

ಸ್ವಚ್ಛತೆ

ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಒಂದು ಅಭ್ಯಾಸ. ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಮಟ್ಟ ಏರಿಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ರೀತಿಯೇ ಸ್ವಚ್ಛತೆ. ಇದು ಒಂದು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾದಂತಹ ಕಾರ್ಯ.

ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಸಾಕುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ, ಆಫೀಸ್ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ಸ್ವಚ್ಛ ಪರಿಸರ ಮನುಷ್ಯನ ಮಾನಸಿಕ, ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಭೌದಿಕ ಸ್ಥರವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಡುತ್ತದೆ.

ಕಸ ವಿಂಗಡಿಸುವುದು, ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಉಗುಳದಿರುವುದು, ಉದ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡುವುದು, ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡುವುದು, ಜನರಿಗೆ ಶೌಚಾಲಯದ ಮಹತ್ವ ತಿಳಿಸುವುದು ಇವೆಲ್ಲಾ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆ ಆಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಮರ ಬೆಳೆಸುವುದರಿಂದ ನಾವು ಉಸಿರಾಡುವ ಗಾಳಿಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.

ಮನೆಯೇ ಮೊದಲ ಪಾಠಶಾಲೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಮೊದಲ ಪಾಠವನ್ನು ಮನೆಯಿಂದ ಲೇ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಎಲ್ಲಾ ತಂದೆ ತಾಯಂದಿರು ಮಕ್ಕಳು ಅದನ್ನು ಪಾಲಿಸುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಇಟ್ಟ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಹೆಜ್ಜೆ ದೇಶವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಮಹತ್ತರ ಯೋಗದಾನವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ.