सुरेन्द्र नाथ सक्सेना

सेक्स के रंग, राज़ एवं रहस्य

सेक्स की भ्रांतियों को दूर करती..
फोरप्ले का महत्त्व समझाती..
चित्रों सहित वर्णन करती..
कामशास्त्र के मधुर रंगों को दर्शाती..
कृत्रिम वैज्ञानिक विधि की जानकारी देती..
युवक-युवतियों के लिए एक मनोवैज्ञानिक पुस्तक।

सेक्स के रंग, राज़ एवं रहस्य

सुरेन्द्र नाथ सक्सेना

वी एण्ड एस पब्लिशर्स

प्रकाशक

वी एण्ड एस पब्लिशर्स

F-2/16, अंसारी रोड, दरियागंज, नयी दिल्ली-110002
☎ 23240026, 23240027 • *फैक्स:* 011-23240028
E-mail: info@vspublishers.com • *Website:* www.vspublishers.com

शाखा: हैदराबाद

5-1-707/1, ब्रिज भवन (सेन्ट्रल बैंक ऑफ इण्डिया लेन के पास)
बैंक स्ट्रीट, कोटी, हैदराबाद - 500 095
☎ 040-24737290
E-mail: vspublishershyd@gmail.com

शाखा : मुम्बई

जयवंत इंडस्ट्रिअल इस्टेट, 1st फ्लोर-108, तारदेव रोड
अपोजिट सोबो सेन्ट्रल, मुम्बई - 400 034
☎ 022-23510736
E-mail: vspublishersmum@gmail.com

फ़ॉलो करें:

© **कॉपीराइट:** वी एण्ड एस पब्लिशर्स

ISBN 978-93-505737-8-5

DISCLAIMER

इस पुस्तक में सटीक समय पर जानकारी उपलब्ध कराने का हर संभव प्रयास किया गया है। पुस्तक में संभावित त्रुटियों के लिए लेखक और प्रकाशक किसी भी प्रकार से जिम्मेदार नहीं होंगे। पुस्तक में प्रदान की गयी पाठ्य सामग्रियों की व्यापकता या सम्पूर्णता के लिए लेखक या प्रकाशक किसी प्रकार की वारंटी नहीं देते हैं।

पुस्तक में प्रदान की गयी सभी सामग्रियों को व्यावसायिक मार्गदर्शन के तहत सरल बनाया गया है। किसी भी प्रकार के उद्धरण या अतिरिक्त जानकारी के स्रोत के रूप में किसी संगठन या वेबसाइट के उल्लेखों का लेखक या प्रकाशक समर्थन नहीं करता है। यह भी संभव है कि पुस्तक के प्रकाशन के दौरान उद्धृत बेवसाइट हटा दी गयी हो।

इस पुस्तक में उल्लिखित विशेषज्ञ के राय का उपयोग करने का परिणाम लेखक और प्रकाशक के नियंत्रण से हटकर पाठक की परिस्थितियों और कारकों पर पूरी तरह निर्भर करेगा।

पुस्तक में दिये गये विचारों को आजमाने से पूर्व किसी विशेषज्ञ से सलाह लेना आवश्यक है। पाठक पुस्तक को पढ़ने से उत्पन्न कारकों के लिए पाठक स्वयं पूर्ण रूप से जिम्मेदार समझा जायेगा।

उचित मार्गदर्शन के लिए पुस्तक को माता-पिता एवं अभिभावक की निगरानी में पढ़ने की सलाह दी जाती है। इस पुस्तक के खरीददार स्वयं इसमें दिये गये सामग्रियों और जानकारी के उपयोग के लिए सम्पूर्ण जिम्मेदारी स्वीकार करते हैं।

इस पुस्तक की सम्पूर्ण सामग्री का कॉपीराइट लेखक/प्रकाशक के पास रहेगा। कवर डिजाइन, टेक्स्ट या चित्रों का किसी भी प्रकार का उल्लंघन किसी इकाई द्वारा किसी भी रूप में कानूनी कार्रवाई को आमंत्रित करेगा और इसके परिणामों के लिए जिम्मेदार समझा जायेगा।

प्रकाशकीय

मानव जीवन में खुशियों के मूल कारणों में 'काम' का प्रमुख स्थान है। परस्पर संतुष्टि के लिए एक-दूसरे के बारे में आपसी समझ, परस्पर सम्मान और एक-दूसरे का ध्यान रखना आवश्यक होता है। प्रेम और सम्मान के साथ, 'काम' की महत्ता को नकारा नहीं जा सकता।

कई बार प्रायः काम/सेक्स द्वारा एक-दूसरे को संतुष्ट न कर पाने से, हीन भावना, खीज, चिढ़ आदि उत्पन्न होती है जिससे जीवन में खुशियों का लोप होने लगता है। आधी-अधूरी जानकारी होने से युवा, किशोर प्रायः गलत आदतों के शिकार हो जाते है।

इन सब बातों को ध्यान में रखते हुए वी. एण्ड एस. पब्लिशर्स ने अश्लीलता को परे रखते हुए, वैज्ञानिक एवं मनोवैज्ञानिक तथ्यों को अपनाते हुए 'काम' की पुस्तक **'सेक्स के रंग, राज़ एवं रहस्य'** प्रकाशित की है।

निश्चित रूप से यह पुस्तक सेक्स के विषय में फैली हुई भ्रान्तियों एवं निराशा को दूर करेगी। प्रस्तुत पुस्तक वास्तव में खुशियों की नींव रखने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाने में सक्षम है।

पूर्व कथन

नर-नारी के प्यार में गंगोत्री जैसी पवित्रता, मदिरा-सी मादकता और अमृत तत्त्व की अमरता छिपी है। आदमी आता है और काल के गाल में समा जाता है, परन्तु उसके द्वारा संसार में छोड़े गये सेक्स के सूरजमुखी खिलते हैं, प्यार भरे काम (सेक्स) की अमृतमयी आनन्द धारा मृत्यु को भी पार कर आगे और आगे बहती रहती है। दुनिया में जितने राज़ और रंग है उन सबकी जड़े सेक्स-सुख, रंग और जनन शक्ति में हैं।

यह दु:ख का विषय है कि अभी तक नर-नारी के प्यार या सेक्स को भ्रामक और अपवित्र रूप में प्रस्तुत किया जाता रहा है। एक ओर इसे अज्ञानता की चादर से ढाँकने की कोशिश की गयी है, तो दूसरी ओर आधुनिक यौन स्वतन्त्रता का नाम लेकर लज्जारहित सेक्स प्रदर्शन को प्रमुखता दी गयी है। ये दोनों ही दृष्टिकोण अतिवादी है।

इस पुस्तक में वर्तमान औद्योगिक पूँजीवादी व्यवस्था तथा युवा पीढ़ी की आवश्यकताओं के अनुसार एक यथार्थवादी सन्तुलित दृष्टिकोण पेश किया है, जिसमें शरीर विज्ञान व मनोविज्ञान के सभी राज़ और कामशास्त्र (सेक्स) के मधुर रंग घुल-मिलकर एक नयी राह दिखाते हैं। इस राह पर चलकर सेक्स एक आनन्द का स्रोत होने के साथ-साथ जीवन में आगे बढ़ने की प्रेरणा भी देता है।

-सुरेन्द्र नाथ सक्सेना

विषय-सूची

1. **काम (Sex) का महत्त्व** **9**
   - ➢ बच्चों में सेक्स शिक्षा का महत्त्व 14
2. **यौन सम्बन्धों (Sex Relation) का लक्ष्य** **16**
   - ➢ पाशविक (Brutality) 16
   - ➢ किशोर-किशोरियों के लिए चेतावनी 19
3. **सेक्स और शरीर विज्ञान के रहस्य** **20**
   - ➢ मेरुदण्ड (Spinal Cord) और मनो-मस्तिष्क 20
   - ➢ सन्तान उत्पादक संस्थान 22
   - ➢ स्त्री की जनन इन्द्रियाँ (Female Genitals) 22
   - ➢ गर्भाशय (Uterus) 25
   - ➢ डिम्ब नलिकाएँ (Fallopian Tube) और डिम्ब ग्रन्थियाँ (Ovaries) 25
   - ➢ मासिक धर्म 26
4. **काम क्रिया और शरीर के आन्तरिक अंगों की प्रतिक्रियाएँ** **28**
   - ➢ पुरुष के प्रजनन अंग (Breeding Organ of Man) 28
   - ➢ लिंग में उत्थान और उसका महत्त्व 31
   - ➢ पुत्र या पुत्री 33
   - ➢ सेक्स क्षमता 33
   - ➢ कामेच्छा का ज्वार-भाटा 36
5. **विवाह और परिवार** **38**
   - ➢ मीठे बोल कितने अनमोल 39
6. **कुण्डली मिलान से अधिक आवश्यक मेडिकल चेकअप व पृष्ठभूमि** ... **41**
7. **किशोर अवस्था की सेक्स समस्याएँ** **45**
8. **कामकला की कार्यशाला (Sex Training Institute)** **55**
9. **तैयारियाँ मधुर मिलन की** **61**
   - ➢ मिलन कक्ष (Goldennight Room) 65
   - ➢ सुहागरात और मिलन रात्रि में अन्तर 65
   - ➢ विवाह और लिव-इन रिलेशनशिप 66

➢ लिव-इन रिलेशंस के कारण 66

10. प्यार के मोहक रंग 69

➢ प्राकक्रीड़ाएँ (Fore play) और प्रणय क्रीड़ाएँ (Sex games) 69
➢ चुम्बन करने की बाजी लगाना 74
➢ प्रणय क्रीड़ा और सम्भोग हेतु की जाने वाली मालिश 82
➢ मालिश के प्रकार 84
➢ स्वास्थ्यप्रद मालिश का क्रम 84
➢ अगल-बगल का भाग 87
➢ मक्खनी मालिश 87
➢ मक्खन में मिली मदिरा 87
➢ साबुन की मालिश (Soapy massage) 87
➢ प्रेम युद्ध या प्यार भरी लड़ाई 88
➢ ना! ना! करके प्यार... 88

11. सेक्साइटिंग (Sexiting) 90

➢ सेक्स के खिलौने (Sex Toys) 92
➢ वेश्यागमन (Wench) 93
➢ यौन रोग (Sexual Disease) 94
➢ कृत्रिम वैज्ञानिक विधि से गर्भाधान तथा शिशु जन्म टेस्ट ट्यूब बच्चे (Test tube babies) किराये की कोख और शुक्राणु व डिम्ब वैंकस 95

12. स्त्री-पुरुष का वर्गीकरण 98

13. काम का सिंहासन 101

➢ मिलन स्थल 111
➢ स्वीमिंग पूल में सम्भोग 112
➢ शिश्न प्रवेश प्रहार तथा घर्षण की मुख्य विधियाँ 113

14. सम्भोग कितनी बार? 114

➢ सफल सम्भोग के उपाय 115

वैवाहिक जीवन में भरे नये रस-रंग 117

1

काम (Sex) का महत्व

सुहागरात के मधुर सपनों को सजोता हुआ वह अत्यन्त स्वस्थ-सुन्दर युवा अपनी पत्नी के मिलन कक्ष में पहुँचा तो द्वार अन्दर से बन्द था। उसने द्वार खटखटाया, पत्नी को प्रेम भरी वाणी में पुकारा, परन्तु कोई उत्तर नहीं मिला। पुकार-पुकार कर जब वह थक चुका तब उसकी पत्नी ने द्वार के पीछे से क्रोधित स्वर में कही, 'तुम जैसे मूर्ख के साथ मैं नहीं रह सकती। लौट जाओ और उस समय तक मेरे पास नहीं आना जब तक तुम मेरे योग्य विद्वान नहीं बन जाओ।' और वह युवक घोर निराशा से भरा हृदय लेकर वापस लौट आया। पत्नी की चुनौती उसके हृदय को चीरती हुई प्राणों तक पहुँच गयी थी। उस अशिक्षित युवक के दृढ़ निश्चय किया कि वह एक दिन इतना महान विद्वान बन कर दिखाएगा कि पत्नी उसे स्वीकार किये बिना नहीं रह सकेगी। वह रात-दिन अध्ययन, मनन और लेखन में जुट गया। और कुछ वर्षों बाद वह अपने समय का महान् कवि तथा विद्वान बन कर प्रतिष्ठित हुआ। आप भी अवश्य जानते होंगे उस महान् कवि का नाम संस्कृत साहित्य के उस महान् कवि तथा नाटककार का नाम था-कालिदास। आज उसक रचनायें भारत में ही नहीं विश्व के अनेक देशों की भाषाओं में अनुवादित या रूपान्तरित हो चुकी हैं।

किसी भी क्षेत्र के महान् पुरुष या महिला का नाम लीजिए चाहें वह विज्ञान, साहित्य, राजनीति या कला का हो उसक सफलता के पीछे काम ऊर्जा का ही चमत्कार होता है। इसीलिए अँग्रेजी में कहा जाता है- There is always a woman behind every succeseful man. अर्थात् हर सफल पुरुष के पीछे हमेशा एक महिला होती है। आज नारी स्वतन्त्रता के युग में हम इसमें एक पंक्ति और जोड़ सकते हैं कि - There is always a man behind every successful woman अर्थात् हर सफल नारी के पीछे सदैव एक पुरुष होता है। संस्कृत में

'काम' को मनोज भी कहते हैं जिसका अर्थ होता है मन का ओज या मन की आन्तरिक ऊर्जा।

यह एक गहरा रहस्य है कि किस प्रकार मन का यह ओज, प्रेम की यह आन्तरिक शक्ति स्त्री या पुरुष में रूपान्तरित होकर उससे ऐसे महान् कार्य करा देती है कि संसार आश्चर्य चकित रह जाता है।

प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक फ्रॉयड व्यक्ति में विपरीत सेक्स के प्रति आकर्षण से उत्पन्न भावनात्मक ऊर्जा को लिबिडो (Libido) कहा करते थे और उसे सबसे अधिक महत्त्व देते थे। इसे हम व्यावहारिक भाषा में यौन सम्बन्धी इच्छाएँ और आवेग कह सकते हैं।

हमारे पूर्व आर्यों द्वारा 'काम' (Sex) और उसके देवता 'कामदेव' को सबसे अधिक पूज्य माना गया है। कामदेव के समान कोई देवता नहीं है। काम नहीं हो तो मानवजाति नष्ट हो जाये। काम से ही हमारा जन्म होता है, यह जीवन मिलता है। जीवन न हो तो सब बेकार है। भारतीय संस्कृत कोष- लीलाधर शर्मा पर्वतीय द्वारा संकलित संपादित अथर्ववेद में प्रथम देवता के रूप में कामदेव को 'श्रद्धा' का और हरिवंश पुराण में लक्ष्मी का पुत्र कहा गया है। सच है व्यक्ति के ऊपर माँ लक्ष्मी की कृपा हो तभी उसे काम की सन्तुष्टि के लिए योग्य संगी या संगनी प्राप्त होती है और इसके साथ ही दोनो युवक तथा युवती में परस्पर श्रद्धा हो तभी काम (Sex) का आनन्द परमानन्द की झलक दिखाता है।

"सातिरेकमद कारणं रहस्तेन दत्तम मिलेषु रङगना.:

तामिर धुपहन्तं मुखासवं सोऽपि कुलतुल्य दोहद:"

महाकवि कालिदास द्वारा रचित 19वें सर्ग में वर्णन करते हुए कवि कहता है- जल में मनोरंजन करते समय राजा, यौवन की अधिकता से पगलाई विलासी युवतियों के उरोजों (स्तनों) से टकरा कर उनके साथ हिलते कमलों से भरे जल में विविध रीतियों से सम्भोग करता है। राजा मदहोश कर देने वाली मदिरा का घूँट भर कर उन सुन्दरियों के मुँह में डाल देता है। वे सुन्दरियाँ अपने मुँह में उस मदिरा को लेकर राजा के मुँह में डाल देती है और इस तरह राजा का वकुल (एक प्रकार का पौधा, पुरानी मान्यता के अनुसार इस पौधे में कली आने के बाद इस पर मुँह में मदिरा भर कर कुल्ला करने से पौधा फलता-फूलता है) दोहद पूरा होता है।

'मेघदूत' में महाकवि कालिदास कहते है, 'अलका नगरी के यक्ष बहुत रसिया है। काम की जल्दबाजी अर्थात् सम्भोग जल्दी से जल्दी करने की इच्छा के कारण वे काँपते हाथों से अपनी प्रेमिकाओं के नीवी बन्धन (कमर में पहने जाने वाले वस्त्र के नाड़े) को तोड़ देते हैं, फिर वे युवतियों के अधोवस्त्र (Undergarments) अलग कर देते हैं। तब लज्जा से सुन्दर ओठों वाली युवतियाँ घबड़ा कर रत्नदीपों के प्रकाश को बुझाने के लिए कुमकुम को मुठ्ठी में भर कर उन पर फेंकती है ताकि अन्धेरा हो जाये और उनके उरोजों (स्तनों) और गुप्तांगो को उनका प्रेमी नग्न नहीं देख पाये।'

मनुष्य देह में काम का मूल केन्द्र कहाँ है इस बारे में अब विज्ञान पता लगा चुका है। लेकिन आज से कम से कम 6 या 7 हजार वर्ष पहले भी हमारे ऋषि-मुनियों को इस सम्बन्ध में ज्ञात था। इस बारे में भगवान शिव से सम्बन्धित एक पौराणिक कथा से ज्ञात होता है।

संक्षेप में यह कथा यों है-

शिवजी हिमालय पर तपस्या कर रहे थे। पार्वती जी ने सोचा कि वह उन्हें अपने हाव-भाव से मोहित कर लेंगी। वह कामदेव को लेकर शिवजी के पास पहुँची। कामदेव ने शिवजी की समाधि भंग कर दी। शिवजी ने नेत्र खोले तो उन्हें पुष्पवाण लिए कामदेव दिखायी दिये। उन्हें उस पर क्रोध आया जिससे उनका तृतीय नेत्र खुल गया और कामदेव भस्म हो गया। यह समाचार पाकर कामदेव की पत्नी रति शिवजी के पास पहुँची और बिलख-बिलख कर रोने लगी बोलीं! 'कामदेव ने तो अपना कर्तव्य-पालन किया था, उसकी शिवजी से कोई शत्रुता नहीं थी।' इस पर भगवान शिव ने कहा कि कामदेव को अब शरीर तो नहीं मिल सकता परन्तु वह हर प्राणी के मनोमस्तिष्क में 'मनोज' रूप में रहेगा। इस प्रकार वह अमरत्व को प्राप्त कर लेगा।

संस्कृत में काम का अर्थ सेक्स (Sex) होता है। कामदेव को प्रणय का देवता माना जाता है। उसके पास भ्रमरों की पंक्ति से बनी प्रत्यंचा वाला धनुष और पुष्पों की वाण होते है। यूनान की प्राचीन कथाओं में कामदेव को क्यूपिड (Cupid) कहते हैं। उसको एक सुन्दर नग्न बालक के रूप में दिखाया जाता है। क्यूपिड के हाथों में भी धनुष तथा पुष्पों के वाण होते हैं। उसके शरीर पर पक्षियों जैसे पंख लगे दिखाये जाते है। क्यूपिड को वीनस (Venus) देवी का पुत्र माना जाता है। वीनस को सौन्दर्य और प्रेम की देवी के रूप में चित्रित किया गया है।

आधुनिक विज्ञान के अनुसार भी सिर (मस्तिष्क) में स्थित पिट्यूटरि ग्लैण्ड (Pituitary Gland), हाइपोथेलमस और फ्रंटल लाब सेक्स से सम्बन्धित अंगो के विकास और उनके कार्यों में मूल भूमिका निभाते हैं। वैसे भी यह एक सामान्य अनुभव की बात है कि जब स्त्री या पुरुष के मन किसी प्रकार के भय, चिन्ता, आतंक आदि भावों की प्रधानता होती है तो उसमें काम क्रियाओं या सम्भोग करने की इच्छा नहीं होती। सच्चा कामानन्द या सम्भोग सुख पाने के लिए स्त्री और पुरुष दोनों के मन में प्रेम का भाव होना आवश्यक है। यह प्रेम जब स्त्री और पुरुष के बीच होता है उसे प्रणय कहते हैं। ऐसे प्रेम का आधार सेक्स या 'काम' होता है। इस प्रणय से ही वात्सल्य, स्नेह आदि प्रेम के दूसरे भाव उत्पन्न होते है। वात्सल्य बच्चों के प्रति, स्नेह अपने छोटों के साथ होता है। प्रेम का मूल स्वभाव स्वार्थरहित होकर प्रेम पात्र या आदर्श के प्रति पूर्ण समर्पण तथा उसकी भलाई व खुशी के लिए सर्वस्व त्याग करता है। ऐसा निस्वार्थ प्रेम ही परमात्मा है। प्रेम हर व्यक्ति को अपार शक्ति देता है। वस्तुतः प्रणय जब प्रेम का रूप प्राप्त कर लेता है तो प्रेमी व्यक्ति चाहे वह स्त्री हो या पुरुष असम्भव कार्यों को भी सम्भव कर देता है। प्रेम का सेक्स सन्तुष्टि से कोई सम्बन्ध नहीं है, हाँ, प्रणय का है।

हमारे धर्म ग्रन्थों में धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष इन चार पुरुषार्थों का वर्णन किया गया है। जिन नियमों को धारण कर व्यक्ति अपने जीवन को इस प्रकार व्यतीत करता है जिससे उसकी परिवार की तथा समाज की सर्वोमुखी उन्नति हो वह 'धर्म' है। 'अर्थ' अर्थात् धनार्जन करना। धनार्जन करने के बाद काम (Sex) का स्थान आता है अर्थात् अपने जीवनसाथी/संगनी के साथ 'काम' (Sex) सम्बन्ध बना कर बच्चों को जन्म देना तथा उनका विधिवत पालन करना। इसी उद्देश्य को पूरा करने के लिए विवाह की संस्था बनायी गयी ताकि बच्चों का अच्छी तरह लालन-पालन किया जाये और उन्हें उपयोगी संस्कार दिये जायें तथा वृद्धजनों को सम्मानित जीवन दिया जाये।

नर-नारी काम सुख पाने के बाद, पूर्ण मिलन में उन परम आनन्द भरे क्षणों का अनुभव करते हैं जब उन दोनों की चेतना एकाकार होकर ब्रह्माण्डीयचेतना में मिल जाती है। यह अद्भुत और रहस्यमय अनुभव व्यक्ति में यह कामना जगाता है कि क्या हम सदैव सम्भोगानन्द में नहीं रह सकते। भारतीय दर्शन कहता है, 'हाँ, यह सम्भव है।' इसी कामना से 'मोक्ष' प्राप्त करने के लिए व्यक्ति प्रयत्नशील हो जाता है। मोक्ष मृत्यु के बाद नहीं वरन् इसी जीवन में प्राप्त होता