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

ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

ಅವಿವಾಹಿತೆ. ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಿಂದಲೂ ಒಬ್ಬರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವರೂ ನನ್ನನ್ನು ತುಂಬ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾರೆ. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅವರು ಮನೆಯವರ ಬಲವಂತದಿಂದಾಗಿ ಬೇರೆ ಹುಡುಗಿಯೊಡನೆ ಮದುವೆಯಾದರೂ ನನ್ನೊಡನೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಹೆಂಡತಿಯೊಡನೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲ, ಜನ್ಮಾಂತರಕ್ಕೂ ನೀನೇ ಹೆಂಡತಿ ಎಂದು ನನ್ನನ್ನು ನಂಬಿಸಿದ್ದರು. ಮದುವೆಯಾದ ಹತ್ತು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಹೆಂಡತಿ ಮಗುವಿಗೆ ಜನ್ಮವಿತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ನಾನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದಾಗ ಆ ಮಗು ತನ್ನದಲ್ಲ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ಎಂದು ವಾದಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಿಬ್ಬರ ಸಂಬಂಧ ಹೇಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಲೀ, ಮಗುವಿನ ಮುಖ ನೋಡುವ ಅವಕಾಶವಾಗಲೀ ನನಗಿಲ್ಲ. ಇಷ್ಟಿದ್ದರೂ ಅವರನ್ನು ಬಿಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಅವರ ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆಯೇ ನಾನು ಅವರನ್ನು ಗಂಡನೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದೆ. ಅವರು ನನಗೂ ತಮ್ಮ ಹೆಂಡತಿಗೂ ಮೋಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿದ್ದೇನೆ. ಸಲಹೆ ಕೊಡಿ

ನೀವು ತಿಳಿಸಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಮೇಲುನೋಟಕ್ಕೇ ಕೆಲವು ಸಂದೇಹಗಳು ಎದ್ದುಕಾಣುತ್ತವೆ: 1) ನೀವೇನೋ ಆತನನ್ನು ಗಂಡನೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಿರಿ. ಆತ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೆಂಡತಿ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದನೆ? ಹಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ತನ್ನವರಿಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಬಹುದಿತ್ತು, ಅವರ ಮನವೊಲಿಸಬಹುದಿತ್ತು. ಎಂದೂ ನೋಡಿರದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅವರ್‍ಯಾರೂ ಒಪ್ಪಲಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಮಾತೇ ನಂಬಲಸಾಧ್ಯ. 2) ಮನೆಯವರು ಒಪ್ಪದಿದ್ದರೆ ಅವರನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ನಿಮ್ಮನ್ನೇ ಮದುವೆಯಾಗಬಹುದಿತ್ತು. ಆ ಧಾರ್ಷ್ಟ್ಯ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅವಿವಾಹಿತನಾಗಿಯೇ ಉಳಿದು ತೋರಿಸಬೇಕಿತ್ತು. 3) ಪತ್ನಿಯು ಪರಪುರುಷನ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಮಗುವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದರೆ ಯಾವ ಪತಿ ತಾನೇ ವಿರೋಧಿಸದೆ ತೆಪ್ಪಗಿರಬಲ್ಲ? (ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ನಡೆಯುವುದು ಮನೆಯವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗದಿದ್ದೀತೆ?) ಒಲ್ಲದ ಹೆಂಡತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ತನ್ನದಲ್ಲದ ಮಗುವನ್ನು ತನ್ನದೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಬಾಳುವುದು ಕಲ್ಪನೆಗೂ ಮೀರಿದ್ದು. ಅಕಸ್ಮಾತ್ ಇದು ನಿಜವಾಗಿದ್ದರೆ ಇದೇ ಕಾರಣವನ್ನು ಮುಂದುಮಾಡಿಕೊಂಡು ಆಕೆಯಿಂದ ವಿಚ್ಛೇದನ ಪಡೆದು, ಪ್ರೀತಿಸಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುವ ನಿಮ್ಮನ್ನು ವರಿಸಬಹುದಿತ್ತದಲ್ಲವೆ? ಇವೆಲ್ಲದರ ಒಳಾರ್ಥ ಸ್ಪಷ್ಟ: ಆತನ ಸತ್ಯಾಸತ್ಯತೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ನಿಮಗೆ ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಅವನಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಆತ ಸುಳ್ಳುಗಳ ಸರಪಳಿ ಜೋಡಿಸುತ್ತ ಎರಡೂ ದಂಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ಕಾಲಿಡುವ ಆಟ ಆಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ! ಇನ್ನು, ಪತ್ನಿಯೆಂಬ ನಿಮ್ಮ ನಂಬಿಕೆಯ ಬಗೆಗೆ: ಪತಿ– ಪತ್ನಿ ಎನ್ನುವುದು ಹೆಣ್ಣುಗಂಡಿನ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಸಮಾಜ ಒತ್ತುವ ಮುದ್ರೆ. ಹೆಂಡತಿ ಎನ್ನುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪಟ್ಟವು ನಾಲ್ಕು ಜನರು (ಅಥವಾ ನೋಂದಣಿ ಅಧಿಕಾರಿ) ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ನಿಮ್ಮದಾಗುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ಏಕಾಂತದ ಪಿಸುಮಾತಿನಿಂದಲ್ಲ. ಆತ ಈಗಾಗಲೇ ಕಾನೂನುಬದ್ಧವಾಗಿ ಇನ್ನೊಬ್ಬಳ ಪತಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚೆಂದರೆ ನಿಮಗೆ ಪ್ರಿಯಕರನಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಯಬಲ್ಲನಷ್ಟೇ ಹೊರತು ಪತಿಯೆಂದು ಘೋಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಜವಾಬ್ದಾರಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ತಂದೆಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ತಾತ್ಪರ್ಯ ಇಷ್ಟೆ: ನಿಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಭವಿಷ್ಯವಿಲ್ಲ! ಇದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದಷ್ಟೂ ಅದರ ಜೊತೆಗಿನ ತಳಮಳ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದಷ್ಟೆ. ಇನ್ನು, ಪರಿಹಾರ: ಮದುವೆಯಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಾದವರೇ ಸಂಬಂಧ ಮುರಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ ನಿಮ್ಮದೇನು ದೊಡ್ಡದಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತರಲು ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಒಂದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ: ಮುಂದಿನ ಸಲ ಬಂದಾಗ ಅತನ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಲೇಬೇಕೆಂದು ವರಾತ ಹಚ್ಚಿ. ಅವನೇ ನಿಮ್ಮ ಭೇಟಿಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ತನ್ನ ಜನ್ಮಾಂತರದ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಡುತ್ತಾನೆ! (ಅಥವಾ ನೀವೇ ಅವರನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ: ಅವರೇನೂ ಪರದೇಶದಲ್ಲಿಲ್ಲ!) ಒಂದುಸಲ ಮೋಸದ ಸಂಬಂಧಕ್ಕೆ ಮಂಗಳ ಹಾಡಿದ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಹೊಸ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವತ್ತ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಡಿ. ಅಗತ್ಯವೆನಿಸಿದರೆ ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರಿಂದ ಆಪ್ತಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ. ನೀತಿ: ಸಂಬಂಧದಲ್ಲಿ ಏಕಮುಖ ಬದ್ಧತೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೂ ಅರ್ಥಹೀನ!

ಗಂಡಸು, ಹೊಸದಾಗಿ ಮದುವೆಯಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮಿಬ್ಬರ ಸಂಬಂಧ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸಕ್ತಿಯಿದೆ. ಸುಮಾರು ಹೊತ್ತು ಸರಸ ಆಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಸಂಭೋಗಿಸುವಾಗ ಯೋನಿ ಸಡಿಲ ಎಂದು ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು ಸಮಯ ಹಿಡಿಯುತ್ತದೆ. ತೃಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಏನೂ ಕೊರತೆ ಇಲ್ಲ. ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ಹೊಸದಾಗಿ ಸಂಭೋಗ ಮಾಡುವಾಗ ಯೋನಿ ಬಿಗಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಮದುವೆಗೆ ಮುಂಚೆ ಸಂಭೋಗವಿತ್ತೋ ಎಂಬ ಸಂದೇಹ ಕಾಡುತ್ತದೆ. ಪರಿಹಾರ ಸೂಚಿಸಿ.

ಯೋನಿ ಸಡಿಲವಾಗಿದೆ ಎಂಬ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆ ನಿಜವಾದರೂ ಅದರ ಕಾರಣ ಬೇರೆಯಾಗಿದೆ. ಹೆಣ್ಣು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಹಾಗೂ ಮುನ್ನಲಿವು ದೀರ್ಘವಾಗಿರುವಾಗ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ರಾವವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಜಾರುವಿಕೆಯ ಅನಿಸಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ನೀವು ಸಡಿಲ ಯೋನಿಯೆಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದೀರಿ; ಸಾಕಾಗದ್ದಕ್ಕೆ ಸ್ನೇಹಿತರ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡು ಮನಸ್ಸು ಕಹಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೀರಿ! ಸಮಸ್ಯೆ ಅರ್ಥವಾದ ನಂತರ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೂ ಮುಂಚೆ ಹೀಗೆ ಯೋಚಿಸಿ: ಒಂದು ವೇಳೆ ಯೋನಿಸ್ರಾವದ ಕೊರತೆಯಿದ್ದರೆ ಹೇಗಿರುತ್ತಿತ್ತು? ಶಿಶ್ನಕ್ಕೆ ಘರ್ಷಣೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಬೇಗ ಸ್ಖಲನವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಇನ್ನೊಂದು ರೀತಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಸಡಿಲ ಯೋನಿಯ ಅನಿಸಿಕೆಯಿಂದಲೇ ನಿಮ್ಮ ಸಂಭೋಗವು ದೀರ್ಘವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ! ಇನ್ನು ಪರಿಹಾರ ಸುಲಭ: ಯೋನಿಸ್ರಾವವು ಹೆಚ್ಚೆನಿಸಿದರೆ ನಡುನಡುವೆ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆದು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಸ್ರಾವವನ್ನು ಒರೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಸಾರಾಂಶ: ಹೆಣ್ಣಿನ ಯೋನಿಯು ಸಡಿಲವೆನ್ನಿಸುವುದು ಆಕೆಯ ವಿವಾಹಪೂರ್ವ ಸಂಭೋಗದಿಂದಲ್ಲ, ಬದಲಾಗಿ ವಿವಾಹದ ನಂತರ ಪತಿಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ!

ಸುಧಾ ಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಬಹಳಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಓದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನಂಬರ ಒನ್ ಆಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ವಿಭಾಗವು ಕಪ್ಪುಚುಕ್ಕೆಯಂತೆ 3ನೇ ದರ್ಜೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು? ಮನೆಯ ಎಲ್ಲರೂ ಓದುವ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ಬಹಳ ಬೇಜಾರು. ನಾನು 81 ವರ್ಷದ ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕನಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ನಿಮ್ಮ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ನನ್ನ ನಮನ. ಒಂದುವೇಳೆ ನಿಮ್ಮ ವಯಸ್ಸು 81ರ ಬದಲಾಗಿ 18 ಆಗಿದ್ದರೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಿರಿ?

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