കൗൺസലിങ് കോർണർ

പ്രേമബന്ധത്തിന്റെ കുരുക്കിൽപ്പെട്ടവർ

ഡോ. ജസ്റ്റിൻ തോമസ്

"സങ്കടമുണ്ട്, പെട്ടുപോയതാണ്" ഇത് രഘുവിന്റെ വാക്കുകൾ (പേരു മാറ്റിയിരിക്കുന്നു) രഘു ഡിഗ്രി ഒന്നാംവർഷം പഠിക്കുമ്പോഴാണ് കോളജിന് അടുത്തുള്ള ലേഡീസ് ഷോപ്പിൽ ജോലി ചെയ്തിരുന്ന വൈഷ്ണവിയെ (പേരു മാറ്റിയിരിക്കുന്നു) പരിചയപ്പെട്ടത്. ഒരു സാധാരണ സെയിൽസ് ഗേളിനപ്പുറത്ത് ഒത്തിരി പ്രത്യേകതയുള്ള പെൺകുട്ടി. പാർട്ട് ടൈം ആയി അവൾ ഡിഗ്രിപഠനം നടത്തിയിരുന്നു. വീട്ടിൽ സാമ്പത്തികമായി വലിയ പ്രശ്നങ്ങളൊന്നുമില്ല. സ്വന്തമായി നാലു കാശുണ്ടാക്കണമെന്ന ആഗ്രഹത്താൽ ജോലി ചെയ്യുന്നു. ഇവർ പ്രണയത്തിലാവുന്നു. രഘുവിന്റെ ഡിഗ്രി അവസാനവർഷ പരീക്ഷ നടക്കുമ്പോൾ പെൺകുട്ടി അവനെ പെട്ടെന്നു കാണണമെന്ന് ആവശ്യപ്പെടുന്നു. അവരുടെ കൂടിക്കാഴ്ചയിൽ അവളൊരു കാര്യം പറഞ്ഞു: "നമ്മുടെ വിവാഹം നടക്കില്ല." "എനിക്കു നിന്നെ പിരിയാൻ പറ്റില്ല." "നമുക്ക് ആത്മഹത്യ ചെയ്യാം." ഓർക്കാപ്പുറത്തുള്ള പെൺകുട്ടിയുടെ വാക്കുകൾ രഘുവിനെ രോഷാകുലനാക്കി. അവൻ പൊട്ടിത്തെറിച്ചു. എന്നാൽ, വൈഷ്ണവി വളരെ ശാന്തമായി പെരുമാറി. അടുത്തുതന്നെ ഒരുദിവസം കാണാമെന്നു പറഞ്ഞവർ പിരിഞ്ഞു. രഘുവിന്റെ മനസ്സിടിഞ്ഞു. പഠിക്കാൻ പറ്റുന്നില്ല. അവസാനവർഷ പരീക്ഷയാണ്. മാനസിക സംഘർഷം പാരമ്യത്തിലെത്തി. പല പരീക്ഷയും എഴുതിയില്ല. ഇവർ രണ്ടുപേരും ഫോണിൽ വഴക്കടിക്കുന്നതു പതിവായി. പതിനഞ്ചു ദിവസങ്ങൾക്കുശേഷം അവർ വീണ്ടും കണ്ടു. വൈഷ്ണവി രഘുവിനോടു വളരെ സ്നേഹപൂർവം അന്നു പെരുമാറി. അവൾ പറഞ്ഞു: "നീ ടെൻഷൻ അടിക്കാനല്ല മരിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചു പറഞ്ഞത്. നമ്മൾ ഒരുമിച്ചു മരിച്ചാൽ നമുക്കെന്നും ഒരുമിച്ചിരിക്കാം. അതിനാണ്." കഴിഞ്ഞ പതിനഞ്ചു ദിവസങ്ങൾകൊണ്ട്, പരീക്ഷയെഴുതാൻ പറ്റാതെ വന്ന, കുടുംബത്തെ വഞ്ചിക്കുന്നു എന്നു തോന്നിയ രഘു ഈ പ്രാവശ്യം അവളെ ശ്രദ്ധയോടെ കേട്ടിരുന്നു, ഒരുമിച്ചു മരിക്കാനുള്ള അർധസമ്മതത്തോടെ.

പഠനത്തിലും ജോലിയിലും ഒട്ടും ശ്രദ്ധ നൽകാതെ രഘുവും വൈഷ്ണവിയും ഹോട്ടലുകളിൽ റൂമെടുത്ത് ലഹരിയുപയോഗിച്ച് ആത്മഹത്യയ്ക്കായുള്ള പദ്ധതി തയ്യാറാക്കി. ടൂ വീലർ ലോറിയിലേക്കിടിച്ചുകയറ്റി മരിക്കുക. അതും വൈഷ്ണവി തന്നെ നിർദേശിച്ചു. രഘു അംഗീകരിച്ചു. നാലു മാസങ്ങൾക്കുശേഷം അവർ മുൻകൂട്ടി നിശ്ചയിച്ച ദിവസം ഒരമ്പലത്തിലും പള്ളിയിലും പോയി പ്രാർഥിച്ചതിനുശേഷം അവർ കൃത്യം നിർവഹിച്ചു. രണ്ടുപേരും മരിച്ചില്ല. പെൺകുട്ടിക്ക് ഒരു പോറലുപോലുമേറ്റില്ല. രഘു അബോധാവസ്ഥയിൽ കേരളത്തിലെ ഒരു മെഡിക്കൽ കോളജിൽ 28 ദിവസം കിടന്നു. രണ്ടു മാസങ്ങൾക്കുശേഷം ഹോസ്പിറ്റലിൽനിന്നു പുറത്തിറങ്ങിയ രഘുവിന്റെ വാട്സാപ്പിൽ വൈഷ്ണവിയുടെ മെസേജ് വന്നു: "ഗുഡ്ബൈ, ജീവിതത്തെ സീരിയസായി കാണാത്ത ഒരാളുടെകൂടെ ഇനി ജീവിക്കാൻ എനിക്കു താത്പര്യമില്ല. എന്റെ വിവാഹം ഉറപ്പിച്ചു." മെസേജിനു താഴെ കല്യാണം കഴിക്കാൻ പോകുന്ന പുരുഷന്റെകൂടെ നിൽക്കുന്ന ഫോട്ടോയും അവൾ അവന് അയച്ചുകൊടുത്തു! ഈ ഒരവസ്ഥയിൽ പക വീട്ടണമെന്ന ചിന്തയുടെ കൊടുമുടിയിൽ നിൽക്കുമ്പോഴാണ് രഘു എന്നെ കാണാനെത്തുന്നത്. ഇന്നവൻ ദുബായിൽ അക്കൗണ്ടന്റായി ഭാര്യയ്ക്കും മോനുമൊപ്പം സുഖമായി ജീവിക്കുന്നു.

എന്തുകൊണ്ട് വൈഷ്ണവി ഇങ്ങനെ പെരുമാറി?

ഈ ഒരു ചോദ്യം രഘു കൗൺസലിങ്ങിൽ ചോദിച്ചതാണ്. ആത്മഹത്യാപ്രവണതയും ആത്മഹത്യയും മനഃശാസ്ത്രജ്ഞരും തത്ത്വചിന്തകരുമൊക്കെ പഠനവിധേയമാക്കിയ വിഷയംതന്നെ. തനാറ്റോസ് എന്ന ഗ്രീക്കുവാക്ക് മനശാസ്ത്രത്തിൽ 'സ്വയം കൊല്ലുക, അതിനു പ്രേരിപ്പിക്കുക' എന്ന അർഥം നൽകുന്നു. തനാറ്റോസ് എന്ന അവസ്ഥ മിക്കവരിലും ഡിപ്രഷനിൽനിന്ന് ഉടലെടുക്കുന്നതാണ്. മൂർധന്യാവസ്ഥയിലെത്തിയ ഡിപ്രഷന്റെ ഒരു പ്രധാന ലക്ഷണമാണ് ആത്മഹത്യാപ്രവണത. വൈഷ്ണവിയിൽ ആത്മഹത്യാപ്രവണത ശക്തമായി ഉണ്ടായിരുന്നു എന്നു വേണം അനുമാനിക്കാൻ. നന്നായി സംസാരിച്ചിരുന്ന അവൾ തന്റെ സംസാരരീതിയിലൂടെ രഘുവിനെയും ഡിപ്രഷനിലേക്ക് എത്തിച്ചു. ആത്മഹത്യ ചെയ്യാൻ മറ്റുള്ളവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്ന മാനസികാവസ്ഥ ഈ പെൺകുട്ടിക്കുണ്ടായിരുന്നു. രഘുവിന്റെ വാക്കുകളിൽനിന്നു മനസ്സിലായ മറ്റൊരു കാര്യം, ഈ പെൺകുട്ടിക്കു ചില കാര്യങ്ങളിൽ വികാരവിചാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ പറ്റിയിരുന്നില്ല എന്നതാണ്. മേൽസൂചിപ്പിച്ചവയൊക്കെ ചേർന്ന് സ്വന്തമായി മരിക്കുന്നതിലേക്കും മറ്റൊരാളെ ആത്മഹത്യ ചെയ്യാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്ന കുറ്റകൃത്യമനോഭാവത്തിലേക്കും അവൾ എത്തിച്ചേർന്നു.

എന്തുകൊണ്ട് രഘു വൈഷ്ണവിയുടെ കുരുക്കിൽപ്പെട്ടു?

പ്രേമത്തിനു കണ്ണും കാതും ഇല്ലായെന്നു നാം സാധാരണ പറയാറുണ്ട്. ഒരു വ്യക്തി പ്രേമിക്കുമ്പോൾ ശരീരത്തിലുണ്ടാകുന്ന ഹോർമോൺ വ്യതിയാനം (ലൈംഗികവികാരങ്ങളെ ഉണർത്തുന്ന ഹോർമോണുകൾ) മറ്റു പല ഹോർമോണുകളുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളെയും താളം തെറ്റിക്കുകയും ശരിയായ യുക്തിബോധത്തോടെ പെരുമാറാൻ വ്യക്തിക്കു കഴിയാതെവരികയും ചെയ്യും. ഈ ഒരു പ്രശ്നം പെട്ടെന്നുരുത്തിരിയുന്ന സാഹചര്യങ്ങളുടെ സമ്മർദത്തിൽ വർധിക്കും. "വിവാഹം നടക്കില്ല", "ആത്മഹത്യ ചെയ്യാം" എന്നിങ്ങനെയുള്ള വൈഷ്ണവിയുടെ വാക്കുകൾ പെട്ടെന്നുള്ള ഷോക്കുകൾക്കു വഴിതെളിച്ചു. തന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ തുറന്നുപറയാൻ പറ്റുന്ന കുടുംബസംവിധാനമോ കൂട്ടുകാരോ ബന്ധുക്കളോ ഇല്ലാതിരുന്ന രഘു അർഥശൂന്യമായ ചിന്തകളിലും പ്രവൃത്തികളിലും അകപ്പെട്ടു. ഇവ അവനെ ആത്മഹത്യാചിന്തകളിലേക്കും നയിച്ചു. കൂടാതെ, രഘുവിന്റെ രണ്ടു കസിൻസും ആത്മഹത്യ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. രഘുവിൽ ഉറങ്ങിക്കിടന്നിരുന്ന ആത്മഹത്യയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വ്യക്തിത്വം ഉണർന്നിട്ടുണ്ടാവാം.

വൈഷ്ണവി സ്വന്തം ജീവനു സുരക്ഷ ഉറപ്പുവരുത്തിയിരുന്നോ?

ഈ സാധ്യത തള്ളിക്കളയാൻ കഴിയില്ല. പല അപകടങ്ങളിലും ഇത്തരം സംശയങ്ങൾ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. രഘുവുമായി സംസാരിച്ചപ്പോൾ മനസ്സിലായത്, വളരെ കട്ടിയുള്ള ജാക്കറ്റു ധരിച്ച് ഹെൽമറ്റുപയോഗിച്ച്, ഷൂസിട്ടുമാത്രമേ അവൾ ടൂവീലറിൽ രഘുവിനൊപ്പം സഞ്ചരിച്ചിട്ടുള്ളൂ എന്നാണ്. ഇവരുടെ നാട്ടിലുള്ള സ്കൂൾ ഗ്രൗണ്ടിലൂടെ പലവട്ടം ടൂവീലറിൽ ഇവർ ഒരുമിച്ചു സഞ്ചരിച്ചിരുന്നു. പുല്ലു വളർന്നു നിന്നിരുന്ന ഭാഗത്തേക്കു നാലു വട്ടം അവൾ ഓടുന്ന വണ്ടിയിൽനിന്നു ചാടിയിട്ടുമുണ്ട്. അങ്ങനെയെങ്കിൽ അവർ ആത്മഹത്യ ചെയ്യാൻ ശ്രമിച്ച ദിവസം അവൾ അവളുടെ സുരക്ഷ ഉറപ്പാക്കിയിരുന്നുവെന്നു ചിന്തിക്കണം. എങ്കിൽ, അവൾ ആത്മഹത്യാപ്രേരണ നൽകി ഒരാളെ വധിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയാണു ചെയ്തത്. ഇതാണു സത്യമെങ്കിൽ നേരത്തേ വൈഷ്ണവിയുടെ രോഗാവസ്ഥയെക്കുറിച്ചു സൂചിപ്പിച്ച ചില അനുമാനങ്ങളും തിരുത്തേണ്ടിവരും.

അപകടകരമായ പ്രേമബന്ധങ്ങളിൽ പെടാതിരിക്കാൻ എന്തു ചെയ്യണം?

പല കാരണങ്ങളാലാണ് ഒരു വ്യക്തി മറ്റൊരു വ്യക്തിയെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതും സൗഹൃദത്തിലാകുന്നതും ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ പ്രേമബന്ധത്തിലേക്കു കടക്കുന്നതും. മനുഷ്യർ പരസ്പരം ആകർഷിക്കപ്പെടണമെന്നുള്ളത് സ്രഷ്ടാവിന്റെ നിയമമാണ്. അതു സൃഷ്ടിയുടെ അടിസ്ഥാനവുമാണ്. ഒരു വ്യക്തിക്കു ചേരുന്ന ഇണയെ വളരെ പെട്ടെന്നു കണ്ടെത്തുന്നവരും സമയമെടുത്ത് ആലോചിച്ചു തീരുമാനത്തിൽ എത്തിച്ചേരുന്നവരുമുണ്ട്. ഈ പറഞ്ഞ തീരുമാനമെടുക്കൽ പ്രക്രിയ ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും വ്യക്തിത്വസവിശേഷതകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഒരു വ്യക്തിയുടെ വ്യക്തിത്വസവിശേഷത എന്തുമാവട്ടെ, ജീവിതവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട, പ്രത്യേകിച്ച് ജീവിതപങ്കാളിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തീരുമാനങ്ങളെടുക്കുമ്പോൾ താഴെപ്പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്:

'ലൗ അറ്റ് ഫസ്റ്റ് സൈറ്റ്' എന്ന രീതി പലപ്പോഴും അപകടത്തിലേക്കു നയിക്കുന്നതിനാൽ ആലോചിച്ചുറപ്പിച്ചുള്ള വിവാഹത്തിന്റെ തുടക്കത്തിലെ കണ്ടുമുട്ടലുകളിലും, സൗഹൃദത്തിൽനിന്നു പ്രേമബന്ധത്തിലേക്കു കാലെടുത്തുവയ്ക്കുന്നതിനു മുമ്പും തിരക്കിട്ട തീരുമാനങ്ങളെടുക്കരുത്.

ജീവിതപങ്കാളിയെ കണ്ടെത്തുന്ന രീതി ഏതാണെങ്കിലും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട, മനസ്സിലാക്കേണ്ട പതിനൊന്നു കാര്യങ്ങൾ പ്രധാനമാണ്:

1. കുടുംബത്തിന്റെ കെട്ടുറപ്പ്
2. കുടുംബത്തിലെ രോഗാവസ്ഥകൾ
3. വ്യക്തിയുടെ ആരോഗ്യവും രോഗവിവരങ്ങളും.
4. വ്യക്തിയുടെ ശീലങ്ങൾ, ആഗ്രഹങ്ങൾ.
5. വ്യക്തിയുടെ കൂട്ടുകാരുടെ വിവരങ്ങൾ.
6. വ്യക്തിയുടെ ഇപ്പോഴുള്ള ആഴമായ ബന്ധങ്ങൾ.
7. വ്യക്തിയുടെ മൂല്യബോധം.
8. വ്യക്തിയുടെ എതിർലിംഗത്തിലുള്ളവരെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്താരീതികളും അഭിപ്രായങ്ങളും.
9. വ്യക്തിയുടെ ഭാവിയെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടുകൾ.
10. വ്യക്തിയുടെ സാമ്പത്തിക സാമൂഹികഇടപാടുകളും അവ പങ്കുവയ്ക്കാനുള്ള മനോഭാവങ്ങളും.
11. വ്യക്തിയുടെ ലൈംഗികശേഷി. (ഇത് വീട്ടുകാർ വ്യക്തിയുടെ മാതാപിതാക്കളോടു ചോദിച്ചു മനസ്സിലാക്കുകയോ നേരിട്ടു ചോദിച്ച് അറിയുകയോ ചെയ്യാം. ഇതിനായി ലൈംഗികപരീക്ഷണങ്ങൾ നടത്തേണ്ടതില്ല.)

- പങ്കാളിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനുമുമ്പു പല വട്ടം ആലോചിക്കുകയും വിശ്വസ്തരോട് അഭിപ്രായം ആരായുകയും ചെയ്യുക.
- പങ്കാളിയിൽനിന്ന് ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള അസ്വാഭാവികത പ്രകടമായാൽ സസൂക്ഷ്മം നിരീക്ഷിക്കുകയും വേണ്ട നടപടികൾ എത്രയുംവേഗം എടുക്കുകയും ചെയ്യുക.
- അസ്വാഭാവികമായ ഏതെങ്കിലും കാര്യത്തെക്കുറിച്ചു പങ്കാളി സംസാരിക്കുകയോ അതു ചെയ്യാൻ നിർബന്ധിക്കുകയോ ചെയ്താൽ വിദഗ്ധാഭിപ്രായം തേടുക.
- പങ്കാളിയിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങളെ ശാസ്ത്രീയമായി വിശകലനം ചെയ്യാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. വൈകാരികമായ സമീപനം പ്രശ്നം എന്തുതന്നെയാണെങ്കിലും അതിനെ സങ്കീർണമാക്കും.

സ്രഷ്ടാവ് മനുഷ്യനു ബുദ്ധി നൽകിയിരിക്കുന്നത് രഘുവിനെപ്പോലെ കെണികളിൽ അകപ്പെടാനല്ല; മറിച്ച്, പ്രശ്നങ്ങളെ അതിജീവിച്ച് ജീവിതവിജയം നേടാനാണ്. നമുക്കേവർക്കും സ്രഷ്ടാവിൽനിന്നു ലഭിച്ചിരിക്കുന്ന ജീവിതമാകുന്ന ദാനത്തെ പരിരക്ഷിക്കാനും പരിപോഷിപ്പിക്കാനുമുള്ള കടമയുണ്ട്. നമ്മുടെ ജീവനെ നശിപ്പിക്കാൻ നാം തന്നെ തീരുമാനിക്കാതെ മറ്റാർക്കും സാധിക്കില്ല. ഈ ബോധ്യത്തോടെ നമുക്കു മുന്നേറാം.

■