



ಸಂಬಂಧಗಳು ಸದಾ ಹಸಿರಾಗಿರಲು ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ವಿಚಾರಗಳಿಗೂ ಪರಸ್ಪರ ಸ್ವಂದನ ಮುಖ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಎದುರಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಡೆ ನುಡಿಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ಸಂತಸವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬೇಕು.

ನಿಮಗೆ ತೋಚಿದಂತೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ನೀವು ಮೌನಿಯಾದರೆ ಸಂಬಂಧಗಳು ಜಟಿಲಗೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಅಂತೆಯೇ ತಪ್ಪು ನಿಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದಲೂ ಇರಬಹುದಲ್ಲವೇ..? ಆದ್ದರಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದ ಮೌನದ ಬಳಿಕ ನಡೆದು ಹೋಗಿದುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪುನಃ ಯೋಚಿಸಬೇಕು. ವಿಷಯವನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಪರಾಮರ್ಶಿಸಿ ನೋಡಬೇಕು. ತಪ್ಪು ಎದುರಿನವರದ್ದು ಎನಿಸಿದರೆ ಅವರಿಗೆ ಅದರ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದಲೇ ತಪ್ಪಾಗಿದೆ ಎನಿಸಿದರೆ ಕೂಡಲೇ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಾಭಿಮಾನ ಬಿಟ್ಟು ಅವರಲ್ಲಿ ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬೇಸರ ಅಥವಾ ನೋವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥೈಸಿ ಹೇಳಬೇಕು. ನೀವು ಅವರಿಂದ ಏನನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರ ಎಂಬುದನ್ನೂ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ವಿಷಯವನ್ನು ಅವರ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ತೆರೆದಿಡಲು ಅವರಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಟ್ಟು, ಅವರ ನಿಲುವನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಅಂತೆಯೇ ಕೆಲವೊಂದು ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮತವಿಲ್ಲ ಎನಿಸಿದರೆ ಅಂತಹ ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡಬೇಕು ಅಥವಾ ಆ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾತಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು. ಇದು ಸಂಬಂಧಗಳು ಆದಷ್ಟು ತಿಳಿಯಾಗಿರಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ತೀರ ಅಗತ್ಯ ವೆನಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಬಳಕೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯವನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಕಳೆಯಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಕೇವಲ ನಿಮ್ಮ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತಾ ಹೋಗದೆ, ಅವರಿಗೂ ಮಾತನಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಟ್ಟು, ಅವರ ಮಾತುಗಳಿಗೂ ಸ್ಪಂದಿಸಬೇಕು. ಸಂಬಂಧಗಳು ಸದಾ ಹಸಿರಾಗಿರಲು ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ವಿಚಾರಗಳಿಗೂ ಪರಸ್ಪರ ಸ್ವಂದನ ಮುಖ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಎದುರಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಡೆ ನುಡಿಯಿಂದ ನಿಮಗೆ ಸಂತಸವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬೇಕು.

ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ, ವಿವಾಹ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವ ಮೊದಲಾದ ಮುಖ್ಯ ದಿನಗಳಂದು ಬಂಧು ಮಿತ್ರರಿಗೆ ಶುಭಾಶಯಗಳನ್ನು ಮರೆಯದೇ ತಿಳಿಸ ಬೇಕು. ಮುಖ್ಯ ಧಾರ್ಮಿಕ ಹಬ್ಬ ಹರಿದಿನಗಳಂದು ಕರೆ ಮಾಡಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಮರೆಯಬಾರದು.

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧಗಳು ಅತಿ ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಕಾರಣಗಳಿಗೂ ಒಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ನಮ್ಮ ಅತಿಯಾದ ಮಾತು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಒಡೆದರೆ ನಮ್ಮ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಮೌನವೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇಬ್ಬರ ನಡುವಿನ ಬಿರುಕಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಸಂಬಂಧಗಳು ಕಳಚುತ್ತಿವೆ. ನೆನಪಿಡಿ, ಸಮಯದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ■

ಮನುಷ್ಯ-ಪ್ರಕೃತಿ ಸಂಬಂಧ

ಮನುಷ್ಯ- ಮನುಷ್ಯರ ಸಂಬಂಧಗಳಂತೆಯೇ ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಯ ಜೊತೆಗಿನ ಮಾನವನ ಸಂಬಂಧಗಳೂ ಈಗೀಗ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತಿವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಾಕುಪ್ರಾಣಿಗಳೂ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಬಹುವಾಗಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಮಾಲೀಕ ಬಹಳ ಹೊತ್ತಿನವರೆಗೆ ಕಾಣದಿದ್ದಾಗ ಅವು ಸವೆ ಮೋರೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಅವುಗಳಿಗಾಗಿ ಇರಿಸಿದ ಊಟ ತಿಂಡಿಯನ್ನು ತಿನ್ನಲೂ ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಮಾಲೀಕ ತನ್ನನ್ನು ಮುದ್ದಿಸಿದಾಗ ಮಿಷಿ ಪಡುತ್ತವೆ, ಗದರಿದಾಗ ಹೆದರಿ ಆತನ ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸುತ್ತವೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಾವು ಸಾಕಿದ ಗಿಡ ಮರಗಳೊಂದಿಗೂ ಗಾಢವಾದ ಆತ್ಮೀಯತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಆ ಗಿಡಗಳು ಒಣಗಿದರೆ, ಅದರ ಎಲೆಗಳು ಬಾಡಿದರೆ ಚಿಂತಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಅವು ಕಾಲ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಹೂವು ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ದಿನವೂ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ನೀರಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಮುದ್ದು ಪ್ರಾಣಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿನ ಮನುಷ್ಯನ ಒಡನಾಟ ಆತನ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದೇನೋ ಇದೆ. ಆದರೂ ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಗಳೊಡನೆಯ ಆ ಬಗೆಯ ಒಡನಾಟ ಕಾಲ ಕಳೆದಂತೆ ಅಳಿಸಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದು ದಿಟ.

ತೆರನಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಪರಸ್ಪರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಅನಿಸಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯ. ಎಷ್ಟೋ ಬಾರಿ ಅತಿ ಹತ್ತಿರದವರ ಮಾತು ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯೇ ಬೇಸರ ಅಥವಾ ಸಿಟ್ಟು ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಕುಟುಂಬದ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಂತಹ ನೋವಿನ ಮತ್ತು ಕೋಪ ತರಿಸುವ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಾವು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರುವುದು ಮೌನ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಆ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಮೌನಕ್ಕೆ ಶರಣಾಗುವುದೇ ಲೇಸು. ಏಕೆಂದರೆ ಮಾತಿಗೆ ಮಾತು ಬೆಳೆದು ದ್ವಿನ

ತಾರಕಕ್ಕೆರಿದರೆ ಸಂಬಂಧಗಳು ಕೆಟ್ಟು ಬದುಕೇ ಅಸಹನೀಯವಾಗಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮೌನ ನಿಜಕ್ಕೂ ಬಂಗಾರವೇ.

“Without communication there is no relationship” ಎಂಬ ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯ ಮಾತಿನಂತೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಂವಹನವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಯಾವ ಸಂಬಂಧವೂ ಉಳಿಯಲಾರದು. ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧಗಳು ಉಳಿಯಲು ಪರಸ್ಪರರು ಮಾತನಾಡಬೇಕು. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ತುಮುಲಗಳನ್ನು ಹೇಳದೇ ಹೋದರೆ ಅಥವಾ ಎದುರಿನವರ ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು