

ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಎಷ್ಟು?

ಪರಸ್ಪರರ ಮಧ್ಯೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಬೆಳೆಯಲು ಹಲವು ದಾರಿಗಳಿವೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸ್ನೇಹಿತರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಮನಗೊಟ್ಟು ಆಲಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಮಾತನ್ನು ಆಲಿಸುವಾಗ, ಅವರ ಭಾವನೆಗಳು ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆಲಿಸುವಾಗ, ನಮ್ಮದು ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸಾಗಿರಬೇಕು.

■ ಪ್ರಕಾಶ ನಡಹಳ್ಳಿ

ಇದೊಂದು ಹೊಸಬಗೆಯ ಬ್ಯಾಂಕ್. ನಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತರೊಡನೆ, ಸಂಬಂಧಿಕರೊಡನೆ, ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಪರಿಚಯಸ್ಥರೊಂದಿಗೆ ತೆರೆಯ ಬಹುದಾದ ಖಾತೆ ಹೊಂದಿರುವ ಬ್ಯಾಂಕ್. ನಮ್ಮ ಮತ್ತು ಇತರರ ಸಂಬಂಧವು ಭಾವನೆಯ ಮೂಲಕವೇ ವ್ಯಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆಯಲ್ಲವೇ? ಇತರರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯ ಅಥವಾ ಮಧುರವಾದ ಭಾವನೆಗಳಿರುತ್ತವೆಯೋ ಅದೇ ನಮ್ಮ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್. ಅಂತೆಯೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇತರರ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟು ಮಧುರವಾದ ಭಾವನೆಯಿದೆಯೋ, ಅದು ಅವರ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಶಿಲ್ಕು.

ಈ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಸುವುದೇನನ್ನು? ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು. ಭಾವನೆಗಳು ಬೇರೆಯವರೊಡನೆ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ ಹಾಗೂ ನಂಬುಗೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಒಡನಾಟ ಇತರರೊಡನೆ ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದರೆ, ಇತರರಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಇದ್ದಂತೆ. ಬ್ಯಾಂಕ್ ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಶಿಲ್ಕು ಇದ್ದಾಗ, ನಮಗೆ ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಭದ್ರತಾ ಭಾವನೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುವಂತೆಯೇ, ನಮ್ಮ ಆಪ್ತರೊಡನಿರುವ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ, ಸುರಕ್ಷತಾ ಭಾವನೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಸ್ವೀಮ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಹಣ ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡಿದಂತೆ, ಈ ಖಾತೆಯಲ್ಲಿಯೂ ವಿವಿಧ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ನಿಷ್ಕಲ್ಪ ಮುಗುಳ್ಳಗೆ, ಸಹಾಯ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ ತೋರಿಸುವ ಧನ್ಯತಾ ಭಾವ, ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ವಿನಮ್ರತೆ ಇವುಗಳ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಭಾವನಾ ಖಾತೆಯ ಶಿಲ್ಕು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯ ಭಾವನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಅದು ಆಪ್ತನ (ರಿಸರ್ವ್ ಫಂಡ್) ಇದ್ದಂತೆ. ಆಗ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ದ್ವಿಗುಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ತಪ್ಪುಗಳಾದರೂ ಗಳಿಸಿದ ನಂಬಿಕೆ ಹಾಗೂ ಭಾವನೆಯ ರಿಸರ್ವ್ ಪೂರಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಸಂವಹನ ದಲ್ಲಿ ನ್ಯೂನತೆಗಳಿದ್ದರೂ ಅನ್ಯರು ನಮ್ಮನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಭವ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ನಂಬಿಕೆ, ವಿಶ್ವಾಸವಿರುವಾಗ, ಸಂವಹನ ಸುಲಭ ಮತ್ತು ಪ್ರಭಾವಶಾಲಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾದಾಗ, ನಾವು ಪರರ ಜೊತೆ ಅಗೌರವ ದಿಂದಲೋ, ಅತಿಯಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯಿಂದಲೋ, ಅನ್ಯಮನಸ್ಕರಾಗಿಯೋ

ವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಖಾತೆಯಿಂದ ಹಣ ಹಿಂಪಡೆದಂತೆ (Withdrawal) ಆಗುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವಾಸ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ಮನೆಯೋ, ಆಫೀಸೋ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಗಂಭೀರವಾಗಬಹುದು, ಸಂಬಂಧ ಕಹಿಯಾಗಲೂಬಹುದು. ಶೀತಲ ಸಮರ ಅಥವಾ ಅನವಶ್ಯಕ ಚರ್ಚೆ ಅಥವಾ ಸಮರ್ಥನೆಗೆ ದಾರಿಯಾಗಬಹುದು.

ಇತರರೊಡನೆ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಖಾತೆ ಹೊಂದುವ ಉದ್ದೇಶ, ಪರಸ್ಪರರ ಬಾಂಧವ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ. ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಅನ್ನು ಅಳೆಯುವ ಮಾಪನ ಭಾವನೆಗಳ ರಾಶಿಯಲ್ಲಿ. ಅದುವೇ ಇಲ್ಲಿ ಲೆಕ್ಕ. ಇತರರೊಡನೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಭಾವನೆಗಳ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ, ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ನಾವು ನಿಯತಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಜಮಾ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಮುಕ್ತ ಸಂವಹನಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಿರುತ್ತದೆ. ಇತರರು ನಮ್ಮ ತಪ್ಪು ಒಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಾಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನಂಬಿಕೆ, ವಿಶ್ವಾಸ, ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ ವೃದ್ಧಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಸಂಬಂಧ ನಿಕಟವಾದಂತೆ ನಾವು ವಿವರವಾಗಿ ವಿಷಯ ತಿಳಿಸಿ ಹೇಳಬಹುದು, ಸಹಾಯ ಯಾಚಿಸುವುದು ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೇಗೆ ನಮ್ಮ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬ್ಯಾಂಕಿನಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು? ಇಲ್ಲಿವೆ ಕೆಲವು ಸಣ್ಣ ಸೂಚನೆಗಳು:

ಪರರನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು: 'ತನ್ನಂತೆ ಪರರ ಬಗೆದೊಡೆ ಕೈಲಾಸ ಬಿನ್ನಾಣವಕ್ಕು' ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ ಸರ್ವಜ್ಞ. ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಖಾತೆಯ ಕೀಲಿ ಕೈ ಇದ್ದಂತೆ. ಅನ್ಯರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಲ್ಲಾ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೂ ಎಷ್ಟು ಅಗತ್ಯವೋ ಅಷ್ಟೇ ಕಷ್ಟದ ಕೆಲಸ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ ಹೇಗೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಮೂಗಿನ ನೇರಕ್ಕೆ ಇತರರನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ಬೇರೆಯವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಆಲಿಸುವಾಗ ಮನಗೊಟ್ಟು ಆಲಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಮಾತನ್ನು ಆಲಿಸುವಾಗ, ಅವರ ಭಾವನೆಗಳು ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆಲಿಸುವಾಗ, ನಮ್ಮದು ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸಾಗಿರಬೇಕು. ಅವರ ಭಾವನೆಗೆ ತಕ್ಕದಾಗಿ ಸ್ಪಂದಿಸುವುದನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಬದ್ಧತೆ: ಜನರು ನಮ್ಮ ಮಾತಿನ ಮೇಲೆ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಕೊಟ್ಟ ಭಾಷೆ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ನಮ್ಮದಾಗಿರಬೇಕು; ಮಾತನಾಡುವುದೊಂದು, ಮಾಡುವುದೊಂದಾದರೆ, ಇತರರು ನಮ್ಮ