संतुलित जीवन का मार्ग दिखाया है। आज विश्व के 150 से अधिक देशों में करोड़ों लोग योग को अपनी दैनिक जीवनशैली का हिस्सा बना चुके हैं। यह हम सभी के लिए गर्व का विषय है कि भारत की इस महान परंपरा को वैश्विक स्तर पर व्यापक स्वीकार्यता प्राप्त हुई है। ऐसे में हमारा दायित्व है कि योग के लाभों को समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुँचाया जाए।



हर वर्ष की भाँति इस वर्ष भी हमारा संकल्प है कि योग का संदेश प्रत्येक गांव, प्रत्येक परिवार एवं प्रत्येक नागरिक तक पहुंचे। विशेषकर हमें यह सुनिश्चित करना है कि हमारे वरिष्ठ नागरिक योग के माध्यम से स्वस्थ, सक्रिय, आत्मनिर्भर एवं सम्मानपूर्ण जीवन व्यतीत कर सकें।

इस अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर मेरा आपसे विनम्र अनुरोध है कि अपने क्षेत्र में आंगनवाड़ी केन्द्रों, आयुष्मान आरोग्य मंदिरों, पंचायत भवनों, विद्यालयों एवं अन्य सामुदायिक स्थलों पर योग कार्यक्रमों के सफल आयोजन में सक्रिय सहयोग प्रदान करें। साथ ही, अधिक से अधिक ग्रामीणों, महिलाओं, युवाओं एवं वरिष्ठ नागरिकों को इन कार्यक्रमों में भाग लेने व योग को अपनी दैनिक दिनचर्या का अभिन्न हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित करें।

मुझे पूर्ण विश्वास है कि आपके मार्गदर्शन एवं सहयोग से “स्वस्थ आयु के लिए योग” का संदेश जन-जन तक पहुंचेगा। आइए, हम सभी योग को अपनी जीवनशैली का अभिन्न अंग बनाने का संकल्प लें और एक स्वस्थ, सशक्त व विकसित भारत के निर्माण में सक्रिय सहभागिता निभाएं।

12वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के विशेष अवसर पर आपको और क्षेत्र के समस्त नागरिकों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं।

आपका,

(नरेन्द्र मोदी)