ಡಾ.ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ

ಎರಗಲೂ ತೊಲಗಲೂ ಆಗದಿರುವಾಗ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ?

41: ನಡುವಿನ ಗೋಡೆ

ಜಾನ್ ಗಾಟ್ಮನ್ ವಿವರಿಸಿದ ವಿನಾಶ ಸೂಚಿಯ ನಾಲ್ವರು ದೂತರ (The four horsemen of the apocalypse) ಪೈಕಿ ಮೂರನೆಯ ದೂತ ಅವಹೇಳನ–ತುಚ್ಛೀಕರಣದ ಬಗೆಗೆ ಹೋದಸಲ ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆವು. ಇನ್ನು ಅಂತಿಮವಾದ ನಾಲ್ಕನೆಯ ದೂತನ ಬಗೆಗೆ ತಿಳಿಯೋಣ.

ನಾಲ್ಕನೆಯ ದೂತ: ಗೋಡಿಗತನ

ದಂಪತಿಗಳ ನಡುವೆ ಸಂಭಾಷಣೆ ಹೇಗೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ? ಮಾತಾಡಲು ಬಯಸುವವರು ಇನ್ನೊಬ್ಬರನ್ನು ಎದುರಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಶುರುಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಡುನಡುವೆ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೋ ಚಲಿಸುತ್ತ, ಮತ್ತೆ ಆಲಿಸುವವರತ್ತ ನೋಡುತ್ತ ಮಾತು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಆಲಿಸುವವರು ಆಡುವವರ ಮುಖಕ್ಕೆ ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕೀಲಿಸಿ, ಅವರನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತ ಅವರ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮೂಡುವ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಮುಖದಿಂದ ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬರು ಮಾತಿನ ರಾಗ ಹೇಳುವಾಗ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಹ್ಞೂಂ– ಹಾಂ– ಹೌದುಗಳ ತಾಳಹಾಕುತ್ತ ಸ್ವರಮೇಳ ಹಚ್ಚುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಅವರಿಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಹಾವಭಾವಗಳ ದೇಹಭಾಷೆಯ ಜುಗಲಬಂದಿಯೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಆಗಾಗ ಪಾತ್ರಗಳು ಅದಲುಬದಲು ಆಗುತ್ತಿರುತ್ತವೆ.

ಇದೆಲ್ಲ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಇರುವ ದಂಪತಿಯ ನಡುವೆ ಆಯಿತು. ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಇಲ್ಲದ ದಂಪತಿಯ ನಡುವೆ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತದೆ? ಆಡುವವರು ತನ್ನ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ ಕೇಳುವವರು ಎಲ್ಲೋ ಕಣ್ಣು ಕೀಲಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ನಡುನಡುವೆ ಸಂಭಾಷಣೆಯಿಂದ ವಿಮುಖರಾಗುತ್ತಾರೆ. ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೂ ತನಗೂ ಸಂಬಂಧವೇ ಇಲ್ಲವೇನೋ ಎಂಬಂತೆ ನಿರ್ಲಿಪ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅಂಥದ್ದರಲ್ಲಿ ಟೀಕೆ– ಖಂಡನೆ, ಸ್ವಸಮರ್ಥನೆ, ತುಚ್ಛೀಕರಣ ಇತ್ಯಾದಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿದ ಮೇಲೆ ಏನು ನಡೆಯಬಹುದು? ನೊಂದವರು ಸಂಗಾತಿಯ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದಂತೆ ಪಾರದರ್ಶಕ ಆಗಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ತಾನಿದ್ದೂ ಇಲ್ಲದ ಹಾಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಮಾತು ಕೇಳುವ ಪ್ರಸಂಗ ಬಂದಾಗ ಎಲ್ಲೋ ನೋಡುತ್ತ, ಮಾತು ಯಾವಾಗ ಮುಗಿಯುತ್ತೋ ಎಂಬಂತೆ ತುದಿಗಾಲ ಮೇಲೆ ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಆಡುವವರು, ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದು ನಿನಗೋ ಗೋಡೆಗೋ? ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉದ್ಗರಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಗೋಡೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದು ಹೆಸರಿಸೋಣ. ಸರಳೀಕರಿಸಲು, ಗೋಡೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗೋಡಿಗ ಎಂದೂ, ಈ ಗೋಡೆಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಗೋಡಿಗತನ ಎಂದೂ ಪದ ಟಂಕಿಸಿದ್ದೇನೆ.

ಗೋಡಿಗರಿಗೂ ಅನ್ಯಮನಸ್ಕರಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಯಾರಿಗಾದರೂ ಗಮನ ಎಲ್ಲೋ ಇರುವಾಗ ಅನ್ಯಮನಸ್ಕರಾಗುತ್ತಾರೆ; ಅವರನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸಿದರೆ ಜಾಗೃತಾವಸ್ಥೆಗೆ ಬರುತ್ತ ಗಮನವಿಡಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಗೋಡಿಗರೇ ಬೇರೆ ವಿಧ. ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ನಿರುತ್ತರವಾಗಿರುವುದು, ಅಲ್ಲೇ ಇದ್ದರೂ ಕಾಣೆಯಾಗಿರುವುದು ಮುಂತಾದವುಗಳು ಗೋಡಿಗರ ಲಕ್ಷಣಗಳು.

ಗೋಡಿಗರನ್ನು ಸಂಭಾಷಣೆಗೆ ಎಳೆದಾಗ ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರೆ? ದೂರ ಅಥವಾ ಕೆಳಗೆ ದೃಷ್ಟಿ ನೆಟ್ಟಿದ್ದು, ಆಗಾಗ ಸಂಗಾತಿಯ ಮೇಲೆ (ಪರೀಕ್ಷಾ)ದೃಷ್ಟಿ ಬೀರುತ್ತಾರೆ –ಬಾಣ ಬಿಟ್ಟಂತೆ. ಯಾವಾಗ ನಿರಂತರ ವಾಗ್ದಾಳಿ, ರಾಕ್ಷಸ ಪ್ರಹಾರ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೋ ಎಂದು ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಿಕ್ಕ ಅವಕಾಶ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ತಕ್ಷಣ ಜಾಗ ಖಾಲಿಮಾಡುತ್ತಾರೆ – ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಇರುವಲ್ಲಿಯೇ ಇಲ್ಲದ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತಾರೆ!

ಇನ್ನು ಗೋಡಿಗರ ಮುಖಭಾವ? ತಮ್ಮ ಕೋಪ, ಜಿಗುಪ್ಸೆ, ತಾತ್ಸಾರ ಮುಂತಾದ ನೈಜಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡುವ ಹರಸಾಹಸದಲ್ಲಿ ಅವಡುಗಚ್ಚುವುದು, ಬಾಯಿಯ ಎರಡೂ ತುದಿಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆಳೆದು ಹಿಡಿದಿರುವುದು, ಮುಷ್ಟಿ ಕಟ್ಟುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಮಿಥ್ಯಾಭಾವ ತೋರುತ್ತಾರೆ.

ಗಾಟ್‌ಮನ್ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದದ್ದು ಇದು:

- ★ ಗಂಡಸರು ಗೋಡಿಗತನದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಹಸ್ತರು (85%); ಆದರೆ ಹೆಂಗಸರು ಗಂಡಸರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಟೀಕೆ–ನಿಂದನೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತಾರೆ.
- ★ ಹೆಣ್ಣು ಗೋಡಿಗರಾಗುವುದು ವಿರಳ. ಒಂದುವೇಳೆ ಹಾಗಾದಲ್ಲಿ ಅದು ಸಂಬಂಧ ಹದಗೆಡುವ ಸೂಚನೆ.
- ★ ಹೆಣ್ಣಿನ ನಿರಂತರ ಟೀಕೆ–ನಿಂದನೆಗೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಗಂಡಿನ ನಿರಂತರ ಗೋಡಿಗತನವು ಮುಂದೆ ಆಗಲಿರುವ ಸಂಬಂಧದ ಸಮಾಧಿ ಎಂದರ್ಥ. (ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ದಂಪತಿಗಳು – ವಿಚ್ಛೇದನ ಪಡೆಯಲಾಗದೆ– ಗೋಡಿಗರಾಗಿ ಬದುಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.)
- ★ ಹೆಣ್ಣು ಗಂಡಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಂದೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದು, ಹಾಗೂ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಗೋಡಿಗನಾಗುವುದು ಕೂಡ ಸಂಬಂಧ ಮುರಿಯುವ ಸೂಚನೆ.
- ★ ದಿನದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆದಿದ್ದಲ್ಲಿ ದಿನಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಂದನೆ ಗೋಡಿಗತನ ಕಡಿಮೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದರೆ ಗೋಡಿಗತನ ಹೆಚ್ಚು.

ಗಂಡು ಗೋಡಿಗನಾದಾಗ ಹೆಣ್ಣು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ? ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಸಂಭಾಷಣೆ ಗಮನಿಸಿ:

ಹೆಂಡತಿ: ರೀ, ನಿಮಗೇನೋ ಮುಖ್ಯವಿಷಯ ಹೇಳಬೇಕೆಂದಿದ್ದೆ.

ಗಂಡ: (ಎಲ್ಲೋ ನೋಡುತ್ತ) ಏನದು?

ಹೆಂ: ಅಲ್ಲ, ನನ್ನ ಕಡೆಗೆ ನೋಡಿ ನಾನು ಹೇಳುವುದನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ!

ಗಂ: (ತುಚ್ಛವಾಗಿ) ಕಿವಿ ನಿನ್ನ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಿದ್ದೀನಲ್ಲ? ಇನ್ನೇನು ಬೇಕು ನಿನಗೆ?

ಹೆಂ: (ಆತಂಕದಿಂದ) ಸರಿ ಬಿಡಿ, ಇವೊತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮೂಡ್ ಚೆನ್ನಾಗಿಲ್ಲ. ಇನ್ನೊಂದು ಸಲ ಹೇಳ್ತೀನಿ.

ಗಂ: ಸರಿ (ತಕ್ಷಣವೇ ಅಲ್ಲಿಂದ ದೂರ)

ಇಲ್ಲೇನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ? ಸಂಬಂಧದ ವಿರಸವನ್ನು ಮಿತಿಯಲ್ಲಿಡುವ ವಿಧಾನವಿದು ಎನ್ನಿಸಿದರೂ ಇದರ ಒಳಾರ್ಥ ಬೇರೆ. ಗೋಡಿಗ ಗಂಡಿನ ನಿರುತ್ತರದಿಂದ ಹೆಣ್ಣಿಗೆ ತಿರಸ್ಕೃತಳಾದಂತೆ ಎನ್ನಿಸಿ ಭಾವಾಘಾತವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಎದೆ ಡವಗುಟ್ಟುವಿಕೆ, ಮುಖ ಕೆಂಪೇರುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ದೇಹೋದ್ರೇಕದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಮಿತಿಯಲ್ಲಿಡಲು ತನ್ನನ್ನೇ ತಾನು ಸಾಂತ್ವನಗೊಳಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಆಕೆಯಿಲ್ಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ– ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಸರಳೀಕರಿಸಲೂ ಯತ್ನಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಸ್ವತಃ ಸಾಂತ್ವನಕ್ಕೂ ಶೈಶವದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡು ಬಂದ ಭದ್ರಭಾವದ ನಂಟಿಗೂ ನೇರ ಸಂಬಂಧವಿದೆ (ವಿವರಗಳಿಗೆ ಕಂತು 27 ನೋಡಿ). ಸ್ವತಃ ಸಾಂತ್ವನ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆಕೆ ತಲೆ ಕೆಟ್ಟಂತಾಗಿ ಕೂಗಾಡಬಹುದು; ಟೀಕೆ–ನಿಂದನೆ, ತುಚ್ಛೀಕರಣದಲ್ಲೂ ತೊಡಗಬಹುದು.

ಅದಾಯಿತು, ಇನ್ನು ಗಂಡು ಏಕೆ ಗೋಡಿಗನಾಗುತ್ತಾನೆ?

ಗಂಡುಹೆಣ್ಣಿನ ನಡುವಿನ ಸಂವಹನದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಮೇರೆ ಮೀರುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವಾಗ ಆ ಒಂದು ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿ ಓಡುವುದು ನಿಂತುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ಏಕಾಏಕಿ ಅವನಲ್ಲಿ ಎರಗು–ತೊಲಗುಗಳ ಜುಗಲಬಂದಿ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಶರೀರವು ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತ ದೇಹೋದ್ರೇಕದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಅವನು ಒಂದೋ ಸಂಗಾತಿಯ ಮೇಲೆ ಎರಗಬೇಕು, ಅಥವಾ ಅಲ್ಲಿಂದ ತೊಲಗಬೇಕು. ಎರಗಲೂ ತೊಲಗಲೂ ಆಗದಿರುವಾಗ ಏನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ? ಗೋಡೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಅಂದರೆ ಗಂಡು ಗೋಡಿಗನಾಗುವುದು ಆತ್ಮರಕ್ಷಣೆಯ ಉಪಾಯವೇ ಹೊರತು ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವ ಹವಣಿಕೆಯಲ್ಲ!

ನನ್ನ ಬಾಲ್ಯದ ಪ್ರಸಂಗ ನೆನಪಿದೆ. ಆಗ ಹೆಂಗಸರು ಭಾವುಕತರ್ಕವನ್ನು ತೋರಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲ (ಈಗದನ್ನು ಭಾವುಕ ಬುದ್ಧಿ – emotional intelligence – ಎಂದು ಮೆಚ್ಚಿ ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ!) ಅದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದ ಗಂಡಸರು ಹೆಂಗಸರ ಬುದ್ಧಿ ಮೊಳಕಾಲ ಕೆಳಗೆ ಎಂದು ಹೀನೈಕೆಯ ಮಾತಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದು ಯಾಕೆಂದು ಯೋಚಿಸುವಾಗ ಸತ್ಯ ಥಟ್ಟನೆ ಹೊಳೆಯಿತು: ಗಂಡಸರು ತಲೆ ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಆಗದಿರುವಾಗ (ಮೊಳ)ಕಾಲು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ದೂರವಾಗುತ್ತಾರೆ. ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿ ಓಡದಿರುವಾಗ ಕಾಲಿಗೆ ಬುದ್ಧಿಹೇಳುವ ಗಂಡು ತನ್ನ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಹೆಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಕ್ಷೇಪಿಸುವಾಗ ಈ ಮಾತು ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದೆ!

ದಾಂಪತ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಉಚಿತ ಸಹಾಯವಾಣಿ 8494944888 ಗೆ ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಹಾಗೂ ಶುಕ್ರವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5ರ ತನಕ ಕರೆಮಾಡಿ. ಲೇಖಕರ ವಿಳಾಸ: www.medisex.org