



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

**ಡಾ. ವಿನೋದ ಭಟ್ಟ**  
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

❑ ವಿವಾಹಿತ, 36 ವರ್ಷ. ಮದುವೆಯಾಗಿ 6 ವರ್ಷಗಳಾದರೂ ಮಕ್ಕಳಾಗಿಲ್ಲ. ಹೆಂಡತಿಗೆ ಗರ್ಭಾಶಯದ ತೊಂದರೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇಲ್ಲವೆಂದು ವೈದ್ಯರು ತಿಳಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಪತ್ನಿಯ ಅಕ್ಕನನ್ನು (ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದ 31ರ ವಿಧವೆ) ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಪತ್ನಿಯ ಒಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆದು ಈ ವಿಧವೆಗೆ ಬಾಳನ್ನು ಕೊಡಬಹುದೇ? ಇದಕ್ಕೆ ಸಮಾಜ ಸಮ್ಮತಿಸಬಹುದೇ? ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆ ಹಲವು ಉಪಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಹಾದಿಮಾಡುತ್ತಿದೆ: 1) ಹೆಂಡತಿಯ ಅಕ್ಕನನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುವ ಯೋಚನೆ ಬಂದಿರುವುದು ಪ್ರೀತಿಗೋಷ್ಠಿರವೋ ಅಥವಾ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಗೋ? ಪ್ರೀತಿಗೋಷ್ಠಿರ ಎಂದಾದರೆ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಅವಿವಾಹಿತ ನಿಮ್ಮ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಇದೆಯೇ? ಇದ್ದರೆ ಇದನ್ನವರು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆಯೇ? ಇಷ್ಟು ವರ್ಷ ತನಗಾಗಿ ಮಾತ್ರವಿರುವ ಪತಿಯ ಹಾಸಿಗೆಯನ್ನೂ ದಾಂಪತ್ಯವನ್ನೂ ಇನ್ನೊಬ್ಬಳೊಡನೆ- ಅವಳು ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಅಕ್ಕನೇ ಇರಲಿ- ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ತಯಾರಿದ್ದಾರೆಯೇ? 2) ಸಂತಾನಕ್ಕಾಗಿ ಮರುಮದುವೆ ಆಗುವುದಾದರೆ ಅದರ ಬಗೆಗೆ ಖಾತರಿ ಏನಿದೆ? (ಮುಂಚಿನ ದಾಂಪತ್ಯದಿಂದ ಆಕೆಗೆ ಮಗುವಾಗದಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.) ಇಬ್ಬರು ಪತ್ನಿಯಿದ್ದರೂ ಸಂತಾನಪ್ರಾಪ್ತಿ ಆಗದಿದ್ದರೆ ಸಮಾಜವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಏನೆಂದು ಹೆಸರಿಸಬಹುದು? 3) ಒಂದು ವೇಳೆ ಅಕ್ಕನಿಗೆ ಮಗುವಾದರೆ ಆಕೆಯ ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯು ತಂಗಿಯದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆಯೇ? ತಂಗಿಗೆ ಈರ್ಷ್ಯೆ ಮೂಡಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲವೇ? ಅಕ್ಕ- ತಂಗಿಯರು ಸವತಿಯರಾಗಿ ಕಾದಾಡಲು ಶುರುಮಾಡಿದರೆ (ಮಗು ಒತ್ತಟ್ಟಿಗಿರಲಿ) ನಿಮ್ಮ ಗತಿಯೇನು? ಹೀಗಾಗಿ ಪ್ರೀತಿ ಅಥವಾ ಸಂತಾನಕ್ಕಾಗಿ (ಹೆಂಡತಿಯ ಜೊತೆಗಿರುವಾಗ) ಇನ್ನೊಬ್ಬಳನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುವುದು ಅಷ್ಟು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಎರಡನೆಯ ಮದುವೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸಮಾಜವೇನು ಅನುಕೂಲವನ್ನು ನೀಡುವುದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ; ಆದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾನೂನಿನ ತೊಡಕಿದೆ ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ. ಮರುಮದುವೆಯ ಜಂಜಾಟವನ್ನು ಬದಿಗಿಟ್ಟು ಯೋಚಿಸಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ಸೂಕ್ತ ಪರಿಹಾರವಿದೆ: ಹೆಂಡತಿಯ ಅಕ್ಕನನ್ನು ಬಾಡಿಗೆಯ ತಾಯಿಯಾಗಲು ಒಪ್ಪಿಸಿ, ಅವಳ ಗರ್ಭವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಹೆಂಡತಿಯ ಅಂಜಾಟ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ವೀರ್ಯಾಣವಿವಿಧ ಫಲಿತವಾದ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಅದರೊಳಗೆ ನೆಟ್ಟು ಮಗುವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಅದಾಗದಿದ್ದರೆ ಮಗುವೊಂದನ್ನು ದತ್ತು ಪಡೆಯುವುದರ ಕುರಿತೂ ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ಅಂತಿಮ ನಿರ್ಧಾರ ನಿಮ್ಮದು. ಮರೆತಿದ್ದ: ವಿಧವೆಗೆ ಬಾಳು ಕೊಡುವ ಬಗೆಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಲ್ಲ, ಅವಳಿಂದ ನಿಮಗೆ ತಂದೆಯ ಪಟ್ಟ ಬಂದರೆ ಯಾರಿಗೆ ಯಾರು ಬಾಳು ಕೊಟ್ಟುಹಾಗಾಯಿತು?

❑ ಹೆಣ್ಣು, 28 ವರ್ಷ. ಮದುವೆ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿದೆ. ಮುಂಚೆ ನನ್ನ ಕ್ಲಾಸಿಕ್ ಮೇಟ್ ಜೊತೆ ಸಂಬಂಧವಿತ್ತು, ಈಗಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ನಾನು ಮರೆತು ಕೂಡ ಇದ್ದೇನೆ. ಇದರ ಬಗೆಗೆ ನಾನು ಮದುವೆಯಾಗಲಿರುವ ಹುಡುಗನಿಗೆ ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆ ತಿಳಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವೋ ಅಲ್ಲವೋ ಎನ್ನುವ ಗೊಂದಲ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ತಿಳಿಸದಿದ್ದರೆ ಗಂಡನಾಗುವವನಿಗೆ ದ್ರೋಹ ಬಗೆದಂತಾಗುವುದಿಲ್ಲವೇ? ಸೂಕ್ತ ಉತ್ತರ ನೀಡಿ.

ಹಳೆಯ ವಿಷಯವನ್ನು ಮರೆತಿರುವುದು ಸಂತೋಷದ ಸಂಗತಿ. ಹೊಸ ಜೀವನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಎನ್ನುವುದು ಇನ್ನೂ ಸಂತೋಷದ ಸಂಗತಿ.

ಆದರೆ ಹೊಸ ಸಂಗಾತಿಯ ಮುಂದೆ ಹಳೆ ಜೀವನದ ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿ ತೆರೆದಿಡುವ ಯತ್ನ ಯಾಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ? ನಿಮ್ಮ ಹಳೆಯ ಕತೆಯನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿಟ್ಟು ಸಂಗಾತಿಯ ಮನದಲ್ಲಿ ಹುಳಿ ಹಿಂಡುವುದು ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ದ್ರೋಹವಾಗುತ್ತದೆಯೇ ವಿನಾ ಹೇಳದಿರುವುದು ಅಲ್ಲ. ನೀವಿಲ್ಲಿ ವಿಷಯವನ್ನು ಬಚ್ಚಿಡುತ್ತಿಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ಹೇಳಬಾರದೆಂಬ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ವಿವೇಕಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೈಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ!

ಇನ್ನು, ನಿಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ? ಆಗ ನೀವು ಬಚ್ಚಿಡದೆ ನಿರ್ಭಾವುಕವಾಗಿ ಎಲ್ಲ ವಿವರವನ್ನೂ ಕೊಡಿ. (ಇಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವನೆ ಬರಕೂಡದು!) ತರುವಾಯ ಇದರ ಸಹಿತ ಆತ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವನೇ ಎಂದು ವಿಚಾರಿಸಿ. ಯಾರೊಬ್ಬರ ಭೂತಕಾಲವೂ ವಿವಾಹದ ನಂತರ ಕಾಡಬಾರದೆಂದು ಮುಂಚೆಯೇ ಹೇಳಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಒಪ್ಪಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುವ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಅವನಿಗೇ ವ್ಯಾಪ್ತವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಕಾಲಾವಕಾಶವನ್ನೂ ಕೊಡಿ. ಇಲ್ಲೊಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆ: ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ವಿನಂತಿ ಅಥವಾ ಬೇಡಿಕೆ ಬೇಡ. ಇಲ್ಲಿ ಆತನನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಭಯ ಬೇಡ. ಅವನೊಪ್ಪಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಭೂತಕಾಲದೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆಂದು ಅರ್ಥ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವನು ದೂರವಾದರೆ ನಾಳೆ ಬರುವ ಕಂಟಕ ಇವೊತ್ತೇ ಕಳೆಯಿತೆಂದು ನಿಟ್ಟುಸಿರುಬಿಡಿ! ಆತನಿಂತ ಒಳ್ಳೆಯವರು ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತಾರೆಯೆ ಆಶಯ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

❑ ಅವಿವಾಹಿತ, 35 ವರ್ಷ. ಯಾವೂತ್ಸೂ ಹೆಣ್ಣಿನ ಸಹವಾಸ ಮಾಡಿದವನಲ್ಲ. ಗೆಳೆಯನ ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ ಬೆಲೆವೆಣ್ಣಿನ ಸಹವಾಸ ಮಾಡಿದೆ. ಆಗ ಓರಲ್ ಸೆಕ್ಸ್ ಮಾಡಲು ಹೊರಟಾಗ ಅವಳ ಜನನಾಗದಿಂದ ಫಕ್ಟ್ ವಾಸನೆ ಬಂತು. ಅಷ್ಟಕ್ಕೇ ಬಿಟ್ಟು ಕಾಂಡೋಮ್ ಇಲ್ಲದ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡಿದೆ. ಅಂದಿನಿಂದ ದಿನವೂ ನಾಲಗೆಯ ತುದಿಯಿಂದ ಹೊಲಸು ವಾಸನೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. ಎಷ್ಟು ತೊಳೆದರೂ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎಚ್‌ಐವಿ ಭಯವಿದೆ. ವೈದ್ಯರು ಏನೂ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲವೆಂದು ಧೈರ್ಯ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೂ ವಾಸನೆ ದಿನವೂ ಸತಾಯಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಏನು ಕಾರಣ? ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಏನು?

ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಒಂದು ವಾರದ ಹಿಂದೆ ತಿಂದ ತಿಂಡಿ ಏನೆಂಬುದು ಮರೆತಿರುತ್ತದೆ; ಆದರೆ ಬಾಲ್ಯದ ಯಾವುದೋ ಪ್ರಸಂಗವು ಮಾತ್ರ ನಿಚ್ಚಳವಾಗಿ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಇದು ಹೇಗೆ? ಯಾವುದೇ ಘಟನೆಯು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು (ದುಃಖ, ಸಂತೋಷ, ಭಯ, ಕೋಪ) ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ನೆನಪಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಮುಂಚಿನ ಘಟನೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ ಅದರ ಜೊತೆಗಿರುವ ಭಾವನೆಗಳೂ ಬೆನ್ನತ್ತಿ ಬಂದೇಬಿಡುತ್ತವೆ- ಹಾಡಿನ ಜೊತೆಗೆ ಹಿನ್ನೆಲೆ ಸಂಗೀತದ ಹಾಗೆ ಅಂದಹಾಗೆ ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂದರೇನು ಗೊತ್ತೇ? ಭೂತಕಾಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಆ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಉಳಿದು ಆ ಘಟನೆಯನ್ನೂ ಅದರೊಂದಿಗಿನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ ಪುನಃ ಅನುಭವಿಸುವುದು! (ಇದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿ: ಒಬ್ಬರನ್ನು ಕರೆದು, ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಲ್ಲೇ ಕಣ್ಣಿಟ್ಟು ನೋಡುತ್ತ ಉತ್ತರ ಕೊಡಿ ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಮೊನ್ನೆ ಏನು ತಿಂಡಿ ತಿಂದಿ ಎಂದು ಮುಂತಾದ ಸರಳ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ. ಅವರು ಉತ್ತರಿಸುವಾಗ ತಮಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದಂತೆ ಕಣ್ಣುಗುಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಯಾವುದೋ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ತಿರುಗಿಸುತ್ತ ಈಗ ಇಲ್ಲಿ ಇರದ ಅಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ; ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದ ವಿಲಕ್ಷಣ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತೋರ್ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ!) ಇನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಬರೋಣ. ಸುಖದ ಕಲ್ಪನೆಯ ಬೆನ್ನುಹತ್ತಿ ಹೋದಾಗ ನಿಮಗೆ ಅಸಹ್ಯಕರ ಅನುಭವ ಆಯಿತು. ನಂತರ ಮುಂಚಿನ ಘಟನೆ ನೆನಪಿಗೆ ಬಂದು, ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಅಸಹ್ಯಕರ ಭಾವನೆಯೂ ಪುನರಾವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತ ಗೀಳಾಗಿ ಕಾಡುತ್ತಿದೆ. ಇದರ ಹಿಂದೆ ತಪ್ಪಿತಸ್ಥ ಭಾವವೂ ಇರಬಹುದು. ಇನ್ನು, ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿ. ಅಂದಹಾಗೆ, ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಯಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಉತ್ತರ ತಿಳಿಯದ ಎರಡು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿವೆ: ಎಚ್‌ಐವಿ ಅಪಾಯವನ್ನು ಎದುರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬೆಲೆವೆಣ್ಣಿನ ಸಹವಾಸಕ್ಕೆ ಪ್ರಚೋದಿಸುವವರು ಗೆಳೆಯರು ಹೇಗಾಗುತ್ತಾರೆ? ಮತ್ತು, ಗೆಳೆಯರ ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಶಿಶೋದ್ರೇಕವು ಹೇಗಾಗುತ್ತದೆ?

ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿ: ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ. ವಿನೋದ ಭಟ್ಟಿಯವರನ್ನು ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಮತ್ತು ಶುಕ್ರವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ದೂರವಾಣಿ; (080) 23111666 ಅಥವಾ 23101205ರ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ದೂರವಾಣಿ ಸಿಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಪತ್ರದ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ವೈದ್ಯರ ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಬಹುದು. ಅಥವಾ [www.medisex.org](http://www.medisex.org) ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.

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