



ಹೊರಬಂದಿದ್ದ ಅಷ್ಟೇ. ಸುರಿಯುತ್ತಿದ್ದ ಮಳೆಯನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸಲಿಲ್ಲ. ಆ ಘಟನೆ ವಿಶ್ವ ದಾಖಲೆಯನ್ನು ಬರೆಯಿತು.

ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಜಲಯೋಗ ಕಲೆಯ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ. ಅಂಬಿಗರ ಹಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಕೆ.ಆರ್. ಪೇಟೆ ಕುಂಭಮೇಳ ಸೇರಿದಂತೆ ಪ್ರಯಾಗದ ಮಹಾಕುಂಭ ಮೇಳದಲ್ಲಿ ಯೋಗ ಮಾಡಿದ. ಜನಸಾಗರದ ನಡುವೆ ನನ್ನ ಪ್ರದರ್ಶನ ಅಚ್ಚರಿಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಿತ್ತು. ಅನೇಕರು ಪ್ರಶಂಸೆಯ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದರು. ಒಬ್ಬ ಸಾಧು 'ಸ್ವಾರ್ ಆಫ್ ವಾಟರ್' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಇದಕ್ಕೆ ದೇಶದ ನಾನಾ ಕಡೆ ಪ್ರಶಂಸೆ- ಪುರಸ್ಕಾರಗಳು ಸರದಿಯಂತೆ ಬಂದವು. ದೇಶದ ಅನೇಕ ಕಡೆ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡಿದ್ದೇನೆ, ಅನೇಕ ಸೆಲೆಬ್ರಿಟಿಗಳು ಮೆಚ್ಚುಗೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಅಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಭಾರತೀಯರು ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಲ್ಲೆಯೇ ಯೋಗವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಜಲ ಯೋಗಕ್ಕೂ ಅಷ್ಟೇ ದೀರ್ಘ ಇತಿಹಾಸ

ಇದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವವರ ಪ್ರಮಾಣ ತೀರಾ ಕಡಿಮೆ. ಜಲ ಯೋಗ ಮಾಡಲು ಆಸಕ್ತಿ ಒಂದೇ ಸಾಲದು. ಈಜಾಡುವುದರಲ್ಲಿಯೂ ನಿಸ್ಸೀಮರಾಗಿರಬೇಕು. ಯೋಗ ಗೊತ್ತಿರಬೇಕು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿತವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ನೆಲದ ಮೇಲಿನಂತೆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಡುವುದು ಸರಳವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಗುರುವಿನ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಇಲ್ಲದೆ ಕಲಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಡಿ ಎಂದೇ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತೇನೆ.

ಜಾಗೃತಿ ಆಂದೋಲನಕ್ಕೂ ಈ ಕಲೆ

ಎಂಟು ವರ್ಷದ ಹಿಂದೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆಯ ದಿನ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಧ್ವಜವನ್ನು ಹಿಡಿದು ಯೋಗ ಪ್ರದರ್ಶನ ಮಾಡಿದೆ. ರಾಷ್ಟ್ರ ಧ್ವಜಕ್ಕೆ ಗೌರವಿಸುವ ಯೋಗ ಮಾಡಿದ್ದು ಅತ್ಯಂತ ಹೆಮ್ಮೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಿದೆ. ಇದನ್ನು ಜಗತ್ತಿನ ನಾನಾ ಕಡೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಅಭಿಲಾಷೆ ಇದೆ. ಸದ್ಯ ನಾನು ಯಾರಿಗೂ ಕಲಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಯೋಗ, ಈಜು, ಧ್ಯಾನ ಬಲ್ಲವರು ಮಾತ್ರ ಕಲಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅಲ್ಲದೆ ಉದ್ಯೋಗಿ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ಶಿಷ್ಯ ಬಳಗವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ.

ಚುನಾವಣೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಜೆಗಳ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದ ಮಹತ್ವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಜಾಗೃತಿ ಆಂದೋಲನಕ್ಕೂ ಯೋಗವನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಸುಮಾರು ಕಡೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾಳಜಿ, ಗ್ರಾಮಗಳ ಕೆರೆ-ಕಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಜೊತೆ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಜಲಯೋಗದ ಮೂಲಕ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದು, ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಸಮೀಪದ ಈಜುಕೊಳದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 4 ಗಂಟೆಯಿಂದ 6 ಗಂಟೆಯ ತನಕ ತಾಲೀಮು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಪೂಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಲೋರಿನ್ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ತೊಂದರೆ. ಈ ಕಲೆ ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಬಯಸುವುದರಿಂದ ತಪ್ಪದೇ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.



ಪ್ರಯಾಗರಾಜ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಮಹಾಕುಂಭಮೇಳದಲ್ಲಿ ಯೋಗ ಪ್ರದರ್ಶನ