**ಬದುಕಿನ ಜತೆ ಅರಳಲಿ ಮನಸ್ಸು**

ಬದುಕಿನ ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಮನಸ್ಸು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿವಾಹದ ಬಳಿಕ ಅವಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆ ತನ್ನ ಬಗೆಗೇ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡಲು ಮರೆಯುತ್ತಾಳೆ. ಅವನು ಅವಳಿಂದ ಏನನ್ನೋ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇನ್ನೆಲ್ಲೋ ಕಳೆದು ಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

ಕೆ.ಎ.ಸೌಮ್ಯ

ಮದುವೆಯಾದ ಮೇಲೆ ಮುಗಿಯಿತು, ಇನ್ನು ಗಂಡ ತನ್ನವನೇ ಎಂಬ ತುಂಟ ನಿರ್ಲಕ್ಷ ್ಯ ಹೆಂಡತಿಯದ್ದು. ತಾನು ಈಗ ಹೇಗೇ ಇದ್ದರೂ ಗಂಡನಾದವನು ತನ್ನನ್ನು ಇದ್ದ ಹಾಗೆಯೇ ಒಪ್ಪಬೇಕು ಎಂಬುದು ಅವಳ ವಾದ. ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಡಯಟ್‌ ಈಗ ಮಾಡಬೇಕು ಅಂತ ಅನ್ನಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಅವಳಿಗೆ. ತನ್ನ ಡ್ರೆಸ್‌ ಬಗ್ಗೆ ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಅತಿಯಾದ ಕಾಳಜಿ ಈಗಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದರೂ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಡ್ರೆಸ್‌ ತೆಗೆದು ಮೈಗೆ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡು ಹೊರಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ ಆಕೆ. ತಾನು ಹೇಗೆ ಕಾಣುತ್ತಿರಬಹುದು ಎಂಬ ಕುತೂಹಲವೇ ಆಕೆಗೆ ಇಲ್ಲ. ಹೇಗಿದ್ದರೇನು? ಮದುವೆ ಆಗಿ ಆಯ್ತಲ್ಲ ಎಂಬುದೇ ಅವರ ತುಂಟ ಉತ್ತರ.

ಮದುವೆ ಆಗುವವರೆಗೂ ಅತಿಯಾಗಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿ ತಮ್ಮ ಸೌಂದರ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಹಿಳೆಯರು ಮದುವೆಯ ನಂತರ ಡ್ರೆಸ್‌ ಸೆನ್ಸ್‌ ಅನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಮದುವೆಯಾದ ನಂತರ ಪ್ರತೀ ಮಹಿಳೆ ಈ ರೀತಿಯ ಮನೋಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾಳೆ. ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೂ ಆಕೆಗೆ ಮದುವೆಯೇ ಆಕೆಯ ಜೀವನದ ಪರಮೋದ್ದೇಶ ಎಂದು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದಲೋ ಏನೋ? ಮದುವೆಯ ನಂತರ ತಾನು ಚಂದ ಕಂಡು ಸಾಧಿಸುವುದೇನಿದೆ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಬಹುತೇಕರದ್ದು. ಮಕ್ಕಳಾದ ಮೇಲೆ ಅಂತೂ ಯಾರಿಗಾಗಿ ತಾನು ಅಲಂಕಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಹತಾಶೆ ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ತನ್ನ ಕಡೆ ಗಮನ ಕೊಡುವುದನ್ನೇ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತಾಳೆ ಹೆಣ್ಣು. ಪರಿಣಾಮ ಆಕೆಯ ಸೌಂದರ್ಯದ ಜೊತೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹ ಹಾಳಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ.  
  
ಸೌಂದರ‍್ಯ ಅರಸುವ ಕಣ್ಣು...  
  
ಆದರೆ ಗಂಡನಾದವನಿಗೆ ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿ ಗೆಳೆಯರ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಅಂತ ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗಲೂ ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಡ್ರೆಸ್‌ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದಾ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಆದರೆ ಹೆಂಡತಿಗೆ ತಾನು ಎಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಂಡರೇನು, ನೋಡುವುದು ಗಂಡನೊಬ್ಬನೇ ತಾನೇ ಎಂಬ ನಿರ್ಲಕ್ಷ ್ಯ. ಬೇಕಾಬಿಟ್ಟಿ ಹಾರಾಡುತ್ತಿರುವ ಕೂದಲನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಗಂಟು ಹಾಕಿದರೆ ಅದೆಷ್ಟು ಚಂದ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ ಗಂಡ. ಕೂದಲು ಬಿಚ್ಚುವುದೆಂದರೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರದ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ ಹೆಂಡತಿ.  
  
ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನೂ ಆತ ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವೇ ಬೇರೆ... ಆಕೆ ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿಯೇ ಬೇರೆ. ಇಬ್ಬರದ್ದೂ ಭಿನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು. ಮೊದಲೆಲ್ಲಾ ತನಗೆ ಸಿಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕ ಸಮಯವನ್ನು ಆಕೆ ತನ್ನ ಅಲಂಕಾರಕ್ಕೆಂದು ಮೀಸಲಿಟ್ಟಿರುತ್ತಿದ್ದಳು. ಆದರೆ ಮದುವೆಯ ನಂತರ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದ ಹಾಗೆ ಆಕೆಯ ಮೀಸಿಲಿಟ್ಟ ಸಮಯ ಬೇರೆ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಬಳಕೆಯಾಗತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಆಕೆಗೆ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಾ ಊಟವನ್ನೂ ಸಹ ಮಾಡಲಾಗೋಲ್ಲ. ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬದಾದಾಗ ನಿಶ್ಯಕ್ತಿ ಆವರಿಸಿ ಯಾವ ಅಲಂಕಾರವೂ ಬೇಡ ಅಂತನಿಸುತ್ತದೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ಸೌಂದರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆಗಿನ ನಿರ್ಲಕ್ಷ ್ಯ ನೇರವಾಗಿ ಆಕೆಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬೊಟ್ಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸೂಕ್ತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವಂತಾದರೆ ಆಕೆಯ ಮನಸ್ಸೂ ನಲಿವಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ ಆಕೆಯೂ ಚಂದ ಕಾಣಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆದರೆ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತನ್ನ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಗಮನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಸದಾ ಸುಸ್ತು ಎದ್ದು ಕಾಣಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.  
  
ಕಣ್ಣಿನ ಸುತ್ತಲಿನ ಕಪ್ಪು, ಬಣ್ಣಗೆಟ್ಟ ತುಟಿ ಇವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹೊರಗಿನಿಂದ ರಿಪೇರಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕಣ್ತುಂಬ ನಿದ್ರೆ, ಒಳ್ಳೆಯ ಆಹಾರ, ದಿನನಿತ್ಯದ ಜಂಜಡದ ನಡುವೆಯೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮನರಂಜನೆ ಸಿಕ್ಕಾಗ ಕಣ್ಣ ಸುತ್ತಲಿನ ಕಪ್ಪು ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದ ಇರುವಾಗ ಒಳ್ಳೆಯ ಉಡುಪು ಧರಿಸೋಣ ಅಂತನಿಸುತ್ತದೆ. ಆಗ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಆಕೆ ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾಳೆ. ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ನಗು ಯಾವುದೇ ಮೇಕಪ್ಪಿಗಿಂತಲೂ ಬೆಲೆಬಾಳುವಂಥದ್ದು. ಆದರೆ ನಗಲಾರದಷ್ಟು ಸಂಸಾರದ ಜಂಜಡಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ಹೋದವಳಿಂದ ನಗು ಹೇಗೆ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ?  
  
ಅದಲು ಬದಲು ಕಂಚಿ ಕದಲು...  
  
ಮದುವೆಯ ಮುಂಚಿನ ಅವಳ ಅಲಂಕಾರಕ್ಕೆ ಮೆಚ್ಚಿ ಮದುವೆಯಾದ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಈಗ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಉಲ್ಟಾ ಆಗಿರುವ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಕಂಡು ಆಶ್ಚರ್ಯವೋ ಆಶ್ಚರ್ಯ. ಇವಳೇನಾ ಅವಳು ಎಂದು ಅನುಮಾನ ಬರುವಷ್ಟು ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆ ಕಂಡು ಬೆಚ್ಚಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನೀನು ಮೊದಲಿನಂತಿರು, ನನಗೆ ಅದೇ ಇಷ್ಟ ಎಂದು ಬಾಯಿ ಬಿಟ್ಟು ಹೇಳಲಾರರು. ಹೆಂಡತಿ ತಾನಾಗಿಯೇ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ ಎಂದು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಅವಳಿಗೆ ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಗಮನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ಪುರಸೊತ್ತಿಲ್ಲ, ಇನ್ನು ಗಂಡನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇನಿದೆ ಅಂತ ತಿಳಿದು ಅದರಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಧ್ಯವೇ?  
  
ಈ ಮಧ್ಯೆ ನೆಂಟರಿಷ್ಟರ ಮದುವೆಯೋ ಮುಂಜಿಯೋ ಬಂದರೆ ಆ ಫಂಕ್ಷ ನ್ನಿಗೆ ಆಕೆ ಬಹಳ ಆಸ್ಥೆ ವಹಿಸಿ ಅಲಂಕರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಬರುತ್ತಾಳೆ. ಅಂದು ಮಾತ್ರ ಗಂಡನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಆಕೆ ಈಗ ತಾನೇ ಮದುವೆಯಾದಷ್ಟು ಮುದ್ದಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾಳೆ. ಸದಾ ಹೀಗೆಯೇ ಇರಬಾರದೇ ಅಂತ ಗಂಡ ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಬಟ್ಟೆ ಬದಲಿಸಿ ನೈಟಿ ತೊಟ್ಟು ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ವಿಷಯ ಬಹಳ ಸ್ಪಷ್ಟ. ಆಕೆಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಲಿವು ತುಂಬಿರುವಾಗ ಆಕೆ ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷ ಗಮನ ಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ನೆಂಟರಿಷ್ಟರು ಸೇರುವಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಖುಷಿ ಕಾಣುತ್ತಾಳೆ. ಮನೆಗೆ ಬಂದರೆ ಮತ್ತದೇ ಬೇಸರದ ವಾತಾವರಣ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಎಂದೂ ಮುಗಿಯದ ಮನೆಕೆಲಸಗಳು ಆಕೆಯನ್ನು ಹೈರಾಣಾಗಿಸುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಸ್ಥಳ ಬದಲಾದ ಕೂಡಲೇ ಆಕೆಯ ಮೂಡ್‌ ಸಹ ಬದಲಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ.  
  
  
  
ಕೊಂಚ ಕಾಳಜಿ ಇರಲಿ...  
  
ಆಕೆಯನ್ನು ಆಗಾಗ ಬೇರೆ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುವುದರಿಂದ ಮತ್ತು ಮನೆಗೆಲಸದಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕೊಟ್ಟು ಆಕೆಗೂ ತನಗಿಷ್ಟ ಬಂದದ್ದನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವಕಾಶ ಒದಗಿಸುವುದರಿಂದ ಆಕೆಯೂ ದಿನನಿತ್ಯ ನಗುನಗುತ್ತಾ ಗಂಡನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಸುಂದರಳಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಮದುವೆಯಾಯಿತು, ಎಲ್ಲಾ ಮುಗಿಯಿತು ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಮೂಡದ ಹಾಗೆ ಮನೆಯವರು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಬೇಕಿದೆ. ಆಕೆಯ ಮೂಡ್‌ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆಕೆಯ ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದರೆ ಮನೆಯವರೆಲ್ಲರೂ ಸುಖ-ಶಾಂತಿಗಳಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ಜಾಗತಿಕ ಸತ್ಯ.