



ಯೋಗಾಯೋಗ

ಯೋಗಾಯೋಗ ಅಂದರೆ ಇದೇನೆ. ಒಂಬತ್ತು ವರ್ಷದ ಈ ಬಾಲಕನ ಯೋಗಸಾಧನೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಯಾರಾದರೂ ಮೂಗಿನ ಮೇಲೆ ಬೆರಳಿಡಬೇಕು. ವಿವಾನ್ ಪಿ. ಮಂಚಾಲೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಹುಡುಗ. ಸರ್ಕಾರಿ ಹೋಟೆಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಚಿಕ್ಕನಾಗಮಂಗಲದವನು. ಒಂಬತ್ತು ವರ್ಷದವನು. ತನ್ನ ವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗರು ಗೇಮು-ಕಾಟರ್ನು ಎಂದು ಡಿಜಿಟಲ್ ಗಿಳಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ವಿವಾನ್ ಯೋಗದ ಅನುಸಂಧಾನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ತನ್ನಂತೆ ತನ್ನ ಗೆಳೆಯರೂ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ಅವನ ಆಸೆ. ಯೋಗದಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ; ಆರೋಗ್ಯ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೇಕಲ್ಲವೆ ಎನ್ನುವುದು ಅವನ ಪ್ರಶ್ನೆ.

ಯೋಗದ ನಂಟು ಆರಂಭವಾದಾಗ ವಿವಾನ್‌ಗೆ ಆರು ವರ್ಷ. ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಜನರು ವಿಪರೀತ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡಲು ತೊಡಗಿದ ಸಂದರ್ಭವದು. ಆ ಕಾಳಜಿಯ ಭಾಗವಾಗಿಯೇ ವಿವಾನ್ ಯೋಗವನ್ನು ಹಚ್ಚಿಕೊಂಡ. ಆದರೆ, ಕಲಿಕೆ ಸುಲಭವೆನೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಪುಟ್ಟ ಹುಡುಗನಿಗೆ ಯೋಗದ ಪಾಠ ಹೇಳಲು ಗುರುಗಳಾದ ಆನಂದ್ ಹಿಂಜರಿದರು. ಆದರೆ, ವಿವಾನ್ ಹಟದ ಮುಂದೆ

ಒಂಬತ್ತು ವರ್ಷದ ವಿವಾನ್ ಮಂಚಾಲೆ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಭಲೇ ಜಾಣ. ಈ ಬಾಲಕ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಸಹಪಾಠಿಗಳಿಗೆ ಯೋಗಗುರು!

■ ಸುದೀಂದ್ರ ಪ್ರಸಾದ್ ಇ.ಎಸ್.

ಗುರು ಪಟ್ಟು ಸಡಿಲಿಸಬೇಕಾಯಿತು. ಶಿಷ್ಯನ ಕಲಿಕೆಯ ವೇಗ ಗುರುವನ್ನೇ ಚಕಿತಗೊಳಿಸಿತ್ತು. ಕ್ಷಿಪ್ರಕರ ಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಗ ವಿವಾನ್‌ಗೆ ನೀರು ಕುಡಿದಷ್ಟು ಸುಲಭ.

ವಿವಾನ್ ತಂದೆ ಪ್ರದೀಪ ಮಂಚಾಲೆ ಸಾಫ್ಟ್‌ವೇರ್ ಉದ್ಯೋಗಿ. ತಾಯಿ ಸರಯು ಗೃಹಿಣಿ. ಈ ಇಬ್ಬರೂ ಎಸ್‌ವಿಎಸ್‌ಎ ಯೋಗ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಕಲಿತು ಪ್ರಮಾಣಪತ್ರ ಪಡೆದವರು. ಪಾಲಕರಿಗಿದ್ದ ಯೋಗಾಸಕ್ತಿ ವಿವಾನ್‌ಗೂ ಬಂದಿದೆ. ಆದರೆ, ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮಗ ಅಪ್ಪ-ಅಮ್ಮನನ್ನೂ ಹಿಂದಿಕ್ಕುವಂತಿದ್ದಾನೆ.

'ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನೂರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಆಸನಗಳನ್ನು ವಿವಾನ್ ಕಲಿತಿದ್ದಾನೆ. ಅತ್ಯಂತ ಕ್ಷಿಪ್ರಕರ ಆಸನಗಳಾದ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಸನ,

ಕೂರ್ಮಾಸನ, ವೃಶ್ಚಿಕಾಸನಗಳನ್ನು ಲೀಲಾಜಾಲವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಪ್ರದೀಪ್ ಮಂಚಾಲೆ.

'ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಹೊಸತನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು ಎಂಬ ಹಂಬಲ ವಿವಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಇತ್ತು. ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಆಸನ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಅರಿಯುವ ಅವನ ಪ್ರಯತ್ನ ಆಶ್ಚರ್ಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದೆ. ನಾನು ಮತ್ತು ಪತ್ನಿ ನಿತ್ಯ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಜತೆಗೆ ಮನೆಯ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಹಲವರಿಗೂ ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ವಿವಾನ್ ಕೂಡಾ ಇದರಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಈತನ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ನೋಡಿದ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಇಂಟೆಲಿಕ್ಚುವಲ್ ಶಾಲೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು, ಗೆಳೆಯರಿಗೆ ಯೋಗ ಕಲಿಸಲು ಪ್ರತಿದಿನ ಒಂದು ಗಂಟೆಯನ್ನು ವಿವಾನ್‌ಗೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಮಗನ ಸಾಧನೆಗೆ ಸಿಕ್ಕ ಗೌರವ' ಎಂದು ಪ್ರದೀಪ್ ಸಂತಸ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಸನದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ದಾಖಲೆ ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ವಿವಾನ್ ಗುರಿ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಸಾಗರದ ಕಾನಗೋಡು ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿರುವ ಗುರುಕುಲದ ಗುರುಗಳಾದ ಶ್ರೀಧರ ಮೂರ್ತಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.