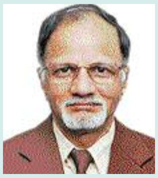

ಡಾ.ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ

ತಾನು ಬದಲಾದರೆ ಸಂಗಾತಿ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಬದಲಾಗಲೇಬೇಕು!

81: ಅಸಹಕಾರಿ ಸಂಗಾತಿ

ಗುಮ್ಮನಗುಸಕ (**passive aggressive**) ಗುಣದ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ದೃಷ್ಟಾಂತ:

ಸಮಾನ ಅಭಿರುಚಿಗಳ ಲೋಚನ್ ಲೂಸಿ (ನಿಜವಾದ ಹೆಸರುಗಳಲ್ಲ) ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಲೂಸಿ ಉದ್ಯೋಗಸ್ಥೆ. ಸಂಪಾದನೆ ಸಾಕಷ್ಟಿದ್ದರೂ ಬೇಗ ಹೊರಟು ತಡವಾಗಿ ಮರಳುವ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಅವಳಿಗಿದೆ. ಲೋಚನನ ಕೆಲಸ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಮಾಡುವಂತಿದ್ದರೂ ಸಂಪಾದನೆ ಅನಿಶ್ಚಿತ. ಸಮಸ್ಯೆ ಏನೆಂದರೆ, ದಾಂಪತ್ಯದ ಐದು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಲೋಚನ್ ಎಂಥವನು ಎನ್ನುವುದೇ ಲೂಸಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ಗೊಂದಲವನ್ನು ಸತತ ದೃಷ್ಟಾಂತಗಳ ಮೂಲಕ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಲೋಚನ್ ಆಡುವುದು ಒಂದು, ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತೊಂದು. ಒಂದು ಮಾತಾಡುವಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಇನ್ನೊಂದು ವಿಚಾರ ಅವನ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಓಡುತ್ತಿರುವುದು ಅವಳಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲಸ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, ಕಡೆಯ ಗಳಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ಧಾರ ಬದಲಿಸುತ್ತಾನೆ – ಅದಕ್ಕೆ ಅವನು ಕೊಡುವ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ನಂಬಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹೊತ್ತ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು, ಕೊಟ್ಟ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಆರಾಮವಾಗಿ ಮರೆತುಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರೆ, 'ಮರೆಯುವುದು ನನ್ನ ಸ್ವಭಾವ ಅಂತ ನಿನಗೆ ಗೊತ್ತಲ್ವಾ, ಆದರೂ ನನಗೆ ಯಾಕೆ ಕೆಲಸ ಕೊಡ್ತೀಯಾ?' ಎಂದು ತನ್ನನ್ನು ನಂಬಿದ ಅವಳನ್ನು ಮೂರ್ಖಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಅಡುಗೆಗೆ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಕರೆದರೆ ತಾಸಾದರೂ ತರಕಾರಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು ಮುಗಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಕೊನೆಗೆ ಲೂಸಿಯೇ ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಕೆಲಸ ಮುಂದೂಡುವುದರಲ್ಲಿ ನಿಸ್ಸೀಮ. ಐದು ಕೇಜಿ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಈಗಲೇ ತರಲು ಹೇಳಿದರೆ ಮೊದಲು ಧಿಕ್ಕರಿಸುತ್ತಾನೆ. ಬೇಕೇಬೇಕು ಎಂದರೆ ಇವೊತ್ತು ಆಗದೆಂದು ಹೇಳಿ, ಮರುದಿನ ಮರೆತುಬಿಟ್ಟು, ಮೂರನೆಯ ದಿನ ಬೈಯ್ದಾಗ ಸಿಡಿದೆದ್ದು, ಒಂದು ಕೇಜಿ ಮಾತ್ರ ತರುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದರೆ ಜವಾಬಿಲ್ಲ. ಇನ್ನೊಂದು ವಿಶೇಷ ಎಂದರೆ ಹಣಕಾಸಿನ ಬಗೆಗೆ ಲೋಚನನ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯಭಾವ. ಖರೀದಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಪರ್ಸ್ 'ಜ್ಞಾಪಕದಿಂದ ಮರೆಯುತ್ತಾನೆ.' ಆಗ ಲೂಸಿಯದೇ ಖರ್ಚು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಅವಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸೇರಿದಾಗ ಖರ್ಚನ್ನು ತಾನೇ ಕೊಟ್ಟಳು. ಹಣ ಹಿಂಪಡೆಯಲು ಲೋಚನ್ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಮಾಸಂಸ್ಥೆಗೆ ದಾಖಲೆ ಒಪ್ಪಿಸಲು ಅರ್ಧತಾಸು ಸಾಕಿತ್ತು. ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡುತ್ತ ಕಡೆಯ ತಾರೀಖು ಮುಗಿದೇ ಹೋಯಿತು. ಮೊನ್ನೆ ಲೂಸಿಯನ್ನು ಆಫೀಸಿಗೆ ಬಿಡಲು ಹೋಗುವಾಗ ನಡುರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಮುಗಿದು ಕಾರು ನಿಂತಾಗ ತನ್ನ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಕಾರ್ಡೂ ಖಾಲಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದ ಲೋಚನ್. ಆಗ ಲೂಸಿ ತನ್ನ ಕಾರ್ಡ್ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕಾಯಿತು. ಹಾಗಿದ್ದರೂ ಮರುದಿನ ತನಗಿಷ್ಟವಾದ ವಿಡಿಯೋ ಗೇಮ್ ಖರೀದಿಸಲು ಎಂಟುಸಾವಿರ ಎಲ್ಲಿಂದ ತಂದ ಎನ್ನುವುದು ಆಕೆಗೆ ಒಗಟಾಗಿದೆ.

ಗಂಡನ ನಡತೆಯಿಂದ ಜರ್ಜರಿತಳಾಗಿ ಲೂಸಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಳಾಗಿ ಕಾಯಿಲೆ ಬೀಳುವುದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಮೊನ್ನೆ ಅತ್ತೆ ಸಂಸಾರ 'ಬೆಳೆಸುವ' ಬಗೆಗೆ ಮಾತಾಡಿದಾಗ, ಬೆಳೆಸುವುದು ಒತ್ತಟ್ಟಿಗಿರಲಿ, ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೋ ಬೇಡವೋ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಂದಿದ್ದಾಳೆ. (ಗಂಡನನ್ನೂ ಕರೆದಾಗ ತಟಸ್ಥ ಪ್ರತಿರೋಧ ತೋರಿದನಂತೆ.)

ಸಮಾನ ಅಭಿರುಚಿಗಳಿರುವ ಹೆಂಡತಿ, ತೃಪ್ತಿಕರ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನ ಇದ್ದರೂ ಲೋಚನ್ ಹೇಗೇಕೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ? ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವನ ಬಾಲ್ಯಕ್ಕೆ ಹೋಗೋಣ.

ಲೋಚನ್ ಮಗುವಾಗಿದ್ದಾಗ ಆಗಾಗ ಕಾಯಿಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿದ್ದ. ಆಗ ಅಮ್ಮ ಅವನನ್ನು ಅತೀವ ಕಾಳಜಿಯಿಂದ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿದ್ದಾಳೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಲೋಚನನಿಗೆ ಕಾಳಜಿ, ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆದು ಗೊತ್ತೇ ವಿನಾ ಕೊಟ್ಟು ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಅವನಪ್ಪ ಅರಿತು ಸ್ವಾವಲಂಬಿಯಾಗಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅನುಸರಿಸಿದ ಕ್ರಮ? ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತಿದ್ದುವುದಲ್ಲ. ಬದಲು, "ಇಷ್ಟುವರ್ಷ ಮುದ್ದುಮಗುವಾಗಿದ್ದು ಸಾಕು, (ನನ್ನಂತೆ) ದೊಡ್ಡವನಾಗಲು ಕಲಿ!" ಎಂದು ಸಂದೇಶ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾನೆ. ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನಿಂದ ವರ್ತಿಸುತ್ತ, ಚಿಕ್ಕ ತಪ್ಪುಗಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತ, ಅದಕ್ಕೆ ಮಗನ ಪ್ರತಿಭಟನೆಯನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕುತ್ತ ಪ್ರಾಬಲ್ಯ ಮೆರೆದಿದ್ದಾನೆ. ಮಗ ಏನೇ ಸಾಧಿಸಿದರೂ ತೃಪ್ತಿಯಾಗದೆ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದಕ್ಕೆ ಕೆಣಕಿದ್ದಾನೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ, ಲೋಚನನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಪದೇಪದೇ ಪೆಟ್ಟಾಗಿದೆ. ಬದುಕು ಇರುವುದು ಇತರರಿಗಾಗಿ ವಿನಾ ತನಗೋಸ್ಕರ ಅಲ್ಲ, ಹಾಗೂ, ಏನೇ ಮಾಡಿದರೂ ಇತರರನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸಲಾಗದು ಎನ್ನುವ ಅನಿಸಿಕೆ ಅವನ ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿದೆ. ಪರಿಣಾಮ? ಇತರರಿಂದ ಬೇಡಿಕೆ ಬಂದಾಗ ಅವನ ಒಳಮನಸ್ಸು ಅದರೊಳಗೆ ಪ್ರೀತಿಯ, ಅನುಬಂಧದ ಸೆಲೆ ಇದೆಯೇನೋ ಎಂದು ಹುಡುಕುತ್ತದೆ. ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಕೂಡಲೇ ಸ್ವಯಂಪ್ರೇರಣೆ ಜಾಗೃತವಾಗುತ್ತದೆ – ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಅವರ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಕರ್ತವ್ಯಪಾಲನೆ, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎಂದೇನಾದರೂ ಬಂತೋ, ತಲೆಯೊಳಗಿನ ಅಪ್ಪ ಒದ್ದಂತೆ ಅನ್ನಿಸಿ, ಮನಸ್ಸು ಭಾರವಾಗಿ ಒತ್ತಡ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಅನಾಸಕ್ತಿ, ನಿರಾಕರಣೆ, ದೂರೀಕರಣ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅನುಸರಣೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಭಟನೆ ಘರ್ಷಣೆಗೆ ಇಳಿಯುತ್ತವೆ (**ambivalence**). ತಣ್ಣಗಿನ ಅಸಹಕಾರ ಫಲಶ್ರುತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಲೋಚನನಂಥ ಸಂಗಾತಿಯಿದ್ದರೆ ಉಪಾಯವೇನು? ನನ್ನಿಂದ ಸಹಾಯ ಪಡೆದುಕೊಂಡ ಲೂಸಿ ಏನು ಮಾಡಿದಳೆಂದು ಕೇಳಿ:

ಒಂದು: ಗಂಡನನ್ನು ಕೂಡಿಸಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಹಕ್ಕುಗಳ ಬಗೆಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿದ್ದಾಳೆ: 'ನನ್ನ ಬೇಡಿಕೆಗಳಿಗೆ ಮನಸ್ಸು ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ ಬಲವಂತ ಮಾಡಿಕೋಬೇಡ. ಇಲ್ಲವೆಂದು ನಿರಾಕರಿಸಲು ನಿನಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಹಕ್ಕಿದೆ. ಅಸಮಾಧಾನ ಹೊಂದಲು ನನಗೆ ಹಕ್ಕಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಅಸಮಾಧಾನ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೂ ನಿನ್ನಮೇಲೆ ಒತ್ತಾಯ ತಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಡ. ಅನಿವಾರ್ಯವಾದಲ್ಲಿ, ನನಗೆ ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲ, ಆದರೂ ನಿನಗೋಸ್ಕರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ನಿನ್ನ ನಿಲುವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿ ಮಾಡು. ಒಟ್ಟಾರೆ ನಿನ್ನ ಅಂತಃಸಾಕ್ಷಿಗೆ ಓಗೊಡು, ನನಗಲ್ಲ.'

ಎರಡು: ಗಂಡನಿಂದ ಚಿಕ್ಕ ಸಹಾಯ ಬಂದರೂ ಅದನ್ನು ಬಾಯಿಬಿಟ್ಟು ಪ್ರಶಂಸಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ಅದರಿಂದ ಲೋಚನನಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಬರುತ್ತಿದೆ.

ಮೂರು: ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಾವಲಂಬಿಯಾಗುತ್ತ ತನ್ನ ಹೊಣೆಯನ್ನು ತಾನೇ ಹೊರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದಾಳೆ. (ಇನ್ನೊಂದು ಸಲ ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಮುಗಿದರೆ ಸೀದಾ ಕಾರುಬಿಟ್ಟು ಆಟೋ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹೊರಟುಬಿಡಬೇಕು. ಇಷ್ಟರಿಂದಲೇ ಸುಧಾರಣೆ ಕಾಣಲಿಲ್ಲವಂತೆ. ಆಗ.

ನಾಲ್ಕು: ಮೊನ್ನೆ ಲೂಸಿ ಗಂಡನನ್ನು ತಬ್ಬಿಕೊಂಡು ಹೇಳಿದಳಂತೆ: 'ನೋಡು, ನನಗೂ ನಿನಗೂ ಎಷ್ಟು ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಇದೆಯೆಂದರೆ, ಇದು ನಿನ್ನ ತಪ್ಪಲ್ಲ ಎಷ್ಟೇ ಪ್ರೀತಿಯಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ದಾಂಪತ್ಯ ಸರಿಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಬೇರೆಯಾಗಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನಿನ್ನನ್ನು ತೊಂದರೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸುವ ಬದಲು ಒಂಟಿಯಾಗಿರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಇನ್ನುಮೇಲೆ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಿರೋಣ. ನಿನ್ನನ್ನು ಯಾವೊತ್ತಿಗೂ ಮರೆಯಲಾರೆ.'

ಅಂದಿನಿಂದ ಲೋಚನನಲ್ಲಿ ಚಮತ್ಕಾರ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಮುಂದಿನ ಸಲ ಹೆಂಡತಿಯೊಡನೆ ನನ್ನನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಲೂಸಿಗೆ ಇರುವಷ್ಟು ಗಟ್ಟಿಮನಸ್ಸು ಎಷ್ಟು ಜನಕ್ಕಿದೆ?

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