



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭಟ್

### ಸಂಗಾತಿಯ ಬಗೆಗೆ ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ ಎಂದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಸುಮಾರು ಸಲ ಕಾಣುವುದು ಮೋಹ ಮಾತ್ರ!

## 174: ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಚೌಕಾತಿ ಹೋದ

ಸಲ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಾಮುಕತೆ ಎಂಬ ಹೊಸ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯ ಬಗೆಗೆ ಮಾತಾಡಿದೆವು. ಈ ಸಲ ಕಾಮುಕತೆಯನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯೊಡನೆ ಹೇಗೆ ಮೇಳೈಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ದಾಂಪತ್ಯವನ್ನೇ ದೃಷ್ಟಾಂತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ನಿಮಗಿಲ್ಲ ಒಂದು ವಿಷಯ ಗೊತ್ತಿರಬಹುದು: ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಕಾಮುಕತೆ (ಅಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಕಾಮಭಂಡಾರ - ಇದರ ಬಗೆಗೆ ಹೋದಸಲ ಹೇಳಿದ್ದೆ), ಹಾಗೂ ಮೋಹ (ಅಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಕಾಮುಕತೆಯನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಭಾವ) ಇವೆರಡಕ್ಕೆ ಪ್ರೀತಿಯೂ ಸೇರಿದರೆ ಅತಿಹೆಚ್ಚು ಕಾಮೋದ್ರೇಕ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಡೆಯುವುದೆಲ್ಲ ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ - ಯಾಕೆಂದರೆ ಇವು ಮೂರೂ ಸೇರಿದಾಗ ಅತಿಯಾದ ಉತ್ತೇಜನ ಸಿಗುವಂತೆ ಮಾನವರ ಮೆದುಳು ರಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಿದೆ. ಕಾಮುಕತೆ ಹಾಗೂ ಮೋಹ ಎರಡೂ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿದ್ದರೆ ಪ್ರೀತಿ ಎನ್ನುವುದು ಪಾರಸ್ಪರಿಕ ಆಗಿದೆ. ಇಬ್ಬರೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಕಾಮುಕತೆಯಾಗಲೀ ಮೋಹವಾಗಲೀ ಇಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಹಾಗೂ ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ಪ್ರಕಟವಾಗಬೇಕು ಎಂದಿಲ್ಲ (ಉದಾ. ನೀವು ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಮೋಹದಿಂದ ಬಿಗಿದಪ್ಪುತ್ತೀರಿ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ಅವರು ಮೋಹಕ್ಕೆ ಸ್ಪಂದಿಸದೆ ಕೇವಲ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು). ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ ಎಷ್ಟೋ ದಾಂಪತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಮುಕತೆ ಹಾಗೂ ಮೋಹ ಇದ್ದರೂ ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರೀತಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ - ಪ್ರೀತಿ ಇಲ್ಲದ ಕೂಟ ಕಾಟವಾಗುತ್ತದೆ! ಇನ್ನು, ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರೀತಿ ಇದ್ದು ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಕೂಟ ಬೇಕಾಗಿ ನಡೆದಿದ್ದರೆ ನಿರಾಸೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ವಿದ್ಯಮಾನವನ್ನು ತಿಳಿಯೋಣ:

ಹೀಗೊಂದು ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: ನಿಮ್ಮ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯ ನಡುವೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ. ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ 'ನನಗೆ ಕೂಟ ಬೇಕು' ಎಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಒಪ್ಪಿದರೆ ಕಾಮಕೂಟ ನಡೆಯುತ್ತದೆ ಸರಿ, ಆದರೆ ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ? ಇಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ:

ಸಾಧ್ಯತೆ ಒಂದು: ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯು 'ನನಗೆ ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲ' ಎನ್ನಬಹುದು. ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಏನು? ಒಂದು ತರಹದ ಎಡವಟ್ಟು, ಕಸಿವಿಸಿ, ಇರುಸುಮರುಸು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಿರಾಸೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮ? ಬಹುಶಃ ಸುಮ್ಮನೇ ಮಲಗುತ್ತೀರಿ. ಇಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: 'ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಸಂಗಾತಿಯ ಬಗೆಗೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಇದೆಯೇ? ಇದೆ ಎಂದಾದಲ್ಲಿ ನಾನೇಕೆ ಸುಮ್ಮನಾಗಿ ಒಂಟಿತನ ಆರಿಸಿಕೊಂಡೆ?' ಉತ್ತರ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ: ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯಿಲ್ಲ, ಮೋಹ ಮಾತ್ರವಿದೆ!

ಸಾಧ್ಯತೆ ಎರಡು: ಸಂಗಾತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಕಾಮುಕತೆಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದರ ಬದಲು ಇನ್ನಾವುದೋ ವಿಷಯ ಎತ್ತಿಕೊಂಡು ಮಾತು ಶುರುಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಎಂದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ನೀವೇನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ? 'ಅದರ ಬಗೆಗೆ ನಾಳೆ ನೋಡೋಣ, ಇವೊತ್ತು ಕೂಟ ನಡೆಸೋಣ' ಎನ್ನುತ್ತೀರಿ. ಆದರೆ ಸಂಗಾತಿ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ವಾತಾವರಣ ಬಿಸಿಯೇರುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮ? ನಿಮಗೆ ನಿರಾಸೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಸಿಟ್ಟೂ ಬರುತ್ತದೆ. 'ನಾನು ಇಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ(?) ಹತ್ತಿರ ಬಂದರೆ ಜಗಳ ತೆಗೆಯುತ್ತೀಯಾ!' ಎಂದು ಸ್ವರ ಏರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಇಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: 'ಒಂದುವೇಳೆ ಸಂಗಾತಿಯು ಮನಸ್ತಾಪವನ್ನು ಬದಿಗಿಟ್ಟು ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರೆ, ಮಾರನೆಯ ದಿನ ನಾನಾಗಿಯೇ

ಅವರ ಮನಸ್ತಾಪದ ಮಾತು ಎತ್ತುತ್ತಿದ್ದೆನೇ?' ಉತ್ತರ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ: ಕೂಟವನ್ನು ಬಯಸುವಾಗ ಇರುವ ಉತ್ಸುಕತೆಯು ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ!

ಸಾಧ್ಯತೆ ಮೂರು: ಸಂಗಾತಿಯು ತಕರಾರು ಮಾಡಿದಾಗ, 'ಆಯಿತು, ನಿನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆ ಏನು?' ಎಂದು ಅರೆಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಕೇಳುತ್ತೀರಿ. ಸಂಗಾತಿಯು ಮಾತು ಶುರುಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಮಾತಾಡಿದ್ದೆಲ್ಲವೂ ನಿಮಗೆ ಆಪಾದನೆ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಎದುರು ಮಾತಾಡದೆ ತಲೆ ಅಲ್ಲಾಡಿಸುತ್ತೀರಿ. ಸರಿ, ಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಇನ್ನುಮುಂದೆ ಹಾಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ರಾಜಕಾರಣಿಯು ಆಶ್ವಾಸನೆ ಕೊಡುತ್ತೀರಿ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಸಂಗಾತಿಯು ಕೂಟದಲ್ಲಿ ಸಹಕರಿಸಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: 'ಸಮಸ್ಯೆ ಬಗೆಹರಿಸಲು ಒಪ್ಪುವ ಹಿಂದೆ ನನ್ನ ಉದ್ದೇಶ ಏನಿತ್ತು?' ಉತ್ತರ ಹೊಳೆಯುತ್ತದೆ: ನಿಮ್ಮ ಕಾಮುಕತೆಗೆ ಸಹಕರಿಸುವಂತೆ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಿದಿರೇ ವಿನಾ ಅವನ/ಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪಂದನೆ ಹುಟ್ಟಿಸಲು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ! ಕೇವಲ ನೇತೃತ್ವಕ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿದರೆ, ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿದರೆ, ಅಥವಾ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರೆ ಕಾಮ ಹುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಕೂಟ ನಡೆದರೂ ಅಷ್ಟೇನೂ ಸುಖ ಇರಲಾರದು.

ನೀವು ಪ್ರೀತಿಸುವ ಸಂಗಾತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಬಗೆಗೆ ಮೋಹವನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಬೇಕೆಂದೇ ಇನ್ನೇನೋ ಮಾಡುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆಯೆಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತಲ್ಲ? ಅದೇನೆಂದು ನೋಡೋಣ.

ನಿಮ್ಮ ನಿಲುವು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿರಲಿ: ನನಗಿಗೇ ಬೇಕಾದ ಕೂಟವು ಸಂಗಾತಿಗೆ ಬೇಡವಾದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಯಾವ ನಿಲುವು ಸೂಕ್ತ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿ. ತೆಪ್ಪುಗಿರುವುದು, ಅರೆಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಅಲಿಸುವುದು, ಕೂಟಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ದಿನ ಕಾಯುವುದು - ಇಂಥ ನೇತೃತ್ವಕ ನಿಲುವಿನ ಬದಲು ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂಥ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ನಿಲುವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಅನುಕಂಪದಿಂದ ಸಂವಹನ ನಡೆಸಿ: 'ನೀನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹೇಳಿಕೋ, ಆದರೆ ನಾನಂತೂ ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂಬ ಮನೋಭಾವ ಪ್ರಯೋಜನವಿಲ್ಲ. ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಬೇಡವಾದರೆ ಅವರ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವೂ ಒಂದು ರೀತಿ ಸರಿಯೆಂದು ಒಪ್ಪಬಹುದಲ್ಲವೇ?

ನಾಳಿನ ಮನಸ್ತಾಪದ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಇಂದೇ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಿ: ನಾಳೆ ದೊಡ್ಡ ಖರ್ಚಿನ ಪ್ರಸಂಗ ಬಂದೀತು ಎಂದುಕೊಂಡು ಇವೊತ್ತೇ ಉಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ಯಾವೊತ್ತೋ ಕಾಯಿಲೆ ಬಿದ್ದೇನು ಎಂದು ಈಗಿನಿಂದಲೇ ನಿಯಮದಿಂದ ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಮಾ ಕಂತನ್ನು ತುಂಬುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ನಾಳಿನ ಕೂಟದ ಸೌಖ್ಯದ ಸಲುವಾಗಿ ಇವೊತ್ತೇ ಬಾಂಧವ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೌಹಾರ್ದತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ. ಸಂಗಾತಿಯ ಅಸಮಾಧಾನವನ್ನು ಕಂಡರೆ ಹೀಗೆ ಹೇಳಿ: "ಇವೊತ್ತು ಕೂಟ ಬೇಡ. ಬದಲಾಗಿ ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇರುವುದರ ಬಗೆಗೆ ಮಾತಾಡೋಣ. ನನ್ನೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೋ. ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಅರಳುವ ತನಕವೂ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸೋಣ." ಎಂದು ಶುರುಮಾಡಿ. ಆ ರಾತ್ರಿ ಬಗೆಹರಿಯದಿದ್ದರೆ, ಮರುದಿನ ಮುಂದುವರಿಸುವ ಭರವಸೆ ಕೊಟ್ಟು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಕೊನೆಗೊಳಿಸಿ. ತಬ್ಬಿಕೊಂಡು ಮಲಗಿ - ಮರುದಿನ ಮುಂದುವರಿಸಿ ಮುಗಿಸಿ.

ಮೊನ್ನೆ ಏನಾಯಿತು ಎಂದರೆ, ವಯಸ್ಸಾದ ದಂಪತಿ ತಮ್ಮ ಮಗನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಂದಿದ್ದರು. ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಾದರೂ ತಮ್ಮ ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ಇನ್ನೂ ಏರ್ಪಟ್ಟಿಲ್ಲವೆಂದು ಸೊಸೆ ಹೇಳಿಕೊಂಡಳಂತೆ. ತಾಯಿಯು ಮಗನನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದಾಗ ಬಂದ ಉತ್ತರ? 'ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.' ಆಗ ಆಕೆಗೆ ಥಟ್ಟನೆ ಹೊಳೆಯಿತಂತೆ: ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಉತ್ತರ ಬಂದಿರುವಾಗ ತಜ್ಞರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದ ಅಗತ್ಯ ಇದೆ!

ನಿಮಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಹಾರದ ಹಾದಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದಾದರೆ ಲೈಂಗಿಕ-ದಾಂಪತ್ಯ ತಜ್ಞರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ.

ಉಚಿತ ಸಹಾಯವಾಣಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ 8494944888