ഉലള്ളന
പ്രദക്ഷിണം

ദൈവത്തിൽ

LITTLE FLOWER MONASTERY
MANAPURAM
1408

യുവജനശിക്ഷണം

DHARMARAM COLLEGE
LIBRARY
BANGALORE-29

ACHARYA PALACKAL JEEVAKES LIBRARY
18439

[MALAYALAM]

YUVAJANA SIKSHANAM

(A Treatise on Juvenile Psycholoay)

By

J. THACHIL, NARAKAL P. O.

First Impression—February 1961

Second Impression—July 1967

Published by

S. H. League, Alwaye—3

Kerala State, India.

Copies: 1500

Copyright:

S .H. LEAGUE

Price: Rs. 1-50

Printed at

J. M. Press

Alwaye—3

യുവജനശിക്ഷണം

LITTLE FLOWER MONASTERY
MANAPURAM.
1405

ജെ. തച്ചിൽ

പ്രസാധകർ:

എസ്. എച്ച്. ലീഗ്

ആലുവാ—3

1967

Nihil obstat:

FR. DOMINIC, O. C. D.
Vice-Rector, Pontifical Seminary,
Alwaye, 3—7—1967.

Re-Imprimatur:

† JOSEPH PARECATTIL,
Archbishop of Ernakulam,
Ernakulam, 16—7—1967.

യുവജനങ്ങളുടെ

വളർച്ചയ്ക്കുവേണ്ടി

വിയർപ്പൊഴുക്കുന്ന

തീക്ഷ്ണമതികൾക്ക്

മുഖക്കുറിപ്പ്

സമുദായത്തിൻെറ കരളിനു പ്രസരിപ്പും പ്രതീക്ഷയുമേകുന്ന തരുണരെപ്പററി അനേകം ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വിവിധ ഭാഷകളിൽ പ്രസിദ്ധീകൃതമായിട്ടുണ്ടു്. നീണ്ട സർവ്വേകളുടേയും അഗാധമായ പഠനത്തിൻേറയും ഫലമാണ് അവയിൽ ഭൂരിഭാഗവും. എന്നാൽ, ഭാഷാസാഹിത്യത്തിൽ താരുണ്യത്തെപ്പററിയുള്ള വിചിന്തനം തുലോം വിരളമാണു്. ആധുനികമനശ്ശാസ്ത്രത്തിൻെറ നിഗമനങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രശ്നങ്ങളെപ്പററി ചർച്ചചെയ്യുവാനുള്ള വിനീതസംരംഭമാണ "യുവജനശിക്ഷണം". പ്രാമാണികമായ പല ഗ്രന്ഥങ്ങളുടേയും സഹായത്തോടെയാണ് ഈ പുസ്തകം തയ്യാറാക്കിയതു്. തരുണരുടെ എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങളെപ്പററിയും ചർച്ചചെയ്തു എന്നഭിമാനിക്കുന്നില്ല. കൂടുതൽ വിശദമായ പഠനമർഹിക്കുന്നതാണ പല വിഷയങ്ങളും. പലർക്കും ഭിന്നാഭിപ്രായങ്ങൾ കണ്ടേക്കാം. അതു സ്വാഭാവികവും സ്വാഗതാർഹവുമാണു്. കൂടുതൽ വ്യാപകമായും ആഴമായും ചിന്തിക്കുവാൻ അതു പ്രേരണ നല്കണമെന്നു മാത്രം. ബാലശിക്ഷണം താരുണ്യത്തിൻെറ അടിസ്ഥാനമാകയാൽ അതെപ്പററി ഇടയ്ക്കിടെ സ്പർശിക്കേണ്ടി വന്നിട്ടുണ്ടു്. അതു കാര്യങ്ങൾ കൂടുതൽ വ്യക്തമാകുവാൻ ഉപകരിക്കുമെന്നു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

യുവജനങ്ങളുടെ പ്രശ്നങ്ങളെപ്പററി പഠിക്കുവാൻ പ്രചോദനമേകിയ ഭാഷാമർമ്മജ്ഞനായ പ്രിയപ്പെട്ട ആചാര്യൻ, വിദ്വാൻ റവ. ഫാ. ജോൺ കുന്നപ്പള്ളിക്കു് വിനീത

ശിഷ്യന്റെ നമോവാകം. ഈ പുസ്തകത്തിന്റെ ആവിഷ്കരണത്തിൽ അതിമാത്രം ശ്രദ്ധ ചെലുത്തിയ ദേഹമാണു് റവ. ഫാ. ഡി. എസ്. തുരുത്തേൽ എം. എ. അദ്ദേഹത്തിനു് എന്റെ കൃതജ്ഞത.

രണ്ടാംപതിപ്പിനെക്കുറിച്ചു് ഒരുവാക്കു്

ആറുകൊല്ലംമുമ്പു പ്രസിദ്ധീകരിച്ച 'യുവജനശിക്ഷണ' ത്തിന്റെ കോപ്പികൾ തീർന്നിട്ടു രണ്ടുമൂന്നു കൊല്ലങ്ങളായി. വീണ്ടും പ്രസിദ്ധീകരിക്കണമെന്നു പലരും ആവശ്യപ്പെടുകയുണ്ടായി. എന്നാൽ പല കാരണങ്ങൾകൊണ്ടും പുതിയൊരുപതിപ്പുണ്ടായില്ല.

യുവജനശിക്ഷണത്തെ പ്രശംസിക്കാനും കുററങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാനും മുന്നോട്ടുവന്ന എല്ലാവർക്കും കൃതജ്ഞത. പലരും ഒരു 'യുവജനമാനുവൽ' ആയി ഈ പുസ്തകത്തെ സ്വീകരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ആറുകൊല്ലങ്ങൾക്കുമുമ്പു് എഴുതിയ പുസ്തകത്തിൽ ചില തിരുത്തലുകൾ ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്. എന്നാൽ, പ്രധാനഭാഗങ്ങളൊന്നും തിരുത്തേണ്ട ആവശ്യം തോന്നിയില്ല. തരുണരെസ്സംബന്ധിക്കുന്ന പല കാര്യങ്ങളും വളരെ ചുരുക്കമായിമാത്രമേ ഇതിൽ പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുള്ളു. അവ ഓരോന്നിനെക്കുറിച്ചും വിശദമായി ചർച്ചചെയ്യുന്ന പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം പുസ്തകങ്ങൾ ഉണ്ടായെങ്കിൽമാത്രമേ ഈ വിജ്ഞാനശാഖ പൂർണ്ണമാകൂ. അതിനു മനശ്ശാസ്ത്രശാഖയിൽ താല്പര്യമുള്ളവർ മുന്നോട്ടുവരണമെന്നു് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

ആലുവാ,

2—2—1967 *ഗ്രന്ഥകർത്താ*

വിഷയസൂചി

മുഖവുര 1—6

യുവതലമുറയുടെ പ്രാധാന്യം — താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രത്യേകതകൾ — മനശ്ശാസ്ത്രവിജ്ഞാനം — താരുണ്യം എന്നാൽ.

മനുഷ്യൻ വളരുന്നു 7—22

ശരീരവളർച്ച—ഇന്ദ്രിയ വളർച്ച—ചർമ്മം, ഘ്രാണം, ശ്രവണം, കാഴ്ച—മാനസികവളർച്ച—ഭാവന, ദിവാസ്വപ്നം, ഓർമ്മ, ഏകാഗ്രത, ബുദ്ധി, വിജ്ഞാനദാഹം — വികാരത്തിൻെറ സൃഷ്ടി — സ്നേഹം, നിയന്ത്രണം, ഉൽകണ്ഠ, പ്രസരിപ്പ്.

നൈസർഗ്ഗികവാസനകൾ 23—55

സ്വരക്ഷാവാസന—ആത്മബോധം, വിപ്ലവമനോഭാവം, വസ്ത്രവും മുറിയും, സ്വകീയ തത്വങ്ങൾ, വിശ്വാസരാഹിത്യം, വഴക്കാളി, പ്രോത്സാഹനം, ചങ്ങാതികൾ — സാമൂഹികവാസന — സംഘടനാബോധം — സാംസ്കാരികസമിതികൾ, സംഘാടകർക്കു വേണ്ട ഗുണങ്ങൾ—വേലയുടെ വില, സമൂഹത്തോടു വെറുപ്പ് —സിനിമാ, അവരെ വിശ്വസിക്കുക, അസഹിഷ്ണത — ലൈംഗികവാസന, തരുണജീവിതത്തിലെ പ്രാധാന്യം— ലഹരിസാധനങ്ങൾ, ജിജ്ഞാസ, ലൈംഗികബോധനം, നിയമങ്ങൾ, വിഷയം, സ്നേഹപ്രകടനങ്ങൾ, സ്വയംഭോഗാസക്തി, അതിസ്വാഭാവിക സഹായം—എങ്ങനെ നേരിടാം.

വ്യക്തി രൂപപ്പെടുന്നു 56—77

ഇച്ഛാശക്തി, സ്വാതന്ത്ര്യം, ഇച്ഛാനിയന്ത്രണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം – ലക്ഷ്യം—അഭ്യാസം—പരിത്യാഗങ്ങൾ—ശീലങ്ങൾ—ശീലമെന്നാൽ – പ്രയോജനം—ദുശ്ശീലങ്ങൾ എങ്ങനെ ഇല്ലാതാക്കാം? — നല്ല ശീലങ്ങൾക്കുവേണ്ടി — ഓർമ്മിക്കേണ്ടവ — വിദ്യാലയത്തിന്റെ ദൗത്യം.

ജീവിതാദർശം 78—89

പ്രാധാന്യം—ആദർശം എന്താണ്?—താരുണ്യാദർശത്തിന്റെ സവിശേഷതകൾ, ആദർശപാത്രങ്ങൾ—മഹാമാതൃക — പരോപകാരതൃഷ്ണ, നിർബന്ധം, ത്യാഗസന്നദ്ധത — ധാർമ്മികബോധനം; ഇന്ത്യയിൽ, ബോധനരീതി, ശരിയായ അടിസ്ഥാനം.

വികാരനിയന്ത്രണം 90—96

ശാരീരികവ്യതിയാനങ്ങൾ, വാസനയും വികാരവും—ലക്ഷ്യവും മാർഗ്ഗവും—നന്മയിലേക്കു തിരിച്ചുവിടാൻ, വികാരപ്രകാശനം.

മാനസികഭദ്രത 97—104

നിർവ്വചനം, ആറു ലക്ഷണങ്ങൾ—സ്വഭാവരൂപവത്കരണം.

കായികാരോഗ്യം 105—113

പ്രാധാന്യം, പേശിവളർച്ച—വേലയും വ്യായാമവും—കായികവിനോദം, മത്സരക്കളികൾ—സ്പോർട്ട്സ് മാൻസ്പിരിററ്.

യുവജനാപരാധങ്ങൾ *114—130*

അലഞ്ഞുനടക്കൽ — നുണ — മോഷണം — കോപം —കോപ്പിയടി—ആത്മഹത്യ — മദ്യപാനം—കാരണവും പ്രതിവിധികളും.

മാനസികവൈകല്യങ്ങൾ *131—141*

തൃപ്തികരമല്ലാത്ത ആത്മാവബോധം—സംശയപ്രകൃതി—അപസ്മാരം — വൃഥാഭയം — ഹിസ്റ്റീരിയ—അമിതോത്സാഹം—മ്ലാനപ്രകൃതി.

ഭാവിയുടെ പുലരി *142*

Bibliography *143—144*

മുഖവുര

യുവതലമുറയുടെ ഉന്മേഷവും ഉല്ലാസപ്രകൃതിയും എക്കാലവും മനുഷ്യരുടെ ശ്രദ്ധാവിഷയമായിട്ടുണ്ട്. യുവാവിൻെറ അഴകൊഴുകുന്ന വദനവും ആത്മവിശ്വാസം നിഴലിക്കുന്ന നയനങ്ങളും യുഗങ്ങളിലൂടെ കലാകാരന്മാക്കും ചിന്തകന്മാക്കും ഉന്മേഷവും ഉത്തേജനവും പ്രദാനം ചെയ്തിരുന്നു. യുവഹൃദയത്തിൽ വിരിഞ്ഞു വികസിക്കുന്ന സുന്ദരവികാരങ്ങൾ വിശ്വോത്തരകലാസൃഷ്ടികൾക്കു ശക്തിയുററ പ്രചോദനങ്ങളായിരുന്നു. ചരിത്രത്തിൻെറ നിണ്ണായകവ്യതിയാനങ്ങൾക്കെല്ലാം മാഗ്ഗംതെളിച്ചതു യുവത്വത്തിൻെറ പ്രവത്തനപട്ടുതയാണ്. യുവത്വത്തെ വിജയകരമായി പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതനുസരിച്ചിരിക്കും ലോകത്തിൻെറ പുരോഗതി.

സാംസ്കാരികമായി വളരെയേറെ പിന്നിൽനിന്ന പ്രാചീനമനുഷ്യരുടെ ഇടയിൽപ്പോലും യുവജനപരിശീലനം ഏററം പ്രധാനവിഷയമായി ഗണിക്കപ്പെട്ടിരുന്നെന്നു ചരിത്രം പറയുന്നു. കഴിഞ്ഞകാലത്തെക്കാൾ ബോധപൂർവ്വകമായും അഗാധമായും ഇന്നു യുവജനപരിശീലനത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തിച്ചുതുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ലോകരാഷ്ട്രങ്ങളെല്ലാം യുവജനപരിശീലനത്തിനു തിരക്കിട്ട പരിപാടികൾ ആസൂത്രണംചെയ്യുകയാണ്. ഇന്ത്യയിലും യുവജനപ്രശ്നം സമുദായത്തിൻെറ മുകൾപ്പരപ്പിലേക്കു പൊന്തിവന്നിട്ടുണ്ട്. അടുത്ത ഭാവിയിൽ സമുദായത്തിൻെറ കടിഞ്ഞാൺ കൈമാറേണ്ട യുവതലമുറയെ തികഞ്ഞ കത്തവ്യബോധമുള്ള പൗരന്മാരാ

യി വളത്തിയെടുക്കുവാൻ, നല്ല നാളെയുടെ പുലരിപ്പിറപ്പിന്ന വേണ്ടി പണിയെടുക്കുന്ന മനുഷ്യസ്നേഹികളെല്ലാം ആത്മാത്ഥമായി ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

യുവജനപരിശീലനത്തിനുവേണ്ടി പദ്ധതികളും ചർച്ചാസമ്മേളനങ്ങളും സംഘടിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണിന്ന്. ക്ഷേമരാഷ്ട്രത്തിൻെറ വിജയസിദ്ധിക്കുവേണ്ടി യുവജനങ്ങളെ പ്രവത്തനരംഗത്തിറക്കുവാൻ ദേശീയനേതാക്കൾ ജാഗരൂകരാണു്. മതനേതാക്കന്മാരും അധുനിക യുവജനപ്രശ്നങ്ങളെപ്പററി കൂടുതൽ ബോധവാന്മാരായിട്ടുണ്ടു്. എല്ലായിടത്തും യുവജനസംഘടനകൾ രൂപവത്കരിക്കുവാനും യുവത്വത്തിൻെറ സർവ്വതോന്മുഖമായ വളർച്ചയ്ക്കുവേണ്ട എല്ലാ ഒത്താശകളും ചെയ്തുകൊടുക്കുവാനും പരിപാടികളുണ്ടു്.

താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രത്യേകതകൾ

യുവജനപദ്ധതികൾക്കു പലപ്പോഴും പ്രതീക്ഷിച്ച വിജയം ലഭിക്കുന്നില്ല എന്നു പലരും പരാതിപ്പെടുന്നതു കേൾക്കാം. മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ ആശങ്കയ്ക്കും അധ്യാപകരുടെ അത്ഭുതത്തിനും യുവത്വം കാരണമാകുന്നു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, താരുണ്യം മാററത്തിൻേറയും വളർച്ചയുടേയും ദശയാണു്. അസാധാരണമായ ശരീരവളർച്ചയും അനുസ്യൂതമായ വൈകാരികപ്രതിഭാസങ്ങളും തരുണനിൽ ഉളവായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ബാല്യകാലത്തിൻെറ ബലഹീനതകളും ലാളിത്യവും കൊഴിഞ്ഞുവീഴുന്നു. ലോകത്തേയും സമുദായത്തേയും പ്രത്യേകവീക്ഷണത്തിലൂടെ ബോധപൂർവ്വം നോക്കിക്കാണുവാൻ ആരംഭിക്കുന്ന യുവാവിൽ കുട്ടികളുടേതിൽനിന്നു തികച്ചും വിഭിന്നമായ താൽപര്യങ്ങൾ മുളയെടുക്കുന്നുണ്ടു്. പുതിയ പുതിയ പരിതസ്ഥിതികളോടു പൊരുത്തപ്പെടുവാൻ തരുണൻ വളരെ മാനസികസംഘട്ടനം അനുഭവി

ക്കുന്നു. താരുണ്യത്തിന്റെ ഈ അവസ്ഥ ബോധപ്പെടാത്ത അധ്യാപകക്കും മാതാപിതാക്കൾക്കും എല്ലാം വിഷമകരമായിത്തോന്നും.

ഏതു തലമുറയിലും ഏതു സാഹചര്യത്തിലും യുവത്വത്തിൽ ഉളവാകുന്ന പ്രവണതകളാണു മുകളിൽ സൂചിപ്പിച്ചതു്. എന്നാൽ, നമ്മുടെ കാലത്തിന്റെ പ്രത്യേകപ്രശ്നങ്ങൾ യുവജനപരിശീലനത്തിൽ കീറാമുട്ടികൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നുണ്ടു്. പൂർവ്വികരുടെ ലളിതജീവിതത്തിൽനിന്നു സങ്കീർണ്ണവും വ്യാപകവുമായ പുതിയ ജീവിതത്തിലേക്കു കാൽവെച്ച നാം പുതിയ ചക്രവാളത്തെ നേരിടുകയാണിന്നു്. ആധുനികകാലത്തെ ജീവിതവ്യഗ്രത, കുടുംബത്തിലെ അയഞ്ഞ ജീവിതരീതി, യുവാക്കളുടെ ഏറിവരുന്ന സാമൂഹികബന്ധങ്ങൾ, നമ്മുടെ യുഗത്തിന്റെ പ്രത്യേകതയായ അമിതസ്വാതന്ത്ര്യതൃഷ്ണ, സിനിമ മുതലായ വിനോദമാർഗ്ഗങ്ങൾ, അശ്ലീലസാഹിത്യം എന്നിവ മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ നൂലാമാലകൾ സൃഷ്ടിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണു്. ഇവയെല്ലാം ഏററവുമധികം സ്വാധീനശക്തി ചെലുത്തുന്നതു യുവാക്കളിലാണുതാനും. ആധുനികകാലത്തെ മാറിമറിഞ്ഞ ചുററുപാടുകളിൽ പുതിയ മാർഗ്ഗങ്ങൾ അവലംബിച്ചേ പററൂ.

മനശ്ശാസ്ത്രവിജ്ഞാനം

യുവജനങ്ങളെ പരിശീലിപ്പിച്ചെടുക്കുവാൻ പാടുപെടുന്ന മാതാപിതാക്കൾക്കും അധ്യാപകർക്കും ഏററം ശക്തിമത്തായ കൈത്തുണയാണു മനശ്ശാസ്ത്രവിജ്ഞാനം. അടുത്തകാലത്തു താരുണ്യമനശ്ശാസ്ത്രത്തിൽ തൃപ്തികരമായ ഗവേഷണങ്ങൾ നടന്നിട്ടുണ്ടു്. യുവത്വത്തിന്റെ വികാരങ്ങളേയും അനുഭൂതികളേയും വിശകലനംചെയ്തു് അവയുടെ ശരിയായ

ഉറവിടം കണ്ടുപിടിക്കുവാനും സമത്ഥമായ പരിഹാരമാറ്റ്ഗ്ഗങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുവാനും മനഃശാസ്ത്രം ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ട്.

യുവത്വത്തിന്റെ സങ്കീർണ്ണപ്രശ്നങ്ങളെ പഠിക്കുകയും വിശകലനം നടത്തുകയും ചെയ്യുന്ന ആധുനികമനശ്ശാസ്ത്രത്തിനു മൗലികമായൊരു തകരാറുണ്ട്. മതത്തോടുള്ള അവഗണനാമനോഭാവമാണത്. വെറും സ്വാഭാവികവും ഭൗതികവുമായ അടിസ്ഥാനത്തിലാണ് ആധുനികമന ശാസ്ത്രപഠനങ്ങൾ പ്രായേണ പണിതുയർത്തിയിരിക്കുന്നത്. മാത്രമല്ല, തികഞ്ഞ അന്ധവിശ്വാസവും യുവത്വത്തിന്റെ വൈകാരികസംഘട്ടനങ്ങൾക്കു ഹേതുവും മനുഷ്യന്റെ ലൈംഗികാസക്തിയുടെ ഉദാത്തീകരണവുമായി മതത്തെ അവർ ചിത്രീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത്തരം മനഃശാസ്ത്രവീക്ഷണങ്ങൾ യുവാവിൽ വിലപനീയമായ പ്രതികരണങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നു. പഴയതിനോടെല്ലാം അന്ധമായ എതിർപ്പും നവീനതയ്ക്കുവേണ്ടിയുള്ള നെട്ടോട്ടവും അവനിൽ സ്വാഭാവികമാണ്. തന്മൂലം പഴഞ്ചനെന്നും അശാസ്ത്രീയമെന്നും മുദ്രകുത്തപ്പെടുന്ന മതം യുവജനങ്ങൾക്ക് അസ്വീകാര്യമായിത്തോന്നുന്നതിൽ അത്ഭുതപ്പെടാനില്ല.

മനുഷ്യവ്യക്തിയുടെ മാഹാത്മ്യം, ദൈവാസ്തിത്വം, മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ ദൈവത്തിനുള്ള സ്ഥാനം മനുഷ്യന്റെ മരണാനന്തരജീവിതം മുതലായ ആധ്യാത്മികമൂല്യങ്ങളെ ആഴമായി യുവാക്കളിൽ വേരുറപ്പിക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞെങ്കിൽ മാത്രമേ മനഃശാസ്ത്രപഠനം ലക്ഷ്യത്തിലെത്തുകയുള്ളൂ.

മനുഷ്യജീവിതത്തിലേ ഏററം നിർണ്ണായകമായ കാലഘട്ടമാണു താരുണ്യം അഥവാ യൗവനം. ഉറച്ച വ്യക്തിത്വം രൂപമെടുക്കുന്നതു് ഈ ഘട്ടത്തിലത്രേ. ശൈശവത്തിൽ പ്രകൃതിയുമായി പൊരുത്തപ്പെടുവാനുള്ള പരിശ്രമത്തിനാണു പ്രാധാന്യം. താരുണ്യത്തിലാകട്ടെ, സമുദായവുമായി പൊ

രുത്തപ്പെടുവാനുള്ള പ്രയത്നത്തിനും. യുവജനങ്ങളെ ശരിയായി പരിശീലിപ്പിക്കുവാൻ അഭിലഷിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കളും അധ്യാപകരും മററു് ഉത്തരവാദപ്പെട്ടവരും ഈ വസ്തുത ഗ്രഹിച്ചിരിക്കണം. നാമിവിടെ എല്ലാവരിലും കാണുന്ന സവിശേഷതകളെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണു ചിന്തിക്കുന്നതു്. എന്നാൽ, ഓരോ യുവാവിനേയും പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം പഠിച്ചറിയണമെന്ന തത്വം വിസ്മരിച്ചുകൂടാ. ഓരോരുത്തരുടേയും വ്യക്തിഗതമായ പ്രവണതകളും സാമൂഹികപശ്ചാത്തലവും കണക്കിലെടുത്തുവേണം പരിശീലനം നല്കുവാൻ.

താരുണ്യം എന്നാൽ

ജീവിതത്തെ ശൈശവം, ബാല്യം, യൗവനം, പുരുഷപ്രായം, വാർദ്ധക്യം എന്നു വിവിധ ദശകളായി സാമാന്യേന വിഭജിക്കാം. ഈ ദശകളെല്ലാം ഒന്നിനോടൊന്നു ഗാഢമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ശൈശവത്തിൻെറ തുടർച്ചയാണു ബാല്യം. ബാല്യത്തിൻെറ തുടർച്ചയാണു യൗവനം. ബാല്യത്തിലേ വളർച്ചയുടെ പശ്ചാത്തലത്തിൽമാത്രമേ യൗവനത്തെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാനാവൂ. എന്നാൽ, ജീവിതദശകളിൽ ഏററം പ്രധാനപ്പെട്ടതു യൗവനമാണു്. ശൈശവത്തിൽ ശാരീരികവും യൗവനത്തിൽ വൈകാരികവും പ്രൗഢയുവത്വത്തിൽ ബുദ്ധിപരവും ആയ വളർച്ചയത്രേ കൂടുതൽ പ്രകടം. പക്ഷേ, ഒന്നു മറക്കരുതു്. മനുഷ്യൻെറ ഏതു ദശയിലും എല്ലാ ശക്തികളുടേയും വളർച്ചയ്ക്കു പ്രസക്തിയുണ്ടു്. വിവിധദശകൾ വേർവിട്ടല്ല നില്ക്കുന്നതെന്നു സാരം.

ബാല്യത്തിൻെറ അന്ത്യംമുതൽ പ്രൗഢയുവത്വം ആരംഭിക്കുന്നതുവരെയുള്ള ജീവിതഘട്ടമാണു് താരുണ്യം. (ഇംഗ്ലീഷിൽ adolescence എന്നു വിളിക്കുന്ന ഈ ഘട്ടത്തിനു താരുണ്യമെന്നോ യൗവനമെന്നോ നമുക്കു പേർ നല്കാം.)

പൊതുവിൽ പറഞ്ഞാൽ താരുണ്യം പെൺകുട്ടികൾക്കു 12 വയസ്സു മുതൽ 21 വരേയും ആൺകുട്ടികൾക്കു 14 മുതൽ 23 വരേയുമത്രേ. ചിലർക്കു കുറെ നേരത്തെയോ കുറെ കഴിഞ്ഞോ ആവാം താരുണ്യം തുടങ്ങുക. തുടക്കം മാതൃത്വത്തിനോ പിതൃത്വത്തിനോ വ്യക്തിയെ തയ്യാറാക്കുന്ന ഘടകങ്ങളുടെ ആവിർഭാവത്തോടെയായിരിക്കും. ആനന്ദകരമായ സാമൂദായികജീവിതം, ആരോഗ്യവത്തായ ശരീരം, സമ്പന്നമായ കുടുംബപരിതഃസ്ഥിതി, ആഹ്ളാദപ്രകൃതി മുതലായവ, പാകമാകാൻ തുടങ്ങുന്ന യുവത്വത്തിന്റെ രേഖകൾ നേരത്തെ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുവാൻ കാരണമാകുന്നു. താരുണ്യം ദേശപ്രകൃതിയും ശീതോഷ്ണാവസ്ഥയും അനുസരിച്ചു വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കും. ഇൻഡ്യയിൽ മററു രാജ്യങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ചു വേഗത്തിൽ അതു പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നു. ചിലരിൽ ഈ ജീവിതദശയുടെ പ്രവണതകൾ കുറെയേറെ നീണ്ടുനിന്നെന്നുവരാം. വയസ്സിന്റെ പരിമിതിയെക്കാൾ ശരീരത്തിന്റേയും മനസ്സിന്റേയും വളർച്ചയാണു ശരിയായ മാനദണ്ഡം.

സാധാരണമായി താരുണ്യത്തെ രണ്ടു ഘട്ടങ്ങളായി തിരിക്കാറുണ്ടു്. ആദ്യത്തെ നാലഞ്ചു വർഷങ്ങൾ പ്രഥമഘട്ടവും പിന്നീടുള്ള വർഷങ്ങൾ ദ്വിതീയഘട്ടവുമാണു്. ഇവ രണ്ടിനും അതതിന്റേതായ പ്രത്യേകതകളുണ്ടു്.

മനുഷ്യൻ വളരുന്നു

വ്യക്തിയുടെ എല്ലാ ശക്തികളും അത്ഭുതപൂർവ്വമായി വളരുന്ന ദശയാണു താരുണ്യം. ശാരീരികവും വൈകാരികവും മാനസികവുമായ എല്ലാ കഴിവുകളും പ്രവർത്തനോന്മുഖമാകുന്ന ഇക്കാലത്തെപ്പററി സമഗ്രമായ ജ്ഞാനം അനിവാര്യമാണു്, യുവജനങ്ങൾക്കും അവരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നവർക്കും.

ശരീരവളർച്ച

ശൈശവത്തിലും ബാല്യത്തിൽപ്പോലും പ്രകൃതിയിലോ പെരുമാററത്തിലോ പ്രകടമായ വ്യത്യാസങ്ങളില്ലാതിരുന്ന കുമാരീകുമാരന്മാരിൽ താരുണ്യ (puberty) ത്തിൻെറ വരവോടെ അത്ഭുതകരങ്ങളായ അനവധി പരിണാമങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നു. അവയുടെ നിദാനം മുഖ്യമായും പുരുഷനു പുരുഷത്വവും സ്ത്രീക്കു സ്ത്രീത്വവും പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന ഹോർമോണുകളാണു്; ലൈംഗികഗ്രന്ഥികളിൽ (Gonads) നിന്നു രക്തത്തിലേക്കു വ്യാപിക്കുന്ന നേരിയ രാസസ്രവണങ്ങൾ. താരുണ്യത്തിനു കുറേമുമ്പേ തുടങ്ങുന്ന ശരീരവളർച്ച ഇപ്പോൾമുതൽ ത്വരിതമാകുന്നു. ശാരീരികാവയവങ്ങൾ, വിശിഷ്യ, ജനനേന്ദ്രിയങ്ങൾ പെട്ടെന്നു വളരുന്നു. പൊക്കം കൂടുന്നു. അസ്ഥികളുടെ വളർച്ചനിമിത്തം നീളംവെച്ച കൈകാലുകളെ മരുങ്ങിനുപയോഗിക്കുക, ആൺകുട്ടികൾക്കു പ്രത്യേകിച്ചു്, ആയാസകരമായിത്തീരുന്നു. തൊണ്ടമുഴ മുഴക്കുകയാൽ അവൻെറ ഒച്ച തകരുകയും കനക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

എന്നാൽ, തരുണിയുടെ ശബ്ദം സാന്ദ്രവും സമ്പൂർണവുമായി മാറുന്നു. ശബ്ദവ്യതിയാനത്തിൻെറ കാലഘട്ടത്തിൽ മററുള്ളവരുമായി സംസാരിക്കുവാൻ അവർക്കു വൈമനസ്യം തോന്നുക സാധാരണമാണ്. മാംസപേശികൾക്കു ദാർഢ്യവും ശക്തിയും വർദ്ധിക്കുന്നതുകൊണ്ടു ശരീരം ഭാരിച്ചതും തടിച്ചതുമായി ഭവിക്കും. കപോലാസ്ഥികളും അതിനെ ചുററിയുള്ള മാംസപേശികളും പരിപുഷ്ടമാകുന്നതുമൂലം മുഖം വികസിക്കുന്നു. തൊലി ആദ്യമാദ്യം പരുപരുപ്പനായിരിക്കും. ഇളപ്പത്തിൻെറ ലാളിത്യത്തിൻെറ സ്ഥാനത്തു യുവത്വത്തിൻെറ ഗൗരവം മുഖത്തു നിഴലിക്കുകയായി. കിളിർന്നുതുടങ്ങിയ രോമങ്ങളും കുമ്പിത്തുടങ്ങിയ മുഖക്കുരുകളും വിരിവെട്ടുകുന്ന മാറും പലപ്പോഴും യുവാവിനെ അസ്വസ്ഥനാക്കിയെന്നുവരാം. ആർത്തവവും അരക്കെട്ടെല്ലി (pelvic bone) ൻെറ വലുപ്പവും വളരുന്ന മാറിടവും മററു മാതൃത്വലക്ഷണങ്ങളും യുവതിയെ ഒട്ടൊന്നമ്പരപ്പിക്കുവാൻ പര്യാപ്തമത്രേ. തങ്ങളുടെ മറക്കംവരാത്ത ഇത്തരം മാററങ്ങളെ മററുള്ളവർ കാണുന്നുണ്ടെന്ന തോന്നൽ യുവാക്കൾക്കു മനഃപ്രയാസത്തിനിടകൊടുക്കും. ഇതൊന്നും ആരുടേയും കണ്ണിൽപ്പെടേണ്ടാ എന്നു കരുതി സമുദായത്തിൻെറ മുമ്പിൽച്ചെല്ലാതെ ഒഴിഞ്ഞുമാറാൻ അവർ ശ്രമിച്ചെന്നു വരാം. മാതാപിതാക്കന്മാരുടേയും ഗുരുനാഥന്മാരുടേയും മുമ്പിൽ അതൃപ്തിയോടും ആശങ്കയോടുംകൂടെയാവും അവർ പെരുമാറുക. യുവാക്കളുടെ വിലക്ഷണവും അസുഖകരവുമായ പെരുമാററങ്ങൾക്കു കാരണം അവരുടെ പ്രത്യേക ശാരീരികവളർച്ചയാണെന്ന ബോധം അവരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നവർക്കുണ്ടാകണം. യുവജനങ്ങളുടെ അസാധാരണമായ ചെയ്തികൾ മാതാപിതാക്കന്മാരെ ഉൽകണ്ഠാകുലരാക്കുമെങ്കിലും അതെല്ലാം വലിയ കാര്യമല്ലെന്ന വിധത്തിൽ വർത്തിക്കണം. ഇത്തരം വ്യതിയാനങ്ങൾ സ്വാഭാവികമാണെന്നും ചുരുങ്ങിയ കാലത്തിനുള്ളിൽ അവയവങ്ങൾ

18439

ക്കു മെഴുപ്പും മിനുപ്പും വെയ്ക്കുമെന്നും വൈകൃതങ്ങളുടെ സ്ഥാനത്തു നൂതനഭംഗികൾ ആവിർഭവിക്കുമെന്നും യുവജനങ്ങളെ ബോധപ്പെടുത്തുകയാണു വേണ്ടതു്.

പെൺകുട്ടികളിൽ പതിനെട്ടുവയസ്സോടുകൂടെ വളർച്ച നിലയ്ക്കുന്നു. ആൺകുട്ടികളിൽ 21 വയസ്സുവരെ തുടരും. എന്നാൽ, അവസാനദശയിൽ കുറഞ്ഞ അനുപാതത്തിലായിരിക്കുമെന്നുമാത്രം.

നെഞ്ചെല്ലുകൾ വികസിക്കുന്നതിനാൽ, ഉൾക്കൊള്ളാവുന്നിടത്തോളം വായു ശ്വസിക്കുവാൻ ശ്വാസകോശം ശക്തമാകുന്നു. ധാരാളം പ്രാണവായു ശ്വസിക്കുവാൻ ഇക്കാലത്തു് അവരെ പ്രാപ്തരാക്കണം. തുറന്ന അന്തരീക്ഷത്തിൽ ശ്വാസോഛ്വാസം പരിശീലിക്കുക ഏററം അഭികാമ്യമാണു്. ഹൃദയം രക്തധമനികളെക്കാൾ വേഗത്തിൽ വളരുന്നതിനാൽ രക്തപ്രവാഹം വർദ്ധിക്കുന്നു. രക്തപരിവാഹവ്യവസ്ഥ (Blood circulating system) യിൽ തകരാറുളവാകാൻ ഇക്കാലത്തു് എളുപ്പമാണു്. അമിതമായ വ്യായാമമോ പ്രവൃത്തിയോ ചെയ്യുവാൻ യുവാക്കളെ അനുവദിക്കാൻ പാടില്ലാത്തതു് ഇക്കാരണത്താലാണു്. എട്ടൊമ്പതു വയസ്സു കഴിഞ്ഞാൽ തലച്ചോറു വികസിക്കാറില്ലെങ്കിലും താരുണ്യത്തിൽ അതിന്റെ പ്രവർത്തനക്ഷമത അപാരമായി വർദ്ധിക്കും. ശിശുക്കളെക്കാൾ, പോഷകാംശങ്ങളടങ്ങിയ ആഹാരം യുവാക്കൾക്കു് ആവശ്യകമാണു്. വിശ്രമവും വ്യായാമവും പഠനവും ശരിയായ അനുപാതത്തിൽ യുവാക്കൾക്കു ലഭിക്കണം. പതിമൂന്നു വയസ്സുമുതൽ പതിനഞ്ചുവയസ്സുവരെയുള്ള ജീവിതദശയിൽ വിദ്യാലയത്തിലേ പഠനവിഷയങ്ങൾ കുറയ്ക്കുകയാണുത്തമമെന്നു ചില മനഃശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. പുസ്തകപ്പുഴുവായി മുറിക്കുള്ളിൽ കഴിച്ചുകൂട്ടുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളെ ഒരിക്കലും അതിനനുവദിക്കരു

ത്. "ആരോഗ്യവത്തായ ശരീരത്തിലേ ആരോഗ്യവത്തായ മനസ്സു വളരു" എന്ന തത്വമനുസരിച്ചായിരിക്കണം തരുണരുടെ വളർച്ചയിൽ അവരെ സഹായിക്കേണ്ടതു്.

താരുണ്യത്തിൽ ഉൽഭൂതമാകുന്ന ശരീരശക്തി യുവജനശിക്ഷണം നല്കുന്നവരെ അന്ധരാക്കരുതു്. എന്തും ചെയ്യുവാൻ യുവാക്കൾ സന്നദ്ധരാകും. അതിനവർ ശക്തരാണെന്ന ബോധം മററുള്ളവക്കുണ്ടാവുകയും ചെയ്യും. അമിതമായ പ്രയത്നം അവരിൽനിന്നു് ആവശ്യപ്പെടുകയോ അതിനവരെ അനുവദിക്കുകയോ ചെയ്യരുതു്. എപ്പോഴും ക്രമാനുഗതമായി അദ്ധ്വാനിക്കുവാൻ അവർക്കു നിർദ്ദേശം നല്കിക്കൊണ്ടിരിക്കണം. ശരിയായ അദ്ധ്വാനം ഭാവിയിൽ ഉണ്ടായേക്കാവുന്ന പല രോഗങ്ങളും ഇല്ലാതാകുവാൻ സഹായകമാകും. ശ്വാസകോശത്തേയും ഹൃദയത്തേയും ബാധിക്കുന്ന സുഖക്കേടുകൾക്കു് ആരംഭമിടുന്നതു് ഈ ദശയിലാണെന്നു് ഓർമ്മിക്കേണ്ടതാണു്. ഇക്കാലഘട്ടത്തിലേ അശ്രദ്ധവും ക്രമരഹിതവുമായ ജീവിതം ഭാവിയിൽ ക്ഷയം, ഹൃദ്രോഗം എന്നിവയ്ക്കു കാരണമായിത്തീരും.

ഇന്ദ്രിയവളർച്ച

ബാല്യത്തിലെന്നതിനെക്കാൾ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങൾക്കു് ഉണർവും ശക്തിയും ലഭിക്കുന്ന കാലഘട്ടമാണു താരുണ്യം. താരുണ്യത്തിന്റെ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ ചർമ്മം പരുപരുക്കുന്നു. തന്മൂലം ദേഹമാസകലം അസുഖകരമായ തരിപ്പു് അനുഭവപ്പെടും. എങ്ങനെയാണു തന്റെ രൂപപരിണാമം എന്നറിയാൻ ആകാംക്ഷ ഒരുവശത്തും മററുള്ളവരിൽ അവജ്ഞ ജനിപ്പിക്കുമോ എന്ന ഭയം മറെറാരുവശത്തും തരുണനെ അലട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ദിവസവും കുളിക്കുവാൻ ഇക്കൂട്ടർ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. അവരുടെ വൈരൂപ്യത്തെ ഒരിക്കലും പഴിക്കുക

യോ പുഷ്ടിക്കുകയോ അരുതു്. മറിച്ചു്, വൃത്തിയായി ദേഹം സൂക്ഷിക്കുവാൻ അവരെ സഹായിക്കണം. അടുത്ത ഭാവിയിൽ തങ്ങൾക്കിനു സ്നിഗ്ദ്ധത കൈവരുമെന്നു് അവരെ മനസ്സിലാക്കണം.

കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ ഘ്രാണശക്തിക്കു വലിയ പ്രാധാന്യമൊന്നുമില്ല. അസുഖകരമായ ഗന്ധം അവർ വെറുക്കുന്നു. അതു സഹിക്കുവാനും ഒരു പ്രത്യേകവിഷമവും അവർക്കില്ല. എന്നാൽ, തരുണനു് ആമോദകരമായ വാസനയേ ഇഷ്ടമുള്ളു. അതുമൂലം സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങൾ ധാരാളം ഉപയോഗിക്കുവാൻ അവരാഗ്രഹിക്കുന്നു. കച്ചവടക്കാർ ഇതു കണക്കിലെടുത്തു യുവാക്കളെ ചൂഷണം ചെയ്യാറുണ്ടു്. സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങൾ അല്പമെല്ലാം ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു് അവരെ അനുവദിക്കാം. എന്നാൽ ശരീരമാസകലം വാസനദ്രവ്യങ്ങൾ പൂശുന്നതിനെക്കാൾ ശരീരം ശുചിയായി സൂക്ഷിക്കുന്നതാണു പ്രാധാന്യമെന്നു് അവരെ ഗ്രഹിപ്പിക്കുവാൻ നമുക്കു കഴിയണം.

പരിമളവസ്തുക്കളോടുള്ള പ്രതിപത്തിപോലെതന്നെയാണു രുചികരമായ ഭക്ഷണസാധനങ്ങളോടു് അവർക്കുള്ള ഇഷ്ടവും. പോഷകാംശങ്ങളടങ്ങിയ ആഹാരത്തെക്കാൾ അവർക്കു പ്രിയംകരം കെയ്ക്ക്, ചോക്കലേററു്, മധുരഫലങ്ങൾ മുതലായവയത്രേ. യുവജനങ്ങളുടെ ഇത്തരം ആഗ്രഹങ്ങൾക്കു വഴിപ്പെടുകയേ പലപ്പോഴും തരമുള്ളു. അതുകൊണ്ടാണു തരുണരുമായി ഇടപഴകുന്ന മിക്കയാളുകളും അവരെക്കൊണ്ടു് എന്തെങ്കിലും കാര്യം സാധിക്കുവാൻ മധുരസാധനങ്ങൾ ഉപാധിയായി ഉപയോഗിക്കുന്നതു്. എങ്കിലും ശരീരവളർച്ചയ്ക്കു് അത്യാവശ്യകമായ പോഷകാംശങ്ങളുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ കൂടെ അവർ ആഹരിക്കുവാൻ ഇടവരണം. ക്രമംതെററി ആഹാരം കഴിക്കുവാൻ അവരെ അനുവദിക്കരുതു്. ക്രമീകൃതമായ ഭക്ഷണം ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിന്റെ അതിപ്രധാനഘടകമാണു്.

ലഹരിപദാൎത്ഥങ്ങളോട്ട് ആഗ്രഹം അങ്കുരിക്കുന്നതും ഇക്കാലത്താണു്. സിഗററു്, ചായ, ചാരായം മുതലായ ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾ ആദ്യം രഹസ്യമായും പിന്നീട്ട പരസ്യമായും ഉപയോഗിക്കുന്നു. സാധാരണമായി അവർ അവയുടെ മണം ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതുകൊണ്ടല്ല അവ ഉപയോഗിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നതു്. മററാളുകളെക്കാൾ ഒന്നിലും തങ്ങൾ പിന്നിലാകരുതെന്ന ചിന്തയാണു് ഇതിനവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതു്. ലഹരിപദാൎത്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചാലുണ്ടാകുന്ന അനുഭവങ്ങളെപ്പററി കൂട്ടുകാർ നല്കുന്ന അതിശയോക്തിപരമായ വൎണ്ണനകൾ യുവാക്കളിൽ ഉത്സാഹം ഉളവാക്കും. സാമാന്യമായ ശിക്ഷണം അവൎക്കിക്കാര്യത്തിൽ നല്കണം; പ്രധാനമായി മാതൃകവഴി. കൂടാതെ, അയഥാൎത്ഥമായ യാതൊരു വിവരണവും ലഹരിപദാൎത്ഥങ്ങളെക്കുറിച്ചു നല്കരുതു്. മദ്യപാനംവഴി വ്യക്തികൾക്കും സമുദായത്തിനും വരുന്ന ആപത്തു് ഉദാഹരണസഹിതം യുവാക്കളെ ബോധപ്പെടുത്തണം.

തരുണന്റെ ശ്രവണശക്തിക്കു ശിശുവിന്റേതിനെക്കാൾ കൂമ്മയുണ്ടെന്നു തീർച്ചപറഞ്ഞുകൂടാ. എങ്കിലും ശരീരവളർച്ചയും നൂതനതാൽപര്യങ്ങളും നിമിത്തം അവനു കൂടുതൽ നന്നായി എന്തും ശ്രവിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നു. നേരിയ സ്വരവ്യത്യാസങ്ങൾപോലും പെട്ടെന്നു തിരിച്ചറിയുന്നതിനു് അവനു വിഷമമില്ല. പാട്ടിനോടിമ്പംതോന്നുകയും താളലയങ്ങളിൽ താൽപര്യം കാണിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന കുട്ടികളെ താരുണ്യത്തിന്റെ പ്രഥമദശയിൽ വേണ്ടവിധം പരിശീലിപ്പിച്ചാൽ അവർ ഒന്നാംകിടഗായകരായി ഉയരാൻ സാധ്യതയുണ്ടു്. ബാല്യത്തിൽ സംഗീതരുചിയില്ലാതിരുന്ന കുട്ടികൾപോലും താരുണ്യത്തിൽ ചിലപ്പോൾ പാട്ടുകാരായി മാറിയെന്നു വരാം. പക്ഷേ, കുറച്ചുകാലത്തേക്കുമാത്രമേ അവൎക്കു് ഈ കമ്പം കാണു. ഏതായാലും സുന്ദരഗീതങ്ങൾ

ആസ്വദിക്കുവാൻ യുവാക്കളെ പഠിപ്പിക്കേണ്ടതാണു്. ആനന്ദകരമായും ആരോഗ്യപ്രദമായും ജീവിതം നയിക്കുവാൻ ഹൃദയഹാരിയായ ഗാനങ്ങൾ വളരെയേറെ ഉപകരിക്കും.

യുവാവിന്റെ അതുല്യമായ കാഴ്ചശക്തിക്ക് അത്യന്തപരമായ പ്രാധാന്യമുണ്ടു്. വർണ്ണത്തേയും സ്ഥലത്തേയും സംബന്ധിച്ച നിരീക്ഷണം അവനു സുകരമാകുന്നു. തന്റെ നേത്രാനുഭൂതികളെ ഭൂതകാലാനുഭവങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ വിശകലനം ചെയ്യുവാനും അവൻ അചിരേണ പ്രാപ്തനാകും. താരുണ്യത്തിന്റെ ആദ്യഘട്ടത്തിൽ നിറങ്ങളോടു് അവനു് ആകർഷണം തോന്നുക സാധാരണമാണു്. ചിത്രകലാവാസന വളരുന്ന ദശകൂടിയത്രേ ഇതു്. പ്രകൃതിസൗന്ദര്യം ആസ്വദിക്കുവാൻ യുവാക്കൾക്കു സൗകര്യമുണ്ടായിരിക്കണം. പ്രകൃതിയെ കളിത്തോഴനായി സ്വീകരിച്ചുകൊണ്ടു് അതുമായി ഒത്തുപോകുന്ന മനുഷ്യന് സോല്ലാസം ജീവിതം നയിക്കുവാൻ കഴിയും.

മാനസികവളർച്ച

താരുണ്യദശയിൽ വരുന്ന മാററങ്ങളെക്കുറിച്ചാണു നാം ഇതുവരെ പ്രതിപാദിച്ചതു്. ഇനി നമുക്കു മാനസികപ്രവൃത്തികളുടെ ഉറവിടമായ ആത്മാവിന്റെ ശക്തികളെപ്പററി വിചിന്തനം ചെയ്യാം. കുട്ടിക്കാലത്തില്ലാതിരുന്ന യാതൊരു ശക്തിയും താരുണ്യത്തിൽ മുളച്ചുപൊന്തുന്നില്ല എന്നതു ശരിതന്നെ. പക്ഷേ, മാനസികശക്തികളുടെ പ്രവർത്തനതലം വികസിക്കുകയും അവ കൂടുതൽ ഊർജ്ജസ്വലമാവുകയും ചെയ്യുന്നു. കുഞ്ഞുങ്ങളെപ്പോലെ കേവലാനുഭവങ്ങൾ സ്വീകരിച്ചു തൃപ്തിയടയുന്നില്ല യുവാവു്. അവയിൽനിന്നു സാമാന്യതത്വങ്ങൾ രൂപപ്പെടുത്തുവാൻ അവൻ ശ്രമിക്കുന്നു. പുതിയ സാമൂഹികാവബോധം ഇതിനവനെ സഹായിക്കുന്നു.

കഴിഞ്ഞകാലാനുഭവങ്ങളെ ഓർമ്മയിൽ വരുത്തുവാനും അവയുടെ സമ്യക്കായ സംയോഗത്തിൽനിന്നു നൂതനരൂപങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുവാനുമുള്ള മനസ്സിന്റെ കഴിവാണല്ലോ ഭാവന. ബാല്യത്തിൽ ഇതു സുശക്തം പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. പക്ഷേ, കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ താൽപര്യങ്ങൾ വളരെ പരിമിതമാണ്. മാതാപിതാക്കൾ, അദ്ധ്യാപകർ, സഹപാഠികൾ, കളിത്തോഴർ എന്നിവക്കപ്പുറം കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു ചിന്തയില്ല. താരുണ്യത്തിൽ ഭാവന പരിപക്വവും സമ്പന്നവും ചിലപ്പോൾ നിയന്ത്രണാതീതവുമായിത്തീരുന്നു. കുഞ്ഞുങ്ങളുടേതിനെക്കാൾ ആഴമായ ഇന്ദ്രിയാനുഭൂതികളും പരപ്പാർന്ന പരിചയമണ്ഡലവും വ്യാപകമായ താൽപര്യങ്ങളും ആണ് ഇതിനു കാരണം. യുവാക്കളിൽ ജനിക്കുന്ന സാമൂഹികബോധം മററുള്ളവരുടെ പ്രശംസയെ അഭിലഷിക്കുകയും അവജ്ഞയെ ഭയപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. സമുദായം തങ്ങളെപ്പററി എന്തു പറയുന്നു എന്നറിയാൻ എപ്പോഴും ആകാംക്ഷയാണവർക്ക്. മററുള്ളവരുടെ അഭിനന്ദനമർഹിക്കാൻ ഭൂതകാലസംഭവങ്ങൾ ഇക്കിളിയിളക്കി യുവാക്കളുടെ ഭാവനയിൽ അണിനിരക്കും. അതിനെത്തുടർന്നു ഭാവിയിൽ തങ്ങൾ ചെയ്യാൻ പോകുന്ന പരാക്രമങ്ങളേയും വിജയങ്ങളേയും കണ്ണാടിയിലെന്നപോലെ അവർ ദർശിക്കുന്നു. പരാജയപ്പെട്ടുപോയ പ്രവർത്തനങ്ങൾ യുവഹൃദയത്തിൽ ഉൾക്കിടിലം ഉൽഭൂതമാക്കുകയും ചെയ്യും.

ഉന്മേഷവത്തായ ഭാവന കവിതയുടെ ചക്രവാളത്തിലേക്കു ചിറകടിച്ചു പറന്നുയർന്നെന്നുവരാം. സാഹിത്യവാസനയുള്ള തരുണനെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കേണ്ട സമയം ഇതാണ്. ജീവിതത്തിലേ വിരസമായ നിമിഷങ്ങൾ ആഹ്ളാദപ്രദമാക്കുവാനും പ്രയോജനപ്രദമായ പ്രവർത്തനത്തിനു ചാലുകീറുവാനും കലാസമ്പാദനത്തിനും സാഹിത്യസൃഷ്ടിക്കും കഴിവുററതാക്കുവാനും പര്യാപ്തമായവിധത്തിൽ ഭാവനയെ

വ്യാപിപ്പിക്കുവാൻ യുവാക്കൾക്കു ശാസ്ത്രീയമായ പരിശീലനം നല്കുക ഒരിക്കലും പാഴ്‌വേലയായിരിക്കുകയില്ല. കഴിഞ്ഞകാലത്തെ പരാജയങ്ങൾ അയവിറക്കുന്നതിനും വരുംകാലത്തെ വിഘ്നങ്ങൾ സ്വപ്നംകാണുന്നതിനുംമാത്രം അവരുടെ ഭാവനയെ അനുവദിക്കരുത്.

ദിവാസ്വപ്നം

അനിയന്ത്രിതഭാവനയുടെ അനിവാര്യഫലമാണു ദിവാസ്വപ്നം. സ്വന്തം അഭിവാഞ്ഛകളെ ഓമനിച്ചുകൊണ്ടു സാഹ്ളാദം സങ്കല്പസാമ്രാജ്യത്തിലെ വീരനായകനായി വിലസുകയാണല്ലോ പകൽക്കിനാവിലൂടെ യുവാവു ചെയ്യുക. ഇതു വിദ്യാഭ്യാസപുരോഗതിയെ സാരമായി ബാധിക്കുന്നുവെങ്കിലും എപ്പോഴും ഉപദ്രവകാരിയെന്നു പറഞ്ഞുകൂടാ. ഒരുവേള, മനോരാജ്യത്തിൽ ജീവിച്ചു വിജയം അസ്വാദിക്കുന്ന യുവാവു യാഥാർത്ഥ്യത്തെ നേരിടാൻ കൂടുതൽ ശക്തനായെന്നുവരാം. വിശേഷാത്തരമായ കണ്ടുപിടിത്തങ്ങൾ നീണ്ടുനീണ്ട സ്വപ്നങ്ങളുടെ ഫലമാണല്ലോ. ശാസ്ത്രത്തിലും കലയിലും മാത്രമല്ല ബിസിനസ്സിൽപ്പോലും വിജയത്തിനു നിദാനം പ്രതിഭാസമ്പന്നമായ ഭാവനയാണു്. യാഥാർത്ഥ്യത്തിൽ കാല്യറപ്പിച്ചുകൊണ്ടുള്ള സങ്കല്പവിഹാരം ആരോഗ്യകരമാണു്. പിന്തുടരാനൊരാദർശവും പ്രവർത്തിക്കാനൊരു രംഗവും ചൂണ്ടിക്കാട്ടുകയാണു് അപകടം പിടിച്ച സങ്കല്പസഞ്ചാരത്തിൽനിന്നു യുവാക്കളെ രക്ഷിക്കുവാനുള്ള പ്രധാനമാർഗ്ഗം.

കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കത്രെ ഓർമ്മശക്തി കൂടുതൽ എന്നു സാധാരണ പറയാറുണ്ടു്. ഇതു കുറെയൊക്കെ ശരിയാണുതാനും. മെഴുകുസമാനമായ ബാലമനസ്സിൽ സംഭവങ്ങൾ എളുപ്പം പതിയുകയും കഴിഞ്ഞുപോയ കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ഓർമ്മ പെട്ടെന്നു തെളിയുകയും ചെയ്യും. പക്ഷേ, അവരുടെ സ്മര

ണകൾ ഏറെക്കുറെ ഇന്ദ്രിയാത്മകമാണു്. ഒന്നിനോടൊന്നു ബന്ധപ്പെട്ടത്തിയല്ല വസ്തുതകളെ അവർ ഓർമ്മയിൽ നിറുത്തുക. എന്നാൽ, താരുണ്യത്തിൽ കാര്യകാരണങ്ങളേയും സാമൂഹികാനുഭവങ്ങളേയും അനുബന്ധിച്ചത്രേ സ്മരണകൾ രൂപപ്പെടുന്നതു്. പഠനത്തിൽ ഓർമ്മശക്തി അവശ്യഘടകമാണു്. വീണ്ടുംവീണ്ടുമുള്ള അഭ്യസനംമൂലം ബാല്യപ്രായത്തിലേ ഓർമ്മശക്തിയെ സജീവമായി നിലനിറുത്തണം.

സകല മാനസികശക്തികളും കേന്ദ്രവത്കരിച്ചു കാര്യങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധചെലുത്തുവാനും യുവാവിനു കുട്ടികളെക്കാൾ കഴിവുണ്ടു്. ഏകാഗ്രത സ്വപ്രയത്നംകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന നേട്ടമാണു്; സ്വാഭാവികമായി ലഭിക്കുന്നതല്ല. അവിരാമവും ദീർഘവുമായ പരിശീലനം ആവശ്യമാണിതിനു്. ജീവിതവിജയത്തിനു നിദാനമായ അവധാനത ഒരു ശീലമായി യുവാവിൽ വളരണം. ലക്ഷ്യത്തിലെത്തിച്ചേരുവാനുള്ള അഭിനിവേശം, വികാരങ്ങളുടെ നിയന്ത്രണം, അഗ്രഹങ്ങളുടെ സംയമനം മുതലായവ ഏകതാനത സംസിദ്ധമാകുവാൻ അനുപേക്ഷണീയംതന്നെ. ഇവയെല്ലാം പരിശീലനംമൂലം യുവാവിൽ എളുപ്പത്തിൽ വളത്തിയെടുക്കാൻ കഴിയും.

മാനസികശക്തികളിൽ ഏററം പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ബുദ്ധിശക്തി ഉണർവ്വോടുകൂടി പ്രവത്തിക്കുന്ന കാലഘട്ടമാണു താരുണ്യം. യുക്തിപരത (reasoning) യുടേയും വിവേചനാശക്തി (judgement) യുടേയും ഉടമസ്ഥനായി ഭവിക്കുന്ന യുവാവു വസ്തുതകളെ അപഗ്രഥിക്കുവാനും ഉൽഗ്രഥിക്കുവാനും ആരംഭിക്കുന്നു. ബാല്യത്തിൽ പലതും അവൻ വേണ്ടത്ര യുക്തിവിചാരംകൂടാതെ സമ്മതിച്ചുപോന്നിരിക്കാം. എന്നാൽ, ഇനിമുതൽ യുക്തിസഹജമല്ലാത്ത അഭിപ്രായങ്ങളൊന്നും അവനിഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. മുട്ടത്തരങ്ങളും കുയുക്തിയുടെ മൂടുപടങ്ങളും അനവസരത്തിലുള്ള ശാസനങ്ങളുംകൊണ്ടു യു

വാക്കളെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താമെന്ന മുതിർന്നവർ ആശിക്കയും വേണ്ടാ.

യുവജനങ്ങളെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നവർ അവരുടെ വിശ്വാസം നേടാനും വ്യക്തിത്വമുള്ള മനുഷ്യരോടെന്നപോലെ അവരോടു പെരുമാറാനും ശ്രദ്ധവയ്ക്കണം. അവരുടെ ആശയങ്ങൾ പലപ്പോഴും അപക്വവും യുക്തിരഹിതവും ആയിരിക്കാമെങ്കിലും അവയ്ക്കു വേണ്ടത്ര പരിഗണനന നല്കി, തെററുതിരുത്തി, അവരെ നേർവഴിക്കു നയിക്കുകയാണു് അറിവുള്ളവർ ചെയ്യേണ്ടതു്.

അധ്യാപകരും മാതാപിതാക്കളും യുവാവിനെ അവഗണിക്കുകയും പരിഹസിക്കുകയുമാണു ചെയ്യുന്നതെങ്കിൽ, അഭിപ്രായങ്ങൾ പുറപ്പെടുവിക്കുവാൻ പിന്നീടവൻ തയ്യാറാകുകയില്ല. അങ്ങനെ അവൻെറ മനോഗതങ്ങൾ അറിയാനുള്ള കവാടം അവരുടെ മുമ്പിൽ കൊട്ടിയടയ്ക്കപ്പെടുന്നു.

കൂടുതൽ കൂടുതൽ അറിയാനുള്ള ആഗ്രഹം വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈ ദശയിൽ, ധാരാളം വായിക്കാൻ യുവാക്കളെ പ്രേരിപ്പിക്കണം. പാരായണാസക്തിയിൽനിന്നു നല്ല ഫലം ഉളവാകണമെങ്കിൽ എങ്ങനെ വായിക്കണമെന്നും ഏതെല്ലാം വിഷയങ്ങളിലാണു ശ്രദ്ധ ചെലുത്തേണ്ടതെന്നും നിർദ്ദേശിച്ചുകൊടുത്തേ മതിയാവൂ. യുവാക്കളുടെ ജ്ഞാനതൃഷ്ണയ്ക്കു കടിഞ്ഞാണിടാൻ ശ്രമിക്കുന്നതു പലപ്പോഴും അപൽക്കരവും പ്രയോജനരഹിതവുമായിരിക്കും. ബുദ്ധിയെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ നാം നല്കിയില്ലെങ്കിൽ സ്വന്തം മാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുവാൻ അവർ മടിക്കുകയില്ല.

ബുദ്ധിയുപയോഗിച്ചു ജീവിതം നയിക്കുവാനാണു യുവാക്കളെ പഠിപ്പിക്കേണ്ടതു്. വിദ്യാലയമാണു് ഇതിനു് ഏററം പററിയ രംഗം. കാര്യങ്ങളെല്ലാം ആദ്യംമുതൽ അവസാനംവരെ വിവരിച്ചുകൊടുക്കുന്നതിനുപകരം യുവാവു തന്നെ

ത്താൻ ചിന്തിക്കത്തക്കവിധത്തിൽ ബോധനം ക്രമപ്പെടുത്ത ണം. താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ കൂടുതൽ സഹാ യം ആവശ്യമാണെന്ന മറക്കരുതു്. കാരണങ്ങളിൽനിന്ന സ്വന്തമായി നിഗമനങ്ങൾ എടുക്കാൻ അവരെ പരിശീലി പ്പിക്കണം. സ്വപ്രയത്നംകൊണ്ടു സമ്പാദിച്ച വിജ്ഞാനമാ ണല്ലോ കൂടുതൽ ആഴത്തിൽ പതിയുക. വ്യക്തവും സ്വത ന്ത്രവുമായി ചിന്തിക്കുവാൻ പഠിതാക്കളെ സഹായിക്കാത്ത വിദ്യാദാനരീതി ലക്ഷ്യംപിഴച്ചു്, മാനസികവളർച്ചയില്ലാ ത്ത, സ്വന്തമായ അഭിപ്രായങ്ങളില്ലാത്ത, സമുദായത്തിനും രാജ്യത്തിനും കൊള്ളാത്ത "മനുഷ്യപ്പററ"ങ്ങളെ "അഭ്യസ്ത വിദ്യർ" എന്ന പേരിൽ വളർത്തിവിടുകയായിരിക്കും ചെയ്യു ന്നതു്.

വികാരത്തിൻെറ സൃഷ്ടി

വികാരങ്ങളുടെ വളക്കൂറിലാണു മാനുഷികവ്യാപാര ങ്ങൾ മിക്കതിൻേറയും വേരോട്ടുക. ബോധപൂർവ്വം തിരഞ്ഞെ ടുത്ത ലക്ഷ്യത്തെ ഉന്നി, ശിക്ഷണം സിദ്ധിച്ച ബുദ്ധിയുടെ ശാസനകേട്ടു ജീവിതം നയിക്കുന്നവരെ സമുദായം ആദരിക്കു കയും അനുകരിക്കാനാഗ്രഹിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ, ഭൂരിപക്ഷത്തേയും ഭരിക്കുന്നതു ബുദ്ധിയല്ല, ഹൃദയമത്രേ. സാ ധാരണജനങ്ങളുടെ പ്രവൃത്തി ഈ വസ്തുത തെളിയിക്കുന്നു. ബുദ്ധിയിൽ മേലേക്കിടയിൽ നില്ക്കുന്നവർപോലും പ്രായോ ഗികജീവിതത്തിൽ പലപ്പോഴും വികാരത്തിനടിപ്പെട്ടുപോ കുന്നു. ഇവിടെ ഒരു കാര്യം അനുസ്മരിക്കണം: വികാരം അ തിൽത്തന്നെ തിന്മയല്ല; പ്രത്യുത, നന്മയുളവാക്കുവാൻ ശ ക്തമായ ഒരു ഘടകമാണു്. ദുരുപയോഗിക്കുമ്പോൾമാത്രമേ വികാരം അപകടകരമാകൂ. ലോകത്തെ ചൈതന്യവത്താ ക്കി നിലനിർത്തുന്നതു വികാരവിശേഷങ്ങളത്രേ. തിന്മയോടു

വെറുപ്പ്, നിർഭാഗ്യരോട് അനുകമ്പ, സമസൃഷ്ടികളോട്ട സ്നേഹം മുതലായ വികാരങ്ങളാണല്ലോ മനുഷ്യവംശത്തിനു നന്മ ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്നതു്.

മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ ഏററം അധികം വികാരങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടുന്ന കാലഘട്ടം താരുണ്യമാണു്. അതിനാൽ, വൈകാരികപ്രതിഭാസങ്ങളെപ്പററി സമഗ്രമായ ജ്ഞാനവും അവയെ നിയന്ത്രിക്കുവാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളെക്കുറിച്ചു സമ്യക്കായ അറിവും യുവജനപരിശീലകർക്കാവശ്യകമാണു്. ശൈശവത്തിൽ കണികാണാത്ത വികാരങ്ങൾ യുവത്വത്തിൽ പൊട്ടിവിരിയുന്നു. വികാരത്തിനു് ആഴവും പരപ്പും വർദ്ധിക്കും. യുവത്വത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന മാനസികവും ശാരീരികവുമായ മാററങ്ങളാണു പലപ്പോഴും വികാരങ്ങൾക്കുറവിടം.

സ്നേഹം അതിൻെറ എല്ലാ ഭാവങ്ങളോടുംകൂടെ പതഞ്ഞു പൊങ്ങുന്നതു യൗവനത്തിലാണു്. വ്യക്തി, കുടുംബം, സമുദായം, സ്വന്തം നാട്ട് എന്നിങ്ങനെ യുവാവിൻെറ സ്നേഹവിഷയത്തിനു നാനാത്വം ഏറിവരുന്നു. മനുഷ്യവംശത്തിൻെറ പ്രശ്നങ്ങളെപ്പററി യുവാവു വികാരപരമായി ചിന്തിക്കുവാൻ തുടങ്ങുന്നു. തനിക്കു കൈവന്ന പുത്തൻ സാമൂഹികാനുഭവങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിലാവും അവൻ പ്രശ്നങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുക. മനുഷ്യൻെറ വേദനകൾ യുവഹൃദയത്തിൽ നീററൽ ഉളവാക്കുന്നു. സമുദായത്തിൻെറ അടിത്തട്ടിലുള്ളവരോട് അനുകമ്പയും അവർ അനുഭവിക്കുന്ന അനീതികളോട് അമർഷവും തോന്നുന്നതോടൊപ്പം സമുദായമാലിന്യങ്ങളെ തുടച്ചുമാററാൻ അയാൾ പ്രതിജ്ഞയെടുക്കുകയും ചെയ്യും.

സ്നേഹം തീക്ഷ്ണതരമാകുന്ന ഈ ഘട്ടത്തിൽ സാധാരണമായി അനേകം സുഹൃൽബന്ധങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുവാൻ യുവാക്കൾ പരിശ്രമിക്കും. ലൈംഗികവാസന പ്രവത്തനോന്മു

ഖമാകുന്നതോടുകൂടെ പെൺകുട്ടികൾക്കും ആൺകുട്ടികൾക്കും പരസ്പരം ആകർഷണം ജനിക്കുന്നു. (താരുണ്യത്തിന്റെ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ പെൺകുട്ടികളും ആൺകുട്ടികളും പരസ്പരം കൂട്ടുകൂടുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം ഗ്രൂപ്പുകളായി ജീവിക്കുവാനാണു് അവക്കു രസം.) സമുദായം തങ്ങളെ ഉററുനോക്കുന്നു എന്ന ചിന്ത അവരെ അസ്വസ്ഥരാക്കും. സാധാരണഗതിയിൽ നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ആൺകുട്ടികൾ പെൺകുട്ടികളുമായി സഹവസിക്കുവാൻ സമുദായം അനുവദിക്കുന്നില്ലല്ലോ. ഈ ഘട്ടത്തിൽ പെൺകുട്ടികളെ ആകർഷിക്കുവാൻ ആൺകുട്ടികൾ ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും. അതിനവർ വിവിധമാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കാറുണ്ടു്— കൂട്ടത്തിൽ പ്രമാണിയായി നടിക്കുക, സാഹസികകൃത്യങ്ങൾ ചെയ്യുക, സത്സ്വഭാവിയായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടുക തുടങ്ങിയ മാർഗ്ഗങ്ങൾ. പ്രതിയോഗികളോടു് അസൂയ, ജീവിതവിജയത്തെക്കുറിച്ചു് ആകാംക്ഷ മുതലായ മററനേകം വികാരങ്ങൾ കൂടുതൽ ശക്തിയായി യുവാവിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നുണ്ടു്.

വികാരങ്ങൾ വേണ്ടവിധം നിയന്ത്രിക്കാൻ യുവാക്കളെ പഠിപ്പിക്കുക മേലധികാരികളുടെ ഒഴിച്ചുകൂടാത്ത കത്തവ്യമാണു്. യുവാക്കളുടെതന്നെ പരിശ്രമവും സഹകരണവും ഇതിനു കൂടിയേ കഴിയൂ. സമുദായത്തിന്റെ നന്മയ്ക്കും സ്വന്തം ഗുണത്തിനും ഉപകരിക്കുന്നവിധത്തിൽ വികാരനിയന്ത്രണം തഴക്കമാകണം. ഏതെങ്കിലും പ്രവത്തനത്തിൽ ഏർപ്പെടുകയത്രേ വികാരാവേശത്തിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുന്നതിനു ഫലപ്രദമായ മാർഗ്ഗം. സമുദായത്തിനു ഗുണകരമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ യുവാക്കളെ തൽപരരാക്കിയാൽ വികാരങ്ങൾ സൽഫലങ്ങൾ പുറപ്പെടുവിക്കും.

വികാരങ്ങളെക്കുറിച്ചു് അമിതമായ ഉൽകണ്ഠ യുവാക്കളിൽ ഉണ്ടാകാതിരിക്കാൻ സൂക്ഷിക്കണം. അവരുടെ വികാ

രഭരിതമായ പ്രവൎത്തനങ്ങൾ കാണുമ്പോൾ മുതിൎന്നവർ ചഞ്ചലമനസ്കരാകരുതു്. അനിയന്ത്രിതമായ അവരുടെ വികാരത്തെ നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തണം. അവരുടെ കോപം ശാന്തമാക്കുവാനും ഭയം അകററുവാനും സ്നേഹവികാരങ്ങൾ നിയന്ത്രിക്കുവാനും നമുക്കു കഴിയണം. ഇതു് എങ്ങനെയാണു് സാധിക്കുക? വ്യക്തികളുടെ പരിത:സ്ഥിതികളനുസരിച്ചു പലവിധത്തിലാവാം. ബുദ്ധിപരമായ കാരണങ്ങൾ ഉന്നയിച്ചുകൊണ്ടു വൈകാരികവേലിയേററങ്ങളിൽനിന്നു തരുണരെ കരകയററാൻ കഴിയും. സമുദായത്തിൽ നിലയും വിലയുമുള്ള വ്യക്തിയാകുവാനും ജീവിതവിജയം നേടുവാനും വൈകാരികനിയന്ത്രണം അനിവാൎയ്യമാണെന്നു യുവാക്കളെ ഗ്രഹിപ്പിച്ചുകൊണ്ടു പരിശീലനം സാധിക്കാം. മാൎഗ്ഗങ്ങൾ ആവശ്യമനുസരിച്ചു വ്യത്യാസപ്പെടുത്തണം. ഏററം ശക്തമായ പ്രേരണ, യുവമനങ്ങളെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നവരുടെ ജീവിതമാതൃകതന്നെ. വേണ്ടവിധം വികാരശിക്ഷണം നേടിയവരായിരിക്കണം പരിശീലിപ്പിക്കുന്നവർ. വികാരങ്ങൾക്കു കടിഞ്ഞാണില്ലാതെ ജീവിക്കുന്ന വ്യക്തികളുടെ സഹവാസം യുവാക്കളെ നശിപ്പിക്കും.

വികാരതീവ്രമായ താരുണ്യത്തിന്റെ പ്രത്യേകത, എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാനാരംഭിച്ചാൽ അതു് അങ്ങേയററം പ്രസരിപ്പോടുകൂടെ തുടൎന്നുകൊണ്ടുപോവുക എന്നതാണു്. വ്യായാമത്തിലും പഠനത്തിലും പണിയിലും എല്ലാം ഇതുതന്നെ രീതി. ഇതു യുവാവിനെ വിവശനാക്കും. മാതാപിതാക്കന്മാർ ഇതു വിവേകരാഹിത്യമായി വ്യാഖ്യാനിച്ചാൽ അവരിൽ നിരാശയും ആശങ്കയും കടന്നുകൂടും. കഠിനപ്രവൃത്തികളിൽനിന്നു പിന്തിരിയുവാൻ സൗമ്യമായി ആവശ്യപ്പെടുകയാണു് ഉത്തമം. ഇവിടെ ഒരു കാൎയ്യം പ്രത്യേകം അനുസ്മരിക്കണം. മററുള്ളവരുടെ മുമ്പിൽ പ്രസന്നവദനരും ഉത്സാഹികളുമായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടുവാൻ യുവാവു് ആഗ്രഹിക്കുമെ

ങ്കിലും ഭാവിയെക്കുറിച്ചുള്ള ഭയവും പരാജയശങ്കയും മററുള്ള വരുടെ അവജ്ഞയെക്കുറിച്ചു പേടിയും എല്ലായ്പോഴും യുവാവിൻെറ മനസ്സിനെ അലട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ചൂടുപിടിക്കുന്ന വികാരങ്ങൾ പെട്ടെന്നു തണുക്കുവാൻ ഇതു കാരണമാകുന്നു.

വികാരസംഘട്ടനങ്ങൾനിമിത്തമുണ്ടാകുന്ന ന്യൂലാമാല കളിൽനിന്നു രക്ഷനേടുവാൻ യുവാവിനെക്കൊണ്ടുതന്നെ സാധിക്കുകയില്ല. മുതിർന്നവരുടെ ആത്മാത്ഥവും വിവേകപൂവ്വകവുമായ മാൎഗ്ഗനിർദ്ദേശം അവനു കൂടിയേ കഴിയൂ. പരിശീലനം നല്കുന്നവർ തങ്ങളുടെതന്നെ താരുണ്യത്തിലേ അനുഭവങ്ങൾ കണക്കിലെടുത്താൽ, യുവത്വത്തിലേ വികാരങ്ങളുടെ ഉറവിടം ഗ്രഹിക്കുവാനും നിവാരണമാൎഗ്ഗം ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുവാനും എളുപ്പം കിട്ടും. വികാരനിയന്ത്രണത്തെക്കുറിച്ചു പിന്നീടു വിശദമായി ചർച്ച ചെയ്തിട്ടുണ്ടു്.

നൈസർഗ്ഗികവാസനകൾ

മനുഷ്യനിൽ സ്വാഭാവികാഭിരുചികൾ അഥവാ നൈസർഗ്ഗികവാസനകൾ ഉണ്ടു്. ജന്തുക്കളിലാണു ജന്മവാസനകൾ പ്രകടമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നതെങ്കിലും മനുഷ്യജീവിതത്തിലും അവ അപ്രധാനമല്ല. എന്നാൽ, മനുഷ്യന്റെ എല്ലാ പ്രവൃത്തികൾക്കും നിദാനം ജന്മവാസനയാണെന്നോ നൈസർഗ്ഗികപ്രേരണ എന്നൊന്നില്ലെന്നോ വാദിക്കുന്നതു ശരിയല്ല. മനുഷ്യജീവിതത്തിലെ പല പ്രവർത്തനങ്ങളേയും നയിക്കുന്നതു് അഭിരുചിയാണെന്നു സമ്മതിക്കണം. പക്ഷേ, സ്വാഭാവികപ്രേരണകൾക്കു മനുഷ്യന്റെമേൽ നിർണ്ണായകശക്തിയില്ല. അവയെ പരിശീലനംകൊണ്ടു വ്യത്യാസപ്പെടുത്താൻ കഴിയും. ഈ സ്വാഭാവികാഭിരുചികളെ പൊതുവെ മൂന്നായി തരംതിരിക്കാം.

1) സ്വരക്ഷയ്ക്കും സുസ്ഥിതിക്കുംവേണ്ടിയുള്ള വാസന (Instinct of self-preservation)
2) സാമൂഹികബന്ധം സംബന്ധിച്ച പ്രവണതകൾ (Social instinct)
3) വംശവർദ്ധനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ലൈംഗിക വാസന (Sex instinct)

താരുണ്യത്തിന്റെ വികാസത്തോടൊപ്പം അഭിരുചികൾ പ്രകടമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അവയെ വേണ്ടവിധം ക്രമീകരിക്കുക യുവജനശിക്ഷണത്തിലെ അനിവാര്യഘടകമാണു്. നൈസർഗ്ഗികവാസനകളെ പരിശീലിപ്പിക്കുവാൻ

ബാല്യത്തിൽത്തന്നെ കരുക്കാം നിരത്തണമെന്ന വസ്തുത വിസ്മരിക്കരുതു്. വ്യക്തമായ ആത്മജ്ഞാനം യുവാവിനു പ്രദാനംചെയ്യുകയും സാമൂഹികകത്തവ്യങ്ങൾ ഫലപ്രദവും ആഹ്ളാദകരവുമായി നിർവ്വഹിക്കുവാൻ അവനെ പ്രാപ്തനാക്കുകയുമാണു സ്വാഭാവികവാസനകളുടെ പരിശീലനംമൂലം സാധിക്കുക. നൈസർഗ്ഗികാഭിരുചികളെ സ്വതന്ത്രമായി വിടാതെ, വിവേകപൂർവ്വം കടിഞ്ഞാണിടുകയാണു ജീവിതവിജയത്തിന്റെ പ്രധാനമായ ഉറവിടം.

സ്വരക്ഷാവാസന

ആത്മപ്രകാശനവ്യഗ്രത (self-assertion) ഏററം പരിപുഷ്ടമാകുന്നതു യൗവനത്തിലാണു്. മനുഷ്യസഹജമായ ഈ പ്രവണത കുട്ടികളിൽ വളരെ കുറഞ്ഞ തോതിലേ പ്രത്യക്ഷപ്പെടൂ. വ്യക്തി വളരുന്നതോടൊപ്പം ആത്മബോധവും വളരുന്നു. താരുണ്യത്തിലേ അസാധാരണമായ ശരീരപരിണാമവും അപ്രതിഹതമായ വികാരവായ്പും വ്യക്തിത്വബോധത്തിന്റെ സമ്പൂർണ്ണപ്രകാശനത്തിനു കളമൊരുക്കുന്നു.

സ്വന്തം കഴിവുകളെക്കുറിച്ചു യുവാവു ബോധവാനാകുന്നു. സമുദായത്തിലേ വിലപ്പെട്ട വ്യക്തിയാണു താൻ എന്ന വിശ്വാസം ദൃഢമൂലമാകുന്നു. താൻ മററാരേയുംകാൾ പിന്നിലല്ല എന്ന ചിന്ത അവനെ നയിക്കുകയും മുതിർന്നവരെപ്പോലെ പരിഗണിക്കപ്പെടുവാൻ അവൻ ആശിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. യുവാക്കളിൽ വേരുറയ്ക്കുന്ന ഇത്തരം വൃത്തിയാനങ്ങൾ കണ്ടറിയാൻ കഴിവില്ലാത്തവർക്കു് അവരെ പരിശീലിപ്പിക്കാനാവില്ല. അറിവില്ലാത്ത കുഞ്ഞുങ്ങളോടെന്നപോലെ അവരോടു് ഒരിക്കലും പെരുമാറരുതു്. അത്തരം പരിഗണന, തങ്ങൾ വളർച്ചചെന്നവരെന്ന വിശ്വാസത്തിനു ഉലച്ചിൽ തട്ടിക്കും; അവർക്കു് ഇച്ഛാഭംഗം അനുഭവപ്പെടും.

പിന്നെ അവരുടെ വിശ്വാസംനേടാനോ ശരിക്കവരെ പരിശീലിപ്പിക്കാനോ കഴിയാതെ വരും.

അവരുടെ വ്യക്തിത്വത്തെ നാം വിലമതിക്കുന്നെന്ന് അവരെ ബോധപ്പെടുത്തണം; അവരുടെ അഭിപ്രായത്തെ കണക്കിലെടുക്കുന്നതുപോലെ വർത്തിക്കുക. കുടുംബത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങളെപ്പററി അവരോടൊത്ത് ആലോചിക്കാൻ മടിക്കരുത്. ഉദാഹരണമായി, അവർക്ക് ഉടുപ്പിനു തുണിയെടുക്കുവാൻ പോകുന്ന പിതാവ് ഏതുതരം തുണിയാണു വേണ്ടതെന്ന് അവരോട് ആരായുന്നതു നന്നായിരിക്കും. ഇളയ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെമേൽ തങ്ങൾക്കധികാരമുണ്ടെന്ന ഭാവത്തിൽ യുവാക്കൾ ശിക്ഷണനടപടികൾ സ്വീകരിച്ചെന്നു വരാം. അപ്പോഴെല്ലാം അവരെ പഴിക്കരുത്.

കുട്ടിക്കാലത്തു തികഞ്ഞ അനുസരണയോടേ ജീവിച്ചിരുന്നവരിൽ യൗവനത്തോടെ വിപ്ളവമനോഭാവം തലയുയർത്തിയെന്നുവരും. നിർദ്ദേശങ്ങൾക്കൊന്നും അവർ ചെവികൊടുക്കുകയില്ല. ഈ ഭാവപ്പകർച്ച വേദനാജനകമെങ്കിലും മാതാപിതാക്കൾ ആവശ്യത്തിലധികം അവരെ ശകാരിക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കണം. എപ്പോഴും തങ്ങളുടെ ചൊല്പടിയിൽ മക്കൾ കഴിയണമെന്നു മാതാപിതാക്കൾ ശഠിക്കരുത്. ഉടുപ്പിനും ഊണിനും ഉറക്കത്തിനും എന്തിനുമെല്ലാത്തിനും ചെറുപ്പക്കാരെ കുററംപറയുന്ന മാതാപിതാക്കളുണ്ട്. ചെറുപ്പക്കാർക്കിതു് ഉപദ്രവകരമാണെന്ന് അച്ഛനമ്മമാർ അറിയുന്നില്ല. സ്വല്പം തന്റേടമുള്ള യുവാക്കൾ സ്ഥാനത്തും അസ്ഥാനത്തുമുള്ള ഇത്തരം വിമർശനം വകവയ്ക്കുകയില്ല. തന്മൂലം, അനുസരണക്കേട് ഏറെ ആഴത്തിൽ അവരിൽ വേരുറയ്ക്കുന്നു. മൃദുലമനസ്കരായ യുവാക്കളിൽ വ്യത്യസ്തമായ അനുഭവമാണ് ഇതുളവാക്കുന്നതു്. അവർക്ക് ആത്മവിശ്വാസം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. ഹീനതാബോധം വളരുകയും

വ്യക്തിപരമായ കടമകൾപോലും വേണ്ടവണ്ണം നിർവ്വഹിക്കുവാൻ അവർ അപ്രാപ്തരായി ഭവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

കുടുംബത്തിൽ കൂടുതൽ കുട്ടികളുള്ളപ്പോൾ അവരിൽ ആർക്കെങ്കിലും പ്രാമാണ്യം നല്കുന്ന ചെയ്തികൾ മാതാപിതാക്കൾ വർജ്ജിക്കണം. പക്ഷപാതം കുട്ടികളുടെ ഇടയിൽ വെറുപ്പും വിദ്വേഷവും വളർത്തും. ഏററം മോശമായ കുട്ടിയിലും അപ്പഴപ്പോൾ കാണുന്ന നന്മ കണ്ടുപിടിച്ചു പ്രശംസിക്കുവാൻ മടിക്കരുതു്.

മാതാക്കളുടെ അമിതവും അനിയന്ത്രിതവുമായ സ്നേഹപ്രകടനം മക്കൾക്കു നന്മ വരുത്തുന്നില്ല. ഇതു സ്വതന്ത്രമായ വ്യക്തിത്വം കുട്ടികളിൽ വളരാൻ തടസ്സമായി നില്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. കുടുംബത്തിൽ ഒരേ ഒരു സന്താനംമാത്രമുള്ളപ്പോൾ കുടുംബാംഗങ്ങളുടെയെല്ലാം സ്നേഹം അയാളിൽ അർപ്പിക്കപ്പെടുവാൻ ഇടയാകും. പിതാവു നഷ്ടപ്പെട്ട കുട്ടികൾക്കും ഇത്തരം അനുഭവം ഉണ്ടാകാൻ എളുപ്പമാണു്. സാധാരണമായി ഇത്തരം കുട്ടികൾ ആത്മവിശ്വാസമില്ലാത്തവരായി വളരുന്നു. പ്രവൃത്തികളൊന്നും സ്വന്തമായി ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യമോ അവസരമോ ഉണ്ടാകാത്തതിനാൽ, ഭാവിജീവിതത്തിലേ പ്രശ്നങ്ങളുടെമുമ്പിൽ ഇവർ ചൂളിപ്പോകുന്നു. പലപ്പോഴും വികാരസംഘട്ടനങ്ങൾക്കു വിധേയരാവുകയും ചെയ്യും.

നല്ല വസ്ത്രങ്ങളണിഞ്ഞു മററുള്ളവരുടെ മുമ്പിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടാൻ വ്യക്തിത്വചിന്ത യുവാക്കൾക്കു പ്രേരണ നല്കുന്നു. സാമൂഹികബന്ധങ്ങൾ എളുപ്പം സൃഷ്ടിക്കുവാൻ ഇതൊരു സഹായമാണു്. യുവാക്കൾക്കിഷ്ടപ്പെട്ട വസ്ത്രം കൊടുക്കുവാൻ മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം. ശുചിയായി വസ്ത്രം ധരിക്കുവാൻ അവർക്കു വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ നല്കണം. ആരുടേയും ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടാതെ സമയം ചെലവഴി

ക്കുവാൻ അവർ ചിലപ്പോഴെല്ലാം ആഗ്രഹിക്കുന്നു എന്നതാണ് ആത്മഃബോധത്തിൻെറ മറെറാരു പ്രതിഫലനം. കഴിയുമെങ്കിൽ പ്രത്യേകമൊരു മുറിയും ചില്ലറ ആവശ്യങ്ങൾക്കു വേണ്ട കൈക്കാശും കൊടുക്കുക. ഉത്തരവാദിത്വപൂർണ്ണമായ ജീവിതം ചെറുപ്പക്കാരിൽ കരുപ്പിടിക്കുവാൻ ഏററം പര്യാപ്തമായ മാർഗ്ഗമാണിതു്. അവർ എങ്ങനെ സമയം ചെലവഴിക്കുന്നെന്നും പണം വിനിയോഗിക്കുന്നെന്നും ഇടയ്ക്കിടെ അന്വേഷിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാൽ മതി.

അനുസരണബോധം യുവാക്കളിൽ വളർത്തുവാൻ കുറെ പണിപ്പാടുണ്ടു്. നിയമാനുസൃതമായ അധികാരത്തോടുള്ള വിധേയത്വം അഭിമാനിക്കാവുന്ന സുകൃതമാണെന്നും അതു ജീവിതവിജയത്തിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണെന്നും അവരെ മനസ്സിലാക്കണം. തങ്ങളുടെ നന്മയ്ക്കുതകുമെന്നുറപ്പുള്ള ആജ്ഞകൾ സ്വീകരിക്കുവാൻ യുവാക്കൾക്കു സന്തോഷമേ തോന്നു.

ഒരു കാര്യംകൂടി: അവർക്കു ബോധംവന്ന തത്വങ്ങൾക്കനുസരിച്ചു ജീവിക്കുവാൻ അവക്കുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യത്തെ മുതിർന്നവർ വകവച്ചുകൊടുക്കണം. ബാല്യത്തിൽ മററുള്ളവരുടെ നിർദ്ദേശമനുസരിച്ചായിരുന്നു അവരുടെ പ്രവത്തനങ്ങളെല്ലാം. എന്നാൽ, താരുണ്യത്തിൽ സ്വകീയമായ വീക്ഷണത്തിലൂടെയാണു് അവർ കാര്യങ്ങളെക്കാണുക. മററുള്ളവരിൽനിന്നു് എന്തു സഹായമാണു തങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുക എന്നതായിരുന്നു കൊച്ചുകുട്ടികളുടെ ചിന്ത. മറിച്ചു മററുള്ളവക്കു തങ്ങളെന്തു സഹായമാണു നല്കേണ്ടതു് എന്ന വ്യഗ്രതയാണു യുവാക്കളുടേതു്. സ്വന്തം തത്വങ്ങളെ പ്രയോഗത്തിലാക്കാൻ അവർക്കു തിടുക്കംകൂടും. ആഴമായ യുക്തിയോ പിഴയ്ക്കാത്ത വിവേകമോ അവരുടെ വ്യാപാരങ്ങളിൽ പലപ്പോഴും കാണുകയില്ല. ഒരിക്കൽചെയ്ത തീരുമാനം പുനഃപരിശോധന ചെയ്യാൻ ധൃതി അവരെ അനുവദിക്കുകയുമില്ല.

മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ കുമിഞ്ഞുകൂടിയിരിക്കുന്ന നൂറുനൂറു കെടുതികളെപ്പററി അക്ഷമതയാണവക്ക്. അവയെല്ലാം പരിഹാരം കണ്ടുപിടിക്കുവാൻ തങ്ങാ ശക്തരാണെന്ന വിശ്വാസവും ജീവിതവീക്ഷണത്തിൽ പൊന്തിനില്ക്കുന്നു. മുതിന്നവരുടെ വിവേകവും ശാന്തതയും അവരെ അസ്വസ്ഥരാക്കും. പഴയതലമുറക്കാർ മണ്ടന്മാരും ചുണകെട്ടവരുമെന്ന് അവർ മുദ്രകുത്തും. തങ്ങാ എല്ലാക്കാര്യത്തിലും ക്രാന്തദർശികളാണു് എന്നത്രേ അവരുടെ ധാരണ. അവരുടെ പ്രവൃത്തികളെ വിമർശിക്കുന്നവരെ പിന്തിരിപ്പന്മാരും പുരോഗതിയുടെ ശത്രുക്കളുമായി അവരെണ്ണും. വിവേകവും സാവകാശവും ഉപദേശിക്കുന്നവരെ അവർ വെറുക്കും. പ്രവത്തനതീക്ഷ്ണത തല്ലിക്കെട്ടുത്തുവാനും പോയതലമുറയുടെ അലസതയെ ന്യായീകരിക്കുവാനുമുള്ള ഉപായങ്ങളാണു് ഈ ഉപദേശങ്ങളൊക്കെ എന്നവർ വിശദീകരിക്കും.

യുവാക്കളുടെ പരിപാടികാ യാഥാത്ഥ്യങ്ങളെ നേരിടുവാൻ പലപ്പോഴും അപര്യാപ്തമാകയാൽ അവർ പ്രതീക്ഷിച്ചത്ര പ്രോത്സാഹനം മുതിന്നവർ കൊടുക്കുകയില്ല. തന്റെ പ്രവത്തനത്തിനു ലോകം സ്വാഗതം നല്കുന്നില്ല എന്നു തോന്നുന്നതോടെ ആത്മവിശ്വാസരാഹിത്യം അയാളെ വലയം ചെയ്യുന്നു. വ്യത്യാസപ്പെട്ട സാമൂഹികപശ്ചാത്തലത്തോടു പൊരുത്തപ്പെടാൻ കഴിയാത്തതിനാൽ ഉളവാകുന്ന ലജ്ജയും അരക്ഷിതാവസ്ഥയും ഇതിനു സഹായകമായി നില്ക്കുന്നു. അല്പമൊരു വിമർശനവും നിസ്സാരപരാജയവും അവരെ പെട്ടെന്നു നിരുത്സാഹികളാക്കുന്നതിനാൽ ആഗ്രഹിക്കുന്നവ ചെയ്യുവാൻ ആത്മധൈര്യം നഷ്ടപ്പെടുന്നു.

മനസ്സിനെ ഗ്രസിക്കുന്ന ഭയവും ആശങ്കയും പുറത്തുകാണിക്കാതിരിക്കാൻ യുവാവു പരിശ്രമിക്കും. യാതൊന്നിലും തനിക്കു പ്രത്യേകതാൽപര്യമൊന്നുമില്ല എന്ന ഭാവത്തിലാണു ചിലർ സമുദായത്തിന്റെ മുമ്പിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുക.

ഈ മനോഭാവം വഴക്കാളികളാകുവാൻ അവരെ പ്രേരിപ്പിച്ചെന്നും വരാം. ആരുടേയും സഹായംകൂടാതെ ജീവിതം നയിക്കുവാൻ തങ്ങൾക്കു കഴിയും എന്നു മററുള്ളവരെ ബോധപ്പെടുത്തുവാനാണ് അത്തരം യുവാക്കളുടെ ശ്രമം. അശ്രദ്ധമായി വസ്ത്രം ധരിക്കുക, അനാവശ്യമായി ഉറക്കെ സംസാരിക്കുക, മററുള്ളവരെ അവഹേളിക്കുക മുതലായവയാണ് ഇതിനവർ ഉപയോഗിക്കുന്ന മാർഗ്ഗം. അവർ ചിലപ്പോൾ കൂട്ടമായി നടക്കാറുണ്ട്. അതുമൂലം അവരിലുള്ള സമുദായവിദ്വേഷം ശതഗുണീഭവിക്കുന്നു. അവർ പരസ്പരം ശണ്ഠകൂടുകയും മററുള്ളവരെ ഉപദ്രവിക്കുകയും ചെയ്യും. തെണ്ടിപ്പിള്ളേരെന്നാണു നാമിവരെ വിളിക്കുക. എന്നാൽ, തികഞ്ഞ നിയന്ത്രണത്തിൽ ജീവിക്കുന്ന ആഭിജാത്യമുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങളിലും ഈ വാസന കണ്ടുവരാറുണ്ട്. പരിതഃസ്ഥിതിയുടെ സമ്മർദ്ദത്താൽ കുറെ വ്യത്യസ്തരീതിയിലായിരിക്കും ഇവരുടെ നടത്ത എന്നുമാത്രം.

പിച്ചവെച്ചു നടക്കാനാരംഭിക്കുന്ന കുഞ്ഞ് ഉരുണ്ടുവീഴുന്നതുപോലെതന്നെയാണു സാമൂഹികജീവിതത്തിൽ കാൽവെയ്ക്കുന്ന തരുണനും അപജയം സംഭവിക്കുന്നത്. സമുദായത്തിൻെറ പ്രോത്സാഹനമാണു പ്രവർത്തനവേദിയിലേക്ക് അവരെ നയിക്കുവാനുള്ള അവലംബം. മുതിർന്നവരുടെ താൽപര്യപൂർവ്വകമായ അന്വേഷണം ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ യുവാവിനാവശ്യമാണ്. അയാളോടു ദുഃഖഭാവത്തിൽ വർത്തിക്കണമെന്നോ സഹതാപം പ്രകടിപ്പിക്കണമെന്നോ ഇതിനർത്ഥമില്ല. അത്തരം അനുകമ്പ അയാൾ വെറുക്കുന്നു. കാരണം, തൻെറ ബലഹീനതകളും ചപലതകളും മററുള്ളവർ അറിയുന്നു എന്ന വിചാരം അയാൾക്കു ദുസ്സഹമാണ്. തൻെറ ശ്രേയസ്സിൽ സ്നേഹാത്മകമായ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തുന്നവരെമാത്രമേ യുവാവ് ഇഷ്ടപ്പെടൂ. തൻെറ വ്യക്തിത്വത്തേയും

കഴിവിനേയും പരോക്ഷമായെങ്കിലും അംഗീകരിക്കുന്നവരെ മാത്രമേ അവൻ ശ്രവിക്കൂ. തൻെറ പ്രശ്നങ്ങളെ അനുഭാവപൂർവ്വം വീക്ഷിക്കുന്നയാളെമാത്രമേ അയാഠം വിശ്വസിക്കൂ. അവനിൽ വ്യക്തിത്വം രൂപംപ്രാപിക്കുകയാണു്. പുത്തൻ അനുഭൂതികളുടെ മധുരവും അപകടങ്ങളുടെ കയ്പും അഭിലാഷങ്ങളുടെ തരിപ്പും അവൻ അനുഭവിക്കുന്നുണ്ടു്. ജീവിതവിഷമതകഠം തരണംചെയ്യാനും അവ്യക്തമായ ആശയാവേശങ്ങഠംക്കു വേണ്ടവിധത്തിൽ രൂപംകൊടുപ്പാനും യുവാവിനെ സഹായിക്കുന്നതിനു് ഒരു ഉത്തമസുഹൃത്തിനു കഴിയും. പക്ഷേ, ഉപദേശം നല്കുന്നവർ ചെറുപ്പക്കാരെപ്പോലെ ചിന്തിക്കണമെന്നോ വർത്തിക്കണമെന്നോ ഇതിനർത്ഥമില്ല. കളിപ്രായം കഴിഞ്ഞിട്ടില്ലെന്നു തോന്നിക്കുന്നവിധത്തിൽ പെരുമാറുന്നവരെ യുവാക്കഠം തങ്ങളുടെ ഹൃദയരഹസ്യങ്ങഠം കൈമാറുവാൻ തിരഞ്ഞെടുക്കുകയില്ല. രഹസ്യം സൂക്ഷിക്കാൻ കഴിയും എന്നു തോന്നുന്നവരെമാത്രമേ അവർ വിശ്വസിക്കൂ. മഹത്തായ ഒരു ലക്ഷ്യം നേടുവാനുള്ള അഗ്രഹം അവരിൽ അങ്കുരിപ്പിച്ചാൽ ഏതു കക്കശമായ നിയന്ത്രണത്തിനും അവർ സന്തോഷപൂർവ്വം വിധേയരാകും. മുതിർന്നവരിൽ അർപ്പിക്കുന്ന വിശ്വാസം യുവാക്കഠംക്കു പെട്ടെന്നു നഷ്ടപ്പെട്ടെന്നു വരാം. അതിൽ അനിഷ്ടമൊന്നും പ്രകടിപ്പിക്കരുതു്. വൈകാരികമായ അനിശ്ചിതാവസ്ഥയാണു് അതിനവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതു്.

ഇവിടെ ഒരുകാര്യം പ്രത്യേകം അനുസ്മരിക്കണം. മാതാപിതാക്കളേയും അടുത്ത ബന്ധുക്കളേയും വിശ്വസിക്കുവാൻ പലപ്പോഴും ചെറുപ്പക്കാർ താൽപര്യം കാണിക്കാറില്ല. തങ്ങളെപ്പററി സർവ്വതും അവക്കറിയാമെന്ന ചിന്തയാണു് ഇതിനു കാരണം. മാത്രമല്ല, തങ്ങളുടെ പല പ്രശ്നങ്ങളും അവരോടു പറയുവാൻ യുവാക്കഠംക്കു ലജ്ജ തോന്നും.

എന്താണു്, എങ്ങനെയാണു പറയേണ്ടതെന്നു് ഒരു പിടിയും കിട്ടുകയില്ല. തങ്ങളുടെ പ്രശ്നങ്ങളും പദപ്രയോഗങ്ങളും ഉററവരേയും ഉടയവരേയും ഞെട്ടിപ്പിച്ചേക്കാമെന്നാണവരുടെ പേടി. സൗഹാർദ്ദമായി പെരുമാറുന്ന അപരിചിതരോടാകട്ടെ, വിശ്വാസപൂർവ്വം ഹൃദയരഹസ്യങ്ങൾ കൈമാറുവാൻ അവക്കു് അധികം വൈമനസ്യം കാണുകയില്ല.

പരിചയക്കുറവും ആവേശക്കൂടുതലും നിമിത്തം യുവതീയുവാക്കന്മാർ ആത്മാർത്ഥതയില്ലാത്ത ആളുകളെ വിശ്വസ്തരായി എണ്ണിയെന്നു വരാം; പ്രത്യേകിച്ചു യുവതികൾ. അവരുടെ സഹജമായ നിഷ്കളങ്കതയും മാതാപിതാക്കളുടെ അശ്രദ്ധയുമത്രേ ഇത്തരം അടുപ്പങ്ങൾക്കിടകൊടുക്കുന്നതു്. യുവജനങ്ങളുടെ കൂട്ടുകെട്ടിൽ തികച്ചും ജാഗ്രതയുള്ളവരായിരിക്കണം രക്ഷകർത്താക്കൾ. "നിൻെറ കൂട്ടുകാരനാരെന്നു പറയുക; എങ്കിൽ, നീയാരെന്നു ഞാൻ പറയാം" എന്ന മഹദ്വാക്യം ഇവിടെ സ്മൃത്തവ്യമാണു്. കുടുംബത്തിലേ ന്യായ്യമായ നിയന്ത്രണം ഒരിക്കലും വ്യക്തിയുടെ വളർച്ചയെ തടയുകയില്ല. കുടുംബത്തിൻെറ എല്ലാ കെട്ടുപാടിൽനിന്നു തരുണരെ വിടുത്തുക ജീവിതത്തിൻെറ വളർച്ചയ്ക്കു് ആവശ്യമാണെന്ന ചില മനഃശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരുടെ വാദം നിരർത്ഥകവും അടിസ്ഥാനരഹിതവും അപകടകരവുമാണു്.

സാമൂഹികവാസന

സമുദായവുമായി ബന്ധപ്പെടുവാനുള്ള മനുഷ്യൻെറ വാസന പ്രകൃതിദത്തമാണു്. മററുള്ളവരെ സഹായിച്ചും അവരിൽനിന്നു സഹായം സ്വീകരിച്ചും ജീവിക്കാൻ മനുഷ്യൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. കുഞ്ഞുന്നാളിൽ ഈ വാസന പ്രകടമല്ല. ബാല്യപ്രായമാകുമ്പോഴേക്കും മററു കുട്ടികളുമായി ഇടപെടുവാനുള്ള ആഗ്രഹം മുളയെടുക്കുന്നു. സ്വാർത്ഥതാൽപര്യമാ

ണ് അതിനവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതു്. താരുണ്യത്തിന്റെ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ സാമൂഹികാസക്തി ശക്തിമത്താകുന്നു. കൂട്ടജീവിതത്തിനവർ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. ഗ്രൂപ്പിന്റെ അഭിലാഷത്തിനു കീഴ്പ്പെടുവാനും അതിന്റെ ലക്ഷ്യത്തിനുവേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കുവാനും യുവാക്കൾ തയ്യാറാകുന്നു. ഈ ഘട്ടത്തിൽ ഇഷ്ടപ്പെട്ട കൂട്ടുകാരെ ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ അവർ അസ്വസ്ഥരും അസന്തുഷ്ടരുമായിത്തീരും. യൗവനത്തിന്റെ വളർച്ചയോടുകൂടെ സാമൂഹികവാസന വ്യക്തവും ബോധപൂർവ്വകവുമായിഭവിക്കും.

സംഘടിക്കുന്നതിനും സമൂഹത്തോടു വിശ്വസ്തരായി വർത്തിക്കുന്നതിനും താൽപര്യം പ്രദർശിപ്പിക്കുന്ന ഈ കാലഘട്ടം ശരിക്കുപയോഗിച്ചു യുവാക്കളിൽ സൗഹാർദ്ദമനസ്ഥിതിയും സഹകരണബോധവും വളർത്തുവാൻ രക്ഷകർത്താക്കൾ ഉത്സാഹിക്കണം. ബുദ്ധിപരമായി പിന്നിൽനില്ക്കുന്ന കുട്ടികൾപോലും തൃപ്തികരമായ സാമൂഹികബന്ധങ്ങൾമൂലം മെച്ചപ്പെട്ടവരായിത്തീരാനിടയുണ്ട്. ആരോഗ്യകരമായ സാമൂഹികബന്ധങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുവാൻ മാതാപിതാക്കൾ കുട്ടികളെ അനുവദിക്കുകയും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക അവരുടെ വ്യക്തിത്വവികാസത്തിന് അനിവാര്യമാണ്.

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ അങ്ങോളമിങ്ങോളം ഉയർന്നുവരുന്ന കലാസാംസ്കാരികസമിതികൾ യുവജനങ്ങളുടെ സംഘാതവാസനയ്ക്കു മകുടോദാഹരണമാണ്. ഗ്രാമത്തിന്റെ ഹൃദയത്തിൽ ഉയർന്നുവരുന്ന ഗ്രന്ഥശാലയും അതിനെച്ചുററിത്തഴച്ചു വളരുന്ന സാംസ്കാരികോണർവും യുവാക്കളുടെ നേതൃത്വവാസനയെ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു. ഒന്നിച്ചുപ്രവർത്തിക്കുവാനും ഉല്ലസിക്കുവാനും ഊററിയലയുന്ന യുവത്വത്തിന്റെ പ്രവണതയെ സമൂഹഗാനങ്ങൾ, നൃത്തങ്ങൾ, നാടകം, ഓർക്കെസ്ട്ര എന്നീ ആകർഷകങ്ങളായ മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ തിന്മ

യുടെ ശക്തികൾ ചൂഷണം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണിന്നു്.

ഇടവകയുവജനസംഘടനകളുടെ ആവശ്യം ഇവിടെ വ്യക്തമാകുന്നു. മതേതരവിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ ചട്ടക്കൂട്ടിൽ വളൎന്നുവരുന്ന ആധുനികയുവാക്കളിൽ വിശുദ്ധിയുടെ വെണ്മയണിഞ്ഞ വ്യക്തിത്വം രൂപപ്പെടുവാനുള്ള പ്രധാനമാൎഗ്ഗമാണല്ലോ യുവജനസംഘടന. മതബോധനം സംഘടനയുടെ പ്രധാനലക്ഷ്യമായിരിക്കണം. ദൈവികജീവൻ യുവാക്കളിൽ തിങ്ങിനിറയണം. ആ നിറവിൽനിന്നു ദൈവത്തിനും രാജ്യത്തിനുംവേണ്ടി എന്തും ചെയ്യുവാൻ അവർ കരുത്താൎജ്ജിച്ചുകൊള്ളും. ആദർശസമ്പന്നരും പ്രഗത്ഭരുമായ നൂറുനൂറു രാഷ്ട്രനേതാക്കളെ വാൎത്തെടുക്കാൻ സംഘടിതപ്രവൎത്തനത്തിനു കഴിയും. നേതൃത്വവാസനയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാനുള്ള കഴിവും സന്മനസ്സും യുവജനങ്ങളെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നവൎക്കു വേണമെന്നുമാത്രം. പെട്ടെന്നു നേതൃസ്ഥാനത്തേക്കു് ഓടിക്കയറുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന യുവജനങ്ങളെക്കുറിച്ചു് അസഹിഷ്ണുക്കളാകരുതു യുവജനശിക്ഷകർ.

ആദ്ധ്യാത്മികോന്നമനമാണു യുവജനസംഘടനകളുടെ പ്രധാന ഉന്നമെങ്കിലും ശാരീരികവും സാംസ്കാരികവും മാനസികവുമായ വളൎച്ചയ്ക്കും അവ ആനുപാതികമായ പ്രാധാന്യം കൊടുക്കണം. സംഘടനകളുടെ പരിപാടികൾ കഴിയുന്നതും ആകർഷകമാക്കാൻ ശ്രമിക്കണം. സുദീൎഘമായ ഉപദേശവും ജീവനില്ലാത്ത സമ്മേളനവും യുവതീയുവാക്കളെ പെട്ടെന്നു മുഷിപ്പിക്കും. വിനോദപര്യടനം, നാടകാഭിനയം, ഗാനാലാപം മുതലായവ യുവാക്കൾക്കു് ഉന്മേഷജനകമാണു്. നല്ല ശിക്ഷണവ്യവസ്ഥകൾ യുവജനസംഘടനകളുടെ അവശ്യസ്വഭാവമാണു്. പൊതുപതാകയും സ്വന്തമായ യൂണിഫോറവും സമുചിതപ്രകടനവും ഉണ്ടായിരി

ക്കുന്നതു നന്നു്. പൊതുചർച്ചകൾ, ചൂടുപിടിച്ച വാദപ്ര തിവാദങ്ങൾ മുതലായവ വേണ്ടത്ര നിയന്ത്രണത്തോടുകൂടെ വേണം നടത്തുവാൻ. കായികവിനോദങ്ങളും മത്സരങ്ങളും മററും അവസരംപോലെ സംഘടിപ്പിച്ചാൽമാത്രമേ, സം ഘാംഗങ്ങളുടെ താൽപര്യം വളരുകയുള്ളു.

സംഘടനകളിലൂടെ യുവാക്കളെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്ന വർക്കു ചില പ്രത്യേകഗുണങ്ങൾ ഉണ്ടായേ പററൂ. യുവാ ക്കളുടെ പ്രശ്നങ്ങളെപ്പററി ആഴമായ അറിവും അവയ്ക്കു പ രിഹാരമാർഗ്ഗങ്ങൾ കണ്ടുപിടിക്കുവാൻ സാമർത്ഥ്യവും അവക്കു ണ്ടായിരിക്കണം. പെരുമാററം സ്നേഹമസൃണമായിരിക്കണം. തെററുകളിൽ അക്ഷമത പ്രദർശിപ്പിക്കരുതു്. യുവാക്കളോ ടുകൂടെ ഒന്നായിത്തീരുവാൻ പരിശീലകനു കഴിയണം. ആ ത്മനിയന്ത്രണംവിടാതെ യുവാക്കളുടെ ആഹ്ളാദത്തിലും ആ വേശത്തിലും അയാൾ പങ്കെടുക്കണം. യുവാക്കളുടെ അഭി ലാഷങ്ങൾ എപ്പോഴും അറിഞ്ഞു പ്രവർത്തിക്കണം. ഇത്തരം ഗുണങ്ങളുള്ള നേതാക്കന്മാർക്കുമാത്രമേ യുവജനങ്ങളുടെ ഹൃദ യം കവരാനും പിന്തുണനേടാനും സ്വഭാവം രൂപവത്കരി ക്കാനും സാധിക്കൂ.

വേലയുടെ വില

സാമൂഹികപ്രവർത്തനത്തിനു യുവജനങ്ങളെ പ്രേരിപ്പി ക്കുവാനും വേലയുടെ മാഹാത്മ്യത്തെ അവരെ മനസ്സിലാക്കു വാനും യുവജനപരിശീലകർക്കു കഴിയണം. വേലയെക്കുറി ച്ചും അതിൻെറ ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചും തെററായ ധാരണ പ ടർന്നുപിടിക്കുന്ന ഒരു തലമുറയിലാണല്ലോ നിർഭാഗ്യവശാൽ നാം ജീവിക്കുന്നതു്. കഴിയുന്നതും പണിയെടുക്കാതെ പുല രണമെന്നാണു മനുഷ്യരുടെ ചിന്താഗതി. മററു മാർഗ്ഗങ്ങളട യുമ്പോൾ മാത്രമേ ജോലിക്കു പോകാൻ തയ്യാറാകൂ. പ്രവൃ

ത്തിയോടു വെറുപ്പും അതിനെ സ്തുതിക്കുന്നവരോടു് അമർഷ വും അവരുടെ ഓരോ കാല്‌വെയ്പിലും തെളിഞ്ഞുകാണാം. ഇത്തരം വികലമനോഭാവം പണിമുടക്കിനും നിസ്സഹകര ണത്തിനും കാരണമാകുന്നു. കൂലിക്കുവേണ്ടി അങ്ങേയററം വാദിക്കും. കാരണം, പണമത്രേ വേലചെയ്യാൻ അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്ന ഘടകം. ആധുനികയുഗത്തിൻെറ ആപൽ ക്കരമായ ഈ നിലപാടു യുവാക്കളിലാണു് അധികം പ്രകട മാകുന്നതു്. ജോലിയെക്കുറിച്ചു് ആഹ്ലാദകരമായിച്ചിന്തി ക്കാൻ അവർ അശക്തരാണു്. വേലയുടെ വിശുദ്ധീകരണ സാദ്ധ്യതയെക്കുറിച്ചു യാതൊരു ബോധവുമില്ലവർക്കു്. വ്യ ക്തിയുടെ പ്രവൃത്ത്യുന്മുഖമായ വളർച്ചയെ ഇതു സ്പർശി ക്കും. ഇതുമൂലം തൊഴിൽരംഗത്തു് അനുസ്യൂതം ഉളവാകുന്ന അസ്വാസ്ഥ്യത ദേശീയവളർച്ചയെ അപകടത്തിലാക്കുകയും ചെയ്യും.

തൊഴിൽ ജീവിതത്തിൻെറ അവശ്യഘടകമാണെന്ന ചിന്ത യുവാക്കളിൽ മുളയെടുക്കണം. അദ്ധ്വാനം നമ്മുടെ പുരോഗതിയുടെ അടിസ്ഥാനമെന്നും ദൈവനിർദ്ദിഷ്ടമായ കത്തവ്യമെന്നും അവർ സദാ സ്മരിക്കണം. അങ്ങനെ സ്വ ന്തം വിയർപ്പിൻെറ ഫലംപററി ജീവിക്കുക അഭിമാനകര മാണെന്നു് അവർ മനസ്സിലാക്കണം.

മററു ചില വാസനകളും നമ്മുടെ യുവാക്കളിൽ കാ ണാറുണ്ടു്. ഉദാഹരണത്തിനു്, സാമൂഹികഘടകങ്ങളോടു ള്ള വെറുപ്പും ജനാധിപത്യസമ്പ്രദായങ്ങളോടുള്ള എതിർപ്പും. ജനങ്ങളുടെ റിപ്പബ്ളിക്കിനുവേണ്ടി അനുസ്യൂതം പണി യെടുക്കേണ്ട യുവതലമുറയിൽ ഇത്തരം ചിന്താഗതി മുളയെ ടുക്കുന്നതു വിലപനീയമാണു്. മുതിർന്നവരോടു് അക്ഷമത യും സമുദായത്തോടു നിഷ്പക്ഷതയും എക്കാലത്തും യുവ ത്വത്തിൽ കണ്ടിരുന്നു എന്നതു പരമാത്ഥംതന്നെ. എ

ന്നാൽ, ഇന്നത്തെപ്പോലെ പ്രകടമായും ഉപദ്രവകരമായും മു മ്പൊരിക്കലും ഇവ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടിട്ടില്ലെന്നാണു ചിന്തക ന്മാരുടെ അഭിപ്രായം.

കടുത്ത നിരാശയും സാമൂഹികസേവനത്തിൽ പങ്കെടു ക്കാനുള്ള ഭയവുമാണു നിഷ്പക്ഷമനോഭാവം യുവാക്കളിൽ അങ്കുരിപ്പിക്കുന്നത്. സമുദായത്തിനുവേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കു വാൻ മുന്നിട്ടിറങ്ങുന്നവരുടെ കഴിവും സത്യസന്ധതയും അ വർ ചോദ്യം ചെയ്യുന്നു. നേതാക്കളുടെ ലക്ഷ്യം സ്വാർത്ഥ താൽപര്യങ്ങൾമാത്രമാണ് എന്നത്രേ അവരുടെ നിഗമനം. എല്ലാവരും അത്തരക്കാരാണെന്ന് അവർ ഉറക്കെപ്പറയുക യും ചെയ്യും. തങ്ങളുടെ നിസ്വാർത്ഥതയെക്കുറിച്ചു പൂർണ്ണമാ യ ആത്മവിശ്വാസമുള്ള അവർ അപകടംനിറഞ്ഞതെന്നു ത ങ്ങൾക്കു തോന്നുന്ന പൊതുപ്രവർത്തനത്തിനു മുന്നിട്ടുവരുകയു മില്ല. നേതാക്കളിൽ കാണുന്ന മാനുഷികബലഹീനതകളെ ചികഞ്ഞു പുറത്തെടുക്കുവാനും അവയെ വലുതാക്കി കാണി ക്കുവാനും വ്യഗ്രത പ്രകടിപ്പിക്കുന്ന ഇന്നത്തെ വിമർശകർ യുവാക്കളുടെ ധാരണയെ സ്ഥിരീകരിക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ സ്വാർത്ഥതാല്പര്യങ്ങൾ നേടാൻ എതിരാളികളുടെ ലക്ഷ്യവും മാർഗ്ഗവും അടിമുടി തെററായി ചിത്രീകരിക്കുന്ന നേതൃമ്മന്യ ന്മാർ, വളരുന്ന തലമുറയുടെ സേവനാസക്തിയുടെ വേരറു ക്കുകയാണെന്നു മനസ്സിലാക്കുന്നില്ല. യുവാക്കളുടെ ആത്മാ ർത്ഥമായ ശുഭാപ്തിവിശ്വാസത്തിനും അവികലമായ ആദർശ ചിന്തയ്ക്കും അദമ്യമായ സേവനവ്യഗ്രതയ്ക്കും നിരക്കാത്തതാ ണ് അവരുടെ ഈ സമീപനം. സമൂഹത്തിലെ നീറുന്ന പ്ര ശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ച് ആവേശപൂർവ്വം ചർച്ചചെയ്യുവാനും അ വയ്ക്കു നിവാരണമാർഗ്ഗം ആരായുവാനും അനവരതം ശ്രദ്ധ കാണിക്കുന്ന അവരുടെ ആത്മാർത്ഥതയെ ചോദ്യം ചെയ്വാ നാവില്ല.

യുവാക്കൾ മുന്നോട്ടുവരുമ്പോൾ അർഹമായ സ്വീകരണം അവർക്ക് ഇന്നു ലഭിക്കുന്നില്ല. അതു് അവരുടെ ആത്മാഭിമാനത്തെ വ്രണപ്പെടുത്തുന്നു. യുവാക്കളിൽ നിറഞ്ഞു തുളുമ്പുന്ന തീക്ഷ്ണത കാണുവാൻ മുതിർന്ന തലമുറയ്ക്കു കഴിയണം. പ്രവൎത്തനത്തിനു മാൎഗ്ഗങ്ങളടയുന്ന വ്യക്തി മററു വഴിയിലൂടെ തൻെറ കർമ്മശക്തി തിരിഞ്ഞുപോകുവാൻ അനുവദിക്കുന്നു. അയാൾ അയഥാൎത്ഥലോകത്തു ജീവിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. അവിടെ നിർബാധം വിഹരിക്കാം. സാരമായ എതിർപ്പുകളൊന്നും നേരിടുകയില്ല. ചിലയിനം സിനിമാകൾ, നോവലുകൾ മുതലായവ യുവാക്കളെ അയഥാൎത്ഥലോകത്തിലേക്കു തള്ളിക്കയററുന്നു. മനുഷ്യൻെറ അധമാംശത്തിനു് ഇക്കിളിയേററുന്ന സാഹിത്യത്തിൻെറ വളർച്ച തടയുവാൻ യുവജനപരിശീലകർക്കു കടമയുണ്ടു്. കൃത്രിമവും വികാരജന്യവുമായ ഒരു സങ്കല്പലോകം സൃഷ്ടിച്ചു് അതിലൂടെ വിഹരിക്കുവാൻ വായനക്കാരനെ ക്ഷണിക്കുന്ന നോവലിസ്റ്റു്, ജീവിതത്തെ വസ്തുനിഷ്ഠമായി നോക്കിക്കാണുവാൻ അവനെ അപര്യാപ്തനാക്കുന്നു. ആദർശപുരുഷന്മാരെ തേടി അലയുന്ന വീരാരാധകർക്കു് അപസർപ്പകനായകന്മാർ തികച്ചും ആപൽക്കാരികളാണു്. ധീരതയെക്കുറിച്ചു തെററായ ധാരണയുളവാകുവാൻ ഇവർ കാരണമാകും. എന്നാൽ, എല്ലാത്തിലും ഉപദ്രവകാരിയാണു അശ്ലീലസിനിമാ.

സിനിമാ

യുവാക്കൾക്കു ചലച്ചിത്രത്തോടു് ആകർഷണം വർദ്ധിച്ചുവരുകയാണിന്നു്. വളരെയധികം സമയം സിനിമാ കാണുവാൻവേണ്ടി അവർ ചെലവാക്കുന്നു. പട്ടണങ്ങളിലാണു സിനിമാശാലകൾ വർദ്ധിച്ചുകാണുന്നതു്. പക്ഷേ, ഗ്രാമങ്ങളിലേക്കും അതിശീഘ്രം സിനിമാഭ്രമം പടർന്നു പിടിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണു്.

ജീവിതത്തിലെ പ്രതിദിനാനുഭവങ്ങളുമായി ഏററുമുട്ടാത്ത യുവാക്കൾ യഥാർത്ഥജീവിതത്തിൻെറ പ്രതീകമാണു സിനിമായെന്നു ധരിക്കുക എളുപ്പമാണ്. മനുഷ്യജീവിതത്തിലെ പ്രധാനലക്ഷ്യംതന്നെ പ്രേമമാണെന്ന ചിന്ത സിനിമാമൂലം അവരിൽ ഉളവാകുന്നു. അവരെസ്സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം പ്രേമം ലൈംഗികാസക്തിയുടെ പ്രകടനം മാത്രമാണ്. സിനിമായിലെ കഥാപാത്രങ്ങളെ അനുകരിക്കുവാൻ അവർ ശ്രമിക്കുന്നു. ആധുനികയുഗത്തിൽ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന പ്രണയനൈരാശ്യവും കുടുംബശൈഥില്യവും ആത്മഹത്യയും സിനിമായുടെ അഗാധസ്പർശിയായ സ്വാധീനതാശക്തിയാണു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുക.

ചീത്തസിനിമാ സാന്മാർഗ്ഗികജീവിതത്തെ അധഃപതിപ്പിക്കുകയും വ്യക്തിത്വത്തിൻെറ സമഞ്ജസമായ വളർച്ചയെ തടയുകയും ചെയ്യുന്നു. ഉത്തരവാദിത്വപൂർണ്ണമായ ജീവിതം കരുപ്പിടിക്കാൻ വ്യക്തി അശക്തനാകുന്നു. അനുനിമിഷം പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന സാധാരണപ്രശ്നങ്ങളെ വിജയപൂർവ്വം നേരിടുവാനല്ല, ഒഴിവാക്കുവാനാണു ചലച്ചിത്രം അവർക്കു പ്രചോദനം നല്കുന്നത്. എന്നാൽ, സിനിമായ്ക്കു സൃഷ്ടിപരമായ വളരെക്കാര്യങ്ങൾ തരുണജീവിതത്തിനു സംഭാവനചെയ്യാൻ കഴിയും. ആദർശസമ്പന്നമായ കഥയുൾക്കൊള്ളുന്ന ചലച്ചിത്രങ്ങൾ ഉൽകൃഷ്ടമായ ജീവിതവീക്ഷണം തരുണനിൽ ഉളവാക്കും; അവയിലെ കഥാപാത്രങ്ങളുടെ ശ്രേഷ്ഠഭാവം യുവാക്കളിൽ മഹിതാശയങ്ങൾ ഉല്പാദിപ്പിക്കും. തരുണരുടെ ഭാവനയും യുക്തിചിന്തയും വളരുവാൻ സിനിമാ ഉപകരിക്കും. അതുകൊണ്ടാണു യുവജനവിദ്യാഭ്യാസത്തിനു മികച്ച ഒരു ബോധനോപാധിയായി ആധുനികശാസ്ത്രം സിനിമായെ അംഗീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. അതിനാൽ സിനിമായുടെ ഉപയോഗം മനസ്സിലാക്കി, അതിൽനി

നുളവാകാവുന്ന നന്മകൾ സ്വീകരിക്കുവാനും തിന്മയെ ഒഴിവാക്കുവാനും യുവജനങ്ങളെ സഹായിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം.

അവരെ വിശ്വസിക്കുക

താരുണ്യത്തിൻെറ കർമ്മശക്തി ശരിയായ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ വെട്ടിത്തിരിച്ചുവിടുവാൻ പ്രശംസമായ പ്രയത്നം ആവശ്യമാണു്. നാം യുവാക്കളെ വിശ്വസിക്കണം. അവരുടെ ഉന്നതാദർശങ്ങളെ മാനിച്ചാൽമാത്രംപോരാ; കാര്യനിർവ്വഹണത്തിലുള്ള അവരുടെ കഴിവുകളെപ്പററി വിശ്വാസം വളർത്തുകകൂടിചെയ്യണം. സൗഹാർദ്ദപൂർവ്വകമായ സഹകരണം എല്ലാക്കാര്യത്തിലും അവരിൽനിന്നു് ആവശ്യപ്പെടണം. ഒരിക്കലും നിർബന്ധിക്കരുതു്. വീട്ടിലും സ്കൂളിലും സംഘടനകളിലും അവർ നമ്മുടെ സഹപ്രവർത്തകരാകണം. നാളെ പ്രവർത്തനം മുഴുവനായി ഏറെറടുക്കേണ്ടവരാണവർ. കൂടുതൽ കൂടുതൽ ജോലി സ്വന്തമായി ചെയ്യുവാൻ ക്രമേണ അവരെ പ്രാപ്തരാക്കണം. എങ്ങനെയാണു ചെയ്യുക എന്നു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുകമാത്രമേ വേണ്ടു. അവർക്കറിവില്ലെന്ന ധാരണയിൽ ഓരോ പ്രവൃത്തിയിലും അവരെ പിന്തുടരരുതു്. ആരംഭത്തിൽ തെററുപററുക സാധാരണമാണു്. തെററുകളെക്കുറിച്ചു പരുഷമായി സംസാരിക്കാതിരിക്കുകയാണുത്തമം. കഴിയുന്നതും മയപ്പെടുത്തിപ്പറയുക. ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ പ്രശംസിക്കാനും മടിക്കരുതു്. ആത്മവിശ്വാസം വളരുവാൻ ഇതത്യാവശ്യകമാണു്. സാമുദായികരംഗത്തും രാഷ്ട്രീയരംഗത്തും യുവജനങ്ങളെ അടുപ്പിക്കാത്ത ചില നേതാക്കന്മാർമൂലം ആത്മവിശ്വാസവും തൻേറാടവുമുള്ള അനേകം യുവാക്കൾ സമുദായത്തിനു നഷ്ടപ്പെടാനിടയുണ്ടു്.

സാമൂഹികവാസന തരുണനിൽ ചില ഉപദ്രവകരമായ പ്രവണതകൾ ഉൽപാദിപ്പിക്കുക എളുപ്പമാണു്. തങ്ങൾ

ഉൾക്കൊള്ളുന്ന സമൂഹത്തിന്റെ ആഗ്രഹങ്ങളും അഭിലാഷങ്ങളുമനുസരിച്ചു മുന്നോട്ടുപോകുവാൻ യുവാക്കളുടെ സാമൂഹികവാസന അവരെ നിർബന്ധിക്കുന്നു. ഗ്രൂപ്പിന്റെ പൊതുവായ ലക്ഷ്യം തെറേറാ ശരിയോ എന്നു നോക്കിയല്ല അവരിതു ചെയ്യുക. തിളച്ചുമറിയുന്ന തീക്ഷ്ണത അതിനു വരെ അനുവദിക്കുകയില്ല. സംഘടന എടുക്കുന്ന തീരുമാനങ്ങളെക്കുറിച്ചു സമൃക്കായ വിവരണം സംഘടനാനേതാവ് അംഗങ്ങൾക്കു നല്കണം. സ്വാതന്ത്ര്യമായി തീരുമാനത്തെ സ്വാഗതം ചെയ്യുവാൻ അവരെ ഉപദേശിക്കണം.

അസഹിഷ്ണുത യുവാക്കളിൽ വളർത്തുവാനും ചിലപ്പോൾ സാമൂഹികവാസന സഹായിക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ സമുദായമാണ് ഏററം പ്രധാനമെന്നും മററു സമുദായങ്ങൾക്കു നിലനില്ക്കുവാനവകാശമില്ലെന്നുമുള്ള ധാരണ യുവാക്കളിൽ കടന്നുകൂടും. സ്വന്തം സമൂഹത്തിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചു ചിലരുടെ അനാവശ്യകമായ പ്രകീർത്തനമാണിതിനു വിത്തുപാകുന്നത്. മററു സമൂഹത്തിൽപ്പെട്ടവരെ വെറുക്കുവാനും അവരെ നശിപ്പിക്കുവാനും യുവാവു പ്രേരിതനായെന്നു വരാം. സ്വന്തം തത്വങ്ങളെ ബലികഴിക്കാതെ മററു സമുദായങ്ങളെ സ്നേഹിക്കാൻ അവരെ പഠിപ്പിക്കയാണിതിനു പ്രതിവിധി. സാർവ്വജനീനമായ സ്നേഹത്തിലേക്കു മനുഷ്യൻ പറന്നുയരുവാനുള്ള ചിറകുകളായിട്ടുവേണം സാമൂഹികവാസനയെ ഉപയോഗിക്കുവാൻ. അന്ധമായ ദേശീയബോധവും അമിതമായ സമുദായതീക്ഷ്ണതയും അസാധാരണമായ രാഷ്ട്രീയചിന്തയും യുവാക്കളിൽ കുത്തിവയ്ക്കുന്നതു് അപകടകരമാണ്. തരുണന്മാരിലുള്ള സാമൂഹികവാസന തിന്മയിലേക്കു ചാലുകീറിയതിന്റെ ഫലമായി ചൈനയിലെ റെഡ് ഗാർഡുകൾ കാട്ടിക്കൂട്ടുന്ന ഭീകരങ്ങളും ജുഗപ്സാവഹങ്ങളുമായ ചേഷ്ടകൾ യുവാക്കളിൽ ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന സ്ഫോടകാത്മകങ്ങളായ വാസനയെയാണു വെളിപ്പെടുത്തുന്നതു്.

ലൈംഗികവാസന

ലൈംഗികവാസനയാണു മാനുഷികപ്രവൃത്തികൾക്കെല്ലാം അടിസ്ഥാനപ്രേരകമെന്നു പണ്ടൊരിക്കൽ സിഗ്മണ്ട് ഫ്രോയിഡ് പറഞ്ഞു. അതുകൊണ്ടായിരിക്കണം, കുറെക്കാലമായി മനഃശാസ്ത്രജ്ഞരും ചിന്തകരും സാഹിത്യകാരന്മാരും ലൈംഗികവാസനയ്ക്ക് അമിതപ്രാധാന്യം കൊടുത്തുകാണുന്നത്. എന്നാൽ, ഫ്റോയിഡിൻെറ അതിശയോക്തിപരമായ അഭിപ്രായം ഇന്നത്തെ മിക്ക ശാസ്ത്രപടുക്കളും അപ്പാടെ ആദരിക്കുന്നില്ല. എന്നുവച്ച്, മനുഷ്യൻെറ വളർച്ചയിൽ ലൈംഗികവാസനയ്ക്കു യാതൊരു പങ്കുമില്ലെന്നു ധരിക്കരുത്. ഉണ്ട്, അതിനു വലിയൊരു പങ്കുണ്ട്; പ്രത്യേകിച്ച്, യൗവനത്തിൽ. ആകയാൽ, അപരിചിതവും കുറെയൊക്കെ ആപൽക്കരവുമായ ഒരു മേഖലയിലേക്കു കാൽവയ്ക്കുന്ന യുവാക്കൾക്കു നിഷ്കൃഷ്ടമായ മാർഗ്ഗദർശനം ആവശ്യകമാണ്.

ബാല്യത്തിൽ ഉറങ്ങിക്കിടന്ന ലൈംഗികവികാരം മെല്ലെയുണരുന്നതു താരുണ്യത്തിനടുത്ത കാലത്താണ്. വർഗ്ഗഭേദം നോക്കാതെ കൂട്ടുകൂടി നടന്ന ബാലികാബാലന്മാർ താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ, സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെയെന്നു പറയാം, പരസ്പരം അകലുന്നു. ഈ അകൽച്ചയ്ക്ക് ആചാരങ്ങളും സാഹചര്യങ്ങളും, ശാരീരികവും മാനസികവുമായ അന്തരങ്ങളും കാരണമായി വർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. മെയ്യഴകും വികാരാവേശവും ഉൽഭൂതമാകുന്ന പതിനഞ്ചു പതിനാറുവയസ്സോടെ പരസ്പരാകർഷണം അനുഭവപ്പെട്ടുതുടങ്ങുന്നു.

വളരെ മൃദുലമായ ഒന്നാണു ലൈംഗികവികാരം. താരുണ്യത്തിൽ അതെളുപ്പം ഉണരുന്നു. ലൈംഗികഗ്രന്ഥി

(gland) കളിൽ സംയോഗത്തിനാവശ്യമായ ബീജങ്ങഠം ഉല്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന കാലഘട്ടമാണത്. ലൈംഗികാവയവത്തിന് ഉരസൽ തട്ടുക, അശ്ലീലമായ കാര്യങ്ങഠം വായിക്കയോ വിചാരിക്കയോ സംസാരിക്കയോ ചെയ്യുക, ചിത്രപ്പടങ്ങഠം കാണുക, സ്പർശിക്കയോ സ്പർശിക്കപ്പെടുകയോ ചെയ്യുക എന്നിവകൊണ്ടെല്ലാം ലൈംഗികഗ്രന്ഥികഠം ഉദ്ദീപ്തമാകുന്നു. കൂരിരുട്ടത്തു ഘോരശബ്ദം ശ്രവിച്ചു ഭയപ്പെടുന്നവൻ എന്തൊച്ച കേട്ടും ഞെട്ടുന്നതുപോലെ, അരിശംമൂത്തിരിക്കുന്നവൻ എന്തിനും കോപിക്കുന്നതുപോലെ, കൂടെക്കൂടെ ഉത്തേജിക്കപ്പെടുന്ന ലൈംഗികവികാരങ്ങഠം അതിവേഗം ഉണർന്നുവശാകും. അപ്പോഠം ഗ്രന്ഥികളിൽനിന്നു രക്തത്തിലേക്ക് ഊറുന്ന ഹോർമോണുകഠം അധികമാണെങ്കിൽ അവയുടെ ശക്തി ശമിപ്പാൻ സമയമെടുക്കും. തന്മൂലം, വികാരാവേശം കൂടുതൽ നേരത്തേക്കു നീണ്ടുനില്ക്കും. അശുദ്ധമായ വിചാരങ്ങളും സാഹചര്യങ്ങളും കഴിയുംവേഗം അകററണമെന്നു പറയുന്നതിൻെറ ശാരീരികകാരണം ഇതുതന്നെ.

ലൈംഗികോത്തേജനംമാത്രമല്ല, ഏതുതരം വികാരോത്തേജനവും ലൈംഗികവികാരത്തെ പരോക്ഷമായിട്ടെങ്കിലും ഉണത്തുവാൻ ഇടയുണ്ട്. ഇതു പലരും ഗൗനിക്കുന്നില്ല. പ്രായംചെന്നവക്ക് അനുവദനീയമായവ—നീണ്ട രാത്രികാലപരിപാടികഠം, ചില സിനിമകഠം, ചില ഗ്രന്ഥങ്ങഠം, ചില കൂട്ടുകെട്ടുകഠം, വിശ്രമരഹിതമായ അദ്ധ്വാനം എന്നിവ—ഉദ്ധരാവാത്ത യുവജനങ്ങഠംക്ക് അനുചിതവും ആപൽക്കരവുമത്രേ.

കള്ളിനും കാമത്തിനും തമ്മിൽ അടുത്ത ബന്ധമുണ്ടെന്നു പറയുന്നതു വളരെ ശരിയാണ്. ലഹരിസാധനങ്ങഠം കാമവികാരത്തെ നേരിട്ടിളക്കുകയും നാണംനെറിവുകളെ ന

ശിപ്പിക്കകയും ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടു് അതിമാത്രം അപകട കരമെന്നു വ്യക്തം.

അനാശാസ്യമായ ജിജ്ഞാസയത്രേ പ്രലോഭനങ്ങൾക്ക പ്രബലമായ മറെറാരു പ്രേരകം. ശരീരപരിണാമവും ഇന്ദ്രി യാനുഭൂതികളുംമൂലം ഉളവാകുന്ന നൂതനവികാരങ്ങളുടെ അ തിരും ആഴവും അളന്നറിയുവാൻ യുവാക്കൾ സ്വാഭാവികമാ യി ആഗ്രഹിക്കുന്നു. പൊതുവിൽ ജിജ്ഞാസ അതിൽത്ത ന്നെ നല്ലതെങ്കിലും ഇക്കാര്യത്തിൽ ഗുണത്തെക്കാളേറെ ദോ ഷമേ ചെയ്യൂ. അതു മനുഷ്യനെ പ്രലോഭനങ്ങളുടെ നീർച്ചു ഴിയിലേക്ക കറക്കിത്താഴ്ത്തും; ലൈംഗികജീവിതത്തിൻെറ അകവും പുറവും, തരവും തികവും മറനീക്കിക്കാട്ടാമെന്നവ കാശപ്പെടുന്ന ഓടപ്പുസ്തകങ്ങളിലേയും സിനിമാപ്പടങ്ങളി ലേയും പുണ്ണുണ്ണാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും.

അപകടം കുറയ്ക്കാൻ ആവശ്യാനുസരണം അറിവുചൊ ല്ലിക്കൊടുക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചു ചിലക്കേതിരുണ്ടു്. നിഷ്ക ളങ്കതയും പ്രകൃത്യാ ലഭിക്കുന്ന അറിവുമത്രേ ശുദ്ധത പാലി ക്കാൻ ഏററം പര്യാപ്തമെന്നു് അവർ വിചാരിക്കുന്നു. മററു ചിലരാകട്ടെ, എല്ലാം പച്ചയ്ക്കു വെട്ടിത്തുറന്നു പറയണമെ ന്നും ലൈംഗികാനുഭൂതിയുടെ എല്ലാ മേഖലകളിലും സ്വച്ഛ ന്ദം വിഹരിക്കാൻ യുവാക്കളെ അനുവദിക്കണമെന്നും ശഠി ക്കുന്നു. ഒരു മദ്ധ്യമാർഗ്ഗം സ്വീകരിക്കയാണു വിവേകം. സ്വ ർഗ്ഗദൂതനോടു പരിശുദ്ധ കന്യക പറഞ്ഞ വാക്കുകളിൽനിന്നു സിദ്ധിക്കുന്നു, അവൾക്ക സന്താനോൽപാദനമാർഗ്ഗം അജ്ഞാ തമായിരുന്നില്ലെന്നു്. ചാരിത്രശുദ്ധമായ ജീവിതത്തിനു യു വാക്കളെ പ്രാപ്തരാക്കുവാൻ ലൈംഗികമായ അറിവു് ശരി യാംവിധം നല്കുക അഭിലഷണീയമാണു്. ഭാഗ്യസ്മരണാർ ഹനായ പന്ത്രണ്ടാംപീയൂസ് തിരുമേനി മാതാക്കളോടു് ഉപ ദേശിക്കുന്നതു കേൾക്കുക: "പ്രിയ മാതാക്കളേ, നിങ്ങളുടെ

കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ കൊടുങ്കാറേറശാത്ത ബാല്യം ആനന്ദപ്രദമായ വസന്തകാലമാണ്. പക്ഷേ, ബാലഹൃദയത്തിൽ നവീനാനുഭൂതികരം മിന്നിപ്പായുന്ന കാലം പെട്ടെന്നു സമാഗതമാകും. യൗവനത്തിലെ പുത്തൻ അഭിലാഷങ്ങൾ ശൈശവത്തിന്റെ ശാന്തതയെ ഭഞ്ജിക്കും. പരീക്ഷണത്തിന്റെ ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ പ്രലോഭനങ്ങളെ വിജയകരമായി നേരിടുവാൻ യുവാക്കൾക്ക് അറിവു നല്കുക നിങ്ങളുടെ പ്രധാന കത്തവ്യമാണ്. അതിൽനിന്ന് ഒഴിഞ്ഞുമാറുന്നതു വലിയ തെററായിരിക്കും."

അപ്പോൾ, യുവജനങ്ങൾക്കു ലൈംഗികപരിശീലനം നല്കണം; അതു മാതാപിതാക്കൾ നല്കണംതാനും. അവരോടാണല്ലോ കുട്ടികൾക്കേററം സ്വതന്ത്രമായി സംസാരിക്കാവുന്നതു്. പക്ഷേ, മാതാപിതാക്കൾ ഈ കത്തവ്യം മനസ്സിലാക്കി പ്രവത്തിക്കുന്നുണ്ടോ? സംശയിക്കണം. ചിലർക്കതിനു പഠിപ്പില്ല, പരിചയമില്ല, ധൈര്യമില്ല. ഇടവക വികാരിമാർ തുടങ്ങിയ ഉത്തരവാദപ്പെട്ടവർക്ക്, വിവാഹാത്ഥികൾക്കുള്ള ഉപദേശംവഴിയും മാതാപിതാക്കൾക്കുള്ള പഠനക്ലാസ്സുകൾവഴിയും മററും, ഇതിനൊരു പരിഹാരമുണ്ടാക്കാം. വ്യക്തിപരമായ സംശയങ്ങൾക്കും പ്രശ്നങ്ങൾക്കും തൃപ്തികരമായ സമാധാനം നല്കുവാൻ ഉപകരിക്കുന്നതാണല്ലോ പാപവിമോചനവേദി. വേണ്ടത്ര ധാർമ്മികബോധവും മന:ശാസ്ത്രവിജ്ഞാനവുമുള്ള അദ്ധ്യാപകക്കും ഡോക്ടർമാക്കും ക്രിസ്തീയവിവേകം അനുവദിക്കുന്നിടത്തോളം ഇക്കാര്യത്തിൽ നല്ല സേവനമനുഷ്ഠിക്കാൻ സാധിക്കും. മാതാപിതാക്കന്മാക്കു വയ്യാതെവരുന്ന പ്രബോധനം വൈദികന്മാക്കാകാവുന്നതാണ്. (പ്രബോധനവും പരിശീലനവും നല്കുന്നവക്കു കുട്ടിയുടെ ആന്തരികവിചാരങ്ങൾ ശരിക്കറിയാനും വികാരങ്ങൾ അനുഭവിക്കാനുമുള്ള അനുകമ്പയും കുട്ടിയുടെ വി

ശപ്താസമാർജ്ജിക്കാനുള്ള വ്യക്തിപ്രഭാവവും ഉണ്ടായിരിക്കണം.)

എങ്ങനെയാണീ വിഷയത്തെക്കുറിച്ചു പ്രബോധനം നല്കേണ്ടതു്? ചില നിയമങ്ങൾ അനുസരിച്ചുവേണം.

1) വ്യക്തിയോടാണു്, സമൂഹത്തോടല്ല ഇക്കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചു പറയേണ്ടതു്. പെൺകുട്ടികളും ആൺകുട്ടികളും ഉൾപ്പെട്ട ഒരു സമൂഹത്തോടു് ഒരിക്കലും പറഞ്ഞുകൂടെന്നു് ആർക്കും അറിയാം. പെൺകുട്ടികളോ ആൺകുട്ടികളോ മാത്രമുള്ള ഒരു സമൂഹത്തിൽപ്പോലും പൊതുചർച്ച അരുതു്. അറിവിലും സ്വഭാവത്തിലും മററും അവർ ഓരോരുത്തരും വിഭിന്നരായിരിക്കും. ആകയാൽ, പ്രബോധനം തനിച്ചു തനിച്ചു നല്കണം.

2) ഏതോ പരമരഹസ്യംപോലെ ഒളിച്ചും മറച്ചുമല്ല, ധൃതിയിലുമല്ല, തെളിച്ചും ശരിക്കും സാവധാനവും വേണം ലൈംഗികകാര്യങ്ങളെപ്പററി സംസാരിക്കാൻ. കുട്ടിയിൽ അനാവശ്യമായ ഭീതിയും ജിജ്ഞാസയും ജനിപ്പിക്കരുതു്. രസത്തിനുവേണ്ടിയോ അശ്രദ്ധമായോ ആയിക്കൂടാ പ്രതിപാദനം. പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ പരിശുദ്ധവും ബഹുമാനാർഹവുമെന്നു പ്രകടമായിരിക്കണം.

3) ഒരിക്കലും ആവേശത്തോടെ സംസാരിക്കരുതു്. അങ്ങേയററത്തെ വിവേകം പാലിക്കണം. യുവാവിൻെറ പ്രായവും അറിവും ആവശ്യവും അനുഭവവും കണക്കിലെടുക്കണം: ഓരോ നിമിഷത്തിലും അവനിൽ ഉളവാകുന്ന പ്രതികരണങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. അവൻെറ യാതൊരു വികാരത്തേയും മുറിപ്പെടുത്തിക്കൂടാ. ഭാവനയും ജിജ്ഞാസയും അനിയന്ത്രിതമായി വളരാൻ സഹായിക്കുന്ന യാതൊരു വിവരണവും നല്കരുതു്.

4) തരുണർക്കു കൊടുക്കുന്ന ശിക്ഷണത്തിന്റെ ക്രമമോ പരിത:സ്ഥിതികളോ മററുള്ളവർക്കു സംശയത്തിനും പ്രലോഭനത്തിനും കാരണമാകരുത്. ലൈംഗികപരിശീലനവുമായി ഏറെ പരിചയപ്പെടാത്ത നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ഇതു സംഭവിക്കുക എളുപ്പമാണ്. നമുക്കു കഴിയാത്തപ്പോൾ കഴിവുള്ള മററാരെയെങ്കിലും ഏല്പിക്കുകയായിരിക്കും കരണീയം.

5) ലൈംഗികവാസനയുടേയും വിവാഹത്തിന്റേയും മഹത്തായ ആധ്യാത്മികമൂല്യം യുവജനങ്ങളെ ബോധപ്പെടുത്തണം. മക്കളെ ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്നതു സ്വർഗ്ഗത്തിന് അവകാശികളെ വാർത്തെടുക്കുവാനാണെന്നും ദൈവം അങ്ങനെ വിവാഹത്തിലൂടെ സൃഷ്ടികളുടെ സഹകരണം ആവശ്യപ്പെടുകയാണെന്നും അവർ ഗ്രഹിക്കണം. ദൈവത്തിന്റെ പരിശുദ്ധാലയമായ ശരീരത്തിന്റെ എല്ലാ അവയവങ്ങളും പാവനവും ശ്രേഷ്ഠവുമായി കരുതുവാൻ അവരെ ഉപദേശിക്കണം. വിശുദ്ധിയും അടക്കവും എത്രയും അനിവാര്യമെന്ന് അവർക്കപ്പോൾ മനസ്സിലാകും.

6) ജഡികാനന്ദത്തെപ്പററി അധികം പരാമർശിക്കരുത്. മനുഷ്യൻ വിവാഹം ചെയ്യുവാൻ പ്രേരണ നല്കുകയാണ് ഇതിന്റെ ലക്ഷ്യമെന്നും കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ ഭാരിച്ച ഉത്തരവാദിത്വം വഹിക്കുന്നവർക്കു പ്രതിഫലമായി ദൈവം നല്കുന്നതാണ് ഇത്തരം സന്തോഷമെന്നും യുവാക്കളെ ഗ്രഹിപ്പിച്ചാൽമാത്രംമതി. അവിവാഹിതർക്കു ജഡികസുഖങ്ങൾ അനുവദനീയമല്ലെന്ന ബോധം അവരിൽ വളർത്തുവാൻ അതു സഹായകമാകും.

7) യുവാവിന്റെ ചോദ്യങ്ങൾക്കു നല്കുന്ന ഉത്തരം എപ്പോഴും വിവേകം അനുവദിക്കുന്നിടത്തോളം യാഥാർത്ഥ്യസ്പർശിയായിരിക്കണം. നുണപറഞ്ഞാൽ സംശയം വർദ്ധി

ക്കും. പിന്നെ ഒരിക്കലും നമ്മോട് ഉപദേശം ആവശ്യപ്പെട്ടില്ലെന്നു വരാം. മറെറന്തെങ്കിലും തെററായ മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ അറിവു ലഭിക്കുവാൻ പരിശ്രമിക്കുകയായിരിക്കും അയാളുടെ അടുത്ത ശ്രമം. യുവാവിൽ അത്ഭുതം സൃഷ്ടിക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങളുടെ ഗൗരവം കുറയ്ക്കുവാൻ ശ്രമിക്കരുത്. ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുമ്പോൾ അസ്വസ്ഥനാകയോ അത്ഭുതം പ്രദർശിപ്പിക്കയോ അരുത്. അശ്ലീലമായ അവരുടെ പദപ്രയോഗങ്ങൾ അപ്പപ്പോൾ തിരുത്തുക. ഉപകാരപ്രദമായ ലഘുലേഖകൾ വായിക്കാൻ കൊടുക്കുക.

8) ആൺകുട്ടികളിൽ സ്ത്രീകളോടുള്ള ബഹുമാനം ഉൽഭൂതമാക്കുക ആവശ്യകമാണ്. മററു സ്ത്രീകളെ സ്വന്തം അമ്മയും സഹോദരിയുമായി കാണുവാൻ അവർക്കു പ്രചോദനം നല്കണം. സ്ത്രീത്വത്തിൻെറ ശാലീനത സംരക്ഷിക്കുവാൻ പെൺകുട്ടികളെ പരിശീലിപ്പിക്കണം. നൈർമ്മല്യത്തിലൂടെമാത്രമേ ദൈവത്തെ പ്രസാദിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കൂ എന്നവരെ മനസ്സിലാക്കണം. സൗഭാഗ്യകരമായ ദാമ്പത്യജീവിതത്തിനോ അഭംഗുരമായ കന്യാത്വജീവിതത്തിനോ ഏററം വലിയ സഹായമായിരിക്കും. അവരുടെ വിനയാന്വിതമായ ജീവിതം.

9) ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾമാത്രമേ ഇത്തരം പരിശീലനം നല്കാവൂ. വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന മനുഷ്യജീവിതത്തിൻെറ ഓരോ ദശയിലും പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം ശിക്ഷണമാണാവശ്യം. കഴിയുമെങ്കിൽ ശിശുപ്രായത്തിൽ ആരംഭിക്കുക. യുവത്വത്തിലേക്കു പ്രവേശിക്കുമ്പോൾ അനാവശ്യമായ ഭയാശങ്കകൾ ഉളവാകാതിരിക്കാൻ ഇതുപകരിക്കും.

നാമിപ്പോൾ ചർച്ച ചെയ്തതു് ലൈംഗികവിജ്ഞാനം നല്കുന്ന വിധത്തെക്കുറിച്ചാണ്. ഏതെല്ലാം സംഗതികൾ

ളെക്കുറിച്ചുവേണം അറിവുകൊടുക്കാൻ എന്നു് ഇതിനുപരി ചിന്തിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഓരോ യുവാവിൻേറയും യുവതിയുടേയും അറിവും ആവശ്യവും സാഹചര്യവുംനോക്കി, അരോഗവിശുദ്ധമായ ജീവിതം നയിക്കാൻ പര്യാപ്തമാകുന്നവിധം ഉചിതമായ ബോധനം നല്കണമെന്നേ പൊതുവിൽ പറയാൻ പററൂ. ആഗ്രഹത്തിനെതിരായി താനേ ഉണ്ടാകുന്ന ഇന്ദ്രിയവിക്ഷോഭങ്ങളെ എങ്ങനെ വിശദീകരിക്കണം, മനസ്സറിയാതെ വരുന്ന വിചാരങ്ങളെ എങ്ങനെ പരിഗണിക്കണം, മനസ്സമാധാനം നശിപ്പിക്കുന്ന സ്വപ്നങ്ങളെക്കുറിച്ചു എന്തു തീരുമാനിക്കണം എന്നെല്ലാം അവർ ഗ്രഹിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. പ്രലോഭനവും പാപവും തമ്മിലുള്ള കാതലായ വ്യത്യാസവും അവർക്കജ്ഞാതമായിരിക്കരുതു്. വേണം, വേണ്ടാ എന്നു നിശ്ചയിക്കുന്ന ഇച്ഛാശക്തിയുണ്ടല്ലോ—അതു സമ്മതം കൊടുക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ ശരീരത്തിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന വികാരങ്ങളാകട്ടെ, ഭാവന വിരചിക്കുന്ന ചിത്രങ്ങളാകട്ടെ പാപകരമാകയില്ല. അതുപോലെതന്നെ, മനസ്സ് എതിരുനിന്നിട്ടും ശുദ്ധതയ്ക്കു വിരുദ്ധമായി ഉയരുന്ന ലൈംഗികപ്രചോദനങ്ങൾ ഒരുവൻെറ ബലഹീനതയുടെയോ ദുസ്സ്വഭാവത്തിൻെറയോ തെളിവുകളായിരിക്കണമെന്നില്ല. പ്രലോഭനങ്ങൾ എല്ലാവർക്കുമുണ്ടു്. അവയെ നാം എങ്ങനെ നേരിടുന്നു എന്നതിലാണു നന്മയോ തിന്മയോ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതു്. ലൈംഗികവാസന നാം വെറുക്കേണ്ട ഒരു ദോഷമല്ല; വിലമതിക്കേണ്ട ഒരു ദൈവദാനമാണു്—വംശത്തിൻെറ നിലനില്പിനുവേണ്ടി മനുഷ്യനു ദൈവം നല്കിയ പരിപാവനമായൊരു പ്രവണത. അതിനെ ദുരുപയോഗിച്ചുകൂടാ. ദുരുപയോഗം വലിയൊരു തിന്മയായിരിക്കും.

അപകടകരമായ ചെങ്ങാത്തങ്ങൾ, വായന, വിനോദങ്ങൾ തുടങ്ങി പലതാണു് ആ തിന്മയിലേക്കു യുവാക്കളെ

വീഴിക്കുന്ന കെണികൾ. ഈ കെണികൾ കണ്ടു് ഒഴിയാനും അശുദ്ധചിന്തകൾ അകററാനും യുവാക്കൾ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. അനാശാസ്യവിചാരങ്ങൾ മാററിക്കളയുന്നതിനു സ്വാഭാവികമായ മാർഗ്ഗം മറെറന്തിലെങ്കിലും മുഴുവൻ ശ്രദ്ധയും കേന്ദ്രീകരിക്കുകയത്രേ. രണ്ടു കാര്യത്തിൽ ഒരേ സമയം മനസ്സു പതിപ്പിക്കുക പ്രയാസകരമാണല്ലോ. പുതിയ ശ്രദ്ധാവിഷയം ഭാവനയെ ഒന്നാകെ കടന്നുപിടിച്ചു തിരിച്ചുവിടാൻ പര്യാപ്തമായിരിക്കണം. ശത്രുനിര ഭേദിച്ചു ഗോൾവലയത്തിലേക്കു പന്തുമായിപ്പായുന്ന ഫുട്ടു്ബോൾകളിക്കാരനായിട്ടോ തീയാളുന്ന അയൽവീട്ടിലെ തൊട്ടിലിൽ ഉറങ്ങുന്ന കുഞ്ഞിനെ രക്ഷിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്ന ധീരനായിട്ടോ അളിയന്റെ വീട്ടിലേക്കുള്ള വഴിയുടെ ചിത്രം മനസ്സിൽ കാണുന്ന യാത്രികനായിട്ടോ കൂടെ വള്ളത്തിൽ കയറിയ വെള്ളാന മറിഞ്ഞു പുഴയിൽ വീണു തുഴയുന്നതു കാണുന്ന കടംകഥാനായകനായിട്ടോ മറേറാ തന്നെത്തന്നെ സങ്കല്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ ശ്രദ്ധ മാറിക്കിട്ടാതിരിക്കയില്ല.

ആൺകുട്ടികളും പെൺകുട്ടികളും തമ്മിലുള്ള സാമൂഹികബന്ധം കുറെയൊക്കെ അനുവദനീയമെങ്കിലും അതു രക്ഷകർത്താക്കളുടെ നിയന്ത്രണത്തിലും മേൽനോട്ടത്തിലും ആയിരിക്കണം. യുവതികളും യുവാക്കന്മാരും ശരിക്കു മനസ്സിലാക്കേണ്ട ഒരു വസ്തുതയുണ്ടു്: അവരുടെ സ്നേഹപ്രകടനങ്ങളും പ്രതികരണങ്ങളും ഒരേ രീതിക്കല്ല. സ്ത്രീകളുടെ സ്നേഹവികാരങ്ങൾ ശാരീരികമെന്നതിനെക്കാൾ ആത്മീയവും ലോലമൃദുലവുമായിരിക്കും. പുരുഷന്മാരുടെ സ്നേഹവികാരങ്ങളാകട്ടെ, ആത്മീയമെന്നതിനെക്കാൾ ജഡികവും ആവേശഭരിതവുമായിരിക്കും. സുഹൃൽസ്നേഹത്തിന്റെ അടയാളമായിമാത്രം കരുതി പെൺകുട്ടികൾ കാണിക്കുന്ന മിത്രഭാവം ആൺകുട്ടികൾക്കു ഗുരുതരമായ പ്രലോഭനത്തിനു കാരണമായി ഭവിക്കാം. പെൺകുട്ടികളുടെ സ്നേഹപ്രകടനങ്ങൾ കാമതൃഷ്

ണയുടെ ബാഹ്യലക്ഷണങ്ങളായി ആൺകുട്ടികൾ ധരിച്ചു പോകയുമരുത്.

യുവജനപരിശീലകരെ അസ്വസ്ഥരാക്കുന്ന വേറൊരു മാരണമത്രേ യുവാക്കളുടെ സ്വയംഭോഗാസക്തി. ലൈംഗികാവയവങ്ങളെ തന്നത്താൻ ഉദ്ദീപിപ്പിച്ചുകൊണ്ടു പ്രകൃതിവിരുദ്ധമായി ജഡികാഗ്രഹത്തെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുവാനുള്ള പ്രവണതയാണത്. അതു മുളയിലേ നുള്ളിക്കളയണം. ശുദ്ധതയ്ക്കെതിരായ ഇത്തരം പാപങ്ങൾമൂലമുണ്ടാകുന്ന സാന്മാർഗ്ഗികവും മാനസികവും ശാരീരികവുമായ കെടുതികളെപ്പറ്റി യുവാക്കളെ ബോധപ്പെടുത്തണം. ആത്മനിഗ്രഹം അവശ്യാവശ്യകമെന്നും ക്രമരഹിതമായ ലൈംഗികാഹ്ളാദം അനുഭവിക്കുവാൻ ദൈവം അനുവദിക്കുന്നില്ലെന്നും മനസ്സിലായാൽ കെട്ട ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് അവർ കടിഞ്ഞാൺ ഇട്ടുകൊള്ളും.

ലൈംഗികവികാരം നിയന്ത്രണാതീതമായ ഏതോ സ്വതന്ത്രശക്തിയെന്ന ധാരണ പലവഴിയിലൂടെ പടർന്നുവരുകയാണ്. അബദ്ധജടിലവും ആപൽക്കരവുമത്രേ ഈ ധാരണ. ശാരീരികസ്ഥിതിയനുസരിച്ചു ലൈംഗികവികാരം ഓരോ മനുഷ്യനിലും കൂടിയും കുറഞ്ഞും ഇരിക്കുമെങ്കിലും പിടിച്ചുപിടിയിൽ നിറുത്താൻ വയ്യാത്ത സ്വാധിപതിയൊന്നുമല്ലതു്. മനുഷ്യൻെറ ഇച്ഛാശക്തിക്ക് അതിനെ ഭരിക്കാനും ജീവിതതത്വങ്ങൾക്ക് അതിനെ നിയന്ത്രിക്കാനും വിശേഷബുദ്ധിക്ക് അതിനെ നയിക്കാനും സാധിക്കും; സാധിക്കണം. അതിനത്രേ പ്രബോധനവും പരിശീലനവുമെല്ലാം.

മുൻപറഞ്ഞ പ്രകൃതിദത്തമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ വികാരത്തെ നിയന്ത്രിക്കാനും അപകടം ഒഴിവാക്കാനും ശുദ്ധത പാലിക്കാനും വളരെയൊക്കെ ഉപകരിക്കും; തീർച്ച. എന്നാൽ,

വേറൊരു മാർഗ്ഗമുണ്ട്—നിരന്തരമായ ഇന്ദ്രിയപ്രലോഭനങ്ങളിൽനിന്നും ബാഹ്യമായ എണ്ണമററ ദുഷ്പ്രേരണകളിൽനിന്നും രക്ഷപ്പെടാൻ യുവതികളേയും യുവാക്കന്മാരേയും എല്ലാവരേയും ശക്തരാക്കുന്ന ഒരു മാർഗ്ഗം. അതാണ് അതിസ്വാഭാവികസഹായം, പ്രസാദവരം. പതിനൊന്നാംപീയൂസ് തിരുമേനി 'യുവാക്കളുടെ ക്രിസ്തീയവിദ്യാഭ്യാസം' എന്ന വിശ്വലേഖനത്തിൽ പ്രസ്താവിക്കുന്നു: "പ്രകൃതിദത്തമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾമാത്രം ഉപയോഗിച്ച് അശ്ലീലവികാരങ്ങളെ തടയാമെന്നു കരുതുന്നതു വ്യാമോഹമാണ്. അപകടങ്ങളെ നേരിടാൻ, വികാരങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്ന പ്രായമാകുന്നതിനുമുമ്പുതന്നെ ലൈംഗികവിജ്ഞാനം നല്കണമെന്ന ധാരണയും തെററുതന്നെ. ഈ ധാരണ വച്ചുപുലർത്തുന്നവർ മനുഷ്യപ്രകൃതിയുടെ സഹജമായ ബലഹീനതയെ മനസ്സിലാക്കുവാൻ കഴിയുന്നില്ല. അജ്ഞതകൊണ്ടുമാത്രമല്ല പലപ്പോഴും പ്രലോഭനങ്ങളിൽ നിപതിക്കുന്നതു്. പ്രത്യുത, അപകടകരമായ അവസരങ്ങളെ നേരിടുവാനുള്ള മനസ്സിന്റെ കഴിവുകേടും പ്രസാദവരത്തിന്റെ അഭാവവുംകൊണ്ടുമത്രേ." തങ്ങളുടെ ശക്തികളെ വിനിയോഗിക്കുന്നതിൽ ദൈവത്തോടു കടപ്പാടുണ്ട് എന്നു യുവാക്കൾ ഗ്രഹിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ അവർ അവയെ ദുരുപയോഗിക്കുകതന്നെ ചെയ്യും. ദൈവദത്തമല്ലാത്തതായി നമുക്കൊന്നുമില്ല. നമ്മുടെ കർത്തവ്യങ്ങൾ നിറവേററാനും പരമാന്ത്യംപ്രാപിക്കാനും അതിസ്വാഭാവികസഹായം അവശ്യാവശ്യകമെന്നും നമുക്കു തീർച്ചയുണ്ടു്. അപ്പോൾ, ലൈംഗികവികാരങ്ങളുടെ നിയന്ത്രണത്തിനു്, യുവത്വത്തിന്റെ വൈകാരികവൈതരണി സുരക്ഷിതം തരണം ചെയ്യുന്നതിനു്, പ്രലോഭനങ്ങൾ സ്വഭാവരൂപവൽക്കരണത്തിനു തുണയായി ഭവിക്കുന്നതിനു്, പ്രസാദവരത്തിന്റെ അലൗകികശക്തി എത്രയോ അത്യന്താപേക്ഷിതമായിരിക്കും! പ്രസാദവരം പ്രവഹിക്കുന്നതാകട്ടെ, പ്രധാനമായി

പ്രാൎത്ഥന, കൂദാശകൾ എന്നി നീൎച്ചാലുകളിലൂടെയാണ്. പ്രാൎത്ഥനയും കൂദാശകളുടെ സ്വീകരണവും ദൈവമാതാവിനോടുള്ള ഭക്തിയുംവഴി നാം ശക്തരാക്കപ്പെട്ടന്നെങ്കിൽ ദൈവത്തിന്റെ ആലയമായ നമ്മുടെ ശരീരത്തെ നിൎമ്മലമായും ദൈവത്തിന്റെ പ്രതിഛായയായ ആത്മാവിനെ നന്മനിറഞ്ഞതായും സൂക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കും. ഈശ്വരകരങ്ങൾതന്നെ ശുദ്ധതയാകുന്ന നമ്മുടെ രജതദീപത്തെ തിന്മയുടെ കൊടുങ്കാററിൽപ്പെടാതെ നിത്യം കാത്തുകൊള്ളും.

മനുഷ്യന്റെ സ്വാഭാവികവാസനകൾ എന്തെല്ലാമെന്ന് തിട്ടപ്പെടുത്തിപ്പറയുവാൻ നമ്മെക്കൊണ്ടാവില്ല. മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരുടെ ഇടയിൽ അതെക്കുറിച്ച് അഭിപ്രായവ്യത്യാസമുണ്ട്. ഭയം, എതിൎപ്പ്, വെറുപ്പ്, നീചതാബോധം, ഉൽകണ്ഠ, സംഭരണം അങ്ങനെ നീണ്ടുപോകുന്നു ജന്മവാസനകളുടെ പട്ടിക. എന്നാൽ, ഇവയുടെയെല്ലാം അടിസ്ഥാനമായ മൂന്നു വാസനകളെക്കുറിച്ചാണു നാം മുകളിൽ പ്രതിപാദിച്ചതു്. യുവജനശിക്ഷണത്തെസ്സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം കൂടുതൽ പ്രാധാന്യമൎഹിക്കുന്നവയാണിവ.

പൊതുവിൽപ്പറഞ്ഞാൽ ഓരോ മനുഷ്യനിലും എല്ലാവാസനകളും ഉൾച്ചേൎന്നിട്ടുണ്ട്. പക്ഷേ, ഓരോരുത്തനിലും ശക്തിപ്പെടുന്നതു വ്യത്യസ്തവാസനകളായിരിക്കും. ഉദാഹരണമായി ഒരാളിൽ കലഹപ്രിയമാണു പ്രകടമായിക്കാണുന്നതെങ്കിൽ നീചതാബോധമായിരിക്കാം മറെറാരാളിൽ. മനുഷ്യരിൽക്കാണുന്ന ഇത്തരം വ്യത്യാസത്തിനു ജീവിതപരിതസ്ഥിതിയും പാരമ്പൎയ്യവുമെല്ലാം കാരണമാകുമെന്നാണു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ പറയുന്നതു്. കച്ചവടംകൊണ്ട് ഉപജീവനം കഴിയുന്നവരിൽ സംഭരണാസക്തി (Acquisitiveness) മുന്നിട്ടു നില്ക്കും. സാധാരണമായി അവർ കലഹപ്രിയരാകുകയുമില്ല. അവരുടെ ജീവിതപരിതസ്ഥിതിയാണു് ഏറെക്കുറെ ഇതിനുത്തരവാദി. ഇന്ത്യയുടെ അതിൎത്തിപ്രദേശത്തുകാരനാ

യ പഥാന്ന് എതിർക്കുവാൻ സ്വാഭാവികമായ പ്രവണതയു ണ്ട്. തലമുറകളായി ശത്രുക്കളെ ചെറുത്തുനില്ക്കുവാൻ കരു ത്തു സമ്പാദിച്ച പാരമ്പര്യത്തിൻെറ ഫലമാണിത്. ഒരു കാ ര്യം വിസ്മരിക്കരുത്. മനുഷ്യനു നിയന്ത്രിക്കുവാൻ സാധിക്കാ ത്ത നൈസർഗ്ഗികവാസനകളൊന്നുംതന്നെയില്ല. അതിനു ത ക്ക മനക്കരുത്തും സന്മനസ്സും പരിശ്രമവും വേണമെന്നുമാത്രം.

എങ്ങനെ നേരിടാം

ജന്മവാസനകളോടു തരുണൻ സ്വീകരിക്കുന്ന നില പാട്ട് അയാളുടെ ജീവിതത്തെ രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിൽ പ്രധാ ന പങ്കു വഹിക്കുന്നു. മനുഷ്യനു മൂന്നുതരം നിലപാടു സ്വീ കരിക്കുവാൻ കഴിയും.

1) ജന്മവാസനയെ നിയന്ത്രിക്കുവാനോ ക്രമീകരിക്കു വാനോ പ്രത്യേകമായൊരു പരിശ്രമവും ചെയ്യാതെ അവയോ ടൊത്തു നീങ്ങുക. ഇതു ജന്തുജീവിതത്തിൽനിന്നു വ്യത്യസ്ത മല്ല. നിമിഷംപ്രതി മാറിമാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന വികാരങ്ങ ളാണ്ട് അത്തരം മനുഷ്യനെ നയിക്കുക. വികാരസംഘട്ടന ത്തിൽപ്പെട്ടു സ്വഭാവശുദ്ധിയില്ലാത്ത വ്യക്തിത്വം അയാ ളിൽ രൂപംകൊള്ളും. ഇത്തരം വ്യക്തികൾ എക്കാലവും സമു ദായത്തിനു ഉപദ്രവകാരികളാണ്.

2) വാസനകളെ നിയന്ത്രിക്കുക. നൈസർഗ്ഗികപ്രവ ണതകളുടെ പ്രകാശനം തനിക്കും സമുദായത്തിനും ഉപദ്രവ കരമാണെന്നു കാണുമ്പോൾ മനുഷ്യൻ അവയെ നിഗ്രഹിക്കു വാൻ നിർബന്ധിതനാകുന്നു. ഇതു ബോധപൂർവ്വകമായോ അ ല്ലാതെയോ സംഭവിക്കാം. മനഃപൂർവ്വമായ നിയന്ത്രണംത ന്നെ രണ്ടുവിധത്തിലാകാം. തൻേറയും മററുള്ളവരുടേയും ന ന്മയെ ലാക്കാക്കി പ്രവണതകളെ ക്രമപ്പെടുത്താം. നേരെമ

റിച്ചു മററൊരുവിധത്തിലും ഇതു സാധിക്കാം. തന്നിലുയൎന്നു പൊന്തുന്ന അനുഭൂതി പുറത്തുവിടാൻ സമുദായം സമ്മതിക്കാത്തതിൽ അമർഷംപൂണ്ടു് മററു മാൎഗ്ഗങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ അതിനെ നിഗ്രഹിക്കുന്നു. ഉദാഹരണംകൊണ്ടു വിശദമാക്കാം. ആരെങ്കിലും നമ്മെ ഉപദ്രവിക്കുന്നു. അതു് അയാളുടെ സമയത്തിൻെറ വ്യത്യാസംകൊണ്ടു ചെയ്തുപോയതാണെന്നും അയാൾ അതിനു മുഴുവനും കുററക്കാരനല്ലെന്നും മനസ്സിലാക്കി നമ്മിൽ പതഞ്ഞുപൊന്തിയ കോപം നിയന്ത്രിക്കുക. അഭികാമ്യമായ ഈ പ്രവൃത്തിക്കു് ആത്മനിയന്ത്രണം (Self-Control) എന്നു പറയാം. എന്നാൽ. നമ്മെ ഉപദ്രവിച്ചവരോടു പകരംചോദിക്കാൻ നമുക്കുള്ള കരുത്തുകുറവുകൊണ്ടോ മറേറാ തികട്ടിവന്ന ദേഷ്യം കടിച്ചിറക്കി സമാധാനിക്കുക. ഇതു് അമൎത്തൽ (Repression) ആണു്. ഇത്തരം പ്രവൃത്തി അപകടകരമാണു്. തുടരെത്തുടരെ ഇങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുവാൻ നിർബന്ധിക്കപ്പെടുന്ന യുവാവു വികാരസംഘട്ടനത്തിൽനിന്നു കരകയറുക എളുപ്പമല്ല. അതിനവസരമുണ്ടാകാതിരിക്കാൻ യുവജനശിക്ഷകർ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം.

3) നൈസൎഗ്ഗികവാസനയെ പ്രയോജനപ്രദമായി തിരിച്ചുവിടുക. ഇവിടെ പ്രവണതകളെ നിയന്ത്രിക്കുകയോ നിഗ്രഹിക്കുകയോ അല്ല ചെയ്യുക; പ്രത്യുത ഉന്നതലക്ഷ്യത്തിലേക്കു നയിക്കുകയാണു്. കൊച്ചുകുട്ടി തൻെറ എതിരാളിയെ അടിച്ചുവീഴ്ത്തുന്നു. സാമൂഹികനീതികളെ എതിർക്കുവാൻ തൻെറ കഴിവു മുഴുവൻ യുവാവു വിനിയോഗിക്കുന്നു. രണ്ടുപേരും ഒരേ വാസനയാൽ പ്രചോദിതരായാണു പ്രവർത്തിക്കുന്നതു്. പക്ഷേ, ലക്ഷ്യം വ്യത്യസ്തമാണെന്നുമാത്രം. യുവാക്കന്മാരിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന നൈസൎഗ്ഗികപ്രവണതകളെ തിരിച്ചുവിടേണ്ടതെങ്ങനെയെന്നു് ഈ ഉദാഹരണം വ്യക്തമാക്കുന്നുണ്ടു്. കോപവാസനയുള്ളയാൾ അരിശപ്പെടുമ്പോൾ

ഏതെങ്കിലും കഠിനപ്രയത്നത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടുക, ലൈംഗികപ്രലോഭനം അമിതമായി അലട്ടുന്നയാൾ എന്തെങ്കിലും സർഗ്ഗാത്മകവൃത്തി ശീലിക്കുക മുതലായവ ചില മാർഗ്ഗങ്ങൾ മാത്രമാണു്. ആർക്കെല്ലാം എങ്ങനെ ഇതു സാധിക്കാമെന്നു പറഞ്ഞുതരാൻ മനശ്ശാസ്ത്രത്തെക്കൊണ്ടാവില്ല. ഓരോരുത്തന്റേയും അനുഭവവും സ്വഭാവവുമെല്ലാം കണക്കിലെടുത്തുവേണമല്ലോ അതു സ്വീകരിക്കുവാൻ. അതു സമർത്ഥമായി ചെയ്യുകയാണു് താരുണ്യപരിശീലകരുടെ കർത്തവ്യം.

LITTLE FLOWER MONASTERY
MANAPURAM

വ്യക്തി രൂപപ്പെടുന്നു

കുട്ടിക്കാലംതൊട്ട് ഏറെക്കുറെ യൗവനത്തിന്റെ അന്ത്യംവരെ വ്യക്തിത്വം രൂപപ്പെടാനുള്ള സംഘട്ടനങ്ങളും പ്രയത്നങ്ങളുമാണു മനുഷ്യനിൽ നടക്കുന്നതു്. പ്രൗഢയുവത്വത്തിൽ കാലൂന്നിക്കഴിഞ്ഞാൽ പിന്നീടധികം പരിശീലനമൊന്നും വേണ്ടിവരികയില്ല. വ്യക്തിത്വം മെടഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള ഇഴകളാണു വികാരങ്ങളും നൈസർഗ്ഗികവാസനകളും. അവയെ മെച്ചമായി മെടഞ്ഞെടുക്കാൻ ഉപകരിക്കുന്ന ഘടകമാണു് ഇച്ഛാശക്തി (Will power). യുവജീവിതത്തിലേ വൈകാരികസംഘട്ടനവും ജന്മവാസനകളുടെ അഴിഞ്ഞാട്ടവും വേണ്ടവണ്ണം നിയന്ത്രിക്കുവാനും ക്രമീകരിക്കുവാനും പര്യാപ്തമാകത്തക്കവിധത്തിൽ ഇച്ഛാശക്തിക്കു സമർത്ഥമായ ശിക്ഷണം നല്കുക അനിവാര്യമാണു്. നിരന്തരമായ ഇച്ഛാപ്രവർത്തനത്തിൽനിന്നു നല്ല ശീലങ്ങൾ (Good habits) യുവാവിൽ ഉൽഭൂതമാകുമ്പോൾ വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ സുഗമമായ വികാസത്തിനു് അവ കളമൊരുക്കുന്നു.

ഇച്ഛാശക്തി

എന്താണു് ഇച്ഛാശക്തി? അങ്ങനെയൊരു ശക്തി മനുഷ്യനിൽ കുടികൊള്ളുന്നുണ്ടോ? നമ്മുടെ ഇച്ഛ സ്വാതന്ത്ര്യമാണോ? ആധുനികമനഃശാസ്ത്രമണ്ഡലത്തിൽ വളരെയേറെ കോളിളക്കം സൃഷ്ടിച്ച ചോദ്യങ്ങളാണിവ. ഇച്ഛാശക്തിയെന്നൊന്നില്ലെന്നു വാദിക്കാൻ തയ്യാറായി ചില മനശ്ശാസ്ത്ര

ജ്ഞന്മാർ. ഉണ്ടെങ്കിൽത്തന്നെ അതു സ്വാതന്ത്ര്യമല്ല. മററു ഘടകങ്ങൾ അതിനെ അനിവാര്യമായി നിയന്ത്രിക്കുന്നു എന്ന നിഗമനത്തിൽ ചെന്നെത്തി മററു ചിലർ. മനശ്ശാസ്ത്രപരീക്ഷണങ്ങളുടെ തെളിവുകളൊന്നും ഉന്നയിച്ചല്ല ഇത്തരം നിഗമനം അവർ ഉയർത്തിക്കാണിക്കുന്നതു്. മനുഷ്യനും മൃഗവും തമ്മിൽ മൗലികശക്തികൾക്കൊന്നും വ്യത്യാസമില്ല എന്ന ഭൗതികമാത്രമനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനപരമായ നിർണ്ണയത്തിന്റെ സ്വാഭവികപ്രത്യാഘാതമാണിതു്.

മനുഷ്യാത്മാവിന്റെ അസ്തിത്വത്തിൽ വിശ്വസിച്ചിരുന്ന പുരാതനപണ്ഡിതന്മാർ ഇച്ഛയെക്കുറിച്ചു പറഞ്ഞുവെച്ച വസ്തുതകൾക്കൊന്നും ഇളക്കംതട്ടത്തക്കവിധത്തിൽ തെളിവുകളൊന്നും ഹാജരാക്കാൻ ഇന്നത്തെ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞനു കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. മനുഷ്യനു തന്റെ പ്രവൃത്തികളെ നിയന്ത്രിക്കുവാൻ കഴിവുണ്ടു്. മനുഷ്യൻ എന്നെന്നും സമ്മതിച്ചുപോന്ന സത്യമാണതു്. സ്വാഭാവികവാസനയ്ക്കൊത്തു നീങ്ങുന്ന നാല്ക്കാലിയോ ബാഹ്യപരിതസ്ഥിതി നിയന്ത്രിക്കുന്ന യന്ത്രമോ അല്ല മനുഷ്യൻ. ജന്മവാസനയ്ക്കും ബാഹ്യാവസ്ഥകൾക്കും എതിരായി നില്ക്കാൻ കഴിയും മനുഷ്യനു്. പ്രവൃത്തിയുടെ ഉൽകൃഷ്ടവും അപകൃഷ്ടവുമായ വശങ്ങളെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കുകയും ഒടുവിൽ നല്ലതെന്നു ബുദ്ധിക്കു ബോധപ്പെട്ടതു സ്വീകരിക്കുകയുമാണു മനുഷ്യൻ ചെയ്യുക. ഇതിന്നു് അധികം തെളിവൊന്നും ആവശ്യമില്ല. നമ്മിലേക്കുതന്നെ ചുഴിഞ്ഞുനോക്കിയാൽമതി; ഞാനെങ്ങനെയാണു പ്രവർത്തിക്കുക, സ്വതന്ത്രനായിട്ടല്ലേ? ഒരുവിധത്തിൽ നാം പ്രവർത്തിക്കുന്നു. മററുവിധത്തിൽ അതു ചെയ്യാൻ കഴിയുമായിരുന്നില്ലേ? ആത്മാർത്ഥതയോടെ 'ഉവ്വ്' എന്ന മറുപടി പറയേണ്ടിവരും; തീർച്ച. ഇനി മററുള്ളവരുടെ ചെയ്തികളെ നിരീക്ഷിക്കു. പ്രവർത്തിക്കുന്നതിൽനിന്നു വ്യത്യാസപ്പെട്ടുതാൻ അവക്കു തികച്ചും സാധിക്കുമായിരുന്നു. അങ്ങനെ തലമുറതലമുറയായി മനുഷ്യൻ വി

ശപസിച്ചപോന്ന ധാരണയിൽ ഒടുവിൽ എത്തിച്ചേരും നാം.

കൂട്ടത്തിൽ പറയട്ടെ, നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയാത്ത ചില വ മനുഷ്യനിലുണ്ട്. ഉദാഹരണമായി ഹൃദയത്തിൻെറ ചലനം, ദഹനക്രിയ, നൈമിഷികപ്രതികരണങ്ങൾ മുതലായവ. ആദ്യമാദ്യം ബോധപൂർവ്വം ചെയ്തശീലിച്ചവയും പിന്നീട മിക്കവാറും അബോധമായി വർത്തിക്കുന്നു. ഇത്തരം മന:പൂർവ്വമല്ലാത്ത ചലനങ്ങൾ ഇച്ഛയുടെ പ്രാധാന്യം കുറയ്ക്കുന്നില്ല എന്നതു വ്യക്തമാണ്.

ഇച്ഛയുടെ വിനിയോഗത്തിനു മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ നിർണ്ണായകസ്ഥാനമുണ്ട്. മനുഷ്യൻെറ ധാർമ്മികനിലവാരവും മാനസികാരോഗ്യവും സർവ്വോപരി ജീവിതവിജയവും ഏറിയകൂറും ഇച്ഛയെ അശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. ആശപാസകരമായ അവസരങ്ങളും വിഷമകരമായ സാഹചര്യങ്ങളുമെല്ലാം ജീവിതത്തിൽ ഒന്നിനൊന്ന് ഇടകലർന്നു പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കും. അവ ഓരോരുത്തൻെറ ജീവിതത്തിൽ വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കുംതാനും. അപ്പോഴെല്ലാം അടിപതറാതെ നില്ക്കുവാൻ ശരിയായ ശിക്ഷണംസിദ്ധിച്ച ഇച്ഛാശക്തിക്കേ കഴിയൂ. ശാരീരികദൗർബ്ബല്യവും സാമ്പത്തിക പരാധീനതയുമൊന്നും അത്തരം മനുഷ്യരുടെ വിജയത്തിനു വിലങ്ങുതടിയായി നില്ക്കുകയില്ല. "ഇച്ഛാശക്തി ശരിയായി ഉപയോഗിക്കാനുള്ള രഹസ്യം മനസ്സിലാക്കിയ മനുഷ്യൻ ഇന്നു ദരിദ്രനും ഏകനുമാണെങ്കിലും നാളെ അവനു മററുള്ളവരുടെ മുന്നണിയിൽ നില്ക്കാൻ കഴിയു"മെന്നു ലേക്കോർഡയർ പറഞ്ഞതതുകൊണ്ടാണ്. ഉറച്ച ഇച്ഛാശക്തി നേടിയ നൂറുനൂറു മഹാന്മാരുടെ തെളിവുററ ചിത്രങ്ങൾ ചരിത്രത്തിൻെറ താളുകളിലൂടെ നമുക്കിതിനു തെളിവു തരുന്നു.

കുഞ്ഞുന്നാളിലേ ചെറിയ ചെറിയ കാര്യങ്ങളിൽ ഇച്ഛയെ നിയന്ത്രിക്കാൻ പഠിച്ചാലേ യുവതപത്തിൽ കൂടുതൽ അഗാധസ്പർശിയായ പരിശീലനത്തിനു പശ്ചാത്തലം ലഭി

ക്കൂ. യൗവനത്തിൽ ഇച്ഛാപ്രവൎത്തനത്തിനു് ഏറെ അൎത്ഥവും വ്യാപ്തിയുമുണ്ടെന്ന വസ്തുത മറക്കരുതു്. തിളച്ചുയരുന്ന യുവ വികാരങ്ങൾ സ്വരക്ഷയ്ക്കും സമുദായത്തിന്റെ അഭിവൃദ്ധിക്കുമായി ക്രമീകരിക്കുവാൻ കഴിവുററ ഇച്ഛാശക്തി അവശ്യം കൂടിയേ തീരൂ. ജഢികവാസനയും സ്വാൎത്ഥാനുഭൂതികളും ഇച്ഛയുടെ കടിഞ്ഞാണിൽ തൊട്ടുത്തുനിൎത്തണം. അങ്ങനെ അധമപ്രവണതകളെ ഉന്നതശക്തിയുടെ നിയന്ത്രണത്തിലാക്കി മനുഷ്യന്റെ വിവിധങ്ങളായ കഴിവുകളെ സമഞ്ജസമായി സംഘടിപ്പിക്കുമ്പോൾമാത്രമേ യുവാവിൽ പരിപൂർണ്ണവ്യക്തിത്വം രൂപംകൊള്ളൂ.

പലരും ഇച്ഛാശക്തി സമ്പാദിക്കണമെന്നു് ആത്മാൎത്ഥമായി ആഗ്രഹിക്കുകയും അതിന്റെ മനശ്ശാസ്ത്രനിഗമനങ്ങളെക്കുറിച്ചു പഠിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടു്. പക്ഷേ, പ്രായോഗികജീവിതത്തിൽ ഇക്കൂട്ടർ പരാജയമടയുന്നു. നിരന്തരമായ പ്രയത്നംമൂലമേ ഉറച്ച ഇച്ഛാശക്തി നേടാനാവൂ എന്ന കാര്യം വിസ്മരിക്കരുതു്.

ലക്ഷ്യം

ലക്ഷ്യ(Motive)മാണു് ഇച്ഛയെ നയിക്കുന്നതു്. മനുഷ്യന്റെ ബോധപൂൎവ്വകമായ പ്രവൃത്തിക്കുമുന്നിൽ എന്തെങ്കിലുമൊരു ഉന്നമുണ്ടായിരിക്കുമല്ലോ. ലക്ഷ്യത്തിനു നല്കുന്ന വെളിച്ചമനുസരിച്ചിരിക്കും അതു പ്രാപിക്കുവാനുള്ള ആഗ്രഹം. അഭിലാഷത്തിന്റെ ശക്തിയനുസരിച്ചിരിക്കും പ്രവൃത്തിയിൽ ചെലുത്തുന്ന പരിശ്രമം. ബുദ്ധി നന്മയായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്ന വസ്തു ഇച്ഛ സ്വീകരിക്കുന്നു എന്ന തത്വശാസ്ത്രത്തിലേ തത്വം ഇവിടെ അനുസ്മരിക്കണം. നന്മ കാലികമായിരിക്കാം. അതെന്തായാലും ബുദ്ധി അതിനെ നന്മയായി കാണിച്ചുകൊടുത്താലേ ഇച്ഛ സ്വീകരിക്കൂ. തനിക്കു ന-

ന്മയായി തോന്നുന്നതുകൊണ്ടാണ് മററുള്ളവരുടെ വസ്തു കൈക്കലാക്കാൻ കള്ളൻ ശ്രമിക്കുന്നത്.

അഭിലഷിക്കുന്ന അന്ത്യം അവ്യക്തമാണെങ്കിൽ കാര്യമായി പരിശ്രമിക്കുവാൻ ആരും മെനക്കെടുകയില്ല. പ്രത്യുത, ജീവിതത്തിന് ഏററം അഭികാമ്യമെന്നു ബോധപ്പെട്ട ലക്ഷ്യത്തെ സർവ്വശക്തിയോടുകൂടെ പിന്തുടരുന്നു. തന്മൂലം അർഹമായ ആദർശത്തെപ്പററി അവികലജ്ഞാനവും അതിനെ പിന്തുടരാൻ ഉൽക്കടമായ അഭിനിവേശവും യുവാക്കളിൽ ഉളവാക്കുക യുവജനപരിശീലകരുടെ കർത്തവ്യമാണ്.

മനുഷ്യന്റെ ആവശ്യങ്ങളും ലക്ഷ്യങ്ങളും എല്ലാം തുല്യപ്രാധാന്യമുള്ളവയല്ല. രുചികരമായ ഭക്ഷണസാധനങ്ങളും ലൈംഗികാഹ്ളാദവുംമററും അനുഭവിച്ചാസ്വദിക്കാൻ മനുഷ്യൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. മററുള്ളവരുടെ ബഹുമാനവും പ്രശംസയും ലഭിക്കുവാനുള്ള അഭിനിവേശവും സ്വാഭാവികമാണ്. ഇതൊക്കെ ഒഴിച്ചുനിർത്തുക സാധ്യമല്ല. പക്ഷേ ഒരു കാര്യം വിസ്മരിക്കരുത്. ഇവയെല്ലാം അപ്രധാന ലക്ഷ്യങ്ങളാണ്. ദൈവികകല്പനയിലും സാമൂഹികനീതിയിലും വേരൂന്നി നിന്നെങ്കിലേ ഇവയെല്ലാം മനുഷ്യനു പ്രയോജനപ്പെടൂ. ഉന്നങ്ങളെ അതതിന്റെ പ്രാധാന്യമനുസരിച്ചു വിലയിരുത്തുവാൻ യുവാവിനെ കഴിവുററവനാക്കണം. പരമലക്ഷ്യത്തെ വിസ്മരിച്ചാകരുത് മററുള്ളവയുടെ സ്വീകരണം.

യുവജീവിതത്തിനു മുമ്പിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്ന ലക്ഷ്യവും മൂല്യവും, വസ്തുനിഷ്ഠവും ഉൽകൃഷ്ടവും ഉപയോഗപ്രദവും ബഹുമാനാർഹവുമായിരിക്കണം. മാത്രമല്ല, സ്വന്തം ജീവിതത്തിൽ അതിനുള്ള പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ച് അവഗാഢമായ ബോധം യുവാവിന് ഉണ്ടായിരിക്കുകയും വേണം. എങ്കിൽ മാത്രമേ അന്ത്യംവരെ അതിനെ പിന്തുടരുവാൻ പ്രചോദനമുണ്ടാകൂ.

ലക്ഷ്യബോധം കുട്ടിക്കാലത്തേക്കാൾ മൗലികമായി വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കും യുവത്വത്തിൽ. ഇന്ദ്രിയാനുഭവങ്ങളിൽ നിന്നാണു കുഞ്ഞുങ്ങൾ നന്മയും തിന്മയും വേർതിരിക്കുന്നതു്. തനിക്കു് ആഹ്ളാദം നല്കുന്നതിനെ കുഞ്ഞു സ്നേഹിക്കുന്നു; വേദനയുളവാക്കുന്നവയെ വെറുക്കുന്നു. മനുഷ്യന്റെ അടിസ്ഥാനപരമായ ഈ വികാരത്തിനപ്പുറം കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു ചിന്തിക്കാനാവില്ല. എന്നാൽ, കാലം ചെല്ലുന്തോറും ബുദ്ധിപരമായ അനുഭൂതികൾ അവരെ നയിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. കണ്ണിൽക്കാണാവുന്നവയും സ്പർശിച്ചറിയാവുന്നവയും മാത്രമല്ല, അമൂർത്താശങ്ങളെപ്പററിയും അവർക്കു് ഉൾക്കാഴ്ച ലഭിക്കുന്നു. പ്രൗഢയുവത്വത്തിൽ എത്തുമ്പോഴേക്കും താല്ക്കാലിക പ്രയോജനമുള്ള ലക്ഷ്യങ്ങളെക്കാൾ ഉന്നതാദർശങ്ങൾ അവരെ ആകർഷിക്കുന്നു.

താരുണ്യത്തിന്റെ ആദ്യഘട്ടത്തിൽ ഉന്നയിക്കുന്ന ലക്ഷ്യം വ്യക്തമായിരിക്കണം. കളിയിലും വിനോദത്തിലുമായിരിക്കും കൂടുതൽ ശ്രദ്ധ. പഠനം ഭാവിജീവിതത്തിനു സഹായകമാണെന്ന ചിന്ത അക്കാലത്തു് അവരെ അലട്ടുകയില്ല. പ്രത്യേക സമ്മാനവും റാങ്കുമെല്ലാം ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചാലേ പഠനത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കൂ. പെട്ടെന്നു ലഭിക്കാൻ കഴിയാത്ത, മുന്നിൽക്കാണാത്ത, ആദർശത്തെ പിന്തുടരുവാൻ യുവാവിനു കഴിയാത്തതാണു് ഇതിനു കാരണം. എല്ലാത്തിലും വിജയിക്കണം, ആഗ്രഹിക്കുന്നതെല്ലാം പെട്ടെന്നു പെട്ടെന്നു ലഭിക്കണം, ഇതാണു യുവാവിന്റെ മനോഭാവം. തന്മൂലം ഏററം അടുത്ത ലക്ഷ്യം തൊട്ടുകാണിച്ചുകൊണ്ടു് അവരെ പ്രവർത്തനസന്നദ്ധരാക്കുക. ചെറിയൊരു വിഷമം തരണംചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞാൽ അതിൽനിന്നു വിഷമമേറിയ കർത്തവ്യങ്ങളെ നേരിടാൻ അയാൾ കരുത്താർജ്ജിച്ചുകൊള്ളും. യുവാവിന്റെ പ്രത്യേക പരിതസ്ഥിതിയിലും ജീവിതസാഹചര്യത്തിലും

ജീവിതലക്ഷ്യം വ്യതിരിക്തമായിരിക്കുമെങ്കിലും എല്ലാവക്കു മുള്ള പൊതുവായ ലക്ഷ്യങ്ങൾ വിസ്മരിക്കരുതു്. ആത്മാവിന്റെ രക്ഷ, സ്വീകരിച്ച പ്രവൃത്തിയിൽ ആത്മാൎത്ഥത, ജീവിതാദർശത്തെ പിന്തുടരുവാൻ ആഗ്രഹം മുതലായവ എല്ലാ യുവാക്കളിലും ഉല്ലാസിപ്പിക്കേണ്ടതാണു്.

ആദർശവും ലക്ഷ്യവുമെല്ലാം എത്ര മഹത്തായിരുന്നാലും അവയുടെ മൂല്യത്തെക്കുറിച്ചു വ്യക്തിപരമായ അവബോധം ആവശ്യകമാണു് ഓരോരുത്തനും. ലക്ഷ്യത്തിനൊത്ത തീരുമാനങ്ങളെടുക്കുവാനും അവ പ്രാവൎത്തികമാക്കുവാനും അവരെ പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം. സ്വന്തം നിഗമനത്തെക്കുറിച്ചു് ആഴമായി ചിന്തിക്കുവാനും പ്രാതികൂല്യങ്ങളുടെ മുമ്പിൽ ഉറച്ചുനില്ക്കുവാൻ തന്റേടം സമ്പാദിക്കുവാനും അവരെ പഠിപ്പിക്കണം. ഭാവനയിൽക്കാണുന്ന തടസ്സങ്ങൾ കൊണ്ടു പ്രവൃത്തിയിൽ ഏർപ്പെടുന്നതിനു മുമ്പേ പിന്തിരിയാതിരാക്കാനും മററുള്ളവരുടെ കണ്ടുപിടുത്തത്തിനു മുമ്പിൽ സ്വന്തം ആദർശം അടിയറവെയ്ക്കാതിരിക്കുവാനും അവരെ ശക്തരാക്കണം.

അഭ്യാസം

ആദർശങ്ങളാണു് ഇച്ഛാശക്തിയെ നയിക്കുന്നതു്. ശരിതന്നെ; പക്ഷേ ആദർശങ്ങൾകൊണ്ടുമാത്രം ഒന്നുമായില്ല. അതു നേടുവാനുള്ള പരിശ്രമത്തിനാണു കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം. ലക്ഷ്യത്തിന്റെ മൂല്യത്തെറിച്ചുള്ള ബോധം ബുദ്ധിയുടെ പ്രവൎത്തനമാണു്. ഇച്ഛയെ തുടർച്ചയായി പരിശീലിപ്പിക്കുന്നെങ്കിൽമാത്രമേ അതു സുശിക്ഷിതമായിത്തീരൂ. സ്വന്തം ആദർശങ്ങൾക്കും ആശയങ്ങൾക്കുമൊത്തു ജീവിതം കരുപ്പിടിക്കുവാൻ ആരംഭിക്കുമ്പോഴാണു വാസ്തവത്തിൽ ഇച്ഛാശക്തിയുടെ ശിക്ഷണം ആരംഭിക്കുന്നതു്. ധൈര്യപൂൎവ്വം തുടർച്ചയായി

വൈഷമ്യങ്ങളെ നേരിടുക. അവയെ കണ്ടു മനംമടുക്കാതെ ഏററുമുട്ടി ഉറച്ചുനില്ക്കാനുള്ള ശീലം സമ്പാദിക്കുക. ആദർശങ്ങളെ കൈവിട്ടുകളയാനുള്ള പ്രലോഭനങ്ങളെ ജയിക്കുകയും ജന്മവാസനയുടെ പ്രേരണയെ കീഴടക്കി ലക്ഷ്യസ്ഥിരത നേടുകയും ചെയ്യുക. അങ്ങനെ യുവാവിൽ ക്രമേണ ആത്മവിശ്വാസം വളരുകയും തന്നെത്തന്നെ നിയന്ത്രിക്കുവാൻ കഴിവു വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യും.

പരിത്യാഗങ്ങൾ

ആത്മനിഗ്രഹത്തിനുള്ള അവസരമൊന്നും പാഴാക്കിക്കളയുവാൻ യുവാവിനെ അനുവദിക്കരുത്. വേദന മനുഷ്യപ്രകൃതിക്ക് ഒരിക്കലും അഭിലഷണീയമായി തോന്നുകയില്ല. മാത്രമല്ല അതിൽനിന്ന് ഒഴിഞ്ഞുമാറാനായിരിക്കും ശ്രമിക്കുക. എന്നാൽ, അതു സ്വയം സ്വീകരിക്കുമ്പോൾ ഇച്ഛയുടെ പരിശീലനമാണിവിടെ നടക്കുക. ചില്ലറ അസൗകര്യങ്ങൾ ക്ഷമയോടെ സ്വീകരിക്കുക മുതലായവ, ഭാവിയിൽ കൂടുതൽ ആഹ്ളാദപൂർവ്വം അവയെ സ്വീകരിക്കുവാനും അനുവദനീയമല്ലാത്ത സുഖാനുഭൂതികളെ ആസ്വദിക്കാനുള്ള ആഗ്രഹത്തെ നിഗ്രഹിക്കുവാനും സഹായമരുളുന്നു. മാത്രമല്ല, പരിത്യാഗം താൻ വിചാരിച്ചതുപോലെ വിഷമകരമല്ലെന്ന ബോധം യുവമനസ്സിൽ വേരൂന്നുന്നതോടെ ത്യാഗം ആവശ്യപ്പെടുന്ന സംരംഭങ്ങളിൽനിന്നു പിന്തിരിയുവാൻ അയാൾ ശ്രമിക്കുകയില്ല; നിസ്സാര ആശകൾ അലട്ടുകയുമില്ല. സഫലീകൃതമല്ലാത്ത അഭിലാഷങ്ങളാണല്ലോ മനുഷ്യന്റെ അസംതൃപ്തിക്കുറവിടം. അങ്ങനെ കൂടുതൽ ആഹ്ളാദകരമായ ജീവിതം യുവഹൃദയത്തിനു സംലബ്ധമാകും.

നിസ്സാരമായ സ്വാത്മത്യാഗം ഇച്ഛാപരിശീലനത്തിന് ഏറെ ഉപകാരപ്രദമാണ്. ഉദാഹരണമായി ക്ലാസ്സിൽ

ശബ്ദമുണ്ടാക്കുന്നതു് ആരാണെന്നറിയാനുള്ള ആഗ്രഹത്തിനു കടിഞ്ഞാണിടുവാൻ കഴിഞ്ഞാൽ അതു ഇച്ഛയുടെ ശിക്ഷണത്തിനു സഹായകമാണു്. സ്കൂളിലെ പരിപാടിയും കുടുംബത്തിലെ ചുമതലകളും വേണ്ടവണ്ണം നിർവഹിക്കണം. അനുസരണശീലം വളർത്തുവാൻ ഇതു സഹായിക്കുന്നു. ക്രമവും ചിട്ടയുമുള്ള ജീവിതം യുവാവിൻെറ ഇച്ഛയെ ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നു. സമയത്തിൻെറ മാററത്തിനൊത്തു മനസ്സുമാററാതെ ഇച്ഛയെ പിന്തുടരുവാൻ അതു സഹായിക്കും. നിരന്തരപരിശ്രമംമൂലം അരിശപ്രകൃതിയോ അലസതയോ ജയിച്ച യുവാവു് നല്ലസ്വഭാവം നേടുമെന്നു മാത്രമല്ല കൂടുതൽ ഇച്ഛാശക്തി സമ്പാദിക്കുകകൂടി ചെയ്യുന്നുണ്ടു്. ചെറിയ ചെറിയ ത്യാഗങ്ങളാണെങ്കിൽപ്പോലും കുറെക്കാലം ചെല്ലുമ്പോൾ അതൊരു ശീലമായിത്തീരുകയും ഇച്ഛയെ നിയന്ത്രിക്കുവാൻ സഹായകമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇച്ഛയുടെ പരിശീലനം വിദ്യാഭ്യാസത്തിൻെറ മൗലികലക്ഷ്യമാണെന്നു മുൻപു സൂചിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടു്. യുവാവിൻെറ ചൈതന്യവും തീക്ഷ്ണതയും തല്ലിക്കെടുത്തുവാനല്ല പ്രത്യുത ഇച്ഛയെ നല്ല മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ നയിക്കുവാനാണു് ശ്രമിക്കേണ്ടതു്. ഇച്ഛാനിയന്ത്രണമെന്ന പേരിൽ യുവാവിൻെറ ആത്മവിശ്വാസവും പ്രവർത്തനക്ഷമതയും അല്പംപോലും നഷ്ടപ്പെടുത്തരുതു്.

മർക്കടമുഷ്ടിക്കാരായ ചില മനുഷ്യരെ നാം സമുദായത്തിൽ കാണാറുണ്ടു്. തങ്ങൾ പറയുന്നതും പ്രവർത്തിക്കുന്നതും തെററാണെന്നവക്കു ബോധമുണ്ടു്. പക്ഷേ, മററുള്ളവരുടെ മുമ്പിൽ അതു സമ്മതിക്കുവാൻ അവർ തയ്യാറില്ല. തന്മൂലം തെററായ ലക്ഷ്യത്തെ പിന്തുടരുവാൻതന്നെ അവർ ശ്രമിക്കുന്നു. ഇത്തരം മനുഷ്യർക്കു സാധാരണയിൽക്കവിഞ്ഞ മനഃശക്തിയുണ്ടാകും. ലക്ഷ്യത്തിൻെറ വൈകല്യമാണു് ഇവർക്കുള്ള തകരാറു്. വാദപ്രതിവാദംകൊണ്ടൊന്നും ഇവരെ

നന്നാക്കുവാൻ സാധിച്ചെന്നു വരില്ല. ഉൽകൃഷ്ടാദർശങ്ങൾക്കു ജീവിതത്തിലുള്ള മഹനീയസ്ഥാനത്തെക്കുറിച്ച് അവരെ ബോധവാന്മാരാക്കുകയാണ് ഇതിനു പ്രതിവിധി.

റാഫേൽ മക്കാർത്തി "Training the Adolescent" എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ ഇച്ഛാപരിശീലനത്തെക്കുറിച്ചു പ്രസ്താവിക്കുന്നതിപ്രകാരമാണ്. "വൈകാരികാനുഭൂതികളും അവയുടെ കാരണങ്ങളും ശരിയായി തൂക്കിനോക്കി മൂല്യം നിർണ്ണയിക്കുവാനും അനാവശ്യസംശയത്തിനും അടിസ്ഥാനരഹിതമായ ഭയപ്പാടിനും ചെവികൊടുക്കാതെ സ്വന്തം ജീവിതലക്ഷ്യം മുൻനിറുത്തി പ്രതിദിനകൃത്യങ്ങൾ നിർവ്വഹിക്കുവാനും പരാജയത്തിനു മുമ്പിൽ മനംമടുക്കാതെ മുന്നോട്ടു പോകുവാനും അമിതഭാവനയെ നിയന്ത്രിച്ചു വൈകാരികസ്രോതങ്ങളെ അടക്കി നിറുത്തി, യാഥാർത്ഥ്യസ്പർശിയായി ചിന്തിക്കുവാനും സ്വയം ചിന്തിച്ചു സ്വീകരിച്ച ശരിയായ ലക്ഷ്യം മുന്നിൽ കണ്ടുകൊണ്ടു ജീവിക്കുവാനും സ്വന്തം ശക്തിയിൽ വിശ്വസിച്ചുകൊണ്ട് അവസാനംവരെ പരിശ്രമിക്കുവാനും സർവ്വോപരി ബുദ്ധിപരമായ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ജീവിതം രൂപപ്പെടുത്തുവാനും കഴിവുററ മനുഷ്യരെ സൃഷ്ടിക്കുകയാണ് ഇച്ഛാപരിശീലനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം." ഇതെല്ലാം പരിപൂർണ്ണമായി നേടിയെടുക്കാൻ പലരും ശക്തരായെന്നു വരില്ല. കഴിയുന്നിടത്തോളം പരിശ്രമിക്കുകയാണ് ഓരോരുത്തന്റേയും കർത്തവ്യം. സുശിക്ഷിതമായ ഇച്ഛാശക്തി ധാർമ്മികശിക്ഷണത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനമാണ്. മാനസികവികലതകൾക്കു പരിഹാരമാർഗ്ഗവും അതു തന്നെയാണ്. യുവാവിൽ സമഗ്രമായ വ്യക്തിത്വം രൂപമെടുക്കാൻ ഇച്ഛയെ ശരിയായി പരിശീലിപ്പിച്ചേ പററൂ.

ശീലങ്ങൾ

മനുഷ്യസ്വഭാവത്തെ നിയന്ത്രിച്ചുദ്ധരിക്കുകയോ അഴിച്ചുവിട്ടധ:പതിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുന്ന പ്രധാനഘടകമാണു് ഒരുവൻ നേരിടുന്ന ശീലങ്ങൾ. ജീവിതത്തിൻെറ എല്ലാവശത്തേക്കും വ്യാപിച്ചുനില്ക്കുന്ന ഇതിൻെറ പ്രേരണശക്തി. ജോലിയും വിനോദവും വൈകാരികഭാവങ്ങളും മാനസികശക്തിയുമെല്ലാം മിക്കവാറും തഴക്കത്തെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു എന്നു മനുഷ്യപ്രവൃത്തിയുടെ പഠനം വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഏകാഗ്രമായി ചിന്തിക്കുവാനും പഠിക്കുവാനും ശീലിച്ചവർക്കേ ബുദ്ധിപരമായ പ്രവത്തനം വിജയകരമായി നിവ്വഹിക്കാൻ കഴിയൂ. പ്രലോഭനങ്ങളെ ചെറുത്തുനില്ക്കുവാൻ ഇച്ഛാശക്തിക്കു ലഭിച്ച പരിശീലനമനുസരിച്ചിരിക്കും മനുഷ്യൻെറ ധാർമ്മിക നിലവാരം. അദ്ധ്യാത്മികരംഗത്തും പരിശീലനത്തിൻെറ ശക്തി കുറെക്കൂടി തെളിഞ്ഞു കാണാം. പ്രാർത്ഥിക്കുവാനും സുകൃതം സമ്പാദിക്കുവാനും തഴങ്ങിയവരാണു വിശുദ്ധിയിൽ വളരെവേഗം വളരുന്നതു്.

ഇത്രയും വ്യക്തികളെ സംബന്ധിച്ചു്. ഇനി സമുദായത്തിലാണെങ്കിൽ അവിടേയും തഴക്കങ്ങൾ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നുണ്ടു്. പരമ്പരാഗതമായി സാമൂഹികമനസ്സിൽ ഊറിക്കൂടിയ ധാരണകളും വിശ്വാസങ്ങളുമുണ്ടല്ലോ, അവമൂലമാണു സമുദായം പ്രത്യേകിച്ചൊരു ചലനമില്ലാതെ നിലനില്ക്കുന്നതു്. സമൂഹത്തിൻെറ വിശ്വാസങ്ങൾക്കു അല്പമൊരിളക്കംതട്ടിയാൽ മതി സമുദായജീവിതം താറുമാറാകാൻ. ആഭ്യന്തരവിപ്ളവങ്ങളുടേയും സമരങ്ങളുടേയും മന:ശാസ്ത്രപരമായ അടിസ്ഥാനമാണിതു്. വിപ്ളവങ്ങൾ ചിലപ്പോഴെല്ലാം കുറെയൊക്കെ നന്മയുളവാക്കിയെന്നു വരാം. എന്നാൽ അതിലേറെ ഉപദ്രവങ്ങളും ഉല്പാദിപ്പിക്കും. ദീർഘനാളത്തെ സാമൂ

ഹികജീവിതം അപകടത്തിലാകുകയും മനുഷ്യൻ അസ്വ സ്ഥനാകുകയും ചെയ്യുന്നു.

സമുദായത്തേയും വ്യക്തിയേയും ഒരേവിധത്തിൽ ബാധിക്കുന്ന ശീലങ്ങളുടെ ശിക്ഷണം യുവജീവിതത്തിൽ പ്രത്യേകപ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നു.

ശീലമെന്നാൽ

എന്തെങ്കിലും പ്രവൃത്തി കുറെനാൾ തുടർച്ചയായി ചെയ്താൽ ക്രമേണ അതു ശീലമായി മാറുന്നു. ആദ്യമാദ്യം ബോധപൂർവ്വം ചെയ്യുന്നതായിരിക്കും; കൂടുതൽ പ്രയത്നം ചെലുത്തുകയും ചെയ്യും. കാലം ചെല്ലുമ്പോൾ ആദ്യം പ്രയോഗിച്ചതിൽ നിസ്സാരമായൊരംശം അദ്ധ്വാനംകൊണ്ടു് പ്രത്യേക ശ്രദ്ധകൂടാതെ പ്രവൃത്തിചെയ്യുവാൻ കഴിയുന്നു. പലരും ഹർമ്മോണിയം വായിച്ചു പഠിക്കാറുണ്ടു്. തുടക്കത്തിൽ വളരെ ശ്രദ്ധിച്ചു സാവധാനത്തിലേ വായിക്കാൻ കഴിയൂ. പിന്നീട്ട പിന്നീട്ട കട്ടമേൽ കൈവിരലുകൾ അതിവേഗം ഓടിക്കൊള്ളും. കൂടുതൽ പരിശീലനം സിദ്ധിക്കുന്നതോടെ വൈദഗ്ദ്ധ്യമേറിയ സ്വരസംവിധാനം സാധിക്കുകയും ചെയ്യും.

ആവർത്തനം സിരാവ്യവസ്ഥയിലും തലച്ചോറിലും ഉളവാക്കുന്ന സ്വാഭാവികമായ പ്രതിഫലനമാണു് ശീലത്തിനടിസ്ഥാനം. സിരകളിലൂടെ തലച്ചോറിലേക്കു റിപ്പോർട്ടു ചെയ്യുമ്പോൾ അതിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്ന സന്ദേശമനുസരിച്ചാണല്ലോ മനുഷ്യൻെറ പ്രവൃത്തികളെല്ലാം ചെയ്യപ്പെടുക. തുടർച്ചയായി ഒരേ സന്ദേശം നല്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ സിരകളും തലച്ചോറും യാന്ത്രികമായി പ്രവർത്തിക്കും. തലച്ചോറിൽ ലഭിച്ച സന്ദേശത്തിനു പെട്ടെന്നു മറുപടി ലഭിക്കുന്നു, പ്രത്യേകമൊരു പരിഗണനയും വിചിന്തനവുംകൂടാതെ. അങ്ങനെ പ്രവൃത്തി ശീലമായിത്തീരുന്നു. സിരാവ്യവസ്ഥയിൽ

സംഭവിക്കുന്ന വ്യതിയാനത്തെ ഉള്ളിൽ കണ്ടുകൊണ്ടാണു വില്യം ജെയിംസ് പറയുന്നത്: "സിരാവ്യവസ്ഥയെ നമ്മുടെ ശത്രുവാക്കുന്നതിനു പകരം മിത്രമാക്കുകയാണു വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ വലിയൊരുകാര്യം. നമുക്ക് ഉപയോഗപ്രദമായ പ്രവൃത്തികളെല്ലാം കഴിയുന്നതുംവേഗം തഴക്കമായി മാറണം. നിത്യജീവിതത്തിലെ സാധാരണ ചെയ്തികൾ ശീലമായിത്തീർന്നാൽ മാനസികശക്തികൾ അവയുടേതായ പ്രവൃത്തി ചെയ്യുവാൻ കൂടുതൽ സ്വതന്ത്രമാകും."

മനുഷ്യന്റെ പല ശീലങ്ങൾക്കും അടിസ്ഥാനം സ്വാഭാവികവാസനയാണ്. ആഹാരം കഴിക്കുവാനും ചിരിക്കുവാനും മററുമുള്ള തഴക്കം പ്രകൃതിദത്തമായ പ്രവണതകളിൽ നിന്നാണ് ഉറവെടുക്കുന്നത്. മററുപല ശീലങ്ങളും അനുഭവങ്ങൾ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നവയാണ്. അവ ശാരീരികമോ മാനസികമോ ആവാം. ശാരീരികാവയവങ്ങൾ കൂടുതൽ പ്രവർത്തനക്ഷമമാക്കുന്നതു തഴക്കംകൊണ്ടാണ്. ചിലപ്പോൾ ദുശ്ശീലങ്ങളും മനുഷ്യർ സമ്പാദിക്കാറുണ്ട്. മുഖം ചുളിക്കുക, കൂടെക്കൂടെ കണ്ണടയ്ക്കുക എന്നിവ ചില മനുഷ്യരിൽ കാണാറുണ്ടല്ലോ. ഇവയെല്ലാം കുറെ ചെയ്തുകഴിയുമ്പോൾ സ്വാഭാവികമായിത്തീരും.

സത്യസന്ധത, സഹിഷ്ണുത, കൃത്യനിഷ്ഠ മുതലായ സ്വഭാവത്തിന്റെ ഉൽകൃഷ്ടഭാവങ്ങളും സ്വതന്ത്രചിന്ത, ശരിയായ വീക്ഷണം, കാര്യകാരണബോധം മുതലായ മാനസികഗുണങ്ങളും തഴക്കത്തിലൂടെയാണു പരിപുഷ്ടമാകുന്നത്. വ്യക്തിയുടെ ജീവിതത്തിൽ ഇതു ഏറെ പ്രയോജനമുള്ളതാണുതാനും. പ്രയത്നിക്കുവാനും പരിശ്രമിക്കുവാനും നിരന്തരം അഭ്യസിച്ച ചിലരെ നാം കാണാറുണ്ട്. അവർക്കു ജോലി ചെയ്യാതിരിക്കുക ദുസ്സഹമാണ്. ഇത്തരം മനുഷ്യരുടെ ജീവിതം പ്രയോജനകരമാകുമെന്നതിൽ സംശയമില്ല. എന്തിനു

മേതിനും അരിശപ്പെടുന്ന കോപപ്രകൃതിക്കാരേയും കാര്യമൊന്നുമില്ലെങ്കിലും ഉൽക്കണ്ഠാഭരിതരാകുന്ന ചിലരേയും നമുക്കു പരിചയമുണ്ടാവും.

യുവാവിൽ എത്തരം ശീലങ്ങൾ രൂപപ്പെടുന്നുവെന്നതു അയാളുടെ ജീവിതത്തിന്റെ മാനദണ്ഡമാണു്.

പ്രയോജനം

പ്രവൃത്തി ശീലമാകുന്നതു പലവിധത്തിൽ ഉപകാരപ്രദമാണു്. ലഘുവായ അദ്ധ്വാനംകൊണ്ടുതന്നെ സുഖകരമായി പ്രവർത്തിക്കുവാൻ സാധിക്കും. മററുകാര്യങ്ങളിൽ കൂടുതൽ പ്രയത്നിക്കുവാൻ അതുമൂലം കഴിയുന്നു. ഒരു പ്രവൃത്തിക്കു സാധാരണമായി ആവശ്യമുള്ള ചിന്ത, തഴക്കപ്പെട്ട ചെയ്തിക്കു് ആവശ്യമില്ല. പ്രത്യേകിച്ചൊരു ശ്രദ്ധയും വേണ്ടാ. അങ്ങനെ ശീലിച്ച ജോലി പെട്ടെന്നു ചെയ്യുവാൻ കഴിഞ്ഞാൽ മിച്ച സമയവും ശക്തിയും ജീവിതത്തിലേ മഹത്തരവും വിഷമകരവുമായ മററുപ്രവൃത്തികൾക്കുവേണ്ടി ചെലവഴിക്കാമല്ലോ.

മനുഷ്യന്റെ പരിശീലനങ്ങൾക്കു വിത്തുവീഴുന്നതും അവ മുളയെടുക്കുന്നതും കുട്ടിക്കാലത്താണു്. സുശ്ശീലങ്ങളും ദുശ്ശീലങ്ങളും ബാല്യത്തിലേ ശിക്ഷണമനുസരിച്ചാണു രൂപമെടുക്കുന്നതു്. അവ പൂർണ്ണതയിലെത്തുകമാത്രമാണു യൌവനത്തിൽ. നമ്മുടെ കുഞ്ഞുങ്ങൾ അനേകം ചീത്തത്തഴക്കങ്ങൾ സമ്പാദിക്കുന്നുണ്ടു്. വേണ്ടാത്ത വഴക്കങ്ങൾക്കു വളമിടുന്ന മാതാപിതാക്കന്മാരാണു് ഇതിനു് ഉത്തരവാദികൾ. ചുട്ട അടികൊടുക്കേണ്ടു കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ചെയ്തികൾ നോക്കിനിന്നു ചിരിക്കുന്ന രക്ഷകർത്താക്കന്മാർ അവരുടെ ജീവിതം താറുമാറാക്കുകയാണെന്നു ഗ്രഹിക്കുന്നതേയില്ല. കുട്ടികളുടെ ദുശ്ശാഠ്യങ്ങൾ അപ്പഴപ്പോൾ തിരുത്താതെ, അതിനെല്ലാം വിട്ടുവീ

ഷ്ഠ ചെയ്യുന്ന സമ്പ്രദായം സമുദായത്തിന്റെ സ്വാൎത്ഥികളും ഉപദ്രവകാരികളുമായ വ്യക്തികളെ സമ്മാനിക്കുന്നു.

കുട്ടിക്കാലത്തു തഴങ്ങിയ വിലപനീയശീലങ്ങളെ ഇല്ലാതാക്കുവാനാണു യൗവനത്തിൽ പരിശ്രമിക്കേണ്ടതു്. ഇവിടെ ഒരുകാര്യം പ്രത്യേകം അനുസ്മരിക്കണം. ബാല്യകാലത്തു വേരുറച്ചുപോയ തഴക്കത്തെ പെട്ടെന്നു പറിച്ചുകളയാമെന്നു വിചാരിക്കുക സാഹസമാണു്. ചീത്തശീലങ്ങളെ ഇല്ലാതാക്കാനുള്ള പരിശ്രമം എത്രമുമ്പേ തുടങ്ങുന്നുവോ അത്ര എളുപ്പം അതിൽ വിജയം സിദ്ധിക്കും.

എങ്ങനെ ഇല്ലാതാക്കാം?

തഴക്കത്തിൽനിന്നു വിമുക്തിനേടുക പലവിധത്തിലാണു്. ജീവിതത്തിൽ പുതിയ താല്പൎയ്യം കിളിൎന്നുതുടങ്ങുമ്പോൾ ചില ശീലങ്ങൾ നിലയ്ക്കുന്നു. ഉദാഹരണമായി താരുണ്യത്തിലെത്തുന്ന പെൺകുട്ടി, അന്നുവരെ പ്രിയംകരമായിരുന്ന പാവകളെ ഉപേക്ഷിക്കുന്നു. പരിതസ്ഥിതിയും സാഹചൎയ്യവും തഴക്കം മാററിക്കളയാൻ സഹായകമാണു്. പുകയിലക്ഷാമപ്പിനടുത്തു താമസിക്കുന്നയാൾ പുകവലി ശീലമാക്കിയെന്നു വരാം. ബീഡി ലഭിക്കാൻ വിഷമകരമായ സാഹചൎയ്യത്തിൽപ്പെട്ടാൽ ആ ശീലം താനേ നിന്നുപോകുന്നു.

ശീലം മാറുക അത്ര എളുപ്പമല്ല. അതിശ്രദ്ധയും കടുത്ത മനശ്ശക്തിയും അതിനാവശ്യകമാണു്. ശീലത്തിന്റെ വേരു കൂടുതൽ ആഴത്തിലാണെങ്കിൽ അഥവാ അതു വ്യക്തിക്കു് ആഹ്ലാദജനകമാണെങ്കിൽ തികച്ചും ദുഷ്കരമായിരിക്കും. യുവാക്കൾ സ്വയം ശീലങ്ങൾ ഇല്ലാതാക്കാൻ ശ്രമിക്കയില്ല. മററുള്ളവരുടെ നിരന്തരമായ ഉപദേശംമൂലമേ അതു സാധി

ക്കു. തുടക്കത്തിൽ തോൽവി പററിയേക്കാം. അതുവരെ മനം മടുപ്പിക്കാതെ സൂക്ഷിക്കണം. കുറച്ചുകഴിയുമ്പോൾ എളുപ്പം വിജയത്തിലെത്തിച്ചേരാമെന്ന ബോധം അവരിൽ ഉളവാക്കണം. ചീത്തശീലം വളരുവാൻ കാരണമായ വ്യക്തികളേയും പരിസരങ്ങളേയും ഉപേക്ഷിക്കുവാൻ അവക്കു പ്രേരണനല്കണം. അതല്ലാതെ പരിശ്രമം ഫലപ്രദമാകുകയില്ല.

തഴങ്ങിയ പ്രവൃത്തി കുറെനാൾ ചെയ്യാതിരിക്കുക സുശക്തമായ മറെറാരു മാർഗ്ഗമാണു്. പ്രവൃത്തിക്കുള്ള പ്രേരണ അപ്പോഴപ്പോൾ ചെറുക്കുക. ക്രമേണ ചായ്വിലിന്റെ ശക്തി കുറയും. അതിന്റെകൂടെ ശീലത്തിനെതിരായ പ്രവൃത്തി ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നാൽ തഴക്കം നിശ്ശേഷം നിലയ്ക്കും. ഉദാഹരണമായി എപ്പോഴും ഒച്ചയുമോളിയുമായി നടക്കാൻ പഠിച്ച യുവാവിനെ പതുക്കെ സംസാരിക്കാൻ പ്രേരിപ്പിച്ചാൽ കാലക്രമത്തിൽ അയാൾ ശാന്തനായി മാറും. പരിശീലിച്ചുപോയ അനാവശ്യമായ പ്രവൃത്തി ബോധപൂർവം ചെയ്യുകയാണു് അതില്ലാതാക്കാൻ പററിയവഴി എന്ന തത്വം അടുത്തകാലത്തു ഡൺലപ്പ് എന്ന മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ ഉന്നയിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അദ്ദേഹം വിശദീകരിക്കുന്നതിങ്ങനെയാണു്: നഖംകടിക്കുന്ന പ്രകൃതിയുള്ള ഒരാൾ, അറിഞ്ഞുകൊണ്ടുതന്നെ കടിക്കുക. ഇതു ശീലങ്ങൾ എളുപ്പം മാററാൻ ഉപകരിക്കുമെന്നാണു് മി. ഡൺലപ്പിന്റെ വാദം. ഇതു കുറെയൊക്കെ ശരിയാണെങ്കിലും എല്ലാത്തിനും പ്രയോഗിക്കുവാൻ പററുകയില്ല. ഉദാഹരണമായി അസാന്മാർഗ്ഗികവൃത്തി ശീലിച്ച വ്യക്തി അതിൽനിന്നു രക്ഷനേടുവാൻ, അതു ബോധപൂർവ്വം ചെയ്യുക യുക്തമല്ല.

നല്ല ശീലങ്ങൾക്കുവേണ്ടി

ഉപദ്രവകരമായ ശീലം ഒഴിവാക്കുന്നതോടൊപ്പം പ്രധാ

നമാണു നല്ല ശീലങ്ങൾ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നതും. ശാരീരിക ശീലങ്ങളെക്കാൾ മാനസികശീലങ്ങളാണു യൗവനത്തിൽ കൂടുതൽ നട്ടുവളർത്തേണ്ടതു്. അതു താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽവേണംതാനും. പരിശ്രമശീലം, ആത്മനിയന്ത്രണം മുതലായ നല്ല ജീവിതത്തിനാവശ്യകമായ മാനസികഗുണങ്ങൾ നേടുവാൻ യുവാവിനെ സഹായിക്കണം. ഉന്നതാദർശത്തെ മുൻനിറുത്തിയാകണം ഇതിനു പ്രേരിപ്പിക്കുവാൻ. എങ്കിലേ ആഴവും വ്യാപകവുമായ പ്രചോദനം ഇതുമൂലം ലഭിക്കൂ.

യുവാവിൽ ഉൽകൃഷ്ടമായ മാനസികാവസ്ഥ സംജാതമാക്കുക ഏററം പ്രധാനമാണു്. വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവപ്രകടനത്തിൽ മാനസികഭാവത്തിനു വളരെ പ്രാധാന്യമുണ്ടു്. അവൻെറ വിശ്വാസത്തിനും പ്രവൃത്തിക്കും നിർണ്ണയത്തിനുമെല്ലാം അതു നിറംകൊടുക്കും. മനുഷ്യൻെറ ആദർശവും അഭിലാഷവുമെല്ലാം മാനസികാവസ്ഥയുമായി ഗാഢമായി ബന്ധപ്പെട്ടു നില്ക്കുന്നതിനാൽ, പ്രവൃത്തിയുടെ ശക്തമായ പ്രേരകമാണതു്. എത്ര മുമ്പേ ഇതു വേരെടുക്കുന്നുവോ, അത്രയും ആഴമായ പ്രേരണാശക്തിയായിരിക്കും അതു വ്യക്തിത്വത്തിൽ ചെലുത്തുക. ജീവിതത്തിൻെറ ആദ്യഘട്ടത്തിൽ നേടിയ വീക്ഷണവും മുൻവിധിയും പിന്നീടു മാററാൻ കഴിഞ്ഞെന്നുവരില്ല. മൃദുലമായ ബാല്യത്തിൽത്തന്നെ മെച്ചപ്പെട്ട മനോഭാവം കരുപ്പിടിക്കണമെന്നു പറയുന്നതു് ഇക്കാരണത്താലാണു്. യുവാവിൻെറ പ്രത്യേകജീവിതസ്ഥിതിയെ സഹായിക്കുന്നതായിരിക്കണം അയാളിൽ രൂഢമൂലമാകുന്ന മാനസികശീലങ്ങൾ.

സ്വന്തം കഴിവുകൾ വസ്തുനിഷ്ഠമായി ഗ്രഹിക്കുകയും മിതമായ ആത്മവിശ്വാസം പുലർത്തുകയും ചെയ്യേണ്ടതു യുവാവിൻെറ വിജയത്തിനു് അനിവാര്യമാണു്. മററുള്ളവ

രോടു തൃപ്തികരമായ ബന്ധം നിലനിർത്തുക വ്യക്തിയുടെ മനസ്സുഖത്തെ സാരമായി ബാധിക്കും. സ്വന്തമായൊരു ജീവിതപശ്ചാത്തലം സൃഷ്ടിച്ചു മററുള്ളവരുമായി ഇടപെടാതെ ജീവിക്കാൻ ചില യുവാക്കൾക്കുള്ള വാസന നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തണം. മററുള്ളവരുടെമേൽ കുതിരകേറാനും എന്തിനുമെല്ലാത്തിനും എതിർപ്പു പ്രകടിപ്പിക്കുവാനും ചിലരെല്ലാം വാസനകാണിക്കാറുണ്ടല്ലോ. അതൊന്നും വളരുവാൻ കരുക്കൾ നിരത്തരുത്. ന്യായ്യമായ അധികാരത്തെ മാനിക്കുവാൻ പഠിപ്പിക്കുക സമുദായസുസ്ഥിതിക്ക് ആവശ്യകമാണ്. പക്ഷേ, അധികാരികളുടെ മുമ്പിൽ അനാവശ്യമായി കുഞ്ഞുകൊടുക്കുവാനോ അവരുടെ പ്രീതിക്കുവേണ്ടി കൈമണിയടിക്കുവാനോ യുവാക്കൾക്കു പ്രലോഭനം നല്കരുത്. കഴിഞ്ഞുപോയ തെററുകളെ ആവർത്തിക്കാതെ ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളെ കൈകാര്യം ചെയ്യുവാൻ മാർഗ്ഗം നിർദ്ദേശിക്കുക.

ആരോഗ്യകരമായ ശീലങ്ങളുടെ സമ്പാദനം ബോധപൂർവ്വകവും സമർത്ഥവുമായ ശിക്ഷണംകൊണ്ടേ സാധിക്കു. മാതാപിതാക്കന്മാർക്കും അദ്ധ്യാപകന്മാർക്കും ഇക്കാര്യത്തിൽ പ്രത്യേകം കർത്തവ്യമുണ്ട്. ജീവിതത്തോടുള്ള വ്യക്തിയുടെ സമീപനവും വീക്ഷണവും ഏറിയകൂറും കുടുംബാന്തരീക്ഷത്തെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. അതു പൂർണ്ണമാക്കുകയാണു വിദ്യാലയത്തിന്റെ ഉന്നം.

മനഃപൂർവ്വമായ പ്രവൃത്തിയാണു ശീലത്തിനു വിത്തുപാകുന്നതു്. അതു സ്വന്തമായോ ബാഹ്യപ്രേരണമൂലമോ ചെയ്യുന്നു വരാം. തഴക്കമായിത്തീരുന്നതിനു നിരന്തരമായ ആവർത്തനം ആവശ്യമാണ്. ശീലം രൂപീകരിക്കുന്നതിൽ എപ്പോഴും ക്രമാനുസൃതമായ പുരോഗതി പ്രതീക്ഷിക്കരുത്. ആരംഭത്തിൽ പെട്ടെന്നു മുന്നോട്ടുപോകും. പുതിയൊരു കാര്യം ചെയ്യുവാൻ എപ്പോഴും പ്രത്യേകരസം കാണുമെന്നതാ

ണു് ഇതിനു കാരണം. കുറെ ചെല്ലുമ്പോൾ പുരോഗതി നിലയ്ക്കും. അപ്പോൾ പ്രയത്നവും പ്രബോധനവും കൂടുതൽ വേണം. പ്രവൃത്തി ഉപേക്ഷിക്കുവാനുള്ള പ്രലോഭനം വിജയിക്കുകയും വേണം. പ്രയത്നത്തിനൊത്ത പ്രതിഫലം ലഭിച്ചില്ലെന്നു വരാം. പക്ഷേ, ശീലം സമ്പാദിക്കുവാൻ ചെലവഴിച്ച സമയം ഒരിക്കലും പാഴല്ല. പ്രവൃത്തികൾക്കു തമ്മിലുള്ള അകലം എത്ര കുറയുന്നുവോ അത്രയും വേഗത്തിൽ ശീലം വേരുറയ്ക്കും. ഒരു പ്രവൃത്തിയുടെ പ്രതിഫലനം നഷ്ടപ്പെടുന്നതിനു മുമ്പേതന്നെ മറെറാരു പ്രതിഫലനം സിരാവ്യവസ്ഥയിൽ സൃഷ്ടിക്കണം. സിരാപാതയിൽ ശീഘ്രപ്രതികരണത്തിനു ചാൽ വീണുകഴിഞ്ഞാൽ ശീലം നേടിയെന്നു പറയാം.

ചില കാര്യങ്ങൾ ഇവിടെ ഓർമ്മിക്കണം

1) ശീലം ആരംഭിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ ശരിയായ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ യുവാവിനെ തിരിച്ചുവിടണം. ആദ്യംചെയ്ത രീതിയിലായിരിക്കണം രണ്ടാമത്തും മൂന്നാമത്തും ചെയ്യേണ്ടതു്. ഒന്നിനൊന്നു വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരുന്നാൽ പരിശ്രമം ശിഥിലമാകും. വാക്കുകളുടെ ഉച്ചാരണം പഠിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥി ഉച്ചാരണം മാറിമാറി ഉരുവിട്ടാൽ ഒന്നും മനസ്സിൽ ഉറയ്ക്കുകയില്ലെന്നു വ്യക്തമാണല്ലോ.

2) ശീലരൂപീകരണവേളയിൽ അപവാദമൊന്നും അനുവദിക്കരുതു്. ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രവൃത്തിക്കെതിരായി വർത്തിച്ചാൽ ഒരിക്കലും ഉറച്ച ശീലം രൂപംകൊള്ളുകയില്ല. ദിവസവും രാവിലെ അഞ്ചുമണിക്കു് എഴുന്നേററു ശീലിക്കണമെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുന്നയാൾ, രണ്ടുദിവസം അഞ്ചുമണിക്കു് എഴുന്നേററു മൂന്നാംദിവസം ഏഴുമണിവരെ സുഖമായി കിടന്നുറങ്ങുകയാണെങ്കിൽ അതുകൊണ്ടു പ്രയോജനമി-

ല്ലല്ലോ. ഉറച്ചശീലം നേടിക്കഴിഞ്ഞാൽ അപവാദങ്ങൾ കുറെയൊക്കെ അനുവദിക്കാം.

3) ശീലത്തിൻെറ ഉൽകൃഷ്ടതയും ആവശ്യവും വ്യക്തിയിൽ ദൃഢമൂലമാക്കിവേണം ശീലരൂപീകരണത്തിനു് അയാളെ പ്രേരിപ്പിക്കുവാൻ. വ്യക്തിയുടെ നിലപാടു താല്പര്യപൂർവ്വകമാക്കണം. കാര്യങ്ങളെല്ലാം സമയത്തിനു ചെയ്യുന്നതു ജീവിതവിജയത്തിനു് അനിവാര്യമാണെന്ന ബോധം കൃത്യനിഷ്ഠ പരിശീലിക്കുന്ന വ്യക്തിക്കുണ്ടായിരിക്കണം. ഭയപ്പെടുത്തി ശീലരൂപീകരണത്തിനു പ്രചോദിപ്പിക്കുന്നതു ഗർഹണീയമല്ലെന്നു വ്യക്തമാണല്ലോ.

4) പ്രവർത്തിക്കുവാനുള്ള യാതൊരവസരവും കൈവിട്ടുകളയരുതു്. പ്രവർത്തിക്കണമെന്നു് ആഗ്രഹിക്കുന്നതുകൊണ്ടല്ല പ്രത്യുത പ്രവർത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണു ശീലം രൂപപ്പെടുന്നതു്. "എത്ര നല്ല ആദർശവും അഭിലാഷവുമുണ്ടായിരുന്നാലും ലഭിക്കുന്ന ഓരോ അവസരവും പ്രയോജനപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ വ്യക്തിയുടെ സ്വഭാവം ഒരിഞ്ചുമെച്ചപ്പെടുത്തുവാൻ അവ പര്യാപ്തമല്ല" (വില്യം ജെയിംസ്).

വിദ്യാലയത്തിൽ

ഉൽകൃഷ്ടമാനസികഭാവങ്ങൾ വ്യക്തിയിൽ വളർത്തുവാൻ വിദ്യാഭ്യാസത്തിനു കഴിവുണ്ടാകണം. പുസ്തകജ്ഞാനത്തെക്കാൾ കൂടുതൽ പരിഗണിക്കപ്പെടേണ്ടതാണതു്. അല്പമൊന്നു ചിന്തിച്ചാൽ ഇതു വ്യക്തമാകും. വിജ്ഞാനത്തിൻെറ വിവിധങ്ങളായ ഉറവുകളിൽ വളരെ കുറച്ചുമാത്രം ഉൾക്കൊള്ളുവാനേ നമ്മുടെ വിദ്യാർത്ഥികൾക്കു കഴിയൂ. പഠിക്കുന്ന അറിവിൽ ചുരുങ്ങിയ അംശംപോലും ഓർമ്മയിൽ

നിത്താൻ കഴിയുകയുമില്ല. ഓർമ്മിക്കുന്നവതന്നെ ജീവിതത്തിൽ ഉപകരിക്കുന്നുമില്ല. പ്രത്യുത വിദ്യാലയജീവിതത്തിൽ നേടിയ ചിന്താശീലവും ജീവിതതാല്പര്യങ്ങളും മാനസികശീലങ്ങളും പ്രായോഗികജീവിതത്തിൽ ആഴവും വ്യാപകവുമായ പ്രതിഫലനം സൃഷ്ടിക്കും. വിദ്യാലയത്തിൽ പഠിക്കുവാൻ മിടുക്കന്മാരായിരുന്ന പലരും ഭാവിജീവിതത്തിൽ പരാജയപ്പെടുന്നതു നാം കാണാറുണ്ട്. കാരണമെന്താണ്? വ്യക്തിത്വത്തിനാവശ്യകമായ മററു ഘടകങ്ങളെ അവഗണിച്ചു പഠനത്തിനു പരമപ്രാധാന്യം നല്കി എന്നതുതന്നെ. പുസ്തകത്തിൽ കാണുന്നതു് അതുപടി ഉരുവിട്ടു പരീക്ഷക്കടലാസിൽ പകത്തിവയ്ക്കുന്നുവെന്നല്ലാതെ, ജീവിതത്തിനു വേണ്ട ഉൽകൃഷ്ടഭാവങ്ങളൊന്നും അവരുടെ മനസ്സിൽ ഊറിക്കൂടുന്നില്ല. അതുകൊണ്ടാണു പ്രസിദ്ധ വിദ്യാഭ്യാസവിചക്ഷണനായ ആൽഫ്റഡ് വൈററ്ഹെഡ് പറഞ്ഞതു് "വെറും അറിവുമാത്രം സമ്പാദിച്ച വ്യക്തി ദൈവത്തിൻെറ ഭൂമിയിലേ ഏററം ഉപയോഗശൂന്യനായ ബോറനാണ്" എന്ന്. വെറും അറിവിൻെറ നുറുങ്ങുകൾക്കു വിദ്യാഭ്യാസവുമായി ബന്ധമൊന്നുമില്ല. സമ്പാദിക്കുന്ന അറിവെല്ലാം ആവുന്നത്ര ഇണക്കിച്ചേർക്കുക, അവ സ്വന്തമാക്കുക, ജീവിതത്തിനവ എത്രമാത്രം ഉപകരിക്കുമെന്ന് അറിയുക ഈ മൂന്നു ലക്ഷ്യങ്ങൾ മുന്നിൽവച്ചുകൊണ്ടാകണം വിദ്യാഭ്യാസപദ്ധതി കരുപ്പിടിക്കുവാൻ. ഭാവിജീവിതത്തിനു വ്യക്തികളെ കഴിവുററവരാക്കുവാൻ ഇത്തരം പദ്ധതിക്കേ കഴിയൂ. വിദ്യാലയത്തിൻെറ പടിവാതിൽ കടക്കുന്നതോടുകൂടെ പുസ്തകം വലിച്ചെറിയാതെ, സ്വയം പഠിക്കുവാനും പരിശീലിപ്പിക്കുവാനും വ്യക്തി പ്രാപ്തനാകണം.

ചെറുപ്പത്തിൽ ആരോഗ്യകരമായ തഴക്കങ്ങൾ ലഭിക്കാത്തതിനാൽ താറുമാറാകുന്ന ജീവിതങ്ങൾ അനവധിയാണ്.

യുവതപത്തിലേ കടിഞ്ഞാണില്ലാത്ത ലൈംഗികജീവിതം മാനസികവും ശാരീരികവുമായ അനേകം തകർച്ചകഠംക്ക മനുഷ്യനെ വിധേയനാക്കുന്നു. ആഴമായും നിരന്തരമായും പഠിക്കുവാനും ചിന്തിക്കുവാനും ശ്രമിക്കാത്ത വ്യക്തി ഉപരിപ്ലവമായ ആദർശങ്ങളും ആശയങ്ങളും അതുപടി വിഴുങ്ങുന്നു. ഇന്ദ്രിയങ്ങഠംക്ക കിട്ടുന്ന ഇരയെ പിന്തുടരുവാൻ പരിശീലിച്ചവർക്ക ബുദ്ധിപരമായതിനെ സ്വീകരിക്കാൻ കഴിയാത്തതിനാൽ സമൂഹത്തിൻെറ സാംസ്കാരികനിലവാരം പാടെ ഇടിയുന്നു. തലമുറയ്ക്കു വ്യക്തവും ഉൽകൃഷ്ടവുമായ ശീലങ്ങഠം നേടിക്കൊടുക്കാൻ കഴിയാത്തതിനാൽ സമുദായത്തിനും വ്യക്തികഠംക്കും ഉളവാകുന്ന കെടുതികഠം ഉള്ളിൽ കണ്ടുകൊണ്ടു് അതിനുവേണ്ടി പരിശ്രമിക്കേണ്ടതു യുവജനശിക്ഷകരുടെ കടമയാണു്.

ജീവിതാദർശം

മനുഷ്യജീവിതം വിജയത്തിലെത്തുവാൻ ലക്ഷ്യവും മാർഗ്ഗവും ആവശ്യകമാണു്. എങ്ങനെ മുന്നോട്ടുപോകണം എന്നുമാത്രം അറിഞ്ഞിരുന്നാൽ പോരാ. എത്തിച്ചേരേണ്ട ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചു ബോധമില്ലെങ്കിൽ, നടുക്കടലിൽ കരകാണാതെ വലയുന്ന കപ്പലിനു തുല്യമായിരിക്കും ജീവിതം. ഉന്നം വ്യക്തമായി കണ്ടുകൊണ്ടാണെങ്കിൽ ഉന്മേഷവും ഊർജ്ജസ്വലതയുമുണ്ടാകും ജീവിതത്തിനു്. മനുഷ്യവംശത്തിൻെറ മഹാതേജസ്സുകളായിരുന്ന മഹാത്മാക്കൾ ഇതാണു തെളിയിക്കുന്നതു്. ഒരുദാഹരണംമാത്രം. മഹാനായ ലിങ്കൺ. ജീവിതത്തിൽ അദ്ദേഹത്തിനൊരാദർശമുണ്ടായിരുന്നു: മർദ്ദിതരും ചൂഷിതരുമായ ജനലക്ഷങ്ങളുടെ മോചനം. മഹത്തായ ആ ഉന്നം എന്തൊരു ചൂടാണദ്ദേഹത്തിനു പ്രദാനം ചെയ്തതു്. പരാജയത്തിൻെറ മുമ്പിൽ ഹൃദയം തളർന്നില്ല, മനസ്സു നിവ്വീര്യമായില്ല. മല്ലടിച്ചു മല്ലടിച്ചു മുന്നേറി. ഒടുവിൽ അതേ ലക്ഷ്യത്തിനുവേണ്ടി ജീവനും അർപ്പിച്ചു. വിശുദ്ധരുടെ ജീവിതങ്ങളിലാണു ലക്ഷ്യബോധത്തിൻെറ പ്രതിഫലനം തെളിഞ്ഞുകാണുന്നതു്. ക്രിസ്തുവാണവരുടെ ആദർശം. അവിടുത്തെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുക; അതുമാത്രമാണു് അവരെ ജീവിപ്പിക്കുന്നതു്. ഹൃദയത്തിൻെറ ഓരോ സ്പന്ദനവും ശരീരത്തിൻെറ ഓരോ ചലനവും അതിനുവേണ്ടി അവർ കാഴ്ചവയ്ക്കുന്നു. ലോകത്തിൽ കാമ്യമായതെന്തും സ്വന്തം ജീവൻതന്നെ ദിവ്യഗുരുവിനുവേണ്ടി സമർപ്പിച്ച രക്തസാക്ഷികളും ജീവിതംമുഴുവൻ സ്നേഹബലിയായർപ്പിച്ച പാവനചരിതരും ഇതാണു വിളിച്ചുപറയുന്നതു്.

മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ ആദർശങ്ങൾ ലയിച്ചുചേരുന്ന കാലഘട്ടമാണു യൗവനം. തിളച്ചുയരുന്ന അഭിലാഷങ്ങളും അഭിനിവേശങ്ങളും ഏതെങ്കിലും ലക്ഷ്യത്തിൽ ഉറപ്പിച്ചേ അവർ മുന്നോട്ടു നീങ്ങൂ. അതിനാൽ ഏററം ഉൽകൃഷ്ടമായ ആദർശം തിരഞ്ഞെടുക്കാൻ അവരെ സഹായിക്കുക അവശ്യാവശ്യകമാണു്. മററുള്ളവർ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം ചെയ്തില്ലെങ്കിൽ തെററായാൽപ്പോലും ആകർഷകമായതിനെ അവർ സ്വീകരിക്കും. സമുന്നതവും സമാകർഷകവുമായ ജീവിതാദർശം യുവജനങ്ങൾക്കു ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊടുക്കുവാനും അതിനൊത്തു ജീവിക്കുവാൻ ഉൾക്കരുത്തു നേടിക്കൊടുക്കുവാനും യുവജനപരിശീലകർക്കു കടമയുണ്ടു്.

ആധുനികയുഗത്തിലേ തെററായ ആശയങ്ങൾക്കു യുവാക്കൾ വിധേയരാകുന്ന വിലപനീയമായ വസ്തുത മറന്നുകളയരുതു്. ലക്ഷ്യത്തിലെത്തിച്ചേരാൻ ഏതു മാർഗ്ഗവും സ്വീകരിക്കാമെന്നു ജല്പിക്കുന്ന കമ്മ്യൂണിസം, ഉപഭോക്താവിനു നല്കുന്ന സന്തോഷവും ഉപയോഗവും കണക്കിലെടുത്തു വസ്തുവിൻെറ മൂല്യം നിർണ്ണയിക്കുന്ന ഭൗതികവാദം, ജീവിതത്തോടു തികച്ചും അരസികരായിരിക്കണമെന്നു വാദിക്കുന്ന നിഷ്പക്ഷതാവാദം മുതലായ ചിന്താഗതികൾ യുവമസ്തിഷ്കത്തിൽ വളരെയേറെ ചിന്താക്കുഴപ്പം സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുണ്ടു്. നൂററാണ്ടുകളായി നിലനിന്ന സനാതനമൂല്യങ്ങളെ അവഗണിക്കുവാനും അമിതാഹ്ളാദത്തിൻെറ മുമ്പിൽ സന്മാർഗ്ഗബോധം അടിയറവയ്ക്കുവാനും മതാധികാരികളെ എതിർക്കുവാനും പോരുന്ന പ്രവണതകളാണു് യുവഹൃദയങ്ങളിൽ വേരുറയ്ക്കുന്നതു്. ആദ്യമെല്ലാം ആകർഷകമായി തോന്നുന്ന ഇത്തരം ആദർശങ്ങൾ കാലം ചെല്ലുമ്പോൾ അസ്വസ്ഥതയും അസമാധാനവുംമാത്രം അവരിൽ അവശേഷിപ്പിക്കും. ആശിക്കാൻ ഒന്നും ഇല്ലാതെ ജീവിതം തികഞ്ഞ ശൂന്യതയായിത്തീരുന്നു. ഒന്നുകിൽ തെററായ ആദർശത്തെത്തന്നെ അ

ന്ധമായി പിന്തുടരുന്നു, അല്ലെങ്കിൽ അസംതൃപ്തരായി ജീവിതം തള്ളിനീക്കുന്നു. പാശ്ചാത്യനാട്ടുകളിൽ അനേകം യുവജനങ്ങൾ കമ്മ്യൂണിസത്തിൽനിന്നു പിൻവാങ്ങുന്ന വസ്തുത, ഇതാണു തെളിയിക്കുന്നതു്. യുവതലമുറയുടെ ദയനീയമായ നിലപാട് അവരുടെ അഭ്യുദയം ആഗ്രഹിക്കുന്നവരെ ചിന്തിപ്പിക്കേണ്ടതാണ്. ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളെ ശരിയായി കാണുവാനും അവയോട് ആരോഗ്യകരമായ നിലപാടു സ്വീകരിക്കുവാനും യുവാവു ശക്തനാകണം. മഹത്തായൊരു ജീവിതാദർശത്തിൻെറ തണലിലേ ഇതു ചെയ്യുവാൻ കഴിയൂ.

ആദർശം എന്താണു്?

മനസ്സിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നതാണ് ആദർശം (Ideal). മനുഷ്യനു നന്മയായി തോന്നുകയും അതോടൊപ്പം പിന്തുടരുവാൻ ആഗ്രഹം ജനിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒന്നാണ് ആദർശം. ഷ്വണസ്റ്റ് ഹാൾ നിർവ്വചിക്കുന്നതിങ്ങനെയാണ്: "മനസ്സിൽ ഗാഢമായി പതിഞ്ഞതും പ്രവൃത്തിയുടെ മാനദണ്ഡമായി സ്വീകരിച്ചതും നിരന്തരം പിന്തുടരുന്നതുമായ ആശയമാണ് ആദർശം." ആദർശം ഭൂതത്തിൽ ജനിക്കുന്നു. ഭാവിയിൽ ജീവിക്കുന്നു. കഴിഞ്ഞകാലത്തെ ജീവിതാനുഭവങ്ങളിൽനിന്നാണ് ആദർശം ഉറവെടുക്കുക. ആദർശങ്ങളുടെ അവ്യക്തരേഖകൾ ബാല്യത്തിൽത്തന്നെ ഉണ്ടാകും. അതു തെളിഞ്ഞുതെളിഞ്ഞു വരുന്നതു യുവത്വത്തിലാണ്. ആദർശത്തിൻെറ മൂല്യത്തെ ബോധപൂർവ്വം മനസ്സിലാക്കുവാൻ യുവാവിനേ കഴിയൂ. ആദർശത്തെ രൂപീകരിക്കാൻ സ്വാഭാവിക പ്രേരണയുണ്ടവക്ക്; അതു നിലനിർത്തുവാൻ ശേഷിയും.

പ്രായോഗികവും മെച്ചപ്പെട്ടതുമായ ആദർശം യുവാവു സ്വീകരിച്ചുകൊള്ളുമെന്നു കരുതി മുതിർന്നവർ കൈകെട്ടിയിരിക്കാൻ വയ്യ. ആദർശം കരുപ്പിടിക്കുവാനും അതു ജീവി

ത്തിൽ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുവാനും അവരെ സഹായിച്ചേ തീരൂ. ഉന്നതമായ അഭിലാഷം യുവാവിൽ ഉല്പാദിപ്പിക്കണം. നിരന്തരപ്രയത്നത്തിനു് കൈത്തുണ നല്കണം. എത്തിച്ചേരണമെന്നു് ആശയുള്ളതിൽ അല്പം മേലെ നില്ക്കണം ആദർശം. താഴോട്ടു ഒഴുകുവാനുള്ള മനുഷ്യപ്രകൃതിയുടെ അധമപ്രവണത കണക്കിലെടുക്കണമല്ലോ. ആദർശം ഒരിക്കലും എത്തിപ്പിടിക്കാൻ കഴിയാത്തതായിരിക്കരുതു്. കാരണം അതു യുവാവിനെ നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തും.

ആദർശമെല്ലാം മനസ്സിൽക്കാണാൻ എളുപ്പമാണു്. പ്രായോഗികജീവിതത്തിൽ വരുമ്പോഴാണു് വിഷമമറിയുക. യൗവനത്തിൻെറ അനിശ്ചിതാവസ്ഥ സ്വഭാവത്തിലെത്തുന്നതുപോലെ ആശയാഭിലാഷങ്ങളിലും തെളിഞ്ഞു കാണാം. ഉന്നതാദർശമെല്ലാമുണ്ടു മനസ്സിൽ. പക്ഷേ, വികാരങ്ങളും നൈസർഗ്ഗികാനുഭൂതികളും ആദർശത്തോടൊപ്പം ജീവിക്കുവാൻ അനുവദിക്കുന്നില്ല. ആഹ്ളാദത്തിനുള്ള ആഗ്രഹവും നിമിഷംപ്രതി മാറുന്ന ശീലവും ആദർശവുമെല്ലാം കളഞ്ഞു കുളിക്കുവാൻ പ്രേരണ നല്കുന്നു. ആശിക്കുന്നതിനൊത്തു ജീവിക്കാൻ കഴിയാതെവരുമ്പോൾ നിരാശയും പരാജയബോധവും വേരൂന്നുന്നു. തന്മൂലം തങ്ങൾ പ്രത്യേകമൊരാദർശത്തിനും ആവേശത്തിനും വശംവദരല്ല എന്ന ഭാവത്തിൽ യുവാക്കൾ വർത്തിക്കും. യുവാക്കളിൽ ആത്മവിശ്വാസം വളർത്തുവാൻ ഇക്കാലത്തു ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം. അന്തിമവിജയത്തെക്കുറിച്ചു് അവരെ ബോധപ്പെടുത്തണം. മഹൽജീവിതങ്ങളുടെ പരാജയങ്ങളും പരാഭവങ്ങളും ചൂണ്ടിക്കാട്ടി; ജീവിതത്തിൽ തോൽവി അനിവാര്യമാണെന്നും അതു വിജയത്തിൻെറ പടിക്കല്ലാണെന്നും ബോധപ്പെടുത്തണം. തുടർച്ചയായി പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം. എപ്പോഴാണു യുവമനസ്സു തളർന്നൊടിയുന്നതെന്നു മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയുകയില്ല.

മനുഷ്യവളർച്ചയുടെ വിവിധഘട്ടങ്ങളിൽ ആശയാഭിലാഷങ്ങൾ വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കും. താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ ആദർശം ഏററം അടുത്തതും വ്യക്തവുമായിരിക്കണം. തരുണനിൽ കുട്ടിത്തം മാറിവരുന്നതേയുള്ളു. അതുമൂലം അവ്യക്തവും അമൂർത്തവുമായതു തീരെ കുറച്ചേ അവരെ ആകർഷിക്കു. വളർന്നുകഴിഞ്ഞ വ്യക്തികൾപോലും ഇതിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തരല്ലെന്നോർക്കണം. ഇന്ദ്രിയഗോചരമായ വസ്തുക്കളെയാണല്ലോ പെട്ടെന്നു് എത്തിപ്പിടിക്കുവാൻ സ്വാഭാവികമായ ആവേശം. ഇന്നു മടിയനായിരുന്നാൽ ഭാവിജീവിതത്തിൽ ഒന്നും നേടാനൊക്കുകയില്ലെന്നു തരുണരോടൊന്നു പറഞ്ഞുനോക്കു. അവർക്കതു മനസ്സിലായെന്നുവരില്ല. "നല്ലോണം പഠിച്ചോളു ട്ടോ ഒരു സിൽക്കുഷർട്ടു തയ്പിച്ചുതരാം" എന്നു പറഞ്ഞാൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധയോടെ പഠിച്ചെന്നു വരും. മനസ്സിനു വളർച്ചയെത്തിക്കഴിയുമ്പോഴേ സനാതന തത്വങ്ങളും ശാശ്വതമൂല്യങ്ങളും പൂജ്യമായി ഉൾക്കൊള്ളുവാൻ അവർക്കു കഴിവുണ്ടാകൂ.

സവിശേഷതകൾ

താരുണ്യാദർശത്തിനു ചില സവിശേഷതകളുണ്ടായിരിക്കണം. വിശാലമായ അടിസ്ഥാനത്തിലായിരിക്കണം അതു പണിതുയർത്തേണ്ടതു്. ഭാവിജീവിതത്തിലുണ്ടാകാവുന്ന വികസ്വരമായ പരിതോവസ്ഥകളെ ഉള്ളിൽകണ്ടുകൊണ്ടുവേണം ആദർശബോധം നല്കുവാൻ. വീട്ടിലും വിദ്യാലയത്തിലുംമാത്രം കെട്ടിനില്ക്കുകയില്ലല്ലോ ജീവിതം. വിശാലമായ ലോകത്തിൽ ജീവിക്കുവാനാരംഭിക്കുമ്പോൾ, നേടിയ ആദർശം അപര്യാപ്തമാകരുതു്. ഉദാഹരണം പറയാം. സത്യസന്ധത എന്നാൽ നുണ പറയാതിരിക്കുക എന്ന ബോധമാണു യുവാവിനുള്ളതെങ്കിൽ ഭാവിജീവിതത്തിൽ അതു തി

കളും അപര്യാപ്തമാകും. വളച്ചുകെട്ടുകൂടാതെ ചിന്തിക്കുവാനും നേരെ ചൊവ്വെ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുവാനുംകൂടി അവരെ പഠിപ്പിക്കണം. മണിയടിച്ചാൽ ഉടനെ ക്ലാസ്സിൽ ഹാജരാകണമെന്ന ചിട്ട നല്ലതാണു്. എന്നാൽ അതുമാത്രം പോരാ. മററുള്ളവരുടെ കണ്ണിൽപ്പെടാതിരിക്കുമ്പോഴും എല്ലാക്കാര്യവും നിഷ്ഠയോടെ ചെയ്യുവാൻ തൻേറടമുണ്ടായെങ്കിലേ അതു ജീവിതത്തിനുപകരിക്കൂ.

ഏതു പ്രലോഭനത്തിനു മുമ്പിലും മുട്ടുമടക്കാതിരിക്കാൻ പ്രചോദനമരുളണം ആദർശം. ആദർശത്തിൻെറ യഥാൎത്ഥമൂല്യത്തെക്കുറിച്ചു യുവാവിനുതന്നെ ആത്മാൎത്ഥമായ അവബോധമുണ്ടാകണം. ഇടവിടാതെയുള്ള പരിശ്രമംകൊണ്ടു് അതു സ്വാഭാവികമായിത്തീരുകയും വേണം.

ചരിത്രത്തിലേയും സാഹിത്യത്തിലേയും ആദർശപാത്രങ്ങൾ വീരാരാധകനായ യുവാവിനെ ആകർഷിക്കുന്നു. യുവജീവിതത്തിനു തക്ക കഥാപാത്രങ്ങളെ അവതരിപ്പിക്കുവാൻ നമുക്കു കഴിയണം. ചരിത്രപരമായ ആഖ്യായികകളും സന്മാൎഗ്ഗോപദേശകങ്ങളായ കഥകളും വായിക്കാൻകൊടുക്കുക. ജീവചരിത്രമാണെങ്കിൽ അതു് ആകർഷകവും യാഥാൎത്ഥ്യസ്പർശിയുമായിരിക്കണം. അസംഭവ്യമായ ജീവിതകഥകൾ യുവാക്കളെ ആകർഷിക്കുകയില്ല. ഓരോരുത്തനും പ്രത്യേകമായ പ്രവണതകളും ജീവിതലക്ഷ്യവുമുണ്ടാകും. അതു വ്യക്തമായി മനസ്സിലാക്കി അതിനുതക്ക മനുഷ്യജീവിതകഥനങ്ങളാണു നല്കേണ്ടതു്. പഠിക്കാനും ചിന്തിക്കാനും ആഗ്രഹിക്കുന്ന യുവാവിനു ലോകജേതാവായ നെപ്പോളിയൻ ഒരിക്കലും പിന്തുടരാവുന്ന മാതൃകയായി തോന്നുകയില്ല. നെപ്പോളിയൻെറ ആത്മധൈര്യത്തെ അയാൾ പ്രശംസിച്ചേക്കാമെങ്കിലും അനുകരിക്കാൻ ഒരിക്കലും ആഗ്രഹിക്കുകയില്ല. പ്രവൎത്തനോന്മുഖമായ ജീവിതവീക്ഷണമുള്ളവരെ ജീവിതംമുഴ

വൻ വനത്തിൽ തപസ്സുചെയ്ത വി. അന്തോനിയുടെ കഥ ആകർഷിക്കുകയില്ല. മഹിതാദർശങ്ങളെ മനസ്സിൽക്കണ്ടു ചരിത്രത്തിൽ രജതരേഖ വിരചിച്ച വീരമഹിളകളുടെ മാതൃകയാണു പെൺകുട്ടികൾക്കു് അനുകരണീയം.

നോവലിലും കഥകളിലുമുള്ള ചീത്തകഥാപാത്രങ്ങളെ അനുകരിക്കുവാൻ നമ്മുടെ കാലത്തെ യുവാക്കൾക്കൊരു വാസനയുണ്ടു്. അത്തരം പുസ്തകങ്ങൾ അവർ വായിക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക. വായിച്ചാൽത്തന്നെ, കഥാപാത്രങ്ങളുടെ അപകൃഷ്ടത അവരെ ഗ്രഹിപ്പിക്കണം. തങ്ങൾ ബഹുമാനിക്കുകയും അഭിനന്ദിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന വ്യക്തികളുടെ സ്വഭാവവും പ്രവൃത്തികളും അനുകരിക്കാൻ അവർ ശ്രമിക്കും. തന്മൂലം അധ്യാപകരും യുവാക്കളോടു് ഇടപഴകുന്ന എല്ലാവരും നല്ലമാതൃക നല്കുവാൻ കടപ്പെട്ടവരാണു്. ലോകം മഹാത്മാരായി ഗണിക്കുന്നവരിൽ, പരക്കെ അറിയപ്പെടാത്ത കുററങ്ങളും തെററുകളും ചികഞ്ഞു പുറത്തെടുത്തു കാണിക്കുന്നതു് ഇന്നു ചിലരുടെ വിനോദമാണു്. ഇതു യുവതലമുറയോടു ചെയ്യുന്ന കുട്ടംകൈയാണു്. കാരണം അതു മൂലം നേതാക്കന്മാരോടു യുവാക്കന്മാക്കു് അഗാധമായ വെറുപ്പുളവാകുകയും തങ്ങളിൽത്തന്നെ പരാജയബോധം വളരുകയും ചെയ്യും.

മഹാമാതൃക

താൻ അനുകരിച്ചാരാധിച്ചിരുന്ന ആദർശപുരുഷനിൽ വിചാരിച്ച നന്മകളൊന്നുമില്ലെന്നു പിന്നീട് അറിയുന്നതു യുവാവിനു നിരാശാജനകമാണു്. അതുകൊണ്ടാണു മനുഷ്യത്വത്തിൻെറ പരിപൂർണ്ണമാതൃകയായ ക്രിസ്തുനാഥനെ യുവാക്കളുടെ മാതൃകയായി സഭ എടുത്തുകാണിക്കുന്നതു്. ഭാഗ്യസ്മരണാർഹനായ പന്ത്രണ്ടാംപീയൂസ് തിരുമേനി പറയുന്നു:

"അനശ്വരവും മഹത്തമവുമായ ക്രിസ്തുവിൻെറ ജീവിതത്തിൽനിന്നാണു യുവാക്കൾ ശക്തിയും ഉശിരും ആർജ്ജിക്കേണ്ടതു്. പരാജയഭീതിയില്ലാതെ അവിടുത്തെമാത്രമേ യുവാക്കൾക്കു് അനുകരിക്കാനാവൂ." പ്രസരിപ്പും പ്രസന്നതയും വിടർന്നു വിലസുന്ന യുവക്രിസ്തുവിനെയായിരിക്കും അവരിഷ്ടപ്പെടുക. രോമാഞ്ചമുളവാക്കുന്ന ദിവ്യനാഥൻെറ ജീവതത്തിലെ നൂറു നൂറു സംഭവങ്ങൾ അവിടുത്തെ ജീവിതമാതൃകയായി സ്വീകരിക്കുവാൻ അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കും. സ്നേഹത്തിൻെറ പൊൻപ്രതീകമായ ക്രിസ്തുവിനെ വെറുമൊരു ചരിത്രപുരുഷനായിമാത്രം ചിത്രിക്കരുതു്. രക്തവും മാംസവുമുള്ള ക്രിസ്തുവിനെ അവർ അറിയണം. മാത്രമല്ല ദിവ്യകാരുണ്യത്തിലൂടെ ഈശോ മനുഷ്യൻെറ ദുഃഖത്തിലും ആഹ്ളാദത്തിലും പങ്കുകൊണ്ടു നിരന്തരം വസിക്കുന്ന വസ്തുത യുവാവിനു് ആശ്വാസമരുളും. തങ്ങളുടെ ഹൃദയരഹസ്യങ്ങളെ അവിടുത്തോടു കൈമാറുവാനും അവിടുന്നു കാണിച്ചുതരുന്ന വെളിച്ചത്തിലൂടെ മുന്നേറുവാനും യുവജനങ്ങൾക്കു മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം നല്കണം.

പരോപകാരതൃഷ്ണ (Altriusm) ആയിരിക്കണം അടിസ്ഥാനപരമായ ആദർശം. സമുദായത്തിൻെറ നന്മയ്ക്കുവേണ്ടി സ്വന്തം താല്പര്യങ്ങൾ ബലികഴിക്കാൻ യുവാക്കളെ പഠിപ്പിക്കണം. മനുഷ്യപ്രകൃതിക്കു സ്വാഭാവികമായ സ്വാർത്ഥത്തെ ത്യജിച്ചു പരസ്നേഹം വ്യക്തിയിൽ വളർത്തുവാൻ നിഷ്കർഷമായ പരിശീലനം ആവശ്യമുണ്ടെന്ന കാര്യം മറക്കരുതു്.

ജീവിതാദർശസ്വീകരണത്തിൽ അനാശാസ്യമായ യാതൊരുശക്തിയും യുവാവിൽ ചെലുത്തരുതു്. അയാളുടെ പരാജയം ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊണ്ടു വിജയിച്ച മറെറാരു ജീവിതം അനുകരിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടാൽ യുവാവിനതു അഹി

തകരമായിരിക്കും. തുടർച്ചയായ അഭിപ്രായപ്രകടനംമൂലം ശല്യപ്പെടുത്തരുത്. അവർക്കുതന്നെ ഇഷ്ടപ്പെട്ട ജീവിതാദർശത്തെപ്പററി തുറന്ന ചർച്ച അനുവദിക്കുക. തെററു തിരുത്തുവാനും കൂടുതൽ അറിവു നല്കുവാനും അതു സഹായിക്കും. ശിക്ഷണാധികാരം ഉപയോഗിച്ചോ സമൂഹത്തിൻെറ പൊതു അഭിപ്രായം സ്വീകരിക്കുവാൻ നിർബന്ധിച്ചോ ആദർശങ്ങൾ കരുപ്പിടിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നതു് ആരോഗ്യപ്രദമല്ല.

നിസ്വാത്ഥസേവനവും മഹത്തായ ത്യാഗവും സ്വപ്നം കാണുന്ന യുവാക്കൾ ജീവിതാദർശത്തെ കണ്ണുംപൂട്ടി പിന്തുടരുന്നു. സ്വന്തം ജീവിതത്തിലേ സുഖസൗകര്യങ്ങൾ അവർ കണക്കാക്കാറില്ല. മാർഗ്ഗതടസ്സങ്ങൾ നിസ്സാരമാണവർക്കു്. മല്ലടിക്കാനും മറികടക്കാനുമുള്ള സ്വാഭാവികവാസന അവക്കതിനു പ്രചോദനം നല്കുന്നു. പക്ഷേ, ഒന്നുണ്ടു്: ആരെങ്കിലും അവരുടെ സേവനം ആവശ്യപ്പെടണം. മാത്രമല്ല, ഓരോ നിമിഷവും പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയും വേണം. ജീവിതത്തിനു വ്യക്തമായൊരു മാർഗ്ഗബോധമില്ലാതെ അലഞ്ഞുതിരിയുന്ന അനേകം തരുണരുണ്ടു്. സമുദായത്തിൽ അവർ കണ്ടതിലെല്ലാം ഇടപെടുന്നു; ഓരോ സമയത്തും തോന്നിയതു ചെയ്യുന്നു. പ്രത്യേകമായെന്തെങ്കിലും ചെയ്യണമെന്നു നിർബന്ധമില്ലിവർക്കു്. ഇക്കൂട്ടരുടെ അസ്ഥിരപ്രകൃതിക്കു കാരണം ആദർശബോധത്തിൻെറ അഭാവമാണു്. കാമ്യമായ ലക്ഷ്യം ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചു്, പ്രവത്തനരംഗത്തിറക്കാൻ കഴിയുന്നെങ്കിൽ ഉത്തമപൗരന്മാരായിത്തീരുവാനുള്ള എല്ലാ കഴിവുകളും മിക്കവരിലും ഒളിഞ്ഞുകിടപ്പുണ്ടെന്നതാണു വാസ്തവം. തങ്ങൾ ഏറെറടുത്ത കാര്യം ഏകാഗ്രതയോടെ നിറവേററുന്ന യുവജനങ്ങളേയും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. കാരണം, അവരുടെ പ്രവൃത്തികൾ യാ

ന്ത്രികമായിപ്പോകാനെളുപ്പമാണു്. പ്രവൃത്തികൾക്കെല്ലാം മാർഗ്ഗദീപമായി കൺമുമ്പിൽ നില്ക്കേണ്ട ഉന്നതത്തെപ്പററി പലപ്പോഴം ചിന്തിക്കുവാൻ അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും അതു ചെയ്തുതീർക്കുവാൻ വഴിയിൽ വെളിച്ചംവീശുകയും ചെയ്യുക യുവജനപരിശീലകരുടെ കടമയാണു്.

ധാർമ്മികബോധനം

ജീവിതാദർശത്തോടൊപ്പം പ്രധാനമാണു ധാർമ്മികബോധനം. ശാശ്വതവും സനാതനവുമായ സാന്മാർഗ്ഗികമൂല്യങ്ങളെപ്പററി ആഴമായ അവബോധം നേടാത്ത യുവജനങ്ങളാണു രാഷ്ട്രത്തിനും സമുദായത്തിനും അപകടകാരികൾ. വസ്തുതകളുടെ വിലയിരുത്തൽ യുവജനങ്ങളുടെ പ്രവൃത്തിയെ സാരമായി ബാധിക്കും. കഴിഞ്ഞ രണ്ടു മൂന്നു നൂററാണ്ടു കാലത്തെ ഭൗതികമാത്രചിന്തയുടെ അടിയൊഴുക്കിൽപ്പെട്ടു മനുഷ്യന്റെ സന്മാർഗ്ഗബോധം—പ്രത്യേകിച്ചു യുവജനങ്ങളുടെ—ഏറെ ആടിയുലഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്. മതേതരവിദ്യാഭ്യാസം മൂലം ഭാരതത്തിൽ ഭൗതികാത്മകമായ യുവതലമുറയാണു് ഇന്നു രൂപംകൊള്ളുന്നതു്. ശ്രീ പ്രകാശക്കമ്മീഷൻ 1960-ൽ സമർപ്പിച്ച റിപ്പോർട്ടിൽ കലാലയങ്ങളിൽ മതബോധനം നല്കാത്തതിന്റെ വിലപനീയഫലങ്ങളെപ്പററി ഊന്നിപ്പറയുന്നതു മുൻപറഞ്ഞ വസ്തുതയ്ക്കു് ഉപോൽബലകമാണു്.

ആധുനികമനശ്ശാസ്ത്രപഠിതാക്കൾ അധികം ചർച്ചചെയ്യാൻ മെനക്കെടാത്ത ഘടകമാണു മതബോധനം. മാത്രമല്ല, സന്മാർഗ്ഗ (Morality) ത്തെക്കുറിച്ച് അവ്യക്തവും അബദ്ധജടിലവുമായ ആശയങ്ങളാണു് അവരുടെ തലച്ചോറിൽ ഊറിക്കൂടിയിരിക്കുന്നതു്. സമൂഹത്തിന്റെ നന്മയ്ക്കുപകരിക്കുന്നതെന്തും ധാർമ്മികമായി മെച്ചപ്പെട്ടതാണു്; അതല്ല, വ്യക്തിയുടെ സുസ്ഥിതിയാണു സന്മാർഗ്ഗത്തിന്റെ അ

ടിസ്ഥാനം എന്നും മററുമുള്ള ചിന്താപ്രവണതകൾ മനുഷ്യ
മനസ്സിനെ വഴിതെററിക്കുന്നു. ഈശ്വരനെക്കുറിച്ചു സമഗ്ര
മായ ജ്ഞാനം ഇല്ലാതെ, സന്മാൎഗ്ഗത്തെക്കുറിച്ചു യുക്തിപൂൎവ്വം
ചിന്തിക്കാനാവില്ല. ധാൎമ്മികമണ്ഡലത്തിൽ മതത്തിനുള്ള
ആജ്ഞാശക്തി കണക്കിലെടുത്തേ മതിയാകൂ. കാരണം,
സാന്മാൎഗ്ഗികനിയമങ്ങൾ ആധികാരികമായി മനുഷ്യനു ചൂ
ണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊടുക്കുവാൻ മതത്തിനേ കഴിയൂ. വ്യക്തി
ക്കു സ്രഷ്ടാവായ ദൈവത്തോടും സമുദായത്തിലേ മററംഗങ്ങ
ളോടും തന്നോടുതന്നെയുമുള്ള കൎത്തവ്യത്തെപ്പററി പഠിപ്പി
ക്കുന്ന മതമാണു ധാൎമ്മികബോധത്തിന്റെ മൂലക്കല്ല്. ആ
വിഷ്കൃതസത്യങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന സഭയ്ക്കു സംപൂൎണ്ണവും
സമഞ്ജസവുമായ സാന്മാൎഗ്ഗികതത്വസംഹിതയുണ്ട്.

ശിശുക്കളിൽ ആഴമായ ധാൎമ്മികബോധമില്ല. മാതാ
പിതാക്കന്മാരുടേയും അധ്യാപകരുടേയും ആജ്ഞയും ഉപദേ
ശവുമാണ് അവരുടെ ചെയ്തികളെ നയിക്കുന്നത്. മുതിൎന്ന
വർ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്ന തെററും ശരിയും സ്വീകരിക്കു
വാൻ സന്നദ്ധരാണവർ. എന്നാൽ, യുവത്വത്തിലേക്കു
കാൽവയ്ക്കുന്നതോടുകൂടെ സ്വന്തമായി ചിന്തിക്കുവാൻ ആരം
ഭിക്കുന്ന യുവാവു ധാൎമ്മികനിയമങ്ങളേയും വിമർശിക്കാൻ
തുടങ്ങുന്നു. സ്വകീയബുദ്ധിയിൽ ഉരുത്തിരിഞ്ഞ തത്വങ്ങൾ
മാത്രം ഉൾക്കൊള്ളാൻ വെമ്പുന്ന അയാൾ സന്മാൎഗ്ഗത്തെക്കു
റിച്ചും ഗുണദോഷവിവേചനം ചെയ്തേ മുന്നോട്ടുപോകൂ. ഇ
വിടെയാണു യുവജനശിക്ഷണത്തിന്റെ ഏററം ശ്രമകരമാ
യ ദൌത്യം ഉത്ഭവിക്കുന്നത്. സാന്മാൎഗ്ഗികനിയമങ്ങളുടെ നേ
രായ ഉറവിടങ്ങളെ തൊട്ടുകാണിച്ച് അവയനുസരിക്കേണ്ട
തിന്റെ യുക്തിയുക്തതയെ വ്യക്തമാക്കിക്കൊടുക്കണം. ധ
ൎമ്മനിരതമായ ജീവിതത്തിന്റെ പ്രയോജനവും ശ്രേഷ്ഠതയും
അവരുടെ അന്തരമനസ്സിൽ ഊന്നിയുറപ്പിക്കാൻ പൎയ്യാപ്ത

മായിരിക്കണം ബോധനം. ഏററം ഗൗരവാവഹമായി ചർച്ചചെയ്യപ്പെടേണ്ടതാണിതു്. നിസ്സാരമായോ കളിതമായോ ധാർമ്മികനിയമങ്ങളെപ്പററി പറഞ്ഞാൽ അതിൻെറ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചു യുവാക്കൾ സംശയാലുക്കളാകാൻ കാരണമാകും. സാന്മാർഗ്ഗികമായി മെച്ചപ്പെട്ട സ്വഭാവം തന്നിൽ ഉളവാക്കുവാൻ ഓരോ യുവാവും തീവ്രമായി ആഗ്രഹിക്കാൻ പര്യാപ്തമായിരിക്കണം ബോധനരീതി.

ഒരുകാര്യം പ്രത്യേകം ഓർക്കേണ്ടതുണ്ടു്: വികലമായ അടിസ്ഥാനത്തിൽ സന്മാർഗ്ഗബോധത്തെ പണിതുയർത്തരുതു്. ധാർമ്മികജീവിതത്തിനു പ്രേരണ നല്കുമ്പോൾ അതിനു തെററായ ഊന്നുവടികളാണു കൊടുക്കുന്നതെങ്കിൽ, അടിസ്ഥാനം തകരുന്നതോടുകൂടെ ധാർമ്മികചിന്തയും അപ്രത്യക്ഷമാകും. സ്വകീയചിന്തയ്ക്കു യുവാവിനെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയാണാവശ്യം. കാരണം, സ്വന്തമായി ചിന്തിച്ചുചിന്തിച്ചു കണ്ടെത്തിയ തത്വങ്ങളെ പിന്തുടരാൻ അവർക്കു പ്രത്യേകരസവും ആവേശവുമുണ്ടല്ലോ. അധുനാതന ബോധനശാസ്ത്രത്തിൻെറ (Pedagogy) എല്ലാ ഉപാധികളും സന്മാർഗ്ഗപഠനത്തിൽ ഉപയോഗപ്പെടുത്തേണ്ടതു് കാലത്തിൻെറ ഒരാവശ്യമാണു്.

വികാരനിയന്ത്രണം

താരുണ്യത്തിലേ ഏററം പ്രകടമായ പരിണാമവും വളർച്ചയും വൈകാരികരംഗത്താണെന്നു നാം കണ്ടു. വികാരസംഘട്ടനങ്ങളിൽനിന്നു രക്ഷനേടുവാൻ യുവജനങ്ങൾക്കു മുതിർന്നവരുടെ ആത്മാർത്ഥവും വിവേകപൂർവ്വകവുമായ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം അനിവാര്യമാണെന്നും മുൻപു സൂചിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടല്ലോ. യുവജനങ്ങളുടെ എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും വൈകാരികഭാവം തുളുമ്പിനില്ക്കുന്നതു കാണാം. ഈ സ്വാഭാവികാനുഭൂതികൾ ബുദ്ധിയുടെ മൂശയിലൂടെ അരഞ്ഞരഞ്ഞ് ഉൽകൃഷ്ടശീലങ്ങളായി മാറണം. വല്ലപ്പോഴുമൊരിക്കൽ വികാരത്തെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിഞ്ഞതുകൊണ്ടു പ്രയോജനമില്ല. നിരന്തരവും അനുസ്യൂതവുമായ ശ്രദ്ധയോടെ വികാരങ്ങളെ താളപ്പെടുത്തിയേ തീരൂ. യുവത്വത്തിൽ തിളച്ചുപൊന്തിയ മെരുക്കപ്പെടാത്ത വികാരങ്ങളാണു വ്യക്തിയുടെ മാനസികാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾക്കുറവിടം. മാനസികസുസ്ഥിതി ജീവിതത്തിൽ സുപ്രധാനമാണുതാനും. കരുത്തനും നല്ലവനുമായ വ്യക്തിയെ സമുദായത്തിനു ലഭിക്കുന്നതു വികാരങ്ങളുടെ പാകപ്പെടുത്തൽമൂലമാണ്.

മിക്കവാറും എല്ലാ വികാരപ്രകടനങ്ങളിലും ശാരീരികവ്യതിയാനങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നുണ്ട്. രക്തം ചൂടുപിടിക്കുകയും പേശികൾ നിയന്ത്രണാതീതമാകുകയും ചെയ്യുക സാധാരണമാണ്. മുഖം ചെമക്കുന്നതും ചുണ്ടു വിറയ്ക്കുന്നതുമെല്ലാം കോപത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളാണ്. ചോരമയമില്ലാത്ത വദനവും പതറിയ കണ്ണുകളും കണ്ടാലറിയാം അയാൾ

വല്ലാതെ പേടിച്ചിട്ടുണ്ടെന്നു്. ബാഹ്യമായ ഇത്തരം പ്രതികരണങ്ങൾ ഇല്ലാതാക്കുവാനാണു പ്രഥമപടി എല്ലാവരും ശ്രമിക്കുക. മററുള്ളവരുടെ മുമ്പിൽ വികാരഭരിതനായി കാണപ്പെടുവാൻ ആരും സാധാരണമായി ഇഷ്ടപ്പെടാറില്ല എന്നതാണിതിനു കാരണം. എന്നാൽ, ബാഹ്യമായ നിയന്ത്രണത്തിനല്ല പ്രാധാന്യം. വികാരങ്ങളെ നേരിടാനുള്ള മാനസികനിലപാടാണാവശ്യം. തന്മൂലം, യുവാക്കളുടെ കാര്യത്തിൽ ബാഹ്യമായ പരിശ്രമത്തോടൊപ്പം ആന്തരികപരിവത്തനവും ആരംഭിക്കേണ്ടതുണ്ടു്. ഉൽകൃഷ്ടവ്യക്തിയുടെ രൂപവത്കരണത്തിൽ ആന്തരികനിയന്ത്രണമാണു പരമപ്രധാനം.

ജന്മവാസനകളുമായി ഉററബന്ധമുള്ളവയാണു വികാരങ്ങൾ. (നൈസർഗ്ഗികപ്രവണതകൾതന്നെയാണു വികാരങ്ങൾ എന്ന അഭിപ്രായം സ്വീകൃതമല്ല.) ഏതെങ്കിലും ഒരു സ്വാഭാവികാനുഭൂതി ഉണർന്നുകഴിഞ്ഞാൽ അതോടൊപ്പം എല്ലായ്പോഴും ഒരേവികാരംതന്നെ ഉണ്ടാകും എന്നു പറയാൻ സാധ്യമല്ലെങ്കിലും മൗലികമായ സ്വാഭാവികപ്രവണതകളെ ഏതെങ്കിലുമൊരു വികാരം പിന്തുടരും എന്നു പറയാം. വികാരങ്ങളാണു പ്രവൃത്തികളുടെ പ്രചോദനം. വികാരത്തിൻെറ തീവ്രത ചെയ്തികളിലും നിഴലിക്കും. സഹപാഠി പുസ്തകം തട്ടിപ്പറിച്ചാൽ അതു യുവാവിൽ എതിർപ്പിൻെറ ജന്മവാസനയുണത്തുന്നു. കുപിതനാകുന്ന തരുണൻ എതിരാളിയെ ഉപദ്രവിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. കോപവികാരം എത്ര രൂക്ഷമാണോ അത്രതന്നെ അഗാധമായിരിക്കും പ്രതികരണവും.

വസ്തുതകളെക്കുറിച്ചുള്ള ജ്ഞാനമാണു വികാരോദ്ദീപനത്തിൻെറ കാതൽ. ജീവിതത്തിൽ ആദ്യം തേളിനെ കാണുന്ന കൊച്ചുകുഞ്ഞിനു് അതു് അത്ഭുതവികാരമാണുള

വാക്കുക. എന്നാൽ, ഒരിക്കൽ തേളിൻെറ കുത്തുകൊണ്ടു കഴിഞ്ഞാൽ പിന്നീട്ട് അതിനെ കാണുമ്പോഠം ഭയാനുഭൂതിയാകും ആ കുഞ്ഞിൽ മൊട്ടിടുക. അതിനാൽ അറിവ്, വികാരം, പ്രതികരണം എന്നീ മൂന്നു ഘടകങ്ങളിൽ സ്ഥായിയിയായി നില്ക്കുന്നതു വികാരമാണെന്നുവരുന്നു.

കോപം ഉറവെടുക്കുന്ന പരിതോവസ്ഥകഠം വ്യത്യാസപ്പെട്ടെന്നു വരാം. കലികൊണ്ട മനുഷ്യർ ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തികഠംക്ക് ഒന്നോടൊന്നു പൊരുത്തമുണ്ടായിരിക്കുകയില്ല. ചിരിത്തപറഞ്ഞാൽ ദ്വേഷ്യപ്പെടുന്നവരാണു ചിലരെങ്കിൽ മററു ചിലർ ശുണ്ഠിപിടിക്കുന്നതു് അധർമ്മം കാണുമ്പോഴാണ്. കുപിതനാകുന്ന വ്യക്തി തിരിഞ്ഞുനിന്നു പകരം ചോദിച്ചെന്നോ ഓടി രക്ഷപ്പെട്ടെന്നോ വരാം. എന്നാൽ, ഇവയിലെല്ലാം വികാരം എല്ലായ്പ്പോഴും ഒന്നുതന്നെയാണ് —കോപം.

ലക്ഷ്യവും മാർഗ്ഗവും

ആഹ്ളാദകരമായ വികാരങ്ങഠം നീണ്ടുനില്ക്കാനാണു യുവാവാഗ്രഹിക്കുക. അവ അപ്രത്യക്ഷമാകുമ്പോഠം അയാഠം വേദനയനുഭവിക്കുന്നു. എന്നാൽ, ക്ലേശജനകമായ അനുഭൂതികഠം പെട്ടെന്നു തട്ടിക്കുടഞ്ഞുകളയാനാണു തരുണൻെറ ആഗ്രഹം. ഹൃദയഹാരിയായ നൃത്തം കണ്ടുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഠം അതവസാനിക്കല്ലേ എന്നു തോന്നിപ്പോകും. അല്പമൊരു തലവേദന വന്നാൽ അതെപ്പററി ആവലാതിപ്പെടുകയും ബാം വാരിപ്പുരട്ടുകയും ചെയ്യും വേദനയിൽനിന്നു രക്ഷ നേടാൻ. എന്നാൽ ഒന്നുണ്ടു്: അഭിലഷണീയമായ ലക്ഷ്യത്തിനുവേണ്ടിയാണെങ്കിൽ യാതനാപൂർണ്ണമായ വികാരം യുവാവിനു മധുരമായിത്തീരും. മുന്നിൽക്കണ്ട മഹിതമായ ലക്ഷ്യമാണല്ലോ സ്വാതന്ത്ര്യസമരത്തിൽ ജീവൻ ബലിയർ

പ്പിച്ച ധീരദേശാഭിമാനികൾക്കു കയ്പുനിറഞ്ഞ അനുഭവ ങ്ങളെ ആശ്ലേഷിക്കുവാൻ കരുത്തേകിയതു്. ശ്രേഷ്ഠമായ ജീവിതാദർശങ്ങൾ യുവഹൃദയത്തിൽ അലിഞ്ഞുചേരേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യം ഇതിൽനിന്നു മനസ്സിലാക്കാം. ആദർശങ്ങളെ പ്രായോഗികമാക്കുവാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളെപ്പററിയും തികഞ്ഞ അവബോധം തരുണനുണ്ടായിരിക്കണം. "ലക്ഷ്യം മാർഗ്ഗത്തെ ന്യായീകരിക്കുന്നു" എന്ന ചാണക്യസൂത്രം അധമവികാരങ്ങൾ ഉണർത്തുവാനാണു കൂടുതൽ ഉപകരിക്കുക. ലക്ഷ്യം എത്ര സ്വീകാര്യമായിരുന്നാലും മാന്യവും ഉൽകൃഷ്ടവുമായ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെമാത്രമേ അതു നേടുവാൻ യുവാക്കൾക്കു പ്രേരണ നല്കാവൂ. ഇന്ത്യൻസ്വാതന്ത്ര്യസമരത്തെ ഉദാഹരണമാക്കാം. സ്വാതന്ത്ര്യമായിരുന്നു അന്തിമലക്ഷ്യം. സമാധാനപൂർണ്ണമായ സത്യാഗ്രഹത്തിലൂടെ അതു നേടണമെന്നു മഹാത്മജി നിർദ്ദേശിച്ചു. നേതാജി യുവാക്കളുടെ മുമ്പിൽ വച്ചതു രക്തവിപ്ളവത്തിന്റെ മാർഗ്ഗമായിരുന്നു. രണ്ടാമത്തെ വഴിയിലൂടെയാണു യുവതത്തിന്റെ വികാരങ്ങൾ പ്രസരിച്ചിരുന്നതെങ്കിൽ അതിൽനിന്നുണ്ടാകാമായിരുന്ന അനാശാസ്യഫലങ്ങൾ ഊഹിക്കാൻപോലും സാധ്യമല്ല.

മനുഷ്യപ്രവൃത്തികൾക്കു് ഊർജ്ജവും ഉന്മേഷവും നല്കുന്നു വികാരങ്ങൾ. വികാരങ്ങളില്ലാതെ മനുഷ്യൻ പ്രവർത്തിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ, മനുഷ്യനു മാർഗ്ഗം നിർദ്ദേശിക്കുവാൻ അവയശക്തങ്ങളാണു്. മാത്രമല്ല, ബുദ്ധിയുടെ പിടിയിൽനിന്നു സ്വതന്ത്രമായാൽ വികാരങ്ങൾ അപകടകാരികളാണുതാനും; വ്യക്തി വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുപകരം വികാരങ്ങൾ വ്യക്തിയെ നിയന്ത്രിച്ചെന്നു വരും. അധമവികാരത്തിനടിപ്പെട്ട വ്യക്തിയാണു സമുദായത്തിലെ വ്രണം. തനിക്കും മററുള്ളവക്കും അയാൾ തലവേദനയ്ക്കു കാരണമാണു്. കുടുംബത്തിലും വിദ്യാലയത്തിലും മററു

സാമൂഹികരംഗങ്ങളിലും അസമാധാനവും വിദ്വേഷവും പാകുന്നതു വേണ്ടവിധം വികാരമടക്കാൻ കഴിയാത്ത വ്യക്തികളാണെന്നതു് അനുഭവസിദ്ധമാണല്ലോ.

നന്മയിലേക്കു്

വികാരങ്ങളെ നന്മയിലേക്ക തിരിച്ചുവിടുവാൻ കഴിയുകയാണു യുവജനശിക്ഷണത്തിൻെറ വിജയം. കോപം തിന്മയോടുള്ള വെറുപ്പായും അഹങ്കാരം ആത്മാഭിമാനമായും രൂപാന്തരപ്പെടുത്തുക. പരീക്ഷയിൽ തോല്ക്കുമെന്ന ഭീതി കൂടുതൽ മനസ്സിരുത്തി പഠിക്കുവാൻ വിദ്യാൎത്ഥിക്ക പ്രചോദനം നല്കുന്നുവെങ്കിൽ അതു നല്ലതാണല്ലോ. പ്രവൎത്തനത്തിനു പരിതഃസ്ഥിതി ഒത്തിണങ്ങാതെ വികാരങ്ങളെ ഉത്തേജിപ്പിക്കരുതു്. നമ്മുടെ സാമൂഹികപ്രവൎത്തകർ ഗ്രഹിക്കേണ്ട വസ്തുതയാണിതു്. സമുദായത്തിൻെറ അവശതകളെപ്പററി യുവാവിനെ ബോധവാനാക്കുക കരണീയമാണു്. പക്ഷേ, വ്യക്തമായ പ്ലാനും സ്കീമും ഉണ്ടെങ്കിലേ അതിനു പുറപ്പെടാവൂ. യുവമനസ്സിൽ സമൂഹത്തോടുള്ള സഹതാപം വളൎന്നുവളൎന്നു യുവാവു് പ്രവൎത്തനോദ്യുക്തനാകുമ്പോൾ മുന്നേറാൻ മാൎഗ്ഗംവേണം. അതില്ലെങ്കിൽ നിരാശയും പരാജയബോധവും അയാളിൽ ഊറിക്കൂടും. സാമൂഹികസേവനം അപ്രായോഗികമാണെന്ന നിഗമനത്തിൽ അയാളെ കൊണ്ടുചെന്നു ചാടിച്ചു എന്നും വരാം. നീണ്ട നാവും കൊച്ചുപരിപാടിയുമുള്ളവർ യുവജനപരിശീലനത്തിനു പററിയവരല്ലാത്തതു മേൽപ്പറഞ്ഞ കാരണത്താലാണു്.

വികാരങ്ങളുമായി പെട്ടെന്നു് ഇണങ്ങിപ്പോകാൻ കഴിയാത്ത തരുണനോടു സ്നേഹവും സഹാനുഭൂതിയും പ്രദൎശിപ്പിക്കണമെന്നു മുൻസൂചിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടല്ലോ. താൻ ജീവിക്കുന്ന സമുദായവുമായി സൗഹൃദത്തിൽ വൎത്തിക്കുവാൻ വികാര

വിഭ്രാന്തി അനുവദിക്കാതെ വരുമ്പോൾ യുവാവ് അനുഭവിക്കുന്ന അഗാധവേദന രക്ഷകർത്താക്കന്മാർ കണക്കിലെടുക്കണം. യുവാവു തൻെറ യാതന പുറത്തു കാണിച്ചില്ലെന്നു വരാം. എന്നാൽ, ഭൂരിപക്ഷം യുവാക്കളും ക്ലേശിക്കുന്നുണ്ടെന്നതാണു യാഥാർത്ഥ്യം. മററുള്ളവർ തന്നെപ്പററി ആവശ്യത്തിലധികം ആശങ്ക പ്രകടിപ്പിക്കുന്നില്ല എന്ന ചിന്തയേ യുവാവിനു സമാശ്വാസം നല്കൂ. അയാളിൽ വിശ്വാസമർപ്പിക്കുക. ഇതു വികാരങ്ങളെ യുവാവ് ആത്മാർത്ഥമായി നേരിടാൻ അനിവാര്യമാണു്. വികാരങ്ങളുടെ മുമ്പിൽ ചൂളിപ്പോകാതെ, മുതിർന്നവരുടെ നിർദ്ദേശങ്ങൾ സ്വീകരിച്ചു പരിഹാരം കാണുവാൻ യുവാവു ശ്രമിക്കുകയും ചെയ്യും.

സ്വന്തമായ ജീവിതവീക്ഷണത്തിനനുസരിച്ച് വികാരത്തോട്ട് ഏകീഭാവം ലഭിക്കുവാനാണു യുവാവിനെ സഹായിക്കേണ്ടതു്. മുതിർന്നവരുടെ അനുഭൂതികൾ—അതെത്ര മഹത്തമമായിരുന്നാലും—യുവാക്കളിൽ വച്ചുകെട്ടാൻ മുതിരരുതു്. ഉദാഹരണമായി, ഉപാദ്ധ്യായൻ ഒരു കവിത എത്ര അനുഭവരസത്തോടുകൂടെ അവതരിപ്പിച്ചാലും യുവവിദ്യാർത്ഥികളെല്ലാം അതു് ആസ്വദിച്ചുകൊള്ളണമെന്നു ശാഠ്യംപിടിക്കരുതു്. അതു ജീവിതത്തോടും സ്വഭാവത്തോടും ആത്മാർത്ഥതാരാഹിത്യം വളർത്തുവാനേ ഉപകരിക്കൂ. തങ്ങൾക്കു് ഉൾക്കൊള്ളാൻ കഴിയാത്ത വികാരങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കുവാൻ തരുണനെ നിർബന്ധിക്കരുതെന്നു സാരം. ഉൽകൃഷ്ടഭാവങ്ങളെക്കുറിച്ചും ഏറെക്കുറെ സ്വീകാര്യമാണിതു്. ഒരു യുവാവിനു മററുള്ളവരുടെ നിസ്സഹായതയിൽ അനുകമ്പ പ്രദർശിപ്പിക്കുവാൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ അയാളോടു കലമ്പിയതുകൊണ്ടു പ്രയോജനമൊന്നുമില്ല. സഹതാപഭാവം യുവാവിൽ ക്രമേണ നട്ടുവളർത്തുകയാണു കരണീയം. യുവാക്കന്മാരെ വികാരനിയന്ത്രണത്തിൽ നയിക്കരുതെന്നല്ല ഇപ്പറഞ്ഞതിനർത്ഥം. ഇന്ന അനുഭവത്തിൽനിന്നു നിശ്ചിതവികാരമേ ഉത്ഭവിക്കാവൂ എന്നു നിർണ്ണയിക്കരുതെന്നേയുള്ളൂ.

വികാരവിവശനാകുന്ന യുവാവിനോടു പരിഹാസ്യമായി പെരുമാറരുത്. അതു് അയാളിൽ അപകർഷബോധം (Inferiority complex) ജനിപ്പിക്കും. തെററാണെങ്കിൽപ്പോലും തന്റെ വികാരക്ഷോഭത്തെ ന്യായീകരിക്കുവാനാണു പിന്നീടയാൾ തത്രപ്പെടുക. നിയന്ത്രിക്കുവാനുള്ള അഭിലാഷം അതോടെ നിലച്ചെന്നുംവരാം. വികാരഭരിതനാകുന്ന യുവാവിന്റെ ചെയ്തികൾ നോക്കി അകലെ മാറിനിന്നു ചിരിക്കുന്ന പ്രകൃതക്കാർ താരുണ്യപരിശീലനത്തിൽ ഒരിക്കലും ഇടപെടരുത്.

വികാരപ്രകാശനത്തിനു പരിതസ്ഥിതി സൃഷ്ടിക്കുക ഏററം ആവശ്യകമാണ്. കായികവും മാനസികവുമായ മത്സരങ്ങൾ, നാടകാവതരണം, സശ്രദ്ധമായ പഠനം മുതലായവയാണു വികാരപ്രകടനത്തിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ. പാകതയെത്തിയ ചങ്ങാതിമാർ, വികലമാകാത്ത പരിസരങ്ങൾ മുതലായവയും പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നു. യുവഭാവനയിൽ അശ്ലീലചിത്രങ്ങൾ നിലനിറുത്തുന്ന ആഭാസസിനിമായും കലാപ്രകടനങ്ങളും സാഹിത്യസൃഷ്ടികളും വർജ്ജിക്കേണ്ടതാണ്. "ചില ഗ്രന്ഥകാരന്മാരും പത്രാധിപന്മാരും കലാകാരന്മാരും അവരുടെ സാഹിത്യത്തിന്റേയും നാടകത്തിന്റേയും ചിത്രങ്ങളുടേയും പ്രചാരകന്മാരും തരുണന്നിൽ ഉളവാക്കുന്ന സാന്മാർഗ്ഗികാധഃപതനം ഊഹാതീതമാണ്. തൂലികയും കലയും വ്യാവസായികപുരോഗതിയും അധുനാതനഗവേഷണങ്ങളുമെല്ലാം അധാർമ്മികതയുടെ വളർച്ചയ്ക്കുവേണ്ടി അവർ തിരിച്ചുവിട്ടിരിക്കുകയാണ്. ഭാവനയിൽ അവ രചിക്കുന്ന അശ്ലീലചിത്രങ്ങൾ അവരുടെ നിഷ്കളങ്കഹൃദയത്തിൽ വികാരത്തിന്റെ വേലിയേററം ഉത്ഭവിപ്പിക്കുന്നു" എന്ന ശാശ്വതസ്മരണാർഹനായ പന്ത്രണ്ടാംപീയൂസിന്റെ ഉദ്ബോധനം മാർഗ്ഗദർശനം നല്കണം.

മാനസികഭദ്രത

വികാരനിയന്ത്രണത്തോടു അവഗാഢം ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന യുവാവിന്റെ മാനസികാരോഗ്യം (Mental health). താരുണ്യത്തിൽ മാനസികശക്തികൾക്കെല്ലാം പൂർണ്ണിമയും വികാസവും കൈവരുന്നു എന്നു നാം കണ്ടു. പൊട്ടിവിടരുന്ന ചിത്തവൃത്തികൾക്കു വ്യവസ്ഥയും സ്ഥായീഭാവവും നല്കുന്നെങ്കിൽമാത്രമേ മാനസികസുസ്ഥിതി ലഭിക്കൂ. കുഞ്ഞുന്നാൾമുതലുള്ള അനുഭവങ്ങളും പരിത:സ്ഥിതിയും വികാരവിചാരങ്ങളുമെല്ലാം ഇതിന്റെ മൂലക്കല്ലുകളാണു്. എന്നാൽ, താരുണ്യത്തിലേ പരിതോവസ്ഥകളാണു വ്യക്തികളിൽ ബലിഷ്ഠമനസ്സുളവാക്കാൻ ഏറിയകൂറും പ്രേരകമായിരിക്കുന്നതു്.

മാനസികാരോഗ്യത്തെ കൃത്യമായി നിർവ്വചിക്കുക വിഷമകരമാണു്. ആധുനികമനശ്ശാസ്ത്രം നിരവധികമായ പരീക്ഷണങ്ങളും പഠനങ്ങളും ചിത്തസുസ്ഥിതിയെപ്പററി നടത്തിയിട്ടുണ്ടെങ്കിലും സർവ്വസ്വീകാര്യമായ നിർവ്വചനത്തിൽ എത്തിച്ചേർന്നിട്ടില്ല.[1] "മനുഷ്യവ്യക്തിത്വത്തിന്റെ സമഗ്രവും താളാനുക്രമവുമായ പ്രവർത്തന"മാണു്, (Full and harmonious functioning of human personality) മാനസികാരോഗ്യം എന്ന പദംകൊണ്ടു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരായ

1. മാനസികാരോഗ്യത്തിന്റെ മാനദണ്ഡത്തെപ്പററി സ്വീകാര്യമായ നിർവ്വചനം നല്കുവാൻ ആർക്കും കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല (മോളോൺ).

ഹാഡ്ഫീൽഡ് അർത്ഥമാക്കുന്നതു്. വിവിധങ്ങളായ ശക്തികളുടെ വെറുമൊരു ചേരുവയല്ല മനുഷ്യൻ. പ്രത്യുത, ഒന്നോടൊന്നു സമഞ്ജസമായി കൂടിച്ചേർന്നിരിക്കുന്നതും വ്യക്തിയുടെ പൂർണ്ണതയ്ക്കു തികച്ചും അനിവാര്യവുമായ അസംഖ്യ ഘടകങ്ങളുടെ സംയുക്തമാണു്. തന്മൂലം, സർവ്വസ്പർശകമായ വളർച്ച അരോഗമനസ്സിനു നിദാനമാണു്. ആഡ്രേസ്സീക്കിൻെറ വിവരണം വസ്തുത കൂടുതൽ വിശദമാക്കുന്നു. "തൻെറ യജമാനൻ താൻതന്നെ ആയിരിക്കുന്നവനും സ്വന്തം പ്രവൃത്തികളെപ്പററി തികഞ്ഞ അവബോധമുള്ളവനും ആന്തരികസ്വാതന്ത്ര്യം അനുഭവിച്ചുകൊണ്ടു തീരുമാനങ്ങൾ ചെയ്യുന്നവനും സമുദായത്തിലെ മററംഗങ്ങളോടു നിഷ്പ്രയാസം പൊരുത്തപ്പെട്ടുപോകുന്നവനുമാണു് അരോഗമാനസൻ."

മാനസികഭദ്രതയുടെ പ്രധാനപ്പെട്ട ആറു ലക്ഷണങ്ങൾ[1]

1. നാളെയെപ്പററി സാമാന്യവും താൽപര്യപൂർവ്വകവുമായ പരിഗണന.

ജീവിതം ജീവിതാർഹമാണെന്ന ബോധമാണു് ഇതിന്നടിസ്ഥാനം. ഭാവിജീവിതം സുഗമമാക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുക. അതിനുവേണ്ടി ഇന്നു ചെയ്യാവുന്നതെല്ലാം ചെയ്യുക. നാളെയ്ക്കുവേണ്ടി ഇന്നല്പം ത്യാഗം സഹിക്കണമെന്നു മുൻകൂട്ടിക്കണ്ടാൽ അതിനു സന്നദ്ധമാകുക. ഭാവിജീവിതത്തിൻെറ കടിഞ്ഞാൺ നമ്മുടെ കൈയിലായിരിക്കണമെന്നു സാരം.

---

1. *Fundamental Psychiatry*, CAVANAGH AND MC GOLDRICK.

അനാസ്ഥകൊണ്ടു വേദനാജനകമായ പരിത:സ്ഥിതി നമ്മെ വലയം ചെയ്യാനിടയാകരുതു്. ജീവിതത്തിൽ ഒഴിച്ചുകൂടാൻ വയ്യാത്ത വിഷമതകളുണ്ടല്ലോ; അവയെ സുധീരം നേരിടുകതന്നെ വേണം. എന്നാൽ, ഒരിക്കലും സംഭവിക്കാൻ സാദ്ധ്യതയില്ലാത്ത കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചു് അനാവശ്യകമായ ആശങ്കയ്ക്കു് ഇടകൊടുക്കുകയുമരുതു്.

2. ദൈനംദിനജീവിതത്തിലെ പ്രവർത്തനസംതൃപ്തി

എന്തുചെയ്താലും എന്തു സംഭവിച്ചാലും അസന്തുഷ്ടി പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നവരെ നാം കണ്ടുമുട്ടാറുണ്ടല്ലോ. നല്ലതെന്തു വന്നാലും അവർക്കു ഹൃദയംതുറന്നു് ആനന്ദിക്കാൻ കഴിയുകയില്ല. സ്വന്തം ചെയ്തികളിൽ ചെറിയൊരു കൈപ്പിഴ വന്നാൽമതി വിഷാദമൂകരാകാൻ. വിജയപരാജയങ്ങൾക്കു് അവയർഹിക്കുന്നതിലധികം പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുന്നതുകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന പാകപ്പിഴയാണിതു്. ജീവിതത്തിൽ ഏറിയകൂറും വികാരരഹിതമായും യാതനാഭരിതമായും കഴിഞ്ഞുകൂടുന്നവർക്കു് ആരോഗ്യകരമായ മാനസികനിലയില്ലെന്നു സുസ്പഷ്ടമാണല്ലോ.

3. താനുൾപ്പെടുന്ന സമുദായത്തിൻെറ നിലവാരത്തിനും വ്യാപാരങ്ങൾക്കുമൊത്തു സ്വന്തം സ്വഭാവവും നടപടിയും ക്രമപ്പെടുത്തുക

എല്ലാവർക്കും ഏതാണ്ടു് സ്വീകാര്യമായ നടപടികളുണ്ടല്ലോ ഓരോ സമുദായത്തിലും. അവയെല്ലാം അനുസരിക്കുക വ്യക്തിയുടെ കടമയാണു്. എങ്കിലേ സാമൂഹികജീവിതം സുകരമാകൂ. ഓരോരുത്തനും ആത്മനിയന്ത്രണം പാലിക്കണം ഇതു സാധിക്കുവാൻ. എന്നാൽ, സമൂഹത്തിൻെറ

തെററായ ഏതു നടപടിയും നിയമവും കണ്ണുംപൂട്ടി അംഗീകരിക്കണമെന്നു വരുന്നില്ല. സർവ്വസമ്മതമായ തത്വങ്ങളായാൽപ്പോലും തെററെന്നു ബോധപ്പെട്ടാൽ തുറന്നുപറയുക ഉറച്ച വ്യക്തിത്വത്തിൻെറ ലക്ഷണംതന്നെ.

4. തിരുത്തലുകൾ സ്വീകരിക്കാൻ സന്നദ്ധത

കുററവും കുറവും എല്ലാവക്കും കാണും. ആത്മപരിശോധനയും മററുള്ളവരുടെ ഉപദേശവുംമൂലം അവയെല്ലാം ഇല്ലാതാക്കുക മനുഷ്യൻെറ കടമയാണ്. തെററുകാരനാണെന്നു ഗ്രഹിച്ചാലും തിരുത്താൻ ശ്രമിക്കാത്ത പിടിവാദക്കാർ സ്വന്തം സ്വഭാവത്തിൻെറ കുഴി തോണ്ടുകയാണ്. "തെററു പററുക മനുഷ്യസഹജമാണ്; തെററിൽ നിലനില്ക്കുക പൈശാചികവും" എന്ന മഹദ്വാക്യത്തിൻെറ പൊരുളിതാണ്. വികലമായ വിശ്വാസവും പ്രവൃത്തിയും ഒരാൾ കുറെക്കാലത്തേക്കു പിന്തുടർന്നു എന്നു വരാം. സ്വന്തം തെററു ബോധപ്പെട്ടാൽ തിരുത്തുകയേ നിർവ്വാഹമുള്ളു. മാനസികരോഗികളോട് അവരുടെ ആശയവൈകല്യം പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കുക എളുപ്പമല്ല.

5. സമതുലിതമായ വൈകാരികസ്ഥിതി

വികാരങ്ങൾക്കടിപ്പെടുക മനുഷ്യസഹജമാണ്. സാധാരണവ്യക്തിക്കു പൂർവ്വനില വീണ്ടെടുക്കാൻ പെട്ടെന്നു കഴിയുന്നു. പിന്നീട് അതെക്കുറിച്ചു ചിന്തിച്ചു സമയം പാഴാക്കാറുമില്ല. എന്നാൽ, ദുർബലമാനസരുടെ ഗതിയതല്ല. അവർ ഒരു വികാരത്തിൽനിന്നു കഷ്ടിച്ചു കരകയറുമ്പോഴേക്കും മറെറാരു വികാരത്തിൻെറ ചുഴിക്കുത്തിൽപ്പെട്ടു കഴിയും. ആഴിയിൽ അലഞ്ഞുലയുന്ന കപ്പലിനു തുല്യമായിരിക്കും അവ

രുടെ ജീവിതം. വികാരവെപ്രാളത്തിനിടയിൽ കാട്ടിക്കൂട്ടിയ ഗോഷ്ടികളെപ്പററി ഓർത്തോർത്തു് അവർ വിലപിക്കയും ചെയ്യും.

6. പ്രതികൂലസാഹചര്യങ്ങളെ നേരിടാൻ തന്റേടം

ജീവിച്ച പരിചയിച്ച സാഹചര്യത്തിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമായ അനുഭവം ആർക്കും വിഷമദായകമാണു്; പ്രത്യേകിച്ചും അപ്രതീക്ഷിതവും അഹിതകരവുമാണെങ്കിൽ. എന്നാൽ, വലിയ പണിപ്പാടുകൂടാതെ പുതിയ പരിത:സ്ഥിതിയോടു പൊരുത്തപ്പെട്ടുപോകുവാൻ കഴിയും കരുത്തന്മാക്കു്. പക്ഷേ, തഴകിയ സാഹചര്യത്തിൽനിന്നു തെല്ലൊരു ചലനംമതി മാനസികതകർച്ചയുള്ളവരെ വിവശരാക്കാൻ. മാറിമാറി വരുന്ന പരിതസ്ഥിതിയോടു് ഏകീഭവിക്കുവാനുള്ള (Adaptation to changing situations) കഴിവുകേടാണു ചിത്തരോഗികളുടെ ഒരു ലക്ഷണം.

വ്യക്തമായ ലക്ഷ്യത്തെ മുൻനിറുത്തി നിയന്ത്രിതവികാരത്തോടും മിതമായ ആഹ്ളാദത്തോടുംകൂടെ സകാരണം ചിന്തിക്കുക, പറയുക, പ്രവത്തിക്കുക—ഇവയാണു ചിത്തഭദ്രത കൈവന്ന മനുഷ്യന്റെ ഗുണങ്ങൾ. മാനസികവിഭ്രാന്തർക്കു് ഈ ഗുണങ്ങളൊന്നുമില്ല.

ഇവിടെ ചിലകാര്യങ്ങൾ അനുസ്മരിക്കണം. ആന്തരികസ്വാതന്ത്ര്യം നേടിയ യുവാവു് എല്ലായ്പോഴും നല്ലതേ ചെയ്യൂ എന്നോ അയാൾ ആത്യന്തികമായി നല്ലവനായിക്കൊള്ളണമെന്നോ ഇല്ല. "പ്രൗഢബുദ്ധിമതി ഉൽകൃഷ്ടസ്വഭാവമുണ്ടാവാൻ" എന്ന സോക്രട്ടീസിന്റെ തത്വത്തിലേക്കായിരിക്കും അതു നമ്മെ നയിക്കുക. സ്വസ്ഥമായ മനസ്സു നല്ലജീവിതത്തിനു് ഏറെ സഹായിക്കുന്നു. എന്നാൽ, സ്വാ

ന്മാർഗ്ഗികനിലവാരവും മാനസികാരോഗ്യവും ഒന്നല്ല. എത്ര ബലിഷ്ഠമാനസനും ജീവിതം നന്നായി നയിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെന്നു വരാം. ശിഷ്ടരിൽ മാനസികവൈകല്യങ്ങൾ കണ്ടാൽ അത്ഭുതപ്പെടാനുമില്ല.

ഒച്ചപ്പാടൊന്നുമുണ്ടാക്കാതെ പതുങ്ങിക്കഴിയുന്നവർ മാനസികാരോഗ്യമുള്ളവരായിക്കൊള്ളണമെന്നില്ല. അപകർഷബോധത്തിന്നോ ഭയവികാരത്തിന്നോ അടിപ്പെട്ടവരും ശാന്തമായിക്കഴിയാറുണ്ടല്ലോ. ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ മനുഷ്യൻ വിജൃംഭിതനാകണം. അനീതിയിൽ സഹിഷ്ണുത കാണിക്കുക ബലഹീനമായ ഇച്ഛയെയാണു സൂചിപ്പിക്കുന്നതു്. എന്തിനും മററുള്ളവരെ അനുകരിക്കുന്നവർക്കും സുശക്തമായ ചേതസ്സാണുള്ളതെന്നു പറയാൻ കഴിയുകയില്ല. എല്ലാത്തിലും പ്രത്യേകതകൾ പ്രദർശിപ്പിക്കുക പലപ്പോഴും മാനസികവൈകല്യത്തിന്റെ നിദർശനമായിട്ടുവേണം കരുതാൻ.

ബലഹീനമായ ഇച്ഛ ആന്തരികാടിമത്തത്തിനു നിദാനമാണു്. താനെടുത്ത തീരുമാനത്തിൽ ഉറച്ചുനില്ക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞെങ്കിലേ പ്രതികൂലസാഹചര്യങ്ങളിൽപ്പോലും കർത്തവ്യനിർവ്വഹണം സാധിക്കൂ. സ്വതന്ത്രമായ ഇച്ഛാവൃത്തിക്കു വിലങ്ങുതടിയായി വികാരങ്ങൾ വരുകയുമരുതു്. വികാരങ്ങളിൽ മുങ്ങിപ്പൊങ്ങുന്ന വ്യക്തിക്കു വ്യക്തമായ പരിപാടികളെ പിന്തുടരുവാൻ മിക്കവാറും അസാദ്ധ്യമാണല്ലോ. യുവാക്കൾ ജീവിക്കുകയും വളരുകയും ചെയ്യുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ ചിത്തസ്ഥിതിയെ സാരമായി ബാധിക്കുന്നു. ആരോഗ്യകരവും ആനന്ദജനകവുമായ പരിതഃസ്ഥിതി സൃഷ്ടിക്കുവാൻ മാതാപിതാക്കന്മാർക്കും ഗുരുനാഥന്മാർക്കും പ്രത്യേകകടമയുണ്ടു്.

പാരമ്പര്യവും മാനസികവൈകല്യത്തിന്ന കാരണമായി ത്തീരാമെന്നു ചില മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു. മാനസികനില ഉൽകൃഷ്ടമാകണമെങ്കിൽ സാന്മാർഗ്ഗികതത്വങ്ങളെക്കുറിച്ചു ബുദ്ധിയിൽ ഉറച്ച അവബോധമാണാവശ്യം. അതു ധാർമ്മികബോധനംമൂലം സാധിക്കണം.

സ്വഭാവരൂപവത്കരണം

യുവാവിൽ ദൃഢമായ സ്വഭാവം (Sound character) രൂപപ്പെടുത്തുകയാണല്ലോ യുവജനപരിശീലനത്തിന്റെ പ്രധാനലക്ഷ്യം. സ്വതന്ത്രമായി തിരഞ്ഞെടുത്ത നിശ്ചിത സാന്മാർഗ്ഗികതത്വങ്ങളിൽ അടിയുറച്ച പ്രകൃതിയാണു സൽസ്വഭാവത്തിന്റെ മൂലക്കല്ല്. ധാർമ്മികാശയങ്ങൾക്കൊത്തു സ്വന്തം അഭിപ്രായങ്ങൾക്കു രൂപംകൊടുക്കുകയും അതിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ പ്രവൎത്തനങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യുക സൽസ്വഭാവിയുടെ കടമയാണു്. ഏതു പരിതഃസ്ഥിതിയിലും ഉറച്ച ധാർമ്മികസംഹിതയോട് ഒട്ടിച്ചേൎന്നു നില്ക്കുവാനുള്ള ഉൾക്കരുത്തും അയാൾ സമാർജ്ജിച്ചിരിക്കണം. ഉൾക്കരുത്തിന്റെ ഉറവിടം അനുസ്യൂതമായ പ്രയത്നത്തിൽനിന്നു സംലബ്ധമായ വൈകാരികമാനസികശീലങ്ങളാണു്. പ്രാതികൂല്യങ്ങളിൽ പതർച്ചകൂടാതെ നിലനില്ക്കുവാൻ കെല്പുററ ഇച്ഛാശക്തി സൎവ്വപ്രധാനമാണുതാനും. ധാർമ്മികസ്വഭാവത്തിന്റെ വളർച്ചയിൽ പ്രധാനപങ്കു വഹിക്കുന്ന ഈ വിവിധങ്ങളായ ഘടകങ്ങളെപ്പററിയാണു മുൻഖണ്ഡങ്ങളിൽ ചർച്ചചെയ്തതു്.

സൽസ്വഭാവിയായ യുവാവിനെ വാൎത്തെടുക്കണമെങ്കിൽ കുഞ്ഞുന്നാളിലേമുതൽ ശ്രദ്ധിക്കണം. വികലമായ ശീലങ്ങൾ കുട്ടിക്കാലത്തുതന്നെ നേടിക്കഴിഞ്ഞാൽ അതു മാറു

വാൻ പ്രയാസമായിത്തീരും. അപകടകരമായ പ്രവണതകൾ അപ്പോഴപ്പോൾ നിയന്ത്രിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം. കിളിന്തായ ബാലമനസ്സിനെ നയിക്കുവാൻ എളുപ്പമാണുതാനും. യൗവ്വനാരംഭത്തിൽ ഉൽഭൂതമാകുന്ന വികാരങ്ങളും മാനസികാവസ്ഥയും നല്ലസ്വഭാവത്തിനു് ഒട്ടും സഹായകരമല്ല. എന്നാൽ, ദൃഢമായ സ്വഭാവത്തിന്റെ മുളകൾ പൊന്തിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ വേണ്ടത്ര ശ്രദ്ധയും സഹകരണവും നല്കിയാൽ വളർന്നു പക്വതയെത്തിക്കൊള്ളും.

കായികാരോഗ്യം

വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ സർവ്വതോന്മുഖമായ വളർച്ചയാണ് യുവജനപരിശീലനത്തിന്റെ അന്തിമലക്ഷ്യം. ബൗദ്ധികവും ധാർമ്മികവും മാനസികവുമായ വളർച്ചയോടൊപ്പം ശാരീരികശക്തിയും യുവാവു സമ്പാദിച്ചേ തീരൂ. സാധാരണയിൽകവിഞ്ഞ ബുദ്ധിസാമർത്ഥ്യം കാണിക്കുന്ന പല കുട്ടികളും കായികമായി അത്രയൊന്നും മെച്ചപ്പെട്ടവരല്ലെന്നായിരിക്കും നമ്മുടെ അനുഭവം. അതിൽനിന്നു കായികാരോഗ്യം ജീവിതവിജയത്തിനു് ആവശ്യമില്ല എന്ന നിഗമനത്തിൽ എത്തിച്ചേരുക മൗഢ്യമാണ്. സാധാരണനിലയിലെങ്കിലും ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കാൻ കഴിവുള്ള വ്യക്തികൾക്കേ മാനസികമായി കാര്യമായിട്ടെന്തെങ്കിലും പ്രവർത്തിക്കാൻ കഴിയൂ. "ആരോഗ്യവത്തായ ശരീരത്തിൽ ആരോഗമായൊരു മനസ്സ്" എന്ന അഭിജ്ഞവാക്യത്തിന്റെ പൊരുളിതാണു്. ശരീരവും മനസ്സും പരസ്പരം സമാശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നതിനാൽ, ശരീരത്തിൽ ഉളവാകുന്ന കെടുതികൾ മാനസികവ്യാപാരങ്ങളെ സാരമായി സ്പർശിക്കുന്നു. വികാരങ്ങളെ താളപ്പെടുത്തി മുന്നോട്ടു പോകുവാനും പതർച്ചകൂടാതെ ചിന്തിക്കുവാനും സശ്രദ്ധം പഠിക്കുവാനും ഓർമ്മശക്തി വളർത്തുവാനും ആരോഗ്യവാനായ യുവാവിനു് എളുപ്പത്തിൽ സാധിക്കുന്നു. ഭാവിജീവിതം കായികാദ്ധ്വാനത്തിനു് ഉഴിഞ്ഞുവയ്ക്കേണ്ടവർമാത്രമേ ശരീരത്തെ കാര്യമായി സംരക്ഷിക്കേണ്ടൂ എന്ന ധാരണയും മുഴുവൻ ശരിയല്ല. കൂടുതൽ അദ്ധ്വാനിക്കാനുള്ളവർ ഏറെ ശ്രദ്ധിക്കണമെന്നു തീർച്ച. എന്നാൽ, മാനസിക

മായി പണിപ്പെടേണ്ടവർ ആരോഗ്യത്തെപ്പററി അശ്രദ്ധരാകണമെന്നു് അതിനർത്ഥമില്ല.

പേശീവളർച്ച

ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിൽ സുപ്രധാനമാണു്, മാംസപേശികളുടെ ശിക്ഷണം. മനുഷ്യശരീരത്തിൻെറ പകുതി ഭാരവും മാംസപേശികളുടേതാണു്. മനുഷ്യനിലെ ഉർജ്ജത്തിൻെറ മുഖ്യഭാഗവും വിസർജ്ജിക്കപ്പെടുന്നതു പേശികളിലൂടെയാണു്. പേശീവ്യൂഹങ്ങളുടെ നിയന്ത്രണാത്മകമായ പ്രവൎത്തനത്തിലൂടെയാണു ശ്വാസനം, ദഹനം, രക്തചംക്രമണം മുതലായവ നടക്കുന്നതു്. വിവിധവികാരങ്ങൾ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നതും ഇച്ഛാശക്തിയുടെ പ്രവൎത്തനം പ്രകടമാകുന്നതും പേശീസമൂഹങ്ങളുടെ സഹായത്താലാണു്. മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ നിർണ്ണായകമായ നിയന്ത്രണം ചെലുത്തുന്ന ശീലങ്ങൾ കരുപ്പിടിക്കുന്നതും മാംസപേശികളുടെ ആവൎത്തനപ്രത്യാവൎത്തനങ്ങളുടെ ഫലമാണല്ലോ. മനുഷ്യൻെറ ബോധപൂൎവ്വകമായ ചലനങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന തലച്ചോറിൻെറ മാംസളമായ ഭാഗമുണ്ടല്ലോ, അതിൻെറ കാര്യക്ഷമത വർദ്ധിക്കുന്നതും അഭ്യാസംകൊണ്ടാണു്. മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ സൎവ്വസ്പർശകമായ സ്വാധീനതയുള്ള വിവിധപേശികളെ ശരിയായി മെരുക്കിയെടുക്കുകയാണു കായികാരോഗ്യത്തിൻെറ അടിസ്ഥാനം.

എങ്ങനെയാണു പേശീശിക്ഷണം നടക്കുക? ജനനം മുതല്ക്കേ ഇതാരംഭിച്ചുകഴിഞ്ഞു. ഓരോ നേരിയ ചലനവും ശിക്ഷണത്തിൻെറ ഊടുംപാവുമാണു്. തീരെചെറുപ്പത്തിൽ തന്നെ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈ ശിക്ഷണം. അന്നൊന്നും പ്രത്യേകശ്രദ്ധ ചെലുത്തണമെന്നില്ല. എന്നാൽ, താരുണ്യത്തിലെത്തുന്നതോടുകൂടെ മട്ടുമാറും. തരുണൻെറ മാംസപേ

ശികൾ അസാധാരണമായ പുഷ്ടി പ്രാപിക്കുന്നു. പേശികൾ കൂടുതൽ ദൃഢവും ശക്തവുമാകുന്നു. ഉറന്നൊഴുകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ശരീരബലം നിരന്തരപ്രയത്നത്തിനു കളമൊരുക്കുന്നു. ഓജസ്സും ഊർജ്ജവും പ്രസരിക്കുവാൻ വെമ്പുന്നു. ശരീരചലനങ്ങളിൽ കൂടുതൽ നിയന്ത്രണം സംപ്രാപ്തമാകുകയും നൈമിഷികപ്രതിചലനങ്ങൾക്കു (Reflex actions) സൂക്ഷ്മതയും (delicacy) ലാഘവവും വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. തന്മൂലം കൂടുതൽ അവധാനത അനിവാര്യമായിത്തീരുന്നു. ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ മൂന്നു മാർഗ്ഗങ്ങളാണു പേശീവ്യൂഹങ്ങൾ രൂപപ്പെടുത്തുവാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നത്: 1) വേല, 2) വ്യായാമം, 3) കായികവിനോദം.

വേലയും വ്യായാമവും

താരുണ്യത്തിൽ ജോലിയെടുക്കുകയാണെങ്കിൽ പല ഗുണങ്ങളുണ്ട്: ശരീരത്തിന് ഉറപ്പും മനസ്സിനു ധൈര്യവും മാത്രമല്ല, കുടുംബത്തിന് ഉപകാരംകൂടിയായിരിക്കും. ചെറുപ്പത്തിലേ വയലിൽ വിയർപ്പൊഴുക്കുന്ന കർഷകരുടെ മക്കൾ നല്ല തടിമിടുക്കുള്ളവരായി വളർന്നുവരാറുണ്ടല്ലോ. പഠിക്കുവാനാണെങ്കിലും ഇവർ പിന്നോക്കമായിരിക്കയില്ല. മററുള്ളവരെക്കാൾ മനശ്ശക്തിയും ഇവരിൽ കാണാറുണ്ട്. വേലയ്ക്ക് ഒരു തരക്കേടുണ്ട്—ജോലിചെയ്യുന്ന അവയവങ്ങളുടെ പേശികളേ ഏറേയും വളരൂ. മററു പേശികൾക്കുകൂടി ആനുപാതികവളർച്ച ലഭിക്കുവാൻ വേറെ മാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കണം. ആഹ്ളാദവും പ്രസരിപ്പും വിതുമ്പിനില്ക്കുന്ന തരുണനു തുടർച്ചയായ ജോലി മുഷിപ്പനായി തോന്നിയെന്നുവരാം. ആനന്ദകരമായ മറെറാന്നിലും ഇടപെടാനാവാതെ ഒരേ ജോലിയിൽ എപ്പോഴും ഏർപ്പെടുക തരുണനു തീരെ പാററിയതല്ല.

ബലിഷ്ഠകായം സിദ്ധിക്കുവാൻ വളരെ സഹായകമാണു വ്യായാമം. വ്യവസ്ഥാപിതവും നിരന്തരവുമായ അഭ്യാസം പേശികൾക്ക് അയവും കരുത്തും നല്കുന്നു. ശരിയായ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം, താളാത്മകമായ അംഗവിന്യാസം, സമഞ്ജസമായ ശാരീരികനിയന്ത്രണം മുതലായി അനേകം നന്മകൾ കായികപരിശീലനംമൂലം വ്യക്തികൾക്കു ലഭിക്കും. ഇതിനു നമ്മുടെ വിദ്യാലയങ്ങളിലേ ഡ്രിൽപരിശീലനം പ്രയോജനകരമാണു്. സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുശേഷം രൂപംകൊണ്ട നാഷനൽ കേഡററ്കോറുകൾ യുവാക്കളിൽ സാമൂഹികവാസനയും ദേശീയബോധവും വളർത്തുന്നു. അതോടൊപ്പം മാനസികസാന്മാർഗ്ഗികശിക്ഷണത്തിനു പററിയ മാർഗ്ഗംകൂടിയാണതു്. താരുണ്യത്തിലേ ആത്മവിശ്വാസവും കർമ്മനിപുണതയും ഉദ്ദീപിപ്പിക്കുവാൻ പര്യാപ്തമാണു സംഘാതമായ മാർച്ചുപോസ്ററു്, പതാകാഭിവാദനം മുതലായ പരിപാടികൾ. തരുണനെസ്സംബന്ധിച്ച ശാരീരികവ്യായാമത്തിനും കുറവുകളുണ്ടെന്ന കാര്യം വിസ്മരിക്കാൻ വയ്യാ. യുവസഹജമായ ഉത്സാഹവും ആരോഗ്യകരമായ മത്സരചിന്തയും വികസിക്കുവാൻ വ്യായാമത്തിലൂടെ അവസരം ലഭിച്ചില്ലെന്നു വരാം. തന്മൂലം അതു് അരസികമായി തോന്നാനെളുപ്പമുണ്ടു്. ക്രമേണ നിശ്ചിതപരിപാടിയോടുകൂടിയ ശാരീരികപരിശീലനത്തിൽനിന്നു വിരമിക്കുവാൻ പ്രേരണയുണ്ടാകുന്നു. യുവാക്കൾക്കുവേണ്ടി നടത്തപ്പെടുന്ന ജിമ്നേഷ്യംക്ലാസ്സുകളിൽ ആരംഭത്തിൽ കാണുന്ന ചൈതന്യവും ഉത്സാഹവും നിലനിറുത്തിക്കൊണ്ടുപോകുക എളുപ്പമല്ലെന്നാണു് അനുഭവജ്ഞന്മാരുടെ അഭിപ്രായം.

കായികവിനോദം

പേശീവ്യൂഹങ്ങളുടെ ക്രമാനുഗതമായ വളർച്ചയ്ക്കു ജോലിയെക്കാളും വ്യായാമത്തെക്കാളും ഉപകരിക്കുന്നതു കായികവിനോദമാണ്. ഒരേ താളക്രമത്തിലുള്ള നിശ്ചിതചലനങ്ങളാണു വേലയിലും വ്യായാമത്തിലും പേശികൾക്കു ലഭിക്കുക. എന്നാൽ, കായികവിനോദങ്ങളിൽ മിക്കവാറും എല്ലാ പേശികൾക്കും അഭ്യാസം ലഭിക്കുന്നു. അപ്രതീക്ഷിതപ്രതികരണങ്ങൾ ആവശ്യകമായി വരുന്നതുകൊണ്ട്, ഭാവിയിൽ പേശികൾക്ക് ഏതുതരത്തിലുള്ള പ്രതിചലനത്തിനും പരിശീലനംകൂടിയാകുന്നതു്. അതു സിരാവ്യവസ്ഥയിലും പേശീവ്യൂഹത്തിലും ഐക്യവും പൊരുത്തവും സൃഷ്ടിക്കുന്നു. മാനസികവളർച്ചയ്ക്കും കളികൾ സഹായിക്കുന്നു. ഇന്നത്തെ മിക്ക കളികൾക്കും നിശ്ചിതനിയമങ്ങളുണ്ടല്ലോ. അവ മനസ്സിരുത്തി പഠിക്കുന്നതു നല്ലൊരു മാനസികാഭ്യാസമാണ്; അതു പ്രായോഗികമാക്കുമ്പോൾ പ്രത്യേകിച്ചും. ശ്രദ്ധയും വിവേചനവും കളിമൂലം തീവ്രവും നിശിതവുമാകുന്നു. കളികൾക്കുശേഷമുള്ള സ്വച്ഛമായ മാനസികാവസ്ഥ പഠനത്തിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധചെലുത്തുവാൻ സഹായിക്കും.

മത്സരക്കളികൾമൂലം തരുണന്റെ സ്വഭാവവും ദൃഢപ്പെടുന്നു. എതിർശക്തികളുടെ മുന്നേററത്തെ തടഞ്ഞുനിറുത്തുവാനുള്ള നിരന്തരപ്രയത്നം ഇച്ഛാശക്തിയെ കരുത്തുററതാക്കുന്നു. കളികളുടെ അടവുകളും പുരോഗതിയും സൂക്ഷ്മമായി നോക്കിക്കൊണ്ടു് അതിനൊത്തു നീങ്ങുക കളിയുടെ വിജയത്തിനു് അത്യാവശ്യമാണല്ലോ. വികാരങ്ങൾക്കടിപ്പെടാതെ വിവേകപൂർവ്വം പ്രവർത്തിച്ചില്ലെങ്കിൽ പരാജയപ്പെടുമെന്ന ഭയം വൈകാരികനിയന്ത്രണം പാലിക്കുവാൻ തരുണനു പ്രചോദനമരുളും. സ്വഭാവത്തിന്റെ തനിനിറം പുറത്താകുന്നതു സ്പോർട്ട്സ് ഗ്രൗണ്ടിലാണ്. മത്സരാവസര

ത്തിൽ താൻ കാണിക്കുന്ന വെപ്പാളവും ദൌർബ്ബല്യവും മററു ള്ളവരുടെ പരിഹാസവിഷയമാകുന്നുവെന്നു കാണുമ്പോൾ അ ടക്കവും നിയന്ത്രണവും പാലിക്കുവാൻ യുവഅത്‌ലെററ് നിർബ്ബന്ധിതനാകുന്നു. താനുൾപ്പെട്ട ടീമിൻെറ വിജയ ത്തിവേണ്ടി തെററുകൾ തിരുത്തുവാൻ അയാൾ ഉത്സാഹി ക്കുന്നു. പല പ്രാകൃതവാസനകളും സംസ്കരിച്ചെടുക്കുവാൻ ക ളികൾ സഹായിക്കുന്നു. ചില കാട്ടുജാതിക്കാരുടെയിടയിൽ പ്രത്യേകതരം കളിയുണ്ട്. മററുള്ളവരുടെ സാധനങ്ങൾ എ ററവുമധികം ഒളിച്ചുവയ്ക്കാൻ ആർക്കു കഴിയുമോ അയാളാ ണ് മത്സരത്തിൽ വിജയംവരിക്കുക. കളവും കൊള്ളിവെ പ്പും പരമ്പരാഗതമായി ശീലിച്ചുപോന്ന ആ കാടൻജാതി ക്കാർ തങ്ങളുടെ നൈസർഗ്ഗികവാസനയെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുക യാണത്രേ ഈ കളിയിലൂടെ. മററുള്ളവരെ ജയിച്ചടക്കാനുള്ള ആഗ്രഹം (Mastery instinct), എന്ന ഒട്ടും അപ്രധാനമല്ലാ ത്ത ജന്മവാസനയ്ക്കു കളിയിലൂടെ പ്രസരണം ലഭിക്കുന്നു. ക ളികൊണ്ടുള്ള ഗുണങ്ങൾ കളിക്കുന്നവർക്കുമാത്രമല്ല കാഴ്ചക്കാ ക്കും ലഭിക്കുന്നുണ്ട്. വള്ളം വാശിയോടുകൂടെ വലിക്കുന്നവക്കു മാത്രമല്ല, കരയിൽ നോക്കിനില്ക്കുന്നവക്കും തന്മയീഭാവംമൂ ലം സംതൃപ്തി ലഭിക്കാറുണ്ട്. പന്തുകളിയിൽ ഒരു ഗോൾ അ ടിക്കുമ്പോൾ ഗോൾ അടിച്ചയാളിനെക്കാൾ കൂടുതൽ ആഹ് ളാദഭരിതനാകുന്നതു് അതു കണ്ടുനില്ക്കുന്ന കാഴ്ചക്കാരനാണ ല്ലോ പലപ്പോഴും.

ടീം ക്യാപ്ററൻെറ ആജ്ഞകൾക്കു വഴങ്ങേണ്ടതുകൊ ണ്ടു യുവാവു ക്രമേണ അനുസരണശീലമുള്ളവനായിത്തീരു ന്നു. ടീമിൻെറ പൊതുതാൽപര്യത്തിനുവേണ്ടി സ്വാർത്ഥം ഉ പേക്ഷിക്കാൻ നിർബന്ധിതനാകുന്നതിനാൽ ആത്മാർത്ഥമാ യി സമുദായത്തെ സേവിക്കുവാൻ പരിശീലനം ലഭിക്കുന്നു. മററുള്ളവരുടെ അഭിപ്രായങ്ങളോടു യോജിച്ചു പോകുവാനും ഒന്നിച്ചുനില്ക്കുവാനും അതിൽനിന്നു പ്രേരണ ലഭിക്കും. നേ

ത്തത്വത്തിനുള്ള വാസന പലരിലും ഊന്നിയുറയ്ക്കുന്നതു കളിയിലൂടെയാണ്. സമപ്രായക്കാരോട് ഇടപെടുന്നതുമൂലം ധൈര്യവും തന്റേടവും സമാർജ്ജിക്കാൻ കഴിയും. തന്റെ കഴിവും കഴിവുകേടും വ്യക്തമായി ബോധപ്പെടുന്നതിനും അങ്ങനെ ആത്മജ്ഞാനം വർദ്ധിക്കുന്നതിനും സൗകര്യം ലഭിക്കുന്നു. കളിയിൽ പലപ്പോഴും പരാജയം സംഭവിക്കുന്നതുകൊണ്ടു ഭാവിജീവിതത്തിലും തോൽവി നിസ്സാരമായിക്കരുതി മുന്നേറുവാൻ കരുത്തുള്ളവനായിത്തീരുന്നു യുവാവ്.

താരുണ്യത്തിൽ കായബലം അനുസ്യൂതം പെരുകിക്കൊണ്ടിരിക്കയാണല്ലോ. ഈ ഓജസ്സു കെട്ടിനില്ക്കുകയില്ല. അതു പുറത്തുപോകുവാൻ ചാലുകൾ അന്വേഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും. ചാലുകൾ തുറന്നുകിട്ടിയില്ലെങ്കിൽ പല വൈകാരികസംഘട്ടനങ്ങൾക്കും അതു വഴിതുറക്കുന്നു. തന്മൂലം, സാന്മാർഗ്ഗികതകർച്ചയും സംഭവിക്കുക എളുപ്പമാണ്. ശരീരത്തിൽ ഊറിക്കൂടുന്ന ഊർജ്ജത്തിനു ലൈംഗികവിഷമതകളുമായി പരോക്ഷമായ ബന്ധമെങ്കിലുമുണ്ടെന്ന കാര്യം ഇവിടെ ഓർക്കണം. ഊർജ്ജപ്രസരണത്തിന് ആരോഗ്യപ്രദമായ മാർഗ്ഗമാണ് കളി. കളിയിൽത്തന്നെ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തുന്നതുമൂലം ഉപദ്രവകരമായ ചിന്തകൾക്കു മനസ്സിൽ സ്ഥാനമില്ലാതാകും. പകലത്തെ അദ്ധ്വാനകരവും ആഹ്ളാദപ്രദവുമായ കളി യുവാവിനു സ്വച്ഛമായ നിദ്ര പ്രദാനംചെയ്യുന്നു. അങ്ങനെ പ്രലോഭനങ്ങൾ പടർന്നു കയറാൻ പരിതഃസ്ഥിതിയില്ലാതാകുന്നു.

എപ്പോഴും എന്തെങ്കിലും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കാൻ യുവജനങ്ങൾക്കു പ്രചോദനം നല്കുകയാണു യുവജനശിക്ഷണത്തിന്റെ മൗലികനിയമങ്ങളിലൊന്ന്. "അലസമായ മനസ്സ് പിശാചിന്റെ പണിപ്പുര"യാണല്ലോ. തരുണനെ പ്രവർത്തനനിരതനാക്കുവാൻ പര്യാപ്തമായ മാർഗ്ഗങ്ങളിൽ ഒട്ടും അപ്രധാനമല്ലാത്ത സ്ഥാനമാണ് ആകർഷകമായ കളികൾ

ക്കുള്ളതു്. കായികവിനോദത്തിൽ മുഴുകിയ യുവാവു് പുറമെ യുള്ള ലോകത്തെതന്നെ വിസ്മരിക്കുന്നു. പന്തിൻെറ പിറകെ പാഞ്ഞെത്തുന്ന അയാൾക്കു് ഏകവിചാരമേയുള്ളു: ഗോളടി ണ്ണം. നല്ല കളിക്കാരിൽ വികലമായ ചിന്തകൾക്കും അനാ ശാസ്യമായ പരിപാടികൾക്കും സ്ഥാനമുണ്ടാകുക സാധാര ണമല്ല. കൂട്ടുകെട്ടിൽനിന്നു് അകന്നുനില്ക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കു ന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളെ കളികളിൽ വ്യാപൃതരാക്കുവാൻ കഴി ഞ്ഞാൽ അതവർക്കു് ആശ്വാസവും ആനന്ദവും പ്രദാനംചെ യ്യും. നീതിബോധം, സഹകരണം, ആത്മാഭിമാനം, ആത്മ നിയന്ത്രണം, പരസ്പരബഹുമാനം, ആവേശം, സൗമ്യത, രാ ജ്യഭക്തി, സ്നേഹം മുതലായ മററനേകം ഉൽകൃഷ്ടശീലങ്ങൾ കായികവിനോദംമൂലം യുവാവിൽ സംജാതമാക്കാമെന്നു് ദീർഘകാലം ലണ്ടനിലേ യുവജനസംഘടനകളുടെ നേതൃ ത്വം വഹിച്ച കിലിയൻ ഹെൻറിച്ച പ്രസ്താവിക്കുന്നു.

സ്പോർട്ട്സ്മാൻ സ്പിരിററു്

ശരിയായ സ്പോർട്ട്സ്മാൻ സ്പിരിററു യുവമനസ്സിൽ വളർത്തുക ആവശ്യകമത്രേ. മററുള്ളവരോടു മത്സരിച്ചു ജയി ക്കുന്നതു പ്രശംസനീയമാണു്. എന്നാൽ, ഏതുമാർഗ്ഗം പ്ര യോഗിച്ചാലും ജയിക്കണമെന്ന വാശി ഹീനമത്രേ. പരാജ യം സമ്മതിക്കുവാൻമാത്രം വിശാലമനസ്കരായിരിക്കണം തോററവർ. കൂടുതൽ പരിശീലനംനേടി അടുത്തമത്സര ത്തിൽ വിജയത്തിനുള്ള കളമൊരുക്കുവാൻ പ്രചോദനം ആർജ്ജിക്കുകയാണു വേണ്ടതു്. ഫീൽഡിൽവച്ചുതന്നെ പ രസ്പരം കൈകൊടുത്തു പിരിയുന്നതു സംസ്കാരത്തിൻെറ യും ഉയർന്ന മാനസികനിലവാരത്തിൻേറയും ലക്ഷണമാ ണു്. ഒരു ടീം ഗോളടിച്ചു. പക്ഷേ, മറേറ ടീമിനും സാധ്യത

ഉണ്ടായിരുന്നു എന്ന കാര്യം വിസ്മരിക്കരുത്. തോററ ടീമിനെ ഹീനമായി നിന്ദിക്കുക അപഹാസ്യമാണു്.

കളിമൂലം പഠനം അവഗണിക്കരുത്. കിടമത്സരങ്ങളിൽ അത്ലെററുകളാകാൻ ഉന്നമില്ലാത്തവരുടെ ജീവിതത്തിൽ കളികൾക്കു് അതിനനുസരിച്ച പ്രാധാന്യമേ നല്കാവൂ.

യുവജനങ്ങൾക്കു കായികമത്സരത്തിൽ അഭിരുചിയും ആവേശവും നല്കേണ്ടതു സ്കൂളുകളും കോളേജുകളുമാണു്. സ്പോർട്ട്ലോകത്തിൽ ഇന്ത്യയ്ക്കു മഹത്തായ സ്ഥാനം നേടിക്കൊടുക്കുവാനുള്ള ചവിട്ടുപടികളാണു സ്കൂൾടീമുകൾ. പ്രവിശ്യാടിസ്ഥാനത്തിലും ഇടവകാടിസ്ഥാനത്തിലും കായികമത്സരങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിൻെറ പ്രാധാന്യം വ്യക്തമാണല്ലോ.

യുവജനാപരാധങ്ങൾ

താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ ചില പ്രത്യേകതരം തെററുകൾക്കു യുവാക്കൾ വിധേയരാകാറുണ്ടു്. (ഇംഗ്ലീഷിൽ Juvenile Delinquency എന്നു വിളിക്കുന്ന ഈ തെററിനു യുവജനാപരാധം എന്നു പേർ നല്കാം.) യുവത്വത്തിൻെറ പ്രത്യേകമായ സ്വഭാവവും വാസനയും പരിതഃസ്ഥിതിയുംമൂലം നാമ്പുനീട്ടുന്ന അപരാധങ്ങളാണിവ. സമകാലീനസാമൂഹികശാസ്ത്രം ഇതേപ്പററി വളരെയധികം സർവ്വേകളും പഠനങ്ങളും നടത്തിയിട്ടുണ്ടു്. ആധുനികകാലത്തെ കുററവാളികൾ നാല്പതു ശതമാനവും യുവാക്കളാണെന്നും കുററം ചെയ്യുവാനുള്ള പ്രവണത യുവതലമുറയിൽ കൊല്ലംതോറും വർദ്ധിച്ചുവരികയാണെന്നുമാണു് അമേരിക്ക തുടങ്ങിയ വിദേശരാജ്യങ്ങളിലെ മനശ്ശാസ്ത്രപഠിതാക്കളുടെ നിഗമനം. താരതമ്യേന കുറവാണെങ്കിലും നമ്മുടെ നാട്ടിലും യുവജനാപരാധങ്ങൾ വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടാണിരിക്കുന്നതു്. ഇൻഡ്യയിലെ പ്രധാനപ്പെട്ട പല പട്ടണങ്ങളിലെയും കുററങ്ങളുടെ പട്ടിക താരതമ്യം ചെയ്തുകൊണ്ടു പ്രമുഖ സാമൂഹികശാസ്ത്രവിശാരദനായ ഡാക്ടർ വിൽഫ്രിഡ്സിംഗ് അഭിപ്രായപ്പെടുന്നതു് "അപകടകരവും സങ്കീർണ്ണവുമായ ബാലജീവിതത്തിൻെറ ഫലമായി നമ്മുടെ നാട്ടിൽ യുവജനാപരാധങ്ങൾ വളരുകയാണെന്നു നിസ്സംശയം പറയാം" എന്നാണു്. ഇതിനെസ്സംബന്ധിക്കുന്ന ഒരു ബിൽ 195?-ൽ രാജ്യസഭയിൽ അവതരിപ്പിക്കപ്പെട്ടതു പ്രശ്നത്തിൻെറ ഗൗരവം ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നുണ്ടു്. തന്മൂലം ഭാവിയിലെങ്കിലും ഇതു

കൂടുതൽ കാര്യമായ പരിഗണനെ അർഹിക്കുന്നു. ഇന്ത്യയിൽ പതിന്നാലുമുതൽ പതിനാറുവയസ്സുവരെയുള്ള കാലാവസ്ഥ യിലാണു് അപരാധങ്ങൾ അധികമായി കാണുന്നതെന്നു പ്രൊഫസർ ഉദയശങ്കർ പറയുന്നു.

യുവജനാപരാധങ്ങൾ പലതും ശ്രദ്ധയർഹിക്കത്തക്കവ യല്ല. മുതിർന്നവരെ കളിയാക്കുക, കളിയിൽ തോററ എതിരാളിയെ കൂക്കുവിളിക്കുക, സ്കൂളിൽ ബഹളമുണ്ടാക്കുക മുതലായവയെപ്പററി ചിന്തിച്ചു തലപുണ്ണാക്കാനില്ല എന്നാണു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരുടെ അഭിപ്രായം. അതൊക്കെ ഒരു പ്രായം കഴിയുമ്പോൾ കൊഴിഞ്ഞുപോകുന്ന കോപ്രാട്ടികളാണു്. എന്നാൽ ദൂരവ്യാപകഫലങ്ങളുളവാക്കുന്നതും ജീവിതത്തിലുടനീളം മായാത്തമുദ്ര പതിക്കുന്നതുമായ ചില തകരാറുകൾ ചിന്തനീയമാണു്.

അലഞ്ഞുനടക്കൽ (Truency)

അലഞ്ഞുതിരിയാനും ഒളിച്ചുനടക്കാനുമുള്ള വാസന താരുണ്യത്തിന്റെ പ്രഥമദശയിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടാറുണ്ടു്. യുവത്വത്തിന്റെ സഹജമായ സ്വാതന്ത്ര്യാഭിനിവേശമാണു് ഇതിനുറവിടം. നിയമത്തിനും ചിട്ടയ്ക്കും മരുങ്ങാത്ത മനസ്സു്, അലഞ്ഞുനടക്കാനുള്ള ആഗ്രഹം യുവാവിൽ ജ്വലിപ്പിക്കും. കൂട്ടുകാരുടെ പ്രോത്സാഹനവും അരസികമായ സാഹചര്യങ്ങളുമാണു് അലഞ്ഞുനടക്കുവാൻ ആദ്യമാദ്യം പ്രേരണ നല്കുന്നതു്. ചില കുട്ടികൾ വീട്ടിൽനിന്നു കിട്ടാവുന്നിടത്തോളം പണംചൂണ്ടി "പുറപ്പെട്ടു"പോകാറുണ്ടല്ലോ. കയ്യിലുള്ള കാശു തീരുമ്പോൾ കറങ്ങിത്തിരിഞ്ഞു നാട്ടിലേക്കുതന്നെ മടങ്ങിപ്പോരുന്നു. ഇതിൽനിന്നു് ആഹ്ളാദകരമായ അനുഭവമാണുണ്ടാകുന്നതെങ്കിൽ, വീണ്ടും പോയെന്നു

വരാം. എന്നാൽ, അകലെപ്പോയി കഷ്ടപ്പെട്ട വലഞ്ഞു മടങ്ങിവന്നാൽ, മിക്കവാറും അതാവർത്തിക്കുകയില്ല.

പല അബദ്ധങ്ങളിലും ചാടാൻ പര്യാപ്തമാണു കറങ്ങിത്തിരിയൽ. സാഹസികപ്രവൃത്തി ചെയ്യുവാനുള്ള യുവാവിൻെറ ജന്മവാസന എന്തെന്തു ആപത്തുകളാണു് അയാൾക്കു വരുത്തിവയ്ക്കുക. മററുള്ളവരുടെ വസ്തുക്കൾ അപഹരിക്കുക, അസാന്മാർഗ്ഗികബന്ധങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുക മുതലായ അനേകം കെടുതികൾ ഇതുമൂലം ഉളവാകുന്നു. മാതാപിതാക്കന്മാർ അറിഞ്ഞാൽ അപകടകരമാകുമെന്ന ബോധം കള്ളം പറയുവാനും അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കും.

യുവജീവിതത്തിൽ മൊട്ടിട്ടു വിരിയുന്ന അനുഭൂതികൾ പ്രകടമാക്കുവാൻ പററിയ അന്തരീക്ഷം കുടുംബത്തിലും വിദ്യാലയത്തിലും ലഭ്യമാകാത്തതിനാലാണു് അലഞ്ഞുതിരിയുവാൻ യുവാവിനു് ആവേശമുണ്ടാകുന്നതു്. വിദ്യാലയത്തിലേ പരിപാടികൾ താല്പര്യജനകവും ക്ലാസ്സുകൾ ആകർഷകവുമായിരുന്നാൽ "ചാടിപ്പോകുവാൻ" ഒരു വിദ്യാർത്ഥിയും ഇഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. വിഷയാവതരണത്തിലും ചർച്ചയിലും പുതുമയും വൈവിധ്യവും വേണം. ആവർത്തനം യുവാവു് ഒരിക്കലും ഇഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. രസകരമായി പഠിപ്പിക്കുവാൻ കഴിവില്ലാത്ത അധ്യാപകൻെറ ക്ലാസ്സിലാണു വിദ്യാർത്ഥികൾ വീർപ്പുമുട്ടുക. തന്മൂലം, എങ്ങനെയെങ്കിലും അവിടെനിന്നു രക്ഷപ്പെട്ടാൽ മതി എന്ന ചിന്ത യുവാവിനു് ഉളവാകുന്നതിൽ അത്ഭുതമില്ലല്ലോ.

വീട്ടിലും ചില സ്വാതന്ത്ര്യങ്ങളൊക്കെ തരുണർക്കു വേണം. മുറിയിൽത്തന്നെ അടച്ചുപൂട്ടിക്കഴിയണമെന്നോ എപ്പോഴും പഠിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണമെന്നോ നിർബന്ധിക്കുന്നതുകൊണ്ടു വലിയ പ്രയോജനമൊന്നുമില്ല. അവരുടെ സ്വ-

ഹജമായ പ്രസരിപ്പ് അനുവദിച്ചുകൊടുക്കുകയാണു പലപ്പോഴും കരണീയം. അവർ പരസ്പരം രസകരമായി സംസാരിക്കുകയും കളിയാക്കുകയും വഴക്കു കൂട്ടുകയുമൊക്കെ ചെയ്തുകൊള്ളട്ടെ. സമയം കിട്ടുമ്പോഴെല്ലാം മാതാപിതാക്കന്മാരും അവരുടെ ഉല്ലാസത്തിൽ പങ്കുചേരുക. കുറെ പഠിച്ചു മടുക്കുമ്പോൾ തരുണർ പുറത്തുപോയി തകൃത്തുകളിക്കട്ടെ. അയൽവീട്ടിലേ കുഞ്ഞുങ്ങളുമായി കൂട്ടുചേരുന്നതിൽ അവരെ അലട്ടരുതു്. സൗഹൃദപൂർണ്ണമായ ജീവിതം അവർക്കാവശ്യകമാണു്. ഒരുകാര്യംമാത്രം പ്രത്യേകം മനസ്സിരുത്തിയാൽമതി: മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ നിയന്ത്രണമില്ലാതെ ജീവിക്കുന്ന കുട്ടികളിൽനിന്നു് അവരെ അകററിനിറുത്തുക. പലപ്പോഴും ചങ്ങാതികളുടെ ഉപദേശവും പ്രോത്സാഹനവുമാണു് ഒളിച്ചുനടക്കുവാൻ യുവാക്കന്മാരെ സഹായിക്കുന്നതു്. ഒരിക്കൽ ഒളിച്ചുപോയെന്നുവച്ചു വലിയ കുററക്കാരെപ്പോലെ യുവാക്കന്മാരോടു പെരുമാറരുതു്.

നുണ

നേരുപറയുക കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ സഹജമായ ഗുണമാണു്. മനഃപൂർവ്വം നുണ പറയുവാൻ അവർ ശ്രമിക്കാറില്ല. എന്നാൽ, കാര്യങ്ങൾ ശരിക്കു മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയാത്തതിനാൽ ചിലപ്പോൾ കുട്ടികൾ തെററു പറഞ്ഞെന്നു വരാം. അതു മററുള്ളവരെ വഞ്ചിക്കണമെന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടെ ആയിരിക്കുകയില്ല പലപ്പോഴും. കുട്ടികളുടെ തെളിവാർന്ന ഭാവന യാഥാർത്ഥ്യവും സങ്കല്പവും തമ്മിൽ കൂട്ടിക്കുഴയ്ക്കുന്നതുകൊണ്ടാണു മിക്കവാറും കള്ളം പറഞ്ഞു പോകുന്നതു്. കുട്ടിത്തം വിട്ടു താരുണ്യത്തിലേക്കു കാലുകുത്തുമ്പോൾ ചില ദിവാസ്വപ്നങ്ങൾ നുണയ്ക്കു കൂട്ടുനില്ക്കുന്നു. അങ്ങനെ യുവത്വം വിടർന്നു തുടങ്ങുന്നതോടുകൂടിയാണു മനഃപൂർവ്വം കള്ളം പറയാൻ തുടങ്ങുന്നതു്.

കള്ളം പറയുവാൻ യുവാവിനെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതു വിവിധങ്ങളായ കാരണങ്ങളാണു്. നുണയുടെ ഉറവിടത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കി മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ ആത്മപ്രശംസാപരം, നാടകീയം, കാപട്യപ്രധാനം, ഭീതിപരം എന്നിങ്ങനെ പലതരമായി ഭയത്തെ വിഭജിച്ചിട്ടുണ്ടു്. താരുണ്യത്തിൻെറ സ്വാഭാവികപ്രവണതകളുടെ പ്രകാശനമാണു് ഇവ.

മിടുക്കനും നേതാവുമായി കാണപ്പെടുവാൻ യുവാവു സാധാരണമായി ആഗ്രഹിക്കുന്നു. എന്നാൽ, മററുള്ളവരുടെ ശ്രദ്ധയർഹിക്കത്തക്ക ചെയ്തികൾക്കു കഴിവോ സാഹചര്യമോ എല്ലാവർക്കും ഉണ്ടാകുകയില്ല. ആ കഴിവുകേടു യുവാവിൽ അപകർഷബോധം (Inferiority complex) ഉളവാക്കുന്നു. താൻ കേട്ടിട്ടുള്ള വീരജന്യമായ സംഭവങ്ങളെ സ്വയം ചെയ്തതായി ഭാവിക്കുവാനും നിസ്സാരപ്രവൃത്തികളെ അതിശയകരമായി വർണ്ണിക്കുവാനും അധമബോധം തരുണനെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. കൂട്ടുകാരുടെ കൈയടിയും പ്രശംസയും ലഭിക്കുവാൻ പറഞ്ഞു കേട്ടിട്ടുള്ളതോ കപോലകല്പിതമോ ആയ ലൈംഗികാനുഭൂതികളെ യുവാവു പൊടിപ്പും തൊങ്ങലുംവച്ചു് അവതരിപ്പിക്കുന്നു. വർണ്ണനകൾ ആസ്വദിക്കുവാൻ തൻെറ മുമ്പിൽ വായിൽ വെള്ളമൂറിയിരിക്കുന്ന ചങ്ങാതിമാർ പ്രോത്സാഹനം നല്കുകയും ചെയ്യും. ഒരേ കൂട്ടുകാരോടുകൂടെ എപ്പോഴും സഹവസിക്കുവാൻ ഇത്തരം നുണയന്മാരെ അനുവദിക്കരുതു്. എന്തെങ്കിലും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കാൻ അവസരം നല്കുകയും വേണം. ചെറിയൊരു കാര്യം ഊതിവീർപ്പിച്ചു പ്രാമാണ്യംനേടാൻ ചില പെൺകുട്ടികൾ ശ്രമിക്കാറുണ്ടു്. അമ്മയ്ക്കു വാങ്ങിച്ച ആഭരണം, ചേച്ചിക്കു വിദേശത്തുനിന്നു ചേട്ടൻ അയച്ചുകൊടുത്ത സാരി ഇവയെക്കുറിച്ചെല്ലാം സഹപാഠികൾക്കു് അത്ഭുതകരമായ വിവരണങ്ങൾ നല്കുന്ന പൊങ്ങച്ചക്കാരികളെ നിലയ്ക്കുനിറു

ത്താൻ മാതാപിതാക്കന്മാക്കു കടമയുണ്ടു്. ഒരു പരിധി കട ന്നാൽ ഹിസ്റ്റീരിയയുടെ ലക്ഷണമായിത്തീരും ഈ ഡംബ്യു്.

മാതാപിതാക്കന്മാരുടെയോ അധ്യാപകരുടെയോ ശി ക്ഷയിൽനിന്നു രക്ഷപ്പെടുവാൻ ചില യുവാക്കൾ നുണ പറ യാറുണ്ടു്. കാരണമില്ലാതെ ശാസിക്കുകയും ശിക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന രക്ഷകത്താക്കന്മാർ സത്യം മറച്ചുവയ്ക്കുവാൻ കൂട്ടു നില്ക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. ശിക്ഷ എപ്പോഴും സകാരണ മായിരിക്കണം. കഴിയുമെങ്കിൽ അവർ തെററുകാരാണു് എ ന്നു യുവാക്കളെ ബോധപ്പെടുത്തിയതിനുശേഷംമാത്രമേ ശി ക്ഷിക്കാവൂ. കള്ളം ഏതു സാഹചര്യത്തിലും തെററാണെന്നും ജീവിതവിഷമതകളെ നേരുപറഞ്ഞു നേരിടാൻ ശ്രമിക്കണ മെന്നും തരുണൻ ഗ്രഹിക്കണം. ഒന്നുകൂടി, "ഭീരുക്കളെ നുണ പറയൂ" എന്നു പറഞ്ഞു നോക്കൂ. അവനിലുള്ള സാഹ സികവാസന ഉണർന്നെഴുന്നേല്ക്കുന്നതു കാണാം. ചരിത്ര ത്തിലേയും നിത്യജീവിതത്തിലേയും സത്യസന്ധന്മാരുടെ ആകർഷകമായ ജീവിതമാതൃക യുവാക്കന്മാർക്കു് ഉത്തേജനമരുളും.

സഹപാഠികളുടെ രക്ഷയ്ക്കുവേണ്ടി ചില വിദ്യാത്ഥി കൾ നുണയ്ക്കു കൂട്ടുനില്ക്കാറുണ്ടു്. ബെഞ്ചൊടിച്ച കേസിൽ സ്നേഹിതനെ അധ്യാപകൻ പിടികൂടിയാൽ ഉടനെ കൂട്ടുകാർ സഹായത്തിനെത്തുകയായി. കുററക്കാരൻ കുഴപ്പത്തിൽനി ന്നു തലയൂരിയാൽ സഹപാഠികൾ തിമിത്താഹ്ളാദിക്കും. സഹപാഠിയെ ശിക്ഷയിൽനിന്നു രക്ഷിച്ചതു സുകൃതമായി പ്പോലും ചില വിദ്യാത്ഥികൾ വിചാരിക്കുന്നു. അസൂയ യിൽനിന്നു പത്തിവിടത്തുന്ന കള്ളത്തരങ്ങളാണു് ഏററം അപകടകരം. ക്ലാസ്സിലേ സമത്ഥനായ കുട്ടിക്കെതിരെയാ ണു് അസൂയക്കാർ അണിനിരക്കുന്നതു്. സതീത്ഥ്യൻ തങ്ങ ളെ പിന്നിലാക്കി മുന്നോട്ടുപോകുന്നതു സഹിക്കാൻ കഴിയാ

തെ വരുമ്പോൾ ചില ദൂഷണങ്ങൾ വകഞ്ഞുണ്ടാകുന്നു. അതു പ്രചരിപ്പിക്കുവാൻ ബദ്ധശ്രദ്ധരാണവർ. ഇത്തരം അപഖ്യാതികൾ വിദ്യാലയത്തിലെ പവിത്രാന്തരീക്ഷത്തെത്തന്നെ താറുമാറാക്കുന്നു. ഏതെങ്കിലുമൊരു കുട്ടിക്കു് അനർഹമായ പ്രാധാന്യം കല്പിച്ചുകൊടുക്കാതിരിക്കാൻ മാതാപിതാക്കന്മാരും ഉപാദ്ധ്യായരും ശ്രദ്ധിക്കണം. ആരെയെങ്കിലും പ്രശംസിക്കുന്നെങ്കിൽ അതു മററു കുട്ടികളെ ഇടിച്ചുതാഴ്ത്തിയാകരുതു്. അതോടൊപ്പം നന്മ എവിടെക്കണ്ടാലും അഭിനന്ദിക്കുവാൻ അവരെ പഠിപ്പിക്കുകയും വേണം. താരുണ്യത്തിലെ പരിശീലനമനുസരിച്ചായിരിക്കും സത്യസന്ധമായ തലമുറ രൂപംകൊള്ളുക.

മോഷണം

കള്ളത്തരത്തിന്റെ മറെറാരു രൂപമാണു മോഷണം. കൊച്ചുനാളിൽ ചില കുഞ്ഞുങ്ങൾ നുള്ളിക്കളവുകൾ നടത്താറുണ്ടു്. അതൊക്കെ ഒരു കുഞ്ഞടികൊണ്ടു നിന്നെന്നുവരും. എന്നാൽ താരുണ്യത്തിന്റെ പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ (സാധാരണ പതിനാലു വയസ്സുമുതൽ പതിനാറു വയസ്സുവരെ) മോഷ്ടിക്കുവാനുള്ള അഗ്രഹം തലപൊക്കുന്നുവെങ്കിൽ സൂക്ഷിച്ചേ മതിയാവൂ; പ്രത്യേകിച്ചും ആൺകുട്ടികളിൽ. ഗുരുതരമായ മോഷണത്തിനു് അതു വഴിയൊരുക്കിയെന്നുവരാം.

തരുണന്റെ തലച്ചോറിൽ മോഷണത്തിനുള്ള അഗ്രഹം കരുപ്പിടിക്കുന്നതു പലവിധത്തിലാണു്. സമവയസ്കരുടെ ഇടയിൽ തലയെടുപ്പുള്ളവനായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടാൻ യുവാവു കളവു ചെയ്തെന്നു വരാം. പണക്കാരനാണു താൻ എന്നു മററുള്ളവരെ മനസ്സിലാക്കുവാൻ പീടികയിൽനിന്നു നല്ലതരം പെൻസിൽ മോഷ്ടിച്ച വിദ്യാർത്ഥികളെ നാം

കണ്ടുമുട്ടിയേക്കാം. സഹപാഠിയോടു വിരോധം തീർക്കാൻ അയാളുടെ പേനയോ പുസ്തകമോ കട്ടെടുത്തു് ഒളിച്ചുവയ്ക്കുന്ന പ്രത്യേകതരം കുഞ്ഞുങ്ങളുമുണ്ടു്. തങ്ങളുടെ കാര്യം കാണാൻ കയ്യിൽ കാശില്ലാത്ത പാവപ്പെട്ടവരായ കുഞ്ഞുങ്ങൾ മോഷണം നടത്തുന്നതായി പലപ്പോഴും കേൾക്കാറുണ്ടു്. കളവിൻെറ ഹീനത മനസ്സിലാക്കാതെയാവും ചെറിയകുട്ടികൾ ഇതിനു മുതിരുന്നതു്. മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ വികലമായ പരിശീലനം വളംവച്ചു കൊടുത്തെന്നു വരാം. മാനസികമായി ദുർബലരായ കുഞ്ഞുങ്ങളും കൊച്ചുകള്ളന്മാരായി ത്തീരാറുണ്ടു്.

ശരിയും തെററും തിരിച്ചറിയുന്ന മനസ്സാക്ഷി രൂപപ്പെടുത്തുകയാണു് ഏററം പ്രധാനം. മോഷണം അപകൃഷ്ടമല്ല എന്ന ബോധം വച്ചുപുലർത്തുന്ന തരുണൻ അതിൽനിന്നു പിന്തിരിയുവാൻ ശ്രമിക്കുകയില്ലല്ലോ. കള്ളത്തരം കാണിച്ചാൽ അതു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാനും തിരുത്താനും ഒട്ടും അമാന്തിക്കരുതു്. ഒഴിവുസമയം ആഹ്ളാദകരമായും പ്രയോജനപ്രദമായും ചെലവഴിക്കാൻ തരുണർക്കു പരിതഃസ്ഥിതി സൃഷ്ടിക്കണം. മോഷണത്തിൽ പിടികൂടിയ യുവജനങ്ങൾക്കു പ്രത്യേകപരിഗണനയും ശിക്ഷയും നല്കുക പോലീസിൻെറ കടമയാണു്.

കോപം

കോപവികാരം രൂക്ഷതരമാകുന്ന ഘട്ടമാണു താരുണ്യം. അനുദിനം വ്യത്യാസപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ശരീരം ഈർഷ്യവും ദ്വേഷ്യവും കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ ഉളവാക്കും. തങ്ങളെനോക്കി ചിരിക്കുകയോ പരിഹസിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നവരോടു് അവർ പെട്ടെന്നു ശുണ്ഠിപിടിക്കും. ഒന്നുമൊന്നും ക്ഷമിക്കാനും സഹിക്കാനും സന്നദ്ധതയുണ്ടാകുകയില്ലവർ

ക്ക്. വലിയ അപകടമൊന്നും അരിശംകൊണ്ടുണ്ടായില്ലെന്നു വരാം. എന്നാൽ താരുണ്യത്തിൽത്തന്നെ കടിഞ്ഞാണിട്ടില്ലെങ്കിൽ മുക്കത്തരിശക്കാരായ വ്യക്തികളായി വളരാൻ എളുപ്പമുണ്ട്. സമുദായം മുൻകോപികളെ ഇഷ്ടപ്പെടാറില്ലല്ലോ. കോപിഷ്ഠർക്ക സമചിത്തതയോ മനസ്സാന്നിദ്ധ്യമോ ഉണ്ടാകുകയില്ല. വികാരാവേശംമൂലം ബുദ്ധി അന്ധമായിത്തീരുന്നതിനാൽ വസ്തുതകളെ ശരിയായി കാണാൻ കഴിയുകയുമില്ല.

കോപിക്കുക ബലഹീനതയുടെ ലക്ഷണമാണെന്നും അതുമൂലം മററുള്ളവരുടെ വെറുപ്പു സമ്പാദിക്കുമെന്നും ഗ്രഹിപ്പിക്കുകയാണ് ഏററം പ്രധാനമാഗ്ഗം. സമുദായത്തിൽ തൻെറ സ്ഥാനം നഷ്ടപ്പെടുമെന്ന ബോധം ശാന്തശീലരാകാൻ പ്രേരണ നല്കും. നിരന്തരം പരിശ്രമിച്ചാൽ ക്ഷമയഭ്യസിക്കുവാൻ സാധിക്കുമെന്നു യുവാവിനെ ഉപദേശിക്കുക. ഒരിക്കൽ കോപിച്ചാൽ ജീവിതംമുഴുവൻ താറുമാറാകുമെന്ന മട്ടിൽ യുവാക്കളോടു വത്തിക്കരുത്. വി. ഫ്രാൻസീസ് സാലസിൻെറ മാതൃക അവർക്ക ചൂണ്ടിക്കാണിക്കൂ. യുവാവായിരുന്നപ്പോൾ മുക്കത്തായിരുന്നു അരിശം. കോപപ്രകൃതി മാററാൻതന്നെ അദ്ദേഹം നിശ്ചയിച്ചു. അതെളുപ്പമായിരുന്നില്ല. പക്ഷേ, പരിശ്രമിച്ചു, കഠിനമായി പരിശ്രമിച്ചു. ഒടുവിൽ വിജയിച്ചു. വളരെ ശാന്തസ്വഭാവിയായി.

മാതാപിതാക്കന്മാർ ശാന്തരായി വത്തിക്കണമെന്നതാണു പ്രധാന കാര്യം. മകൻ ചോറുണ്ടില്ലെന്നോ പാത്രം വലിച്ചെറിഞ്ഞുടച്ചെന്നോ വരാം. ദേഷ്യപ്പെട്ടു ശകാരിക്കുകയും കണ്ടമാനം അടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടു കാര്യമായ പ്രയോജനമൊന്നുമില്ല. വാശിയും വക്കാണവും അവനിൽ പകരുവാനേ അതുപകരിക്കൂ. ഒരുപക്ഷേ അതിനെക്കാളൊക്കെ ശക്തമായിരിക്കും നിശിതമായൊരു നോട്ടം.

കോപത്തിന്റെ അനന്തരഫലമാണു വഴക്ക്. കുട്ടികാം കുറെയൊക്കെ വഴക്കു കൂടുന്നതു വകവച്ചുകൊടുക്കണം. അവരിൽ ആത്മവിശ്വാസവും ധൈര്യവും അതുമൂലം വളരാം. കലങ്ങിയ കണ്ണുകളും കീറിപ്പറിഞ്ഞ കുപ്പായവുമായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന മക്കളോടു ദ്വേഷ്യപ്പെടുകയും അവരെയോർത്തു വിലപിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ട് അവർ ഭീരുക്കളായിത്തീരുന്നു. തന്റെ മകനെ തല്ലി എന്ന കേസിനു് അവന്റെ ഭാഗംപിടിച്ചു വാദിക്കുകയോ മററുള്ളവരുമായി വഴക്കുകൂടുകയോ എതിരാളിയുടെ മുമ്പിൽവച്ചു ദ്വേഷ്യം പോക്കാൻ സ്വന്തം മകനെ തല്ലുകയോ ചെയ്യുന്ന മാതാവു് അയാളുടെ ഭാവിക്കുതന്നെ ഉപദ്രവമാണു ചെയ്യുന്നതു്. കൂടുതൽ വഴക്കാളിയായിത്തീരും ആ കുട്ടി.

കോപ്പിയടി

പരീക്ഷയ്ക്കു കോപ്പിയടിക്കുക, ഗൃഹപാഠം പകർത്തിക്കൊണ്ടു വരിക മുതലായവ വിദ്യാർത്ഥികളിൽ കാണാറുള്ള വാസനകളാണു്. എല്ലാ പബ്ളിക്കു പരീക്ഷയുടേയും അവസാനം കേൾക്കാറുണ്ടു കോപ്പിയടിച്ചതിനാൽ പരീക്ഷ എഴുതിച്ചില്ല എന്നു്. ഏതുവിധത്തിലായാലും പരീക്ഷയിൽ കടന്നുകൂടിയാൽ മതിയെന്നാണു പഠിതാക്കളുടെ വിചാരം. വേണ്ടത്ര അറിവു ലഭിച്ചില്ലെങ്കിലും പരീക്ഷയിൽ ജയിക്കാൻ അവകാശമുണ്ടെന്നാണവരുടെ ഭാവം. ഇതിന്റെ പ്രതിഫലനമാണു പലപ്പോഴും കേൾക്കാറുള്ള ഡിററൻഷൻ സമരം. നമ്മുടെ വിദ്യാഭ്യാസപദ്ധതിയുടെ മൗലികമായ തകരാറാണിതു്! ഭാവിജീവിതത്തിനു ശാശ്വതമായൊരടിസ്ഥാനം നല്കുക എന്നതിനെക്കാൾ വെറും ഉദ്യോഗാർത്ഥികളെ ഉല്പാദിപ്പിക്കുവാനാണു് ആധുനികവിദ്യാഭ്യാസസമ്പ്രദായം ഉപകരിക്കുന്നതു്. സ്കൂളിൽനിന്നു ലഭിക്കുന്ന ഈ ചി,

ന്താഗതി പൗരജീവിതത്തിലും കടന്നുകൂടി കുഴപ്പം സൃഷ്ടിക്കുന്നുണ്ട്.

കോപ്പിയടി കവർച്ചയുടെ മറെറാരു രൂപമാണു്. കാരണം, മററുള്ളവരുടെ നേട്ടങ്ങളാണു സ്വന്തമാക്കി കാണിക്കുന്നതു്. മാത്രമല്ല, അദ്ധ്യാപകരെ വഞ്ചിക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. ഗാന്ധിജിയുടെ വിദ്യാലയജീവിതത്തിലേ സത്യസന്ധത അദ്ദേഹത്തിൻെറ ജീവിതത്തിലുടനീളം പ്രചോദനം നല്കിയ വസ്തുത സ്മരണീയമാണു്. പരമാൎത്ഥതയോടുകൂടെ കുറച്ചു മാൎക്കു കിട്ടുന്നതു് ഒരപമാനമല്ലെന്നു കുട്ടികൾക്കു ബോധപ്പെടണം. മാൎക്കിനു സൎവ്വപ്രാധാന്യം നല്കരുതു്. ഇതിനു ജ്ഞാനസമ്പാദനവും ഭാവിജീവിതത്തിനു തയ്യാറെടുക്കലുമാണു കലാലയത്തിൻെറ ലക്ഷ്യമെന്ന അവബോധം ഉളവാകുവാൻ അദ്ധ്യാപകർ ശ്രദ്ധിച്ചേ പററൂ.

തന്നെ പററിക്കാൻ ആർക്കും കഴിയുകയില്ല എന്നു് അധ്യാപകൻ ആദ്യമേ പറഞ്ഞുപോകരുതു്. കാരണം, കോപ്പിയടിയിൽ പുതിയ പരീക്ഷണം നടത്തുവാൻ പലർക്കും അതു പ്രേരണ നല്കും. ക്ലാസ്സിൽനിന്നു മാറി കുട്ടികൾ കോപ്പിയടിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നു പരീക്ഷിക്കുന്നതു പലപ്പോഴും നല്ലതല്ല. വിദ്യാൎത്ഥികളെ വിശ്വസിക്കുന്നതു നന്നു്. പക്ഷേ, സത്യസന്ധമായ സ്വഭാവം രൂഢമൂലമാകുന്നതുവരെ കണ്ണിലെണ്ണയൊഴിച്ചിരിക്കണം. കോപ്പിയടി ശീലമാക്കുന്നവരെ നിശിതമായി ശിക്ഷിക്കാൻ മടിക്കരുതു്. എന്നാൽ, ഒരിക്കൽ അബദ്ധത്തിൽപ്പെട്ടവരെ ശാന്തമായി ഉപദേശിക്കയാണുത്തമം. ചെയ്തതു തെററാണെന്നു സമ്മതിക്കുന്ന കുട്ടി കൂടുതൽ അനുഭാവമർഹിക്കുന്നു. സത്യസന്ധത താൻ അർഹിക്കുന്ന ശിക്ഷയിൽനിന്നു രക്ഷിച്ചിരിക്കുന്നു എന്ന ധാരണ പിന്നീടു നേരുപറയുവാൻ ശക്തമായ പ്രചോദനമായിരിക്കും.

ആത്മഹത്യ

നമ്മുടെകാലത്തു ദിനംതോറും വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന അപരാധമാണു് ആത്മഹത്യ. ആത്മഹത്യ ചെയ്യുന്നവരിൽ ഏറിയകൂറും യുവജനങ്ങളാണുതാനും. താരുണ്യത്തിൻെറ ആദ്യദശയിലാണു പ്രാണത്യാഗത്തിനു പ്രേരണയുണ്ടാകുന്നതു് എന്നാണു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരുടെ നിഗമനം. നിരാശയാണു ജീവനാശത്തിലേക്കു് ഒരാളെ വലിച്ചിഴക്കുന്നതു്. ജീവിതത്തിൽ ഒന്നുമൊന്നും ആശിക്കാനില്ല എന്ന നിലയിലെത്തുമ്പോഴാണു് ഒരാൾ കൊലക്കയർ സ്വപ്നം കാണുന്നതു്. മതപരമായ ആദർശമില്ലാത്ത മനുഷ്യനു് അഭിനിവേശങ്ങൾ അസ്തമിക്കുവാൻ അധികം സമയമൊന്നും ആവശ്യമില്ലല്ലോ. അതുകൊണ്ടാണു് ഭൗതികചിന്ത പടർന്നുവരുന്നതോടൊപ്പം ആത്മഹത്യയും കൂടിവരുന്നതു്. തന്മൂലം മതാദർശം ആഴത്തിൽ ഊന്നിയുറപ്പിക്കുകയാണു യുവജനങ്ങളുടെ ജീവനിഗ്രഹങ്ങൾക്കു പ്രധാന പ്രതിശാന്തി.

ആത്മഹത്യയ്ക്കു പ്രോത്സാഹനം നല്കുന്നതാണു് ഇന്നത്തെ അന്തരീക്ഷം. യുവജനങ്ങളുടെ ഇടയിൽ ഏറെ പ്രചരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ചില സാഹിത്യസൃഷ്ടികൾ പെട്ടമരണത്തിനു പ്രേരണ നല്കുന്നു. ആത്മഹത്യ ധീരമാണെന്നു പാടിയ ചങ്ങമ്പുഴപോലുള്ള കവികളുടെ സന്ദേശം യുവാക്കൾക്കു പ്രലോഭനമേകുന്നതിൽ അശ്ചര്യമില്ലല്ലോ. അത്ഭുതവാർത്തകളും ആത്മഹത്യയും റിപ്പോർട്ടുചെയ്യാൻ വ്യഗ്രതകൊള്ളുന്ന നമ്മുടെ ദിനപ്പത്രങ്ങൾക്കു് ആത്മഹത്യ വർദ്ധിക്കുന്നതിൽ നല്ലപങ്കുണ്ടു്.

പെട്ടെന്നു സ്നേഹവിവശമാകുന്ന യുവഹൃദയം പ്രേമനൈരാശ്യത്തിൽപ്പെട്ടുവാൻ എളുപ്പമാണു്. ഈ പ്രപഞ്ചത്തിൽ തന്നെ സ്നേഹിക്കാൻ ഒരാളേ ഉള്ളു എന്നും അയാൾ പ്രതിസ്നേഹം നല്കുന്നില്ലെന്നും വരുമ്പോൾ യുവാവു തികച്ചും നിരാശനാകുന്നു. അതുകൊണ്ടു് അധികംപേരുമായി

സ്നേഹബന്ധത്തിൽ കഴിയുന്നവരെ നിരാലംബതാബോധം ബാധിക്കുക പ്രയാസമാണു്. ഒന്നോ രണ്ടോ സ്നേഹബന്ധങ്ങൾ തകർന്നാലും അവർക്കതൊരാഘാതമല്ല. പരിത:സ്ഥിതിയെപ്പററി വേണ്ടത്ര ചിന്തിക്കാതെ അന്ധമായ സ്നേഹബന്ധങ്ങളിൽ കുടുങ്ങി, ആദർശലോകത്തിൽ വിഹരിക്കുന്ന യുവാവു സമാഗമം അസാധ്യമെന്നു കാണുമ്പോൾ കയറു തപ്പി നടക്കുന്നതു വികലമായ നിഗമനങ്ങളുടെ ഫലമാണെന്നു വ്യക്തം.

മാതാവിലോ പിതാവിലോമാത്രം സർവ്വാശ്രയവും നിക്ഷേപിക്കുന്ന ചില കുഞ്ഞുങ്ങളുണ്ടല്ലോ. മററാരോടും സംസാരിക്കാൻപോലും ഇഷ്ടപ്പെടാത്ത ആ കുഞ്ഞുങ്ങൾ അമ്മയുടെ പെട്ടെന്നുള്ള വേർപാടുമൂലം ചാകാൻ കൊതിച്ചെന്നുവരാം. പരീക്ഷയിൽ പരാജയമടയുന്നവർ റെയിൽപ്പാളത്തിൽ തലവയ്ക്കുന്ന അനുഭവവും അപൂർവ്വമല്ല. താൻവേണം കുടുംബം പുലർത്താൻ എന്ന ബോധമുള്ളതുകൊണ്ടാണു് അവർ ജീവിതം അവസാനിപ്പിക്കുന്നതു പലപ്പോഴും. അപമാനഭീതി അതിനു കൂട്ടുനില്ക്കുകയും ചെയ്യും. മനസ്സാക്ഷിയെ അസ്വസ്ഥമാക്കുന്ന രഹസ്യപാപത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്ത ചിലരെ ആത്മഹത്യയ്ക്കു പ്രേരിപ്പിച്ചെന്നുവരാം. വിഷമതകളും വൈകല്യങ്ങളും വിട്ടുമാറിയ അഭിമാനാവഹമായ ഭാവി യുവാക്കന്മാർക്കു ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊടുക്കുക ആത്മഹത്യ തടയുവാൻ ആവശ്യകമാണു്.

മദ്യപാനം

മദ്യത്തോടുള്ള ആസക്തി പൊട്ടിവിടരുന്നതു താരുണ്യത്തിൻെറ ആദ്യഘട്ടത്തിലാണു്. വെറും വിനോദത്തിൻെറ പേരിലായിരിക്കും മദ്യപാനം ആരംഭിക്കുക. കൂട്ടുകാരെ പ്രീണിപ്പിക്കാൻവേണ്ടിയോ രുചിക്കാനുള്ള താല്പര്യം ശമിപ്പിക്കാൻവേണ്ടിയോ ആയിരിക്കാം ആദ്യം കുടിച്ചതു്.

ക്രമേണ മാററാൻ പാടില്ലാത്ത ശീലമായി അതു വളരുന്നു. പിന്നീടു നിർബന്ധമായിത്തീരുന്നു. കൂട്ടുകാരും കാശും കിട്ടിയാൽ ഷാപ്പിലേക്കായിരിക്കും പോകുക. വേണ്ടത്ര ശ്രദ്ധിച്ചില്ലെങ്കിൽ യുവത്വത്തിൻെറ മധ്യഘട്ടത്തോടുകൂടെ മുഴുത്ത കുടിയനായി പരിണമിച്ചെന്നു വരാം. ജീവിതത്തിൽ ഒരൊററ ചിന്തയേ ഉണ്ടാവൂ മദ്യപനു്. യുവത്വത്തെ മദ്യം താറുമാറാക്കുന്നു. കുടുംബവും സമുദായവും അതുമൂലം വേദനയനുഭവിക്കും. മദ്യത്തിൽനിന്നുണ്ടാകുന്ന നിരവധികമായ ദുഷ്ഫലങ്ങൾ ഉള്ളിൽക്കണ്ടുകൊണ്ടാണു മഹാത്മജി മദ്യനിരോധനപ്രസ്ഥാനം സമാരംഭിച്ചതു്. യാതൊരു മനുഷ്യനും പ്രലോഭനമുണ്ടാകാത്തവിധത്തിൽ സാമൂഹികാന്തരീക്ഷം സൃഷ്ടിക്കുകയായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിൻെറ ഉദ്ദേശ്യം. മദ്യപാനം തടയുവാനുള്ള ഫലപ്രദമായ മാർഗ്ഗം അതുതന്നെയാണു്.

കാരണവും പ്രതിവിധികളും

യുവജനാപരാധങ്ങളുടെ ഉറവിടം മാനസികമോ ശാരീരികമോ ബൗദ്ധികമോ ആകാം. ബധിരത, അന്ധത, ബലഹീനമായ ശരീരം മുതലായവ ചിലപ്പോഴെല്ലാം കുററങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാറുണ്ടു്. സഹപാഠികളെക്കാൾ ഉയരമുള്ളവരിലും ഏററം പൊക്കം കുറഞ്ഞവരിലും സംജാതമാകുന്ന അസമതാബോധം കുററവാളികളാകാൻ പ്രേരകമാണെന്നു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ പറയുന്നു. സ്വഭാവത്തിൽ നിയന്ത്രണം ചെലുത്താൻ കഴിവില്ലാത്ത തലച്ചോറിൻെറ വൈകല്യം, വ്യക്തിനിഷ്ഠമാത്രമായ അവബോധം, പ്രത്യേക സ്വഭാവപ്രകൃതി (Temperament) നന്മതിന്മകളെക്കുറിച്ചു വ്യക്തമായ ധാരണയില്ലാത്ത മനസ്സാക്ഷി മുതലായവയും യുവജനാപരാധങ്ങൾക്കു വിത്തുപാകുന്നു. ബുദ്ധിപരമായി സഹജരോടൊപ്പം എത്താൻ കഴിയാതെ വരുമ്പോൾ അസ്വാഭാവി

കമായ പ്രവൃത്തി ചെയ്തു പ്രാമാണ്യം നേടുവാൻ ശ്രമിക്കുന്ന യുവാക്കളുമുണ്ടു്. മാനസികരോഗികൾ ചെയ്യുന്ന കുററങ്ങൾക്കു പലപ്പോഴും അവർ ഉത്തരവാദികളായിരിക്കുകയില്ല.

കുടുംബജീവിതത്തിലെ കെടുതികളും പോരായ്മകളുമാണു മിക്ക അപരാധങ്ങളുടേയും ഉറവക്കണ്ണു്. അനാഥവും അരക്ഷിതവുമായ കുടുംബപരിത:സ്ഥിതി യുവാക്കളിൽ അസ്വസ്ഥതയുളവാക്കുന്നു. സാമ്പത്തികവും സാമൂഹികവുമായ അപര്യാപ്തത സുഗമമായ യുവജീവിതത്തിനു വിഘാതമാണു്. ഭാവിജീവിതത്തിൻെറ ഭദ്രതയെപ്പററി ഉറപ്പുണ്ടെങ്കിലേ യുവാക്കൾക്കു സ്വസ്ഥത ഉണ്ടാവൂ. യുവാക്കൾക്കു്, പുറമെ ചുററിക്കറങ്ങാനും കുററങ്ങളിൽപ്പെടുവാനും പ്രേരകമാകുന്നതു വീട്ടിലെ അനാരോഗ്യകരവും ക്ലേശകരവുമായ സാഹചര്യമാണു്.

യുവാവിനു കുററമററ പ്രകൃതി ലഭിക്കാൻ മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ ശ്രേഷ്ഠസ്വഭാവം ഏററം സഹായിക്കുന്നു. മക്കൾക്കു തങ്ങളോടു ബഹുമാനവും സ്നേഹവും ഉണ്ടാകാൻ പര്യാപ്തമായിരിക്കണം, മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ പ്രവൃത്തിയും പെരുമാററവും. അപ്പനും അമ്മയും തമ്മിൽ തുടർച്ചയായ വഴക്കാണെങ്കിൽ എന്തൊരു സൈ്വരക്കേടായിരിക്കും കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു്. തന്മൂലം വീട്ടിൽനിന്നു് എങ്ങനെയെങ്കിലും പുറത്തുപോകാൻ ആഗ്രഹിക്കും അവർ. മററുള്ളവരെ കുററം പറയുന്ന മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ മക്കൾ ഏഷണിക്കാരാകുന്നതിൽ അത്ഭുതമില്ലല്ലോ. മക്കളുടെ മുമ്പിൽവച്ചു പറയുന്ന വാക്കും ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തിയും ഏറെ സൂക്ഷിച്ചായിരിക്കണം. യുവാവിനു് അപ്പനോടോ അമ്മയോടോ വെറുപ്പുതോന്നിയാൽ അതു മാററാൻ വിഷമമായിരിക്കും. കുടുംബാംഗങ്ങളെ വെറുക്കുന്ന തരുണൻ പിന്നീടു ഭരണാധികാരികളോടും സഹപ്രവത്തകരോടും വെറുപ്പുകാണിക്കും.

സ്വന്തം കുട്ടികളിൽ ചിലരെ ഇഷ്ടപ്പെടാത്ത മാതാ

പിതാക്കന്മാരുണ്ട്. അവർക്ക് ആ മക്കളെ കാണുന്നതു 'ച തുർത്ഥി'യാണു്. അവർ ചെയ്യുന്നതിനെല്ലാം കുററം പറയും. 'കുരുത്തംകെട്ടതു്'' എന്ന വിശേഷണമേ അവരെപ്പററി ഉപ യോഗിക്കൂ. അകാരണമായി ശിക്ഷിച്ചെന്നും വരും. ഇവിടെ ഒരു കാര്യം പ്രത്യേകം അനുസ്മരിക്കണം. തരുണർ ഉൽക്കട മായ സ്നേഹം കാംക്ഷിക്കുന്നവരാണു്. പ്രഥമമായി മാതാപി താക്കന്മാരിൽനിന്നാണ് അതു പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതും. സ്നേഹം ലഭിക്കാതെ വരുമ്പോൾ നിരാശ യുവമനസ്സിൽ പതഞ്ഞു പൊന്തും. പിന്നെ സ്നേഹം സമ്പാദിക്കുവാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ ആരായുകയായി. മേൽപ്പറഞ്ഞ കുററങ്ങളിൽക്കൂടിയായിരി ക്കും സ്നേഹം സമ്പാദിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നതു്.

മക്കളോടു് അമിതമായ വാത്സല്യം കാണിക്കുന്നതും അബദ്ധമാണ്. ആറുനൂററിരുന്നുണ്ടായ മകനോടു മാതാ പിതാക്കന്മാർക്കു കൂടുതൽ സ്നേഹം തോന്നാം. കുഞ്ഞുങ്ങളു ടെ ശരീരബലഹീനതയോ അവയവവൈകല്യമോ അവരെ പ്പററി അമിതമായ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തുവാൻ കാരണമാകുന്നു. അകാലത്തു ഭർത്താവു മരിച്ച സ്ത്രീ തൻെറ മക്കളിൽ താല്പര്യം മുഴുവൻ അർപ്പിക്കാറുണ്ടു്. ഭാഗ്യനക്ഷത്രത്തിൽ പിറന്ന കുട്ടിയെ പ്രത്യേകമായി കരുതുക ഇന്ത്യയിലെ പ്രത്യേകത യാണല്ലോ. ഇത്തരം കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു പററുന്ന തകരാറു് തെററുകാണിച്ചാൽ അതു തിരുത്താൻ വാത്സല്യം അനുവദി ക്കുകയില്ല എന്നതാണ്. കുററങ്ങളുടെനേരെ കണ്ണടയ്ക്കുന്നു. അതിൽ തഴങ്ങുന്നതു് അവർ അറിയുകയില്ല. അനിയന്ത്രിത മായ വാത്സല്യം പിതാമഹന്മാരിൽനിന്നു പ്രവഹിച്ചാലും ഇത്തരം അനുഭവമാണുണ്ടാകുക.

മക്കളെ എല്ലാവരേയും ഒരേ മാനദണ്ഡംവച്ചു് അളക്ക രുതു്. മൂത്തമകൻ മിടുക്കനും ഇളയമകൻ മണ്ടനുമായിരി ക്കാം. എന്നാൽ, അവരെ താരതമ്യപ്പെടുത്തി സംസാരിക്ക

രുതു്. ആവശ്യത്തിലധികം പ്രശംസിക്കുന്നതു് അപകടകരമാണു്. തരുണരെ അതു് അഹങ്കാരികളാക്കി മാററുന്നു. പിന്നെ എന്തും ചെയ്യാമെന്നാകും അവരുടെ ഭാവം. അർഹമായ സ്തുതി ലഭിച്ച യുവാക്കളുടെ അനുഭവം മറെറാന്നാണു്. പ്രശംസയ്ക്കൊത്തവിധം ഉയരുവാൻ അവർ ശ്രമിക്കും. ശരിയായ മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ അതിനു പണിപ്പെടുന്നു.

ആഹ്ളാദത്തിനു് അവസരം അനുവദിക്കാതെ തുടർച്ചയായി ജോലി ചെയ്യിക്കുന്നതു കരണീയമല്ല. വിനോദത്തിനുള്ള വക നല്കിയില്ലെങ്കിൽ കുററം ചെയ്താായിരിക്കും ആഹ്ളാദിക്കുക. സമുദായത്തിനു സ്വീകാര്യമായ സ്വഭാവം വളർത്തിയെടുക്കുവാൻ കഴിയാതെ പോകുന്ന യുവാവു് കുററവാളിയാകാൻ എളുപ്പമുണ്ടു്. ബലിഷ്ഠമായ സാന്മാർഗ്ഗികപ്രകൃതി അയാളിൽ കരുപ്പിടിക്കുവാനാണു ശ്രമിക്കേണ്ടതു്. ബൗദ്ധികാസമത്വംമൂലം തെററുകാരാകുന്ന കുട്ടികൾ സഹപാഠികളുടെ മത്സരത്തിൽപ്പെടുന്ന പരിതഃസ്ഥിതിയിൽപ്പെടാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധവയ്ക്കണം.

യുവജനകോടതി (Juvenile Court), പ്രത്യേകപരിശീലനം സിദ്ധിച്ച പോലീസ് മുതലായവ യുവജനാപരാധങ്ങൾ തടയാൻ പരിഷ്കൃതരാജ്യങ്ങൾ സ്വീകരിച്ചുവരുന്ന നടപടികളാണു്. കുററത്തിൽ പിടിക്കപ്പെട്ട യുവാക്കളോടു് അവരുടെ പ്രത്യേക മാനസികഘടനയനുസരിച്ചു പെരുമാറുവാൻ പോലീസിനു പരിശീലനം ആവശ്യകമാണു്. പ്രൗഢവയസ്കരിൽനിന്നു തികച്ചും വ്യത്യസ്തനിലപാടാണു തരുണരോടു സ്വീകരിക്കേണ്ടതു്. ശാന്തരായി മനസ്സൊന്നിച്ചു ത്തോടുകൂടെ വസ്തുതകളെ വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ പ്രാപ്തിയുള്ളവരാകണം ജഡ്ജിമാർ. ധാരാളം ബാലശിക്ഷണകേന്ദ്ര (Child guidance Clinic) ങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുക യുവജനാപരാധങ്ങൾക്കുള്ള ശക്തമായ മറെറാരു പ്രതിവിധിയായിരിക്കും.

മാനസികവൈകല്യങ്ങൾ

മാനസികാരോഗ്യത്തിന്റെ അഭാവം യുവാക്കളിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന ദൌർബല്യങ്ങൾ നമ്മുടെ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധയർഹിക്കേണ്ടതാണ്. ആധുനികമനശ്ശാസ്ത്രത്തിന്റെ സുപ്രധാനനേട്ടം ചിത്തവിഭ്രാന്തിയെപ്പററിയുള്ള പഠനമാണ്. ഗുരുതരമായ ചില വൈകൃതങ്ങൾ (Psycholic disorders) വൈദ്യചികിത്സകൊണ്ടേ ഭേദമാകുകയുള്ളുവെങ്കിലും അത്ര വിഷമതരമല്ലാത്ത വികലതകൾ മുതിർന്നവരുടെ ശ്രദ്ധയും സഹകരണവുംമൂലം മാററാവുന്നതാണ്. തന്മൂലം അവയെപ്പററി ഏകദേശജ്ഞാനമെങ്കിലും ഉണ്ടാകുക യുവജനപരിശീലകക്കു സഹായകമായിരിക്കും.

തൃപ്തികരമല്ലാത്ത ആത്മാവബോധം

താരുണ്യത്തിന്റെ തകരാറുകൾക്കു പ്രധാനഹേതു അപര്യാപ്തതാബോധമാണ്. സ്വന്തം ശരീരത്തിലും മനസ്സിലും വരുന്ന വ്യതിയാനങ്ങൾ തന്നെപ്പററിത്തന്നെ ചിന്തിക്കുവാൻ യുവാവിനെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. അതോടുകൂടി മററുള്ളവരുടെ മുമ്പിൽ നല്ലവനായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടുവാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളെപ്പററി ചുഴിഞ്ഞു ചുഴിഞ്ഞു ചിന്തിക്കുവാൻ ആരംഭിക്കുന്നു. സമൂഹത്തിന്റെ അംഗീകരണത്തിൽ കൂടുതൽ ദത്തശ്രദ്ധനാകുന്നു. സ്വന്തം നേട്ടവും വിജയവുംമൂലം എങ്ങനെ സമുദായത്തെ ആകർഷിക്കാമെന്നാണ് അയാളുടെ നോട്ടം. പക്ഷേ വിജയം അനിശ്ചിതമായിത്തന്നെ നില്ക്കു

ന്നു. തോൽവികാരണം ഉണ്ടാകുന്ന അവമതിയെപ്പററിയുള്ള ചിന്ത ഭീകരമാണു്. ഇവ തന്നെപ്പററിത്തന്നെ അനാരോഗ്യകരമായ വീക്ഷണം യുവാവിൽ ദൃഢമൂലമാക്കുന്നു. സ്വന്തം സ്വഭാവത്തേയും പ്രകൃതിയേയും ഉദ്ദേശ്യത്തേയുംപററി ആകുലചിത്തനാകുന്നു. എപ്പോഴും സംശയമാണു്, ലോകം തന്നെപ്പററി എന്തു വിചാരിക്കും എന്നു്.

കോപപ്രകൃതി, അപകർഷബോധം, ആത്മവിശ്വാസരാഹിത്യം, കത്തവ്യത്തിൽനിന്നു് ഒഴിഞ്ഞുമാറൽ, എന്തെങ്കിലും തുടങ്ങാനുള്ള ചാഞ്ചല്യം മുതലായി അനേകമനേകം മാനസികദൗർബല്യങ്ങളുടെ നിദാനം യുവത്വത്തിലെ തെററായ സ്വാവബോധമാണു്. സർവ്വാംസ്പർശകമായ വ്യക്തിത്വം തരുണനിൽ രൂപംകൊള്ളാൻ ഇതു വിലങ്ങുതടിയാണെന്നു വെളിവാണല്ലോ. കുറച്ചുസമയത്തേക്കോ പ്രത്യേകാവസരങ്ങളിലോമാത്രം കാണപ്പെടുന്ന ആന്തരികവെപ്രാളങ്ങൾ പെട്ടെന്നു കെട്ടുപോകും. എന്നാൽ നിരന്തരവും സ്ഥായിയുമായ പ്രകൃതിയെയാണു പരിഗണിക്കേണ്ടതു്. ഇത്തരം തരുണരെ സഹായിക്കാൻ അവരുടെ ചെറുപ്പംമുതലുള്ള പ്രകൃതം അറിയുക ആവശ്യകമാണു്. എന്തെന്തു കാരണങ്ങൾകൊണ്ടാണു് അവർ കലമ്പൽകൂട്ടിയിരുന്നതെന്നും എന്തെല്ലാമായിരുന്നു അവരുടെ പ്രത്യേകതകളെന്നും എപ്പോഴെല്ലാമാണു പ്രത്യേകതകൾ കാണിച്ചിരുന്നതെന്നും മനസ്സിലാക്കിയാൽ ബലഹീനതകളുടെ ഉത്ഭവസ്ഥാനം പിടികിട്ടും. പിന്നെ തെററിദ്ധാരണ നീക്കാൻ ശ്രമിച്ചാൽമതി. നിയന്ത്രണാതീതമായ സാഹചര്യങ്ങളുടെ സമ്മർദ്ദമാണു് അഥവാ, അന്യരുടെ അനവധാനതയാണു തൻെറ പരാജയത്തിൻെറ ഹേതുവെന്നു് ഒഴിവുകഴിവു പറയുന്ന യുവാവിൻെറ നിഗമനത്തോടു തല്ക്കാലം യോജിച്ചുപോകുകയേ നിവൃത്തിയുള്ളു. തോൽവിയിൽ അയാൾക്കുള്ള പങ്കിനെപ്പററി ക്രമേണ അയാളെ ഗ്രഹിപ്പിക്കാൻ യത്നിക്കുക. കൂട്ടംവിട്ടു

ത്തനിച്ചിരിക്കവാൻ അധികം ഇടവരുത്തരുത്. പക്ഷേ, അവർക്ക അഭലോസരത്തിനു കാരണമായാൽ ചിലർ വഴക്കിനും വക്കാണത്തിനും ശ്രമിച്ചേക്കും.

തെററായ സ്വാവബോധം വിക്കൽ, ഭീരുത്വം തുടങ്ങിയ ന്യൂനതകൾക്ക വഴിതെളിക്കുന്നു. മതിപ്പുവരത്തക്കവിധം അന്യരുടെ മുമ്പിൽ എങ്ങനെ സംഭാഷണമാരംഭിക്കണമെന്ന ഉൽകണ്ഠ അയാളെ വിഷമിപ്പിക്കുന്നു. ഭയവും ആകുലതയുംമൂലം ഭാഷണപേശികൾ നിയന്ത്രണരഹിതമാവുകയും ശ്വാസോച്ഛ്വാസം തീവ്രതരമാകുകയും ചെയ്യുന്നതാണു വിക്കലിനു ഹേതു. ആൺകുട്ടികളിലാണു സംസാരദൗർബല്യം കൂടുതൽ കണ്ടുവരുന്നത്. താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രത്യേകതയായ പരുപരുത്ത ശബ്ദം മററുള്ളവരിൽ അസുഖം ജനിപ്പിക്കുമെന്നു സംശയമുണ്ടവൎക്ക്. ആത്മവിശ്വാസം വളത്താൻ കഴിഞ്ഞാൽ കുഴപ്പമില്ല. ഭീതി വിട്ടുമാറുന്നതോടുകൂടെ സംസാരവൈകല്യവും നീങ്ങിക്കൊള്ളും.

മാനസികനില സിരാവ്യവസ്ഥയെ ബാധിക്കുന്നതുമൂലം ഒരു ചെറിയകൂട്ടം പേശികൾ അവിചാരിതമായി ചുരുങ്ങുകയും അങ്ങനെ നിയന്ത്രണം നഷ്ടപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നതിനാൽ തരുണനിൽ പല ഗോഷ്ടികളും കാണപ്പെടാറുണ്ട്. കണ്ണു തുടർച്ചയായി ചിമ്മിക്കൊണ്ടിരിക്കുക, കിറി വലിച്ചുകോട്ടുക, ചുണ്ടും കൈകളും വിറയ്ക്കുക മുതലായ നൂറിൽപ്പരം ചേഷ്ടകൾ മനശ്ശാസ്ത്രവിദഗ്ധന്മാർ കണക്കുകൂട്ടിയിട്ടുണ്ട്. അവയ്ക്ക് അവയിൽത്തന്നെ അത്ര പ്രാധാന്യമൊന്നുമില്ലെങ്കിലും ചിത്താസ്വാസ്ഥ്യതയെയാണു കുറിക്കുക. താരുണ്യത്തിൽത്തന്നെ ഇത്തരം ചാപല്യങ്ങൾ തിരുത്താൻ ശ്രമിക്കണം. പ്രൗഢപ്രായത്തിലും ഇതു തുടരുന്നുവെങ്കിൽ പലപ്പോഴും ചികിത്സിച്ചാൽപ്പോലും ഭേദപ്പെട്ടില്ലെന്നു വരാം.

സംശയപ്രകൃതി (Scruple)

തന്നിലേക്കുതന്നെ ഉററുനോക്കി ആകുലതയനുഭവിക്കുന്ന സ്വഭാവവും അഭിപ്രായത്തിൻെറ അനിശ്ചിതത്വവും ഒരാളെ നിരന്തരമായ സംശയപ്രകൃതിക്കാരനാക്കിയെന്നു വരാം. ഇതു സിരാരോഗമാണോ എന്നതിനെപ്പററി പക്ഷാന്തരമുണ്ടു്. ആദ്ധ്യാത്മികജീവിതം ആരംഭിക്കുന്നദശയിലാണു് ഇതു പ്രത്യക്ഷപ്പെടാറു്. ബാല്യത്തിൽ ലഭിക്കുന്ന അപര്യാപ്തമായ ശിക്ഷണമാണിതിനു കാരണം. ലൈംഗികയാഥാത്ഥ്യങ്ങളെക്കുറിച്ചു് അബദ്ധാശയങ്ങൾ, മരണാനന്തരജീവിതത്തെക്കുറിച്ചു ഞെട്ടിപ്പിക്കുന്ന ധാരണകൾ, നിഷ്കൃഷ്ടമല്ലാത്ത പഠനം മുതലായവ ഇത്തരമൊരു മനോഭാവം വളരുവാൻ ഇടയാക്കും. ബോധപൂവ്വകവും നിരന്തരവുമായ പരിശ്രമം ഇതു മാറുവാൻ ആവശ്യമാണു്. നല്ലൊരുപദേശകൻെറ നിയന്ത്രണത്തിൽ ദീർഘകാലം ജീവിച്ചെങ്കിൽമാത്രമേ സംശയപ്രകൃതി മാറുകയുള്ളു.

അപസ്മാരം (Epilepsy)

അപസ്മാരം മിക്കവാറും കാണപ്പെടുന്നതു പത്തു വയസ്സിനും പതിനഞ്ചുവയസ്സിനും ഇടയ്ക്കുള്ള കാലഘട്ടത്തിലാണു്. രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കുട്ടികളിൽ കണ്ടുതുടങ്ങിയാൽ മാതാപിതാക്കന്മാർക്കു വേദനയും ആശങ്കയും ഉളവാക്കുന്ന ഈ രോഗത്തിനു് എത്രയുംവേഗം ഭിഷഗ്വരന്മാരുടെ ഉപദേശം തേടുക ആവശ്യകമാണു്. രോഗമൂർച്ഛയുണ്ടാകുന്ന അവസരത്തിൽ പല്ലിനിടയിൽ പഞ്ഞിയോ മറേറതെങ്കിലും മാർദ്ദവമുള്ള വസ്തുക്കളോ വച്ചുകൊടുക്കണം. മററു കുഞ്ഞുങ്ങൾ ഈ കാഴ്ച കാണാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. എല്ലാററിലും നിഷ്ഠയും ക്രമവും പാലിക്കാൻ ഭേമരരോഗികളെ പരിശീലിപ്പിക്കണം. ഉറങ്ങുന്നതും ഉണരുന്നതും ഉണ്ണുന്നതും കളിക്കു

ന്നതും പഠിക്കുന്നതുമെല്ലാം നിശ്ചിതസമയത്തായിരിക്കണം. ഭക്ഷണം മിതമായേ കൊടുക്കാവൂ. മദ്യസാരം (Alchohol) അടങ്ങിയതൊന്നും കഴിക്കാൻ അനുവദിക്കരുത്. തങ്ങൾ ആക്കും ഉപയോഗമില്ലാത്തവരാണെന്ന വിലപനീയ ധാരണ ഇവരിൽ ഉണ്ടാകും. സമുദായത്തിൽ ഏഴാംകൂലികളല്ലെന്ന് അവർക്ക് ബോധപ്പെടത്തക്കവിധം എന്തെങ്കിലും ജോലി ഏല്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ കുഴപ്പം ഒഴിവാക്കാം. കഴിവതും വൈകാരികമൂർച്ഛ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഇക്കൂട്ടർ സ്വാർത്ഥികളും അവിശ്വസ്തരുമായി വളരാനാണെളുപ്പം.

വ്യഥാഭയം (Phobia)

ചില പ്രത്യേകവസ്തുക്കളെക്കുറിച്ച് അകാരണമായൊരു ഭയം ചിലരെ പിടികൂടാറുണ്ട്. ചെളി, രോഗാണുക്കൾ ജനക്കൂട്ടം, ചില മൃഗങ്ങൾ, ഇരുട്ട്, അർബ്ബുദം (Cancer) എന്നിവയെക്കുറിച്ചായിരിക്കും ഭീതിതോന്നുക. ഭയപ്പെടുന്ന വസ്തുവിനെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്ത ഇവരുടെ മനസ്സിനെ എപ്പോഴും ഗ്രസിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും. അതിനെക്കുറിച്ച് ആരെങ്കിലും സൂചിപ്പിച്ചാൽ അതവരെ ഞെട്ടിപ്പിക്കും. യുക്തിവാദത്തിനൊന്നും അവരെ പേടിയുടെ ആവരണത്തിൽനിന്നു പുറത്തെടുക്കാൻ കഴിയുകയില്ല. ഭീതിയുടെ അടിസ്ഥാനം വെറും തോന്നലാണെന്നോ അന്ധതയാണെന്നോ പറഞ്ഞു കുററപ്പെടുത്തുന്നതു് അനഭിലഷണീയമായ പ്രതികരണം സൃഷ്ടിക്കുവാനേ ഉപകരിക്കൂ. മനസ്സിൻെറ അടിയിൽ ഉറങ്ങിക്കിടക്കുന്ന ബാല്യകാലാനുഭവങ്ങളുടെ പ്രതിഫലനമാണു് ഏറിയകൂറും ആശങ്കയ്ക്കു നിദാനം. പേടിയുടെ കാരണങ്ങളേയും പ്രകൃതിയേയുംപററി വ്യക്തമായ അറിവുനേടി തെററിദ്ധാരണയെ ദൂരീകരിക്കുവാനാണു ശ്രമിക്കേണ്ടതു്. വേരുറച്ച ഫോബിയാ വിദഗ്ദ്ധന്മാരെക്കൊണ്ടുപോലും മാററാനസാദ്ധ്യമെന്നാണു ശാസ്ത്രമതം.

ഹിസ്റ്റീരിയ (Hysteria)

മററുള്ളവരുടെ ശ്രദ്ധ പൂണ്ണമായി തന്നിലേക്ക് ആകർഷിക്കുവാനുള്ള ക്രമരഹിതവും വികലവുമായ പരിശ്രമമാണു ഹിസ്റ്റീരിയയുടെ പ്രധാന ലക്ഷണം. വികാരങ്ങളുടെ അപര്യാപ്തതയാണ് ഇതിനു നിദാനം. വൈകാരികജീവിതം മിതമായ നിലയിലുള്ള ഒരാൾ മററുള്ളവരുടെ സാധാരണമായ അനുഭാവംകൊണ്ടു തൃപ്തിയടയുന്നു. വൈകാരികജീവിതം സമ്പന്നമാകുന്നതോടൊപ്പം സഹജീവികളുമായുള്ള സഹവാസം അയാൾക്കു കൂടുതൽ സംതൃപ്തിദായകവും ആഹ്ളാദകരവുമായിത്തീരുന്നു. എന്നാൽ വികാരങ്ങളെ പൊരുത്തപ്പെടുത്തുവാനും സമ്പന്നമാക്കുവാനുമുള്ള കഴിവു ഹിസ്റ്റീരിയാ രോഗികൾക്കില്ല. സാധാരണയിൽ വളരെ താണ വൈകാരികസ്ഥിതിയാണു ഹിസ്റ്റീരിയാരോഗികൾക്കുള്ളത്. സമയവും സന്ദർഭവുമനുസരിച്ച് അവരുടെ വൈകാരികനില മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അവരുടെ വികാരങ്ങൾ വെറും ഉപരിപ്ലവമായിരിക്കുന്നതുമൂലം മററുള്ളവരുടെ സഹഭാവം സമ്പാദിക്കുവാൻ പര്യാപ്തമാകുന്നില്ല. മാത്രമല്ല സഹജരുടെ ഉൽകൃഷ്ടവികാരങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുവാൻ കഴിവില്ലാത്തവരാണു ഹിസ്റ്റീരിയാരോഗികൾ. തന്മൂലം സാധാരണനിലയിൽ മററുള്ളവരുടെ സഹാനുഭൂതിയാർജ്ജിക്കുവാൻ കഴിയാതെവരുമ്പോൾ അവർ ക്രമരഹിതമായ മാർഗ്ഗങ്ങളാരായുന്നു. തികച്ചും സ്വാത്ഥപരമായിരിക്കും ഈ പ്രയത്നം. അബോധപൂവ്വകമായ ചെയ്തികളാകയാൽ അവരെ കുററപ്പെടുത്തുവാൻ കഴിയുകയില്ല.

താൻ രോഗിയാണെന്ന സങ്കല്പത്തിൽ മററുള്ളവരോട് അതിനെക്കുറിച്ചു വിവരിച്ചു പറഞ്ഞു അവരുടെ അനുകമ്പ ലഭിക്കുവാൻ പരിയത്നിക്കുന്നവരാണ് ഒരുതരം ഹിസ്റ്റീരിയാരോഗികൾ. ബുദ്ധിപരവും മാനസികവുമായ കഴിവുക

ളിൽ താൻ എല്ലാവരെക്കാളും മേലെക്കിടയിൽപ്പെട്ട വ്യക്തിയാണെന്നും അതാർക്കും മനസ്സിലാക്കുവാനുള്ള സന്നദ്ധതയില്ലെന്നും സ്ഥാനത്തും അസ്ഥാനത്തും കൊട്ടിഘോഷിച്ച് ആത്മസംതൃപ്തി നേടുന്ന മറ്റൊരുകൂട്ടർ. തങ്ങൾ ഇടപെടുന്ന കാര്യങ്ങളെല്ലാം തികഞ്ഞ പരാജയത്തിൽ കലാശിക്കുകയാണെന്നും മറ്റുള്ളവർക്ക് തന്നോട് ഒട്ടും സ്നേഹമില്ലെന്നും വിചാരിച്ച് ആകുലപ്പെടുന്ന ഹിസ്റ്റീരിയാരോഗികളുമുണ്ട്. സമുദായജീവിതത്തിൽനിന്നു നിഷ്കാസിതരാണു തങ്ങൾ എന്നാണ് ഇവരുടെ ഭാവം. അനുദിനജീവിതത്തിലെ നിസ്സാരവിഷമതകളുടെ മുമ്പിൽപ്പോലും ചൂളിപ്പോകുന്നവരാണ് ഇക്കൂട്ടർ. മറ്റുള്ളവരെല്ലാം എപ്പോഴും തൻെറ കാര്യത്തിൽ ശ്രദ്ധചെലുത്തിക്കൊള്ളണമെന്ന നിർബന്ധബുദ്ധി കാണിക്കുന്നവരുണ്ട് ഹിസ്റ്റീരിയവൈകല്യമുള്ളവരിൽ. ഇക്കൂട്ടരെക്കൊണ്ട് കുടുംബത്തിൽ എപ്പോഴും സ്വൈരക്കേടായിരിക്കും. സമുദായത്തിൻെറ ഔദാര്യമൊന്നും തനിക്കാവശ്യമില്ലെന്നും സ്വന്തംകാലിൽ ഉറച്ചുനില്ക്കുവാൻ തൻെറടം തനിക്കുണ്ടെന്നും മറ്റുള്ളവരെ ബോധപ്പെടുത്തുവാൻ തത്രപ്പെടുന്ന രോഗികളാണ് ഏററം അപകടകാരികൾ. അവർ ആരേയും കൂട്ടാക്കുകയില്ല. അവസരം കിട്ടിയാൽ മറ്റുള്ളവരോടു ഹീനമായി പെരുമാറുവാൻ ഇക്കൂട്ടർ മടിക്കുകയില്ല.

ഹിസ്റ്റീരിയയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണപ്പെടുന്ന യുവാക്കളെ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. ജീവിതത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങളോടു ശിശുതുല്യമായ നിലപാടാണ് ഹിസ്റ്റീരിയാരോഗികൾക്കുള്ളത്. വിഷമതകളെ ഒഴിവാക്കുവാൻ അബോധമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു ഇവർ. തന്മൂലം പ്രശ്നങ്ങളെ ബോധപൂർവ്വം നേരിടുവാൻ അവരെ സജ്ജമാക്കുകയാണ് ആദ്യപടി. വികാരങ്ങളെ താളപ്പെടുത്തുക ഇതിന് ഏററം പ്രധാനമാണ്. തങ്ങളോടുതന്നെ വിശ്വസ്തരായിരിക്കാൻ അവരെ ഉപദേശിക്കണം. സഹഭാവം കാണിക്കുന്നതു നന്ന്.

പക്ഷേ, അമിതമായ അനുകമ്പ കാണിക്കുന്നതു രോഗം മൂർച്ഛിക്കുവാനേ ഉപകരിക്കൂ. അവരുടെ ആത്മാഭിമാനത്തെ ഒരിക്കലും മുറിപ്പെടുത്തരുതു്.

യുവതികളിലാണു ഹിസ്റ്റീരിയാ സാധാരണമായി കണ്ടുവരുന്നതെങ്കിലും രോഗബാധിതരായ യുവാക്കന്മാരും അപൂർവ്വമല്ല. ബുദ്ധിപരമായി വളർച്ചയെത്തിയ യുവാക്കന്മാരെപ്പോലും ഹിസ്റ്റീരിയ പിടിപെടാറുണ്ടു്. ആഹ്ലാദവും വിരസതയും ഇവരിൽ സമയഭേദമനുസരിച്ചു മാറി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കും. തന്മൂലം ആരും അവരുടെ സാന്നിദ്ധ്യം ഇഷ്ടപ്പെടുകയില്ല. രോഗം കൂടുതൽ രൂക്ഷമായാൽ തളർച്ചയും മോഹാലസ്യവും അനുഭവപ്പെടും. അപ്പോൾ മാനസികചികിത്സാവിദഗ്ദ്ധൻെറ സഹായം തേടണം. രോഗികൾക്കു തെററായ മനസ്സാക്ഷിയാണുള്ളതെങ്കിൽ അതു മാറിയിട്ടുവേണം ചികിത്സയാരംഭിക്കാൻ.

അമിതോത്സാഹം (Hypomania)

യുവത്വം ശക്തിയുടേയും പ്രസരിപ്പിൻെറയും കാലഘട്ടമാണു്. ചൊടിയും ചുറുചുറുക്കുമുള്ള യുവാവിനെയാണു് എല്ലാവരും ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതു്. താരുണ്യത്തിൻെറ പ്രവൎത്തനസന്നദ്ധത മഹത്തായ കാര്യങ്ങൾ നേടിയിട്ടുമുണ്ടു്. എന്നാൽ, സ്വാഭാവികമായ ഈ വാസന ചിലപ്പോൾ യുവാക്കളെ തൻേറടി (audacious) കളാക്കി മാററാറുണ്ടു്. എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാനാരംഭിച്ചാൽ ചെയ്യേണ്ടതും അതിനപ്പുറവും ചെയ്യും. എവിടെയാണു നിറുത്തേണ്ടതെന്നു് അവർക്കു പിടിയില്ല. തീവ്രപ്രകൃതി (Sanguine Temparament) ക്കാരായ ഇവൎക്കു് അമിതമായ ആവേശമാണു്. തനിക്കാവശ്യമുള്ളതും ഇല്ലാത്തതുമായ കാര്യങ്ങളിൽ ഇടപെടും. ചെയ്യാൻപോകുന്ന പ്രവൃത്തി തന്നെക്കൊണ്ടാകുന്നതാണോ എ

ന്നു നോട്ടമില്ല. മററുള്ളവർക്കു് അസുഖവും അസൗകര്യവും ഉണ്ടാകുന്നതു് അവർ കണക്കാക്കുകയില്ല. ചിലർ വഴക്കിടാനും മടികാണിക്കുകയില്ല. എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാതെ അടങ്ങിയിരിക്കുവാൻ അവരെക്കൊണ്ടാവില്ല. മിക്കവാറും ഒരൊററക്കാര്യത്തെപ്പററിയായിരിക്കും അവരുടെ ചിന്ത. മററെല്ലാം അവർ മറക്കും. ഇത്തരം യുവാക്കൾ പല കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുവാൻ ഉപകരിക്കും. പക്ഷേ, അവർ വരുത്തിവയ്ക്കുന്ന വിനകൾ ഗുരുതരങ്ങളും വിവിധങ്ങളുമായിരിക്കും. നിരന്തരമായി ചലിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രകൃതംമൂലം പലരും അവരോടു് അടുക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുകയുമില്ല. ഇത്തരം യുവാക്കൾ പ്രായേണ സ്വാൎത്ഥികളായിരിക്കും. ഇവർ ഭാവിജീവിതത്തിൽ അഹങ്കാരികളും അധികാരപ്രമത്തരും ബഹുമാനകാംക്ഷികളുമായി വളരുവാനാണെളുപ്പം. കടിഞ്ഞാണിടാത്ത വികാരങ്ങളാണു് ഇവരെ മുന്നോട്ടു നയിക്കുന്നതു്. അതിനാൽ ആത്മനിയന്ത്രണമാണു് ഏററം ആവശ്യം. എല്ലാക്കാര്യത്തിലും ബുദ്ധിപരമായ ഉന്നം കണ്ടുപിടിക്കുവാൻ അവരെ സഹായിക്കണം. അമിതപ്രവൎത്തനംമൂലം വിവശരാകാതെ സൂക്ഷിക്കുകയും കൃത്യമായ സമയപ്പട്ടിക നല്കി അതനുസരിക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുകയും വേണം.

മ്ലാനപ്രകൃതി (Depressive Mania)

അമിതോത്സാഹത്തിന്റെ നേരെവിപരീതസ്വഭാവമാണു മ്ളാനത. വിഷാദമൂകരായും ചൈതന്യരഹിതരായും കഴിഞ്ഞുകൂടുന്നവരാണു് ഇത്തരം സ്വഭാവക്കാർ. ഒന്നും ചെയ്യാൻ അവർ ആഗ്രഹിക്കുകയില്ല. എന്തെങ്കിലും ഏല്പിച്ചുകൊടുത്താൽ ഏറെ വിഷമിച്ചേ സ്വീകരിക്കൂ. ഒഴിഞ്ഞുമാറുവാനായിരിക്കും ആദ്യത്തെ ശ്രമം. ചെയ്യാൻ ആരംഭിച്ചാൽത്തന്നെ നിരുന്മേഷനായിരിക്കും. പലപ്പോഴും അവ

സാനിപ്പിക്കുകയില്ല. പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ചു ബോധപൂർവ്വം ചിന്തിക്കാൻ പ്രയത്നിക്കാറില്ല ഇവർ. എല്ലാററിന്റെയും നേരെ കണ്ണടയ്ക്കാനാണു വാസന. ആരുമായി കൂട്ടുകൂടുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുകയില്ല. എന്നാൽ ആരെങ്കിലുമായി സ്നേഹമായാൽ അതു മാററാൻ പാടില്ലാത്തവിധം ആഴത്തിലേക്കിറങ്ങും. സാമൂഹികവാസനയുടെ അഭാവം ഇത്തരം യുവാക്കളിൽ വ്യക്തമായി കാണാം. സംഘാതപ്രവർത്തനങ്ങൾക്കൊന്നും ഇക്കൂട്ടരെക്കൊണ്ടാവില്ല. സാമാന്യത്തിൽക്കവിഞ്ഞ ബുദ്ധിശക്തിയുള്ളവരായിരിക്കും ഇക്കൂട്ടർ. പക്ഷേ ശ്രദ്ധിക്കുവാനും പഠിക്കുവാനും അധികം ഉത്സാഹിക്കാത്തതിനാൽ ക്രമേണ സാധാരണബുദ്ധിശക്തിയുള്ള കുട്ടികളുടെ നിലയിലേക്കു താഴുന്നു. ചിലർ ആദ്ധ്യാത്മികതത്വത്തിന്റെ തണലിൽ അഭയംതേടിയെന്നു വരാം. ഇവരുടെ ഭക്തി ആഴവും ഉൽകൃഷ്ടവുമായിരിക്കുകയില്ല. ഇത്തരം പ്രകൃതിക്കാർ തങ്ങൾക്കും സമുദായത്തിനും അസഹനീയരാണ്. വിഷാദാത്മകത്വം ആത്മഹത്യയിൽ പര്യവസാനിക്കുന്നതും അപൂർവ്വമല്ല.

ശരീരത്തിന്റെ കഴിവുകേട് ഉന്മേഷരാഹിത്യത്തിനു കാരണമാകാം. തന്മൂലം ശരിയായ ഭക്ഷണവും വ്യായാമവും ഇക്കൂട്ടർക്ക് ആവശ്യകമാണ്. കുട്ടിക്കാലത്ത് അബോധാവസ്ഥയിലേക്ക് അമർന്നുപോയ ചില വികാരങ്ങളിൽനിന്ന് ഉളവാകുന്ന അധമബോധമാണു ചിലരെ വിഷാദചിത്തരാക്കുന്നതെന്നു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ പഠിപ്പിക്കുന്നു. അധമചിന്തയുടെ വേരുകൾ തിരിഞ്ഞുപിടിച്ച് അവരിൽ ആത്മബോധം വളർത്തുകയാണ് ഇക്കൂട്ടർക്കുള്ള പ്രതിവിധി. തെററായ ജീവിതവൃത്തി സ്വീകരിക്കുന്നതുമൂലവും യുവാക്കൾ വിഷാദത്തിനു വിധേയരാകാറുണ്ട്. രക്ഷകർത്താക്കന്മാരുടെ നിർബന്ധംകൊണ്ടു തങ്ങൾക്കു വെറുപ്പുതോന്നുന്നതും താങ്ങാനാവാത്തതുമായ ചുമതല ഏറെറടുക്കുന്നവരാണിവർ. എങ്ങ

നെയെങ്കിലും കടമ നിറവേററണമെന്നേ അവർക്കുള്ളൂ. അതിൽ പ്രത്യേകമായൊരു ലക്ഷ്യവും ഉത്സാഹവും അവക്കില്ല. അത്തരം യുവാക്കൾ മൗനികളായിത്തീരുന്നതിൽ അത്ഭുതമില്ലല്ലോ. മക്കളുടെ പ്രവണതയും പ്രയോജനവുമനുസരിച്ചായിരിക്കണം ജീവിതമാർഗ്ഗം ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊടുക്കേണ്ടതെന്നു മാതാപിതാക്കന്മാർ ഗ്രഹിക്കണം. തങ്ങളുടെ മക്കൾ സമുദായത്തിൽ ഉന്നതനിലയലങ്കരിക്കണമെന്ന ആഗ്രഹം നന്നു്. എന്നാൽ അതിനുള്ള കഴിവും സന്നദ്ധതയും മക്കൾക്കില്ലെന്നു കണ്ടാൽ അതിനു കയററിവിടുന്നതു് അവരുടെ ജീവിതം താറുമാറാക്കും. ഏർപ്പെട്ട പ്രവൃത്തി ഉത്സാഹഭരിതമാക്കിത്തീക്കാൻ മ്ളാനസ്വഭാവക്കാരെ നിരന്തരമായി പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം.

യുവാക്കളിൽ സാധാരണ കണ്ടുവരാറുള്ള മാനസികവികലതകളാണു മുൻസൂചിപ്പിച്ചതു്. യുവജനപരിശീലകക്കു സഹായം ചെയ്യാൻ കഴിയാത്ത വേറെയും വികലതകളുണ്ടു്. അവയ്ക്കു ചിത്തരോഗവിദഗ്ദ്ധൻെറ സേവനം തേടുകയാണുത്തമം.

ഭാവിയുടെ പുലരി

വ്യക്തിയുടെ സവ്തോന്മുഖമായ വളർച്ചയാണു യുവജനശിക്ഷണം ഉന്നംവയ്ക്കേണ്ടതു്. ഏററം പ്രധാനം സാന്മാർഗ്ഗികവളർച്ചയാണു്. സവ്വനിയന്താവായ ദൈവത്തോടുള്ള കടമകളേയും കടപ്പാടുകളേയുംപററിയുള്ള ബോധമാണു് ഇതിൻെറ ഉറവിടം. അതിൽനിന്നു സഹജീവികളോടും തന്നോടുതന്നെയുമുള്ള കർത്തവ്യത്തെപ്പററി അവബോധം നേടുകയും സനാതനമൂല്യങ്ങൾക്കൊത്തു ചരിക്കുവാൻ കരുത്താർജ്ജിക്കുകയും ചെയ്യണം. ഇത്തരം തത്വസംഹിതയുടെ വെളിച്ചത്തിൽ സ്വതന്ത്രമായി ചിന്തിക്കാൻ കഴിവു ലഭിക്കുകയാണു് ബുദ്ധിപരമായ പൂർണ്ണതയിലേക്കുള്ള ചവിട്ടുപടി. മററുള്ളവരുടെ കുത്തിത്തിരിപ്പുകൾക്കും വൈകാരികചലനങ്ങൾക്കും മുൻവിധികൾക്കും അടിപ്പെടാതെ ചിന്തിക്കാൻ കഴിയുക മാനസികവളർച്ച ലഭിച്ച വ്യക്തിയുടെ ലക്ഷണമാണു്. വ്യക്തമായ ലക്ഷ്യത്തെ പിന്തുടരുന്ന ഇച്ഛയും വേണ്ടിടത്തു വേണ്ടവണ്ണം പ്രകടമാകുന്ന വികാരങ്ങളും യുവജീവിതത്തിനു് ഉറപ്പുനല്കുന്നു. ഇതിനെല്ലാം കായികാരോഗ്യം അനിവാര്യമാണു്. ഇങ്ങനെ യുവജനങ്ങൾക്കു സമഗ്രമായ ശിക്ഷണം നല്കുന്നുവെങ്കിൽ സമുദായത്തിനും രാഷ്ട്രത്തിനും മഹിതമായ സേവനങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന തലമുറ രൂപംകൊള്ളുകയും ശോഭനമായ ഭാവിയുടെ പുലരി ലോകം ദർശിക്കുകയും ചെയ്യും.

L. D. V. M.

BIBLIOGRAPHY

ARLITT, A. H., *Adolescent Psychology* (New York, American Books).

AVELING, F., *Personality and Will* (London, University of London Press).

AVELING, F., *Directing Mental Energy* (New York, Appleton Century).

ANERILL, L. A., *Adolescence* (Boston, Houghton Mifflin Co.).

BOLTON, F. E., *Adolescent Education* (New York, Mac Million Co.).

BROOKS, F. D., *Psychology of Adolescence* (Boston. Houghton Mifflin).

BURT, C. L., *The Young Delinquent* (New York, Appleton Century),

COADE, T. F., *Manhood in the Making* (Bombay, Taraporevala & Co.).

COLE, LUELLA, *Psychology of Adolescence* (New York, Farrar and Rinehart inc).

MORGAN, J. B., *The Psychology of Unadjusted School Child.*

FLEEGE, P. H., *Self Revelation of Adolescent Boy* (Milwaukee, The Bruce Publishing Co.).

HOLLINGWORTH, L. A., *The Psychology of Adolescent.*

MCARTHY, RAPHAEL, *Training the Adolescent.*

LINDOVISKY, *How to Train the Will* (Milwaukee, Bruce).

LORD, DANIEL A., *Youth Guidance* (St. Paul's Publication).

DUNLOP K., HABITS, *Their Making and Unmaking* (New York, Liveright).

OWEN, R. C., *Principle of Adolescent Education* (New York, The Ronald Press).

PAETRIDGE, E. DE., *Social Psychology of Adolescence* (New York, Prentice Hall Inc).

STABBLETON, J. K., *Your Problems and Mine in the Guidance of Youth.*

HEALY, W.. *Reconstructing Behaviour in Youth.*

MUDGE, E. L., *Psychology of Early Adolescence* (New York, Caxton).

SAUGHTER, J. W., *The Adolescent* (London, Allen & Unwin).

THOM, D. A., *Guiding the Adolescent* (Washington, Childrens Bureau).

MARTINDALE, C. C., *The Difficult Commandment.*

MARTINDALE, C. C., *In Their Company* (London, Burns Oates).

PIUS XI, *Divini Magistri* (Christian Education of Youth).

PIUS XII, *Pope Pius XII and Youth.*

18439

യുവജനശിക്ഷണം

ഭാവിയുടെ വിധാതാക്കളായ തരുണരിൽ പൊട്ടിവിരിയുന്ന സത്പ്രവണതകളെ ഫലമണിയിക്കുവാനും കാടുകയറുന്ന ദുഷ്പ്രവണതകളെ മെരുക്കിയെടുത്തു മഹത്തായ ലക്ഷ്യത്തിലേക്കുള്ള കല്പടികളായിപ്പകർത്താനുമുള്ള ശാസ്ത്രീയവും പ്രായോഗികവുമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ശ്രീ. ജെ. തച്ചിലിൻെറ അനുഗൃഹീതമായ തൂലിക നിങ്ങൾക്കു തുറന്നുതരുന്നു.

കായികവും മാനസികവും ആദ്ധ്യാത്മികവുമായ എല്ലാവശങ്ങളിലേക്കും ഗ്രന്ഥകാരൻ വെളിച്ചം പകരുന്നു. മനശ്ശാസ്ത്രമാണു കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതെങ്കിലും സാങ്കേതികത്വത്തിൻെറ നൂലാമാലകളിൽ വായനക്കാരെ കുരുക്കിയിടുന്നില്ല.

യുവജനശിക്ഷണവുമായി ഏതെങ്കിലുംവിധത്തിൽ ബന്ധപ്പെട്ടവർ മാത്രമല്ല, ദൈവത്തിനും രാജ്യത്തിനും ഉപകരിക്കുന്നവരായി വളർന്ന്, മിടുമിടുക്കന്മാരായ നേതാക്കന്മാരാകുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന യുവാക്കളും മനസ്സിരുത്തി പഠിക്കേണ്ട അമൂല്യഗ്രന്ഥമാണു 'യുവജനശിക്ഷണം'.

മലയാളസാഹിത്യത്തിൽ 'പ്രായോഗികമനശ്ശാസ്ത്രം' എന്നൊരു പുതിയ സങ്കേതം വെട്ടിത്തുറന്നു കൈരളിയുടെ ചരിത്രപരമായ ഒരാവശ്യം സാധിച്ചുകൊടുത്തതിൽ രചയിതാവിന് അഭിമാനം കൊള്ളാം.

എസ്. എച്ച്. ലീഗ്

ആലുവാ-3

ശീവല്ലൂ

ഗ്രീഷ്മം.

ചൈത്രത്തിൽ