ಸಮಾಧಾನಪಡಿಸಿ, 'ಏನು ವಿಷಯವೆಂದೇ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಕಂದಾ... ಯಾಕೆ ಅಳ್ತಾ ಇದ್ದಿ...' ಎಂದು ಕೇಳಿದ್ದೇ ತಡ, ರಪ್ ಎಂಬಂತೆ ಮಗಳು ಸಿಡಿದಳು. 'ಈಗಿಂದೀಗಲೇ ಅಪ್ಪನನ್ನು ಕರೆಸು. ಅಥವಾ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪನಾದರೂ ಬರಲಿ. ಊರಿಂದ ಅಜ್ಜನನ್ನಾದರೂ ಬರ್ಲಿಕ್ಕೆ ಹೇಳು. ಅವರೇಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ? ನಿನ್ನ ಮುಖ ನೋಡಿ ನೋಡಿ ಸಾಕಾಗಿದೆ. ನಿನ್ನೊಟ್ಟಿಗೆ ಎಷ್ಟು ಅಂತ ರೀಲ್ ಮಾಡಲಿ ನಾನು. ಅವರನ್ನು ಟ್ರಿಪ್‌ಗೆ ನೀನು ಯಾಕೆ ಕರೆಯಲಿಲ್ಲ?' ಎನ್ನುತ್ತಾ ದುಃಖಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದಳು. ಮಗಳನ್ನು ಸಂತೈಸಲು ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಲು ಧೈರ್ಯ ಸಾಲದೇ ಲಲಿತಾ ಸುಮ್ಮನಿದ್ದಳು. ಯಾವುದೇ ಸಮಾಲೋಚಕರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗದೇ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಮಗಳ ಅಂತರಂಗ ಅರಿವಾಗಿತ್ತು.

ಹೀಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಬಾರಿ ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗಿರುವವರ ಸಮಸ್ಯೆ ಯಾವುದೋ ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಅನಾವರಣಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಅರಿಯುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮನಸ್ಸೊಂದು ಇದ್ದರೆ ಸಾಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅರಿಯದೇ ಹೋದಾಗ ಸಮಾಲೋಚಕರ ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕವೇ ಅಂತರಂಗವನ್ನು ಹೊಕ್ಕು ಸಂಕಟವನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟೋ ಬಾರಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಇಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಖುದ್ದು ಅವರಿಗೇ ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಮನಸ್ಸು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗೆಲ್ಲ ಸಮಾಲೋಚಕರ ಮುಂದೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ... ಮನಸ್ಸು ತಾನೇ ನಿರಾಳವಾಗುತ್ತದೆ.

***

ನಗರಗಳೆಲ್ಲ ತುಂಬಿ ತುಳುಕುತ್ತಿರುವ ಕಾಲವಿದು. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ವೃದ್ಧರೇ ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಗರಗಳಲ್ಲಿರುವ ಪುಟ್ಟ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟ. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮಾತಿಗೆ ಜನರಿಲ್ಲದೇ, ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬಂಧುಗಳಿಲ್ಲದೇ ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಕಾಲ ಕಳೆಯಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಜಾರಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸುವವರು ಕಡಿಮೆ. ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲ ತಮ್ಮ ಸಂಸಾರ ಹಾಗೂ ವೃತ್ತಿಯ ಖುಷಿ ಬೇಸರಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದರೆ, ವೃದ್ಧರು ಫೋನ್ ಮತ್ತು ವಿಡಿಯೊ ಕಾಲ್‌ಗಳಿಗೆ ಕಾಯುತ್ತಾ ಇರಬೇಕಾಗಿದೆ. ಇಂತಹುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ದಿನಕಳೆಯುತ್ತ, ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಜಾರಿದವರು ಗಂಗಮ್ಮ. ಅವರಿಗೆ ಒಂದೇ ಚಿಂತೆ. 'ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನನ್ನ ಶಕ್ತಿಯೆಲ್ಲ ಸೋರಿಹೋಗಿದೆ. ಇನ್ನು ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ? ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾರೂ ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವಾಗ, ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇರಬೇಕಲ್ಲವೇ?' ಎಂಬ ಆತಂಕದಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದವರಿಗೆಲ್ಲ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ, 'ಈಗೇನು ಮಾಡಲಿ' ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಎಪ್ಪತ್ತೆಂಟು ವರ್ಷದ ಗಂಗಮ್ಮ ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಒಬ್ಬರೇ ಇಡೀ ಮನೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಿ ಗಂಡ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಸಾರವನ್ನು ತೂಗಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋದವರು. ಅವಿಭಕ್ತ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ

ರೋಗಿಗಳ ಹೆಚ್ಚಳ, ಸೌಕರ್ಯಗಳ ಕೊರತೆ

ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಲ ಸೌಕರ್ಯಗಳು ಲಭ್ಯವಿರಬೇಕು ಎಂದು ಸರ್ಕಾರದ ನಿರ್ದೇಶನಗಳಿವೆ. 'ಪ್ರೈವೇಟ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಎಸ್ಟಾಬ್ಲಿಷ್‌ಮೆಂಟ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್' ಈ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುತ್ತದೆ. 'ಇಂಡಿಯನ್ ಸೈಕಿಯಾಟ್ರಿಸ್ಟ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್' ಕೂಡ ಅಗತ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ದೊರಕುತ್ತಿವೆಯೇ ಎಂದು ಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು 'ಮೆಂಟಲ್ ಹೆಲ್ತ್ ಟಾಸ್ಕ್ ಫೋರ್ಸ್' ರಚಿಸಿ, ನಿಗಾ ಇಡುತ್ತದೆ. 'ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ನೀತಿ'ಯ ಪ್ರಕಾರ ಇವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಎಲ್ಲ ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಲ ಸೌಕರ್ಯಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಅತೀ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳು ಬಂದಾಗ, ಕಾಯುವಿಕೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿ ಸೌಕರ್ಯಗಳು ಸಾಕಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಮಾನಸಿಕ ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ಮೇಲೆ ತಪಾಸಣೆ, ಸಮಾಲೋಚನೆಗೆ ದೀರ್ಘ ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರೂ ಎಲ್ಲ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ನಗರಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿರಬಹುದು.

-ಡಾ. ಪ್ರೀತಿ ಶಾನುಭಾಗ್, ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕಿ