



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭಟ್ಟಿ

**ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಮೆಚ್ಚುವ
ಮನಸ್ಸಿದ್ದರೆ ದೋಷಗಳು
ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ!**

80: ನಾನು ನಾನಲ್ಲ!

ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಅರಳಬೇಕಾದ ಬಾಲ್ಯದ ಸಹಜತೆಯನ್ನು ಹೊಸಕೆಹಾಕಿ ಪ್ರಬುದ್ಧರಾಗಿ ಮಾಡುವ ಹಿರಿಯರ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಅಕಾಲ ಪ್ರಬುದ್ಧರಾಗುವಾಗ ಒಳಗೆ ಮಡುಗಟ್ಟಿದ ನೋವು ಪ್ರತಿರೋಧದ ಮೂಲಕ ಹೊರಬರುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಗುಮ್ನಗುಸಕ ಗುಣ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆವು.

ಒಂದು ವೇಳೆ ಸಂಗಾತಿಗಳ ಪೈಕಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಗುಮ್ನ ಗುಸಕ ಗುಣವಿದ್ದರೆ ಅದರ ಬಿಸಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹೇಗೆ ತಟ್ಟಬಲ್ಲದು, ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಈಸಲ ನೋಡೋಣ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಪ್ರಸಂಗ:

ಹೆಂಡತಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅಲಂಕಾರ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಗಂಡನ ಮುಂದೆ ನಿಲ್ಲುತ್ತಾಳೆ. 'ನಾನು ಹೇಗೆ ಕಾಣುತ್ತೇನೆ?' ಎಂದು ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಕೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಗಂಡ ಆಪಾದಮಸ್ತಕ ವೀಕ್ಷಿಸಿ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ: 'ಆಕಾಶದಿಂದ ಧರೇಗಿಡುಬಂದ ರಂಭೆಯ ತರಹ ಕಾಣುತ್ತೀಯಾ ಅಂತ ಅನ್ನಬೇಕೆಂದಿದ್ದೆ. ಆದರೆ... ನಿನ್ನ ಸೀರೆಯಲ್ಲಿರುವ ಈ ಡಿಸೈನ್ ಇದೆಯಲ್ಲ, ಇದು ಎಲ್ಲಾ ಬಣ್ಣ ಮಸಿ ನುಂಗಿತು ಅಂತ ಹೇಳುತ್ತಾರಲ್ಲ, ಹಾಗೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು ಸಲ ತಲೆಯೆತ್ತಿ ನೋಡಲಿಕ್ಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹೋಗು, ಈಗಲೇ ಸೀರೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬಾ.' ಆಕೆಗೆ ಕನ್ನೆಯ ಮೇಲೆ ಹೊಡೆದಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿ ಸಂಭ್ರಮ ಉನ್ನತವಾಗುತ್ತದೆ. ಅರೆಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಸೀರೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಾಳೆ. ಗಂಡ ಇನ್ನೊಂದು ಸಲ ವೀಕ್ಷಿಸಿ, 'ಈಗ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ!' 'ಇಷ್ಟಕ್ಕೇನೇ ಎರಡೆರಡು ಸಲ ಹೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಯಿತು!' ಅಥವಾ, 'ಯಾವಾಗ ಸರಿಯಾಗಿ ಅಲಂಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಕ್ಕೆ ಕಲಿಯುತ್ತೀಯೋ?' ಎನ್ನುತ್ತಾನೆಯೇ ಹೊರತು, 'ವಾಹ್, ಈಗ ರಂಭೆಯ ಹಾಗೆ ಕಾಣುತ್ತೀಯಾ!' ಎಂದು ಅನ್ನುವುದಿಲ್ಲ!

ಇಲ್ಲೇನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ? ಹೆಂಡತಿಯ ಸೌಂದರ್ಯ ಗಂಡನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಟ್ಟುತ್ತದೆ. ರಂಭೆ ನೆನಪಾಗುತ್ತಾಳೆ. ಮನಸ್ಸು ಅರಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದಲ್ಲ ಒಂದೇ ಒಂದು ಕ್ಷಣ. ಮರುಕ್ಷಣ ಅದನ್ನು ಹೊಸಕೆಹಾಕುವಂತೆ ಮನದೊಳಗಿನ ಹಿರಿಯ ದಬಾಯಿಸುತ್ತಾನೆ: 'ನೀನು ಸಂತೋಷ ಪಡಕೂಡದು!' ಈ ಒಳದನಿಗೆ ಸ್ವಂದಿಸುತ್ತ ಗಂಡ ಕಾರಣ ಹುಡುಕುತ್ತಾನೆ. (ಅದಕ್ಕೇ ಅಡಿಯಿಂದ ಮುಡಿಯ ತನಕ ನೋಡುವುದು.)

ಗಂಡನ ಈ ವರ್ತನೆ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂತು? ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಿದ್ದ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು, ಆಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ಅವನ ಹೆತ್ತವರು, ಅದಲ್ಲ ನಿನಗೇಕೆ, ನೀನು ಅದರಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ನೀನು ಅದಕ್ಕೆ ಅರ್ಹನಲ್ಲ. ದೊಡ್ಡವನಾದ ಮೇಲೆ ನಿನ್ನ ಸಂಬಳದಲ್ಲಿ ಕೊಂಡುಕೊಂಡೀಯಂತೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಬರುವಂಥ ವರ್ತನೆ ತೋರಿ ಅವನ ಬಯಕೆಯನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕುತ್ತಾರೆ. ಅವನನ್ನು ತಿರಸ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಗುರಿಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಅಂಥ ಬಯಕೆ ಮೂಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಅದಕ್ಕೆ 'ನಾನು ಅನರ್ಹ' ಎಂದು ಅದನ್ನು ಬಯಕೆ ಹತ್ತಿಕ್ಕುವ ಯೋಚನೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ತಾನು ಅನರ್ಹ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೆ ಆತ್ಮಸ್ವೈರ್ಯ ಕುಗ್ಗುತ್ತದಲ್ಲ? ಹಾಗಾಗಿ ಅನರ್ಹ ಎನ್ನಿಸಿಕೊಂಡರೂ ಆತ್ಮಸ್ವೈರ್ಯಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ಬರದಂತೆ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉಪಾಯ? ತಾನು ಮೆಚ್ಚುವ ವಸ್ತುವೇ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದಂದುಕೊಂಡರೆ ಅದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಲು

ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ! ಅದಕ್ಕಾಗಿ ತಾನು ಮೆಚ್ಚುವ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ದೋಷ ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಅದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.

(ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ಒಂದು ಸಂದೇಹ ಬರಬಹುದು. ಸೀರೆ ಡಿಸೈನ್ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ಗುಮ್ನಗುಸಕ ಗುಣವಾಗಿರದೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇ ಆಗಿದ್ದರೆ? ಹಾಗಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹೆಂಡತಿಯು ಇನ್ನೊಂದು ಸೀರೆ ಉಟ್ಟುಕೊಂಡಾಗ ಗಂಡ ಅವಳನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಪ್ರಶಂಸಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅಷ್ಟಲ್ಲದೆ, ಒಬ್ಬರನ್ನು ಮೆಚ್ಚಬೇಕೆನ್ನುವಾಗ ದೋಷಗಳು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲವಲ್ಲ?)

ಗಂಡನ ಈ ವರ್ತನೆಯಿಂದ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಏನು ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ? ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಬಯಸಿದವಳಿಗೆ ಖಿಚ್ಚಿನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವನ ಪ್ರಕಾರ ನಡೆದುಕೊಂಡರೂ ಮೆಚ್ಚಿಸಲು ಆಗಲಿಲ್ಲವಲ್ಲ ಎಂದು ಹತಾಶೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗವಳು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪ್ರಯತ್ನಪಡುತ್ತಾಳೆ. ಇದು ಇತರ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲೂ ಕಂಡುಬರಬಹುದು.

ಹೆಂಡತಿಯ ಈ ವರ್ತನೆ ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂತು? ಅದಕ್ಕೂ ಇತಿಹಾಸವಿದೆ. ಆಕೆಗೆ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಕಾಣಲಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅವಳ ಆತ್ಮಗೌರವ ಬೆಳೆದಿಲ್ಲ. ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಕೀಳು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ತನ್ನ ಕೊರತೆಯನ್ನು ಭರ್ತಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಗಂಡನ ಮೆಚ್ಚುಗೆಗೆ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಾಳೆ. ಅದು ಬರದಿದ್ದರೆ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಕೂಲವಾದರೂ ಸರಿ ಅವನಿಷ್ಟದಂತೆ ನಡೆದುಕೊಂಡು ಅವನನ್ನು ಒಲಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಂಬಲ ಅವಳದು. ಒಟ್ಟಾರೆ ಅವನಿಂದ ಬರುವ ಮೆಚ್ಚುಗೆಯಿಂದ ಹೇಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ - ಕನ್ನಡಿಯನ್ನು ನೋಡಿಯೇ ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ.

ಇನ್ನು, ಗುಮ್ನಗುಸಕ ಗುಣವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಉಪಾಯ? ಒಂದು: ಹೆಂಡತಿಯು ಮುಖ್ಯ ಅಂಶವೊಂದನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು: ಗಂಡ ತನ್ನನ್ನು ಮೆಚ್ಚದಿರುವುದರಲ್ಲಿ ತನ್ನ ದೋಷವಿಲ್ಲ, ಗಂಡನ ದೋಷ ಮಾಡುವ ಗುಣದಿಂದಲೇ ಹೀಗಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಎರಡು: ಇಲ್ಲಿ ಹೆಂಡತಿ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ನಂಬಬೇಕು. ಇತರರಿಗೆ ವಿರೋಧವಾದರೂ ಸರಿ, ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಲಿಯಬೇಕು. (ಹೀಗೆ ಮೆಚ್ಚುವುದು ಅಹಂಕಾರ ಎಂದು ಅನೇಕರು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ.) ತನಗೆ ಸರಿಯೆಂದು ಕಂಡುಬಂದ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇತರರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಹಪಹಪಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

ಮೂರು: ಇತರರಿಂದ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಬಂದರೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೇ ವಿನಾ ಟೀಕೆ ಬಂದರೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಕೂಡದು. "ಸೀರೆ ಡಿಸೈನ್ ಬಿಡಿ, ನಾನು ಹೇಗೆ ಕಾಣುತ್ತೇನೆ?" ಎಂದು ಅವನ ಗಮನವನ್ನು ಧನಾತ್ಮಕ ಅಂಶಗಳತ್ತ ಸೆಳೆಯಬೇಕು. ಆಗಲೂ ಮನವೊಪ್ಪುವ ಉತ್ತರ ಬರದಿದ್ದರೆ, "ನಿಮಗೆ ಸರಿಕಾಣಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ನನಗೆ ಸರಿಯಾಗಿದೆ." ಎಂದು ಹೇಳಿ ಮುಂದೆಸಾಗಬೇಕು. ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಬರಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅಸಮಾಧಾನ ಆದರೂ ತನ್ನ ನಿರ್ಧಾರಶಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆಯಿಡುತ್ತ ಅಸಮಾಧಾನವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಾಲ್ಕು: ಗುಮ್ನಗುಸಕ ಗುಣವನ್ನು ಗಂಡನಿಗೆ ಅರಿವು ಉಂಟುಮಾಡಿಕೊಡಬಹುದು. ಸೂಕ್ತ ಸಮಯ ಆರಿಸಿಕೊಂಡು ಅವನ ಜೊತೆಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ತನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಗಂಡನ ಅನವಶ್ಯಕ ಟೀಕೆ, ಅಭಿಪ್ರಾಯ, ವ್ಯಂಗ್ಯಗಳು ತನಗೆ ನೋವು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ, ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಅನ್ನೋನ್ನತೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಹೇಳಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಗಂಡ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಹಾಗಾಗದೆ ಗುಮ್ನಗುಸಕ ಸ್ವಭಾವವು ದಾಂಪತ್ಯವನ್ನು ಅಸಹನೀಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ದಾಂಪತ್ಯ ಚಿತ್ತಕರ ಅಥವಾ ಮನೋಚಿತ್ತಕರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಉಚಿತ ಸಹಾಯವಾಣಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಹಾಗೂ ಶುಕ್ರವಾರ ಕರೆಮಾಡಿ. ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ: 8050255229 (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ); ದಾಂಪತ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ: 8494944888 (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5ರ ತನಕ) ಲೇಖಕರ ವಿಳಾಸ: www.medisex.org