അവതാരിക

മനസ്സിന്റെയും മസ്തിഷ്കത്തിന്റെയും താളം തെറ്റിയ പ്രവർത്തനങ്ങൾ രോഗങ്ങൾ ഇവയെ ചുറ്റിപ്പറ്റിയുള്ള ദുരൂഹതകളുടെയും അജ്ഞതയുടെയും കടൽത്തിരകൾ ക്കിടയിൽ ഒരു ദീപസ്തംഭമാണ് ഡോ. തോമസ് വി. തോമസിന്റെ സഹായത്തോടെ, സംഭവങ്ങളെ അടുക്കും ചിട്ടയുമായി എഴുതിയിട്ടുള്ള വിൻസന്റിന്റെ ജീവിതകഥ. മനോവേദനയുള്ളവരെ സഹായിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന പലരും സമൂഹത്തിലുണ്ട്; എന്നാൽ അങ്ങനെയുള്ളവരോടു ഞാൻ പറയട്ടെ – നിങ്ങളുടെ ആത്മാർത്ഥത മാത്രം കൊണ്ടുകാര്യമില്ല.

ഇവർക്ക് കൗൺസിലിംഗ് കൊടുക്കുവാനുള്ള നമ്മുടെ യത്നങ്ങളിൽ കുറവുള്ള ഒരു കട്ടയാണ് വിവേചനം. ഈ വസ്തുത ഈ പുസ്തകത്തിലൂടെ വ്യക്തമാകുന്നു. സജീവമായി ചികിത്സിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു മനോരോഗ വിദഗ്ധൻ എന്ന നിലയിൽ ഞാൻ ഈ ആശയത്തെ പിന്താങ്ങുന്നു. വിവേചനമില്ലാതെയുള്ള നിങ്ങളുടെ ആത്മാർത്ഥത, രോഗിക്കു തക്ക സമയത്തു പരിശോധനയും ചികിത്സയും നൽകേണ്ടതിനു പകരം വൈകാരികത പ്രകടിപ്പിക്കുവാനേ ഉതകു എന്നതിനാൽ, ഒരു ബാദ്ധ്യത മാത്രമായി അവശേഷിക്കും എന്നു പറയുന്നതിൽ എനിക്കു മടിയില്ല.

രണ്ടുതരത്തിലൂള്ള ആൾക്കാരെക്കൊണ്ടു ചുറ്റപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന പല വിൻസന്റുമാരും നമ്മുടെ സമൂഹത്തിലുണ്ട്. അതിൽ ഒരു വിഭാഗം ആത്മാർത്ഥതയുണ്ടെങ്കിലും ബുദ്ധിയില്ലാത്തവരാണ്. രണ്ടാമത്തെ വിഭാഗം ആത്മാർത്ഥതയില്ലാത്തവരും ബുദ്ധികെട്ടവരുമാണ്. ആത്മാർത്ഥതയും ബുദ്ധിയും ഒരുപോലെയുള്ളവരെയാണ് നമുക്ക് ആവശ്യം. പ്രത്യേകിച്ചും ബോർഡർ ലൈൻ പേഴ്സണാലിറ്റി ഡിസോർഡർ പോലെ ചിന്തകളുടെ താളം തെറ്റിക്കുന്ന പാരനോയിഡ് സ്കീസോ ഫ്രീനിയ, അല്ലെങ്കിൽ പേഴ്സണാലിറ്റി ഡിസോർഡർ തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങളുടെ കാര്യത്തിൽ നാം സമർത്ഥരാവണം

വിൻസന്റിന്റെ ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ വായിക്കുമ്പോൾ ഈ വിഷയത്തെപ്പറ്റിയുള്ള തങ്ങളുടെ ബോധവൽക്കരണത്തിന്റെ അഭാവത്താൽ മാനസികാരോഗ്യത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ വേണ്ടത്ര മുന്നിലാകാത്ത രണ്ടു സ്ഥാപനങ്ങളെ നമുക്കു കാണുവാൻ കഴിയും. അതിൽ ഒന്ന് സഭ, അല്ലെങ്കിൽ മറ്റു മതസ്ഥാപനങ്ങളാണ്. മാനസീകാരോഗ്യത്തെപ്പറ്റി കുറേക്കൂടി തുറന്നു സംസാരിക്കുകയാണ് ഇവർ ചെയ്യേണ്ട ഒരേ ഒരുകാര്യം. രണ്ടാമത്തെ സ്ഥാപനമാണ് സർക്കാർ. വ്യക്തി അവകാശ രാഷ്ട്രീയത്തിൽ നിന്നും ചികിത്സാരംഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള ഒരു ഗ്രാഹ്യം സർക്കാരിന് ഉണ്ടാകേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

വിൻസന്റിനെപ്പോലെയുള്ളവരുടെ ഹൃദയഭാഗം പങ്കുവെയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ഡോ. തോമസിനെ ഞാൻ അനുമോദിക്കുന്നു. അതു ചെയ്യുവാൻ നിങ്ങൾക്ക് വിവേചനം ആവശ്യമാണ്; ആത്മാർത്ഥത മാത്രം പോരാ!

സ്നേഹത്തോടെ,

ഡോ. അതുൽ അസ്വാനി

(മുംബൈ, ഇന്ത്യയിൽ പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുന്ന ഡോ. അതുൽ ഒരു മാനസിക രോഗവിദഗ്ദ്ധനും കൗൺസിലറുമാണ്. ആരോഗ്യത്തിലും അനാരോഗ്യത്തിലും മനസ്സ് എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുന്നു എന്ന വിഷയത്തിൽ അദ്ദേഹം വിദഗ്ദ്ധനാണ്. ബന്ധങ്ങൾ, മാനസിക സംഘർഷവും ഫലപ്രാപ്തിയും, മാനസിക രോഗങ്ങൾക്കുള്ള ചികിത്സാവിധി, മദ്യപാനം, മയക്കുമരുന്ന്, പുകവലി എന്നിവയിൽ നിന്നും മോചനം തുടങ്ങിയ വിഷയങ്ങൾ അദ്ദേഹം പഠിപ്പിക്കുകയും കൗൺസലിംഗ് നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.)

പുസ്തകാഭിപ്രായം

ആളുകൾ തുറന്ന മനസ്സോടെ ഈ പുസ്തകം വായിക്കുമെന്നു ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. 'ഞങ്ങൾക്ക് എല്ലാം അറിയാം' എന്നു കരുതുന്നവർ ജീവിതങ്ങളെ എങ്ങനെ നശിപ്പിക്കുന്നു എന്നു ഇവിടെ പ്രതിപാദിക്കുന്നു. റവ. ഡോ. സാമിനെപ്പോലെ നാം ആരെയും വിധിക്കരുത്. ഞാൻ ഈ കഥയുടെ സത്യാവസ്ഥ അന്വേഷിച്ച് അറിഞ്ഞ ആളാണ് ഇ ൗ ബുക്കെഴുതുവാനുള്ള വിൻസന്റിന്റെ മന:ശക്തിയെ ഞാൻ അഭിനന്ദിക്കുന്നു. ഇതു ഒരു വാസ്തവികമായ ജീവിത കഥയാണ്.

ഡോ. സ്റ്റീഫൻ രാജ് (Resident, Clinical Pastoral Education, U.S.A)

ഈ മനോഹരമായ ബുക്കിന് അഭിനന്ദനങ്ങൾ! മാനസിക ആരോഗ്യത്തെയും രോഗത്തെയും പറ്റിയുള്ള അജ്ഞതയും അവജ്ഞയും വരുത്തിവെയ്ക്കുന്ന വിനകളിലേക്ക് പ്രകാശം പരത്തുന്നതാണ് 'അലകടലിലെ എന്റെ ജീവിതം' എന്ന ഈ കൃതി. കപ്പൽ തകർത്തു തരിപ്പണമാക്കിയ തിരകൾക്കിടയിലൂടെ അനുവാചകരെ കടത്തിക്കൊണ്ടു പോകുന്നതിലും ആകർഷതയും വശീകരണവും കൊണ്ട് ചില വ്യക്തികൾ അന്യരുടെ ജീവിതങ്ങളെ എങ്ങനെ തച്ചുടയ്ക്കാം എന്ന് വ്യക്തമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിൽ ലേഖകൻ വിജയിച്ചിട്ടുണ്ട്. സാധാരണ മനുഷ്യർക്കും ചിലപ്പോൾ വിദഗ്ധരായവർക്കും കൂടെ വളരെ സാധാരണയായി കാണപ്പെടുന്ന വ്യക്തികളിൽ ചില മാനസിക രോഗങ്ങൾ എങ്ങനെ കാണപ്പെടാം എന്നു മനസ്സിലാക്കുവാൻ നമ്മുടെ സമൂഹത്തിന് ഈ

പുസ്തകം പ്രചോദനമാകും എന്നു ഞാൻ ആശിക്കുകയാണ്. സഹായിക്കുവാൻ വളരെ നല്ല മനസ്സുണ്ടായിട്ടും ഒരു വിദഗ്ദ കാഴ്ചപ്പാടിന്റെ അഭാവത്താലോ അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ചുവടുമുന്നോട്ടുവെച്ച് അതിനു പ്രതിവിധി നിർദ്ദേശിക്കുവാനുള്ള അധൈര്യത്താലോ ഇങ്ങനെയുള്ളവരെ സഹായിക്കാതെ പോകുന്നവർക്കും ഇതൊരു പ്രചോദനമാകട്ടെ.

ഡോ. സിസ്റ്റർ, ഷാലു കോയിക്കര
(Child Clinical Psychologist & Alternative Medicine Consultant), Kerala

"തങ്ങളുടെ ജീവിതാനുഭവം മറ്റുള്ളവരുമായി പങ്കുവെയ്ക്കുവാനും, ആ അനുഭവങ്ങളുടെ അർത്ഥവും അതിൽ നിന്നും ഉൾക്കൊണ്ട പാഠങ്ങളും വെളിപ്പെടുത്തുവാനും തയ്യാറാകുന്നവരോട് ഞാൻ നന്ദി പറയുന്നു. ഈ കഥ, സങ്കട നിർഭരവും കോപനിർഭരവും, തകർച്ചയുടെയും വേദനയുടെയും മുഖത്ത് വിശ്വാസം കൈവിടാത്ത അനുഭവവുമാണ്. രോഗികളായവരെ, അതതിന്റെ വിദഗ്ദ്ധന്മാരുടെ അടുത്തേക്ക് മതാദ്ധ്യക്ഷന്മാർ വിടേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത, ഇതിലൂടെ വ്യക്തമാക്കിയിരിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ വാക്കുകളിൽ വിശ്വസ്തത ജീവിക്കുകയും ശ്വാസോച്ഛ്വാസം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു; കേൾക്കുകയും മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്യുക."

റവ. ഡോ. മാർത്താ രൂത്ത്‌ലാൻഡ്, യു.എസ്.എ.

"മാനസിക രോഗിയായ ഒരു പ്രിയപ്പെട്ടവളുമായി സഹകരിക്കുന്നതിൽ വരുന്ന ഉയർച്ചകളും താഴ്ചകളും വ്യക്തമാക്കുന്ന ഏവരും വായിച്ചിരിക്കേണ്ട ഒരു പുസ്തകമാണ് ഇത്. ഇതുപോലെ കഷ്ടതയനുഭവിക്കുന്ന ആൾക്കാരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവർക്ക് ഈ അനുഭവകഥ തീർച്ചയായും ഒരു വലിയ സഹായമായിരിക്കും. ഇന്നത്തെ തിരക്കുകൂടിയ സമൂഹത്തിലുള്ള, മാനസിക സമ്മർദ്ദം അനുഭവിക്കുന്നവരെ സേവിക്കുവാനുള്ള ഹൃദയസന്നദ്ധതയോടുകൂടെ ഈ പുസ്തകം വായിക്കുകയായിരിക്കും അഭികാമ്യം. ഈ പുസ്തകം നന്നായി വിൽക്കപ്പെടട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു."

(ഡേവിഡ് എസ്. ലിം, (എ.ബി മാഗ്നാ കം ലൂഡ്)
എം.ഡിവ്, റ്റിച്ച്-എം, പി.എച്ച്.ഡി ഏഷ്യൻ സ്കൂൾ ഓഫ് ഡെവലപ്പ്മെന്റ് & ക്രോസ്
കൾച്ചറൽ സ്റ്റഡീസിന്റെ പ്രസിഡന്റ്, (എസ.ഡി.ഇ.സി.എസ്), ഫിലിപ്പയൻസ്.

"മാനുഷികാവകാശത്തിന്റെ വിദ്യാഭ്യാസത്തിനായി കഴിഞ്ഞ 30 വർഷങ്ങൾ എന്റെ ജീവിതം ഞാൻ സമർപ്പിച്ചു എങ്കിലും ഒരു മാനസികാരോഗ്യത്തിന്റെ വീക്ഷണത്തിൽ, ഈ പുസ്തകം വായിക്കും വരെ, അതിനെ കാണുവാൻ എനിക്കു സാധിച്ചില്ല. മാനസിക രോഗം എന്താണെന്നുള്ളതിനെപ്പറ്റി നാം കുറെക്കൂടി ബോധവാന്മാരാകണമെന്നും, മാനസിക രോഗികൾക്കും മറ്റുള്ളവർക്കും അതിന്റേതായ അർത്ഥത്തിൽ മാനുഷീക അവകാശമുണ്ടെന്നും 'അലകടലിലെ എന്റെ ജീവിതം' എന്ന ഈ പുസ്തകം എന്നെ ഓർമ്മിപ്പിച്ചു."

വേയ്ൻ ആർ. ജേക്കബ്ബി (പ്രസിഡന്റ്, ജെ.ഇ. എം. ഫിലദൽഫിയ)

(ഗ്ലോബൽ എഡ്യൂക്കേഷൻ മോട്ടിവേറ്റേഴ്സ്, ഒരു 501 (C) എഡ്യൂക്കേഷണൽ പബ്ലിക്ക് ഫൗണ്ടേഷന്റെ - കോ ഫൗണ്ടറും, പ്രസിഡന്റുമാണ് വേയൻ. ലോകമെമ്പാടുമുള്ള യുവജനങ്ങൾക്ക് ആഗോള വീക്ഷണമുളവാക്കുന്ന പരിപാടികൾ സംഭാവന ചെയ്യുന്നതിന് ഐക്യരാഷ്ട്രസഭയോട് ഒത്തുചേർന്നു പ്രവർത്തിക്കുകയാണ് അദ്ദേഹം. ആഗോള വിഷയങ്ങൾക്കു പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുന്ന ഒരു ആഗോള പരിശീലകനാണ് വേയ്ൻ).

"തന്റെ പ്രാണസഖിയാകുമെന്നു കരുതിയ സ്ത്രീയോടൊപ്പമുള്ള ജീവിതം അവസാനിച്ചശേഷം, ജീവിതം തുടരുവാനുള്ള ഒരു മനുഷ്യന്റെ പങ്കപ്പാടുകളെ ആഴമായി വിവരിക്കുന്ന ഒരു പുസ്തകമാണ് "അലകടലിലെ എന്റെ ജീവിതം." മാനസിക രോഗത്തിന്റെ ഫലമായാണ് ആ ബന്ധം വിച്ഛേദിക്കപ്പെട്ടത്. തന്റെ "പ്രാണസഖിക്ക്" താൻ ആരായിരുന്നു എന്നും ഇങ്ങനെയുള്ള ഒരു പരിണിതഫലം വ്യത്യാസപ്പെടുത്തുവാൻ എന്തെങ്കിലും ചെയ്യുവാൻ തന്നാൽ സാദ്ധ്യമാകുമായിരുന്നോ എന്നുമുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ ഗ്രന്ഥകർത്താവിനെ അഭിമുഖീകരിക്കുന്നു. തന്നെത്തന്നെ ഒന്നു മറിച്ചു മനസ്സിലാക്കുന്ന പാതയിൽ ആ അനുഭവം അയാളെ കൊണ്ടു നിർത്തിയിരിക്കുന്നു. മാനസിക രോഗത്തിന്റെ അവ്യക്തമായ പ്രേരണയാലുണ്ടായ നഷ്ടബന്ധങ്ങളുടെ മുമ്പാകെ, വിശ്വാസത്താൽ മാത്രം സാദ്ധ്യമാകുന്ന ഒരു യാത്ര അദ്ദേഹം തുടരുന്നു. ഡോ. തോമസും, വിൻസന്റും ഊന്നിപ്പറയുന്നതുപോലെ മാനസികാരോഗ്യത്തെപ്പറ്റിയുള്ള പഠനവും ഗവേഷണവും പുരോഹിതന്മാർക്കും അത്യന്താപേക്ഷിതമാണെന്ന് ഈ പുസ്തകത്തിലൂടെ വ്യക്തമാകുന്നു."

ചാപേല്യൻ ജാക്കോബസ് ഗ്രേയ്‌ലിംഗ്, യു.എസ്.എ

മാനസികാരോഗ്യം ഇരുവായ്തലയുള്ള വാൾ പോലെയാണ്. രോഗം ബാധിച്ചവരെ അത് ബലഹീനരാക്കുന്നു. പക്ഷേ സാമൂഹ്യ തിരസ്ക്കരണത്തിന് അവർ ഇരകളുമാകുന്നു. മാനസികാരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ച് ധാരാളം അറിവുകൾ ഈ പുസ്തകം നമുക്കു തരുന്നുണ്ട്. മാനസിക രോഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് സമൂഹം സംസാരിക്കുവാൻ ഈ പുസ്തകം സഹായിക്കട്ടെ. മാനസിക രോഗികളെ സംരക്ഷിക്കുവാനും മാനസിക ആരോഗ്യം പുലർത്തു

വാനും ഈ പുസ്തകം സഹായിക്കട്ടെ.

ഡോ. സാം സ്കറിയ (എം.എ., പി.എച്ച്.ഡി),
വൈസ് പ്രിൻസിപ്പൽ, വിൽസൺ കോളജ്, മുംബൈ.

നിങ്ങൾ സത്യം അറിയുകയും സത്യം നിങ്ങളെ സ്വതന്ത്രരാക്കുകയും ചെയ്യും. (യോഹ. 8:32) വിദ്യാഭ്യാസം ഉള്ളവരിലും ഇല്ലാത്തവരിലും മാനസിക രോഗത്തെക്കുറിച്ച് ധാരാളം തെറ്റിദ്ധാരണകൾ ഉണ്ട്. മാനസിക രോഗ ത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവില്ലായ്മ പല നല്ല വ്യക്തികളെ പ്രശ്നത്തിലാക്കുന്നു. മാനസിക ആരോഗ്യ രംഗത്ത് ഈ പുസ്തകം പ്രയോജനം ചെയ്യട്ടേ എന്ന് ഞാൻ ആശംസിക്കുന്നു.

പാസ്റ്റർ ഫ്രെഡി തോമസ്, സീനിയർ പാസ്റ്റർ,
ഫിലദെൽഫിയ ഹൗസ് ഓഫ് വർഷിപ്പ് കമ്യൂണിറ്റി ചർച്ച്

സമൂഹത്തിൽ കൂടുതൽ വ്യക്തികൾ മാനസിക രോഗത്തെക്കുറിച്ച് അറിവില്ലാത്തവരും, അത് എപ്രകാരം കൈകാര്യം ചെയ്യണമെന്ന് അജ്ഞരുമാണ്. ഈ അജ്ഞത നിമിത്തം മാനസിക രോഗികൾ സമൂഹത്തിൽ നിന്ദ അനുഭവിക്കുന്നു. ഈ രോഗത്തെക്കുറിച്ചുള്ള മുൻവിധികൾ മാറണമെങ്കിൽ വളരെയധികം ബോധവൽക്കരണം ആവശ്യമാണ്. അനേകം വ്യക്തികൾക്ക് ഈ പുസ്തകം ഒരു അനുഗ്രഹത്തിന് കാരണമായി തീരട്ടെയെന്ന് ഞാൻ ആശംസിക്കുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

പാസ്റ്റർ ബിജു മത്തായി, യു.എസ്.എ.

* * * * * * *

ആമുഖം

ശ്രീമാൻ വിൻസന്റ് വളരെ വർഷം എന്റെ സുഹൃത്തായിരുന്നു. ഈ ജീവിതകഥയുടെ സത്യാവസ്ഥകൾ ഞാൻ നേരിട്ട് അന്വേഷിച്ച് അറിഞ്ഞതാണ്. വ്യക്തിപരമായ അനുഭവമോ, മാനസികാരോഗ്യമേഖലയിലെ പരി ശീലനമോ കൂടാതെ, ഈ കഥയോ ഇതിനു സമാനമായ കഥകളോ വിശ്വസിക്കുക പ്രയാസകരമാണെന്ന് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി. മനോരോഗിയായ ഭാര്യയെ സഹായിക്കുവാൻ പാടുപെടുന്ന, മാനസിക സംഘർഷത്തിനി ടയിൽ, തന്റെ മതപദവിയുപയോഗിച്ച് മറ്റുള്ളവരെ വിഡ്ഢികളാക്കി കലക്കവെള്ളത്തിൽ മീൻ പിടിക്കുവാൻ' ശ്രമിക്കുന്ന റവ. സാം മൂലം നിസ്സഹായനാവുകയും ചെയ്ത ഒരു ഭർത്താവിന്റെ കഥയാണ് ഈ പുസ്തകം. അയാളുടെ ജീവിതസുരക്ഷിതത്വത്തിൽ എനിക്ക് ശങ്കയുണ്ട്. സിൽവിയായെ വിവാഹം കഴിച്ച ആദ്യനാളു കളിൽ, അഥവാ താൻ വധിക്കപ്പെട്ടാൽ ഉപയോഗിക്കേണ്ട വിൽപ്പത്രം അയാൾ എഴുതി സൂക്ഷിച്ചിരുന്നത് എന്നെ കാണിച്ചു. ആ വിൽപ്പത്രം കാണുവാനിടയായ ശേഷം തന്റെ സമ്പത്തിനെയും മരിച്ചാൽ എവിടെ സംസ്ക്കരിക്കേണം എന്നതിനെപ്പറ്റിയുമൊക്കെ അയാൾ എഴുതിവെച്ചിരുന്നത് തിരുത്തി തനിക്ക് അനുകൂലമാ യെഴുതുവാൻ നിർബ്ബന്ധിച്ച് സിൽവിയാ അയാളുടെ ജീവിതത്തെ ദുസ്സഹമാക്കിയതും അയാൾ പറയുകയുണ്ടാ യി. മി. വിൻസന്റിനെ സഹായിക്കുവാൻ വിസമ്മതിച്ച ചിലരോടു ഞാൻ സംസാരിക്കുവാനിടയായി. അയാൾ തങ്ങളോടു സഹായം അഭ്യർത്ഥിച്ചാൽ പോലീസിനെ വിളിക്കും എന്ന് ചിലർ ഭീഷണിപ്പെടുത്തി. അവരെ യെല്ലാം സിൽവിയായും ആനിയും റവ. സാമും തെറ്റിദ്ധരിപ്പിച്ചിരുന്നു. വളരെ നേരത്തേതന്നെ വിൻസന്റിനെ വീട്ടിൽ നിന്നും ഇറക്കിവിടുവാൻ അവർ പദ്ധതിയിട്ടിരുന്നു. സാം ചെയ്തത് വിൻസന്റിന്റെ കാലുവാരുകയായി രുന്നു.

തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ട ഭവനം സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന കരയിലടുക്കുന്നതിൽ നിന്നും തിരമാലകൾ അയാളെ തടഞ്ഞ തായി ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു. തിരമാലകളുടെ ശക്തി, മാനുഷിക ശക്തിക്ക് അതിജീവിച്ചു കീഴടക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നതിന് അതീതമാകയാൽ, താൻ ആ ക്രോധത്തിരമാലകളുടെ ഇരുണ്ട ആഴങ്ങളിലേക്ക് ആഴ്ന്നു പോകും എന്ന് വിൻസന്റ് ഭയപ്പെട്ടു. ഈ ദുരിത നിർഭരമായ ജീവിതത്തിൽ നിന്നും, മാനസിക സംഘർഷത്താ ലുളവായ ആന്തരിക മുറിവുകളുടെ സൗഖ്യത്തിനായി ഒരു ശാന്തമായ ഇടത്തേക്ക് ഓടിപ്പോകുവാൻ ഞാൻ പലപ്രാവശ്യം ഉപദേശിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ദൈവത്തിൽ ആശ്രയിച്ച് പൊരുതുവാനുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിശ്ചയ ദാർഢ്യത്തെയും ചങ്കുറപ്പിനെയും ഞാൻ അനുമോദിക്കുന്നു. ഈ കഥ വാക്കുകളാക്കി ഒരു പുസ്തകരൂപത്തി ലാക്കിയതിൽ ഞാൻ സന്തുഷ്ടനാണ്.

ഉയർന്ന തിരകളിലൂടെ വിദൂരതയിലുള്ള ഒരു ദ്വീപിലേക്ക് നീന്തുന്ന വിൻസന്റിനെ സ്നേഹവാനായ കർത്താവ് അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ. മാനസിക രോഗികളുമായി ഇടപെടുന്നതിനു നാം അനുഭവിക്കേണ്ട പങ്കപ്പാടുക ളും, ഈ രോഗമുള്ളവരാൽ കഷ്ടതയനുഭവിക്കുന്നവരെ സഹായിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നവരുടെ അജ്ഞതയും മനസ്സിലാക്കുവാൻ ഈ പുസ്തകം നമ്മെ സഹായിക്കും എന്നു ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ഈ പുസ്തകം എഴു

തിക്കൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾതന്നെ, സിൽവിയായുടെ നുണക്കഥകളാലും ദുസ്വാധീനങ്ങളാലും താൻ പരീക്ഷീണ യായതിനാൽ, ഇടയ്ക്കിടെയെങ്കിലും അവരോടൊത്തു വന്നു താമസിക്കണമെന്നു ആനി, സിൽവിയായുടെ വീട്ടുകാരോടു ആവശ്യപ്പെട്ട വിവരം വിൻസന്റിനു ലഭിച്ചു (സിൽവിയായുടെ മകളാണ് ആനി). താനെപ്പോഴും കുറ്റംപറയുകയും യാതൊരു വിധ ഇടപാടും വെയ്ക്കാതെയുമിരുന്ന സിൽവിയായുടെ ബന്ധുക്കളെ ആനി തന്നെ സമീപിച്ചു എന്നത് വിസ്മയകരമാണ്. അധികം വൈകാതെ, സിൽവിയായ്ക്കു സഹായം ലഭിക്കേണം എന്നു വിൻസന്റ് ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ദൈവം അവരോടും സാമിനോടും കാരുണ്യം കാട്ടട്ടെ.

ഡോ. തോമസ് വി. തോമസ്

സമർപ്പണം

പ്രിയപ്പെട്ട അന്നാ,

നിന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ കഠിനവും പ്രയാസകരവും ഏകാന്തവുമായ സമയങ്ങളിൽ നിന്നോടൊപ്പമായിരിക്കുവാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു എന്നു നീ അറിയുവാൻ ഞാൻ താല്പര്യപ്പെടുന്നു. വീഴുമ്പോൾ പിടിച്ചെഴുന്നേല്പ്പിക്കുവാനും നിന്റെ കൈകാലുകളും മുട്ടുകളും വെടിപ്പാക്കുവാനും എനിക്കാഗ്രഹമുണ്ട്. നിന്റെ കണ്ണുനീർ തുടയ്ക്കുവാനും നിനക്കു കരയുവാനായി എന്റെ തോൾ തരുവാനും, നിന്നെ ആശ്ലേഷിച്ചു ചുംബിക്കുവാനുമുള്ള എന്റെ ആഗ്രഹം വെറും മോഹം മാത്രം. ജീവിതത്തിന്റെ തടസ്സങ്ങൾ ഇതൊന്നും നിറവേറ്റുവാൻ എന്നെ അനുവദിക്കുന്നില്ല.

അന്നാ, നീ നന്നേ കുട്ടിയായതിനാൽ നിന്റെ വലിയപ്പച്ചനായ എന്നെ നിനക്കു മനസ്സിലാക്കുവാൻ സാധിക്കില്ല. നിന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ പ്രധാന ദിവസങ്ങൾ ആഘോഷിക്കുവാൻ ഞാൻ അവിടെ ഉണ്ടായിരുന്നില്ലല്ലോ. മറ്റൊരു വ്യക്തിയുടെ മാനസികാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങളുടെ പരിണിത ഫലമനുഭവിക്കുന്ന ഹതഭാഗ്യനാണു ഞാനെന്നു തിരിച്ചറിയാത്തതിനാൻ ഞാൻ നിന്റെ വല്ല്യപ്പച്ചനാണെന്നു പറയുവാൻ മറ്റുള്ളവർ ലജ്ജിക്കുന്നു. ഇന്നത്തെ ലോകത്തിൽ നാം കാണുന്ന പല മാനസിക രോഗങ്ങളുടെയും കാരണങ്ങളോ ചികിത്സയോ ശാസ്ത്രത്തിനിതുവരെയും കണ്ടുപിടിക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. ഈ അറിവില്ലായ്മ തുടരുന്നിടത്തോളം എന്നെപ്പോലെ പല വല്യപ്പന്മാരും യാതന അനുഭവിക്കും. ഈ തെറ്റിദ്ധാരണയ്ക്ക് ഞാൻ ആരെയും കുറ്റപ്പെടുത്തുന്നില്ല.

നിന്റെ മാമോദീസായുടെ ദിവസം ഞാൻ വളരെ കരയുകയും നിനക്കായി പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്തു. കാരണം, നീ എന്റെ ആദ്യത്തെ കൊച്ചുമകളാണ്. നിനക്ക് ഏകദേശം രണ്ടുമാസം പ്രായമുള്ളപ്പോഴാണ് ഞാൻ നിന്നെ അവസാനമായി കണ്ടത്. പലപ്പോഴും നിന്നെ കാണുവാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിച്ചെങ്കിലും അതു സാധിക്കാത്തവണ്ണം പല ഒഴിവുകഴിവുകളും എന്റെ മുമ്പിൽ നിരത്തപ്പെട്ടു. നീ നടക്കുവാനും സംസാരിക്കുവാനും തക്കവണ്ണം വളർന്നുകാണും എന്നറിയാം. നിന്റെ നഴ്സറി സ്കൂളിൽ നിനക്ക് നിരവധി കൂട്ടുകാർ കാണും.

നിനക്കു ചില മാസങ്ങൾ മാത്രം പ്രായമുള്ളപ്പോൾ നിനക്കായി വാങ്ങിയിട്ട് തരുവാൻ കഴിയാതെപോയ മൂന്ന് ഉടുപ്പുകൾ ഇപ്പോഴും എന്റെ പക്കലുണ്ട്. അത് മറ്റേതെങ്കിലും കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു കൊടുക്കുകയോ, മാനസിക രോഗം നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ എന്തെല്ലാം പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കും എന്നതിന്റെ നാന്ദിയായി എന്റെ വീട്ടിൽ സൂക്ഷിക്കുകയോ ചെയ്യും.

ന്യൂയോർക്കിലെ വിമാനത്താവളങ്ങൾക്കരികിൽകൂടി യാത്ര ചെയ്യുമ്പോൾ ഞാൻ വിതുമ്പിപ്പോകാറുണ്ട്; കാരണം നീ ആ പരിസരങ്ങളിൽ താമസിക്കുന്നു എന്നു എനിക്കറിയാം. നുണക്കഥ പ്രചരിപ്പിക്കുക, കള്ളക്കഥയുണ്ടാക്കുക എന്നീ സ്വഭാവങ്ങളുള്ള ചിലരുടെ മാനസിക രോഗത്തിന്റെ ഗൗരവം എത്രയെന്ന് ഇതിനാൽത്തന്നെ അറിയാം. ആ രോഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അജ്ഞതയിൽ മനുഷ്യർ ആ നുണക്കഥകൾ വിശ്വസിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് ആ രോഗികൾ ചിത്രീകരിച്ച അത്രയും “ഭീകരനായ” ഒരു വല്യപ്പച്ചനിൽ നിന്നും നിന്നെ സംരക്ഷിക്കുവാൻ അവർ ശ്രമിക്കുന്നു. ഞാൻ നിന്റെ വല്യപ്പച്ചനാണെന്നു നിന്നോടോ മറ്റുള്ളവരോടോ പറയുവാൻ അവർ ലജ്ജിക്കുന്നു. അവർ ചെയ്യുന്നത് എന്തെന്ന് അറിയായ്കയാൽ എനിക്കവരോടു വൈരാഗ്യമില്ല. യേശുവിനെപ്പോലെ ഞാനും പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു “പിതാവേ, ഇവർ ചെയ്യുന്നത് ഇന്നതെന്നറിയായ്കയാൽ ഇവരോടു ക്ഷമിക്കേണമേ.”

നാം ആഗ്രഹിക്കുന്നതുപോലെയോ പ്ലാൻ ചെയ്യുന്നതുപോലെയോ അല്ല നമ്മുടെ ജീവിതം. കാറ്റും തിരമാലയും കടപുഴക്കി നമ്മുടെ ജീവിതങ്ങളെ തച്ചുടയ്ക്കുന്നു. നിന്റെ പ്രായത്തിലുള്ള കുട്ടികളെ കാണുമ്പോൾ ഞാൻ വികാരാധീനനായി കരഞ്ഞു പോകാറുണ്ട്. നീ എത്രമാത്രം വളർന്നുകാണും എന്ന് അനുമാനിക്കുവാൻ ഞാൻ പലപ്പോഴും മറ്റുമാതാപിതാക്കളോട് അവരുടെ കുട്ടികളുടെ പ്രായം എത്രയെന്നു ചോദിക്കാറുണ്ട്. നിന്റെ പ്രായമുള്ള കുട്ടികളെ ഞാൻ നോക്കും; എന്നാൽ പൊതുസ്ഥലത്തു നിയന്ത്രണം വിട്ടുകരഞ്ഞുപോയാലോ എന്നു ഭയന്ന് ഞാൻ അവരെ സ്പർശിക്കാറോ എടുക്കാറോ ഇല്ല.

അടുത്തിടെ പള്ളിയിൽവെച്ചു നിന്റെ പ്രായമുള്ള ഒരു കുട്ടി എന്റെ അരികെ വന്നു. ഞാനവളെ എടുത്ത് എന്റെ മടിയിൽവെച്ചു. മാതാപിതാക്കളുടെ അടുക്കലേക്കു മടങ്ങിപ്പോകുംവരെ അവൾ എന്റെ മുഖത്തേക്കുതന്നെ നോക്കി

പുഞ്ചിരിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു. ഏതാനും ദിവസങ്ങൾ മാത്രം പ്രായമുള്ളപ്പോഴത്തെ നിന്റെ ഫോട്ടോ എന്റെ സെൽഫോണിലുണ്ട്. നിന്റെ അടുത്തകാലത്തെ ഫോട്ടോ കാണിക്കുവാൻ എന്റെ സുഹൃത്തുക്കൾ ആവശ്യപ്പെടുമ്പോൾ കെട്ടുകഥകളുണ്ടാക്കി ഞാൻ ഒഴിഞ്ഞു മാറുന്നു - ജീവിത യാഥാർത്ഥ്യങ്ങളിൽ നിന്നും രക്ഷപെടുവാൻ.

അടുത്തിടെ ഞാനൊരു സ്വപ്നം കണ്ടു. നീ പുഞ്ചിരിയോടെ, കരങ്ങളുയർത്തി എന്റെ അടുത്തേക്കു ഓടിവരുന്നു. എന്റെ കാലുകളിൽ പിടിച്ചുകുലുക്കിക്കൊണ്ട് നിന്നെ എടുക്കുവാൻ നിർബ്ബന്ധിക്കുന്നു. നമുക്കു രണ്ടാൾക്കും ഏറ്റവും പ്രിയപ്പെട്ട ഒരാൾ തറയിലേക്കു കണ്ണുംനട്ട് താഴെയിരിക്കുന്നു. നിന്നെ എടുക്കുവാൻ വളരെ ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിലും ആ വ്യക്തി കോപിക്കുമെന്നു ഞാൻ ഭയന്നു. ആ വ്യക്തിയോട് അനുവാദം ചോദിക്കുവാൻ നിന്നോടു പറയണമെന്നോ ഞാൻ തന്നെ അനുവാദം ചോദിക്കണമെന്നോ ചിന്തിച്ചു. സമ്മിശ്രവികാരങ്ങളോടെ ഞാൻ ഇരിക്കുമ്പോൾ നിന്റെ ആഗ്രഹം സാധിക്കുവാൻ നിന്നാലാകുന്നതൊക്കെയും നീ ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു. പെട്ടെന്നു ഞാൻ ഉറക്കത്തിൽ നിന്നും ഞെട്ടി ഉണർന്നു.

"അലകടലിലെ എന്റെ ജീവിതം" എന്ന ഈ പുസ്തകം ഞാൻ മരിക്കുംമുമ്പേ നീ കാണും എന്ന പ്രത്യാശയോടെ നിനക്കായി സമർപ്പിക്കുന്നു. മറ്റുള്ളവർ പറഞ്ഞ നുണക്കഥകളും തിരിമറികളും തിരച്ചറിയുവാൻ ചിലർക്കു കഴിയാതെപോയതുകൊണ്ട് അവർക്ക് എന്നെ മനസ്സിലാക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ല. ഈ കാരണത്താൽ എനിക്കു നിന്നെയും കാണുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ല.

ആദ്യത്തെ കൊച്ചുമകളെ കാണുവാനുള്ള അവകാശം നിഷേധിക്കപ്പെട്ട എന്റെ അനുഭവം മറ്റൊരു വല്യപ്പച്ചന്മാർക്കും ഉണ്ടാകരുതേ എന്ന് ഞാനാശിക്കുന്നു. മാനസിക രോഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അജ്ഞത, അവഗണന, നിന്ദ ഇവയോടു പൊരുതുവാനുള്ള ധൈര്യം നീ കാണിക്കും എന്നു ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എനിക്കിത്രയും കഷ്ടത വരുത്തിയ ആ അജ്ഞതയ്ക്കെതിരെ എന്നാലാവുംവിധം ഞാൻ പോരാടും. മാനസികമായും ശാരീരികമായും ഞാൻ പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുമ്പോൾ "ഇതു മറ്റാരോടെങ്കിലും പറഞ്ഞാൽ പിന്നെ മേലിൽ അന്നായെ കാണുകയില്ല" എന്നു പറഞ്ഞ് എന്നെ ഉപദ്രവിക്കുന്നവർ ഭീഷണിപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. എന്നെപ്പറ്റി കള്ളക്കഥ പ്രചരിപ്പിക്കും എന്നാണ് അവർ അർത്ഥമാക്കിയത്. സംഗതികളെ എത്രമാത്രം വളച്ചൊടിക്കും എന്ന് അറിയാവുന്നതിനാൽ ഞാൻ എല്ലാം നിശബ്ദമായി സഹിച്ചു. ഞാൻ പറയുന്നത് ആൾക്കാർ വിശ്വസിക്കില്ലായിരുന്നു. ഒരിക്കൽ എന്റെ മേധാവി തന്റെ അനുഭവം എന്നോടു പറഞ്ഞു. "ദൈവപുത്രൻ" എന്നൊഴിച്ച് മറ്റെല്ലാ പേരുകളും ശത്രുക്കൾ അവനെ വിളിച്ചു. എന്നെ ദുഷിക്കുന്നവരും നുണക്കഥകൾ പ്രചരിപ്പിച്ചു. നിന്റെ മാതാപിതാക്കൾ പോലും അതു വിശ്വസിച്ചു.

വാസ്തവം മറച്ചുവെച്ച്, എന്നെപ്പറ്റി തെറ്റായ സാക്ഷ്യം പറയുവാൻ ഈ മാനസിക രോഗിയായ സ്ത്രീ നമ്മുടെ ബന്ധുക്കളിൽ ഒരാളെ സ്വാധീനിച്ചു കോടതിയിൽ കൊണ്ടുവന്നു. എന്നാൽ അതു നടക്കുവാൻ കരുണാമയനായ ദൈവം അനുവദിച്ചില്ല. ആ വ്യക്തി എന്നോട് വളരെ കടപ്പെട്ടവളാണെങ്കിലും എന്നെ തള്ളിപ്പറയുവാനൊരുങ്ങി. എന്നെ അഭിമുഖീകരിക്കുവാനുള്ള ധൈര്യമില്ലാത്തതിനാൽ ആ വ്യക്തി തറയിലേക്കു നോക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നു. അതേപ്പറ്റി ചിന്തിച്ച് ഞാൻ പല രാത്രികളും ഉറങ്ങാതിരുന്നു.

അടുത്തിടെ, മാതാപിതാക്കൾ നിന്നെ എടുത്തുകൊണ്ടു നിൽക്കുന്നതിന്റെ ഫോട്ടോ ഞാൻ 'ഫേസ് ബുക്കിൽ' കണ്ടു. നീ ഒരു ചുവന്ന ഫ്രോക്കും തോപ്പിയും ധരിച്ചിരുന്നു. ആ ഫോട്ടോ വലുതാക്കി കാണുവാൻ ഞാൻ ശ്രമിച്ചെങ്കിലും പരാജയപ്പെട്ടു.

നീ വലുതാകുമ്പോൾ 'ഗലീലിയോ ഗലീലി' എന്ന വിഖ്യാതനായ മനുഷ്യന്റെ ചരിത്രം പഠിക്കണം. ആ വലിയ മനുഷ്യനെപ്പറ്റി അനേക ബുക്കുകളും പരാമർശങ്ങളും ഇന്റർനെറ്റിലുണ്ട്. 1564, ഫെബ്രുവരി 15-ന് അദ്ദേഹം ഇറ്റലിയിലെ 'പിസ'യിൽ ജനിച്ചു. അവൻ ഒരു ഗണിതശാസ്ത്രജ്ഞനാകണമെന്ന് പിതാവ് ആഗ്രഹിച്ചു. എന്നാൽ അവൻ ഒരു ക്രിസ്തീയ സന്യാസിയായി. പിന്നീട് അതുപേക്ഷിച്ചു പഠനം തുടർന്നു. വാനനിരീക്ഷണത്തിൽ അവനൊരു വിപ്ലവകാരിയായിരുന്നു. അന്ന് അറിയപ്പെട്ടിരുന്ന സിദ്ധാന്തങ്ങളെ അവൻ വെല്ലുവിളിച്ചു. 1632-ൽ, സൂര്യൻ ഭൂമിക്കു ചുറ്റുമല്ല, പ്രത്യുത, ഭൂമി, സൂര്യനുചുറ്റും ഭ്രമണം ചെയ്യുന്നു എന്നു അവൻ പഠിപ്പിച്ചു. ഈ സിദ്ധാന്തം അന്നുവരെയുള്ള ലോകത്തിന്റെയും സഭയുടെയും വിശ്വാസങ്ങളിൽ നിന്നും വിഭിന്നമായിരുന്നു. കത്തോലിക്കാസഭ ആദ്യം അദ്ദേഹത്തെ തടങ്കലിനും പിന്നീട് വിട്ടുവീഴ്ച ചെയ്ത് മരണംവരെ (1642) വീട്ടുതടങ്കല്ലിനും വിധിച്ചു. 1992-ൽ, ഗലീലിയോയ്ക്കെതിരെയുള്ള വിധി, ഒരു പിഴവും പരസ്പര ധാരണയിൽ വന്ന ദു:ഖകരമായ അനാസ്ഥയുമായിരുന്നു എന്നു ജോൺ പോൾ രണ്ടാമൻ മാർപ്പാപ്പ തിരുത്തിയെഴുതി. 'അതുമാത്രം പോരാ' എന്ന് ചിലർ അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. ഏകദേശം നാനൂറു വർഷങ്ങൾക്കുശേഷം, "എല്ലാം ക്ഷമിച്ചിരിക്കുന്നു" എന്ന സന്ദേശമാണ് സഭ ഗലീലിയോയ്ക്ക് നൽകിയത്. നിർഭാഗ്യവശാൽ ഇതു കേൾക്കുവാൻ ഗലീലിയോ ജീവിച്ചിരിപ്പില്ല. ഒരു 'അവിശ്വാസി' എന്ന ലേബലിൽനിന്നും 'വിശ്വാസ വീരൻ' എന്നും "ശാസ്ത്ര പണ്ഡിതൻ" എന്നും ഗലീലിയോ മാറ്റപ്പെട്ടു.

പരക്കെയുള്ള ധാരണകൾക്ക് എതിരായി വെല്ലുവിളിക്കുന്നവരെ വിപ്ലവകാരിയെന്നും ചീത്തയെന്നും ലോകം

വിളിക്കുന്നു. ആവശ്യമാണ് കണ്ടുപിടിത്തത്തിന്റെ മാതാവ്. ഭൂമിയെയും സൂര്യനെയും പറ്റിയുള്ള കണ്ടുപിടിത്തം ശരിതന്നെയാണ് എന്ന് ഗലീലിയോ വിശ്വസിച്ചു. ശാസ്ത്രം പുരോഗമിക്കുകയും മാനസികരോഗങ്ങളെപ്പറ്റി ജനം കൂടുതൽ ബോധവാന്മാരാകുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ ഞാൻ സ്വതന്ത്രനാകും. പക്ഷേ എന്റെ പ്രായം അധികരിക്കുന്നതിനാൽ ആ ദിനം കാണുവാൻ ഞാനുണ്ടായിരിക്കുകയില്ല. ശാസ്ത്രം വളരെ പുരോഗമിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും മസ്തിഷ്ക്കത്തിനെപ്പറ്റി ശരിയായി മനസ്സിലാക്കുവാൻ ഇനിയും അൻപതോ അതിലേറെയോ വർഷങ്ങൾ എടുത്തേക്കാം.

കഷ്ടതയും ദുരിതവും പരിശോധനകളും അജ്ഞതയും വേദനയും നിന്ദയും എല്ലാം നിറഞ്ഞ ഈ ലോകത്തിൽ വളർന്നു വരുവാൻ ദൈവം നിന്നെ അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ. മഹാമാനസികരോഗികൾ എന്നെപ്പറ്റിപ്പറഞ്ഞ ദൂഷണങ്ങളിൽ നിന്നും കുറെയൊക്കെ എനിക്കു ന്യായം ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട് പ്രത്യേകിച്ച് കോടതിയിൽ നിന്നും. എന്നാൽ എന്നെപ്പറ്റി കേട്ടതെല്ലാം തെറ്റായിരുന്നുവെന്ന് ജനം മനസിലാക്കുവാൻ കുറച്ചു സമയം കൂടിയെടുക്കും. പല ദു:ഖകരമായ അനുഭവങ്ങളിൽ കൂടിയും എന്നെ കടത്തിവിടുന്നതിന്റെ പിന്നിൽ ഒരു ദൈവോദ്ദേശമുണ്ട്. അത് എന്താണെന്നു ഞാൻ അറിയുന്നില്ല. എങ്കിലും എന്റെ കരം പിടിച്ചിരിക്കുന്നവൻ ശക്തൻ എന്നും അവൻ നാളെയും വഴിനടത്തും എന്നും ഞാൻ അറിയുന്നു. സകലബുദ്ധിയെയും കവിയുന്ന ദൈവികസമാധാനം കർത്താവുതന്നിരിക്കുന്നതിനാൽ എനിക്കു സമാധാനമുണ്ട്. എല്ലായ്പ്പോഴും എല്ലാ ദു:ഖങ്ങളെയും ഞാൻ സധൈര്യം സ്വീകരിച്ചു എന്നു ഇതിന് അർത്ഥമില്ല. മറ്റുള്ളവരെപ്പോലെ ഞാനും ഒരു സാധാരണ മനുഷ്യനാണ്. ഞാനും മറ്റുള്ളവരെപ്പോലെ കരയുകയും ചോദ്യം ചോദിക്കുകയും നിരാശനാവുകയും ചെയ്യാറുണ്ട്. പലപ്പോഴും അവർ കുറ്റംപറഞ്ഞ് ശകാരിച്ചപ്പോൾ ഞാൻ മൗനം പാലിച്ചു. മാനസിക രോഗങ്ങളെപ്പറ്റി ഗവേഷണം ചെയ്യുന്നതിൽ ഞാൻ വ്യാപൃതനായി. ഈ തിരകളെ അതിജീവിക്കുവാൻ ഞാൻ പലരുടെയും സഹായം തേടി.

എനിക്കു സഹായഹസ്തം നീട്ടുന്നതിനു പകരം, അവരുടെ വാക്കുകളും പ്രവൃത്തിയുംകൊണ്ട് എന്റെ പ്രതിയോഗിയോടു ചേർന്ന് അവർ എന്നെ ആഘാതമേല്പിച്ചു. ഞാൻ ആഴക്കടലിൽ താഴുന്നതു നോക്കി അവർ കൈകൊട്ടി. വസ്തുതകളറിയാത്ത മനുഷ്യരെ കൂടെക്കൂട്ടി എന്റെ പ്രതിയോഗി സന്തോഷിച്ചു. അലറുന്ന കടലിൽ നിന്നും ഒരു വിടുതലിനുവേണ്ടി ഞാൻ പരതിയപ്പോൾ അവരൊന്നിച്ച് ആ 'തമാശ' കണ്ടു രസിച്ചു.

അന്നാ, അജ്ഞത കാരണം, മറ്റുള്ളവർ നിന്നെ കാണുവാൻ എന്നെ അനുവദിച്ചില്ല എന്നു മനസിലാക്കുമ്പോൾ നീ അവരെ വെറുക്കരുത്. അപ്പോഴേക്കും ഒരു പക്ഷേ, ഞാൻ ഈ ഭൂമി വിട്ട് നിത്യഭവനത്തിലേക്കു പോയിരിക്കും. എന്റെ ആരോഗ്യം മോശമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു എങ്കിലും ഞാൻ അത് മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നും മറച്ചുവെക്കുന്നു. ഞാൻ നല്ലതുപോലെ ആഹാരം പാകം ചെയ്യാറുണ്ടായിരുന്നു എങ്കിലും അനാരോഗ്യം കാരണം ഇപ്പോൾ അതു സാധിക്കുന്നില്ല. 'അലകടലിലെ എന്റെ ജീവിതം' എന്ന പുസ്തകം കൊണ്ട് ചില നല്ല ഫലങ്ങൾ ഉണ്ടായതായി നീ കേൾക്കുമെന്ന് ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

ഈ ലോകത്തിൽ നീ വളരുമ്പോൾ വേണ്ട എല്ലാ അനുഗ്രഹങ്ങളും സർവ്വാശ്വാസങ്ങളുടെയും ദൈവം നിനക്കു തരുമാറാകട്ടെ. നിന്റെ സ്വകാര്യത സൂക്ഷിക്കുവാനായി; ഞാൻ നിന്റെ പേര് മാറ്റി എഴുതിയതിൽ ഞാൻ ഏറ്റവും ഖേദിക്കുന്നു. എന്റെയും യഥാർത്ഥ പേര് മറച്ചുവയ്ക്കുന്നു. അജ്ഞത കാരണം മാനസിക രോഗത്തെപ്പറ്റിയോ അതിനോടനുബന്ധിച്ചുള്ള പ്രശ്നങ്ങളെപ്പറ്റിയോ സംസാരിക്കുവാൻ ജനം മടിക്കുന്നു. ഞാൻ ഈ പുസ്തകമെഴുതുന്നതും അവർക്ക് ഇഷ്ടമല്ല. മറ്റുള്ളവർ നിന്നെ അനുവദിക്കുമെങ്കിൽ നീ മുതിരുമ്പോൾ വായിക്കത്തക്കവണ്ണം "അലകടലിലെ എന്റെ ജീവിതം" എന്ന ഈ പുസ്തകത്തിന്റെ ഒരു പ്രതി നിനക്കയച്ചുതരുവാൻ ഞാൻ കഴിയുന്നത്ര ശ്രമിക്കും.

എന്ന്.

ജെയിംസ് വിൻസന്റ്
(വല്യപ്പച്ചൻ)

ഒരു കാരണമുണ്ടാകും

ഒരു കാരണമുണ്ടാകും
ഒരു പദ്ധതിയുണ്ടാകും
ഞാൻ ഉദ്യമിക്കുന്നു, എങ്കിലും മനസിലാകുന്നില്ല
"ദൈവം എന്നോടു പറയുന്നില്ല," ഒരിക്കൽ ദൈവം എന്നോടു പറയും
അതെന്നെ ശക്തനാക്കുവാനോ ക്ഷയിപ്പിക്കുവാനോ?
അതു രണ്ടുമാകാം
എനിക്കു വിശ്വാസമുണ്ട്
അതെല്ലാം അവന്റെ കരങ്ങളിലാണ്
ഒരിക്കൽ അതവനെന്നോടു പറയും

(അജ്ഞാതനായ രചയിതാവ്)

മുഖമൊഴി

ചില മാസങ്ങൾ ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവിച്ചും എന്നോടുതന്നെ ചർച്ച ചെയ്തുമാണ് ഈ പുസ്തകമെഴുതുവാൻ ഞാൻ തീരുമാനിച്ചത്. എന്റെ സ്വപ്നസാക്ഷാൽക്കാരത്തിനായി, എന്റെ ചിന്തകളെ വാക്കുകളാക്കി മാറ്റുവാൻ, സാമൂഹ്യശാസ്ത്രത്തിലും മാനസിക ആരോഗ്യമേഖലയിലും വളരെ പരിചയിച്ച ഡോ. തോമസ് വി. തോമസിന്റെ സഹായം ഞാൻ അഭ്യർത്ഥിച്ചു. അത് ആയാസകരമല്ലായിരുന്നു എന്നു മാത്രമല്ല, വളരെ വേദനാജനകമായിരുന്നു. എന്റെ കഥ അദ്ദേഹത്തിനോടു പറയുന്നതിനിടയിൽ പലപ്പോഴും എനിക്കു നിർത്തേണ്ടതായി വന്നു. പലപ്പോഴും ഞാൻ കരഞ്ഞു. അദ്ദേഹം വളരെ സഹനശക്തിയോടെ എന്നോടു സഹകരിച്ചു. ആരോ പറഞ്ഞതുപോലെ ചിലരുടെ വേദന മറ്റു ചിലർക്ക് സന്തോഷമാകാം: എന്നെ ഈ അവസ്ഥയിലാക്കിയ, എന്റെ അനുഭവം അങ്ങനെയാണ്. വായനക്കാർക്ക് മാനസികാസ്വാസ്ഥ്യവും ഹൃദയവേദനയും ഉളവാക്കും എന്നതിനാൽ പല വിശദീകരണങ്ങളും ഞാൻ വിട്ടു കളഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

ഇത് എന്റെ കഥയാണ്. സുബോധമുള്ളവരെയും ഇല്ലാത്തവരെയും പറ്റിയുള്ള നമ്മുടെ പരിജ്ഞാനത്തിനെപ്പറ്റിയുള്ള ഹൃദയം നുറുക്കുന്ന ഒരു കഥയാണിത്. സ്വന്തം മാതാവ് നുണക്കഥകളും വളച്ചൊടിക്കലുംകൊണ്ട് അനേകരെ വഞ്ചിക്കുന്നതുകണ്ട ഒരു മകളുടെ കഥയാണിത്. "വളരെ ചെറുപ്പമായിരുന്ന എനിക്ക് എന്തുചെയ്യുവാൻ കഴിയുമായിരുന്നു" എന്ന് ആ മകൾ എന്നോടു ചോദിച്ചിട്ടുണ്ട്.

അവളുടെ രോഗത്തിന്റെ ഇരകളായിത്തീർന്ന മറ്റനേകരുടെ അനുഭവം തുടർന്നുള്ള താളുകളിൽ വ്യക്തമാകും. ദൈവശാസ്ത്രം പഠിച്ച 'കൗൺസിലർ' എന്ന് സ്വയം അഭിമാനിച്ച ഒരു വ്യക്തിയുടെ അജ്ഞത, ഈ ബുക്കിലൂടെ വെളിപ്പെടും. ഈ 'കുപ്പായക്കാരനും' ഒരു മാനസികരോഗിയാകാനാണു സാധ്യത. സഭയുടെ ചട്ടക്കൂട്ടിൽ താനിടപെട്ട പല മനുഷ്യർക്കും അയാൾ വേദനയുളവാക്കുകയും അവരെ നശിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ഈ 'കൗൺസിലറെന്നു സ്വയം അഭിമാനിക്കുന്ന' വ്യക്തിയുടെ കാരണങ്ങളാൽ പലരും ആ പള്ളി ഉപേക്ഷിച്ചുപോയി. വിദഗ്ധസഹായം തേടുവാൻ എന്റെ ഭാര്യയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുവാനാണ് ഞാൻ ആ വ്യക്തിയുടെ സഹായം തേടിയത്. അവളെ സഹായിക്കുന്നതിനു പകരം, അവളെ കൂട്ടുപിടിച്ച് അവളുടെയും എന്റെയും ജീവിതം തകർക്കുകയാണ് അയാൾ ചെയ്തത്. മുൻകാലങ്ങളിൽ പലരുടെയും ജീവിതങ്ങളെ എന്റെ ഭാര്യ തകർത്തിട്ടുണ്ടെന്നു അറിഞ്ഞിട്ടും, തന്റെ അജ്ഞതയാൽ, 'ഒരു കൊള്ളരുതാത്ത ഭർത്താവി'ൽ നിന്നും അവളെ വീണ്ടെടുക്കുകയാണു താൻ ചെയ്യുന്നതെന്ന് അയാൾ കരുതി. അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നതിനിടയിൽ അയാൾ അനേകജീവിതങ്ങളെ തകർക്കുകയും, പരിശുദ്ധിയുടെ പരിവേഷം ചാർത്തി മതത്തിന്റെ മറവിൽ രക്ഷപെടുകയും ചെയ്തു. ഇത് സ്നേഹത്തിന്റെയും പരിമിതികളുടെയും കഥയാണ്. ഇത് ജയാപജയങ്ങളുടെ കഥയാണ്. ജയത്തിന്റെ പൂർണ്ണത ഇനിയും വെളിപ്പെടേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

ഞാൻ പലരോടും നന്ദിയുള്ളവനാണ്; ഈ പുസ്തകത്തിലൂടെ ഞാൻ അതു പ്രകാശിപ്പിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

ഈ കഥ പറയുവാൻ തക്കവണ്ണം, അലകടലിലൂടെ എന്നെ ജീവനോടെ കാക്കുന്ന ദൈവത്തിന് ആദ്യമായി നന്ദി. കൊടുങ്കാറ്റടിക്കുന്ന കടലിലൂടെ നീന്തുക കഠിനമായിരുന്നതിനാലും പലപ്പോഴും കടലിലെ അടിയൊഴുക്കുകളെ നീന്തി അതിജീവിക്കുക അസാദ്ധ്യമായിരുന്നതിനാലും ഞാൻ മുങ്ങിത്താണുപോകാമായിരുന്നു. ആ കടലിലെ ജന്തുക്കൾ എന്നെ വിഴുങ്ങിക്കളയാമായിരുന്നു; എന്നാൽ എന്റെ കഥ പറയുവാൻ തക്കവണ്ണം ദൈവം എന്നെ ജീവനോടെ കാത്തു.

മാരിയിൽ നൃത്തം ചെയ്തു എന്ന് എനിക്ക് അഭിമാനിക്കാനാവില്ല എങ്കിലും നൃത്തം ചെയ്യുവാനുള്ള ചുവടുകൾ പരിശീലിക്കുകയാണെന്ന് അവകാശപ്പെടാം.

ഞാൻ ജീവനോടിരിക്കുന്നുവോ, സുഖമായിരിക്കുന്നുവോ എന്നറിയാൻ പലപ്പോഴും കടന്നുവന്നിരുന്ന എന്റെ പ്രിയപ്പെട്ട സുഹൃത്തായ റവ. ഡോ. രാജനോടു ഞാൻ കൃതാർത്ഥനാണ്. ഞാൻ വീണപ്പോഴൊക്കെ പിടിച്ചുയർത്തുവാൻ അദ്ദേഹം എന്നോടൊപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. പലപ്പോഴും നിരാശ എന്നെ ബാധിച്ചപ്പോൾ അദ്ദേഹം എന്നെ പൊക്കിയെടുത്തു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ വാക്കുകളും പ്രവർത്തികളും എനിക്ക് എപ്പോഴും ഒരു അനുഗ്രഹമായിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കുടുംബവും എന്നോടു വളരെ നല്ലവരായിരുന്നു. പല മുതിർന്നവരും പഠിപ്പുള്ളവരുമായവരേക്കാൾ കൂടുതലായി 15 വയസുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ മകൻ ജോഷി എന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ മനസിലാക്കി. എന്റെ കംപ്യൂട്ടറിന്റെ പാസ്‌വേഡ് എന്റെ ഭാര്യയുടെ പേരിനോടു സാദൃശ്യമുള്ളതായിരുന്നു; ഒരിക്കൽ അവനെന്നോടു ചോദിച്ചു "അങ്കിൾ നിങ്ങൾക്ക് ആ പാസ്‌വേഡുതന്നെ തുടരണമോ അതോ മാറ്റണോ? നിങ്ങളെന്താണ് അതു മാറ്റാത്തത്?"

എന്റെ പ്രശ്നങ്ങളുടെ ആഴം മനസിലാക്കാത്ത അനേകരോടു ഞാൻ കൃതാർത്ഥനാണ്; അതെന്തുകൊണ്ടാണെന്നു നിങ്ങൾ ആശ്ചര്യപ്പെട്ടേക്കാം. അവർ എന്നെ മനസിലാക്കിയിരുന്നുവെങ്കിൽ ഈ പുസ്തകം എഴുതപ്പെടു

കയില്ലായിരുന്നു. അവരുടെ അജ്ഞതയും മുറിപ്പെടുത്തുന്ന വാക്കുകളും എന്നെ ശക്തീകരിച്ചതിനാലാണ് ഈ പുസ്തകമെഴുതുവാൻ ഞാൻ ഉദ്യമിച്ചത്.

അറിയപ്പെടാത്തതിലേക്കുള്ള എന്റെ യാത്രയിൽ പലവീടുകളും മാറിമാറി താമസിക്കേണ്ടിവന്നപ്പോൾ എന്നെ കൂട്ടത്തിൽ താമസിപ്പിക്കുകയും സ്നേഹത്തോടെ പെരുമാറുകയും ചെയ്ത എന്റെ നല്ലകൂട്ടുകാരായ പോൾ, ടെറി തുടങ്ങിയവരോട് ഞാൻ വളരെ കൃതജ്ഞതയുള്ളവനാണ്. 'ഭാവി'യിലേക്കുള്ള എന്റെ യാത്രയിൽ അവർ എന്നെ വളരെ സ്നേഹിക്കുകയും പരിപാലിക്കുകയും ചെയ്തവരാണ്.

ഈ പുസ്തകം എഴുതുക ആയാസകരമായ ഒരു ജോലി ആയതിനാൽ ഇതിന്റെ മൂലകഥകൾ വായിച്ചും തെറ്റുതിരുത്തിയും അനേകരെന്നെ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവരുടെ അനുവാദത്തോടെ അവരുടെ പേരുകൾ ഞാൻ മറച്ചുവെയ്ക്കുന്നു. സ്നേഹവാനായ കർത്താവ് അവരെ അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ.

എന്നെ ബലപ്പെടുത്തുവാനായി ചില പ്രിയകൂട്ടുകാരും അവരുടെ കുടുംബങ്ങളും എന്നോടൊപ്പം നിന്നു. ഞാനിപ്പോൾ പങ്കെടുക്കുന്ന സഭയിലെ പാസ്റ്റർമാരും അവരുടെ കുടുംബങ്ങളും എന്നെ കരുതി. എന്റെ സ്വന്തം കുഞ്ഞുങ്ങളുടെയും പേരക്കുട്ടിയുടെയും സാന്നിദ്ധ്യം ഇല്ലാതെവന്നപ്പോൾ സഭയിലെ മൂപ്പന്മാരുടെ മക്കൾ എനിക്കു സ്വാന്തനമായി. പലപ്പോഴും അവർ എനിക്കു ഭക്ഷണം ഒരുക്കി; എപ്പോഴും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും എന്നെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു.

എന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ മനസിലാക്കി എന്നോടൊപ്പം നിന്ന പല സഹോദരന്മാരും സഹോദരിമാരുമാണ് അലറുന്ന തിരകളിലെ എന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ ശാന്തതയ്ക്കു നിദാനം. ഞാനെപ്പോഴും സമാധാനിച്ചു എന്ന് ഇതിനർത്ഥമില്ല. സ്വകാര്യത പാലിക്കേണ്ടതുകൊണ്ട് അവരുടെ പേരുകൾ ഞാനിവിടെ വെളിപ്പെടുത്തുന്നില്ല. തിരകൾ എന്നെ വിഴുങ്ങുവാനായി അടുത്തപ്പോൾ അവരും അവരുടെ മക്കളും മുന്നേറുവാൻ എന്നെ ധൈര്യപ്പെടുത്തി. ചില വിറയ്ക്കുന്ന കാല്പാദങ്ങളെങ്കിലും ഞാൻ മുന്നോട്ടുവെച്ചെങ്കിൽ അത് സർവ്വശക്തന്റെ കൃപയും ഈ പ്രിയപ്പെട്ടവരുടെ പിന്തുണയും ഉള്ളതുകൊണ്ടു മാത്രമാണ്. മാനസിക രോഗങ്ങളെപ്പറ്റി അനേകരുടെ കണ്ണു തുറക്കപ്പെടട്ടെ എന്ന വാഞ്ചയോടെ ഞാൻ ഈ പുസ്തകമെഴുതി അവസാനിപ്പിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

എന്റെ നിഷ്ക്കളങ്കത മനസിലാക്കി എനിക്കുവേണ്ടി പ്രാർത്ഥിച്ച ചുരുക്കം ചിലരോട് ഞാൻ നന്ദിയുള്ളവനാണ്. എന്റെ ഭാര്യയെ സഹായിക്കുവാൻ ഇപ്പോഴും മാർഗങ്ങൾ അന്വേഷിക്കുന്ന ആ ക്രിസ്തീയ നേതാവെന്ന് അവകാശപ്പെടുന്ന വ്യക്തിക്കായും ഞാൻ ദൈവത്തിനു നന്ദി പറയുന്നു. ഞാൻ പല വീടുകൾ മാറിത്താമസിച്ചപ്പോൾ, എന്നെ സഹായിക്കണമോ എന്നറിയുവാനും അയാൾ പ്രാർത്ഥിച്ചു. പണ്ട് ആ വ്യക്തി ദിവസവും ഉപവസിച്ചു പ്രാർത്ഥിക്കുമായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇപ്പോഴാകട്ടെ വല്ലപ്പോഴും ദൈവഹിതമാരായുന്നു. മറ്റുള്ളവരെ കബളിപ്പിക്കുവാനായി പലരും ദൈവനാമം ഉപയോഗിക്കുന്നുവെന്ന് അദ്ദേഹമെന്നെ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. "ഞങ്ങൾ വിൻസന്റിനെ സഹായിച്ചു" എന്ന് പരസ്യമായി പ്രഖ്യാപിച്ചതുകൊണ്ട് അവർ എനിക്കു തന്ന അല്പം പണം ഞാൻ തിരിച്ചുകൊടുത്തു.

"മാനസികരോഗിയാണെങ്കിൽ അവൾക്കെങ്ങനെ ജോലിചെയ്യാൻ സാധിക്കും" എന്ന് എന്നോടു ചോദിച്ച ഒരു ഡോക്ടറുടെ വാക്കുകൾ ഞാൻ മറക്കില്ല. മാനസിക രോഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അജ്ഞതയുടെ ആഴത്തെ ഈ ചോദ്യത്താൽ ഗ്രഹിക്കാം. മാനസിക ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളുള്ളപ്പോൾ തന്നെ ജോലി നോക്കുന്ന മാനസിക രോഗ വിദഗ്ധർ, മാനസിക ശാസ്ത്രജ്ഞർ, ഫിസിഷ്യൻസ്, നഴ്സുമാർ, പുരോഹിതർ, പാസ്റ്റർമാർ, വ്യവസായികൾ, രാഷ്ട്രീയക്കാർ തുടങ്ങിയ പലരെയും എനിക്കറിയാം. ഇവരിൽ ചിലർ അതിനു മരുന്നു കഴിക്കുന്നവരും ചിലർ കഴിക്കാത്തവരുമാണ്. നിർഭാഗ്യവശാൽ, മാനസിക രോഗികൾ വസ്ത്രം ധരിക്കാതെ, ഭ്രാന്തിളകി മറ്റുള്ളവരെ കല്ലുമെറിഞ്ഞ് തെരുവിൽകൂടി പ്രാകൃതരായി നടക്കുന്നവരാണ് എന്നാണ് പരക്കെയുള്ള ധാരണ. നാം കണ്ട സിനിമകളിലെ മാനസിക രോഗി അങ്ങനെയാവാം. രോഗിയാണെന്ന് നിർണ്ണയിക്കപ്പെടാത്തവർ മാനസിക രോഗിയാവില്ല എന്നാണ് മുകളിൽ പറഞ്ഞ ഡോക്ടറുടെ ഭർത്താവായ സഭാനേതാവും വൈദികനും ധരിച്ചിരിക്കുന്നത്.

നാല്പതുവർഷംകൊണ്ട് മെക്കാനിക്കൽ എൻജിനീയറിംഗിൽ ഒരു ബിരുദധാരിയായ ഇയാൾ ചിന്തിക്കുന്നത് താൻ സർവ്വജ്ഞാനിയാണെന്നാണ്. ഒരു റിയൽ എസ്റ്റേറ്റ് ബിസിനസ് നടത്തിയതുകാരണം മനുഷ്യരുടെ മനസുകളെ അടുത്തറിഞ്ഞതിനാൽ തനിക്ക് എല്ലാ ചോദ്യങ്ങൾക്കും പ്രശ്നങ്ങൾക്കും ഉത്തരമുണ്ടെന്നും താൻ ദൈവത്തിനോടു വളരെ അടുത്ത ആളാണെന്നും ഇയാൾ അവകാശപ്പെടുന്നു. മാനസിക രോഗികളിൽ ഭൂരിഭാഗവും തങ്ങളുടെ ജീവിതകാലത്തൊരിക്കലും ഒരു മനോരോഗ വിദഗ്ധനെയോ ഒരു മന:ശാസ്ത്രജ്ഞനെയോ കാണാത്തവരാണ് എന്ന സത്യം ഇയാൾക്കറിയില്ല. അവർ രോഗികളാണെങ്കിലും നിയമപരമായ കാരണങ്ങളാൽ അവർക്ക് ഇന്ന രോഗമാണെന്ന് തീർത്തു നമുക്കു പറയാൻ ബുദ്ധിമുട്ടാണ്.

മാനസിക ആരോഗ്യപ്രശ്നമുള്ള ആരെങ്കിലും ഉണ്ടെങ്കിൽതന്നെ അതു തുലോം വിരളമാണെന്ന് അയാളുടെ സ്നേഹിതനും 'സർവ്വജ്ഞനുമായ' മറ്റൊരു വ്യവസായി പറയുന്നു. എല്ലാ പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങളും കൗൺസലിംഗ് കൊണ്ട് മാറ്റിയെടുക്കാം എന്നതുകൊണ്ട് മാനസികരോഗം ഒരു പ്രശ്നമേ അല്ല എന്ന് അയാളുടെ കുടുംബക്കാർ

വിശ്വസിക്കുന്നു.

പല വ്യക്തികൾക്കും കുടുംബങ്ങൾക്കും സന്തോഷമുണ്ടാകത്തക്കവണ്ണം, പല മാനസിക രോഗങ്ങളുടെയും കാരണങ്ങളും ചികിത്സാവിധികളും എത്രയും വേഗം കണ്ടുപിടിക്കത്തക്കരീതിയിൽ മാനസിക ശാസ്ത്രവും മാനസിക വൈദ്യശാസ്ത്രവും പുരോഗമിക്കട്ടെ എന്നു ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുകയാണ്. കുറച്ചു കേസിലെങ്കിലും വിജയകരമായി ചികിത്സിക്കപ്പെടുവാൻ തക്കവണ്ണം മാനസിക രോഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള തെറ്റിദ്ധാരണകളും അജ്ഞതയും വെടിഞ്ഞ് ജനം മുന്നോട്ടുവരട്ടെ എന്നും ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

ഈ കഥ, യഥാർത്ഥ്യമാണെങ്കിലും ഇതിലുൾപ്പെടുന്ന വ്യക്തികളുടെ പേരുവിവരങ്ങൾ അവരുടെ സ്വകാര്യതയെ ലക്ഷ്യമാക്കി മാറ്റി എഴുതിയിട്ടുണ്ട്. സ്നേഹത്തോടെ എന്റെ അടുത്തുവന്നവരും, ഒരു നേരത്തെ ആഹാരം എനിക്കു തന്നവരും, എന്നെ നോക്കി പുഞ്ചിരിച്ചവരും എനിക്കു കരയുവാൻ അവരുടെ ചുമൽ തന്നവരുമായ ഏവരോടും എനിക്കു നന്ദിയുണ്ട്. കഠിനമായ അവസ്ഥകളിൽ എന്നെ ഉപദേശിക്കുകയും നയിക്കുകയും ചെയ്ത ഏവരോടും ഞാൻ നന്ദി പറയുന്നു. മാനസികരോഗത്തെപ്പറ്റി ജനം വായിക്കുകയും ചർച്ച ചെയ്യുകയും ഗവേഷണങ്ങൾ നടത്തുകയും വേണം എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെയാണ് ഞാൻ ഈ പുസ്തകം എഴുതുന്നത്.

മാനസിക രോഗത്തിന്റെ യാഥാർത്ഥ്യങ്ങളെയും സത്യങ്ങളെയും മതത്തിന്റെ മറവിൽ പലരും ഒളിപ്പിക്കുന്നതു ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. ഒരു മതവും ഇക്കാര്യത്തിൽ പുറകോട്ടല്ല. ഈ ഗ്രൂപ്പുകളിലെ അജ്ഞരായ നേതാക്കൾ വിചാരിക്കുന്നത് അവരുടെ ഇടയിൽ ചുരുക്കം ചില വിശുദ്ധന്മാരും വിശുദ്ധകളും ഉണ്ടെന്നാണ്. അവർ ഈ രോഗികളെ കൂടുതൽ രോഗികളാക്കുന്നു. ചില മനുഷ്യർ ഒരു പ്രത്യേക രീതിയിൽ എന്തുകൊണ്ട് പ്രവർത്തിക്കുന്നു എന്ന ചോദ്യത്തിന് അവർ പിശാചിനെ പഴിചാരുന്നു. ഈ പ്രവണത സാവധാനം മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഒരു കുടുംബത്തിൽ ഒരു വ്യക്തിക്കു മാനസിക രോഗം ഉണ്ടായിരിക്കുകയും മറ്റുള്ളവർക്ക് അതു മനസിലാക്കുവാൻ സാധിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനാൽ വിവാഹമോചനവും കുടുംബം പിളരലും ഗ്രൂപ്പ് പിളർപ്പുമൊക്കെ ഉണ്ടാവുന്നത് ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. അവന്റെ / അവളുടെ പെരുമാറ്റം അചിന്തനീയമാണെന്ന് അവർ പറയും. സമീപഭാവിയിൽ ദൈവസഹായത്തോടെ ശാസ്ത്രം ഇതിനു പ്രതിവിധി കണ്ടുപിടിക്കുമെന്ന് ഞാൻ ആശിക്കുന്നു. നിർഭാഗ്യവശാൽ നിലവിലുള്ള ഗവേഷണവിദ്യകൾ സാധാരണക്കാരനു ലഭ്യമല്ല. ചില വിദ്യാർത്ഥികൾക്കോ പണ്ഡിതർക്കോ, അഭ്യസ്ത വിദ്യർക്കോ മാത്രം എത്തിപ്പിടിക്കാവുന്ന പുസ്തകശാലകളിലാണ് അവ ഉള്ളത്. മാനസിക രോഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള ജനത്തിന്റെ ജ്ഞാനം വർദ്ധിക്കുവാനാണ് ഞാനിത് എഴുതുന്നത്.

രോഗികളിൽ നിന്നും കുടുംബാംഗങ്ങളെ അകറ്റിനിർത്തത്തക്കവിധത്തിൽ മാനസിക രോഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അജ്ഞത അധികമാണ്. എല്ലാവരും കഷ്ടത അനുഭവിക്കുന്നു എങ്കിലും അതേപ്പറ്റി മൗനം അവലംബിക്കുന്നതിനാൽ രോഗിയെ ചികിത്സിക്കുക അസാദ്ധ്യമാകുന്നു. മാനസിക രോഗിയുടെ ബന്ധുക്കളെ മറ്റുള്ളവർ നീചരായിക്കാണുന്നു. അതുകൊണ്ട് ഒരു മനോരോഗിയുള്ള കുടുംബത്തോട് മറ്റുള്ളവർ സൗഹൃദം സ്ഥാപിക്കുന്നില്ല.

ശാരീരികവും ആത്മീയവുമായ രോഗങ്ങൾക്കുവേണ്ടി നാം വളരെ സമയം ചിലവഴിക്കുന്നു. അതേരീതിയിൽ മാനസികവും വൈകാരികവുമായ പ്രശ്നങ്ങളുള്ളവരെ നാം എന്തുകൊണ്ടു കരുതുന്നില്ല? ലോകജനതയിൽ 25% ആളുകൾക്ക് മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾക്കു സഹായം വേണ്ടിവരും എന്ന് ജനം പതുക്കെ തിരിച്ചറിയുവാൻ തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ദശകോടി ആൾക്കാർക്ക് പ്രശ്നമുണ്ടെങ്കിലും അതുണ്ടാക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങളുടെ ഗൗരവം അറിയായ്കയാൽ നാം അതിനു മറ്റു പേരുകൾ നൽകുന്നു. നമ്മിലെ നാലിൽ ഒരാൾക്ക് എന്ന അനുപാതത്തിൽ, ജീവിതത്തിന്റെ ഏതെങ്കിലും സമയത്ത് ഒരു സൈക്യാട്രിസ്റ്റിന്റെയോ സൈക്കോളജിസ്റ്റിന്റെയോ അഥവാ കൗൺസിലറുടെയോ സഹായം വേണ്ടിവരുമെന്ന് അറിയുമ്പോൾ നാം ഞെട്ടരുത്. അജ്ഞാതമായതിനെ എന്തിനു ഭയക്കണം? നമുക്കു ജീവിതയാഥാർത്ഥ്യങ്ങളെ നേരിടാം. മനോരോഗം എന്നത് ഒരു യാഥാർത്ഥ്യമാണ്; അതിനെ നമുക്കു സധൈര്യം അഭിമുഖീകരിക്കാം. മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നും മറച്ചുവെയ്ക്കുവാനായി 'അത്, ഇത്, മറ്റേത്' എന്ന് പതുങ്ങിയ സ്വരത്തിൽ പറയാതെ, മാനസിക രോഗം ഒരു യാഥാർത്ഥ്യമാണെന്നു നമുക്ക് അംഗീകരിക്കാം. ഹൃദ്രോഗമോ ക്യാൻസറോ ഉള്ള മറ്റാരെയെങ്കിലും പോലെ മാനസിക രോഗിയും ഒരു സാധാരണ രോഗിയാണ്. അവർ പുഞ്ചിരിക്കുകയും പലപ്പോഴും സാധാരണക്കാരെപ്പോലെ പെരുമാറുകയും, ഉദ്യോഗം നോക്കുകയും, ദാനം ചെയ്യുകയുമൊക്കെ ചെയ്യും; എങ്കിലും അവർ രോഗികളാണ്.

'ബാധ' ഒഴിപ്പിക്കുവാൻ ആൾക്കാരെ തല്ലുകയും, മനുഷ്യശരീരങ്ങളെ നുറുക്കി ഒരു മുറിയിൽ പൂട്ടിവെക്കുകയും, അർദ്ധരാത്രിയിൽ കൂകി ശാസിക്കുകയും ഒക്കെ ചെയ്യുന്നതു നാം കേട്ടിട്ടുണ്ട്. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നവർ കള്ളം പറയുകയും മോഷ്ടിക്കുകയും പല സ്ഥലങ്ങളിൽ വിവാഹം കഴിക്കുകയും കുട്ടികളെ കടത്തിക്കൊണ്ടുപോയി ലൈംഗിക പീഢനം നടത്തുകയും, സ്വയം സംസാരിക്കുകയും ജയിൽ കയറിയിറങ്ങുകയും ലക്ഷ്യമില്ലാതെ നടക്കുകയും മറ്റുള്ളവർക്കു പ്രശ്നങ്ങളുണ്ടാക്കുകയും, പലരീതിയിലുള്ള കൂട്ടനരഹത്യ നടത്തുകയും, പലവേഷങ്ങളിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുകയും ഒക്കെ ചെയ്യുന്നു. അവർ മാനസിക രോഗികളാവാം എന്ന് നാം എപ്പോഴെങ്കിലും ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ? രഹസ്യമായി ഇക്കൂട്ടർ ചെയ്യുന്ന കാര്യങ്ങളൊന്നും നാം പൊതുവിൽ ചർച്ചചെയ്യാറില്ല. ഈ അവസ്ഥ ഖേദകരമാണ് എങ്കിലും ഈ വിഷയങ്ങളെ മറച്ചുവെയ്ക്കാതെ നാം പൊതുപ്രദേശത്ത് ചർച്ച ചെയ്യുന്ന നാൾ അതിവിദൂരമല്ല എന്ന് ആശിക്കാം. അവരെ 'കാൽപിരി', 'അരപ്പിരി', 'മുക്കാൽപ്പിരി', 'ആണി ഊരിയത്'

എന്നൊക്കെ വിളിക്കാതെ, പ്രശ്നങ്ങളുള്ള മനുഷ്യജീവികളായി നമുക്കു ദർശിക്കാം. മാനസിക രോഗത്തെ അവഗണിച്ചുകളയാതെ നമുക്ക് അതേപ്പറ്റി കൂടുതൽ വായിക്കുകയും പഠിക്കുകയും ചെയ്യാം. സർക്കാരുകളുടെ ബജറ്റിൽ മറ്റെന്താവശ്യങ്ങളെയും പോലെ തന്നെ മാനസിക രോഗത്തിനും സ്ഥാനം കൊടുക്കണം.

എനിക്കു നേരിട്ടോ അല്ലാതെയോ ഉണ്ടായ ചില അനുഭവങ്ങൾ ഞാനിവിടെ കുറിക്കാം. സൂചി വിഴുങ്ങുകയും തെരുവിൽക്കൂടെ നഗ്നയായി നടക്കുകയും ചെയ്ത ഒരു സ്ത്രീയെ എനിക്കറിയാം. ഒരു മാനസിക രോഗാശുപത്രിയിലേക്കു പോകുവാൻ എന്റെ പല സ്നേഹിതരും അവളെ ഉപദേശിച്ചു. ഇപ്പോൾ അവൾ സുഖം പ്രാപിച്ചു എങ്കിലും അവളുടെ ബന്ധുക്കൾ, അവളെ ഉപദേശിച്ചതും സഹായിച്ചതുമായ ആൾക്കാരോട് കോപിക്കുകയാണ്. “നിങ്ങൾ ഞങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിന് അപവാദം വരുത്തി; അവളുടെ മകളെ ഇനി ആരു വിവാഹം ചെയ്യും? നിങ്ങൾ ഞങ്ങളുടെ സഹോദരിയെ ഭ്രാന്താശുപത്രിയിൽ കൊണ്ടുപോയി; മറ്റുള്ളവർ ഞങ്ങളെ പറ്റി എന്തു ധരിക്കും? ഞങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിൽ ഒരു മനോരോഗിയുണ്ടെന്ന് ഞങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരോട് എങ്ങനെ പറയും?” ഇതൊക്കെയാണ് അവരുടെ ചോദ്യങ്ങൾ.

മറ്റൊരു സംഭവം – എല്ലാവരും തനിക്കെതിരെയാണെന്ന് എപ്പോഴും സംശയിക്കുന്ന ഭാര്യയാൽ കഷ്ടതയനുഭവിച്ച ഒരു പാസ്റ്ററുടെ ചരിത്രം. മറ്റുള്ളവർ അവളെ നോക്കുന്നതോ അവളുടെ പിന്നാലെ നടക്കുന്നതോ അവൾക്കിഷ്ടമില്ല. കുട്ടിക്കാലം മുതലേ മാതാപിതാക്കളുമായോ സഹോദരീസഹോദരന്മാരുമായോ അവൾക്ക് അടുപ്പമില്ലായിരുന്നു. വിവാഹം കഴിപ്പിച്ചാൽ എല്ലാം നേരെയാകുമെന്ന് ചിലർ അവളുടെ മാതാപിതാക്കളെ ഉപദേശിച്ചു. ഇതുകൊണ്ട് പല പങ്കപാടുകളും ഉണ്ടായി. വൈകാരിക അടുപ്പം ഇല്ലായിരുന്നുവെങ്കിലും വിവാഹശേഷം രണ്ട് ആൺകുട്ടികൾ ജനിച്ചു. അവർ ഭർത്താവായ പാസ്റ്ററെയും രണ്ടു കുട്ടികളെയും കത്തി കാട്ടി ഓടിക്കും. നാല്പതുവർഷങ്ങൾക്കുശേഷം അവളെ ഒരു മാനസിക രോഗാശുപത്രിയിൽ ബലം പ്രയോഗിച്ച് അഡ്മിറ്റു ചെയ്തു എങ്കിലും – രോഗം വളരെ പഴകിയതിനാൽ സൗഖ്യത്തിനു പരിമിതികളുണ്ട്. സുഹൃത്തുക്കളും ബന്ധുക്കളും വസ്തുതകളെല്ലാം അറിഞ്ഞിട്ടും പാവം പാസ്റ്ററെ കുറ്റപ്പെടുത്തി. കത്തിയെടുത്ത് കുത്തിക്കൊല്ലുമെന്നു ഭയപ്പെടുത്തി ഓടിക്കുമ്പോഴും സഹിക്കുവാനും ക്ഷമിക്കുവാനുമാണ് അവർ അദ്ദേഹത്തെ ഉപദേശിച്ചത്.

തന്റെ ഒരു കുടുംബാംഗത്തിനുവേണ്ടി ഒരാൾ ഒരു മാനസിക രോഗവിദഗ്ധന്റെ സഹായം തേടി. പക്ഷേ മറ്റു കുടുംബാംഗങ്ങൾ അതിൽ സഹകരിച്ചില്ല. അയാൾ അസാധാരണ ദൃശ്യങ്ങൾ കാണുകയും അസാധാരണ ശബ്ദങ്ങൾ കേൾക്കുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നു. അവന്റെ പ്രശ്നം ആരും ഗൗരവമായി കാണാത്തതുകൊണ്ട്, ഒരുദിവസം അവൻ സ്വന്തം ഭാര്യയെ വധിച്ചു; ഇപ്പോൾ ജയിലിലായി. ജയിലറയിലും സഹായമെത്തിക്കാം എങ്കിലും ഒരു കൊലപാതകിയുമായി ഇടപെടുവാൻ ആരും ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല.

സിൽവിയയോടും ആനിയോടും എനിക്ക് ഒരു വിരോധവുമില്ല എന്ന് അവർ അറിയുവാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. നിങ്ങളുടെ തെറ്റായ പ്രവർത്തികളെ ഞാൻ അംഗീകരിക്കുന്നു എന്നല്ല. നിങ്ങൾ നേരിടുന്ന നിയമപ്രശ്നങ്ങൾ പരസഹായം തേടത്തക്കവണ്ണം ഗൗരവമുള്ളതാണ്. റവ. ഡോ. സാമിനു പകരം, ഞാൻ പറയുന്നത് നിങ്ങൾ കേട്ടിരുന്നുവെങ്കിൽ... എന്ന് ഞാൻ ആശിച്ചുപോകയാണ്. ഈ താളം തെറ്റിയ ജീവിതത്തിൽ നിന്നും വെളിയിൽ വരുവാനുള്ള സഹായം നിങ്ങൾ തേടും എന്നു ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ഇപ്പോൾ ശാസ്ത്രത്തിന് നിങ്ങളെ സഹായിക്കുവാനാവില്ലെങ്കിലും സർവ്വശക്തനായ ദൈവത്തിനു നിങ്ങളെ വിടുവിക്കുവാനും നിങ്ങളുടെ ജീവനെ രക്ഷിക്കുവാനും സാധിക്കും. അങ്ങനെ, നാശത്തിലേക്കുള്ള നിങ്ങളുടെ യാത്ര അവസാനിക്കും. മനുഷ്യരെ വിഡ്ഢികളാക്കാം; പക്ഷേ ദൈവം സകലസത്യവും അറിയുന്നു. നിങ്ങൾ രണ്ടാളും ഇങ്ങനെ മോശമായ രീതിയിൽ പെരുമാറുന്നതിനെപ്പറ്റി പലർക്കും പല അഭിപ്രായമാണ് ഉള്ളത് എങ്കിലും, ദൈവസഹായത്തോടെ, ഇതിന് ഒരു വ്യതിയാനം വരുത്തേണ്ട ആവശ്യം നിങ്ങൾക്കുണ്ട്.

ജെയിംസ് വിൻസന്റ്

“തലച്ചോറിനെപ്പറ്റി നമുക്ക് ഒന്നും അറിയാതിരുന്ന കാലത്തിന്റെ അത്ര പഴക്കം, മാനസിക രോഗത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അപവാദങ്ങൾക്കുണ്ട്. എങ്ങനെ ചികിത്സിക്കണമെന്ന് ആർക്കും അറിയില്ലായിരുന്നു. ഇങ്ങനെയുള്ളവരെ മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നും ഒളിപ്പിച്ചു പാർപ്പിക്കുകയാണ് അക്കാലത്ത് ചെയ്തിരുന്നത്.” – (റോസ്‌ലിൻ കാർട്ടർ)