

TRUNG TÂM YOGA ĐỨC SƠN – YOGA VÌ NHÂN LOẠI Tâm Anh



Gần đây, tình cờ nhận được một số tấm ảnh về sinh hoạt của các em cô nhi tại Trung Tâm Nuôi Dưỡng Mồ Côi Đức Sơn. Ngoài việc học tập, nơi đây các em có những sinh hoạt bổ ích, lao động vui chơi dưới mái chùa Đức Sơn do Ni trưởng Thích Nữ Minh Tú điều hành. Một trong những hoạt động bổ ích, đó là Trung tâm Yoga Đức Sơn. được hình thành. Nhân ngày Quốc tế Yoga vừa tổ chức ở Huế với sự tham dự của Trung tâm Yoga Đức Sơn, xin mạo muội đôi dòng về môn Yoga vì nhân loại này.

Không ai chọn cho mình nơi sinh ra. Tuy không may mắn như các em có đủ may mắn được sinh ra và lớn lên trong vòng tay yêu thương của bố mẹ, các thân phận không may mắn ở đây được lớn lên trong vòng tay nhân ái của Quý Sư tại chùa Đức Sơn – Trung Tâm Nuôi Dưỡng trẻ mồ côi Đức Sơn Huế.

Ở Trung tâm được biết với số lượng hiện tại gần 150 em , trong đó có nhiều em ở độ tuổi nhà trẻ mẫu giáo và khuyết tật, hầu hết các em đều được đến trường học tập. Ngoài học các môn văn hóa tại trường, các em được tham gia sinh hoạt vui chơi để rèn luyện thể chất, tinh thần. Một trong những hoạt động bổ ích mà các em ở đây được học và rèn luyện mỗi ngày

là bộ môn Yoga do huấn luyện viên Kiều Thiện Hồng Mai đảm trách. Hồng Mai được lớn lên và được sự nuôi dạy của Quý Sư từ nhỏ. Nay với tình thương yêu các em nhỏ, các bạn cùng cảnh ngộ, Hồng Mai đã tham dự khóa huấn luyện tại thành phố Hồ Chí Minh, đã tốt nghiệp và hiện là huấn luyện viên cho Trung tâm Yoga Đức Sơn.



Yoga được biết đến là môn luyện tập thể chất, tinh thần và tâm linh ra đời cách đây 5 ngàn năm ở Ấn Độ và ngày càng trở nên phổ biến được yêu thích khắp thế giới. Ghi nhận lợi

ích của môn thể thao này, là món quà vô giá của truyền thống Ấn Độ cổ kính nó thể hiện sự thống nhất giữa thân và tâm, giữa ý nghĩ và hành động, giữa chế ngự và viên mãn, thể hiện sự hài hòa giữa con người và thiên nhiên, thể hiện cách tiếp cận tổng thể tới sức khỏe và phúc lạc.

Theo các chuyên gia, Yoga không phải để tập luyện thể thao mà nhằm khám phá tri giác về tính nhất thể của con người với thế giới và thiên nhiên.



Kỷ niệm ngày Quốc Tế Yoga, tại Việt Nam có hàng ngàn người tham dự. Riêng tại thành phố Huế, trong sự hưởng ứng ngày Quốc Tế Yoga lần thứ 8 với chủ đề - Yoga vì Nhân Loại

sẽ được tôn vinh, với sự có mặt của những câu lạc bộ Yoga khác nói chung và Trung Tâm Yoga Đức Sơn nói riêng, góp phần làm cho ngày kỷ niệm Quốc Tế Yoga tại Huế thêm phần long trọng.

Thế giới đang bị bủa vây bởi nhiều thách thức, hơn một tỉ người trên thế giới nói chung và 150 em mồ côi tại Trung Tâm nuôi dưỡng mồ côi Đức Sơn nói riêng đã coi Yoga là một phương pháp nâng cao thể chất, tinh thần, tâm thức và trí tuệ của mình. Ngày Quốc tế Yoga lần thứ 8 diễn ra tại Huế với sự góp mặt của Trung tâm Yoga Đức Sơn góp phần tạo nên hành tinh khỏe mạnh và hòa bình.

Hy vọng rằng, mỗi chúng ta, không phân biệt già trẻ lớn bé, mỗi người hãy là Đại Sứ của Yoga. Chúc các em Cô nhi Đức Sơn luôn khỏe mạnh. Cố gắng học tập, rèn luyện để trở thành con ngoan, trò giỏi, không phụ công ơn nuôi dưỡng, dạy bảo của Quý Sư để mai này trở thành những công dân hữu ích cho quê hương, góp phần vào sự phồn vinh của Tổ quốc.