കോഴിക്കോട്ടെ ഗവ. ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് മെന്റൽ ഹെൽത്ത് ആന്റ് ന്യൂറോ സയൻസിന്റെ ഡയറക്ടറായിരുന്നു. കോഴിക്കോട് ചേതന സെന്റർ ഫോർ ന്യൂറോ സൈക്യാട്രി ഡയറക്ടർ, കോഴിക്കോട് തണൽ ആത്മഹത്യാപ്രതിരോധ കേന്ദ്രത്തിന്റെ ചെയർമാൻ, ഐ.എം.എയുടെ കേരള സ്റ്റേറ്റ് കമ്മിറ്റി ഫോർ മെന്റൽ ഹെൽത്തിന്റെ കൺവീനർ എന്നീ നിലകളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു. ഡോപമിൻ, മലയാളിയും മദ്യപാനവും-എങ്ങനെ ചികിത്സിക്കണം, പഠനം പാൽപ്പായസം പോലെ, മേധാക്ഷയം- സ്മൃതിനാശം, ആത്മഹത്യ- പ്രശ്നങ്ങളും പ്രതിരോധ മാർഗങ്ങളും ഇന്റർനെറ്റ് മൊബൈൽ അഡിക്ഷൻ തുടങ്ങിയ പുസ്തകങ്ങളുടെ രചയിതാവാണ്.

ഡോ. പി.എൻ സുരേഷ് കുമാർ
MD, DPM, DNB, PhD, MRC Psych.
പ്രൊഫസർ ഓഫ് സൈക്യാട്രി
ഡയറക്ടർ, ചേതന സെന്റർ ഫോർ ന്യൂറോസൈക്യാട്രി
Mail: drpnsuresh@gmail.com

“സോളോഗാമിയാണ് കുറച്ചുദിവസമായി മാധ്യമചർച്ച. ഗുജറാത്ത് വഡോദരയിലെ 24 വയസ്സുകാരി ക്ഷമ ബിന്ദുവാണ് ഇപ്പോൾ ഈ വിഷയം ചർച്ചയാക്കിയിരിക്കുന്നത്. ഇക്കഴിഞ്ഞ ജൂൺ എട്ടിന് ക്ഷമ ക്ഷമയെത്തന്നെ വിവാഹം കഴിച്ചു. എല്ലാവിധ ആഘോഷങ്ങളോടുംകൂടിത്തന്നെ. എന്നാൽ എന്താണ് അപ്പോൾ സോളോഗാമി (sologamy) എന്നതുകൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നത്? അതിന്റെ പ്രത്യേകതകളെന്തെല്ലാമാണ് എന്നൊക്കെ നോക്കാം.

സോളോഗാമി അഥവാ സെൽഫ് മാര്യേജ്

സെൽഫ് മാര്യേജ്

സാധാരണഗതിയിൽ വിവാഹം എന്നത് രണ്ടുപേർ തമ്മിലുള്ളതാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ സോളോഗമി നിയമപരമായി നിലനിൽക്കുന്നതല്ല. 1993 ൽ ലിൻഡ ബേക്കർ ആണ് ആദ്യമായി സ്വയം വിവാഹം ചെയ്തത്. അവരുടെ ഏറ്റവുമടുത്ത 75 സുഹൃത്തുക്കളാണ് ചടങ്ങിലെത്തിയത്. സാധാരണ വിവാഹങ്ങളിലുള്ള പോലെ നിയമങ്ങളോ ആചാരങ്ങളോ സോളോഗാമിക്ക് ഇല്ല. പുരോഹിതൻ വേണമെന്നോ താലികെട്ടണമെന്നോ ഒന്നുമില്ല. ആർക്കും എങ്ങനെ വേണമെങ്കിലും ചെയ്യാം. സോളോഗാമി കൂടുതൽ പ്രചാരത്തിലായി വരികയാണ്. കാനഡയിൽ ഇവന്റ് മേക്കേഴ്സ് പോലെ MarryYourself എന്ന സർവീസ് സെന്റർപോലുമുണ്ട്, സോളോഗാമിക്കായി. സാൻഫ്രാൻസിസ്കോയിൽ ImarriedMe.com എന്നഗ്രൂപ്പ് ഉണ്ട്. വിവാഹശേഷമുള്ള യാത്ര, മറ്റ് പരിപാടികൾ എന്നിവ ആസൂത്രണംചെയ്യാനും സേവനംനൽകാനും ഇവർ സന്നദ്ധരാണ്. ഒരു സ്ത്രീക്ക് സ്വന്തമായി ജീവിക്കാൻ കഴിയുമ്പോൾ, സ്വന്തമായി കുട്ടികളെ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയുമ്പോൾ, സ്വന്തമായി ജോലി ഉണ്ടാകുമ്പോൾ, വീടുനോക്കാനാവുമ്പോൾ പിന്നെന്തിനാണ് ഭർത്താവ്. ആരുടെയും കാൽക്കൽ ജീവിതം അടിയറവെക്കാതെ സ്വന്തം ഇഷ്ടപ്രകാരം ജീവിക്കുകയാണ് സോളോഗാമിയുടെ ആശയം.

ഡിവോഴ്സുമുണ്ട്

സോളോഗാമി വിവാഹംപോലെതന്നെ ഡിവോഴ്സമുണ്ടായിട്ടുണ്ട്. 2021 ലാണിത്. ക്രിസ് ഗലേറ

എന്ന ബ്രസീലിയൻ മോഡൽ 31 വയസ്സിൽ സോളോഗാമി നടത്തി. 90 ദിവസത്തിനുശേഷം സോളോഗാമി ഡിവോഴ്സ് നടത്തി ഇഷ്ടപ്പെട്ട മറ്റൊരാളെ വിവാഹം ചെയ്തു.

ജീവിതത്തിന്റെ ലെവൽ മാറുന്നു

നമ്മൾ നമ്മളെ തന്നെ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ സന്തോഷിപ്പിക്കാനും പരിപാലിക്കാനും നാം തന്നെ ഉത്തരവാദിയാണെന്നതാണ് സോളോഗാമിയുടെ ആശയം. നിങ്ങളാദ്യം നിങ്ങളെ വിവാഹം കഴിച്ച് നിങ്ങളെ ഇഷ്ടപ്പെടാൻ നോക്കൂ. എങ്കിലേ നിങ്ങൾക്ക് മറ്റൊരാളെ ഇഷ്ടപ്പെടാനും അവർക്കുവേണ്ടി ജീവിക്കാനും കഴിയൂ.

ഈ തത്വത്തിലാണ് സോളോഗാമിയുടെ പ്രവർത്തനം. ഒരു പ്രായം കഴിഞ്ഞാൽ വിവാഹം കഴിക്കാത്ത സ്ത്രീകളെ സമൂഹം വേറെ ദൃഷ്ടിയിലൂടെയാണ് നോക്കികാണുക. അവരെ കഴിവില്ലാത്ത, ദുർബലയായി കണക്കാക്കുന്നു. അതിനുമൊരു മാറ്റം വരുത്താൻ സോളോഗാമിക്ക് പറ്റും. നാം നമ്മോടുതന്നെ കമ്മിറ്റ്മെന്റ് കൊടുത്ത് ജീവിക്കുക എന്നതാണത്.

2003 ൽ ഇറങ്ങിയ സെക്സ് ആൻഡ് സിറ്റി എന്ന ടിവി ഷോയിലെ നായിക Carrie Bradshaw സ്വയം വിവാഹം കഴിക്കുന്നതായി കാണിക്കുന്നുണ്ട്. അമേരിക്കൻ കോമഡി മ്യൂസിക് ഡ്രാമയായ Glee യിൽ നായിക Sue Sylvester സ്വയം വിവാഹംകഴിക്കുന്നതായി കാണിക്കുന്നുണ്ട്. ക്ഷമ ബിന്ദു തന്നെ പറയുന്നത്, ഭാര്യയാകാനല്ല. വധുവാകുക എന്ന സ്വപ്നം സാക്ഷാത്ക്കരിക്കാനാണ് താൻ വിവാഹംകഴിച്ചതെന്നാണ്. അതായത്, ഇത്തരം സോളോഗാ

മി വിവാഹം പരിധിവരെ സമൂഹത്തിൽ സ്വീകാര്യത കിട്ടാൻ ഉപകരിക്കും. വിവാഹം കഴിക്കാനാഗ്രഹിക്കാത്തവർക്ക് വേഗത്തിൽ ചെയ്യാവുന്ന ഒരു ലളിതമാർഗമാണിത്. അവിവാഹിത എന്ന പോരിലൊതുങ്ങാതിരിക്കാൻ സ്വന്തമായി വിവാഹം കഴിക്കാം! എവിടെയും ആരോടും പറയാം സെൽഫ് മാരീഡ് ആണെന്ന്. മറ്റാരും ശല്യപ്പെടുത്താൻ വരില്ല. ഇത്തരം ബോൾഡ് തീരുമാനത്തിൽ മറ്റാരോടും പ്രതിബദ്ധതയില്ലാതെ, സ്വാർഥതയില്ലാതെ നിലനിൽക്കാൻ പറ്റും.

നാം നമ്മെത്തന്നെ സ്വീകരിക്കുന്നു

നമ്മൾ നമ്മളെത്തന്നെ വിവാഹം കഴിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ നല്ലതും ചീത്തയുമായ കാര്യങ്ങൾ നാം തന്നെ ഉൾക്കൊള്ളുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. മറ്റാർക്കുവേണ്ടിയും അഡ്ജസ്റ്റ് ചെയ്യേണ്ടതില്ല. വിവാഹം രജിസ്റ്റർ ചെയ്യേണ്ടതില്ല. മൊത്തത്തിൽ സ്വയം വിശകലനത്തിനുള്ള അവസരമാണ് ഈ കല്യാണം. നമുക്കുതന്നെ അഭിമാനിക്കാൻ പറ്റും. കൺവൻഷനലായ രീതി പിന്തുടരാൻ താൽപര്യമില്ലാത്തവർക്ക് പിന്തുടരാവുന്ന ഒന്നാണ് സോളോഗാമി. തികച്ചും പോസിറ്റീവ് എന്ന് പറയാം.

എന്തുകൊണ്ടിത് പുരുഷൻമാരിൽ സംഭവിക്കുന്നില്ല എന്ന് ചോദിച്ചാൽ പുരുഷകേന്ദ്രീകൃത സമൂഹത്തിൽ പുരുഷൻമാർ എല്ലാവിധ സ്വാതന്ത്ര്യവും ആസ്വദിച്ചുതന്നെയാണ് ജീവിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട് അവർക്ക് സോളോഗാമി ഇല്ലെങ്കിലും മുന്നോട്ട് പോകാം എന്നതാണ് അവസ്ഥ, അതായിരിക്കാം പുരുഷൻമാരിൽ സോളോഗാമി ഇതുവരെ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്തതായി കാണാത്തത്.

പഠനം തുടരാം

സോളോഗാമിയുടെ ചരിത്രവും ഭാവിയും കൂടുതൽ പഠനവിധേയമാക്കേണ്ടതുണ്ട്. സോളോഗാമി ചെയ്യുന്നവരുടെയും സോളോഗാമി ഡിവോഴ്സ് നടത്തുന്നവരുടെയും മാനസികമായ പക്വതയെപ്പറ്റിയും അവരുടെ മാനസികാരോഗ്യത്തെപ്പറ്റിയും പഠിക്കേണ്ടതുണ്ട്. അത്തരക്കാരെ സമൂഹം എങ്ങനെ നോക്കിക്കാണുന്നു എന്നതും കൂടുതൽ ഗവേഷണം ആവശ്യമായ സംഗതിയാണ്. നിരന്തര പഠനങ്ങളിലൂടെ ഏത് മാനസികസ്ഥിതിയുള്ളവരാണ് സോളോഗാമിയെ കൂടുതലാശ്രയിക്കുന്നത് എന്നും എന്താണ് അതിന് പ്രധാന കാരണമെന്നും വേർതിരിച്ചെടുക്കേണ്ടതുണ്ട്. കൂടുതൽ സോളോഗാമി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്താൽ അതിനും ഉത്തരമുണ്ടാകും. നമ്മൾ കണ്ടെത്തും.

“ സോളോഗാമിയുടെ ചരിത്രവും ഭാവിയും കൂടുതൽ പഠനവിധേയമാക്കേണ്ടതുണ്ട്. സോളോഗാമി ചെയ്യുന്നവരുടെയും സോളോഗാമിഡിവോഴ്സ് നടത്തുന്നവരുടെയും മാനസികമായ പക്വതയെപ്പറ്റിയും അവരുടെ മാനസികാരോഗ്യത്തെപ്പറ്റിയും പഠിക്കേണ്ടതുണ്ട്. അത്തരക്കാരെ സമൂഹം എങ്ങനെ നോക്കിക്കാണുന്നു എന്നതും കൂടുതൽ ഗവേഷണം ആവശ്യമായ സംഗതിയാണ്. നിരന്തര പഠനങ്ങളിലൂടെ ഏത് മാനസികസ്ഥിതിയുള്ളവരാണ് സോളോഗാമിയെ കൂടുതലാശ്രയിക്കുന്നത് എന്നും എന്താണ് അതിന് പ്രധാന കാരണമെന്നും വേർതിരിച്ചെടുക്കേണ്ടതുണ്ട്. കൂടുതൽ സോളോഗാമി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്താൽ അതിനും ഉത്തരമുണ്ടാകും. നമ്മൾ കണ്ടെത്തും.

ക്ഷമ ബിന്ദു (മധ്യത്തിൽ) അമ്മയ്ക്കും സഹോദരിക്കുമൊപ്പം