मुझे सलाह लेनी चाहिए थी |

उसने मुझसे कहा की मज़ा आएगा
वोह गलत था |
मैंने उसकी क्यूँ सुनी ?
मुझे मज़बूत रहना चाहिए था
और न कहने का साहस रखना चाहिए था ...

" अदेरो, हम कॉन्डोम के बिना सुरक्षित रहेंगे", उसने मुझसे बोला था.
मैंने उसकी क्यूँ सुनी?
वोह गलत था |

मुझे रुपयों की ज़रुरत थी
मैं और क्या करती?
इसकी मैंने भारी कीमत चुकाई है;
मुझे सलाह माननि चाहिए थी |
यह पहले भी हुआ है

पर मैं खुशकिस्मत रही
उन सब बार
सलाह को ठुकराया
मगर इस बार
मुझे कीमत चुकानी पड़ी |

साठ प्रतिशत में एक
नए रोगग्रस्त लोगों में
एक मैं भी हूँ |

एच आई वी / एड्स
यह मुझे भी हो गया है |
मुझे सुनना चाहिए था,
सलाह लेनी चाहिए थी
पर मैंने इसपर ध्यान ही नहीं दिया
वी सी टी पर मिलने वाली ऐछिक सलाह और जांच नहीं ली

WORKING TO EMPOWER

उसे अनदेखा किया |
मुझे शर्म आती थी , लज्जित महसूस होता था
सलाह लेने में...
जबकि सलाहकार अच्छे थे |
अब मैं रोग से ग्रस्त हूँ
और आज मैं शर्मिंदा और लज्जित हूँ
क्यूंकि मैंने समाये से परामर्श नहीं किया, सलाह नहीं ली
दोबारा नहीं सोचा ||

अदेरो अपनी दिली सहेली अकीली के पास सलाह के लिए गयी | अकीली को भी समान अनुभव रह चुका है और उसने स्कूल में यौन स्वास्थ्य तथा वी सी टी (ऐछिक सलाह और जांच) के बारे में भी पढ़ा है |

अदेरो : अकीली, तुम तो जानती हो की मेरी माँ का देहांत एड्स के कारण हुआ | मैं इतनी बेपरवाह कैसे हो सकती हूँ?

अकीली : मेरी मित्र, कभी कभी हमें समय से उचित जानकारी और मदद नहीं मिलती | इसमें तुम्हारी कोई भी गलती नहीं है | मैं अब भी तुम्हारी मदद कर सकती हूँ | हम वी सी टी (ऐछिक सलाह और जांच केंद्र) पर जा सकते हैं और परामर्श और सलाह ले सकते हैं | वो तुम्हारी जांच भी करेंगे | और तुम अपने जैसी कई अन्य लड़कियों से भी मिल सकती हो | तुम देखोगी की हम अकेले नहीं हैं |

अदेरो : उसने मुझसे कहा की कॉन्डोम से सम्भोग कम रूमानी हो जायेगा | मुझे तो यह भी नहीं आश्वस्त था की मैं उसके साथ सम्भोग करना चाहती थी |

अकीली : अदेरो, अगर तुम अनिश्चित हो तो तुम्हे ना कहने का पूरा अधिकार है | हमे स्कूल में बताया गया है की अगर हम यौन सम्बन्ध बनाते हैं तो कॉन्डोम का प्रयोग करना ही उचित है | ज़रूरी नहीं है की यह एक उबाऊ क्रिया हो - तुम दोनों साथ में इसे पहना सकते हो और इस वक़्त को आनंदमयी बना सकते हो - इससे आत्मीयता /प्रेम बढ़ता है | सबसे महत्वपूर्ण यह है की यह तुम दोनों को सुरक्षित रखता है |

अदेरो : सच में? मगर मुझे कॉन्डोम इस्तेमाल करने में शर्मिंदगी महसूस होगी; लोग सोचेंगे की मैं व्यक्तित्वहीन हूँ |

अकीली : मुझे भी ऐसा ही लगता था | मगर हामरी टीचर ने हमें बताया की अगर हम यौन सम्बन्ध बनाये या सम्भोग करें तो कॉन्डोम का प्रयोग करने में या फिर उनके बारे में बात करने से हिचकिचाना नहीं चाहिए | कॉन्डोम का प्रयोग करना मतलब यह नहीं है की तुम चरित्रहीन हो | टीचर कहती है की इससे यौन सम्बन्ध सुरक्षित बने रहते हैं जिससे हम स्वस्थ रहते हैं |

अदेरो : मगर अकीली, क्या कॉन्डोम का प्रयोग करना मतलब यह नहीं है की हमें अपने साथी पर विश्वास नहीं है?

अकीली : अगर तुम दोनों में से एक को भी एचआईवी /एड्स है, तो कॉन्डोम का इस्तेमाल एक दुसरे के प्रति तुम्हारी चाहत दिखाता है क्यूंकि तुम नहीं चाहते की वो तुम्हारे कारण बीमार हो | कॉन्डोम का प्रयोग एचआईवी /एड्स से सुरक्श करता है | टीचर बोलती है की एचआईवी /एड्स न होने पर भी कॉन्डोम का प्रयोग करना चाहिए - कॉन्डोम इस्तेमाल करना यौन क्रिया तथा अन्य सम्बंधित क्रियाओं में एक अच्छी आदत है |
क्यूंकि हम युवा महिलायें हैं, हमारा गर्भाशय अभी विकसित हो रहा है - इससे हमें यौन रोग का भारी जोखिम है | एच आई वी/एड्स भी एक यौन रोग है | इसीलिए यह ज़रूरी है की हम अपने स्वास्थ्य की सुरक्श के लिए हमेशा कॉन्डोम का प्रयोग करें |

अदेरो : हमें यह सब (संभोग) नहीं करना चाहिए था|

अकीली : टीचर ने हमें बताया की सुरक्षित रहने का एक और भी बेहतर तरीका है | अगर हम संभोग के लिए तब तक प्रतीक्षा करें जब तक हम मानसिक रूप से यौन संबंधों के लिए तैयार न हों | और जब हम तैयार हों , तो कॉन्डोम का प्रयोग करें |

अदेरो : इस बार मेरे लिए बहुत देर हो चुकी है, मगर भविष्य में अगर मैंने संभोग करने का निश्चय किया, तो मुझे पता है की सुरक्षित रहने के लिए क्या करना होगा | मुझे पूछने में शर्म आ रही है, पर क्या कौन्दोम्स विश्वसनीय विधि हैं?

अकीली : अरे इसमें शर्मिंदा होने की कोई बात नहीं है - मैंने तुम्हे अभी बताया | टीचर ने बताया है की कॉन्डोम विश्वसनीय होते हैं | उन्होंने कहा की अगर यौन सम्बन्ध बनायें तो कॉन्डोम का प्रयोग अवश्य करें, और आपको चिंता की कोई आवश्यकता नहीं क्यूंकि आप स्वयं सुरक्षित हैं और एक दुसरे की रोग से रक्षा कर रहे हैं | कन्डोम्स एकदम पतले होते हैं, तुम्हे फरक भी नहीं महसूस होगा |
अदेरो : अगर मेरा साथी कॉन्डोम न इस्तेमाल करना चाहे तोह?

अकीली : शायद वो डरता हो क्यूंकि उन्हें उचित जानकारी नहीं है | उन्हें वो सब बताओ जो मैंने तुम्हे अभी बताया | बोलो की कॉन्डोम ये सुनिश्चित करते हैं की तुम दोनों ही सुरक्षित और निश्चिन्त रह सकते हो | टीचर ने हमें यह भी बताया की अगर तुमने पहले कॉन्डोम का इस्तेमाल किया है तो तुम अपने साथी को बता सकते हो की तुम्हे

WORKING TO EMPOWER

कॉन्डोम क्यूँ पसंद हैं - तुम्हे एक दुसरे पर विश्वास है, कॉन्डोम के बारे में बात करना और उन्हें इस्तेमाल करना भी अपना विश्वास जताने का एक तरीका है |

अकीली : अदेरो, मैंने स्कूल में एक और महत्वपूर्ण बात सीखी - एक ही व्यक्ति से शारीरिक सम्बन्ध | जितने ज्यादा व्यक्तियों से यौन सम्बन्ध होंगे , उतना ही हमारे स्वास्थ्य को खतरा है | टीचर ने बताया की अगर हम अपने साथी से इमानदार रहें तो हमारे रिश्ते विश्वस्त और स्वस्थ रहते हैं | ऐसे ही हम अपने बच्चों के लिए एक आदर्श माता पिता बन सकते हैं - वोह हमारे जैसे गलतियां नहीं करेंगे |

अदेरो : (हँसते हुए) तुम अपने नाम पर खरी उतरती हो - एकदम समझदार | तुम्हारी इतनी मदद के लिए बहुत बहुत धन्यवाद | मैं बहुत डर गयी थी |

अकीली: कोई बात नहीं दोस्त | जब मैं बीमार थी तो मैं भी डर गयी थी | मैं तुम्हारे साथ वी से टी केंद्र चलती हूँ - वहां देखना तुम्हारे जैसे कई और भी हैं | वहां तुम्हारे लिए मदद है, प्रोत्साहन है |

अदेरो : अब मुझे क्या होगा? मैंने देखा की मेरी माँ के साथ क्या हुआ था | मुझे डर है की मेरे साथ भी वैसा ही न हो |

अकीली : चिंता मत करो अदेरो | तुम्हारी माँ का कोई इलाज नहीं हुआ था | मगर तुम्हारी तो जांच होगी | बस एक बार हमें पूरी तरह तुम्हारी स्तिथि का अंदाजा हो जाये फिर तुम्हारा इलाज शुरू हो सकता है | टीचर ने कहा था की अगर तुम्हे एड्स या एच आई वी हो तो उसके लिए दवाइयां हैं | ये दवाइयां रोग मुक्त तो नहीं कर सकतीं पर जीवन को बहुत बेहतर बना सकती हैं | केंद्र के सलाहकार के पास हमें अधिक जानकारी मिलेगी ||