



ನೌರವಾಹಿನಿ...  
**RAMRAJ**  
ಕಾಟನ್  
ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ

ಸಂಚಿಕೆ 7 • ಸಂಪುಟ 4 • ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2024 • ಬೆಲೆ ರೂ. 18/-

# ಜಿಲ್ಲಾ

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಿಕ

ಕನ್ನಡ ಮಾಸಿಕ



**ಆಟಗಲು**  
**ವಿಶೇಷಾಂಕ**



India's Most Trusted  
Dhoti Brand



# LITTLE STARS®

KIDS DHOTIS • SHIRTS



SCAN QR CODE FOR  
STORE LOCATION



ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆಟಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿ  
ಆ ಉದಾಹರಣೆಗಳ ಮೂಲಕ ಜೀವನ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿ  
ಯಶಸ್ವೀ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ಅವರು ಬೆಳೆಯಲು ದಾರಿ ತೋರಿಸುವ

# ಆಟಗಳು ವಿಶೇಷಾಂಕ

ಎನ್ನುವ ಈ ಸುಮಧುರ  
ಸಂಜಿಕೆಯನ್ನು ನಿಮಗೆ ನೀಡಲು  
ನಾವು ಹೆಮ್ಮೆ ಪಡುತ್ತೇವೆ.

# ಗೌರವಾನ್ವಿತರಿಗೆ...

## ನಮಸ್ಕಾರ.

‘ಆಟ ಎನ್ನುವುದು ಶರೀರವನ್ನೂ ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಬಲ ಪಡಿಸಲು ಇರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಯುಧ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಜ್ಞರು. ತಲ್ಲೀನತೆಯಿಂದ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಆಟ ಎಂಬುದು ಒಂದು ಬಗೆಯ ಧ್ಯಾನದಂತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಬದುಕಿನ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಆಟವನ್ನು ಆಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂಧಿಸುವ ಮೇಲುಕೀಳು ಎನ್ನುವ ಚಿಂತನೆಯ ಓಟವನ್ನು ಕ್ರೀಡೆ ಎನ್ನುವ ಧ್ಯಾನ ಸಮಸ್ಥಿತಿ ಹೊಂದುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕ್ರೀಡೆಗಳು ನೀಡುವ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಬೇರಾವುದೂ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಯಶಸ್ಸು-ಸೋಲುಗಳನ್ನು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದ ಅಂಗವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಆ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವವರ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಓಟದ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತಿನ ವಿದ್ಯುತ್ ವೇಗದ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಹುಸೇನ್ ಬೋಲ್ಟ್ ‘ಇಲ್ಲಿ ನನಗಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳು ಇದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಪಂದ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮುಗಿಸುವ ಕೈಬಿಡಲಾಗದ ಸ್ಪರ್ಧಿ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾನು ಪಂದ್ಯದ ಆರಂಭದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಿಂತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತ್ಯವ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಹೆಚ್ಚು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಕರೀಬಿಯನ್ ದ್ವೀಪಗಳಲ್ಲಿರುವ ಜಮೈಕಾ ಎನ್ನುವ ದೇಶದ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ನಗರದಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿ ಜಗತ್ತಿನ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ತುಂಬಿರುವ ಆಟಗಾರನಾಗಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿದವರು ಹುಸೇನ್ ಬೋಲ್ಟ್. ತಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ತಾವೇ ಮುರಿಯಲು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಓಡುತ್ತಲೇ ಇರುವ ಆಟಗಾರ ಈತ. ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ 100 ಮೀಟರ್ ಪಂದ್ಯವನ್ನು 9.58 ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಓಡಿ ಮುಗಿಸಿದ ಇವರ

ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ಮುರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯದು.

ಅವರ ಸಾಧನೆಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹುಸೇನ್ ಬೋಲ್ಟ್ ಅವರ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವೇ ನನ್ನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಆಕರ್ಷಿಸಿರುವುದು. ‘ಆಟವಾಡುವಾಗ ಗಾಯವಾಗಬಹುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಎಲ್ಲಾ ಪಂದ್ಯಗಳನ್ನೂ ನನ್ನಿಂದ ಜಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನೂ, ಸೋಲು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದು ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ, ಸೋಲಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ನಾನು ಕಠಿಣವಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಎಂತಹ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಗಳಿಸಿದರೂ ಮತ್ತೆ ಸೋಲಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನೂ ನಾನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ’ ಎನ್ನುವ ಅವರ ಮಾತು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದುದು. ಇದು ಒಬ್ಬ ಕ್ರೀಡಾಪಟುವಿಗೆ ಕ್ರೀಡೆ ಎನ್ನುವುದು ನೀಡುವ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆ. ಪಂದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಜೀವನದಲ್ಲೂ ಇದೇ ರೀತಿ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಯಶಸ್ಸಿನ ರುಚಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಏಕೆ ಆಟವಾಡಬೇಕು ಎಂದರೆ, ಅದು ‘ನಾನು’ ಎನ್ನುವ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಮೊದಲು ದೂರ ಮಾಡಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ‘ನಾವು’ ಎನ್ನುವ ಸಾಮೂಹಿಕ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ.

ವಿಶ್ವದ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳ ಕನಸು ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಒಂದೇ ಒಂದು ಪದಕವನ್ನಾದರೂ ಪಡೆದುಕೊಂಡರೆ ಅದು ಐತಿಹಾಸಿಕ ದಾಖಲೆಯಾಗಿ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯು ‘Faster, Higher, Stronger, Together’ ಎನ್ನುವ ಸಾಲುಗಳು ಕ್ರೀಡೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಏನು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಈ ಪದಗಳು ದೃಢವಾಗಿ ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ. ‘ವೇಗವಾಗಿ, ಉನ್ನತವಾಗಿ, ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಭಾವನೆಗಳೊಂದಿಗೆ, ನಾವು ಒಟ್ಟುಗೂಡುವುದು ಅವಶ್ಯಕ’ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್ ಪಂದ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ.

‘ಒಂದು ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿರುವ ಬಾವಿಯಲ್ಲಿ ಪಾಚಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಆ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ’ ಎಂದು ಒಂದು ಗಾದೆ ಮಾತಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಈಜಾಡಿ ಮಕ್ಕಳು ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ ಆ ಬಾವಿಯಲ್ಲಿ ಪಾಚಿ ಹೇಗೆ ಕಟ್ಟುತ್ತಿತ್ತು, ಹೇಳಿ!



ಆಟವಾಡದ ತಲೆಮಾರು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಆರೋಪ ಅಲ್ಲ, ನಿರೂಪಿತವಾಗಿರುವ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸತ್ಯ. ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವಾಸ್ತವೇ ಅಲ್ಲ, ವಾಸ್ತವಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನೂ ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಮೂಲಕ ರೂಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಪರಂಪರೆಯ ಗುರುತಾಗಿ ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಗುರುತಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ.

ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಗುವಿಗೆ ಆಹಾರ ತಿನ್ನಿಸುವಾಗ, ಅಮ್ಮಂದಿರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಹಾಡು ಹಾಡುತ್ತಾ, ಕಥೆ ಹೇಳುತ್ತಾ, ಅವರ ಜೊತೆ ಆಟವಾಡುತ್ತಾ ಊಟ ತಿನ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ಇದು ಅಮ್ಮನ ತುತ್ತು, ಇದು ಅಪ್ಪನ ತುತ್ತು, ಇದು ಅಕ್ಕನ ತುತ್ತು, ಇದು ಅಣ್ಣನ ತುತ್ತು ಎಂದೆಲ್ಲ ಹೇಳಿ ಮಗುವಿಗೆ ತಿನ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಮಗುವಿನ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬುತ್ತಿತ್ತು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಅಮ್ಮಂದಿರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೀಗೇ ಊಟ ಮಾಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ರೂಢಿ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಇತರರಿಗೂ ಹಂಚಿ ತಿನ್ನಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಈ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಿತ್ತಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಊಟದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಭಾವವನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿಯೇ ತಾಯಿ ತಿನ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ ಪಾರಂಪರಿಕ ಆಟಗಳ ಮೂಲದಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಇದೇ ರೀತಿಯ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಭಾವ ಮೂಲಬೇರಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ಭಾಷೆಯ, ಎಲ್ಲ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲೂ ಇದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಆದುದರಿಂದ ಆಟವನ್ನು ಕೇವಲ ಆಟವಾಗಿ ಮಾತ್ರವೇ ನೋಡಬಾರದು. 'ಸುಮ್ಮನೆ ಆಟ ಆಡಿಕೊಂಡು ಕಾಲ ಕಳೆದುಬಿಟ್ಟೆ...' ಎಂದು ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಭೂತಕಾಲದ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ನಿರಾಶೆಯಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದುಂಟು. 'ಯಾವುದನ್ನೂ ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ಅಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಇರುವುದ'ನ್ನು ಇದು ಸಂಕೇತಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ನಿಜವಾಗಿ ಆಟವಾಡುವುದು ಎಂಬುದು ತುಂಬ ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಯಾವ ಒಂದು ಆಟಕ್ಕೇ ಆಗಲಿ ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಆಡಿದರೆ ಮಾತ್ರವೇ ಯಶಸ್ಸು ದೊರಕುವುದು.

ಬಹುಪಾಲು ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಆಡುವಂತಹ ಆಟಗಳೇ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ಸಹ ಮನುಷ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಸಹಕಾರ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಬದುಕಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನಾನುಭವವನ್ನೂ, ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನೂ ಮಕ್ಕಳು ಆಟಗಳ ಮೂಲಕವೇ ಕಲಿಯುವುದು.

ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಒಂದು ಆಟ ಆಡುವಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಮೇಲು ಕೀಳು ಎನ್ನುವ ಭಾವ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಕರ್ತವ್ಯ ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ



ಎಲ್ಲರೂ ಪ್ರಮುಖವಾದವರೇ. ಎಲ್ಲರೂ ಸಾಮೂಹಿಕ ಮನೋಭಾವದಿಂದ ಸೇರಿ, ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವಾಗ ಆಟ ಸಂಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳ ಬಾಲ್ಯ ಎಂಬುದು ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಘಟ್ಟ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಷಯ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲೂ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಮಾಡುವುದೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಗಳಿಸುವುದು ಅದರ ನಂತರದ ಹಂತ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಟವಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಹೋರಾಡುವ ಮನೋಭಾವ ಬಂದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಯಶಸ್ಸು, ಸೋಲುಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿ ಆಟವಾಡುವುದು ಅಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ. ಆಗಲೇ ಯಾವುದೇ ಬಗೆಯ ಸವಾಲನ್ನಾದರೂ ನಿರ್ಭಯವಾಗಿ ಎದುರಿಸುವ ಅನುಭವ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ, ಮಕ್ಕಳು ಆಟದ ಮೂಲಕ ಜೀವನಾನುಭವವನ್ನು

ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ 'ಆಟ ಎನ್ನುವುದು ಜೀವನದ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವ ಸ್ಥಳ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ತಜ್ಞರು.

ಮಗು ನಡೆಯುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಆರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲೇ ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ಪರ್ಧಾ ಮನೋಭಾವ ಬಂದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಮಗು ಅಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದರ ಅಳುವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಕೂಡ ನಾವು ಯಾವುದಾದರೂ ಆಟ ತೋರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಟದ ರುಚಿಯನ್ನು ಮಗು ಶೈಶವದಲ್ಲೇ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವ ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳೂ ಆಟದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಉಳ್ಳವರೇ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಪಾಠಗಳನ್ನು ಬಾಯಿಪಾಠ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಕಲಿಯುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಆಟದ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯುವಾಗ ಕಲಿಯುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಆಧುನಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ವಿಧಾನ ನಮಗೆ ನಿರೂಪಿಸಿ ತೋರಿಸಿದೆ.

ಬೇರೆ ಯಾವ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಸೇರಿದವರಿಗೂ ಇಲ್ಲದ ಒಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ, ಆಟವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಧಿಯ ಜೀವನವನ್ನಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡವರಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಕ್ರೀಡೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದವರನ್ನು 'ವೀರ', 'ವೀರಾಂಗನೆ' ಎಂಬ ಬಿರುದುಗಳಿಂದ ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ಮಕ್ಕಳನ್ನೂ ಮೀರಿ, ಹಿರಿಯರಿಗೂ ಕೂಡ ಆಟವಾಡುವುದು ಎನ್ನುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿದೆ.

ಆಟದ ಮೂಲಕ ಜೀವನ ಪಾಠವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡು, ಸ್ವತಂತ್ರ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸೋಣ.

ಗುರು ಕೃಪೆ  
ಬಾಳ್ಗೆ ಭೂಮಂಡಲ - ಬಾಳ್ಗೆ  
ಸಮೃದ್ಧಿಯೊಂದಿಗೆ

**ಕೆ.ಆರ್. ನಾಗರಾಜನ್**

ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು - ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಕಾಟನ್



The Culturepreneur

**ಟೆನ್ನಿಸ್**ನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿರುವ ತುಂಬಾ ಜನರು ತಮ್ಮ ಆದರ್ಶ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಅಭಿಮಾನದಿಂದ ಭಾವಿಸುವುದು ರಫೇಲ್ ನಡಾಲ್ ಎನ್ನುವ ಆಟಗಾರನನ್ನು! ಆತ ಟೆನ್ನಿಸ್‌ನ ಎಲ್ಲಾ ತಂತ್ರಗಳನ್ನೂ ಬಲ್ಲ ತಜ್ಞನಲ್ಲ. ಇತರ ಆಟಗಾರರಿಗಿಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಆಟಗಾರ ಎಂದೂ ಹೇಳಲಾಗದು. ಆದರೆ, ಆತ ಮೈದಾನಕ್ಕಿಳಿದು ಆಡಲು ತೊಡಗಿದರೆ ನೋಡುವ ಎಲ್ಲರೂ ಆನಂದ ಪರವಶರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕಾರಣ, ಆತನ ವೇಗ!

ತನ್ನ ಭವಿಷ್ಯತ್ ಜೀವನ ಈ ಒಂದು ಪಂದ್ಯದಲ್ಲೇ ಅಡಗಿರುವುದು ಎಂಬಂತೆ ಆತ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆಟವನ್ನೂ ತಲ್ಲೀನನಾಗಿ ಆಡುತ್ತಾನೆ. ಕಾಲಿಗೆ ಚಕ್ರ ಕಟ್ಟಿರುವುದೊಂದೇ ಕೊರತೆ ಎಂಬಂತೆ ಆತ ಮೈದಾನವಿಡೀ ಓಡಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಈತ ಹಿಂದೆ ನಿಂತಿದ್ದಾನೆ ಎಂದರೆ, ಎದುರಾಳಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಚೆಂಡಿಗೆ ಹೊಡೆದು ಅದು ಕೋರ್ಟ್‌ನ ಮುಂದೆಯೇ ಬೀಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ಆದರೆ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಿ ಬಂದು ಆ ಚೆಂಡನ್ನು ಹೊಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. 'ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಅವರು ಆ ಚೆಂಡನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬಿಡುತ್ತಾರಷ್ಟೆ. ಆದರೆ, ನಡಾಲ್ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಿ ಬಂದು ಆ ಚೆಂಡನ್ನು ಹೊಡೆದು ಎದುರಾಳಿಯೇ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ತನ್ನ ಮಾನಸಿಕ ದೃಢತೆಯಿಂದ ಎದುರಾಳಿಯನ್ನು ಗಲಿಬಿಲಿಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದ.

ಇಷ್ಟೊಂದು ಆಕ್ರೋಶವಾಗಿ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡಿದರೂ ಕೂಡ ಎಂದೂ ಅವರು ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿಯ ಬಳಿ ಕೋಪಿಸಿಕೊಂಡು ಮಾತನಾಡಿದ್ದೇ ಇಲ್ಲ. ಸೋತು

ಹೋದರೂ ಸರಿಯೇ, ನಿರಾಶೆಯಿಂದ ತನ್ನ ಟೆನ್ನಿಸ್ ರಾಕೆಟ್‌ನ್ನು ಎತ್ತಿ ಬೀಸಿದ್ದೇ ಇಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿಯುವುದೇ ತನ್ನ ಮಹಾಭಾಗ್ಯ ಎಂಬಂತೆ ಅದಕ್ಕೆ ಗೌರವ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಸುವ ಆಟಗಾರರನ್ನು ಕೂಡ ಯಾವಾಗಲೂ ಗೌರವದಿಂದ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಲವು ಸಲ ತನ್ನನ್ನು ಗೆದ್ದ ರೋಜರ್ ಫೆಡರರ್ ತಮ್ಮ ಕ್ರೀಡಾ ಜೀವನದಿಂದ ನಿವೃತ್ತಿ ಹೊಂದಿದಾಗ, ನಡಾಲ್ ಕಣ್ಣೀರು ಸುರಿಸಿ ಅತ್ತುಬಿಟ್ಟರು. ಹೀಗೆ ಆಟದ ಮೂಲಕ ಅವರು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವ ಸದ್ಗುಣಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿವೆ.

ಮಗುವಾಗಿದ್ದಾಗ ನಾವು ತುಂಬಾ ನಗುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಇದ್ದ ಆ ನಗು ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಮಗುವಾಗಿದ್ದಾಗ ತುಂಬಾ ಹೊತ್ತು ಆಟವಾಡುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಬಂದಂತೆ ಬದುಕಿನ ಹೊರಗಳ ನಡುವೆ ನಮ್ಮ ಆಟದ ಸಮಯ ಎಲ್ಲೋ ಕಳೆದು ಹೋಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಕೆಲಸವೂ, ಕುಟುಂಬದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳೂ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ನಮ್ಮ ದಿನದ ಬಹುಪಾಲು ಸಮಯವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಹೀಗಾಗಿ ತುಂಬಾ ಜನರಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಕೂಡ ಸಮಯ ದೊರಕುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯ ದೊರೆತರೂ ಟಿವಿ ಪರದೆಯೂ, ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್ ಪರದೆಯೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೆಳೆದುಕೊಂಡು ಬಿಡುತ್ತವೆ.

ಮಕ್ಕಳ ಸಹಜ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಆಟವಾಡುವುದು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ, ಅದೇ ರೀತಿ ದೊಡ್ಡವರಿಗೂ ಆಟ

# ಆಟವಾಡುವುದರಿಂದ ದೊರಕುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು!



ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯ. ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡ, ಕೌಟುಂಬಿಕ ಹೊರಗಲು, ಸಾಲದ ಬಾಧೆ... ಇತ್ಯಾದಿಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಮರೆತು ಕೊಂಚ ಸಮಯವಾದರೂ ಆಟದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದು ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಓಡಿ ಆಡುವ ಆಟವಾಗಿರಬಹುದು, ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ ಜೊತೆಗೂಡಿ ತೋಟದಲ್ಲೋ ಟೆರೇಸ್‌ನಲ್ಲೋ ಆಡುವ ಆಟವಾಗಿದ್ದರೂ ಸರಿಯೇ. ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಜಾಲಿಯಾಗಿ ಆಡಿದರೂ ಓಕೆ. ನಿಮ್ಮ ಮುದ್ದಿನ ಪ್ರಾಣಿಗಳೊಂದಿಗೂ ಆಡಬಹುದು. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಆಡುವ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ದೇಹದಿಂದ ಬೆವರು ಹೊರಗೆ ಬರಬೇಕು ಅಷ್ಟೇ.

ಯಾವುದೇ ಆಟವಾಗಿದ್ದರೂ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

**ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ :**

ಸಂತೋಷದಿಂದ ಆಟವಾಡುವಾಗ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಎಂಡೋರ್ಫಿನ್ ಎನ್ನುವ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಸ್ರವಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ಒಂದು ರಾಸಾಯನಿಕ ದ್ರವ್ಯ. ಈ ಎಂಡೋರ್ಫಿನ್ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸ್ರವಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕುಟುಂಬದವರು, ಗೆಳೆಯರು ಹೀಗೆ ನಮಗೆ ಆತ್ಮೀಯರಾದವರ ಜೊತೆ ಸೇರಿ ಆಟವಾಡುವಾಗ ದೊರಕುವ ಸಾಮೂಹಿಕ ಭಾವವು, ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನೂ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ನೋವು ಇದ್ದರೂ, ಆ ನೋವಿನ ಭಾವವನ್ನು ಎಂಡೋರ್ಫಿನ್ ಮರೆಸುತ್ತದೆ.

**ಮೆದುಳಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ :** ಚೆನ್ನೆ ಆಡುವುದು, ಒಗಟುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ ಆಡುವುದು, ಪದಬಂಧ, ಸೊಡೊಕೊ ಇತ್ಯಾದಿ ಮೆದುಳಿಗೆ ಕೆಲಸ ನೀಡುವಂತಹ ಆಟಗಳು ಮರೆವಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಏರ್ಪಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತವೆ. ಮೆದುಳಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಇವು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.

**ಕಲಿಕಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ :** ಮಕ್ಕಳು ಆಟವಾಡುವಾಗ ಹಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹೊಸದಾಗಿ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಿರಿಯರಿಗೂ ಈ ನಿಯಮ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಆಟವಾಡಿ ಮುಗಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಉತ್ಸಾಹ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮನೆ ಮಾಡಿರುವಾಗ, ನಿಮ್ಮಿಂದ ಹೊಸ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಠಿಣವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮುಗಿಸುವ ದಾರಿಯೂ ನಿಮಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಆಟಗಳು ನಮ್ಮ ಕಲ್ಪನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತವೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಾಣುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

**ಸಾಮಾಜಿಕ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ :** ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಬೆರೆತು ನಗುತ್ತಾ ಆಟವಾಡಿ ಸಂತೋಷ ಪಡುವಾಗ ಸಾಮೂಹಿಕ ಬಾಂಧವ್ಯ ಹೆಚ್ಚು ಗಟ್ಟಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಟ ಎನ್ನುವುದು ನಿಮ್ಮ ಮನರಂಜನೆಯೋ, ಕೇವಲ ಆಟವೋ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಆಗಿನ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿತ್ತಿಯೂ ಇದರಿಂದ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇತರರ ಮೇಲೆ



ಕರುಣೆ, ನಂಬಿಕೆ, ಆತ್ಮೀಯತೆ, ಅಕ್ಕರೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಆಗ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಆಟ ಎನ್ನುವುದು ಒಬ್ಬರ ಜೀವನದ ಅಮಿಷಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿ ಹೋದರೆ, ಅವರು ಎಂತಹ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟನ್ನೇ ಆಗಲಿ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹೊಸ ಮನುಷ್ಯರ ಜೊತೆ ಕೂಡ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಉದ್ಯಮ ಯಾವುದೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಸರಿ.

**ಯೌವನವನ್ನೂ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ ನೀಡುತ್ತದೆ :**

‘ನಾವು ಆಟವಾಡುವುದು’ ಎನ್ನುವ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಟ್ಟಿರುವುದು ವಯಸ್ಸಾದುದರಿಂದ ಅಲ್ಲ, ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರಿಂದಲೇ ನಮಗೆ ವಯಸ್ಸಾಗಿ ಹೋಯಿತು’ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಬರ್ನಾರ್ಡ್ ಷಾ. ಆಟ ನಮ್ಮ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯ

ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಯಾವುದನ್ನೇ ಆಗಲಿ ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವಂತೆ ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ. ರೋಗಗಳನ್ನೂ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನೂ ದೂರ ಮಾಡಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಯುವಕರನ್ನಾಗಿಯೇ ಇಡುತ್ತದೆ.

**ಬಾಂಧವ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡುವ ಬಿರುಕುಗಳನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ:** ಬಂಧುಗಳು, ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು, ಅಕ್ಕಪಕ್ಕದಲ್ಲಿರುವವರು ಎಂದು ಹಲವರೊಂದಿಗೆ ನಮಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಇರಬಹುದು. ಜೊತೆಗೂಡಿ ಗುಂಪಾಗಿ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಪರಸ್ಪರ ಏರ್ಪಡುವ ನಂಬಿಕೆ ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷತಾ ಭಾವಗಳು ಆ ಬಿರುಕುಗಳನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತವೆ. ಆಟವಾಡುವಾಗ ಏರ್ಪಡುವ ಉಲ್ಲಾಸಪೂರ್ಣ ಮಾತುಕತೆಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ನೆರವಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿ, ಮಾನಸಿಕ ಗಾಯಗಳಿಗೆ ಆಟ ಒಂದು ಔಷಧವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ.

**ಸದ್ಗುಣಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ :** ಇತರರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಪರೋಪಕಾರ ಗುಣ, ಇತರರಿಂದ ಅಗತ್ಯ ಸಹಾಯ ಪಡೆದು-ಕೊಂಡು ಜೀವಿಸುವ ಸಾಮೂಹಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವ ರೀತಿಯನ್ನು ಆಟ ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು, ಸಹ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಗೌರವದಿಂದ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುವುದು, ಇತರರ ಗೆಲುವಿಗಾಗಿ ನಾವೂ ದುಡಿಯುವುದು, ಅಡೆತಡೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿ ಎಲ್ಲರ ಜೊತೆಯಲ್ಲೂ ಆಪ್ತವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು... ಹೀಗೆ ಹಲವು ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ಆಟ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಬಿತ್ತುತ್ತದೆ.

‘ಇದುವರೆಗೂ ಇದ್ದುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ನೀವು ಇನ್ನೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಬದಲಾಗಬೇಕು ಎಂದರೆ, ಇದುವರೆಗೂ ಮಾಡಿದುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು’ ಎಂದು ಒಂದು ನಾಣ್ಯಡಿಯಿದೆ. ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಬದಲಾಗಲು ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

## ನಿಮ್ಮ ಸಮಯ ಬರುತ್ತದೆ!

ಬ್ರೆಜಿಲ್ ದೇಶದ ಹೆಸರಾಂತ ಆಟಗಾರ ರಿವಾಲ್ವೋ. ತನ್ನ ನಾಲ್ಕನೇ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಆತ ಕಾಲ್ಟೆಂಡಾಟ ಆಡುತ್ತಿದ್ದ. ತನ್ನೂರಿನ ಒಂದು ಕ್ಲಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೇರಿ ಅಲ್ಲಿ, ಏಳನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಕಾಲ್ಟೆಂಡಾಟದ ತರಬೇತಿಯನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ. ಆ ಕ್ಲಬ್ ಹಲವಾರು ತಂಡಗಳ ಜೊತೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಸಿ ಹಲವು ಪಂದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡಿದರೂ, ಯಾವ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲೂ ರಿವಾಲ್ವೋನನ್ನು ಆಡಲು ಅನುಮತಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಕಾರಣ, ಆ ಕ್ಲಬ್‌ನ ನಿರ್ವಾಹಕನಿಗೂ ರಿವಾಲ್ವೋನ ಅಪ್ಪನಿಗೂ ಆ ಹಿಂದೆಯೇ ಯಾವುದೋ ವೈಮನಸ್ಯ ಏರ್ಪಟ್ಟಿತ್ತು. ಅದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಬಾಲಕ ರಿವಾಲ್ವೋನ ಮೇಲೆ ಹಗಲಿಂದು ದ್ವೇಷ ಸಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಮಾಲೀಕ.

ಆದರೆ, ಆ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಕಾಲ್ಟೆಂಡಾಟದ ತರಬೇತುದಾರನಿಗೆ ರಿವಾಲ್ವೋನ ಮೇಲೆ ಅಪರಿಮಿತ ವಿಶ್ವಾಸವಿತ್ತು. 'ನೀನು ಬೇರಾವುದನ್ನೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳದೆ ಕೇವಲ ನಿನ್ನ ತರಬೇತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತ್ರ ಗಮನ ನೀಡು. ಖಂಡಿತಾ ಎಂದಾದರೂ ಒಂದು ದಿನ ಅವಕಾಶ ತಾನಾಗಿಯೇ ಬರುತ್ತದೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾದಿರು' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ತರಬೇತಿದಾರ. ರಿವಾಲ್ವೋ ಕೂಡ ಕಠಿಣ ಶ್ರಮ ವಹಿಸಿ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡು, ತನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ಹೀಗೇ ಸರಿಸುಮಾರು ಐದು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಆತ ನಿರಂತರ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡ. ಈ ನಡುವಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲೂ ಆತನಿಗೆ ಆಡುವ

ಅವಕಾಶವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಲೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೂ ರಿವಾಲ್ವೋನನ್ನು ತರಬೇತುದಾರ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಲೇ ಇದ್ದ.

ಒಂದು ಸಲ ಪಕ್ಕದೂರಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಂದ್ಯವನ್ನು ಏರ್ಪಾಡು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಆ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಅತಿಥಿಯಾಗಿ ಒಬ್ಬ ಹೆಸರಾಂತ ಕಾಲ್ಟೆಂಡು ಆಟಗಾರ ಬರುವುದಾಗಿ ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ರಿವಾಲ್ವೋ ತರಬೇತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ಕ್ಲಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಂದು, ಆ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಆಡಲು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದ ಆಟಗಾರರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಸಹಾಯಕ ಯಾವುದೋ ಕಾರಣದಿಂದ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ರಿವಾಲ್ವೋನನ್ನು ನೇಮಿಸಿದ ತರಬೇತುದಾರ. ಆ ತರಬೇತುದಾರನಿಗೆ ಹೇಗಾದರೂ ರಿವಾಲ್ವೋಗೆ ಅವಕಾಶ ದೊರಕಬಹುದು ಎಂಬ ಯೋಚನೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಅವನನ್ನು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡ. ಸಹ ಆಟಗಾರರು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ರಿವಾಲ್ವೋನನ್ನು ಕಿಚಾಯಿಸಿ ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಿದರು.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಸಲ ಒಂದು ಪಂದ್ಯವನ್ನೂ, ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ್ದ ಜನರನ್ನೂ ನೋಡಿದ ರಿವಾಲ್ವೋ ಆನಂದ ಪರವಶನಾಗಿದ್ದ. ತನ್ನ ತಂಡದ ಆಟಗಾರರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಆತ ಪೂರೈಸುತ್ತಿದ್ದ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ತಂಡದ ಒಬ್ಬ ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಇವರ ತಂಡದ ತರಬೇತುದಾರನನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಲು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದ. 'ತನ್ನ ತಂಡದಲ್ಲಿದ್ದ ಕೆಲವು ಆಟಗಾರರಿಗೆ ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ಗಾಯವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿರುವುದಾಗಿಯೂ, ತನ್ನ ತಂಡಕ್ಕೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬ ಆಟಗಾರನ ಅಗತ್ಯ ಇರುವುದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ತಂಡದಿಂದ ಯಾರಾದರೂ

## ಆಟಗಾರು ತರುವ ಫಲಗಳು!

ಆದಿಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಮಯವಾಗಲೀ, ಆಟಗಳಾಗಲೀ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಆಹಾರವನ್ನು ಹುಡುಕಾಡುತ್ತಾ ಅಲೆದಾಡುವುದೂ, ಜೀವ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುವುದೂ ಇವೇ ಅವರ ಜೀವನದ ಗುರಿಗಳಾಗಿದ್ದವು. ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಾಡುಗಳು ರಚನೆಯಾದ ಮೇಲೆ, ಆಕ್ರಮಣಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಆತ್ಮರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿಯೂ ಹೋರಾಟಗಳು ನಡೆದವು. ಆ ಯುದ್ಧರಂಗಗಳಿಂದಲೇ ಆಟಗಳು ಮೊದಲು ರೂಪುಗೊಂಡದ್ದು. ಮಲ್ಲಯುದ್ಧ, ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯ, ಕತ್ತಿ ವರಸೆ, ಕುದುರೆ ಸವಾರಿ, ಈಟಿ ಎಸೆತ ಎಲ್ಲವೂ ಹೀಗೆ ರೂಪುಗೊಂಡವುಗಳೇ! ನಂತರ ಅವುಗಳಿಂದ ಭಿನ್ನವಾದ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಆಟಗಳೂ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದವು. ಅವು ನಮ್ಮನ್ನು ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡಿದವು.

ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡರೆ ದೈಹಿಕ ಶಕ್ತಿ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಗಟ್ಟಿತನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ದೊರಕುತ್ತವೆ. ದೇಹಕ್ಕೆ ಉತ್ಸಾಹವೂ, ಖಚಿತ ಸ್ವರೂಪವೂ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಆಯಾಸವೇ ಇಲ್ಲದೆ ದುಡಿಯುವ ಶಕ್ತಿಯೂ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಸ್ವನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ, ಸಾಮೂಹಿಕ ಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ, ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಗೌರವದಿಂದ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಲೂ ಆಟ ನಮಗೆ ಪಾಠ ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇದೆ, ನಮಗೆ ಇತರರು ಯಾವ ಬಗೆಯ ಗೌರವ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಆಟದ ಮೂಲಕ ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ನಿಯಮಗಳು, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಿಚಾರಗಳು, ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶಗಳು, ಗೆಲುವಿನ ಯುಕ್ತಿಗಳು, ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆಟ ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪೂರ್ಣ ಮನುಷ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಆಟಗಳಿಗೆ ಉಂಟು.







ಒಬ್ಬರನ್ನು ನನಗೆ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವೇ?’ ಎಂದೂ ಅವರು ಕೇಳಿಕೊಂಡ. ಕೂಡಲೇ ಇವರ ತರಬೇತುದಾರ ಅದಕ್ಕೆ ಸಮ್ಮತಿಸಿ ರಿವಾಲ್ವೋನನ್ನು ಅವರ ಜೊತೆ ಕಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ‘ನಿನಗಾಗಿ ಎಂದಾದರೂ ಒಂದು ಅವಕಾಶ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದೆಲ್ಲವೇ? ಹೋಗು, ನೀನು ಯಾರು ಎಂದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತೋರಿಸಿ ಕೊಡು...’ ಎಂದು ಧೈರ್ಯ ತುಂಬಿ ಕಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.

ಪಂದ್ಯ ಆರಂಭವಾದ ಕೂಡಲೇ ರಿವಾಲ್ವೋ, ಒಂದು ಚಿರತೆಯ ಹಾಗೆ ಹಾರಿ ಇಡೀ ಮೈದಾನವನ್ನೇ ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡು ಬಿಟ್ಟ. ಇಷ್ಟು ದಿನ ಆತನನ್ನು ನೋಡಿ ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಅವನ ಕ್ಲಬ್‌ನ ಯಾವೊಬ್ಬ ಆಟಗಾರನೂ ಅವನಿಗೆ ಸಮವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅವನೊಬ್ಬನೇ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಮೂರು ಗೋಲ್‌ಗಳನ್ನು ಹಾಕಿದ. ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವನು ಆಡಿದ ತಂಡವು 4-2 ಗೋಲ್‌ಗಳಿಂದ ಜಯ ಗಳಿಸಿತ್ತು. ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಅತಿಥಿಯಾಗಿ ಆಗಮಿಸಿದ್ದ ಬ್ರೆಜಿಲ್ ದೇಶದ ಆ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಇವನನ್ನು ಹತ್ತಿರ ಕರೆದು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಶ್ಲಾಘಿಸಿದ್ದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಅವನನ್ನು ತನ್ನ ಕ್ಲಬ್‌ಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡ. ಮುಂದಿನ ವರ್ಷವೇ ಬ್ರೆಜಿಲ್ ದೇಶದ ಜ್ಯೂನಿಯರ್ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಆತ ಜಾಗ ಗಿಟ್ಟಿಸಿಕೊಂಡ. ಮುಂದೆ ತುಂಬ ಬೇಗ ಬ್ರೆಜಿಲ್ ದೇಶದ ಕಾಲ್ಟ್‌ಂಡು ತಂಡದ ಕ್ರೀಡಾತಾರಿಯಾಗಿ ಮಿಂಚಿದ.

ಜೀವನದಲ್ಲಿನಾವು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವ ಎಲ್ಲವೂ ತುಂಬ ಸುಲಭವಾಗಿ ನಮಗೆ ದಕ್ಕಿಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ತಡೆಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ಯೋಚಿಸಿ ಚಿಂತಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ, ದೃಢವಾಗಿ ವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ, ಶ್ರಮ ವಹಿಸುತ್ತಾ ನಮಗಾದ ಸಮಯ ಬರುವವರೆಗೂ ಕಾಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಅದು ಬರುವಾಗ ಸಾಧಿಸಿ ತೋರಿಸಿದರೆ ಜಗತ್ತೇ ನಮ್ಮ ಕೈವಶವಾಗುತ್ತದೆ.

## ಯಾವುದರಿಂದ ದೊರಕುತ್ತದೆ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನ?

ಒಂದು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ, ಶಾಲಾ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದ ಅಂಗವಾಗಿ ಕ್ರೀಡಾ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳು ನಡೆದವು. ವಿಶೇಷ ಅತಿಥಿಯಾಗಿ ಬಹುವಾನ ವಿತರಣೆ ಮಾಡಲು ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದ ದಿನ ಆಗಮಿಸಿದ ಮುಖ್ಯ ಸೈನಿಕಾಧಿಕಾರಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾತನಾಡಿದರು. ‘ಇಂದು 100 ಮೀಟರ್ ಓಟದ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನ ಗಳಿಸಿದ್ದು ಯಾರು?’ ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ ಎದ್ದು ನಿಂತಳು.

‘ಯಾವ ಕಾರಣದಿಂದ ಇವರಿಗೆ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನ ದೊರಕಿತು?’ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿದ್ದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸೈನ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರು. ‘ಆಕೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತರಬೇತಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದುದರಿಂದ’, ‘ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ವೇಗ ಇತ್ತು’, ‘ಆಕೆ ತುಂಬಾ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಿದುದರಿಂದ’... ಹೀಗೆ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರು ಒಂದೊಂದು ವಿಧವಾಗಿ ಉತ್ತರ ಹೇಳಿದರು. ‘ಇವು ಯಾವುವೂ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರಗಳಲ್ಲ, ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರ ಏನೆಂದು ಗೊತ್ತೇ? ನೀವು ಆಕೆ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನ ಗಳಿಸಲು ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟಿರಿ. “ನಾವು ಎಷ್ಟು ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಿದರೂ, ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೂ ಆಕೆಯನ್ನು ನಮ್ಮಿಂದ ಗೆಲ್ಲಲಾಗದು” ಎನ್ನುವ ಭಾವದಿಂದ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ನೀವಾಗಿಯೇ ನಿಮ್ಮ ಸೋಲನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಬಿಟ್ಟಿರಿ. ಆಕೆ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಿರಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಮ್ಮಿಂದ ಆಕೆಗಿಂತಲೂ ವೇಗವಾಗಿ ಓಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವಾಗಿಯೇ ಸೋಲನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡದ್ದೇ ಆಕೆ ಜಯಿಸಲು ನಿಜವಾದ ಕಾರಣ’ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

‘ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ’ ಎಂದು ಮನಸ್ಸು ಏರ್ಪಡಿಸುವ ತಡೆಯೇ ಹಲವರನ್ನು ಕಟ್ಟಿಹಾಕಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಆ ಮನೋತಡೆಯನ್ನು ದಾಟಿ ಹೊರಬನ್ನಿ





# ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ರೂಢಿ ಮಾಡಿಸಿ!

**ಹೊ**ರಗೆ ಸುಡುವ ಸಂಜೆಯ ಎಳೆಬಿಸಿಲು ಮಕ್ಕಳ ಮೈಮೇಲೆ ಬೀಳಬೇಕು. ಆ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದಾಡಿ ಮಕ್ಕಳ ದೇಹ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಆಟವಾಡುವುದು ತುಂಬ ಅವಶ್ಯಕ. ಆಟದಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಂತೋಷವೂ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ದೇಹವೂ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಅವರ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಸೂಕ್ಷ್ಮಗ್ರಹಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತವೆ. ಶರೀರವೂ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿಯೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿಯೂ ಅವರಿಗೆ ತುಂಬ ಅನುಭವಗಳು ದೊರಕುತ್ತವೆ. ಅವರು ಹೊಸದಾಗಿ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಹೊರಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ರೀತಿ ನೀತಿಗಳನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಅವರಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ತಾವು ಕನಸು ಕಾಣುವ ಯಾವುದನ್ನೇ ಆಗಲಿ ಮಾಡಿ ನೋಡಲು ಅವರು ಆಸೆ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಪರಿಶೋಧನಾ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಗೂ ಕಲ್ಪನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೂ ಆಟವೇ ಹಲವು ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಆಟದಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಏನೆಲ್ಲ ದೊರಕುತ್ತದೆ?

- ಆಟದ ಮೂಲಕವೇ ಒಂದು ಮಗು ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಮೊದಲು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಪಾತ್ರವೇನು ಎಂಬುದನ್ನೂ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಏನಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ನೋಡಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಜ್ಞಾನವೂ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಕ್ರಿಯಾ

ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಆಟಗಳ ಮೂಲಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತವೆ. ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

- ಹಲವು ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಆಟವಾಡುವಾಗ ಹೊಸ ಹೊಸ ಪದಗಳು ಅವರಿಗೆ ಪರಿಚಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಗೊಂಬೆಗಳನ್ನೂ, ತೋಟದಲ್ಲಿನ ಗಿಡಮರಗಳನ್ನೂ ನೋಡಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಹೇಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅನುಭವ ರೀತ್ಯಾ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮಕ್ಕಳು. ತುಂಬಾ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿಯೂ ಬಿಡಿಸಿಯೂ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಅವರ ಗಣಿತದ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

- ಓಡುವುದು, ಜಿಗಿಯುವುದು, ಕುಣಿಯುವುದು, ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದು, ಮೆಟ್ಟಿಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಹತ್ತಿ ಇಳಿದು ಆಟವಾಡುವುದು, ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದರೂ ಒಂದು ಆಧಾರವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿದು-ಕೊಂಡು ಹತ್ತಿ ಇಳಿಯುವುದು ಹೀಗೆ ಒಪ್ಪಾರೆಯಾಗಿ ಇಡೀ ಶರೀರಕ್ಕೇ ಚಲನೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಶರೀರ ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಕೈ ಹಾಗೂ ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಶಕ್ತಿ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ಬಾಗುವ ಗುಣ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಇಂತಹವರಿಗೆ ದೇಹ ದೃಢವಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಸಿವಾಗಿ ಅವರು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

- ಬೇರೆ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಅವರು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಹಿಂಜರಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಸಹಜವಾಗಿ ಬೆರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾಜಿಕ ನಿಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇತರರ ಮಾತುಗಳನ್ನು



## ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆಯನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಿ!

ಗೊಂಬೆಗಳನ್ನೂ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಆಟವಾಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಬಳಿ ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಐದು ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ 'ನಾನು', 'ನನ್ನದು' ಎನ್ನುವಂತಹ ಭಾವನೆಗಳೇ ಸಹಜವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಇತರ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಆಟವಾಡಲು ಅವರು ಬಯಸಿದರೂ ತಮ್ಮ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅವರ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲಾರರು.

## ಸುರಕ್ಷತೆ ಮುಖ್ಯ!

ಮಕ್ಕಳು ಹೊರಗೆ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಅವರ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮುಖ್ಯ. ಯಾವಾಗಲೂ ಅವರ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಕಣ್ಣಿರಲಿ. ಆಟದ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಡಿ.

- ಉದ್ಯಾನವನ ಇತ್ಯಾದಿ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆಟದ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವಾಗ, ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.
- ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಆಡಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡಿ. ಚೆಂಡು ದೂರದಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ ಬಿದ್ದು, ಮುಂದೆ ಓಡಿ-ದರೆ ಇವರೂ ಆ ಚೆಂಡಿನ ಹಿಂದೆ ತಾರುಮಾರಾಗಿ, ಅಕ್ಕಪಕ್ಕ ನೋಡದೆ ಓಡಬಾರದೆಂಬುದನ್ನೂ ರಸ್ತೆಯ ಇಕ್ಕೆಲಗಳನ್ನೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಗಮನಿಸಿಕೊಂಡು ಓಡಬೇಕಾದ ವಿಧಾನವನ್ನೂ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಡಿ.
- ಸುಡುವ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲೋ, ದಟ್ಟವಾಗಿ ಮಳೆ ಸುರಿಯುವ ಸಮಯದಲ್ಲೋ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ಅನುಮತಿಸಬೇಡಿ.
- ಹೆಚ್ಚು ಬೆವರಿ, ಜೋರಾಗಿ ಉಸಿರಾಡಿ ಅವರು ನೀರಿನ ಅಂಶವನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ಆಟವಾಡುವಾಗ ನಡುನಡುವೆ ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ಕೊಡಿ.
- ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ಕೀಟಗಳು, ಗಿಡಗಳು, ಪರಿಚಯವೇ ಇಲ್ಲದ ಕೀಟ, ಹುಳುಹುಪ್ಪಟೆ, ಗಿಡಮರಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವಂತೆ ತಿಳಿಸಿ.
- ಅಪರಿಚಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಬೀದಿಗಳಲ್ಲಾಗಲೀ, ಮೈದಾನಗಳಲ್ಲಾಗಲೀ ಮಾತನಾಡಿಸಬಹುದು. ಅವರ ಜೊತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಿ ಕೊಡಿ.

ಕಿವಿಗೊಟ್ಟು ಕೇಳುವ ಮೂಲಕ ಬೇರೆಬೇರೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು, ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ಅವರಿಗೂ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. ಹರ ಹಿಡಿಯುವ ಸ್ವಭಾವ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ಎಲ್ಲರ ಜೊತೆಗೂ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಜೀವಿಸುವ ಗುಣವೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

• ಆಟ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ತುಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಆಟವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಆಡಿ ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರ, 'ನಾನಿದನ್ನು ಮಾಡಿಬಿಟ್ಟೆ' ಎಂದು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಅವರು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಅವರು ಗೌರವವನ್ನೂ, ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಗುರುತನ್ನೂ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

• ಆಟ ಹಲವಾರು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರೂಢಿ ಮಾಡಿಸುತ್ತದೆ. ಜಯ ಗಳಿಸಿದಾಗ ಸಂತೋಷ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಸೋತು ಹೋದಾಗ ದುಃಖ, ನಿರಾಶೆ, ಆಕ್ರೋಶ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲೂ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ದಾಟಿಕೊಂಡು ಮುಂದೆ ಹೋಗಲೂ ಆಟದ ಮೂಲಕ ಅವರು ರೂಢಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

• ದಿನವೂ ಶಾಲೆ, ಮನೆಗೆಲಸ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ತರಗತಿ ಅಥವಾ ತರಬೇತಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದು... ಹೀಗೆ ದೈನಂದಿನ ದಿನಚರಿಯ ಶಿಸ್ತು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಅವರಿಗೆ



ರೂಢಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಆ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವನ್ನೂ ತಂದೊಡ್ಡಬಹುದು. ಅವರು ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ಆಟವಾಡುವಾಗುವಷ್ಟೇ ಅವರ ಈ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು.

• ಕಡಲತೀರದಲ್ಲಿರುವ ತೇವದ ಮರಳಿನಲ್ಲಿ ಮನೆ ಕಟ್ಟಿ ಆಟವಾಡುವುದು, ಮಳೆಯ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಾಗದದ ದೋಣಿ ಬಿಡುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಆಟಗಳು ಅವರಿಗೆ ಮಧುರವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಇವು ಅವರ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದವರೆಗೂ ಅವರಿಗೆ ಅಳಿಸಲಾರದ ನೆನಪಾಗಿ ಉಳಿದು ಹೋಗುತ್ತದೆ.

• ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದರಿಂದಲೂ, ಹಲವು ಸಲ ಬರೆಯುವುದರಿಂದಲೂ... ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ತುಂಬಾ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಟದ ಮೂಲಕ ಒಂದು ಮಗು ಬೇಗ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮಗು ಆಡುಗೆ ಮಾಡುವ ಆಟದ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವ ಆಟ ಆಡುವಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ದಿನಸಿ ವಸ್ತುಗಳ ಪರಿಚಯವಾಗುತ್ತದೆ, ಆಹಾರದ ಬಗೆಗಿನ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಅದು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ಸಂಖ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬರೆದು ಅದನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಚೀಟಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಹರಿದು ಹಾಕಿ, ಅದನ್ನು ಮತ್ತೆ ಜೋಡಿಸಲು ಹೇಳುವಾಗ, ಮಗು ಗಣಿತವನ್ನು ರೂಢಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಹಲವು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಆಟದ ಮೂಲಕ ಕಲಿಯಬಹುದು.

ಮಕ್ಕಳ ಬಳಿ ಸಿಡುಕದೆ, ಕೋಪದಿಂದ ಅವರನ್ನು ಬೈಯದೆ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಡಿ. ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಆಟವಾಡುವಾಗ ಅವರನ್ನು ಹೊಗಳಿ. ಉಳಿದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅವರು ಗೇಲಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದು ತಪ್ಪು ಎಂದು ಖಡಾಖಂಡಿತವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ.

ತಮಗಿಂತಲೂ ದೊಡ್ಡವರಾಗಿರುವ ಇತರ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಯೇ ಚಿಕ್ಕವರು ಹಲವು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ. ಆದುದರಿಂದ ದೊಡ್ಡ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಆಟವಾಡಲು ಬಿಡಿ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅವರಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಗುಣವೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.



## ಯುದ್ಧವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ ಕಣ್ಣೀರು !

ಆಫ್ರಿಕಾ ಖಂಡದಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ದೇಶ ಐವರಿ ಕೋಸ್ಟ್ ಅಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಆಂತರಿಕ ಯುದ್ಧ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಸರ್ಕಾರದ ಸೈನ್ಯಕ್ಕೂ, ದೇಶದ ಉತ್ತರ ಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಬಂಡುಕೋರರಿಗೂ ನಡುವೆ ನಡೆದ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಸಂಖ್ಯೆಯ ಜನರು ಕೊಲ್ಲಲ್ಪಟ್ಟರು. ಒಂದು ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ನಿರಾಶ್ರಿತರಾಗಿ ದೇಶ ಬಿಟ್ಟು ಹೊರ ಹೋಗಬೇಕಾಯಿತು. ದೇಶಕ್ಕೆ ದೇಶವೇ ಚೆದುರಿ ಚೆಲ್ಲಾಪಿಲ್ಲಿಯಾಯಿತು.

ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ 2006ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಕಪ್ ಕಾಲ್ಚೆಂಡಾಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆ ನಡೆಯಿತು. ಆಫ್ರಿಕಾ ಖಂಡದ ಯಾವುದಾದರೂ ಐದು ದೇಶಗಳು ಮಾತ್ರವೇ ಈ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆ ವರ್ಷ ಐವರಿ ಕೋಸ್ಟ್ ದೇಶ ಆ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿತು. ಸೂಡಾನ್ ಅನ್ನು ಸೋಲಿಸಿ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ವಿಶ್ವಕಪ್ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಐವರಿ ಕೋಸ್ಟ್ ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿತು.

ಇಡೀ ದೇಶಕ್ಕೇ ಅದು ಹೆಮ್ಮೆಯ ಕ್ಷಣವಾಗಿತ್ತು. ಆದುದರಿಂದ ಬಂಡುಕೋರರ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿದ್ದ ಉತ್ತರ ಭಾಗದ, ಹಾಗೂ ಸರ್ಕಾರದ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿದ್ದ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾಗದಲ್ಲಿದ್ದ ಎಲ್ಲಾ ಜನರೂ ಬೀದಿಗೆ ಬಂದು ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನಲಿದಾಡಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು.

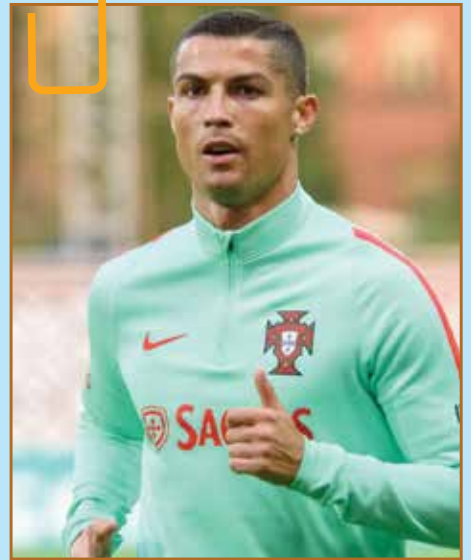
ಈ ಗೆಲುವಿನ ನಂತರ ಐವರಿ ಕೋಸ್ಟ್‌ನ ಕಾಲ್ಚೆಂಡಾಟ ತಂಡದ ನಾಯಕ ಡಿಡಿಯರ್ ಡ್ರೋಗ್ಬಾ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಕಣ್ಣೀರು ಹಾಕುತ್ತಾ, 'ಜನಗಳೇ! ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆಯುಧಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಹಾಕಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿ. ಪರಸ್ಪರ ಶಾಂತವಾಗಿ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯ' ಎಂದು ಇಡೀ ದೇಶದ ಜನತೆಯ ಮುಂದೆ ತಮ್ಮ ಬೇಡಿಕೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟರು. ತಂಡದ ಎಲ್ಲಾ ಆಟಗಾರರೂ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಯೂರಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುವಂತೆ ಕೇಳಿಕೊಂಡರು.

ಆ ದೃಶ್ಯ ದೂರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಸಾರವಾಯಿತು. ಒಂದೇ ವಾರದಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರವೂ ಬಂಡುಕೋರ ತಂಡವೂ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿ ಮಾತುಕತೆ ನಡೆಸಿದವು. ಕೆಲವೇ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಇಡೀ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಿತು. ಆಟದ ಮಹಿಮೆ ಇದು!

## ಕೋಟಿ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾಯಕ !

ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕೋಟಿ ರೂಪಾಯಿ ಆದಾಯ ಬಂದರೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಏನೇನನ್ನೆಲ್ಲ ಮಾಡಬಹುದು...! ಎಂತಹ ಐಷಾರಾಮಿ ಜೀವನ ನಡೆಸಬಹುದು! ಆಫ್ರಿಕಾ ಖಂಡದ ಸೆನೆಗಲ್ ದೇಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಸ್ಯಾಡಿಯೋ ಮಾನೋ ಅಪಾರ ಹಣ ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಆಫ್ರಿಕ ಖಂಡದ ಅತ್ಯುನ್ನದ ಕಾಲ್ಚೆಂಡು ಆಟಗಾರನೆಂಬ ಹೆಗ್ಗಳಿಕೆಗೆ ಪಾತ್ರವಾಗಿರುವ ಮಾನೋ ಜಗತ್ತಿನ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಪರವಾಗಿ ಆಟವಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಅವರ ವಾರ್ಷಿಕ ಆದಾಯ ಭಾರತೀಯ ಹಣದ ಮೌಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 363 ಕೋಟಿ ರೂಪಾಯಿ.

ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಮುನ್ನ ಅವರು ಒಂದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಅತಿಥಿಯಾಗಿ ಹೋಗಿದ್ದಾಗ ಅವರ ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದ ಫೋನಿನ ಪರದೆ ಒಡೆದು ಹೋಗಿತ್ತು. 'ಇದೇನು, ಹೀಗೆ ಒಡೆದು ಹೋಗಿರುವ ಫೋನ್ ಅನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಲ್ಲಾ!?' ಎಂದು ಕೆಲವರು ಅವರನ್ನು ಕೇಳಿದರು. 'ಇದರ ಸ್ಕ್ರೀನ್ ಒಡೆದು ಹೋಗಿದ್ದರೂ ಇದು ಚೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ.



ಒಂದು ವೇಳೆ ಇದು ಹಾಳಾದರೆ ರಿಪೇರಿ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡರಾಯಿತು' ಎಂದು ಹೇಳಿದ ಮ್ಯಾನೋ. 'ಏಕೆ? ಹೊಸ ಫೋನ್ ಕೊಳ್ಳಬಹುದಲ್ಲವೇ?' ಎಂದು ಅವರು ಕೇಳಿದರು.

ಮ್ಯಾನೋ ನಗುತ್ತಾ, 'ನನ್ನ ಆದಾಯವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ನೋಡಿದರೆ ನಾನು ಇಂತಹ ಸಾವಿರ ಫೋನ್‌ಗಳನ್ನು ಕೊಳ್ಳಬಹುದು. 10 ಫೆರಾರಿ ಕಾರ್‌ಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು, ಎರಡು ಜೆಟ್ ವಿಮಾನಗಳನ್ನೂ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಡೈವಿಂಗ್ ವಾಚ್‌ಗಳನ್ನು ಕೊಂಡು ದಿನವೂ ಒಂದೊಂದನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಅವೆಲ್ಲವೂ ನನಗೇಕೆ ಬೇಕು ಹೇಳಿ? ಅದರ ಮೂಲಕ ಈ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಯಾವ ಉಪಯೋಗವಿದೆ ಹೇಳಿ?' ಎಂದು ಮರು ಪ್ರಶ್ನೆ ಹಾಕಿದರು.

ಮ್ಯಾನೋ ಆಫ್ರಿಕಾ ದೇಶದ ಬಡತನವನ್ನು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೂ ನೋಡುತ್ತಾ ಬೆಳೆದವರು. ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಭರಿತ ಆಹಾರ, ಹರಿದು ಹೋಗದ ಉಡುಪು, ಒಳ್ಳೆಯ ಶಿಕ್ಷಣ... ಇವು ಯಾವುದೂ ಅವರಿಗೆ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ದೊರಕಲಿಲ್ಲ. ಉಪವಾಸ ಬಿದ್ದು, ಕೂಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಬೆಳೆದವರು ಅವರು. ಷೂ ಕೊಳ್ಳಲು ಕೂಡ ಅನುಕೂಲ ಇಲ್ಲದೆ ಬರಿಗಾಲಿನಲ್ಲಿ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಓಡಿ ಕಾಲ್ಚೆಂಡಾಟವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ್ದವರು ಅವರು.

ತನಗೆ ದೊರಕದೇ ಇದ್ದ ಎಲ್ಲವೂ ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ದೊರಕಬೇಕು ಎಂಬುದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಹಲವಾರು ಶಾಲೆಗಳನ್ನೂ, ಆಟದ ಮೈದಾನಗಳನ್ನೂ ಕಟ್ಟಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಪಾರ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ



ಆಹಾರ, ಉಡುಪು ಇತ್ಯಾದಿ ಅಗತ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಸೆನೆಗಲ್ ದೇಶದ ಒಂದು ಬರ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ದತ್ತು ತೆಗೆದು- ಕೊಂಡು ಅಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕುಟುಂಬಕ್ಕೂ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ 6 ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆ ಕುಟುಂಬಗಳು ಉಪವಾಸದಿಂದ ಸಾಯುವುದನ್ನು ಇದು ತಡೆಯುತ್ತಿದೆ.

'ಈ ಜೀವನ ನನಗೆ ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾನು ನನ್ನ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ಹೇಳುವ ಸ್ಯಾಡಿಯೋ ಮಾನೋ, ಕೋಟಿಗಟ್ಟಲೆ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ನಾಯಕನಾಗಿ ಆರಾಧಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

## ತಂದೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸದ ಮಗ !

ಪೋರ್ಚುಗಲ್ ದೇಶದ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ನಗರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಬಡ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಮಗನಾಗಿ ಆ ಬಾಲಕ ಜನಿಸಿದ. ಅವನಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಅಣ್ಣ. ಇಬ್ಬರೂ ಅಕ್ಕಂದಿರು ಇದ್ದರು. ನಾಲ್ಕನೆಯದಾಗಿ ಜನಿಸಲಿರುವ ಈ ಮಗುವನ್ನು ತಮ್ಮಿಂದ ಸಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ಚಿಂತಿಸಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವಾಗಲೇ ಆ ಮಗುವನ್ನು ತೆಗೆಸಿ ಬಿಡಲು ಅಮ್ಮ ಯೋಚಿಸಿದಳು. ಆದರೆ ಕಡೆಯ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಅದೇಕೋ ಮನಸ್ಸು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಯೋಚನೆಯನ್ನು ಕೈಬಿಟ್ಟಳು. ಹೀಗಾಗಿ ಆ ಮಗು ಜೀವಂತವಾಗಿ ಈ ಭೂಮಿಗೆ ಕಾಲಿಟ್ಟಿತು.

ತಗಡಿನ ಷೀಟ್ ಹೊದಿಸಿದ ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಮನೆ. ಅಮ್ಮ ಇತರರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಯೂ, ಅಪ್ಪ ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆಯ ಉದ್ಯಾನವನದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿಯೂ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿದರು. ಕ್ರಿಸ್‌ಮಸ್ ಹಾಗೂ ಇತರ ವಿಶೇಷ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೊಸ ಬಟ್ಟೆ ಕೊಡಿಸಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಂತಹ ಬಡತನ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಿ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಕಲಿಯಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದ ಆ ಬಾಲಕ, ಕಾಲ್ಚೆಂಡಾಟದ ಮೇಲೆ ಅಪಾರ ಆಸಕ್ತಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನೇ ತನ್ನ ಬದುಕಿನ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಂಡ. ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಪೋರ್ಚುಗಲ್ ದೇಶವೇ ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಆಟಗಾರನಾಗಿ ಅವನು ಬದಲಾಗಿದ್ದ!

ಕ್ರಿಯಾನೋ ರೊನಾಲ್ಡೋ ಎನ್ನುವ ಅತಿ ಪ್ರತಿಭಾವಂತ ಆಟಗಾರನ

ಬದುಕಿನ ಕಥೆ ಇದು. ಕಾಲ್ಚೆಂಡಾಟದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವದ ಖ್ಯಾತ ಆಟಗಾರರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬನೆಂದು ಇವನನನು ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ತಾನು ಆಡುವ ಕ್ಲಬ್‌ಗಳಿಗೂ ತನ್ನ ದೇಶಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕಪ್‌ಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಆಟಗಾರನೀತ. ಯೂರೋಪ್ ಖಂಡದಲ್ಲೇ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಗೋಲ್ ಹೊಡೆದಿರುವ ಆಟಗಾರನೆಂಬ ಖ್ಯಾತಿಯೂ ಈತನಿಗಿದೆ. ಅತೀ ಹೆಚ್ಚು ಬಹುಮಾನಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ಆಟಗಾರನೆಂಬ ಹೆಸರೂ ಇದೆ. ಹೀಗೆ ಹಲವು ಖ್ಯಾತಿಗಳ ಸರದಾರನೀತ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲೇ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸುವ ಆಟಗಾರರ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಐದು ಸ್ಥಾನದೊಳಗೇ ಈತನ ಹೆಸರೂ ಇದೆ.

ಇಷ್ಟೊಂದು ಹಣ ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡಿದರೂ ಅವರ ಬಳಿ ವಿನಯವಿದೆ. ರೊನಾಲ್ಡೋನ ತಂದೆ ಕುಡಿತಕ್ಕೆ ದಾಸನಾಗಿ ಕಡೆಗೆ ಪ್ರಾಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡರು. ಆದುದರಿಂದ ಈತ ಮದ್ಯವನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಹಿಡಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ಮಕ್ಕಳ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಹಾಗೂ ಕಾಲ್ಚೆಂಡಾಟದ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವ ಅಕಾಡೆಮಿಗಳಿಗೆ ತನ್ನ ಟ್ರಸ್ಟಿನ ಮೂಲಕ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಲವು ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳು ತಮ್ಮ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಟ್ಯಾಟೂ ಹಾಕಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ತನ್ನ ದೇಹದ ರಕ್ತವನ್ನು ದಾನ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ರೊನಾಲ್ಡೋ, ಆ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಟ್ಯಾಟೂ ಹಾಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಇತರರಿಗೆ ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಇವರು ಕಾಣಿಸುತ್ತಾರೆ!



## ವಿಶ್ವಕಪ್ ತಿಳಿಸುವ ಸತ್ಯಗಳು!

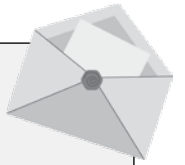
**ಬಾ**ರತ ನಾಲ್ಕನೆಯ ಬಾರಿಗೆ ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಕಪ್ ಅನ್ನು ಗೆದ್ದ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಕ್ಷಣ ಅದು. ಜೂನ್ 29ರಂದು ನಡೆದ ಟಿ20 ವಿಶ್ವಕಪ್ ಫೈನಲ್‌ನಲ್ಲಿ ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕ ತಂಡವನ್ನು ಏಳು ರನ್‌ಗಳ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಸೋಲಿಸಿ ಗೆಲುವಿನ ರುಚಿಯನ್ನು ಕಂಡಿತು ಭಾರತ. ಈ ಮೂಲಕ ಒಂದು ದಿನದ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಪ್‌ಗಳು, ಟಿ20 ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಪ್‌ಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದಿರುವ ದೇಶ ಎನ್ನುವ ಹೆಮ್ಮೆಗೆ ಭಾರತ ಪಾತ್ರವಾಗಿದೆ.

ಈ ಗೆಲುವು ನಮಗೆ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಹಲವು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ.

- ಆ ಸರಣಿಯಾದ್ಯಂತ ವಿರಾಟ್ ಕೊಹ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ರನ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೆ, ಆರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಔಟ್ ಆಗಿ, ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ನಿರಾಸೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಿದರು. 'ಅವರಿಗೆ ವಯಸ್ಸಾಗಿ ಹೋಯಿತು', 'ಅವರು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಬಿಟ್ಟರು', 'ಅವರಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡಿ, ಇನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ಹೊಸಬರಿಗೆ ಅವಕಾಶ ನೀಡಬೇಕು'... ಇತ್ಯಾದಿ ಮಾತುಗಳೂ ಕೇಳಿ ಬಂದವು. ಆದರೆ, ಕೊನೆಯ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚೊಕಡಿಮೆ ಕಡೆಯವರೆಗೂ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ನಿಂತುಕೊಂಡು ಅವರು ತೆಗೆದ 76 ರನ್‌ಗಳೇ ಭಾರತಕ್ಕೆ ಕಪ್ ಅನ್ನು ತಂದುಕೊಡಲು ಹೆಚ್ಚು ಆಧಾರವಾಗಿದ್ದುದು. ಜಗತ್ತಿನ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಆಟಗಾರನೊಬ್ಬನ ಆಟ ಅದಾಗಿತ್ತು. 'ಉತ್ತಮ ಮಟ್ಟದ ಆಟ ಆಡಬೇಕು. ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಾಗ ನಮ್ಮ ನೆರವಿಗೆ ಬರುವುದು ಅದೇ' ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಘಟನೆ ನಮಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿತು.

- ಭಾರತ ತಂಡದ ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್ ರೋಹಿತ್ ಶರ್ಮಾ ಈ ಸರಣಿಯಿಡೀ ಹಲವು ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಡಿ ತಮ್ಮ ತಂಡವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿನ ಹಾದಿಯತ್ತ ಮುನ್ನಡೆಸಿದರು. ಆದರೆ, ಕಡೆಯ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 9 ರನ್‌ಗಳೇ ಔಟ್ ಆಗಿ ಹೋದರು. ಆದರೆ ಉಳಿದ ಆಟಗಾರರೆಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ 120 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾರತಕ್ಕೆ 178 ರನ್ ಗಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಒಂದು ತಂಡದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ, ಇಡೀ ತಂಡವೇ ಸೇರಿ ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಪಾಠ ಈ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು.





# ಓದುಗರ ಪತ್ರಗಳು!

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದ ಜೀವನ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುವ, ಪ್ರಮಾಣಿಕವಾದ ಮಾಹಿತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿದೆ 'ಬಿಳುಪು' ಮಾಸಿಕ ಸಂಚಿಕೆ. ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್.ಕೆ.ಬಿ.ಯಿಂದ ಹಿಡಿದು ದ್ವಿತೀಯ ಪಿ.ಯು.ಸಿ.ಯವರೆಗೆ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುವ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನೂ, ಧಾರ್ಮಿಕ ಭಾವವನ್ನೂ ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ 'ಬಿಳುಪು' ಭಾವನೆಗಳು ಸಂಚಿಕೆ ನಮಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತಿದೆ. 'ಬಿಳುಪು' ಮಾಸಿಕವನ್ನು ಓದಿದರೆ, ಅವರು ಜೀವನವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

**ಚೇರ್‌ಮನ್, ನ್ಯೂ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಶಾಲೆ,  
ಕುವೆಂಪುನಗರ, ಮೈಸೂರು.**

● ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾ ತಂಡ ಗೆಲುವಿನ ಗುರಿಯನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಬಿಡಬಹುದು ಎಂಬ ಸ್ಥಿತಿ ಇತ್ತು. ಒಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿ 30 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ 30 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು ಎಂಬ ಅನಿವಾರ್ಯ ಸ್ಥಿತಿ ತಲೆದೋರಿದ್ದಾಗ, ಅತ್ತ ಕಡೆ 4 ಜನ ಮಾತ್ರವೇ ಔಟ್ ಆಗಿದ್ದರು. ಆ ತಂಡದ ಗೆಲುವನ್ನು ಇನ್ನು ತಡೆಯಲಾಗದು ಎಂಬ ಸ್ಥಿತಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಕೊನೆಯ ಹಂತದಲ್ಲಿ ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಾಲ್ ಎಸೆದು ಇನ್ನೂ ನಾಲ್ಕು ಜನರನ್ನು ಔಟ್ ಮಾಡಿ ಗೆಲುವು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿತು ಭಾರತ. 'ಎಲ್ಲಾ ಮುಗಿದು ಹೋಯಿತು!' ಎಂದು ಭಾವಿಸುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕೂಡ, ಮತ್ತೆ ಮೇಲೆದ್ದು ನಿಂತು ಗೆಲುವಿನ ರುಚಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇದು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿತ್ತು.

● ಭಾರತೀಯ ತಂಡದ ಹಾರ್ಡ್ ಪಾಂಡ್ಯ ಈ ಸರಣಿಯಾದ್ಯಂತ ತಡವರಿಸುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರು. ಅವರ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಕೆಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದವು. ಐ.ಪಿ.ಎಲ್. ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಮುಂಬೈ ತಂಡಕ್ಕೆ ಅವರನ್ನು ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್ ಆಗಿ ಮಾಡಿದ್ದು ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಅಭಿಮಾನಿಗಳಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗದೇ ಇದ್ದುದರಿಂದ ಅವರನ್ನು ಬೈಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಈ ಸರಣಿಯ ಕೊನೆಯ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಎದುರು ತಂಡದ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಮೂರು ಜನರನ್ನು ಔಟ್ ಮಾಡಿ ತಂಡದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಟಗಾರ ಎಂಬ ಪಟ್ಟವನ್ನು ಗಳಿಸಿದರು. ಎಂತಹ ಕೆಟ್ಟದಾದ ಹಳ್ಳದಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದಿದ್ದರೂ ನೀವು ಮತ್ತೆ ಮೇಲೆದ್ದು ಬಂದು ಶಿಖರವನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಹಾರ್ಡ್‌ನ ಜೀವನವೇ ಉದಾಹರಣೆ.

● ಆಟದ ಅಂತಿಮ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾದ ಆಟಗಾರ ಡೇವಿಡ್ ಮಿಲ್ಲರ್ ಹೊಡೆದ ಚೆಂಡನ್ನು ಎಲ್ಲೆಯ ರೇಖೆಯ ಸಮೀಪವೇ ಕ್ಯಾಚ್

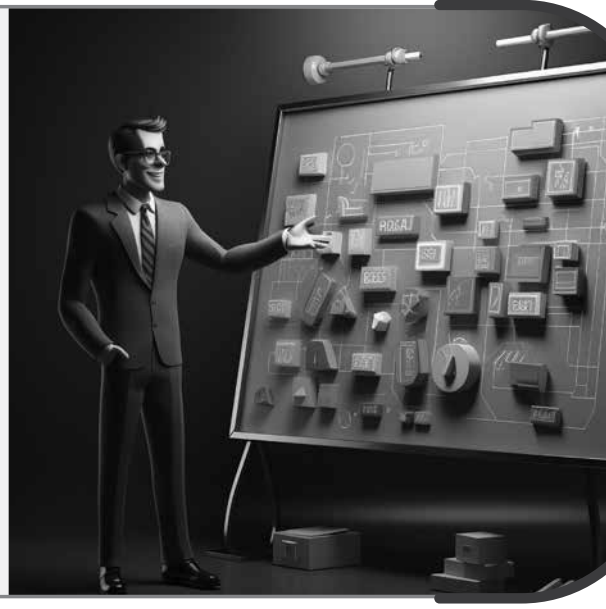
ಹಿಡಿದದ್ದು ಸೂರ್ಯ ಕುಮಾರ್ ಯಾದವ್. ಎಲ್ಲೆಯ ರೇಖೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ ಅಪಾಯ ಇದ್ದರೂ, ಅವರು ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದ ಚೆಂಡನ್ನು ಆಕಾಶಕ್ಕೆಸೆದು ಮತ್ತೆ ಮೈದಾನದೊಳಗೆ ಬಂದು ಅದನ್ನು ಹಿಡಿದು-ಕೊಂಡರು. ಒಂದು ಕ್ಯಾಚ್ ಎನ್ನುವುದು ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ವಿಷಯವೇ ಆದರೂ, ಅಂದು ಆ ಕ್ಯಾಚ್ ಇಡೀ ಆಟಕ್ಕೇ ಒಂದು ಹೊಸ ತಿರುವನ್ನು ನೀಡಿತು. ಕೆಲವು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಪಾಲು ಕೂಡ ಮಹತ್ವದ ಗೆಲುವನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಈ ಘಟನೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದೆ.

● ಈ ಸರಣಿಯಿಡೀ ಭಾರತೀಯ ತಂಡವು ಒಂದೇ ಒಂದು ಆಟದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸೋಲಲಿಲ್ಲ. ಅದೇ ರೀತಿ ಭಾರತೀಯ ಚೆಂಡು ಎಸೆಯುವ ಆಟಗಾರರಾದ ಜಸ್ಟಿನ್ ಬೂಮ್ರಾ ಎಸೆದ ಚೆಂಡನ್ನು ಯಾರಿಂದಲೂ ಹೊಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಚೆಂಡು ಬಂದರೆ ಸಾಕು ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿ ಆಟಗಾರರು ಹೆದರಿ ನಡುಗಿದರು. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಯಶಸ್ವೀ ಸಾಧಕನಾಗಬೇಕಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ತಮ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ತಮ ಮಟ್ಟದ ಪರಿಶ್ರಮವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಇದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಿತು.

● ಗೆಲುವು ಸಾಧಿಸಿದ ಭಾರತ ತಂಡದ ಕೋಚ್ ಆಗಿದ್ದವರು ರಾಹುಲ್ ದ್ರಾವಿಡ್. ಭಾರತೀಯ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಈ ಹಿಂದೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಟಗಾರನಾಗಿದ್ದವರು ಅವರು. ಅತ್ಯಂತ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಆಟಗಾರನೆಂಬ ಹೆಸರೂ ಅವರಿಗಿದೆ. ಆದರೆ ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಅವರು ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್ ಆಗಿದ್ದಾಗಲೋ, ಅವರು ತಂಡದಲ್ಲಿ ಆಡುತ್ತಿದ್ದಾಗಲೋ ಭಾರತ ತಂಡವು ವಿಶ್ವಕಪ್ ಅನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಲವು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಒಬ್ಬ ಕೋಚ್ ಆಗಿ ಅವರು ಈಗ ಆ ಕಪ್ ಅನ್ನು ತಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡರು. ಯಾವಾಗಲೂ ಶಾಂತವಾಗಿರುವ ಅವರು ಅಂದು ಘರ್ಜಿಸಿದುದನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ನೋಡಿ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಟ್ಟರು. ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮವೂ, ವಿನಯವೂ ಇದ್ದರೆ ವರ್ಷಗಳಾಗಲಿ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಫಲವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ರಾಹುಲ್ ದ್ರಾವಿಡ್ ಉತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ●



# ಆಟದಂತೆಯೇ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿ!



**ಪು**ಸ್ತಕ ಪ್ರದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಒಬ್ಬ ಬರಹಗಾರರು ಆಗಮಿಸಿದ್ದರು. ತಾವು ರಚಿಸಿರುವ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಕೊಳ್ಳುವ ಓದುಗರಿಗೆ ಅವರು, ಅದರಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸಹಿ ಹಾಕಿ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಯುವತಿ ಬಂದು ಅವರನ್ನು ಸಮೀಪಿಸಿ, 'ನಿಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಒಂದು ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ತಿಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ?' ಎಂದು ಕೇಳಿದಳು. ಆ ಬರಹಗಾರರಿಗೆ ಅದನ್ನು ಒಂದು ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ವಿವರಿಸುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿಯಲಿಲ್ಲ. ಯೋಚಿಸಿ, ತಡವರಿಸುತ್ತ ತುಂಬಾ ಹೊತ್ತು ಏನೇನನ್ನೋ ಹೇಳಿದರು. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಆಕೆ ನಡುವೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, 'ನಿಮಗೆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬರೆಯಲು ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಬಿಟ್ಟಳು.

ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳಿಗೂ ಇದು ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದುವುದು ಮಾತ್ರವೇ ಸಾಲದು, ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿ ಹೇಗೆ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡು ಓದಬೇಕು. ಕೆಲಸಕ್ಕಾಗಿ ಹುಡುಕಾಡುವ ಒಬ್ಬರು, ತನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರವೇ ಅವರಿಗೆ ಕೆಲಸ ದೊರಕುವುದು. ಒಳ್ಳೆಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಅದರ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಬಗ್ಗೆ ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರವೇ ಅದನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಖಚಿತವಾಗಿ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸುವುದನ್ನೇ 'ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನಿಂಗ್' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು. ಈ ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನ್ ಎನ್ನುವುದು ಆಟಕ್ಕೆ ತುಂಬಾ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಗುಂಪೇ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾದ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ತಂಡದೊಂದಿಗೆ ಭಾರತ ಆಟವಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದಾದರೆ, ಆ ತಂಡದ 11 ಆಟಗಾರರ ಬಲಹೀನತೆಗಳನ್ನೂ, ಬಲಗಳನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಆಟವನ್ನು ಯೋಜಿಸುವುದು ಆ ಗುಂಪಿನ ಕರ್ತವ್ಯ. ಒಂದು ಕಾಲ್ಪೆಂಡಾಟ ಎಂದರೆ, 11 ಜನ ಆಟಗಾರರನ್ನೂ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು, ಯಾರಿಗೆ ಯಾವ ಕೆಲಸ, ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು, ಎಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಟವನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಕೋಚ್ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಜಯ ಗಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಯೋಜನೆಯೇ ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನ್. ಇದನ್ನು ಯೋಜಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮುಗಿದು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನ್ ನಮಗೆ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ತಂದು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಂಡದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ನಂಬಿಸಬೇಕು ಅದೇನೂ ಅಷ್ಟೊಂದು ಕಠಿಣವಾದುದಲ್ಲ. ಸುಲಭವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಅವರಿಂದ ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಅವರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕು. ಆಗಲೇ ಆ ಯೋಜನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಅವರು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಯಶಸ್ಸೂ ಸಿದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಪಾರ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಾರ್ಯದ, ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನೂ ಚಿಂತಿಸಿ ನೋಡಿ, ಯಾವ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಏನು ಮಾಡಿದರೆ ಸರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡು, ನಂತರ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವ ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನ್ ಆಟಕ್ಕೆ ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯ. ಅದೇ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿ, ಜೀವನಕ್ಕೂ ಇದು ಅಗತ್ಯ. ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಯೋಜನೆಯೇ ಇಲ್ಲದ ಒಬ್ಬ ಪ್ರಯಾಣಿಕ ಯಾವ ರೈಲಿಗೆ ಹತ್ತುವುದು? ಅದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ, ನಾವು ಎಲ್ಲಿ, ಏನಾಗಿರಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಕುರಿತ ಒಂದು ಲಕ್ಷ್ಯವೂ ಕನಸೂ ನಮ್ಮೊಳಗಿರಬೇಕು.

ನಿಮ್ಮ ಗುರಿಗಳನ್ನೂ ಕನಸುಗಳನ್ನೂ ಪಡೆಯಲು ನಿಮ್ಮ ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನ್ ಸರಿಯಾಗಿದೆಯೇ ಎಂದು ನೋಡಬೇಕು. ಯೋಜನೆಯನ್ನೇ ರೂಪಿಸದ ಕೇವಲ ಗುರಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದು. ಅದು ನೆರವೇರದ ಆಸೆಯಾಗಿಯೇ ಉಳಿದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಆಸೆಗಳ ಮೂಲದಲ್ಲಿ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಂಡು, ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸರಿಯಾದ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನ್ ಇದ್ದರೆ, ನಾವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಒಂದು ಅರ್ಥ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಯಾವ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನೇ ಆದರೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ, ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸರಿಯಾದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದೊಂದಿಗೆ





ಕಾರ್ಯಗತಗೊಳಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯ ಎನ್ನುವ ಕನಸಿನ ಕೋಟಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಟ್ಟುವುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

## ಸರಿಯಾದ ಗೇಮ್ ಪ್ಲಾನ್ ಅನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

- ನೀವು ಈಗಿರುವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೂ, ನೀವು ಪಡೆಯಲು ಬಯಸುವ ಗುರಿಯನ್ನೂ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನಕ್ಕೊಳಪಡಿಸಿ. 'ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಏನನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ' ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ನೀವೇ ಕೇಳಿಕೊಂಡು, ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರವನ್ನು ಹುಡುಕಿ. ನಿಮಗೆ ಯಾವುದರಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇದೆ, ಯಾವುದರ ಮೇಲೆ ಆಸೆ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನೆಲ್ಲ ನೀವು ತುಂಬ ಗೌರವಿಸುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದನ್ನೆಲ್ಲ ಯೋಚಿಸಿ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಬಲ ಯಾವುದು, ಬಲಹೀನತೆ ಯಾವುದು ಎಂದು ನೋಡಿ. ನೀವು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಉಳಿದೆಲ್ಲರಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದೀರಿ ಎಂದಾದರೆ, ಆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನಿಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ ನೋಡಿ. ಅದನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಏನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೋ, ಅದಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡಿ. ಗುರಿಯ ಕಡೆಗಿನ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಬಲಹೀನತೆಗಳು ಅದಕ್ಕೆ ತಡೆಯಾಗಿ ಬಂದು ನಿಲ್ಲಬಹುದು. ಆದುದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ದಾರಿಗಳನ್ನೂ ಯೋಚಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಗುರಿಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕು. 'ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಶ್ರೀಮಂತರಾಗಿ ಬಿಡಬೇಕು' ಎನ್ನುವುದು ಗುರಿಯಲ್ಲ, ಅದು ಕೇವಲ ಆಸೆ ಮಾತ್ರ. 'ಇಂದಿನಿಂದ 10 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಂತ ಮನೆ ಕಟ್ಟಿ ಮುಗಿಸಿ, ಉದ್ಯಮದಲ್ಲಿ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಒಂದು ಕೋಟಿ ರೂಪಾಯಿ ವಹಿವಾಟು ನಡೆಸುವ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯಬೇಕು'

ಎನ್ನುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಗುರಿ. ಹೀಗೆ ನಿಮ್ಮ ಗುರಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸರಿಯಾದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇವಾ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಆಗಾಗ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಬೇಕು. ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವ ಗುರಿಯಾಗಿಯೂ ಅದು ಇರಬೇಕು. ನಿಮ್ಮ ಇಷ್ಟಗಳು ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನದೊಂದಿಗೆ ಅದು ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತಿರಬೇಕು. ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದ ಯಾವುದೋ ಒಂದನ್ನು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಅಲ್ಲವೇ?!

- ನಿಮ್ಮ ಗುರಿಗೆ ಒಂದು ಕಾಲದ ಮಿತಿಯನ್ನೂ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 10 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದ ಗುರಿ ಎಂದಾಗಿದ್ದರೆ ಮೊದಲ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ತಲುಪಿರಬೇಕು, ಐದು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ದೂರ ಸಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದೆಲ್ಲ ಅದನ್ನು ನೀವೇ ವಿಭಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅದು ನಡೆಯದೇ ಹೋದರೆ, ಏನೇನು ತಪ್ಪುಗಳಾಗಿವೆ ಎಂದು ತೋರಿಸಿ ನೋಡಿ, ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಷಯಗಳು ದಿಢೀರ್ ದಿಢೀರನೆ ಬದಲಾಗಬಹುದು, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳೂ ಬದಲಾಗಬಹುದು, ಟೆಕ್ನಾಲಜಿ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯಗಳೂ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಆ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಬದಲಾಗಬೇಕು.
- ತಡೆಗಳೇ ಇಲ್ಲದ ಜೀವನ ಪ್ರಯಾಣ ಯಾರಿಗೂ ಸಿದ್ಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಹಿನ್ನಡೆಗಳಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು ಬರಲೂ, ತಡೆಗಳನ್ನು ದಾಟಿಕೊಂಡು ಮುಂದೆ ಸಾಗುವುದಕ್ಕೂ ದಾರಿಗಳನ್ನೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಯೋಚಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಬೇಕು.
- ಆಸಕ್ತಿಯಿರುವ, ಅನುಭವಶಾಲಿಯಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಬಳಿ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಕೇಳಿ. ನಾವು ಯೋಚಿಸದ ಬೇರಾವುದೋ ಒಂದು ಕೋನದಿಂದ ಅವರು ಯೋಚಿಸಿ, ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಸೂಚಿಸಬಹುದು. ಹೊಸ ಹಾದಿಗಳನ್ನು ಅವರು ನಿಮಗೆ ತೋರಿಸಬಹುದು. ●



# ಕೆಲಸದ ನಡುವೆಯೇ ಆಟವಾಡಿ!

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹತ್ತು ಗಂಟೆಗೆ ಕಛೇರಿಯ ಒಳಗೆ ಹೋಗಿ, ನಿಮ್ಮ ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾ, ನಡುವೆ ಟೀ ಹಾಗೂ ಊಟದ ಬ್ರೇಕ್ ಅನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಸಾಯಂಕಾಲ 6 ಗಂಟೆ ಹೊಡೆದ ಕೂಡಲೇ ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗುವ ಪಾರಂಪರಿಕ ಕೆಲಸದ ರೀತಿ ಹಲವು ಕಛೇರಿಗಳಲ್ಲಿ ಈಗ ಮಾಯವಾಗಿದೆ. ತುಂಬ ಜನರು ಈಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 10 ಗಂಟೆ, 12 ಗಂಟೆಗಳ ಸಮಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. 'ಇಷ್ಟು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು' ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ, 'ಇಂದು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು, ಇಷ್ಟು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಬೇಕು' ಎಂಬಂತೆ ಟಾರ್ಗಟ್‌ಗಳು ಈಗ ಬಂದು ಬಿಟ್ಟವೆ.

ಇಂತಹ ಹೊಸ ಬಗೆಯ ಕಛೇರಿಗಳಲ್ಲಿ, ಕ್ಯಾಂಟೀನ್ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಆಟವಾಡುವ ಏರಿಯಾ ಕೂಡ ಹೊಸದಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ನೌಕರರು ಹಲವು ಗಂಟೆಗಳ ಸಮಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ನಡುನಡುವೆ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳು ಅಲ್ಲಿ ಬಂದು ಆಟವಾಡಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಕೇರಂ ಬೋರ್ಡ್, ಟೇಬಲ್ ಟೆನ್ನಿಸ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರವಾದ ಕೆಲವು ಇನ್ ಡೋರ್ ಗೇಮ್‌ಗಳನ್ನು ಆಡುವ ಅವಕಾಶ ಅಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಆಟವಾಡಿ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಟೇಬಲ್ ಬಳಿಗೇ ಹೋಗಿ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ.

ತಮ್ಮ ಕಲ್ಪನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನೂ, ಮನೋ ಬಲವನ್ನೂ, ಚಿಂತಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕಛೇರಿಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಆಟಗಳಿಂದ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲ ದೊರಕುತ್ತಿದೆಯಂತೆ. ನೌಕರರ ಕೆಲಸದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು, ಅವರು ತುಂಬಾ ಹೊತ್ತು ಕೆಲಸ ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿದೆ, ರಜೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕೂಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ, ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ತೃಪ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ... ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ದೊಡ್ಡ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನೇ ಅವರು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

'ಒಂದೇ ರೀತಿಯ ಕೆಲಸವನ್ನೇ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮಾಡುವಾಗ ಏರ್ಪಡುವ ಬೇಸರ ಇಂತಹ ಆಟಗಳ ಮೂಲಕ ಕಾಣದೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲರ ಜೊತೆಯಲ್ಲೂ ನಗುತ್ತಾ ಮಾತನಾಡಿಕೊಂಡು ಆಟವಾಡುವಾಗ ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಗುಂಪಾಗಿ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿ ಆಟವಾಡುವಾಗ, ಆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವೆ ಆತ್ಮೀಯತೆಯೂ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎಂಬುದಕ್ಕಿಂತಲೂ, ಎಷ್ಟು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೀರಿ ಎನ್ನುವುದೇ ಮುಖ್ಯ. ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಕೆಲಸ ನೋಡಲು ಆಟ ನೆರವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಕೆಲವು ತಜ್ಞರು.

ಮಾನಸಿಕ ತಜ್ಞರೂ ಕೂಡ ಹೀಗೆ ಕೆಲಸದ ನಡುವೆ ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತಾರೆ. 'ನಮ್ಮ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಕಲ್ಪನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ಭಾಗವು, ನಾವು ಆಟವಾಡುವಾಗ ಉತ್ತೇಜಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಹೊಸ ಹೊಸ ಚಿಂತನೆಗಳು ಮೂಡುತ್ತವೆ. ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಎದುರುಗೊಳ್ಳುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ವಿಭಿನ್ನವಾದ ಪರಿಹಾರಗಳೂ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೊರಕಬಹುದು. ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವೂ ಆಯಾಸವೂ ಕಾಣದಂತೆ ಮಾಯವಾಗಿ, ಶರೀರವೂ ಮನಸ್ಸೂ ನವಚೈತನ್ಯ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ' ಎಂದೂ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಐ.ಟಿ. ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಹಲವು ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಹೀಗೆ ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ಹಂತಹಂತವಾಗಿ ಪರಿಚಯ ಮಾಡುತ್ತಾ ಬರುತ್ತಿವೆ. ಹಲವು ಗಂಟೆಗಳ ಸಮಯ ಒತ್ತಡ ತುಂಬಿದ ಕೆಲಸ, ಮೀಟಿಂಗ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲೇ ಇರುವ ಮುಖ್ಯವಾದ ನೌಕರರನ್ನೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳನ್ನೂ ಹೀಗೆ ಆಟವಾಡುವಂತೆ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೇ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತವೆ. ಅದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಕೆಲವರು ಇದನ್ನು ತಮಗೆ ಸಾಧಕವಾಗುವಂತೆ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಮಾಡದೆ ತುಂಬಾ ಹೊತ್ತು ಆಟವಾಡುವ ಏರಿಯಾದಲ್ಲೇ ಸಮಯ ಕಳೆದು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಮ್ಯಾನೇಜರ್‌ಗಳು ಇದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಅವರನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲದೇ ಹೋದರೆ, ಅಂತಹ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯ ಮಟ್ಟ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ.



India's Most Trusted  
Dhoti Brand



# CULTURE CLUB<sup>®</sup>

**MATCHING DHOTIS • SHIRTS**



SCAN QR CODE FOR  
STORE LOCATION



PRESTIGE WHITE FABRICS



SCAN QR CODE FOR  
STORE LOCATION



India's Most Trusted  
Dhoti Brand



# Culture India™

TRADITIONAL KURTA • MATCHING DHOTIS

BY



SCAN QR CODE FOR  
STORE LOCATION

# Kokhila®

WOMEN'S INNERWEAR

BY





ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೇ  
ಬರಬೇಕೇ?

# ಬಿಳುಪು

## ಚಂದಾದಾರರಾಗಿ!



'ಉನ್ನತವಾದ ಭಾವನೆಗಳು ಈ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹೋಗಿ ಸೇರಬೇಕು' ಎನ್ನುವ ಉನ್ನತವಾದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣವಾದ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಿದೆ 'ಬಿಳುಪು' ಮಾಸಿಕ ಸಂಚಿಕೆ. ಈ ತಿಂಗಳ ವಿಶೇಷ ಸಂಚಿಕೆಯು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲೂ ರಕ್ಷಿಸಿಡಬೇಕಾದ ಬೊಕ್ಕಸವಾಗಿದೆ.



**ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 200**  
**ದ್ವೈವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ ರೂ. 380**

ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಮೂಲಕ ಹಣ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.  
**VENMAIL** ಎನ್ನುವ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಚೆಕ್/ಡಿಡಿ ಕಳಿಸಬಹುದು.  
ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರು, ವಿಳಾಸ ಬರೆದಿರಬೇಕು.  
ಇಲ್ಲವೇ

VENMAIL ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆ (A/C No: 180913500000299  
Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch -  
IFSC: KVBL001809) ಗೆ ಹಣ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಿ, ಅದರ  
ಸ್ವೀಕೃತಿ ಪತ್ರದ ನಕಲು ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಕಳಿಸಿ ಕೊಡಬೇಕು.

- ➔ ಮನಿಯಾರ್ಡರ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
- ➔ ಎಲ್ಲಾ ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಷೋರೂಮ್‌ಗಳಲ್ಲೂ ಚಂದಾ ಕಟ್ಟಬಹುದು.

**ವಿಳಾಸ :** Bilupu  
Ramraj V tower

10, Sengundapuram, Mangalam Road  
Thirupur 641604.

Ph. 0421-4304106, 9842274137  
email: venmail@ramrajcotton.net

ಚಂದಾ ಸಲ್ಲಿಸಲೂ, ಒಟ್ಟಾಗಿ 'ಬಿಳುಪು'  
ಸಂಚಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಲೂ ಈ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು  
ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

**ಫೋನ್ :** 0421-4304106,  
9842274137.

## ಒಂದೇ ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ಬಿಳುಪು ಚಂದಾದಾರರಾಗಬಹುದು!

ನಿಮ್ಮ ಚಂದಾ ಹಣವನ್ನು PhonePe G Pay  
Net transfer ಮೂಲಕವೂ ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು.



UPI ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಮೂಲಕವೂ ಮೊಬೈಲ್ ಪೋನ್ ನಲ್ಲಿ  
ಬಿಳುಪು ಸಂಚಿಕೆಯ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಗೆ ಚಂದಾ ಹಣವನ್ನು  
ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು. ಬಿಳುಪು UPI id: kvbupiqr.75626@kvb



Bharat QR code ಅನುಕೂಲವಿರುವ ಮೊಬೈಲ್  
ಬ್ಯಾಂಕಿಂಗ್ ಆಪ್ ಇರುವವರು, ಅದರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿರುವ  
ಬಿಳುಪು ಖಾತೆಯ QR code ಅನ್ನು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡಿ  
ಚಂದಾ ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು.

ಹಣ ಸಂದಾಯ ಮಾಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಬ್ಯಾಂಕಿನ  
ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು Forward ಮಾಡಿರಿ.

ಜೊತೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ವಿಳಾಸವನ್ನು ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಜೊತೆಗೆ ವಾಟ್ಸ್‌  
ಆಪ್ ಮಾಡಿ. ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ 98422 74137.

**ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಯ ವಿವರ Venmail**

**A/C No: 180913500000299**

**Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch**

**IFSC Code: KVBL001809.**



## ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ರಿಯಾಯಿತಿ

(ಆರನೇ ತರಗತಿಯ ನಂತರ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ  
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಈ ರಿಯಾಯಿತಿ ಲಭ್ಯ. ಚಂದಾ  
ಹಣ ಪಾವತಿಸುವಾಗ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಗುರುತಿನ  
ಚೀಟಿಯ ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಲಗತ್ತಿಸಬೇಕು).

ರೂ. ೨೫೦

ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ | ದ್ವೈವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ  
ರೂ.125 ಮಾತ್ರ | ರೂ.೨೫೦ ರೂ.250 ಮಾತ್ರ



## ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ರಿಯಾಯಿತಿ

(60 ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟವರು ಮಾತ್ರ ಈ  
ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ತಾವು ಹುಟ್ಟಿದ  
ದಿನಾಂಕದ ಮಾಹಿತಿ ಇರುವ ಆಧಾರ್ ಕಾರ್ಡ್‌ನ ನಕಲನ್ನು  
ಇದರೊಂದಿಗೆ ಲಗತ್ತಿಸಬೇಕು).

ರೂ. ೨೫೦

ವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ | ದ್ವೈವಾರ್ಷಿಕ ಚಂದಾ  
ರೂ.125 ಮಾತ್ರ | ರೂ.೨೫೦ ರೂ.250 ಮಾತ್ರ

**ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಷೋರೂಂಗಳಲ್ಲಿ ರೂ. 10,000 ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೊಟ್ಟುನವರಿಗೆ  
ಒಂದು ವರ್ಷದ ಚಂದಾ ಉಚಿತ.**

‘ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನ ದೇವರು’ ಎಂದು ಸಚಿನ್ ತೆಂಡೂಲ್ಕರ್ ಅವರನ್ನು ಕರೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಎನ್ನುವ ಆಟವನ್ನು ತಿಳಿಯದವರೂ, ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿರಸ್ಕಾರ ಭಾವ ಇರುವವರೂ ಕೂಡ ಸಚಿನ್ ಅವರ ಹೆಸರನ್ನು ಬಲ್ಲರು. ತನ್ನ ಆಟದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಅಲ್ಲದೆ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಶಿಸ್ತಿನ ಕಾರಣದಿಂದಲೂ ಕೂಡ ಅವರು ಭಾರತೀಯರ ಗೌರವಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ತೋರಿಸಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅವರು ಸುಮಾರು ಎರಡು ತಲೆಮಾರಿನ ಯುವಕರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಸ್ವರೂಪಿ ಮಾಡೆಲ್ ಆಗಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ತಮ್ಮ ಹದಿನಾರನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಭಾರತೀಯ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾನ ಗಿಟ್ಟಿಸಿಕೊಂಡು, ಪಾಕಿಸ್ತಾನ ತಂಡದ ವಿರುದ್ಧ ಆಡಲು ಹೋದವರು ಸಚಿನ್. ಸಿಯಾಲ್‌ಕೋಟ್ ಎನ್ನುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಆಗ ಟೆಸ್ಟ್ ಮ್ಯಾಚ್ ನಡೆಯಿತು. ನಾಲ್ಕು ಜನರು ಟೀಟ್ ಆಗಿ ಬಿಟ್ಟ ಕಾರಣದಿಂದ ಭಾರತದ ತಂಡ ಕೊಂಚ ತವಕದಲ್ಲತ್ತು. ವೇಗದ ಚೆಂಡು ಎಸೆತದಲ್ಲಿ ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತೇ ಹೆದರುತ್ತಿದ್ದ ವೆಕ್ಟಾರ್ ಯೂನುಸ್, ವಾಸಿಂ ಅಕ್ರಂ ಮೊದಲಾದವರ ಚೆಂಡು ಎಸೆತವನ್ನು 16 ವರ್ಷಗಳ ಸಚಿನ್ ಎದುರುಗೊಂಡರು. ವೆಕ್ಟಾರ್ ಯೂನುಸ್ ಬೀಸಿದ ಒಂದು ಚೆಂಡು ಸಚಿನ್ ಅವರ ಮೂಗಿಗೆ ಬಡಿದು ಗಾಯವಾಗಿ ರಕ್ತ ಸುರಿಯತೊಡಗಿತು. ಹೀಗೆ ಗಾಯವಾದರೆ, ‘ರಿಟೈರ್ಡ್ ಹಾಟ್’ ಎನ್ನುವ ರೀತ್ಯಾ ಮೈದಾನದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ಬಿಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ರೂಢಿ. ಆದರೆ ಸಚಿನ್ ಹಾಗೆ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ದೃಢವಾಗಿ ನಿಂತು ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡಿದರು. ಮುಂದಿನ ಚೆಂಡನ್ನು ಬೌಂಡರಿಗೆ ಬಾರಿಸಿದರು. ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಆಗಲಿ ಒಂದಕ್ಕೆ ಹೆಜ್ಜೆ

ಇಡಬಾರದು ಎನ್ನುವ ಪಾಠವನ್ನು ಅಂದು ಅವರು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.

1998ನೇ ವರ್ಷದ ಏಪ್ರಿಲ್ 22ನೇ ದಿನಾಂಕ. ಅಂದು ಸಚಿನ್ 25ನೇ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ದಿನ. ಅಂದು ಷಾರ್ಜಾ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಭಾರತ ಹಾಗೂ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ತಂಡಗಳ ನಡುವೆ ಒಂದು ದಿನದ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಪಂದ್ಯ ನಡೆಯಿತು. ಆ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟದರೆ ಮಾತ್ರವೇ ಅಂತಿಮ ಸುತ್ತಿಗೆ ಅರ್ಹತೆ ಗಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಸಚಿನ್ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಆಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಗ ದಿಢೀರನೆ ಮರಳುಗಾಡಿನ ಬಿರುಗಾಳಿ ಬೀಸಿ ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳು ಆಟವನ್ನು ತಡೆಯಲಾಯಿತು. ಕಣ್ಣು ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಮರಳ ಕಣಗಳು ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬ ಭಯದಿಂದ ಎಲ್ಲ ಆಟಗಾರರೂ ಮೈದಾನದಿಂದ ಹೊರಗೋಡಿದರು. ಆದರೆ ಸಚಿನ್ ಮಾತ್ರ ಸ್ವಲ್ಪ ಕೂಡ ಅಲುಗಾಡದೆ ಒಂದು ಕಂಭದ ಹಾಗೆ ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಮೈದಾನದ ನಡುವೆ ನಿಂತುಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಅಂದು 143 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಡೆದು ಭಾರತ ಅಂತಿಮ ಸುತ್ತಿಗೆ ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಕಾರಣಕರ್ತರಾದರು. ಎರಡು ದಿನಗಳ ನಂತರ ನಡೆದ ಅಂತಿಮ ಸುತ್ತಿನ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ 134 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ಭಾರತ ಜಯ ಗಳಿಸಲು ಕಾರಣರಾದರು. ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಗಿಸದೆ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೋಗಿ ಬಾರದು ಎನ್ನುವ ಪಾಠವನ್ನು ಸಚಿನ್ ಅಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.

ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಡುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಅಲ್ಲ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಚಿನ್ ಅವರ ಬಳಿ ಕೆಲಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಮಾದರಿಯಾಗುವಂತಹ ಗುಣಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು...

- ‘ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಶಾಲೆಗೆ ಸೇರಿಸಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ ಓದು... ಓದು... ಓದು... ಎಂದು ಸದಾ ಓದಿನ ಕಡೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಕ್ಕಳು ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಣ ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡಲೂ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲೂ ಅದು ಮಾತ್ರವೇ ದಾರಿ’ ಎನ್ನುವಂತಹ ಭಾವ ಹಲವಾರು ಜನ ಪೋಷಕರಲ್ಲಿ ಮನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದೆ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಲ್ಲತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಇದ್ದರೆ, ಅವರಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಹತ್ತು ಜನ ಮಾತ್ರವೇ ಟಾಪ್ 10 ಸ್ಥಾನದೊಳಗೆ ಜಾಗ ಗಿಟ್ಟಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಹಾಗಾದರೆ ಉಳಿದ 30 ಜನರೂ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸೋತು ಹೋಗುತ್ತಾರೇನು?

‘ಹಾಗೇನಿಲ್ಲ’ ಎಂಬುದನ್ನು ತಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯ ಮೂಲಕ ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟವರು ಸಚಿನ್! ತಮ್ಮ ಶಾಲಾ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕೂಡ ಅವರು ಪೂರ್ತಿ ಮಾಡಿದುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಗೆಲುವನ್ನು ಗಳಿಸಿದವರು ಬೇರಾರೂ ಇಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಹಣ ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡುವ ಆಟಗಾರರ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಹೆಸರು ಮೊದಲ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿತ್ತು!



# ಸಚಿನ್

## ಅವರಿಂದ ನಾವು ಕಲಿಯಬೇಕಾದುದೇನು?





ಈ ಮೂಲಕ 'ಓದುವುದು ಬೇಡ, ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಡಿ ಸಾಕು' ಎಂಬುದನ್ನಲ್ಲ, ಅವರ ಜೀವನ ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿಕೊಡುವುದು, ನೀವು ಇಷ್ಟ ಪಡುವ ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಕಲಿತುಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ಪೂರ್ಣ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು... ಅದರಲ್ಲಿ ಶಿಖರ ಮುಟ್ಟಬೇಕೆನ್ನುವ ನಿಮ್ಮ ಕನಸು ನನಸಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದೇ ಸಚಿನ್ ಅವರು ತಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗಳ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ಪಾಠ!

● ಗಂಟಲು ಕಿತ್ತು ಹೋಗುವಂತೆ ಜೋರಾಗಿ ಕೂಗಾಡಿ, ಕೈಗಳನ್ನು ಆಡಿಸಿ ಆಡಿಸಿ ಮಾತನಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಏನನ್ನು ಗಳಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಂವಹನ ವಿಧಾನ ಯಾವುದು ಗೊತ್ತೇ? ನಿಮ್ಮಿಂದ ಏನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕಾರ್ಯದ ಮೂಲಕ ತೋರಿಸುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ಸಚಿನ್ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವಾಗ್ಮಿಯೇನಲ್ಲ; ಅವರಿಂದ ದೃಢವಾದ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಲೂ ಕೂಡ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ; ಅವರಿಗಿಂತ ಅವರ ಬ್ಯಾಟೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿರುವುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿ!

● ಒಂದು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ನೀವೇ ಹೆಚ್ಚು ಸಮರ್ಥರು ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನೀವೇ ಆ ಗುಂಪಿನ ನಾಯಕತ್ವ ವಹಿಸಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ. ನೀವು ಮಾತ್ರವೇ ಆ ಗುಂಪಿನ ಗೆಲುವಿಗೆ ಕಾರಣರಾಗಿರುತ್ತೀರಿ ಎಂದೂ ಇಲ್ಲ. ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು, ನಿಮಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತು ಅರ್ಹತೆ ಹೊಂದಿರುವ ಒಬ್ಬರು ನಿಮಗಿಂತ ಮೇಲಿದ್ದುಕೊಂಡು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಜಾರಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೂ ನಿಮ್ಮ ಪಾಲಿನ ಕೆಲಸವನ್ನು ನೀವು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದೇ ಆದರೆ ನೀವೇ ಆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶಂಸೆಗೆ ಪಾತ್ರರಾಗುವಿರಿ.

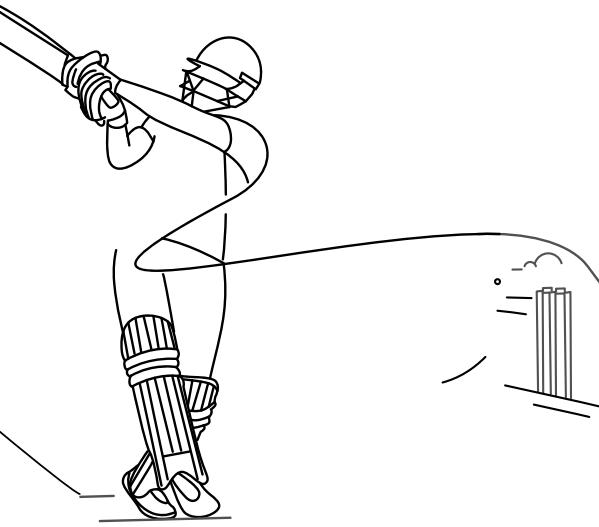
ಸಚಿನ್ ಒಬ್ಬ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕ್ರೀಡಾಪಟು. ಆದರೆ ಅವರು ಉತ್ತಮ ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್ ಅಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕೂಡಲೇ ಆ ಸ್ಥಾನದಿಂದ ಅವರು ಹಿಂದೆ ಸರಿದುಕೊಂಡರು. ಅವರಿಗಿಂತಲೂ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ, ಅನುಭವದಲ್ಲೂ ಚಿಕ್ಕವರಾದ ಗಂಗೂಲಿ, ದ್ರಾವಿಡ್, ದೋನಿ ಹೀಗೆ ಹಲವರು ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್‌ಗಳಾಗಿದ್ದ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಇವರು ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಆಟಗಾರರಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಇದ್ದರು. ಆದರೆ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಶೇಕಡಾ ನೂರರಷ್ಟು ಸಮರ್ಪಣಾ ಭಾವದಿಂದ ಆಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ತಾರೆ ಎನ್ನುವ ಹೆಗ್ಗಳಿಕೆ ದೊರಕಿದ್ದು! ನಿಮಗಿಂತಲೂ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ



ಅನುಭವದಲ್ಲೂ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಯಾರಾದರೂ ಒಬ್ಬರು ನಿಮಗೆ ಬಾಸ್ ಆಗಿಯೋ, ಮಾಲೀಕರಾಗಿಯೋ, ಯಜಮಾನರಾಗಿಯೋ, ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಆಗಿಯೋ ಇದ್ದುಕೊಂಡು ನಿಮಗೇ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ವಿಧಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೊಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾಡಿದರೆ ಉನ್ನತಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತದೆ.

● ನೀವು ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ನಿರ್ಣಯಿಸಿದ್ದೀರಿ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಅದನ್ನು ಉಳಿದೆಲ್ಲರಿಗಿಂತಲೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿಮ್ಮಿಂದ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಮೊದಲು ನೀವು ನಂಬಬೇಕು. 'ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದು ಸಾಧ್ಯವೇ?' ಎಂದು ಇತರರು ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕಿವಿಗೇ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಸಚಿನ್ ತಮ್ಮ ಹದಿನಾರನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಭಾರತ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಡಲು ಬಂದಾಗ, 'ಅತಿ ವೇಗವಾಗಿ ಚೆಂಡು ಬೀಸುವ ವೇಗದ ಬೌಲರ್‌ಗಳನ್ನು ಇವರು ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲರೇ?' ಎಂಬ ಸಂಶಯವನ್ನು ಹಲವರು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದುಂಟು. ತಮ್ಮ 40ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅವರು ಆಡಲು ಮೈದಾನಕ್ಕಿಳಿದಾಗ, 'ಇನ್ನೂ ಏಕೆ ರಿಟೈರ್ಡ್ ಆಗಲಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಕೇಳಿದವರೂ ಉಂಟು. ಈ ಎರಡೂ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಅವರು ತಮ್ಮ ಆಟದ ಮೂಲಕವೇ ಉತ್ತರ ನೀಡಿದರು. ಯೌವನದಲ್ಲಿ ವೇಗವಾಗಿ ಆಡಿದರು. ವಯಸ್ಸಾದ ಮೇಲೆ ಅನುಭವದ ಹಿರಿತನವನ್ನು ತೋರಿಸಿದರು. ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಹೀಗೆ ಎರಡರ ಮಿಶ್ರಣವಾಗಿ ಇರಬೇಕು.

● ನೀವು ಸುಂದರವಾಗಿಲ್ಲ, ಎತ್ತರವಾಗಿಲ್ಲ... ಎಂಬುದೆಲ್ಲ ಒಂದು ಸಂಗತಿಯೇ ಅಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಉನ್ನತವಾಗಿ ಮಾಡಿ ಹೆಸರು ಗಳಿಸಿದರೆ ಸಾಕು... ಹಲವಾರು ಜನರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ರೋಲ್ ಮಾಡೆಲ್ ಆಗಿ ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸೌಂದರ್ಯವೋ, ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೋ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನಮ್ಮನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡಲು ಕಾರಣವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮಾತ್ರವೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೇರಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ●



# ಬಿಳಿಗಾಲುಗಳಿಂದ ಗದ್ದವರು!



**ಒ**ಲಿಂಪಿಕ್‌ನ ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣವಾದ ಆಟ ಮ್ಯಾರಥಾನ್ ಓಟ. ಎರಡು ಗಂಟೆಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಆಯಾಸವಿಲ್ಲದೆ ಓಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. ಅಪಾರವಾದ ದೈಹಿಕ ಬಲ ಇದ್ದರೆ ಮಾತ್ರವೇ ಇದರಲ್ಲಿ ಜಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಬಡತನವೂ ಬರಗಾಲವೂ ತಾಂಡವವಾಡುವ ಆಫ್ರಿಕಾ ಖಂಡದ ಇಥಿಯೋಪಿಯಾ ದೇಶವು ಮ್ಯಾರಥಾನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮರೆಯಲಾಗದ ಒಬ್ಬ ಹೀರೋವನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಕಾಣಿಕೆಯಾಗಿ ನೀಡಿದೆ. ಅವರೇ ಅಬೇಬೆ ಬಿಕಿಲ.

ಇಥಿಯೋಪಿಯಾ ದೇಶದ ಅರಸನ ರಕ್ಷಣಾ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯ ಬಿಕಿಲ. ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನ ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದವನು ಇವನು. ಸೈನಿಕ ತರಬೇತಿದಾರರೊಬ್ಬರು ಯುವಕ ಬಿಕಿಲನೊಳಗಿದ್ದ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನ ಕನಸನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರು ಹಾಗೂ ಅವನೊಳಗಿದ್ದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸಾಧಕನನ್ನೂ ಅವರು ಗುರುತಿಸಿದರು.

ನಂತರ ಅವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಯಿತು. 1960ರಲ್ಲಿ ಇಟಲಿ ದೇಶದ ರೋಮ್ ನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಭಾಗವಹಿಸಲು ತೆರಳಿದರು. ತಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ತನಗೆ ಬೇಕಾದ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಶೂ ಕೊಳ್ಳಲು ಕೂಡ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಬಿಕಿಲ, ರೋಮ್‌ಗೆ ತೆರಳಿದ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಶೂಗಳನ್ನು ಕೊಂಡು ಧರಿಸಿ ಓಟದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು. ಆದರೆ ಆ ಶೂಗಳು ಅವರ ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲದ ಹೊಸ ಶೂಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ ಕಾರಣದಿಂದ ಅವರ ಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡವು. ಕಾಲನ್ನು ನೆಲಕ್ಕೆ ತಾಕಿಸಿದರೆ ಸಾಕು ನೋವು ಜೀವ ಹಿಂಡುತ್ತಿತ್ತು. ಬೇರೆ ದಾರಿಯಿಲ್ಲದೆ ಅವರು ಬರಿಗಾಲಿನಲ್ಲೇ ಓಡುವ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಯಿತು.

ಬಿಸಿಲು ಸುಡುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಸಾಯಂಕಾಲದ ಸಮಯ ಪದ್ಮ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಸ್ಪರ್ಧಾಳುಗಳೂ ಶೂ ಧರಿಸಿದ್ದರು. ಬಿಕಿಲ ಮಾತ್ರ ಬರಿಗಾಲಿನಲ್ಲಿ ನಿಂತಿದ್ದರು. ನೆಲಕ್ಕೆ ಕಾಲು ತಾಗಿಸಿದರೆ ಸುಡುತ್ತಿತ್ತು. 'ಶೂ ಧರಿಸದೆ ಓಡಿ, ಅದರಿಂದ ಕಾಲಿಗೆ ಗಾಯವಾಗಿ ಅರ್ಧದಲ್ಲೇ ನೀನು ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದು ಹೋಗುತ್ತೀಯೆ' ಎಂದು ಕೆಲವು ಆಟಗಾರರು ಅವರನ್ನು ಗೇಲಿ ಮಾಡಿ ನಕ್ಕರು. ಬಿಕಿಲ ಏನೂ ಹೇಳದೆ ದೃಢವಾಗಿ ನಿಂತುಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಎರಡು ಗಂಟೆ, ಹದಿನಾರು ನಿಮಿಷ, ಎರಡು

ಸೆಕೆಂಡ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಕಿಲಾ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಿ ಗೆಲುವನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದರು. ಇದು ಹೊಸ ದಾಖಲೆಯಾಗಿತ್ತು. ಹೊಸ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನ 64 ವರ್ಷಗಳ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಗೆದ್ದ ಆಫ್ರಿಕಾದ ಮೊದಲ ಆಟಗಾರ ಅವರಾಗಿದ್ದರು!

ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲೇ ಅದುವರೆಗೂ ಮ್ಯಾರಥಾನ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗಳಿಸಿದ್ದವರು, ಮುಂದಿನ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಅದನ್ನು ಗೆದ್ದ ಇತಿಹಾಸವಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮುಂದೆ 1964ರಲ್ಲಿ ಟೋಕಿಯೋದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲೂ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದ ಸಾಧನೆ ಇವರದ್ದು. ಈ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನಲ್ಲೂ ಅವರು ಚಿನ್ನ ಗೆಲ್ಲುವ ವಿಶ್ವಾಸದಲ್ಲೇ ಇದ್ದರು. ಸ್ಪರ್ಧೆ ಆರಂಭವಾಗುವ 40 ದಿನಗಳ ಮೊದಲು, ಅವರಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹರ್ನಿಯಾ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡಿತು. ವೈದ್ಯರು ಅವರ ಅವಸರವಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಿದರು. ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದ ಹೊಲಿಗೆಯನ್ನೂ ಬಿಚ್ಚಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗೇ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ವಿಮಾನವೇರಿದರು ಬಿಕಿಲ. ಟೋಕಿಯೋ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನ ಮೈದಾನದಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನಡೆದಾಡುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ ಹಲವರು, 'ಬಿಕಿಲಾ ಇನ್ನು ಅಷ್ಟೇ...!' ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಂಡರು.

ಆದರೆ, ಸ್ಪರ್ಧೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಕಠಿಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಹೊಸ ಮನುಷ್ಯರಾಗಿ ಬಂದು ನಿಂತಿದ್ದರು ಬಿಕಿಲಾ. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಶ್ವ ದಾಖಲೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದು ತೋರಿಸಿದರು. ಮ್ಯಾರಥಾನ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡನೆಯ ಬಾರಿಗೆ ಚಿನ್ನವನ್ನು ತನ್ನದಾಗಿಸಿಕೊಂಡ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಓಟಗಾರನೆಂಬ ಹೆಸರೂ ಇವರಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿತು.

ಅದರ ನಂತರ ನಡೆದ ಒಂದು ಕಾರು ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿ ಅವರು ಸೊಂಟದ ಕೆಳಗಿನ ಸ್ಪರ್ಷ ಕಳೆದುಕೊಂಡರು. ಗಾಲಿ ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತೇ ಓಡಾಡಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆಗೆ ಸಿಲುಕಿಕೊಂಡರು. ಆದರೆ ಆಗಲೂ ಅವರು ಸುಮ್ಮನಿರಲಿಲ್ಲ. ಕುಳಿತುಕೊಂಡೇ ಆಡಬಹುದಾದ ಮಂಜುಗಡ್ಡೆಯ ಜಾರು ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಅವರು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದರು. ಮನಸ್ಸಿನ ದೃಢತೆಗೆ ಮತ್ತೊಂದು ಹೆಸರೇ ಬಿಕಿಲ! ●



## ಎಚ್ಚರವಿರಲಿ ದಿಕ್ಕು ಬದಲಾಗಬಾರದು!

ನೀರಜ್ ಚೋಪ್ರಾ... ಕಳೆದ ಸಲ ಟೋಕಿಯೋದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಈಟಿ ಎಸೆಯುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಿ ತೋರಿಸಿ ಭಾರತಕ್ಕೆ ಪದಕ ಗೆದ್ದು ಕೊಟ್ಟವರು. ಭಾರತಕ್ಕೆ ಈ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ದೊರಕುವುದು ಅಪರೂಪ. ಹಿಂದೆಲ್ಲ ಭಾರತದ ಹಾಕಿ ತಂಡವು ಸಾಲಾಗಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದು ಹೆಮ್ಮೆಯಿಂದ ಬೀಗುತ್ತಿತ್ತು. ಕೆಲ ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಹಾಕಿಯಲ್ಲೂ ಯಾವ ಪದಕವೂ ದೊರಕದಾಯಿತು. ಕಳೆದ ಸಲ ಮಾತ್ರ ಕಂಚಿನ ಪದಕವನ್ನು ಹಾಕಿ ಆಟಗಾರರು ಪಡೆದುಕೊಂಡರು. ನಡುವೆ ತುಪಾಕಿ ಸುಡುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಅಭಿನವ್ ಬಿಂದ್ರಾ ಕೂಡ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದು ಬೀಗಿದ್ದರು.

ತುಂಬಾ ವರ್ಷಗಳ ಅಂತರದ ನಂತರ ಭಾರತಕ್ಕೆ ಚಿನ್ನ ತಂದುಕೊಟ್ಟವರು ನೀರಜ್ ಚೋಪ್ರಾ, ಬಹು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಭಾರತ ಗೆದ್ದಿದ್ದ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಅದಾಗಿತ್ತು.

ನೀರಜ್ ಚೋಪ್ರಾಹೇಗೆ ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು? ಅವರ ಗಮನ ದಿಕ್ಕು ತಪ್ಪಿಲ್ಲ ಎಂಬುದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ದಿನವೂ ಹಲವು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಅವರು ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡದೇ ಇದ್ದ ಉಳಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಅವರ ಚಿಂತನೆಯೆಲ್ಲವೂ ಈ ಆಟದ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕೊಠಡಿಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದಾಗ, ಊಟ ಮಾಡಲು ಹೋಗುವಾಗ ಕೂಡ ಅವರ ಕೈಗಳು ಬಿಲ್ಲಿನಿಂದ ಬಾಣ ಬಿಡುವ ಹಾಗೆಯೇ ಚಲಿಸುತ್ತಿದ್ದುವಂತೆ, ಅವರ ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲೂ ನೆನಪುಗಳಲ್ಲೂ ಜೀವದಲ್ಲೂ ಅದು ಬೆರೆತು ಹೋಗಿತ್ತು.

ಟೋಕಿಯೋದಲ್ಲಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಆರಂಭವಾಗುವ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳುಗಳ ಮೊದಲು ಅವರಿಗೆ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗಾಯವಾಯಿತು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಒಂದು ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಯಿತು. ಆದರೆ ತುಂಬಾ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ತರಬೇತಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದರಿಂದ ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಅವರು ಗುಣಮುಖರಾದರು. ಆ ಗಾಯ ತನ್ನ ಆಟದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಬಾಧಿಸದ ಹಾಗೆ ಅವರು ನೋಡಿಕೊಂಡರು.

ಟೋಕಿಯೋದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಕೊರೋನಾದ ಕಾರಣದಿಂದ ಹೆಚ್ಚೂಕಡಿಮೆ ಒಂದು ವರ್ಷ ಮುಂದೂಡಲ್ಪಟ್ಟಿತು.

ಕೊರೋನಾದ ದಿಗ್ಗಂಧನಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲೂ ಆಗಿಲ್ಲ. ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಮೈದಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗದೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಕಣಕ್ಕೆ ಬರುವುದು ತುಂಬಾ ಸವಾಲಿನ ಕೆಲಸ.

ಆದರೆ, ಈ ಎಲ್ಲಾ ಮಾನಸಿಕ ತಡೆಗಳನ್ನೂ ದಾಟಿ ಸಾಧಿಸಿ ತೋರಿಸಿದರು ಚೋಪ್ರಾ. ಅವರಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿ ಇತ್ತು. 'ಈ ಗಾಯವೆಲ್ಲ ಏನೂ ಅಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ' ಎಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸಿದರು. ಇದೇ ಅವರಿಗೆ ಅಪಾರ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡಿದ ವಿಷಯವಾಗಿತ್ತು. 'ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಲೀ, ತರಬೇತಿಯಾಗಲೀ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೇನಂತೆ? ನನ್ನಿಂದ ಖಂಡಿತಾ ಸಾಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ' ಎನ್ನುವ ದೃಢ ನಿರ್ಧಾರ ಅವರಲ್ಲಿ ತಲೆದೋರಿದ್ದೂ ಇದೇ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಆಗಿತ್ತು.

ಭಾರತದ ಹಲವಾರು ಆಟಗಾರರು ತುಂಬಾ ಸಮರ್ಥರು. ಆದರೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ನಂತರ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತಿನ ಅತಿಶ್ರೇಷ್ಠ ಆಟಗಾರರೊಂದಿಗೆ ಸ್ಪರ್ಧಿಸುವಾಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬೆದರಿಕೆ ತಲೆದೋರುತ್ತದೆ. ಆ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ನೂಲೆಳೆಯ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಅವರು ಗೆಲುವನ್ನು ಕೈಚಾರಿ ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ನೀರಜ್ ಚೋಪ್ರಾ ಈ ಮೊದಲೇ ಜ್ಯೂನಿಯರ್ ವಿಶ್ವಕಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನ ಗಳಿಸಿದ್ದವರು. ಅಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದ ಹಲವಾರು ಆಟಗಾರರೇ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ಗೂ ಆಗಮಿಸಿದ್ದರು. 'ಅವರೊಂದಿಗೆ ಹೋರಾಡುವ ಇನ್ನೊಂದು ಅವಕಾಶ' ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದ ಚೋಪ್ರಾ ಶಾಂತವಾಗಿದ್ದರು.

ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಭಾರತಕ್ಕಾಗಿ ಪದಕ ಗೆಲ್ಲಲೇ ಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಒತ್ತಡ ಇದ್ದಾಗಲೂ ತಡವರಿಸಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಯಾವುದನ್ನೂ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದೆ ತನ್ನ ಈಟಿ ಎಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ ಚುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಕಡೆಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ನೀರಜ್ ಗಮನ ಹರಿಸಿದ್ದರು. ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದಾಗ ಕೂಡ ಅವರು ಇತರರ ಹಾಗೆ ಕೂಗಿ ಜಿಗಿದು ಆರ್ಭಟ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಶಾಂತವಾಗಿಯೇ ಈ ಗೆಲುವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದರು.

ಗಮನ ಚೆದುರಿದ ಗುರಿಯ ಕಡೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಲಕ್ಷ್ಯ ಇದ್ದರೆ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಗೆಲ್ಲಬಹುದು ಎಂಬುದು ನೀರಜ್ ಚೋಪ್ರಾ ಅವರ ಗೆಲುವು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುವ ಪಾಠ.

## ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲ ನಾಧನ!

ಹಲವಾರು ಜನರು ತಮ್ಮ 72ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಈಸಿ ಚೇರಿನಲ್ಲಿ ಒರಗಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಹಳೆಯ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಮೆಲುಕು ಹಾಕುತ್ತಾ ಸುಮ್ಮನೆ ಕುಳಿತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸ್ಟೀಡನ್ ದೇಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಆಸ್ಟರ್ ಸ್ಟಾನ್ ಅವರು ಆ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಗೆದ್ದು, ಸಾಧನೆಗೆ ವಯಸ್ಸು ತಡೆಯಲ್ಲ ಎಂದು ಜಗತ್ತಿಗೆ ತೋರಿಸಿದರು. ಮೂರು ಚಿನ್ನ, ಒಂದು ಬೆಳ್ಳಿ, ಎರಡು ಕಂಚು ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ಆರು ಪದಕಗಳನ್ನು ತುಪಾಕಿ ಸುಡುವ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಅವರು ಗೆದ್ದು ತಮ್ಮ ಮಡಿಲಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡರು. 1908ನೇ ವರ್ಷ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಾಗ ಅವರಿಗೆ 60 ವರ್ಷಗಳು. ಆಗ ಅವರು ಗೆದ್ದದ್ದು ಒಟ್ಟು ಮೂರು ಪದಕಗಳನ್ನು.

1912ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಇನ್ನೊಂದು ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವರು ಒಂದು ಚಿನ್ನವನ್ನೂ, ಒಂದು ಕಂಚನ್ನೂ ಪಡೆದುಕೊಂಡರು ತಮ್ಮ 64ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ! 'ಹೆಚ್ಚು ವಯಸ್ಸಾದ ಮೇಲೆ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿ' ಎಂಬ ದಾಖಲೆಯನ್ನೂ ಅವರು ನಿರ್ಮಿಸಿದರು. ಮುಂದೆ 1920ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಮತ್ತೊಂದು ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ನಲ್ಲೂ ಅವರು ಭಾಗವಹಿಸಿ ಬೆಳ್ಳಿ ಪದಕವನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಂಡರು. ಆಗ ಅವರಿಗೆ ವಯಸ್ಸು 72. ತುಂಬಾ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಪದಕ ಗೆದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇವರು ಎಂಬ ಇನ್ನೊಂದು ದಾಖಲೆಯನ್ನೂ ಅವರು ಆಗ ನಿರ್ಮಿಸಿದರು. ಈ ಎರಡೂ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಇದುವರೆಗೂ ಬೇರಾರೂ ಮುರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಎನ್ನುವುದು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಸಮಯ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೇ ನಿರೂಪಿಸಿ ತೋರಿಸಿದವರು ಸ್ಟಾನ್.



## ಕಳೆದುಕೊಂಡದ್ದರಿಂದ ಗುರಿಯನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡ!

ತನ್ನ 11ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೈಲು ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಒಂದು ಕಾಲನ್ನು ಮಂಡಿಯ ಕೆಳಗಿನವರೆಗೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡವರು, ಹಂಗೇರಿ ದೇಶದ ಆಲಿವರ್ ಹಲಾಸಿ. ಆದರೂ ಅವರು ಧೃತಿಗೆಡಲಿಲ್ಲ. ಆ ಕಾಲಿನಿಟ್ಟುಕೊಂಡೇ ಈಜುವ ತರಬೇತಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು. ನೀರಿನೊಳಗೆ ಅವರಿಗೆ ಯಾರ ಸಹಾಯದ ಅಗತ್ಯವೂ ಬೇಕಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ದಡಕ್ಕೆ ಬಂದರೆ ಮಾತ್ರ ಅವರನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಯಾರದಾದರೂ ಸಹಾಯದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಅಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರು ವಾಟರ್ ಪೋಲೋ ಎನ್ನುವ ಆಟವನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಂಡು ಹಂಗೇರಿ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾನ ಗಿಟ್ಟಿಸಿದರು. 1938ರಿಂದ 1936ರವರೆಗೆ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಇವರ ತಂಡವು ಎರಡು ಚಿನ್ನವನ್ನೂ, ಒಂದು ಬೆಳ್ಳಿಯನ್ನೂ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿತು. ಈಜಿನಲ್ಲಿ ಯೂರೋಪ್‌ನ ಚಾಂಪಿಯನ್ ಎಂಬ ಬಿರುದನ್ನೂ ಇವರ ತಂಡ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿತು. ಕಾಲನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡರೂ ತಮ್ಮ ಗುರಿಯಲ್ಲಿ ಜಯವನ್ನು ಗಳಿಸಿದವರು ಇವರು.

## ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಮೈದಾನಕ್ಕೆ ಬಂದವರು

1960ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆ ನಡೆದಾಗ, ಬಿಲ್ ರಾಯ್‌ಕ್ರಾಫ್ಟ್‌ಗೆ 45 ವರ್ಷಗಳು. ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ದೇಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಇವರು, ಕುದುರೆ ಸವಾರಿ ಮಾಡುವ ಈಕ್ವಿಸ್ಟಿಯನ್ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ತಂಡದ ಪರವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಅರ್ಹತಾ ಸುತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಕುದುರೆ ಬೆದರಿ ಒರಟಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತಳ್ಳಿ ಬಿಟ್ಟುದರಿಂದ, ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದು ಅವರಿಗೆ ಗಾಯವಾಯಿತು. ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಎಲುಬು ಮುರಿದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಲಾಯಿತು. ಮರುದಿನ ಅವರು ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸದೇ ಹೋದರೆ ಅವರ ತಂಡಕ್ಕೆ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವ ಅವಕಾಶವೇ ಇಲ್ಲದಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಬಿಲ್ ಯಾವುದರ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಚಿಂತಿಸದೆ ಮರುದಿನ ಗಾಯವಾಗಿದ್ದ ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಕಟ್ಟು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಂದು ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಅದೇ ಕುದುರೆಯನ್ನೇ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ತನ್ನ ದೇಶಕ್ಕೆ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಅದರ ನಂತರವೂ ಅವರು ಇನ್ನೂ ಎರಡು ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಚಿನ ಪದಕವನ್ನು ಗಳಿಸಿದರು. ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಇವರನ್ನು ಉತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿ ಹೇಳಬಹುದು.



## ಕನಸನ್ನು ತಡೆಯಲು ನಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ!

ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ ಜಿಮ್ಮಾಸ್ಪಿಕ್ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದವರು ಅಮೇರಿಕದ ಜಾರ್ಜ್ ಲೂಯಿಸ್ ಎಯ್ಸರ್. ಸಾಮಾನ್ಯ ಕುಟುಂಬವೊಂದರಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿ, ಒಂದು ನಿರ್ಮಾಣ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಂದು ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿ ತಮ್ಮ ಎಡಗಾಲನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಯಿತು. ಆದರೆ ಅವರ ಆಸಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಕಡಿಮೆಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ಕೃತಕ ಕಾಲನ್ನು ಜೋಡಿಸಿಕೊಂಡು ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. 1904ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಒಂದೇ ದಿನ ಮೂರು ಚಿನ್ನ, ಎರಡು ಬೆಳ್ಳಿ, ಒಂದು ಕಂಚು ಒಟ್ಟು ಆರು ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿದರು.

ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಕುದುರೆಯನ್ನು ದಾಟಿಕೊಂಡು ಹಾರಿ ಜಿಗಿಯಬೇಕು. ಕೃತಕ ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅವರು ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇ ದೊಡ್ಡ ಆಶ್ಚರ್ಯ. ಕೃತಕ ಕಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಮೊದಲ ಆಟಗಾರ ಇವರಾಗಿದ್ದರು. ಅಪಘಾತವೂ, ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಯಾವುದೂ ಅವರ ಕನಸನ್ನು ತಡೆಯಲಿಲ್ಲ.



## ತುಪಾಕಿಗೆ ಬೆದರದವರು!

ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾದ ಮ್ಯಾರಥಾನ್ ಆಟಗಾರ ಜೋಡಿಯಾ ತಗ್‌ವಾನೇ. ಓದಿನ ಗಂಧ ಕೂಡ ಇಲ್ಲದ ಅವರು, ಕಲ್ಲಿದ್ದಲು ಕಾರ್ಖಾನೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದರೊಂದಿಗೆ ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಟ್ಯಾಕ್ಸಿಡ್ರೈವರ್ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. 1996ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅವರು ಬಯಸಿದರು. ಆದರೆ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ ಇನ್ನು ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳುಗಳು ಮಾತ್ರ ಇದೆ ಎನ್ನುವಾಗ ದಾರಿಹೋಕರು ಇವರನ್ನು ಅಡ್ಡಗಟ್ಟಿ ಗುಂಡು ಹೊಡೆದು ಬಿಟ್ಟರು. ಅವರ ದಾಡೆಯಲ್ಲಿ ಗುಂಡು ಹಾಯ್ದು ತೀವ್ರಗಾಯವಾಯಿತು. ಮುಂದಿನ ಎರಡೂ ಹಲ್ಲುಗಳು ಮುರಿದು ಹೋದವು. ಬೆನ್ನಿನಲ್ಲೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಗಾಯವಾಗಿತ್ತು. 'ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಅಗತ್ಯ' ಎಂದು ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳು ಹೇಳಿಬಿಟ್ಟರು. ಆದರೆ, ದೃಢ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಇದ್ದ ಜೋಡಿಯಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಎದ್ದು, ನೋವಿನ ನಡುವೆಯೇ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಕಣಕ್ಕೆ ಬಂದರು. ಭಾಗವಹಿಸಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನೂ ಗೆದ್ದರು. ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾದ ಕಪ್ಪು ವರ್ಣೀಯರಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದವರು ಎಂಬ ಹೆಗ್ಗಳಿಕೆ ಇವರದು!



## ಕಾರಣ ಹುಡುಕದೇ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಹುಡುಕಾಡಿ!

ಲಾಂಗ್ ಜಂಪ್, ಈಟಿ ಎಸೆತ, ಗುಂಡು ಎಸೆತ, ಓಟ ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಬೆರೆತಿರುವ ಆಟಗಳು ಪೆಂಟಾತ್ಲಾನ್ ಮತ್ತು ಡೆಕಾತ್ಲಾನ್‌ಗಳು. 1912ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಎರಡೂ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲೂ ಚಿನ್ನ ಗೆದ್ದ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದವರು ಜಿಮ್ ತೋರ್ಬೆ. ಅಮೇರಿಕ ದೇಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಇವರು ಮಾಡಿರುವ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಹಲವು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಯಾರೂ ಮುರಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ.

ಸ್ಪರ್ಧೆ ನಡೆಯುವ ದಿನದಂದು ಜಿಮ್ ತೋರ್ಬೆನ ಶೂಗಳು ಕಾಣಲಿಲ್ಲ. ಯಾರೋ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಇದರಿಂದ ಜಿಮ್ ಎದೆಗುಂದಲಿಲ್ಲ. ಅಸಹಾಯಕತೆಯಿಂದ ತವಕಿಸಲೂ ಇಲ್ಲ. ಅಲ್ಲೇ ಇದ್ದ ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಾಡಿ ಯಾವುದೋ ಎರಡು ಹಳೆಯ ಶೂಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಇವರಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಹೊಂದುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಇನ್ನೊಂದು ಶೂ ಇವರಿಗೆ ತುಂಬಾ ದೊಡ್ಡದಾಗಿತ್ತು. ಹೆಚ್ಚುವರಿಯಾಗಿ ಸಾಕ್‌ಗಳನ್ನು ಏರಿಸಿಕೊಂಡು ಆ ಶೂ ಧರಿಸಿ ಹೊರಟರು. ದೃಢ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದರು!





## ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಡುವಂತೆಯೇ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವೂ ಓದಬಹುದು!

**ಶಾ**ಲೆ ಮತ್ತು ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವೂ, ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕಾಗಿ ಬರೆಯುವ ನೀಟ್ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವೂ, ಕೆಲಸದ ಅವಕಾಶಗಳಿಗಾಗಿ ಬರೆಯುವ ಕೆಪಿಎಸ್‌ಸಿ ಯಂತಹ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವೂ... ಯಾವುದೇ ಆಗಿರಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪಠ್ಯಕ್ರಮಗಳೂ ಕ್ರಮವಾದ ಸಿದ್ಧತೆಯೂ, ಪರಿಶ್ರಮವೂ ಇರಬೇಕು. ಪಠ್ಯಕ್ರಮ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿನಿಮಗ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನೂ, ಉತ್ಸಾಹವನ್ನೂ ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಆತಂಕವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಬಾರದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

### ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ

‘ಯಾವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪಠ್ಯಕ್ರಮ ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ?’ ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ನೀವೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣದ ಅವಕಾಶ ಗಳಿಸುವುದಕ್ಕೂ, ಕೆಲಸ ಗಿಟ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೂ, ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬ ಕಾರಣಕ್ಕೂ? ಹೀಗೆ ಹಲವು ಕಾರಣಗಳು ಇರಬಹುದು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾದ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕಿಟ್ಟುಬಿಡಿ. ‘ನಾನು ಓದಿದರೆ ಮಾತ್ರವೇ ನನ್ನ ತಂದೆತಾಯಿ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಕಾಪಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ’, ‘ನಾನು ಯಾರೆಂದು ನಿರೂಪಿಸಿ ತೋರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ಓದಬೇಕು’... ಇತ್ಯಾದಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಮರೆತು ಬಿಡಿ. ಇವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಮತ್ತಷ್ಟು ಆತಂಕಕ್ಕೀಡು ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಿಶ್ಚಕ್ರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಪಠ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿ ತುಂಬಾ ಓದಿ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರೆಯಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗಲೇ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟುಗಳು ನಿಮ್ಮಿಂದ ದೂರವಾಗಿ, ಜ್ಞಾನದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಬರೆಯಲು ನೀವು ಮುಂದಾಗುವಿರಿ.

### ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿ

ನೀವು ಎಲ್ಲಿದ್ದೀರಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನಕ್ಕೊಳಪಡಿಸಿ. ಎಷ್ಟು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಓದಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ? ಅರ್ಥವಾದುದರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಓದಿ ಮುಗಿಸಿದ್ದೀರಿ? ಶೇಕಡಾ 50ರಷ್ಟು ಓದಿರುವ ಪಾಠಗಳು ಎಷ್ಟು? ಏನೂ ಓದದೇ ಬಿಟ್ಟಿರುವ ಪಾಠಗಳು ಎಷ್ಟು? ಹೀಗೆ ನಿಮ್ಮ ಓದನ್ನು ನೀವೇ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಪನ ಮಾಡುವಾಗ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ನಿಮಗೇ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

### ಗುರಿಯನ್ನು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ

ಹೀಗೆ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ‘ಯಾವ ಕಾರಣದಿಂದ ನೀವು ಈ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ?’ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ‘ನಾನು ಶೇಕಡಾ ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಅಂಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸುತ್ತೇನೆ’, ‘ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಿಮೆ ಓದಿದ್ದೇನೆ, ಇನ್ನೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಳಿದಿರುವ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟು ದಿನಗಳೊಳಗೆ ಓದಿ ಮುಗಿಸಬೇಕು’... ಹೀಗೆಲ್ಲ ನಿರ್ಣಯಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೇ ಹಲವರು ತಡವರಿಸಿ ಹೋಗುವುದು. ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವೇ ಸ್ವಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ, ತಮ್ಮ ಗುರಿ ಯಾವುದು ಎಂಬುದೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಯದೆ, ತಮ್ಮ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಪೋಷಕರೂ, ಶಿಕ್ಷಕರೂ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವ ನಿರೀಕ್ಷೆಯನ್ನೂ ಕನಸನ್ನೂ ತಾವು ಹೊತ್ತುಕೊಂಡು ಒದ್ದಾಡಿ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವುದನ್ನು ಮಾಡಲು, ಮೊದಲು ಗುರಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಮುಖ್ಯ.

## ಸ್ವಷ್ಟವಾಗಿ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಿ

ಗುರಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಸ್ವಷ್ಟವಾಗಿ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೋಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಗುಣಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಅದನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ. ಶೇಕಡಾ ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಗಳಿಸಲು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಯೋಜಿಸಿ. ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಗರಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ಕಟ್ ಆಫ್ ಗಳಿಸಲು ಹೇಗೆ ಓದಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುವ ಪಾಠಗಳಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯವನ್ನೂ, ಸರಿಯಾಗಿ ಸ್ವಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗದಿರುವ ಪಾಠಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನೂ ಮೀಸಲಿಡಿ.

### ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಓದಿ


ಪಾಠಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಓದಿ. ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಒಟ್ಟು ಪಾಠವನ್ನೂ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಒಂದು ಪುಟದಲ್ಲಿ ಬರೆಯಿರಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ರಸಾಯನ ಶಾಸ್ತ್ರದ 'ರಾಸಾಯನಿಕ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ'ಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪಾಠವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, 'ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಬಗೆಗಳು ಯಾವುವು?', 'ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಯಾವುವು?' ಎಂಬಂತೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಇಡೀ ಪಾಠವನ್ನೇ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೊಳಗೆ ಅಡಗಿಸಿಡಬಹುದು. ನೀವು ಓದುವ ಪಾಠದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಮದಚೆಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ನಂತರ ಒಂದೊಂದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಓದಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತರಗಳನ್ನೂ ಓದಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಒಂದೊಂದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಉತ್ತರವನ್ನೂ ಓದಿದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಮುಂದೆ ಟಿಪ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ನಿಮಗೇ ಪಾಠದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರವನ್ನು ಬರೆಯಲೇಬೇಕೆಂದೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಜೋರಾಗಿ ಹೇಳಿದರೂ ಸಾಕು. ಆದರೆ ಡೆಫಿನಿಷನ್, ಫಾರ್ಮುಲಾ, ಡಿರೈವೇಷನ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಬರೆಯಲೇ ಬೇಕು. 'ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಓದುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ತುಂಬಾ ಹೊತ್ತು ಒಂದೇ ಪುಸ್ತಕದೊಳಗೆ ಮುಳುಗಿರಬೇಡಿ. ವೇಗವಾಗಿ ಓದಿ ಮುಗಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಅರ್ಥಂಬರ್ಥ ಓದುವುದೂ ಸರಿಯಲ್ಲ. ಸಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಓದಬೇಕು.

### ಹಿಂದಿರುಗಿ ನೋಡಬೇಡಿ

'ಓದಿದ ಪಾಠಗಳೆಲ್ಲವೂ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತವೆಯೋ, ಬರುವುದಿಲ್ಲವೋ' ಎಂದುಕೊಂಡು ಓದಿದ್ದನ್ನೇ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಓದಿ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದಿರಿ. 'ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಮಟ್ಟಿಗೂ ಸಮಯವನ್ನೂ ಹಾಳು ಮಾಡದೆ ಪೂರ್ಣ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಓದುತ್ತೇನೆ. ಆದುದರಿಂದ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನನಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ನಾನು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರೆಯುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ನಿಮಗೆ ನೀವೇ ಪದೇಪದೇ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದು ನಿಮಗೆ ಅಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಫಲವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಇರಿ. ಗೆಳೆಯರು, ಪೋಷಕರು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಎಲ್ಲರೂ ನಿಮಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತಾರೆ.

### ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಅಗತ್ಯ

ನಿದ್ರೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡು, ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಡಿಸಿಕೊಂಡು ಓದಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಓದನ್ನೇ ಕೆಡಿಸಬಹುದು. ಕ್ರಿಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ 50 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ 70 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ಸಮರ್ಥವಾದ ತಂಡ ತುಂಬಾ ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಆಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಬಾಲ್‌ಗೆ ಒಂದು ರನ್ ಎಂದು ನಿರಾತಂಕವಾಗಿ ಆಡುತ್ತಾರೆ. 20 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ 20 ರನ್‌ಗಳು ದೊರಕುತ್ತವೆ. ಈಗ 30 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ 50 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈಗ 5 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡೆರಡಾಗಿ 10 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಉಳಿದ 25 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ 40 ರನ್ ತೆಗೆಯಬೇಕು. ನಾಲ್ಕು ಬೌಂಡರಿಗಳು... ಥಟ್ಟನೆ ಎರಡು ಸಿಕ್ಸರ್‌ಗಳು... ನಡುವೆ ಎರಡು ಚೆಂಡುಗಳನ್ನು ಸುಮ್ಮನೆ ಬಿಟ್ಟರೂ ಕೂಡ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. 9 ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ 12 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು. ಇದು ಸುಲಭವಾದ ಕೆಲಸವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಲೆಕ್ಕವೇ, ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಓದುವಾಗಲೂ! ಎಲ್ಲಾ ಬಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲೂ ಸಿಕ್ಸರ್, ಬೌಂಡರಿ ಹೊಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಲ್ಲಾ ದಿನವೂ 15 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ನೀವು ಒಂದು ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಮ್ಯಾಚ್ ಅನ್ನು ಆಡುತ್ತಿರುವುದಾಗಿ ಭಾವಿಸಿ ಯಾವ ಆತಂಕವೂ ಇಲ್ಲದೆ ಓದಿರಿ. ಪರೀಕ್ಷೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅಸಾಧ್ಯ ಬಲ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಸುಲಭವಾಗಿ ನೀವು ಸಾಧಿಸಿ ಬಿಡುವಿರಿ. ●



# ಬಿಳುಪು

ಭಾವನೆಗಳು

**ಸಂಚಿಕೆ 7 ಸಂಪುಟ 4**  
**ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2024**

---

ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರು  
**ಕೆ.ಆರ್. ನಾಗರಾಜನ್**

---

ಲೇಖಕರು  
**ತ.ಸಿ. ಜ್ಞಾನವೇಲ್**

---

ಗೌರವ ಸಂಪಾದಕರು ಮತ್ತು  
ಕನ್ನಡಾನುವಾದ  
**ಡಾ. ತಮಿಳು ಸೆಲ್ವಿ**  
ಎಂ.ಎ., ಪಿಎಚ್.ಡಿ., ಡಿ.ಲಿಟ್.,  
ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು  
ಕನ್ನಡ ವಿಭಾಗ  
ಮದ್ರಾಸ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಚೆನ್ನೈ.

---

ರಚನೆ ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸ  
ತರು ಮೀಡಿಯಾ (ಪ್ರೈ) ಲಿ.,  
10/55, ರಾಜು ಸ್ಟ್ರೀಟ್  
ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಳಂ  
ಚೆನ್ನೈ 600 033

---

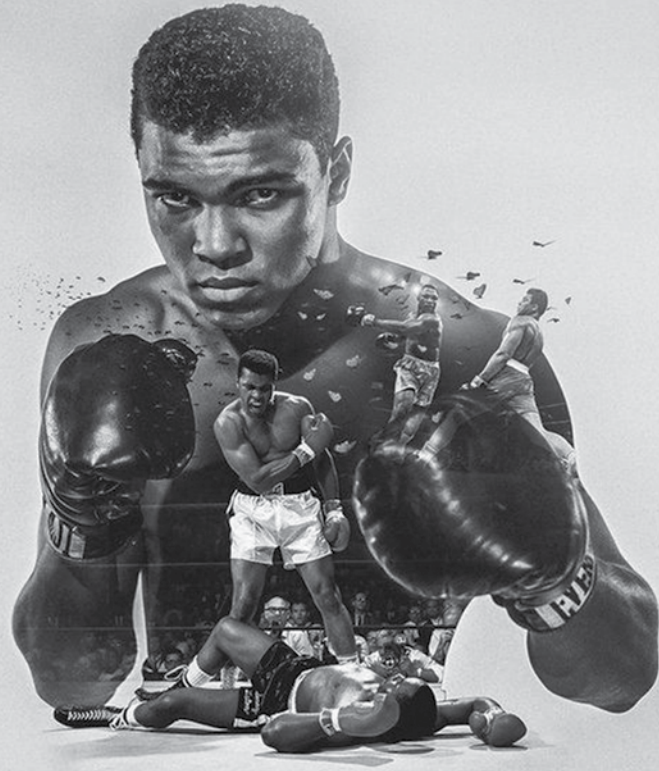
ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ  
ಭಾಗವನ್ನಾಗಲೀ ವಿಷಯಗಳನ್ನಾಗಲೀ  
ಸಂಪಾದಕರ ಲಿಖಿತ ಪೂರ್ವ  
ಅನುಮತಿ ಪಡೆಯದೆ ಮರುಪ್ರಕಟಣೆ  
ಮಾಡುವುದಾಗಲೀ, ಅಂತರಜಾಲ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ  
ಪುನರಾವಲಿಪಿಸುವುದಾಗಲೀ ಮಾಹಿತಿ ಹಕ್ಕು  
ಕಾನೂನು ಬಾಹಿರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

---

Published by  
K.R. NAGARAJAN,  
Published from  
10, Sengunthapuram, Mangalam Road,  
TIRUPUR - 641 604.  
Ph: 0421-4304106

# ಮಹಮದ್ ಆಲಿಯ

## ಜೀವನ ತಿಳಿಸುವ ಪಾಠಗಳು!



ವಿಶ್ವಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಗಳಿಸುವುದು ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಜನರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ದೊರಕುವ ಅದೃಷ್ಟ. ಜಗತ್ತಿನ ಅತ್ಯಂತ ಚಿಕ್ಕ ರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಅತೀ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನಿಗೂ ಕೂಡ ಪರಿಚಯವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಹಮದ್ ಆಲಿ. ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯದ ಆಟಗಾರನಾಗಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಅತ್ಯಂತ ಉನ್ನತವಾದ ಮನುಷ್ಯತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿಯೂ, ತನ್ನ ವರ್ಣದ ಜನರ ಬಿಡುಗಡೆಗಾಗಿ ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯದ ವೇದಿಕೆಯಾಚೆಗೂ ಹಲವು ಹೋರಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಹೋರಾಡಿದ ಹೋರಾಟಗಾರನಾಗಿ, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸುವ ಭಾಷಣಕಾರನಾಗಿ ಹೆಸರು ಗಳಿಸಿರುವ ಅವರನ್ನು ರೋಲ್ ಮಾಡೆಲ್ ಆಗಿ ಭಾವಿಸಿರುವವರು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಂದಿ. ತನ್ನ ಜೀವನದ ಮೂಲಕವೂ ಮೂತುಗಳ ಮೂಲಕವೂ ಅವರು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಿರುವ ಕೆಲವು ಪಾಠಗಳು ಇದೋ ಇಲ್ಲಿ ನಿಮಗಾಗಿ...

- ಮಹಮದ್ ಆಲಿಯ ಮಲ್ಲಯುದ್ಧದ ಶೈಲಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದುದು. ವೇದಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಮುಂದೆ ಚಲಿಸುವುದು ಒಂದು ನಾಟ್ಯದ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿ ಗುದ್ದುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಎತ್ತಿ ಎತ್ತಿ ಬೀಸಿ ಬೀಸಿ ಆಯಾಸಗೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ಅವರು ಆಟ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಂತರ ಕೆಲವೇ ಹೊಡೆತಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿಯನ್ನು ಕೆಳಗುರುಳಿಸಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಬಹುಪಾಲು ಗೆಲುವುಗಳು 'ನಾಕ್ ಔಟ್'ಗಳೇ! 'ಬಣ್ಣದಚಿಟಿ-ಯ ಹಾಗೆ ಹಾರು, ಜೇನೋಣದಂತೆ ಕುಟುಕು' ಎನ್ನುವುದು ಅವರ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ ಉಕ್ತಿ. ಅವರ ಯಶಸ್ಸಿನ ಮಂತ್ರ, 'ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ ನೋಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದುದನ್ನು ಕೈಗಳಿಂದ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ!' ಎನ್ನುವುದೇ ಆಗಿದೆ.

ಕೆಲವರಿಗೆ ತಾವು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬಾ ಕೀಳರಿಮೆಯೂ ಅಪರಾಧಿ ಭಾವವೂ ಇರುತ್ತದೆ. 'ಹೊಡೆಯುವುದೇ ತನ್ನ ಕೆಲಸ'ವಾಗಿದ್ದರೂ, ಅದರಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಯಾವ ಹಿಂಜರಿಕೆಯೂ ಇದ್ದುದಿಲ್ಲ. 'ಇದೂ ಕೂಡ ಒಂದು ಕೆಲಸ. ಹುಲ್ಲು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ, ಹಕ್ಕಿಗಳು ಹಾರುತ್ತವೆ. ಅಲೆಗಳು ಆಯಾಸವೇ ಇಲ್ಲದೆ ದಡ-ಕ್ಕೆ ಅಪ್ಪಳಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಾನು ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಹೊಡೆಯುವುದು ನನ್ನ ಕೆಲಸ. ನೀವು ಮಾಡುವುದು ಸರಿಯೇ, ತಪ್ಪೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ತೀರ್ಮಾನಿಸಬೇಡಿ. ಅದರ ಗುರಿಯನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ನಿರ್ಧರಿಸಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆಲಿ.

- 18ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ರೋಮ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವರು ಭಾಗವಹಿಸಿದಾಗ ಆಲಿಗೆ ಹಾಲುಗೆನ್ನೆಯೂ ಬದಲಾಗದ ಮಗುವಿನಂತಹ ಮುಖ ಇತ್ತು. 'ಹೊಡೆತವನ್ನು ಇವನು ತಾಳಬಲ್ಲನೇ?' ಎಂದು ಹೆದರಿಕೊಂಡಿದ್ದವರನ್ನು ಆಶ್ಚರ್ಯಕ್ಕೀಡು ಮಾಡಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಕೊರಳಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಆಲಿ. "ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲದ ವಿಷಯ ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. 'ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ' ಎನ್ನುವುದು ಚಿಕ್ಕ ಮನುಷ್ಯರು ಇತರರ ಮೇಲೆ ಬೀಸುವ ಅತಿದೊಡ್ಡ ಮಾತು" ಎಂದು ಆ ಯಶಸ್ಸಿನ ನಂತರ ಹೇಳಿದರು.

- ಅಮೇರಿಕಾ ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಗೆದ್ದು ಮಹಮದ್ ಆಲಿ ಊರಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಸ್ವಾಗತ ಕಾದಿತ್ತು. ಆದರೆ ಕಷ್ಟ ವರ್ಣಿಯರಾದ ಅವರಿಂದ, ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಊರಾದ ಲೂಯಿಸ್ ವಿಲ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯರೊಂದಿಗೆ ಸಮಾನವಾಗಿ ಒಂದು ಹೋಟೆಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಊಟ ಮಾಡಲೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅಮೇರಿಕಾ ದೇಶಕ್ಕೇ ಹೆಮ್ಮೆ ತಂದುಕೊಟ್ಟ ಅವರಿಗೆ ಊಟ ಬಡಿಸಲು ಸಾಮಾನ್ಯ ಸರ್ವರ್‌ಗಳು ಕೂಡ ನಿರಾಕರಿಸಿಬಿಟ್ಟರು. ಕೋಪದಿಂದ ಅವರು ತನ್ನ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಪದಕವನ್ನು ನೀರಿಗೆಸೆದುಬಿಟ್ಟರು. 'ಎಷ್ಟೊಂದು ಬೆಲೆಯುಳ್ಳದ್ದೇ ಆಗಿದ್ದರೂ, ನನಗೆ ಗೌರವವನ್ನು ತಂದುಕೊಡದ



ವಸ್ತು ನನಗೆ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು.

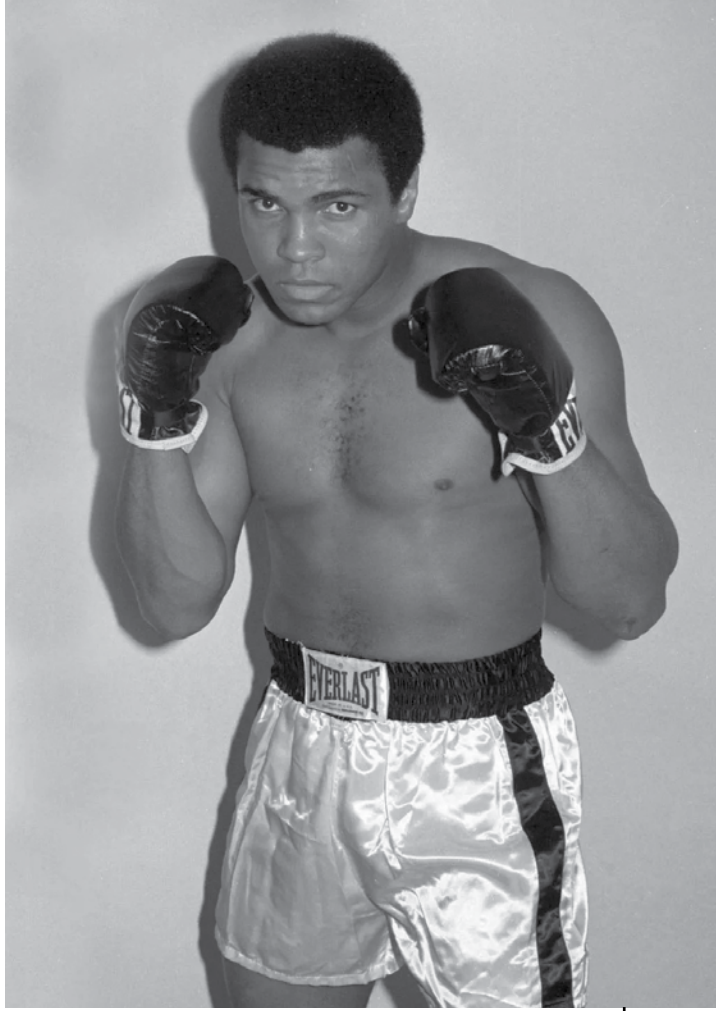
● ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್ ಪದಕ ಗೆದ್ದ ನಂತರ ಆಲಿ 61 ಪಂದ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ 56 ಪಂದ್ಯಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದರು. ತಮ್ಮ 22ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ಛಾಂಪಿಯನ್ ಪಟ್ಟವನ್ನು ಅವರು ಗಳಿಸಿದರು. 'ನಾನು ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಛಾಂಪಿಯನ್ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ ನನ್ನಂತಹ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಗಳಿಸಿರುವ ವೀರ ಮನುಷ್ಯ ಬೇರಾರೂ ಇಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಇನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಜಗತ್ತು ಬೇಗನೆ ಅವರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಅದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿತು.

● ವಿಂಯಿಟ್ಸಾಂ ದೇಶದ ಮೇಲೆ ಅಮೇರಿಕ ಯುದ್ಧ ಸಾರಿದ್ದ ಸಮಯ ಅದು. ಎಲ್ಲರೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಸೈನ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ನಿಯಮ ಜಾರಿಯಾಗಿತ್ತು ಆಗ ಅಮೇರಿಕದಲ್ಲಿ ಮಹಮದ್ ಆಲಿ ಅದನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಿದರು. 'ಈ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಕೆಟ್ಟ ಯುದ್ಧ ಮುಗಿಯಬೇಕು. ನ್ಯಾಯಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ತಮ್ಮ ಬಿಡುಗಡೆಗಾಗಿಯೂ, ಸಮಾನ ಹಕ್ಕಿಗಾಗಿಯೂ ಹೋರಾಡುವ ವಿಂಯಿಟ್ಸಾಂ ಜನರನ್ನು ಗುಲಾಮರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಹುನ್ನಾರದ ಈ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ನಾನು ಹೋಗಲಾರೆ. ಇದರಿಂದ ನಾನು ಹಲವು ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದೀತು, ಸೆರೆವಾಸವನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು, ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ನಾನು ನಂಬುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ನಿರ್ಧಾರ ದೃಢವಾಗಿರುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರ ವಿಶ್ವ ಛಾಂಪಿಯನ್ ಪಟ್ಟವನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು, ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಸೆರೆವಾಸವನ್ನು ವಿಧಿಸಲಾಯಿತು. ಅವರು ಹೊರ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಛಾಂಪಿಯನ್ ಆದರು.

● ಆಲಿ ತಮ್ಮ 32ನೇ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಸೋಲನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು. ಅವರನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಬೀಳಿಸಿದವರ ಹೆಸರು ಜೋ ಫ್ಲೇಜರ್. ಆದರೆ ಫ್ಲೇಜರ್ ಮೇಲೆ ಆಲಿಗೆ ಎಳ್ಳಷ್ಟೂ ಬೇಸರವೋ ದ್ವೇಷ ಭಾವವೋ ಇರಲಿಲ್ಲ. 'ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಇದುವರೆಗೂ ಹೋರಾಡಿದ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಿ ನನ್ನ ಜೊತೆ ಕುಸ್ತಿ ಮಾಡಿದರು. ಆದರೆ ಫ್ಲೇಜರ್ ಮಾತ್ರವೇ ನಾನು ನನ್ನ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊರಗೆ ತೋರಿಸಲು ಕಾರಣರಾಗಿದ್ದರು. ದೇವರು ಅವರನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಲಿ' ಎಂದರು ಆಲಿ. ನಂತರ ಬೇರೊಂದು ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಫ್ಲೇಜರ್ ಅವರನ್ನು ಸೋಲಿಸಿ ಜಯ ಗಳಿಸಿದರು ಆಲಿ.

● ಮಹಮದ್ ಆಲಿ ತನ್ನ ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತನಗೆ ನಾಲ್ಕು ಸೋಲುಗಳ ರುಚಿ ತೋರಿಸಿದವರನ್ನೂ ನಂತರ ಬೇರೊಂದು ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೋಲಿಸಿ ಗೆಲುವು ಸಾಧಿಸಿದರು. 'ನಾನು ಸೋಲನ್ನು ಕುರಿತು ಯಾವಾಗಲೂ ಯೋಚಿಸಿದ್ದೇ ಇಲ್ಲ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸೋಲು ಕೂಡ ಎಂದು ಭಾಗ. ಅದು ಈಗ ನಡೆದು ಬಿಟ್ಟಿದೆ. ನನ್ನನ್ನು ನಂಬುವ ಜನರಿಗಾಗಿ ನಾನು ಅದರಿಂದ ಮತ್ತೆ ಹೊರಬಂದು ಅವರನ್ನು ಜಯಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಸೋಲನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಮತ್ತೆ ಜಯಿಸಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನೂ, ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ' ಎನ್ನುವುದು ಅವರು ತಿಳಿಸಿರುವ ಇನ್ನೊಂದು ಅತಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ ಉಕ್ತಿ.

● ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯದ ವೇದಿಕೆಯೂ ಅ ಪಂದ್ಯವೂ ಆಪತ್ಕಾರಿಯಾದುದು ಅಲ್ಲವೇ? ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಅವರ ಬಳಿ ತುಂಬಾ ಜನರು



ಆಗಾಗ ಕೇಳುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರು. 'ಜೀವನವೇ ಒಂದು ಜೂಜಾಟವಿದ್ದಂತೆ. ಎಲ್ಲವುಗಳಲ್ಲೂ ರಿಸ್ಕ್ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ವಿಮಾನ ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಜನರು ಮರಣ ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಕಾರು ಅಪಘಾತದಲ್ಲಿ ಕೈ, ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಮಗೂ ಹಾಗೇ. ಕೆಲವರು ಸಾಯಬಹುದು, ಕೆಲವರಿಗೆ ಗಾಯಗಳಾಗಬಹುದು. "ಆದರೆ ಅದು ನಮಗೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ" ಎಂಬುದನ್ನು ನಂಬಬೇಕು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೇವಲ ಕುರುಡು ನಂಬಿಕೆಯೇ ಬಹುದೂರ ನಮ್ಮನ್ನು ದಾರಿ ನಡೆಸುತ್ತದೆ....' - ತಮ್ಮ ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯದ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಆಲಿ ಹೇಳಿದ ಮಾತು ಇದು.

'ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಏನಾಗಬೇಕು' ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಇತರರು ತೀರ್ಮಾನಿಸಲು ನಾನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಹಾದಿಯನ್ನು ನಾನೇ ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಬೀದಿಯಲ್ಲಿ ಕಸ ಆಯುವವನಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲೇ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕಸ ಆಯುವವನು ನಾನೇ ಆಗಿರುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇತರರಿಗಿಂತ ಅತ್ಯಂತ ವೇಗವಾಗಿಯೂ, ಶುಚಿಯಾಗಿಯೂ, ಹೆಚ್ಚಾಗಿಯೂ ಕಸ ಆಯ್ಕೆ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ಏನನ್ನೇ ಮಾಡಿದ್ದರೂ, ಅದರಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಸಾಧಕನಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದೆ. ಶೇಕಡಾ ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರರಷ್ಟು ಶ್ರಮ ವಹಿಸಿ ಯಾವುದರಲ್ಲೇ ಆಗಲಿ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನ ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನೋಡಿ. ಎರಡನೇ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರುವುದರಲ್ಲೇ ತೃಪ್ತಿ ಕಾಣದಿರಿ!' - ಆಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಈ ಅಡ್ವೈಸ್ ಯಾವ ಕಾಲಕ್ಕೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುವಂಥದು! ●



# ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್ ಆಗಿ ಬದಲಾಗಲಿ!

ಓಂಡರೂ 50 ರನ್‌ಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಆಟದ ದಿಕ್ಕನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವವರು ಇವರು.

ಮೈಕೆಲ್ ಜೋರ್ಡಾನ್ ಬ್ಯಾಸ್ಕೆಟ್ ಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಆಡಲು ಮೈದಾನಕ್ಕಿಳಿದರೆ, ಚೆಂಡು ಅವರ ಕೈಗೆ ಬಂದು ಬಿಟ್ಟರೆ ಅದು ಖಚಿತವಾಗಿ ಬುಟ್ಟಿಯೊಳಗೇ ಹೋಗಿ ಬಿದ್ದು, ಗೆಲುವಿನ ಪಾಯಿಂಟ್ ಆಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಧ್ಯಾನ್ ಚಂದ್ ಎಂಬ ಭಾರತದ ಹೆಸರಾಂತ ಹಾಕಿ ಆಟಗಾರರೊಬ್ಬರು ಇದ್ದರು. ಅವರ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ಭಾರತ ಸಾಲುಸಾಲಾಗಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗೆದ್ದದ್ದು. ಅವರ ಹಾಕಿ ಸ್ಪಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಯಸ್ಕಾಂತವನ್ನೇನಾದರೂ ಅಂಟಿಸಿದ್ದಾರಾ ಎಂದು ಪರಿಶೋಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ. ಕಾರಣ ಚೆಂಡು ಅವರ ಹಾಕಿ ಸ್ಪಿಕ್‌ನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಸಾಕು, ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಅದು ಗೋಲ್ ಆಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ಇಂತಹ ಆಟಗಾರರನ್ನೇ 'ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್' ಎಂದು ಕರೆಯುವುದು. ತಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಕಾರಣದಿಂದ ಆಟವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸಿ ಗೆಲುವು ಸಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದವರು ಇವರು. ಆಟದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಜೀವನದಲ್ಲೂ ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್ ಆಗಿ ಬದಲಾಗುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಫಲಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಜನರ ಪಾರಂಪಾರಿಕ ಉಡುಪು ಪಂಚೆ! ಅದನ್ನು ಉತ್ತಮ ದರ್ಜೆಯಲ್ಲಿ ಜನರಿಗೆ ಒದಗಿಸಿದ್ದು ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಕಾಟನ್ ಸಂಸ್ಥೆ. ಯುವಕರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಉಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ವೆಲ್‌ಗ್ರೋ ಅಂಟಿಸಿ, 'ಅಂಟಿಸಿಕೋ, ಉಟ್ಟುಕೋ' ಎಂಬ ಉಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಇದನ್ನು ಅವರಿಗೆ ತಲುಪಿಸಲಾಯಿತು. ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಪಂಚೆ ಉಡಿಸಿ ಚೆಲುವು ನೋಡಿ ಆನಂದಿಸಿತು. ಪಂಚೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಗುರುತಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸಿದ ರಾಮ್‌ರಾಜ್ ಕಾಟನ್ ಕೂಡ ಒಂದು ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್!

ಒಂದು ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ, ಒಂದು ಉದ್ಯಮದಲ್ಲಿ, ಒಂದು ಇಲಾಖೆಯಲ್ಲಿ... ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್ ಆಗಿ ಬದಲಾಗುವವರನ್ನು ಆರಾಧಿಸಲು ಎಲ್ಲರೂ ಸಿದ್ಧರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಬುದ್ಧಿಶಾಲಿಗಳ ತಂಡವೇ ಆಗಿದ್ದರೂ, ಆ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಇತರರಿಗಿಂತಲೂ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಹೊಸದಾಗಿ

**ಕ್ರಿ**ಕೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವ ಕಪ್ ಅನ್ನು 1983ರಲ್ಲಿ ಗೆದ್ದ ದಿನ ಭಾರತೀಯ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಪ್ರಿಯರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮರೆಯಲಾಗದ ದಿನ. 'ಒಂದೇ ಒಂದು ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಗೆಲ್ಲಲಾರರು' ಎಂಬ ಅಪನಂಬಿಕೆಯಿಂದಲೇ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆ ಕಳಿಸಿದ್ದ ತಂಡ, ಬಲಶಾಲಿಯಾದ ಎದುರಾಳಿಗಳನ್ನು ಸೋಲಿಸಿ ಕಪ್ ಅನ್ನು ತಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಂಡಿತು. ಆ ತಂಡದ ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್ ಆಗಿದ್ದುದು ಕಪಿಲ್ ದೇವ್. ಅವರ ಹೆಸರು ತಿಳಿಯದ ಭಾರತೀಯರು ಯಾರೂ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ.

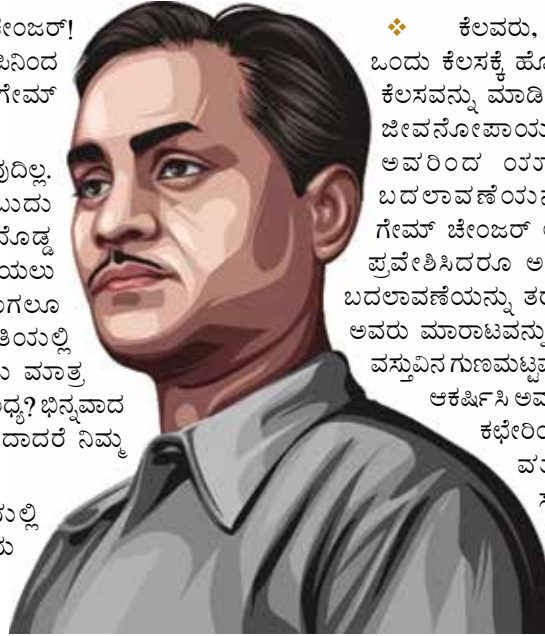
ಆದರೆ, ಸುನಿಲ್ ವಾಲ್‌ಸನ್ ಹೆಸರು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತೇ? ಅವರೂ ಆ ತಂಡದಲ್ಲಿದ್ದ 14 ಜನರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು. ಆದರೆ ಆ ಪಂದ್ಯದ ಸರಣಿಯಾದ್ಯಂತ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಸರಣಿಯಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಅವರು ಆಟವಾಡಲೇ ಇಲ್ಲ. ಮೈದಾನಕ್ಕಿಳಿದು ಆಟವಾಡಿದ 11 ಜನರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಇವರ ಹೆಸರು ಕಾಣಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೂ ವಿಶ್ವ ಕಪ್ ಅನ್ನು ಗೆದ್ದವರು ಎನ್ನು ಗರಿಮೆ ಅವರಿಗೂ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಆ ಕಪ್ ಅನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರು ಮೈದಾನದೊಳಗಿಳಿದು ತಮ್ಮ ಪಾಲಿನ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತು.

ಇಂತಹ ಆಟಗಾರನಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ಯಾರೂ ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕ್ರಿಸ್ ಗೇಯ್ಸ್, ಡೆವಿಲಿಯರ್ಸ್ ಮೊದಲಾದವರಂತೆ ಆಗುವುದಕ್ಕೇ ಎಲ್ಲರೂ ಬಯಸುವುದು. 25 ಚೆಂಡುಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಎದುರುಗ-

ಚಿಂತಿಸಲು ಗೊತ್ತಿರುವವರೇ ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್! ಅವರು ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾಗಿದ್ದರೂ, ಗುಂಪಿನಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್ ಆಗುವುದು ಹೇಗೆ?

❖ ಕಷ್ಟ ಪಡದೆ ಫಲ ದೊರಕುವುದಿಲ್ಲ. ಗೆಲುವು ಸಾಧಿಸಲು ಅಡ್ಡದಾರಿ ಎಂಬುದು ಯಾವುದೂ ಇಲ್ಲ. ನಿಮಗೆ ಎಷ್ಟೇ ದೊಡ್ಡ ಕನಸುಗಳು ಇದ್ದರೂ, ಅವುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಕಠಿಣವಾಗಿ ದುಡಿಯಬೇಕು. ಯಾವಾಗಲೂ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಬಿಟ್ಟು, ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಮಾತ್ರ ಭಿನ್ನವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದರೆ ಅದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ಭಿನ್ನವಾದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ನೀವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದಾದರೆ ನಿಮ್ಮ ಕಾರ್ಯವೂ ಭಿನ್ನವಾಗಿರಬೇಕು.

❖ ಸ್ವಂತ ಮನ, ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಬಡ್ಡಿ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಬೇರೆಬೇರೆ ಕನಸುಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಆ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಹರನ್ನಾಗಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಳಿದ ಸ್ಪರ್ಧಾಳುಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಉತ್ತಮವಾದವರಾಗಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಅದಕ್ಕಿರುವ ಹಾದಿ.



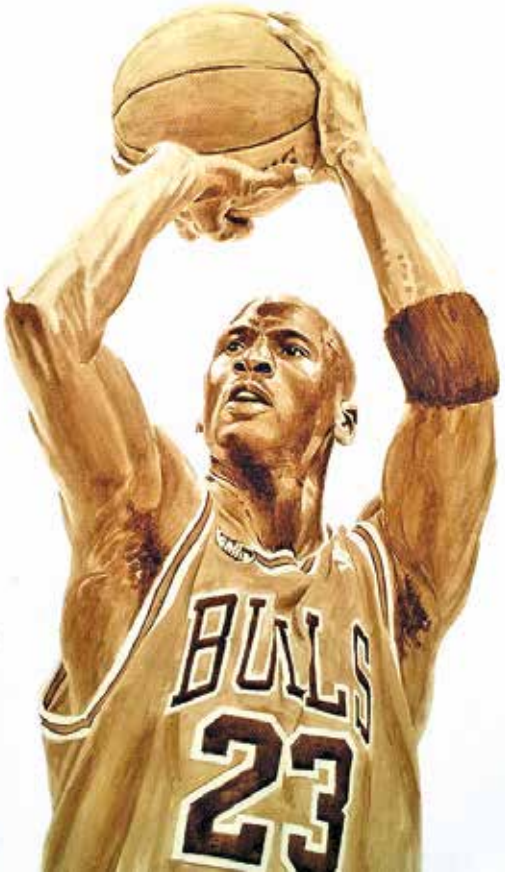
❖ ಕೆಲವರು, ಇತರರ ಹಾಗೆಯೇ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಎಲ್ಲರಂತೆಯೇ ತಾವೂ ಆ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಕೇವಲ ಜೀವನೋಪಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರು. ಅವರಿಂದ ಯಾವುದರಲ್ಲೂ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್ ಆಗಿರುವವರು ಯಾವ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದ ಅವರು ಮಾರಾಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು, ಉತ್ಪಾದನೆಯ ವಸ್ತುವಿನ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು, ಗ್ರಾಹಕರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿ ಅವರ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು, ಕಛೇರಿಯ ಖರ್ಚಿನ ಮೊತ್ತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು, ಇತರರಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ವೇಗವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮುಗಿಸುವುದು ಎಂದು ಹೇಳಿಕೊಡಬಹುದು... ಇಂತಹ ಹಲವು ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಇವರಿಂದ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.

❖ ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್‌ಗಳ ಬಳಿ ಸೋಮಾರಿತನ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದನ್ನೂ ಅವರು ತಳ್ಳಿ ಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ನಿರಾಶೆ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ತಮ್ಮನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರು ಅನುಮತಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ತಾವೇ ಮಾಡಬೇಕು, ಅದನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗಿಂತಲೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಅವರು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಅವರು ಬೇಗನೇ ಶಿಖರವನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾರೆ.

❖ ಒಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡುವಂತೆ ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸಿ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದನ್ನೇ ಆದರೂ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಹಿಂಜರಿಯುವುದಕ್ಕೋ, ಸಂಕೋಚ ಪಡುವುದಕ್ಕೋ ಅವರು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಅವರು ಇತರರ ಗಮನ ಸೆಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

❖ ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಲೇ, ತಾವು ಇರುವ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಲೇ ನೇರವಾಗಿ ಉಪಯುಕ್ತವಲ್ಲದ ಯಾವ ವಿಷಯದ ಕಡೆಗೂ ಅವರು ಗಮನ ಹರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಮಯವನ್ನು ತಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿರುವ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ ಅವರು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಬೇರೆ ಯಾವ ವಿಷಯವೂ ಅವರ ಗಮನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಬಾನಿನಲ್ಲಿ ಮೋಡ ಆವರಿಸಿಕೊಂಡಿರುವಂತೆ ಅವರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಗೊಂದಲಗಳು ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇಸಿಗೆಯ ಬಾನಿನಂತೆ ಅವರ ಚಿಂತನೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

❖ ಗೇಮ್ ಚೇಂಜರ್ ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ, ಯಾವ ಉದ್ದಿಮೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದರೂ ಅದರಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಶೇಕಡಾ ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರರಷ್ಟು ಆಸಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ಒಂದು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಅವರು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉಳಿದೆಲ್ಲರೂ ಅವರನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ. ●



## ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬಾ

ಆಂತೋನಿ ಇರ್ವಿನ್, ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಚಿನ್ನದ ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದ ಅಮೇರಿಕದ ಖ್ಯಾತ ಈಜುಗಾರ. ತನ್ನ 19ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಒಂದು ಚಿನ್ನ, ಒಂದು ಬೆಳ್ಳಿ ಹೀಗೆ ಒಟ್ಟು ಎರಡು ಪದಕಗಳನ್ನು ಈತ ತನ್ನದಾಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ. ಮುಂದಿನ ವರ್ಷವೇ ವಿಶ್ವ ಚಾಂಪಿಯನ್ ಶಿಪ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲೂ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಎರಡು ಚಿನ್ನದ ಪದಕಗಳನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಂಡ. ತನ್ನ 22ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಟದಿಂದ ಆತ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಘೋಷಿಸಿದ. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತುಂಬ ದೊಡ್ಡ ಆಘಾತವಾಗಿತ್ತು.

ಆತ ಇನ್ನೂ ಹಲವು ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವ ಅವಕಾಶ ಇದೆ ಎಂದು ಅವನ ಗೆಳೆಯರು ಅವನ ಮನವೊಲಿಸಿ ಅವನ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ಪುನರ್ ಪರಿಶೀಲನೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಆದರೆ ಆತ, 'ನನಗೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಪದಕ ಗೆಲ್ಲಬೇಕು ಎಂಬ ಕನಸಿತ್ತು. ಅದು ನನಸಾಯಿತು. ಇದರ ನಂತರವೂ ನಾನೇಕೆ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕು?' ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ.

ಇದರ ನಂತರ ಆತನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಅವನನ್ನು ಬಾಧಿಸಿದವು. ಒಬ್ಬ ಅಲೆಮಾರಿಯಂತೆ ಗುರುತೇ ಸಿಗದ ಹಾಗೆ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೋ ಅಲೆದಾಡಿದ. ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಕ್ಕೂ ದಾಸನಾದ. ಇದು ಅವನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕೆಡಿಸಿತು.

ಹಲವು ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಅವರನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದು ಗುಣಪಡಿಸಲಾಯಿತು. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸಿತು. ಒಂದು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಈಜು ಕಲಿಸುವ ತರಬೇತುದಾರರಾಗಿ ಸೇರಿಕೊಂಡರು. ಆಗಲೇ ಅವರು, 'ತನಗೆ ಈಜುವ ಆಸಕ್ತಿ ಇನ್ನೂ ಇರುವುದನ್ನು ಅರ್ಥ

## ಸಾವಿನಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು ಬಂದು ಆಡಿದವರು!

ವಿನೋದ್ ಕುಮಾರ್ ದಹಿಯಾ, ಹರಿಯಾಣ ರಾಜ್ಯಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಒಬ್ಬ ಮಲ್ಲಯುದ್ಧ ಪಟು. ಭಾರತೀಯ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಜಾಗ ಗಳಿಸಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಅವಕಾಶ ಅವರಿಗೆ ಕಠಿಣವಾಗಿತ್ತು. ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಇತರ ಕುಸ್ತಿಪಟುಗಳೂ, ಅವರ ತಂದೆಯೂ ಮತ್ತರ ಭಾವದಿಂದ ಅವರನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತಳ್ಳಲು ನೋಡಿದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ 15ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ರೈಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅವರು ಇವರನ್ನು ರೈಲಿನಿಂದ ಕೆಳಗೆ ತಳ್ಳಿಬಿಟ್ಟರು. ಪ್ರಜ್ಞೆ ತಪ್ಪಿ, ಮೈಯೆಲ್ಲ ರಕ್ತ ಸೋರುತ್ತಾ ಹಳೆಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಹಲವು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಬಿದ್ದಿದ್ದ ಅವರನ್ನು ಮರುದಿನ ಯಾರೋ ಒಬ್ಬ ರೈಲು ಉದ್ಯೋಗಿ ನೋಡಿ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸಿದರು.

ಒಂದು ವರ್ಷ ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲೇ ಬಿದ್ದಿದ್ದ ಅವರು, ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ದೃಢತೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಭಾರತದ ಕುಸ್ತಿಪಂದ್ಯದ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ತನಗೆ ಅವಕಾಶ ದೊರಕುವುದು ಕಷ್ಟ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ, ತನ್ನ ಬಂಧುಗಳ ಬಳಿ 17 ಲಕ್ಷ ರೂಪಾಯಿಗಳ ಸಾಲ ತೆಗೆದು-ಕೊಂಡು ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ದೇಶಕ್ಕೆ ಹೋದರು. ಅಲ್ಲಿ ನ್ಯೂಸ್ ಪೇಪರ್ ಹಾಕುವವರು, ಸೆಕ್ಯೂರಿಟಿ ಹೀಗೆ ಹಲವು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಂಡರು. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಕೋಚನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು, ಮತ್ತೆ ಮಲ್ಲಯುದ್ಧವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು. ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಾ ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಹಲವು ಪದಕಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದು ಕೊಟ್ಟರು. ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಪಂದ್ಯದಲ್ಲೂ ಅವರು ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಮನೋದೃಢತೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಮರಣದ ಬಾಯಿಂದಲೂ ಬಿಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಬಹುದು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ದಹಿಯಾ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆ.

## ತಂದೆಗಾಗಿ ಸಾಧಿಸಿದ ಮಗ

ಸರಿಯಾಗಿ ನೂರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಇದೇ ರೀತಿ ಪ್ಯಾರಿಸ್ ನಗರದಲ್ಲಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳು ನಡೆದವು. ಅಮೇರಿಕಾದ ಪರವಾಗಿ ದೋಣಿ ನಡೆಸುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ತಂಡದಲ್ಲಿದ್ದವರು ಬಿಲ್ ಹೆವೆನ್ಸ್. ಆ ವರ್ಷವೇ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಇದನ್ನು ಸೇರ್ಪಡೆ ಮಾಡಲಾಗಿತ್ತು. ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಅವಕಾಶ ಸಿಗುವುದೇ ದೊಡ್ಡ ಗೌರವ. ಅದರಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕವನ್ನು ಗೆಲ್ಲುವ ಅವಕಾಶ ತನಗಿದೆ ಎಂದೇ ಅವರು ನಂಬಿದ್ದರು.

ಆದರೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ ನಡೆಯಲಿರುವ ಅದೇ ಜುಲೈ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಅವರ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಪ್ರಸವದ ದಿನಾಂಕವನ್ನು ವೈದ್ಯರು ತಿಳಿಸಿದರು. ದೂರ ದೇಶದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಮುಖ್ಯವೇ ಅಥವಾ ತನ್ನ ಮಗ ಹುಟ್ಟುವಾಗ ತಾನು ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯ ಪಕ್ಕ ಇರುವುದು ಮುಖ್ಯವೇ ಎಂದು ಅವರು ಯೋಚಿಸಿ ಯೋಚಿಸಿ ಗೊಂದಲಕ್ಕೊಳಗಾದರು. ಕಡೆಗೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಪಂದ್ಯಕ್ಕಿಂತಲೂ ತನ್ನ ಮಗವೇ ತನಗೆ ಮುಖ್ಯ ಎಂದು ಅವರು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಟು ಬಂದು ಬಿಟ್ಟರು.

ಮಾಡಿಕೊಂಡದ್ದು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೇಳಿ ಕೊಡುತ್ತಾ ಕೊಡುತ್ತಾ ತಾವೂ ದಿನವೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. 2012ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಲಂಡನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೂ ಆ ವರ್ಷ ಪದಕ ಗೆಲ್ಲಲು ಅವರಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷ ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಮತ್ತೆ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಗೆ ಬಂದರು. 2016ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ರಿಯೋ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ, ತನಗಿಂತಲೂ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನವರಾಗಿದ್ದ ಹಲವರನ್ನು ಹಿಂದಿಕ್ಕಿ ಎರಡು ಚಿನ್ನದ ಪದಕಗಳನ್ನು ತನ್ನದಾಗಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಅವರಿಗೆ ವಯಸ್ಸು 35. ತುಂಬಾ ದೊಡ್ಡ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಈಜುವ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪದಕ ಗೆದ್ದ ಸ್ಪರ್ಧಿ ಎಂಬ ಹೆಸರನ್ನು ಅವರು ಗಳಿಸಿದರು.

ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡರೆ ಯಾವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಆದರೂ ಜಯಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದೇ ಇರ್ವಿನ್‌ನ ಜೀವನ ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುವ ಪಾಠ!



## ನಾನೇ ಬರುತ್ತೇನೆ!

ಇಟಾಲಿಯಾ ದೇಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಹೈ ಜಂಪ್ ಕ್ರೀಡಾಪಟು ಡ್ಯಾಂಮಾಕೋರ್ ಟಂಪೇರಿ. 2016ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ರಿಯೋಡೆ ಜಿನೀರೋ ನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಪದಕ ಗೆಲ್ಲುವ ಕನಸಿನೊಂದಿಗೆ ಅವರು ಆಗಮಿಸಿದ್ದರು. ಅಭ್ಯಾಸ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಡವರಿಸಿ ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದು ಅವರ ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ಗಾಯವಾಯಿತು. ಮೊಳಕಾಲಿನ ಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಎಲುಬು ಮುರಿತವಾಗಿತ್ತು. 'ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ನೀವು ಮೈದಾನದೊಳಗೇ ಹೋಗಬಾರದು. ಆಟವನ್ನೂ ಆಡಬಾರದು' ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿದರು.

ಆದರೆ, ಟಂಪೇರಿ ಅದನ್ನು ನಂಬಲಿಲ್ಲ. ಮೂಳೆ ಮುರಿತ ಸರಿ ಹೋಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಲಿಗೆ ಹಾಕಿದ್ದ ಹಿಟ್ಟಿನ ಕಟ್ಟನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ ಭದ್ರವಾಗಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡರು. ಅದರಲ್ಲಿ 'ರೋಡ್ ಟು ಟೋಕಿಯೋ 2020' ಎಂದು ಬರೆದು ಭದ್ರವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರು. ಜೊತೆಗೆ ತನ್ನ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಕನಸನ್ನೂ ಮರೆಯದೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡರು. ಕಠಿಣ ಪರಿಶ್ರಮ ವಹಿಸಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು. ಆದರೆ 2020ರಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿದ್ದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆ ಕೊರೋನಾ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗದ ಕಾರಣದಿಂದ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ವರ್ಷ ಅದನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಆಗ ತಾವು ತೆಗೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದ ಹಿಟ್ಟಿನ ಕಟ್ಟಿನ ಮೇಲೆ ಬರೆದಿದ್ದ 2020 ಎಂಬುದನ್ನು ತಿದ್ದಿ, 2021 ಎಂದು ಬರೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡರು.

2021ನೇ ವರ್ಷ ಟೋಕಿಯೋ ನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳು ನಡೆದಾಗ ಹೈ ಜಂಪ್ ಜಿಗಿತದಲ್ಲಿ ಟಂಪೇರಿ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನ ಗಳಿಸಿ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗಳಿಸಿದರು. ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಾಧನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಮೂಲಕವಾಗಿಯೇ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ.



ಅವರ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳೆದು ದೊಡ್ಡವರಾದರು. ತಂದೆಯ ಕನಸು ನೆರವೇರದೇ ಹೋದುದನ್ನು ಅವರು ಅರಿತುಕೊಂಡಿದ್ದರು. 1948ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರೂ ದೋಣಿ ನಡೆಸುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಫ್ರಾಂಕ್ ಹೆವೆನ್ಸ್ ಆ ವರ್ಷ ಬೆಳ್ಳಿಯ ಪದಕ ಗೆದ್ದರು. ಮುಂದಿನ ಸಲ, 1952ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ, ತನ್ನ ತಂದೆ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕಾಗಿದ್ದ 10 ಸಾವಿರ ಮೀಟರ್ ದೋಣಿ ನಡೆಸುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಫ್ರಾಂಕ್ ಹೆವೆನ್ಸ್ ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಗಳಿಸಿದ. ಹೊಸ ವಿಶ್ವ ದಾಲಿಲಿಯನ್ನೂ ನಿರ್ಮಿಸಿದ. 'ನಮಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಕನಸನ್ನೂ ಬಿಟ್ಟು, ನಾನು ಹುಟ್ಟುವಾಗ ನನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದಿರಿ. ಆ ಪದಕವನ್ನು ನಾನು ತೆಗೆದು- ಕೊಂಡು ಬರುತ್ತೇನೆ' ಎಂಬುದೇ ಜಯಿಸಿದ ಕೂಡಲೇ ಅವರು ತನ್ನ ತಂದೆಗೆ ಕಳಿಸಿದ ಮೆಸೇಜ್ ಆಗಿತ್ತು!

# ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಆಟವಾಡಿರಿ!

**ಮ**ನೆಯೊಳಗೇ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಬಚ್ಚಿಟ್ಟು-ಕೊಂಡು ಅಮ್ಮನ ಜೊತೆ ಕಣ್ಣಾಮುಚ್ಚಾಲೆ ಆಡುವುದು, ಅಪ್ಪನ ಬೆನ್ನಿನ ಮೇಲೇರಿ ಉಪ್ಪು ಮೂಟೆ ಸವಾರಿ ಮಾಡುವುದು... ಇತ್ಯಾದಿ ಆಟಗಳೆಲ್ಲವೂ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೆಟ್ಟದಷ್ಟು ಸಂತೋಷ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಹೀಗೆ ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹೊಂದುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ಜೊತೆ ಓಡಿಯಾಡಿ ಆಟವಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವರ ದೇಹ ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬೇಗನೆ ಮಾತಾಡುವುದನ್ನೂ ಅವರು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ದೊಡ್ಡವರಿಗೂ ಈ ಆಟಗಳು ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತವೆ. ದಿನವಿಡೀ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ಏರ್ಪಡುವ ಟೆನ್ಷನ್ ದೂರವಾಗಿ ಮನಸ್ಸು ನಿರಾಳವಾಗಲು ಈ ಆಟಗಳು ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ. ಮಗುವೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ದೊಡ್ಡವರ ಜೊತೆ ಆಪ್ತಬಾಂಧವ್ಯ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಇದು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಒಂಟಿಯಾಗಿಯೂ, ಇತರ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಆಡುವುದೂ ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ ದೊಡ್ಡವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲೂ ಆಡುವುದು! ಅದಕ್ಕೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

- ಪ್ರತಿ ದಿನವೂ ಅಥವಾ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಅಥವಾ ಪ್ರತಿವಾರವೂ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 15 ನಿಮಿಷಗಳಾದರೂ ಮಗುವಿನ ಜೊತೆ ಆಟವಾಡುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ದಿನವೂ ರಾತ್ರಿ ಊಟ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ಕಾಲು ಗಂಟೆಗಳು ಅಥವಾ ಶನಿವಾರ ಸಾಯಂಕಾಲ ಒಂದು ಗಂಟೆ ಸಮಯ... ಎಂದು ಸಮಯವನ್ನು ನಿಗದಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಮಗುವೂ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಆಟವಾಡಲು ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಆಟವಾಡುವಾಗ ಟಿ.ವಿ., ಸೆಲ್‌ಫೋನ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಕಡೆ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಗಮನವನ್ನೂ ಮಗುವಿನ ಕಡೆಗೇ ಹರಿಸಿ. ಅವರು ಕೂಡ ಇದನ್ನೇ ನಿಮ್ಮಿಂದ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುವುದು.

- ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ಹಾಗೆಯೇ ನೀವೂ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ತವಳಿ, ಅವರಂತೆಯೇ ಕಿರುಚಿ, ಅವರಂತೆಯೇ ಬಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ... ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಆಡುವಾಗ ನೀವೂ ಮಗುವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವುದೇ ಅವರನ್ನು ಸಂತೋಷ ಪಡಿಸುವುದು.

- ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸವನ್ನೇ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮಾಡುವುದು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬೇಸರ ಮೂಡಿಸಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಮಗು, ಒಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರವೇ ಅದನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆದುದರಿಂದ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಮಾಡಲು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸಬೇಕಾದುದು ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ.

- ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಆಟವಾಡುವಾಗ, 'ಅದನ್ನು ಮಾಡು', 'ಇದನ್ನು ಮಾಡು', 'ಹೀಗೆ ಮಾಡು' ಎಂದೆಲ್ಲ ಕಟ್ಟಳೆ ಹಾಕಬೇಡಿ. ನೀವು ಆಡುತ್ತಿರುವ ಆಟದಲ್ಲಿ ಅವರೇ ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್ ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೆ ಅಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದೇ ನಿಯಮ. ಆಟ ಹೇಗೆ ಸಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನೂ ಅವರೇ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಆಟವಾಡುವ ಒಂದು ಮಗುವಿನ ಹಾಗೆಯೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೋರ್ ಹೊಡೆಯಬಹುದಾದ ಆಟವನ್ನು ತುಂಬ ಹೊತ್ತು ಆಡುವಂತೆ ಬಲವಂತ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಇಷ್ಟವಿದ್ದರೆ ಅವರೇ ಅದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಆಟವನ್ನು ಹೊಸದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುವಾಗ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನೀವೇ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಅವರೂ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಲು ಬಿಡಿ ಮತ್ತು ಅವರು ಆಡಲು ಅಗತ್ಯ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.

- ವಯಸ್ಸಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಆಟಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಆಡಿರಿ. ಆ ಆಟ ತುಂಬ ಕಷ್ಟಕರವಾದುದೋ ಅಥವಾ ತುಂಬ ಸರಳವಾದುದೋ ಆಗಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಅವರು ಬಹು ಬೇಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ●



Inners for Winners



# VESTS

BRIEFS • TRUNKS

# Uplift your spirit from **Within**

Through celebrations and challenges, feel the comfort and confidence all day long. Unleash your true self with Ramraj Banians.

Shreyas Iyer - Cricketer



SCAN QR CODE FOR STORE LOCATION

**SUKRA**  
SUPER FINE COTTON VESTS

**RISE-UP**  
Premium Banians

**ROMEX**  
BANIAN | BRIEF | TRUNKS

**COMPACT**  
PREMIUM COTTON RIB VESTS

**Breeze**  
Eye Let Vests

**WinStripe**  
STRIPED BANIAN

**@ARCHERY**  
Gym Vest

**ACOSTE**  
BANIAN | BRIEF | TRUNKS

**suriya**  
RICH COTTON BRIEF

**udaya**  
RICH COTTON BRIEF

**minar**  
FINE COTTON BRIEF

**merc**  
MERCERISED BRIEF

**target**  
FINE TRUNKS

**softex**  
FINE TRUNKS

**imaxs**  
RIB TRUNKS

**ARROW**  
RIB TRUNKS

**VINTRACK**  
FINE TRUNKS

Available @ Ramraj Showrooms & All leading textile shops | Shop online @ [www.ramrajcotton.in](http://www.ramrajcotton.in)



India's Most Trusted Dhoti Brand



SCAN QR CODE FOR STORE LOCATION