

ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ ಪ್ರಕಟಣೆ - ೪  
ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಾಹಿತ್ಯಮಾಲೆ - ೧

ಪೂನ ಸಂಪಾದಕರು  
ಡಾ. ಪ್ರಧಾನ್ ಗುರುದತ್ತ

**ಜೀವಕೋಶಗಳ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ**

(ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೇಲಿನ ವಿಜಯ)

# ಜೀವಕೋಶಗಳ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ

(ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೇಲಿನ ವಿಜಯ)

ಮೂಲ

ಆರ್.ಎಂ. ಲಾಲಾ

ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ

ಡಾ. ಪಿ. ಎಸ್. ಶಂಕರ್



ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ

ಕನ್ನಡ ಭವನ, ಜೆ.ಸಿ. ರಸ್ತೆ ಬೆಂಗಳೂರು - ೫೬೦ ೦೦೨

**Jeevakoshagala Sambhramacharane (Celebration of the Cells)**  
**(Letters of a Cancer Patient)** by **R. M. Lala**; Kannada translation by  
**Dr.P.S. Shankar**; Editor-in-Chief: **Dr. Pradhan Gurudatta**; Published by  
**Registrar, Karnataka Anuvada Sahitya Academy**, Kannada Bhavana,  
J.C. Road, Bangalore - 560 002. 2007; Pp. xviii + 151; Price: Rs.60/-.

ಗ್ರಹಕೃಗಳು : ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಮುದ್ರಣ : ೨೦೦೭

ಪುಟಗಳು : xiii + ೧೫೧

ಬೆಲೆ : ರೂ. ೬೦/-

ಪ್ರತಿಗಳು : ೨೦೦

ಪ್ರಕಾಶಕರು :

ಪಿ. ನಾರಾಯಣಸ್ವಾಮಿ

ರಿಜಿಸ್ಟ್ರಾರ್

ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ

ಕನ್ನಡ ಭವನ, ಜಿ.ಸಿ.ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ದೂ : ೨೨೧೦೭೭೭೦

ಸಹಕಾರ :

ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇಲಾಖೆ

ಬೆಂಗಳೂರು

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ : ವಿಶ್ವನಾಥ್

**ISBN : 978-81-904579-3-4**

ಮುದ್ರಕರು :

ಮೆ|| ಮಯೂರ ಪ್ರಿಂಟ್ಸ್ ಆಡ್ಸ್

ನಂ. ೬೯, ಸುಭೇದಾರ್ ಭತ್ತಂ ರೋಡ್

ಬೆಂಗಳೂರು - ೫೬೦೦೨೦ ದೂ : ೨೫೫೪೨೭೨೪



ಹೆಚ್.ಡಿ. ಕುಮಾರಸ್ವಾಮಿ  
ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳು



ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ವಿಧಾನಸಭೆ  
ಬೆಂಗಳೂರು - ೫೬೦ ೦೦೧  
ದಿನಾಂಕ : ೧೫/೦೩/೨೦೦೭

## ಮುನ್ನುಡಿ

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಪುನರ್ ಘಟನೆಯ ಐವತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ನೆನಪಿಗಾಗಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ 'ಸುವರ್ಣ ಕರ್ನಾಟಕದ ಸಂಭ್ರಮಪೂರ್ಣ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿತು. ಈ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಮೂಲಕ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ ಇನ್ನೊಂದು ಹೊಸ ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನೂ ಇಟ್ಟಿತ್ತು. ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳ ನಡುವಣ ಪಾರಸ್ಪರಿಕ ಅರಿವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ನಮ್ಮ ನಾಡು-ನುಡಿಗಳ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಇತರ ಭಾಷಾ-ಬಾಂಧವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಜಾಗತಿಕ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸಿ ಕೊಡುವುದು ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿನ ಇತರ ಭಾಷೆಗಳ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ಒದಗಿಸುವುದು ಇದರ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಈ ಹೊತ್ತು ಸಾಹಿತ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಾಗಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ, ಜ್ಞಾನ-ವಿಜ್ಞಾನ- ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ವಿವಿಧ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ತರುವುದೂ ಇದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಐತಿಹಾಸಿಕ ಹಿರಿಮೆಯ ಜೊತೆಗೆ, ಕನ್ನಡದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ, ಹಿರಿಮೆಗಳು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮತ್ತು ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಗೊಳಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

'ಸುವರ್ಣ ಕರ್ನಾಟಕ' ಸಂಭ್ರಮದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಈ ಹಿಂದೆ ನಾಡು ನುಡಿಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿರುವ ಹಿರಿಯ ಚೇತನಗಳು ಸ್ವಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಟ್ಟಿರುವ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಯ್ದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು 'ಸುವರ್ಣ ಅನುವಾದ ಮಾಲೆಯ' ಅಂಗವಾಗಿ ಹೊರತರಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅಂತೆಯೇ, ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿನ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳನ್ನೂ ಪರಿಚಯಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇವು ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತವೆಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಸಹೃದಯತೆಯಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸುವ ಮೂಲಕ, ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಇಂಥ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನ ಜನತೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ.

(ಹೆಚ್.ಡಿ. ಕುಮಾರಸ್ವಾಮಿ)



ಹೆಚ್.ಎಸ್. ಮಹದೇವ ಪ್ರಸಾದ್  
ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಸಚಿವರು



ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ನಂ. ೩೩೦, ೩ನೇ ಮಹಡಿ,  
ವಿಧಾನಸೌಧ  
ಬೆಂಗಳೂರು - ೫೬೦ ೦೦೧  
ದಿನಾಂಕ : ೦೮-೦೨-೨೦೦೭

## ಶುಭಾಕಾಂಕ್ಷೆ

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುವ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ, ರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿಯೇ ಇಂಥ ಅದ್ವಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿದ್ದು ಅನೇಕ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಂಡು, ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ-ವಿಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಕೊಡುಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಹಂಬಲವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇದರ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ತರಣದಲ್ಲಿಯೇ ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದ ಸುರ್ವ ಸಂಭ್ರಮದ ಉತ್ಸವವೂ ಕೂಡಿಬಂದಿರುವ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ ಗಾಂಧೀಜಿ, ನೆಹರೂ ಇಂಥ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕುರಿತ ಮಹತ್ವದ ಕೃತಿಗಳನ್ನೇ ಅಲ್ಲದೆ, ವಿವಿಧ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಾಹಿತ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ಒದಗಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿರುವುದು ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ದೇಶ-ವಿದೇಶಗಳ ಕಥೆ-ಕಾದಂಬರಿಗಳೂ, ನಾಟಕಗಳೂ, ಮಕ್ಕಳ ಸಾಹಿತ್ಯ, ವಿಜ್ಞಾನ ಸಾಹಿತ್ಯ ಮುಂತಾದ ಹಲವು ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಕೃತಿಗಳೂ ಸೇರಿದ್ದು, ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಅನುಭವವನ್ನು ತಂದುಕೊಡುವಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಮಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಬಗೆಯ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಕೃತಿಗಳು ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ದೊರೆಯಲಿವೆ ಎಂಬ ವಿಚಾರ ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ. ಇದೇ ರೀತಿ ಕನ್ನಡದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಇತರ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ವಿದೇಶೀ ಭಾಷೆಗಳಿಗೆ ಅನುವಾದಿಸಿ ಕೊಡುವ ಕಾರ್ಯಗಳೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ನಡೆದು ಕನ್ನಡಿಗರ ಸಾಧನೆ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದುಬರುವಂಥ ಸಾರ್ಥಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ನಡೆಯಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

ಈಗ ಹೊರಬರುತ್ತಿರುವ ಕೃತಿಗಳಿಗೆ ಕನ್ನಡ ವಾಚಕಲೋಕದ ಸಹೃದಯಪೂರ್ಣ ಸ್ವಾಗತ ದೊರೆಯುತ್ತದೆಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಇಂಥ ಸ್ವಾಗತ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಗಳು ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಮುಂದಿನ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನೊದಗಿಸಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

ಹೆಚ್.ಎಸ್. ಮಹದೇವ ಪ್ರಸಾದ್

(ಹೆಚ್.ಎಸ್. ಮಹದೇವ ಪ್ರಸಾದ್)



ಕಛೇರಿ : ೨೨೨೨೨೨೨೨೨೨

೨೦೧೬೦೦೭

ಬಿ.ಎಂ. ವಿಠ್ಠಲಮೂರ್ತಿ, ಭಾ.ಆ.ಸೇ.  
ಸರ್ಕಾರದ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ  
ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ, ವಾರ್ತಾ  
ಹಾಗೂ ಪ್ರಚಾರಸೋದ್ಯಮ ಇಲಾಖೆ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

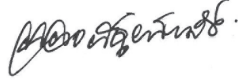
ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದ ಸಚಿವಾಲಯ  
ಕೊ.ನಂ.೨೨, ನೆಲಮಹಡಿ, ವಿಕಾಸಸೌಧ  
ಬೆಂಗಳೂರು-೫೬೦ ೦೦೧

## ಹೊಸ ಹೆಜ್ಜೆ

ರಾಷ್ಟ್ರಕವಿ ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಅವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಗುತ್ತಿರುವ 'ಶ್ರೀ ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾಭಾರತೀ' ಎಂಬ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಒಂದು ಸ್ವತಂತ್ರ ವಿಭಾಗವಾಗಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ 'ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ'ಯನ್ನು ಈಗಾಗಲೇ (೨೦೦೬ರಲ್ಲಿ) ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ತಂದಿದೆ. ಇಂಥ ಉಪಕ್ರಮವನ್ನು ಮೆರೆಯುವಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕವೇ ಮೊದಲನೆಯ ರಾಜ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಹೆಮ್ಮೆಯ ಸಂಗತಿಯೇ ಆಗಿದೆ. ಈ ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿ, ಪ್ರಾರಂಭಗೊಂಡ ತದನಂತರದಲ್ಲಿಯೇ ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದ ಪುನರ್-ರಚನೆಯ ಸುರ್ವೂ ಮಹೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭ ಕೂಡಿ ಬಂದದ್ದು ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಯೋಗಾಯೋಗವೇ ಆಗಿದೆ. ಈ ಸುರ್ವೂ ಮಹೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭದ ಆಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿ ಅನೇಕ ಮಹತ್ಕರ್ಮಗಳ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಮೊದಲೇ ವಿಭಿನ್ನ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿನ ಹಲವು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಲೇಖಕರ ಹಲವಾರು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಸಾಹಿತಿಗಳ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆದಿದ್ದು, ಅವುಗಳ ಯಥಾವತ್ತಾದ, ಸಂಗ್ರಹದೊಪವಾದ, ಅಳವಡಿಕೆಯಂತಿರುವ ಅನುವಾದಗಳನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ಕೊಡಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. 'ಒಬ್ಬನೇ ಉಂಡ ಊಟ ಹಬ್ಬವಲ್ಲ; ಒಬ್ಬನೇ ಸವಿದ ರುಚಿ ರುಚಿಯಲ್ಲ' ಎಂಬ ಗಾದೆ ಮಾತನ್ನು ಸಾರ್ಥಕಗೊಳಿಸುವಂತೆ, ಅವರು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಇಂಥ ಪ್ರಸಿದ್ಧ, ಜನಪ್ರಿಯ, ಅಲಭ್ಯ ಕೃತಿಗಳನ್ನು 'ಸುರ್ವೂ ಕರ್ನಾಟಕ' ಯೋಜನೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಹೊರತರಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅಂತೆಯೇ, ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿನ ಹೊಸ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಿಕೊಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗೆ, ದೇಶ-ವಿದೇಶಗಳ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಕೃತಿಗಳಿಂದ ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆ-ಸಾಹಿತ್ಯಗಳನ್ನು ಸಮೃದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿ ಮಹತ್ತರವಾದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಅನುವಾದ ಇಂದು ತನ್ನ ಆಯಾಮವನ್ನು ಬಹುವಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಂಡು ಜ್ಞಾನ-ವಿಜ್ಞಾನ-ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ತನ್ನ ತೆಕ್ಕೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿಯೂ ಕನ್ನಡವನ್ನು ಸಮೃದ್ಧಗೊಳಿಸುವತ್ತ ನಮ್ಮ ಗಮನ ಹರಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅಕಾಡೆಮಿ ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿಯೂ ಕಾರ್ಯೋನ್ಮುಖವಾಗಿರುವುದು ಸಂತೋಷದ ವಿಚಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ಈ ಬಗೆಯ ಬಹುಮುಖೀ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಂದ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ತನ್ನದೇ ಆದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು

ಮೆರೆದಿರುವ, ಮೆರೆಯುತ್ತಿರುವ ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆ-ಸಾಹಿತ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಗೊಳಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಮಹತ್ವದ ಗ್ರಂಥಗಳು ದೊರೆಯುವಂತಾಗುತ್ತಿರುವುದು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿಯೂ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇಂಥ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಸರ್ಕಾರದ ಬೆಂಬಲದ ಜೊತೆಗೆ, ಜನತೆಯ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹವೂ ಅಗತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿವೇಚನಾಶೀಲರೂ, ಸಹೃದಯರೂ ಆದ ಕನ್ನಡಿಗರು ಇಂಥ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಮುಂದಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಇತೋಪ್ಯತಿಯವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯಲಿ ; ಕರ್ನಾಟಕದ ಜನತೆಗೆ ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳ ಲೋಕವನ್ನು ತೆರೆದು ತೋರುವ ಕಾರ್ಯಗಳು ಅವಿಚ್ಛಿನ್ನವಾಗಿ ನಡೆಯಲಿ ಎಂದು ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹಾರೈಸಬಯಸುತ್ತೇನೆ.



(ಐ.ಎಂ. ವಿಠಲಮೂರ್ತಿ)

## ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರಾಜ್ಯವೊಂದರಲ್ಲಿ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯನ್ನು ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ಹಿರಿಮೆ ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದ್ದಾಗಿದೆ. ಜನವರಿ ೬, ೨೦೦೬ರಂದು ಅಂದಿನ ಮಾನ್ಯ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳಾಗಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಸಿಂಗ್ ಅವರು ವಿಧ್ಯುಕ್ತವಾಗಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದರು. ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಮಾಜಿ ಕುಲಪತಿಗಳೂ ಹಾಗೂ ಭಾಷಾಂತರವನ್ನು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣ ವಿಷಯವಾಗಿ ಅಳವಡಿಸಿದ ಭಾಷಾಂತರ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಭೀಷ್ಮಾಚಾರ್ಯರೂ ಆದ ಪೊಲ್ಲ ದೇ. ಜವರೇಗೌಡ ಅವರೂ, ಹಿರಿಯ ವಿದ್ವಾಂಸರಾದ ಪೊಲ್ಲ ಎಲ್.ಎಸ್. ಶೇಷಗಿರಿರಾವ್ ಅವರೂ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ದಿಕ್ಕು-ದೆಸೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿದರು.

ನಮ್ಮ ನಾಡಿನಲ್ಲಿರುವ ವಿಚಿತ್ರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎಂದರೆ ವಿದೇಶೀಯ ಭಾಷಾಸಾಹಿತ್ಯಗಳ ಅಷ್ಟಿಷ್ಟು ಪರಿಚಯವಾದರೂ ಇರುವ ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ನಾಡಿನ ನೆರೆಹೊರೆಯ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಹಿತ್ಯದ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಹಿತಿಗಳ ಪರಿಚಯ ಬಹುಮಂದಿಗೆ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿದೆ. ಕೇಂದ್ರ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಕೆಲವು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಅನುವಾದಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವ ಕೆಲವು ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದುಂಟು. ಆದರೆ, ಈ ಕಾರ್ಯಗಳು ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪರಸ್ಪರ ಪೂರಕವಾಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮೇಲಾಗಿ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಸಾಹಿತ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ ಸೀಮಿತವಾಗಿವೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ಪರಸ್ಪರ ಕೊಳು-ಕೊಡೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಹೆಚ್ಚು-ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹಾಗೂ ವೈವಿಧ್ಯಮಯವಾಗಿ ಆಗಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವೂ ಇದೆ.

ಭಾರತೀಯ ಭಾಷಾಸಾಹಿತ್ಯಗಳು ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕಾದರೆ, ಎರಡು ಮುಖಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಗಳು ಆಗಬೇಕಾಗಿದೆ: (೧) ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ; (೨) ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಭಾಷಾ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುವ ಕೆಲಸ ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ, ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ-ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಹತ್ವದ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗೂ ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬಿಂಬಿಸುವುದೂ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೊಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಬೂಕರ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಜ್ಞಾನಪೀಠ ಪ್ರಶಸ್ತಿ, ಕೇಂದ್ರ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪಂಪ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಲೇಖಕರ ಮಹತ್ವದ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರತರುವ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ ತನ್ನ ಮುಂದಿರಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ವಿಜ್ಞಾನ-ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ, ವೈದ್ಯಕೀಯ, ಮಾನವಿಕ ಮೊದಲಾದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ತರುವ ಯೋಜನೆಗಳೂ



ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಮುಂದಿವೆ. ಇತರ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚಿಸಿ, ಅಂತೆಯೇ, ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವಿಭಾಗ, ಕೇಂದ್ರೀಯ ಹಿಂದೀ ನಿರ್ದೇಶನಾಲಯ, ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ತಾಂತ್ರಿಕ ಪಾರಿಭಾಷಿಕ ಪದಾವಲಿ ಆಯೋಗ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನೂ ಅಕಾಡೆಮಿ ಇರಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ.

ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಅಂಗವಾಗಿ ಕಾರ್ಯಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿ, ಅನುವಾದದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸುವ, ಸಮರ್ಥ ಭಾಷಾಂತರಕಾರರನ್ನು ಗುರುತಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಅಕಾಡೆಮಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಈಗಾಗಲೇ ಕನ್ನಡ-ತೆಲುಗು, ಕನ್ನಡ-ಹಿಂದೀ, ಯಂತ್ರಾನುವಾದ, ವಿಜ್ಞಾನ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅನುವಾದ ಇವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ರಾಜ್ಯದ ಬೇರೆ-ಬೇರೆ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಹೊರ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಶಿಬಿರಗಳನ್ನೂ, ವಿಚಾರಗೋಷ್ಠಿಗಳನ್ನೂ ನಡೆಸಲಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆ ಮತ್ತು ತಮಿಳು ಭಾಷೆಗಳ ಕಾರ್ಯಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಭಾಷಾಂತರ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿನ ಇತ್ತೀಚಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳನ್ನು ಗಮನಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಆ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಾದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಆಲೋಚನೆಯೂ ಇದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸ್ಯಾಮ್ ಪಿಟ್ರೋಡಾ ಅವರು 'ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅನುವಾದ ಮಿಷನ್' (National Translation Mission) ಅನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಯೋಜನೆಯೊಂದನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದು, ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರ ಆ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿರುವ ವಿಚಾರ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ವರದಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಯೋಜನೆ ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ಬಂದಲ್ಲಿ, ಜ್ಞಾನ-ವಿಜ್ಞಾನ-ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ವರೆಗೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಮುಟ್ಟುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರದ ಪ್ರಗತಿಯೂ ಅಭೂತಪೂರ್ವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಶಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಯೋಜನೆ ಉದ್ಯೋಗಸೃಷ್ಟಿಯ ಮಹತ್ತರ ಯೋಜನೆಯೂ ಆಗಲಿದೆ. ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಾಗುವ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಂದಿ ಅನುವಾದಕರ ಪಡೆಯನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು ಇಂಥ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳ ಹೊಣೆಯೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ರಾಜ್ಯದ ಹಾಗೂ ಹೊರಗಿನ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಭಾಷಾಂತರ ವಿಭಾಗಗಳ ಸ್ಥಾಪಿತವಾಗಿದ್ದು, ಅವು ಕಾರ್ಯಶೀಲವಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಶುಭಸೂಚಕವಾಗಿದೆ.

ಇದುವರೆಗೆ ವಿದ್ವಾಂಸರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪಾಂಡಿತ್ಯ, ವೃತ್ತಿ ಮತ್ತು ಒಲವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಅನುವಾದ ಕಾರ್ಯಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಾ ಬಂದಿವೆ. ಆದರೆ ಇಂಥ ಕಾರ್ಯಗಳು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದೊಂದಿಗೆ ನಡೆಯಬೇಕಾದ್ದು ಅಪೇಕ್ಷಣೀಯವಾಗಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಭಾಷಾಂತರ ಸಂಬಂಧವಾದ ಶಿಕ್ಷಣ-ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ದ್ವಿಭಾಷಾ ಮತ್ತು ಬಹುಭಾಷಾ ನಿಘಂಟುಗಳನ್ನು, ನುಡಿಗಟ್ಟುಗಳ ಮತ್ತು ಗಾದೆಗಳ ಕೋಶಗಳು, ಸಮಾನಾರ್ಥಕ ಮತ್ತು ಭಿನ್ನಾರ್ಥಕ ಕೋಶಗಳು ಹಾಗೂ ವಾಕ್ಯರಚನಾ ಕೈಪಿಡಿಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವುದು - ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಕಾರ್ಯಗಳು ಆದ್ಯತೆಯ ಮೇರೆಗೆ ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿವೆ. ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿ ಸ್ಥಾಪಿತವಾದ ಅತ್ಯಲ್ಪ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇತರ ಸಂಘ-ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆದಿದ್ದು, ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕನಕದಾಸ ಮಿಷನ್‌ನಂತಹ

ಸಂಸ್ಥೆ ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಹಕರಿಸಲು ಮುಂದೆ ಬಂದಿರುವುದು ಗಮನಾರ್ಹವಾದ ವಿಚಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ಅಂತೆಯೇ, ವಿಶ್ವೇಶ್ವರಯ್ಯ ತಾಂತ್ರಿಕ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಹೊರತರುವ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗೆ ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿ ಅನೇಕ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರಿ ಅಗತ್ಯವಾದ ನೆರವನ್ನು ನೀಡಲು ಮುಂದೆ ಬಂದಿರುವುದು ಅಕಾಡೆಮಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಸಂತೋಷದ ವಿಚಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಬಾರಿ ಸುರ್ವಣ ಕರ್ನಾಟಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಅಂಗವಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಧನಸಹಾಯ ನೀಡಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ/ಅಲಭ್ಯ ಅನುವಾದಗಳ ಮರುಪ್ರಕಟಣೆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು, ಮತ್ತಿತರ ಮಹತ್ವದ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ನಾಡಿನ ವಿಧ್ವಾಂಸರು ವಿಶೇಷವಾದ ಸಹಾಯ-ಸಹಕಾರಗಳನ್ನು ನೀಡಲು ಮುಂದೆ ಬಂದಿರುವುದು ಅಕಾಡೆಮಿಗೆ ಗೌರವದ, ಸಂತೋಷದ ಹಾಗೂ ಹೆಮ್ಮೆಯ ವಿಚಾರವೇ ಆಗಿದೆ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿಲ್ ಡ್ಯೂರಾಂಟ್ ಅವರ ಜಗತ್-ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವ ಹಾಗೂ ಭಾರತದ ಬೇರಾವ ಭಾಷೆಯಲ್ಲೂ ಇನ್ನೂ ಬೆಳಕು ಕಾಣದಿರುವ 'ದಿ ಸ್ಪೋರಿ ಆಫ್ ಸಿವಿಲಿಜೇಷನ್' ಸಂಪುಟಗಳ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದವನ್ನು ಹೊರತರುವಲ್ಲಿ ಪ್ರೊ. ಎಲ್.ಎಸ್. ಶೇಷಗಿರಿರಾವ್ ಅವರೂ, ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ೧೦ ಸಂಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿರುವ ಸಂಸ್ಕೃತ ಸಾಹಿತ್ಯದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಕೃತಿಯಾದ ಸೋಮದೇವನ 'ಕಥಾಸರಿತ್ಸಾಗರ'ದ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಸಂಸ್ಕೃತದಿಂದ ಅನುವಾದಿಸಿ ಹೊರತರುವಲ್ಲಿ ಡಾ|| ಪಿ.ಎಸ್.ರಾಮಾನುಜಮ್ ಅವರೂ ನೆರವು ನೀಡುತ್ತಿರುವುದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸ್ಮರಣೀಯವಾಗಿದೆ. ಕನ್ನಡ ಸಹೃದಯಲೋಕ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಈ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಸಹೃದಯತೆಯನ್ನು ಮೆರೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಶಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ಕಾರಣರಾದ ಮಾಜಿ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಧರ್ಮಸಿಂಗ್ ಅವರಿಗೂ, ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರಿ, ಎಲ್ಲ ನೆರವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಇಂದಿನ ಮಾನ್ಯ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಹೆಚ್.ಡಿ.ಕುಮಾರಸ್ವಾಮಿ ಅವರಿಗೂ, ಮಾನ್ಯ ಉಪಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಬಿ.ಎಸ್.ಯಡಿಯೂರಪ್ಪನವರಿಗೂ, ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇಲಾಖೆಯ ಸಚಿವರಾದ ಮಾನ್ಯ ಶ್ರೀ ಮಹದೇವ ಪ್ರಸಾದ್ ಅವರಿಗೂ ಅಕಾಡೆಮಿ ವಿಶೇಷ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬಯಸುತ್ತದೆ. ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಸಹಾಯ-ಸಹಕಾರ-ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಾ ಬಂದ ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇಲಾಖೆಯ ಪ್ರಧಾನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳಾಗಿದ್ದ ಶ್ರೀಮತಿ ಉಷಾ ಗಣೇಶ್ ಅವರಿಗೂ, ಚೈತನ್ಯಶೀಲರೂ, ದೂರಗಾಮಿ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನುಳ್ಳವರೂ ಆದ ಇಂದಿನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಐ.ಎಂ.ವಿಠಲಮೂರ್ತಿ ಅವರಿಗೂ, ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಇಲಾಖೆಯ ಹಿಂದಿನ ಆಯುಕ್ತರುಗಳಾಗಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಕೆ.ಆರ್.ನಿರಂಜನ್ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ಎಸ್.ಎಫ್. ಯೋಗಪ್ಪನವರ್

ಅವರಿಗೂ, ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ಕಾ.ತ. ಚಿಕ್ಕಣ್ಣ ಅವರಿಗೂ ಅಕಾಡೆಮಿ ವಿಶೇಷ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಯಸುತ್ತದೆ.

ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಸಹಾಯ, ಸಹಕಾರ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಎಲ್ಲ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಸದಸ್ಯರಿಗೂ ನಮ್ಮ ವಂದನೆಗಳು ಸಲ್ಲುತ್ತವೆ.

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟಪೊಡುಗೆಯಾಗಿರುವ ರೂಸಿ ಎಂ. ಲಾಲಾ ಅವರ ಈ ಅನುಭವ ಕಥನ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೂ ದಾರಿತೋರುವಂಥ ಉಪಯುಕ್ತ ಕೃತಿಯಾಗಿದೆ. ಮಾರಕರೋಗವೆಂದೇ ಹೆಸರಾಗಿರುವ ಈ ರೋಗದ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡಿ ಜಯಗಳಿಸಿದ, ಮೃತ್ಯುಂಜಯಿಯಾದ ರೂಸಿ ಲಾಲಾ ಅವರ ಈ ಕೃತಿ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನಃಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನು ಮೂಡಿಸಬಲ್ಲಂಥದಾಗಿದೆ. ಇದರ ಪ್ರಕಟಣೆಗೆ ನೆರವಾಗಿರುವ ಡಾ. ಪಿ. ರವೀಂದ್ರಾಥ್ ಮತ್ತು ಡಾ. ಪ್ರಸಾದ್ ಅವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಅನುವಾದಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿ ನೀಡಿದ ರೂಸಿ ಲಾಲಾ ಅವರಿಗೆ ಅನುವಾದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ ಕೃತಜ್ಞವಾಗಿದೆ. ತಮ್ಮ ಬಿಡುವಿರದ ಕಾರ್ಯಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಆದ್ಯತೆಯ ಮೇಲೆ ಇದನ್ನು ಅನುವಾದಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ಹಾಗೂ ಕರಡುಗಳ ಪರಿಶೀಲನೆಯಲ್ಲಿಯೂ ನೆರವಾಗಿರುವ ಕರ್ನಾಟಕದ ಖ್ಯಾತ ವೈದ್ಯರೂ, ವೈದ್ಯಶಿಕ್ಷಣ ನಿರ್ದೇಶಕರೂ, ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪ್ರಕಾಶನದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ತಳೆದಿರುವ ಹಾಗೂ ಇಂಥ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಲೇಖಕರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿರುವ ಡಾ. ಪಿ. ಎಸ್. ಶಂಕರ್ ಅವರಿಗೆ ಅಕಾಡೆಮಿ ವಿಶೇಷ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬಯಸುತ್ತದೆ.

ಅನುವಾದ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಕೆಲಸ-ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಕಟಣೆಯ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರಾರ್ ಪಿ. ನಾರಾಯಣಸ್ವಾಮಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಸಿಬ್ಬಂದಿವರ್ಗದವರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಸುಂದರವಾಗಿ ಮುದ್ರಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಿರುವ ಮೆ|| ಮಯೂರ ಪ್ರಿಂಟ್ ಆಡ್ವನ್ ಶ್ರೀ ಬಿ.ಎಲ್. ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಮತ್ತು ಅವರ ಸಿಬ್ಬಂದಿವರ್ಗದವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ವಂದನೆಗಳು.

**ಪ್ರಧಾನ್ ಗುರುದತ್ತ**

ಅಧ್ಯಕ್ಷ

## ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು

ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮುಗಿಸಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯ ಮಾಡಿದುದಕ್ಕೆ ನಾನು ದೇವರಿಗೆ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡ ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ದಾದಿಯರು, ನನ್ನ ಕ್ಷಿಪ್ತಕರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಭಾರತ ಮತ್ತು ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆ ದೊರೆಯುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಂಡ ದಿವಂಗತ ಶ್ರೀ ಜಿ. ಆರ್. ಡಿ. ಟಾಟಾ, ಸಹಾನುಭೂತಿ ತೋರಿ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಿದ ಸರ್ ದೊರಾಬ್ಜಿ ಟಾಟಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಶ್ವಸ್ತ ಮಂಡಳಿ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು, ನಾನು ನಿತ್ರಾಣಗೊಳ್ಳುವ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ನನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದ, ಭೇಟಿಯಿತ್ತ, ಬರೆದ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿದ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ಕೆನೆತ್ ಬೆಲೈನ್, ಕೆನಡಾದ ಆಂಥನಿ ರೆನಾಲ್ಡ್ಸ್ ಮತ್ತು ನಿಕೇತು ಇರ್ಲು ಅವರು, ಹಸ್ತಪ್ರತಿಯ ಕರಡಿನ ನಂತರದ ಕರಡನ್ನು ತುಂಬ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಮೆಹೂ ಮಿಸ್ತ್ರಿ ಮತ್ತು ನನ್ನ ವೇದನೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನನ್ನೊಡನೆ ನಿಂತ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ — ಇವರಿಗೆಲ್ಲ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತಾಪೂರ್ವಕ ವಂದನೆಗಳು. ನನ್ನ ಮಂಜಿಕೆಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿರುವಂತೆ ತೋರಿದರೂ, ಇತರರೆಲ್ಲರೂ ಕೂಡಾ ಬಿಚ್ಚುವ ಕತೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಾಳ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಒಂದು ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಇದು ಅವರ ಪುಸ್ತಕ.

ಆರ್.ಎಂ. ಲಾಲಾ

## ಶುಭಾಶಯ

"ಜೀವಕೋಶಗಳ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ" ಕ್ಯಾನ್ಸರಿನ ಸ್ವರೂಪ, ಅದರ ಕಾರಣಗಳು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರದ ವಿಸ್ತೃತ ವಿವರಣೆ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರಾಯಶಃ ಅದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ಅದರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸುವ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು, ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ದೇವರು, ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರು, ನಿಸರ್ಗ ಮತ್ತು ಪರಿಸರ, ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಹಣ್ಣುಗಳು, ಕಾಯಕ ಮತ್ತು ಸೃಜನಶೀಲತೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಲ್ಲಿನ ನಂಬುಗೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಒತ್ತು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ಅಂಶಗಳು ಸಹಜ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಲೇಖಕರ ಅನುಭವದ ವಿವರಣೆಯೊಡನೆ ವಿವರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ಶ್ರೀ ಲಾಲಾ ಅವರು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನು - ಆರೋಗ್ಯವಂತರು ಮತ್ತು ರೋಗಿಷ್ಟರನ್ನು - ಒಂದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ನಾವು ಭಯದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಿ ಜೀವನದ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಒಂದು ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಈ ಗ್ರಹದ ಮೇಲಿನ ಜೀವಿಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಲಾಗದು. ಬಹಳ ಕಾಲದಿಂದ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳು ನಿಗೂಢತೆಯಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದ್ದು ಜನರಲ್ಲಿ ಭಯದ ಕೌತುಕಕ್ಕಡೆ ಮಾಡಿ ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಹೊಸ ಶಕೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ರೋಗವನ್ನು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಸಮಯೋಚಿತವಾಗಿದೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರಿನಿಂದ ಬದುಕುಳಿದ ಲೇಖಕನ ಕತೆ, ಕ್ಯಾನ್ಸರಿನಿಂದ ದಮನಗೊಂಡ ಅನೇಕರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯದ ಕಿರಣಗಳನ್ನು ಬೆಳಗಿಸಬಲ್ಲದು.

ಡಾ. ಎಸ್. ಎಚ್. ಅದ್ವಾನಿ

ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು : ವೈದ್ಯಕೀಯ ಗಂತಿಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗ

ಟಾಟಾ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆ

## ಪೀಠಿಕೆ

ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ೧೯೮೯ರಲ್ಲಿ ಲಿಪ್ಪಿನೋಳಗೆ ಕಾಲಿರಿಸಿದಾಗ ನಾನು ಸದೃಢನಾಗಿರುವ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿದ್ದೆ. ಆದರೂ ನನ್ನ ಕತ್ತಿನ ಒಂದು ಭಾಗ ಮತ್ತೊಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಉಬ್ಬಿದಂತೆ ನನಗೆ ಕಾಣಿಸಿತು. ಯಾವುದೋ ಅಪಾಯವನ್ನು ನಾನು ಸಂದೇಹಿಸಿದೆ. ಅದೇ ವಾರ ನಾನು ಬಯಾಪ್ಪಿ (ವ್ರೂದ ತುಣುಕನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆದು ಗಾಜಿನ ಮೇಲೆ ಲೇಪಿಸಿ, ಬಣ್ಣ ಕೊಟ್ಟು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ದರ್ಶಕದ ಮೂಲಕ ಮಾಡುವ ಪರೀಕ್ಷೆ) ಸಿಟಿ ಸ್ಕ್ಯಾನ್ (ಕಂಪ್ಯೂಟರ್‌ನ ಪದರು ಚಿತ್ರಣ) ಮತ್ತು ನಂತರದ ವಾರ ಮೂಳೆ ತಿರುಳು ಪರೀಕ್ಷೆಗೊಳಪಡಲು ಸೂಚಿಸಲಾಯಿತು. ಅದರ ನಿರ್ಣಯ ಶಂಕಾಸ್ವದವಿಲ್ಲದಂತೆ ಮಾರಕ ಲಿಂಫೋಮ (ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಅಲ್ಲದ).

ಹಾಲ್ವಸ ಗಂಟುಗಳು ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ನಿಸರ್ಗದ ರಕ್ಷಕನಿದ್ದಂತೆ. ಕತ್ತಿನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಈ ಗ್ರಂಥಿಗಳು ಮುನ್ನೂರು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ಮತ್ತೆ ಐದುನೂರು ಕೆಳಗೆ ಪುಪ್ಪುಸ ದಾಟಿ ಜರರ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಜ್ರಾಕಾರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹರಡಿವೆ. ಅವು ಗಂತಿ ರೂಪ ಧಾರಣ ಮಾಡಿದಾಗ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಇಲ್ಲವೆ ಹೆಚ್ಚಿನವು ದೊಡ್ಡವಾಗುತ್ತವೆ. ಅವು ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಇಲ್ಲವೆ ಅಂತಹ ಜೀವಾಳ ಅಂಗವನ್ನು ಒತ್ತಿದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಫಲಶ್ರುತಿ ತುಂಬ ಭಯಾನಕ. ಕಡಿಮೆ ತೀವ್ರತೆಯ ಲಿಂಫೋಮ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದಾದರೂ, ಅದು ತನ್ನ ತೀವ್ರತೆಯ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಬದಲಿಸಬಹುದು. ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೊಳಪಡದಿದ್ದರೆ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ನಮೂನೆ ಕೆಲವೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ದೇಹಾದ್ಯಂತ ಪಸರಿಸಬಹುದು.

ರೋಗ ನಿವಾರಣದ ನಂತರ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರಸಾಯನಿಕ ಸಂಯೋಜನೆಯ ಕೀಮೊಥೆರಪಿ (ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ)ಯನ್ನು ತಿರೆಯ ಮೂಲಕ ಮೂರು ವರುಷಗಳ ಕಾಲ ಕೊಡಲಾಯಿತು. ಅದರ ನಂತರದ ಮೂರು ವರುಷಗಳ ಕಾಲ ಬಾಯಿಂದ ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಯಿತು. ಈ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಬರೆಯುವ ಮಧ್ಯೆ ರೋಗ ಮರುಕಳಿಸಿತು. ಆದರೆ ಮುಂಬಯಿ ಟಾಟಾ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕಿನ ಸ್ಲೋಯಾನ್ ಕೆಟರಿಂಗ್ ಸ್ಮಾರಕ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ನಲ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಸೆಂಟರ್ ಮತ್ತು ಲಂಡನ್ನಿನ ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸೆಡ್‌ನಲ್ಲಿಯ ಶ್ರೇಷ್ಠ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಅದೃಷ್ಟ ನನ್ನದಾಗಿದ್ದಿತು.

ನನ್ನ ಕಡೆಯಿಂದಲಾದರೋ, ನನ್ನ ರೋಗವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಹಕಾರವನ್ನು ನಾನು ನೀಡಿದ್ದು, ನನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ನಾನೇ ಎಂದೂ ಔಷಧಗಳ ಅನುಪಾನ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ಆ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಾಹಸದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದು, ಅದೇ ನಾನು ಹೇಳಬೇಕಾದ ಕತೆ.

ನಾನು ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ನನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಮಟ್ಟವನ್ನು

ಕಾಯ್ದಿರಿಸುವ ಬಗೆಯ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ನಾನಿನ್ನೂ ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ಬಲ ತಂದು ಕೊಡುವ ಆಳ ಉಸಿರಾಟ, ರೋಗದ ಜೊತೆ ಸೆಣೆಸಲು ನಿರ್ದೇಶನ ಮತ್ತು ಇಚ್ಛಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವ ಉದ್ದೇಶ್ಯದ ಅರಿವು, ಮತ್ತು ದೇವರು ಒಂದು ಯೋಜನೆ ಹೊಂದಿದ್ದು ಅದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಪಾತ್ರ ಇನ್ನೂ ಉಳಿದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವ ನಂಬುಗೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ನನ್ನಂತೆ ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಲಿಂಫೋಮಕ್ಕೆ ಅದೇ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ಸ್ತ್ರೀಗೆ ಬರೆದ ಪತ್ರಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಈ ಪುಸ್ತಕವಿದೆ. ನಾವು ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಡನೆ ಹೇಗೆ ಎಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉದ್ದೇಶ್ಯವೊಂದರ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಅದು ಯಾವ ರೀತಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಅರ್ಥ ಘಂಟಿಯಷ್ಟು ಕಾಲ ಮಾತನಾಡಿದೆವು. ನಾವು ಅಲ್ಲಿಂದ ಬಿಡುವಾಗ "ಯಾರೂ ನಿಮ್ಮಂತೆ ನನೊಟ್ಟಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿರಲಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಆಕೆ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಹೇಳಿದಳು.

ಅವಳ ಹೆಸರು ವಂದನಾ. ಆಕೆ ಈ ಪುಸ್ತಕಕ್ಕೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡಿದಳು. ಈ ಪುಸ್ತಕ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾದಲ್ಲಿ ಅದು ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಆರ್. ಎಂ. ಲಾಲಾ

ಜನವರಿ ೧೯೯೯

## ಪರಿವಿಡಿ

ಮುನ್ನುಡಿ	v
ಶುಭಾಕಾಂಕ್ಷೆ	vi
ಹೊಸ ಹೆಜ್ಜೆ	vii
ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ	ix
ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು	xiii
ಶುಭಾಶಯ	xiv
ಪೀಠಿಕೆ	xv

### ಭಾಗ ೧ : ಅನುಭವ

೧. ಕಂಡುಹಿಡಿದುದು	೩-೧೨
೨. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು	೧೩-೧೭
೩. ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು	೧೮-೨೮
೪. ನಿಜಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು	೨೯-೩೪
೫. ಆದ್ಯತೆಗಳ ಪುನರ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆ	೩೫-೪೪
೬. ಮರುಕಳಿಕೆ	೪೫-೫೨
೭. ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಮಾಲೋಚನೆ	೫೩-೬೩
೮. ಮರಳಿ ಭಾರತಕ್ಕೆ	೬೪-೭೧

### ಭಾಗ ೨ : ಬಲದ ಮೂಲಗಳು

೯. ಬಾಗಲನ್ನು ಮುರಿದು ತೆರೆ, ನನ್ನ ತಂದೆ	೭೫-೭೯
೧೦. ನಂಬುಗೆಯತ್ತ ಪಯಣ	೮೦-೮೫
೧೧. ಮೌನದ ತೆರೆಗಳು	೮೬-೯೦
೧೨. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿನ ವೈದ್ಯ	೯೧-೯೮
೧೩. ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹದಗೊಳಿಸುವುದು	೯೯-೧೦೬
೧೪. ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ	೧೦೭-೧೧೫
೧೫. ಉದ್ದೇಶ್ಯದ ಅರಿವು	೧೧೬-೧೨೨
೧೬. ನಗು ಮತ್ತು ವಿನೋದ	೧೨೩-೧೨೫
೧೭. ಸಾವಿನ ಎದುರಿನಲ್ಲಿ	೧೨೬-೧೩೫
೧೮. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಗುಣಕಾರಿ	೧೩೬-೧೪೨
ಹಿನ್ನುಡಿ	೧೪೩-೧೫೦
ಅನುಬಂಧ	೧೫೧



×

×<sub>1</sub>

ಭಾಗ ೧  
ಅನುಭವ



೧

## ಕಂಡುಹಿಡಿದುದು

ಪ್ರೀತಿಯ ವಂದನಾ, ಕಳೆದ ವಾರ ನಿನ್ನ ಪತಿ ನೀನು ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಲಿಂಫೋಮ ಹೊಂದಿದವ ಬಗ್ಗೆ ಡಯಾಗ್ನೋಸ್ (ರೋಗ ನಿವಾಸ) ಮಾಡಿದ್ದಾಗಿ ನನಗೆ ಹೇಳಿದಾಗ ನನಗೆ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಮತ್ತು ಖಿನ್ನತೆಗಳುಂಟಾದವು. ಸದಾ ಉತ್ಸಾಹದ ಬುಗ್ಗೆಯಾಗಿ ತುಂಬು ಜೀವನದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ನಿನ್ನನ್ನು ನಾನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ನೀನು ಕೀರ್ಮೋಥೆರಪಿಯ ಮೊದಲ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಈಚೆಗೆ ಮುಗಿಸಿದ್ದೀಯೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. ತುಂಬ ಆಕೆಳುಹಾಗಿ, ನಿನ್ನ ಪತಿ ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿದ ಒಂದು ಘಂಟೆಯೊಳಗೆ ನಾನು ಲುಕೀಮಿಯ ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಲೇಡಿ ಟಾಟಾ ಸ್ಮಾರಕ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಸಭೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ವೈದ್ಯ ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಡಾ. ಎಸ್. ಎಚ್. ಅದ್ವಾನಿಯವರನ್ನು ಕಂಡೆ. ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿ ಟಾಟಾ ಸ್ಮಾರಕ ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ದೇಶಕ ಡಾ. ಪ್ರಫುಲ್ ದೇಸಾಯಿಯವರೊಟ್ಟಿಗೆ ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ನಿನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿಯವರೊಡನೆ ಕೇಳುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ದೊರಕಿಸಿದೆ. ಅವರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸಿದುದಲ್ಲದೆ, ಸೂಚಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಗಂತಿಯನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿ ಅದು ಮರುಕಳಿಸುವ ಸಂಭಾವ್ಯವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಶಾವಾದಿಯಾಗಿ ಕಂಡರು. "ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆಂದು ನಿಮ್ಮ ಅರ್ಥವೇ?" ಎಂದು ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಶ್ಚರ್ಯದಿಂದಲೇ ಕೇಳಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾನು ಹೊಂದಿದ ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಅಲ್ಲದ ಲಿಂಫೋಮವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದಾದರೂ, ಅದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಗುಣ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ. ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿ ನಿನ್ನ ಕಾಯಿಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆಂಬುದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದರು. ಅವರು ನನ್ನ ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಅಲ್ಲದ ಲಿಂಫೋಮ ತನ್ನ ಕೆಳಮಟ್ಟದಿಂದ ಮಧ್ಯಮ ನಂತರ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದ ಶ್ರೇಣಿಗೆ ಸಾಗಿ ಹೋಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಅದು ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೂ ಇಳಿಯಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದರು. ಲುಕೀಮಿಯ ಸಂಶೋಧನೆಯ "ಪಿತೃ" ಎಂದೆನಿಸಿದ್ದ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ಡಾ. ಡೇವಿಡ್ ಗಾಲ್ಡನ್ ೧೯೯೧ರಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು ; "ನಲವತ್ತು ವರುಷಗಳ ಪ್ರಾಕ್ಟೀಸಿನ ನಂತರ, ರೋಗವನ್ನು ತಿಳಿದಿದ್ದೆನೆ ಎಂದು ಕೂಡಾ ನಾನು ಸೋಗು ಹಾಕಲಾರೆ." ಆನಂತರ

ಅಮೇರಿಕೆಯ ಸಂಶೋಧಕರು, ಬಿಸಿಎಲ್ - ೨ ವಂಶವಾಹಿನಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ಣದಂಡ ೧೮ ಮತ್ತು ೧೮ರ ಮಧ್ಯೆ ಜರುಗುವ ತಳಿ ವಸ್ತು ವಿನಿಮಯದ "ಬೇರೆಡೆ ನೆಲೆಗೊಳಿಸುವಿಕೆ" ಯಿಂದ ಜರುಗಬಹುದು ಎಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. \*

ಇದು ಕೇವಲ ಹಿಂಬಂಡೆಯ ತುದಿ ಮಾತ್ರ ಎಂದು ಪರಿಣಿತರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಇತರ ಕಾರಣಗಳೂ ಇರಬಹುದು. ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಅಲ್ಲದ ಲಿಂಫೋಮವು ನೋಳಗೊಂಡಂತೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಲುಷಿತಗೊಳ್ಳುವ ವಸ್ತುಗಳೊಟ್ಟಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಪಡಿದಿದೆ. ೨-೪-ಡಿ ಯಂತಹ ಕೀಟನಾಶಕಗಳ ಪದೇ ಪದೇ ಬಳಕೆ ಸ್ವೀಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಅಲ್ಲದ ಲಿಂಫೋಮವನ್ನು ಶೇಕಡ ೨೦೦ರಿಂದ ೮೦೦ ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ನಮ್ಮ ನಾಯಿಗಳ ಮೇಲೆ ಈ ಕೀಟನಾಶಕವನ್ನು ಬಳಸುವವರಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಮಾರಕ ಲಿಂಫೋಮ ಸಂಭಾವ್ಯ ಹೆಚ್ಚು ನಾಯಿಗಳಿಗೇನಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ !

ತೀರ ಇತ್ತೀಚಿನವರೆಗೂ ನಾನ್ - ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ (ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಅಲ್ಲದ) ಲಿಂಫೋಮ ಗೊತ್ತು ಗುರಿಯಿಲ್ಲದ ವರ್ತನೆ ಹೊಂದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರು ತಿಳಿದಿದ್ದರು. ಅದು ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೊರದೂಡಲಾಗದ ಮುಂಬಯಿ ಫ್ಲಾಟಿನ ಬಾಡಿಗೆದಾರನಂತಿದೆ. ನಿನ್ನ ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಅತಿಥಿಯಿದ್ದಂತೆ. ಅದು ಕೀವೋಥೆರಪಿಯಿಂದ ಹೊರ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದು ನಿನ್ನಲ್ಲಿ, ನಿನ್ನ ಸಂಬಂಧಿಕರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಹಿತೈಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಘಾತದ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಊಹಿಸಬಲ್ಲೆ. ನಾವು ಹೆದರುವುದರ ಬದಲು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ನಮ್ಮದೇ ಆದ ತಂತ್ರ ರಚನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಬೆಂಬಲದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಕೂಡಾ ಬೆಂಬಲದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿರಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಹ ಬೆಂಬಲ ಅವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಸಹಕಾರ ರೂಪದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ವೈದ್ಯರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅನುಪಾನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ರೋಗಿ ರೋಗವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು.

ನೀನು ನನ್ನ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಬರೆಯ ಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿದ್ದೀ. ನಾನು ನಾನ್ ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ಲಿಂಫೋಮ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆಂದು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ನಂತರ ಶಿರೆಯ ಮೂಲಕ ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಸಿಬಿಪಿ (ಕಾಪ್) ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಮೂರು

\* ಬಿಸಿಎಲ್ - ಮನುಷ್ಯ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಸಂಖ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ವಂಶವಾಹಿ. ವಂಶವಾಹಿಗಳ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಫುಟವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಲ್ಲಿ, ಅದು ಜೀವಕೋಶಗಳ ಸಂಖ್ಯಾ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುವುದಲ್ಲದೆ ಅವು ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ನಾಶವನ್ನು ಕೂಡಾ ಹೊಂದಲಾರವು.

ಔಷಧಿಗಳ ಮಿಶ್ರಣವಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದನ್ನು ನನ್ನ ಶಿರೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಹಾಗೆಯೇ ಚುಚ್ಚಿ ಮನೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಕೆಲವರು ಅದರ ನಂತರ ಕಛೇರಿಗೆ ಹೋಗಬಲ್ಲರೆಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು ! ಅದರಿಂದ ನಾನು ಧೈರ್ಯವಾಗಿ ನಡೆದಾಡಿದೆ. ಹದಿನೈದು ಘಂಟೆಗಳ ನಂತರ, ಬೆಳಗಿನ ೩ ಘಂಟೆಗೆ ಆತಂಕ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಓಕರಿಕೆ, ವಾಂತಿ, ಕ್ಯಾಕರಿಕೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ಬಾರದಂತಾದವು. ನಾಲ್ಕು ಘಂಟೆಗಳ ಆ ಸ್ಥಿತಿಯ ನಂತರ, ನಾನು ನೀರ್ಕಳೆತದಿಂದ ಒಣಗಿದಾಗ ಬೆಳಗು ಮುಂಜಾನೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸಾಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟೆ. ಅಲ್ಲಿ ಡ್ರಿಪ್ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿದರು, ಮರುದಿನ ಚಿತ್ತೊಂಸೆಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿತು.

ಪ್ರತಿ ಮೂರು ವಾರಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸಲ್ಫೈನ್ (ಲವಣ ಜಲ) ಮತ್ತು ಗ್ಲೂಕೋಸಿನಲ್ಲಿ ಮಿಶ್ರಮಾಡಿ ಅದರ ಸಾರಗುಂದಿಸಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಅದರ ಅಹಿತಕಾರಿ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ದೂರವಾದ ಇಪ್ಪತ್ತೆಂಟು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಉಳಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ತೋರಿಬಂದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಸಹಜಕ್ಕಿಂತ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದಂತೆ ಕಾಣಿಸಿತು. ಆದರೆ ಕಾಪ್‌ನ ನಾಲ್ಕು ಸಿಟಿಂಗ್‌ಗಳು (ಸಮಾವೇಶಗಳು) ಗಂಟುಗಳ ಗಾತ್ರವನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದವು. ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಿಧಾನಗಳು ಅವುಗಳ ಹೊಂದಿದವ ರಸಾಯನಿಕದ ಮೊದಲ ಅಕ್ಷಯವನ್ನಧಿಸಿ ಸಂಕೇತ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಿಬಿಪಿಯಲ್ಲಿ ಸೈಕ್ಲೋಫಾಸ್ಫೇಮೈಡ್, ಆಂಕೋವಿನ್ ಮತ್ತು ಫ್ಲೋಸೋಲೋನ್ (ಕಾರ್ಬೋಸೋನ್). ಎರಡನೆ ಬಾರಿ ನಾನು ಪಡೆದ ಆ ಔಷಧಿಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹೈಡ್ರಾಕ್ಸಿ ಡಾನೋಮೈಸಿನ್ ಎಂಬ ಮತ್ತೊಂದು ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಲಾಗಿದ್ದಿತು. ಎಂದರೆ ಸಿಬಿಪಿ, ಸಿಹೆಪಿಬಿಪಿ (ಚಾಪ್) ಆಗಿದ್ದಿತು. ಅದೇ ರೀತಿ ನಂತರ ಎಂಐಎನ್‌ಇ (ಮೈನ್) ಎಂಬ ಮತ್ತೊಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆದೆ. ಅದು ಬೇರೆ ತೆರನಾದ ರಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತಿದ್ದಿತು (ಮೈಟೊಸಾಂಡ್ರೋನ್, ಇಫಾಸೋಮೈಡ್ ಮತ್ತು ಇಟೊಪೊಸೈಡ್) ವೈದ್ಯ ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಲ್ಲದು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದು ಅವುಗಳನ್ನು ಆಯ್ದು ಒಗ್ಗೂಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ವಿಷಾಂ ವಸ್ತುವನ್ನು ನಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಚುಚ್ಚಿದ ಮೇಲೆ ದೇಹ ಬಹುಶಃ ತನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತದೆ. ೧೯೮೯ರ ಮೇ ತಿಂಗಳ ಪ್ರಾರಂಭದ ಕ್ಷಿಣಿಗಳಿಗೆ, ಜಿಗುಪ್ತೆ ತರುವಂತಹ ರಸಾಯನ ವಸ್ತುಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಪದೇ ಪದೇ ನಲವತ್ತೆಂಟು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ತೋರಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಹೆಂಡತಿಯತ್ತ ತಿರುಗಿ ಹೇಳಿದೆ: "ನಾನು ಬದುಕು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ." ನೋವಿನ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಆಕೆ ಕೇಳಿದಳು, "ನನ್ನ ಸಲುವಾಗಿಯಾದರೂ ಇಲ್ಲವೇ?" ವಿಚಾರ ಮಾಡದೆ ನನ್ನ ತಲೆ ತಿರುಗುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾನು ಉತ್ತರಿಸಿದೆ, "ಇಲ್ಲ".

ಆಕೆಯ ದೃಷ್ಟಿ ನನ್ನನ್ನು ಇರಿಯಿತು. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಎಂಟು ಸೆಷನ್‌ಗಳಿಗೆ ಒಳ ಪಡಬೇಕಿದ್ದಿತು.

ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಕೆಲವು ದಿನಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿದರೆ, ನನ್ನ ಮೇಲಿನವರು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರೂ ನಾನು ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಇಡೀ ದಿನ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಸೇರಿಸಬೇಕು. ನನಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು ಸೋಫಾವನ್ನು ಕರುಣೆಯಿಂದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದ್ದು ಕಛೇರಿ ತೋರಿದ ಮತ್ತೊಂದು ರಿಯಾಯಿತಿ.

ಅದೇ ತಿಂಗಳು ಮಾರ್ಚ್ ೧೯೮೯ರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಪತ್ತು ಸಂಭವಿಸಿತು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮುಪ್ಪಾಗುತ್ತಿದ್ದ ನನ್ನ ಅದ್ಭುತ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಅತ್ತೆ ಅರಳು-ಮರಳು ಸ್ಥಿತಿ ತಲುಪಿದಳು. ಏನಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು ಕೆಲವು ಸಮಯದವರೆಗೆ ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಅವರ ವಿಚಿತ್ರ ವರ್ತನೆಯೊಡನೆ ಏಗಬೇಕಾಗುತ್ತಿದ್ದುದಲ್ಲದೆ, ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು. ಆ ವೃದ್ಧ ಸ್ತ್ರೀ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಗಲಾಟೆಯಿಂದ ನನ್ನ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವುದು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿದ್ದಿತು. ನನ್ನ ಕುಣಾಂಮಯಿ ಸ್ನೇಹಿತೆ ಜೆನಿ ತಲ್ಯಾರ್‌ನ ಪ್ರಾಂತವಾದ ತಮ್ಮ ಗೃಹದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಲು ನನ್ನನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದಳು.

೧೯೮೯ರ ಮೇಯಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಾನಿದ್ದಾಗ ಟಾಟಾರ ಹಿರಿಯ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಶ್ರೀ ನವಲ್ ಟಾಟಾ ಅವರೂ ಅಲ್ಲಿದ್ದರು. ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದ ಮರುದಿನ ಡಾ. ಟಾಟಾ ನಿಧನರಾದರು. ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದಂತೆ, ನನ್ನ ಕಛೇರಿ ವೈದ್ಯ ಕುಮಾರಿ ಗೂಲ್ ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟರ್, ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸರ್ ದೊರಾಬ್ಜಿ ಟಾಟಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಚೀಫ್‌ಮನ್ ಶ್ರೀ ಜೆ. ಆರ್. ಡಿ. ಟಾಟಾರವರಿಗೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ನನ್ನ ತೀವ್ರತರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಳು. ಶ್ರೀ ನವಲ್ ಟಾಟಾರವರು ಮರಣ ಹೊಂದಿದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ, ಸೋಮವಾರ ಮೇ ೮ರಂದು ನಾನು ಜೆಆರ್‌ಡಿ (ಆ ರೀತಿ ಅವರು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿ ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದರು) ಯವರನ್ನು ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾದೆ. ನನ್ನ ಆಶ್ಚರ್ಯಕ್ಕೆ ಅವರು ತುಂಬ ಗೌರವ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ ಟಾಟಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಡಾ. ಪ್ರಫುಲ್ ದೇಸಾಯಿಯವರು ಒಪ್ಪಿದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಸಮಾಚೀರಣೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಅಮೆರಿಕೆಗೆ ಕಳುಹಿಸ ಬಯಸಿರುವುದಾಗಿ ಜೆಆರ್‌ಡಿ ಹೇಳಿದರು. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕೋ (ನಾನು ಆರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದ್ದ ಹನ್ನೆರಡು ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ನಾಲ್ಕನ್ನು ಮಾತ್ರ ಪಡೆದಿದ್ದೆ) ಹೇಗೆಂಬ ಮತ್ತು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕಿದ್ದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ? ಎಂಬುದರ ಸಂದಿಗ್ಧದಲ್ಲಿ ನಾನಿದ್ದೆ.

ಡಾ. ದೇಸಾಯಿಯವರು ಮತ್ತೊಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡೆಯಲು ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿ ಕೂಡಲೆ ಒಪ್ಪಿದರು.

ಮದದಿನ ಮೇ ೯ರಂದು ಶ್ರೀ ಜೆ.ಆರ್.ಡಿ. ಟಾಟಾರವರ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ, ನಾನು ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಫೋನು ಮಾಡಿ "ಏನು ಮಾಡಿದಿರಿ? 'ಚೇರ್‌ಮನ್‌ನ ಬಂದ ಕ್ಷಾದಿಂದ ನೀವು ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಸಿದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.' ಎಂದು ಹೇಳಿದಳು. ಜೆ.ಆರ್.ಡಿ ಹಣದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನಲ್ಲದೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ವಿದೇಶಿ ವಿನಿಮಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ರಿಸರ್ವ್ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ನಾನು ಶ್ರೀ ಟಾಟಾರವರಿಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ ವಿನಿಮಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಶಕ್ತನಿದ್ದೇನೆಂದು ಅವರನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಅವರಾದರೋ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಟಾಟಾ ಕಛೇರಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಸ್ಲೋಯಾನ್ ಕುರಿಂಗ್ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಸಮಯ ದೊರಕಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ಮತ್ತು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಲೆಕ್ಟಿಂಗ್‌ಟನ್ನಿನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಹೋಟೆಲ್‌ನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಂಡರು. ಸಿದ್ಧತೆಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಪ್ರವಾಸಿಗರ ಚೆಕ್‌ಗಳನ್ನು ಸಹಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಬೆರಳುಗಳ ಒರಟಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸದಾಗದಿದ್ದುದರಿಂದ, ನನ್ನೊಡನೆ ಬಂದಿದ್ದ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯೇ ನನ್ನ ಬದಲು ಸಹಿ ಮಾಡಬೇಕಾಯಿತು. ನಾನು ಹೊರಡುವ ಹಿಂದಿನ ಸಂಜೆ ನನಗೆ ಜ್ವರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿತು. ನನ್ನ ವಿಮಾನಯಾನವನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಹಾಕುವತ್ತ ಮನಸ್ಸು ಸೆಳೆಯಿತು. ಆದರೆ ನನ್ನ ಕಸಿನ್ ಡಾ. ಟೆಮ್‌ಟನ್ ಉದ್ವಾಡಿಯ ನನ್ನನ್ನು ಹೋಗಲು ಹುರಿದುಂಬಿಸಿದರು.

ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಸ್ಲೋಯಾನ್ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಡಾ. ಗುಲಾಟಿ ಕೂಲಂಕಷವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದರು. "ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸರಿಯಾಗಿದೆ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತ "ಗಂಟುಗಳು ಆಗಲೇ ಮೆತ್ತಾಗಿವೆ" ಎಂದರು.

"ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ನೀವು ಅದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದು" ಎಂದು ನಾನು ತಿಳಿಯುತ್ತೇನೆ. ಅದರ ಅಂತಿಮ ನಿರ್ಧಾರ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿನ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರದು. ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ದೇಹ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡು ರೋಗವನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದಾಗಿದ್ದಿತು. ಅನಂತರ ಅವರು ಹೇಳಿದರು ; "ಅದನ್ನು ಯಾವಾಗ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದರಲ್ಲೇ ಚಾತುರ್ಯವಿರುವುದು".

ಟಾಟಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನ ವೈದ್ಯರು ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿದರು. ಮುಂದಿನ ಹದಿನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಈ ಅಮೂಲ್ಯ ತಿಂಗಳುಗಳು ನಾನು ಕೈಗೊಂಡಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಜೆ.ಆರ್.ಡಿ. ಟಾಟಾರವರ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯ ಮೊದಲ ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಬರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ ಮಾಡಿತಲ್ಲದೆ, ನನ್ನ "ಸಂಪತ್ತಿನ ಸೃಷ್ಟಿ"

ಯನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಜಪಾನಿ ಆವೃತ್ತಿಗೆ, ನಂತರ ಭಾರತದ ಆವೃತ್ತಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಮುಗಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾದವು.

ಒಂದು ದಿನ ನನ್ನ ಸಿಟಿ ಸ್ಟಾನ್ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅದು ಉತ್ತೇಜಕ ವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ ಕತ್ತಿನ ಪ್ರದೇಶದ ಸುತ್ತ ಮಾತ್ರ ಮೊದಲು ಇದ್ದ ಗಂಟುಗಳು ಈಗ ಜರಂ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಎದ್ದಿದ್ದವು. ಮತ್ತೊಂದು ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಸೆಷನ್ ಅಗತ್ಯವಾಯಿತು. ಈ ಬಾರಿ ಮತ್ತೊಂದು ರಸಾಯನವನ್ನು ಸೇರಿಸಲಾಯಿತು ಮತ್ತು ಆ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಚಾಪ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಯಿತು. ಎಂದಿನಂತೆ ವಿಪ್ಲವ ಹಿಂಬಾಲಿಸಿತು. ಚುಚ್ಚುಗೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ೧೦.೩೦ ಕ್ಕೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂಜೆ ೪ರ ವೇಳೆ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದವು. ತುಂಬ ಕೆಡುಕಾದವು ರಾತ್ರಿಕಾಲದಲ್ಲಿ. ಆಗ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ತೋರುತ್ತಿದ್ದ ವಿಪ್ಲವ ಮದದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ೧೦ ಇಲ್ಲವೆ ೧೧ ರವರೆಗೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದವು. ನನ್ನ ಕಛೇರಿಯ ಒಬ್ಬ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿ ರುಸ್ತು ಡ್ರೈವರ್‌ವಾಲಾ ನನ್ನನ್ನು ರಾತ್ರಿ ತುಂಬ ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಶ್ರಮದಾಯಕ ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸದ ನಂತರ ಆತ ನಿದ್ರೆ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಒಮ್ಮೆ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅಪರಾಹ್ನದ ನಂತರವೂ ಮುಂದುವರಿದವು. ಒಂದು ಘಂಟೆಯ ನಂತರ ಶಿರೆಯೊಳಗಿದ್ದ ಸೂಜಿ ತನ್ನ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಜಾರಿಕೊಂಡಿತು. ಅದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟದ ಸಮಯ. ಶಿರೆಯೊಳಗಿನ ಸೂಜಿಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಯಾವುದೇ ವೈದ್ಯ ಅಥವಾ ದಾದಿಯನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಹುಡುಕಿ ತೆಗೆಯಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ತುಂಬಾ ಅಸಮಾಧಾನಗೊಂಡು ಬೇರೊಂದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುವುದಾಗಿ ಬೆದರಿಸಿದಳು. ನಾನಂತೂ ವಾದ ಮಾಡಲಾರದಷ್ಟು ನಿಶ್ಚಾಸಗೊಂಡಿದ್ದೆ.

ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ "ಕರಾಳವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಸಮಯವನ್ನು ದೇವರ ಬದಲಾಗದ ಒಳ್ಳೆಯತನ ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತದೆ" ಎಂಬ ಉಲ್ಲೇಖನ ಝೇಂಕರಿಸತೊಡಗಿತು.

ನನ್ನ ಬೆನ್ನು ಬಾಗಿಲ ಕಡೆ ತಿರುಗಿದ್ದಿತು. ಐದು ನಿಮಿಷಗಳ ತರುವಾಯ ಅಲ್ಲಿ ಮಾತುಗಳು ಕೇಳಿಬಂದವು. ನಾನಂತೂ ತಿರುಗಿ ನೋಡದಷ್ಟು ನಿಶ್ಚಲನಾಗಿದ್ದೆ. "ಯಾವುದು?" ನಾನು ಕೇಳಿದೆ. "ಡಾ. ಫ್ಲೂಲ್ ದೇಸಾಯಿಯವರು" ಎಂದು ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಉತ್ತರಿಸಿದಳು. ಡಾ. ದೇಸಾಯಿಯವರು ನನ್ನ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬಂದದ್ದು ಅದೇ ಮೊದಲ ಸಲವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ನನ್ನತ್ತ ದೃಷ್ಟಿ ಬೀರಿ "ನೀವು ತುಂಬಾ ನಿಶ್ಚಲನಾಗಿದ್ದೀರಿ, ನಿಮ್ಮ ಮುಖಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಬೇಕು. ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಅದು ನಿಮ್ಮ ಜರಂವನ್ನು ಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸುವುದು. ಈ ಡ್ರಿಪ್ ಮರೆತುಬಿಡಿ" ಎಂದರು. ಡಾ. ಫ್ಲೂಲ್ ದೇಸಾಯಿಯವರು ಜಾಣ್ಮೆಯಿಂದ ಡ್ರಿಪ್‌ನ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಕಾಪಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆ ಸಮಾಧಾನಗೊಂಡಿತು. ನಾನು ಸುಧಾರಿಸಿದಂತಾದೆ. ಒಂದು ಘಂಟೆಯ ನಂತರ, ಬಿಡುಗಡೆ ಕಾಗದ ಪತ್ರಗಳು ಸಿದ್ಧವಾಗುವ ಮೊದಲು, ನಾನು ಕೋಣೆಯಿಂದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಪಡೆದ ಅನುಭವದಿಂದ ಈಚೆಗೆ

ಬಂದೆ. ಅದು ನಾನು ನನ್ನ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಕೊನೆಯ ದಿನ ಶಾಲೆಯಿಂದ ಹೊರಬರುವಾಗ ಆಗುವಂತಹ ಅನುಭವದ ತೆರನಾಗಿದ್ದಿತು.

ಮೇ ೧೯೯೧ ರಲ್ಲಿ, ನನಗೆ ಚಿರ್ಛಾಡಿಯವರಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಬಂದಿತು. ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಅಮೇರಿಕೆಗೆ ಮತ್ತೆ ಕಳುಹಿಸಲು ಸಿದ್ಧವಿರುವುದಾಗಿ ಬರೆದಿದ್ದರು. ನಾನು ಅವರಿಗೆ ವಂದಿಸಿ, ನಾನು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಔಷಧ ಚುಚ್ಚುಗೆಯನ್ನು ಇಲ್ಲಿಯೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಅನಂತರ ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಈ ಬಾರಿ ನಾನು ಲಂಡನ್ನಿನ ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸಡೆನ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ್ದೆ. ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಆಧಾರ ನೀಡುವ ಯಾವುದೇ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದುದಾದರೂ ನಾನು ಲಂಡನ್ನನ್ನು ಆಯ್ದು ಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಅಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತಿದ್ದದ್ದು ಒಂದು ಕುಟುಂಬ ಮಾತ್ರ ಆದರೆ ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ, ನಾಲ್ಕು ವರುಷಗಳ ಕಾಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ್ದುದರಿಂದ, ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ನೇಹಿತರ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೆ. ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸಡೆನ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದ ಡಾ. ಕುಟುಂಬವು ಟಾಟಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವೇಳಾ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿ, ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಚುಚ್ಚುಗೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದರು. "ಈ ಬಾರಿ ಚೋಫ್ರಾನ್ ಎಂಬ ಹೊಸ ಅಮೆರಿಕನ್ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಕೊಡಲುಗುವುದು" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿ, "ನಾನು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಯಾವುದೇ ಅನಂತರದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಲಾರೆನೆಂದು" ಆಶಿಸಿದರು. ಚೋಫ್ರಾನ್ ಪೇಟೆಗೆ ಆ ವರುಷದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಬಂದಿದ್ದಿತು. ಆ ಅದ್ಭುತ ಔಷಧಿ, ಮಿದುಳು ಮತ್ತು ಜಠರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧ ಕಲ್ಪಿಸುವ ನರವನ್ನು ಆರು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನಿಶ್ಚೇಷ್ಟಿತಗೊಳಿಸುವ ಗುರಿ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಔಷಧ ಪ್ರವಾಹ ಸಾಗಿ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನಲ್ಲಾದರೂ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ವಿಷವು ಉಂಟಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವು ಹಿಂದಿನ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿಲ್ಲದೆ ಅಲ್ಪಕಾಲೀನವಾಗಿದ್ದವು.

ಜೂನ್ ೧೯೯೧ರ ಕೊನೆಗೆ ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸಡೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಹೋದಾಗ ನಾನು ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಹೃದಯ ರೋಗಗಳ ವಿಶೇಷ ಪರಿಣತಿಯ ಹೊಸ ರಾಯಲ್ ಬ್ರಾಂಟನ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಚಿರ್ಛಾಡಿ ಮೂರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಹೃದಯದ ಮೇಲಿನ ನಾಲ್ಕನೇ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ (ಆಂಜಿಯೊ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿ)ಗಾಗಿ ಅಲ್ಲಿದ್ದರು. ಅದೊಂದು ಅಹಿತರ ಕ್ಷಯವಾಗಿದ್ದಿತು. ಅವರು ಆಗಲೇ ೮೭ ವರುಷ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿದ್ದರು. ಎಷ್ಟು ಬಾರಿ ಆಂಜಿಯೊಪ್ಲಾಸ್ಟಿಗೆ ಒಳಪಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮಿತಿಯಿದೆ. ಅವರನ್ನು ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಘಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯಾ ಕೊಠಡಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದಿದ್ದಿತು. ಸರಿಯಾಗಿ ಶೇವ್ ಮಾಡಿದ ಅವರ ಮುಖವನ್ನು ನಾನು, ನನ್ನನ್ನು ಅವರ ಕೋಣೆಯಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸುವ ಗಾಜಿನ ಚಿಕ್ಕ ಕಿಟಕಿಯ ಮೂಲಕ ನೋಡಿ ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ ; "ನಾನು ಅವರು ಬದುಕಿರುವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅವರ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಮುಗಿಸದಿದ್ದರೆ ನಾನು



ಕ್ಷಮಿಸಲ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೇ ತಿಂಗಳು ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ತಮ್ಮ ಜೀವಿತ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲು ಅವರು ಅನುಮತಿ ನೀಡಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಮಧ್ಯ ಒಂದು ಒಡಂಬಡಿಕೆಯಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದರ ಪ್ರಕಾರ ಅದನ್ನು ಅವರು ಜೀವಿಸಿರುವಾಗ ಪ್ರಕಟಿಸಬಾರದೆಂದು.

ಜುಲೈ ೧ ರಂದು ನಾನು ಭಾರತಕ್ಕೆ ಮರಳಿ ಬಂದೆ. ಅನಂತರ ಕೂಡಲೇ ನನ್ನ ಪ್ರಕಾಶಕರಾದ ಪೆಂಗ್ವಿನ್ ಅವರಿಗೆ ನಾನು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮೂರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಮುಗಿಸುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಈ ಪುಸ್ತಕ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಲಿ, ಬಿಡಲಿ, ನನ್ನ ಎರಡು ವರುಷಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅದನ್ನು ಮುಗಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬದುಕಿರಬೇಕಾದ ನನ್ನ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುವ ಆಗಿನ ಉದ್ದೇಶ್ಯವನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಡುವಲ್ಲಿ ಬಹುಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಆಗಲೇ ಆಡಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಎಲ್ಲ ಸಂದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಮುಗಿಸಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಕಾಯಿಲೆಗಿಂತ ಮೊದಲು ನಾನು ಪುಸ್ತಕದ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದೆ. ಅದು ಯಾವ ರೀತಿ ರಚಿಸಲ್ಪಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ತಿಳಿದಿದ್ದೆನೆಂದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ. ಅದೊಂದು ಸವಾಲಿನ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದ್ದಿತು. ಏಕೆಂದರೆ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯು ಅವರ ಎರಡು ಬಗೆಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾದ, ಭಾರತದ ಹೆಸರಾಂತ ಕೈಗಾರಿಕೋದ್ಯಮಿ ಮತ್ತು ಏರ್ ಇಂಡಿಯಾವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ವಿಮಾನ ಚಾಲಕ - ಈ ವಿವರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು.

ಮುಂದಿನ ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಪುಸ್ತಕಕ್ಕಾಗಿ ತುಂಬ ಶ್ರಮಿಸಿದೆ. ಅದರೊಟ್ಟಿಗೆ ಕಛೇರಿ ಕೆಲಸದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಭಾರವನ್ನು ಹೊರುವ ಭಾರೀ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದೆ. ವಿಶ್ರಾಂತಿಗಾಗಿ ಕಾತರಿಸುತ್ತಿರುವ ನನ್ನ ದೇಹ ಹೊತ್ತು ಕಛೇರಿಯಿಂದ ಮನೆಗೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಸಂಜೆಗಳ ಅನೇಕ. ತೀವ್ರ ಬಳಲಿಕೆ ಕ್ವಾನ್ಸ್ ರೋಗಿಗಳ ಮೇಲೆ ಭೀಕರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತವೆ. ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಅದರ ಮಿತಿ ದಾಟಿಸಿ ದಂಡಿಸಬೇಡಿ. ಎಂಟು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ದುಡಿಯುವುದು ನಿಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ ಆರಕ್ಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿ. ನನ್ನ ಮಾತು ಕೇಳಿ - ವೈದ್ಯನ ಉಪದೇಶ.

ಅಂತ್ಯದ ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಾಶಕರಿಗೆ ನಿಗದಿತ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ೧೯೯೧ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ ಕೊನೆಗೆ ನೀಡಿದೆ. ಗುರಿ ಸಾಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಸಿ ಟಿ ಸ್ಟ್ಯಾನ್ ಲಿಂಫೋವು ಗಂಟುಗಳು ಉಲ್ಲಾಸಿಸಿರುವುದನ್ನು ತೋರಿಸಿತು. ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳ ಮೊದಲು ಜೂನ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಕೊನೆಯ ಕೀಮೋಥರಪಿಗಿಂತ ತುಂಬ ಕಟ್ಟಿದಾಗ ಗೋಚರಿಸಿದವು. ಅವು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಣಾಮವೆಂಬುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದಕ್ಕೆ ಯಾರನ್ನೂ ದೂರುವಂತಿಲ್ಲ. ಈ ಬಾರಿ ತುಂಬ ಪ್ರಬಲ ಮಿಶ್ರಣದ ಎಂಐಎನ್‌ಇ (ಮೈನ್) ಥೆರಪಿಯನ್ನು ಕೊಡುವುದೆಂದು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅದನ್ನು ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ದಿನದ ಸೆಶನ್ ಬದಲು ಒಂದರ ನಂತರ

ಮತ್ತೊಂದರಂತೆ ಮೂರು ದಿನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ದುಃಖಕೊಂಡು ಖಿನ್ನಿತನಾದೆ. ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿಗೆ ಭೇಟಿಯಿತ್ತು ಬಂದ ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳ ತರುವಾಯ ಎಲ್ಲವೂ ಮತ್ತೆ ಮರಳಿ ಬಂದಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಯಾತನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ಫಾದರ್ ಜೊ ಪೆರಾ ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಅವರು ಮುಂಬಯಿಯ ವುಡ್‌ಹೌಡ್ ಕೆಥಡ್ರಲ್‌ಗೆ ಸೋಮವಾರ ಸಂಜೆ ಬರಲು ಹೇಳಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ನೆನಪಿನ ಆರಾಧನೆಯ ನಂತರ ನನ್ನನ್ನು ವಸ್ತ್ರಾಗಾರ ಕೋಣೆಗೆ ಕರೆಯಲಾಯಿತು. ಅದೊಂದು ಚಿಕ್ಕ ಕೊಠಡಿ. ಆರಾಧನೆಯ ನಂತರ ಒಳ ಬರುವ ಮತ್ತು ಹೊರ ಹೋಗುವ ಜನರಿಂದ ತುಂಬ ಸದ್ದು ಗದ್ದಲ ಎದ್ದಿತು. ಫಾದರ್ ಜೋ ನನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದ ಮೇಲೆ ನಾನು ಕೂಡಾ ದೇವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಕಾರಿನ ಬಳಿ ಕುಗ್ಗಿದ ಚೇತನದಿಂದ ನಡೆದು ಹೋದೆ. ಮನೆಗೆ ಬರುವಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಚಾರ ಮೂಡಿ ಬಂದಿತು : "ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ವಿಧಿಸಿದ ಕಟ್ಟಳೆಯೆಂದು ಹೋಗದೆ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯನ್ನುವಂತೆ ಹೋಗು. ನಿನ್ನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂಗೀತದ ಟೀಪುಗಳನ್ನು ನಿನ್ನ ಜೊತೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗು." ಪ್ರಸನ್ನತೆ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯ ಮರಳಿದವು.

ಬರುವ ಬುಧವಾರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಒಂದು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ನಿನ ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು ಮತ್ತು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಬೇರೆಯುವುದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ದಮನ ಮಾಡಲು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್. ಜೊಫಾನ್ ಕೂಡಾ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಲೆಕ್ಕವನ್ನು ಮರೆತೆ. ಯೂರಾಸ್ಟ್ರಿಯನ್ ಆರಾಧಕ ಕೇಕಿ ಕರ್ಕಾರಿಯ ಪ್ರತಿದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಬಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಡ್ರೆಫ್ಟನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಯಿತು. ನನಗೆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಸಮಯವಿರಲಿಲ್ಲ ಅದರಲ್ಲೂ ಒಂದು ಕೈ ಡ್ರೆಫ್ಟಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಆದರೆ ಸಂಗೀತ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು. ಆ ಸೆಶನ್‌ಗಳು ಸಂಜೆ ಬಹಳ ಹೊತ್ತಿನವರೆಗೂ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತಿದ್ದವು. ತಲೆ ಸುತ್ತುತ್ತಿರುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಆದರೆ ಜೊಫಾನ್ ಪದೇ ಪದೇ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿದ್ದ ವಿಘ್ನಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಒಂದು ತಿಂಗಳ ನಂತರ, ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಹಾಲಿಡೇ. ನಂತರ ಮನೆಗೆ ನಾನು ಮರಳಿದಾಗ ಚಿಆರ್‌ಡಿಯವರ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯ ನನ್ನ "ಕೊನೆಯ ನೀಲ ಪರ್ವತದಾಚೆ" ಯ ಮೊದಲ ಪ್ರತಿ ಬಂದಿತು. ಆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಯಾವ ಬಗೆಯ ಅನುಭವದಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ನಿನಗೆ ಹೇಳಲಿಕ್ಕಾಗದು. ಅದನ್ನು ಮುಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಮಾಡಿದುದಕ್ಕೆ ನಾನು ದೇವರನ್ನು ವಂದಿಸಿದೆ. ಆ ಪುಸ್ತಕ ಕೆಲವು ಬಗೆಯಿಂದ ನನ್ನ ಕಷ್ಟಕರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಜೀವನಾಡಿಯಾಗಿದ್ದಿತು. ಮೂರು ದಿನಗಳ ನಂತರ ನಾನು ಮತ್ತೆ ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಿಮೋ ವ್ಯಾಗನ್ ಮೇಲೆ ಬಂದೆ. ಅದು ೧೯೯೨ರಲ್ಲಿ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯು ಗಣರಾಜ್ಯ ಸಮಾರಂಭದ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶನಗೊಂಡಿದ್ದಿತು.

ಆಗ ಜೆಆರ್‌ಡಿಯವರಿಗೆ ಭಾರತದ ಅತ್ಯುನ್ನತ ನಾಗರಿಕ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಭಾರತರತ್ನವನ್ನು ಕೊಡಲಾಯಿತು.

ಅದು ನಂತರ ಡಾ. ಗಾಲ್ಡ್ ಸೂಚಿಸಿದ ಬಾಯಿ ಔಷಧ ಕ್ಷೀರಾಂಬುಸಿಲ್ ಮೇಲಿದ್ದೆ ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿಯವರು ಸೂಕ್ಷ್ಮಗ್ರಾಹಿಯಾಗಿ, ನನ್ನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಸರಿಹೋಲುವಂತೆ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಹೊಂದಿಸಿದರು.

ಅದು ಅನೇಕ ಗಂಟುಗಳು ಅವು ಬಂದಾಗ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಂತೆ ಮಾಡಿತು. ಮೂರು ವರುಷಗಳ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ನಂತರ, ನಂತರದ ಮೂರು ವರುಷಗಳ ಕಾಲ ನಾನು ಸಹಜವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಬಲ್ಲವನಾದೆ. ೧೯೯೫ ರ ಏಪ್ರಿಲ್‌ನಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಫುಲ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾರಂಭಿಸಲಾಯಿತು. ಮತ್ತೆ ಲಂಡನ್ ಮತ್ತು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿಯಿತ್ತು ಬರಬೇಕಾಯಿತು. ಅದು ಬಗ್ಗೆ ನಂತರ ಹೇಳುವೆ ಹೇಗೋ ಇದು ದೀರ್ಘ ಪ್ರಕ್ರಿಯಾಗಿದ್ದು, ನನ್ನ ಮುಂದಿನ ಪತ್ರ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದು ನೀನು ನಿನ್ನ ಎರಡನೇ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಚುಚ್ಚುಗೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮೊದಲು ನಿನ್ನನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆಯೆಂದು ನಾನು ಆಶಿಸಿದ್ದೇನೆ.



೨

## ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು

ನೀನು ನಿನ್ನ ಕೀವೋದ ಎರಡನೆಯ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ನು ಮೊದಲಿನದಕ್ಕಿಂತ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಾಳಿಕೊಂಡೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇಳಿ ನನಗೆ ತುಂಬ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನೊಡನೆ ಏಗಲು ನಾವು ನೂರು ಮೀಟರ್ ರೇಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ಅಂಶದೊಡನೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ನಾವು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ದೂರ ಹಾದಿಯ ಚಾಂಪಿಯನ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಜೊತೆ ಏಗಲು, ಅದೆಲ್ಲ ಏನು ? ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಪಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪುರಾತನ ರೋಗಗಳಲ್ಲೊಂದು. ಅದು ಹಿಪ್ಪೆಹೇಟಿಸಿಸ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಶ್ಚೂರ್ವ ೩೦೦ರ ಸುಮಾರಿನಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳು ಈಜಿಪ್ತಿನ ಮಮ್ಮಿ (ರಕ್ಷಿತ ಶವ)ಗಳಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಹತ್ತೊಂಬತ್ತನೇ ಶತಮಾನದ ಕೊನೆಗೆ ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿಯೇ ಮೊದಲ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆ - ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸ್‌ಡೆನ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿತು. ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಕಡೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅದನ್ನು ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡುವ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ ನಂತರ ವಿಕಿರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬಂದಿತು. ೧೯ನೇ ಶತಮಾನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿನ ಡಾ. ಮೇರಿ ಕ್ಯೂರಿಯವರ ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಕೀವೋಥೆರಪಿ ನಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ ೧೯೬೦ರಲ್ಲಿಂದ ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದಿತು. ಇಂದು ಒಂದು, ಎರಡು ಅಥವಾ ಎಲ್ಲ ಮೂರು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಒಬ್ಬನೇ ರೋಗಿಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ವಿರುದ್ಧ ಸೆಣೆಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳು ಗುಣಮುಖರಾಗಿದ್ದಾರೆಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮುನ್ನೋಟ ಅಂಗಳವೈಕಲ್ಯದ ಜೀವನವಲ್ಲ ; ಆದರೆ ಫಲಪ್ರದ ಜೀವನವಾಗಿದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೇ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವೆಯೇ ಹೇಗೆಂಬುದು ಮುಖ್ಯ ಅಂಶ. ಆಧುನಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ರೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಮತ್ತು ಆಹಾರ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಆಳ ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ಜೀವಕೋಶಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳು, ನಾಶ ಹೊಂದಿದವುಗಳನ್ನು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಬದಲಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿರೋಧ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು

ಬಲಪಡಿಸುವ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಉಪಯುಕ್ತಕರ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಸಿವೆ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಪ್ರಮಾಣೀಕರಿಸಬಲ್ಲೆ ತಳವಳ, ಕರಾಳ ವಿಚಾರಗಳ ಕ್ಷೋಭಾ ಉಂಟು. ಅಂತಹ ಕಾಲದಲ್ಲಿ "ಇದೂ ಕೂಡ ಹೋಗುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಏನಲ್ಲವೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸೋಂಕು ಅಥವಾ ಅಂಟು ಜಾಡ್ಯವಲ್ಲ. ಏಡ್‌ಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಅದನ್ನು ನೀವು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಭೋಗದಂತಹ ದೈಹಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಪಡೆಯಲಾರಿರಿ. ನೆಗಡಿ ಅಥವಾ ಕ್ಷಯಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನೀವು ಅದನ್ನು ಸೀನುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಕೆಮ್ಮುವುದರಿಂದ ದೊರಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರಿರಿ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ದೇಹದ ಜೀವಕೋಶಗಳ ರೋಗ ಮತ್ತು ಆರು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತೋರಿಬರುತ್ತದೆ.

ಧೂಮಪಾನದಿಂದ ಬರುವ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೊದಲನೆಯ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಪ್ಪಿಸಬಹುದಾದದ್ದು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿರುವ ಬೀಡಿ, ಸಿಗರೇಟಿಗಿಂತ ಎರಡು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಧೂಮಪಾನ ಬಹು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಲ್ಲುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್. ಅದು ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ ನಲವತ್ತರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದಿತು. ತಂಬಾಕು ವಿರುದ್ಧದ ಪ್ರಬಲ ಪ್ರಭಾವಿ ಗುಂಪಿನ ನಿರಂತರ ಚಳವಳಿಯ ಫಲವಾಗಿ, ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಗರೇಟು ಮಾರಾಟ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿನ ಕಂಪನಿಗಳು ತಮ್ಮ ಮಾರಾಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಶೀಲ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳತ್ತ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನವಿತ್ತಿವೆ. ಈ ಮಾರಕ ತಯಾರಿಕೆಯ ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥರು ಗುರಿಯಿರಿಸಿರುವುದು ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮತ್ತು ಎಳೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಬಳಕೆದಾರರು.

ಎರಡನೆಯದು - ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯರಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟು ಸಾಮಾನ್ಯವಲ್ಲದ ಚರ್ಮದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್. ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಗಳಿಗೆ ಬಿಳಿಯ ಚರ್ಮ ಸುಲಭವಾಗಿ ಈಡಾಗುತ್ತದೆ. ಸೂರ್ಯಸ್ನಾನ ತನ್ನದೇ ಆದ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಮೂರನೆಯದು ಗರ್ಭಕಂಠ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್. ಅದು ಭಾರತ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲೂ ರಜಸ್ವಲೆಯರಾಗಿದ್ದಾಗ ಕೆಳಮಟ್ಟದ ನೈರ್ಮಲ್ಯದಿಂದಾಗಿ ತುಂಬಾ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಪ್ಯಾಪ್ ಪರೀಕ್ಷೆ (ಡಾ. ಜಾರ್ಜ್ ಎನ್. ಪ್ಯಾಪನಿಕೋಲೋನ ಹೆಸರು ಹೊತ್ತ) ಯೋನಿಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿತ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಅರಳಿಯ ಹೀರೊಕ್ಸಿಂಡ ಹೊರತೆಗೆದು ಮಾಡುವ ಸರಳ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ತಂತ್ರ. ಸೂಕ್ಷ್ಮದರ್ಶಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಸ್ತ್ರೀ ಬೇರಾವ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಮುನ್ನ ಗುರುತಿಸಬಲ್ಲದು. ಅದರ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕುಡಿಯನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುತ್ತದೆ. ಸ್ತ್ರೀಯರು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಒಳಹಾಸಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದಲೂ ನರಳುತ್ತಾರೆ. ಶಾಶ್ವತ ರಜಸ್ವಂಭನದ

ನಂತರ ತೋರುವ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಒಂದು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಸಂಕೇತ. ನಲವತ್ತರ ನಂತರ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಸ್ತ್ರೀ ವಾರ್ಷಿಕ ದೇಹ ಪರೀಕ್ಷೆಗೊಳಪಡುವುದು ಅಗತ್ಯ.

ಸ್ವದ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಸುಲಭ. ಅದು ಸ್ವದದಲ್ಲಿ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಸ್ತ್ರೀಯರು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಶೇಕಡ ಎಂಬತ್ತರಷ್ಟು ಗಂಟುಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಲ್ಲದವು. ಆದರೆ ವರದಿ ಮಾಡಬೇಕು.

ದೊಡ್ಡ ಮತ್ತು ನೆಟ್ಟ ಕರುಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಬೆಳಕಿನ ಕೊಳವೆಯ ಮುಖಾಂತರ ನೆಟ್ಟ ಕರುಳು ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ದೊಡ್ಡ ಕರುಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಪತ್ತೆ ಮಾಡಬಹುದು. ದೊಡ್ಡ ಕರುಳು ದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬ ವಿಸ್ತೃತ ವಿಧಾನವಾಗಿದ್ದು ಅಲ್ಲಿ ಮಣಿಯುವ ಕೊಳವೆಯು ದೊಡ್ಡ ಕರುಳಿನ ಮೂಲಕ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಸಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ದಂತ ಫಲಕಗಳ ನಿರಂತರ ಕಿರಿಕಿರಿ ಬಾಯಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಸಿಡಿಸಬಹುದು.

ನಿನ್ನಿ ಹಾಚ್‌ಕಿನ್ ಲಿಂಫೋಮ ಮತ್ತು ನಾನ್ - ಹಾಚ್‌ಕಿನ್ ಲಿಂಫೋಮ ಅಷ್ಟು ಸಾಮಾನ್ಯವಲ್ಲ. ಅವುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಶೇಕಡ ಐದಾರರಷ್ಟು. ವಂಶಪಾರಂಪರ್ಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಶೇಕಡ ಐದರಷ್ಟು ಮಾತ್ರ. ಆದರೆ ರಸಾಯನ ವಸ್ತುಗಳು ಫೌಲ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದು ಅವಿರೋಧದಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ ಹತ್ತರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಈ ತೊಂದರೆಗಳಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಆರ್ಸೆನಿಕ್, ಕಪ್ಪುರಾಳ, ಟಾರ್ ಮತ್ತು ಕಲ್ಲಾರು ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಈಡಾಗಬಲ್ಲ ಗುಂಪು. ರಬ್ಬರ್ ಮತ್ತು ಅನಿಲನ್ ಡೈ ಯಂತ್ರಾಗಾರಗಳಲ್ಲಿನ ಕೆಲಸಗಾರರು ಮೂತ್ರ ಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದುವುದು. ಮರ ಕೆಲಸಗಾರರು ಮತ್ತು ನಿಕೋಟ್ ಅಗೆಯುವವರು ನಿರಂತರ ಕೆರಳಿಕೆಯಿಂದ ಮೂಗಿನ ಕುಹರದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬೆಳೆಸುತ್ತಾರೆ. ಯುರೇನಿಯಂ ಮತ್ತು ಕಲ್ಲಾರು ಕೆಲಸಗಾರರು ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ವೀನ್ಯೆಲ್ ಕ್ಲೋರೈಡ್ ಕೆಲಸಗಾರರು ಈಲಿ (ಲಿವರ್) ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಾರರು ತೊಂದರೆಯಿಂದ ನರಳದಿದ್ದರೂ, ಈ ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳು ಅಂತಹ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ.

ನಾನು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಸ್ಲೋಯಾನ್ ಕೆಟರಿಂಗ್ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ಗೆ ಹೋದ ಮೇಲೆ ನನ್ನನ್ನು ಡಾ. ಗುಲಾಟಿ ಕೇಳಿದ ಮೊದಲ ಪ್ರಶ್ನೆ; "ನೀವು ವಾಸಿಸುವ ಕಡೆ ಬೆಂಜೀನ್ ಹೊಗೆಯಿರುವುದೇ?" ನಿಯಮಿತವಾಗಿದ್ದಿದ್ದರೂ ನಾನು ಆಗ ಇದ್ದ ಮನೆಯ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹಳೆಯ ಟೈರ್‌ಗಳು ಸುಡಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದವು.

ಅಮೆರಿಕಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸೊಸೈಟಿಯ ಒಂದು ಪ್ರಕಟಣೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ : "ವಿಜ್ಞಾನ ನಿಮಗಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಿರಬೇಕು..... ಅಲ್ಲದೆ ವಿಜ್ಞಾನವು ಅಪಾಯದ ಅನೇಕ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿದೆ. ಹಾಗೆಂದಾಕ್ಷಣ ನೀವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್

ಹೊಂದಿದ್ದೀರೆಂದಲ್ಲ, ಅದರ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಮತ್ತು ನಿಮಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಅಗತ್ಯವಿದೆ.

ಏಳು ಸಂಕೇತಗಳು :

- \* ಮಲವಿಸರ್ಜನೆ ಅಥವಾ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ
- \* ಮಾಯದ ಹಣ್ಣು
- \* ಅಸಹಜ ರಕ್ತೋದ್ರೇಕ ಅಥವಾ ಹೊರ ಹರಿವು
- \* ಸ್ನಾನ ಮತ್ತಿತರ ಕಡೆ ದಪ್ಪನಾಗಿರುವುದು ಇಲ್ಲವೆ ಗಂಟು
- \* ಅಪೇಕ್ಷೆ ಅಥವಾ ನುಂಗುವ ತೊಂದರೆ
- \* ನೂಲಿ ಅಥವಾ ಚುರ್ಮಗಂಟಿನಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುವ ಬದಲಾವಣೆ
- \* ಕಿರಿಕಿರಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಗೊಗ್ಗರ ಧ್ವನಿ

ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ಅನುಸರಿಸಬಹುದಾದ ಪ್ರತಿಯೋಧ ಕ್ರಮಗಳು ಕೂಡಾ ಇವೆ :  
ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಉಣ್ಣುವ ಪದ್ಧತಿ, ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಮಾಂಸಕ್ಕಿಂತ ದ್ವಿದಳ ಧಾನ್ಯ, ತಾಜಾ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ. ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ತಜ್ಞರು ಗಜ್ಜರಿ ಮತ್ತು ಗಜ್ಜರಿ ರಸ, ತಾಜಾ ತರಕಾರಿ (ಡಬ್ಬ ಅಥವಾ ಶೈಶ್ಯೇಕರಣಗೊಳಿಸಿದ್ದಲ್ಲಿ) ವಿಶೇಷವಾಗಿ ದಟ್ಟ ಹಸಿರು ಅಥವಾ ದಟ್ಟ ಹಸಿರುದ್ರವ ಮತ್ತು ಹಣ್ಣುಗಳು "ಎ" ಜೀವಸತ್ವದ ಸಮೃದ್ಧ ಮೂಲಗಳು ಎಂದು ಅವುಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಂಪು ಕುಂಬಳಕಾಯಿ, ಪಾಲಕ, ಗೆಣಸು, ಪೀಚ್, ಏಪ್ರಿಕೋಟ್ ಮತ್ತು ಕಿತ್ತೆಲೆಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳೆಲ್ಲ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ "ಸಿ" ಜೀವಸತ್ವದಿಂದ ಸಮೃದ್ಧ. ಈ ಹಣ್ಣುಗಳು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿ ದನಿಪೆಟ್ಟಿಗೆ, ಅನ್ನನಾಳ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಂಭಾವ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ ತೂಕನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿರಿಸುವುದು. ಅಮೆರಿಕ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸೊಸೈಟಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ :

ನೀವು ಶೇಕಡೆ ನಲವತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ತೂಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ದೊಡ್ಡ ಕರುಳು, ಸ್ನಾನ ಪಿತ್ತಕೋಶ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ನೇರದ ಉಣಿಸು ಸ್ನಾನ, ದೊಡ್ಡ ಕರುಳು ಮತ್ತು ಶುಕ್ರಗಂಧಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಒಂದು ಅಂಶವಾಗಿರಬಲ್ಲದು. ನಾರೇಳೆಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ದೊಡ್ಡ ಕರುಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಂಭಾವ್ಯವನ್ನು ಇಳಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲೆಕೋಸು, ಬ್ರೂಕೋಲಿ, ಬ್ರಸಲ್, ಮೊಳಕೆಯೊಡೆದವು ಮತ್ತು ಹೂಕೋಸು ಕೆಲವೊಂದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬೆಳೆಯುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಹೊಗೆಯಿಡಿಸಿದ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಉಪ್ಪಿನಿಂದ ಲೇಪಿಸಿದ ಆಹಾರ ಅನ್ನನಾಳ ಮತ್ತು ಜಠರದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ್ನು ಹೆಚ್ಚು

ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದೆಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ತುಂಬಾ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಕಾರಣ ಸಿಗರೇಟು ಸೇದುವುದು, ಬೀಡಿ ಸೇದುವುದು, ಮತ್ತು ತಂಬಾಕು ಜಗಿಯುವುದು, ಸುಣ್ಣ ಮಿಶ್ರಿತ ಎಲೆ ಅಡಿಕೆ ಮತ್ತು ಅದೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಕೆಟ್ಟದ್ದೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಬಾಯೊಳಗೆ ಒಂದು ಕಡೆ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಮಿತಿಮೀರಿದ ಮದ್ಯಪಾನ ಈಶಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲದು.

ಉಣ್ಣುವ ಪದ್ಧತಿಯೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲದು. ಒಬ್ಬ ಚೀನೀ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಜ್ಞ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಶೇಕಡಾವಾರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವ ರೇಖಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ ಭಾರತದ ರೇಖಾಪಟ್ಟಿ ಚೀನಾದ ವಿವಿಧ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳೊಟ್ಟಿಗೆ ಹೋಲಿಕೆ ಪಡೆದಿದೆಯೇ ಎಂದು ನಾನು ಆತನನ್ನು ಕೇಳಿದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಶೇಕಡ ನಲವತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ಅವು ಬಾಯಿ, ಕತ್ತು ಮತ್ತು ಎದೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿವೆ. ಚೀನಾದಲ್ಲಿ ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಕೈ, ಜಠರ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿವೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಬದುಕಿ ಉಳಿದ ನಮ್ಮಂತಹವರು ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಈಚೆಗೆ ಒಂದು ದಿನ ಟ್ರೇನ್ ಟಿಕೆಟ್ ಕಲೆಕ್ಟರ್ ನನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಖಾಲಿಯಿದ್ದ ಸೀಟಿನ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಕೇಳಿದ: "ನಾನು ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡಲು ನಿಮ್ಮ ಆಕ್ಷೇಪಣೆಯಿದೆಯೇ?" "ಹೌದು, ನಾನು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ" ಎಂದು ನಾನು ಬಲವಾಗಿ ಹೇಳಿದೆ. ಆತ ಅದಕ್ಕೆ ಅವಾಕ್ಯಾದ. ಸಮಾಧಾನಗೊಂಡು, ನಾನು ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡದವರಿಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಕೆಡುಕನ್ನು ವಿವರಿಸಿದೆ. "ನಾನು ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು" ಎಂದಾತ ಹೇಳಿದ. ಆತ ತನ್ನ ಮಾತನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡನೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯದು.

ನಿನ್ನ ಮೂರನೇ ಇಂಜಿಕ್ಷನ್‌ಗಿಂತ ಮೊದಲು, ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಬರೆಯಬೇಕೆಂದಿದ್ದೇನೆ.



## ೨ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾರೂ ಸಿದ್ಧವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಬಂದಾಗ ಅದನ್ನು ತಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಎಷ್ಟೂ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ವೇದ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ರೋಗದ ಬಗೆಗೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದಕ್ಕೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವ ನೂರಾರು ಬಗೆಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಿವೆ ಎಂಬುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದಲ್ಲದೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೈಹಿಕ, ಮನಸ್ವಿತಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಕೃತಿಯಂತಹ ಅಂಶಗಳು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಹುಮುಖ್ಯ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೈದ್ಯರು ಅದನ್ನು ಮರೆತು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಅನುಪಾನವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ದೇಶದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕದೆ, ಅಮೆರಿಕಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎತ್ತರ, ತೂಕ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಔಷಧದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ರೋಗದ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿದ ಆಫಾತದ ನಂತರ, ಮೊದಲು ಪುಟಿದು ಬರುವ ಮನಸ್ವಿತಿ ಹೆದರಿಕೆ. ನೀವು ಸಾವಿಗೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಮೀಪದಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದು ವೇದ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂತೋಷ, ನನ್ನ ಬರವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ, ಅರವತ್ತರಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಾನಕರ ಆರೋಗ್ಯ ಹೊಂದಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು ತೇಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆ.

ನನ್ನ ಜೀವ ಅಂತ್ಯಗೊಳ್ಳುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇನ್ನೂ ದೂರದಲ್ಲಿದ್ದಿತು. ರೋಗ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲು ನಿಜಕ್ಕೂ ಅತ್ಯಲ್ಪ ಕಾಲಾವಕಾಶವಿದ್ದಿತು. ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ಉಂಟುಮಾಡಿದ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ನಾನು ಗುರುತಿಸಬೇಕಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯತ್ತ ಹೋಗಬೇಕಾಯಿತು. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಕೆಲಸವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದ್ದಿತು ಮತ್ತು ನಿಗದಿತ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದೊಂದು ಕಾರ್ಯ, ಕಾಯಕವು—ಒಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನ (ವಿರಾಮ, ಸಂಗೀತ, ಗಾಳಿ ಸಂಚಾರ, ಆಳ ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ನಗುವನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಕೆಲವು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ನಂತರ ಬರೆಯುತ್ತೇನೆ).

ನನ್ನ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಮೀರಿದ ಘಟನೆಗಳೊಡನೆ ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟುಮಟ್ಟಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಕೀರ್ಮೋಢರಪಿ ಪ್ರಬಲ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೆಂದು ನಾನು ಕೇಳಿದ್ದೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನನಗೇನೂ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ರೋಗದ ಮುನ್ನೋಟ ಬಳಿಯದಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು.

ಕೀರ್ಮೋಢರಪಿ ಎಂಬುದು "ರಸಾಯನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ"ಯ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ರೂಪ. ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಊತಗಳನ್ನು ತಲುಪುವಂತೆ ಔಷಧಗಳು ಮತ್ತು ಹಾರ್ಮೋನು (ರಸದೂತ)ಗಳನ್ನು ರಕ್ತ ಪ್ರವಾಹದೊಳಕ್ಕೆ ಚುಚ್ಚಲಾಗುತ್ತದೆ. ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ವಿಕಿರಣ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಒಂದು ಶತಮಾನದ ಹಿಂದೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಭರವಸೆಯಿರಲಿಲ್ಲ. ಅನಂತರ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಆಮೇಲೆ ವಿಕಿರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಡನೆ ವಿಕಿರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸಾರಂಗದಲ್ಲಿ ಕೀರ್ಮೋಢರಪಿ ಹೊಸದಾಗಿ ಬಂದದ್ದು. ಅದು ೧೯೬೦ ರಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದಿತು. ಚುಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟ ರಸಾಯನಿಕ ರಕ್ತಪ್ರವಾಹದ ಮೂಲಕ ಇಡೀ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಅಮೆರಿಕೆಯ ಸಂಯುಕ್ತ ಸಂಸ್ಥಾನಗಳು ನೈಟ್ರೋಜನ್ ಸಾಸಿವೆ ಅನಿಲವನ್ನು ಎರಡನೇ ಮಹಾ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ರಾಸಾಯನಿಕ ಯುದ್ಧ ವಸ್ತುವಾಗಿ ಬಳಸಲು ತಯಾರಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ರಸಾಯನಿಕಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆಂಬುದು ಮೊದಲ ಶೋಧವಾಯಿತು. ಅನುಷಂಗಿಕ ಲಾಭವಾಗಿ ಅದು ಹಾಚೆಕೆನ್ ರೋಗದ ವಿರುದ್ಧ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಎಂಬುದು ತೋರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಬೇರೆ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ಕೆಲವು ವರುಷಗಳು ಹಿಡಿದವು. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರ ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ವಿಕಿರಣತೆಯ ತಜ್ಞರು ಮಾತ್ರ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೀರ್ಮೋಢರಪಿಯು ಮೆಡಿಕಲ್ ಆಂಕಾಲಜಿಸ್ಟ್ (ಆಂಕೋ ಎಂದರೆ ಗಂಟಿ) ಎಂಬ ವೈದ್ಯರ ಹೊಸ ತಳಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿತು. ೧೯೪೧ರಲ್ಲಿ ಡಾ. ಚಾರ್ಲ್ಸ್ ಹಗಿನ್ಸ್ ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಎಂಬ ಸ್ತ್ರೀ ರಸದೂತವನ್ನು ರಕ್ತ ದೊಳಕ್ಕೆ ಚುಚ್ಚಿದ ಮೇಲೆ ಅದು ಶುಕ್ರಾಂಧಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಮುದುಟಹಾಕುಲುದೆಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದರು. ಅನೇಕ ಬಾರಿ ರಾತ್ರಿ ರಾತ್ರಿ ನೋವು ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಚಿಕ್ಕದೊಂದು ಕೌತುಕ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ನೋಬೆಲ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದರು.

ಕೀರ್ಮೋಢರಪಿಯನ್ನು ಶಿರೆಯ ಮೂಲಕ ಚುಚ್ಚಿ ಇಲ್ಲವೆ ಗುಳಿಗೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಖ ಮತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಲುಕೇಮಿಯ ರೋಗದಲ್ಲಿ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ವಿನಾಯಿತಿ ಪಡೆಯಲು ಒಂದು ಔಷಧಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇಂದು ಐವತ್ತು ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಆಯ್ದು ಔಷಧಗಳ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಜೀವಕೋಶಗಳು ನಿರ್ನಾಮಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಹೊಸ ಜೀವಕೋಶಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತವೆ. ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ವಿದೂಷಗೊಂಡ ಮಾರಕ

ಕೋಶಗಳು ಸಿದ್ಧವಾಗತೊಡಗಿದಾಗ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು 'ಗಲಿಬಿಲಿ' ಕೋಶಗಳೆಂದು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕೋಶಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಕೋಶಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ 'ಗಲಿಬಿಲಿ' ಕೋಶಗಳು ನಿರ್ನಾಮಗೊಳ್ಳುವುದು. ಆದರೆ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಮಳೆ ಸರಿಯಾದುದರ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಸರಿಯಾಗಿ ಇಲ್ಲದುದರ ಮೇಲೆ ಸುರಿದು ಮಾರಕ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವಕೋಶಗಳೆರಡನ್ನೂ ಕೊಲ್ಲುತ್ತವೆ. ಆರೋಗ್ಯಕರ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದರಿಂದ ಸುಸ್ತು ತಲೆದೋರುತ್ತದೆ, ಪ್ರತಿರೋಧ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರೋಗಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸೋಂಕಿಗೊಳಪಡುತ್ತಾನೆ. ಇಂದು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಎತ್ತರ ಮತ್ತು ತೂಕವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಆಂಕಾಲಜಿಸ್ಟರು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಔಷಧ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಕೊಡಬೇಕಾದ ಔಷಧ ಪ್ರಮಾಣದ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕ್ಲಿಷ್ಟ. ಅವರಿಗೆ ಕೊಡುವ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಭೇದವಿರಬಹುದಾದರೂ, ಒಳ್ಳೆಯ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಬಳಕೆ ಮಾಡುವವರು, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಜೀವದ ಉಳಿವಿಕೆಗೆ ತೀವ್ರತರ ಭಂಗ ತೋರಿ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲವಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥೂಲ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳನ್ನು ಭಂಗ ಪಡಿಸಲಿಕ್ಕಿರುವುದಿಲ್ಲ. ವೈದ್ಯರು ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥೂಲ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಅದನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಮ್ಮೆ ಆಮೂಲಾಗ್ರವಾಗಿ ನೋಡಿ, ನಂತರ ದೈಹಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. 'ನಿಮ್ಮ ತೂಕವೇನಾದರೂ ಇಳಿದಿದೆಯೇ? ; ನಿಮಗೆ ಜ್ವರವೇನಾದರೂ ಬರುತ್ತಿದೆಯೇ? ; ಹಸಿವು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗುವುದೇ? ; ನೀವು ಅರ್ಧ ಘಂಟೆ ನಡೆಯಬಲ್ಲೀರಾ? ; ನೀವು ಎರಡು ಅಂತಸ್ತು ಹತ್ತಿ ಹೋಗಬಲ್ಲೀರಾ?' ಎಂಬುವು ಅದನ್ನು ಸೂಚ್ಯವಾಗಿ ತಿಳಿಸುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು.

ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ತುಂಬ ಕಷ್ಟಕರ ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಲ್ಲಿ ಹದ್ದುಗಳು ಮತ್ತು ಪಾರಿವಾಳಗಳು ಇವೆಯೆಂದು ನನಗೆ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ವೈದ್ಯ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದ. ಅವರುಗಳೆಂದರೆ ಪದೇ ಪದೇ ಕೊಡುವ ಡ್ರೂಗ್‌ಗಳು, ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕೊಡುವ ಔಷಧಿಯನ್ನು ನಂಬುವವರು ಮತ್ತು ತುಂಬ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುವವರು. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಔಷಧವನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೊಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭ ಅದು. ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ನನ್ನ ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಅದು ಹೃದಯ, ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಇಲ್ಲವೆ ಮೂತ್ರಕೋಶದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರದಿರಲಿ ಎಂದು ಮುಂದಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಹೇಳಿದರು. ಕೆಲವು ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಹದ್ದಿನಂತೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವರು. ಕಾಲ ಕಳೆದು ಅನುಭವವಾದಂತೆ ಅವರು ಪಾರಿವಾಳಗಳಾಗಿ ಪರೈವಸಾನಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಬೇರೆಯವರು ತಮ್ಮ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಕೀಮೋ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕೊಡುವ ಚುಚ್ಚುಗೆಯಿಂದ, ಪ್ರತಿರೋಧ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಸೋಂಕಿನ ಸಂಭಾವ್ಯದ ತೊಂದರೆಗೊಳಪಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸೆಣೆಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ತುಂಬ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಜನದಟ್ಟಣೆಯಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಹೋಗದಿರಲು ಇಲ್ಲವೆ ಸೋಂಕಿನ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ಒಳಗಾಗಬಾರದೆಂದು ನನಗೆ ಸಲಹೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ನಾನು ಅಮೆರಿಕೆಗೆ ಹೋದಾಗ, ಅಲ್ಲಿನ ವೈದ್ಯ ಮೂಲ ಕೋಶಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸಂಚಯವಾಗುವುದು ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತಿತರಾಗಿದ್ದೆ. ಮೂಲ ರೋಗಕ್ಕೆ ತದನಂತರದ ರೋಗ ಹೆಚ್ಚು ಮಾರಕವಾಗಬಹುದು. ಅದು ಶ್ವಾಸಕೋಶವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಿದಾಗ ಅದು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಮಾರಕವಾಗಬಹುದಾದರಿಂದ ರೋಗಿಯ ಸ್ಥೂಲ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು.

ನೀನು ನಿನ್ನ ಕೀಮೋಥರಪಿಯ ಎರಡನೇ ಸುತ್ತಿಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ನಾನು ನಿನಗೆ ಒಂದೆರಡು ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ನಿನ್ನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಡು. ಶಿರೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಒಂದು ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು ಔಷಧಿಯನ್ನು ಚುಚ್ಚುವಾಗ ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿಯೋಧಿಸಬೇಡ. ಅವು ನಿನ್ನ ರಕ್ತವನ್ನು ಸ್ವಾತಿ. ಆಳವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುತ್ತ ವಿರಾಮವಾಗಿರು. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳ ಗುರಿಯಿರಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಶ್ಚೇಷ್ಟಿತಗೊಳಿಸುವ ಔಷಧಿ ನಿನ್ನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಊಹಿಸು. ಪ್ರಬಲವಾಗಿರುವ ಆ ಔಷಧಿಗಳು ನಿನ್ನ ವೈರಿಗಳಂತೆ ತೋರಿದರೂ ನಿಜಕ್ಕೂ ಅವು ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರು. ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆದರುವುದಿಲ್ಲ ತಾನೆ?

ಶಿರೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಕೀಮೋಥರಪಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಮೂರು ವರುಷಗಳ ನಂತರ ನಾನು ಆಳ ಉಸಿರಾಟದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿ ಆಳ ಉಸಿರಾಟದ ಕಲೆಯನ್ನು ಒಬ್ಬ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಕನಿಂದ ಕಲಿಯಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವು ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಕರು ಉಸಿರನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರಮವಿಲ್ಲದೆ ಅದನ್ನು ನೀನು ಮಾಡಬಲ್ಲೆಯಾದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಹಾಗೆ ಮಾಡಲಾಗದಿದ್ದರೆ ನಿನಗೆ ನೀನು ಕೆಡುಕು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೀನೇ ಅದರ ನಿರ್ಣಾಯಕಿ. ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಕ ಹಾಗೆ ನೀನು ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಡ. ನೀನು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದಿದ ಮೇಲೆ ಬಲಶಾಲಿ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡು. ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿರುವುದು ನಿನ್ನ ಕೆಲಸ.

ಕೀಮೋಥರಪಿ ಚುಚ್ಚುಗೆಗಳು ನೀನು ತಿಳಿದಂತೆ, ಪ್ರತಿ ಏಳು ಅಥವಾ ಹದಿನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳಿಗೆ, ಮೂರು ವಾರಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಕೊಡುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದು ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಪ್ರತಿ ಚುಚ್ಚುಗೆಯ ಮೊದಲು ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಅದು, ೪೦೦೦ಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳಗಿದ್ದರೆ, ವೈದ್ಯ ಕೀಮೋಥರಪಿ ಕೊಡಲು

ಹಿಂದೆಗೆಯುತ್ತಾನೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಜ್ವರವೇನಾದರೂ ಇದ್ದರೆ ಕೂಡಾ ಅದನ್ನು ಕೊಡಾರದು. ನನಗೆ ಒಮ್ಮೆ ಶಿರೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟ ರಸಾಯನಿಕ ನನ್ನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಮೂರು ವಾರಗಳ ಕಾಲ ಪರಿಚಲನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದು ತನ್ನ ಪ್ರಭಾವದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯನ್ನು ಹತ್ತು ಮತ್ತು ಹದಿನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳ ವಧ್ಯ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಈ ವಧ್ಯಂತರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಿರ್ನಾಮಗೊಂಡ ಕೆಲವು ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ತೆಗೆದುಹಾಕಲ್ಪಡುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ಅದನ್ನು ಕರುಳು ಮತ್ತು ಮೂತ್ರ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೂಲಕ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅವೆರಡೂ ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಲ್ಪಡಬೇಕು.

ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಪ್ರಬಲ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಜಠರವು ಒಣಗಿ ಹೋಗಬಹುದು. ಲ್ಯಾಕ್ಟುಲೋಸ್ (ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಸಹಜವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ), ನಂತರ ಸೌಮ್ಯ ರೂಪದ ಮಲವನ್ನು ಮಿದುಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಅಗತ್ಯಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಔಷಧಿ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತ ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು. ಕೀಮೋ ಸೆಷನ್‌ಗಳ ವಧ್ಯಂತರದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅದು ಸುಸ್ಥಾನವ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಲುಪದಂತೆ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಶೀಲ ಸ್ನೇಹಿತನೊಬ್ಬ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಸೆಷನ್‌ಗಳ ವಧ್ಯಂತರದಲ್ಲಿ ಪುನಃಯಲ್ಲಿದ್ದ ತನ್ನ ಮನೆಗೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ. ನಾನು ಬರೆಯುತ್ತಿರುವ ಪುಸ್ತಕದ ಮೂರು ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ಐದು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮುಗಿಸಿದೆ. ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಾನು ಮಾಡಿರುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಅದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ್ದು. ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಚುಚ್ಚುಗಳ ವಧ್ಯಂತರ ಅವಧಿಯು ನಿನ್ನ ಬಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಿನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಹಾರ ಬೇಕು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬಾಯಿಂದ ಕೊಡುವ ಫ್ಲೆಕ್ಸಿಸೋಲೋನ್ (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸೂಚಿಸುವ ಕಾರ್ಕಿಸೋನ್ ಔಷಧಿ) ನಿಂದ ಹಸಿವೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಹಸಿವೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಬೇರೆ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ವಸ್ತುಗಳ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಫ್ಲೆಕ್ಸಿಸೋಲೋನ್‌ನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಸಿವೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವವರಿಗೆ ಚಿಕ್ಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಲು ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಎತ್ತಿತರ ಅಡೆತಡೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮರೆಯಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ವೈದ್ಯರು ಗಿಣ್ಣು ಮತ್ತು ಮೊಟ್ಟೆಗಳಂತಹ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಊಟದ ನಡುವೆ ಬಾಕೆಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಬಿಸ್ಕತ್ ಮತ್ತು ಟ್ರಾಪ್ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಲಹೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಸಿರು ತರಕಾರಿಯನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪರಸ್ಕರಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಾನಾದರೋ ಕೆಂಪು ಮಾಂಸವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದ್ದೇನೆ.

**ಹಣ್ಣುಗಳು :** ನೀನು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಒಂದೆರಡು ಹೊಂದಿಕೆಯಿಲ್ಲದ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು. ಅದರಲ್ಲೊಂದು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣುಗಳು.

ಹಣ್ಣುಗಳಿದ್ದಾಗ ಮಸಾಲೆ, ಉಪ್ಪು ಕುರಿ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ಟೊಮ್ಯಾಟೋನಂತಹ ಆಮ್ಲೀಯ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವುದು ಯೋಗ್ಯ. ಬೇಯಿಸಿದ ಆಹಾರ, ಸಿಹಿ ಮೊಸರು, ಅನ್ನ, ಗಂಜಿ, ಬೇಳೆ ಉಪಯುಕ್ತ. ತುಂಬ ಮೆತ್ತಗಿರುವ ಹಲ್ಲಿನ ಬ್ರಶ್ ಶಿಫಾರಸ್ಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ನಂತರ ಬಾಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಲಂಡನ್ನಿನ ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸ್‌ಡೆನ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕೀಮೋ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಂತರ ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಔಷಧಗಳ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಸೂಚಿಸುವ ಮೂರು ಔಷಧಗಳು:

- \* ಹೆಕ್ಸಾಡಿನ್ - ಮುಕ್ಕಳಿಸುವ
- \* ನೈಸ್ಟೇಜಿನ್ - ಬಾಯನ್ನು ತೇವಗೊಳಿಸಿ ನಂತರ ನುಂಗುವ ಬಾಯಿ ದ್ರವ ಮತ್ತು
- \* ಒಂದು ಶಿಲೀಂಧ್ರ ವಿರೋಧಿ ಗುಳಿಗೆ.

ಇವುಗಳನ್ನು ಊಟದ ನಂತರ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬಾಯಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದು ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕೆಳಕ್ಕಳಿಸುವುದು. ಪೊಟ್ಟಾಸಿಯಂ ಪರ್ಮಾಂಗನೇಟ್ ದ್ರಾವಕದಿಂದ ತೊಳೆಯುವುದರನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ನೆಚ್ಚಿದಳ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಮುಖ್ಯ.

**ಸೇದಿಕೆ :** ನನಗಾದರೋ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಮೊದಲ ಸೆಷನ್‌ನಂತರ ಸೇದಿಕೆ ತೊಂದರೆ ತುಂಬ ತೀವ್ರವಾಯಿತು. ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾಲ್ (ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾಲ್ ಪುಡಿ), ಎಳನೀರು, ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಮತ್ತಿತರ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಂದ್ರೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಲೈಟುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದ್ದಿತು. ನನ್ನ ಸೇದಿಕೆಗೆ ಅದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಚಿಸಲಾಯಿತು. ಅವು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದವು. ಈ ತೊಂದರೆ ಕಾಣಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ನಾನು ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಮಾತ್ರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅದನ್ನು ಸಾಧಾರಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣ ಮೂತ್ರ ಪಿಂಡದ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸೇದಿಕೆ ತೋರಿಬರುತ್ತದೆ.

**ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆ :** ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ತುಂಬ ಸಂಕೋಚವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ಪರಿಣಾಮ ಎಂದರೆ ಕೂದಲು ಉದುರುವಿಕೆ. ವಿಭಜನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಿರೋಧಿ ಔಷಧಗಳಿಂದ ಘಾತಗೊಳ್ಳುವ ಸಂಭವವಿದೆ. ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ವೇಗಗತಿಯಿಂದ ವಿಭಜನೆಗೊಳ್ಳುವ ಸಹಜ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಮೂಳೆ ತಿರುಳು (ಅಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ), ಪಚನಿಕಾಳದ ಒಳಹಾಸು,

ಕೂದಲು ಕೋಶಿಕೆ, ಬೀಜ ಮತ್ತು ಚರ್ಮದಲ್ಲಿವೆ. ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ತುಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಈ ಅಂಗಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಎರಡು ಬಾರಿ ನಾನು ಕೂದಲು ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ. ಎರಡನೇ ಬಾರಿಯಾದರೋ ಅದು ಸೇಡಿನ ಪ್ರತೀಕಾರದಂತೆ ಮತ್ತೆ ಬಂದಿತು. ಅದು ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಕಷ್ಟವಾಗಿ ಮತ್ತು ದಟ್ಟವಾಗಿ ! ಅದರಲ್ಲೂ ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಈ ಅನುಭವ ವಿಧ್ವಂಸಕ ಮತ್ತು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು, ಕೂದಲು ಅಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಇದ್ದಾಗಲೇ, ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ವಿಗ್‌ನ್ನು (ಟೋಫನ್) ಆರ್ಡರ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿದ್ದ ನನ್ನ ಪರಿಚಿತ ಸ್ತ್ರೀ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ಆರ್ಡರ್ ಮಾಡಿದ್ದ ವಿಗ್‌ನ್ನು ನಾನು ತಂದು ಕೊಡುವವರೆಗೂ ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಕದಲಿರಲಿಲ್ಲ.

**ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ :** ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಜೋಮು ಹಿಡಿಯುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ. ಅದೃಷ್ಟಶಾಸ್ತ್ರ ನಾನು ಅದರಿಂದ ವಿನಾಯ್ತಿ ಪಡೆದೆ. ಕಾಲ್ಪೆಕು ಮತ್ತು ಕೈ ಬೆರಳು ಮರಗಟ್ಟುವಿಕೆ ನರ ಘಾತಗೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯರ ಗಮನಕ್ಕೆ ತರಬೇಕು.

**ಹುಷಾರು :** ರಕ್ತವನ್ನು ತೆಳ್ಳಗಾಗಿಸುವ ಆಸ್ಪಿರಿನ್ ಅಥವಾ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗೆ ವಿರೋಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ನಾನು ಹೇಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ರಕ್ತೋದ್ರೇಕವನ್ನು ತಡೆಯುವ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿಸುವ ಕಿರುಫಲಕಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕೀಮೋದಿಂದ ಆಗಲೇ ಕೆಳಗಿಳಿಯಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತೆ ಕೊಡುವ ಆಸ್ಪಿರಿನ್ ಅವುಗಳನ್ನು ಮತ್ತಷ್ಟು ಕೆಳಗಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಗಂಭೀರ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಿಗೆ ತಾನು ಹೊಂದಿರುವ ಬೇರೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತೊಂದರೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಔಷಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಅದನ್ನು ವೈದ್ಯ ಕೇಳುವವರೆಗೂ ಕಾಯಬೇಕು. ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು ನಿನ್ನ ಕೆಲಸ.

ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಇನ್ನೆರಡು ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನೀನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅವುಗಳಲ್ಲೊಂದು ಕ್ಷುತಿತ್ತಾಗಿ ಹೇಳುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯ ಅಸಮತೋಲನೆ ನನ್ನ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಕೋರ್ಸಿನ ಮಧ್ಯಂತರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೋಪಿಷ್ಟನಾಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಪಿಲ್ಲೂ ಕರ್ಕಾರಿಯ ಮತ್ತು ಸಾಬು ಮಥಾಯಿಸ್ ಅವರಿಗೆ ಕೃತ್ಯನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಕೆಲವರು ಅನುಭವಿಸುವ ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದ ನಾನು ಬಳಲಿಲ್ಲದ್ದೊಂದು ಕರುಣೆ. ನಾನು ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲವೆ ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದಲೂ ತೊಂದರೆಗೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ವಿಷಾರಿ ಔಷಧಿಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರತೀಕಾರದನೆಯನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಮನೋಭಾವಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ತಯಾರಿಕೆ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯಿಂದ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಕಾಮಾಸಕ್ತಿ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ. ಸ್ತ್ರೀಯರು ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಕಾಲದಲ್ಲಿ

ಅನಿಯಮಿತ ರಜಸ್ವಾಮವನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು. ಗರ್ಭವತಿಯರಾಗಿದ್ದರೆ ಅವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆರೈಕೆ ಅಗತ್ಯ.

ರೋಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಕೀರ್ಮೋಧರಪಿಯ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿದ್ದು, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿನ ಆಶ್ರಮವೊಂದರಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಚಳಿಯಿದ್ದ ಒಂದು ಸಂಜೆ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಕೀರ್ಮೋಧರಪಿಗೆ ಒಳಪಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ತಂಪುಗಾಳಿ ಬೀಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಕೇವಲ ಒಂದು ಪುಲ್ ಓವರ್ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕುಳಿತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಆತನಿಗೆ ಹುಷಾರಾಗಿರುವಂತೆ ಹೇಳಲು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಸೆಯಾಯಿತು. ಆತ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದಿದ್ದರಿಂದ ಹಾಗೆ ಮಾಡಲು ಹಿಂಜರಿದೆ. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದುದಕ್ಕೆ ನನಗೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪವಾಗಿದೆ. ಮರುದಿನ ಆತ ಊಟಕ್ಕೆ ಬರಲಿಲ್ಲ, ವಿಚಾರಿಸಿದಾಗ ಆತನಿಗೆ ತುಂಬ ಶೀತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆತನ ಹೆಂಡತಿಯಿಂದ ತಿಳಿಯಿತು. ನಾನು ಕೂಡಾ ಯಾವುದೇ ಬೀಸುವ ಗಾಳಿಗೆ ಇಲ್ಲವೆ ಉಷ್ಣ ಇಳಿಕೆ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು ಸಂವೇದನಶೀಲನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಪರಮಪೂಜ್ಯ ದಲಾಯಿ ಲಾಮಾ ಅವರ ಖಾಸಗಿ ವೈದ್ಯ ತನ್ನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಬೆಚ್ಚಿರುವಂತೆ ಸಲಹೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದೊಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಲಹೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಕತ್ತಿನ ಸುತ್ತ ಸ್ಕಾರ್ಫನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡಿರುತ್ತೇನೆ.

ನಮ್ಮನ್ನು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ ಮತ್ತಿತರ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುವ ಬಿಳಿ ರಕ್ತಕಣಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಿರೋಧಿ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಬಡಿಯಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧದ ಉಸಿರಾಟ ಮಂಡಲ ಮತ್ತು ಕರುಳಿನಾಳ ಪ್ರತಿರೋಧ ಕೀರ್ಮೋಧರಪಿಯ ಪ್ರತಿ ಚುಚ್ಚುಗೆಯ ನಂತರ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಫ್ಲೂಡರಬಿನ್ ಎಂಬ ಹೆಚ್ಚು ವಿಷಾರಿಯಾದ ಅದ್ಭುತ ಔಷಧಿಯ ಒಂದು ಕೋರ್ಸಿನ ನಂತರ ಅಪಾಯಕಾರಿ ರೂಪದ ನ್ಯೂಮೋನಿಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ವಿಧಾನವಾಗಿ ನನಗೆ ಎಂಟು ವಾರಗಳ ಕಾಲ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಕೊಡಲಾಯಿತು. ಆಜನ್ಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ನ್ಯೂಮೋನಿಯ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯ ಗೌಣವಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಪ್ರತಿರೋಧ ಶಕ್ತಿ ವೇಗಗತಿಯಿಂದ ಕೆಳಕಿಳಿದಾಗ ಪ್ರಜ್ವಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಗ ಅದು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸೋಂಕಿನ ವಿರುದ್ಧ ಸೆಣೆಸಲು ಕಷ್ಟವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನ್ಯೂಮೋನಿಯ ಮಾರಕವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಶೀತ ಹೊಂದಿರುವ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ವಿನಮ್ರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಜನ ದುಃಖಿಯಿರುವ ಪ್ರದೇಶಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ನಾನು ದಿನಕ್ಕೆ ೧೦೦೦ ಅಥವಾ ೧೨೦೦ ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ "ಸಿ" ಜೀವಸತ್ವವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಲ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಾರ್ಮನ್ ಕಸಿನ್ಸ್ ತನ್ನ "ರೋಗದ ಶಾರೀರಿಕ ರಚನೆ" ಯಲ್ಲಿ ತಾನು ಹೊಂದಿದ ಅಪರೂಪದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಹೇಗೆ "ಸಿ" ಜೀವಸತ್ವ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.



ಈಗ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಮಾರಕ ಲಿಂಫೋಮಗಳು, ನೀನು ಹೊಂದಿದ ಹಾಜ್‌ಕಿನ್ ರೋಗ ಮತ್ತು ನಾನು ಹೊಂದಿರುವ ನಾನ್ - ಹಾಜ್‌ಕಿನ್, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿನ ಕೂರಾದ ಲಿಂಫ್ಯಾಟಿಕ್ ಲುಕೇಮಿಯ, ಬೀಜದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಕೊರಿಯೋ ಕಾರ್ಸಿನೋಮ ಮತ್ತು ಬಾಲ್ಯದ ಅನೇಕ ಗಂತಿಗಳ ವಿಶಾಲ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ ಗಂತಿರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಯಶಸ್ಸನ್ನು ತೋರಿಸಿದೆ. ಕಾಲ ಕಳೆದಂತೆ ಹೆಚ್ಚಿಷ್ಟು ಬಗೆಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಗೆ ಮಣಿಯುತ್ತವೆ.

ವೈದ್ಯರು ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ನಾಶಪಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದವುಗಳನ್ನು ನವೀಕರಣಗೊಳಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಈ ಔಷಧಗಳು ತುಂಬ ಫಲ. ಅವು ಪ್ರತಿರೋಧ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೆಳಕ್ಕಿಳಿಸುವ ಮತ್ತು ಸೋಂಕನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ.

ದಶಕಗಳ ಕಾಲ ವೈದ್ಯರು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಕೇವಲ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸಿರುವ ಕ್ರಮ ಬದಲಾವಣೆ ಮತ್ತು ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿದ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಚೆಗೆ ಮಾನೋಕ್ಲೋನಲ್ ಪ್ರತಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಅವು ಈಗ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಅಂಟಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲಬಹುದೇ ಹೊರತು ಒಳ್ಳೆಯವುಗಳನ್ನಲ್ಲ. ಇದು ಲಿಂಫೋಮ ಮತ್ತು ಸ್ತನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಿಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಅಲ್ಲದೆ ಫೋಟೊ ಡೈನಾಮಿಕ್ ಥೆರಪಿಯಲ್ಲಿ ಔಷಧ ಪೂರ್ವದೊಪವನ್ನು ಶಿರಿಯೋಕ್ವೆ ಚುಚ್ಚಲಾಗುವುದು. ಅದು ಬೆಳಕಿನ ಲೇಸರ್‌ನಿಂದ ಉತ್ತೇಜಿಸಲ್ಪಡುವವೆಂದೂ ಔಷಧವು ಬೆಳಕು ಗಂತಿಯಿರುವ ಕಡೆ ಗುರಿಯಿರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಈ ಶೋಧಗಳು ಹೆಚ್ಚು ತೊಂದರೆಯಿಂದ ವಿನಾಯಿ ನೀಡುತ್ತವೆ.

ಅದರ ಬದಲು ಬೇರೊಂದು ವಿಧಾನವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದಾದರೆ - ಆಯುರ್ವೇದ ಹೋಮಿಯೋಪತಿ ಇಲ್ಲವೆ ಬೇರೆ ಅದಕ್ಕೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆಯುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು ! ಅದರಿಂದ ಅಪಾಯವಾಗುವುದರ ಹೆದರಿಕೆಯಿಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅವರು ನಿನ್ನನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದು ಅಸಂಭವ.

ಕೆಲವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಬಾಯಿ, ಅನ್ನನಾಳ, ಜಠರ, ದೊಡ್ಡ ಕುಳು, ನೆಚ್ಚುಕುಳು, ಮೇದೋಜೀರಕ, ಕಂಕೋಶ, ಗರ್ಭಗೊರಳು, ಈಲಿ, ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಮಿದುಳು. ಆದರೂ ಈ ರೋಗಗಳಿಂದ ನರಳುವ ರೋಗಿಗಳು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಬದುಕುತ್ತಾರೆ. ಇಂದು ಶೇಕಡ ೯೦ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳನ್ನು ಬೇಗ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು ಇಲ್ಲವೆ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು.

ಈ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಕೀರೋಧರಪಿ ಪುಲ ಅಸ್ತ

ಕೃಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ವಾಂತಿಯನ್ನು ನಾನು ಕೊನೆಗೆ ಇರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅವು ತುಂಬ ತೊಂದರೆಯಾದ ಮತ್ತು ನರದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಕೀರೋಧರಪಿ.

೧೯೮೯ರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ೧೯೯೧ರ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಾನು ಕೀರೋಧರಪಿಯನ್ನು ಮೊದಲು ಎರಡು ಬಾರಿ ಪಡೆದೆ. ಚೋಫ್ರಾನ್ ಲಭ್ಯವಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ೧೯೯೧ರ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಾಯಿತು. ಕೊನೆಯ ಮೂರು ದಿನಗಳ ಎರಡು ಸೆಶನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಚೋಫ್ರಾನ್‌ನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಡಲಾಯಿತು. ಅದೊಂದು ಅದ್ಭುತ ಔಷಧಿ. ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಒಮ್ಮೆ ಕೊಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಆರು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಎರಡು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳು ಅಗತ್ಯ. ನಾನು ೧೯೯೧-೧೯೯೨ರಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ ಅದರ ಬೆಲೆ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು. ಈಗ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕೆಳಗಿಳಿದಿದೆ. ಅದರ ಮೇಲೆ ಹಾಕುವ ಹಣ ಯೋಗ್ಯ. ಈಗ ಕಡಿಮೆ ಬೆಲೆಗೆ ಅಷ್ಟೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಔಷಧಗಳು ಲಭ್ಯವಾಗಿವೆ. ಮೂಲ ಔಷಧಿ ಗ್ಲೋಸ್ಟೋದವರ ದೊಡ್ಡ ಶೋಧ.

ನೀನು ಕೃಕರಿಸುವಾಗ ಎಡಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದಿರು. ಕೃಕರಿಸಿಕೆ ಉಲ್ಟಾಗೊಳ್ಳುವುದು. ಅಂಗಾತ ವಲಗು, ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಿದ್ದಲ್ಲಿ ಬಲಕ್ಕೆ ತಿರುಗು.

ಕೆಲವು ರೋಗಿಗಳಂತೂ ಕೃಕರಿಸಿ ಮತ್ತು ವಾಂತಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ವಿಧ್ವಂಸಕಾರಿ ವಿಷದಿಂದ ವಿಷ್ಣುಗೊಂಡಾಗ, ವೈದ್ಯದ ಬೇರೆ ಪದ್ಧತಿಗಳಿಗೆ ಮೊರೆಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯ ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಬಾಯಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವನಸ್ಪತಿ ಔಷಧಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಶ್ನಿಸದಿದ್ದರೂ, ರಕ್ತಪ್ರವಾಹದೊಳಕ್ಕೆ ಚುಚ್ಚುವ ವನಸ್ಪತಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಅವರು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ಡಾ. ಸುನೀಲ ಆನಂದರ ಮುಖಾಂತರ ಹೋಮಿಯೋಪತಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಅಪರೂಪವಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು. ನಿಮ್ಮ ಗಂತಿ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರೊಟ್ಟಿಗೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿರುವುದು ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯ. ಯಾವ ವೈದ್ಯರೂ ಆಳ ಉಸಿರಾಟ ಮತ್ತು ಯೋಗಕ್ಕೆ ಆಕ್ಷೇಪಿಸಲಾರದು. ನಿರುತ್ಸಾಹದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯತ್ತ ಗಮನವಿರಲಿ. ನೀವು ತುಂಬಾ ಸುಸ್ತಾಗಿರದಿದ್ದರೆ, ಕಡೆಯ ಪಕ್ಷ ವಾಕ್ ಆದರೂ ಹೋಗಿ. ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಮತ್ತು ದೇಹದ ಆಕೃತಿಯನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ದೇಹ ರೋಗದೊಡನೆ ಹೋರಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ವಾಕ್ ಮಾಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವ್ಯಾಯಾಮ. ನನ್ನ ಗೆಜ್ಜೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ದೊಡ್ಡ ಗಂಟು ನಾನು ನಡೆದಾಡುವಾಗ ನೋಮ್ಮಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ನಾನು ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ವಾಕ್ ಹೋಗಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಯಾವ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮತ್ತೆ ಹೋಗಲಾರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ನಾನು ಉಡುಪು ಧರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನನ್ನ ಎಡಗಾಲು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಂತೆ ನಡುಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಅದು ಕೀರೋಧರಪಿಯಿಂದ

ಉಂಟಾದುದೆಂದು ವೊದಲು ಅದನ್ನು ದೂರಿದೆ. ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡಿದಾಗ, ವ್ಯಾಯಾಮವಿಲ್ಲದಿರುವುದು ಅದರ ಕಾರಣವೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದೆ. ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷಗಳ ವಾಕ್ ಸಾಲದು. ನಾನು ಕಡಿದಾದ ಇಳಿಚಾರಿನತ್ತ ಹೋಗುತ್ತ ಸಮಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಿದೆ. ಒಂದೆರಡು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಕೇವಲ ಔಷಧ ಮಾತ್ರದಿಂದಲ್ಲದೆ, ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದು, ಶಿಸ್ತು ಮತ್ತು ಹೊಂದಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ನಾವು ಮುಂದೆ ಸಾಗಬಹುದು.

ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮುಂದಿನ ಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಬರೆಯುವೆ. ನಿನ್ನ ಸೆಲ್ ಸರಿಯಾಗಿ ಜರುಗಿತೆಂದು ನಾನು ಆಶಿಸಿರುವೆ. ನಾವು ಮತ್ತೆ ಭೆಟ್ಟಿಯಾಗುವವರೆಗೆ ಇಲ್ಲವೆ ಬರೆಯುವವರೆಗೆ ನಗುತ್ತಿರು.



೪

## ನಿಜಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು

ದೈಹಿಕ ನೋವಿನ ಮುಖ್ಯ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ ಅದು ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟಿದ ಮೇಲೆ ನಾವು ಅದನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ. ನೋವು ಇರಿಯುತ್ತಿರುವಾಗ "ಇದೂ ಕೂಡಾ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ" ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. "ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ" ಎಂಬುದು ಲಿಸೇಯಸ್‌ನ ಸಂತ ತೆರೀಸಾಳ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವಾದ ಸೂಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದಿತು. ಆಧುನಿಕ ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದುಗಳು ಮತ್ತು ಔಷಧಗಳಿಂದ ಬಲವಾದ ನೋವನ್ನು ಕೂಡಾ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ಅಂತ್ಯಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗಾಗಿ ಶಾಂತಿ ಆಮೇದನ ಎಂಬ ಭಾರತದ ಮೊದಲ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಧಾಮವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಡಾ. ಲುಸಿಟೊ ಡಿ' ಸೌಜರವರು ಎಷ್ಟೆಷ್ಟು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ವೃದ್ಧ ಮಹಿಳೆಯರು ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ನೋವಿನಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿದ ಮೇಲೆ ಬದುಕಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೂ ಲಾಸ್ ಏಂಜಲ್ಸ್‌ನ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾದವರು, ಶೇಕಡ ಹದಿನೈದರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತರಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಪೇಕ್ಷೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಸಾವನ್ನಪ್ಪುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅಮೆರಿಕೆಯ ಪಶ್ಚಿಮ ತೀರದಲ್ಲಿ 'ಸದೃಢ ಸಮುದಾಯ' ಹೊಂದಿದ್ದು ಅದು ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದಿ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಸದಸ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಹೊಂದಿದೆ. ಅವರು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸಭೆ ಸೇರಿ ತಮ್ಮ ದೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಭಟನೆಯ ಕತೆಗಳಿಂದ ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ರೋಗವನ್ನಲ್ಲದೆ ಅವರು ಅತ್ಯಲ್ಪ ಕಾಲ ಬದುಕಿರಬಲ್ಲರು ಎಂದು ಭವಿಷ್ಯ ನುಡಿದಿದ್ದ ವೈದ್ಯರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿ ಕುಡ್ಡನ್ನು ಒಬ್ಬರು ಹೀಗೆ ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ; 'ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಕೆರಳಿದ ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆ ಎದ್ದು ನಿಂತು ನನ್ನ ವೈದ್ಯ ಸಹ ನಾನು ಬದುಕಿರಲು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಹೊಂದಿರುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿದಾಗ, ನಾನು ಆತನ ಮುಖದ ಮೇಲೆ 'ನರಕ್ಕು ಹೋಗು' ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ನೆರೆದವರು ಹರ್ಷೋದ್ಗಾರ ಮಾಡಿದರು. ದೃಢತೆಯ ಆ ವೃದ್ಧ

ಮಹಿಳೆ ವೈದ್ಯನ ನಿರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮೀರಿ ಇನ್ನೂ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಜೀವಂತವಾಗಿ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇದ್ದಾಳೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಜೀವಿತ ಅವಧಿಯು ನಿರೀಕ್ಷೆಗಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಅವರು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರಬೇಕೇ ಹೊರತು ಅದರಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗಿರಬಾರದು. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಅಘಾತಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದ ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಉಯಿಲನ್ನು ಮಾಡಿ ತಮ್ಮ ಆರ್ಥಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವರು. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರ ಮತ್ತು ಇತರರೊಡನೆ ಹೊಂದಿದವ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸರಿ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣುತ್ತಾರೆ. ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಕ್ಷಮಾಯಾಚನೆಯ ಮೂಲಕ, ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ತೋರುತ್ತ ಇತರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತ ಸರಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನನ್ನು ಕಾಣಲು ಶಾಂತಿ ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ದೊರಿಸುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಬಗೆಗಿನ ಸತ್ಯದಿಂದ ಓಡಿ ಹೋಗುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಅನೇಕರು ನಮ್ಮ ಕಾಲ ಕೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನನ್ನ ನಾಗಾ ಸ್ನೇಹಿತ ನಿಕೆವು ಇರಾಲು ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾನೆ: "ತಿರುಗಿ ನೆರಳನ್ನು ನೋಡಿ, ನಾವು ನಮ್ಮಿಂದ ಓಡಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೀರಿ".

ನನ್ನ ಇಪ್ಪತ್ತೂರನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ಎಂಆರ್‌ಎ (ಮಾರಲ್ ರಿ ಆರ್ಮೆಂಟ್, ನೈತಿಕ ಪುನರ್‌ಬಲ) ಕಾರ್ಯದ ಪರಿಚಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದವ ಅದೃಷ್ಟ ನನ್ನದಾಗಿದ್ದಿತು. ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಪರಿಶುದ್ಧತೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಸ್ವಾರ್ಥತೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರೀತಿಯಂತಹ ನೀತಿ ಮಟ್ಟದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಹಾಳೆಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆದೆ. ಈ ಮೌಲ್ಯಗಳೊಟ್ಟಿಗೆ ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ತುಲನೆ ಮಾಡಿ ಅವುಗಳ ಕ್ಷಮಾಪಣೆ ಮತ್ತು / ಇಲ್ಲವೆ ದೃಢ ನಿರ್ಧಾರದ ಮೂಲಕ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ಉಚ್ಚ ಮಟ್ಟ ತಲುಪುವುದು ಕಷ್ಟ ಸಾಧ್ಯ ಅವು ಧೃವನಕ್ಷತ್ರದಂತೆ. ನಾನು ಆ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಎಂದೂ ಮುಟ್ಟಲಾರೆಯಾದರೂ, ಅವು ನನ್ನ ಚಿಕ್ಕ ದೋಷಿಯನ್ನು ಅಪರಿಚಿತ ಮತ್ತು ರೌದ್ರಾಕಾರದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲಮಟ್ಟಿನ ಶಾಂತಿಯತ್ತ ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ.

ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರತಿದಿನ ನನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಕಷ್ಟರ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಎದುರಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ. ಉಷ್ಣಕಾಲ ಅಂತರಂಗ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕಾಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದು ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಓದು ಇಲ್ಲವೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿಂದ ಉತ್ತೇಜಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಬರೆದಿಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ. ಒಂದು ವಿಚಾರವನ್ನು ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ನಾನು ಬರೆದ ಮೇಲೆ ಎರಡನೆ ವಿಚಾರ ತಂತಾನೆ ಹರಿದು ಬರುತ್ತದೆ. ೧೯೮೯ರಲ್ಲಿನ ನನ್ನ ತುಂಬು ಕಷ್ಟರ

ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನೊಡನೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಏಕ್ಸೆಸ್ ಗೋಲ್ಡ್‌ನು "ನೂರು ಹೆಸರುಗಳ ದೇವರು" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿದ್ದೆ.

ಏಪ್ರಿಲ್ ೧೯೮೯ರಲ್ಲಿ ದೇಹ ಪ್ರಬಲ ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದುಗಳ ಸುರಿಮಳೆಗೆ ಒಳಪಡುವ ಮೊದಲು ಜಾನ್ ಡೊನೆಯ ಕೆಳಕಂಡ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಓದಿದೆ :

'ಓ ದೇವಾ, ರಕ್ಷಿಸು ನನ್ನ ಆತ್ಮವು, ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನಿನಗೆ ಸೇರಿದುದು, ಮತ್ತು ನನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸು ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ನನ್ನ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸೇರಿದುದು.'

ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳ ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ನನ್ನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದೆ. ಅದು ನನಗೆ ಬಲ ತಂದು ಕೊಟ್ಟಿತು. ಆ ದಿನ ೧೯೮೯ರ ಏಪ್ರಿಲ್ ೨೪ರಂದು ವೈದ್ಯ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡುವ ಒಂದು ಘಂಟೆಯ ಮೊದಲು ನಾನು ಹೀಗೆ ಬರೆದೆ:

ಬರೆಯಲು, ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು, ಮುಗಿಸಲು, ಸಾಧಿಸಲು ನೀನು ಸದಾ ಅವಸರದಲ್ಲಿರುವೆ. ಆದರೆ ಕೇಳುವ ವನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವುದು ಅಪರೂಪ. ನಿನ್ನ ಕಾಯಿಲೆ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದೆರಡು ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು (ರೋಗ ನಿದಾನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ), ಹೊರತು ಪಡಿಸಿದರೆ, ನೀನು ದೇವರು ಮಾತನಾಡಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ವಿಷಯವನ್ನು ಕೇಳಿದ ಕೂಡಲೇ ನಿನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಫೈನಿ ನಿನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಿದಳು. ನೀನು ನಿನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು ಅಪರೂಪ. ನಿನಗೇನು ಅಹಂಕಾರವೋ, ಅಥವಾ ಮೂರ್ಖತನವೋ ಇಲ್ಲವೆ ಮತ್ತೆನು ?

ನೀನೇಕೆ ನಿನಗಾಗಿ ದೇವರನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ ನೀನು ಅವುಗಳನ್ನು ಫೈನಿಗಾಗಿ, ಅದರಲ್ಲೂ ಆಕೆಯ ತಾಯಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳುತ್ತಿ. ಹಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿನಗಾಗಿ ಏಕೆ ಬೇಡ ?

ದೇಹ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸೇರಿದುದು ಮತ್ತು ಆತ್ಮ ದೇವರಿಗೆ ಎಂಬ ಜಾನ್ ಡೊನೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಓದಿ ನೀನು ಪ್ರಭಾವಿತನಾದೆ. ನೀನು ನಿನ್ನ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿರುವಿಯೇ ವಿನಃ ನಿನ್ನ ದೇಹಕ್ಕಲ್ಲ. ನೀನು ಎಂದೂ ಅದನ್ನು (ದೇಹವನ್ನು) ದೇವಾಲಯ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿಲ್ಲ. ಅದು ದೇವಾಲಯ.

ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ, ನನ್ನ ಮೊದಲಿನ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯಲ್ಲಿ ಬಾಲಕೃಷ್ಣನೆಂಬ ಒಬ್ಬ ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತ ನನ್ನನ್ನು ಸಂಜೆ ೪ ಘಂಟೆಯವರೆಗೂ ನೋಡಿಕೊಂಡ. ಆ ಮೇಲೆ ಆತನಿಗೆ ಏನೂ ಕೆಲಸವಿಲ್ಲದುದರಿಂದ ನಾನು ಆತನ್ನು ಮನೆಗೆ ಹೋಗಲು ಹೇಳಿದೆ. ಆತ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಬಿಟ್ಟು ಕಾದ ಹತ್ತಿರದ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಕುಳಿತು ಬಿದ್ದು ಅದೊಂದು ಮಾರಣಾಂತಿಕ ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗಿದ್ದಿತು. ಸಾವು ತಡವಿಲ್ಲದೆ ಬಂದಿದ್ದಿತು. ಬಾಲನಿಗೆ ಒಂಭತ್ತು ವರುಷಗಳಿಂದ ಹೃದಯದ ತೊಂದರೆಯಿದ್ದಿತು. ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಬಲ ಆಘಾತ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಬಹುದೆಂದು ವೈದ್ಯರು ಮುನ್ನೆಚ್ಚಿಕೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು. ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಈ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ನನಗೆ ಹೇಳದೆ ಒಂದು ದಿನ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟಿದ್ದರು.

ಆತನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿ ನನಗೆ ಖೇದವೆನಿಸಿತು. ಆನಂತರ ಆತನ ಹೆಂಡತಿ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯ ಧೈರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದೆ. ಈ ಮನೋವೇಧಕ ಸುದ್ದಿ ಕೇಳಿದ ಮೇಲೆ, 'ಓಂಭತ್ತ ವರುಷಗಳ ಕಾಲ ಬಾಲನೊಡನೆ ಇರುವ ಬೋನರ್ ಕೊಟ್ಟುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಆತನ ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಕಾರ್ಯ ಕೈಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿ ಕೊಟ್ಟುದಕ್ಕೆ (ಆತ ನೈತಿಕ ಪುನರ್ಬಲ ಗುಂಪಿನ ಕಾರ್ಯಶೀಲ ಕೆಲಸಗಾರನಾಗಿದ್ದ) ದೇವರನ್ನು ನಾನು ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಹೇಳಿದಳು. ಈ ಬಗೆಯ ಧೈರ್ಯ ನನ್ನನ್ನು ಮೇಲೆ ತೇಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಇತರರ ಹೆಚ್ಚಿನ ನೋವು ಮತ್ತು ನರಳಿಕೆಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ ನನ್ನದೇ ಆದ ಚಿಕ್ಕ ಪುಟ್ಟ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ.

ಮರುದಿನ ನನ್ನ ಪ್ರಾಂತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, "ನಿನ್ನ ಕರುಣೆ ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯ ನೂತನ, ನಿನ್ನ ನಂಬಿಕೆ ಅಪರಿಮಿತ" ಎಂಬ ಉಲ್ಲೇಖವನ್ನು ನಾನು ಓದಿದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯಂತಹ ಜನರಿಂದ ಮತ್ತು ಓದುವುದರಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಒಳಸೇರಿಕೆ ಅಗತ್ಯ. ಪ್ರೀತಿ, ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರಿಂದಲಾದರೂ ಆರೈಕೆ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಅವುಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುದಕ್ಕಿ ನಾನು ಭಾಗ್ಯಶಾಲಿ. ಇದನ್ನು ನಾನು ಅನುಗ್ರಹವೆಂದು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನೊಬ್ಬನ ಹೆಂಡತಿ, ಆತನಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾದಾಗ ಗಂಡನನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋದುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಅಯ್ಯೋ, ಆತನ ಮಾರಕ ಸ್ಥಿತಿ ಕೂಡಾ ಅವರಿಬ್ಬರ ಮಧ್ಯೆ ಇದ್ದ ಕಂದಕವನ್ನು ಮುಚ್ಚಲಾರದಷ್ಟು ದೊಡ್ಡವಾಗಿದ್ದಿತು.

ಕೀವೋಥೆರಪಿಯು ಖಿನ್ನತೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನತ್ತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಬಿಗಿಯಾಗಬಹುದು. ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಅಥವಾ ನಿರುತ್ಸಾಹಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಗುಣಕಾರಿಯೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ಅಂತಹ ವಿಷ್ಣುತೆಯ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದೆಂದರೆ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಫೋನ್ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಆರೈಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದು. ಭೆಟ್ಟಿಯಾಗುವುದು ಇಲ್ಲವೆ ಅವರಿಗೆ ಬರೆಯುವುದು. ಮಾದಕ ಧ್ವನಿ ದಾಸರಾಗಿರುವವರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವರಲ್ಲೊಬ್ಬ, ಮದ್ಯಪಾನಿ ಅನಾಮಿಕರಿಗೆ ಸೂಚಿಸಿದವ ೧೨ ಅಂಶಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕಡೆಯ ಪಕ್ಷ ಒಬ್ಬರನ್ನಾದರೂ ಭೆಟ್ಟಿಯಾಗುವುದು ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಅದು ಸಂಯಮಕ್ಕೆ ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ಬೇರೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಚಿಂತಿಸಿದಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನ ಪುನಃ ಜೀವಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅರ್ಹವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ದೋಷಗಳು ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಕನಿಕರಪಡುವುದು ಮತ್ತು "ನಾನೇಕೆ?" ಎಂಬ ಲಕ್ಷಣ ಕೂಟದ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು. ಅಧ್ಯಾತ್ಮಶಾಸ್ತ್ರ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆ ನನ್ನನ್ನೆಂದೂ ಚಿಂತೆಗೀಡು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಸ್ನೇಹಿತರು ಸಾಂತ್ವನ ಮಾಡುತುಳು, ಪ್ರತೆ ಇಲ್ಲವೇ ಫೋನ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡುಲ್ಲ. ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಉಂಟಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ನಾನೆಂದೂ ಮರೆಯಲಾರೆ.

ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದ ಮರುದಿನ ನಾವು ಸ್ಲೋಯಾನ್ ಕೆಟರಿಂಗ್ ಮೆಮೋರಿಯಲ್

ಅನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿದೆವು. ನಾವು, ಸಲಹೆ ಪಡೆಯುವ ಮೊದಲು, ನಾವು ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಧಿಸಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳ, ಕಾರ್ಯವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳ ಪರಿಚಯವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಯಸಿದೆವು. ಅಮೆರಿಕೆಯ ಈ ಹೆಸರಾಂತ, ಬಹುಶಃ ತುಂಬ ಹಳೆಯದಾದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನ ಕೇಂದ್ರ ತುಂಬ ದೊಡ್ಡದು. ಅದು ಒಂದು ಬ್ಲಾಕ್‌ನ್ನು ಆವರಿಸಿದ್ದು, ಅದರ ನಾಲ್ಕೂ ಕಡೆ ಗಿಜಿಗುಟ್ಟುವ ರಸ್ತೆಗಳು. ರಕ್ಷಣಾಳಾಂತರವಾಗಿ ಔಷಧಿ ಪಡೆಯುವ ಮತ್ತು ತುಂಬ ಗಾಯಗೊಂಡ ಮುಖದ ರೋಗಿಗಳು ಅದರ ಮೊಗಸಾಲೆಯಲ್ಲಿ ತಳ್ಳುವ ಕುರ್ಚಿಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಚ್ಛಂದವಾಗಿ ತಿರುಗುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಒಂದೆರಡು ದೃಶ್ಯಗಳು ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಅಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಿದವು. ನಾವು ಬೆಳಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣಬೇಕಿದ್ದ ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿ ಆಕೆ ನರಾಘಾತದಿಂದ ಕುಸಿದು ಹೋದಳು. "ನಾನೊಬ್ಬಳೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾರೆ. ನನಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವರು ನಿಮಗೆ ಮತ್ತೆ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಕೊಟ್ಟರೇನು ಮಾಡುವುದು? ' ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನನಗಾದರೋ ಅದು ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯಾಗಿದ್ದಿತು.

ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದು ಗೊತ್ತಾಗದೆ, ನಾನು ನನ್ನ ಕಷ್ಟಕಾಲದಲ್ಲಿ ನನ್ನೊಟ್ಟಿಗೆ ನಿಲ್ಲುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ನೇಹಿತೆಯಾದ ಮುಂಬಯಿ ಡಾಕ್ಟರ್ (ಕುಮಾರಿ) ಗೂಲ್ ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟರ್‌ಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿದೆ. ನಾನು ಆಕೆಗೆ ಫೋನಿಯ ಉದ್ವಿಗ್ನತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿ ಆಕೆ ನಮ್ಮೊಡನೆ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದಿತೆಂದು ನನ್ನ ಮನ ಬಿಚ್ಚಿ ಹೇಳಿದೆ. ನಾನು ಕೂಡಾ ಕೆಲ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಉದ್ವಿಗ್ನನಾಗಿದ್ದಂತೆ ತೋರಿತು. ಮರುದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸ್ಲೋಯಾನ್ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ಗೆ ಹೋಗುವ ಕೆಲವು ಘಂಟೆಗಳ ಮೊದಲು ಫೋನ್ ಗಂಟೆ ಬಾರಿಸಿತು. ಅದು ಮುಂಬಯಿಯಿಂದ ಡಾ. ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟರ್ ಅವರದಾಗಿದ್ದಿತು. ಆಕೆ ಇಲ್ಲಿ ಏನು ಆಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಳು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭಯವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಹೇಳಿದಳು : 'ರುಸಿ, ನಾವು ಅಲ್ಲಿರುವುದು ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತು'. ಈ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಾನೆಂದೂ ಮರೆತಿಲ್ಲ. ಅನಂತರ ನಮ್ಮ ಆತಂಕ ದೂರವಾಯಿತು. ನಾನು ಕೂಡಾ ಟಾಲ್‌ಸ್ಟಾಯ್‌ನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿ ಹೊಂಡೆ : 'ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬರು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವವರೆಗೂ ನಿರುಪಯುಕ್ತ ಭೂಮಿ ಜನರ ಉದ್ಯಾನವಾಗದು'.

ಆ ದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ಬರಡು ಭೂಮಿಯಂತೆ ಕಂಡಿದ್ದ ಕಡೆ ಪುಷ್ಪವೊಂದು ಪಲ್ಲವಿಸಿತ್ತು.

ಆಕೆಯ ಫೋನ್ ನಂತರ ನನಗೆ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಗೊತ್ತಿದ್ದ ದುಪತಿಗಳಿಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿದೆ. ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯದ ರಾಬ್ ಲಂಕಾಸ್ಟರ್ ಬೆಟಿಯೆಂಬ ಅಮೆರಿಕನ್ನಳನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದ ಅವರು ಒಟ್ಟಾಗಿ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ನೈತಿಕ ಪುನರ್ಬಲದ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಫೋನಿ ಉದ್ವಿಗ್ನಳಾಗಿದ್ದುದನ್ನು ರಾಬ್‌ಗೆ ಹೇಳಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ



ಭಿಕ್ಷಿಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಹೇಗೆಂದು ಕೇಳಿದೆ. ಆತ ತನ್ನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಬದಲಿಸಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೇರಿದ. ನಾನು ನೋಡಬೇಕಾಗಿದ್ದ ವೈದ್ಯ ಸುಭಾಷ್ ಗುಲಾಟಿ. ಆತ ತನ್ನ ಹತ್ತೊಂಬತ್ತನೇ ವರ್ಷದ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿ ದಿಲ್ಲಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮುಂದಿನ ಎರಡು ದಶಕಗಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಉದ್ಯೋಗದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದ್ದ\*. ಸಮಾಧಾನ, ವಿಚಾರಶೀಲ, ಸೌಜನ್ಯಶೀಲ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾದ ಅವರು ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಂಬಲದ ಅಗತ್ಯ ತಿಳಿಸಿರುವುದನ್ನು ಮನಗಂಡು ಆಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿದರು.

ದೇಹದ ಸಮಗ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ನಂತರ ಅವರು ಕೀರ್ಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಸೂಚಿಸಿದರು. "ಊತಕಗಳು ಆಗಲೇ ಮತ್ತಾಗಿದ್ದು, ರೋಗವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಎದುರಿಸಲಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಎಂತಹ ಪರಿಹಾರ!

ಹಿಂದಿನ ಸಂಜೆ ಲೆಕ್ಕಿಂಗ್ಸ್ ಹೋಟೆಲಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಶ್ರೀ ಜಿ. ಆರ್. ಡಿ. ಟಾಟಾ ತಮ್ಮ ಕೋಣೆಗೆ ಚಹಾ ಸೇವನೆಗೆ ಬರಲು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ್ದರು. ಅವರು ನನ್ನ ಸನ್ನಿಹಿತ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಿಸಿ ಹೇಳಿದ್ದರು : "ಅವರು ಕೀರ್ಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನಾನು ಆಶಿಸುವೆ."

ವೈದ್ಯರ ಭಿಕ್ಷಿಯ ನಂತರ ನಾನು ಜಿ. ಆರ್. ಡಿ. ಟಾಟಾ ಅವರಿಗೆ ಫೋನ್ ಮಾಡಿ ವರದಿಯನ್ನೊಪ್ಪಿಸಿದೆ. "ಈ ದಿನ ನೀನು ನನ್ನನ್ನೆಷ್ಟು ಸಂತೋಷಪಡಿಸಿತನ್ನಾಗ್ಗೆ ಮಾಡಿದವೆ ಎಂಬುದು ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತಾದ" ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದರು. ನಲವತ್ತೆಂಟು ಘಂಟೆಗಳ ನಂತರ ತಿಳಿಸಿ ಮತ್ತು ನಾನು ಹೋಟೆಲಿನ ಮೊಗಸಾಲೆಯಲ್ಲಿದ್ದೆವು. ಅವರು ವಿಮಾನ ಹಿಡಿಯಲು ಹೋಟೆಲ್ ಬಿಡುವವರಿದ್ದರು. ತಿಳಿಸಿ ಅವರತ್ತ ಹೋಗಿ ಹೇಳಿದಳು ; "ಟಾಟಾ ಸಾಹೇಬರೇ, ರುಸಿಗೆ ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕಿಲ್ಲಕ್ಕೂ ನಾನು ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸ ಬಯಸುತ್ತೇನೆ." ಅವರು ಹೇಳಿದರು ; "ಪ್ರಿಯಳೇ, ನನಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನರ್ಪಿಸಬೇಡ. ಅವನ ದೇವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವನ ನಂಬುಗೆಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನರ್ಪಿಸು."

\* ಆಗ ಡಾ. ಗುಲಾಟಿ ನಿರ್ದೇಶಕರು : ಕ್ಷನಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ನಾಟಿ ಕೇಂದ್ರ, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಈಗ ಕಾರ್ನಲ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.



೨೯

## ಆದ್ಯತೆಗಳ ಪುನರ್‌ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ನಾನು ನನ್ನ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪುನಃ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಈ ಪುನರ್‌ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ, ನಾನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರಲು ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಬೇಕು.

ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಲು, ನಾನು ಬೇಗನಿದ್ದೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ಖಚಿತ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಸುಸ್ತನ್ನು ಬಾರದಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ನನ್ನ ದೇಹ ರೋಗದಾದುದು ಹೋರಾಡುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಬಳಲಿದ್ದರೆ ರೋಗವು ಮೇಲಿನ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆಯುವುದು.

ಕೋಶಗಳ ಪರಸ್ಪರ ಬಡಿದಾಟದ ವದುಷಗಳ ಮೂಲಕ ನಾವು ಪಯಣ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅನುಭವ, ಓದು ಇಲ್ಲವೆ ಕರುಣಾಮಯಿ ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಮೂಲಕ ಬದುಕಿ ಉಳಿಯುವ ಕೆಲವು ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ನಾವು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ.

ಮೊದಲನೆಯದು ಎಂದೂ ಹೆಚ್ಚು ಸುಸ್ತಾಗದಿರುವುದು. ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಹೇಳುವುದು ಸುಲಭ. ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮೂಳೆ ಮುರಿದುಕೊಂಡು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಮುಂಜಾನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕಛೇರಿ ಕೆಲಸದ ನಂತರ ಸಂಜೆ ಹೋಗಿ ರಾತ್ರಿ ಊಟದವರೆಗೂ ಇದ್ದು ಬರುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನಾನು ತೊಂದರೆಯತ್ತ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದೇ ರೀತಿ ಆಯಿತು, ಮತ್ತೆ ಔಷಧ ನೀಡದೆ ನನ್ನ ದೇಹದ ಪ್ರತಿರೋಧಶಕ್ತಿ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲಿ ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಕೆಲವು ಊದಿದ ಮೃದು ಊತಕಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಕತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಯೇ ಹಿಂದೆ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರು. ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ, ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಸುಸ್ತಿನ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಅವು ಪಕ್ಕಾ ಗಂಟುಗಳಾಗಿ ಕೂಡಿಕೊಂಡು ಪುನಃ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದವು.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತೋರಿ ಬರುವ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿ ಅದರೊಡನೆ ಏಗುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡಬೇಕು. ಒತ್ತಡದ ಬಗ್ಗೆನ ಅನೇಕ ಸಮೀನಾರುಗಳು ಜರುಗಿದೆ ; ಯೋಗ ವಿಧಾನಗಳು ಪ್ರಕುರಗೊಂಡಿವೆ, ನಾನು

ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿನ್ನೊಡನೆ ನಾನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೆ ನಾನು ಏನು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಏನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬುದು.

ಒಂದು ದಿನ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯೊಡನೆ ನನ್ನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಯ ಕಛೇರಿಗೆ ಹೋದೆ. ನನ್ನ ವನಸ್ಥಿತಿ ಹದಗೆಟ್ಟಿತ್ತು. ಒಬ್ಬ ಸಂಭಾವಿತ ವನುಷ್ಯ ಈ ಬಾರಿ ನನ್ನತ್ತ ಈ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಹಾರಿಸಿದ, "ಈ ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳು ನಿನ್ನನ್ನು ಚಿಂತೆಗೀಡು ಮಾಡುವಂತೆ ಏಕೆ ಮಾಡುತ್ತೀಯೆ !"

ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿ ಅಲುಗಿಸಿತು. ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರು ಹೆಚ್ಚು ಸಂವೇದನಶೀಲರಾಗಿರಬಹುದು. ಆಜನ್ಮವಾದ ಶೇಕಡ ಐದರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ಷೇಪ ಪದ್ಧತಿ ಹಾಗೂ ಆಹಾರದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಉಂಟಾಗುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳಾಗಿದ್ದು, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಂವೇದನಶೀಲ ಆತ್ಮಗಳ ರೋಗವೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಮೇಲೆ ಮುಗಿಯದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ನಾವು ಘಾತಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಬೇರೆ ಶಬ್ದಗಳಿಂದ ಹೇಳಬೇಕಾದರೆ, ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಮುಗ್ಧವಾಗಿ ಅದರ ಬಲಿಪಶುಗಳಲ್ಲ. ತನ್ನ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಒತ್ತಡ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳದ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಾನು ಹೊಂದುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಜವಾಬ್ದಾರನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವವನು ತನ್ನ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ, ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡುವವನು ತನ್ನ ಈಲಿಯ ನಾರುಗಟ್ಟುವಿಕೆಗೆ ನಾವು ಚಿಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಇಲ್ಲದ ನಮ್ಮ ಸಂಕ್ಷುಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರಕಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಾನು ರೋಗಕ್ಕೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಡಯಾಬಿಟಿಸ್‌ಗೆ, ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕೆರಳಿದ, ಸಡಿಲಗೊಂಡ ಜಠರ ಇಲ್ಲವೆ ಜಠರ ಹುಣ್ಣಿಗೆ ನಾವು ಆಹ್ವಾನ ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ಹೃದಯದ ತೊಂದರೆಯೂ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಉಂಟಾಗಬಲ್ಲದು. ಆಸ್ತು ನಿಜಕ್ಕೂ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಉಲ್ಟಾಗೊಳ್ಳುವುದು.

ಸಾಧಾರಣ ಮಟ್ಟದ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಏನೂ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಒಂದು ನಿಗದಿತ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ - ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಅದು ಹೆಚ್ಚಿದ್ದರೆ, ಇನ್ನು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ.

ಕೆಲವರು ಒತ್ತಡದಡಿಯಲ್ಲಿ ಒಡೆದುಹೋದರೆ ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ಒಳಗೇ ಒಡೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ಅತಿ ಮಾನವರಲ್ಲ. ಒತ್ತಡ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಂದ ಇಲ್ಲವೆ ಜನರಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡದ ಅಂಶಗಳು ಯಾವುವು ಎಂಬುದನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿ, ಅದೇ ಮೂಲದಿಂದ ಪದೇ ಪದೇ ಒತ್ತಡ ಬಾರದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬಿಗಡಾಯಿಸಿದಂತಹ ಮಾನವ ಸಂಬಂಧಗಳು ಇಲ್ಲವೆ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕೊಂಚಾಗಿರುವುದು ಅಥವಾ ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ತುಂಬ ನೋವನ್ನು ಮತ್ತು ಬೇಗುದಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಹೊಂದಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಕೃತಿಗಳಿಂದ ಈ ಒತ್ತಡ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು.

ಒಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಯೊಡನೆ ನಾನು ಹೊಂದಿದ ಅಚ್ಚು ಅನುಭವ ನಾನು

ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ನೆರವು ಪಡೆಯಬೇಕಾದುದು. ಆತ ನನ್ನೊಡನೆ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವಾಗ ವರ್ತಮಾನ ನನಗೆ ತುಂಬ ಕಠಿಣವನ್ನು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಒಂದು ದಿನ ಮುಂಜಾನೆ, ಶೇವ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನನ್ನ ಮುಖವನ್ನು ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ ನೋಡಿಕೊಂಡೆ. ಅದು ಸಂತೋಷದ ಮುಖವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ : "ಆ ಮನುಷ್ಯನೇಕೆ ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡಬೇಕು?"

ಬಯ್ಯುವುದು ಏನನ್ನೂ ಗುಣಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರ ಬದಲು ಆ ಮುಂಜಾನೆ ನಾನು ಆತನ ಕೋಣೆಗೆ ಹೋಗಿ, ಆ ಘಟನೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತಹೇಳಿದೆ 'ತಪ್ಪಾಯಿತು, ಕ್ಷಮಿಸಿ, ಆ ಘಟನೆಯ ನಂತರ ನಾನು ನನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿದ್ದೇನೆ.' ಆತ "ನಾನು ನಿನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಕೂಡಾ" ಎಂದು ಎದುರುತ್ತ ಕೊಟ್ಟ ನನ್ನ ಸರಳ ವಿಚಾರವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಿದ ಮೇಲೆ ನಾನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಹೊರ ನಡೆದೆ. ಮರುದಿನ ಆತ ನನ್ನ ಕೊಠಡಿಗೆ ಬಂದು, ನನ್ನೆದುರಿಗೆ ಕುಳಿತು ಹೇಳಿದ, "ನೀವು ಹೇಳಿದ ... ಅದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಧೈರ್ಯ ಬೇಕು". ಸಂಬಂಧ ಇಕ್ಕಟ್ಟಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಾಗಿನ ಮತ್ತೊಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬನ ನಿಷ್ಕರುಣೆಯ ವಿಚಾರ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ ಆ ಮನುಷ್ಯನಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೊಂದನ್ನು ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ನಾಲ್ಕೈದು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಗಾಯ ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಾನು ಏನನ್ನೂ ಹೇಳಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆತ ಅದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದ್ದ.

ನಮ್ಮ ಉದ್ಯೋಗ ತುಂಬ ಒತ್ತಡಕರವಾಗಿದ್ದರೆ, ಅಲ್ಲಿಂದ ಬೇರೆಡೆ ವರ್ಗಾವಣೆ ಯನ್ನಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಬೇರೊಂದು ಉದ್ಯೋಗವನ್ನಾಗಲೀ ಕೇಳುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ. ಕೌಟುಂಬಿಕ ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತುಂಬ ಕಷ್ಟವಾದರೂ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಯನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಇಲ್ಲವೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವುದು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಲ್ಲದು.

ಒತ್ತಡ ದೈಹಿಕವಾಗಿರಬಹುದು ಇಲ್ಲವೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿರಬಹುದು. ಮೊದಲನೆಯದು ಎದ್ದು ಕಂಡರೆ ಎರಡನೆಯದು ಗೊಡ್ಡ. ಮುಖ್ಯ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ ನೀನು ಮತ್ತು ನಾನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ಸಹಜವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ, ಹಾಗೂ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತೇವೆ.

ರೂಢಿಗಳು ಈ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಲು ಸಮರ್ಥವಾಗಿರುವುದು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ. ಕ್ಲಾಸ್ಟ್ ಮರುಕಳಿಸಿದಾಗ ನಾನು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಕಾಲಾವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಿದೆ. ರಾತ್ರಿ ೧೦ ಗಂಟೆಗೆ ಮಲಗುವುದು ತುಂಬ ಸಹಾಯಕ. ಈ ಅಂಶವನ್ನು ನನಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಒಮ್ಮೆ, ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ, ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ನಾನು

ಸಮರ್ಥವಾಗಿರುವ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿ, ಸಂಜೆಯ ಚಹಾಕ್ಕೆ ಅನಂತರ ರಾತ್ರಿ ಊಟಕ್ಕೆ ಹೋದೆ. ಅದು ಎಂಟೂವರೆಗೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆಯೆಂದು ನಾನು ಆಶಿಸಿದ್ದೆ. ಅದರ ಬದಲು ಒಂದು ಭರ್ಜರಿ ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟ್‌ಗೆ ನಾವು ಹೋದೆವು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಬಂದಾಗ ರಾತ್ರಿ ಹನ್ನೊಂದೂವರೆ. ಮರುದಿನ ಸಂಜೆಯ ಹೊತ್ತಿಗೆ ನನಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಳಲಿ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಸುತ್ತಿನಿಂದ ನಡುಗುತ್ತಿದ್ದ ದೇಹದಿಂದ ನಾನು ಹಾಸಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡೆ.

ಅಸಭ್ಯವೆಂದು ಕಾಣಿಸಿದರೂ ನಾನು ರಾತ್ರಿ ಭೋಜನ ಕೂಟದ ಆಹ್ವಾನಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲವೆ ನನ್ನ ಅತಿಥೇಯನಿಗೆ ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ಊಟವನ್ನು ಬೇರೆಯಾಗಿ ನೀಡಿ ನನ್ನನ್ನು ಒಂಭತ್ತೂವರೆಗೆ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅತಿಥೇಯರು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವರು. ಒಂದು ವೇಳೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರೆ ನಾನು ನಮ್ಮತೆಯಿಂದ ಅವರ ಆಹ್ವಾನವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟವಾದ ನಂತರ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಲವತ್ತೈದು ನಿಮಿಷಗಳ ವಿರಾಮ ಅಡ್ಡಗಾಲ ತುಂಬ ಆವಶ್ಯಕ. ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವಾದರೂ ವಿರಾಮ ದೊರೆತಲ್ಲಿ ಅದು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಪ್ರಬಲ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಪ್ರತಿದೋಷ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿ ಕಟ್ಟುವುದಕ್ಕೆ ಯೋಗ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಗೆ ಸಹಾಯಕವೆಂಬ ಅಂಶವನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಮಾಹಿತಿ ಕೈಪಿಡಿಯನ್ನು ಓದುವ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿ ನಾನಾಗಿದ್ದೆ. ಅದು ಗುಣಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳದಿದ್ದರೂ ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತವಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಒಂದು ವಾರ ಬೆಂಗಳೂರಿಗೆ ಸಮೀಪದ ಗ್ರಾಮಾಂತರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯುಳ್ಳ ವಿವೇಕಾನಂದ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಕಳೆದೆ. ಅಲ್ಲಿನ ಶಿಕ್ಷಕ ಸುಕುಮಾರ ಅವರಿಂದ ಆಳ ಉಸಿರಾಟದ ಕಲೆಯನ್ನು ಕಲಿತೆ. ಅವರು ಪ್ರಾಣಿ ಶಕ್ತಿಯುಂಟು ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದನ್ನು ಶಿಕ್ಷಕರ ಮೂಲಕ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಿತು, ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಓಷುಪು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಡಾ. ಸಿಮೆಂಟನರ ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೋಶಗಳು ಕೆಟ್ಟವುಗಳ ಜೊತೆ ಹೋರಾಡುವುದನ್ನು ಊಹಿಸುವುದು, ಅದರ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಮೂರು ಬಾರಿ ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ದೇಹದ ಒಂದು ಭಾಗ ಜೈವಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತೊಂದರ ವಿರುದ್ಧ ಯುದ್ಧ ಮಾಡುವ ವಿಚಾರದ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಸಹಮತವಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈಗ ನಾನು ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೋಶಗಳು ಅದರಲ್ಲೂ ಕೊಲ್ಲುವ ಟಿ-ಕೋಶಗಳು ಮಾರಕ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಗುರಿಯಿರಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕುತ್ತವೆ ಎಂದು ಊಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಉಸಿರಿನ ಸಂತೋಷ ಅಷ್ಟೊಂದಿದ್ದು, ಅದು ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೋಶಗಳಿಗೆ ಪ್ರಜ್ಞೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ ದೇಹದೊಳಗೆ ಕೋಶಗಳ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ

ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಸಂತೋಷವಾಗಿರಿಸಿ ಅವು ಮಾರಕ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮೂರನೆಯ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶ ವ್ಯಾಯಾಮ. ನೀವು ಅರವತ್ತು ವರ್ಷದ ಮೇಲಿನವರಾದರೆ, ವೈದ್ಯರು 'ತುಂಬ ಶಕ್ತಿಯುತ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನಡೆಯಿರಿ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಾನು, ಎರಡು ಬಾರಿಯಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕಡೆಯ ಪಕ್ಷ ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಹದಿನೈದರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳಾದರೂ ವಾಕ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಸುಸ್ವಾಭಾವ ಮಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ನಡೆಯಲಾರೆ ಮತ್ತು ನಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿದರೆ ನಲವತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳು.

ಆಹಾರ ಮುಂದಿನದು, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕೆಂಪು ಮಾಂಸ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಟಾಟಾರವರಲ್ಲಿನ ಒಬ್ಬ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿ, ಫೆಲಿಕ್ಸ್ ದನದ ಮತ್ತು ಹಂದಿ ಮಾಂಸ ಸೇವಿಸುವ ಚಟ ಹೆಚ್ಚಿಹೋದಿದ್ದ ಅದನ್ನು ಅವನ ಎಲ್ಲ ಮೂರೂ ಊಟಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಫೆಲಿಕ್ಸ್‌ನನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಾಗ, ಒಬ್ಬ ಯುವಕ ವೈದ್ಯ ಫೆಲಿಕ್ಸ್ ಹೊಂದಿದ್ದ ಶುಕ್ರಗ್ರಂಥಿ / ನೆಟ್ಜರುಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಾರಣ ಆತನ ಉಳಿಸಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದ. ಜಪಾನೀಯರು ಈ ಬಗೆಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅನ್ನು ತುಂಬ ಕಡಿಮೆ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ ಜಪಾನ್ ಮೂಲದವರು ಅಮೆರಿಕದವರಷ್ಟೇ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ವೈದ್ಯ ಹೇಳಿದ. ಜಪಾನಿನಲ್ಲಿ ಮೂಲಭೂತ ಆಹಾರ ಮೀನು. ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ದನದ ಮಾಂಸ ವಿಶೇಷ. ಅಮೆರಿಕನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್‌ದವರ ಒಂದು ಜಾಹಿರಾತು ನನ್ನ ಗಮನ ಸೆಳೆಯಿತು. ಅದು ಇಡೀ ಪುಟವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಿದ್ದಿತು. ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಷ್ಟಾಗಿದ್ದು ಅದರ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳಿ - ನೀಲಿ ಮೀನು ಮತ್ತು ಅದರಡಿ ಮೀನು ತಿನ್ನಿ ಎಂಬ ಶಬ್ದಗಳು. ಅದರಡಿಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ಅಮೆರಿಕೆಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಹೆಸರು ಅಷ್ಟೇ.

ನಾನು ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ದನದ ಮತ್ತು ಹಂದಿಯ ಮಾಂಸವನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೆ. ಫೆಲಿಕ್ಸ್‌ನ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗಿನಿಂದ, ಮಾಂಸ ಮತ್ತು ಮಾಂಸ ಆಧಾರಿತ ಸೂಪ್ ಅನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಟ್ಟೆ ನಾನು ಚಿಕನ್ ಮತ್ತು ಮೀನನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೆ. ಬರುವ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚಿಕನ್ ಕೂಡಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಶಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ತಿನ್ನುವ ಹಣ್ಣುಗಳು ಮತ್ತು ಕುಡಿಯುವ ಗಜ್ಜರಿ ರಸದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಜ್ಞರು ಕ್ಯಾರೋಟಿನ್‌ನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿನ ಉಪಯುಕ್ತಕರ ವಸ್ತುವೆಂದು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಬೀಟ್‌ರೂಟನ್ನು ಕೂಡಾ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಕೆಲವರು ಗೋಧಿ ಹುಲ್ಲು ಕೂಡಾ ವಿಶೇಷ ಪೂರಕ ವಸ್ತುವಾಗಿ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ನಾನು ೧೦೦೦-೧೫೦೦ ಮಿ.ಗ್ರಾಂ. ಜೀವಸತ್ತ್ವ "ಸಿ" ಯನ್ನು ಬಿ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ ಜೊತೆ

ಪ್ರತಿದಿನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಸಾವಯವ ಮೃದ್ಧಿಗೆ ಸಿಂಪಿ (ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಪಾರಿ ಹೆಸರು ಶೆಲ್‌ಕ್ಯಾಲ್) ಯಿಂದ ದೊರಕಿದ್ದರೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ. ನಿಮಗೆ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ತೊಂದರೆಯಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣ (ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ೨೫೦ ಮಿ.ಗ್ರಾಂ.) ದ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ. ಹೆಚ್ಚಿನ ರಸ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಲೈಟ್ ಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತದೆ. ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾಲ್ ಅಥವಾ ಅದರಂತಹುದನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ (ನಿಮಗೆ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ತೊಂದರೆಯಿದ್ದರೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹುಷಾರಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯಿರಿ). ನಾನು ಇನ್ನೂ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹೊಂದುವ ಸೇದಿಕೆಗೆ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಮತ್ತು ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಲೈಟ್ ಉಪಯುಕ್ತ ಕೀರೋಥೆರಪಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಇಲ್ಲವೆ ಅನಂತರ ಸೇವಿಕೆ ಉಂಟಾಗುವುದು ವಿಶೇಷ.

ನಿನ್ನ ಅರಿಕಾಲಿನ ಉದ್ಯೋಗವೊಂದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕೋ, ಬೇಡವೋ ಎಂದು ನೀನು ಕೇಳಿದವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದರ ಚೊತೆ ಏಗುವುದು ನಿನಗೆ ಕಷ್ಟರವೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ನಿನ್ನೊಳಗಿನಿಂದ ಮಾತ್ರ ಬರಬೇಕು. ನಾನು ಏನು ಮಾಡಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಂಶ ಚೊತೆ ಸೇರಿದಾಗ ನಾನು ನನ್ನ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪುನರ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಮನಗಾಣಲು ನನಗೆ ಕೆಲವು ಸಮಯ ಹಿಡಿಯಿತು. ನಾನು ಸಂತ ಪಾಲ್ ಹೊಸ ಒಡಂಬಡಿಕೆಯ ಎಫೀಸಿಯನ್ಸಿಗೆ ಬರೆದ ಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಈ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಓದಿದೆ.

ಆ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಲು ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದು, ಆತನಾಗಲೇ ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ್ದಾನೆ.

ದೇವರು ನೀವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ಕೇಳಿಕೊ. ನಾವು ಅನೇಕ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ನಾವು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಒಂದನ್ನು ನಾವು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಅದು ಮರುಕಲ್ಲವೇ? ಅಲ್ಲ, ನೀನು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಯಾವುದಕ್ಕೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲಾಗಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡುವ ಒಂದು ಅಪೂರ್ವ ಸಂಗತಿಯಿದೆ. ದೇವರು ಒಂದು ಯೋಜನೆ ಹೊಂದಿದ್ದು ಅದರಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಪಾತ್ರವಿದೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನೊಡನೆ ಕೆಲವು ವರುಷಗಳು ಏಗಿದ ತರುವಾಯ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕೆಲಸವನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳಿಸಲು ಸಮಯವನ್ನು ಪಡೆದೆ. ನನ್ನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮುಖಗಳಿವೆ. ಮೊದಲನೆಯದು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕೆಲಸ. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡುವ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಎರಡನೆಯದು ನನ್ನ ಬರವಣಿಗೆ. ನಾನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲೆ ನನ್ನಂತೆ ಈ ತೆರವಾದ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಯಾರೂ ಬರೆಯುವುದಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾತು ಎಲ್ಲ ಮೂಲ ಬರಹಗಾರರಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಅವರೂ ನಿಮ್ಮ

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮಂತಹ ತಾಯಂದಿರಾಗಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದು ಎರಡು ಅರೆಕಾಲೀನ ಕೆಲಸಗಳೆಂದು ತಿಳಿದರೆ, ನಿನ್ನ ಈ ವೈಕಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟವು. ಬಹುಶಃ ನೀನು ಅವೆರಡು ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಬಿಡಲು ವಿಚಾರ ಮಾಡಬೇಕು.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ. ಪೂರ್ವಿಶ್ ಪಾರೀಖರು "ನಿಮ್ಮ ದೇಹ ರೋಗದೊಂದಿಗೆ ಸದಾ ಹೋರಾಡುತ್ತೆ. ಅದು ಸುಸ್ತಾದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ದೇಹ ತನ್ನ ಹೋರಾಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರೋಗ ಮೇಲ್ಮೈ ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ನೀವು ಹತ್ತು ಘಂಟೆಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಲ್ಲರಾದರೆ, ಎಂಟು ಘಂಟೆಗಳ ನಂತರ ನಿಲ್ಲಿಸಿ' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಫ್ರೆಚಿ ದಿನ ಅಥವಾ ಫ್ರೆಚಿ ವಾರ ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಬೇಕೆಂಬುದು ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸ ಅಂಶವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅಮೆರಿಕನ್ ಕುಬಿ ಜಾನ್ ಗ್ರೀನ್‌ಲೀಫ್ ವಿಟಿಯರ್‌ನ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ನನಗಾಗಿ ಉದಹರಿಸುತ್ತೇನೆ.

ನಿನ್ನ ಶಾಂತತೆಯ ನಿಶ್ಚರ ಇಬ್ಬನಿಗಳ ಬೀಳಿಸು  
ನಮ್ಮೆಲ್ಲ ಹೋರಾಟ ನಿಲ್ಲುವವರೆಗೆ  
ನಮ್ಮ ಜೀವನದಿಂದ ದೂರವು ಒತ್ತಡವನ್ನು ತೆಗೆ  
ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಜೀವನ ತಪ್ಪಿಸ್ತೊಪ್ಪಿ  
ನಿನ್ನ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯ ಸೌಂದರ್ಯವನು

ಈ ಬಗೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ನಾವೇ ಕೇಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು ; "ನನ್ನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಪೆಟ್ಟಿ ಯಾವುದು ? ಅದರಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಬದಲಾವಣೆ ಆವಶ್ಯಕವೇ ? ನನ್ನ ಕೆಲಸ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಭಾರ ಹಾಕುತ್ತದೆಯೇ ? ಕಾರ್ಯವೇ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕಿ ಕೆಲಸವಿಲ್ಲದ ದಿನ ಸೋಮಾರಿಯಾಗಿರುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಆದರೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೆಲಸ ತುಂಬ ಭಾರವನ್ನು ಹೇರುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲಧಿಕಾರಿ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಹಗುರವಾದುದು ಕೊಡಲು ಕೇಳುವುದು ಸರಿಯೆನಿಸಬಹುದು. ಬಾಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ದಾಕ್ಷಿಣ್ಯದವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಕೆಲಸ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಹೇರುವುದಾಗಿದ್ದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಚಿಕ್ಕಿ ವಿರಾಮವನ್ನು ಪಡೆದು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪುಟಿಬಿ ಬರುತ್ತೇನೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, "ನನ್ನ ಜೀವನ ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ವಾಗಿರುವುದೇ ? ನನ್ನ ಆದ್ಯತೆಗಳ ಕ್ರಮವನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಿ ರುವೆನೇ?" ಮುಂಜಾನೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೆಂದರೆ "ನಿನ್ನ ಪ್ರಭುತ್ವದಿಂದ ಆಜ್ಞಾಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟ" ಎಂಬ ಸೂಕ್ತಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸುಂದರವಾಗಿದ್ದು ಅದನ್ನು ನಂತರದ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಉದ್ಧರಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಶ್ರೀಮತಿ ಮಾರ್ಗರೇಟ್ ಸ್ಟಾಲಿಬ್ರಸ್ ಎಂಬತ್ತು ವರುಷದ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಮಹಿಳೆ. ಆಕೆಯ ಗಂಡ ಸಾಂಡರ್ಸ್‌ನ ರಾಯಲ್ ಮಿಲಿಟರಿ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕನಾಗಿದ್ದು ಆಕೆ ಭಾರತದಲ್ಲಿದ್ದ ತನ್ನೊಬ್ಬ ಸ್ನೇಹಿತೆಗೆ ತಾನು ಏಳು ವರುಷಗಳಿಂದ ಕಾರಣ ತಿಳಿಯದ ಕೂರಾದ ನೋವಿನಿಂದ



ನರಳಿದ್ದುದಾಗಿ ಬರೆದಳು. ಬೇರೆಡೆ ಗಮನ ಸೆಳೆದಲ್ಲಿ ಆಕೆಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದೆಂಬ ಆಶೆಯಿಂದ ಆಕೆಯ ಮಗ ಒಂದು ಪೇಂಟ್ ಬಾಕ್ಸ್‌ನ್ನು ಕೊಟ್ಟು, ಆಕೆ ಅದನ್ನು ಆಚೆ ತೆಗೆದಿರಿಸಿದಳು. ಒಂದು ವರುಷದ ನಂತರ, ಆಕೆಯ ಮಗ ಪೇಂಟಿಂಗ್ ಪಾಠದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದ. ಅವರ ನೆರೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ರಾಯಭಾರಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪಾರ್ಕಿನ್‌ಸನ್ ರೋಗ ಹೊಂದಿದ್ದ ಅವರು ಪೇಂಟಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವಾಲ್‌ಬ್ರಸ್ ಮತ್ತು ಅವರು ತಮ್ಮ ಸಮಾನ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳತೊಡಗಿದರು. ಅವರ ಉತ್ಸಾಹ ಇತರರನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದಲ್ಲೆಯೇ ಅವರ ವರ್ತುಲದಲ್ಲಿ ಜನ ಗುಂಪಾಗಿ ಹಳ್ಳಿಗಾಡಿಗೆ ಪೇಂಟಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಹೋಗತೊಡಗಿದರು.

"ಮನರಂಜನೆಯಾಗಿ ಪೇಂಟಿಂಗ್" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ವಿನ್‌ಸೆಂಟ್ ಚರ್ಚಿಲ್ ಡಾರ್ಡ್‌ನೆಲಿಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಆದ ದುರ್ಘಟನೆಯ ನಂತರ ತಾವು ಅಡ್ಡಿಯಾಚೆಯ ಮೊದಲ ಲಾರ್ಡ್ ಕೆಲಸದಿಂದ ರಾಜೀನಾಮೆ ನೀಡಬೇಕಾದ ಸಮಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲ ಮಹಾಯುದ್ಧ ಉತ್ತಂಗದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಅವರು ಅನವಶ್ಯಕವಾಗಿದ್ದರು. ತಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲು ಅವರು ಪೇಂಟಿಂಗ್ ಮಾಡತೊಡಗಿದರು. ಬರುವ ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಯನ್ನು ದೊರಕಿಸಿದರು. ಚಾರ್ಲ್ಸ್‌ವೆಲ್‌ನ ಅವರ ಮನೆಯನ್ನು ನೀವು ಸಂದರ್ಶಿಸಿದರೆ, ಅವರ ಕೆಲವು ಪೇಂಟಿಂಗ್‌ಗಳನ್ನು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಊಟದ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಳಿಬಿಟ್ಟಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೀರಿ. ಅವರ ಬಹುಮುಖ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಸೋಜಿಗಾಗೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಅದರ ಹಿಂದೆ ಅವರು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಪುನರ್‌ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸಿದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಅಡಗಿದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಯಿರಿ. ವಂದನಾ, ಶೂರತನದ ನಮ್ಮ ದಿನಗಳು ಮುಗಿದವು. ನಾವು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಓರಣ ಗೊಳಿಸಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ವಾಸ್ತವ ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈಜಿನ್ ಆದ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಟಾಟಾರವರಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದ ಎರಡು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನಗಳ ಕಾರ್ಯಾಧ್ಯಕ್ಷ ಪದವಿಯನ್ನು ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿರಬೇಕಾಯಿತು. ಅವುಗಳಲ್ಲೊಂದು ಹೈದರಾಬಾದಿನಲ್ಲಿ, ಮತ್ತೊಂದು ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿದ್ದವು. ಅದರಲ್ಲಿ ಎರಡನೆಯದು ತುಂಬ ಮುಜುಗರವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವಂತಹದು. ಏಕೆಂದರೆ "ನನ್ನ ಇಚ್ಛೆಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಅಧಿಕೃತವಾಗಿ ನೇಮಕ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಕ್ಯಾನ್ಸ್ ಮುಂಚೂಣಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳುವ ಸಿ ಟಿ ರಿಪೋರ್ಟ್ ಅದಾದ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದಲ್ಲೆಯೇ ಬಂದಿತು.

"ಜನರು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ?" ನನಗೆ ನಾನೇ ಕೇಳಿಕೊಂಡೆ. ಆದರೆ ನಾನು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ಹಿಂದೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಸದ್ಯಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಕಿಡ್ನಿ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ನಾನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ನಾವು ಧರಿಸುವ ಉಡುಪಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ನಾವು ಜನರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ "ಜನರು" ಅದರ ಹಣವನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಟಿಬೆಟಿನ ವೈದ್ಯರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಬೆಚ್ಚಿರಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದಾಗ ಅವರಿಗೆ ತಾವು ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ಅರಿವಿದ್ದಿತು. ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನಾನು ಉಣ್ಣೆಯ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಅದು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ನಗುವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಧರಿಸಬೇಕಿದ್ದಿತು. ಆದರೆ ನಗುವವರು ನನ್ನ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಅದು ಬಂದಾಗ ಹೊರಲಾರರು.

ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಡಕರವಾಗಿ ಕಾಣುವ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯ ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು, ಅಥವಾ ಒಂದು ಫೋನ್ ಕರೆಯ ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು, ಇಲ್ಲವೆ ನನ್ನ ಕಛೇರಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಆಗುಂತಕನ ನಂತರ ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಬರುವುದು. ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ಮಿತಿ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಜನರೊಡನೆ ನನ್ನ ಸಭೆಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿಸುವುದನ್ನು ನಾನು ಕಲಿಯಬೇಕು.

ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡ ಬಹುಶಃ ಕೆಲಸದ ಕಾಲಾವಧಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಿಧ್ವಂಸಕಾರಿ. ಒಬ್ಬರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇಲ್ಲವೆ ಆ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆಯಂತಹ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ತನ್ನ ಗುರಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಕಾಲಮಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುವ ಮಾರಾಟ ಇಲ್ಲವೆ ವಸ್ತುಗಳ ತಯಾರಿಕೆಯಂತಹ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕಡಿಮೆ ಭಾರ ಹೇರುವ ಪರ್ಯಾಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೊಡಲು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಚಾರ ಮಾಡಬೇಕು. ಉದ್ಯೋಗದಾತರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ದಯಾಳುಗಳಾಗಿದ್ದು ಅವರು ಸರಿಯಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಭಾಗಿಗಳಾಗಿರುವ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಜಗತ್ತು ಅಪಾಯಕಾರಿ. "ನೀವು ಅಡುಗೆ ವನೆಯ ಬಿಸಿಯನ್ನು ತಾಳಲಾರಿರಾದರೆ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರ ಹೋಗಿ" ಎಂದು ಅಡ್ಡ್ಕ ಟ್ರೂಮನ್ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ನಿಮ್ಮ ಇತಿಮಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದರಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಮಾಡಲು ನೀವು ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಜನ ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಬೇಡಿ. ಸಂವೇದನಶೀಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು. ಸಂವೇದನ ಶೀಲರಲ್ಲದವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುವುದು ಯೋಗ್ಯವಲ್ಲ.

ನನ್ನ ದೇಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೊಳಪಟ್ಟ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬೇಕಾದುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದ್ದಿತು. ನನ್ನ ದೇಹ ಸುಸ್ತಾಗಿದ್ದರೆ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮಾಡಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೆ ನಾನು ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸುವ ಇಲ್ಲವೆ ಪುಸ್ತಕದೊಡನೆ ವಿರಾಮವಾಗಿರುವ ಗೋಚರ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸೂರ್ಯಾಸ್ತವನ್ನು ಸವಿಯಲು ನಿಲ್ಲುವುದು ಅಥವಾ ಮರದ ಮೇಲೆ ಹಾಡುತ್ತಿರುವ ಹಕ್ಕಿಯನ್ನು ಅರಸುವುದು - ಇಂತಹ ಸಾಮಾನ್ಯ

ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ನಾನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ನಾನಿನ್ನೂ ಸುರಳಿ ಬಿಚ್ಚುವ ವಿರಾಮದ ಕಲೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ನಾನು ಒಬ್ಬ ಚಿಂತಕ ಮತ್ತು ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಕೂಡಾ. ನಾನು ಮರುಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಪೇಟೆಯ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿರುವಂತೆಯೇ ಸಮಾನವಾಗಿ ಇರುವಂತಹ ಮನೋಭಾವ ಹೊಂದಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಇರಲಾರೆ. ಪೇಟೆಯ ಸ್ಥಳ ನನ್ನನ್ನು ಸುಸ್ತು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮರುಭೂಮಿ ತುಂಬ ಏಕಾಂತವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಸದಾ ಮುಂದಿನ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ವಾಕ್ ಕೂಡಾ ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿ ಅದನ್ನು ಮಾಡಲು ತೊಂದರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬೇಕು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಾನು ಬದಲಾಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನೀವು ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ನಡೆಯುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿರದೆ ನೀವು ನಡೆದಾಡಿದಂತೆ ಅನುಭವಿಸುವ ಸಂತೋಷ ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರತಿರೋಧ ಶಕ್ತಿ ಕೂಡಾ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸುವುದರಲ್ಲಿ, ನಗೆಯಲ್ಲಿ, ಸಂತೋಷವನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಇರುವ ನಿಸರ್ಗ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸುವಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಮೌಲ್ಯವಿದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನದನ್ನು ಮುಂದಿನ ಪತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯುತ್ತೇನೆ.



## ೬ ಮರುಕಳಿಕೆ

ವಂದನಾ, ನೀನು ತುಂಬ ದಯಾಳು ಮತ್ತು ತಿಳಿವಳಿಕೆ. ನಿನ್ನ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಕರ ಸಂದೇಶಕ್ಕೆ, ನೀನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ನೀಡಿದ ಭೇಟಿಗಾಗಿ, ನೀನು ಕಳುಹಿಸಿದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ತಯಾರಿಕೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಸೋಯಾ ಅವರೆಗಾಗಿ ನಾನು ನಿನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವು ನನಗೆ ತುಂಬ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ.

ನೀನು ತಿಳಿದಂತೆ ನನ್ನ ದೋಗ ಮರುಕಳಿಸಿದೆ. ಹಾಗಾದಾಗ ಅಂಗವೈಕಲ್ಯದ ಮಗು ನಿನ್ನ ಮನೆಯೊಳಗೆ ಬಂದು ನಿನ್ನ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆಯಲು ಗಡಿಬಿಡಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿವೆ.

ಇದೆಲ್ಲವೂ ಫೆಬ್ರವರಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ನಾನು ಲ್ಯಾಕ್ಟೋನ್ (ಕ್ಲೋರಾಂಬುಸಿಲ್) ಗುಳಿಗೆಗಳ ಹತ್ತು ದಿನದ ಕೋರ್ಸ್ ಮುಗಿಸಿದ್ದೆ. ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಮೂರು ವರುಷಗಳಷ್ಟು ಕಾಲ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಪಾಡಿದ್ದಿತು. ಗ್ರಂಥಿಯ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆ ತೋರಿ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ ಲ್ಯಾಕ್ಟೋನ್ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಈ ಬಾರಿ ಕೋರ್ಸ್‌ನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ನಾನು ಕೆಲಸದಿಂದ ವಿರಾಮ ಪಡೆದು ಮುಂಬಯಿಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ತೊಂದರೆಗಳು ಅನೇಕ ದಿನಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಲಕಿ, ಕಾತರತೆ, ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಭಾವಪರವಶತೆಗೆಡೆಮಾಡಿಕೊಟ್ಟು ಆಯಾಸವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದವು.

ಸೋಮವಾರ ಮುಂಜಾನೆ ಮುಂಬಯಿಯಿಗೆ ವಾಪಸು ಬಂದ ಕೆಲವು ಘಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಕೆಲವು ಕೆಂಪು ಚುಕ್ಕೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿದೆ. ಸಾಯಂಕಾಲದ ವೇಳೆಗೆ ನನಗೆ ಜ್ವರ ಬಂದಿದ್ದಿತು. ಡಾಕ್ಟರರು ಅದನ್ನು ನೋಡಿ "ಅದು ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಇದೆ" ಎಂದು ಉದ್ಗರಿಸಿದರು. ಗಾದರೆ ಮೇಲೆಯಲ್ಲಿದ್ದಿತು. ಬೆರಳಿನಿಂದ ಒತ್ತಿದರೆ ಅದು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಿತು, ಅದನ್ನೆತ್ತಿದರೆ ಮತ್ತೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದಿತು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಿಂದ ಹತ್ತು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಂಡೆ. ನಾನು ಆ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಬದುಕಿ ಉಳಿದವರ ಸಂಸ್ಥೆ -

'ವಿ ಕೇರ್' (ನಾವು ಆರೈಕೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ)ನ ಪ್ರಥಮ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಜರುಗಿದವು. ಅದೊಂದು ಸಂಜೆಯ ಆಕರ್ಷಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿದ್ದಿತೆಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಲಾಯಿತು. ಸೂರ್ಯ ಅಸ್ತಂಗತನಾದಾಗ ಮತ್ತು ಅಲ್ಪ ಚಳಿಗಾಲದ ಮುಸ್ಸಂಜೆ ಮನುಷ್ಯನಾದಾಗ ಬದುಕಿ ಉಳಿದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಂದು ಮೇಣ ಬತ್ತಿಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿ 'ನಾವು ಮೆಟ್ಟಿ ಬರುತ್ತೇವೆ' ಎಂದು ಹಾಡಿದರು. ಅಲ್ಲದೆ ಮೂರು ವೈದ್ಯರು ಇದನ್ನು ಕಂಡು ಹೇಗೆ ತಮ್ಮ ಮನ ಕರಗಿತು ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು. ರೋಗದಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಹೋಗಲಿಲ್ಲವಾದರೂ ನನ್ನ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಓದಲಾಯಿತು. "ನಾವೆಲ್ಲ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ನಾವು ಯೋಜನೆ ಹಾಕೋಣ" ಎಂದು ಅದನ್ನು ಮುಕ್ತಾಯಗೊಳಿಸಿದ್ದೆ.

ಗಾದೆಗಳು ಮಾಯವಾದ ಮೇಲೆ, ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಡೆಯಿತು. ಅನಂತರ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಡು ಎಡ ತೊಡೆಸಂದಿನಲ್ಲಿ (ಗೆಜ್ಜೆ) ಸಾಸೇಚಿನಂತಹ ಗುಳ್ಳೆಯೊಂದು ಗೋಚರಿಸಿತು. ಒಬ್ಬ ವೈದ್ಯನಂತೂ ಅದನ್ನು ಹರ್ನಿಯ ಎಂದು ತಿಳಿದ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮೇನಿಯಬಲ್ಲದನ್ನೇನಾದರೂ ಆಶಿಸೋಣ. ಮತ್ತೆ ನಾನು ಪರೀಕ್ಷೆಗೊಳಪಟ್ಟೆ ನನ್ನ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಿದೆ :

ಈ ರೋಗ, ಕಾಲವನ್ನು ಹಾಳು ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆಯೆಂದು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇಂದು ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಾಳೆ ವೈದ್ಯರು, ಆಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಾನು ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದು ಎಷ್ಟೊಂದಿದೆ. ನನ್ನ "ಸಾಧನೆಯ ಸಂತೋಷ" ಪುಸ್ತಕ \* ಕೊನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಣಾಲಯದಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಬಿಡುಗಡೆಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಬೇಕೋ ಹೇಗೆಂಬುದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯದು. ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಕುಸಿದು, ಅದರ ಸಿದ್ಧತಾ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಾನು ನಿಭಾಯಿಸಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬಿಗಡಾಯಿಸಿದರೆ ನಾನು ಅಲ್ಲಿರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

ನನ್ನ ಈ ಮುಜುಗರದೊಟ್ಟಿಗೆ ರೋಗದ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆ ನೀನು ಚೆನ್ನಾಗಿರುವಾಗ ಅದು ಡೆಮೋಕ್ಲಸನ ಕತ್ತಿಯಂತೆ ಮೇಲೆ ತೂಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ನೀನು ಹಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿಯೇ ಮಗ್ನನಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

೧೯೯೫ ರ ಏಪ್ರಿಲ್ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಶಿರೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದು ಈ ಬಾರಿ ಜೋಫ್ಸನ್‌ನಂತಹ ಪ್ರಶ್ನಿಸ್ತದಿಂದಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ತೋರಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಬಗ್ಗೆ ಅವರಿಗೆ ವಿಶ್ವಾಸವಿದೆ. ಈ ಮೊದಲು ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸೆಡೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಹೀಗೆಯೇ

\* ಈ ಪುಸ್ತಕ ಯಾವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಿಲ್ಲದೆ ಜೂನ್ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಯಿತು. ಜೂನ್ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಗಾಗಿ ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋದೆ.

ಹೇಳಲಾಗಿದ್ದಿತು. ಆದರೆ ಔಷಧ ನನ್ನ ತಲೆ ಸುತ್ತುವಂತೆ ಮಾಡಿತ್ತಾದರೂ, ಕೀಮೋ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಿಜಕ್ಕೂ ಈ ಮೊದಲಿನಷ್ಟು ಕೆಟ್ಟದಾಗಿರಲಿಲ್ಲ.

ಪುಣೆಯಲ್ಲಿ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ, ಟಾಟಾ ಮ್ಯಾನೇಜ್‌ಮೆಂಟ್ ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿನ ವರಾಂಡಾದಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನನಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ನಾನು ಆಕರ್ಷಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪಕ್ಷಿಗಳ ಕಲರವವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆಗ ಏಕಾವಿಧ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಜೋರಾಗಿ ಕೋಗಿಲೆಯ ಕರೆ. ಒಮ್ಮೆ ಎರಡು ಬಾರಿ, ಮೂರು ಬಾರಿ ? ಅಂತಹ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಬಲ, ಮಿಂಚಿನಂತೆ ಅದು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯನ್ನು ಬದಲಿಸಿತು. ಅದು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಾಣಬೇಕಾದರೆ ನನಗೇಕೆ ಬೇಡ? ಅದು ತನ್ನ ಕರೆಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮಾಡಿತು. ದೇವರು ಆ ಹಕ್ಕಿಯನ್ನು ಹಾಡಿ ನನ್ನ ಚೇತನವನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಲು ಕಳುಹಿಸಿದಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ. ಆ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಾದುದು ನೆಲನೈದಿಯನ್ನು (ಡಾಫೋಡೀಲ್) ಕಂಡ ವರ್ಡ್ಸ್‌ವರ್ಥನ ಶಬ್ದಗಳೆಂದು ನನಗೆ ತೋರುತ್ತದೆ.

ಕಣಿವೆ ಬೆಚ್ಚಿದ ಮೇಲೆ ತೇಲುವ

ಮೋಡದಂತೆ ನಾನು ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ತಿರುಗಿದೆ

ಆಗ ಒಮ್ಮೆಲೇ ಬಂಗಾರ ನೆಲನೈದಿಯ

ರಾಶಿ, ರಾಶಿಯನ್ನು ಕಂಡೆ.

ವರ್ಡ್ಸ್‌ವರ್ಥನ ಅನುಭವದ ರುಚಿ ಆತನಿಗೆ ಕ್ಷಣಿಕ ಸಂತೋಷವನ್ನೂ ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ನಾವೆಲ್ಲ ವಿಶೇಷವಾದ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಅನುಭವವನ್ನೂ ಪಡೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ, ತೊಂದರೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಲ್ಲದಾಗಿದ್ದಿತು. ತನ್ನ ಕವಿತೆಯ ಕೊನೆಗೆ ವರ್ಡ್ಸ್‌ವರ್ಥ ಹೇಳುವಂತೆ

ನನ್ನ ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ನಾ ಮಲಗಿದಾಗ

ತೂಸ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆ ಬೇಗುದಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ

ಅವು ಒಳಗೇಣಿ ಮೇಲೆ ಮಿಂಚಿ

ಏಕಾಂತೆಯಲ್ಲಿ ಪರಮಾನಂದ ನೀಡಿ

ನನ್ನ ಹೃದಯವನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತುಂಬಿಸಿ

ನೆಲನೈದಿಯೊಡನೆ ಕುಣಿಸುವುದು.

'ನಾನು ನೈತಿಕ ಪುನರ್ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ವಿಧೇಯನಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ನಾನು ಎದುರಿಸಬಲ್ಲೆ ಎಂದು ಸೋದರಿಕೆಯ ಸೋಲಿ ಸೇಡ್ನಾ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಆ ರೀತಿ ಎಂದೂ ತಿಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಸೋಲಿ ಹೇಳುವುದು ಸರಿಯಿರಬಹುದು. ನನ್ನಲ್ಲಿ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳಿದ್ದಾಗ್ಯೂ ಆತ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ನಂಬಿಗನಾಗಿದವ ಬಲವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಆತನನ್ನು ಕಂಡಾಗಿನಿಂದ ನಾನು ಎಂದೂ ದೇವರ ಕೈಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿಲ್ಲದಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು

ಮೂರ್ಖಾಲ್ಪು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಸಡಿಲ ಮಾಡಿರುವುದು, ಆದರೆ ಕಿರು ಬೆರಳನ್ನು ಆತ ಬಲವಾಗಿ ತನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದಿದ್ದು ನಾನು ಅದನ್ನು ಬಿಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಆತನ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ ; ನಾನು ಆತನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ನಂಬುಗೆಯ ಹಾದಿ ನಲವತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಕಂಡ ಎಂಆರ್‌ಎ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದ್ದಿತು.

ಎಂಆರ್‌ಎಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಫ್ರಾಂಕ್ ಎನ್. ಡಿ. ಬುಕ್ಮನ್ ರೂಪಿಸಿದ ತತ್ವಗಳು - ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ನಿಸ್ವಾರ್ಥ, ಪರಿಶುದ್ಧತೆ, ಪ್ರೀತಿ - ದೊಡ್ಡ ಧರ್ಮಗಳಿಂದ ಬಂದಿದ್ದು ಅವುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿ ನೈತಿಕ ಮಟ್ಟ ಹೊಂದಿ ಬದುಕಬೇಕು. ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಶಾಂತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಒಳಜ್ಞನಿಯನ್ನು ಕೇಳುವ ಶಿಸ್ತಿಗೊಳಪಟ್ಟು ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಬರೆದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಾಧಿಸಬಹುದು. ನೀವು ನಿಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಬರೆದಿಡಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಚೀನಾ ಗಾದೆ ಹೇಳಿದಂತೆ "ಬಲವಾದ ನೆನಪುಗಳು ಅಸ್ಪಷ್ಟ ಶಾಯಿಗಿಂತ ದುರ್ಬಲ." ಅದು ನಿಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಧರ್ಮ ಅಥವಾ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಮೀರಿದೆ. ಡಾ. ಬುಕ್ಮನ್ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು : " ಮನುಷ್ಯ ಆಲಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ದೇವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾನೆ. ಮನುಷ್ಯನು ಬದಲುಗೊಂಡಾಗ ಜನಾಂಗಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ." ಈ ಅಪರಿಮಿತ ಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ಒಳತೋಟಿಯನ್ನಾಲಿಸುವುದು ಆತನಿಗೆ ಹೊಸ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಸಾಧನಗಳಾಗಿದ್ದವು.

ನನಗಾದರೂ ಅವು ನನ್ನ ವರ್ತನೆಗೆ ದಿಕ್ಕುಬಿಡಿಯಂತೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಿವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ಎಡವಿಬಿದ್ದಿದ್ದೇನೆ. ಹಾದಿ ಬಿಟ್ಟಾಗ ಇಲ್ಲವೆ ಆಮಿಷಕ್ಕೊಳಗಾದ ಕ್ಷಾಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡದ್ದಕ್ಕೆ ದೇವರನ್ನು ಹೊಗಳಿ. ಎಂಆರ್‌ಎ ಹತ್ತಾರು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಚುಮಚಿಕೆಯಿಂದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದು ಅದು ಹೆಸರಾಂತ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಸ್ವಿಚ್ಚರ್ಲೆಂಡಿನ ಕಾಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ, ಮತ್ತೊಂದು ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಪಂಚಗಣಿಯಲ್ಲಿವೆ.

ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಒಂದು ಮೊನಕಾದ ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತ ಮತ್ತು ಅವಸರವನ್ನು ನನ್ನ ಜೀವಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಜಗತ್ತಿನ ನಡಿಯಲ್ಲಿ ತೇಲಿ ಬಂದಾಗ ಹೊಂದಿರಲಿಲ್ಲ ವಂದನಾ, ನೀನು ಕೂಡ ನಿನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಆ ರೀತಿ ಅನುಭವಿಸಿರಬೇಕು? ನಾನು ದೇವರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆನಂದ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ.

ನನ್ನ ಶಾಂತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಬರೆದೆ :

ನೀನು ನಿನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಶಿರೆಯ ಮೂಲಕ ಕೀಮೋ ಕೊಟ್ಟು ನಂತರದ ಎರಡು ದಿನಗಳನ್ನು ದಡ್ಡತನದಿಂದ ಜೋರಾಗಿ ತಳ್ಳಿದ್ದೀಯ. ತನ್ನ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲಿನ ಧಾಳಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವ ನಿನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ನೀನು ಕಟ್ಟಿದಾಗ ನಡೆಸಿಕೊಂಡಿರುವೆ.

ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವ ನನ್ನ ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ನನ್ನೊಟ್ಟಿಗೆ ಜೊತೆಯಾಗಿದೆ ಎಂಬುದು

ನನಗೆ ಗೊತ್ತು ಅದು ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಅಸಹನೆ ಹೊಂದಿಲ್ಲದೆ ಕ್ಷಮಿಸುವುದರಿಂದ, ಅದು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ವಿನೋದವನ್ನು ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಅನುಭವಿಸಬಲ್ಲದು.

ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವ ಕೂಡಾ ನನ್ನ ದೊಡ್ಡ ಎದುರಾಳಿ. ಅದು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಟ್ಟದ ಮಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಹೆಚ್ಚು ಬಳಲಿಕೆಯ ಘಟ್ಟದವರೆಗೂ ಸಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬಗೆಯ ಬಳಲಿಕೆಯುಂಟಾದಾಗ ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಇರುವ ಜಗತ್ತೆಲ್ಲ ಭಗ್ನವಾಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ.

ಆಗಾಗ್ಗೆ ಉಂಟಾಗುವ ಉಲ್ಬಣತೆ ಅಥವಾ ಜ್ವರ, ದೇಹ "ನೀನು ಜಾಣನಾಗಿಲ್ಲ. ನೀನು ನನ್ನನ್ನು ಕ್ಷೂರತನದಿಂದ ನಡೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೀಯಾ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ.

ಜಾರ್ಜ್ ಆಪೆಲ್ಡನ್ "ಒಂದು ಆತ್ಮದ ಪಯಣ" ದಲ್ಲಿ ನಾನು ಓದಿದೆ.

ನಾನೇನಿದ್ದೇನೆ ಎಂಬುದು ಕ್ಷಮಿಸು  
 ನಾನೇನಿದ್ದೇನೋ ಉತ್ತಮಪಡಿಸು  
 ನಾನೇನಾಗಬೇಕೆಂಬುದಕ್ಕೆ ದಾರಿ ತೋರು  
 ನಾನು ಜೀವನದ ಹೊಸತಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದಾಡಿ  
 ನಿನ್ನ ಹೆಸರಿನ ವೈಭವದತ್ತ ಸಾಗಿ ಬರಲು

ಈಗ ಮೇ ತಿಂಗಳು. ನನಗೆ ಎಂಡಾಕ್ಸ್ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಎರಡನೇ ಡೋಸ್ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಮೊದಲು ನನಗೆ ಎಂಡಾಕ್ಸನ್ನು ಮೈನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೆಂಬ ಬೇರೊಂದು ಮಿಶ್ರಣದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದ್ದಿತು (ಅಲ್ಲಿ "ಇ" ಎಂಬುದು ಎಂಡಾಕ್ಸ್).

ಎಂಡಾಕ್ಸನ್ನು ಎರಡು ಬಾರಿ ಚುಚ್ಚಿ ಕೊಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಅದು ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಪರಿಣಾಮವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದ್ದಿತು. ಆದರೆ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಎಣಿಕೆ ೪,೦೦೦ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ವಾರ ಹೋದೆ. ಮರಳಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಮಾಡಿದ ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆ ಅದು ಮತ್ತಷ್ಟು ಕೆಳಗಿದ್ದುದನ್ನು ತೋರಿಸಿತು. ನನ್ನ ಹಿರಿಯ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿ, ಟಾಟಾ ಟ್ರಸ್ಟಿನ ಉಪಕಾರ್ಯದಕ್ಷ ಮತ್ತು ಆಡಳಿತಾತ್ಮಕ ಧರ್ಮದರ್ಶಿ ಶ್ರೀ ಜಿ. ಜಿ. ಭಾಭಾ ಮಧ್ಯ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಪುಣೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಒಂದು ವಾರ ಕಾಲ ಇರುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದರು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಮರಳಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಎಣಿಕೆ ಸಹಜವಾಗಿದ್ದಿತು. ಇದೆಲ್ಲದರ ನಡುವೆಯೂ ನನ್ನ ಚೇತನಕ್ಕೆ ಯಾವ ಕುಂದೂ ಉಂಟಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ನನ್ನ ಉಲ್ಲಾಸದಲ್ಲಿದ್ದೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಂತಹ ರೋಗದ ಆಘಾತಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದ ಮೇಲೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆ; "ನಾನೇ ಏಕೆ?" "ನಾನೇ ಏಕೆ" ಲಕ್ಷಣ ಕೂಟದೊಟ್ಟಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ತನ್ನ ಮೇಲಿನ ಕನಿಕರ ಮತ್ತು ತನ್ನ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಗೌರವದ ಮಧ್ಯೆ ತುಂಬ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ.



ರೋಗವನ್ನು ಆಹ್ವಾನ ಇಲ್ಲವೆ ಶಾಪ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು. ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಚೇತನ ದೇಹವನ್ನು ಮೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಅನುಭವಿಸಿದ ತೆರನಾಗಿ ಮುನ್ನಡೆಸಬಲ್ಲವು. ಶಾಂತ ಸಮಯವು ಉತ್ತೇಜಕರ ಓದು ಮತ್ತು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ವಿಚಾರಗಳ ಬರವಣಿಗೆಯಂತೆ ತುಂಬ ಬಲಶಾಲಿ.

ನಾನು ನನ್ನ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವುದು, ನನ್ನ ಶಾಂತ ಸಮಯದ ತುಣುಕುಗಳು ತೋರಿಸುವಂತೆ, ದೊಡ್ಡ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನಕರವೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ

ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ನನ್ನ ಎಲ್ಲ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೆ ನ್ಯಾಯವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡು ದೇವಾ.

ಉಳಿದುದೆಲ್ಲವೂ ನೀನು ಮಾಡುವಂತೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ

ದೇವಾ, ನಿನ್ನ ಅನೇಕಾನೇಕ ಉಡುಗೊರೆಗಳಿಗಾಗಿ ನಿನಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ನೀನು ಕೊಡಮಾಡಿದ ಮೊದಲ ಉಡುಗೊರೆಗಳಲ್ಲೊಂದು ನನ್ನ ತಂದೆ. ಇಂದು ಮೇ ೯ ಆತನ ಜನ್ಮದಿನ (ಆತ ೧೦೫ ವರ್ಷಗಳ ವೃದ್ಧನಾಗಿದ್ದು).

೧೦ ಮೇ ೧೯೯೫

ನೀನು ನನಗೆ ಅದ್ಭುತ, ದೇವಾ, ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನು ಕೊರತೆಯಿದೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ನೀನು ನಿನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ವಾಕ್ಯವು ಮತ್ತಿತರ ಲಾಭವನ್ನು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಸುರಿದಿದ್ದೀಯ.

ತನ್ನ ತಾಯಿಯ ತೋಳಿನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಮಗುವಿನಂತೆ, ದೇವರ ತೋಳಿನಲ್ಲಿ ನಂಬಿ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆದು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ.

ಈ ದೇಹ ಓ ದೇವಾ, ನಿನಗೆ ಸೇರಿದುದು.

೧೧ ಮೇ ೧೯೯೫ (ಪುಣೆ)

ಸ್ತುತಿಗೀತೆ ೨೫ ರಿಂದ

ಓ ದೇವಾ ನನಗೆ ತೋರು ನಿನ್ನ ಹಾದಿಯ

ಕಲಿಸು ನಿನ್ನ ಪಥವು

ನಡೆಸು ನನ್ನನು ನಿನ್ನ ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ, ಕಲಿಸು ನನಗೆ

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ರಕ್ಷಿಸಲಿ ನನ್ನನು

೨೫ ಮೇ ೧೯೯೫

ನಿನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದೇವಾ, ನಿನ್ನ ಉಜ್ವಲ ಕೀರ್ತಿಗೆ ನನ್ನೊಳಗೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆ. ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ, ಮತ್ತು ನಾನು ನನ್ನ ವೈದ್ಯರನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ.

೨೮ ಮೇ ೧೯೯೫

ನೀನು ನಿನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಪಥದಿಂದ ಸರಿದಿದ್ದು, ನಡೆಗಿಂತ ನುಡಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆ.

೨ ಜೂನ್ ೧೯೯೫

ಸಂತ ಪಾಲ್ ಥೆಸಲೋನಿಯನ್‌ಗೆ ಬರೆದ ಪತ್ರದಿಂದ :

ಸದಾ ಸಂತೋಷದಿಂದ

ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸು

ಎಲ್ಲ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲೂ ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿರು

ದೇವರು ಸಂತೋಷಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಜೀವಿಸು. ನಿನಗಿಂತ ಮೇಲಿನ ಶಕ್ತಿಗೆ ನೀನು ವಿವರ ನೀಡಬೇಕಿದೆ

೮ ಜೂನ್ ೧೯೯೫

ಆತನ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ನೀನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವೆ.

ಅರಸಲು

ಪಾಲಿಸಲು

ನೆರವೇರಿಸಲು

ಈ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸದೃಢನಾಗಿರು

ಒಳ್ಳೆಯ ಸಮಾಚಾರ ಬಂದಿತು. ಬಿಳಿಯ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಸಮಾಧಾನಕರ ಒತ್ತಿ.

೯ ಜೂನ್ ೧೯೯೫

ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯ ಜೀಸಸ್, ಎಲ್ಲದಕ್ಕೆ ನಿನಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬಲ ತರುವ ನಂಬುಗೆಯ ಮೋಡಿಗಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿರಬೇಕು. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ನಂಬುಗೆಯ ಮೂಲಕ ಬರುತ್ತಿದೆ.

ನಾನು ದೇವರನ್ನು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತೆಗೆದು ಹಾಕಲು ಹೇಳಿದೆ. ಎರಡು ಸಾವಿರ ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಸಂತ ಪಾಲ ದೈಹಿಕ ತೊಂದರೆಗಳಿಂದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಕೇಳಿದ ; 'ನನ್ನ ಕಡೆಯಿಂದ ಮುಳ್ಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕು'.

ಮೂರು ಬಾರಿ ಸಂತ ಪಾಲ್ ಬಿನ್ನವಿಸಿಕೊಂಡ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ದೇವರು ಉತ್ತರಿಸಿದ: "ನನ್ನ ಕಡೆಯಿಂದ ನಿನಗೆ ಸಾಕು. ನೀನು ದುರ್ಬಲನಾಗಿದ್ದಾಗ ನನ್ನ ಶಕ್ತಿ ತುಂಬ ಬಲಿಯುತ್ತ ! ತನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಆ "ಮುಳ್ಳು" ಇರಿಸಿಕೊಂಡು ಸಂತ ಪಾಲ್ ಯುರೋಪಿನಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ ಧರ್ಮ ಪ್ರಸಾರ ಮಾಡಿ, ಹೊಸ ಒಡಂಬಡಿಕೆಯ ಒಂದು ಮೂರಾಂಶ ಭಾಗವನ್ನು ಬರೆದ

ಉಪಯುಕ್ತ ಕಾರ್ಯದ ಮೂರು ವರುಷಗಳ ಬೋನಸ್ ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟುದಕ್ಕೆ ದೇವರಿಗೆ ಆಭಾರಿ. "ಸಾಧನೆಯ ಸಂತೋಷ : ಜೆಆರ್‌ಡಿ ಟಾಟಾ ಅವರೊಡನೆ ಮಾತುಕತೆ" ಮುಂದಿನ ತಿಂಗಳು ಹೊರಬೀಳಲಿದೆ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲಾಗಿ, ಆರೋಗ್ಯದ ತೊಂದರೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕಛೇರಿ ಕೆಲಸದೊಟ್ಟಿಗೆ ಉತ್ತಮ

ಪ್ರಕಟಣೆ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಲು ನಾನು ಮುದ್ರಣಾಲಯದ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ

ದೈವೀಕೃಪೆ ನಾನು ಈ ಭಾರವನ್ನು ಹೊರುವಂತೆ ಮಾಡಿದ್ದು, ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ವರ್ತನೆಗಾಗಿ ಮಗುವಿಗೆ ಸಿಹಿ ದೊರೆಯುವಂತೆ, ಪುಸ್ತಕ ಬರುತ್ತದೆ.

' ಒಂದು ಆತ್ಮದ ಪಯಣ' ಎಂಬ ಒಂದು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಇಲ್ಲಿದೆ.

ಕರೀಷು, ಓ ದೇವಾ ಅನುಕಂಪದ ಹೃದಯ, ನಾನು ಜನರ ಹೃದಯದೊಳಕ್ಕೆ ನೋಡಲು, ಮತ್ತು ಅವರ ಬಲ ಮತ್ತು ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು, ಅವರ ಆಸೆ ಮತ್ತು ನಿರಾಸೆ, ಅವರ ಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ಸೋಲು, ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯ ಆವಶ್ಯಕತೆ ಮತ್ತು ಅವರಿಗಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಯ ಆವಶ್ಯಕತೆ. ನನ್ನ ಅವರ ಸ್ವರ್ಣದ ಮೂಲಕ ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ದಯಪಾಲಿಸು, ಜೀವ ಯಾವುದೇ ಕಾಲಮಾನದಲ್ಲಿ ಯಾವ ದಿನ ಬೇಕಾದರೂ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಹಿಂದಿನದನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿ, ಇಂದಿನದನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧ ಮಾಡಿ, ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಹೊಳೆಯುವಂತೆ ನಿನ್ನ ಅಪರಿಮಿತ ಪ್ರೀತಿಯ ಭರವಸೆಯೊಂದಿಗೆ ಮಾಡು.



2

## ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಮಾಲೋಚನೆ

ಜೂನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಾನು ಗಾಳಿ ಸಂಚಾರ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಾನು ಈ ಮೊದಲು ಹೇಳಿದ್ದ ಗೆಜ್ಜೆಯ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಎದ್ದಿದ್ದ ಸಾಸೇಜ್‌ನಂತಹ ದದ್ದಿನಲ್ಲಿ ನೋವುಂಟಾಯಿತು. ಸಂಜೆ ವೇಳೆಗೆ ಸೌಮ್ಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಜ್ವರ ಕಾಣಿಸಿತು. ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ನಡೆಯ ಬಾರದೆಂಬ ಸಲಹೆಯನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಡಲಾಯಿತು. ಸೋಂಕು ಇರಬಹುದೆಂಬ ಶಂಕೆ ಸರಿಯಾದ ನಿದಾನವೆಂದು ದೃಢಪಟ್ಟಿತು. ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್‌ಗಳು ನೋವನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿದವು. ಸಾಸೇಜ್‌ನಂತಹ ಪ್ರದೇಶ ಗ್ರಂಥಿಗಳು ಒಗ್ಗೂಡಿದವಂತೆ ತೋರುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಕೆಲವು ವೈದ್ಯರು ಅದು ಜೀವಕೋಶದ ಸಾವಿನಿಂದಾದ ಕೊಳೆತವೆಂದು ಸಂಶಯಪಟ್ಟರು. ಆದರೆ ಈ ಕೋಶಗಳನ್ನು ದೇಹ ಹೊರಕ್ಕೆ ಸಾಗಿಸಲಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವು ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಯಾವುದೇ ಸೋಂಕಿಗೆ ಯೋಗ್ಯ ತಾಣವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತವೆ. ರಕ್ತ ಪ್ರವಾಹದಲ್ಲಿನ ಟಿ-ಕಣಗಳು, ರಕ್ತಪ್ರವಾಹ ತುಂಬ ಕಡಿಮೆಯಿರುವ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಅಸಾಧ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದೆಲ್ಲ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಂದೆಂದೂ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿರದ, ಆದರೆ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ, ನನ್ನ ಹಿತೈಷಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಳಾದ ಡಾ. (ಶ್ರೀಮತಿ) ಬಾನೂಬಾಯಿ ಕೊಯಾಬಿ. ನಾನು ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದಳು. ಹೆಚ್ಚು ಎಂಡಾಕ್ಸಿನ್ ಕೀಮೋ ಇಲ್ಲವೆ ವಿಕಿರಣತೆಯೋ ಎಂಬ ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವೈದ್ಯರು ಚರ್ಚೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ ವೇಳೆಗೆ ನಾನು ವಿದೇಶದಿಂದ ವತ್ತೊಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡೆಯಬೇಕೆಂದಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ.

ಡೈರಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಕೆಲವು ಟಿಪ್ಪಣಿಗಳು ನಿನಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವೆನಿಸಬಹುದು:

2 ಜೂನ್ ೧೯೯೫

ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿಯವರು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದಾರೆ. "ನೀನು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದಿರುವುದನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡು. ಅದು ತೋರಿಬಂದಾಗ ನಾವು ಅದನ್ನು ಕೆಳಕ್ಕೆ ಸಬಹುದು" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿಯವರೊಬ್ಬ ಅಸಾಧಾರಣ ವ್ಯಕ್ತಿ ಚಿಕ್ಕ ಮಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಪೋಲಿಯೋಕ್ಕೆ

ಒಳಗಾದ ಅವರು ವೈದ್ಯನಾಗುವ ಹಂಬಲವನ್ನು ಸಾಕಾರ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆ ಪಡೆದರು. ಟಾಟಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಿಷಯದ ಹಿರಿಯ ತಜ್ಞರಾದ ಅವರು ಡಾ. ಫ್ರಾನ್ಸ್ ದೇಸಾಯಿಯವರೊಡನೆ ರೋಗದ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರು. ಲುಕೇಮಿಯ ರೋಗಿಯ ಚಿಂತಾಕ್ರಾಂತ ಸಂಬಂಧಿಯೊಬ್ಬರು ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಲು ಬಂದು ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿಯವರು ತನ್ನ ಸೋದರನನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಿದರು.

ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿಯವರು ನನ್ನ ಸೋದರನ ಕೈಯನ್ನು ತಟ್ಟಿ "ನೀನು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೀಯ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನನ್ನ ಸೋದರ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಿ ಬಂದು ಹೇಳಿದ : "ನೋಡು, ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೇನೆ ನೀವೆಲ್ಲ ಚಿಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ".

ಅಹಿತಕರ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ರೋಗಿಗೆ ಹೇಳುವ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಿಧಾನಗಳಿವೆ "ಅದು ಕಷ್ಟ ಸಾಧ್ಯ, ಏಕೆಂದರೆ ರೋಗಿಗೆ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಆತನಿಗೆ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕು. ಮನುಷ್ಯ ಭರವಸೆಯ ಮೇಲೆ ನಿಂತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

೧೧ ಜೂನ್ ೧೯೯೫, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ೬.೩೦ ರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ.

ಪ್ರಿಯ ದೇವರೇ, ಈ ದಿನಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ನನ್ನ ನಾಲ್ಕನೇ ಅಂತಸ್ತಿನ ಬಾಲ್ಕನಿ ಮುಂದೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅರಳಿರುವ ಈ ಗುಲ್ ಮೋಹ್ ಪರಕ್ಕಾಗಿ ನಿನಗೆ ವಂದನೆಗಳು ! ಒಂದು ಪುಷ್ಪ ಹೃದಯವನ್ನು ಅರಳಿಸಬಲ್ಲದು. ನಿಸರ್ಗವು ದೊಡ್ಡ ವ್ಯಕ್ತದ ಶಿರೋಭಾಗದ ಮೇಲೆ ಕೆಂಪು ಚಿಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಡುಮಾಡಿದೆ.

ನೀನು ನನಗೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ನಿನ್ನ ಅಭೀಷ್ಟವಿರುವ ಕಾಲದಾದ್ಯಂತ ನನ್ನನ್ನು ಕಾರ್ಯಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡುವೆ. ಅದನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸರಿ ಎನ್ನಿಸುವುದನ್ನು ಮಾಡುವುದು ನನ್ನ ಕೆಲಸ ನಾನು ಬೆಳಗಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತೇನೆ :

ಓ ದೇವಾ, ದೇವಲೋಕದ ನಮ್ಮ ಪಿತೃವೇ, ಸರ್ವಶಕ್ತ ಚಿರಂತನ  
ದೇವರೇ,

ಈ ದಿನದ ಪ್ರಾರಂಭಕ್ಕೆ ನೀನು ನಮ್ಮನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ತಂದಿರುವೆ.

ಅದೇ ರೀತಿ ನಿನ್ನ ಪ್ರಬಲ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ.

ಈ ದಿನ ಯಾವ ಪಾಪ ಕೂಪದಲ್ಲಿ ಬೀಳದಂತೆ ಮಾಡು

ಯಾವುದೇ ಅಪಾಯಕ್ಕೊಳಗಾಗದಂತೆ,

ನಾವು ಮಾಡುವುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಿನ್ನ ಆಡಳಿತದ ಮೂಲಕ  
ಆಜ್ಞೆ ಮಾಡು.

ನಿನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸರಿಯೆನ್ನುವುದನ್ನು ಸದಾಕಾಲ ಮಾಡಲು.

೧೨ ಜೂನ್ ೧೯೯೫

ನಾನು ಏನೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡದಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಸೌಮ್ಯ ಜ್ವರ.

೧೪ ಜೂನ್ ೧೯೯೫

ನಾನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿದ್ದಾಗ ಬರೆಯುತ್ತೇನೆ. ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ನೀನು ಹರಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವೆ. ತುಂಬ ಬೇಸರವೆನಿಸಿದಾಗ ಈ ಆರೋಗ್ಯದ ಕಷ್ಟವನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿದರೆ ಅದೊಂದು ಮೇಲೆತ್ತುವ ಅನುಭವ. ನಾನು ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಉಸಿರನ್ನು ಒಳಕ್ಕೆಳೆದು ಹೊರಹಾಕಿ, ದೇವರು ನನಗೆ ಮಾಡಿರುವುದನ್ನೆಲ್ಲ ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ಹಿಂದೆ ನೋಡಿದಾಗ ನಾನು ಆತನೊಡನೆ ಒಂದುಗೂಡಿರುವಂತೆ ತೋರಿ ಬರುತ್ತದೆ. ದೇವರೊಡನೆ ಒಂದುಗೂಡುವುದು - ಯೋಗದ ಅರ್ಥವೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ.

"ನೀನು ಹೆಂಡತಿಯೊಡನೆ ಮುಳ್ಳಿನ ಕರಡಿಯಾಗಬೇಡ" ಎಂದು ನನ್ನ ಒಳತೋಟಿ ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಹಾಗಾಗುತ್ತೇನೆ. ಅಂತರಂಗದಿಂದ ಪ್ರಚೋದನೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಇತರರಿಂದ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ. ತುಂಬು ಹೃದಯದಿಂದ ಸರಿಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮೇಲು.

ಮುಂದಿನ ಶುಕ್ರವಾರ, ನಾನು ಸಮಾಲೋಚನೆಗಾಗಿ ಲಂಡನ್ನಿಗೆ ವಿಮಾನದ ಮೂಲಕ ಹೋಗಲಿದ್ದೇನೆ. ಒಂದು ವಾರ ಮನೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಮೇಲೆ, ಆ ದಿನ ಸೋಮವಾರ, ಜೂನ್ ೧೯, ದೇವರಲ್ಲಿ ಆ ವಾರ ಆತನ ಬಲಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ. ಉಳಿದಿರುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಲು ಇಡೀ ವಾರ ನಾನು ಕಛೇರಿಯ ಮೇಜಿನ ಬಳಿ ಇರಬೇಕಾಗಿದೆ. ನಾನು ಸಂತ ಪಾಲನ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಪುನಃಪಠಿಸುತ್ತೇನೆ: "ಆತನನ್ನು ನಂಬಿದ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಕಾಯಕದಲ್ಲಿ ಆತನ ಶಕ್ತಿ ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದು?"

ಈ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಾನು ದೇವರ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇನೆ, "ನಾನು ನಿನಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಈ ದಿನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ".

ಸಾಯಂಕಾಲ : ಆತ ಮಾಡಿದ. ಕೃಪೆ ಮಾಡು ದೇವಾ, ಓ ನನ್ನ ಆತ್ಮನೇ, ಮತ್ತು ನನ್ನೊಳಗಿರುವುದೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಆರೋಪಿಸಿ, ದೇವಾ.

ನಾನು ಮುಂದೆ ಲಂಡನ್ ಇಲ್ಲವೆ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕಿನಿಂದ ಬರೆಯುತ್ತೇನೆ.

### ಲಂಡನ್ ಮತ್ತು ಅಮೆರಿಕೆ

ಶನಿವಾರ, ಜೂನ್ ೨೪ರ ಬೆಳಕು ಹರಿಯುವ ಮುನ್ನ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿಗೆ ನಾವು ಬಂದೆವು. ಜಾನೆಟ್ ಮೇಸಳ ಪ್ರಶಾಂತ ವಾತಾವರಣದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದು ಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಿತಕರವೆನಿಸಿತು. ಆಕೆ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಮದುವೆಗಿಂತ ಮೊದಲು ನಲವತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದಳು. ತುಂಬ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವಾದ ಮತ್ತು ಅನುಕಂಪದ ಜಾನೆಟ್ ಯಾವ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ತನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಹೇಳುವವಳಲ್ಲ.

ಬರುವ ಸೋಮವಾರ, ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ನಾನು ಡಾ. ಗಾಲ್ಟ್ ಅವರನ್ನು ನೋಡಲು ನಾರ್ವಿಕ್‌ಗೆ ಟ್ರೇನು ಹಿಡಿದೆವು. ಡಾ. ಗಾಲ್ಟ್ ಲುಕೀಮಿಯ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪಿತೃವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದು, ಮುಖ ಮತ್ತು ಮುಷ್ಕಗಳಿಂದ ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಲೇಡಿ ಟಾಟಾ ಸ್ಮಾರಕ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಿತಿಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಯೋ ಇಲ್ಲವೆ ಕಾರ್ಯಾಧ್ಯಕ್ಷರೋ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ೧೯೩೦ರ ಕಾಲದಿಂದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನವು ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಫೆಲೋಶಿಪ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ವರುಷ ಸಂಶೋಧನೆಗಾಗಿ ಕೊಡಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಈ ವರುಷ (೧೯೯೫) ನಾವು ಒಂದು ಲಕ್ಷ ಪೌಂಡ್ ಸ್ಟರ್ಲಿಂಗನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ.

ಎಂಭತ್ತು ವರುಷ ಸಮೀಪಿಸಿರುವ ಡಾ. ಗಾಲ್ಟ್ ನಾರ್ವಿಕ್ ನಗರದ ಸಮೀಪದ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನಲ್ಲಿಯೇ ತುಂಬ ಚಳಿಯಿರುವ, ಆರ್ಕ್‌ಟಿಕ್‌ನಿಂದ ಬೀಸುವ ಗಾಳಿಗೈದರಾದ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ತಮ್ಮ ತೋಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಪಿಯಾನೋ ಮೂಲಕ ಬಾಚ್ ನುಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಅವರು ನಿರತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಹೋದಾಗ ಅವರ ಹೆಂಡತಿ ವಿದ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟವನ್ನು ತೋಟದ ಸ್ವಾಭಿಮಾನಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಿದರು. ಊಟ ಮಾಡಿ ಚಹಾದ ಸಮಯದವರೆಗೆ ನಾವು ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿದೆವು. ಎಲ್ಲ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ತುಲನೆ ಮಾಡಿ, ನಲವತ್ತು ವರುಷಗಳ ವ್ಯಾಪಕ ಅನುಭವದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ವೈದ್ಯನ ಬದಲು ಫ್ರಾದಿಯ ಮಾತು ಕೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅನುಭವ ಪಡೆದೆ. ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಡಾ. ಗಾಲ್ಟ್ ತುಂಬ ಕಡಿಮೆ ಫ್ರಮಾಣದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು, ಬಹುಶಃ ವಿಕಿರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಕೊಡದೆ ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕೋ ಅಲ್ಲಿ ಆಯ್ದು ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿ ಕೊಡುವುದನ್ನು ಪುರಸ್ಕರಿಸಿದರು. ನನ್ನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಡವಿಲ್ಲದೆ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು ಅವರ ವಿಚಾರವಾಗಿದ್ದಿತು. ಅಗತ್ಯ ಬಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಾರಿ ಕೀರ್ಮೋಥೆರಪಿ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಅವರು ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ.

ಬುಧವಾರ ಲಂಡನ್ನಿಗೆ ಬಂದ ದಿನ ತುಂಬ ಆಯಾಸಕರವಾಗಿದ್ದಿತು. ಗುರುವಾರ ನಾನು ಬರೆದೆ : "ದೇವರೊಟ್ಟಿಗೆ ಇರು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಏನನ್ನಾದರೂ ಯೋಗ್ಯವಾದುದನ್ನು ಮಾಡುವವರೆಗೂ ಈ ರೋಗವು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವ

ಮಾಡದಿರಲಿ'. ತುಂಬ ವಿವೇಕದ್ದು. ಅನಂತರ ನಾನು ದಡ್ಡತನದ ದುಡುಕಿನ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ. ರೈಲಿನ ಮೂಲಕ ಡಲವಿಚ್‌ನಿಂದ ಮಧ್ಯ ಲಂಡನ್ನಿಗೆ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಗೆ ವಿರಾಮ ಕೊಡಲು ನಾನೊಬ್ಬನೇ ಹೋದೆ. ನಾಲ್ಕು ವರುಷ ನಾವು ಮಧ್ಯ ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಕಳೆದಿದ್ದು, ಅದರ ಸಂತಸದ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಶನಿವಾರ ನಾನು ವಿವಾಹವೊಂದನ್ನು ಮುಗಿಸಿ ಮರಳುತ್ತಿದ್ದಾಗ ತುಂಬ ಸುಸ್ತಾಗಿ ಅಸ್ವಸ್ಥನಾದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಟೈಯನ್ನು ಸಡಿಲಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಸೋಮವಾರ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿದ್ದ ಗುಂಟು ಏಕಾಏಕಿ ಅಗಲದಲ್ಲಿ ಮೂರ್ಮಾಲ್ಟು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು ಗೋಚರಿಸಿತು. ಹಿಂದೆಂದೂ ಆ ರೀತಿಯ ವೇಗಗತಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಉಂಟಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಉಷ್ಣಮಾಪಿಯು ಸೌಮ್ಯ ಜ್ವರ ಇರುವುದನ್ನು ತೋರಿಸಿತು.

ನನ್ನ ತೊಂದರೆ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ, ಸೋಮವಾರ, ಜುಲೈ ೬ರಂದು, ನಮ್ಮ ನಿಗದಿತ ದಿನಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲೇ, ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸಡೆನ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಡಾ. ಕುಪೋವ್‌ಸ್ಕಿ ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿದರು. ಲಂಡನ್ನಿನಿಂದ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಬರೆದ ಪತ್ರದಿಂದ ನಾನು ಉದ್ಧರಿಸುತ್ತೇನೆ :

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಜಗತ್ತಿನ ಮೊದಲ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸಡೆನ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರು ಗ್ರಂಥಿಯು ತನ್ನ ಘಟ್ಟವನ್ನು ಬದಲಿಸಿ ಮುಂದಿನದಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ವಿಳಂಬ ಮಾಡದೆ ಸೂಜಿಯಿಂದ ಹೀರಲಾಯಿತು. ಪರೀಕ್ಷೆಯು ಅದರ ಕೆಳಗಿನ ಘಟ್ಟ ಬದಲುಗೊಂಡಿರುವ ಚಿಹ್ನೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬರೆದ ಏಕೈಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಡಾ. ಕುಪೋವ್‌ಸ್ಕಿ. ಅವರು ಆಗ್ಮೆಂಟನ್ ಎಂಬ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಬಿಸೋನನ್ನು ಕೊಡಲು ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದರು. ಕಾರ್ಬಿಸೋನ್ ಒಂದು ಅಪೂರ್ವ ಔಷಧಿ ಅದು ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಹಂತದವರೆಗೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಅದು ಬಳಕೆ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಗ್ರಂಥಿಗಳಲ್ಲಿನ ಸೋಂಕು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಲೇ ಡಾ. ಕುಪೋವ್‌ಸ್ಕಿ ಫುಡರಬಿನ್ ಎಂಬ ಹೊಸ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವಿರೋಧಿ ಔಷಧವನ್ನು ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದರು. ಫುಡರಬಿನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೆ ನಾನು ಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬೇಕೆ ? ವೈದ್ಯರು ಅದಕ್ಕೆ ಕಾಯಬಹುದು ಎಂದು ವಿವೇಕಯುಕ್ತವಾಗಿ ಹೇಳಿದರು. ಅದನ್ನೇ ಡಾ. ಗಾಲ್ಮನ್ ಪುರಸ್ಕರಿಸಿದರು. ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಕೋರ್ಸ್ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದುದರಿಂದ ಆ ವಾರ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆ.

೫ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ಲಂಡನ್

ಜೀವನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಿಂತ ದೊಡ್ಡದೆಂದು ಗುರುತಿಸಲು ಗಮನವನ್ನು ಬೇರೆಡೆ ಸೆಳೆಯುವ ಕಿರಿಕಿರಿ (ಯಾವುದೇ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದುದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು). ನಾನು ಅದನ್ನು



ಬಂದು ಅನಿಷ್ಟವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೂ ಈ ಅನಿಷ್ಟಕೆಲವು ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ನನಗೆ ಕಲಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಬದಲಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ದಿನದಿಂದ ದಿನ, ಘಂಟೆಯಿಂದ ಘಂಟೆ ದೇವರ ಸಮೀಪ ತಂದಿದೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನೂರು ಧರ್ಮೋಪದೇಶಗಳು ಮಾಡಲಾಗದದನ್ನು ಈ ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರ ಕೋಶಗಳು ಮಾಡಿವೆ.

ನಾನು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ಗೆ ಹೊರಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಇಂದು ಶನಿವಾರ, ಕತ್ತಿನ ಗಂಟುಗಳು ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಕರಗಿವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದೆ. ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಬಹುಶಃ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರಬೇಕು.

೮ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಲಂಡನ್ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣ.

ದೇವರನ್ನು ಹೊಗಳಿ ಆತನ ಎಲ್ಲ ಕರುಣೆಗಾಗಿ

ನಿನ್ನ ಕರುಣೆ ಪ್ರತಿ ಮುಂಜಾನೆ ಹೊಸತು

ಇಳಿಯುವ ಅರ್ಧ ಘಂಟೆ ಮೊದಲು

ಜೀವನದ ಎಲ್ಲ ಕೊಡುಗೆಗಳಿಗಾಗಿ, ಈ ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ದೇವರನ್ನು ವಂದಿಸುವೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಕತ್ತಿನ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ರೂಪುಗಟ್ಟಿರುವುದನ್ನು (ಗ್ರಂಥಿಯ) ಗಮನಿಸಿದೆ. ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್, ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಮತ್ತು ಗುಣಪಡಿಸುವ ದೇವರ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಈ ಕಾರ್ಯವಿಧಿ (ಗಂಟಿನ) ವೇಗಗತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದು, ಇಲ್ಲವೆ ಸ್ಥಿತಿಗೊಳ್ಳುವುದು. ಏನಾದರೂ ಆಗಲಿ, ನಾನು ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಬದುಕಿದ್ದೇನೆ

ನಾನು ಸುಸ್ವಾಭಾವವೆಂದು ಅಪಾಯ. ಕಳೆದ ತಿಂಗಳಿನಿಂದ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲದಿಂದ ನಾನು ಬದುಕಿರುವ ಇಚ್ಛೆ ಕುಗ್ಗುತ್ತಿದೆ. ನಾನು ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಪ್ರತಿಯೋಧವಿಲ್ಲ. ನಾನು ಪ್ರೀತಿಸುವ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟೊಂದು ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವ ಘೆನಿ (ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ) ಯಿಂದಾಗಿ ಉಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ಆಕೆಯ ವ್ಯಾಕುಲತೆಯ ಸಂಕೀರ್ಣವನ್ನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟ

ನಾನು ಹೋಗಲು ಸಿದ್ಧ

ನರಳಲು ಮತ್ತು ಎಳೆಯಲು ಅಷ್ಟು ಸಿದ್ಧನಿಲ್ಲ

ದೇವಾ, ನಾನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಡ. ನಾನು ಬಳಲಿದ್ದೇನೆ, ತುಂಬಾ ಬಳಲಿದ್ದೇನೆ. ಹೊರಗೆ ನಾನು ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನನ್ನ ಧೈರ್ಯ ಕಾಪಾಡಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನೊಳಗೆ ಉಳಿದಿರುವುದು ಅತ್ಯಲ್ಪ.

ಅರ್ಧ ಘಂಟೆಯ ನಂತರ ವಿಮಾನ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ್ನು ತಲುಪಿತು. ಅಲ್ಲಿನ ಒಳಭಾಗದಿಂದ ಹೊರಬಂದ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಚೇತನ ಮೇಲೆದ್ದಿತು.

ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದ ಟರ್ಮಿನಲ್‌ನಿಂದ ಹೊರಬಂದಾಗ ನಾನು ಹಸನ್ಮುಖದ ಆರ್ಟ್‌ಕರೂಪದ ಅಲನ್ ಗ್ರಿಫಿತ್ಸ್‌ರನ್ನು ಜನಸಂದಣಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡೆ. ಆ ಕೂಡಲೇ ಸಹಜವಾಗಿ ಈಗ ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುವುದೆಂದು ತಿಳಿದೆ. ಅದು ಹಾಗೆಯೇ ಆಯಿತು. ಸ್ನೇಹಿತರ ಪ್ರೀತಿ-ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಆ ರೀತಿ ಮಾಡಿದೆ. ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಳಿದ ಮೇಲೆ, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದ ಅಲನ್ ಗ್ರಿಫಿತ್ಸ್ ಮತ್ತು ಲಂಕಾಸ್ಟರ್ಸ್, ಸ್ಟೈಲಾರ್ ಮತ್ತು ಅಲಿಸ್, ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ನಾನು ಚಹಾ ಸೇವನೆಗೆ ಸುತ್ತ ಕುಳಿತೆವು. ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ತುಂಬಾ ನಿರುತ್ಸಾಹನಾಗಿದ್ದೆ. ನಾನು ಅವರನ್ನು ಅನೇಕ ವರುಷಗಳಿಂದ ಭಿಕ್ಷಿಯಾಗಿರದಿದ್ದರೂ, ನನ್ನನ್ನು ತಲುಪಿದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹದ ಹೊಳಪನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಅವರು ಜಾಗತಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದುದು ನನ್ನನ್ನು ನನ್ನ ಚಿಕ್ಕ ಹಾಲ್ವಸ್ ಜಗತ್ತಿನಿಂದ ಹೊರಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಯಿತು.

ದೇವರ ಕರುಣೆಯ ನಂತರ ನಾನು ಕಳೆದ ವಾರಗಳಿಂದ ಸ್ನೇಹಿತರ ರೆಕ್ಕೆಯ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಪ್ರೀತಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಪಡೆದು ಹಾರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಲಂಡನ್ ಮತ್ತು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನ ಟಾಟಾ ಕಛೇರಿಗಳು ಮೂಲಾಧಾರವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದವು. ನಾನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಅದೃಷ್ಟವಾಲಿ.

೮ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್

"ದೇವಾ, ನನ್ನ ಕತ್ತಲು ನನ್ನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡದಿರಲಿ" ಸಂತ ಅಗಸ್ಟೀನ್. ಆತ್ಮದ ಕತ್ತಲೆಯ ರಾತ್ರಿ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಪರ್ವಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಸ್ನೇಹ ಮತ್ತು ಮಮತೆಯ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಅದನ್ನು ಸನಿಹದಲ್ಲಿಯೇ ದೂರಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈಗಿರುವಂತೆ ಕತ್ತಲ ರಾತ್ರಿ ಆ ಮೊದಲು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ನಿನ್ನನ್ನು ಚಿಂತೆಗೀಡು ಮಾಡದಿರಲಿ. ಬೇರೆಯವರು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡು ನಿನ್ನ ಅನುಭವದ ಆಳ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ.

೧೦ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್

ಆಯಾಸಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಡ. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದೇವರು ಮಾಡಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಆತ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ (ಉಳಿದದ್ದು ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಅರ್ಹವಲ್ಲ).

ನಿನ್ನ ಶಾಂತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಪ್ರತಿದಿನ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿ ನೀನು ನಿನ್ನನ್ನು ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸಿಕೊ. ಪ್ರತಿದಿನ ಹೊಸತೆನ್ನುವಂತೆ ಆತ ತನ್ನ ಬೀಷವನ್ನು ಹೊಸತೆನ್ನುವಂತೆ ಪ್ರತಿ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಕೊಡುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ದೇವರ ಗುಣಗಾನ ಮಾಡು. ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುವುದು.

\* (ಅವರು ಆಸ್ತೇಲಿಯದ ಏಳು ಫ್ರಾನ್ಸ ಮಂತ್ರಿಗಳಿಗೆ ವಿದೇಶ ನೀತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಸಲಹಾರಾರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಕೇವಲ "ಆರು", ಏಕೆಂದರೆ ಏಳನೆಯವರು ತಮ್ಮ ಸಲಹೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲವಾದುದರಿಂದ.)

ಲಂಡನ್ನಿನ ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸ್‌ಡೆನ್ ಮತ್ತು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ಕಡೆ ಸೂಚಿಸಿದ ಔಷಧಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ, ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಎಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಉದ್ಭವಿಸಿತು. ವಿದೇಶದ ಬದಲು ಭಾರತಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿದ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಕೀಮೋ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬುದು ನನ್ನ ವನದಿಚ್ಛೆ. ಔಷಧಗಳ ಸಂಭವನೀಯ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಎಚ್ಚರಿಕೆ, ಫ್ಲೂಡರಬಿನ್‌ಗಿಂತ ಬಹುಶಃ ವಿಕಿರಣತೆ ನನ್ನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಕಡಿಮೆ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದುದೆಂದು ಅದರ ಚೊತೆ ಹೋಗಿ ಬಯಸಿದೆ. ದೇವರು ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವಂತೆ, ಎರಡೂ ಬೇಡಿಕೆಗಳಿಗೆ ಶರಣಾಗತನಾಗುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೆ.

೧೩ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್

ಈ ತಿಚ್ಛವಾದ ನೋವು (ಸೋಂಕಿದ್ದಾಗ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ತೋರುವುದೆಂದು ಕರುಣೆ) ಅಥವಾ ಚಲನೆಯಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ (ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಜೂನ್, ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಜುಲೈ) ಇಲ್ಲವೆ ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನೀನು ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ ಔಷಧಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಇಲ್ಲವಾದರೆ ಬಿಡದ ಜ್ವರ ಮತ್ತು ಉಡುಗಿದ ಚಲನ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನೀನು, ನಿನಗಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನಿಷ್ಟದ ಪೀಡೆಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತೀ.

೧೪ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಏರ್‌ವೇಸ್ ಮರಳುವ ವಿಮಾನ ಯಾನ ೧೭೮ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕಿನಿಂದ ಲಂಡನ್ನಿಗೆ

ನಾನೆಂದೂ ಭೆಟ್ಟಿಯಾಗಿರದ ಡಾ. ರಾಜುಲ್ ಪಾರೀಖ್‌ರ ಫೋನ್ ಕರೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ನಿನ್ನೆಲ್ಲ ಆಶೀರ್ವಾದಕ್ಕೆ ದೇವಾ ನಿನಗೆ ವಂದನೆಗಳು. ನಮ್ಮಿಬ್ಬರಿಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ನಾನು ಅಮೆರಿಕೆ ಬಿಡುವ ಹನ್ನೆರಡು ಘಂಟೆಗಳ ಮೊದಲು ಫೋನ್ ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅವರು ತುಂಬ ವಿಷಕಾರಿಯಾದ ಫ್ಲೂಡರಬಿನ್ ಅನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿಡಲು ಸೂಚಿಸಿದರು. ತಾವು ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಎಪ್ಪತ್ತರ ವಯಸ್ಸಿನ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು ಅವರೆಲ್ಲ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದಾರೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಔಷಧದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲವೆಂಬ ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದ, ಬಹುಪಾಲು ವೈದ್ಯರು ಅದನ್ನು ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಚಕ್ರದ ಸಂಪೂರ್ಣ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ರೋಗಿಯ ದೇಹ ಗಾತ್ರವನ್ನಾಧರಿಸಿ ಔಷಧ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಅವರ ವಯಸ್ಸನ್ನಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಅವರ ಪ್ರಕೃತಿ ಯನ್ನಾಗಲೀ ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಭಾರತೀಯನ ಪ್ರಕೃತಿ ಅಮೆರಿಕೆಯವನಷ್ಟು ಬಲಯುತವಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ಅಂಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನವಿಟ್ಟು, ಕೀಮೋಥೆರಪಿ ಕೊಡುವ

ಅನುಭವಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ದೇವಾ, ನೀನು ನನಗೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಮಾಡಿರುವೆ. ನಿನ್ನ ಸೇವೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡು. ಪ್ರತಿ ದಿನ ನಿನ್ನ ಮೇಲಿರುವ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ.

೧೮ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ಬ್ರೈಟನ್ ಸಮೀಪ

ನಿನ್ನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಬಲಹೀನತೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸು ; ನಿನ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ  
ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ; ಶರಣಾಗತಿಯ ನಿನ್ನ ಅಪೇಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ  
ಹೋರಾಟ ವೃಥಾವೆಂದು ಹೇಳದಿರು  
ಶ್ರಮ ಮತ್ತು ಗಾಯಗಳು ನಿರರ್ಥಕ  
ಶತ್ರು ಧೈರ್ಯಗೇಡಿಯಲ್ಲ, ಸೋಲುವವನಲ್ಲ  
ವಸ್ತು ಸ್ಥಿತಿಯಿರುವಂತೆ ಅವು ಉಳಿಯುವ

'ಹೋರಾಟ ವೃಥಾವೆಂದು ಹೇಳದಿರು' ಎಂಬ ಆರ್ಥರ್ ಕ್ಲೋನ ಆಕರ್ಷಣೀಯ ಸಾಲುಗಳಿವು.

ನೀನು ನಿನ್ನ ಜೀವನ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳಲು ಆಜ್ಞೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞ ಒಳಗಿನಿಂದ ದಾರಿ ತೋರುವ ಅಂತರಂಗದ ಧ್ವನಿ ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಶಿಕ್ಷಕ.

೨೧ ಜುಲೈ ೧೯೯೫, ಚೆಸ್ಪರ್ ಬಳಿ

(ಅದಕ್ಕೇನೂ ಅವಸರವಿಲ್ಲವೆಂದು ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದ್ದರಿಂದ ಮುಂದಿನ ಕೀಮೊ ಸುತ್ತಿಗಿಂತ ಮುಂಚೆ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ).

ದೇವರು ನಿನಗೇನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಮತ್ತು ನಿನ್ನಿಂದ ಏನು ಮಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕೋಣ.

ಈ ಹಾಜಿಕ್‌ನ ಅಲ್ಲದ ಲಿಂಫೋಮ ಅರ್ಧಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದಂತಹದು. ಡಾ. ಗಾಲ್ಡನ್ ಅದನ್ನು 'ವಿಚಿತ್ರ ವ್ಯಾಧಿ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಈ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸುವುದರಿಂದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಅದರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬ ಕಷ್ಟನಾಡುವುದೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅವರಿಗೆ ಅದು ಮೇಲ್ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಬದಲುಗೊಂಡಾಗ ಇಲ್ಲವೆ ವೇಗ ಗತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡುದನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿದರೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗ ಕೈಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಯಾವಾಗ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯದು.

೨೧ ಜುಲೈ ೧೯೯೫

ಕತ್ತಿನ ಗಂಟುಗಳು ಹಿಂದೆ ಸರಿದಿವೆ, ಕೈಯೊಂದು ಮಧ್ಯ ಪ್ರಾಪೇಶಿಸಿ ಹೇಳುವಂತೆ: 'ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ, ಮುಂದೆ ಬೇಡ'.

ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಕೇಳುವೆ, 'ಏಕೆ ?'

ದೇವರೇ, ನಿನ್ನ ಕೃಪೆಗೆ ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಪ್ರೀತಿಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಯೋಗ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು.

ನಾನು ದೇವರಿಗೆ ಈ ಎಲ್ಲವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇನೆ: ಆತ ನನಗಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ. ನಾನು ನಿನಗೇನು ಮಾಡಬಲ್ಲೆ? ಉತ್ತರ ಹೀಗಿದೆ:

'ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿದಂತೆ ಇತರರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸು.'

ಪ್ರತಿ ದಿನ ಆತ ತನ್ನ ಸಮೀಪ ಸೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಒಂದು ದಿನ ಆತ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಪ್ಪಿಹೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ದೇವರ ಪ್ರೀತಿಯ ರೆಕ್ಕೆಗಳ ಮೇಲಿರುವ ಘನಿ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಬಹುಶಃ ಆತನ ಯೋಜನೆ. ಇನ್ನಾವ ಹೋಟೆಲು ನಮಗೆ ಕೊಡದಷ್ಟು ಅಂತಹ ಅಪೂರ್ವ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಲಂಡನ್ ಮತ್ತು ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಟಾಟಾರವರು ಒದಗಿಸಿದ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಎಂ.ಆರ್.ಎ. ಅವರ ಮನೆಗಳು ನೀಡಿದ ಪ್ರೀತಿ ವಾತ್ಸಲ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದು ಅದರಿಂದ ಉಳಿದಿದ್ದೇವೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿರಿಸಿದ ಆತನ ಶಕ್ತಿ ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದು.

ಎಫ್.ಐ.ಎನ್. ೧:೨೦

ದೇವರಿಗೆ ನಿನ್ನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಲು ಸ್ಥಳ ನೀಡುವುದು ನೀನು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಸಂಗತಿ.

೨೫ ಜುಲೈ ೧೯೯೫

ನಿನ್ನ ಸಂತೋಷ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ, ಬರೆಯುವುದರಲ್ಲಿ, ಓದುವುದರಲ್ಲಿ, ಸೃಜನಶೀಲತೆಯಲ್ಲಿ, ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದರಲ್ಲಿ, ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ. ದೇವರನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ಇವುಗಳಿಂದ ವಂಚಿತನಾಗಬೇಡ.

೨೬ ಜುಲೈ ೧೯೯೫

ಹೆಚ್ಚಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿನ್ನನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾನೆ, ಹೆದರಬೇಡ.

ಆತ ಹೇಳಲಾಗದ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ನಿನಗಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ. ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿದಂತೆ ಅದನ್ನು ಆತ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರಿಯ ದೇವಾ, ನನ್ನ ಜೀವನ ಸರಳವಾಗಿರಲಿ. ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರೇಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿರಲಿ. ಇತರರಿಗೆ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿವಾತ್ಸಲ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರಲಿ, ಮತ್ತು ಅವರ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಶುಭಾಶಯಗಳು.

ಈ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ಮತ್ತು ಅಪ್ರಸ್ತುತ ವಿಷಯಗಳ ಮಧ್ಯದ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ನೀನು ತಿಳಿಸುತ್ತಿರುವೆ.

ನಿನ್ನ ಜೀವನದಾದ್ಯಂತ ನೀನು ಜೀತದ ಡ್ರೈವರ್ ಆಗಿದ್ದೀಯೆ - ನಿನ್ನ ಡ್ರೈವರ್.

೨೯ ಜುಲೈ ೧೯೯೫

ನಿನ್ನ ಜೀವನ ವಿಧಾನ ನಿನ್ನ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ನಿನ್ನ ಯೋಜನೆಯಾಗಿರದೆ, ಅದು ದೇವರು ಇತರರ ಮೂಲಕ ನಿನಗಾಗಿ ರೂಪಿಸಿರುವುದಾಗಿದೆ.

ನಿನಗೆ ಏನು ಅವಶ್ಯಕ ಎಂಬುದು ಆತನಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತು. ನಿನಗೆ ಏನು ಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನಷ್ಟೇ ನೀನು ತಿಳಿದಿರುವೆ.

೩೦ ಜುಲೈ ೧೯೯೫

ನಿನ್ನ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಬದಲಿಸು.

೮೦೦ ಸಿಸಿ ಎಂಜಿನ್ ಮೇಲೆ ವರ್ಸಿಡಿಜ್ ಬೆಂಚ್ ಬಾಡಿಯನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲು ನೀನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವೆ.

೧೯೮೯ರಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮೊದಲ ಬಾರಿ ಅಮೆರಿಕೆಗೆ ಹೋದಾಗ, ಲಂಡನ್ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಕುರ್ಚಿಯ ಮೇಲೆ ತಳ್ಳಿಕೊಂಡು ಹೋದಾಗ ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ನೀರು ಬಂದಿದ್ದಿತು. ನಾನೀಗ ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ಈಗ ಮುಂಬಯಿ ವಿಮಾನಕ್ಕೆ ಲಂಡನ್ ವಿಮಾನ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ತಳ್ಳಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವಾಗ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇದ್ದೇನೆ. ಯಾವಾಗ ಹೋರಾಡಬೇಕು, ಯಾವಾಗ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ನಮ್ಮ ಇತಿಮಿತಿಯನ್ನು ಮನಸಾ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಬೇಕು.

## ೮ ಮರಳಿ ಭಾರತಕ್ಕೆ

ನಾನು ೧೯೯೫ರ ಆಗಸ್ಟ್ ೫ ರಂದು ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಮರಳಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ನಾನು ಬರೆದೆ: 'ದೇವರು ನಿನಗೆ ಹರ್ಷೋನ್ಮಾದವನ್ನು, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಅದು ತನ್ನ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆತ ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾನೆ.'

ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಭಾರತಕ್ಕೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರುವ ಮೊದಲು, ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ 'ಸ್ಯಾಮುಯೆಲ್ ಜಾನ್‌ಸನ್‌ನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳಿಂದ ದೈನಂದಿನ ಓದು' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡೆ. ಬಾಸ್‌ವೆಲ್‌ನ ಮೂಲಕ ಸಾಮ್ಯುಯೆಲ್ ಜಾನ್‌ಸನ್‌ನ ಅಪೂರ್ವ ಜೀವನದ ಮೂಲಕ ಡಾ. ಜಾನ್‌ಸನ್ ಧರ್ಮಶ್ರದ್ಧೆಯುಳ್ಳ ಮನುಷ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಆಗಲೇ ತಿಳಿದಿದ್ದೆ. ಸಾಹಿತ್ಯದ ಈ ಅಸಾಧಾರಣ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ನೂರಾರು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳನ್ನು ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಪರಿಪಾಠ ಹೊಂದಿದ್ದನೆಂಬುದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಈಗ ಪುನರ್‌ಮುದ್ರಣಗೊಂಡಿವೆ. ಚಿಕ್ಕ ಗಾತ್ರದ ಈ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ನಾನು ಉದ್ಧರಿಸುತ್ತೇನೆ:

ನನ್ನ ಬಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ನನ್ನ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿ, ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿ ನಾನು ನೈಜಸೇವೆ ಮಾಡುವಂತೆ ಮತ್ತು ನೀನು ನನಗೆ ಕೊಡಬೇಕಾದ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಂತೆ ನನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ನೀನು ವಿಸ್ತರಿಸಿರುವೆ.

ನೀನು ನನಗೆ ಕೊಡಬೇಕಾದ ಕಾಲಾವಕಾಶವನ್ನು ಸದುಪಯೋಗವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು, ಎಲ್ಲ ಕೆಟ್ಟ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು, ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಕೆಲಸವನ್ನು ದೂರವಿರಿಸುವಂತೆ ಮತ್ತು ನೀನು ನನ್ನ ಮುಂದಿರಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ಕೈಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಲು ನನ್ನ ಪವಿತ್ರ ಚೇತನದಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೇರಿಸಿದೀಯೆ.

ಫ್ಲಾಡಬಿನ್ ತೀರ ಈಚಿನ ತುಂಬ ಪ್ರಬಲ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಔಷಧಿಯೆಂದು ಡಾ. ಕಾಪಿಂವಾಸ್ಕಿ ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿಯಾದರೆ ಎರಡು ಮೂರು ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ತೊಂದರೆಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುವುದಾಗಿ ಅವರು

ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತೆ ಹೇಳಿದರು. ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಡಾ. ಸುಭಾಷ್ ಗುಲಾಟಿ ಕೂಡಾ ಅದನ್ನೇ ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಟಾಟಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನಲ್ಲಿ, ನಾನು ಫ್ಲಡರಬಿನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದು 'ಪ್ರತಿರೋಧಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರಬಲ ದಮನಕಾರಿ' ಎಂದು ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿದ್ದರು. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಐದು ದಿನಗಳ ಚಕ್ರದಂತೆ. ಅದನ್ನು ನಾನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾನು ಅವರಿಂದ ದೂರ ಹೋಗುವಂತಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಸೋಂಕಿನ ಸಂಭಾವ್ಯತೆ. ಅದು ಎದೆಯದ್ದಾಗಿರಲಿ ಇಲ್ಲವೆ ಜಠರದ್ದಾಗಿರಲಿ ಅದನ್ನು ಕೂಡಲೇ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು. ಎದೆಯ ಮೇಲಿನ ಅವರ ಕಾಳಜಿ ತುಂಬ ನೈಜವೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿ ನ್ಯೂಮೊಸಿಸ್ಟಿಸ್ ಕಾರಿನಿಯೈ ಎಂಬ ಜೀವಾಣುವಿದೆ. ಪ್ರತಿರೋಧಶಕ್ತಿ ಕಳೆದುಹೋದಾಗ ಅದು ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳುವುದು. ಆಗ ದೊರೆಯ ಎಲ್ಲ ಕುದುರೆಗಳು ಮತ್ತು ದೊರೆಯ ಎಲ್ಲ ಜನರು 'ರೋಗಿಯನ್ನು ಮುನ್ನಾಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರಲಾರರು.

ನ್ಯೂಮೋನಿಯ ಹೀಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ನಂತರದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ತುಂಬ ಅಪಾಯಕಾರಿ.

ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಸತ್ಯ ನುಡಿಯುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಷ್ಟಕರ ನಿರ್ಣಯ. ಆತ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಮೊದಲು ರೋಗಿಗೆ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳದಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಅನೈತಿಕ ಪದ್ಧತಿಯೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ತೀವ್ರತರ ಮತ್ತು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಬಲ್ಲ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪುವ ಇಲ್ಲವೆ ಒಪ್ಪದಿರುವ ಹಕ್ಕು ರೋಗಿಗಿರಬೇಕು. ಅಮೆರಿಕೆಯ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಂದು ವೈದ್ಯರ ಆಫೀಸಿಗೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ಒಂದು ನಿಗದಿತ ಪ್ರಶ್ನನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಸಹಿ ಮಾಡಲು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ, ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಯಾವುದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೀವ್ರ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಸಾವನ್ನು ಕೂಡಾ ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲದು ಮತ್ತು ನೀವು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಸಂಭವನೀಯ ತೊಂದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿದ್ದರೂ ಅವರ ಸಲಹೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತೀರಿ ಎಂದು ದಾಖಲಿಸಿರುತ್ತದೆ.

ಎಂಡಾಕ್ಸ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ನು ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ವರ್ಜ್ಯ ಮಾಡಿ ಎದುರಿಸಿದೆ. ಔಷಧದ ಪ್ರಬಲ ವಿಷದ ಅಪಾಯ ಸೂಚನೆ ನನ್ನನ್ನು ಕಾತರತೆ ಮತ್ತು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸಿದ್ದಿತು. ಮೂರು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ದೇವರ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ನಾನು ಕೀಮೋವನ್ನು ಉಪಾಸಕರೊಬ್ಬರ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೂಲಕ ಎದುರಿಸಬಲ್ಲವನಾಗಿದ್ದೆ. ಈಗಲಾದರೂ ನಾನು ನನ್ನದೇ ಆದ ಅತ್ಯಲ್ಪ ಸಾಧನ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ನೆಚ್ಚಿಕೊಂಡಿರಬೇಕಾಯಿತು.

ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ಕಾರಣದಿಂದ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯು ಆಗಸ್ಟ್ ೨೦ರವರೆಗೆ ಮುಂದೂಡಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅಪೇಕ್ಷೆಯಿಂದ ಬಂದ ಸ್ನೇಹಿತರ ಅನುಕಂಪವನ್ನು ನಾನೆಂದಿಗೂ ಮರೆಯಲಾರೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಈ ಬಾರಿ ಟಾಟಾ ಸ್ಮಾರಕ



ಆಸ್ವತ್ತೆಯ ಖಾಸಗಿ ವಾರ್ಡಿನ ಪ್ರಧಾನ ಸಿಸ್ಟರ್, ಸಿಸ್ಟರ್ ಮೇರಿಕುಟ್ಟಿ ಜಾರ್ಜ್ ಅವರ ಅನುಕಂಪವನ್ನು ನಾನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆಕೆ ತೋರುತ್ತಿದ್ದ ಉತ್ಕಟ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳೊಡನೆ ಮಗ್ಗುಲಾಗಿರುವುದು ಸೇವೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಾಗಿದ್ದಿತು. ಯಾವ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಶಾಲೆಯೂ ಅದನ್ನು ಕಲಿಸದು. ಅದು ಅನುಕಂಪದ ಹೃದಯದಿಂದ ಮತ್ತು ದೇವರಲ್ಲಿಟ್ಟಿರುವ ಆಳವಾದ ನಂಬುಗೆಯಿಂದ ಬರಬೇಕು. ನನಗೆ ಆಕೆಯ ಆರೈಕೆಯ ಗುಟ್ಟು ಏನೆಂಬುದು ಕಳೆದ ಎರಡು ರಾತ್ರಿಗಳವರೆಗೂ ಗೊತ್ತಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆಕೆಯ ವಾರ್ಡಿನಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯಾಗಿದ್ದ ಹದಿನೆಂಟು ವರುಷದ ಯುವತಿಗಾಗಿ, ಆಕೆ ರೋಗಿಯ ಬಗ್ಗೆಲ್ಲದೆ, ಆಕೆಯ ಹೆತ್ತವರ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬ ವೃಥೆಪಟ್ಟು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಗುಟ್ಟು ಹೊರಬಿದ್ದಿತು.

ನಾನು ಐದು ದಿನ ದಿನಕ್ಕೊಂದರಂತೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಔಷಧದ ಐದು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದನ್ನು ಮೂರು ದಿನಗಳು ಪಡೆದೆ. ನಾಲ್ಕನೆಯ ದಿನ ಎಲ್ಲವೂ ಸಿದ್ಧವಾಗಿದ್ದಿತು. ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್‌ಗಳನ್ನು ಆಗಲೇ ನನಗೆ ಕೊಡಲಾಗಿದ್ದಿತು. ಮುಖ್ಯ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಫ್ಲಾಟಬಿನನ್ನು ಕೊಡಬೇಕೆಂದಿತು. ಆಗ ಆ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡುವಾರದೆಂಬ ಸೂಚನೆ ಬಂದಿತು. ಸೂಜಿಯನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತೆಗೆಯಲಾಯಿತು. ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆಯ ವರದಿ ವೈದ್ಯರ ಕೈಗೆ ಆಗ ಬಂದಿದ್ದಿತು. ಅದು ನನ್ನ ಬಿಳಿ ರಕ್ತಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ೨೦೦೦ಕ್ಕೆ ಇಳಿದಿದೆ (ಸುರಕ್ಷಿತ ಮಟ್ಟದ ಅರ್ಧ) ಯೆಂದು ತೋರಿಸಿದ್ದಿತು. ನನ್ನ ರೋಗ ಉಲ್ಬಣಿಸಿದ್ದರೆ ಇಲ್ಲವೆ ನಾಗಾಲೋಟ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಅದನ್ನು ಅದರ ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೈಪಣೀಕರಣಗಳನ್ನು 'ಬೆಚ್ಚವೆಗೆ ಅಂಶ' ಲ್ಯೂಕೋಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಕೊಟ್ಟು ಹೋಗಲಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದು ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಿದ್ದು, ಔಷಧವನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಡದಿದ್ದರೂ, ಅವರು ಲ್ಯೂಕೋಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟರು.

ಲ್ಯೂಕೋಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಕೊಟ್ಟ ಹದಿನಾರು ಘಂಟೆಗಳ ತರುವಾಯ ರಕ್ತ ಕಣಗಳ ವೇಗಿಕೆ ೧೦,೨೦೦ಕ್ಕೆ ಏರಿತು. ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆಯು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದೆಯೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿದೆ. ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಬೇರೊಂದು ಪ್ರಯೋಗಶಾಲೆ ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆಬೇಕೆಂದು ಕೋರಿದೆ. ಮರುದಿನ ಲ್ಯೂಕೋಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಮತ್ತೆ ಚುಚ್ಚಿ ಕೊಡಲಾಯಿತು. ಆಗ ಬಿಳಿ ರಕ್ತಕಣಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಅಪವಾದವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಮಟ್ಟ ೧೨,೦೦೦ಕ್ಕೆ ಏರಿತು. ಲ್ಯೂಕೋಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲಾಯಿತು. ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ಥಿತಿ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದು ಮತ್ತೆ ಅದಕ್ಕೆ ಘಾತವನ್ನುಂಟು ಮಾಡದಿರಲು ಮತ್ತು ಫ್ಲಾಟಬಿನನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲಾಯಿತು ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದುದನ್ನು ನಾನು ಅನಂತರ ವೈದ್ಯರ ಮೂಲಕ ತಿಳಿದೆ. ನಾನು ವೈದ್ಯರಾದ ಎಸ್. ಹೆಚ್. ಅದ್ವಾನಿ ಮತ್ತು ಪೂರ್ವಿಶ್ ಪಾರೀಖಿ ಅವರ ಅಂತರ್ದೃಷ್ಟಿಗಾಗಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಕೃತಜ್ಞ. ಆಗ ಆಸ್ವತ್ತೆಯ ನಿರ್ದೇಶಕನಾಗಿದ್ದ ಡಾ. ಆರ್.ಎಸ್. ರಾವ್ ನೀವು ಈಗಾಗಲೇ ಸಾಕಷ್ಟು ಕೀರ್ಮೋಛರಣೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ನನಗಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ಭಾರ ಸಾಲದೆಂಬಂತೆ ನಾನು ಬೆನ್ನಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆಲೇ ನೋವಿನಿಂದ ಹಿಡಿಯಲ್ಪಟ್ಟೆ. ನಾನು ನನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಒರೆಸುವಾಗ ಬಹುಶಃ ಜೋರಾಗಿ ತಿರುಗಿರಬೇಕು. ಅದರಿಂದ ಎಷ್ಟೂ ಚಲಿಸದಾಗಿದ್ದೆ. ಮುಂಬಯಿಯ ಹೆಸರಾಂತ ಅಸ್ತಿಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಡಾ. ಕೆ. ವಿ. ಚೌಬಲ್ ಕೃಪೆಯಿರಿಸಿ ಬಂದು ನನಗೆ ಏಳು ದಿನ ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ಬೆನ್ನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಿಲ್ಲವೆಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಎಂಆರ್‌ಐ (ಮ್ಯಾಗ್ನೆಟಿಕ್ ರೆಸೋನೆನ್ಸ್ ಇಮೇಜಿಂಗ್, ಕಾಂತ ಪ್ರತಿಧ್ವನಿತ ಚಿತ್ರೀಕರಣ)ಗೆ ಒತ್ತಾಯಿಸಿದರು. ನನ್ನನ್ನು ಟಾಟಾ ಸ್ಮಾರಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಬ್ರೀಚ್‌ಕ್ಯಾಂಡಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಎಂ.ಆರ್‌.ಐ.ಗಾಗಿ ಕರೆದೊಯ್ಯಲಾಯಿತು. 'ಅದು ಒಳಕ್ಕೆ ಏನನ್ನೂ ಸೇರಿಸದೆ ಮಾಡುವ ಪರೀಕ್ಷೆ' ಎಂದು ಒಬ್ಬ ರೇಡಿಯಾಲಜಿಸ್ಟ್ ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ಶೈತ್ಯೀಕರಣದ ಕೊಠಡಿಯೊಳಕ್ಕೆ ಕೊನೆಗೆ ಹೋದಾಗ, ಮುಖವನ್ನೊಳಗೊಂಡಂತೆ ಇಡೀ ದೇಹವನ್ನು ನನ್ನ ಮುಖದಿಂದ ಎಂಟು ಇಂಚು ದೂರವಿದ್ದ ಉಕ್ಕಿನ ಹಂದದ ಸುರಂಗದೊಳಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಲಾಯಿತು. ನಾನು ಗೋರಿಯೊಳಗೆ ಇರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂಬ ಅನುಭವ ನನ್ನಲ್ಲುಂಟಾಯಿತು. ಇದನ್ನು ಸುಮಾರು ನಲವತ್ತೈದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ತಾಳಿಕೊಂಡಿರಬೇಕೆಂಬುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಅದಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಒಂದು ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಂತ್ರ ನಿಂತ ಮೇಲೆ ಕರೆದಾಗ ಯಾರೂ ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಶಾಂತನಾಗಿರಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ಇದರಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ನಾನು ನನಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿ ಇರುವವನನ್ನು ಕರೆಯಬೇಕಾಯಿತು. ಸರಿಯಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆ ಈ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳ ಅಧೀನದಲ್ಲಿಲ್ಲದಾಗ, ನನಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಸ್ತುತಿಗೀತೆಯನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ

ಕೃಪೆದೋರು ದೇವಾ, ಓ ನನ್ನ ಆತ್ಮ  
 ನನ್ನೊಳಗಿರುವುದನ್ನೆಲ್ಲ, ಆತನ ಪವಿತ್ರ ಹೆಸರನ್ನು ಹರಸು  
 ಆತ ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಮರೆಯದಿರು  
 ಆತ ನಿನ್ನ ಅಸಮತೆಗಳನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವ  
 ನಿನ್ನೆಲ್ಲ ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವ  
 ಆತ ವಿನಾಶದಿಂದ ನಿನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಉದ್ಧರಿಸುವ  
 ಆತ ಪ್ರೀತಿವಾತ್ಸಲ್ಯದಿಂದ, ಕರುಣೆಯಿಂದ ಕಿರೀಟ  
 ವನ್ನಿರಿಸುವ ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ  
 ಒಳ್ಳೆಯ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಆತ ನಿನ್ನ ಬಾಯಿ ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸುವ  
 ಅದರಿಂದ ನಿನ್ನ ಯೌವನ ಹದ್ದಿನಂತೆ ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳ್ಳುವುದು.

ನಾನು ಹೇಗೆ ಸಮಾಧಾನಗೊಂಡೆ ಎಂಬುದು ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ.

ಎಂ.ಆರ್.ಐ. ಸರಿಯಾಗಿದ್ದಿತು.

ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ ನಂತರ ಈ ಬಾರಿಯಂತೆ ನಾನು ಹಿಂದೆಂದೂ ದುರ್ಬಲನಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಎರಡು ವಾರಗಳು ನಾನು ತುಂಬಾ ಸುಸ್ತಾಗಿದ್ದೆ. ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬಳಲಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ಶಕ್ತಿ ಕೊಡು ದೇವಾ, ಅದು ನನ್ನ ಮೊದಲ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ. ಈ ಬಾರಿ ಕೀಮೋ (ಫ್ಲೂಡರಬಿನ್) ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದಿತು. ಆದರೆ ಅದು ಸಿಡಿಮದ್ದು. ಕಳೆದ ಬಾರಿ ಚುಚ್ಚುಟ್ಟು ಸುಮಾರು ಎರಡು ವಾರಗಳು ನಾನು ಅನೇಕ ರಾತ್ರಿ ಹನ್ನೆರಡು ಘಂಟೆಗಳಷ್ಟು ಕಾಲ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೆ.

ಕೀಮೋದೊಡನೆ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಅಂಶ ಜನರನ್ನು ಅಂತಹ ಸಿಡಿಮದ್ದಿನಿಂದ ಬದುಕಿ ಉಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ದೇಹದಿಂದ ಏನನ್ನೋ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಿಡುತ್ತದೆ.

‘ದೇವಾ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ದಾರಿತೋರು.’

ನನ್ನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸಂವೇದನಶೀಲವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡ ಡಾ. ಅದ್ವಾನಿ ಮತ್ತು ಡಾ. ಪೂರ್ವಿಶ್ ಪಾರೀಖಿ ಅವರಿಗೆ ನಾನು ಋಣಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ವೈದ್ಯರು ರೋಗವನ್ನು ಹೊಡೆದೋಡಿಸಲು, ರೋಗಿಯ ಸುಸ್ಥಿತಿಯ ಕಡೆ ಗಮನ ಕೊಡಲಾರದಷ್ಟು ಉತ್ಸುಕರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಔಷಧವನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು ವಿದೇಶಿ ತಜ್ಞರು ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿರುವ ವೈದ್ಯ ನೀವು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಔಷಧಿ ಕೊಡುವ ರೀತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತೊಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ನನ್ನ ಬಲಹೀನ ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಖಿನ್ನತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸಂಬಂಧಿ ಡಾ. ಟಿಮಟನ್ ಉದ್ವಾಡಿಯ\* ‘ನನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಹಾಕುವುದು ಆವಶ್ಯಕ’ ಎಂದು ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದರು. ದೇಹಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಮನಸ್ಸು ವಿಚಾರಮಾಡುವುದು ಆವಶ್ಯಕ.

‘ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿತ ಹೊಂದು. ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹೊಸ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಹಾಕು.’ ಮರುದಿನ ಬರೆದೆ.

‘ನಿನ್ನನ್ನು ನಿನ್ನೆ ನೋಡಿ ಪ್ರೀತಿ ತೋರಿಸಿದ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗಾಗಿ ದೇವರಿಗೆ ವಂದಿಸು. ದೇಹ ತನ್ನ ಮುನ್ನಾ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿರು. ಇದೂ ಕೂಡಾ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ.’

ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸು. ನೀನು ಬಲವನ್ನು ಕಾಣುವೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹೊರಗೆ ಒಗ್ಗೂಡಿ ಬಿದ್ದ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿಡು. ಕಾಯಕ

\* ಒಬ್ಬ ಹೆಸರಾಂತ ಸರ್ಜನ್. ಅವರು ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ಸರ್ಜನರ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿದ್ದರು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಂದು ಅಪೂರ್ವ. ನಾನು ಕಛೇರಿಗೆ ಹೋಗಲಾರಂಭಿಸಿದಂತೆ ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸನ ಹೆಚ್ಚಿತು. ಆದರೆ ಸೊರಗಿದ ನನ್ನ ಶರೀರ ಅದಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಎರಡು ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಟುಗಳು ಕರಗುತ್ತಿವೆಯೆಂದು ವೈದ್ಯರು ಭಾವಿಸಿದರು. ಒಂದು ಗಂಟು ಮಾಯವಾಗಿದ್ದಿತು. ಗೆಚ್ಚಿಯಲ್ಲಿನ ಸಾಸೇಜ್ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದಿದ್ದರೂ ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಇನ್ನೂ ನಿರುತ್ಸಾಹಿಯಾಗಿದ್ದೆ.

ನಿನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದೇವರು ಫೇಶಿಸಬೇಕಾದುದು ನಿನಗೆ ಅಗತ್ಯ ನೀನು ವರದಿಗಳು ಮತ್ತು ವೈದ್ಯರ ಹೆದರಿಕೆ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು ಘನಾವಿತನಾಗಿದ್ದು, ನಂಬುಗೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಿಲ್ಲ.

ಅಕ್ಟೋಬರ್ ೬ರ ವೇಳೆಗೆ ನಾನು ಪಂಚಗಣಿಯಲ್ಲಿನ ಎಂಆರ್‌ಎ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕೇಂದ್ರದ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಪರಿಸರ, ಮತ್ತು ಆರ್ಟ್‌ಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಆಚಿನ ಕಣಿವೆ ಮತ್ತು ಅದರಾಚಿ ಪರ್ವತ ಶ್ರೇಣಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ನಾನು ನನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ.

ಹುಲುಸಾಗಿ ಬೆಳೆದ ಹಸಿರು ವೃಕ್ಷಗಳು, ನೀಲಿ ಆಗಸ, ಕೆಲವು ಕಂದು ವರ್ಣದ ಮೋಡಗಳು ಮತ್ತು ಸೂರ್ಯಾಸ್ತದ ಸುಂದರ ನಸುಗೆಂಪು ಕಿರಣಗಳಿಂದ ಸುತ್ತವರಿದ ಬಿಳಿ.

ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಿದ್ಧನಾಗಿದ್ದರೂ ಅಷ್ಟು ಸುಂದರವಾದ ಜಗತ್ತನ್ನು ಬಿಡಲು ದುಃಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಆತ ನನಗೆ ಬೇರೆ ಜಗತ್ತನ್ನು ಕಡೆಯಪ್ಪ ಕಡೆಯಪ್ಪ ಇದರಷ್ಟೇ ಸುಂದರವಾಗಿ ನಿರ್ಮಿಸಿದವನೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ.

ಆ ಸಮಯ, ಕೀಮೋದ ಆರು ವಾರಗಳ ನಂತರ ನಿರುತ್ಸಾಹಗೊಂಡು ನಾನು ಸುಸ್ತಾಗಿದ್ದಾಗ, ಗಂಟುಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೋ ಹೇಗೆಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಟ್ಟೆ.

ಆಹ್ವಾನ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು. ಅಕ್ಟೋಬರ್ ೮ರಂದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ವಿಚಾರ ಮೊಳೆಯಿತು: 'ಈ ಪುನರುತ್ಥಾನವನ್ನು (ಟಾಟಾ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ) ಸದ್ವಿನಿಯೋಗ ಮಾಡುವ ನಿನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯದಿಂದ ಓಡಿಹೋಗಬೇಡ'

ಅನಂತರ ಅಗ್ನಿದೇಗುಲದಲ್ಲಿ ಶಾಂತವಾದ ಬೆಂಕಿಯೆದುರು ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸನ ಹೆಚ್ಚಿತು. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮುಂದೆ ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ.

ನಿನಗೆ ವಂದನೆಗಳು ದೇವಾ. ನೀನು ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ನೀನು ನನಗೆ ಕೊಡಿಸಿದ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬಲದ ವಿರುದ್ಧ ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ, ನೀನು ನನಗಾಗಿ ಮತ್ತೇನನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ನಾನು ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ಪಂಚಗಣಿಯನ್ನು ಬಿಡುವಾಗ ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸನನ್ನೂ ಕುಗ್ಗಿದ್ದಿತು. ಹೋಗಲು ನನ್ನ ಪತ್ನಿ ಚಕಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಕಿಟಕಿಯ ಮೂಲಕ ನನ್ನೆದುರು ಇದ್ದ ಬೆಟ್ಟದ ದೃಶ್ಯಾವಳಿಯನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದಾಗ ನಾನು ಆಕೆಯನ್ನು ಐದು ನಿಮಿಷ ಕೊಡುವಂತೆ ಕೇಳಿಕೊಂಡೆ. ಆಗ 'ನನ್ನ ಸಹಾಯ

ಬೆಟ್ಟದಿಂದ ಬರುವುದು' ಎಂಬ ವಾಕ್ಯದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಸ್ತುತಿಗೀತೆಯನ್ನು ನಾನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡೆ.

ನಾನು ಸ್ತುತಿಗೀತೆಯ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತೆರೆದೆ. ಸ್ತುತಿಗೀತೆ ೧೨೧ ಹೇಳುತ್ತದೆ:  
 ನನ್ನ ಕಂಗಳನು ಬೆಟ್ಟದತ್ತ ಎತ್ತವೆ  
 ಅಲ್ಲಿಂದ ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬರಲಿದೆ  
 ದೇವನಿಂದ ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಬರಲಿದೆ  
 ಸ್ವರ್ಗ-ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮಾಡಿದ ಆತ  
 ನಿನ್ನನ್ನು ಉಳಿಸುವ ನಿದ್ರಾವಸ್ಥೆಗೆ ಹೋಗದಂತೆ.

ನಿನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವವ ದೇವರು  
 ನಿನ್ನ ಬಲಗೈ ಮೇಲೆ ದೇವರು ನಿನ್ನ ಛಾಯೆ  
 ಸೂರ್ಯ ನಿನ್ನನು ಹಗಲು ಪೀಡಿಸಲಾರ  
 ಚಂದ್ರ ರಾತ್ರಿ ಕೂಡಾ  
 ಎಲ್ಲ ಕೇಡಿನಿಂದ ದೇವರು ನಿನ್ನನು ರಕ್ಷಿಸುವ  
 ಆತ ನಿನ್ನ ಆತ್ಮವ ರಕ್ಷಿಸುವ

ಎಂತಹ ಚೈತನ್ಯದಾಯಕ ಸಾಲುಗಳಿವು. ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ದೇವ ನಿದ್ರಾವಶವಾಗದಂತೆ ನನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವವು ಎಂಬ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ನಾನು ನಿಜಕ್ಕೂ ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ನನ್ನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅದು ನನ್ನ ದೇಹಕ್ಕೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಗೋ ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಪುಣೆಗೆ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಾಗ ನಾನು ಬಲಯುತನಾಗಿ ಮತ್ತು ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ಸಾಹಿಯಾಗಿದ್ದುದು ನಂಬಲಾರದಂತೆ ತೋರಿತು. ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಶೀಲವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಂದಿಕ್ಕಿದ ಕಾಣದ ಮಾನಸಿಕ ಅಡ್ಡಿಯನ್ನು ನಾನು ಭಗ್ನಗೊಳಿಸಿದ್ದೇನೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿದಿದೆ.

ಮುಂಬಯಿಗೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ, ನನ್ನ ಪ್ರತಿಯೋಧಶಕ್ತಿ ದಮನಗೊಂಡಿದ್ದಾಗ, ಗುಪ್ತವಾಗಿದ್ದ ಹಳೆಯ ಸ್ನೇಹಿತ ಆಮಶಂಕೆ ಮರಳಿ ಬರಲು ಸಮಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಿರ್ದರಿಸಿದೆ ಎಂದು ತೋರಿಬಂದಿತು. ಅದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡು ತುಂಬ ಬಲಹೀನತೆಗೆ ಕಾರಣವೆನಿಸಿತು. ಒಂದು ವಾರದೊಳಗೆ ಟಾಟಾ ಮುಖ್ಯ ಮೆಡಿಕಲ್ ಆಫೀಸರ್ ಡಾ. ಫೋಪ ಪಾರೀಖ ಅವರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮೆರೆಯಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಶಕ್ತಿ ಮರಳುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವ ಪಡೆದೆ.

ಅಂದಿನಿಂದ ನಾನು ಸುಮಾರು ಮೂರು ವರುಷಗಳ ಫಲಪ್ರಥ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿದೆ. ಹೊಟ್ಟೆಮುಳ್ಳಿನ ಗಂಟುಗಳು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿವೆ. ದೇಹದ ಮೇಲ್ಭಾಗವೀಗ ಹಿಂದಿನ ವರುಷಗಳ ಯಾವುದೇ ಕಾಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ.

ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಮೂರು ವಿದೇಶ ಭೇಟಿ - ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದ್ದುದರಿಂದ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಮತ್ತು ನಾನು ಬ್ರಿಟನ್ ಮತ್ತು ಸ್ವಿಜರ್‌ಲ್ಯಾಂಡಿಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಟ್ಟು ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಕಾಣಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆವು. ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ರಾಯಲ್ ಮಾರ್ಸ್‌ಡೆನ್‌ನಲ್ಲಿ ಡಾ. ಕುಪೋರ್‌ವ್‌ಸ್ಕಿ ಅವರನ್ನು ಸೌಜನ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಭೇಟಿಯಾದೆವು. ಅವರು ಕೂಡಾ ನನ್ನ ಪರಿಚ್ಛೇದ ಮಾಡಲು ಅದೊಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಅವಕಾಶವೆಂದು ತಿಳಿದರು. ಅವರು ಪರಿಚ್ಛೇದ ಮಾಡಿ 'ತುಂಬ ಅಸಾಧಾರಣ' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅದೇ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಪರಿಚ್ಛೇದ ಮುಗಿಸಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಹೇಳಿ, 'ನೀವು ಮುಖವು ಇಂಜಿಕ್ಷನ್‌ಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಕೋರ್ಸ್‌ನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ನಾನು ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಆಶಿಸಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನೀವು ಕೇವಲ ಮೂರು ಇಂಜಿಕ್ಷನ್ ಪಡೆದುದು ಕೇಳಿ.'

ನಾನು ಭವಿಷ್ಯತ್ತನ್ನು ಕಾಣಲಾರೆ, ಆದರೆ ಪ್ರಸಕ್ತವನ್ನು ಬದುಕಿದ್ದೇನೆ. ಡ್ಯಾಗ್ ಹ್ಯಾಮರಶೀಲ್ಡರ ಜೊತೆ ನಾನು ದೇವರಿಗೆ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ

ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ - ಧನ್ಯವಾದಗಳು

ಉಂಟಾಗುವುದೆಲ್ಲಕ್ಕೂ - ಹೌದು.





ಭಾಗ ೨  
ಬಲದ ಮೂಲಗಳು



೯

## ಬಾಗಿಲನ್ನು ಮುರಿದು ತೆರೆ, ನನ್ನ ದೊರೆ

ಕ್ಷಿಪ್ತಕರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು, ಅದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರಲಿ, ಪ್ರಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಾವಾಗಿರಲಿ, ಉದ್ಯೋಗವಾಗಿರಲಿ ಇಲ್ಲವೆ ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯವ್ಯವಸ್ಥೆಯಾಗಿರಲಿ ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನಾವು ಅಂತರಂಗದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಒಗ್ಗೂಡಿಸಬೇಕು.

ಅಂತರಂಗಶಕ್ತಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಜ್ಞಾನದೊಟ್ಟಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಪಡೆದಿಲ್ಲವಾದರೂ, ಅದು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಲು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶದ ಬಲ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಗ್ರಹ ಅದನ್ನು ನಾವು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಥಿತಿ ನಮ್ಮ ದೇಹ ರಸಾಯನ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆಂಬುದನ್ನು ವೈದ್ಯವಿಜ್ಞಾನ ತೋರಿಸಿದೆ. ಹಾಗಾದಾಗ ನಿಜಕ್ಕೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಥಿತಿ ಉಪಯುಕ್ತಕರ ರಾಸಾಯನಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಬಲ್ಲವು.

‘ಪ್ರೀತಿ, ಭರವಸೆ, ನಂಬುಗೆ, ಮತ್ತು ನಗೆ ಹಾಗೂ ಬದುಕುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಎಲ್ಲವೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಸಾಧ್ಯವೇ?’ ಎಂದು ನಾರ್ಮನ್ ಕೆಸಿನ್ ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಅವು ನನ್ನಲ್ಲಿಯಾದರೋ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿವೆ ಎಂದು ನಾನು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಈ ಮೊದಲಿನ ಪತ್ರಗಳ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗೆ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಫಲವನ್ನು ಬೀರಿತು ಎಂಬುದನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳ ಜೀವನ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರೋಗದ ಹಿನ್ನಡೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕಾರ್ಯದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ. ನೀನು ಮತ್ತು ನಾನು ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ವಿನಾಯಿತಿ ಪಡೆದು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ತೊಂದರೆ ಯಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ, ಸಂತೋಷವನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ, ಉಸಿರಾಟ ಸ್ಥಳ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ; ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹದಗೊಳಿಸುವ ಹಾಸ್ಯ, ನಗೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಒಳ್ಳೆಯ ಚಿಂತಾರೂರು ನಮ್ಮ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲುವ ಅವಕಾಶ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಇಪ್ಪತ್ತರ ಯುವಕನಾಗಿ ವಿನ್‌ಸ್ಟನ್ ಚರ್ಚಿಲ್ ಭಾರತಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸೇನಾ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿದ್ದರು. ಇಡೀ ಮುಂಜಾನೆಯನ್ನು ದೇಹ ದಂಡಿಸುವ ವ್ಯಾಯಾಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಿತು. ದಿನದ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಸೈನಿಕರಿಗೆ ಯಾವ ಕೆಲಸವಿರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಬಹುಪಾಲು ಸೈನಿಕರು ಆಟವನ್ನು ಆಡುವುದರಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೆ ಗೊಂಡು ಹರಟಿ ಹೊಡೆಯುವುದರಲ್ಲಿ ಕಾಲ ಕಳೆದು ವಿನ್‌ಸ್ಟನ್ ಚರ್ಚಿಲ್ ರೋಮನ್ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯದ ಇಳಿಮುಖ ಮತ್ತು ಕುಸಿತದ ಮೂವತ್ತು ಪುಟಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಟ್ರವಲಿಯನ್ನನ ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಇತಿಹಾಸದ ಅರವತ್ತು ಪುಟಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಭಾನ್ವಿತರೇನಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ತಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಜೀವನದ ಸಿದ್ಧತೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದರು. ಅನಂತರ ಅವರು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ತಮ್ಮ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತ 'ಮೊದಲು ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟುತ್ತೇವೆ, ನಂತರ ನಮ್ಮ ಮನೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ', ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಈ ವಾಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೇಲೊಂದು ಗಂಡಾಂತರ ಅಪ್ಪಳಿಸುವ ಮೊದಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಅದಕ್ಕೆ ಎಂದೂ ತಡವೆಂಬುದಿಲ್ಲ.

ಯಾವುದೇ ಕಾಯಿಲೆ ಇಲ್ಲವೆ ತೊಂದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ನಮ್ಮತ್ತ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ವೇಂದ್ರೀಕರಣದಿಂದ ದೂರವಾಗಲು ಇದುವ ಒಂದು ಹಾದಿಯೆಂದರೆ ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ. ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಫೋನ್ ಕರೆ ಇಲ್ಲವೆ ಬರೆಯುವ ಒಂದು ಪತ್ರ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಬಹುಭಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲೇ ಕಾರ್ಯನಿರತವಾಗಿದ್ದು, ಅದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದೇಹ ಹಾಗೂ ಚೇತನವನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿರಿಸುವ ಜೀವನದ ದೈನಂದಿನ ಚುಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ಸುಪ್ರಭಾವ ಹೊಂದಿದೆ. ದೈನಂದಿನ ಕಾರ್ಯಪದ್ಧತಿಯೂ ಒಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇ. ದೇವರು 'ನೀನು ಆಮಿಷಕ್ಕೊಳಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ನೀನು ಕ್ಷೇಶಗೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, ನೀನು ನೋಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಹೇಳಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆತ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ: 'ನೀನು ಸೋಲುವುದಿಲ್ಲ.'

ಬಾನ್‌ನ ಹಳೆಯ ಮಾರ್ಕೆಟ್ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಅಂತ್ಯನ ಒಂದು ಕಟ್ಟಡವಿದೆ. ಅದು ಬಿಥೋವನ್ನನ ಮನೆ. ಅದರ ಎರಡೂ ನೆಲಗಟ್ಟಿನ ಮೇಲೆ ಪಿಯಾನೋಗಳಿವೆ. ಪೋಕೇಸಿನಲ್ಲಿ ಬೆರಳಿನಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕವುಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ಕಹಳೆಯಂತೆ ಕಾಣುವ ಶ್ರವಣ ಸಾಧನಗಳಿವೆ. ಈ ಚಿಕ್ಕಮನೆಯ ಸುತ್ತ ಹಾಯ್ದು ಹೋಗುವಾಗ ಆತ ತನ್ನ ನ್ಯೂನತೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲೂ ಸಂಗೀತವನ್ನು ರಚಿಸಿದ್ದುದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಂದ ನೀರು ಹರಿಯಿತು. ಆತ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕಿವುಡನಾಗುವವರೆಗೂ ಈ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ, ನಂತರ ಆತ ತನ್ನ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಂಗೀತ ರಚನೆ ಮಾಡಿದ.

ಬಿಫೋವನ್ನನಿಗೆ ಏನಾಗಿದ್ದಿತು ಎಂಬುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಆತ ಹೇಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಎಂಬುದು ಮುಖ್ಯ. ಪ್ರತಿಕೂಲದಲ್ಲೂ ಆತ ಸೃಜನಶೀಲನಾಗಲು ಸ್ವತಂತ್ರನಿದ್ದ.

ನಾವು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಅವರ ಶಕ್ತಿ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ, ಆರೈಕೆ, ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಅವರ ಪ್ರೀತಿ-ವಾತ್ಸಲ್ಯ ನಮಗೆ ಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ನಾವು ಇತರರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದರೆ, ಅವರನ್ನು ನಾವು ಬಸವಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನು ಓಡಿಹೋಗಬೇಕೆಂದಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನನಗೆ ಗೊತ್ತು ನೋವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಒಂದೇ ಮಾರ್ಗ ಅದು ಬಂದಾಗ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದೇ ಹೊರತು ಅದರ ಸುತ್ತ ಬಳಸಿ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ದೋಣಿ ಸಣ್ಣದಿದ್ದು ಸಮುದ್ರ ಅಬ್ಬರದಿಂದ ಇದ್ದಾಗ, ಅದನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿ ಬರಲು ನನ್ನಲ್ಲಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಶಕ್ತಿ ಮೇಲಿನಿಂದ ಬರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ಚಾರ್ಲಸ್ ವೆಸ್ಲಿ ಸುಂದರವಾಗಿ ವರ್ಣಿಸಿದ್ದಾನೆ:

ಜೀಸಸ್, ನನ್ನ ಆತ್ಮದ ಪ್ರಿಯಕರನೇ  
ನಿನ್ನ ತೋಳತ್ತನಾನು ಹಾರಲಿ  
ಸನಿಹದಲ್ಲಿ ನೀರು ಹರಿಯುವಾಗ  
ಬಿರುಗಾಳಿಯನ್ನೂ ಮೇಲಿದ್ದಾಗ  
ಅಡಗಿಸು ನನ್ನನು ಓ ನನ್ನ ಪ್ರಾಣದಾತ, ಅಡಗಿಸು,  
ಜೀವನದ ಚಂಡಮಾರುತ ಹಾಯ್ದು ಹೋಗುವವರೆಗೆ  
ಆಶ್ರಯಧಾಮದತ್ತ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ದಾರಿತೋರು  
ಓ ನನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ಪಡೆ ಅಂತ್ಯದಲಿ

ನನ್ನ ಸ್ವ-ಮರುಕದ ಬಾಗಿಲುಗಳು ಬೀಳುವ ಸಂಭಾವ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಇಲ್ಲವೆ ನನ್ನ ಅಂತರಂಗ ಒಣಗಿಹೋದ ಅನುಭವ ಉಂಟಾದರೆ ನಾನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಠಾಗೂರರ ವಿಚಾರಗಳತ್ತ ತಿರುಗುತ್ತೇನೆ: 'ಹೃದಯ ಬತ್ತಿ ಹೋದಾಗ ಮತ್ತು ಕೋಲಾಹಲದ ಗದ್ದಲ ಎಲ್ಲ ಕಡೆಯಿಂದ ಎದ್ದಾಗ, ನನ್ನ ಯಾಚಕ ಹೃದಯ ಮುದುಡಿ ಕುಳಿತಾಗ, ಒಂದು ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತಾಗ, ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಒಡೆದು ತೆಗೆ ನನ್ನ ದೊರೆ, ಹಾಗೂ ದೊರೆಯ ಶಿಷ್ಟಾಚಾರದೊಡನೆ ಬಾ.

ನಂಬುಗೆಯ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ನಾನು ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ವರ್ಷದವನಿದ್ದಾಗ ಕಂಡ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿ. ನನ್ನ ಹರತನದಲ್ಲಿ ನಾಸ್ತಿಕತೆಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸಿದ್ದೆ. ಪುಸ್ತಕಗಳು, ಸ್ನೇಹಿತರು ಮತ್ತು ನಿಶ್ಯಬ್ದ ಸಮಯದ ಶಿಸ್ತು ಆಯ್ಕೆ ಈ ಜ್ವಾಲೆಯನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿರಿಸಿದೆ. ದೇವರತ್ತ ತಿರುಗುವ ನನ್ನ ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ನನ್ನ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯ ಆಸ್ತಿ ಆ

ರಿತಿ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಯ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಲಭ್ಯ

ನೀನು ತಿಳಿದಂತೆ ೧೯೧೧ರಲ್ಲಿ ಟಾಗೂರ್ ಸಾಹಿತ್ಯದ ನೊಬಲ್ ಪಾರಿತೋಷಕವನ್ನು ಪಡೆದರು. ಸ್ವತಃ ಕವಿಯಾಗಿದ್ದ ಅವರ ಶಿಷ್ಯ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತಗಾರ (ಟಾಗೂರರಂತೆ) ಗುರ್ದಯಾಳ್ ಮಲಿಕ್ ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಗುರ್ದಯಾಳ್ ಮಲಿಕ್ ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಬಹುಭಾಗವನ್ನು ಟಾಗೂರರ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಶಾಂತಿನಿಕೇತನದಲ್ಲಿ ಕಳೆದರು. ಹದಿನೇಳು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ನಾನು ನಾಸ್ತಿಕ ಮನೋಭಾವ ಹೊಂದಿದ್ದಾಗ, ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಗುರ್ದಯಾಳರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ನನ್ನ ಸೋದರ ಸಂಬಂಧಿ ಕರೆದೊಯ್ದು. ನಾವು ಉದ್ದನೆಯ ತಾಳೆಮರಗಳ ಎಲೆಗಳು ತಂಗಾಳಿ ಸೂಸಿ ಬರುವಂತೆ ಅಲ್ಲಾಡುತ್ತಿದ್ದ, ಜುಹು ಸಮುದ್ರ ತಟದಲ್ಲಿನ ಒಂದು ಸುಂದರ ಗೃಹದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾದೆವು. ನಾವು ಹೊರಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಗುರ್ದಯಾಳ ಮಲಿಕ್ ನಮ್ಮನ್ನು ಬೀಳ್ಕೊಡಲು ಗೇಟಿನವರೆಗೆ ಬಂದರು. ನಾನು ಕವಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದೆ: 'ಟಾಗೂರರು ಗಳಿಸಿದ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಯಾರು ನೀಡಿದರು ? ಅವರ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು ?'

ಗುರ್ದಯಾಳ ಮಲಿಕ್ ಆಕಾಶದತ್ತ ನೋಡಿದರು. ಕೆಲವು ಬಿಳಿ ಮೋಡಗಳು ಸಾಯಂಕಾಲದ ನೀಲಿ ಆಗಸದಲ್ಲಿ ಮೆಲ್ಲಗೆ ತೇಲುತ್ತಿದ್ದವು. ಅವುಗಳತ್ತ ಬೆರಳು ಮಾಡಿ 'ಆ ಮೋಡಗಳನ್ನು ನೋಡು' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. 'ನೀನು ಮತ್ತು ನಾನು ಮೋಡಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ಟಾಗೂರ್ ಆ ಮೋಡಗಳಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಕಾಣಬಲ್ಲವರು.'

ನಾಸ್ತಿಕನಿಗೆ ಕೂಡಾ ಈ ಮಾತುಗಳು ಮುಂದಿನ ಪಯಣಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕೈಂಬವಾಗಿದ್ದವು.

ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾದ ಅನಾಮಿಕ ತರಬೇತುದಾರರು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತಾರೆ:

ದೇವರೇ, ನಾನು ಬದಲಿಸಲಾಗದ ವಸ್ತುಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಸನ್ನತೆಯನ್ನು ದಯಪಾಲಿಸು.

ಬದಲಿಸಬಹುದಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸುವ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಜಾಣ್ಮೆಯನ್ನು ಕೊಡು.

ವಸ್ತುಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೆ ಅಸಹಾಯಕತೆ ಅಥವಾ ಶರಣಾಗತಿಯಿಲ್ಲ. ಅದು ವಸ್ತುಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಹಾಯವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ತಂತ್ರಾರಿಕೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದ ತಾಣ.

ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ತಾನೇ ಮರುಕುಡುವ ಘೃತ್ತಿ - ಇದು ನನಗೇಕಾಯಿತು ? ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದರೂ ಅದು ಸಹಾಯಕವಲ್ಲ. ಭಾರತದ ಸ್ವಾಮಿಯೊಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು, 'ವರ್ಣಚಿತ್ರವೆಂದಾದರೂ ವರ್ಣಚಿತ್ರಾರಸೊಂದಿಗೆ ಜಗಳವಾಡುವುದೇ ?'

ಆದರೂ, ನೀನು ತನಗೆ ತಾನೇ ಮರುಕುಡುವ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಒಳಗೆ ಹತ್ತಿಕ್ಕೊಂಡರೆ ಅದು ನಿನ್ನ ಉಸಿರುಗಟ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವುದು ಅನಗತ್ಯ.

ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲ, ಕಡೆಯಪಕ್ಷ ಒಬ್ಬರ ಮುಂದಾದರೂ ಪಾರದರ್ಶಕವಾಗಿರುವುದು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಲ್ಲದು. 'ಏಳು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಜೀವನ' ಎಂಬ ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಲೋಸ್ ಜಿ. ವೆಲ್ಲೆಸ್ ಪಾರದರ್ಶಕತೆ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯುತ್ತ, ಸ್ವಾಯು ಸವಕಳಿಯಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗಿಯ ಬಗೆಗಿನ ಒಂದು ಘಟನೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕಾಯಿಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಯುಗಳು ಮುದುಟಹೋಗಿ, ದೇಹವನ್ನು ಭೂಮಾನಕ ಆಕೃತಿ ತಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ರೋಗವಿದ್ದರೂ ಆಕೆ ತನ್ನ ಕಲಾಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಬ್ರಷ್ ಹಿಡಿದ ತನ್ನ ಕೈಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಕೈಯಿಂದ ಆಧಾರ ನೀಡಿ ಚಿತ್ರಚನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಕೆಲವು ಮದ್ಯಗಳ ನಂತರ ವೆಲ್ಲೆಸ್ ಆಕೆಯ ಸಂಪರ್ಕ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಒಂದು ದಿನ ಆಕೆಯಿಂದ ಆತನಿಗೊಂದು ಪತ್ರ ಬಂದಿತು. ನಲವತ್ತೇಳು ಮದ್ಯಗಳಾದ ಆಕೆ ಜೀವಂತವಾಗಿದ್ದಳು ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಚನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದ್ದಳು. ಆಕೆ ತನ್ನ ವರ್ಣಚಿತ್ರಗಳ ಪ್ರದರ್ಶನವನ್ನೇರ್ಪಡಿಸಿದ್ದಳು. ಅಲ್ಲಿಗೆ ವೆಲ್ಲೆಸ್ ಹೋದಾಗ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತೆ ಗಾಲಿಯ ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿದ್ದದ್ದನ್ನು ಕಂಡ. ಆಕೆಯ ಮುಖದ ಮೇಲೆ ದೊಡ್ಡ ನಗೆಯಿದ್ದರೂ, ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಅಸ್ಥಿರತೆಯ ನೆರಳು ಇದ್ದಿತು. ಕೊನೆಗೆ ಅವಿಭವ್ಯವೂ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಆಕೆ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಅಳತೊಡಗಿದಳು. 'ನನಗೆ ಏಕೆ ಹೀಗಾಗಬೇಕು ? ನಾನೇಕೆ ಇಷ್ಟು ದುರ್ಗತಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ ? ಬೇರೆಲ್ಲ ಜನರಂತೆ ನಾನೇಕೆ ಸಹಜ ಜೀವನ ನಡೆಸಬಾರದು ?' ಅಣೆಕಟ್ಟು ಒಡೆದಿದ್ದಿತು. ಕಣ್ಣಿರು ಹರಿದು ಬರುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಮುಖವಾಡ ಕಳಚಿ ಬಿದ್ದಿದ್ದಿತು.

ಈ ಘಟನೆಯಿಂದ ವೆಲ್ಲೆಸ್, ತನ್ನೊಡನೆ ಪಾರದರ್ಶಕತೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದು ಮಾತನಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸುಳ್ಳಿನ ಜೊತೆ ಸಾವಿರ ಬಾರಿ ನಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ಬಹಿರಂಗವಾಗಿ ಅಳುವುದು ಮೇಲು. ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು ಇರುವಂತೆ ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲಾಗಿ ಬೇರೆಯವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಇರುವಂತೆ ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಧೈರ್ಯ ಬೇಕು. ಅದರ ಬಹುಮಾನ ವನಃ ಶಾಂತಿ. ಸತ್ಯ ಮಾತ್ರ ಸಮಾಧಾನ ಕೊಡಬಲ್ಲದು.

ನಮ್ಮೊಟ್ಟಿಗೆ ಇರುವುದಕ್ಕೆ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಬಗೆಯ ಧೈರ್ಯ ಬೇಕು. ಪಾರದರ್ಶಕತೆ ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟದ್ದೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆ ಮರುಕಳಿಸಿದಾಗಲ್ಲ ಅದು ನನ್ನ ಆತ್ಮೀಯರಿಗೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಆತ್ಮೀಯರೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದವರಿಗೆ ನೋವು ಕೊಡುತ್ತದೆಂಬುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಾರದು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲಾರದುದರಿಂದ, ಅದನ್ನು ತೆರೆದಿರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಅದರ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ನಿಲ್ಲಬಲ್ಲ ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಭೀತಿ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

೧೦

## ನಂಬುಗೆಯತ್ತ ಪಯಣ

ನನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಪತ್ರದಿಂದ ನಾನು ಸದಾ ಒಬ್ಬ ನಾಸ್ತಿಕನೆಂದು ಓದಿ ನೀನು ಆಶ್ಚರ್ಯಚಕಿತಳಾಗಿರುವಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನಿನ್ನ ಉತ್ತರದಲ್ಲಿ, ಶಾಂತಕಾಲದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಕೈಹಿಡಿದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಧರ್ಮಶ್ರದ್ಧೆ ಹೊಂದಿದ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿಯೆಂದು ಬರೆದಿರುವೆ. ಅಲ್ಲದೆ 'ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅಷ್ಟೊಂದು ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿಗಳಲ್ಲ' ಎಂದು ಬರೆದಿರುವೆ. 'ಆರೋಗ್ಯದ ಈ ಗಂಡಾಂತರವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವವರು, ಒಂದು ಧರ್ಮ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಆ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಅರಸುವುದು ಹೇಗೆ?' ಎಂದು ಕೇಳಿದ್ದೀಯಾ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಂದು ನಂಬುಗೆಯತ್ತ ತಮ್ಮ ಪಯಣ ಮಾಡಬೇಕು. ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರ ಮೂಲಕ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ಹುಡುಕುತ್ತ ಅದನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರಂತೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಗಂಡಾಂತರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬಹುದು. ಒಮ್ಮೆ ನೀವು ಒಂದು ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಕಂಡ ಮೇಲೆ ಅದಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡು, ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಪ್ರಾಂತತೆ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅಥವಾ ಚರ್ಚೆ, ದೇವಸ್ಥಾನ ಇಲ್ಲವೆ ಮಸೀದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಭೇಟಿಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಪೋಷಿಸಿ.

'ಒಂದು ಧರ್ಮಶ್ರದ್ಧೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದರ 'ರಹಸ್ಯ'ವೇನು?' ಎಂದು ನೀನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ್ದೀಯ. ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ರಹಸ್ಯವೂ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತೆರೆದಿಟ್ಟಿರುವಂತಹದು. ಪ್ರಾಚೀನ ಇರಾನಿನ ಪ್ರವಾದಿ ಝಾರತುಷ್ಟ್ರ, ಜನರು ತನ್ನನ್ನು ಅಂಧರಾಗಿ ಹಿಂಬಾಲಿಸದೆ, ತಮಗೆ ತಾವೇ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದ ತತ್ವಗಳನ್ನು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿ ಎಂದು ಕೇಳಿದ. ಆತ ಹೇಳಿದ:

ಒಳ್ಳೆಯ ನುಡಿಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕಿವಿಗಳಿಂದ ಆಲಿಸಿ  
ಪರಿಶುದ್ಧ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಪ್ರತಿಫಲಿಸಿ

ಮನುಷ್ಯನಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ತನಗಾದ

ಗಾತಾಸ್ ಯಸ್ಸು ೩೦:೫ V೨.

ಝಾರತುಷ್ಠನ ಹಾಡುಗಳು

ಒಂದು ಶತಮಾನದ ಹಿಂದೆ, ಆರ್.ಡಬ್ಲ್ಯೂ. ಟ್ರೈನ್ 'ಅನಂತತೆಯೊಡನೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡು' ಎಂಬ ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ:

ದೇವರ ಉಸಿರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನವನ ಅಸಾಧಾರಣ ಪ್ರತಿಭೆಗನುಗುಣವಾಗಿ ತೆರೆದಿರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ..... ಇಡೀ ಮನುಷ್ಯ ಚಿರುಕಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಹೊಸ ಸಂವೇದನೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಅವನ ಭಾವಪರವಶತೆ ಹೊಸತುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆತನ ವಿವೇಚನೆ, ಆತನ ವಾತ್ಸಲ್ಯ, ಆತನ ಕಲ್ಪನಾಶಕ್ತಿ ಎಲ್ಲವೂ ಹೊಸದಾಗಿ ಜನ್ಮ ತಳೆಯುತ್ತವೆ.

ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿ ಕೊಂಡ ಮೇಲೆ, ತನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಅಪರಿಮಿತ ಶಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಕಾರ್ಯಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು.

ನಾನು ಒಂದು ನಂಬುಗೆಯತ್ತ ನಾನೇ ಪಯಣ ಮಾಡಬೇಕಾಯಿತು. ಎಳೆಯನಾಗಿದ್ದಾಗ ನಾನು ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನಲ್ಲಿ ಅಗಾಧ ನಂಬಿಕೆ ಹೊಂದಿದ್ದೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಎ.ಪಿ. ಹಸುಮನಿ ನನ್ನ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಅಧ್ಯಾಪಕರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ನನಗೆ ಖಾಸಗಿ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಒಬ್ಬ ಮಾರ್ಕ್ಸ್‌ವಾದಿ ಮತ್ತು ನಾಸ್ತಿಕರು.

ದೇವರು ಇದ್ದಾನೋ, ಇಲ್ಲವೋ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಒಂದು ದಿನ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಹಸುಮನಿ ದೇವರ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ದೇವರು ಇದ್ದಾನೆ ಎಂದು ನಾನು ವಾದ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಚರ್ಚೆಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ, ಅವರು ವಾದದಲ್ಲಿ ಗೆದ್ದರು ಮತ್ತು ನಾನು ನನ್ನ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ. ಆಗ ನನಗೆ ಹದಿನಾಲ್ಕು ವರ್ಷ.

ಹದಿನಾರನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ದೇವತಾ ತತ್ವಜ್ಞಾನ ಯೋಗಿಗಳು ಮತ್ತಿತರೊಡನೆ ದೇವರ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ನಾನು ವಾದ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆನೆಂದು ನೆನಪು. ಇಷ್ಟಕ್ಕೇ ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಪತ್ರಕರ್ತನೆಂದು ಸಾಕಷ್ಟು ಖ್ಯಾತಿ ಗಳಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ವೃತ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿ ನನ್ನ ಹೆಸರು ಮುಖಪುಟದ ಮೇಲೆ ಬರಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸಿದ್ದೆ. ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಕ್ಷಣಿಕವೆಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ಅದು ಹೆಚ್ಚಿತ್ತು ಬೇಕೆಂಬ ಮಾದಕ ದ್ರವ್ಯವಿದ್ದಂತೆ. ನನ್ನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಏನೋ ಖಾಲಿಯಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಅತ್ಯಪ್ತನಾಗಿದ್ದೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿ ಯಾತ್ರಾರ್ಥಿಯ ಆತ್ಮವಿದ್ದು, ಜೀವನದ ಯಾವುದೋ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಅದು ಮೇಲಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇಷ್ಟತ್ತರದೇ ವಯಸ್ಸಿನ ಸುಮಾರಿಗೆ ನನ್ನ ಹುಡುಕಾಟ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು.

ನಾಸ್ತಿಕತೆಯಿಂದ ನಾನು ಆಸ್ತಿಕನಾಗಿ ಪದವಿ ಗಳಿಸಿದೆ. ಆತನ ಇರುವಿಕೆ ಬಗ್ಗೆ

ಪುರಾವೆ ಲಭ್ಯವಾದರೆ ನಾನು ದೇವರನ್ನು ನಂಬಲು, ಆತನ ಬಗ್ಗೆ ನಂಬಲು ಹಾತೊರೆಯುವವನಾಗಿದ್ದೆ. ಸಾಯಂಕಾಲ ಹೊತ್ತು ಮೀರಿ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಧ್ವಾರತುಷ್ಟನ ಅಗ್ನಿದೇಗುಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಕತ್ತಲೆ ಬೆಂಕಿ ಉರಿಯುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ಅರಸುತ್ತಿದ್ದ ದೇವರ ಇರುವಿಕೆಯ ಪುರಾವೆಯನ್ನು ಕಂಡಿರಲಿಲ್ಲ.

ಹಡುಕಾಟ ಎರಡು ಮೂರು ಪದುಷಗಳವರೆಗೆ ನಡೆಯಿತು. ಆಗ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಘಟನೆ ಜರುಗಿತು. ೧೯೫೨ರಲ್ಲಿ ಕೋಪಾವಿಷ್ಟನಾಗಿ ನನ್ನ ತಂದೆಯ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಹೋಗಿ ಒಂದು ಹೋಟೆಲಿನಲ್ಲಿ ಉಳಿದೆ. ಒಂದು ವಾರದ ನಂತರ 'ಚೊತಮ್ ಕುಶಿಪ್' ಎಂಬ ನೈತಿಕ ಪುನರ್ಬಲದ ನಾಟಕವನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದೆ. ಅದು ಪರಸ್ಪರ ವ್ಯಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದ ಇಬ್ಬರು ಸೋದರರು ಯಾವ ರೀತಿ ಒಗ್ಗೂಡಿದರು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಿತು. ಆ ಗೀತನಾಟಕದ 'ಮನುಷ್ಯನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೋ ಒಂದು ಕಡೆ' ಎಂಬ ಹಾಡು ನನಗೆ ಹಿಡಿಸಿತು.

ಮನುಷ್ಯನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೋ ಒಂದು ಕಡೆ ಬಾಗಿಲು ಇದೆ.  
ಅದಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಆತ ಅದನ್ನು ಅಗಲವಾಗಿ ತೆರೆಯಬಲ್ಲ. ಬೀಗದ  
ಕೈಯನ್ನು ದೂರ ಚೆಲ್ಲಬಲ್ಲ. ಅದು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಬೇಸಿಗೆ ದಿನದ  
ಸೂರ್ಯೋದಯದಂತೆ !

ಈ ಹಾಡನ್ನು ಹಾಡಿದಾಗ ನನ್ನ ತಂದೆಯ ಮೇಲಿನ ಸಿಟ್ಟು ಕರಗಿಹೋದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಪ್ರದರ್ಶನ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ರಾತ್ರಿ ೧೦ ಘಂಟೆಗೆ ನಾನು ಮನೆಗೆ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯಬೇಕೆಂಬ ಅಭಿಲಾಷೆ ಹೊಂದದೆ, ನನ್ನ ಕಾಗದ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ತರಲು ಹೋದೆ.

ನನ್ನ ತಂದೆ ಆಗಲೇ ವಲಗಿದ್ದರು. 'ಯಾರದು ?' ತಮ್ಮ ಮಲಗುವ ಕೋಣೆಯಿಂದ ಅವರು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರು. 'ನಾನು' ಎಂದು ನಾನು ಉತ್ತರಿಸಿದೆ. 'ಈಗ ಹೊತ್ತಾಗಿದೆ. ನೀನು ರಾತ್ರಿ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಏಕೆ ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ' ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

'ಹೂಂ' ಎಂದು ಹೇಳಲು ಅಭಿಮಾನ ಅಡ್ಡ ಬಂದಿದ್ದಿತು.

'ಇಲ್ಲ' ಎಂದು ಹೇಳಲು ಬಲಹೀನನಾಗಿದ್ದೆ.

ಅಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದೆ.

ಮದದಿನ ಮಂಜಾನೆ ಮುಂಬಯಿ ತಾಜ್‌ವಹಲ್ ಹೋಟೆಲಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ ನೈತಿಕ ಪುನರ್ಬಲದ ಚಳುವಳಿ (ಎಂಆರ್‌ಎ)ದ ಸಭೆಗೆ ಹೋದೆ. ಎಂಆರ್‌ಎ ಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಡಾ. ಫ್ರಾಂಕ್ ಎನ್.ಡಿ. ಬುಕ್ಮನ್ ತಮ್ಮ ಗಾಲಿಯ ಕುರ್ಚಿಯ ಮೇಲಿದ್ದರು. ಚಳುವಳಿಯ ಅಧ್ಯಯನಗಳೆಲ್ಲ ಅಲ್ಲಿ ನೆರೆದಿದ್ದರು. ಯುವಜನರು ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮುನ್ನಡೆಗಿಂತಲೂ ದೊಡ್ಡದಾದ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಾಗಿ ಬೆಂಕಿ ಕಾರುತ್ತ ಉದ್ದೇಗದಿಂದ ಮಾತನಾಡಿದರು. 'ಇದನ್ನು ಕಾಣಲು ನಾನು ಜೀವಂತಪರ್ಯಂತ



ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದ್ದೇನೆ' ಎಂದು ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ. ಆದರೂ ಅವರು ಪದೇ ಪದೇ ಸಂಪೂರ್ಣ ನೈತಿಕಮಟ್ಟ ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಸಂಪೂರ್ಣ ಪವಿತ್ರತೆ, ನಿಸ್ವಾರ್ಥತೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರೀತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದುದು ನನಗೆ ಮುಜುಗುರವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಿತು.

'ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ' ನನ್ನ ಬೆಂಬಲದಲ್ಲಿ ಹರಿದಾಡಿದ ಅನುಭವವನ್ನು ಕೊಡಮಾಡಿತು. ನಾನು ನನ್ನ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕನಾಗಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದಿತು. ಸಭೆ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ನಾನು ಭಾಷಣಕಾರರೊಬ್ಬರೊಡನೆ ಆ ಮಟ್ಟ ಸಾಧಿಸುವುದು ಕಾರ್ಯಶಃ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ವಾದ ಮಾಡಿದೆ. ಅದು ೧೯೫೨ರಲ್ಲಿ ಮೆಡುವುಷ ನನ್ನಿಂದ ನಾನೇ ಓಡಿಹೋದೆ.

ನನ್ನ ಪಲಾಯನದಲ್ಲೇನೂ ವಿಶೇಷವಿರಲಿಲ್ಲ. ಅನಂತರ ನಾನು ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಥಾಮ್‌ಸನ್‌ನ 'ಸ್ವರ್ಗದ ಬೇಟೆ ನಾಯಿ' ಎಂಬ ಕೃತಿಯನ್ನು ಓದಿದ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲವನಾದೆ. ನೀನು ಆ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಓದಿರುವಿಯಾ ? ನೀನು ಓದಿದ್ದರೆ ಅದರ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆ ಅಳಿಸಲಾಗದಂತಹದು.

ನಾನು ಆತನನ್ನು ಹಗಲು ರಾತ್ರಿಯೆನ್ನದೆ ಓಡಿಸಿದೆ  
 ನಾನು ಆತನನ್ನು ವರುಷಗಳ ಕಮಾನಿನ ಮೂಲಕ ಓಡಿಸಿದೆ  
 ನಾನು ಆತನನ್ನು ಸುತ್ತ ಬಳಸಿನ ಹಾದಿಯಿಂದ ಓಡಿಸಿದೆ  
 ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ  
 ಯಾವ ಅವಸರವಿಲ್ಲದೆ ಬೆನ್ನಟ್ಟಿ  
 ಅಡೆತಡೆಯಿಲ್ಲದೆ ಹೆಜ್ಜೆ ಹಾಕಿ  
 ಎಚ್ಚುಕೆಯ ವೇಗ, ಗಾಂಭೀರ್ಯ ಪ್ರೇರಣೆ  
 ಅವರು ಸಾರುವರು-ಧ್ವನಿ ಸಾರುವುದು  
 ಹೆಜ್ಜೆಗಿಂತ ತ್ವರೆಮಾಡಿ  
 ನನ್ನನ್ನು ದ್ರೋಹಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ವಿಷಯಗಳು  
 ನಿನಗೂ ದ್ರೋಹವೆಸಗುವುವು

ಅಕ್ಟೋಬರ್ ೧೯೫೨ರಲ್ಲಿ ಎಂಆರ್‌ಎಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯದ ಕ್ರಿಸ್‌ಮೇಯರ್ ಎಂಬುವವರು ನನ್ನ ತಂದೆಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಂಗಿದ್ದರು. ಎಂಆರ್‌ಎ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಧರ್ಮಕ್ಕಾಗಲೀ ಇಲ್ಲವೇ ಒಂದು ರಾಜಕೀಯ ತತ್ವಕ್ಕಾಗಲೀ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರು ವಿವರಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಡಾ. ಬುಕ್ಸ್ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕೇಳಬಯಸಿದ್ದುದಲ್ಲದೆ, ನಾಲ್ಕು ಸಂಪೂರ್ಣ ನೈತಿಕ

ಮಟ್ಟಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಬಾಳಬೇಕೆಂದಿದ್ದರು. 'ಜನರು ಬದಲುಗೊಂಡಂತೆ ಜನಾಂಗಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ'

ಮರುದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನಾನು ಕ್ರಿಸ್ ಹೇಳಿದಂತೆ 'ಶಾಂತ ಸಮಯ'ದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡೆ. ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆದು ನನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಆಲಿಸಿದೆ. ನಾನು ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕನಾಗಿದ್ದೇನೆಂದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹೇಳಲು ನನ್ನಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಪುಟಗಳಿದ್ದವು.

ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾನು ಆ ದಿನ ಸಂಜೆ ಭಿಕ್ಷಿಯಾದೆ. ನನ್ನ ಧೈರ್ಯ ಸೋತಿತು. ನಾನು ಮನೆಗೆ ಬಂದು, ನನ್ನ ಬರೆಯುವ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಬರೆಯುವ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಚಿಲ್ಲಿದೆ. ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ 'ಸರಿ. ನಾನೊಬ್ಬ ಹೇಡಿ.'

ಮರುದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತೆ ಶಾಂತಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ಕುಳಿತೆ. ಬರವಣಿಗೆಯ ಮೂಲಕ ನನ್ನ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯ ಪ್ರಕಟಣೆಯು ಆಹ್ಲಾದವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದ್ದಿತು. ಈ ಬಾರಿ ನಾನು ಹೊಂದಿದ ಮೊದಲ ವಿಚಾರ: 'ನೀನು ಇಡೀ ಜೀವನಾದ್ಯಂತ ಸುಳ್ಳಿನಿಂದ ಜೀವಿಸಲಾರೆ'

ನಾನು ಅದನ್ನು ಬರೆಯಲಿಲ್ಲ. 'ನನಗೆ ಅದು ಗೊತ್ತು' ಎಂದು ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ

ಅದೇ ವಿಚಾರ ಪುನರಪಿ ಮರಳಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದಿತು.

ನೀನು ಬೆಂಬಿಡುವ ವಿಚಾರವೊಂದನ್ನು ಬರೆದರೆ, ಅದು ಮತ್ತೊಂದಕ್ಕೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ದಾರಿಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಅದನ್ನು ಗೀಚಿದೆ.

ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಚಾರ ಬಂದಿತು: 'ನೀನು ಈಗಾಗಲೇ ಹೊಂದಿರುವ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸದಿದ್ದರೆ ಹೊಸ ವಿಚಾರಗಳು ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡುವುದಿಲ್ಲ'.

ನಾನು ಒಂದು ಕವಲು ದಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದೇನೆಂದು ತಿಳಿದೆ ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದಿತ್ತು.

ನನ್ನನ್ನು ನಾನೇ ಕೇಳಿಕೊಂಡೆ: 'ನಿನ್ನ ವಯಸ್ಸೆಷ್ಟು?'

'ಇಪ್ಪತ್ತೈದು'

'ನೀನು ಸ್ವತಂತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರಬಯಸುವೆಯೋ ಅಥವಾ ಜೀವನಪರ್ಯಂತ ಅಡಿಯಾಳಾಗಿರ ಬಯಸುವಿಯೋ?'

ನಾನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕನಾಗಿದ್ದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ತೂಕಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. 'ನಾನು ಆಗಬೇಕೋ, ಆಗಲಾರದೋ?'

ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ 'ಗಾಳಿ ಬರಲಿ, ಹವಾಗುಣ ಬದಲಾಗಲಿ, ನರಕ ಬರಲಿ, ಮಹಾಪೂರ ಬರಲಿ ನಾನು ಸ್ವತಂತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುವೆ !

ಆ ಸಂಜೆ ನಾನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಿದ ನಾಲ್ಕು ಪುಟಗಳನ್ನು ಸಂಬಂಧಿಸಿದ

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮುಂದೆ ಓದಿದೆ. ಅದು ಕಷ್ಟರವಾಗಿದ್ದರೂ ನಾನು ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ಭಾರ ಇಳಿಯದಂತಾಯಿತು.

ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದು ಬಾಗಿಲು ತೆರೆದು ನನ್ನ ನಂಬುಗೆಯ ತಳಪಾಯವಾಗಬಲ್ಲ ಅನುಭವದತ್ತ ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದೆಂದು ನಾನು ಮನಗಂಡಿರಲಿಲ್ಲ.

ನೀನು ಆಸಕ್ತಳಾಗಿದ್ದರೆ, ನಾನು ಮುಂದೆ ಬರೆಯುವಾಗ ನಿನಗೆ ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

೧೧

## ಮೌನದ ತೊರೆಗಳು

ನಾನೀಗ ವಿವರಿಸಿದ ಅನುಭವ ಉಂಟಾದ ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಆಗಸವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ ಅಡ್ಡಾದಿಡ್ಡಿ ಶೃಂಗಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಪಶ್ಚಿಮ ಭಾರತದ ಗುಡ್ಡಗಾಡಿನಲ್ಲಿದ್ದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾದುದು 'ಡ್ಯೂಕನ ಮಾಗು' ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಮಾಗಿನ ಆಕೃತಿಯದು. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ಮತ್ತು ಕೊಕ್ಕಿಯ ಮಾಗು ಹೊಂದಿದ್ದ ವೆಲ್ಲಿಂಗ್ಟನ್ ಡ್ಯೂಕನಿಂದ ಅದು ಬಹುಶಃ ಹೆಸರುಗೊಂಡಿರಬೇಕು.

ಖಂಡಾಲ ಎಂಬ ಗಿರಿಧಾವ ಅಲ್ಲಿಂದ ಅಷ್ಟೇನು ದೂರವಿಲ್ಲ. ಐವತ್ತು ದಶಕದಲ್ಲಿ ಅದು ಮಲಗಿದ ಪ್ರದೇಶವಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದಕ್ಕೆ ಆತುಕೊಂಡು ಮತ್ತೊಂದು ಬೆಟ್ಟವಿದ್ದಿತು. ಬೆಟ್ಟದಲ್ಲಂತೂ ಜನವಸತಿ ಎಷ್ಟೂ ಇಲ್ಲದೆ ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಂಜರಾಗಿದ್ದಿತು. ಒಂದು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಒಂದು ಹೋಟೆಲ್. ನಿನಗೆ ನಾನು ಹೇಳಿದಂತೆ, ನಾನು ದೇವರ ಇದುವಿಕೆಯ ಸಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಅರಸುತ್ತಿರುವ ದೈವತ್ವದ ಬಗ್ಗಿನ ಅಜ್ಜ. ಬೆಟ್ಟದ ಮೇಲೆ ನಡೆದಾಡುತ್ತ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ನಾನು ಜಲವಿದ್ಯುತ್ ಯೋಜನೆಗೆ ನೀರನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವ ದೊಡ್ಡ ಕಿರಿ ಕೊಳವೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹರಡಿದ್ದ ಚಿಕ್ಕದೊಂದು ಸೇತುವೆ ಮೇಲೆ ಬಂದು ನಿಂತಿದ್ದೆ. ಸೇತುವೆಯ ಮೇಲಿಂದ ಕೊಳವೆಗಳತ್ತ ಬಗ್ಗಿ ನೋಡಿದಾಗ ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ: 'ಅಲ್ಲಿ ನೂರು ಹಾವುಗಳಿದ್ದು, ಅವುಗಳ ಮಧ್ಯ ನನ್ನನ್ನು ದಬ್ಬಲ್ಪಟ್ಟರೂ ನಾನು ಬದುಕಿ ಉಳಿದೆ' ದೇವರಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವೆ!

ಘಂಟೆಗಳು ಬಾರಿಸಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಮನೆಗೆ ಬಂದೆ. ನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಮುಂಜಾನೆ ೧೧ರ ಸುಮಾರಿನಲ್ಲಿ ಸೇತುವೆ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದ ನಿರ್ಜನ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಾನು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಪುಸ್ತಕ ಓದುವುದರಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನನಾಗಿದ್ದೆ. ದೂರದಲ್ಲಿ ಮರ್ಫರ ಸದ್ದು ಕೇಳಿದೆ. 'ನನಗೆ ಗಲಾಟೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಾನು ಶಫಿಸುತ್ತೇನೆ', ಎಂದು ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡೆ.

ನನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ಧ್ವನಿ 'ನೋಡು' ಎಂದು ಬಲವಾಗಿ ಹೇಳಿತು. ನಾನು ನೋಡಿದೆ. ಇಪ್ಪತ್ತು ಅಡಿಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ನನ್ನತ್ತ ನೇರವಾಗಿ ಹಾವೊಂದು ಬರುತ್ತಿದ್ದಿತು. ನನ್ನೆದುರಿಗೆ ಗುಂಡಿಯೊಂದಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಒಮ್ಮೆ ಎರಡು ಬಾರಿ, ಮೂರು

ಬಾರಿ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹಾರಿದೆ. ಉದ್ದನೆಯ ಹಾವು ನಾನು ಕುಳಿತಿದ್ದ ತಾಣಕ್ಕೆ ಬಂದಿತು, ನಂತರ ಗುಂಡಿಯತ್ತ ಸರಿಯುತ್ತ ಹೋಯಿತು. ನಾನು ಅದರ ಬಾಲವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವಿಚಾರವೊಂದು ಹೊಳೆಯಿತು: 'ನಿನಗೆ ನೂರು ಹಾವುಗಳ ಸಾಕ್ಷಿ ಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು. ದೇವರು ನಿನಗೆ ಒಂದನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ'.

ನನಗೆ ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿ ಅಪಾಯ ಸೂಚನೆಯಿಲ್ಲದೆ ಕಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರೆ, ನಾನು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಮೈಲು ದೂರ ಓಡಬೇಕಿದ್ದಿತು.

ನಾನು ಎಂದೂ ಪರಮಾತ್ಮನ ಇರುವಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಗಿನಿಂದ ಇಲ್ಲವೆ ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆತನಿಗಿರುವ ಆಸಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಮಾನ ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಡಬ್ಲ್ಯೂ ಸ್ಟಾನ್‌ಪೋನ್ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ: 'ನೀವು ಒಂದು ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಕಂಡರೆ, ಆತ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ, ನಿಮ್ಮದೆಲ್ಲವೂ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ನನಗಾದರೂ ಅವರು ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಜೀವನಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಅರ್ಥ ಬಂದಿತು. ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಅರಸುತ್ತೀರಿ; ನಂತರ ಆ ನಂಬುಗೆಯೇ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಪೂರ್ವ ಬೀರುತ್ತದೆ'.

ದೇವರು ಒಂದು ಯೋಜನೆ ಹಾಕಿದ್ದು, ಅದರಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮದೊಂದು ಪಾತ್ರವಿದೆಯೆಂಬುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೆ ನಂಬುಗೆ ಪ್ರವರ್ಧಮಾನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಶಾಂತಸಮಯ ಆ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನ ಬೆಳಗಿನ ನನ್ನ ಶಾಂತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲದೆ, ಒಳದನಿಯ ಮೂಲಕ ದೈನಂದಿನ ನಿರ್ದೇಶನವನ್ನು ಅರಸುತ್ತೇನೆ. ಅದನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಯೊಂದಿಗೆ ಇಲ್ಲವೆ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಓದಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ನಾನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಜೀವನ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶ್ಯವನ್ನು ಮತ್ತು ರೂಪವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ದೇವರ ಪ್ರೀತಿ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ, ನನ್ನ ಜೀವನದ ಕಷ್ಟ ಕ್ಷೋಭೆಗಳಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಸಹಾಯವಾಗಿದೆ. ಅದು ಈಗಿನದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಮೊದಲೆಂದೂ ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಅದು ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಹಸಮಯವಾಗಿ ಮಾಡಿದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಉದ್ದೇಶ್ಯದ ಒಂದು ಶೃಂಗವನ್ನು ತಲುಪಿದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೊಂದು ನನ್ನನ್ನು ಕರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಪದ್ಧತಿಯ ನಲವತ್ತು ವರುಷಗಳ ನಂತರ, ನಾನು ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಮಾಡಿರುವುದೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ದೇವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ ಅವನನ್ನು ಹೊಗಳುತ್ತೇನೆ. ಆತ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ತೋರಿಸಿರುವ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ನೋಡಿ, ಜಗತ್ತಿನ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತ ನನಗಾಗಿ ಸಮಯ ಹೊಂದಿರುವುದು ಅಚ್ಚಿಯೆನಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆ ? ಬೆಚ್ಚಿದ ಮೇಲೆ ಆತ ನನಗೆ ಅಷ್ಟೇ ಮಾಡಿ, ನಂತರ ನನ್ನನ್ನು ಕಂಡ. ಆನಂತರ ಆತ ಪಿಸುಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಉಸುರಿ, ನನ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯವಿದ್ದಾಗ್ಯೂ ನನ್ನನ್ನು ಮೆಲ್ಲಗೆ ನಡೆಸಿದ.

ಸಂತ ಅಗ್ನೀನ್ 'ನಿನಗಾಗಿ ನೀನು ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾಡಿದೆ. ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳು ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ವಿರಮಿಸುವವರೆಗೂ ಅವು ಚುಚ್ಚಿಡಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ದೇವರನ್ನು ಅರಸುತ್ತಿದ್ದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಅವನನ್ನು ನನ್ನ ಐವತ್ತೈದು ಅಥವಾ ಅರವತ್ತು ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಲಬಹುದೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದೆ. ಆತ ನನ್ನ ಇಷ್ಟೈದನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಗೋಚರಿಸಿದ. ಸಂತ ಅಗ್ನೀನನಾದರೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ. ಫುಲ ನಂಬುಗೆ ಹೊಂದಿದ್ದ ಆತನ ತಾಯಿಯಾದರೂ ಹಾದಿ ತಪ್ಪಿದ ತನ್ನ ಮಗನಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಅಗ್ನೀನನಾದರೂ ಅವಳ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸದಾ ಅರಿವು ಹೊಂದಿದ್ದ ಒಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಂತೂ ಆತ ದೇವರಿಗೆ 'ಪ್ರಭೂ, ನನ್ನನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು - ಆದರೆ ಈಗಲ್ಲ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ.

ಆತ ತನ್ನದೇ ಆದ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ. ಆತ ತನ್ನ ಹೆಸರಾಂತ 'ತಪ್ಪೊಪ್ಪಿಗೆ'ಯಲ್ಲಿ ಮನಕೂರುವಂತಹ ಈ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದಾನೆ:

ತುಂಬ ತಡವಾಗಿ ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿದೆ, ಸದಾ ಹೊಸದಾದ ಓ ಪ್ರಾಚೀನ ದಿನಗಳ ಸೌಂದರ್ಯ ! ನೀನು ಒಳಗೇ ಇದ್ದರೂ ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಪರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋದೆ. ನೀನು ನನ್ನಲ್ಲಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ನಾನು ನಿನ್ನೊಡನಿರಲಿಲ್ಲ.

ಕೆಳೆ ನಾಲ್ಕು ದಶಕಗಳ ಎಲ್ಲ ಗೊಂದಲಗಳ ನಡುವೆ, ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ನೋವು ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಗಳ ನಡುವೆ ದೇವರ ಕೈ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಡಿದಿದೆ. ಅವನ ಪ್ರೀತಿ ನನ್ನನ್ನು ಕಾಪಾಡಿದೆ.

ನಂಬುಗೆಯು ಒಂದು ಘಟನೆಯ ಮೂಲಕ ಉಗಮಗೊಂಡರೂ, ಪದೇ ಪದೇ ಅದನ್ನು ಮೌನ ತೋರೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸೃಷ್ಟಿಗೊಳಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. 'ಹೃದಯದ ವರ್ತುಲದಲ್ಲಿ ದೇವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾನೆ' ಎಂದು ಮದರ್ ತೆರೆಸಾ ಹೇಳುತ್ತಾ, 'ದೇವರು ಮೌನದ ಸ್ನೇಹಿತ. ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಆಲಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಹೇಳುವುದನ್ನಲ್ಲ ಆತ ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದು ಮುಖ್ಯ' ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

'ದೇವರೊಟ್ಟಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ' ಎಂದು ಮದರ್ ತೆರೆಸಾ ಮುಂದುವರಿದು ಹೇಳುತ್ತಾ: 'ಮಾತನಾಡು, ಆತನಿಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೇಳು. ಆತನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡು. ಆತ ತಂದೆ. ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೇರಿದವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ತಂದೆ. ನಾವೆಲ್ಲ ದೇವರ ಸೃಷ್ಟಿ. ನಾವೆಲ್ಲ ಅವನ ಮಕ್ಕಳು.'

ನೀನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಾಗದಿದ್ದರೆ, — ನಾನು ಕೂಡಾ ಆ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬಡವನೆ — ಮುಂದಿನದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾದ ನಿರಂಕುಶತೆಯಿಲ್ಲದೆ ಆತನೊಟ್ಟಿಗೆ ಇರು, 'ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿದ್ದು ನಾನು ದೇವರೆಂದು ತಿಳಿ'.

ದೇವರು ಒಂದು ಶಕ್ತಿ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲ ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯಲು ಒಂದು ಮನುಷ್ಯ ಮುಖವನ್ನು ಅರಸುತ್ತೇವೆ. ಕಷ್ಟದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾವು ಅತ್ತ

ತಿರುಗಬಹುದು. ಆತ ಮಾನವ ಸ್ನೇಹಿತನಂತಿರುತ್ತಾನೆ. ನಾವು ಅಂತಹ ಸಂಬಂಧಕ್ಕಾಗಿ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಕ್ರಿಸ್ತ ಇಲ್ಲವೆ ಕೃಷ್ಣ, ಗಣೇಶ, ತಾಯಿ ಮೇರಿ, ಗೌತಮ ಬುದ್ಧ, ಧಾರತುಷ್ಟ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ದೊಡ್ಡ ಧಾರ್ಮಿಕ ಗುರುಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಚೀನ ಪ್ರವಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಕೆಲವರು ಭಾರತದಲ್ಲಿನ ಸತ್ಯ ಸಾಯಿ ಬಾಬರವರಂತಹ ಜೀವಂತ ಗುರುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬಹುದು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಬ್ಬರಿಗಾಗಿ ಹಾತೊರೆದು, ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಸಿ. ಆಸ್ಪಿನ್‌ಮೈಲ್ ಹಾಡಿನ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು:

ಆತ ನನ್ನೊಡನೆ ನಡೆಯುತ್ತಾನೆ, ಹಾಗೂ ನನ್ನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾನೆ  
ಮತ್ತು ನಾನು ಅವನಿಗೆ ಸೇರಿದವನೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ  
ಹಾಗೂ ನಾವು ಕಾದಿದವಾಗ ದೊರೆಯುವ ಸಂತೋಷ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು  
ಬೇರಾರಿಗೂ ಎಂದೂ ತಿಳಿಯದು.

‘ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಹಾದಿಗಳು’ ತುಂಬ ಕಾರ್ಯ ಉಪಯುಕ್ತವೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ಅದರ ಸಂಪಾದಕ ಗ್ರಹಾಂ ಡೋ, ಕಾರ್ಡಿನಲ್ ಬೇಸಿಲ್ ಹೂಂ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿದ್ದ ನಾಲ್ಕು ಜನರನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಾನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಓದಿ ಭಾರ ಕಳೆದಂತಾಯಿತು. ಆತ ಹೇಳಿದಂತೆ,

ದೇವರು ಅವಕಾಶವೊಂದನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲವೇನೋ ಎಂಬಂತೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ತುಂಬ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿರುವುದು, ಕೇವಲ ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿರುವುದು ಸಾಕು. ದೇವರ ಸಾಮೀಪ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸು. ಆತ ಸಾಂಕ್ಷ್ಯ ನೀಡಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರಭುಲಿಂಗಿಸುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೂಪುರೇಷೆಯಿಲ್ಲ. ಮೇಣಬತ್ತಿ ಉರಿಸುವುದು, ನಮಗೆ ತ್ರಿಯವೆನಿಸುವ ಹಾಡನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಸ್ತುತಿಗೀತೆಯನ್ನು ಹಾಡುವುದು, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನುಕಂಪವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ರೂಪ ತಳೆಯುತ್ತದೆ.

ನನಗೆ ದೇವರನ್ನು ತಲುಪುವ ಸಮೀಪದ ದಾರಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಕೃತಜ್ಞತೆಯ ಮೂಲಕ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಪಡೆಯದ ವಸ್ತುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಮಾಡದೆ, ದೇವರು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಕೃಪೆಯಿರಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಾನ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ‘ನಿಶ್ಚಲವಾಗಿದ್ದು, ನಾನೇ ದೇವರೆಂದು ತಿಳಿ’. ಜಗತ್ತಿನಿಂದ ಹಿಂದೆ ಸರಿದು ನಾವು ನಿಶ್ಚಲವಾಗುವ ಕ್ಷಣಗಳು ನಮಗೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ನಿರ್ದೇಶನದ ಅನುಭವವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತವೆ. ‘ನನ್ನೊಳಗಿನ ಕಿರುಧ್ವನಿಯನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕಿದ ಕ್ಷಣ ನಾನು ನನ್ನ ಉಪಯುಕ್ತತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ’ ಎಂದು ಗಾಂಧೀಜಿಯವರು ಹೇಳಿದರು.

‘ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಒಂದು ವಿಧಾನ’ ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಜಿಮ್ ಬೋಸ್ಟ್ ಧ್ಯಾನದ ಶಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಶಾಂತಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಹೊಸಪರ್ವಾಂತರಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಈ ಮೊದಲು ಗುಪ್ತವಾಗಿದ್ದ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಲು ಆತ್ಮ ಅನೇಕ ಬಗೆಯ ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ..... ಅರಿವು ಮಧುರವಾಗಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಅದು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

ಮದರ್ ತೆರೀಸಾ ಹಳದಿ ಕಾರ್ಡೊಂದನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಅದು ‘ತನ್ನ ಉದ್ಯೋಗದ ಕಾರ್ಡ್’ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದರಲ್ಲಿ ಹೀಗಿದ್ದಿತು.

ಮೌನದ ಫಲ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ

ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಫಲ ನಂಬುಗೆ

ನಂಬುಗೆಯ ಫಲ ಪ್ರೀತಿ

ಪ್ರೀತಿಯ ಫಲ ಸೇವೆ

ಸೇವೆಯ ಫಲ ಶಾಂತಿ.





## ೧೨ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿನ ವೈದ್ಯ

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ತನ್ನೊಳಗೆ ತನ್ನ ವೈದ್ಯನನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ ಅವರು ನಮ್ಮತ್ತ (ವೈದ್ಯರು) ಬರುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ರೋಗಿಯ ಒಳಗೆ ವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯನಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನಾವು ಕೊಟ್ಟರೆ ನಾವು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತೇವೆ.

ಡಾ. ಆಲ್ಬರ್ಟ್ ಸ್ಟಾಯಿಟ್ಜರ್

ತನ್ನ ಮುಖದ ಮೇಲಿದ್ದ ನೋಣವನ್ನು ಕೈ ಬೀಸಿ ತೆಗೆದೊಗೆಯದಷ್ಟು ಕೆನತಾದ ವಾಲ್ಟರ್ ಕ್ಯಾಲೋ ಅಸಹಾಯಕನಾಗಿದ್ದ. ಹೊದಿಕೆಯಡಿ ಮಲಗಿದ್ದ ಆತನ ತುಟಿಗಳು ಮಾತ್ರ ಅಲುಗಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. ಅವನ ಎರಡೂ ಕಾಲುಗಳು ಹೋಗಿದ್ದವು. ಆತ ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಂಧನಾಗಿದ್ದ. ಆತ ಹ್ಯಾಲಿಫಾಕ್ಸ್ ಕ್ಯಾಂಪಹಿಲ್ ಮಿಲಿಟರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಮೇಲ್ದರ್ಜೆಯ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿದ್ದ. ಅದೊಂದು ಕೈಗಾರಿಕೆಯ ಗೂಡು. ಅವನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಎಲ್ಲ ಕಠಿಣಗಳನ್ನು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು.

ಕ್ಯಾಲೋ ಅಂಗವಿಕಲರಿಗಾಗಿ ಬಸ್ ಒಂದನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ. ಅವರು ಟೆಲಿವಿಷನ್ ಬರುವವರೆಗೆ ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ಮತ್ತಿತರ ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿ, ಕೂಡಿಹಾಕಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆತ ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕ ಪಡೆಯದೆ ಅಂತಹ ನಾಲ್ಕು ಬಸ್‌ಗಳನ್ನು ಓಡಿಸುತ್ತಿದ್ದ.

"ನನ್ನ ಸ್ಥಿತಿ ಇನ್ನೂ ಕೆಡಕಾಗಿರಬಹುದಿತ್ತು. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಮಾತನಾಡಬಲ್ಲ ಮತ್ತು ವಿಚಾರ ಮಾಡಬಲ್ಲವನಾಗಿದ್ದು, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ದೇವರಿಗೆ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ದೇವರಿಗೆ ಮರಳಿ ಕೊಡಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಮನುಷ್ಯ ಸತ್ತ ಮೇಲೆ ಅವರು ಒಂದೇ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆಂದು ನಾನು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ : "ನೀನು ಇತರರಿಗೆ ಏನು ಮಾಡಿದೆ ?" ಎಂದು ಆತ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಂಡ.

ಜನರು ಎತ್ತರದ ಪರ್ವತಗಳನ್ನು ಹತ್ತಲು ಮತ್ತು ಭಯಾನಕ ಸಮುದ್ರವನ್ನು ದಾಟಲು ಸಹಾಯಕವಾದ ಅನಿರ್ವಚನೀಯ ಶಕ್ತಿ ಕೂಡಾ

ಅವರು ರೋಗವನ್ನು ಪ್ರತಿಭಟಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಲ್ಲರು. ಅದು ಕ್ಲಿಣಿಕ್ ಎಂದು ಕಾರಣವು ಧೈರ್ಯವಾಗಿರದೆ, ಚರ್ಚಿಲ್ ಹೇಳಿದಂತೆ "ಬೆಳಗಿನ ಎರಡು ಘಂಟೆಯ ಧೈರ್ಯ".

ನಾರ್ಮನ್ ಕಸಿನ್ಸ್ "ರೋಗವೊಂದರ ಅಂಗರಚನೆ" ಯಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸಲಹಾಕಾರನಾಗಿ ತನ್ನ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತ "ರೋಗಿಗಳು ಕೇವಲ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಬಾರದೆ ತಮ್ಮ ರೋಗದ ವಿರುದ್ಧ ಸೆಣೆಸುವ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡ ಮಾಡುವ ಭರವಸೆಗಾಗಿ ಬರುತ್ತಾರೆ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ. ನಾರ್ಮನ್ ಕಸಿನ್ಸ್ ಅಲ್ಲದೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ, ವೈದ್ಯರ ಸಾವಿನ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆದು, ಮನುಷ್ಯ ಚೇತನದಿಂದ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದಿದ್ದೇವೆ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದ ರೋಗಿಯೊಬ್ಬನ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಕತೆಯಿದೆ. ಆತ ಕೆಲ ಸಮಯದಿಂದ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ. ವೈದ್ಯರು ಆತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬದುಕಿರಲಾರನೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಪೀಟರ್‌ನೆಂಬ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಅಪರಿಮಿತ ಉತ್ಸಾಹವನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂತೋಷದಿಂದಿರುತ್ತಿದ್ದ. ಒಂದು ದಿನ ಆತ ತನ್ನ ಕಛೇರಿಯ ಊಟದ ಟೇಬಲ್ ಬಳಿ ತುಂಬ ದುಃಖಿತನಾಗಿ ಬಂದ. ಆತನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು ಏನಾಯಿತೆಂದು ಕೇಳಿದರು. ತಾನು ಆರು ತಿಂಗಳು ಮಾತ್ರ ಬದುಕಿರುತ್ತೇನೆಂದು ಹೇಳಿದ ಮೂರನೇ ವೈದ್ಯನ ಸ್ಮಶಾನ ಯಾತ್ರೆಯಿಂದ ಈಗ ಬರುತ್ತಿರುವುದಾಗಿ, ಗಂಭೀರ ಮುಖಚಿಹ್ನೆಯಿಂದ ಪೀಟರ್ ಹೇಳಿದ.

"ರೋಗವೊಂದರ ಅಂಗರಚನೆ" ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಬಂದ ಪುಸ್ತಕ - ತಲೆ ಮೊದಲು - ಭರವಸೆಯ ಜೀವಶಾಸ್ತ್ರ

೧೯೬೦ರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾರ್ಮನ್ ಕಸಿನ್ಸ್ ಮಾಸ್ಸೊಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದ್ದ. ಆತ ತುಂಬ ದುಃಖಿಯ ಸಂಧಿ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿನ ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದ. ಮಲಿನತೆಯ ಮಟ್ಟ ಅದರಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹಾಯ್ದು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದ ಡಿಸೆಲ್ ಟ್ರಕ್ಗಳಿಂದಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದಿತು. ಆತ ತನ್ನ ಕಿಟಕಿಯ ಕೆಳಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡದೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದ ಟ್ರಕ್‌ನಿಂದ ಹೊರ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ವಿಷಕಾರಿ ಧೂಮವನ್ನು ಒಳ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ. ಇದು ದೇಹದ ಕೀಲುಗಳನ್ನು ರೋಗಿಷ್ಟವಾಗಿಸುವ ಕೊಲಾಜನ್ ವ್ಯತ್ಯಯದ ರೋಗವನ್ನು ಹೊಂದುವಂತೆ ಮಾಡಿತು ಎಂದು ಆತ ನಂಬಿದ್ದಾನೆ. ಅದೇ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಆತನ ಹೆಂಡತಿಯ ರೋಗ ಪ್ರತಿರೋಧ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದರಿಂದ ಆಕೆ ಅದರಿಂದ ವಿನಾಯಿತಿ ಪಡೆದಳು. ತುಂಬ ಸುಸ್ವಾಗಿ, ಅಡ್ರಿನಲ್ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದ ತಾನು ಅದಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟೆನೆಂದು ಕಸಿನ್ಸ್ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಆತ ೧ : ೫೦೦ ಅನುಪಾತದಲ್ಲಿ ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ. ತಾನು ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರಿಂದ, ಭಯ, ಖಿನ್ನತೆ ಮತ್ತು ಆತಂಕದ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿ ಬೀಳಲಿಲ್ಲ. ಆತ ತೊಂದರೆಯ ತೀವ್ರತೆಯ ಮೇಲೆ

ಗಮನಿಸಲಿಲ್ಲವೆಂದಲ್ಲ, ಆದರೆ ತನ್ನ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿತಿ ಬೀರುವ ಪ್ರಭಾವದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನವನ್ನಿಟ್ಟಿದ್ದ.

ಅನಂತರ ರುಮೇನಿಯದ ಅಗ್ರಮಾನ್ಯ ಎಂಡೋಕ್ರಿನಾಲಜಿಸ್ಟ್ (ದೇಹದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ರಸದೂತಗಳನ್ನು ರಕ್ತ ಪ್ರವಾಹದೊಳಕ್ಕೆ ಸ್ರವಿಸುವ ದೇಹದ ಅಂತ್ಯಸ್ತ್ರಾವ ಗ್ರಂಥಿಗಳ ಕಾರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆನ ತಜ್ಞ) ಡಾ. ಅನ್ನ ಅಸ್ಲಂ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ ನಂತರವೇ, ಆತ ದೇಹದ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿಯ ಮಧ್ಯದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕೊಂಡಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಹೊಂದಿದ. ಬದುಕುವ ದೃಢ ಸಂಕಲ್ಪ ಮತ್ತು ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿನ ರಸಾಯನಿಕ ಸಮತೋಲನೆ ಮಧ್ಯ ನೇರ ಸಂಬಂಧವಿರುವುದನ್ನು ಡಾ. ಅಸ್ಲಂ ಅವನಿಗೆ ಹೇಳಿದಳು. ಸೃಜನಶೀಲತೆ — ಜೀವಿಸುವ ಸಂಕಲ್ಪದ ಒಂದು ಮುಖ. ಅದು ಮಿದುಳು ಜೀವಾಳ ಪ್ರಚೋದನೆಗಳನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿ, ಪಿಟ್ಟುಟರಿ ಗ್ರಂಥಿಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ, ಅದರ ಪ್ರಭಾವ ಪೈನಿಯಲ್ ಗ್ರಂಥಿ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಅಂತ್ಯಸ್ತ್ರಾವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಕೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಳು.

ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸಿತಿ, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ರಸಾಯನಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ; ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸಿತಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ರಸಾಯನಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಿರ್ಣಯದತ್ತ ಕೆಸಿನ್ಸ್‌ನನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ದಿತು. "ಪ್ರೀತಿ, ನಂಬುಗೆ, ವಿಶ್ವಾಸ, ನಗು ಮತ್ತು ಬದುಕುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವುದೇ ?" ಎಂದು ಕೆಸಿನ್ಸ್ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ.

ತಾನು ಹೊಂದಿದ ಯಾವುದೇ ರೋಗಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಔಷಧ ತಾನೊಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಮತ್ತು ಹಾಸ್ಯದ ಒಳ್ಳೆಯ ಭಾವನೆ ಎಂಬ ಜ್ಞಾನ. ಈ ಎರಡೂ ಅಂಶಗಳು ಯಾವುದೇ ರೋಗಕ್ಕೆ ಆತಿಥ್ಯ ನೀಡುವ ಎಂದು ಸ್ಟಾಂಯಿಟ್ಜರ್ ನಂಬುತ್ತಾರೆ.

ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಬೇಕಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ನಾವು ಸೋತಿಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೊಂದು ಆಯ್ಕೆಯಿದೆ. ನಮ್ಮಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿರುವುದನ್ನೆಲ್ಲ ಮಾಡಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವರ್ತಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಇಲ್ಲವೆ ಸೋಲಿನ ನಮೂನೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪುನರಪಿ ಮಾಡುತ್ತ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಕಟಕ್ಕೀಡು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ವೈದ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಿತಾಮಹ ಹಿಪ್ಪೊಕ್ರೇಟೀಸ್, ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂತಹ ರೋಗ ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕಿಂತ ಎಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿ ರೋಗ ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ವೈದ್ಯ ತಿಳಿಯಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಗುಣ ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೆ ಆತನಲ್ಲಿ ಸುಪ್ತವಾದ ಶಕ್ತಿಯ ಅರಿವನ್ನು ರೋಗಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಟು ಮಾಡುವುದು ವೈದ್ಯನ ಕಾರ್ಯ. ಗುಣ ಹೊಂದಲು ವೈದ್ಯ ಮತ್ತು ರೋಗಿ ಇಬ್ಬರೂ ಬೇಕು. 'ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ಜನ್ ಆಗಿ ನನ್ನ ಪಾತ್ರ ರೋಗಿಯು ತಂತಾನೆ ಗುಣ ಹೊಂದಲು ಜನರಿಗೆ ಸಮಯವನ್ನು ಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ' ಎಂದು ಬರ್ನಿ ಸೀಗಲ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಹೃದಯ ಸರ್ಜನ್ ಡೀನ್ ಆರ್ನಿಶ್ ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕ "ಹಿಂತಿರುಗಿಸುವ ಹೃದಯ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಬೈಪಾಸ್ ಸರ್ಜರಿಯೊಂದೇ ಇರುವ ಆಯ್ಕೆಯೆಂದು ತಿಳಿದ ರೋಗಿಗಳು ಗುಣ ಹೊಂದುವುದು ತಮ್ಮೊಳಗಿನ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೊನೆಗೆ ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡ ಅನೇಕ ದೃಷ್ಟಾಂತಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆತ ಸನ್ನಿವೇಶ ತುರ್ತುಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲವೆ ಆಂಜಿಯೋ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿ ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದಾಗ ಅದನ್ನು ಎಂದೂ ನಿರಾಕರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಯೋಗ್ಯ ಆಹಾರ ಬದಲಾವಣೆ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಎಲ್ಲವೂ ತಮ್ಮ ಪೂರ್ವ ಬೀರಿದವು.

ಜೈವಿಕವಾಗಿ "ಬದುಕುವ' ಮತ್ತು "ಸಾಯುವ' ಕಾರ್ಯವೈಖರಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ ಯೆಂದು ಸೀಗಲ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರದಂತೆ ಮೂರು ಬಗೆಯ ರೋಗಿಗಳಿದ್ದಾರೆ.

ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಶೇಕಡ ಅರವತ್ತು ಇಲ್ಲವೇ ಎಪ್ಪತ್ತರಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳು ವೈದ್ಯ ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದಂತೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. "ತಮ್ಮ ಭಾಗದ ಶ್ರವಣ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಟರು ಮಾಡುವ ರೀತಿ".

ಶೇಕಡ ಹದಿನೈದರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ರೋಗಿಗಳು "ಜೀವಿಸುವ ಸಂಕಲ್ಪ ಹೊಂದಿಲ್ಲದಿರುವವರು". ಅವರು ಪ್ರಾಕ್ಟಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯೇ ಅಥವಾ ಅದಿಲ್ಲದೆಯೇ ಸಾಯುವ ಅಪೇಕ್ಷೆ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅದರಂತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅವರು ಮರಣ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ.

ಸುಮಾರು ಶೇಕಡ ಹದಿನೈದರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತರಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ಅಪವಾದ. "ಅವರು ಶ್ರವಣ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡದೆ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಬಲಿಪಶುವಿನ ಪಾತ್ರವನ್ನಾಡಲು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ".

ಲಂಡನ್ನಿನ ಸಂಶೋಧಕರ ಒಂದು ಗುಂಪು ೧೦ ವರುಷಗಳ ಕಾಲ ಬದುಕಿರುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಸಿಸಿತು. ಶೇಕಡ ೭೫ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಹೋರಾಡುವ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದಾಗ ಶೇಕಡ ಇಪ್ಪತ್ತೆರಡರಷ್ಟು ರೋಗಿಗಳು ಯಾವ ಉದ್ದೇಗವಿಲ್ಲದೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡ ಇಲ್ಲವೆ ಅಸಹಾಯಕತೆ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯಿಲ್ಲದ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡರು.

ಅದರಿಂದ ಬದುಕಿ ಉಳಿದಿರುವ ನಾನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಒಂದು ಮಾತನ್ನು

ಹೇಳಬಯಸುತ್ತೇನೆ. "ನನ್ನ ಹೋರಾಟದ ಕೆಟ್ಟ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಅದೇ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ದಿನದ ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಹಾಗೆಯೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರತಿಭಟನೆ ತೋರುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ನಿರ್ವಿಹಾರವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಇಲ್ಲವೆ ಜೀವನದೊಂದಿಗೆ ತುಂಬ ತೀವ್ರ ಬಳಲಿಕೆಯತ್ತ ಸಾಗಬಹುದು. "ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವ ಏನು ? ನೀವು ಹೇಗೆ ಚೇತರಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ?" ಎಂಬುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆ.

ಬರ್ನೀ ಸೀಗಲ್ ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕ "ಪ್ರೀತಿ, ಔಷಧಿ ಮತ್ತು ಪವಾಡ" ದಲ್ಲಿ "ಗುಣಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಜಾಗಿತ್ತೆ" ಎಂಬ ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದಾನೆ. ಅವನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುವ ಅನೇಕ ನಿದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ರೈಟ್ ಎಂಬ ರೋಗಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆದಿದ್ದಾನೆ. ಯಾವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಆತನಲ್ಲಿ ಫಲಪ್ರದವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಕಿತ್ತಳೆ ಗಾತ್ರದ ಗಂತಿ ಕತ್ತು ಕಂಕಳು, ಗೆಜ್ಜೆ ಎದೆ ಮತ್ತು ಉದರದಲ್ಲಿ ಹರಡಿ ಹೋಗಿದ್ದವು. ಶ್ರೀ ರೈಟ್ ಇನ್ನೂ ಪರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಕ್ರಿಯೋಜೆನ್ ಎಂಬ ಹೊಸ ಔಷಧಿಯನ್ನು ತನಗೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸಲಾಗುವುದೆಂದು ಆಶಿಸಿದ್ದ. ಅದನ್ನು ನೀಡಲಾಯಿತು, ವಿಕಿರಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮಣಿಯದಿದ್ದ ಗಂತಿ ಗಂಟುಗಳು "ಹಿಮದ ಚಂಡಿನಂತೆ" ಕರಗಿಹೋದವು. ಹರ್ಷೋದ್ಗಾರದಿಂದ ಆತ ತನಗೆ ತುಂಬ ಪ್ರಿಯವಾದ ಹವ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲು ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಮಾನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಮುಂದಾದ.

ಎರಡು ತಿಂಗಳೊಳಗೆ ಕ್ರಿಯೋಜೆನ್ ಬಗ್ಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ವರದಿಗಳು ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬರತೊಡಗಿದವು. ಆತ ತನ್ನ ಅಂತಿಮ ಭರವಸೆಯ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿದ. ತನ್ನ ಮುನ್ನಾ ಮಂಕು ಕವಿದ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಿದ.

ಅವನ ವೈದ್ಯ ಬ್ರುನೊ ಕ್ಲೋಫರ್ ತಾವು ಕಂಡ ಅಂಶ, ತಮ್ಮ ಸಾರವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಶೇಖರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಔಷಧದಿಂದ ಬಂದದ್ದು ಎಂದು ರೈಟನಿಗೆ ಹೇಳಿ, "ತುಂಬ ಸಂಸ್ಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಹೊಸ ಕ್ರಿಯೋಜೆನ್‌ನಿಂದ ಆತನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ. ಎಲ್ಲ ಆಡಂಬರದೊಡನೆ ವೈದ್ಯ ಪರಿಶುದ್ಧ ನೀರನ್ನು ಚಿಚ್ಚಿಸಿ ಪರಿಣಾಮ ನಂಬಲಿಕ್ಕಾಗದಾಗಿತ್ತು ಗಂತಿಗಳು ಪುನಃ ಕರಗಿ ಆತ ಮತ್ತೆ ಹಾರುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಶಕ್ತನಾದ. ಆಗ ಅಮೆರಿಕನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್ ಅವರ ಒಂದು ಅಧಿಕೃತ ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ಓದಿದ : 'ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಮಾಡಿದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಕ್ರಿಯೋಜೆನ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ನಿರುಪಮುಕ್ತ ಔಷಧಿ ಎಂಬುದಾಗಿ ತೋರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ'. ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ರೈಟ್ ಪುನಃ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾದ. ಅದಾದ ಎರಡು ದಿನಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಆತ ಮರಣ ಹೊಂದಿದ. "ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಂಬುಗೆ ಗುಣಕಾರಿ, ಅದು ಔಷಧಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ" ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಘಟನೆ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟುವಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಮನಶಾಂತಿ ಜೀವಾಳ ಅಂಶವೆಂದು ಪ್ರಮಾಣಿಸುತ್ತೇನೆ.

ನಾವೆಲ್ಲ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೃತಿಗೊಂಡಿದ್ದರೂ ಮೂಲಭೂತವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಕೃತಿ ಏನನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವುದೋ ಆ ರೀತಿ ಇದ್ದೇವೆ. ನಾನಾದರೋ ಆಹ್ಲಾದಕರತೆಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ, ಮತ್ತು ಜನರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಗೌರವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಎಂದಾದರೂ ನಾನು ನನ್ನ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಭಂಗಪಡಿಸಿದಾಗ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಜೊತೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ನನ್ನೊಟ್ಟಿಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯವಿರಬೇಕು. ಆಳವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುವಾಗ ಇಲ್ಲವೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವಾಗ, ನನ್ನ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಆಹ್ಲಾದಕರ ಮನಸ್ಸಿನೊಡನೆ ಸಾಮರಸ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ದೇವರು ವರುಷಗಳಿಂದ ನನಗೆ ಮಾಡಿರುವುದೆಲ್ಲಕ್ಕೂ ಆತನಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು. ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಅವನ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ತಂದಿದೆ. ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿರಲು ಇನ್ನೂ ಬೇಕಾದಷ್ಟಿದೆ.

ನಮಗೆ ಘಾತ ಮಾಡಿದ ಮತ್ತು ನೋವು ಉಂಟುಮಾಡಿದ ಜನರಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ. ಅವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಪುನರ್ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು ಸಹಾಯಕ. ನಮಗೆ ನೋವು ಕೊಟ್ಟವರನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ ಎಂದು ದೇವರನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾದ ಕಡೆ ಬಿಡುಗಡೆಯ ಅನುಭವ.

ಅಂಕಿ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾರವು. ನಾವೇ ಅದನ್ನು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಮಾಡಬಲ್ಲೆವು. ಆದರೆ ಬದುಕಬೇಕೆಂಬ ನಿರ್ಧಾರವಿಲ್ಲದವರ ಬಗ್ಗೆ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಲಿಕ್ಕಾಗುತ್ತದೆ ? ಬದುಕಬೇಕೆನ್ನುವ ಇಲ್ಲವೆ ತಮ್ಮ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕೆನ್ನುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದವರ ಬಗ್ಗೆ ಕಳಕಳಿ ಬಲವಾದ ಆಕರ್ಷಣೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಗಲ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಚೈಸಿಂಗ್ ಎಂಬ ಜಾಡಮಾಲಿಯನ್ನು ಹೊಗಳಿದೆ. ಅವನು ತಂಬಾಕು ಜಗಿಯುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಅದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಪರೈವಸಾನಗೊಳ್ಳಬಹುದೆಂದು ಆತನಿಗೆ ನಾನು ಹೇಳಿದೆ. ಆತ ಉತ್ತರಿಸಿದ : "ನಾನು ಅದನ್ನು ಬಿಡಲಾರೆ. ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಅದು ಆವಶ್ಯಕ."

"ನಿನಗೆ ಎಷ್ಟು ಜನ ಮಕ್ಕಳು ?" ನಾನು ಕೇಳಿದೆ.

"ಎರಡು" ಅವನು ಉತ್ತರಿಸಿದ.

"ನಿನಗೆ ಒಂದು ವೇಳೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗಿ, ಅದರಿಂದ ಸತ್ತು ಹೋದರೆ ಅವರನ್ನು ಯಾರು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ?"

ಅವನು ಹೇಳಿದ, "ನಾನೇನು ಮಾಡಲಿ? ನಾನು ಅದನ್ನು ಬಿಡಲಾರೆ!"

ನಾನು ಅವನಿಗೆ ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದೆ : "ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಅದನ್ನೆಂದೂ ಮುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಪ್ರಮಾಣ ಮಾಡು. ದೇವರು ನಿನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ."

ಅವನು ವರ್ಗವಾದುದರಿಂದ ಒಂದು ವರುಷ ನಾನು ಅವನ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ.

ಒಂದು ವರುಷದ ನಂತರ ಅವನು ಮತ್ತೆ ಗಲ್ಲಿಯ ಕಸ ತೆಗೆಯುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಅವನನ್ನು ಹೇಗಿದ್ದೀಯ ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದೆ. ಅವನು ತನ್ನ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ತನ್ನ ಶರಟಿನೊಳಗೆ ಅಡಿಸಿ ತನ್ನ ಕೊರಳಿನ ಸುತ್ತ ಇಳಿ ಬಿದ್ದಿದ್ದ ಪವಿತ್ರ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಸರವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆದು ತೋರಿಸಿ "ದೇವಸ್ಥಾನದ ಪೂಜಾರಿ ಇದನ್ನು ತನಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಅಂದಿನಿಂದ ತಂಬಾಕಿನ ಮೇಲಿನ ನನ್ನ ಅಪೇಕ್ಷೆ ನನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟಿದೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ. ಆತ ಮುಂದುವರಿಸಿದ : "ಮೊದಲು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಾನು ಕುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈಗ ಮದ್ಯದ ವಾಸನೆ ನನ್ನನ್ನು ರೋಗಿಷ್ಣನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ".

ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಬದಲಾವಣೆ ಕರಿಯ ಸ್ತ್ರೀ ಎಲೆನ್ ಕ್ಲೆಂಪರ್ ಎಂಬಾಕೆಯ ಪ್ರಸಂಗ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಪತ್ರ ವ್ಯವಹಾರದ ಮೂಲಕ ಪರಿಚಯ ಹೊಂದಿದ್ದ ಆಕೆ ನನಗೆ ಬರೆದಳು :

ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಕೊಡ ಮಾಡಿದ ಕೀಮೋಥೆರಪಿಗೆ ನಾನು ಯಾರೂ ಕರುಬುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಮುಕ್ತಾಯಗೊಂಡ ಮೇಲೆ ನಾನು ಬಿದ್ದು ನನ್ನ ಸೊಂಟ ಮುರಿದುಕೊಂಡೆ. ಈಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಹೋಮ್, ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ನಂತರ ನಾನು ಫಾರಂ ಹೌಸ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದು, ಮತ್ತೆ ಹೇಗೆ ನಡೆದಾಡಬೇಕೆಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಪಾಸಿಟಿವ್ ಇದ್ದವು. ನಾನು ನನ್ನ ವೈದ್ಯನ ಬಳಿ ಜೂನ್‌ವರೆಗೂ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು, ಆತನ ಪ್ರೀತಿಯ ಕಾಲುವೆಯಾಗಲು ನಾನು ದೇವರನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಕೇಳಿದೆ. ನೀವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕ ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದು ಸಾವನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅದರ ಅನುಸಿದ್ಧಾಂತವಾಗಿ ಜೀವನವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಎಂಬ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯ ವಿಚಾರ ಮಾಡಿದೆ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಮಗಳು ಮತ್ತು ಆಕೆಯ ಕುಟುಂಬ ನೋಡಲು ಬರುತ್ತಿದ್ದರು. ಎರಿಕಾ ನನ್ನ ರೂಮಿಗೆ ರಾತ್ರಿ ಬಂದು, ನಾನು ಮಲಗಿದ್ದೇನೆಂದು ಆಕೆ ತಿಳಿದು, ತನ್ನ ತೋಳಿನಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಮಗುವಿನೊಡನೆ ಸುಮ್ಮನೆ ನಿಂತು ನಂತರ ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿದ್ದಳು. ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗಬೇಕೆಂದು ಆಕೆ ಮಾತನಾಡದೆ ನನಗೆ ಹೇಳಿದಳು. ಈಗ ಪರಿಮಿತ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಡುವುದು ಸಾಕಷ್ಟಿದೆ. ಅದು ಕೂಡಾ ದೇವರ ಕಡೆ ತಿರುಗಬೇಕು. ನಾನು ಫೆನಿಲಾನಿನ "ಹೋಗಲು ಬಿಡು" ಎಂಬುದು ತುಂಬ ಸಹಾಯಕವಾಗಿ ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಅವಳ ಕರಾಳ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿ ಏಳಲು ಅವಳ ಮಗಳ ಪ್ರೀತಿ ಆಕೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು.

ಪ್ರೀತಿ ಮಾಡುವವರು ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಯಸುವವರು ಇದ್ದಾರೆಂಬುದನ್ನು

ತಿಳಿಯುವುದು ನಾಣ್ಯದ ಇನ್ನೊಂದು ಮುಖ - ಇತರರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಯಾರಿಂದಲೂ ಬೇರೆಯಾಗದಿರುವುದು, ಅವಕಾಶ ದೊರೆತಾಗ ಯೋಗ್ಯ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಹೊಂದುವುದು ಅಗತ್ಯ ನಂತರದ ಅಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವನಸ್ಥಿತಿ ಅದರಲ್ಲೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

ಮನುಷ್ಯನ ಇಚ್ಛಾ ಶಕ್ತಿ ತನ್ನದೇ ಆದ ಬೆಲೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ ನನ್ನ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಅದು ಪರಿಮಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ನಾವು ನಿನ್ನೆ ಇಂದು ಮತ್ತು ನಾಳೆ ಒಂದೇ ತೆರನಾಗಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಗುಣಕಾರಿಯಾದ ತೊರೆಯಿಂದ ಸದಾ ಕುಡಿಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಜಾರ್ಜ್ ಸ್ನಾನ ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ:

ಜೀವನ ಚಿಲುಮೆಯ ಕಲೆ

ಸರಾಗವಾಗಿ ನಾ ಕುಡಿವೆ

ಚಿಮ್ಮು ನನ್ನ ಹೃದಯದೊಳಗೆ

ಏಳು ಎಲ್ಲ ನಿತ್ಯತೆಗೆ





## ೧೩ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹದಗೊಳಿಸುವುದು

ವಿಚಾರಮಂದಿರ ಕೇವಲ ಅನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆಮೂರ್ತವಲ್ಲ ..... ಅದು ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಒಂದು ಜೀವಾಳ ಜೀವಂತ ಬಲ. ಭೂಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಜೀವಾಳ, ಮಾರ್ಮಿಕ, ತಡೆಯಿಲ್ಲದ ಬಲ ..... ನಾವು ವಿಚಾರ ಬಲದ ಉಪಕರಣಗಳಿಂದ ಸೃಜನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ

ಆರ್. ಡಬ್ಲ್ಯೂ. ಟ್ರೈನ್. "ಅಪರಿಮಿತದೊಂದಿಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯ' ದಲ್ಲಿ

ಈ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಆರ್. ಡಬ್ಲ್ಯೂ. ಟ್ರೈನ್ ನೂರು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಬರೆದ. ನಮ್ಮ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ನಾರ್ಮನ್ ವಿನ್ಸೆಂಟ್ ಪೀಲೆ ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕ 'ದೈನಂದಿನ ಬದುಕಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಕರ ಸಂದೇಶ' ದಲ್ಲಿ ನಲವತ್ತು "ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹದಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಟಿಪ್ಪಣಿ ಮಾಡಿದ್ದು, ತನ್ನದೇ ಆದ ಉಲ್ಲೇಖಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ್ದಾನೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ:

ನನ್ನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಾನು ನಿನಗೆ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ, ನನ್ನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಿನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ ..... ದುಡಿಯುವವರೆಲ್ಲ ಬನ್ನಿ. ಭಾರ ಹೊರುವವರಿಗೆ ನಾನು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ.

ನಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲ ಅನುಭವಿಸಿರುವುದೆಲ್ಲವನ್ನು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಕೆಲವು ಕವಿತೆಗಳು ಮತ್ತು ವಾಕ್ಯಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ನಲುಗಿಸಿದ ಅನುಭವಗಳ ಮೇಲೆ ಶಾಮಕ ಪ್ರಭಾವ ಹೊಂದಿದೆ. ಒಂದು ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುವಂತೆ ನಾನು ಮಾಡಿದಾಗ, ಅದು ಹದಗೊಂಡು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಗಾತಿಯಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ.

ನನ್ನ ಒಂದು ಮೆಚ್ಚಿನ "ಹದಗೊಳಿಕೆ' ಮದರ್ ತೆರೆಸಾರ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲದೆ: "ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ, ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ, ನಾನು ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ವನ್ನಿಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ.' ತನ್ನ ಬೆಳಗಿನ ಮತ್ತು ಸಂಜೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಲಾರದಷ್ಟು ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ತಾನು ಈ ಬಗೆಯ ಚಿಕ್ಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದುದಾಗಿ ಹೇಳಿದರು. ಅಂತಹ ಚಿಕ್ಕ ಕೃತ್ಯಗಳು "ಅಪೂರ್ವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳು' ಎಂದು ಮದರ್ ತೆರೆಸಾ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹದಗೊಳಿಸಲು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ನಾನು ಬಳಸುವುದೆಲ್ಲ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ಉದಾಹರಣೆಗೆ "ನಿನ್ನ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವವರು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ". ಆದರೆ ದಿನದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಾನು ಬಳಸುವ ಕೆಲವು ತುಂಬ ದೀರ್ಘ. ಅದರಲ್ಲೊಂದು ಮೊದಲಿನ ಅಧ್ಯಾಯದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ "ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಾಲೋಚನೆ" ಯನ್ನು "ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಪುಸ್ತಕ" ದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡದ್ದು.

ಓ ದೇವಾ, ನಮ್ಮ ಪರಮ ಪೂಜ್ಯ ತಂದೆಯೇ, ಸರ್ವಶಕ್ತ ಅವಿನಾಶಿ ದೇವಾ, ನಮ್ಮನ್ನು ಈ ದಿನದ ಪ್ರಾರಂಭಕ್ಕೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ತಂದೆ.

ಅದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸು ನಿನ್ನ ಪುಲ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ.

ಅದನ್ನು ಪಠಿಸು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಾಲೂ ನಿನ್ನ ಮೇಲಿರಲಿ. ಅದರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನಿರಿಸು. ಅನಂತರ, ದಿನ ಕಳೆದಂತೆ ನಾನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಮುಂದೆ ಕಾಣಿಸಿದ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ: "ನಿನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ಸರಿಯೆನಿಸಿದುದನ್ನು ಮಾಡಲು" ಮತ್ತು "ನಿನ್ನ ಆಡಳಿತದಲ್ಲಿ ನಿಯಮ ಬದ್ಧವಾಗಿರಲು".

ಸ್ವಯಂ - ಹದಗೊಳಿಸಿಕೆ ಎದ್ದ ಮೇಲಿನ ಮೊದಲ ಅರ್ಧ ಘಂಟೆಯ ಶಾಂತ ಸಮಯ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಮೇಲೆತ್ತುವ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಓದು ಸಹಾಯಕ. ನಿನ್ನ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಬರೆದಿಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಸ್ತುತಿಗೀತೆ ೧೦೩ ನಾನು ಓದುವ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ

ಆಶೀರ್ವದಿಸು ಪರಮಾತ್ಮ ಓ ನನ್ನ ಆತ್ಮ

ನನ್ನೊಳಗಿರುವುದೆಲ್ಲವನ್ನು

ಆಶೀರ್ವದಿಸು ಆತನ ಪವಿತ್ರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ

ಸ್ತುತಿಗೀತೆಗಳು ಹದಗೊಳಿಸಿಕೆಯಿಂದ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿವೆ. ನಾನು ಅಲ್ಲಿನ ವಿಚಾರಗಳ ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಗಲ್ಲದೆ ಅದರ ಇಂಗ್ಲೀಷಿನ ಸುಂದರತೆಗಾಗಿ ಅವುಗಳ ಅಧಿಕೃತ ಆವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಓದುತ್ತೇನೆ. ಬಿಬಿಸಿ ಅವುಗಳ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಡಿಯೋ ಟೀಪುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿದೆ. ನಾನು ಆಫೀಸಿಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇನೆ.

ನಮ್ಮ ವಿಚಾರಶಕ್ತಿ ನಾವು ಸೃಜನಶೀಲರಾಗುವಂತೆ ಶಕ್ತಿ ನೀಡುವ ಸಾಧನ ಎಂದು ಟ್ರೈನ್ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಅವು "ವಿನಾಶಕಾರಿ ಶಕ್ತಿ" ಯನ್ನು ಕೂಡಾ ಕೊಡ ಮಾಡುತ್ತವೆಂದು ಸೇರಿಸಬಹುದು. ನಾವು ನಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸದಿದ್ದರೆ, ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತವೆ. ಡಾ. ಫ್ರಾಂಕ್ ಬುಕ್‌ಮನ್ ಕೂಡಾ ಈ ವಿಚಾರವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಚಿತ್ರಿಸಿದ್ದಾನೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬರುವ ಅನವಶ್ಯಕ ಅಥವಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತ ಆತ

ನುಡಿದಿದ್ದಾನೆ: "ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಕಾಗೆಗಳು ಹಾರುವುದನ್ನು ನೀವು ತಪ್ಪಿಸಲಾರಿರಿ. ಆದರೆ ಅವು ತಮ್ಮ ಗೂಡು ಕಟ್ಟುವುದನ್ನು ನೀವು ನಿಲ್ಲಿಸಬಲ್ಲೀರಿ".

ರೋಮನ್ ಚಕ್ರವರ್ತಿ - ತತ್ವಜ್ಞಾನಿ ಮಾರ್ಕಸ್ ಅರೇಲಿಯಸ್ (ಕ್ರಿ. ಶ. ೧೨೧-೧೮೦) ಯುದ್ಧ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಡೇರೆಯಲ್ಲಿರುತ್ತಿರುವಾಗ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಬಹು ಭಾಗವನ್ನು ಬರೆದ. ಆತ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ :

ನಮ್ಮ ನುಡಿಗಳ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯದ ಬಹು ಭಾಗ ಏನೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟರೆ ಆತನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ವಿರಾಮ ದೊರೆಯುವುದಲ್ಲದೆ, ಮನಸ್ಸಿನ ಕಿರಿಕಿರಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಅದು ಅಗತ್ಯ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಬೇಕು. "ಇದೊಂದು ಅಗತ್ಯವೇ ?" ನಾನು ಅನಗತ್ಯ ಕೃತಿಗಳನ್ನಲ್ಲದೆ ಅನಗತ್ಯ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ಬಿಡಬೇಕು. ಆಗ ಅನಗತ್ಯ ಕೃತಿಗಳು ಅವರ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ನೀನು ಏನಿದ್ದೀಯ ಎಂಬುದು ನಿನ್ನ ವಿಚಾರಗಳಿಂದಲ್ಲದೆ ನೀನು ಏನು ಹೇಳುತ್ತೀ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿದೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ತೋರುವ ಅಸೂಯೆ ಅಥವಾ ದ್ವೇಷ ಮರಳಿ ನಮ್ಮನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ. ನೀನು ಮಾತನಾಡುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಾಕ್ಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬಲವಾಗಿದ್ದು, ಅದು ನಿನ್ನ ಮತ್ತು ಇತರರ ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲವೆ ಕ್ಷೇಪದಕ್ಕಿರುತ್ತದೆ.

ವಿಚಾರಗಳು ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಸುಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿಸುವ ಬಲ. ಟೀಕೆ, ಸಿಟ್ಟು, ಅಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಅಪರಾಧ ಪ್ರಚ್ಛೇದಂತಹ ವಿಚಾರ ಸರಣಿ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವೆಂದು ಕೆಲವರು ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಶ್ರೀಮತಿ ಲೂಯಿ ಹೇ ತನ್ನ ಚಿಕ್ಕ ಪುಸ್ತಕ "ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿರಿ" ಯಲ್ಲಿ ಬಹು ಸಂಖ್ಯೆಯ ದೈಹಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಮಾನಸಿಕ ಕಾರಣಗಳ ಸುಳಿವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದ್ದಾಳೆ. ಲುಡಾಹರ್‌ನಿಗೆ ಕೀಲುವಾತ ಪ್ರೀತಿಯ ಕೊರತೆ, ಟೀಕೆ, ಅಸಮಾಧಾನ, ಕೊ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಬರುತ್ತದೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಆಳವಾದ ನೋವು, ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಅಸಮಾಧಾನ ಕಾರಣವೆಂದಾಕೆ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಗುಟ್ಟು ಇಲ್ಲವೆ ಅಪರಾಧ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನೇ ತಿಂದು ಹಾಕುತ್ತೆ. "ದ್ವೇಷವನ್ನು ಹೊತ್ತು ಸಾಗಿಸುವುದು". ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ, ಆಕೆ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ, "ನಾನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನದಲ್ಲವನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ತುಂಬುವುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ."

ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕೇವಲ ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರ ನಿರ್ದರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಹುದುಗಿ ಕುಳಿತಿರುವ ರೋಗವನ್ನು ಕೊನೆಗೆ

ಮನಸ್ಸು ಬಡಿದೆಬ್ಬಿಸಬಹುದು ಎಂದು ನನ್ನ ಅನುಭವದ ಮೂಲಕ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ ಹಾಚಕಿನ್ ಅಲ್ಲದ ಲಿಂಫೋಮದಲ್ಲಿ ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಸ್ಥಳಪಲ್ಲಟಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಒಪ್ಪಿಗೆ.

ಆದರೆ ಅದೊಂದೇ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ನನ್ನ ಮುಸುನಿನ ೧೦, ೨೦, ೩೦, ೪೦ ಇಲ್ಲವೆ ೫೦ರಲ್ಲಿಯೇ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ೬೦ರಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಪ್ರಾಪೋದಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ?

ಅದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ತೋರಿ ಬರುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿದ್ದೆ. ಅದು ಒಂದೇ ಸಮನೆ ನಾಲ್ಕೈದು ವರುಷಗಳು ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಆರಂಭ ತಿಂಗಳು. ನಾನು ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚತ್ತು ಚಿಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. "ಮಿದುಳು ದೇಹದೊಡನೆ ಸಂಭಾಷಣೆ ಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ ಎಂದು ಲಾಸ್ ಏಂಜಲ್ಸ್‌ನ ಬೆವರ್ಲಿ ಹಿಲ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಹೃದಯ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಡಾ. ಅಮರ್ ಕಪ್ಲರ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ". ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಮನವರಿಕೆಯಾಗಿದೆ.

ಫಲಪ್ರದ ವಿಚಾರಗಳ ಹದಗೊಳಿಕೆಗೆ ಮನಸ್ಸು ತನ್ನಿಂದ ವಿರಾಮ ಪಡೆದಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಅನೇಕರು ಧ್ಯಾನದತ್ತ ಧಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಷ್ಟು ವ್ಯವಧಾನವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಬೌದ್ಧ ಭಿಕ್ಷು ಸೋಗ್ಯಾಲ ರಿಂಪೂಜೆ ಒಂದು ದಾರಿಯನ್ನು (ಅನೇಕವುಗಳಲ್ಲಿ) ತೋರಿಸಿದ್ದು ಅದು ನನಗೆ ಸಹಾಯಕವೆನಿಸಿದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಮೇಲಿನ ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ "ಜೀವನ ಮತ್ತು ಸಾವಿನ ಟಿಬೆಟಿಯನ್ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಅಮು ನೆಟ್ಟಿನಿಲುವಿನಲ್ಲಿ ವಿರಾಮವಾಗಿ ಹಿಳಿತುಕೊಂಡು, ಪ್ರಾಸುಬದ್ಧವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುವುದನ್ನು ಪುರಸ್ಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಉಸಿರು ವಿಚಾರಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಒಳಗೆದುಕೊಂಡು ಹೊರ ಬಿಡುವ ಉಸಿರು ಸಹಾಯಕ.

**ಹೆಚ್ಚೆ ಒಂದು :** ಸಮಾಧಾನವಾಗಿರಲು ನಾನು ನನಗೆ ಬದ್ಧನಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಆ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು "ಮನೋವೃತ್ತಿ"ಯೆನ್ನಬಹುದು. "ನಾನು ಶಾಂತನಾಗಿರುವೆ, ನಾನು ನಿಶ್ಚಲನಾಗಿರುವೆ. ನಾನು ಶಾಂತತೆಗೆ ಬದ್ಧನಾಗಿರುವೆ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ" ಎಂದು ನಿನಗೆ ನೀನೇ ಹೇಳಿಕೊ.

**ಹೆಚ್ಚೆ ಎರಡು :** ನನ್ನ ಕೋಪ, ನನ್ನ ಭಯ (ನಾನು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕುತ್ತೇನೆ), ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲಿನ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹೂದ ಮೇಲಿನ ನನ್ನ ಆಸೆ (ಅವು ನನ್ನನ್ನು ಬಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ) ಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿ ಹೊರ ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. "ನಾನು ಎಲ್ಲ ಏದುಸಿರು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಅಸೂಯೆ, ಅಶುದ್ಧ, ಮಹಾತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆ ಅಥವಾ ಸ್ವೇಂದ್ರಿಕೃತ ವಿಚಾರಗಳು ಮತ್ತು ದ್ವೇಷ ಕೂಡಾ ಆಗಿರ

ಬಹುದು. "ನಿನ್ನ ನನ್ನದೆಂಬ ಭಾವಪರವಶತೆಯ ಆತಂಕದ ಉರುಲಿನಿಂದ ಹೊರಬೀಳು". ಅದು ಹೋಗಲಿ.

**ಹೆಚ್ಚಿ ಮೂರು :** ವಿರಾಮವಾಗಿರು, ನೀನು ಏನನ್ನೂ ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂವೇದನೆಯಿಲ್ಲ. ನಿನ್ನದೇ ಆದ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಡದಿರು. ಧ್ಯಾನದಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೊರಕ್ಕೆ ಬಾ. ನಿನಗೆ ಹತ್ತು ಅಥವಾ ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷಗಳು ಮಾತ್ರ ಸಾಕು.

ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ವಿಚಾರದ ಹದಗೊಳಿಕೆ ದೇಹ (ಪ್ರಾಸಬದ್ಧ ನಿಧಾನ ಗತಿಯ ಉಸಿರಾಟ), ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಚೇತನದ ಮಧ್ಯ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಗಾಳಿ ಸಂಚಾರ ಹೋಗುವುದನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಕೈಗೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ. ಇಲ್ಲವೆ ನಾನು ದೇಹವನ್ನು ಚಲಿಸಿದಾಗ ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಲ್ಲೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಸಮರಸದಿಂದ ಜೀವಿಸಲಿಕ್ಕಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ದಾರಿ ತಪ್ಪಿ ನಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ನಾವೇ ರೋಗಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೇ ? ನಾವೆಲ್ಲ ಸಂಪೂರ್ಣ, ಅರಿವಿಗೆ ಬರುವ ಸಮರಸಕ್ಕಾಗಿ ಪರಿತಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಐವತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಆಧುನಿಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಅದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸುವ ಮೊದಲು, ಇ. ಸ್ವಾನ್ಲಿ ಜೋನ್ಸ್ ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿಯು ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಮೇಲೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಇಲ್ಲವೆ ಕೆಟ್ಟ ಪ್ರಭಾವ ಹೊಂದಿದೆ ಎಂದು ಬರೆದ. ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮೂಳೆಯ ತಿರುಳಿನವರೆಗೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟದುದಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಳ್ಳದಿರುವ ಜೀವಕೋಶವೊಂದೂ ಇಲ್ಲ.

ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯಂತಹ ಭೌತಿಕ ನಿಯಮಗಳು ಇರುವಂತೆ, ನೈತಿಕ ನಿಯಮಗಳಿದ್ದು ಅವುಗಳನ್ನು ಭಗ್ನಗೊಳಿಸಲು ನಾವು ಸ್ವತಂತ್ರರಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಅವು ಕೊನೆಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುರಿಯುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಬಹು ಪಾಲು ರೋಗಗಳು ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಂದ ಬಂದಿವೆ ಎಂಬ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ.

ನಾನು ಘಾಸಿಗೊಂಡು ಸಿಪ್ಪಾದಾಗ ನಾನು ನನ್ನ ಕೋಪದ ವಿಷಯಕ್ಕಾಗಿ, ಆತನ ಹೆಸರು ಅಥವಾ ವಿಚಾರ ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಬಂದಾಗ ನಾನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸ ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಅದನ್ನು ಮರೆಯಲು ಅದು ಕೆಲವು ದಿನಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೂ ನಾವು ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಗೆಲ್ಲಲು, ನಮ್ಮನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳಿಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತದ ಜ್ಞಾನವು ಎರಡು ಪ್ರಕಟಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ. ಈಶ್ವರ ಅರ್ಪಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಸಾದ ಬುದ್ಧಿ. ಈಶ್ವರ ಎಂದರೆ ದೇವರು ಮತ್ತು ಅರ್ಪಣ ಎಂದರೆ ಅರ್ಪಿಸುವುದು. ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾಡುವುದೆಲ್ಲವೂ ದೇವರಿಗೆ ಸಮರ್ಪಣೆ. ಪ್ರಸಾದ ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಅರ್ಪಿಸುವ ಆಹಾರ ಬುದ್ಧಿ ಎಂದರೆ ಜ್ಞಾನ ನೀನು ಅರ್ಪಿಸುವ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು

ಪಡೆಯುವೆ, ಎಂದರೆ ನಿನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದುದೆಲ್ಲವನ್ನು ಮಾಡಿ, ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅದೇನೇ ಇರಲಿ ಗೌರವಯುತವಾಗಿ, ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವೆ.

ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಿಸರ್ಗ ನಿಯಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಮರಸಗೊಳಿಸಿ ಮುನ್ನಡೆಸುವುದು ಕಷ್ಟಕರವಾದರೂ, ಆ ಪ್ರಯತ್ನ ಸದಾ ಪ್ರತಿಫಲ ನೀಡುವುದು.

ನಾನಿಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಟ್ರೈನನನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ದೈವೀಶಕ್ತಿಗೆ ತೆರೆಯುವ ಮತ್ತು ಮುಚ್ಚುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಆತ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಆತ್ಮ ಜೀವನದ ಅಪರಿಮಿತಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದು ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಜೀವನ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಇರುವ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ. ನಮ್ಮ ವೈಚಾರಿಕ ಜೀವನ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಮೆರಿಕು ಕ್ಲಾರ್ ಕು ವಿಟಿಯರ್‌ನ ಈ ಸಾಲುಗಳು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಹದಗೊಳಿಸಬಲ್ಲವಾಗಿದ್ದು ಅವುಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಹಿಡಿದಿದ್ದೇನೆ:

ಅವನ ದ್ವೀಪಗಳು ಎತ್ತ ಎತ್ತುವುವೋ ನನಗೆ ತಿಳಿಯದು  
ಅವುಗಳ ಗರಿಯ ಹಸ್ತಗಳು ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ  
ನನಗೆ ಮಾತ್ರ ಗೊತ್ತು ನಾನು ಸೆಳೆಯಲ್ಪಡೆನೆಂದು  
ಅವನ ಪ್ರೀತಿ ಆರೈಕೆಯಾಗಿ.

ದೈವೀ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತೆರೆಯಬೇಕೆಂದು ಟ್ರೈನ್ ನಂಬಿದ್ದ. ನಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳ ಕ್ರಮಗತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಅದರಿಂದ ನಾವು ಆಕರ್ಷಿಸಲ್ಪಡುವ ಪ್ರಭಾವದ ಕ್ರಮಗತಿ ಕೂಡಾ ಉಂಟಾಗುವುದು. ಬೇರೆ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಜೀವನದ ಚಿಕ್ಕಾಣಿ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದು, ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಗತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವುದು ನಮ್ಮಿಂದ ಮಾತ್ರ.

ತನ್ನ ಚಿಕ್ಕಾಣಿಯ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿ ಎಂಬ ಭಾರತದ ಒಬ್ಬ ಸಂತ. ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಒಂದು ಕೈಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗಿದ್ದಿತು. ತಮಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರೆಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಕೈಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ "ಆಗಿದೆ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ವಿಚಾರಗಳು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆಯಂತೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆಯೇ ಕೇವಲ ಒಳ್ಳೆಯ ಆಶಯಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ನಡತೆಯನ್ನೂ ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ.

ನಾವು ರೋಗಿಷ್ಟಾಗಿದ್ದಾಗ ಔಷಧವು ನಮ್ಮನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ಒಂದು ಮಿತಿಯವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ ನಿಜವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನವು ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಜೈವಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಕಾರ್ಯದಿಂದ ಜರುಗಬೇಕು. ಜೈವಿಕ ಶಕ್ತಿಯೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸು ಎಂದು ನಾನು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಎಲ್ಲ ರೋಗಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಒಳ್ಳೆಯ

ವಿಚಾರಗಳೊಡನೆ, ಯೋಗ್ಯ ಪುಷ್ಪಿಕರ ಆಹಾರ, ಪರಿಶುದ್ಧ ಗಾಳಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿರಿಸುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಭಿಕ್ಷಿಯಾದಾಗ ನಾನು ಮೂರು ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ನಿನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದೆ. ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವುದು, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿರುವುದು ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು. ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ನೀನು ಈಗ ಕೇಳಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಉತ್ತರ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಸಾಧ್ಯ.

ನೀನು ನನ್ನದೇ ಆದ ಆ ದಿನದ ನಿನ್ನ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹದಗೊಳಿಸುವ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೀನು ನಿನ್ನ ಆದ್ಯತೆಗಳಿಗೆ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ನೀಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಕೋಪ, ದ್ವೇಷ ಇಲ್ಲವೆ ನೋವು ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಮಾನಸಿಕ ಯಾತನೆ ಎಲ್ಲವೂ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಹೊಂದಿದ್ದು ಅಂತಹ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ದೇಹದಿಂದ ತೊಳೆದುಹಾಕುತ್ತೀಯೆ. ಶಾಂತ ಸಮಯ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು.

ನಾನು ಹೇಳುವುದಿಷ್ಟೇ, ಅಲ್ಲಿ ಯಾವ ನಿಯಮಗಳಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಹಸಿವೆಯಿರುವುದೋ ಅದನ್ನು ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅದು ತನ್ನ ದಾರಿಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು. ನಾನು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರಭಾವಿತಗೊಳಿಸಿದ ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ಕೆಲವು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಶಿಫಾರಿಸು ಮಾಡಬಲ್ಲೆ. ಆ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮೇಲಿರುವ ಬೈಬಲ್‌ನ ಸ್ತುತಿಗೀತೆಗಳು ಮತ್ತು ದೇವರ ಕೆಲವು ಸ್ತೋತ್ರಗಳು, ರೈರಾನ್ಡಿಯನ್ ಗಾಥೆಗಳು (ಝಾರತುಷ್ಟನ ಹಾಡುಗಳು) ಗೀತೆ, ರಾಮಾಯಣ ಅಥವಾ ಕುರಾನ್ ಶ್ಲೋಕಗಳು ಸಂದರ್ಭಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಸಹಾಯಕ. ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ ಆಧುನಿಕ ಲೇಖಕರು ೧೯೫೦ರ ಸುಮಾರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಟ್ಯಾನ್ಲಿ ಜೋನ್ಸ್ ಮತ್ತು ಆನಂತರದ ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾರ್ಮನ್ ವಿನ್ಸೆಂಟ್ ಪೀಲೆ. ನಾನು ಪೀಲೆನ ಪುಸ್ತಕ 'ದೈನಂದಿನ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಸಂದೇಶ' ವನ್ನು ಬಲವಾಗಿ ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವನ ಇತರ ಪುಸ್ತಕಗಳೂ ಅಷ್ಟೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು "ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹದ ಖಜಾನೆ", ಮತ್ತೊಂದು ಪುಸ್ತಕ "ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರತಿವಿ".

ಒತ್ತಡವನ್ನು ಸಮಾಧಾನಪಡಿಸುವ ಮೃದು ವಚನಗಳು ಹೀಗೆ ಸಾಗಿ ಬರುತ್ತವೆ.  
ನನ್ನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಾನು ನಿನಗೆ ಬಿಡುವೆ, ನನ್ನ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಿನಗೆ  
ಕೊಡುವೆ

ನನ್ನ ಕಡೆ ಬಾ, ಆ ಎಲ್ಲ ತ್ರಮ  
ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಭಾರ, ನಾನು ನಿನಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡುವೆ.  
ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕೊಡಿ. ಅವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುವಂತೆ

ಶುಭ ಹಾರೈಸಿ, ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ. ಇದು ಇತರರಿಗೂ, ನಿಮಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಒಮ್ಮೆ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ನಿದ್ದೆಗೆ ಭಂಗ ಉಂಟಾಯಿತು. ವಧ್ಯರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಬೇರೆಯವರಿಗಾಗಿ. ದೇವರು ಅವರನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಲು ನಾನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸತೊಡಗಿದೆ. ಅನುಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ನಿದ್ದೆ ನನಗೆ ಮರಳಿ ಬಂದಿತು.

ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ದೇವರ ಪ್ರೀತಿಯ ಸಮ್ಮುಖಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಿ ಮತ್ತು ದೇವರು ತನ್ನ ಹಸ್ತವನ್ನು ಅವರ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಊಹಿಸು. ನೀನು ಪ್ರೀತಿಸುವವರಿಗೆ ಅದು ಸುಲಭವಾಗಬಹುದು. ನಿನ್ನನ್ನು ನೋಯಿಸಿದ ಇಲ್ಲವೆ ನಿನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ನಿಷ್ಕರುಣೆಯಿಂದ ಇರುವವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಅವಶ್ಯಕ.

ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೇ, ಅದರಲ್ಲೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮೇಲೆ ನಾನು ನೋವು, ದ್ವೇಷ ಮತ್ತು ಮುನಿಸಿನಿಂದ ದೂರವಾಗಲು ಹೋರಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕೂಲವೆಂದು ನಾನು ಮನಗಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವುದು, ನಿನ್ನನ್ನು ನೋಯಿಸಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲು ಮಾಡಬೇಕಾದಷ್ಟೇ ಮಾಡುವ ಹೋರಾಟವಾಗಬಲ್ಲದು. ನಾವು ಆ ರೀತಿ ಭಾವಿಸದ ಕ್ಷಣಗಳಿದ್ದರೂ, ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆಯಬೇಕು.





೧೪

## ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ

ನನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಪುಸ್ತಕ "ಸಾಧನೆಯ ಸಂತೋಷ" ಎಂದು ಹೆಸರುಗೊಂಡಿದ್ದಿತು. ಅದು ಭಾರತದ ಹೆಸರಾಂತ ಕೈಗಾರಿಕೋದ್ಯಮಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ವಿಮಾನ ಚಾಲಕ ಜೆ.ಆರ್.ಡಿ. ಟಾಟಾರವರೊಡನೆ ಮಾಡಿದ ಸಂದರ್ಶನವನ್ನೊಳಗೊಂಡಿದ್ದಿತು. ಕೈಗಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಬೇರೆಯವರಿಗಿಂತ ಜೆಆರ್‌ಡಿ (ಅವರು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಹಾಗೆ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರು) ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಲಾಭದ ಆಸೆಯನ್ನಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಸಾಧನೆಯ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಒತ್ತಾಸೆಯಿರಿಸಿಕೊಂಡವರಾದುದರಿಂದ ನಾನು ಆ ರೀತಿಯ ಹೆಸರನ್ನಿಟ್ಟಿದ್ದೆ. ೧೯೮೨ರಲ್ಲಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ಎಷ್ಟುಕೊನೆ ವರುಷ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಾವು ಐವತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಕೂಚಿಯಿಂದ ಮುಂಬಯಿಗೆ ಮಾಡಿದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ವಿಮಾನ ಹಾರಾಟವನ್ನು ಪುನಃ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿದರು. ಡಿ. ಹ್ಯಾವಿಲ್ಯಾಂಡ್ ಒಂದು ಎಂಜಿನ್ನಿನ ಪರ್‌ಮಾಶನಲ್ಲಿ ಅವರು ಭಾರತದ ಮೊದಲ ವಿಮಾನವನ್ನು ಹಾರಿಸಿ ಉದ್ಘಾಟಿಸಿದ್ದರು. ಆ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

ಎಲ್ಲ ತೊಂದರೆಗಳು, ಎಲ್ಲ ಅಡ್ಡಿಗಳು ಇದ್ದಾಗ್ಯೂ ಏನಾದರೊಂದನ್ನು  
ಮಾಡಿದಾಗ ಸಂತೋಷ ಅದರೊಟ್ಟಿಗೆ ನೀನು

ಮಾಡುಲೆ ಮತ್ತು ನೀನು ಮಾಡುಲೆ ಎಂದು ಇತರರು

ತಿಳಿದುದಕ್ಕಿಂತ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುಲೆ ಎಂಬುದು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಇತರರಿಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುವಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನಿರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. "ತೊಂದರೆಯೆಂದರೆ ನಾವು ಸಾಕಷ್ಟು ನಗದಿರುವುದೇ ಆಗಿದೆ" ಎಂದು ಅವರು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದ್ದ ಅವರನ್ನು ರಸ್ತೆ ಬದಿ ಜನ ಗುರುತಿಸಿದಾಗ ಅವರತ್ತ ತಾವು ನಗೆ ಬೀರುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಹೇಳಿದರು. "ಅವರಿಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಯಾವ ಖರ್ಚೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ"

ನಿನ್ನನ್ನು ಅವರು ಕಂಡಾಗ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಹಿಂದಿನ ಸಾಧನೆಗಳು ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿದ್ದರೂ, ನಿನ್ನ ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಸಕ್ತರಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದರು. "ನನ್ನಲ್ಲೇನಾದರೂ

ಅರ್ಹತೆಯಿದ್ದರೆ ಅದು ನಾನು ಜನರಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತನಾಗಿದ್ದೆವೆಂದು'. ೨,೦೦,೦೦೦ ಕೆಲಸಗಾರರಿಗೆ ನೌಕರಿ ನೀಡಿದ ಕುಪನಿಗಳ ಸಮೂಹದ ಅಧ್ಯಕ್ಷನಾಗಿದ್ದ ಅವರು ಬೇರೊಂದು ಸಮಯದಲ್ಲಿ "ನಾಯಕನಾಗಿ ಜನರನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲು ನೀವು ಅವರನ್ನು ಆತ್ಮೀಯತೆಯಿಂದ ಮುನ್ನಡೆಸಬೇಕು" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಗೌರವ ಮತ್ತು ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳಿಂದ \* ಸನ್ಮಾನ ಪಡೆದಿದ್ದ ಅವರು ತಮ್ಮ ಎಂಭತ್ತೊಂಬತ್ತನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಿಧನರಾದರು. ಅವರು ತಮ್ಮನ್ನು ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲಾಗಿ "ತನ್ನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿ" ಎಂದು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದ್ದರು.

ತಮ್ಮ ಕಛೇರಿಯ ಎಲ್ಲ ಭಾರವನ್ನು ಮತ್ತು ಅವರ ಕೊನೆಯ ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ ದಶಕಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಗಾಲಿ ಕುರ್ಚಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡು ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಪತ್ನಿಯ ದುಃಖವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೂ, ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಕೊನೆಯ ನೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಭಯಾನಕ ದುಃಖಕರ ಘಟನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಅವರು ಸಂತೋಷಕರ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ಅವರನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಸಾಧನೆಯ ಸಂತೋಷವಲ್ಲದೆ, ತಮಗೆ ಸರಿಯೆನಿಸಿದುದನ್ನು ಮಾಡಿದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅವರು ಹೊಂದಿದ್ದರು.

ಅಮೆರಿಕೆಯ ಟೊಪೆಕ್ ಕ್ಲಿನಿಕನ ಕಾರ್ಲ ಮೆನಿಂಗರ್ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ನಾಲ್ಕು ಅಂಶಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದ್ದರು :

- \* ಸೃಜನಶೀಲ ಕಾರ್ಯ
- \* ಸೃಜನಶೀಲ ಆಟ
- \* ಸೃಜನಶೀಲ ಪೂಜೆ
- \* ಸೃಜನಶೀಲ ಪ್ರೀತಿ

ನನ್ನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಕಾಯಕವೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿದ್ದಿತು. ಈ ಪುಸ್ತಕ ರಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ನನಗೆ ಮತ್ತೆರಡು ಕೆಲಸಗಳಿವೆ. ನಾನು ಭಾರತದ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನವೊಂದರ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ನಿರ್ದೇಶಕ. ನಾನು ನನ್ನ ಬರವಣಿಗೆಯ ಮೂಲಕ ನನ್ನಲ್ಲಿನ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುವುದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ. ಎರಡೂ ಕೆಲಸಗಳು ನನಗೆ ಸಂತೋಷ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಬರವಣಿಗೆ ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದಿತು. ಅನೇಕ ಬಾರಿ ವಾರದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಬರವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೋ ಇಲ್ಲವೆ ನನ್ನ ಕಛೇರಿಯ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಗಿಸಬೇಕೋ ಎಂಬ ಸಂದಿಗ್ಧ ನನ್ನಲ್ಲಿ ತಲೆದೋರುತ್ತಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ನಿರ್ದೇಶಕನಾಗಿರುವವರೆಗೂ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ

\* ಭಾರತದ ಅತ್ಯುಚ್ಚ ಗೌರವ ಭಾರತರತ್ನವಲ್ಲದೆ ಆರ್ವಿಲ್ ರೈಟ್‌ಗೆ ಮೊದಲು ಕೊಡಲಾಗಿದ್ದ ಡೇನಿಯಲ್ ಗುಗ್ ಓಂ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯಂತಹ ಅನೇಕ ಅತ್ಯುನ್ನತ ವೈಮಾನಿಕ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು ಅವರಿಗೆ ದೊರೆತಿಲ್ಲವು.

ಮೇಲಾಗಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಪದಾಧಿಕಾರಿಗಳು ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಕುಣಿ ಹೊಂದಿದ್ದರು. ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಬರವಣಿಗೆಗಾಗಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಒಂದು ವಾರ ರಜೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿದ್ದಿತು. ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕೆಲಸ ದೇಶಕ್ಕೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವುದಾಗಿದ್ದಿತು. ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡುವ, ರಚನಾತ್ಮಕ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಸಹಕಾರ, ಕೆಲವರಿಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡುವ ಶಕ್ತಿ ನನಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನನ್ನ ಕೆಲಸ ಸಂತೋಷದಾಯಕ.

ವಿಶ್ವಸಂಸ್ಥೆಯ ಸೆಕ್ರೆಟರಿ ಜನರಲ್ ಡ್ಯಾಗ್ ಹ್ಯಾಮರ್‌ಶೀಲ್ಡ್ ಅವರಿಗೆ ಅವರ ಕಛೇರಿಯ ಉದ್ಯೋಗಿಗಳು ೧೯೫೮ರಲ್ಲಿ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸತ್ಕಾರ ಕೊಡುವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಸನ್ಮಾಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತ ಅವರು ಸ್ಟೀಡಿಷ್ ಕುಮಿ ಗುನ್ನರ್ ಎಕ್‌ಲೋಫರನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತ 'ಸಂತೋಷ ಹೆಚ್ಚುವ ಮತ್ತು ದುಃಖ ಕಡಿಮೆಯಿರುವ ದಿನ ಎಂದಾದರೂ ಬರುವುದೇ?' ಎಂದು ಕೇಳಿದರು.

ಎಕ್‌ಲೋಫ್ ಅದಕ್ಕೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಹೀಗೆ ನೀಡಿದರು :

ಆ ದಿನ ನಾವು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿ ನಾವು ಬದುಕಿ

ದ್ದೇನೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ ; ಆ ದಿನ ಸಂತೋಷ ಹೆಚ್ಚಿ ದುಃಖ

ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ನನ್ನತ್ತಲೇ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದ ವಿಚಾರಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ ನಿಸರ್ಗದತ್ತ ಕಣ್ಣು ಹಾಯಿಸುವುದು ಸಂತೋಷದ ಮೂಲವಾಗಿದ್ದು ಅದನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮರ್ಥನಾಗಬೇಕು. ನಾನು ನಾಲ್ಕನೇ ಮಹಡಿ ಮೇಲೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಹೊರಗೆ ಬಾಲ್ಕನಿಗೆ ಸಮಾನಂತರವಾಗಿ ಗುಲ್ ಮೊಹರ್ ವರವಿದ್ದು ಅದು ಹೂ ಬಿಡಿವಾಗಿ ತುಂಬ ಸಂತೋಷವನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಪುಷ್ಪ ನನ್ನ ಹೂದಾನಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ನಾನು ಅದರ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕೆ ಋಣಿ. ಆದರೆ ದೇವರು ನನಗೆ ಹೂವಿನ ಇಡೀ ಮರವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ನನಗೆ ನಾನೇ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಲು ನಾನು ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ, ಜೂನ್ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಹೂ ಬಿಟ್ಟ ಮರದಲ್ಲಿ ನಾನು ಆಗಸ್ಟ್ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಪ್ರಾಸಾದಿಂದ ಮರಳಿ ಬರುವವರೆಗೆ ಏನಾದರೂ ಹೂಗಳು ಉಳಿದಿರುತ್ತವೇ ಹೇಗೆಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಹಳೆಯ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಭಿಕ್ಷೆಯಾಗಲು ಎದುರನೋಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಈಗ ತನ್ನ ಪುಷ್ಪಾಶಿಯನ್ನು ಕೆಳದುಕೊಂಡು ಕೆಲವು ಹೂಗೊಂಬೆಗಳು ಮಾತ್ರ ಅದರಲ್ಲಿ ಮುಂದಿನ ಬೇಸಗೆಯನ್ನು ಎದುರ ನೋಡುತ್ತ ಉಳಿದಿದ್ದವು. ಆ ಮರದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಕೆಳಗೆ ದೊಡ್ಡ ಹಕ್ಕಿಯೊಂದು ಬಲವಾದ ತನ್ನ ಗೂಡು ಕಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಅದು ನೋಡಲು ಅರ್ಹ. ನಂತರ ಮರಿಗಳು ಬರುತ್ತವೆ.

ಬಹುಶಃ ಯಾರೂ ವಿಲಿಯಂ ಮರ್ಸ್‌ಫೋರನಂತೆ ನಿಸರ್ಗ ತರುವ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಮರ್ತ್ಯಸಲಾರರು :

ನನ್ನ ಹೃದಯ ಹಾಡತಿದೆ ನಾ ಹಿಡಿದಾಗ  
 ಅಗಸದಲಿ ಒಂದು ಕಾಮನಬಿಲ್ಲು  
 ಹಾಗೆಯೇ ಇದೆ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದ  
 ಹಾಗೆಯೇ ಇದೆ ನಾನು ದೊಡ್ಡನಾದಾಗಲೂ

ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷಕರವಾದ ನೆನಪುಗಳಲ್ಲೊಂದು ೧೯೭೫ರ ಏಪ್ರಿಲ್ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಭೇಟಿ. ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ಹಳ್ಳಿಗಾಡಿನ ಮನೆಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಅದರ ಹುಲ್ಲುಹಾಸಿನ ಮೇಲೆ, ವಸಂತ ಕಾಲದ ಆಗಮನದೊಡನೆ ಮೊದಲ ಎಳೆಯ ಡ್ಯಾಫೋಡಿಲ್‌ಗಳು ಆಗಲೇ ತೋರಿ ಬಂದಿದ್ದವು. ವರ್ಷವರ್ಷವೂ ಮಾತುಗಳು ಜೀವ ಪಡೆದಿದ್ದವು.

"ನಾನು ಬದುಕಿರುವ ಕಾಲದಾದ್ಯಂತ ನಾನು ಜಲಪಾತ ಮತ್ತು ಹಕ್ಕಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗಾಳಿ ಹಾಡುವುದನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಶಿಲೆಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನಿಸುತ್ತೇನೆ; ಫ್ರಾಹ, ಬಿರುಗಾಳಿ ಮತ್ತು ಹಿಮಪಾತದ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಹಿಮಪರ್ವತ ಮತ್ತು ಅರಣ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದು, ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ಜಗತ್ತಿನ ಹೃದಯದ ಸಮೀಪ ಬರುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಜಾನ್ ಮುಯಿರ್ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿನ "ಎ (V)ಕೇರ್ ' ಸಂಸ್ಥೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದ್ದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಬದುಕುಳಿದವರಿಗೆ ನೀಡಿದ ಮೊದಲ ಜಯಶಾಲಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯ ನಿರ್ಣಾಯಕರಲ್ಲೊಬ್ಬರಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ನನ್ನನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಲಾಗಿದ್ದಿತು. ಅಭ್ಯರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಫಣಿರಾಜ ಎಂಬೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಆತನನ್ನು ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಸಂಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿಸಿದ್ದ ಹಾಜ್‌ಕೆನ್ ಅಲ್ಲದ ಲಿಂಫೋಮಾಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಬಲ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದ. ಇಪ್ಪತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಆತನ ಬೆನ್ನು ಮೂಳೆ ಮುರಿದಿದ್ದಿತು. "ನೋವು ಇಪ್ಪತ್ತೂರು ವರುಷಗಳ ಕಾಲ ಸದಾ ನನ್ನ ಜೊತೆಗಾರನಾಗಿದ್ದಿತು" ಎಂದು ಆತ ಬರೆದು, ಮುಂದೆ ಹುಮ್ಮಸ್ಸಿನಿಂದ ಸೇರಿಸಿದ.

ನಾನು ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು, ಕಾಫಿ ಚಹಾ ಇಲ್ಲವೆ ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ರಸ ಕುಡಿಯುವುದು, ಇತರರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವುದು, ಧ್ಯಾನಮಾಡುವುದು, ನಿರ್ಗಮನವನ್ನು ಸವಿಯುವುದು ಹೀಗೆ ತುಂಬ ಚಿಕ್ಕ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲದೆ, ಏನನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಸಂತೋಷಪಡುತ್ತೇನೆ. ಸಂತೋಷ ಕ್ಷಣಗಳ ಎಲ್ಲ ಚಿಕ್ಕ ಹನಿಗಳು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ ಅಂತಹ ದೊಡ್ಡ ಸಂತೋಷ ಸಾಗರವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಥವಾ ಹೃದಯ ರೋಗಗಳಂತಹ ಚಿಕ್ಕ ನದಿಗಳು ಕೊನೆಗೆ ಸಂತೋಷಸಾಗರವನ್ನು ತಲುಪಿ ತಮ್ಮ ಗುರುತನ್ನು ಕೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಈ ಮೂರು ವರುಷಗಳಲ್ಲಿಯಾದರೂ ನಾನು ನನ್ನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಲ್ಲ. ನಾನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಥೆರಪಿ ಇಲ್ಲವೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಒಳಪಡದಿದ್ದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಯಾವಾಗಲಾದರೂ ನಾನು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಕುಸಿದಿರದಿದ್ದಾಗ, ನಾನು ಕುಳಿರಿಯಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟವನ್ನು

ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಅನೇಕ ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಬಡ್ಡಿಯನ್ನು ಕೂಡಾ ದೊರಕಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಯಾವುದೇ ಕ್ಲಿಷ್ಟಕರ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಹಗುರಗೊಳಿಸುವುದು ಹೇಗೆಂಬುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ನಾನು ಹಾಸ್ಯ ಚಟಾಕಿಯನ್ನು ಹಾರಿಸಿ, ಗಂಭೀರವಾಗಿರುವವರನ್ನು ಸಂತೋಷಪಡಿಸಬಲ್ಲೆ. ನನ್ನ ಎಲ್ಲ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದಾಗ್ಯೂ ನನ್ನ ಕಾಯಿಲೆಯ ಶೇಕಡ ಐವತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಛೇರಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹಾಜರಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಒಬ್ಬ ಚಾರ್ಟರ್ಡ್ ಅಕೌಂಟೆಂಟ್.

ತ್ನು ಕುಟುಂಬ "ಯಾವುದೇ ಹೆದರಿಕೆಯಿಲ್ಲದ ವನೋಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡದ್ದು" ತನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು ಎಂದು ಹೇಳಿದ. ಆತ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹಾ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ತಾನು ಓದಿದ ಸೂಕ್ತಿಯನ್ನು ನಂಬಿದ್ದ.

"ನಾನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವೆ  
ದೇವರು ಗುಣಪಡಿಸುವೆ"

ಆತ ತನ್ನ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಮುಕ್ತಾಯಗೊಳಿಸುತ್ತ ಹೇಳಿದ "ನನ್ನ ಅಂತಿಮ ಗುರಿ ಹೆದರುತ್ತಿರುವವರು ಇಲ್ಲವೆ ಖಿನ್ನಗೊಂಡಿರುವವರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಿ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು".

ನಮಗೆ ಆಗುವ ಒಳ್ಳೆಯದೆಲ್ಲದುದರ ಬಗೆಗಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ನಮ್ಮಿಂದ ಇತರರಿಗಾಗುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಉಂಟಾಗುವುದರ ಬಗೆಗಿನ ಸಂವೇದನೆಯ ಮೂಲಕ ಸಂತೋಷ ಬರುತ್ತದೆ. ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇವೆ.

"ವೈದ್ಯ ಮತ್ತು ಆತ್ಮದಲ್ಲಿ ವಿಕ್ಟರ್ ಫ್ರಾಂಕ್ ನೌಕರಿಯಿಲ್ಲದ ಯುವಕನೊಬ್ಬ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿದ್ದುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಉದ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದ ಬೆಂಚಿನ ಮೇಲೆ ಅಳುತ್ತ ಕುಳಿತ ಚಿಕ್ಕ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ನೋಡಿದ. ಆಕೆಯ ಬಳಿ ಬಂದು ವಿಷಯ ಏನೆಂದು ಕೇಳಿದ. ಆಕೆ ತನ್ನ ಕಷ್ಟವೆಲ್ಲ ಉಸರಿ ತಾನು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಬಂದುದಾಗಿ ಹೇಳಿದಳು. ಯುವಕನು ಆಕೆಯ ಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಹೇಳಿದ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುವ ಸಂತೋಷ ತನ್ನದೇ ಆದ ಬಹುಮಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ನನ್ನ ಮೇಲಿನ ಆತೀರ್ವಾದವನ್ನು ಎಣಿಸುವುದು ನನ್ನ ಶಾಂತಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನಗಾದ ಉಪಕಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಬರೆಯುವುದು ಎಂತಹ ಸಂತಸ. ನಾನು ನನ್ನ ಹೆತ್ತವರ ಬಗೆಗಿನ ಸಂತೋಷಕರ ನೆನಪುಗಳಲ್ಲಿ ಸಂತಸ ಕಾಣುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಅವರನ್ನು ನಿರಾಶೆ ಗೊಳಿಸಿದರೂ ಇಲ್ಲವೆ ಹೆಮ್ಮೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದರೂ ಅವರ ಪ್ರೀತಿ ಸದಾ ಬಲಶಾಲಿ. ಅದು ಗಂಗಾ ನದಿಯಂತೆ ಸದಾ ಫವಹಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ನನ್ನ ತಂದೆಯಿಂದ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ದೂರವಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ

ಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಅವರು, "ನೀನು ಈಗ ನನ್ನನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ - ಆದರೆ ನಾನು ಹೋದ ಮೇಲೆ ನೀನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀಯೆ" ಎಂದು ಬರೆದಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಅದು ನನ್ನ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಪ್ರತಿ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ನಾನು ನನ್ನ ಹೆತ್ತವರ ಬಗೆಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರ ಬಗೆಗಿನ ವಿಚಾರ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಕ್ಷೋಭೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವ ದಿನದ ಸೆನುಗಳಿಗೆ ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ತಂದು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅವರನ್ನು ನನ್ನ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದು ತುಂಬ ಅಪರೂಪ. ಅವರನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಅದು ತುಂಬ ಸಂತೋಷಕರ.

ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಬಡವರಿರುವ ಭಾರತದಂತಹ ದೇಶದಲ್ಲಿ, ಚಿಕ್ಕ ಕಾಣಿಕೆಯೊಂದನ್ನು ಕೊಡುವುದರಲ್ಲಿ, ಹೆಚ್ಚು ಭಕ್ಷಿಸಿ ಕೊಡುವುದರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೆ ನನಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಆವಶ್ಯಕತೆ ಹೊಂದಿರುವವರಿಗೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಖರ್ಚು ಕೊಡುವುದರಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಂತೋಷವನ್ನು ದೊರಕಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಸಂಗೀತ ಸಮಾಧಾನ ನೀಡಿ ಆಹ್ಲಾದವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕೀವೋ ಕೊಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಅದು ನನಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವೆನಿಸಿದೆ. ದಿನದ ತುಂಬ ಕೆಲಸದ ನಂತರ ಅದು ನನಗೆ ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನನ್ನ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು, ನನ್ನ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಚೇತನವನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅನುಕೂಲಕವಾದ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೇನೆ.

ನಗು ಸಂತೋಷವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಇತರರು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವುದು ಸಂತೋಷವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಬಗ್ಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಬಯಸುವುದು, ದೇವರ ಪ್ರೀತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಮೇಲೆ ಕರುಣೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಹಾಸ್ಯದ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಅಥವಾ ವಿನೋದಕರ ಕಥೆ ಇಲ್ಲವೆ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದುವುದು, ಹಾಗೆಯೇ ಸಂತೋಷಕರ ಚಿತ್ರವೊಂದನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಸಂತೋಷವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರು ಆಹ್ಲಾದಕರ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಜನ್ಮ ತಳೆಯುತ್ತಾರೆ ; ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಅದನ್ನು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಸದ್ಭಗದ್ಭಲದ ಜೀವನದ ಮಧ್ಯೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಅಥವಾ ಅದರಷ್ಟೇ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎದುರಾಗುವುದೆಂದೂ ನಾವು ನಮಗಾಗಿ ಕಾಲ ವ್ಯಯಿಸುವುದು ಅಪರೂಪ ಹೌದು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ; ಹೌದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯಕ್ಕೆ ; ಹೌದು ನಮ್ಮ ಪದ್ಧತಿಗೆ, ಅವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆರೋಗ್ಯಕರವಲ್ಲ, ಹೌದು ವಾಕ್ ಮಾಡುವುದು ಕೂಡಾ ಮತ್ತೊಂದು ಕೆಲಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಅಷ್ಟೊಂದು ಬಿಗಿ ಮತ್ತು ಕಠೋರ ಮುಖಚರ್ಯೆ. ಅವರು ಯುದ್ಧಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತಿರುತ್ತದೆ. ವಾಕ್ ಮಾಡುವ ದೂರವಲ್ಲದೆ, ನಿಸರ್ಗವನ್ನು ಸವಿಯುವುದು ಅಥವಾ ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಬಹುಶಃ ತಂಗಾಳಿ

ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು ಜೋರಿಲ್ಲದ ಮಾತುಕತೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಿತಕರ. ನಮ್ಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನನಗಾದರೂ ನಿರ್ಗದ ಮೂಲಕ ಇಲ್ಲವೆ ಮೌನವಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂತೋಷ ಆಗ ನಂಬುಗೆ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಎರಡೂ ನನಗೆ ಪರಮಾನಂದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಂದು ಕೊಡುತ್ತವೆ.

ದೇವರು ನನಗೆ ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಆತನನ್ನು ವಂದಿಸಿ, ಹೊಗಳುವಾಗ ನಾನು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಸಹಜವಾಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬರುತ್ತೇನೆ. "ಕೃಪೆಮಾಡು ದೇವಾ, ನನ್ನ ಆತ್ಮವೇ, ಆಶೀರ್ವದಿಸು ನಿನ್ನ ಪವಿತ್ರನಾಮ ದಿಂದ" ಇಲ್ಲವೆ "ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ನಂಬುವೆ, ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವೆ, ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ನಂಬುಗೆಯಿದೆ".

ನಾನು ಪ್ರಾಸಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಆಳ ಉಸಿರಾಟದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ ನಾನು ಎಚ್ಚತ್ತಾಗ, ನನ್ನ ಮೈ ಚಾಚುತ್ತೇನೆ ನಾನು ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಲಗಿದಾಗ ಹಿಮ್ಮಡಿ ಗುರುತಿಸಿ, ಚಾಚಿ, ಹಿಂದಕ್ಕೆಳೆದು, ನಂತರ ಮೀನೆಯೊಡವನ್ನು ಬಿಗಿಗೊಳಿಸಿ ಅನಂತರ ಸಡಿಲಗೊಳಿಸಿ, ಆಮೇಲೆ ಮಂಡಿ ಚಿಪ್ಪನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆಳೆದು, ನಂತರ ಅವು ತಮ್ಮ ಮೊದಲಿನ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಅನಂತರ ತೊಡೆಯನ್ನು ಬಿಗಿಮಾಡಿ ಸಡಿಲ ಮಾಡುವುದು. ಹಾಗೆಯೇ ನಿತಂಬವನ್ನು ಬಿಗಿಮಾಡಿ ಸಡಿಲ ಮಾಡುವುದು. ಜೀವಾಳದಂತೆ ಬೆನ್ನನ್ನು ಚಾಚುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು. ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿದಾಗ ಅದು ಶ್ವಾಸಕೋಶವನ್ನು ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಅಣಿಗೊಳಿಸುವುದು. ಅನಂತರ ಭಜದಿಂದ ಹೊರಹಾಚಿದ ಕೈಗಳನ್ನು ಅಗಲಿಸುವುದು. ಆಮೇಲೆ ಮುಖದ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಗೊಳಿಸಿ ಸಡಿಲ ಮಾಡುವುದು. ನಂತರ ಆಳ ಉಸಿರಾಟದ ಸಾಹಸವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದು. ತಂಗಾಳಿ ಒಳಹೋಗುವುದು, ಬಿಸಿ ಗಾಳಿ ಹೊರಬರುವುದು ಸುಖಕರ ಅನುಭವ.

ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ನಾನು ಸಹಜವಾಗಿ ಉಸಿರಾಡುತ್ತೇನೆ. ಆಮೇಲೆ ಮೂಗಿನ ಒಂದು ಹೊಳ್ಳೆಯಿಂದ ಉಸಿರೆಳೆದುಕೊಂಡು, ಮತ್ತೊಂದರಿಂದ ಹೊರಬಿಡುತ್ತೇನೆ. ಆಕ್ಸಿಜೆನ್ ಪುಷ್ಟಿಸದ ಮೂಲೆಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು ನಿಮಗೆ ವೇದ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ನಿರಾಳಗತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಿದಾಗ ಅದು ತುಂಬ ಸಂತೋಷ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆಕ್ಸಿಜೆನ್ ದೇಹದ ಜೀವಕೋಶದೊಳಗೆ ಹರಡಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಉಸಿರಿನ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಪುಷ್ಟಿಸದಿಂದ ಉಸಿರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರ ಹೋಗುವುದನ್ನು ದೃಢ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉಸಿರನ್ನು ನಾನು ಎಂದೂ ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವ ತೊಂದರೆ, ಯಾವ ಒತ್ತಡ ಬೇಡ.

ಅದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆ ಗಮನವಿಡಿ. ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿರುವ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಹೊರಗಿಡಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಜೀವಮುಸಿರನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಎದೆಗೂಡು ಹಿರಿದಂತೆ ಸಂಭ್ರಮಪಡುತ್ತದೆ. ಈ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ನಿಮ್ಮ ಕೋಶಗಳು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಚಪ್ಪಾಳೆ ತುಟ್ಟಿರುವುದು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಅವಸರ ಬೇಡ. ದೇಹದ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಸಂಗೀತದೊಡನೆ ಹೇಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯವಿದೆಯೋ ಹಾಗೆ ದೇಹದೊಟ್ಟಿಗೂ ಇದೆ. ನೀವು ನಿಮ್ಮೊಟ್ಟಿಗೆ ಮತ್ತು ಸುತ್ತಣ ಪರಿಸರದೊಟ್ಟಿಗೆ ತನ್ಮಯರಾದಾಗ ಸಂತೋಷಗೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ.

ಮುಂಜಾನೆಯ ನಿಶ್ಚಲ ಸಮಯ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಓದಿನಿಂದ ಅದು ಬೈಬಲ್ ಆಗಿರಲಿ, ಝಾರತುಷ್ಠನ ಗಾಥಾಗಳಾಗಿರಲಿ, ಗೀತೆ, ಕುರಾನ್ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಪುಸ್ತಕಾಗಿರಲಿ, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಗೊಳಿಸಿ, ದಿನದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಅಣಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

"ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಉಣ ಬಡಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಜೀವ ತೊರೆಯಿಂದ ಕಡಿಯುವ ಕ್ರಿಯೆ" ಎಂದು ಮಸ್ಯಾಚುಪೆಟ್ಸ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಸೆಂಟರಿನ ಒತ್ತತ ಇಳಿಸುವ ಕ್ಲಿನಿಕನ ಸ್ಥಾಪಕ ನಿರ್ದೇಶಕ ಜಾನ್ ಕುಶ್ ಬಿಯಿನ್ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ನಾವು ಜೀವತೊರೆಯಿಂದ ಕಡಿಯದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಹಿಂದಿನ ಗುಂಡಿಯ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬಡಿದಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಇಲ್ಲವೆ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೆಡುಹೋಗುತ್ತೇವೆ ಅಥವಾ ಇಂದಿನ ಸುಳಿಯಲ್ಲಿ ಒಳಸೆಳೆಯಲ್ಪಡುತ್ತೇವೆ.

ಕೆಲವು ಕ್ರಾನ್ಡ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ನೋವು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಅದು ಒಂದೇ ಸಮನಾಗಿದ್ದು ಭಾರೀ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮಾಧಾನವಿಲ್ಲದಿರುವುದು, ಬಲಹೀನತೆ ಸಾಮಾನ್ಯ. ನಾವು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ದೇಹ ತನ್ನ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವ ಪೆಟ್ಟುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲದಾದರೂ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಪುಷ್ಟಿಯನ್ನು ನೀಡಬೇಕಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಸ್ವೀಫೆನ್ ಕಾವೆ ಹೀಗೆ ನುಡಿದಿದ್ದಾನೆ :

ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಭಾಗಗಳು ತಂತಾನೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಅನುಭವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಸಂವೇದನ ಸೃತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಮೌಲ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ರೂಢಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಎಲ್ಲಾ ಒಟ್ಟಾಗಿರುತ್ತವೆ. ನಂತರ ಆತ್ಮ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಬಲ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಕಾವೆ ಯಾರೋ ಬೇಕೆಂದೇ ಮಂಡಿಗೆ ಘಾತ ಮಾಡಿದ್ದ ಉಗಾಂಡದ ಸಾಕ್ ಆಟಗಾರನಲ್ಲಾದ ಘಟನೆಯನ್ನು ಉದ್ಧರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅದು ಆತನ ಸಾಕ್ ಆಟಕ್ಕೆ ಮಂಗಳ ಹಾಡಿದ್ದಿತು. ಆತ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮನಸ್ಸು ಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿದ್ದಿತು. ಅದರ ಬದಲು ಆತ ತನ್ನ ಜೀವವನ್ನು ಗೊತ್ತು



ಗುರಿಯಿಲ್ಲದ ಯುವಕರು ಗುಂಪಾಗಿ ಬೇಕಾಬಿಟ್ಟಿ ತಿರುಗುವ ಮಾದಕ ಧ್ವನಿ - ವದ್ಯಕೈಸುವ ಮತ್ತು ನಿರುದ್ಯೋಗಿ ಯುವಕರಿಗಾಗಿ ಮುಡುಪಿಟ್ಟಿ ಅವನು ಅವರಿಗೆ ಸಾಕರ್ ಕಲಿಸಿದ. ನಂತರ ಅವರು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಜೀವನ ಸಾಗಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ. ಆತ ಇತರರಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡ.

## ೧೫ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶ್ಯದ ಅರಿವು

ಈ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿಗೆ ನಾನು ಕೊಡುತ್ತಿರುವ ಅಲ್ಪಾವಧಿ ಭಿಟ್ಟಿಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ. ಲಂಡನ್ನಿನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಅತಿಥಿಯರು ಡೇವಿಡ್ ಮತ್ತು ಸುಜಾನ್ ಹನೆಲ್ ಇಬ್ಬರೂ ಎಂಬತ್ತು ವರುಷಗಳನ್ನು ಸಮೀಪಿಸಿದ್ದು, ಪ್ರಥಮಲಿತ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಸುಜಾನ್ ಜೀವಂತವಾಗಿರುವುದೊಂದು ಪವಾಡ. ನಲವತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಆಕೆ ನೈಜೀರಿಯದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಆಕೆಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಶ್ಚರ್ಯಕಾರಕ ಘಟನೆಯೊಂದು ಜರುಗಿತು. ಅದನ್ನು ಆಕೆ ತನ್ನ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಿ.

ಇಡೀ ದಿನ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಡೆ ಭಿಟ್ಟಿಯಿತ್ತು, ನಾವು ಮೂರು ಜನ ಕತ್ತಲು ಕವಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಲಾಗೋಸ್‌ಗೆ ವಾಹನ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಅನೇಕ ಟ್ರಕ್‌ಗಳು ರಾತ್ರಿ ಕಾಲದ ಪಯಣಕ್ಕಾಗಿ ಹೊರಟಿದ್ದವು. ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದ ಹೆಡ್‌ಲೈಟ್‌ಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಡ್ರೈವರ್ ಕಣ್ಣು ಕುಕ್ಕಿದುದರಿಂದ, ಯಾವುದೇ ದೀಪಗಳಿಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮ ಕಡೆ ರಸ್ತೆ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ಟ್ರಕ್‌ನ್ನು ಆತ ಕಾಣಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ವಾಹನ ಅದಕ್ಕೆ ಡಿಕ್ಕಿ ಹೊಡೆಯಿತು. ಚಿಕ್ಕದಾದ ನಮ್ಮ ಫೋಕ್ಸ್‌ವ್ಯಾಗನ್ ಮುದುಟಿ ಹೋಯಿತು. ನನಗೆ ತಲೆಗೆ ಗಾಯವಾಗಿ ಹೊರಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಲ್ಪಟ್ಟೆ: ಡ್ರೈವರ್ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಾಯಗೊಂಡು ಹೆಚ್ಚು ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾಗಲಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಮೂರನೇ ಪ್ರಯಾಣಿಕನ ತೋಳಿನ ಮೂಳೆ ಮುರಿಯಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ವೈದ್ಯನೊಬ್ಬ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೇ ಆಗಮಿಸಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಭಗ್ನಾವಶೇಷದಿಂದ ಹೊರತೆಗೆಸಿ, ಹಳ್ಳಿಯ ಚಿಕ್ಕ ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದು ಅಲ್ಲಿ ಹರಿಕೇನ್ ದೀಪಗಳ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಆಂಬುಲೆನ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಲಾಗೋಸ್‌ಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಲಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಸಮೂಹದ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಡೇನಿಸ್ ನರ್ಸ್ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತ ಆಂಬುಲೆನ್ಸ್ ವೇಗವಾಗಿ ಹೋಗುವಾಗ ನನ್ನನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯು “ಸುಜಾನ್ ಬದುಕುತ್ತಾಳೆ” ಎಂಬ ಸ್ಪಷ್ಟ ವಿಚಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಳು.

ನಾನು ನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪಿದ್ದು. ನಾನು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ

ಹೆಚ್ಚು ಆಶೆಯಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ತಂದೆ ಪಕ್ಕದ ಫಾನಾದಲ್ಲಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಈ ಸಮಾಚಾರ ತಲುಪಲು ಎರಡು ದಿನಗಳು ಹಿಡಿದವು. ನಂತರ ಅವರು ಲಾಗೋಸಿಗೆ ಬಂದರು. ಈ ಮಧ್ಯೆ ನನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲು ತಂತಿ ವರ್ತಮಾನವನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡಲಾಗಿದ್ದಿತು. ಡಾ|| ಫ್ರಾಂಕ್ ಬುಕ್ಚ್, ಸುಜಾನ್ ಸಮಾಚಾರ ಕೇಳಿ ತುಂಬ ಖೇದಗೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ನನ್ನ ತಂದೆಗೆ ತಂತಿ ಕಳುಹಿಸಿ 'ಶಾಂತ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿಂದ, ಅಪರಿಮಿತ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನ ಆಶೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು. (ರೇಲ್ ಅಡ್ಮಿರಲ್ ಸ್ ಎಡ್ವರ್ಡ್ ಕಾಕ್ಸನ್) ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮೊದಲು ಇದನ್ನು ಪಡೆದರು. ಒಬ್ಬ ವೈದ್ಯ ಮಾತ್ರ ಅತ್ಯಲ್ಪ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೊಂದಿದ್ದರು. ನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳ ನಂತರ ನಾನು ಚೇತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರದೆ. ನಾನು ಎಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ, ನಾನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೇಗೆ ಬಂದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ.

ನನಗೆ ತೋರಿತು, ನಾನು ಮಂಜಿನ ಮೂಲಕ ಬೆಟ್ಟ ಎರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅದರ ತುದಿಯ ಬಳಿ ಎತ್ತರದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನನ್ನು ತಡೆದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ. ಅವನ ತಲೆಯ ಹಿಂದೆ ದೀಪವೊಂದಿದ್ದಿತು. ಹೀಗಾಗಿ ನಾನು ಆತನ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆತ ಹೇಳಿದ, 'ನೀನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗುವಂತಿಲ್ಲ. ನೀನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕು.' ನಾನು-ಬಹುಶಃ ಮುಂದಿನ ಜಗತ್ತಿನ ಸಮೀಪ ಇದ್ದೇನೆಂದು ತಿಳಿದು, ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಸತ್ತ ನನ್ನ ತಾಯಿಯನ್ನು ಮತ್ತು ಎರಡನೇ ಮಹಾ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಕೊಲ್ಲಲ್ಪಟ್ಟ ನನ್ನ ಸೋದರನನ್ನು ನೋಡಬಹುದೇ ? ಎಂದು ಕೇಳಿದೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ತಲೆಯನ್ನು ಅಲುಗಿಸಿ ಹೇಳಿದ "ಇಲ್ಲ. ನೀನು ಅವರನ್ನು ನೋಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಅವರೆಲ್ಲ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ನೀನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗಬೇಕು. ದೇವರು ನಿನಗೆ ವಹಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಇನ್ನೂ ನೀನು ಮುಗಿಸಿಲ್ಲ." ನಾನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿದೆ. ಮಂಜು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕರಗಿತು. ನಾನು ಒಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿರುವುದಾಗಿ ತೋರಿ ಬಂದಿತು.

ನಾನು ಸ್ಮೃತಿಯನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆಂಬ ವದಂತಿ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಹೋಯಿತು. ನನ್ನ ತಂದೆ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರಿಗಂತೂ ತುಂಬ ಹರ್ಷವಾಯಿತು. ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಮುಖದ ನೈಜೀರಿಯದ ಒಬ್ಬ ನರ್ಸ್ ಬಂದು, "ಗುಡ್ ಮಾರ್ನಿಂಗ್, ಈಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಶುಭ ಮಾಡುವುದು ನನ್ನ ಸರದಿ. ನಾನು ಒಂದು ಪವಾಡವನ್ನು ಒರೆಸುವುದನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ" ಎಂದಳು.

ನಲವತ್ತು ವರುಷಗಳ ನಂತರ ಆಕೆ ಈ ಅಪೂರ್ವ ಕತೆಯನ್ನು ಹೇಳಿದಳು. ಆಕೆ ಮತ್ತು ಆಕೆಯ ಗಂಡ ಡೇವಿಡ್ ನೈತಿಕ ಪುನರ್ಬಲದೊಡನೆ ಅನೇಕ ವರುಷಗಳು ಕೆಲಸಮಾಡಿ ಅನೇಕ ಜನರ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಕರ ಜೀವನವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಈಗಲೂ ಆಕೆ ಗಾಯದಿಂದ ಆಗಾಗ್ಗೆ ತಲೆ ನೋವು

ಹೊಂದುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಈ ಹಿರಿಯ ದಂಪತಿಗಳು ತುಂಬ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇದ್ದು ಪರಸ್ಪರ ಜೊತೆಯನ್ನು ಆನಂದಪಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಜನರ ಸೇವೆಯನ್ನು ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ವೆಸ್ಟ್ ಮಿನ್ಸ್ಟರ್ ಫ್ಲಾಟ್‌ನಿಂದ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ನಾನು, ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿರುವ ದಾನಶೀಲತೆ ಮುನ್ನಡೆಯ ಕೇಂದ್ರ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ನೋಶೆರ್ ದದ್ರಾವಾಲ ಎಂಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಆತ ಕಳೆದ ದಶಕದಲ್ಲಿ ದಾನಶೀಲತೆ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿ ಅದರ ಧರೀಣನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿಯೇ ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಮೊದಲ ಮ್ಯಾಗಜಿನ್ ದಾನಶೀಲತೆ (ಫಿಲ್ಯಾಂತ್ರೋಪಿ) ಯನ್ನು ಹತ್ತು ವರುಷಗಳು ಸಂಪಾದಿಸಿದ್ದಾನೆ.

ಅನೇಕ ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು (ಎನ್‌ಜಿಒ) ಮತ್ತು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನಗಳು ಕೂಡಾ ಆತನ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಭಾರತದಲ್ಲಿ ದಾನಶೀಲತೆ ಉಸ್ತುವಾರಿಯ ಬಗೆಗಿನ ಆತನ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ, ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಜರುಗುವಂತೆ ಮಾಡುಲಿಲ್ಲವಾಗಿವೆ. ಆತ ಝೀರಾಸ್ತ್ರಿಯನ್ ಫರ್ಮದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಕೂಡಾ ಆಗಿದ್ದು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಮ್ಮೆಪಡುತ್ತಾನೆ.

ಹತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಇಷ್ಟತ್ತಾರು ವರುಷಗಳಾಗಿದ್ದಾಗ ಆತ ಮದುವೆಯಾದ. ಅವರಿಗೊಬ್ಬ ಮಗ ಡೇರಿಯಸ್. ಡೇರಿಯಸ್ ಮೂರು ವರುಷದವನಾಗಿದ್ದಾಗ ನೋಶರ್ 'ಬಿಗ್‌ಸಿ (ದೊಡ್ಡ ಸಿ, ದೊಡ್ಡ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್)' ಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಾಗಿ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಆತ ತನ್ನ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾನೆ :

ನಾನು ಸರ್ಜರಿ ಮತ್ತು ಕೀಮೋಥೆರಪಿಯ 'ಮಾರಕ ಕೋರ್ಸ್'ಗೆ ಒಳಪಡಬೇಕಾಯಿತು. ಮೂರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು 25 ಕೆ.ಜಿ. ತೂಕ ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ. ಮೀಸೆಯನ್ನೊಳಗೊಂಡ ನನ್ನ ತಲೆಗೂದಲೆಲ್ಲವೂ ಉದುರಿಹೋದವು. ದೇಹದಾದ್ಯಂತ ಗಾದರೆಗಳು, ಹಣ್ಣುಗಳು ತೋರಿದವು. ಆದರೂ ಆಫರ ಮಾಜಾ (ಚ್ಯೂತಿಯ ಪರಮಾತ್ಮ) ನ ಅಪರಿಮಿತ ಕುಣಿಯಿಂದ ನಾನು ನನ್ನ ರೋಗದಿಂದ ಅದು ಬಂದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದಿ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಅದಾಗಿ ಈಗ ಸುಮಾರು ಒಂಭತ್ತು ವರುಷಗಳಾಗಿದೆ. ಈಗ ನಾನು 'ಅಷ್ಟೊಂದು ದೊಡ್ಡದಲ್ಲದ ಸಿ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್)'ಯನ್ನು ನನ್ನ ಹಿಂದೆ ಹೆಚ್ಚೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ದೊಡ್ಡ ಉದ್ದೇಶ್ಯವನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ನನಗೇಕೆ ಜೀವನದ ಎರಡನೇ ಭೋಗ್ಯವನ್ನು ತನ್ನ ಅಪರಿಮಿತ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಅಹರ ಮಾಜಾ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಆಗ ಗುರುತಿಸಿ ಅದನ್ನು ಇಂದೂ ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಮತ್ತೆ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಅದೂ ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಆರೋಗ್ಯ ನೀಡಿದೆ.

ನಾನು ಜೀವನದ ಎರಡನೇ ಭೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಉದ್ದೇಶ್ಯದ ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆಂಬುದನ್ನು ಸತ್ತ ಪ್ರೀತಿಯ ನಂತರ ನನಗೆ ಮನವರಿಕೆಯಾಯಿತು.

ಆದುದರಿಂದ ನಾನು ಅದನ್ನು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ಮತ್ತು ದೇವರು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದಂತೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು.

ನನಗೆ ಜೀವನವೆಂಬುದು ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ, ಸೌಂದರ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯೆನಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಈ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಲ್ಲದ್ದಲ್ಲ. ಬಹುಶಃ ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಪ್ರವಾದಿ ಝಾರತುಷ್ಟ್ರ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ನುಡಿದಿದ್ದಾನೆ : 'ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕೊಡುವವರಿಗೆ ಸಂತೋಷ ಬರುತ್ತದೆ.' ಅಂತಹವನಿಗೆ ಯಾವುದು ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ?

ಅವನು ಸ್ಥೂಲನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಹೆಸರಾಂತ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ಶ್ರೀಮತಿ ಲೀಲಾ ಮುಳಗಾಂವಕರ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದ ಭಾಷಣ ಮಾಡಲು ಬಂದಿದ್ದರೆಂದು ನೋಶಲ್ ಹೇಳಿದ. ಆಕೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳಿದಳು.

ನೀವು ಕೆಲವರು ಅಂಚೆ ಚೀಟಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತೀರಿ ; ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು ಬೇರೆ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಬೇರೊಂದನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಪ್ರತಿದಿನ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ, 'ಈ ದಿನ ನಾನೆಷ್ಟು ನಗುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದೆ ?'

ಸಾಲ್ವೇಶನ್ (ಆತ್ಮೋದ್ಧಾರ) ಸೇನೆಯ ಸಂಸ್ಥಾಪಕ ಜನರಲ್ ವಿಲಿಯಂ ಬೂತ್ ತೀವ್ರತರನಾದ ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಆತನ ವೈದ್ಯ ಕೋಣೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದು, ಆತನ ತಂದೆ ಮುಂದೆ ಏನನ್ನೂ ಕಾಣಲಾರರು ಎಂದು ಆತನ ಮಗ ಬ್ರಾಹ್ಮವೆಲ್ಲನಿಗೆ ಹೇಳಿದ. ಅನೇಕ ಜನರ ಜೀವರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಈ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಹೇಳುವ ಧೈರ್ಯ ವೈದ್ಯನಿಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಆತನ ಮಗನನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಂಡ.

ಬ್ರಾಹ್ಮವೆಲ್ ರೂಮಿನೊಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಜನರಲ್‌ಗೆ ಈ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಹೇಳಲು ಹೋದ.

'ನಾನು ಕುಡುಡನೆಂದರ್ಥವೇ ?' ಜನರಲ್ ಹೇಳಿದ.

'ಹಾಗೆ ನೀನು ಆಲೋಚಿಸಬೇಕೆಂಬುದು ನನ್ನ ಹೆದರಿಕೆ' ಆತನ ಮಗ ಉತ್ತರಿಸಿದ.

'ನಾನು ನಿನ್ನ ಮುಖವನ್ನು ಮತ್ತೆ ನೋಡುವುದಿಲ್ಲವೇ ?' ಜನರಲ್ ಕೇಳಿದ.

'ಇಲ್ಲ' ಬ್ರಾಹ್ಮವೆಲ್ ಹೇಳಿದ, 'ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಲ್ಲ'.

ವೃದ್ಧ ಮುಂಗೈಯಿಂದ ಫಲಕದ ಮೇಲೆ ಕೈಯಾಡಿಸುತ್ತ ತನ್ನ ಮಗನ ಕೈಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡ.

'ಬ್ರಾಹ್ಮವೆಲ್, ದೇವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಜನರಿಗೆ ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ನನಗೆ

ಸಾಧ್ಯವಾದುದನ್ನೆಲ್ಲ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಈಗ ದೇವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಜನರಿಗೆ ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳೆಲ್ಲ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಆತ ಹೇಳಿದ.

ಮನುಷ್ಯನ ಅದಮ್ಯ ಚೇತನ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಜೀವಿಸುವ ಗುಣಧರ್ಮ ಆತನಲ್ಲಿ ಉದ್ದೇಶ್ಯದ ಅರಿವನ್ನು ನೆಲೆಯೂರಿಸುತ್ತದೆ. ರುಮೇಕಾಯಿಡ್ ಕೀಲುರಿತ ಮತ್ತು ಗಾಳಿಯುಬ್ಬಟಿ ಪುಷ್ಟು ಹೊಂದಿದ ತೊಂಬತ್ತು ವರುಷಗಳ ಪಾಬ್ಲೊ ಕ್ವಾನ್ಸ ಬಗ್ಗೆ ನಾರ್ಮನ್ ಕಸಿನ್ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಕಸಾಲ್ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಕೆಲಸವೆಂದರೆ ಪಿಯಾನೋ ನುಡಿಸುವುದು. ಬಾಗಿಲ ಬೆನ್ನು ಉಬ್ಬಿ ಬಿಗಿದಿದ್ದ ಕೈಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಆತ ಅದರತ್ತ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದ. ಸಂಗೀತದಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಆತನ ಬೆನ್ನು ನೆಟ್ಟಗಾಗುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಆತ ತುಂಬ ವಿಮೇಷಿ ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಾದಿಂದ ಬಾಚ್ ನುಡಿಸಿದಾಗ ಅವನ ಇಡೀ ದೇಹ ಸಂಗೀತದೊಡನೆ ಜೊತೆಗೂಡುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಅದು ಬಿರುಸಾಗಿ ಮುರುಟಿರದೆ, ತನ್ನ ಕೀಲು ಉರಿತದ ಸುರಳಿಯಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿ, ವೃದುವಾಗಿ, ಆರ್ಹಣೆ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಿತು.

ಕಸಾಲ್ ಕಸಿನ್‌ಗೆ ಹೇಳಿದ : 'ಪ್ರತಿದಿನ ನಾನು ಎದ್ದಾಗ ನನಗೆ ಬಾಚ್ ನುಡಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕಾಯ್ದು ನಿಲ್ಲದೆ ತ್ವರೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ದಿನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಮಾಡಲು ಎಂತಹ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ವಿಧಾನ'

ಇತರ ರೋಗಿಗಳು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವಂತಾಗಲು ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಸುರಿಮಳೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕಸಿನ್ ಟಿಪ್ಪಣಿ ಮಾಡಿದಂತೆ ಕಸಾಲ್ ತನ್ನ ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್‌ಗೆ ತಾನೇ ಮೂಲವಾಗಿದ್ದ

ನನಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡಿದ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆಲ್ಬರ್ಟ್ ಸ್ವಾಯಿಟ್ಜರ್. ಇಪ್ಪತ್ತೊಂಭತ್ತು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿಗೇ ಅವರು ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಡಾಕ್ಟರ್ ಆಗಿದ್ದರು—ಒಂದು ಅಸಾಧಾರಣ ಸಾಧನೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವನ್ನೂ ಆನಂದಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಉಪದೇಶ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ತಮಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಸಂಗೀತ ನುಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಮತ್ತು ಓದುತ್ತಿದ್ದರು. ಆನಂತರ ಅವರಿಗೊಂದು ವಿಚಾರ ಬಂದಿತು. ಅದೆಂದರೆ ತಮ್ಮ ಮೊದಲಿನ ಮೂವತ್ತು ವರುಷಗಳನ್ನು ತಾವು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು. ಉಳಿದ ವರುಷಗಳನ್ನು ಮಾನವ ಕುಲಕ್ಕೆ ನೀಡುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ವೈದ್ಯರಾಗಿ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದುದು ಬೇರಾವುದೂ ಕಾಣಲಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ಏಳು ವರುಷಗಳು ಅವರು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಡಾಕ್ಟರ್ ಆಗಿ ಪದವಿ ಪಡೆದರು. ಅವರು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಸೇವೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಕೊಡಬೇಕು ? ಅವರು ಲಂಬರಿನೆ ಎಂಬ ಪಶ್ಚಿಮ ಆಫ್ರಿಕೆಯ ದೂರದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಆಯ್ದು ಮಾಡಿ, ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯ ಸೌಲಭ್ಯ ದೊರೆಯದ ಆಫ್ರಿಕನ್ನರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೈಯಿಂದ ಅಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯೊಂದನ್ನು ಕಟ್ಟಿದರು. ಅವರು ತಮಗಾಗಿ ಇಚ್ಛುಕೊಂಡ ದುಬಾರಿ ವಸ್ತು ಪಿಯಾನೋ. ತಮ್ಮ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ದೀರ್ಘ

ದಿನದ ಕೊನೆಗೆ ಅವರು ಬಾಚ್ ನಡಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅವರು ತುಂಬ ದಣಿವು ಹೊಂದಿ ತಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ಪಿಯಾನೋ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿ ಅದರ ಮೇಲೆಯೇ ನಿದ್ರೆ ಹೋಗಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಹೇಳಿದರು:

"ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇರುವವರೆಗೂ ಸಾಯುವ ಉದ್ದೇಶ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸಾಯುವ ಆವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಬದುಕಿರುತ್ತೇನೆ."

ಅದನ್ನು ಅವರು ಮಾಡಿದರು. ತೊಂಬತ್ತೈದರವರೆಗೆ, ಅಂತ್ಯದವರೆಗೂ ಚುಚ್ಚಿವೆಚ್ಚಿಯಿಂದಿದ್ದರು.

ನಾನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಐದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಉಪಯುಕ್ತಕರ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜೀವನ ಮಾಡಿದರು.

ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ನಮಗಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದುದರ ಜೊತೆ ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. "ನೀನು ನಿನಗಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದೆ. ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುವವರೆಗೂ ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳು ಘ್ನಿಬ್ಬ" ಎಂಬ ಸಂತ ಅಗಸ್ತೀನನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಈ ದೈವೀಶಕ್ತಿ ಭಗವಂತ, ದೇವರು ಅಥವಾ ಚೇತನ ಇಲ್ಲವೆ ನೀವು ಹೇಗೇ ಕರೆಯಿರಿ, ಅದು ನೀನು ಮತ್ತು ನಾನು ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ತೇಲಿ ಬಂದ ಪುಕ್ಕಗಳಲ್ಲ ; ಜಗತ್ತನ್ನು ಆಳುವ ವಿಸ್ತೃತ ದೈವೀಸೃಷ್ಟಿಯ ಭಾಗಗಳೆಂದು ತಿಳಿಯಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮೊದಲ ಉದ್ದೇಶ್ಯವಿದ್ದರೂ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಫಲವಾದುದು ಈ ಕೂಡಲೇ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶ್ಯ. ಯಾರನ್ನೋ ನಾವು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ, ಯಾರನ್ನೋ ನಾವು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಇಲ್ಲವೆ ಇನ್ನಾರೋ ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮನುಷ್ಯ ಸಂಬಂಧ. ಅದು ತುಂಬ ನೈಜವಾದುದು. ನಾನು 'ಮನುಷ್ಯ' ಎಂದು ಹೇಳಿದೆನೆ? ಅಷ್ಟೊಂದು ವಾತ್ಸಲ್ಯ ತೊರಿಸುವ ನಾಯಿ ಕೂಡಾ ಆಗಿರಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಮರಳಿಸಲು ಮತ್ತು ಅದರ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಲು ಬದುಕಿರಬಯಸುತ್ತೇವೆ.

ನಾಯಿಯೊಡನೆ ಹೊಂದಿರುವ ಸಂಬಂಧದ ಬಗೆಗಿನ ಅರ್ಥವನ್ನು ನಾನು ಈಚೆಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡಾಗ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ಆಕೆಯ ನಾಯಿ ಬಿಯಾಂಕ ಮತ್ತು ನಾನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಬೆಳಗಿನ ವಾಕ್ಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಒಂದು ದಿನ ನಾನು ಆಫೀಸಿನಿಂದ ತುಂಬ ಸುಸ್ತಾಗಿ ಬಂದೆ. ಸ್ವಲ್ಪವಿಲ್ಲದೆ ನಾನು ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಚಾಚಿದೆ. ನನ್ನ ಅತಿಥೇಯಳು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಯಾವುದೋ ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಹೊರಹೋಗಬೇಕಾಗಿದ್ದಿತು. ಮನೆಯ ಮುಖ್ಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಮಲಗುವ ಕೋಣೆಯ ಬಾಗಿಲ ಬಳಿ ಬಿಯಾಂಕ ಚಾಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಿತು. ಅದರ ತಲೆ ನನಗೆದುರಾಗಿದ್ದಿತು. ನಾನು ಅದರತ್ತ ಆಗಾಗ್ಗೆ ನೋಡಿದಾಗ, ಅದು ನನ್ನ ಮೇಲೆ

ಗಮನವಿರಿಸಿದ್ದುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಅತಿಥೇಯಳು ಮತ್ತು ಹೆಂಡತಿ ವಾಪಸ್ಸಾದ ಮೇಲೆ ಬಿಂಬಾಂಕಾ ಅಲ್ಲಿದ ತಡಮಾಡದೆ ಹೊರಟಿತು. ಅದು ಕೆಲಸ ಮುಗಿದಿದ್ದಿತು.

ನಾನು ಮುಕ್ತಾಯ ಮಾಡುತ್ತ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶ್ಯವೇನು ಮತ್ತು ಯಾವುದು ತುಂಬ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನನ್ನು ನಾನೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ಮೊದಲನೆಯದು, ನನಗೆ ದೇವರು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹಾಕಿದ್ದು ಅದರಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಉದ್ದೇಶ್ಯವಿದೆ. ಸಂಕಪಾಲ್ ಹೇಳಿದಂತೆ, 'ನಾನು ಮಾಡಲು ನನಗಾಗಿ ಆತ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು.' ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಮುಂದೆ ಈ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಕೂಡಾ ಇರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ : 'ನಾನು ಈ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಹಾಯ್ದು ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಯಾವುದೇ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಈಗಲೇ ನಾನು ಮಾಡಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ನಾನು ಈ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಹಾಯ್ದು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.'

ಎರಡನೆಯದು ನಾನು ನನ್ನ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಬರೆಯಬೇಕೆಂಬ ಅಪೇಕ್ಷೆ ಇಪ್ಪತ್ತು ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ನಾನು ಮದರ್ ತೆರಿಸಾ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಾಗ, ಆಕೆ ಹೇಳಿದರು : 'ದೇವರಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದುದೇನನ್ನಾದರೂ ಬರೆ ?' ಅನೇಕ ವರುಷಗಳ ನಂತರ, ಜಿ ಆರ್ ಡಿ ಟಾಟಾರವರ ಜೀವನದ ಮೇಲಿನ ನನ್ನ ಪುಸ್ತಕ 'ಕೊನೆಯ ನೀಲ ಪರ್ವತದಾಚೆ' ವನ್ನು ನಾನು ಮುಗಿಸಿದಾಗ, 'ಯಾವುದರ ಮೇಲೆ ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಪುಸ್ತಕ ?' ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ನಾನು ಅಪ್ರಯತ್ನನಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿದೆ. 'ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಸರ್, ಆದರೆ ನಾನು ಏನನ್ನೇ ಬರೆಯಲು ಅದು ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಪವಿತ್ರ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಉತ್ತಮಪಡಿಸಲು'. ಅಪ್ರಯತ್ನವಾದ ಉತ್ತರಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಆತನಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೂರನೆಯದು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವ ಅಪೇಕ್ಷೆ. ಅದು ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ. ನಮ್ಮಿಬ್ಬರಿಗೂ ಸೋದರರಾಗಲೀ, ಸೋದರಿಯರಾಗಲೀ ಇಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಆಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಆಕೆಯನ್ನು ಸಂತೋಷದಲ್ಲಿರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.

ನನ್ನ ಆತ್ಮ ಮೊದಲನೆಯದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿರಬಹುದು, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಎರಡನೆಯದರಲ್ಲಿದ್ದರೆ ನನ್ನ ಹೃದಯ ಮೂರನೆಯದರಲ್ಲಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನಗೆ ನಾನೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಆಕೆಯನ್ನು ಮೊದಲು ಕಳೆದುಕೊಂಡೆ, ಉಳಿದೆರಡು ಉದ್ದೇಶ್ಯಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸುತ್ತವೆಯೇ ?

ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.





## ೧೬ ನಗು ಮತ್ತು ವಿನೋದ

ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೊಂದು ವಿನೋದವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ವಿನೋದದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ವೈದ್ಯವಿದೆ.

ಜಾನ್ ಬಿಲ್ಲಿಂಗ್ಸ್

ನಾನು ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದ 'ಹಾಸ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾನವತೆ' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸ್ಟೀಫನ್ ಲೀಕಾಕ್, 'ಹಾಸ್ಯದ ಜೀವಾಳ ಮಾನವನ ಕಾರಣ್ಯ' ಎಂದಿದ್ದಾನೆ.

ಆದರೆ ನಾನು ಜೀವಾಳ ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಹಾಗಿದ್ದವಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಾಳೇಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸಿಪ್ಪೆಯ ಮೇಲೆ ಕಾಲಿಡಿಸಿ ಜಾರಿದಾಗ ಅದು ನಗೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಗೆಯನ್ನುವುದು ಒಂದು ಶಾರೀರಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದ್ದು, ಅದು ಹಾಸ್ಯದ ಮೊದಲು ತೋರಿಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ಮನುಷ್ಯನ ವಾಕ್‌ಶಕ್ತಿಯಷ್ಟೇ ಹಳೆಯದಿರಬೇಕು. ಚಾರ್ಲ್ಸ್ ಚಾಪ್ಲಿನ್ ಸಿಕ್ಕಿಕೊಂಡ ಇಕ್ಕೆಬ್ಬ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ನಗೆಯನ್ನು ಉದ್ದೀಪಿಸಿದಂತೆ, ಸ್ಥೂಲಕಾಯದ ಪಿಕ್‌ವಿಕ್ ಗಾಳಿ ಹಾರಿಸಿದ ತನ್ನ ಹ್ಯಾಟಿಗಾಗಿ ಓಡುವುದೂ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

'ಓರಾಂಗುಟಾಂಗ್, ಗೊರಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಚಿಂಪಾಂಜಿಯಂತಹ ವಾನರರಲ್ಲ ನಗುತ್ತವೆ' ಎಂದು ಲೀಕಾಕ್ ನೇರವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

'ನಗಲು ಕಳೆಯುವ ಸಮಯ ದೇವರೊಡನೆ ಕಾಲ ಕಳೆದಂತೆ' ಎಂದು ಜಪಾನಿ ಗಾದೆಯೊಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಭಾನ್ವಿತ ವೈದ್ಯ ಸರ್ ವಿಲಿಯಂ ಆಸ್ಟ್ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ : 'ನಗೆಯನ್ನುವುದು ಜೀವನದ ಸಂಗೀತ.' ನಗೆಯು ಒತ್ತಡವನ್ನಿಳಿಸುವ ಪ್ರವಾಹ ಹೊಂದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಶತಮಾನಗಳಿಂದ ಮನುಷ್ಯರು ತಿಳಿದಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ, ಅದು ಹೇಗೆಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ.

ಅಮೆರಿಕೆಯ ವಿಲಿಯಂ ಮತ್ತು ಮೇರಿ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಮನಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಾದ ಪೀಟರ್ ಡರ್ಕ್ಸ್, ಹಾಸ್ಯ ಚುಹುಕಿ ದಾಖಲೆಯಾದ ನಂತರ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಹೇರು ಹೊತ್ತ ಅಲೆಗು ಮಿದುಳು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಭಾಗವಾದ ಹೆಮ್ಮಿದುಳು ರಾಹಿತಿಯಾದಂತ ಹರಡುವುದನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ನಗೆಯನ್ನುವುದು ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಕ್ರಿಯೆ.

ಪೀಟರ್ ಡೊಸ್ತೋವ್ ಎಂಬ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ—ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಶಾರೀರಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ವ್ಯಾಪಕ ಪ್ರಭಾವ ಹೊಂದಿದ್ದು ಅದೊಂದೇ ಯೋಗ್ಯ ಆತ ಸೈಕಾಲಜಿ ಟುಡೆ (ಇಂದಿನ ಮನಶ್ಶಾಸ್ತ್ರ) ಎಂಬ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬರೆಯುತ್ತ ಬಹುಶಃ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಥಿತಿಯ ಮೇಲೆ ನಗೆಯ ಪ್ರಭಾವ ಎದ್ದು ಕಾಣುವುದನ್ನು, ನಗೆ-ಮನಸ್ಥಿತಿಯ ಸಂಬಂಧದ ಮೇಲೆ ದಶಕಕಾಲ ಮಾಡಿದ ಸಂಶೋಧನೆ ತೋರಿಸಿದೆ...ನಗೆಯನ್ನುವುದು ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ, ಆಶ್ಚರ್ಯ, ದುಃಖ, ವಿನೋದದಂತಹ ನಮ್ಮ ಭಾವಪರವಶತೆಯ ಪ್ರಕಟಣೆ ಎಂದಿದ್ದಾನೆ

ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯದ ಲೋಮಾಲಿಂಡಾ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಶಾಲೆ ಪ್ರತಿರೋಧ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಮೇಲೆ ನಗೆ ಬೀರುವ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಅಳತೆಮಾಡಿದೆ. ದೇಹದ ಬಿಳಿ ರಕ್ತ ಗೋಲಕಗಳು, ಟಿ-ಕೋಶಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಎಲ್ಲ ರಕ್ತಕಣೆ ನಗೆಯ ನಂತರ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚು ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ' ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡರು.

'ನಲಿವಿನ ಹೃದಯ ನಿನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಬೈಬಲ್ ಹೇಳುತ್ತದೆ.

ತುಂಬ ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲೂ ಹಾಸ್ಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನನ್ನ ತಂದೆ ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪಡೆದಿದ್ದರು. ನಾನು ರೂಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ವರುಷಗಳಲ್ಲಿ ಅದರ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗ ನನ್ನ ಮೇಲೂ ಸವರಲ್ಪಟ್ಟಿರಬೇಕು. ನನ್ನ ಹಾಸ್ಯ ಪ್ರಚ್ಛೇಯಿಂದಾಗಿ ನನ್ನಂತಹ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಕಛೇರಿಯ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಯೊಬ್ಬರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಮನುಷ್ಯದೇಹ ತನ್ನದೇ ಆದ ನೋವು ದೂರ ಮಾಡುವ ಮಾರ್ಫಿನ್ ಅಣುಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ನಗೆ ಈ ಎಂಟಾರ್ಫಿನ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವಲ್ಲಿ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ದೃಢಪಟ್ಟಿದೆ.

ನಾರ್ಮನ್ ಕಿನ್ಸ್ ನಗೆಯ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಸರಾಂತ ಪತ್ರಿಕೆ ನ್ಯೂ ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಮೆಡಿಸಿನ್‌ನಲ್ಲಿ ಬರೆದಾಗ ವೈದ್ಯವೃತ್ತಿಯ ಕೆಲವರಿಂದ ಆತ ಅಪಹಾಸ್ಯಕ್ಕೀಡಾಗಬೇಕಾಯಿತು. ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದ ನಂತರ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಅಮೇರಿಕನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸ್ಟೀಡಿಷ್ ವೈದ್ಯ ಸಂಶೋಧಕರು ಹಾಸ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಿಡುಗಾಲ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ ರೋಗಿಗಳ ಜೀವನ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಬಲ್ಲದೆಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡದ್ದು ಬಗ್ಗೆ ವರದಿ ಮಾಡಿತು. 'ನಗೆಯು ಈ ರೋಗಿಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕೂಡಲೇ ದೂರಮಾಡುವ ಪ್ರಭಾವ ಹೊಂದಿದೆ' ಎಂದು ಸ್ಟೀಡಿಷ್ ಅಧ್ಯಯನ ಸಾರಿತು.

ಅನಂತರ ಕಸಿನ್ಸ್ ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕ ತಲೆಮೊದಲು (ಹೆಡ್‌ಫೈ) ನಲ್ಲಿ, ನಗೆಯ ಈ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಬರೆದ. ಕಸಿನ್ಸ್ ಸಾಹಿತ್ಯದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೆಂದು ಯಾವ ಕಂಕೂರ ಇಲ್ಲದೆ ಹೆಸರು ಮಾಡಿದ್ದ. ಅನಂತರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಗಾರನಾದ. ಅನಂತರ ಆತ ಲಾಸ್ ಎಂಜಲ್ಸ್‌ನ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ (ಯುಸಿಎಲ್‌ಎ) ದ ವೈದ್ಯ ವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಜೊತೆ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕನಾದ. ಆ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯದ ಸ್ಪೈರ್ಸ್ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಆತನ ಕಡೆಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ವೈದ್ಯರು ಸಮಯವನ್ನಾಗಲೀ, ಇಲ್ಲವೆ ಜಾಣ್ಮೆಯನ್ನಾಗಲೀ ಹೊಂದಿರಲಿಲ್ಲ.

ಅಮೆರಿಕೆಯ ಕೆಲವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು 'ನಗೆಯ ವ್ಯಾಗನ್' ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಅವು ಹಾಸ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪೇರಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ವಾರ್ಡಿನ ಸುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಒರೆಗಾನ್ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿನ ದಾದಿಯರು 'ಎಚ್ಚುಕೆ, ಹಾಸ್ಯ ನಿಮ್ಮ ರೋಗಕ್ಕೆ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗಬಹುದು' ಎಂದು ಬರೆದ ಗುಂಡಿಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಉಡುಪಿನ ಮೇಲೆ ಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಅಡ್ಡಾಡುತ್ತಾರೆ.

ನ್ಯೂಜರ್ಸಿಯ ಅಸ್ತಿ ವೈದ್ಯವಿದ್ಯಾಲಯದ ಡಾ|| ಮಾರ್ವಿನ್ ಇ ಹೆರಿಂಗ್ 'ವಜೆ ಎದೆಗೂಡು, ಹೊಟ್ಟೆ ಹೃದಯ, ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಮತ್ತು ಈಲಿಗೆ ಕೂಡಾ, ಜೋರಾಗಿ ನಗುವ ಆಂತರಿಕ ಓಟ ನೀವುಗೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಳುಹಿಸುವ ಪುಷ್ಪಗುಚ್ಚದ ಬದಲು, ರೋಗಿ ತಮಾಷೆಯ ಕಾದಂಬರಿ, ಹಾಸ್ಯ ಚಟಾಕಿಯ ಪುಸ್ತಕ, ಪೆದ್ದನಂತಹ ಆಟಿಕೆ, ವಿನೋದಕರ ಆಡಿಯೋಟೀಪ್ ಅಥವಾ ತಮಾಷೆಯ ವೀಡಿಯೋ ಕಳುಹಿಸುವುದನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

ಡಾ|| ಪದನ ಕುತಾರಿಯ ಎಂಬ ಮುಂಬಯಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವೈದ್ಯ, ಜೋರಾದ ನಗೆ ಪುಷ್ಪದಲ್ಲಿ ಉಳಿದಿರುವ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕಲು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಆಕ್ಸಿಜೆನ್ ಸಮೃದ್ಧ ಹೊಸ ಗಾಳಿಯಿಂದ ಭರ್ತಿ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ' ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆಸ್ವತ್ತೆಯ ಅಹಿತಕರ ಅನುಭವ ಹೊಂದಿದವರು ರೀಡರ್ಸ್ ಡೈಜೆಸ್ಟ್ನ ಹಾಸಿಗೆ ಬದಿ (ಬೆಡ್ ಸೈಡ್ ) ನಗೆಯ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಬೇಕು.

## ೧೭ ಸಾವಿನ ಎದುರಿನಲ್ಲಿ

ನನ್ನ ಪ್ರಯಾಣ ನನ್ನ ಶಕ್ತಿಯ ಕೊನೆಯ ಮಿತಿಯ ಅಂತ್ಯಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದೆ.... ಆದರೆ ನಾನು ನಿನ್ನ ಇಚ್ಛೆ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಅಂತ್ಯ ಕಾಣದೆಂದು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಹಳೆಯ ಶಬ್ದಗಳು ನಾಲಗೆಯ ಮೇಲಿಂದ ಅಂತ್ಯ ಕಂಡ ಮೇಲೆ ಹೊಸ ಮಧುರ ಗಾಯನ ಹೃದಯದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹಳೆಯದು ನಿರ್ನಾಮವಾದ ಮೇಲೆ ಹೊಸ ದೇಶ ತನ್ನ ಅದ್ಭುತಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

### ರವೀಂದ್ರನಾಥ ಠಾಗೂರ

ಬರ್ಫೋರ್ಡ್ ವೀಕ್ಸ್ ನನ್ನ ಪ್ರಿಯ ಮಿತ್ರರಲ್ಲೊಬ್ಬ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮಿಶಿನರಿ ವೈದ್ಯನಾಗಿದ್ದ ಆತ ನಂತರ ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸೇರಿದ. ಆತನ ಪತ್ನಿ ಕ್ಯಾಥರಿನ್. ಅವರಿಗೆ ಮೂರು ಮಕ್ಕಳು. ಬರ್ಫೋರ್ಡ್ ಮತ್ತು ಕ್ಯಾಥರಿನ್ ಇಬ್ಬರೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನಿಂದ ಮರಣ ಹೊಂದಿದರು. ಇಬ್ಬರೂ ಧರ್ಮ ಶ್ರದ್ಧೆಯುಳ್ಳವರು. ಬರ್ಫೋರ್ಡ್ ಮೊದಲು ಹೋದರು. ಕ್ಯಾಥರಿನ್ ಸತ್ತಾಗ ಅವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ 'ನಾನು ಸತ್ತ ಮೇಲೆ' ಎಂದು ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ಲಕೋಟೆ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಆಕೆ ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೆಳಕಂಡ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದರು :

ನೀವು ದುಃಖಿತರಾಗುತ್ತೀರೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು  
ನೀವು ಸಂತೋಷದಿಂದಿದ್ದರೆ, ನಾನಾದರೋ ತುಳಿತಗೊಂಡಿರುತ್ತೇನೆ  
ನಾನು ಹೊರಟುಹೋದೆ. ಎಲ್ಲ ಕಾಯಕಗಳಿಂದ  
ಪರೀಕ್ಷಾ, ಸಂಕಲ್ಪ, ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಶವ ಸಂಪುಟದ ಆಯ್ಕೆ  
ಅವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ತರುತ್ತದೆ  
ಅಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ವಿನೋದಕರ ವಸ್ತುಗಳಿರುತ್ತವೆಂದು ನನ್ನ ಊಹೆ,  
ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಗಿಸಲು ಮತ್ತು ನಾನು ಕೂಡಾ  
ನಿಲ್ಲಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟು ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ನಗಲು  
ನನ್ನೆಲ್ಲ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ, ಎಂ.

'ಪ್ರತಿದಿನ ಮನುಷ್ಯ ಸಾವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಅದು ತನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬಂತೆ ಬದುಕುವುದು ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ' ಎಂದು ಗೀತೆ ಹೇಳುತ್ತದೆ.

ಸಾವಿನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಎರಡು ಆಕಾರಗಳಿವೆ. ಒಂದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು; ಮತ್ತೊಂದು ನಮಗೆ ತುಂಬ ಹತ್ತಿರದ ಮತ್ತು ಆತ್ಮೀಯರೊಬ್ಬರು ಹೋದುದನ್ನು ತಿಳಿದು ಏಗುವುದು. ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ಚಿಪ್ಪರ್ ಕೆಥ್ಲರ್‌ಗೆ ಭಿಕ್ಷುಯಿತ್ತಾಗ ನಾನು ಕೆಳಕಂಡ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡೆ:

ನಾನು ಏನೆನೂ ಅಲ್ಲ ನಾನು  
ಮುಂದಿನ ಕೊಠಡಿಗೆ ಸಾಗಿ ಹೋಗಿರುವೆ  
ನಾನು ನಾನೇ, ನೀನು ನೀನೇ ಪರಸ್ಪರ  
ನಾವೇನಿದ್ದೇವೆಯೋ ಇನ್ನೂ ನಾವು ಹಾಗೇ ಇದ್ದೇನೆ  
ನನ್ನ ಹಳೆಯ ಪರಿಚಿತ ಹೆಸರಿನಿಂದ  
ನನ್ನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಿ ಸರಳವಾಗಿ, ನೀನು ಸದಾ  
ಬಳಸುವೆ, ನಿನ್ನ ಧ್ವನಿಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಯಾವ  
ಬದಲಾವಣೆಯಿಲ್ಲದಿರಲಿ, ಒತ್ತಕಡ  
ಗಾಂಭೀರ್ಯ ಅಥವಾ ದುಃಖದ ಮುಖವಾಡ ಧರಿಸುವುದು  
ನಗು ನಾವು ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಹಾಸ್ಯಕ್ಕೆ  
ನಾನು ಸದಾ ನೆಕ್ಕುತ್ತೆ,  
ನಾವು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಲಿದಿದ್ದೇನೆ  
ಆಡು, ನಗು, ನನ್ನನ್ನು ವಿಚಾರಮಾಡು,  
ನನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸು, ನನ್ನ ಹೆಸರು  
ಮನೆಮಾತು ಎಂದೆಂದೂ ಇರುವ  
ಯಾವ ಶ್ರುದಿಂದ ಹೇಳಲು  
ಯಾವುದೇ ಸೆರಳಿನ ಗುರುತು ಇಲ್ಲದೆ  
ಜೀವನ ಎಂದೆ ಇದೆಲ್ಲವೂ ಸೇರಿದೆ  
ಅದೇ ಎಂದೆಂದೂ ಇದ್ದ-ಅಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲಾಗದ  
ನಿರಂತರ. ನಾನೇಕೆ  
ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದೂರವಾಗಲಿ ನಾನು  
ಕಣ್ಣಿಗೆ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ನಾನು  
ನಿನಗಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುವೆ, ವಿರಾಮಕ್ಕಾಗಿ  
ಎಲ್ಲೋ ತುಂಬ ಸಮೀಪ  
ಒಂದು ತಿರುವಿನಲ್ಲಿ  
ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದು

ನಾನು ಮೇಲಿನದನ್ನು ಸಾವಿನಿಂದ ನೊಂದು ಶೋಕಸಂತಪ್ತ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ

ಕಳುಹಿಸಿದೆ. ಆಕೆ ವಯೋವೃದ್ಧ ವಹಿಳೆ. ಅವಳ ಮೊಮ್ಮಗಳು ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅಪಘಾತದ ನಂತರ ಏಕಾಏಕಿ ಮರಣ ಹೊಂದಿದ್ದಳು. ಆ ಮಹಿಳೆ ಡಾ. ಶ್ರೀಮತಿ ಸಾರಾ ದಸ್ತೂರ ಅವರು ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ಮನಶ್ಚಾಸ್ತ್ರಜ್ಞೆ. ಅವರು ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ದಿ ಸಮರಿಟನ್ಸ್ (ಪದೋಪಕಾರಿ) ಅನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ್ದರು. ಈ ಮನೋರೋಗಿಗಳ ಘಟನೆ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಬರೆಯಲು ಶಬ್ದಗಳಿರಲಿಲ್ಲ. ಆಕೆಯೇ ನನಗೆ ಪ್ರಿಯರ ಸಾವನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಳು. ನನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಆಕೆ ಉತ್ತರ ಬರೆದಳು:

ಅವರು ಹೇಳುವುದನ್ನೂ ಕೇಳಿ ಬಹುಶಃ ನೀನು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುವೆ.  
ನಾವೆಲ್ಲ ರಹಸ್ಯವಾದ ದೇವರ ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.  
ಪ್ರೀತಿಯ ಜಿಯ ಇನ್ನೂ ನ್ಯೂ ಮೆಕ್ಸಿಕೋ ಅಥವಾ ಕೊಲೊರಾಡೊ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ  
ಎಲ್ಲೋ ಇದ್ದಾಳೆ-ನಾವೆಲ್ಲ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸಂತೋಷಪಟ್ಟಿದ್ದ ಕೆಲವು ಹಾಸ್ಯ  
ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಗುತ್ತ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ: ದೇವರು  
ಆಕೆಗೆ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು  
ಇಪ್ಪತ್ತಾಲ್ಕು

ಮದ್ಯಗಳ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯನ್ನು ಪಡೆದದ್ದು, ಆಕೆ ಮಾಡಿದುದರಲ್ಲವುಗಳಲ್ಲಿ  
ಆಕೆಯ ಹಿರಿಮೆಯ ರುಚಿಯನ್ನು ಸವಿಯುತ್ತ ನಾವು ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ  
ನಮಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅಮೂಲ್ಯ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ಮಂದನೆಗಳನ್ನರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.  
ದೇವರು ಅವಳನ್ನು ನಮಗಿತ್ತ

ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳ ನಂತರ ಡಾ. ದಸ್ತೂರ ಮತ್ತೊಂದು ಪತ್ರ ಬರೆದರು :

ನೀನು ಇದನ್ನು ಕೇಳಿ ಆಶ್ಚರ್ಯಚಕಿತನಾಗುತ್ತಿ. ಅಮೆರಿಕೆಯಿಂದ ಈ ರೀತಿಯ  
ತುಂಬ ಅಲಂಕಾರದ ಫ್ರಂಸಾ ಪತ್ರ ನಮಗೆ ಬಂದಿದೆ.

ನೀವು ತಿಳಿಯಿರಿ. ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ನಕ್ಷತ್ರ ದಾಖಲಾತಿ ನಕ್ಷತ್ರ ಸಂಖ್ಯೆ ರಾ 6h  
8m 21s D 42<sup>0</sup> 38' ಯನ್ನು ಜಿಯಾ ದಸ್ತೂರ ಎಂದು ಪುನರ್ ನಾಮಕರಣ  
ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ನಕ್ಷತ್ರ ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಈ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಈ  
ಹೆಸರನ್ನು ಸ್ವಿಟ್ಜರ್ಲೆಂಡಿನಲ್ಲಿರುವ ದಾಖಲೆಯ ಭದ್ರ ಕೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಫೈಲ್ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.  
ಅಲ್ಲದೆ ಅದನ್ನು ಪುಸ್ತಕವೊಂದರಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಅಮೆರಿಕ ಸಂಯುಕ್ತ ಸಂಸ್ಥಾನದ  
ಹಕ್ಕು ಸ್ವಾಮ್ಯ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ನೋಂದಾಯಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ಡಾ|| ದಸ್ತೂರ ಅಂತ್ಯಗೊಳಿಸುತ್ತ

ಜಿಯ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿದ್ದ ನಕ್ಷತ್ರ ಈಗ ಆಕೆ ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಒಂದು ನಕ್ಷತ್ರ  
ಅವಳನ್ನು ಕೆಲ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ನಮಗೆ ಎರವಲಾಗಿ ಕೊಡಲಾಗಿದ್ದಿತು. ಸಾಲವನ್ನು ಮರಳಿ

ಕೊಡಬೇಕು. ನಾನು ಮೌನವಾಗಿ ಸಮ್ಮತಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾನು ಆಕೆಯ ಸ್ವರ್ಗದ ತಾಣದ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಂಡಿದ್ದೇನೆ, ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಜಿಯ ಭೇಟಿಯಿತ್ತ ಇಲ್ಲವೆ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ ಅಮೆರಿಕೆಯ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರಾಜ್ಯಗಳಿಂದ ಜಿಯನ ಸ್ನೇಹಿತರು ಆಕೆಯ ಹೆತ್ತವರಿಗೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದು ಅವರನ್ನು ಜಿಯ ಭೇಟಿಯಿತ್ತ ಮತ್ತು ವಾಸಿಸಿದ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಬರಬೇಕೆಂದು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಅವರು ಆದರದ ಈ ಆಹ್ವಾನಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ಜಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೇಳುವುದಲ್ಲದೆ, ಆಕೆಯ ಅಮೆರಿಕದ ಸ್ನೇಹಿತರ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಗಾಯವನ್ನು ಮಾಯಿಸುವ ಅವರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಹೇಳುತ್ತದೆ.

ನನಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗಿದೆ ಎಂಬ ಸುದ್ದಿ ಕೇಳಿದ ಮೇಲೆ ನಾನು ಗಾಬರಿಯಾಗಿ, ಆ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನೇಕ ದಿನಗಳು ಬೇಕಾದವು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಾಣ್ಯ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದಿತು. ಜೀವನವೆಂಬುದು ತೆರೆದ ಕೊನೆಯಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಬಹುಶಃ ಆ ಕ್ರಿಯೆ ವಿಧಾನ ಏಕೆಂದರೆ ನಾನು ನನ್ನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಬರವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಭಾಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ತಲ್ಲೀನವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿದೆ. ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿದವರು ಅದನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಗುರುತಿಸಿದರು.

ನಾಣ್ಯ ಕೆಳಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಜೀವನ ತತ್ವಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾವಿನ ಚಿಂತೆ ರಾಜಿಯಾಗುವುದು ಇಲ್ಲವೇ ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದು ಎಂದು ನನಗೆ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಬಹು ಮುಖ್ಯ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದದಿರುವುದು. ಅಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲವೆ ಕಹಿ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಘಾತಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಕ್ಷಮಾಯಾಚನೆ ಮಾಡುವುದು ಶಾಂತಿಯಿತ್ತೂದ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ. ನಾನು ಗಾಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾಯದ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, ಕರುಣೆಯಿಂದ ನನ್ನ ಬುಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟೆಗಳು ಉಳಿದಿರಲಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಒಳತೋಟಿಯನ್ನು ಅಲಿಸುವ ಪದ್ಧತಿ-ಕೊಳೆಯನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಈ ದುರಾದೃಷ್ಟ ಘಟನೆಯು ಆದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಅಥವಾ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ, ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿದ್ದಿತು.

ಹೊಕಾಸು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಬಹು ಮುಖ್ಯ.

ನನ್ನ 'ಉಯಿಲ' ನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಯಿತು. ಅದನ್ನು ಯಾವಾಗ ಬೇಕಾದರೂ ಉತ್ತಮಪಡಿಸಬಹುದು. ಅದನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಈ ಮೊದಲು ನಾನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದ ಇನ್ನೂ ಮುಗಿಸದ ಜೆಆರ್‌ಡಿ ಟಾಟಾರವರ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆ ನಾನು ಮುಂದೆ ಸಾಗುವುದಕ್ಕೆ ನಿಷ್ಕು ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ನೀಡಿತು. ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದು, ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿ.

ನಾನು ಮಾಡುಯಿಸಿದ್ದ ಆದರೆ ಮಾಡಲಾಗದ ಬೇರೆ ವಿಷಯಗಳು ಜೀವನದಲ್ಲಿವೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಗೊತ್ತು ಗುರಿಯಿಲ್ಲದೆ ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದ ತಿರುಗುತ್ತಿರುವ ನನ್ನ ನಗರದ ರಸ್ತೆಗಳಲ್ಲದೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಅಥವಾ ವೃದ್ಧರಿಗಾಗಿ ಒಂದು ಗೃಹ ನಿರ್ಮಾಣ.

ನಾನು ಸೋಲ್ವೆನ್ಸಿಸ್ಪಿನರ ಸುಂದರ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಾನ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ.

ನಾನು ಮಾಡುತ್ತ ಮುನ್ನಡೆಯಲು ನೀನು ಸಾಧ್ಯಮಾಡುವೆ

ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟೂ ಮಾಡಬೇಕು

ನಾನು ಅದನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲಾರೆನಾದರೋ

ಎಂದರೆ ನೀನು ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವೆ

ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ನನ್ನ ಒಬ್ಬ ವೈದ್ಯ ಸ್ನೇಹಿತ ನಾನು ತುಂಬ ಕ್ಲೇಶಗೊಂಡಿದ್ದಾಗ ನನ್ನನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದ. 'ರೂಸಿ', ಆತ ಹೇಳಿದ, 'ಇದು ದೇವರ ಜಗತ್ತು. ಅವನು ನಡೆಸಲಿ. ನಾನು ಅದನ್ನು ಎಂದೂ ಮರೆಯಲಾರೆ.'

ಸಾವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಮಾಹಿತಿ ಅದನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ದೇವರಲ್ಲಿನ ನಂಬುಗೆ ಒಳಿತನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಂಬುಗೆಯೆಂದರೆ ಶರಣಾಗತಿ. ಮೇರಿಯನ್ ವಿಲಿಯಂಸನ್ ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕ 'ಮರಳಿ ಪ್ರೀತಿಗೆ' ಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ನಂಬುಗೆ ಎನ್ನುವುದು ಮಾನಸಿಕ ಅರಿವು. ಅದು ಎಲ್ಲ ಆಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವ, ಒಳ್ಳೆಯದಕ್ಕೆ ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಬಲ.

ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುವುದರಿಂದ ಶಾಂತಿ ಬರುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ ಸರಿಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಮತ್ತೆ ನಾವು ಮಾಡಲಾಗದುದನ್ನು ದೇವರು ಸರಿಮಾಡಲಿ. ಸಾವನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಕೀಲಿ ಕ್ರೈ ದೇವರೊಡನೆ ನಾವು ಹೊಂದಿರುವ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿದೆ. ಇದನ್ನು ಅಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸುವುದು ಏನೋ ತಪ್ಪು ಮಾಡುವುದು ಇಲ್ಲವೆ ಮಾಡಿದುದಕ್ಕೆ ಕ್ಷಮೆಯನ್ನು ಕೋರದೆ ಇಲ್ಲವೆ ನಮಗೆ ಅನ್ಯಾಯ ಮಾಡಿದವರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸದೆ ಇರುವುದು.

ರಾಬರ್ಟ್ ಲೂಯಿ ಸ್ಟೀವನ್ಸ್ ಕ್ಷಯದಿಂದ ರೋಗಿಷ್ಠನಾಗಿ ಸಮಾವೇಶನಲ್ಲಿದ್ದ ಬದುಕಿರುವುದು ಸಾವಿಗಿಂತ ದೊಡ್ಡ ದುಃಖಾಂತವೆಂಬುದನ್ನು ಕಂಡ 'ವೈದ್ಯ ನಿನಗೆ ಕಡೆಯ ಪಕ್ಷ ಒಂದು ವರುಷ ಕೊಡದಿದ್ದರೆ, ಆತ (ನಿನಗೆ ಕೊಡಲು) ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೂ ಹಿಂದೆ ಮುಂದೆ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಮುನ್ನುಗ್ಗಿ ಒಂದು ವಾರದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದೆಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ' ಎಂದು ಆತ ಹೇಳಿದ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾವು ಸಾವಿಗೆ ಹೆದರಿದಾಗ, ಬೇರೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾವು ಅದನ್ನು ಬಯಸಲೂ ಬಹುದು. 1996 ರ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 14 ರಂದು ನಾನು ಬರೆದ ಕೆಲವು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಅನುಮತಿ ಕೊಡು.



ದೇವರು ನನ್ನನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಿದುದರಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ತನ್ನ ಸ್ವರ್ಗದ ಅಧಿಪತ್ಯಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವನು.

೨ ಟಿಮತಿ ೧೮

ನಾನು ಸುಸ್ತಾಗಿದ್ದು 'ನನ್ನನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗು' ಎಂದು ಎರಡು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ನೀನು ಹೇಳಿದಾಗ, ಪಿಶಾಚಿ ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಹಿಡಿತ ಹೊಂದಿತು. ನಿನ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ತನ್ನೆಲ್ಲ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಯಾನ ಮಾಡಿತು.

ನಾವು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಸೆಣೆಸದೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅರಸೊತ್ತಿಗೆಯ ದುಷ್ಟ ಆಳ್ವಿಕೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಸೆಣೆಸುತ್ತೇನೆ.

ಸಂತ ಪಾಲೊ

ಜೀವನವನ್ನು ದೇವರು ನಿನ್ನಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಆತ ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಹಿಂತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಧಿಕಾರ ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ. ಯಾವುದೇ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಹೋಗಲು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಬಹುದಾದರೆ, ಅಲ್ಲಿ ಯಾವ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸಾವನ್ನು ಬಯಸಬೇಡ. ಅದು ಸ್ವಾಹಿನ್ಯದ ವೃತ್ತಿಯ ಪರಮಾವಧಿ. ಬೇರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಆರೈಕೆ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡುವ ಕ್ಷಣವಿಲ್ಲ.

ನೀನು ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯದರ ಶಕ್ತಿಯಾದರೂ ನಿನ್ನನ್ನು ತಲುಪುವುದನ್ನು ಕಿರಿದುಮಾಡು. ಪಿಶಾಚಿಯು ಎಲ್ಲ ಕಾಲುವೆಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಹಾಕಿ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಪ್ರಭುತ್ವ ಹೊಂದಲು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ತನ್ನ ಹಿಂದೆ ಆಸ್ತಿಯೊಂದನ್ನು ಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯದರ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿ ತನ್ನ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸುವ ಉಪಕರಣದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬಲ್ಲ.

ನಾವು ಹೋಗಿ ಬಯಸುವ ಕ್ಷಣಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಬಹು ಸಂಖ್ಯಾತರು ನಾವು ಬದುಕುಬಯಸಿರುವ ಕ್ಷಣಗಳಿವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಪ್ರತಿ ದಿನ ನಿಮ್ಮ ಕೊನೆಯ ದಿನವೆಂಬಂತೆ ಬದುಕಿರಿ. ಅಲ್ಲಿ ಆಗ ಯಾವ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಸಂಬಂಧಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಶ್ರಮಪಡದೆ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುವುದೇನೆಂಬುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಅದನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೇನೆಂಬುದೂ ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ತುಂಬ ವಿಷಾರಿಯಾದ ಔಪಧ ಫ್ಲಡರಬಿನ್ ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟಾಗ ಅದು ಪ್ರತಿದೀನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದಮನಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಯಿತು. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ನಿಗದಿತ ಸಮಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿತು ! ಧೈರ್ಯವೆಂಬುದು ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಬಾರದು. ಭಯವೆಂಬುದು ಸೃಷ್ಟಿ ಉಂಟುಮಾಡಿದುದು. ಮನಸ್ಸು ನನ್ನ ಮಿತ್ರ ಇಲ್ಲವೆ ಎದುರಾಳಿಯಾಗಬಲ್ಲದು.

'ನೀನು ನಾಳೆಗೇಕೆ ಬದುಕಿರಬಯಸುವೆ ?' ಎಂದು ಹೆನ್ರಿ ಡ್ರೈಮಂಡ್ ತನ್ನ

‘ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿನ ಅಸಾಧಾರಣ ವಸ್ತು’ವಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ. ‘ಏಕೆಂದರೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವವರೊಬ್ಬರಿದ್ದಾರೆ. ಅವರನ್ನು ನಾಳೆ ನೀನು ನೋಡಬಹುದು. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಕೊಡಲು....ಜೀವಿಸುವುದೆಂದರೆ ಪ್ರೀತಿಸುವುದು ಎಂದು ಆತ ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದಾನೆ

ಎಫ್. ಡಬ್ಲ್ಯೂ. ಬುರ್ಡಿಲನರ ಮನ ಕರಗಿಸುವ ಸಾಲುಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಮನದಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ ಬರುತ್ತವೆ.

ರಾತ್ರಿ ಸಾವಿರ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ  
ಹಗಲು ಒಂದು ಕಣ್ಣು  
ಆದರೂ ಪ್ರಕಾಶಮಾನ ಜಗತ್ತಿನ ಬೆಳಕು ಕರಗುವುದು  
ಸೂರ್ಯನ ಮುಳುಗಡೆಯಾದೊಡನೆ  
ಮನಸ್ಸು ಸಾವಿರ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ  
ಆದರೆ ಹೃದಯ ಮಾತ್ರ ಒಂದನ್ನು  
ಆದರೂ ಇಡೀ ಜೀವನದ ಜ್ಯೋತಿ ನಂದುತ್ತದೆ  
ಪ್ರೀತಿ ಇಲ್ಲದ ಮೇಲೆ

ನಾನು ಇಷ್ಟೊಂದು ಸ್ನೇಹಿತರ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅದೃಷ್ಟಾಲಿಯೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಕೆಲವು ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೆಂದು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕುವ ಭಾಗ್ಯ ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ರುಸ್ತೂ, ಸಾಬಿ ಮತ್ತು ಶರದ್ ಎಂಬ ಮೂವರು ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಸದಾ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ಸಾವು ಎಂಬ ಸ್ಥಿತಿಯಿದೆ. ‘ಸಾವಿನ ಶಕ್ತಿ’ ಎಂಬ ಮಾತಿದೆ. ಸಾವು ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಸಾವಿನ ಶಕ್ತಿ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭೀತಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದೆ. ಅದರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನಾವು ಹೆದರಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಇಲ್ಲವೆ ಅಸ್ಥಿರಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಬಲ್ಲದು.

ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಮಾಡದಿದ್ದವರು ಸಾವಿನ ಶಕ್ತಿಯ ಅಧೀನರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಯಾರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅವರನ್ನು, ಯಾರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕೆಡುಕು ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ವಿಫಲರಾಗುತ್ತಾರೋ ಅವರನ್ನು ಸೇರಿಸಬಹುದು. ಅವರು ಸಾವಿನ ಶಕ್ತಿಯ ಅಧೀನರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ನಾವು ವಸ್ತು-ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿರಿಸಿದಾಗ, ಸಾವು ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ದೇವರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಭೀತಿಯಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ.

ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗಾಗಿ ಜೀವಿಸಬಯಸುವವರು ಅಥವಾ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವವರು ಇಲ್ಲವೆ ಉದ್ದೇಶ್ಯ ಹೊಂದಿರುವವರು ಸಾವಿನ ಶಕ್ತಿಯ

ಅಡಿಯಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಅದನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಅವರು ಅದರ ದಬ್ಬಾಳಿಕೆಯ ಅಡಿ ಜೀವಿಸುವುದಿಲ್ಲ

ಹೆನ್ರಿ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಲೈಟನ ಸ್ತುತಿಗೀತೆ 'ನನ್ನನ್ನು ಸಹಿಸು' ಸಾಲುಗಳು  
 ಎಲ್ಲಿದೆ ಸಾವಿನ ಕುಟುಕು  
 ಸಮಾಧಿಯಿರುವೆಡೆ ನಿನ್ನ ಜಯ  
 ಆದರೂ ನಾನು ಗೆಲ್ಲುವೆ ನನ್ನನ್ನು ನೀನು ಸಹಿಸಿದರೆ

ದೇವರು ಮತ್ತು ಮನುಷ್ಯನ ಮಧ್ಯ ಸರಿಯಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇರಿಸುವುದು ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ. ಆತ ಕ್ಷಮಿಸುವ ದೇವರು.

ನನಗೆ ಹೋಗುವ ಸಮಯ ಬಂದಾಗ ಯಾರಿಂದಲೂ 'ಹೋಗಬೇಡ' ಎಂಬ ಯಾವುದೇ ಸಂಕೇತವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ವೈದ್ಯರು ನನ್ನ ಹೃದಯದ ನೀವುಗೆ ಮಾಡುವ ಅಥವಾ ಉಸಿರಾಟ ಯಂತ್ರದ ಮೇಲಿರಿಸುವ ಯಾವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಹೋಗಲು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯವಿದೆ.

ಒಳ್ಳೆಯ ಜನರು ವೃದ್ಧರಾಗುವುದನ್ನು, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ತುಂಬ ಬಲಹೀನರಾಗುವುದನ್ನು, ಸೋಮಾರಿಯಾಗಿ ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುವವರನ್ನು ಅಥವಾ ಇತರರ ಅಧೀನರಾಗಿ ಹಾಸಿಗೆಗಂಟಿಕೊಂಡಿರುವವರನ್ನು ನಾನು ನೋಡಿದಾಗ, ಯಾರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಭಾಗವನ್ನು ಬದುಕಿರುತ್ತಾರೋ ಅವರಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕನಿಕರವನಿಸುವಂತೆ ಬರಬಹುದು ಎಂದು ನಾನು ವಿಚಾರಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಒಂದು ದಿನ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನದಿಯನ್ನು ದಾಟಬೇಕು. ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನನ್ನ ದೋಣಿಯ ಚುಕ್ಕಾಣಿ ಹಿಡಿದು ನದಿಯ ಆಚೆ ದಡವನ್ನು ತಲುಪಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಆಗ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ದೃಢ ಸಂಕಲ್ಪದ ಎದುರಾಳಿಯಾಗಿರದೆ ದಯಾಳು ಸ್ನೇಹಿತನೆಂದು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಬಹುದು.

ನನ್ನ ಟಿಪ್ಪಣಿಯಲ್ಲಿ ನಾನೊಮ್ಮೆ ಗೀಚಿದೆ.

ನಾನು ಜೀವಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಏಕೆಂದರೆ ನೀನು ಬದುಕಿದ್ದು ನಿನ್ನ ಚೇತನದ ಭಾಗವೆಂದನ್ನು ನನಗೆ ಕರುಣಿಸುವೆಯೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ದೇವಾ, ಅಲ್ಲಿ ಸಾವಿಲ್ಲ; ಅಪೂರ್ವರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ದೇಹವನ್ನು ಕಳೆುವುದು ಮಾತ್ರ ನಾನು ಹೇಗೆ ಬದುಕುತ್ತೇನೆ ಎಂಬುದು ನಾನು ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗ ಸಾಯುತ್ತೇನೆ ಎಂಬುದಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯ. ನಾನು ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು ನನ್ನ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನೊಡನೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೊಂದಿ- ಅವನನ್ನು ನಾನು ಜೀವಿಸಿರುವಾಗ ಅನುಸರಿಸುವುದು ಅದು ನಾನು ಸತ್ತಮೇಲೂ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು.

ಸ್ವಾಮಿ ಸಹಜಾನಂದ ಅವರು ಅದನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ನುಡಿದಿದ್ದಾರೆ :

ಆತ್ಮ ಅವಿನಾಶಿ, ದೇಹ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ, ಕ್ಷಣಿಕ... ಆತ್ಮ ಶಾಶ್ವತ. ಅದು ಕಾಲವನ್ನು ಮೀರಿದುದು. ದೇಹ ಪರಿಮಿತ ಅದು ಕಾಲಕ್ಕೆ ಅಧೀನ ಆತ್ಮ ಕಾಲಕ್ಕಾಗಲೀ ಸಾವಿಗಾಗಲೀ ಅಧೀನವಲ್ಲ. ದೇಹವು ಸಾವಿಗೆ ಒಳಪಡುವಂತಹದು. ನಮ್ಮ ಆತ್ಮ ಜಾಗೃತ ಆದುದರಿಂದ ಸಾವು ನಮಗಲ್ಲ. ಸಾವು ಕೇವಲ ದೇಹಕ್ಕೆ ನಾವು ಸಾವಿನ ಮೊದಲೂ ಇದ್ದವು ಮತ್ತು ಸಾವಿನ ನಂತರವೂ ಇದ್ದುಕೊಳ್ಳುವೆ.

ಎಂಭತ್ತರ ಡಾ|| ಬಾನೂಬಾಯಿ ಕೊಯಾಜಿ ಹದಿನೆಂಟರ ಯುವತಿಯ ಚೇತನವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಅದಮ್ಯ ಮಹಿಳೆ. ಆಕೆ 600 ಹಾಸಿಗೆಗಳ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ಪುಣೆಯಲ್ಲಿ, ಎರಡು ಗ್ರಾಮೀಣ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಗ್ರಾಮೀಣ ಮಹಿಳೆಯರ ಮತ್ತು ಅವರ ಪ್ರಜನನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಆಕೆ ಮಾಡಿದ ಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಆಕೆಗೆ ಮ್ಯಾಗ್‌ಸೇಸೆ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಆ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಅಷ್ಟೊಂದು ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನಿರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳಿದೆ. ಆಕೆ ಬಹುದೊಡ್ಡ ಸಾಮಾಜಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಅತಿಶಯ ಓದುಗಾರ್ತಿ. ಜಗತ್ತಿನ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಈ ಕ್ಷಣದವರೆಗೂ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವಾಕೆ. 'ನಾನು ಎಲ್ಲದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನಿರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ. ಸಾವು ಕೂಡಾ ನನಗೆ ಆಸಕ್ತಕರ. ನಾನು ಅದನ್ನು ಸಾಹಸ ಎಂದು ನೋಡುತ್ತೇನೆ' ಎಂದಾಕೆ ಹೇಳಿ, ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತ 'ಸಾವಿನ ಬಗ್ಗೆ ನೀನು ಯಾವ ದಿನ ಹೆದರುವುದಿಲ್ಲವೋ ಆಗ ನಿನಗೆ ಭಯಪಡುವುದು ಏನೂ ಉಳಿಯದು' ಎಂದಳು.

ಸಾವು ದೇವರನ್ನು ತಲುಪುತ್ತದೆ. 'ಅದು ಹೊರಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆಗಮನ ನಿಡ್ಡೆಯಲ್ಲ, ಎಚ್ಚು' ಎಂದು ಯಾರೋ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಭಾರತದ ಮೊದಲ ವಿಮಾನ ಚಾಲಕ, 1930 ರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರಜಾರ್ ಆಗಲಿ ಇಲ್ಲವೆ ಆಧುನಿಕ ಸಾಧನವಿಲ್ಲದೆ, ಒಬ್ಬಂಟಿಗರಾಗಿ ಕರಾಚಿಯಿಂದ ಮುಂಬಯಿಗೆ ಪುಸ್‌ಮಾತ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾರಿಬಂದ ಚಿಆರ್‌ಡಿ ಟಾಟಾರವರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಬರೆದ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆ 1992ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಯಿತು. 'ಕೊನೆಯ ನೀಲಿ ಪರ್ಮತದಾಚೆ' ಎಂಬ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ನಾನು ಈ ರೀತಿ ಮುಕ್ತಾಯಗೊಳಿಸಿದ್ದೆ.

ದೇಹ ನಿಯಮದಂತೆ ಬಲಹೀನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಚೇತನ ಪ್ರಕಾಶ ಮಾನವಾಗಿ ಹೊಳೆಯುವುದು. ಸಂಜೆ ಹದಗೊಂಡಂತೆ ನೆರಳು ಉದ್ಭವಾದಂತೆ, ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೋ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸಿದ ಪುಸ್‌ಮಾತ್‌ನಲ್ಲಿ ಪಯಣಿಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತ ಅವನಿಗಾಗಿ ಕಾದಿರುವ ಕೊನೆಯ ನೀಲಿ ಪರ್ಮತದಾಚೆ ದಾಟಲು ಮುಂದೆ ಒತ್ತುತ್ತಾನೆ.

ನನ್ನ ಕೊನೆಯ ಸಂವಾದವೊಂದರಲ್ಲಿ ಅವರ ನಿಧನಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ನಾವು 'ಎನ್ನೊಂದಿಗಿದು' ಸ್ತುತಿ ಗೀತೆಯನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿದೆವು. ಅದು ಹೀಗೆ ಅಂತ್ಯಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ :

ಅಂಧಕಾರದ ಮೂಲಕ ಬೆಳೆಗು, ನನ್ನನ್ನು ಅಗಸದತ್ತ ತೋರು  
ಸ್ವರ್ಗದ ಬೆಳಕು ಹರಿದು ಭೂಮಿಯ ನಿರರ್ಥಕ ನೆರಳು ಹೋಗುವುದು  
ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಸಾವಿನಲ್ಲಿ ಓ ದೇವಾ ಎನ್ನೊಂದಿಗಿರು

ಈ ಸಂವಾದದ ನಂತರ ಮತ್ತು ಅವರು ನಿಧನರಾದ ಮೇಲೆ ಮುಂದಿನ ಪೆಂಗ್ವಿನ್  
ಆವೃತ್ತಿಯ ಪೀಠಿಕೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಬರೆದೆ :

ನನ್ನನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯಲಾಗಿತ್ತೆಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಕಡೆಯ ನೀಲ  
ಪರ್ಮತದಾಚೆ ಸ್ವರ್ಗದ ಪ್ರವೇಶಿಸುವ ಬೆಳಕು ಅವರನ್ನು ಅಪ್ಪಿಹೊಂಡಿತು.

೧೮

## ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಗುಣಕಾರಿ

ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವ ಬೇಕಾದರೂ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತ ಹೋಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದೆಂದರೆ ಅದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದಾಗಿದೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ಚೇತನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿಯತ್ತ ಎತ್ತುವುದು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಅನುಕೂಲವಾಗುವುದೋ ಆ ರೀತಿ ಕೈಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬೇರೆ ಕಡೆ ಎಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಬಿಡಿ. ಅಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪೂರ್ವಭಾವಿಯಾಗಿ ರೂಪಿಸಿದ ನಿಯಮಗಳಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಚೇತನಕ್ಕೆ ತೋಚಿದಾಗ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ.

ದೇವರಲ್ಲಿ ನನಗೆ ನಂಬುಗೆಯಿದ್ದರೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗಿದ್ದಿತು. ಯೇಸು ಸಭೆಯ ಬಹುಶ್ರುತ ಫಾದರ್ ಎಂ.ಎಂ. ಬಾಲಾಗ್ಯಯ ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿದ : 'ಫಾದರ್, ನೀವು ಧರ್ಮೋಪದೇಶಕರು ಮತ್ತು ವಿರಾಗೀಶಿಯರು, ಗಂಟೆಗಟ್ಟಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೀರಿ. ನನಗಾದರೂ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬೇರೆಡೆ ಗಮನ ಸೆಳೆಯದೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.'

ಅವರು ನನ್ನನ್ನೇ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರು : 'ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯೇನು ?'

ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತ ಅವರು ಹೇಳಿದರು : 'ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೆಂದರೆ ದೇವರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡುವುದು. ಅದನ್ನು ಈ ಮೂರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಮೊದಲನೆಯದು ನೀವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು. ಎರಡನೆಯದು ನೀವು ಮಾತನಾಡಬಹುದಾದರೂ ಆತ ಏನು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕೇಳಲು ಕಾಯುತ್ತೀರಿ. ಆತ ನುಡಿಯಬೇಕು. ಅದು ಎರಡೂ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಹೊಂದುವುದು. ಮೂರನೆಯದು ಮೌನವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಅಲ್ಲಿ ನೀನು ಏನೂ ಹೇಳದೆ ಪರಸ್ಪರ ಸಾನಿಧ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು.

ಅವರು ಸಮುದ್ರ ಕಿನಾರೆಯಲ್ಲಿ ಕೈ ಕೈ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಕುಳಿತಿದ್ದ ಇಬ್ಬರು ಪ್ರೇಮಿಗಳ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು. ಏನೂ ಹೇಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅವರು ಪರಸ್ಪರ ತಮ್ಮೊಳಗಿನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮಾತಿನಿಂದ ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ.

ಇತರರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಾವು ಓದಬಹುದು. ಆದರೆ ಅಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಗ್ಗೂಡಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಅನುಭವದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೇಲಿನ ನಂಬುಗೆ ರೂಪಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ನನ್ನ ಸಮೀಪವರ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಆದುದನ್ನು ನೋಡಿ ನಾನು ಪವಾಡವೆಂದು ಕರೆಯುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ನಂಬುಗೆ ಬಲಗೊಂಡಿತು. ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾನು ಟಾಟಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದೆ. ಒಬ್ಬ ಪ್ರತಿಭಾನ್ವಿತ ವೈದ್ಯರು ಅವನ ಉದರ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ, ದೊಡ್ಡ ಕರುಳಿನ ಮೇಲಿನ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಅಡ್ಡಿಯಿರುವುದಾಗಿ ನನಗೆ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದರು. ಅದು ಗುರುವಾರ.

ಸಿ.ಟಿ. ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಶುಕ್ರವಾರ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅಂತ್ಯದ ವರದಿ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಗಳು ರೋಗದ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿದವು. ಇದು ಆದದ್ದು ಶನಿವಾರ.

ಭಾನುವಾರ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ವಾರದ ಏಳೂ ದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ಗುಣಕಾರಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಕ್ಯಾಥೋಲಿಕ್ ಧರ್ಮೋಪದೇಶಕನ ಬಳಿ ಹೋದೆ. ಆತ ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಭಜನದ ಮೇಲೆ ಕೈಯಿರಿಸಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನಾನು ಕೂಡಾ ಭಾವನಾಮಯಿಯಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ

ಕುಳುಂದರ್ಶಕ ಪರೀಕ್ಷೆ (ಕೊಲನೋಸ್ಕೋಪಿ) ಯನ್ನು ಬುಧವಾರ ಮಾಡುವುದಿದ್ದಿತು. ಹೊರಗಿನಿಂದ ಬಂದ ಮೂರು ವೈದ್ಯರು ಅದನ್ನು ಕೈಕೊಂಡರು. ಒಬ್ಬರು ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯೊಂದರ ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಶಸ್ತ್ರವೈದ್ಯರು ಹಾಗೂ ಮೂರನೆಯವರು ಹೃದಯ ತಜ್ಞರು. ತೆರೆಯ ಮೇಲೆ ಅವರು ದೊಡ್ಡ ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೂ ಅಡ್ಡಿಯಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಲಿಲ್ಲ. ರೋಗಿಯನ್ನು ಔಷಧ ಪ್ರಭಾವದಡಿಯಿದ್ದಾಗ ಅವರು ಜಠರದರ್ಶಕ (ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರೋಸ್ಕೋಪ್) ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಏನೂ ಗೋಚರಿಸಲಿಲ್ಲ.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸರ್ಜನ್ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಹೋಗುವಾಗ ಸಿ.ಟಿ.ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡುವಾಗ ಕೊಡಮಾಡಿದ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ನಿಂದ ಉಂಟಾದ ಸೆಡೆತ ರೇಡಿಯಾಲಜಿಸ್ಟನನ್ನು ದಾರಿ ತಪ್ಪಿಸಿತೇ ಹೇಗೆಂದು ಚಿಕಿತ್ಸಾದರು. ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಡುವ ಮೊದಲೇ ಅಡ್ಡಿಯಿದ್ದದ್ದನ್ನು ಮೊದಲು ತೆಗೆದ ಸಿ.ಟಿ. ಫಲಕಗಳು ತೋರಿಸಿದ್ದವೆಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದೆ. ಎರಡನೇ ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ನಂಬುವ ಮನಸ್ಸು ಗುಣಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ತನ್ನದೇ ಆದ ಪಾತ್ರವನ್ನಾಡಬಹುದು. ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹೃದಯ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ವಿವರಿಸಲಾಗದ ಘನವಾದ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಈ ಘಟನೆಯಿಂದ ನಾನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಬಹುದು.

ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ್ದು ಧರ್ಮೋಪದೇಶಕ ತುಂಬ ನಮ್ಮತೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಆತ 'ನಾನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ, ಜೀಸಸ್ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಆತ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ: 'ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ಗುಣಕಾರಿಯೆಂಬುದಿಲ್ಲ...ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ (ನಂಬುಗೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಲ್ಲಿ) ಆಸಕ್ತನಾಗಿರುವೆನೇ ವಿನಃ ನೀವು ಗುಣ ಹೊಂದುವುದರಲ್ಲಲ್ಲ; ಆತ ಯಾವ ಪವಾಡ ಮಾಡುತ್ತೇನೆಂದೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಆತ ಮುಂದುವರೆದು ಹೇಳುತ್ತ ಕ್ಯಾಥೋಲಿಕ್ ಚರ್ಚ್ ಪವಾಡಗಳನ್ನು ನಂಬುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬ ಕಷ್ಟನಿಟ್ಟಾಗಿದೆ ಎಂದರು. ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ ಲಾರ್ಡೆಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಶತಮಾನಗಳಿಂದ ರೋಗಿಗಳು ಸೇರುತ್ತಿದ್ದು, ಅದು ಅರವತ್ತು ಮೂರು ಪವಾಡಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಗುರುತಿಸಿದೆ.

ಬೇರೆ ಧರ್ಮಗಳು ಕೂಡಾ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮತ್ತು ಗುಣ ಹೊಂದುವುದರ ಮಧ್ಯ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧ ಕುಡುವೆ.

ನಾನು ಸೇರಿದ, ಪಾರ್ಸಿ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿನ ದೇವರಾದ ಅಹುರಾ ಮಾಧುರಾ ಪರಿಪೂರ್ಣ. ಆ ದೇವ ಯಾರಿಗೂ ನೋವು, ನರಳಿಕೆ ಇಲ್ಲವೆ ದೋಗ ಉಂಟಾಗಬಾರದೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಅವು ಕೆಟ್ಟದರ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಂದು ತೋರಿಬಂದಿದೆ.

ಯೋರಾಸ್ತ್ರಿಯನ್ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳ ಪ್ರಕಾರ ವನಸ್ಪತಿ, ಚಾಕು, ಪವಿತ್ರ ಪರಿಶುದ್ಧ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ನೀವು ಪಠಿಸುವ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಗುಣಹೊಂದುಬಹುದು.

ಯೋರಾಸ್ತ್ರಿಯನ್ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಗಳನ್ನು ಪಠಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಬಲವಾದ ನಂಬುಗೆಯಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅರ್ಥಬೆಸ್ತಿಯಷ್ಟು ಅಗ್ನಿಯೊಡನೆ ಸಂಬಂಧವಾದ ಅರೆ ಚಂದ್ರಾಕೃತಿ ದೇವತೆ ಅರ್ಥಬೆಸ್ತಿಯ ಅದು ದೈವೀ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಅರಿವು, ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ತಿಳಿವಳಿಕೆಯಿಂದ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅಗ್ನಿ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಪಠಿಸಿದರೆ ಅದು ಶಾಮಕ ಮತ್ತು ಗುಣಕಾರಿ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಗುಣಪಡಿಸಲು ಒಬ್ಬ ಯೋರಾಸ್ತ್ರಿಯನ್ ಅಧ್ಯಯನದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, 'ಬೆಳಕು' ಮತ್ತು 'ಪ್ರಾರ್ಥನೆ' ಗಳ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಒಂದು ತಂತ್ರವಿಧಾನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾನೆ.

ಡಾ|| ಅಲೆಕ್ಸಿಸ್ ಕ್ಯಾರೆಲ್ ಬರೆದಂತೆ 'ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಭೂಮಂಡಲದ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯಂತೆ ನೈಜವಾದ ಒಂದು ಶಕ್ತಿ'.

ಮರುಷಗಳು ಗತಿಸಿದಂತೆ, ಬೇರೊಬ್ಬರು ನನಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಾಗ ನನ್ನ ಮನ ಕರಗಿತು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯದ ಮಾಜಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಂತ್ರಿಯೊಬ್ಬ ನನಗಾಗಿ ತಾನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಿರುವುದಾಗಿ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಬೇರೆಯವರು ಮಾಡುವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ನಮ್ಮ ಚೇತನವನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ಆ ಚೇತನ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಅದ್ಭುತಗಳನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮೊದಲು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ ಧರ್ಮೋಪದೇಶಕರ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿ, ಫಾದರ್ ಎ.ವಿ. ಹೇಳುತ್ತಾರೆ :



ಗುಣಕಾರಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುವ ಧರ್ಮೋಪದೇಶಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಆತ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರನಿಗಿಂತಲೂ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುವುದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಆತ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಆದರೆ ಆತ ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದರ ಧರ್ಮೀಯ.

ಗುಣಕಾರಿ ವಿಭಾಗವೆಂದರೆ, ದೈಹಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಘಾತಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿ ದೇವರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು, ಆತನನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಆಕೆಯನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೇವರು ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವ ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುವುದಾಗಿದೆ.

ಮೊದಲಿಗೆ ಎಲ್ಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೂ ದೇವರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆರೈಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಸಹಾಯಕತೆ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯಿಲ್ಲದಿರುವ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಬರುವಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಥನಾಗುತ್ತಾನೆ. ವ್ಯಕ್ತಿ ಭರವಸೆ ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಂಡ ಶಕ್ತಿಯ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ.

ಗುಣ ಹೊಂದುವುದಕ್ಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸರಿಯಾದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಅದನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿಸುವುದಕ್ಕೆ, ಕೀರ್ಮೋಧರಪಿ ಇಲ್ಲವೆ ವಿಕಿರಣತೆಯಿಂದಾಗಿ ಔಷಧ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ರೋಗವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ವೈದ್ಯ ವೃತ್ತಿಯ ಮೂಲಕ ದೇವರು ಕೂಡಾ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ. ಔಷಧಗಳು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ದೇವರ ಯೋಜನೆಯ ಭಾಗ. ನಾವು ಕೇವಲ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆಯಿರಿಸುವಂತಿಲ್ಲ.

ಗುಣಕಾರಿ ವಿಭಾಗವು ದೇಹವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಮಾತ್ರ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸದೆ, ಚೇತನ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು, ದೇವರ ಪ್ರತಿಮೆಯಂತೆ ಇಡೀ ಮನುಷ್ಯನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪುನಃಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಗುಣ ಹೊಂದುವುದು ಗುಣಕಾರಿಯಲ್ಲಿ ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಲಕ್ಷ ಹೊಡೆದ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಜೀಸಸ್ ಬಳಿ ತರುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಮೊದಲು ಜೀಸಸ್ ಆತನಿಗೆ 'ನಿನ್ನ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲಾಗಿದೆ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ. ಅನಂತರ ಆತನಿಗೆ ಹೇಳಿದ 'ನಿನ್ನ ಚಾಪೆಯನ್ನು ತೆಗೆದು, ಮನೆಗೆ ನಡೆ ; ಜೀಸಸ್‌ಗೆ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಗುಣ ಹೊಂದುವುದಕ್ಕಿಂತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಗುಣಮುಖನಾಗುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದ್ದಿತು.

ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಿಂದ ಗುಣಮುಖನಾಗುವುದು ಯಕ್ಷಿಣಿಯಲ್ಲ; ಗುಣಪಡಿಸುವುದು ದೇವರ ಪರಮೋಚ್ಚ ಕಾರ್ಯ. ಗುಣಪಡಿಸುವುದು ಒಂದು ಕಾರ್ಯ ವಿಧಾನ, ದೇವರನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ನಾವು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ಆತನ ಅಭೀಷ್ಟೆ ಅಧೀನರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

ನನಗೆ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ತಡವಾಗದಿದ್ದರೂ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು

ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ತಡವಾಯಿತು. ನನಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲ್ಲದೆ, ಜನರೊಡನೆ ಹೊಂದಿರುವ ಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆಯೂ ದೇವರು ನನಗೆ ಮಾಡಿರುವುದೆಲ್ಲಕ್ಕೆ ನಾನು ನನ್ನ ತುಂಬು ಹೃದಯದಿಂದ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನರ್ಪಿಸುವುದು ಮಾತ್ರ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದಿತು. ನಾನು ದೇವರಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾದ ಬದಲಾವಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಿಲ್ಲಿಸಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇರುವ ಜನರಲ್ಲಿ ರಾಸಾಯನಿಕವಾಗಿ ಕೆಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ವಿಜ್ಞಾನ ಅದನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗದಿದ್ದರೂ, ಈಗ ಅದು ಜನರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅದರಿಂದ ಗುಣಮುಖರಾಗಿರುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳತೊಡಗಿದೆ. ದೇವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ನನ್ನನ್ನು ದೇವರ ಸಮೀಪಕ್ಕೆ ತಂದಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನುವುದು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ.

‘ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಗುಣಮುಖ -ದೈವಪ್ರಾರ್ಥನೆ’ ಎಂಬ ಲೇಖನ ಬಿಸಿನೆಸ್ ಟೈಮ್ಸ್ ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದು ಕೆಲವು ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ವೈದ್ಯರು ಕೂಡಾ ತಮ್ಮ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ದೇವರ ಕಡೆ ‘ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾರೆ’ ಎಂದಿದೆ. ತನ್ನ ವಿವಾದಾತ್ಮಕ ಪುಸ್ತಕ ‘ಗುಣಕಾರಿ ಶಬ್ದಗಳು : ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯ ವೃತ್ತಿ’ ಯಲ್ಲಿ ಲಾರಿ ದೋಸೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಔಷಧಗಳು ಮತ್ತು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಾಬಲ್ಯವಾಗಿ, ಶಕ್ತಿಯುತವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ದೃಢವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹಾರ್ವರ್ಡ್, ಸ್ಟ್ಯಾನ್‌ಫೋರ್ಡ್ ಮತ್ತು ಪ್ರಿನ್ಸ್ಟನ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ 300ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಧ್ಯಯನಗಳನ್ನು ದೋಸೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದ. ಅದರಲ್ಲಿ ಕಡೆಯ ಪಕ್ಷ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ, ಅದು ಬೇರೆಯವರಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರೂ ನಾಟಕೀಯವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲವೆಂದು ತೋರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿತು. ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಯಾವುದೇ ಧಾರ್ಮಿಕ ವಿಧಿ ವಿಧಾನಗಳು ಅಥವಾ ‘ದಯವಿಟ್ಟು ಈ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಥವಾ ಹೃದಯಾಘಾತವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊ’ ಎಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ಕೋರದೆ, ಕೇವಲ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವ ಭಂಗಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆಯೆಂದು ಪ್ರಯೋಗಗಳು ತೋರಿಸಿವೆ ಎಂದು ಡಾ|| ದೋಸೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ತನ್ನ ಪುಸ್ತಕ ‘ಗುಣಕಾರಿ ಶಬ್ದಗಳ’ ಲ್ಲಿ ಡಾ|| ದೋಸೆ ಎರಡೂ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳ ಕ್ಯಾನ್ಸರಿನ ಅಂತಿಮ ಅವಸ್ಥೆಯೆಂದು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ತನ್ನ ಮೊದಲ ರೋಗಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಆತನಿಗೆ ಯಾವ ಬಗೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಲಭ್ಯವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ರೋಗಿಯು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆತನ ಹಾಸಿಗೆಯನ್ನು ಡಾ|| ದೋಸೆ ಹಾಯ್ದು ಹೋಗುವಾಗಲೆಲ್ಲ, ರೋಗಿಯ ಸುತ್ತ ಹಾಡುವ ಮತ್ತು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವ ಸ್ನೇಹಿತರು

ನೆರೆದಿರುತ್ತಿದ್ದರು. 'ಒಳ್ಳೆಯದು, ಸನಿಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ಆತನ ಸ್ಮಶಾನಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಡುತ್ತ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ' ಎಂದು ವಿಚಾರಮಾಡಿದ.

ವರುಷದ ನಂತರ, ತನ್ನ ಹಳೆಯ ರೋಗಿಯನ್ನು ನೋಡಬಯಸುವಿಯೋ ಹೇಗೆಂದು ಆತನ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇನ್ನೂ ಜೀವಂತನಾಗಿರುವುದನ್ನು ವೈದ್ಯ ನಂಬದಾದ. ಆತನ ಎದೆಯ ಎಕ್ಸ್-ಕಿರಣ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ಆತ ದಿಗ್ಭ್ರಮೆಗೊಂಡ. ಆತನ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಹಜವಾಗಿದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರಿನ ಯಾವುದೇ ಚಿಹ್ನೆಯಿರಲಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಎನ್ನುವುದು ಕೇವಲ ಮಾತನಾಡುವುದಲ್ಲ. ಅದು ಅದನ್ನು ಮೀರಿದುದು. ಅಲ್ಲಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ದೇವರೊಡನೆ ಎಚ್ಚರವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ. ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವುದು ಜೀವನದೊಟ್ಟಿಗೆ ಇರುವ ಒಂದು ಮನೋಭಾವ. ಅದು ಸ್ವಂತವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ವಸ್ತು ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಪೃಥ್ವಿಯ ಸಂಗೀತದೊಡನೆ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಇದ್ದಾಗ, ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ಸಮೃದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಿಟ್ಟು ಮತ್ತು ಭಯ ಮನುಷ್ಯನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಪ್ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ ಕುಟುಂಬವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅಮೆರಿಕನ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಮೆಡಿಸಿನ್ ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿತು. ಅದರ ಪ್ರಕಾರ ತಮ್ಮ ಹೆಂಡತಿಯ ಆಸರೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಗಂಡಸರು ತಾವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಎದೆತೊಲೆಯಲ್ಲಿ ಶೇಕಡ 50 ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾದದ್ದನ್ನು ಕಂಡರು.

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಆಹ್ಲಾದಕರ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಗುಣಮುಖವಾಗಲು ಸಹಾಯಕ. ಅದು ಔಷಧವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಔಷಧವಂತೆ ತನ್ನ ಪ್ರವಾಹ ಬೀರಿ, ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಗುಣ ಹೊಂದುವಂತೆ ಮಾಡುಲುದು.

ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚ್ಛಾನ್ ಹೇಳಿದರೆ, ಜನ ಹೇಗಿರಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ನನಗಿಂತಲೂ ಗುಣಮುಖನಾಗುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದವರು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೂಲಕ ಗುಣಮುಖನಾಗಲು ಇರುವ ಬಹುದೊಡ್ಡ ತೊಡಕು ಕ್ಷಮಿಸದ ಹೃದಯವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಕ್ಷಮಿಸದಿರುವುದು, ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ಕೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ಅಸಮಾಧಾನ ರೋಗಕ್ಕೆ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡುವುದಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಗುಣಪಡಿಸುವ ದೈವೀಶಕ್ತಿ ಪ್ರಕಟಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯುಂಟುಮಾಡುವುದು. ನಾನು ಶ್ರೀ ಎಕ್ಸ್ ವಿರುದ್ಧ 'ಸಮರ್ಥನೀಯ ಅಸಮಾಧಾನ' ವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಅನೇಕ ವರುಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಸ್ನೇಹಿತನೊಬ್ಬನಿಗೆ ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದೆ. ಕೂಡಲೇ ಆತ ಉತ್ತರಿಸಿ 'ಸಮರ್ಥನೀಯ ಅಸಮಾಧಾನ ಎಂಬುದೇನೂ ಇಲ್ಲ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ. ಅದನ್ನು ಶರಣಾಗತಿ ಮಾಡಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದು ನನಗೆ

ಗೊತ್ತು ಏನೇ ಆಗಿದ್ದರೂ, ಒಂದು ಕಡೆಯಿಂದ ಕ್ಷುಮಿಸುವ ಘೋಷಣೆ ಗುಣಕಾರಿ ಪ್ರವಾಹವೆ ಹೊಂದಿದೆ

ನಮ್ಮ ಜೀವಕ್ಕೆ ತಂದ ಸೃಜನ ಶಕ್ತಿ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸುಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತದೆ. ಗುಣಮುಖನಾಗಲು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ದೇಹದೊಳಗೆ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗೀರುಗಾಯವಾದರೆ ರಕ್ತ ಹೆಚ್ಚುಗಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಆಗಾಗ್ಗೆ, ಸದಾ ಅಲ್ಲ, ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ನಾವು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪುಗಳು ಅಥವಾ ಬದುಕುವ ದೃಷ್ಟತನ ಅಥವಾ ದೇಹವನ್ನು ಕಚ್ಚಿರಿಸುವುದರಿಂದ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತವೆ. ಒಂದು ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನಾವು ಕೇಳಬಲ್ಲವರಾದರೆ ದೇಹ ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸುಸ್ತಾಗಿದ್ದಾಗ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ರೀತಿ ಮುಂದುವರಿಯದಂತೆ ಅದು ಹೇಳುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಜೀವಕ್ಕೆ ಒತ್ತಾಸೆ ಕೊಡುವ ಬಲಕ್ಕೆ ಕೊಡಲು ನಾವು ನಮ್ಮ ಆಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಕೊಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರ, ಪಾನೀಯ ಮತ್ತು ಪದ್ಧತಿಗಳಿಂದ ದುರುಪಯೋಗಕ್ಕೊಳಪಡಿಸಬಾರದು.

ನಾನು ಈ ಹಿಂದೆ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ, ಶಕ್ತಿಯ ಮೂಲ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಿಂದ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಜೀವನದ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಂಬುಗೆ, ಒಳತೋಟಿಯನ್ನು ಆಲಿಸುವುದು, ಉದ್ದೇಶ್ಯದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಹಾಸ್ಯ ಮತ್ತು ನಗು. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳು ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ಜೀವಕೊಡುವ ಶಕ್ತಿ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಗೆ ಶಿಖರ ಪ್ರಾಯವಾಗಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಇರುವವರ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿ. ನಾವು ಒಪ್ಪದಿದ್ದಾಗ ಇಲ್ಲವೆ ನಾವು ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಅವರನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ

ವಂದನಾ, ನಾನು ನಿನಗೆ ಮಾಡಿರುವುದು ಸ್ವಲ್ಪ. ಮಾನಸಿಕ ಆಧಾರ ನೀಡುವ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ನೀನು ಇತರರಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾಡಿದ್ದೀಯ. ಕ್ವಾನ್ಸ್ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡುವ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ರೋಗದ ಅಂತ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವವರನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ರುಗ್ಣಾಲಯಗಳು, ಇತರ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಗುಂಪು ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಗಳು, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳೇ ಮಹತ್ವ ಪಡೆದಿವೆ. ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಸಹಾಯಮಾಡಿದಾಗ ಇಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಸಂತೋಷ ಪುಟಿಯುವುದು.



## ಹಿನ್ನುಡಿ ಏಳುವರುಷಗಳ ಬೋನಸ್ ಮತ್ತು ಮರುಕಳಿಕೆ

1995 ರಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರ, ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಏಳು ಮರುಷಗಳ ಬೋನಸ್‌ನಿಂದ ಆಶೀರ್ವದಿಸಲ್ಪಟ್ಟೆ. ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಈ ಪುಸ್ತಕ (1999ರಲ್ಲಿ) ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಂದು ಪುಸ್ತಕ. ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆಯ ಸ್ವರ್ಶ : ಅಸಾಧಾರಣರೊಡನೆ ಮುಖಾಮುಖಿ (2001) ಪ್ರಕಟಗೊಂಡವು. ಅನಂತರ, ಅಚ್ಚರಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಘಟನೆ ಜರುಗಿತು. 2002ರ ಡಿಸೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ದ್ವವ ಸಂಚಯದ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಾಯಿತು. ಅದು ಒಂದು ಕಿವಿಗಿಂತ ಮತ್ತೊಂದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ತೊಂದರೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದಿತು. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಅದು ಕಾರ್ಟಿಸೋನಿನ್‌ನಿಂದ ನಿವಾರಿಸಲ್ಪಟ್ಟದೂ, ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೇ ಮರುಕಳಿಸಿತು. ಕಿವಿ-ಮೂಗು ಪ್ರದೇಶದೊಳಕ್ಕೆ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೈಕೊಂಡ ತಪಾಸಣೆ ಏನನ್ನೂ ತೋರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಅದರ ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ವೈದ್ಯರು ತುಂಬ ಶ್ರಮಿಸಿದರು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕೇಳಿಕೊಂಡರೆ ಜನರಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುವ ಸಂಸ್ಥೆ ಮೌನದ ಏಕತೆಯ ಸುಂದರ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೊಂದನ್ನು ಓದಿದೆ. ಆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಹೀಗಿದ್ದಿತು :

ದೇವರ ಜ್ಯೋತಿ...ನನ್ನನ್ನು ಸುತ್ತಿವರಿದಿದೆ ;  
 ದೇವರ ಪ್ರೀತಿ...ನನ್ನನ್ನು ಆವರಿಸಿದೆ;  
 ದೇವರ ಶಕ್ತಿ...ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ;  
 ದೇವರ ಇರುವಿಕೆ...ನನ್ನನ್ನು ಲಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ;  
 ನಾನು ಎಲ್ಲೆ ಇರಲಿ...ದೇವರಿದ್ದಾನೆ.

ಒಬ್ಬ ಜಾಣ ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ಗಂಟಲು ತಜ್ಞ ನೀರನ್ನು ಹೊರಸಾಗಿಸಲು ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಬಳಸಿ ಚೊಕ್ಕಟ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಲದು ಎಂದು ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದೆ. ಅದರ ಕಾರಣವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಲು ಆ ಪ್ರದೇಶದ ಸಿ.ಟಿ. ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಅಗತ್ಯವಾಯಿತು. ಅದನ್ನು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮರುಕಳಿಸಿದುದು ನಮಗೆ ಗೊತ್ತಾಯಿತು. ಅದು ಮುಟ್ಟಲು ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿದ್ದಿತು. ಅದು ಮೂಗಿನ ಗಂಟಲು ಭಾಗ. ಅದು ಮೂಗಿನ

ಹಿಂಭಾಗ ಮತ್ತು ಕಿವಿಯ ಸಂಧಿಸ್ಥಳ. ಈ ಸಮಾಚಾರ ಬಂದಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ ಬಂದ ಮೊದಲ ಶಬ್ದಗಳು :

‘ನಾನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವೆ ದೇವಾ. ನಿನ್ನ ಯೋಜನೆ ಫಲಪ್ರದವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇದ್ದು, ಏಳು ವರುಷಗಳ ಬೋನಸಾಗಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞ ನೀನು ಮಾಡಬೇಕೆಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ದೇವಾ, ನಾನು ಯಾವುದೇ ಎಲ್ಲೆಡೆಗೂ ವಿಧಿಸಿಲ್ಲ.’ ನಂತರ, ‘ದೇವಾ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಜೀವನ ನಡೆಸು. ಎಲ್ಲವೂ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವರು ನಿನ್ನನ್ನು ಬಯಸುವವರೆಗೂ ನೀನು ಇಲ್ಲಿಯೇ ಇರುವೆ. ನಿನ್ನ ಕಾಲವನ್ನು ಸದ್ವಿನಿಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊ’.

ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಯಾದ ಕೆಲವು ವಾರಗಳ ಮೊದಲು, ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯಂತೆ ನನ್ನ ಆತ್ಮೀಯರು ಮತ್ತು ಆ ಮಾತಿಗೆ ನನಗೆ ಕೂಡಾ, ನನ್ನ ಶ್ರವಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಭಂಗ ಉಂಟಾಗಿರುವುದು ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದಿತು. ನನ್ನ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ತಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ಸತ್ಯವನ್ನು ಮರೆಮಾಚಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ರೋಗಿಗಳು ತಮ್ಮ ಭಾರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ರೋಗವನ್ನು ಯಾರಿಂದಲೂ ಮುಚ್ಚಿಡಬಾರದೆಂಬ ಸ್ಪಷ್ಟ ವಿಚಾರವಾದರೋ ನನ್ನ ತಲೆಯಲ್ಲಿದ್ದಿತು. ಈ ಸಮಾಚಾರ ಗೊತ್ತಾದ ನಲವತ್ತೆಂಟು ಘಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಚೀಫ್‌ಮನ್‌ನಿಗೆ ನಾನು ವರದಿ ಮಾಡಿದೆ. ಮುಂದಿನ ವಾರದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ, ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ನಿರ್ದೇಶಕನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ 2003ರ ಏಪ್ರಿಲ್ 30 ರಂದು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿದೆ. ಆ ದಿನ ನಾನು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ನಿರ್ದೇಶಕನೆಂದು ಹದಿನೆಂಟು ವರುಷಗಳನ್ನು ಮುಗಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ.

ಮುಂಚಾನೆಯ ಪ್ರಶಾಂತ ಸಮಯ :

ನೀನು ನನ್ನೊಡನೆ ಇದ್ದರೆ ನಾನು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಹೆದರಬೇಕು ?

ದೇವರು ನಿನ್ನ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಮುಂದಿನ ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಅಪರಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸು.

ನಿನ್ನ ಮೇಲೆ ದೇವರು ತನ್ನ ಕೃಪೆಯನ್ನು ಧಾರೆಯೆರೆಯುತ್ತಿದ್ದಾನೆಂದು

ಭಾವಿಸು. ಆತನ ಕರುಣೆ. ಆತನ ಪ್ರೀತಿ .

ಅದ್ಭುತ ಕರುಣೆಯೆಂಬ ದೇವರ ಸ್ತೋತ್ರದ ಸಾಲುಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದವು :

ಆತನ ಕರುಣೆಯೇ ನನ್ನನ್ನು ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ತಂದಿದೆ ಮತ್ತು ಆ ಕರುಣೆಯೇ ನನ್ನನ್ನು ಮನೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದು.

ಒಂದು ದಿನದ ನಂತರ, ‘ಓ ದೇವಾ, ನೀನು ನನ್ನನ್ನು ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ನೋಡಿದುವೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ನೀನು ನನ್ನ ಕೈ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ’

ಅನಂತರ ಒಂದು ದಿನ, ಎಲ್ಲೋ ಒಂದು ಕಡೆ ನಾನು ಓದಿದೆ ; ‘ನಿನ್ನ ಭಾರವನ್ನು

ದೇವರ ಮೇಲೆ ಹಾಕು...ಆತ ನಿನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ. ಆತ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ತೊಂದರೆಗೊಳಗಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ;

ನನ್ನ ವೈದ್ಯರು ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪು ಮಾಡದಂತೆ ಮಾಡಲು ನಾನು ದೇವರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಈ ಸಾಲುಗಳು ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.

ದೇವಾ, ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇನೆ ನನ್ನ ವನಸ್ಸಿನಿಂದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕು.

ಸಂಶಯಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸು.'

ಇದು ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಎಂತಹ ಪೆಟ್ಟನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ತಿಳಿದ ನಾನು ಆಕೆಯೊಡನೆ ಅನುಕಂಪದಿಂದಿರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ಆಕೆಯನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟುದು ದಕ್ಕೆ ದೇವರಿಗೆ ನಾನು ಖುಷಿ. ನಾನು ಸುತ್ತಿಗೀತೆ 23 ರ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡೆ :

ಓ...ನಾನು ಸಾವಿನ ಕರಾಳ ಛಾಯೆಯ ಕಣಿವೆಯ ಮೂಲಕ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ ನೀನು ನನ್ನೊಡನಿರುವಾಗ ನಾನು ಯಾವ ಕೇಡಿಗೂ ಅಂಜುವುದಿಲ್ಲ

ನಿನ್ನ ದಂಡ ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಊರೆಗೋಲು ನನಗೆ ಸಮಾಧಾನಕರ. ಬಯ್ಯಾಪ್ಪಿ (ಊತಕದಿಂದ ತುಣುಕೊಂದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆಯುವುದು) ಸಮಾಧಾನಕರವಲ್ಲ ಮತ್ತು ನೋವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವಂತಹದ್ದು. ಮರಗಟ್ಟಿಸುವ ತಂತುರಿನ ಸಿಂಪಡಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಂವೇದನಶೀಲ ಪರೀಣಿತ ಶಸ್ತ್ರವೈದ್ಯರಿದ್ದರೂ, ಮೂಗಿನ ಮೂಲಕ ಮಾಡುವ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಸರಳವೂ ಅಲ್ಲ, ಸುಲಭವೂ ಅಲ್ಲ. ಗಂಟಿಯ ಚಿಕ್ಕ ತುಣುಕನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆದರೂ ಅದು ಸಾಕಷ್ಟು ನೋವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತವಾದುದರಿಂದ ವೈದ್ಯರು ನನಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ನೋವು ಉಂಟು ಮಾಡದಿರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದರು.

ಅನಂತರ ಕ್ಷಿಣ್ಣಲ್ಲಿ ಅಳಿದುಳಿದ ಗಂಟನ್ನು ಸೀಳಿ ಅದು ಯಾವ ಬಗೆಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ, ಅದು ಯಾವ ಹಂತ ತಲುಪಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಸೂಚಿಸಲಾಯಿತು. ಮೂಗು ಗಂಟಲಿನಲ್ಲಿರುವಂತಹುದೇ ಘಟ್ಟವನ್ನು ಅದು ಹೊಂದಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಶೇಕಡ ತೊಂಭತ್ತರಷ್ಟು ಎಂದರೆ ಮತ್ತೊಂದು ಬಯ್ಯಾಪ್ಪಿ

ನನ್ನ ಮನೆಯ ಹತ್ತಿರ ಇರುವ ಉದ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ವಾಯುಸಂಚಾರಕ್ಕೆ ಪದೇ ಪದೇ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ. ಅದರ ಒಂದು ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವಕ್ಕೆ ಮರಾಗಿ ಪಾರ್ಸಿಗಳ ಅಗ್ನಿದೇಗುಲವಿದೆ. ನಾನು ಉದ್ಯಾನದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಂತು, ನಿಂತ ಝಾರತುಷ್ಟನ ಅಪೂರ್ವ ತ್ರೈಲಚಿಹ್ನೆ ನನ್ನ ಗೌರವವನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವುದು ರೂಢಿ. ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ 10 ಅಡಿ ಎತ್ತರವಿದ್ದು 15 ಅಡಿ ಒಳಗೆ ಇದ್ದಿತು.

ಅದನ್ನು ಇರಿಸಿದ್ದ ಸ್ಥಳ ಸೂರ್ಯಕಿರಣಗಳು ಭೇದಿಸಲಾಗದಂತೆ ಒಳಗೆ ಇದ್ದಿತು. ಆದರೆ ನನ್ನ ರೂಢಿಯ ವಾಕೆಗೆ ಒಂದು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹೋದಾಗ ಆ ತ್ರೈಲಚಿಹ್ನೆ V ಆಕೃತಿಯಲ್ಲಿ

ಮುಖ ಮತ್ತು ಭುಜದಿಂದ ವಪೆಯವರೆಗೂ ಬೆಳಗುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಉಳಿದಲ್ಲವೂ ಎಂದಿನಂತೆ ಕತ್ತಲಿದ್ದಿತು.

‘ಇದು ಒಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯ’ ಎಂದು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಹೊಳೆಯಿತು. ಆ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ವರುಷಗಳಿಂದ ಹಾಯ್ದು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ಒಮ್ಮೆ ಕೂಡಾ ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಗಳು ಆ ತ್ರೈಲಚಿತ್ರ ಸಮೀಪ ಕೂಡಾ ಬಂದಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಘಟನೆ ನನಗೆ ಏನಾದರೂ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದೆಯೋ ಹೇಗೆಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಟ್ಟೆ. ಹಾಗೆ ಅನುಮಾನಪಟ್ಟು ಬಹುಶಃ ಮರುದಿನವೂ ಸೂರ್ಯ ಅಷ್ಟೊಂದು ಒಳಗೆ ಬರಬಹುದೆಂದು ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತ ಮುನ್ನಡೆದೆ. ನಾನು ತಪ್ಪಾಗಿದ್ದೆ.

ತಿಂಗಳುಗಳ ನಂತರ, ಟಾಟಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್‌ನ ನಿರ್ದೇಶಕಿ ಡಾ|| ಕೇತಿ ದಿನಾಪಾ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಲು ಬಂದರು. ಅಗ್ನಿ ದೇಗುಲದ ಹೊರಗೆ ನಾನು ಹಿಂದೂಮೈ ನಿಂತು ಬೆಳಕನ್ನು ಕಂಡ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಿಂತು ನಡೆದ ಘಟನೆಯನ್ನು ಆಕೆಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಆಕೆ ಹೇಳಿದಳು, ‘ಬೆಳಕು ಕೇವಲ ನಿನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಮಾತ್ರ.’

‘ದೇವರು ತನ್ನನ್ನು ಅನೇಕ ರೀತಿಯಿಂದ ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ’ ಎಂದು ಲಾರ್ಡ್ ಟೆನಿಸನ್ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ. ಆತ ಅನೇಕ ಬಗೆಯಾಗಿ ತನ್ನ ದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಬಯಾಪ್ಪಿಯ ಪರಿಣಾಮ ಪ್ರಕಟವಾಗಬೇಕಿದ್ದ ದಿನ, ಎಂದರೆ 2003 ರ ಫೆಬ್ರವರಿ 11 ರಂದು ರಾತ್ರಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ರೆ ಹೋದ ನಂತರ ಬೆಳಗ್ಗೆ 5 ಘಂಟೆಗೆ ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದೆ. ಉಷ್ಣಕಾಲದ ನೀರವತೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತನಾಗಿ ಅಂಗಾತ ಮಲಗಿದ್ದೆ. ನಾಲ್ಕು ಬೆರಳುಗಳು ನನ್ನ ಬಲ ಮುಂದೋಳಿನ ಮೇಲೆ ಮೆಲ್ಲಗೆ ಇರಿಸಿದ ಅನುಭವ ನನಗುಂಟಾಯಿತು. ಯಾವುದೋ ಸುಂದರ ಆಕೃತಿಯೊಂದರ ಅನುಭವ ನನಗುಂಟಾಗಿ ‘ನಾನು ನಿನ್ನೊಡನೆ ಇದ್ದೇನೆ’ ಎಂಬ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. ಅನಂತರ ಬೆರಳುಗಳು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿದಂತಾಯಿತು. ನಂತರ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿರಾಮ. ಅನಂತರ ಶಬ್ದಗಳು ‘ನಿನ್ನ ಸಮಯ ಇನ್ನೂ ಬಂದಿಲ್ಲ’.

ಕೆಲವು ಘಂಟೆಗಳ ತರುವಾಯ, ಬಯಾಪ್ಪಿಯ ವಿಶ್ವೇಷಣೆಯನ್ನು ನನಗೆ ತಿಳಿಸಲಾಯಿತು. ಅದರ ಪ್ರಕಾರ ಲಿಂಫೋಮ ಎರಡನೇ ಘಟಕ ಮುಂದುವರಿದಿದ್ದಿತು, ಆದರೂ ಅದು ಕೆಳವಟ್ಟು.

‘ನೀನು ದೇವರ ಕುಣಿಯ ಮೇಲೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವೆ. ನಿನಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಬೋರ್ನಾ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಕಿವಿಯ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ತಾಳಿಕೊ. ಮೊದಲನೆ ಇಂಜಿಕ್ಷನ್ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನೋಡು.’

ಈ ಬಾರಿ, ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸುವಂತೆ ವೈದ್ಯರು ವಂಶವಾಹಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡರು. ಆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತುಂಬ ಆಧುನಿಕ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚಿನದು. ನಲವತ್ತೆಂಟು ಘಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಎಡಗಿವಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಅಡ್ಡಿ ನಿವಾರಣೆಯಾಯಿತು. ಆ ದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ನಾನು



ವಿದ್ಯುತ್ ಗಡಿಯಾರದ ಸಮೀಪ ನಿಂತಾಗ ಅದರ ಮುಳ್ಳಿನ ಸದ್ದನ್ನು ಕೇಳಿ ಆನಂದಪಡುವನಾದೆ. ಮುಗ್ಧತೆಯಿಂದ ಅದು ವಂಶವಾಹಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಫಲವೆಂದು ತಿಳಿದೆ. ಅನಂತರ ಕೇಸ್ ಪೇಪರ್‌ಗಳನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಡಿಯೋಲೋಜಿಸ್ಟ್‌ನ ಸೇರಿಸಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡೆ.

ಈ ಮುಂಚಿನ ಕೀವೋಥೆರಪಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ವಂಶವಾಹಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಿಕ್‌ನಿಕನಂತೆ ಅದನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ಮೊದಲು ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ದೇಹ ಅದನ್ನು ಹೀರಿಕೊಂಡದ್ದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ವೈದ್ಯ ತೀವ್ರ ಗಮನಕೊಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ಯಾವ ಅಪಾಯವಾಗಲೀ ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಯಾಗಲೀ ಇಲ್ಲ.

ಬಿಟ್ಟು ಬಿಟ್ಟು ನಾಲ್ಕು ಬಾರಿ ಈ ಚುಚ್ಚಿಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೊಂದು ಸಿ.ಟಿ. ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ನನ್ನ ನಿರೀಕ್ಷೆ ತುಂಬ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದಿತು. ಅದು ಕುಸಿದಿದ್ದುದು ಕಾಣಿಸಿತು. ವೈದ್ಯರು ಅದನ್ನು ಶೇಕಡ 20 ರಿಂದ 40 ಮಾತ್ರ ಎಂದು ಲೆಕ್ಕಹಾಕಿದರು. ಒಂದರ ನಂತರ ಮತ್ತೊಂದರಂತೆ, ಒಂದು ಬಾರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಮೀರಿ ಅಂತಹ ಚುಚ್ಚಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವಂತಿಲ್ಲ. ವೈದ್ಯರು ಆಶಾವಾದಿಯಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಐದನೇ ಬಾರಿ ಚುಚ್ಚಿಗೆಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಯಿತು. ನಾನು ಬೇರೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಜ್ಞರೊಡನೆ ಮತ್ತು ಹಿರಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವೈದ್ಯರೊಡನೆ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಗಂತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲಮಾಡುವ ಖಚಿತ ವಿಧಾನವಾದ ವಿಕಿರಣತೆಯನ್ನು ಪುರಸ್ಕರಿಸಿದರು. ಚೊಲ್ಲಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅದನ್ನು ಮುಖದ ಮೂಲಕ ಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಕಿರಣತೆಯ ಗಂತಿಶಾಸ್ತ್ರದ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೊಸೈಟಿಯ ಹಿಂದಿನ ಅಧ್ಯಕ್ಷಾಗಿದ್ದ ಡಾ|| ಕೇ.ತಿ ದಿನ್‌ಷಾ ನನ್ನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅದು ಕೀವೋಥೆರಪಿಯಾಗಲೀ ಇಲ್ಲವೆ ವಿಕಿರಣತೆಯಾಗಲೀ ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಧಿವಿಧಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಅದನ್ನು ಜಾಗರೂಕತೆಯಿಂದ ರೂಪಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಇಷ್ಟತ್ತೊಂದು ಬಾರಿ ಅದರ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಬೇಕೆಂದು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಕೀವೋಥೆರಪಿಗೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿ, ಇಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮ ಕೂಡಲೇ ಗೋಚರವಾಗದಿದ್ದರೂ, ವಾರದಲ್ಲಿ ಐದು ದಿನ ಅದರ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೊಳಪಟ್ಟ ಮೇಲೆ, ಅದು ತನ್ನದೇ ಆದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹಾಕಿತು. ನಾನು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿರಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸಲಾಯಿತು. ನನಗೆ, ನನ್ನ ದೇಹಕ್ಕೆ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ತಿಳಿಯದಾದೆ. ಹಸಿವೆಯಂತೂ ನಿಜಕ್ಕೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದಿತು. ಚೊಲ್ಲು ತುಂಬ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದಿತು. ವೈದ್ಯರು ಜಠರದ ಮೂಲಕ ನೇರವಾಗಿ ಉಣಿಸು ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ಮಾಡಿದರು. ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯಾಗಲೀ, ನಾನಾಗಲೀ ಉತ್ಸುಕರಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ಹಾಲೆಂಡಿನಿಂದ ತರಿಸಿದ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳ ಬಾಟಲಿಗಳಲ್ಲಿರುವುದನ್ನೆಲ್ಲ ಶಿರಿಯ ಮೂಲಕ ತ್ಯಜಿಸಲಾಯಿತು. ಒಂದೊಂದು ಬಾಟಲಿಗೆ ಹದಿನೆಂಟು ಘಂಟೆಗಳ ಹಿಡಿಯುತ್ತಿದ್ದಿತು.

ಹದಿನೇಳು ಬಾರಿ ವಿಕಿರಣತೆಯ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೊಳಪಟ್ಟ ಮೇಲೆ, ಎಪ್ಪತ್ತಾಲ್ಕು ವರ್ಷ

ವಯಸ್ಸಿನ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಅದು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಆಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಡಾ|| ದಿನ್‌ಷಾ ಅವರಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದೆ. 'ನೀವು ಮತ್ತೆ ಹಂಪಿ-ಡಂಪಿಯರನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಮಾಡಿ' ಎಂದು ನಾನು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಂಡೆ.

ಮರುದಿನ ಅವರ ಸಹಾಯಕಿ ವಿಕಿರಣತೆಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಕೊಡಲು ಆಸಕ್ತರಾಗಿದ್ದಾಗ, 'ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಯೋಣ, ಸೋಮವಾರದವರೆಗೂ ನೋಡೋಣ' ಎಂದು ಡಾ|| ದಿನ್‌ಷಾ ಆಕೆಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಅದು ಮಂಗಳವಾರ, ಬುಧವಾರ, ಗುರುವಾರಕ್ಕೆ ಹೋಯಿತು. 'ಅವರ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಅದನ್ನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳದು' ಎಂದು ಅವರು ತಮ್ಮ ಸಹಾಯಕಿಗೆ ಪರಿಣಾಮದ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಬಹುಪಾಲು ವೈದ್ಯರು ಸಿದ್ಧ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಅದನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಡಲು ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಅವರ ತರಬೇತಿಯ ಭಾಗ. ಸಂವೇದನಾಶೀಲತೆಯಿಂದ ನನ್ನ ಕೇಸ್‌ನಲ್ಲಾದರೋ ಅವರು ವಿಕಿರಣತೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ ವಾರದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದರು.

ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬದುಕುವೆನ್ನೆಂದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ವನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಎರಡು-ಮೂರು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಮುಗಿಸಬೇಕಾಗುವಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಅಗತ್ಯವೆಂದು ನಾನು ಈ ಮೊದಲು ಡಾ|| ದಿನ್‌ಷಾ ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದ್ದೆ.

ಈ ಬಾರಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಉಲ್ಟಾಸಿದ ನಂತರ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಡದ ಎರಡು ಪುಸ್ತಕಗಳಿದ್ದವು. ಒಂದು 'ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯ ಸೃಷ್ಟಿ', 1980 ರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚಾದ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ನಾನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. 1990 ರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಟಾಟಾರವರು ಉದಾರೀಕರಣದ ಆಹ್ವಾನವನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸಿದರು ಎಂಬ ಬೇರೊಂದು ಪರಿಚ್ಛೇದವನ್ನು ನಾನು ಸೇರಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ಮತ್ತೊಂದು ಪುಸ್ತಕ, ಆಧುನಿಕ ಕೈಗಾರಿಕೆಯ ಭಾರತದ ನಿರ್ಮಾಪಕರಾದ 'ಚಿಮ್‌ಶೇಹಜಿ ಟಾಟಾರವರ ಜೀವನ' ಅದನ್ನು ಬರೆಯಬೇಕೆಂದು ನಾನು ಇಪ್ಪತ್ತು ವರುಷಗಳಿಂದ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ.

ಯಾವುದೋ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ನೀವು ನಿಯಮಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬ ಬಲವಾದ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ನಮ್ಮವಾಗಿ ನೀವು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹೊಂದಿರುತ್ತೀರಿ. ಈ ಜೀವನ ಚರಿತ್ರೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಅಂತಹದೇ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೆ. ನಾನು ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾದಾಗ ಈ ಪುಸ್ತಕ ಸರಿಯಾಗಿ ಅರ್ಧ ಮುಗಿದಿದ್ದಿತು. ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮುಗಿಸಬೇಕೆಂಬ ಬಲವಾದ ಆಸಕ್ತಿ ಈ ಕಷ್ಟದ ದಿನಗಳನ್ನು ದಾಟಿಸಿ ನನಗೆ ಒಂದು ಉದ್ದೇಶ ಮತ್ತು ಗುರಿಯನ್ನು ತಂದುಕೊಟ್ಟವು.

2003 ರ ಮೇ 22 ರಂದು ನಾನು ಆಸ್ವತ್ತೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದೆ. 'ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯ ಸೃಷ್ಟಿ' ಎಂಬುದರ ಮೇಲಿನ ಕೆಲಸವನ್ನು ಜುಲೈಯಲ್ಲಿ ಮುಗಿಸಿದೆ. ಅನಂತರ ನಾನು ನನ್ನ ಮುಖ್ಯ ಕೆಲಸವಾದ, ಈಗ ಹೆಸರಿಸಲಾದ 'ಭಾರತದ ಪ್ರೀತಿಗಾಗಿ' ಎಂಬ ಚಿಮ್‌ಶೇಹಜಿ ಟಾಟಾರವರ ಜೀವನದ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡೆ.

ದೇವರು, ನೀನು ಏನನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದರೆ, ನೀನು ಅದನ್ನು ಮಾಡುವ ವೇಗ ನಿಜಕ್ಕೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ. ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಮುಗಿಸಲು ಆರು ತಿಂಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಮೂರೂವರೆ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಪೂರ್ಣಗೊಂಡಿತು. ನಾನು ನಿಗದಿತ ಕಾಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಂದಿದ್ದೆ. ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಲು ಮತ್ತು ಹಿನ್ನುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಲು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಂಡೆ. ನಿಗದಿತ ಕಾಲ ಮಿತಿಗಿಂತಲೂ ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳು ಮೊದಲೇ ಡಿಸೆಂಬರ್ 15 ರಂದು ಹಸ್ತಪ್ರತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಾಶಕರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡಲಾಯಿತು. ಅದು ನಾನು ಮಾಡಿದುದಲ್ಲ; ಮೇಲಿನ ಶಕ್ತಿ ನನ್ನ ಲೇಖನಿಯಿಂದ ಬರೆಸಿದೆಯೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿದೆ.

ಮರುವರುಷ 2004, ಭಾರತಕ್ಕೆ ಉಕ್ಕು ಜಲ ವಿದ್ಯುತ್ ಶಕ್ತಿ ಅರ್ಧ ಶತಮಾನಗಳಷ್ಟು ಕಾಲ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪ್ರತಿಭೆಗಳ ಕಾರಂಜಿಯ ಶಿರೋಭಾಗವಾಗಿದ್ದ ಮುಂಚೂಣಿ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ ಜೆಮ್‌ಶೆಟ್‌ಜಿ ಟಾಟಾರವರ ನಿಧನದ ಶತಮಾನೋತ್ಸವವಾಗಿದ್ದಿತು. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲಾಗಿ, ಅವರು ಮಾಡಿದ್ದು, ಆಗ ನಿಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮತ್ತು ಕೆಳಕ್ಕೆ ತುಳಿಯಲ್ಪಟ್ಟ ಭಾರತಕ್ಕೆ ತನ್ನಲ್ಲಿ ನಂಬುಗೆಯನ್ನು ದೊರಕಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದು. ಅವರು ಭಾರತಕ್ಕೆ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿಯೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಒಂದು ಹೋಟೆಲ್-ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ತಾಜ್ ಪ್ಯಾಲೇಸ್ ಹೋಟೆಲ್‌ನ್ನು ಕೂಡಾ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದು. ಅದು ನೂರು ವರುಷಗಳ ನಂತರ ಭಾರತದ ಹೆಬ್ಬಾಗಿಲ ಬಳಿ ಅಮೂಲ್ಯ ಆಭರಣದಂತೆ ಇಂದಿಗೂ ಇದೆ.

ಈ ಮೊದಲು ಟಾಟಾ ಉಕ್ಕಿನ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣಾ ನಿರ್ದೇಶಕರಾಗಿದ್ದು ಡಾ|| ಜಮ್‌ಶೆಟ್ ಇರಾಣಿ, ಕಂಪನಿಯನ್ನು ಲಾಭದಾಯಕವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿದರು. ಅವರು ಟಾಟಾ ಮಠಂ ಹೊಂದಿದ ಶತಮಾನೋತ್ಸವದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸ್ಮಾರಕ ಭಾಷಣ ನೀಡುವಂತೆ ಮತ್ತು ಪುಸ್ತಕ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವಂತೆ ಭಾರತದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾದ ಡಾ|| ಎ. ಪಿ.ಜೆ. ಅಬ್ದುಲ್ ಕಲಾಂ ಅವರನ್ನು ಬಿನ್ನವಿಸಿಕೊಂಡರು. ಅವರು ಅಧ್ಯಕ್ಷರಿಗೆ 'ಅದು ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ನಾವು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ, ಇಲ್ಲವೆ ದಿಲ್ಲಿಯಲ್ಲಿ...ತಮ್ಮ ಅನುಕೂಲಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಸರ್' ಎಂದರು.

ಅಧ್ಯಕ್ಷರು ಸ್ವಲ್ಪ ತಡೆದು ಹೇಳಿದರು: 'ಬೆಂಗಳೂರು ಏಕೆ ಬೇಡ? ಭಾರತೀಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ.'

ಹಾಗಾಗಿ, 2004 ರ ಜುಲೈ 23 ರಂದು ಆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸಕಲ ಗೌರವಗಳೊಂದಿಗೆ ಭಾರತೀಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಜೆ.ಎನ್.ಟಾಟಾ ಸಭಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಜರುಗಿತು. ಅಧ್ಯಕ್ಷರು ಭಾರತಕ್ಕೆ ಜೆಮ್‌ಶೆಟ್‌ಜಿ ಟಾಟಾರವರ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಶ್ಲಾಘಿಸಿದರು. ಟಾಟಾ ಹೌಸ್‌ನವರನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಕೈಗಾರಿಕೆಗಳವರು ಸೌರ ಮತ್ತು ಅಣುಶಕ್ತಿ ತಾಂತ್ರಿಕತೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಎಟುಕುವ ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಲವಣಾಂಶವನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಭಾರತ ಮೂರು ಕಡೆ ನೀರಿನಿಂದ ಆವೃತವಾಗಿದೆ. ಆದರೂ ನಾವು

ನೀರಿನ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನಾನೇಕೆ ಬರೆದೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಪುಸ್ತಕದ ಮೇಲೆ ಚಿಕ್ಕ ಭಾಷಣ ಮಾಡಿ, ನಾನು ಅಧ್ಯಕ್ಷರಿಗೆ ಅದರ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲು ನೀಡಿದೆ. ಅವರು ಅದನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, 'ನಾನು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಬೇಕಾಗಿದೆ ನಿಮಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಗಿದೆಯೆಂದು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ನೀವು ಇಷ್ಟೊಂದು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರುವುದು ಹೇಗೆ, ಎಂದರು.

'ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಪುಸ್ತಕ ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ, ಸರ್, ನಾನು ಅದನ್ನು ನಿಮಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ನಾನು ನಮ್ರನಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿದೆ.

ಅಧ್ಯಕ್ಷಾಚಾರ್ಯ, ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ತರುವಾಯ ಕರ್ನಾಟಕದ ರಾಜ್ಯಪಾಲ, ಬಹುಶ್ಚುತ ವ್ಯಕ್ತಿ ಶ್ರೀ ಟಿ. ಎನ್. ಚತುರ್ವೇದಿಯವರ ಎ.ಡಿ.ಸಿ. ನನ್ನ ಬಳಿ ನನ್ನ ಹಸ್ತಾಕ್ಷರಕ್ಕಾಗಿ ಪುಸ್ತಕಗಳ ಒಂದು ಚೀಲವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬಂದರು. ಅದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಐದು ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳಿದ್ದವು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕರಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯಪಾಲರ ಹೆಸರಿದ್ದಿತು. ಐದನೆಯದರಲ್ಲಿ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅದು 'ಜೀವಕೋಶಗಳ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ' ಯಾಗಿದ್ದಿತು.

ಅಧ್ಯಕ್ಷರಿಗೆ ಕೊಡಲು ಅದನ್ನು ಎರವಲು ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ನಾನು ರಾಜ್ಯಪಾಲರನ್ನು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಅವರು ಅದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತ ಹೇಳಿದರು, 'ನಾನು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಕಾರಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದ್ದೆ.'

2004 ರ ಆಗಸ್ಟ್ 6ರಂದು ಅಧ್ಯಕ್ಷರಿಂದ ಒಂದು ಪತ್ರ ಬಂದಿತು 'ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕ, ಜೀವಕೋಶಗಳ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದು ನನಗೆ ತುಂಬ ಚೇತೋಹಾರಿ.'



## ಅನುಬಂಧ

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯವನ್ನಪೇಕ್ಷಿಸುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಇಲ್ಲವೆ ಅವರ ಕುಟುಂಬದವರು ಕೆಳಗಿನವರಿಗೆ ಬರೆಯಬಹುದು ಇಲ್ಲವೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು.

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್  
ಕಿಂಗ್‌ಡಮ್ V ಸ್ಮಾರಕ  
ಡಾ. ಇ ಮೋಸಸ್ ರಸ್ತೆ  
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ  
ಮುಂಬಯಿ - 400 011

ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಸಂಬಂಧಿಕರ ವನ್ಯಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವ  
ಗುಂಪು

ವಿ-ಕೇರ್ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ  
132, ಮೇಕರ್ ಟವರ್ 'ಎ'  
ಕಫ್ ಪರೇಡ್,  
ಮುಂಬಯಿ - 400 005

### ಅಥವಾ

ವಿ ಕೇರ್ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ  
ಕೋಣೆ ಸಂಖ್ಯೆ 183, ಗೋಲ್ಡನ್ ಜುಬಿಲಿ ಬ್ಲಾಕ್  
ತಾತಾ ಮೆಮೋರಿಯಲ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆ  
ಪರೇಲ,  
ಮುಂಬಯಿ - 400 012

