ಜನರು ತುಳಿಯಲು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂಟಿತನದಿಂದ ದೂರವಾಗಲು ಮತ್ತೊಂದು ಉಪಾಯ, ಸಾಧನೆಯ ವಲಯದ ಹೊರಗೆ ಒಂದು ಗುಂಪನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇತರೆ ಸಾಧಕಿಯರ ಜೊತೆ ಸೇರಿ ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಹಿಳೆ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾಳೆಯೋ ಅಂತಹ ಹರಟೆ, ಪ್ರವಾಸ, ದುಃಖ ನಿವೇದನೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಮನರಂಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಬದುಕು ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಒಂಟಿತನ, ಖಿನ್ನತೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಸಹಕಾರಿ. ಪುರುಷರು ಇದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರಿಗಿರುವ ಅಸುರಕ್ಷತೆ, ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿನ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ ಕಾರಣ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮೊದಮೊದಲಿಗೆ ಕಷ್ಟವೆನಿಸಿದರೂ ಹಲವು ಸಾಧಕಿಯರ ನಡುವೆ ಖುಷಿಯಾಗಿರುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಇದೊಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುವ ಕಾರಣ ಇತರರೂ ಜೊತೆಗೂಡಲು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು.

ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ಹತ್ತು ಜನ ಮಾಡಲಾಗದಿರುವುದನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಆದರೆ, ಈ ಪ್ರಪಂಚದ್ದು ಅರಣ್ಯನೀತಿ. ಆ ಉನ್ನತ ಹುದ್ದೆಗೆ ಪೈಪೋಟಿ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇತರರು ನಿಮ್ಮ ದೌರ್ಬಲ್ಯಕ್ಕೇ ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ತೋರಿಸದಿರಲು ನೀವು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ದೃಢವಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸುಸಂಸ್ಕೃತ ಎನ್ನುವ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿಯೂ ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಹೆಣ್ಣು ಎಂಬ ಒಂದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅಲ್ಲಗಳೆಯಲು ಜನ ಕಾಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಅವರ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆಯ ದ್ಯೋತಕವೇ ಆದರೂ, ಅದರಿಂದ ದೂರ ಉಳಿಯಲು ಇತರೆ ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಉದ್ದೀಪಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಶ್ಚರ್ಯವೆಂದರೆ, ಸಾಧಕಿಯರಿಗೆ ಮಾರಕವಾಗಬಲ್ಲ ಅವೇ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳು ಅವರು ಶಕ್ತರಾದಂತೆಲ್ಲ ಮಹಿಳೆಯರ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹಾಡುವ ತುತ್ತೂರಿಗಳೂ ಆಗಬಲ್ಲರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವರನ್ನು ಒತ್ತಟ್ಟಿಗೆ ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಅಗತ್ಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಇಂದು ಉನ್ನತ ಹುದ್ದೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಸಾಧಕಿಯರನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುವ ಅಂತರ್ಜಾಲ ತಾಣಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳೊಡನೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಒಡನಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿಸುವ ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಧಕಿಯರಿಗೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಸಾಮಾಜಿಕ ಭದ್ರತೆಯ ಅನುಭವ ಸಿಗಬಲ್ಲದು.

ಸಾಧಕರಲ್ಲಿನ ಅತೃಪ್ತಿ

ಅದಮ್ಯ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು ಸಾಧಕರನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದಂತೆಯೇ, ಅತೃಪ್ತಿಗಳೂ ಸಾಧಕರನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ಸಾಧಕರ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಹಲವಿರುವ ಕಾರಣ ಈ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವವರು, ಅತೃಪ್ತಿಯೆಂಬುದರ ಜೊತೆಗೂಡುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸಹಜ. ಜೊತೆಗೂಡಲು ತನ್ನಷ್ಟೇ ಎತ್ತರದ ಶಿಖರ ಇನ್ನಾವುದೂ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಮೌಂಟ್ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಅತೃಪ್ತಗೊಂಡರೆ ಅದು ಸರಿಯೇ? ಸಾಧಕರೂ ಅಂತಹುದ್ದೇ ಒಂಟಿತನಕ್ಕೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ತಯಾರಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ತರಗತಿಯಲ್ಲೊಬ್ಬ ಜೀನಿಯಸ್ ಹುಡುಗನಿದ್ದರೆ ಆತನಿಗೆ ತನ್ನ ಶಿಕ್ಷಕರಾದಿಯಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅತೃಪ್ತಿಕರವಾಗೇ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಹಾಗೆ ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ಅವನ ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಅಂತೆಯೇ ಸಾಧನೆಯ ಹಾದಿಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡವರಿಗೆ ಒಂಟಿತನ ಕಾಡುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸಹಜ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ಇತರರಿಗಿಂತ ಮುಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಾಧಕಿಯರು ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಬಹುಬಾರಿ ಅಪಾರ್ಥಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿದ್ದುಕೊಂಡೂ ಒಂಟಿತನ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇತರರಿಂದ ಅವಹೇಳನಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.

‘ಗೀಕ್’ ಅಥವಾ ‘ನರ್ಡ್’ ಎನ್ನುವ ಪದಗಳನ್ನು ಅನಾಕರ್ಷಕ ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿಯೂ ಬಳಸುವುದು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದೆ. ನೆನಪಿಡಿ, ಸಾಧನೆಗಳು ಸಂಬಂಧಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಅತ್ಯಂತ ಹಿರಿದನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ‘ಎತ್ತರದ್ದಿರುವುದು ಒಂಟಿತನ ಮಾತ್ರ ಎನ್ನುವ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಧಕಿಯರು ಸುಳ್ಳು ಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕಿದೆ. ಸಣ್ಣ ವಿವರಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ ನಡೆಯುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕಿದೆ. ತಾನು ಹೀಗಿದ್ದೂ ‘ಸತಿ ಸಾಧ್ವಿ ಶಿರೋಮಣಿ’ ಎನ್ನುವ ಹೋರಾಟ ಮಾಡದೆ, ಸಮನ್ವಯದ ಬದುಕನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ರೂಪಿಸಬೇಕಿದೆ. ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಪರಾಧಿ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಯಶಸ್ಸಿನ ರುಚಿಯನ್ನು ಸವಿದು ಇತರರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಇಡೀ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು ಒಡೆದು ಚೂರಾಗುತ್ತಿರುವಾಗಲೂ ಅದರೆಡೆ ಗಮನ ಕೊಡದೆ ಯಶಸ್ಸಿನ ಬೆನ್ನು ಬೀಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕೆಲಸ ಎನ್ನುವುದು ಕೈಂಕರ್ಯವೇ ಹೊರತು ಸಂಬಂಧಗಳಷ್ಟು ಮಹತ್ವದ್ದಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಸತತವಾಗಿ ಅದರ ಹಿಂದೆ ಬೀಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಮೊದಲಿಗೆ ನಾನು ಒಂಟಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದು ಮಂದೆ ಜನರ ನಡುವೆಯೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅವರಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿರುವ ಅಂಶ ಯಾವುದು ಎಂದು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯಾಗಿ ಬೋರ್ಡ್ ರೂಂನಲ್ಲಿ ನಾಯಕತ್ವ ವಹಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಜನರು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳದೇ ಹೋಗಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಅಧಿಕಾರ ಮತ್ತು ಹುದ್ದೆ ಅವರನ್ನು ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದೆಯೂ ನಿಮ್ಮ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿಸಿರಬಹುದು. ಅದು ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣಿರಿ. ಅಂತಹವರನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಿ.

ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರೂ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡದಿದ್ದಲ್ಲಿ ನೀವೇ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಂದಾಗಿ. ನಿಮಗೆ ಬೇಕೆನಿಸಿದ್ದನ್ನು ಖರೀದಿಸಿ. ಬೇರೆಯವರು ನಿಮಗೆ ಕೊಡಿಸದೇ ಹೋದದ್ದನ್ನು ಕಾಣಿಕೆಯಾಗಿ ನೀವೇ ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಿ. ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು, ಅದರ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಲಕ್ಷ್ಯ ನೀಡಿ. ಏಕೆಂದರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರ ಸಣ್ಣತನವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಹೋಗಬಹುದು. ಅವರು ಕಲಿಯಲಿ ಎಂಬ ಆಶಯ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ಉತ್ತಮ.

ಇತರರಿಂದ ಬೇರೆಯಾಗುವ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಿಮ್ಮಿಂದ ನೀವು ಎಂದೂ ದೂರವಾಗದಿರಿ, ಅದು ಜನರನ್ನು ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಕರೆತರುತ್ತದೆ. ಒಂಟಿತನವೆನ್ನುವುದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮನಗಂಡು ಉತ್ತಮ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೊಸ ಹವ್ಯಾಸಗಳಿಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಶಾಲೆಯ ಬಾಲಕಿಯಂತೆ ಹೊಸತಿನ ಕಲಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಖುಷಿಪಡಿ. ಹೊಸ ಜನರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿರಿ.

ನಿಮ್ಮ ಯಶಸ್ಸು ಥಳಥಳ ಹೊಳೆಯುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ತಂಡವನ್ನು ಗೆಳೆಯರೆಂದುಕೊಂಡು ನಿರಾಶೆ ಹೊಂದಬೇಡಿ. ಅವರೊಡನೆ ನೀವು ಬಾಸ್‌ನಂತೆಯೇ ವರ್ತಿಸಿ. ಅವರಿಗೆ ಬೇಕಾದ ನೆರವು, ಸಲಹೆ, ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ನೀಡಿ. ಗೆಳೆಯರನ್ನು ಕೆಲಸದ ಹೊರ ವಲಯದಿಂದ ಸಂಪಾದಿಸಲು ಯತ್ನಿಸಿ. ಒಬ್ಬ ಸಾಧಾರಣ ವ್ಯಕ್ತಿಯಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಹೆನ್ರಿ ವಾರ್ಡ್ ಬೀಚರ್ ಹೇಳುವಂತೆ, **‘One’s best success comes after their greatest disappointments’** ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಅರಿತುಕೊಂಡೇ ಅದಕ್ಕೆ ತಯಾರಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಿಲ್ಲದಿರುವವರು ಸಾಧಕರಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in