ಸಂಪುಟ 20 ಸಂಚಿಕೆ 1
ಡಿಸೆಂಬರ್ 2025 –ಜನವರಿ 2026

ಪವಿತ್ರಾತ್ಮಭರಿತ, ಪವಿತ್ರಾತ್ಮ ಪ್ರೇರಿತ ಹಾಗೂ ಸರ್ವಾರ್ಪಿತ ಶಿಷ್ಯರ ಸಮುದಾಯ

A SPIRIT-FILLED & SPIRIT-LED COMMUNITY OF RADICAL DISCIPLES

ಸಿಂಚನ

ಮನೆ ಮನೆಗೆ ದೈವಾನುಗ್ರಹದ ಹನಿ ಹನಿ

BIMONTHLY MAGAZINE OF GULBARGA DIOCESE

ಗುಲ್ಬರ್ಗ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆ

ಬಣ್ಣಗಳ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ನಾ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿ ನಿಂತಿರುವಾಗ

"ತಲತಲಾಂತರಗಳಿಗೆ ಮಾಡುವ ಈ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆಗೆ ಮೇಘಗಳಲ್ಲಿ ನಾನಿಟ್ಟಿರುವ ಮಳೆಬಿಲ್ಲೇ ಗುರುತು.
ನನಗೂ ಭೂಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ ಆದ ಒಡಂಬಡಿಕೆಗೆ ಇದೇ ಕುರುಹು" – ಆದಿಕಾಂಡ 9:13"

ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರ ಸಂದೇಶ

ಪ್ರಿಯ ಸಹೋದರ-ಸಹೋದರಿಯರೇ,

ಈ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ನನ್ನ ಸಂದೇಶವನ್ನೀಡಲು ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಬಾರಿ ಸಿಂಚನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಲಿರುವ ವಿಷಯ ವಿಭಿನ್ನವಾದದ್ದು, ಪ್ರಸ್ತುತ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾವು ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗಿರುವ ಶಕ್ತಿ ಬಣ್ಣಗಳ ಶಕ್ತಿ! ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಅಲಂಕಾರವಾಗಿ ಮಾತ್ರ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಈ ಸಂಚಿಕೆ ನಮಗೆ ಬಣ್ಣಗಳು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಅನೇಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ : ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ, ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ, ದೇವರ ವಾಕ್ಯದ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ, ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಯುವಜನರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಗಂಭೀರ ಚಿಂತನೆ, ವಿಶಾಲ ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಶ್ರಮ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಕೈಗೊಂಡಿರುವ ಸಿಂಚನ ಸಂಪಾದಕೀಯ ಮಂಡಳಿಯನ್ನು ನಾನು ಹೃದಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರ ಪರಿಶ್ರಮದ ಫಲವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ ಹೊಸ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ಸೊಬಗುವಂತಿದೆ.

ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ಸ್ಮರಿಸಬೇಕಾದವರು ಶ್ರೀ ಮೈಕೆಲ್ ಡಿಸೋಜಾ ಅವರು. ಅವರು ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ, ನಮ್ಮ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ತುಂಬಲು ಮುಂದಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಉದಾರ ಸಹಕಾರದಿಂದ ಅನೇಕ ಬದುಕುಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಮೂಡುವಂತಿದೆ. ಅವರ ಸೇವಾ ಮನೋಭಾವ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಲಿ.

ನಮ್ಮ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸೇವೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಬಣ್ಣಗಳ ಅರ್ಥ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೊಂದು ಮಹತ್ವದ ಯೋಜನೆ ಎಂದರೆ ಗೃಹನಿಧಿ. ಮನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಕಷ್ಟಪಡುವ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಮನೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗುವ ಈ ಯೋಜನೆ, ಮಾನವೀಯತೆಯ ನಿಜವಾದ ಬಣ್ಣವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಯೋಜನೆಗೆ ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು ಇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅರ್ಜಿ ಸಲ್ಲಿಸುವವರು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರದ ಗುರುಗಳ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆದು ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ನೆರವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅರ್ಹರಾಗಿರುವವರಿಗೆ ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಕ್ಷೇತ್ರ ಎಂದರೆ ವಿದ್ಯಾನಿಧಿ. ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂಬುದು ಮಕ್ಕಳ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಅನೇಕ ಪೋಷಕರು ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡಲು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಹೋರಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ ಈಗಾಗಲೇ ಹಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುತ್ತಿದೆ. ಈಗ ಅದಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ಹೊಸ ಆಯಾಮವಾಗಿ, ಶಿಕ್ಷಣ ಸಾಲ (Education Loan) ಯೋಜನೆಯ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಸುವರ್ಣ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅರ್ಹತೆಯಿರುವ ಕುಟುಂಬಗಳು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ ನೀಡಿರುವ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳಂತೆ ಅರ್ಜಿ ಸಲ್ಲಿಸಿ ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದು ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಬಣ್ಣ ತುಂಬುವ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಹೆಜ್ಜೆ.

ಈ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮತ್ತೊಂದು ಮೌಲ್ಯಯುತ ಕೊಡುಗೆ ಎಂದರೆ ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು. ಇವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ದೈವಾರಾಧನೆಯ ತಜ್ಞರಾದ ಫಾ. ಪ್ರೊನ್ಸಿ ಅವರು ಅತ್ಯಂತ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ದೈವಾರಾಧನೆ ನಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಜೀವನದ ಹೃದಯ. ಅದನ್ನು ಕೇವಲ ರೂಢಿಯಾಗಿ ಆಚರಿಸದೇ, ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತಟ್ಟುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲು ಈ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳು ನಮಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಬಲಿಪೂಜೆಯ ಆಚರಣೆಗಳು ಇನ್ನಷ್ಟು ಸಾರ್ಥಕವಾಗಲು, ಗಂಭೀರವಾಗಲು ಮತ್ತು ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಸ್ಥಳವಾಗಲು ನಾವು ಈ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳನ್ನು ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಅನುಸರಿಸೋಣ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ವಿಚಾರಗಳ ಜೊತೆಗೆ, ನಾವು ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ತಪ್ಪು ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು. ಬಣ್ಣಗಳು ನಮ್ಮ ಬದುಕನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಬೇಕು, ಮಸುಕಾಗಿಸಬಾರದು. ಈಗ ನಾವು ತಪಸ್ಸು ಕಾಲಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ತಪಸ್ಸು ಕಾಲದ ಪ್ರಮುಖ ಸಂಕೇತವೇ ಭಸ್ಮ. ವಿಭೂತಿಯೂ ಒಂದು ಬಣ್ಣವೇ ಅದು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ, ವಿನಯ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಬಣ್ಣ. ವಿಭೂತಿ ನಮಗೆ ನೆನಪಿಸುವುದು ಏನೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವನ ದೇವರ ಮುಂದೆ ಯೋಗ್ಯವಾಗಿರಬೇಕು, ನಮ್ಮ ನಡವಳಿಕೆ ಶುದ್ಧವಾಗಬೇಕು. ಈ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪದ ಕಾಲವು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹ ಹಾಗು ಮನಪರಿವರ್ತನೆಯ ಸುವಾಸನೆಯಾಗಲಿ.

ಇದೇ ಫೆಬ್ರವರಿ ತಿಂಗಳು ಎರಡನೆ ಭಾನುವಾರ 8 ರಂದು ಸುವಾರ್ತೆ ಚಿಣ್ಣರ ಸಭೆಯ ವಾರ್ಷಿಕ ಆಚರಣೆಯನ್ನು ಕಿರು ವಲಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಯುವಜನರ ಮಹೋತ್ಸವವನ್ನು ಫೆಬ್ರವರಿ 8 ರಂದು ಅರ್ಬಿಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಉತ್ಸಾಹದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಬೇಕಾಗಿ ವಿನಂತಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪ್ರಿಯರೇ, ಬಣ್ಣಗಳು ಕೇವಲ ಹೊರಗಿನ ಸೌಂದರ್ಯವಲ್ಲ. ಅವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು, ನಮ್ಮ ಆತ್ಮವನ್ನು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸದ ದಿಕ್ಕನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ಸಿಂಚನ ಈ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೊಸ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದೆ. ಈ ಬಣ್ಣಗಳು ನಮ್ಮ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಸುವಾರ್ತಾಕಾರ್ಯದ ಸೇವೆಗೆ, ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಯುವಜನರ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯ ನೀಡಲಿ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ.

ದೇವರು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಲಿ.

ಹೃದಯದಿಂದ ಧನ್ಯವಾದಗಳು,

+ R Miranda

ಪೂಜ್ಯ ರಾಬರ್ಟ್ ಮಿರಾಂದ

ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರು, ಕೃಪಾಲಯ, ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರ ನಿವಾಸ

ಸಿಂಚನ

ಗುಲ್ಬರ್ಗ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆ

ಅಧ್ಯಕ್ಷರು:
ಪೂಜ್ಯ ರಾಬರ್ಟ್ ಮಿರಾಂದ
ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರು, ಗುಲ್ಬರ್ಗ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ

ಸಂಪಾದಕರು
ಫಾ ರೋಶನ್ ಡಿ'ಸೋಜ

ಸಹ ಸಂಪಾದಕರು
ಸಿ. ಪ್ರಿಯಾ ಡಿ'ಸೋಜ ಎ.ಸಿ

ಸಂಪಾದಕೀಯ ಮಂಡಳಿ
ಫಾ. ಆರೋನ್ ವಾಸ್
ಫಾ. ದೀಪಕ್ ಫುರ್ಟಾಡೊ
ಸಿ. ಜೇನ್ ಪಾಯ್ಸ್ ಬೆಥನಿ
ಸಿ. ಲೋವಿಟ ಸಿ.ಎಸ್.ಎಸ್.ಟಿ.
ಶ್ರೀ ಸಿಮೋನ್, ಭಾಲ್ಕಿ

ಮುದ್ರಣ : ಡೆಕ್ಕನ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್
ನಂ. ಸಿ-431, ಪೀಣ್ಯ 1ನೇ ಹಂತ,
ಪೀಣ್ಯ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆ ಹಿಂಭಾಗ,
ಪೀಣ್ಯ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 058.
deccandata1999@gmail.com
Ph.: 080-23721533

ಪ್ರಕಾಶಕರು : ಪ್ರೇಮವಾಣಿ
ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಧ್ಯಮ ಆಯೋಗ,
ಗುಲ್ಬರ್ಗ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ

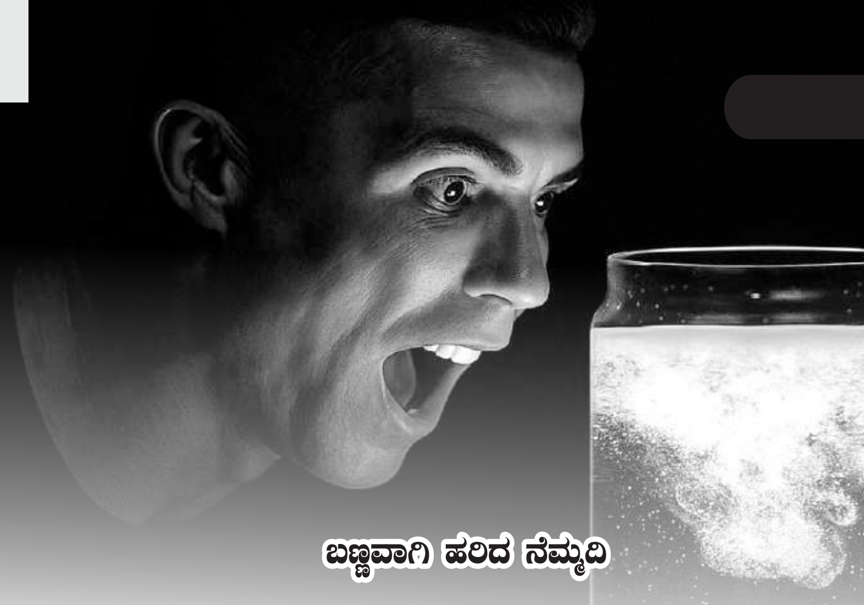
The Editor
Sinchana Monthly
Kripalaya - Bishop's House,
Kotnoor (D) Village, Nandikoor P.O.,
Jewargi Rd, Kalaburagi - 585102
E-mail: dioceseofgulbarga@gmail.com
Website: www.gulbargadiocese.org

ಒಳನೋಟ

ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರ ಸಂದೇಶ
ಬಣ್ಣವಾಗಿ ಹರಿದ ನೆಮ್ಮದಿ 02
ಬಣ್ಣದ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳಿಗಿರುವ ಶಕ್ತಿ 03
ಜೀವನದ ಬಣ್ಣಗೀತೆ / ಮಾನವ ಕುಲದ 04
ಬಣ್ಣ: ರೋಗಿಯೊಂದಿಗೆ ಮೌನವಾಗಿ ... 05
ದೇಹ-ಮನ-ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ ಬಣ್ಣ 07
ದೇವರು ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವ ಭಾಷೆ ಬಣ್ಣ 09
ಬಣ್ಣ: ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ರೂಪಿಸುವ... 11
ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು 13
ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ 15
ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯ, ಕಮಲನಗರ 17
ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿನ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರದ ಅದ್ಭುತ 19
ಧರ್ಮಸಭೆಗೆ ಬಣ್ಣವಾಗುವ ಯುವಜನರು 21
ಡಿಜಿಟಲ್ ಬಣ್ಣದ ಹಿಂದಿರುವ ಅಪಾಯದ ಕಣ್ಣು 23
ಸುದ್ದಿ ಸಿಂಚನ 27

Advertisement Tariff For Sinchana

Back Page (Outer) – Multi-Color:	₹ 6,300
Back Page (Inner):	₹ 5,250
Inner Page – Black and White (Full Page):	₹ 2,200
Inner Page – Black and White (Half Page):	₹ 1,150



ಬಣ್ಣವಾಗಿ ಹರಿದ ನೆಮ್ಮದಿ

ಸಿಮೋನ್, ಭಾಲ್ಕಿ

ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳ ಹಿಂದೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ದೃಶ್ಯ ಮೌನವಾಗಿ ಹರಡಿತು. ದೊಡ್ಡ ಮಾತಿಲ್ಲ, ಗಂಭೀರ ಸಂದೇಶವಿಲ್ಲ, ಬೋಧನೆಯ ಧ್ವನಿಯಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಪಾರದರ್ಶಕ ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರು ಅದರ ಕೆಳಗೆ ಮೊಬೈಲ್‌ನ ಸಣ್ಣ ಬೆಳಕು. ಮೇಲಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೀಳುವ ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ. ಅರಿಶಿನ ನೀರನ್ನು ತಾಕುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ನೀರಿನೊಳಗೆ ಹಳದಿ ಬಣ್ಣ ಹರಡತೊಡಗಿತು. ಅದು ಕರಗುತ್ತಿತ್ತು, ತೇಲುತ್ತಿತ್ತು, ಬೆಳಕಿನ ಸ್ಪರ್ಶದಲ್ಲಿ ಜೀವಂತವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರು ಕೇವಲ ನೀರಲ್ಲ; ಅದು ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವಾಗಿತ್ತು.

ಅದನ್ನು ನೋಡಿದವರು ಕ್ಷಣ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ನಿಂತರು. ಯಾರೋ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನೋಡಿದರು. ಅದನ್ನು "ರೀಲ್ಸ್" ಎಂದು ಕರೆದು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಸ್ಕ್ರೋಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಆದರೆ ಆ ದೃಶ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮೌನ ಸಂತೋಷ ಇತ್ತು–ಹೇಳದೆ ಹೇಳುವ ಸಂತೋಷ. ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಕೂಡ ಹಾಗೆಯೇ ಇತ್ತು–ಪಾರದರ್ಶಕವಾದರೂ ಭಾರವಾದ. ದಿನಗಳು ಒಂದೇ ಬಣ್ಣದಂತೆ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದವು. ಬೆಳಗ್ಗೆ ಕೆಲಸ, ಸಂಜೆ ದಣಿವು, ರಾತ್ರಿ ಮೌನ. ನಗು ಇದ್ದರೂ ಅದು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿತ್ತು. ಸಂತೋಷ ಇದ್ದರೂ ಅದು ನೆನಪಿನೊಳಗೆ ಮಾತ್ರ ಇತ್ತು. ಬದುಕು ತನ್ನ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತೆ, ಬಣ್ಣಗಳು ಮಸುಕಾದಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿತ್ತು.

ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆ ಸಣ್ಣ ವಿಡಿಯೋ ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಂತು. ಏನೋ ಅಜ್ಞಾತ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅದನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಸ್ಕ್ರೋಲ್ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ನೋಡುತ್ತ ನಿಂತೆ. ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿನದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದ್ದ ಆ ಬೆಳಕು ನನ್ನೊಳಗೆ ಏನೋ ಕದಲಿಸಿತು. ಇಷ್ಟು ಸರಳ ದೃಶ್ಯದಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟು ನೆಮ್ಮದಿ ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಎಂದು ಮನಸ್ಸು ಕೇಳಿತು. ಸಂಜೆಗೆ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಅಡುಗೆಮನೆಯ ಮೌನ ನನ್ನನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿತು. ಅಡುಗೆಮನೆ ಎಂದರೆ ದಿನನಿತ್ಯದ ಕೆಲಸಗಳ ಜಾಗ. ಆದರೆ ಅಂದು ಅದು ನನ್ನ ಚಿಂತನೆಗೆ ಸ್ಥಳವಾಯಿತು. ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡೆ. ಪಾರದರ್ಶಕ, ಶುದ್ಧ, ನಿರೀಕ್ಷೆಯಂತಿದ್ದ ನೀರು. ಫೋನಿನ ಟಾರ್ಚ್ ಆನ್ ಮಾಡಿ ಗ್ಲಾಸ್ ಕೆಳಗೆ ಇಟ್ಟೆ. ಆ ಬೆಳಕು ನೀರಿನೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಂತೆ, ನೀರು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸತೊಡಗಿತು. ನಂತರ ಅರಿಶಿನ ಡಬ್ಬಿ ತೆರೆದು, ಬಹಳ ಜಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಹಾಕಿದೆ.

ಕ್ಷಣಮಾತ್ರ. ನೀರಿನೊಳಗೆ ಬಣ್ಣ ಹರಿಯತೊಡಗಿತು. ಹಳದಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತ, ತನ್ನ ದಾರಿಯನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತ, ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿ ಹೋಯಿತು. ಆ ಬಣ್ಣ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಮನಸ್ಸಿಗೂ ತಾಕಿತು. ಒಳಗೆ ಇದ್ದ ಭಾರ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವಾಗಿ ಕರಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿತು. ಅದು ಯಾವುದೇ ಅದ್ಭುತವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ನಿಜವಾಗಿತ್ತು. ಅಮ್ಮ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಅದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಳು. ಅವಳು ಹೆಚ್ಚು ಮಾತಾಡಲಿಲ್ಲ. ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೇಳಿದಳು–ಅರಿಶಿನ ಯಾವತ್ತೂ ಮಂಗಳದ ಬಣ್ಣ. ಪೂಜೆಯಲ್ಲಿ ಅದು ದೇವರ ಮುಂದೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಗುಣ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅಡುಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದರೆ ರುಚಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಬಣ್ಣ ಇಷ್ಟು ಅರ್ಥ ಹೊತ್ತುಕೊಂಡಿರುವುದು ಅಪರೂಪ. ಬಣ್ಣ ಅಂದರೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವದೇ ಅಲ್ಲ, ಬದುಕಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದೂ ಹೌದು.

25 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

"ನಾನು ಜಗಜ್ಯೋತಿ, ನನ್ನನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುವವನು ಕತ್ತಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ." (ಯೊವಾನ್ನ 8:12)

ಬಣ್ಣದ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳಿಗಿರುವ ಶಕ್ತಿ

ಸಿ. ಪ್ರಿಯಾ ಡಿ'ಸೋಜ ಎ.ಸಿ.
ಸಹ ಸಂಪಾದಕರು

ಜೀವನವೆಂಬುದು ಕೇವಲ ದಿನಗಳ ಸರಣಿ ಅಲ್ಲ; ಅದು ಬಣ್ಣಗಳ ಸಮನ್ವಯ. ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿನ ಹೂವುಗಳು, ಆಕಾಶದ ಬಣ್ಣ, ಬೆಳಗಿನ ಸೂರ್ಯಕಿರಣ, ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು, ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳವು. ಬಣ್ಣಗಳು ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸೌಂದರ್ಯ ನೀಡುವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಜೀವನವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯೂ ಹೌದು. ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು “ಜೀವನದ ಬಣ್ಣಗಳು” ಎಂಬ ವಿಶೇಷ ವಿಷಯವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ–ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಂದ ಬಣ್ಣಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು.

ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ, ಬಣ್ಣಗಳು ನಮ್ಮ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬದಲಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿವೆ. ಹಸಿರು ಶಾಂತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ, ನೀಲಿ ಶಮನವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ಕೆಂಪು ಉತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯ ಸಂಕೇತ, ಹಳದಿ ಆಶಾವಾದದ ಬಣ್ಣ. ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಇಂದಿನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (Colour Therapy)ಗೆ ವಿಶೇಷ ಗಮನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಕೇವಲ ಆಧುನಿಕ ಕಲ್ಪನೆ ಅಲ್ಲ; ಪ್ರಾಚೀನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸಾತ್ಮಕ ಬಳಕೆಯ ಸುಳಿವುಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಔಷಧಗಳಿಲ್ಲದೆ, ಸಹಜವಾಗಿ ನಮ್ಮ ದೇಹ–ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನ ಸಾಧಿಸಲು ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸರಳ ಜನರು, ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದವರು ಸಹ ಇದರಿಂದ ಲಾಭ ಪಡೆಯಬಹುದು ಎಂಬ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ಈ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಬೆಳಕಿನ ಅಲೆಗಳೇ.ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬಣ್ಣಕ್ಕೂ ವಿಭಿನ್ನ ತರಂಗದ ಉದ್ದವಿದ್ದು, ಅದು ಮಾನವ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ವಿಭಿನ್ನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ.ಕಣ್ಣುಗಳ ಮೂಲಕ ಮೆದುಳಿಗೆ ತಲುಪುವ ಬಣ್ಣಗಳು ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳ ಸ್ರವಣವನ್ನೂ ಪ್ರಭಾವಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಹೇಳುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಕೇವಲ ಕಾಣಿಕೆ ಅಲ್ಲ; ಅವು ಶಕ್ತಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಲಯ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಳವಾದ ಅರ್ಥ ಹೊಂದಿವೆ. ಬೈಬಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳು ದೇವರ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದ ಸಂಕೇತಗಳಾಗಿ ಬರುತ್ತವೆ. “ಬೆಳಕು ಇರಲಿ” ಎಂಬ ದೇವರ ವಾಕ್ಯದಿಂದಲೇ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಆರಂಭ. ಇಂದ್ರಧನುಷ್ಯವು ದೇವರ ಒಡಂಬಡಿಕೆಯ ಸಂಕೇತ. ಚರ್ಚಿನ ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಬಣ್ಣಗಳು–ಬಿಳಿ (ಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಆನಂದ), ಕೆಂಪು (ಬಲಿ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ), ಹಸಿರು (ಆಶೆ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆ), ನೇರಳೆ (ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಮತ್ತು ತಯಾರಿ) – ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಯ ಹಂತಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಬಿಂಬಿಸುತ್ತವೆ. ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಬಣ್ಣಗಳು ವಿಶ್ವಾಸದ ದೃಶ್ಯ ರೂಪ ನೀಡುತ್ತವೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸದ ವಿಶೇಷ “ಬಣ್ಣ” ತುಂಬಿದ ಘಟನೆಯಾಗಿ, ಕೇರಳದ ವೆಳಕಣ್ಣೂರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಪರಮಪ್ರಸಾದದ ಅದ್ಭುತವನ್ನು ನಾವು ಸ್ಮರಿಸಬಹುದು. ಪವಿತ್ರ ಪ್ರಸಾದದಲ್ಲಿ ಯೇಸುವಿನ ಮುಖದ ಪ್ರತಿಬಿಂಬ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ಈ ಘಟನೆ, ನಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಪ್ರಕಾಶ ನೀಡಿದೆ. ಸಂಶಯಗಳಿಂದ ಮಂಕಾಗುತ್ತಿದ್ದ ವಿಶ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಇದು ದೇವರೇ ಕೊಟ್ಟ ಬಣ್ಣ–ಆಶೆ, ದೃಢತೆ ಮತ್ತು ಜೀವಂತ ಸಾನ್ನಿಧ್ಯದ ಬಣ್ಣ.

ಇಂದಿನ ಒತ್ತಡ ಭರಿತ, ಯಾಂತ್ರಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಜೀವನದ ಬಣ್ಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಬಣ್ಣಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿತು, ಅವುಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಜಾಗರೂಕವಾಗಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯ.ಮನೆ, ಶಾಲೆ, ಧರ್ಮಸಭೆ, ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಸಮತೋಲನದ ಬಣ್ಣ ಬಳಕೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಉತ್ಸಾಹ ನೀಡಬಹುದು.

ಸಿಂಚನ ಈ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ಒಂದು ಸರಳ ಆಹ್ವಾನ ನೀಡುತ್ತದೆ: ನಿಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ, ಮನ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ, ವಿಶ್ವಾಸಕಾಗಿ. ಬಣ್ಣಗಳು ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಅರಿತು, ಗೌರವಿಸಿ, ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಜೀವನವೇ ಒಂದು ಸುಂದರ ಚಿತ್ರವಾಗುತ್ತದೆ.

“ಬೆಳಕು ಅಂಧಕಾರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ. ಕತ್ತಲಗಾದರೋ ನಿಗ್ರಹಿಸಲಾಗಲಿಲ್ಲ.” (ಯೊವಾನ್ನ 1:5)

ಜೀವನದ ಬಣ್ಣಗೀತೆ

ದಿವ್ಯ, ಬನ್ನಹಳ್ಳಿ

ಜೀವನ ಒಂದು ಕ್ಯಾನ್ವಾಸ್ ವಿಶಾಲ,
ಕನಸಿನ ಗಡಿಯಿಲ್ಲದ ದೀಪಾಲ,
ಕುಂಚ ಹಿಡಿದು ನಿಂತ ನಾವೆಲ್ಲ,
ಬಣ್ಣ ಆಯ್ಕೆಯ ಹೊಣೆ ನಮ್ಮ ಪಾಲ.

ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಪ್ರೀತಿಯ ಪಾಳು,
ತ್ಯಾಗ-ಧೈರ್ಯದ ಜೀವಾಳು,
ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ನಂಬಿಕೆಯ ಹಾಡು,
ಆಕಾಶದಷ್ಟು ವಿಶಾಲ ನಾಡು,

ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಬದುಕಿನ ಉಸಿರು,
ಮೊಗ್ಗಿನ ನಗುವಿನ ಮಧುರ ಮಿಸಿರು,
ಹಳದಿ ಬಣ್ಣ ಸೂರ್ಯನ ನಗು,
ಒಂದು ಕಿರಣದ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಸುಗು,
ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ಮೌನದ ಮಂತ್ರ,
ಕ್ಷಮೆಯ ಪಾವನ ಶುದ್ಧ ಯಂತ್ರ,

ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣ ನೋವಿನ ನೆಲೆ,
ಕತ್ತಲಿನೊಳಗಿನ ತಾರಕ ಬಲೆ,
ಬೆಳಕಿನ ಮೌಲ್ಯ ಕಲಿಸುವ ಫಲ,
ನಕ್ಷತ್ರ ಹೊತ್ತ ರಾತ್ರಿಯ ಕಲ.
ಎಲ್ಲ ಬಣ್ಣಗಳು ಬೇಕು ಬದುಕಿಗೆ,
ಒಂದಿಲ್ಲದೆ ಮತ್ತೊಂದು ಅಪೂರ್ಣತೆಗೆ,
ಸಂತೋಷ-ದುಃಖದ ಸಂಗಮಕೆ,
ಅರ್ಥ ಮೂಡುತ್ತದೆ ಜೀವನಕ್ಕೆ.

ಬಣ್ಣಗಳು ಹೊಡೆದಾಡಿದರೆ ಯುದ್ಧ,
ಕರಗಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಸೌಂದರ್ಯ ಶುದ್ಧ,
ಸಂಗಮವೇ ಬದುಕಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಬುದ್ಧ,
ಅಲ್ಲಿದೆ ಅರ್ಥದ ಅಮೃತ ಸುದ್ಧ.
ಹೀಗಾಗಿ ಹೆದರಬೇಡ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ,
ನಿನ್ನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಕುಂಚ ಹಚ್ಚು ಹೃದಯದಿಂದ,
ಬೆಳಕು ಇದ್ದರೆ ಸಾಕು ಒಳಗಿನಿಂದ,
ಕ್ಯಾನ್ವಾಸ್ ಹಾಡುತ್ತದೆ ಜೀವದಿಂದ.

ಯಾಕೆಂದರೆ...
ಬಣ್ಣವಿಲ್ಲದೆ ಚಿತ್ರ ಮೌನ,
ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದೆ ಬದುಕು ಶೂನ್ಯ,
ಬಣ್ಣ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಾಗಲೇ ಪೂರ್ಣ,
ಜೀವನ ಆಗುತ್ತದೆ ಸುಂದರ, ಶಾಶ್ವತ, ಧನ್ಯ.

ಮಾನವ ಕುಲದ ಉದ್ಧಾರಕರಾದ ಯೇಸು

ನೋವಾ ರವಿ, ಮೈನರ್ ಸೆಮಿನರಿ

ಸಂತ ಲೂಕನ
ಶುಭಸಂದೇಶದ
ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ
ಸತ್ಯವು ಮೌನವಾಗಿ
ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ,

ಪ್ರಭು ಯೇಸುಕ್ರಿಸ್ತರು –
ಮಾನವ ಕುಲದ
ವಿಮೋಚನೆಯ
ಜೀವಂತ ವಾಕ್ಯ.

ನೋವಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಜನರ ಕಣ್ಣೀರನ್ನು ಕಂಡು
ಕರುಣೆಯ ಹೃದಯದಿಂದ ಕಂಪಿಸಿದವರು ಅವರು,
ಕುಂದು-ಕೊರತೆಗಳ ಬಂಧನದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿದವರಿಗೆ
ಅನುಕಂಪದ ಸ್ಪರ್ಶ ನೀಡಿದ ದಯಾ ಮೂರ್ತಿ.

ಕುರುಡನಿಗೆ ರಾತ್ರಿ-ಹಗಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ತಿಳಿಯದು,

ಕಿವುಡನಿಗೆ ತಾಳ-ಸ್ವರಗಳ ಸೌಂದರ್ಯ ಅರಿವಿಲ್ಲ,
ಅಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ ಮಾನವನಿಗೂ
ಬೆಳಕಿನ ದಾರಿ ತೋರಿಸಿದವರು ಯೇಸು.

ಅಂಧಕಾರದ ಮಧ್ಯೆ ಹೊಳೆಯುವ ಬೆಳಕಾಗಿ,
ನಿರಾಶೆಯೊಳಗೆ ಅರಳುವ ಆಶೆಯಾಗಿ,
ಪಾಪದ ಬರೆ ತೂಗಿ ಕುಗ್ಗಿದ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ
ರಕ್ಷಣೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆದವರು ಅವರು.

ಅವರು ಮಾತಲ್ಲ, ಬದುಕಲ್ಲೇ ಉಪದೇಶಿಸಿದವರು,
ಶಿಲುಬೆಯಲ್ಲೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನೇ ಸಾರಿದವರು,
ಮರಣದಾಚೆಯೂ ಜೀವದ ವಾಗ್ದಾನವಾಗಿ
ಲೋಕದ ಉದ್ಧಾರಕರಾದವರು ಯೇಸು.

ಆದ್ದರಿಂದ ನಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿಯಬೇಕು,

ಹೃದಯದ ಆಳದಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಒಪ್ಪಬೇಕು –
ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಮಧ್ಯೆ ಘೋಷಿಸಬೇಕು ಧೈರ್ಯದಿಂದ,
ಪ್ರಭು ಯೇಸುಕ್ರಿಸ್ತರೇ
ಮಾನವ ಕುಲದ ಏಕೈಕ ಉದ್ಧಾರಕರು.

"ಪ್ರಭುವೇ ನನ್ನ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ನನ್ನ ರಕ್ಷಣೆ." (ಕೀರ್ತನೆ 27:1)

ಬಣ್ಣ: ರೋಗಿಯೊಂದಿಗೆ ಮೌನವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಡಾ. ಸಿ ರೆನಿಟಾ ವೇಗಸ್

ಮಾನವನ ದೇಹ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಜೀವಂತ ಗ್ರಂಥದಂತೆ. ಅದು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಯಾವತ್ತೂ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದರ ಭಾಷೆ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲ; ಅದು ನೋವು, ಅಸ್ವಸ್ಥತೆ, ಅಸಹಜತೆ ಮತ್ತು ಅಸಮಾಧಾನದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಆ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕೇಳಲು ಕಲಿತಾಗ ಮಾತ್ರ ದೇಹದ ನಿಜವಾದ ಅಗತ್ಯಗಳು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತವೆ. ಪ್ರಯಾಣದ ವೇಳೆ ಹೊಟ್ಟೆ ತಿರುಗುವುದು, ವಾಂತಿ ಬರುವುದು, ಅಜೀರ್ಣದಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ಅನಿಲದ ತೊಂದರೆ, ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಗೊರಕೆ, ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮು, ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಕಫ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಕಾರಣವಿಲ್ಲದ ಆತಂಕ ಇವೆಲ್ಲವೂ ದೇಹವು “ನನ್ನೊಳಗೆ ಸಮತೋಲನ ತಪ್ಪಿದೆ” ಎಂದು ಹೇಳುವ ಮೌನ ಸಂದೇಶಗಳೇ.

ಇಚಿದಿನ ವೇಗದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಈ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವ ಬದಲು ತಕ್ಷಣ ಔಷಧಿಗಳ ಕಡೆಗೆ ಓಡುತ್ತೇವೆ. ಔಷಧಿಗಳು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಿವೆ, ಅದನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಔಷಧಿಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಔಷಧಿಯಿಲ್ಲದೆ ಸಹ ದೇಹಕ್ಕೆ ಮೃದುವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ, ಯಾವುದೇ ಅಪಾಯವಿಲ್ಲದ, ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಒಂದು ಸಹಾಯಕ ವಿಧಾನವಿದೆ. ಅದೇ ಬೆರಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಇದು ದೇಹವನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಲ್ಲ; ದೇಹದ ಸಹಜ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಒಂದು ಮೌನ ಸಂವಾದ.

ಬಣ್ಣಗಳು ಕೇವಲ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವ ಅಲಂಕಾರಗಳಲ್ಲ. ಅವು ಬೆಳಕಿನ ವಿಭಿನ್ನ ರೂಪಗಳು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬಣ್ಣವೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ತರಂಗ ದೈರ್ಘ್ಯ, ಕಂಪನ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ನಮಗೆ ಇದು ಸಹಜವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಸಿರು ಮರಗಳು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ನೀಲಿ ಆಕಾಶವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಒಳಗಿನ ಒತ್ತಡ ಕರಗುತ್ತದೆ. ಹಳದಿ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣ ಉತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಚಲನೆಯ ಸಂಕೇತ. ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣ ಮೌನ, ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ದ್ವಾರವನ್ನು ತೆರೆದು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಈ ಬಣ್ಣಗಳ ಪರಿಣಾಮ ಕೇವಲ ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೇ ಸೀಮಿತವಲ್ಲ; ದೇಹದ ನರಮಂಡಲ ಮತ್ತು ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಮೇಲೂ ಅವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ.

ಮಾನವನ ಕೈ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸಾವಿರಾರು ನರ ಅಂತ್ಯಗಳು ಇವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಕೈ ದೇಹದ ಒಳಗಿನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಭಯದಲ್ಲಿ ಕೈ ಬೆವರುತ್ತದೆ, ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಮುಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ, ಶಾಂತಿಯಲ್ಲಿ ಸಡಿಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಪುರಾತನ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಗಳು ಕೈ ಮತ್ತು ಬೆರಳುಗಳ ಈ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಗುರುತಿಸಿದ್ದವು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬೆರಳೂ ದೇಹದ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಅಂಗಾಂಗ, ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯ ಹರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ಅಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ.

ಬೆರಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಈ ಅರಿವಿನ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿದೆ. ಸರಿಯಾದ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಬೆರಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದಾಗ, ಆ ಬಣ್ಣದ

ಕಂಪನವು ಆ ಬೆರಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅಂಗಾಂಗಕ್ಕೆ ಮೌನ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಸಂದೇಶ "ಶಾಂತವಾಗು, ಉಸಿರೆಳೆ, ಚಲಿಸು, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆ" ಎನ್ನುವಂತಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಔಷಧಿಯಂತೆ ದೇಹವನ್ನು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಬದಲಿಸುವ ವಿಧಾನವಲ್ಲ; ದೇಹವನ್ನು ತನ್ನ ಸಹಜ ಸಮತೋಲನಕ್ಕೆ ಮರಳಲು ಆಹ್ವಾನಿಸುವ ಒಂದು ಸೌಮ್ಯ ಪ್ರಯತ್ನ.

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಕೈಗೆ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಬಲ ಕೈ ದೇಹದ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಭಾಗವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ತಕ್ಷಣದ, ದೈಹಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಪ್ರಯಾಣದ ವೇಳೆ ಉಲ್ಟಿ, ಅಚಾನಕ್ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ಅನಿಲ, ಅಜೀರ್ಣ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೆ ಬಲ ಕೈ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತದೆ. ಎಡ ಕೈ ಭಾವನೆಗಳು, ನಿದ್ರೆ, ಉಸಿರಾಟದ ಲಯ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದೆ. ಗೊರಕೆ, ನಿದ್ರಾ ವ್ಯತ್ಯಯ, ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮು, ಎದೆ ಸಂಬಂಧಿತ ತೊಂದರೆಗಳು, ಒಳಗಿನ ಆತಂಕ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕೆ ಎಡ ಕೈ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಯಾಣದ ವೇಳೆ ವಾಂತಿ (ಉಲ್ಟಿ) ಆಗುವ ಸಮಸ್ಯೆ ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ವಯಸ್ಕರಿಗೂ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ವಾಹನ ಚಲನೆಯೊಂದಿಗೆ ದೇಹದ ಸಮತೋಲನ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಫಲವಾದಾಗ ಹೊಟ್ಟೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ, ವಾಂತಿಯ ಭಾವನೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಲ ಕೈಯ ತೋರು ಬೆರಳಿಗೆ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣವನ್ನು ಹಚ್ಚುವುದು ಬಹಳ ಸಹಾಯಕ. ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ದೇಹಕ್ಕೆ "ನೀನು ಸುರಕ್ಷಿತ" ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಹೊಟ್ಟೆಯ ನರಗಳಿಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕೆ ಹೊರಡುವ ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷಗಳ ಮೊದಲು ಮೌನವಾಗಿ ಕುಳಿತು ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿದರೆ, ದೇಹ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸಮತೋಲನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅನುಭವ ಅನೇಕ ಮಂದಿಗೆ ಇದೆ.

ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು ಮತ್ತು ಆಸಿಡಿಟಿ ಇಂದಿನ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾಗಿವೆ. ಅವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ದೇಹದ ಉಷ್ಣ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ, ಆಹಾರದ ಅಸಮತೋಲನದಿಂದ ಅಥವಾಮನಸ್ಸಿನ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಒಂದು ಶೀತಲ ಔಷಧಿಯಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬಲ ಕೈಯ ಮಧ್ಯ ಬೆರಳಿಗೆ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿದಾಗ, ಅದರ ಶೀತಲ ಕಂಪನ ಹೊಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಯಕೃತ್ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಉರಿಯೂತ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮುನ್ನ ಮನಸ್ಸೇ ಶಾಂತವಾಗುತ್ತದೆ ಅದು ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸೌಂದರ್ಯ.

ರಾತ್ರಿ ಗೊರಕೆ ಮಾಡುವುದು ಅನೇಕ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೌನವಾದ ಸಂಕಷ್ಟ. ಗೊರಕೆ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಅದು ಅರಿವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಮಲಗುವವರಿಗೆ ಅದು ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಕಿತ್ತುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಗೊರಕೆ ಗಂಟಲಿನ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಒತ್ತಡ, ಉಸಿರಾಟದಲಯದ ಅಸಮತೋಲನ ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ದಣಿವಿನಿಂದ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಎಡ ಕೈಯ ಉಂಗುರ ಬೆರಳಿಗೆ ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಹಚ್ಚುವುದು ಸಹಾಯಕ. ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಳಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವ, ಆಳವಾದ ವಿಶ್ರಾಂತಿಗೆ ಆಹ್ವಾನಿಸುವ ಬಣ್ಣ. ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಆ ಬೆರಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿದರೆ, ದೇಹ ನಿಧಾನವಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಜಾರುತ್ತದೆ, ಉಸಿರಾಟ ಮೃದುವಾಗುತ್ತದೆ, ನಿದ್ರೆ ಆಳವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರಲ್ಲಿ **ಹೊಟ್ಟೆ ಕೆಡಕು, ವಾಂತಿ ಅಥವಾ ಅಜೀರ್ಣ** ದೈಹಿಕ ಕಾರಣಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮಾನಸಿಕ ಕಾರಣದಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಆತಂಕ, ಭಯ, ಅತಿಯಾದ ಚಿಂತನೆ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ನೇರ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಲ ಕೈಯ ಬೊಟ್ಟೆ ಬೆರಳಿಗೆ ಹಳದಿ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಹಚ್ಚುವುದು ಒಳಿತು. ಹಳದಿ ಬಣ್ಣ ಚಿಂತನೆಗೆ ಬೆಳಕು ತರುತ್ತದೆ. ಒಳಗಿನ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳು ಶಾಂತವಾಗಿ ಉಸಿರಾಟ ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಗೊಂದಲ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನಿಲ, ಹೊಟ್ಟೆ ಉಬ್ಬರ ಮತ್ತು ಅಜೀರ್ಣ ದೇಹದ ಚಲನೆ ನಿಧಾನಗೊಂಡಾಗ ಬರುವ ಸಂಕೇತಗಳು. ಚಿಕ್ಕ ಬೆರಳಿಗೆ ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಹಚ್ಚಿದಾಗ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಗೆ ಚೈತನ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ. ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣ ಚಲನೆಯ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹದ ಬಣ್ಣ. ಬಲ ಕೈಯ ಚಿಕ್ಕ ಬೆರಳಿಗೆ ಅದನ್ನು ಹಚ್ಚಿದಾಗ ಅಂತರಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಚುರುಕಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅನುಭವ ಅನೇಕ ಮಂದಿಗೆ ಇದೆ.

ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮೌನವಾಗಿ ಕಾಡುವ ಇನ್ನೊಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆ ಇದೆ **ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಎದೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳು.** ಕೆಮ್ಮು ಕೇವಲ ಗಂಟಲಿನ ತೊಂದರೆ ಅಲ್ಲ. ಅದು ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು, ಎದೆ ಭಾಗ, ಉಸಿರಾಟದ ಮಾರ್ಗಗಳು ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಳಗಿನ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಒತ್ತಡದ ಪ್ರತಿಫಲವೂ ಆಗಿರಬಹುದು. ಒಣ ಕೆಮ್ಮು, ಕಫದ ಕೆಮ್ಮು, ರಾತ್ರಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಕೆಮ್ಮು, ಎದೆ ತುಂಬಿಕೊಂಡಂತಾಗುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಉಸಿರಾಟದ ಲಯ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲ ಎಂಬ ದೇಹದ ಸೂಚನೆಗಳು.

25 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ಫಾ. ದೀಪಕ್ ಫುಟ್ತಾದೊ

ದೇಹ-ಮನ-ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವ ಬಣ್ಣ

ಮಾನವನ ಆರೋಗ್ಯ ಎಂದರೆ ಕೇವಲ ಮಾತ್ರೆ, ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಅಥವಾ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳು ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಆಳವಾಗಿ ಬೆಸೆದುಕೊಂಡಿವೆ. ನಾವು ದಿನನಿತ್ಯ ನೋಡುತ್ತಾ, ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಬದುಕುವ ಬಣ್ಣಗಳು ಕೂಡ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ಇಂದು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಸತ್ಯ. ಈ ಅರಿವಿನಿಂದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದಿರುವ ಸಮಗ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಂದೇ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಬಣ್ಣಗಳು ಕೇವಲ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಸೊಬಗು ನೀಡುವ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬಣ್ಣಕ್ಕೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಶಕ್ತಿ, ಸ್ಪಂದನೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಟ್ಟುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದೆ. ಈ ಬಣ್ಣಗಳ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದಾಗ ದೇಹದೊಳಗಿನ ಅಸಮತೋಲನ ಸರಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆಯೇ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮೂಲ ತತ್ವ.

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬೇರುಗಳು ಬಹಳ ಪ್ರಾಚೀನ. ಸಾವಿರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಮಾನವನು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದ. ಪ್ರಾಚೀನ ಈಜಿಪ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕನ್ನು ಬಣ್ಣದ ಗಾಜುಗಳ ಮೂಲಕ ಹರಿಸಿ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಪಂಚಭೂತಗಳು, ದೇಹದ ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳ ನಡುವೆ ಗಾಢವಾದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಚೀನೀ ವೈದ್ಯಕೀಯದಲ್ಲೂ ಅಂಗಾಂಗಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಬಣ್ಣಗಳ ನಡುವೆ ಸಂಪರ್ಕವಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಗ್ರೀಸ್‌ನ ಹಿಪ್ಪೊಕ್ರಟೀಸ್ ಅವರು ಕೂಡ ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಗುಣಮುಖತೆಗೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ ಈ ಜ್ಞಾನ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡು, ಇತ್ತೀಚಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಹೊರ ಬಂತು. ಬೆಳಕು ಕೇವಲ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಕಾಣುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ; ಅದು ನಮ್ಮ ಮೆದುಳು, ಹಾರ್ಮೋನುಗಳು, ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಸಮತೋಲನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಒಳಾಂಗಣ ವಿನ್ಯಾಸದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯವರೆಗೆ ಬಣ್ಣಗಳ ಬಳಕೆಗೆ ಮಹತ್ವ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ವೈದ್ಯಕೀಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿದರೆ, ಬಣ್ಣಗಳು ಬೆಳಕಿನ ವಿಭಿನ್ನ ಅಲೆಗಳ ರೂಪ. ಈ ಬೆಳಕು ಕಣ್ಣುಗಳ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಚರ್ಮದ ಮೂಲಕ ದೇಹಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ನರಮಂಡಲಕ್ಕೆ ಸಂದೇಶ ತಲುಪುತ್ತದೆ.ಆ ಸಂದೇಶಗಳು ಮೆದುಳಿನ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ತಲುಪಿ ನಿದ್ರೆ, ಒತ್ತಡ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರಸಸ್ರಾವಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಬಣ್ಣಗಳು ನೇರವಾಗಿ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಣೆ ನಡೆಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ಪ್ರತಿ ಬಣ್ಣಕ್ಕೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಗುಣ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮ ಇದೆ.

"ನೀವು ಲೋಕದ ಬೆಳಕು." (ಮತ್ತಾಯ 5:14)

ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಜೀವಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯದ ಸಂಕೇತ. ಇದು ರಕ್ತಸಂಚಾರವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ, ದೇಹಕ್ಕೆ ಉಷ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯ ನೀಡುತ್ತದೆ. ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಮತ್ತು ರಕ್ತಹೀನತೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಇದು ಉಪಯುಕ್ತ. ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಕೋಪ ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚಿದ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಇರುವವರು ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಬಳಸಬಾರದು.

ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣ ಸಂತೋಷ, ಉಲ್ಲಾಸ ಮತ್ತು ಸೃಜನ ಶೀಲತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾರವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಹಳದಿ ಬಣ್ಣ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಮತ್ತು ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯ ಬಣ್ಣ. ಇದು ನರಮಂಡಲವನ್ನು ಚೇತನಗೊಳಿಸಿ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಸಮತೋಲನ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಪ್ರತೀಕ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ಬಣ್ಣವಾದ ಇದು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆರಾಮ ನೀಡುತ್ತದೆ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗುಣಮುಖ ಹಂತದಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ ಅನುಕೂಲ.

ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನದ ಸಂಕೇತ. ಇದು ಉರಿಯೂತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಜ್ವರ, ತಲೆನೋವು ಮತ್ತು ನಿದ್ರಾಹೀನತೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ.

ಗಾಢ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಒಳನೋಟ ಮತ್ತು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಕಣ್ಣಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನರಗಳ ಸಮತೋಲನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ.

ನೇರಳೆ ಅಥವಾ ಊದು ಬಣ್ಣ ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಆತ್ಮೀಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಬಣ್ಣ. ಇದು ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಒತ್ತಡ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಆಘಾತಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಈ ಬಣ್ಣಗಳು ಮಾನವ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಏಳು ಪ್ರಮುಖ ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳೊಂದಿಗೆ ಕೂಡ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿವೆ. ಮೂಲ ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕೆಂಪು, ಹೃದಯ ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಹಸಿರು, ಕಂಠ ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ನೀಲಿ ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೂ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಆತ್ಮ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಸಮಗ್ರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಇಚಿದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಾಗಿಲ್ಲ. ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಗೋಡೆಗಳ ಬಣ್ಣ, ತೀವ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಘಟಕಗಳ ಬೆಳಕು, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಭಾಗಗಳು, ಮಕ್ಕಳ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಘಟಕಗಳು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಬಣ್ಣಗಳ ಆಯ್ಕೆ ಯೋಚಿಸಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಸಿರು ಮತ್ತು ನೀಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು ರೋಗಿಗಳ ಆತಂಕವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ಅನುಭವದಿಂದಲೂ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಹಲವಾರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿಗೆ ದೇಹವನ್ನು ಒಡ್ಡುವುದು, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಬಣ್ಣದ ವಸ್ತ್ರ ಧರಿಸುವುದು, ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಸೂರ್ಯಕಿರಣದಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ಬಣ್ಣದ ನೀರನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಅಥವಾ ವಾಸಿಸುವ ಪರಿಸರವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ರೂಪಿಸುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿಧಾನಗಳು.

ಆದರೆ ಒಂದು ವಿಷಯ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕು. ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಖ್ಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬದಲಾವಣೆ ಅಲ್ಲ. ಇದು ಸಹಾಯಕ ಹಾಗೂ ಪೂರಕ ವಿಧಾನ ಮಾತ್ರ. ಸರಿಯಾದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಬಳಸಿದಾಗ ಇದು ಗುಣಮುಖತೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಪಾರ್ಶ್ವ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಇದರ ದೊಡ್ಡ ಲಾಭ, ಆದರೆ ಸರಿಯಾದ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಅಗತ್ಯ.

ಕೊನೆಗೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಮಗೆ ಒಂದು ಆಳವಾದ ಸತ್ಯವನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತದೆ. ಗುಣಮುಖತೆ ಎಂದರೆ ಕೇವಲ ರೋಗ ಇಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿ ಅಲ್ಲ; ಅದು ಒಳಗಿನ ಸಮತೋಲನ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಮರಳಿ ಬರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.ಬಣ್ಣಗಳು ಮೌನವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುತ್ತವೆ, ದೇಹಕ್ಕೆ ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಆರಾಮ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅರಿತು ವಿವೇಕದಿಂದ ಬಳಸಿದರೆ, ಆರೋಗ್ಯದ ಪಯಣ ಇನ್ನಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗುತ್ತದೆ.

"ಆತನು ನನ್ನನ್ನು ಹಸಿರು ಮೇಯುಗಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಗೊಳಿಸುತ್ತಾನೆ." (ಕೀರ್ತನೆ 23:2)

ಫಾ. ಕ್ಲೇರಿ ಡಿ'ಸೋಜ

ದೇವರು ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವ ಭಾಷೆ ಬಣ್ಣ

ಬೈಬಲ್ ಕೇವಲ ಓದಲು ಇರುವ ಒಂದು ಪವಿತ್ರ ಗ್ರಂಥವಲ್ಲ. ಅದು ನೋಡಲು, ಅನುಭವಿಸಲು, ಮನನ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೀಡಲಾದ ದೇವರ ಜೀವಂತ ವಾಕ್ಯ. ಅದರ ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ದೇವರು ಪದಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಬೆಳಕು, ಸಂಕೇತ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ಲಯ, ಸಂಖ್ಯೆಗಳ ಕ್ರಮ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಣ್ಣಗಳ ಮೂಲಕ ಆತ್ಮೀಯ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಾನೆ. ಬೈಬಲ್‌ನ ಬಣ್ಣಗಳು ಅಲಂಕಾರ ಅಥವಾ ಅಲಂಕರಣಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಲ್ಲ; ಅವು ದೇವರ ರಕ್ಷಣಾ ಯೋಜನೆಯ ಭಾಗವಾಗಿ, ಮಾನವನ ಹೃದಯವನ್ನು ತಲುಪುವ ಮೌನ ಭಾಷೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಪವಿತ್ರತೆ, ಪಾಪ, ವಿಮೋಚನೆ, ಶಾಂತಿ, ನ್ಯಾಯ, ರಾಜತ್ವ, ಮಹಿಮೆ ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷೆ – ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ದೇವರು ಬಣ್ಣಗಳ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಸುಂದರ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ದೇವರು ಆರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ಏಳನೇ ದಿನವನ್ನು ದೈವ ಆರಾಧನೆಯ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ದಿನವನ್ನಾಗಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಸೃಷ್ಟಿಯ ಈ ಕ್ರಮವೇ ದೇವರ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಸೂಚನೆ. ಸೃಷ್ಟಿಯ ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ದೇವರು ಉಚ್ಚರಿಸಿದ "ಬೆಳಕಾಗಲಿ" ಎಂಬ ವಾಕ್ಯ, ಭೂಮಂಡಲದಲ್ಲಿದ್ದ ಗೊಂದಲ, ಅರಾಜಕತೆ, ಅಜ್ಞಾನ, ಪಾಪ ಮತ್ತು ಶಾಪವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ, ತನ್ನ ದೈವಿಕ ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯ, ಜೀವ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೆರೆದ ಮಹಾವಾಕ್ಯವಾಗಿದೆ (ಆದಿಕಾಂಡ 1). ಬೆಳಕು ಕೇವಲ ಕಣ್ಣು ಕಾಣುವ ಪ್ರಕಾಶವಲ್ಲ; ಅದು ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿ, ದೇವರ ಕ್ರಮ ಮತ್ತು ದೇವರ ಸೃಜನಶೀಲ ಶಕ್ತಿ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಕೀರ್ತನಕಾರನು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಘೋಷಿಸುತ್ತಾನೆ: "ಯೋಹೋವನೇ ನನ್ನ ಬೆಳಕು" (ಕೀರ್ತನೆ 27:1). ಹೊಸ ಒಡಂಬಡಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಸತ್ಯ ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಳವಾಗುತ್ತದೆ – ದೇವರು ಬೆಳಕು, ಅವನಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಕತ್ತಲೆ ಇಲ್ಲ.

ಸೃಷ್ಟಿಯ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ, ಪ್ರಾಣಿ, ಪಕ್ಷಿ, ಸಸ್ಯ, ಗುಡ್ಡ, ಕಣಿವೆ, ಸರೋವರ, ಸಾಗರ – ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದೇ ಲಯದಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಸ್ತುತಿಸುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯನ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಏಳು ಸ್ವರಗಳು ಸೇರಿ ಸಂಗೀತವಾಗುವಂತೆ, ಪ್ರಕೃತಿಯ ಏಳು ಬಣ್ಣಗಳು ಒಂದಾಗಿ ಬೆರೆತು ಬಿಳಿಯ ಬಣ್ಣದ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಈ ಬಣ್ಣಗಳ ಅದ್ಭುತ ಸಹವಿಲನವೇ ಕಾಮನಬಿಲ್ಲು. ಅದು ಕೇವಲ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಅದ್ಭುತವಲ್ಲ; ಅದು ದೇವರ ಕರುಣೆಯ ಗುರುತು. ಜಲಪ್ರಳಯದ ನಂತರ ದೇವರು ಇನ್ನು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಜಲಪ್ರಳಯದಿಂದ ನಾಶಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಮಾಡಿದ ರಕ್ಷಣೆಯ ಒಡಂಬಡಿಕೆಯ ಸಂಕೇತವೇ ಕಾಮನಬಿಲ್ಲು (ಆದಿಕಾಂಡ 9:13–17). ನ್ಯಾಯದ ನಂತರ ಕರುಣೆ, ನಾಶದ ನಂತರ ಭರವಸೆ – ಈ ಎರಡು ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಒಂದೇ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೇಳುವ ದೇವರ ಭಾಷೆಯೇ ಬಣ್ಣ.

ಬೈಬಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಏಳು ಎಂಬ ಸಂಖ್ಯೆ ವಿಶೇಷವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದು ಕೇವಲ ಗಣಿತದ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಲ್ಲ; ಅದು ದೈವಿಕ ಪೂರ್ಣತೆ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರತೆಯ ಸಂಕೇತ. ದೇವರ ಏಳು ಆತ್ಮಗಳು, ದೇವರ ಏಳು ಹೆಸರುಗಳು, ದೇವರ ಏಳು ವರದಾನಗಳು ಇವೆಲ್ಲವೂ ದೇವರ ಕಾರ್ಯಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಭರವಸೆಯನ್ನು ಸಾರುವ ಜೆರಿಯೇಲ್, ನೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ರಾಗಯೇಲ್, ಸ್ವಸ್ಥತೆಯನ್ನು ತರುವ ರಾಫಾಯೇಲ್, ಸಂದೇಶವನ್ನು ಹೊತ್ತು ತರುವ ಗೇಬ್ರಿಯೇಲ್, ಶಿಸ್ತನ್ನು

"ಸಜ್ಜನರ ಮಾರ್ಗ ಪ್ರಾತಃಕಾಲದ ಬೆಳಕಿನಂತೆ." (ಜ್ಞಾನೋಕ್ತಿಗಳು 4:18)

ಸೂಚಿಸುವ ಸೇರಾಕೇಯೇಲ್, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಯೂರಿಯೇಲ್ ಮತ್ತು ಸ್ವರ್ಗ ಸೈನ್ಯದ ನಾಯಕ ಮೈಕೇಲ್ – ಹೀಗೆ ದೇವರ ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವ ಏಳು ಶ್ರೇಷ್ಠ ದೂತರು ಮತ್ತು ಕೋಟ್ಯಾನು ಕೋಟಿ ದೂತರು ದೇವರ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೇಳಿಬರುವ ಏಳು ತೂತುರಿಗಳೂ ಇದೇ ದೈವಿಕ ಕ್ರಮವನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದು ಬರೀ ಏಳು ಅಲ್ಲ; ಇದು ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಏಳರ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಸಂಕೇತ.

ಬೈಬಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ದೇವರ ಪವಿತ್ರತೆ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಶಿಖರ. "ದೇವರು ಪರಿಶುದ್ಧರು, ಪರಿಶುದ್ಧರು, ಪರಿಶುದ್ಧರು" ಎಂಬ ಘೋಷಣೆ ಪ್ರಕಟನೆ 4:8ರಲ್ಲಿ ಕೇಳುತ್ತದೆ. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ಪಾಪದಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಂಡ ಹೊಸ ಜೀವನದ ಸಂಕೇತ. "ನಿಮ್ಮ ಪಾಪಗಳು ಕೆಂಪಾಗಿದ್ದರೂ ಹಿಮದಂತೆ ಬಿಳಿಯಾಗುವವು" (ಯೆಶಾಯ 1:18) ಎಂಬ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ದೇವರ ಕ್ಷಮೆಯ ಆಳ ಮತ್ತು ಮರುಸೃಷ್ಟಿಯ ಶಕ್ತಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ಮಾನವನ ಶ್ರಮದಿಂದಲ್ಲ, ದೇವರ ಕೃಪೆಯಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಪವಿತ್ರತೆಯನ್ನು ಸಾರುತ್ತದೆ.

ದೇವರ ಅನೇಕ ಹೆಸರುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಹೆಸರುಗಳು ಬಣ್ಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಆಳವಾದ ಆತ್ಮೀಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಯೋಹೋವಾ ಶಲೋಮ್ – ಶಾಂತಿಯ ದೇವರು. ಈ ಶಾಂತಿ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಸಿರು ಜೀವನ, ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಸಂಕೇತ. "ಯೋಹೋವಾ ಶಲೋಮ್" ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ದೇವರು ತನ್ನ ಜನರಿಗೆ ಒಳಗಿನ ಮತ್ತು ಹೊರಗಿನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ (ನ್ಯಾಯಸ್ಥಾಪಕರು 6:24). "ಅವನು ನನನ್ನು ಹಸಿರು ಮೇಯುವ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಮಲಗಿಸುತ್ತಾನೆ" (ಕೀರ್ತನೆ 23:2) ಎಂಬ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ದೇವರ ಪೋಷಣೆ ಮತ್ತು ಕಾಳಜಿ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ಜೀವಂತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯೋಹೋವಾ ನಿಸ್ಸಾ – ಜಯ ಕೊಡುವ ದೇವರು. ಈ ಜಯ ಮಾನವ ಬಲದಿಂದ ಅಥವಾ ಶಸ್ತ್ರದಿಂದ ಬರುವುದಲ್ಲ; ಅದು ದೇವರ ತ್ಯಾಗಮಯ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ದೊರೆಯುವ ವಿಜಯ. ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ತ್ಯಾಗ ಮತ್ತು ಬಲಿದಾನದ ಸಂಕೇತ. ಪ್ರಭು ಯೇಸುವಿನ ರಕ್ತದ ಮೂಲಕ ದೊರೆಯುವ ಈ ಜಯವನ್ನು "ಇದು ಅನೇಕರಿಗಾಗಿ ಸುರಿಯಲ್ಪಡುವ ಒಡಂಬಡಿಕೆಯ ನನ್ನ ರಕ್ತ" (ಮತ್ತಾಯ 26:28) ಎಂಬ ವಾಕ್ಯ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಪಾಪದ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನೂ, ಅದನ್ನು ಮೀರಿ ಹರಿಯುವ ದೇವರ ಕೃಪೆಯನ್ನೂ ಒಂದೇ ವೇಳೆ ಸಾರುತ್ತದೆ.

ಯೋಹೋವಾ ರಾಫಾ – ಗುಣಪಡಿಸುವ ದೇವರು. "ನಾನು ಯೋಹೋವನೇ ನಿಮಗೆ ಆರೋಗ್ಯದಾಯಕನು" (ನಿರ್ಗಮನ 15:26) ಎಂಬ ದೇವರ ವಾಗ್ದಾನವು ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದೊಂದಿಗೆ ಜೋಡಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಸ್ವರ್ಗೀಯತೆ, ಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಸ್ಥತೆಯ ಸಂಕೇತ. ಅದು ಮಾನವನ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆ – ದೇವರ ಕಡೆಗೆ – ಎತ್ತುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಬೈಬಲ್ ದೇವರನ್ನು ದಹಿಸುವ ಅಗ್ನಿ ಎಂದು ಸಹ ವರ್ಣಿಸುತ್ತದೆ (ಹೀಬ್ರಿಯ 12:29; ಧರ್ಮೋಪದೇಶ 4:24). ಪವಿತ್ರಾತ್ಮನು ಇಳಿದಾಗ ಅಗ್ನಿಜ್ವಾಲೆಗಳು ಕೆನ್ನಾಲಿಗೆಯಂತೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡವು (ಪ್ರೇರಿತರು 2:3). ಅಗ್ನಿಯ ಬಣ್ಣ ಶುದ್ಧೀಕರಣ, ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯ ಸಂಕೇತ. ಅದು ಪಾಪವನ್ನು ಕರಗಿಸಿ, ಹೊಸ ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುತ್ತದೆ.

ದೇವರು ರಾಜಾಧಿರಾಜನು. ಈ ರಾಜತ್ವವನ್ನು ನೇರಳೆ ಮತ್ತು ಚಿನ್ನದ ಬಣ್ಣಗಳು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರಭು ಯೇಸುವಿಗೆ ನೇರಳೆ ವಸ್ತ್ರ ತೊಡಿಸಲಾಯಿತು (ಮತ್ತಾಯ 27:28). ಅದು ಹಾಸ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟರೂ, ಅದರೊಳಗೆ ಅಡಗಿದ್ದ ಸತ್ಯ – ಯೇಸು ನಿಜವಾದ ರಾಜ. ಬಾಲ ಯೇಸುವಿಗೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅರ್ಪಿಸಿದ ಬಂಗಾರ ರಾಜತ್ವದ ಗುರುತು (ಮತ್ತಾಯ 2:11). ಪ್ರಕಟನೆ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಸ್ವರ್ಗೀಯ ನಗರವೇ ಶುದ್ಧ ಚಿನ್ನದಿಂದ ನಿರ್ಮಿತವಾಗಿದೆ (ಪ್ರಕಟನೆ 21:18). ಚಿನ್ನ ದೇವರ ಮಹಿಮೆ, ಶಾಶ್ವತತೆ ಮತ್ತು ಅಮೂಲ್ಯತೆಯ ಸಂಕೇತ.

ದೇವರ ವಾಕ್ಯದ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ ಮಿತಿ ಇಲ್ಲ. ಅದರ ರುಚಿ ಜೇನಿಗಿಂತಲೂ ಸಿಹಿ. ದೇವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ದೇವರು ನೀಡುವ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಧಿಗಳು ಅಸಂಖ್ಯಾತ. "ನಿನಗೆ ಗುಪ್ತ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಮರೆಮಾಡಿದ ನಿಧಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುವೆನು" (ಯೆಶಾಯ 45:3) ಎಂಬ ವಾಗ್ದಾನವು ದೇವರ ಸಿರಿ ಸಂಪತ್ತಿನ ಆಳವನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಿರಿ ಸಂಪತ್ತು ಲೋಕದ ಜ್ಞಾನದಿಂದಲೂ

26 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ಬಣ್ಣ: ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಮೌನ ಶಾಸ್ತ್ರ

ಸಿ. ಜೇನ್ ಪಾಯ್ಸ್, ಬೆಥನಿ

ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳ ತರಗತಿಗೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ಕ್ಷಣವೇ ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಮೊದಲು ತಾಕುವುದು ಬಣ್ಣಗಳು. ಗೋಡೆಗಳು, ಚಾರ್ಟ್‌ಗಳು, ಆಟಿಕೆಗಳು, ಪುಸ್ತಕಗಳು, ಕುರ್ಚಿ–ಮೇಜುಗಳು–ಎಲ್ಲವೂ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ಜೀವಂತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಲವರು ಇದನ್ನು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಲು ಅಥವಾ “ಕಲರ್ ಡೇ” ಆಚರಣೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಮನೋ ವಿಜ್ಞಾನಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ, ಸಣ್ಣ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿನ ಬಣ್ಣಗಳು ಕೇವಲ ಅಲಂಕಾರವಲ್ಲ. ಅವು ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವ ಮೌನ ಶಿಕ್ಷಕರು, ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸುವ ಆಂತರಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು, ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ದಿಕ್ಕು ನೀಡುವ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಾಧನಗಳು.

ಮಕ್ಕಳು ಮೊದಲಿಗೆ ಪದಗಳಿಂದ ಕಲಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಮೊದಲು ಕಲಿಯುವುದು ದೃಶ್ಯಗಳಿಂದ, ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳಿಂದ. ಭಾಷೆ ನಂತರ ಬರುತ್ತದೆ; ಅನುಭವ ಮೊದಲೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಮಹತ್ತರ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತರಗತಿ ಒಂದು ಪಾಠ ಶಾಲೆಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ; ಅದು ಒಂದು ಹೊಸ ಜಗತ್ತು. ಆ ಜಗತ್ತು ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಬಣ್ಣಗಳು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತವೆ.

ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸು ಇನ್ನೂ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವ ಹಂತದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಅವರ ಚಿಂತನೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ತರ್ಕಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಲ್ಪನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿರುತ್ತದೆ. ಶಿಸ್ತು, ಗಮನ, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎಂಬ ಪದಗಳು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಲು ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಬಣ್ಣಗಳು ಕ್ಷಣಾರ್ಧದಲ್ಲಿ ಸಂದೇಶವನ್ನು ತಲುಪಿಸುತ್ತವೆ. ಮೃದುವಾದ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಕೋಣೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಇರುವ ಜಾಗ ಸುರಕ್ಷಿತ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಹಳದಿ ಮತ್ತು ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣಗಳು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತವೆ. ಶಿಕ್ಷಕರು ಏನೂ ಹೇಳದೇ ಇದ್ದರೂ, ತರಗತಿಯ ಬಣ್ಣಗಳೇ ಮಕ್ಕಳ ನಡೆನುಡಿಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತವೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೇಳುವುದು ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಅತಿ ಸಂವೇದನ ಶೀಲರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಎಲ್‌ಕೆಜಿ, ಯುಕೆಜಿ, ಮೊದಲ ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ತರಗತಿಯ ಮಕ್ಕಳು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಮೊದಲ ಬಾರಿ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾದ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಅವರ ಆತಂಕವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಬಣ್ಣರಹಿತ, ಬೂದು ಅಥವಾ ಕಠಿಣ ವಾತಾವರಣ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಭಯ ಅಥವಾ ಬೇಸರ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ತರಗತಿ ಅವರಿಗೆ “ಇದು ನನ್ನ ಜಾಗ” ಎಂಬ ಭಾವನೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಈ ಭಾವನೆಯೇ ಕಲಿಕೆಗೆ ಮೊದಲ ಮೆಟ್ಟಿಲು.

ಬಣ್ಣಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪಾತ್ರವೆಂದರೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಮತೋಲನ. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ಅಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತಾರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅತಿಯಾದ ಉತ್ಸಾಹದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಮೃದುವಾದ ಬಣ್ಣಗಳು ಹಗುರ ನೀಲಿ, ಹಸಿರು, ಪಾಸ್ಟೆಲ್ ಛಾಯೆಗಳು–ಮಕ್ಕಳ ನರಮಂಡಲವನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಓದುವ ಮೂಲೆ, ಕಥೆ ಕೇಳುವ ಜಾಗ, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ

ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದೆಡೆ, ಹಳದಿ ಮತ್ತು ಕಿತ್ತಳೆ ಬಣ್ಣಗಳು ಉತ್ಸಾಹ, ಸ್ನೇಹಭಾವ ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತವೆ. ಆಟದ ಪ್ರದೇಶ, ಕಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಬಣ್ಣಗಳು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿಯುತವಾದುದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಗಮನಸೆಳೆಯ ಬೇಕಾದ ಚಾರ್ಟ್‌ಗಳಲ್ಲಿ. ಹೀಗೆ ಬಣ್ಣಗಳ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ ಎಂದರೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ಸಮತೋಲನದೊಂದಿಗೆ ಬಳಕೆ.

ಕಲಿಕೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿದರೆ, ಬಣ್ಣಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಗಮನ ಮತ್ತು ಸ್ಮರಣ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳು ಇನ್ನೂ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಕಲಿಯುತ್ತಿರುವ ಹಂತದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ. ಬಣ್ಣಗಳು ಸಹಜವಾಗಿ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಬಣ್ಣದ ಅಕ್ಷರಮಾಲೆ, ಸಂಖ್ಯೆಗಳು, ಆಕಾರಗಳು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ನೆನಪಾಗುತ್ತವೆ. ಕಪ್ಪು–ಬಿಳಿ ಪಠ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಬಣ್ಣದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮೆದುಳು ವೇಗವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಮನೋ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಸಾಬೀತಾಗಿದೆ.

ಬಹಳ ಶಾಲೆಗಳು ಬಣ್ಣದ ಮೂಲಕ ಪಾಠಗಳನ್ನು ವರ್ಗೀಕರಿಸುತ್ತವೆ ಸ್ವರಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಬಣ್ಣ, ವ್ಯಂಜನಗಳಿಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಬಣ್ಣ, ಗಣಿತಕ್ಕೆ ಒಂದು ಬಣ್ಣ, ಪರಿಸರ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಮತ್ತೊಂದು. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸರಳವಾಗಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಬಣ್ಣಗಳು ಇಲ್ಲಿ ಅಲಂಕಾರವಲ್ಲ; ಅವು ಚಿಂತನೆಯ ಸಾಧನಗಳು.

ಭಾಷಾ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲೂ ಬಣ್ಣಗಳು ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಮಕ್ಕಳು ಓದಲು ಕಲಿಯುವ ಮೊದಲು ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು "ಓದುತ್ತಾರೆ". ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ ಚಿತ್ರ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಪದಗಳು ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳ ನಡುವೆ ಸೇತುವೆಯಾಗುತ್ತವೆ. "ಹಸಿರು ಎಲೆ", "ನೀಲಿ ಆಕಾಶ", "ಕೆಂಪು ಹೂವು" ಎಂಬ ಪದಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೃಶ್ಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಬಣ್ಣಗಳು ಭಾಷೆಗೆ ಜೀವ ತುಂಬುತ್ತವೆ.

ನಡವಳಿಕೆ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲೂ ಬಣ್ಣಗಳು ಮೌನವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ "ಮಾಡಬೇಡ", "ಹೀಗೆ ಮಾಡು" ಎಂದು ಹೇಳುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಬಣ್ಣದ ಸಂಕೇತಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಸಿರು–ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ, ಹಳದಿ–ಜಾಗರೂಕತೆ, ಕೆಂಪು–ನಿಲ್ಲು ಎಂಬಂತೆ ಬಣ್ಣಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂದೇಶ ನೀಡಿದರೆ, ಮಕ್ಕಳು ಅದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮಕ್ಕಳ ಆತ್ಮಗೌರವಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ಕೊಡದೆ, ಸ್ವಯಂ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಲಿಸುತ್ತದೆ.

ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬಣ್ಣಗಳು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಸೃಜನಶೀಲತೆ ಐಷಾರಾಮಿ ಅಲ್ಲ; ಅದು ಅವಶ್ಯಕತೆ. ಬಣ್ಣಗಳಿರುವ ವಾತಾವರಣ ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಪನೆಗೆ ರೆಕ್ಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸುವಾಗ, ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚುವಾಗ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಒಳಗಿನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಂದು ಮಗು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗದ ಸಂತೋಷ ಅಥವಾ ನೋವನ್ನು ಬಣ್ಣಗಳ ಮೂಲಕ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಕಲಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲೂ ಬಣ್ಣಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲೂ ಬಣ್ಣಗಳು ಸಹಾಯಕ. ಬಿಸಿ (dark) ಬಣ್ಣಗಳು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು, ಮಾತನಾಡಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತವೆ. ಶೀತ (light) ಬಣ್ಣಗಳು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಗಮನ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ತರಗತಿಯ ವಿನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಈ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದಾಗ, ಮಕ್ಕಳು ಸಹಜವಾಗಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ – ಎಲ್ಲಿ ಆಟ, ಎಲ್ಲಿಶಾಂತಿ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆಹೇಳದೇ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಹುತೇಕ ಶಾಲೆಗಳು "ಕಲರ್ ಡೇ" ಆಚರಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಣ್ಣಗಳ ಪರಿಚಯಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಆರಂಭ. ಆದರೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ, ಬಣ್ಣಗಳ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ ಒಂದೇ ದಿನಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾಗಬಾರದು. ಬಣ್ಣಗಳು ದಿನನಿತ್ಯದ ಕಲಿಕೆಯ ಭಾಗವಾಗಬೇಕು. ನಿರಂತರವಾಗಿ, ಯೋಚನೆಯೊಂದಿಗೆ ಬಳಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಬಣ್ಣಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಒಳಗಿನ ಲೋಕವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ.

ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವೆಂದರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಸಂವೇದನೆ. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಅತಿಯಾದ ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ಬೇಗ ಅಶಾಂತಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಮೃದುವಾದ ವಾತಾವರಣ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ತರಗತಿ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ರೀತಿ ಅಲ್ಲ; ಅದು ಆಯ್ಕೆ ಮತ್ತು ಲವ ಚಿಕತೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಜಾಗ. ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯಕರ ತರಗತಿ ಎಂದರೆ, ಬಣ್ಣಗಳ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಆರಾಮ ನೀಡುವ ಸ್ಥಳ.

26 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ಫಾ. ಆರೋನ್ ವಾಸ್

ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು

ಧರ್ಮಸಭೆಯಲ್ಲಿ ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಬಣ್ಣಗಳು – ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರ, ಪರಂಪರೆಮತ್ತು ಅಧಿಕೃತ ದಾಖಲೆಗಳ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಕಾಥೋಲಿಕ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ದೈವಾರಾಧನೆ ಕೇವಲ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳ ಪಠಣವಲ್ಲ. ಅದು ದೇವರು ಮತ್ತು ಅವನ ಜನರ ನಡುವೆ ನಡೆಯುವ ಪವಿತ್ರ ಸಂವಾದ. ಈ ಸಂವಾದದಲ್ಲಿ ಪದಗಳಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಸಂಕೇತಗಳು, ಚಿಹ್ನೆಗಳು, ಮೌನ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಧರ್ಮಸಭೆಯ ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ಬಣ್ಣಗಳು ಅಲಂಕಾರಕ್ಕಾಗಿ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿಲ್ಲ; ಅವು ದೀರ್ಘವಾದ ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಚಿಂತನೆ, ಅಪೋಸ್ತಲಿಕ ಪರಂಪರೆ ಮತ್ತು ಅಧಿಕೃತ ಧರ್ಮಸಭಾ ನಿರ್ದೇಶನಗಳ ಫಲವಾಗಿವೆ.

ಇದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುವ ಪ್ರಮುಖ ದಾಖಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ Sacrosanctum Concilium (ವ್ಯಾಟಿಕನ್ ದ್ವಿತೀಯ ಮಹಾಸಭೆಯ ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಕುರಿತ ಸಂವಿಧಾನ). ಈ ದಸ್ತಾವೇಜು ದೈವಾರಾಧನೆಯನ್ನು "ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಜೀವದ ಶಿಖರ ಮತ್ತು ಮೂಲ" ಎಂದು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ (SC 10). ಅದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಲಿಟರ್ಜಿಯು ಮಾನವ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವಂತಿರಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ.ಇಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಮೂಲಕ ಹೃದಯವನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ಸಾಧನಗಳಾಗುತ್ತವೆ.

ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಲಿಟರ್ಜಿಕಲ್ ಬಣ್ಣಗಳ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವ ಇನ್ನೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಅಧಿಕೃತ ದಾಖಲೆ ಎಂದರೆ General Instruction of the Roman Missal (GIRM). ಇದು ರೋಮನ್ ಮಿಸ್ಸಲ್‌ನ ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿರ್ದೇಶನವಾಗಿದ್ದು, ಯಾಜಕ ವಸ್ತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಬಣ್ಣಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. GIRM ಸಂಖ್ಯೆ 346ರಲ್ಲಿ, ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಲಿಟರ್ಜಿಕಲ್ ಬಣ್ಣಗಳ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ:

"ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಬಣ್ಣಗಳ ಉದ್ದೇಶ, ಆಚರಿಸಲ್ಪಡುವ ರಹಸ್ಯಗಳ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಕ್ರೈಸ್ತ ಜೀವನದ ಪಥವನ್ನು ದೃಶ್ಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವುದು."

ಈ ಹೇಳಿಕೆಯೇ ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಬಣ್ಣಗಳು ಕೇವಲಸಂಪ್ರದಾಯವಲ್ಲ; ಅವು ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರದ ದೃಶ್ಯಭಾಷೆ. ಕಾಥೋಲಿಕ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಬಣ್ಣವೆಂದರೆ ಬಿಳಿ. GIRM ಪ್ರಕಾರ, ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣವು ಸಂತೋಷ, ಬೆಳಕು, ಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಪುನರುತ್ಥಾನದ ಸಂಕೇತ. ಕ್ರಿಸ್ತಮಸ್ ಮತ್ತು ಈಸ್ಟರ್ ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಕಾಲಗಳು ಯೇಸು ಕ್ರಿಸ್ತನ ಜನನ ಮತ್ತು ಪುನರುತ್ಥಾನದ ಮಹಾರಹಸ್ಯವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತವೆ. ದೇವಮಾತೆಯ ಹಬ್ಬಗಳು, ದೇವದೂತರ ಮತ್ತು ಶಹೀದರಲ್ಲದ ಸಂತರುಗಳ ಹಬ್ಬಗಳಲ್ಲೂ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ದೀಕ್ಷಾಸ್ನಾನ ಮತ್ತು ವಿವಾಹ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣ ಹೊಸ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮಸಭೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ, ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣವು "ಪಾಪದ ಮರಣದಿಂದ ಕೃಪೆಯ ಜೀವಕ್ಕೆ" ಸಾಗುವ ಆತ್ಮೀಯ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

"ನಾನು ಹೊಸದನ್ನು ಮಾಡುವೆನು." (ಯೆಶಾಯ 43:19)

ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ತೀವ್ರ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಯುತ ಬಣ್ಣ. GIRM ಇದನ್ನು ರಕ್ತ ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಯ ಸಂಕೇತವೆಂದು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಪೆಂಟೆಕೋಸ್ಟ್ ಹಬ್ಬದಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಬಳಕೆ, ಪವಿತ್ರಾತ್ಮನು ಅಗ್ನಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಪೋಸ್ತಲರ ಮೇಲೆ ಇಳಿದ ಘಟನೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಸುತ್ತದೆ (ಪ್ರೇಷಿತರು 2). ರಕ್ಷ ಸಾಕ್ಷಿ ಸಂತರುಗಳ ಹಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ತಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಕ್ಕಾಗಿ ರಕ್ತವನ್ನು ಸುರಿಸಿದರು. ಯೇಸುವಿನ ಯಾತನೆ ಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಬಣ್ಣ, ಪ್ರೀತಿಯ ಪರಮ ತ್ಯಾಗವನ್ನು ಮೌನವಾಗಿ ಸಾರುತ್ತದೆ. ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ಧರ್ಮಸಭೆಯನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತದೆ: ವಿಶ್ವಾಸ ಕೇವಲ ಮಾತಲ್ಲ; ಅದು ಸಾಕ್ಷ್ಯ ಮತ್ತು ತ್ಯಾಗ.

ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ, ಮೌನ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಸಂಕೇತ. GIRM ಮತ್ತು ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ ಪ್ರಕಾರ, ಆಗಮನ ಕಾಲ ಮತ್ತು ತಪಸ್ಸು ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಧರ್ಮಧ್ಯಾಕ್ಷರ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣವನ್ನು "ಆತ್ಮಪರಿಶೀಲನೆ ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷೆಯ ಬಣ್ಣ" ಎಂದು ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗಮನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣ ಯೇಸುವಿನ ಆಗಮನಕ್ಕಾಗಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಹ್ವಾನವಾಗಿದ್ದರೆ, ತಪಸ್ಸು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅದು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಸಂಕೇತ. ಈ ಬಣ್ಣ ಧರ್ಮಸಭೆಯನ್ನು ಹೊರಗಿನ ಶೋಭೆಯಿಂದ ಒಳಗಿನ ಮೌನದ ಕಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.

ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಲದ ಬಣ್ಣ. ಇದು ಜೀವನ, ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರತೆಯ ಸಂಕೇತ. GIRM ಪ್ರಕಾರ, ಹಸಿರು ಬಣ್ಣವು ಕ್ರೈಸ್ತ ಜೀವನದ ದಿನನಿತ್ಯದ ಪಯಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ವಿಶೇಷ ಹಬ್ಬಗಳ ಉತ್ಸಾಹವಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಿತ್ಯದ ನಿಷ್ಠೆ. ಧರ್ಮಸಭೆ ನಮಗೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ: ವಿಶ್ವಾಸ ಕೇವಲ ಹಬ್ಬದ ದಿನಗಳಲ್ಲೇ ಅಲ್ಲ; ಅದು ಪ್ರತಿದಿನದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಸಸ್ಯದಂತಿದೆ. ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಈ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ದೃಶ್ಯ ಸಂಕೇತ.

ಗುಲಾಬಿ (ರೋಸ್) ಬಣ್ಣ ಅಪರೂಪವಾಗಿ, ಆದರೆ ಆಳವಾದ ಅರ್ಥದೊಂದಿಗೆ ಬಳಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. GIRM ಪ್ರಕಾರ, ಆಗಮನ ಕಾಲ ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರ (Gaudete Sunday) ಮತ್ತು ತಪಸ್ಸು ಕಾಲದ ನಾಲ್ಕನೇ ಭಾನುವಾರ (Laetare Sunday) ಗುಲಾಬಿ ಬಣ್ಣ ಬಳಸಬಹುದು. ಇದು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪದ ಕಾಲದ ಮಧ್ಯೆ ಕಾಣುವ ಸಂತೋಷದ ಕಿರಣ. Sacrosanctum Concilium ದೈವಾರಾಧನೆಯು ಕ್ರೈಸ್ತ ಜೀವನದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅನುಭವವನ್ನು ದುಃಖ ಮತ್ತು ಆನಂದ ಎರಡನ್ನೂ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಗುಲಾಬಿ ಬಣ್ಣ ಈ ಸಮತೋಲನದ ಸಂಕೇತ.

ಕಪ್ಪು/ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣ ಮೃತರ ಅಂತಿಮ ಸಂಸ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದಾದ ಬಣ್ಣ. GIRM ಇದನ್ನು ಅನುಮತಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಕಡ್ಡಾಯವಲ್ಲ. ಕಪ್ಪು ದುಃಖ ಮತ್ತು ಮೌನದ ಸಂಕೇತವಾದರೂ, ಕಾಥೋಲಿಕ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ನಿರಾಶೆಯಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಇಚಿದಿನ ದೈವಾರಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪಿನ ಬದಲು ನೇರಳೆ ಅಥವಾ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ – ಪುನರುತ್ಥಾನದ ನಿರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಲು. ಇದು ಕ್ರೈಸ್ತ ಮರಣದ ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ.

ಕಾಥೋಲಿಕ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಧೈವಾರಾಧನೆಯ ಬಣ್ಣಗಳು ಯಾಜಕರ ವಸ್ತ್ರಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಲ್ಲ. ಅವು ಬಲಿಪೀಠದ ಅಲಂಕಾರ, ಲಿಟರ್ಜಿಕಲ್ ವಸ್ತುಗಳು, ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ಧರ್ಮಧ್ಯಾಕ್ಷರ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾರ, ಬಣ್ಣಗಳ ಸಮರ್ಪಕ ಬಳಕೆ ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಗಂಭೀರತೆ ಮತ್ತು ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಅತಿಶಯ ಅಲಂಕಾರದಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಧೈವಾರಾಧನೆಯ ಸೌಂದರ್ಯವು ಸರಳತೆಯಲ್ಲೇ ಮಿಂಚಬೇಕು.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಧಿಕೃತ ದಾಖಲೆಗಳು ನಮಗೆ ಒಂದು ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ: ಕಾಥೋಲಿಕ ಧರ್ಮಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಅಲಂಕಾರವಲ್ಲ; ಅವು ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರದ ದೃಶ್ಯ ಪಾಠಗಳು. ಓದಲು ಬಾರದವರಿಗೂ, ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ, ಸರಳ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳಿಗೂ ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಬಣ್ಣಗಳು ದೇವರ ಸಂದೇಶವನ್ನು ತಲುಪಿಸುತ್ತವೆ. ಬಣ್ಣಗಳು ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುತ್ತವೆ, ಹೃದಯವನ್ನು ತೆರೆಯುತ್ತವೆ, ಮತ್ತು ಆತ್ಮವನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾಲದ ಭಾವನೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತವೆ.

ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕಾದರೆ, ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಬಣ್ಣಗಳು ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಜೀವಂತ ಪರಂಪರೆಯ ಭಾಗ.ಅವು ಶತಮಾನಗಳಿಂದ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತ ಬಂದಿವೆ. Sacrosanctum Concilium ಹೇಳುವಂತೆ,

26 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ: ಆಯುರ್ವೇದದ ಅಮೂಲ್ಯ ಬಣ್ಣ

ಬ್ರದರ್ ಸಚಿನ್ ಮೊಂತೇರೊ,
ಬೆಂಗಳೂರು

ಇಂದಿನ ಬದುಕು ಅತಿ ವೇಗವಾಗಿದೆ. ಸ್ಪರ್ಧೆ, ಗುರಿ, ಸಮಯದ ಒತ್ತಡ, ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಅವಲಂಬನೆ – ಇವೆಲ್ಲವೂನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ದಣಿಸುತ್ತಿವೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಆತಂಕ, ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ, ಚಡಪಡಿಕೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕೊರತೆ, ಮರೆತಿ ಹೋಗುವಿಕೆ ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಈಗ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಹಿರಿಯರವರೆಗೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ "ಹಾನಿಯಿಲ್ಲದ, ಸಹಜ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಪರಿಹಾರ"ವನ್ನು ಹುಡುಕುವ ಮನಸ್ಸು ಸಹಜ. ಅಂಥ ಹುಡುಕಾಟದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮದೇ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯೊಳಗಿರುವ ಆಯುರ್ವೇದವು ಮತ್ತೆ ನಮ್ಮ ಗಮನ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ.ಆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಅಮೂಲ್ಯ ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ.

ಶಂಖದ (ಕೋಣೆ) ಆಕಾರದ ಹೂವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಸಸ್ಯಕ್ಕೆ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ಎಂಬ ಹೆಸರು ಬಂದಿದೆ. ನೋಡಲು ಸಣ್ಣದು, ಸರಳವಾದ ಸಸ್ಯವಾದರೂ ಅದರೊಳಗಿನ ಔಷಧೀಯ ಶಕ್ತಿ ಅತ್ಯಂತ ಆಳವಾದುದು. ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯನ್ನು "ಮೇಧ್ಯ ರಸಾಯನ" ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ–ನೆನಪು, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನಕ್ಕೆ ನೆರವಾಗುವ ವಿಶೇಷ ಔಷಧಿ.

ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ Convolvulus pluricaulis ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಈ ಸಸ್ಯ ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲೇ ಸಹಜವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ ನೀಲಿ ಅಥವಾ ಬಿಳಿ ಹೂವುಗಳು, ಹಸಿರು ಎಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಮೃದು ಕಾಂಡವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯ ಬೇರು, ಎಲೆ, ಹೂ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗಕ್ಕೂ ಔಷಧೀಯ ಮೌಲ್ಯವಿದೆ. ಇದು ಆಯುರ್ವೇದದ "ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಸ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ತತ್ವವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ಅದು ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಎರಡಕ್ಕೂ ಸಮತೋಲನ ತರುವ ಔಷಧಿ ಎನ್ನುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ತಂಪು ಗುಣವಿದ್ದು, ಮೃದುವಾದ ರುಚಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ವಾತ, ಪಿತ್ತ ಮತ್ತು ಕಫ ಈ ಮೂರೂ ದೋಷಗಳನ್ನು ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸುವಶಕ್ತಿ ಇದಕ್ಕಿದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನರಮಂಡಲದ ಮೇಲೆ ಇದರ ಪ್ರಭಾವ ಶಾಂತಿದಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಅತಿಯಾಗಿ ಚಿಂತಿಸುವ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ತಣಿಸುವ ಗುಣ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯಲ್ಲಿದೆ.

ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಧ್ಯಯನಗಳೂ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಆಲ್ಕಲಾಯ್ಡ್‌ಗಳು, ಫ್ಲಾವನಾಯ್ಡ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಆಂಟಿ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್‌ಗಳು ಮೆದುಳಿನ ನರಕೋಶಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಕೆಲವು ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ, ನೆನಪು ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಕೊರತೆ, ಹಾಗೂ ಕೆಲವು ನ್ಯೂರೋಲಾಜಿಕಲ್

"ನಂಬಿಕೆಯು ಕಾಣದಿರುವ ವಸ್ತುಗಳ ದೃಢ ನಂಬಿಕೆ." (ಹೀಬ್ರೂ 11:1)

ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯು ಸಹಕಾರಿ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ, ಪುರಾತನ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಆಧುನಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಇಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ.

ಇಂದಿನ ಜೀವನ ಶೈಲಿಗೆ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ಬಹಳ ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿವೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಓದನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ವೃತ್ತಿಪರರು ನಿರಂತರ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ದಣಿವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಿರಿಯರು ವಯಸ್ಸಿನ ಕಾರಣದಿಂದ ನೆನಪು ಕುಗ್ಗುವುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ಸಹಜವಾಗಿ ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಮೆದುಳನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡು ಗುಣಗಳ ಸಂಗಮವೇ ಇದನ್ನು ವಿಶಿಷ್ಟ ಔಷಧಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಆತಂಕ ಇಂದಿನ ಯುಗದ ಮೌನ ಶತ್ರುಗಳು. ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಗಳ ಮುಂದೆ ಕಳೆಯುವ ದೀರ್ಘ ಸಮಯ, ನಿರಂತರ ಮಾಹಿತಿಯ ಹೊಡೆತ, ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲೇಬೇಕು ಎಂಬ ಒತ್ತಡ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ನರಮಂಡಲವನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಒಂದು ಸಮತೋಲನದ ನೆಲೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ಸಹಕಾರಿ ಎಂಬುದು ಗಮನಾರ್ಹ. ಇದರ ಆಂಟಿ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ ಗುಣ ರಕ್ತನಾಳಗಳನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ, ರಕ್ತಸಂಚಾರವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸಮತೋಲನಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುತ್ತದೆ.ಜೊತೆಗೆ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಯ ಮೇಲೂ ಇದು ಒಳ್ಳೆಯ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಜೀರ್ಣರಸವನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದರಿಂದ ಅನ್ನದ ಜೀರ್ಣ ಮತ್ತು ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಶೋಷಣೆ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಜೀರ್ಣ, ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮತ್ತು ಹಸಿವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಸಹಾಯಕ.

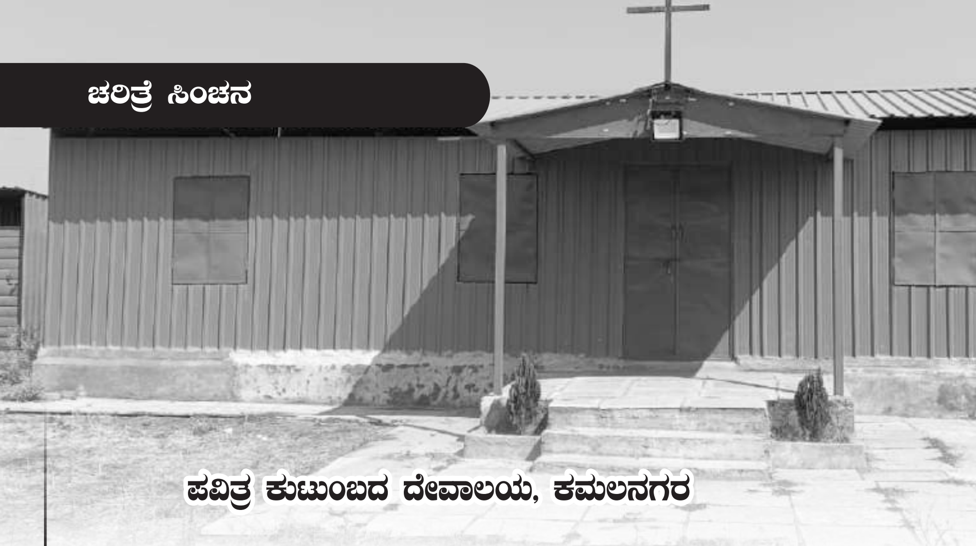
ಚರ್ಮದ ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿಯೂ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯ ಪಾತ್ರ ಗಮನಾರ್ಹ.ಸೂರ್ಯತಾಪ, ಅಲರ್ಜಿ, ವಯಸ್ಸಿನ ಗುರುತುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ಇದರ ಶಮನಕಾರಿ ಗುಣ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.ಒಳಗಿನಿಂದ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ಗುಣ ಇರುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಸಹಜವಾದ ಹೊಳಪು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ಇಂದಿನ ಬಹುತೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಮೂಲವಾಗಿದೆ. ನಿರಂತರ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದಿಂದ ರಾತ್ರಿ ನಿದ್ರೆ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯನ್ನು ರಾತ್ರಿ ಹಾಲಿನ ಜೊತೆಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ, ನರಮಂಡಲ ಸಡಿಲಗೊಂಡು ನಿದ್ರೆ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿದ್ರಾ ಗುಳಿಗೆಗಳಂತೆ ತಕ್ಷಣದ ಪರಿಣಾಮ ನೀಡದೇ ಇದ್ದರೂ, ಸಹಜವಾಗಿ ನಿದ್ರೆಯ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ.

ಬಳಕೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ಇಂದು ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಚೂರ್ಣ, ಅರಿಷ್ಠ ಅಥವಾ ಸಿರಪ್, ಟ್ಯಾಬ್ಲೆಟ್ ಅಥವಾ ಕ್ಯಾಪ್ಸುಲ್, ತೈಲ ಮತ್ತು ಕಷಾಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಬ್ರಹ್ಮಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಬಳಸಿದರೆ ಇದರ ಮೇಧ್ಯ ಗುಣ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಆಯುರ್ವೇದದ ಅನುಭವ. ತಲೆನೋವಿಗೆ ತೈಲವಾಗಿ ಬಳಕೆ, ಗಾಯ ಅಥವಾ ವಾತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಷಾಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗ ಹೀಗೆ ಬಹುಮುಖ ಬಳಕೆ ಇದಕ್ಕಿದೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಓದಿನ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ, ಯುವಕರು ಕೆಲಸದ ದಣಿವಿನಲ್ಲಿ, ಹಿರಿಯರು ನೆನಪು ಕುಗ್ಗುವ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಉಪಯುಕ್ತ. ಆದರೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು, ಕಡಿಮೆ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಇರುವವರು ಅಥವಾ ಇತರ ಔಷಧಿಗಳನ್ನುನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಸೇವಿಸುವವರು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯುವುದು ಅಗತ್ಯ.

ಈ ವೇಗದ ಯುಗದಲ್ಲಿ calm mind ಮತ್ತು sharp brain ಎರಡೂ ಅಗತ್ಯ. ಒಂದರ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಸಹ ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಶಂಖಪುಷ್ಪಿ ಈ ಎರಡನ್ನೂ ಸಹಜವಾಗಿ, ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಆದರೆ ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕವಾಗಿ ನೀಡಬಲ್ಲದು. ನಮ್ಮ ಪುರಾತನ ಆಯುರ್ವೇದ ಜ್ಞಾನವು ಇಂದಿಗೂ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಸ್ತುತ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಶಂಖಪುಷ್ಪಿಯೇ ಒಂದು ಜೀವಂತ ಉದಾಹರಣೆ.



ಫಾ. ವಿನ್ಸೆಂಟ್ ಲೋಬೊ
ಕಮಲನಗರ

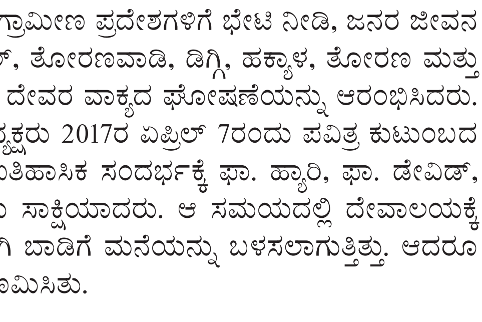
ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯ, ಕಮಲನಗರ

ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯ, ಡಿಗ್ಗಿ ಕಮಲನಗರವು ಗುಲ್ಬರ್ಗಾ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಮತ್ತು ಮಹತ್ವದ ಅಧ್ಯಾಯವಾಗಿದೆ. ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ ಗಡಿಯ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ ಕಮಲನಗರ ಪ್ರದೇಶವು ಬೀದರ್‌ನಿಂದ ಸುಮಾರು ಅರವತ್ತು ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದಲ್ಲಿದ್ದು, ಇಲ್ಲಿ ಮರಾಠಿ, ಹಿಂದಿ ಹಾಗೂ ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಮಾತನಾಡುವ ಜನರು ವಾಸಿಸುತ್ತಾರೆ. 2017ರ ಮೊದಲು ಈ ಪ್ರದೇಶವು ಔರಾದ್ ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದು, ನಂತರ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ತಾಲೂಕಾಗಿ ಘೋಷಿಸಲಾಯಿತು. ಐವತ್ತನಾಲ್ಕು ಗ್ರಾಮಗಳು ಹಾಗೂ ಹದಿನೆಂಟು ಪಂಚಾಯತ್‌ಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಈ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನ್ಯೂ ಅಪೋಸ್ತಲಿಕ್ ಮತ್ತು ಮೆಥೊಡಿಸ್ಟ್ ಚರ್ಚುಗಳು ಹಲವು ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ತಮ್ಮ ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ್ದರೂ, ಕ್ಯಾಥೋಲಿಕ್ ಚರ್ಚ್‌ಗೆ ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಿರ ಹಾಜರಾತಿ ಇರಲಿಲ್ಲ.

ಈ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಮನಗಂಡ ಗುಲ್ಬರ್ಗಾ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಅತೀ ವಂ. ಡಾ. ರಾಬರ್ಟ್ ಮೈಕೆಲ್ ಮಿರಾಂಡಾ ಅವರು, ಕಮಲನಗರ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಕಾಥೋಲಿಕ ಕ್ರೈಸ್ತ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಬೇಕೆಂಬ ದೃಢ ನಿಶ್ಚಯ ಕೈಗೊಂಡರು. ಅದರ ಫಲವಾಗಿ 2017ರಲ್ಲಿ ನಿಟ್ಟೂರು ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿದ್ದ ಫಾ. ವಿಲ್ಬರ್ಟ್ ಲೋಬೊ ಅವರಿಗೆ ಕಮಲನಗರದಲ್ಲಿ ಸುವಾರ್ತಾ ಸೇವೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸಲಾಯಿತು. ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಗುಡಪಳ್ಳಿ ಉಜಿನಿ ಧರ್ಮಕೇಂದ್ರ ಮೂಲದ ಕಟೆಕಿಸ್ಟ್ ಶ್ರೀ ಸ್ಯಾಮುವೇಲ್ ಅವರನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸಲಾಯಿತು.

ಫಾ. ವಿಲ್ಬರ್ಟ್ ಲೋಬೊ ಅವರು ಸುವಾರ್ತಾ ಮನೋಭಾವದೊಂದಿಗೆ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ಜನರ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಹೊರಂಡಿ, ಕೋಟೆಗ್ಯಾಲ್, ತೋರಣವಾಡಿ, ಡಿಗ್ಗಿ, ಹಕ್ಯಾಳ, ತೋರಣ ಮತ್ತು ಗಣೇಶವಾಡಿ ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆಮನೆ ಭೇಟಿ, ಭಜನೆ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಹಾಗೂ ದೇವರ ವಾಕ್ಯದ ಘೋಷಣೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಜನರ ಭಕ್ತಿ ವಿಶ್ವಾಸ, ಆಸಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿನಂತಿಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರು 2017ರ ಏಪ್ರಿಲ್ 7ರಂದು ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯ, ಕಮಲನಗರವನ್ನು ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ಈ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಫಾ. ಹ್ಯಾರಿ, ಫಾ. ಡೇವಿಡ್, ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಹೋದರಿ ಸಿ. ಲೀನೆಟ್ ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಗ್ರಾಮಗಳ ಭಕ್ತರು ಸಾಕ್ಷಿಯಾದರು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಸ್ವಂತ ಕಟ್ಟಡ ಇರಲಿಲ್ಲ; ಗುರುಗಳ ವಾಸ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕ ಸೇವೆಗಳಿಗಾಗಿ ಬಾಡಿಗೆ ಮನೆಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೂ ಅದೇ ಸ್ಥಳವು ಭವಿಷ್ಯದ ಶಾಶ್ವತ ದೇವಾಲಯದ ಕನಸಿಗೆ ಬೀಜವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿತು.

ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯದ ಆರಂಭಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಹೋದರಿಯರ ಸೇವೆ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿತ್ತು. ಸೇಂಟ್ ಜೋಸೆಫ್ ಆಫ್ ಶಾಂಬೆರಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಿ. ಲೀನೆಟ್ ಅವರು ಡಿಗ್ಗಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಡಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಾಸವಿದ್ದು, ಬಾಲಜ್ಯೋತಿ ಶಿಕ್ಷಕಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಇಂದೂಮತಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಗ್ರಾಮಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಮಕ್ಕಳ ಶಿಕ್ಷಣ, ಮಹಿಳಾ ಜಾಗೃತಿ, ಧಾರ್ಮಿಕ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದರು. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ



ದೇವಾಲಯವು ಕೇವಲ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಕೇಂದ್ರವಲ್ಲದೆ, ಜನರ ಬದುಕನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಧಾರ್ಮಿಕ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿಯೂ ಬೆಳೆದಿತು.

ಫಾ. ವಿಲ್ಬರ್ಟ್ ಲೋಬೊ ಅವರ ವರ್ಗಾವಣೆಯ ನಂತರ, 2018ರ ಮೇ 30ರಂದು ಫಾ. ರಾಬರ್ಟ್ MSFS ಅವರನ್ನು ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯದ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿ ನೇಮಿಸಲಾಯಿತು. ಅವರು ಒಂದು ವರ್ಷ ಕಾಲ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ, ದೇವಾಲಯದ ಸುವಾರ್ತ ಹಾಗೂ ಆಡಳಿತಾತ್ಮಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದರು. 2019ರ ಏಪ್ರಿಲ್ 29ರಂದು ಸಂತೂರ್ ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿದ್ದ ಫಾ.ಡೇವಿಡ್ ಅವರನ್ನು ಕಮಲನಗರ ದೇವಾಲಯದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಹೊಣೆಗಾರರಾಗಿ ನೇಮಿಸಲಾಯಿತು. ಇದೇ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ "ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯ, ಕಮಲನಗರ" ಎಂಬ ಹೆಸರನ್ನು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಯಿತು.

ಫಾ.ಡೇವಿಡ್ ಅವರು ವಾರಕ್ಕೆ ಮೂರು ದಿನ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಜನರೊಂದಿಗೆ ನಿಕಟ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. 2020ರ ಜುಲೈ 14ರಂದು ಅವರನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಕರನ್ನಾಗಿ ನೇಮಿಸಲಾಯಿತು.ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಹೋದರಿಯರಾದ ಸಿ. ಲೀನೆಟ್ ಮತ್ತು ಸಿ. ಪುಷ್ಪಾ ಅವರನ್ನು ಅವರ ಪ್ರಾಂತೀಯ ಅಧಿಕಾರಿಗೆ ಅವರನ್ನು ಹಿಂದಿರುಗಿಸಿಕೊಂಡರು. ಅವರು 2020ರ ಮಾರ್ಚ್ 30ರಂದು ಸೇವೆಯಿಂದ ನಿರ್ಗಮಿಸಿದರೂ, ಫಾ. ಡೇವಿಡ್ ಅವರು ಯಾವುದೇ ಅಡಚಣೆಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಬಾಡಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಾಸವಿದ್ದು, ಹೊರಂಡಿ, ಕಮಲನಗರ, ಡಿಗ್ಗಿ, ಕೋಟೆಗ್ಯಾಲ್, ಹಕ್ಯಾಳ, ತೋರಣ, ತೋರಣವಾಡಿ ಮತ್ತು ಗಣೇಶವಾಡಿ ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ಭಜನೆ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ದೇವರ ವಾಕ್ಯದ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರು.

ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯದ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ತಿರುವು 2021ರ ಮಾರ್ಚ್ 23ರಂದು ಸಂಭವಿಸಿತು. ಈ ದಿನ ಡಿಗ್ಗಿ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಮೂರುವರೆ ಎಕರೆ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಖರೀದಿ ಮಾಡಿ, ಗುಲ್ಬರ್ಗಾ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಲಾಯಿತು. ಬೋರ್‌ವೆಲ್ ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯುತ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡು, ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತ ದೇವಾಲಯ ಮತ್ತು ಗುರುಗಳ ನಿವಾಸ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ದೃಢವಾದ ನೆಲೆ ಸಿದ್ಧವಾಯಿತು.

ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲೇ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಉಪದೇವಾಲಯಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳತೊಡಗಿದವು. ಹೊರಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಶಿಶು ಯೇಸು ದೇವಾಲಯ, ಕೋಟೆಗ್ಯಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇಂಟ್ ಜೋಸೆಫ್ ದೇವಾಲಯ, ಗಣೇಶವಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಸ್ತ ರಾಜ ದೇವಾಲಯ ಹಾಗೂ ಹಕ್ಯಾಳದಲ್ಲಿ ಸೇಂಟ್ ಆಂಟನಿ ದೇವಾಲಯಗಳು ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿದ್ದು, ಅವುಗಳ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ದುಬೈನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವ ಲೇ ಭಕ್ತರಿಂದ ಸ್ಥಾಪಿತವಾದ ಗುಡ್‌ವಿಲ್ ಮಿಷನ್ ಗ್ರೂಪ್ ಮಹತ್ವದ ನೆರವು ನೀಡಿತು. ಇದು ಲೇ ಭಕ್ತರ ಸಕ್ರಿಯ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದ ಜೀವಂತ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದೆ.

ದೇವಾಲಯದ ಸೇವೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ವಿಸ್ತಾರವಾದಂತೆ, ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರು ಜೀಸಸ್ ಮೇರಿ ಜೋಸೆಫ್ (JMJ) ಸಹೋದರಿಯರನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದರು. 2021ರ ಡಿಸೆಂಬರ್ 15ರಂದು ಜೆ.ಎಂ.ಜೆ ನಿವಾಸದ ಉದ್ಘಾಟನೆ ಮತ್ತು ಆಶೀರ್ವಾದ ನಡೆಯಿತು. ಸಹೋದರಿಯರು ಡಿಗ್ಗಿಯಲ್ಲಿ ವಾಸವಿದ್ದು, ಗ್ರಾಮ ಭೇಟಿ, ಮಕ್ಕಳ ಟ್ಯೂಷನ್, ಧಾರ್ಮಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ, MCA ಮತ್ತು ICYM ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡರು.2025, ಮಾರ್ಚ್ 19ರಂದು ಡಿಗ್ಗಿಯಲ್ಲಿ ಯಾಜಕ ನಿವಾಸ, ಧರ್ಮಭಗಿನಿಯರ ಕಾನ್ವೆಂಟ್ ಹಾಗೂ ಕಮ್ಯೂನೊ ಇಂಡಿಯಾ ಸಂಸ್ಥೆಯ ವತಿಂದಿ ಜ್ಞಾನಮಂದಿರ ಸಭಾಂಗಣವನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಲಾಯಿತು.

ಇಚಿದಿನ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯ, ಕಮಲನಗರದ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯನ್ನು ಫಾ. ವಿನ್ಸೆಂಟ್ ಲೋಬೊ ಅವರು ವಹಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರಸ್ತುತ ದೇವಾಲಯದ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಅವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮಕೇಂದ್ರದ ಪಾಲನಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಇನ್ನಷ್ಟು ಸಂಘಟಿತವಾಗುತ್ತಾ, ಸಮುದಾಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿವೆ. ಜೂನ್ 11ರಂದು ಬಸವನಗರ ಹಳ್ಳಿಯ 15 ಕುಟುಂಬಗಳು ಸೇರ್ಪಡೆಗೊಂಡವು. ಪ್ರಸ್ತುತ ಧರ್ಮಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ 7 ಹಳ್ಳಿಗಳಿದ್ದು, ಪ್ರತಿ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲೂ ಬೋಧನಾ ತರಗತಿಗಳು ಹಾಗೂ ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಈ ರೀತಿ, ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕಾಥೋಲಿಕ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಹಾಜರಾತಿಯೇ ಇರದಿದ್ದ ಕಮಲನಗರ ಪ್ರದೇಶವು ಇಂದು ಪವಿತ್ರ ಕುಟುಂಬದ ದೇವಾಲಯದ ಮೂಲಕ ವಿಶ್ವಾಸ, ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಆಶೆಯ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿದೆ.

"ನೀತಿವಂತರು ಆಕಾಶದ ನಕ್ಷತ್ರಗಳಂತೆ ಹೊಳೆಯುವರು." (ದಾನಿಯೇಲ 12:3)

ಫಾ. ಸಚಿನ್ ಕ್ರಿಷ್ಟಿ
ಗುಲ್ಬರ್ಗ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರ

ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿನಲ್ಲಿ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರದ ಅದ್ಭುತ

ಕಾಥೋಲಿಕ ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಬಡಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮಹಾಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಯೇಸು ಕ್ರಿಸ್ತರು ನಿಜವಾಗಿ, ಸಜೀವವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹಾಜರಿರುವುದು. ಇದು ಕೇವಲ ತಾತ್ವಿಕ ಘೋಷಣೆಯಲ್ಲ; ಶತಮಾನಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಬಲಿಪೂಜೆ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧ ಜೀವನದ ಮೂಲಕ ಅನುಭವಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಜೀವಂತ ವಿಶ್ವಾಸ. "ಇದು ನನ್ನ ದೇಹ, ಇದು ನನ್ನ ರಕ್ತ" ಎಂಬ ಯೇಸುವಿನ ವಚನಗಳು ಕಾಲಾಂತರಕ್ಕೂ ಮೀರಿ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಿಜವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಕೆಲ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ದೇವರು ಮಾನವ ದುರ್ಬಲತೆಯನ್ನು ಮನಗಂಡು, ಈ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ದೃಢಪಡಿಸುವಂತೆ ಅಸಾಧಾರಣ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ಅಂಥ ಒಂದು ದೈವಿಕ ಸಂಕೇತವೇ ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿನ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರ ಅದ್ಭುತ.

ಕೇರಳದ ಕಣ್ಣೂರು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಶಾಂತ ಗ್ರಾಮವಾದ ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರು ತನ್ನ ಸರಳ ಬದುಕು ಮತ್ತು ಆಳವಾದ ವಿಶ್ವಾಸ ಜನರಿಂದಲೇ ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೂ, 2013ರ ನವೆಂಬರ್ 15ರಂದು ಈ ಗ್ರಾಮವು ಜಾಗತಿಕ ಕಾಥೋಲಿಕ ಸಮುದಾಯದ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯಿತು. ಯಾವುದೇ ಘೋಷಿತ ಮಹೋತ್ಸವವಿಲ್ಲದೆ, ಯಾವುದೇ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಿಲ್ಲದೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ದಿನದ ಪವಿತ್ರ ಬಲಿಪೂಜೆಯ ಮಧ್ಯೆ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರದಲ್ಲಿ ಯೇಸುವಿನ ಸನ್ನಿಧಾನವೇ ಅಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಪ್ರಕಟವಾಯಿತು.

ಆ ದಿನ ಕ್ರಿಸ್ತ ರಾಜ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯ ಪವಿತ್ರ ಬಲಿಪೂಜೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಸಮರ್ಪಣೆಯ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಯಾಜಕರು ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಕಪ್ಪು ಗುರುತನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರು. ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅದು ಅಲ್ಪ ಚುಕ್ಕಿಯಂತೆ ಕಂಡರೂ, ಬಲಿಪೂಜೆ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಆ ಗುರುತು ನಿಧಾನವಾಗಿ "ದೊಡ್ಡದಾಗುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗುತ್ತಾ" ಬದಲಾಗತೊಡಗಿತು. ಕೆಲವೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದು ಒಂದು ಮಾನವ ಮುಖದ ಆಕಾರವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿತು. ಕ್ರಮೇಣ ಅದು ಯೇಸು ಕ್ರಿಸ್ತನ ಮುಖದಂತೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿತು ಕಣ್ಣುಗಳನೋಟ, ಮುಖದ ಆಕಾರ ಮತ್ತು ಅದರಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದ ಗಂಭೀರವಾದ ಶಾಂತಿ. ಇದು ಯಾವುದೇ ಕಲ್ಪನೆ ಅಥವಾ ಭ್ರಮೆಯಲ್ಲ; ಪವಿತ್ರ ಬಲಿಪೂಜೆಯ ಮಧ್ಯೆ ದೇವರ ಸನ್ನಿಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ಅಪೂರ್ವ ಕ್ಷಣವಾಗಿತ್ತು.

ಈ ಅದ್ಭುತದ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಅನೇಕ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರ ಅದ್ಭುತಗಳಂತೆ ಇಲ್ಲಿ ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿ ಮಾಂಸ ಅಥವಾ ರಕ್ತವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿನ ಘಟನೆ ಒಂದು "ಮೃದುವಾದ" ಮತ್ತು ಶಾಂತ ಸಂಕೇತವಾಗಿತ್ತು ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯ ಮೇಲೆಯೇ ಉಳಿದ, ಹೊಳೆಯುವ, ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡ ಯೇಸುವಿನ ಮುಖ. ಇದೇ ಈ ಘಟನೆಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಂತರಿಕ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನಾತ್ಮಕವಾಗಿಸಿದೆ.

ಈ ದೃಶ್ಯವನ್ನು ಕಂಡ ಯಾಜಕರು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳು ಮೌನದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಗದ್ದಲವಿರಲಿಲ್ಲ, ಅತಿರೇಕವಿರಲಿಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ದೇವರ ಹಾಜರಾತಿಯ ಅರಿವಿನಿಂದ ತುಂಬಿದ ಪವಿತ್ರ ಮೌನ ಆವರಿಸಿತ್ತು. ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯನ್ನು ಅತ್ಯಂತ

ಗೌರವದಿಂದ ಸಂರಕ್ಷಿಸಲಾಯಿತು. ಸುದ್ದಿ ಹರಡಿದರೂ, ಭಕ್ತರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಅಲ್ಲ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಈ ಮಹತ್ವದ ಘಟನೆಯ ಕುರಿತು ಪ್ರಮಾಣೀಕರಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಸುಮಾರು ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ನಡೆಯಿತು. ಚರ್ಚ್ ಯಾವುದೇ ಅಸಾಧಾರಣ ಘಟನೆಗೆ ತ್ವರಿತವಾಗಿ "ಅದ್ಭುತ" ಎಂಬ ಮುದ್ರೆ ಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ; ಪ್ರಕೃತಿಕ ಕಾರಣಗಳ ಎಲ್ಲ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಳ್ಳಿಹಾಕಿದ ನಂತರವೇ ಅಂತಿಮ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಮೊದಲ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ಸಿರೋ–ಮಲಬಾರ್ ಚರ್ಚಿನ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಯೋಗವು ಪವಿತ್ರ ಆಸನದ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಆಳವಾದ ಧಾರ್ಮಿಕ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿತು. ಈ ಅಧ್ಯಯನದ ಬಳಿಕ ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯನ್ನು "ದೈವತ್ವದ ಅವಶೇಷ (Relic of Divinity)" ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಯಿತು. ನಂತರ ನಡೆದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ, ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾಣುಗಳು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ Serratia marcescens), ಶಿಲೀಂಧ್ರಗಳು, ರಾಸಾಯನಿಕ ಮಾಲಿನ್ಯ ಅಥವಾ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ವಂಚನೆ ಮುಂತಾದ ಎಲ್ಲ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ತಳ್ಳಿಹಾಕಲಾಯಿತು.

ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ ಅಂಶವೆಂದರೆ, ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯ ಮೇಲಿನ ಯೇಸುವಿನ ಮುಖ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆಯಿಲ್ಲದೆ ಉಳಿದಿರುವುದು. ಅದನ್ನು ಟ್ಯಾಬರ್ನಾಕಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿದಾಗಲೂ, ನಂತರ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರಾಧನೆಗಾಗಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿದಾಗಲೂ, ಆ ಚಿತ್ರ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿಯೇ ಮುಂದುವರಿದಿತ್ತು. ಈ ನಿರಂತರತೆ ಚರ್ಚಿನ ಅಂತಿಮ ನಿರ್ಣಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿತು.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ದಾಖಲೆಗಳು ಮತ್ತು ವರದಿಗಳನ್ನು 2020ರ ಜನವರಿಯಲ್ಲಿ ರೋಮ್‌ಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಯೋಗದಿಂದ ಅಂತಿಮ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ವಿವೇಚನೆಯ ನಂತರ, 2025ರ ಮೇ 9ರಂದು, ಈ ಘಟನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ವ್ಯಾಟಿಕನ್‌ನ ಅಧಿಕೃತ ಮಾನ್ಯತೆ ಅಪೋಸ್ತೋಲಿಕ್ ನುಂಚಿಯೋ ಮೂಲಕ ಭಾರತಕ್ಕೆ ತಿಳಿಸಲಾಯಿತು.ಈ ಮೂಲಕ ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿನ ಘಟನೆಗೆ "ನಿಜವಾದ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರ ಅದ್ಭುತ" (bona fide miracle) ಎಂಬ ಘೋಷಣೆ ದೊರಕಿತು. ಈ ಅಧಿಕೃತ ಮಾನ್ಯತೆಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಮೇ 31ರಂದು ಘೋಷಣಾ ಪವಿತ್ರ ಬಲಿಪೂಜೆ ಅತ್ಯಂತ ಭಕ್ತಿಭಾವದಿಂದ ಕ್ರಿಸ್ತ ರಾಜ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಒಂದು ದಶಕಕ್ಕೂ ಹಿಂದೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದ್ದ ಈ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರ ಅದ್ಭುತವನ್ನು ಚರ್ಚ್ ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಘೋಷಿಸಿದ ಈ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಸಾವಿರಾರು ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳು ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿಗೆ ಹರಿದು ಬಂದರು. ಈ ಗಂಭೀರ ಆಚರಣೆಗೆ ಅಪೋಸ್ತೋಲಿಕ್ ನುಂಚಿಯೋ ಅವರು ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ವಹಿಸಿ, ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರದ ಆಳವಾದ ರಹಸ್ಯದ ಕುರಿತು ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ಧ್ಯಾನಿಸುವಂತೆ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳಿಗೆ ಕರೆ ನೀಡಿದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಸಂದೇಶದಲ್ಲಿ, ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರವನ್ನು ದೈವಿಕ ಪ್ರೀತಿಯ ಮತ್ತು ಏಕತೆಯ ಜೀವಂತ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ವರ್ಣಿಸಿದರು.

ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿನ ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರ ಅದ್ಭುತವು ನಮಗೆ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಸ್ಮರಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ವಿಧಿವಿಧಾನವಲ್ಲ; ಅದು ಯೇಸುವಿನ ಜೀವಂತ ಹಾಜರಾತಿಯ ಅನುಭವ. "ನಾನು ಜೀವದ ರೊಟ್ಟಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ ಯೇಸು, ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯ ಮೂಲಕ ತನ್ನನ್ನೇ ನಮಗೆ ಆಹಾರವಾಗಿ ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ಆ ಆಹಾರವು ನಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಪೋಷಿಸಿ, ನಮ್ಮ ಬದುಕನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸಬೇಕು. ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಯೇಸುವಿನ ಮುಖ, "ನನ್ನ ಮುಖವನ್ನು ನೀನು ಲೋಕಕ್ಕೆ ತೋರಿಸುತ್ತೀಯಾ?" ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವಿಶ್ವಾಸಿಯ ಮುಂದಿಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿ, ಸೇವೆ, ನ್ಯಾಯ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮೆಯ ಮೂಲಕ ಕ್ರಿಸ್ತನ ಮುಖವನ್ನು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವುದೇ ಈ ಅದ್ಭುತದ ನಿಜವಾದ ಫಲ.

ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರು ಇಂದು ಕೇವಲ ಒಂದು ಅದ್ಭುತದ ಸ್ಥಳವಲ್ಲ; ಅದು ಪರಮ ಸಂಸ್ಕಾರದ ಹೃದಯವನ್ನು ನೆನಪಿಸುವ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿದೆ. ಸಾಕ್ಷ್ಯವನ್ನು ಬೇಡುವ ಯುಗದಲ್ಲಿ ದೇವರು ನಮಗೆ ಸಾಕ್ಷ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಹಾಜರಾತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ಹಸಿದಿರುವ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಯೇಸು ತನ್ನನ್ನೇ ಆಹಾರವಾಗಿ ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ಪವಿತ್ರ ರೊಟ್ಟಿಯಲ್ಲೇ, ವಿಲಕ್ಕನ್ನೂರಿನಲ್ಲಿ, ಯೇಸು ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ತನ್ನ ಜನರತ್ತ ಮುಖ ಮಾಡಿ ಮೌನವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ "ನಂಬಿರಿ, ಆರಾಧಿಸಿರಿ, ಮತ್ತು ಈ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಬದುಕಿರಿ."

ಧರ್ಮಸಭೆಗೆ ಬಣ್ಣವಾಗುವ ಯುವಜನರು

ಮಾಲಾಶ್ರೀ, ಹುಮ್ನಾಬಾದ್

ಯಾವುದೇ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಶಕ್ತಿ ಎಂದರೆ ಅವರಲ್ಲಿರುವ ಯುವಜನರು. ಇತಿಹಾಸವನ್ನು ತೆರೆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಹತ್ತರ ಬದಲಾವಣೆಯ ಹಿಂದೆ ಯುವಜನರ ಉತ್ಸಾಹ, ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಕನಸುಗಳು ನಿಂತಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಇಂದಿನ ಯುವಕರ ಕೈಯಲ್ಲೇ ನಾಳೆಯ ಸಮಾಜದ ದಿಕ್ಕು, ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಜೀವಂತಿಕೆ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರದ ಭವಿಷ್ಯ ಅಡಗಿದೆ. ಯುವಕರು ಕೇವಲ ಭವಿಷ್ಯದ ನಾಯಕರು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ; ಅವರು ಇಂದಿನ ಕಾಲದ ಜೀವಂತ ಶಕ್ತಿ, ಚಿಂತನೆಯ ಚಿಲುಮೆ ಮತ್ತು ಬದಲಾವಣೆಯ ದೂತರು.

ಇಂದಿನ ಸಮಾಜ ಹಲವಾರು ಸಂಕೀರ್ಣ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅಸಮಾನತೆ ದಿನೇ ದಿನೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಬಡತನ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯ ಅಂತರ ವಿಸ್ತಾರವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅಜ್ಞಾನ, ಅಶಿಕ್ಷಣ, ನಿರುದ್ಯೋಗ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ, ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಸೇವನೆ, ನೈತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಕುಸಿತ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಮಾಜದ ಮುಖವನ್ನು ಮಸುಕುಗೊಳಿಸುತ್ತಿವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯುವಕರು ಕೇವಲ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಾಗಿ ಉಳಿಯಬಾರದು. ಅವರು ಸಮಾಜದೊಳಗೆ ಬಣ್ಣದಂತೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕು. ಬಣ್ಣ ಎಂದರೆ ಕೇವಲ ಅಲಂಕಾರವಲ್ಲ; ಅದು ಜೀವಂತಿಕೆಯ ಸಂಕೇತ, ಸೌಂದರ್ಯದ ಭಾಷೆ, ಭರವಸೆಯ ಗುರುತು. ಯುವಕರು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಬಣ್ಣವಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಬದುಕು ಸುಂದರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯುವಜನರಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ.ಅವರಲ್ಲಿ ಶಾರೀರಿಕ ಬಲವೂ ಇದೆ, ಬೌದ್ಧಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಇದೆ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಆಳವೂ ಇದೆ. ಆದರೆ ಈ ಶಕ್ತಿ ಸರಿಯಾದ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಹರಿಯದಿದ್ದರೆ ಅದು ನಾಶಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಯುವಕರು ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ತಮ್ಮದೇ ಎಂದು ಅರಿಯಬೇಕು. ಸಮಾಜದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಹೊಂದಿ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕುವ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಬೇಕು. ಸಾಮಾಜಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿ, ನೈತಿಕತೆ, ಮಾನವೀಯತೆ ಮತ್ತು ದೇಶ ಪ್ರೇಮ ಇವು ಯುವಕರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅಡಿಪಾಯವಾಗಬೇಕು. ಇವುಗಳೇ ಅವರು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ತರುವ ನಿಜವಾದ ಬಣ್ಣಗಳು.

ಇಂದು ಯುವಜನರು ಸಮಾಜದ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮದೇ ಛಾಪು ಮೂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ರಾಜಕೀಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೊಸ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ತರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕ್ರೀಡೆಯಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರಕ್ಕೆ ಗೌರವ ತರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ತೆರೆದಿದ್ದಾರೆ. ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕಲೆ, ಸಾಹಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೃಷಿಯಲ್ಲೂ ಯುವಕರು ಹೊಸ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಚಿಂತನೆಯ ಮೂಲಕ ಭರವಸೆಯ ಬೆಳಕು ಮೂಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಯುವಕರ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಜೀವಂತ ಸಾಕ್ಷಿ.

ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಯುವಜನರ ಪಾತ್ರ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ಡಿಜಿಟಲ್ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಯುವಜನರು ಸಮಾಜವನ್ನು ಜೋಡಿಸುವ ಸೇತುವೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಮಾಹಿತಿ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲೆಡೆ ತಲುಪಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಅವರ

ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ. ಆದರೆ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕೇವಲ ಉಪಕರಣ. ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ಯುವಕರ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿದೆ. ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಮಾಜದ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ, ಬಡವರ ಶಕ್ತೀಕರಣಕ್ಕಾಗಿ, ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಬಳಸಿದಾಗ, ಯುವಕರು ನಿಜವಾದ ಬಣ್ಣವಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯುವಕರು ಧರ್ಮಸಭೆಗೆ ಬಣ್ಣವಾಗ ಬೇಕಾಗಿದೆ. ಧರ್ಮಸಭೆ ಕೇವಲ ಕಟ್ಟಡಗಳ ಸಮೂಹವಲ್ಲ; ಅದು ಜೀವಂತ ಸಮುದಾಯ. ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಜೀವಂತಿಕೆ ಅದರ ಯುವಜನರಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಯುವಜನರ ಉತ್ಸಾಹ, ಸೃಜನಶೀಲತೆ, ಪ್ರಶ್ನಿಸುವ ಮನೋಭಾವ ಮತ್ತು ಸೇವಾ ಮನಸ್ಸು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಧರ್ಮಸಭೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮೌನವಾಗುತ್ತದೆ. ಯುವಜನರು ಇದ್ದರೆ ಧರ್ಮಸಭೆ ಉಸಿರಾಡುತ್ತದೆ.

ಯುವಜನರು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಸೇವಾಕಾರ್ಯ, ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯದ ಹೋರಾಟ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಮಾಧ್ಯಮ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಮತ್ತು ಸಮಾಜ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದಾಗ ಧರ್ಮಸಭೆಗೆ ಹೊಸ ಸೌಂದರ್ಯ ಬರುತ್ತದೆ. ಅವರ ಹಾಡುಗಳು ಧರ್ಮಸಭೆಗೆ ಧ್ವನಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಅವರ ನಗು ಧರ್ಮಸಭೆಗೆ ಜೀವ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅವರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಧರ್ಮಸಭೆಯನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಚಿಂತನೆಗೆ ತಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅವರ ಹುಡುಕಾಟ ಧರ್ಮಸಭೆಯನ್ನು ಕಾಲದೊಂದಿಗೆ ಸಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಎಲ್ಲವೂ ಧರ್ಮಸಭೆಗೆ ಬಣ್ಣ.

ಯುವಜನರು ಧರ್ಮಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಅನುಯಾಯಿಗಳಾಗಿ ಅಲ್ಲ, ಸಹಭಾಗಿಗಳಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು. ಅವರು ನೇತೃತ್ವ ವಹಿಸಬೇಕು, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊತ್ತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಸೇವೆಯ ಮೂಲಕ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಬೇಕು. ಧರ್ಮಸಭೆಯ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಸಮಾಜದ ಮಧ್ಯೆ ಜೀವಂತವಾಗಿ ಬದುಕುವ ಮೂಲಕ ತೋರಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಜೀವನವೇ ಒಂದು ಸಂದೇಶವಾಗಬೇಕು.

ಯುವಜನರು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಏಕತೆ, ಸೌಹಾರ್ದತೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವಹಿಸಬೇಕು. ಧರ್ಮ, ಜಾತಿ, ಭಾಷೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಎಂಬ ಬೇಧಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಮಾನವೀಯತೆಯನ್ನು ಮೊದಲಿಗೆ ಇಡುವ ಮನೋಭಾವ ಯುವಕರಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಇಂತಹ ಮನೋಭಾವವೇ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಬಣ್ಣ ತರುತ್ತದೆ ಸಹೋದರತ್ವದ ಬಣ್ಣ, ಶಾಂತಿಯ ಬಣ್ಣ.

ಶಿಕ್ಷಣ ಯುವಜನರ ಪ್ರಮುಖ ಶಕ್ತಿ. ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಕ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಬಹುದು. ಆದರೆ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಕೇವಲ ಉದ್ಯೋಗದ ಸಾಧನವಾಗಿ ನೋಡದೆ, ಬದುಕನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ನೋಡಬೇಕು. ಶಿಕ್ಷಣವು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಲು, ಸತ್ಯ ಹುಡುಕಲು, ನ್ಯಾಯಕ್ಕಾಗಿ ನಿಲ್ಲಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಬೇಕು. ಸಾಮಾಜಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಯನ್ನು ಅರಿತು, ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆ, ಹಸಿರು ಕ್ರಾಂತಿ, ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಅಭಿಯಾನ, ರಕ್ತದಾನ ಶಿಬಿರಗಳು, ಗ್ರಾಮಾಭಿವೃದ್ಧಿ, ಬಡವರ ಸೇವೆ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಯುವಜನರು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸಮಾಜದ ಕ್ಯಾನ್ವಾಸ್ ಮೇಲೆ ಯುವಜನರು ಹಾಕುವ ಬಣ್ಣಗಳು.

ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿ ಯುವಜನರ ಪಾತ್ರ ವಿಶೇಷವಾಗಿದೆ. ಭೂಮಿ, ನೀರು, ಗಾಳಿ, ಅರಣ್ಯ ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಮೂಲ. ಪರಿಸರವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು ಕೇವಲ ಕರ್ತವ್ಯವಲ್ಲ; ಅದು ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ನಾವು ನೀಡುವ ಉಡುಗೊರೆ. ಈ ಅರಿವು ಯುವಜನರಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದರೆ, ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಬರುತ್ತದೆ ಜೀವದ ಬಣ್ಣ.

ಯುವಜನರು ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡಬೇಕು. ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಬಂಧಿತರಾಗದೆ, ಹೊಸ ಕಾಲಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅದನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಪರಂಪರೆ ಮತ್ತು ನವೀನತೆಯ ನಡುವೆ ಸೇತುವೆಯಾಗುವ ಶಕ್ತಿ ಯುವಜನರಲ್ಲಿದೆ. ಅವರು ಹೊಸ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಬೇಕು.

ಯುವಜನರ ನೈತಿಕತೆ, ಶ್ರಮ, ತ್ಯಾಗ ಮತ್ತು ಬದ್ಧತೆಗಳಿಂದಲೇ ರಾಷ್ಟ್ರ ಬಲಿಷ್ಠವಾಗುತ್ತದೆ. ಯುವಜನರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸತ್ಯ, ನ್ಯಾಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ, ಸಮಾಜ ತಾನೇ ರೂಪಾಂತರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅವರು ಬದಲಾವಣೆಯ ದೂತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಂದಲೇ ಹೊಸ ಸಮಾಜ, ಹೊಸ ಧರ್ಮಸಭೆ, ಹೊಸ ಭಾರತ ನಿರ್ಮಾಣ ಸಾಧ್ಯ.

26 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು

ಡಿಜಿಟಲ್ ಬಣ್ಣದ ಹಿಂದಿರುವ ಅಪಾಯದ ಕಣ್ಣು

ಫಾ ರೋಶನ್ ಡಿ'ಸೋಜ

ಇಂದಿನ ಡಿಜಿಟಲ್ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಮಾನವನ ಬದುಕಿನ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದೆ. ಮಾಹಿತಿ, ಶಿಕ್ಷಣ, ಸಂವಹನ, ಮನರಂಜನೆ ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದು ಸ್ಪರ್ಶದ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ. ಈ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವು ಮಾನವ ಬದುಕನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸಿದೆ, ವೇಗವಂತಗೊಳಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತನ್ನು ನಮ್ಮ ಕೈಗೆ ತಂದಿದೆ. ಆದರೆ ಇದೇ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಜಾಗೃತಿಯಿಲ್ಲದೆ, ಮಿತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಬಳಸಿದರೆ ಅದು ಮೌನವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಸಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಪಾಯವೂ ಇದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅಶ್ಲೀಲ ಹಾಗೂ ಅತಿ ಸಂವೇದನಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆ ಇಂದು ಗಂಭೀರ ಚಿಂತನೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ.

ಬಹುಮಂದಿಗೆ ಇದು "ಖಾಸಗಿ ಆಯ್ಕೆ" ಅಥವಾ "ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ" ಎಂದು ಕಾಣಬಹುದು. ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಶ್ಲೀಲ ವಿಷಯಗಳು ಕೇವಲ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವವಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ; ಅವು ಮನಸ್ಸಿನ ಕಾರ್ಯ ವೈಖರಿಯನ್ನು, ಸಂಬಂಧಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನು ಮತ್ತು ಬದುಕಿನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ತಕ್ಷಣ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವು ಮೌನವಾಗಿ, ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಆದರೆ ಆಳವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಇಂದಿನ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ನಮಗೆ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತದೆ ನಾವು ನೋಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಿಷಯವೂ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ದಾಖಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ; ಅದು ಡಿಜಿಟಲ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿಯೂ ದಾಖಲೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯಾವ ವಿಷಯವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತೇವೆ, ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಅದರಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತೇವೆ, ಯಾವ ದೃಶ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಆಲ್ಗೊರಿದಮ್‌ಗಳು ಗಮನಿಸುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಲಿಕೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ: ಒಂದೆಡೆ ನಮ್ಮ ಮೆದುಳು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ, ಇನ್ನೊಂದೆಡೆ 'ಗೂಗಲ್' ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಕಲಿಯುತ್ತವೆ.

ಒಮ್ಮೆ ಅಶ್ಲೀಲ ಅಥವಾ ಹಾಟ್ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಶುರುವಾಯಿತೆಂದರೆ, ಅದೇ ರೀತಿಯ ವಿಷಯಗಳು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ನಮ್ಮ ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಇದು ಯಾದೃಚ್ಛಿಕವಲ್ಲ. ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತೆ ನಮ್ಮ ಆಸಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಅವನ್ನೇ ಬಲಪಡಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ವಿಷಯವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ; ಆದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಆ ವಿಷಯವೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮಸುಕಾಗ ತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಅಶ್ಲೀಲ ವಿಷಯಗಳು ತ್ವರಿತ ಪ್ರಚೋದನೆ ಮತ್ತು ಕ್ಷಣಿಕ ಆನಂದವನ್ನು ನೀಡುವಂತೆ ವಿನ್ಯಾಸಗೊಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಇವು ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಡೋಪಮೈನ್ ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕದ ಅತಿಯಾದ ಬಿಡುಗಡೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಡೋಪಮೈನ್ ಆನಂದದ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದರೂ, ಅದರ ಅತಿಯಾದ ಮತ್ತು ನಿರಂತರ ಬಿಡುಗಡೆ ಮೆದುಳಿನ ಸಹಜ ಸಂತೋಷ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ನೈಜ ಜೀವನದ ಸಹಜ ಸಂತೋಷಗಳು–ಸ್ನೇಹ, ಕುಟುಂಬ, ಸಂಬಂಧ, ಸೇವೆ, ಸಾಧನೆ ಇವು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅಪ್ರಭಾವಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ವಿಷಯವನ್ನು ಬಳಸುವುದಿಲ್ಲ; ವಿಷಯವೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಳಸಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಯೇ ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ. ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ ಎಂಬುದು ಕೇವಲ ದೈಹಿಕ ಅನುಭವವಲ್ಲ; ಅದು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಂಪರ್ಕ, ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವ ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿರುತ್ತದೆ. ಅಶ್ಲೀಲ ವಿಷಯಗಳ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆ ಈ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ಅರ್ಥವನ್ನೇ ವಿರೂಪಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನೈಜ ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ತೃಪ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು, ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಅತಿರೇಕವಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಣೆ ಕುಗ್ಗುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ಕಂಡುಬರುವ ಪರಿಣಾಮಗಳು. ಈಗ ಮತ್ತೊಂದು ಗಂಭೀರ ಆಯಾಮವನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಅಶ್ಲೀಲ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳ ಸುತ್ತ ದೊಡ್ಡ ಡಿಜಿಟಲ್ ವಂಚನಾ ಜಾಲವಿದೆ. ಅನೇಕ ಅಶ್ಲೀಲ ತಾಣಗಳು ಕೇವಲ ವಿಷಯ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ; ಅವು ಬಳಕೆದಾರರ ಡೇಟಾವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತವೆ. ನಕಲಿ ಜಾಹೀರಾತುಗಳು, ವೈರಸ್ ಲಿಂಕ್‌ಗಳು, ಫೇಕ್ ಅಪ್ಲಿಕೇಶನ್‌ಗಳು, ಹಣಕಾಸು ವಂಚನೆ, ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬ್ಲ್ಯಾಕ್‌ಮೇಲ್‌ನ ಅಪಾಯವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದುರ್ಬಲತೆ, ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಖಾಸಗಿ ಹುಡುಕಾಟ ಇತಿಹಾಸ ಇವೆಲ್ಲವೂ ವಂಚಕರಿಗೆ ಸುಲಭವಾದ ಉಪಕರಣಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ ನೈತಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆಯಲ್ಲದೆ, ಗೌರವ ಮತ್ತು ಭದ್ರತೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಪ್ರಶ್ನೆ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ: ನಾವು ಯಾವಾಗ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಬಳಕೆದಾರರಿಂದ ಅದರ ದಾಸರಾಗುತ್ತೇವೆ? "ಇದಿಲ್ಲದೆ ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಅನ್ನಿಸಿದಾಗ, "ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು" ಎಂದುಕೊಂಡರೂ ನಿಲ್ಲಿಸಲಾಗದಾಗ, ಅಥವಾ "ಇದು ನನ್ನ ಬದುಕಿನ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತಿದೆ" ಎಂದು ಅರಿತರೂ ಮುಂದುವರಿಸಿದಾಗ ಅಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕೈ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ. ಸಮಯ, ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಇಚ್ಛಾಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಗಳು ಮೌನವಾಗಿ ಹಾನಿಗೊಳಗಾಗುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಡಿಜಿಟಲ್ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಅತ್ಯಂತ ಅಗತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯಂತೆ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಸಾಧನಗಳ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯೂ ಅನಿವಾರ್ಯ. ಬ್ರೌಸರ್ ಹಿಸ್ಟರಿ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಶೆ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಕ್ಲೀನ್ ಮಾಡುವುದು, ಅಶ್ಲೀಲ ತಾಣಗಳನ್ನು ಬ್ಲಾಕ್ ಮಾಡುವುದು, ಅನಗತ್ಯ ಸಬ್ಸ್ಕ್ರಿಪ್ಷನ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುವುದು, ಸುರಕ್ಷಿತ ಫಿಲ್ಟರ್ ಅಥವಾ ಪೋಷಕ ನಿಯಂತ್ರಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಇವೆಲ್ಲವೂ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕ್ರಮಗಳಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ; ಇವು ಆತ್ಮನಿಯಂತ್ರಣದ ಅಭ್ಯಾಸಗಳೂ ಹೌದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಫೋನ್ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಡಿಜಿಟಲ್ ಉಪವಾಸ ನೀಡುವುದೂ ಅಗತ್ಯ.

ಆದರೆ ಕೇವಲ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ನಿಯಂತ್ರಣ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸು ಖಾಲಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ ವ್ಯಸನ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.ಮನಸ್ಸು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿದ್ದಾಗ ಅದು ಕರಗುತ್ತದೆ. ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಓದು, ಸೇವೆ, ಆರೋಗ್ಯಕರ ಸ್ನೇಹ, ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಸಮಯ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಲ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಸಮಸ್ಯೆ ಅನ್ನಿಸಿದರೆ ವೃತ್ತಿಪರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯುವುದು ದುರ್ಬಲತೆ ಅಲ್ಲ; ಅದು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಸೂಚನೆ.

ಅಶ್ಲೀಲ ವ್ಯಸನವನ್ನು ಅಪರಾಧವಾಗಿ ನೋಡುವ ಬದಲು, ಅದನ್ನು ಸಹಾಯ ಬೇಕಾದ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿ ನೋಡಬೇಕು. ಅಪರಾಧಬೋಧ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಒಂಟಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಂಭಾಷಣೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿ ಪರಿಹಾರದ ದಾರಿಯನ್ನು ತೆರೆದು ಕೊಡುತ್ತವೆ. ಧರ್ಮಸಭೆ, ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸಮಾಜ ಇಲ್ಲಿ ಬೆಂಬಲದ ವಾತಾವರಣ ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕು ದಂಡನೆಯಲ್ಲ, ಗುಣಪಡಿಸುವ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ವಿಚಾರಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಒಂದು ಸತ್ಯ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಶ್ಲೀಲ ವಿಷಯಗಳ ಅತಿಯಾದ ಬಳಕೆ ಕೇವಲ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆಯ್ಕೆಯ ವಿಷಯವಲ್ಲ. ಅದು ಮೆದುಳು, ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸಮಾಜದ ನಡುವಿನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವಹನ. ನಾವು ನೋಡುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಹುಡುಕುವುದನ್ನು ಆಲ್ಗೊರಿದಮ್ ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಎಚ್ಚರವಾಗಿರದಿದ್ದರೆ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಾವು ದಾಸರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದು ಭಯವಲ್ಲ ಅರಿವು. ನಿರಾಕರಣೆಯಲ್ಲ ನಿಯಂತ್ರಣ. ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ನಮ್ಮ ಸೇವಕವಾಗಬೇಕು; ನಮ್ಮ ಅಧಿಪತಿಯಾಗಬಾರದು. ಈ ಜಾಗೃತಿ ಬೆಳೆದಾಗಲೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗೌರವ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ, ಸಂಬಂಧಗಳು ಆರೋಗ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಸಮಾಜ ಸಮತೋಲನದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಂದಿನ ಯುವಜನರು ಕೇವಲ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಬಳಕೆದಾರರಾಗಿರಬಾರದು; ಅವರು ಜಾಗೃತ ಬಳಕೆದಾರರಾಗಬೇಕು. ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಳಸುವ ಕೈಗೂ, ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಶಿಕ್ಷಣ ಅಗತ್ಯ. ಈ ಶಿಕ್ಷಣವೇ ನಿಜವಾದ ಡಿಜಿಟಲ್ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ.

2 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ

ಅವಳ ಮಾತು ನನ್ನೊಳಗೆ ಬಿತ್ತನೆಯಾಯಿತು. ನಾನು ಅರಿತುಕೊಂಡೆ ನಾವು ದಿನನಿತ್ಯ ಬಳಸುವ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವನದ ದೊಡ್ಡ ಅರ್ಥಗಳು ಅಡಗಿವೆ. ಮುಂದಿನ ದಿನ ನಾನು ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಅದೇ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡೆ. ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರು, ಬೆಳಕು, ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ. ಮಕ್ಕಳ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದ ಆಶ್ಚರ್ಯ, ಅವರ ನಗುವಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಶುದ್ಧ ಸಂತೋಷ ನನ್ನನ್ನು ಮತ್ತೆ ನೆಲೆಗೆ ತಂದು ನಿಲ್ಲಿಸಿತು. ಅವರು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಕೇವಲ ಆ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು.

ಅಂದು ನನಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಯಿತು ಬದುಕು ನೀರಿನಂತೆ. ಪಾರದರ್ಶಕವೂ ಹೌದು, ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದೂ ಹೌದು. ನಾವು ಅದಕ್ಕೆ ಏನು ಹಾಕುತ್ತೇವೋ, ಅದೇ ಅದರ ಬಣ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೋಪ, ಅಸಹನೆ, ಭಯ ಇವು ಬದುಕನ್ನು ಮಸುಕಾಗಿಸುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರೀತಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ನಂಬಿಕೆ, ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಳಕು ಹಾಕಿದರೆ ಸಾಧಾರಣ ಬದುಕೂ ಸುವರ್ಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂತೋಷ ಎಂದರೆ ದೊಡ್ಡ ಸಂಭ್ರಮವಲ್ಲ. ದೊಡ್ಡ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲೂ ಅಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದು ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರಲ್ಲೇ ಅಡಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ ಅರಿಶಿನದಲ್ಲೇ ಮಿಂಚಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನೋಡಲು, ಅನುಭವಿಸಲು, ಕ್ಷಣಕಾಲ ನಿಲ್ಲಲು ಮನಸ್ಸು ಬೇಕು.

ಆ ದಿನದಿಂದ ನಾನು ಆ ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಜೀವನ ಬಣ್ಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿದಾಗ, ಮತ್ತೆ ಬೆಳಕು ಹುಡುಕುತ್ತೇನೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಬೆಳಕು ಇದ್ದರೆ ಸಾಕು. ಬಣ್ಣಗಳು ತಾನೇ ಬರುತ್ತವೆ. ಬದುಕು ಮತ್ತೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೆ ಜೀವಂತವಾಗುತ್ತದೆ.

6 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ

ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ಎದೆ ಭಾಗದೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಬೆರಳು ಉಂಗುರ ಬೆರಳು. ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಎದೆ ಕಟ್ಟುವಿಕೆ ಇದ್ದಾಗ ನೀಲಿ ಅಥವಾ ಆಕಾಶ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಅತ್ಯಂತ ಸಹಾಯಕ.ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಉಸಿರಾಟದ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ತಣಿಸುತ್ತದೆ, ಉರಿಯೂತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎದೆ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.ಕೆಮ್ಮು ತಕ್ಷಣ ಉಂಟಾಗಿರುವುದಾದರೆ ಬಲ ಕೈಯ ಉಂಗುರ ಬೆರಳಿಗೆ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿರಂತರ ಕೆಮ್ಮು, ರಾತ್ರಿ ಕೆಮ್ಮು, ಎದೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದರೆ ಎಡ ಕೈಯ ಉಂಗುರ ಬೆರಳಿಗೆ ನೀಲಿ ಅಥವಾ ನೀಲಿ–ನೇರಳೆ ಮಿಶ್ರ ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.

ಬಣ್ಣವನ್ನು ಬೆರಳಿನ ಬೇಸಿನಿಂದ ತುದಿವರೆಗೆ ಮೃದುವಾಗಿ ಹಚ್ಚಿ, ಕನಿಷ್ಠ ಮೂವತ್ತರಿಂದ ನಲವತ್ತೈದು ನಿಮಿಷ ಹಾಗೆಯೇ ಇರಲು ಬಿಡಬೇಕು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯ. ಮೂಗಿನಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಉಸಿರೆಳೆದು, ಬಾಯಿಂದ ಮೃದುವಾಗಿ ಬಿಡುವುದು ಈ ಸರಳ ಉಸಿರಾಟ ಕ್ರಮ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಳಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಹಿರಿಯರಲ್ಲಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಈ ವಿಧಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ರಾತ್ರಿ ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಎದೆ ಕಟ್ಟುವಿಕೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದನ್ನು ಹಲವರು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಕಫ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವ ಎದೆಗೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣವನ್ನು ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಸಮತೋಲನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಜ್ವರ, ತೀವ್ರ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಅಥವಾ ಎದೆ ನೋವು ಇದ್ದರೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆ ಅಗತ್ಯ.ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲಿ ಪೂರಕ ಮಾತ್ರ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಂಶ ಇದೆ ಆತುರ ಬೇಡ. ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚುವುದು ಯಂತ್ರದ ಕೆಲಸವಲ್ಲ. ಅದು ದೇಹದೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸುವ ಮೌನ ಸಂವಾದ. ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ, ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಧ್ಯಾನ ಅಥವಾ ಮೌನದೊಂದಿಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ದೇಹ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆರಳಿಗೆ ಬಣ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಒಂದು ಆಳವಾದ ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ: ಗುಣಮುಖತೆ ಹೊರಗಿಂದ ಮಾತ್ರ ಬರುವುದಲ್ಲ; ಅದು ನಮ್ಮೊಳಗೆಯೇ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಸರಳವಾಗಿ ಒಂದು ಬಣ್ಣವನ್ನು ಬೆರಳಿಗೆ ಹಚ್ಚುವುದು, ದೇಹದೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ ಬೆಳೆಸುವ, ಅದರ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳುವ ಒಂದು ನಾಜೂಕಾದ ಪ್ರಯತ್ನ. ಇಂದಿನ ವೇಗದ, ಒತ್ತಡದ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಸರಳ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಮತ್ತು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಭಾಗವಾಗಬೇಕಿವೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ಬಣ್ಣಗಳನ್ನು ಜಾಣ್ಮೆಯಿಂದ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬಳಸಿದಾಗ ದೇಹವೂ ಮನಸ್ಸೂ ನಿಧಾನವಾಗಿ ತನ್ನ ಸಹಜ ಲಯಕ್ಕೆ ಮರಳುತ್ತವೆ.

“ನೀನು ನನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅಮೂಲ್ಯನು.” (ಯೆಶಾಯ 43:4)

10 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ

ಮಾನವ ಶ್ರಮದಿಂದಲೂ ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ದೇವರನ್ನು ನಂಬಿ, ಅವನ ಮಕ್ಕಳಾಗಿ ಬದುಕುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ದೊರೆಯುವ ದೈವಿಕ ಕೊಡುಗೆ.

ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಬೈಬಲ್‌ನ ಬಣ್ಣಗಳು ಅಲಂಕಾರವಲ್ಲ; ಅವು ದೇವರ ವಾಕ್ಯದ ದೃಶ್ಯರೂಪಗಳು. ದೇವರು ಬಣ್ಣಗಳ ಮೂಲಕ ತನ್ನ ಪವಿತ್ರತೆ, ಪ್ರೀತಿ, ನ್ಯಾಯ, ಕರುಣೆ ಮತ್ತು ನಿರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತಾನೆ. ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ತೆರೆದ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ಓದಿದಾಗ, ಪದಗಳ ನಡುವೆ ಈ ಬಣ್ಣಗಳ ಮೌನ ಭಾಷೆ ನಮ್ಮ ಹೃದಯವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಬೆಳಕು, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸೌಂದರ್ಯದಿಂದ ತುಂಬಿದ ಆತ್ಮೀಯ ಬದುಕು ನಿಮ್ಮದಾಗಲಿ.

12 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ

ಕೊನೆಗೆ, ಸಣ್ಣ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿನ ಬಣ್ಣಗಳ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ ಒಂದು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ – ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆ.ಬಣ್ಣಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ತರಗತಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ "ನೀನು ಇಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಗತ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ.ಈ ಸ್ವಾಗತಭಾವವೇ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.ಮಗು ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದರೆ, ಕಲಿಕೆ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.ಈ ಭಾವನೆ ಜೀವನಪೂರ್ತಿ ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನೋವಿಜ್ಞಾನಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ, ಸಣ್ಣ ತರಗತಿಗಳ ಬಣ್ಣಗಳು ಅಲಂಕಾರವೂ ಅಲ್ಲ, ಮನರಂಜನೆಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಹಬ್ಬದ ಆಚರಣೆಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ. ಅವು ಮಕ್ಕಳ ಭಾವನೆ, ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಮೌನ ಶಿಕ್ಷಕರು.ಮಕ್ಕಳ ಹೊರಗಿನ ಜಗತ್ತಿಗೆ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಬಣ್ಣ ತುಂಬುತ್ತೇವೋ, ಅವರ ಒಳಗಿನ ಜಗತ್ತೂ ಅಷ್ಟೇ ಸಮೃದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳ ಪರಿಸರವನ್ನು ಜಾಣ್ಮೆಯಿಂದ ಬಣ್ಣಗೊಳಿಸಿದಾಗ, ಅವರ ಮನಸ್ಸು ವಿಶ್ವಾಸ, ಕುತೂಹಲ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

14 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ

ದೈವಾರಾಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು (SC 14). ಬಣ್ಣಗಳು ಈ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ–ಮಾತಿಲ್ಲದೇ, ಆದರೆ ಆಳವಾಗಿ.

ಮಾತುಗಳು ಮೌನವಾಗುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಬಣ್ಣಗಳು ಮಾತನಾಡುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು ಆ ಮೌನ ಭಾಷೆಯಲ್ಲೇ ದೇವರು ತನ್ನ ಜನರನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಾನೆ, ಬೋಧಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರಗೊಳಿಸುತ್ತಾನೆ.

22 ಪುಟಸಂಖ್ಯೆಯ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ

ಹೀಗಾಗಿ, ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಧರ್ಮಸಭೆಯ ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಯುವಕರ ಪಾತ್ರ ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ. ಯುವಜನರು ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ನಿಭಾಯಿಸಿದರೆ ಸಮಾಜ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ, ಧರ್ಮಸಭೆ ಜೀವಂತವಾಗುತ್ತದೆ, ರಾಷ್ಟ್ರದ ಭವಿಷ್ಯ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಯುವಜನರು ಕೇವಲ ಭಾಗವಾಗಬಾರದು; ಅವರು ಬಣ್ಣವಾಗಬೇಕು. ಯಾಕೆಂದರೆ ಯುವಜನರು ಬಣ್ಣವಾದಾಗಲೇ ಬದುಕು ಸುಂದರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಂತ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಜೇವಿಯರ್ ದೇವಾಲಯ ಸೇಡಂನ ರಜತ ಮಹೋತ್ಸವ

ಸೇಡಂ ನಗರದ ಸಂತ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಕ್ಷೇಫಿಯರ್ ದೇವಾಲಯ ಸ್ಥಾಪನೆಯ 25 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ರಜತ ಮಹೋತ್ಸವವನ್ನು 8 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2025ರಂದು ಭಕ್ತಿಭಾವ, ಸಂಭ್ರಮ ಮತ್ತು ಕೃತಜ್ಞತಾ ಬಲಿಪೂಜೆಯೊಂದಿಗೆ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು.ಈ ಮಹತ್ವದ ದಿನದ ಧನ್ಯವಾದಗಳ ಪವಿತ್ರ ಬಲಿಪೂಜೆಯನ್ನು ಪೂಜ್ಯ ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರು ಅರ್ಪಿಸಿದರು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ವೈಭವಶಾಲಿ ಮೆರವಣಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಆರಂಭವಾಗಿ, ನಂತರ ಪರಮಪ್ರಸಾದದ ಆಶೀರ್ವಚನ ನೀಡಿ ಕೊನೆಗೊಳಿಸಲಾಯಿತು. ದೇವಾಲಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಿದ ಯಾಜಕರಿಗೆ ಗೌರವ ಸನ್ಮಾನ ಸಲ್ಲಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಸಂದರ್ಭ ರಜತ ಮಹೋತ್ಸವದ ಸ್ಮರಣಿಕೆಯನ್ನು ನವೀಕರಿಸಲಾದ ಗುರುಗಳ ನಿವಾಸವನ್ನು ಅವರು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ ಲೋಕಾರ್ಪಣೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಮಕ್ಕಳಿಂದ ನಡೆಸಲಾದ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಸಭಿಕರ ಮನಗೆದ್ದವು. ಫಾ. ಆಂಟನಿ ಸೆಲ್ವಂ ಹಾಗೂ ಸೇಡಂ ಧರ್ಮ ಕೇಂದ್ರದ ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರು ಮಹೋತ್ಸವದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಿದರು.

ಬಾಲಜ್ಯೋತಿ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಸಂಭ್ರಮ, ಭಾಲ್ಕಿ

ಗುಲ್ಬರ್ಗಾ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಮಹತ್ವದ ಸಮಾಜಸೇವಾ ಯೋಜನೆಯಾದ ಬಾಲಜ್ಯೋತಿ ಮಕ್ಕಳ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವತಿಯಿಂದ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಬಾಲ ಯೇಸು ಪುಣ್ಯಕ್ಷೇತ್ರ ಭಾಲ್ಕಿಯಲ್ಲಿ 13 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2025ರಂದು ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು .ಸುಮಾರು 350 ಪ್ರಾಯೋಜಿತ ಮಕ್ಕಳು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಪವಿತ್ರ ಬಲಿಪೂಜೆಯೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಆರಂಭಗೊಂಡು, ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ನೃತ್ಯ, ಹಾಡುಗಳು ಹಾಗೂ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಸಂದೇಶಗಳು ಪ್ರಸ್ತುತಗೊಂಡವು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಗುವಿಗೂ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಸಂಭ್ರಮವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮತ್ತು ಆಶಾವಾದವನ್ನು ಮೂಡಿಸಿತು.ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವು ಮಕ್ಕಳ ಶಿಕ್ಷಣ, ಪೋಷಣೆ ಮತ್ತು ಸಮಗ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯತ್ತ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸಿತು. ಫಾ. ವಿನ್ಸೆಂಟ್ ತೋರಾಸ್ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಅನಿಮೇಟರ್‌ಗಳು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಿದರು.

ಅಂತರಧರ್ಮೀಯ ಹಾಗೂ ಅಂತರ್ ಪಂಗಡಗಳ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಆಚರಣೆಗಳು ಜ್ಯೂಬಿಲಿ ವರ್ಷದ ಸಮರೋಪ

ಡಿಸೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಕ್ಷೇತ್ರದ ವಿವಿಧ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರಧರ್ಮೀಯ ಹಾಗೂ ಹಾಗೂ ಅಂತರ್ ಪಂಗಡಗಳ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಆಚರಣೆಗಳು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆದವು.ಸತ್ಯಾನುಭವ ಡೈಲಾಗ್ ಸೆಂಟರ್, ಬಸವಕಲ್ಯಾಣ (15), ಶಾಂತಿ ದೂತ ರಂಗಮಂದಿರ ಬೀದರ್ (18), ಬೆಥನಿ ಹೈಸ್ಕೂಲ್ ಚಿತ್ತಾಪುರ (18), ತಾಳಿಕೋಟೆಮಿಸ್ಸನ್ (20), ಸೇಂಟ್ ಆನ್ಸ್ ಚರ್ಚ್, ವಾಡಿ (21) ಝೇವಿಯರ್‌ಪಿಯು ಕಾಲೇಜು (23), ಭಾಲ್ಕಿಮಿಷನ್ (24), ಸೇಂಟ್ ಆನ್ಸ್ ಚರ್ಚ್ ವಿಜಯಪುರ, ಕ್ಯಾಥೆಡ್ರಲ್ ಚರ್ಚ್ ಅಂತರ ಧರ್ಮೀಯ ವೇದಿಕೆ (28) ಸೇರಿದಂತೆ ಅನೇಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ನಡೆದವು. ವಿವಿಧ ಧರ್ಮಗಳ ನಾಯಕರು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಭಾಗವಹಿಸಿ ಶಾಂತಿ, ಸಹೋದರತ್ವ ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. ಈ ಆಚರಣೆಗಳು "ಸರ್ವಧರ್ಮ ಸಮಭಾವ"ದ ಜೀವಂತ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದ್ದವು.

ಮೈಕಲ್ ಡಿ'ಸೌಜಾ ವಿಸನ್ 2030 (MDV 2030) ಭವಿಷ್ಯದ ಕನಸು

ಮೈಕಲ್ ಡಿ'ಸೌಜಾ ವಿಸನ್ 2030 (MDV 2030) ಯೋಜನೆಯನ್ನು 19 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2025ರಂದು ಮಂಗಳೂರು ಬಿಷಪ್ ಹೌಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ಉದ್ಘಾಟಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷಿ ಯೋಜನೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಆಶ್ರಯದ ಮೂಲಕ ಸ್ಥಿರ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಸಮುದಾಯ ನಿರ್ಮಾಣವನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದೆ. ಮಂಗಳೂರು ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಚರ್ಚ್ ನಾಯಕರು ಹಾಗೂ ಗುಲ್ಬರ್ಗಾ ಮತ್ತು ಕಾರವಾರ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರದ ಗಣ್ಯರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದು ಯೋಜನೆಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿದರು. ಈ ಯೋಜನೆ ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ಆಶಾಕಿರಣವಾಗಲಿದೆ ಎಂಬ ವಿಶ್ವಾಸ ವ್ಯಕ್ತವಾಯಿತು.

ವಿದ್ಯಾ ನಿಧಿ ಪರಿಚಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಹುಮನಾಬಾದ್

ಬೀದರ್ ವಲಯದ ಯುವಜನರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರಿಗಾಗಿ ಆರ್ಬಿಟ್ ಸಂಸ್ಥೆ, ಹುಮನಾಬಾದ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾ ನಿಧಿ (ಶ್ರೀ ಮೈಕಲ್ ಡಿ'ಸೌಜಾ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಎಂಡೋವ್ಮೆಂಟ್ ಫಂಡ್) ಪರಿಚಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಯಿತು. ಸುಮಾರು 140 ಪಿಯುಸಿ ಮತ್ತು ಪದವಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡರು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರೇರಣಾತ್ಮಕ ಉಪನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಪರಿಶೀಲನಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ನಂತರ ಪೂಜ್ಯ ರಾಬರ್ಟ್ ಮಿರಾಂದಾ ಅವರು ನಿಧಿಯ ಉದ್ದೇಶ, ದೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭವಿಷ್ಯ ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಅದರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು. ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಹಬ್ಬದ ಆತ್ಮವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಭೋಜನದೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮುಕ್ತಾಯವಾಯಿತು.

ಕರುನಾಡ ಸೇವಾ ಪ್ರಶಸ್ತಿ 2025 – ಫಾ. ವಿಲಿಯಂ ಮಿರಾಂದಾ

ಕಡಗಂಚಿ, ಕಲಬುರಗಿಯ ಫಾ. ವಿಲಿಯಂ ಮಿರಾಂದಾ ಅವರಿಗೆ ಸಮಾಜದ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಅಪಾರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ "ಕರುನಾಡ ಸೇವಾ ಪ್ರಶಸ್ತಿ 2025" ಪ್ರದಾನಿಸಲಾಯಿತು. ಕಾರ್ಮೆಲ್ ಜ್ಯೋತಿ ಸೇವಾ ಟ್ರಸ್ಟ್ ವತಿಯಿಂದ ಮಾಡುವ ಅಪಾರ ಸೇವೆಗೆ ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಣಾ ಮನೋಭಾವವು ಅನೇಕರಿಗೆ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಿದೆ.

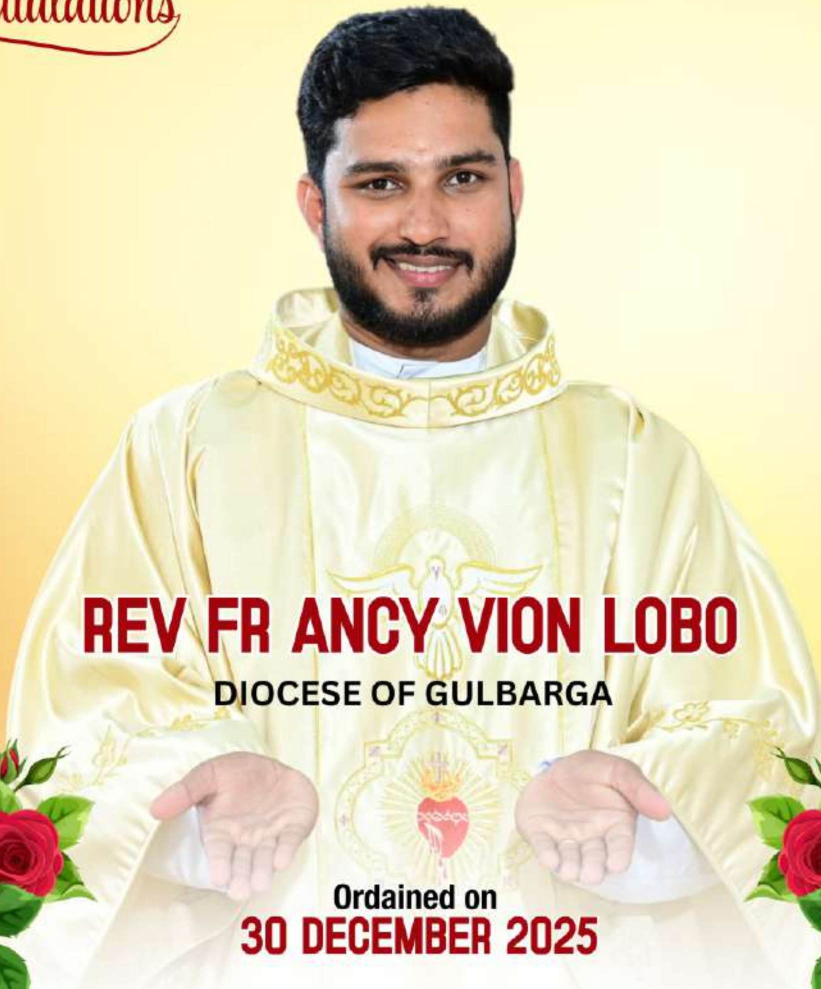
ವಂದನೀಯ ಆನ್ಸಿಯವರ ಯಾಜಕ ದೀಕ್ಷೆ

ಮಂಗಳೂರು, ಲೊರೆಟ್ಟೊ ಧರ್ಮಕೇಂದ್ರದ ವಂದನೀಯ ಆನ್ಸಿಯವರನ್ನು ಗುಲ್ಬರ್ಗಾ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕಾಗಿ 30 ಡಿಸೆಂಬರ್ 2025ರಂದು ಪೂಜ್ಯ ರಾಬರ್ಟ್ ಮಿರಾಂದಾ ಅವರು ಯಾಜಕ ದೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಧರ್ಮಾಧ್ಯಕ್ಷರು ತಮ್ಮ ಪ್ರಭೋದನೆಯಲ್ಲಿ, "ಕ್ರಿಸ್ತನ ಹೃದಯದಂತೆ ಮೇಯ್ದುವವನಾಗಿರಿ; ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿದ ಯಾಜಕರಾಗಿರಿ" ಎಂದು ಕರೆ ನೀಡಿದರು. ನವ ಯಾಜಕರು ಮೊದಲ ಯಾಜಕ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ದೈವಾನುಗ್ರಹ ಮಾತೆ ದೇವಾಲಯ, ಕಲಬುರಗಿಯಲ್ಲಿ ಭಕ್ತ ಸಮೂಹಕ್ಕೆ ನೀಡಿದರು. ಅನೇಕ ಯಾಜಕರು, ಧಾರ್ಮಿಕರು, ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವಾಸಿಗಳು ಈ ಕೃಪಾಭರಿತ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾದರು. ಫಾ ಜೋಜೆಫ್ ಪ್ರವೀಣ್, ಫಾ ಆರೋನ್ ವಾಸ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿದರು.

"The Spirit of the Lord is upon me, because he has anointed me to preach the gospel to the poor"

Lk 4:18

Congratulations



REV FR ANCY VION LOBO

DIOCESE OF GULBARGA

Ordained on

30 DECEMBER 2025

MOTHER: NANCY MARIA LOBO BROTHER: ALSON VINOD LOBO

Family and Friends, Loretto, Mangalore

Congratulations & Prayerful Wishes
50
50
SR PHILOMENE SALDANHA BS
50 Glorious Years of Consecrated Religious Life
May the Lord bless you with good health, inner joy, and renewed strength as you continue your mission.
SALDANHA FAMILY, MANGALORE