ಡಾ.ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ

ಮೊದಲ ನಾಲ್ಕೈದು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಸಿಗುವ ನಿರಂತರ ಸ್ಪರ್ಶವು ಶಿಶುವಿನ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ!

250: ಮಗು ಬೇಕೆ? ಏಕೆ?-3

ಹೋದಸಲ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ಕುರಿತಾಗಿ ವೈದ್ಯರ 'ಕಲಿತ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿ', ಅದರಿಂದ ಬಿತ್ತಲ್ಪಟ್ಟ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಮಿಥ್ಯೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸತ್ಯಗಳ ಬಗೆಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆವು. ಅವಸರದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಅರೆಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮಗುವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗೆಗೆ ಈ ಸಲ ಯೋಚಿಸೋಣ.

ಮಗುವಿನ ಅಗತ್ಯಗಳ ಪೂರೈಕೆ?

ಶಿಶುವಿಗೆ ಆಹಾರ, ನಿದ್ರೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ನಿರಂತರವಾದ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ದೇಹಸಂಪರ್ಕ, ವಾತ್ಸಲ್ಯಧಾರೆ ಹಾಗೂ ಸುಖಸಂವಹನ ಬೇಕೇಬೇಕು. ಇವು ಮಗುವಿನ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಭವಿಷ್ಯದ ಜೀವಾಳ. ಇದನ್ನು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಡಾ. ಎಡ್ವರ್ಡ್ ಟ್ರೋನಿಕ್ ಅವರ ಕಿರುವಿಡಿಯೊ **(Still Face Experiment: Edward Tronick)** ನೋಡಿ. ಮೊದಲೇ ದಾಂಪತ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬಗೆಹರಿಯದೆ ಹಿಂಸೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಅನೇಕ ಹೆಂಗಸರಿಗಂತೂ ಒತ್ತಾಯದ ತಾಯ್ತನಕ್ಕೆ ಅರೆಮನಸ್ಸು ಇರುವುದು ಸಹಜ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಹೆಂಗಸರು ಬಸಿರಿನ ಹಾಗೂ ಬಾಣಂತನದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇಂಥ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯ ಹೆಂಗಸರು ನೆರವು ನೀಡುವ ಉತ್ತಮ ಪದ್ಧತಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಮಾಧಾನಕರ. ಇನ್ನೊಂದು ವಿಷಯ ಏನೆಂದರೆ, ಹೆರಿಗೆಯಾದ ಕೂಡಲೇ ಎದೆಹಾಲು ಬೇಗ ಬರಲು ಶಿಶುವನ್ನು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಎದೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರಬೇಕು (ಇದು ಆಕ್ಸಿಟೋಸಿನ್ ಎಂಬ ಹಾರ್ಮೋನನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ). ಎಲ್ಲದಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ತಾಯಿಯ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಮೈಯ ಸಂಪರ್ಕವು ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ಸತತವಾಗಿ ಇರಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲ ಮಗುವಿಗೆ ಭದ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೆ ತಾಯಿಯಾದವಳಿಗೆ ಇದರಲ್ಲೆಲ್ಲ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲಳಾಗಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಪ್ರಾಣಸಂಕಟ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಎಡೆಬಿಡದೆ ಅಳುತ್ತಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ಕಿಟಕಿಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಎಸೆಯಬೇಕೆಂದು ವಿಚಾರ ಬಂದು, ಅದರ ಹಿಂದೆ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವ ಕಾಡುವುದನ್ನು ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ.

ಅದೇ ಹುಟ್ಟಿ ಇನ್ನೂ ಕಣ್ಣು ಬಿಡದಿರುವ ಶಿಶುವಿನ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಏಷ್ಟೊಂದು ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ವಿಸ್ಮಯಕರ. ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿಯ ಉಷ್ಣತೆಯು ಒಂದೇ ಸಮವಾಗಿ ಬೆಚ್ಚಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೊರಬಂದ ಕೂಡಲೇ ತಟ್ಟುವ ತಂಗಾಳಿಯ ಸ್ಪರ್ಶ ಶಿಶುವಿನ ಇಡೀ ದೇಹಕ್ಕೆ ಆಘಾತ ಕೊಡುತ್ತದೆ. (ದೇಹಾಘಾತವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೀಗೆ ಊಹಿಸಿ: ಚಳಿಗಾಲದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿನೀರು ಮೈಮೇಲೆ ಸುರಿಯುವುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ದಿಢೀರೆಂದು ತಣ್ಣೀರು ಮೈಮೇಲೆ ಬೀಳಲು ಶುರುವಾಗಿ, ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗದಿದ್ದರೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ?) ದೇಹಾಘಾತದಿಂದ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯಲು ಮಗುವು ಹೊರಬಂದ ಕೂಡಲೇ ತಾಯಿಯ ಶರೀರದ ಸಂಪರ್ಕದ ಮಿತಿಯೊಳಗೆ ಭದ್ರವಾಗಬೇಕು (ಅದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಶಿಶುವನ್ನು ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಭದ್ರವಾಗಿ ಸುತ್ತಿಡಲಾಗುತ್ತದೆ). ಇದಾಗದಿದ್ದರೆ ಉಂಟಾಗುವ ಕೊರತೆಯು ಅದೇ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ದೇಹಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ವಿಕೃತವಾಗಿ ಅಡಕವಾಗಿ, ಮುಂದೆ ಬದುಕಿನುದ್ದಕ್ಕೂ ಉಳಿದುಬಿಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಂಬಲು ಮನೋವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಆಧಾರವಿದೆ.

ಈ ವಿಕೃತಿಗೆ ಒಂದು ದೃಷ್ಟಾಂತ: ಇಲ್ಲೊಬ್ಬನು ಪೋಷಕ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದಿದ್ದರೂ ಆತಂಕ–ಅಭದ್ರತೆಯ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ. ಬುದ್ಧಿವಂತ ಹಾಗೂ ವಿಚಾರವಾದಿ ಎನ್ನಿಸಿಕೊಂಡರೂ ಒಳಗೊಳಗೇ ನರಳುತ್ತ ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಆಗಾಗ ಮೈಕೈ ಭಾರ, ಏನೂ ಮಾಡಲು ಪ್ರೇರಣೆ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಎತ್ತಿಕೊಂಡ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅರ್ಧಕ್ಕೇ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದು ಎಷ್ಟು ಸಲವೊ! ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವನ ಅಂತರಾಳವನ್ನು ಬಗೆದಾಗ ಅಚ್ಚರಿಯ ವಿಷಯವೊಂದು ಹೊರಬಂತು: ಇವನು ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ ತಾಯಿ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಹಿಂಸೆಯನ್ನೂ ಶಾರೀರಿಕ ರೋಗಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಬಹುಕಷ್ಟದ ಹೆರಿಗೆಯ ನಂತರ ಸುಮಾರು ಹೊತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಳು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಶರೀರಸ್ಪರ್ಶ ಹಾಗೂ ಸುಖಸಂಪರ್ಕ ಸಿಗದಿದ್ದುದರಿಂದ ಶಿಶುವು ದೇಹಾಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ 'ಒಂಟಿತನದ ದೇಹಪ್ರಜ್ಞೆ' ಹುಟ್ಟಿದೆ. ಈ 'ಶಾರೀರಿಕ ಅನಾಥಪ್ರಜ್ಞೆ'ಯನ್ನು ಅವನು ಮನೋಭಾವುಕ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಎತ್ತಣ ಮಾಮರ ಎತ್ತಣ ಕೋಗಿಲೆ?

ಇನ್ನು, ಒಮ್ಮೆ ಒತ್ತಾಯದಿಂದ ತಾಯಿಯಾದವರು ಇನ್ನೊಂದು ಸಲ ತಾಯ್ತನವನ್ನು ಎದುರುಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಸ ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಇರುವ ಒಂದು ಮಗುವಿನ ಮೂಲಕವೇ ತಮ್ಮೆಲ್ಲ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹವಣಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಬಗೆಗೆ ಅಸಹಜ ಕಾಳಜಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮಗು ಒಂದು ಘಟ್ಟ ಮುಟ್ಟುವಾಗ ಖುಷಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನೆಲೆಸಗೊಡುವುದಿಲ್ಲ; ಅತೃಪ್ತಿ, ಅಸಹನೆ ತೋರುತ್ತ ಮುಂದಿನ ಘಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ವಿಡಂಬನೆಯ ಹೇಳಿಕೆಯೊಂದು ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತಿದೆ: ಮಗುವಿಗೆ ಯಾವಾಗ ಮಾತು, ಕಾಲು ಬರುತ್ತದೋ ಎಂದು ಕಾತುರದಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿರುವವರು ಒಮ್ಮೆ ಮಾತು, ಓಡಾಟ ಶುರುವಾದ ನಂತರ ಬಾಯಿಮುಚ್ಚಿ ಒತ್ತಟ್ಟಿಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಆಜ್ಞಾಪಿಸುತ್ತಾರೆ! ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ನೋಡುವ ಸೌಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲದೆ ಮಗುವಿನ ಬಾಲ್ಯದ ಸವಿನೆನಪು ಅನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಏನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಗು ಯಾಕೆ ಬೇಕು?

ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಸರ್ವಸಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರೂ ಕೊಡುವ ಹಾಗೂ ಸಮಂಜಸ ಎನ್ನಿಸುವ ಉತ್ತರ ಒಂದೇ: ಪ್ರೀತಿಸಲು ಹಾಗೂ ಸುಖಸಂಪರ್ಕಿಸಲು ನನ್ನವರು ಎನ್ನುವವರು ಯಾರಾದರೂ ಬೇಕೇಬೇಕು! ಇದಕ್ಕೆ ಅಸ್ತಿತ್ವವಾದದ ಆಧಾರವಿದೆ. ಅಪ್ಪ, ಅಮ್ಮ, ಸಂಗಾತಿ ಎಲ್ಲರೂ ತನಗಿಂತ ಮುಂಚೆ ಸಾಯಬಹುದು, ಆದರೆ ಮಗು ತನ್ನನ್ನು ಮೀರಿ ಬದುಕುತ್ತದೆ, ಹಾಗಾಗಿ ಕೊನೆಯ ತನಕ ಸುಖಸಂಪರ್ಕದ ಭರವಸೆ ಇರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿ ಮೇಲುನೋಟದಲ್ಲಿ ಹುರುಳಿದೆ. ಆದರೆ ಒಳಗಿನ ಕತೆಯೇ ಬೇರೆ. 'ನನ್ನದೇ ಮಗು' ಎನ್ನುವುದಿದೆಯಲ್ಲ, ಅದರ ಹಿಂದೆ ಒಡೆತನದ ಸ್ವಾರ್ಥವಿದೆ – ನನ್ನ ಮಗು ನನ್ನದೇ ಆಗಿರಬೇಕು, ಇನ್ನಾರದೂ ಆಗಿರಬಾರದು! ಮಗುವಿಗೆ ಜನ್ಮಕೊಡುವಾಗ ಪ್ರೀತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಹಕ್ಕು, ಸ್ವಾಮ್ಯ, ಒಡೆತನ ಬರುತ್ತದೆ – ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಡೆತನದ ಆಳ್ವಿಕೆಯನ್ನೇ ಪ್ರೀತಿಯ ನಂಟೆಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯುವುದೂ ಇದೆ. ಉದಾಹರಣೆ ಕೋಪದಿಂದ ಮಗುವನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುವಾಗ ಯಾರಾದರೂ ಅಡ್ಡಿಬಂದರೆ, 'ನನ್ನ ಮಗು ಹೇಗೆಂದು ನನಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತಿದೆ, ದೂರವಿರು'! ಎನ್ನುವವರನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಮಗುವು ಅಪ್ಪನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿಸುವಂತೆ ಕಂಡಾಗ ತಾಯಿಗೆ ಮತ್ಸರವಾಗುವುದು ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೆ. ದಂಪತಿ ವಿಚ್ಛೇದನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಮಗು ನನ್ನಲ್ಲಿರಲಿ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಿಂತ ವಿಚ್ಛೇದಿತ ಸಂಗಾತಿಯ ಬಳಿ ಇರುವುದು ಬೇಡ ಎನ್ನುವ ಕೆಟ್ಟ ಹಂಬಲ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೆತ್ತವರ ಇಂಥ 'ಸೂಕ್ಷ್ಮ ದುರ್ವರ್ತನೆ'ಯು **(microabuse)** ಮಗುವಿನ ಸ್ವತಂತ್ರ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಹಾಗೂ ಭಾವವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಒಡೆತನಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ಮಕ್ಕಳು ಬೇರೆಯಾಗಿ ಸ್ವತಂತ್ರ ಬದುಕನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತ ದೂರವಾಗುವಾಗ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿದ ತೃಪ್ತಿಗಿಂತ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ವ್ಯಥೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವ ಒಬ್ಬಳ ಮಗ ಪತ್ನಿ ಜತೆ ವಿದೇಶದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ. ಎರಡುಮೂರು ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಆತ ಕರೆಮಾಡುವಾಗ ತಾಯಿಯ ಮೊದಲ ಮಾತು: 'ಏನೋ ನನ್ನನ್ನು ಮರೆತುಬಿಟ್ಟಿದ್ದೀಯಾ ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಅಂತೂ ನನ್ನ ನೆನಪಾಯಿತಲ್ಲ?' ಹಾಗೆಂದು ವಿದೇಶಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದರೆ ಸುತರಾಂ ಒಲ್ಲೆಯೆನ್ನುತ್ತಾಳೆ.

ಸಹಾಯವಾಣಿ: 8494944888.