



ಡಾ.ವಿನೋದ ಛಿಬ್ಬಿ

ಇರುವವರಿಗಾಗಿ ಬದುಕುವುದು  
ಸಹಜ ನಿರ್ಧಾರ; ಆದರೆ  
ಸತ್ತವರಿಗೋಸ್ಕರ ಬದುಕಲು  
ಸಾಧ್ಯವೇ?

### 331: ಹೊಸ ದಾರಿ - 71

**ದುಃಖ**ಾರ್ತರಿಗೆ ಸಾಂತ್ವನ ಹೇಗೆ ಹೇಳುವುದೆಂದು ತಿಳಿದೆವು. ಇನ್ನು, ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಕಾಡುವ ಮುಖ್ಯಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಬರೋಣ:

ಸತ್ತವರನ್ನು ಮರೆಯುವುದು ಹೇಗೆ? ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣವಾದದ್ದೆಂದರೆ ಸತ್ತ ಆತ್ಮಿಯರನ್ನು ಮರೆಯಲು ನೋಡುವುದು. ಅವರೊಡನೆಯ ಬದುಕು ಮುಗಿಯಿತು, ಇನ್ನು ಅವರಿಲ್ಲದ ಬದುಕಿಗೆ ತಯಾರಾಗಬೇಕು. ಯಾಕೆಂದರೆ, ಅವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲವಲ್ಲ? ನನ್ನ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏನೆಂದರೆ, ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಅವರಿಲ್ಲ ಎಂದಾಯಿತೆ? ಅವರಿಗೂ ನಿಮಗೂ ಕೇವಲ ಶರೀರಮೂಲದ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ಸಂಬಂಧದ ಹೊರತಾಗಿ ಬೇರೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲವೆ? ವಾಸ್ತವ ಏನೆಂದರೆ, ಸತ್ತವರು ಶರೀರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರೂ ಪ್ರೀತಿಸುವವರ ಮನದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ನೆಲೆಸಿರುತ್ತಾರೆ. 'ಅಸ್ತಿತ್ವ ಎಂದರೆ ಸಜೀವ ಶರೀರ ಹೊಂದಿರುವುದಲ್ಲ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಮನದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವುದು' ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಏನು ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ? ಅವರಿನ್ನೂ ಇದ್ದಾರೆ! ನೀವು ಅವರನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಒತ್ತಿಟ್ಟಿರಲಿ, ಅವರಿಗೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಲು ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲ. ಅಂದಮೇಲೆ ಹೊರಹಾಕುವ ವೃಥಾ ಪ್ರಯತ್ನವಾದರೂ ಏಕೆ? ಹೇಗೂ ನಿಮ್ಮ ಮನದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾನ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೀರಿ; ನಿಮ್ಮ ದಿನಚರಿಯಲ್ಲೂ ಒಂದು ಸ್ಥಾನ ಕೊಡಿ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ: ದಿನಾಲೂ-ಅಥವಾ ಆಗಾಗ-ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯವನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡು ಅಲಾರ್ಮ್ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಒಂದರ್ಧ ತಾಸು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ಮಾತಾಡುತ್ತ ಮನದಾಳವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ಲೋಕ ಹೇಗಿದೆಯೆಂದು ವಿಚಾರಿಸಿ. ಹರಟೆ ಹೊಡೆಯಿರಿ. (ಅನುಭವವನ್ನು ತೀಕ್ಷ್ಣಗೊಳಿಸಬೇಕು ಎಂದೆನಿಸಿದರೆ ಅವರು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ತಲೆದಿಂಬನ್ನೋ ಉಡುಪನ್ನೋ ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಿ; ಅವರ ಹೊದಿಕೆಯನ್ನು ಹೊದ್ದುಕೊಳ್ಳಿ.) ಅಲಾರ್ಮ್ ಎಚ್ಚರಿಸಿದಾಗ ಇನ್ನೊಂದು ಸಲ ಭೇಟಿಯಾಗೋಣ ಎಂದು ಬೀಳ್ಕೊಡಿ. ಹೀಗೆ, ಶರೀರರಹಿತರು ನಿಮ್ಮ ಮನದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮಿಷ್ಟ ಬಂದಷ್ಟು ಕಾಲ ಇರುತ್ತಾರೆ; ಕಾಲಕ್ರಮೇಣ ತಾವೇ ಮರೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಇಲ್ಲೊಂದು ಹೃದಯಸ್ಪರ್ಶಿ ಅಂಶವಿದೆ: ದೇಹಾತೀತರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುವಾಗ ಆಗುವ ಅನುಭೂತಿಯೇ ಬೇರೆ. ಇಲ್ಲಿಯ ಸಂವಹನವು ಭಾಷೆಯನ್ನು ಮೀರಿ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೃದಯದಾಳದಿಂದ ಬಂದಿರುವ ಇದು ಅಂತಃಕರಣದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು, ಭಾವಪೂರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಿರರ್ಗಳವಾಗಿ ಮಾತಾಡುತ್ತಿರಬಹುದು; ಅಥವಾ ಮೌನವಾಗಿ ಅವರ ಸನ್ನಿಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತ ಇರಬಹುದು. ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಮಿಗಿಲಾಗಿ, ನೀವು ನೀವಾಗಿಯೇ, ಹಾಗೂ ಅವರು ಅವರಾಗಿಯೇ ಇರಬಹುದು- ಇದು ಸಶರೀರಿ ಆಗಿದ್ದಾಗ ಬಹುಶಃ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

ಆತ್ಮೀಯರ ಸಾವಿನಿಂದ ಸಂಕಟ, ತಪ್ಪಿತಸ್ಥಭಾವ ಮುಂತಾದ ಪದರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೆ ಉತ್ತರವಿಲ್ಲದ ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದು ತಳದಲ್ಲಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ: ನಾನಿಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದವರು ನನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಹಾಗಿದ್ದರೂ ದೂರವಾಗಿದ್ದರೆ, ಇದಕ್ಕೇನೋ ಉದ್ದೇಶ ಇರಬೇಕು. (ಇದನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಾಲಿಗಾಗಿ ಅಳುತ್ತಿರುವ ವರ್ಷದ ಮಗುವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹಾಲಿತರಲು ಮಗುವನ್ನು ಕೆಳಗಿಳಿಸಿದರೆ ದೂರಕರಿಸ್ತಡುವ ಭಯದಿಂದ ರೋದನ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಮೇಣ ಮಗುವಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ: ಪೋಷಕರಿಂದ ಅಗಲುವುದರಲ್ಲಿ ಏನೋ ಉದ್ದೇಶವಿದೆ!) ಏನದು? ಹೀಗೆ ಯೋಚಿಸುವಾಗ ಆತ್ಮೀಯರ ಸಾವಿಗೆ ಅರ್ಥ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ! ಗಹನ ಗಂಭೀರವಾದ ಹಾಗೂ ರಹಸ್ಯಮಯವಾದ ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಲು ನನ್ನದೇ ಅನುಭವದ ಹೊರತಾಗಿ ಯಾವುದೂ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ:

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಓದುತ್ತಿರುವಾಗ ಸಹಪಾಠಿಯೊಬ್ಬಳು ಜೊತೆಗೆ ಗಾಢಪ್ರೇಮ ಬೆಳೆಯಿತು. ಮದುವೆಯಾಗಿ ಸಂಸಾರ ಹೂಡಿ ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯರಾಗಿ ವೃತ್ತಿ ಶುರುಮಾಡಿದವು. ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ನಡುವೆ ನಡೆಯುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಾಗಿ ಸ್ವರ್ಗದಂತಿತ್ತು. ಮೂರು ವರ್ಷದ ನಂತರ ಆಕೆ ತನ್ನ ಅಕ್ಕನನ್ನು, ನಂತರ ತಾಯಿಯನ್ನು ದುರಂತದಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾದವಳು ಕ್ರಮೇಣ ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಜಾರಿದಳು. ಪ್ರಸಿದ್ಧ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಡಿಪ್ರೆಶನ್, ಮೇನಿಯಾ, ಸ್ಕಿಝೋಫ್ರೆನಿಯಾ ಎಂದೆಲ್ಲ ಹೆಸರುಗಳಲ್ಲಿ ನಾನಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಯಿತು. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಫಲಕಾರಿ ಆಗುವುದು ಒತ್ತಿಟ್ಟಿರಲಿ, ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನೇ ಗುರುತಿಸಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಹಂತಹಂತವಾಗಿ ದುರ್ಬಲಳಾಗುತ್ತ, ಮಾತು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ತಾನು ಬದುಕಿದ್ದೇ ತನಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಂತೆ ಇದ್ದಳು. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ನೀರಿಲ್ಲದ ಗಿಡದಂತೆ ಬಾಡುತ್ತ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳ ನರಳಿಕೆಯನ್ನು ಒಂದುದಿನ ಕೊನೆಗೊಳಿಸಿದಳು. ಅತ್ಯಂತ ದುರಂತದ ಹಾಗೂ ವ್ಯಥೆಯ ಸಂಗತಿ ಏನೆಂದರೆ, ಆಕೆ ಯಾವಾಗ ಸತ್ತಳು ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತೇ ಆಗಲಿಲ್ಲ! ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಪ್ರೀತಿಗೆ ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಮರಗಟ್ಟಿಹೋದೇ. ಅವಳ ಮರಣ ಮನೋವೈದ್ಯದ ಮರಣ ಎಂದೆನಿಸಿತು. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಮನೋವೈದ್ಯವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅರಸುತ್ತ ಹೋದೇ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟೊಂದು ಮನೋವಿಕಾಸ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದು.

ಈ ಸಾವಿನ ನಂತರ ದಶಕಗಟ್ಟಲೆ ಮನವನ್ನು ಮಥಿಸಿದಾಗ ಹೊರಬಂದ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ:

- ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ಒಂದು ಸದ್ಗುಣವಿದೆ: ಅದು ಒಂದೇಸಲ ಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಬದುಕಿನ ಏಕೈಕ ಪ್ರಶ್ನಾತೀತ ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಸಾವೊಂದೇ. ಹಾಗಾಗಿ ಅದನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ನಿತ್ಯವೂ ಸಾಯುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.
- ಆತ್ಮೀಯರ ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ಒಂದು ಸಮಾಧಾನವಿದೆ: ಅವರು ಸಾಯುವ ತನಕ ಸಾಯುವ ಭಯವಿರುತ್ತದೆ. ಸತ್ತಮೇಲೆ ಈ ಭಯ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸತ್ತಮೇಲೆ ನಮ್ಮವರು ನಮ್ಮ ಮನದಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ನೆಲೆಸುತ್ತಾರೆ. ನಂತರ ಅವರನ್ನು ಯಾವೊತ್ತೂ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರವು.
- ಯಾರ ಸಾವೂ ವೃಥಾವಾಗಿ ಹೋಗಗೊಡಬಾರದು - ಹಾಗಾದರೆ ಅದು ಮಾನವತೆಯ ದುರಂತವಾಗುತ್ತದೆ. ಸತ್ತವರ ಸಾವಿನಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದೇ ಬದುಕಿನ ಅತಿ ಗಹನವಾದ, ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ ಪಾಠ.

ಇದನ್ನು ನನಗೆ ಹೇಗೆ ಅನ್ವಯಿಸಿಕೊಂಡೆ? ಪ್ರಿಯಪತ್ನಿ ಬದುಕಿದ್ದರೆ ಅವಳೊಡನೆ ಕುಟುಂಬ ವೈದ್ಯನಾಗಿ ಋಷಿಯಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದೆ, ಅಷ್ಟೆ. ಅವಳ ಅಗಲಿಕೆಯು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಬಿಟ್ಟುಕೊಟ್ಟು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕನಾಗಿ ರೂಪಾಂತರಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿತು. ಹಾಗೆಯೇ, ನನ್ನ ದಾಂಪತ್ಯ ಕಿತ್ತುಕೊಂಡು ಹೋದಾಗ ಇನ್ನಿತರ ದಾಂಪತ್ಯಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಲು ಹೊರಟು ದಾಂಪತ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕನಾಗಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿದ್ದೂ ಈ ಕಾರಣದಿಂದ.

ನನ್ನವಳ ಸಾವಿಗೆ ಅರ್ಥವೇನು? ಬುದ್ಧಿವಂತ ಹಾಗೂ ಕರುಣಾಳು ವೈದ್ಯೆಯಾಗಿದ್ದವಳನ್ನು ಸಾವು ಅನ್ಯಾಯವಾಗಿ ಕಿತ್ತುಕೊಂಡಿತೆಂದು ಪರಿತಪಿಸುತ್ತಿದ್ದ ನನಗೆ ಈಗ ಅರಿವಾಗುತ್ತಿದೆ: ಯಾರ ಸಾವೂ ವೃಥಾವಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ಸಾವಿನಲ್ಲೂ ಅರ್ಥವಿದೆ. ಅದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡು ಅನುಸರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಬದುಕಿನ ಸಾರ್ಥಕತೆ ಅಡಗಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ, ಯಾರ ಸಾವನ್ನೂ ಮರೆಯುವುದು ಬೇಡ; ಅವರ ಸ್ಮರಣೆ ಸದಾ ಇರುವಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಬದುಕು ಬದಲಾಗಲಿ. ಹೆಂಡತಿಯಿದ್ದರೆ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದವನು ಅವಳಿಲ್ಲದೆ ಅನೇಕ ಅಪರಿಚಿತರಿಗೋಸ್ಕರ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದಕ್ಕಿಂತ ಸಾರ್ಥಕತೆ ಇನ್ನೇನಿದೆ? ಆತ್ಮೀಯರ ಅಂತ್ಯದಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಸಾರ್ಥಕತೆಯ ಯಾನ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮವರ ಸಾವನ್ನು ಸಾರ್ಥಕಗೊಳಿಸುವುದು ಹೇಗೆಂದು ಯೋಚಿಸಿ, ಕಾರ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಿ. ಅವರ ಸಾವು ನಿಮ್ಮ ಹೊಸ ಬದುಕಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯಾಗಲಿ.

ಬದುಕಿರುವವರಿಗಾಗಿ ಬದುಕುವುದು ಸಹಜ; ಆದರೆ ಸತ್ತವರಿಗೋಸ್ಕರ ಬದುಕುವುದು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮಹತ್ತರವಾದ ನಿರ್ಧಾರ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ: 8494933888;

Email: vinod.chebbi@gmail.com