

ಇವರನ್ನು ನೀವು ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕೆಂದು ದೀಪಧಾರಣೆ ಎಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಜಗತ್ತಿನ ಎಂತಹ ನಾಜೂಕಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಅಮ್ಮಂದಿರೂ ಇವರ ಸಾಧನೆಯ ಬದುಕಿನಿಂದ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ಪುಟದಡ್ಡು ನಿಲ್ಲಬಹುದು. ಒಬ್ಬ ಅಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿದರೆ ಅವಳ ಯಶೋಗಾಥೆಗೆ ಆಕಾಶವೇ ಮಿತಿ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಇವರ ಕಥೆಯನ್ನು ನೀವು ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಉದಾಹರಿಸಬಹುದು. 'ಅಯ್ಯೋ, ಹೀಗಾಯ್ತಲ್ಲ ನನ್ನ ಬದುಕು. ಮುಂದೇನು ಗತಿ' ಎಂದು ನಿಟ್ಟುಸಿರು ಬಿಡುವವರು, ಇವರನ್ನು ನೋಡಿ ನೋವನ್ನೆಲ್ಲ ಮರೆತು ಬೆಳಕಿನ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಹಾಕಬಹುದು. ಹೌದು, ನಮ್ಮ ಕನ್ನಡತಿ ದೀಪಾ ಅವರ ಸಾಧನೆಯೇ ಹಾಗಿದೆ.

ದೀಪಾ ಅಜಯ್ ಅವರು 'ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹಿಳಾ ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್'ನಲ್ಲಿ ಈಚೆಗೆ ಬಂಗಾರದ ಪದಕ ಗೆದ್ದು ನಗು ಬೀರಿದರು. ಆ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ನಿಂತರು. ಆದರೆ, ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸಿ ಅವರು ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡವರಲ್ಲ. ಕುಟುಂಬದ ಅಗತ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಈ ಕ್ರೀಡೆಗೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ಅವರು, ಕೊನೆಗೆ ಅವರು ಎತ್ತುತ್ತಿದ್ದ ಭಾರದ ಸಾಧನಗಳೇ ಅವರನ್ನು ಬೆರಗಿನಿಂದ ನೋಡುವಂತೆ ಬೆಳೆದರು.

ದೀಪಾ ಅವರಿಗೆ ಈಗ 44ರ ಹರೆಯು. ಅವರಿಗೆ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು. ಆದಿತ್ಯ (20) ಮತ್ತು ಅಶಿಶ್ (12). ಇಬ್ಬರೂ ವಿಶೇಷ ಚೇತನ ಮಕ್ಕಳಾಗಿದ್ದರಿಂದ ಅವರ ಲಾಲನೆ ಮತ್ತು ಪಾಲನೆಗಾಗಿ ತಾವು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸದೃಢವಾಗಿರಲು ಅವರು ಬಯಸಿದರು. ಅತಿಯಾದ ತೂಕದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನೂ ಹೊಂದಿದ್ದ ದೀಪಾ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರ ದೈನಂದಿನ ಬೇಕು ಬೇಡಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸಬೇಕಿತ್ತು. ಇಡೀ ದಿನ ಅವರನ್ನು ವಿವಿಧ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ಸಹಾಯವನ್ನೂ ನೀಡಬೇಕಿತ್ತು. ಈಗೇನೋ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸು. ಹೇಗೋ ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು. ವಯಸ್ಸು ಆಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಈ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸಮರ್ಥಳಾಗಿ ಇರಬೇಕಲ್ಲ? ದೀಪಾ ಅವರು ಅಂದು ಹಾಕಿಕೊಂಡ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆ, ಇಂದು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್‌ನ ಅಗ್ರ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯ ಪೋಡಿಯಂವರೆಗೂ ಅವರನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬಂದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದೆ.

ಹೌದು, ನಿಮ್ಮ ಈ ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್ ಯಾತ್ರೆ ಹೇಗೆ ಶುರುವಾಯಿತು ಎಂದು ಕೇಳಿದರೆ ದೀಪಾ ಒಮ್ಮೆ ನಕ್ಕು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: 'ನಮ್ಮ

ಅಮ್ಮಂದಿರ ನಡುವಿನ ದೀಪ



■ ಪ್ರವೀಣ ಕುಲಕರ್ಣಿ

ಅಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್‌ನ ಜಿಮ್‌ನಲ್ಲೇ ನಾನು ವರ್ಕೌಟ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಹೇಗಾದರೂ ಮಾಡಿ ತೂಕ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕೆಂದು ನಾನು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದೊಡನೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಶಾಲೆಗೆ ತಯಾರು ಮಾಡುವುದು, ಅವರು ಶಾಲೆಗೆ ಹೊರಟ ಮೇಲೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಜಿಮ್‌ನಲ್ಲಿ ವರ್ಕೌಟ್ ಮಾಡುವುದು ನನ್ನ ನಿತ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸವಾಯಿತು. ಇದರಿಂದ ಹೊಸದೊಂದು ಜಗತ್ತೇ ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಂದ ತೆರೆದುಕೊಂಡಿತು.

ದೀಪಾ ಅವರಿಗೆ ನಿತ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸ ತುಂಬಾ ಖುಷಿ ನೀಡಿತಂತೆ. ಒಂದು ಕಡೆ, ತೂಕ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಇಳಿಯುತ್ತಿತ್ತು. ಮತ್ತೊಂದು ಕಡೆ, ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ಹುರಿಗೊಂಡು ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ಮೂಳೆಯ ಸಾಂದ್ರತೆಯೂ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ಉತ್ತೇಜನಗೊಂಡ ಅವರು ಯೂಟ್ಯೂಬ್ ವಿಡಿಯೋಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಹಲವು ಲೇಖನಗಳನ್ನು

ಓದಿ, ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್ ಕಡೆಗೆ ಚಿತ್ತ ಹರಿಸಿದರು. ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರ ಆಸಕ್ತಿಯಿದ್ದರೂ ತಮ್ಮ ಮೇಲೆಯೇ ಅವಲಂಬನೆಯಾದ ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲನೆಗಾಗಿ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಗಾಯಗೊಳ್ಳಬಾರದು ಎಂಬ ಆಲೋಚನೆಯೂ ಅವರಲ್ಲಿತ್ತು. ಕೊನೆಗೆ ವೇದಾಂತ್ ಅವರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕೋಚ್ ಅವರನ್ನು ಪಡೆದರು.

ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಸ್ಕ್ವಾಟ್, ಬೆಂಚ್ ಪ್ರೆಸ್ ಮತ್ತು ಡೆಡ್‌ಲಿಫ್ಟ್ ಎಂಬ ಮೂರು ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳುಂಟು. ಮೂರರಲ್ಲೂ ಎತ್ತಿದ ಒಟ್ಟು ಭಾರವನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. 'ನೀವು ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್‌ನಲ್ಲೇ ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ' ಎಂಬ ಕೋಚ್ ಸಲಹೆಗೆ ಮನ್ನಣೆ ನೀಡಿದ ದೀಪಾ, ಮುಂದೆ ಸಾಧಿಸಿದ್ದು ಈಗ ಚರಿತ್ರೆ. ಪಟ್ಟುಬಿಡದೆ ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸ ನಡೆಸಿದ ಅವರು, ಏಪ್ರಿಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಕ್ತ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಧಿಸಿದರು. ಈ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಧಿಸಿದ್ದ ಉಳಿದ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳು ದೀಪಾ ಅವರಿಗಿಂತ ತುಂಬಾ ಕಿರಿಯರು. ಇನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಇವರ ವಯಸ್ಸಿನ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ವಯೋಮಾನದ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳು ಜತೆಗಿದ್ದರು. ಈ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ದೀಪಾ ಒಟ್ಟಾರೆ ಯಾಗಿ ಎತ್ತಿದ್ದು 412 ಕೆ.ಜಿ. ಭಾರವನ್ನು (ಸ್ಕ್ವಾಟ್ 155 ಕೆ.ಜಿ., ಬೆಂಚ್ ಪ್ರೆಸ್ 82.5 ಕೆ.ಜಿ. ಮತ್ತು ಡೆಡ್‌ಲಿಫ್ಟ್ 175 ಕೆ.ಜಿ.). ದೀಪಾ ಅವರ ಇಂದಿನ ಸಾಧನೆಗೆ ಅವರ ಕೋಚ್ ಕೂಡ ಬೆರಗಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ, ದೀಪಾ ಅವರು ತಮ್ಮ ವಯೋಮಾನದ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ಷಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವ ಅರ್ಹತೆಯನ್ನೂ ಗಿಟ್ಟಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಕಾಳಜಿ. 'ಯಾವ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ನಾನು ಗಾಯಾಳು ಆಗಬಾರದು. ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬನೆಯಾದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಆಗಬಾರದು' ಎಂಬುದು. 'ಪತಿ ಅಜಯ್ ಅವರ ಬೆಂಬಲವೂ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಸಾಧನೆಯ ಹಿಂದಿದೆ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಮರೆಯುವಂತಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಹೇಳಲು ಅವರು ಮರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತೂ ಈ ಅಮ್ಮ ಪವರ್‌ಲಿಫ್ಟಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ನೋವು-ಸಂಕಟಗಳ 'ಭಾರ'ವನ್ನು ಒಮ್ಮೆಲೇ ಎತ್ತಿ ಬಿಸಾಡಿದ್ದಾರೆ. ವಿಶೇಷ ಚೇತನ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತಾ, ನಾವೂ ಸಾಧನೆಯ ಶಿಖರ ಏರಿ ನಿಲ್ಲಬಹುದು ಎಂದು ಪ್ರಶಸ್ತಿಯ ಪೋಡಿಯಂ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಈಗ ಸಾರಿ ಸಾರಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸಣ್ಣ-ಪುಟ್ಟ ಕೊರಗುಗಳ ಸುಳಿಯಲ್ಲಿ ಸುಳಿದಾಡುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ಆ ಸಂದೇಶ ಕೇಳಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ