

ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಏರ್ಪಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಆದರೆ ಗ್ರಹಿಣಿಗೆ ಯಾವ ಕೆಲಸ ಮೊದಲು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ತನ್ನೊಳಗೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಏರ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಶಾಲೆಗೆ ತಯಾರು ಮಾಡಬೇಕಾ, ಅಡುಗೆ ಮೊದಲು ಮಾಡಬೇಕಾ, ಅಥವಾ ಮನೆ ಕ್ಲೀನಿಂಗ್ ಮಾಡಬೇಕಾ ಹೀಗೆ ದೊಡ್ಡ ಲಿಸ್ಟ್ ಮನದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆಷ್ಟು ಸಮಯವಿದೆ ಎಂದು ಕೇಳಿನೋಡಿ ಗ್ರಹಿಣಿಯರನ್ನೊಮ್ಮೆ ಹಾಗೆಂದರೆನು ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಹೌದಲ್ಲಾ!

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6ಕ್ಕೆ ಎದ್ದು ಗೀಸರ್ ಹಾಕಿ, ಡಬ್ಬಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ ಕೊಡಲು ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಅಡುಗೆ ಮೊದಲು ತಯಾರಿಸಿ ಬಳಿಕ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೆಳಗಿನ ತಿಂಡಿ ಮಾಡಿ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಿ ಶಾಲೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ, ಬಳಿಕ ಪತಿಗೆ ಎಲ್ಲ ತಯಾರು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟು ಕಚೇರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ 9 ಗಂಟೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದಾದ ಬಳಿಕ ತಿಂಡಿ ತಿಂದು, ಪಾತ್ರೆ ತೊಳೆದು, ಮನೆ ಗುಡಿಸಿ, ಒರೆಸಿ ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ 1 ಗಂಟೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಗಿನ ಅಳಿದುಳಿದ ಅಡುಗೆಯನ್ನೇ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ತಿಂದು, ಸಂಜೆ ಬಾಯಿ ಬಡಿಗೆ ತಯಾರಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ



ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆತರುವ ಹೊತ್ತಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಳಿಕ ಒಂದು ನಿಮಿಷವೂ ಪುರುಸೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ತಿಂಡಿ ನೀಡಿ, ಹೋಮ್ ವರ್ಕ್ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಇನ್ನು ರಾತ್ರಿ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿ, ಮರುದಿನಕ್ಕೆ ತಯಾರಿ ಮಾಡುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ ಕಳೆದೇ ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ರಾತ್ರಿ ಊಟ ಮಾಡಿ, ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆ ಮನೆ ಕ್ಲೀನ್ ಮಾಡಿ ಗಂಟೆ ನೋಡಿದರೆ 11 ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಎಲ್ಲದರ ಮಧ್ಯೆ, ನಮ್ಮ ಸಮಯ ಎಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋಯಿತು ಎಂಬುದೇ ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಮದುವೆಯಾದ ಮೇಲೆ ಮನೆ ಹಾಗೂ ಉದ್ಯೋಗ ಎರಡನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲಾಗದೇ ರಾಗಿಣಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ರಾಜೀನಾಮೆ ನೀಡಿದಳು. ಪತಿಯ ಆಗುಹೋಗುಗಳು, ಮಕ್ಕಳ ಬೇಕುಬೇಡಗಳು, ಹಾಗೆ ಮನೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ಇದೆಲ್ಲದರ ನಡುವೆ ಹಗಲು ರಾತ್ರಿ ಆಗುವುದು ಮಾತ್ರ ಗೊತ್ತಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ತನ್ನ ಸಮಯ ಎಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದೇ ರಾಗಿಣಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಂದು ಅವಳೆಂದೂ ಆಲಸ್ಯದಿಂದ ದಿನ ದೂಡುವವಳಲ್ಲ. ಬೇಡದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ತಲೆ ಮೇಲೆ ಹೊತ್ತುಕೊಳ್ಳುವವಳಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದೇ ತಿಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ತನ್ನ ಅನುಕೂಲಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರೂ, ಕೊನೆಗೆ ತನಗೇ ಸಮಯವಿಲ್ಲದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ರಾಗಿಣಿಯದ್ದಾಗಿತ್ತು. ಹೀಗೆ ಅದೆಷ್ಟೋ ಜನರಿಗೆ ಸಮಯವೆಂಬುದೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವಾಗ ಕೇಳಿದರೂ ಏನಾದರೂ ಕೆಲಸದ ಭಾರ ಹೊತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ ಯೋಗ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಣಯಾಮ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಒಂದಿಷ್ಟು ಸಂಗೀತ, ಸಂಜೆ ಲಘು ನಡಿಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಕೈಯಲ್ಲೊಂದು ಕಾದಂಬರಿ, ಇವುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಅಲ್ಲಿ-ಇಲ್ಲಿ ಹವ್ಯಾಸ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹೇಗಿರಬೇಡ ಹೇಳಿ ಹೆಂಗಳೆಯರ ಜೀವನ? ಮಕ್ಕಳ ಅಬ್ಬರ, ಪತಿಯ ಕೆಲಸಗಳ ನಡುವೆ ಇದಿಷ್ಟು ಕನಸಿನ ಮಾತೇ ಸರಿ ಎನ್ನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿದರೆ ಇದು ಅಸಾಧ್ಯವೇನಲ್ಲ. ಅದೆಷ್ಟೋ ಜನ ಮನೆಕೆಲಸ ಹಾಗೂ ಟಿಪಿಯಲ್ಲಿ ಅದೆಷ್ಟು ಮುಳುಗಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದರೆ ತಮಗೇನು ಬೇಕು ಎಂಬುದೇ ಗೊತ್ತಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ನಾನೊಂದು ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ, ಸುಮಾರು 3 ಗಂಟೆಯ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಊರಿನ ಹೆಂಗಳೆರಲ್ಲ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಬಿದ್ದು ಊರ ಮುಂದಿನ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೊರಟಿದ್ದರು. ಮಠಮಠ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಹೊತ್ತಲ್ಲಿ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲೇನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಇವರು ಎಂದು ನೋಡಹೋದರೆ, ಎಲ್ಲರೂ ಸುಶ್ರಾವ್ಯವಾಗಿ ಭಗವದ್ಗೀತೆ ಹಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇವರಿಗಿಲ್ಲ ಸಂಗೀತ ಬರುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಕೇಳಿದೆ. “ಯಾರಿಗೂ ಸಂಗೀತ ಬಾರದು. ಇಲ್ಲಿ 30 ವರ್ಷದಿಂದ ಹಿಡಿದು 70 ವರ್ಷದವರೆಗಿನ ಹೆಂಗಳೆರಿದ್ದೇವೆ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕಲಿಯುವುದರಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿದೆ. ಸುಮ್ಮನೆ ಕಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಅವರಿವರ ಮನೆಯ ಕಥೆ ಹೇಳುವುದರ ಬದಲು ಒಂದೊಳ್ಳೆ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲೇನೂ ಕಡಿಮೆ ಕೆಲಸಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕಾಲಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಕೆಲಸಗಳು ದುತ್ತೆಂದು ಬಂದು ನಿಲ್ಲುತ್ತವೆ. ಸದಾ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವ ನಮಗೆ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆ. ಇದರಿಂದ ನಮಗೂ ರಿಲಾಕ್ಸ್ ಆಗುತ್ತದೆ” ಎಂದಳು ಊರಿನ ಹಿರಿಯಜ್ಜೆ.

ಹೌದಲ್ಲವೇ, ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅದೆಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ಅಲ್ಲಿರುವವರೆಲ್ಲ ಕಷ್ಟಜೀವಿಗಳೇ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಸಂಜೆ ಹೊತ್ತು ಕೊಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕು. ಇನ್ನು ದಿನವಿಡೀ ಮನೆ ಹಾಗೂ ತೋಟ-ಗದ್ದೆಗಳ ಕೆಲಸಗಳಿರುತ್ತದೆ. ಇವುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಸಮಯವೆಂಬುದೇ ಅವರಿಗಿರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಹೊತ್ತಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಲಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆದಿದ್ದರೂ ಯಾರೂ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎನ್ನಿಸಿ ಅವರೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ನಿರ್ಧಾರವದು.

ನಿಮಗಾಗಿ ಸಮಯವನ್ನು ಮೀಸಲಿಟ್ಟು ಕೊಂಡು ಪಕ್ಕದಲ್ಲೇ ಪಾರ್ಕ್ ಗೆ ತೆರಳಿ ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡಿ, ಮುಂದೆ ಒಲಂಪಿಕ್ಸ್ ಗೆ ತೆರಳಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಸಾಕು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಯೋಗ, ನೃತ್ಯ ಹೀಗೆ ನಿಮಗಿಷ್ಟವಾದ ಕ್ಲಾಸ್ ಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಿ. ಕ್ಲಾಸ್ ಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇದ್ದರೆ ನೀವೆ ನಿಮಗಿಷ್ಟವಾದ ಕ್ಲಾಸ್ ತೆಗೆದು ಒಂದಿಷ್ಟು ಜನರಿಗೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಅನಾವರಣಗೊಳಿಸಿ. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಕುಳಿತು ಪೇಂಟಿಂಗ್ ಮಾಡಿ, ಒಂದಿಷ್ಟು ಕಾದಂಬರಿಗಳನ್ನು ತಂದು ಓದಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ನಿಮಗಾಗಿ ದಿನವೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ವಾರಕ್ಕೆ ಎರಡು ದಿನವಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ನಿಮಗಾಗಿ ಮೀಸಲಿಡಿ.

ಇದಾವುದೂ ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸುವಂಥದಲ್ಲ. ದಿನದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸಮಯ ನಿಮಗಾಗಿ ಮೀಸಲಿರಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಮೊದಲು ಯೋಚಿಸಿ. ಸಮಯವೇ ಇಲ್ಲವಲ್ಲ ಎಂದೆನಿಸಿದರೆ, ಬೆಳಿಗಿನಿಂದ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ ಸಮಯ ಎಲ್ಲಿ ಫೋಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ನೀವೆ ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಸಮಯ ಗಳಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವೇ ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳಿ.