



ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ನಟಿಯರ ಮತ್ತು ಮಾಡೆಲ್‌ಗಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅವಧಿ ಅತ್ಯಂತ ಚಿಕ್ಕದಾದದ್ದು. ಪ್ರತಿದಿನ ಅವರಿಗಿಂತ ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗಿಯರ ಪೋರ್ಟ್ ಫೋಲಿಯೋ ಮಾಡಲಿಂಗ್ ಏಜೆನ್ಸಿಗಳ ಟೇಬಲ್ ಮೇಲೆ ಸಾಲುಗಟ್ಟುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಇಲ್ಲದಾಗ, ನಡುವಯಸ್ಸಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೇಹದ ಕೊಬ್ಬು ಕರಗಿಸುವುದು ಅಷ್ಟು ಕಷ್ಟವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಬೇಡುವ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತು ದೊಡ್ಡದು. ಸಮಯ ಎಲ್ಲಿದೆ? ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಈಗ ಮತ್ತು ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಆಗಬೇಕು ಎನ್ನುವಾಗ ನಾಯಿಕೊಡೆಗಳಂತೆ ತಲೆ ಎತ್ತಿರುವ ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ಗಳು ತಮ್ಮ ಜಾಹೀರಾತಿನ ಮೂಲಕ, ಮೋಡಿಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಕೈಬೀಸಿ ಕರೆಯುತ್ತವೆ. ಬಹುಶಃ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಚೇತನಾಗೆ ಆಗಿದ್ದೂ ಅದೇ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದೇಹವೂ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದದ್ದು. ಕೆಲವುಸಲ ಅವುಗಳ ಪ್ರಕೃತಿಯೇ ತೋರ, ಗಿಡ್ಡ, ಎತ್ತರ, ಸಣ್ಣ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ಸಲ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳ ಬಿಳಿತ ದೇಹದ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಅವಹೇಳನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಚಿತ್ರನಟಿ ಎಂದರೆ ಬಹುಶಃ ಅದು ವಿದ್ಯಾಬಾಲನ್. ದಕ್ಷಿಣದಿಂದ ಹೋದ ಈಕೆಯ ದೇಹಾಕೃತಿಯ ಬಗ್ಗೆ, ಗಾತ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ಮೀಮ್‌ಗಳು ತಯಾರಾಗಿದ್ದವು. ಮುಕ್ತ ಸಭೆಗಳಲ್ಲಿ, ಶೂಟಿಂಗ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಆ ಬಗ್ಗೆ ಸೋಕಾಲ್ಡ್ ಜೋಕ್‌ಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಆ ನಿಯಮಗಳಿಗೆ ಒಗ್ಗಲು ಮೊದಮೊದಲು ವಿದ್ಯಾ ಸಹ ಅನೇಕ ಪಡಿಪಾಟಲು ಪಟ್ಟರು. ಆಗಿಲ್ಲಾ ಅವರ ಕೆಲಸ ಹೊಡೆತ ತಿಂದಿತು. ಅವರು ಡಿಪ್ರೆಷನ್‌ಗೆ ಸಹ ಒಳಗಾದರು. ಆದರೆ ಆಮೇಲೆ ಅವರು ಅದನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿನಿಂತರು. ತಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರು. ಅವರ ಅಭಿನಯಕ್ಕೆ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಮತ್ತು ಪುರಸ್ಕಾರ ದೊರಕಿಸಿಕೊಟ್ಟ 'ಡರ್ಬಿ ಪಿಕ್ಚರ್', 'ಕಹಾನಿ', 'ತುಮ್ಮಾರಿ ಸುಲು', 'ಪಾ' ಇತ್ಯಾದಿ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡ ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆ ಮೂಲಕ ಅವರ ಅಭಿನಯದಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸುವಂತಿತ್ತು.

'ನಿರಂತರ ಟ್ರಾಲ್‌ಗೆ ಒಳಗಾಗುವ ನನ್ನ ದೇಹದ ಬೆಂಬಲಕ್ಕೆ ಒಬ್ಬರಾದರೂ ಇರಬೇಕಿತ್ತು, ಅದು ನಾನೇ ಆಗೋಣ ಎಂದುಕೊಂಡೆ' ಎನ್ನುವ ಅವರು ಮುಂದೆ ಇದನ್ನೇ ಹೇಳುವ ಒಂದು ಕಿರುಚಿತ್ರದಲ್ಲೂ ನಟಿಸಿದರು.

ದೇಹದ ಆಕೃತಿ, ಬಣ್ಣ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಸೂಚಕವಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದೇಹಕ್ಕೂ ಒಂದು ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಇದೆ. ನಮ್ಮ ಆಹಾರ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಆಗಬೇಕು. 'ಪರ್ಫೆಕ್ಟ್ ಬಾಡಿ'ಯ ಮಿಥೆಯಿಂದ ಮೊದಲು ಧಕ್ಕೆಯಾಗುವುದು ನಮ್ಮ ಆತ್ಮಶಿಸ್ತುಸಕ್ಕಾದರೂ, ಆ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಅನೇಕ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ನೂರಂಟು ಅವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಡಯೆಟ್‌ಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ ದೇಹದ ಆಂತರಿಕ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಏರುಪೇರು ಕಾಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮತೋಲನದ ಆಹಾರ ದೇಹದ ಮೂಲಭೂತ ಅವಶ್ಯಕತೆ. ಬೆಳಗ್ಗೆಯ ಯಾವುದೇ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ನೋಡಿ, ಮ್ಯಾಗಜಿನ್ ಪುಟಗಳನ್ನು ತಿರುಗಿಸಿ, ಪೋಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಪ್ರಮಾಣಬದ್ಧ ದೇಹಗಳ ಕಡೆದಿಟ್ಟ ಮುಖ, ತೋಳು, ಸೊಂಟ, ಹೊಟ್ಟೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಅವಹೇಳನ ಮಾಡಲು ಹೊಂಚುಹಾಕುತ್ತಲಿರುತ್ತವೆ.

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಈ ಎಲ್ಲಾ ವಿಶೇಷಣಗಳಾವುದೂ ಇಲ್ಲದ ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮಂಥವರು ಓಡಾಡಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕನ್ನಡಿಯ ಮುಂದೆ ನಿಂತಾಗ ಹೋಲಿಕೆಗೆ ನೆನಪಾಗುವುದು ಆ 'ಪರ್ಫೆಕ್ಟ್' ದೇಹಗಳೇ ಯಾಕಾಗಬೇಕು? ಅವುಗಳನ್ನು ಹಾಗೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾದ ಸಮಯ, ಹಣ, ಕಾಲ ಇವ್ಯಾವುದೂ ನಮ್ಮನ್ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವ ನಮಗೆ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಿರುವಾಗ ಹೋಲಿಕೆಯ ಹಟವೇಕೆ?

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in