മുക്തിയുടെ തീരങ്ങൾതേടി -3

# ലഹരിയുടെ ബലിയാടുകൾ



8.1
-L

ഡോ. തോമസ് അമ്പൂക്കൻ സി.എം.ഐ.

AiPs-014

# ലഹരിയുടെ
# ബലിയാടുകൾ

DHARMARAM COLLEGE
LIBRARY
BANGALORE-29

C.M.I. MONASTERY, THEVARA
6037
LIBRARY

# ലഹരിയുടെ ബലിയാടുകൾ

ഡോ. തോമസ് അമ്പൂക്കൻ സി. എം. ഐ.

R/128.1
AMB-L

ആസക്തി മാനസികത്തകരാറാണ്
അതുകൊണ്ടുതന്നെ അതിനെ കൗൺസിലിങ്ങ്,
സൈക്കോതെറാപ്പി എന്നീ ചികിത്സാ
രീതികൾക്കൊണ്ടു സുഖപ്പെടുത്താം.

മാതാപിതാക്കളുടെ സ്നേഹം,
വാത്സല്യം, അനുകമ്പ എന്നിവ
രോഗശാന്തി എളുപ്പമാക്കും.

പരിചയസമ്പന്നനായ
ഒരു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്റെ സഹായത്തോടെ
രോഗവിമുക്തി പൂർണ്ണമായും സാദ്ധ്യമാണ്.

ACHARYA PALACKAL JEEVADASS KENDRAM
LIBRARY
1831
ALWAYE

ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ്
ഫാമിലി കൗൺസിലിങ്ങ്
ഗലീലി – ചിയ്യാരം പി. ഒ.
തൃശ്ശൂർ – 680 026

Alcoholism

Thomas Ambooken

LAHARIUDE
BELIYADUKAL

Copy Right
The Author, 1996

Published by
Institute of Family Counselling
Galilee, Thrissur - 680 026

Price Rs. 15

Printed at
I. S. Press, Thrissur - 680 001

Courtesy to
George Pulikuthiyil
Shanta N. M.

Cover and illustrations
Arun, Shine, Ittiyera Ambooken
and Devid Thekineth

# ഉള്ളടക്കം


1. വീട് മദ്യത്തിന്റെ സൽക്കാരശാലയായാൽ
2. മദ്യം കുടുംബത്തിന്റെ ഘാതകൻ 11
3. മദ്യപനു് ജീവിതം ജന്മാന്തരങ്ങളുടെ ഇരുണ്ട ഭ്രഖണ്ഡങ്ങളം 17
4. മദ്യം — മരണത്തിന്റെ ദല്ലാളു് 23
5. നിഷ്ക്കളങ്കരായ ബലിയാടുകളം 29
6. മദ്യാസക്തി 39
7. ആൽക്കഹോളും ആൽക്കഹോളികു് വ്യക്തിത്വവും 51
8. മദ്യപൻ എന്ന രോഗി 57
9. ലഹരിക്കു് അടിമപ്പെട്ടവരെ കൗൺസിലിങ്ങു് നടത്തുമ്പോളം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങളം 71

## ഗ്രന്ഥകർത്താവിന്റെ ഇതര കൃതികൾ

1. Psychosocial Contributions to Alocholism

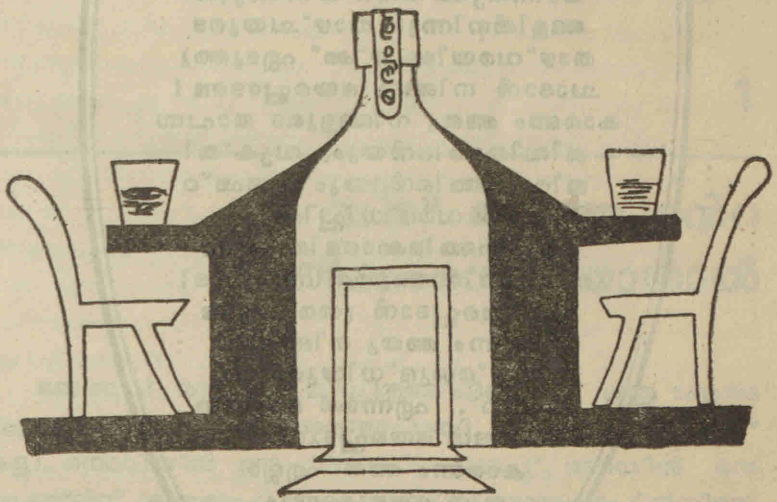
2. മുക്തിയുടെ തീരങ്ങളം തേടി _ 1
   "ആൽക്കഹോളം മിഥ്യയും യാഥാർത്ഥ്യങ്ങളും"

3. മുക്തിയുടെ തീരങ്ങളം തേടി _ 2
   "മയങ്ങുന്നവരുടെ സുവിശേഷം"

**ഓഡിയോ കാസറ്റ്സ്**

1. ആത്മസൗഖ്യ / മനസൗഖ്യ

2. ശാന്തിതീർത്ഥം / വീരൽത്തുമ്പിലെ ഹൃദയസ്പന്ദനങ്ങളം




വീട് മദ്യത്തിന്റെ
സൽക്കാരശാലയായാൽ

"സഹോദരങ്ങളേ-
ഗർജ്ജിക്കുന്ന ഒരു
സിംഹത്തെ നേരിടാൻ
നിങ്ങൾ ഭയപ്പെടേണ്ട!
കാരണം അതു
നിങ്ങളുടെ ധീരതയുടെ
മാറ്റുരയ്ക്കലാണ്
വാളിനെയോ,
കൊലമരത്തിനെയോ
നിങ്ങൾ ഭയപ്പെടേണ്ട!
കാരണം അതു നിങ്ങളുടെ
സേവനത്തിന്റെയും ത്യാഗ
ത്തിന്റെയും ഉരകല്ലാണ്!
ഔന്നത്യത്തിന്റെ ഗിരിശൃംഗ
ങ്ങളിൽനിന്നും താഴ്ചയുടെ
താഴ്വരയിലേയ്ക്ക് എടുത്തു
ചാടാൻ നിങ്ങൾ ഭയപ്പെടേണ്ട!
കാരണം അതു നിങ്ങളുടെ താപസ
ജീവിതത്തിന്റെയും, വ്യക്തി
ജീവിതത്തിന്റെയും ശ്രേഷ്ഠ
തയെ വർദ്ധിപ്പിക്കും!
ആളിക്കത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന
തീക്കുണ്ഡത്തിൽനിന്നും ഓടി
രക്ഷപ്പെടാൻ ശ്രമിക്കേണ്ട
കാരണം അതു നിങ്ങളുടെ
ആത്മശുദ്ധിയുടെ ഉര
കല്ലാണ്. എന്നാൽ മദ്യത്തെ
നിങ്ങൾ ഭയപ്പെടുവിൻ,
കാരണം അത് എല്ലാ
തിന്മകളുടെയും
മാതാവാണ്."
(ശ്രീബുദ്ധൻ)

1

# വീട് മദ്യത്തിന്റെ സൽക്കാരശാലയായാൽ

ബേബി! മദ്യം ഒരു ജീവിതത്തിൽത്തന്നെ എത്ര ജന്മങ്ങളിലൂടെ അവനെ കടത്തിക്കൊണ്ടുപോയി. തലയിൽ കള്ളിമുണ്ട് കെട്ടി, നെറ്റിയിൽ ഒരു 'ഗോപി' വരച്ച്, അരയിൽ ഒരു പൈയ്ൻറ് (അരക്കുപ്പി മദ്യം) തിരുകി ചാരായഷാപ്പിൽനിന്നു വേച്ചുവേച്ച് വീട്ടിലെത്തുന്ന ഈ ചെറുപ്പക്കാരനു് എത്ര സുഭഗവും നിർമ്മലവുമായ ഒരു പൂർവ്വാശ്രമം ഉണ്ടായിരുന്നെന്നോ — തെളിനീരു് പോലുള്ള മനസ്സും പെരുമാറ്റവും പഠനത്തിൽ ശ്രദ്ധയുമുള്ള ഒരു കുമാരൻ. സമൂഹത്തിൽ പിൻപന്തിയിലല്ലാത്ത മാതാപിതാക്കളുടെ ഏകമകൻ. വീടിന്റെ ഓമന! പുണ്യം. അവനിന്നു് മുകളിൽ വിവരിച്ച വിധമുള്ള അസുരവേഷവുമായി

വീട്ടിലെത്തുമ്പോഴും ആ വീട്ട് കിടുങ്ങുന്നു — വീടിന്റെ ജനൽച്ചില്ലുകളും, ഷെൽഫുകളും, ടി. വി. സെറ്റും, പാത്രങ്ങളും, എല്ലാം അവന്റെ ഭ്രാന്തിനു് ഇരപ്പെട്ട് തകർന്നടയുന്നു. ഓമനമകന്റെ പതനത്തിൽ വ്യഥകൊണ്ട് ആ മാതാപിതാക്കളുടെ ഹൃദയവും. അവരുടെ ഹൃദയത്തിൽനിന്നു് ഉരുകിത്തിളച്ച് അവന്റെ നേർക്കയർന്നുവരുന്ന ശാപവാക്കുകളും സ്വയം കടിച്ചിറക്കി അവരിന്നു് വേദനയുടെ കൂടായി മാറിയിരിക്കുന്നു.

17 വയസ്സുവരെ മദ്യത്തിന്റെ സ്പർശമേല്ക്കാതിരുന്ന അനാഘ്രാത നൈർമ്മല്യമായിരുന്നു, ബേബി. സൗഹൃദങ്ങളുടെയിടയിലെ ദുർഗ്രന്ധം നിറഞ്ഞ ചില സാമീപ്യങ്ങളും പ്രവണതകളുമാണു് ബേബിയെ ഈ നിലയിലെത്തിച്ചതു്. യുവാക്കളുടെയിടയിൽ നിലവിലുള്ള 'ഗ്ലാമറിന്റെയും പൗരുഷത്തിന്റെയും' ചില സങ്കല്പങ്ങളിൽ കുടുങ്ങിയ ഈ ചെറുപ്പക്കാരനു് അവസ്സു് തീറെഴുതിക്കൊടുക്കേണ്ടിവന്നതു് സ്വന്തം നന്മയും വിശുദ്ധിയും അവയുടെ ആകത്തുകയായിരുന്ന ജീവിതവുമായിരുന്നു. മദ്യം അറിയാത്തവരെ, ലഹരിശീലിക്കാത്തവരെ, എല്ലാം പൗരുഷത്തിനു പുറത്തു നിർത്തുന്ന പുതിയ തലമുറയുടെ സംസ്കാരം ബേബിയെ വല്ലാതെ ഒറ്റപ്പെടുത്തിയിരിക്കണം. മദ്യപിച്ചു് ഡയലോഗ് അടിച്ചുകസറുന്ന നായകനേയും മദ്യപിച്ചുകൊണ്ട് വില്ലനെ വീഴ്ത്തുന്ന നായകനേയും സുഹൃന്മധ്യത്തിൽ നിന്നുകൊണ്ട് മദ്യച്ചുവയിൽ ശത്രുവിനെ വകവരുത്താനുള്ള മാഗ്രങ്ങം വിവരിക്കുന്ന അധോലോകനായകനേയും മറ്റും നമ്മുടെ മൂന്നാംകിട സിനിമകളിൽനിന്നും വാരികകളിൽനിന്നും ഹൃദയത്തിലേയ്ക്കു പറിച്ചുനട്ട പൂജിക്കുന്ന യുവതലമുറയുടെ പ്രതിനിധിയാണു് നമ്മുടെ നായകൻ. ആ 'നായകപൂജ'കളും ബേബിയെ മദ്യത്തിന്നിരയാക്കുന്നതിൽ പ്രധാന പങ്കുവഹിച്ചിരിക്കണം. കൂടാതെ മാതാപിതാക്കളോടുള്ള പരിഭവവും മറ്റും അയാളം അതിനോടു് ചേർത്തു മദ്യപാനത്തിന്റെ ന്യായീകരണമാക്കിമാറ്റി. ഏതോ അജ്ഞാതമായ അസ്തിത്വസംശയം അനുഭവിക്കുന്ന നോവലിലെ നായകനെപ്പോലെ അയാളം പുലമ്പുന്നു— ഞാനിങ്ങനെയൊക്കെയായതിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം മാതാപിതാക്കൾക്കാണെന്നു്. സ്വന്തം ചെയ്തികളുടെ ഉത്തരവാദിത്വമേല്ക്കാൻപോലും കെല്പില്ലാത്ത ഈ യുവതലമുറയുടെ ഭീരുവും ദുർബ്ബലനും പരാജിതനുമായ പ്രതിനിധിയായി മാറുന്നു, ബേബി.

ACHARYA PALAKKAL JEEVAKALYANA SANGHAM
LIBRARY
18311
ALWAYE

കൗൺസിലിംഗിനെത്തിയ ബേബിയിൽ നിന്നറിഞ്ഞ വസ്തുതകളെല്ലാം മദ്യവിപത്തിനു വിധേയമാകുന്നവരുടെയെല്ലാം ജീവിതത്തിന്റെ പ്രതിനിധ്യംവഹിക്കുന്നവയായി തോന്നി. 12 വയസ്സിലാണത്രെ അവൻ ആദ്യമായി മദ്യമറിയുന്നതു്. അമ്മയുടെ വീട്ടിൽവെച്ചു് അമ്മാവന്റെ സ്നേഹപൂർണ്ണമായ സൽക്കാരത്തിലൂടെ. പിന്നെ, ഒഴിവുകാലങ്ങളിൽ ഈ അമ്മാവനുമൊത്തു് 'കമ്പനിയടിക്കുക' പതിവായി. മദ്യത്തിന്റെ ആദ്യാനുഭവം (First drinking episode) സിരകളിൽ ഉന്മാദമായി പടർന്നു് അവന്റെ പ്രതിരോധശക്തിയെല്ലാം തകർത്തു് താണ്ഡവമാടിയപ്പോഴും ബേബി ഈ ജന്മമാറ്റത്തിലെത്തി. മദ്യത്തിന്റെ ആദ്യാനുഭവം ഒരാളെ എത്രമേൽ ആസക്തിയിലേയ്ക്കു് നയിക്കുന്നുവെന്ന സത്യം ഇതോടെ ദൃഢപ്പെടുന്നു "Addict ആവില്ല; ഒരിക്കൽമാത്രം" എന്നൊക്കെ പറയുന്നതിന്റെ ഉറപ്പില്ലായ്മയും നമുക്കു് ബേബിയുടെ ജീവിതത്തിലൂടെ വായിച്ചെടുക്കാം. മറെറാരുവസ്തുത, ഒരാളെ മദ്യപനാക്കുന്നതിനു് അയാളുടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കും ബന്ധുക്കൾക്കുമുള്ള പങ്കാണു്— ബോധപൂർവ്വമോ അല്ലാതെയോ വളർന്നുവരുന്ന കുട്ടികളുടെ മുന്നിൽ വെച്ചു് മദ്യപിക്കുന്നവർ അവരുടെ മനസ്സിൽ മദ്യാസക്തിയുടെ വിത്തു് പാകുന്നു. വളരുമ്പോഴും അത്തരമൊരു പ്രവണതയിലേയ്ക്കു് അവന്റെ മനസ്സു് ചായുന്നു. അതുപോലെതന്നെ ബന്ധുക്കളുടെ സൽക്കാരവും എത്ര വലിയൊരു ദുരന്തത്തിന്റെ സല്ക്കാരമായി മാറുന്നു, ഭാവിയിൽ.

മദ്യപനായിത്തീർന്ന ബേബിയുടെ അനന്തരജീവിതം എത്രമേൽ കെടുതികരം നിറഞ്ഞതായിരുന്നു— നൈരാശ്യം, ശൂന്യത, ഭ്രാന്തു്, ആത്മഹത്യാപ്രവണത തുടങ്ങിയ നരകങ്ങളിലൂടെയായിരുന്നു പിന്നീടയാളുടെ യാത്ര. മദ്യപിച്ചുവന്നു ലക്കുകെട്ടു് അക്രമവും ഉപദ്രവങ്ങളുംചെയ്യുവീർപ്പുമുട്ടിയപ്പോഴും മാതാപിതാക്കൾക്കു് അവനെ ഭ്രാന്താശുപത്രിയിലാക്കേണ്ടിവന്നു. അവിടത്തെ അന്തരീക്ഷവും അവിടെയുള്ളവരുടെ പെരുമാറ്റവും മദ്യം കിട്ടാതെ വന്നപ്പോളുള്ള ആസക്തിയും എല്ലാംകൂടി അവന്റെ സമനിലതെറ്റി. ആശുപത്രിജീവനക്കാരെ ദേഹോപദ്രവമേല്പിക്കുക, കണ്ടതെല്ലാം നശിപ്പിക്കുക, അവരിൽനിന്നു മർദ്ദനമേല്ക്കേണ്ടിവരിക— അങ്ങനെ സ്വയം തല്പിത്തകർന്നു് അയാളും പതനത്തിന്റെ പാതാളക്കുഴിയിലേയ്ക്കു വീണു. തുടർന്നു് ആത്മ

ഹത്യമാത്രമേ അഭയമുള്ള എന്ന അവസ്ഥയിലെത്തി അയാൾ. അത്തരമൊരവസ്ഥയിൽ എന്റെ മുന്നിൽ വന്നുനിന്ന ചെറുപ്പക്കാരനെ ഞാൻ കണ്ടു— അയാളുടെ കണ്ണുകളിൽ ജീവിതവിരക്തിയുടെ, ആഴമറിയാത്ത പതനത്തിന്റെ, മരണത്തിന്റെ എല്ലാം നിഴലുകൾ ഞാൻ കണ്ടു— ദുരന്തത്തിന്റെ ഒരു മനുഷ്യരൂപം. ജീർണ്ണിച്ച ശരീരം, വീർത്തുപൊട്ടാറായ വയർ, തടിച്ചു വീർത്ത കവിൾത്തടങ്ങൾ— അവസ്ഥിടയിൽ ചൈതന്യമറ്റ കണ്ണുകൾ— ശവത്തിനും ജീവനുമിടയിൽ ആടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന മദ്യത്തിന്റെ ഒരു രക്തസാക്ഷി.

കള്ളിലൂടെതുടങ്ങിയ ലഹരിപൂജ 'ആനമയക്കി'യും 'ഗ്രണ്ടു് പൊട്ടിക്കലും' (ചാരായത്തിന്റെ ലഹരിക്കൂട്ടാൻ പച്ച ഈക്കിലി എക്കാലക്കു് എന്ന കീടനാശിനിയിൽ മുക്കി, ചാരായക്കുപ്പിക്കുള്ളിൽ ഇറക്കി 24 മണിക്കൂർ നേരത്തേയ്ക്കു കുപ്പി കോർക്കിട്ടു ഭദ്രമായി അടയ്ക്കുന്നു. പിറേറ ദിവസം അതു വെള്ളംചേർക്കാതെ കുടിക്കുമ്പോൾ സിരകളിൽ ഗ്രണ്ടു്പൊട്ടുന്ന വീര്യം). തീർന്നില്ല, വീര്യംകൂട്ടാനുള്ള പദ്ധതികൾ. ശരീരത്തിനുള്ളിൽ 'ഗ്രണ്ടു്പൊട്ടിക്കുന്ന' ഈ മദ്യപാനത്തോടൊപ്പം എട്ടു മുട്ടവരെ ബേബി സേവിക്കാറുണ്ടായിരുന്നുവത്രെ. എന്നിട്ടും അയാളുടെ ആരോഗ്യം ഇടിഞ്ഞുപൊളിഞ്ഞു വീണു. എല്ലാ 'സ്വദേശി'കളും 'നാടനും' 'വിദേശി'യും ഇതിനിടയിൽ അയാൾ ശീലിച്ചിരുന്നു. മദ്യത്തിന്റെ അടിമയായ അയാൾ മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ സർവ്വമാനസൗഭാഗ്യങ്ങളിൽനിന്നും പുണ്യങ്ങളിൽനിന്നും ഈ മനുഷ്യൻ അങ്ങനെ ബഹിഷ്കൃതനായി— സ്വയം അന്യനായി, അപരിചിതനായി, ഏകാകിയായി, നിരാശനും, ജീവിതനിഷേധിയും മരണത്തിന്റെ ഉപാസകനുമായി.

⊙



മദ്യം —

കുടുംബത്തിന്റെ ഘാതകൻ

"ഈ
നൂറ്റാണ്ടിലെ
ഏറ്റവും വലിയ
ധാർമ്മികസമരത്തി
ന് ഈ മഹത്തായ
ഉദ്യമത്തിന് ഭാരതത്തി
ലെ എല്ലാ രാഷ്ട്രീയ
പാർട്ടികളുടെ പിൻതുണ
യും, സഹകരണവും, സഹാ
നുഭൂതിയും, ലോകത്തിലെ
എല്ലാ നല്ല മനുഷ്യരുടെ
സഹകരണവും ലഭി
ക്കുമെന്നതിൽ എനി
ക്കു യാതൊരു
സംശയവും
ഇല്ല."

(ഗാന്ധിജി)

# 2

## മദ്യം — കുടുംബത്തിന്റെ ഘാതകൻ

ഈ വഗ്ഗീസിനെ നോക്കൂ — മദ്യാസക്തി എന്ന അസുരനെ ജയിച്ചു്, ജേതാവായി, അയാളിന്നു് എന്റെ മുന്നിലിരിക്കുമ്പോൾ എനിക്കു വളരെ ചാരിതാർത്ഥ്യം തോന്നുന്നു. മദ്യം സ്വന്തം കുടുംബത്തെ മുഴുവൻ ബലിയായി ആവശ്യപ്പെട്ട ഒരു സാഹചര്യത്തിൽനിന്നാണു് വഗ്ഗീസും വന്നിരിക്കുന്നതു്, 59–ാം വയസ്സിൽ വഗ്ഗീസിന്റെ അപ്പൻ മദ്യാസക്തിക്കു് അടിമപ്പെട്ടു് അകാലമൃത്യുവരിച്ചു. അധികനാൾ കഴിയുന്നതിനുമുമ്പു് ആ ദുരന്തം വഗ്ഗീസിന്റെ ജ്യേഷ്ഠനേയും പിടികൂടി — അപ്പൻ മരിച്ച അതേ ആശുപത്രിയിൽവെച്ചു്, യുവത്വത്തിന്റെ ഉച്ചസ്ഥായിയിൽ, 30–ാം വയസ്സിൽ, ഈ ദുരന്തങ്ങളെല്ലാം ഭയചകിത

നായി, ചങ്കിടിപ്പോടെ നോക്കിനിന്നവനായിരുന്നു, വർഗ്ഗീസ്സ്. എന്നിട്ടും മദ്യത്തിന്റെ മായികവലയത്തിൽ അവൻ അകപ്പെടാതിരുന്നില്ല. അവനു ചുറ്റും വിവാഹിതരാകാത്ത സഹോദരിമാരുടെ ഭാരിച്ച ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ടായിരുന്നു. മദ്യത്തിന്റെ ദുരന്തസ്മാരകംപോലെ ജീവച്ഛവങ്ങളായി വിധവകളായ അമ്മയും ജ്യേഷ്ഠത്തിയും. 'മദ്യം ഒരിക്കലും തൊടുകയില്ല' എന്ന അവന്റെ തീരുമാനം എന്നിട്ടും ഉപ്പുതൂണുപോലെ പൊടിഞ്ഞുവീഴുകയായിരുന്നു. മദ്യം എന്ന രാക്ഷസൻ കശക്കിയെറിഞ്ഞ അവസ്ഥയിൽ റോഡിൽ വീണുകിടക്കുന്ന ബോധംനഷ്ടപ്പെട്ട വർഗ്ഗീസിനെ പലപ്പോഴും നാട്ടുകാർ രാത്രികാലങ്ങളിൽ വീട്ടിലെത്തിച്ചു.

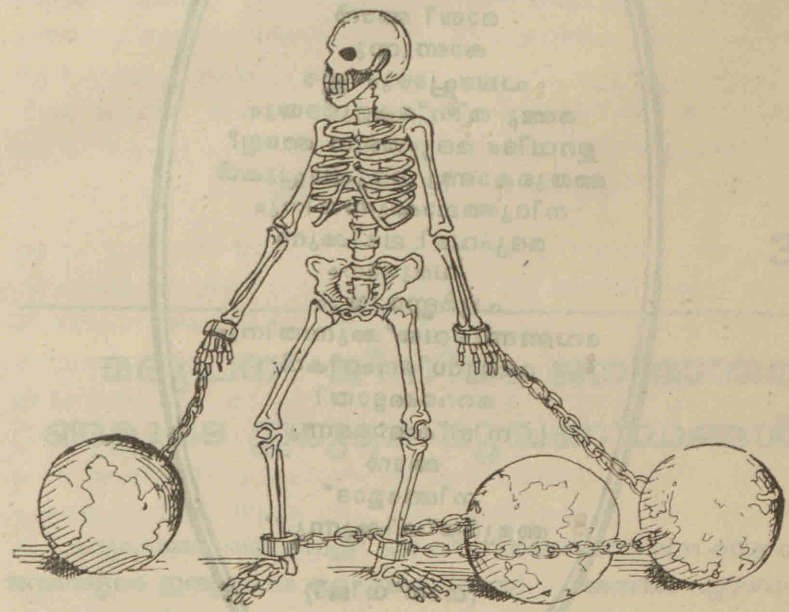
അമ്മയോടൊപ്പം കൗൺസിലിംഗിനു വന്ന വർഗ്ഗീസിൽ നിന്നു ഞാൻ വസ്തുതകളെല്ലാം ഗ്രഹിച്ചപ്പോഴും 'മദ്യാസക്തി' (Addiction) എന്ന ഗുരുതരാവസ്ഥയിൽ എത്തിനില്ക്കുന്ന ദീനനാണു് അയാളെന്നു മനസ്സിലായി. മദ്യം കഴിക്കില്ല എന്ന തീരുമാനം; മദ്യത്തിന്റെ നിരന്തരപ്രലോഭനം — ഇവ തമ്മിലുള്ള സംഘട്ടനത്തിന്റെ വേദിയായിരുന്നു, ആ മനുഷ്യന്റെ മനസ്സു്. ഈ ദേവാസുരയുദ്ധത്തിൽ 'നിന്നെ എനിക്കു വേണം' എന്നു പറഞ്ഞു മദ്യം അയാളെ കീഴടക്കുകയായിരുന്നു, ഇതുവരെ, മനോബലംകൊണ്ടു മാത്രമല്ല, ഒരാത്മീയബലംകൊണ്ടേ വർഗ്ഗീസിനെ രക്ഷിക്കാനാവൂ എന്നു ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി — വൈകാരികമായ സമീപനംകൊണ്ടും. തന്നെ ചുറ്റിയിരിക്കുന്ന ദീകരഭ്രതത്തെക്കുറിച്ചും അതിന്റെ മുഴുവൻ പൈശാചികതയോടെ അറിയാനുള്ള ഒരവബോധത്തിനു ഞാൻ വർഗ്ഗീസിനെ സജ്ജമാക്കി. അതിനുശേഷം, ദേവാലയത്തിൽപോയി പ്രാർത്ഥിക്കാനും ആത്മബലം നേടാനും ദൈവത്തിന്റെ നിതാന്തസഹായത്തെക്കുറിച്ചു വിശ്വാസമുളവാക്കാനും ശ്രമിച്ചു. അത്രതന്നെ ശക്തമായൊരു നിർദ്ദേശമായിരുന്നു, വൈകാരികമായ ഒരൊരുക്കിയെടുക്കലായിരുന്നു, മദ്യത്തിന്റെ ദുരന്തസ്മാരകങ്ങളായ അപ്പനേറയും ജ്യേഷ്ഠനേറയും ശവക്കല്ലറകളും സന്ദർശിക്കാൻ പറഞ്ഞതും. മദ്യമെന്ന അസുരനെ കീഴടക്കാനുള്ള സംരംഭത്തിൽ വർഗ്ഗീസിനുനേരേ നീണ്ടുവന്ന സഹായഹസ്തങ്ങളായിരുന്നു, അവ. അവയിൽ അശരണനായ വർഗ്ഗീസ്സ് പ്രാണവേദനയോടെ അള്ളിപ്പിടിച്ചു — അയാളും പള്ളിയിലും ശവക്കല്ലറ

യിലുംപോയി ഉരുകി പ്രാർത്ഥിച്ചു. ആ ദിവ്യതലങ്ങളിൽവെച്ചു പ്രതിജ്ഞകൾ ഊട്ടിയുറപ്പിച്ചു. വിശുദ്ധവും ഭാരരഹിതവുമായ മനസ്സോടെ തിരിച്ചുവന്ന വീട്ടിൽ വിശ്രമിച്ചു. പക്ഷേ, മദ്യം എന്ന അസുരൻ വെറുതെ ഇരുന്നില്ല. കൈവിട്ടുപോകുന്ന തന്റെ ഇരയെ കയ്യിലൊതുക്കാൻതന്നെ സർവ്വഥാ പ്രയത്നിച്ചു, അതിന്റെ അദമ്യമായ പ്രലോഭനത്തിൽപ്പെട്ട വർഗ്ഗീസ് വീണ്ടും ചാരായ ഷാപ്പിലെത്തി, മദ്യം നിറച്ച ഗ്ലാസ്സിനുമുന്നിൽ കുറെബോധം കൊണ്ടു കുനിഞ്ഞ ശിരസ്സുമായി ഇരുന്നു. പെട്ടെന്നു തന്റെ പ്രതിജ്ഞകളും അവസ്സാ സാക്ഷ്യംവഹിച്ച ദിവ്യസാന്നിധ്യങ്ങളും അവന്റെ ബോധത്തിലേയ്ക്കു് ഇരമ്പിക്കയറി. തുടർന്നുണ്ടായ ഘോരയുദ്ധത്തിൽ—മദ്യവും വർഗ്ഗീസും തമ്മിലുള്ള യുദ്ധത്തിൽ—മദ്യം എന്ന അസുരനു കീഴടങ്ങേണ്ടിവന്നു. ചുണ്ടോടടുപ്പിക്കാൻ തുടങ്ങിയ മദ്യഗ്ലാസ്സ് അവൻ സ്വയം എറിഞ്ഞുതകർത്തു. എന്നിട്ടു ജേതാവായി മദ്യശാലയിൽനിന്നു പുറത്തുവന്നു. സംഭ്രാന്തരായി കാത്തിരിക്കുന്ന അമ്മയോടും ഭാര്യയോടും എല്ലാം ഏറ്റുപറഞ്ഞു. അവർ അവരുടെ കണ്ണീരുകൊണ്ടു് അവരുടെ വരപ്രസാദങ്ങളാൽ അവനുമേൽ ചൊരിഞ്ഞു.

ഈ സംഭവങ്ങളെല്ലാം വർഗ്ഗീസ് എന്നോടു വിവരിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കേ മദ്യാസക്തി എന്ന അസുരതയുടെ ശക്തിയെ കുറിച്ചു് ഓർക്കുകയായിരുന്നു, ഞാൻ. ശത്രുവിന്റെ പ്രബലത നേരിൽ കണ്ടുകൊണ്ടുതന്നെയാണു് വർഗ്ഗീസിനു കൗൺസിലിംഗ് ചികിത്സയും നടത്തിയതു്. പിന്നീടുള്ള നാല്പതു മാസത്തോളമായി വർഗ്ഗീസ് മദ്യത്തിന്റെ ആശ്ലേഷത്തിൽ അകപ്പെട്ടിട്ടില്ല എന്ന ചാരിതാർത്ഥ്യം ഇപ്പോഴും മനസ്സിൽ പൂത്തുലഞ്ഞു നില്ക്കുന്നു.

മദ്യാസക്തിക്കു് അടിമയായവനു സ്വന്തം മനോബലം കൊണ്ടുമാത്രം രക്ഷപ്പെടാനാവില്ല എന്നാണു് വർഗ്ഗീസിന്റെ കഥ നമ്മോടു പറയുന്നതു്. കാരുണ്യത്തിന്റേയും സഹായത്തിന്റേയും ഹസ്തങ്ങൾ തക്കസമയത്തു നീട്ടിക്കൊടുത്താൽ ആ ദീനക്കു് അവയിൽ പിടിച്ചുകയറി കരപറ്റാം.

⊙



മദ്യപന് ജീവിതം
ജന്മാന്തരങ്ങളുടെ
ഇരുണ്ട ഭൂഖണ്ഡങ്ങൾ

''മദ്യത്തെ,
വ്യഭിചാരത്തേക്കാളും
കളവിനേക്കാളും
കൂടുതൽ വിനാശകര
മായി ഞാൻ
കാണുന്നു.
പലപ്പോഴും ഈ
രണ്ടു തിന്മകളുടെയും
ഉറവിടം മദ്യംതന്നെ അല്ലേ?
അതുകൊണ്ടു മദ്യഷാപ്പുകൾ
നിറുത്തലാക്കുന്നതിനും
മദ്യംവഴി ലഭിക്കുന്ന
വരുമാനം
പൂർണ്ണമായും
വേണ്ടന്നുവെയ്ക്കുന്നതിനും
രാജ്യസ്നേഹികൾ
ഒറ്റക്കെട്ടായി
നില്ക്കണമെന്നു
ഞാൻ
നിങ്ങളോട്
അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.''

(ഗാന്ധിജി)

# 3

# മദ്യപന് ജീവിതം ജന്മാന്തരങ്ങളുടെ ഇരുണ്ട ഭൂഖണ്ഡങ്ങൾ

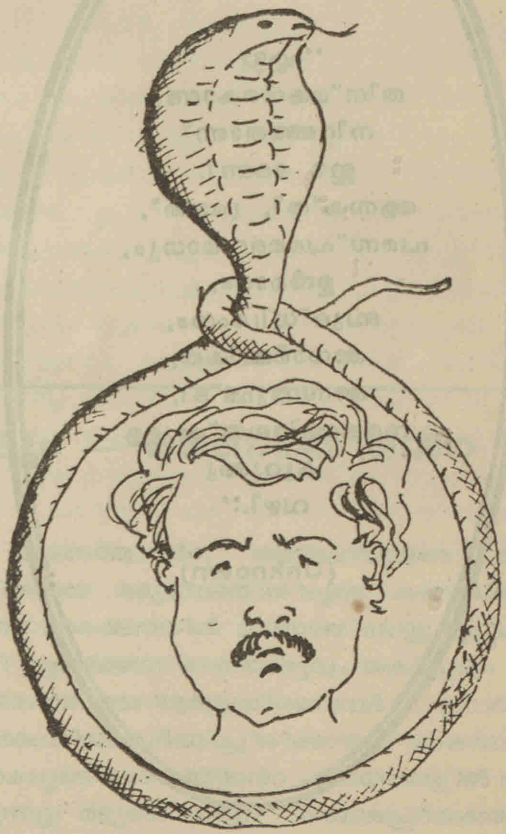
മദ്യപന്മാർ താണ്ടുന്നതു് ഒരു ജീവിതത്തിൽത്തന്നെ ഒട്ടേറെ ജന്മങ്ങളുടെ ഇരുളടഞ്ഞ ഭ്രഖണ്ഡങ്ങളാണു്. അതിൽ ഏറ്റവും ദാരുണമാണു് ഇണയെ സംശയിക്കുക (Puranoia) എന്ന രോഗം. നമ്മുടെ സമൂഹത്തിലെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു സ്ഥാപനം (Institution) ആണല്ലോ വിവാഹം. ഏറ്റവും ക്ലേശകരമായി നിലനിർത്തുന്ന സ്ഥാപനവും അതുതന്നെ. അതിനകത്തു പരസ്പരം ബലികൊടുത്തും 'adjust' ചെയ്തും സമൂഹത്തിന്റെ മുന്നിൽ വെളുക്കെ ചിരിച്ചും അഭിനയിച്ചും ജീവിക്കുന്ന ഭ്രൂരിപക്ഷം ദമ്പതിമാരുടെ ജീവിതവും കരകാണാത്ത കണ്ണീർപ്പാടങ്ങളാണു് — ഒന്നുതിയാൽ വീഴുന്ന കാറ്റത്തെ കിളിക്കൂട്ടുകളും. അങ്ങനെയി

രിക്കെ, ദീനരും ദുർബ്ബലരുമായ മദ്യപന്മാരുടെ കയ്യിൽ അതു് 'വാനരന്റെ കയ്യിൽപ്പെട്ട വനമാല' യാകാൻ എത്ര സമയം വേണം?

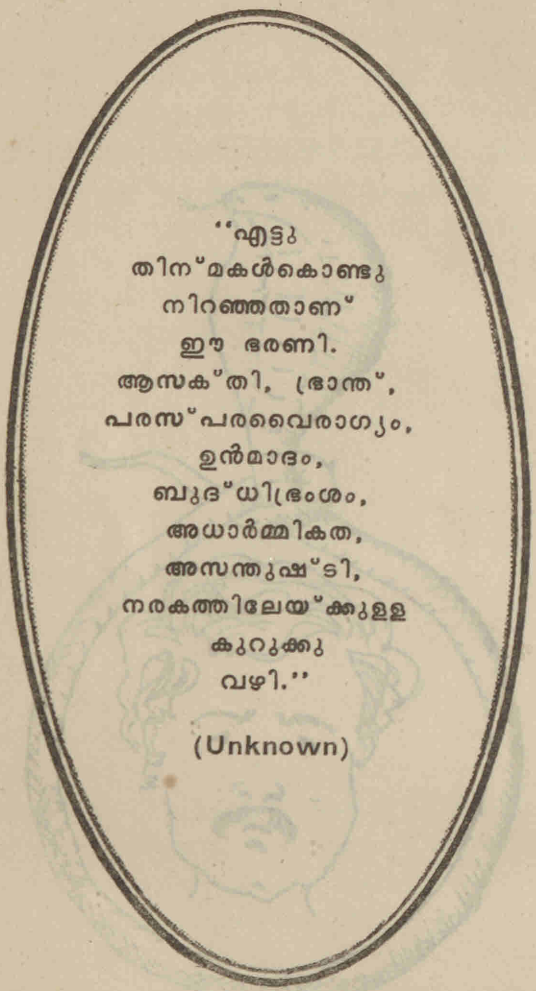
നോക്കൂ, എന്റെയടുത്തു വന്നിരിക്കുന്ന ഈ വൃദ്ധദമ്പതികളും അങ്ങനെ ജീവിതം ഒരിക്കലും തെളിയാത്തവിധം കലുഷമായവരാണു്. ഭർത്താവിനിപ്പോൾ 75 വയസ്സു്; ഭാര്യയ്ക്കു് 71ഉം. മനഃശാസ്ത്രജ്ഞന്റെമുന്നിൽ വളരെ അപകർഷതാബോധത്തോടെയാണു് വൃദ്ധൻ കാര്യം അവതരിപ്പിച്ചതു്— അയാളുടെ ഭാര്യ 75–ാം വയസ്സിലും അയാളെ സംശയിക്കുന്നു. അമ്പരപ്പോടെ ഞാനവരെ നോക്കുമ്പോൾ ആ വൃദ്ധദമ്പതിമാർ ½ നൂറാണ്ടുകാലത്തോളമായി നീന്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ദാമ്പത്യം എന്ന കണ്ണീർപ്പാടത്തിന്റെ കഷ്ടം ഞാനറിഞ്ഞു. ഇവർ അനഭ്യസ്തവിദ്യരായിരുന്നില്ല; വിദ്യാസമ്പന്നരായ അദ്ധ്യാപകർ. അവരുടേതു രോഗമാണെന്നും അതിനു മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കണമെന്നും പറഞ്ഞു ഞാനവരെ പറഞ്ഞയച്ചു.

ഈ രോഗത്തിനിരയായ മദ്യപനായ ഒരു ഭർത്താവു് എന്തു ചെയ്യുന്നുവെന്നു നോക്കൂ. ഇയാളുടെ പേർ ജോസു് എന്നാണു്. ദിവസവും രണ്ടു പൈന്റായിരുന്നു അയാളുടെ കണക്കു്. പിന്നീടതിന്റെ അളവു കൂട്ടി. മദ്യലഹരിയിൽപ്പെടുമ്പോൾ അയാൾ കാണുന്നതു തന്റെ ഭാര്യയിലാകമാനമൊരു ജാരസമ്പർക്കത്തിന്റെ അടയാളങ്ങളാണു്— ബെഡ്റൂമിന്റെ വിരിപ്പു ചുളിഞ്ഞിരിക്കുന്നു, അന്യപുരുഷന്റെ ഗന്ധം മുറിയിലാകെ നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നു, ആരുടെയോ അറിയപ്പെടാത്ത കാലടിപ്പാടുകളും എങ്ങും എന്നിങ്ങനെ. ഇരുപതുംനാളത്തെ ദാമ്പത്യജീവിതത്തിലെ പരസ്പരാർപ്പിതമായ സ്നേഹവും വിശ്വാസവും ഈ സംശയരോഗത്തിന്റെ തിരതള്ളലിൽ പോയ്മറഞ്ഞു. അവരുടെ ദാമ്പത്യം കലുഷമായ കണ്ണീർക്കയമായി. ആരാണു് ഈ നായികാനായകന്മാർക്കു വില്ലൻ? മദ്യപാനികളെ വളരെ സ്വാഭാവികമായി സൽക്കരിക്കുന്ന പാരനോയിയ എന്ന രോഗം മാത്രം. ജോസിന്റെ അഗതിയായ ഭാര്യയ്ക്കു് ഭർത്താവിൽനിന്നും പീഡനങ്ങളും മർദ്ദനങ്ങളും ഏല്ക്കാത്ത ദിവസങ്ങളില്ല. അവളുടെ ആത്മാഭിമാനവും സ്ത്രീത്വവും ചാരിത്രവുമെല്ലാം സംശയത്തിന്റെ കുരിശിൽ നിരന്തരം തറയ്ക്കപ്പെടുന്നു. സഹിക്കാനാ

വാത്ത ഒരു ഒമ്പതാംമണിക്കൂറിൽ ഭർത്തൃഗൃഹത്തിൽനിന്നു് ഓടി രക്ഷപ്പെട്ടമായിരിക്കാം. പിന്നീട്ട കേസ്, വിവാഹമോചനം എന്നീ കടമ്പകളം. അവയെല്ലാം കടന്നു സ്വന്തം വീട്ടിലെത്തുമ്പോഴം അവരെ കാത്തിരിക്കുന്നതു സമൂഹവും കുടുംബവും നിരന്തരം വമിപ്പിക്കുന്ന കയ്പും ചവർപ്പുംമാത്രം. ഭർത്താവോ? അയാളം ഭീകരമായ മാനസികരോഗത്തിലേയ്ക്കു് അടിപതറി വീഴാം. തന്നെ പിടികൂടിയിരിക്കുന്നതു മദ്യത്തിൽനിന്നുളവായ ഒരു രോഗമാണെന്നറിയാതെ, അതിനുവേണ്ട ചികിത്സകളൊന്നുമെടുക്കാതെ, അയാളുടെ ജീവിതം അറമില്ലാത്ത കെട്ടതികളുടേതായി മാറുന്നു. ○



മദ്യം — മരണത്തിന്റെ ദല്ലാൾ


''എട്ടു
തിന്മകൾകൊണ്ടു
നിറഞ്ഞതാണ്
ഈ ഭരണി.
ആസക്തി, ഭ്രാന്ത്,
പരസ്പരവൈരാഗ്യം,
ഉൻമാദം,
ബുദ്ധിഭ്രംശം,
അധാർമ്മികത,
അസന്തുഷ്ടി,
നരകത്തിലേയ്ക്കുള്ള
കുറുക്കു
വഴി.''
(Unknown)

# 4

## മദ്യം — മരണത്തിന്റെ ദല്ലാള്

മദ്യം മരണത്തിന്റെ, ആത്മഹത്യയുടെ ദല്ലാളാകുന്നു. അനിയന്ത്രിതമായ മദ്യാസക്തിയിലൂടെ കടന്നുവരുന്ന രോഗങ്ങൾകൊണ്ട് അകാലത്തിൽ മരണത്തിലേയ്ക്കു കൂപ്പുകുത്തുന്നവർ; മദ്യാസക്തി ഉളവാക്കുന്ന നൈരാശ്യവും തകർച്ചയും നേരിടാനാവാതെ ആത്മഹത്യയെ ആശ്ലേഷിക്കുന്നവർ — ഇവരുടെ സംഖ്യ ഭീതിജനകമാംവിധം വർദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നു. അകാലത്തിൽ മരിക്കുന്ന യുവാക്കളുടെ മരണത്തിന്റെ കാരണങ്ങളിൽ രണ്ടാംസ്ഥാനത്തു നില്ക്കുന്നതു മദ്യമാണത്രെ. കൗമാരപ്രായക്കാരുടെ മരണങ്ങളിൽ 80%വും മദ്യമാണ് കാരണം. ഇന്ന് ഈ ആത്മഹത്യാകണക്കുകളെല്ലാം മൂന്നിരട്ടിയായി വർദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നു. കണക്കുകൾ വീണ്ടും സംസാരിക്കുമ്പോൾ നാം ഭയചകിതരാകുന്നു— മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നുകളുടെയും പ്രതിപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ

ഓരോ മണിക്കൂറിലും 100 പേർവീതം മരിക്കുന്നു; ഓരോ മിനിറ്റിലും ലോകത്തിൽ 10 കൊലപാതകങ്ങളും നടക്കുന്നു.

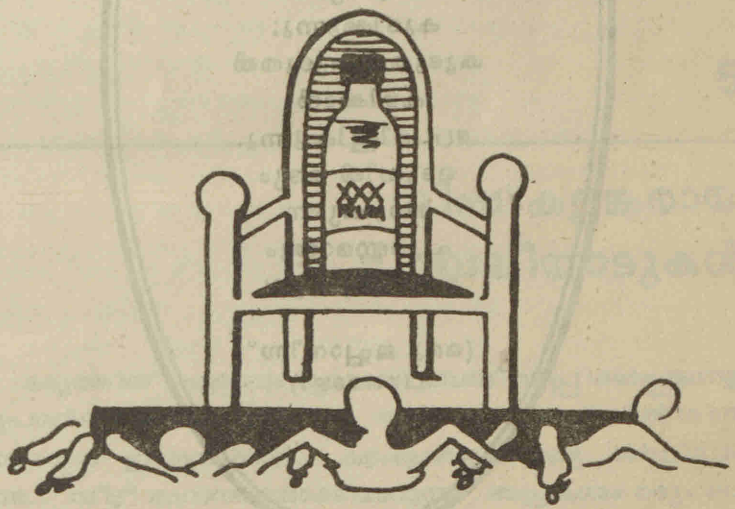
ഇനി, എന്റെയടുത്തു കൗൺസിലിംഗിനു വന്ന റോബിന്റെ കഥ നാമറിയുക —

സാമ്പത്തികമായി ഭദ്രമായ അടിത്തറ. സ്നേഹശീലരായ മാതാപിതാക്കളും സഹോദരങ്ങളും— നല്ല കുടുംബബന്ധങ്ങൾ. സ്വന്തമായൊരു ഫർണിച്ചർ കട— ഇവയെല്ലാം റോബിന്റെ സൗഭാഗ്യങ്ങളായിരുന്നു. മദ്യപരായ കൂട്ടുകാരുടെ നിതാന്തസാഹചര്യവും സ്വാധീനവുംകൊണ്ടു റോബിൻ ഒരു മുഴുക്കുടിയനായി മാറി. അതോടെ മേൽപറഞ്ഞ ഓരോ സൗഭാഗ്യവും റോബിനിൽനിന്നു യാത്രപറഞ്ഞുതുടങ്ങി. തുടർന്നുണ്ടായ നൈരാശ്യവും ശൂന്യതാബോധവും അപകർഷതാബോധവും എല്ലാംകൂടി റോബിനെ ആത്മഹത്യയുടെ വക്കിലെത്തിച്ചു. ആത്മഹത്യയെ കുറിച്ചു ചിന്തിച്ചുറപ്പിച്ചു, അതിനുള്ള സൗകര്യത്തിനുവേണ്ടി റോബിൻ ഒരു ലോഡ്ജിൽ മുറിയെടുത്തു താമസമാക്കി. തുടർന്നു നിർത്താത്ത മദ്യപാനം. വന്നവർക്കെല്ലാം മദ്യസൽക്കാരം. ആത്മഹത്യയിൽ മറ്റാർക്കും പങ്കില്ലെന്നു കുറിപ്പെഴുതിവെയ്ക്കുകപോലും ചെയ്തു, അയാൾ. കുറിപ്പു തിരുകിവെച്ച റോബിന്റെ കീശയിൽ എന്നെ കാണാനുള്ള appointment ന്റെ കുറിപ്പുണ്ടായിരുന്നു. പെട്ടെന്നു കഴിഞ്ഞ കൂടിക്കാഴ്ചയുടെ ഓർമ്മ അയാളുടെ ഉള്ളിലേയ്ക്കു തള്ളിക്കയറിയിരിക്കണം. ഡിസംബറിലെ ആദ്യവാരത്തിലൊരു ദിവസമായിരുന്നു, ആ കൂടിക്കാഴ്ച. ക്രിസ്മസ്സിനു തൊട്ടുമുമ്പു്, 23-നു കാണാനുള്ള appointment fix ചെയ്താണു് റോബിൻ അന്നു പോയതു്. അടുത്ത ദിവസം അയാൾ വന്നില്ല. കടയിലെ ജോലിക്കാരുമൊത്തുള്ള മദിരോത്സവത്തിൽ ആറാടി ആ ദിവസം കടന്നുപോയതു് അവൻ അറിഞ്ഞിരുന്നില്ല. ദിവസങ്ങളെത്രയോ അതിനുശേഷം കടന്നുപോയിരിക്കുന്നു, മദ്യലഹരിയിൽ, ഒന്നുമറിയാതെ. പെട്ടെന്നു്, ഇപ്പോൾ, ഒരു ദിവ്യപ്രചോദനം ഏറ്റിട്ടെന്നപോലെ എന്നെ കാണാനുള്ള അലംഘ്യമായൊരു ഉൾപ്രേരണ അവനുണ്ടായി. അവൻ മരണശ്രമത്തിൽനിന്നൊഴിഞ്ഞു് എന്റെയടുത്തെത്തി. മദ്യത്തിൽ മുങ്ങിനില്ക്കുന്ന ആ ദീനസ്വരൂപത്തെ ഞാൻ കണ്ടു. അവനു നേർക്കു സങ്കടവും അരിശവും നൈരാശ്യവുമെല്ലാം

എന്റെയുള്ളിൽ പുകഞ്ഞു. അവ എന്റെ പെരുമാറ്റത്തിലും പ്രകടമായിരുന്നു. 'ഇന്നു കാണാൻ സാധ്യമല്ല; നാളെ വരൂ' എന്നു ഞാൻ ഖണ്ഡിച്ചു പറഞ്ഞപ്പോഴും അവന്റെ മുഖം ദീനമായി. ''എനിക്കു് അച്ഛനെ ഇപ്പോഴും കാണണം; ഇന്നു കണ്ടില്ലെങ്കിൽ പിന്നെ നാമൊരിക്കലും കാണില്ല'' എന്നു് അവൻ പറഞ്ഞതു ഹൃദയം പിളർന്നുകൊണ്ടായിരുന്നു. ആ വാക്കുകളും എന്റെയുള്ളിൽ തൊട്ടു. അതിന്റെ കൂടെ ലോഡ്ജിൽ മുറിയെടുത്ത വിവരവും ആത്മഹത്യയ്ക്കു തയ്യാറായി ഇരിക്കുന്നതും 3000 രൂപയിൽ ഒട്ടുമിക്കതും മദ്യപാനത്തിനു ചെലവഴിച്ചതും മറ്റും പറഞ്ഞു. പെട്ടെന്നു് എന്റെ നീരസം നീങ്ങി; ഹൃദയം കാരുണ്യംകൊണ്ടു നിറഞ്ഞു. ചില പ്രഥമ ശുശ്രൂഷകളും നല്കി വിശ്രമത്തിനുള്ള സൗകര്യങ്ങളും ഏർപ്പെടുത്തി. പിന്നീടു് അവനേയും കൂട്ടി ലോഡ്ജിലെത്തി. ലോഡ്ജിലെ മുറി ഒഴിഞ്ഞുവരാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു. അവൻ അപ്രകാരം ചെയ്തു് എന്റെയടുത്തു തിരിച്ചെത്തി. പിന്നീടു് അവന്റെ നാട്ടിലേയ്ക്കു പോകുന്ന ബസ്സിൽ ഞങ്ങളൊന്നിച്ചു കയറി. ബസു് ഇളക്കംപിടിച്ചപ്പോഴും ഞാൻ ബസ്സിൽനിന്നു ചാടിയിറങ്ങി. എന്നിട്ടു വിളിച്ചുപറഞ്ഞു— ''ഇന്നു് അമ്മയുടെ അടുത്തേയ്ക്കു പോവുക. അമ്മ കാത്തിരിക്കുന്നു. നാളെ രാവിലെ 6 മണിക്കു് എന്നെ കാണാൻ വരിക. ഞാൻ കാത്തിരിക്കും.'' വാസ്തവത്തിൽ, ഞാൻ കാൽവെച്ചതു സാഹസികതയിലേയ്ക്കായിരുന്നു. അനന്തരഫലം ഏറെക്കുറെ അനിശ്ചിതവുമായിരുന്നു. ദൈവം എന്നെ തൊട്ടുനിന്ന ആ മുഹൂർത്തത്തിൽ കൈക്കൊണ്ട നടപടി. ഈശ്വരന്റെ വരങ്ങളും നിരന്തരം വാരിച്ചൊരിയപ്പെട്ട ഒരു മുഹൂർത്തത്തിൽ രാവിലെ 7 മണിക്കു റോബിൻ എന്നെ കാണാൻ വന്നു. മനസ്സു് അപ്പോഴേ ശാന്തമായുള്ളൂ. തുടർന്നു കൗൺസിലിംഗു്, ചികിത്സ. ഇന്നു റോബിൻ മദ്യവിമുക്തനായി. നഷ്ടപ്പെട്ട എല്ലാ സൗഭാഗ്യങ്ങളും തിരിച്ചെടുത്തു് ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ ജീവിക്കുന്നു.

മദ്യം മരണത്തിന്റെ ദല്ലാളാകുന്ന ഈ കഥയിൽ തക്കസമയത്തു് ഇടപെട്ടതുകൊണ്ടാണു് റോബിൻ രക്ഷപ്പെട്ടതു്. നിർഭാഗ്യവാന്മാരായ പല സഹോദരന്മാർക്കും ദൈവത്തിന്റെ ഈ കാരുണ്യസ്പർശം ഉണ്ടായെന്നു വരില്ല. അവർ നേരേ ആത്മഹത്യയിലേയ്ക്കു കൂപ്പുകുത്തുന്നു. താനെത്തിപ്പെട്ട പതനത്തിൽ

നിന്നു് ഒരിക്കലും രക്ഷപ്പെടുകയില്ല എന്ന ബോധമാണു് മദ്യപന്മാരെ ആത്മഹത്യോന്മുഖരാക്കുന്നതു്. ഈ ദീനരായ സഹോദരർക്കു നേരേ നീണ്ടുവരേണ്ടതു് അവഹേളനവും തിരസ്കാരവും പീഡനങ്ങളുമല്ല; അളവറ്റ കാരുണ്യവും പിടിച്ചുകയറാനുള്ള സഹായഹസ്തവുമാണു്. ○



നിഷ്കളങ്കരായ

ബലിയാടുകൾ

"ആദ്യം
മനുഷ്യൻ
മദ്യം
കഴിക്കുന്നു.
പിന്നെ മദ്യം
മനുഷ്യനെ
കുടിക്കുന്നു;
കൂടുതൽക്കൂടുതൽ
കഴിക്കാൻ
പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു.
ഒടുവിൽ മദ്യം
മനുഷ്യനെ
പൂർണ്ണമായും
വിഴുങ്ങുന്നു."

(ഒരു ജപ്പാനീസ്
പഴമൊഴി)

# 5

# നിഷ്കളങ്കരായ ബലിയാടുകൾ

മദ്യത്തിനു് ഏറ്റവും ക്രൂരമായി ബലിയർപ്പിക്കപ്പെടുന്നതു മദ്യപന്റെ കുടുംബമാണു്. അതു കുടുംബത്തിൽ നിന്നു സൈര്യത ഇല്ലാതാക്കുന്നു. കുടുംബബന്ധങ്ങളെ ശിഥിലമാക്കുന്നു. വീടു് മഹാനരകമാക്കിമാറ്റുന്നു. അപ്രകാരം മദ്യം ഒരു വ്യക്തിയുടെ പ്രശ്നമല്ല. സമൂഹത്തിലെ പ്രധാന സ്ഥാപനമായ കുടുംബത്തിന്റെ, സമൂഹത്തിന്റെതന്നെ പ്രശ്നമായി മാറുന്നു.

പ്രിയപ്പെട്ടവരേ, നിങ്ങളും ഈ ജോസിന്റെ ജീവിതത്തിലേയ്ക്കു വരൂ. ഇതാ, അയാളുടെ വീട്ടിൽനിന്നുള്ള ഒരു ദയനീയ രംഗം.

15 ദിവസമായി tourist taxi-യുമായി വിദൂരയാത്രയ്ക്കു പോയിരിക്കുകയായിരുന്ന ഡ്രൈവർ ജോസു് ഇപ്പോഴാ വീട്ടിൽ തിരിച്ചെത്തിയിരിക്കയാണു്, കീശനിറയെ പണവും കൈനിറയെ സാധനങ്ങളുമായാണു് അവൻ വന്നിരിക്കുന്നതു്. സാധനങ്ങളെല്ലാം ഭാര്യയെ ഏല്പിച്ചു് അവൻ തന്റെ അരുമയായ കൊച്ചുമകളുടെ അടുത്തേയ്ക്കു പോവുകയാണു്. അയാളുടെ കാലുകളാ നിലത്തുറയ്ക്കുന്നില്ല. ചുവന്നുകലങ്ങിയ കണ്ണുകളാ അടഞ്ഞുതുങ്ങിക്കിടക്കുന്നു. അവനിൽനിന്നു മദ്യത്തിന്റെ രൂക്ഷമായ ഗന്ധം വമിക്കുന്നുണ്ടു്. ഇന്നു പതിവിലുമേറെ ഫിറ്റായിട്ടാണയാളുടെ വരവു്. അയാളാ കുഞ്ഞിന്റെ അടുത്തെത്തി. അവളാ ആകെ തളർന്നവശമായി കിടക്കുന്നു. ജോസു് വീട്ടിൽനിന്നും പോയതിനുശേഷം 12 അംഗങ്ങളുള്ള അയാളുടെ കുടുംബം — വൃദ്ധരായ മാതാപിതാക്കളാ, ഭാര്യ, കുഞ്ഞുങ്ങളാ, സഹോദരങ്ങളാ — അർദ്ധപട്ടിണിയിലും മുഴപട്ടിണിയിലുമായിരുന്നു. ജോസിനു ദിവസവും കിട്ടുന്ന 100–150 രൂപയാണു് ആ കുടുംബത്തിന്റെ ഏക ഉപജീവനമാർഗ്ഗം. അതവൻ മുടുക്കു വീട്ടിലെത്തിക്കുമായിരുന്നു. പുറത്തുപോയ ദിവസങ്ങളിൽ മദ്യലഹരിയിൽ മുങ്ങിത്താണ അവന്റെ ബോധത്തിൽനിന്നു വീടിന്റെ സ്മരണ മാഞ്ഞുപോയതായിരുന്നു. ഇപ്പോഴാ അതിന്റെ പൂർണ്ണമായ അവബോധം കൈവന്നിട്ടല്ല അയാളാ കുഞ്ഞിനരികിൽ നില്ക്കുന്നതു്.

തളർന്നുകിടക്കുന്ന കുട്ടിയുടെ അടുത്തുചെന്നു ജോസു് അവളെ വാത്സല്യത്തോടെ തഴുകി. മിഠായിപ്പൊതി നൽകി. എന്നാൽ ആവേശത്തോടെ, ആഹ്ലാദത്തോടെ, ആണു് അവളാ ആ മിഠായിപ്പൊതി വാങ്ങാറുള്ളതു്. ഇത്തവണ ആ പൊതിവാങ്ങിത്തുറന്നു് അവളാ കുറച്ചുനേരം ധ്യാനമായി അതിൽ കണ്ണുകളുറപ്പിച്ചു. കണ്ണീർ ധാരധാരയായൊഴുകി. വിങ്ങിപ്പൊട്ടിക്കൊണ്ടു് ആ പൊതി അവളാ വലിച്ചെറിഞ്ഞു. ഒരു നിമിഷം! മദ്യലഹരിയുടെ പിശാചുബാധയേറ്റിരുന്ന ജോസിൽനിന്നു വത്സലഭാവം പോയിമറഞ്ഞു. ജോസു് അവളുടെ ചെകിട്ടത്തടിച്ചു. അവളെ കട്ടിലിൽനിന്നു താഴോട്ടു വലിച്ചിട്ടു തൊഴിച്ചു. കുഞ്ഞു വേദനകൊണ്ടു പുളഞ്ഞു. വീട്ടുകാർ ഈ രംഗംകണ്ടു വിതുമ്മി. ജോസു് പിന്നീടു് ഒന്നുമറിയാത്തവനെപ്പോലെ ഇറയത്തെ ചാരുകസേരയിൽ പോയിക്കിടന്നു. അപ്പോഴാ കുട്ടി കണ്ണുനീർ വടിച്ചു

കളഞ്ഞു് എഴുന്നേറ്റു് അവന്റെ സമീപത്തു വന്നുനിന്നു. മുൻപു ണ്ടായതു് ഒന്നുമോക്കാത്തവനെപ്പോലെ ജോസു് അവളെ മടിയിൽ എടുത്തുവെച്ചു. കുഞ്ഞു ജോസിന്റെ കരംഗ്രഹിച്ചു. വിശന്നൊട്ടിക്കിടക്കുന്ന സ്വന്തം വയറിന്മേൽ അവ സാവധാനം വെച്ചു, എന്നിട്ടു പറഞ്ഞു: ''അപ്പച്ചാ, എന്റെ വയറിൽ ഒന്നു തൊട്ടുനോക്കു. ഇന്നു ഞാൻ പച്ചവെള്ളമല്ലാതെ ഒന്നും കഴിച്ചിട്ടില്ല. മിഠായി തിന്നാൽ എന്റെ വയറു് നിറയുമോ?'' പിന്നീടവംക്കു് ഏങ്ങലടക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. അവൻ കൈ അവളുടെ വയറിന്മേൽനിന്നുമാറ്റി അയാളുടെ വീർത്തുകെട്ടിയ വയറിന്മേൽ വെച്ചുകൊണ്ടു പറഞ്ഞു: ''അപ്പച്ചാ, അപ്പച്ചന്റെ വയറൊന്നു തൊട്ടുനോക്കിയേ! അതു കള്ളം ഇറച്ചിയും കഴിച്ചു നിറഞ്ഞിരിക്കുകയാണു'''' ഇതു ജോസിനെ വല്ലാതെ ഉലച്ചു. ആ തീവ്രവേദനയിൽ അയാളുടെ മദ്യലഹരി മാഞ്ഞു. അയാളുടെ ശിരസ്സു കുറ്റബോധംകൊണ്ടു കുനിഞ്ഞു. കുഞ്ഞിനെ വാരിയെടുത്തു ചുംബിച്ചുകൊണ്ടു് അയാൾ ''ഇനിയൊരിക്കലും കുടിക്കുകയില്ല'' എന്നു പ്രതിജ്ഞചെയ്തു. ഈ രംഗം കണ്ടുനിന്ന കുടുംബാംഗങ്ങളിൽ ആഹ്ലാദം നിറഞ്ഞുതുളുമ്പി. അവരെ ദൈവം തൊട്ടുനിന്ന ഒരു മുഹൂർത്തമായിരുന്നു, അതു്. അതിനുശേഷം ജോസു് പൂർണ്ണമായും മദ്യമുക്തനാണു്.

കുടുംബത്തിന്റെ ഒട്ടങ്ങാത്ത ബാദ്ധ്യതകളും ഒരാളെ മദ്യത്തിലേയ്ക്കു വലിച്ചെറിയുന്നു; മദ്യം കുടുംബത്തെ ശൈഥില്യത്തിലേയ്ക്കു വലിച്ചെറിയുന്നു. അനുഗൃഹീതമുഹൂർത്തങ്ങളിൽ കുടുംബബന്ധത്തിന്റെ ആർദ്രതതന്നെ മദ്യപനെ മോചിപ്പിക്കുന്നു. ജോസിന്റെ കഥ അതാണു് — 12 അംഗങ്ങളുള്ള ഒരു കുടുംബത്തിന്റെ ഏക ആശ്രയമാണു് ജോസു്. വൃദ്ധരും അവശരുമായ മാതാപിതാക്കളും, വിവാഹപ്രായം കവിഞ്ഞുനില്ക്കുന്ന സഹോദരിമാർ, വിവാഹപ്രായമെത്തിയ ഒരു മകനും, അവനുംക്കു താഴെ 5 കുട്ടികളും വേറെയും; ഭാര്യ — ഇവരത്രയും ജോസിനെ പിൻപറ്റി ജീവിക്കുന്നു. ജോസിനു കിട്ടുന്ന പണംകൊണ്ടു് അന്നന്നത്തെ കുടുംബച്ചെലവു കഴിഞ്ഞുപോകും എന്നുമാത്രം. തന്നെ വലയംചെയ്തിരിക്കുന്ന ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളുടെ ശൃംഖല ഓർക്കുമ്പോൾ ജോസിന്റെ തല പുകയും. അതിൽനിന്നുള്ള രക്ഷാമാർഗ്ഗമായിരുന്നു, മദ്യം. ലഹരിയിൽ ബോധംകെട്ടുകഴിഞ്ഞാൽ പിന്നെയൊന്നും അറിയേണ്ടല്ലൊ. അങ്ങനെ, ഒട്ടങ്ങാത്ത പ്രാരാ

ബന്ധങ്ങം ജോസിനെ മദ്യത്തിലേയ്ക്ക് വലിച്ചെറിഞ്ഞതാണ്. മദ്യം അയാളെ ചൂഴററിയെറിയുന്നതിനുമുമ്പുതന്നെ കുടുംബത്തിന്റെ അരുമബന്ധങ്ങം അയാളെ രക്ഷിക്കാനെത്തി.

ഇത്തരം രക്ഷയിലെത്തിച്ചേരാത്ത ജോസുമാരെത്രയാണ്. അവരുടെ വീടുകളിൽ കണ്ണീരും കഷ്ടതയും കൂട്ടുപിടിച്ചു കിടക്കുന്നു. വീട്ടിലരങ്ങേറുന്ന ദുരന്തനാടകങ്ങളുടെ മുഖ്യസൂത്രധാരൻ മദ്യമാണ്. പുറത്തുനിന്നെന്നപോലെ വീടുകളിൽ മാതാപിതാക്കളും മക്കളുമൊപ്പമിരുന്നു മദ്യം സേവിക്കുന്നു, ആഘോഷങ്ങളിൽ മദ്യം കൂടിയേ കഴിയൂ എന്ന മദ്യസംസ്കാരം കുടുംബത്തിന്റെ വലിയ ശത്രുവാണ്. അതിനെ കീഴടക്കാൻ ഗവണ്മെന്റോ രാഷ്ട്രീയക്കാരോ മദ്യനിരോധനസമിതിക്കാരോ അല്ല, കുടുംബാംഗങ്ങളാണ് മുൻകൈ എടുക്കേണ്ടത്. മദ്യപാനത്തിനെതിരായ പ്രചരണംകൊണ്ടോ പൊതുവായോ പ്രബോധനംകൊണ്ടോ ഈ വിപത്തിനെ തടുത്തുനിത്താനാവില്ല. കുടുംബങ്ങളെ കീഴടക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്ന മദ്യസംസ്കാരത്തെ സ്വന്തംവീട്ടിലേയ്ക്ക് ആനയിക്കുകയില്ല എന്നു് ഓരോ അംഗവും പ്രതിജ്ഞയെടുക്കണം. സ്വന്തം വീട്ടിൽ മദ്യംവിളമ്പുകയില്ല എന്നു് ഓരോ വീട്ടമ്മയും തീരുമാനിക്കണം. വീട്ടമ്മമാക്കാണ് ഈ പിശാചിനെ തടുത്തുനിർത്തുന്നതിൽ ഏററവും ബാദ്ധ്യത ഉള്ളതു്. സ്ത്രീയുടെ നിശ്ചയദാർഢ്യത്തിൽ, സമരവീര്യത്തിൽ, മദ്യരാജാക്കന്മാരുടെ സാമ്രാജ്യങ്ങം തകന്നടിയട്ടെ!

മദ്യം നമ്മുടെ കൺമുന്നിലേയ്ക്ക് എയ്തുവിടുന്ന ദയനീയവും ലജ്ജാവഹവുമായ ചില ദൃശ്യങ്ങം നോക്കൂ—

ഒരു ക്രിസ്മസ് ദിനത്തിന്റെ തലേന്നാം. രാത്രി 11 മണിയായിക്കാണും. 40 വയസ്സിനു് താഴെ പ്രായംവരുന്ന ഒരു ചെറുപ്പക്കാരൻ മദ്യലഹരിയിൽ ആടിയുലഞ്ഞ് നടന്നുനീങ്ങുന്നു. അയാളുടെ തോളിൽ ഒരു സൈക്കിളിരിക്കുന്നു. ഇടയ്ക്ക് സൈക്കിം താഴെയിറക്കി വല്ലാത്ത പകയോടെ അതു് അടിച്ചുതകർക്കുന്നു. അടിയോടൊപ്പം ദുസ്സ്വനം വമിപ്പിച്ചുകൊണ്ടുള്ള അസഭ്യവാക്കുകളും. വീണ്ടുംസൈക്കിം തോളിൽ. വീണ്ടും താഴെ തകരൽ. ഈ പ്രക്രിയ തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരുന്നു. കുറച്ചുനേരം കഴിഞ്ഞപ്പോഴേയ്ക്കും സൈക്കിം എല്ലുംകോലുമായി. അയാംക്ക് ചുറ്റും വലിയൊരു ആംക്കൂട്ടമാണ്. ആംക്കൂട്ടത്തിനെന്നും ഒരുവന്റെ

തകച്ച്യും ഭ്രാന്തും ഹരമാണല്ലൊ. ആ ഹരവും രസവും അവ രുടെ മുഖങ്ങളിലുണ്ട്. മനസ്സാക്ഷിയിൽ ഇടയ്ക്കെങ്കിലും തട്ടി ത്തടയുന്നവക്കു് ഇതൊരിക്കലും രസനീയമായ കാഴ്ചയാവില്ല എന്നു് മാത്രം.

ഈ മനുഷ്യനെ ഈ നിലയിലെത്തിച്ചതു് മദ്യമാണു്. മദ്യം അയാളുടെ സമനിലതെറ്റിച്ചു. ഭ്രാന്തിലേയ്ക്കു് വഴുകുക യാണയാളിപ്പോഴും. ക്രമേണ തന്നോടും ലോകത്തോടും മുഴുവൻ പകയും പുച്ഛവും പ്രതികാരവും. അയാളുടെ കൈകളിലിരുന്ന സൈക്കിളും അയാളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അപ്പോഴും സൈ ക്കിളായിരുന്നില്ല; അയാളും പകവെച്ചു പുലർത്തുന്ന അയാളുടെ പാവപ്പെട്ട ഭാര്യയോ കുഞ്ഞുങ്ങളോ പ്രിയപ്പെട്ടവരോ ആകാം. ഈ സൈക്കിളും തല്ലിത്തകരുന്നതുപോലെ അവരുടെ ജീവിതവും തല്ലിത്തകരുകയാണു്. ക്രിസ്മസ്ദിനത്തിന്റെ ആഹ്ലാദം കാത്തിരിക്കുന്ന ആ കുടുംബത്തിലേയ്ക്കു് അയാളോടൊപ്പം പതുക്കെ അടിവെച്ചടിവെച്ചു ചെന്നു് കയറുന്നതു് ഗ്ലാനതയും ക്ലേശവും ദുര ന്തവും മരണവുമൊക്കെയാണു്. ഈ മദ്യപനോടൊപ്പം നിരപരാ ധികളായ ആ വീട്ടുകാരും സമൂഹത്തിനും ആംബുലൻസിനും മുന്നിൽ അപഹാസ്യരും നിന്ദിതരും ഒറ്റപ്പെട്ടവരുമായിത്തീരുന്നു.

മറ്റൊരു ദൃശ്യം! അന്നു് വിഷുവിന്റെ തലേന്നാളായി രുന്നു. തൃശ്ശൂരിലെ തിരക്കേറിയ നഗരവീഥിയിലൂടെ ഒരാൾ നടന്നുനീങ്ങുന്നു. അയാളുടെ ശരീരത്തിൽനിന്നു് അടിവസ്ത്രങ്ങ ളൊഴികെ ബാക്കിയെല്ലാം ഊർന്നുവീണിരിക്കുന്നു. മദ്യലഹരി യിൽ ചാഞ്ചാടിക്കൊണ്ടാണയാൾ നടന്നുനീങ്ങുന്നതു്. ആത്മാ ഭിമാനവും ലജ്ജയും മറന്നു് ആ മനുഷ്യജീവി എന്താണു് ചെയ്യു ന്നതെന്നോ! ഉടുത്തിരുന്ന മുണ്ടു് ഉയർത്തിപ്പിടിച്ചു് വഴിപോക്ക രോടു് അതിനു് വിലപേശുകയാണു്, ഇനിയും മദ്യപിക്കാനുള്ള കാശിനു്. മുപ്പതോളം വയസ്സു് തോന്നിച്ചിരുന്ന, അയാൾക്കു്. ഈ ചെറുപ്പക്കാരനെ കണ്ടു് ആളുകൾ അരിശത്തോടെയും പരി ഹാസത്തോടെയും വെറുപ്പോടെയും കടന്നുപോകുന്നു. എന്റെ യുള്ളിലേയ്ക്കു് തള്ളിയലച്ചുവന്നതു് ആ മനുഷ്യന്റെ കുടുംബ ത്തിന്റെ ദീനചിത്രമായിരുന്നു. ശരീരത്തിൽ വസ്ത്രം ലേശമി ല്ലാതെ ബോധംകെട്ടു് നാണംമറന്നു് വീട്ടിൽകയറിച്ചെല്ല മ്പോൾ ആ വീട്ടുകാരുടെ സ്ഥിതി എന്തായിരിക്കും? വിഷുദിന

ത്തിൽ പൂത്തിരികത്തിച്ചു് ആറ്റാടിക്കേണ്ട ആ വീട്ടിൽ നീറിയ മരുന്നതു് ദുഃഖത്തിന്റെ കരിന്തിരികളാണു്. അതോർത്തു് എന്റെ മനസ്സു് പുകഞ്ഞുനീറി. ഇങ്ങനെ എത്ര കുടുംബങ്ങളിൽ മദ്യം ആഘോഷവേളകളെ ദുരന്തവേളകളാക്കിമാറ്റുന്നു.

മദ്യം, വീടു് എന്ന അഭയത്തെ എത്രമേൽ നരകമാക്കി മാറ്റുന്നുവെന്നു് ഒരു പെൺകുട്ടിയുടെ കഥ നിങ്ങളോടു് പറയും.

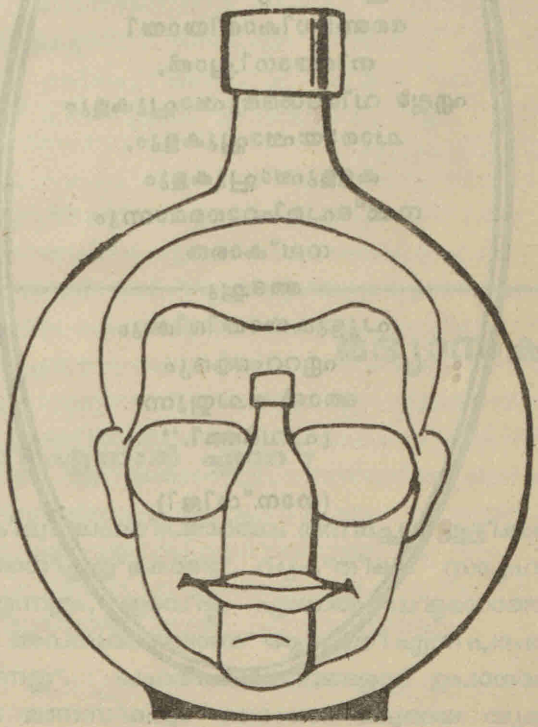
ടി. ടി. സി. സ്കൂളിൽ ക്ലാസ്സെടുക്കാൻ ചെന്നതായിരുന്നു ഞാൻ. വ്യക്തിത്വവികാസത്തെക്കുറിച്ചായിരുന്നു, ക്ലാസ്സു്. ക്ലാസ്സു് കഴിഞ്ഞപ്പോഴും ഒരു പെൺകുട്ടി എന്നെ സ്വകാര്യമായി വന്നു് കണ്ടു് സംസാരിച്ചു. അവൾ പാവപ്പെട്ട ഒരു വീട്ടിലെ മൂത്തകുട്ടിയാണു്. വളരെ കഷ്ടപ്പെട്ടു് ഹോസ്റ്റലിൽ നിന്നു് പഠിക്കുന്നു. അവളുടെ അപ്പച്ചൻ ഒരു മുഴുകുടിയനാണു്. മദ്യലഹരിയിലും വാത്സല്യം മറന്നിട്ടില്ലാത്ത ആ മനുഷ്യൻ അവളെ കാണാൻ ഇടയ്ക്കൊക്കെ ഹോസ്റ്റലിൽ വരാറുണ്ടു്. കൈലിമുണ്ടു് മാത്രമുടുത്തു്, ഒരു കുളിമുണ്ടു് തോളിലിട്ടു്, മണ്ണെണ്ണപ്പാട്ടയും കയ്യിൽ പിടിച്ചു്. അയാളുടെ വരവു് കാണുമ്പോഴേയ്ക്കും ഹോസ്റ്റൽ അന്തേവാസിനികൾ പരിഹാസംതുടങ്ങുന്നു. ഇതിൽ മനംനൊന്തു് നീറിക്കഴിയുന്ന ഈ പെൺകുട്ടിക്കു പഠിപ്പിൽ ശ്രദ്ധിക്കാനാവുന്നില്ല. ജീവിതംതന്നെ മടുത്തുപോകുന്നു. വേഷങ്ങളുടെ പളപളപ്പിലും പുറംപൂച്ചിലും ഒരാളുടെ വ്യക്തിത്വം വിലയിരുത്തുന്ന ഈ സമൂഹത്തിൽ ആ പെൺകുട്ടി എത്രമേൽ അപകർഷതാബോധം അനുഭവിക്കുന്നുണ്ടാകണം. കൂട്ടുകാരികൾക്കിടയിലും എത്ര താഴ്ചയിലായിരിക്കും അവളുടെ സ്ഥാനം. മാത്രമല്ല, കുടുംബനാഥൻ ഇങ്ങനെയായപ്പോൾ അവളുടെ കുടുംബസ്ഥിതി എന്താണു്? സ്കൂളിൽ പ്യൂണായ അവളുടെ അപ്പച്ചനു് മാസവരുമാനം 1,500 രൂപയാണു്. അതിൽനിന്നു പകുതിയിലധികവും അയാൾ മദ്യഷാപ്പിൽ കൊടുക്കുന്നു. ബാക്കികൊണ്ടു് എങ്ങനെ ആ കുടുംബം പുലരും? ദാരിദ്ര്യം ഒരു കാട്ടുമൃഗത്തെപ്പോലെ ഊറ്റംകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആ കുടുംബത്തിന്റെ ഏകപ്രത്യാശയായിരുന്നു, ആ പെൺകുട്ടി. അവളുടെ പഠനം കഴിഞ്ഞാൽ ഒരു ജോലി ശരിപ്പെട്ടാൽ. പിന്നീടു് ദാരിദ്ര്യത്തിന്റെ പിടിയിൽനിന്നു് രക്ഷപ്പെടാം എന്നൊക്കെ ആ കുടുംബം സ്വപ്നംകണ്ടു. പക്ഷേ ആ പെൺകുട്ടിയുടെ ഇപ്പോഴത്തെ മാന

സ്ത്രീകാവസ്ഥ കണ്ട നമുക്ക് അങ്ങനെ പ്രത്യാശിക്കാമോ? അവളിനി കഴഞ്ഞു വീഴാനിരിക്കുന്നതു് ഏതെങ്കിലും മാനസികരോഗത്തിലായിരിക്കും. ഇങ്ങനെ കടിയനായ അച്ഛന്റെയോ സഹോദരന്റെയോ ഭർത്താവിന്റെയോ തണലിൽ കഴിയേണ്ടി വരുന്ന, മനസ്സും ബുദ്ധിയും വികലമാക്കപ്പെട്ടന്ന എത്രയോ മനുഷ്യജീവികം നമുക്ക് ചുറ്റിലുമുണ്ട് ! മദ്യപന്മാർ സ്വയം ജീവിക്കുന്നില്ല; അവരുടെ പ്രിയപ്പെട്ടവരെ ജീവിക്കാൻ അനുവദിക്കുന്നുമില്ല. കുട്ടികം കുറവാളികളോ സാമൂഹ്യവിരുദ്ധരോ, തെണ്ടിയോ തെമ്മാടിയോ ഒക്കെയായി മാറുന്നതു് ഇത്തരം അന്തരീക്ഷത്തിൽനിന്നാണു്. ഒരാളുടെ വ്യക്തിത്വത്തെ രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിൽ സുപ്രധാനപങ്കു് കുടുംബത്തിനാണു്—കുടുംബപശ്ചാത്തലം, കുടുംബസംസ്കാരം, കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ സ്വഭാവം എന്നിവയ്ക്കു് കുടുംബനാഥൻ തികഞ്ഞ മദ്യപാനിയോ മയക്കുമരുന്നിനടിമയോ ആയ ഒരു കുടുംബത്തിൽനിന്നു് നന്മ നിറഞ്ഞ ഒരു വ്യക്തിത്വരൂപീകരണം ശ്രമസാധ്യമാണു്.

ജീവിതത്തിൽ ഏറ്റവുമധികം അനിശ്ചിതത്വം അനുഭവിക്കുന്നതു് ഒരു പക്ഷേ, മദ്യപന്റെ ഭാര്യയായിരിക്കും. ഓരോ അവസരത്തിലും ഭർത്താവിന്റെ സാന്നിദ്ധ്യവും പെരുമാറ്റവും പ്രവചനാതീതമാകയാൽ ഏതെങ്കിലും ഒരു കാര്യത്തിനായി മുൻകൂട്ടി ഒരുങ്ങാനോ തീരുമാനങ്ങം എടുക്കാനോ അവയ്ക്കു് സാധിക്കാതെവരുന്നു. കാരണം, സ്വഭാവത്തിലും പെരുമാറ്റത്തിലും സംഭവിക്കുന്ന ക്രമരാഹിത്യം, വാഗ്ദാനങ്ങളുടെ തുടച്ചയായ ലംഘനം, ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളിലുള്ള അലസതയും അലംഭാവവും സമയനിഷ്ഠപാലിക്കുന്നതിലുള്ള നിരന്തരപരാജയവും ഏറ്റവും കൂടുതൽ ബാധിക്കുന്നതു മദ്യപന്റെ ഭാര്യയെയാണു്. ഭർത്താവിനോടും മക്കളോടും അന്നദിനജീവിതസാഹചര്യങ്ങളോടം എങ്ങനെ പ്രതികരിക്കണമെന്ന അനിശ്ചിതത്വം അവളെ നിസ്സഹായതയിലേയ്ക്കും സംശയം, കുറ്റബോധം, ഉൽക്കണ്ഠ, ആത്മനിന്ദ മുതലായവയിലേയ്ക്കും നയിക്കും.

മറ്റുള്ളവരുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോം മദ്യപന്റെ മക്കം ആസക്തിക്കു് കൂടുതൽ അടിമപ്പെടുന്നവരും സാമൂഹ്യദ്രോഹങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരുമാണെന്നു് കാണാം അവർ അനാവശ്യമായ ഉൽക്കണ്ഠയ്ക്കും ഭയത്തിനും മാനസിക സംഘഷ്ങ്ങൾക്കും

അടിമപ്പെടുന്നു. ഒരു നിമിഷം സ്നേഹംകൊണ്ട് വീർപ്പുമുട്ടിക്കുകയും മറുനിമിഷം വളരെ ക്രൂരമായി പെരുമാറുകയും ചെയ്യുമ്പോഴും ജീവിതയാഥാർത്ഥ്യങ്ങളോട് പൊരുത്തപ്പെടാൻ സാധിക്കാതെ സ്വപ്നലോകത്തിലേയ്ക്ക് പിൻവലിയുന്നവരും അധോലോകത്തിന്റെ സ്വാധീനവലയത്തിൽ അമരുന്നവരും ഇവരുടെ ഇടയിൽ ഉണ്ട്. പ്രായപൂർത്തി എത്തുന്നതിനുമുമ്പുതന്നെ കുടുംബഭാരം ചുമലിലേല്ക്കേണ്ടിവരുമ്പോഴും അനുഭവപ്പെടുന്ന നിസ്സഹായതയും വെറുപ്പും പിതാപുത്രബന്ധത്തെ സാരമായി ബാധിക്കുന്നു. അച്ഛന്റെ നിഷേധാത്മകമായ പെരുമാറ്റം, അമിത സ്വാതന്ത്ര്യം, ധാർമ്മികാധഃപതനം, ക്രൂരമായ ശിക്ഷാനടപടികൾ, മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ പൊരുത്തക്കേടുകൾ മുതലായവ വൈകല്യങ്ങളിൽനിന്നും വൈകല്യങ്ങളിലേയ്ക്കും കുട്ടികളെ നയിക്കും. ⊙



# മദ്യാസക്തി

"ഒരു മണിക്കൂർ
സമയത്തേയ്ക്കെങ്കിലും
എന്നെ
ഈ രാജ്യത്തിന്റെ
ഭരണാധികാരിയായി
നിയോഗിച്ചാൽ,
എല്ലാ വിദേശമദ്യഷാപ്പുകളും
ചാരായഷാപ്പുകളും,
കള്ളുഷാപ്പുകളും
നഷ്ടപരിഹാരമൊന്നും
നല്കാതെ
അടച്ചു
പൂട്ടുകയായിരിക്കും
ഏറ്റവും ആദ്യം
ഞാൻ ചെയ്യുന്ന
പ്രവർത്തി."

(ഗാന്ധിജി)

6

# മദ്യാസക്തി

## ആസക്തി എന്നാൽ എന്ത്?

ഏതെങ്കിലും ലഹരിപദാർത്ഥം തനിച്ചോ, കൂട്ടിക്കലർത്തിയോ ഉപയോഗിച്ചതുകൊണ്ട്, വ്യക്തിക്കും സമൂഹത്തിനും ഹാനിവരുത്തുന്നതും, ഇടവിട്ടും എന്നാൽ വിട്ടുമാറാത്തതുമായ മത്തുപിടിച്ച അവസ്ഥയെയാണ് ആസക്തി എന്ന പദംകൊണ്ട് വിവക്ഷിക്കുന്നത്. ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളുടെ ഉപയോഗംമൂലം ശാരീരികവും മാനസികവും വൈകാരികവുമായ വ്യതിയാനങ്ങളും വ്യക്തിയിൽ സംജാതമാവുന്നു. ഇതു മൂലം ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളും വീണ്ടും വീണ്ടും കഴിക്കാനുള്ള ആഗ്രഹം തെറ്റായ ചിലതഴക്കങ്ങളും വ്യക്തിയിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്നു. തഴക്കങ്ങളും ഒരു തരത്തിൽ നിർബ്ബന്ധവും, നിർബന്ധം ഒഴിച്ചുകൂടാൻ പറ്റാത്ത

ആശ്രിതത്വവും സൃഷ്ടിക്കുന്നു. ആദ്യം മാനസിക ആശ്രിതത്വവും പിന്നീട് ശാരീരിക ആശ്രിതത്വവും വ്യക്തികളിൽ ഉണ്ടാകുന്നു. അപ്പോഴും അതിനെ ശാരീരിക-മാനസിക ആശ്രിതത്വം അഥവാ ആസക്തിയെന്നു് വിളിക്കുന്നു. ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾ കുറെ കാലത്തേയ്ക്കു് തുടർച്ചയായോ, ഇടവിട്ടോ, ഉപയോഗിക്കുമ്പോഴും അതു് ശരീരത്തിലും മനസ്സിലും ആപൽക്കരങ്ങളായ ജൈവരാസമാറ്റങ്ങളും രോഗങ്ങളും വരുത്തുന്നു. അങ്ങനെ ആഗ്രഹം, തഴക്കം, ആസക്തി, ആശ്രിതത്വം എന്നിവ വ്യക്തിയിൽ പടിപടിയായി സംഭവിക്കുന്നു.

ജെല്ലിനെക്കു് രണ്ടുതരത്തിലുള്ള ആശ്രിതത്വത്തെക്കുറിച്ചു് പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ടു്. അതിൽ ആദ്യത്തേതാണു് *മാനസിക ആശ്രിതത്വം*. മാനസിക ആശ്രിതത്വം മാത്രമുള്ള ഒരു വ്യക്തിയെ ആസക്തിക്കു് അടിമപ്പെട്ട വ്യക്തി (addict) എന്നു വിളിക്കാനാവില്ല. എന്നാൽ ശാരീരിക ആശ്രിതത്വം ആസക്തിയുടെ പൂർണ്ണലക്ഷണമാണു്.

വിഷാദം, ആകാംക്ഷ, ഉത്കണ്ഠ, ടെൻഷൻ എന്നിവയിൽ നിന്നും മോചനം ലഭിക്കാനും, ധൈര്യം ലഭിക്കാനും, അപകർഷതാബോധത്തേയും ആത്മവിശ്വാസകുറവിനേയും താത്കാലികമായി പരിഹരിക്കാനും അപബോധ-ഉപബോധമനസ്സുകളിലെ സംഘർഷത്തെ അതിജീവിക്കാനും പലരും ലഹരിയിൽ അഭയം തേടാറുണ്ടു്. തുടർച്ചയായ ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം ഇവരെ ഒരു തരം മാനസിക ആശ്രിതത്വത്തിലേയ്ക്കു് നയിക്കും. അതിനെ ആസക്തിയെന്നു് വിളിക്കാനാവില്ല. ഇപ്പോഴും മദ്യപനു് മദ്യത്തിന്റെ മേലുള്ള നിയന്ത്രണം കാര്യമായി നഷ്ടപ്പെട്ടന്നില്ല. മദ്യം കഴിക്കണമോ കഴിക്കാതിരിക്കണമോയെന്നു് തീരുമാനിക്കാൻ ഇപ്പോഴും അവനു് കഴിവുണ്ടു്. പക്ഷേ ഈ തീരുമാനം വളരെശ്രമകരവും വേദനാജനകവുമായിരിക്കാം എന്നുമാത്രം.

മദ്യം ഉപയോഗിക്കുന്ന വ്യക്തികളിൽ ചിലരിൽ ഇത്രയെത്തുമ്പോഴേയ്ക്കും മാനസികആശ്രിതത്വം *ശാരീരിക ആശ്രിതത്വത്തിനു്* വഴിമാറികൊടുക്കുന്നു. ഈ അവസ്ഥയിൽ മനസ്സു് മാത്രമല്ല, ശരീരവും മദ്യത്തിനായി ദാഹിക്കുന്നു. ഈ അവസ്ഥയിൽ വ്യക്തിക്കു് ബോധപൂർവ്വമായ ഒരു തീരുമാനം എടുക്കാ

നോ, മദ്യം കഴിക്കണമോ, കഴിക്കാതിരിക്കണമോയെന്നു് തീരുമാനിക്കാനോ സാദ്ധ്യമല്ല. മനുഷ്യൻ മദ്യത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുപകരം മദ്യം മനുഷ്യനെ നിയന്ത്രിക്കാൻ തുടങ്ങുന്ന ഒരു അവസ്ഥയാണു് ഇതു്. ഈ അവസ്ഥാവിശേഷമാണു് ആസക്തിയെന്നതുകൊണ്ടു് അർത്ഥമാക്കുക.

## മദ്യാസക്തിയുടെ ആറു് പ്രധാന ഘട്ടങ്ങൾ

### 1. മദ്യത്തിനു് പ്രഥമസ്ഥാനം (Psychological Primacy)

ആദ്യകാലങ്ങളിൽ മദ്യം ജോലിയെ ഏതെങ്കിലും വിധത്തിൽ തടസ്സപ്പെടുത്തുമോ, ബാധിക്കുമോയെന്ന ഭയമായിരുന്നു. ക്രമേണ ജോലി മദ്യപാനത്തിനു തടസ്സമാകുമെന്ന ഒരു ചിന്ത ഉടലെടുക്കുന്നു. ഈ മാനസിക അവസ്ഥയിൽ ഒരു പാർട്ടിയിൽ സംബന്ധിക്കാൻ പോകുമ്പോഴുംപോലും മദ്യപൻ മദ്യം രഹസ്യമായി കൊണ്ടുപോകുന്നു. കാരണം, ആതിഥേയൻ ഏതെങ്കിലും കാരണവശാൽ മദ്യം വിളമ്പിയില്ലെങ്കിലോ, അല്ലെങ്കിൽ താൻ സാധാരണ ഉപയോഗിക്കുന്നതരം മദ്യം കിട്ടിയില്ലെങ്കിലോ, അല്ലെങ്കിൽ ആവശ്യത്തിനു് മദ്യം ലഭിച്ചില്ലെങ്കിലോയെന്നു് കരുതി. ഈ അവസ്ഥയിൽ മദ്യപനു്, ജോലിയേക്കാളും, കുടുംബത്തേക്കാളും, ആത്മാഭിമാനത്തേക്കാളും വലുതു് മദ്യമായിത്തീരുന്നു. ഈ മാനസിക അവസ്ഥയിൽ മദ്യപന്റെ ചിന്തയും ആഗ്രഹങ്ങളും പ്രവൃത്തികളും സ്വപ്നങ്ങളും എല്ലാം മദ്യത്തെ ചുറ്റിപറ്റി മാത്രമായിരിക്കും. സ്വന്തം ആരോഗ്യമോ, മാനഹാനിയോ, ശുചിത്വമോ, ജോലി നഷ്ടമോ, കുടുംബപ്രശ്നങ്ങളോ, കുറ്റബോധമോ ഒന്നുംതന്നെ അവനെ സ്വാധീനിക്കുന്നില്ല. ഹൃദയവും മനസ്സും പൂർണ്ണമായും മദ്യത്തിനു് സമർപ്പിച്ചു്, പ്രഥമസ്ഥാനം മദ്യത്തിനായി മാത്രം മാറ്റിവെച്ചു് മദ്യലഹരിയിൽ ജീവിതം തള്ളിനീക്കുന്നു.

### 2. തന്നെ കുറിച്ചുതന്നെ സംശയം (Self doubt)

മദ്യം കൂടാതെ ജീവിക്കുകതന്നെ തന്റെ കഴിവിനു് അതീതമായ ഒരു കാര്യമാണെന്ന ചിന്തയിലേയ്ക്കു് സാവധാനം മദ്യപാനി എത്തിച്ചേരുന്നു. അനുദിനജീവിതത്തിലെ ക്ലേശങ്ങളും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും ജോലിയിൽനിന്നും കുടുംബത്തിൽനിന്നും ഉണ്ടാ

കുന്ന നിരന്തരമായ സമ്മർദ്ദങ്ങളെ അതിജീവിക്കാനും, ധൈര്യവും ആത്മവിശ്വാസവും ലഭിക്കാനും മദ്യം അനിർവാര്യമായി തീരുന്നു. മദ്യത്തെ കുറിച്ചുള്ള ആസ്വാദ്യകരങ്ങളായ ചിന്തകളും അനുഭൂതികളും തന്റെ നിഷേധാത്മകമായ ചിന്താരീതിയെ ഒന്നുകൂടി സ്വാധീനിക്കുന്നു.

### 3. നഷ്ടബോധം (Sense of loss)

ഈ ഘട്ടത്തിൽ മദ്യം കൂടാതെ ജീവിക്കുകയെന്ന ചിന്ത തന്നെ അവനു ഭയാനകമാകുന്നു. മദ്യരഹിതമായ ജീവിതം, അർത്ഥശൂന്യവും ഭോഷത്വവുമായി മദ്യപനു അനുഭവപ്പെടുന്നു. മദ്യവിമുക്തനായാൽ ഉണ്ടാകുന്ന വിരസത, ഏകാന്തത, ശൂന്യത മുതലായവ അവനെ ഭയപ്പെടുത്തുന്നു. ദുഃഖവും നഷ്ടബോധവും അവനെ നിരന്തരം വേട്ടയാടുന്നു.

### 4. മദ്യം ഉപേക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കാതെ വരിക (Inability to stop)

പൂർണ്ണമായും മദ്യം ഉപേക്ഷിക്കാൻ തനിക്കൊരിക്കലും സാദ്ധ്യമല്ല എന്ന ചിന്ത അവനിലുണ്ടാകുന്നു. അതുകൊണ്ട് മദ്യത്തിന്റെ അളവ് കുറച്ചുകുറച്ച് കൊണ്ടുവന്നവർ അതു് കൂട്ടി കൂട്ടി വരികയും മദ്യം നിറുത്തിയവർ വീണ്ടുംവീണ്ടും കുടിക്കാൻ ആരംഭിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മദ്യത്തിന്റെ പ്രശ്നവുമായി ഒരു ഡോക്ടറെ കാണാൻപോലും ഇക്കൂട്ടർ വിസമ്മതിക്കും. കാരണം ഡോക്ടറുടെ ആദ്യ ഉപദേശംതന്നെ 'മദ്യം നിറുത്തുക' എന്നതായിരിക്കും. അതു അവരെ സംബന്ധിച്ച് ഒട്ടും എളുപ്പമുള്ള കാര്യവും അല്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ നുണ പറച്ചിൽ മദ്യപന്റെ ജീവിതത്തിൽ ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ഒരു പതിവായിമാറുന്നു. മാറാനും, മാറാറാനും സാധിക്കുന്ന ഒന്നാണു് മദ്യാസക്തിയെന്നു് ഡോക്ടറും, 'എനിക്കതുസാദ്ധ്യമല്ല താൻ നശിച്ചിരിക്കുന്നുവെന്നു്' മദ്യപനും പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കും. ''ഞാൻ മദ്യപാനാസക്തിക്കു് അടിമപ്പെട്ട ഒരു വ്യക്തിയല്ലല്ലോ, പിന്നെ പൂർണ്ണമായും മദ്യം നിറുത്തേണ്ട ആവശ്യം എനിക്കില്ലല്ലോ'' എന്ന കാപട്യത്തിന്റെ, നുണയുടെ, ശൈലികളും മദ്യപൻ ഉപയോഗിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു.

## 5. മദ്യത്തിനായി അടങ്ങാത്ത ദാഹം, അഭിനിവേശം, ആഗ്രഹം (Craving)

രണ്ട് തരം ആസക്തിയെക്കുറിച്ച് മുൻപ് സൂചിപ്പിച്ചതു പോലെ രണ്ട് തരം അഭിനിവേശവും മദ്യാസക്തിയിൽ ഉണ്ട്. ആൽക്കഹോളിന്റെ അനുഭൂതിദായകവും മാനസികസംഘർഷങ്ങളെ അതിജീവിക്കാനുള്ള കഴിവും തികച്ചും വ്യക്തിപരമാണ്. അതിനെ നിർബ്ബന്ധപൂർണ്ണമായ ആന്തരികപ്രചോദനം എന്നു വിശേഷിപ്പിക്കാനാവില്ല. വളരെയേറെ വർഷത്തെ തുടർച്ചയായ മദ്യത്തിന്റെ ദുരുപയോഗം മൂലമാണ് ശാരീരിക അഭിനിവേശം (Physical Craving) മദ്യത്തോട് ഉണ്ടാവുക. ശരീരത്തിൽ ആൽക്കഹോളിന്റെ അളവ് കുറയുമ്പോഴോ, മദ്യപാനിയെ വിഷാംശദൂരീകരണത്തിനു വിധേയനാക്കുമ്പോഴോ ആണ് ശാരീരിക അഭിനിവേശം (Physical Craving) പ്രത്യക്ഷപ്പെടുക. അനിതരസാധാരണമായ ചിന്ത, ഉറക്കക്കുറവ്, ദാഹം, വിശപ്പ്, ചർദ്ദി, വിറയൽ, വിയർപ്പ്, ഭയം മുതലായ ലക്ഷണങ്ങളും ഇക്കൂട്ടരിൽ സാധാരണയായി കണ്ടുവരുന്നു. മാനസിക അഭിനിവേശം (Psychological Craving) ആസക്തിയുടെ ആരംഭദിശയിലും മദ്യവിമുക്തിനേടിയ വ്യക്തി വീണ്ടും മദ്യം കഴിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നതിനു തൊട്ട് മുൻപുമാണ് ഉണ്ടാവുക. അസാധാരണമായ മാനസികപിരിമുറുക്കങ്ങളും, ഉത്കണ്ഠയും, ആധിയും, മാനസികസമ്മർദ്ദങ്ങളും വ്യക്തിക്ക് അനുഭവപ്പെടുകയും അതിൽ നിന്നും മോചനം ലഭിക്കാൻ മദ്യം കഴിക്കാൻ സ്വയം പ്രേരിപ്പിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു അവസ്ഥ.

## 6. നിയന്ത്രണാതീതം (Loss of Control)

മദ്യം ഉപയോഗിക്കുന്ന എല്ലാവരും നിയന്ത്രണാതീതരായിതീരുന്നില്ല. രണ്ട തരത്തിൽ നിയന്ത്രണം നഷ്ടപ്പെടുന്നവരുണ്ട്. മദ്യപനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം കുടിക്കണമോ, കുടിക്കാതിരിക്കണമോയെന്ന് തീരുമാനം എടുക്കാൻ പറ്റാത്ത ഒരു അവസ്ഥയാണിത്.

(a) മദ്യം കഴിക്കാൻ ആരംഭിച്ചാൽ പിന്നീട് നിറുത്താൻ സാധിക്കാതെ തുടർച്ചയായി കഴിക്കുകയും അബോധാവസ്ഥയിൽ എത്തുന്നതുവരെ മദ്യം കഴിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവർ.

(b) മദ്യം ഉപയോഗിക്കുന്ന എല്ലാവരും നിയന്ത്രണാതീതരായിത്തീരുന്നില്ല. ഓരോ പ്രാവശ്യം മദ്യം ഉപയോഗിക്കുമ്പോഴും ഈ അവസ്ഥ ഉണ്ടാകണമെന്നില്ല. അതുകൊണ്ട് മദ്യമാണോ, അതോ അജ്ഞാതമായ ചില കാരണങ്ങളും വ്യക്തിയിൽനിന്നും സംജാതമാകുന്നതാണോ ഈ പ്രതിഭാസത്തിനു് കാരണമാകുന്നതെന്നും പറയാനാവില്ല. ഏതായാലും അതു് നിയന്ത്രണവിധേയമായ ലഹരിയുടെ ഉപയോഗത്തെ ന്യായീകരിക്കുന്നില്ല. മറിച്ചു് പൂർണ്ണമായ ആത്മസംയമനത്തിലൂടെ മാത്രമേ ആസക്തി ചികിത്സ ഫലദായകമാകൂ.

യുവജനങ്ങളുടെ മദ്യാസക്തിയെക്കുറിച്ചു് കഴിഞ്ഞ 20 വർഷത്തിനുള്ളിൽ നടത്തിയ ചില ഗവേഷണനിഗമനങ്ങളും താഴെ കുറിക്കട്ടെ.

1. പതിമൂന്നിനും പതിനാലിനും ഇടക്കാണു് യുവജനങ്ങളും ഭ്രമിഭോഗവും ആദ്യമായി ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളും ഉപയോഗിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നതു്.
2. എസ്. എസ്. എൽ. സി. പാസ്സാകുന്നതിനു് മുൻപുതന്നെ കൗമാരപ്രായക്കാരിൽ നല്ലൊരു ശതമാനവും ഒരു പ്രാവശ്യമെങ്കിലും ലഹരി ഉപയോഗിച്ചിട്ടുള്ളവരാണു്.
3. കുടുംബത്തിന്റെയും, സാഹചര്യങ്ങളുടെയും, സംസ്കാരത്തിന്റെയും മതത്തിന്റെയും പശ്ചാതലത്തിൽ കൗമാരപ്രായക്കാരുടെയും യുവജനങ്ങളുടെയും ലഹരി ഉപയോഗത്തിൽ ഗണ്യമായ വിത്യാസങ്ങളും ഉണ്ടു്.
4. കൗമാരപ്രായക്കാരിൽ മിക്കവാറും എല്ലാവരുംതന്നെ ലഹരി ആദ്യം ഉപയോഗിച്ചിട്ടുള്ളതു് വീട്ടിൽവെച്ചും അതും മാതാപിതാക്കളുടെ സാന്നിധ്യത്തിലും അറിവോടും സമ്മതത്തോടും കൂടിയാണു്.
5. ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കളുടേയും ഉപയോഗിക്കാത്ത മാതാപിതാക്കളുടേയും സ്വാധീനം കൗമാരപ്രായക്കാരിലും യുവജനങ്ങളിലും വളരെ പ്രകടമായി കാണുന്നുണ്ടു്.
6. വീട്ടിൽവെച്ചു് ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽ കൗമാരപ്രായകാർക്കു് മാതാപിതാക്കളുടെ അനുവാദവും മാതൃകയും പ്രോത്സാഹനവും സ്വാധീനവും പ്രേരകഘടകമായിത്തീരുന്നു.

7. ഒരു വ്യക്തി ഭാവിയിൽ ആസക്തിയിലേയ്ക്ക് തിരിയുമോ ഇല്ലയോ എന്നത്, ആ വ്യക്തിയുടെ പ്രായത്തേയും ലൈഗീകതയേയും മതത്തേയും സാമൂഹ്യസാംസ്കാരികസാമ്പത്തികപശ്ചാത്തലങ്ങളേയും ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു.

8. യുവജനങ്ങളുടെ കാഴ്ചപ്പാടിൽ ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം പ്രായപൂർത്തിയായ വ്യക്തികളുടെ നിയമാനുസൃതവും സാമൂഹ്യമാന്യതയുടേയും ലക്ഷണമാണ്.

9. ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്ന പ്രായപൂർത്തിയെത്തിയവരുടെ, നിരന്തരമായ കൂട്ടുകെട്ടും സഹവാസവും ചെറുപ്പക്കാരെ കൂടുതൽ സ്വാധീനിക്കുന്നു.

10. യുവജനങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ആൽക്കഹോളും ആദ്യം ഒരു ലഹരിപദാർത്ഥം എന്നതിനേക്കാളും സാമൂഹ്യസൗഹൃദത്തിന്റെ പ്രതീകമാണ്.

11. യുവജനങ്ങളുടെ ലഹരിഉപയോഗനിയന്ത്രണത്തിൽ നിയമപരമായ നിയന്ത്രണത്തിനു കാര്യമായ പ്രസക്തിയില്ല.

12. വളരെ ചെറിയ ഒരു ശതമാനം യുവജനങ്ങൾമാത്രം ലഹരി ഉപയോഗം ധാർമ്മികതകൊണ്ടും മാനവികതയ്ക്കും നിരക്കാത്ത പ്രവർത്തിയായി കാണുന്നു.

13. യുവജനങ്ങളുടെ ഇടയിൽ സങ്കീർണ്ണമായ ആസക്തികപ്രശ്നങ്ങളും ആൽക്കഹോളിന്റെ അംശം കൂടുതലുള്ള മദ്യത്തിന്റെ ഉപയോഗവും താരതമ്യേന വളരെ കുറവാണ്.

14. ബീറി (Beer) നോടാണ് യുവജനങ്ങൾക്കിടയിൽ വളരെയേറെ പ്രതിപത്തി.

15. സ്ത്രീകളേക്കാൾ മൂന്ന് ഇരട്ടി പുരുഷന്മാർ ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

16. യുവജനങ്ങളുടെ വീക്ഷണത്തിൽ നിയന്ത്രണവിധേയമായ ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം തികച്ചും അനുവദനീയവും സാമൂഹ്യസാംസ്കാരികസന്ദർഭങ്ങളിൽ ഒഴിച്ചുകൂടാൻ പാടില്ലാത്തതുമാണ്.

17. ഏകദേശം അറുപതു, എഴുപത് ശതമാനം യുവജനങ്ങൾ ഏതെങ്കിലും വിധത്തിലുള്ള ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നവരാണ്.

18. വിദ്യാഭ്യാസയോഗ്യതയും സാമ്പത്തികഭദ്രതയും കൂടുതലുള്ള യുവജനങ്ങളിൽ താരതമ്യേന ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളുടെ ഉപയോഗം കൂടുതലായി കണ്ടുവരുന്നു.

19. ഗ്രാമീണ അന്തരീക്ഷത്തിൽ വളരുന്ന യുവജനങ്ങളേക്കാൾ കൂടുതൽ ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളുടെ ഉപയോഗം നഗരങ്ങളിൽ താമസിക്കുന്ന യുവജനങ്ങളിൽ കണ്ടുവരുന്നു.

20, 90 കോടി ജനങ്ങളിൽ ഏകദേശം 5½ കോടി യുവജനങ്ങൾ ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുകയോ ദുരുപയോഗിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നവരാണ്.

21. കേരളത്തിലെ കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ 67–79 ശതമാനംവരെ മദ്യാസക്തി മൂലം ഉണ്ടാക്കുന്നതാണ്. 60 ശതമാനം ബലാൽസംഗം, 50 ശതമാനം വാഹന അപകടങ്ങൾ, 65 ശതമാനം മോഷണം, 70 ശതമാനം ഭവനഭേദനം, 78 ശതമാനം ആത്മഹത്യ, ലഹരി ദുരുപയോഗിക്കുന്നതു മൂലം ഉണ്ടാകുന്നതായി ഗവേഷണപഠനങ്ങൾ വെളിപ്പെടുത്തുന്നതു്.

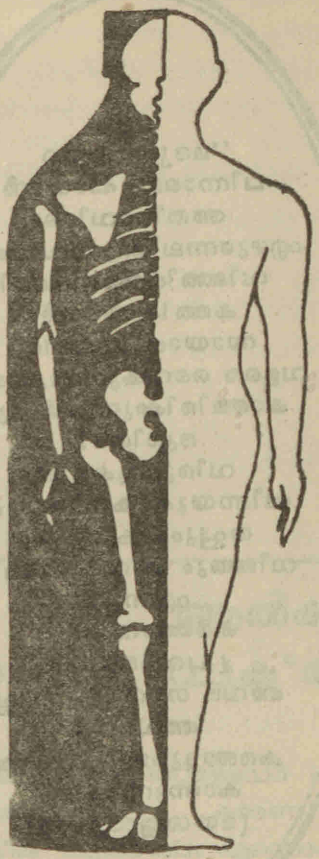
യുവതലമുറ ഇന്നു് നേരിടുന്ന ആഗോളവ്യാപകമായ ഈ പ്രശ്നം തികഞ്ഞ ഗൗരവത്തോടും അതിലേറെ പ്രതിബദ്ധതയോടും കൂടി സർക്കാരോ, സഭയോ, വിദ്യാഭ്യാസസ്ഥാപനങ്ങളോ എടുത്തിട്ടില്ലെന്നുള്ളതു് ദുഃഖകരമായ ഒരു സത്യമാണ്. സുഖത്തിനും സന്തോഷത്തിനുംവേണ്ടി പരക്കം പായുന്ന യുവതലമുറയ്ക്കു ശരിയായ മാർഗനിർദ്ദേശം നല്കാൻ സമൂഹത്തിനു ഗൗരവമായ കടമയും ഉത്തരവാദിത്വവും ഉണ്ട്. അതുകൊണ്ടു് മദ്യവും, മയക്കുമരുന്നും, മാധ്യമങ്ങളിലൂടെ യുവമനസ്സുകളെ സ്വാധീനിക്കുന്നതിനുമുമ്പു് മദ്യത്തെക്കുറിച്ചും മയക്കുമരുന്നുകളേക്കുറിച്ചും വസ്തുനിഷ്ഠമായ കാര്യങ്ങളും ഹൈസ്കൂൾ മുതൽ മെഡിക്കൽ വിദ്യാഭ്യാസംവരെയുള്ള പാഠ്യപദ്ധതികളിൽ നിർബന്ധമായും ഒരു പഠനവിഷയമാക്കിയെങ്കിൽ മാത്രമേ ഈ മഹാവിപത്തിൽനിന്നു യുവതലമുറയെ മോചിപ്പിക്കാൻ നമുക്കു കഴിയൂ.

സ്വന്തം മക്കളുടെ വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ ധന്യത മനസ്സിലാക്കി, പോരായ്മകളും പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കാനും,

തനിക്കും കുടുംബത്തിനും സമൂഹത്തിനും മാനവരാശിക്കു തന്നേയും ഒരു മുതൽക്കൂട്ടായി മാറാനും കുട്ടികളെ ഒരുക്കുന്നതിൽ കുടുംബത്തിൽ മാതാപിതാക്കൾക്കുള്ള പങ്കു് വളരെ ഗൗരവമേറിയതാണു്. യുവാക്കളുടെ മൂല്യസംഹിതകളും ആദർശങ്ങളും ജീവിതതത്ത്വശാസ്ത്രങ്ങളും മനോഭാവങ്ങളുമെല്ലാം രൂപംകൊള്ളുന്നതും രൂപം കൊടുക്കുന്നതും മാതാപിതാക്കളുമാണു്. അതുകൊണ്ടു് യുവജനങ്ങളേ, ലഹരിയിലേയ്ക്കു് ആകർഷിക്കുന്നതിൽ കുടുംബത്തിന്റെ സ്വാധീനം അതിവ ശ്രദ്ധയാകഷ്ിക്കുന്നു.

ഒരു അമേരിക്കൻസാമൂഹ്യശാസ്ത്രജ്ഞനായ റോൺ റോയ് സൺ ആസക്തികളെ നൽകുന്ന നിർവചനം വളരെ ശ്രദ്ധേയമാണു്. ആസക്തീകപ്രശ്നങ്ങളും മുഴുവൻ അദ്ദേഹം 4 വാക്കുകളിൽ ഒതുക്കുകയാണു്. ഇംഗ്ലീഷ് ഭാഷയിലെ നാല് എൽ (L) എന്ന വാക്കുകളും കൂട്ടിചേർത്തു ഫോർ എൽസ് (4Ls) എന്നാണു് അദ്ദേഹം പറയുന്നതു്. ആദ്യത്തേ എൽ (L) പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നതു് ''ലിവർ'' (Liver) നെ യാണു്. എല്ലാവിധ ശാരീരികപ്രശ്നങ്ങളും, വിഷാദം, ഉത്കണ്ഠ ഉൾപ്പെടെയുള്ള എല്ലാ മാരകരോഗങ്ങളും ഈ വാക്ക്കൊണ്ടു് അദ്ദേഹം അർത്ഥമാക്കുന്നു. വ്യക്തിബന്ധങ്ങളിലുള്ള തകർച്ച, പ്രത്യേകിച്ചും ഭാര്യയും, മക്കളുമായും, കുടുംബാംഗങ്ങളുമായും വരുത്തുന്ന അപമാനം, മാനഹാനി, ഉറ്റമിത്രങ്ങളും സ്നേഹിതരും തമ്മിലുള്ള അകൽച്ച, വൈരാഗ്യം, അയൽപക്കക്കാരുമായുള്ള നിരന്തരമായ തർക്കം മുതലായവയാണു്. രണ്ടാമത്തെ എൽ (L) അഥവാ അതു പ്രതിനിധാനംചെയ്യുന്ന ''ലവർ'' (Lover) എന്ന പദംകൊണ്ടു് അർത്ഥമാക്കുന്നതു്. സാമ്പത്തികപ്രശ്നങ്ങളും, പ്രത്യേകിച്ചും ജോലിസംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങളും, ജോലിനഷ്ടം, വിദ്യാഭ്യാസരംഗങ്ങളിൽ വരുന്ന പരാജയം, അതിനെത്തുടർന്നുണ്ടാകുന്ന മറ്റനവധി പ്രശ്നങ്ങളും ഉൾക്കൊള്ളുന്നതാണു് മൂന്നാമത്തെ എൽ (L) അഥവാ അതു പ്രതിനിധാനംചെയ്യുന്ന ''ലൈവ്ലിഹുഡ്'' (Livelihood) എന്ന പദംകൊണ്ടു് അർത്ഥമാക്കുക. മദ്യാസക്തിമൂലം ഉണ്ടാകുന്ന നിയമപരമായ പ്രശ്നങ്ങളും എല്ലാം ഉൾക്കൊള്ളുന്ന പദമാണു് നാലാമത്തെ എൽ (L) അഥവാ ''നിയമം'' (Law) എന്ന പദംകൊണ്ടു് അദ്ദേഹം ഉദ്ദേശിക്കുന്നതു്. ഈ നാലു പ്രധാന പ്രശ്നങ്ങളും, അതിന്റെ അനുബന്ധമായ മറ്റു് അനവധി പ്രശ്ന

ങ്ങളും നിറഞ്ഞ ഒരു കുടുംബാന്തരീക്ഷത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു കുട്ടിക്കു പഠിക്കാൻ സാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ, ജീവിക്കണമെന്നാഗ്രഹമില്ലെങ്കിൽ ചീത്ത കൂട്ടുകെട്ടിൽപ്പെട്ട് ഒരു തികഞ്ഞ കുറ്റവാളിയോ, സാമൂഹ്യദ്രോഹിയോ ആയിത്തീർന്നാൽ അതിനുള്ള പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദിത്വം മാതാപിതാക്കൾക്കും കുടുംബത്തിനുമാണു്.



# ആൽക്കഹോളും ആൽക്കഹോളിക് വ്യക്തിത്വവും

''മദ്യത്തിന്റെ
പിന്നാലെ പായാൻ
അതിരാവിലെ
എഴുന്നേല്ക്കുന്നവർക്കും
വീഞ്ഞിന്റെ ലഹരി
കത്തിക്കയറാൻ
സായാഹ്നത്തിൽ
വളരെ വൈകുന്നതുവരെ
കാത്തിരിക്കുന്നവർക്കും
ദുരിതം!
വിരുന്നുകളിൽ
വീണയും, കിന്നരവും,
തപ്പും, കുഴലും,
വീഞ്ഞും അവർക്കുണ്ട്.
എന്നാൽ
കർത്താവിന്റെ
പ്രവർത്തികൾ
അവർ ഗൗനിക്കുന്നില്ല.
അവന്റെ
കരങ്ങളുടെ പ്രവൃത്തി
കാണുന്നുമില്ല.''
(യേശയ്യ 5/11-12)

7

# ആൽക്കഹോളും ആൽക്കഹോളിക് വ്യക്തിത്വവും

ആൽക്കഹോളിക് വ്യക്തിത്വമുള്ളവർ എന്നു മദ്യപാനികളെ വിശേഷിപ്പിക്കാനാവില്ല. കാരണം, മനശ്ശാസ്ത്രപരമായി ആൽക്കഹോളിക് വ്യക്തിത്വം എന്നൊന്നില്ല. എങ്കിലും മദ്യം കഴിക്കുന്നവരിൽ ബഹുഭൂരിപക്ഷവും കാണിക്കുന്ന വ്യക്തിത്വസവിശേഷതകളും ഉണ്ട്. അവർ അപകടമതികളും പ്രതീക്ഷിക്കാനൊന്നും ഇല്ലെങ്കിലും ഒരുപാട് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നവരും, സ്തുതിയിലും, അഭിനന്ദനങ്ങളിലും എല്ലാം മറന്നു സന്തോഷിക്കുന്നവരും, നിസ്സാരമായ കാര്യങ്ങളോട് അതീവ പ്രതികരണമുള്ളവരും, നിസ്സാരമായ പരാജയങ്ങളിൽ ഹൃദയംപൊട്ടി വേദനിക്കുന്നവരും, അപകർഷതാബോധമുള്ളവരും, മോഹഭംഗങ്ങളിൽ പെട്ടെന്നു മനസ്സിടിയുന്നവരും സ്വന്തം കഴിവുകളിൽ ആത്മ

വിശ്വാസമില്ലാത്തവരും പലപ്പോഴും സ്വന്തം പുരുഷത്വത്തിൽ അഭിമാനിക്കാൻ സാധിക്കാത്തവരുമാണ്. കൂടാതെ കുറ ബോധം, അന്യതാബോധം, ആത്മനിന്ദ, മാനസിക പീഡ നങ്ങൾ, ആത്മസംഘർഷങ്ങൾ, ആത്മവിഭ്രാന്തികൾ, ലക്ഷ്യ രാഹിത്യം, അർത്ഥശൂന്യത, അക്രമവാസനകൾ, ശിഥിലബ ന്ധങ്ങൾ, ഭഗ്നമോഹങ്ങൾ, വിരുദ്ധപ്രതിരുദ്ധ പ്രതിസന്ധി കൾ എന്നിവയും മദ്യപന്റെ മുഖമുദ്രകളായി മാറുന്നു.

### മനുഷ്യരക്തത്തിലെ ആൽക്കഹോൾ സാന്ദ്രത

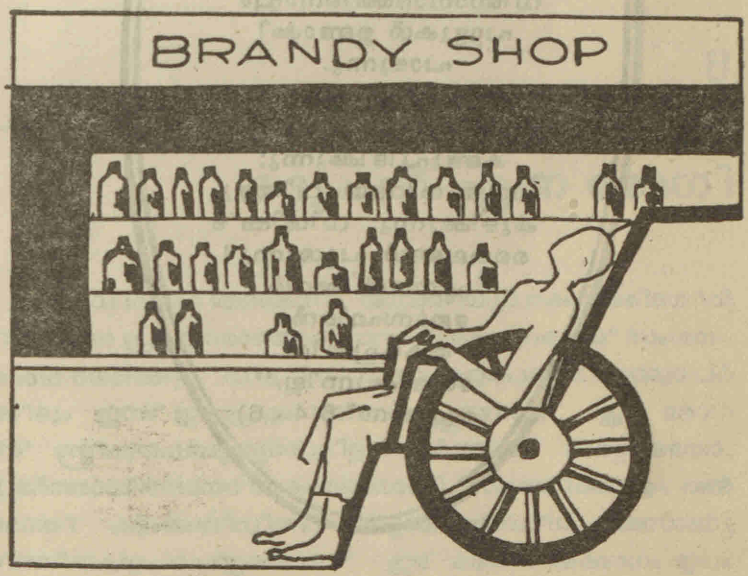
## (B. A. C.) Blood Alcohol Concentration

ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു വ്യക്തിയുടെ രക്തത്തിൽ, ആൽക്ക ഹോളിന്റെ നിലവാരം 0.03 ശതമാനമാകുമ്പോൾ, മാനസിക മായോ, വൈകാരികമായോ, വ്യക്തിയിൽ കാര്യമായ മാറ്റം ഒന്നും സംഭവിക്കുന്നില്ല. 0.05 ശതമാനമാകുമ്പോൾ ശരീരത്തി ലും, മനസ്സിലും ഒരു പ്രത്യേക സുഖാനുഭൂതിയും ഉന്മേഷവും ലഭിക്കും. ആൽക്കഹോളിന്റെ ഉപയോഗം 0.05 ശതമാനം വരെ നിരുപദ്രവകരം, ആനന്ദദായകം എന്നു വേണമെങ്കിൽ വിളിക്കാം. ആൽക്കഹോളിന്റെ സാന്ദ്രത 0.09 ആകുമ്പോ ഴേയ്ക്കും വൈകാരിക തീവ്രത, അധികസംസാരം, കോപം, വൈരാഗ്യം, വെറുപ്പ്, പ്രത്യക്ഷമായോ പരോക്ഷമായോ ഉള്ള പ്രതിരോധമുറകൾമുതലായവ കാണപ്പെടുന്നു. ആൽക്കഹോ ളിന്റെ സാന്ദ്രത 0.10 ശതമാനമാകുമ്പോൾ ലഹരിപിടിച്ചുള്ള ഉന്മത്തത, സംസാരഭാഷയ്ക്കു സംഭവിക്കുന്ന അവ്യക്തത, കാഴ്ച കുറവ്, നാഡീവ്യൂഹങ്ങളുടെ മാന്ദ്യം, ഓർമ്മക്കുറവ്, പേശീ വ്യൂഹങ്ങളുടെ ബലകുറവ്, ചിന്താശക്തിയിൽ വരുന്ന ക്ഷയം എന്നിവയാണ്. നിയമത്തിന്റെ മുന്നിൽ ഒരാൾ മദ്യപാനാ സക്തിക്കു് അടിമപ്പെട്ടവൻ എന്നു് അറിയപ്പെടുന്നതു് ഈ അവ സരത്തിൽതന്നെയാണു്. രക്തത്തിൽ ആൽക്കഹോളിന്റെ ശതമാനം 0.20 ആകുമ്പോഴേയ്ക്കും ശരിക്കും നില്ക്കുന്നതിനും നടക്കു ന്നതിനുമുള്ള കഴിവു നഷ്ടപ്പെടുന്നു. 0.30 ശതമാനമാകുമ്പോൾ അത്യന്തം പ്രകടമായ മദ്യലഹരിയും ഉന്മത്തതയും പ്രകടിപ്പി ക്കുന്നു. 0.40 ശതമാനമാകുമ്പോൾ നാഡീവ്യൂഹങ്ങളുടെ സമ നില തെറ്റുകയും മന്ദത അനുഭവപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. ആൽക്ക ഹോളിന്റെ ശതമാനം 0.50 ആകുമ്പോഴേയ്ക്കും മദ്യപൻ പൂർണ്ണ

മായും അബോധാവസ്ഥയിൽ എത്തുന്നു. 0.60 ആകുമ്പോഴേ ക്കും തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ പൂർണ്ണമായി നശിപ്പിക്കു കയും അതുവഴി ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രവർത്തനം തടസ്സപ്പെടുകയും ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നിലക്കുകയും, മരണംതന്നെ സംഭവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എത്ര കുടിച്ചെന്നുള്ളതല്ല, രക്തത്തിൽ എത്ര ശത മാനം ആൽക്കഹോൾ ഉണ്ടെന്നുള്ളതാണ് പ്രധാനം. പലതര ത്തിലുള്ള മദ്യം മാറിമാറി ഉപയോഗിക്കുന്നതോ കലർത്തി ഉപ യോഗിക്കുന്നതോ അല്ല ഒരുവനെ മദ്യാസക്തിക്കു് അടിമയാ ക്കുന്നതു്. ഒരാളുടെ രക്തത്തിൽ എത്രമാത്രം ആൽക്കഹോൾ ഉൾകൊള്ളാൻ സാധിക്കും എന്നതിനെ ആശ്രയിച്ചായിരിക്കും ആസക്തി ഉടലെടുക്കുന്നതു്.

മദ്യാസക്തരിൽ ഏറിയ പങ്കും അവർക്കു് ഒരു പ്രശ്നം ഉണ്ടെന്നു് അംഗീകരിക്കുകയോ, ഇതിൽനിന്നു മോചനം നേടാൻ സഹായം ആവശ്യപ്പെടുകയോ ചെയ്യുകയില്ല. കാരണം അവർ രോഗി കളും ബുദ്ധിപരമായി ചിന്തിച്ചു് തീരുമാനം എടുക്കാൻ സാധി ക്കാത്തവരും മദ്യാസക്തി സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിവില്ലാത്ത വരുമാണു്. മദ്യവിമുക്തി നേടിയപലരും തുടർന്നു് ചികിത്സ എടുക്കാൻ വിസമ്മതിക്കുന്നവരാണു്. അതുകൊണ്ടു് സ്നേഹപൂർ വ്വമായ നിർബന്ധത്തിൽ മാത്രമേ ചികിത്സ തുടർന്നു നടത്തുവാൻ ഇക്കൂട്ടർ അനുവദിക്കുകയുള്ളൂ. മദ്യം നിറുത്തുവാനുള്ള ചികിത്സ ആരംഭിക്കുന്നതിനു മുമ്പു് സാധാരണയായി ഇവർക്കു് ചികിത്സ യോടു് താത്പര്യം ഉണ്ടാവുകയില്ല. എന്നാൽ ചികിത്സയ്ക്കു് ഇടയിൽ നല്ലൊരു ശതമാനത്തിനും മനഃപരിവർത്തനം വരികയും സ്വയപ്രേരിതമായി തന്നെ മറ്റുള്ളവരുടെ സഹായം അഭ്യർത്ഥി ക്കുകയും ചെയ്യും.

സങ്കീർണ്ണമായൊരു കുടുംബപ്രശ്നമാണു് മദ്യാസക്തിയെന്നു് വ്യക്തം. സ്നേഹവും വിശ്വാസവും പരസ്പരധാരണയും പരസ്പരം അംഗീകരിച്ചുള്ള സംസാരവും മദ്യപന്റെ കുടുംബങ്ങളിൽ കാണാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മദ്യപന്റെ ഭാര്യയും മക്കളും മറ്റു കുടുംബാംഗങ്ങളും സാഹചര്യങ്ങളോടു് ഒരു വിധത്തിലും പൊരുത്തപ്പെടാൻ സാധിക്കാതെ വളരെ വികല മായി പ്രതികരിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു് ആസക്തിക ചികത്സ ഫലദായകമാകണമെങ്കിൽ കുടുംബാംഗങ്ങളേ മുഴുവൻ ഉൾപ്പെട ത്തിക്കൊണ്ടുള്ളതാകണം. ○




# മദ്യപൻ എന്ന രോഗി

''ആനക്കൊമ്പു
പതിച്ച തൽപങ്ങളിൽ
ചാരിക്കിടന്ന്
ആട്ടിൻപറ്റത്തിലെ
കുഞ്ഞാടുകളെയും
തൊഴുത്തിലെ കൊഴുത്ത
പശുക്കുട്ടികളെയും തിന്നു
മഞ്ചത്തിൽ പുളയ്ക്കുന്ന
വർക്കു ദുരിതം.
അവർ
വീണാനാദത്തിനൊപ്പം
പാട്ടുകൾ ഉണ്ടാക്കി
പാടുന്നു.
ദാവീദിനെപ്പോലെ
വാദ്യോപകരണങ്ങൾ
കണ്ടുപിടിക്കുന്നു;
പാത്രംനിറയെ വീഞ്ഞു
കുടിക്കുന്നു; വിശിഷ്ട
തൈലങ്ങൾ പൂശുന്നു!
എന്നാൽ അവർ
ജോസഫിന്റെ
തകർച്ചയിൽ
ഖേദിക്കുന്നില്ല.''
(ആമോസ് 6/4 - 6)

# 8

## മദ്യപൻ എന്ന രോഗി

ഇന്നു വിവാഹിതരാകുന്ന യുവതീയുവാക്കൾക്കിടയിൽ കാണപ്പെടുന്ന പ്രധാനമായൊരു മാനസികരോഗമാണ് സംശയം (Paranoid disorder). വിവാഹിതരായ നൂറുപേരിൽ അഞ്ചുപേർക്കെങ്കിലും ഇന്ന് ഈ പ്രശ്നം അനുഭവപ്പെടുന്നുണ്ട്. ഈ രോഗത്തിനു സ്ത്രീപുരുഷവ്യത്യാസമില്ല. ഭർത്താവു് ഭാര്യയേയോ, ഭാര്യ ഭർത്താവിനേയോ അകാരണമായി സംശയിക്കുകയും തൽഫലമായി കുടുംബജീവിതം, ഭാര്യാഭർത്തൃബന്ധം അസാദ്ധ്യമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുകയാണ് ഈ മാനസികരോഗം മൂലം സംഭവിക്കുക.

വിവാഹത്തിനു മുൻപ് മാനസികപ്രശ്നങ്ങളൊന്നും ഇല്ലാതിരിക്കുകയും വിവാഹശേഷം ഇങ്ങനെ ഒരു സംശയരോഗം

ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യാൽ സാധാരണയായി താൻ ഒരു രോഗിയാണെന്നു് അംഗീകരിക്കാൻ അസുഖമുള്ള വ്യക്തിക്കും, തന്റെ മകനും അല്ലെങ്കിൽ മകൻ ഒരു മാനസികരോഗിയാണെന്നു് അംഗീകരിക്കാൻ മാതാപിതാക്കൾക്കും സാധിക്കാതെവരുന്നു. അതു കൊണ്ടുതന്നെ പ്രശ്നം വളരെയേറെ സങ്കീർണ്ണമാകുംവരെ ഒളിച്ചുവെയ്ക്കാൻ കുടുംബാംഗങ്ങളും പ്രേരിതരാകുന്നു. സംശയം ശാരീരിക മർദ്ദനങ്ങളിലേയ്ക്കും, ഗൗരവമായ കുടുംബകലഹങ്ങളിലേയ്ക്കും, വിവാഹമോചനശ്രമങ്ങളിലേയ്ക്കും കടന്നശേഷമേ പലപ്പോഴും ഇതു് ഒരു രോഗമാണെന്നു് മനസ്സിലാക്കാൻ പലർക്കും സാധിക്കുകയുള്ളൂ. ചില ഉദാഹരണങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക.

75 വയസ്സു്പ്രായമുള്ള ഒരു അപ്പാപ്പനും 71 വയസ്സു് പ്രായമുള്ള ഒരു അമ്മാമയും കൂടി മനഃശാസ്ത്രജ്ഞനെ കാണാൻ വരുന്നു, കൗൺസിലിങ്ങിനായി. 'അപ്പാപ്പാ, എന്താ വിശേഷം' മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്റെ ചോദ്യം. അപ്പാപ്പനൊന്നു് തലചൊറിഞ്ഞു് മുഖം ഏറെറിപ്പിടിച്ചിരിക്കുന്ന അമ്മാമയെ നോക്കിയിട്ടു് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനോടു് പറഞ്ഞു. അവർക്കു് ഒരു സംശയം ഇന്നും ഇന്നലെയും ഒന്നും തുടങ്ങിയതല്ല. വിവാഹംകഴിച്ച അന്നുമുതൽ ഉള്ളതാ. ഞങ്ങൾ രണ്ടുപേരും സ്കൂൾ ടീച്ചേഴ്സ് ആയിരുന്നു. ഇപ്പോൾ റിട്ടയർ ചെയ്തിട്ടു് 20 വർഷം കഴിഞ്ഞു. അന്നു മുതൽ ഇന്നുവരെ മരുന്നു കഴിക്കുന്നുണ്ടു്. എങ്കിലും ഈയിടെയായി അവർക്കു് സംശയം കൂടുതലാ.' 75 വയസ്സുള്ള അപ്പാപ്പനെ 71 വയസ്സുള്ള അമ്മാമ സംശയിക്കുന്നു എന്നു കേട്ടാൽ നാമൊക്കെ അമ്പരക്കും. പക്ഷേ ഇതൊരു മാനസികരോഗമാണു്. പ്രായം ഇതിനു ബാധകമാവുന്നില്ല. 43 വർഷത്തെ വിവാഹജീവിതത്തിന്റെ വേദനയും നിരാശയും ആ മുഖത്തു് സ്പഷ്ടം.

മറെറാരു ഉദാഹരണം കൂടി ശ്രദ്ധിക്കുക. എന്നും ജോലി കഴിഞ്ഞുവരുമ്പോൾ രണ്ടു പെഗ് മദ്യം അകത്താക്കിവരുന്ന ഭർത്താവു്. അതിൽതന്നെ ഇതു മദ്യാസക്തി എന്നു വിളിക്കുവാൻ ഭാര്യക്കുപോലും സാധിക്കുകയില്ല. ഒരു ദിവസം ഭർത്താവു് പതിവിൽ കൂടുതൽ മദ്യപിച്ചു് വീട്ടിലെത്തുന്നു. വന്നപാടെ ഭാര്യയെ വിളിച്ചു്, ബെഡ്റൂമിന്റെ അടുത്തുനിറുത്തി, കട്ടിലിൽ കിടക്കുന്ന മോസ്ക്കിറേറാ നെറ്റ് ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചിട്ടു് ഇതിൽ ചാരായത്തിന്റെ മണമുണ്ടല്ലോ? ആരാ ഇവിടെ കിടന്നു് എഴ

ന്നേറുപോയതു്? ഭാര്യയ്ക്കൊന്നും പറയാനില്ല. കാരണം അതു് പാരനോയിയ (Paranoia) എന്ന രോഗത്തിന്റെ തുടക്കമാണെന്നു് ഭാര്യ മനസ്സിലാക്കിയില്ല. തുടർന്നുള്ള ദിവസങ്ങളിലും ഭർത്താവിനു് സംശയം വർദ്ധിച്ചുവന്നു. വാടകവീട്ടിൽ താമസിക്കുന്ന 16 മാസംമാത്രം പ്രായംവരുന്ന കൊച്ചുകുട്ടിയും ഭർത്താവും ഭാര്യയും അടങ്ങുന്നതാണു് ഈ കുടുംബം. ഭർത്താവിന്റെ ഭാഷയിൽ 11 മണിമുതൽ 2മണിവരെ അദ്ദേഹം ഗാഢനിദ്രയിലാണു്. ഈ സമയത്തു് സമീപത്തു് കിടക്കുന്ന ഭാര്യ എഴുന്നേറ്റു് കതകു തുറന്നു് പുറത്തുകടന്നു വേറൊരു പുരുഷനുമായി ബന്ധപ്പെടുന്നു എന്നാണു് സംശയം. സംശയം മൂത്തു് എന്നും കുടുംബത്തിൽ കലഹം, അടിപിടി. ഒരു ദിവസം സംശയം തീർക്കാൻ ഭർത്താവു് വാതിൽസാക്ഷയിൽ സ്റ്റിക്കർ ഒട്ടിക്കുന്നു. രാത്രിയിൽ വാതിൽ തുറന്നാൽ അതു് അറിയാൻവേണ്ടി. രണ്ടുപേരും സാധാരണ കിടക്കാറുള്ളതുപോലെ ഒന്നിച്ചു കിടന്നു് ഉറങ്ങി. രാത്രി ഒന്നര മണിക്കു് ഭർത്താവു് ഞെട്ടി എഴുന്നേറ്റു് വാതിൽ പരിശോധിക്കാൻ ഓടുന്നു. വാതിലിന്റെ സാക്ഷയിൽ ഒട്ടിച്ചിരിക്കുന്ന സ്റ്റിക്കർ അല്പം പൊളിഞ്ഞതായി കാണുന്നു. അടുത്തുകിടന്ന ഭാര്യയെ വിളിച്ചെഴുന്നേല്പിച്ചു് ചോദ്യംചെയ്യലായി. അവസാനം അതു ഭാര്യയുടെ ശാരീരികപരിശോധനയിൽ കലാശിക്കുന്നു. ആന്തരീകാവയവങ്ങളുടെ പരിശോധന കഴിഞ്ഞു ഭർത്താവു് വിധിയെഴുതി അവൾ മറ്റൊരു പുരുഷനുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതിന്റെ തെളിവുകളുണ്ടെന്നു്, ഭാര്യയെ ശരിക്കും കൈകാര്യം ചെയ്തു. അന്നു ശേഷിച്ച സമയം കിടന്നുറങ്ങി. പിറ്റേ ദിവസം അവളെ ഭാര്യവീട്ടിൽ കൊണ്ടുചെന്നു വിടുന്നു. ഭാര്യവീട്ടുകാർ ഇയാളം പറയുന്നതൊന്നും മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. ഈ സ്ത്രീ അനുഭവിക്കേണ്ടിവരുന്ന മാനസികപീഡനങ്ങളം വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിനോ, ദൈവശാസ്ത്രത്തിനോ ഉത്തരംകാണാൻ സാധിക്കാത്തവയാണു്. ചെയ്യാത്ത കുറ്റത്തിനു നിരന്തരമായി കഠിനശിക്ഷയും അപമാനവും, മാനസികപീഡനങ്ങളും സഹിച്ചു് ആ സ്ത്രീ ജീവിക്കണം. ഒരു പക്ഷേ ഭർത്താവിന്റെ വീട്ടുകാർ ഇതു് മനസ്സിലാക്കിയാലും ഭർത്താവു് തനിക്കു മാനസികരോഗമുണ്ടെന്നു് അംഗീകരിക്കണമെന്നില്ല. ഏതെങ്കിലും നിർബന്ധത്തിനു് വഴങ്ങി ഒരു ചികിത്സയ്ക്കു വിധേയനായാലും അദ്ദേഹം പൂർണ്ണമായി സഹകരിക്കണമെന്നില്ല. പൂർണ്ണമായി സഹകരിച്ചാലും

പാരനോയിയായുടെ കാര്യത്തിൽ പൂർണ്ണമായ രോഗവിമുക്തി ഉണ്ടാകണം എന്നില്ല. അതുപോലെ പൂർണ്ണരോഗവിമുക്തി ലഭിച്ചാലും വീണ്ടും ഈ രോഗം ഉണ്ടാകുമോയെന്നു് തീർത്തുപറയാനും വയ്യാ.

മദ്യം അദ്ദേഹത്തിനു ലഹരിമാത്രമല്ല നല്കിയിരുന്നതു്. ഭാര്യയെക്കുറിച്ചുള്ള സംശയം കലർന്ന അവ്യക്തമായ ചിന്തകളുടെ ഉറവിടം ഈ ലഹരിയായിരുന്നു. ഭാര്യയുടെ ചാരിത്ര്യദൃഷ്യമാണു് തന്റെ ജീവിതപരാജയങ്ങൾക്കു കാരണമെന്നു മദ്യലഹരിയുള്ളപ്പോൾ ജോസു് ചിന്തിച്ചിരുന്നതു്. മദ്യം അദ്ദേഹത്തിന്റെ തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ പ്രത്യേകിച്ചും ചിന്താശക്തിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഭാഗങ്ങളെ അസാധാരണമായും ബാധിച്ചിരുന്നു. അതുകൊണ്ടു് മദ്യലഹരിയിൽ ജോസിനു് പല ചിന്താകുഴപ്പങ്ങളും ഉണ്ടാവുകയും അവയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ പല ക്രൂരകൃത്യങ്ങളും ചെയ്യാൻ പ്രേരിതനാവുകയും ചെയ്തു.

സംശയങ്ങൾ ചിലപ്പോൾ മാനസികരോഗങ്ങളുടെ ലക്ഷണമായും കാണാറുണ്ടു്. നിസ്സാരസംഭവം മതി രോഗികൾക്കു് ഇണയെക്കുറിച്ചു് അസാധാരണമായ സംശയം ഉടലെടുക്കാനും അതു ബലവത്താകാനും, തുടർന്നു പകയായിമാറി ചിലപ്പോൾ അക്രമങ്ങൾ പ്രവർത്തിക്കാനും.

## പാരനോയ്ഡ് രോഗം

ജീവിതപങ്കാളിയെ അമിതമായി സംശയിക്കുകയും താൻ നിരന്തരം വഞ്ചിക്കപ്പെടുന്നു എന്ന ചിന്തയിൽ മുഴുകിജീവിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന നിരവധി സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടും ഉണ്ടു്. ഇവർ പാരനോയ്ഡ് സ്കിസോഫ്രേനിയ എന്ന മനോരോഗവിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ടവരോ, 'പാരനോയ്ഡ് പേർസനാലിറ്റി ഡിസോഡർ' എന്ന മാനസികരോഗത്തിൽപ്പെടുന്നവരോ ആണു്. രോഗി ഏതു വിഭാഗത്തിൽപ്പെട്ടവരായാലും ഇക്കൂട്ടരുടെ സംശയത്തിനു് ചില പ്രത്യേകതകൾ ഉണ്ടു്. തന്റെ ജീവിതപങ്കാളി നിരന്തരമായി പരപുരുഷ/പരസ്ത്രീ ബന്ധങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാറുണ്ടു് എന്ന സംശയമാണു് ഇതിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനമാ

യതു്. ഇതിനെ ഇൻഫിഡിലിറ്റി ഡെലൂഷൻസ് (delusions of infidelity) എന്നാണു് വിളിക്കുക.

ഇണയുടെ രഹസ്യങ്ങൾ ശേഖരിക്കാൻ ഒളിച്ചും പാത്തും നടക്കുക, ഓരോ ചലനവും സൂക്ഷ്മനിരീക്ഷണം ചെയ്യുക, നിരന്തരമായി ചോദ്യംചെയ്യുക, കിടക്ക വിരിപ്പ്, മുറി, ശരീരഭാഗങ്ങൾ പ്രത്യേകിച്ചും ലൈംഗിക അവയവങ്ങൾ പരിശോധിക്കുക, മർദ്ദനമുറകളും ഭീഷണികളും മുഴക്കുക, മുതലായവ പാരനോയിഡ് രോഗികളിൽ സാധാരണ കണ്ടുവരാറുണ്ടു്. ഭർത്താവിന്റെ അത്ഥമില്ലാത്ത സംശയം പല സ്ത്രീകളെയും പ്രതികാരത്തിലേയ്ക്കു് നയിക്കാറുണ്ടു്. അതു സംശയത്തെ പ്രബലപ്പെടുത്തുക മാത്രമേ ചെയ്യുകയുള്ളൂ. നഷ്ടപ്പെട്ട സ്നേഹവും വിശ്വാസവും സ്നേഹംകൊണ്ടുമാത്രമേ നേടിയെടുക്കാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ എന്നു പല ദമ്പതിമാരും വിസ്മരിക്കുന്നു.

തെളിവുതേടലും ചോദ്യംചെയ്യലും കൊണ്ടു് പൊറുതിമുട്ടുമ്പോൾ ചില പാവം സ്ത്രീകൾ ചെയ്യാത്തകുറ്റം ഏറ്റുപറഞ്ഞെന്നും വരും. അതോടെ പ്രശ്നം ഒന്നുകൂടി സങ്കീർണ്ണമാകുന്നു. ഭാര്യ, ഭർത്താവ്, ബന്ധുമിത്രാദികൾ, ഒന്നിച്ചു ജോലിചെയ്യുന്നവർ, അയൽപക്കക്കാർ മുതലായവർ തനിക്കെതിരാണെന്നും ഭക്ഷണപാനീയങ്ങളിൽ വിഷം കലർത്തിയോ, മറ്റു വിധേനയോ തന്നെ നശിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയാണെന്നും ഇക്കൂട്ടർ സംശയിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു (Persecutionary delusions).

ഇത്തരം മതിഭ്രമങ്ങൾക്കും മിഥ്യാധാരണകൾക്കും പാരനോയ്ഡ് രോഗി എന്തുകൊണ്ടു് അടിമപ്പെടുന്നുവെന്ന ചോദ്യത്തിനു് മനഃശാസ്ത്രപരമായി ഇനിയും ഉത്തരംകണ്ടെത്താൻ സാധിച്ചിട്ടില്ല. അടിച്ചമർത്തപ്പെട്ട സ്വവർഗ്ഗപ്രേമം (homosexual) മാണു് ഈ അസുഖത്തിന്റെ മൂലകാരണമെന്നു് ഫ്രോയ്ഡ് പറയുന്നു. എന്നാൽ ഈ സിദ്ധാന്തത്തിനു് മതിയായ തെളിവു് ഇനിയും ലഭിച്ചിട്ടില്ല. അപകർഷതയും സാമൂഹ്യമായ ഒറ്റപ്പെടലുമാണു് പാരനോയ്ഡ് രോഗത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനകാരണം എന്നു് മറ്റു ചിലർ പറയുന്നു. ഇതും പൂർണ്ണമായി അംഗീകരിക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. കാരണമെന്തുമാകട്ടെ ഫലപ്രദമായ ചികിത്സ ഇന്നു പാരനോയ്ഡ് രോഗത്തിനു് സംലഭ്യമാണു്.

എന്നാൽ ഒരു പാരനോയ്ഡ് രോഗി, താൻ രോഗിയാണെന്നു് സമ്മതിക്കാൻ ഒരിക്കലും ഇഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. അതുകൊണ്ടു് ഒരു മനഃശാസ്ത്രജ്ഞന്റെയോ, മനോരോഗവിദഗ്ധന്റെയോ പക്കൽ ഇയാളെ എത്തിക്കുക വളരെ ശ്രമകരമായ ഒരു കാര്യമാണു്. എങ്കിലും മരുന്നു കഴിപ്പിക്കുകയെന്ന ഒറ്റ കാര്യമാണു് ഭാര്യക്കു്, ഭർത്താവിനു്, ബന്ധുമിത്രാദികൾക്കു് ഈ വ്യക്തിയോടു് പ്രകടിപ്പിക്കാവുന്ന ഏറ്റവും വലിയ സ്നേഹം. പാരനോയ്ഡ് സംശയങ്ങളോടൊപ്പം രോഗിക്കു് ഓർഗാനിക്ക് തകരാറുകളുണ്ടോ? പാരനോയ്ഡ് സ്കിസഫ്രേനിയായുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടോ? അതോ പേർസനാലിറ്റി പ്രശ്നങ്ങൾ മാത്രമേയുള്ളോ? എന്നിവ നിർണ്ണയിച്ച ശേഷമായിരിക്കും ഒരു മനോരോഗവിദഗ്ധൻ ചികിത്സ ആരംഭിക്കുക. പാരനോയ്ഡ് രോഗി 'സ്കിസോഫ്രേനിക്' ആണെങ്കിൽ അയാൾക്കു് തന്റെ സംശയങ്ങൾ യുക്തിസഹജമായി അവതരിപ്പിക്കാനുള്ള കഴിവുണ്ടാവുകയില്ല. മറ്റു് ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള പാരനോയ്ഡ് ആണെങ്കിൽ യുക്തിസഹജമായി സംസാരിക്കാനും പെരുമാറാനും തികച്ചും 'നോർമൽ' ആയി മറ്റുള്ളവരോടു് ഇടപഴകാനും സാധിക്കും.

പാരനോയ്ഡ് രോഗികൾ മദ്യപരാണെങ്കിൽ സ്ഥിതി ഗതികൾ വളരെപ്പെട്ടെന്നു് വഷളാകും. സംശയം വർദ്ധിക്കുന്തോറും ലഹരിക്കു് അടിമപ്പെടുകയും ലഹരിക്കടിമപ്പെടുന്തോറും സംശയം കൂടിക്കൂടിവരികയും ചെയ്യുന്നു. ഇതിനെ ഡ്രഗ് ഇൻഡ്യൂസ്ഡ് പാരനോയ്യ എന്നു വിളിക്കും. വിഷാംശദൂരീകരണത്തിലൂടെ (detoxification) ആൽക്കഹോളിന്റെ അളവു് രക്തത്തിൽനിന്നും കുറയ്ക്കുകയും കുറച്ചുനാളത്തേയ്ക്കു് മറ്റുമരുന്നുകൾ എടുക്കുകയും ചെയ്താൽ 'ആൽക്കഹോൾ ഡ്രഗ് ഇൻഡ്യൂസ്ഡ് പാരനോയ്യ' പൂർണ്ണമായും മാറ്റി എടുക്കാവുന്നതാണു്.

## ഫീറ്റൽ ആൽക്കഹോൾ സിൻഡ്രം (Foetal Alcohol Syndrome)

മദ്യവും അതിന്റെ വിപത്തുകളും സാധാരണയായി പുരുഷന്റെ കുത്തകയും പ്രശ്നങ്ങളുമായിട്ടാണു് അറിയപ്പെടുന്നതു്. എന്നാൽ പാശ്ചാത്യസംസ്കാരത്തിൽ അതു് അത്ര ശരിയല്ല.

ഒന്നു് അല്ലെങ്കിൽ രണ്ടു് ഡ്രിംഗ്സു് എടുക്കുക പാശ്ചാത്യരായ സ്ത്രീകളിൽസവ്വസാധാരണമാണു്. പാശ്ചാത്യസംസ്കാരത്തിന്റെ ചുവടുപിടിച്ചു് നമ്മുടെ ഇടയിലും സ്ത്രീകളും മദ്യം കഴിക്കുകയും അപൂവ്വമായെങ്കിലും ആസക്തിക്കു് അടിമപ്പെടുകയും ചെയ്യാറുണ്ടു് അതുകൊണ്ടു് സ്ത്രീകളെമാത്രം ബാധിക്കുന്നതും, സ്ത്രീകളിലൂടെ മാത്രം സംഭവിക്കുന്നതുമായ ഒരു രോഗത്തേയും അതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളേയും കുറിച്ചാണു് ഇവിടെ പ്രതിപാദിക്കുന്നതു്.

ഗർഭധാരണ അവസ്ഥയിൽ അമ്മയുടെ അമിതമായ ലഹരി ഉപയോഗംമൂലം ഗർഭസ്ഥശിശുവിനുണ്ടാകുന്ന ഗുരുതരമായ ഭവിഷത്തിനെയാണു് ഫീറ്റൽ ആൽക്കഹോളം സിംഡ്രും എന്ന പേരു് കൊണ്ടു് വിവക്ഷിക്കുന്നതു്. പൗരാണിക ഗ്രീക്കുസംസ്കാരത്തിൽ പോലും ഈ അസുഖത്തെക്കുറിച്ചു് പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ടു്. 1700-കളിൽ ലഹരിയുടെ അമിതമായ ദുരുപയോഗം മൂലം ലണ്ടനിൽ വ്യാപകമായി പടർന്നുപിടിച്ച ജിൻ-എപിഡെമിക് (gin -epidemic) എന്ന രോഗവും തന്മൂലം ജനിക്കുന്നതിനു് മുമ്പുതന്നെ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു് അനുഭവപ്പെട്ട ഗുരുതരമായ ഭവിഷ്യത്തുകളും ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ശ്രദ്ധപിടിച്ചുപറ്റിയവയാണു്. എന്നാൽ 1973-കളിൽമാത്രമാണു് ഫീറ്റൽ ആൽക്കഹോളം സിംഡ്രും എന്ന രോഗവും അതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളും ശാസ്ത്രീയമായി സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ടതു്. ഇതു് വാഷിങ്ടൺ സവ്വകലാശാലയിലെ ഡോക്ടർമാരായിരുന്ന കെന്നത്തു്. എം. ജോണിന്റെയും, ഡേവിഡു്. ഡബ്ല്യു. സ്മിത്തിന്റെയും ഗവേഷണഫലമായിട്ടാണു് സാധിതമായതു്. ശാരീരികവൈകല്യങ്ങളോടൊപ്പം ജനിക്കുന്നതിനു് മുമ്പുതന്നെ ഗർഭസ്ഥശിശുവിനു ലഭിക്കുന്ന മാനസികതകരാറുകളെപ്പറ്റിയുള്ള പഠനമായിരുന്നു അതു്. ജനനത്തോടുകൂടി ശിശുക്കളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഗൗരവമേറിയ മൂന്നാമത്തെ മാനസികവൈകല്യമാണു് ഫീറ്റൽ ആൽക്കഹോളം സിംഡ്രും. ഒന്നും രണ്ടും സ്ഥാനം ഡോൺസു് സിംഡ്രും (Downe Syndrome), സ്പീന ബിഫിഡ (Spina Bifida) എന്നിവയ്ക്കാണു്. ഇതിൽ ഫീറ്റൽ ആൽക്കഹോളം സിംഡ്രുംമാത്രമേ ഫലപ്രദമായി തടയാനാവൂ.

ഫീറ്റൽ ആൽക്കഹോളം സിംഡ്രുവുമായി ജനിക്കുന്ന കുട്ടികളിൽ പല വിധത്തിലുള്ള വൈകല്യങ്ങളും കാണപ്പെടുന്നു.

ശാരീരികമായ വളർച്ചക്കുറവ്, അംഗവൈകല്യം, ബുദ്ധിമാന്ദ്യം മുതലായവയാണ് അതിൽ പ്രധാനപ്പെട്ടവ. ഈ ലക്ഷണങ്ങളും എല്ലാ കുട്ടികളിലും ഒരുപോലെ ഉണ്ടാകണമെന്നു നിർബ്ബന്ധവും ഇല്ല. മേൽ വിവരിച്ചവ കൂടാതെ ഈ വൈകല്യത്തിനു വിധേയരായ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ജനനത്തിനു മുൻപും പിൻപും ശ്രദ്ധേയമായ വിധം വലിപ്പക്കുറവും ഉണ്ടാകുന്നു. ഈ വൈകല്യത്തോടുകൂടിയ കുഞ്ഞിന് ഒരു വയസ്സു എത്തുമ്പോഴേയ്ക്കും സാധാരണ ഒരു വയസ്സെത്തിയ കുഞ്ഞിന്റെ 65% വലിപ്പംമാത്രമേ ഉണ്ടാകൂ. സാധാരണ കുഞ്ഞുങ്ങളേക്കാൾ വണ്ണക്കുറവും ഭാരക്കുറവും ചെറിയ തലയും ഇക്കൂട്ടർക്ക് സാധാരണമാണ്. വളച്ചുവെയ്ക്കുമ്പോഴും ശരീരം കൂടുതായി വരുന്നതും ശ്രദ്ധേയമാണ്. കൂടാതെ കണ്ണ്, മൂക്ക്, ചുണ്ട്, കവിൾത്തടം മുതലായവയിലും പ്രകടമായ വൈകല്യങ്ങളും ഇത്തരം കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ കാണാവുന്നതാണ്. ഫീറൽ ആൽക്കഹോൾ സിൻഡ്രം ഉള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ 30%നു എങ്കിലും ഹൃദയത്തിനു തകരാറുകൾ കാണപ്പെടുന്നുണ്ട്.

ഫീറൽ ആൽക്കഹോൾ സിൻഡ്രം ബാധിച്ച ഒരു കുട്ടിക്ക് സാധാരണയായി ബുദ്ധിമാന്ദ്യം, മാനസികവൈകല്യങ്ങളും എന്നിവ ഉണ്ടാകാം. സാധാരണയായി ഇവരുടെ ബുദ്ധിമാപനം 68–ൽ കൂടുതൽ ഉണ്ടാകാനിടയില്ല. എത്ര അനുകൂലമായ സാഹചര്യങ്ങളിൽ വളർന്നാലും ഇവരിൽ കാര്യമായ വ്യത്യാസം ഉണ്ടാകണമെന്നില്ല.

ഇനി എങ്ങനെയാണ് ആൽക്കഹോൾ ഗർഭസ്ഥശിശുവിനെ ബാധിക്കുന്നതെന്നു പരിശോധിക്കാം. അമ്മ ആൽക്കഹോൾ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ ആൽക്കഹോൾ നിറഞ്ഞ രക്തം അമ്മയുടെ പ്ലസന്റ (Placenta) യിലൂടെ കുഞ്ഞിന്റെ രക്തത്തിൽ കലരുന്നു. കുഞ്ഞിന്റെ ആന്തരികാവയവങ്ങളും അമ്മയുടേതുപോലെ ആൽക്കഹോൾ നിറഞ്ഞ രക്തത്തെ ദഹിപ്പിക്കുന്നതിനോ കൈകാര്യംചെയ്യുന്നതിനോ പ്രാപ്തമല്ലാത്തതിനാൽ അതു കുഞ്ഞിന്റെ വളർച്ചയെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്നു. അമ്മയുടെ (Liver) ലിവർ ആൽക്കഹോൾ ദഹിപ്പിക്കുന്നതിന്റെ പകുതിമാത്രമേ കുഞ്ഞിന്റെ ലിവർ (Liver) ആൽക്കഹോൾ ദഹിപ്പിക്കുകയുള്ളൂ. അതുകൊണ്ട് കുഞ്ഞിന്റെ ആന്തരികാവയവങ്ങളിൽ ദഹിപ്പിക്കപ്പെടാത്ത ആൽക്കഹോൾ ദീർഘസമയം കെട്ടിക്കിട

ക്കുന്നു. വളരെ കുറഞ്ഞ അളവിൽ ആൽക്കഹോൾ, അല്പ സമയത്തേയ്ക്കു മാത്രമാണെങ്കിൽ അതു് പെട്ടെന്നു് ദഹിപ്പിക്കപ്പെടുകയും ഊർജ്ജം പ്രദാനംചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ ആൽക്കഹോളിന്റെ സാന്ദ്രത കൂട്ടുകയും അതു് ദീർഘസമയം രക്തത്തിൽ ദഹിപ്പിക്കപ്പെടാതെയും ഇരുന്നാൽ അതു് വിഷമായി മാറുന്നു. അതു് ഗർഭസ്ഥശിശുവിന്റെ വളർച്ചയെ സാരമായി ബാധിക്കുന്നു.

കൂടാതെ അമ്മയുടെ മദ്യാസക്തി വഴി കുട്ടിയുടെ വളർച്ചയ്ക്കു് ആവശ്യമായ വൈറ്റമിനുകളും മിനറൽസും ലഭിക്കാത്തതും, ഗർഭസ്ഥശിശുവിന്റെ വളർച്ചയെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്നു. ലഹരിക്കു് അടിമപ്പെട്ട അമ്മമാരിൽ സാധാരണ അനുഭവപ്പെടുന്ന കാൽസിയത്തിന്റെയും (Calcium) മഗ്നീഷ്യത്തിന്റെയും (Magnesium), സിങ്കിന്റെയും (Zinc) കുറവുമൂലം കുട്ടിയുടെ വളച്ച് കുറയുന്നു. കൂടാതെ ശാരീരിക-മാനസിക വളച്ചയ്ക്കു് ആവശ്യമായ വൈറ്റമിനുകളുടെ, പ്രത്യേകിച്ച് ഫോളിക് ആസിഡിന്റെയും (Folicacid) തയമിന്റെയും (Thyamine) കുറവ് പലവിധ ശാരീരിക-മാനസിക വൈകല്യങ്ങൾക്കും ഇടവരുത്തുന്നു. അങ്ങനെ അമ്മയുടെ ദുഃശീലം ജനിക്കാത്ത കുഞ്ഞിനോടുള്ള കൊടും ക്രൂരതയായി മാറുന്നു. പുരുഷന്റെ മദ്യാസക്തി സാവധാനത്തിലുള്ള ആത്മഹത്യയ്ക്കു തുല്യമാണെങ്കിൽ, സ്ത്രീയുടെ മദ്യാസക്തി പടിപടിയായുള്ള കൊലപാതകത്തിനു തുല്യമാണു്. സ്ത്രീത്വത്തിനും മാതൃത്വത്തിനും തീരാകളങ്കമായിത്തീരുന്ന ഈ ബലഹീനതയ്ക്കു് സ്ത്രീകൾക്കുമാത്രമേ പരിഹാരംകണ്ടെത്താനാകൂ! തലമുറകൾക്കു ശാപമായിത്തീരുന്ന ഒരു കുഞ്ഞിനെ കുടുംബത്തിനും സമൂഹത്തിനും സമ്മാനിക്കാൻ നൈമിഷികസന്തോഷങ്ങൾക്കു് അടിമയാകണോ അഥവാ കറപുരളാത്ത മാതൃത്വത്തിന്റെ ഉടമയാകണോ—സ്ത്രീകളേ, നിങ്ങൾ ചിന്തിക്കുക, തീരുമാനിക്കുക. ഉണർന്നു പ്രവർത്തിക്കുക.

## ആത്മഹത്യാപ്രവണത

ലോകത്തിൽ പ്രതിദിനം 1000-ത്തിൽപരം ആളുകൾ ആത്മഹത്യചെയ്യുന്നുണ്ടു്. അമേരിക്കയിൽ മണിക്കൂറിൽ 3

ആത്മഹത്യകൾ നടക്കുന്നു. ഇന്ത്യയിൽ ഒരു വർഷം 10,000-ത്തിൽ പരംപേർ സ്വയം മരണം കൈവരിക്കുന്നു.

മദ്യത്തിന്റേയും മയക്കുമരുന്നുകളുടേയും പ്രതിപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഓരോ മണിക്കൂറിലും 100 പേർ വീതം മരിക്കുന്നു. ഓരോ മിനിറ്റിലും 10 കൊലപാതകങ്ങൾ വീതം ലോകത്തിൽ ലഹരിമൂലം സംഭവിക്കുന്നു.

മനോരോഗം കാരണം ആത്മഹത്യചെയ്യുന്നവരുടെ എണ്ണം കൂടിക്കൂടിവരുന്നു. ആത്മഹത്യചെയ്യുന്നവരിൽ 50 % ത്തിലധികം വ്യക്തികൾ വിഷാദം എന്ന രോഗത്തിനു് അടിമയായവരാണു്. കൂടാതെ നിദ്രാഭംഗം, മനസ്സിടിവു്, സ്വവർഗ്ഗപ്രേമം, സ്നേഹബന്ധങ്ങളിലുണ്ടായ ഉലച്ചിൽ, തൊഴിൽ നഷ്ടപ്പെടൽ, മാറാവ്യാധികൾ, തകർന്ന കുടുംബബന്ധങ്ങൾ, അപകീർത്തി, ദുസ്സഹമായ ഏകാന്തത, മറ്റുള്ളവരുടെ അവഗണന നിസ്സഹകരണം, മറ്റുള്ളവരോടുള്ള പക, പ്രതികാരം, കുറ്റബോധം മുതലായവയും, ആത്മഹത്യയുടെ കാരണങ്ങളായി എടുത്തുപറയാവുന്നതാണു്.

മദ്യത്തിന്റേയും മയക്കുമരുന്നുകളുടേയും സ്വാധീനവും ആത്മഹത്യശ്രമങ്ങളിൽ ഒട്ടും കുറവല്ല. പലരും കരുതുന്നതു പോലെ വളരെ നാളുകളായി ആലോചിച്ചു് ഉറപ്പിച്ച ഒരു പ്രവർത്തിയല്ല ആത്മഹത്യ. സാമാന്യമായി ആത്മഹത്യപ്രവണതയുള്ള ഒരാളിൽ അയാൾ ആത്മഹത്യചെയ്യുന്നതിനു തൊട്ടുമുൻപു് ഉണ്ടായ അടിയന്തിര പ്രതിസന്ധിയായിരിക്കും ആത്മഹത്യയ്ക്കു് അടിയന്തിര ഹേതുവെന്നതാണു് സത്യം.

ആത്മഹത്യചെയ്യും എന്നു വീമ്പിളക്കുന്നവർ അതു ചെയ്യില്ലയെന്ന വിശ്വാസം തെറ്റാണെന്നാണു് മനഃശാസ്ത്രവിദ്ധന്മാർ പറയുന്നതു്. 'കുരയ്ക്കുന്ന പട്ടി കടിക്കില്ല' എന്ന ഒരു പഴഞ്ചൊല്ലു് മലയാളത്തിലുണ്ടല്ലോ. എന്നാൽ ആത്മഹത്യയുടെ കാര്യത്തിൽമാത്രം ഇതു മറിച്ചു മനസ്സിലാക്കണം എന്നാണു് പറയുന്നതു്. ഒരിക്കൽ ആത്മഹത്യക്കു ശ്രമിച്ചു പരാജയപ്പെട്ടാൽ വീണ്ടും അതിനു ശ്രമിക്കുകയില്ല എന്നാണു് പൊതുധാരണ. ഇതു വെറും തെറ്റിദ്ധാരണയാണു്. വീണ്ടുംവീണ്ടും ശ്രമിച്ചു പരാജയമടയുന്നവരുടെ സംഖ്യയും അതു കുറവല്ല.

ആത്മഹത്യചെയ്യുന്നവരേയും അതിനു പരിശ്രമിക്കുന്നവരേയും രണ്ടു ഗണത്തിൽപ്പെടുത്താം.

1. ആത്മഹത്യാപരമായ ചിന്തകളിൽ മുഴുകി ജീവിക്കുന്നവർ (Suicidial ideation)
2. ശരിക്കും മരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ (Suicidial intention)

ആദ്യത്തെ കൂട്ടർ മരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നതിലുപരി മറ്റുള്ളവരുടെ സ്നേഹം, അംഗീകാരം, പരിഗണന എന്നിവ ലഭിക്കാൻ വേണ്ടിമാത്രം ആത്മഹത്യയെക്കുറിച്ചു പറയുകയും, മറ്റുള്ളവരെ പേടിപ്പിച്ചു കാര്യംനേടാൻ ആത്മഹത്യാശ്രമങ്ങൾ നടത്തുന്നവരുമാണു്. ഇക്കൂട്ടർ മരിക്കണമെന്നു് ഒരിക്കലും ഗൗരവമായി ചിന്തിച്ചിട്ടില്ലാത്തവരാണെങ്കിലും ആത്മഹത്യാശ്രമങ്ങൾക്കിടയിൽ അബദ്ധവശാൽ ആത്മഹത്യയ്ക്കു് ഇടയാകുന്നവരാണു്. സംസാരത്തിലൂടെയും പ്രവർത്തികളിലൂടെയും മറ്റുള്ളവർക്കു സംശയം തോന്നിപ്പിക്കുന്നു അനവധി അവസരങ്ങൾ ഇവർ ഉണ്ടാക്കിയെന്നു വരും. ബോധപൂർവ്വവും, സമയോചിതവുമായ ഇടപെടൽമൂലം ഇക്കൂട്ടരിൽ ഭൂരിഭാഗത്തേയും സമൂഹത്തിനു രക്ഷിക്കാനാവും.

താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരെണ്ണത്തിനെങ്കിലും ഉവ്വ് എന്നു് ഉത്തരം പറയുന്നവർ മേൽവിവരിക്കപ്പെട്ട ഗണത്തിൽപ്പെടുന്നു.

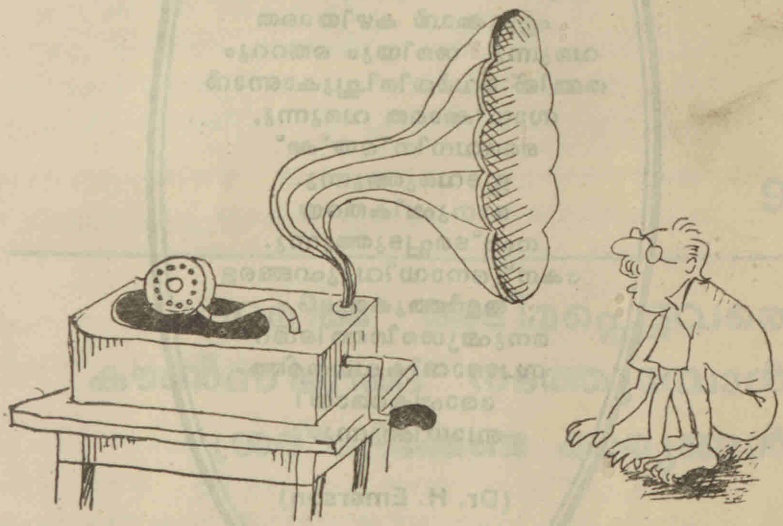
1. ജീവിതത്തിനു് അർത്ഥമില്ലെന്നും, ജീവിച്ചിരുന്നിട്ടു കാര്യമില്ലെന്നും എപ്പോഴെങ്കിലും നിങ്ങൾ ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ ?
2. ജീവിക്കുന്നതിലും ഭേദം മരിക്കുന്നതാണെന്നു നിങ്ങൾ ചിന്തിക്കാറുണ്ടോ ?
3. നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ അപായപ്പെടുത്തുന്ന വിധത്തിൽ എപ്പോഴെങ്കിലും പ്രവർത്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ ?
4. നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ അപകടപ്പെടുത്തണമെന്നു നിരന്തരമായി ചിന്തിക്കാറുണ്ടോ ?
5. നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ നശിപ്പിക്കാൻ എന്തെങ്കിലും പദ്ധതികളെ കുറിച്ചു ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ ?

6. ആത്മഹത്യാശ്രമം നടത്തിയിട്ടുണ്ടോ ?

തക്കസമയത്തു് ഇടപെടാൻ സാധിച്ചാൽ ഇങ്ങനെയുള്ളവരുടെ ജീവനെ രക്ഷിക്കാനാവും.

രണ്ടാമത്തെ ഗണത്തിൽപ്പെടുന്നവർ (Suicidal - intention) ശരിക്കും മരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവരും, വാക്കിലോ, പ്രവർത്തിയിലോ മറ്റുള്ളവക്ക് സംശയം ജനിപ്പിക്കുന്ന ഒന്നും ചെയ്യാത്തവരുമാണു്. ആത്മഹത്യനടന്നശേഷംമാത്രമായിരിക്കും ഈ വ്യക്തിക്കു് എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നങ്ങം ഉണ്ടായിരുന്നുവെന്നുപോലും മറ്റുള്ളവർ മനസ്സിലാക്കുക. ഇക്കൂട്ടരെ ആർക്കും രക്ഷിക്കാനാവില്ല.

മദ്യപാനം സാവധാനത്തിലുള്ള (Slow - suicide) ആത്മഹത്യയാണെന്നു പറയാറുണ്ടു്. മദ്യപന്റെ ജീവിതശൈലിയും, സംസാരവും അതു തെളിയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ○



# ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെട്ടവരെ കൗൺസിലിങ്ങ് നടത്തുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

''ആൽക്കഹോളിന്റെ
അമിതോപയോഗം
കേന്ദ്രനാഡീവ്യൂഹങ്ങളെ
തളർത്തുന്നു, തൻനിമിത്തം
മനഃശക്തി ക്ഷയിക്കുന്നു.
യുക്തമായ തീരുമാനങ്ങൾ
എടുക്കാൻ കഴിയാതെ
വരുന്നു. ശരിയും തെറ്റും
തമ്മിൽ വേർതിരിച്ചുകാണാൻ
സാധിക്കാതെ വരുന്നു.
ദൈവനിന്ദയ്ക്ക്
ഇടവരുത്തുന്നു.
മാനുഷികതയെ
നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നു.
കേന്ദ്രനാഡീവ്യൂഹങ്ങളെ
തളർത്തുകമൂലം
മനുഷ്യശരീരത്തിന്റെ
സ്വാഭാവികചലനത്തെ
ദോഷകരമായി
ബാധിക്കുന്നു.''

(Dr. H. Emerson)

9

# ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെട്ടവരെ കൗൺസിലിങ്ങ് നടത്തുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

1. നിങ്ങളുടെ സഹായത്തിനും കൗൺസിലിങ്ങിനുമായി എത്തുന്ന മദ്യപാനി ആത്മനിന്ദയും കുറ്റബോധത്തിനും അടിമപ്പെട്ടവനാണെന്ന് ഓർമ്മിക്കുക. അതുകൊണ്ട് അവരെ കുറ്റപ്പെടുത്തുന്ന തരത്തിൽ, കൂടുതൽ കുറ്റബോധം ഉളവാക്കുംവിധം ഒരിക്കലും അവരോട് സംസാരിക്കാതിരിക്കുക. പ്രത്യേകിച്ചും ആരംഭഘട്ടത്തിൽ.

2. നിങ്ങളുടെ സഹായത്തിനെത്തുന്നവരിൽ നല്ലൊരു ഭാഗം മദ്യപാനികളും സംശയത്തിന്റെ അടിമകളും ചികിത്സയെ

ഭയപ്പെടുന്നവരുമായിരിക്കും. അതുകൊണ്ട് നിങ്ങളാരംഭിക്കുന്ന ചികിത്സാവിധികളിലൂടെ ഇനിയും കൂടുതലായി അവർ സഹിക്കേണ്ടിവരികയില്ലെന്നും, ചികിത്സ ഒരു തരത്തിലും അവർക്ക് ഉപദ്രവകരമാകില്ലെന്നും. അവരുടെ സുരക്ഷിതത്വവും സന്തോഷവും മാത്രമാണ് ചികിത്സയുടെ ലക്ഷ്യമെന്നും അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുക.

3. താത്ക്കാലികമദ്യവിമുക്തിയല്ല ചികിത്സയുടെ ലക്ഷ്യമെന്നും, മനോഭാവങ്ങളിലുള്ള മാറ്റംവഴി പൂർണ്ണമദ്യവിമുക്തിയാണ് ചികിത്സയുടെ ലക്ഷ്യമെന്നും അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുക.

4. സംശയവും സംഘർഷവും ഉറപ്പില്ലാത്തതുമാണ് അവരുടെ മാനസികാവസ്ഥയെന്ന് മനസ്സിലാക്കി അവക്ക് നല്കുന്ന ആശയങ്ങളും മൂല്യങ്ങളും ഉപദേശങ്ങളും അവരുടെ ഗ്രഹണശക്തിക്ക് അതീതമാകാതിരിക്കാൻ പ്രത്യേകം ശ്രമിക്കുകയും പലവട്ടം ആവർത്തിച്ച് ഓർമ്മിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക.

5. അവർ പെട്ടെന്ന് വികാരത്തിന് അടിമപ്പെടുന്നവരും ചിന്താശക്തിക്ക് കാര്യമായ തകരാറു സംഭവിച്ചവരുമാണെന്ന മനസ്സിലാക്കി സാവധാനത്തിൽമാത്രം മൂല്യങ്ങളും ആശയങ്ങളും അവക്ക് പകർന്നു നല്കുക. നിർബന്ധിക്കുകയോ അടിച്ചേല്പിക്കുകയോ ചെയ്താൽ അവർ നിങ്ങളുടെ സഹായം തിരസ്കരിക്കുകയും എതിർപ്പ് പ്രകടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും.

6. മദ്യം പൂർണ്ണമായും നിർത്തുകയെന്ന ആശയത്തോട് മദ്യപാനികൾ ഒരിക്കലും യോജിക്കാനിടയില്ല. പ്രശ്നം ഒന്നും കൂടാതെ മദ്യം എങ്ങനെ ഭാവിയിൽ ഉപയോഗിക്കാൻ സാധിക്കും എന്ന ചിന്തയിലായിരിക്കും ഇവർ. നിയന്ത്രണവിധേയമായി ഇവർക്ക് മദ്യം ഉപയോഗിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ലെന്ന് സാവധാനത്തിൽ അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തണം.

7. കൗൺസിലിങ്ങ്, ചികിത്സ അവസാനിക്കുന്നതിനു മുമ്പായി മദ്യം മനുഷ്യശരീരത്തേയും, നാഡീവ്യൂഹങ്ങളേയും, തലച്ചോറിനേയും, രക്തധമനികളേയും, ശാരീരികഘടനയേയും മറ്റും എങ്ങനെ ബാധിക്കുമെന്നു പറഞ്ഞു

മനസ്സിലാക്കണം. ആൽക്കഹോളം ഉപയോഗത്തിൽ മറ്റു വ്യക്തികളിൽനിന്നും അവർ തികച്ചും വ്യത്യസ്തരാണെന്നും. മദ്യം അവക്കു് അലർജി ആണെന്നും മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കണം. അതുകൊണ്ടു് പൂർണ്ണമദ്യവർജ്ജനം നിർബ്ബന്ധമാണെന്നും തുടർന്നു് മദ്യം ഉപയോഗിച്ചാൽ ആദ്യത്തേക്കാളും പരിതാപകരമായ സ്ഥിതി സംജാതമാകുമെന്നും അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തണം.

8. പൂർണ്ണമദ്യവിമുക്തി മരുന്നിലൂടെയല്ല, അവരുടെ തീരുമാനങ്ങളിലും ചിന്തയിലും മാറ്റംവരുത്തുന്നതിലൂടെ മാത്രമേ ലഭിക്കുകയുള്ളൂയെന്നു് അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുക. ഇതിനായി ആൽക്കഹോളികു് അനോനിമസു് സംഘടനയുമായി ബന്ധപ്പെടേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത അവരെ പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കുക. ശാന്തിയും സമാധാനവും സന്തുഷ്ടിയും സന്തോഷവും ലഭിക്കാനുള്ള ഒരു കുറുക്കുവഴിയാണു് ഈ സംഘടനയെന്നും പരിപൂർണ്ണമദ്യവിമുക്തി ഈ കൂട്ടായ്മയിലൂടെ സാധ്യമാണെന്നും അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുക.

## കൗൺസിലിംഗിനു് അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട ചില പൊതുതത്ത്വങ്ങൾ

രണ്ടു വ്യക്തികളും തമ്മിൽ വിശ്വാസത്തിലും പരസ്പരബഹുമാനത്തിലും അധിഷ്ഠിതവും, ധാരണയോടുകൂടിയതും, രഹസ്യസ്വഭാവത്തോടുകൂടിയുള്ളതുമായ സംഭാഷണമാണു് കൗൺസിലിംഗു്. കൗൺസിലിംഗിനു് വിധേയനാകുന്ന വ്യക്തിയുടെ ജീവിതത്തിനു് ഒപ്പാനും പദ്ധതിയും ലക്ഷ്യബോധവും പ്രദാനംചെയ്യുകയാണു് കൗൺസിലിംഗിന്റെ വിജയം. ഏറിയപങ്കും കൗൺസിലിംഗിനു് വിധേയനാകുന്ന വ്യക്തിയുടെ ആഗ്രഹത്തേയും താത്പര്യത്തേയും പരിഗണിച്ചായിരിക്കും നിലകൊള്ളുക. ചുരുക്കിപ്പറഞ്ഞാൽ മദ്യം നിറുത്താനായുള്ള യഥാർത്ഥ ആഗ്രഹത്തെ ആശ്രയിച്ചായിരിക്കും കൗൺസിലിംഗിന്റെ വിജയം. മറ്റുള്ളവരുടെയോ സാഹചര്യത്തിന്റെയോ മാത്രം സമ്മർദ്ദത്തിനു വഴങ്ങി കൗൺസിലിംഗിനു വിധേയനാകുന്ന വ്യക്തിയിൽനിന്നു കാര്യമായി പ്രതീക്ഷിച്ചിട്ടാവശ്യമില്ല.

ഒരു വ്യക്തിക്കു മദ്യവിമുക്തനാകാൻ യഥാർത്ഥത്തിൽ ആഗ്രഹം ഉണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്നു മനസ്സിലാക്കാൻ താഴെ കൊടുത്തിട്ടുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ ഉപകാരപ്രദമായിരിക്കും:

1. മദ്യപാനം അവരുടെ ജീവിതത്തിൽ ഒരു പ്രശ്നമായി അനുഭവപ്പെടുന്നുണ്ടോ?
2. മദ്യം അവരുടെ ജീവിതത്തിൽ ഒരു പ്രശ്നമാണോ പരിഹാരമാണോ?
3. ലഹരിയുടെ അടിമയെന്ന നിലയിൽ മദ്യപൻ നിസ്സഹായനും തന്റെ പ്രശ്നങ്ങളിൽനിന്നു കരകയറാൻ സഹായം ആഗ്രഹിക്കുന്നവനുമാണോ?
4. ഏതു തരത്തിലുള്ള സഹായമാണു് അവർ ആഗ്രഹിക്കുന്നതു്?
5. ഈ സമയത്തു് സഹായം അഭ്യർത്ഥിച്ചുവരുവാൻ എന്തെങ്കിലും കാരണമുണ്ടോ?
6. അവനെ നിർബ്ബന്ധിച്ചു കൗൺസിലിംഗിനു് കൊണ്ടുവന്നതാണോ?
7. വ്യക്തിഗതവും കുടുംബപരവും സമൂഹപരവുമായ സന്ദർഭങ്ങൾക്കു് വഴങ്ങിയാണോ അയാൾ കൗൺസിലിംഗിനു വന്നിരിക്കുന്നതു്?

കൗൺസിലിംഗിനു് വന്നിരിക്കുന്നതു് തികഞ്ഞ ഗൗരവത്തോടും, ഉത്തരവാദിത്വത്തോടും കൂടിയാണോ അല്ലയോ എന്നു മുകളിൽ കൊടുത്തിട്ടുള്ള ചോദ്യങ്ങൾക്കു് ലഭിക്കുന്ന മറുപടിയിൽനിന്നും ഏകദേശം മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കും.

**ഒരു കൗൺസിലറിനു് അത്യാവശ്യംവേണ്ട യോഗ്യതകൾ**

വിദ്യാഭ്യാസയോഗ്യതകൾക്കു് ഉപരി താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന മനോഭാവങ്ങളും കഴിവുകളും കൗൺസിലറിനു് ഉണ്ടായിരിക്കണം.

1. കൗൺസിലർ സ്നേഹസമ്പന്നനും പ്രതീക്ഷയുള്ളവനുമായിരിക്കണം.

2. മറ്റുള്ളവരെ ശ്രവിക്കാൻ കഴിവുള്ളവനും അതിൽ പ്രായോഗികജ്ഞാനവും പരിചയവും ഉള്ളവനായിരിക്കണം.

3. കൗൺസിലിംഗിനു വരുന്നവർ ഉപയോഗിക്കുന്ന വാക്കുകളുടെയും പ്രയോഗങ്ങളുടെയും പൊരുൾ മനസ്സിലാക്കാൻ പ്രാപ്തനായിരിക്കണം.

4. വാക്കിലും പെരുമാറ്റത്തിലും ജീവിതത്തിലും സത്യസന്ധനും നേർപോക്കുകാരനുമായിരിക്കണം.

5. നിഷേധാത്മകവീക്ഷണം പരമാവധി ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധാലുവായിരിക്കണം.

6. കൗൺസിലിംഗിനു് വരുന്നവർക്കു് ഒരു വിധത്തിലും ഭയമുളവാകുന്ന രീതിയിൽ സംസാരിക്കുകയോ പ്രവർത്തിക്കുകയോ ചെയ്യാത്ത വ്യക്തിയായിരിക്കണം.

7. കൗൺസിലിംഗിലൂടെ പ്രശ്നങ്ങളെ വിശകലനംചെയ്യാനും മനസ്സിലാക്കാനും കഴിവുള്ളവനായിരിക്കണം.

8. കൗൺസിലർ തുറന്ന മനഃസ്ഥിതിയുള്ളവനായിരിക്കണം.

9. കൗൺസിലിംഗിലൂടെ വികാരങ്ങളെയും പ്രശ്നങ്ങളെയും കൃത്യമായും ആർദ്രതയോടെയും മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിവുള്ളവനായിരിക്കണം.

10. മുൻവിധി കൂടാതെ ഊഷ്മളമായി കൗൺസിലിയെ സ്വീകരിക്കുന്നവനും അംഗീകരിക്കുന്നവനുമായിരിക്കണം.

11. ആസക്തിക്കു് അടിമയായ വ്യക്തിയുടെ ചിന്താരീതികളെയും വികാരങ്ങളെയും ഉൾക്കൊള്ളാൻ സാധിക്കുന്നവനായിരിക്കണം.

12. ഉപാധികളും കൂടാതെ പരമാവധി കൗൺസലിയുമായി സഹകരിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നവനായിരിക്കണം.

**കൗൺസിലിംഗിന്റെ ലക്ഷ്യങ്ങൾ**

1. പ്രയാസങ്ങളെയും പ്രതിബന്ധങ്ങളെയും അതിജീവിച്ചു് ജീവിതത്തിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം സ്വയം ഏറ്റെടുക്കാൻ വ്യക്തിയെ പ്രാപ്തനാക്കുക.

2. മനോഭാവങ്ങളിലും പെരുമാറ്റങ്ങളിലും ക്രിയാത്മകമായ മാറ്റംവരുത്തുക.

3. കൃത്യനിഷ്ഠയോടുകൂടിയ ദിനചര്യ അനുഷ്ഠിക്കാൻ വ്യക്തിയെ ഒരുക്കുക.

4. വ്യക്തിയുടെ അപകർഷതയേയും ആത്മനിന്ദയേയും മാറ്റി താൻ നിരവധി കഴിവുകളുടെയും സിദ്ധികളുടെയും ഉടമയാണെന്ന ബോധംവരുത്തുക.

5. മറ്റുള്ളവരുമായി ഇടപഴകുന്നതിനും ആശയവിനിമയം നടത്തുന്നതിനും ആവശ്യമായ കഴിവുകൾ വളർത്തിയെടുക്കുക.

6. മറ്റുള്ളവരോട് തുറന്ന സംസാരിക്കാനും പങ്കുവെയ്ക്കാനും സഹകരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കാനും വിട്ടുവീഴ്ചാമനോഭാവം കാണിക്കാനും വ്യക്തിയെ ഒരുക്കുക.

7. മദ്യപനെ, നഷ്ടപ്പെട്ട സമൂഹജീവിതത്തിലേയ്ക്ക്, കുടുംബ ജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് തിരിച്ചുകൊണ്ടു വരിക.

8. തുടർന്നുള്ള ജീവിതത്തിൽ വായിക്കാനും പഠിക്കാനും അറിവു സമ്പാദിക്കാനും വ്യക്തിക്കു് ഉൽക്കാഴ്ചയും പ്രേരണയും നല്കുക.

9. മറ്റുള്ളവരോടുള്ള വിദ്വേഷം, പക, നീരസം മുതലായ നിഷേധാത്മകവികാരങ്ങളെ മാറ്റിയെടുക്കാൻ സഹായിക്കുക.

10. ജീവിതനൈരാശ്യങ്ങളേയും ഇച്ഛാഭംഗങ്ങളേയും പരാജയങ്ങളെയും സ്വീകരിക്കാനും അംഗീകരിക്കാനും പരിശീലിപ്പിക്കുക.

11. അപകടവും വികാരപരവുമായ പെരുമാറ്റരീതികളെ തിരുത്തി പക്വമായ വ്യക്തിത്വത്തിലേയ്ക്ക് നയിക്കുക.

12. തന്റെ പ്രശ്നങ്ങളിൽനിന്നും വിട്ടുമാറി മറ്റുള്ളവരുടെ പ്രശ്നങ്ങളെ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക.

13. കുറ്റബോധത്തിൽനിന്നും യഥാർത്ഥമായ പശ്ചാത്താപത്തിലേയ്ക്ക് നയിക്കുക.

14. തന്റെ പരിമിതികളെ മറികടന്ന് പരമാവധി തന്റെ വ്യക്തിത്വം വികസിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കുക.

15. പരിപൂർണ്ണമദ്യവിമുക്തി സാധ്യമാണെന്നും അതിനുള്ള കഴിവും ഉത്തരവാദിത്വവും വ്യക്തിക്കുണ്ടെന്നും ആവത്തി ച്ചാവത്തിച്ചു് ഓർമ്മിപ്പിക്കുക.

16. അനുഭവത്തിൽനിന്നും പഠിച്ചു പുത്തൻപ്രതിജ്ഞകളും എടുക്കാനും അവ വിശ്വസ്തതയോടെ പാലിക്കാനും സഹാ യിക്കുക.

## മദ്യവിമുക്തന്റെ പ്രതിജ്ഞകൾ

1. ഇന്നുവരെ ഞാൻ മദ്യത്തിനു് അടിമയായിരുന്നു. ഞാൻ സ്വയം വിലകൊടുത്തു വാങ്ങിയ രോഗത്തിന്റെ അടിമ.
   — ഇന്നുമുതൽ ഞാൻ മദ്യവിമുക്തനായിരിക്കും.

2. ഇന്നുവരെ എന്റെ കുടുംബജീവിതം നരകതുല്യവും എന്റെ വ്യക്തിബന്ധങ്ങളും ശിഥിലവുമായിരുന്നു.
   — ഇന്നുമുതൽ എന്റെ കുടുംബജീവിതം സ്വർഗ്ഗതുല്യവും എന്റെ വ്യക്തിബന്ധങ്ങളും പവിത്രവുമായിരിക്കും.

3. ഇന്നുവരെ ഞാൻ അധമവാസനകളുടെയും തോന്നല്യകള ടെയും വൈകാരികനൈമിഷികസന്തോഷങ്ങളുടെയും അടിമയായിരുന്നു.
   — ഇന്നുമുതൽ ഞാൻ അധമവാസനകളുടെയും തോന്നല്യക ളുടെയും വൈകാരികനൈമിഷികസന്തോഷങ്ങളുടെയും അടിമയല്ല. യാഥാർത്ഥ്യബോധത്തോടെ ജീവിതത്തെ അഭിമുഖീകരിക്കാനും പക്വതയോടെ കാര്യങ്ങളും മന സ്സിലാക്കാനും, യുക്തമല്ലാത്തവയെ നിഷേധിക്കാനും വേണ്ടെന്നുവെയ്ക്കാനും എനിക്കു സാധിക്കും.

4. ഇന്നുവരെ അകാരണമായ ഭയത്തിനും കുറ്റബോധത്തിനും നിരാശയ്ക്കും ഞാൻ അടിമയായിരുന്നു.
   — ഇന്നുമുതൽ ഭയംവെടിഞ്ഞു കുറ്റബോധങ്ങളിൽനിന്നു മുക്തിനേടി ശുഭാപ്തിവിശ്വാസിയായി ഞാൻ ജീവിക്കും.

5. ഇന്നുവരെ എന്റെ ജീവിതത്തിനു ലക്ഷ്യബോധമോ അർത്ഥമോ ഉണ്ടെന്നു ഞാൻ ഗ്രഹിച്ചിരുന്നില്ല.
   — ഇന്നുമുതൽ എന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം ഗ്രഹിച്ചു പ്രതീക്ഷയോടെ ജീവിക്കും.

6. ഇന്നുവരെ ഞാൻ നിരാശയും പ്രലോഭനങ്ങളും തഴക്ക ദോഷങ്ങളും അടിമയായിരുന്നു.
— ഇന്നുമുതൽ ഞാൻ പ്രതീക്ഷയുള്ളവനും എന്റെ ബന്ധ നങ്ങളിൽനിന്നു മോചിതനും ആയിരിക്കും.

7. ഇന്നുവരെ ഞാൻ എന്റെ ഭാര്യയുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ മാതാ പിതാക്കളുടെ വേദനകളും മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിവില്ലാത്ത വനായിരുന്നു.
— ഇന്നുമുതൽ എന്റെ പ്രിയപ്പെട്ടവരുടെ വേദനകളും എന്റെ വേദനകളുംതന്നെയായിരിക്കും.

8. ഇന്നുവരെ ഞാൻ വാക്കുപാലിക്കാത്തവനും കളവുപറയുന്ന വനും കളവുപ്രവർത്തിക്കുന്നവനും മറ്റുള്ളവരെ ഉപദ്രവിക്ക ന്നവനും അവിശ്വസ്തനുമായിരുന്നു.
— ഇന്നുമുതൽ ഞാൻ ദൈവത്തിന്റെയും മനുഷ്യരുടെയും മുൻപിൽ വാക്കുപാലിക്കുന്നവനും സത്യസന്ധനും മറ്റു ള്ളവർക്ക് നന്മചെയ്യുന്നവനും മറ്റുള്ളവരുടെ നന്മയിൽ സന്തോഷിക്കുന്നവനും ആയിരിക്കും.

9. ഇന്നുവരെ ഞാൻ സ്വാർത്ഥനും ദുരഭിമാനിയും ആത്മവഞ്ച നനടത്തുന്നവനുമായിരുന്നു.
— ഇന്നുമുതൽ ഞാൻ സ്വാർത്ഥതവെടിഞ്ഞ് ആത്മാഭിമാ നത്തോടെ ജീവിക്കും.

10. ഇന്നുവരെ എന്റെ സുഖപ്രശ്നങ്ങളും ഏകപരിഹാരം മദ്യമായിരുന്നു.
— ഇന്നുമുതൽ എന്റെ സുഖപ്രശ്നങ്ങൾക്കുമുള്ള ഏക പരിഹാരം ദൈവവും അവിടുത്തെ കല്പനകളുടെ അനു സരണവുമായിരിക്കും.

11. ഇന്നുവരെ ഞാൻ എന്നിൽതന്നെ ആശ്രയിച്ചു.
— ഇന്നുമുതൽ ഞാൻ എന്നിൽമാത്രം ആശ്രയിക്കാതെ എന്റെ ആശ്രയം ദൈവത്തിലും സഹോദരങ്ങളിലുമായി രിക്കും. ○


S. H. MONASTERY, THEVARA
6037-(3)
LIBRARY
ACHARYA PALACHAL JEEVASS KENDRAM
LIBRARY
18311
ALWAYE

# PHYCHO SOCIAL CONTRIBUTIONS TO ALCOHOLISM

ഗ്രന്ഥകർത്താ :

**ഡോ. തോമസ് അമ്പൂക്കൻ** സി. എം. ഐ.

മദ്യത്തിനേറെയും മയക്കുമരുന്നുകളുടേയും
സംഹാരതാണ്ഡവങ്ങളിൽ മയങ്ങിവീഴുന്ന
മനുഷ്യമനസ്സുകളിലേയ്ക്കൊരു പ്രവേശിക.

ഒരു ദശകത്തിനിടയിൽ താൻ കണ്ടുമുട്ടിയ
അനേകം ഹതഭാഗ്യരുടെ ദുരന്തഹേതു-
കങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഡോ. അമ്പൂക്കൻ നടത്തുന്ന
പഠനാത്മകവിശകലനങ്ങൾ.

ലബ്ധപ്രതിഷ്ഠരായ പണ്ഡിതരുടേയും
ശാസ്ത്ര-തത്ത്വദർശികളുടേയും
സാധനസമീക്ഷകളെ ആധാരമാക്കിയുള്ള
പാഠഭേദങ്ങൾ.

ഈ നൂറ്റാണ്ട് സമ്മാനിച്ച ഏറ്റം
വലിയ വിപത്തിനെക്കുറിച്ചുള്ള
ആധികാരികഗവേഷണഗ്രന്ഥം.

**വില : 300രൂ., $\frac{1}{8}$ഡെമ്മി,**
**പേജ് 300ൽപരം, (20% കിഴിവ്)**
**ആകർഷകമായ കവർപേജ്,**
**ഡീലക്സ് ബൈൻഡിങ്ങ്**