ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿ
ಲೈಂಗಿಕ, ದಾಂಪತ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋಚಿಕಿತ್ಸಕರು

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

✉ ಅವಿವಾಹಿತೆ,. 17 ವರ್ಷ. ನಾನು 10 ವರ್ಷದವಳಿದ್ದಾಗ ಅಕಸ್ಮಾತ್ ಟಿ.ವಿ.ಯಲ್ಲಿ ಕಂಡ ಅಶ್ಲೀಲ ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿತು. ಆಗ ನಾನು ಜನನಾಂಗವನ್ನು ತಿಕ್ಕುವುದಕ್ಕೆ ಶುರು ಮಾಡಿ ಸುಖಪಟ್ಟೆ. ಇದನ್ನೇ ಆರು ವರ್ಷ ಮುಂದುವರಿಸಿದೆ. ಆಗ ನಾನು ತುಂಬಾ ಪ್ರತಿಭಾವಂತೆ. ಹತ್ತಾರು ಪಾರಿತೋಷಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೆ. ಕಾಲೇಜಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಆ ದುಶ್ಚಟವನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟೆ. ಈಗ ಶಾಲೆಯ ದಿನಗಳ ಆ ಆರು ವರ್ಷಗಳನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೂ ಬೇಸರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಬಹುಮಾನಗಳೆಲ್ಲವನ್ನು ಬಿಸಾಡಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದಿದಂತೆ ಈಗಲೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದಿದರೆ ಮತ್ತೆ ಆ ದುಶ್ಚಟ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತೇನೋ ಎಂಬ ಹೆದರಿಕೆಯಿಂದ. ಈಗ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಓದುವುದಿಲ್ಲ. ಶಾಲೆಯ ಆ ಖುಷಿಯ ದಿನಗಳನ್ನು ಈಗ ನೆನೆಸಿಕೊಂಡು ಸಾವೇ ಗತಿಯೆಂದು ಅಳುತ್ತೇನೆ. ಈ ದುಶ್ಚಟ ನನಗೊಬ್ಬಳಿಗೆ ಬಂದಿದೆಯಾ? ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬರುತ್ತದೆಯೇ? ಇದರಿಂದ ಮುಂದೇನು ಪರಿಣಾಮವಾಗುತ್ತದೆ? ಇದು ಅಪಾಯಕಾರಿಯೇ? ದಯವಿಟ್ಟು ಉತ್ತರಕೊಡಿ.

ಮಗೂ, ನಿನ್ನ ದುಃಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದು ಬೇಸರವಾಯಿತು. ನಿನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯಿಂದ ಶುರು ಮಾಡೋಣವಂತೆ. ನೀನು ಸೈಕಲ್ ನಡೆಸುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಲಿತೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೋ. ಚಿಕ್ಕವಳಿರುವಾಗ ಇತರರು ಸೈಕಲ್ ನಡೆಸುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ನಿನಗೆ ತಡೆಯಲಾರದ ಕುತೂಹಲ ಉಂಟಾಯಿತು. ನಾನೂ ಯಾಕೆ ಹಾಗೆ ಮಾಡಬಾರದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದೆ. ಮೊಟ್ಟಮೊದಲು ಸಿಕ್ಕ ಅವಕಾಶಕ್ಕೆ ರೋಮಾಂಚನಗೊಂಡು ಉತ್ಕಟತೆಯಿಂದ ಅರ್ಧ ಪೆಡಲ್ ತುಳಿಯುತ್ತ, ಬೀಳುವುದನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಸೈಕಲ್ ನಡೆಸಲು ಕಲಿತೇಬಿಟ್ಟೆ. ಹೀಗಾಗಿಯೇ ನಿನಗೀಗ ಸ್ಕೂಟರ್ ನಡೆಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು ಸುಲಭ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೈಕಲ್ ಮುಟ್ಟದೇ ಇದ್ದಿದ್ದರೆ ದೊಡ್ಡವರಾದಾಗ ಸ್ಕೂಟರ್ ನಡೆಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಗೊತ್ತೆ? ಹೀಗೆಯೇ ಲಿಂಗಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತುಂಬ ಚಿಕ್ಕವರಿರುವಾಗಲೇ ತಮ್ಮ ಜನನಾಂಗವನ್ನು ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತ ಖುಷಿ ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಅಂದಹಾಗೆ, ಜನನಾಂಗವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಕ್ಕೆ ಅತಿ ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸು ಎಷ್ಟಿರಬಹುದು ಊಹಿಸು ನೋಡೋಣ? ಗರ್ಭಿಣಿಯನ್ನು ಅಲ್ಟ್ರಾಸೌಂಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿದಾಗ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಶಿಶುಗಳೂ ಕೂಡ ತಮ್ಮ ಜನನಾಂಗವನ್ನು ತಾವೇ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿಕೊಂಡು ಸುಖಪಡುವ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಮುಷ್ಟಿಮೈಥುನ ಅಥವಾ ಸ್ವರತಿ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅಂಕಿಸಂಖ್ಯೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ನೂರಕ್ಕೆ 99ರಷ್ಟು ಹುಡುಗರು, 45ರಷ್ಟು ಹುಡುಗಿಯರೂ ಹಸ್ತ ಮೈಥುನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಇದೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ಸಹಜವಾದ ಮತ್ತು ನಿರಪಾಯಕರ ಅಭ್ಯಾಸ. ಇದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳೂ ಇಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನೇ ನಾವು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯೋಜನವಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಮುಂದೆ ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಸುಖಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. (ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ, ಹಸ್ತಮೈಥುನವು ದುಶ್ಚಟವೆಂದು ನಂಬಿರುವ ಹಲವಾರು ಹುಡುಗಿಯರು ಮದುವೆಯಾದ ನಂತರ ಸಂಭೋಗವೆಂದರೆ ಭಯಪಡುತ್ತ ನನ್ನ ಬಳಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ!) ಇನ್ನೊಂದು ವಿಷಯ: ಅನೇಕರು ಹಸ್ತಮೈಥುನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ನೀನು ಮಾತ್ರ ನಿನ್ನ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ದುಡಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೀಯಾ. ಇದೊಂದು ನಿನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಅದ್ಭುತ ಅಂಶ. ಇನ್ನು ನಿನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ: ಹಸ್ತಮೈಥುನವನ್ನು ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಮುಂದುವರಿಸು, 'ನಾನೊಂದು ಹೆಣ್ಣು; ಸೃಷ್ಟಿಯ ನನಗೆ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿ ನೀಡಿರುವ ಹೆಣ್ತನವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಸುಖಪಡುವುದು ನನ್ನ ಹಕ್ಕು' ಎಂದುಕೊಂಡು ತೃಪ್ತಿಪಟ್ಟುಕೋ. ಕಾಲು ಮುರಿದುಕೊಂಡು ಮೂಲೆ ಸೇರಿರುವ ನಿನ್ನ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಬೆನ್ನುತಟ್ಟಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚು. ನೋಡು, ಇನ್ನುಮುಂದೆ ಯಾವುದೇ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಇತರ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲೂ ಮುಂಚಿನಂತೆ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಮುಂದೆ ಬರಲೇಬೇಕು, ಪಾರಿತೋಷಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲೇಬೇಕು – ತಿಳಿಯಿತೆ? ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಸುಖೀಭವದ ಬಳಗದೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡ!

✉ ಅ) ಅವಿವಾಹಿತೆ. 45 ವರ್ಷ. ನನಗೆ ಮಲಬದ್ಧತೆಯಿದೆ. ನನ್ನ ಗುದದ್ವಾರ ಸಣ್ಣಗೆ ಇದೆಯೆಂದು ಆಪರೇಷನ್ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನನಗೆ ಭಯವಾಗಿ ಪಕ್ಕದ ಮನೆ ಹೆಂಗಸಿಗೆ ಹೇಳಲು ಆಕೆ ನನ್ನ ಗುದದ್ವಾರಕ್ಕೆ ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿ ಬದನೆಕಾಯಿ ತೂರಿಸಿದಳು. ಅಂದಿನಿಂದ ನಾವಿಬ್ಬರೂ ದಿನವೂ ಸುಖಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮಿಬ್ಬರಿಗೂ ಬಹಳ ಆನಂದ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಒಂದು ಭಯ. ಇದರಿಂದ ಏಡ್ಸ್ ಬರುತ್ತದೆಯೆ? ಇಬ್ಬರು ಹೆಂಗಸರು ಸೇರಿ ಸಂಭೋಗಿಸುವುದು ತಪ್ಪಾ?

ಆ): ಕೆಲವು ಬ್ಲೂ ಫಿಲ್ಮ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಪ್ರಾಣಿಗಳೊಡನೆ ಸುಖಿಸುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ಸಹಜವೇ ಅಥವಾ ಫೋಟೋಗ್ರಫೀ ತಂತ್ರವೇ? ಪ್ರಾಣಿಗಳ ವೀರ್ಯವು ಸ್ತ್ರೀಯರ ಗರ್ಭ ಸೇರಿದರೆ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಾಗುವುದೇ? ನಾನೊಬ್ಬ ಸಲಿಂಗಿ. ನಾವು ನಾಲ್ಕು ಜನ ಸೇರಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಸುಖಿಸುತ್ತೇವೆ. ವೀರ್ಯಪಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದರಿಂದ ಹಾನಿಯಿದೆಯೆ?

ಒಂದೇ ಲಿಂಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿರುವವರು ಕಾಮ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಲಿಂಗಕಾಮವೆನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಸರಿ ತಪ್ಪಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಯಿಲ್ಲ. ತನಗೆ ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಕಂಡದ್ದನ್ನು ಪರರಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗದಂತೆ ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಆಯಿತು. ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಗಾತಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾರೊಬ್ಬರಿಗಾದರೂ ಕಾಯಿಲೆ ಇರದ ಹೊರತೂ ಅದು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಬರಲಾರದು. ಸಲಿಂಗಕಾಮ, ವೀರ್ಯಪಾನ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಾದುದು ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಜನನಾಂಗಕ್ಕಿಂತ ಬಾಯಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಒಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದಿವೆ! ಇನ್ನು ನೀಲಿಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ 'ಕಾಮಸಾಹಸ'ಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನಂಶ ತಂತ್ರಾಂಶದ ಕಣ್ಕಟ್ಟೇ ವಿನಾ ವಾಸ್ತವಾಂಶ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ. ಪ್ರಾಣಿಗಳೊಡನೆ ರತಿಸುಖದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದು ಪುರಾತನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇದೆ. ನನ್ನ ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲೂ ಹಲವಾರು ಹೆಣ್ಣುಗಂಡುಗಳು ಇದನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಕಾನೂನಿನ ಪ್ರಕಾರ ಇದಕ್ಕೆ ಮನ್ನಣೆಯಿಲ್ಲ. ಪಶುಕಾಮದಿಂದ ಪಶುಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಮಾನವನಿಗೆ ಹರಡುವ ಸಂಭವವಿದೆ. (ಏಯ್ಡ್ಸ್ ಕಾಯಿಲೆಯ ವೈರಾಣು ಚಿಂಪಾಂಜಿಗಳಿಂದ ಮಾನವರಿಗೆ ಬಂದು ಈಗ ಮಾನವಕುಲವನ್ನೇ ಅಲ್ಲಾಡಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತಿರುವ ಅಂಶ!)

ಲೈಂಗಿಕ ಸಹಾಯವಾಣಿ: ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ತುರ್ತು ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಡಾ. ವಿನೋದ ಛೆಬ್ಬಿಯವರನ್ನು ಪ್ರತಿ ಮಂಗಳವಾರ ಮತ್ತು ಶುಕ್ರವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ದೂರವಾಣಿಯ ಸಂಖ್ಯೆ (080) 23111666 ಅಥವಾ 23101205ರ ಮೂಲಕ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು. ದೂರವಾಣಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ಸಿಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಪತ್ರದ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ವೈದ್ಯರ ಉತ್ತರಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯಬಹುದು.

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