



ಪರಿಸರ ದಿನಾಚರಣೆಯಂದು ನೆಟ್ಟ ಸಸಿಯೊಂದಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸೆಲ್ಫಿಯಂತೆ ಕಳೆದ ಜೂನ್ 21ರಂದು ನಡೆದ 'ವಿಶ್ವ ಯೋಗ ದಿನಾಚರಣೆ'ಯ ಸಾಮೂಹಿಕ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಭಂಗಿಗಳೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಚಾರ ಪಡೆದುಕೊಂಡವು. ಹಾಗಾದರೆ ಯೋಗ ದಿನಾಚರಣೆ ತಪ್ಪೇ? ಖಂಡಿತಾ ಅಲ್ಲ. ಯೋಗದ ಮಹತ್ವ ಸಾರುವ ಯೋಗ ದಿನದ ಉದ್ದೇಶ ಸರಿ. ಆದರೆ, ಈಗ ಅದು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿರುವ ರೂಪ, 'ಜನ ಮರುಳೋ ಜಾತ್ರೆ ಮರುಳೋ' ಮಾತನ್ನು ನಿಜಗೊಳಿಸಲು ಹೊರಟಿರುವಂತಿದೆ.

ಗುರಿ ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ ಅದನ್ನು ತಲುಪುವ ದಾರಿ ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಪರಿಚಿತವಾದ ಯೋಗದ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶ, ಪಂಚಭೂತಗಳಿಂದಾದ ಶರೀರವನ್ನು ಪಂಚಭೂತಗಳ ಮೂಲಕವೇ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಚೈತನ್ಯಗೊಳಿಸುವ ಕ್ರಿಯೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅನ್ಯಸರ್ಗಿಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆ ಯೋಗದ ಪರಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೂ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

'ಆಪ್ತಮಾಲಜಿ', 'ನ್ಯೂರಾಲಜಿ', 'ಗೈನಕಾಲಜಿ' - ಹೀಗೆ, ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಹಲವು ಭಾಗಗಳಾಗಿ ವಿಭಜಿಸಿ ನೋಡುವುದು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ. ಆದರೆ, ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ವಿಶ್ವದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ ನೋಡುವ ಸಮಗ್ರ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಭಾರತೀಯ ಪದ್ಧತಿ ಯೋಗದ್ದು. ಪಂಚಭೂತಗಳೊಂದಿಗೆ ಏಕೀಕರಣವಾಗಿಸಿಯೇ ಜೀವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಚೈತನ್ಯಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪಂಚಭೂತಗಳಾದ ಭೂಮಿ, ನೀರು, ಅಗ್ನಿ, ವಾಯು ಹಾಗೂ ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ಕಂಠಕಪ್ರಾಯವಾಗಿ, ಮನುಷ್ಯನ ಚೈತನ್ಯ ವೃದ್ಧಿ ಎಂಬ ವಿಚಾರ ಅಲ್ಲಿದೆ.

ಆದರೆ ಈಗ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ? ಚಂದವೊಂದಿದ್ದರೆ ಸಾಕು ಎಂಬ ಮನೋಭಾವ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಕೃತಕವನ್ನೇ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತಿದೆ. ಯೋಗ ಮಾಡುವ

ಪಂಚಭೂತಗಳ ಮೂಲಕ ದೇಹವನ್ನು ಚೈತನ್ಯಗೊಳಿಸುವುದು ಯೋಗದ ಉದ್ದೇಶ. ಈಗ ಆಗುತ್ತಿರುವುದೇನು? ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವ ಪಿವಿಸಿ-ರಬ್ಬರ್ ಮ್ಯಾಟ್‌ಗಳ ಬಳಕೆ ಯೋಗದ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶವನ್ನೇ ಬುಡಮೇಲು ಮಾಡುವಂತಿವೆ.

■ ವಿನು ಗಂಗೆ

ನೆಲಹಾಸು ಕೂಡ ಕೃತಕವೇ! ಅದರಲ್ಲೂ ಪಿವಿಸಿ ಹಾಗೂ ರಬ್ಬರ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಲಾದ ಯೋಗ ಮ್ಯಾಟ್‌ಗಳು 'ಯೋಗ ದಿನ'ದಂದು ಎಲ್ಲೆಡೆ ರಾರಾಜಿಸಿದವು. ಈ ಮ್ಯಾಟ್‌ಗಳು ವಿಷಕಾರಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಸದಾ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಆ ಬಿಡುಗಡೆ ಪ್ರಮಾಣ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು.

ಯೋಗದಲ್ಲಿ ನೆಲಕ್ಕೆ ಹಣೆಯೊತ್ತುವ ಅನೇಕ ಆಸನಗಳಿವೆ. ಈ ಆಸನಗಳಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಡುವಾಗ ಇಂತಹ ಯೋಗ ಮ್ಯಾಟ್‌ನಿಂದ ನಾವು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಉಸಿರು ನಮಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ನೀಡುವುದು ಹಾಗಿರಲಿ, ಎಷ್ಟು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಎಂದು ಒಮ್ಮೆ ಯೋಚಿಸಿ.

ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ, ಪಂಚಭೂತಗಳಲ್ಲೊಂದಾದ ಪೃಥ್ವಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ಮಾಡಬೇಕಾದ ನಾವು ಪಿವಿಸಿ, ರಬ್ಬರ್‌ನ ತಡೆಗೋಡೆಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅನಾರೋಗ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಸಂವಹನ ಸಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಹತ್ತಿ ಅಥವಾ ಸೇಣಬಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಜಮಖಾನ ಇದ್ದರೂ ಅವು ಯೋಗ ಮ್ಯಾಟ್‌ನಷ್ಟು ಆಕರ್ಷಣೀಯವಲ್ಲದ ಕಾರಣ ಅವುಗಳ ಬಳಕೆ ವಿರಳ.

ಮರುಬಳಕೆಯ ವೆಚ್ಚ, ಉತ್ಪಾದನಾ ವೆಚ್ಚಕ್ಕಿಂತ

ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ರಬ್ಬರ್ ಹಾಗೂ ಪಿವಿಸಿ ಬಹುತೇಕ ಮರುಬಳಕೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಂಕಿಅಂಶಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ 3.4 ಮಿಲಿಯನ್ ಟನ್ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ತ್ಯಾಜ್ಯ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ 30 ಪ್ರತಿ ಶತ ಮಾತ್ರ ಮರುಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ರಬ್ಬರ್ ಜೈವಿಕ ವಿಘಟನೀಯ (Biodegradable) ಆಗಿದ್ದಾಗಿಯೂ ವಿಘಟನೀಯ ನಂತರದ ವಸ್ತುಗಳು ಗೊಬ್ಬರವಾಗದೇ, ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಮಾರಕವೇ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ತ್ಯಾಜ್ಯ ವಿಲೇವಾರಿ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಗ್ರಾಮೀಣ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ತ್ಯಾಜ್ಯ ಒಲೆ ಹಚ್ಚಲು ಸುಲಭ ಸಾಧನವಾಗಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಕೊಳೆಯಲು ವರ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ರಬ್ಬರ್ ಹಾಗೂ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸುಟ್ಟ ಕೂಡಲೇ ಅತ್ಯಂತ ಅಪಾಯಕಾರಿ ವಿಷಾನಿಲ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ, 'ವಿಷಗಳಿ ನಮಗೊಬ್ಬರಿಗೇ ಅಲ್ಲವಲ್ಲ? ಹರಡಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ' ಎಂಬ ಮನೋಭಾವದಿಂದ, ನಗರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಆಗಾಗ ರಬ್ಬರ್-ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸುಡುವುದು ನೋಡುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಹಾಗೂ ರಬ್ಬರ್ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗ ಎನ್ನುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ, ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರಲಾದಷ್ಟು ದೂರ ನಾವು ಪಯಣಿಸಿದ್ದೇವೆ, ನಿಜ. ಆದರೆ, ವಿಶ್ವಶಕ್ತಿಯ ಚೈತನ್ಯ ವಾಹಕ ಎನಿಸಿರುವ ಯೋಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವಿಷಕಾರಿ ತ್ಯಾಜ್ಯ ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಮುನ್ನ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕಿದೆ.

ಯೋಗದಿಂದ ನಾವೂ ಬೆಳಗಿ, ವಿಶ್ವವನ್ನೂ ಬೆಳಗಿಸಿ ಯೋಗದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಸಾರ್ಥಕ ಮಾಡೋಣ. ಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಹಿತಕ್ಕಷ್ಟೇ ಅಡಗಿಲ್ಲ, ಪರಿಸರದ ಹಿತವೂ ಸೇರಿದೆ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in