ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಹಾಳಾಗಿ ಹೋಗಲು ನಮಗೆ ಆಗ ಅವಕಾಶಗಳು ಹೆಚ್ಚೇನೂ ಇರಲಿಲ್ಲ! ಪ್ರೇಮಿಗಳ ದಿನಾಚರಣೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಬಗೆಗೆ ನಾವು ಕೇಳಿರುವುದೇ 21ಶತಮಾನ ಕಾಲಿಟ್ಟ ನಂತರ. ಅಷ್ಟರಲ್ಲಾಗಲೇ ನೀವು ಅದನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ವಯಸ್ಸನ್ನು ತಲುಪಿದ್ದೀರಿ! ಹಾಗಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲ ದಾಂಪತ್ಯ ಪ್ರೇಮದ ದಿನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆಚರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ!

ಹದಿವಯಸ್ಸಿನ ನಿಮಗೆ ಭಿನ್ನ ಲಿಂಗದವರು ಆಕರ್ಷಣೀಯವಾಗಿ ಕಂಡರೆ ಅದು ಪ್ರಕೃತಿ ಸಹಜ. ಇದರ ಬಗೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಅನಗತ್ಯ ಪಾಪ ಪ್ರಜ್ಞೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಕೃತಕವಾದ ಬಂಧನಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ನೀವೆಲ್ಲರೂ ತಕ್ಷಣದ ದೈಹಿಕ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಹಾತೊರೆಯದಿದ್ದರೂ ಇಂತಹ ಆಕರ್ಷಣೆಗಳನ್ನು ಸಹಜವೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಯಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದೂ ಕೂಡ ಅಷ್ಟೇ ಸಹಜ. ಲೈಂಗಿಕ ಒತ್ತಡಗಳಿದ್ದಾಗ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಹಸ್ತಮೈಥುನದ ಮೂಲಕ ತೃಪ್ತಿ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದದ್ದು ಎಂದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ.

ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಇತರರಿಗೆ ಮುಜಗರವಾಗದಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಬಯಕೆಗಳನ್ನು ತೃಪ್ತಿ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದರ ಬಗೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಆತಂಕ, ಗೊಂದಲಗಳಿದ್ದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ತಜ್ಞರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿಯೂ ಅಂತರ್ಜಾಲ ಅಥವಾ ಇತರ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿನ ಜಾಹೀರಾತುಗಳ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಮೋಸ ಹೋಗಬೇಡಿ. ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಔಷಧದ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಯಾವುದೇ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ. ಸ್ವಯಂ ವೈದ್ಯರಾಗುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ.

ರಹಸ್ಯ ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರಪಂಚ!

ಮಾನವನ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಗೆಗೆ ನಿಮಗೆ ಶಾಲಾ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗಬಹುದಾದ ಅಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಜ್ಞಾನ ಕೂಡ ಕೇವಲ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು, ಅದೂ ಕೂಡ ಥಿಯರಿಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ! ವಂಶಾಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಬಗೆಗಿನ ಜೀವಶಾಸ್ತ್ರದ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಕಲಿಸುವಾಗ ನಿಮ್ಮ ಉಪಾಧ್ಯಾಯರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಟ್ಟು ನೋಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಕಡಿಮೆ. ನೀವೂ ಕೂಡ ಅದನ್ನು ಓದುತ್ತಾ ನಿಮಗೇ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದಂತೆ ಮುಗುಳ್ನಗುತ್ತಾ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವಿಚಿತ್ರ ಖುಷಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರಬಹುದು! ಇದರ ಬಗೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಂಶಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಿಮಗೆ ಕುತೂಹಲವಿದ್ದರೂ ಯಾರನ್ನು ಕೇಳುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿಯದೆ ಸುಮ್ಮನಾಗಿರುತ್ತೀರಿ. ಆತ್ಮೀಯ ಸ್ನೇಹಿತರಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ನಿಮ್ಮಲ್ಲೇ ಕೆಲವು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಅದು ತಪ್ಪೋ ಸರಿಯೋ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗದೆ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುತ್ತೀರಿ.

ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾನು ಮನಃಶ್ಯಾಸ್ತ್ರಜ್ಞನಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ನಾನು ಓದಿದ ಪುಸ್ತಕಗಳಿಂದ ಹೆಕ್ಕಿ ಬರೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಹದಿವಯಸ್ಸಿನ ಅನುಭವದಿಂದ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ! ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹಾಯ್ದು ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೆ ಇರುವ ನಿಜವಾದ ತೊಂದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗೆಗೆ ಮುಜುಗರವಾಗಂತೆ ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವುದು ಹೇಗೆ ಎನ್ನುವುದು. ಇದೇ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಸರ್ಕಾರಗಳು ನಿಮಗೆಲ್ಲಾ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾದ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ಲೈಂಗಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಕೊಡಲು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಿರುವುದು ಮತ್ತು ಪೋಷಕರು ಇಂತಹ ವಿಚಾರಗಳ ಬಂದ ಕೂಡಲೆ ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚಿಸುವುದು.

ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಥಿಯರಿಗಳಾಗಿ ಕಲಿತಿದ್ದನ್ನು ಪ್ರಾಕ್ಟಿಕಲ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ದೃಢಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ವಯಸ್ಸು ನಿಮ್ಮದು. ಆದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಕೆಲವು ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಷಯ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಿಮಗೆ ಸೂಕ್ತ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುವ ಕೆಲವು ಅಂಶಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ.

★ ಮಾನವನ ಲೈಂಗಿಕತೆ ದೈಹಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ದೇಹದ