



ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ತಿರುವುಗಳು ಎದುರಾದಾಗ...

■ ಲಾವಣ್ಯಗೌರಿ ವೆಂಕಟೇಶ್



ಬದುಕು ನಿಂತ ನೀರಿನ ಹಾಗಲ್ಲ. ಹರಿಯುವ ನೀರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಅಡೆತಡೆಗಳು, ತಿರುವುಗಳು, ಇಳಿಜಾರುಗಳು, ಬಳಸುದಾರಿಗಳು ಇರುತ್ತವೋ ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಜೀವನ ಕೂಡ. ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನೋವು, ನಲಿವು, ವಿಸ್ಮಯ, ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ವಿರೋಧಗಳು ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಸಂತೋಷದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಕ್ಕು ನಲಿಯುವ ನಾವು ಕಷ್ಟದ ಅಥವಾ ದುಃಖದ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಭಯಪಡುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಮಾನವನ ಸಹಜ ಗುಣ. ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಾದರೂ ಸೂಚನೆ ಕೊಟ್ಟು ಬರುವುದಿಲ್ಲ! ಬದುಕು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವೆಂದು ಗೂಡು.

ಬಾಳಿನಲ್ಲಿ ಕರೆಯದೇ ಬರುವ ಅತಿಥಿಯೆಂದರೆ ಅದು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಘಟನೆಗಳು! ಇವು ನಮಗಿರಬಲ್ಲದ ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯ. ಅವನ್ನು ಸಂಭಾಳಿಸುವುದು ಸುಲಭ ಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ. ಈ ಘಟನೆಗಳು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗೆಗಿರಬಹುದು, ಸಂಬಂಧಗಳಿರಬಹುದು, ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ಇರಬಹುದು, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿರಬಹುದು, ಜಾಗತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾದ ಪ್ಯಾಂಡೆಮಿಕ್ ಮತ್ತು ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಕೋಪಗಳಿರಬಹುದು, ದಿನನಿತ್ಯ ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ನಿರ್ಧಾರಗಳಿರಬಹುದು, ಇವುಗಳನ್ನು ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಅನಿರೀಕ್ಷಿತತೆಯು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಮೂಲಭೂತ ಭಾಗ. ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಘಟನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ, ಅದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ರೀತಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ತರನಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಲವರು ಚಿಂತೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಂದು ಹೈರಾಣಾಗುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ಧೈರ್ಯದಿಂದ

ಬಂದುದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ, ಬದುಕು ನಡೆಸಿದಂತೆ ನಡೆದರೆ ಆದಿತ್ತು ಎನ್ನುವ ಸ್ವಭಾವದವರು. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೂ ಮಿತಿ ಅಥವಾ ಕೊನೆ ಎಂಬುದು ಇರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಹಂತದವರೆಗೆ ಸಹಿಷ್ಣುತೆ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಮೀರಿದಾಗ ತಾಳ್ಮೆಯ ಕಟ್ಟಿ ಒಡೆಯುತ್ತದೆ. ಆಗ ಅವಘಡಗಳು ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ.

ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಮುನ್ನೂಚನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಘಟನೆಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ, ಗಾಬರಿಗೊಳ್ಳುವುದು, ಭಯಪಡುವುದು ಸಹಜ. ಕಾರಣ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನಮ್ಮ ಕೈ ಮೀರುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವ ಅಸಹಾಯಕತೆ. ನಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಅನಾವರಣವಾದರೆ ಎನ್ನುವ ಭಯ! ಎಷ್ಟೇ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಿ, ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿ ಜೀವನ ನಡೆಸಿದರೂ, ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಧುತ್ತೆಂದು ಬಂದೆರಗುವ ಘಟನೆಗಳ ಸುಳಿವಿಲ್ಲದೆ ಹೋಯಿತಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆ. ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ತಿರುವುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಈ ಚಂಚಲ ಬದುಕೆಂಬ ದೋಣಿಯನ್ನು ನಡೆಸುವ ಬಗೆ ಹೇಗೆ?

ಮೊದಲಿಗೆ, ಇದರ ಬಗೆಗಿರುವ ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಎದುರಾದಾಗ, ಹೆದರಿಕೆ ಹಾಗೂ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಹಾಗಾದಾಗ ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹದಗೆಡುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಎದುರಾದ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮ ನಿಲುವನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಾವು ದಾರಿ ತಪ್ಪಿ ಕವಲುದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಿಂತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾವ ಕಡೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದು

ಗೊಂದಲವಾದಾಗ, ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮಿಚ್ಛೆಯಂತೆ, ಮನಸ್ಸಿಗನ್ನಿಸಿದ ದಾರಿಯನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ದಾರಿ ನೀವು ತಲುಪಬೇಕಾಗಿದ್ದ ಸ್ಥಳವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಒಳಿತೇ ಆಯಿತು. ಹಾಗಾಗದೆ, ಇನ್ನೊಂದು ದಾರಿಯನ್ನು ನೀವು ಆಯ್ದುಕೊಂಡಿದ್ದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಗುರಿ ಅದಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಧೈರ್ಯಗುಂದಬೇಡಿ. ಹೊಸ ದಾರಿಯನ್ನು, ಹೊಸ ಗಮ್ಯವನ್ನು ಹುಡುಕಿದ ಹಾಗಾಗಲಿಲ್ಲವೇ?

ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ನಮ್ಮ ಹತೋಟಿ ಮೀರಿದಾಗ, ಬರುವ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಬಂದಂತೆ ಎದುರಿಸುವ ಸೈಯವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಮ್ಮ ಅಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕು. ಬಂದದ್ದನ್ನು ಬಂದಂತೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದೆಂದರೆ, ನಮ್ಮತನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಅಥವಾ ತ್ಯಜಿಸಿ ಜಡತ್ವದಿಂದಿರುವುದಲ್ಲ. ಬದಲಿಗೆ ಬದುಕಿನ ಉಯ್ಯಾಲೆಯ ಒಂದು ತುದಿ ನಾವೆಂದು ಕೊಂಡಂತೆ ನಡೆದರೆ, ಮತ್ತೊಂದು ಅದು ನಡೆಸಿದಂತೆ ನಾವು ನಡೆಯಬೇಕು! ಅನಿರೀಕ್ಷಿತತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಧೈರ್ಯವೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಭಯ, ಆತಂಕ, ಆತ್ಮನೈಯವನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸುವುದೇ ಜೀವನ. ಎಂತಹ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯೇ ಆಗಿರಲಿ, ಭರವಸೆಯೆಂಬ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಿಲ್ಲಿದಲ್ಲಿ, ಕಾರ್ಮೋಡದಂತೆ ಬಂದ ತಿರುವುಗಳು ಮಂಜಿನಂತೆ ಕರಗಿ ಹೋಗುವವು.

ಅನಿರೀಕ್ಷಿತತೆಗೆ ಅಂಗೀಕಾರವೇ ಮಧು! ಬದುಕು ನಮಗಾಗಿ ಅದೆಷ್ಟೋ ಸುಂದರ, ವಿಸ್ಮಯಕಾರಿ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದೆ. ಅವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅದರ ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗಲೇ ಬೇಕಲ್ಲವೇ? ■