સાન્નિધ્ય

★ ડો. પારસ શાહ (સેક્સોલોજીસ્ટ)

પુરુષોને અશ્લિલ સાહિત્ય કેમ ગમે છે?

મોટા ભાગના પુરુષોને અન્ય લોકો સેક્સ કરતાં હોય તે જોવાની, તે અંગે વાંચવાની કે તે વિશે રસ દઈને સાંભળવાની ખૂબ મજા આવે છે. તેની પાછળનું કારણ શું છે અને તેમની આ મનોવૃત્તિ કેમ વાજબી છે?

અનાર અને અપૂર્વ એક સુશિક્ષિત અને સુખી યુગલ છે. દૈનિક કામોથી પરવારીને જ્યારે અનાર રાત્રે પોતાના બેડરૂમમાં સૂવા જાય ત્યારે અપૂર્વ ઈન્ટરનેટ પર પોર્ન વીડિયો કે ફોટા જોવામાં મસ્ત બની જાય છે. અનારને આ વાતની જાણ તેમની કપલ થેરેપીના બીજા સેશન વખતે થઈ. જો કે અપૂર્વે અનાર સમક્ષ એ બાબતની સ્પષ્ટતા કરી કે તેની આ આદતને અને તેમની વચ્ચેના પ્રેમસંબંધોને કોઈ સંબંધ નથી. આમ છતાં અનાર એ બાબતે ચિંતિત છે કે અપૂર્વ તેની સાથે સેક્સને બદલે અશ્લિલ સાહિત્ય જોવાને વધુ મહત્ત્વ આપે છે. આ એક સામાન્ય પ્રતિક્રિયા છે. ઘણાં યુગલોમાં આવું જોવા મળે છે. જેમાં એકને પોર્નોગ્રાફીનો શોખ હોય અને બીજો તેને સમસ્યા તરીકે જોતો હોય. જો કે તેવું ભાગ્યે જ હોય છે. આ અંગે હાથ ધરાયેલા કેટલાક શ્રેષ્ઠ અભ્યાસોમાં જણાવ્યા અનુસાર પોર્ન સાહિત્ય મમળાવવાના શોખીનોમાંથી માત્ર 5% લોકોને જ તેમના આ શોખને લીધે રોજિંદી સેક્સ લાઈફમાં સમસ્યા નડતી હોય છે.

આ એક સારા સમાચાર છે કારણ કે મોટાભાગનાં લોકો પોર્ન જુએ છે. ઈન્ટરનેટનો ઉપયોગ કરતાં 26 % પુરુષો એડલ્ટ વેબસાઈટ્સ(માત્ર 3% મહિલાઓ જ આવી સાઈટ્સ જુએ છે) જુએ છે. પોર્ન ઉદ્યોગે ગયા વર્ષે 31 અબજ ડોલરની કમાણી કરી હતી.

પુરુષ અને પોર્નોગ્રાફી

મોટાભાગની મહિલાઓએ આ અંગે કોઈ ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. પુરુષને પોર્ન તરફ દોરી જતી બાબતથી તેના મહિલા સાથી સાથેના સંબંધ પર કોઈ અસર ભાગ્યે જ થાય છે. કેટલીક મહિલાઓ એટલા માટે ડરતી હોય છે કારણ કે તેઓ એવું માને છે કે તેઓ પોર્નસ્ટાર જેટલી સેક્સી નથી. જો કે મોટાભાગના પુરુષને એ વાતનો વસવસો નથી હોતો કે તેને પોર્ન સાહિત્ય જેવું આકર્ષક રૂપ માણવા નથી મળતું. પોર્ન તેમના માટે એક ઉદ્દીપકનું કામ કરે છે.

આમ છતાં એક પ્રશ્ન એ છે કે મોટાભાગના પુરુષોને નગ્ન ચિત્રો જોવા કેમ ગમે છે? જો કે આ સવાલનો જવાબ સહેલો નથી. પોર્નોગ્રાફીથી થતી ઉત્તેજના મગજના અનેક ભાગો સાથે સંકળાયેલી છે. જ્યારે કામક્રિયા કરવામાં આવે અથવા જોવામાં આવે ત્યારે નાના ન્યુરોન્સ અને મગજના તંતુઓ ઉત્તેજિત થઈ જાય છે જે પુરુષની ઉત્તેજનામાં અત્યંત મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે. જો કે પોર્ન દ્વારા શું ઉત્તેજિત થાય છે તે જાણવા છતાં આપણા મગજ શા માટે ઉત્તેજિત થાય છે તે નથી જાણવા મળતું.

પુરુષોના મગજ અત્યંત સરળતાથી ઉત્તેજિત થઇ જાય તેવી રચના ધરાવે છે. આથી જ પુરુષો તક મળે કે તરત જ સેક્સ માટે તૈયાર થઇ જાય છે. ઓનલાઇન પોર્ન સાહિત્ય કોઇ પણ સમયે ઉપલબ્ધ હોવાને લીધે તેઓની કલ્પનાની દુનિયામાં પહોંચી જાય છે જેને કારણે મગજના તંતુઓ ઉત્તેજિત થાય છે

પુરુષોના મગજ અત્યંત સરળતાથી ઉત્તેજિત થઈ જાય તેવી રચના ધરાવે છે. આથી જ પુરુષો તક મળે કે તરત જ સેક્સ માટે તૈયાર થઈ જાય છે. ઓનલાઈન પોર્ન સાહિત્ય કોઈ પણ સમયે ઉપલબ્ધ હોવાને લીધે તેઓની કલ્પનાની દુનિયામાં પહોંચી જાય છે જેને કારણે મગજના તંતુઓ ઉત્તેજિત થાય છે. જેમ જેમ અનારને એ બાબત સમજાઈ કે પોર્ન જોવાની અપૂર્વની આદતથી તેની સેક્સ લાઈફને કોઈ અસર નથી થવાની તથા અપૂર્વને પણ પોતાથી છુપાઈને પોર્ન જોવાની આદત અંગેની શરમ ઓછી થવા લાગી ત્યારથી બંનેની સેક્સ લાઈફ વધુ રોમાંચક બની. પોર્નોગ્રાફી એ ક્યારેય કોઈ સમસ્યા હતી જ નહીં. તમે તમારા સાથી સમક્ષ તે અંગે કેવી રીતે ચર્ચા કરો છો અને તમારી જાતને કેવી રીતે રજૂ કરો છો તેની પર બધો આધાર હોય છે.

પોર્નોગ્રાફી જોવા વિશે

શું તમને પોર્નોગ્રાફી શું છે તે જોવામાં રસ છે? તો અહીં દર્શાવેલ માર્ગદર્શિકાને અનુસરી તમારા સંબોધોને વધુ ગાઢ બનાવો.

સ્ત્રીઓની પસંદગી

જે યુગલો સાથે બેસીને પોર્નોગ્રાફી જોવા ઈચ્છે છે તેમને બહુ બધા વિકલ્પોમાંથી પસંદગી કરવાની રહે છે. પુરુષોને સરળતાથી ખુશ કરી શકાય છે આથી સ્ત્રીને શું ગમે છે તે જાણવું જરૂરી બની જાય છે. જો સ્ત્રીને તે ગમશે તો પુરુષને તે અચૂક ગમશે જ.

સલામતી સૌથી મહત્ત્વની- પોર્ન ફિલ્મોમાં અસુરક્ષિત સેક્સ સામાન્ય બાબત છે. જો કે તમારે તેને અનુસરવાની જરૂર નથી. સેક્સ માણતી વખતે સલામતી સૌથી મહત્ત્વની બાબત છે.

સમય અને નાણાં

જો તમે પોર્નોગ્રાફી પાછળ સમય કે નાણાં બેમાંથી કોઈ પણ વસ્તુ વધારે પ્રમાણમાં વેડફતા હોવ તો તેનાથી લગ્નજીવનમાં કે નોકરીમાં સમસ્યા સર્જાવાની શક્યતા રહે છે.

સેક્સ લાઈફ માટે જરૂરી સેક્સ ટિપ્સ

- સેક્સ લાઇફને બીબાંઢાળ, રૂટિન ન બનાવી દો. એનાં સમય, આસન, જગ્યા વગેરેમાં થોડા થોડા સમયે ફેરફાર લાવો.
- બંને સાથીની ઇચ્છા હોય ત્યારે જ જાતીય જીવન માણો.
- સેક્સ માણવા કરતાં તેના માટે યોગ્ય વાતાવરણ ઊભું કરો.
- ધુમ્રપાન, તમાકુ, દારૂ, માંસાહાર અને ઈંડાથી દૂર રહો.
- સમાગમની સફળતાનો આધાર સમાગમ પૂર્વેના પ્રેમાલાપ અને પૂર્વક્રીડા પર હોય છે. જેમ સૂરાનો નશો ને આનંદ ધીરે ધીરે પીવામાં છે તેમ સાથીની સુંદરતા માણવાની મઝા પણ ધીરે ધીરે જ આવે છે.
- એકબીજા સાથે પોતાની જાતીય ઇચ્છાઓ, કલ્પનાઓ, ટેવ-કુટેવ વગેરેની મુક્ત મને ચર્ચા કરો.

તમારા મૂંઝવતા પ્રશ્નો મોકલો

સાંનિધ્ય કોલમ અંગે વાચકોને જે કઇ પ્રશ્નો મૂંઝવતા હોય તે **ગુજરાતમિત્ર કાર્યાલય, સોનીફળિયા, ચોક, સુરત**નાં સરનામે મોકલવા