

“സോപാനം പ്രകൃതി ജീവന യോഗകേന്ദ്രം” ശ്രീദേവി ജിനൻ ദമ്പതികളുടെ മേൽനോട്ടത്തിലാണ് നടക്കുന്നത്. ഇവർ 2000 മുതൽ പ്രകൃതിജീവനവും യോഗയും അഭ്യസിച്ചു പോരുന്നു. 2006-ൽ കുവൈത്തിൽ സോപാനം നേച്ചർ ലിവിങ്ങ് ആന്റ് യോഗ സെന്റർ ആരംഭിച്ചുകൊണ്ടയിരുന്നു ഇവരുടെ പ്രകൃതിജീവന പരിശീലനരംഗത്തേയ്ക്കുള്ള എളിയ തുടക്കം. സ്വജീവിതാനുഭവങ്ങളാണ് ഇവരെ ഈ ഉദ്യമത്തിലേയ്ക്ക് നയിച്ചത്. ശരിയായി ജീവിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയും അതിൽ പ്രകൃതിജീവനത്തിനും യോഗയ്ക്കും ഉള്ള പങ്കും നാനാതരുകളിലും ഉള്ള ജനങ്ങളിലേക്ക് എത്തിക്കുകയാണ് ഇവരുടെ ലക്ഷ്യം. ജീവനകല എന്ന എൻ.ജി.ഒ സംരംഭത്തിന്റെ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങളാണ് ഇവരുടെ ശിക്ഷണപദ്ധതികളുടെ ആധാരശില. ഇന്ന്, ഇരിങ്ങാലക്കുടയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന സോപാനം പ്രകൃതിജീവന യോഗകേന്ദ്രം നേരിട്ടും ഓൺലൈൻ മുഖേനയും യോഗയും പ്രകൃതിജീവനവും പരിശീലിപ്പിക്കുന്ന ലോകത്തെ ഒരു പ്രധാന ആരോഗ്യശിക്ഷണ സ്ഥാപനമായി വളർന്നിരിക്കുന്നു.

ശ്രീദേവി ജിനൻ പ്രകൃതിജീവനത്തിന്റെയും യോഗയുടെയും പരിശീലകയായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. ജിനൻ ജീവനകലാ അധ്യാപകനും യോഗ അധ്യാപകനും ആണ്. ഇവരുടെ മകൾ അഞ്ജലി കൃഷ്ണ ഈ രംഗത്തേക്കുള്ള ഔപചാരിക തയ്യാറെടുപ്പിന്റെ ഭാഗമായി മംഗലാപുരത്തിനടുത്ത് ധർമ്മസ്ഥലയിൽ പ്രകൃതിജീവനവും യോഗയും എന്ന വിഷയത്തിൽ അഞ്ചരവർഷത്തെ ബിരുദപഠനത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. മകൻ ജിഷ്ണു സനത്ത് ബി.ടെക്ക് കഴിഞ്ഞ് ജോലിയിലാണ്. ഒപ്പം സംഗീതവും ധ്യാനവും അഭ്യസിക്കുന്നു.

സാധാരണജീവിതം നയിച്ചിരുന്ന ഈ ദമ്പതികൾ ആധുനികജീവിതത്തിന്റെ വർണ്ണപ്പൊലിമയിലലിയാതെ പ്രകൃതിജീവനം, ജീവനകല, യോഗ ഇവയ്ക്ക് വേണ്ടി ജീവിതം ഉഴിഞ്ഞുവെച്ചത് ഈ സവിശേഷജീവിതരീതി അവർക്കു നൽകിയ സ്വാസ്ഥ്യവും ആത്മധൈര്യവും മുൻനിർത്തിയാണ്.

വൈവാഹികജീവിതത്തിന്റെ ആദ്യഘട്ടം മുതൽ നേരിടേണ്ടിവന്ന ബഹുവിധ രോഗാവസ്ഥകൾ, ചികിത്സയുടെ ഭാഗമായി പഠനവും ജോലിയും ബിസിനസ്സും തടസ്സപ്പെട്ടത്, നിരന്തരം ചെയ്തുപോന്ന ചികിത്സാവിധികളുടെ ചരമസീമയിൽ ശരീരം മരുന്നുകളോട് പ്രതികരിക്കാതായത് എല്ലാം ചേർന്ന ചികിത്സാചരിത്രം “നേച്ചർ ട്രീറ്റ്സ് യു ഡോട്ട് കോം” ([www.naturetreatsyou.com](http://www.naturetreatsyou.com)) എന്ന വെബ്സൈറ്റിൽ ലഭ്യമാണ്.

അവർ സ്വായത്തമാക്കിയ ജീവിതരീതിയിലൂടെ ചിട്ടയായി സ്വയം മുന്നേറുന്നു. അത് മറ്റുള്ളവരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. ആയിരക്കണക്കിന് ആളുകളുടെ ജീവിതം പ്രകാശമാനമായിട്ടുണ്ട് ഈ പരിശീലനത്തിലൂടെ. ജീവനകലാചാര്യനായ ശ്രീ ശ്രീ രവിശങ്കറിന്റെ ആർട്ട് ഓഫ് ലിവിംഗ് പ്രസ്ഥാനത്തിലെ വ്യക്തിത്വവികസന കോഴ്സുകളാണ് ജീവിതപ്പാതയിൽ കർമ്മോന്മുഖരായി മുന്നേറാനുള്ള ശേഷിയും വിശ്വാസവും സ്ഥൈര്യവും നൽകുന്നതെന്ന് അവർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. തുടരെ പിടിപ്പെട്ട രോഗങ്ങൾക്ക് ആധുനികചികിത്സാരീതികൾ ഫലവത്താകാതെ വന്നപ്പോൾ മരണഭയം കൂടാതെ എല്ലാ മരുന്നുകളും ഉപേക്ഷിച്ച് പ്രകൃതി ജീവനമാർഗ്ഗം പിൻതുടരാനും ആഴത്തിൽ പഠിച്ചും ചിട്ടയായി ശീലിച്ചും അത്ഭുതാവഹമായ മാറ്റങ്ങൾ സ്വജീവിതത്തിൽ കൊണ്ടുവരാനും ശ്രീദേവിക്ക് കഴിഞ്ഞു. ഈ അനുഭവ പാഠങ്ങളാണ് ഇവർക്ക് വഴികാട്ടിയായത്.

രോഗചികിത്സയേക്കാൾ പരമപ്രധാനമാണ് രോഗപ്രതിരോധം. ഏറ്റവും നല്ല പ്രതിരോധമാർഗ്ഗം ശരിയായ ജീവനശൈലിയാകുന്നു. ഹൃദയമുൾപ്പെടെ ഒരിക്കൽ രോഗബാധയേറ്റ ഒരവയവും പൂർണ്ണമായി പൂർവ്വസ്ഥിതിയിലേക്ക് വരുന്നില്ല; ഒരു മരുന്നിനും ആയുർദൈർഘ്യം കൂട്ടാനുമാകില്ല. ആത്യന്തികമായി നല്ല ഭക്ഷണം തന്നെയാണ് 'മരുന്ന്'. മരുന്നുകളല്ല ശരീരം തന്നെയാണ് അസുഖം ഭേദമാക്കുന്നത് എന്ന തിരിച്ചറിവാണ് പരമപ്രധാനം. നല്ല ഭക്ഷണത്തിലൂടെയും മാതൃകാപരമായ ജീവിതരീതിയിലൂടെയും എല്ലാ രോഗങ്ങളേയും ചെറുത്ത് തോല്പിക്കാനാകും. ഭക്ഷണത്തിലും ജീവിതരീതിയിലും സൂക്ഷ്മതയില്ലെങ്കിൽ യോഗ വ്യായാമങ്ങളൊന്നും ഫലവത്താകില്ലതന്നെ. കഷ്ടപ്പെട്ടുണ്ടാക്കുന്ന പണം പോഷകസമൃദ്ധമായ നല്ല ഭക്ഷണത്തിനായി ചെലവിട്ടാൽ വിഷലിപ്തമായ ഔഷധസേവ ഒഴിവാക്കിട്ടും. മാത്രമല്ല ജനസേവയ്ക്ക് ഇടം കിട്ടുകയും ചെയ്യും, പ്രകൃതിജീവനവിദഗ്ധ കൂടിയായ ശ്രീദേവി ഉറപ്പ് നൽകുന്നു.

ജീവനകലാധ്യാപകനായ ജിനൻ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നത് ഇപ്രകാരമാണ്. ആരോഗ്യവും ആനന്ദവും എല്ലാ മനുഷ്യരുടെയും ജന്മാവകാശമാണ്. ഭിഷഗ്വരന്മാർക്ക് മാത്രം നൽകാൻ കഴിയുന്ന ഒന്നല്ല ആരോഗ്യം. പ്രകൃതിജീവനം ഒരു ചികിത്സാരീതിയേ അല്ല. പ്രകൃതിനിയമങ്ങൾ പാലിച്ചുകൊണ്ട് ജീവിക്കുന്ന രീതിയാണ് പ്രകൃതിജീവനം. അതാണ് ആരോഗ്യം. പ്രകൃതിനിയമങ്ങൾ തെറ്റിച്ച് ജീവിക്കുമ്പോൾ വന്നുചേരുന്നതാണ് അനാരോഗ്യം. ചികിത്സാരീതികളുടെ നീണ്ടനിരയിൽ യോഗയും പ്രകൃതിജീവനവും മാത്രമാണ് യഥാർത്ഥ ചികിത്സനം. ആരോഗ്യം തന്നെയാണ് ജീവിതം. ജീവിതം തന്നെയാണ് ആരോഗ്യം. സമൂഹത്തിന്റെ ആരോഗ്യം വ്യക്തികളുടെ ആരോഗ്യത്തിലും സന്തോഷത്തിലും പ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നു എന്ന തിരിച്ചറിവ് ഉപാധികളില്ലാതെ സേവനം ചെയ്യാൻ നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നു. പ്രകൃതിയുടെ അടിസ്ഥാനതത്വങ്ങളും ശരീരത്തിന്റെ പ്രവർത്തനതത്വങ്ങളും സമന്വയിപ്പിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ജീവിതശൈലിയാണ് യോഗ. ഇത് പ്രചരിപ്പി കേണ്ടത് ഏവരുടേയും ഉത്തരവാദിത്വമാണ്.

തികഞ്ഞ സംഘാടനമികവിൽ മതവർഗ്ഗാദിതാത്പര്യങ്ങൾക്കതീതമായി, സമദ്യുഷ്ടി സമീപനത്തോടുകൂടി ഭാഷാദേശാദിഭേദമന്യേ പരിശീലനം നൽകുന്നതിനോടൊപ്പം ഈ മാമരത്തണലിൽ ഒന്നിച്ചുകൂടുന്നവരെയൊന്നാകെ പിരിയാനാകാത്ത സ്നേഹസാന്ത്വനങ്ങളിൽ കോർത്തുനിർത്തുകയും അവശ്യഘട്ടങ്ങളിൽ സഹായഹസ്തമേകുകയും ചെയ്തുകൊണ്ടാണ് ഈ സ്ഥാപനം വിജയത്തിലേക്ക് കുതിക്കുന്നത്.