



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭೆಬ್ಬಿ

ಭದ್ರಭಾವವನ್ನು ಸಂಗಾತಿಯಿಂದ ಪಡೆಯಬಹುದು, ಆದರೆ ನಮ್ಮದಿ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮೊಳಗಿನಿಂದಲೇ ಹುಟ್ಟಬೇಕು!

275: ಹೊಸ ದಾರಿ - 15

ದಾಂಪತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ವಿಜೃಂಭಿಸುವ ಸುಳ್ಳುಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಸತ್ಯಾಂಶವನ್ನು ಹೋದಸಲ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಿ. ಈ ಸಲ ಮಾಯಾ ಮನೋಜ್ಞ ಅವರ ದಾಂಪತ್ಯದ ಆರಂಭದ ದಿನಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಮನೋಜ್ಞ: ನಾಳೆ ಭಾನುವಾರ ಸ್ನೇಹಿತರಲ್ಲ ಬೈಕ್ ರೈಡ್‌ಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮಾಯಾ: ಭಾನುವಾರ?! ನನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನೀನಲ್ಲೂ ಹೋಗಕೂಡದು.

ಮನೋಜ್ಞ: ನೋ ಪ್ರಾಬ್ಲಮ್. ನೀನೂ ನಂಜೊತೆ ಬಾ.

ಮಾಯಾ: ನನಗೆ ಮುಟ್ಟು ಹತ್ತಿರವಿದೆ. ಅದಲ್ಲದೆ ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆಯದ್ದರೆ ನನ್ನ ಮರೆತೇಬಿಡ್ತೀರಿ.

ಮನೋಜ್ಞ: ನೀನೂ ಅವರೊಡನೆ, ಅವರ ಹೆಂಡದಿರೊಡನೆ ಬೆರೆಯಬಹುದಲ್ಲವೇ?

ಮಾಯಾ: ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಯಾರೊಂದಿಗೂ ಬೆರೆಯಲು ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲ.

ಮನೋಜ್ಞ: ಹಾಗಾದರೆ ನಾನೊಬ್ಬನೇ ಹೋಗಿ ಬೇಗ ಬಂದುಬಿಡ್ತೀನಿ.

ಮಾಯಾ: ನನಗೊಬ್ಬಳಿಗೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬೋರ್ ಆಗುತ್ತದೆ!

ಪರಿಣಾಮ? ಸರಿಯಾಗಿ ಊಹಿಸಿದಿರಿ: ಮನೋಜ್ಞ ಸ್ನೇಹಿತರೊಡನೆ ಬೆರೆಯಲಾಗದೆ, ಮಾಯಾ ಅವನೊಡನೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಕಾಲಕಳೆಯಲು ಆಗದೆ, ಇಬ್ಬರೂ ಟೀವಿಯ ಎದುರು ಬೇಡದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನೋಡುತ್ತ ಭಾನುವಾರ ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ವಾರಾಂತ್ಯ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಕೂಮಕೂಟವೂ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ. ಹಗ್ಗ ಹರಿಯಲಿಲ್ಲ, ಕೋಲು ಮುರಿಯಲಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವಂತಿರುವ ಇಂಥ ಸಂಗತಿಗಳು ದಾಂಪತ್ಯಕ್ಕೆ ಚಿರಪರಿಚಿತ. ಇಲ್ಲೇನು ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಮಾಯಾ ಗಂಡನೊಡನೆ ಕಾಲಕಳೆಯುವ ಅಭಿಲಾಷೆ ಸಹಜವೆ; ಆದರೆ ಹೇಗೆ ಎಂಬುದರ ಬಗೆಗೆ ಖಚಿತವಾದ ಅರಿವು ಇದ್ದಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವಳಷ್ಟವು 'ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಜೊತೆಗಿರೋಣ' ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ 'ನನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗಕೂಡದು' ಎನ್ನುವಂತಿದೆ. ಗಂಡ ಜೊತೆಗಿದ್ದರೆ ಸಾಕು ಎನ್ನುವ, ಆದರೆ ಆ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಹೇಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಸ್ಥಿತಿ ಹೇಗೆ ಉಂಟಾಯಿತು? ಅವನಿಂದ ಅಂತರ ಹೆಚ್ಚಾದಷ್ಟೂ ಅವನನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅನಾಥಭಾವ ಇರಬಹುದು. ತನಗೆ ಸಿಗಬೇಕಾದವನು ಇತರರಿಗೆ ಸಿಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನುವ ಮತ್ತರ ಇರಬಹುದು. ಹೀಗೆ, ದೂರವಾಗುವ ಸಂಭವದಲ್ಲಿ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಪಹಪಿಸುವ, ಹಾಗೂ ಜತೆಗಿರುವಾಗ ನಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಇರಲಾಗದ ಸ್ಥಿತಿಯ ಹಿನ್ನೆಲೆಯೇನು? ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಾಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಗೋಣ.

ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೆತ್ತವರ ಜೊತೆಗಿನ ಒಡನಾಟವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಮಗುವಿಗೆ ಭದ್ರಭಾವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ನಿಮಗಿಗೇ ಗೊತ್ತು. ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಭದ್ರಭಾವವು ಸಿಕ್ಕಿತೆಂದು ಮನವರಿಕೆಯಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಮಗುವು ಕ್ರಮೇಣ ಹೆತ್ತವರಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟು ತಾನೊಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ (individuality, sense of self) ಎಂದು ಕರೆಯೋಣ. ಕಾರಣಾಂತರದಿಂದ ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿ ಕೊರತೆಯಾದಾಗ ಅಭದ್ರತೆ ಎನ್ನಿಸಿ ಹೆತ್ತವರಿಗೇ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಲು ನೋಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಸಿಕ್ಕಾಗಲೆಲ್ಲ ಕಳೆದುಹೋಗುವ ಶಂಕೆ, ಭಯ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ಅದರಿಂದ ಹೊರಬಂದು ವೈಯಕ್ತಿಕತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಕ್ತಭಾವ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳು ಸರೀಕರೊಡನೆ ಬೆರೆಯದೆ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುವುದಕ್ಕೆ ಇದೇ ಕಾರಣ. ಚಿಕ್ಕವರಿರುವಾಗ ಹೆತ್ತವರಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವವರು ಪ್ರಬುದ್ಧರಾದಾಗ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸಂಗಾತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಭದ್ರಭಾವ ಅನಿಸಿದರೂ (ಇದೇ ಪ್ರೀತಿಯೆಂದು ಅನೇಕರ

ತಪ್ಪುಗ್ರಹಿಕೆ) ಒಳಗೊಳಗೆ ನಮ್ಮದಿಯ ಬದಲು ಒಂಟಿತನದ ಭಯವೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಭದ್ರಭಾವವನ್ನು ಇತರರು ಕೊಡಬಹುದು; ನಮ್ಮದಿ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮೊಳಗಿನಿಂದಲೇ ಹುಟ್ಟಬೇಕು! ಭದ್ರಭಾವ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮದಿಯ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅನೇಕರಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದಿಲ್ಲ - ಮಾಯಾಳಿಗೆ ಆಗಿರುವುದು ಅದೇ. ಹಾಗಾಗಿ ಆಕೆ ಮನೋಜ್ಞನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅಭದ್ರತೆಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಅವನಲ್ಲಿ 'ಲೀನವಾಗಲು' (fusion) ನೋಡುತ್ತಾಳೆಯೇ ವಿನಾ ಅವನಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟು ತನ್ನ 'ಇರುವಿಕೆ'ಯನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಮೇಳೈಕೆ ಕಾಣೆಯಾಗಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಆಕೆಯ ತಬ್ಬುಗೆ-ಸ್ವರ್ಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಣಯಭಾವದ ಬದಲು ಭದ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಹುಡುಕಾಟವೇ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಪರಿಣಾಮ? ಸಂಗಾತಿಯ ಒಡನಾಟಕ್ಕೆ ಸ್ವದಿಸದಿರುವುದು, ಸಂಗಾತಿಯಿಂದ ಪ್ರೇರಿತವಾದ ಕಾಮಕೂಟದಲ್ಲಿ ತಟಸ್ಥತೆಯ ಸ್ವೀಕೃತಿ ಮೇಲಾಗ್ಯೆ ಆಗಿರುವುದು, ಸಂಗಾತಿಯ ಬೇರ್ಪಡುವಂತೆ ಕಂಡಾಗ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಉದ್ದೇಗ ತೋರಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಎದ್ದುಕಾಣುತ್ತದೆ. ಮನೋಸಾಮರ್ಥ್ಯವೆಲ್ಲ ಭದ್ರಭಾವನೆಯ ಕೊರತೆಯನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಖರ್ಚಾಗುವಾಗ ಸಂಗಾತಿಯಿಂದ ಬೇರ್ಪಟ್ಟು ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂಥವರ ಲೀನತೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಸಂಗಾತಿಗೆ ಹೊರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ಪ್ರಯತ್ನವು ಅಪಾರ್ಥಕ್ಕೆ, ಅಪನಂಬಿಕೆಗೆ ಹಾದಿಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಸಂಗಾತಿಯಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗುವುದು ತಪ್ಪೆ? ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಅಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಬಾಂಧವ್ಯದ ಶುರುವಿನ ಸಂಗಾತಿಗಳು ಲೀನವಾಗುವುದೇ ಸಹಜ- ಇದರಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಣಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ನಿಂತುಕೊಂಡಿದೆ. ಆದರೆ, ಒಂದೇ ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟೆಂದು ತಬ್ಬಿಕೊಂಡು ಮಲಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ? ಬಾಂಧವ್ಯ ಒಂದು ತೃಪ್ತಿಯ ಮಟ್ಟ ಮುಟ್ಟಿದಮೇಲೆ ಇಬ್ಬರೂ ಬೇರ್ಪಡುತ್ತ ತಮ್ಮತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬೆಳಕು ಬೇಡಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ಕೊಡುವುದು ಸಹಜವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಮನೋಜ್ಞ ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯತ್ತ ಸಾಗುವಾಗ ಮಾಯಾ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಆಕೆ ಕೂಡ ಮನೋಜ್ಞನಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಗೊಂಡು ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸಿ, ತನ್ನತನವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಗಾತಿಗಳ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಕಾಸವು ಅವರನ್ನು ಹತ್ತಿರ ತರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಬ್ಬರು ಪ್ರತ್ಯೇಕಗೊಳ್ಳಲು ಹೊರಟಾಗ (ಉದಾ. ಒಬ್ಬರು ವರ್ಗವಾಗಿ ದೂರದೂರಿಗೆ ಹೋಗುವಾಗ) ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸ್ವದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಂಗಾತಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಷ್ಟೂ ಸ್ವಂತ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಆಗಲಾರದು; ಸಂಗಾತಿಯಿಂದ ದೂರವಾದಷ್ಟೂ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ ತೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಹಾರವೇನು?

ಜೋಡಿತನ ಹಾಗೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆ ಇವೆರಡರ ಮಧ್ಯೆ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಬಾಂಧವ್ಯಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ, ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರೀತಿಸುವ ಜೊತೆಗಾರ ಇದ್ದರೂ ಅವನಿ/ಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ತನ್ನೊಳಗಿನ ಸತ್ಯವನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು, ಅದನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ಹೋಗಬೇಕು. ತನ್ನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಚಾರಗಳು ಧೈಯ ಧೋರಣೆಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಗಟ್ಟಿಗೊಳಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರಯೋಗ 10: ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಕೂತುಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯ ಬಗೆಗೆ ಚರ್ಚಿಸಿ. ಪರಸ್ಪರರಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುವ ಆಸೆಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು ಯಾವುವು? ಸಂಗಾತಿಯ ಪರಿಚಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆಗಿದ್ದ ನಿಮ್ಮ ಬದುಕನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮ ಹವ್ಯಾಸಗಳು ಹಾಗೂ ಆತ್ಮೀಯರ ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿ. ಅವುಗಳ ಜಾಡುಹಿಡಿದು ಹೋಗಲು ಆಗುತ್ತದೆಯೇ ಎಂದು ಚರ್ಚಿಸಿ. ಹಾಗೆಯೇ, ಸಂಗಾತಿಯ ಭಿನ್ನ ಬದುಕನ್ನು ಮೆಚ್ಚಲು ಕಲಿಯಿರಿ. ಇದರಿಂದ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ತೀವ್ರವಾಗುವ ಭಯಬೇಡ. ಯಾಕೆ? ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯದ ಮೂಲಕ ನೀವು ನೀವೇ ಆಗಿರುವುದನ್ನು ಸಂಗಾತಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಭದ್ರಬಾಂಧವ್ಯಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ವಾರದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು: ಸಂಗಾತಿ ಸ್ವಂತ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಗೊಳ್ಳುವ ವಿಚಾರ ಬಂದಾಗ, ಅವರು ನಿಮ್ಮಿಂದ ದೂರವಾಗಲು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಅನಿಸಿದ್ದುಂಟೆ? ಹಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಬಾಲ್ಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ಅಲಕ್ಷ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ನಂಟೆಗೆ ಪರಿತಪಿಸಿದ್ದನ್ನೂ ಮುಚ್ಚುಮರೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸಂಗಾತಿಯ ಮುಂದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ, ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಗೆ ತಳಪಾಯ ಹಾಕಿ. ಬೇಕಾದರೆ ನನಗೂ ತಿಳಿಸಿ.

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