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

ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ, 21 ವರ್ಷ. ತಂದೆ ಬಡಪೂಜಾರಿ. ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ 46 ವರ್ಷದ ಗಂಡಸೊಬ್ಬರು ಅವರ ಹೆಂಡತಿ, ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ವಾಸವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ನಾನು ಚಿಕ್ಕವಳಿದ್ದಾಗಿನಿಂದಲೂ ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಬೆಳೆದಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ನನಗೆ ಅವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಬಂದಿದೆ. ಅವರು ಕೂಡ ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಅವರ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ಆಸೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅವರೂ ಒಪ್ಪಿದ್ದಾರೆ. ನನಗೆ ಕೆಲವೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ಬೇಕಾಗಿದೆ.

- ★ ನಾನು ಬಡವಿ. ಅವರು ತುಂಬಾ ಶ್ರೀಮಂತರು. ಆದರೂ ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಏನು ನೋಡಿ ಪ್ರೀತಿಸಿದ್ದಾರೆ?
- ★ ಇದರಿಂದ ನನಗೆ ಮಾನಸಿಕ– ದೈಹಿಕ ತೊಂದರೆಗಳು ಆಗುತ್ತವೆಯೆ?
- ★ ಹೆಂಡತಿ ಅವರೊಂದಿಗೆ ತುಂಬಾ ಅನ್ಯೋನ್ಯವಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಆಕೆಗೆ ತಿಳಿದರೆ ನಾನೇನು ಮಾಡಬೇಕು?
- ★ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ತಿಳಿಯದಂತೆ ನಾವು ಹೇಗಿರಬೇಕು? ಸಂಭೋಗದ ನಂತರ ನನ್ನನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತಾರೋ ಏನೋ ಎಂದು ಹೇಗೆ ತಿಳಿಯುವುದು?
- ★ ನನಗೆ ಅವರು ಬೇಕೇ ಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾನು ಸಾಯುತ್ತೇನೆ. ಅವರನ್ನು ಮರೆತು ಓದಿನ ಕಡೆ ಗಮನ ಕೊಡು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು, ಅವರು ನನಗೆ ಸಿಗುವ ಹಾಗೆ ತಿಳಿಸಿ.

ಅನಾಥ ನಾಯಿಮರಿಯೊಂದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಂಬಾಲಿಸಿ ಬಂದಿರಬಹುದಲ್ಲವೆ? ಅದು, 'ನೀವು ನನಗೆ ಬೇಕೇ ಬೇಕು; ನೀವಿಲ್ಲದೆ ನನ್ನ ಜೀವನ ಇಲ್ಲ!' ಎನ್ನುವ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೂ ನಾಯಿಮರಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ! ಅದಿರಲಿ, ನೀವು ಆತನನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಮುಂಚೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂದೇಹಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ. ನಿಮಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಕೆಲವರಿಗೆ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ: 1) ನಿಮ್ಮ ತಂದೆಗೆ: 'ಅಪ್ಪಾ, ನಾನು ನಿನ್ನ ವಯಸ್ಸಿನ ಒಬ್ಬರನ್ನು ನನ್ನ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ನನ್ನ ಭವಿಷ್ಯ ಹೇಗಿರುತ್ತದೆ' 2) ಆತನ (ನಿಮ್ಮದೇ ವಯಸ್ಸಿನ) ಮಕ್ಕಳಿಗೆ: 'ನನ್ನ ತಂದೆಯ ಜೊತೆಗೆ ನಿಮಗೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆಯೆ?' 3) ಅವರ ಹೆಂಡತಿಗೆ: 'ನೀವು ಮಗಳೆಂದು ಬೆಳೆಸಿದ ಹೆಣ್ಣು ನಿಮ್ಮ ಪತಿಯನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರೆ ನಿಮಗೆ ಹೇಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ಏನು ಮಾಡುವಿರಿ?' (ಎಚ್ಚರಿಕೆ: ಅವರಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾನು ಸಾಯುತ್ತೇನೆ ಎಂಬ ಮಾತು ಇಲ್ಲಿ ನಿಜವಾಗಲೂಬಹುದು!) 4) ಆ ಗಂಡಸಿಗೆ: 'ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಮಗಳು ನಿಮ್ಮ ವಯಸ್ಸಿನ ಪುರುಷನೊಂದಿಗೆ ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟಪಟ್ಟರೆ ನೀವು ಒಪ್ಪಿಗೆ ಕೊಡುವಿರಾ? ಮತ್ತು, ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಖಾಯಂಗೊಳಿಸಲು ನನ್ನನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುವಿರಾ? ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಬಿಡಲು ತಯಾರಿದ್ದೀರಾ?' ಆತ ಇದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಒಪ್ಪಿದರೆ (!) ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ: 'ಇಷ್ಟು ವರ್ಷ ಇದ್ದ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ನೀವು ತ್ಯಜಿಸುವುದಾದರೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬಳಿಗೋಸ್ಕರ ನನ್ನನ್ನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಏನು ಖಾತರಿ?' ಆತ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಮತ್ತೂ ಭರವಸೆ ಕೊಟ್ಟರೆ, 'ಹಾಗಾದರೆ ಮೊದಲು ನನ್ನನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಿ, ನಂತರ ಸಂಭೋಗ!' ಎಂದು ನಿತ್ಯ ಸತಾಯಿಸುತ್ತ ಪರಿಣಾಮ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ. ಆತ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕಜ್ಜಿಯ ನಾಯಿಯನ್ನು ದೂರಮಾಡುವಂತೆ ದೂರೀಕರಿಸುವುದನ್ನು ನೀವು ಕಣ್ಣಾರೆ ನೋಡುವಿರಂತೆ! ಇನ್ನು ಆತನ ಬಗೆಗೆ: ನಿಮ್ಮಂಥ ಎಳೆಯ ಹುಡುಗಿ ಪುಕ್ಕಟೆ ಸಿಗುವಾಗ, ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳ ಹೊಣೆಹೊರುವ ಅಗತ್ಯ ಇಲ್ಲದಿರುವಾಗ ಬಡವ– ಶ್ರೀಮಂತ ಎನ್ನುವ ಭೇದಭಾವ ಯಾಕೆ ಬಂದೀತು? ಸಂಭೋಗದ ಮೂಲಕ ಅವರವಳಾಗುವ ಭ್ರಮೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಎಳೆಯ ಶರೀರದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸುಖ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಕಷ್ಟ ಬಂದಾಗ ಕೈಬಿಡುವ ಉದ್ದೇಶ ಆತನಲ್ಲಿದೆ. ಒಂದು ಸಂಭೋಗದ ಮೂಲಕ ಆತ ನಿಮ್ಮವರಾಗುವ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಇಷ್ಟು ವರ್ಷ ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಸಲ ಸಂಭೋಗ ನಡೆಸಿದ ಅವರ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಆತ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟವರು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇನ್ನು, ನಿಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ಮುಂದುವರಿದರೆ ಆಗುವ ತೊಂದರೆಗಳು ಸಾಲುಸಾಲಾಗಿವೆ. 1) ಮಾನಸಿಕ: ಅವರ ಮೇಲಿನ ಮೋಹ, ಅವರೇ ಬೇಕೆಂಬ ಹಪಾಹಪಿ, ಅವರು ಪೂರ್ತಿ ನನ್ನವರಲ್ಲ (ನನ್ನವರಾಗುವುದೂ ಇಲ್ಲ) ಎನ್ನುವ ತೀವ್ರ ವ್ಯಥೆ, ಅವರ ಮೇಲೆ ಹಕ್ಕು ಸಾಧಿಸುವ ವ್ಯರ್ಥಪ್ರಯತ್ನ, ಅದು ಪೂರೈಸದಿರುವಾಗ ಹತಾಶೆ, ಖಿನ್ನತೆ, ವ್ಯಗ್ರತೆ, ಅನ್ಯಮನಸ್ಕತೆ, ಸ್ವಾಭಿಮಾನ ನಷ್ಟ ಇತ್ಯಾದಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಾನೋಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ವೃಥಾ ಲೋಪ. 2) ಶಾರೀರಿಕ: ಕನ್ಯತ್ವದ ನಾಶ, ಗರ್ಭಧಾರಣೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಅತೃಪ್ತಿ, ಲೈಂಗಿಕ ಕಾಯಿಲೆಯ ಸೋಂಕು, ಆರೋಗ್ಯನಾಶ, ಶೀಘ್ರಮುಪ್ಪು ಇತ್ಯಾದಿ.
3) ವೈಯಕ್ತಿಕ: ಅರ್ಥವಿಲ್ಲದ ನಿರ್ಧಾರಗಳು, ಗೊತ್ತುಗುರಿಯಿಲ್ಲದ ದಿನಚರಿ, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಅಡಚಣೆ, ಕಾಲಹರಣ, ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಿರಾಸಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಭವಿಷ್ಯವಿಲ್ಲದ ಜೀವನ. 4) ಸಾಮಾಜಿಕ: ಗುಟ್ಟು ರಟ್ಟಾದರೆ ಇಬ್ಬರಿಗೂ (ನಿಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ) ಸಹಸ್ರಾರ್ಚನೆ, ಮಂಗಳಾರತಿ, ಪಾದಪೂಜೆ, ಚಾಮರ ಸೇವೆ, ಪ್ರಾಣಹೋದರೆ ಪಲ್ಲಕ್ಕಿ ಸೇವೆ, ಪ್ರಾಣ ಉಳಿದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪನೆ– ದಿಗ್ಬಂಧನ, ಆತನ ಮನೆಯಿಂದ ಬಹಿಷ್ಕಾರ ಇತ್ಯಾದಿ. ಈಗ ನಿಮ್ಮ– ಅವರ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಭವಿಷ್ಯವೇನಿದೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತಲ್ಲ? ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳ ಖುಷಿಯ ನಂತರ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಎದುರಿಸಬೇಕಾದ ವಿಶಾಲ ಆಯ್ಕೆ ನಿಮಗಿದೆ; ಇದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಮನಸ್ಸುಕೊಟ್ಟು, ಮುಂದೆ ಸೂಕ್ತ ವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗನನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಿ ಅವನ ಏಕೈಕಪತ್ನಿಯಾಗಿ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಕುಟುಂಬ ಸೌಖ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಚಿಕ್ಕ ಆಯ್ಕೆಯೂ ನಿಮಗಿದೆ. ಏನು ಬೇಕೋ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ!

ಗಂಡಸು, 28 ವರ್ಷ. ನನಗೆ ಶಿಶ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯವಿದ್ದು ಅದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಿ ಸಿಲ್ಡೆನಾಫಿಲ್ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಸಮಯಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದರಿಂದ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು (ಉದಾ. ತಲೆನೋವು, ಕಣ್ಣು ಮಂಜಾಗುವಿಕೆ, ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತಳಮಳ ಇತ್ಯಾದಿ) ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ನೀಡಿ.

ನೀವು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಈ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೋ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸಿಲ್ಲ. ಇಷ್ಟಕ್ಕೂ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಶಿಶ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯಕ್ಕೂ ಮಾತ್ರೆಯೇ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಶಿಶ್ನ ದೌರ್ಬಲ್ಯವು ಮಾನಸಿಕ ಅಥವಾ ಶಾರೀರಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಆಗಬಹುದು. ಮಾನಸಿಕ ಕಾರಣಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ಆಪ್ತಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಕಾಯಂ ಆಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು. ಶಾರೀರಿಕ ದೋಷಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಕಾರಣವೇನೆಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ತರುವಾಯವೇ ಔಷಧಿಗಳ ಮಾತು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನೀವು ಮೊದಲು ನುರಿತ ಲೈಂಗಿಕ ತಜ್ಞರನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಸಿಲ್ಡೆನಾಫಿಲ್ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ವೈದ್ಯರೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನೇ ಪುನಃ ಸಂದರ್ಶಿಸಿ. ಅವರೇ ಸರಿಹೊಂದುವ ಮಾತ್ರೆಗೆ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀವೇನೂ ಯೋಚಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ!

ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿ: ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿಯವರನ್ನು 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 ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.

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