ಯಾರೊಡನೆಯೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುವ ಅಂಕಣವಿದು. ನೀವೂ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

ವಿವಾಹಿತೆ, 24 ವರ್ಷ. ಮದುವೆಯಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷವಾಯಿತು. ನನಗೊಂದು ವಿಚಿತ್ರ ಸಮಸ್ಯೆಯಿದೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅತ್ತೆ (ಮಾವ ಮುಂಚೆಯೇ ತೀರಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.) ಅಲ್ಲದೆ 40 ವರ್ಷದ ನಾದಿನಿ (ವಿಚ್ಛೇದಿತೆ, ನಿರುದ್ಯೋಗಿ) ಕೂಡ ಇದ್ದಾರೆ. ಅತ್ತೆಯಾಗಲೀ ನಾದಿನಿಯಾಗಲೀ ನನ್ನೊಡನೆ ಎಷ್ಟು ಬೇಕೋ ಅಷ್ಟೇ ಮಾತಾಡುತ್ತಾರೆ. ಪತಿಯು ನನ್ನೊಡನೆ ಅಭಿಮಾನ ತೋರಿಸಿದಾಗ ಅತ್ತೆ ಅವರನ್ನು 'ಇನ್ನೇನು, ನೀನು ನಮ್ಮನ್ನು ಮರೆತೇ ಬಿಡುತ್ತೀಯಾ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ ಕತ್ತರಿ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನಾದಿನಿ ತಾಳ ಹಾಕುತ್ತಾಳೆ. ರಾತ್ರಿ ಪತಿ ತಡವಾಗಿ ಬರುವುದರಿಂದ ನಾವಿಬ್ಬರೂ ಮಾತಾಡಲು ಹೆಚ್ಚು ಅವಕಾಶ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವಿಬ್ಬರೇ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಲು ಅತ್ತೆ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ನನಗೆ ನಿರಾಶೆಯಾಗಿ ಪತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರಿಗೆ ಇನ್ನಿಬ್ಬರು ಗಂಡುಮಕ್ಕಳಿದ್ದು, ಅವರ ಜೊತೆಗೆ ಎರಡೇ ದಿನ ಇದ್ದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅಷ್ಟಲ್ಲದೆ ಆಗಾಗ ಮೂವರೂ ಬಾಗಿಲು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಮಾತಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕೇಳಿದರೆ ಏನಿಲ್ಲ ಎಂದು ಮಾತು ಜಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಮಾತಿಗೆ ಬೆಲೆ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ನಾನು ಹೊರಗಿನವಳು ಎಂದು ಚುಚ್ಚಿದ ಹಾಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ನಾನು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿಲ್ಲವೆಂದು ಬೇರೆ ತಕರಾರು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಉಪಾಯ ತಿಳಿಸಿ.

ಉಪಾಯಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮತ್ತೆಯ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ನೋಡೋಣವಂತೆ. ಮುಂಚೆಯೇ ಆಕೆಯು ಪತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು ಒಂಟಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬೆಳೆಸಿದ ಮೂವರು ಗಂಡುಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರು ಕೈಕೊಟ್ಟಿದ್ದು ಇನ್ನೊಂದಿಷ್ಟು ಭವಿಷ್ಯಹೀನತೆಯನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕಿದೆ. ಸಾಕಾಗದ್ದಕ್ಕೆ ಇರುವ ಒಬ್ಬಳೇ ಮಗಳೂ ಗಂಡನಿಂದ ದೂರವಾಗಿ ಕಾಯಂ ಆಗಿ ತವರು ಸೇರಿದ್ದಾಳೆ. ಈಗ ಉಳಿದಿರುವ ಒಬ್ಬ ಮಗನನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಯಾರೂ ದಿಕ್ಕಿಲ್ಲವೆಂದು ಅವನನ್ನೇ ಆಶ್ರಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇನ್ನು ಅವನೂ ಹೆಂಡತಿಯ ಮಾತು ಕೇಳಿ ನಮ್ಮಿಂದ ದೂರವಾದರೆ ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಗತಿಯೇನು ಎಂಬ ಅಭದ್ರತೆ ಅವರನ್ನು ಸದಾ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. (ಅವರ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಹೆಂಡಂದಿರ ಮಾತು ಕೇಳಿ ತನ್ನನ್ನು ದೂರವಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆಂದು ಆಕೆ ಅಂದುಕೊಂಡಿರಬಹುದು. ಬಹುಶಃ ಇದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ಅವರು ಗುಟ್ಟಾಗಿ ಮಾತಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬಹುದು.) ಇದರರ್ಥ ಏನೆಂದರೆ, ಅತ್ತೆಯ ಈ ವರ್ತನೆಗೆ ಮಗ ಸೊಸೆಗೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುವುದು ಕಾರಣವಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ಸೊಸೆಯ ದೆಸೆಯಿಂದ ಮಗನನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆತಂಕ! (ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ನೀವು ಪತಿಯ ಹತ್ತಿರವಾಗಬೇಕೆಂದು ಅವರಿಷ್ಟ– ಅದಕ್ಕೇ ನೀವಿನ್ನೂ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಲಿಲ್ಲವೆಂದು ತೋರಿಸುತ್ತ ಇಬ್ಬರೂ ಸೇರಲು ನೆನಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.) ಅವರ ಈ ಅಭದ್ರತೆ ಹಾಗೂ ಅನಾಥಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಂಡರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆ ಬಗೆಹರಿದಂತೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ: 1) ಪತಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಬಗೆಗೆ ಅಭಿಮಾನ ಇರುವುದರಿಂದ ನೀವು ಅವರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಯೇ ಹುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ಅದರ ಬಗೆಗೆ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. 2) ಅತ್ತೆಯು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಸೊಸೆಯಂದಿರಲ್ಲಿ ನೀವೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಎನ್ನುವ ಭಾವವನ್ನೂ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ಅವರ ಅವಲಂಬನೆಯನ್ನೂ ಎತ್ತಿತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಬೇಸರಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳದೆ ಅಭಿಮಾನಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. 3) ಸ್ವಲ್ಪ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅತ್ತೆಯೊಡನೆ ಮಾತು ಶುರುಮಾಡಿ. ಮಗನ ಸಜ್ಜನಿಕೆಯನ್ನು ಎತ್ತಿತೋರಿಸುತ್ತ ಅದಕ್ಕೆ ತಾಯಿ ಕೊಟ್ಟ ಸಂಸ್ಕಾರವೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ಆಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸಿ. ನಾದಿನಿಯ ಒಂಟಿತನಕ್ಕೆ ಸಹಾನುಭೂತಿ ತೋರಿಸಿ ಹೀಗಾಗಬಾರದಿತ್ತು ಎಂದು ಮಾತಾಡಿ. ಇಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಇರಬಹುದಾದ ಸದ್ಗುಣಗಳನ್ನು ಅವೆಷ್ಟೇ ಚಿಕ್ಕವಿದ್ದರೂ ಸರಿ – ಹುಡುಕೀ ಹುಡುಕೀ ಹೊಗಳಿ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಏನೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಅತ್ತೆ– ನಾದಿನಿಯರನ್ನು ಯಾವೊತ್ತೂ ದೂರ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಮುಕ್ತಕಂಠದಿಂದ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಭರವಸೆ ಕೊಡುತ್ತಿರಿ. 3) ಮನೆಯ ಏಕೈಕ ಗಂಡಸಿನ ಹಿತಚಿಂತನೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆಗೆ ಅವರಿಬ್ಬರನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆತನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ನೀವು ಮೂವರೂ ಸೇರಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ಮೂವರಿಗೂ ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುರಿಯೊಂದು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಈ ಗುರಿಯ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುವ ವಿಚಾರ ಮೂವರಿಗೂ ಭದ್ರತೆಯ ಭಾವವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. 4) ಪತಿಯು ಮನೆಗೆ ಮರಳಿದಾಗ ಉಪಚರಿಸಲು ಅತ್ತೆಗೂ ನಾದಿನಿಗೂ ಮೊದಲು ಆದ್ಯತೆ ಕೊಟ್ಟು ಅವರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ. ಮೂವರ ಸಂವಹನವನ್ನು ನಗುಮುಖದಿಂದ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಿ; ಕ್ರಮೇಣ ನೀವೂ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಡುನಡುವೆ ಅತ್ತೆ–ನಾದಿನಿಯರನ್ನೂ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಕೇಳುತ್ತಿರಿ. ಆಗ ಎಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಒಂದು ಕುಟುಂಬ ಎನ್ನುವ ಭಾವ ಬೆಳೆಯಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತ ನಿಮ್ಮ ಉಪಾಯ ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಫಲ ಕೊಡುವುದು. ಮರೆತಿದ್ದೆ: ಅವರೆಲ್ಲ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೊರಗಿಟ್ಟು ಗುಟ್ಟು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಗುಟ್ಟು ಏನು ಗೊತ್ತೆ? ಅವರ ಕಡೆಯ ಸಂಬಂಧಗಳು ಎಷ್ಟು ಹಳಸಿವೆ ಎಂದರೆ ಅವು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತಾದರೆ ಅವರ ಬಣ್ಣ ಬಯಲಾಗುವ ಸಂಭವವಿದೆ– ಹಾಗಾಗಿ ಗುಟ್ಟು ಗುಟ್ಟಾಗಿಯೇ ಇರಲಿ ಬಿಡಿ!

ಗಂಡು, 30 ವರ್ಷ. ನಾನು ಹೆಣ್ಣಾಗಬೇಕೆಂದು ಮಹದಾಸೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲದಾಗ ಹೆಣ್ಣಿನ ಉಡುಪನ್ನು ಧರಿಸಿ ಸಂತೋಷ ಪಡುತ್ತೇನೆ. ಹುಡುಗರನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಆಕರ್ಷಿತನಾಗಿ ಸಂಭೋಗ ನಡೆಸಬೇಕೆಂದು ಮನಸ್ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಧ್ಯವೆ? ಬೀಜ ಮತ್ತು ಶಿಶ್ನವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಯೋನಿಯನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತಾರಂತೆ. ನಿಜವೆ? ಸರ್ಕಾರ ಸಲಿಂಗ ಕಾಮಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿ ಕೊಟ್ಟರೆ ನಮ್ಮಂಥವರಿಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

ಗಂಡಿನ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿರುವುದು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ನೀವು ಕೇಳಿದ್ದು ನಿಜ: ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಲಿಂಗಬದಲಾವಣೆಯ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮೆಡಿಸೆಕ್ಸ್ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಚಾರಿಸಿ.

ನನ್ನ ಪತಿಯ ವಯಸ್ಸು 56. ಅವರು 13ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದ ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನಂತರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಕ್ಕತಂಗಿ ಇಲ್ಲದ ಕಾರಣ ತಾಯಿಯ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಸಂತೋಷ ಪಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಸಲಿಂಗಕಾಮಿಯಲ್ಲ. ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆ ಈ ವಿಷಯ ತಿಳಿಸಿ ನನ್ನ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಮದುವೆಯಾದ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಇದೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮಕ್ಕಳು ದೊಡ್ಡವರಾದ ನಂತರ ಹೆಣ್ಣಿನಂತೆ ಇರಬೇಕೆಂದು ಅಪೇಕ್ಷೆಪಡುತ್ತ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಖಿನ್ನರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವರೋ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಹಾನ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ತೋರಿಸಿದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡಲು ನನಗೆ ಸೂಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೆಣ್ಣಿನ ಬಟ್ಟೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಹೊರತಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಏನೂ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ದಿಗಿಲಾಗಿದೆ. ಏನು ಮಾಡಲಿ?

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೆಣ್ಣಿನಲ್ಲೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಗಂಡು, ಪ್ರತಿ ಗಂಡಿನಲ್ಲೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಣ್ಣು ಸ್ವಭಾವ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ– ಇದನ್ನು ಪುಷ್ಟೀಕರಿಸಲೆಂದೇ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಧನಾರೀಶ್ವರನ ಕಲ್ಪನೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿದೆ. ಹೀಗಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಹೆಣ್ಣುಗಂಡುಗಳು ಪರಸ್ಪರರನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಪತಿಯ ಒಳಗಿರುವ ಹೆಣ್ಣುತನಕ್ಕೆ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಬೆಲೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ತೃಪ್ತಿ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಹೆಣ್ಣುತನದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದೆ. ಅದನ್ನೇ ಬೇಡವೆಂದರೆ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನೇ ಅಲ್ಲಗದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರೆ ಅನುಕೂಲವೇ ವಿನಾ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲ. ನೆನಪಿಡಿ: ಹೆಣ್ಣು ವೇಷ ಧರಿಸಿದರೆ ಒಳಗಿರುವ ಹೆಣ್ಣುತನದ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ವಿನಾ ಗಂಡಸುತನವನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಿದಂತೆ ಅಲ್ಲ. ಅಲ್ಲದೆ ಇದರಲ್ಲಿ ನಿಮಗೂ ಒಂದು ಅನುಕೂಲವಿದೆ: ನಿಮ್ಮನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಗೆಳತಿ ಸಿಗುತ್ತಾಳೆ!

ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿ: ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿಯವರನ್ನು ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಮತ್ತು ಶುಕ್ರವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ದೂರವಾಣಿಯ ಸಂಖ್ಯೆ (080) 23111666 ಅಥವಾ 23101205ರ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ದೂರವಾಣಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ಸಿಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಪತ್ರದ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ವೈದ್ಯರ ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಬಹುದು. ಅಥವಾ www.medisex.org ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' 'ಸುಖೀಭವ' ವಿಭಾಗ, ನಂ. 75 ಎಂ.ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು-01 ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿ