ಡಾ.ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ

ಮಗುವು ತಾಯಿಯನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವಂತೆ ಇಳಿವಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಗುವಾಗಿ, ಅವರಿಟ್ಟಂತೆ ಇದ್ದರೆ ದೈನ್ಯತೆ ಎಲ್ಲಿ ಬಂತು?

333: ಹೊಸ ದಾರಿ - 73

ನಮ್ಮದೇ ಮರಣಕ್ಕೆ ತಯಾರಿ ಆರಂಭಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇಷ್ಟರಲ್ಲೇ ಒಬ್ಬರು ಓದುಗರು, 'ನಿರಾಯಾಸೇನ ಮರಣಮ್, ವಿನಾ ದೈನ್ಯೇನ ಜೀವನಮ್' ಎನ್ನುತ್ತ, ಏನೇ ಆಗಲಿ, ಸಾಯುವಾಗ ದೈನ್ಯತೆಯ ಪಾಡು ಬರಬಾರದು ಎಂದು ಬಯಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ದೈನ್ಯತೆ ಎಂದರೇನು, ಇದರ ಮೂಲವೆಲ್ಲಿ, ಹಾಗೂ ಇದನ್ನು ದೂರವಿಡುವುದರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೇನು ಎಂದು ನೋಡೋಣ.

ನಾನು ಚಿಕ್ಕವನಿದ್ದಾಗಿನ ಘಟನೆ. ದೀರ್ಘಕಾಲ ನರಳಿ ಸತ್ತವರ ತಿಥಿಯೂಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿತ್ತು. ಎಂಜಲೆಲೆಯನ್ನು ಎಸೆಯಲು ಹೊರಹೋದಾಗ ದೃಶ್ಯವೊಂದು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಿತ್ತು: ಬಿಸಾಕುವ ಎಲೆಗಳಿಗೆ ಬಾಯಿಹಾಕಲು ಬೀದಿನಾಯಿಗಳೂ ಬಾಲಭಿಕ್ಷುಕರೂ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಧಿಸುತ್ತಿದ್ದರು! ನನ್ನ ಎಲೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮೂವರು ಹುಡುಗರು ನನ್ನತ್ತ ಧಾವಿಸಿದರು. ನನ್ನದೇ ವಯಸ್ಸಿನ ಅವರ ಮುಖಗಳಲ್ಲಿ ದೈನ್ಯತೆ, ಕಂಗೆಟ್ಟಭಾವ, ಅನಾಥ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಂಡು ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಯಾಯಿತು (ನನ್ನದೊಂದು ರೂಪ ಹೀಗೂ ಇರಬಲ್ಲುದೆ?). ಎಲೆ ಯಾರಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗನಿಗೆ ನಾಯಿ ಕಚ್ಚೇಬಿಟ್ಟಿತು. ನಾಯಿ ಕಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ಆಗತಾನೇ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹದಿನಾಲ್ಕು ಇಂಜಕ್ಷನ್ ಚುಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತನಾಗಿದ್ದ ನನಗೆ ಅವನೇ ನಾನು ಎನ್ನಿಸಿ ಕಲ್ಲಿನಂತೆ ನಿಂತುಬಿಟ್ಟೆ. ಅಷ್ಟೊತ್ತಿಗೆ ಹಿರಿಯರೊಬ್ಬರು ಬಂದು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಗದರಿಸಿ ಓಡಿಸಿ, 'ಇವರೊಡನೆ ನಿನ್ನದೇನು ಕೆಲಸ?' ಎನ್ನುವಂತೆ ನನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದುದನ್ನು ನಾಯಿಗೊಪ್ಪಿಸಿ ನನ್ನನ್ನೆಳೆದು ಒಳತಂದರು. ಹಜಾರದಲ್ಲಿ ಸತ್ತವರ ಬಗೆಗೆ 'ಇಂಥ ದೈನಾಸ ಸ್ಥಿತಿ ಯಾರಿಗೂ ಬರಬಾರದು' ಎಂದು ಯಾರೋ ಲೊಚಗುಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ಬಂದ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಈಗ ದನಿಗೂಡಿಸಿರೆ ನನಗನಿಸುವುದು ಇದು: ನಾನೇ ಒಂದುವೇಳೆ ಆ ಭಿಕ್ಷುಕ ಹುಡುಗನಾಗಿದ್ದರೆ ನನ್ನ ದೈನ್ಯತೆಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸಿ ಊಟ ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದರೆ? ನನಗೂ ಇಂಜಕ್ಷನ್ ಕೊಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ? ಇಲ್ಲವೆನ್ನುವುದು ನಿಸ್ಸಂದೇಹ. ಹಾಗಾದರೆ ಸತ್ತವರು ದೈನಾಸಪಟ್ಟಿದ್ದರ ಬಗೆಗೆ ಇವರು (ಅಂದಹಾಗೆ, ಇವರ್‍ಯಾರೂ ಚರಮಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲುಗೊಂಡಿರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ – ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಮೌನವಾಗಿ ದುಃಖಿಸುತ್ತಿದ್ದರು) ಹರಟುವುದರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೇನು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದರೆ ನನಗೆ ಹೊಳೆಯುವುದು ಇದು: ದೈನ್ಯತೆಗೆ ಮುಖಾಮುಖಿಯಾಗುವಾಗ ಕರುಣೆಯಿಂದ ಸ್ಪಂದಿಸದೆ ಮುಖ ತಿರುಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಬರಬರುತ್ತ ಸ್ವಲ್ಪ ದೈನ್ಯತೆ ಕಂಡರೂ ತೀವ್ರ ಹೇವರಿಕೆ, ಅಸಹ್ಯ ಎನಿಸಲು ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ದೀನ–ದುರ್ಬಲರ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ದೀನ–ದುರ್ಬಲರನ್ನೇ ಹೀಗಳೆಯುವ ಬುದ್ಧಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನರಳುವುದನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ 'ಅವರವರ ಕರ್ಮಫಲ' ಎಂದು ನಿರ್ಭಾವುಕವಾಗಿ ದೂರ ಸರಿಯುವವರು ಇದರಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ತಮ್ಮದೇ ಇಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ದುರ್ಬಲರಾಗುವಾಗ ಇಷ್ಟುಕಾಲ ದೂರವಿಟ್ಟ ದೈನ್ಯತೆಯು ಆಕ್ರಮಿಸುತ್ತ ತನಗೆ ತಾನೇ ಅಸಹ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ದೈನ್ಯತೆಯನ್ನು ಬಯಸದಿರುವುದರ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಇದು. 'ಏ, ಎಲ್ಲಿ ಸತ್ತಿದ್ದೀಯೋ, ಬಾ ಇಲ್ಲಿ!' ಎಂದು ಶಪಿಸಿ ಸೇವೆಗೆ ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಹಿಂದೆ ತನ್ನೊಳಗೆ ಹುಟ್ಟುತ್ತಿರುವ ದೈನ್ಯತೆಯನ್ನು ಸದೆಬಡಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನವಿದೆ.

ಹಾಗೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ದೈನ್ಯತೆ ಬೇಡವೆನ್ನುವ ಭಾವ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿದೆ– ದುಃಖ ಬೇಡವೆನ್ನುವಂತೆ. ಆದರೆ, ಬರೀ ಸುಖದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಸಾಯುವವರಿಗೆ ಬದುಕು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥವಾದೀತು? ಈ ಮಾತು ದೈನ್ಯತೆಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ದೈನ್ಯತೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅನುಭವ ಪಡೆದರೇನೇ ಬದುಕು ಪರಿಪೂರ್ಣ. ಇಲ್ಲಿ ಮನಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಸ್ನೇಹಿತರೊಬ್ಬರ ಪ್ರಯೋಗಾನುಭವ ಹೇಳಲೇಬೇಕು. ಅವರು ಮಡಿಕೇರಿಯಿಂದ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ತನಕ ಕಾಸಿಲ್ಲದ ಕಾಲ್ನಡಿಗೆಯ ಪ್ರವಾಸ ಕೈಗೊಂಡರು – ಹದಿವಯಸ್ಸಿನ ಮಗಳೊಂದಿಗೆ. ಹಸಿವೆಯಾದಾಗ ಕಂಡವರನ್ನು ಯಾಚಿಸುತ್ತ, ಕೊಟ್ಟದ್ದನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು; ಜಾಗವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮಲಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಜನರಿಂದ, 'ಉಳ್ಳವರಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೀರಲ್ಲ, ಭಿಕ್ಷೆ ಬೇಡಲು ನಾಚಿಕೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆ?' ಎಂದು ಅನ್ನಿಸಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು?

ದೈನ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಗುಣವಿಶೇಷವಿದೆ: ನೀವು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಅಂಗಲಾಚುವಾಗ ಅವರನ್ನು ಉಚ್ಚಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಏರಿಸುತ್ತೀರಿ. ನನ್ನ ಬದುಕು ನಿನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿದೆ ಎಂದೆನ್ನುತ್ತ ಅವರ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬಹುವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುತ್ತೀರಿ. ಅವರೊಳಗಿನ ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು, ಕೊರತೆಯನ್ನು ಭರ್ತಿಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಅವರಲ್ಲಿ ಸ್ವಕರುಣೆಯ ಬೀಜ ನೆಡುತ್ತೀರಿ. ಇದು ಹೇಗೆನ್ನುವುದರ ಅನುಭವ ನನಗಾಯಿತು. ಪ್ರವಾಸದ ನಡುವೆ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಡಾಬಾದಲ್ಲಿ ಊಟಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ದೊಡ್ಡ ಕಾರಿನಿಂದ ಕುಟುಂಬವೊಂದು ಇಳಿಯಿತು. ಮೂವರು ಊಟವನ್ನು ಕಾರಿಗೇ ತರಿಸಿಕೊಂಡರು. ಕಾರಿನ ಚಾಲಕ ಖಾಲಿ ಕುರ್ಚಿಯನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡ. ಊಟ ಮುಗಿಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಭಿಕ್ಷುಕನೊಬ್ಬ ಕಾರಿನಲ್ಲಿದ್ದವರನ್ನು ಅಂಗಲಾಚಿದ. ಉಳಿದದ್ದನ್ನು ಪ್ಯಾಕ್ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದು ಎಂದಾಗ ಭಿಕ್ಷುಕನಿಗೆ ದಾನಮಾಡಿ ಧನ್ಯರಾದರು. ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅವನು ಮುಂದೆ ಕಾರಿನ ಚಾಲಕನ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಕೈಚಾಚಿದ. ಊಟ ಮುಗಿಸುತ್ತಿದ್ದವನು ಏನು ಮಾಡಿದ? ಡಾಬಾದವನಿಗೆ, 'ಇವನಿಗೊಂದು ಊಟ ಕೊಡು' ಎಂದು ಕೂಗಿಹೇಳಿ ಹಣವನ್ನು ಪಾವತಿ ಮಾಡಿದ! ದೈನ್ಯತೆ ಒಂದೇ ಆದರೂ ಯಾರು ಎಷ್ಟು ಕರುಣೆಯಿಂದ ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಅಚ್ಚರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ದೈನ್ಯತೆಯ ಬಗೆಗೆ ಪೂಜ್ಯಭಾವ ಬರುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಸಲಹಾರ್ಥಿ ಅನುಬಾ (ನಿಜನಾಮವಲ್ಲ) ತಾಯ್ತಂದೆಯರ ನಿಲಕ್ಷ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ನಿಕೃಷ್ಟವಾಗಿ ಬೆಳೆದಿದ್ದಾಳೆ. ಬೆಲೆಸಿಕ್ಕಿದ್ದು ಅಜ್ಜಿಯಿಂದ ಮಾತ್ರ. ಅಜ್ಜಿ ಓಡಾಡಿದ್ದನ್ನು ಅನುಬಾ ನೋಡಿಯೇ ಇಲ್ಲ. ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಇತರರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಯಾರೂ ಗಮನ ಕೊಡದಿದ್ದಾಗ ಅಜ್ಜಿ ಅನುಬಾಳನ್ನು ಅಂಗಲಾಚಲು ಶುರುಮಾಡಿದಳು. ಅಜ್ಜಿಯ ದೈನ್ಯತೆ ಅನುಬಾಳ ನಂಟಿಗೆ ನೀರೆರೆಯಿತು. ವಿಶೇಷವೆಂದರೆ, ಅಜ್ಜಿಗೆ ಕಿವಿ ಕೇಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕೈಸನ್ನೆ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪೂರೈಸಬೇಕಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಹೀಗೆ ಈರ್ವರಲ್ಲಿ ಮೂಕಪ್ರೇಮ ಬೆಳೆಯಿತು. ಅನುಬಾ ಮುಂದೆ ಮದುವೆಯಾಗಿ ಅಮೇರಿಕಾಗೆ ಹಾರಿದಮೇಲೂ ಝೂಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಇವರಿಬ್ಬರ ಸಂಭಾಷಣೆಯು ಪದಬಳಕೆಯಿಲ್ಲದೆ ಕೇವಲ ಮುಖಭಾವ ಹಾಗೂ ಕೈಸನ್ನೆಗಳ ಮೂಲಕ ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅಜ್ಜಿ ಕಾಲವಾದಾಗ ಅನುಬಾ ಒಂಟಿಯಾಗಿ, ಡಿಪ್ರೆಶನ್‌ನಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಇನ್ನೂ ಆಗಿಲ್ಲ.

ತಾತ್ಪರ್ಯವೇನು? ದೈನ್ಯತೆಯ ಮೂಲಕ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಾಂಧವ್ಯದಿಂದ ದೇಹ ಬಿಟ್ಟಮೇಲೂ ಬದುಕಿರುವವರ ಮನದಲ್ಲಿ ಬಹುಕಾಲ ಉಳಿಯಬಲ್ಲಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ದೈನ್ಯತೆಯು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಕರುಣೆಯ ಹುಟ್ಟಿಗೆ, ಹಾಗೂ ಅವರನ್ನು ಬದುಕಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈಗ ನಿಮ್ಮ ಇಳಿಗಾಲಕ್ಕೆ ಬರೋಣ: 'ಮಕ್ಕಳೇ, ಇನ್ನುಮುಂದೆ ನನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಆರೈಕೆಯನ್ನು ನಿಮಗೊಪ್ಪಿಸಿ ನಿಮ್ಮ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತೇನೆ.' ಎಂದು ನಗುನಗುತ್ತ ಹೇಳಿದರೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ? ಇಲ್ಲಿ ದೈನ್ಯತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಔದಾರ್ಯವಿದೆ. ಮುಪ್ಪಾದ ಶರೀರದ ದುರ್ಬಲತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಪ್ರೀತಿಸುವಂತೆ ಮುಪ್ಪಾದ ಮನಸ್ಸಿನ ದೈನ್ಯತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸ್ವಕರುಣೆಯನ್ನು (selfcompassion) ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ದೈನ್ಯತೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲೇ ಅಂತಃಕರಣವಿದೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ನಿಮಗೆ ಭರಪೂರ ಸೇವೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರೀತಿಯೂ ಸಿಗುವ ಸಂಭವವಿದೆ. ಆಗ ದೈನಾಸ ಪಡುವ ಪ್ರಸಂಗ ಬರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಮಗುವು ತಾಯಿಯನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಗುವಾಗಿ, ಅವರಿಟ್ಟಂತೆ ಇದ್ದರೆ ದೈನ್ಯತೆ ಎಲ್ಲಿ ಬಂತು?

ಈಗ, ದೈನ್ಯತೆಯನ್ನು ದೂರವಿಡದೆ ಬರಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ, ಅದರಿಂದ ಮಾಗುವ ಧೈರ್ಯ ತೋರಬಲ್ಲಿರಾ?

ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ: 8494933888;

Email: vinod.chebbi@gmail.com