ಗುಣ ವೃದ್ಧಿಸಿ ಮತ್ತು ಆದರ್ಶರಾಗಿರಿ !

ಮನೋಗತ

ಆದರ್ಶ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಹೊಗಳುತ್ತಾರೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ಹಾಗೆಯೇ ಇತರ ಕಡೆಗಳಲ್ಲೂ ಅವನನ್ನು ಹೊಗಳುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ನಡತೆಯೂ ಆದರ್ಶವಾಗಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸದ್ಗುಣಗಳು ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುವುದು ಆವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ದೇವರಿಗೂ ಸದ್ಗುಣಿ ಮಕ್ಕಳು ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಸ್ವತಃ ಆನಂದದಲ್ಲಿದ್ದು ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ಆನಂದ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಆಜ್ಞಾಪಾಲನೆ, ರಾಷ್ಟ್ರಾಭಿಮಾನ, ಧರ್ಮಾಚರಣೆ ಮೊದಲಾದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಮಕ್ಕಳು ಹೇಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು, ಎಂಬುದರ ಸುಲಭ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ದೋಷಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸಿ ಗುಣಗಳನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವ ಸನಾತನದ ಕೆಲವು ಬಾಲಸಾಧಕರ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನೂ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಿ ಇತರರಿಗೂ ಪ್ರೇರಣೆ ಸಿಗಬಹುದು.

‘ಮಕ್ಕಳ ಆಂತರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆಯಾದರೆ ಮಾತ್ರ, ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿಕಾಸವಾಗುತ್ತದೆ, ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಆದರ್ಶ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಮತ್ತು ಕೀರ್ತಿವಂತ ರಾಷ್ಟ್ರಪುರುಷರ ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಪ್ರಸಂಗಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಆಯಾ ಪ್ರಸಂಗಗಳಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಗುಣದ ಮಹತ್ವವು ಕೂಡಲೇ ಮೂಡಬಹುದು.

ಈ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಮಕ್ಕಳ ಗುಣಗಳು ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ವಿಕಸನವಾಗಲಿ, ಹಾಗೆಯೇ ಅವರ ಭಾವೀ ಜೀವನವು ಆನಂದಮಯ ಮತ್ತು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲಿ, ಎಂದು ಶ್ರೀ ಗುರುಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ! - **ಸಂಕಲನಕಾರರು**

ಪಾಲಕರಿಗೆ ನಮ್ರ ವಿನಂತಿ !

‘ಸ್ವಭಾವದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ’ಯು ಒಂದು ಮಾನಸಿಕ ಉಪಚಾರ ಪದ್ಧತಿಯಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬಹುತೇಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಜಿಗುಟುತನದಿಂದ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ‘ದೋಷ ನಿರ್ಮೂಲನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ’ಯನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ಸತತವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಘರ್ಷ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಕಠಿಣವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಕಠಿಣವಲ್ಲ, ಆನಂದದಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಪಾಲಕರೇ, ನಿಮ್ಮ ಆಧಾರ, ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯವು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಲು ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯವಾಗುವುದು ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದ ಅನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

೧. ಮಕ್ಕಳೇ, ಏಕೆ ಸದ್ಗುಣಿಗಳಾಗಬೇಕು ? ೧೨

೧ ಅ. ಸದ್ಗುಣಿ ಮತ್ತು ಆದರ್ಶ ಬಾಲಕರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತಾರೆ ೧೨

೧ ಆ. ಸದ್ಗುಣಿ ಹುಡುಗನಿಗೆ ದೇವರ ಆಶೀರ್ವಾದ ಸಿಗುತ್ತದೆ ೧೩

೧ ಇ. ಜೀವನವು ಯಶಸ್ವಿ ಮತ್ತು ಆನಂದಮಯವಾಗಲು ಗುಣಗಳು ಆವಶ್ಯಕ ೧೩

೧ ಈ. ಸದ್ಗುಣಿ ಬಾಲಕನೇ ದೇಶದ ಭಾವೀ ಆಧಾರಸ್ತಂಭವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ ೧೩

೨. ಗುಣ ವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ೧೩

೨ ಅ. ವ್ಯಾಖ್ಯೆ ೧೩

೨ ಆ. ‘ಗುಣ ವೃದ್ಧಿ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ’ಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು ೧೪

೨ ಆ ೧. ಗುಣಗಳನ್ನು ಆರಿಸುವುದು ೧೪

೨ ಆ ೨. ದಿನವಿಡೀ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಪ್ರಸಂಗಗಳನ್ನು ಆರಿಸುವುದು ೧೪

೨ ಆ ೩. ಗುಣ ವೃದ್ಧಿ ತಖ್ತೆಯನ್ನು ಬರೆಯುವುದು ೧೪

೨ ಆ ೪. ಸದ್ಗುಣಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಮುಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ೧೬

೨ ಆ ೫. ಇತರರಿಗೆ ವರದಿ ಕೊಡುವುದು ೧೭

೩. ವಿವಿಧ ಗುಣಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಯತ್ನ ೧೭

೩ ಅ. ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗವಾಗುವ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳು ೧೭

೩ ಅ ೧. ಸ್ವಾವಲಂಬನೆ ೩ ಅ ೨. ಸ್ವಚ್ಛತೆ ೧೭

೩ ಅ ೩. ಮಿತವ್ಯಯ ೨೪

೩ ಅ ೪. ಸಮಯದ ಯೋಗ್ಯ ಆಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ೨೭

೩ ಅ ೫. ಸಮಯದ ಸದುಪಯೋಗ ೨೮

೩ ಅ ೬. ಸಮಯಪಾಲನೆ ಮಾಡುವುದು ೩೧

೩ ಅ ೭. ಚಿತ್ತಾವಧಾನ / ಸಮಯಪ್ರಜ್ಞೆ/ ಪ್ರಸಂಗಾವಧಾನ ೩೧

೩ ಅ ೮. ಪ್ರೇಮಮಯಿ ೩ ಅ ೯. ಧೈರ್ಯ ೩೨

೩ ಅ ೧೦. ಸಾಹಸ ೩೫

೩ ಆ. ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಉತ್ತಮವಾಗಲು ಉಪಯೋಗವಾಗುವ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳು ೩೬

೩ ಆ ೧. ಜಿಗುಟುತನ, ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಸಾತತ್ಯತೆ ೩೬

೩ ಆ ೨. ಏಕಾಗ್ರತೆ ೩ ಆ ೩. ಕಂಠಪಾಠ ೩೬

೩ ಇ. ನೈತಿಕತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಉಪಯೋಗವಾಗುವ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳು ೩೯

೩ ಇ ೧. ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಮಾತನಾಡುವುದು ೩೯

೩ ಇ ೨. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ೩ ಇ ೩. ನಮ್ರತೆ ೪೨

೩ ಇ ೪. ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಗೌರವದಿಂದ ವರ್ತಿಸಬೇಕು ೪೫

೩ ಈ. ಸಾಧನೆಯು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಆಗಲು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುವ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳು ೪೬

೩ ಈ ೧. ವ್ಯವಸ್ಥಿತತನ / ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟುತನ ೪೬

೩ ಈ ೨. ಆಜ್ಞಾಪಾಲನೆ ೩ ಈ ೩. ತಾಳ್ಮೆ ೫೧

೩ ಈ ೪. ಸಮಾಧಾನ ವೃತ್ತಿ ೩ ಈ ೫. ತತ್ಪರತೆ ೫೪

೩ ಈ ೬. ಜಿಜ್ಞಾಸೆ ಮತ್ತು ಕಲಿಯುವ ವೃತ್ತಿ ೫೭

೩ ಈ ೭. ತಳಮಳ ೩ ಈ ೮. ಭಾವ ೫೭

೩ ಈ ೯. ತ್ಯಾಗ ೬೧

೩ ಉ. ರಾಷ್ಟ್ರಹಿತದ ಬಗೆಗಿನ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳು ೬೭

೩ ಉ ೧. ರಾಷ್ಟ್ರಾಭಿಮಾನ ೬೭

೩ ಉ ೨. ಬಲೋಪಾಸನೆ ೩ ಉ ೩. ಸಂಘಟಿತತನ ೬೯

೩ ಉ ೪. ಸಂಘಟನಾಕೌಶಲ್ಯ ೩ ಉ ೫. ನೇತೃತ್ವಗುಣ ೭೨

೩ ಊ. ಧರ್ಮನಿಷ್ಠತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಕೆಲವು ಉಪಯುಕ್ತ ಗುಣಗಳು ೭೪

೩ ಊ ೧. ಧರ್ಮಪ್ರೇಮ ೩ ಊ ೨. ಧರ್ಮಾಚರಣೆ ೭೪

೩ ಊ ೩. ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪಾಲನೆ ೭೬

೪. ಅಧ್ಯಯನದ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಸ್ತರದಲ್ಲಿನ ಗುಣಗಳ ಸಂವರ್ಧನೆ ಹೇಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ ? ೭೯

೪ ಅ. ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ಗುಣಗಳು ಹೇಗೆ ಮೈಗೂಡುತ್ತವೆ ? ೭೯

೪ ಆ. ಬೌದ್ಧಿಕ ಗುಣಗಳು ಹೇಗೆ ಮೈಗೂಡುತ್ತವೆ ? ೮೦

೪ ಇ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುಣಗಳು ಹೇಗೆ ಮೈಗೂಡುತ್ತವೆ ? ೮೦

೫. ವಿವಿಧ ಗುಣಗಳಿರುವ ಸನಾತನದ ಕೆಲವು ಬಾಲಸಾಧಕರು ೮೨