EQUAL GROUND

நான் ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளராக இருக்கலாம்

இளம் பெண்களுக்கான தகவல் விபரத்திரட்டு

நான் பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளராக இருக்கலாம் .... என்பது இலங்கையின் கொழும்பு பகுதியில் அமையப்பட்டுள்ள ஈகுவல் கிரவுண்டினது வெளியீடாகும், இதனை கல்வி நோக்கத்திற்காக மட்டுமே மீழ் வெளியிட அனுமதிக்கலாம். வருமான நோக்கிற்காக மீழ் வெளியீடுகளை விற்கத்தடையாகும். இவ்வெளீயிட்டின் பகுதிகள் பயன்படுத்தப்பட்டால் முழுமையான சான்று வழுங்கப்பட வேண்டும். எந்த ஒரு மீழ் வெளியீட்டுக்காகவும் எழுத்து மூலமான அனுமதியை ஈகுவல் கிரவுண்டிற்கு சமர்ப்பித்தல் அவசியமாகும்.

பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளராக இருப்பதன் அர்த்தம் என்ன?

பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர் என்பவர் உடல்ரீதியாக, உணர்வு ரீதியாக மாற்றம் கொண்டவர் அல்லது ஆத்மார்த்தமாக மற்றுமொரு பெண்ணின் மீது ஈர்ப்பு கொண்டவராகும். பாலியல் ரீதியாக மற்றும் உணர்வுபூர்வமாக பெண்களால் கவரப்பட்டவர்கள் பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்களாகும். அவர்களைப் பொறுத்தவரையில் பெண்கள் மீதான அவர்களது உணர்வுகள் சாதரணமானதாகவும், இயற்கையானதாகவும் இருக்கும். ஏனைய பெண்களுடன் உணர்வுரீதியாகவும், ஆத்மார்த்தமாகவும் நெருக்கமாக உணர்வதாகவும், ஆண்களை விட பெண்களுடன் நெருக்கமான உறவைப் பேணுவதனை விரும்புவதாகவும் அவர்கள் கூறுகின்றனர். 10 பேரில் ஒருவர் ஆண் அல்லது பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்களாக இருப்பதாக கற்கைகள் தெரிவிக்கின்றன. அத்துடன் வரலாற்று ரீதியாக பிரபலமான பல பெண்கள் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்களாகும். பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள் ஆசிரியர்களாக, வைத்தியர்களாக, சட்டத்தரணிகளாக, தொழிற்சாலை பணியாளர்களாக, பொலிஸ் உத்தியோகத்தர்களாக, அரசியல்வாதிகளாக, அமைச்சர்களாக, திரை நட்சத்திரங்களாக, கலைஞர்களாக, தாயாக, தாதியாக, சாரதியாக, மொடல் கலைஞராக அல்லது எழுத்தாளராக இருக்கலாம்.

பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள் சிங்களவர்களாக, தமிழர்களாக, பறங்கியர்களாக, முஸ்லீம்களாக, கிறிஸ்தவர்களாக, பௌத்தர்களாக மற்றும் இந்துக்களாக இருக்கலாம். பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள் பணக்காரர்களாக, வரியவர்களாக, தொழிலாளிகளாக அல்லது நடுத்தர வர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவர்களாக, இளையவர்களாக அல்லது முதியவர்களாக, வேற்றுப்பாலுறவு திருமணத்தில் உள்ளவர்களாக, மாற்றுத்திறனாளிகளாக இருக்க முடியும்.

நான் ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர் என்பதனை எவ்வாறு நான் அறிந்து கொள்வது?

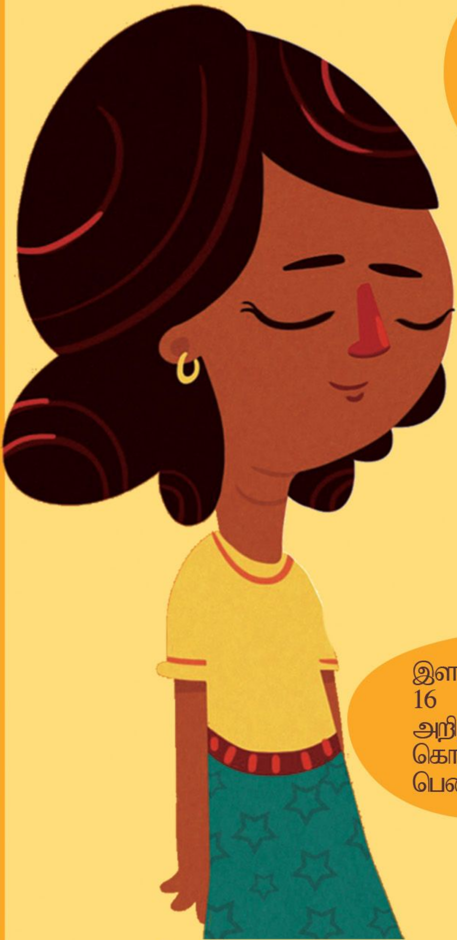
நான் எப்போதும் பெண்களால் ஈர்க்கப்பட்டிருந்தேன். பாடசாலை நாட்கள் முதலே பெண் நண்பர்கள் மீது நான் ஈர்ப்பு கொண்டிருந்ததை நான் நினைவில் வைத்திருக்கின்றேன். எனினும், அப்போது என்னை ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளராக நான் கருதியதில்லை. பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர் என்றால் என்ன என்பது குறித்து எனக்கு எதுவும் தெரியாது. பருவ வயதிலேயே நான் ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர் என்பதனை புரிந்து கொண்டேன்.
கிறிஸ்டின், 24

தெரிந்து கொள்வது பிரச்சினையல்ல. அதனை ஏற்றுக் கொள்ளுவதிலேதான் பிரச்சினை இருந்தது. ஏழு வயதில் பெண்களால் நான் ஈர்க்கப்பட ஆரம்பித்தேன். எனவே, நான் வேற்றுப்பால் கவர்ச்சியுடையவள் இல்லை என்பதனை அறிந்து கொண்டேன். "நான் ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர், எனக்கு அது சாதாரணமானது" என எனக்குள் சொல்லிக் கொண்டேன்.
இனோக்கா, 22

பருவ வயதில், பெரும்பாலான இளம் பெண்கள் பாலியல் உணர்வுகள் குறித்து விழிப்புணர்வடைய ஆரம்பிப்பார்கள். அத்துடன், உறவுகள் குறித்து ஆர்வத்தை வெளிப்படுத்துவர். பெரும்பாலும், இளம் பெண்கள் உடல் ரீதியாக ஆண்களால் கவரப்படுவர். ஏனைய பெண் நண்பிகளை விட வேறுபட்டவர்களாக நீங்கள் உணரலாம். சில சந்தர்ப்பங்களில் பொருத்தமற்றவர்களாக உணரலாம். உங்கள் பெண் நண்பிகள் ஏனைய ஆண்கள் மீது அக்கறை காட்டும்போது, நீங்கள் ஏனைய பெண்கள் மீது அக்கறை காட்டுவதனை உணர்வீர்கள்.

ஆண்களுடன் வெளியில் செல்வது உங்களுக்கு ஆர்வம் தராது. "நான் சந்திக்கும் இத்தனைச் சிறந்த பெண்களைப் போல் ஏன் ஒரு ஆண்களும் இல்லை" என நீங்கள் ஆச்சரியம் கொள்வீர்கள். நீங்கள் ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளரா இல்லையா என்பது தொடர்பிலும் உங்களுக்கு சில சந்தர்ப்பங்களில் சந்தேகம் தோன்றும். ஆண்கள் மற்றும் பெண்கள் என இரு தரப்பினர் மீதும் ஈர்ப்பு ஏற்படுவதனால் நீங்கள் குழப்பம் அடையலாம். சில பெண்கள் இறுதியில் பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளராக மாத்திரம் இருப்பது அல்லது வேற்றுப்பாலுறவினராக இருப்பது என்ற தீர்மானத்திற்கு வருவர். காலப்போக்கில் உங்களுடைய பாலியல் தன்மையானது பொதுவாக விருத்தியடையும். எனவே, நீங்கள் குழப்பமாக இருப்பது தொடர்பில் கவலை கொள்ள வேண்டாம்.

நான் சாதாரணமானவளா?



பாலியல் அம்சம் குறித்து மக்கள் அக்கறை செலுத்துவர். அதில் அன்பும் சம்பந்தப்பட்டுள்ளது என்பதனை அவர்கள் புரிந்துகொள்ளமாட்டார்கள். நீங்கள் யார் மீது காதல் கொண்டிருந்தாலும், அது சாதாரணமான பாலியல் அம்சமாகும்.

ஹர்ஷி, வயது 19.

ஒவ்வொரு தனிநபருக்கும் வழமை என்பது வேறுபட்டிருக்கும். மற்றொருவரின் வாழ்க்கையில், உடலில் அவர்களோ அல்லது அவர்களில் நானோ செல்வாக்கு செலுத்த முடியாது. திறந்த எண்ணமற்ற நபர்களைப் பார்க்கும் போது எனக்கு சிரிப்பாக இருக்கும். அத்துடன், யாரேனும், ஓரினச்சேர்க்கைக்கு எதிராக ஏதேனும் கருத்தினை வெளியிட்டால் நான் பகிரங்கமாக கதைப்பேன்.

ஷியாமா, 24

இளம் வயதில் ஏனையோரை விட வேறுபட்டவள் என நான் எண்ணினேன். 16 வயதில் பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர் என்ற சொல்லை நான் அறிந்தேன். அப்படியென்றால் என்னவென்று அறிந்து கொள்வதற்கு ஆர்வம் கொண்டேன். அது குறித்து அறிந்து கொண்ட நாள் முதல், நானும் ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர் என்பதனை புரிந்து கொண்டேன். நான் சாதாரணமானவள் என எனக்குத் தெரியும்.

மரியம், 23

ஆமாம், நீங்கள் சாதாரணமானவள்தான். பெரும்பாலானவர்கள் பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்களாகும். இளம் வயதில் அல்லது பிறப்பின் போது நபர் ஒருவரின் பாலியல் அமைப்பு தீர்மானிக்கப்படுகின்றது என்பதனை பெரும்பாலான நிபுணர்கள் இணங்கியுள்ளனர். நீங்கள் ஓரினச்சேர்க்கையாளரோ அல்லது வேற்றுபாலுறவாளரோ, நீங்கள் - நீங்களாகவே இருப்பது சாதாரணமானதும், ஆரோக்கியமானதும் ஆகும். உங்களை நீங்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டியதே மிகவும் முக்கியமானதாகும்.

இளையவராகவும், பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளராகவும் இருப்பது எப்படியானது?

சில சந்தர்ப்பங்களில் அது மிக சிக்கலானது. அத்துடன், நான் பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளரா இல்லாமல் இருந்திருக்கலாம் என எண்ணுவேன். ஆனால், நான் நானே. என்னால் அதனை மாற்ற முடியாது. சில சந்தர்ப்பங்களில் மக்கள் மோசமானவர்களாக இருக்கலாம். ஆனால், அவ்வாறானவர்களுடன் நான் தற்போது பழகுவதில்லை. என்னைப் பற்றி சொல்லியுள்ளவர்களுடன் மாத்திரமே நான் பழகுவேன். நான் தவறாக எதுவும் செய்யவில்லை எனவும், நான் சாதாரணமாக இருக்கின்றேன் என்பதனையும் நான் நன்கு அறிவேன்.

அருணி, 20

அதில் நல்லது, கெட்டது இரண்டும் உள்ளன. நீங்கள் யார் என்பது தொடர்பில் உங்களுக்கு ஒரு முறை தெளிவு பிறந்துவிட்டால், அது மிகச் சிறந்ததாக இருக்கும்.

ஜயனி, 21

ஆரம்பத்தில் எனக்கு என் மீது குழப்பமும், அச்சமும் இருந்தது. நான் ஒரு பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர் எனக் கூறினால் எவரும் என்னை விரும்பமாட்டார்கள் என நான் நினைத்தேன். நான் அக்காவிடம் சொல்லியதன் பின்னரும், அவர் சாதாரணமாக எடுத்துக் கொண்டதன் பின்னரும் தான் எனக்கு திருப்தியாக இருந்தது. தற்போது என்னுடைய நண்பர்களும் என்னை ஏற்றுக் கொண்டுள்ளனர். நான் அது குறித்து மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன்.

மாலதி, 24

பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளராக இருப்பதில் சரியான வழி அல்லது பிழையான வழி என்று எதுவும் இல்லை. ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள் தொடர்பில் தப்பெண்ணத்தைக் கொண்டிருக்கும் சமூகத்துடன் வளர்வது, ஆண் ஓரினச் சேர்க்கையாளராக இருப்பின், குறிப்பிடத்தக்கவாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற எண்ணம் உங்களில் தோன்றலாம். உங்களுடைய பாலியல் அமைப்பு என்பது, உங்களில் ஒரு அங்கம் மாத்திரமாகும். ஏனைய உங்களுடைய வேற்றுபாலுணர்வு கொண்ட நண்பர்களைப் போன்றே உங்களுக்கும் பொழுதுபோக்குகளும், ஆர்வங்களும் இருக்கும்.

ஓரினச்சேர்க்கை வெறுப்பு என்பது ஆண் மற்றும் பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்களை ஏற்றுக் கொள்ளாதவர்களைக் குறிக்கும். ஆண் மற்றும் பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள் எப்போதும் பாரபட்சம் மற்றும் வன்முறையினால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். எனவே தான், LGBTIQ மனித உரிமைகள் தொடர்பில் பணியாற்றும் EQUALGROUND போன்ற அமைப்புக்கள் உள்ளன

எச்.ஐ.வி/எய்ட்ஸ் என்பது என்ன?

பாதுகாப்பான உறவை நான் வலியுறுத்துகின்றேன். பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள் எளிதில் பாதிக்கப்படுவார்கள் எனக் கூறப்படும் வதந்திக்கு, நான் வாய்ப்பினை வழங்க விரும்பவில்லை. நான் எப்போதும், எனது துணையிடம், பாதுகாப்பான உடலுறவையே விரும்புவதாக கூறிவிடுவேன்.
'னர்', 23

உங்களுடைய துணையுடன் பாதுகாப்பான உடலுறவு குறித்து நீங்கள் கதைக்க தயாராக இல்லையென்றால், நீங்கள் உடலுறவு கொள்ளத் தயாரில்லை என்பதே எனது கருத்து. நீங்கள் எதிர்கொள்ளப் போகும் ஆபத்து குறித்து அறிந்து வைத்திருக்க வேண்டியது அவசியமாகும்.
சுகி, 26

எய்ட்ஸ் மற்றும் ஏனைய பாலியல் ரீதியாக பரவும் தொற்றுக்களுக்கு காரணமாகும் எச்.ஐ.வி வைரஸ் குறித்து பாலியல் ரீதியாக துடிப்பான அனைவரும் அறிந்து வைத்திருக்க வேண்டும்.

எச்.ஐ.வி தொற்றுக்கான உங்களுடைய மற்றும் அவருடைய ஆபத்து காரணிகள் தொடர்பில் நீங்களும், உங்களுடைய வாழ்க்கைத் துணையும் கலந்துரையாட வேண்டும். அத்துடன், பாதுகாப்பான வழி எது என்பது குறித்து தீர்மானிக்க வேண்டும். ஆபத்து அதிகம் உள்ள பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள்:

● மருந்து ஏற்றும் ஊசிகளை பகிர்ந்து கொள்பவர்கள்

● ஆணுறை பயன்படுத்தாது, ஆணுடன் யோனி வழி உறவு கொள்ளுதல் (அவ்வப்போது ஆண்களுடன் உடலுறவு கொள்வது பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்களுக்கு சாதாரணமானது என்பதனை நினைவில் கொள்ளுங்கள்).

● பாதுகாப்பு முறையை பயன்படுத்தாது, தாக்கம் உள்ள பெண்ணுடன் வாய்வழி உடலுறவு கொள்ளுதல். எச்.ஐ.வி தொற்று மற்றும் எய்டஸ் ஏற்படுவதற்கான ஆபத்தை குறைக்கும் சில வழிமுறைகள் பின்வருமாறு:

● நீங்கள் ஊசிமருந்து எடுப்பவராயின், ஊசிகளை ஏனையோருடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டாம்.

● போதைப் பொருள் அல்லது மது பயன்படுத்துதல், நபர் ஒருவரின் தீர்மானத்தில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். அத்துடன், உங்களுக்கு ஆபத்தை ஏற்படுத்தலாம்.

●உங்கள் வாழ்க்கைத் துணையுடன் பேசுங்கள். நீங்கள் உடலுறவு கொள்ள வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

● கட்டிப்பிடித்தல், சாதாரணமான முத்தமிடல், கதைத்தல் அல்லது குறுஞ்செய்தி அனுப்பல் போன்ற பால் சார்ந்த உடலுறவு இல்லாத நடவடிக்கைகளை தெரிவு செய்யுங்கள்.

● வாய்வழி உடலுறவின் போது பற்களுக்கான கவசம் (dental dam) அல்லது வேறு லேடெக்ஸ் உறையை பயன்படுத்தவும். ஒவ்வொரு பக்கமும் 5 அங்குலம் கொண்ட சதுர வடிவமான பகுதியாக dental dam இருக்கும். பற்சத்திர சிகிச்சையின் போது பயன்படுத்துவதற்காக வடிவமைக்கப்பட்டது. பற்ச்சிகிச்சை நிலையம் மற்றும் மருத்துவ சிகிச்சை நிலையங்களில் இதனை வாங்கலாம். லேடெக்ஸ் உறை அல்லது பிளாஸ்டிக் உறையும் பயனுடையது.

● உங்கள் துணைக்கு விரல்கள் மூலம் தூண்டல் செய்ய முயற்சித்தால் சத்திரசிகிச்சை கையுறை போன்ற லேடெக்ஸ் உறையை பயன்படுத்துங்கள். விசேடமாக, உங்கள் கையில் சிறு காயம் அல்லது படை இருப்பின் அவதானமாக இருத்தல் வேண்டும்.

ஆண்களுடன் உடலுறவு கொள்ளும் போது எப்போதும் ஆணுறை பயன்படுத்துங்கள்.

என்னை நான் விரும்புவதற்கு கற்றுக் கொள்வது எவ்வாறு?

எவருடனாவது கதைப்பதே நீங்கள் பெறக் கூடிய சிறந்த உதவியாகும். அது உங்களது தனிமை உணர்வை குறைக்கும். யாரும் இல்லாத போது அல்லது மன அழுத்தமாக உணரும் போது அல்லது கதைப்பதற்கு தயக்கமாக இருக்கும் போது திரைப்படங்கள், புத்தகங்கள் மற்றும் இணையத்தளங்கள் உதவியாக இருக்கும்.
ரனிக்கா, 26

உங்களை உள்ளுக்குள் பார்ப்பதற்கு அது உதவும். அத்துடன், அதனுள் காணப்படும் ஓரினச்சேர்க்கை ஆர்வத்தை பார்க்க உதவும். உங்களில் இருந்து பிரிக்காது, உங்களுக்குள் இருக்கும் அந்த உணர்வை அடையாளம் காட்டும். நீங்கள் செய்யும் அனைத்தையும் புரிந்து கொள்வதற்கும், உங்களுடைய பாலியல் அமைப்பை அறிந்து கொள்வதற்கும் உதவும். நடந்த அனைத்தையும் நான் திரும்பி பார்க்கின்றேன். நானாக நான் இல்லாத நாட்களை எண்ணி பார்க்க முடியவில்லை. - ஜயனி, 22

அனைவரும் தாம் குறித்த திருப்தியான நிலையை கொண்டிருக்க வேண்டும். அனைவரும் சமமானவர்களும், பெறுமதியானவர்களுமாகும். இளைஞர்கள் மத்தியில் தன்னம்பிக்கையை விருத்தி செய்வது முக்கியமாகும். LGBT நபர்கள் நோயாளிகள், சாதாரணமானவர்கள் இல்லை என நம்பும் பலர் அவர்களைச் சுற்றி இருக்கும் போது, LGBT நபர்கள் தாம் தொடர்பில் சிறந்த உணர்வை கொண்டிருப்பது இலகுவானது இல்லை. நீங்கள் யார் என்பதனை மறைத்து வைத்திருப்பது, உங்களை நீங்களே வருத்திக் கொள்வதற்கு, உணர்ச்சியற்று இருக்க முயற்சிப்பதற்கு, மது அல்லது போதைப் பொருட்களை பயன்படுத்துவதற்கு அல்லது தற்கொலைக்கு முயற்சி செய்வதற்கு இணையானது. தனிமைப்படுத்தப்பட்டுவிட்டதாக, அச்சம் கொண்டதாக மற்றும் மன அழுத்தம் நிறைந்ததாக நீங்கள் உணர்வீர்கள். பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளராக இருப்பது குறித்து கதைப்பதற்கு யாரும் இல்லாத போதே இந்த நிலை தோன்றும். எனினும், பெரும்பாலானர் பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள் தம்மை நேசிக்கக் கற்றுக் கொண்டுள்ளனர்.

பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள் பற்றிய, அவர்கள் எழுதிய நேர்த்தியான தகவல்களைக் கொண்ட சிறந்த நூல்களை வாசிப்பதன் மூலம் நீங்கள் உதவி பெறலாம். ஏனைய மக்களை விட வேறுபட்டவர்கள் பெ்ண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள் என்பதனை நீங்கள் கண்டறிந்து கொள்வீர்கள். சமூகமானது ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள் குறித்து முழுமையாக தவறான கருத்துக்களை பரப்பியுள்ளது. “நான் ஓரினச்சேர்க்கையாளன், நான் நன்றாக இருக்கின்றேன் (I’m a lesbian and I’m okay)” என நீங்கள் நாளாந்தம் கூறிக் கொள்ள முடியும்.

மேலும் கற்றுக் கொள்ள நீங்கள் விரும்புகின்றீர்களா?

இலங்கையில் பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள், ஆண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள், இருபாலுறவினர், திருநங்கைகள் மற்றும் இடைப்பாலினர் மற்றும் சந்தேகத்தின் நிலையில் உள்ள (LGBTIQ) சமூகத்திற்கான கல்வி நிகழ்ச்சிகளை EQUALGROUND முன்னெடுக்கின்றது. www.equal-ground.org என்ற இணையத்தளத்திற்கு விஜயம் செய்யுங்கள் அல்லது http://www.facebook.com/EQUALGROUND என்ற எமது Facebook பகுதிக்கு விஜயம் செய்யுங்கள் அல்லது 011-5679766 அல்லது 011-5734530 என்ற தொலைபேசி இலக்கத்தில் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். அத்துடன், இளைஞர்களுக்காக பரிந்து பேசும் http://www.advocatesforyouth.org/ நிறுவனங்கள் போன்ற சர்வதேச நிறுவனங்களும் இணையத்தில் காணக் கிடைக்கின்றன. Youth Resource (www.youthresource.com), IGLYO (http://www.iglyo.com/) மற்றும் Stop Bullying now (http://stopbullyingnow.com/lgbt-youth/) என்பன ஏனையவயாகும்.

நீங்கள் இந்த இணையத்திற்கு விஜயம் செய்ய விரும்பலாம். ஒவ்வொரு மாதமும் ஆயிரக்கணக்கான LGBTIQ நபர்கள் இங்கு விஜயம் செய்கின்றனர். அவர்களில் பலர் மீண்டும் மீண்டும் விஜயம் செய்பவர்களாவர்.

அல்லது, கொழும்பில் உள்ள EQUAL GROUND இன் LGBT இளைஞர் குழுவை விஜயம் செய்வதற்கும் அல்லது ஒன்றிணைவதற்கும், உங்களைப் போன்றே ஏனையோருடன் கதைக்கவும் நீங்கள் விரும்பலாம்.

யாரிடம் நான் சொல்வது?

வெளியில் வர தீர்மானிப்பது என்பதனை ஒவ்வொருவரும் தாமாகவே முடிவு செய்ய வேண்டும். வேறொருவரால் அந்த தீர்மானத்தை எடுக்க முடியாது. தமது உணர்வுகளை பகிர்ந்து கொள்ள விரும்பும் இளைஞர்கள், தாம் பாதுகாப்பாக உணரும் இடத்தில் அதனை பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.
ெ‘னுகி, 20

தாம் வெளியில் சொல்வதனால் நல்ல முடிவுகளை எடுப்பவர்கள், அதனை ஏற்றுக் கொள்பவர்களாகும். அது சாதாரணமானது என கூறாதவர்கள், உங்களை நடத்தும் விதத்தில் அதனை வெளிக்காட்டுவார்கள்.
மேரி, 19

பெண் ஓரினச் சேர்க்கையாளராக உங்களை ஏற்றுக் கொள்வதும், உங்களுடைய பாலியல் அமைப்பு தொடர்பில் எத்தனை பகிரங்கமாக இருக்க விரும்புகின்றீர்கள் என்பதுமே வெளியில் வரும் செயற்பாடாகும். ஓரினச் சேர்க்கை மற்றும் LGBTIQ நபர்கள் தொடர்பில் பலருக்கு தவறான தகவல் வழங்கப்பட்டுள்ளது. அவர்களால் ஓரினச்சேர்க்கையை புரிந்து கொள்ள முடியாது. யார் செவிமடுப்பார்கள், யார் ஆதரவாக இருப்பார்கள் மற்றும் யார் கோபம் கொள்வார்கள், ஏமாற்றமடைவார்கள் என்பதனை அறிந்து கொள்வது கடினமானது. சில நண்பர்கள் உங்களை ஏற்றுக் கொள்வார்கள். சிலர் ஏற்றுக் கொள்ளமாட்டார்கள். உங்களுடைய அனுமதியின்றி உங்களைப் பற்றி ஏனையோரிடம் அவர்கள் கூறலாம். உங்கள் குடும்பத்தில் உள்ளவர்களிடம் உண்மையை வெளிப்படுத்துவது சில சந்தர்ப்பங்களில் சிக்கலானது. அவர்கள் ஆதரவாக இருக்கலாம் அல்லது முழுமையாக எதிர்க்கலாம். குடும்பத்தில் வேறுபட்ட உறுப்பினர்கள், வேறுபட்ட உணர்வினை வெளிப்படுத்தலாம். எனவே, மெதுவாக ஆரம்பியுங்கள். உங்களுடைய வயதையொத்த நண்பர், சகோதரர், பெற்றோர், அல்லது வேறு பெரியவர், சமூக செயற்பாட்டாளரை, உள்ளூர் உளவளத்துணை நிறுவனத்தை தெரிவு செய்யுங்கள். நீங்கள் நம்பும் ஒருவருடன் பேசுவது மிகவும் முக்கியமானது. ஏனெனில், தமக்குள் இரகசியங்களை மறைத்து வைத்திருப்பது இளைஞர்களுக்கு உகந்தது அல்ல.

உங்களுடைய உணர்வுகள் மற்றும் கவலைகளை மறக்கச் செய்வதற்கான மது அல்லது போதைப் பொருட்களை நீங்கள் முயற்சித்திருக்கலாம். தற்கொலை செய்து கொள்வதற்கும் நீங்கள் எண்ணியிருக்கலாம். நீங்கள் தனியாக இல்லை என்பதனை நீங்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டியது முக்கியமாகும். இலங்கையில் ஒரேயொரு LGBTIQ உளவளத்துணை தொலைபேசி சேவையினை EQUALGROUND நடத்துகின்றது. திங்கட்கிழமை முதல் வெள்ளிக்கிழமை வரை காலை 9.30 முதல் பிற்பகல் 5.30 வரையான காலப்பகுதியில் 011-5734530 (பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்களுக்கு மாத்திரம்) என்ற இலக்கத்தின் ஊடாக அவர்களை அணுக முடியும். அல்லது equalground@gmail.com என்ற மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு எழுதலாம். உங்களுடைய உணர்ச்சியும், நீங்களும் பெறுமதி மிக்கவர்கள். போதைப் பொருள், மது மற்றும் தற்கொலை என்பவற்றிலிருந்து மாற்று வழி உண்டு. சாதாரணமாக, ஆரோக்கியமாக மற்றும் வினைத்திறன் மிக்க வாழ்க்கையை முன்னெடுப்பதற்கான உங்களுடைய உரிமையை நீங்களே மறுத்துவிட வேண்டாம்.

மேலதிகமாக, உங்களுடைய பாலியல் அமைப்பு உங்களுடைய பெற்றோர்களுக்கும், ஏனையோருக்கும் அறிவினை வழங்கும் "நிழலில் இருந்து வெளியேறுதல்: மாற்று பாலியல் அமைப்பு மற்றும் பால்நிலை அடையாளங்களைக் கொண்ட சிறுவர்களின் பெற்றோர்களுக்காக (Stepping Out of the Shadows)

(for parents of children with alternate sexual orientations and gender identities)" போன்ற பல்வேறு EQUALGROUND இன் பதிப்புக்கள் உள்ளன.

என்னைப் போன்ற ஏனையோரை நான் எவ்வாறு அறிந்து கொள்வது?

இறுதியாக இளைஞர் குழுவிற்கு செல்லும் தைரியம் எனக்கு வந்தது. ஒரு மாதத்திற்கு நான் ஒரு வார்த்தை கூட பேசியதாக நினைவில் இல்லை. என்னைப் போன்றே உணர்வுகளைக் கொண்டிருந்தவர்களுக்கு நான் நன்றிகடன் பட்டுள்ளேன். அது மகிழ்ச்சியானது.

'ரனியா, 20

உங்களைப் போன்றவர்களை சந்திப்பதற்கு, உங்கள் பகுதியின் LGBTIQ சமுதாய இளைஞர் குழுவில் உறுப்பினராக இருப்பது சிறந்தது.

பெண் ஓரினச்சேர்க்கையாளர்கள், ஆண் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள், இருபாலுறவினர், திருநங்கைகள் மற்றும் இடைப்பாலினர் மற்றும் சந்தேகத்தின் நிலையில் உள்ள (LGBTIQ) சமூகத்தினர் குழுக் கூட்டங்களை நடத்துவதற்கான, தகவல் மற்றும் அனுபவங்களை பரிமாறிக் கொள்வதற்கான, மற்றும் பாலியல், பால்நிலை சார் வன்முறை, மனித உரிமைகள், எச்.ஐ.வி அல்லது எய்ட்ஸ் போன்ற விடயங்கள் குறித்த செயலமர்வுகளை நடத்துவதற்கான இட வசதியை EQUALGROUND வழங்குகின்றது. உங்களைப் போன்ற ஏனையோர் ஒருவரை ஒருவர் அடையாளம் கண்டு கொள்வதற்கான சமூக வெளியீட்டு நிகழ்ச்சிகளை நடத்துவதற்கான வசதியையும் LGBTIQ நபர்களுக்கு அது வழங்குகின்றது. மேலதிக தகவல்களுக்கு EQUALGROUND இற்கு தொலைபேசி அல்லது மின்னஞ்சல் செய்யுங்கள்.

இந்த கையேட்டிற்கு தமது பதிப்புக்களின் மேற்கோள்களை பயன்படுத்துவதற்கு அனுமதியளித்த Advocates for Youth இற்கு எமது விசேட நன்றிகள்.

அசலானது அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ஏற்வகேட் போ யுத் (Advocates for Youth, U.S.A.) நிறுவனத்திலிருந்து அவர்களின் அனுமதியுடன் ரொசானா பிலமர் கல்தேர அவர்களினால் எடுக்கப்பட்டது

எழுத்தாக்கம் - ரொசானா பிலமர் கல்தேர
எடுத்துக்காட்டுகள் -இசுரு, இசுரு கலையகம்
தயாரிப்பு , வடிவமைப்பு மற்றும் கலைப்பணிகள் - ஊடக மற்றும் தொடர்பாடல் பிரிவு, ஈகுவல் கிரவுண்ட்
அச்சு - சமயவர்தன பிரிண்டர்ஸ்
அசல் உரை - அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ஏற்வகேட் போ யுத் (Advocates for Youth, U.S.A.)
பதிப்பு: 2015

அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ஏற்வகேட் போ யுத் நிறுவனம் அவர்களினது வெளியீட்டை மீழ் வெளியீடு செய்வதற்கு அனுமதித்தற்காக ஈகுவல் கிரவுண்டானது அதன் நன்றியை அந்நிறுவனத்திற்கு தெரிவிக்கின்றது:

வெளியீட்டுக்கான உதவி

Activity supported by the Canada Fund for Local Initiatives
Activité réalisée avec l'appui du Fonds canadien d'initiatives locales
Canada

EQUAL GROUND

“அனைத்து பாலியல் நாட்டத்திட்கும் மற்றும் பாலின அடையாளங்கலுக்கும் ஒரே சமத்துவம் : எல்லேருக்கும் மனித உரிமைகள்”

தொடர்புகளுக்கு:

EQUAL GROUND,இலங்கை
தொ.பே: +94-11-2805187/+94-11-2806184
தொ.நகல்: +94-11-2805704
மின்னஞ்சல்: equalground@gmail.com/info@equal-ground.org
இணையம் : http://www.equal-ground.org
பேஸ்புக்: EQUAL GROUND
இணைய வலைப்பதிவு: http://equalground.wordpress.com