



ಡಾ.ವಿನೋದ ಛಿಬ್ಬಿ

ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಪ್ರತಿರೋಧ ತೋರಿ  
ಸಿಡಿಮಿಡಿ ಮಾಡುವವರ ಹಿಂದೆ  
ಕರುಣಾಜನಕ ಇತಿಹಾಸವಿದೆ.

## 272: ಹೊಸ ದಾರಿ - 12

ಹೋದ ಸಲ ಹಿನ್ನೆಕೆಯ ಬಗೆಗೆ ಮಾತಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಬಾಲ್ಯದ ಹಿನ್ನೆಕೆಯು ತನ್ನತನದ ತೇಜೋವಧೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬಾಂಧವ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾವುಕತೆಯಿಂದ ತೋಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದೆ ದಾಂಪತ್ಯ ನೆರಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತು. ಬಾಲ್ಯದ ಗಾಯಗಳ ಇನ್ನೊಂದು ನಮೂನೆಯನ್ನು ಈಸಲ ನೋಡೋಣ. ಮಾಯಾ-ಮನೋಜರ ಸಂವಹನ ಇಲ್ಲಿದೆ:

ಮಾಯಾ: ಮನೋಜ್, ಇವೊತ್ತು ಭಾನುವಾರ, ಶೆಲ್ಡ್ ಸ್ವಚ್ಛಮಾಡಬೇಕು ಅಂದುಕೊಂಡಿದ್ದೀನಿ.

ಮನೋಜ: ಅಯ್ಯೋ, ನನ್ನ ಸಾಮಾನು ಮುಟ್ಟಬೇಡ! ನೀನು ಜೋಡಿಸಿಟ್ಟಿದ್ದು ನನಗೆ ಸರಿಬರೋದಿಲ್ಲ.

ಮಾಯಾ: ಒಳ್ಳೆಯದಾಯಿತು. ನೀನೂ ಬಾ, ಇಬ್ಬರೂ ಕೂಡಿ ಮಾಡೋಣ.

ಮನೋಜ: ಈಗ ಮಾಡಿಲ್ಲ. ಆಮೇಲೆ...

ಮಾಯಾ: (ಕೈಹಿಡಿದು ಎಳೆಯುತ್ತ ಹುಸಿಕೋಪದಿಂದ) ಇದನ್ನೇ ಆರು ತಿಂಗಳಿಂದ ಹೇಳ್ತಿದ್ದೀಯಾ. ಇನ್ನಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕು ನಿನಗೆ? ಮೈಗಳ್ಳ, ಎದ್ದೇಳು!

ಮನೋಜ: ನನಗೆ ಸಿಟ್ಟು ತರಿಸಬೇಡ!

ಮಾಯಾ: ಸಿಟ್ಟು ನಿನ್ನಿಗಲ್ಲ, ನನಗೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. ನೀನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ನನ್ನಗೂ ಮಾಡಗೊಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ!

ಮನೋಜ: ಆಯ್ತು ಮಹಾರಾಯ್ತಿ, ನೀನೇ ಮಾಡಿಕೋ ಹೋಗು! ಒಟ್ಟಾರೆ ನನ್ನನ್ನು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಗೊಡು.

ಪರಿಣಾಮ? ಮಾಯಾ ಒಬ್ಬಳೇ ಶ್ರಮಪಟ್ಟಿದ್ದರಿಂದ ಅಸಮಾಧಾನವಾದರೆ ಮನೋಜನಿಗೆ ಭಾನುವಾರ ನೆಮ್ಮದಿ ಕದಡಿದ್ದರಿಂದ ಅಸಮಾಧಾನ ಆಯಿತು. ನಂತರ, ತನ್ನ ವಸ್ತುಗಳು ಸ್ಥಾನಪಲ್ಲಟ ಆಗಿದ್ದರಿಂದ ಮನೋಜ ಸಿಟ್ಟಾದರೆ, ಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞತೆ ತೋರಿಸದಿದ್ದುದಕ್ಕೆ ಮಾಯಾ ಸಿಟ್ಟಾದಳು. ಇಲ್ಲಿ ಮನೋಜನ ಜಡತ್ವ ಹಾಗೂ ಕೆಲಸ ಮುಂದೂಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಂತೂ ಎದ್ದುಕಾಣುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾಯಾ, 'ನೀನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ನನ್ನಗೂ ಮಾಡಗೊಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ!' ಎಂದಳಲ್ಲ, ಏನೀ ವರ್ತನೆ?

ಮನೋಜನ ಈ ವರ್ತನೆಗೆ ಗುಮ್ಮನಗುಸಕತನ (passive aggressive) ಎಂದು ಹೆಸರಿದೆ. ಒಂದುಕಡೆ ಮನದಲ್ಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸದೆ ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆ ಪರರು ಹೇಳಿದ್ದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿರೋಧ ತೋರುವ ಸ್ವಭಾವವೇ ಗುಮ್ಮನಗುಸಕತನ. 'ನಿನ್ನ ಮಾತು ನಾನೊಪ್ಪಲಾರೆ; ನನಗೇನು ಬೇಕೆಂದು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಹೇಳಲಾರೆ' ಇನ್ನುವ ಕಥನಕ್ಕೆ ಬಾಲ್ಯದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿದೆ.

ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಶಿಸ್ತು ಕಲಿಸುವಾಗ ಪ್ರೀತಿ, ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಯಥೇಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಗು ಸ್ವಸ್ಥಮನದಿಂದ ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರೀತಿಯ ಬದಲು ಅವಹೇಳನ, ಶಿಕ್ಷೆ ಪ್ರಬಲವಾಗಿದ್ದು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಬದಲು ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿದ್ದರೆ? ಮೇಲುನೋಟಕ್ಕೆ ವಿಧೇಯವಾಗುವ ಮಗು ಒಳಗೊಳಗೆ ವಿರೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲದ ಮಗುವಿಗೆ ಬಾಗಿಲು ಹಾಕಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಿ: ಅದು ಎದ್ದುಹೋಗಿ ಧಡಾರಂದು ಮುಚ್ಚುತ್ತದೆ! ಗುಮ್ಮನಗುಸಕ ವರ್ತನೆ ಶುರುವಾಗುವುದು ಹೀಗೆಯೆ. ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಹೆತ್ತವರು ಪ್ರೀತಿಯಿಲ್ಲದ ಕಠೋರ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಹೇರುತ್ತ, ತಮ್ಮ ಪ್ರಕಾರ ಚಾಚೂ ತಪ್ಪದೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಬಲಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಹಾಗೂ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನಿಷ್ಪ್ರಿಯ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಾಗಿದ್ದರೆ ಮಗುವಿಗೆ ಏನನ್ನಿಸುತ್ತದೆ? ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಮರೆತು ವಿಧೇಯರಾಗದ ಹೊರತೂ ಬದುಕಿಲ್ಲ! ಹೀಗೆ, ಮಗು ಹಿರಿಯರ ಪ್ರಾಬಲ್ಯಕ್ಕೆ ತಲೆಬಾಗಿರದೂ ಒಳಗೊಳಗೆ ಹಗೆತನ, ಪ್ರತಿರೋಧಭಾವ ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕೋಮಲ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಡಲು ಕಲಿಯುತ್ತದೆ. ನೋವು ತೋರಿಸಿದರೆ ಅವಮಾನ,

ಹಾಗಾಗಿ ನೋವನ್ನು ನುಂಗಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನೋವಿಗೆ ಕಲ್ಲಾಗುವವರು ನಲಿವಿಗೂ ಕಲ್ಲಾಗುತ್ತ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮಾಯಾಳ 'ಇಬ್ಬರೂ ಕೂಡಿ ಮಾಡುವ' ಹಾಗೂ ಕೈಹಿಡಿಯುವಂಥ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಸಂವೇದನೆಗೆ ಮನೋಜ ಸ್ಪಂದಿಸದೆ ಪ್ರತಿರೋಧ ತೋರುವುದು ಇದೇ ಕಾರಣದಿಂದ.

ಗುಮ್ಮನಗುಸಕತನ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಶಿಸ್ತು ಪಾಲಿಸಲು ಯಾವ ಮಗುವಿಗೆ ತಾನೇ ಮನಸ್ಸಿರುತ್ತದೆ? ಆದರೆ ಪ್ರತಿರೋಧ, ಹಟಮಾರಿತನ, ಮೈಗಳ್ಳತನವನ್ನು ಸಂದರ್ಭಾನುಸಾರ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುವುದಕ್ಕೂ, ಅದನ್ನು ಸ್ವಭಾವವನ್ನಾಗಿ ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಸ್ವಭಾವವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬವಲ್ಲದೆ ಉದ್ಯೋಗ, ಸಾಹಸ ಮುಂತಾದ ಇತರ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಗುಮ್ಮನಗುಸಕರಲ್ಲಿ ಗಂಡಸರದೇ ಬಹುಪಾಲು. ಯಾಕೆ? ಪುರುಷ ಪ್ರಧಾನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಬಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡಲು ಕಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ!

ಎಲ್ಲರ ಬದುಕು ಬೇಕುಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ಇದ್ದರೆ ಗುಮ್ಮನಗುಸಕರ ಬದುಕು ಬೇಡಗಳ ಸುತ್ತಲೂ ರಚಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನನಗೆ ಜಗಳವಾಡುವ ಸಂಗಾತಿ ಬೇಡ, ನನಗೆ ಶಾಂತಿ ಕದಡಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಮೈಮೇಲೆ ಬೀಳುವ ಸಂಗಾತಿ ಬೇಡ, ನನಗೆ ಇಂಥ ಊಟ ಹಿಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿಷೇಧ ಹೇರುತ್ತಾರೆಯೇ ಹೊರತು ನನಗೆ ಪ್ರೀತಿಸುವ ಸಂಗಾತಿ ಬೇಕು, ಶಾಂತಿ ಬೇಕು, ಸುಖಸಂಬಂಧ ಬೇಕು, ಇಂಥ ಊಟ ಇಷ್ಟ ಎನ್ನುವಂಥ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮಾತು ಆಡಲಾರರು. 'ನಾನು ನಿಮಗಿಷ್ಟವೇ' ಎಂದರೆ, 'ಹೌದು, ಆದರೆ...' ಎಂದು ನಕಾರದ ಕೊಕ್ಕೆ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಇತರರು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಟೀಕಿಸುವ ಇವರು ಸ್ವಯಂಸ್ಫೂರ್ತಿಯಿಂದ ಏನನ್ನೂ ಮಾಡಲಾರರು. ಹೊರಗೆ ಶಾಂತವಾಗಿ ಕಂಡರೂ ಇವರೊಳಗೆ ಬಾಲ್ಯದ ಅಸಹನೆಯ ಕೆಂಡ ನಿಗಿನಿಯಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಗೋಡೆಹಾಕಿಕೊಂಡ ಇವರಿಗೆ ವ್ಯಂಗ್ಯದ ತಮಾಷೆ, ನವಿರಾದ ಚುಚ್ಚುಮಾತು ಮಾತ್ರ ಕರತಲಾಮಲಕ.

ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಗುಮ್ಮನಗುಸಕರ ವರ್ತನೆ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ? ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊತ್ತರೂ ಪ್ರೇರಣೆ ಕಡಿಮೆ. ಕಾಮವಿದ್ದರೂ ಪ್ರಣಯಭಾವ ಕಡಿಮೆ. ಪ್ರೀತಿಯಿದ್ದರೂ ಪ್ರಕಟಣೆ ಕಡಿಮೆ, ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಸೂಚಿಸಿದರೆ ಸಾಕು, ಪ್ರತಿರೋಧ ಹೆಡೆಯೆತ್ತುತ್ತದೆ. ಕೆಲಸ ಮುಂದೂಡುವುದು ಇವರ ಇನ್ನೊಂದು ಗುರುತು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಇಲ್ಲೊಬ್ಬರು ಮದುವೆಯಾಗುವ ತನಕ ಮಧುಚಂದ್ರದ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿಲ್ಲ. ಮದುವೆಯ ನಂತರ ಜರೂರುಗಳ ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಮುಂದೂಡಿದ್ದಾರೆ. ಆರು ತಿಂಗಳಮೇಲೆ ಜಗಳದ ಕಾರಣದಿಂದ ಬೇಡವೆಂದಿದ್ದಾರೆ. ಒಂದು ವರ್ಷದ ನಂತರ ಹೋಗಿ ಏನು ಪ್ರಯೋಜನ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೊಟ್ಟ ಮಾತನ್ನು ಮರೆತುಬಿಟ್ಟು, ನಂತರ ಕೊಡುವ ಸಮರ್ಥನೆಯನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ನಂಬುವುದೋ ಬಿಡುವುದೋ ಎಂದು ಸಂಗಾತಿಗೆ ತಲೆಕೆಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಂದು ಗುಮ್ಮನಗುಸಕರಿಗೆ ಸಾಂಗತ್ಯ ಬೇಡವೆ? ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಬೇಕು. ಆದರೆ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಹೋದಾಗ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಹತ್ತಿಕ್ಕಲ್ಪಟ್ಟ ಭಾವನೆಗಳು ಹೊರಬಂದು ನೋವು ಮರುಕಳಿಸಿ ಹಿಂತೆಗೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇವರೊಡನೆ ಏಗುವ ಸಂಗಾತಿಗೆ ನಿರಾಸೆ, ನೀರಸತೆ, ನಿವೃತ್ತ ಕಾಡುತ್ತವೆ. ವರ್ಷಗಳು ಉರುಳಿದರೂ ದಾಂಪತ್ಯ ಮುಂದೆ ಹೋಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ಸುದೈವಕ್ಕೆ ಗುಮ್ಮನಗುಸಕ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಮನೋಚಿತ್ಕೆಯಿಂದ ಸರಿಪಡಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರಯೋಗ: ಗುಮ್ಮನಗುಸಕತನ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದರೆ- ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಠೋರ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ನಿಮ್ಮಮೇಲೆ ಕರುಣೆದೋರಿ: 'ಹೀಗಾಗಿರುವುದು ನನ್ನ ತಪ್ಪಲ್ಲ; ನನ್ನಮೇಲೆ ಹೇರಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದು. ನನಗೆ ಪ್ರೀತಿಸುವ, ಪ್ರೀತಿಸಲ್ಪಡುವ, ಹಾಗೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಅರ್ಹತೆಯಿದೆ'. ನಂತರ ಸಂಕೋಚಬಿಟ್ಟು ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ: 'ಹೊಸದಾಗಿ ಬಾಂಧವ್ಯ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದಿದ್ದೇನೆ. ಹೇಗೆಂದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೀಯಾ?'

ವಾರದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು: ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿ ಗುಮ್ಮನಗುಸಕ ಆಗಿದ್ದರೆ ಹೀಗೆ ಯೋಚಿಸಿ: 'ಅವರಿಗೆ ಸಿಗದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ನಾನೇ ಕೊಡಬಹುದು? ಅವರ ನೋವನ್ನು ಹೇಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ?' ನಂತರ ಬಾಂಧವ್ಯ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವ ಅವರ ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ ಯತ್ನಗಳಿಗೂ ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಸೂಚಿಸಿ. ಅದರಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಸುಧಾರಣೆಯನ್ನು ಗುರುತುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಮನಸ್ಸಾದರೆ ನನ್ನಗೂ ತಿಳಿಸಿ.

ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ: 8494933888; Email: vinod.chebbi@gmail.com