ಡಾ.ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ

ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಂವಹನ ನಡೆಸುವ ಮುನ್ನ ಪುರುಷರು ತಾವು ಹಾಕಿಕೊಂಡ ಗೋಡೆಯಿಂದ ಈಚೆ ಬರುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

239: ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಗೆ ಹುಡುಕಾಟ-18

ಸಂವಹನಕ್ಕೆ ಅಭೇದ್ಯವಾದ ಗೋಡೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿರುವ 'ಗೋಡಿಗ'ರ ಬಗೆಗೆ ಹೋದಸಲ ಮಾತಾಡುತ್ತಿದ್ದೆವು. ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ವಿಷಯ ಬಂದಾಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸೀಮಾರೇಖೆ ಅಗತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೆ.

ಸೀಮಾರೇಖೆ ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆ? ಆಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಏನೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ, ನೀವು 'ತೆಳ್ಳನೆಯ ಚರ್ಮದ', 'ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಕೃತಿಯ'ವರಾಗುತ್ತ ಸ್ವಲ್ಪದ್ದಕ್ಕೆಲ್ಲ ತಲೆ ಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಸಂಗಾತಿಯು 'ನೀನು ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪಗೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೀಯಾ' ಎಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಚುಚ್ಚಿ, ನಿಮ್ಮ ಬೊಜ್ಜನ್ನು 'ಪರಕಾಯ'ವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತ ಅದನ್ನು 'ಹೊರದಬ್ಬಲು' ಪಥ್ಯ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಶುರುಮಾಡುತ್ತೀರಿ. ಸೀಮಾರೇಖೆ ಸಮರ್ಪಕ ಆಗಿದ್ದರೆ? ನಿಮ್ಮ ಬೊಜ್ಜಿನ ಮೇಲೆ ಕಣ್ಣು ಹಾಯಿಸುತ್ತೀರಿ. ದಪ್ಪಗೆ ಎನ್ನಿಸಿದರೆ ಒಪ್ಪುತ್ತ, ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೀರಿ. ಸೀಮಾರೇಖೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ದಪ್ಪ ಚರ್ಮದವರಾಗುತ್ತೀರಿ. ಬಂದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸುತ್ತೀರಿ. ಹೆಚ್ಚೆಂದರೆ, 'ನಿನಗೇನು ಬೇರೆ ಕೆಲಸ ಇಲ್ಲವೆ?' ಎಂದು ಸೀಮಾರೇಖೆಯ ಆಚೆ ತಳ್ಳುತ್ತೀರಿ. ಈ ಮೂರೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ರೀತಿಯ ಸ್ಪಂದನೆಯಿದೆ. ಆದರೆ ಗೋಡಿಗರ ವಿಷಯವೇ ಬೇರೆ. ಇವರ ಸೀಮಾರೇಖೆಯ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಗೋಡೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಟೆರ್ರಿ ರಿಯಲ್ ಹೇಳುವಂತೆ, ಇವರು 'ಗೋಡೆಯ ಆಚೆಯಿಂದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ'. ಈ ಗೋಡೆಯು ಸದಾ ಕೆಲಸ, ಸದಾ ವಿಚಾರ, ಸದಾ ಟೀವಿ ವೀಕ್ಷಣೆ, ಸದಾ ಮೊಬೈಲ್... ಯಾವುದೇ ಆಗಿರಬಹುದು. ಇವರನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದೆಂದರೆ ಗಾಜಿನ ಆಕಡೆ ಇರುವುದನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದಂತೆ– ಮನಸ್ಸಿನ ಕೈಗೆ ಎಟುಕುವುದೇ ಇಲ್ಲ!

ಗೋಡಿಗರು ನಡೆಸುವ ಸಂವಹನ ಹೇಗಿರಬಹುದು? ಇವಳ ಭಾವೀ ಪತಿ ಇವಳಿಗೋಸ್ಕರ ಹೊಸ ಕಾರು ಕೊಂಡ. ಇಬ್ಬರೂ ಹತ್ತಿ ಕುಳಿತರು. ಅವನು ಮಾತಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಸಲು ಶುರುಮಾಡಿದ. ಇವಳು ಬೇಕೆಂತಲೇ ಬಾಯಿಬಿಡದೆ ಅವನ ಮಾತಿನ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದಳು. ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಮೂರು ಗಂಟೆ ಪ್ರಯಾಣದ ನಂತರ ಗಾಡಿಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಇವಳತ್ತ ತಿರುಗಿ, ಇವಳ ಕೈಹಿಡಿದು ನಸುನಕ್ಕ. ಅವನ ಸಂದೇಶ ಏನು? 'ಇಷ್ಟೊತ್ತು ಮಾತಿನಿಂದ ಘಾತಿಸದೆ ಹೊಸಕಾರಿನ ಜೊತೆಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟೆಯಲ್ಲ, ಇದು ನನಗಿಷ್ಟವಾಯಿತು!' ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಆಕೆಗಾಗಿ ಮರುಗಬೇಕು ಎನ್ನುವಾಗಲೇ ಆಕೆ ಅವನನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದನ್ನೂ ಹೇಳಿದಳು. ಗೋಡಿಗರು ಹೀಗೆ ಗೋಡೆಯ ಆಚೆಯಿಂದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದರ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಏನು? ಇವರೆಲ್ಲ 'ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪುರುಷ'ರಾಗಿ ಹಿರಿಯರ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಚಿಕ್ಕವರಿರುವಾಗ ಎರಡು ರೀತಿಯ ಕಟ್ಟಪ್ಪಣೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು: ನಿನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಒಳಚಡ್ಡಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿದಂತೆ (ಬಹುಶಃ ಈ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪುರುಷರು ಸಂಗಾತಿಗೆ ತಮ್ಮ ಮೆತ್ತಗಿನ ಜನನಾಂಗವನ್ನು ತೋರಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ). ಎರಡು: ಮೆದುಮನಸ್ಸು, ಕೋಮಲ ಭಾವನೆಗಳು ಅಸಹ್ಯಕರ; ಗಡಸುತನವೇ ಪುರುಷತ್ವದ ಸಂಕೇತ. ಇಂಥವರ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮೌನವಾಗಿ ಊಟ ನಡೆಯುವುದೇ ಸಹಜ. ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಸುದ್ದಿಗಳು ಸಂಚರಿಸುತ್ತವಷ್ಟೆ. (ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರೀತಿ ತೋರಿಸುತ್ತೀರಾ ಎಂದು ಒಬ್ಬಳಿಗೆ ಕೇಳಿದಾಗ, 'ಹೌದು. ಆದರೆ ಇತರರಂತೆ ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿಲ್ಲ' ಎಂದಳು. ರೂಢಿಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದ್ದನ್ನು ಯಾಕೆ ಎತ್ತಿಹೇಳಿದಳು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದರೆ ಅವಳ ಅಂತರಾಳದ ಬಯಕೆ ಏನೆಂಬುದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ.) ಇಂಥವರು ಬಿಚ್ಚುಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಪ್ರೀತಿಸಲಾರರು– ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ಹಿರಿಯರು ಆರಿಸಿದವರನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಳ ನೆನಪಾಗುತ್ತಿದೆ: ಈಕೆ ಒಬ್ಬನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಇಬ್ಬರೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಲ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲುಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಮದುವೆಯ ಮಾತೆತ್ತಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಹುಡುಗ ತಳ್ಳಿಹಾಕುತ್ತಿದ್ದ. ಕಾರಣ? ಆಕೆಗೂ ತನಗೂ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಆಗದೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ. ಆದರೆ ಹೇಗೆಂದು ವಿವರಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಇಲ್ಲಿಯ ತನಕ ಒಂದುಸಲವೂ ಜಗಳ ಆಗಿದ್ದಿಲ್ಲ. ನನ್ನೊಡನೆ ಮಾತಾಡುವಾಗ ಆಕೆಯ ಒಗಟಿಗೆ ಉತ್ತರ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಮೂರು ವರ್ಷದ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಅವನು ಯಾವೊತ್ತೂ 'ಐಲವ್‌ಯು' ಎಂದದ್ದಿಲ್ಲ. ಇವಳು ಹೇಳಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ನಸುನಗು ಬೀರುತ್ತಾನಷ್ಟೆ. ಅವನ ರಾಶಿ ಸಂದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯ ಭಾವವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕಾದರೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಗೆ ಸ್ಪಂದಿಸಬೇಕಾದರೆ ಭಾವುಕರಾಗಬೇಕು, ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮನದವರಾಗಬೇಕು. ದಿಟ್ಟತನದಿಂದ ಒಳಗಿರುವುದನ್ನು – ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಸಹಿತ – ಹೊರತಂದು ಮುಕ್ತರಾಗಬೇಕು. ಆದರೆ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪುರುಷತ್ವವು ಅದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಅವಕಾಶ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಭಾವನೆ ತೋರಿಸುವುದು ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಲಕ್ಷಣ ಎನ್ನುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಹೆಣ್ಣಿನ ಬಗೆಗೆ ಔದಾರ್ಯದ ಧೋರಣೆ ತಳೆಯಬೇಕು, ಆಕೆಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಬೇಕು, ಆಕೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊರಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತದೆ.

ಮೇಲುನೋಟಕ್ಕೆ ಇದೇನೋ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ರಕ್ಷಕ–ರಕ್ಷಿತರ ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಯಜಮಾನಿಕೆ ಊಳಿಗತನ ಇದೆ, ಸಮಾನತೆ ಇಲ್ಲ. ಅಸಮಾನರ ನಡುವೆ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ ಹುಟ್ಟಲಾರದು. ಅಷ್ಟಲ್ಲದೆ ಹೆಣ್ಣು ತನ್ನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ತಾನೇ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ಹೊತ್ತು ಗಂಡಿನಿಂದ ಕೇವಲ ಸ್ನೇಹಸಾಂಗತ್ಯ ಬಯಸಿದರೆ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಗಂಡಿಗೆ ಕೊಡಲು ಏನು ಉಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಆಕೆಯ ನಿಲುವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಹೀಗಳೆಯುವುದು, ಟೀಕಿಸುವುದು ಮುಂತಾದ ಸಹಾವಲಂಬನೆಯ (codependency) ವರ್ತನೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ – ಅದಕ್ಕೇ ಉದ್ಯೋಗಸ್ಥ ಹೆಣ್ಣನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಲು ಕೆಲವರು ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. 'ಪುರುಷನ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನನಗೊಪ್ಪಿಸಿ ನನ್ನನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸು' ಎನ್ನುವುದು ಇವರ ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿದೆ. ಹೀಗೆ, ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪುರುಷತ್ವದ ನೀತಿಯು ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಗೆ ಪೂರ್ತಿ ವಿರೋಧವಾದುದು. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ, ಒಬ್ಬನು ತಾನು ಹೆಂಡತಿಗೆ ವಿಧೇಯನಾಗಿದ್ದೇನೆ, ಹಾಗೂ ಆಕೆ ತನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತಾಳೆ ಎಂದು ಘೋಷಿಸಿದರೆ ಅವನನ್ನು ಅವಮರ್ಯಾದೆಯಿಂದ ನೋಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ಗೋಡಿಗರು ಹೆಣ್ಣಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೊರುತ್ತ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಬೆಲೆಕೊಡದೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ಬಾಂಧವ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ ಹುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ.

ಇನ್ನು, ಗೋಡಿಗರಿಗೆ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯ ಮೊದಲ ಪಾಠ ಹೇಳಿಕೊಡುವುದು ಹೇಗೆ? ಸಮಸ್ಯೆಯು ಗೋಡಿಗರ ಅರಿವಿನ ಆಚೆಗಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಅವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವವರು ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಯತ್ನಿಸಬಹುದು: 'ನಾನು ಯಾರಿಗೂ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ನನಗೆ ಮಹತ್ವವಿಲ್ಲ, ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಯಾರಲ್ಲೂ ಬೆಲೆಯಿಲ್ಲ' ಎನ್ನುವ ಅಂತರ್ಗತ ವಾಣಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಆಗ ಬದುಕಲು ಅನಿವಾರ್ಯ ಆಗಿತ್ತು. ಹಾಗೆಂದು ಈಗದನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸುವ ಅಗತ್ಯ ಇದೆಯೆ? ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ನೀವೊಬ್ಬರೇ ಆರಾಮವಾಗಿ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಗುಹೆಯಾಚೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಂಬಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ಹೆಂಡತಿಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನೀವು ಬೇಕು. ಅವರೊಡನೆ ಬೆರೆತು, ಆಟವಾಡಿ, ತಮಾಷೆಯಾಗಿ ಇದ್ದರೆ ಮನಸ್ಸು ಎಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಸನ್ನ ಆಗುತ್ತದೆ ಗೊತ್ತೆ? ಪ್ರಸನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ, ಆಯುಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ, ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ಹೊರಬಂದು ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಬೆರೆಯಬಲ್ಲಿರಾ?' ಬದಲಾವಣೆ ಸಾಧ್ಯವಿದೆಯಲ್ಲವೆ?

ಉಚಿತ ಸಹಾಯವಾಣಿಗೆ ಕರೆಮಾಡಿ: 8494944888.