



សម្តេចអគ្គមហាសេនាបតីតេជោ ហ៊ុន សែន
នាយករដ្ឋមន្ត្រី នៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

សារចំពោះ

ទិវាយុវហ្គាអន្តរជាតិ

ថ្ងៃទី ២១ ខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០១៥

នៅថ្ងៃទី ១១ ខែ ធ្នូ ឆ្នាំ ២០១៤ មហាសន្និបាតអ.ស.ប បានអនុម័តសេចក្តីសម្រេចចិត្តលេខ 69/139 ផ្តួចផ្តើមដោយប្រទេសឥណ្ឌា ប្រកាសយកថ្ងៃទី ២១ ខែ មិថុនា ជា **ទិវាយុវហ្គាអន្តរជាតិ** ។

តាមរយៈការប្រកាសនេះ សហគមន៍អន្តរជាតិបានទទួលស្គាល់នូវសារៈសំខាន់នៃយុវហ្គា (Yoga) ជាការហាត់កាយសម្ព័ន្ធ ចិត្ត និងស្មារតី ក្នុងការលើកកម្ពស់សុខភាព និងសុខមាលភាព ។

យុវហ្គា (Yoga) ដែលមានកំណើតនៅប្រទេសឥណ្ឌា បានផ្តល់នូវវិធីដ៏សាមញ្ញដែលនរណាក៏អាចហ្វឹកហាត់បានដើម្បីពង្រឹងសុខភាពផ្លូវកាយ និងផ្លូវចិត្ត ក៏ដូចជាជំរុញអោយមានឯកភាព និងភាពសុខដុមរវាងចិត្ត និងកាយ ។

ការប្រារព្ធទិវាយុវហ្គាអន្តរជាតិនៅថ្ងៃទី ២១ ខែ មិថុនា ឆ្នាំនេះ នឹងលើកទឹកចិត្តមនុស្សកាន់តែច្រើនថែមទៀតនៅគ្រប់វ័យ គ្រប់វណ្ណៈ អោយហាត់យុវហ្គា (Yoga) ដែលជាគុណប្រយោជន៍សំរាប់សុខភាពទាំងអស់គ្នា ផ្តល់នូវលទ្ធផលល្អក្នុងការបំពេញការងារ និងនាំមកនូវសុខសន្តិភាព និងការរីកចម្រើនដល់ពិភពលោកដែលយើងរស់នៅ ។

ហ៊ុន សែន



Samdech Akka Moha Sena Padei Techo HUN SEN
Prime Minister of the Kingdom of Cambodia

Message

On International Day of Yoga

21 June 2015

On 11 December 2014, the General Assembly of the United Nations adopted the Resolution 69/139 introduced by India, proclaiming 21 June as International Day of Yoga.

By this proclamation, the international community recognizes the significant role of Yoga as an ancient physical, mental and spiritual practice in promoting health and well-being.

Yoga which originated in India offers a very simple means accessible for everyone to strengthen his physical and mental health as well as to foster unity and harmony between mind and body.

The celebration of the International Day of Yoga on 21 June this year will encourage more and more people regardless of their age, ability or status to practice Yoga, which is beneficial for their health, produces good results for their work, and eventually brings peace and prosperity to the world we share.

A blue ink handwritten signature, appearing to be 'HUN SEN', with a long horizontal line extending to the right.

HUN SEN