ഡോ. സുസൻ കോരുത്
PhD,MSc,MSW,MBA
http://www.drsusankoruthu.com

കൗൺസിലിംഗ്
22

പങ്കാളിയുടെ ഗുപ്തമായ സ്വഭാവ വൈകല്യങ്ങൾ

നിങ്ങളെ പഴിചാരുന്ന രീതിയിലുള്ള സംസാരവും പെരുമാറ്റവും
മറ്റുള്ളവരുടെ മുൻപിൽ നിങ്ങളെ മോശക്കാരാക്കി സ്വയം നല്ലവരാക്കി അവതരിപ്പിക്കുക
സ്വന്തം തെറ്റിനെ ചെറുതാക്കിയും നിങ്ങളുടെ തെറ്റിനെ പർവ്വതീകരിച്ചും കാണിക്കുക
നിങ്ങളുടെ വികാര വിചാരങ്ങളെ നിസ്സാരവൽക്കരിക്കുകയോ, തിരസ്കരിക്കുകയോ ചെയ്യുക.
അനിയന്ത്രിതമായ വികാര പ്രകടനങ്ങൾ ഒന്നുകിൽ ആശാന്റെ നെഞ്ചത്ത് അല്ലെങ്കിൽ കളരിക്ക് പുറത്ത് എന്ന രീതിയിലുള്ള സമീപനങ്ങൾ.

ജീവിതത്തിൽ മറ്റുള്ളവരിൽനിന്നും ഏതെങ്കിലുമൊക്കെ തരത്തിൽ വിഷമം നേരിടാത്തവർ ഉണ്ടാവുകയില്ല. എന്നാൽ മറ്റുള്ളവരെ വിഷമിപ്പിക്കുന്നതും മാനസികമായി പീഡിപ്പിക്കുന്നതും ഒരു പ്രത്യേക അനുഭൂതിയായി കരുതുന്ന ചില വ്യക്തിത്വ വൈകല്യങ്ങളെക്കുറിച്ചും അവയെ മനസ്സിലാക്കി എങ്ങിനെ ജീവിക്കാമെന്നും നമുക്കൊന്ന് പരിശോധിക്കാം.

നാമെല്ലാവരും ജന്മനാ ലഭിച്ച സ്വഭാവത്തെ, പരിപോഷണം, ശിക്ഷണം, അഭ്യാസനം എന്നീ പ്രക്രിയകളിലൂടെ ആകാരമേകിയാണ് നമ്മുടെ വ്യക്തിത്വത്തെ രൂപവത്കരിക്കുന്നത്. എല്ലാവരും അതുകൊണ്ടു തന്നെ വ്യത്യസ്തരുമാണ്. എല്ലാവരുടെയും ഉള്ളിൽ നന്മയും വൈകല്യങ്ങളും, വൈകൃതങ്ങളും കുടികൊള്ളുന്നുണ്ട്. ഒരാളുടെ ശരിയായ സ്വഭാവം സ്വന്തം വീട്ടിൽ ഏറ്റവും സ്വാതന്ത്ര്യമുള്ള വ്യക്തികളുടെ അടുത്തായിരിക്കും വെളിപ്പെടുകയെന്ന് നാം ഇതിനു മുൻപുള്ള ലക്കങ്ങളിൽ നിന്നും മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നല്ലോ. നമ്മൾ ആരാണ് എന്നത് നാം രഹസ്യത്തിൽ ചെയ്യുന്ന കാര്യങ്ങളിൽ നിന്നുമാണ് വെളിവാകുന്നത്. മനുഷ്യന് പ്രകൃതി നൽകിയിട്ടുള്ള ഒരു പ്രത്യേക കഴിവാണ് ഉള്ളിൽ ഒന്നു വച്ചുകൊണ്ട് പുറമെ മറ്റൊരു രീതിയിൽ പെരുമാറാൻ കഴിയുകയെന്നത് . ഈ ഒരു കഴിവാണ് പീഡകർ വിജയകരമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഒരിക്കലും പീഡകർ തങ്ങളുടെ യഥാർത്ഥ സ്വഭാവം വെളിപ്പെടുത്തുകയില്ല. അതിന് ഒരു ഉത്തമ ഉദാഹരണമാണ് പെഡോഫിൽസ് അതായത് കുട്ടികളെ അതും 1 2 വയസിനു താഴെയുള്ളവരെ ലൈംഗീകമായി പീഡിപ്പിക്കുന്നവർ. ഇവർ വളരെ സൗമ്യമായി ഇടപെടുന്നവരും, നല്ല ബാഹ്യമായ പെരുമാറ്റമുള്ളവരും, പരസഹായികളും, അതുപോലെതന്നെ സാമൂഹിക പ്രതിപത്യതയുള്ള ജോലികളിൽ ഉള്ളവരുമായിരിക്കും. ഉദാഹരണത്തിന് പുരോഹിതർ, പണ്ഡിതർ, ഗുരുക്കന്മാർ, സാമൂഹ്യ സേവകർ, രാഷ്ട്രീയ നേതാക്കൾ. ആരും കണ്ണുമടച്ചു വിശ്വസിച്ചുപോകുംവിധമായിരിക്കും ഇവരുടെ ഇരകളോടും അവരുടെ ബന്ധുക്കളോടുമുള്ള ഇടപെടലുകൾ. ഒരിക്കലും ഇവരുടെ ഉള്ളിലുള്ള വികൃതങ്ങളെ ഒരു തരത്തിലും പുറത്തറിയാത്തവിധം കൈകാര്യം ചെയ്തുകൊണ്ടു പോകാൻ ഇവർക്കറിയാം. അതുകൊണ്ടാണ് കുട്ടികളോട് ആരുടെയും കൂടെ ഒറ്റക്ക് അടുത്തിടപെഴക്കരുത് എന്ന് പറയുന്നത്. ഒരു വ്യക്തികളുമായിട്ടും ശാരീരികമായി കൂടുതൽ അഗാധമായി പെരുമാറാതിരിക്കാൻ പണ്ടുള്ളവർ പറഞ്ഞിരുന്നത്. ഇന്നതൊക്കെ വെറുംവാക്കായി കരുതുന്നവർ ഓർമ്മിക്കേണ്ട കാര്യമാണ് പീഡകരെ ഒരിക്കലും നമ്മുക്ക് പെട്ടെന്ന് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുകയില്ല എന്നുള്ളത്. പുറമെ അവർ വളരെ ബഹുമാന്യമായ രീതിൽ വസ്ത്രധാരണം ചെയ്യുകയും, സുമുഖരും, വാക്ചാതുര്യമുള്ളവരും ആയിരിക്കും ആയതുകൊണ്ടുതന്നെ ആരെയും കണ്ണുമടച്ചു വിശ്വസിക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. ഇനി വിവാഹ ജീവിതത്തിൽ നിങ്ങൾ പലപ്പോഴും പീഡകരുടെ കൈയിൽ അകപ്പെടാനുള്ള സാധ്യത വളരെയേറെയുണ്ട്. ഇരകൾക്കു വിദ്യഭ്യാസം, സാമ്പത്തിക അടിത്തറ അല്ലെങ്കിൽ ഉയർന്ന ജോലി എന്നുള്ളതൊന്നും പീഡകർക്ക് പ്രശ്നമല്ല. അവർക്കു തങ്ങളുടെ വൈകാരികവും, മാനസികവും, ചിലപ്പോൾ ശാരീരികവുമായ പീഡനങ്ങൾ തന്മയത്തമായി ചെയ്യുവാൻ മിടുക്കുണ്ട്. നിങ്ങൾ ഒരുവിധത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ അവരുടെ ആസൂത്രണം ചെയ്യപ്പെട്ട ഇരകളായി തീരുന്നു.

അപ്രകാരമുള്ള ഒരു വ്യക്തിത്വ വൈകൃതമാണ് നർസിസിസ്റ്റിക് പേഴ്സണാലിറ്റി ഡിസോർഡർ. ഇവർ പൊതുവെ സുമുഖരായിരിക്കും. ഇവർ തങ്ങളുടെ അന്തസ്സുറ്റ പെരുമാറ്റം കൊണ്ട് മറ്റുള്ളവരുടെ മനം കവരുന്നവരായിരിക്കും. തങ്ങളുടെ വ്യക്തിപ്രഭാവത്തിൽ മതിമറക്കുന്നവരാണിവർ. എന്നാൽ ഇവരുടെ ജീവിതപങ്കാളിയുടെ ജീവിതം നരകതുല്യമായിരിക്കും. അങ്ങാടിയിൽ തോറ്റതിന് അമ്മയോട് എന്ന് കേട്ടിട്ടില്ലേ. പുറത്തു ആരോടും മാന്യത വിട്ടു പെരുമാറുകയില്ല എന്നാൽ പങ്കാളിയെ ഇട്ടു പന്ത് തട്ടുന്ന പോലെ തട്ടുമിവർ. തങ്ങളുടെ സമ്മിശ്ര വികാരങ്ങളിലൂടെയുള്ള പെരുമാറ്റത്തിലൂടെ ഇരകളിൽ ആശയകുഴപ്പമുണ്ടാക്കുന്നവരാണിവർ. ചില സമയത്ത് തങ്ങളുടെ പങ്കാളിയെ സ്നേഹം കൊണ്ട് വീർപ്പുമുട്ടിക്കും. ഇനി ചില സമയങ്ങളിൽ പങ്കാളിക്കില്ലാത്ത കുറ്റങ്ങളുണ്ടാവുകയില്ല. ഇനി ചിലസമയങ്ങളിൽ ഇവർ മൗനവ്രതത്തിലാകും. തങ്ങൾക്കനുകൂലമല്ലാത്ത എന്ത് കാര്യവും തങ്ങളുടെ പങ്കാളിയുടെ തലയിൽ കെട്ടിവെക്കാൻ സമർത്ഥരാണിവർ. ഉദാഹരണത്തിന്, ഇവർ വിവാഹേതര ബന്ധത്തിൽ പിടിക്കപ്പെട്ടാൽ പറയുക പങ്കാളി ശരിയായി സഹകരിക്കാത്തതുകൊണ്ടാണ് എന്നോ ഇനി സഹകരിക്കുന്ന പങ്കാളിയാണെങ്കിൽ എന്നെ എന്തുകൊണ്ട് ഉപദേശിച്ചു തടുത്തു നിർത്തിയില്ല എന്നൊക്കെ പ്പറഞ്ഞ് പങ്കാളിയുടെമേൽ താൻചെയ്ത തെറ്റിന്റെ ബാധ്യത ഇടുകയെന്നത് ഇവരുടെ മാത്രം മിടുക്കാണ്. തങ്ങളുടെ കാര്യം സാധിച്ചെടുക്കുന്നതു വരെ നിങ്ങളോടു സ്നേഹത്തിലും കരുതലോടു കൂടിയും ഇടപെടുകയും കാര്യസാധ്യത്തിനുശേഷം വീണ്ടും പഴയപടി പെരുമാറുക എന്നത് ഇവരുടെ സ്വഭാവ രീതിയാണ്. പാലം കടക്കുവോളം നാരായണ നാരായണ പാലം കടന്നാൽ കൂരായണ എന്ന രീതിയാണിവരുടെ. നിങ്ങൾക്കു ഒരു വിധത്തിലും സ്വാതന്ത്ര്യം അനുവദിക്കാത്തവരാണിവർ. നിങ്ങളുടെ ഓരോ കാര്യങ്ങളിലും വളരെ ശ്രദ്ധാലുക്കളായിരിക്കും. നിങ്ങൾ ആദ്യമൊക്കെ വിചാരിക്കും സ്നേഹം കൊണ്ടാണെന്ന്. നിങ്ങളുടെ ജോലിക്കാര്യങ്ങളിൽ, കൂട്ടുകാരുമായുള്ള ബന്ധങ്ങളിൽ, വീട്ടുകാര്യങ്ങളിൽ, പണം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിൽ, നിങ്ങളുടെ ബന്ധുക്കളുമായുള്ള ബന്ധങ്ങളിൽ, ഭക്ഷണകാര്യങ്ങളിൽ, നിങ്ങളുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ എല്ലാം ഇവർ വളരെ ശ്രദ്ധാലുക്കളായിരിക്കും. അങ്ങിനെ ഇവർ നിങ്ങൾ പോലുമറിയാതെ നിങ്ങളുടെ ഇഷ്ടങ്ങളെയും രീതികളെയും ഇവരുടെ രീതിക്കനുസരിച്ചാക്കിയെടുക്കുന്നു. അങ്ങിനെ ഇവരുടെ ഇഷ്ടങ്ങൾക്കനുസരിച്ചു നിങ്ങൾ മാറിക്കഴിയുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്ക് ഒരു വിധേയന്റെ വ്യക്തിത്വം രൂപപ്പെടുകയും നിങ്ങൾ അപ്രകാരം ജീവിക്കാൻ ശീലിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ആരെങ്കിലും ഇവരെ കുറ്റപ്പെടുത്തുന്നതു ഇവരിൽ ഈർഷ്യയുണ്ടാക്കും. അവരോടു ഇവർക്ക് ഒരു വൈരാഗ്യപരമായ പെരുമാറ്റമായിരിക്കും. ഇവരുടെ പങ്കാളിയുടെ അവസ്ഥ കൈച്ചിട്ടിറക്കാനും വയ്യ മധുരിച്ചിട്ട് തുപ്പാനും വയ്യ എന്ന അവസ്ഥയായിരിക്കും കാരണം പുറമെ നല്ലവരും, അതുപോലെ ചില കാര്യങ്ങളിൽ വളരെ നല്ല പെരുമാറ്റമുള്ളവരും ആയിരിക്കും എന്നാൽ ഭൂരിപക്ഷ സമയവും പങ്കാളിയിൽ ഭയവും, ഉത്കണ്ഠയും, വേവലാതിയുമായിരിക്കും ഇവർ സൃഷ്ടിക്കുക. ഇവരുടെ പെരുമാറ്റം പലപ്പോഴും പ്രവചനാതീതമായിരിക്കും. തങ്ങളുടെ ഈഗോയെ ഏറ്റവും ഉയരത്തിൽ നിലനിർത്താൻ പാടുപെടുന്നവരാണിവർ. തങ്ങളുടെ ഈഗൊക്കു ഏതെങ്കിലും വിധത്തിൽ കേടു വരുത്തുന്നവരെ ഇവർ ചിത്രവധം ചെയ്യുക സ്വാഭാവികമാണ്. ഇരകളായ പങ്കാളികൾ ആയിരിക്കുന്ന വിചിത്രമായ ഒരു ചക്രവ്യൂഹമാണ് തങ്ങളുടെ ചുറ്റും തൻറ്റെ പീഡകനായ പങ്കാളിയെ പുകഴ്ത്തിപ്പറയുന്നവരുടെ ബഹുസാന്നിധ്യം. ഇരകൾ പറയുന്നത് മറ്റാരും വിശ്വസിക്കാത്തവിധമാണ് തങ്ങളുടെ ബാഹ്യമായ വ്യക്തിത്വത്തെ ഇവർ നിലനിർത്തിക്കൊണ്ടു പോരുന്നത്. നിങ്ങളുടെ പങ്കാളിയിൽനിന്നും ഇത്തരത്തിലുള്ള പെരുമാറ്റങ്ങളുണ്ടാവുകയാണെങ്കിൽ അവർക്കു നർസിസിസ്റ്റിക് പേഴ്സണാലിറ്റി ഡിസോർഡർ ഉണ്ട് എന്ന് അനുമാനിക്കാം. ഇതിൽ വിവിധ തലങ്ങളുണ്ട്.

ചിലരെ നമ്മുക്ക് കൈകാര്യം ചെയ്തുകൊണ്ട് പോകാൻ സാധിക്കും അവർ തീവ്രത കുറഞ്ഞ വിഭാഗത്തിൽ പെടുന്നവരാണ്. എന്നാൽ തീവ്രമായ പെരുമാറ്റ വൈകൃതമുള്ളവരുടെ കൂടെ ജീവിക്കുക പ്രയാസമെന്നല്ല ജീവനുതന്നെ ഭീഷണിയായേക്കാവുന്നതാണ്. നിങ്ങൾ തിരിച്ചറിയണം നിങ്ങൾ ഇവരുടെ ഇരയാണെന്ന് എങ്കിൽ മാത്രമേ നിങ്ങൾക്ക് അതിൽനിന്നും രക്ഷനേടാൻ സാധിക്കൂ. അതിനായി നിങ്ങൾ തിരിച്ചറിയേണ്ട ചില വസ്തുതകളാണ്:

നിങ്ങളെ തീർത്തും അവരുടെ അടിമയെപ്പോലെയാക്കുകയാണെങ്കിൽ
നിങ്ങളെ വികാരപരമായ ആശയകുഴപ്പത്തിലാക്കുകയാണെങ്കിൽ
എന്തിനും കുറ്റം നിങ്ങളുടെ മേൽ ചാർത്തുകയാണെങ്കിൽ
നിങ്ങളില്ലാതെ ജീവിക്കാനാവില്ലയെന്നു പറഞ്ഞു നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം വീട്ടിൽപോലും പോകാനോ, താമസിക്കാനോ അനുവദിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ
സഹോദരരോടോ, സുഹൃത്തുക്കളോടോ അടുത്തിടപെഴകാൻ അനുവദിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ
അവരുടെ വൈകാരികപരമായ അവസ്ഥക്കനുസരിച്ചു നിങ്ങളെ ഉപയോഗിക്കുകയാണെങ്കിൽ
ചിലപ്പോൾ അതിയായ സ്നേഹം, മറ്റുചിലപ്പോൾ അതിയായ ദ്രോഹം
മറ്റുള്ളവരുടെ മുൻപിൽ ഒരു മുഖം ഒറ്റക്കാകുമ്പോൾ മറ്റൊരു മുഖം
നിങ്ങളെ വിലകല്പിക്കാതെയുള്ള അല്ലെങ്കിൽ പലപ്പോഴും അപമാനിക്കുന്ന വിധമുള്ള സംസാരവും പെരുമാറ്റവും
നിങ്ങളെ പഴിചാരുന്ന രീതിയിലുള്ള സംസാരവും പെരുമാറ്റവും
മറ്റുള്ളവരുടെ മുൻപിൽ നിങ്ങളെ മോശക്കാരാക്കി സ്വയം നല്ലവരാക്കി അവതരിപ്പിക്കുക
സ്വന്തം തെറ്റിനെ ചെറുതാക്കിയും നിങ്ങളുടെ തെറ്റിനെ പർവ്വതീകരിച്ചും കാണിക്കുക
നിങ്ങളുടെ വികാരവിചാരങ്ങളെ നിസ്സാരവൽക്കരിക്കുകയോ, തിരസ്കരിക്കുകയോ ചെയ്യുക.
അനിയന്ത്രിതമായ വികാര പ്രകടനങ്ങൾ
ഒന്നുകിൽ ആശാന്റെ നെഞ്ചത്ത് അല്ലെങ്കിൽ കളരിക്ക് പുറത്ത് എന്ന രീതിയിലുള്ള സമീപനങ്ങൾ.

ഇങ്ങനെയുള്ള അനുഭവങ്ങളുണ്ടാകുമ്പോൾ ഒരു ജീവിതവലോകനം ചെയ്യുന്നത് നന്നായിരിക്കും. നമ്മെ നാം തന്നെ സുക്ഷിക്കണം. നാമെല്ലാം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതും മനസ്സിലാക്കേണ്ടതുമായ കാര്യമാണ് നാമല്ലാതെ വേറാരും നമുക്കില്ല എന്നുള്ളത്. നമ്മുടെ ഉയർച്ചക്കും, നല്ല ജീവിതത്തിനും വണ്ടിയായിരിക്കാനും നാം മറ്റുള്ളവരുമായി കൂട്ടുകൂടേണ്ടതും സഹകരിക്കേണ്ടതും. സ്വന്തം ജീവിതം ഹോമിച്ചു കൊണ്ട് ദ്രോഹം ചെയ്യുന്ന പങ്കാളികൾക്കും വീട്ടുകാർക്കും വേണ്ടി ജീവിതം ഹോമിക്കരുതെന്നു മാത്രമല്ല. അവരുടെ ദുഷ്പ്രവർത്തികൾ നമ്മെ ബാധിക്കാതിരിക്കാനും നാം ശ്രദ്ധിക്കണം.

അടുത്തയാഴ്ച്ച നിഗൂഢമായ തന്മയിഭാവമുള്ള (ഡാർക്ക് എംപാത്) പങ്കാളികളെപ്പറ്റിയെഴുതാം. കാരണം ദാമ്പത്യ ജീവിതത്തിൽ മാത്രമല്ല ജീവിതത്തിലെ മറ്റു മേഖലകളിലും ഇങ്ങനെയുള്ള പീഡകരെ കാണാൻ സാധിക്കും.

www.morningnewsdaily.org