



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭಟ್ಟ

ಪ್ರಣಯಕೂಟದಲ್ಲಿ ಸಂವಹನ ಎಲ್ಲಿಂದ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ?

171: ಕಾಮಕ್ರಿಯೆಗೆ ಪ್ರಸ್ತಾವ

ಸಂಗಾತಿಗಳ ನಡುವೆ ನಡೆಯುವ ಸಂವಹನ ಎಷ್ಟು ಮಹತ್ವದ್ದು ಎಂದು ಹೋದಸಲ ಕಂಡುಕೊಂಡೆವು. ಈ ಸಲ ಸಂವಹನದಿಂದ ಶುರುಮಾಡೋಣ. ಕಾಮಕೂಟವನ್ನು ಬಯಸುವವರು ತಮಗೆ ಹೇಗೆ ಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸುವ ಬಗೆ ಹೇಗೆ?

ಕಾಮೇಚ್ಚೆಯ ಬಗೆಗೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಂದುಕೊಂಡಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಊಟ ಹೀಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುವಷ್ಟು ಆರಾಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಕೂಟ ಹೀಗಿರಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಲಾರವು- ಬಾಳ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೂ! ಯಾಕೆ? ಬಾಲ್ಯದಿಂದ ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದ ನಂಬಿಕೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಕಟ್ಟಿಹಾಕಿವೆ. ನಂಬುವುದಿಲ್ಲವೆ? ಕಾಮಕೂಟವು ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ಹೇಳಿಕೊಂಡು ನನ್ನನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿದ ದಂಪತಿಗಳು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸುವ ನಮೂನೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ:

‘ಅತ್ತೆ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು, ನಮಗಿನ್ನೂ ಯಾಕೆ ಮಗುವಾಗಿಲ್ಲ ಅಂತ.’

(ಸ್ವಂತಿಕೆಯ ತೀವ್ರ ಕೊರತೆ)

‘ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ/ತೆ ದಿನಾಲೂ ಸುಖಿಸುತ್ತೇನೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ/ಳಿ.’

(ಸಂಗಾತಿಯ ಅವಹೇಳನ)

‘ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದರೆ ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಇರುತ್ತಿದ್ದೆ.’

(ಕೀಳರಿಮೆ, ತಕರಾರು)

‘ಸೆಕ್ಸ್ ಬೇಡವೆಂದರೆ ಮದುವೆ ಯಾಕೆ ಆಗಬೇಕಾಗಿತ್ತು?’

(ದೋಷಾರೋಪಣೆ)

‘ಸೆಕ್ಸ್ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಬಿಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.’ (ಹಕ್ಕುಸಾಧನೆ)

ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ತಪ್ಪಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ಸರಿಯೆನ್ನುವಷ್ಟೇ

ಇದಾವುದೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದೂ ಅಷ್ಟೇ ಸರಿ! ಯಾಕೆ? ಇವು ನಿರುತ್ತಾಹದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಕಣಕುವಂತಿವೆ. ಇದರ ನಿರ್ವಹಣೆ ಹೇಗೆ ಎಂದು ನೋಡೋಣ:

ಪ್ರಸ್ತಾವವು ನೇರ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಆಗಿರಲಿ: ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಸ್ತಾವವು ನೇರವಾಗಿದ್ದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಲಿ. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿದ್ದು ಸದ್ಭಾವನೆಯಿಂದ ತುಂಬಿರಲಿ. ಮನದಾಳದಿಂದ ಬಂದಿದ್ದು ಸಂಗಾತಿಯ ಮನಕ್ಕೆ ಮುಟ್ಟುವಂತಿರಲಿ. ಸ್ವಂತದ ಬಯಕೆಯ ಪ್ರಾಂಶುಗಳಿಂದ ಸಂಗಾತಿಯ ಸಖ್ಯವನ್ನೂ ಬಯಸುವಂತಿರಲಿ. ಉದಾ. ಕಾರಣಾಂತರದಿಂದ ಇವರಲ್ಲಿ ಕಾಮಕೂಟ ನಿಂತುಹೋಗಿತ್ತು. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡಬೇಕು ಎಂದಿದ್ದರೂ ಸಂಗಾತಿಯು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವ ಸಂಭವವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಂಡು ‘ಸಂಗಾತಿಗೇ ಬೇಡವಾದರೆ ನನಗೇಕೆ?’ ಎಂದು ಇಬ್ಬರೂ ಸುಮ್ಮನಿದ್ದರು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮಾತೆತ್ತಿದ್ದರೂ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಸಂವಹನ ಇರದೆ ಕೇವಲ ಮಾಹಿತಿಯ ರವಾನೆ ಆಗಿತ್ತು. ಆಗ, ‘ಹೌದು, ನನಗೂ ಬೇಕು. ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಆದರೆ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನೋಡೋಣ.’ ಎನ್ನುವ ಅಳುಕಿನ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಉತ್ತರ ಸಿಕ್ಕಿತ್ತು. ಕೊನೆಗೊಮ್ಮೆ ಹೆಂಡತಿ ಹೀಗೆಂದಳು: ‘ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ನಡುವೆ ನನ್ನ ಬಯಕೆಯಂತೆ ಕಾಮಕೂಟ ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ನನಗೆ ವ್ಯಥೆಯಾಗಿದೆ (ತೃಪ್ತಿ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎನ್ನಲಿಲ್ಲ). ನಮ್ಮ ಬಾಂಧವ್ಯ ಕರಗುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ನಿನ್ನ ಜೊತೆಗೆ ಸುಖಿಸಬೇಕು ಎಂದಾಸೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬೇರೆಯವರ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸು ಬರುತ್ತೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಭಯವಾಗುತ್ತಿದೆ (ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಇದೆ). ಇದು ನನ್ನ ಶರೀರದ ಬಯಕೆಯ ಪ್ರತ್ಯಯಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಸಾಂಗತ್ಯದ ಪ್ರತ್ಯೆ. ಯಾಕೆಂದರೆ ನನಗೆ ನಿನ್ನ ಶರೀರವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ನೀನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನು ತಯಾರಿದ್ದೇನೆ. ನೀನು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಬೇಕು.’ ಹೀಗೆ

ಹೇಳುವಾಗ ಗಂಡನ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಟ್ಟು ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಆರೋಪ ಹೊರಿಸದೆ, ಬೆದರಿಕೆ ಹಾಕದೆ ಹೇಳಿದಳು. ಆಕೆಯ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ನಿಷ್ಕಪಟಿತ ಇತ್ತು ಎಂದರೆ, ಗಂಡನಿಗೆ ಮಾತು ಬಂದ ಭಾವನಾ ಪರವಶನಾಗಿ ಆಕೆಯ ಕೈಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡ- ಬಿಟ್ಟರೆ ಎಲ್ಲಿ ಅವಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವೆನೋ ಎನ್ನುವಂತೆ! ಪರಿಣಾಮ? ಬಹುಕಾಲ ನೆನಪಿಡಬೇಕಾದಂಥ ಕಾಮಕೂಟ ನಡೆಯಿತು. ಹೀಗೆ ನೇರವಾದ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಸಂವಹನದಿಂದ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಂವೇದನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಿ ‘ನನಗೂ ಕಾಮ ಬೇಕು’ ಎಂಬ ಅಂತರಂಗದ ಸೆಳೆತ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ನೇರವಾದ ಕಾಮಪ್ರಚೋದನೆ ಬೇಡ: ಸುಮಾರು ದಂಪತಿಗಳು ಪ್ರಣಯದಾಟವನ್ನು ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಒಕ್ಕಣೆ ಎನ್ನುವಂತೆ ಶುರುಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಒಮ್ಮೆಲೇ ಆಳವಾದ ಚುಂಬನ, ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಉದ್ದಿಪನಗೊಳಿಸುವ ಸ್ಪರ್ಶ... ಇದು ಒಂದು ತರಹ ಕೊನೆಯಿಂದ ಶುರುಮಾಡಿದಂತೆ- ಶುರುವಿನಿಂದ ಶುರುಮಾಡುವುದಲ್ಲ. ಶುರುವಿನಿಂದ ಶುರುಮಾಡಬೇಕೆಂದರೆ ಮೊದಲು ಭಾವನೆಗಳ ಸಮೃದ್ಧಿವಾಗಬೇಕು. ಇದು ಕೈಗಳಿಂದ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ, ಕೈಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಆಟವಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಬಿಗಿಗೊಳಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯಿದೆಯೆಂಬುದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮಗೆ ಯಾವೊತ್ತಾದರೂ ಆಕರ್ಷಕ ಎನ್ನಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಹಸ್ತಲಾಘವ (handshake) ಮಾಡಿದ್ದು ನೆನಪಿದೆಯೇ? ಆ ಹಸ್ತಲಾಘವವು ಒಂದುವೇಳೆ ಕೈಬಿಡದೆ ಮುಂದುವರಿದಿದ್ದರೆ - ಅದರಲ್ಲೂ ಖಾಸಗಿಯಾಗಿ - ಎಷ್ಟು ರೋಚಕವಾಗಿ ಇರುತ್ತಿತ್ತು, ಅಲ್ಲವೆ? ಇದನ್ನೇ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ಜೊತೆಗೂ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿ ನೋಡಬಹುದು. ಅದು ಹೀಗೆ: ಸಂಗಾತಿಯ ಎದುರು ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಅವರ ಕೈಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಆರಾಮವಾಗಿ ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ, ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಟ್ಟು ನೋಡಿ. ಕೈಗಳ ಹಿಡಿತವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಗಿಮಾಡಿ. ನಂತರ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಸಡಿಲಿಸಿ. ಈಗ ನೋಡಿ, ಯಾರ ಕೈಗಳನ್ನು ಯಾರು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ?

ಮುತ್ತಿನ ಮಹತ್ವ: ಸಂವೇದನಾಶೀಲತೆಯನ್ನು ಕೆರಳಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಮುತ್ತಿನ ಪಾತ್ರ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಪ್ರಣಯಕೇಳಿಯಲ್ಲಿ ತೃಪ್ತಿಹೊಂದಿರುವ ಅನೇಕರು ಮುತ್ತಿಡುವ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಳುಕು ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ದಂಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮುತ್ತು ಕೊಡುವ ಪದ್ಧತಿಯೇ ಇಲ್ಲವೆಂದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಿಲ್ಲ. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕೊಡುವ ಮುತ್ತಿಗೂ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಕೊಡುವ ಮುತ್ತಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಸಂಗಾತಿಯ ಬಾಯಿಯ ಒಡ್ಡೆ ತಾಗಿದರೆ ಮುರುಟಿಕೊಳ್ಳುವವರು ಇದ್ದಾರೆ. ಒಬ್ಬಳು ಪ್ರಕಾರ ಆಕೆಯ ಗಂಡನ ಮುತ್ತು ‘ಕೋಳಿಗಳು ಕೊಕ್ಕು ಮುಟ್ಟಿಸಿದಂತೆ’ ಇರುತ್ತದೆ. ಮುತ್ತಿಡುವ ರೀತಿಯು ಸಂಗಾತಿಗಳ ನಡುವಿನ ಬಾಂಧವ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು, ಬಾಯಿಗೆ ಬಾಯಿ ಸೇರಿಸಿ ಆಳವಾದ ಚುಂಬನ ಕೊಡುವುದು ಅದ್ಭುತ ಉನ್ನಾದತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾತಿಲ್ಲ. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಆಳವಾಗಿ ಮುತ್ತು ಕೊಡುವುದರಲ್ಲೂ ಒಂದು ಮುಖ್ಯಾಂಶ ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇದೇನೆಂಬುದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿ ನೋಡಿ:

ಸಂಗಾತಿಯ ಜೊತೆ ಆರಾಮವಾಗಿ ಒರಗಿಕೊಂಡು ಬಾಯಿಗೆ ಬಾಯಿ ಸೇರಿಸಿ ಮುತ್ತು ಕೊಡಲು ಶುರುಮಾಡಿ. ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳ ನಂತರ ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಛೇದಿಸಿ ಮುರಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ! ಅದು ನೀವಾಗಿದ್ದರೆ ಹೀಗೆ ಯೋಚಿಸಿ: ‘ಸಂಪರ್ಕ ಕಡಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಮುಂಚೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಭಾವನೆ ಬಂತು? ಏನು ಅನ್ನಿಸಿತು?’ ಹೆಚ್ಚಿನವರಿಗೆ ಆಗ ಆತಂಕದ ಭಾವ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ಹೊಳೆಯುತ್ತವೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದುದು, ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಬರುವ ಸಂಭೋಗ ನನಗೆ ಬೇಡ, ನನಗಿಷ್ಟೇ ಸುಖ ಸಾಕು ಎನ್ನುವ ಅನಿಸಿಕೆ. ಇದಕ್ಕೂ ನಿಮ್ಮ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡವರು ನಿಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ‘ನಿಗಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅರ್ಹತೆಯಿಲ್ಲ’ ಎನ್ನುವ ಸಂದೇಶಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿದೆ! ಇದಕ್ಕೆ ನಿವಾರಣೆಯ ಉಪಾಯ? ಸುಲಭ. ಮುಂಚೆಯೇ ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಮಾತಾಡಿ, ಮುತ್ತು ಕೊಡುವುದರಲ್ಲೇ ತೊಡಗಿ. ಬೇರ್ಪಡಬೇಕು ಎಂದು ಅನ್ನಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಪ್ರತಿಭಟಿಸುತ್ತ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಯತ್ನಿಸಿ. ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ ಪರಿಣಾಮ ನೋಡಿ: ಸಂಭೋಗ ಬೇಡ ಅನ್ನುವವರು ಮನಸ್ಸು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತೀರಿ!