கணவன், மனைவிக்கு இடையே காதல் காணாமல் போய்க் கொண்டிருக்கிறது!
Friday, 13 February 2015 09:15

கணவன், மனைவிக்கு இடையே காதல் காணாமல் போய்க் கொண்டிருக்கிறது!

ஷப்பீர்

[கணவன்-மனைவி உறவில் சிக்கல் ஏற்பட என்னென்ன காரணங்கள்? நேரமின்மை, பலகீனநிலை, உடற்கூறு அறிவின்மை என்று அடுக்கிக்கொண்டே போகலாம்.

சம்பாத்தியத்திற்காக வெளிநாடு செல்லும் பலர் அங்கேயே வருடக்கணக்கில் தங்கும் சூழ்நிலையில்,இங்கிருக்கும் மனைவியின் நிலை பரிதாபமானதுதான்.

வெகுகாலம் பிரிந்திருப்பது இருவரின் செக்ஸ் உணர்வுகளை மெல்ல மெல்ல மழுங்கடிக்கச் செய்துவிடும் என்பதோடு,உடல் ஆரோக்கியமும் குறையும் என்பதை சொல்லித்தெரிய வேண்டும் என்பதில்லை.

இணைந்து வாழும் தம்பதியர்களின் உடல் நலம்ஆரோக்கியமாக இருப்பதை கண்கூடாகாக்

காணலாம்.]

கணவன், மனைவிக்கு இடையே படுக்கை அறையில் காதல் காணாமல் போய்க் கொண்டிருக்கிறது. இதனால் அவர்களுக்குள் நிகழும் செக்ஸ் உறவில் நேசமும், மனம் லயிக்கும் நெருக்கமும் இல்லாமல் போய்க்கொண்டிருக்கிறது. இருவருக்குமே

1 / 5

கணவன், மனைவிக்கு இடையே காதல் காணாமல் போய்க் கொண்டிருக்கிறது !
Friday, 13 February 2015 09:15

இருக்கும் மனநெருக்கடியும், பிரச்சினைகளும், சோர்வும் படுக்கை அறையை பெயரளவுக்கு உடல்கள் மட்டும் இணையும் இடமாக மாற்றிக்கொண்டிருக்கிறது.

கணவன்-மனைவி படுக்கை அறை உறவு ஏதோ ஒரு சடங்கு, சம்பிரதாயம் போல் ஆகிவிட்டது. இந்த நிலையை சமூகம் உணர்ந்து விழித்துக்கொள்ளா விட்டால் எதிர்காலத்தில் கணவன், மனைவி இடையே ஏற்படும் பிரச்சினைகள் எல்லையில்லாமல் போய்விடும்" என்கிறார், பிரபல செக்ஸாலஜிஸ்ட் டாக்டர் டி.காமராஜ்.

இவரது `இந்தியன் அசோசியேஷன் பார் செக்ஸாலஜி' சார்பில் சமீபத்தில் எடுக்கப்பட்ட ஆய்வு மேற்கண்ட தகவல்களை தெரிவிக்கிறது.

"எங்கள் குழுவின் சர்வேயில் நகரத்தில் வாழும் நாற்பத்தி நான்கு சதவீத திருமணமான ஆண்கள் தங்களுக்கு செக்ஸ் மீது இருக்கும் ஆர்வம் குறைந்து கொண்டே இருப்பதாகச் சொல்கிறார்கள். இதனால் அவர்களது தாம்பத்ய வாழ்க்கை நெருக்கடிக்குள்ளாகிறது. மேற்கண்டவர்களில் 29 சதவீதம் பேர் நிறைய சம்பாதிக்கிறார்கள்.

அவர்களில் பெரும்பாலானவர்கள் "எங்கள் வேலையிலேயே நாங்கள் மிகவும் சோர்ந்து போகிறோம். வாரத்தில் ஒரு முறையாவது உறவு வைத்துக்கொள்ளாவிட்டால் மனைவி, அவள் மீது எங்களுக்கு பாசம் இல்லை என்று நினைத்துவிடுவாள். அப்படி ஒரு எண்ணம் அவளுக்கு வந்துவிடக்கூடாது என்பதற்காகத்தான் படுக்கையை பகிர்ந்துகொள்கிறோம்."-என்று கூறி இருக்கிறார்கள். இந்த மாதிரியான எண்ணத்துடனே அவர்கள் படுக்கையை பகிர்ந்து கொள்வதால் அவர்களையே அவர்கள் ஏமாற்றிக்கொள்வதோடு, தங்கள் மனைவிகளின் உணர்வுகளையும் மழுங்கடிக்கிறார்கள் என்பது அவர்களுக்கே தெரியாமல் போய்விடுகிறது.

இப்படி திருப்தியில்லாமல் உறவு வைத்துக்கொள்வதாலும், அதிக நாட்கள் இடைவெளி விட்டு உறவு கொள்வதாலும் காலப்போக்கில் அந்த கணவன், மனைவி இருவருக்குமே உறவில் எந்த சுகமும் இல்லாமல் போய்விடும். முடிவில் ஆசையே குறைந்துபோய் `திருப்திதராத இந்த உறவு நமக்குள் தேவையா?' - என்ற ரீதியில் சிந்திக்கத் தொடங்கிவிடுவார்கள். அதன் விளைவுகளால் குடும்ப உறவுகளில் சிக்கல் ஏற்படுகிறது. மட்டுமின்றி குழந்தை இல்லாத தம்பதிகளின் எண்ணிக்கையும் அதிகரித்து வருகிறது"-என்கிறார்.

2 / 5

கணவன், மனைவிக்கு இடையே காதல் காணாமல் போய்க் கொண்டிருக்கிறது !
Friday, 13 February 2015 09:15

ஆசியா-ஓசியானிக் செக்ஸாலஜிஸ்ட் சங்கத்தின் துணைத்தலைவரான டாக்டர் காமராஜ் வெளியிட்டிருக்கும் சர்வே தொடர்பான ஆய்வறிக்கையில் கணவன்-மனைவி உறவில் சிக்கல் ஏற்பட என்னென்ன காரணங்கள் என்பதையும் விளக்கியுள்ளார்.

நேரமின்மை :

கணவன், மனைவி உறவுச் சிக்கலுக்கு முக்கிய காரணமாக இருப்பது நேரமின்மைதான். இரண்டு பேரும் வேலை பார்க்கும் குடும்பங்களில் இதுவே பெரிய வில்லன். மனைவி அலுவலக வேலையை முடித்துக்கொண்டு வேகவேகமாக வீட்டிற்கு வருவார். வந்த வேகத்திலே சமையல் அறைக்குள் அவர் நுழையவேண்டும். பிரிட்ஜில் ஏற்கனவே வாங்கி வைத்த மீனோ, இறைச்சியோ இருக்கும். அதை எடுத்து சமையல் செய்யவேண்டும். மறுநாள் காலை உணவுக்கு என்ன தயாரிப்பது என்று முடிவெடுக்க வேண்டும். வீட்டை சுத்தம் செய்தல், பாத்திரம் தேய்த்தல் என்று அவள் சுழல்கிறாள். அதோடு நின்று விடுவதில்லை. குழந்தை படித்துக்கொண்டிருக்கும். அதன் சந்தேகத்தை தீர்த்துவைக்கவேண்டும்.
இந்த நிலையில் கணவர் வீடு திரும்புவார். அவர் எப்போது தூங்கலாம் என்ற நிலையிலே வருகிறார். கணவன், மனைவி இருவர் நேரமும் வேலை, அலுவலகம், குழந்தை, டெலிவிஷன் நிகழ்ச்சி, உறவினர்கள் வட்டம், வீட்டு வேலைகள் போன்ற அனைத்துக்கும் ஒதுக்கப்பட்டுவிடுவதால் கணவன், மனைவி இருவருக்கும் அவர்களுக்கென்று நேரம் ஒதுக்க முடியாமல் போய்விடுகிறது. அன்றன்றைய வேலை முடிந்து இருவரும் படுக்கைக்கு செல்லும் போது சோர்ந்து போய், எப்போது தூங்கலாம் என்ற நிலைக்குச் சென்றுவிடுகிறார்கள்.

கணவனும், மனைவியும் சந்தோஷமாக பேசிக்கொண்டிருக்கவோ, அவர்கள் விரும்பிய பொழுதுபோக்குகளில் ஈடுபடவோ, அவர்கள் அந்தரங்கமாக பேசிக் கொண்டிருக்கவோ நேரமில்லாமல் போய்விடுகிறது. அதிக சோர்வு, களைப்பு, மறுநாள் பணி பற்றிய சிந்தனை போன்றவைகளுடன் அவர்கள் படுக்கைக்குச் செல்லுவதால் படுத்ததும் தூங்கிவிடுகிறார்கள். அதை மீறி அவர்கள் உறவு கொள்ள விரும்பினால், அது முழுமையான மன ஈடுபாட்டோடு அமையாமல் ஏதோ அவசர கோலத்து சடங்கு போல் ஆகிவிடுகிறது.

இதில் குறிப்பிடவேண்டிய இன்னொரு விஷயமும் இருக்கிறது. கணவர், மனைவியிடம் அன்பு செலுத்தாமல் இருந்தாலோ, அவருடைய அன்றாட செயல்பாடுகள் பிடிக்காமல் இருந்தாலோ அவளுக்கு பிறப்பு உறுப்பு இறுக்க நிலைதோன்றிவிடும். அதனால் உறவு, வலி நிறைந்த அவஸ்தையாக மாறி, உடலுறவில் நிரந்தர வெறுப்பை உருவாக்கிவிடும்.

3 / 5

கணவன், மனைவிக்கு இடையே காதல் காணாமல் போய்க் கொண்டிருக்கிறது !
Friday, 13 February 2015 09:15

பலகீன நிலை: வேலையில் ஏற்படும் மனநெருக்கடியும், பொருளாதார சிக்கலும் ஆண்களுக்கு சோர்வு மனநிலையை அதிகம் ஏற்படுத்துகிறது. அந்த சோர்வு நிலை, ஆண்களுக்கு செக்ஸ் பலகீனத்தை உருவாக்கும். இந்த பலகீனத்தை அப்படியே வைத்துக்கொண்டிருந்தால், அது செக்ஸில் வெறுப்பு நிலையை உருவாக்கும். அதனால் மனச் சோர்வில் இருந்து ஆண்கள் விடுபடவேண்டும். அவர்களுக்கு செக்ஸ் பலகீனங்கள் இருந்தால் அதற்குரிய சிகிச்சையை உடனடியாக மேற்கொள்ளவேண்டும். இப்போது எல்லாவிதமான செக்ஸ் பலகீனங்களுக்கும் சிகிச்சைகள் உள்ளன.

உடற்கூறு அறிவின்மை :

ஆண்களும், பெண்களும் இப்போது எவ்வளவோ படித்தவர்களாகவும், பொது அறிவில் சிறந்தவர்களாகவும் இருந்தாலும் உடற்கூறு பற்றிய அறிவில் ஏதும் அறியாதவர்களைப் போலத்தான் இருக்கிறார்கள். ஆணின் உடற்கூறு பற்றி பெண்ணும், பெண்ணின் உடற்கூறு பற்றி ஆணும் சரியாக அறிந்திருப்பதில்லை. இப்போது பெரும்பாலனவர்களுக்கு செக்ஸ் பற்றிய விழிப்புணர்வு இருப்பதாக கூறப்பட்டு வருகிறது. ஆனால் எங்களிடம் கவுன்சலிங்குக்கு வரும் தம்பதிகளில் சிலருக்கு சரியான முறையில் உறவு கொள்ளவே தெரிந்திருக்கவில்லை என்பதைக் கண்டறிய முடிகிறது.

கடந்த வருடத்தில் குழந்தைபேறு சிகிச்சை பெற்ற தம்பதிகள் அனைவரிடமும் எடுத்த கருத்துக் கணிப்பில் இன்னொரு விஷயம் தெளிவாகப் புலப்பட்டுள்ளது. அந்த தம்பதிகளில் பெரும்பாலானவர்களுக்கு மன உளைச்சல் மிக அதிகமாக இருந்தது. மனஉளைச்சல் அதிகமாக இருக்கும் போது அவர்களுக்கு செக்ஸ் ஆர்வம் குறைந்து போவது மட்டுமின்றி ஆண்களின் உயிரணுக்களின் எண்ணிக்கை குறைந்து, அதன் உயிரோட்ட தன்மையும் மிகக் குறைந்து போகிறது. அதுவே குழந்தையின்மைக்கான காரணமாகிறது.

பெண்களில் பலர் இப்போது வேலைக்குச் செல்கிறார்கள். அவர்கள் பெரும்பாலும் புடவையைத் தவிர இதர ஆடைகளையே அணிகிறார்கள். அப்போது உள்ளாடை அணிகிறார்கள். அவர்கள் முழுநேரமும் பேன்டீஸ் அணிவது நல்லதல்ல. ஏன் என்றால் கோடைகாலத்தில் நன்றாக பெண்களுக்கு வியர்க்கும். அப்போது மலத்துவாரப் பகுதியில் தொற்றுக்கிருமிகள் இருக்கும். அவை வியர்வையுடன் சேர்ந்து தண்ணீர் தன்மையுடன் பிறப்பு உறுப்பு பகுதியில் பிரவேசிக்கும். அங்கு தொற்றுக்கிருமிகள் தாக்குதல் உருவாகி விடும். அந்த தாக்குதலுக்கு உடனடியாக முறையான சிகிச்சை எடுக்காவிட்டால், உறவின் போது கணவருக்கும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். அதனால் பெண்கள் 24 மணிநேரமும் பேன்டீஸ் அணியும் பழக்கத்தை உருவாக்கிக் கொள்ளக்கூடாது.

4 / 5

கணவன், மனைவிக்கு இடையே காதல் காணாமல் போய்க் கொண்டிருக்கிறது !
Friday, 13 February 2015 09:15

ஆண்களும் இறுகிய உள்ளாடை அணியக்கூடாது. விரைப்பகுதி எப்போதும் உடலை ஒட்டிய நிலையில் இருக்கக்கூடாது. இறுக்கமான உள்ளாடை அதற்கு மாறான நிலையை உருவாக்கிவிடுகிறது. விரைப்பகுதியின் தட்பவெப்பநிலை உடல் தட்பவெப்பநிலையை விட ஒரு டிகிரி குறைவாக இருக்கும். உள்ளாடை அணிந்திருக்கும் போது உடலோடு விரைப்பை ஒட்டி உடலின் தட்பவெப்ப நிலைக்கு மாறிவிடுகிறது. அதனால் உயிரணுவின் உயிர்த்தன்மையில் பாதிப்பு ஏற்பட்டுவிடுகிறது.

சம்பாத்தியத்திற்காக வெளிநாடு செல்லும் பலர் அங்கேயே வருடக்கணக்கில் தங்கும் சூழ்நிலையில் இங்கிருக்கும் மனைவியின் நிலை பரிதாபமானதுதான். வெகுகாலம் பிரிந்திருப்பது இருவரின் செக்ஸ் உணர்வுகளை மெல்ல மெல்ல மழுங்கடிக்கச் செய்துவிடும் என்பதோடு உடலும் ஆரோக்கியத்தை இழக்கும் என்பதை சொல்லித் தெரிய வேண்டும் என்பதில்லை. இணைந்து வாழும் தம்பதியர்களின் உடல் நலம் ஆரோக்கியமாக இருப்பதை கண்கூடாகக் காணலாம்.

இப்போது வாழ்க்கை சூழல், வாழும் முறை, உடை கலாசாரம், உணவுக் கலாசாரம், போட்டி மனப்பான்மை, மனநெருக்கடி போன்ற அனைத்தும் கணவன் - மனைவி நேசத்திற்கும், படுக்கை அறை உறவுக்கும், திருப்தியான தாம்பத்ய வாழ்க்கைக்கும் எதிராக இருக்கிறது. அதை எல்லாம் உணர்ந்து கணவனும், மனைவியும் நடந்து பாசத்தையும், நேசத்தையும் பெருக்கிக்கொள்ள வேண்டியது காலத்தின் கட்டாயம்.

நன்றி: ஈகரை.நெட்

5 / 5