ಮತ್ತೆ ಸಿಗಬಹುದು, ಆದರೆ ಕ್ಷಣ ಕಳೆದರೆ ಎಂದೆಂದೂ ಸಿಗದು. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ತಿಳಿದು ಸಮಯದ ಸದುಪಯೋಗ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಕಾಲದಿಂದ ಕಾನ್ಫಿಡೆನ್ಸ್ ಕಡೆಗೆ ಹೋಗೋಣ. ವಾಚ್‌ನಲ್ಲಿನ ನಾಲ್ಕನೇ ಅಕ್ಷರ 'C'. 'ಸಿ ಫಾರ್ ಕ್ಯಾಟ್' ಎನ್ನುವ ಶಾಲಾದಿನಗಳ ವರ್ಣಮಾಲೆಯ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು 'ವಾಚ್' ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ 'ಸಿ ಫಾರ್ ಕಾನ್ಫಿಡೆನ್ಸ್' ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. 'ಸಿ' ಅಕ್ಷರದಿಂದ 'ಕ್ಯಾರೆಕ್ಟರ್' ಎನ್ನುವ ಪದವನ್ನೂ ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು.

ಕ್ಯಾರೆಕ್ಟರ್ ಮತ್ತು ಕಾನ್ಫಿಡೆನ್ಸ್ (**Character and Confidence**) ಇಲ್ಲದೆ ಹೋದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಬದುಕಿಗೆ ಅರ್ಥವಾದರೂ ಎಲ್ಲಿ? ಕ್ಯಾರೆಕ್ಟರ್ ಅಂದರೆ ಚಾರಿತ್ರ್ಯ, ಗುಣ, ನಡತೆ ಎಂದರ್ಥ. ಚಾರಿತ್ರ್ಯ, ನಡತೆ ಎಲ್ಲರ ಬದುಕಿಗೂ, ಸಮಾಜದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಅಗತ್ಯ. ಯಾರಾದರೂ ತಮ್ಮ ಚಾರಿತ್ರ್ಯ ಹಾಳು ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಅದನ್ನು ಪುನಃ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ 'ಎಂದೆಂದೂ ನಡತೆ ಕೆಡದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸು' ಎಂಬ ಮಾತನ್ನು ಹೇಳಬಹುದು.

ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನ 'ಕಾನ್ಫಿಡೆನ್ಸ್' ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ. ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದೇ 'ಕಾನ್ಫಿಡೆನ್ಸ್'ನಿಂದ ಮುನ್ನುಗ್ಗಿ ಎನ್ನುವ ಕಿವಿಮಾತನ್ನು 'ವಾಚ್'ನಲ್ಲಿ 'ಸಿ' ನಮಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಬರೆಯುವಾಗ, ನೌಕರಿ ಪಡೆಯಲು ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಹೋಗುವಾಗ, ಭಾಷಣ ಮಾಡುವಾಗ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಸಾಹಸ ಮಾಡುವಾಗ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಏನೇ ಕಾರ್ಯ ಕೈಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬಹುಮುಖ್ಯ. ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನೂ ಮಾಡಲಾಗದು. ಹಾಗಾಗಿ ವಾಚ್‌ನ 'ಸಿ' ಅಕ್ಷರಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲರೂ ಮಹತ್ವ ಕೊಡಲೇಬೇಕು.

'ವಾಚ್'ನಲ್ಲಿನ ಕೊನೆಯ ಅಕ್ಷರ 'H'. ಅಕ್ಷರ ಕೊನೆಯದಾದರೂ ಮಹತ್ವದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯದ್ದೇನಲ್ಲ. 'ಎಚ್' ಅಕ್ಷರಕ್ಕೆ ಹೊಂದುವ ಪದ 'ಹ್ಯಾಬಿಟ್' (**Habit**); ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಹವ್ಯಾಸ ಎಂದರ್ಥ. ಹವ್ಯಾಸ ಅತಿಯಾದರೆ ಚಟ ಎನ್ನಬಹುದೇ?

ನಾವು ಎಂತಹ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಎನ್ನುವುದರ ಮೇಲೆ ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬದುಕಲು ಉತ್ತಮ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ; ಕೆಟ್ಟ ಚಟಗಳನ್ನು ಅಂಟಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅವುಗಳು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಚಟ್ಟದ ಕಡೆಗೆ ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು 'ವಾಚ್'ನಲ್ಲಿನ 'H' ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತಿದೆ. ಹವ್ಯಾಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸದಾ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಈ ಅಕ್ಷರದಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಡಬಹುದು.

'ಎಚ್' ಮಹಿಮೆ ಇಷ್ಟಕ್ಕೆ ಮುಗಿಯುವುದಿಲ್ಲ. 'ಎಚ್' ಫಾರ್ 'ಹೆಲ್ತ್' (**Health**) ಎಂದೂ ಹೇಳಬಹುದು. ಆರೋಗ್ಯಭಾಗ್ಯ ಇಲ್ಲದೆ ಹೋದಲ್ಲಿ ಏನಿದ್ದೇನು ಫಲ? ಆರೋಗ್ಯ ಕೈಕೊಟ್ಟರೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉಳಿದುದೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯರ್ಥ. ಹಾಗಾಗಿ, ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಗಾವಹಿಸಿ ಎನ್ನುವ ಕಿವಿಮಾತನ್ನು 'ವಾಚ್' ನಮ್ಮ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರುತ್ತಿದೆ.

ಗಡಿಯಾರ ಎಂದರೆ ಸಮಯ ತಿಳಿಸುವ ಒಂದು ಯಂತ್ರ ಎಂದು ಇನ್ನಾದರೂ ಭಾವಿಸಬೇಡಿ. 'ವಾಚ್'ನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಸೂತ್ರವೇ ಇದೆ. 'ವಾಚ್'ಗೆ ಬದ್ಧವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಬದುಕಿನ ಚೆಲುವು ಹೆಚ್ಚುವುದು. ಅಂದಹಾಗೆ, **WATCH** ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರಿತವರನ್ನು 'ವಾಚಸ್ಪತಿ' ಎನ್ನಬಹುದೇ?

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: **feedback@sudha.co.in**