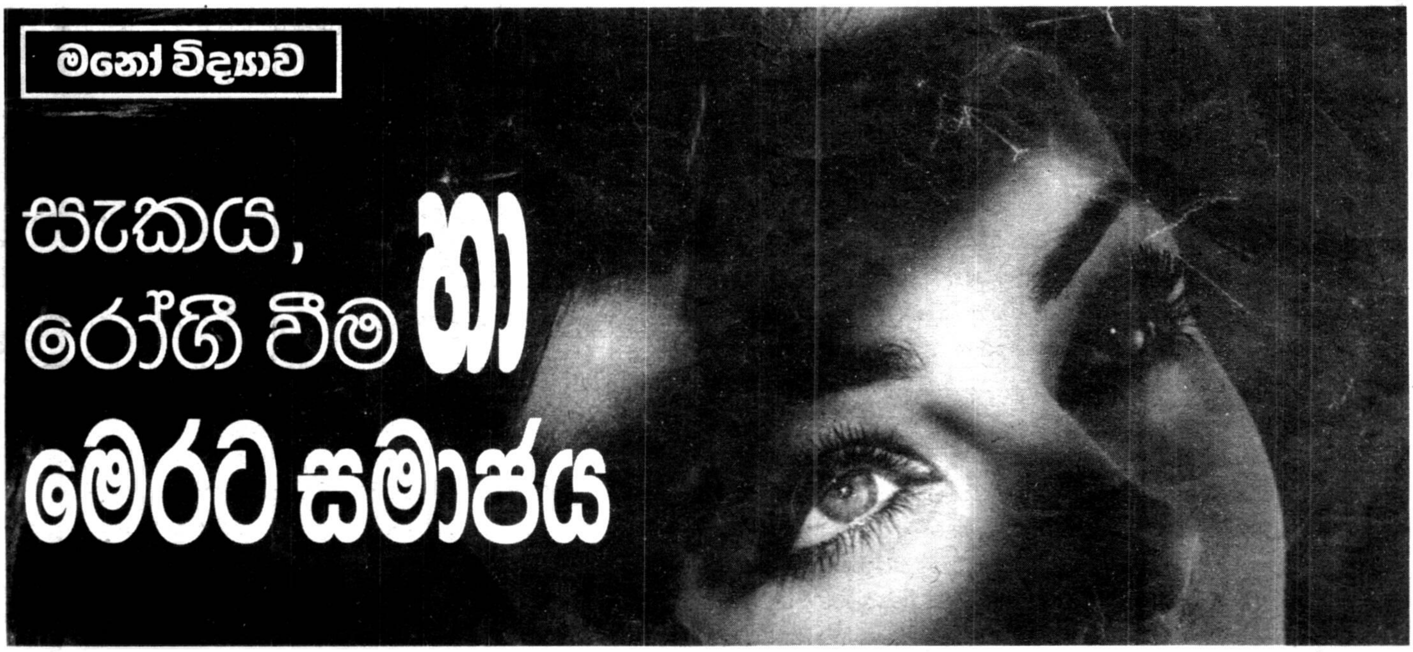

මනෝ විද්‍යාව

සැකය, රෝගී වීම හා මෙරට සමාජය

මනෝ වෛද්‍ය විශේෂඥ

සරත් පඬුවාවල

සැක පහළවීම සාමාන්‍ය දෙයකි. එය බොහෝ-විට අපගේ ආරක්ෂා-වට හේතු වේ. වර්තමානය බෝම්බ බියෙන් යුතු වන අතර ඒ පිළිබඳව ජනයා නිතර අවධාන යෙන් සිටිති. මේ දිනවල පාරේ ගමන් කරන විට හෝ බස් රථයක යන විට හෝ අයි-තිකරුවෙක් නොමැති පාර්සල් ආදිය ගැන සැක පහළ කළ යුතු අතර එය ජීවිතාරක්ෂාවට ද හේතු වේ. මෙවන් දේ ගැන සැක පහළ කිරීම හා ඉන් බියට පත්වීම සාධාරණ ය.

කෙසේ නමුත් සමහරුන් නොයෙකුත් දේ ගැන සාධාරණ නොවන සැක පහළ කිරීම හා බිය-පත්වනවා ද දක්නට ලැබේ. මේ අනවශ්‍ය සැක හා බිය නිසා අසහන යට හා පීඩනයට පත්වී හරියට නොකා නොබී නිදි නොලබා තමන්ගේ එදිනෙද වැඩ කටයුතු අතපසු කරගෙන තම පවුලට හෝ සමාජයට කරදරයක් හිරිහැරයක් වන අයුරින් හෝ කටයුතු කරන්නන් මානසික වශයෙන් රෝගී වූ පුද්-ගලයෝ වෙති.

සාධාරණ නොවන මෙවන් සැක පහළවීම සඳහා විවිධ හේතූන් තිබේ. මෙරට ජනයාගේ සැකයන් සම්බන්-ධයෙන් වන හේතු අතර සම්ප්‍රදායික හැඩගැසීම හා විශ්වාස ඉතා වැදගත් වේ. තමා කෙරෙහි අන් අයගේ අව-ධානය යොමුවීම ඇස්වහ, කටහවහ, හූනියම්, කොඩිවින ආදිය වැදීම විසක් ශරීර ගත කර ඇති බව තම පෙම්වතා හෝ පෙම්වතිය නැත්නම් සැමියා හෝ බිරිඳ වෙනත් අය එනම් විරුද්ධ ලිංගිකයින් හා සබඳතා පවත්වන බව ආදී සැකයන් අතර සුලබව දක්නට ලැබේ. පීඩනෝන්-මාද :(PARANOID)පෞරුෂ ලක්ෂණ සහිත පුද්ගලයින්ගේ මෙවන් ලක්ෂණ බහුලව තිබේ. අසාමාන්‍ය සංවේදන දැනීම සහිතව මානසිකව රෝගී වූ පුද්ගලයන්ගේ මෙවැනි තත්ත්ව නිතර ම දක්නට ලැබේ. තදබල ලෙස මානසිකව රෝගී නොවූවත් සමහරුනට සැක පහළ වන්නෝ තමා අත්විඳින තත්ත්වය ගැන නිවැරදි අවබෝ-ධයක් නොමැතිවීම ය.

මෙරට වැසියන් බොහෝ දෙනෙක් සාම්ප්‍රදයික වශයෙන් සමාජයට නිරාවරණය නොවී හැඩ ගැසීම ආදී හේතූන් නිසා ආත්ම විශ්වාසයෙන් හා ආත්ම ශක්තියෙන් හීන වූ තත්ත්වයන්ගෙන් යුක්තවීම සුලබ කරුණකි. මේ නිසා බොහෝ දෙනෙකුට තමාට රුචි අයුරින් කට-යුතු කර ගැනීම අපහසු වී ඇත. මෙරට වැඩි දෙනෙක් එදිනෙද තමන්ගේ වැඩකටයුතු (කනබොන හැටි අඳින පළඳින හැටි ආදිය) කර ගන්නේ අන් අය ඒ පිළිබඳව කරන විවේචන ආදිය ද සලකා බලමිනි. කෙටියෙන් කිවහොත් ලාංකිකයින් බහුතරයක් තමන්ගේ එදිනෙද කටයුතු කරන්නේ අන් අයට ඕනෑ විධියට ය. සමාජමය කාංසා තත්ත්-වයන්ගෙන් යුත් අය ගෙයින් එළියට බැස ගත් විගස කල්පනා කරන්නේ අන් අය තමා දෙස බලන්නේදැයි හෝ කිහිප දෙනෙක් සිටියහොත් ඔවුන් තමා ගැන කථා කරන්නේ දැයි නැත-හොත් අවඥවෙන් සිනාසෙන්නේදැයි විමසිලිමත් වෙමිනි.

මේ නිසා සමාජ භීතිකාවෙන් පෙළෙන්නවුන් සමාජයට නිරාව-රණය වීමෙන් වලකිති. බොහෝ දෙනෙක් මෙවැනි දේ සැමවිටම සිදු නොවන බව දනිතත් මේ පිළිබඳ අස්වාභාවික විශ්වාසයෙන් යුක්ත වූවෝ ඒ පිළිබඳව තදබල අයුරින් ප්‍රතිචාර දක්වති . එනම් අන් අය තමා දෙස අවඥවෙන් බලා හෝ තමා ගැන නුගුණ කියා සිනාසෙතැයි යන විශ්වාසය කිසිම සැකයකින් තොරව සිත් හි දරා ගෙන ඒ පිළිබ-ඳව අවට සිටින්නන්ගෙන් ප්‍රශ්න කරමින් කලහයට යාම ආදී හැසිරීම් වලින් යුතුවීම ය.

යමෙක් මරණයට පත් කිරීම, රෝගී බවට පත් කිරීම හිත් ගැනීම හෝ හිත් වෙනස් කිරීම ආදී චේතනා-වලින් වස විස ඉනාවන් හෝ "මතුරන ලද" ද්‍රව්‍ය යොදා කෑමට බීමට යම් යම් දේ දීම පිළිබඳ වූ සම්ප්‍රදායික විශ්වා-සයන් අප රටේ සුලබ ය. මානසික පීඩාකාරී හා අසහනකාරී තත්ත්ව-යන් නිසා හෝ වෙනයම් නිදන්ගත ශාරීරික රෝග නිසා හෝ ශරීරයේ පහළවන වේදනා දැවිලි හිරිවැටීම් ආදියෙන් හෝ උමතුරෝග ලක්ෂණ වලින් පෙළෙමින් සිටින අවස්ථාවලදී සමහරු තමන්ට කවුරුන් හෝ කුමක් හෝ කර ඇති බව හෝ විසක් ශරීර-ගත කර ඇති බව හෝ හදි හූනියම් කර ඇති බවට හෝ සැක පහළ කිරීම් නිතර දක්නට ලැ බේ. තරුණ තරුණ තරුණියන්ගේ පෙම් සබඳතාවලදී ඊට නොකැමැති සමහර දෙමව්පියන් සිතන්නේ නැත්නම් සැක පහළ කරන්නේ තම දරුවාට ඉනාවක් දී සිත් පැහැරගෙන ඇති බව ය.

> **මෙරට වැසියන් බොහෝ දෙනෙක් සාම්ප්‍රදායික වශයෙන් සමාජයට නිරාවරණය නොවී හැඩ ගැසීම ආදී හේතූන් නිසා ආත්ම විශ්වාසයෙන් හා ආත්ම ශක්තියෙන් හීන වූ තත්ත්වයන්ගෙන් යුක්තවීම සුලබ කරුණකි. මේ නිසා බොහෝ දෙනෙකුට තමාට රුචි අයුරින් කටයුතු කර ගැනීම අපහසු වී ඇත.**

උග්‍ර මානසික රෝගවලින් පෙළෙන්නන් අසාමාන්‍ය සංවේදන හා අස්වාභාවික විශ්වාසයන් නිසා ඉතා තදින් සැක පහළ කරන අතර ඒ ගැන අන් අයගෙන් ප්‍රශ්න කිරීම කලහයට යාම තම දෙරින් හෝ දන්නා හඳුනන අය දෙන ආහාරපානාදිය පවා භාවිතයෙන් වැළකීම ආදී ලක්ෂණ දක්නට ලැ බේ. මෙවන් අය බොහෝවිට තමන් විසින් ම ආහාර පිළියෙළ කර ගනිති.

අඹුසැමියන් අතර හා පෙමින් වෙළුණු යුවළ අතර එක් අයෙක් අනෙකා වෙනත් ස්ත්‍රී හෝ පුරුෂයන් හෝ සමග සබඳකම් පවත්වන්නේ යයි සැක කර ඒ පිළිබඳ ආරාවුල් ඇති කර ගැනීම් මෙරට සුලබව දක්නට ලැබේ. සමහර අඹුස ැමියන් වෙනත් පුරුෂයින් හෝ ස්ත්‍රීන් සමග සබඳකම් ඇති කර ගන්නා අවස්ථා නිතර දක්නට ලැබෙන අතර ඒ පිළිබඳ රණ්ඩු දබර ඇතිවීම ස්වභාවික ය. මෙහිදී අප කථාබහට ලක්වන්නේ එවන් සිද්ධීන් නොව කිසියම් සාධාරණ හේ තුවක් නොමැතිව සුළු සුළු කරුණු උඩ නිකරුනේ සැක පහළ කිරීම් ගැන ය. මෙම තත්ත්වයන් ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපක්ෂයේ ම දක්නට ලැබෙන අතර ප්‍රතිශතයක් වශයෙන් පුරුෂයින්ගේ වැඩිපුර දක්නට ලැබේ. බටහිර රටවල මෙම තත්ත්වය කලාතුරකින් දක්නට ලැබෙන්නක් ලෙස වාර්තා වී තිබුණ ද මෙරට එම තත්ත්වය සුලබ ය. සමහරවිට ස්ත්‍රීන්ගේ කන්‍යාභාවය පිළිබඳ වැරදි මත මීට මුල් වන බව පෙනේ. විවාහයෙන් පසු ප්‍රථම ලිංගික සම්බන්ධයේ දී ස්ත්‍රියගෙන් රුධිරය ගැලීමක් බොහෝ පුරුෂයින් බලාපොරොත්තු වන අතර එසේ වන්නේ කන්‍යාපටලය තිබුණොත් පමණක් ය යන්න ඔවුහු විශ්වාස කරති. එසේ රුධිරය පිටවීමක් ඇති නොවූ කළ ස්ත්‍රිය කන්‍යාවක් නොවේය. මීට පෙර සම්බන්ධකම් පවත්වා ඇති අයෙක් ය යන සැකය මුල්වරට පුරුෂයාගේ සිතෙහි පහළ විය හැකි ය. සමහර සැමියන් එම අවස්ථාවේ දී ම ඒ ගැන බිරිඳගෙන් ප්‍රශ්න කර කලහයට යන අතර සමහරුන් එය සිත් හි තබාගෙන ඉදිරියට බිරිඳගේ චර්යාවන් දෙස සැකමුසු සිතින් පරීක්ෂාවෙන් සිටිය හැකි ය. ඇය අන් පිරිමින් හා කථා කිරීම පවා ඔහුගේ සැකයට තුඩුදෙනවා ඇත. මේ අයුරින් මෙම සැකය අස්වාභාවික විශ්වාසයක් දක්වා වර්ධනය වීමට පුළුවන. කන්‍යාභාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න නොවූවත් විවාහ වී අවුරුදු කිහිපයකට පසුව ද මෙවැනි තත්ත්ව හටගත හැකි ය. සමාජශීලී නොවන පුරුෂයෙන් හා ඉතා සමාජශීලී බිරිඳන් අ තර මෙවන් ගැටළු පැන නැගීමට පුළුවන. තවත් උදාහරණයක් වන්නේ විරූපී පුරුෂයෙක් හා රූමත් බිරිඳක් අතර හෝ ලිංගික වශයෙන් බෙලහීන පුරුෂ යෙක් හා තම බිරිඳ අතර මෙවන් තත්ත්ව හැටගැනීම ය. මෙවැනි ම කරුණු බිරිඳක් සැමියා කෙරෙහි සැක පහළ කිරීමට හේතුවිය හැකි ය. සාමාන්‍ය අන්දමින් ලිංගික සබඳතා පවත්වන අඹුසැමි යුවළක සැමියා තමාගේ කුමක් හෝ හේතු වක් නිසා (බෙලහීනතාවක් නොමැතිව) සබඳතා අඩු කළහොත් හෝ නතර කළහොත් ඔහු වෙනත් කාන්තාවන් හා සම්බන්ධකම් පවත්වන්නේ ද යන සැකය ඇයට පහළවිය හැකි අතර ඒ පිළිබඳ ආරාවුල් ඇති කර ගැනීමට ද පුළුවන.

මානසික පීඩාකාරී හා අසහනකාරී තත්ත්වයන් නිසා හෝ වෙනයම් නිදන්ගත ශාරීරික රෝග නිසා හෝ ශරීරයේ පහළවන වේදනා දැවිලි හිරිවැටීම් ආදියෙන් හෝ උමතුරෝග ලක්ෂණ වලින් පෙළෙමින් සිටින අවස්ථාවලදී සමහරු තමන්ට කවුරුන් හෝ කුමක් හෝ කර ඇති බව හෝ විසක් ශරීරගත කර ඇති බව හෝ හදි හූනියම් කර ඇති බවට හෝ සැක පහළ කිරීම් නිතර දක්නට ලැ බේ.

විශේෂයෙන් වෙනත් තරුණියන් හෝ තරුණයන් සමග කථාබස් කිරීම හෝ ඔවුන් දෙස බැලීම පෙම්වතාගේ හෝ පෙම්වතියගේ උදහසට ලක් වේ. මුල් අවස්ථාවේ දී මෙය තමාට දක්වන වැඩි ආදරය නිසා මෙවැනි තත්ත්වයක් උද්ගත වී ඇති බව ඔහු හෝ ඇයට සිතීම ට පුළුවන. ඇත්ත වශයෙන් ම මෙවැනි තත්ත්වයක් විවාහයෙන් පසු බරපතල විය හැකි බැවින් එවන් විවාහ වලින් වැළකී සිටීම ඉතා යෝග්‍ය වේ

මෙවන් තත්ත්ව නිසා මනසින් රෝගී වූ තැනැත්තා තම සැමියාගේ හෝ බිරිඳ ගැන නදබල ඊර්ෂ්‍යාවකින් පෙළෙමින් ඔහුගේ හෝ අගේ ගමන් බිමන් හා විරුද්ධ ලිංගිකයන් සමග කථාබස් කිරීම් ආදිය ගැන නිතර නිතර ප්‍රශ්න කිරීම් සිදු වේ. බොහෝවිට ඔහුගේ හෝ ඇගේ මනඃකල්පිත සම්බන්ධ ගැන ඔත්තු බැලීම පවා කරනු ලැබේ. සමහරු ඔත්තු කරුවන් පවා යොදවති. ශරීරයෙන් නික්මෙන ගඳ සුවඳ බැලීම්, ඇඳ ඇතිරිලි, යට ඇඳුම් ආදියේ ඇති පැල්ලම් ආදිය ගැන පරීක්ෂාවට ලක්වන අතර එවැන්නක් දුටුවොත් ඒ ගැන ප්‍රශ්න කිරීම් ද සිදුවේ. නිතර නිතර සිදුවන මෙවැනි තත්ත්ව සමග කෝපවීම, බහින්බස්වීම ආදිය ද සිදුවිය හැක. සබඳතා ගැන නිතර නිතර ප්‍රශ්න කිරීමේ දී එවැන්නක් ඇති බව පිළිගන්නා ලෙස බල කිරීම් ද සිදු වේ. කරදරයෙන් බේරෙන්නට බැරි තැන කිසිදු සබඳතාවක් නැතිවූවද එය පිළි ගතහොත් සැමියාගේ හෝ බිරිඳගේ කෝපය වැඩිවන අතර ඇනුම් බැණුම් වැඩි වේ. පුරුෂයෙක් ස්ත්‍රියට පහරදීම ද සිදුවිය හැක. මෙනිද ඉවසනු බැරිව බිරිඳක් නිවස හැර ගිය විට ශෝකයට පත් වන සැමියා නැවත ඇය කරා ගොස් සමහරවිට හඬා වැළපී නැවත හිරිහැර නොකරන බව පවසා ආපසු කැඳවා ගෙන ආව ද එදින හෝ පසුදින පටන් ම පෙරසේම ප්‍රශ්න කිරීම්, බැණවැදීම් හා පහරදීම් ආදියට බිරිඳ ට මුහුණ දීමට සිදුවෙයි. බිරිඳගේ හැසිරීම් ගැන මනඃකල්පිත සිතුවිලි වලි න් ශෝකී බවට පත්වන සමහර සැමියන් මත්පැන් පානයට ඇබ්බැහි වන අතර සමහරු දිවි තොර කර ගැනීමට පවා පෙළඹෙති. පළමු බිරිඳගෙන් දික්කසාද වී නැවත විවාහ වූවද එවන් පුරුෂයෝ දෙවන බිරිඳ කෙරෙහි ද සැක පහළ කර කලින් ආකාරයෙන් ම හැසිරෙති.

මෙරට දික්කසාද පනා උසාවි යන්නන් අතර ඉහත සඳහන් කළ අන්දමේ මානසික තත්ත්වයන්ගෙන් පෙළෙන්නන්ගේ බිරියන් හෝ සැමියන් ද වෙති. මෙවැනි මානසික තත්ත්ව භින්නෝන්මාදය වැනි උග්‍ර මානසික රෝගවලින් පෙළෙන්නන්, මොළයට හානි පැමිණීම නිසා ඇතිවන මානසික ආබාධවලින් පෙළෙන්නන් හා මත්පැනට ඇබ්බැහි වූවන් අතර ද දක්නට ලැබේ.

විවාහ වීමට පළමුව තම පෙම්වතාගේ හෝ පෙම්වතියගේ ඉහත සඳහන් ආකාරයේ මානසික තත්ත්ව දක්නට ලැබීමට පුළුවන. විශේෂයෙන් වෙනත් තරුණියන් හෝ තරුණයන් සමග කථාබස් කිරීම හෝ ඔවුන් දෙස බැලීම පෙම්වතාගේ හෝ පෙම්වතියගේ උදහසට ලක් වේ. මුල් අවස්ථාවේ දී මෙය තමාට දක්වන වැඩි ආදරය නිසා මෙවැනි තත්ත්වයක් උද්ගත වී ඇති බව ඔහු හෝ ඇයට සිතීම ට පුළුවන. ඇත්ත වශයෙන් ම මෙවැනි තත්ත්වයක් විවාහයෙන් පසු බරපතල වී යා හැකි බැවින් එවන් විවාහ වලින් වැළකී සිටීම ඉතා යෝග්‍ය වේ. විරුද්ධ ලිංගිකයන් හා කථාබහ ඇතුළු අනෙකුත් ගනුදෙනු කිරීම් සම්පූර්ණයෙන් අත්හැර දැමීම වැනි යම් යම් පාලන මගින් අඹුසැමියන් අතර ඇති එවන් තත්ත්ව යටප ත් කිරීම සලකා බැලිය හැකි වුව ද බොහෝවිට ඒවා අසාර්ථක වේ. අවසන් පිළියම වන්නේ එකිනෙකාගෙන් වෙන්වීම යි. ❑