



ಮಾತನ್ನು ಆಡುವಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮನುಷ್ಯ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರ.

ಜಗತ್ತಿನ ಬಹುತೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಈ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಉದ್ಭವವಾಗಿವೆ. ಕುಟುಂಬ ಕದನದಿಂದ ಹಿಡಿದು, ಜಾಗತಿಕ ಯುದ್ಧದ ತನಕ ಮನುಷ್ಯನ ಈ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ಅವಗುಣದಿಂದಾಗಿಯೇ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯನ ಅಹಂಕಾರವು ಮಾತನಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಕೊಡುತ್ತಾ, ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕ್ಷೀಣಗೊಳಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಜಗತ್ತಿನ ಅಹಂಕಾರ ಯಾವತ್ತೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಲೆಯನ್ನು ರೂಢಿಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಕಷ್ಟು ತರಬೇತಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಕಿವಿಯ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದ ಮಾತುಗಳ ವಾಚ್ಯಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಷ್ಟೇ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾತಾಡುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕುರಿತು ಪರಾನುಭೂತಿ (Empathy) ಹೊಂದಿದ್ದು, ಆ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟದ ಕೆಲಸ. ಅಂತಹ ಕಲೆಯನ್ನು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕರು ಅತ್ಯಂತ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ರೂಢಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಮಾಜದ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವಲ್ಲಿ ಅವರ ಪಾತ್ರ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದಾಗಿದೆ.

ಸಂಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡರೆ ಸಂಕಟಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಅಪಾತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮುಂದೆ ಹೇಳಿಕೊಂಡರೆ ನಮ್ಮ ಸಂಕಟಗಳು ಇನ್ನಷ್ಟು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ; ಅದಕ್ಕೆ ಸೂಕ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ವಾಚು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡವರು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಿದ್ದರೂ, 'ಸಮಯವೆಷ್ಟಾಯಿತು?' ಎಂದು ಕೇಳಲು ನಾವು ಮನಸಿಗೊಪ್ಪುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವಲ್ಲವೆ? ಇದೂ ಹಾಗೆಯೇ!

ಹೇಳಿಕೊಂಡ ಸಂಗತಿಗಳ ಗೌಪ್ಯತೆ ಕಾಪಾಡುವುದು ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚಕರ ಮುಖ್ಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಪರಿಚಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಎಂದೂ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಮಾಡಕೂಡದು ಎನ್ನುವ ನಿಯಮವಿದೆ. ಸಂಕಟಗಳನ್ನು ಹೇಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಾವು ಅನಾಮಿಕರಾಗಿದ್ದಷ್ಟೂ ಧೈರ್ಯ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ತನ್ನ ಜಗತ್ತಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಈತನಿಗೆ/ಈಕೆಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಅವನು ಸಾಕಷ್ಟು ಗುಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಬಯಲು ಮಾಡಲು ಸಿದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಯಲ್ಲಿ 'ಆಪ್ತ' ಎನ್ನುವ ಪದವೇ ಖಾಸಗಿತನವನ್ನು

ಕಾಪಾಡುವ ಸಂಗತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ್ದಾಗಿದೆ.

ಆದರೆ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಅನಾಮಿಕ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕನ ಮೇಲೆ ನಂಬುಗೆ ಮೂಡುವುದು ಹೇಗೆ? ಅದು ತಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಘಟಿಸುವ ಸಂಗತಿಯಲ್ಲ. ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ, ಭೇಟಿಯಿಂದ ಭೇಟಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕ ಮತ್ತು ಸಂಕಟ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಧ್ಯೆ ಸಂಬಂಧ ಗಟ್ಟಿಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅದೊಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ ಹೊರತು, ಅವಸರದಲ್ಲಿ ಆಗುವಂತಹದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಭೇಟಿಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆಲ್ಲಾ, ನಂಬಿಕೆಗಳು ವೃದ್ಧಿಗೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಅವರಿಬ್ಬರ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿನ ಮಂಜಿನತೆರೆ ಪಾರದರ್ಶಕವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗಿ, ಕೊನೆಗೊಮ್ಮೆ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಎರಡು ತಿಂತ್ಸು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಅವನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟವರಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವ ಮನೋಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಜಾಗೃತೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಂತ ಆಲೋಚಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾನೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಕ್ರಮವನ್ನು ಮೊದಲ ಭೇಟಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕ ಹೇಳಿರುತ್ತಾನೆ. ಖಾಸಗಿತನ ಎಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವದ್ದಾದರೂ, ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮತ್ತು ಹತ್ಯೆಯ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಖಾಸಗಿತನಕ್ಕೆ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಇಬ್ಬರೂ ಒಪ್ಪಿಗೊಂಡ ನಂತರವೇ ಸಮಾಲೋಚನೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ಎನ್ನುವುದು ಬುದ್ಧಿಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳುವ ಉಪನ್ಯಾಸವಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದಮಿತ್ಥಂ ಎನ್ನುವ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚಕ ಆಡುವಂತಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವವನ್ನು ಮೀರಿ ಜಗತ್ತಿನ ವ್ಯವಹಾರಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವ ಎಚ್ಚರ ಯಾವತ್ತೂ ಅವನಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಈ ಸಂಗತಿ ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಅತ್ಯಂತ ದೊಡ್ಡ ಹುದ್ದೆಯಲ್ಲಿರುವ ಹೆಣ್ಣೊಬ್ಬಳು ತನ್ನ ಕಾರಿನ ಡ್ರೈವರಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪಾಪಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಲುತ್ತಾ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಜಾರಿದ್ದಾಳೆಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಕೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಗೆ ಬಂದಾಗ, ಅವಳ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, 'ಮೊದಲು ಆ ಸಂಬಂಧದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಬನ್ನಿ' ಎಂದು ನಿರ್ಣಯ ಕೊಡುವ ಮಾತಾಡಿಬಿಟ್ಟರೆ