



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭೈ

ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮನದಿಂದ
ಬೆತ್ತಲೆ ಆಗುವುದು ತನುವಿನಿಂದ
ಬೆತ್ತಲೆ ಆಗುವಷ್ಟೇ ರೋಚಕ
ಆಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ!

227: ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಗೆ ಹುಡುಕಾಟ-6

ಬದ್ಧಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯನ್ನು ತರಲು ದಿಟ್ಟಮುಕ್ತತೆಯು (vulnerability) ಸೂಕ್ತ ಸಾಧನ ಎಂದು ಕಂಡುಕೊಂಡೆವು. ಈಗ ಇದನ್ನು ದಾಂಪತ್ಯಕ್ಕೆ ಜೋಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನೋಡೋಣ.

ಬದ್ಧಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ತನ್ನನ್ನು ಜೋಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಬಹುಶಃ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಎರಡು ಭಾವಗಳು ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಒಂದು: ಕಾರಣವೇನೇ ಇರಲಿ, ತಾನು 'ಹೀಗೆ' ಇರುವುದರ ಬಗ್ಗೆಗೆ ಖಜೀಲತನ, ಅವಮಾನ (shame). ಎರಡು: ಆ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಗಾತಿಯು ತನ್ನನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವ ಭಯ (fear of rejection). ಈ ಅವಮಾನ, ಭಯದ ಅನಿಸಿಕೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣು ಗಂಡುಗಳ ನಡುವೆ ಸ್ವಲ್ಪ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ, ಹಾಗೂ ಇದು ಶಿಶುವಿನ ಅವಸ್ಥೆಯಲ್ಲೇ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಲವ್ಸ್ ಹಾಗೂ ಸ್ಕೋಷ್ನೀ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ (ಓದಿ: Patricia Love and Steven Stosny: How To Improve Your Marriage Without Talking About It). ಈ ವ್ಯತ್ಯಾಸವು 'ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತಾಡುವುದೋ ಬೇಡವೋ?' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಎತ್ತಿದಾಗ ಅವರು ಸ್ಪಂದಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಬಂಧವು ಕಡಿಮೆಹೋದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಹೆಣ್ಣು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಅಸಮಾಧಾನ, ಹತಾಶೆ ತೋರ್ಪಡಿಸಿದರೂ ಒಳಗೊಳಗೆ ಒಟಿತನದ ಭಯ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಹೆಣ್ಣಿನ ಮಾತಿಗೆ ಗಂಡು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅವನ ಮೌನದ ಹಿಂದೆ ಆಕೆಯನ್ನು ತೃಪ್ತಿಗೊಳಿಸಲು ಹೋಗಿಸೋತು ಹೈರಾಕಾದ ಭಾವವಿದ್ದು, ಅದರ ಆಳದಲ್ಲಿ ಅವನ (ಬಾಲ್ಯದ) ಅವಮಾನ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವನು ಅವಮಾನದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವಾಗ ಆಕೆಯ ಭಯವನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ, ಹಾಗೂ ಆಕೆಯು ತನ್ನ ಭಯದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವಾಗ ಅವನ ಅವಮಾನವನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ, ಸಂವಹನದಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣು ಮಾತಾಡಿ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಲು ನೋಡಿದರೆ, ಗಂಡು ಮಾತಾಡದೆ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಲು ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಇಬ್ಬರೂ ವಿರುದ್ಧ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸೆಣೆಸುವುದರಿಂದ ನಿರಾಸೆ, ನೋವಿನಲ್ಲೇ ಕೊನೆಗಾಣುತ್ತಾರೆ.

ಈ ವಿಚಾರ ಹೇಗೆ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗುತ್ತದೆ? ನಿಮ್ಮ ಮನದ ದುರ್ಬಲ ಭಾಗಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸುತ್ತ ನಿವು ಯಾರು, ಎಂಥವರು ಎಂದು ಸಂಗಾತಿಗೆ ತೋರಿಸದ ಹೊರತು ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ಭಯವೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆಳುತ್ತಿದೆ. ಭಯವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡಲು ಮುಖವಾಡ ಧರಿಸುತ್ತೀರಿ. ಮುಖವಾಡವೇ ಅಡ್ಡಬಂದು ಮುಕ್ತ ಪ್ರೀತಿಯ ಸ್ಪರ್ಶದಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುತ್ತೀರಿ - ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳುವವರ ನಡುವೆ ತಲೆದಿಂಬು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಂತೆ. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ, ನಿವು ಒಳಗೆ ಏನೇ ಇದ್ದರೂ ಹೊರತರುವುದರಿಂದ ಅಂತರಂಗದಿಂದ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಸಿಗುತ್ತೀರಿ. ಇದಕ್ಕೊಂದು ದೃಷ್ಟಾಂತ: ಇಲ್ಲೊಂದು ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಕಾಮಾಸಕ್ತಿ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಗರ್ಭಧಾರಣೆಗೆ ಭಯಪಟ್ಟು ಸಂಭೋಗದಿಂದ ದೂರವಿರುತ್ತಿದ್ದಳು. ಗರ್ಭನಿರೋಧ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವಳ ಈ ನಿರಾಕರಣೆಯು ಗಂಡನಿಗೆ ಸುಖಪಡಲು ಅರ್ಹತೆಯಿಲ್ಲವೆಂಬ ಸಂದೇಶ ಕೊಟ್ಟು ಆತ್ಮಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯನ್ನು ಚುಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಅವನೂ ಕೂಡದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದ. ಲೈಂಗಿಕದಾಂಪತ್ಯ ಚಿಕ್ಕತೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರನ್ನೂ ದಿಟ್ಟ ಮುಕ್ತತೆಯಿಂದ ಮಾತಾಡಿಸಲು ಹೆಚ್ಚಿದಾಗ ಏನು ಗೊತ್ತಾಯಿತು? ಆಕೆಗೆ ತಾಯಿಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಭಯವೇನಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲ (ಆಕೆಯ ಬಾಲ್ಯದ ಗಾಯಗಳು ಇನ್ನೂ ಹಸಿಯಾಗಿಿದ್ದು ಪತ್ತೆಯಾಯಿತು). ಆದರೆ ಹಾಗೆ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಕೆಯ ಪ್ರಬುದ್ಧ ಹೆಣ್ಣುತನಕ್ಕೆ

ಒಪ್ಪಿಗೆ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ಒಂದುಕಡೆ ಹೆಣ್ಣಾಗಿ ಕಾಮಸುಖ ಪಡೆಯುವುದು, ಇನ್ನೊಂದು ಕಡೆ ಅದರ ಪ್ರತಿಫಲವಾದ ತಾಯನವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸುವುದು - ಈ ದ್ವಂದ್ವವನ್ನು ಬಹಿರಂಗಕ್ಕೆ ತರಲು ಭಯವಿತ್ತು. ಇದರೊಂದಿಗೆ, ತಂದೆಯಾದರೆ ಮಾತ್ರ ತನ್ನ ಗಂಡಸುತನ ಸಿದ್ಧವಾದಂತೆ ಎನ್ನುವ ಗಂಡನ ಭಯವೂ ಹೊರಬಂತು. ಚಿಕ್ಕತೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಮಸುಖ ಅನುಭವಿಸುವುದು ಆಕೆಯ ಹಕ್ಕು, ಆದರೆ ತಾಯನ ಆಕೆಯ ಆಯ್ಕೆ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟೆ. ಹೀಗೆ ದಿಟ್ಟ ಮುಕ್ತತೆಯ ಸಾಧನ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಕಾಮಸುಖವನ್ನು ತಾಯ್ನಂದೆತನದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ನೋಡುವಂತೆ ಆದಾಗ ಇಬ್ಬರೂ ಮುಖವಾಡ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯಿಂದ ಸಮಾಗಮ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

ಈ ದೃಷ್ಟಾಂತದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಷಯ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ: ದಿಟ್ಟ ಮುಕ್ತತೆಗೂ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ಕಾಮಕೂಟಕ್ಕೂ ಅವಿನಾಭಾವ ಸಂಬಂಧವಿದೆ! ಅದು ಹೇಗೆಂದರೆ, ಶರೀರದ ಬೆತ್ತಲೆತನಕ್ಕೂ ಮನದ ಬೆತ್ತಲೆತನಕ್ಕೂ ಸಾಮ್ಯವಿದೆ. ತನಗಾಗಿ ಒಲ್ಲದೆ ಸಂಗಾತಿಗಾಗಿ ಬೆತ್ತಲೆ ಆಗುವವರು ಮನದ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗಲೂ ಅಷ್ಟೇ: ತನಗೋಸ್ಕರ ಮನಬೆತ್ತಲೆ ಆಗಲು ಭಯಪಡುತ್ತಾರೆ. ಮನದಲ್ಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡುವಾಗ ಅದನ್ನು ಶರೀರದಿಂದ ಭರ್ತಿ ಮಾಡಲು ನೋಡುತ್ತಾರೆ. ಕೂಟಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಇನ್ನೂ ತಯಾರಾಗದೆ ಇರುವಾಗ ಜನನಾಂಗಗಳನ್ನು ಉದ್ದೇಶಗೊಳಿಸಲು ಹೊರಡುವುದು ಮಾದರಿಯ ಉದಾಹರಣೆ: ಇದನ್ನೇ ಸಲೀಲ- ಶಾಮಾಳಿಗೆ ಮಾಡುವಂತೆ ಅನೇಕ ಗಂಡಂದಿರೂ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸತ್ಯಾಂಶ ಏನೆಂದರೆ, ಮನದಿಂದ ಬೆತ್ತಲೆ ಆಗುವುದು ತನುವಿನಿಂದ ಬೆತ್ತಲೆ ಆಗುವಷ್ಟೇ ರೋಚಕ ಆಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಪರಸ್ಪರರ ಎದುರು ಮನಬೆತ್ತಲೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಇನ್ನಷ್ಟು ರೋಚಕತೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಅವರ ಕಾಮತೃಪ್ತಿಯು ಶರೀರಜನ್ಯವಾದ ಭಾವಪ್ರಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಮೀರಿ ಹೊಸ ಮಜಲು ಏರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ದಿಟ್ಟ ಮುಕ್ತತೆಯನ್ನು ದಾಂಪತ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ? ಆಗ ತಲೆಯೆತ್ತಬಹುದಾದ ಕೆಲವು ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳೂ ಅವುಗಳಿಗೆ ಉಪಾಯಗಳೂ ಇಲ್ಲಿವೆ:

ಭಯಗಳು: ನನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಭಾಗಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ತೋರಿಸುವಾಗ ನನಗೆ ನಾನೇ ಇಷ್ಟವಾಗದೆ ಇರಬಹುದು. ಉಪಾಯ: ನನ್ನನ್ನು ನಾನೇ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಸಂಗಾತಿಯು ಸಹಿಸುವಂತೆ ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವುದು ಸರಿಯೇ?

ಮುಖವಾಡದ ಬಲ: ಮುಖವಾಡವು ನನಗೆ (ಸುಳ್ಳು) ಭರವಸೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ ಬೇಡದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿ ಇಡಬಹುದು. ಉಪಾಯ: ಆಗ ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿ ವಿಪರೀತ ವ್ಯಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನೇ ಪ್ರೀತಿಯ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅವಹೇಳನದ ಸಾಧ್ಯತೆ: ಬಾಯಿಬಿಟ್ಟರೆ ಅವಹೇಳನಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಉಪಾಯ: ಬಾಳ ಸಂಗಾತಿಯ ಎದುರು ಬೆತ್ತಲಾಗದೆ ಇನ್ನು ಯಾರೆದುರು ಆಗಬೇಕಾಗಿದೆ? ಅನ್ಯೋನ್ಯವಾಗುವ ಮಾರ್ಗ ಹಿತಕರ ಇರಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ.

ದೂರೀಕರಣದ ಭಯ: ಅದನ್ನೆಲ್ಲ ತಿಳಿಸಿದರೆ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಭವವಿದೆ. ಉಪಾಯ: ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಮೆಚ್ಚಲು ಅವರದೇ ಭಯ, ಮುಖವಾಡ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತಿವೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನಿವು ಜವಾಬ್ದಾರರಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಕಾಲಾವಕಾಶ ಕೊಡಿ. ಇಷ್ಟಕ್ಕೂ ಕಾಯಂ ಆಗಿ ದೂರವಾದರೆ ಅವರು ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಗೆ ಸಿದ್ಧರಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು, ಮನದ ದೌರ್ಬಲ್ಯಗಳನ್ನು ತೆರೆದಿಡುವುದರಿಂದ ಸಂಗಾತಿಗೆ ಪ್ರಾಬಲ್ಯ ಮೆರೆಯಲು ಅವಕಾಶ ಕೊಟ್ಟಂತಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವವರಿಗೆ ಈ ಮಾತು: ನಿಜಸ್ವರೂಪ ತೋರುವುದು ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳಿಗೆ ನಿಷ್ಠಾಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಇದನ್ನು ನಿಮಗಾಗಿಯೇ ವಿನಾ ಸಂಗಾತಿಗಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಸತ್ಯವನ್ನು ಸಹಿಸಲೂ ಶಕ್ತಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ - ಅದಿಲ್ಲದಿರುವವರು ಪ್ರಾಬಲ್ಯ ಮೆರೆಸುತ್ತಾರೆ. ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತ ಆತ್ಮವಿಕಾಸ ಆಗುವ ನಿಷ್ಠಾವಂತ ಪ್ರಯತ್ನದ ಎದುರು ಪ್ರಾಬಲ್ಯ ಸೋಲಲೇಬೇಕು! ಉಚಿತ ಸಹಾಯವಾಣಿಗೆ ಕರೆಮಾಡಿ: 8494944888.