



ನಿರ್ಧಾರ ಹೇಗೆ?

ಹೊಸ ವರ್ಷದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮಾತ್ರ ಅನ್ವಯವಾಗುವಂತಹ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೇಳುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇವೂ ಕೂಡ ಇತರ ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿರ್ಧಾರಗಳಂತೆಯೇ. ಒಂದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೆಂದರೆ ಇಂತಹ ನಿರ್ಧಾರಗಳು ನಿಗದಿತ ಸಮಯವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ತೆಗೆದುಕೊಂಡವುಗಳು. ಅಂದರೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಕಾರ್ಪೊರೇಟ್ ಪ್ಲಾನಿಂಗ್ ಇದ್ದಂತೆ. ದೊಡ್ಡ ಕಂಪೆನಿಗಳು ಮುಂದಿನ ವರ್ಷದ ತಮ್ಮ ವ್ಯಾಪಾರ ವ್ಯವಹಾರಗಳಿಗಾಗಿ ಯೋಜನೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಾಗೆ.

ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು:

★ ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ನಮಗೇನು ಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಇರಬೇಕು. ಅದಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಕಂಡದ್ದಕ್ಕೆಲ್ಲಾ ಕೈಚಾಚುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ನಿರುದ್ಯೋಗಿಯಾದವನೊಬ್ಬನಿಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಕೆಲಸ ಸಿಕ್ಕರೆ ಸಾಕು ಎನ್ನಿಸುವುದು ಸಹಜ. ಹಾಗೆ ದೊರಕುವ ಉದ್ಯೋಗ ಅವನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಾಗದಿದ್ದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಲೇ ತನ್ನ ಆಸಕ್ತಿಯ ಇತರ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳತ್ತ ಗಮನವಿಟ್ಟರೆ ಮಾತ್ರ ಮುಂದೊಂದು ದಿನ ತನ್ನ ಗುರಿ ತಲುಪಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರಿಗೆ ತಮಗೇನು ಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಅತ್ಯಪ್ಪರಾಧಿಯೇ ಇರುತ್ತಾರೆ.

★ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದದ್ದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಬೇಕೇ ಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಬಲವಾದ ಒತ್ತಡ ಇರಬೇಕು. ಆಗ ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಅರ್ಥವತ್ತಾಗುತ್ತವೆ. ನೋಡೋಣ, ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡೋಣ; ಆದರೆ ಆಯ್ಕೆ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇಲ್ಲ; ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಾನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ; ಸ್ವಲ್ಪ ಉತ್ತಮವಾದರೂ ಸಾಕು ಎನ್ನುವಂತಹ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಹೊರಟಾಗ ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಸೋಲುವುದು ಖಚಿತ. ಹಾಗೊಮ್ಮೆ ಗೆದ್ದರೂ ಅದು ಆಕಸ್ಮಿಕವೇ ವಿನಃ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದ ಫಲ ಅಲ್ಲ. ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದಾಗಲೂ ವಿಫಲರಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವಾಗ ಇಂತಹ ಅರೆ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಹೇಗೆ ಗೆಲ್ಲುತ್ತೇವೆ? ಆದ್ದರಿಂದ ಬದಲಾಗಲೇ ಬೇಕೆಂಬುದು ನಮ್ಮ ಆದ್ಯತೆಯಾಗಬೇಕು. ಹಾಗಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಶ್ರಮ, ಹಣ ಮತ್ತು ಸಮಯ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ವ್ಯಯಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಿರುತ್ತೇವೆ.

★ ಬದಲಾಗಬೇಕಾದ ರೀತಿಯನ್ನು ಧನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ನಮಗಲ್ಲಾ ನಾವು ಹೇಗಿರಬಾರದು ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಹೀಗಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇನ್ನು ಹೇಗಿರಬೇಕು ಎನ್ನುವುದರ ಕಲ್ಪನೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಗು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದಾಗ ಸಿಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂದು ನೀವು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸೋಲು ಖಚಿತ. ಸಿಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ನಿಮ್ಮ ಮುಖ ಕೆಂಪಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಮಗು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದರೆ ಅದನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ತಿಳಿಸಿ ಹೇಳಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಗುರಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ನೀವು ಖಂಡಿತ ಸಾಧಿಸುತ್ತೀರಿ. ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದೊಡನೆ ಪಕ್ಕದ ಮನೆ ಆಂಟಿಯನ್ನು ನೋಡಲೇಬಾರದು ಅಂದುಕೊಂಡರೆ ನೀವು ರಸ್ತೆಗೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ಕೂಡಲೇ ಮಾಡುವ ಮೊದಲ ಕೆಲಸವೇ ಅದು! ಹೊರಗೆ ಬರುವಾಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತುಂಬಿದರೆ ಆಂಟಿ ನೆನಪೇ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ!

★ ನಿರ್ಧಾರಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಜಾಸ್ತಿ ಇದ್ದಷ್ಟೂ ಸೋಲುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಆದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಾಗ ಅವುಗಳ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

★ ನಾವು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಗುರಿಗಳು ವಾಸ್ತವದ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು. ಹಾಗಂತ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷಿಗಳಾಗಿರಬಾರದು ಅಥವಾ ಕೈಗೆಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬಯಸಬೇಕು ಅಂತೆನಲ್ಲ. ನಮಗಿರುವ ಸಮಯ, ಹಣ, ದೈಹಿಕ ಶಕ್ತಿ ಮುಂತಾದ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಮಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕು. ನಿವೇಶನವೇ ಇಲ್ಲದವರು ಈ ವರ್ಷ ಮನೆ ಕಟ್ಟಿ ಮುಗಿಸುವ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಿದರೆ ಏನಾಗಬಹುದು? ಅಥವಾ 110 ಕಿಲೋ ತೂಗುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಈ ವರ್ಷ 40 ಕಿಲೋ ಇಳಿಸುವ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡುವಾಗ ಇದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಆಗುವ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗೆಗೆ ಯೋಚಿಸಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಹೀಗೆ ಸೋಲುವುದು ಖಾತ್ರಿಯಿರುವ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು

ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಲ್ಲೇ ನಾವು ನಿಕೃಷ್ಟರಾಗುತ್ತೇವೆ.

★ ನಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿರಬೇಕು. ನಮಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಂಬಿ ನಾವು ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಿದರೆ ಸೋಲು ಹೆಚ್ಚು ಕಡಮೆ ಖಾತ್ರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ವರ್ಷ ಇಂತವನ್ನೇ ಪ್ರೀತಿಸಿ ಮದುವೆಯಾಗಬೇಕು ಎಂದು ನೀವೊಬ್ಬರೇ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಪ್ರೀತಿಸಿದವನನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಲು ಮನೆಯವರನ್ನು ಹೇಗಾದರೂ ಒಪ್ಪಿಸಬೇಕು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಕೂಡ ನಿಮ್ಮ ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ಮೀರಿರುತ್ತದೆ. ಮನೆಯವರ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಈ ವರ್ಷ ಪ್ರೀತಿಸಿದವನನ್ನೇ ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತೇನೆ ಎನ್ನುವುದು ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ.

★ ನಮ್ಮ ಗುರಿಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಅಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿರಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚಿನವರ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಸೋಲುವ ಕಾರಣ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ನೀವು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಿದರೆ ಏನಾಗಬಹುದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದ್ದೀರಾ?

- +ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- +ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಬದುಕಬೇಕು.
- +ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚು ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡಬೇಕು.
- +ಜೀವನವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು.
- +ಏನಾದರೂ ಹೊಸದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು/ಮಾಡಬೇಕು.
- +ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಅಥವಾ ದೇಶಸೇವೆ/ಸಮಾಜಸೇವೆ ಮಾಡಬೇಕು.



- +ಕುಟುಂಬದ ಜೊತೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯಬೇಕು.
- +ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕ ಗಳಿಸಬೇಕು. ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು.
- +ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸ ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಟ್ಟವರ ಸಹವಾಸ ಮಾಡಬಾರದು.

ಮೇಲಿನ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಬದಲಾಗಬೇಕು ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅದು ಸಹಜವೇ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿರುವ ಯಾವುದಾದರೂ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಇದೆಯೇ? ಹೆಚ್ಚು, ಕಡಿಮೆ, ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ, ಪೂರ್ಣವಾಗಿ, ಬೇರೆಯವರು, ಯಾರನ್ನಾದರೂ, ಒಳ್ಳೆಯದು, ಕೆಟ್ಟವರು- ಇಂತಹ ಯಾವ ಅಂಶವನ್ನೂ ನಿಖರವಾಗಿ ಅಳತೆ ಮಾಡುವುದು ಅಥವಾ ಗುರುತಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಂದಮೇಲೆ ವರ್ಷದ ಮಧ್ಯ ಮತ್ತು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು ಹೇಗೆ? ಇಂತಹ ಶಬ್ದಗಳೆಲ್ಲಾ ಲೋಕಾಭಿರಾಮವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಅಥವಾ ಗುರುಹಿರಿಯರು ಬುದ್ಧಿ ಹೇಳುವಾಗ ಬಳಸುವ ನಾಮವಿಶೇಷಣಗಳು ಅಷ್ಟೇ. ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸುಧಾರಿಸಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳುವುದೂ ಕೂಡ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಬಹುದೇ ಹೊರತು ಅಳತೆಗೆ ಸಿಗಬಲ್ಲ ಸತ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಹಾಗಾಗಿ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡಲೇಬೇಕಿದ್ದರೆ ಈ ರೀತಿಯದನ್ನು ಮಾಡಿ.
+ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಇಂತಿಷ್ಟು ಹಣವನ್ನು ಉಳಿಸುತ್ತೇನೆ.
+ದಿನನಿತ್ಯ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಮನೆಯವರೊಡನೆ ಋಷಿಯಾಗಿ ಕಳೆಯುತ್ತೇನೆ.
+ನನ್ನ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ನಾನೇ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.
+ವಾರಕ್ಕೆ ಎರಡು ಗಂಟೆ ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆ ಬಡಾವಣೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧಮಾಡುತ್ತೇನೆ.
+ಎರಡು ಕಿಮೀಗಿಂಗ ಕಡಿಮೆ ದೂರಕ್ಕೆ ವಾಹನವನ್ನು ಬಳಸುವುದಿಲ್ಲ.
ಇಂತಹ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಪಾಲಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಸಾಧಿಸಿದ ತೃಪ್ತಿ ಕೂಡ ನಿಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆ.