राज्यपाल सचिवालय

राजभवन, जयपुर

संस्कृति युवा संस्थान, जयपुर द्वारा आयोजित 'वर्ल्ड हेल्थ वेलनेस फेस्ट' में राज्यपाल श्री मिश्र ने शिरकत की

टीवी और मोबाइल की लत चिंताजनक, युवा यौगिक दिनचर्या अपनाएं- राज्यपाल

जयपुर, 18 दिसम्बर। राज्यपाल श्री कलराज मिश्र ने समाज में अत्यधिक टीवी और मोबाईल देखने की लत पर चिंता प्रकट की है। उन्होंने कहा कि बेहतर स्वास्थ्य के लिए युवाओं को स्क्रीन टाइम सीमित करते हुए यौगिक दिनचर्या को अपनाना चाहिए।

राज्यपाल श्री मिश्र रविवार शाम जवाहर सर्किल स्थित ई.पी. बैंकट हॉल में संस्कृति युवा संस्था द्वारा आयोजित 'वर्ल्ड हेल्थ एंड वैलनेस फेस्ट' के कार्यक्रम में सम्बोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि तकनीक के अत्यधिक उपयोग से व्यक्ति बाकी सारे संसार से कट सा जाता है। उन्होंने कहा कि सोशल मीडिया और अन्य मीडिया से मनोरंजन के नाम पर जो फूहड़पन परोसा जा रहा है, उससे मन स्वस्थ होने की बजाय और अधिक बीमार होता है। उन्होंने कहा कि स्वस्थ रहने के लिए शारीरिक सक्रियता, योग- व्यायाम के साथ मोबाईल का उपयोग सीमित करना भी जरूरी है।

राज्यपाल ने कहा कि शरीर की क्षमता से अधिक काम जब होता है तो उसका सीधा प्रभाव मन पर पड़ता है। इसलिए जरूरी है कि जीवनशैली से जुड़ी समस्याओं के संदर्भ में वृहद स्तर पर चिंतन किया जाए। उन्होंने कहा कि इन समस्याओं के सहज समाधान के लिए भारतीय संस्कृति से जुड़े जीवन मूल्यों की ओर लौटने की आज सर्वाधिक जरूरत है । उन्होंने यौगिक दिनचर्या के लिए लोगों को प्रेरित करने का आहवान किया ताकि व्यक्ति व्यक्तिगत, पारिवारिक, सामाजिक तथा आध्यात्मिक आकांक्षाओं एवं जिम्मेदारियों में संतुलन बना सके।
राजस्थान स्वास्थ्य विज्ञान विश्वविद्यालय (आरयूएचएस) के कुलपति डॉ. सुधीर भण्डारी ने कहा कि उच्च रक्तचाप, मधुमेह, अवसाद जैसी बीमारियों का सीधा सम्बन्ध हमारी जीवन चर्या से है। इनसे बचाव के लिए शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य पर पूरा ध्यान देना आवश्यक है। संस्कृति युवा संस्था के अध्यक्ष पं. सुरेश मिश्रा ने कार्यक्रम आयोजन के उद्देश्यों के बारे में जानकारी दी।
कार्यक्रम की शुरूआत में राज्यपाल ने उपस्थित जन को संविधान की उद्देशिका का वाचन और मूल कर्तव्य का पठन भी करवाया।
इस अवसर पर संस्था पदाधिकारी, गणमान्यजन एवं आमजन उपस्थित रहे।

राज्यपाल से श्री कुमार विश्वास की शिष्टाचार भेंट

जयपुर, 18 दिसम्बर। राज्यपाल श्री कलराज मिश्र से रविवार को राजभवन में प्रख्यात कवि श्री कुमार विश्वास ने मुलाकात की।

राज्यपाल श्री मिश्र से उनकी यह शिष्टाचार भेंट थी।