

## ಕೋಪದಿಂದ ಮೂಗು ಕೊಯ್ದರೆ ಮೂಗು ಮತ್ತೆ ಬರುವದೇ?

"ಕೋಪದಿಂದ ಮೂಗು ಕೊಯ್ದರೆ ಮೂಗು ಮತ್ತೆ ಬರುವದೇ?" ಎಂಬ ಗಾದೆಯು ಕೋಪ ಮತ್ತು ಆಕ್ರೋಶದಿಂದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ಆಗುವ ನಷ್ಟವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಗಾದೆಯು ಸೂಚಿಸುವಂತೆ, ನಾವು ಕೋಪದಿಂದ ಮಾಡುವ ಯಾವುದೇ ಕಾರ್ಯ ಅಥವಾ ನಿರ್ಧಾರಗಳು, ಎಷ್ಟು ದೊಡ್ಡ ಹಾನಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೂಗು ಕೊಯ್ದು ಹಾಕಿದರೆ, ಅದನ್ನು ಮತ್ತೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಅಸಾಧ್ಯವೋ, ಹಾಗೆಯೇ ಕೋಪದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಅನಾಹುತವನ್ನು ಕೂಡ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸರಿಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂಬುದು ಇದರ ಅರ್ಥ. ಹಠಾತ್ ಕೋಪಕ್ಕೆ ದಾಸರಾಗುವುದು, ತಕ್ಷಣದ ಆಕ್ರೋಶದಿಂದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ತಪ್ಪು. ಇದು ತೀವ್ರ ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೋಪವು ಪ್ರಾಯಶಃ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾದುದು, ಆದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಬಹಳ ತೀವ್ರವಾಗಿರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಕೋಪವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತ ಹಾನಿಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು.

 **FOR KANNADA**  
ಕನ್ನಡಕ್ಕಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಬನ್ನಿ