



ಚಿತ್ರ: ಗೋವಿಂದರಾಜ್ ಜವಳಿ

ಒಬ್ಬನನ್ನೇ ಕಳಿಸುವುದಾಗಿತ್ತು. ಅತ್ತು ರಂಪಾಟ ಮಾಡಿಯೇ ಅವನು ವ್ಯಾನಿನಲ್ಲಿ ಹೋದ. ಅವನನ್ನು ಕಳಿಸಿ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬಂದೆ. ಮೊದಲ ರೋಗಿ ಅರವತ್ತರ ಸಮೀಪದ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕೆಲಸದಿಂದ ನಿವೃತ್ತರಾಗಿದ್ದರು. ಈಗ ಕಳೆದ ಎರಡು ತಿಂಗಳಿನಿಂದ ಮಂಕಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಗೋ ಎಷ್ಟೊಂದು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಹಂಬಲ. ಐದು ನಿಮಿಷಗಳು ಅವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರು. ಮೌನವಾಗಿ ಕುಳಿತು ನಾನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಯಾಕೋ ಮೆದುಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಅನುಭವ ನನಗೆ. ಆ ರೋಗಿಗೆ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಹೊರಗೆ ಕಾಯಲು ಹೇಳಿ, ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸ, ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವ ನನಗೆ ಇಂದೇನು ಆಗಿದೆ? ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಧ್ವನಿಗಳಿಗೆ ಕಿವಿಗೊಟ್ಟೆ. ಆಗ ತಟ್ಟನೆ ಹೊಳೆಯಿತು; ಅಳುತ್ತಾ ಹೋದ ಪುಟ್ಟ ಮಗನ ಬಗ್ಗೆ ಮನಸ್ಸು ಚಿಂತಿತವಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕೇ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ತೊಡಗಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

ನನ್ನ ಮಗನ ಶಾಲೆಯು ಟೀಚರ್‌ಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ ವಿಚಾರಿಸಿ, ಅವನು ಹುಶಾರಿದ್ದಾನೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆ. ಮತ್ತೆ ಆ ರೋಗಿಯನ್ನು ಕರೆದು ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆಗೆ ಕುಳಿತೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ತಿಳಿಯಾದ್ದರಿಂದ, ನನ್ನ ಆಲಿಸುವಿಕೆ ಸುಲಭವಾಯಿತು. ಆದ್ದರಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಮಾತುಗಳು/ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಮುಂಚೆ, ನಮ್ಮ ಒಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಆಲಿಸುವುದೂ ಅಗತ್ಯ!

ಜೀವ ಉಳಿಸಿದ್ದೂ ಉಂಟು!

ಅಚ್ಚರಿ ಪಡಬೇಡಿ. ಆಲಿಸುವುದರಿಂದ ಜೀವ ಉಳಿಸಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ವೈದ್ಯರಾಗಿ ಮಾತ್ರ, ಇಂಜಿಕ್ಶನ್, ಆಮ್ಲಜನಕ ಕೊಟ್ಟರೆ ಮಾತ್ರ ಜೀವ ಉಳಿಯುತ್ತದೆಂದು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರ ನಂಬಿಕೆಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ಆಲಿಸುವುದೂ ಕೂಡ ಹತಾಶೆಗೊಂಡ ಜೀವಕ್ಕೆ ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಕೆವಿನ್ ಬರ್ತಿಯ ಎಂಬ ಅಮೆರಿಕದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕತೆ ಇದಕ್ಕೆ ಸಾಕ್ಷಿ. ಇವನು ತನ್ನ 7-8 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದ. ಮನೋ-ವೈದ್ಯರ/ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ ಪಡೆದಿದ್ದ. ಹೇಗೋ ಓದು ಮುಗಿಸಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ. ತಾನಿಷ್ಟುಪಟ್ಟ ಹುಡುಗಿಯೊಂದಿಗೆ ಮದುವೆಯಾದ.

ಮದುವೆಯಾದ ಒಂದು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಅವನು ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವಿಗೆ

ತಂದೆಯಾದ. ಅವನೇ ಹೇಳುವಂತೆ ಆ ದಿನ ಅತ್ಯಂತ ಸಂತಸದ ಮತ್ತು ಅತ್ಯಂತ ದುಃಖದ ದಿನವಾಗಿತ್ತು. ತನ್ನ ಮೊದಲ ಮಗುವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಸಂತಸದ ಕ್ಷಣ. ಆದರೆ ಆ ಮಗು ಎರಡು ತಿಂಗಳು ಮುಂಚೆಯೇ ಹುಟ್ಟಿ, ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸರಿಯಾಗದೇ ಇರುವ ಬಗ್ಗೆ ಅತ್ಯಂತ ದುಃಖ. ಮುಂದಿನ ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಮಗು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿತ್ತು. ಆ ಮಗುವಿನ ದೇಹಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಪೈಪುಗಳು, ಆಮ್ಲಜನಕ ನೀಡಲು, ಆಹಾರ ನೀಡಲು! ಇದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪ್ರತಿದಿನ ನೋಡುವುದು ಅವನಿಗೆ ದುಸ್ವರವಾಗಿತ್ತು. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಬಿಲ್ ಕೂಡ 2 ದಶಲಕ್ಷ ಡಾಲರ್ ದಾಟಿತ್ತು. ಅವನ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಕಳೆದುಕೊಂಡ. ಮಗುವಿನ ನರಳಾಟ, ಹಣದ ಅಭಾವ, ಕೆಲಸವಿಲ್ಲದ ಬೇಸರ ಎಲ್ಲಾ ಸೇರಿ ಅವನು ಕುಗ್ಗಿಹೋದ.

ಇನ್ನು ಜೀವಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿ, ಒಂದು ಸೇತುವೆಯ ಬಳಿ ಹೋಗಿ, ಇನ್ನೇನು ನೀರಿಗೆ ಹಾರಬೇಕೆಂದು ನಿಂತಿದ್ದ. ಹಾರಲೂ ಭಯವಾಗಿ ಹಿಂದೆ ತಿರುಗಿ ಗೋಡೆಯ ಮೇಲೆ ಮುಖ ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಅಳತೊಡಗಿದ. ಆ ಸೇತುವೆಯ ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಗಾರ್ಡ್ ಒಬ್ಬ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಇವನನ್ನು 'ಏನಾಯಿತು? ಯಾಕೆ ಹೀಗೆ ಅಳುತ್ತಿದ್ದೀಯಾ?' ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ ಕೂಡಲೇ ಸಮುದ್ರದ ಅಲೆಗಳಂತೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದ ದುಗುಡ, ದುಃಖಗಳು ಕಣ್ಣೀರು ಮತ್ತು ಮಾತುಗಳ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ 90 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹರಿಯಿತು. ಆ 'ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಗಾರ್ಡ್' ಯಾರು ಎಂದು ತಿಳಿದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಅವನ ಹತ್ತಿರ ಮನಬಿಟ್ಟಿ ಮಾತನಾಡಿದ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸುಮ್ಮನೆ ಹೂ, ಹಾ, ಎನ್ನುತ್ತಾ ಇವನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದ. ಬರೋಬ್ಬರಿ 90 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಸಹಾನುಭೂತಿಯಿಂದ ಆಲಿಸಿದ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಕೆವಿನ್ ಬರ್ತಿಯನ ಜೀವ ಉಳಿಯಿತು. ಜೀವಿಸಬೇಕೆಂಬ ಹಂಬಲ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಬಲ್ಲೆನೆಂಬ ಛಲ ಮೂಡಿತು. ಕೆವಿನ್ ಬರ್ತಿಯ ಈಗ ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯಾ ತಡೆಯುವಿಕೆ ಅಧಿಕಾರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಆಲಿಸುವುದರ ಮಹತ್ವ ನೋಡಿದಾಗ, ಯಾಕೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಓದು-ಬರಹ ಕಲಿಸಿದ ಹಾಗೆ 'ಆಲಿಸುವುದನ್ನೂ' ಒಂದು ಕೌಶಲವಾಗಿ ಕಲಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅಚ್ಚರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೋಗಲಿ, ನಾವಾದರೂ ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಲಿಸುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣವೇ? ಕೇವಲ ಕಿವಿಗೊಟ್ಟು ಅಲ್ಲ, ಮೈಮನಕೊಟ್ಟು ಆಲಿಸೋಣ!

(ಲೇಖಕಿ ಮನೋವೈದ್ಯೆ)