

## शब्दरूप आले मुक्या भावनांना

(सेक्सबद्दल किंवा त्या अनुषंगाने येणा-या गोष्टीबद्दल नवऱ्याला जे सांगावंसं, मागावंसं, नाकारावंसं, वाटतंय, ते स्पष्ट शब्दात सांगता येत नाही. अशी आजही बहुतेक तरुण नवविवाहितांची स्थिती आहे.

लग्नाला काही वर्षे झालेल्या काही जणी मूल लहान असणं, तब्येतीच्या छोट्या-मोठ्या कुरबुरी अशा कारणांनी सेक्सला नकार देतात. पण प्रत्यक्ष या नकारामागे जोडीदाराच्या काही सवयी न आवडणं, दिवसभराच्या कामाचा व एकूण मूडचा परिणाम, जोडीदाराकडून भावनिक प्रतिसादाच्या वाढलेल्या पण अव्यक्त अपेक्षा- या गोष्टी असतात. हे सगळं सांगून, त्यावर चर्चा करून दोघांना मान्य होईल, असा मध्यममार्ग काढण्याकडे मात्र कमी कल असतो.

अनेक मध्यमवयीनांच्या बोलण्यातून जाणवले की, शरीरसंबंधाचा एक पॅटर्न- जो पुरुष जोडीदाराने निश्चित केला आहे- तोच कळत- नकळत सेट झाला आहे. स्त्रीला आता त्यात बदल हवासा वाटतोय. जोडीदारामधल्या उणिवा भरून काढणारं कोणी माणूस दृष्टिपथात आलं तर त्याच्याशी किमान एक साध मैत्रीचं नातं तरी निर्माण व्हावं, असं अनेकींना मनापासून वाटतंय.)

विवाहसंस्था अस्तित्वात येऊन हजारो वर्षे झाली आहेत. विवाहसंस्थेचा मूळ उद्देश समागमाची समाजमान्य सोय व्हावी, हा होता. प्रजोत्पादन हीच स्त्रीची मुख्य भूमिका होती. स्त्रीच्या लैंगिकतेची ओळख आज समाजाला आहे, पण पुरुषी नजरेतून! समाजाची मानसिकता अशी की, स्त्रीला नकाराचा हक्क नाही, म्हणून बलात्कार आणि एकतर्फी प्रेमात बळी जणाऱ्याही स्त्रियाच!

इतक्या वर्षांनंतर आज या गोष्टींमध्ये कितीसा फरक पडला आहे? शिकलेली, अर्थार्जन करणारी, वाचणारी आणि थोडाफार विचारही करणारी आजची स्त्री लैंगिकतेची विचार कसा करते, तिची स्वतःची निखळ गरज त्यामागचे विज्ञान, मानसिकता, तिला माहित आहे का? जोडीदाराशी याबद्दल तिचा संवाद आहे का? या सगळ्या लैंगिकतेच्या जाणिव्यांचा व अनुभवांचा तिच्या कौटुंबिक आणि सामाजिक नातेसंबंधावर काही परिणाम होत असल्याचा तिला जाणवतो का? अशा सगळ्या छोट्यामोठ्या प्रश्नांची उकल करण्याचा एक प्रयत्न करावा, म्हणून विविध वयोगटातील आपल्याच मैत्रीणीशी, थोड्या ओळखीच्या आणि अनोळखी स्त्रियांशी, काही प्रश्नांद्वारे गप्पा मारल्या. त्या गप्पातून जे जाणवले, त्याचे हे शब्दांकन.

आजही लग्नामागचा मूळ उद्देश फारसा बदलला नाही. नवविवाहित स्त्रियांशी बोलल्यानंतर लक्षात आले की, माहिती तंत्रज्ञानाच्या स्फोटाच्या जगात आजही उच्चशिक्षित कमावत्या स्त्रीला समागमाची नेटकी, शास्त्रीय माहिती लग्नापर्यंत नसते. घरातून कुणी सांगितलेल्या आणि मैत्रीणीच्या खऱ्या-खोट्या अनुभवांवर आधारित अशा तुटपुंज्या माहितीवर शरीरसंबंध सुरु होतात. अनेकदा जोडीदारच गुरु असतो किंवा दोघे मिळून शोध लावण्याचा प्रयत्न करतात. समागमातील सर्वांगीण शारीरिक क्रियांचा, त्यामागचा शरीरशास्त्रीय माहितीचा अभाव असल्याचे त्यातील मानसिक गरजांची जाणीवही नसते. सौंदर्यावर घालविण्यात येणाऱ्या खर्चाच्या दहा टक्के रक्कम खर्च करून मुलींनी लग्नापूर्वी याबद्दलची आवश्यक माहिती, डॉक्टरांकडे किंवा काऊन्सिलरकडे जाऊन

श्रीमती. मनीषा सबनीस

संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३

[www.manthanskillsdeveloper.com](http://www.manthanskillsdeveloper.com)

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>

ध्यायला हवी. जोडीदाराशी या विषयावर पहिल्यापासून संवाद असला, त्याच्या सवयी, आवडी, स्वभाव, सामाजिक आणि कौटुंबिक पार्श्वभूमी समजावून घ्यायला आणि स्वतःच्या आवडीनिवडी, गरजा त्याच्यापर्यंत पोहोचवायला पुरेसा वेळ दिला आणि मग प्रत्यक्ष लैंगिक जीवनाला सुरुवात केली, तर ते जास्त आनंदी आणि आरोग्यपूर्ण असेल, शिवाय नवविवाहितांच्या नात्याला बळकटी आणेल. पण ही जाणीव भिनलेली नाही.

‘पहिल्या समागमाचा अनुभव छान असतो, चांगलं वाटतं, आपलं माणूस मिळालं असं वाटतं, काहीतरी छान, सुंदर हाती आल्यासारखं वाटतं’; अशा विविध प्रतिक्रिया नवविवाहित स्त्रियांनी दिल्या. या संबंधानंतरच जोडीदाराशी खरा संवाद होऊ लागला, असंही त्यांचं म्हणणं होतं. तरीही शरीरसुखाबद्दल किंवा त्या अनुषंगाने येणाऱ्या गोष्टींबद्दल नवऱ्याला जे सांगावंसं, मागावंसं, नाकारावांसं वाटतं. ते मात्र स्पष्ट शब्दात सांगता येत नाही, अशी बहुतेकींची स्थिती होती. बहुतेकवेळा जोडीदाराला या कृतीचे अर्थ कळतात आणि योग्य प्रतिसादही मिळतो, असं काहींनी सांगितलं.

ऑरगॅझम म्हणजे काय हे अनुभवातून कळत गेलं, असं बायकांचं म्हणणं होतं. स्त्रीचा हा पराकोटीचा शारीरिक आणि मानसिक आनंद. स्त्रीच्या ऑरगॅझमसाठी जोडीदाराकडून प्रयत्न होत असल्याचं मात्र अपवादानंच आढळलं. थोडक्यात स्त्रीला आपल्याला काय हवं आहे, ते निश्चित माहित असणं, ते योग्य प्रकारे जोडीदारापर्यंत पोचवणं आणि दोघांनीही सुख मिळविण्याचा प्रयत्न करणं - हे प्रत्यक्ष होत असल्याचं दिसून येत नाही.

त्या तुलनेत संततिनियमनाच्या आघाडीवर बऱ्यापैकी माहिती बायकांना होती. लग्नानंतर जोडीदाराशी याबद्दल चर्चा करून, क्वचित डॉक्टरांकडे जाऊन याबद्दलचे निर्णय घेतले जातात. त्यामुळे अलीकडे बहुतेक अपत्यजन्म नियोजनपूर्ण होतात.

नवविवाहितांमध्ये लग्नापूर्वी बायकांना समागम, फोरप्लेचं महत्त्व, स्वतःच्या भावना आणि विचार पोचवण्यासाठी लैंगिकता हे एक असलेलं साधन - या गोष्टीकडे थोडं अधिक मनापासून आणि विचारपूर्वक बघण्याची गरज आहे. अनोळखी असणाऱ्या माणसाशी आयुष्यभरचं नातं जुळवायला या संबंधाचा निश्चित उपयोग होतो यावर मात्र शंभर टक्के स्त्रियांचे एकमत आहे. सर्वसामान्य मध्यमवर्गीय कुटुंबीयांमध्ये आजही हा न बोलण्याचा विषय आहे. मुलींना यावर बोलावंसं, विचारावंसं वाटतं, काही शंका, आडचणी असतात. पण घरात यावर कधीच खुलेपणानं बोललं गेलं नसल्याने, या शंकांचं काय करायचं ते कळत नाही. बाहेर नक्की कुणाकडे जायचं, कंस बोलायचं, याची माहिती नाही आणि असं विचारायलाही समाजाची मान्यताही नाही.

लग्नाला १०-१५ वर्षे झालेल्या बायकांना शरीरसंबंधावरच्या प्रश्नांना उत्तरं देताना संकोच कमी आणि उत्साह जास्त होता. मुलं झाल्यानंतर शरीरसंबंधाच्या फ्रिक्वेन्सीवर तात्पुरता परिणाम झाल्याचं अनेकींनी सांगितलं. मुलांमुळे वाढलेल्या जबाबदाऱ्या आणि अपुरा पडणारा वेळ यामुळे शरीरसंबंधावर परिणाम होतो. जोडीदाराच्या सवयी आणि आवडीनिवडी माहित झाल्याने एक प्रकारची सहजता संबंधात आली आहे. कधी क्वचित पुरुष जोडीदाराच्या इच्छेनुसार शरीरक्रियांमध्ये काही वेगळेपणा आणण्याचा प्रयत्न केला जातो, अन्यथा फोर प्लेचा रोल कमी होत जाऊन सेक्स ही जवळजवळ रूटीन गोष्ट झाली आहे, त्याबद्दल बायकांना वेगळं काही वाटत नाही. ‘मुलं झाल्यावर असं व्हायचंच’ अशा एकूण दृष्टीकोन आहे.

**श्रीमती. मनीषा सबनीस**

**संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३**

[www.manthanskillsdeveloper.com](http://www.manthanskillsdeveloper.com)

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>

‘त्याने समजून घ्याला हवं’, ‘इतकं साधं कसं कळत नाही’, सगळं काय सांगायचं’, सांगितल्यावर तर कोणीही करेल’, असं मनात येत राहतं आणि मनातच राहतं. जोडीदाराशी शाब्दिक चकमकी आणि लहानमोठी भांडण होत राहतात. पण सातत्याने होणाऱ्या या भांडणांमागे कदाचित शारीरिक असमाधान असेल, हा विचार केला जात नाही.

४५ ते ५० वयोगटांतल्या बायकांशी बोलताना साहजिकच मेनोपॉजवर प्रश्न विचारले. प्रसारमाध्यमं, विविध वृत्तपत्रांच्या स्त्री पुरवण्या, बायकांच्या आपापसातल्या गप्पा यामुळे मेनोपॉज, त्याची शारीरिक लक्षणं यांची माहिती आजच्या स्त्रियांना आहे.

माझ्याशी बोललेल्या सगळ्या स्त्रियांनी सांगितलं, ‘आम्हाला स्वतःचा एकटीचा असा एक मित्र हवा आहे’ पण त्यासाठी स्वतःहून काही पाऊल उचलणं शक्य नाही. शेवटी तो विचार मनाआड करण्याची सवय त्यांनी स्वतःला लावून घेतली आहे. जीवनाच्या या टप्प्यावर निव्वळ सेक्सपेक्षा संगीत, गप्पा, सिनेमा, नाटक, निरर्थक वाद या गोष्टींमधली जोडीदाराची साथ अनेकींना जास्त महत्वाची वाटते. अर्थात हेही स्पष्टपणाने मांडणं, बदलासाठी जोडीदाराला पुरेसा वेळ आणि संधी देणं असं मात्र घडत नाही. त्यामुळे कधी कधी एकटेपणा जाणवतो, अवेळी रडूही येत, ‘माझं असं कोणीच नाही’ अशा भावना येते आणि शेवटी हे सुद्धा ‘पार्ट ऑफ लाईफ’ म्हणून स्वीकारलं जातं.

एकूण लैंगिकता ही स्त्रीसाठी जशी अनुभवायला मिळाली, तशी स्वीकारायची गोष्ट आहे. आजही पुरुषांचे त्यावर वर्चस्व आहे. स्त्रियांना त्यावर बोलतं करायला हवंय. या गप्पा मारतानाही बोललेल्या स्त्रियांपेक्षा न बोललेल्या स्त्रियांची संख्या खूप मोठी आहे. बोललेल्यांमध्येही विचारांची अस्पष्टता, सरमिसळ आहे आणि अव्यक्तताही बरीच आहे. व्यक्त होण्याकरिता तिला हवाय फक्त स्वतःशी पद्धतशीर संवाद आणि अर्थात जोडीदारशी मोकळा संवाद!

श्रीमती. मनीषा सबनीस

संपर्क : +९१-९८८१२५३८८३

[www.manthanskillsdeveloper.com](http://www.manthanskillsdeveloper.com)

<https://www.facebook.com/Manthan-Skills-Developer-1166722530037305/>