

ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡೆ. ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ ಮೊದಲ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯವನ್ನು ಈಜಿಗೆ ಕೊಟ್ಟೆ. ಮೊದಲು ಮುನ್ನೂರು-ನಾನೂರು ಮೀಟರ್ ಈಜಿ ಅನುಭವ ಇತ್ತು. 'ಐರನ್ ಮ್ಯಾನ್' ಕನಸು ಹೊತ್ತ ಮೇಲೆ ಅದಕ್ಕೆ ಕಸರತ್ತು ಮಾಡಲೇಬೇಕಿತ್ತು.

ನುರಿತ ತಜ್ಞರಿಂದ ತಂತ್ರಗಾರಿಕೆಯ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದು ನಂತರ ಸ್ವಯಂ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಿರಂತರ ಮಾಡಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯ ಈಜುಕೊಳದಲ್ಲಿಯೇ ಕಳೆದಿದ್ದೇನೆ. ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನ ಯಾವುದಾದರೂ ಕೆರೆಗೆ ಹೋಗಿ ಈಜುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕಿಲೋಮೀಟರ್‌ಗಟ್ಟಲೆ ಈಜುವುದು ಸುಲಭದ ಕೆಲಸ ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. 7ಗಂಟೆ ಸೈಕಲ್ ಹೊಡೆಯಬೇಕಿತ್ತು. ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಏರ್ ಪೋರ್ಟ್ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ 5 ಅಥವಾ 6 ಗಂಟೆ ಸೈಕಲ್ ಓಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 5ರಿಂದ ನನ್ನ ತಾಲೀಮು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನನ್ನ ಕಚೇರಿ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ತಯಾರಿ ನಡೆಸಿದೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ದಿನ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುವುದು ಅಸಾಧ್ಯದ ಮಾತು. ಒಂದು ದಿನ ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್, ಒಂದು ದಿನ ಸ್ವಿಮ್ಮಿಂಗ್, ಮತ್ತೊಂದು ದಿನ ರನ್ನಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಉಳಿದಂತೆ ಫಿಟ್ನೆಸ್ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ.

ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಆ ದಿನ

ಕೋಪನ್‌ಹೆಗನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಆಗಸ್ಟ್ 17ಕ್ಕೆ ನಿಗದಿಯಾಗಿತ್ತು. ನಮ್ಮ ದೇಶದ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೂ ಅಲ್ಲಿಗೂ ತುಂಬ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣಾಂಶ ಇದ್ದರೆ, ಅಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಚಳಿ. ನಾನು ಅಲ್ಲಿನ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಬಂಧ ಎರಡು ದಿನ ಮೊದಲೇ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಮೊದಲನೇ ದಿನ ನೀರಿಗೆ ಇಳಿದಾಗ ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ಚಳಿಗೆ ಈಜಲು ಆಗಲಿಲ್ಲ. ನೀರು ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆ ಹಿಡಿದ ಅನುಭವ ಆಗುತ್ತಿತ್ತು. ಎರಡನೇ ದಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊಂದಿಕೊಂಡೆ, ಮೂರನೇ ದಿನ ಗುರಿ ಮುಟ್ಟುವ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪರಿಸರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡೆ. ನಂತರ ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್ ಇತ್ತು. ಆಗ ಸ್ವಲ್ಪ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲು ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಅದು ಹಿತವೆನಿಸಿತು. ನಂತರ ಸಂಜೆ 6ಗಂಟೆ ರನ್ನಿಂಗ್ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಅಷ್ಟೊತ್ತಿಗಾಗಲೇ ಚಳಿ, ಅದೇ ನನ್ನ ಸವಾಲೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಓಡಿದೆ.

ಕಳೆದ ಐದಾರು ತಿಂಗಳಿಂದ ಡಯಟ್ ಮತ್ತಷ್ಟು ಬದಲಾಯಿತು. ಅತ್ಯಧಿಕ ಪ್ರೊಟೀನ್ ಬೇಕಿತ್ತು. ನಾನು ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ವಿವಿಧ ಕಾಳುಗಳು, ಶೇಂಗಾ, ಪ್ರೊಟೀನ್ ಪೌಡರ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ದಿನಾಲೂ ಸರಿಯಾದ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಿತ್ಯ ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಒಂದರಂತೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ದಿನ ತಿನ್ನಲು ಸಮಯಕ್ಕೂ ಅಭಾವ ಇತ್ತು. ನನಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಹಾರವೂ ಸುಲಭಕ್ಕೆ ಸಿಗುವಂತೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. 15.45 ಗಂಟೆ ನಿರಂತರ ಶ್ರಮದಾಯಕ ಆಟಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿ ಅಗತ್ಯವಿತ್ತು. ಅದಕ್ಕೆ ಎನರ್ಜಿ ಬಾರ್ ಮತ್ತು ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಆಗಾಗ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅಂತಹ ಆಹಾರವನ್ನೇ ಆಗಾಗ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಆಡಲು ಸಾಧ್ಯವೂ ಇರಲಿಲ್ಲ.

ಮೂಲತಃ ನಮ್ಮದು ಕೃಷಿ ಕುಟುಂಬ. ಅಪ್ಪ ವಕೀಲರಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಿಕರಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಇರಲಿಲ್ಲ.

ಕಾನೂನು ಪದವೀಧರ

ಸಂದೀಪ್ ಪಾಟೀಲ್ ಕರ್ನಾಟಕದ ಮೊದಲ 'ಐರನ್ ಮ್ಯಾನ್' ಪುರಸ್ಕಾರ ಪಡೆದ ಐಪಿಎಸ್ ಅಧಿಕಾರಿ. ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಒಬ್ಬ ಅಧಿಕಾರಿ ಈ ಸಾಧನೆಗೆ ಪಾತ್ರವಾಗಿದ್ದರು. ದೃಢ ಮನೋಸಂಕಲ್ಪ ಮತ್ತು ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಎಂತಹ ಸವಾಲನ್ನೂ ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು. ಪ್ರಸ್ತುತ ಕರ್ನಾಟಕ ಮೀಸಲು ಪೊಲೀಸ್ ಪಡೆಯ ಐಜಿಪಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ರಾಷ್ಟ್ರಪತಿ ಪದಕವನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬೀದರ್ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸಂದೀಪ್ ಬೆಂಗಳೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಕಾನೂನು ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಬಿಎಲ್‌ಎಲ್‌ಬಿ ಪದವಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದು, 2004ರಲ್ಲಿ ಐಪಿಎಸ್ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.



ವೃತ್ತಿ ಕೂಡ ನನಗೆ ತುಂಬ ಇಷ್ಟ

ಇಷ್ಟದ ವೃತ್ತಿ ಜೀವನದ ಜೊತೆ ನಮ್ಮ ಹವ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಕೂಡ ಗಮನ ಕೊಡಬಹುದು. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 5ಕ್ಕೆ ಎದ್ದು ತಾಲೀಮು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10.30ಕ್ಕೆ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಿದ್ದೆ. ದಿನದಲ್ಲಿ 24 ಗಂಟೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ವೃತ್ತಿ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಾವಿಯಲ್ಲಿ ಎಪ್ಪಿ ಆಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ್ದು ನನ್ನ ಅದೃಷ್ಟವೇ ಸರಿ. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸುವರ್ಣಸಾಧ ಉದ್ಘಾಟನೆ ಆಯಿತು. ಬೆಳಗಾವಿ ಗಡಿ ಪ್ರದೇಶ. ಅಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಮ್ಮೇಳನ ನಡೆಯಿತು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ. ಬೆಂಗಳೂರು ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಡಿಸಿಪಿ ಆದ ವೇಳೆ ನಿತ್ಯವೂ ಹೊಸ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಭೇದಿಸಬೇಕಿತ್ತು. ಮಂಗಳೂರು ಪೊಲೀಸ್ ಕಮಿಷನರ್ ಕರ್ತವ್ಯ ಕೂಡ ಮಹತ್ವದ ಘಟ್ಟ. ಕ್ರೈಮ್ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಕೋಟ್ಯಂತರ ಮೌಲ್ಯದ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯವನ್ನು ವಶಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೆವು. ಡ್ರಗ್ಸ್, ನಿಯಂತ್ರಣ ನಿರಂತರ ಹೋರಾಟ. ನಿನ್ನೆ ಮಾಡಿದ್ದೇವೆ, ಇವತ್ತು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾಳೆಯೂ ಮಾಡಬೇಕು. ರಾಜ್ಯ ಪೊಲೀಸರು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹೋರಾಟ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದಾರೆ.

ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸಬೇಕು. ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇದ್ದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಸಮರ್ಥವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮನಸಿನಲ್ಲಿ ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಿಂತ ಒಳ್ಳೆಯ ಚಿಂತನೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಕ್ರೈಮ್ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ದೇಶದ ಭದ್ರತೆಯನ್ನು ಸೋರಿಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಗೂಢಾಚಾರಿಕೆಯನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದ್ದು ಸ್ಮರಣೀಯ. ವಿಶ್ವಮಾನ್ಯ 'ಐರನ್ ಮ್ಯಾನ್' ಪುರಸ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನೆರವು ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇನೆ.