

ಮೂರರಲ್ಲಿ ಕಲಿತದ್ದು ನೂರರ ತನಕ

■ ವೆಂಕೋಬರಾವ್ ಎಂ. ಹೊಸಕೋಟೆ

ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಬೆಳೆದು, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧ ಜೀವನ ನಡೆಸಬೇಕೆಂದು ಎಲ್ಲಾ ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಇಷ್ಟಪಡುವುದು ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಶಿಸ್ತು ದಂಡಿಸುವುದರಿಂದ ಬರುವುದಲ್ಲ! ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಸಂಯಮದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ನಾವು ದಿನನಿತ್ಯ ಮಾಡುವ ದೈನಂದಿನ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ, ಸೇವಾ ಮನೋಭಾವನೆಯಿಂದ ಮಾಡುವ ಸ್ವಾರ್ಥ ರಹಿತ ಸೇವೆಯೇ ಶಿಸ್ತು. ಶಿಸ್ತಿನಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನತೆ, ಮಾಡಿ ಕಲಿತ ತತ್ವ, ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟುತನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವವಿದೆ. ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಸುಗಮವಾಗಿ ಪೂರೈಸಲು ಅನುಸರಿಸುವ ಮಾರ್ಗವೇ ಶಿಸ್ತು. ಸರಿಯಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು, ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದು ಶಿಸ್ತು. ಇದು ಶಿಸ್ತಿನ ಕಾರ್ಯತತ್ವರತೆ, ಒಂದು ಕೆಲಸದ ಹಿರಿಮೆ-ಗರಿಮೆಗಳನ್ನರಿತು ಎಷ್ಟೇ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳು ಬಂದರೂ ಎದೆಗುಂದದೆ ಅದನ್ನು ಬದಿಗೊತ್ತಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಶಕ್ತಿ, ಶಿಸ್ತು. ಶಿಸ್ತಿಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಆಂತರಿಕ ಸಂಯಮ, ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ.

ಶಿಸ್ತು ಸೃಜನಶೀಲತೆಯಿಂದ ನೀತಿ-ರೀತಿ ಮತ್ತು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಈ ಕೆಳಕಂಡ ವಿಚಾರಧಾರೆಗಳು ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ.

ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಮತ್ತು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ

ಶಾಲೆಯ ವಾತಾವರಣ ಚೊಕ್ಕಟವಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಶಾಲೆಯ ಗಿಡಮರಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪೋಷಿಸುವುದು, ಗ್ರಂಥ ಭಂಡಾರ, ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ, ಕೊಠಡಿಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಿಳಿಸಿಕೊಂಡು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದೊಳಗೆ ಶಾಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ, ಶಿಕ್ಷಕರು ಕಲಿಸಿ ಕೊಡಬೇಕಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ತ್ರಿಯಾಶೀಲರನ್ನಾಗಿಸುವ ಹೊಣೆಯಿದೆ. ಮಕ್ಕಳು

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೆ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಏಳುವುದು, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು, ಶಾಲೆಗೆ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಸರಿಯಾದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಹೋಗುವುದು, ಆಯಾ ದಿನದ ಪಾಠ ಪ್ರವಚನಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಓದುವುದು, ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಬರೆಯುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸ್ವಯಂ ಶಿಸ್ತು.

ಕಾರ್ಯ ತಂತ್ರ

ಮಕ್ಕಳು ಮನೆ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಕಾರ್ಯತಂತ್ರವನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕು. ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಸಾಹಿತ್ಯಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವ, ಸಂಘಟಿಸುವ ಮುನ್ನ ಸಿದ್ಧತೆ ಅವಶ್ಯವಿದೆ. ಹೀಗೆ ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡುವಾಗ ಕಾರ್ಯತಂತ್ರವನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡು ಗುರಿಯತ್ತ ಸಾಗುವಲ್ಲಿ ಆಂತರಿಕ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಹೇಗೆ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹೆ. ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಪೂರ್ಣ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ

ಶಾಲಾ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿಂದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಲವಾರು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಓದುವುದು, ಬರೆಯುವುದು, ಲೆಕ್ಕ ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಚರ್ಚಿಸುವುದು, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ. ಇಂತಹ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ನೀಡುವುದು ಒಳ್ಳೆದು. ಆದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮಕ್ಕಳು ಕೆಲವೊಂದು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಅಲ್ಪ ವಿರಾಮವನ್ನು ಹಾಕಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮನರಂಜನೆಗಾಗಿ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಆಟ ಆಡುವ, ದೂರದರ್ಶನವನ್ನು ನೋಡುವ ಹವ್ಯಾಸ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಆದರೆ ಪರೀಕ್ಷಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇವುಗಳಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರು ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧವಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಕಡೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವ

ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆಯಂತೆ ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಕಾರ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ನಡೆ, ನುಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮೀಯತೆ, ಪಾಠ ಪ್ರವಚನಗಳನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಆಲಿಸುವುದು, ಬೋಧಕ ವರ್ಗ ಮತ್ತು ಹಿರಿಯರೊಡನೆ ಪ್ರೀತಿಯುತವಾಗಿ ವರ್ತಿಸುವ ಮನೋಸ್ಥಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಶಾಲೆಯ ಕೀರ್ತಿ ಮತ್ತು ಘನತೆಗಳು ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಬೇಕು. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಸಮಾನತೆ ಮತ್ತು ಭ್ರಾತೃತ್ವ ಭಾವನೆಗಳು ಅರಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಶಿಸ್ತು ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.



ಆನಂದದ ಹೊಸ ದಿಂಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆ

ಆಯುರ್ವೇದಿಕ 'ಸ್ಟೇ-ಆನ್' ಕ್ಯಾಪ್ಸೂಲ್ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ರಾಜ-ಮಹಾರಾಜರುಗಳಿಂದ ಉಪಯೋಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಫಾರ್ಮುಲಾಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. 'ಸ್ಟೇ-ಆನ್' ಉಪಯೋಗದಿಂದ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಒಂದು ಹೊಸ ಹುರುಪು, ಉತ್ಸಾಹ, ಉಲ್ಲಾಸ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವಿರಿ, ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಿಮಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈವಾಹಿಕ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಸಂತುಷ್ಟಿ ದೊರಕುವುದು.



AYURVEDIC stay-on CAPSULES



- ಉತ್ಸಾಹ, ಉಲ್ಲಾಸ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳಿಗಾಗಿ
- ಮೊದಲ ದಿನದಿಂದಲೇ ವೃತ್ತಾಸದ ಅನುಭವ ಪಡೆಯಿರಿ
- ಕೇವಲ 21* ದಿನಗಳ ಕೋರ್ಸ್ ಮಾಡಿರಿ!

ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗಾಗಿ
'ಸ್ಟೇ-ಆನ್' ಕ್ಯಾಪ್ಸೂಲ್ ಜೊತೆ ಪ್ರತಿದಿನ
'ಸ್ಟೇ-ಆನ್' ತೈಲ ಕೂಡ ಉಪಯೋಗಿಸಿರಿ.