Written by - 'டொக்டர்' எம்.கே.முருகானந்தன் -
Sunday, 23 December 2012 23:52 - Last Updated Sunday, 23 December 2012 23:58

பாலியல், பாலுறவு, பாலியல் உணர்வுகள், பாலியல் செயற்பாடுகளில் திருப்தி மற்றும் திருப்தியின்மை போன்றவை எமது சமூகத்தில் வெளிப்படையாகப் பேசப்படுவதில்லை. நாலு பேர் மத்தியில் பேசுவதற்கு அசூசைப்படுகிறோம். தூஸணை வார்த்தைகள் போல உச்சரிக்க சங்கோசப்படுகிறோம். பாலுணர்வானது உயிரினங்களின் வாழ்வின் தொடர்ச்சிக்கும் மகிழ்ச்சிக்கும் இன்றிமையாத அம்சமாக விளங்குகிறது. இருந்தபோதும் அவற்றைப் பேசா மொழிகளால் மறுதலிக்கிறோம். அதிலும் முக்கியமாக வயது முதிர்ந்தவர்களின் பாலியல் உணர்வு பற்றிய எண்ணமே எமது சமூகத்தில் அறவே கிடையாது எனலாம். பாட்டா பாட்டியுடன் நெருங்கிப் பேசினால் கிழட்டு வயதில் செல்லம் கொஞ்சிறார் என நக்கல் அடிக்கிறோம்.

அம்மப்பாவிற்கு தலையிடி என்பதால் ஆதூரத்துடன் நெற்றியதை வருடிவிடும் அம்மம்மாவின் செயல் பிள்ளைகளுக்குச் சினமாக இருக்கிறது. 'தேவோர திருவாசகம் ஓதிக் கொண்டு அல்லது வேதமொழிகளைப் படித்துக் கொண்டு மூலையில் கிடக்க வேண்டிய ஜன்மங்கள் அவர்கள்' போன்ற எண்ணமே மேலோங்கியிருக்கிறது. ஆனால் மேலை நாடுகளில் முதியவர்களின் பாலியல் உணர்வுகள், ஈடுபாடுகள் பற்றிய ஆரோக்கியமான ஆய்வுகளும் விவாதங்களும் நடைபெறவே செய்கின்றன. அப்படியான ஒரு ஆய்வு The University of California, San Diego School of Medicine and Veterans Affairs ல் நடைபெற்றது. பாலியல் ரீதியான திருப்தியை அவர்களில் கண்டறிவதற்கானது இந்த ஆய்வு 806 வயோதிபப் பெண்களின் 40 வருட மருத்துவப் பதிவேடுகளை ஆதாரமாகக் கொண்டு செய்யப்பட்டது. அவர்களுடைய சராசரி வயது 67 ஆக இருந்தது. 63 சதவிகிதமானவர்களுக்கு மாதவிடாய் நின்று விட்டது.

□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□□□□□□□

அந்தக் கிழங்களில் பாலியல் பற்றிய ஆய்வா எனக் கேட்பவர்கள் மூக்கில் விரலை வைத்து ஆச்சரியப்படும்படியாக சில முடிவுகள் இருந்தன. கணவன் பாலியல் ரீதியான

ஆர்வமும்; செயற்திறனும் உள்ளவராயின், அவர்களில் 50 சதவிகிதமானவர்கள் கடந்த 4 வாரங்களிடையே உடலுறவு வைத்ததாகக் கூறினர். அவர்களில் 67 சதவிகிதமானவர்கள் உடலுறவின் உச்ச கட்டத்தை எட்டியதுடன் அதில் திருப்தியும் அடைந்தனர். கணவனின் விந்து வெளியேற்றம் தங்களது உச்சகட்டத்திற்கு முதலே நிகழ்ந்துவிடுகிறது என பெரும்பாலான இளம் பெண்கள் கவலைப்படும் இன்றைய நிலையில் 67 சதவிகிதமான முதிய பெண்கள் திருப்தியடைந்தமை ஆச்சரியப்பட வைத்தது. அவ்வாறு திருப்தியடைபவர்கள் பலர் இருந்தபோதும் 40 சதவிகிதமான பெண்கள் தங்களுக்கு ஒருபோதும் பாலியல் ஆர்வம் இருக்கவில்லை என எதிர்மாறாகக் கூறினார்கள். மேலும் 20 சதவிகிதமான பெண்கள் தங்களுக்கு மிகக் குறைந்தளவே ஆர்வம் இருந்தது என்றார்கள். 80 வயதிற்கு மேற்பட்ட பெண்களில் 50 சதவிகிதமானவர்கள்; தங்களுக்கும் கூட அடிக்கடி பாலியல் உந்தல், உறுப்பில் ஈரலிப்புத்தன்மை, உச்சகட்ட உணர்வு ஏற்பட்டதாகக் கூறினர். இருந்தபோதும் பாலியல் ஆர்வம் குறைவாகவே இருந்ததாகக் கூறினர். ஆனால் சாதாரண பெண்களில் பாலியல் ஆர்வமே உடலுறவிற்கு இட்டுச் செல்கிறது என்பதை நாம் அறிவோம். ஆர்வம் இல்லாதபோதும் இவர்கள் உடலுறவு கொள்வதற்கு காரணம் என்ன?

தனது கணவன் அல்லது பாலியல் பங்காளியுடனான உறவை உறுதிப்படுத்தவும் தொடருவதற்காகவுமே அவ்வாறு ஆர்வம் இல்லாதபோதும் கூட உறவு கொள்கிறார்கள் என ஆய்வாளர்கள் எண்ணினார்கள். பொதுவாக வயது முதிரும்போது பாலியல் திருப்தி ஏற்படுவது குறைவு என்றே நம்பப்படுகிறது. ஆனால் இந்த ஆய்வானது வயது முதிர முதிர பாலியல் திருப்தி அதிகம் ஏற்படுவதாகக் கூறுகிறது. அதிலும் 80 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களில் கிட்டத்தட்ட எப்பொழுதும் ஏற்படுவதாகக் கூறுகிறது. மிக முக்கியமான விடயம் பாலியல் திருப்தியடைவதற்கு புணர்ச்சி எப்பொழுதும் அவசியமாக இருந்திருக்கவில்லை. தொடுகை, அன்பாகத் தட்டிக்கொடுத்தல், சரசலீலை, போன்ற எல்லாவித உள்ளார்ந்த நெருக்க நிலைகளும் திருப்தியை அவர்களுக்குக் கொடுத்தன. இதிலிருந்து தெரிவதென்ன? உணர்வுரீதியான மற்றும் உடல்ரீதியான நெருக்கமானது பாலுறவின் உச்சநிலையை அனுபவிப்பதை விட முக்கியமானதாக இருக்கலாம்.

எனவே பெண்களின் பாலியல் ஆரோக்கியத்தைப் பொறுத்தவரையில் அவர்கள் பாலியல் செயற்பாட்டில் ஈடுபடுகிறார்களா, செயற்பாட்டில் குறைபாடுகள் இருக்கின்றனவா போன்றவற்றை ஆராயும் அணுகுமுறைக்குப் பதிலாக அவர்களின் உளத் திருப்தி மையமாகக் கொண்ட அணுகுமுறையே அதிக நன்மை பயப்பதாக இருக்கலாம்.

□□□□□□□□ □□□□□□

2007ல் செய்யப்பட்ட மற்றொரு ஆய்வும் வயதானவர்களின் பாலியல் செயற்பாடுகள் தொடர்வதை உறுதிப்படுத்தியது. 57 வயதிற்கும் 85 வயதிற்கும் இடைப்பட்ட 3000 வயோதிப அமெரிக்கப் பெண்களில் ¾ பங்கினர் ஏதாவது ஒரு வகை பாலியல்

Written by - 'டொக்டர்' எம்.கே.முருகானந்தன் -
Sunday, 23 December 2012 23:52 - Last Updated Sunday, 23 December 2012 23:58

சயெற்பாட்டில் ஈடுபட்டதை உறுதிப்படுத்தியது.

□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□

உடல் உள ரீ தியான பாலியல் ஆற்றாமைகள் அதிகரிக்கின்றன, முன்னரைபோல அடிக்கடி ஈடுபட முடிவதில்லை. ஆயினும் பாலியல் உணர்வும் ஆர்வமும் குறைவதில்லை. பாலியல் பங்காளி இன்னமும் உயிருடன் இருப்பதுடன், சயெற்திறன் குறையாதிருந்தால் பாலியல் சயெற்பாடுகள் குறைவதில்லை என்றது.

□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□

இவர்களது பாலியல் சயெற்பாட்டு முறைகளாவன ஏனைய வயதினர் சயெ்வதை ஒத்ததே. பரெும்பாலனவர்கள் வழமையான யோனியுறவு கொண்டார்கள். சிலர் மாறி மாறி வாய் புணர்ச்சி சயெ்தார்கள். இன்னமும் சிலர் தற்புணர்ச்சி (masturbation) சயெ்ததும் உண்டு.

□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□?

எமது சம□கம் இனப்பாகுபாடு இன ஒடுக்குமுறை ஆகியவை பற்றி வாய் கிழியப் பசேுகிறது. ஆனால் முதியவர்களின் பாலியல் உணர்வுகளை மதிப்பதில்லை. ஜடங்கள் பேோலவே கணிக்கிறார்கள். சருமம் சுருங்கியபோதும் அவர்களது உணர்வுகளும் மனமும் அன்றலர்ந்த மலர்போல மனெ்மையாகவே இருப்பதை உணர்வதில்லை. அவர்களது பாலியல் உணர்வுகளைப் புரிவதில்லை.

□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□

அங்கீ காரமும் ஆதரவும் வழங்குவதில்லை. அல்லது அவை பற்றி சிந்திக்கவோ பசேவோ முயல்வதில்லை. அதற்கான சந்தர்ப்ப வாய்ப்புகளை அவர்களுக்கு அளிப்பதில்லை. உங்கள் குழந்தையை இரவில் அவர்களுடன் த□ங்கவிட்டால் உங்களால் சுகம் காண முடியும். ஆனால் பாட்டன் பாட்டிகளுக்கு பசேவும், தழுவவும் அருகிருக்கவும் தனிமையானது எட்டாக் கனியாகிவிடும்.

இது தவறான அணுகுமுறை. அவர்களின் உணர்வுகளை மதியுங்கள். அவர்கள் அவ்வாறு ஈடுபடுவதற்கான சூழலானது எமது கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கை முறையில் குறைவு. கூட்டுக் குடும்பமாக இல்லாவிடினும், முதிர்ந்த பெற்றோர் பிள்ளைகளது வீட்டில் தங்கியிருப்பதற்கான தேவைகள் அதிகரிக்கின்றன.

இத்தகைய நிலையில் அவர்களது தனிப்பட்ட உணர்வுகளுக்கும் செயற்பாட்டிற்கும் உகந்த சூழலை ஏற்படுத்திக் கொடுங்கள். அவ் விடயத்தில் அவர்களது செயற்பாடுகளை ஏளனமாகப் பார்ப்பதையும், குற்றம் குறை சொல்வதையும் நிறுத்துங்கள். இது பற்றிய வெளிப்படையான கலந்துரையாடலை சம்பந்தப்பட்டவருடன் தனிப்பட்ட முறையில் ஆரம்பியுங்கள். அவர்களது வாழ்வில் வசந்தம் மீண்டும் மலரட்டும்.

kathirmuruga@hotmail.com