சிந்தனைக் கோளாறு
(Delusion)

Dr. Magesh Rajagopal, M.B.B.S., MRCPsych (UK)

Tamil Psychiatry Journal, Vol. 1, Issue - 1, April - June 2025, Page 40 - 43

நம் எண்ணங்களில் அவ்வப்போது, கண்டதையும் யோசித்து, மனதைப் போட்டு குழப்பிக் கொள்வோம். தத்துவங்களில் எண்ணங்களால் ஆனதே வாழ்க்கை என்று பலராலும் கூறப்படுகிறது. மூளையின் முக்கியமான செயல்களில் ஒன்று சிந்திப்பது. சிந்தனைக்கோளாறுகளால் எண்ணங்களில் என்ன மாதிரியான பிரச்சனைகள் உருவாகின்றன என்பதைத்தான் இந்தக் கட்டுரையில் நாம் காணப் போகிறோம்.

மனநல பாதிப்பினால் ஏற்படும் அறிகுறிகளில் மிக முக்கியமான அறிகுறியாக பார்க்கப்படுவது சிந்தனையில் ஏற்படும் கோளாறாகும். உதாரணத்திற்கு ஒருவர் தன்னைச் சுற்றியுள்ள நிகழ்வுகள் அனைத்தையும் தமக்கு எதிராகவும், மற்றவர்களால் திட்டமிட்டு நடத்தப்படுவதாகவும் தவறாகப் புரிந்து கொள்வார். இவ்வாறு ஒரு நபருக்கு கற்பனையான எண்ணங்கள் ஏற்பட்டு பாதிப்பு உண்டாகும் போது, அவை வெறும் கற்பனை எண்ணங்கள் என்று எவ்வளவுதான் தவறை புரிய வைக்க முயன்றாலும், அவ்வளவு எளிதாக அவர்களின் நம்பிக்கையை மாற்றிவிட முடியாது. அதனால் தான், சிந்தனைக்கோளாறு என்பது நடக்காத நிகழ்வுகளையெல்லாம் நடந்திருப்பதாக தவறாகப் புரிந்து கொண்டு, ஆணித்தரமாக நம்புவதாகும். இதற்கு ஆங்கிலத்தில் Delusion என்று பெயர். இம்மாதிரி சிந்தனைக் கோளாறுகளில் பலவகைகள் உள்ளன. அவற்றைக் கீழே உள்ள விளக்கங்களில் காண்போம்.

1. Persecutory Delusion:

இம்மாதிரியான கற்பனை எண்ணம் உடையவர், தன்னை யாரோ பின்தொடர்ந்து வருவதாகவும், கேமராக்கள் மூலமாக கண்காணிக்கப்படுவதாகவும், தனக்கு எதிராக சதித்திட்டம் தீட்டப்படுவதாகவும் தொடர்ந்து கற்பனை செய்து கொள்வார். தனக்கு எதிராகப் இப்படி செயல்படுத்தப்படும் செயல் திட்டங்களை தடுக்காவிட்டால், கொலை செய்யப்பட்டு விடுவோமோ என்றும் கற்பனையாக எண்ணுவார். இதுபோன்ற சந்தேக எண்ணங்களினால் தெளிவாக இல்லாததால், இந்த வகையான சிந்தனைக் கோளாறால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள், அதிக மனஉளைச்சல்களுக்கு ஆளாவார்கள்.

2. Delusional Misinterpretation:

ஒருவர் தன்னைச் சுற்றி நடக்கக்கூடிய சாதாரண நிகழ்வுகளைக் கூட தவறாகப் புரிந்து கொள்வார். உதாரணத்திற்கு, ஒரு சிகப்பு நிற கார் இயல்பாகக் கடந்து சென்றால் கூட, அந்த கார் தன்னை நோக்கி மட்டுமே வருவதாகவும், மேலும் அந்த காரில் உள்ளவர்கள் தன்னைக் கேலி, கிண்டல் செய்வதற்காகவே திட்டமிட்டு செயல்படுவதாகவும் கற்பனை செய்து கொள்வார். இதேபோல், தொலைக்காட்சி, ரேடியோ, மற்றும் பத்திரிகைகளில் தன்னைப் பற்றிதான் செய்திகள் வருவதாக கற்பனையாக எண்ணி அதிக மனஉளைச்சலுக்கு ஆளாவார்.

3. Grandiose Delusion:

மனிதர்கள் தங்களைப் பற்றி வெளிவரும் சுய விமர்சனங்களை கேட்பதற்கும், படிப்பதற்கும் என்றுமே ஆவலாக இருப்பார்கள். அம்மாதிரியான சுயவிமர்சனங்களில் சிறப்பானவராகவும், மேன்மையானவராகவும் நினைத்துக் கொள்வதில் அலாதி சந்தோஷம் ஏற்படும் என்பது உண்மை

தான். ஆனால் எந்தவொரு விஷயமென்றாலும், அளவுக்கு மீறினால் அமிர்தமும் நஞ்சு என்பது உலகறிந்த உண்மை.

அப்படி, சில மனிதர்கள் இம்மாதிரியான எண்ணங்களால் அதீத கற்பனைகளுக்குள் சென்று விடுவார்கள். உதாரணத்திற்கு ஒருவர் தன்னை மிகச்சிறந்த பின்புலம் கொண்டவர் என்றும், உலகிலேயே தான் மிகப்பெரிய பணக்காரர் என்றும், தான் தெய்வீக ஆற்றல் பெற்றவர் என்றும் கற்பனை செய்து கொள்வார். இதுபோன்ற கற்பனையான எண்ணங்கள் ஏற்படுவதால், இவர்களின் இயல்பான செயல்பாடுகளிலும் கூட அதிக மாற்றங்கள் ஏற்படும். அடுத்தவர்களுக்கு உதவி செய்கிறேன் என்ற பெயரில் பணத்தை வாரி இறைத்து விரயம் செய்வதும், தேவையில்லாத பொருட்களை வாங்கிக் குவிப்பதும், தம்முடைய உடைமைகளை அடுத்தவர்களுக்கு எடுத்துக் கொடுப்பதும் போன்ற இயல்புக்கு மாறான செயல்களைச் செய்வார். இம்மாதிரியான எண்ணங்களால் ஏற்படும் பாதிப்புகளை Grandiose Delusion என்பார்கள்.

4. Somatic Delusion:

சிலருக்கு உடலில் ஏதாவது ஒரு பாகம் வலித்தாலும், உடனே பயந்து போய் தொடர்ந்து மருத்துவமனைக்குச் சென்று விடுவார்கள். இம்மாதிரியான உடல் சார்ந்த எண்ணங்களும் கூட, ஒரு வகையான மனநலப் பாதிப்பாகும்.

இம்மாதிரியான சிந்தனைக் கோளாறு உள்ளவர்கள், தங்களுடைய உடல் நிலையில் சிறிதளவு வலி இருந்தாலும், அதீதமாக கற்பனை செய்து கொள்வார்கள். உடலில் ஏற்படும் சாதாரண வலியைக் கூட மிகவும் பெரிதுபடுத்திக் கொண்டு, உடலில் தீராத நோய் ஏற்பட்டிருப்பதாக அளவுக்கு அதிகமாக கற்பனை செய்து கொள்வார்கள். அதனால் தொடர்ந்து தன் உடலைப் பற்றி கவலைப்பட்டுக் கொண்டும், பயந்து கொண்டும் இருப்பார்கள்.

உதாரணத்திற்கு, சாதாரண தலைவலி ஏற்பட்டால் கூட அதைப் பற்றி முழுநேரமும் சிந்தித்துக் கொண்டு, அதற்கு தீர்வு காணும் வகையில் CT மற்றும் MRI ஸ்கேன் என மீண்டும் மீண்டும் பரிசோதித்துக் கொள்வார்கள். மேலும் இவர்கள் உடலில் ஏற்படும் சிறு பிரச்சனைக்காக பல மருத்துவர்களிடம் சென்று தங்களுடைய உடலைப் பற்றி மருத்துவ ரீதியாக உடலை பரிசோதனை செய்து கொண்டு பலருடைய கருத்துகளையும் தெரிந்து கொள்வார்கள். இவ்வாறு தொடர்ச்சியாக செய்யும் போது, அவர்களின் செயலைப் பற்றி மருத்துவர்களோ அல்லது உறவினர்களோ எவ்வளவுதான் உடல் நிலைக் குறித்து ஆறுதல் கூறினாலும், இவர்களுடைய கற்பனை எண்ணத்தை மாற்றிக் கொள்ள மாட்டார்கள்.

5. Delusion of Reference:

இம்மாதிரியான சிந்தனைக் கோளாறு உள்ளவர்கள் தொலைக்காட்சி, வானொலி, மற்றும் பத்திரிகைகளில் தங்களைப் பற்றிய செய்திகள் குறிப்பிட்டிருப்பதாக கற்பனை செய்து கொள்வார்கள். மேலும் இதுபோன்ற செய்திகள் மீடியாக்களின் மூலம் மக்களிடம் பரப்பப்படுவதினால் தங்களுக்கு அவப்பெயர் ஏற்படுவதாக கற்பனை செய்து கொள்வார்கள். இதனால், பத்திரிகைகளில் வரும் செய்திகளை வெட்டி சேகரித்து ஆராய்ந்து கொண்டு இருப்பார்கள். மேலும் சிலர் தொலைக்காட்சியில் வரும் செய்திகளைப் பார்ப்பதை முற்றிலுமாகத் தவிர்ப்பார்கள்.

6. Delusion of Love/Erotomania:

இவ்வகையான சிந்தனைக் கோளாறு உள்ள நபர், தன் மீது மற்ற நபர் காதல் கொண்டிருப்பதாகவும், ஆனால் அதை அவர் வெளியில் காண்பித்துக் கொள்ளாமல் மறைத்து வருவதாகவும் கற்பனை செய்து கொள்வார். இவர்கள் பெரும்பாலும், “பிரபலங்கள் தம்வசம் காதல் வயப்பட்டிருப்பதாகவும், தம்மீது தீராத அன்பு கொண்டிருப்பதாகவும்” கற்பனை செய்து கொள்வார்கள். சில நேரங்களில் இந்த கற்பனையான எண்ணங்கள் தீவிரமடைவதினால், கற்பனையாக நினைத்துக் கொண்டிருந்த கற்பனைக் காதலியை பின்தொடர்ந்தும் செல்வார்கள். இது போன்ற செயல்களினால் இவர்களுக்கும், மற்றவர்களுக்கும் பல விபரீத பின் விளைவுகள்

ஏற்பட வாய்ப்புகள் அதிகரிக்கும்.

7. மதம் சார்ந்த சிந்தனைக் கோளாறு:

தங்களுக்கும், கடவுளுக்கும் பிரத்யோக தொடர்பு இருப்பதாக கற்பனையாக எண்ணிக் கொள்வது. மதம் சார்ந்த சிந்தனைக் கோளாறாகும். இவர்கள் மிகவும் நம்பிக் கொண்டிருக்கும் கடவுள் தங்களுக்குள்ளும் புகுந்திருப்பதாக எண்ணுவார்கள். மேலும் சிலரோ, அவர்கள் வணங்கும் கடவுள் தங்களுக்கு ஆசிவழங்கி, இந்த உலகை ரட்சிக்க தமக்கு கட்டளை பிறப்பிக்கப்பட்டிருப்பதாகவும் கற்பனை செய்து கொள்வர்.

8. Delusion of Infidelity:

மனைவியின் நடத்தை மீது ஆணித்தரமாக சந்தேகம் கொண்டு கற்பனை செய்வது தான் Delusion of Infidelity. முதலில் சாதாரணமாக ஆரம்பிக்கும் சந்தேக எண்ணங்கள், படிப்படியாக அதிகரித்து மனைவியின் உடமைகளைத் தேடுவது, மனைவி செல்லும் இடங்களுக்கு எல்லாம் பின்தொடர்ந்து செல்வது, மனைவியின் கைபேசியை அவருக்குத் தெரியாமல் ஆராய்ந்து பார்ப்பது போன்ற செயல்களில் ஈடுபடுவார்கள். இதனால் இவர்கள் தங்களுடைய மன நிம்மதியையும், தூக்கத்தையும் இழந்து மிகுந்த மனஉளைச்சலுக்கு ஆளாவார்கள். சில நேரங்களில் மனைவியிடம் இதைப் பற்றி நேரிடையாக விமர்சித்து, சண்டையிட ஆரம்பித்தும் விடுவார்கள். இதனால் வீட்டிலும், குடும்ப உறவுகளிலும் கூட நிம்மதி இருக்காது.

உண்மையாகவே மனைவியின் நடத்தையில் சந்தேகத்திற்கான எந்த முகாந்திரமும் இல்லாத பொழுதிலும், யார் என்ன எடுத்துச் சொன்னாலும், அவர்களது சந்தேக எண்ணத்தை எப்பொழுதும் மாற்றிக் கொள்ள மாட்டார்கள். சில நேரங்களில் இவர்கள், குடும்பத்திலும், சமூகத்திலும் கூட வன்முறை செயல்களில் ஈடுபடுவார்கள். இம்மாதிரியான எண்ணங்கள் ஆண்களுக்கு ஏற்படுவதற்கு தீவிர மதுப்பழக்கம் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றது. மது அதிகமாக குடிப்பவர்களிடேயே தான் இம்மாதிரியான சந்தேக எண்ணங்கள் அதிகமாக தென்படுகிறது.

9. Delusion of Ill Health / Hypochondriacal Delusion:

ஒரு சிலருக்கு தங்களுடைய ஆரோக்கியத்தில், மருத்துவ உலகில் தீவிர உடல்நலப் பிரச்சனைகளாக கருதப்படும் புற்று நோய், காசநோய் அல்லது இதய நோய் போன்ற வியாதிகள் ஏற்பட்டிருப்பதாக கற்பனையான எண்ணங்கள் தோன்றும். அதற்கு Hypochondriacal Delusion என்று பெயர்.

சிலருக்கு தங்களுடைய முக அமைப்பு சரியாக இல்லை என்றும், முகத்தோற்றம் அழகாக இல்லை என்றும், பல் வரிசை சீராக இல்லை என்றும் கற்பனையான எண்ணங்கள் ஏற்படுவதும் உண்டு. இதற்கு Body Dysmorphobia என்று பெயர்.

10. Delusion of Guilt:

மனிதர்களுக்கு கையாளத் தெரியாத உணர்வாக எது இருக்குமென்றால், குற்றவுணர்வும், அவமான உணர்வும் தான். அப்படி இருக்கையில் ஒரு சிலருக்கு, தங்களுக்குள்ளேயே கற்பனையான குற்ற உணர்ச்சிகள் ஏற்பட்டு, தமக்குத் தாமே குற்றம் சுமத்திக் கொண்டு மனம் வருந்துவதும் உண்டு. அதற்கு Delusion of Guilt என்று பெயர். இம்மாதிரியான எண்ணங்கள் உருவாகுபவர்களுக்கு, அவர்களின் வாழ்வில், எப்பொழுதோ நடந்த சிறு தவறுகளை மனதில் வைத்துக் கொண்டு, ஏதோ பெரிய குற்றம் செய்தது போல் அதீத கற்பனையுடன் அதையே நினைத்து, நினைத்து மனம் நொந்து போவார்கள். மேலும் ஒரு சிலருக்கு, இந்த குற்றவுணர்ச்சி எண்ணத்தின் தீவிரம் அதிகரித்து, தாம் கண்டிப்பாக தண்டிக்கப்பட வேண்டிய குற்றவாளி எனவும், தனக்கு பாவமன்னிப்பே கிடைக்கவே கூடாது எனவும் கூறுவார்கள். இம்மாதிரியான அதிதீவிர எண்ணத்தால் மனஉளைச்சலுக்கு ஆளாகும் நபர்களின் வாழ்க்கை தினம்தினம் நரகம் போல் மாறிவிடும்.

11. Nihilistic Delusion:

பெரும்பாலும் மனநோயால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்களுக்கு, அதிலும் குறிப்பாக மனச்சோர்வு

அல்லது மனச்சிதைவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பவர்களுக்கு இது போன்ற கற்பனையான எண்ணங்கள் ஏற்படுகின்றன. உதாரணத்திற்கு, தாம் உயிரோடு இல்லை என்பது போன்ற கற்பனையான எண்ணம் அல்லது தம் உடல் உறுப்புகள் இயங்கவில்லை என்பது போன்ற கற்பனையான எண்ணம் அல்லது தம்முடைய உடலின் ஒருபகுதி செயலிழந்து விட்டது போன்ற கற்பனையான எண்ணம் அல்லது சிந்திக்கும் திறனை முற்றிலுமாக இழந்துவிட்டோம் என்பது போன்ற கற்பனையான எண்ணம் என பல்வேறு விதமாக அவர்களுக்குத் தோன்றும். இதற்கு Nihilistic Delusion என்று பெயர்.

12. Delusion of Poverty:

தாம், பரம ஏழையாகி விட்டோம் என்றும், தம்முடைய சொத்துகளை எல்லாம் இழந்து விட்டோம் என்றும், இதனால் குடும்பமே நடுத் தெருவிற்கு வந்து விட்டது என்பது போன்ற கற்பனையான எண்ணம் ஏற்படுவதற்கு Delusion of Poverty என்று பெயர். இதுபோன்ற எண்ணக்கோளாறுகள் தீவிர மனச்சோர்வின் காரணமாக ஏற்படலாம்.

முடிவுரை

மனித மனம் குழம்பும் போது பலவித எண்ணங்கள் அங்குமிங்கும் ஓடி அலையும். அதேபோல் தான், மனப்பாதிப்பு ஏற்படும் ஒவ்வொரு நபர்களும், இத்தனை விதமான கற்பனையான எண்ணங்களுக்கு இடையே தான் குழம்பி நிற்பார்கள். அவர்களுக்கான தெளிவான சிந்தனையை ஏற்படுத்தத்தான், இன்றைய மனநல மருத்துவம் நமக்கு உதவி புரிகிறது. இம்மாதிரியான கற்பனையான எண்ணங்கள் தீவிர மனநோயின் அறிகுறிகளாகும். இதுபோன்ற கற்பனை எண்ணங்கள் ஒருவருடைய அன்றாட வாழ்க்கையில் அதிக பாதிப்பையும், விளைவையும் ஏற்படுத்தும் போது உடனடி மனநல சிகிச்சை வழங்குவது இன்றியமையாததாகும்.

REFERENCES

❖ Fish, F. J., Casey, P. R., & Kelly, B. (2007). Fish’s clinical psychopathology : signs and symptoms in psychiatry (3rd ed.). Gaskell. June 14, 2024

❖ Oyebode, F. (2015). Sims' symptoms in the mind: Textbook of descriptive psychopathology (5th ed.). Elsevier Saunders.