



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭಟ್ಟ

ಪರಸಂಬಂಧ ಎನ್ನುವುದು ಆಘಾತವಲ್ಲ, ಅಪಘಾತದಂಥ ದುರಂತ!

150: ಪರಸಂಬಂಧ- 13

ಪರಸಂಬಂಧದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಬೇಕು ಎಂದು ಬಯಸುವವರು ಹಿಂಸೆಯಾದರೂ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ನಿಜ್ಜೀವವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ಜಾರಿಗೆ ತರಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಈ ಸಲ ಚರ್ಚಿಸೋಣ.

ಒಬ್ಬರು ಪರಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದಾಗ ಅದರ ಬಗೆಗೆ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಸಂಗಾತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತೀರ ಅಪರೂಪ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಂಗವು ಬಯಲಾಗಿ ಪೇಚಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಎಡವಿದ ಸಂಗಾತಿಯ ಮೊದಲ ಉದ್ದೇಶ - ಹಾಗೂ ಕೊನೆಯ ಉದ್ದೇಶ ಕೂಡ - ಪ್ರಸಂಗವು ವಿಕೋಪಕ್ಕೆ ಹೋಗದಂತೆ ತಡೆಯುವುದು ಮಾತ್ರ. ಆಗ ಎಡವಿದವರು ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. 'ಇನ್ನೊಂದು ಸಲ ಇಂಥದ್ದಕ್ಕಿಲ್ಲ ಕೈಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ, ನನ್ನನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಿ ಆದದ್ದನ್ನೆಲ್ಲ ಮರೆತುಬಿಡು' ಎಂದು ಅಂಗಲಾಚುತ್ತಾರೆ. ಅಗತ್ಯವಾದರೆ ಕಾಲೂ ಹಿಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ಇದೆಲ್ಲ ಬೀಸುವ ದೊಣ್ಣೆಯಿಂದ ಏಟು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಯತ್ನವೇ ಹೊರತು ಮನಃಪರಿವರ್ತನೆಯ ಲಕ್ಷಣವಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಯು ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಒತ್ತಟ್ಟಿಗಿರಲಿ, ಬರುತ್ತಿರುವ ಕೋಪವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. 'ತಾಳ ತಪ್ಪುತ್ತಿರುವ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಕೋಪ ಹಾಗೂ ಕ್ಷಮೆಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಕುಣಿಯುವಂತೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದು ಬದುಕಿನ ಅತ್ಯಂತ ಕಠಿಣ ಸವಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ.' ಎಂದು ಬಲ್ಲೇರಿಯದ ಸಾಹಿತಿ ಮಾರಿಯಾ ಪೋಪೋವಾ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಒಂದು ವೇಳೆ ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಯು ಕ್ಷಮಿಸಿ ಬಿಟ್ಟರೆ ಪ್ರಸಂಗ ಕೊನೆಗೊಂಡಿತೆಂದೂ ಅರ್ಥವಲ್ಲ - ಯಾಕೆಂದು ಮುಂದೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

ಇನ್ನು ಕೆಲವರು, ನಾನು ತಪ್ಪು ಮಾಡಿದೆ, ಹಾಗಾಗಿ ಶಿಕ್ಷೆ ಅನಿವಾರ್ಯ ಎಂದು ತಯಾರಾಗುತ್ತಾರೆ. ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಯಿಂದ ಬರುವ ಕೋಪ, ತಿರಸ್ಕಾರ, ತುಚ್ಛೀಕರಣ, ದೂರೀಕರಣ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಶಿಕ್ಷೆಯ ಭಾಗವೆಂದೂ, ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರೆ ಅಪರಾಧದಿಂದ ಮುಕ್ತ ಆಗಬಹುದು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅಪರಾಧ, ಶಿಕ್ಷೆ ಎನ್ನುವುದು ನ್ಯಾಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತವೆಯೇ ವಿನಾ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಸೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ದಾಂಪತ್ಯವು ನ್ಯಾಯಾಲಯವೂ ಅಲ್ಲ, ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಯು ತೀರ್ಪುಗಾರರೂ ಅಲ್ಲ. ಅಷ್ಟಲ್ಲದೆ 'ಶಿಕ್ಷೆ'ಯು ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವುದೂ ಇಲ್ಲ! ಆಕ್ರೋಶವು ಆಗಾಗ ತಲೆಯೆತ್ತಿ ಭುಗಿಲೆನ್ನುತ್ತ ಇನ್ನೇನು ಸರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಪದೇಪದೇ ಕದಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ಎಡವಿದವರು ತಾಳ್ಮೆಗಟ್ಟು ಸಿಡಿದೆಳೆತುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಮತ್ತೆ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿ ಭುಗಿಲೆನ್ನುತ್ತದೆ.

ಅದು ಸರಿ, ಎಡವಿದವರು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಇದ್ದರೂ ನೊಂದವರ ಆಕ್ರೋಶ ಕಡಿಮೆ ಯಾಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ? ಆಗಾಗ ಭುಗಿಲೆದ್ದು ಮರುಕಳಿಸುವುದು, ಕಳೆದ ಕಹಿಯನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಹತ್ತಿರವಾಗಬೇಕೆನ್ನುವ ಸಂಗಾತಿಯ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಎರಗುವುದು ಏಕೆ? ಇದಕ್ಕೂ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಕಾರಣವಿದೆ.

ಪರಸಂಬಂಧದಿಂದ ಅಮಾಯಕ ಸಂಗಾತಿಯ ಮೇಲೆ ಆಗುವುದು ಆಘಾತ (shock) ಎಂದು ನಾವೆಲ್ಲ ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ಅಧ್ಯಯನವು ಹೇಳುವುದೇ ಬೇರೆ. ಇದು ಕೇವಲ ಆಘಾತವಲ್ಲ, ದುರಂತ (traumatic accident) ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗಿದೆ. ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಮರಣ, ಅಪಘಾತ, ಹಲ್ಲೆ, ಅಥವಾ ಅತ್ಯಾಚಾರದಂಥ ದುರಂತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದಾಗ

ಆಗುವಷ್ಟೇ ದುಷ್ಟರಿಣಾಮವು ಪರಸಂಬಂಧದಿಂದ ನೊಂದವರಿಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅಪಘಾತದಂಥ ದುರಂತದ ನಂತರ ಉಂಟಾಗುವ ಶಾರೀರಿಕ ನೋವು, ಗಾಯದ ಕಲೆ, ಅಂಗಹೀನತೆ, ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ದುಷ್ಟರಿಣಾಮಗಳು ದೀರ್ಘಾವಧಿ - ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೊನೆಯ ತನಕ - ಇರುತ್ತವಲ್ಲ, ಹಾಗೆಯೇ ಪರಸಂಬಂಧದ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲೂ ಆಗುತ್ತದೆ. ಭೀಕರ ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿ ಬದುಕಿ ಬಂದ ನಂತರದ ಖಿನ್ನತೆ, ನರಳಿಕೆ, ಅನ್ಯಮನಸ್ಸತೆ, ಘಟನೆಯ ಮರುಕಳಿಕೆ, (ಹೀಗೆ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ತಪ್ಪಿಸಬಹುದಿತ್ತು ಎನ್ನುವ) ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವ, ತನ್ನ ಬಗೆಗೆ ಕೀಳರಿಮೆ, ಮಾನಸಿಕ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮುಂತಾದವುಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಒತ್ತಡ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತ, ಆಗಾಗ ದುಃಖ, ಹಳವಡಗಳಲ್ಲಿ ಮರುಕಳಿಸುತ್ತವೆ. (ಇದಕ್ಕೆ post-traumatic stress disorder- PTSD ಎಂದು ಹೆಸರಿದೆ.) ಈ ಮರುಕಳಿಕೆಯ ಅನುಭವವು ಎಷ್ಟೊಂದು ನೈಜವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ಅದರಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಹೇಗೆ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ದುರಂತದಲ್ಲಿ ಪಾಲುಗೊಂಡವರಿಗೆ ಗೊತ್ತು! ಪರಸಂಬಂಧದ ದುರಂತವು ಇದಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನವಲ್ಲ. ಸಾಕಾಗದಷ್ಟೆ ದುರಂತಕ್ಕೆ ಕಾರಣರಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಬದುಕುವ, ಹಾಸಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಅನಿವಾರ್ಯತೆಯು ಇನ್ನಷ್ಟು ಹಿಂಸಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ನೊಂದವರು ಕಾರಣರಾದವರನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಶಪಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವಿಲ್ಲ. ಈ ಸತ್ಯವನ್ನು ಎಡವಿದ ಸಂಗಾತಿಯು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಅವರ ಪ್ರತ್ಯೆಗೆ ಉತ್ತರ ಸಿಗುತ್ತದೆ: ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಯು ಈಗಿನ ವರ್ತನೆಯು ಸುಧಾರಣೆಗೊಂಡ ತನ್ನ ಬಗೆಗಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ಅವರದೇ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ದುರಂತದ ಮರುಕಳಿಕೆಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿದೆ! ಇದು ಅರ್ಥವಾದರೆ ಎಡವಿದ ಸಂಗಾತಿಯು ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಹೇಗೆ ನೆರವು ನೀಡಬಹುದು ಎನ್ನುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪರಸಂಬಂಧದ ದುರಂತದಿಂದ ದಾಂಪತ್ಯವನ್ನು ಹೊರತರಲು ತಪ್ಪಿತಸ್ಥರು ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ: 1) ಯಾವ ಸಬೂಬು ಹೇಳದೆ ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು; 2) ಪರಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಪ್ರತಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗೂ ಪಾರದರ್ಶಕವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸುವುದು. ಚಿಕ್ಕದು ಅಥವಾ ಆಘಾತಕರ ಎನ್ನದೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ (ಉದಾ. ಕೆಲಸದ ನೆಪ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪ್ರೇಮಿಯನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿದ್ದು, ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ) ವಿವರಿಸುವುದು; 3) ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಯು ಎದುರೇ ಪರಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಪೂರ್ಣ ವಿರಾಮ ಹಾಕುವುದು. ಪ್ರೇಮಿಯ ಜೊತೆಗೆ ವಿನಿಮಯಿಸಿದ ಪತ್ರವ್ಯವಹಾರ, ಮೊಬೈಲ್ ಹಾಗೂ ಈಮೈಲ್ ಸಂದೇಶಗಳು - ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪಾಸ್‌ವರ್ಡ್ ತೆಗೆದು ತೆರೆದಿಡುವುದು; ಪ್ರೇಮಿಯು ಕೊಟ್ಟ ಕಾಣಿಕೆಗಳು, ಕೈಬರಹದ ಸಂದೇಶಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ನೊಂದವರಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸುವುದು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಪ್ರೇಮಿಯನ್ನು ಕರೆಸಿ, ಮೂವರೂ ಸೇರಿ ಪರಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಡಿಮೆಗೊಳ್ಳುವುದು; 4) ನೊಂದ ಸಂಗಾತಿಯಿಂದ ತನಿಖೆಗೆ ಹಾಗೂ ಕಾವಲು ಕಾಯುವುದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಏನೇನೂ ಸಾಲದು. ಇದರ ಹೊಣೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿತಸ್ಥರೇ ಹೊತ್ತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉದಾಹರಣೆಗಾಗಿ, ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವಾಗ ಹೋಗಲಿರುವ ಜಾಗ, ಭೇಟಿಯಾಗಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು, ಅವರ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿವರಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದೇ ಅಪನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. 5) 'ಅಪರಾಧಕ್ಕೆ ಶಿಕ್ಷೆ' ಎನ್ನದೆ ಸಂಬಂಧದ ಪುನರ್ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಸೋಂಟಕಟ್ಟಿ ನಿಲ್ಲುವುದು; 6) ನಿಷ್ಠೆಯತೆಯಿಂದ ಸಂಗಾತಿಯ ದುಃಖದಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಪಾಲುಗೊಳ್ಳುತ್ತ ಅವರಿಗೆ ಸಹತಾಪವನ್ನು ತೋರುವುದು; 7) ಈ ನಡುವೆ ಪ್ರೇಮಿಯು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಿದರೆ ಅದರ ಬಗೆಗೆ ತಾನೇ ಬಾಯಿಬಿಟ್ಟು ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಇಲ್ಲೊಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆ: ಪರಸಂಬಂಧದಿಂದ ಮರಳಿದ ಗಂಡಸರು ಪುನಃ ಹೆಂಡತಿಯೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಲು ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಲೈಂಗಿಕ ತೃಪ್ತಿ ಕೊಟ್ಟರೆ ಹೆಂಗಸರು ಒಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ಅವರ ಅನಿಸಿಕೆ. ಇದು ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಮೂರ್ಖತನ ಕೂಡ. ಸುಮಧುರ ಸಂಬಂಧವು ಕಾಮಕೂಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇ ಹೊರತು ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಲ್ಲ! ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಎಡವಿದ ಸಂಗಾತಿಯು ಸಂಬಂಧದ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ ಸಂಬಂಧವು ಬೇಗ ಸುಧಾರಿಸಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.