

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾರದಾಶ್ರಮ, ಪೊನ್ನಂಪೇಟೆ - 571216, ಕೊಡಗು ಜಿಲ್ಲೆ

Phone: 08274-249040, 249555; e-mail: srkseva@gmail.com; website: rkmponnampet.org



ವಸಂತ ವಿಹಾರ

(ಬೇಸಿಗೆ ರಜದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ವಿವೇಕಾನಂದ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧನಾ ಕಾರ್ಯಾಗಾರ)

21.4.2013 ರಿಂದ 28.4.2013

ಪ್ರಿಯ ಸ್ನೇಹಿತರೇ,

ಪೊನ್ನಂಪೇಟೆಯ ಆಶ್ರಮದ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಭಗವಾನ್ ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣರ ಭವ್ಯವಾದ ವಿಶ್ವಭಾವೈಕ್ಯ ಮಂದಿರವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿ ಅದರ ಲೋಕಾರ್ಪಣೆ ನಡೆಸಿದ ಸಂಗತಿ ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತೇ ಇದೆ. ಈ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಕೇಂದ್ರಬಿಂದುವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಹಲವಾರು ಸೇವಾಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಆಶ್ರಮವು ನಡೆಸುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಸೇವಾಶ್ರಮದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಯೋಗಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಕೂಡ ಆರಂಭಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸಮಾಜದ ವಿವಿಧ ಸ್ತರಗಳ ಜನಕ್ಕೆ ಮೌಲ್ಯಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನೂ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ 150ನೇ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ 11 ರಿಂದ 15 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ 'ವಸಂತ ವಿಹಾರ' ಎಂಬ ಬೇಸಿಗೆ ಶಿಬಿರವನ್ನು 21.4.2013ರಿಂದ 28.4.2013ರವರೆಗೆ ನಡೆಸಲಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಶಿಬಿರವು ಬೆಳಗಿನಿಂದ ಸಂಜೆಯವರೆಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಪರಸ್ಪರಗಳಿಂದ ಬರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದ ಕೆಲವು ಆವಾಸಿ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ತಂಗುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲಿದ್ದೇವೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯೋಗಾಸನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನ, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಾಸ, ಮೌಲ್ಯಶಿಕ್ಷಣ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗುವುದು.

ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಸನಾತನ ಧರ್ಮದ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಆಶಯದಂತೆ ಅವರನ್ನು ಯೋಗ್ಯ, ಉಪಯುಕ್ತ ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನಾಗಿ ರೂಪಿಸುವುದೇ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ.

ಶಿಬಿರ ಶುಲ್ಕ : ವಸತಿ ರಹಿತ : ರೂ.300/- ; ವಸತಿ ಸಹಿತ : ರೂ.600/-

ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶುಭಾಶಯಗಳೊಂದಿಗೆ,

ಸೂಚನೆ:

1. ಅರ್ಹತೆ : 11ರಿಂದ 15 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಶಾಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ.
2. ಮಕ್ಕಳ ವಿವರಗಳೊಂದಿಗೆ ಡಿ.ಡಿ. ಮೂಲಕ ಹಣವನ್ನು ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿರಿ.
3. ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ : 16.4.2013

ಭಗವತ್ತೇವೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮವ

ಸ್ವಾಮಿ ಬೋಧಸ್ವರೂಪಾನಂದ

ಅಧ್ಯಕ್ಷರು

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾರದಾಶ್ರಮ, ಪೊನ್ನಂಪೇಟೆ - 571216, ಕೊಡಗು ಜಿಲ್ಲೆ

ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಫಿಜಿಯೋಥೆರಪಿ ವಿಭಾಗ

ಸೌಲಭ್ಯಗಳು : ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಫಿಜಿಯೋಥೆರಪಿ, ಆಕ್ಯುಪಂಕ್ಚರ್, ಯೋಗಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಉಪಚರಿಸಲಾಗುವ ಖಾಯಿಲೆಗಳು : ಗಂಟು ನೋವುಗಳು (ಮಂಡಿ ನೋವು, ಸೊಂಟ ನೋವು, ಕುತ್ತಿಗೆ ನೋವು, ಭುಜ ನೋವು, ಮೊಣಕೈ ನೋವು), ಸಯಾಟಿಕ್, ಹಿಮ್ಮಡಿ ನೋವು, ಅರೆತಲೆ ಶೂಲೆ, ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ, ಅಲರ್ಜಿ, ನೆಗಡಿ, ಸೈನ್ಯೂಸೈಟಿಸ್, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು, ಆಸ್ತಮ/ ದಮ್ಮು, ನರದೌರ್ಬಲ್ಯತೆ, ಹೈಪರ್ ಆಸಿಡಿಟಿ, ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, ಸಕ್ಕರೆ ಖಾಯಿಲೆ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಬೊಜ್ಜು, ಮೂತ್ರ ಅಸಂಯಮ, ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ವರ್ತನಾ ಇತ್ಯಾದಿ

ಸಮಯ : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9.00 ರಿಂದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.30ರವರೆಗೆ ; ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2.30ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5.30ರವರೆಗೆ (ಬುಧವಾರ ರಜೆ)

ಗಮನಿಸಿ: ನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಫಿಜಿಯೋಥೆರಪಿ ಶಿಬಿರಗಳು

ದಿನಾಂಕ ಏಪ್ರಿಲ್ 4ರಿಂದ 7ರವರೆಗೆ ; ಮೇ 2 ರಿಂದ 5ರವರೆಗೆ ; ಜೂನ್ 6ರಿಂದ 9ರವರೆಗೆ ; ನೋಂದಣಿ ಶುಲ್ಕ : ರೂ. 500/- ಮಾತ್ರ (ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಶುಲ್ಕ ಪ್ರತ್ಯೇಕ); ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: ಡಾ. ಹಿತೇಶ್ : 9845395293 / (08274) 249369

ಮೌಲ್ಯ-ನೀತಿ

ಮೌಲ್ಯ : ಮೌಲ್ಯ ಎಂದರೆ 'ಬೆಲೆಯುಳ್ಳದ್ದು' ಎಂದರ್ಥ. ಜೀವನಕ್ಕೆ ಬೆಲೆಯನ್ನು ತಂದುಕೊಡುವ, ಅರ್ಥವತ್ತನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಅಂಶಗಳೇ ಮೌಲ್ಯಗಳು. ಅವುಗಳಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಬಾಳು ಬರಡಾಗುತ್ತದೆ, ಇರುವಿಕೆಯೇ ಅಸಹನೀಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೌಲ್ಯಗಳು ಯಾವುವು? ಮೇಲುನೋಟಕ್ಕೆ ಹಣ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸುಖಮಯವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಮೌಲ್ಯ. ಹಣದಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭ್ರಾಂತಿ ನಮ್ಮದು. ಆದರೆ ಅನುಭವದ ಪಾಠದಿಂದ, 'ಇದು ಸರಿಯಲ್ಲ' ಎಂಬ ಪ್ರಜ್ಞೆ ನಮಗೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಹಣಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅಮೂಲ್ಯವಾದ, ನಮಗೆ ಬೇಕೇಬೇಕಾದ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ. ಪ್ರೀತಿ, ಸತ್ಯ, ಅನುಕಂಪ, ಸಹನೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಶಾಂತಿ, ತೃಪ್ತಿ - ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಮೌಲ್ಯಗಳು ನಮಗೆ ಅವಶ್ಯಕ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಹತ್ವವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ನಡೆಸುವ ಜೀವನವೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜೀವನ. ಈ ಮೇಲಿನ ಅಂಶಗಳು 'ಮೌಲ್ಯ'ಗಳಾದರೆ, ದ್ವೇಷ, ಸುಳ್ಳು, ಕ್ರೌರ್ಯ, ಅಸಹನೆ, ಮೋಸ, ಅಶಾಂತಿ, ಅತೃಪ್ತಿ - ಇವು 'ಅಮೌಲ್ಯ'ಗಳು.

ನೀತಿ: ಮೌಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಬಾಳು ನಡೆಸುವುದೇ 'ನೀತಿ'. ಅಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸಿ, ಜೀವನವನ್ನು ವೃಥಾ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು 'ಅನೀತಿ'. ನೀತಿಯ ಪಾಲನೆಯೇ ನೈತಿಕತೆ. ಅದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಅನೈತಿಕತೆ. ನೈತಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ಹಂತಗಳಿವೆ: ೧. ಅನುಕೂಲಕರ ನೈತಿಕತೆ ೨. ಭಾವನಾತ್ಮಕ ನೈತಿಕತೆ, ಮತ್ತು ೩. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನೈತಿಕತೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರನೆಯದೇ ನಿಜವಾದ, ಸಹಜವಾದ ನೈತಿಕತೆ. ಉಳಿದವು ಅದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧ ಹಂತಗಳು ಅಥವಾ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮಾತ್ರ.

ಸಮಾಜದ ರೀತಿ-ನಿಯಮಗಳನ್ನು, 'ಅವುಗಳಿಂದ ಅನುಕೂಲ' ಎಂಬಷ್ಟೇ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಪರಿಪಾಲಿಸುವುದು ಅನುಕೂಲಕರ ನೈತಿಕತೆ. "ನಾವು ನೀತಿವಂತರಾಗಿರುವುದು ಪೊಲೀಸ್‌ ಠಾಣೆಗಳಿರುವುದರಿಂದ" ಎಂದು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಕೃತಕವಾದ ನೈತಿಕತೆ. ಇಲ್ಲಿ ಕಾಯಾ ವಾಚಾ ನಾವು ನೈತಿಕತೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತೇವೆಯೇ ಹೊರತು, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯಲ್ಲ.

“ಅಯ್ಯೋ, ಇತರರಿಗೆ ನೋವುಂಟಾಗುವುದಲ್ಲ!” ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಅಥವಾ

ಕಳಕಳಿಯಿಂದ ಪ್ರೇರೇಪಿತರಾಗಿ ಆಚರಿಸುವುದು ಮಾನಸಿಕ ನೈತಿಕತೆ. ಇಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರದವರ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಕಳಕಳಿಯು, ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ, ಕೆಟ್ಟ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು 'ಪರಸ್ಪರ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ ನೈತಿಕತೆ' ಎಂದೂ ಕರೆಯಬಹುದು. ನಾವು ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆಗೆ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ, ಅವರು ಕೂಡ ಅದೇ ರೀತಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ತರ್ಕವೇ ಇಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನೈಜಸತ್ಯದ ಮೇಲೆ ಆಧಾರಿತವಾದ ನೈತಿಕತೆಯೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನೈತಿಕತೆ. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಎರಡು ಹಂತಗಳು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಬಗೆಯ ನೈತಿಕತೆ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾದುದು; ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಿತ್ಯ ಸತ್ಯ ತತ್ತ್ವದ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇದು ಎಲ್ಲ ದೇಶ,

ಕಾಲ ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುವಂಥದ್ದು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ವಿದ್ಯೆಯೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಬಗೆಗಿನ ಸರಿಯಾದ ಪರಿಜ್ಞಾನ. ನಾವು ಅಲ್ಲರಂದುಕೊಂಡರೆ, ಅಲ್ಲರಿಗೆ ತಕ್ಕದಾದ ಕೀಳುಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಎಸಗುತ್ತೇವೆ. 'ನಾವು ಭಗವತ್‌ಸ್ವರೂಪಿಗಳು' ಎಂಬ ಪರಿಜ್ಞಾನ ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಚಿಂತನೆ, ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಉನ್ನತವಾಗುತ್ತವೆ, ವಿಶಾಲವಾಗುತ್ತವೆ. ಒಬ್ಬ ಜೀವಿಯು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಇಂಥ ವಿಕಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಪಡುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನ. ಇದನ್ನೇ ಆಧಾರವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಆಚರಿಸುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನೈತಿಕತೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನೈತಿಕತೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಬೇಕು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮವೇ ಜೀವನವನ್ನು ನೈಜ ನೈತಿಕತೆಯತ್ತ ಒಯ್ಯಬಲ್ಲ ಪ್ರೇರಣಾದಾಯಕ ಶಕ್ತಿ. ಈ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ತನ್ನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಭಗವತ್‌ಶಕ್ತಿಯೇ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಇರುವುದು ಎಂಬ ಪರಿಜ್ಞಾನ ಬರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವುದು, ತನ್ನನ್ನೇ ಹಿಂಸಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ ಎಂಬ ವಿವೇಕ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿನೀತಿಗಳು ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಇದೇ ಉನ್ನತವಾದ ನೈತಿಕತೆ.