

www.malankaralibrary.com



# കാരൂണികൻ

സമഗ്ര ദൈവശാസ്ത്ര മാസിക

₹ 25

www.karunikan.com

Vol. 20 | No. 05

MAY 2023



ഇമ്പം കുറയരുതെ



# ഇപ്പോൾ കേരളത്തിലെ 14 ജില്ലകളിലും പൾസേറ്റർ സംവിധാനം !

തൃശ്ശൂർ അതിരൂപതയിലെ കണ്ടശ്ശാൽ കടവ് സെന്റ് മേരീസ് നേറ്റീവിറ്റി ഫൊറോന പള്ളിയിലെ പള്ളിമണികൾ **PULSATOR** സംവിധാനത്തിലാണ് ഓട്ടോമാറ്റിക്കായി പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ഇതോടെ കേരളത്തിലെ 14 ജില്ലകളിലും പൾസേറ്റർ സംവിധാനത്തിന്റെ സാന്നിധ്യം അറിയിച്ചിരിക്കുന്നു. ഭാരതത്തിൽ 20 സംസ്ഥാനങ്ങളിലായി ഇപ്പോൾ 600-ൽ-പ്പരം പള്ളിമണികൾ പൾസേറ്റർ സംവിധാനത്തിൽ ഓട്ടോമാറ്റിക്കായി പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്.

**PULSATOR:** നിലവിലുള്ള പള്ളിമണികൾ ഓട്ടോമാറ്റിക്കായും മാനുവലായും നിമോട്ട് ഉപയോഗിച്ചും അടിപ്പിക്കുന്ന സംവിധാനം.

**CHANT:** പള്ളികളിലെ നിലവിലുള്ള ആംപ്ലിഫയറിലൂടെ പള്ളിമണി ശബ്ദങ്ങൾ, പ്രാർത്ഥനകൾ, ഗാനങ്ങൾ എന്നിവ ഓട്ടോമാറ്റിക്കായും മാനുവലായും നിമോട്ട് ഉപയോഗിച്ചും പ്രവർത്തിക്കുന്ന സംവിധാനം.

**ALTAR CURTAIN AUTOMATION :** നിലവിലുള്ള അൾത്താര കർട്ടൻ (തിരുശ്ശീല) മാനുവലായും നിമോട്ടുപയോഗിച്ചും മാറ്റുന്ന ഓട്ടോമാറ്റിക് സംവിധാനം.

**MADONNA CHURCH BELLS :** യൂണാപ്യൻ ഗുണനിലവാരവും ആകൃതിയുമുള്ള പള്ളിമണികൾ നിർമ്മിക്കുന്നതുകുന്നു.

**SCHOOL BELL AUTOMATION:** നിലവിലുള്ള സ്കൂൾ ബെല്ലുകൾ ഓട്ടോമാറ്റിക്കായി അടിപ്പിക്കുന്ന സംവിധാനം.

**THURICOAL :** കരിയും തീയും നിലനിർത്തിക്കൊണ്ട് ധൂപർച്ചനയിൽ ഓട്ടോമേഷൻ.

**HOLY WATER TOUCHLESS:** കരസ്്പർശമില്ലാതെ ഹോളിവാട്ടർ ഓട്ടോമാറ്റിക്കായി കിട്ടുന്ന സംവിധാനം.

**Call: Felix Madonna - 98953 99881, 98952 98951**

Watch Pulsator channel in Youtube or visit: [www.madonnapulsator.com](http://www.madonnapulsator.com)



**The Church Bell Ringer**

ISO 9001-2008 Certified Company



Madonna Electronics  
Madonna Building,  
South Chittoor, Cochin - 682 027.  
Kerala, India.  
[felixmadonna@gmail.com](mailto:felixmadonna@gmail.com)



# തണൽമരങ്ങളാകാം

**ആ**ദ്യകുർബാന സ്വീകരിക്കുന്ന കുട്ടികളുടെ വീട്ടിൽ സന്ദർശനം നടത്തുന്നതിന്റെ ഭാഗമായാണ് ആ വൈദികൻ മുൻകൂട്ടി വിളിച്ചു പറഞ്ഞിട്ട് ആ വീട്ടിലേക്കും ചെല്ലുന്നത്. വീടിനകലെ എത്തിയപ്പോൾതന്നെ ഓടിക്കളിക്കുന്ന കുട്ടികളുടെ ബഹളം കേൾക്കാനായി. ഒന്നും ഒന്നരയും വയസ്സു വ്യത്യാസത്തിൽ നാലു കുട്ടികൾ. വൈദികൻ എത്തിയതേ ഗൃഹനാഥൻ വാതിൽ തുറന്നു വന്നു. ഒപ്പം ഗൃഹനാഥയും. കാഴ്ചയിൽ രണ്ടുപേരും വാർധക്യത്തിലേക്ക് കടന്നവർ. വൈദികൻ കുട്ടികളെയും വൃദ്ധ ദമ്പതികളെയും തന്ത്രപൂർവ്വം മാറി മാറി നോക്കി. എവിടെയോ ഒരു ചേർച്ചക്കുറവ്! ഒടുവിൽ രണ്ടും കല്പിച്ച് ഗൃഹനാഥനോടായി ചോദിച്ചു: “പേരക്കുട്ടികൾ ഉള്ളതുകൊണ്ട് വീട്ടിൽ ഒരു ഒച്ചയനക്കം കൈയുണ്ടല്ലെ?”

ഗൃഹനാഥയാണ് അതിനു മറുപടി പറഞ്ഞത്.

“അതെയല്ലോ. അവരിൽ ഒരാൾ മാത്രമാണ് പേരക്കുട്ടി. അവൻ തനിച്ചായതിനാൽ ഇവരുടെയടുക്കലേക്ക് ഞങ്ങളുടെ മകൻ പേരക്കുട്ടിയെ ഇടയ്ക്കിടെ കൊണ്ടുവന്നുവീടും. രണ്ടുകൂട്ടരും ഹാപ്പി!”

“അപ്പോൾ മറ്റു മൂന്നുപേർ?” അച്ഛൻ ആകാംക്ഷയായി.

“അവരുടേത് ഒരു നീണ്ട കഥയാണ്.” അവർ തുടർന്നു “കുട്ടി ഉണ്ടായശേഷവും അമ്മയ്ക്ക് കുഞ്ഞിനെ നോക്കാൻ താല്പര്യമില്ലാതെ മുഴുവൻ സമയവും മയക്കുമരുന്നിനടിമയായിക്കഴിഞ്ഞിരുന്നതിനാൽ ശിശുക്ഷേമ വകുപ്പ് സംരക്ഷകരെയന്വേഷിച്ചപ്പോൾ എല്ലാ എഴുത്തുകുത്തുകളും നിർവഹിച്ച് ഞങ്ങൾ സ്വന്തം പോലെ സ്വീകരിച്ച് വളർത്തിക്കൊണ്ടുവന്നവൻ ആണ് അവരിലെ മുതിർന്നവൻ. രണ്ടാമന്റെ അമ്മയെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരങ്ങൾ ഇപ്പോഴും അധികാരികൾ ഞങ്ങളെ അറിയിച്ചിട്ടില്ല. നിശ്ചിത വർഷങ്ങൾക്കുശേഷം അവർക്ക് കണ്ടുമുട്ടാൻ അവസരം ലഭിക്കുമെന്നാണ് അവർ പറഞ്ഞത്. അവരിൽ മൂന്നാമന്റെ അമ്മയ്ക്ക് വ്യത്യസ്ത പുരുഷന്മാരിൽ നിന്നായുണ്ടായ പല മക്കളിലൊരുവനാണ് ഈ കുട്ടത്തിൽ ഏറ്റവും ഇളയത്. അവന്റെ അമ്മ അമിതമായ ലഹരി ഉപയോഗമൂലം അവൻ കൈക്കുഞ്ഞായിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ മരണപ്പെട്ടതാണ്.” ഒരു നെടുവീർപ്പോടെ അവർ പറഞ്ഞു നിർത്തി.

‘ഇങ്ങനെയൊക്കെയുള്ള സ്ഥലമുണ്ടോ’ എന്ന് വിശ്വസിക്കാനാവാത്തപോലെ വൈദികൻ നിലക്കുമ്പോഴാണ് അവർ പറയുന്നത്: “അച്ചാ, ഇതുപോലെ എത്രയത്ര കേസുകളാണ് ഇവിടെ യൂറോപ്പിൽ കാണുന്നതെന്നോ!”

പരുന്നും എറിയനും റാഞ്ചാതെ കോഴിക്കുഞ്ഞുങ്ങൾ തള്ളുകോഴിയുടെ ചിറകിൻ കീഴിൽ സംരക്ഷിക്കപ്പെടുന്നതിന്റെ ഒരു ചിത്രമാണ് ഈ കുടുംബത്തിന്റെ ആ കുട്ടികളെക്കുറിച്ചുള്ള കരുതലിനെ പറ്റി കൂടുതൽ അറിഞ്ഞപ്പോൾ ആ വൈദികന്റെ മനസ്സിൽ തെളിഞ്ഞത്; ഒപ്പം നന്മയുടെ ശിവരം വിരിച്ചൊരു തണൽ മരത്തിന്റെ ചിത്രവും!

ഒരുവശത്ത് - തങ്ങളുടെ സ്വന്തമല്ലാതിരുന്നിട്ടും സ്വന്തം കണക്കെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കുന്ന അനുഗൃഹീത കുടുംബങ്ങൾ!

മറുവശത്ത് - ധാർമികതയുടെയും ആത്മീയതയുടെയും അടച്ചുറപ്പില്ലാതെ ലഹരിയും ചൂഷണവും അനാഥത്വവും താണധവമാടിയ, കുടുംബങ്ങളെന്ന പേര് ഒട്ടും യോജ്യമല്ലാത്ത മനുഷ്യ സഹവാസകേന്ദ്രങ്ങൾ!

ആയിരക്കണക്കിനു വർഷങ്ങളിലെ ജീവിതാനുഭവ-പരിണാമങ്ങളിലൂടെ മനുഷ്യസമൂഹം ആർജ്ജിച്ചെടുത്തതോ രൂപപ്പെടുവന്നതോ ആയ എല്ലാ നല്ല സാമൂഹിക വ്യവസ്ഥിതികളുടെയും സാമൂഹിക സുരക്ഷാ സംവിധാനങ്ങളുടെയും സാമൂഹിക സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും തയ്യാടൽക്കലോ, സാമൂഹിക നന്മകളുടെ ഉൾമാറ്റലോ, പ്രാകൃത മനുഷ്യനിലേക്കുള്ള തിരിച്ചു പോക്കോ എന്നൊക്കെ അതിശയോക്തി തോന്നാത്തവണ്ണം നടക്കുന്ന ചില പുത്തൻ നാട്ടുനടപ്പുകളും സംഭവങ്ങളും വിദേശരാജ്യങ്ങളിൽ മാത്രമല്ല നമ്മുടെ ഈ കൊച്ചുകേരളത്തിലും സംഭവിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു എന്നത് ഒരു വസ്തുതയാണെന്ന് സമകാലിക വാർത്താമാധ്യമങ്ങൾ പലതും സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നുണ്ട്.

കുടുംബം എന്ന അടിസ്ഥാന മനുഷ്യസമൂഹത്തിൽ, ചില ന്യൂ ജെൻ സിനിമകളിലെന്നവണ്ണം, ഓരോ റോളുകൾ അല്ലെങ്കിൽ സ്ഥാനങ്ങൾ കുറഞ്ഞുവരികയാണ്. മുത്തശ്ശി / മുത്തച്ഛൻ എന്നിവരുടെ റോൾ പല കുടുംബങ്ങളിലും നിന്ന് അടർത്തി 'വയോജനകേന്ദ്രങ്ങളിലേക്ക്' മാറ്റിത്തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. അതുപോലെതന്നെയാണ് ഒട്ടും ചെറുതല്ലാത്ത തോതിൽ ഭാര്യയെ അടർത്തിമാറ്റുന്ന ഭർത്താക്കന്മാർ, ഭർത്യപദം അടർത്തിമാറ്റുന്ന ഭാര്യമാർ, കുഞ്ഞുങ്ങളെ തന്നെ കൈയൊഴിഞ്ഞ അച്ഛൻ/അമ്മ എന്നീ സമകാലിക പ്രവണതകളും.ആത്മീയ മൂല്യങ്ങളും ധാർമിക ചിന്തകളും നിറഞ്ഞുനിന്നിരുന്ന കുടുംബങ്ങളിൽ പോലും പുത്തൻ തലമുറയിലെ കുടുംബാംഗങ്ങളിൽ മൂല്യ ശോഷണം വന്നതോടെ കുടുംബമെന്ന സങ്കല്പത്തിലും വലിയതോതിലുള്ള അപചയങ്ങൾ സംഭവിക്കുകയാണ്.

പ്രായപൂർത്തിയാകുന്ന കാലഘട്ടംവരെ അച്ഛന്റെയും അമ്മയുടെയും സ്നേഹത്തിന്റെ പങ്ക് ഒറ്റയ്ക്കും ഒരുമിച്ചും നൽകപ്പെടേണ്ട മനുഷ്യജന്മത്തിനത് നിഷേധിക്കുമ്പോൾ ദൈവം മാതാപിതാക്കളെന്ന രണ്ടുപേരിൽ നിക്ഷേപിച്ച ഉത്തരവാദിത്വ പൂർണ്ണമായ മാതൃത്വ-പിതൃത്വ ധർമ്മങ്ങളിൽനിന്ന് അവർ ഒളിച്ചോടുകയാണ്. മാതാപിതാക്കളാൽ സംരക്ഷിക്കപ്പെടേണ്ട പ്രായത്തിൽ അതിന്റെയൊട്ടാകെ മൂലമുണ്ടാകുന്ന പുഴുക്കുത്തേറ്റ് വാടുന്ന എത്രയത്ര മനുഷ്യക്കുറുന്നുകളാണ് നമുക്കു ചുറ്റും! നശിക്കപ്പെടുന്ന ബാല്യങ്ങളിലേറെയും സമൂഹത്തിനുമുന്നെ നാശം വിതക്കുന്നവരായി മാറുന്നതിൽ അത്ഭുതപ്പെടാനുണ്ടോ?

ശിഖരങ്ങൾ നാനാദിശകളിലേക്ക് ആകാശം കൈയെത്തിപ്പിടിക്കാൻ വെമ്പുമ്പോൾ അവയെയെല്ലാം ചേർത്തുപിടിക്കുന്ന കാതലുള്ള വൃക്ഷത്തിന്റെ വേരുപോലെ ഓരോ കുടുംബവും മൂല്യങ്ങളിൽ വേരുന്നി നിന്നാൽ അത്തരം കുടുംബങ്ങൾ സമൂഹത്തിനും തണൽമരങ്ങളാകും.

അകാലത്തിൽ കടപുഴകുന്ന പാഴ്ചരങ്ങൾകൊണ്ട് നമ്മുടെ തലമുറ നിറയാതിരിക്കാൻ ചില കരുതലുകൾ നിർദ്ദേശിക്കുകയാണ് ഈ ലക്കം കാരുണികൻ. ഇതുവരെയുണ്ടായിരുന്ന കുടുംബസങ്കല്പങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള നിരീക്ഷണങ്ങളും മെച്ചപ്പെട്ട കുടുംബ സങ്കല്പങ്ങൾക്കായുള്ള മാർഗനിർദ്ദേശങ്ങളും ചേർത്ത് കുടുംബം ഇന്ദ്രമുഖ്യമാക്കാൻ വേണ്ടത്ര കാര്യങ്ങൾ ഇതിൽ ഉൾക്കൊള്ളിക്കാൻ ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഓരോ വ്യക്തിയും അവരുടെ കുടുംബത്തിലും,  
ഓരോ കുടുംബവും അവരുടെ സമൂഹത്തിലും തണൽമരമാവട്ടെ!

**മിഖാസ് കുട്ടുകൽ**  
ചീഫ് എഡിറ്റർ  
www.michaskoottumkal.in



രക്ഷാധികാരി  
ഡോ. ജോസഫ് കൈപ്പയിൽ MCBS  
പ്രൊവിൻഷ്യൽ സൂപ്പിരിയർ  
എം.സി.ബി.എസ്. പരമ്പ്രസാദ് പ്രവിശ്യ

സഹരക്ഷാധികാരി  
ഫാ. ആന്റോ പുതുവ MCBS

പത്രാധിപർ  
ഫാ. മിഖായീൽ കുട്ടുകൽ MCBS

എക്സിക്യൂട്ടീവ് എഡിറ്റർ  
ജോസ് ക്രൈസ്റ്റ്

പത്രാധിപസമിതി  
ഡോ. സ്റ്റാൻലി മാതിരപ്പിള്ളി  
ഡോ. മാത്യു ഇല്ലത്തുപറമ്പിൽ  
ഡോ. ജി. അയ്യനേത്ത്  
ഡോ. മേരി മെറ്റിൽഡ  
ഡോ. മാത്യു ഓലിക്കൽ  
ഡോ. കുര്യാസ് കുവളക്കുഴി  
ഡോ. ഗാസ്പർ സമ്പ്യാസി

ഫിനാൻസ് മാനേജർ  
ഫാ. ജോൺ പോൾ  
തെക്കുംമേലിക്കുന്നേൽ MCBS

ഓർഗനൈസിംഗ് അസിസ്റ്റന്റ്  
ഫാ. ജോജോ കന്നപ്പിള്ളി MCBS

അക്ഷരവിന്യാസം  
നിഷ ബിനു

കവർ & രൂപകല്പന  
അബ്ദു നെല്ലിമറ്റത്തിൽ

വിലാസം:  
എഡിറ്റർ, കാരുണികൻ  
പെരുമാനൂർ പി. ഒ.,  
എറണാകുളം - 682 015  
ഫോൺ : 0484 - 2663933, 9995802006  
e-mail : magazinekarunikan@gmail.com  
website: www.karunikan.com

ഒരു എം.സി.ബി.എസ്.  
പരമ്പ്രസാദ് പ്രസിദ്ധീകരണം

### BANK DETAILS

A/c Name : Director Karunikan  
A/c No. : 17530100030870  
IFSC Code : FDRL0001753  
Bank : Federal Bank,  
Thevara

## കവർസ്റ്റോറി

- 08** മാറുന്ന കുടുംബ സങ്കല്പങ്ങൾ
- 21** ഭാരതീയ കുടുംബസങ്കല്പങ്ങൾ - വ്യത്യസ്തതകൾ, സ്വഭാവങ്ങൾ, മാറ്റങ്ങൾ
- 28** കേരള കത്തോലിക്കാസഭയിലെ കുടുംബപ്രേഷിതത്വം
- 33** പേരന്തിംഗിൽ പിഴച്ചാൽ
- 37** മാനസികാരോഗ്യം - കുടുംബജീവിത വിജയത്തിന്
- 40** കുടുംബം ദൈവാലയമാക്കണം

## അജപാലനം

- 42** വിരമിച്ച മെത്രാന്മാരുടെ വോട്ടവകാശം

## സാമൂഹികം

- 44** വഴിപിണകി
- 45** ഭാവന ചെയ്യപ്പെടേണ്ടതല്ല സ്നേഹം
- 47** നീലവെളിച്ചം
- 50** വിശുദ്ധനാട്ടിലൂടെ യേശുവിലേക്ക്



- 03** എഡിറ്റോറിയൽ
- 06** നിർദ്ദേശങ്ങൾ; പ്രതികരണങ്ങൾ



## നിർദ്ദേശങ്ങൾ; പ്രതികരണങ്ങൾ

**വാ**യന കാരുടെ ക്രിയാത്മകമായ പ്രതികരണങ്ങളെ ബഹുമാനത്തോടെ അവതരിപ്പിക്കുകയാണ് ഈ കോളത്തിലൂടെ. കാരുണികനിലെ ഏതൊരു വിഷയത്തെക്കുറിച്ചും തുറന്ന ആശയപ്രകടനങ്ങൾ നടത്തുന്നത് സ്വാഗതാർഹമാണ്. അത് വായനകാരുടെ നിർദ്ദേശങ്ങളാകാം; പ്രതികരണങ്ങളാകാം. പൂർണ്ണപ്രതിപക്ഷ ബഹുമാനത്തോടെ സദ്യമായ രീതിയിൽ അവ ഉൾക്കൊള്ളിക്കാൻ ഞങ്ങൾ പ്രതിജ്ഞാബദ്ധരാണ്. **- പുത്രാധിപർ**

### കുടുംബജീവിതവിളി

ദൈവവിളിയെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് ഏപ്രിൽ-മെയ് ലക്കം ക്രൈസ്തവ പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളിൽ ലേഖനങ്ങൾ പതിവായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടാറുണ്ട്. കേരളത്തിൽ ആവശ്യത്തിന് വൈദികരും സന്യസ്തരുമുണ്ടെങ്കിലും ക്രൈസ്തവമായുമെങ്ങൾ ഈ പതിവു തെറ്റിക്കാറില്ല. എന്നാൽ കുടുംബജീവിതത്തിലേക്കുള്ള വിളികൾ കുറയുന്നതിനെപ്പറ്റി നാം ആശങ്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. കുടുംബജീവിതത്തിലേക്കുള്ള ദൈവവിളികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിനാണ് ഇക്കാലഘട്ടത്തിൽ കൂടുതലായി ബോധവല്കരിക്കേണ്ടത്. വിവാഹം കഴിക്കാതെ നിൽക്കുന്ന പതിനായിരക്കണക്കിന് യുവാക്കൾ ഇന്ന് കേരളത്തിലുണ്ട്. വളരെ വൈകി വിവാഹിതരാകുന്നവരുമുണ്ട്. കുടുംബജീവിതത്തിൽ കുട്ടികൾ ഒന്നോ രണ്ടോ മതിയെന്ന് ചിന്തിക്കുന്നവരും ഏറെപ്പേരുണ്ട്. കുടുംബജീവിതത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നതിന്റെ കാലവിളംബരണവും അതിന്റെ അനിവാര്യതയേയുംകുറിച്ചെല്ലാം കൂടുതലായി ബോധവല്കരണം നടത്തേണ്ട സമയം അതിക്രമിച്ചിരിക്കുകയാണ്. കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ വിശുദ്ധിയേയും വിളിയേയുംകുറിച്ച് പ്രതിപാദി

ക്കാൻ കാരുണികന്റെ വിഷയക്രമീകരണത്തിൽ ഇടം നൽകേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

**ഫാ. ലൂക്ക് പുതുക്കയിൽ**  
*സെന്റ് തോമസ് കാത്തലിക് ചർച്ച്,  
മള്ളുശ്ശേരി, കോട്ടയം*

### കുറ്റമറ്റ ലക്കം

നമ്മുടെ രാജ്യത്ത് വിശിഷ്ട, കേരളത്തിൽ കുറ്റങ്ങൾ പെരുകുകയും കുറ്റവാളികൾ യഥേഷ്ടം വിഹരിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്ന പശ്ചാത്തലത്തിൽ ഏപ്രിൽ ലക്കം കാരുണികൻ 'കുറ്റവും ശിക്ഷയും' എന്ന വിഷയകേന്ദ്രീകൃതമായി ഒരു ലക്കം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചത് അവസരോചിതമായിരിക്കുന്നു.

യാഥാർഥ കുറ്റവാളികളും കുറ്റം ആരോപിക്കപ്പെട്ട കുറ്റവാളികളാകുന്ന നിഷ്കളങ്കരും ഇന്ന് സമൂഹത്തിലുണ്ട്. ഇതിന്റെ യാഥാർഥ്യങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് നെല്ലും പതിരും വേർതിരിക്കുന്നതുപോലെ ഈടുറ്റ ലേഖനങ്ങൾകൊണ്ട് ഈ ലക്കം അണിയിച്ചൊരുക്കിയതിൽ കാരുണികൻ സീമിനെ അഭിനന്ദിക്കുകയാണ്. കുറ്റങ്ങളെയും കുറ്റവാളികളെയും പർവതീകരിച്ചു കാണിക്കാതെ വിവിധ മാനങ്ങളിലും ഈ വിഷയത്തെ വിദജിച്ചുകൊണ്ട് ഓരോ മേഖലയ്ക്കു പ്രാധാന്യം കൊടുത്തുകൊണ്ടുതന്നെ കൈകാര്യം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്.

'പരാതികളിലും കേസുകളിലും പൊലീസ് നടപടികൾ' എന്ന ലേഖനം വളരെ വിജ്ഞാനപ്രദമായിട്ടുണ്ട്. സാധാരണക്കാർക്ക് അജ്ഞാതമായ ഒട്ടനവധി കാര്യങ്ങൾ ഒരു പൊലീസ് ഉദ്യോഗസ്ഥൻ തന്നെ വിശദമാക്കിയിരിക്കുന്നത് മനസ്സിലാക്കിയിരിക്കേണ്ട യാഥാർഥ്യങ്ങളാണ്. തടവറ പ്രേഷിതത്വത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഫ്രാൻസിസ് കൊടിയനച്ചന്റെ ലേഖനവും പ്രത്യേക പ്രശംസയ്ക്ക് പാത്രീഭൂതമാണ്. സഭയിൽ ഇന്നും ഇത്തരം ശുശ്രൂഷാപ്രവർത്തനങ്ങൾ നടക്കുന്നുണ്ടെന്നുള്ളത് പലർക്കും അജ്ഞാതമാണ്. ഇത്തരം ശുശ്രൂഷകളെക്കുറിച്ച് വായനക്കാർക്കിടയിൽ അവബോധം നൽകുന്നത് അത്യന്തം ശ്രദ്ധേയമാണ്. സാമൂഹിക പ്രത്യാഘാതങ്ങളെയും കാരുണികൻ തുറന്നുവെച്ച കണ്ണുകളിലൂടെ വീക്ഷിക്കുന്നുണ്ടെന്നുള്ളതും പ്രശംസനീയമാണ്. ബ്രഹ്മപുരം മാലിന്യകുന്മാരത്തിൽ അഗ്നിപർന്ന ദുരന്തത്തെക്കുറിച്ച് പ്രൊഫ. പ്രസാദ് പോൾ നടത്തിയ നിരീക്ഷണങ്ങളും കുറ്റമറ്റതായിരുന്നു.

**പി. എലീസബത്ത് പാപ്പു FMM,**  
*സെന്റ് ജോസഫ് കോൺവന്റ്, മൈസൂർ*



# ഇമ്പം കുറയരുതെ

- മാറുന്ന കുടുംബ സങ്കല്പങ്ങൾ
  - സീമ മോഹൻലാൽ
- ഭാരതീയ കുടുംബസങ്കല്പങ്ങൾ - വ്യത്യസ്തതകൾ, സ്വഭാവങ്ങൾ, മാറ്റങ്ങൾ
  - ഡോ. സന്ധ്യ ആർ.എസ്
- കേരള കത്തോലിക്കാസഭയിലെ കുടുംബപ്രേഷിതത്വം
  - റവ. ഡോ. ക്ലിറ്റസ് വർഗീസ് കതിരപറമ്പിൽ
- പേരന്റിംഗിൽ പിഴച്ചാൽ
  - ഡോ. കൊച്ചുറാണി ജോസഫ്
- മാനസികാരോഗ്യം - കുടുംബജീവിത വിജയത്തിന്
  - റവ. ഡോ. ആനി സിറിയക് MD
- കുടുംബം ദൈവാലയമാക്കണം
  - റവ. ഡോ. എ. ആർ. ജോൺ

അന്താരാഷ്ട്ര കുടുംബദിന സ്മരണ (മെയ് 15) പൂതുകുമ്പോൾ സമകാലിക കുടുംബബന്ധങ്ങളുടെ ഇഴയടുപ്പങ്ങളെയും ഇഴയകലങ്ങളെയും നിരീക്ഷണ വിധേയമാക്കുകയാണ് കാരൂണികൻ ഈ ലക്കം. നല്ല പേരന്റിംഗിന്റെ അഭാവം സമൂഹത്തിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന ദവിഷ്യത്തുകളോടൊപ്പം ശിഥിലമാകുന്ന കുടുംബങ്ങളെയും കുടുംബനിർമ്മിതിയിൽ അനിവാര്യമായ പേരന്റിംഗിനെയുംകുറിച്ച് പ്രഗല്ഭർ പങ്കുവയ്ക്കുന്ന ചിന്തകളും വാസ്തവങ്ങളും.

# മാറുന്ന കുടുംബ സങ്കല്പങ്ങൾ

നാടും നഗരവും വളരുമ്പോൾ കുടുംബബന്ധങ്ങളിൽ വശച്ചയുണ്ടാകുന്നു. കുടുംബസങ്കല്പങ്ങൾ തന്നെ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. കാലികമായ വെല്ലുവിളികളെയും മൂല്യച്യുതിയെയും അതിന്റെ കാര്യകാരണങ്ങളെയും പ്രതിപാദിച്ചുകൊണ്ടുള്ള സമഗ്രമായ ഒരുമുഖ്യണ വിലയിരുത്തൽ നടത്തുകയാണ് മാധ്യമപ്രവർത്തകയായ ലേഖിക.



**നീമ മോഹൻലാൽ**  
മാധ്യമപ്രവർത്തക

**കുടുംബ**മുതൽക്കും മുത്തശ്ശിയും മക്കളും കൊച്ചുമക്കളും അവരുടെ മക്കളും അടങ്ങുന്ന കുടുംബത്തിലെ സന്ദേശാദാനരീതികൾ കണ്ടു വളർന്നവരാണ് നമ്മുടെ പഴയ തലമുറക്കാർ. ആ കുടുംബ മയിലും പരസ്പര സഹകരണത്തിലും വീട്ടിലെ പ്രശ്നങ്ങൾ ആ നാലു ചുവരുകൾക്കുള്ളിൽ തന്നെ പരിഹരിക്കപ്പെട്ടു. സന്ധ്യ നേരങ്ങളിൽ കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഒരുമിച്ചിരുന്നതുപ്രകാരം അടുക്കള വരാനായി ഒരുമിച്ചിരുന്നതുപ്രകാരം കഴിക്കാൻ മൊക്കെ അന്നത്തെ കുടുംബ ബന്ധത്തെ കുടുതൽ ഉഷ്മളമാക്കി.

എന്നാൽ, ഇന്ന് കുടുംബം അണുകൂടുംബത്തിലേക്ക് ചേക്കേറിയതോടെ ഗൃഹാന്തരീക്ഷത്തിലും മാറ്റമുണ്ടായി. സന്ധ്യ പ്രാർഥനയുടെ സമയം സ്വീകരണമുറിയിലെ സീരിയലുകൾ കവർന്നെടുത്തു. ഉദ്യോഗസ്ഥരായ ദമ്പതികൾക്ക് യാത്രികമായ ജീവിതത്തിരക്കിനിടയിൽ പരസ്പരം സംസാരിക്കാനുള്ള സമയം ഇല്ലാതായി. ഒന്നിച്ചിരിക്കാൻ കിട്ടുന്ന സമയത്തുപോലും വാട്സ്ആപ്പും ഇൻസ്റ്റഗ്രാമും മൊക്കെ അവർകളുടെ ഏറെ പ്രിയമുള്ളതായി മാറിക്കഴിഞ്ഞു. അടുത്തിടെ ഒരു ബന്ധുവീട് സന്ദർശനത്തിനിടയിൽ വാട്സ്ആപ്പിലും ഫേസ്ബുക്കിലും സമയം ചെലവഴിക്കുന്ന ഭാര്യയെയും ഭർത്താവിനെയുമാണ് കാണാൻ കഴിഞ്ഞത്.

അവരുടെ എട്ടു വയസുകാരൻ മോണിൾ മുഴുകിയിരിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കളുടെ അടുത്തിരുന്നു ടിവിയിലെ ഇഷ്ട കാർട്ടൂൺ കാണുന്നു. അതിനെക്കുറിച്ച് ചോദിച്ചപ്പോൾ ആ ദമ്പതികൾ പറഞ്ഞത് ഈ നഗരത്തിലെ ഈ ഫ്ലാറ്റിൽ ഇതല്ലാതെ എന്തു ചെയ്യാനാണെന്നാണ്. അതേ, ഇന്ന് കുടുംബ ബന്ധങ്ങളിൽ, കുടുംബ സങ്കല്പങ്ങളിൽ ഏറെ മാറ്റം വന്നിരിക്കുന്നു. നമ്മൾ പാശ്ചാത്യ സംസ്കാരത്തിന്റെ പുറകെ പായുമ്പോൾ നിസ്സാര കാര്യങ്ങൾപോലും താങ്ങാൻ കഴിയാതെ വിവാഹമോചനത്തിലേക്കോ, ആത്മഹത്യയിലേക്കോ അഭയം പ്രാപിക്കേണ്ടിവരുന്ന പുതുതലമുറയാണ് ഇവിടെ അനുദിനം ഉണ്ടായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. മാതാപിതാക്കളുടെ പിടിവാശി ജയിക്കുമ്പോൾ അനാഥമാക്കപ്പെടുന്ന, അല്ലെങ്കിൽ ആരുടെ കൂടെ പോകണമെന്നറിയാതെ വിഷമിക്കുന്ന പിഞ്ചു ബാല്യങ്ങളുടെ നൊമ്പരം നാം കണ്ടില്ലെന്നു നടിക്കരുത്.

## ദാമ്പത്യം മധുരമുള്ളതാക്കാം

മാതാപിതാക്കൾക്കൊപ്പം വളരുന്ന ഏതൊരു യുവാവും യുവതിയും സ്വപ്നം കാണുന്നത് സന്തോഷമായ ഒരു കുടുംബ ജീവിതം തന്നെയാണിരിക്കും.

മഴവിൽ നിറമുള്ള സ്വപ്നങ്ങളും മധുരപ്രതീക്ഷകളുമായിട്ടാണ് ഓരോരുത്തരും വിവാഹ ജീവിതത്തിലേക്കു കടക്കുന്നത്. പുരുഷനു ഭാവി





വധുവിനെപ്പറ്റിയും സീതീക്കു ഭാവിവരനെക്കുറിച്ചും നിരവധി പ്രതീക്ഷകളും സങ്കല്പങ്ങളുമുണ്ടാകും. പക്ഷേ, ഇന്നു പലരുടെയും വിവാഹബന്ധം സ്വരച്ചേർച്ചയില്ലായ്മ മൂലം പരാജയത്തിന്റെ വക്കിലെത്തി നിൽക്കുന്നു. നിസ്സാരകാരണങ്ങളുടെ പേരിൽ വിവാഹമോചിതരാകുന്ന യുവാവൃന്ദത്തിന്റെ എണ്ണം കൂടിവരുകയാണ്. മക്കളുടെ ജീവിതത്തിലേക്കു പ്രശ്നങ്ങളുടെ കുമ്പസാരമായി കടന്നുകയറുന്ന മാതാപിതാക്കളുടെ എണ്ണവും കുറവല്ല. പരസ്പരവിശ്വാസം, വിട്ടുവീഴ്ച, ആത്മാർഥത, സ്നേഹം, കരുതൽ, സംരക്ഷണം... ഇവയെല്ലാം ദാമ്പത്യജീവിതം സുഖകരമായി മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകാനുള്ള അനിവാര്യ ഘടകങ്ങളാണ്.

### പ്രതീക്ഷകളുമായെത്തുന്ന നവവധു

“ഡോക്ടറെ, ഞാൻ ആഗ്രഹിച്ചതുപോലെയാണു ഈ

നീനു പെരുമാറുന്നത്...” സൈക്യാട്രിസ്റ്റിന്റെ മുന്നിലിരുന്നു ഭാര്യയുടെ കുറ്റങ്ങൾ ഓരോന്നായി നിരത്തുകയാണ് നോയൽ. “എന്നെ മനസ്സിലാക്കുന്ന ഒരാളാണ് നോയൽ എന്നു കരുതിയാണ് ഞാൻ സ്നേഹിച്ചത്. പക്ഷേ, ഞാൻ പ്രതീക്ഷിച്ചതുപോലെയാണു നോയലിന്റെ സംസാരവും പ്രവൃത്തിയും... എല്ലാറ്റിനും അമ്മയുടെ അഭിപ്രായം കിട്ടണം. ആ ജീവിതത്തിൽ എനിക്കൊരു സ്ഥാനവുമില്ല... എന്നോട് അല്പംപോലും സ്നേഹമില്ല...” - നിറകണ്ണുകളോടെ നീനു പറഞ്ഞു.

പ്രമുഖ ഐടി കമ്പനിയിൽ ഉദ്യോഗസ്ഥനാണ് നീനുവും നോയലും. വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ കൂടുംബത്തിൽ നിന്നുള്ള പ്രതിനിധികൾ. നല്ല സാമ്പത്തികമുള്ള കൂടുംബം. അത്യുയർച്ചയെ പ്രണയത്തിനൊടുവിലാണ് വീട്ടുകാരുടെ സമ്മതത്തോടെ ഇരുവരും വിവാഹിതരായത്. പക്ഷേ, വിവാഹം കഴിഞ്ഞ് ഒരു മാസം തികയും മുമ്പേ അവരുടെ ദാമ്പത്യജീവിതത്തിൽ പൊരുത്തക്കേടുകൾ പുകയാൻ തുടങ്ങി.

പ്രശ്നങ്ങൾ വിവാഹമോചനത്തിലേക്കു നീങ്ങുമെന്ന ഘട്ടത്തിലെത്തിയപ്പോഴാണ് നോയൽ നീനുവുമൊത്ത് മനഃശാസ്ത്രജ്ഞനെ കാണാനെത്തിയത്. ഭർത്താവിന് വിവാഹത്തിനുമുമ്പ് തന്നോടുണ്ടായിരുന്നത്ര സ്നേഹം ഇപ്പോഴില്ലെന്നതാണ് നീനുവിന്റെ പ്രശ്നം.

### പ്രണയത്തിൽ കാണാതെ പോകുന്നത്

നീനുവും നോയലും പ്രണയത്തിൽ നിന്നാണ് വിവാഹജീവിതത്തിലേക്കു കടന്നത്. പ്രണയിക്കുമ്പോൾ കാമുകൻ കാമുകി ആഗ്രഹിക്കുന്ന സ്നേഹം നൽകാൻ പറ്റുന്നു. എന്നാൽ വിവാഹജീവിതത്തിലേക്കു പ്രവേശിച്ചപ്പോൾ ഭാര്യയും ഭർത്താവും ജീവിതത്തിൽ സ്നേഹം നിലനിർത്തിക്കൊണ്ടുതന്നെ നല്ല ഭാര്യയും നല്ല ഭർത്താവും ആകുന്നതിനോടൊപ്പം ഭർത്താവിന്റെ/ ഭാര്യയുടെ കൂടുംബബന്ധങ്ങൾ, വിവിധതരത്തിലുള്ള ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയൊക്കെ ഭാര്യ/ ഭർത്താവ് മനസ്സിലാക്കേണ്ടതുണ്ട്.

പ്രതീക്ഷയോടെ വിവാഹജീവിതത്തിലേക്കു കടന്നുവരുന്ന ഭാര്യയുടെ വികാരങ്ങളും ആഗ്രഹങ്ങളും സംരക്ഷിക്കപ്പെടേണ്ടതുമാണ്. ഇരുവരും ഇതു മനസ്സിലാക്കി ജീവിച്ചു തുടങ്ങുമ്പോൾ അസ്വാരസ്യങ്ങൾ ഒഴിവാകും. ഒരാൾ ഭർത്താവ് ആകുന്നതോടെ അമ്മയും മകനും തമ്മിലുണ്ടായിരുന്ന

ഊഷ്മളമായ ബന്ധം മുറിച്ചു കളയാൻ പാടില്ല. എന്നാൽ കുടുംബം എന്ന സങ്കല്പത്തിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനകണ്ഠികൾ ദമ്പതികൾ തന്നെയാണെന്ന സത്യം വിസ്മരിച്ചുകൂടാ.

നീണ്ടുപോകുന്ന ജീവിതത്തിന്റെ ഒരു തുടക്കം മാത്രമാണ് വിവാഹം. അവിടെ നല്ല ഭാര്യയും നല്ല ഭർത്താവും ആയിരിക്കാൻ ദമ്പതികൾ എത്രമാത്രം പരിശ്രമിക്കുന്നുവോ അത്രമാത്രം ദാമ്പത്യജീവിതം വിജയപ്രദമായിരിക്കും.

### പഴയ സാഹചര്യം മാറി

മുമ്പ് പെണ്ണുകാണൽ ഛടത്തിൽ പരസ്പരം കണ്ട യുവതിയും യുവാവും ചിന്നിട്ട് കാണുന്നത് വിവാഹത്തിന്റെ അന്നാണ്. സോഷ്യൽ മീഡിയയുടെ വരവോടെ ഇന്ന് ആ സാഹചര്യം മാറി. മാതാ പിതാക്കൾ നിശ്ചയിച്ചുളള വിവാഹം ആണെങ്കിലും പരസ്പരം പരിചയം ഉണ്ടാക്കിയിട്ടാണ് മിക്കവാറും ദാമ്പത്യത്തിലേക്ക് കടക്കുന്നത്. ആ പരിചയത്തിലൂടെ പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കാനുള്ള സാഹചര്യം ഉണ്ടാകുന്നു. അപരിചിതത്വത്തിന്റെ തോട് പൊട്ടിക്കാനുള്ള അവസ്ഥ ഇന്നുണ്ട്. ഈ പരിചയപ്പെടലിലൂടെ തനിക്ക് പറ്റാത്ത ബന്ധം ആണെങ്കിൽ അത് വേണ്ടെന്ന് വയ്ക്കാനുള്ള സാഹചര്യവും സംജാതമാകുന്നുണ്ട്. വിവാഹം നിശ്ചയിച്ച ശേഷം വരന്റെ വീടു കാണാൻ പോകുന്ന പെൺകുട്ടികളും കുറവല്ല.

### പരിചയപ്പെടലിലൂടെ സാധ്യമാകുന്നത്

വിവാഹം നിശ്ചയിച്ചതിനുശേഷമുള്ള പരിചയപ്പെടലിൽ വധുവരന്മാർ യഥാർഥ മുഖം കാണിക്കണമെന്നില്ല. ദാമ്പത്യത്തിലെ പൊരുത്തം നോക്കുന്നതിനേക്കാൾ മറ്റു പല സാമൂഹിക ഘടകങ്ങളുടെ തുറന്നു പറച്ചിൽ പലപ്പോഴും മറച്ചുവയ്ക്കപ്പെടുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ വിവാഹ പൂർവ്വമാസങ്ങളിലോ ആ കാലയളവിലോ കാണുന്ന വ്യക്തിയെ ആയിരിക്കില്ല യഥാർഥത്തിൽ ദാമ്പത്യബന്ധത്തിൽ എത്തുമ്പോൾ കാണുന്നത്.

വിവാഹം ആലോചിക്കുന്ന ഘട്ടത്തിലും നിശ്ചയിച്ച ശേഷവും സത്യസന്ധമായിട്ടു നമ്മൾ എന്താണെന്നുള്ളതു തുറന്നു പറച്ചിലും വരാനിടയുള്ള പൊരുത്തവും പൊരുത്തക്കേടും മുൻകൂട്ടി കണ്ടു എങ്ങനെ പരിഹരിക്കാമെന്നുള്ള ആസൂത്രണവും ഉണ്ടാകണം. വ്യക്തിത്വത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അപരിചിതത്വം ഉണ്ടെങ്കിൽ വിവാഹത്തിനു മുമ്പു തന്നെ പരസ്പര ധാരണ

യിലെത്തണം. നൂതന ആശയ വിനിമയ മാർഗങ്ങളുടെ വരവോടെ അതിനുള്ള സാഹചര്യം ഇന്നുണ്ട്. വരനെ അല്ലെങ്കിൽ വധുവിനെ കൂടുതൽ അടുത്തറിയാനും ചേർച്ചക്കുറവ് ഉണ്ടെങ്കിൽ അത് പരിഹരിക്കാനുള്ള അവസരമായിട്ട് അത് ഉപയോഗിക്കണം.

പൊരുത്തവും പൊരുത്തക്കേടും തുറന്നു പറയാം. കല്യാണത്തിനു മുമ്പ് സിനിമാശൈലിയിലുള്ള സേവ് ദി ഡേറ്റ് ഫോട്ടോഷൂട്ട് നടത്തുന്ന കാലമാണിത്. ഇതിനെതെല്ലാം റൊമാൻസിനോ വിവാഹത്തിന്റേതായ ത്രില്ലിനോ മാത്രമായി കാണാതെ പരസ്പരം അടുത്ത് അറിയാനുള്ള വിവേകം ഉണ്ടാകണം.

പ്രണയ വിവാഹത്തിലായാലും വീട്ടുകാർ നിശ്ചയിച്ചുറപ്പിച്ച വിവാഹത്തിൽ ആയാലും ഭാര്യഭർതൃവേഷത്തിലേക്കു മാറുമ്പോൾ നല്ലൊരു ശതമാനം ആളുകളും സ്വഭാവ വിശേഷങ്ങൾ പാലിക്കാറില്ല. പരസ്പരം ഇടപെടുമ്പോഴുള്ള സത്യസന്ധതയില്ലായ്മ പരമാവധി ലഘൂകരിക്കണം. ഒരു വിവാഹവും നൂറു ശതമാനം പൊരുത്തം ഉള്ളതല്ലെന്ന വസ്തുത ഓർമ്മിക്കണം. പൊരുത്തക്കേടുകളെ സമർഥമായി കൈകാര്യം ചെയ്ത് രണ്ടു പേരും മനസ്സു തുറന്ന് ആശയ വിനിമയം ചെയ്ത് നല്ല ബന്ധം ഉണ്ടാക്കാനുള്ള വൈദഗ്ദ്ധമാണ് വിവാഹം എന്നതുകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. അതാണ് ദാമ്പത്യത്തിന്റെ വിജയവും. പൊരുത്തക്കേടുകളെ സമർഥമായി കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ നല്ല ദാമ്പത്യത്തിൽ ഉണ്ടാകേണ്ടത്.

### ഇതു ശ്രദ്ധിക്കാം

കുറച്ചു കാലം കഴിയുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന വൈരസ്യത്തെ മറികടക്കാനുള്ള വൈദഗ്ദ്ധവും പങ്കാളികളിൽ ഇരുവർക്കും വേണം. വ്യക്തിയെന്ന രീതിയിലും ലൈംഗികതയിലും ഉണ്ടാകുന്ന വൈരസ്യത്തെയാണ് ഇവിടെ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. നല്ല ദാമ്പത്യബന്ധത്തിന് ചില കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ട്. മനസ്സു തുറന്നുള്ള ആശയ വിനിമയം, പരസ്പരമുള്ള മനസ്സിലാക്കൽ, പങ്കാളിയുടെ ഭാഗത്തു നിന്നുള്ള ചിന്തിക്കൽ, പങ്കാളി ചെയ്യുന്ന നല്ല കാര്യങ്ങളെ യാതൊരു മടിയും കൂടാതെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കൽ, പരസ്പര വിശ്വാസം, കുറ്റപ്പെടുത്തൽ ഒഴിവാക്കുക ഇവയെല്ലാം ശ്രദ്ധിച്ചാൽ ദാമ്പത്യബന്ധം മധുരമുള്ളതാകാം.

### തുവതിയും തുവാവും ഭാര്യയും ഭർത്താവുംമാകുമ്പോൾ

വ്യക്തിബന്ധങ്ങളാണു സാമൂഹിക ജീവിതത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന ശിലകൾ. വ്യക്തിബന്ധങ്ങൾ കു

ടുംബജീവിതത്തിൽ നിന്ന് രൂപം കൊള്ളുകയും കുടുംബങ്ങളിലൂടെ വളരുകയും ചെയ്യുന്നു. സഹജീവികളുമായി സഹകരിക്കാനും ജീവിതം പങ്കുവയ്ക്കാനും വ്യക്തിബന്ധങ്ങൾ സഹായിക്കുന്നു. അമ്മ, അച്ഛൻ, സഹോദരങ്ങൾ, മറ്റു കുടുംബാംഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവരെല്ലാം നമ്മുടെ സാമൂഹികജീവിതത്തിന്റെ ആദ്യകണ്ഠികളാണ്. കുട്ടിയായിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ കുടുംബത്തിനു പുറത്തുള്ളവരുമായും നാം വ്യക്തിബന്ധങ്ങൾ സ്ഥാപിക്കാറുണ്ട്. സഹജീവികളുമായി ഇടപഴകാനും പരസ്പരം മനസ്സുറിഞ്ഞ് പ്രവർത്തിക്കാനുമുള്ള മനുഷ്യന്റെ ഈ കഴിവിനെ നമുക്ക് സാമൂഹ്യ ബന്ധി എന്നു വിശേഷിപ്പിക്കാം. കുട്ടായും യോജിച്ചുമുള്ള പ്രവർത്തനത്തിനും സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതയും സാമൂഹിക ബുദ്ധിയുടെ വികാസവും അനുപേക്ഷണീയമാണ്.

വ്യത്യസ്തമായ ചുറ്റുപാടുകളിൽ വളർന്നവരും വ്യത്യസ്ത സ്വഭാവസവിശേഷതകളുള്ളവരുമായ രണ്ടുപേരാണ് വിവാഹബന്ധത്തിലൂടെ ഒന്നാകുന്നത്. ഒരു യുവതിയും യുവാവും ഭാര്യയും ഭർത്താവുമാകുമ്പോൾ എന്തെല്ലാം മാറ്റങ്ങളുണ്ടാകുന്നുവെന്ന് അറിയാം...

### വ്യക്തിവികാസം

മനുഷ്യൻ സാമൂഹിക ജീവിയാണ്. നിരവധി പേരുമായി ഇടപഴകിയാണ് നാം ജീവിക്കുന്നത്. ബന്ധങ്ങളുടെ എണ്ണം വർധിക്കുന്നതോടൊപ്പം നമ്മുടെ സാമൂഹിക ജീവിതം വിപുലീകരിക്കപ്പെടുന്നു. സാമൂഹ്യബന്ധങ്ങളുടെ ഗുണനിലവാരം നമ്മുടെ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവങ്ങളെ സ്വാധീനിക്കുകയും ചെയ്യും. സാമൂഹിക ജീവിതത്തിന്റെ വിപുലീകരണത്തോടനുബന്ധിച്ച് വ്യക്തിബന്ധങ്ങളുടെ ഊഷ്മളതയുടെ മാറ്റുകുറയാതെ നോക്കാനും നമുക്കു കഴിയണം.

പുതിയ വ്യക്തിബന്ധങ്ങൾ പക്വതയോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിൽ ശ്രദ്ധിക്കണം. സ്വന്തം താല്പര്യവും മറ്റൊരാളുടെ താല്പര്യവും എല്ലായ്പ്പോഴും ഒന്നു തന്നെയോ ഓരോ ദിശയിലുള്ളതോ ആയി കൊള്ളണമെന്നില്ലല്ലോ. പരസ്പര ധാരണയോടും ബഹുമാനത്തോടും കൂടി ഇരുവരുടെയും ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ കണക്കിലെടുത്ത് പെരുമാറുകയാണ് അഭികാമ്യം. വിട്ടുവീഴ്ച മനോഭാവത്തിന്റെ പ്രസക്തി എടുത്തുപറയാതെ വയ്യ.

ആരു ജയിക്കും, ആരു വിജയിച്ചതുപോലെ കാര്യങ്ങൾ നടത്തിയെടുക്കാൻ പറ്റും എന്ന ചിന്ത നമ്മെ പലപ്പോഴും ഭരിക്കാനിടയുണ്ട്. അങ്ങനെ സംഭവി

ച്ചാൽ അതു കിടമത്സരത്തിനും 'ഞാൻ', 'നീ' എന്നീ വിശേഷണങ്ങളിലും കാര്യങ്ങളെ കൊണ്ടെത്തിക്കും. പലപ്പോഴും ഒരാളുടെ അഭിപ്രായപ്രകാരം മുന്നോട്ടു പോകേണ്ടി വരും. അതായിരിക്കും പ്രായോഗികമായ ഏകമാർഗം.

കുട്ടികാലത്ത് സഹോദരങ്ങൾ തമ്മിൽ കിടമത്സരം ഉണ്ടാകുക പതിവാണ്. പലപ്പോഴും അല്പം അസുയരയും ഇതിന്റെ കൂടെയുണ്ടാവും. അമ്മ നവജാത ശിശുവിനെ ലാളിക്കുന്നതും ചെറിയ കുട്ടിയെ എപ്പോഴും എടുത്തുകൊണ്ടു നടക്കുന്നതും മുത്ത കുട്ടിക്ക് ഒരല്പം നഷ്ടബോധവും അസുയരയും ഉളവാക്കിയെന്നുവരും. എന്നാൽ ജീവിത സാഹചര്യങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കാൻ കുട്ടികൾ പിന്നീട് പഠിക്കും. ചേട്ടന്റെ പുസ്തകം, അനിയന്റെ പുസ്തകം എന്നിവയെല്ലാമാകാമെങ്കിലും പല സാമൂഹിക ജീവിത സാഹചര്യങ്ങൾ കൃത്യമായി വേർതിരിച്ചുനൂട്ടുവികാൻ പറ്റില്ലല്ലോ!

പലകാര്യങ്ങളും നമുക്ക് തുല്യമായി വീതം വെച്ചുടുക്കാൻ കഴിയാത്തവയാണ്. വാത്സല്യം എന്ന സന്തോഷകരമായ അനുഭവം സഹോദരനു ലഭിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്കെന്തിനാണ് അസ്വാസ്ഥ്യം? സന്തോഷം പങ്കുവയ്ക്കുമ്പോൾ വർധിക്കുകയും സന്താപം പങ്കുവയ്ക്കുമ്പോൾ കുറയുകയും ചെയ്യുമെന്നോർക്കുക. എന്റെ സന്തോഷം എനിക്കു ചുറ്റുമുള്ളവരുടെ സന്തോഷമായി വേർതിരിക്കാൻ പറ്റാത്ത പോലെ ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. നാം വിചാരിച്ച പോലെ കാര്യങ്ങൾ നടക്കാതെ വരികയാണെങ്കിൽ അതുൾക്കൊണ്ട് അസഹിഷ്ണുത പ്രകടമാക്കാതെ ചിന്തിക്കുകയും പെരുമാറുകയും വേണം.

രണ്ടുപേർ ഒന്നിച്ച് സിനിമയ്ക്കു പോകാൻ തീരുമാനിച്ചുവെന്നിരിക്കട്ടെ. ഏതു സിനിമയാണ് കാണുന്നത് എന്ന കാര്യത്തിൽ രണ്ടഭിപ്രായമുണ്ടായാൽ എന്തു ചെയ്യും? ഒന്നിച്ച് ഒരു സിനിമയ്ക്ക് പോകുകയാണ് ലക്ഷ്യമെങ്കിൽ ഒരാളുടെ ഇഷ്ടത്തിനു മുൻ തുക്കം കിട്ടും. ഇതാരുടെയെന്ന കാര്യം തീരുമാനിക്കാൻ പറ്റാതെ സിനിമ കാണാതിരിക്കുകയോ രണ്ടുപേരും വേറെ വേറെ പോയി അവർക്കിഷ്ടപ്പെട്ട സിനിമ കാണുകയോ, അതുമല്ലെങ്കിൽ ഇക്കാര്യത്തെപ്പറ്റി ഒരു സംഘട്ടനം തന്നെയുണ്ടാവുകയോ ആവാം. സന്തോഷം വേണമോ സംഘട്ടനം വേണമോ എന്ന് തീരുമാനിക്കേണ്ടതും ബന്ധപ്പെട്ടവർ തന്നെ! ഒന്നിച്ചു പോയാലും സിനിമ കണ്ടാൽ രണ്ടാളും സന്തോഷിക്കും. രണ്ടാളും ജയിക്കും. മറ്റൊരു സംഭവിച്ചാലും രണ്ടാളും വിഷണ്ണരാവുകമാത്രം അതും ആരേയും

തോല്പിക്കാൻ നോക്കരുത്. മിതമായി പറഞ്ഞാൽ അതു വല്ലാത്ത ബുദ്ധിമോശമാണ്.

### സ്ട്രീ- പുരുഷ ബന്ധങ്ങൾ

ഒരു യുവാവും യുവതിയും പരസ്പരം ആകൃഷ്ടരാകുകയും സ്നേഹബന്ധമുണ്ടാവുകയും പതിവാണ്. ചിലർ ഒരുമിക്കാനും വിവാഹിതരാവാനും ആഗ്രഹിക്കും. എന്നാൽ പലപ്പോഴും ഇത്തരം ആഗ്രഹങ്ങളും തീരുമാനങ്ങളും വൈകാരികതലത്തിൽ മാത്രം ഉടലെടുക്കുന്നവയാണ്. അങ്ങനെയുള്ള ബന്ധങ്ങൾ കെട്ടുറപ്പുള്ളതും സ്ഥായിയായതായും പരിണമിച്ചുകൊള്ളണമെന്നില്ല. വിവേകപൂർണ്ണമായ പരിപോഷണം ബന്ധങ്ങളെ ഉഷ്മളവും സന്തോഷകരവുമായി നിലനിർത്താൻ സഹായിക്കും. പറയാനുള്ളപ്പം, പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ അത്ര എളുപ്പമല്ല!

'മനസ്സറിഞ്ഞ് പ്രവർത്തിക്കാൻ കഴിയും, കഴിയണം' എന്നതു ശരിയാണ്. എന്നാൽ മനസ്സിന്റെ ഇംഗിതം പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കേണ്ടി വരുന്നിടത്തെല്ലാം പറഞ്ഞു തന്നെ മനസ്സിലാക്കണം. സ്വന്തം ഇംഗിതം മറ്റൊരാൾക്ക് മനസ്സിലാക്കുന്ന രീതിയിൽ പ്രവർത്തിക്കുമ്പോഴാണ് കൂട്ടായ്മ എളുപ്പമാകുന്നത്. മനസ്സറിയാനും മനസ്സറിയിക്കാനും ദമ്പതിമാർക്കാവും.

### ദാമ്പത്യം എന്ന കൂട്ടായ്മ

പരസ്പരം അറിഞ്ഞും അറിയിച്ചും പ്രവർത്തിക്കാൻ നമുക്കു കഴിയും. പല കൂട്ടായ പ്രവർത്തനങ്ങളും നമുക്കു സാധിക്കുന്നത് ഇത്തരം കഴിവുപയോഗിച്ചുകൊണ്ടുതന്നെയാണ്. ഭാര്യയും ഭർത്താവും ദമ്പതിമാരായിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ, രണ്ടു വേറിട്ട വ്യക്തിത്വത്തിനുമകളാണ്. ദമ്പതിമാർ ജീവിതത്തിൽ കൂടുതൽ സമയം ഒന്നിച്ചു ചെലവഴിക്കാനാണ് സാധ്യത. അതുകൊണ്ടു തന്നെ പരസ്പരം അംഗീകരിച്ചും പിന്തുണച്ചും പ്രവർത്തിക്കേണ്ടവരാണ്.

എന്തുതന്നെയായാലും വിവാഹത്തിനുശേഷം ജീവിതരീതികളിൽ ചെറിയതോതിലെങ്കിലും ഒരു മാറ്റം ആവശ്യമായി വരും. ദാമ്പത്യബന്ധം കൂടുതൽ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവമായി മാറുന്നത് വിവാഹത്തിനുശേഷം മാത്രമാണ്. പുതിയ ഈ ബന്ധം രണ്ടുപേരുടെയും ജീവിതത്തിൽ അത്ഭുതാവഹമായ അനുഭവങ്ങളുണ്ടാക്കാൻ സാധ്യതയുള്ള ഒന്നാണ്. ഒരു പുതിയ ബന്ധം ഉണ്ടാകാൻ, അതു ഗാഢമാകാൻ, പക്ഷുവും വിവേക സമ്പന്നവുമാക്കാൻ സമയവും പരിശ്രമവും വേണ്ടിവരും. ഈ പരിശ്രമം രണ്ടു

ദാമ്പത്യബന്ധം കൂടുതൽ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവമായി മാറുന്നത് വിവാഹത്തിനുശേഷം മാത്രമാണ്. പുതിയ ഈ ബന്ധം രണ്ടുപേരുടെയും ജീവിതത്തിൽ അത്ഭുതാവഹമായ അനുഭവങ്ങളുണ്ടാക്കാൻ സാധ്യതയുള്ള ഒന്നാണ്. ഒരു പുതിയ ബന്ധം ഉണ്ടാകാൻ, അതു ഗാഢമാകാൻ, പക്ഷുവും വിവേക സമ്പന്നവുമാക്കാൻ സമയവും പരിശ്രമവും വേണ്ടിവരും. ഈ പരിശ്രമം രണ്ടു പേരുടെയും ഭാഗത്തുണ്ടാകണം.

പേരുടെയും ഭാഗത്തുണ്ടാകണം. അറിഞ്ഞോ അറിയാതെയോ അതുണ്ടാവുകതന്നെ വേണം. ഒന്നോർക്കുക, നമ്മുടെ പങ്കാളി (ഭാര്യ അല്ലെങ്കിൽ ഭർത്താവി) ഇക്കാദ്യത്തിൽ വേണ്ടത്ര പരിശ്രമിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നു ചിന്തിക്കുകയും നിരീക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് നിങ്ങളുടെ ജോലി എന്നു തെറ്റിധരിക്കരുത്. ഇതു നിങ്ങളുടെ ജോലിയോ ഉത്തരവാദിത്വമോ അല്ല. മറിച്ചു തികച്ചും അവഗണിക്കുകയും ഒഴിവാക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യേണ്ട ഒരു കാര്യമാണിത്. ഇനി പ്രധാനമായും പരിഗണിക്കപ്പെടേണ്ട കാര്യമെന്താണെന്ന് നോക്കാം.

എനിക്ക് ഈ ബന്ധം മെച്ചപ്പെടുത്താൻ, പരിപോഷിപ്പിക്കാൻ എന്തു ചെയ്യാൻ കഴിയും എന്നതാണ് പ്രസക്തമായ കാര്യം.

ഭർത്താവിനു ചെയ്യാൻ പറ്റുന്ന കാര്യങ്ങൾ അയാൾക്കും ഭാര്യ വിചാരിച്ചാൽ ചെയ്യാൻ പറ്റുന്ന കാര്യങ്ങൾ അവർക്കും മാത്രമേ ചെയ്യാൻ പറ്റുകയുള്ളൂ എന്നതാണ് യാഥാർഥ്യം. ഭർത്താവു വിചാരിക്കുന്നതുപോലെ ഭാര്യക്കും ഭാര്യ വിചാരിക്കുന്നതുപോലെ ഭർത്താവിനും പെരുമാറാൻ പറ്റിയെന്നുവരില്ല. എന്നാൽ, അവനവൻ വേണമെന്നു വച്ചാൽ അതുപോലെ പെരുമാറാനും പ്രവർത്തിക്കാനും ഓരോരുത്ത

ർക്കും പറ്റും. തനിക്കു ചെയ്യാൻ പറ്റുന്ന രീതിയിൽ ദാവത്യബന്ധം പരിപോഷിപ്പിക്കാനായി പറ്റുന്ന കാര്യങ്ങൾ 'സ്വയം ചെയ്യുക' എന്നതിലാവണം ശ്രദ്ധ. പങ്കാളിയുടെ സ്വഭാവം മാറ്റിയെടുക്കാനുള്ള പ്രയത്നത്തിലാണ് ദമ്പതിമാരിൽ ഒരാൾ ശ്രമിക്കുന്നത് എങ്കിൽ വിജയസാധ്യത കുറവാണ്.

രണ്ടുപേർ ഒരു താക്കോൽ മാത്രമുള്ള മുറിയിൽ ബുദ്ധിമുട്ടുകൂടാതെ താമസിക്കാൻ ശീലിക്കുമ്പോൾ അവശ്യം വേണ്ടിവരുന്ന നീക്കുപോക്കുകൾ ദാവത്യത്തിലും വേണ്ടിവരും. പരസ്പര വിശ്വാസവും വിട്ടുവീഴ്ചാമനോഭാവവും സഹിഷ്ണുതയും ദാവത്യത്തിന്റെ മാറ്റു കൂട്ടും.

### കുടുംബജീവിതത്തിൽ സംസാരത്തിനുള്ള പ്രാധാന്യം

ഏതു ബന്ധവും വളരണമെങ്കിൽ ശരിയായ ആശയവിനിമയം ആവശ്യമാണ്. ഇതു കുടുംബജീവിതത്തിലും വിവാഹബന്ധത്തിലും അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.

### മനസ്സു തുറക്കാം

സ്ഥിരമായി (ദിവസവും) ഭാര്യ/ഭർത്താവുമായി സംസാരിക്കാൻ കുറച്ചു സമയം മാറ്റിവെച്ചില്ലെങ്കിൽ ആ ബന്ധം വളരാൻ സാധ്യതയില്ല. അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും ഫോണിൽ മെസേജ് അയയ്ക്കുന്നതോ ഹായ്, ഹലോ പറയുന്നതോ ഇതിൽ ഉൾപ്പെടില്ല. ശരിയായ ആശയ വിനിമയം ഒരു കലയാണ്. അതുപഠിക്കാൻ നാം തയ്യാറാവണം. നിങ്ങൾ വിവാഹം കഴിച്ച് ഒരു വർഷമോ 50 വർഷമോ ആയാലും നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുമായി സംസാരിക്കാൻ സമയം കണ്ടെത്തണം. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിലെ ഏറ്റവും പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന വ്യക്തിയാണെന്നറിയുക. കൂടുമ്പോൾ ഇമ്പമുള്ളതാണ് കുടുംബം. എന്നാൽ ഇന്ന് ഭാര്യഭർത്താക്കന്മാർ കൂടുമ്പോൾ ഭുകമ്പമാണ്. അതുകൊണ്ടു നിങ്ങൾ സംസാരിക്കുമ്പോൾ പരസ്പരം കുറ്റം പറഞ്ഞും വഴക്കുപറഞ്ഞും സമയം കളയാതെ, തന്റെ പങ്കാളിയെ കൂടുതൽ സ്നേഹിക്കാനും അറിയാനുമുള്ള ഒരവസരമായി ഇതിനെ മാറ്റുക. ഇന്ന് നിന്റെ ദിവസം എങ്ങനെയുണ്ടായിരുന്നു എന്നു തുടങ്ങി സംസാരം ആരംഭിക്കാം. ഭാര്യയുടെ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ചോദിച്ചറിയാം. പരസ്പരം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാനും ചിന്താഗന്തകാനും ഈ സമയം വിനിയോഗിക്കാം. 'എന്റെ ഭാര്യ/ഭർത്താവ് ആണല്ലോ' എന്തുമോ എന്നമനോ

ഭാവത്തിൽ പങ്കാളിയെ സമീപിക്കാതിരിക്കുക.

നിങ്ങൾ സംസാരിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ ശരീര ഭാഷ, സംസാരത്തിന്റെ ശൈലി, ശബ്ദത്തിന്റെ ഘനം, ടോൺ, പറയുന്ന വാക്കുകൾ, ശബ്ദത്തിന്റെ ഉയർച്ച താഴ്ചകൾ എല്ലാം പ്രധാനപ്പെട്ടതാണെന്ന് ഓർക്കുക. പരസ്പര ബഹുമാനമില്ലാത്ത സംസാരം ഒഴിവാക്കുക. കുടുംബത്തിലെ തീരുമാനങ്ങൾ രണ്ടുപേരും നന്നായി ചർച്ച ചെയ്തതിനുശേഷം മാത്രം എടുക്കുക. രണ്ടുപേർക്കും അഭിപ്രായ സ്വാതന്ത്ര്യം ഉണ്ടെന്ന കാര്യം മറക്കരുത്.

### കുറ്റപ്പെടുത്തൽ വേണ്ട

നമുക്കു യോജിക്കാത്ത കാര്യങ്ങൾ കൃത്യമായി, എന്നാൽ മൃദുവായി പറയാം. 'പണ്ടേ നീ ഇങ്ങനെയാ', എന്ന രീതിയിൽ കുറ്റപ്പെടുത്തലുകൾ ഒഴിവാക്കാം. നിങ്ങൾ ദേഷ്യപ്പെട്ടോ, നിരാശപ്പെട്ടോ ഇരിക്കുമ്പോൾ സംസാരം ഒഴിവാക്കുക. കാരണം അപ്പോൾ നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കാത്ത പലതും വായിൽ നിന്നും പുറത്തേക്കു വന്നേക്കാം. അതു പങ്കാളിയെ മുറിപ്പെടുത്താം. മറ്റൊന്നിനേക്കാളും വാക്കുകളാണ് നിങ്ങളുടെ ബന്ധത്തെ മുറിപ്പെടുത്തുന്നതും വളർത്തുന്നതുമെന്നറിയുക. പങ്കാളിയുടെ വീട്ടുകാരെയും ബന്ധുക്കളെയും കുറ്റപ്പെടുത്തി സംസാരിക്കുന്നതും നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയെ മുറിപ്പെടുത്തുമെന്നറിയുക.

### നല്ല കാര്യത്തെ പ്രശംസിക്കാം

പങ്കാളിയിലുള്ള നല്ല കാര്യങ്ങളെ മടികൂടാതെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കണം. നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ മാറ്റി നിർത്തി, അല്പസമയം ഭാര്യയ്ക്കായി / ഭർത്താവിനായി മാത്രം ചെലവഴിക്കുക. നിങ്ങളുടെ ചിന്തകൾ, ആഗ്രഹങ്ങൾ, വികാരങ്ങൾ എല്ലാം തുറന്നു പറയണം. കിടക്കാൻ പോകുന്ന സമയത്തോ, ഒരുമിച്ച് നടക്കാൻ പോകുമ്പോഴോ ഇങ്ങനെ ഉള്ളു തുറന്നു സംസാരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുമായി 60 മിനിറ്റ് മുതൽ 90 മിനിറ്റ് വരെ സ്വകാര്യമായി സംസാരിക്കാൻ സമയം കണ്ടെത്തണം. കുറ്റങ്ങൾ മാത്രം പറയാതെ അവരുടെ ചില വീഴ്ചകളെ മറക്കാനും പങ്കാളിയെ സ്നേഹിക്കാനും സമയം കണ്ടെത്തുക. ഞാൻ നിന്നെ സ്നേഹിക്കുന്നു, എന്തുവന്നാലും ഞാൻ കൂടെയുണ്ട്, എന്ന് ദിവസവും പറയുക. ഇതു പറയുന്നത് ദിനചര്യകൾ പോലെ തന്നെ നമ്മുടെ ശീലമാക്കണം. എങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ ബന്ധം കൂടുതൽ ഉഷ്മളവും ദൃഢവുമാകും.

പങ്കാളിയുമായി സംസാരിക്കുന്നതു കുറയു

മ്പോഴാണ് പല വിവാഹേതര ബന്ധങ്ങളും ഉടലെടുക്കുന്നത്. നിങ്ങളുടെ ഭാര്യ/ഭർത്താവ് നിങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധ ആഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടെന്നു മനസ്സിലാക്കി അവരെ പുകഴ്ത്താനും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാനും ശ്രദ്ധിക്കുക. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി ഒരു നല്ല വസ്ത്രം ധരിച്ചാൽ 'ഇതു നന്നായി നിനക്കു ചേരുന്നുണ്ട്' എന്നു പറയാൻ മടി കാണിക്കരുത്. മറ്റാരേക്കാളും നിങ്ങളുടെ പ്രതികരണം വിലപ്പെട്ടതാണെന്നറിയുക. ഒരിക്കലും പങ്കാളിയോട് അശ്ലീല വാക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക. 'നീ ഒരിക്കലും നേരെയാവില്ല' എന്ന രീതിയിൽ കുറ്റപ്പെടുത്താതിരിക്കുക.

### പങ്കാളിയെ കേൾക്കാം

കാര്യങ്ങൾ ചർച്ച ചെയ്യുമ്പോൾ ഇടയ്ക്ക് മറ്റു കുടുംബാംഗങ്ങളെ ഇതിൽ ഉൾപ്പെടുത്താതിരിക്കുക. നിങ്ങൾ പങ്കാളിയുടെ അഭിപ്രായവുമായി വിയോജിക്കുമ്പോഴും അവരോട് സ്നേഹവും പിന്തുണയും പ്രഖ്യാപിച്ചു കൊണ്ടു വിയോജിക്കാം. നിങ്ങളുടെ ഭാഗം വ്യക്തമായി പറയുകയും ചെയ്യാം.

എല്ലാകാര്യത്തിലും എന്റെ ഇഷ്ടം നടക്കണം എന്ന സ്വാർഥചിന്ത ഒഴിവാക്കുക. പ്രതിപക്ഷ ബഹുമാനമില്ലാത്ത പദങ്ങൾ ഒഴിവാക്കണം. പങ്കാളി എന്തെങ്കിലും തെറ്റായ വാക്കുകൾ പറഞ്ഞാൽ തന്നെ അതു ക്ഷമിക്കാൻ തയ്യാറാവുക. ദേഷ്യം വരുമ്പോൾ പരസ്പരം പൊട്ടിത്തെറിക്കാതിരിക്കുക. പങ്കാളിയുടെ പഴയ തെറ്റുകളും വീഴ്ചകളും ഓർമ്മിപ്പിച്ചു വഴക്കുണ്ടാക്കരുത്. പങ്കാളിയെ ദേഷ്യപ്പെടുത്തുന്നത് എന്താണെന്ന് കണ്ടറിഞ്ഞ് സംസാരിക്കുക.

സംസാരിക്കുമ്പോൾ പങ്കാളിയുടെ ഭാഗവും കേൾക്കാൻ നാം തയ്യാറാകണം. ഞങ്ങൾ രണ്ടുപേരും ഒരു ടീം ആണെന്നുള്ള സുരക്ഷിതത്വബോധം ഉള്ളവരായാ രീതിയിൽ മാത്രം സംസാരിക്കുക. സംസാരിക്കുമ്പോൾ 'ഞാൻ തന്നെയാണ് ബോസ്' എന്ന രീതിയിൽ സംസാരിക്കരുത്. ഭർത്താക്കന്മാർ ഭാര്യമാരോട് പരുഷമായി, അവരെ തരം താഴ്ത്തുന്നതരത്തിൽ സംസാരിക്കാതിരിക്കുക. സ്ത്രീകൾ കൂടുതൽ വൈകാരികതലത്തിലുള്ള സംസാരം ആഗ്രഹിക്കുമെന്ന് മനസ്സിലാക്കുക. സംസാരിക്കുന്നതോടൊപ്പം സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കാനും മറക്കരുത്.

എന്നാൽ പരുഷന്മാരാകട്ടെ ഭാര്യയിൽ നിന്ന് ബഹുമാനം, കൂട്ടായ്മ, പ്രോത്സാഹനം എന്നിവ ആഗ്രഹിക്കും. ഇതു ഭാര്യമാരും ശ്രദ്ധിക്കണം. ഭർത്താവിന്റെ സ്വാഭാവികതയ്ക്കു ക്ഷമം വരുത്തുന്ന രീതിയിൽ മറ്റുള്ളവരുടെ മുൻപിൽ സംസാരിക്കരുത്.

പങ്കാളിയുടെ പഴയ തെറ്റുകൾ മറന്ന്, സ്വന്തം തെറ്റുകൾ ഏറ്റുപറയാം. 'എനിക്ക് ഏറ്റവും വലുത് നീയാണ്' എന്നു പറയുക. ഒരുമിച്ച് ഭക്ഷണം കഴിക്കുക, ഒരുമിച്ച് പ്രാർഥിക്കുക. ചർച്ച ചെയ്യുന്ന വിഷയങ്ങൾ വളരെ കരുതലോടെ തെരഞ്ഞെടുക്കുക.

ചിലപ്പോൾ നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി വിഷമിച്ച് ചില കാര്യങ്ങൾ പറയുമ്പോൾ തിരിച്ച് ഒന്നും പറഞ്ഞില്ലെങ്കിലും ശ്രദ്ധയോടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ശ്രമിച്ചാൽ മതി, അവരുടെ മനസ്സിനെ ശാന്തമാക്കാൻ.

### പങ്കാളിയുടെ ശരീരത്തെ കുറ്റപ്പെടുത്തേണ്ട

പങ്കാളിയുടെ ബാഹ്യഭംഗിയെപ്പറ്റി പുകഴ്ത്താം. എന്നാൽ ശരീരത്തെ പറ്റി കൂടുതൽ വിമർശിക്കാതിരിക്കുക. സംസാരിക്കുമ്പോൾ മാനുഷമായും സഹാനുഭൂതിയോടെയും ക്ഷമയോടെയും സംസാരിക്കണം. സംസാരിക്കുമ്പോൾ ക്ഷിപ്രകോപികളാകാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. ഭാര്യ / ഭർത്താവ് ക്ഷീണിച്ചു വരുമ്പോൾ വീട്ടിലെ സർവ്വപ്രശ്നങ്ങളും തുറന്നു പറയാതിരിക്കുക. പ്രശ്നങ്ങൾ സാവധാനം സ്നേഹത്തിന്റെ ഭാഷയിൽ അവതരിപ്പിക്കണം. വീട്ടിലുള്ള മക്കളോടും മറ്റംഗങ്ങളോടും പങ്കാളിയുടെ കുറ്റം പറയരുത്. കുറ്റപ്പെടുത്തി സംസാരിക്കാതിരിക്കുക.

പങ്കാളി നിങ്ങളോട് എങ്ങനെ സംസാരിക്കണമെന്ന് നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവോ അതുപോലെ നിങ്ങളും സംസാരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ സംസാരം എതിർവശത്ത് പ്രതികൃതം നൽകുന്നതും പങ്കാളിയിൽ സന്തോഷമുണ്ടാക്കുന്നതുമായാകട്ടെ.

വീട്ടിൽ നിന്നും ജോലിക്കായി ഇറങ്ങുമ്പോൾ ഭാര്യയോട് ഒരു I Love you പറയുന്നതിൽ മടിക്കേണ്ടതില്ല (സ്നേഹം കൂടുതലായതുകൊണ്ട് ഒരു ഭാര്യയും വഷളായിട്ടില്ല). അതു ആ ദിവസം മുഴുവൻ അവളിൽ പുതിയ ഒരു ഊർജം നിറയ്ക്കും. പങ്കാളിയുടെ പിറന്നാൾ, നിങ്ങളുടെ വിവാഹ വാർഷികം എന്നിവ ആഘോഷിക്കുക. പ്രത്യേകമായി ആശംസിക്കുക.

### വാക്കുകൾ വിവേകത്തോടെ

ചില കാര്യങ്ങൾ സംസാരിക്കുമ്പോൾ 'ഞാൻ നിന്നെ വിശ്വസിക്കുന്നു' എന്ന് ബോധപൂർവ്വം പറഞ്ഞു നോക്കൂ. ഇതു നിങ്ങളുടെ ബന്ധത്തിൽ ഒരു പ്രത്യേക അടയാളം കൊണ്ടുവരും. വിവേകത്തോടെ വാക്കുകൾ തെരഞ്ഞെടുക്കുക. നിങ്ങളുടെ ഭാര്യ പുതിയ ഒരു വസ്ത്രം ധരിക്കുമ്പോൾ ഇതു നിനക്കു

ചേരില്ല, തടി കൂടുതലാണ് എന്നു വെട്ടിത്തുറന്നു പറയാതെ 'ഇതു നല്ലതാണ്, എങ്കിലും മറ്റേതിൽ നീ കൂടുതൽ സുന്ദരിയാണെന്ന് പറയുക. ഭർത്താവ് വൈകിട്ട് വീട്ടിൽ വരുമ്പോൾ 'ഇന്നത്തെ ദിവസം എങ്ങനെയുണ്ടായിരുന്നു എന്നും 'നിങ്ങൾ നന്നായി കഷ്ടപ്പെടുന്നു' എന്നും ഭാര്യ പറയാൻ ശ്രമിച്ചാൽ അവിടെ പോസിറ്റീവായ ഒരു പുതിയ സംഭാഷണം തുടങ്ങുകയായി.

ഭർത്താവ് വൈകിട്ട് തളർന്നു ക്ഷീണിച്ചു വരുമ്പോൾ ഭർതൃവീട്ടുകാരുടെ കുറ്റവും വീട്ടിലെ പ്രശ്നങ്ങളും അടക്കമയിലേക്ക് വാങ്ങിക്കൊണ്ടുള്ള സാധനങ്ങളുടെ പട്ടികയും നിരത്താതിരിക്കുക. പങ്കാളിയെ മറ്റുള്ളവരുടെ പങ്കാളികളുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്താതിരിക്കുക.

ഇടയ്ക്ക് പങ്കാളിക്ക് സ്നേഹത്തോടെയുള്ള സന്ദേശങ്ങൾ ഫോൺവഴി അയയ്ക്കുക. വൈകുന്നേരം ഒരു ചിരിയോടെ പങ്കാളിയെ സ്വീകരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുടെ സന്തോഷത്തിലാണ് നിങ്ങളുടെ വീടിന്റെ സന്തോഷം നിലനിൽക്കുന്നതെന്നും തിരിച്ചറിഞ്ഞ് സംസാരിക്കുക. ചിലപ്പോൾ ചില വാക്കുകൾ കടിച്ചമർത്തിവയ്ക്കേണ്ടി വരും. എന്നാൽ അതു വീടിന്റെ സമാധാനം നിലനിൽക്കാൻ നല്ലതാണെന്നറിയുക. സ്നേഹത്തോടും സഹാനുഭൂതിയോടുംമൂലമുള്ള സംഭാഷണങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തെ ഭദ്രമായി സ്വർഗമാക്കും. തീർച്ച.

### ഇരുമെയ്യാണെങ്കിലും മനമൊന്നായ്...

ഭാര്യ- ഭർതൃബന്ധത്തിൽ ഏറ്റവും പവിത്രമായ ഒന്നുതന്നെയാണ് ലൈംഗികത. പരസ്പരം സ്നേഹം പങ്കുവയ്ക്കലാണ് ആരോഗ്യകരമായ ലൈംഗികതയുടെ അടിത്തറ. ലൈംഗികത മാത്രമല്ല ജീവിതമെന്നും ഓർമ്മിക്കുക. എന്നാൽ ലൈംഗികജീവിതമില്ലാതെ ദാമ്പത്യജീവിതം പൂർണ്ണമാകുന്നില്ല.

### ഭാവനയെ പുറത്തുനിറുത്താം

സുഹൃത്തുക്കളിൽനിന്നു കേട്ട വിവരണങ്ങളും സുഹൃത്തുക്കൾക്കൊപ്പം കണ്ട വീഡിയോകളുടെ സ്വാധീനവും വിവാഹിതരായ കൂട്ടുകാർ നൽകുന്ന അതിശയോക്തി കലർന്ന അനുഭവങ്ങളും ചേർന്ന ഭാവനയുടെ ചിറകിലേറിയാണ് പലരും ദാമ്പത്യജീവിതത്തിലേക്കു കടക്കുന്നത്. അതൊന്നും യാഥാർത്ഥ്യമല്ലെന്നു തിരിച്ചറിയാൻ സമയമെടുക്കും. അതി

നാൽ ഭാവനയെ പുറത്തു നിറുത്തിവേണം കിടപ്പറയിലെത്താൻ.

തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായ ചുറ്റുപാടുകളിൽ വളർന്ന രണ്ടു വ്യക്തികൾ ഒന്നായി ഇണങ്ങിച്ചേരാൻ സമയമെടുക്കുമെന്ന യാഥാർത്ഥ്യം ആദ്യമേ മനസ്സിലാക്കണം. ശരീരങ്ങൾ സാഹ്യദത്തിലാവുന്നതുവരെ വിവാഹിതർ കാത്തിരിക്കുക എന്നതു ലൈംഗികതയിൽ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്.

### പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കാം

പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കുക എന്നതാണു ലൈംഗിക ജീവിതത്തിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനം. പരസ്പരമുള്ള പരിഗണനയിൽ നിന്നാണ് ആസാദ്യകരമായ ലൈംഗികത സാധ്യമാകുക. അന്യോന്യം എങ്ങനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താനാവുമെന്നും ആഗ്രഹങ്ങളും ബലഹീനതകളും രുചികളുമൊക്കെ പങ്കാളിയോടു തുറന്നു പറയാം. പലപ്പോഴും പങ്കാളിയുടെ മാനസിക-ശാരീരിക അവസ്ഥകൾ ലൈംഗികതയെ ബാധിക്കാറുണ്ട്. കഠിനമായ ജോലിയും ദീർഘയാത്രകളും ഓഫീസിലെ പ്രശ്നങ്ങളും പരിഹാരം കാണാൻ സാധിക്കാത്ത വീട്ടിലെ നിരവധി പ്രശ്നങ്ങളും ലൈംഗികതയെ ബാധിക്കാറുണ്ട്. ഇത്തരം അവസരങ്ങളിൽ പങ്കാളിയുടെ താത്പര്യമില്ലായ്മയെ കുറ്റപ്പെടുത്തരുത്. അവരെ പിന്തുണയ്ക്കുക. പങ്കാളിയുടെ മുഖ്യ മനസ്സിലാക്കുക എന്നതാണു ലൈംഗികതയിലെ പരിഗണന.

### കിടപ്പറ പോർക്കളമല്ല

ലൈംഗികതയെ ഗുസ്തീയായി കണക്കാക്കുന്ന ചിലരെങ്കിലും ഉണ്ടാകും. ആ പ്രവണത ശരിയല്ല. സ്നേഹത്തിലേക്കുള്ള വഴിയാണ് ലൈംഗികത. പരസ്പരം അംഗീകരിച്ചും സഹകരിച്ചും മാത്രമേ അതിൽ വിജയിക്കാനാവൂ. രണ്ടു മനസ്സുകളും ശരീരവും പരസ്പരം ലയിച്ച് ഒന്നാവുന്ന സന്തോഷത്തിന്റെ നിമിഷങ്ങൾ മാത്രമാവണം ലൈംഗികതയിൽ ഉണ്ടാവേണ്ടത്.

ഇന്റർനെറ്റും അശ്ലീല സൈറ്റുകളും ഒരിക്കലും ഇത്തരം കാര്യങ്ങളിൽ ശാസ്ത്രീയ അവബോധം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നില്ല. അതൊക്കെ കൗതുകത്തിനു മാത്രമാകാം. ഒരിക്കലും അത് ലൈംഗികതയുടെ പാഠപുസ്തകമാവരുത്. ഒറ്റരാത്രികൊണ്ട് സുഖാനുഭൂതിയുടെ തീരമെന്നയാം എന്നു കരുതുമ്പോഴാണ് ചെറിയ പരാജയങ്ങൾ പോലും ലൈംഗികജീവിതത്തിൽ കനത്ത ക്ഷതമേൽപ്പിക്കുന്നത്.

### പരിഗണന അതു മറക്കരുത്

ഭർത്താവിൽ നിന്ന് ഏറ്റവുമധികം ആഗ്രഹിക്കുന്നത് എന്തെന്ന് ചോദിച്ചാൽ 95 ശതമാനം സ്ത്രീകളും പറയുന്ന ഉത്തരം പരിഗണന എന്നതായിരിക്കും. എപ്പോഴും എവിടെയും പങ്കാളിയെ പരിഗണിക്കാൻ സാധിക്കണം. ഒരു നോക്കിലൂടെയും വാക്കിലൂടെയും തലോടലിലൂടെയും ഞാൻ നിനക്കൊപ്പമുണ്ട് എന്നു പങ്കാളിയെ ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ സാധിക്കണം. ആ നിശബ്ദമായ പിന്തുണയാണ് ഓരോ സ്ത്രീയും പങ്കാളിയിൽ നിന്നും ആഗ്രഹിക്കുന്നതും. കിടപ്പറയിലും ആ പരിഗണന സ്ത്രീ ആഗ്രഹിക്കും. അതിനാൽ പങ്കാളിയെ ലൈംഗികതയിൽ പരിഗണിക്കു. മറക്കളില്ലാതെ സ്നേഹിക്കു.

### കുറ്റപ്പെടുത്തല്ലേ...

ലൈംഗിക ജീവിതത്തിൽ പങ്കാളികൾ പരസ്പരം കുറ്റപ്പെടുത്തുന്നത് ഒഴിവാക്കണം. പങ്കാളിയിൽ നിന്ന് കുറ്റവുകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ അത് തുറന്നുപറയാം; പക്ഷേ, കുറ്റപ്പെടുത്തുന്ന രീതിയിലാവരുതെന്നു മാത്രം.

### രോഗം ലൈംഗികാനന്ദത്തിന് തടസ്സമാകുന്നു

രോഗംകൊണ്ട് ആരും ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുന്നില്ല.

ചില നിയന്ത്രണങ്ങൾ പാലിക്കുന്നു. അതുപോലെ തന്നെയാണ് ലൈംഗികതയുടെ കാര്യവും. രോഗം വന്നാൽ ചില നിയന്ത്രണങ്ങളോടെ ലൈംഗികത ആസ്വദിക്കാൻ സാധിക്കും. രക്തസമ്മർദ്ദവും പ്രമേഹവും ലൈംഗിക ജീവിതത്തിനു തടസം സൃഷ്ടിക്കുന്നവയാണ്. ഇവയെ നിയന്ത്രിക്കണം. ഹൃദ്രോഗം ലൈംഗികതയ്ക്കു തടസ്സമാകുന്നില്ലെങ്കിലും അധികം ആയാസമുള്ള ലൈംഗികരീതികൾ ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടിവരും. എങ്കിലും രോഗങ്ങൾ ലൈംഗികത അവസാനിപ്പിക്കാനുള്ള സിഗ്നലുകളല്ല. ഓരോരുത്തർക്കും അനുയോജ്യമായ രീതിയിൽ ലൈംഗികത ആസ്വദിക്കുകയാണു വേണ്ടത്. ഇങ്ങനെ ചില നിയന്ത്രണങ്ങൾകൊണ്ടും പങ്കാളിയുടെ സഹകരണം കൊണ്ടും ലൈംഗികജീവിതം തുടരാൻ രോഗാവസ്ഥയിലും സാധിക്കുന്നതാണ്.

### പ്രായം പ്രശ്നമല്ല

അയ്യോ ഈ പ്രായത്തിലോ എന്ന് നാണിക്കാൻ ലൈംഗികതയിൽ യാതൊന്നുമില്ല. ഏതു പ്രായത്തിലും ലൈംഗികത ആസ്വദിക്കാം. ലൈംഗികതയുടെ അടിസ്ഥാനം പ്രായമല്ല, മനസ്സാണ്. ശരീരത്തിന്റെ ഇഷ്ടങ്ങളെ അടക്കിവയ്ക്കാതെ, പിരിമുറുക്കം അയച്ചുവീടുന്നതിനുള്ള ഏറ്റവും ലളിതമായ മാർഗം കൂടിയാണ് ലൈംഗികത. ഉറക്കം, ഭക്ഷണം എന്നി





വയ്ക്കൊപ്പം മൈഥുനം കൂടിയാണു ശരീരത്തിന്റെ ആരോഗ്യത്തെ നിലനിറുത്തുന്നതെന്ന് ആയുർവേദം പറയുന്നു.

മുഴുവൻവയസിൽ ലൈംഗികജീവിതം ആസ്വദിക്കുന്നതുപോലെ ഇരുപതുവർഷങ്ങൾക്കു ശേഷം ലൈംഗികജീവിതം ആസ്വദിക്കണമെന്ന് വാശിപിടിക്കുന്നതിലും കാര്യമില്ല. അത് അത്യപ്തികും നിരാശയ്ക്കും വഴിതെളിക്കുകയേയുള്ളൂ. മാറ്റങ്ങളെ സന്തോഷത്തോടെ ഉൾക്കൊണ്ടാൽ നിരാശപ്പെടേണ്ടി വരില്ല.

പ്രായം കൂടുമ്പോൾ കൂടുതൽ പക്വമായ ലൈംഗികതയിലേക്കു മാറണം. ഇരുവരുടെയും ശാരീരികമായ ന്യൂനതകൾ പങ്കാളികൾ ഇരുവരും മനസ്സിലാക്കണം. അതനുസരിച്ച് കൂടുതൽ പരിഗണനയും വേണം. പങ്കാളിയെ നിരാശപ്പെടുത്താതെ, തന്റെ ആനന്ദങ്ങളോടു ചേർത്തുനിർത്താൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. ഇങ്ങനെയായാൽ പ്രായത്തിനും ആരോഗ്യത്തിനും അനുഗുണമായ രീതിയിൽ ഏതു പ്രായത്തിലും ലൈംഗികത ആസ്വദിക്കാം.

### ആരോടു പറയാനും

ലൈംഗികതയെ സംബന്ധിച്ച സംശയങ്ങളും ചോദ്യങ്ങളും ആരോടു ചോദിക്കണം. എവിടെനിന്ന് ശരിയായ ഉത്തരം ലഭിക്കും. ഇന്നത്തെ തലമുറ നേരിടുന്ന പ്രശ്നങ്ങളിൽ ഒന്നാണിത്. ദാമ്പത്യജീവിതം വേർപിരിയലിന്റെ വക്കിലെത്തുന്നതുവരെ സ്വന്തം വീട്ടുകാരോടു പോലും പറയാതെ പലരും മറച്ചുവയ്ക്കുന്നു. ദാമ്പത്യബന്ധത്തിന്റെ തകർച്ചയ്ക്കു കാരണം ലൈംഗികപ്രശ്നങ്ങളാണെങ്കിൽ ജീവിതം തകർന്നാലും അക്കാദ്യം സ്വന്തം വീട്ടുകാരോടുപോലും തുറന്നുപറയാൻ പലർക്കും മടിയാണ്.

ചിലപ്പോൾ അബദ്ധധാരണകളോ, കൗമാര-യാവനങ്ങളിൽ ലഭിച്ച പാഠങ്ങളോ, കൂട്ടുകാരിൽ നിന്നു ലഭിച്ച തെറ്റായ ഉപദേശങ്ങളോ ആവാം വികലമായ ലൈംഗികതയ്ക്കും ജീവിതത്തിലെ അസ്വാരസ്വത്തിനും കാരണം. ശരിയായ ഉപദേശം ലഭിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ, ഇവർക്കൊരുപക്ഷേ തങ്ങളുടെ തെറ്റുകളെ ഒഴിവാക്കാൻ സാധിക്കുമായിരുന്നേനെ. നിർഭാഗ്യവശാൽ പലർക്കും അത്തരമൊരു അവസരം ലഭിക്കുന്നില്ല.

ശരീരത്തിന് അസുഖം വരുമ്പോൾ ഡോക്ടറെ കാണുന്നതുപോലെ തന്നെയാണ് മനസ്സിന് അസുഖം വരുമ്പോൾ മനഃശാസ്ത്രജ്ഞന്റെയോ കൗൺസിലറുടെയോ സഹായം തേടുന്നത്. അതിൽ ലജ്ജിക്കേണ്ടതായി യാതൊന്നുമില്ല. വീട്ടുകാരോടോ,

സുഹൃത്തുക്കളോടോ തുറന്നുപറയാനാവാത്ത കാര്യങ്ങൾ സംസാരിക്കാൻ രവേസരം എന്നുമാത്രം കരുതിയാൽ മതി.

### ദാമ്പത്യജീവിതത്തിൽ വാട്സ്ആപ്പ് വിലുനാകുമ്പോൾ

ഇന്നു സോഷ്യൽ മീഡിയ പല കുടുംബബന്ധങ്ങളെയും തകർത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നാം പറയുന്നതും ചെയ്യുന്നതുമെല്ലാം സാമൂഹ്യമാധ്യമങ്ങളിലൂടെ ചർച്ച ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കും. ഇതു ഗുണത്തെക്കാളേറെ ദോഷം ചെയ്യുമെന്നറിയാൻ വലിയ ബുദ്ധിമുട്ടില്ല.

പണ്ടൊക്കെ കമിതാക്കൾ തമ്മിൽ തങ്ങളുടെ സ്നേഹം കൈമാറിയിരുന്നത് നീണ്ട പ്രേമലേഖനങ്ങളിലൂടെയായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇന്ന് വിരൽത്തുമ്പിൽ വാട്സ്ആപ്പുള്ളപ്പോൾ ഒരു നിമിഷംകൊണ്ട് ഒന്നിൽ കൂടുതൽ കമിതാക്കൾക്ക് സന്ദേശമയ്ക്കി രസിക്കുന്നത് ഒരു ശീലമാക്കി യുവതലമുറ. പണ്ടൊക്കെ ഗൾഫിലുള്ള ഭർത്താവ് തന്റെ ഭാര്യയോട് I Miss You എന്നു പറയാൻ എഴുതിയിരുന്ന കത്തുകൾ ഭാര്യമാർ നിധിപോലെ സൂക്ഷിച്ചിരുന്നു. ഇന്ന് കാര്യങ്ങളൊക്കെ വാട്സ്ആപ്പിലൂടെ എളുപ്പമായതോടെ സ്നേഹത്തിന്റെ തീവ്രതയും സത്യസന്ധതയും കുറഞ്ഞു. എന്നാൽ ബന്ധങ്ങളിൽ വിള്ളലുണ്ടാകുന്ന സംശയരോഗവും ഏറിവന്നു.

ഭർത്താവു വിദേശത്തിരിക്കെ, അവരുടെ ഭാര്യമാർ വാട്സാപ്പിലൂടെ മറ്റുബന്ധങ്ങൾ തേടി പല കെണികളിൽ ചെന്നുപെടാറുണ്ട്. ഇതുപേടിക്കുന്ന ഭർത്താക്കന്മാരാകട്ടെ ഭാര്യമാരെ നിരന്തരമായി ശ്രദ്ധിക്കാൻ തുടങ്ങും. പണ്ടൊക്കെ ഭർത്താവ് അയയ്ക്കുന്ന കത്തിനായി ഭാര്യമാർ നാട്ടിൽ കാത്തിരിക്കും. ആ കാത്തിരിപ്പ് ചിലപ്പോൾ ഒന്നോ രണ്ടോ മാസം വരെ നീളും. എന്നാൽ ഇന്ന് തന്റെ പങ്കാളി തനിക്ക് ഉടൻ തന്നെ വാട്സ്ആപ്പിൽ മറുപടി തന്നില്ലെങ്കിൽ പിന്നെ അസ്വസ്ഥതയായി, രണ്ടുപേരും പിരിഞ്ഞു പോകുമോ എന്നുവരെ ഭയപ്പെടുന്ന ഒരു സാഹചര്യം തന്നെ സംഭാതമായിരിക്കുന്നു.

### പങ്കാളിക്കും ഒരു സ്വകാര്യതയുണ്ട്

ഇന്ന് ഭാര്യയ്ക്കും ഭർത്താവിനും പരസ്പരം വിശ്വസിക്കാനാകാത്ത ഒരു സ്ഥിതിയാണ് കാണപ്പെടുന്നത്. ഇടയ്ക്ക് വാട്സ്ആപ്പിൽ വിളിക്കുകയോ സന്ദേശം അയയ്ക്കുകയോ ചെയ്ത് സ്ഥിരമായി ബന്ധം പുലർത്തണമെന്ന് ചിലർക്കു നിർബന്ധമുണ്ട്.

എന്നാൽ, തന്റെ പങ്കാളിക്കും ഒരു സ്വകാര്യതയുണ്ടെന്നും പരസ്പരമുള്ള വിശ്വാസമാണ് കൂടുംബ ജീവിതത്തിനാധാരമെന്നും നാം തിരിച്ചറിയുന്നില്ല.

വാട്സ്ആപ്പിൽ പലരുമായി സംസാരിച്ചു നടന്നിട്ട് വിവാഹം കഴിക്കുമ്പോഴും ഈ സംശയം തന്നെ നിങ്ങളുടെ ദാമ്പത്യത്തിൽ വിലുനാകും.

### ശ്രദ്ധിക്കാൻ ഏറെയുണ്ട്

വാട്സ്ആപ്പിൽ പലപ്പോഴും നാം നേരിട്ടറിയാത്ത പലരുടെയും സന്ദേശം വരാം. അവരുമായി സംസാരിക്കരുത്. ഒരിക്കലും നിങ്ങളുടെ ഫോട്ടോ സാമൂഹ്യ മാധ്യമങ്ങളിലൂടെ കൈമാറരുത്. വീഴ്ചയിലേയ്ക്കുള്ള പടി വളരെ അടുത്തായിരിക്കാം. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയിൽ നിന്നും കിട്ടാത്തതൊന്നും നിങ്ങൾക്ക് വാട്സാപ്പിലൂടെ ലഭ്യമാകില്ല.

പല പുരുഷന്മാരും, സ്ത്രീകളും അഭിനയിച്ച് വാട്സ്ആപ്പിൽ സന്ദേശമറിയിക്കും. പിന്നെ നഗ്നചിത്രങ്ങൾ അയയ്ക്കാൻ പ്രേരിപ്പിക്കും. അപ്പോൾ ഇതു ചതിക്കുഴിയാണെന്ന തിരിച്ചറിവ് സ്ത്രീകൾക്കുണ്ടാവണം. ഒരിക്കലും നിങ്ങളുടെ സ്വകാര്യത വാട്സ്ആപ്പിൽ പങ്കുവയ്ക്കരുത്. ഉദാ: ഭർത്താവിന്റെ ജോലി, എത്ര കുട്ടികളുണ്ട്, അവർ എവിടെ പഠിക്കുന്നു, നിങ്ങളുടെ വീട് എവിടെ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു തുടങ്ങിയവ ഒരിക്കലും അപരിചിതരുമായി പങ്കുവയ്ക്കരുത്.

ഭാര്യയ്ക്കും ഭർത്താവിനും ഒരേയൊരു വാട്സ്ആപ്പ് അക്കൗണ്ട് ഉണ്ടാകുന്നതാണ് അഭികാമ്യം. എന്നാൽ ചിലപ്പോൾ ഇതു പ്രായോഗികമല്ല. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി എപ്പോഴാണ് വാട്സ്ആപ്പിൽ പ്രത്യക്ഷമാകുന്നത് എന്നുനോക്കി എപ്പോഴുമിരിക്കരുത്. പങ്കാളി അറിയാതെ അവരുടെ വാട്സ്ആപ്പ് സന്ദേശങ്ങളും ഗ്രൂപ്പുകളും തിരഞ്ഞു നടക്കുന്നത് നിങ്ങളുടെ ബന്ധത്തെ ശിഥിലമാക്കുകയേയുള്ളൂ.

ഭാരിച്ച ജോലിയുമായി ഓഫീസിൽ ഇരിക്കുന്ന ഭർത്താവിനെ തുടർച്ചയായി ശല്യപ്പെടുത്താതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. നിങ്ങൾ ആരോടെല്ലാം വാട്സ്ആപ്പിൽ സംസാരിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് നിങ്ങളുടെ പങ്കാളി അറിയണം. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിക്കു രസിക്കാത്ത സംസാരങ്ങളും സന്ദേശങ്ങളും ഒരിക്കലും ആരോടും വേണ്ട. വാട്സ്ആപ്പിലൂടെ മാത്രം പങ്കാളിയോട് ആശയവിനിമയം ചെയ്യുന്നവർ വളരെ വേഗത്തിൽ തന്നെ അകലാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. ദൂരെയായിരിക്കുന്ന പങ്കാളികൾ തമ്മിലുള്ള വാട്സ്ആപ്പ് ആശയവിനിമയം കൂടുതൽ തെറ്റിധാരണകളും അസ്വസ്ഥതകളും വളർത്തുകയേയുള്ളൂ. ദിവസവും തമ്മിൽ

വാട്സ്ആപ്പിലൂടെ മാത്രം പങ്കാളിയോട് ആശയവിനിമയം ചെയ്യുന്നവർ വളരെ വേഗത്തിൽ തന്നെ അകലാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. ദൂരെയായിരിക്കുന്ന പങ്കാളികൾ തമ്മിലുള്ള വാട്സ്ആപ്പ് ആശയവിനിമയം കൂടുതൽ തെറ്റിധാരണകളും അസ്വസ്ഥതകളും വളർത്തുകയേയുള്ളൂ. ദിവസവും തമ്മിൽ നേർക്കുനേർ നോക്കി സംസാരിക്കണം. ദൂരെയുള്ള പങ്കാളിയെ ഫോൺ വിളിച്ചു സംസാരിക്കണം.

നേർക്കുനേർ നോക്കി സംസാരിക്കണം. ദൂരെയുള്ള പങ്കാളിയെ ഫോൺ വിളിച്ചു സംസാരിക്കണം.

### നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിക്ക് വേണ്ട സമയം നൽകുന്നുണ്ടോ?

യഥാർഥ ജീവിതത്തിൽ ഭാര്യയ്ക്കോ ഭർത്താവിനോ കൊടുക്കേണ്ട സമയം നിങ്ങൾ വാട്സ്ആപ്പിലൂടെ ചാറ്റ് ചെയ്തു കളയുന്നുണ്ടോ. നിങ്ങൾ സന്ദേശമറിയിക്കുന്ന പലരും നിങ്ങളുടെ സുഹൃത്തുക്കളോ കൂടുംബാംഗങ്ങളോ ആവാം. എന്നാൽ സുദൃഢമായ ദാമ്പത്യ ബന്ധത്തിനായി നിങ്ങൾ യഥാർഥ ജീവിതത്തിൽ സമയം കണ്ടെത്തണം. സ്ഥിരമായി നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുമായി വാട്സ്ആപ്പിലൂടെ സന്ദേശം കൈമാറുന്നവർക്ക് വളരെ ശിഥിലമായ ഒരു ബന്ധമേ ഉണ്ടാകുകയുള്ളൂ.

നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയല്ലാത്ത, പലരുമായി ചിലപ്പോൾ വാട്സ്ആപ്പ് സന്ദേശങ്ങൾ കൈമാറാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. ഇത് അമിതമായാൽ പങ്കാളിയുമായി സ്ഥിരമായി വഴക്കിലേർപ്പെടാനിടയാകും.

### എന്താണ് പരിഹാരം?

നിങ്ങളുടെ സുഹൃത്തുക്കളുമായി സന്ദേശങ്ങൾ കൈമാറാം. എന്നാൽ വാട്സ്ആപ്പിന്റെ ഉപയോഗത്തിനായി ഒരു നിശ്ചിതസമയം ക്രമീകരിക്കണം. കൂടുംബവുമായി ചിലവഴിക്കേണ്ട സമയം നിങ്ങൾ

മറ്റൊന്നിനും കൊടുക്കരുത്. നിങ്ങളുടെ കുട്ടികളെ (18 വയസിനു താഴെ) ഒരിക്കലും വാട്സ്ആപ്പ് ഉപയോഗിക്കാൻ സമ്മതിക്കരുത്.

### പങ്കാളിയുടെ വാട്സ്ആപ്പ് തിരയാതിരിക്കുക

തുടർച്ചയായി വരുന്ന സന്ദേശങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക. പങ്കാളിയുമായി എല്ലാ കാര്യങ്ങളും തുറന്നു സംസാരിക്കുന്നതു ശീലമാക്കണം. വീട്ടിൽ വന്നതിനുശേഷം വാട്സ്ആപ്പ് ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക. നിങ്ങൾക്കു പരിചയമില്ലാത്തവരുമായി ചാറ്റ് ചെയ്യരുത്. അവശ്യ ഘട്ടങ്ങളിൽ കാൺസിലിംഗും സ്വീകരിക്കാം. പങ്കാളിയെ വിശ്വസിക്കുക. നിങ്ങളുടെ വികാരങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരുമായി പങ്കുവയ്ക്കുന്നത് വാട്സ്ആപ്പിലൂടെയാകരുത്. പങ്കാളിയുമായി നൂറുശതമാനം വിശ്വസ്തരായിരിക്കുമെന്ന് തീരുമാനമെടുക്കണം.

നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുമായി സംസാരിക്കുന്നതിനിടയ്ക്ക് ഫോൺ ഉപയോഗിക്കരുത്. സ്ഥിരമായി വാട്സ്ആപ്പ് ഉപയോഗിക്കുന്നത് വഴി നിങ്ങൾ അതിന്റെ അടിമത്തത്തിലാണെങ്കിൽ അതു തിരിച്ചറിഞ്ഞ് കാൺസിലിംഗും തെറ്റായും സ്വീകരിക്കണം. ഓർക്കുക, ദാമ്പത്യ ജീവിതം വളരെ പവിത്രമാണ്. നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ വാട്സ്ആപ്പ് വീല്ലുനാകാതിരിക്കട്ടെ.

### ആത്മഹത്യയിൽ അഭയം തേടുന്നവർ

അനുദിനം വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ആത്മഹത്യാ വാർത്തകൾ ആശങ്കയുളവാക്കുന്നതാണ്. ജീവിതത്തിലെ പല ഘട്ടങ്ങളിൽ സംഭവിക്കുന്ന പരാജയങ്ങളാണ് മിക്ക ആത്മഹത്യകൾക്കും കാരണമാകുന്നത്. പരാജയങ്ങൾ അഭിമുഖീകരിക്കാൻ ശേഷിയില്ലാത്ത സമൂഹമായി നാം മാറി. ഒരു വർഷം ഏകദേശം എട്ടു ലക്ഷം പേർ ആത്മഹത്യ ചെയ്യുന്നുവെന്നാണ് ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അതായത് എല്ലാ 40 സെക്കൻഡിലും ഈ ലോകത്തിൽ എവിടെയൊ ഒരാൾ ആത്മഹത്യ ചെയ്യുന്നുവെന്ന് അർത്ഥം.

വിജയകരമായ ഓരോ ആത്മഹത്യയോടൊപ്പം ഇരുപതിൽ പരം പേർ മരണത്തിൽ കലാശിക്കാതെ പോയ ആത്മഹത്യാശ്രമങ്ങളും നടത്തുന്നുവെന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അതായത് ഓരോ രണ്ടു സെക്കൻഡിലും ലോകത്തിലെവിടെയോ ഒരു ആത്മഹത്യാശ്രമം നടക്കുന്നുവെന്ന്. ഈ ഓരോ

ശ്രമങ്ങളും പത്തിലധികം ആൾക്കാരെ വിഷമവൃത്തത്തിലാക്കുന്നു. അങ്ങനെ നോക്കുമ്പോൾ ഉയർന്ന ആത്മഹത്യാപ്രവണത ഒരു സാമൂഹ്യപ്രശ്നമാണ്. വേഗത്തിൽ ഉത്തരം കണ്ടെത്തേണ്ട, മാനവരാശിയുടെ ഭാവിയെത്തന്നെ പ്രതികൂലമായി ബാധിച്ചേക്കാവുന്ന ഒരു മഹാവിപത്താണ് ഇത്.

### കേരളത്തിലും സ്ഥിതി വ്യത്യസ്തമല്ല

പ്രതിവർഷം ഏകദേശം 8000 പേർ കേരളത്തിലും ആത്മഹത്യ ചെയ്യുന്നുവെന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അതായത്, ഒരു ദിവസം ഏകദേശം 25 പേർ, ഒരു മണിക്കൂറിൽ ഒരാൾ. അതിന്റെ 20 ഇരട്ടി അതായത് മൂന്നു മിനിറ്റിൽ ഒരാൾ ആത്മഹത്യാശ്രമം നടത്തുന്നു. ഇതിൽ 60 ശതമാനവും ഏറ്റവും സജീവമായ 30-നും 59 വയസിനും ഇടയിലുള്ളവരാണെന്നതാണ് ഭീതിജനകമായ വസ്തുത. 15-നും 40-നും ഇടയിൽ പ്രായമുള്ളവരിൽ ഏറ്റവും സാധാരണ മരണ കാരണമാണ് ആത്മഹത്യ. വളരെയധികം കൊട്ടിഘോഷിക്കപ്പെടുന്ന വാഹനാപകടമരണങ്ങൾ ഇതിനോട് താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ ഒന്നുമല്ല. കേരള പൊലീസിന്റെ കണക്കു പ്രകാരം 2018-ൽ 4300 ജീവനുകളാണ് നിരത്തിൽ പൊലീഞ്ഞത്. ഒരു ദേശീയ ആത്മഹത്യാ നിവാരണ പദ്ധതി ഇന്ത്യയിൽ ഇന്നുമില്ല. ഉയർന്ന ആത്മഹത്യാ നിരക്കുകൾ ഇന്നും ഒരു പ്രശ്നമായി നാം അംഗീകരിച്ചിട്ടില്ല.

മൊബൈൽ ഫോണിൽ ഗെയിം കളിച്ചതിന്റെ പേരിൽ വഴക്കു പറഞ്ഞതിനോ, പഠിക്കാൻ പറഞ്ഞതിനെ ഒക്കെ പത്തും പന്ത്രണ്ടും വയസുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾ പോലും ആത്മഹത്യയിൽ അഭയം തേടുന്നുവെന്ന വാർത്ത നമ്മെ ഞെട്ടിപ്പിക്കുന്നതാണ്. എല്ലാം ഹൈടെക് ആയതോടെ ചെറിയൊരു വിഷമം വന്നാൽ പോലും അത് താങ്ങാനുള്ള കരുത്ത് യുവതലമുറയ്ക്ക് ഇല്ലാതാകുന്നുവെന്നത് മാറുന്ന കുടുംബ ബന്ധങ്ങളിലെ മുല്യച്യുതിയെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. മക്കളെ അതിജീവനത്തിന് പ്രാപ്തരാക്കുന്നതിനു പകരം അമിത ലാളനയ്ക്ക് പാത്രമാക്കുന്ന മാതാപിതാക്കളാണ് ഏറെയും. യേസ് മാത്രം കേട്ടു ശീലിച്ച തലമുറയ്ക്ക് പലതും താങ്ങാനുള്ള കരുത്തില്ലാതായി. സാമ്പത്തിക ബാധ്യതയോ ദാമ്പത്യബന്ധത്തിലെ പൊരുത്തക്കേടുകളോ മൂലം കുടുംബത്തെ മുഴുവനായി ഇല്ലാതാക്കുന്നവരും ഇന്ന് വീരളമല്ല.

സ്ത്രീയാണ് ധനമെന്ന് കൊട്ടിഘോഷിക്കപ്പെടുമ്പോഴും ഇവിടെ സ്ത്രീധനമരണങ്ങൾ ആവർ



ത്തിക്കപ്പെടുന്നു. ഉത്തര, വിസ്മയ, അർച്ചന എന്നീ പെൺകുട്ടികളുടെ മരണത്തിനു പിന്നിലും സ്ത്രീധനം എന്ന വിപത്തായിരുന്നു. കേരള പൊലീസിന്റെ കണക്കുകൾ പ്രകാരം കഴിഞ്ഞ 13 വർഷത്തിനിടെ സ്ത്രീധനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് 212 മരണങ്ങളാണ് റിപ്പോർട്ട് ചെയ്തത്.

### പ്രണയ പകയേറുന്നു

പ്രണയിനിയെ ജീവനും തുല്യം സ്നേഹിച്ചിരുന്ന ഒരു കാലമുണ്ടായിരുന്നു. പക്ഷേ, ഇന്ന് യുവതീ യുവാക്കൾക്കു മുന്നിൽ അത് അന്യമാണ്. പ്രണയ മെന്നാൽ ചാറ്റും വീഡിയോ കോളും അതിലപ്പുറം ലൈംഗിക സുഖം പകരുന്ന ഒന്നുമാത്രമാണെന്ന ചിന്തയിലേക്ക് യുവത്വം എത്തിയിരിക്കുന്നു. വിശുദ്ധ പ്രണയവും വിരഹ വേദനയുമൊക്കെ പണ്ടേങ്ങോ സിനിമകളിൽ മാത്രം കണ്ട ഒന്നായി മാറി. പ്രണയം പകയും ചതിയുമാകുമ്പോൾ ചിറകറ്റുവീഴുന്നവർ നിരവധിയാണ്. പ്രണയനൈരാശ്യവും ഒഴിവാക്കലും നിസ്സാരമായി കാണുന്ന ഇക്കാലത്ത് ഷാരോൺ രാജ് എന്ന ചെറുപ്പക്കാരൻ മലയാളിക്കു മുന്നിൽ ചോദ്യചിഹ്നമായി അവശേഷിക്കുന്നു. കത്തിച്ചും കത്തിമുനയിൽ കോർത്ത് കഴിഞ്ഞ അഞ്ചു വർഷത്തിനിടെ പ്രണയികൾ ഇല്ലാതാക്കിയത് 15 പെൺകുട്ടികളെയാണ്. അതു ഈ സാക്ഷര കേരളത്തിൽ തന്നെയാണെന്ന കാര്യം മറക്കരുത്. വാട്സ്ആപ്പിലും ഇൻസ്റ്റഗ്രാമിലും കൂട്ടുകൂടുന്ന പ്രായപൂർത്തിയാകാത്ത പെൺകുട്ടികൾ വരെ കാമുക

ന്മാർക്കൊപ്പം ഒളിച്ചോടി ചതിക്കുഴിയിൽപ്പെടുന്ന വാർത്തകൾ ഇന്ന് കൂടുതലായി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെടുന്നുണ്ട്.

### പുകയുന്ന യുവത്വം

കേരളം ലഹരിമാഫിയയുടെ ഇടത്താവളമായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന വാർത്തകളാണ് ഇന്ന് പുറത്തുവരുന്നത്. നാഷണൽ ക്രൈം റെക്കോർഡ്സ് ബ്യൂറോയുടെ കണക്കുകൾ പ്രകാരം രാജ്യത്ത് ഏറ്റവുമധികം കുറ്റകൃത്യങ്ങൾ നടക്കുന്ന നഗരങ്ങളിൽ മൂന്നാം സ്ഥാനം കൊച്ചിക്കാണ്. കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ ഭൂരിഭാഗവും മയക്കുമരുന്നിന് ഇടപാടുകൾ തന്നെയാണ്. പിടിക്കപ്പെട്ടില്ല എന്ന ധാരണയിൽ പെൺകുട്ടികളാണ് പലപ്പോഴും ലഹരി വാഹകരായി മാറുന്നതും. സിന്തറ്റിക് മയക്കുമരുന്നുകളുടെ വ്യാപനമാണ് ഇതിലേറെയും. കേരളത്തിലെ 75 ശതമാനം വിദ്യാർഥികളും ജീവിതത്തിൽ ഒരു തവണയെങ്കിലും ലഹരിയുടെ ആനന്ദം അനുഭവിച്ചുരാണെന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

*വിവരങ്ങൾക്ക് കടപ്പാട്:*  
**ഡോ. സി. ഷൈ ജോൺ,**  
ചീഫ് സൈക്യാട്രിസ്റ്റ്, മെഡിക്കൽ ട്രസ്റ്റ് ഹോസ്പിറ്റൽ, എറണാകുളം,  
**ഡോ. നതാലിയ എലിസബത്ത് ചാക്കോ,**  
സൈക്യാട്രിസ്റ്റ്, കിംസ് ഹോസ്പിറ്റൽ, കോട്ടയം

# ഭാരതീയ കുടുംബസങ്കല്പങ്ങൾ - വ്യത്യസ്തതകൾ, സ്വഭാവങ്ങൾ, മാറ്റങ്ങൾ

നാനാത്വത്തിൽ ഏകത്വം വിളംബരം ചെയ്യുന്ന ഭാരതത്തിലെ കുടുംബസങ്കല്പങ്ങളെ വൈജാത്യങ്ങളുടെ സംസ്കാരഭൂമിയിൽനിന്നുകൊണ്ട് വിശകലനം ചെയ്യുകയും ക്രൈസ്തവ, ഹൈന്ദവ, ഇസ്ലാം മതവിശ്വാസികൾക്കിടയിലെ വിവാഹബന്ധങ്ങളെയും അവയുടെ പ്രത്യേകതകളെയും അവനേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികളെയും സാധ്യതകളെയും അനാവരണം ചെയ്യുന്ന ലേഖനം.



**ഡോ. സന്ധ്യ ആർ.എസ്**  
സോഷ്യോളജി വിഭാഗം മേധാവി  
കേരള സർവകലാശാല

ഭാരതീയ സംസ്കാരം അനുസരിച്ച് കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ഒരു സാമൂഹിക ജീവിതത്തിൽ വളരെ പ്രാധാന്യം ഏറിയ ഘടകമാണ്. അണു കുടുംബങ്ങൾ മുതൽ പലതലമുറകൾ ഒന്നിച്ചു ജീവിക്കുന്ന കുടുംബങ്ങൾ വരെ ഇന്നും ഭാരതീയ സാമൂഹിക വ്യവസ്ഥയിൽ ഇഴപിരിയാതെ ചേർന്നു കിടക്കുന്നുണ്ട്. പരസ്പരം സഹായിക്കുകയും പിന്തുണക്കുകയും ചെയ്യുന്ന, ഒരുമിച്ചു ജീവിക്കുന്ന അംഗങ്ങളുടെ ഒരു കൂട്ടമാണ് ഭാരതത്തിൽ കുടുംബം. മുതിർന്നവർ ബഹുമാനിക്കപ്പെടുകയും ഇളയവർ പിന്തുണയ്ക്കപ്പെടുകയും അംഗങ്ങളുടെ അഭിപ്രായങ്ങൾക്കു പ്രായമേറുന്നതിനനുസരിച്ചു വില നൽകപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നിടം. ഭാരതത്തിൽ ഒരു വ്യക്തിയുടെ ജീവിതപങ്കാളിയെ വരെ തിരഞ്ഞെടുക്കാനും വിദ്യാഭ്യാസലക്ഷ്യം എന്തെന്ന് തീരുമാനിക്കാനും തൊഴിൽമേഖല എന്തെന്ന് നിശ്ചയിക്കാനും വരെ കുടുംബത്തിന് സാധ്യതകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ എത്രമാത്രം കുടുംബം സാമൂഹികനാമിതിയുടെ ആത്മാവും ജീവനുമാണെന്നു മനസ്സിലാക്കാവുന്നതേയുള്ളൂ. ഓരോ അംഗത്തിന്റെയും സുരക്ഷയ്ക്കും വളർച്ചയ്ക്കും ഉന്നമനത്തിനും കുടുംബത്തിലെ എല്ലാവർക്കും ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ട് എന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നതാണ് ഭാരതീയ കുടുംബത്തിന്റെ കെട്ടുറപ്പ്.

ചുരുക്കത്തിൽ ഭാരതത്തിന്റെ സംസ്കാരത്തിൽ ലയിച്ചുകിടക്കുന്നതാണ് കുടുംബവും കുടുംബബന്ധങ്ങളും അതിന്റെ എല്ലാ ഘടകങ്ങളും.

നാനാത്വത്തിൽ ഏകമാണ് ഭാരതീയ സമൂഹം. അതിന്റെ സത്തയിൽതന്നെ ചേർന്നുനിൽക്കുന്ന ഈ വ്യത്യസ്തത കുടുംബബന്ധങ്ങളിലും പ്രതിഫലിക്കുന്നുണ്ട്. വിവിധ സംസ്കാരങ്ങളും പാരമ്പര്യങ്ങളും ഭാരതീയ കുടുംബബന്ധങ്ങളെയും അനിതരസാധാരണമാക്കുന്നു. ദുർമിശാസ്ത്രപരമായി ഇന്ത്യയെ ഉത്തരേന്ത്യ എന്നും ദക്ഷിണേന്ത്യ എന്നും പൂർവ്വപശ്ചിമഇന്ത്യയാണെന്നാക്കെ തരം തിരിക്കുന്നു എങ്കിൽ അത് സാമൂഹികമായും ഒരുതരം തിരിവാണെന്നു മനസ്സിലാക്കണം. സാംസ്കാരികമായി തന്നെ ഈ വ്യത്യസ്തത സമൂഹത്തിലും പ്രതിഫലിക്കുന്നുണ്ട്.

## കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ഉത്തരേന്ത്യയിൽ

പല മേഖലയിലും കുടുംബസമ്പ്രദായങ്ങൾ കാണാവുന്നതാണ്. പലതും പലതലമുറകൾ ഒന്നിച്ചു ഒരു കുരുകൂടലിൽ ജീവിക്കുന്നതാണ്. ഏറ്റവും പ്രായമേറിയ സ്ത്രീയോ പുരുഷനോ ആണ് കുടുംബത്തിന്റെ തിരുമാനങ്ങളിൽ അവസാന വാക്ക്.



### കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ

ഒരുകാലംവരെ കുടുകുടുംബസമ്പ്രദായങ്ങൾ നിലനിന്നിരുന്നെങ്കിലും ഇന്ന് ഏറ്റവും അധികം ചെറുകുടുംബങ്ങളിലേക്കും അണുകുടുംബങ്ങളിലേക്കും മാറുന്ന ഒരു പ്രവണത ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ ധാരാളമായി കാണാം. തങ്ങളുടെ മാതാപിതാക്കളിൽനിന്നും കുടുംബ തായ്‌വഴികളിൽനിന്നും വേറിട്ട് മാറി ചെറുകുടുംബങ്ങൾ വേഗത്തിൽ രൂപപ്പെടുന്നു. പലരും പലയിടങ്ങളിലേക്ക് ഇതുപോലെ പഠിച്ചു നടപ്പെടുന്നു. മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങളിലേക്കും മറ്റ് രാജ്യങ്ങളിലേക്കും വരെ കുടിയേറ്റങ്ങൾ സാധാരണമാണ് ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ. എന്നിരുന്നാലും കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ശക്തമാണ്. പല പ്രധാന തീരുമാനങ്ങളിലും മാതാപിതാക്കൾക്കും മുതിർന്ന കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കും പ്രധാന റോൾ നൽകിവരുന്നു.

### കുടുംബബന്ധങ്ങൾ പശ്ചിമ-പുർവ ഇന്ത്യയിൽ

പശ്ചിമ ഇന്ത്യയിൽ കുടുംബം വലുതാണ്. കുടുകുടുംബംപോലെതന്നെ ഒരു കമ്മ്യൂണിറ്റി ഒരുമിച്ചു ജീവിക്കുന്ന സമ്പ്രദായമാണവിടെ. സമൂഹങ്ങൾ പല ജാതിയുടെയോ പാരമ്പര്യങ്ങളുടെയോ കൂടെ ഒറ്റകെട്ടായി ഒരു സ്ഥലത്തു ജീവിക്കുന്നു. സാംസ്കാരികമായി മാത്രമല്ല ഭൂമിശാസ്ത്രപരമായി തന്നെ ഇത് നമുക്ക് കാണാവുന്നതാണ്. വടക്കു

കിഴക്കൻ സംസ്ഥാനങ്ങളിലൊക്കെ ബോർഡോ വംശജർക്കൊക്കെ ചില പ്രത്യേക വാസസ്ഥലങ്ങളുണ്ട്. അതുപോലെ ഗാരോസിനും കർബിക്കും. വേഷത്തിനു മേൽതൂക്കമുള്ള സംസ്ഥാനങ്ങൾ വരെയുണ്ട്. വംശീയമായ വേർതിരിവിനെക്കാൾ ശ്രദ്ധേയം വംശീയമായ കെട്ടുറപ്പിനാണ്. കുടുംബങ്ങൾപോലെ കെട്ടുറപ്പുള്ളതാണ് സമൂഹത്തിനും. എല്ലാ തീരുമാനങ്ങൾക്കും അവർ ഒറ്റകെട്ടായി നിലകുന്നു.

പുർവ ഇന്ത്യയിൽ അണുകുടുംബങ്ങളാണ് കൂടുതലായി കാണാവുന്നതെങ്കിലും കുടുകുടുംബങ്ങളും ഉണ്ട്. എങ്കിലും പല തീരുമാനങ്ങൾക്കും വിസ്മയകരമായ കുടുംബത്തിന് സ്ഥാനമുണ്ട്. ചുരുക്കത്തിൽ ഇന്ത്യയിലെ കുടുംബം സാംസ്കാരികമായും സാമൂഹികമായും വംശീയമായും പല വ്യത്യസ്ത ക്കീ വിയേയമാണെങ്കിലും കുടുംബബന്ധങ്ങളാണ് ഇന്ത്യൻ സാമൂഹിക വ്യവസ്ഥയുടെ അടിസ്ഥാനം.

### വിവിധ മതങ്ങളുടെ കാഴ്ചപ്പാടിലെ ഇന്ത്യൻ കുടുംബം

ഇന്ത്യയിൽ പ്രധാനമായും ഹിന്ദു, ക്രിസ്ത്യൻ, മുസ്ലീം, സിക്ക്, ബുദ്ധിസം, ജൈനീസം, സോറസ്ത്രിയനീസം, ബഹായിസം തുടങ്ങി പല മതങ്ങളുണ്ടെങ്കിലും ഇന്ത്യൻ കുടുംബം അതിന്റേതായ വേറിട്ട രൂപവും ഭാവവും സ്വീകരിച്ചതാണ്. അതേസമയംതന്നെ ഈ മതങ്ങളിൽ നിന്നൊക്കെ അതിന്റേതായ അടി

സ്ഥാന സവിശേഷതകളൊക്കെ ആർജ്ജിച്ചെടുത്തിട്ടുള്ളതുമാണ് അവ.

ഹിന്ദുയിസവും ക്രിസ്തീയമതവും ഇസ്ലാംമതവും മാണ് കൂടുതലായി ഇന്ത്യൻ ജനസംഖ്യയെ നിർവചിക്കുന്നതെന്നതിനാൽ ആ മതങ്ങളുടെ കുടുംബസങ്കല്പങ്ങളിലേക്കു ആദ്യം ചുവടുവയ്ക്കാം.

### ഹിന്ദുമത ദർശനത്തിലുന്നിയ ഭാരതീയ കുടുംബസങ്കല്പം

ഹിന്ദുമതത്തിൽ, വ്യക്തികളുടെ ആത്മീയവും ധാർമികവും സാമൂഹികവുമായ വികസനം രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിൽ നിർണായക പങ്ക് വഹിക്കുന്ന ഒരു സുപ്രധാനവും കേന്ദ്രവുമായ സ്ഥാപനമായി കുടുംബത്തെ കണക്കാക്കുന്നു. വ്യക്തികൾക്ക് സ്വയംബോധം നൽകുന്ന പിന്തുണയുടെയും മാർഗനിർദ്ദേശത്തിന്റെയും സ്പേഹത്തിന്റെയും ഉറവിടമായാണ് കുടുംബത്തെ വീക്ഷിക്കുന്നത്.

ഹിന്ദുമതത്തിൽ, കുടുംബം എന്ന ആശയം മതത്തിന്റെ സാംസ്കാരികവും മതപരവുമായ പാരമ്പര്യങ്ങളിൽ ആഴത്തിൽ വേരൂന്നിയതാണ്. സമൂഹത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനഘടകമായി കുടുംബം കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. കൂടാതെ ഹിന്ദു സംസ്കാരത്തിന്റെയും മൂല്യങ്ങളുടെയും സംരക്ഷണത്തിൽ സുപ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നു.

പരമ്പരാഗത ഹിന്ദുകുടുംബ ഘടനയെ കൂട്ടുകുടുംബം എന്ന് വിളിക്കുന്നു, അവിടെ നിരവധി തലമുറയിലെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഒരു വീട്ടിൽ ഒരുമിച്ച് താമസിക്കുന്നു. കുടുംബനാഥൻ, സാധാരണയായി മുത്ത പുരുഷ അംഗം, പ്രധാന തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുകയും കുടുംബം ഹൈന്ദവ ആചാരങ്ങളും അനുഷ്ഠാനങ്ങളും പിന്തുടരുന്നവെന്ന് ഉറപ്പാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

**കുട്ടുകുടുംബ സമ്പ്രദായം:** ഹിന്ദുമതത്തിൽ, കുട്ടുകുടുംബ സമ്പ്രദായം ഇപ്പോഴും പല സമൂഹങ്ങളിലും നിലവിലുണ്ട്. മുത്തശ്ശിമാർ, മാതാപിതാക്കൾ, കുട്ടികൾ ചിലപ്പോൾ അമ്മാവന്മാർ, അമ്മായിമാർ, കസിൻസ് എന്നിവരുൾപ്പെടെ ഒന്നിലധികം തലമുറയിലെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഒരു മേൽക്കൂരയിൽ ഒരുമിച്ച് താമസിക്കുന്ന ഒരു സംവിധാനമാണിത്. കുടുംബത്തിനുവേണ്ടി തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുന്ന മുത്തപുരുഷ അംഗമാണ് കുടുംബനാഥൻ.

**മുതിർന്നവരുടെ പങ്ക്:** ഹിന്ദുമതത്തിൽ മുതിർന്നവർക്ക് വലിയ ബഹുമാനം നൽകുകയും കുടുംബത്തിന്റെ തലവന്മാരായി കണക്കാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

അവരുടെ അഭിപ്രായങ്ങളും തീരുമാനങ്ങളും വളരെയധികം പ്രാധാന്യം വഹിക്കുന്നു, പാരമ്പര്യത്തിന്റെയും സംസ്കാരത്തിന്റെയും സംരക്ഷകരായി അവർ കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. കുടുംബമൂല്യങ്ങൾ യുവതലമുറയ്ക്ക് കൈമാറുന്നതിന് ഉത്തരവാദികളാണ് അവർ.

ഹിന്ദുമതത്തിൽ, കുടുംബബന്ധങ്ങൾ പവിത്രമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു, അവ പരസ്പരസ്പേഹം, ബഹുമാനം, കടമ എന്നിവയെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളതാണ്. കുട്ടികൾ ദൈവത്തിൽനിന്നുള്ള സമ്മാനമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. ഹിന്ദു കുടുംബങ്ങളിൽ അവരെ വളരെ വിലമതിക്കുന്നു. മാതാപിതാക്കൾക്ക് അവരുടെ കുട്ടികളെ സംരക്ഷിക്കാനും വളർത്താനും കടമയുണ്ട്. അതേപോലെ കുട്ടികൾക്ക് മാതാപിതാക്കളെ ബഹുമാനിക്കാനും അനുസരിക്കാനും കടമയുണ്ട്.

ഹിന്ദുകുടുംബ ഘടനയുടെ ഒരു പ്രധാനവശം കൂടിയാണ് വിവാഹം. ഒരു കുടുംബം രൂപീകരിക്കുന്നതിനും കുടുംബവംശം തുടരാനുള്ള അവരുടെ കടമ നിറവേറ്റുന്നതിനും ഒത്തുചേരുന്ന രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള പവിത്രമായ ഐക്യമായാണ് ഇത് കാണുന്നത്. ഹിന്ദു വിവാഹങ്ങൾ സാധാരണയായി വധുവിന്റെയും വരന്റെയും കുടുംബങ്ങളാണ് ക്രമീകരിക്കുന്നത്. കൂടാതെ വിവാഹ ചടങ്ങ് പുരാതനപാരമ്പര്യങ്ങളിലും അനുഷ്ഠാനങ്ങളിലും മുഴുകിയിരിക്കുന്നു. മൊത്തത്തിൽ, ഹിന്ദുമതത്തിലെ കുടുംബം എന്ന ആശയം കടമ, ഉത്തരവാദിത്വം, പരസ്പര ബഹുമാനം എന്നിവയെ കേന്ദ്രീകരിച്ചാണ്. സമൂഹത്തിന്റെ ഒരു സുപ്രധാന ഘടകമായും അതിലെ അംഗങ്ങൾക്ക് ശക്തിയുടെയും പിന്തുണയുടെയും ഉറവിടമായും കുടുംബത്തെ വീക്ഷിക്കുന്നു.

### ക്രിസ്തുമത ദർശനത്തിലുന്നിയ ഭാരതീയ കുടുംബസങ്കല്പം

ക്രിസ്തുമത ദർശനത്തിൽ കുടുംബം ഒരു വ്യക്തിയുടെ ധാർമികവും ബാഹ്യികവും ആത്മീയവും വൈകാരികവുമായ വളർച്ചയ്ക്ക് സഹായിക്കുന്ന ഈറ്റില്ലമാണ്. ക്രിസ്തുമതത്തിലെ കുടുംബ സങ്കല്പം ദൈവവും മനുഷ്യനും തമ്മിലുള്ള അഭേദ്യമായ ബന്ധത്തിലുന്നിയ വിശുദ്ധഗ്രന്ഥമായ ബൈബിളിലെ ആശയങ്ങളിൽ അടിസ്ഥാനമാണ്. എന്നിരുന്നാലും വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ ചില ലഘുവായ ആശയവ്യത്യാസങ്ങൾ കാണാനും കഴിയും.

**കാതോലിസം:** കാതോലിസത്തിൽ കുടുംബം പരിശുദ്ധമായ ഒരു സ്ഥാപനമാണ്. വിവാഹം ഒരു കുടുംബവും കുടുംബം ഒരു ഗാർഹിക സഭ തന്നെ യുമാണ്. സഭയുടെ ഒരു മൈക്രോ രൂപം. മാതാ പിതാക്കൾക്ക് മക്കളെ വിശ്വാസത്തിലും ധാർമികതയിലും സാമൂഹികമായ മൂല്യങ്ങളിലും വളർത്തേണ്ട വലിയ ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ട്.

**പ്രൊട്ടസ്റ്റന്റിസം:** പ്രൊട്ടസ്റ്റന്റിസത്തിൽ, കുടുംബം ഒരു കേന്ദ്ര സ്ഥാപനമായ് വീക്ഷിക്കപ്പെടുന്നു. വിവാഹം രണ്ട് വ്യക്തികളും ദൈവവും തമ്മിലുള്ള ഉടമ്പടിയാണ്. വ്യക്തികൾക്ക് അവരുടെ വിശ്വാസത്തിൽ വളരാൻ മറ്റ് കുടുംബാംഗങ്ങളിൽനിന്ന് പിന്തുണയും പ്രോത്സാഹനവും ലഭിക്കുന്ന ഒരു സ്ഥലമായാണ് കുടുംബത്തെ കാണുന്നത്.

**ഓർത്തഡോക്സ് ക്രിസ്ത്യാനിറ്റി:** ഓർത്തഡോക്സ് ക്രിസ്ത്യാനിറ്റിയിൽ കുടുംബം സമൂഹത്തിന്റെ മൂലക്കല്ലായി കാണുന്നു, വിവാഹം ഒരു കുടുംബവും കുടുംബം ഒരു ചെറിയപള്ളിയുമാണ്. മാതാപിതാക്കളെ അവരുടെ കുട്ടികളുടെ പ്രാഥമിക അധ്യാപകരായി കാണുന്നു. കുടുംബത്തെ വ്യക്തികൾക്ക് അവരുടെ വിശ്വാസത്തിൽ വളരാനും സമൂഹബോധം വളർത്തിയെടുക്കാനും കഴിയുന്ന ഒരു ഇടമായി കുടുംബത്തെ കാണുന്നു.

മൊത്തത്തിൽ, ക്രിസ്തുമതത്തിൽ, വ്യക്തികളുടെ ആത്മീയവും ധാർമികവുമായ വികാസത്തിൽ ഒരു പ്രധാന പങ്ക് വഹിക്കുന്ന ഒരു സുപ്രധാന സ്ഥാപനമായി കുടുംബത്തെ കാണുന്നു. കുടുംബത്തെ സ്നേഹത്തിന്റെയും പിന്തുണയുടെയും പ്രോത്സാഹനത്തിന്റെയും ഇടമായി വീക്ഷിക്കുന്നു. അവിടെ വ്യക്തികൾക്ക് അവരുടെ വിശ്വാസത്തിൽ വളരാനും അവരുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ അവരുടെ വിശ്വാസം ജീവിക്കാൻ പഠിക്കാനും കഴിയും.

### ഇസ്ലാം മതദർശനത്തിലുണ്ടായ ഭാരതീയ കുടുംബസങ്കല്പം

ഇസ്ലാമിലെ കുടുംബഘടന ഭർത്താവും ഭാര്യയും കുട്ടികളും അടങ്ങുന്ന പരമ്പരാഗത കുടുംബത്തിന് സമാനമാണ്. എന്നിരുന്നാലും, മുസ്ലീം സമൂഹങ്ങളിലും വിപുലമായ കുടുംബങ്ങൾ സാധാരണമാണ്. മുത്തശ്ശിമാർ, അമ്മായിമാർ, അമ്മാവന്മാർ, കസിൻസ് എന്നിവർ കുടുംബജീവിതത്തിൽ പ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നു.

ഇസ്ലാമിൽ കുടുംബബന്ധങ്ങൾ സ്നേഹം, ബഹുമാനം, അനുകമ്പ എന്നിവയെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയ

ഇതാണ്. അള്ളാഹുവിന് ഇഷ്ടമുള്ള രീതിയിൽ മക്കളെ വളർത്താൻ മാതാപിതാക്കൾക്ക് വലിയ ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ട്, കുട്ടികൾ മാതാപിതാക്കളെ ബഹുമാനിക്കുകയും അനുസരിക്കുകയും ചെയ്യണമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. വൈകാരികമായും സാമ്പത്തികമായും പരസ്പരം പിന്തുണയ്ക്കാനും പരിപാലിക്കാനും കുടുംബാംഗങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു.

ഇസ്ലാമിൽ വിവാഹവും വളരെയധികം വിലമതിക്കുന്നു, അത് ഒരു പുരുഷനും സ്ത്രീയും തമ്മിലുള്ള പവിത്രമായ ബന്ധമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. മുസ്ലീം വിവാഹങ്ങൾ പരസ്പര സ്നേഹം, ബഹുമാനം, മനസ്സിലാക്കൽ എന്നിവയെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളതാണ്, മാത്രമല്ല ജീവിതത്തിലുടനീളം സഹവർത്തിത്വവും പിന്തുണയും നൽകുന്നതിനുംവേണ്ടിയാണ്.

ഇസ്ലാമിലെ കുടുംബം എന്ന ആശയം ഐക്യത്തിന്റെയും സ്നേഹത്തിന്റെയും പരസ്പര പിന്തുണയുടെയും പ്രാധാന്യത്തെ ഉന്നിഷ്ഠിയുന്നു. യോജിപ്പുള്ളതും സംത്യപ്തവുമായ ഒരു കുടുംബജീവിതം സൃഷ്ടിക്കുന്നതിന്, ഒരുമിച്ച് പ്രവർത്തിക്കാനും പരസ്പരം ശക്തമായ ബന്ധം നിലനിർത്താനും കുടുംബാംഗങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു.

### വിവാഹം

“ഇന്ത്യയിൽ വിവാഹം എന്നത് രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം മാത്രമല്ല, പരസ്പര ബഹുമാനത്തിലും സ്നേഹത്തിലും ഒത്തുചേരുന്ന രണ്ട് കുടുംബങ്ങളുടെ കൂട്ടായ്മയാണ്” - *രാധാകമൽ മുഖർജി*

ഇന്ത്യയിൽ, വിവാഹം എന്നത് രണ്ട് വ്യക്തികളെയും അവരുടെ കുടുംബങ്ങളെയും ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ഒരുമിച്ച് ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന പവിത്രവും പ്രധാനപ്പെട്ടതുമായ ഒരു സ്ഥാപനമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. “ഇന്ത്യൻ വിവാഹ സമ്പ്രദായം ഒരു വ്യക്തിഗത കാര്യമല്ല, മറിച്ച് ഒരു സാമൂഹിക പ്രതിഭാസമാണ്” എന്ന് എം. എൻ ശ്രീനിവാസൻ വിവക്ഷിക്കുന്നുണ്ട്. വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഇന്ത്യൻ ആശയം സാംസ്കാരികവും മതപരവുമായ പാരമ്പര്യങ്ങളിൽ ആഴത്തിൽ വേരൂന്നിയതാണ്, അത് പ്രദേശം, സമുദായം, മതം എന്നിവയെ ആശ്രയിച്ച് വ്യത്യസ്തപ്പെടുന്നു.

ഇന്ത്യയിൽ, വിവാഹം എന്നത് രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം മാത്രമല്ല, രണ്ട് കുടുംബങ്ങൾ, അവരുടെ മൂല്യങ്ങൾ, അവരുടെ പാരമ്പര്യങ്ങൾ എന്നിവയുടെ കൂട്ടായ്മയാണ്. അറേബ്ബി മാർദ്ദേജ്



ക്രിസ്തു മതത്തിൽ,  
 വ്യക്തികളുടെ ആത്മീയവും  
 ധാർമികവുമായ വികാസത്തിൽ  
 ഒരു പ്രധാന പങ്ക് വഹിക്കുന്ന  
 ഒരു സുപ്രധാന സ്ഥാപനമായി  
 കുടുംബത്തെ കാണുന്നു.  
 കുടുംബത്തെ സ്നേഹത്തി  
 ന്റെയും പിന്തുണയുടെയും  
 പ്രോത്സാഹനത്തിന്റെയും  
 ഇടമായി വീക്ഷിക്കുന്നു,  
 അവിടെ വ്യക്തികൾക്ക്  
 അവരുടെ വിശ്വാസത്തിൽ  
 വളരാനും അവരുടെ ദൈവം  
 ദിന ജീവിതത്തിൽ അവരുടെ  
 വിശ്വാസം ജീവിക്കാൻ  
 പഠിക്കാനും കഴിയും.

എന്ന ആശയം ഇപ്പോഴും ഇന്ത്യയുടെ പല ഭാഗങ്ങളിലും നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്, അവിടെ മാതാപിതാക്കളും കുടുംബത്തിലെ മുതിർന്നവരും തങ്ങളുടെ കുട്ടികൾക്ക് അനുയോജ്യമായ പങ്കാളിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിൽ നിർണായക പങ്കുവഹിക്കുന്നു. എന്നിരുന്നാലും സമീപവർഷങ്ങളിൽ പരസ്പര പൊരുത്തവും ബഹുമാനവും ധാരണയും അടിസ്ഥാനമാക്കി വ്യക്തികൾ തങ്ങളുടെ പങ്കാളികളെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന പ്രണയവിവാഹങ്ങളിലേക്കുള്ള ഒരു മാറ്റം ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്.

ഇന്ത്യയിലെ വിവാഹ ചടങ്ങുകൾ സമൂഹത്തെയും പ്രദേശത്തെയും ആശ്രയിച്ച് വ്യത്യസ്തമായ നിരവധി ആചാരങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഒരു മഹത്തായ ചടങ്ങാണ്. വിവാഹ ചടങ്ങ് നിരവധി ദിവസങ്ങൾ നീണ്ടു നിൽക്കും. വിവാഹ നിശ്ചയം, മെഹന്ദി, സംഗീതം, ഹൽദി തുടങ്ങിയ വിവാഹത്തിനുമുമ്പുള്ള ആചാരങ്ങളും വിവാഹാനന്തര ചടങ്ങുകളായ റിസപ്ഷൻ, വിദായ് എന്നിവയും ഉൾപ്പെടുന്നു.

ഇന്ത്യൻ സംസ്കാരത്തിൽ, വിവാഹം ഒരു ആജീവനാന്ത പ്രതിബദ്ധതയായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു,

കൂടാതെ വിവാഹമോചനം ഇപ്പോഴും പല സമുദായങ്ങളിലും നിഷിദ്ധമായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. എന്നിരുന്നാലും മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന കാലത്തിനനുസരിച്ച്, വിവാഹമോചനത്തോടുള്ള കൂടുതൽ ലിബറൽ മനോഭാവത്തിലേക്ക് പ്രത്യേകിച്ച് യുവതലമുറകൾക്കിടയിൽ ഒരു മാറ്റം ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്.

മൊത്തത്തിൽ, വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഇന്ത്യൻ സങ്കല്പം പങ്കാളികളും അവരുടെ കുടുംബങ്ങളും തമ്മിലുള്ള പ്രതിബദ്ധത, ബഹുമാനം, ധാരണ എന്നിവയുടെ പ്രാധാന്യവും സാംസ്കാരികവും മതപരവുമായ പാരമ്പര്യങ്ങൾ ഉയർത്തിപ്പിടിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയും ഉറപ്പിടിക്കുന്നു.

### ഹിന്ദുമതത്തിലെ വിവാഹം

ഹിന്ദുമതത്തിലെ പ്രധാനപ്പെട്ടതും പവിത്രവുമായ ഒരു സ്ഥാപനമാണ്, വിവാഹം. അത് രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള ആജീവനാന്ത പ്രതിബദ്ധതയായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നതോടൊപ്പം രണ്ട് കുടുംബങ്ങളുടെയും അവരുടെ സംസ്കാരങ്ങളുടെയും പാരമ്പര്യങ്ങളുടെയും കൂടിച്ചേരലാണ്. സമൂഹത്തിന്റെയും വ്യക്തിയുടെയും ഭക്ഷമത്തിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമായ ധർമ്മം (നീതി) എന്ന ആശയത്തിൽ ഹിന്ദുമതത്തിലെ വിവാഹ സങ്കല്പം ആഴത്തിൽ വേരൂന്നിയതാണ്.

ഹിന്ദുമതത്തിൽ, വിവാഹം ദൈവിക ഉടമ്പടിയായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു, അത് ഒരാളുടെ ധർമ്മം നിറവേറ്റുന്നതിനും ആത്മീയ വളർച്ച കൈവരിക്കുന്നതിനുമുള്ള ഒരു മാർഗമാണെന്ന് വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. പങ്കാളി, കുടുംബം, സമൂഹം എന്നിവയോടുള്ള കടമകളും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും നിറവേറ്റുന്നതിലൂടെ മോക്ഷം (ജനന-മരണ ചക്രത്തിൽനിന്നുള്ള മോചനം) നേടുക എന്നതാണ് ഹിന്ദുമതത്തിലെ വിവാഹത്തിന്റെ ആത്യന്തികലക്ഷ്യം.

ഹിന്ദു വിവാഹ ചടങ്ങ്, ഓരോ പ്രദേശത്തിനും സമൂഹത്തിനും അനുസരിച്ച് വ്യത്യസ്തമായ വിവിധ ആചാരങ്ങളും അനുഷ്ഠാനങ്ങളും ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. മാലകൾ കൈമാറൽ, പുണ്യ നൽകെട്ടൽ (മംഗളസൂത്രം), മോതിരം കൈമാറൽ (സിന്ദൂരം), വയുവരന്മാർ എടുക്കുന്ന ഏഴ് നേർച്ചകൾ (സപ്തപദി) എന്നിവ ചടങ്ങിന്റെ ചില പൊതുഘടകങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. ചടങ്ങുകൾ സാധാരണയായി ഒരു പുരോഹിതന്റെയും കുടുംബാംഗങ്ങളുടെയും സാന്നിധ്യത്തിൽ നടത്തപ്പെടുന്നു.

ഹിന്ദുമതത്തിൽ, വിവാഹം എന്നത് സാമൂഹിക

മായോ നിയമപരമായോ ഉള്ള ഒരു കരാർ മാത്രമല്ല, ജീവിതകാലം മുഴുവൻ പരസ്പരം പ്രതിജ്ഞാബദ്ധരായ രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള ആത്മീയ ഐക്യമാണ്. ഹിന്ദുമതത്തിലെ വിവാഹം എന്ന ആശയം പരസ്പര ബഹുമാനം, ധാരണ, പങ്കാളികൾ തമ്മിലുള്ള സ്നേഹം എന്നിവയുടെ പ്രാധാന്യം ഉറപ്പിപ്പറയുന്നു, കൂടാതെ ആത്മീയ വളർച്ചയുടെയും പ്രബുദ്ധതയുടെയും ഒരു പൊതുലക്ഷ്യത്തിനായി ഒരുമിച്ച് പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയ്ക്കും ഉറപ്പു നൽകുന്നു.

### ഇസ്ലാമിക വിവാഹം

ഇന്ത്യയിൽ, ഇസ്ലാമിക വിവാഹത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നത് 1937-ലെ മുസ്ലീം വ്യക്തിനിയമ (ശരിയത്ത്) അപേക്ഷാ നിയമമാണ്. ഇത് മുസ്ലീം വിവാഹങ്ങളുടെ സാധുത അംഗീകരിക്കുകയും വിവാഹവും വിവാഹമോചനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചില നിയമങ്ങളും നിയന്ത്രണങ്ങളും സ്ഥാപിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇസ്ലാമിക വിവാഹ ചടങ്ങിനെ നിക്കാഹ് എന്ന് വിളിക്കുന്നു. ഇത് സാധാരണയായി ഒരു ഇമാമോ മറ്റ് അംഗീകൃത മതപരമായ വ്യക്തിയോ ആണ് നടത്തുന്നത്. നിക്കാഹ് ചടങ്ങിൽ വിവാഹ ഉടമ്പടി ഒപ്പിടൽ, വിവാഹ പ്രതിജ്ഞകൾ കൈമാറൽ, വരൻ വധുവിന് സത്രിധനം നൽകൽ തുടങ്ങി നിരവധി പ്രധാന ചടങ്ങുകൾ ഉൾപ്പെടുന്നു.

ഇന്ത്യൻ ഇസ്ലാമിൽ, വിവാഹത്തെ രണ്ട് തുല്യർ തമ്മിലുള്ള പങ്കാളിത്തമായാണ് വീക്ഷിക്കുന്നത്, രണ്ട് പങ്കാളികളും വിവാഹത്തിന്റെ ഉത്തരവാദിയുണ്ടെന്നും കടമകളും തുല്യമായി പങ്കിടുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. രണ്ട് പങ്കാളികളും പരസ്പരം അവകാശങ്ങളെയും ആഗ്രഹങ്ങളെയും ബഹുമാനിക്കണമെന്നും ശക്തവും സുസ്ഥിരവുമായ ഒരു കുടുംബം കെട്ടിപ്പടുക്കാൻ ഒരുമിച്ച് പ്രവർത്തിക്കണമെന്നും പ്രതീക്ഷിക്കപ്പെടുന്നു.

മൊത്തത്തിൽ, ഇന്ത്യൻ ഇസ്ലാമിലെ വിവാഹം എന്ന ആശയം രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള ആജീവനാന്ത പങ്കാളിത്തത്തിൽ സ്നേഹത്തിന്റെയും പ്രതിബദ്ധതയുടെയും പരസ്പര ബഹുമാനത്തിന്റെയും പ്രാധാന്യം ഉറപ്പിപ്പറയുന്നു.

### ക്രിസ്ത്യൻ വിവാഹം

ഇന്ത്യയിൽ, ക്രിസ്ത്യൻ വിവാഹം നിയന്ത്രിക്കുന്നത് 1872-ലെ ഇന്ത്യൻ ക്രിസ്ത്യൻ വിവാഹ നിയമമാണ്, ഇത് സാധുവായ ക്രിസ്ത്യൻ വിവാഹത്തിനുള്ള

നിയമപരമായ ആവശ്യകതകൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു. ചടങ്ങുകൾ സാധാരണയായി ഒരു പള്ളിയിൽ ഒരു പുരോഹിതനോ ശുശ്രൂഷകനോ ആണ് നടത്തുന്നത്. അതിൽ വിവാഹ പ്രതിജ്ഞ, മോതിരങ്ങൾ കൈമാറൽ, വിവാഹ രജിസ്റ്ററിൽ ഒപ്പിടൽ, അനുഗ്രഹങ്ങളും പ്രാർഥനകളും നൽകൽ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുന്നു.

വിവാഹത്തെ കുറിച്ചുള്ള ക്രിസ്ത്യൻ സങ്കല്പത്തിൽ ഭാര്യഭർത്താക്കന്മാർ തുല്യ പങ്കാളികളായി കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു, രണ്ട് പങ്കാളികളും പരസ്പരം സ്നേഹിക്കാനും ബഹുമാനിക്കാനും പിന്തുണയ്ക്കാനും പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. ഒരു ക്രിസ്തീയ ദാമ്പത്യത്തിൽ പരസ്പരം സമർപ്പണം, ത്യാഗം, ക്ഷമ എന്നിവയുടെ പ്രാധാന്യം ബൈബിൾ ഉറപ്പിപ്പറയുന്നു, കൂടാതെ ക്രിസ്തു സഭയെ സ്നേഹിച്ചതുപോലെ ഭർത്താവ് ഭാര്യയെ സ്നേഹിക്കണമെന്നും ഭാര്യ ഭർത്താവിനെ ബഹുമാനിക്കുകയും അവന്റെ നേതൃത്വത്തിന് കീഴടങ്ങുകയും വേണമെന്നും ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു.

ഇന്ത്യയിലെ ക്രിസ്ത്യൻ വിവാഹങ്ങൾ കുടുംബമുല്പാദനത്തിൽ ശക്തമായ ഉറപ്പു നൽകുന്നു- സ്നേഹവും പിന്തുണയും നിറഞ്ഞ അന്തരീക്ഷത്തിൽ കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിനുള്ള അടിത്തറയായി ഇത് കാണുന്നു. മൊത്തത്തിൽ, ഇന്ത്യയിലെ വിവാഹത്തെ കുറിച്ചുള്ള ക്രിസ്ത്യൻ സങ്കല്പം സ്നേഹത്തിന്റെയും പ്രതിബദ്ധതയുടെയും പരസ്പര ബഹുമാനത്തിന്റെയും പങ്കിട്ട ആത്മീയയാത്രയുടെ പിന്തുടരലിന്റെയും പ്രാധാന്യം ഉറപ്പിപ്പറയുന്നു.

“ഇന്ത്യയിലെ വിവാഹം ഒരു വ്യക്തിഗത തിരഞ്ഞെടുപ്പല്ല, അത് പാരമ്പര്യത്തിലും ആചാരത്തിലും ആഴത്തിൽ വേരൂന്നിയ ഒരു സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക സ്ഥാപനമാണ്” എന്ന് എ.ആർ. ദേശായി പറഞ്ഞുവയ്ക്കുമ്പോൾ അത് ഇന്ത്യയിലെ വിവിധ മതങ്ങളുടെ വിവാഹ സങ്കല്പങ്ങളിൽനിന്നും ആചാരങ്ങളിൽനിന്നും വ്യക്തമാണ്.

### ആദിവാസി കുടുംബങ്ങളും വിവാഹവും

ഇന്ത്യയിലെ ഗോത്രവർഗക്കാർക്കിടയിലെ കുടുംബത്തെ കുറിച്ചുള്ള സങ്കല്പം ഓരോ പ്രദേശത്തിനും ഗോത്രത്തിനും വ്യത്യസ്തമാണ്, എന്നാൽ പല ഗോത്രസമൂഹങ്ങളുടെയും സ്വഭാവ സവിശേഷതകളിലുള്ള ചില പൊതുസവിശേഷതകളുണ്ട്.

പൊതുവേ ആദിവാസികൾ ബന്ധുബന്ധങ്ങൾക്കും കുട്ടുകുടുംബത്തിനും ശക്തമായ ഉറപ്പു നൽകുന്നു.

നൽകുന്നു. കുടുംബം പലപ്പോഴും സാമൂഹിക സംഘടനയുടെ അടിസ്ഥാന യൂണിറ്റാണ്, അതിൽ ഉടനടി കുടുംബാംഗങ്ങൾ മാത്രമല്ല, മുത്തശ്ശിമാർ, അമ്മായിമാർ, അമ്മാവൻമാർ, കസിൻസ് തുടങ്ങിയ വിപുലമായ ബന്ധുക്കളും ഉൾപ്പെടുന്നു. പല ഗോത്ര സമൂഹങ്ങളിലും കുടുകുടുംബം കുട്ടികളുടെ പരിചരണത്തിനും വളർത്തലിനും ഉത്തരവാദിയാണ്, കൂടാതെ തലമുറകൾക്കിടയിൽ ശക്തമായ പിന്തുണയുണ്ട്.

ആദിവാസി കുടുംബങ്ങൾക്കും പലപ്പോഴും പ്രകൃതി പരിസ്ഥിതിയുമായി അടുത്ത ബന്ധമുണ്ട്. മാത്രമല്ല അവർ തങ്ങളുടെ ഉപജീവനത്തിനായി ഭൂമിയെയും പ്രകൃതി വിഭവങ്ങളെയും ആശ്രയിക്കുന്നു. ഭൂമിയുമായുള്ള ഈ ബന്ധം പലപ്പോഴും കുടുംബത്തിന്റെ ആത്മീയവും സാംസ്കാരികവുമായ ആചാരങ്ങളിൽ പ്രതിഫലിക്കുന്നു, അതിൽ പ്രകൃതിലോകത്തെ ബഹുമാനിക്കുന്ന ആചാരങ്ങളും ചടങ്ങുകളും ഉൾപ്പെടുന്നു.

ചില ഗോത്രസമൂഹങ്ങളിൽ, മാതൃപരമ്പര കുടുംബഘടനകൾ ഉണ്ടാകാം, അവിടെ മാതൃരേഖയിലൂടെ വംശപരമ്പരയും അനന്തരാവകാശവും കണ്ടെത്തുന്നു. കുടുംബത്തിലും സമൂഹത്തിലും സ്ത്രീകൾക്ക് പ്രധാനപങ്കുണ്ട്, ലിംഗസമത്വത്തിനും സ്ത്രീകളുടെ അവകാശങ്ങളോടടുത്ത ബഹുമാനത്തിനും ശക്തമായ ഊന്നൽ നൽകിയേക്കാം.

മൊത്തത്തിൽ, ഇന്ത്യയിലെ ഗോത്രവർഗക്കാർക്കിടയിലെ കുടുംബം എന്ന ആശയം ബന്ധുത്വ ബന്ധങ്ങൾ, തലമുറകളുടെ പിന്തുണ, പ്രകൃതി പരിസ്ഥിതിയുമായുള്ള അടുത്തബന്ധം എന്നിവ ഊന്നിപ്പറയുന്നു. കുടുംബം പലപ്പോഴും ശക്തിയുടെയും സ്വത്വത്തിന്റെയും സാംസ്കാരിക തുടർച്ചയുടെയും ഉറവിടമായി കാണപ്പെടുന്നു. കൂടാതെ ഗോത്രസമൂഹങ്ങളുടെ സാമൂഹികവും സാംസ്കാരികവുമായ ജീവിതത്തിൽ ഇത് ഒരു പ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നു.

### ഉപസംഹാരം

20-ാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അവസാനത്തിൽ ഉയർന്നുവന്ന ദാർശനികവും സാംസ്കാരികവുമായ ഒരു പ്രസ്ഥാനമാണ് ഉത്തരാധുനികത. പരമ്പരാഗത സാംസ്കാരികവും സാമൂഹികവുമായ മാനദണ്ഡങ്ങളും മൂല്യങ്ങളും നിരസിക്കുകയും വ്യക്തിവാദം, വൈവിധ്യം, വ്യത്യസ്തം എന്നിവയ്ക്ക് ഊന്നൽ നൽകുകയും ചെയ്യുന്നതാണ് ഇതിന്റെ സവിശേഷത. ഇന്ത്യയിലെ കുടുംബമെന്ന ഉത്തരാധുനിക സങ്കല്പം,

അതിനാൽ ഈ വിശാലമായ പ്രവണതകളെ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുകയും പരമ്പരാഗത കുടുംബഘടനകളിൽനിന്നും റോളുകളിൽനിന്നുമുള്ള വ്യതിചലനത്താൽ അടയാളപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇന്ത്യയിലെ ഉത്തരാധുനിക കുടുംബ സങ്കല്പത്തിന്റെ പ്രധാന സവിശേഷതകളിലൊന്ന് പാരമ്പര്യതര കുടുംബഘടനകളുടെ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന സ്വീകാര്യതയാണ്. ഇതിൽ അവിവാഹിത കുടുംബങ്ങൾ, മിശ്ര കുടുംബങ്ങൾ, സ്വവർഗകുടുംബങ്ങൾ, രക്തബന്ധമില്ലാത്ത കുടുംബങ്ങൾ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുന്നു. ഈ കുടുംബങ്ങൾ പലപ്പോഴും ദത്തെടുക്കൽ, വാടക ഗർഭധാരണം അല്ലെങ്കിൽ സഹവാസം എന്നിവയിലൂടെയാണ് രൂപപ്പെടുന്നത്, കൂടാതെ രക്തബന്ധങ്ങളും വിവാഹവും അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള കുടുംബത്തിന്റെ പരമ്പരാഗത സങ്കല്പങ്ങളെ അവർ വെല്ലുവിളിക്കുന്നു.

ഇന്ത്യയിലെ കുടുംബമെന്ന ഉത്തരാധുനിക സങ്കല്പത്തിന്റെ മറ്റൊരു പ്രധാനവശം കുടുംബത്തിനുള്ളിൽ സ്ത്രീകളുടെ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന പങ്കാണ്. സ്ത്രീകൾ ഇപ്പോൾ ഗാർഹിക മേഖലയിൽമാത്രം ഒതുങ്ങിനിൽക്കുന്നില്ല, മാത്രമല്ല അവർ കൂടുതലായി തൊഴിൽ ശക്തിയിൽ പങ്കെടുക്കുകയും സ്വന്തം ലക്ഷ്യങ്ങളും അഭിലാഷങ്ങളും പിന്തുടരുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് കുടുംബത്തിനുള്ളിലെ പരമ്പരാഗത ലിംഗപരമായ റോളുകൾക്ക് മങ്ങലേൽക്കുന്നതിനും ലിംഗസമത്വത്തിന് കൂടുതൽ ഊന്നൽ നൽകുന്നതിനും ഇടയാക്കി.

ഇന്ത്യയിലെ കുടുംബം എന്ന ഉത്തരാധുനിക സങ്കല്പം വലിയ വ്യക്തിത്വവും വ്യക്തിഗത സ്വയംഭരണവുമാണ്. കുടുംബത്തിന്റെയോ സമൂഹത്തിന്റെയോ പ്രതീക്ഷകളാൽ ബന്ധിതരാകുന്നതിനുപകരം സ്വന്തം തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാനും സ്വന്തം താല്പര്യങ്ങൾ പിന്തുടരാനും കുടുംബാംഗങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ട്.

എന്നിരുന്നാലും ഇന്ത്യയിലെ കുടുംബമെന്ന ഉത്തരാധുനിക സങ്കല്പം സാർവത്രികമായി അംഗീകരിക്കപ്പെടുകയോ പ്രയോഗത്തിൽ വരുത്തുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല എന്നത് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്. പല കുടുംബങ്ങളും ഇപ്പോഴും പരമ്പരാഗത കുടുംബഘടനകളും മൂല്യങ്ങളും മുറുകെ പിടിക്കുന്നു. ഈ പരമ്പരാഗത മൂല്യങ്ങളും ഉത്തരാധുനിക കാലഘട്ടത്തിലെ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന സാമൂഹികവും സാംസ്കാരികവുമായ മാനദണ്ഡങ്ങളും തമ്മിൽ പലപ്പോഴും പിരിമുറുക്കമുണ്ട്. ■

# കേരള കത്തോലിക്കാസഭയിലെ കുടുംബപ്രേഷിതത്വം

കേരളത്തിലെ കത്തോലിക്കാ കുടുംബങ്ങളുടെ സമഗ്ര വളർച്ച ലക്ഷ്യം വച്ചുകൊണ്ട് കേരള കത്തോലിക്കാ മെത്രാൻ സമിതിയുടെ കീഴിൽ കേരളത്തിലെ എല്ലാ കത്തോലിക്കാ രൂപതകളുടെയും കുടുംബശ്രീശ്രേഷ്ഠ ഏകോപനത്തിനായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന കെസിബിസി ഫാമിലി കമ്മീഷന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വിശദമാക്കുന്ന ലേഖനം.



വ. ഡോ. ക്രിസ്റ്റഫർ വർഗ്ഗീസ്  
കതീർപറമ്പിൽ  
സെക്രട്ടറി,  
കെസിബിസി ഫാമിലി കമ്മീഷൻ

**കുടുംബത്തിന്റെ** ആരംഭം വിവാഹത്തിലാണ്. വിവാഹത്തെ നിർവചിക്കുമ്പോൾ ആദ്യം വരുന്ന ചിന്ത അതൊരു കുടുംബമാണെന്നതാണ്. കുടുംബങ്ങളെല്ലാം അടയാളങ്ങളാണ്. മനുഷ്യരിലേക്കൊഴുകിയെത്തുന്ന ദൈവിക ജീവനായ വരപ്രസാദത്തെ സൂചിപ്പിക്കുകയും നൽകുകയും ചെയ്യുന്ന അടയാളങ്ങൾ. കുടുംബശ്രീയെന്ന യാഥാർത്ഥ്യമാറ്റി നിർത്തി രണ്ടു വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള ഉടമ്പടിയെന്നനിലയിൽ വിവാഹത്തെ കാണുന്ന എല്ലാ സംവിധാനങ്ങളോടും കത്തോലിക്കാ സഭയ്ക്കു വിധേയമാണുള്ളത്.

മരണംവരെ വേർപിരിയാനാകാത്തവിധം ഒരു ക്രൈസ്തവ പുരുഷനെയും ക്രൈസ്തവ സ്ത്രീയെയും നിയമാനുസൃതം ബന്ധിപ്പിക്കുന്നതും അവർ നിർമ്മലരായി സന്തോഷിക്കുന്നതിനും അവർക്കുണ്ടാകുന്ന മക്കളെ പുണ്യത്തിൽ വളർത്തുന്നതിനും വേണ്ട വരപ്രസാദം നൽകുന്ന കുടുംബശ്രീയാണ് വിവാഹം. വിവാഹം എന്ന കുടുംബ നൽകുന്ന പ്രത്യേക വരപ്രസാദം പരസ്പരം വേർപിരിയാനാകാത്ത വിധം ജീവിക്കുന്നതിനും നിർമ്മലമായി സന്തോഷിക്കുന്നതിനും സന്തോഷത്തിന്റെ പൂർണ്ണതയിൽ കുട്ടികളെ ജനിക്കുന്നതിനും കുട്ടികളെ വിശ്വാസത്തിൽ വളർത്തുന്നതിനും വേണ്ട വരപ്രസാദമാണ്.

## വിവാഹത്തിന്റെ അവിഭാജ്യത

ഏതെങ്കിലും കാരണത്താൽ വിവാഹമോചനം അനുവദനീയമാണോ എന്ന ചോദ്യത്തോട് പ്രതികരിക്കുമ്പോൾ കർത്താവ് അവരുടെ ശ്രദ്ധ ക്ഷണിക്കുന്നത് ആദി മുതൽ എങ്ങനെയായിരുന്നു എന്നതിലേക്കാണ്. പറ്റുദീസായിലെ ആദ്യകുടുംബം ദൈവത്താൽ സംയോജിപ്പിക്കപ്പെട്ടതാണെന്നും ഇനിമുതൽ അവർ ഒറ്റ ശരീരമായിത്തീരും എന്നു ദൈവം കല്പിച്ചതാണെന്നും പറഞ്ഞുകൊണ്ടാണ് ദൈവം യോജിപ്പിച്ചതിനെ മനുഷ്യൻ വേർപെടുത്തരുതെന്ന് അവിടുന്ന് പഠിപ്പിക്കുന്നത്.

വിവാഹത്തിന്റെ അവിഭാജ്യതയെപ്പറ്റി സഭ പഠിപ്പിക്കുമ്പോൾ ആധുനിക സമൂഹം വിവാഹത്തിന്റെ ആവശ്യകതയെന്ന ചോദ്യം ചെയ്യുന്നു. വിവാഹത്തിന്റെ അന്തഃസത്ത ചോർത്തിക്കളയുന്ന വിധത്തിൽ വിവാഹം കൂടാതെയുള്ള ഒത്തുവാസവും സുഹൃദ്ബന്ധങ്ങളിലെ ലൈംഗികവേഴ്ചയും പോലുള്ള പുതിയ രീതികൾ വ്യാപകമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇവിടെ വിവാഹത്തിന്റെ പാവന ഗൗരവമായി പഠിപ്പിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അതിനായി സാധ്യമായ എല്ലാ മാർഗങ്ങളും സഭ കണ്ടെത്തുകയും ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്.



### വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാർ

കുട്ടികൾക്കു പ്രാഥമിക കാറ്റിക്രിസം നൽകിയതിനുശേഷം ഗൗരവമായി വിശ്വാസപരിശീലനം കൊടുക്കാൻ നമുക്കുള്ള വേദി വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറുകളാണ്. കുടുംബ ജീവിതത്തെപ്പറ്റി പൂർണ്ണമായ അറിവു നൽകാനുതകുംവിധം എല്ലാ വിഷയങ്ങളും ഉൾപ്പെടുന്ന സമഗ്രമായ പഠനങ്ങളാണ് വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറുകളിൽ നൽകി വന്നിരുന്നത്. കോവിഡിനു തൊട്ടുമുമ്പുള്ള കാലഘട്ടമായ 2019 കലണ്ടർ വർഷത്തിൽ സംസ്ഥാനമൊട്ടാകെയായി 305 കോഴ്സുകളാണ് സംഘടിപ്പിക്കപ്പെട്ടത്. പിറ്റേ കൊല്ലം 286 കോഴ്സുകൾ അനൗൺസ് ചെയ്തെങ്കിലും പലതും പ്രായോഗികതലത്തിലേക്കെത്തിക്കാനായില്ല. ഒരു കോഴ്സിൽ 150/200 പേർ പങ്കെടുക്കുന്നുവെന്നതാണ് ഏകദേശകണക്ക്.

വിവാഹത്തിനൊരുങ്ങുന്നവർക്ക് കേരളത്തിലെ ഏതു കത്തോലിക്കാ രൂപത നടത്തുന്ന കോഴ്സിലും പങ്കെടുക്കാൻ അനുമതിയുണ്ട്. വിഷയത്തിൽ അവ

ഗാഹമുള്ള പണ്ഡിതരായ പുരോഹിതർ, സന്ന്യസ്തർ, കുടുംബപ്രേഷിതർ, ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ തുടങ്ങിയവരാണ് ക്ലാസ്സുകൾ നയിക്കുന്നത്. കോഴ്സുകൾക്കു സഹായകമാകുന്ന ടെക്സ്റ്റ് ബുക്കുകൾ കെസിബിസി ഫാമിലി കമ്മീഷൻ തയ്യാറാക്കി രൂപതാ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ലഭ്യമാക്കുന്നു. ഇത്തരം കോഴ്സുകളിൽ പങ്കെടുത്ത സർട്ടിഫിക്കറ്റില്ലാതെ സാധാരണഗതിയിൽ കത്തോലിക്കാ മൂറപ്രകാരം വിവാഹം ആരീർവദിക്കാറില്ല. നല്ല വിധത്തിൽ ഗൗരവമായ ഒരുക്കം വിവാഹിതരാകാൻ പോകുന്ന യുവതീയുവാക്കൾക്കു നൽകാൻ ഇത്തരം കോഴ്സുകളിലൂടെ കത്തോലിക്കർക്കു സാധിക്കുന്നു.

വ്യക്തികളെ വിവാഹത്തിനു പ്രാപ്തരാക്കാനുതകുന്ന അകന്ന ഒരുക്കം എന്നനിലയിൽ ടീനേജിൽ പെട്ട കുട്ടികൾക്കു തങ്ങളുടെ ശരീരത്തെ മനസ്സിലാക്കാനുതകുന്ന ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം ഇടവകതലത്തിൽ നടത്തുന്നതിന് കെസിബിസി ഫാമിലി കമ്മീഷൻ നേതൃത്വം നൽകുന്നു. അതിനായി സമഗ്രപഠനം ഉൾക്കൊള്ളിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ടെക്സ്റ്റ് ബുക്ക്

കെസിബിസി തലത്തിൽ തയ്യാറാക്കി രൂപതകൾക്കു ലഭ്യമാക്കുന്നു.

കോവിഡനന്തര കാലത്ത് വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറുകൾ പുനഃസംഘടിപ്പിക്കപ്പെട്ടതിനെക്കുറിച്ച് രൂപതാ ഡയറക്ടർമാർ തന്ന റിപ്പോർട്ടനുസരിച്ച് 16 രൂപതകളാണ് അതു നേരിട്ടു നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. മറ്റു രൂപതകൾ online കോഴ്സുകൾ അടുത്തുതന്നെ അവസാനിപ്പിച്ച് രണ്ട്/മൂന്നുദിവസങ്ങൾ നീണ്ടുനില്ക്കുന്ന വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറുകൾ നടത്തുന്നതിനുള്ള ക്രമീകരണങ്ങൾ ഡിസംബറിലെ കെസിബിസിക്കുശേഷം നടത്തിവരുന്നു.

### മുകബയിർക്കായുള്ള ശുശ്രൂഷ

കെസിബിസി ഫാമിലി കമ്മീഷൻ നേരിട്ടു നടത്തുന്ന പ്രത്യേക ശുശ്രൂഷയാണ് മുകബയിർക്കായുള്ള ശുശ്രൂഷ. ഇത്തരക്കാർക്കു വിവാഹം സാധ്യമാകാനുതകുന്ന വിധത്തിൽ ഓൺലൈനായി ഒരു മാര്യേജ് ബ്യൂറോ ഫാമിലി കമ്മീഷന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ നടത്തിവരുന്നു.

മുകബയിരായവർക്കുവേണ്ടി സംസ്ഥാനതലത്തിൽ വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറുകൾ വർഷത്തിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യം കെസിബിസി ആസ്ഥാനമായ പിട്രീയിൽ വെച്ച് നടത്തപ്പെടുന്നു. ഇതു വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറിനൊപ്പം ഇത്തരക്കാർക്ക് അനുയോജ്യരായ പങ്കാളികളെ കണ്ടെത്തുന്നതിനുള്ള അവസരമാണ് കഴിഞ്ഞ വർഷങ്ങളിൽ വിവാഹിതരായവർക്ക് ഒത്തുചേരാൻ പറ്റുന്ന ഒരു സംഗമവേദിയും ഒരുക്കി നല്കുന്നു.

### സ്ത്രീ-പുരുഷ വിവാഹം

കത്തോലിക്കാ സഭ വിവാഹം എന്ന കൂദാശ കൊണ്ട് വിവക്ഷിക്കുന്നത് പുരുഷനും സ്ത്രീയും തമ്മിലുള്ള വിവാഹത്തെയാണ്. ഇപ്പോൾ ഇന്ത്യയിൽ നടക്കുന്ന പ്രധാന ചർച്ച സ്വവർഗവിവാഹവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതാണ്. സുപ്രീം കോടതിക്കുമുമ്പിൽ ഇന്ത്യാ ഗവൺമെന്റ് സ്വവർഗവിവാഹത്തെ തള്ളിപ്പറയുന്നുവെന്നത് ആശ്വാസകരമാണ്. സഭയുടെ പ്രഖ്യാപിതനയമായ സ്ത്രീയും പുരുഷനും തമ്മിലുള്ള വിവാഹത്തിന്റെ പവിത്രതയെപ്പറ്റി പിതാക്കൻ മാറ്റം മറ്റു ഉത്തരവാദിത്തപ്പെട്ട വ്യക്തികളും കാലികമായ പ്രബോധനങ്ങൾ സമയാസമയങ്ങളിൽ നല്കിവരുന്നു. LGBT സമൂഹം കേരളത്തിൽ വർദ്ധിച്ചുവരുന്നു. അടുത്തയിടെ സംഭവിച്ച കോടതി വിധികൾ പലതും അവർക്കനുകൂലമാണ്. പ്രായം

നമ്മുടെ സംസ്കാരത്തിൽ നിന്ന് ഏറെ അകന്ന ആധുനിക കാല പ്രവണതയാണ് വ്യഭാസദനങ്ങളുടെയും മറ്റും പെരുപ്പം സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. വാർധക്യ കാലം ആസ്വാദ്യകരവും സമൂഹത്തിനും കുടുംബത്തിനും പ്രയോജനകരവുമാക്കാനുതകുന്ന വിധത്തിൽ കുടുംബങ്ങളും സഭാ വേദികളും വ്യഭാജന സാഹ്യദ ഇടങ്ങളായി രൂപപ്പെടാനുതകുന്ന നയ തീരുമാനങ്ങൾ കരുപിടിപ്പിക്കാൻ ഫാമിലി കമ്മീഷൻ പ്രതിജ്ഞാബദ്ധമാണ്.

കൂടിയതുകൊണ്ടും മറ്റു പല പ്രശ്നങ്ങൾ കൊണ്ടും വിവാഹിതരാകാൻ സാധിക്കാതെ പോയ ചില യുവതീയുവാക്കളെങ്കിലും ഇത്തരം സമൂഹങ്ങളിലേക്ക് ആകർഷിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. നിശ്ചിത പ്രായപരിധിക്കുള്ളിൽതന്നെ വിവാഹം നടത്തിക്കൊടുക്കാൻ വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ കുടുംബങ്ങൾക്ക് നല്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

### പ്രോലൈഫ് സമിതി പ്രവർത്തനങ്ങൾ

വിവിധങ്ങളായ പ്രോലൈഫ് പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഏകോപനത്തിനായി കെസിബിസി ഫാമിലി കമ്മീഷന്റെ കീഴിൽ പ്രോലൈഫ് സംസ്ഥാന സമിതിയും അതിനു കീഴിൽ മേഖല-രൂപത-ഇടവക സമിതികളും പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്നു. പ്രോലൈഫ് എന്നാൽ 'ജീവനു വേണ്ടി' എന്നാണർത്ഥം. ജീവസംസ്കാരം ഉയർത്തിപ്പിടിച്ചുകൊണ്ട് ജീവനുവേണ്ടി ചിന്തിക്കുക, പ്രാർഥിക്കുക, പ്രവർത്തിക്കുക എന്നതാണ് പ്രോലൈഫ് പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ പ്രഖ്യാപിതനയം. ജീവനു

ഭീഷണിയാകുന്ന എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുമെതിരെ മുന്നണിപ്പോരാളികളാകാൻ പ്രോലൈഫ് പ്രവർത്തകർ സദാ സന്നദ്ധരാണ്. വിവിധ ജീവിത തുറകളിൽപെട്ട പ്രോലൈഫ് ആശയങ്ങളോട് ആഭിമുഖ്യം പുലർത്തുന്ന സകലരെയും കോർത്തിണക്കി പ്രവൃത്തിപഥത്തിലെത്തിക്കുക എന്ന ഉദാത്തലക്ഷ്യത്തോടെ പ്രോലൈഫ് പ്രവർത്തകർ പ്രവൃത്തന നിരതരാണ്.

വിവാഹത്തിന്റെ ലക്ഷ്യത്തിൽത്തന്നെ സ്നേഹം, സന്താനോല്പാദനം, കുട്ടികളെ വിശുദ്ധിയിൽ വളർത്തൽ മുതലായവ ഉൾച്ചേർന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിലും ഇന്നു പലരും കുട്ടികളെ ജനിപ്പിക്കാൻതന്നെ വിമുഖരാണ്. ഇന്നത്തെ സമൂഹം നേരിടുന്ന ഏറ്റവും വലിയ പ്രോലൈഫ് പ്രശ്നവും ഒരുപക്ഷേ ഇതാകാം. കുടുംബസുത്രണ നിർദ്ദേശങ്ങൾക്ക് ക്രൈസ്തവർ നല്കിയ അമിതമായ പ്രാധാന്യം കൊണ്ടും മറ്റു പല സാമൂഹിക കാരണങ്ങൾകൊണ്ടും ഇന്നു ക്രൈസ്തവ ജനസംഖ്യ ഗണ്യമായ വിധത്തിൽ കുറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. കുട്ടികളുടെ ജനനം പ്രോത്സാഹനം അർഹിക്കുന്ന ഒരു കാര്യമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു.

വലിയ കുടുംബങ്ങളെ ആദരിക്കൽ, അവരെ സാമ്പത്തികമായും മറ്റും സഹായിക്കൽ, വലിയ കുടുംബങ്ങളിലെ കുട്ടികളുടെ മാമ്മോദിസ രൂപതാപിതാക്കൻമാർ നടത്തികൊടുക്കുന്ന രീതി വ്യാപകമാക്കൽ, കുടുംബതൽ മക്കൾക്കു ജന്മം നല്കുന്ന സ്ത്രീകളുടെ പ്രസവചികിത്സാ ചിലവുകളും മറ്റും സാജന്യമാക്കാനുതകുന്ന ക്രമീകരണങ്ങൾ ചെയ്യൽ, വലിയ കുടുംബങ്ങളിലെ കുട്ടികൾക്ക് സാജന്യമായി പ്രാഥമിക വിദ്യാഭ്യാസം ലഭ്യമാക്കൽ, പ്രൊഫഷണൽ കോഴ്സുകൾക്ക് അഡ്മിഷൻ നിശ്ചിത ശതമാനം സംവരണം ഏർപ്പെടുത്തൽ തുടങ്ങിയ നയപരമായ തീരുമാനങ്ങളിലൂടെ അവർക്കു നല്കുന്ന പ്രോത്സാഹനം അനുഭവവേദ്യമാക്കാൻ ആവശ്യമായ പദ്ധതികൾ വിദ്യാഭ്യാസ കമ്മീഷൻ, ഹെൽത്ത് കമ്മീഷൻ മുതലായവയുടെ സഹകരണത്തോടെ ആവിഷ്കരിച്ച് നടപ്പാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

പ്രോലൈഫ് സംസ്കാരം ഉൾക്കൊണ്ട് ഇത്തരം നിരവധി പ്രവർത്തനങ്ങൾ എല്ലാ രൂപതകളും അവരുടേതായ സാഹചര്യങ്ങളിൽ നിന്നുകൊണ്ടു ചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കുന്നത് സന്തോഷകരമാണ്. ഇനിയും കുടുംബലായ ജീവസംസ്കാര പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യുന്നതിനുവേണ്ട കുടിയായലോചനകളും ആശയവിനിമയങ്ങളും നടത്തിവരുന്നു.

### എംടിപി ആക്ട് 1971 ന്റെ അനന്തര ഫലങ്ങൾ

ഭൂമിമുഖ്യമാണ്. ഗർഭസ്ഥശിശുവിന്റെ ജീവിതാനുഭൂതി അവകാശം സംരക്ഷിക്കപ്പെടേണ്ടതാണ്. ഇന്ത്യ അംഗീകരിച്ച കിരാത നിയമമാണ് മെഡിക്കൽ ടെർമിനേഷൻ ഓഫ് പ്രഗനൻസി ആക്ട് 1971. അതിനെ തുറന്നെതിർക്കണം. അതു പിൻവലിക്കപ്പെടുന്നതിനുവേണ്ടി പ്രക്ഷോഭ ബോധവൽകരണ പരിപാടികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യണം. അബോർഷനുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് അടുത്തകാലത്തുണ്ടായ കോടതിവിധികൾ എല്ലാതന്നെ എംടിപി ആക്ടിന്റെ വ്യാഖ്യാനങ്ങളായിരുന്നു. അത്തരത്തിലുള്ള സുപ്രീംകോടതി വിധിയാണ് 2022 സെപ്റ്റംബർ 29 ലെ അവിവാഹിതർക്കും ഗർഭചരിദ്രത്തിനുള്ള അവകാശം ഉണ്ടെന്ന പ്രസ്താവന.

നാഷണൽ മെഡിക്കൽ കമ്മീഷന്റെ രജിസ്ട്രേഷൻ മെഡിക്കൽ പ്രാക്ടീഷണർ റഗുലേഷൻ നിയമഭേദഗതി 2022 പ്രകാരം ആരോഗ്യരംഗത്ത് ജോലി ചെയ്യുന്ന ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ തുടങ്ങിയവർക്ക് മതവിശ്വാസത്തിനനുസരിച്ച് നിലപാടുകൾ എടുക്കാൻ സാധ്യമല്ല എന്ന വ്യവസ്ഥ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. ഇതു ജനന നിയന്ത്രണം, വന്ധ്യത, അബോർഷൻ എന്നീ മേഖലകളിൽ ക്രൈസ്തവ വിശ്വാസപ്രകാരം നിലപാടെടുക്കാൻ നിയമപരമായി സാധ്യമല്ലാത്ത സാഹചര്യം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. ഇതിനെതിരെ ക്രൈസ്തവ ആശുപത്രികളിൽ അബോർഷനും വന്ധ്യംകരണവും നടത്തുകയില്ലെന്നും കൃത്രിമ മാർഗങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയില്ലെന്നും തീരുമാനമെടുത്ത് അതനുസരിച്ച് സർക്കാർ നിയമങ്ങളിൽ മാറ്റം വരുത്തുന്നതിനാവശ്യമായ ശക്തമായ നടപടികൾ സ്വീകരിക്കേണ്ടതായിട്ടുണ്ട്. ഇത്തരം നിയമപ്രശ്നങ്ങൾക്കെതിരെ ബോധവൽകരണപരിപാടികളിലൂടെയും നിയമപരമായി നേരിടാനാവുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിൽ അങ്ങനെയും കത്തോലിക്കാ സഭ പ്രതികരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നിയമനിർമ്മാണ സഭകളിൽതന്നെ ജീവസംസ്കാരത്തെ അനുകൂലിക്കുന്നവരുടെ ഒരു കൂട്ടായ്മയും പ്രവർത്തനവും കമ്മീഷന്റെ നയതന്ത്ര പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഭാഗമാണ്.

### വ്യഭജന സൗഹൃദ ഇടങ്ങളായ സഭാവേദികൾ

നമ്മുടെ സംസ്കാരത്തിൽ നിന്ന് ഏറെ അകന്ന ആധുനികകാല പ്രവണതയാണ് വ്യഭജനങ്ങൾ

ഇടയ്ക്കും മറ്റും പെരുപ്പം സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. വാർഷികകാലം ആസ്വാദ്യകരവും സമൃദ്ധത്തിനും കുടുംബത്തിനും പ്രയോജനകരവുമാകാനുതകുന്ന വിധത്തിൽ കുടുംബങ്ങളും സഭാസഭകളും വ്യഭജന സൗഹൃദ ഇടങ്ങളായി രൂപപ്പെടാനുതകുന്ന നയ തീരുമാനങ്ങൾ കരുപിടിപ്പിക്കാൻ ഫാമിലി കമ്മീഷൻ പ്രതിജ്ഞാബദ്ധമാണ്.

കെസിബിസി മാധ്യമ കമ്മീഷനും ഫാമിലി കമ്മീഷനും കൂടി ആവിഷ്കരിച്ചു നടപ്പാക്കിയ ഒരു പരിപാടിയാണ് 'മധുരം സായന്തനം.' ജീവിതത്തിന്റെ സായാഹ്നത്തിലെത്തിയവർക്ക് മാസത്തിൽ ഒരിക്കൽ ഒത്തുചേരാനൊരു ഇടമാണ് ഇതിന്റെ ലക്ഷ്യം. എല്ലാ മാസവും കെസിബിസി കേന്ദ്ര കാര്യാലയമായ പാലാരിവട്ടം പിരസിയിൽ വച്ച് ഇത്തരം സമ്മേളനങ്ങൾ നടന്നുവരുന്നു. വന്നുചേരുന്നവർ അവരുടേതായ രീതിയിൽ കലാപരിപാടികൾ അവതരിപ്പിക്കുന്നു, ചർച്ചകൾ നടത്തുന്നു, ചില വിഷയവതരണങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുന്നു, വളരെ സ്വതന്ത്രമായൊരു ഒത്തുചേരൽ. പങ്കെടുക്കുന്നവർക്കെല്ലാം അതു ഏറെ ആസ്വാദ്യകരമായ അനുഭവമായി തോന്നി. ഇത്തരം വേദികൾ, വ്യഭജനങ്ങളെ കേൾക്കാനും അവർക്കു പറയാനുമുള്ള അവസരങ്ങൾ എല്ലാ പള്ളികളോടും ചേർന്ന് ഉണ്ടാകണമെന്നതാണ് നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം. 'പള്ളിമുറ്റം' എന്നപേരിൽ തുറന്നുകൊടുത്ത മെയ്കായി ചില രൂപതകളിൽ ഇന്നു വേദികളുണ്ട്. അത്തരം വേദികൾ വ്യഭജന സംഗമത്തിനായി കൂടി ഒരുക്കാൻ പരിശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.

### യുദിത്ത്-നവോമി ഫോറം

'വൈധവ്യം സാക്ഷാൽ ധീരതയോടെ' എന്ന മുദ്രാവാക്യം ഉയർത്തിപ്പിടിച്ചുകൊണ്ടു വിധവകളുടെ ഉന്നമനത്തിനായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഫോറമാണ് യുദിത്ത്-നവോമി ഫോറം. വിധവകളെ നമ്മുടെ വക്താക്കളായി വളർത്താൻ സഹായിക്കുക, വിധവയെന്ന വാക്കിൽ സമൃദ്ധം ഉൾച്ചേർത്തിരിക്കുന്ന നിഷേധാത്മകതയെ ഉന്മൂലനം ചെയ്ത് വിധവയെന്നു പറയാൻ വൈദ്യമുള്ളവരാകുക, തനിച്ചു മക്കളെ വളർത്തുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന വെല്ലുവിളികളെ അതിജീവിക്കാൻ സഹായിക്കുക തുടങ്ങിയവയാണ് യുദിത്ത്-നവോമി ഫോറത്തിന്റെ ഉദ്ദേശ്യലക്ഷ്യങ്ങൾ. ഇടവകതല പരിശീലനം, കാൺസിലിംഗ്, ധ്യാനം, സാമ്പത്തിക സഹായം, നിത്യപരമായ സഹായം തുടങ്ങിയവയാണ് പ്രവർത്തനരീതികൾ. ഫോറത്തിന് സംസ്ഥാനതല ഭരണസമിതികളു കീഴിലായി

മേഖലാ-രൂപത-ഇടവകതല ഭരണസമിതിയും ഭാരവാഹികളുമാണുള്ളത്.

### ഏകസ്ഥ കുടായ്മ

വിവാഹം നടക്കാതെ പോയ ഏകസ്ഥരായ സ്ത്രീകളുടെ കുടായ്മയാണ് ഫാമിലി കമ്മീഷന്റെ കീഴിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന 'സൊസൈറ്റി ഓഫ് മരിയൻ സിംഗിൾസ്'. തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട ഭരണസമിതിയുടെ കീഴിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഈ ചാരിറ്റബിൾ സൊസൈറ്റിയുടെ പ്രവർത്തന കേന്ദ്രം കോതമംഗലം രൂപതാതിർത്തിയിൽപ്പെട്ട ഊന്നുകല്ലാണ്. ഊന്നുകൽ, കറുകുറ്റി തുടങ്ങിയ സെന്ററുകളിൽ അംഗങ്ങൾ എല്ലാ മാസവും ഒത്തുകൂടുകയും ബലിയർപ്പണം, പ്രാർഥന, സെമിനാറുകൾ, കാൺസിലിംഗുകൾ മുതലായവയിലൂടെ പരസ്പരം പിന്താങ്ങുകയും ശക്തിപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തുവരുന്നു. സഭയുടെ പ്രത്യേക കാരുണ്യത്തോടെയുള്ള കരുതൽ അർഹിക്കുന്ന ഒരു ഗണമാണ് നിരോധനരായ ഈ സഹോദരിമാരുടേത്.

### കുടുംബപ്രേഷിതത്വത്തിന്റെ സഹകാരികൾ

കേരളത്തിലെ കുടുംബ ശുശ്രൂഷാ കുടായ്മയ്ക്ക് നേതൃത്വം കൊടുക്കാൻ വളരെ ബൃഹത്തായ ഒരു നേതൃനിരയാണുള്ളത്. കെസിബിസി ഫാമിലി കമ്മീഷന്റെ കീഴിൽ ഓരോ വ്യക്തിസഭയ്ക്കും ഏകോപനത്തിനായി ഒരു ഡയറക്ടറും സംവിധാനങ്ങളും പ്രവർത്തിക്കുന്നു. രൂപതകളിലെ കുടുംബ ശുശ്രൂഷകൾ രൂപതാ ഡയറക്ടറാണ് ഏകോപിപ്പിക്കുന്നത്. എല്ലാ രൂപതകൾക്കും വിവാഹ ഒരുക്ക സെമിനാറുകൾ പോലുള്ള സ്ഥിരം പരിപാടികൾക്കായുള്ള പരിചയസമ്പന്നരായ റിസോഴ്സ് ടീമിനു പുറമേ കാൺസിലിംഗ് സെന്ററുകളും പരിശീലനം സിദ്ധിച്ച കാൺസിലർമാരും ഹോംവിഷൻ നടത്താൻ പറ്റുന്ന പ്രഗത്ഭരും എല്ലാം ഉൾക്കൊള്ളുന്ന വിദഗ്ദ്ധരായ സർവീസ് ടീമിന്റെ സേവനം എപ്പോഴും ലഭ്യമാണ്. ഇത്തരക്കാർക്കായി കെസിബിസി തലത്തിൽ ഒത്തുചേരൽ അവസരങ്ങളും തുടർ പരിശീലന പരിപാടികളും മറ്റും സംഘടിപ്പിച്ചു വരുന്നു.

കുടുംബം എന്ന അടിസ്ഥാന ക്രൈസ്തവ സമൂഹത്തെ ബാധിക്കുന്ന എല്ലാ മേഖലകളും ഉൾപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് ഒരു കുടുംബനയരേഖ (Family Plan) രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിന്റെ പണിപ്പുരയിലാണ് ഇപ്പോൾ ഫാമിലി കമ്മീഷൻ.



# പേരന്തിംഗിൽ പിഴച്ചാൽ

നല്ല പേരന്തിംഗിന്റെ അഭാവത്തിലുണ്ടാകാവുന്ന വിപത്തുകളെ പ്രതിപാദിക്കുന്നതോടൊപ്പം എങ്ങനെ നല്ല പേരന്തിംഗ് സാധ്യമാക്കാമെന്ന് എഴുത്തുകാരിയും പ്രഭാഷകയും ട്രെയിനറും അധ്യാപികയുമായ ലേഖിക സമർഥിക്കുന്നു.



**ഡോ.കൊച്ചുറാണി ജോസഫ്**  
Dr. പ്രൊഫ. ഭാരതമാതാ കോളേജ്, തൃക്കാക്കര

വിശ്വസാഹോദര്യത്തിന് പ്രശസ്തമായ വിശുദ്ധ മദർ തെരേസയുടെ വ്യക്തിത്വ രൂപീകരണത്തിൽ മാതാപിതാക്കൾക്കുള്ള സ്വാധീനം വിശുദ്ധ തന്നെ വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. കൊൽക്കത്തയിലുള്ള അവരുടെ മ്യൂസിയത്തിൽ അവ വിശദീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. മദറിന്റെ പിതാവ് നികോളാ ബോജാക് സ്യൂ ഒരു വിജയിയായ ബിസിനസ്സുകാരനായിരുന്നു. സംഗീതത്തിൽ തല്പരനും അൽബേനിയായുടെ വളർച്ചയിലും രാഷ്ട്രീയത്തിലും വളരെ ശ്രദ്ധാലുവുമായിരുന്നു. എപ്പോഴും ജനങ്ങളോടൊപ്പമാകാൻ അദ്ദേഹം ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. മദറിന്റെ അമ്മ ഡ്രാഗണ ആഴമേറിയ ദൈവവിശ്വാസിയും സഹജീവികളോടുള്ള അനുകമ്പയും പാവങ്ങളോടുള്ള പ്രതിബദ്ധതയും നിറഞ്ഞുനിന്നിരുന്ന ഉദാരമതിയായ ഒരു സ്ത്രീയായിരുന്നു. ഈ രണ്ട് വ്യക്തിത്വങ്ങളും തമ്മിൽ ഇഴുകിച്ചേർന്നപ്പോൾ ആത്മീയതയിലുണ്ടായ ജനോപകാരപ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യുന്ന വ്യക്തിയായി മദർ തെരേസ രൂപപ്പെട്ടു എന്ന് മദർ തന്നെ വിശദീകരിക്കുന്നു. മദർ തെരേസയുടെ വാക്കുകളിൽ, "എന്റെ പിതാവ് പെട്ടെന്ന് കോപിഷ്ഠനാകുന്ന ഒരു വ്യക്തിയായിരുന്നു. അമ്മയുടെ നേരെ ശകാരവർഷങ്ങൾ ചൊരിയുമായിരുന്നു. പല കാര്യങ്ങളിലും അവർക്ക് അഭിപ്രായവ്യത്യാസം രൂക്ഷമായിരുന്നു. എന്നാൽ ഏതൊരു വഴക്കിനുശേഷവും ഒന്നും സംഭവിക്കാത്തതുപോലെതും തങ്ങൾ ആദ്യമായി കണ്ടുമുട്ടിയതുപോലെതും അവർ പരസ്പരം സ്നേഹിക്കുന്നതും ഞങ്ങൾ മക്കൾ കാണുമായിരുന്നു." ഇത് മക്കളെ വളരെ ആഴമായി സ്വാധീനിച്ചിരുന്നു എന്ന് അവർതന്നെ അത്ഭുതത്തോടെ പറയുന്നു.

മറ്റൊരു ശ്രദ്ധേയമായ ഉദാഹരണം അഡോൾഫ് ഹിറ്റ്ലർ ആണ്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ബാല്യം വളരെ ദുരിതപൂർണ്ണമായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ പിതാവ് ഹിറ്റ്ലറിനെയും അമ്മയെയും എന്നും ദേഷോപദ്രവം ഏല്പിക്കുമായിരുന്നു. അച്ഛൻ തല്ലിയാൽ താൻ കരയില്ലെന്നു തീരുമാനമെടുത്തതിനെക്കുറിച്ച് പിന്നീട് അദ്ദേഹം ഒരിക്കൽ തന്റെ പ്രൈവറ്റ് സെക്രട്ടറിയോട് പറയുകയുണ്ടായി. അത്രമാത്രം കലിയും വൈരാഗ്യബുദ്ധിയും ഹിറ്റ്ലറിന് സ്വന്തം അച്ഛനോടുണ്ടായിരുന്നു. അച്ഛനോടുള്ള പ്രതികാരം തീർക്കാനായി അദ്ദേഹം പറമ്പത്തിൽ ഉഴപ്പുകയും ഒരു ഡിപ്ലോമപോലും എടുക്കാതെ ഹൈസ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസം ഉപേക്ഷിക്കുകയും ചെയ്തു. അച്ഛൻ തന്നെ ഒരു കസ്റ്റംസ് ഓഫീസറാകാൻ ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നുവെന്നും എന്നാൽ താൻ ഒരു പെയിന്ററായാൽ മതിയെന്ന് തീരുമാനിച്ചിരുന്നുവെന്നും പിന്നീടദ്ദേഹം തന്നെ വെളിപ്പെടുത്തുകയുണ്ടായി. തന്റെ അതിരുകവിഞ്ഞ നിഷേധാത്മകഭാവം പിന്നീടദ്ദേഹത്തെ ആത്മഹത്യയെ കൊണ്ടെത്തിച്ചു. തലേദിവസം വിവാഹം കഴിച്ച ഭാര്യയോടൊപ്പമാണ് അദ്ദേഹം ജീവനൊടുക്കിയത്. മാതാപിതാക്കൾ എന്നും ശബ്ദംകുടുന്നവരും പരസ്പരം പഴിചാരുന്നവരുമായാൽ കുട്ടികളിലും ജീവിതത്തോടുതന്നെയും ഒരു നിഷേധാത്മകഭാവം വളരുമെന്ന് തീർച്ചയാണ്.

## പേരന്തിംഗ് കലയും ശാസ്ത്രവും

മക്കൾ നല്ലവരായി വളരണമെന്നാണ് ഏതൊരു മാതാപിതാക്കളുടെയും ആഗ്രഹം. ആ ആഗ്രഹം നല്ല താണുതാനും എന്നാൽ മക്കളെ നന്നായി വളർത്തുക

എന്നത് ഏറ്റവും ശ്രമകരമായ പ്രവൃത്തിയാണ്. പണ്ട് മക്കൾ വളരുകയായിരുന്നു; ഇന്ന് വളർത്തുകയാണ്. പ്രത്യേകിച്ച് മനുഷ്യബന്ധങ്ങൾ ഏറ്റവും സങ്കീർണ്ണമായിരിക്കാൻ തുടങ്ങിയ ആധുനിക ഹൈടെക് കാലഘട്ടത്തിൽ മാതാപിതാക്കളും മക്കളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തിന് അപചയം സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു എന്ന് പലരും വിലപിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടാറുണ്ട്. ആശയവിനിമയരംഗത്ത് വിപ്ലവകരമായ മാറ്റങ്ങൾ സംഭവിക്കുമ്പോഴും സ്വന്തം കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ ഭാഷ മനസ്സിലാക്കാതെ വരുന്ന ദയനീയാവസ്ഥയും പരിചിതമാണ്. മക്കൾ ഗൂഗിൾ ജനറേഷനും മാതാപിതാക്കൾ പഴഞ്ചെന്നുമായി ചിത്രീകരിക്കപ്പെടുമ്പോഴും സുദൃഢമായ ബന്ധങ്ങൾ നിലനിൽക്കുന്ന കുടുംബങ്ങളും നമുക്ക് ചുറ്റുമുണ്ട് എന്നതും ആശാവഹമാണ്. ആരോഗ്യകരമായ മാതൃപിതൃബന്ധത്തെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കുന്നത് മക്കളെ നന്നായി വളർത്താൻ ഉപകരിക്കും.

### മക്കൾ; ദൈവം ഭരമേല്പിച്ച സമ്പത്ത്

ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ കണക്കനുസരിച്ച് മക്കളില്ലാത്ത ദമ്പതികളുടെ എണ്ണം ഏറുകയാണ്. കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണം, മരുന്ന്, ശ്വസിക്കുന്ന വായു.

വൈകാരിക ശാരീരിക വൈകല്യങ്ങൾ തുടങ്ങി പല ഘട്ടങ്ങളും ഇതിനു കാരണമായി നിലകുന്നു. ഉദാഹരണം ദൈവത്തിന്റെ സമ്മാനമാണെന്ന് ബൈബിൾ പഠിപ്പിക്കുന്നു. അത് കേവലം പ്രത്യുല്പാദനപ്രക്രിയയുടെ മിടുക്കുകൊണ്ടല്ല പ്രത്യുത, ദൈവത്തിന്റെ ഉദാരതയുടെ അടയാളമാണെന്നുള്ള തിരിച്ചറിവ് വിവേകപൂർവ്വം മക്കളെ വളർത്താൻ സഹായകമാണ്. ദൈവം ദമ്പതികൾക്ക് നൽകിയിട്ടുള്ള ഏറ്റവും വലിയ സമ്പത്താണ് മക്കൾ. അതൊരു വസ്തുവല്ല, അവസ്ഥയല്ല, അവർ വ്യക്തികളാണ്. ചിലരോട് 'കുഞ്ഞന് എന്തോ?' എന്ന് ചോദിച്ചാൽ അത് അവിടെ എങ്ങാണ്ട് കിടപ്പുണ്ട് എന്ന് അവർ മറുപടി പറയും. ഈ ചിന്താഗതി തന്നെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ വ്യക്തികളായി കാണുന്നില്ല എന്നത് വിളിച്ചറിയിക്കുന്നു. മക്കൾ ദൈവദാനമാകയാൽ മാതാപിതാക്കൾക്ക് കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് കൊടുക്കാൻ പറ്റിയ വലിയ സമ്പത്ത് അവരെ ദൈവോന്മുഖരാക്കി വളർത്തുക എന്നതാണ്. ദൈവദയവും ദൈവവിചാരവുമുള്ള മക്കൾ ഏത് അവസ്ഥയിൽ ചെന്നാലും വഴി തെറ്റുകയില്ല എന്നത് തർക്കമില്ലാത്ത വസ്തുതയാണ്. ഓർക്കുക, ഭരമേല്പിക്കപ്പെട്ടവയോടുള്ള വിശ്വസ്തതയാണ് യഥാർഥ ആത്മീയത. ഭരമേല്പിക്കപ്പെട്ട കുഞ്ഞുങ്ങളോട്, ജീവിതപങ്കാളിയോട്, തൊഴിലിനോട് നമ്മൾ കാണിക്കുന്ന ആത്മാർഥത കൂടിയാണ് ആത്മീയത. അല്ലാതെ കേവലം ചൊല്ലിക്കൂട്ടുന്ന പ്രാർഥനകളോ, ചെയ്ത് തീർക്കുന്ന അനുഷ്ഠാനങ്ങളോ മാത്രമല്ല എന്ന തിരിച്ചറിവുണ്ടാകണം.

### സാധ്യമായ വിദ്യാഭ്യാസം നല്കുക

മനുഷ്യവിഭവശേഷിയാണ് ഇന്ന് ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ മുലധനം. വികസിത രാജ്യങ്ങൾ ഇന്ന് അന്വേഷിക്കുന്നത് ഈ വിഭവശേഷിയെത്തന്നെയാണ്. ഇതിന് ഏറ്റവും നല്ല ഉപാധി മക്കൾക്ക് സാധിക്കുന്ന വിധത്തിൽ വിദ്യാഭ്യാസം നല്കുക എന്നുള്ള



താണ്. ആധുനിക മാതാപിതാക്കൾ ഇന്ന് ഇക്കാരുത്തിൽ ഏറെ തല്പരരുമാണ്. എന്നാൽ കുട്ടികളുടെ അഭിരുചി മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ടുള്ള വിദ്യാഭ്യാസമാണ് നൽകേണ്ടത്. പെട്ടെന്ന് പണമുണ്ടാക്കാൻ വേണ്ടി ചില മാതാപിതാക്കളെങ്കിലും തങ്ങളുടെ ആഗ്രഹമനുസരിച്ച് കുട്ടികളെ വിദ്യാഭ്യാസത്തിന് അയയ്ക്കുന്നു. ഇത് കുട്ടികളിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന മാനസിക സമ്മർദ്ദം വളരെ വലുതാണ്. ഉദാഹരണത്തിന് നഴ്സിംഗ് താല്പര്യമില്ലാത്ത കുട്ടിയെ നിർബന്ധിച്ച് നഴ്സിംഗിന് അയയ്ക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ ദുരവ്യാപക ഫലങ്ങൾ മറ്റ് പലരും അനുഭവിക്കേണ്ടിവരുന്നു. എഞ്ചിനീയറിംഗ് പഠനത്തോട് ഒരു താല്പര്യമില്ലാതിരുന്നിട്ടും മാതാപിതാക്കളുടെ നിർബന്ധം മൂലം, അതിന് ചേർന്ന് 32 പേപ്പറിന് തോറ്റു നിരാശരായി നടക്കുന്നവരെയും ആഗ്രഹമില്ലാത്ത കോഴ്സിന് ചേർന്നതിന്റെ ഫലമായി മാനസികവൈകല്യങ്ങൾക്കും മയക്കുമരുന്നിനും അടിമകളായവരെയും കണ്ടുമുട്ടാൻ ഇടയായിട്ടുണ്ട്.

### ഉപദേശമല്ല, മാതൃകയാണനിവാര്യം

പല മാതാപിതാക്കളും മക്കളെ ഉപദേശിക്കുന്നതിൽ ഉത്സുകരാണ്. എന്നാൽ ആധുനിക തലമുറ ഒട്ടും ഇഷ്ടപ്പെടാത്തതും വില കുറഞ്ഞ ഉപദേശങ്ങളാണ്. ഉപദേശമല്ല മാതൃകകളാണ് മക്കൾ അന്വേഷിക്കുന്നത്. ഒരു പിതാവ് എപ്പോഴും ജവഹർലാൽനെഹറുവിന്റെ ജീവിതസാഹചര്യങ്ങളിൽനിന്ന് ഉദാഹരിച്ച് മകനെ ഉപദേശിക്കുമായിരുന്നു. നിന്റെ പ്രായത്തിൽ ജവഹർലാൽനെഹറു പ്രവർത്തിച്ചത് ഇങ്ങനെയാണെന്നും, അങ്ങനെയാണെന്നും എന്ന് അർഥം വരുന്ന ഉപദേശങ്ങൾ. ഇത് എപ്പോഴും ആവർത്തിക്കുന്നത് കേട്ടു മടുത്തപ്പോൾ ഒരിക്കൽ മകൻ പറഞ്ഞു. അച്ഛന്റെ പ്രായത്തിൽ ജവഹർലാൽനെഹറു ഇൻഡ്യയുടെ പ്രധാനമന്ത്രിയായിരുന്നു. അച്ഛനോ?.

### സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കം പഠിപ്പിക്കുക

സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കം ആർജ്ജിച്ചെടുക്കേണ്ട ഒരു കലയാണ്. പല മാതാപിതാക്കളും തങ്ങളുടെ സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ട് മക്കളെ അറിയിക്കാതെ അവരെ വളർത്തുന്നു. ഫലമോ കുട്ടികൾ സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കമില്ലാതെ വളരുന്നു. ഒരിക്കൽ ഒരു ഡോക്ടർ പങ്കുവെച്ച അനുഭവം ഓർക്കുന്നു. അദ്ദേഹം പഠിപ്പിച്ച ക്ലാസ്സിലെ ഒരു വിദ്യാർഥി ഒരു ദിവസം ഇൻസ്ട്രുമെന്റ് ബോക്സ് മറന്നുവെച്ചിട്ടു പോയി. അയാൾക്ക് അത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ മുറിയിൽ കൊണ്ടുപോയി വെച്ചു.

പിറ്റേദിവസം കുട്ടി വരുമ്പോൾ സാധനങ്ങൾ സൂക്ഷിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ച് ഉപദേശിക്കണമെന്നും തീരുമാനിച്ചു. പല ദിവസങ്ങൾ കടന്നുപോയി. കുട്ടി വന്നില്ല. അതിനാൽ അയാൾ പകർ ബോക്സുമായി ക്ലാസ്സ് മുറിയിലേക്ക് ചെന്ന് കാര്യങ്ങൾ ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ തീരുമാനിച്ചു. എന്നാൽ അയാൾക്ക് അത്ഭുതപ്പെടുത്തിയത് അതിലും നല്ല ഇൻസ്ട്രുമെന്റ് ബോക്സ് കുട്ടിയുടെ കൈയിലിരിക്കുന്നതാണ്. ഒരു പെൻസിൽ ചോദിച്ചാൽ ഒരു പെട്ടി പെൻസിൽ വാങ്ങിക്കൊടുക്കുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കം പഠിപ്പിക്കുക ശ്രമകരമാണ്. അതുകൊണ്ട് മക്കളെ ദാരിദ്ര്യവും ബുദ്ധിമുട്ടും അറിയിച്ചു വളർത്തുകയാണ് ഉത്തമമായിട്ടുള്ളത്. ഇതിന്റെയർഥം നാളെ മുതൽ അവരുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിരാകരിക്കണമെന്നല്ല, മറിച്ച് ആവശ്യവും അത്യാവശ്യവും അനാവശ്യവും ആഡംബരവും തിരിച്ചറിയാനുള്ള വിവേകം പ്രദാനം ചെയ്യുക എന്നതാണ്. മാതാപിതാക്കൾ പണം സമ്പാദിക്കുന്നതും കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതുമായ രീതികൾ മക്കൾക്ക് മാതൃകയാകത്തക്കവിധത്തിൽ അനുകരണാർഹമായിരിക്കണം. അപ്പോൾ മക്കളോട് സാമ്പത്തികസുത്രണത്തെക്കുറിച്ച് ബോധ്യപ്പെടുത്താനുള്ള ധാർമിക ആർജ്ജവം മാതാപിതാക്കൾക്ക് ലഭിക്കുന്നു.

### തുല്യപ്രാധാന്യം നല്കുക

ആൺകുട്ടിയും പെൺകുട്ടിയും തുല്യ വ്യക്തിത്വമുള്ളവരാണ്. അതുകൊണ്ട് മാതാപിതാക്കളും അതേ തുല്യതയോടെ അവരെ കാണണം. വിദ്യാഭ്യാസം നല്കുന്നതിലും വളർത്തുന്നതിലും വേർതിരിവില്ലാതെ ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ രണ്ടു കുട്ടരുടെയും വ്യക്തിത്വവികസനം അനായാസം സാധ്യമാകും. മക്കളെ മറ്റുള്ള കുട്ടികളുമായി താരതമ്യം ചെയ്യരുത്. കാരണം, ഓരോ വ്യക്തിത്വവും അനന്യമാണ്. അനിതരസാധാരണമായ കഴിവുകളാൽ ഓരോ കുട്ടിയും സമ്പന്നനാണ്. ഒരാൾക്ക് മറ്റൊരാളെപ്പോലെയാകാൻ സാധ്യമല്ല. മാതൃകകൾ ചുണ്ടിക്കാണിക്കുന്നത് നല്ലതാണെങ്കിലും അതുപോലെയാകാൻ ശഠിക്കുന്നത് ദോഷകരമാണ്. മക്കളെ മറ്റ് കുട്ടികളുമായി താരതമ്യം ചെയ്ത് മോശമായി ചിത്രീകരിക്കരുത്. മരത്തിൽ കയറാനുള്ള കഴിവ് നോക്കി മൽസ്യത്തെ അളക്കരുതെന്ന് ആൽബർട്ട് ഐൻസ്റ്റീൻ അഭിപ്രായപ്പെട്ടത് ഈ അർത്ഥത്തിലാണ്. മക്കളിൽനിന്ന് അമിതമായി പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതും അതിനുവേണ്ടിമാത്രം

അവരെ വളർത്തുന്നതും സ്വാർഥതയാണ്.

### ജനാധിപത്യം കുടുംബത്തിൽ

ജനാധിപത്യവ്യവസ്ഥിതി നിലനിൽക്കുന്ന ഭാരതത്തിൽ ജനാധിപത്യം ഒട്ടും തന്നെയില്ലാത്ത കുടുംബങ്ങളാണുള്ളത്. പുരുഷൻ അന്നദാതാവും സ്ത്രീ ഗൃഹസംവിധായികയുമായിരുന്ന അവസ്ഥയിൽനിന്ന് നമ്മൾ മാറി. ഉദ്യോഗസ്ഥയായ ഒരു ജീവിതപങ്കാളിയോടൊപ്പം ജീവിക്കാനുള്ള പരിശീലനം നമ്മുടെ ആൺമക്കൾക്ക് കിട്ടിയിട്ടില്ല. സ്വയംപര്യാപ്തതയുടെ അഹങ്കാരം പേറിനടക്കുന്ന ആധുനിക സ്ത്രീകൾക്ക് ജീവിക്കാനാവശ്യമായ വിവേകത്തിന്റെ ബാലപാഠങ്ങൾ നൽകാനും മാതാപിതാക്കൾക്ക് സാധിക്കുന്നില്ല. ഫലമോ, ആധുനിക ദമ്പതികൾക്കിടയിൽ വിവാഹമോചനം സാധാരണസംഭവമായി. അതിരുകുറവിന്തോറും താൻപോരിമയും വ്യക്തിത്വവാദവും കുടുംബബന്ധങ്ങളെ ശിഥിലമാക്കി. അതുകൊണ്ട് നമ്മുടെ കുഞ്ഞുങ്ങൾ കണ്ടുമനസ്സിലാക്കേണ്ട ചില അടിസ്ഥാന കുടുംബസത്യങ്ങളുണ്ട്. നോക്കൂ, എന്റെ അമ്മ അച്ഛനെ എത്രയധികം ബഹുമാനിക്കുന്നു. നോക്കൂ, എന്റെ അച്ഛൻ അമ്മയെ എത്ര കാര്യമായി കരുതുകയും പരിഗണിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അമ്മയുടെ കണ്ണ് നിറയാൻ അച്ഛൻ അനുവദിക്കുകയില്ല, അച്ഛന്റെ കുറ്റം പറയാൻ അമ്മ സമ്മതിക്കുകയുമില്ല. ഇങ്ങനെ പരസ്പര പരിഗണനയുടെയും പരസ്പര ബഹുമാനത്തിന്റെയും തലം കുടുംബത്തിൽനിന്ന് ഉയരുന്ന അവസ്ഥയാണ് കുടുംബത്തിലെ ജനാധിപത്യം. മക്കൾ മാതാപിതാക്കളുടെ ജീവിതരീതി സസൃഷ്ടിമം ഒഴിയട്ടെക്കുന്നവരാണ്. മാതാപിതാക്കൾ പരസ്പരം കൊടുക്കുന്ന സ്നേഹത്തിന്റെയും കരുതലിന്റെയും ബഹുമാനത്തിന്റെയും ചിത്രമാണ് അവർ മക്കൾക്ക് നൽകുന്ന ഏറ്റവും വലിയ പാഠം.

### മാറ്റം വരേണ്ടത് മാതാപിതാക്കളിൽ

മക്കളെ നന്നാക്കാൻ ശ്രമിക്കാതെ മാതാപിതാക്കളുടെ പ്രവർത്തന ശൈലിയിൽ മാറ്റം വരുത്തുക എന്നതാണ് പേരന്റേംഗിന്റെ പ്രധാനതലം. അടുത്ത തലമുറയുടെ ആരോഗ്യകരമായ വളർച്ചക്ക് അത് അനിവാര്യമാണ്. സഭയുടെ പ്രബോധനമനുസരിച്ച് കുടുംബത്തിലാണ് ഒരു ജനതയുടെ സ്വഭാവസവിശേഷതകൾ രൂപപ്പെടുന്നത്. അവിടെയാണ് അംഗങ്ങൾ അടിസ്ഥാനപരമായ പ്രബോധനങ്ങൾ സമ്പാദിക്കുന്നത്. അവർ വ്യവസ്ഥാതീതമായി എത്രമാത്രം സ്നേഹിക്കപ്പെടുന്നുവോ അത്ര അധികമായി അവർ സ്നേഹിക്കാൻ പഠിക്കുന്നു.

ഹിക്കാൻ പഠിക്കുന്നു. അവർ ആദരിക്കപ്പെടുന്നതനുസരിച്ച് ആദരിക്കാൻ അവർ പഠിക്കുന്നു. തങ്ങളോടുള്ള ശ്രദ്ധ നിറഞ്ഞിരിക്കുന്ന പിതാവിൽനിന്നും മാതാവിൽനിന്നും ദൈവത്തിന്റെ മുഖത്തെപ്പറ്റി ലഭിക്കുന്ന ആദിമവെളിപ്പെടുത്തൽ അനുസരിച്ച് ദൈവത്തിന്റെ മുഖത്തെ അറിയാൻ അവർ പഠിക്കുന്നു. ഈ മാലിക അനുഭവങ്ങളില്ലാതിരിക്കുമ്പോഴെല്ലാം പൊതുവെ സമൂഹം അക്രമം അനുഭവിക്കുന്നു (സ്ത്രീ പുരുഷ സഹകരണം സഭയിലും സമൂഹത്തിലും ഖണ്ഡിക 13). ക്രിമിനലുകൾ സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നത് എപ്രകാരമെന്ന് ഈ വാക്കുകൾ വരച്ചുകാട്ടുന്നു.

### ബന്ധങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക

മക്കളുടെ സാഹ്യദങ്ങൾ, അവർ സമയം ചെലവഴിക്കുന്ന ഇടങ്ങൾ, പ്രവർത്തിക്കുന്ന സംഘടനകൾ, ഉപയോഗിക്കുന്ന മാധ്യമങ്ങൾ ഇവയെല്ലാം വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാകയാൽ അവയിൽ ശ്രദ്ധയുണ്ടാകണം. പ്രത്യേകിച്ച്, അവരുടെ ചിന്താധാരയെ സ്വാധീനിക്കുന്നതും വികാരങ്ങളെ നയിക്കുന്നതുമായ മേഖലകൾ നിഷേധാത്മകമാണെങ്കിൽ അവരുടെ വ്യക്തിത്വവൈകല്യത്തിനു തന്നെ ഇടംനല്കുന്നു. പലപ്പോഴും ജീവിതലക്ഷ്യം തന്നെ മാറ്റിമറിക്കാൻ തക്കവിധം നിർണായകമാണ് പല സാഹ്യദങ്ങളും ബന്ധങ്ങളും. നല്ല പ്രതീക്ഷകളോടെ കലാലയത്തിലെത്തി, വിദ്യാഭ്യാസം തന്നെ മുടങ്ങിപ്പോയ അനേകം വിദ്യാർഥികളെ ഉദാഹരണങ്ങളായി എനിക്ക് എടുത്തുകാണിക്കാൻ സാധിക്കും. പക്ഷമായ ലൈംഗികവിദ്യാഭ്യാസം നൽകിയില്ലെങ്കിൽ ലൈംഗികവൈകല്യങ്ങൾക്ക് കുട്ടികൾ വിധേയരാകും. മാധ്യമങ്ങളിൽ കാണുന്നതെല്ലാം ശരിയാണ് എന്ന് കുട്ടികൾ ധരിക്കുന്നു. അത് തെറ്റായ പ്രവണതകളിലേക്ക് അവരെ നയിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് ശരിയായ മാധ്യമസാക്ഷരതയിലേക്ക് നയിക്കാൻ പറ്റിയ തരത്തിൽ മാതാപിതാക്കൾ സജ്ജരാകണം.

ലോകത്ത് സമാധാനം ഉണ്ടാകണമെങ്കിൽ ആദ്യം കുടുംബത്തുണ്ടാകണം എന്ന മദർ തെരേസയുടെ വാക്കുകൾ ശ്രദ്ധേയമാണ്. പരിപൂർണ്ണമായ കുടുംബമോ പരിപൂർണ്ണരായ ഭർത്താവോ ഭാര്യയോ മാതാപിതാക്കളോ മക്കളോ ഇല്ലായെന്ന ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പയുടെ വാക്കുകളും നമുക്ക് കുട്ടിച്ചേർത്ത് വായിക്കാം. ഈ അപൂർണ്ണതകൾ ഉൾക്കൊള്ളുമ്പോഴാണ് "സുവിശേഷത്തിന്റെ ആനന്ദ"ത്തിൽനിന്ന് "സ്നേഹത്തിന്റെ ആനന്ദ"ത്തിലേക്ക് നമ്മൾ എത്തുന്നത്. ■

# മാനസികാരോഗ്യം - കുടുംബജീവിത വിജയത്തിന്

മനുഷ്യരിൽ ഉണ്ടാകുന്ന വിഷാദം, ഉത്കണ്ഠ, ജീവിത പ്രശ്നങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയെല്ലാം നേരിടാനുള്ള കരുത്തിനെയും പോസിറ്റീവ് മനോഭാവത്തെയുമാണ് മാനസികാരോഗ്യം എന്നതുകൊണ്ട് അർത്ഥമാക്കുന്നത്. മാനസികാരോഗ്യം ഒരു വ്യക്തിയുടെ വൈകാരികവും ശാരീരികവും ആത്മീയവും ഒപ്പം മാനുഷിക ബന്ധങ്ങളിലും ഉണർവ് ഉണ്ടാക്കാൻ സഹായിക്കും. ഇതിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരു മേഖലയിൽ കുറവ് വന്നാൽ അത് മാനസികാരോഗ്യത്തെ ബാധിക്കും. ശാരീരിക ആരോഗ്യം എത്രത്തോളം പ്രധാനപ്പെട്ടതാണോ അത്രയുംതന്നെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നതാണ് മാനസികാരോഗ്യവും.



റവ. ഡോ. ആനി സിറിയക് MD  
ചീഫ് സൈക്യാട്രിസ്റ്റ്, ബിഷോപ്പ് വയലിൽ മെഡിക്കൽ സെന്റർ  
മുലമറ്റം

**ആരോഗ്യപരമായ മനസ്സിന്റെ മൂന്ന് ഘടകങ്ങളാണ് സമയത്ത് ഉറങ്ങുക, സമയത്ത് ഭക്ഷണം കഴിക്കുക, നല്ല രീതിയിൽ എല്ലാവരോടും സംസാരിക്കുക എന്നത്.**

**മാനസികാരോഗ്യം നേടാൻ ചെയ്യേണ്ടവ**

**1. കുടുംബത്തോടും കുടുംബാംഗങ്ങളോടും സമയം ചിലവഴിക്കുക:** നിങ്ങളുടെ പ്രിയപ്പെട്ടവരോട് കൂടെ സമയം ചിലവഴിക്കുന്നത് മാനസിക ക്ഷേമത്തിൽ ഏറ്റവും ഗുണം ചെയ്യും.

**2. ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാനായി സമയം കണ്ടെത്തുക:** തിരക്കുള്ള ജീവിതത്തിനിടയിൽ നിങ്ങൾക്കുവേണ്ടി നിങ്ങൾ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുമ്പോൾ സന്തോഷം ലഭിക്കുകയും മികച്ച മാനസികാരോഗ്യത്തിൽ വളരുകയും ചെയ്യും.

**3. പ്രകൃതി സൗന്ദര്യം ആസ്വദിക്കുക:** നമുക്കു ചുറ്റുമുള്ള പ്രകൃതിയും അതിലെ പച്ചപ്പുമെല്ലാം മനസ്സിന് സന്തോഷം പകരുന്ന കാര്യമാണ്. പ്രകൃതിയുമായി സമ്പർക്കം പുലർത്തുന്നത് നിങ്ങളെ വൈകാരികമായി മികച്ചതാക്കുക മാത്രമല്ല, ശാരീരിക ക്ഷേമത്തിനും ഉത്കണ്ഠ, വിഷാദം തുടങ്ങിയവ ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനും ഉപകരിക്കും.

**4. വ്യായാമം ചെയ്യുക:** ദിവസവും കുറഞ്ഞത് 30 മിനിറ്റുകളിലും വ്യായാമം ചെയ്യുക. ഇത് സമ്മർദ്ദം അകറ്റാനും ബുദ്ധി മെച്ചപ്പെടുത്താനും നന്നായി ഉറങ്ങാനും സഹായിക്കുകയും മാനസികാരോഗ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ സഹായകമാവുകയും ചെയ്യും.

**5. കൃത്യസമയത്ത് ഉറങ്ങുക:** ഉറക്കമില്ലായ്മ ശാരീരികമായും മാനസികമായും നിങ്ങളുടെ ആരോഗ്യനില തൃപ്തികരമല്ലാതാക്കുന്നു. അതിനാൽ തന്നെ ഒരു വ്യക്തി കുറഞ്ഞത് 6 മുതൽ 8 മണിക്കൂർ വരെ ഉറങ്ങണം.

**6. ധ്യാനം:** നിങ്ങളുടെ എല്ലാ ചിന്തകളും മാറ്റിവെച്ച് ദിവസവും 15 മിനിറ്റുകളിലും ധ്യാനിക്കുക. ഇത് മനസ്സിനെ ശാന്തമാക്കാനും സ്വയം പ്രചോദനം നൽകാനും ഒപ്പം ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യം വളർത്താനും സംരക്ഷിക്കാനും ഉപകരിക്കും.

**7. കൃത്യസമയത്തുള്ള ഭക്ഷണം:** കൃത്യസമയത്ത് ആഹാരം കഴിക്കുകവഴി ഊർജവും ആരോഗ്യവും ലഭിക്കും. ശരീരത്തിന്റെ ആരോഗ്യം മനസ്സിന്റെ ആരോഗ്യത്തെ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. മാനസിക, ശാരീരിക ആരോഗ്യം പരസ്പരം പൂരകങ്ങളാണ്. മനുഷ്യന്റെ ഏറ്റവും വലിയ സമ്പാദ്യങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് മാനസികാരോഗ്യം.



മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ ആരംഭം മുതൽ കുടുംബവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുനിൽക്കുന്നു. ശൈശവം മുതൽ മാതാപിതാക്കൾക്ക്, ബന്ധുമിത്രാദികൾക്ക് ഒരു വ്യക്തിയുടെ മാനസികാരോഗ്യവളർച്ചയിൽ വലിയ പങ്കുണ്ട്. പ്രശസ്ത എഴുത്തുകാരിയും കാൺസിലറുമായ Dorothy Law Nolte യുടെ ഒരു കവിതയാണ്: 'Children Learn What They Live.' ശൈശവ കാലഘട്ടം മുതൽ ഒരു കുട്ടി ജീവിക്കുന്ന കുടുംബ അന്തരീക്ഷം തന്റെ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ മാറ്റാൻ തക്കവിധത്തിൽ മാനസികാരോഗ്യത്തെ രൂപപ്പെടുത്തും.

കുടുംബം തിരുസഭയുടെ അടിസ്ഥാന ഘടകമാണ്. "ദൈവമായ കർത്താവ് അരുളിച്ചെയ്തു. മനുഷ്യൻ ഏകനായിരിക്കുന്നത് നന്നല്ല. അവൻ ചേർന്ന ഇണയെ ഞാൻ നൽകും" (ഉത്പ 2:18). ദൈവമാണ് കുടുംബത്തിന് രൂപം നൽകിയിരിക്കുന്നത്. കുടുംബങ്ങൾ ഇന്നുള്ളതാണ് കുടുംബം എന്നു നാം പറയാറുണ്ട്. നിർഭാഗ്യവശാൽ ഇന്ന് പല കുടുംബങ്ങളും കുടുംബങ്ങൾ ഇന്നുള്ളതാകുന്നില്ല. Family as a system- മാതാപിതാക്കളും മക്കളും അടങ്ങിയ ഒരു സിസ്റ്റം. മാതാപിതാക്കളും മക്കളും ഗാഢബന്ധത്തിലായിരിക്കേണ്ട ഒരു സിസ്റ്റം. ഒരു കുടുംബത്തിലെ ഏതെങ്കിലും ഒരു വ്യക്തിക്കുണ്ടാകുന്ന ശാരീരികവും മാനസികവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾ (മദ്യപാനം, മയക്കുമരുന്നിന്, സ്വഭാവവൈകല്യങ്ങൾ...) ആ കുടുംബത്തെ മുഴുവൻ ബാധിക്കും. കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ശിഥിലമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു കാലഘട്ടത്തിലാണ് നാം ഇന്ന് ജീവിക്കുന്നത്. ഭാര്യ-ഭർതൃബന്ധങ്ങളും മാതാപിതാക്കളും മക്കളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധങ്ങളും ശിഥിലമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.

### പ്രധാന പ്രശ്നങ്ങൾ

- സ്വന്തമായി ഭവനമില്ലാതെ വാടക വീടുകളിൽ താമ

- സിങ്കേണ്ടിവരിക
- വിവാഹമോചനം
- ജോലിസ്ഥലത്തും സ്കൂളുകളിലുമുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ
- തൊഴിലില്ലായ്മ
- സാമ്പത്തിക പ്രശ്നങ്ങൾ
- തീരാഭോഗികൾ / അംഗവൈകല്യമുള്ളവർ
- പ്രിയപ്പെട്ടവരുടെ മരണം
- മദ്യപാനം, മയക്കുമരുന്നിന് ഉപയോഗം

### മാനസിക സംഘർഷങ്ങൾ

- ദമ്പതികൾ തമ്മിലും മാതാപിതാക്കളും മക്കളും തമ്മിലും പൊരുത്തപ്പെടുപോകാനുള്ള വിഷമം (adjustment problem)
- ആശയ വിനിമയത്തിലുള്ള അപാകതകൾ
- വ്യക്തിബന്ധങ്ങളുടെ അഭാവവും ശിഥിലമാകലും
- പരസ്പര സന്ദേഹവും വിശ്വാസവും ഇല്ലാത്ത അവസ്ഥ
- കോപം, വഴക്ക്, അക്രമം, ആത്മഹത്യാ ഭീഷണി, വധഭീഷണി...

പ്രശസ്ത മനഃശാസ്ത്രജ്ഞനായ Freud ന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ ഒരു വ്യക്തിയുടെ മാനസികാരോഗ്യവും വ്യക്തിത്വവികസനവും നടക്കുന്നത് ബാല്യകാലത്താണ്. ആയതിനാൽ കുടുംബസാഹചര്യവും മാതാപിതാക്കളുടെ മാതൃകയും വളരെയേറെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്. നല്ല ആരോഗ്യമുള്ള കുടുംബത്തിൽനിന്നും നല്ല ആരോഗ്യമുള്ള കുട്ടികൾ വളർന്നുവരുന്നു. ഭാവിയിൽ ഒരു നല്ല സമൂഹം രൂപപ്പെടണമെങ്കിൽ നല്ല കുടുംബങ്ങൾ - ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യമുള്ള കുടുംബങ്ങൾ രൂപപ്പെടുക അത്യാവശ്യമാണ്.

കുട്ടികളുടെ മാനസികാരോഗ്യം വളരുന്നതിനായി കുടുംബാന്തരീക്ഷത്തിൽ സമാധാനവും ശാന്തിയും,

ക്ഷമയും ദയയും വാത്സല്യവും കരുതലും കാവലും സംരക്ഷണവും സ്വസ്ഥതയും ആത്മനിയന്ത്രണവും ഉണ്ടാവണം.

ശിഥിലമായ കുടുംബങ്ങളിൽ (Broken Family) വളർന്നുവരുന്ന കുട്ടികളിൽ കുടുംബതൽ ഭയവും ഉൽകണ്ഠയും കളവും മദ്യപാനവും മയക്കുമരുന്നിന് ഉപയോഗവും അക്രമാസക്തിയും ധർമ്മവും പഠനത്തിൽ താല്പര്യമില്ലായ്മയും കണ്ടുവരുന്നു. അതുപോലെതന്നെ പലതരത്തിലുള്ള മാനസികരോഗങ്ങൾ അവരിലുണ്ടാകാൻ സാധ്യതകൾ കാണുന്നു. മാതാപിതാക്കളുടെ ജീവിതം കുട്ടികളെ ഏറെ സ്വാധീനിക്കുന്നു. മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നിന്റെയും ഉപയോഗത്താൽ തകർക്കപ്പെട്ട ഭവനത്തിൽ വളർന്നുവരുന്ന കുട്ടികൾക്കും പലതരം മാനസിക വിഭ്രാന്തികൾ കണ്ടുവരുന്നു. (ഉദാ. ഒരിക്കൽ 28 വയസ്സുള്ള ഒരു സ്ത്രീയെ കാൺസിലിങ്ങിനും ചികിത്സയ്ക്കു മാറി കൊണ്ടുവന്നു. ഭർത്താവ് മദ്യപാനി. നിരന്തരം കുടുംബത്തിൽ വഴക്ക്. ഈ സ്ത്രീ എല്ലാ ദിവസവും തന്നെ കയറേണ്ടുത് തുങ്ങാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. അവരുടെ 3 വയസ്സുള്ള കുട്ടി ഇതുതന്നെ കണ്ടുപഠിച്ചു. ആ കുട്ടിയും അവളുടെ ആഗ്രഹം സാധിക്കാതെ വരുമ്പോൾ ചാക്കുനൂലേടുത്ത് കുടുകിട്ട് തുങ്ങു മെന്ന് പറയുമായിരുന്നു). കുട്ടികളുടെ മാനസികാരോഗ്യ വളർച്ചയിൽ മാതാപിതാക്കളുടെ ഉത്തരവാദിത്വം - റോൾ മോഡൽ ആകേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത എത്രമാത്രമെന്ന് വ്യക്തമാണല്ലോ.

ഗാന്ധിജി പറയുന്നു: എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും സ്ത്രീകാണു കുടുംബത്തിന്റെ സംരക്ഷണ ചുമതല. ഇളം തലമുറയെ വളർത്തിയെടുക്കുന്ന കൃത്യം അവളുടേതുമാത്രമായ പ്രത്യേക അധികാരവും അവകാശവുമാണ്. അവളുടെ ശ്രദ്ധാപൂർവമായ പരിചരണമില്ലെങ്കിൽ മനുഷ്യവംശം നശിക്കുകതന്നെ ചെയ്യും.

### മാനസികാരോഗ്യം എങ്ങനെ മെച്ചപ്പെടുത്താം?

**1. ആശയവിനിമയം:** നിരന്തരമായ ആശയവിനിമയം വളരെയേറെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്. ആശയവിനിമയത്തിലൂടെ ആഴമായ വ്യക്തിബന്ധങ്ങൾ സ്ഥാപിക്കാൻ സഹായകമാകുന്നു. ഇതിലൂടെ അനുഭവങ്ങളും ആഗ്രഹങ്ങളും ആവശ്യങ്ങളും വികാരങ്ങളും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും പങ്കുവയ്ക്കാൻ സാധിക്കുന്നു. അതുവഴി അനുദിന ജീവിതത്തിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന പ്രതിസന്ധികളെയും പ്രശ്നങ്ങളെയും ആരോഗ്യപരമായി പരിഹരിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു.

നല്ല മാനസികാരോഗ്യം ഉണ്ടാവണമെങ്കിൽ നല്ല ആശയവിനിമയം ഉണ്ടായിരിക്കണം. ഇതിലൂടെ മറ്റുള്ളവരെ മനസ്സിലാക്കാനും അവർ ആയിരിക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ അവരെ ഉൾക്കൊള്ളാനും സാധിക്കും. ആയതിനാൽ നല്ല മാനസികാരോഗ്യ വളർച്ചയ്ക്കായി ഏറ്റവും കുറഞ്ഞത് ഒരു മണിക്കൂറെങ്കിലും ഹൃദയമായ ആശയ വിനിമയത്തിനായി ഭവനാംഗങ്ങൾ ഒത്തുചേരുകയും ഒരുമിച്ചു ഭക്ഷിക്കുകയും പ്രാർഥിക്കുകയും ചെയ്യണം. ഇന്ന് പല കുടുംബങ്ങളിലും ആശയവിനിമയം കുറഞ്ഞത് കുറഞ്ഞത് ഇല്ലാതായി ഒരു മുറിയിൽനിന്ന് മറ്റൊരു മുറിയിലേക്ക് ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാരും മാതാപിതാക്കളും മക്കളും മൊബൈൽ ഫോണിലൂടെ ആശയവിനിമയം നടത്തുന്ന രീതിയും ഇല്ലാതില്ല.

**2. കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ആഴപ്പെടുത്തുക:** കെട്ടുറപ്പുള്ള കുടുംബബന്ധമുള്ളവർക്ക് ജീവിതത്തിലെ എത്ര വലിയ പ്രതിസന്ധികളെയും ധീരതയോടെ ആരോഗ്യപരമായി നേരിടാനുള്ള ആത്മശക്തി ഉണ്ടായിരിക്കും.

**3. ഉഷ്മളമായ സ്നേഹബന്ധം:** മാനസികാരോഗ്യം വളർത്താൻ സഹായിക്കുന്നു. ക്ഷമിക്കാനും വിട്ടുവീഴ്ച ചെയ്യാനും സഹായിക്കുന്നു (1 കോറി 13:4-7).

**4. സ്ട്രോംഗ് സപ്പോർട്ട് സിസ്റ്റം:** പരസ്പരം സംരക്ഷിക്കുക, ബലപ്പെടുത്തുക, അനുകൂലിക്കുക, സഹായിക്കുക.

എല്ലാറ്റിനുമുപരിയായി മാനസികാരോഗ്യത്തോടൊപ്പംതന്നെ ആത്മീയ ആരോഗ്യവും കുടുംബജീവിത വിജയത്തിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. "ഭാര്യമാരേ, നിങ്ങൾ കർത്താവിന് എന്നപോലെ ഭർത്താക്കന്മാർക്കു വിധേയരായിരിക്കുവിൻ" (എഫേ 5:22). അതുപോലെതന്നെ "ഭർത്താക്കന്മാർ ഭാര്യമാരെ സ്വന്തം ശരീരത്തെ എന്നപോലെ സ്നേഹിക്കണം" (എഫേ 5:28). "കുട്ടികളേ, കർത്താവിൽ നിങ്ങൾ മാതാപിതാക്കന്മാരെ അനുസരിക്കുവിൻ" (എഫേ 6:1). "നിങ്ങൾക്ക് നന്മ കൈവരുന്നതിനും ഭൂമിയിൽ ദീർഘകാലം ജീവിക്കുന്നതിനുംവേണ്ടി മാതാവിനെയും പിതാവിനെയും ബഹുമാനിക്കുക. വാഗ്ദാനത്തോടു കൂടിയ ആദ്യത്തെ കല്പന ഇതത്രെ" (എഫേ 6:2). "പിതാക്കന്മാരേ, നിങ്ങൾ കുട്ടികളിൽ കോപം ഉളവാക്കരുത്. അവരെ കർത്താവിന്റെ ശിക്ഷണത്തിലും ഉപദേശത്തിലും വളർത്തുവിൻ" (എഫേ 6:4).

വിശ്വാസത്തിലും സ്നേഹത്തിലും പ്രത്യാശയിലും ആഴപ്പെട്ട് നല്ല മാനസികാരോഗ്യമുള്ള കുടുംബങ്ങളായി നമ്മുടെ ഓരോ ഭവനങ്ങളും രൂപപ്പെടട്ടെ. ■

# കുടുംബം ദൈവാലയമാക്കണം



**വ. ഡോ. എ. ആർ. ജോൺ**  
സൈക്കോളജിസ്റ്റ്, തിരുവനന്തപുരം  
ലത്തീൻ അതിരൂപത

കുടുംബത്തെ സ്നേഹോഷ്മളമാക്കുന്നതിൽ മാതാപിതാക്കൾക്ക് വലിയ പങ്കാണുള്ളത്. കുടുംബബന്ധങ്ങളെ ക്രമീകരിക്കുന്നതിനും അവ പ്രായോഗിക തലത്തിലാക്കുന്നതിനും മാതാപിതാക്കൾ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട 10 കല്പനകളെ പരിചയപ്പെടുത്തുന്നു.

എല്ലാ സാഹ്യങ്ങളും നാമുണ്ടാക്കുന്നു. എന്നാൽ ദൈവം മനുഷ്യനായി നല്കുന്ന സാഹ്യമാണ് വിവാഹം. അത് ഞാൻ എന്റെ ഇണയെ കണ്ടെത്തി എന്ന് അവകാശപ്പെട്ടാലും ശരി, മാതാപിതാക്കൾ കണ്ടെത്തി നല്കിയത് അനുസരണയോടെ സ്വീകരിച്ചു എന്ന് പറഞ്ഞാലും ശരി. ഓർക്കണം, നിങ്ങൾ കണ്ടുമുട്ടും മുൻപ് നിങ്ങളുടെ മാതാപിതാക്കൾ നിങ്ങൾക്കായി കണ്ടെത്തും മുൻപ് ദൈവം നിങ്ങളെ കണ്ടെത്തി. ആ അർഥത്തിൽ നിങ്ങളുടെ ഇണയ്ക്ക് നിങ്ങളെ ചേരൂ. കാരണം, ഇത് ദൈവം ചേർത്ത സാഹ്യമാണ്.

കുടുംബങ്ങൾക്കുള്ളിൽ തങ്ങളുടെ മക്കളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് മാതാപിതാക്കൾ പാലിക്കേണ്ട, അവസാനം വരെ മുറുകെ പിടിക്കേണ്ട പത്ത് കല്പനകൾ കാഴ്ചപ്പെടുത്തുകയാണിവിടെ.

1. കുടുംബത്തിന് ദൈവം തന്ന മഹത്തായ ദാനമാണ് മക്കൾ. അവരെ സ്നേഹിക്കുന്നതിലും ശിക്ഷണം നൽകുന്നതിലും കുറവു വരുത്തരുത്. അവർക്ക് പലപ്പോഴും ആശ്രയിക്കാവുന്ന, വിശ്വസിക്കാവുന്ന ഉത്തമ സ്നേഹിതരാണ് മാതാപിതാക്കൾ. കുറ്റങ്ങൾ മാത്രം കാണുന്ന പ്രവണതയിൽ നിന്നും അനാരോഗ്യകരമായ താരതമ്യപ്പെടുത്തലിൽ നിന്നും അകലം പാലിക്കുക.
2. കുടുംബത്തിന്റെ സുരക്ഷിതത്വവും ഐക്യവും വിശ്വസ്തതയും ധർമ്മികതയും സമൂഹത്തിന്റെയും നീതിവ്യവസ്ഥയുടെയും ആവശ്യമല്ലാതായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ലോകത്ത് അത് മാതാപിതാക്കളുടെ മാത്രം ഉത്തരവാദിത്വവും ആവശ്യവുമായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. തങ്ങൾ ഒറ്റ

പ്പെടുമോ എന്ന ഭയം കുടികളിലും തങ്ങൾക്ക് പിരിയേണ്ടി വരുമോ എന്ന ആശങ്ക മാതാപിതാക്കളിലുമുണ്ട്. അതിനാൽ മക്കൾക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഏറ്റവും ശ്രേഷ്ഠമായ അധ്യാപനം സ്വന്തം മാതൃക വഴി പഠിപ്പിക്കുകയാണ്. മാതൃകകളായി മാതാപിതാക്കൾ മാറിയാൽ മക്കളെ മാറ്റിയെടുക്കാൻ അതുവഴി സാധിക്കും.

3. മക്കളുടെ സന്ദ്രിപ്രവൃത്തികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക. അവരുടെ കഴിവുകളും വാസനകളും കണ്ടെത്താൻ സഹായിക്കുക, നേട്ടങ്ങളിൽ അഭിമാനിക്കുക, അഭിനന്ദിക്കുക. അശ്ലീലത്തിന്റെ വ്യാപകമായ ഉപയോഗവും സ്വീകാര്യതയും നിസ്സാരവൽക്കരണവും ഒഴിവാക്കാൻ പേർണോഗ്രാഫിയുടെ സാമാന്യവൽക്കരണവും ഒരു പുതു സംസ്കാരമായി വളർന്നുവരുന്നു. മാതാപിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധ അനിവാര്യം. ആവശ്യത്തിന് ശ്രദ്ധയും അംഗീകാരവും ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ വഴി തെറ്റാൻ സാധ്യത കൂടുതലാണ്.
4. മാതാപിതാക്കൾ മക്കളുടെമേൽ തുല്യ ഉത്തരവാദിത്വം ഏറ്റെടുക്കുക, എന്നാൽ രണ്ടുപേരും ഒരേ സമയം പൊലീസുകാർ ആകരുത്. കുട്ടികളെ തിരുത്തുമ്പോൾ മാതാപിതാക്കൾ പരസ്പരം കുറ്റം ചാരുകയോ പക്ഷം പിടിക്കുകയോ അരുത്.
5. മറ്റുള്ളവരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ കുട്ടികളെ കൊച്ചാക്കുകയോ അവഗണിക്കുകയോ അരുത്. തങ്ങൾക്ക് കുടുംബത്തിൽ സ്ഥാനമില്ലെന്നും തങ്ങൾ നിസ്സാരരെന്നും അവർക്ക് തോന്നും. മക്കളെ ഉത്തരവാദിത്വത്തോടെ സ്വയംപര്യാപ്തരാക്കി പ്രായാനുസൃതം വളർത്തണം.



- 6. കൈസർ ഫാമിലി ഫൗണ്ടേഷന്റെ പഠനമനുസരിച്ച് ഒരു ശരാശരി അമേരിക്കൻ വിദ്യാർഥി ഏഴര മണിക്കൂർ ഇലക്ട്രോണിക് മാധ്യമ ലോകത്ത് ചിലവഴിക്കുന്നു. നമ്മുടെ കാര്യാലയം മറ്റൊന്നായിരിക്കില്ല. ഇന്ന് മക്കളാൽ കഷ്ടപ്പെടുന്ന മാതാപിതാക്കളെയും മാതാപിതാക്കളാൽ ബുദ്ധിമുട്ടുന്ന കുട്ടികളെയും കാണാൻ കഴിയും. ഇതിന് കാരണം ഒരു പരിധിവരെ സാമൂഹ്യ മാധ്യമങ്ങളുടെ കടന്നുകയറ്റമാണ്. തകരുന്ന കുടുംബങ്ങളിലെ തകരുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങൾ സമൂഹത്തിന്റെ ഒരു വലിയ ദുഃഖമാണ്. വിവാഹമോചനം ഒരു പാപമെന്നാണ് ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ പഠിപ്പിക്കുന്നത്. അതിനാൽ വളർച്ചയുടെ ഓരോ ഘട്ടത്തിലും അവബോധം നൽകി അവരെ അനുധാവനം ചെയ്യുക, അല്ലെങ്കിൽ അവർ വഴിതെറ്റും എന്നതിൽ സംശയമില്ല.
- 7. കുട്ടികളുടെ സുഹൃത്തുക്കളോട് നിങ്ങളും സാഹൃദം പുലർത്തുക. അവരെ വീട്ടിൽ സന്ദേഹപൂർവ്വം ക്ഷണിക്കുക. അർഹിക്കുന്ന സാന്നിധ്യവും സ്വാതന്ത്ര്യവും ഭവനത്തിനുള്ളിൽ കൊടുക്കുക. അവരെ സൽക്കരിക്കുക. ഉല്ലാസത്തിലും വിനോദത്തിലും ഏർപ്പെടാൻ അനുവദിക്കുക. തോൽക്കാനും കളിയാക്കപ്പെടാനും നൽകാനും സ്വീകരിക്കാനും പഠിച്ച് യാഥാർത്ഥ്യബോധമുള്ള ഔദാര്യശീലരായി അവർ വളരട്ടെ.
- 8. കുട്ടികളുടെ കഴിവിനപ്പുറം പ്രതീക്ഷിക്കരുത്.

- പരീക്ഷയേക്കാൾ ജീവിതവും വിജയത്തേക്കാൾ വിശ്വസ്തതയും പ്രധാനമെന്ന് പഠിപ്പിക്കണം.
- 9. മാതാപിതാക്കളും മക്കളും ഒത്തുചേർന്ന് എപ്പോഴും സകുടുംബം മൂന്ന് ആലയങ്ങളുമായി ഗാഢമായ ബന്ധം പുലർത്തണം. ഒന്ന് വിദ്യാലയം, രണ്ട് ദൈവാലയം മൂന്ന് ആതുരശാലയം. ജീവകാരുണ്യ - പരോന്മുഖ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ കുടുംബം ഒന്നു ചേർന്ന് താല്പര്യപൂർവ്വം പങ്കുചേരണം.
- 10. ദൈവത്തിൽ നിന്നും ഒരിക്കലും അകലരുത്. ദിവ്യബലിയിലുള്ള കുടുംബ സാന്നിധ്യം, മതപഠന ക്ലാസ്സുകളിലുള്ള പരിപൂർണ്ണ പങ്കാളിത്തം, ദൈവിക ജ്ഞാനം നൽകുന്ന വായനകൾ ഒപ്പം കുടുംബത്തെ പ്രാർഥനകൊണ്ടും ഹൃദ്യതകൊണ്ടും സന്ദേഹംകൊണ്ടും ആലയമാകാനുള്ള ആത്മാർഥമായ പരിശ്രമവും വേണം. മാറ്റങ്ങളുടെ ലോകത്ത് മാറ്റങ്ങൾക്ക് വിധേയമാകുമ്പോഴും മാറാത്ത മൂല്യങ്ങളെ മറുവക പിടിക്കുക. കാഴ്ചിക്കുറുക്കിപ്പറഞ്ഞാൽ കുടുംബങ്ങളെ ദൈവാലയമാക്കുന്നതാണ് മാതാപിതാക്കളുടെ ആത്മീയത. സ്വർഗ്ഗപോലെ സുന്ദരമാണ് കുടുംബജീവിതം, ജീവിക്കേണ്ടപോലെ ജീവിക്കാൻ. അതിന് കുടുംബവും കുടുംബാംഗങ്ങളും വ്യത്യസ്തരകാൻ ധൈര്യം കാണിക്കണം. ഇത് ഒരു ദിവസത്തിന്റെ അല്ലെങ്കിൽ ദിവസത്തിന്റെയും കാര്യമാണ്. ■



# വിരമിച്ച മെത്രാന്മാരുടെ വോട്ടവകാശം



ഫാ. എബ്രഹാം കാവിൽപുരയിടത്തിൽ  
ചാൻസലർ,  
സീറോമലബാർസഭാ കാര്യാലയം

**?** **ദീർഘകാലത്തു ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ പാരസ്ട്ര്യസഭ കളിലെ റിട്ടയർ ചെയ്ത മെത്രാന്മാരുടെ വോട്ടവകാശത്തിൽ ചില നിയന്ത്രണങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തിയെന്നു വായിച്ചു. ഇക്കാര്യം ഒന്നു വിശദീകരിക്കാമോ?**  
- ജോസഫ് പന്നിവിഴ, തൃശൂർ

കത്തോലിക്കാസഭ ലത്തീൻസഭയുടെയും പാരസ്ട്ര്യസഭകളുടെയും കൂട്ടായ്മയാണ് എന്ന അടിസ്ഥാന നിർവചനം ഈ വിഷയം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിന് ആമുഖമായി പറയുന്നതു പ്രസക്തമാണ്. പരിശുദ്ധ പിതാവ് സാർവത്രികസഭയുടെ ഉന്നതനായ ഭരണാധികാരി ആയിരിക്കുമ്പോഴും പാരസ്ട്ര്യസഭകൾക്കു സ്വയംഭരണത്തിനുള്ള സംവിധാനങ്ങൾ പാപ്പ നടപ്പിലാക്കിയ സഭാനിയമത്തിൽ നൽകപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. അവയിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണു മെത്രാന്മാരുടെ സിനഡ് അഥവാ സുനഹദോസ്. പാരസ്ട്ര്യസഭകളിലെ മെത്രാൻ സിനഡിനെ സാർവത്രികസഭയിലെ മെത്രാൻ സിനഡിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമായാണ് മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്. സാർവത്രികസഭയുടെ മെത്രാൻ സിനഡിൽ (CCEO c. 46 1; CIC cc. 342-348) പാരസ്ട്ര്യസഭകളിലെ മെത്രാന്മാരുടെ പ്രതിനിധികളും അംഗങ്ങളാണ്. 2023 ഒക്ടോബർ മാസത്തിൽ റോമിൽ നടക്കുന്നത് സാർവത്രികസഭയുടെ മെത്രാൻ സിനഡിന്റെ സമ്മേളനമാണ്.

### മെത്രാൻ സിനഡ്

സഭാതലത്തിൽ സിനഡ് മെത്രാന്മാരുടെ അസംബ്ലിയെ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. പാരസ്ട്ര്യസഭകളുടെ ഭരണ നിർവഹണത്തിൽ നിർണായകമായ ദാത്യം നിർവഹിക്കുന്ന സംവിധാനമാണ് മെത്രാൻമാരുടെ സിനഡ്. പാരസ്ട്ര്യസഭകളിൽ പാത്രിയാർക്കൽ, മേജർ ആർക്കിഎപ്പിസ്കോപ്പൽ എന്നീ പദവികളിലുള്ള സഭകളിലാണു മെത്രാന്മാരുടെ സിനഡ് ഉള്ളത്. സീറോ - മലബാർ, സീറോ - മലങ്കരസഭകളിലെ മെത്രാൻ സിന

ഡുകളുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചു നമുക്കു കൂടുതൽ പരിചയമുണ്ടാകും. പാരസ്ട്ര്യകാനൻ നിയമത്തിലെ 102 മുതൽ 113 വരെയുള്ള കാനോനുകളാണ് മെത്രാൻ സിനഡിനെക്കുറിച്ചു പ്രതിപാദിക്കുന്നത്. ഈ പൊതുനിയമത്തിനു പുറമേ ഓരോ സഭയുടെയും പ്രത്യേക നിയമങ്ങളുടെയും പ്രത്യേക നിയമാവലിയുടെയും അടിസ്ഥാനത്തിലാണ് മെത്രാൻ സിനഡു പ്രവർത്തിക്കുന്നത്.

### സിനഡിലെ അംഗങ്ങൾ

ഒരു മെത്രാൻ സിനഡിലെ അംഗങ്ങൾ ആ സഭയിലെ എല്ലാ മെത്രാന്മാരുമാണ്. മെത്രാന്മാർ മാത്രമേ സിനഡിൽ അംഗങ്ങളാകുകയുള്ളൂ. കാനോനികമായ ശിക്ഷ ലഭിച്ച മെത്രാന്മാർക്കു സിനഡിൽ പങ്കെടുക്കാൻ സാധിക്കില്ല എന്നതു നിയമം വ്യക്തമാക്കുന്നു. രൂപതാ ഭരണത്തിലുള്ളവരും സഹായമെത്രാന്മാരും വിരമിച്ച മെത്രാന്മാരുമെല്ലാം സിനഡിലെ അംഗങ്ങളാണ്.

### മെത്രാന്മാരുടെ വോട്ടവകാശം

സിനഡിൽ അംഗങ്ങളായ എല്ലാ മെത്രാന്മാർക്കും തുല്യ വോട്ടവകാശമാണോ ഉള്ളതെന്ന ചോദ്യം പ്രസക്തമാണ്. ഒരു സഭയുടെ അതിർത്തിയിൽ (proper territory) ഉള്ള രൂപതകളിലെ മെത്രാൻമാരുടെയും അതിർത്തിക്കു പുറത്തുള്ള മെത്രാന്മാരുടെയും വോട്ടവകാശത്തിൽ വ്യത്യാസമുണ്ട്. സഭയുടെ അതിർത്തിക്കു പുറത്തുള്ള മെത്രാന്മാരുടെ വോട്ടവകാശം ചില കാര്യങ്ങളിൽ പ്രത്യേകനിയമം

വഴി പരിമിതപ്പെടുത്താമെന്നു പൊതുനിയമം പറയുന്നു. അതുപോലെ പീന്തുടർച്ചാവകാശമുള്ള മെത്രാന്മാർ, സഹായ മെത്രാന്മാർ, കൂടിയ മെത്രാന്മാർ, വിരമിച്ച മെത്രാന്മാർ എന്നിവരുടെ വോട്ടവകാശവും പരിമിതപ്പെടുത്താൻ പ്രത്യേകനിയമത്തിനു സാധിക്കുമെന്നു പൊതുനിയമം പറയുന്നു. അതിന്റെ കാരണം നിർണായകമായ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുന്നതിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം രൂപത ഭരിക്കുന്ന മെത്രാന്മാർക്ക് ആയിരിക്കണം എന്നതുകൊണ്ടാണ്. സീറോ - മലബാർസഭയുടെ പ്രത്യേക നിയമമനുസരിച്ചു സഭയിലെ എല്ലാ മെത്രാന്മാരും - സഹായ മെത്രാന്മാർ, കൂടിയ മെത്രാന്മാർ, വിരമിച്ച മെത്രാന്മാർ -നിർണായക വോട്ടവകാശത്തോടുകൂടിയ സിനഡ് അംഗങ്ങളാണ് (Statutes of the Synod of Bishops of the Syro-Malabar Church, Art. 3:1). സീറോമലങ്കര സഭയുടെ പ്രത്യേകനിയമവും ഇതേ സമീപനമാണ് സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നത് (Statutes of the Holy Episcopal Synod, Art. 3).

### പാപ്പ വരുത്തിയ മാറ്റം

പരിശുദ്ധ പിതാവ് ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ 2023 ഏപ്രിൽ പതിനേഴാം തീയതി പുറത്തിറക്കിയ I am Pridem (for a long time) എന്ന അക്ഷതോല്പിത ലേഖനത്തിലാണ് ചോദ്യകർത്താവിന്റെ സംശയത്തിന് ആധാരമായ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തിയിരിക്കുന്നത്. അപ്പോസ്തോലിക ലേഖനത്തിന്റെ ആമുഖത്തിൽ പരിശുദ്ധ പിതാവ് ഇത്തരമൊരു മാറ്റം ആവശ്യമായി വന്നതിന്റെ പശ്ചാത്തലം സൂചിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. പാരസ്യസഭകളിലെ സുനഹദോസുകളിൽ നടക്കുന്ന പാത്രിയാർക്കീസിന്റെ/മേജർ ആർച്ചുബിഷപ്പിന്റെയും മെത്രാന്മാരുടെയും തെരഞ്ഞെടുപ്പിൽ വോട്ടവകാശം വിനിയോഗിക്കുന്ന വിരമിച്ച മെത്രാന്മാരുടെ എണ്ണത്തെക്കുറിച്ചും അതുവുമുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകളെക്കുറിച്ചും ചില പാരസ്യസഭകൾ പാരസ്യസഭകൾക്കായുള്ള കാര്യലയത്തിൽ അറിയിച്ചിരുന്നു. വിരമിച്ച മെത്രാന്മാരുടെ വോട്ടവകാശത്തിനു പ്രായപരിധി നിശ്ചയിക്കണമെന്ന അഭ്യർത്ഥന കണക്കിലെടുത്താണു പാരസ്യകാനൻനിയമത്തിലെ ഏതാനും കാനോനുകൾ ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ ഭേദഗതി ചെയ്തിരിക്കുന്നത്.

പ്രധാനമായും 102-ാം നമ്പർ കാനോനയിൽ മൂന്നാമതായി ഒരു ഖണ്ഡിക കൂട്ടിച്ചേർത്തു എന്നതാണ് പ്രധാനമാറ്റം. അതു നിലവിലുള്ള നിയമത്തെ ഭേദഗതി ചെയ്യുന്നതാണ്. പുതിയ നിയമം ഇപ്ര

കാരമാണ്. 1. വിരമിച്ച മെത്രാന്മാർക്ക് 80 വയസ്സ് പൂർത്തിയാകുന്നതോടെ സിനഡിൽ വോട്ടവകാശം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. 2. ഭരണനിർവഹണത്തിലുള്ള പാത്രിയാർക്കീസിനും/മേജർ ആർച്ചുബിഷപ്പിനും രൂപതാ മെത്രാനും അവർ 80 വയസ്സ് കഴിഞ്ഞവർ ആണെങ്കിലും വോട്ടവകാശം ഉണ്ടായിരിക്കും. 3. പാത്രിയാർക്കീസിന്റെ/മേജർ ആർച്ചുബിഷപ്പിന്റെയും മെത്രാന്മാരുടെയും സഭയുടെ അതിർത്തിക്കു പുറത്തുള്ള രൂപതകളിൽ മെത്രാന്മാരായി നിയമിക്കപ്പെടാനുള്ള അർഹികളുടെയും തെരഞ്ഞെടുപ്പു ഉൾപ്പെടെ സിനഡിൽ വോട്ടുചെയ്തു തീരുമാനിക്കേണ്ട എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും 80 വയസ്സ് കഴിഞ്ഞവർക്കു വോട്ടവകാശം നഷ്ടപ്പെടുന്നതാണ്.

ചുരുക്കത്തിൽ, നാളിതുവരെ സിനഡിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന എല്ലാ വിരമിച്ച മെത്രാന്മാർക്കും സിനഡു വോട്ടുചെയ്തു തീരുമാനിക്കുന്ന എല്ലാകാര്യങ്ങളിലും തുല്യ അവകാശത്തോടെ വോട്ടു ചെയ്യാൻ അവസരം ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇനി വിരമിച്ചതിനു ശേഷം (75 വയസ്സിൽ വിരമിക്കുന്നു) അഞ്ചുവർഷം കൂടിയേ ഒരു മെത്രാനു സിനഡിൽ വോട്ടവകാശം ഉണ്ടായിരിക്കുകയുള്ളൂ.

### സിനഡിൽ പങ്കെടുക്കുന്നതിനു പ്രായപരിധി ഇല്ല

ഈ സാഹചര്യത്തിൽ ഉയർന്നുവരാവുന്ന ഒരു സംശയത്തിനുകൂടി വിശദീകരണം നൽകി അവസാനിപ്പിക്കാം. 80 വയസ്സ് കഴിഞ്ഞാൽ സിനഡിൽ പങ്കെടുക്കുന്നതിൽനിന്നു പുതിയനിയമം വിരമിച്ച മെത്രാന്മാരെ വിലക്കുന്നുണ്ടോ? ഇല്ല എന്നതാണ് ഉത്തരം. സിനഡിൽ പങ്കെടുക്കാൻ ആരോഗ്യവും ആഗ്രഹവും ഉള്ളിടത്തോളംകാലം വിരമിച്ച മെത്രാന്മാർക്ക് അതിനുള്ള അവസരമുണ്ട്. രൂപതാഭരണമോ മറ്റു ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളോ വഹിക്കുന്ന മെത്രാന്മാർക്കു സിനഡിൽ നിർബന്ധമായും പങ്കെടുക്കാൻ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ളപ്പോൾ വിരമിച്ച മെത്രാന്മാർക്ക് അവരുടെ ഇഷ്ടമനുസരിച്ചു സിനഡിൽ പങ്കെടുക്കാവുന്നതാണ്. ■

**അറിയിപ്പ്**

അജപാലനം പംക്തിയിലെ റവ. ഡോ. ജോസഫ് പാണ്ടിയപ്പള്ളിലിന്റെ 'ആരാധനക്രമം എന്ന വിനോദം' ലേഖനത്തിന്റെ രണ്ടാം ഭാഗം അടുത്ത ലക്കം തുടരുന്നതാണ്.

- എഡിറ്റർ

# വഴിപിണക്കി

കളത്തറ ഗോപന്റെ 'വഴിപിണക്കി' എന്ന കവിതയുടെ ആസ്വാദനം  
മാധ്യമം, 2023 മാർച്ച് 13



ഡോ. വോ. സുനീൽ ജോസ് CMI  
സെന്റ് ജോസഫ്സ് കോളേജ്, ദേവഗിരി, കോഴിക്കോട്

കളത്തറ ഗോപൻ തന്റെ കവിതകളിലൂടെ കവിതയിലെ ലീലാംശത്തെ സവിശേഷമാക്കുന്നു. സഹജമായ ലാഘവവും നർമവും കവിതയിൽ നിലനിർത്തുന്നു. 'പറന്ന് നിന്ന് മീൻ പിടിക്കുന്നവ', 'ഇരുട്ടെന്നോ വെളിച്ചമെന്നോ തീർച്ചയില്ലാത്ത ഒരാൾ' തുടങ്ങിയവയാണ് സമാഹാരങ്ങൾ. 'കുട്ടിക്കാലത്ത് കടയിലോ മുടിപ്പുരയിലോ കല്യാണത്തിനോ പോയിട്ടു വരുമ്പോഴൊക്കെ വഴിപിണക്കിയെന്ന വഴി തെറ്റിക്കും' എന്ന അനുഭവത്തിന്റെ ആഖ്യാനത്തോടെയാണ് കളത്തറ ഗോപൻ തന്റെ 'വഴിപിണക്കി' എന്ന കവിത ആരംഭിക്കുന്നത്. കവിതയിലെ വഴിപിണക്കിയാരെന്നറിയാൻ സ്വാഭാവികമായ കാര്യമുണർത്തിക്കൊണ്ട് കവിത മുന്നേറുന്നു. റബർതോട്ടം മുഴുവൻ കയറിയും ഇറങ്ങിയും വഴിതെറ്റി താമസിച്ചു വീട്ടിലെത്തുമ്പോൾ 'വഴിപിണക്കിക്കഥ' യൊന്നും അച്ഛൻ വിശ്വസിക്കില്ല' അടിക്കിട്ടുകയ്യും ചെയ്യും. ഉച്ചയ്ക്കും രാത്രിയുമാണ് വഴിതെറ്റിക്കൽ.

ഒരിക്കൽ സ്കൂളിൽനിന്ന് വന്നപ്പോൾ വഴിതെറ്റി ഒരു ഉച്ചനേരത്ത് ഒരു പെൺകുട്ടിയുടെ അടുത്താണ് ചെന്നുപെട്ടത്. വീട്ടിലെത്തുമ്പോൾ അടിക്കിട്ടു മെന്റുറുപ്പുള്ളതിനാൽ വടി താൻ തന്നെ എടുത്തു കൊടുത്തു. ഉഷിനുപകരം മുളകുവാങ്ങിയതിനാണ് പിന്നീട് വീട്ടിൽനിന്നും അടിക്കിട്ടിയത്. അതും വഴിപിണക്കിയുടെ പണിയായിരുന്നു.

വഴിപിണക്കി വസിക്കുന്നത് ഇടതൂർന്ന മരങ്ങളിലും ആളൊഴിഞ്ഞ വഴികളിലും ആളില്ലാത്ത വീട്ടിലും ആറ്റിൻകരയിലെ കരിമ്പനയിലുമൊക്കെയാണ്. ആളുകളെ പ്രത്യേകിച്ചും കുട്ടികളെ വഴിതെറ്റിച്ചു രസിക്കലാണ് ഇവന്റെയൊരു ജോലി.

മുതിർന്നപ്പോൾ വഴിതെറ്റാതിരിക്കാൻ ഗൃഹിൾ മാപ്പിനെക്കാൾ കൃത്യതയുള്ള കുട്ടുകാരനോടാ

ണ് വഴി ചോദിക്കുക. എന്നിട്ടും വഴിപിണക്കി പണി പറ്റിക്കും. ആലപ്പുഴ ഇറങ്ങേണ്ടയാൾ തൃശൂരിൽ ചെന്നിറങ്ങും. കത്തിമേടിക്കേണ്ടയാൾ പേന മേടിക്കും.

"ഒരു വഴിതെറ്റുമ്പോൾ പല വഴിതെറ്റുകുമെന്നു കാണിച്ച് അവനെന്നിൽത്തന്നെ വസിച്ച് നിരന്തരമെന്ന വഴിതെറ്റിച്ചു രസിക്കുന്നു" എന്ന കവി വാക്യത്തിൽ വായന കുരുങ്ങുന്നു. വഴിപിണക്കി കുട്ടിക്കാലത്തിന്റെ പേടിസ്വപ്നമായി അപരനായി അകലെ യെവിടെയോ അല്ല എന്നും അവൻ ഉള്ളിൽത്തന്നെ യാണെന്നുമുള്ള അറിവ് കവിതയിലെ താക്കോലാകുന്നു. "ദാ ഇപ്പോഴും വഴിതെറ്റി ഞാനൊരു തുരങ്കത്തിലൂടെ നടക്കുന്നു. അകലെ അതിന്റെ കവാടം ചന്ദ്രവളയത്തിൽ പ്രകാശിക്കുന്നു" എന്നെഴുതി കവിത പൂർത്തിയാക്കി. ഇനിയും പൂർണ്ണമാകാത്ത വഴിതെറ്റുകളിലൂടെ കവിതയും കവിയും ഒരേപോലെ സഞ്ചരിക്കുന്നു.

ബാല്യകാലത്തെ അരക്ഷിതത്വവും കുതുഹലങ്ങളും ഫാന്റസികളും കുട്ടിക്കലർന്ന വഴികളിലൂടെ നടന്നു തുടങ്ങുന്ന കവിത മുതിർന്നവരുടെ തലത്തിലെത്തുമ്പോൾ 'വഴിപിണക്കി' ഉള്ളിൽത്തന്നെ യുണ്ടെന്ന പുതുബോധത്തിന്റെ സൂചനകൾ നൽകുന്നു. ഇപ്പോഴും തുടരുന്ന വഴിപിണക്കിയുടെ സ്വാധീനത്തിൽത്തന്നെ അകലെ കാണുന്ന ചന്ദ്രവെളിച്ചത്തിന്റെ പ്രകാശ കവാടം ലക്ഷ്യമാക്കി കവിയോടൊപ്പം വായനക്കാരും സഞ്ചരിക്കുന്നു. ഇരുട്ട് വീണുകിടക്കുന്ന വർത്തമാനകാലത്തിന്റെ ഇടവഴികളിൽ കവിതയിലൂടെ ഇത്തിരി നിലാവെട്ടമാണ് വഴിതെറ്റാതെ നടക്കാൻ ചിലരെയെങ്കിലും പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതെന്ന് കളത്തറഗോപൻ എന്ന കവി പറയാതെ പറയുന്നു 'വഴിപിണക്കി' എന്ന കവിതയിൽ. ■

# ഭാവന ചെയ്യപ്പെടേണ്ടതല്ല സന്തോഷം

സി.വി ബാലകൃഷ്ണന്റെ 'അത്തിമരത്തിനു കീഴെ' എന്ന കഥയുടെ വിശകലനം  
പ്രഭാതരശ്മി 2023, മാർച്ച് - ഏപ്രിൽ



ഫാ. സുരീൽ OFM Cap.  
ഡയറക്ടർ, അസ്സീസി ആർച്ച്ഡി & കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ, കൊല്ലം

സി.വി ബാലകൃഷ്ണന്റെ കലാഭാവനയ്ക്ക് ബൈബിളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രതിമാനങ്ങളുടെ നേർക്ക് എന്തെന്നില്ലാത്ത കമ്പമാണുള്ളത്. തെരഞ്ഞെടുക്കുന്ന ചുറ്റുപാടുകളിൽ തന്റെ ഭാതികമായ നിലനില്പും ഒപ്പം സന്തോഷത്തിന്റെ കർക്കശ വിശുദ്ധിയും സ്ഥാപിക്കാനുള്ള ശ്രമത്തിനിടയിൽ, കഠിന (ജീവിത) പരീക്ഷണങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്ന മനുഷ്യരെ കേന്ദ്രമാക്കിയുള്ള കഥകളാണ് ബാലകൃഷ്ണൻ എഴുതുന്നത്. ഈ കഥാകാരന്റെ പല കഥകളും തമ്മിലുള്ള ചില ഉപരിതല സാദൃശ്യങ്ങൾ ആത്മീയസുകൃതങ്ങളെ തൊട്ടുകാണിക്കുന്നവയാണ്. പട്ടണം നൽകുന്ന ആവശ്യങ്ങൾ ഉപേക്ഷിച്ച് ഒരു കുഗ്രാമത്തിലേക്ക് സേവനതല്പരനായി കടന്നുചെല്ലുന്ന ഒരു ഡോക്ടറുടെ ജീവിതം 'ഭയാനകം' എന്ന കഥയിലൂടെ ബാലകൃഷ്ണൻ അവതരിപ്പിച്ചുണ്ട്. ഡോക്ടർ വിഷ്ണുദാസ് സ്വന്തം വീട്ടിൽനിന്നും അഞ്ചുകിലോമീറ്ററോളം അകലെയുള്ള ദരിദ്രമായ ഒരു വീട്ടിൽ രോഗശയ്യയിലായ വൃദ്ധന്റെ അരികിലായിരുന്നു. രോഗിയുടെ ശ്വാസഗതി സാധാരണ നിലയിലായിരുന്നില്ല. അയാളുടെ നെഞ്ചിൻകൂട് ദീനമായി ഉയർന്നുതാണുകൊണ്ടിരുന്നു. കാഴ്ച മങ്ങിയ കണ്ണുകൾ തുറന്ന് അയാൾ ഡോക്ടറെ നോക്കി. "സാരമില്ല, ശരിയാകും. ഈ വിഷമമൊക്കെ മാറി സുഖമാകും" വിഷ്ണുദാസ് അയാളുടെ നെഞ്ചിൽ തടവിക്കൊണ്ട് പറഞ്ഞു. രോഗം സൃഷ്ടിക്കുന്ന പെരുംനോവും പ്രതിസന്ധികളെ വലംചുറ്റി നീങ്ങുന്ന നിരാലംബരായ മനുഷ്യരുമാണ് ബാലകൃഷ്ണന്റെ കഥാപാത്രങ്ങൾ. രോഗബാധിതമായ ശരീരത്തിന്റെ നോവുകളെ ആത്മീയമായ അവസ്ഥകളിലേക്ക് സംക്രമിക്കുന്നതിന്റെ പ്രയാസങ്ങൾ മുമ്പും നേരിട്ടിട്ടുള്ള ഒരു കഥാകാരന്റെ 'അത്തിമരത്തിനു കീഴെ' എന്ന പുതിയ കഥ വായിക്കാൻ ചില ദാർശനിക സുകൃതങ്ങളും ടൂളുകളും ആവശ്യമാണ്. ഓരോ മനുഷ്യരുടെയും ഉള്ളിലിരുന്നു നീറുന്ന ഒരുതരം അസംതൃപ്തി

തിയുണ്ട്. കഠിനമായ ഈ അത്യപ്തി ഒരാളെക്കൊണ്ട് പലതും ഭാവന ചെയ്യിക്കും. ഇപ്പോൾ സന്തോഷവും ഭാവന ചെയ്യപ്പെട്ടു തുടങ്ങിയതിനെ പ്രതിരോധിക്കാൻ ബാലകൃഷ്ണൻ തീർക്കുന്ന ഈ ആശുപത്രി സാഹിത്യത്തെ (clinical literature) പല മട്ടിൽ വായിക്കുകയാണ് പ്രധാനം.

## സന്തോഷത്തിന്റെ കിടയറ്റ അഭ്യാസികൾ

കഥയിലെ സിറ്റുവേഷൻ നിർമ്മിതികൾ രോഗം എന്ന അനുഭവത്തിലേക്കുമാത്രം ഒതുങ്ങിക്കൂടുന്നില്ല. മറിച്ച് അത് സന്തോഷത്തിന്റെ പ്രത്യയശാസ്ത്രം തീർക്കുന്നു. അതിൽ മനുഷ്യാനുഭവപരമായ സ്ഥലപ്പെടലുകൾ സാധ്യമാക്കുകയും സന്തോഷത്തിന്റെ വിശാലത സൃഷ്ടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ജീവിതം എന്ന കലയ്ക്കുള്ളിലെ ഉപപ്രബന്ധങ്ങളെ പിടിച്ചുകൊണ്ടുവരുന്നത് രോഗവും സന്തോഷവുമാണെന്ന ധ്വനികൾ ഈ കഥ അവശേഷിപ്പിക്കുന്നു. ആയുസ്സിന്റെ അന്ത്യത്തിനടുത്തേക്കു പോകുന്ന അനുഭവമായി സന്തോഷത്തെ ചിത്രീകരിച്ചത് ഷേക്സ്പിയറാണ്. ബാലകൃഷ്ണൻ തീർക്കുന്ന ഈ ഗ്ലോബൽ ചിത്രങ്ങൾ സ്വയം വിശാലത നേടുന്നത് അതിൽ ഉള്ളടക്കം ചെയ്തിരിക്കുന്ന ആത്മീയ സുകൃതങ്ങളുടെ പിൻബലംകൊണ്ടാണ്. രോഗം ഒരാളെ ഒഴിഞ്ഞുമാറലിലേക്കോ ഒറ്റപ്പെടലിലേക്കോ ഒക്കെ നയിച്ചേക്കാമെന്ന സന്തോഷമാണ് ഈ കഥ കൈമാറുന്നത്. അവിടെ ഭാവന ചെയ്യപ്പെട്ട സന്തോഷം അട്ടിമറിക്കപ്പെടേണ്ടതുണ്ട്. ഒരു കമ്പോള മാനവികതയുടെ ഭാഗമായി വരുന്ന ആത്മീയ സംസ്കാരമല്ല ഇവിടെ സന്തോഷം എന്നു പറയുന്നത്.

സി.വി ബാലകൃഷ്ണന്റെ 'അത്തിമരത്തിന് കീഴെ' എന്ന കഥ ആരംഭിക്കുന്നത് നോക്കുക- ഡോക്ടർ

വിശദമായ പരിശോധനയ്ക്കൊടുവിൽ ഒരു തീർപ്പിലെത്തി: എത്രയും പെട്ടെന്ന് ശസ്ത്രക്രിയ. മൈക്കിൾ എന്റെ കൈ പിടിച്ചു "പേടിക്കണ്ട." ഡോക്ടറുടെ തീർപ്പ് കേട്ടപ്പോൾ എന്റെ കണ്ണുകൾ ഭയംകൊണ്ട് പിടഞ്ഞത് മൈക്കിൾ മാത്രമേ കാണാനുണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. കാറോടിച്ച് എന്നെ ആശുപത്രിയിലെത്തിച്ചത് അവനാണ്. ഞാൻ കൊടും നോവിലായിരുന്നു.

ഒരു വഴിക്കുനോക്കിയാൽ ഈ കഥ മാനസികക്കുഴപ്പത്തിന്റെ സൃഷ്ടിയാണ്. ഈ മാനസികക്കുഴപ്പം ജീവിതത്തിന്റെ പൊള്ളത്തരത്തെ, നോവുകളുടെ കാലത്തിലെ ഏകാന്തതയെ, സ്നേഹംകൊണ്ട് തൊടാനാവുമെന്നും അത്തരം മാനസികപീഡകളെ ദുരികരിക്കാനാവുമെന്നും സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു. കലയുടെ രൂപത്തിൽ മാത്രമല്ല സാധാരണ ജീവിതത്തിലെ പ്രവൃത്തികളിലൂടെയും രോഗപീഡകളുടെ കാലത്തിലെ മനുഷ്യന്റെ സ്നേഹസാമീപ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള മുന്നറിയിപ്പുകൾ ഈ കഥ നൽകുന്നു. സ്നേഹത്തെ നിർവചിക്കണമെങ്കിൽ രോഗം ഒരു ഭാഷയായി ഒരു മനുഷ്യന്റെ ഉള്ളിൽ പ്രവേശിക്കേണ്ടതുണ്ടെന്നു തന്നെയാണ് ബാലകൃഷ്ണൻ സ്ഥാപിക്കുന്നത്. സ്നേഹത്തിന്റെ കിടയറ്റ അഭ്യാസികളായിട്ടാണ് ഇതിലെ കഥാപാത്രങ്ങൾ നിലനിൽക്കുന്നത്. സംഭാഷണങ്ങൾക്ക് ജീവിതത്തിലുള്ള സ്ഥാനം മനസ്സിലാകണമെങ്കിൽ രോഗം എന്ന അനുഭവം അനിവാര്യമാണെന്നും കഥ പറഞ്ഞുവയ്ക്കുന്നു. ഏറ്റവും ചെറിയ രോഗംപോലും ഒരാളെ കൊടും നോവിൽ കൊണ്ടെത്തിക്കും. സ്നേഹത്തിന്റെ പലതരം മുഖങ്ങളെ ചിത്രങ്ങളാക്കി വയ്ക്കാനാണ് ബാലകൃഷ്ണൻ ശ്രമിക്കുന്നതും. മൈക്കിൾ എന്ന കഥാപാത്രം സ്നേഹം അനുഭവിക്കാത്തവരുടെ അത്യാർത്തിയോടെയല്ല സ്നേഹത്തിൽ ചെന്നുചാടുന്നത്. രോഗം സ്നേഹത്തെ വൈകാരിക വ്യാകരണമാക്കുമെന്നതിന്റെ തെളിവുകളാണ് കഥ ശേഷിപ്പിക്കുന്നത്. ആശുപത്രി സാഹിത്യത്തിന്റെ കലയെ പ്രദർശിപ്പിക്കണമെങ്കിൽ സ്നേഹത്തിന്റെ ഭാഷ കൊത്തിയെടുക്കപ്പെടേണ്ടതുണ്ട്. സ്നേഹം നടിപ്പായി മാറിയ കാലത്തിൽ രോഗത്തിന്റെ ഭാഷ സ്നേഹത്തെ വീണ്ടെടുക്കുന്നതിന്റെ ചിത്രീകരണമാണ് അത്തിമരത്തിനുകീഴ് എന്ന കഥയുടെ ഒരു ഘട്ടം.

### രോഗം എന്ന ഉൽപന്നം

വർത്തമാനകാലഘട്ടത്തിലെ പല മനുഷ്യരും സ്വന്തം രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും ശാരീരികാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങളെക്കുറിച്ചും കുന്മസാരരീതിയിൽ എഴുതുന്ന

തുക്കൊണ്ടുമാത്രം തൃപ്തിപ്പെടുന്നില്ല. കാരണം, രോഗത്തെ ഒരു ഉൽപന്നമായി കാണുന്ന ഭിഷഗ്വര സംസ്കാരമാണിപ്പോൾ നിലവിലുള്ളത്. അവിടെ പരിചരണം ഒരിക്കലും ആൽക്കെമിയായി തീരുന്നില്ല. ഭാവന ചെയ്യപ്പെട്ട സ്നേഹമാണ് പല ഭിഷഗ്വരന്മാരും കൈമാറ്റം ചെയ്യുന്നത്. അതു പണം മുടക്കി തിരികെ വാങ്ങുന്ന ആരോഗ്യവും സ്നേഹവുമാണ്. അത്തരം ഒരു അനുമാനത്തെയും കറന്നെടുത്തു വെച്ചിട്ടുള്ള ഒരു കഥയാണ് 'അത്തിമരത്തിനു കീഴ്'. രോഗിയുടെ വിഹ്വലമായ മാനസിക പ്രപഞ്ചത്തിലേക്ക് എത്തിനോക്കുമ്പോൾ തീക്ഷ്ണമായ അപഹരികളിന്റെ അബോധഘട്ടനകൾ വായനക്കാർക്ക് അസ്വാസ്ഥ്യം പകരുന്നു. രോഗത്തിൽനിന്ന് വിചിത്രമായൊരു വിമോചനമാണ് ഇക്കാലത്ത് രോഗിക്കു ലഭിക്കുന്നത്. മരുന്നിന്റെ പ്രയോഗങ്ങൾകൊണ്ട് മാറ്റാവുന്ന ദീനങ്ങളെപ്പോലും ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് വിട്ടുകൊടുക്കുന്ന ഒരു പ്രവണത ഇവിടെ നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്. അങ്ങനെ വരുമ്പോൾ ചുഷകനായിട്ടുള്ള ഒരു ഭിഷഗ്വരന്റെ മുന്നിൽ രോഗം പോലും ഒരു ഉൽപന്നമായി തീരും. നാം ജീവിക്കുന്ന കാലത്തെ അതായിത്തന്നെ ചിത്രീകരിക്കുന്ന ഒന്നിലധികം മുഹൂർത്തങ്ങളെ സി.വി ബാലകൃഷ്ണൻ സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെ രോഗവും സ്നേഹവുമെല്ലാം വളർച്ചയെത്തിയ ശരീരഭാഗങ്ങൾപോലെ പ്രത്യക്ഷമാകുകയാണ്. കാലത്തെ അതായിത്തന്നെ പകുത്തുവയ്ക്കാനും കഥ ശ്രമിക്കുന്നുണ്ട്.

ഇതിലെ സെബാസ്റ്റ്യൻ എന്ന രോഗിയായ ആൾ ഇങ്ങനെ പറയുന്നുണ്ട്: 'ആശുപത്രികളെ പേടിച്ചാണ് ഞാൻ വളർന്നത്. ഓരോ ആശുപത്രിയും എന്നെ പേടിപ്പിച്ചിരുന്നു. ഓരോന്നിലും മനുഷ്യരെ കാർന്നു തിന്നുന്ന രോഗങ്ങളാണ്. ഇന്ന് മനുഷ്യർക്കെല്ലാം രോഗങ്ങളെക്കാൾ പേടി ആശുപത്രികളെയാണെന്ന ധ്വനിയും ഈ പരസ്യവാചകങ്ങളിലുണ്ട്. ചില വ്യഗ്രസന്ദർഭങ്ങളിൽ രോഗം സ്നേഹത്തെ നിഷേധിക്കും. പുഴുക്കളുടെ ഭക്ഷണമായിത്തീരാനുള്ള ശരീരത്തിന് ഒരർഥവുമില്ലെന്ന മനനപ്രഖ്യാപനമാണത്. സ്നേഹം ചിലപ്പോൾ ഒരു നേരമ്പോക്കായി തീർന്നേക്കാം. പക്ഷേ, രോഗം ഒരു അസ്വാതന്ത്ര്യമാണല്ലോ. ഈ അസ്വാതന്ത്ര്യത്തെയാണ് നമ്മുടെ ആശുപത്രി സംസ്കാരം ഉൽപന്നമായി സ്വീകരിക്കുന്നത്. വളർച്ചയെത്തിയ ശരീരഭാഗങ്ങളെ നാം മറച്ചുവയ്ക്കുന്നതുപോലെ ആശുപത്രി അധികൃതർ രോഗത്തിന്റെ വിപണനമുല്പത്തെയും മറച്ചുവയ്ക്കുന്നുവെന്നു തന്നെയാണ് ബാലകൃഷ്ണൻ പറഞ്ഞുവയ്ക്കുന്നത്.

..... ശേഷം പേജ് 49-ൽ

# നീലവെളിച്ചം



ഡോ. വെണി  
വെനയികിട്ട് CM  
ഡയറക്ടർ, ചേതന മീഡിയ  
ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്, തൃശ്ശൂർ

ആഷിക് അബു സംവിധാനം ചെയ്ത 'നീലവെളിച്ചം' എന്ന ചലച്ചിത്രമാണ് ഈ ലക്കം നിരൂപണം ചെയ്യുന്നത്. ടോവിനോ തോമസ്, റീമ കല്ലികൽ, റോഷൻ മാത്യു, ഷൈൻ ടോം ചാക്കോ എന്നിവർ പ്രധാന കഥാപാത്രങ്ങളെ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

മലയാളത്തിലെ ആദ്യത്തെ റൊമാന്റിക്-ഹെറോ റോമിംഗ് കാമ്പെയ്നായി ആഷിക് അബു എത്തുന്നത് ആ സിനിമക്ക് ആധാരമായ വൈകം മുഹമ്മദ് ബഷീറിന്റെ ചെറുകഥയുടെ പേരായ നീലവെളിച്ചം കടമെടുത്തുകൊണ്ടാണ്. 1964-ൽ ഇറങ്ങിയ ഭാർഗവി നിലയം 2023-ൽ നീലവെളിച്ചമായി പേരും രൂപഭാവങ്ങളും മാറുകയാണ്.

ഒരു സാഹിത്യകൃതി സിനിമയാക്കുമ്പോൾ സാഹിത്യത്തോളം സിനിമ നന്നായില്ല എന്ന വാദങ്ങളും വിവാദങ്ങളും ഉയർന്നു വരാനുണ്ട്. 'നീലവെളിച്ചം' നേരിടേണ്ടി വരുന്ന വെല്ലുവിളികൾ സാഹിത്യം സിനിമ ആകുമ്പോഴുള്ള പ്രതീക്ഷാഭംഗത്തിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ മാത്രമല്ല, മലയാള സാഹിത്യത്തിൽ മാന്ത്രിക തൂലിക ചലിപ്പിച്ച 'ബേപ്പൂർ സുൽത്താൻ' വൈകം മുഹമ്മദ് ബഷീർ തന്നെ കഥയും തിരക്കഥയും സംഭാഷണങ്ങളും എഴുതി, എ. വിൻസെന്റ് സംവിധാനം ചെയ്ത്, മലയാള പ്രേക്ഷകർ നെഞ്ചിലേറ്റിയ 'ഭാർഗവി നിലയം' സിനിമയുടെ അടുത്തെത്തിയോ ആഷിക് അബുവിന്റെ സിനിമ, അതിനെ കവച്ചു വച്ചോ, എന്നിങ്ങനെ ചർച്ചകൾ ഉയരുക സ്വാഭാവികമാണ്. അതുപോലെ തന്നെ സ്വാഭാവികമാണ് ഭാർഗവിനിലയം കണ്ടിട്ടുള്ള പ്രേക്ഷകർ നടത്താനിടയുള്ള അന്നത്തെ അഭിനേതാക്കളും ഇന്നത്തെ അഭിനേതാക്കളും തമ്മിലുള്ള താരതമ്യവും വിധി പ്രസ്താവനയും. മധ്യ അവതരിപ്പിച്ച നോവലിസ്റ്റ് ടോവിനോയിൽ എത്തുമ്പോൾ എങ്ങനെ? നിത്യഹരിത നായകൻ പ്രേംനസീർ ജീവൻ കൊടുത്ത ഭാർഗവിയുടെ കാമുക കഥാപാത്രം ശശികുമാർ, നീലവെളിച്ചത്തിലെത്തുമ്പോൾ റോഷൻ മാത്യുവിന്റെ കൈകളിൽ ഭദ്രമായോ? ഏറ്റവും തീക്ഷ്ണമായി കീറിമുറിക്കപ്പെടുന്ന വിശകലനം പണ്ട് വിജയ നിർമ്മല ചെയ്ത

ഭാർഗവിയുടെ കഥാപാത്രത്തെ റീമ കല്ലികൽ അവിസ്മരണീയമാക്കിയോ ഇല്ലയോ എന്നായിരിക്കും.

നീലവെളിച്ചത്തിന്റെ ആകർഷണീയത എന്ത് തീയേറ്ററുകളിൽ ഓടിക്കാൻ വേണ്ടി ചേരുവകൾ ചേർത്ത് പതിവ് മാതൃകയിൽ ഒരു ഹെറോ സിനിമ നിർമ്മിക്കാൻ സംവിധായകൻ ശ്രമിച്ചിട്ടില്ല എന്ന വസ്തുതയാണ്. ടോവിനോ അവതരിപ്പിക്കുന്ന നോവലിസ്റ്റിന്റെ കഥാപാത്രത്തിലൂടെ, പ്രപഞ്ചത്തിലേക്കു മുഴുവൻ ഹൃദയം തുറന്നു വെച്ചിരിക്കുന്ന ബഷീറിന്റെ ജീവിത വീക്ഷണത്തിന്റെ ആർദ്രതയും വിശാലതയും മിഴിവാർന്നു നിൽക്കുന്നുണ്ട്. ഭാർഗവി നിലയത്തിന്റെ ഉള്ളിലും പുറത്തും സ്വതന്ത്ര വിഹാരം നടത്തുന്ന പാമ്പും പെരുച്ചാഴിയും കരിമ്പുച്ചയും പ്രേക്ഷകരിൽ കുറെ പേർക്ക് ഭീതിസൂചകങ്ങൾ ആകാം. പക്ഷേ, ഭയം മാറ്റിവെച്ചു, സ്പേഹമസ്യണമായി സകല ജീവജാലങ്ങളിലേക്കും നീളുന്ന എഴുത്തുകാരന്റെ മനോഭാവങ്ങളിലൂടെ സംവിധായകൻ ലക്ഷ്യമിടുന്നത് ബഷീറിന്റെ ആത്മാംശത്തിന്റെ പ്രതിഫലനം തന്നെയാണ്.

ചിത്രത്തിന്റെ തുടക്കത്തിൽ രണ്ടു മാസത്തെ വാടക മുൻകൂറായി കൊടുത്തു നോവലിസ്റ്റ് ഭാർഗവിനിലയത്തിൽ താമസം തുടങ്ങാൻ എത്തുമ്പോൾ, ഏകാന്തതയുടെ വിജനതയിൽ ഭീതിയുണർത്തുന്ന ദൃശ്യ-ശ്രവ്യമൂലകങ്ങളാണ് നമ്മുടെ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുക. പക്ഷേ, 'ക്ഷുദ്രജീവികൾ' എന്ന് മനുഷ്യൻ പേരിട്ടു ഭീകരരായി ചിത്രീകരിക്കുന്ന എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളെയും ഭാർഗവിനിലയത്തിൽ തന്റെ കൂടെ പാർക്കാൻ ക്ഷണിക്കുന്നതുപോലെയാണ് നായകന്റെ മൃദുവായ വാക്കുകൾ. ചിത്രത്തിന്റെ ഈ ആദ്യരംഗങ്ങൾ ഓർമ്മിക്കുന്നത് മറ്റൊരു ബഷീർ കൃതിയായ 'ഭൂമിയുടെ അവകാശികൾ' സിനിമയായി ചിത്രീകരിച്ചു കണ്ടപ്പോൾ ഉണ്ടായ അതേ വിചാരധാരകളാണ്.



ടാണിലെ ലോഡ്ജിൽ സ്ഥിരതാമസമാക്കിയിട്ടുള്ള കുട്ടുകാരും ആ കടലോര ഗ്രാമത്തിലെ നാട്ടുകാരും ചേർന്ന് 'ഭാർഗവിനിലയ'ത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അവരുടെയുള്ളിലെ ഭീതികൾ അയാളിലേക്ക് പകരാൻ ആവതു ശ്രമിക്കുന്നുണ്ട്. പക്ഷേ, അവരുടെ താക്കീതുകളും അവ ന്യായീകരിക്കും വിധം രാത്രിയിൽ ആ മാളിക് ചുറ്റും ജീവൻവയ്ക്കുന്ന വിചിത്രമായ ദൃശ്യങ്ങളും ശബ്ദങ്ങളും പക്ഷേ, എഴുത്തുകാരനിൽ സ്ഥായിയായ പേടിയാണെന്നും ജനിപ്പിക്കുന്നില്ല. അനുഭവങ്ങളൊന്നും അടർ തിരിക്കാതെ എല്ലാം തന്റെ തന്നെ ഭാഗമായാണ് അയാൾ സ്വീകരിക്കുന്നത്. നാട്ടുകാർ പറഞ്ഞു പേടിപ്പിക്കുന്ന കിണറ്റിൽ ചാടി ആത്മഹത്യ ചെയ്ത ഭാർഗവിയുടെ ഗതി കിട്ടാതെയെന്ന പ്രേതത്തെയും അയാൾ മാറ്റി നിർത്തുന്നില്ല. 'ഭാർഗവിക്കുട്ടി' എന്ന് ചെല്ലപ്പേര് വിളിച്ചു അരുപിയുമായി സാഹ്യം സ്ഥാപിക്കാനാണ് അയാൾ ശ്രമിക്കുന്നത്.

നാട്ടുകാർ ഐതിഹ്യം പോലെ പറഞ്ഞു പരത്തിയിട്ടുള്ള പെരുമാറ്റമേ അല്ല ഭാർഗവി എഴുത്തുകാരന്റെ മുന്നിൽ എത്തുമ്പോൾ. എഴുത്തുകാരൻ കഥാപാത്രത്തിന്റെ മനസ്സിൽ ആരെയും ഭയമില്ല, പ്രേതത്തെ പോലും. അയാൾ സമൂഹം നിശ്ചയിക്കുന്ന വഴികളിലൂടെ നടന്നു ശീലിച്ച ആളല്ല. അതുകൊണ്ടു ഭാർഗവിയെക്കുറിച്ചു നാട്ടുകാർ പറഞ്ഞുവയ്ക്കുന്ന കഥകൾ അംഗീകരിക്കാൻ അയാൾ കൂട്ടാക്കുന്നില്ല, രാത്രിയുടെ വൈകിയ യാമങ്ങളിൽ തുവെള്ള വസ്ത്രം ധരിച്ചു, നിലാവുപോലെ, സംഗീതംപോലെ കടന്നു വരുന്ന ഭാർഗവിയുമായി ചങ്ങാത്തം സ്ഥാപിച്ചു അവളുടെ യഥാർഥ കഥ കണ്ടെത്താനും അത് പകർത്തി വയ്ക്കാനുമാണ് അയാളുടെ ശ്രമം. ആദ്യദിവസങ്ങളിലെ ഏകാന്തതയുടെ പാരമ്യത്തിൽ അയാൾ 'കാമുകന്റെ ഡയറി' എഴുതി തുടങ്ങിയെ

കിലും അത് നിർത്തി ഒരു ഇൻവെസ്റ്റിഗേറ്റീവ് ജേർണലിസ്റ്റിനെപ്പോലെ ദൂതകാലത്തിലേക്ക് ചുഴ്ന്നിറങ്ങി ഭാർഗവിനിലയത്തിലെ കാമുകി, കാമുകൻ, വില്ലൻ ഇവരുടെ യഥാർഥ കഥ കണ്ടെത്താനും എഴുതി വയ്ക്കാനുമാണ് അയാളുടെ തീവ്ര ശ്രമം. മറ്റുള്ളവർ പറഞ്ഞു പിടിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന കഥയിലെ അസത്യങ്ങളുടെ താളുകൾ ഭാർഗവി തന്നെ അയാളുടെ എഴുത്തു മേശയിലെത്തി അഗ്നീകിരയാക്കുന്നുണ്ട്. അങ്ങനെ അയാൾ 'ഭാർഗവിക്കുട്ടിയെ' എഴുത്തിൽ പങ്കാളിയാക്കിയതുപോലെ, മെല്ലെ മെല്ലെ അയാൾക്ക് അവളോട് പ്രണയവും ജനിക്കുന്നു.

ഏകദേശം ഏഴു പതിറ്റാണ്ടുകൾക്കുശേഷം ഭാർഗവിയെയും ഭാർഗവിനിലയത്തെയും പുതിയ തലമുറയ്ക്ക് രുചിക്കും വിധം പുനരാവിഷ്കരിക്കാൻ ആഷിക് അബുവും സംഘവും ആശ്രയിക്കുന്നത് ഈ ഡിജിറ്റൽ കാലഘട്ടത്തിലെ സിനിമയുടെ നൂതന സാങ്കേതിക വിദ്യകളെയാണ്. ഒരു 'പീരിയഡ് സിനിമ' ആയതുകൊണ്ടു പ്രൊഡക്ഷൻ ഡിസൈൻ, കലാസംവിധാനം, വസ്ത്രാലങ്കാരം, ചമയം, സംഭാഷണ രീതികൾ ഇവയിലെല്ലാം അതീവ ശ്രദ്ധ പതിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. സൂക്ഷ്മാംശങ്ങളിലൂടെ ഒരു കാലം, അന്തരീക്ഷം പുനർനിർമിച്ചു നമ്മൾ പ്രേക്ഷകരെ ആ മാസ് മരികതയിലേക്കു കൈപിടിച്ചു നടത്തുന്ന സാങ്കേതിക വിദഗ്ധർക്ക് അഭിനന്ദനങ്ങൾ! അരുപിയായ ഭാർഗവി അമൂർത്തത വിട്ടു നീല വെളിച്ചത്തിൽ, തിരമാലകൾക്കു നടുവീൽ നടന്നും, പട്ടുനൂൽ ഊഞ്ഞാലിലാടിയും എഴുത്തുകാരന്റെ മുന്നിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന രംഗങ്ങൾ അതിമനോഹരം!

ഉദയാഗ്രഹകൻ ശിരീഷ് ഗംഗാധരൻ, പ്രത്യേകിച്ചു രാത്രിരംഗങ്ങളുടെ ചിത്രീകരണത്തിൽ, ദൃശ്യങ്ങളോരോന്നിനും മിഴിവ് നൽകുന്ന ചാരുത പകരുമ്പോൾ, അതിനു അകമ്പടിയായി, വിഷ്വൽ ഇഫക്ട്സിന്റെ മായാജാലം! റിജിനൽ ഭാർഗവിനിലയത്തിൽ കവിതയുടെയും സംഗീതത്തിന്റെയും ആലാപനത്തിന്റെയും വശ്യത കൊണ്ട് നമ്മെ മോഹിപ്പിച്ച പി.ദാസുകരൻ, ബാബുരാജ്, യേശുദാസ് ടീമിന്റെ അത്രയും പ്രതിഭയോടെയാണോ എന്നൊക്കെ അഭിപ്രായങ്ങൾ ഉയരാമെങ്കിലും നീലവെളിച്ചത്തിന്റെ ശബ്ദപഥവും സംഗീതവും ആലാപനവും എല്ലാം മനോഹരമാക്കിയ ബിജിബാൽ, റെക്സ് വിജയൻ, ഷഹബാസ് അമൻ തുടങ്ങിയവർ പുതിയ തലമുറക്കു ആ സുവർണകാലഘട്ടത്തിനു സമാനമായ അനുഭവം പകരുന്നുണ്ട്. 'താമസമന്തേ വരുവാൻ', 'ഏകാന്തതയുടെ അപാര തീരം', 'പൊട്ടിത്ത



കർന്ന കിനാവിയെന്ത് തുടങ്ങിയ ഗാനങ്ങളുടെ പുനരാവിഷ്കരണം ദൃശ്യങ്ങളോട് ചേർത്ത് വീണ്ടും കേൾക്കുമ്പോൾ ആരാണ് അല്പമെങ്കിലും നൊസ്റ്റാൾജിക് ആവാതിരിക്കുക!

ആഷിക് അമ്പുവും സംഘവും നീലവെളിച്ചം റീമേയ്ക് അല്ല 'സ്വതന്ത്ര ആവിഷ്കാരം' ആണ് എന്ന് അവകാശവാദം ഉന്നയിച്ചാലും അത് വിലപ്പോവുന്ന രീതിയിൽ ആയില്ല ചിത്രത്തിന്റെ രണ്ടാം പകുതി. അത് പഴയ സിനിമയുടെ ഒരു കോപ്പി പോലെയായി മാറി. സിനിമയുടെ ഒന്നാം പകുതി അവസാനിക്കുമ്പോൾ ആ 'മിസ്സിക്കൽ' അനുഭവത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണ് നമ്മൾ പ്രതീക്ഷിക്കുക. രണ്ടാം പകുതിയിൽ ഭാർഗവിയും ശശികുമാറും തമ്മിലുള്ള പ്രണയം കവിതയുടെയും സംഗീതത്തിന്റെയും നൃത്തത്തിന്റെയും പശ്ചാത്തലത്തിൽ പുനർനിർമ്മിക്കാനാണു സംവിധായകൻ ശ്രമിക്കുന്നത്. ആ ശ്രമം പക്ഷേ, പഴയകാല സിനിമകളിലെ മെലോഡ്രാമയിലേക്കാണ് നീങ്ങുന്നത്.

ബഷീറിന്റെ കഥയെ ആധാരമാക്കി ഈ ഉത്തരാധുനിക കാലത്തു 'നീലവെളിച്ചം'ത്തെക്കുറിച്ചു അണിയറയിൽ ആലോചനകൾ നടന്നപ്പോൾ പുതിയ കാലത്തു, പുതിയ തലമുറയോട് പങ്കുവയ്ക്കാൻ എന്തെല്ലാം പുനരാഖ്യാനങ്ങൾ ആയിരിക്കണമെന്നും ആഷിക് അമ്പുവും സംഘവും ആലോചിച്ചിട്ടുണ്ടാവാകും? ഈ ചെറുകഥ എഴുതപ്പെട്ട അമ്പതുവർഷവും അറുപതുവർഷവും സാഹിത്യത്തിലും മറ്റു കലാസൃഷ്ടികളിലും ശ്രേഷ്ഠ ശ്രേണികളിൽ പ്രസ്താവിക്കാറുള്ള മാംസബദ്ധം അല്ലാത്ത 'ദിവ്യപ്രേമം' പോലൊരു സങ്കല്പത്തെ ഇന്നത്തെ തലമുറയ്ക്ക് പരിചയ

പ്പെടുത്താൻ ഒരു ഓർമപ്പെടുത്തലാക്കി മാറ്റാമായിരുന്നു 2023 ൽ ഈ സിനിമ ഇറക്കുമ്പോൾ. അങ്ങനെ ഒരു ആലോചനയുടെ കുറവ്, അതിന്റെ ആഴമില്ലായ്മ രണ്ടാം പകുതിയെ ശുഷ്കമാക്കുന്നുണ്ട്. സിനിമയുടെ രണ്ടാം പകുതിയിലെ ഫ്ലാഷ്ബാക്ക് രംഗങ്ങൾ കൂടുതലും മെലോഡ്രാമയായി. ഈ രംഗങ്ങളിലൊന്നും എഴുത്തുകാരൻ പ്രത്യക്ഷനാവുന്നതേയില്ല. ഭാവനകൊണ്ട് അതീത യാഥാർത്ഥ്യങ്ങളെ അനുദിന വ്യാപാരങ്ങളുമായി കോർത്തിണക്കിയ ഒന്നാം പകുതിയിൽ അല്പം അത്ഭുതത്തോടെ മുഴുകിയിരുന്നവർ പ്രേക്ഷകന് കഴിഞ്ഞു. രണ്ടാം പകുതിയിൽ ഫ്ലാഷ്ബാക്ക് കഴിഞ്ഞു എഴുത്തുകാരൻ വീണ്ടും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നത് വിലൻ കഥാപാത്രം നാണുക്കുട്ടന്റെ മുന്നിലാണ്. സമൂഹം വിശ്വസിച്ചു വെച്ചിരിക്കുന്ന 'ആത്മഹത്യ ചെയ്ത്' ഭാർഗവി കുട്ടിയുടെ കഥയിലെ തെറ്റ് തിരുത്തി എഴുതാൻ എഴുത്തുകാരൻ തയ്യാറെടുക്കുന്നു എന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്ന നാണുക്കുട്ടൻ അയാളെയും അയാൾ പുറത്തു കൊണ്ടുവരാനിരിക്കുന്ന സത്യത്തെപ്പറ്റിയും കൊലക്കു കൊടുക്കാൻ, ഒരുമ്പെടുന്നു.

ഈ ചിത്രം നമ്മുടെ മനസ്സിലേക്ക് പരത്തുന്ന പ്രകാശം പുതുതകൾ നിറഞ്ഞ ചിത്രീകരണത്തിന്റെ നീലവെളിച്ചം തന്നെയാണ്. തിരക്കും ബഹളവും നിറഞ്ഞ ഇക്കാലഘട്ടത്തിൽ മനുഷ്യന്റെ മുന്നിൽ 'നീലവെളിച്ചം' മുന്നോട്ടു വയ്ക്കുന്ന അനുഭവം ദീപ്തിയും ഭയാനകതയും നിറഞ്ഞൊരു ലോകവിക്ഷണം അല്ല. യഥാർഥ സന്തോഷത്തിന്റെ ഗർഭമായി, നമ്മുടെ മാസ്മരിക അനുഭവമായി എന്റെ നാളത്തേക്ക് നമ്മുടെ മനസ്സിൽ ഈ സിനിമ തങ്ങി നിൽക്കും. ■

..... പേജ് 46-ൽ നിന്ന് തുടർച്ച

**അനുബന്ധം**

ഫിക്ഷന്റെ ഉള്ളിലെ അഫോറിസങ്ങൾ കാലം തന്നെയാണ്. അത് കഥയുടെ മുദ്രവായ സമീപനങ്ങളെ കഠിനപ്പെടുത്തി ഒരു തത്വചിന്തയെ കാട്ടിത്തരാറാണ്. ആശുപത്രികിടകയിൽ അധികൃതരുടെ സന്തോഷം നാട്യമാണെന്നു തന്നെയാണ് കഥ സ്ഥാപിക്കുന്നത്. രോഗിയുടെ ശാരീരികാരോഗ്യത്തോടുള്ള ഇഷ്ടവും താല്പര്യവും ഇവിടെ വിപണനതന്ത്രം മാത്രമാണ്. സന്തോഷം രോഗപീഡകളുടെ കാലത്ത് ഒരു ക്ഷണികവികാരമായി ഉയർന്നുനിന്നേക്കാം. ഒന്നു രണ്ട് അഫോറിക് വാക്യങ്ങളിലൂടെ ആശുപത്രി സാഹിത്യത്തിന്റെ ചില ദുരന്ത സമീപനങ്ങളെ ബാല

കൃഷ്ണൻ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നുണ്ട്.  
**രണ്ട്:** ആശുപത്രി രോഗാണുക്കളുടെ സ്വർഗമാണ്.  
**രണ്ട്:** വരു, വരു എന്ന് ഓരോ മാത്രയിലും അത് മനുഷ്യരോടായി വിളിച്ചുപറയുന്നു.  
**മൂന്ന്:** ടെലിവിഷൻ ചാനലുകളിലെ ക്ഷുഭ്രങ്ങളായ കാഴ്ചകൾ ഇനിയും ഓക്കാനത്തിന് ഇടയാക്കും.  
ഇവിടെയൊക്കെ സന്തോഷവും രോഗവും തമ്മിലുള്ള സംഘർഷവും രോഗവും കാലവും തമ്മിലുള്ള സംഘർഷവുമാണ് സി.വി. ബാലകൃഷ്ണൻ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നത്. രോഗിയുടെ മാനസികാവസ്ഥ വ്യസനബോധമായി ഇവിടെ മാറുകയാണ്. ഭാവന ചെയ്യപ്പെടേണ്ടതല്ല സന്തോഷം എന്ന ബോധ്യങ്ങളാണ് ഈ കഥ കൈമാറുന്നത്. ■

# വിശുദ്ധനാട്ടിലൂടെ യേശുവിലേക്ക്

ജെ.സി. ബുക്ക്മാൻ

സാമൂഹ്യ-സാഹിത്യ-സാംസ്കാരിക-ആധ്യാത്മിക മേഖലകളിലെ നവ ഗ്രന്ഥങ്ങളുടെ ഉള്ളടക്കം പരിചിതമാക്കുന്ന പംക്തി.



**വി**ശുദ്ധനാട്ടിലേയ്ക്കുള്ള തീർത്ഥാടനത്തെ സഹായിക്കാൻ ഡോ. പോൾ കുഞ്ഞാനായിൽ MCBS എഴുതിയ ഗ്രന്ഥമാണ് 'വിശുദ്ധ നാട്ടിലൂടെ യേശുവിലേയ്ക്ക്' എന്നത്. ക്രിസ്തുവിന്റെ ജീവിതവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന വിശുദ്ധനാട്ടിലെ വിവിധ സ്ഥലങ്ങളെയും ദൈവാലയങ്ങളെയും തീർത്ഥാടകർക്കു സഹായകരമായ രീതിയിൽ ഈ ഗ്രന്ഥം വിശദീകരിക്കുന്നു. പ്രധാനപ്പെട്ട സംഭവങ്ങളും ചരിത്ര വസ്തുതകളും ഗ്രന്ഥാരംഭത്തിൽതന്നെ സംഗ്രഹിച്ചിരിക്കുന്നത് സ്ഥലങ്ങളുടെ ചരിത്രപശ്ചാത്തലം മനസ്സിലാക്കാൻ ഉപകാരപ്രദമാണ്. ജറുസലേമിൽ നീണ്ട വർഷങ്ങൾ താമസിച്ച് ബൈബിൾ പഠനവും ഗവേഷണവും നടത്തിയ ഗ്രന്ഥകർത്താവിന്റെ അനുഭവസമ്പത്ത് ഈ ഗ്രന്ഥത്തെ ഈടുറ്റതാക്കുന്നു.

വിശുദ്ധ നാട്ടിലെ സ്ഥലങ്ങളെയും ദൈവാലയങ്ങളെയും ക്രമമായും കൃത്യമായും അവതരിപ്പിക്കാൻ ഗ്രന്ഥകർത്താവിനു സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. പാലസ്തീനയിലെ സ്ഥലങ്ങളെ ഗലീലിയ, സമരിയ, യൂദയ എന്നീ ക്രമത്തിൽ അവതരിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്, ഗലീലയിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുശേഷം ജറുസലേമിലേക്ക് തന്റെ സഹനമരണോത്ഥാനങ്ങൾക്കായി യാത്രതിരിക്കുന്ന സമവീക്ഷണ സുവിശേഷത്തിലെ ഈശോയോടൊപ്പം സഞ്ചരിക്കാൻ തീർത്ഥാടകരെ സഹായിക്കും.

ഈ ഗ്രന്ഥത്തിലെ താളുകൾ മറിക്കുമ്പോൾ വിശുദ്ധ സ്ഥലങ്ങളിലൂടെ യാത്രചെയ്യുന്ന അനുഭവം ലഭിക്കുന്നു. ലളിതമായ ഭാഷാശൈലി വായനയെ ഹൃദയഹാരിയാക്കുന്നു. ഇത് കേവലം ഒരു യാത്രാവിവരണം മാത്രമല്ല, ബൈബിളിഷ്ടീരിതവും അതോടൊപ്പം സംസ്കാരവും ചരിത്രവും കൂട്ടിക്കലർത്തിയതുമായ മനോഹര ആവിഷ്കാരമാണ്.

ഓരോ സ്ഥലവിവരണങ്ങൾക്കും മുൻപു കൊടുത്തിരിക്കുന്ന തിരുവചനഭാഗം ആ സ്ഥലത്തോട് ബന്ധപ്പെട്ടവയാണ്. അവ അവിടെവെച്ചുതന്നെ വായിക്കുന്നത് തിരുവചനം മനസ്സിലും ഭാവനയിലും ആഴത്തിൽ പതിയാൻ സഹായിക്കും. ഓരോ ദൈവാലയത്തെയും സംബന്ധിക്കുന്ന പ്രസക്തമായ പഴയനിയമ, പുതിയനിയമ വസ്തുതകളും, ചരിത്ര സംബന്ധിയായ കാര്യങ്ങളും, പുരാവസ്തു ഗവേഷണത്തിലൂടെ വെളിപ്പെട്ട വസ്തുതകളും ഗ്രന്ഥത്തിൽ ലളിതമായി വിവരിച്ചിരിക്കുന്നു. സ്ഥല വിവരണത്തിനുശേഷം വരുന്ന പ്രാർത്ഥനകൾ തീർത്ഥാടന ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് നമ്മെ നയിക്കുന്നവയാണ്. തിരുവചനങ്ങളിൽ വിവരിക്കുന്നവ കെട്ടുകഥകളല്ലെന്നും അവയ്ക്കു പിന്നിൽ ചരിത്രവസ്തുതകൾ ഉണ്ടെന്നും മനസ്സിലാക്കാനും ക്രൈസ്തവ വിശ്വാസത്തിൽ ആഴപ്പെടാനും വിശുദ്ധനാട് തീർത്ഥാടനവും അതിനു സഹായകമായ ഈ ഗ്രന്ഥവും ഉറപ്പായും സഹായിക്കും.

വില- 250/- ലൈഫ് ടൈം, കോട്ടയം, കോപ്പികൾക്ക്: 8078805649

# വിശുദ്ധ ക്ലോഡിൻ തൈവനെ ജീസസ് ആന്റ് മേരി സന്നാസ സഭാ സ്ഥാപിക ഈശോ നിങ്ങളെ വിളിക്കുന്നു



19 വയസ് മാത്രം പ്രായമായിരുന്ന ക്ലോഡിൻ, ദൈവത്തിന്റെ വിളിക്ക് പ്രത്യേകതരം നൽകിക്കൊണ്ട് തന്നെത്തന്നെ പൂർണ്ണമായും ദൈവശുശ്രൂഷയ്ക്കായി സമർപ്പിച്ചു. അവളുടെ മാതൃസഹജമായ പുഴയം അനാഥർക്കും യുവതികൾക്കും വിദ്യാഭ്യാസം നൽകുന്നതിനായി തുറന്നുകൊടുക്കുകയും ചെയ്തു. യേശുവിന്റെ നിർമ്മലമായ പുഴയത്തിൽനിന്നും നിർഗമിക്കുന്ന അനന്തമായ സ്നേഹത്തിന്റെ നിർമ്മലതയിൽ നിന്നും ഉൾക്കൊണ്ട പ്രചോദനമായിരുന്നു അവളുടെ വിദ്യാഭ്യാസ ശൈലിയുടെ അടിസ്ഥാനം.



**ക്ലോഡിന്റെ ജീവിതലക്ഷ്യം**  
ക്രിസ്തീയ വിദ്യാഭ്യാസത്തിലൂടെ എല്ലാവരെയും പ്രത്യേകിച്ച് പാവപ്പെട്ടവരെ, ഈശോയെയും മാതാവിനെയും അറിയാനും സ്നേഹിക്കാനും പഠിപ്പിക്കുക എന്നതായിരുന്നു.

നിങ്ങൾ ഒരു കത്തോലിക്കാ യുവതിയാണെങ്കിൽ സഭയ്ക്കും സമൂഹത്തിനും വേണ്ടി സേവനം അനുഷ്ഠിക്കാൻ സ്വയം സമർപ്പിതയാകാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, ഒരു പ്രാർത്ഥനാജീവിതത്തിന്, ഒരു സമ്പൂർണ്ണ സാമൂഹിക സേവനത്തിന്, ഒരു കൂട്ടായ്മയുടെ ജീവിതത്തിന് കഴിവുണ്ടെങ്കിൽ...

**വരു ഞങ്ങളോടു കൂടെ ചേർന്ന് ജീസസ് ആന്റ് മേരി സന്നാസസഭാംഗമാകൂ!**

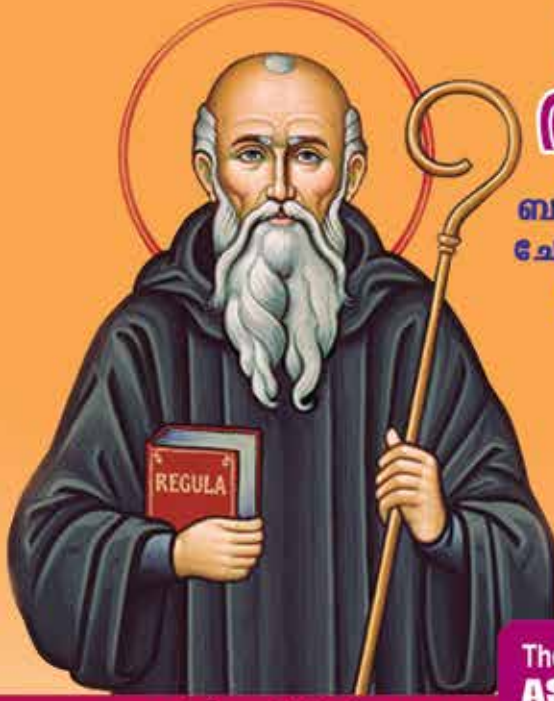
**എസ്.എസ്.എൽ.സിയോ ഉപരിവിദ്യാഭ്യാസമോ ഉള്ള ഏവർക്കും സ്വാഗതം.**

വിശദവിവരങ്ങൾക്ക് :

Vocation Promoter  
CONVENT OF JESUS AND MARY  
Bangla Sahib Marg,  
New Delhi - 110 001  
Tel: 011-23747868, Mob: 8800574893

Sr. Superior  
CONVENT OF JESUS AND MARY  
Gopalapetta P.O, Chalil, Thalassery- 670 102  
Kannur Dist, Kerala  
Ph: 0490-2322822, Mob: 8527703922

# ബാംഗ്ലൂർ ബനഡിക്ടൈൻ ആശ്രമത്തിലേക്ക് സ്വാഗതം!



ബാംഗ്ലൂരിലെ ബനഡിക്ടൈൻ ആശ്രമത്തിൽ ചേർന്ന് ഒരു ബനഡിക്ടൈൻ പുരോഹിതനായി പ്രാർത്ഥനയും പഠനവും സേവനവുമായി സമൂഹ ജീവിതം നയിക്കാൻ അനുജൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവോ? എങ്കിൽ അതിനായി അനുജനെ സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ വിദ്യാഭ്യാസ യോഗ്യത :  
**എസ്. എസ്. എൽ. സി**  
പ്രായപരിധി : 35 വയസ്സ്.

The Vocation Promoter  
**ASIRVANAM BENEDICTINE MONASTERY**  
Kumbalgod (P.O), Bangalore- 74  
Tel: 09901609222, 09886812398, E-mail: jeromeosb@gmail.com

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് ഉടൻ ബന്ധപ്പെടുക.

# ത്യശൂർ തിരുഹൃദയ റോമൻ കാത്തലിക് ലത്തീൻ പള്ളി



ജൂൺ 11 ഞായർ  
**തിരുഹൃദയ  
തിരുനാൾ**

വി.അന്തോണീസിന്റെ  
തീർത്ഥാടന  
കേന്ദ്രത്തിൽ

2023 ജൂൺ 13 ചൊവ്വാഴ്ച

# ഉഴുതുതിരുനാൾ

കൊടികയറ്റം ജൂൺ 6

അന്വേഷണങ്ങൾക്ക്: PH: 0487-2422655, 9895895337  
Email : latinsacredvoice@gmail.com