

‘ನನ್ನ ಬದುಕಿನ ಪರ್ವಕಾಲ ಅಂದರೆ 2010. ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ನನ್ನ ಜೀವನ ಸಾಮಾನ್ಯ ವೃದ್ಧರಂತೆ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಹೊರಟಿತ್ತು. ಊಟ-ತಿಂಡಿ, ಮಕ್ಕಳು-ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತು, ಹಾಡು-ಹರಟೆ ಅಷ್ಟೇ. ಹೆಚ್ಚಿಂದರೆ ಪಟಿಯಾಲದ ಮಹಾರಾಣಿಯರ-ರಾಜಕುಮಾರಿಯರ ಕತೆಗಳನ್ನು ರೋಚಕವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ದಿನಗಳು ಮುಗಿದುಹೋಗುತ್ತಿದ್ದವು. ಅದರಾಚೆಯ ಪ್ರಪಂಚವೇ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಹಿರಿಯ ಮಗ ಗುರ್‌ದೇವ್, ಒಂದಿನ ಬಂದು ನಿನೂ ಯಾಕೆ ಓಡಬಾರದು?’ ಅಂತ ಕೇಳಿದ.

‘ಓಡುವುದು.. ನಾನು.. ನಡಿ ನೋಡೇ ಬಿಡೋಣ... ಅಂತ ಅದೇ ದಿನ ಓಡಿ ನೋಡಿದೆ. ಏನೋ ಖುಷಿ. ಏನೋ ಹೊಸತನದ ಅನುಭವ. ಬರಿ ಓಡುವುದರಲ್ಲಿ ಇಷ್ಟೊಂದು ಲಾಭವಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಿದ್ದೇ ಆಗ. ಗುರ್‌ದೇವ್ ಸ್ವತಃ ಕ್ರೀಡಾಪಟು, ಸಾಕಷ್ಟು ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದವ. ಆದರೆ ನಾನೂ ಹಾಗೆ ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲಬಹುದು ಎನ್ನುವುದು ಗೊತ್ತಾದಾಗ ನನಗೆ 93 ವರ್ಷ. ಅದಕ್ಕೇನು? ನನಗೆ ಓಡುವಾಗ ಯಾವ ತೊಂದರೆಯೂ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಕಾಲು, ಮೂಳೆಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಹೃದಯದ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲ; ಈಗಿನ ವಯೋವೃದ್ಧರನ್ನು ಹಿಂಡಿ ಹಿಪ್ಪೆ ಮಾಡುವ ಮಧುಮೇಹ, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ನನ್ನನ್ನು ಕಾಡಿಲ್ಲ. ನಾನೇಕೆ ಓಡಬಾರದು ಅಂತನಿಸಿತು. ಮಾರನೇ ದಿನದಿಂದಲೇ ಮಗನೊಟ್ಟಿಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಆರಂಭಿಸಿದೆ’.

ಇದು ಅಜ್ಜಿಯ ಓಟದ ಹಿಂದಿನ ಕತೆ.

ಪದಕದ ಪ್ರೀತಿ

ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೂ ಮೆಡಲುಗಳೆಂದರೆ ಅದೇನೂ ಪ್ರೀತಿ ಎನ್ನುವ ಅಜ್ಜಿ, ತಾನೂ ಅಂತಹ ಮೆಡಲ್‌ಗಳ ಒಡತಿಯಾಗಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಹಂಬಲವೇ ತನಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಓಡುವ ಕಾಯಕಕ್ಕೆ ಮುನ್ನುಡಿ ಬರೆದ ಅದೇ ವರ್ಷವೇ ಚಂಡೀಗಡದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಕ್ರೀಡಾಕೂಟದಲ್ಲಿ 1 ನಿಮಿಷ 9 ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ 100 ಮೀಟರ್ ಓಡುವ ಮೂಲಕ ಮೊದಲ ದಾಖಲೆ ಬರೆದು, ಚೊಚ್ಚಲ ಪದಕಕ್ಕೆ ಕೊರಳೊಡ್ಡಿ ಸಂಭ್ರಮಿಸಿದರು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಅಜ್ಜಿ ಹಿಂತಿರುಗಿ ನೋಡಿದ್ದೇ ಇಲ್ಲ. 200 ಮೀಟರ್, 400 ಮೀಟರ್, ಜಿಗಿತ, ಜಾವಲಿನ್ ಥ್ರೋ ಒಂದರ ನಂತರ ಒಂದು ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತ, ಗೆಲ್ಲುತ್ತ, ದಣಿವಿರಿಯದೇ ಸಾಧನೆಯ ಶಿಖರ ಏರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಏಳು ಬಾರಿ ವಿಶ್ವದಾಖಲೆ ಬರೆದ ಅಜ್ಜಿ, ತನಗೆ ತಾನೇ ಸ್ಫೂರ್ತಿ. ತನ್ನ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ತಾನೇ ಮುರಿಯುವುದರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಮಜವೇ ಬೇರೆ ಎಂದು ಮತ್ತದೇ ನಿಷ್ಕಲ್ಮಶ ನಗು ಚೆಲ್ಲುತ್ತಾರೆ. ‘ಇದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಪ್ರಯತ್ನ ಅಲ್ಲ, ದೇವರ ಪಾಲೇ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ನನಗೆ ಆಯುಷ್ಯ-ಆರೋಗ್ಯ ಕೊಟ್ಟವನು ಅವನೇ. ಈಗಲೂ ಯಾವುದೇ ರೋಗ-ರೂಜಿನ, ಕಾಯಿಲೆ-ಕಸಾಲ್‌ಗಳಿಲ್ಲದೇ ನನ್ನನ್ನು ಇಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಇನ್ನು ಉಳಿದ ಅರ್ಧ ಪಾಲು ನನ್ನ ಹಿರಿಯರಿಗೆ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ನೂರಾರು ಕಾಲ ಬಾಳಿ ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ’ ಎಂದು ಅಜ್ಜಿ ಮನತುಂಬಿ ಮಾತಾಡುತ್ತಾರೆ. ಗೆದ್ದಾಗ ಸಿಗುವ ಖುಷಿಯೇ ತನಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಎನ್ನುವ ಅಜ್ಜಿ, ಗೆಲುವು ಅಂದರೇನು ಅಂತ ತನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದ್ದೇ 93ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ನೂರಾ ಮೂರು ವರ್ಷದ ತಾನು ಓಡುವಾಗ ನೋಡುವವರ ಕಣ್ಣೆಲ್ಲ ತನ್ನ ಮೇಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ನಿಬ್ಬೆರಗಾಗಿ ‘ವಾಲ್ ಗ್ರೇಟ್’ ಎಂದು ಉದ್ಗಾರ ತೆಗೆದಾಗ ಅದನ್ನು ಕೇಳುವುದೇ ಖುಷಿಯಂತೆ.

ದಿನವಿಡೀ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಿರಿ

‘ನಿಧಾನಕ್ಕೆ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿ, ಮೆಲ್ಲಗೆ ಮಾತಾಡಿ, ಸಮಯ ಸಿಕ್ಕಾಗೆಲ್ಲ ಓಡಿ, ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ವಾಹನಗಳ ಗೊಡವೆ ಬಿಟ್ಟು ನಡೆಯುತ್ತ ಹೋಗಿ, ದಿನವಿಡೀ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಿರಿ, ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯೂ ಬೇಕು’ ಎನ್ನುವುದು ಅಜ್ಜಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸೂತ್ರ. ‘ಯಾವತ್ತೂ ವಯಸ್ಸಾಯಿತೆಂದು, ಸುಸ್ತಾಯಿತೆಂದು ದಣಿದು ಕುಳಿತ ನೆನಪೇ ನನಗಿಲ್ಲ. ಪಟಿಯಾಲದ ರಾಜಮನೆತನದ ಪರಿಚಾರಕಿಯಾಗಿದ್ದಾಗಲೂ ಅಷ್ಟೇ. ನನ್ನ ಉತ್ತಾಹ-ಕೆಲಸ ಆ ಮನೆತನದವರಿಗೆ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚು. ಮಕ್ಕಳಾದ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಬಿಟ್ಟೆ ಅನ್ನುವುದೊಂದೇ. ತುಂಬಿದ ಪಂಜಾಬಿ ಮನೆತನದ ಗೃಹಿಣಿಯರಂತೆ

93ರವರೆಗೆ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಈ ಓಟ-ಆಟದ ಬಗೆಗೆ ಗೊತ್ತೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ವಯೋವೃದ್ಧರಲ್ಲ ಓಟದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನನ್ನ ತಾಯಿಯೂ ಓಡಬಹುದಲ್ಲ ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅಮ್ಮನೂ ಉತ್ತಾಹ ಆರೋದಳು. ಓಡಿಸಿದಷ್ಟೂ ಓಡುವ ಅಮ್ಮನ ದೈಹಿಕ ದೃಢತೆಗೆ ನಾನೇ ಚಕಿತನಾದೆ. ಅಮ್ಮನ ಆಸಕ್ತಿ-ಉತ್ತಾಹ ಕಂಡು ವಿವಿಧ ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ಜಾವಲಿನ್ ಥ್ರೋ ಮತ್ತು ಷಾಟ್‌ಪುಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದಿದ್ದಾರೆ. ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ಸರಿ, ಇಂಥದೊಂದು ಸ್ಪರ್ಧೆ ಇದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರೆ ಅಮ್ಮ ಮತ್ತದೇ ಉತ್ತಾಹದಿಂದ ತಯಾರಾಗುತ್ತಾಳೆ.

—ಗುರ್‌ದೇವ್ ಸಿಂಗ್



ಮನ್ ಕಿರ್ ಮಾಂತ್ರಿಕ ಓಟ-ನೋಟ

100 ಮೀಟರ್ 1 ನಿಮಿಷ 9 ಸೆಕೆಂಡ್
200 ಮೀಟರ್ 2 ನಿಮಿಷ 39 ಸೆಕೆಂಡ್
400 ಮೀಟರ್ 6 ನಿಮಿಷ 10 ಸೆಕೆಂಡ್
ಜಾವಲಿನ್ ಥ್ರೋ 5.13 ಮೀಟರ್

ನನ್ನ ದಿನಗಳು ಕೆಲಸ-ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ತುಂಬಿಬಿಡುತ್ತಿದ್ದವು. ಅಡುಗೆ, ಮನೆಗೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಂತ್ರಸ್ತಳು. ಈಗಲೂ ಅಷ್ಟೇ, ನನ್ನ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ನಾನೇ ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಒಪ್ಪವಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಊಟನೋಪಚಾರ

‘ಎಲ್ಲರೂ ಇದನ್ನೇ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ನೂರಾ ಮೂರು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಓಡಿಕೊಂಡು, ಗೆಲುವಾಗಿದ್ದೀನಿ ಅಂದ್ರೆ ನಾನೇನು ಅಮೃತ ಕುಡಿಯುವುದಿಲ್ಲ’ ಎನ್ನುವ ಅಜ್ಜಿ, ಊಟದ ಪಟ್ಟಿ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಗೋಧಿ ರೊಟ್ಟಿ, ಕಡಲೆ ಕಾಳಿನ ಪಲ್ಯ ನಿತ್ಯದ ಮೆನು. ಸೋಯಾ ಬೀಜದ ಹಾಲು, ಹಣ್ಣುಗಳು ಮತ್ತು ಜ್ಯೂಸ್‌ಗಳು ಕೂಡ ಅದರಲ್ಲಿವೆ. ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ ಗೋಧಿ ಹುಲ್ಲಿನ ಜ್ಯೂಸ್ ಕುಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ಮಾಂಸಾಹಾರ ಬಿಟ್ಟು ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ವರ್ಷಗಳಾಗಿವೆ.

ಬರುವ ಜನವರಿಯಲ್ಲಿ, ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿರುವ ಏಕಧಾನ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಜ್ಜಿಯ ಓಟವಿದೆ. ಪೊಲ್ಯಾಂಡ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿರುವ 2019ರ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಗೇಮ್ ಮತ್ತು ಜಪಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿರುವ 2020ರ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಗೇಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವ ತವಕ ಅಜ್ಜಿಯ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ.