



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭೆಬ್ಬಿ

ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆಯೆಂದರೆ
ಡೊಂಕು ಕನ್ನಡಿಯಂತೆ:
ಅದೆಂದಿಗೂ ನಿಮ್ಮ ನಿಜ
ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ತೋರಿಸಲಾರದು.

301: ಹೊಸ ದಾರಿ - 41

ದಾಂಪತ್ಯದ ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಂತಿಕೆಯ ಮಹತ್ವ ಕುರಿತು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ತನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ತಳಮಳ ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಅನಿಶ್ಚಿತತೆ ಅನಿಸಿದರೂ ಸರಿ, ಇತರರು ಕೊಟ್ಟ ಸ್ಥಿರತೆಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸದೆ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ನಂಬುವುದು ಸ್ವಂತಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣ ಎಂದು ಹೋದ ಸಲ ವಿವರಿಸಿದೆ.

ಶಿಶುವಿಗೆ ತನ್ನತನ ಎಂಬುದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅದು ತಾಯಿಗೆ (ಅಥವಾ ಇತರ ಪೋಷಕರಿಗೆ) ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ತಾಯಿ ನಗಿಸುವಾಗ ನಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯು ಮಗುವಿಗೆ ಕನ್ನಡಿಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ. ಕನ್ನಡಿಯಲ್ಲಿ ಮುಖ ನೋಡಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ರೂಪ ಹೀಗೆ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಪೋಷಕರು ಕೊಡುವ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಅಥವಾ ತಿರಸ್ಕಾರವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ನಾನು ಹೀಗೆ ಎಂದು ಮಗು ಆತ್ಮಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ, ನಾನು ಇಂಥವನು/ಳು ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡ ಸ್ವಂತಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಹಿರಿಯರನ್ನು, ಶಿಕ್ಷಕರನ್ನು, ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸಿದ್ದು ಅಥವಾ ಮೆಚ್ಚಿಸಲಿಕ್ಕೆ ಕಾದಿರುವುದೇ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಮೆಚ್ಚಿಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ನಾನು ಸರಿ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದ್ದರೂ ಸರಿಯಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಭಾವ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ, ಕನ್ನಡಿ ಡೊಂಕಾಗಿದ್ದರೆ ನೇರಮುಖವೂ ಮುಖ ಡೊಂಕಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಇದು ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಅಥವಾ ಪರ ಸ್ವಂತಿಕೆಯಷ್ಟೇ (reflected self, pseudo self) ವಿನಾ ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಯಲ್ಲ (true self). ಹೀಗೆ ಪರ ಸ್ವಂತಿಕೆಯು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಸುಹೊಕ್ಕಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಯ ಅರಿವು ಮೊಟ್ಟಮೊದಲ ಸಲ ಬರುವುದು ಯಾವಾಗ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದರೆ ನಗುಬರುತ್ತದೆ. ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಿ ಮೂರು ವರುಷದವರೆಗೆ ನೋಡಿದ್ದೀರಲ್ಲ? ಹೆತ್ತವರು ತನ್ನ ಇಷ್ಟದಂತೆ ನಡೆಯದಿರುವ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ (ಅಯ್ಯೋ, ಅಪ್ಪ/ಅಮ್ಮ ನನ್ನ ಮಾತು ಕೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ!) ನಾನು ಬೇರೆ, ಹೆತ್ತವರು ಬೇರೆ ಎಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ಕಲ್ಪನೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಮೊದಲ ಪಾಠ ಕಲಿಯುವಾಗ ಬರುವ ಭಾವನೆಗಳು ಅಸಹನೆ, ಕೋಪ, ನಿರಾಸೆ, ಮೂಲೆಗಂಪಾದ ಅನಿಸಿಕೆಗಳೇ ಹೊರತು ಋಷಿ, ಸಮಾಧಾನ ಆಧವಾ ಆತ್ಮವಿಕಾಸದ ತೃಪ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಸ್ವಂತಿಕೆ ಹುಟ್ಟುವಾಗ ಮೊದಲ ಭಾವನೆಗಳು ಸುಖಕರವಲ್ಲ. ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಈ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಬಿಡಿಸಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ತಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆಯು ಬಹುತೇಕ ಎಲ್ಲರ ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಎದ್ದುಕಾಣುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಸಂಗಾತಿ ಮೆಚ್ಚಿದರೆ ಉಬ್ಬುವುದು ಯಾರಿಗೆ ಬೇಡ? ಎಷ್ಟೋ ದಾಂಪತ್ಯಗಳು ಇದಿಲ್ಲದೆ ಬಡವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆಯು ಸುಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ನಾಂದಿಯಾಗುತ್ತದೆ- ನಮ್ಮನ್ನು ಮೆಚ್ಚುವವರ ಜೊತೆಗಷ್ಟೇ ನಾವು ಸಂಬಂಧ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಇದು ಒಂದು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸರಿಯಾದರೂ ನಂತರ ಸಮಸ್ಯೆ ಆಗಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಯಾಕೆ? ಹೊಗಳಿಕೆ ಎಂದರೆ ಬಲೂನಿನಲ್ಲಿ ಗಾಳಿ ತುಂಬಿದಂತೆ. ಸಂಗಾತಿ ಗಾಳಿ ತುಂಬಿದಷ್ಟೂ ನೀವು ಉಬ್ಬುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತೀರಿ. ಗಾಳಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸೋರಿ ಸಣ್ಣಗಾಗುತ್ತೀರಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಸದಾ ಗಾಳಿತುಂಬಲು ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸುತ್ತೀರಿ. ಸಂಗಾತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಭಾರವನ್ನು ಎಷ್ಟೆಂದು ಹೊರಬಲ್ಲರು? ಅವರಿಂದ ಬರುವುದು ನಿಂತರೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಹೋದ ಸಲ ಶಶಿ-ಭೂಷಣ ಜೋಡಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದ್ದೆ. ಭೂಷಣನನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವನು ತನ್ನನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿ ಹೊಗಳುತ್ತಿದ್ದ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾಳೆ. ಅಂದರೆ 'ಅವನ ಹೊಗಳಿಕೆಯೇ ತಾನು' ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದಾಳೆ. ಯಾಕೆ? ತನ್ನ ಸ್ವಂತಿಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಕೆಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯಿಲ್ಲ - ಒಂದು ವೇಳೆ ಇದ್ದದ್ದಾದರೆ ಅವನ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯನ್ನೂ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುತ್ತಿದ್ದಳು. ಹಾಗಾಗಿ ಅವನೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಅವನೇ ಕೊಟ್ಟ ಅನಿಸಿಕೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ. ಅಂದರೆ ಇದು ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆಯೇ ಹೊರತು ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಯಲ್ಲ. ಭೂಷಣನದೂ ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಯಲ್ಲ. ಯಾಕೆ? ಅವನು ಬಯಸುತ್ತಿರುವ ಕೂಟದ ವೈವಿಧ್ಯವು ಯಾವುದೋ ನೀಲಿ ಚಿತ್ರದಿಂದ ಕಡ ತಂದಿದ್ದು; ಅದರಂತೆ ತಾನೂ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಹಪಹಪಿಸುವ ಪೊಳ್ಳು ಸ್ವಂತಿಕೆಯಷ್ಟೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ತಾನು ಮಾಡುವ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ತನ್ನ ಗಂಡಸುತನವನ್ನು ಅಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಾರ್ಯಾಧಾರಿತವೇ (performance oriented) ಹೊರತು ಮನಸ್ಸಿನಾಳದ ಪ್ರಜ್ಞಾವಂತಿಕೆಯಲ್ಲ, ಸಂಬಂಧಕ್ಕಿಂತೂ ಭೂಷಣವಲ್ಲ.

ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಸುಸಂಬಂಧ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆಗೂ ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸಲು ಏನೇನೋ ಮಾಡುವವರು ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿ ಸ್ವಂದಿಸದಿದ್ದಾಗ ಹರಿಹಾಯುತ್ತೀರಿ. ಇಲ್ಲಿ ಹರಿಹಾಯುವುದು ನಿಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಯ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ (ಅದಿದ್ದರೆ ಸುಮ್ಮನೇ ದುಃಖಿಸುತ್ತೀರಿ, ಅಷ್ಟೆ). ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಟೀಕಿಸಲು ಒಂದು ಪದಗುಚ್ಚವನ್ನೋ ಗಾದೆಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವಾಗ ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ನೀವು ಗಮನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: ನಾನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ಒಳದಿನ ಹೇಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ - ಅದೇ ನಿಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆ. ನೆರೆಯವರ ಟೀವಿ, ಆಭರಣ, ಉಡುಪು ಕಂಡಾಗ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆಯೆಂದು ಮೆಚ್ಚಿ ಸುಮ್ಮನಿರುವುದರ ಬದಲು ನನಗೆ ಅದಿಲ್ಲವಲ್ಲ ಎಂದು ಕೊರಗುವುದು ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆ. ಯಾಕೆ? ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದ ನಂತರ ನೋಡಿದರೆ ಅದಿಲ್ಲದೆ ನೀವು ಆರಾಮವಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತಿರುತ್ತೀರಿ! ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆಯನ್ನೇ ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಯೆಂದು ನಂಬುವುದು ಪೊಳ್ಳುತನ. ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯನೊಬ್ಬ ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕಂಪನಿಯ ಉಡುಪು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರಾವುದೂ ಹಿಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದ. ಹೊಸ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಜಾಹೀರಾತಿನ ಭಂಗಿ ಮೆರೆಯುತ್ತಿದ್ದ. ತಾನು ಯಾರು, ತನಗೇನು ಬೇಕೆನ್ನುವ ಅರಿವು ಅವನಿಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿಯಾಗದೆ 40 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಹತ್ತಾರು ಸಲ ಊರು ಬದಲಿಸಿದ. ಬುದ್ಧಿಹೇಳಿದ ಹೆಂಡತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ದಾಂಪತ್ಯ ಮುರಿದುಕೊಂಡ. ಈಗ ಒಳ್ಳೆಯ ಉಡುಪು ಒತ್ತಟ್ಟಿಗಿರಲಿ, ಉಡುಪುಗಳೇ ಇಲ್ಲದ ಅವಸ್ಥೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಪ್ರತಿಫಲಿತ ಸ್ವಂತಿಕೆಯೆಂದರೆ ಇತರರ ಶೂ ಹಾಕಿಕೊಂಡಂತೆ. ಹೊರಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಂಡರೂ ಒಳವೊಳಗೆ ಕಿರಿಕಿರಿ ಮಾಡುತ್ತ ಇದು ನನ್ನದಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಅನಿಸಿಕೆ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಪಾದರಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಟ್ಟು ಬರಿಗಾಲಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ನಿರ್ಧಾರವು ತ್ರಾಸದಾಯಕ ಆದರೂ ನಿಜ ಸ್ವಂತಿಕೆಯ ಲಕ್ಷಣ.

ಪ್ರಯೋಗ 36: ಸಂಗಾತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಮಾತಾಡುತ್ತ, ಅವರಿಂದ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಬರದಿರುವಾಗ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನಿಸಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸಿ. ಅದರ ಹಿಂದಿನ 'ನಾನು ಯಾರು?' ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ತನಿಖೆ ನಡೆಸುತ್ತ ನಿಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಯತ್ನಿಸಿ.

ವಾರದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು: ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರು ನಿಮ್ಮ ಅಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತ 'ಅದು ನಿನ್ನ ಕೈಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ!' ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದನ್ನು ಅಲ್ಲಗಳೆದು ಬೆಳೆಯಲು ಶತಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ. ಬೇಕಾದರೆ ನನ್ನೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ: 8494933888:

Email: vinod.chebbi@gmail.com