



ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಾಂಗತ್ಯ ಸಂತ್ಯಾಪ್ತ ಬದುಕಿಗೆ ದಾರಿ

ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ, ಹಾಗಾಗಿ ನನ್ನ ಇಡೀ ಜೀವನ ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಹೋಗಿರಬಹುದೇ ಎನ್ನುವ ಭಾವನೆಗಳು ಮೂಡುವುದು ಎಂತಹ ಮಾನಸಿಕ ಹಿಂಸೆಯಾಗಬಹುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಟಾಲ್‌ಸ್ಟಾಯ್ ಅವರ ಇವಾನ ಇಲ್ವಿಚ್‌ರ ಸಾವು ಎನ್ನುವ ಕಥೆಯನ್ನು ಓದಬೇಕು. ಜೀವನದ ಉಳಿದ ಕೆಲವೇ ದಿನ ಮತ್ತು ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಕಥಾನಾಯಕ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಾರ್ಥಕತೆಯನ್ನು ಟಾಲ್‌ಸ್ಟಾಯ್ ಮನೋಜ್ಞವಾಗಿ ಚಿತ್ರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆ

ಹದಿಹರೆಯದವರಿಂದ ವೃದ್ಧರವರೆಗೆ ಯಾರೇ ಆಪ್ತಸಲಹೆಗೆ ಬಂದರೂ ಅವರ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಗೆಗಿನ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಆಸಕ್ತಿ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಪ್ರಶ್ನೆಸಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾನವನ ಸಹಜ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರೂ ಲೈಂಗಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಆಸಕ್ತಿಯೂ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಸ್ವಭಾವ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಾಪನೆ ಮೇಲೆ ಭಿನ್ನಭಿನ್ನ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ. ದಾಂಪತ್ಯದಂತಹ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಬದ್ಧ ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮತ್ತು ತೃಪ್ತಿಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯವಿದೆ. ಆದರೆ ನನ್ನ ವೃತ್ತಿಯ ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಅರವತ್ತು ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಮೀರಿದವರು ಆಪ್ತಸಲಹೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಅವರ ಲೈಂಗಿಕ ಜೀವನದ ಬಗೆಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಾಡಿದರೆ ವಿಚಿತ್ರವಾದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವರು ಅದರ ಬಗೆಗೆ ಚರ್ಚೆಮಾಡಲು ಮುಜುಗರಪಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅದರ ಬಗೆಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು, ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಏನಿದೆ ಎನ್ನುವ ಮನೋಭಾವ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ವಿವಾಹದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಬಂದಂತೆ ಮಾನವನ ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಉದ್ದೇಶ ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳಂತೆ ದೇಹ ಸುಖ ಮತ್ತು ವಂಶಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾತ್ರ ಆಗಿ ಉಳಿದಿಲ್ಲ. ಇಂದಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣಿನ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಸಾಂಗತ್ಯ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಂಗಾತಿಗಳ ನಡುವೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಾಮರಸ್ಯ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಹಜಜೀವನದ ಅಗತ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಲೈಂಗಿಕ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಬದುಕು ಹೆಚ್ಚು ಆಕರ್ಷಕವಾಗಬಲ್ಲದು.

* ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಸಂಭೋಗದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಬಂದಂತೆ ಆಸಕ್ತಿ

ಇದ್ದರೂ ಪರಸ್ಪರ ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದನ್ನೂ ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತಾ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಇಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಮಾನಸಿಕ ದೂರವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡಿ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಏಕಾಕಿತನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಸಂಭೋಗ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗಲೂ ಪರಸ್ಪರ ಅಪ್ಪುಗೆ, ಚುಂಬನ ಮತ್ತಿತರ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಜೀತೋಹಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ.

- * ಲೈಂಗಿಕತೆಗೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಿತಿಗಳೇನಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳು ಮೊಮ್ಮಕ್ಕಳಂತೆ ಎಲ್ಲಾ ವೃದ್ಧರೂ ಇದರಲ್ಲಿ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು! ವಯಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆ ಕ್ರಿಯೆಯ ಸ್ವರೂಪ ಬದಲಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ಸಾಮರಸ್ಯವಿರುವ ಸಂಗಾತಿಗಳ ನಡುವೆ ಇದರ ಗುಣಮಟ್ಟ ಖಂಡಿತಾ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- * ದೇಹಗಳು ಹತ್ತಿರವಾಗಲು ವಯಸ್ಸುಗಳ ನಡುವಿನ ಅಂತರವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ದಾಂಪತ್ಯದ ಆತ್ಮೀಯತೆ ಕೇವಲ ಯೌವನದ ಅಗತ್ಯ ಮಾತ್ರ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಉತ್ತಮ ಸಹಜಜೀವನನಡೆಸುವ ಬಗೆಗೆ ಆಪ್ತಸಲಹೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಕೌಟುಂಬಿಕ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹ ಸಂಬಂಧಗಳು

ವಯಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಾ ಬಂದಂತೆ ಕುಟುಂಬದವರ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಸಾಂಗತ್ಯದ ಅಗತ್ಯ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ವಿಪರ್ಯಾಸವೆಂದರೆ ಯೌವನದ ಹುರುಪಿನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿ ಸಂತ್ಯಾಪ್ತರಾಗಿ ಬದುಕಬಹುದು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವವರು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೌಹಾರ್ದಯುತ ಬಾಂಧವ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಸೋಲುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸೋಲುಗಳು ಅವರಲ್ಲಿ ಭಯ, ಕೋಪ, ಆತಂಕ, ಜಿಗುಪ್ಸೆ ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸಬಹುದು. ಅಂಥವರು ಕೊನೆಗೆ ತಮ್ಮನ್ನು ಹೊರತಾಗಿ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ದೂರುತ್ತಾ ದುರಂತ ನಾಯಕರುಗಳಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಉತ್ತಮ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹ ಸಂಬಂಧಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ ತಮಗೆ ಪ್ರೀತಿ, ಆತ್ಮೀಯತೆ ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕೆಲವರಿಗೆ ಅನ್ನಿಸಿದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ತಕ್ಷಣದ ಪರಿಹಾರಗಳಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಪ್ರೀತಿ ಬೆಂಬಲ ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕೊರಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನದರ ಅನುಕಂಪ ಮಾತ್ರ ಸಿಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಮೂಡುವ ಬೇಸರ, ಅಭದ್ರತೆಯ ಭಾವನೆಗಳು ಸಿಟ್ಟಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹೊರಬರುವುದೂ ಕೂಡ