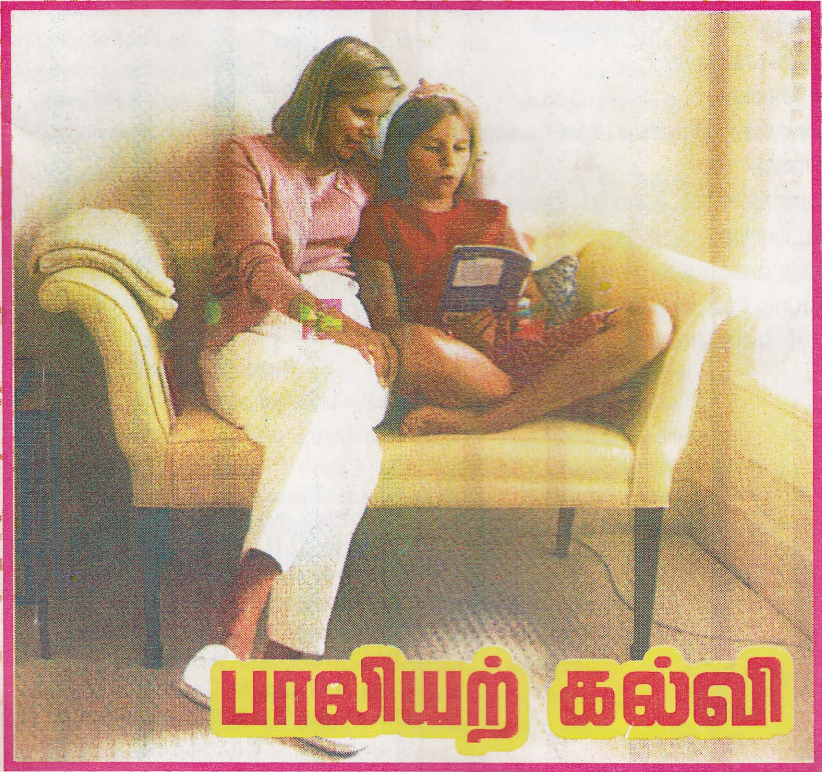
நான்

உளவியல் சஞ்சிகை



மலர் 29 இதழ் 03

வைகாசி - ஆனி, 2004

நான்

மலர்: 29
இதழ்: 03

உளவியல் சஞ்சிகை
வைகாசி - ஆனி, 2004
விலை 20/=

உள்ளே.....

⇉ஆசிரியர் அரும்புகள்
⇉பாலியற் கல்வி
⇉காதலின் போது உடலுறவா?
⇉கட்டிளமைப் பருவத்தில் பாலியற் கல்வி
⇉ஆட்கொல்லி (சிறுகதை)
⇉பெண்களே அறிந்து கொள்ளுங்கள்
⇉தெரிந்துகொள்வோமா?
⇉கவிச்சோலை
⇉எமது சமுதாயத்தில் பாலியல் அறிவு தேவைதானா?
⇉நேர்காணல்
⇉பாலியல் மூலம் கடத்தப்படும் நோய்கள்
⇉வாலிப வசந்தம்
⇉பல்வேறு வகைப்பட்ட பாலியல் நடத்தைகள்
⇉இனப்பெருக்கச் செயற்பாடு
⇉எய்ட்ஸ் என்றால் என்ன?

"NAAN"
Tamil Psychological Magazine
De Mazenod Scholasticate,
Columbuthurai, Jaffna,
Sri Lanka.
Tel 021-222-5359

ஆசிரியர்:
போல் நட்சத்திரம் O.M.I, B.Th., M.A.

இணையாசிரியர்:
பொன்சியன் O.M.I, B.Th., B.A. (Hons).

ஒருங்கிணைப்பாளர்:
ஜெறோம் O.M.I.

நிர்வாகக் குழு:
அ.ம.தி. இறையியல் சகோதரர்கள்.
ஜோசப் பாலா.

ஆலோசகர் குழு:
டேமியன் O.M.I., M.A.
டானியல் O.M.I., M.A.
செல்வரெட்ணம் O.M.I., Ph.D.
N. சண்முகலிங்கன் Ph.D.
Dr. R. சிவசங்கர் M.B.B.S.
றீனா H.C. Dip. in Counselling, Kent.
ஜீவனதாஸ் O.M.I., B.A.(Hons), B. Th., Dip. Ed.
ஜீவாபோல் O.M.I., M.Phil.

ஆசிரியர் அரும்புகள் !

வாசக அன்பர்களுக்கு வணக்கங்கள்.

இன்றைய ஊடகங்களிலும் தொடர்புசாதனங்களிலும் பாலியற் குற்றங்கள் பற்றிய தகவல்கள் மலிந்திருப்பதைப் பார்க்கின்றோம். நமது நாட்டிலும், குறிப்பாக வீடுகளிலும், வேலைத்தளங்களிலும், வீதிகளிலும் ஓடும் வாகனங்களிலும் பாலியற் குற்றங்கள் இழைக்கப்படுவதாக அறிகின்றோம். வயது வேறுபாடின்றி எல்லா மட்டத்தினரும் இச்செயல்களுக்கு சுலபமாக இரையாகிவிடுகின்றார்கள். இத்தகைய செயல்கள் சமூகச் சீர்கேடுகளுக்கும், அறநெறிப் பிறழ்வுகளுக்கும், ஒழுக்கமின்மைக்கும், மனித மாண்பற்ற மனநிலைக்கும் ஒருவனைத்தள்ளுகின்றது. இக்கொடூர செயல்களால் பாதிக்கப்படுகின்றவர்கள் நிரந்தரமாகவே மனநோய்களுக்கும் அழுத்தங்களுக்கும் உட்படுகின்றார்கள்.

"பாலியல்" மனித வாழ்வோடும் உடலோடும் இணைந்த ஒரு புனிதமான கூறாகும். மனித உடல் விருத்தியடையும் போது பாலியற் கூறுகளும் பருவத்துக்கேற்ப வளர்ச்சியடைகின்றது. ஒரு குறிப்பிட்ட நோக்கத்துக்காக இப்பாலுணர்வு ஒரு தனித்துவமான கொடையாக இறைவனால் மனிதர்களுக்கு வழங்கப்பட்டது. 'பாலியல்' பற்றிப் பேசுவது, கற்பது, அறிவது, நினைப்பது போன்றன நமது வாழ்வுக்குத்தகாது என்றோ / வெட்கமென்றோ தட்டிக்கழிப்பது மேலும்பல ஒழுக்கமின்மைகளுக்கு வழிவகுக்கும். குறிப்பாக மாணவர்கள் / இளைஞர்கள் யுவதிகள் பாலியல் பற்றிய தெளிந்த அறிவைக் கொண்டிருக்கும் போது தமது எதிர்காலத்தை நல்லமுறையில் திட்டமிடுவதற்கும் துணைபுரிகின்றது. பாலுணர்வுகளை சரியான முறையில் முதிர்ச்சியாக கையாளத் தெரிந்தவன் தன்னையும் பிறரையும் மதிக்கும் பண்பாளனாக வளருவான்.

"பாலியல்கல்வி" என்ற கருப்பொருளில் வெளிவரும் "நான்" மஞ்சரி பல அரிய ஆக்கங்களைச் சுமந்து வருகின்றது. வைத்தியர்கள், அனுபவமிக்க கல்விமான்கள், மருத்துவபீட மாணவர்கள், ஆற்றுப்படுத்தினர் போன்றோரால் படைக்கப்பட்ட ஆக்கங்கள் அனைத்தும் கவனமாகப் படிக்கப்படவேண்டியவை. வாசித்து பலன்பெறுவீர்களென்பது நமது நம்பிக்கை.

தோழமையுள்ள
வாழ்த்துக்களுடன்,
ம. போல் நட்சத்திரம். அ.ம.தி

பாலியற் கல்வி

சரோஜா சிவச்சந்திரன் [M.A]

உலகில் உள்ள ஜீவராசிகள் அனைத்தும், மனிதன் உட்பட இனவிருத்தியில் ஈடுபட்டு தத்தமது வாழ்வுச் சக்கரத்தை நிறைவேற்றுகின்றன. "சொல்லித் தெரிவதில்லை மன்மதக்கலை" என்ற கூற்றிற்கிணங்க பாலியற் கல்வி என்பது தெரிந்தோ தெரியாமலோ பெறப்படுகின்ற உணர்வுபூர்வமான அறிவு. பாலியற் கல்வியினை புத்தகத்தில் படித்தோ, பாடசாலைக்குச் சென்றோ கல்வி கற்று அறிய வேண்டும் என்பதல்ல.

நம் முன்னோர்கள் பாலியல் அறிவை இளம் சந்ததியினருக்கு தெரிவிக்கும் வகையில் பல கதைகளை அனுபவத்தோடு பகிர்ந்து வந்துள்ளனர். இவ்வனுபவங்களோடு இணைந்துவந்த பல மூடநம்பிக்கைகளும் இன்றுவரை நம்மை பின்தொடர்வது எதுவும் வியப்பதற்கில்லை. இதிகாசங்கள் புராணங்களில் வரும் கற்பனைக் கதைகளில் காமக் களியாட்டங்களிற்கான பல சந்தர்ப்பங்களை அவதானிக்க முடிகின்றது. காமசூத்திரம் என்ற நூல் பாலியற் கல்வியின் ஓர் அடிப்படை நூல் என்ற வகைக்கு ஏற்ப விளக்கங்கள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. திருவள்ளுவர் கூட காமத்துப்பாலில் பாலியற் கல்விக்கான இலக்கணவரைபை இருவழிகளில் எடுத்து இயம்பியுள்ளார்.

ஆகவே பாலியற் கல்வி என்பது ஏதோ ஓர் வகையில் மக்கள் அறிந்து கொள்ளும் வகையில் அறிவூட்டப்பட்டு வந்துள்ளமையை காணக்கூடியதாக இருந்தபோதிலும், பாலியற்க் கல்வி என்ற தெளிவான ஓர் வரையறைக்குட்பட்ட முறைமை இன்று தேவைதானா என்ற கேள்வி அண்மைக்காலத்தில் பலராலும் முன்வைக்கப்பட்ட ஒன்றாக உள்ளது.

மக்கள் இன்று பல்துறைசார் நிபுணத்துவம் பெற்றவர்களாகவும், கல்வியறிவுட்பட்டவர்களாகவும், நவீன தொழிநுட்ப வசதிகளினூடாக பல நிகழ்வுகளை பெற்றுக் கொள்பவர்களாகவும் விளங்குகின்றனர். நாடுகளிடையே குடித்தொகைப் பெருக்கம், வறுமை, செல்வந்த நாடுகளிடையே மக்களிடம் மேலோங்கி நிற்கும் கட்டுப்பாடற்ற களியாட்டப்போக்குகள் போன்ற நிலைப்பாடுகள் யாவும் இன்று வரையறைகளைக் கடந்து வாழ்வியல் முறைமைகட்கு அப்பால் சென்று கொண்டிருப்பதை, நாமறியும் செய்திகள் எமக்குத் தெரிவிக்கின்றன. குடும்பம், சமூகம் என்ற உறவுகள், புரிந்துகொள்ளக்கூடிய எல்லைகளைத் தாண்டிச்செல்லும் போது, குடும்ப, சமூக சிக்கல்கள் ஏற்படுகின்றன. இன்று எச்.ஐ.வீ. என்ற பயங்கர ஆட்கொல்லி நோய்க்கும், பாலியலுக்கும் இடையில்

காணப்படும் நெருங்கிய உறவு ஓர் சிருஷ்டிக்கும் - மரணத்திற்கும் இடையில் நிலவும் உறவு போன்றதே. இவ்வாறான பல திருப்புமுனைகளில் எமது வாழ்வுச் சக்கரம் சுழலும் போது, தான் எமக்கு பக்குவமான வாழ்வியல் முறைகள் தேவைப்படுகின்றன. இவற்றை சரியான முறையில் அறிந்து கொள்ளாமையினால், நாம் எதிர்கொள்ளும் துன்பங்கள் எம்மை சுமைகளாக்கி விடுகின்றன. உயிரியல் பாடத்தைக் கற்கும் மாணவர்கள் ஏதோ பாடத்திட்டத்தில் போடப்பட்டுள்ளதே என்பதற்காக பாடத்தை கற்கிறார்களே தவிர, சரியான விளக்கத்தை பெற்றுக் கொள்கிறார்களா என்பது சந்தேகமே.

ஓர் பெண்பிள்ளை பூப்படையும் போது சடங்குகளும் சம்பிரதாயங்களும் பெரிதாக நடத்தி முடிக்கப்படுகின்றன. ஆனால் அப்பருவப்பெண்ணிற்கு அவள் பருவமடைந்ததற்கான காரணம், மாதவிலக்கு வரும் முறை, கர்ப்பம் தரிக்கக்கூடிய சாத்தியக்கூறுகள் மற்றும், உடற்தூய்மை போன்றவற்றை எடுத்துக்கூறுகின்றோமா? அவளுக்கு கட்டுப்பாடாக நடக்க வேண்டும் என்பது பற்றியே கூறப்படுகின்றது.

திருமணப் பேச்சுக்கள் ஆரம்பமாகும் போதுகூட, ஜாதகப்பொருத்தம் பார்க்கின்றார்களே தவிர இருபாலாரது ஆரோக்கியம், கருக்கட்டும் வாய்ப்புக்கள், பால் உறுப்பில் நோய் இருக்கின்றதா போன்ற மருத்துவ பரிசோதனையை செய்து பார்ப்பதில்லை. எச்.ஐ.வீ. தொற்றுக்குள்ளான ஓர் ஆண், எவ்வித தொடர்பும் இல்லாது இருக்கும் இளம் பெண்ணைத் திருமணம் செய்வதன் மூலம் அவளுக்கு எச்.ஐ.வீ. தொற்றினை பரிமாறிக் கொள்ளும் வாய்ப்பு அதிகமாகவே உள்ளது. ஆகவே, **இன்றைய நவீன யுகத்தில் ஜாதகம் பார்ப்பதை விட இருபாலரது மருத்துவ பரிசோதனையே அதிக முக்கியம் வாய்ந்தது ஆகும். ஜாதகத்தில் பாலியல் உறுப்பில் நோய் உள்ளது என்பதை ஒருபோதும் காட்டமாட்டாது.**

பாலியலை ஒழுக்கத்தோடு இணைத்துவிட்டதன் காரணமாக, அதனைப்பற்றி தெரிந்து கொள்வது கூட ஒழுக்கக்கேடான நடத்தை என நம்பப்படுகின்றது. இதனால் தான் இன்று பாலியல் பற்றிய அறிவை அங்கு பாதி இங்கு பாதியாக இளைஞர்களும் யுவதிகளும் தேடிக்கொள்கின்றனர். அண்மையில் 'போய்ஸ்' என்ற திரைப்படம் வெளியிடப்பட்டு தடையும் செய்யப்பட்டது. ஆனால் இளைஞர்களை விட வயதில் முதிர்ந்தவர்கள் கைகளில் ஏராளமாகவே உலாவியது இந்த படத்தின் சீ.டி.

இதன்மூலம் நமது தேடல் எதனை மையமாக கொண்டுள்ளது? பாலியலின் தேடல். இளைஞரிலிருந்து முதியோர் வரை இதனை மறைமுகமாக, அனுபவிக்கவே முயல்கின்றனர். இதன் முறையின் வழிகாட்டல் ஒழுக்கக்கேட்டின் பிறப்படுமா? பாலியற் தேடலின் அனுபவங்களோடு அதனால் வரும் பின்விளைவுகளையும் அறியவைப்பது இன்றைய சமுதாயத்திற்கு நாம் செய்யும் கடமையாகும்.

காதலின் போது உடலுறவா ?

தொகுப்பு - விமல்

இந்த நிருத்திகா (புனைபெயர்) என்ற துணைநாடி, உளவளத்துணையாளர் திருமதி தனேஷ் (சுகவாழ்வு நிகழ்ச்சித்திட்ட இணைப்பாளர்) அவர்களினால் உளவள சிகிச்சையூடு ஆற்றுப்படுத்தப்பட்டார். அதன் தொகுப்பு இதோ

நிருத்திகா (புனைபெயர்) என்முன் உளவளத்துணைக்காக துணைநாடியாக அமர்ந்திருந்தார். இயற்கை அழகைக் கொண்ட நேர்த்தியான உடலமைப்பைக் கொண்ட நிருத்திகா தனது முகத்தில் மாத்திரம் சிறிது கலக்கத்தையும் குழப்பத்தையும் தேக்கி வைத்திருந்தார். அவளுக்குள் கோபமும் எரிச்சலும் குடிகொண்டிருப்பதை அவள் கண்களினூடாக வாசிக்க முடிந்தது. ஒருமுறை களப்பயிற்சிக்காக குழுவாக குறிப்பிட்ட ஓர் அகதி முகாமுக்கு சென்று இளம் பெண்களுக்கு உளவியல் மற்றும் உளவளத்துணை பற்றி பேச முற்பட்டபோது இந்த நிருத்திகா உளவளத்துணையை விரும்பியவராக இனங்காணப்பட்டார்.

அவளுக்கு பதினெட்டு வயதிருக்கும். வயதுக்கேற்ற உடல் வளர்ச்சியும் அழகும் அவளிடம் இருந்தது. அவள் என்னிடம் வந்தபோது A / L படித்துக்கொண்டும் அவ்வருட A / L பரீட்சையை எதிர்நோக்கியும் இருந்தாள். அவளோடு ஆறு அமர்வுகளில் கலந்து கொண்டேன். முதல் அமர்வுகளில் அவள் தனக்கும் வீட்டிலுள்ள பெற்றோருக்குமிடையே சில விளக்கமின்மைகள் இருப்பதாகவும் இன்னும் தன்னிலே வெறுப்புள்ளவளாகவும் கூறிக்கொண்டிருந்தாள். அவளோடு ஆழமாக பயணித்தபோது அவள் தனது சுய நிலையை மெல்ல மெல்ல வெளிக்கொணர்ந்தாள்.

பிரச்சினை என்ன ?

நிருத்திகா அகதிமுகாமில் ஓர் நெருக்கமான சூழ்நிலையில் தன் கண்ணியமான கட்டுப்பாடான பெற்றோரோடு வாழ்ந்து கொண்டிருந்தபோது 25 வயது மதிக்கத்தக்க ஓர் இளைஞனை சந்திக்க நேர்ந்தது. அச்சந்திப்பு ஒரு வருடகால காதலாக மலர்ந்தது. அது வெறும் உள்ளத்துக் காதலல்ல. மாறாக உடல்கள் இணையுமளவு நெருக்கமான காதலாக மாறியது. கடைசியில் அடிக்கடி உடலுறவு கொள்வதை வழக்கமாகக் கொண்டனர். இந்த உடலுறவு முயற்சிகள் அனைத்தும் தூரத்து உறவினரான "அன்ரி" யின் ஒத்துழைப்பில் அவரது வீட்டிலே அரங்கேறின. ஆனால் இந்த உடலுறவுகளின் போது அவள் கருவுறவில்லை என்பது மட்டும் உண்மை. இக்காதல் விடயங்களில் சிற்சில விடயங்கள் மாத்திரமே நிருத்திகாவின் வீட்டாருக்கு தெரியவந்தது. அவள் பெற்றோருக்கும்

அவளுக்குமிடையே விரிசல் ஏற்பட்டது. அத்தோடு தான் செய்வது சரியா? பிழையா? என்று குழப்பமடைந்து விரக்தியோடும் வெறுப்போடும் வாழ்வை நகர்த்தினாள்.

அவளோடு ஆழமாக பயணித்தபோது இன்னும் சில விடயங்கள் வெளிப்பட்டன. உடலுறவு பற்றி அவள் பேசும் போது காதலின் போது உடலுறவு கொள்வது தப்பில்லை என்ற மனநிலையில் அவள் இருந்தது தெளிவாகியது. காதலின் போது உடலுறவு சகஜம் என்ற கருத்தையும், திருமணத்தின் முன் உடலுறவு தப்பில்லை என்ற கருத்தையும் அவள் கொண்டிருந்தாள். சிலவேளை இக்கருத்துகள் அவளது காதலனால் சொல்லப்பட்டிருக்கலாம்.

சிகிச்சை முறை

அவளோடு பயணித்து இலக்கு, கல்வி, வாழ்வின் தற்போதைய முக்கியம் பற்றி பேசினேன். காதல், பாலியற் கல்வி, உடலுறவு பற்றி விளக்கம் இவைகளைப்பற்றியும் எடுத்துச்சொன்னேன். அவள் எதிர்நோக்கியிருக்கும் A / L பரீட்சையின் அவசியத்தையும், கல்வியின்மையால் ஏற்படும் பின்விளைவுகளையும் தெட்டத்தெளிவாக விளக்கினேன். வாழ்வின் இருபக்கங்களையும் எடுத்துக்காட்டினேன்.

விளைவு

நிருத்திகா தனது காதலை தள்ளி வைத்துவிட்டு கல்வியிலே கவனம் செலுத்தத் தொடங்கினாள். A / L பரீட்சையில் சிறந்த பெறுபேற்றைப் பெற்றுக்கொண்டாள். கல்விக்கு முக்கியம் கொடுக்கும் ஒருத்தியாக வலம்வருகின்றாள். அதேவேளை இவள் கல்விக்கு முக்கியத்துவம் கொடுப்பதையும் உடலுறவு விடயங்களில் அதிக ஆர்வம் காட்டாமல் இருப்பதை புரிந்துகொண்ட இவளது காதலன் இவளை சந்திப்பதை மெல்ல மெல்ல தவிர்க்கிறான். நிருத்திகாவை அவன் ஏமாற்றினாலும் ஆச்சரியப்படுவதற்கில்லை.

சில வினாக்கள்

நிருத்திகாவின் வாழ்வைப் பொறுத்தவரையில் சில வினாக்கள் பதில்கள் இல்லாமலே எழுப்பப்பட்டவண்ணம் இருக்கின்றன.

- காதல் என்ற போர்வையில் உடலுறவிலே நாட்டங்கொண்ட அவளது காதலன் தொடர்ந்து உள்ளக்காதலிலே ஆர்வம் காட்டுவானா?
- நிருத்திகாவை அவன் ஏமாற்றினால் நிருத்திகாவின் நிலை என்ன?
- நிருத்திகாவின் காதல் விடயங்கள் ஊரவர்க்கு தெரிந்தால், நிருத்திகாவிற்கு திருமணம் சாத்தியமா?
- நிருத்திகாவிற்கு உடலுறவு பற்றிய சரியான விளக்கத்தைக் கொடுக்க தவறியமைக்கு யாரைக் குற்றம் சாட்டலாம்? பெற்றோரையா? அவளுக்கு கல்வி கற்பித்த ஆசிரியர்களையா? அவளது நண்பிகளையா? சமூகத்தையா?

உங்கள் பதில் என்ன? விரும்பியவர்கள் உங்கள் கருத்துக்களை எங்களுக்கு எழுதலாம்?

கட்டிளமைப் பருவத்தில் பாலியற் கல்வி

திருமதி. நொ.யூ. தர்மரட்ணம்
யா / புனித சாள்ஸ் ம.வி

வயது அடிப்படையில் ஒரு மனிதனின் வாழ்க்கைக் காலத்தைக் கட்டங்களாக வகுத்துக்காட்டி, ஒவ்வொரு காலகட்டத்திலும் முனைப்பான இயல்புகள், அவை தொடர்பாக எழுகின்ற பிரச்சினைகள் போன்றவை பற்றி உளவியலாளர்கள் பலர் ஆராய்ந்துள்ளனர். அவர்களால் வகுத்து ஆராயப்பட குழந்தைப்பருவம், பிள்ளைப்பருவம், கட்டிளமைப்பருவம், முதிர்ச்சிப்பருவம் என்ற கட்டங்களில் கட்டிளமைப்பருவம் என்பது ஒரு முக்கியமான காலகட்டமாகும். 12 அல்லது 13 வயது தொடக்கம் 20 அல்லது 21 வயதுவரைக்கும் இடையிலான காலகட்டம் கட்டிளமைப் பருவமாகும். இப்பருவத்திலேயே பாலியல் தொடர்பான பிரச்சினைகள் எழுகின்றன. இப்பருவத்தில் ஏற்படும் சடுதியான துரித வளர்ச்சியினால் உடலில் ஏற்படும் மாற்றமானது மிகச் சிக்கலான தூண்டல்கள், அசௌகரியங்கள் அவற்றின் விளைவாக ஏற்படும் பிரச்சினைகள் என்பன பிள்ளைகளுக்கு தாக்கத்தை ஏற்படுத்துவனவாக அமையலாம்.

திறந்த பொருளாதாரம், சர்வதேச உள்நாட்டுக் குடியகல்வுகள், யுத்தத்தின் காரணமாக இடம்பெயர்தல், தொடர்புச் சாதனங்களின் தாக்கம், சுற்றாடல் சுகாதாரப் பிரச்சினைகள், புதியனவற்றைப் பரீட்சித்துப்பார்க்கும் ஆர்வம், பெண்களுக்கும் இளைஞர்களுக்கும் பாதுகாப்புக் கிடைக்காமை, அறியாமை, குடும்ப முறிவு, போதைவஸ்துக்கு உட்படுதல், தவறான நடத்தைகளை ஊக்குவிக்கும் வேறு சமூகக்காரணிகள் போன்ற பல்வேறு காரணங்களால் இன்றைய சமுதாயம் விரைவானதும் எதிர்பாராததுமான மாற்றங்களுக்குட்பட்டு வருகின்றது. இப்பின்னணியில் கட்டிளமைப் பருவத்தினரிடையே தற்கொலை, உளச்சோர்வு, போதைப்பொருள் பாவனை, இளவயதில் கர்ப்பம் தரித்தல், கருச்சிதைவு, பாலியல் நோய்கள் என்பன அதிகரித்து வருவதாக ஆய்வுகள் கூறுகின்றன.

இதன் காரணமாக கட்டிளமைப் பருவத்தினருக்கு பாலியல் தொடர்பான எண்ணக்கரு, அதுபற்றிய அறிவு, விளக்கம் என்பன வழங்கப்பட வேண்டிய தேவையுள்ளது. அத்துடன் வளர்ந்தோரின் வழிகாட்டல்கள், அவர்களின் உதவி, பாதுகாப்பு என்பனவும் அவசியமானதாகும்.

கட்டிளமைப் பருவத்தில் பாலியல் கல்வி கற்பித்தல் தொடர்பாக உடன்பாடான கருத்துக்களும், எதிர்மாறான கருத்துக்களும் எழலாம். பாலியல் கல்வியானது பரீட்சித்துப்பார்க்கும் ஆர்வமுடைய மாணவர்களுக்கு, அவர்களைத் தூண்டுகின்ற ஒரு செயற்பாடாக அமையும் என ஒரு சாரார் கருதலாம். அவ்வாறு இருப்பினும் பாலியல் தொடர்பான விளக்கம் பெற்றிருந்தால் தான் அது தொடர்பாக எழுகின்ற பிரச்சினைகள், ஆபத்துக்களில் இருந்து ஒரு பிள்ளை தன்னைப் பாதுகாத்துக்கொள்ள முடியும். மூடநம்பிக்கை, அறியாமை போன்றவற்றால் எதிர்காலத்தைக் கேள்விக்குறியாக்கி விடலாம். அதனால் பாலியல் தொடர்பான கல்வியினைக் கட்டிளமைப் பருவத்தில் கற்பிப்பது அவசியமானதும், பொருத்தமானதுமாகும்.

மாணவர்களில் பெரும்பாலானோர் கட்டிளமைப் பருவத்தில் இருப்பதனால் பாலியல் கல்வியைப் போதிப்பதில் பாடசாலைகளுக்குப் பெரும் பங்குண்டு. குறிப்பாக இலங்கையின் சகல பாடசாலைகளையும் பிரதிநிதித்துவப்படுத்தும் வகையில் நிர்வாகிகள், அதிபர்கள், ஆசிரியர்கள், மாணவர்கள் (தரம் 6 - 11), பெற்றோர்கள் போன்ற எல்லா தரத்தினரிடம் இருந்தும் வினாக்கொத்து, நேரடிக் கலந்துரையாடல்கள் மூலமாக பாலியல் கல்வி தொடர்பாக அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு பற்றிய தகவல்கள் பெறப்பட்டன. அத்தகவல்களின் அடிப்படையில் நோக்கும் போது பின்வரும் விடயங்கள் தெளிவாக அறியப்பட்டன.

- பாலியல் தொடர்பான ஆபத்தான நடத்தைகளில் ஈடுபடுவதும், அத்தகைய நடத்தைகளைப் பரீட்சித்துப்பார்ப்பதுமான போக்கு இலங்கை பூராவிலுமுள்ள பாடசாலை மாணவர்களிடம் பொதுவாகக் காணப்படுகின்றது. கட்டிளமைப்பருவ மாணவர்கள் உணர்ச்சி, உளச்சோர்வு நிலை காரணமாக இத்தகைய நடத்தைகளுக்கு உட்படுகின்றார்கள்.
- ஆபாச நூல்கள் வாசிப்பது, திரைப்படங்கள் பார்ப்பது தொடர்பான நடத்தைகளில் இருந்து பாலியல் தொடர்பான அறிவைப் பெறுவதில் அதிகளவு ஆர்வம் காட்டி வருகின்றனர்.
- பாலியல் தொடர்பான தகவல்களை தமது பிள்ளைகளுக்கு வழங்கி வழிகாட்டும் ஆற்றல் பற்றிய நம்பிக்கை பெற்றோருக்கு இல்லை. பிள்ளைகளிடம் சமூகமயமாகும் செயலொழுங்கில் சாதகமான பங்குபற்றலில் பெற்றோர்களிடம் தகுதியீனம் காணப்படுகின்றது.

மேற்கூறப்பட்ட தகவல்களில் இருந்து இன்றைய சிக்கலானதும் சவால்கள் நிறைந்ததுமான ஒரு சமூகத்தில் வாழ்ந்து வருகின்றார்கள் என்பதும், அவர்களுக்குப் பிழையான தகவல்களை வழங்கும் வழிகள், சந்தர்ப்பங்கள் அதிகளவில் உண்டு என்பதும் அவர்களுக்குத்

தேவையான அறிவையும், வழிகாட்டல்களையும் வழங்குவதற்கு குடும்பங்கள் போதிய வலுவினைப் பெற்றிருக்கவில்லை என்பதும் தெளிவாகின்றது.

எனவே சமூக நிறுவனமாகிய பாடசாலைகள் கட்டிளமைப்பருவ மாணவர்களுக்கு பாலியல் தொடர்பான கல்வியை வழங்குவதில் சாதகமான நிலையை உருவாக்குவது தேவையாகவும், அவசியமாகவும் உள்ளது. கட்டிளமைப் பருவத்தில் பாலியல் நடத்தை தொடர்பாக ஏற்படக்கூடிய சவால்கள், பிரச்சினைகள், பாலியல் நோய்கள், அவற்றின் விளைவுகள் தொடர்பான அறிவைப் புகட்டுதலும், அவற்றில் இருந்து தம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளும் முறை பற்றிய விளக்கத்தைக் கொடுத்தலும் இன்றைய ஆசிரியர்களின் கடமையாக உள்ளது. அதனால் பின்வரும் நோக்கங்கள் நிறைவேறும் வகையில் பாடசாலைகளில் பாலியல் கல்வி கற்பித்தல் வேண்டும்.

- வாழ்க்கை நலன்களில் அதிகளவு ஈடுபாடு கொள்ளும் வகையிலான மனப்பாங்கை வளர்த்தல்.
- சமூக சமய கலாச்சார விழுமியங்களுக்கு மதிப்புக் கொடுக்கும் மனப்பாங்கை வளர்த்தல்.
- குடும்ப உறுப்பினரிடையே இருக்க வேண்டிய இடைத்தொடர்புகள் பற்றியதும், அவ்விடைத்தொடர்புகள் மூலம் கிடைக்கக்கூடிய பாதுகாப்பு, சிறப்புக்கள் பற்றிய அறிவினை வளர்த்தல்.
- உடல் உறுப்புக்களில் ஏற்படும் மாற்றம் இயற்கையானவை என்ற எண்ணக்கருவை ஏற்படுத்துதல்.
- பாலியல் பிரச்சினைகளை இனங்காணவைத்து அவற்றினால் ஏற்படக்கூடிய விளைவுகள், ஆபத்துக்கள் என்பன பற்றிய அறிவை வளர்த்தல்.

எனவே கட்டிளமைப் பருவமானது நிலைதடுமாறும் பருவம் என்பதை உணர்ந்து மாணவர்களுக்கு பாலியல் தொடர்பான அறிவினை வளர்ப்பதும், அவர்கள் எதிர்நோக்கும் பாலியல் பிரச்சினைகளில் இருந்து தம்மை விடுவிக்கும் திறன்களைப் பெற்றுக் கொள்ளும் வகையில் வழிநடத்துதலும் இன்றைய ஆசிரியர்களின் பொறுப்பு என்பதை உணர்ந்து, பாடசாலைகளில் முழுமையான செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவது இன்றைய தேவையாக உள்ளது. அத்துடன் பல்வேறு நோக்கங்கள் நிறைவேறும் வகையில் செயற்படும் போது எமது இளைய சமுதாயத்தை கட்டுக்கோப்பான வாழ்வுக்கு இட்டுச் செல்லும் என்பது உறுதியானதாகும்.

ஆட்கொல்லி

சிறுகதை

ந. தீபனா
கரம்பகம், மிருசுவில்

(எய்ட்ஸ் என்ற ஆட்கொல்லி நோய் முக்கியமாக தப்பான நடத்தை உள்ளவர்களில் ஏற்படும் முக்கியமான ஒரு நோய். எனினும் அத்தகைய நடத்தையுடைய மணமகனை மணம்முடிக்கும் நன்நடத்தை கொண்ட மணமகளும் தப்பான பட்டம் வாங்கும் சந்தர்ப்பம் உண்டாகின்றது அல்லவா? அப்படியான ஒருத்தியின் உள்ளக்குமுறல் தான் இக்கதையின் வெளிப்பாடு ஆகும்.)

சில்லென்று உடலை வருடும் மார்கழிக் குளிர்காற்று அவளை அலையாய் சுடுகிறது. இதமான சங்கீதம் அவள் காதில் ஓலமாக ஒலிக்கின்றது. அழகிய நிலாக்காலம் பயங்கரமாகத் தெரிகின்றது. இந்த உலகமே அவளுக்கு வெறிச்சோடிக்கிடக்கின்றது. பாயில் புரள்கின்றாள். தூக்கமோ அவளை விட்டுவிட்டு விலகுகின்றது. என்ன பிரமை. அவளால் எதனையும் இரசிக்கவோ அனுபவிக்கவோ முடியவில்லை.

விடிந்ததும் "மாலா" என சாளரம் வழியாக ஓர் குரல் கேட்கின்றது. தாகத்திற்கு தண்ணீரும் உண்பதற்கு உணவும் அனுப்பப்படுகின்றது. இதுவே நாளும் தொடர்கதையாகின்றது. இவற்றையெல்லாம் அவள் என்ன சிறைக்கூடத்திலா அனுபவிக்கின்றாள். இல்லை தன் சொந்த வீட்டில் உற்ற உறவினர் மூலமே அனுபவிக்கின்றாள். அவளுக்கு அங்கு நடப்பவை எல்லாமே வினோதம்.

தாங்கொணாத்துயரம் அவளையே துவைக்கின்றது. "இனிமேலும் நான் ஏன் இந்த உலகத்தில் வாழ வேண்டும். எனக்கென என்னைக் கவனிக்க யார் இருக்கின்றார்கள்? சமூகம் ஏன் இப்படி என்னைப் பார்க்கின்றது? நான் எப்படி வேலைக்குப் போகமுடியும்? என்னால் யார் முகத்திலும் முழிக்க முடியவில்லையே. நான் ஏன் இப்படி மெலிந்து கொண்டே போகின்றேன். இந்த சமூகத்தையே அடித்துக் கொல்ல வேண்டும் போலிருக்கிறதே. எனது வாழ்க்கை ஏன்? ஏன்? இனியும் யாருக்காக நான் வாழ வேண்டும்?" என பல கேள்விகளை அடுக்குகின்றாள்.

இறுதியில் தற்கொலை தான் தீர்வு என எண்ணி தற்கொலை செய்யத் துணிகின்றாள். அப்போது தான் அவளது மனட்சாட்சி பேசுகின்றது. "நீ என்ன பாவம் செய்தாய்? எதற்காக தற்கொலை செய்ய துணிகின்றாய்? யாரோ செய்த பாவத்திற்கு தண்டனையை அனுபவிக்கின்றாய். அதுவும் போதாது என தற்கொலை செய்யும் அளவிற்கு முன்வந்து விட்டாயா? நீ பேதை நீ அறிவிலி உன்னால் தான் வாழ முடியாவிட்டாலும் மற்றைய சமூகத்தையாவது காப்பாற்று. அதற்காக பாடுபடு. அப்போது தான் வாழ்க்கையின் அர்த்தம் உனக்குப் புரியும்" என்கிறது அந்த மனம்.

அவள் தனது கடந்தகால வாழ்க்கையை திரும்பி பார்க்கின்றாள். அந்த அழகிய கிராமத்திலே சமூகத்தின் எதிர்பார்ப்புக்கு மத்தியில் படித்து நல்ல வேலை பார்க்கும் அழகி அவள். அன்புக்கும் அரவணைப்புக்கும் இரண்டு அண்ணன்மார். சந்தோஷ உல்லாசத்தில் சிரித்து மகிழ பல நண்பிகள். அந்த கலகலப்பான நாட்களில் தான் அவளது பெற்றோரிடமிருந்து அந்த இனிப்பான செய்தி வந்திருந்தது. "மாலா உனக்கு ஒரு எஞ்சினியர் மாப்பிள்ளை பார்த்திருக்கின்றோம். அமெரிக்காவிலே இருக்கின்றான். நல்ல குணம். கண்ணியமானவன். உன்ர அறிவுக்கும் அழகுக்கும் அவன் தான் நல்ல பொருத்தம்" என தந்தை தாய் கூறி போட்டோவையும் அவளுக்கு காட்டினார்கள். மாலாவிற்கும் அவனை பிடித்துப்போய் விடுகிறது. கல்யாணக் கனவில் கற்பனைச்சிறகு கட்டிப் பறந்தாள் அந்தப் பைங்கிளி.

குறித்த நாளில் பெற்றோர் ஆசைப்படி திருமணமும் சிறப்பாக நடந்தது. ஏகப்பட்ட சீதனம். பெருந்தொகையான உறவினர். எத்தனை எத்தனை பரிசுகள். வாழ்த்து மடல்கள். பதினாறும் பெற்று பல்லாண்டு வாழ்கவென பற்பல ஆசீர்வாதங்கள். "இவர்களெல்லோ பொருத்தமான ஜோடிகள்" என சொந்தங்களில் இரகசியப் பேச்சு.

அப்பப்பா! அன்று அவள் அனுபவித்தது சொர்க்கம். பூவுலகிலேயே சொர்க்கம் கண்ட நங்கை அவள். அவளது முதல் இரவு பல எதிர்பார்ப்புகள் நிறைந்தது. அவளது எதிர்பார்ப்புகளும் திருப்தியாக நிறைவேறியது. அந்த முதலிரவில் உண்மையிலேயே அவள் சாந்தி பெற்றாள் என்பது நிஜம் தான். **ஆனால் அந்த முதலிரவு தான் அவளை மரணத்தூக்கிற்கு கொண்டு செல்லும் என அவள் சற்றுமே எதிர்பாராதது.**

தேன்நிலவு, உல்லாசம், விருந்துகள் என மாதம் இன்பமாக நகர்ந்தது. அவளை மகிழ்ச்சிப்பெருக்கில் திளைக்கவைத்த அவளது அன்புக் கணவன் திடீரென சுகவீனமுற்றார். பதைபதைத்தாள் அவள். வைத்தியசாலைக்கு கொண்டு சென்றாள். பல பரிசோதனைகள் செய்யப்பட்டது. இறுதியில் தனது கணவன் HIV தொற்றுக்கு உள்ளாகியுள்ளார் என்பதை புரிந்து கொண்டாள். அந்த HIV தொற்று

அவளையும் விட்டுவைக்குமா? இருவரும் HIV நோயாளியானார்கள். கணவன் தான் திருமணத்திற்கு முன்பு செய்த தப்புக்களை ஒப்புக்கொண்டான். தான் செய்த தப்புக்கு பரிகாரம் தேடினான். HIV க்கும் பரிகாரம் தேடமுடியுமா? மாறாத நோயாயிற்றே அது. சில நாட்களில் கணவனும் இறந்தான். இன்று தனித்திருப்பவள் யார்? பாவம் அந்த இளம் பேதை. குற்றமே செய்யாது தப்பான பட்டம் பெற்ற சுமங்கலி. கணவன் செய்த பாவத்திற்கு தானும் சேர்ந்து அனுபவிக்கும் ஓர் அன்பான மனைவி.

என்ன செய்வது? அவளது வாழ்க்கை அப்படியாயிற்று. ஆனாலும் உறுதிபூணுகின்றாள். ஊர் ஊராக செல்கின்றாள். HIV தொற்றுக்கு எதிராகப் பிரச்சாரம் செய்கின்றாள். HIV நோயாளருக்கென விடுதி அமைத்து தானும் அதில் ஒருவராகி அவர்களைப் பராமரிக்கின்றாள். நாட்டிலிருந்து HIV யை ஒழிக்க பாடுபடுகின்றாள். அவளும் விரைவில் ஒருநாள் மடியத்தான் போகின்றாள். மடிந்தாலும் இவ்வுலகில் கொஞ்சப்பேரையாவது காப்பாற்றினேன் என்ற சந்தோஷத்தோடு மடிவேன், என்றரீதியில் பெருமிதம் அடைகின்றாள் அந்த வனிதை.

(முற்றும்)

"நான்" சஞ்சிகையின் நூல் வெளியீடு

புனித சாள்ஸ் மகாவித்தியாலய அதிபர் திருமதி பி. எவ். சின்னத்துரை கடந்த ஆண்டுகளில் உளவியல் சஞ்சிகைக்கு எழுதிய ஆக்கங்களை, "நான்" உளவியல் சஞ்சிகை குழுமம் "கல்வியில் முன்னேற ..." என்ற புத்தகமாக 24.04.2004 அன்று சுண்டிக்குளி மகளிர் கல்லூரியில் வெளியிட்டது. அதேவேளை திருமதி பி. எவ். சின்னத்துரையை "நான்" குழுமம் பாராட்டி வாழ்த்தி அவரிடம் இன்னும் அதிகமான சிந்தனைக் கருவூலங்களை எதிர்பார்த்து நிற்கின்றது. "கல்வியில் முன்னேற ..." என்ற நூலை பெற விரும்பியவர்கள் எம்மோடு தொடர்பு கொள்ளலாம்.

நூலாசிரியர் பற்றி ...

சமுதாயத்தை உருவாக்குவதில் ஆசிரியப்பணி மிக முக்கிய இடம் வகிக்கின்றது. இவற்றை ஆசிரியராய், அதிபராய், குடும்பத் தலைவியாய், சமூகப்பொறுப்புள்ளவராய், கற்றலுடன் கற்பித்தலில் ஏற்பட்ட யதார்த்த அனுபவ அறிவினை உளவியல் பார்வையுடன் எழுத்துருவாக்கி "நான்" உளவியல் சஞ்சிகை வாசக நெஞ்சங்களில் புதிய சிந்தனைகளை விதைப்பதில் தனக்கென ஓர் இடம் பிடித்தவரே இந்நூலின் ஆசிரியரான அதிபர் பி. எவ். சின்னத்துரை அவர்கள். ஆசிரியர்களும், மாணவர்களும், வழிகாட்டிகளும், கல்வி உளவியலில் ஏற்படும் சவால்களுக்கு முகம் கொடுத்து வெற்றியடைய வழிகாட்டும் இலகுவழிகளைத் தனது அனுபவத்தால் வெளிப்படுத்தும் இந்நூலாசிரியரின் முயற்சி சிறந்த படைப்பாகத் திகழும் என்பதில் ஐயமில்லை.

செ. யோசப்பாலா
எழுத்தாளர்

பெண்களே அறிந்து கொள்ளுங்கள்

இளமைப் பருவம்

"பெண்களுக்கு கூண்டுகளும் ஆண்களுக்கு சிறகுகளும் கிடைக்கும் பருவம்." இது ஒரு கவிஞனின் கூற்று. இதிலிருந்து பெண்களுக்கு எமது சமுதாயம் பிற்போக்கான சிறைப்படுத்தப்பட்ட வாழ்க்கை முறையையே பரிசளிக்கிறது என்பதை உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இதற்கு காரணம் என்ன ? எமது சமுதாயத்தின் -

- கல்வி அறிவு குறைவாக இருத்தல் (பொதுவாக கிராமப்புறங்கள்)
- சமுதாயக் கட்டுப்பாடுகள் / கலாச்சாரக் கட்டுப்பாடுகள் (அளவுக்கதிகமான)
- மூடநம்பிக்கைகள் / பாரம்பரியங்கள்
- பழக்கவழக்கங்கள்

போன்றவற்றை காரணங்களாக கூறலாம்.

பெண்களுக்கு இதைவிடுத்து ஒரு மகிழ்ச்சியான சுதந்திரமான வாழ்க்கை முறையை அளிப்பதாயின் பெண்களின் இளமைப்பருவம் தொடர்பான அறிவும், விளக்கமும் சமுதாயத்தில் உள்ள ஒவ்வொருவருக்கும் இருத்தல் அவசியமாகும்.

S. ரவீந்திரன்
மருத்துவப்பீடம்
யாழ். பல்கலைக்கழகம

வாழ்க்கையில் 10 இல் இருந்து 19 வயதுவரை இளமைப்பருவம் யௌவனப் பருவம் எனக் கொள்ளப்படும். சாதாரணமாக ஒரு பெண் பிள்ளையில் வயது 9 - 12 வரை வரும்போது யௌவன மாற்றங்கள் ஆரம்பமாகும். ஆனால் ஒரு ஆண் பிள்ளையில் இது ஆரம்பிப்பது 12 - 14 வயதிலாகும்.

இளமைப் பருவத்தில் மூளையில் ஏற்படும் இரசாயன மாற்றங்களினால் கபச்சுரப்பியின் செயற்பாடுகள் விரிவடையும். கபச்சுரப்பியினால் சுரக்கப்படும் ஓமோன்களினால் -

- உடலின் வளர்ச்சி விரைவாக்கப்படுகின்றது.
- பெண்ணில் சூலகத்தின் வளர்ச்சியை தூண்டுவதுடன் சூலகத்தினால் பெண் பாலியல் ஓமோன்கள் சுரக்கப்படவும் காரணமாக அமைகின்றது.
- உயரமும் நிறையும் அதிகரிக்கும்.
- மார்பகங்கள் வளர்ச்சியுறும்.
- கக்கத்திலும் பால் உறுப்பை சூழவும் உரோமம் வளரும்.
- கால், கைகளில் சதைப்பிடிப்பு பெரிதாகும் (தொடைகள் பருத்தல்).
- பால் உறுப்புகள் அளவில் பெரிதாகும்.

⊡ இடுப்புப் பகுதி அகன்று விரிவடையும்.
⊡ முகத்தில் பருக்கள் உண்டாகும்.
⊡ விஷேடமான வியர்வை மணம் ஏற்படும்.
⊡ யோனியில் திரவம் உண்டாகும்.
⊡ மாதவிலக்கு வர ஆரம்பிக்கும்.

பொதுவாக எமது நாட்டில் 13 - 14 வயதுப் பருவத்திலேயே பெண்கள் பூப்படைகின்றனர். எனினும் சில வருடங்கள் முன்னதாகவோ பின்னதாகவோ பூப்படைதல் நிகழ்வதானது ஒரு சர்வசாதாரண நிகழ்வாகும். எனினும் 17 வயதை அடைந்தும் பூப்பு நிகழவில்லையாயின் வைத்தியர் ஒருவரின் ஆலோசனைகள் பெறப்படுவது நல்லது.

மாதவிடாய்

பெண்களின் பருவ மாற்றத்துடன் கருப்பையின் வளர்ச்சியும் அதிகரித்து காணப்படும். இதன் உட்புறச்சுவர் குருதி விநியோகம் (சிவப்பு நிறம்) கொண்ட ஒரு மென்மையான இழையத்தினால் சூழப்பட்டுள்ளது. இம்மெல்லிய படலம் (இழையம்) மாதவிடாயின் போது சிதைவடைவதுடன் சிறிதளவு குருதியுடன் கலந்து யோனி (பெண் உறுப்பு) வழியாக வெளியேறும். இவ்வாறான வெளியெற்றம் 3 - 5 நாட்கள் வரை நீடிக்கும்.

முதன் முதலாக ஒரு பெண்ணில் இவ்வாறு நிகழும் குருதி வெளியேற்றத்தையே பெண்கள் பூப்படைந்த நிகழ்வாக / வயதாக எமது சமுதாயத்தினர் ஏற்றுக் கொள்கின்றனர். எனவே மாதவிடாய் (தீட்டு) காலங்களில் பெண்களை அசுத்தமானவர்கள் என கருதுவது நியாயமற்றதாகும். இது ஒரு மூடநம்பிக்கை ஆகும். 27 - 31 நாட்களுக்கு ஒருதடவை மாதவிடாய் நிகழ்வது சாதாரணமானது எனக் கருதப்படுகிறது. மாதவிடாய் காலத்தில் அடிவயிற்றின் ஒரு பக்கத்தில் சிறிதளவு வலி ஏற்படுவது சாதாரண நிகழ்வாகும். இதனால் எவ்வித தீங்கும் நிகழ்வதில்லை. பூப்படைந்து முதல் இரண்டு மூன்று வருடங்களுக்குள் மாதவிடாய் சீராக நிகழ்வதில்லை. சில நாட்கள் தாமதித்தோ / முன்கூட்டியோ நிகழக்கூடும். சிலவேளைகளில் பூப்படைந்து சில மாதங்கள் கழியும்வரை அல்லது ஓரிரு வருடங்கள் கழியும்வரை மாதவிடாய் ஏற்படாதிருக்கவும் கூடும். கபச்சுரப்பி ஓமோன்களும் பாலியல் ஓமோன்களும் குறித்தவொரு ஒழுங்கு முறையில் தொடர்ந்து சுரப்பதற்கு சிறிது காலம் செல்வதே இதற்கான காரணம் ஆகும்.

சீரற்ற மாதவிடாய் நிகழ்வதற்கு -

⊡ மனவேதனை / அதிக மனஅழுத்தம்
⊡ காலநிலை மாற்றங்கள்
⊡ பரீட்சை போன்றவற்றால் ஏற்படும் பதட்டம்
⊡ பய உணர்வு

போன்றவை காரணங்களாக அமையலாம். மாதவிடாய் எதிர்பார்க்கப்படும் நாளை முன்கூட்டியே அறிந்து வைத்திருப்பதால் பாடசாலையில் / பஸ்வண்டியில் பயணம் செய்யும் போது முன்னேற்பாடுகளுடன் செல்ல முடியும். இதன்மூலம் பிரச்சினை நிலைமைகளை தவிர்த்துக்கொள்ள முடியும். மாதவிடாய் தினத்திற்கு ஓரிரு நாட்களுக்கு முன்னர் தொடைகளில் வலி, மார்பகங்களில் இறுக்கமான தன்மை, தலைவலி, உடலில் ஒருவித சுமை உணர்வு, எரிச்சல் உணர்வு போன்ற நிலைமைகள் ஏற்படுவது சாதாரணமானதாகும்.

இளமைப் பருவத்தில் பெண்கள் சாதாரண மாற்றங்களைக்கூட பிரச்சினைகளாக கருதுகின்றனர்.

உடல் பருமன்

தன் உடலின் பருமனை மற்றவர்களுடன் ஒப்பிட்டு கவலை கொள்கின்றனர். உடலின் பருமனும் அமைப்பும் ஆளுக்கு ஆள் வேறுபடும்.

மார்பகங்களின் பருமன்

சமவயதுடைய பெண்களின் மார்பகங்களின் பருமனில் மட்டுமன்றி ஒவ்வொருவரது இடதுபுற, வலதுபுற மார்பகங்களின் (வளர்ச்சியிலும்) பருமனிலும் வேறுபாடுகள் காணப்படலாம். பாலியல் உணர்ச்சி வெளிப்பாடுகளின் போதும் மார்பகங்களின் பருமன் அதிகரிப்பதைக் காணலாம்.

இக்காலப்பகுதியில் சில பெண் பிள்ளைகள் உடலை வளைத்து குறுக்கி தமது பெரிய மார்பகங்களை மறைத்துக்கொள்ள முயற்சிக்கும் அதேவேளை சிலர் மற்றவர்களோடு ஒப்பிடுகையில் தமது மார்பகங்கள் அளவில் சிறியவை என எண்ணி கவலைப்படுபவர்களாகவும் காணப்படுவர்.

மார்பக கட்டி / வலி

மார்பகங்களை பிடிக்கும் போது வலி தோன்றுவது சாதாரணமாகும். மாதவிடாய் தினத்துக்கு இரண்டு மூன்று நாட்களின் முன்னர் இதனை தெளிவாக அவதானிக்கலாம். சிலவேளைகளில் முலைக்காம்புகளுக்கு கீழே அமைந்துள்ள மார்பக இழையங்கள் சற்று இறுக்கமான தன்மையை கொண்டிருப்பதை தொட்டு உணர முடியும். இதனை மார்பகக் கட்டி என தவறாக எண்ணிவிடக்கூடாது.

இளமைப் பருவத்தில் ஆண்களைப் போலவே பெண்களிலும் உள சமூக ரீதியான மாற்றங்கள் நிகழ்கின்றது என்பதை நாம் ஒவ்வொருவரும் புரிந்து கொள்ளுதல் அவசியமாகும். இத்தகைய

மாற்றங்களை அசாதாரணமாக கருதாமல் அவற்றை சாதாரணமாக கருதுதல் அவசியமாகும்.

- தனது உடல் அழகு பற்றி அக்கறையும் பிரியமும் ஏற்படும்.
- ஒத்த வயதுடைய மற்றவர்களுடன் பழக விருப்பம் காட்டுவர்.
- பொது வேலைகள் செய்வதற்கும் புரட்சிகரமானவற்றை செய்வதற்கும் விரும்புவர்.
- பலர் வீரத்துடன் தியாகம் செய்ய முன்வருவர்.
- புதியவற்றை செய்ய விருப்பம் கொள்வர்.
- ஆபத்தானவற்றில் ஈடுபட விரும்புவர்.
- புதியவற்றை அமைப்பதற்கு முன்வருவர்.
- தங்களை இனங்காட்டி பிரசித்தம் பெற முயல்வர்.
- சுயமாக தீர்மானங்களை எடுக்க முயற்சிப்பர்.
- தங்களின் திறமைகளை வெளிக்காட்டுவதற்கும் பிரசித்தப்படுத்திக் கொள்ளவும் முயற்சிப்பர்.
- சமூகத்தில் நீதிக்காக போராட முன்வருவர்.
- எதிர்ப்பாலாரிடம் ஈடுபாடும் ஆசையும் ஏற்படும்.
- காதல் தொடர்புகளை ஏற்படுத்திக்கொள்ள முயற்சிப்பர்.
- பாலியல் நடத்தைகளில் நாட்டம் கொள்வர்.

கன்னி மென்சவ்வும் கன்னித்தன்மையும்

எமது சமுதாயத்தில் படித்தவர்கள் உட்பட பலர் கன்னி மென்சவ்வு சம்பந்தமாக தெளிவான விளக்கமின்மையுடன் காணப்படுகின்றனர். அத்துடன் இவர்கள் பிழையான கருதுகோள்களுடன் கன்னி மென்சவ்வினை தொடர்புபடுத்துவதனால் தேவையற்ற குழப்பங்கள் ஏற்படவும் சமுதாயத்தில் வழிசமைக்கின்றனர்.

கன்னிப் பெண்ணின், யோனி வெளித்துவாரத்தில் இருந்து அண்ணளவாக ஒரு சென்ரி மீற்றர் [1.Cm] உட்புறமாக அமைந்துள்ள மெல்லிய சவ்வே கன்னிச் சவ்வு எனப்படுகிறது. பலரக விளையாட்டுகள், உயரம் பாய்தல், ஓடுதல், சைக்கிள் ஓடுதல் போன்றவற்றால் கன்னி திரைக்கு கெடுதல் வருவதில்லை. முதலாவது தடவையாக உடல் உறவில் ஈடுபடும் போது, குருதி வெளியேறலானது கன்னித்தன்மையை நிரூபிப்பதற்கான ஒரு சாட்சியாகும் எனக் கருதுவது ஒரு மூடநம்பிக்கை ஆகும். கன்னிச் சவ்வின் தடிப்பு, அதன் இழுபடும் மீள்தன்மை, இரத்த விநியோகம், துவாரம் அமைந்துள்ள விதம் ஆகியன ஆளுக்கு ஆள் வேறுபடுதலே இதற்கான காரணமாகும். இயற்கையாக அதாவது பிறப்பிலேயே கன்னி மென்சவ்வு காணப்படாதும் இருக்கலாம்.

எனவே கன்னித்தன்மை தொடர்பாக முக்கியமாக அமைவது, கன்னிச்சவ்வு காணப்பட வேண்டும் என்பதல்ல. மாறாக எமது கலாச்சார பண்பாடுகளுக்கு அமைய திருமணத்துக்கு முன்னதாக பாலியல் தொடர்புகளை வைத்துக் கொள்ளாமல் இருப்பதே அவசியமாகும். இரண்டு மாதவிடாய்களுக்கு இடைப்பட்ட

காலப்பகுதியில் சூல் வெளியேற்றப்படும் காலத்தில் யோனியின் திரவச் சுரப்பு அதிகரித்துக் காணப்படுவதால் யோனியில் இருந்து திரவம் வெளியேறும். பால் உணர்ச்சிகளின் போதும் இத்திரவம் கூடுதலாக காணப்படும். இதனால் உடல் மெலிவு ஏற்படாது. இதனைச் சிலர் வெள்ளை போதல் என்ற நோய் நிலையோ என்று எண்ணி தேவையற்ற குழப்பமடைகின்றனர். நிறமாகவோ அல்லது மணமுள்ளதாகவோ (துர்நாற்றம்) இல்லாத திரவம் சாதாரணமானதாகும். சுத்தமின்மை காரணமாக அல்லது பாலியல் நோய்கள் காரணமாக இச்சுரப்புகள் துர்நாற்றமுடையதாக மாறலாம்.

இன்றைய அன்றாட தினசரிகளில் பாலியல் வன்முறைக்கு (தொல்லைகளுக்கு) உள்ளாகும் பெண்கள் பற்றிய செய்திகள் வெளிவந்தவண்ணமே உள்ளன. இதற்கு பல காரணங்கள் இருந்தபோதும், இவை எல்லாவற்றுக்கும் எமது பிரதேசத்தில் 95 ஆம் ஆண்டு இடப்பெயர்வில் ஏற்பட்ட சமூக பொருளாதார, அரசியல் மாற்றங்களையே அடிப்படை காரணமாக கொள்ள முடியும். இம்மாற்றங்களுடன் சேர்த்து நவநாகரீகம் என்ற போர்வையில் தென்னிலங்கை / வெளிநாடுகளில் இருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட அநாகரிகமான செயற்பாடுகளும் எமது கலாசார பண்பாட்டு விழுமியங்களின் அத்திவாரத்தை ஆட்டம் காணவைத்தது என்பது வெளிப்படை. இவை எல்லாவற்றுக்கும் முக்கியமாகவும் முதலாவதாகவும் அமைவது, எமது பிரதேசத்தை ஆட்கொண்டுள்ள பாலுணர்வுகளைத் தூண்டுகின்ற தணிக்கை செய்யப்படாத தென்னிந்திய தமிழ் சினிமா திரைப்படங்கள் ஆகும். இதைவிட எங்கும் தாராளமாகவும் இலகுவாகவும் பாடசாலை மாணவர்களுக்கு கூட கிடைக்கின்ற ஆபாச சஞ்சிகைகள், புகைப்படங்கள், வீடியோ படங்கள் (நீலப்படங்கள்) போன்றவற்றையும் கூறலாம். போதிய காரணங்களாக-

- இடப்பெயர்வினால் உருவான அகதிமுகாம் வாழ்க்கையில் மிகவும் நெருக்கமாக வாழும் நிலை.
- யுத்தத்தால் ஏற்பட்ட குடியிருப்பாளர் இல்லாத வீடுகள் / பாழடைந்த பிரதேசங்கள்.
- அளவுக்கு அதிகமான மதுபானசாலைகள் / களியாட்ட விடுதிகள்.
- 95 ஆம் ஆண்டின் பின்னர் படிப்படியாக அதிகரித்து வரும் போதைவஸ்து பாவனை.
- வெளிநாடுகளில் இருந்து வரும் அதிக பணப்புழக்கத்தால் இளைஞர், யுவதிகள் மனநிலை சுய முன்னேற்றத்தை விட காதல் எனும் போலி உணர்வை நோக்கி திசை திருப்பப்பட்டமை.
- பாதுகாப்பு படையினரதும் சமூக விரோதிகளினதும் கட்டுப்பாடற்ற செயற்பாடுகள் (பாலியல் தொல்லைகள்).

- யுத்தத்தினால் ஏற்பட்ட வறுமை / வேலைவாய்ப்பின்மையாலும் பொறுப்புள்ள துணைவர்களை யுத்தத்தில் பெண்கள் இழந்தமையாலும் பாலியல் தொழிலில் ஈடுபடும் விபசாரிகளின் எண்ணிக்கை அதிகரித்தமை போன்றவற்றை காரணமாக கூறமுடியும்.

- பாலியல் தொல்லைகளில் அறியாதவர்களைத் (அந்நியர்கள்) தவிர மிகவும் தெரிந்த அயலவர்கள், வேலையாட்கள், இரத்த உறவினர்கள் கூட ஈடுபடுவது இன்று சாதாரணமாகி விட்டது. எவ்விதத்திலும் சந்தேகப்பட முடியாத பல பெரியவர்களால் கூட பாலியல் கொடுமைகள் புரியப்பட்டுள்ளதாக பல செய்திகள் அண்மை காலங்களில் வெளிவந்துள்ளன.

- இளமைப்பருவ பெண்களில் (ரீன் ஏஜ்) பொதுவாக காணப்படுகின்ற இனக்கவர்ச்சியின் வலிமையான உந்துதல், எதிர்காலத்தில் ஏற்படக்கூடிய விளைவுகள் பற்றி சிந்திக்கின்ற ஆற்றல் இன்மை, அறியாமை, பருவ மாற்றங்களை அனுபவிக்க துடிக்கும் துணிச்சலான வயது போன்ற பலவீனமாக அம்சங்களை நெருங்கிய இரத்த உறவினர்கள் கூட தமக்கு சாதகமாக பயன்படுத்தி தமது பாலியல் இம்சைகளை மேற்கொள்வது மிகவும் வருந்தத்தக்கதொன்று.

சிறுபராயத்தில் இவ்வாறு பாலியல் கொடுமைகளுக்கு பெண்கள் உள்ளாவதால் -

- சிறுவயதிலேயே கர்ப்பந்தரித்தலால் இளவயது தாய்மார்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்தல்.

- சமூகத்துக்கு முகம்கொடுக்க முடியாமல் போவதால் நிகழும் சட்டவிரோதமான கருக்கலைப்பும் அதனால் ஏற்படும் பிரச்சினைகளும். உதாரணம் -
  - குருதிப்பெருக்கு
  - கருப்பை, பலோப்பியன் குழாய் கிருமிதொற்று.
  - பிற்கால கர்ப்பந்தரித்தலில் பிரச்சினைகள் / தடைகள்.
  - நிரந்தர மலட்டுத்தன்மை.
  - சிலவேளைகளில் மரணம் கூட சம்பவிக்கலாம்.

- சமுதாயத்தில் புறக்கணிக்கப்படும் நிலை.

- மன உளைச்சல், மனக்கவலை, குற்ற உணர்வு போன்றவற்றால் சாதாரண வாழ்வில் ஈடுபட முடியாத நிலை. சில சந்தர்ப்பங்களில் இதன் காரணமாக மனநோய்கள் ஏற்படவும் சந்தர்ப்பம் உண்டு.

- பாதை திசைமாற்றப்படுவதால் இப்பெண்கள் நிரந்தர விபச்சாரித் தொழிலாளர்களாக மாறும் நிலை.

போன்ற பிரச்சினைகளை பாரதூரமான விளைவுகளாக கருதலாம்.

இன்னும் மேலதிகமாக இப்பெண்களின் கல்வி, வேலைவாய்ப்பு, விளையாட்டு, ஆக்கபூர்வமான செயற்பாடுகள், இலட்சியங்கள் போன்றனவும் சிதைந்து போகின்றன. அத்துடன் எய்ட்ஸ், சிபிலிசு, கொனோரியா போன்ற பால்வினை நோய்கள் இன்று எமது சமுதாயத்தில் வேகமாகப் பரவுவதற்கும் இப்பாலியல் இம்சைகள் காரணமாக அமைகின்றன.

இவற்றில் இருந்து பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கு பெண்கள் என்ன செய்ய வேண்டும் ?

⊡ பாலியல் செயற்பாடுகள், பாலியல் இம்சைகள் தொடர்பான கல்வி அறிவை பெற்றிருத்தல்.

⊡ பாலியல் கொடுமைகள் நிகழக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களை இனம்கண்டு அவற்றை தவிர்த்தல்.

⊡ எமது கலாச்சார பண்பாட்டு விழுமியங்களையும் ஒழுங்காக பேணுதல்.

⊡ சமூகரீதியாக இப்பாலியல் இம்சைகளை / கொடுமைகளை கட்டுப்படுத்துவதாயின் சமூகமட்டத்தில் உள்ள ஒவ்வொருவரும் அர்ப்பணிப்புடன் செயற்பட முன்வரல் வேண்டும். முக்கியமாக பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள் இதில் கூடிய கவனம் செலுத்துதல்.

அதைவிடுத்து நமக்கேன் இந்த வீண் வேலை? கலாசாரம் பேணுபவர்களும் சட்டத்தைப் பேணுபவர்களும் இதைக் கவனிப்பார்கள் என்று எண்ணி சும்மா வெறுமனே காலம் கடத்துவதால் பயன் இல்லை.

வாழ நினைத்தால் வாழலாம்

அன்பர்களே !

கடைசியாக வெளிவந்த "நான்" உளவியல் சஞ்சிகையில் உளவளத்துணை நிலையங்களை உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தினோம். இதோ மேலும் சில நிலையங்களை உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்துகின்றோம். வாழ்விலே உளவளத்துணை தேவையென்று கருதுபவர்கள் இவர்களோடு தொடர்பு கொண்டு உளவளத்துணையை பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

❖ "வளர்பிறை" - பிளச்சஸ் லேன், சுண்டிக்குளி, யாழ்ப்பாணம்.

❖ "பமிலியன்" - உள சமூக புனர்வாழ்வு அகம், பறப்பாங்கண்டல், உயிலங்குளம், மன்னார்.

❖ உளவளத்துணையகம், தாழ்வுபாடு வீதி, மன்னார். தொலைபேசி இலக்கம் - 023-2233138

தெரிந்து கொள்வோமா ?

— பொன்சியன் —

ஆண் - பெண் அற்புதப் படைப்பு

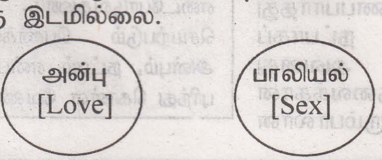
ஆண் பெண் என்ற வேறுபாடு இறைவனால் உருவாக்கப்பட்ட ஒரு அற்புதமான விடயம். நாம் ஒவ்வொருவரும் ஆணாகவோ அல்லது பெண்ணாகவோ இவ்வுலகிலேயே பிறந்திருக்கின்றோம். ஆண் ஆணாகவும் பெண் பெண்ணாகவும் இருந்து ஒவ்வொரு காரியத்தையும் செய்கின்றனர். சிந்திப்பதில், செயற்படுவதில் ஆணுக்கும், பெண்ணுக்கும் தனித்துவம் உண்டு. ஒரே காரியத்தை ஆண் செய்வதற்கும், பெண் செய்வதற்கும் வேறுபாடு உண்டு. பாலியல் அமைப்பிலும் [Sexual constitution] பாலியல் உணர்விலும் [Sex - feeling] பாலியல் உணர்வு வெளிப்பாட்டிலும் [Expression of sexual feeling] ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் இடையில் பாரிய வேறுபாடுகள் உண்டு. இவற்றைத் தெளிவாக இருபாலாரும் அறிந்து இருப்பது பாலியல் பிறழ்வு, சமூக பிறழ்வு நடத்தைகளைக் களைவதற்கு வழிவகுக்கும். இதுவே இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

ஆண்களும் பாலியலும்

பாலியலைப் பொறுத்தவரை ஆண்கள் பலவீனமானவர்கள் என்ற கருத்து உண்டு. பாலியல் ரீதியில் ஆண்கள் இலகுவாகத் தூண்டப்படுவதே இதற்குக் காரணமாகும். சிந்தனையால், பார்வையால் ஆண்கள் பாலியல் உணர்வுரீதியாகத் தூண்டப்படுகின்றனர். இந்தப் பாலியல் உணர்வு பெண்களை விட ஆண்களில் வலுவான உந்துதலாக [Powerful force] அமைந்துள்ளது. பாலியல் துஷ்பிரயோகம், பலாத்காரம் போன்றவை இதன் அடிப்படையில் நடைபெறுகின்ற நிகழ்வுகள் எனலாம்.

ஆண் - பாலியல் - அன்பு

ஆண்களைப் பொறுத்தவரை அன்பையும், பாலியலையும் வெவ்வேறாகப் பிரிக்கலாம். உதாரணமாக - விலைமாதர்களை நாடி ஆண்கள் செல்வதைக் கூறலாம். பாலியல் தேவையை நிறைவேற்றிக் கொள்வது மட்டுமே ஆண்களின் நோக்கமாக இங்கு அமைகின்றது. அன்புக்கு இங்கு இடமில்லை.

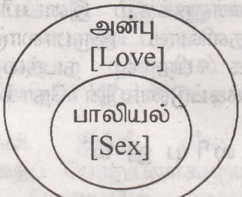


பெண்களும் பாலியலும்

ஆண்களைப் போல் பெண்கள் சிந்தனையாலும், பார்வையாலும் பாலியல் ரீதியில் தூண்டப்படுவது மிகக் குறைவு. தொடுகையின் (முத்தமிடுதல், தடவுதல்) பின்பே அவர்கள் பாலியல் ரீதியாகத் தூண்டப்படுகின்றனர். ஆண்களோடு ஒப்பிடும் போது இவர்களுக்கு இது ஒரு வலுவான சக்தியாக கொள்ள முடியாது எனலாம். அதேவேளை பாலியல் உணர்வுகளை ஓரளவுக்கு கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளும் திறன் ஆண்களோடு ஒப்பிடும் போது பெண்களுக்குக் கூடுதலாக உள்ளது எனலாம். ஆனால் தூண்டப்பட்ட பின்னர் இது வலுவான சக்தியாகவும் நீண்ட நேரம் நிலைக்கும் சக்தியாகவும் இருப்பதுண்டு.

பெண் - பாலியல் - அன்பு

பெண்களைப் பொறுத்தவரை அன்பையும் பாலியலையும் பிரிக்க முடியாது. அன்பு என்ற பெரிய வட்டத்தினுள் பாலியல் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளது எனலாம்.



அன்பு, பாதுகாப்பு போன்றவை ஒரு ஆணிடமிருந்து கிடைக்கும் போது பாலியல் உறவுக்கு தன்னைக் கொடுக்க ஒரு பெண் தயாராகின்றாள். பாலியலை விட அன்பு பெண்களுக்கு முந்நிலை வகிக்கும் தேவையாக அமைகின்றது எனலாம்.

ஆண்களுக்கு -

பெண்களின் பாலியல் உணர்வுகளுக்கும் செயற்பாடுகளுக்கும் அடிப்படையான அம்சங்களை மேலே கூறினோம். ஒரு பெண் ஒரு ஆணைப்பார்த்து சிரித்தாலோ அல்லது நட்பாகப் பழகினாலோ அதை அவனது பாலியல் தேவைக்கான வரவேற்பாக பெரும்பாலான

ஒரு பெண் ஒரு ஆணைப்பார்த்து சிரித்தாலோ அல்லது நட்பாகப் பழகினாலோ அதை அவனது பாலியல் தேவைக்கான வரவேற்பாக பெரும்பாலான ஆண்கள் தப்பாக எடைபோடுவதுண்டு. இவ்வாறு செயற்படும் பெண்களின் தேவை அன்பும், நட்பும் என்பதை ஆண்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஆண்கள் தப்பாக எடைபோடுவதுண்டு. இவ்வாறு செயற்படும் பெண்களின் தேவை அன்பும், நட்பும் என்பதை ஆண்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். பாலியல் பகிடிகள், அங்க சேட்டைகள் பெண்களுக்கு அருவருப்பையும், வெறுப்பையும் கொடுக்கின்றன என்பதை ஆண்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

பெண்களுக்கு -

ஆண்கள் சிந்தனையாலும், பார்வையினாலும் பாலியல் ரீதியில் இலகுவாகத் தூண்டப்படக்கூடியவர்கள் என்பதைப் பார்த்தோம். ஆகவே இவ்வாறான தூண்டுதல்களுக்கு ஆண்களை உட்படுத்தும் செயற்பாடுகளை பெண்கள் தவிர்த்துக் கொள்வது இருபாலாருக்கும் நன்மை பயக்கும். பாலுணர்வுகளைத் தூண்டக்கூடிய உடைகளை அணிதல், தனிமையான இடத்தில் ஆண்களை சந்தித்தல், நீண்ட நேரம் உரையாடுதல், பாலியல் பகிடிகளை இரசித்தல், தொடுகைக்கு இடமளித்தல் போன்றவை தவறான செயற்பாட்டிற்கு ஆண்களை தூண்டும் கருவியாக அமையக்கூடும்.

பாலியல் தேவை (நாட்டம்) ஒப்பீட்டு ரீதியில் ஆண்களுக்கு கூடுதலாக இருப்பதையும் பெண்கள் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். இதைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளாமையால் குடும்ப உறவில் விரிசல்கள் ஏற்படக்கூடும்.
கணவன், மனைவிக்கிடையே உள்ள அந்நியோனிய உறவே தனிமனித வேறுபாடுகளைக் களைந்து குடும்ப வாழ்வை செழிக்கச் செய்யும். அதேவேளை இவ்வுறவில் ஏற்படும் விரிசல் குடும்ப வாழ்வை அழிக்கவும் காரணமாக அமையலாம். ஆகவே குடும்ப வாழ்வில் ஆண், பெண் உறவின் முக்கியத்துவத்தை அறிந்து செயற்படுவது அவசியமாகின்றது.

முடிவாக -

ஆணும் பெண்ணும் தங்களினதும், மற்றவர்களினதும் பாலியல் அமைப்பைப் புரிந்து கொள்வதால் ஆரோக்கியமான உடல், உள சமூக உறவைப் பேணிக்கொள்ள முடியும். அதேபோல் இருபாலாரிலும் காணப்படக்கூடிய விதிவிலக்குகள் [Exceptions] இங்கு கவனத்தில் கொள்ளப்படவில்லை. ஏனெனில் அவை பொதுவான அம்சங்களல்ல. ஆழமான, ஆரோக்கியமான உறவுக்கு ஒருவரையொருவர் அறிந்து கொள்வது இன்றியமையாததாகும்.

கவிச்சோலை

விழித்தெழு !

விழித்தெழு – நீ
துயில் கொண்டது போதும்
சோம்பித் திரிய
இனி இல்லை நேரம்
காலத்தைக் கடத்திவிட்டாய்
வாய்ப்பையும் நழுவவிட்டாய்
உன் சோம்பலுக்கு
முற்றுப் புள்ளியிடு
துள்ளித் திரிந்து வேகமாய்
செயற்படும் காலமிது
ஓடியோடி முயற்சி செய்ய
பசுமையான வயசு இது
பொன்னான காலமிது
மறுபடியும் வந்துடாது
நன்றாக நினைவிற்கொள்
வேகத்தோடும் நிதானத்தோடும்
திறமையாய்ச் செயற்படு
நம்பிக்கையை வளர்த்திடு
நம்பிக்கையெனும் செடிக்கு
முயற்சியெனும் ஆகாரமூட்டு
முடியாததையெல்லாம் – நீ
வெற்றியுடன் செய்து முடிப்பாய்
வெற்றி உனதே – உறுதியோடு
நிமிர்ந்து நில்
துள்ளியெழு ! விழித்தெழு !
இலட்சியத்தை வளர்த்திடு
உன் கடமையை
முதலிற் செய்து முடி – பின்
வெற்றிப்படிகளில் காலடிபதி
தோல்விக்குப் புறங்காட்டாது
துணிச்சலோடு நடைபோடு
நீ வெல்வது திண்ணமே

– பூர்விகா

பார்வை

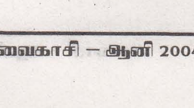
கண்கள் கண்டு
வந்த காயம்
இன்னும் இதயத்தில்
வற்றாத வடுவாய்
வாழ்கிறதா ?

காட்சிக்கும் கண்ணுக்கும்
நடந்த காதலில்
உண்மை காரணம்
ஓரங்கட்டப் பட்டுவிட்டதா ?
வயதின் வளமையா ?
எதிர்பாலின் ஈர்ப்பா ?
உன் சமூகமயமாக்கல் வார்ப்பா ?
பார்பதை பார்பதாய் பாராத
பாவத்தால் . . .

உன்னையே உருக்கும்
உள அழிப்பில்
காயப்பட்ட கைதி ஆகிறாய் . . .
உன்னை உனக்குள்
உற்றுப் பார் !

அழகியல் அலங்காரத்தில்
உன்னை உளவியல்
ஊனமாக்காதே . . .
பார்வைகள் பல விதம்
ஒவ்வொன்றும் ஒருவிதம்
நீ மனிதா தனிவிதம் .

– ஈழத்து ஜெகா –



எமது சமுதாயத்தில் பாலியல் அறிவு தேவை தானா?...

ஷிரோமி லெனாட்
உளவளத்துணையாளர்
சாந்திகம்

'எமது சமூகத்தில் பாலியல் அறிவு தேவை தானா' என்று இங்கு வாசித்ததுமே, உங்கள் மனதில் பலவிதமான சிந்தனைகளும், கேள்விகளும், பதில்களும் சொல்ல விளைவது எனக்கும் தெரிகிறதே!

பாலியல் அறிவு சிறுவயதில் எதற்கு என ஒருசாராரும், அவர்கள் வளர்ந்து வரும்போது தாங்களாகவே அறிந்து கொள்வார்கள் தானே என ஒருசாராரும் எண்ணுவதுண்டு. மணம் முடிக்குமுன் இது சம்பந்தமாக எப்படியோ பிள்ளைகள் அறிந்து கொள்வார்கள் என சில பெற்றோர் எண்ணுகின்றனர். மணம்முடிக்கும் போதுகூட பாலியல் பற்றிய எந்த அறிவும் இல்லாமல் மணம் முடிப்பவர்களும் எமது சமுதாயத்தில் இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள்.

அதேவேளை சிறுவயதிலிருந்தே குடும்பத்திலிருந்தும், சுற்றத்தாரிடமிருந்தும், நண்பர்களிடமிருந்தும், மற்றும் புத்தகங்கள், வானொலி, தொலைக்காட்சி, சினிமா, இன்ரனெற் என்று பலவழிகளாலும் பாலியல் பற்றி அவர்கள் அறிய விரும்பும் உந்துதலுக்கேற்ப அவர்கள் பெற்றோருக்கும், பெரியோருக்கும் தெரிந்தோ தெரியாமலோ அறிய முனைகிறாகள். பாலியல் பற்றி பிள்ளைகள் சிறுவயதில் அறியக்கூடாதென நினைக்கும் பெற்றோர் பெரும்பாலும் தமது குடும்ப நடத்தைகளிலும், ஈடுபாடுகளிலும் பிள்ளைகள், மற்றும் சிறுவர்கள் முன் மிகவும் அவதானமாக இருக்க முயற்சிக்கின்றனர். பாலியல் உணர்வுகளுக்கு அடிமைப்பட்டு பிள்ளைகளையும், மற்றவர்களையும், சூழலையும் மறந்து விடுபவர்களும் எமது சமூகத்தில் இல்லாமல் இல்லை.

> மணம்முடிக்கும் போதுகூட பாலியல் பற்றிய எந்த அறிவும் இல்லாமல் மணம் முடிப்பவர்களும் எமது சமுதாயத்தில் இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள்.

போர் அனர்த்தங்களால் தொலைக்காட்சியோ, சினிமாவோ சிலகாலம் காணாமல் இருந்த நாம் இப்போ தொலைக்காட்சி, சினிமா, இன்ரனெற், சஞ்சிகைகள், நாவல்களின் போக்கினால் எமது சமூகத்தில் ஏற்பட்டுள்ள பாரிய பாதிப்பை அவதானிக்கக்கூடியதாகவேயுள்ளது. இதில் பேரின் தாக்கங்களும் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

பாலியல் பற்றிய அறிமுகம் -

மனிதன் பாலியல் பற்றி முதலில் பெற்றுக்கொள்ளும் அறிமுகத்திலேயெ அவன் / அவளது பாலியல் உணர்வுகள் தங்கியுள்ளதாக உளவியலாளர் தியடோர் ஐசாக் றூபின் [MD] கூறுகின்றார். பாலியல் பற்றிய அறிமுகம் முதலில் சிறுவயதில் வீட்டிலேயே ஆரம்பிக்கின்றது. அவர் மேலும் பின்வருமாறு கூறுகின்றார்.

- பாலியல் பற்றிய உணர்வு, அறிவு, அதன் விளங்கி நாம் ஏற்றுக்கொள்ளும் விதம் என்பன எம்மை நாமே புரிந்து கொள்வதிலும், பிறருடன் (ஆண் / பெண்) தொடர்பு கொள்வதிலும் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

- நல்ல ஆரோக்கியமான பாலியல் அறிமுகம் நம்மை பாலியல் சம்பந்தப்பட்ட பிரச்சினைகளிலிருந்தும், குழப்பமடைந்த பாலியல் உறவுகளிலிருந்தும், குற்றப்பழியுணர்வு, விரக்தி, கடுமையான கோபம், தடுமாற்றம் போன்றவற்றிலிருந்து விலக்கிக் கொள்வதுடன் எல்லோருடனும் ஆரோக்கியமாகப் பழகிக்கொள்ள உதவுகின்றது.

- இது பலருடனும் அன்பாகப் பழகவும், வாழவும் உதவுகின்றது.

- ஆரோக்கியமான பாலியல் அறிவு எம்மில் சிறந்த ஆளுமையை வளர்க்கவும், எம்மை அடையாளம் காணவும், சுய மதிப்பீட்டிற்கும் இன்றியமையாததாகும்.

- உடல், உள மகிழ்ச்சியைப் பகிர்வதுடன் நெருங்கிய நட்பையும் கொடுக்கும். இப்பகிர்தல் வாழ்வு ஆழமான நம்பிக்கையை உருவாக்கக்கூடியது.

எமது பண்பாட்டுக்கேற்ப சிறியவர்களோ, பாடசாலை மாணவர்களோ பாலியல் பற்றி அறிவது மிகுந்த பாதிப்பை அவர்கள் மத்தியில் கொடுக்குமென்றே பெரும்பாலானோர் எண்ணுகின்றனர். இதனால் சிறுவயதிலோ, இளம் பராயத்திலோ அவர்களிடத்தே ஏற்படும் எத்தனையோ வினாக்களுக்கு (உதாரணம் - உடல் ரீதியான மாற்றங்கள்) பெற்றோரிடமிருந்தோ, ஆசிரியர்களிடமிருந்தோ தகுந்த விளக்கங்களைப் பெற முடியாதவர்களாகின்றனர். இதனால் அவரவரின் தனிப்பட்ட உந்துதலுக்கேற்ப பாலியல் சம்பந்தப்பட்ட நூல்களையும், படங்களையும், இன்ரனெற் [e-mail] போன்ற ஊடகங்கள் மூலமும் அறிய விளைகின்றனர். இதனால், ஒழிவு மறைவாக நண்பர்களுடன் சேர்ந்து பாலியல் பற்றி அறிவதில் ஆர்வம் காட்டுகின்றனர். இவை தவறான வழிகளில் ஈடுபடவைத்து எதிகால வாழ்க்கையைப் பாழாக்குவதுமுண்டு.

தொலைக்காட்சி மக்களின் பெரும்பாலான நேரத்தைக் கவர்ந்திழுக்கின்றது. அதில் காண்பிக்கப்படும் சண்டைக்காட்சிகள், பழிவாங்கல், காதல் காட்சிகள் என்பன நாளாந்தம் பெருமளவு பாதிப்பை ஏற்படுத்தக்கூடியவை. இதனால் சாதாரணமாக, தனது உணர்வுகளைக் கையாளத் திண்டாடும் மனிதன், இவ்வாறான காட்சிகளை நாளாந்தம் பார்த்து சுயமனித நடத்தையில் இயல்பாகவே மாறிவருவதுடன், தன்னையும் அழித்து, பிறரது உறவிலும் களங்கம் விளைவிக்கப் பழகிக் கொள்கிறான். இங்கு புரிந்துணர்விற்கோ, பகிர்தலுக்கோ, அன்பிற்கோ, விட்டுக்கொடுத்தலுக்கோ இடமற்றுப் போய்விடுகிறது. சுயநலமும், உணர்ச்சிகளுக்கு அடிமைப்படலுமே மிஞ்சுகின்றது.

எனவே மேற்குறிப்பிட்ட பிரச்சினைகளை நாம் நோக்கும் போது, பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியிலும், வழிகாட்டலிலும் முதலில் முக்கியத்துவம் பெறுவோர் பெற்றோரும், உறவினருமே. அடுத்தபடியாக, பிள்ளைகள் வீட்டிலிருந்து பாடசாலைக்கு அனுப்பப்படுவதால், அங்கே அவர்களை வழிநடத்தும் ஆசிரியர் முக்கியத்துவம் பெறுகிறார். பிள்ளையின் பழக்கவழக்கங்கள் வீட்டுச்சூழலிலும், பாடசாலைச்சூழலிலும், அத்தியாவசியம் என்பதால், இங்குதான் அவர்களின் வளர்ச்சி, உடல் உள மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. எனவே இச்சூழலில் அவர்கள் போதிய விளக்கங்களைப் பிள்ளைகளின் கேள்வி / தேடலுக்கேற்ப கொடுக்கத் தேவையான அறிவை பெற்றோர் பெற்றிருக்க வேண்டியுள்ளது. அதேவேளை அவர்கள் அவற்றை சரியான முறையில் புரிந்து கொள்ளக்கூடியவர்களாகவும், புரியாதுவிட்டால் மீண்டும் பிள்ளைகள் அறிய விரும்புபவற்றை விளக்கமாகவும், பொறுமையாகவும் விளக்கிக் கூறுமளவிற்கு பெரியோர் இருத்தல் வேண்டும். இவை தவறும் போது, பிள்ளைகள் பெற்றோருக்குத் தெரியாமல் தமது தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய முனைகிறார்கள்.

பாலியல் அறிவை சரியான முறையில் பெற்றுக் கொள்வதால் பிள்ளைகள் சீரான விளக்கங்களைப் பெற்று வழிநடத்தப்படலாம். அதேவேளை இவற்றையறிந்து, தவறான வழியில் போகலாமெனவும் பெற்றோர் பயப்படலாம். நான் எவற்றைக் கற்று என்ன வழியில் நடக்கப்போகிறேன் என்ற இறுதி முடிவு எம் ஒவ்வொருவரதும், அப்போதைய சந்தர்ப்பசூழலும், ஆளுமையிலுமே தங்கியுள்ளது. பாலியல் உணர்வு, ஏனைய உணர்வுகளைப் போலவே இயல்பான ஒன்றே. இதனை சீராக உணர்ந்து, புரிந்துகொண்டு, ஆரோக்கியமான முறையில் கையாள்வதே சிறந்ததாகும்.

Reference –
CHILD POTENTIAL
Fulfilling Your Child's Intellectual, Emotional, and Creative Promise
By - THEODORE ISAAC RUBIN M.D. [1990].

நேர்காணல்

நேர்கண்டவர்கள் - கிறிஸ்ரி, விமல்

அருட்சகோதரி கிறிஸ்ரபெல; [Diploma in Counselling England - Kent] "பமிலியன்" உள சமூக புனர்வாழ்வு அகத்தில் (பறப்பாங்கண்டல், மன்னார்) "நான்" உளவியல் சஞ்சிகைக்கு வழங்கிய நேர்காணலின் தொகுப்பு.

கேள்வி - பாலியல் கல்வி [Sex Education] என்பது தேவையா?

பதில் - பாலியற் கல்வி இன்று சமுதாயத்தில் இளைஞர் யுவதிகளிடையே மிகவும் அவசியம் தேவையானதொன்றாகத் திகழ்கிறது. ஏனெனில் இதுபற்றிய விளக்கமின்மையாலேயே இளம் வயதினர் இன்று தப்பான வழிகளில் செல்கின்றனர். உதாரணமாக - இளம் வயதினர் காமஇச்சையிலே மிதமிஞ்சியவர்களாக வருங்காலத்தைப்பற்றிய யோசனை எதுவுமற்றவர்களாக, சுதந்திரப் பறவைகள் போல் வாழத்துடிப்பது இளம் பருவத்தினரின் வாழ்வின் நோக்கமாகத் திகழ்கிறது. இதுவே இன்றைய நாகரீக உலகின் கலாச்சாரமாகவும் கட்டவிழ்த்துவிடப்பட்டுக் காணப்படுகிறது. எனவே இப்பருவத்தினர் தங்களது பருவத்தின் நிலைப்பாடுகளைப் புரிந்து வாழ்வை வீணடிக்காது அதை அர்த்தமுள்ளதாக்கி எதிர்காலத்தைப்பற்றி திட்டமிட்டு வாழ்க்கையை மாற்றியமைப்பதற்கு பாலியற்கல்வி நன்கு இன்றியமையாததொன்றாகத் திகழ்கிறது. இவ்வயதில் பாலியற்கல்வி நன்கு கொடுக்கப்பட்டால் இளம் வயதினரின் பிற்கால வாழ்க்கை ஆரோக்கியமானதொன்றாகவும் மகிழ்ச்சி நிறைந்ததாகவும் அமையும்.

கேள்வி - பாலியற் கல்வியைக் கொடுப்பதில் பெற்றோரின் கடமை எவ்வாறு அமைகிறது? அவர்களின் பங்களிப்பு என்ன?

பதில் - இளம் பருவத்தினரை பொறுத்தவரை இந்தப் பருவத்தைப்பற்றிய விளக்கம் மிகவும் அவசியமானதொன்றாக அமைகிறது. அதாவது, இந்த பருவத்தில் இளம் வயதினர் உள்ளகரீதியாகவும் அதேவேளை வெளிவாரியாகவும் தம்மை தேடத் தொடங்குகிறார்கள். ஒவ்வொருவரும் தான் யார் என்பதை தனக்குள்ளும், சமூகத்திலும் தேடிக் கண்டுபிடிப்பதற்கு முற்படுவர். இந்தவகையில் இவர்கள் நண்பர்களின் நெருங்கிய நட்பு, அவர்களின் நெருக்கம் என்பவற்றில் தம்மை யார் என்பதை அடையாளம் காணும்பொருட்டு பல்வேறு நபர்களுடன் நட்பு கொள்வதற்கு எத்தனிப்பார்கள். அத்தோடு இளம் வயதினரின் உடல் கட்டமைப்பை பொறுத்தவரை ஓமோன்களின் அதீத சுரப்பினால் உடலில் பல

மாற்றங்கள் ஏற்பட்டு அவர்களின் உணர்வுகளிலும் இம்மாற்றங்கள் பிரதிபலிக்கின்றன.

எனவே இவர்கள் அதீத காம உணர்வினால் உந்தப்பட்டவர்களாக, வாழ்க்கையில் போராட்டம் நிறைந்த மன அழுத்தத்திற்கு தள்ளப்படுகிறார்கள். இப்படிப்பட்ட நிலையில் உள்ள இப்பருவத்தினரை பெற்றோர் வாழ்க்கையின் யதார்த்த நிலைகளை, பருவமாற்றங்களை உற்ற நண்பர்களைப்போல் தட்டித் தோழமையுடன் விளக்க வேண்டும். பெற்றோரின் அணுகுமுறையிலேயே இப்பருவத்தினரின் எதிர்காலம் தங்கியுள்ளது. பெற்றோரின் அணுகுமுறை தோழமை நிறைந்ததொன்றாக இருப்பின், இளம் பருவத்தினரும் மனந்திறந்தநிலையில் எதிர்காலத்தைப்பற்றிக் கலந்துரையாடி ஒருசில நீண்ட, குறுகியகால தீர்மானங்களை மேற்கொள்வர். இதன்மூலம் பெற்றோரின் நேரடிக்கண்காணிப்பின் கீழ் வழிநடத்தப்படுவதோடு அநாவசியமான நட்புக்கள் தவிர்க்கப்பட்டு இப்பருவத்தினரின் வாழ்க்கை வீணடிக்கப்படாமல் வாழப்படலாம்.

கேள்வி - பாலியற்கல்வி முதலில் பெற்றோரினாலேயே தம்முடைய இளம் பிள்ளைகளுக்குக் கொடுக்கப்பட வேண்டும். அது நடைபெறாதவிடத்து இரண்டாம் நிலையிலுள்ள ஆசிரியர்களினாலேயே புகட்டப்பட வேண்டும். இந்தவகையில் ஆசிரியர்களுடைய பங்களிப்பு என்னவெனக் கருதுகிறீர்கள்?

பதில் - நம்முடைய கலாச்சாரத்தைப் பொறுத்தவரையில் ஆசிரியர்கள் மத்தியிலும் பாலியற்கல்வி தொடர்பாக பல்வேறு தப்பான அபிப்பிராயங்களே காணப்படுகிறது. அதாவது, ஆசிரியர்கள் பாலியற்கல்வி என்றவுடன் காமஇச்சை, பாலியல் உறவு என்பதையே கருதுகிறார்கள். எனவே இத்தகைய காமஇச்சை, பாலியல் உடலுறவு என்பவற்றை மாணவர்களுக்குக் கற்றுக்கொடுத்தால் இப்பருவத்திலுள்ள மாணவர்களும் தப்புக்கணக்குப்போட்டு ஜோடியாக ஓடிவிடுவார்கள். இவ்வாறான கலாச்சாரமயப்படுத்தப்பட்ட தப்பான அபிப்பிராயங்களைவிட்டு ஆசிரியர்கள், மாணவர்களுடைய அகம்நோக்கிய அடையாளம் காணும் தேடலில் முக்கிய பங்காற்ற வேண்டும்.

ஏனெனில் எமது சமுதாயத்தைப் பொறுத்தவரை பெரும்பாலான மாணவர்கள் பாலியல் தொடர்பான எந்தவிடயத்தையும் பெற்றாருடன் மனந்திறந்து கதைப்பதில்லை. அத்தோடு பெற்றாரைவிட ஆசிரியர்களுடனேயே இளம் வயதினர் நட்புடன் பழகி அதிக நேரம் செலவிடுவதால் ஆசிரியர்கள் மாணவர்களுடைய கல்வியறிவு மட்டுமல்லாது அவர்களுடைய ஆற்றல்கள், பலம் பலவீனங்கள் குறிப்பாக உளரீதியான ஆற்றல்களை இனங்கண்டு அவற்றை வளர்ப்பதற்கு உதவிசெய்ய வேண்டும். அதேவேளை மாணவர்களுடைய உளரீதியான பலவீனங்களை நிவர்த்தி செய்ய

உதவவேண்டும். இதன்மூலம் துடிப்புள்ள மாணவர்கள் தம் எதிர்பாலாருடனும் நட்புறவை ஏற்படுத்தி தமது தலைமைத்துவப் பண்புகளை [Leadership qualities] வளர்க்கக்கூடியதாக இருக்கும். எனவே இந்தவகையில் ஆசிரியரின் பங்களிப்பு பெற்றாரைக்காட்டிலும் முக்கியமுள்ளதாக அமைகிறது.

இதைவிட பாடசாலை மட்டங்களில் A / L union ஊடாக ஆண் பெண் இருபாலாரையும் ஒன்றாக அழைத்து இளம் மாணவர்கள் முதிர்ச்சியுடன் உரையாடும், உறவாடும் வகைகளைக் கற்பிக்கலாம். இப்படியான நெருக்கமான உரையாடல்களும், உறவாடல்களும் மாணவர்களுடைய உள வளர்ச்சிக்குப் பிரதானமாக அமைவதை ஆசிரியர்கள் விளக்க வேண்டும். "நான் யார்" என்ற தேடலில் இப்படியான ஒன்றுகூடல்கள் மாணவர்களிற்குப் பெரிதும் உதவியாக அமைகிறது. அவர்களின் ஆளுமையில் பாரியளவு விருத்தி ஏற்படுத்துகிறது. ஒவ்வொருவரும் தன்னை அடையாளம் கண்டுகொள்வதற்கு, தனது உணர்வுகளை அறிந்து கொள்வதற்கு இத்தகைய சந்தர்ப்பங்கள் வழிகோலுகின்றன. உதாரணமாக - இளம் ஆண் தனது வயதினை ஒத்த பெண்ணுடன் நட்புறவாடும் போது தான் யார்? தனக்குள் இருக்கும் உணர்வுகள் என்ன? என்பதை அடையாளம் காணுகிறார்.

கேள்வி - ஒப்பீட்டுரீதியாக இறுக்கமான எமது கலாச்சாரத்தில் பெண்கள் சம்பந்தப்பட்ட பல்வேறு விடயங்கள் வெளிப்படையாகப் பேசப்டுவதில்லை. இப்படிப்பட்ட ஒருநிலையில் நீங்கள் ஒரு பெண் என்ற ரீதியில், தாய்மாருக்குக் கூறும் அறிவுரை என்ன?

பதில் - பெற்றோர் என்ற ரீதியில் தாய் தந்தை இருவரும் முக்கிய பொறுப்பு வகித்தலும், தாய் தான் பிள்ளைகளினுடைய வளர்ச்சியில் மிகப் பிரதானமான இடத்தை வகிக்கிறாள். ஆண்பிள்ளையாக இருப்பினும் சரி பெண்பிள்ளையாக இருப்பினும் சரி, தாயிடமே பொதுவாக அனைத்து விடயங்களும் கலந்துரையாடப்படுகின்றன. எனவே தாய் வெட்கப்படாமல் பிள்ளையினுடைய எதிர்காலத்தை மனதிற்கொண்டு, பிள்ளையினுடைய வயதுக்குரிய உணர்வுகளைப் புரிந்தவளாக, திறந்த மனநிலையில் பகிரங்கமாக நட்புறவுடன் கலந்துரையாட வேண்டும்.

கேள்வி - இளம் பருவத்தினர் பெற்றோரிடமோ, ஆசிரியரிடமோ கேட்டு அறிந்துகொள்ள விரும்பாத பல விடயங்களை வாசித்தல் மூலமே அறிந்து கொள்கிறார்கள். குறிப்பாக பத்திரிகைகள் வாசிப்பதன் மூலமே அறிந்துகொள்ள முற்படுகிறார்கள். இந்தவகையில் பாலியற்கல்வி தொடர்பாக பத்திரிகைகள் என்ன முக்கியத்துவம் பெறுகிறது? பத்திரிகைகளிற்கு நீங்கள் சொல்கின்ற செய்தி என்னவாக அமைகிறது?

பதில் - உளவியலிலே இரண்டு முக்கியத்துவம் வாய்ந்த சொற்கள் பாவிக்கப்படுகின்றன. முதலாவதாக அன்பு வயப்படுதல் [Falling in love] இரண்டாவதாக உண்மையான அன்பு [Real love] முதலாவது சொற்பிரயோகத்தை எடுத்துக்கொண்டால், ஒரு இளைஞன் யுவதியை சந்திக்கும் போது, அவளோடு உரையாடும் போது, நட்புறவுடன் பழகும் போது, தன்னுள் உள்ள பெண்பகுதியை [Anima] அப்பெண்ணில்க் கண்டு அதை அவள் மேல் சாற்றுகின்றாள் [Projection] இதன்மூலம் அவள் தான் தன்னை அன்பு செய்வதாக எண்ணுகிறான். ஆனால் உண்மையில் அவள் தன்னுள் உள்ள பெண்பகுதியையே அன்பு செய்கிறாள். இதுவே ஆண் பெண் உறவுமுறைகளில் பொதுவாக நிகழ்கிறது.

இதனாலேயே பல ஆண்டுகளாக காதல் வயப்பட்டிருந்த சில காதல் ஜோடிகளிடையே காதல் முறிவு [Love break] ஏற்படுகிறது. அங்கு உண்மையான அன்பு [Real love] இருப்பதில்லை. ஆனால் அன்பு வயப்படுவதன் மூலம் தன்னில் உள்ள பெண்பகுதியின் பண்புகளையும் அடையாளம கண்டுகொள்கிறாள். இதனால் காலப்போக்கில் அவளை அடைய வேண்டும் என்ற நிலைக்கு [State of being possessive] உட்படுகிறான். இதுவே அன்பு வயப்படுதல் [Falling in love] எனப்படுகிறது. இது படிப்படியாக அழிந்து போகக்கூடியது [It will fade away]. ஆனால் உண்மையான அன்பு என்பது ஆட்தன்மையான உறவை [Interpersonal relationship] அடிப்படையாகக் கொண்டது.

எமது கலாச்சாரத்தைப் பொறுத்தவரை இவ்வாறான ஆட்தன்மையான உறவிற்கு இடமளிக்கப்படுவதில்லை. எனவே பத்திரிகைகள் வெறும் சினிமா படங்களைப் பிரசுரிப்பதுடன் நிற்காது இப்படிப்பட்ட உண்மையான விளக்கங்களைக் கொடுப்பதன் மூலம் இளம் வட்டத்தினரிடையே யதார்த்தமான நிலைகளை விளக்க முடியும். இதன்மூலம இளைஞர் யுவதிகளிடையே உண்மையான அன்பை வளர்ப்பதன் மூலம் அவர்களுடைய ஆளுமையையும் வளர்க்கக்கூடியதாக அமைகிறது.

கேள்வி - பாலியற்கல்வி [Sex education], பாலியல் [Sexuality] இரண்டிற்குமான வேறுபாடு பற்றி உங்களால் கூறமுடியுமா?

பதில் - பாலியல் [Sexuality] என்பது ஏற்கனவே கூறப்பட்டது போல் அன்பு / காதல் வயப்படுதல் [Falling in love] என்பதோடும், பாலியல் நாட்டம் என்பதோடும் தொடர்புபட்டது. இது பெரும்பாலும் சாற்றுதலை [Projection] அடிப்படையாகக் கொண்டது. ஆனால் பாலியற்கல்வி என்பது நான்கு பிரதான மூலகங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டது. அதாவது இளம் பருவத்தினரின் "நான் யார்" என்பது தொடர்பான அகத்தேடல் (உள்நோக்கிய / தனக்குள்), புறத்தேடல் (சமூக

மட்டத்தில்), மற்றவர்களுடனான நெருக்கமான உறவு [Friendship], உணர்வுகள் [Feelings & emotions] என்பன ஆகும். இந்த நான்கையும் பிரதான மூலகங்களாகக் கொண்ட பாலியற்கல்வி நிச்சயமாக இளம் பருவத்தினரிடையே கொடுக்கப்பட வேண்டும். இவ்வாறு பாலியற்கல்வி கொடுக்கப்பட்டாலேயே இளம் பருவத்தினரின் ஆளுமை நன்கு விருத்தி செய்யப்பட்டு அவர்களின் எதிர்காலமும் சிறப்பானதொன்றாக அமையும்.

"நான்" உளவியல் சஞ்சிகை வாசகர்களோடு உங்கள் சிந்தனைகளை பகிர்ந்துகொண்டமைக்கு எங்கள் இதய பூர்வ நன்றிகள்.

"நான்" சஞ்சிகை கிடைக்கும் இடங்கள் சில -

யாழ்ப்பாணம்

1. பூபாலசிங்கம் புத்தகசாலை
   இல - 04, ஆஸ்பத்திரி வீதி, யாழ்ப்பாணம்.
2. சிவா ஸ்ரோஸ்
   பரமேஸ்வரா சந்தி, திருநெல்வேலி.
3. வசந்தம் புத்தகசாலை
   இல - 405, ஸ்ரான்லி வீதி, யாழ்ப்பாணம்.
4. சிறிலங்கா புத்தகசாலை
   இல - 234, கே. கே. எஸ் வீதி, யாழ்ப்பாணம்.
   தொலைபேசி இலக்கம் - 021-2222569
5. துர்க்கா புத்தகசாலை
   பஸ்தரிப்பு நிலையம் முன்பாக, சுன்னாகம்.

கொழும்பு

பூபாலசிங்கம் புத்தகசாலை
இல - 309A 2/3 காலி வீதி, வெள்ளவத்தை,
கொழும்பு - 06. தொலைபேசி இலக்கம் - 074-515775

வவுனியா

1. கவிதா ஸ்ரோர்
   இல - 05, பஸ்நிலையம், வவுனியா.
2. கே. பி. கே. சென்ரர்
   இல - 24, புதிய பஸ்நிலையம், வவுனியா.
   தொலைபேசி இலக்கம் - 024-2222504

மன்னார்

1. நித்தியா புத்தகசாலை
   புதிய பஸ்நிலையம், மன்னார்.
   தொலைபேசி இலக்கம் - 023-2232357
2. வளனகம்
   திருமறைப்பணி நிலையம், புனித செபஸ்ரியார் பேராலய வீதி,
   மன்னார். தொலைபேசி இலக்கம் - 023-2232377

பாலியல் மூலம் கடத்தப்படும் நோய்கள்

பெனோ

பாதுகாப்பற்ற பாலியல் நடத்தைகளின் (உடலுறவு மட்டுமல்ல) போது நோய்த்தொற்றுள்ள ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்குப் பரவும் நோய்களே பாலியல் தொடர்புகள் மூலம் கடத்தப்படும் நோய்கள் எனப்படுகின்றன. பக்ரீரியா, பங்கசு, வைரசு, ஒட்டுண்ணிகள் ஆகியன காரணமாக இந்நோய்கள் ஏற்படலாம். இத்தகைய நோய்கள் சிலவற்றை கீழே காண்போம்.

கொணோரியா - [Gonorrhoea]

நிஸ்ஸேரியா கொணோரியா [Neisseria gonorrhoea] எனப்படும் ஒருவகை பக்ரீரியாவினால் ஏற்படுத்தப்படும் இந்நோய் ஆண்களில் பிரதானமாக சிறுநீர்வழியிலேயே தொற்றுக்குள்ளாகும். ஆண்குறியிலிருந்து கெட்டியான மஞ்சள் நிற பாயம் வெளியேறல், சிறுநீர் கழிக்கும் போது எரிவு அல்லது வலி ஏற்படல், அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கவேண்டி ஏற்படல் போன்ற அறிகுறிகள் காணப்படும். இதற்குரிய சிகிச்சை அளிக்கப்படாவிட்டால் சிறுநீர்வழி குறுக்கம் [Stricture] ஏற்படுவதால் சிறுநீர் கழிக்க முடியாத நிலைகூட ஏற்படலாம். பெண்களில் பெரும்பாலும் இந்நோய் அறிகுறிகள் வெளித்தெரிவதில்லை. இருப்பினும் யோனிமடலினூடாக மஞ்சள் நிறப்பாயம் வெளியேறல், சிறுநீர் கழிக்கும் போது எரிவு ஏற்படல், அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கவேண்டி ஏற்படல், மாதவிடாய் ஒழுங்கின்றி நிகழல், அடிவயிற்றில் நோவு போன்ற அறிகுறிகள் தென்பட வாய்ப்புண்டு. இந்நோய்த்தொற்றுள்ள 20% மான பெண்களுக்கு மலட்டுத்தன்மை ஏற்படும் வாய்ப்புண்டு.

சிபிலிசு - [Syphilis]

திரிபோனிமா பல்லிடம் [Trephonema palliadum] எனப்படும் பக்ரீரியாவால் இந்நோய் ஏற்படுகிறது. முதலில் பாலுறுப்பினுள்ளோ, பாலுறுப்பு அயற்பிரதேசத்திலோ புண்களை ஏற்படுத்தும். இப்புண்கள் பொதுவாக நோவு அற்றவை, தொடும் போது தடிப்பானவையாக உணரப்படத்தக்கவை. பின் இவ்வகைப் பக்ரீரியாக்கள் குருதியோட்டத்துள் சேர்ந்து உடலெங்கும் பரவிச்செல்லும். இதனால் பின்வரும் அறிகுறிகள் வெளிக்காட்டப்படும். முகம், முண்டம், உள்ளங்கைகள், உள்ளங்கால்கள் போன்ற இடங்களில் சிரங்கு மிகையாக தோன்றும். நிணநீர்ச்சுரப்பிகள் வீக்கமடையும், காய்ச்சலும் மூட்டுவலியும் ஏற்படும். சிலவேளைகளில் தலைவலியும் ஏற்படலாம். சிகிச்சை பெறாத சிபிலிசு நோயுள்ள கர்ப்பிணித் தாய்மாரின்

குழந்தைகளுக்குக்கூட இந்நோய் சூல் வித்தகத்தினூடாக கடத்தப்படும். இதனால், கருவிலுள்ள குழந்தை இறக்கலாம் அல்லது கருக்கலைப்பு நடக்கலாம் அல்லது பிறக்கும் குழந்தை உருவ விகாரங்களுடனும் பிறக்கலாம்.

பாலுறுப்பு ஹேர்பீஸ் - [Genital Herpes]

இரு வகையான ஹேர்பீஸ் வைரசுகளினாலேயே இந்நோய் இரு வகைகளில் ஏற்படுத்தப்படுகிறது. பொதுவாக வாயினுள்ளும் மற்றும் பாலுறுப்புப் பிரதேசங்களிலும், குதப்பிரதேசத்திலும் புண்களை ஏற்படுத்தும். இவற்றின் வெளிப்படையான அறிகுறிகளாவன - பாயம் நிறைந்த சிறு சிறு கொப்புளங்கள் தோன்றும். பின்னர் அவை உடைந்து எரிவும் நோவும் மிக்க சிறுபுண்களாக மாறும். நோய் முதல் தடவையாக ஏற்படும் சந்தர்ப்பத்தில் தோன்றும் புண்கள் தாங்கமுடியாத வேதனை மிக்கவையாக இருக்கும். சிறுநீர் கழிக்கும் போது எரிவு அல்லது நோவு ஏற்படலாம். காய்ச்சல், சோம்பல் போன்ற உணர்வுகளும் ஏற்படலாம். அத்துடன் இப்பிரதேசத்திற்கு அருகிலுள்ள நிணநீர்க்கணுக்களில் வீக்கம் ஏற்படும்.

பாலுறுப்பு உண்ணிகள் - [Genital Warts]

ஹியூமன் பப்பிலோமா [Human papiloma virus] எனும் வைரசின் காரணமாக பாலுறுப்புகளில் உண்ணிகள் வளர்தலைக் கூறலாம். பாலியல் தொடர்புகட்கு உள்ளாகும் யோனிமடல், ஆண்குறி, குதம், வாய் ஆகிய இடங்களில் செந்நிற அல்லது இளஞ்சிவப்பு நிற உண்ணிகள் தோன்றும். இவை நோயை ஏற்படுத்தமாட்டாது. ஆனால் தொடுகை காரணமாக சிலவேளைகளில் இவற்றிலிருந்து இரத்தம் வெளிப்படலாம். கருப்பைக்கழுத்தில் இவ்வைரஸ் தொற்றினால் புற்றுநோய் கூட ஏற்படலாம். இவ்உண்ணிகள் தாயிலிருந்து குழந்தைக்கு தொற்ற அதிக வாய்ப்புண்டு.

சிறுநீர்வழி அழற்சி - [Non Gonococcal Urethritis]

பிரதானமாக கிளமிடியா எனும் நுண்ணங்கி காரணமாக இந்நோய் ஏற்படுத்தப்படுகிறது. ஆண்களில் பெரும்பாலும் சிறுநீர்வழியே தொற்றுக்குள்ளாகும். ஆண்குறியிலிருந்து வெண்ணிறப்பாயம் வெளியேறல், சிறுநீர் கழிக்கும் போது எரிவு நோவு ஏற்படல், விதைப்பையில் வீக்கமும் நோவும் ஏற்படல் போன்ற அறிகுறிகள் ஆண்களிலும், யோனிமடலினூடாக மஞ்சள் நிற பாயம் வெளியேறல், சிறுநீர் கழிக்கையில் எரிவு அல்லது நோவு ஏற்படல், அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கவேண்டி ஏற்படல், மாதவிடாய் சீரின்மை, அடிவயிற்றில் நோவு, மலட்டுத்தன்மை, குதவழியாக சீழ்வடிதல் போன்ற அறிகுறிகள் பெண்களிலும் காணப்படலாம். இந்நோயால் பெண்களில் மலட்டுத்தன்மை கூட ஏற்படலாம்.

AIDS - [Acquired Immune Deficiency Syndrome] எய்ட்ஸ் (பெற்ற நீர்ப்பீடனக் குறைபாட்டுச் சிக்கல்)

இது HIV [Human Immuno Deficiancy Virus - மானுட நீர்ப்பீடனக் குறைபாட்டு வைரசு] எனும் வைரசு மூலமாக பரப்பப்படுகிறது. பொதுவான சூழலில் HIV யினால் உயிர்வாழ முடியாது. அது உயிர் வாழ்வதற்கு உயிர்க்கலங்கள் தேவை. எனவே தொற்றடைந்த ஒருவரின் உடலினுள் மாத்திரமே HIV உயிர் வாழும். இந்நோயின் பிரதான அறிகுறிகளாவன -
உடல் நிறை சடுதியாக குறைவடைந்து செல்லல், ஒரு மாதத்திற்கு மேல் நீடிக்கும் காய்ச்சல், ஒருமாத காலத்திற்கு மேற்பட்ட வயிற்றோட்டம், களைப்பு, இருமல், கைகால் வலி, வழமைக்கு மாறாக அதிகம் வியர்த்தல், பல்வேறு சரும நோய்கள் தோன்றல், வாயினுள் பொருக்கு உருவாகுதல் என்பன ஒவ்வொருவரையும் பொறுத்து அறிகுறிகள் கூடியோ குறைந்தோ காணப்படலாம். HIV தொற்று ஏற்பட்டவருக்கு வருடக்கணக்கில் நோயறிகுறிகள் தென்படாதிருக்கவும் கூடும்.

ஈரலழற்சி - **B [Hapatitis - B]**

ஹெிப்படைற்றிஸ் B வைரசின் மூலமாக இந்நோய் பரப்பப்படுகிறது. குதவழி உறவினால் இத்தகைய நோய் பரவ இடமுண்டு என்பது தற்போது கண்டறியப்பட்டுள்ளது. சிறப்பு இரத்தச் சோதனை மூலமாக இந்நோய் இனம் காணப்படுகிறது.

திரைக்கோமொனஸ் வஜினேலிஸ் தொற்று - **[Trichomonos Vaginelis - TV]**

பெரும்பாலும் ஆண்களை விட பெண்களிலேயே இந்நோய் அறிகுறிகள் தெளிவாக வெளிக்காட்டப்படும். யோனிமடலில் அரிப்பு, நுரைபோன்ற வெண்ணிறப்பாயம் யோனிமடலினூடாக வெளியேறல் ஆகியனவே பிரதான நோயறிகுறிகளாகும்.

கன்டிடா - **[Candida]**

இந்நோய் கன்டிடா அல்பிக்கன்ஸ் பங்கசு காரணமாக ஏற்படுகிறது. இப்பங்கசானது நீர்ப்பீடனத்தொகுதி நலிவடையும் போது நோயை தூண்டவல்லது. இந்நோய்க்கான அறிகுறிகளாவன -
வெண்ணிறமான திரவம் வெளிப்படல், யோனிமடலின் புறப்பகுதிகளில் அரிப்பு ஏற்படல், ஆண்குறியின் முனை வெண்ணிறமாக மாறி அரிப்பு, புண், வெடிப்பு போன்றவை ஏற்படல், சிறுநீர் கழிக்கும் போது எரிவு அல்லது நோவு ஏற்படல்.

வழிப்படுத்த -

இனம், மதம், செல்வநிலை, சமூக அந்தஸ்து போன்ற எதுவும் இந்நோய்களுக்கு விதிவிலக்கானதல்ல. உங்களுக்கும் மேற்கூறப்பட்ட அறிகுறிகள் தென்படுமிடத்து நீங்கள் வெட்கப்படவோ, மறைத்து வைத்திருக்கவோ, ஏளனமாகவோ, பயப்பட்டோ இருக்க வேண்டியதில்லை. இவ்விடயத்தில் சுகாதாரப் பணியாளர்கள் அந்தரங்கத்தன்மை பேணப் பணிக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள். ஆகவே நீங்கள் எதுவித தயக்கமுமின்றி அண்மையிலுள்ள பொது வைத்தியசாலையிலோ அல்லது ஆதார வைத்தியசாலையிலோ உங்களுக்குத் தேவையான சேவைகளையும், ஆலோசனைகளையும் இலவசமாகப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

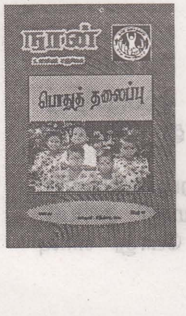
வெட்கப்பட்டு மறைத்து வைத்திருத்தல் பாதகமான விளைவை ஏற்படுத்தக்கூடும். இந்நோய்கள் தொடர்பான தெளிவின்மையால் தமது நோய்களின் காரணமாக மன உளைச்சல்களுக்கு உள்ளாகிக் கொண்டிருக்கின்றவர்களின் நலன் கருதி இப்படைப்பை “நான்” உங்களுக்கு தருகின்றது. இதன் மூலமாக நீங்கள் பயனடைவீர்கள் என்பது எமது நம்பிக்கை.

துணை நின்றவை -

- தேசிய பாலியல் மூலம் கடத்தப்படும் நோய்கள், எய்ட்ஸ் கட்டுப்பாட்டுத் திட்டம் போன்றவற்றின் வெளியீடுகள்.
- எய்ட்ஸ் மற்றும் பாலியல் மூலம் கடத்தப்படும் நோய்கள், சுகாதார கல்விப் பணிமனை வெளியீடு.

வாசகர் எதிரொலி

“நான்” சஞ்சிகையில் வெளிவரும் ஆக்கங்கள் காலத்துக்கேற்ப யதார்த்தபூர்வமான கருத்துக்களை முன்வைப்பது வரவேற்கத்தக்க விடயமாகும். “நான்” மூலம் புதுப்புது விடயங்கள் அறிமுகப்படுத்தப்படுவது சிறப்புக்குரியது. இதில் கவிச்சோலை சிறந்ததொன்று. எனவே “நான்” தொடராக வெளிவர வாழ்த்துக்கள்.



றியாஸ்
எம். ஐ
ஓட்டமாவடி, மட்டக்களப்பு

யாழ் சமூகம் வரவேற்கின்றது

இன்றைய உளவியல் காலத்தில் – இவ்
மருத்துவ சஞ்சிகை வெளிவருவதை எம்
யாழ்ப்பாணத்து சமூகம் வரவேற்கின்றது.

“கவி”
க. கம்பர்

வாலிப வசந்தம்

ஆண், பெண் என்பது இறைவனின் அற்புதமான படைப்பு. மனிதன் மட்டுமல்ல உயிரினங்கள் யாவுமே ஆண், பெண்ணாகவே படைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஆண் இல்லாத ஓர் உலகம் அல்லது பெண் இல்லாத ஓர் உலகம் எப்படி இருக்கும்? உப்பு இல்லாத பண்டம் போலல்லவா இருக்கும். ஆண் பெண் ஈர்ப்பினால் தான் இவ்வுலக சமூகம் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. உயிரினமும் பெருகிக் கொண்டிருக்கிறது.

இளையோரே! இவ்வளவு மகத்தான உயர்ந்த ஆண், பெண் உறவு இப்போது எங்கே போய்க்கொண்டு இருக்கிறது .....? மதிக்கப்பட வேண்டிய புனிதமாக போற்றப்பட வேண்டிய மென்மையாக கையாளப்பட வேண்டிய பெண்மை இன்று வக்கிர உணர்வுகளிற்கு தீனி போடும் கேவலமான நிலைக்கு தள்ளப்பட்டுள்ளது. பெண்மை இன்று பாலியல் பொருளாக [Sex object] மாறிக்கொண்டு வருகின்றது. சினிமா, விளம்பரங்கள், நீலப்படங்கள், மஞ்சள் புத்தகங்கள், சஞ்சிகைகள் போன்றவை பெண்மையை இழிநிலைக்கு தள்ளிக் கொண்டிருப்பதில் பெரும் பங்காற்றுகின்றன.

ஆண், பெண் உறவு, கவர்ச்சி, பாலுணர்வு என்பவை ஆரோக்கியமாக பேணப்பட வேண்டியவை. ஆனால் இப்போது இவை வக்கிரத்திற்கும், வன்முறைக்கும், பாலியல் துஷ்பிரயோகங்களிற்கும் காரணமாய் அமைகின்றன. பாலியல் வக்கிரமான பகிடிகள் [Sex jokes] அங்க சேட்டைகள், வக்கிரப் பார்வைகள், பாலியல் வல்லுறவுகள் எல்லாம் சமூகத்தில் அரங்கேறும் சாதாரண நிகழ்வுகளாகி விட்டன.

“ஆண்கள் அப்படித்தான்” என்ற சமரசத்திற்கு இன்றைய சமூகம் வந்துவிட்டது. இவற்றை இப்படியே வளரவிட்டால் ..... பயங்கர விளைவுகளையே நாம் எதிர்நோக்க நேரிடும். இவற்றை சீர் செய்வதில் ஆண், பெண் இருவருக்கும் பங்கு உண்டு. எப்படி ஆரம்பிப்பது, எங்கே ஆரம்பிப்பது என்பது நிதானமாக இருபாலரும் சிந்திக்க வேண்டிய விடயம்.

இளையோரே! ஆண், பெண் கவர்ச்சி இயல்பானது எல்லோரிலும் இருப்பது. இதை ஆரோக்கியமான முறையிலும் ஏற்றுக் கொள்ளக்கூடிய முறையிலும் வெளிப்படுத்த கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இதற்கு சுய கட்டுப்பாடும், மற்றவர்களை மதிக்கும் பண்பும் எம்மில் வளர வேண்டும். ஆரோக்கியமான முழுமையான ஆணாகவும் அல்லது பெண்ணாகவும் நீங்கள் திகழ வேண்டும் என்பதே எம் பணிவான வேண்டுகோள்.

- இளவல் -

பல்வேறு வகைப்பட்ட பாலியல் நடத்தைகள்

விக்னேஷ்வரி இராமலிங்கம்
B.A [Hons], உளவியல்

உயிரினங்களின் சந்ததி வளர்ச்சிக்கு அடிப்படையாகக் காணப்படுவது பால் வேறுபாடும், பாலியல் உணர்வும், நடத்தைகளுமேயாகும். ஆணும், பெண்ணும் இயற்கையின் இரண்டு கூறுகள். இரு கூறுகளுக்கிடையே தோன்றும் பாலுணர்வு [Heterosexuality] எதிர் பாலுணர்வு அல்லது எதிரின உணர்வு எனப்படும். பாலுணர்வு என்று சாதாரணமாகக் குறிப்பிட்டாலே அது எதிர் பாலுணர்வைத்தான் சுட்டிக்காட்டும். சுயசுகம் [Masterbation], தன்னினமோகம் அல்லது ஓரினப்புணர்ச்சி [Homosexuality] என்னும் இருவகை உணர்வுகளை விட மதிக்கத்தக்கதாக விளங்குவது இந்த எதிர்ப்பாலுணர்வேயாகும்.

பாலியல் அடிப்படையில் ஒருவரது நடத்தையை எடுத்துக்கொண்டு அது வழக்கமானதா, - வழக்கத்துக்கு மாறானதா, சாதாரணமானதா - அசாதாரணமானதா என்று ஒரே வரியில் பதில் சொல்லிவிட முடியாது. நடத்தைகள் பற்றிய நியாயம் காலத்திற்குக் காலம் கலாசாரத்திற்குக் கலாசாரம் மாறுபடும்.

சமூக இயல் அடிப்படையில் பார்த்தால், ஒப்புக்கொள்ளப்பட்ட மரபுகள், விதிகள் ஆகியவற்றை மீறிய நடத்தைகள் வக்கிரமானவை என்கின்றோம். உயிரியல் அடிப்படையில், இயற்கையாகவும், ஆரோக்கியமாகவும் இருப்பதை வழக்கமானவை என்கின்றோம். உளவியல் அடிப்படையில் தனிப்பட்ட சொந்த விருப்பு வெறுப்பு சம்பந்தப்பட்ட - அகவயமான உணர்வுகளை அசாதாரணமானவை [Abnormal] என்கின்றோம். பாலியல் நடத்தையில் சாதாரணம், அசாதாரணம் என்று சுலபமாகப் பெயர் சூட்டிவிட முடியாதெனினும் கடந்த காலங்களில் சில வக்கிரங்கள் என்று அழைக்கப்பட்டன. அத்தகைய நடத்தைகளை நாம் இங்கு ஆராய்வோம்.

பொருள் வக்கிரம் அல்லது போலி விருப்பம் - [**Fetishism**]

ஏதேனும் ஒரு பொருள் அல்லது உடலின் ஒரு பகுதியைக் காணுதல், தொடுதல், மோத்தல் ..... போன்ற செயல்களின் மூலம் பாலுணர்வுக் கிளர்ச்சி தோன்றி அந்தப் பொருள், அல்லது அந்தப் பகுதி இல்லாமல் கிளர்ச்சி தோன்றாது என்கிற நிலை வருமானால் அதை போலி விருப்பம் அல்லது பொருள் வக்கிரம் என்பர் ஆய்வாளர். இத்தகைய பொருள் வக்கிரம் பிடித்தோர் அப்பொருளை சுய இன்பம் காணும் போதும் பயன்படுத்துவர். இத்தகைய பொருள் வக்கிரம் பிடித்த ஒருவன், பெண்களின் காலணிகளை விதம் விதமாகச் சேகரித்து ஆயிரக்கணக்கில் பதுக்கி வைத்திருந்ததாகவும் ஆய்வுகள் குறிப்பிடுகின்றன.

எதிர்ப்பால் மாறும் வக்கிரம் அல்லது பிறர்பால் உடை அணிந்து மகிழ்தல் - [Transvesticism]

ஒவ்வொரு பாலாருக்கும் மிகப் பொருத்தமானது என ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட உடைகளை மறுபாலார் அணிதலும், அலங்காரம் புனைதலும் எதிர்பால் மாறும் வக்கிரம் [Transvesticism] எனப்படும். பிற பாலினத்தவராக மாற விரும்புதலும் [Transsexualism] ஒரு வகையான நெறிபிறழ்வேயாகும். இத்தகைய எதிர்பால் நடத்தை மேற்கொள்பவரை நாம் அலி என்று கருத முடியாது. அலிகளுக்கும் எதிர்பால் நடத்தை இருக்கும். என்றாலும் உண்மை வாழ்வில் ஆண்மகனாகவே வாழும் ஒருவன் பெண்ணுடை, பெண்ணலங்காரம் மீது அதிக மோகம் கொண்டு அலைவானேயானால் அவனை Transvestite என அழைப்பர்.

வதைக்கும் வக்கிரம் வதைபடும் வக்கரம், அல்லது துன்புறுத்தி இன்பமடைதல், துன்புற்று இன்பமடைதல் - [Sadism and Masochism]

பரவசம் காண்பதற்காக வதைப்பது - Sadism எனப்படும், வக்கிரம் - அதற்காக வதைபடத் தயாராக இருப்பது Masochism எனப்படும். இன்னொரு வக்கிரம்.

ஆண்கள் அடிப்படையில் Sadist கள் எனவும், பெண்கள் Masochist கள் என்றும் கருத்துக்கள் நிலவுகின்றன.

இத்தகைய வக்கிரத்திற்கு மூல காரணம் சமூக விதிகளைத் துணிச்சலாக மீறுகிறோம் என்கிற உணர்வு தான். உயர் பதவிகள் வகிக்கும் பெரிய மனிதர்கள் சிலர் இத்தகைய வக்கிரம் கொண்டவர்கள் என ஆய்வுகள் கூறுகின்றது. உண்மையான வாழ்வில் விதிகளுக்கும், நெறிகளுக்கும் பணிந்து கௌரவமாக வாழும் அவர்கள் அந்தரங்கத்தில் இவ்வாறு மசோசிஸ்டுகளாக அடியும், உதையும் வாங்குவதன் மூலம் மன இறுக்கத்தில் இருந்து விடுதலை பெறுகிறார்கள் என்று உளவியலார் கருதுகின்றனர்.

சிறுவர்கள் மீதான காமம் அல்லது குழந்தைப் புணர்ச்சி - [Pedophilia]

பருவம் வந்தவர்கள் சின்னஞ்சிறு குழந்தைகளைத் தமது வக்கிரத்திற்கு உட்படுத்துதல் Pedophilia எனப்படும். குழந்தைக் கொடுமைக்காரர்களை 3 வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

1. பக்குவமற்றோர் - **[Inmature Pedophile]** -
இவர்கள் பருவமடைந்த பெரியவர்களுடன் பழகும் முதிர்ச்சி இல்லாதவர்கள். குழந்தைகளை எளிதில் அடக்கியாள முடியும் என்று முனைபவர்கள். முதலில் கதை சொல்லுதல், விளையாட்டுக் காட்டுதல், இனிப்பு வழங்குதல் என்று தொடங்கி கள்ளங்கபடமற்ற

குழந்தைகளின் நட்பைச் சம்பாதித்துப் பின்னர் அவர்களைத் தமது பாலுணர்வுக்குப் பலியாக்க முனையும் வகை இது.

2. இயலாதவர்கள் - [Regressed Pedophile] -
இவர்கள் எதிர்பால் நடத்தையுள்ளவர்களே. ஆனால் ஒருவித இயலாமை எண்ணம் எப்போதும் இவர்களிடம் குடிகொண்டிருக்கும். பெரியவர்களைப் பாலுறவில் நிறைவு செய்ய தம்மால் இயலாது என்னும் எண்ணம் வேரூன்ற இவர்கள் குழந்தைகளைப் பலிகொள்ள முனைவார்கள். பெரும்பாலும் குடிகாரர்களான இவர்கள் தமது செயலுக்குக் குடியின் மீது பழிபோட முனைவார்கள்.

3. ஆக்கிரமிப்பாளர்கள் - [Aggressive Pedophile] -
சமூகப் பகைவர்கள் இவர்கள். பெண்களை வெறுப்பவர்கள். அவர்களை அடிமைகளாக்க முனையும் ஆக்கிரமிப்பாளர்கள். இத்தகைய குழந்தை வெறியர்கள் 80% தமது சிறுவயதில் பெரிய வெறியர்களால் இதே மாதிரி கொடுமை அனுபவித்திருக்கக்கூடும். அவர்களது வளர்ச்சிப் பருவத்தில் இளம் பருவத்து நினைவுகள் தங்கி அவர்களை இத்தகைய வக்கிரம் பிடித்தவர்களாக மாற்றியிருக்கக்கூடும் என்பது உளவியலார் கருத்து.

ஓரினப்பாலுணர்வு

இவ்வகை உணர்வுள்ளவர்கள் தம்மினத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் மீதே காமுறுவர். ஆண் இன்னொரு ஆண் மீதும், பெண் இன்னொரு பெண் மீதும் இச்சை கொள்வர். எதிர்பால் மீது அவர்களுக்கு இச்சை இராது. இருப்பினும் சில தன்னின மோகிகள் ஒரே சமயத்தில் எதிர்ப்பால் இச்சையும் கொண்டவர்களாக இருப்பதும் இயல்பே. இவர்களை ஈரினமோகிகள் [Bisexual] என்பது வழக்கம்.

பெண் ஓரினமோகிகள் - [Lesbians]

பெண்கள் பெண்களுடன் பாலியல் நடத்தையில் ஈடுபடுவதினை Lesbians என அழைப்பர். இங்கு எதிர்ப்பாலினரை விட ஒருவர் உணர்வுகளை மதித்து நடந்து கொள்ளும் இயல்பு காணப்படும்.

ஆண் ஓரினமோகம் - [Homosexuality]

ஆங்கிலத்தில் 'Gay' என்றழைக்கப்படும் இவர்களும் பெண் ஓரினமோகிகளைப் போலவே ஒருவர் உணர்வுகளை ஒருவர் மதித்து நடந்து கொள்ளும் இயல்பினர். உறவில் கற்பனைவயமான புதிய வகைகளைக் கண்டுபிடிப்பதும் இவர்களின் சிறப்பு. மருத்துவர்கள், வழக்கறிஞர்கள், விளையாட்டு வீரர்கள், அரசியல்வாதிகள் முதலிய எல்லாத்துறையிலும் ஓரினமோகிகள் உண்டு. ஓரினமோகம் என்பது சமூகத்தால் ஏற்கப்படாத பாலுறவு. ஆகவே இவர்கள் எளிதில் தம்மை

அடையாளம் காட்டிக்கொள்ள மாட்டார்கள். இரகசியமாகவே இருப்பார்கள்.

சவப்புணர்ச்சி - **[Nacrophilia]**

இறந்த உடல்களுடன் உடலுறவை மேற்கொள்ளுதல் இவ்வகையினுள் அடங்கும். இதில் பெரும்பாலும் ஆண்களே ஈடுபடுகின்றனர்.

தகாப்புணர்ச்சி - **[Incest]**

மிக நெருக்கமாக இரத்த உருத்தினருடன் உறவு கொள்ளுதலை பொதுவாக சமூகங்கள், கலாச்சாரங்கள் ஏற்பதில்லை. அண்ணன் - தங்கை, தந்தை - மகள், தாய் - மகன், பேரன் - பேர்த்தி என்றவாறாக இவ்வுறவுகள் அமையும். இவ்வாறான நெருக்கமான உறவுகளுடன் ஏற்படும் பாலியல் புணர்ச்சியை தகாப்புணர்ச்சி என்பர்.

பார்வை இன்பம் - **[Voyeurism]**

ஏனையோரது பாலியல் நடத்தைகள், பால் வினைகளைப் பார்த்தல் இதனுள் அடங்கும். இதுவும் பாலியற் பிறழ்வாகும்.

தொடுகையின்பம் - **[Frotterurism]**

எதிர்பாலார்களை நெரிசல்களைப் பாவித்து நெருக்குதல், இடித்தல், உரசுதல் போன்றன இதனுள் அடங்கும். நெரிசலான பேருந்துகளிலும், விழாக்களிலும் இத்தகைய நிகழ்வுகள் இடம்பெற நிறைய வாய்ப்புண்டு.

மிகையான பாலுணர்வு - **[Hyper Sexuality]**

எத்தனை முறை பாலுறவு கொண்டாலும், எத்தனை துணைகளை நாடினாலும் மனநிறைவு இல்லாத நிலை இது. இந்நிலையிலுள்ள பெண்களை Nymphomanic என்பர், ஆண்களின் இந்நிலை Satyriasis எனப்படுகிறது.

வக்கிரங்களின் அடிப்படையும் மருத்துவமும்

உளவியலார் கருத்துப்படி இளம்வயதின் அனுபவங்களே ஆழ்மனத்தில் குடிகொண்டிருந்து பருவமடைந்ததும் இப்படி வக்கிரங்களாகப் பரிணமிக்கின்றன. நடத்தை இயலார் கருத்துப்படி வக்கிரம் என்பது ஒருவகை மனப்பாங்கு, பதப்படுத்தப்பட்ட மனப்போக்கு. பாலுணர்வுக்குத் தொடர்பில்லாத ஒரு பொருள் எதேச்சையாகப் பாலுணர்வோடு தொடர்பு கொண்டுவிட்டால் அப்பொருளே மீண்டும் மீண்டும் உணர்வுக் கிளர்ச்சிக்குக் காரணமாக அமைகிறது. இத்தன்மையுடையவர்களைக் குணப்படுத்தும் முறைகளாக பின்வருவன காணப்படுகின்றன.

- வக்கிரம் பிடித்தவர்களுக்கு வக்கிரச் செயலைக் காட்டும் புகைப்படம் அல்லது திரைப்படத்தைக் காண்பித்து, அதே நேரத்தில் மின்லை மூலம் அதிர்ச்சிக்குள்ளாக்குவது. இந்தச் சிகிச்சை முறை Aeersion therapy எனப்படுகின்றது.

- வக்கிரமில்லாமல் பிற மனிதர்களைப்போல் இயற்கையான முறைகளில் பாலுணர்ச்சிக் கிளர்ச்சி பெறலாம் என்னும் நம்பிக்கையை ஊட்டுதல். இச் சிகிச்சை முறை Desensitization therapy எனப்படுகின்றது.

- சாதாரணமாகப் பெண்களுடன் எப்படிப் பேசுவது, பழகுவது என்று வக்கிரம் பிடித்தவர்களுக்குக் கற்பிப்பது, நேசிக்கவும், நேசிக்கப்படவும் கற்றுத்தருவது. இம் முறை Social Skills therapy எனப்படுகிறது.

- முதலில் வக்கிரம் பிடித்த சூழ்நிலையிலேயே இருக்கச் செய்து சுய இன்பம் காணவைத்து மெல்ல மெல்ல வக்கிரமில்லாத இயல்பான பின்னணியிலும் பாலுணர்வுக் கிளர்ச்சி எய்த இயலும் என்ற நம்பிக்கையை ஊட்டுவது, இதற்கு Orgasmic reconditioning என்று பெயர்.

அண்மையில் Anti androgens என்னும் மருந்துகள் இரத்தத்திலுள்ள டெஸ்டிராஸ்டிரோனைக் குறைத்து, பால் கிளர்ச்சியைக் கட்டுப்பாட்டுக்கு கொண்டு வருகின்றன. வக்கிரச் சிந்தனைகளை இது முளையிலேயே கிள்ளி எறிகிறது.
இவற்றைவிட பிறழ்வுகளுக்கான தீர்வுகளாக பாடசாலைகளில் பாலியல் கல்வியைப் போதித்தல், பரவலாக இளைஞர்கள் மத்தியில் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் பொருட்டும், பாலியல் தொடர்பான அறியாமையை நீக்கும் பொருட்டும் பாலியல் கருத்தரங்குகளை நடாத்துதல், பாலியல் நெறிபிறழ்வுகளில் ஈடுபடுவோரை நெறிப்படுத்தும் முகமாக உளவளத்துணை நிலையங்களை நிறுவி ஆலோசனை வழங்கி வழிப்படுத்தலைக் குறிப்பிடலாம்.

உசாத்துணைகள் -

- மாஸ்டர்ஸ் & ஜான்சன் செக்ஸ் மேனுவல் - குடும்ப நூலகம், 12 கண்ணதாசன் சாலை, தியாகநகர், சென்னை.
- "நான்" - (பங்குனி - சித்திரை - 2002) - டி மசனட் குருமடம், கொழும்புத்துறை.

இனப்பெருக்கச் செயற்பாடு

கஜிதா தணிகாசலம் [B.Sc]
மானிப்பாய்

புதிய இளம் அங்கிகளைத் தோற்றுவிப்பதற்கான அதாவது இனப்பெருக்க செயற்பாட்டுக்காக எமது இனப்பெருக்கத் தொகுதி பிரமிக்கத்தக்க வகையில் ஒழுங்கமைந்துள்ளது. இது தொடர்பாக மேலும் விரிவாக நோக்குவோம்.

பெண் இனப்பெருக்க தொகுதியின் சிறப்பான தொழில்கள் வருமாறு -

- சூல் உற்பத்தி செய்தல்.
- முளையத்தை ஆக்குவதற்காக பொருத்தமான ஓர் இடத்துக்கு அச்சூலை அனுப்புதல்.
- கருக்கட்டப்படாத சூல்களைச் சிதைத்தல்.
- சூல் கருக்கட்டப்படின் அதனை மிகக் கவனமாக பேணிவைத்து தேவையான போசனையை வழங்கி வளர்த்து உரிய காலத்தில் தாயின் கருவறையிலிருந்து வெளியேற்றல்.
- இளம் அங்கி ஓரளவு சுயாதீனம் பெறும்வரை போசித்துக் காத்தல்.

இத்தொழில்களை சிறப்பாகச் செய்வதற்காக உடல், உள ரீதியில் பெண் இசைவாக்கமடைந்துள்ளாள். அதற்கான பெண் இனப்பெருக்க தொகுதியின் பகுதிகளும் செயற்பாடுகளும் -

- சூலகம் - சூல் உற்பத்தி செய்தல், ஓமோன் சுரத்தல்.
- பலோப்பியன் குழாய் - சூலும் விந்தும் சேர்ந்து கருக்கட்டச் செய்தலும் கருப்பைக்கு அனுப்புதலும்.
- கருப்பை - கருக்கட்டிய சூலை (முளையத்தை) உட்பதித்தல், முதிர் மூலவுரு வரை இடமளித்தல், விருத்தியடைந்தபின் சிசு வெளியேறும் வழியாக அமைதல்.
- யோனி - ஆணுறுப்பின் மூலம் விந்தை யோனிமடலினுள் செலுத்தும் வழியாகவும் விருத்தியடைந்த சிசுவை வெளியேற்றும் வழியாகவும் செயற்படல்.

ஆண் இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் தொழில்கள்

- விதை - விந்து உற்பத்தி செய்தலும் களஞ்சியப்படுத்தி வைத்தலும்.
- விதைப்பை - விதைகளைப் பாதுகாத்தலும் தாங்கியிருத்தலும்.

- அப்பாற் செலுத்தி - முதிர்ச்சியடைந்த விந்தை ஆண்குறிக்கு அனுப்புதல்.
- முன்னிற்குஞ் சுரப்பிகள் - சுக்கிலபாயத்தின் சில சுரப்புகளை உற்பத்தி செய்தல்.
- சுக்கிலப் புடகங்கள் - விந்துக்கு போசனையை வழங்கல்.
- சிறுநீர்வழி - விந்துகளைக் கொண்ட சுக்கிலப்பாயத்தைக் கொண்டு செல்லல், சிறுநீரைக் கொண்டு செல்லல்.
- ஆண்குறி - இது சிறுநீரை வெளியேற்றல், விந்து வெளியேற்றல்.
- கடற்பஞ்சுத் தன்மையுடைய இழையங்கள் - ஆண்குறியை விறைப்படையச் செய்தல்.

பாலியல்பு என்பது யாது ?

ஆண்தன்மை அல்லது பெண்தன்மை தொடர்பான அனைத்து விடயங்களுமே பாலியல்பு எனப்படுகிறது. எமது வடிவம், நடத்தைக் கோலங்கள், ஆற்றல்கள் போன்ற அனைத்தும் ஆண் - பெண் தன்மைக்கு அமையவே வெளிக்காட்டப்படுகின்றன. இளம் பருவத்தில் ஆண் - பெண் தன்மைக்கு இடையே பாரிய வேறுபாடுகள் காணப்படுவதில்லை. எனினும் யௌவனப் பருவத்தை அடையும் போது பாலியல்பு படிப்படியாக விருத்தியடையும். யௌவனப் பருவத்திலேயே பாலியல்பு உச்சளவுக்கு விருத்தியடையும். பாலியல்பு தொடர்பாக நாம் நன்மனப்பாங்குகளை ஏற்படுத்திக்கொள்ள வேண்டியது அவசியம்.

இவ்வாறான மனப்பாங்குகள் வருமாறு -
- அது இயற்கையானது என்பது
- அது ஒரு நல்லம்சம் என்பது
- பொறுப்புடன் செயற்படுத்தப்பட வேண்டியது என்பது
- பயத்துடனோ, வெட்கத்துடனோ செயற்படுத்தப்பட வேண்டியது நன்று என்பது
- கௌரவம், கவனம், அன்பு ஆகியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டதாக அமைதல் வேண்டும் என்பது

மேலும் எமது பாலியல்பு வெளிக்காட்டப்படும் போது மற்றவருக்கு நன்மை அல்லது தீங்கு விளையக்கூடும் என்பது தெளிவு. எனவே உங்கள் எதிர்பாலாரின்பால் ஏற்படும் உணர்வுகள் தொடர்பான விளக்கத்தை நீங்கள் பெற்றிருக்க வேண்டியது அவசியமாகும். அது உண்மையான அன்புதானா அல்லது தற்காலிகமான கவர்ச்சி மாத்திரம் தானா எனும் விளக்கத்தை பெற்றிருத்தல் வேண்டும்.

பாலியல்பை நல்ல வகையில் வெளிக்காட்டுவதன் ஊடாக உலகை மகிழ்ச்சிகரமான ஓர் இடமாக மாற்றலாம். அத்தோடு எங்களை ஒரு முழுமையான மனிதனாக ஆக்குவதற்கும் அது வழிவகுக்கும்.

பாலியல்பு பற்றிப் பேசும் போது ஆணினதும் பெண்ணினதும் மரபுரீதியான செயற்பாடுகள் பற்றி நினைவுபடுத்திக் கொள்வது பயனுடையதாகும். ஓர் ஆண்பற்றி அல்லது பெண்பற்றி கருதும் போது எமது மனதில் அவருக்குரிய நடத்தைக்கோலம், செயற்பாடுகள் சம்பிரதாயபூர்வமாக இடம்பெறாவிடினும் கூட தற்காலச் சமூகத்திலும் பெண்ணானவள் பாலியலுக்கே உரியவள், வீட்டு வேலைகளை செய்யும் பொறுப்பு அவளையே சாரும் என்பனபோன்ற கருத்துகள் நிலவுவதைக் காண முடிகிறது. சம்பிரதாயபூர்வமாக செயற்பாடுகள் வேறுபடும்.

பாலியல் பற்றிய அடிப்படை அறிவையும், அதன் இனப்பெருக்க செயற்பாடுகள், அவற்றில் ஏற்படக்கூடிய நோய்கள் என்பனபற்றி நாம் தெளிவாக அறிந்து கொள்வதால், சமூகத்தில் மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளும் போதும், எமது சொந்த வாழ்க்கையிலும் சரியான, ஆரோக்கியமான, பிறருக்கும் எனக்கும் கேடு விளைவிக்காத பாதையைத் தெரிந்து கொள்ள உதவி செய்யும்.

"நான்" சஞ்சிகைக்கு நூல் வெளியீட்டு விழாவில் கல்விமான்களின் புகழாரம்.

"கடந்த 29 ஆண்டுகளாக தமிழ் கூறும் நல்லுலகிலே கால்பதித்துள்ள "நான்" உளவியல் சஞ்சிகையானது, எமது பிரதேசத்தில் மட்டுமல்லாமல் பிரான்ஸ், இத்தாலி, கனடா, நோர்வே போன்ற நாடுகளிலும் தன்னுடைய அரும்பணியை ஆற்றிவருகின்றது. மிகவும் குறிப்பாக உளத்தாலே மனம் நொந்தவர்கள், மனம் உடைந்தவர்களுக்கு வழிகாட்டியாக இருந்து துணைசெய்து வருகின்றது.

அத்தோடு எமது பிரதேசத்தில் சிறிய புதிய பிள்ளையாகி வளர்ந்துவரும் உளவியலை 1984 தொடங்கி அமலமரித்தியாகிகள் முதன்முறையாக யாழ் பிரதேசத்தில் குறிப்பாக யாழ் மருத்துவமனையில் உருவாக்கினார்கள் என்றால் அது மிகையாகாது. எனவே, அவர்களையும் காலத்தின் தேவையறிந்து, அவர்களால் வெளியிடப்படும் நான் சஞ்சிகைகளையும் வாழ்த்தி நிற்கின்றேன்."

அருட்திரு. சூ. டேமியன். அ.ம.தி
இயக்குனர் – சுகவாழ்வு நிலையம்

"அமலமரித்தியாகிகளின் "நான்" சஞ்சிகை பல சாதனைகளை செய்திருக்கின்றது. பல நூல்களை வெளியிட்டிருக்கின்றது. அமலமரித்தியாகிகளின் "நான்" குடும்பத்தினருக்கு பாராட்டுக்கள்."

அருட்திரு. ஜே. நீக்கிலஸ்
குரு முதல்வர்
யாழ் மறைமாவட்டம்

(தொடர்ச்சி – 46ம் பக்கம்)

எய்ட்ஸ் என்றால் என்ன ?

[HIV - AIDS]

K. சசிகலா
பேராதனை பல்கலைக்கழகம்

மனிதன் எனும் உயிரி சமூகத்தின் வரையறைக்குள்ளும், சமூகத்தின் தேவைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்ளவும் முற்படும் வேளையில் சமூக எதிர்ப்பார்வைக்கு ஆளாகின்றான். இன்றைய எமது சமூகம் மேலைத்தேய கலை, பண்பாடு என்பவற்றை கவ்விக்கொண்டு வருகின்ற வேளையில் முரண்பாடுகளையும் அதனடிப்படையில் முன்னேற்றத்தையும் கொண்டுள்ளதென்பதை மறக்க முடியாது. அந்தவகையில் உயிர்க்கொல்லி நோயான HIV - AIDS இன்று எமது சமூகத்திலும் ஊடுருவி வருகின்றது என்பதை பலர் உணராமல் உள்ளனர். சிலர் அறிந்திருக்கும் அதேவேளையில் அதனை எவ்வாறு மாற்றுவதென்பதை பற்றி சிந்திப்பதில்லை. ஏனெனில் அதைப்பற்றிக் கதைத்தால் "மற்றவன் என்னை ஒரு மாதிரிப் பார்ப்பான்" இவ்வாறான உளப்பிரதிமை எம்சமூக மத்தியில் நிலவிவருகின்றது.

HIV - AIDS ஆனது 1981 - 1983 காலப்பகுதியில் முதன் முதலில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. 1987 இல் இலங்கையர் ஒருவருக்கு இந்நோய் முதன் முதலாக தொற்றியது எனவும் இற்றைவரை 507 பேர் HIV தொற்றுள்ளவர்கள் எனவும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. எனவே இவ் HIV - AIDS எவ்வாறு பரவுகின்றது? ஏன் அதனை சமூகம் ஏற்க மறுக்கின்றது? அதாவது இன்றைய எமது சமூகத்திற்கு (யாழ்ப்பாணம்) தற்பொழுது இந்நோய் வந்துவிட்டது. நாம் கவனமாக இருக்க வேண்டும் என்ற விழிப்புணர்வு நிலையினை எட்டியுள்ளேம். எனவே இதற்கான காரணம் என்ன? இதனை எவ்வாறு ஒழிப்பது? என்பதனை சமூகவியல் [Sociologically] ரீதியிலும், உளவியல் [Psychologically] ரீதியில் இதற்குட்பட்டவர்களை எவ்வாறு பராமரித்தல், அறிவுரை கூறுவதன் முக்கியத்துவம் பற்றியும் ஆராய்வோம்.

மனித சமூகத்தைத் தாக்கும் மிகப்பயங்கர நோயான இவ் HIV - AIDS, இதற்குள்ளானோரின் பாலியல் உறவு காரணமாக பரவுகின்றது. இதனாலேயே இதனை Sexuality Transmitted Infection என்று கூறுகின்றனர்.

இது பரவும் முறைகளாவன -

- பாதுகாப்பற்ற பாலியலுறவு - Unprotected Sexual contact
- நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட தாயின் மூலம் - Mother to Child
- நோயாளியின் இரத்தம் மூலம் - Through infected Blood

இவை பிரதானமாக பரவும் முறைகள் -
- ஆண், பெண் பாலியல் உறவால் (84%)
- தன்னினச் சேர்க்கை (12%)
- தாயின் மூலம் குழந்தைக்கு (03%)
- இரத்தம் வழங்கல் மூலம் (01%)

Sexuality Transmitted Infection இருபிரிவுகளில் நோக்கப்படுகின்றது-

1. Curable (குணப்படுத்த முடியுமானவை) -
சிபிலிஸ் - [Syphillis]
கொனேரியா - [Gonorrheoa]

2. Non - Curable (குணப்படுத்த முடியாதவை) -
HIV, Herpes, Genital Warts (அதாவது பாலுறுப்புப் பகுதியில் காணப்படும் நுண்ணுயிர்)

இந்நோய் தொற்றியதற்கான அறிகுறிகளை பார்ப்போமாயின் -
- காய்ச்சல்
- வாந்தி
- உணவில் வெறுப்பு
- கட்டி ஏற்படல் "Mumps"

இலங்கையில் இந்நோய் பரவுவதற்கான சாதகக் காரணிகள் -
- விபச்சாரம்
- வெளிநாட்டு வேலைவாய்ப்பும், உறவும்.
- வாலிப வயதினர் தொகை (சனத்தொகையில்) அதிகம்.
- நகர்ப்பகுதிகளில் காணப்படும் வருமானம் குறைந்த குடும்பங்களின் மதுபான போதைப்பொருள் பழக்கம்.
- இராணுவ சேவையில் உள்ளோர்.

இவ்வகையீடுகள் எமது சமூகத்திற்கும் பொருந்துவனவாக இருக்கின்ற வேளையில் இதனை ஒழிப்பது எவ்வாறு ?

- தவறான பாலுறவினைத் தவிர்த்தல்.
- பாலியல் தொற்று நோய்களை அறிந்து உடன்சிகிச்சை.
- இந்நோய் பற்றிய அறிவினை பரப்புதல்.
- இரத்தப் பரிசோதனைக்குப்பின் இரத்தம் வழங்குதல்.
- இந்நோய் தொற்றியுள்ளவர்களை அனுதாபத்துடன் கவனித்தல்.

சிலர் வெளிப்படையாகக் கதைக்காமை இதனைக் கட்டுப்படுத்தும் நடவடிக்கைகளுக்குத் தடையாக உள்ளது.

இதற்குட்பட்டவர்களை [HIV - AIDS] எவ்வாறு பராமரித்தல், அவர்களுக்கு கூடிய கவனம் செலுத்துதல் வேண்டும். ஏனெனில் மன

அமைதியையும், திருப்தியையும் கொடுக்கக்கூடிய சக்தி அன்பு, பாதுகாப்பு என்பவற்றிலேயே தங்கியுள்ளது. அவர்களின் மனநிலை, உடல்நிலையினை அனுதாபத்துடன் நோக்கி, அவர்களை சமூகத்தில் ஒதுக்காது உதவ வேண்டும். குறிப்பிட்ட வயதெல்லைக்குட்பட்டோருக்கான பாதுகாப்பான பாலியல் அறிவு வழங்கப்பட வேண்டும்.

இன்றைய எமது கல்வி முறைமைகள், கலை கலாச்சார பண்பாடுகளின் மாற்றம், சமூகக் கட்டுப்பாட்டின் தளர்ச்சி, எதிர்ப்பாலாரின் உறவை நாடல் [Sexual proximity] என்பன பல வகையான சமூகப் பிரச்சினைகளிற்கும், விளைவுகளிற்கும் காரணமாகி விடுகின்றன.

எனவே தான் பெற்றோர், ஆசிரியர், சமூக நிறுவனங்கள் இளந்தலைமுறையினரை வழிநடாத்த வேண்டிய பொறுப்பு இன்றைய அவசரத் தேவையாக உள்ளது. பெற்றோர், ஆசிரியர் தெளிந்த அறிவு அனுதாபத்துடன் இளந்தலைமுறையினரை வழிநடாத்த வேண்டும். மதுபாவனை, போதைப்பொருள் பாவனை தடுப்பதன் மூலம் இளந்தலைமுறையினரைப் பாதுகாக்க முடியும்.

(43ம் பக்கத் தொடர்ச்சி...)

அமலமரித்தியாகிகள் இந்த "நான்" சஞ்சிகையூடாக நீண்டகாலமாக ஆற்றிவரும் பணியை நாம் இந்தவேளையில் பாராட்டாமல் இருக்க முடியாது. அவர்களுடைய சஞ்சிகை வெளியீட்டிலே பாடசாலைகளோடு ஊசாடி நீண்டகாலம் ஆசிரியராகவும் அதிபராகவும் செயற்பட்ட திருமதி சின்னத்துரை அவர்களின் எழுத்தாக்கங்களுக்கு இடமளித்தது உண்மையில் பாராட்டப்பட வேண்டியது. ஆகவே அவருக்கும் "நான்" குடும்பத்தினருக்கும் எனது வாழ்த்துக்கள்.

திரு. ப. விக்னேஷ்வரன்
வலயக்கல்விப் பணிப்பாளர்
யாழ்ப்பாணம்.

எவ்வளவு அழப்புக்கள் ஏற்பட்டாலும் நான் சஞ்சிகை உளவியல் துறையிலே ஈடுபட்டு முன்னர் வெளிவந்ததைப் போல தொடர்ந்தும் வெளிவந்து மீண்டும் அது முனைப்புப் பெற வேண்டும் என்ற அவாப்படுகின்றோம். நான் அமைப்பிற்கு நன்றிகளைக் கூறுகின்றோம்

திரு. ம. கனகலிங்கம்
விரிவுரையாளர் – கல்வியியற் துறை,
யாழ் பல்கலைக் கழகம்.

தொகுப்பு– கொன்பியூசியஸ், அல்பிறட்

அடுத்த "நான்" தாங்கி வருவது

பணிவு
(Humility)

உங்கள் ஆக்கங்கள் எதுவாயினும் உளவியல் சார்ந்ததாக அமையட்டும்

அவற்றை 20.06.2004 க்கு முன்னர் அஞ்சலிடுங்கள்.

நான்

இரண்டு மாதங்களுக்கு ஒரு
தடவையும்

வருடத்திற்கு ஆறு தடவையும்
உங்களிடம் வந்து கொண்டிருக்கின்றேன்.

என்னில் உங்களுக்குத்தேவையான
உளவியற் கருத்துக்கள் குவிந்து கிடக்கின்றன.

என்னுடைய தனிப்பிரதி 20/=

என்னுடைய ஆண்டுச்சந்தா
உள்ளூரில் 150/=
வெளியூரில் 7U$

என்னுடைய முகவரி:
"நான்"
டி மசனட் குருமடம்,
கொழும்புத்துறை,
யாழ்ப்பாணம்,
இலங்கை.
TEL. 021-222 5359

J. S. Printerss, Pandatheruppu