

ವಿಹಿತಮ್

ಸಂಪುಟ ೧

ಜೂನ್-ಅಕ್ಟೋಬರ್ ೨೦೨೨ ಸಂಚಿಕೆ

ಕಲಿಯುವ ಹಾಗೂ ಕಲಿಸುವ ಮಜಾ!

ಪರಹಿತಂ ಫೌಂಡೇಶನ್ ವತಿಯಿಂದ ನಾವು ಸತ್ಯ ಸಾಯಿ ಅನಾಥಾಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ ಕಳೆದವು.



ಅವರ ಭಾಷಾ ಮತ್ತು ಸಂವಹನ ಕೌಶಲವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಲು ಪೂರಕವಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿದೆವು. ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲ ಗೋಣಿ ಚೀಲದ ಓಟ, ವರ್ಡ್ ಬಿಲ್ಡಿಂಗ್ ಮುಂತಾದ ವಿವಿಧ ಆಟಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪಾಲ್ಗೊಂಡರು. ಅಲ್ಲಿನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆಟದ ಮೂಲಕ ಕಲಿಸುವ ನಮ್ಮ ಒಂದು ಹೊಸ ಪ್ರಯತ್ನ ಈ ಮೂಲಕ ಮಾಡಿದೆವು.

ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಹಿರಿಯರ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಕಥೆ

ಸತ್ಯ ಸಾಯಿ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಾವು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಾಗಲೆಂದು ನಮ್ಮ ದೇಶದ ವೀರ ಮಹಿಳೆಯರ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದವು. ಎಲ್ಲರೂ ಆ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಉತ್ಸುಕತೆಯಿಂದ ಕೇಳಿ ಋಷಿ ಪಟ್ಟರು.



ವೈದ್ಯರಿಗೊಂದು ಸಲಾಂ

ವೈದ್ಯರ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ನಾವು ಡಾ|| ವೆಂಕಟೇಶ್, ಡಾ|| ಸಾವಿತ್ರಿ ಹಾಗೂ ಡಾ|| ನರಸಿಂಹ ಅವರನ್ನು ಅವರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಗಾಗಿ ಅಭಿನಂದಿಸಿದವು. ಅವರ ಮಾತುಗಳು, ಕೆಲಸಗಳು ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿನ ಅವರ ಸಾಧನೆಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ.



ಪೇಪರ್ ಬ್ಯಾಗ್ ತಯಾರಿಸುವುದು

ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಪರಿಸರದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಸುಮಾರು ಪೇಪರ್ ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ವಿತರಿಸಿದರು.



ಹಂಚಿ ಬಾಳಿದರೆ ಪರಮಸುಖ

ಹಸಿದವರಿಗೆ ಊಟ ನೀಡಿದಾಗ ಆಗುವ ಸಮಾಧಾನಕ್ಕೆ ಸರಿಸಾಟಿ ಬೇರೊಂದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಯೋಜನೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅನುಸಾರ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುವ ಸುಮಾರು ಜನರಿಗೆ ಊಟವನ್ನು ವಿತರಿಸಲಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಪರಹಿತಂ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ಜನ್ಮದಿನಗಳನ್ನು ಹಸಿದವರಿಗೆ ಊಟದ ಪೊಟ್ಟಣವನ್ನು ಹಂಚುವ ಮೂಲಕ ಆಚರಿಸಿದವು.



ಬಾಳೆ ಎಲೆಯಲ್ಲಿ ಊಟದ ಪೊಟ್ಟಣ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾಗದ ರೀತಿ ಊಟವನ್ನು ಹಂಚುವ ಸಮಾಧಾನ ನಮ್ಮದಾಗಿದೆ.

ನಮ್ಮ ನೂತನ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಅನಾವರಣದ ಕ್ಷಣ

ನಮ್ಮ ನೂತನ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.parahitam.org 2022ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 19ರಂದು ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಲಾಯಿತು. ಶ್ರೀಶ್ರೀರಾಘವೇಶ್ವರಭಾರತೀ ಮಹಾಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರ ಅಮೃತ ಹಸ್ತದಿಂದ ಈ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ಗೆ ಚಾಲನೆ ನೀಡಲಾಯಿತು. ನಾವು ಮಾಡುವ ಕಾರ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ, ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಸೇರಿದಂತೆ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ನಮ್ಮ ಈ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ.



ಮೊಳೆ ಹೊಡೆಯಬೇಡಿ, ಮರವ ನೋಯಿಸಬೇಡಿ

ವಿಜಯನಗರದ ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದ ಬಳಿಯಿರುವ ಮರವನ್ನು ಮೊಳೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಲಾಯಿತು. ರಸ್ತೆ ಬದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಮರಗಳಿಗೆ ಭಿತ್ತಿ ಪತ್ರ ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಜಾಹಿರಾತುಗಳನ್ನು ಹಾಕುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮೊಳೆ ಹಾಗೂ ಸ್ಟೇಪ್ಲರ್ ಪಿನ್‌ಗಳನ್ನು ಹಾಕಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವುಗಳಿಂದ ಮರಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನಾವು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡೆವು. ಸತತ ಐದು ಭಾನುವಾರಗಳನ್ನು ನಾವು ಇದೇ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಮೀಸಲಿಟ್ಟೆವು. ಸರಾಸರಿ 6 ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹಾಗೂ 3-4 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಶ್ರಮವಹಿಸಿ ಒಂದು ಮರವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮೊಳೆ ಹಾಗೂ ಸ್ಟೇಪ್ಲರ್ ಪಿನ್‌ಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿದೆವು. ಈ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಕೂಡ ಕೈಜೋಡಿಸಿ ಶ್ರಮ ಹಾಕಿದರು. ಪುಟ್ಟ ಮಕ್ಕಳ ಆದಿಯಾಗಿ 60 ವರ್ಷದ ಹಿರಿಯರವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಜತೆ ಸೇರಿ ಮರವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿ ಸಂತೋಷಪಟ್ಟರು.



ಈ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಕೈಜೋಡಿಸಿದ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ನಾವು ಪುಟ್ಟ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ಗೌರವಿಸಿದೆವು.

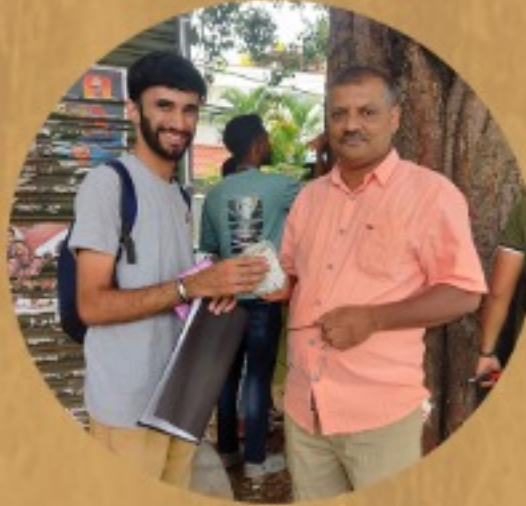


ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ ಬಳಿಕ ಮರಕ್ಕೆ ನಾವು ಒಂದು ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿದೆವು. ಆ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ 'ನಾನು ಮೊಳೆ ಮುಕ್ತ. ನನಗೆ ಮೊಳೆ ಅಥವಾ ಸ್ಟೇಪ್ಲರ್ ಪಿನ್ ಹೊಡೆಯಬೇಡಿ' ಎಂಬ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಬರೆದೆವು.



ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೈಜೋಡಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಕೈಜೋಡಿಸಿದ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಿಗೆ ನಾವು ಪುಟ್ಟ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ನೀಡುವ ಮೂಲಕ ಗೌರವಿಸಿದೆವು.



ವಿದ್ಯಾಹಿತಮ್

ಜೀವಕ್ಕೆ ಗಾಳಿ ಬೇಕು, ಜೀವನಕ್ಕೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಬೇಕು

ಜಗತ್ತನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಆಯುಧ ಎಂದರೆ ಖಡ್ಗವಲ್ಲ, ಅದು ಶಿಕ್ಷಣ ಎಂದು ಹಿರಿಯರೊಬ್ಬರು ಹೇಳಿದ ಮಾತಿದೆ. ಉತ್ತಮವಾದ ಶಿಕ್ಷಣ ದೊರೆತರೆ ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ನಿಮಗೆ ಸಿಕ್ಕ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಕಸಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಶಿಕ್ಷಣ ಅಥವಾ ಜ್ಞಾನದ ಮತ್ತೊಂದು ಲಾಭ ಏನೆಂದರೆ ಅದು ಸಮಯದ ಜತೆ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಸಮಾಜವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬಹುದು. ಸರಿ ಹಾಗೂ ತಪ್ಪುಗಳ ಕುರಿತು ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದರಿಂದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಪರಹಿತಮ್ ಫೌಂಡೇಷನ್ ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನು ಇಡಲು ಮುಂದಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಭಾವಂತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ/ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ ದೊರಕಬೇಕು ಎಂಬ ಯೋಚನೆಯಿಂದ ಹೊಸ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿದೆ. ಈ ಯೋಜನೆಯ ಹೆಸರು 'ವಿದ್ಯಾಹಿತಮ್'.

ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ/ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಗೆ ಹಣದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ, ಅವರ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದ ಖರ್ಚನ್ನು ಪರಹಿತಮ್ ಫೌಂಡೇಷನ್ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ, ಆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ/ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯ ಶಿಕ್ಷಣದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಮ್ಮದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ವರ್ಷದ ವಿಜಯ ದಶಮಿ ದಿನದಂದು ಈ ಯೋಜನೆ ಜಾರಿಗೆ ತರಲಾಗಿದೆ. ಈ ವರ್ಷ ಇಬ್ಬರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಹಣದ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಅವರಿಗೆ ಉಜ್ವಲ ಭವಿಷ್ಯ ಸಿಗಲಿ ಎಂಬುದು ನಮ್ಮ ಹಾರೈಕೆ ಹಾಗೂ ಆಶಯ.

ಈ ರೀತಿ ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಹಣದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಸಮಾಜಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದಾಗ ಈ ರೀತಿಯ ಅನೇಕ ಸಹಾಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ ದೊರಕಿಸಲು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ನೀವು ಕೂಡ ಕೈಚೀಡಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮಿಂದ ಆಗುವ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ನೀವು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕೈಚೀಡಿಸಬೇಕು ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಕೆಳಗಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಸಂಪರ್ಕ ಸಂಖ್ಯೆ: 8088064074

ನೀವು ನೀಡುವ ದೇಣಿಗೆಗೆ 80ಉ ವಿಭಾಗದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ತೆರಿಗೆ ವಿನಾಯಿತಿ ಸೌಲಭ್ಯ ಕೂಡ ಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಜನದನಿ

ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹೊರಹಾಕುವುದರಲ್ಲಿ ತಪ್ಪೇನಿಲ್ಲ

ನಮ್ಮ ಬಾಲ್ಯದ ದಿನಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಆರೋಗ್ಯವೇ ಸಂಪತ್ತು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಮಗೆ ಶಾಲಾ ದಿನಗಳಿಂದ ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಬಡವರಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಶ್ರೀಮಂತರಾಗಿರಲಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ ಇರಲೇಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯ ಎಂದರೆ ಕೇವಲ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬ ಕನಸನ್ನು ಹೊತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ದೂರದ ಗುರಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ಅವೆಲ್ಲವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹ ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಜೀವನವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೊಂದು ಕಥೆ; ಒಬ್ಬ ಪುಟ್ಟ ಬಾಲಕಿ. ಆಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಖುಷಿಯಿಂದಿರುವ ಹಾಗೂ ಸದಾ ನಲಿದಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಹುಡುಗಿಯಾಗಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಧನಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳೇ ತುಂಬಿದ್ದವು. ಆಕೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ 'ಪಾಸಿಟಿವ್ ಹುಡುಗಿ' ಎಂದೇ ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಕೆ ಹೋದ ಕಡೆಯಲ್ಲೆಲ್ಲ ಒಂದು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಅಲ್ಲದೆ, ದುಃಖದಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ಕೂಡ ಕೇವಲ ತನ್ನ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸಿ ನಗಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಆಕೆಗಿತ್ತು. ಸಂಪೂರ್ಣ ಧನಾತ್ಮಕ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಆಕೆಯದ್ದಾಗಿತ್ತು.

ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಬಳಿಕ ಆಕೆಗೆ ಏನು ಅಘಾತವಾಗಿತ್ತೋ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಆದರೆ, ಆಕೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಕುಸಿದಿದ್ದಳು. ಹೊತ್ತಲ್ಲದ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅಳುವುದು, ಇಡೀ ರಾತ್ರಿ ಎಚ್ಚರವಿರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿತ್ತು. ಯಾವ ಕೆಲಸದಲ್ಲೂ ಆಸಕ್ತಿ ಇರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಮಾಡಲು ಆಕೆಗೆ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಉಜ್ಜಲಾಗದಷ್ಟು ಆಕೆ ಬಸವಳಿದಿದ್ದಳು. ಇದೇ ರೀತಿ, ಇದೇ ಮನೋಭಾವದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಕಳೆದಿದ್ದಳು. ತನ್ನ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ತನ್ನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯ ಪೋಷಕರು ಆಕೆಗೆ ದೃಷ್ಟಿಯಾಗಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದ ನಿಂಬೆಹಣ್ಣು ಮೆಟ್ಟಿರಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಅವಳಿಗೆ ಈ ರೀತಿ ಆಗಿರಬಹುದು, ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ಭಯ ಆಗುತ್ತಿರಬಹುದು ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಧಾರ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಹುಡುಕಿದ್ದರು. ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ವಿಫಲವಾಗಿದ್ದವು. ಆದರೆ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆಕೆಯ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸಂಗತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲಿಲ್ಲ. ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ವಿಡಿಯೋ ಅವರು ನೋಡಿದ್ದರು. ಅದಾದ ನಂತರ ಅವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಮಗಳಿಗೂ ಹೀಗೊಂದು ವಿಷಯ ಕಾಡುತ್ತಿರಬಹುದು ಎಂದು ಅರಿವಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದು.

ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಎನ್ನುವುದು ಮಿದುಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿರುವಂಥದ್ದು. ಕಾಲಿಗೆ ಗಾಯವಾದಾಗ ನಮಗೆ ನೋವು ಗೊತ್ತಾಗುವುದು ಮಿದುಳು ನೀಡುವ ಸೂಚನೆಯ ಮೂಲಕ. ನಂತರ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ನೋವಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅದಕ್ಕೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ನೋವು ಗುಣವಾಗಬೇಕೆಂದರೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮನೋವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಮಾತನಾಡಿ ಸಲಹೆ ಪಡೆದರೆ ಉತ್ತಮ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ವಾತಾವರಣದಿಂದ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಬಿದ್ದಿರಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಘಟನೆಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸು ವಿಚಲಿತಗೊಂಡಿರಬಹುದು. ಇಂತಹ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಘಾಸಿಗೊಳಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಾವು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸಂಕಟವನ್ನು ಮಾತಿನ ಮೂಲಕ ಹೊರಹಾಕುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಮನೋವೈದ್ಯರ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ ಮನೋವೈದ್ಯ ಹಾಗೂ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯ (ಸುಧಿಛಿಚಿಣಡಿಣ ಚಿಟಿಜ ಸುಧಿಛಿಠಟಠಠಠ) ನಡುವೆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಂಕೋಚಪಡುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಕಾಡುವ ವಿಷಯವನ್ನು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೇಳಿದರೆ ಸಮಾಜ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಸಣ್ಣ ಚಿಂತೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುತ್ತೇವೆ. ಈ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಮನೋವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗುವುದನ್ನು ಕೂಡ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ಈ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಹೊರಬರಬೇಕಾಗಿರುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕಾಳಜಿವಹಿಸಬೇಕಿದೆ.



- ನಿವೇದಿತಾ. ಎಂ.

ಜನದನಿ

ನನಗೂ ನೋವಾಗುತ್ತದೆ... ಪ್ಲೀಸ್! ಮೊಳೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿ

ನಾಯಿ ಬಾಲ ಯಾವತ್ತಿದ್ದರೂ ಡೊಂಕು ಅಲ್ಲವೇ! ಅದೇ ರೀತಿ ಮನುಷ್ಯ ಕೂಡ. ಪ್ರಕೃತಿ ಎಷ್ಟೇ ಬಾರಿ ಎಚ್ಚರಿಸಿದರೂ ಸಹ ಬುದ್ಧಿ ಕಲಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಭೂಕಂಪನ, ಸುನಾಮಿ, ರಕ್ತಸ ಮಳೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಅನೇಕ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ. ಮನುಷ್ಯ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೇಲೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಮಾರಣಹೋಮವೇ ಇದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ತಾಜಾ ಉದಾಹರಣೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಮನುಷ್ಯನು ಹಿಪೋಕ್ರೈಟ್ (hypocrite) ಎನ್ನಬಹುದು. ಏಕೆ ಗೊತ್ತೆ? ಮರಗಳಿಗೆ ಜೀವ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದವರು ಯಾರು? ಎಂದಾದರು ಮರ ಅಥವಾ ಗಿಡಗಳು ಹೇಳುತ್ತೇ? ಇಲ್ಲ ಅಲ್ಲವೆ? ಅದನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದು ಮನುಷ್ಯನೇ ಮತ್ತು ಅದೇ ಮನುಷ್ಯ ಮರಗಳನ್ನು ತನ್ನ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಕೊಲ್ಲುತ್ತಾನೆ.

ಹೌದು ಗೆಲೆಯರೇ, ನಮ್ಮ ಬೆಂಗಳೂರು 'ಗಾರ್ಡನ್ ಸಿಟಿ' ಎಂದೇ ಖ್ಯಾತಿ. ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ನಗರದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಬಗೆ ಬಗೆಯ ಮರಗಳು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿವೆ. ಆದರೆ, ಇತ್ತೀಚಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಪ್ರತಿ ಒಂದು ಮರಗಳ ಮೇಲೆ ಭಿತ್ತಿ ಪತ್ರ ಅಂಟಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಮರಗಳಿಗೆ ಮೊಳೆಗಳನ್ನು ಹೊಡೆದು ಹಾನಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ನಾವು ಎಷ್ಟೇ ಹಿಂಸೆ ಕೊಟ್ಟರೂ, ಮರಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಉಸಿರನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಲಿವೆ.

ನಾವು ಕೊಡುವ ಹಿಂಸೆ ಅಷ್ಟಿಷ್ಟಲ್ಲ! ಭಿತ್ತಿ ಪತ್ರ, ಟ್ಯೂಶನ್ ಇಲ್ಲಿದೆ, ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಕೇಂದ್ರ, ಪಂಕ್ಚರ್ ಅಂಗಡಿ, ಸ್ಕೂಲ್ ಇಲ್ಲಿದೆ, ಅಬ್ಬಬ್ಬಾ! ಹೀಗೆ ಪಟ್ಟಿ ಬೆಲೆಯುತ್ತದೆ. ಮರಗಳನ್ನು ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಕೂಡ ಒಂದು ಜೀವಿಯಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿಲ್ಲ. ಛೇ! ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಮನುಷ್ಯ ಎಂದು ಹೇಗೆ ಕರೆಯುವುದು!

ಹಾಗಂತ ಪ್ರತಿ ಒಬ್ಬರೂ ಹಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅನೇಕ ತಂಡಗಳು ನಮ್ಮ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮರಗಳಿಗೆ ಹೊಡೆದಿರುವ ಮೊಳೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೌದು, ಮೊಳೆ ಮುಕ್ತ ಮರ ಎಂಬ ಅಭಿಯಾನ ಕೈಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಯಾವುದೇ ಕಾನೂನು ಇಲ್ಲವೇ?

ಸರ್ಕಾರದಿಂದ 'Karnataka Open Places Disfigurement Act' ಹಾಗೂ 'Tree Protection act' ಎಂಬ ಕಾಯಿದೆಗಳಿವೆ. ಈ ಕಾಯಿದೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಮರಗಳಿಗೆ ಏನಾದರು ಅಂಟಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಹಾನಿ ಮಾಡುವುದು ಕಾನೂನು ಬಾಹಿರ.

ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕರಾಗಿ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ನೀವು ಹೊರಗೆ ಓಡಾಡುವಾಗ ಮರಗಳಿಗೆ ಏನಾದರು ಹಾನಿ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಭಿತ್ತಿ ಪತ್ರ ಅಂಟಿಸಿದ್ದನ್ನು ಕಂಡರೆ ಅದನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ.

ಈ ಪುಟ್ಟ ಸೇವೆ ಮಾಡೋಣ ಬನ್ನಿ.



- ವಿನೋದ್ ಕರ್ತವ್ಯ
ಬೆಂಗಳೂರು ಹುಡುಗ

ಓಂದೊಳ್ಳೇ ಮಾತು

ನಿಜವಾದ ಧರ್ಮ
ಎಂದರೆ ಪ್ರತಿ
ಮನುಷ್ಯ,
ಪ್ರತಿಯೊಂದು
ಜೀವಿಯತ್ತ ಅನುಕಂಪ
ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು
ತೋರಿಸುವುದು.
- ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ

Contact Us



8088064074



parahitam_foundation



parahitam.foundation@gmail.com



www.parahitam.org