Reaching Out

Quarterly of Pain and Palliative Care Society, Thrissur

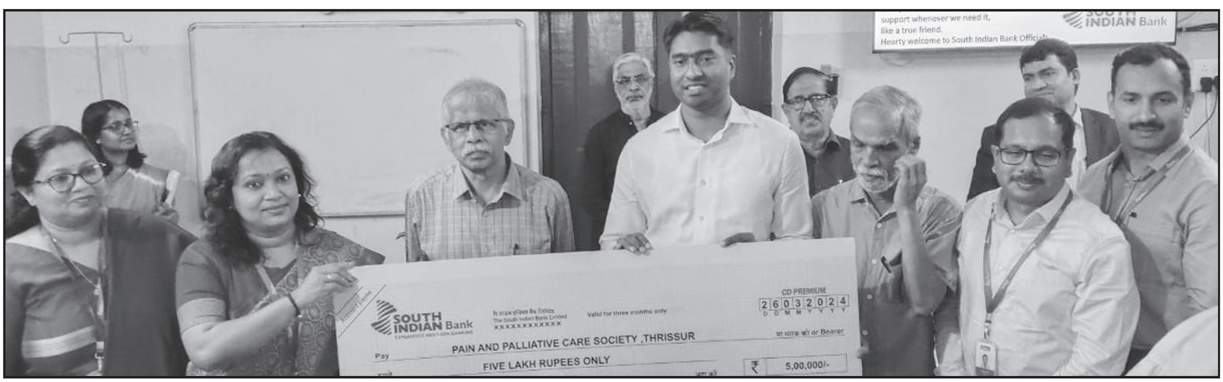
VOLUME 22 ● ISSUE 1 ● MARCH 2025

സാന്ത്വനദിനം 2025

ഈ വർഷത്തെ സാന്ത്വനദിനം ജില്ലാകളക്റ്റർ അർജ്ജുൻ പാണ്ഡ്യൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. 27 വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ്, ഏവർക്കും മാതൃകയാകുന്ന വിധത്തിൽ സാന്ത്വനപരിചരണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആരംഭിച്ച പെയിൻ&പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി (തൃശ്ശൂർ) ഇന്നും ശക്തമായി മുന്നോട്ട് പോകുന്നുവെന്നതിൽ പ്രവർത്തകർക്ക് അഭിമാനിയ്ക്കാമെന്ന് കളക്റ്റർ പറഞ്ഞു. വികസിതരാജ്യങ്ങളിലെപോലെ, ജനസംഖ്യയിൽ മുതിർന്ന പൗരന്മാരുടെ എണ്ണം കൂടി വരുന്ന കേരളത്തിൽ സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്റെ പ്രസക്തി നാൾക്കുനാൾ വർദ്ധിച്ചുവരികയാണ്. സൊസൈറ്റിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ജില്ലാ ഭരണകൂടത്തിന്റെ സർവ്വപിന്തുണയും എന്നും ഉണ്ടാകുമെന്ന് അദ്ദേഹം വാഗ്ദാനം ചെയ്തു. ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ പങ്കാളിത്തം കൂടി വരുന്നത് ഭാവിയെക്കുറിച്ച് ശുഭപ്രതീക്ഷ നൽകുന്നതായി, പ്രൊ. പി.വി. കൃഷ്ണൻ നായർ അദ്ധ്യക്ഷപ്രസംഗത്തിൽ ചൂണ്ടിക്കാട്ടി. സ്റ്റുഡന്റ്സ് ഇനീഷ്യേറ്റീവ് ഇൻ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ (എസ്.ഐ.പി) വിദ്യാർത്ഥികൾ മുടക്കു ദിവസങ്ങളിൽ നേഴ്സുമാർക്കൊപ്പം ഗൃഹപരിചരണത്തിൽ പങ്കെടുക്കുന്നുണ്ടെന്നുള്ളത് പ്രത്യാശ നൽകുന്നതാണെന്ന് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

സി.എസ്.ആർ. പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഭാഗമായി പെയിൻ & പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയ്ക്ക് നൽകുന്ന ധനസഹായം സൗത്ത് ഇന്ത്യൻ ബാങ്ക് റീജിയണൽ ഓഫീസ് ജെജിഎം രേഖ, ബാങ്ക് ഓഫ് ബറോഡ റീജിയണൽ ഹെഡ് വിമൽജിത്ത് എന്നിവർ ജില്ലാകളക്റ്റർ വഴി കൈമാറി.

സാന്ത്വനദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി നടത്തിയ ഉപന്യാസ മത്സരത്തിലെ വിജയികൾക്ക് ചടങ്ങിൽ പുരസ്കാരങ്ങൾ സമ്മാനിച്ചു. ഹൈസ്കൂൾ വിഭാഗത്തിൽ 1. നിഹാര വി.കെ, 2. ഗായത്രി വി.ആർ (ഇരുവരും സേക്രഡ് ഹാർട്ട്, തൃശ്ശൂർ), 3. ചിന്മയ എസ് (ഹോളിഫാമിലി, തൃശ്ശൂർ) എന്നിവരും ഹയർ സെക്കണ്ടറിയിൽ 1. അഷിക പി.എസ് (ജിഎച്ച്എസ്എസ്, വില്ലടം), 2. ദേവികപ്രേം (കാൽഡിയൻ സിറിയൻ എച്ച്എസ്എസ്, തൃശ്ശൂർ), 3. അനന്യ എം.എ (ജിഎച്ച്എസ്എസ്, വില്ലടം) എന്നിവരും കോളേജ് വിഭാഗത്തിൽ 1. എസ്തർ ഷാജി (സെൻറ്മേരീസ്, തൃശ്ശൂർ), 2. അക്ഷര എസ് ചന്ദ്രൻ (കോളേജ് ഓഫ് വെറ്ററിനറി & അനിമൽ സയൻസസ്, മണ്ണുത്തി) 3. ഭാഗ്യ പി. ഉമേഷ് (സെൻറ്മേരീസ്, തൃശ്ശൂർ) എന്നിവരുമാണ് യഥാക്രമം ഒന്ന്, രണ്ട്, മൂന്ന് സ്ഥാനങ്ങൾ നേടിയത്. ●



എഡിറ്റോറിയൽ

Reaching Out

Quarterly of Pain and Palliative Care Society, Thrissur

VOLUME 22 ● ISSUE 1 ● MARCH 2025

Reg.No. 591/97

Old District Hospital Building. Thrissur - 680 001
Ph : 0487 - 2322128

Web.: www.painandpalliativecarethrissur.org
E-mail: ppcs.thrissur@gmail.com

Published : Pain and Palliative Care Society, Thrissur

Editor	:	Secretary, PPCS
Editorial Assistance	:	P. Krishnakumar
Lay-out & Printed at	:	Vakayil Printers, Thrissur Mob : 9846318194
Cover Picture / Art	:	Charlie Mackesy

ഡോ. ഇ. ദിവാകരൻ

2025 ലെ പുതുവർഷം പെയിൻ & പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയ്ക്ക് നല്ല വാർത്തയുമായാണ് വന്നത്. സൊസൈറ്റിയുടെ തുടക്കക്കാരിലൊരാളും ഇപ്പോൾ സെക്രട്ടറിയുമായ കെ. അരവിന്ദാക്ഷന്റെ 'ഗോപ' എന്ന നോവൽ ഓടക്കുഴൽ അവാർഡിന് അർഹമായിരിയ്ക്കുന്നു. അരവിന്ദാക്ഷൻ ഇക്കഴിഞ്ഞ 28 വർഷക്കാലം പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയിൽ പ്രവർത്തിച്ചതിന്റെ മുദ്രകൾ പേറുന്നുണ്ടീ നോവൽ. അതുപോലെ, പാലിയേറ്റീവ് കെയർ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നവർക്ക് അവശ്യം ആവശ്യമായ ചില ഉൾക്കാഴ്ചകളും ഈ പുസ്തകത്തിലുണ്ട്. ഈ ഒരു പാരസ്പര്യം തന്നെയാണ്, പുരസ്കാരലബ്ധിയിൽ സൊസൈറ്റി ആഹ്ളാദിയ്ക്കുവാനുള്ള കാരണവും.

തന്റെ ആത്മാംശമായ സിദ്ധാർത്ഥൻ അർദ്ധരാത്രിയിൽ കൊട്ടാരമുപേക്ഷിച്ചു പോകുമ്പോൾ എന്തുകൊണ്ട് തന്നോടൊരുവാക്ക് പറഞ്ഞില്ല, എന്ന ഗോപ (യശോധര) യുടെ ചോദ്യവും, അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അന്വേഷണങ്ങളുമാണ് നോവലിലെ പ്രമേയം. ഈ ചോദ്യം സാധാരണഗതിയിൽ ഒരു ഭാര്യ, ഭർത്താവിനോട് സ്വാഭാവികമായും പ്രകടിപ്പിയ്ക്കുന്ന ഒരാവലാതിയായി കണക്കാക്കിയാൽ പോരാ. അസ്തിത്വത്തിന്റെ ഉദ്വിഗ്നത ഒരുപോലെ അനുഭവിച്ചിരുന്ന രണ്ടുപേർ, നിലനില്പിന്റെ സമസ്യകൾക്ക് ഒരുമിച്ച് പരിഹാരം ആരാഞ്ഞവർ, അങ്ങനെ വാഴ്വിൽ നൂറുശതമാനം പങ്കാളികളായ ദമ്പതികളാണവർ. ആ നിലയ്ക്ക് സിദ്ധാർത്ഥന്റെ പ്രവൃത്തി, തന്നെ തിരസ്കരിയ്ക്കുന്നതിന് തുല്ല്യമായി ഗോപയ്ക്ക് തോന്നിയതിൽ അത്ഭുതമില്ല. 'അപമാനിതയായി, മലിനമാക്കപ്പെട്ട ഒരു പഴന്തുണിക്കെട്ടായി ഞാൻ രാഹുലിന്റെ അരികിൽ കിടന്നു' എന്നാണ് ആ തിരസ്കാരത്തെക്കുറിച്ച് അവർ പറയുന്നത്. എന്തുകൊണ്ട് സിദ്ധാർത്ഥൻ പറയാതെപോയി എന്ന ചോദ്യത്തിന്റെ അന്വേഷണമാണീ നോവൽ. ആ അന്വേഷണത്തിന് ഗോപയ്ക്ക് കൂട്ടുനിൽക്കുന്നത് സിദ്ധാർത്ഥന്റെ കളിക്കൂട്ടുകാരനും സന്തതസഹചാരിയുമായ ചന്നൻ എന്ന കൊട്ടാരം ഭൃത്യനും.

സിദ്ധാർത്ഥൻ കാമത്തിൽ നിന്ന് ഒളിച്ചോടുക യായിരുന്നു എന്ന നിഗമനത്തിൽ ഗോപയും ചന്നനും എത്തുന്നുണ്ട്. തുടർന്ന്, ജീവിതത്തിൽ കാമ ത്തിന്റെ സ്ഥാനമെന്തെന്നതിനെക്കുറിച്ച് കാര്യമായ ചർച്ച നോവലിൽ നടക്കുന്നുണ്ട്. ജീവന്റെ അടിസ്ഥാ നഭാവമാണ് കാമം എന്നും അതിനെ നിഷേധിയ്ക്കു ന്നത് ജീവിതപരിണാമത്തെത്തന്നെ നിഷേധിയ്ക്ക ലാണ് എന്നും സമർത്ഥിയ്ക്കുന്നു. സംഭോഗത്തെ ധ്യാനാത്മകമായി കാണുന്ന ഉദാത്തമായ സങ്കല്പ ത്തിലേയ്ക്ക് കാമത്തെ വികസിപ്പിയ്ക്കുന്നുണ്ട്.

കാമത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഇത്തരം പരാമർശങ്ങൾ നാം, പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തകരെ സംബ ന്ധിച്ചിടത്തോളം പ്രാധാന്യമർഹിയ്ക്കുന്നു. രോഗാ തുരരുടെ ജീവിതത്തിൽ, അവരുടെ സുസ്ഥിതിയിൽ ലൈംഗികതയുടെ പങ്കിനെപ്പറ്റി അധികമാരും ആലോ ചിയ്ക്കാറില്ല. പല കാരണങ്ങൾകൊണ്ട് ലൈംഗിക വേഴ്ച അസാദ്ധ്യമോ ശ്രമകരമോ ആയിത്തീർന്ന നിരവധി രോഗികൾ നമ്മുടെ പരിചരണത്തിലുണ്ട്. നട്ടെല്ലിന് ക്ഷതംസംഭവിച്ച്, അരയ്ക്ക്കീഴെ ചലന ശേഷി നഷ്ടപ്പെട്ടവരിൽ ഡോ അജ്മലും സംഘവും നടത്തിയ പഠനത്തിൽ തെളിഞ്ഞ വസ്തുതകൾ നമ്മെ ചിന്തിപ്പിയ്ക്കുന്നതാണ്. നാല്പത് ശതമാനം രോഗികളും ലൈംഗികപ്രശ്നങ്ങൾ പരമ പ്രധാന മായി കണക്കാക്കുന്നു. 30 ശതമാനം പേരിൽ ലൈംഗി കാഭിനിവേശം മാറ്റമില്ലാതെ തുടർന്നപ്പോൾ, 10 ശത മാനം പേരിൽ അത് വർദ്ധിച്ചതായാണ് കണ്ടത്. അവ രുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ അവരുടെ ശാരീരികക്ഷമതയുടെ പരിധിയിൽ നിന്നുകൊണ്ട് എങ്ങനെ പരിഹരിയ്ക്കാം എന്നത് സാന്ത്വനപരിചരണത്തിൽ ആലോചിയ്ക്കേണ്ട ഒരു വിഷയം തന്നെയാണ്. പൊതുവെ അവഗണിയ് ക്കപ്പെടുന്ന ഈ മേഖലയെക്കുറിച്ച് ബോധമുണ്ടാ ക്കാൻ ഈ നോവൽ സഹായിയ്ക്കും.

പാലിയേറ്റീവ് കെയറിലെ അനുഭവങ്ങളിലൂടെ അരവിന്ദാക്ഷൻ നേടിയെടുത്ത ചില ഉൾക്കാഴ്ചകൾ ഈ നോവലിൽ പ്രകടമാകുന്നത് കാണുമ്പോൾ സന്തോഷം തോന്നുന്നു. കുഞ്ഞു മരിച്ചുപോയ ഒര മ്മയെ ആ ദുഃഖത്തിൽ നിന്നും മോചിപ്പിയ്ക്കാനായി, മരണം സംഭവിച്ചിട്ടില്ലാത്ത വീട്ടിൽ നിന്നും കുറച്ച് കടുക് കൊണ്ടുവരുവാൻ ബുദ്ധൻ ആവശ്യപ്പെടുന്ന ഒരു കഥയുണ്ടല്ലോ? ബുദ്ധന്റെ ആ സമീപനത്തെ ഗോപ വിമർശിയ്ക്കുന്നുണ്ട്. രോഗികളുടെ കണ്ണിലൂടെ കാര്യങ്ങൾ കാണാൻ പഠിച്ച, രോഗികൾക്ക് വക്കാലത്ത് പറയുന്ന, സഹാനുഭൂതിയുള്ള ഒരു പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തകനുമാത്രമെ, ബുദ്ധന്റെ ആ പ്രവൃത്തിയിലെ ബുദ്ധിയും കൗശലവും വിമർശന വിധേയമാക്കാനാവുകയുള്ളൂ. ഗോപ, ആ അമ്മയോ ടെങ്ങനെ പെരുമാറും എന്ന് പറയുന്നുണ്ട്. 'ഞാനായി രുന്നെങ്കിൽ ആ അമ്മയ്ക്ക് ഉപമ നൽകുകയല്ല ചെയ്യുക. കുഞ്ഞിന്റെ മരണത്തിലുണ്ടായ അമ്മയുടെ ദുഃഖം, അവളോടൊപ്പം ചേർന്നിരുന്ന് ഞാൻ പങ്കിടും. അവളെ ഞാനെന്റെ മാറിലേയ്ക്ക് ചേർത്തണയ്ക്കും. അവളെന്റെ മാറിൽ കിടന്ന് കുറേ നേരം കരയട്ടെ. മരണം സൃഷ്ടിയ്ക്കുന്ന മുറിവിനുള്ള സിദ്ധ ഔഷധ മാണ് കണ്ണീർ.'

ബുദ്ധനിലേയ്ക്കുള്ള ഈ യാത്രയിൽ ചന്ന നൊത്ത്, ഗോപ 'ജീവനകല' എന്ന ഒരു സാമൂഹിക കൂട്ടായ്മ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുന്നുണ്ട്. ബുദ്ധന്റെ സ്ത്രൈണ പരിമിതികളെ മറികടക്കാനായിട്ടാണ്, അവർ ജീവനകലയ്ക്കു രൂപം കൊടുക്കുന്നത്. തിരസ്കാരമില്ലാതെ, എല്ലാമുൾക്കൊള്ളുന്ന ഒരിടം. ഗോപ പറയുന്നു; 'ഒരു സ്ത്രൈണ ബുദ്ധൻ ലോക ത്തിന് അപരിചിതമെന്ന് പറയാനാവില്ല. എന്നാൽ, ഒരമ്മ ബുദ്ധൻ അപരിചിതനാണ്; കാരണം ലോകം ബുദ്ധനെയേ തിരിച്ചറിഞ്ഞിട്ടുള്ളൂ. ഞാനും ചന്നനും ചേർന്ന് രൂപം കൊടുക്കുന്ന ജീവനകലയിൽ അമ്മ ബുദ്ധന്റെ മാർഗ്ഗമാണ് ഞങ്ങൾ പിന്തുടരുന്നത്.' നിര വധി രോഗികളും പീഢിതരും ജീവനകലയിൽ എത്തി പ്പെടുന്നുണ്ട്. അവരുടെ പരിചരണത്തിലെ അമ്മ സാന്നിദ്ധ്യം പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തകർക്ക് പുതുമയല്ലെങ്കിലും, പുറമെയുള്ളവർക്ക് ഈ പരിചരണ മാതൃക ഉത്തേജകമാണ്.

ബുദ്ധിസത്തിലേക്കുള്ള ഒരു ഫെമിനിസ്റ്റ് ഭാഷ്യ മായി ഈ കൃതിയെ കണക്കാക്കാമെന്ന് തോന്നുന്നു.

'നാരിയ്ക്കു സാത്വിക ശുദ്ധി പാടില്ലെയോ?
നാരി പുരുഷനു ചങ്ങല മാത്രമോ?'

എന്ന് മഹാകവി ജിയുടെ യശോധര കലഹിയ് ക്കുന്നുണ്ട്. മഹാകവിയുടെ പേരിലുള്ള ഈ പുരസ് കാര ലബ്ധി കാവ്യനീതിയുടെ പ്രതിഫലനം കൂടിയാണ്.

●

മാനസിക ചികിത്സാ സൗകര്യങ്ങൾ ഇപ്പോഴും പരിമിതം

ജനങ്ങളുടെ കാഴ്ചപ്പാടിലുണ്ടാകുന്ന തുടർച്ചയായ മാറ്റങ്ങളുടെ ഫലമായി ഇന്ത്യയിൽ മാനസിക ചികിത്സയ്ക്കുള്ള ആവശ്യം വർദ്ധിച്ചുവരികയാണ്. എന്നാൽ ഈ വളർച്ചയ്ക്ക് ആനുപാതികമായി മാനസികാരോഗ്യ ചികിത്സകരുടെ എണ്ണം കൂടുന്നില്ലെന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിയ്ക്കുന്നത്.

ഒരു ലക്ഷം പേർക്ക് ചുരുങ്ങിയത് മൂന്ന് മനോരോഗ വിദഗ്ദ്ധരെങ്കിലും വേണമെന്നാണ് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന നിർദ്ദേശിയ്ക്കുന്നത്. ഏറ്റവും പുതിയ ദേശീയ മാനസ ികാരോഗ്യ സർവ്വേ പ്രകാരം ഇന്ത്യയിൽ ഒരു ലക്ഷം പേർക്ക് 0.75 മനോരോഗ ചികിത്സകർ മാത്രമാണുള്ളത്.

2023ൽ പാർലിമെന്റിൽ അവതരിപ്പിച്ച രേഖയനുസരിച്ച് ഇന്ത്യയിൽ 9000 മാനസികാരോഗ്യ ഡോക്ടർമാരാണ് സജീവമായി രംഗത്തുള്ളത്. ഒരുലക്ഷം പേർക്ക് മൂന്ന് മനോരോഗവിദഗ്ദ്ധർ എന്ന ലക്ഷ്യം കൈവരിയ്ക്കണമെങ്കിൽ അവരുടെ എണ്ണം 36,000 ആയി കൂടേണ്ടതുണ്ട്.

ഓരോ വർഷവും 1000 മനോരോഗ ഡോക്ടർമാർ പുതിയതായി ചികിത്സാരംഗത്ത് എത്തുന്നുണ്ടെന്നാണ് ആ റിപ്പോർട്ടിൽ പറയുന്നത്. കൊഴിഞ്ഞുപോക്ക്, മരണം തുടങ്ങിയ ഘടകങ്ങൾ മാറ്റി നിർത്തിയാൽ പോലും നമ്മുടെ ലക്ഷ്യത്തിലെത്താൻ ഇനിയും 27 വർഷങ്ങൾകൂടി കാത്തിരിയ്ക്കേണ്ടി വരും. അതിന് മുമ്പായി ഈ ലക്ഷ്യം കൈവരിയ്ക്കണമെങ്കിൽ, ആവശ്യമായ ആനുകൂല്യങ്ങൾ നൽകിക്കൊണ്ടുള്ള നയപരമായ ഇടപെടലുകൾ വേണ്ടിവരും.

ഒരു ലക്ഷം പേർക്ക് 0.75 ഡോക്ടർ എന്ന ഇന്ത്യയുടെ നിലവാരം, മറ്റ് രാജ്യങ്ങളുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ മോശമാണ്. ബ്രികസ് രാജ്യങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ ഇന്ത്യ അവസാനത്തെ രണ്ട് രാജ്യങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിലാണ്. ഒരു ലക്ഷം പേർക്ക് 0.1 ഡോക്ടർ മാത്രമുള്ള എത്യോപ്യയാണ് ബ്രിക്സ് രാജ്യങ്ങളിൽ ഏറ്റവും അവസാന സ്ഥാനത്ത്. അതിന് മുകളിലാണ് ഇന്ത്യയുടെ സ്ഥാനം. എന്നാൽ, ദക്ഷിണേഷ്യൻ രാജ്യങ്ങളുടെ ഇടയിൽ നമ്മുടെ നില മെച്ചമാണ്.

പാർലിമെന്റിൽ അവതരിപ്പിച്ച രേഖകൾ പൂർണ്ണമല്ലെന്നും ചൂണ്ടിക്കാണിയ്ക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. 12 സംസ്ഥാനങ്ങളിലെ 40,000 ആളുകളെ മാത്രമാണ് പ്രസ്തുത റിപ്പോർട്ട് തയ്യാറാക്കുവാൻ പരിഗണിച്ചിട്ടുള്ളത്. ഇത് വളരെ അപര്യാപ്തമായ ഒരു സാമ്പിളാണ്. ചില പ്രത്യേക മാനസിക രോഗങ്ങളെ മാത്രമേ പ്രസ്തുത റിപ്പോർട്ടിൽ പരിഗണിച്ചിട്ടുള്ളൂവെന്നും പരാതിയുണ്ട്. സവിശേഷമായും ദുർബ്ബലരായ തടവുകാർ, അഗതികൾ തുടങ്ങിയ വിഭാഗങ്ങളെ ഈ റിപ്പോർട്ട് തീർത്തും അവഗണിച്ചിരിയ്ക്കുകയാണ്. പുതിയ പഠന റിപ്പോർട്ട് അടുത്ത വർഷം പുറത്തിറങ്ങുമെന്നാണ് കരുതപ്പെടുന്നത്.

പഠനത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയ 12 സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ കേരളത്തിൽ മാത്രമാണ് ഒരു ലക്ഷം ജനങ്ങൾക്ക് 1 മാനസികാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധൻ ഉള്ളത്. 0.5 മാനസികാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധൻ ഉള്ള മണിപ്പൂരും പശ്ചിമ ബംഗാളുമാണ് രണ്ടാം സ്ഥാനത്ത്. 0.05 മാനസികാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധനുള്ള തമിഴ്നാട് ഏഴാം സ്ഥാനത്താണ്. ഉത്തർപ്രദേശ്, ഛത്തീസ്ഗഢ്, രാജസ്ഥാൻ, മദ്ധ്യപ്രദേശ് തുടങ്ങിയ സംസ്ഥാനങ്ങളാണ് ഏറ്റവും അവസാന സ്ഥാനത്തുള്ളത്.

മാനസികാരോഗ്യ സേവനങ്ങളുടെ ലഭ്യത രാജ്യത്ത് വർദ്ധിയ്ക്കാതെ, നിശ്ചലമായി തുടരുമ്പോഴും, ജനങ്ങളുടെ ഇടയിലുള്ള അവബോധം ഗണ്യമായി

കൂടിവരുന്നതായും ഈ രോഗത്തോടുള്ള തെറ്റി ദ്ധാരണകൾ കുറഞ്ഞുവരുന്നതായും അനുഭവ പ്പെടുന്നുണ്ട്. ജനങ്ങളുടെ മനോഭാവത്തിലും മനോരോഗ ചികിത്സ സ്വീകരിയ്ക്കുവാനുള്ള സന്നദ്ധതയിലും വലിയ മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടായിട്ടുള്ള തായി സമീപകാല പഠനങ്ങൾ കാണിയ്ക്കുന്നു.

മനോരോഗങ്ങൾ ഉള്ളവർക്ക് ഉത്തരവാദിത്വ ങ്ങൾ നൽകുവാൻ കഴിയുമെന്ന് ഇന്ന് കൂടുതൽപേർ കരുതുന്നുണ്ട്. മനോരോഗങ്ങൾക്ക്, മറ്റ് രോഗങ്ങളെ പ്പോലെ ചികിത്സ ആവശ്യമാണെന്നും വേണമെങ്കിൽ സ്വയം ചികിത്സ സ്വീകരിയ്ക്കുവാനും അക്കാര്യത്തിൽ ചുറ്റുമുള്ളവരെ സഹായിയ്ക്കുവാനും തയ്യാറാ ണെന്നും ഭൂരിപക്ഷവും പറയുന്നു. സർവ്വേയിൽ പങ്കെടുത്തവരിൽ 96% ആളുകളും മാനസികാരോഗ്യ ത്തെകുറിച്ച് അവബോധമുള്ള വരാണെന്നത് നല്ലൊരു സൂചനയാണ്.

മാനസികരോഗികൾക്കും അവരെ പരിപാലി ക്കുന്നവർക്കും ആശ്വാസമേകാനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ വിജയിക്കാൻ സമൂഹത്തിന്റേയും ഭരണസംവിധാന ത്തിന്റെയും സർവ്വാത്മനാ ഉള്ള സഹായസഹകര ണങ്ങൾ ആവശ്യമാണ്. സൈക്കിയാട്രിസ്റ്റും, സൈക്കോളജിസ്റ്റും, വളന്റിയർമാരുമടങ്ങുന്ന ഒരു സംവിധാനം എംഹാറ്റ് വിഭാവനം ചെയ്തപോലെ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയുടെ ഭാഗമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. തെരുവിൽ അലയുന്നവര ടക്കം സമൂഹത്തിൽ മാനസിക നില തെറ്റിയ അനേകം മനുഷ്യർക്ക് ഈ ടീമിന്റെ പ്രവർത്തനഫലമായി ആശ്വാസം കൊടുക്കാൻ സാധിക്കുന്നത് അയൽ ക്കാർ, വാർഡ്കൗൺസിലർ, പോലീസ്, സാമൂഹ്യ ക്ഷേമവകുപ്പ് എന്നിവരൊക്കെ കൂടെ നടക്കാൻ തയ്യാറായപ്പോഴാണ്. മഹനീയമായ ഈ കൈകോർ ക്കൽ സാദ്ധ്യമായപ്പോഴെല്ലാം നാം കണ്ടത് വിസ്മയ കരമായ സദ്ഫലമായിരുന്നു. കരുണാർദ്രമായ സമൂഹനിർമ്മിതിയിലേക്ക് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി എം ഹാറ്റുമായി സഹകരിക്കുന്നത് ഫലപ്രദമാണെന്ന് തെളിയിക്കുന്നതാണ് അനുഭവങ്ങൾ.

(കടപ്പാട്-ദി ഹിന്ദു, ആശയസമന്വയം-
പി. കൃഷ്ണകുമാർ)

●

നിശ്ശബ്ദവും സൗമ്യവും ലളിതവും വിനയാന്വിതവുമായ സാന്നിദ്ധ്യത്തിലൂടെ ക്ലിനിക്കിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ അർപ്പിതയായിരുന്നു ലില്ലിസിസ്റ്റർ. എവിടെയും അടയാളപ്പെടാത്ത ചെറിയ മനുഷ്യർ, എപ്രകാരം നന്മയുടെ സുഗന്ധം പരത്തി നമുക്കിടയിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നു എന്നതിന്റെ ഉദാഹരണമാണ് അവർ. ക്ലിനിക്കിൽ എവിടെയും അവരുടെ ശബ്ദമില്ലാത്ത കാലടിസ്വരം, ഹൃദയമിടിപ്പ്, ശ്രദ്ധിച്ചാൽ നമുക്ക് അറിയാനാകും. മരണം ഒരു ജീവിതത്തിന്റെയും അവസാനമാകുന്നില്ല. ജീവന്റെ തുടർച്ച മാത്രം. നമ്മുടെ ചെറിയ പ്രവർത്തികളിലൂടെ അവർ ജീവിയ്ക്കും, പ്രകാശിയ്ക്കും.

മറിയാമ്മ ചേടത്തിയുടെ മോൻ

ശ്രീരാമസുന്ദരം (രവി)

61 വയസ്സുള്ള, അവിവാഹിതനായ ജോർജുകുട്ടി, വൻകുടൽ - മലാശയ കാൻസറിനെ തുടർന്ന് റാഡിക്കൽ കോളസ്റ്റമി ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് വിധേയനായി. അയാളെ ശ്രുശൂഷിയ്ക്കുന്നത് 85 വയസ്സായ അമ്മ മറിയാമ്മ ചേടത്തിയാണ്. ജോർജുകുട്ടിയ്ക്ക് മുതിർന്നവരും ഇളയവരുമായ സഹോദരങ്ങളുണ്ട്. ആർക്കും അയാളെ വേണ്ട. അയാൾക്ക് അവരെയും വേണ്ട.

യൗവ്വനത്തിലേയ്ക്ക് കാലൂന്നിയ കാലത്ത് ജോർജുകുട്ടി നാടുവിട്ട് പോയതാണ്. പഞ്ചാബ്, ഹരിയാന, ഹിമാചൽപ്രദേശ് തുടങ്ങിയ സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ വർഷങ്ങളോളം പല ജോലികളും ചെയ്ത് ജീവിച്ചു. ക്ലിനിക്കിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുമ്പോൾ, എന്തെല്ലാം ജോലികൾ ചെയ്തിട്ടുണ്ടെന്ന് ചോദിച്ചതിന്, എല്ലാ ജോലികളും ചെയ്തിട്ടുണ്ടെന്നാണ് അയാൾ മറുപടി പറഞ്ഞത്. കുറെയേറെ വർഷങ്ങൾ നാഗാലാൻഡ് അടക്കമുള്ള വടക്കു - കിഴക്കൻ സംസ്ഥാനങ്ങളിലും ജോലി ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. അവിടെയും എല്ലാ ജോലികളും ചെയ്തിട്ടുണ്ടെന്നാണ് ജോർജുകുട്ടിയുടെ ഭാഷ്യം. കഴിഞ്ഞ കാലത്തെ കുറിച്ച് സംസാരിയ്ക്കുവാൻ പൊതുവെ അയാൾക്ക് മടിയാണ്. അതിനാൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകനും അക്കാര്യം അവിടെ വിട്ടു.

മറിയാമ്മചേടത്തി കൂടുതൽ കാര്യങ്ങൾ വെളിപ്പെടുത്തി. മുപ്പതാം വയസ്സിൽ വിധവയായിത്തീർന്ന അവർ, മറ്റുള്ളവരുടെ വീടുകളിലും ഹോട്ടലുകളിലും ബേക്കറികളിലും ജോലി ചെയ്താണ്, മക്കളെ വളർത്തിയത്. വീട്ടു പലഹാരങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുവാൻ അവർക്ക് പ്രത്യേക വൈദഗ്ദ്ധ്യമുണ്ട്. അതിനാൽ ഈ പ്രായത്തിലും മറിയാമ്മചേടത്തിയ്ക്ക് വിശ്രമമില്ല. അധ്വാനിച്ചു ജീവിയ്ക്കുന്നതിന്റെ അഭിമാനം, ചേടത്തിയുടെ മുഖത്തും ശരീരഭാഷയിലും പ്രകടമാണ്. എല്ലാ കാര്യങ്ങളും ഞാനടക്കമുള്ള സന്നദ്ധസേവകരോട് അവർ വിശദീകരിച്ചു. എന്നെ മോനെയെന്ന് വിളിയ്ക്കാൻ മറിയാമ്മ ചേടത്തി മടിച്ചില്ല.

നാലോ അഞ്ചോ കൊല്ലം കൂടുമ്പോഴാണ് ജോർജ്ജുകുട്ടി നാട്ടിലെത്തിയിരുന്നത്. ആ സമയത്ത്, മറിയാമ്മചേടത്തി അധ്വാനിച്ചുണ്ടാക്കുന്നതിലൊരു പങ്ക് തനിയ്ക്ക് വേണമെന്ന് വാശിപിടിയ്ക്കും. അതിനെച്ചൊല്ലി സഹോദരങ്ങളുമായി വഴക്കുണ്ടാക്കും. അമ്മ സമ്പാദിയ്ക്കുന്നതൊക്കെ സഹോദരങ്ങൾക്ക് നൽകുന്നുവെന്നതായിരുന്നു അയാളുടെ സ്ഥിരം പരാതി. നാട്ടിലെത്തുന്ന ജോർജ് കുട്ടി, രണ്ടാഴ്ചയ്ക്കകം സ്ഥലം വിടും.

നാഗാലാൻഡിൽ കഴിയവെ അമ്പത്തഞ്ചാം വയസ്സിലാണ് ജോർജുകുട്ടിയ്ക്ക് വൻകുടൽ - മലാശയകാൻസറാണെന്ന് കണ്ടെത്തിയത്. കാൻസർ കോശങ്ങൾ കരളിലേയ്ക്കും ചേക്കേറി അവിടെയും കോളനികൾ സ്ഥാപിച്ചിരിയ്ക്കുന്നു. ഭിഷഗ്വര ഭാഷയിൽ ലിവറിൽ 'METASTASIS' സംഭവിച്ചിരിയ്ക്കുന്നു. നമ്മുടെ ക്ലിനിക്കിൽ എത്തിയപ്പോഴും അയാളുടെ പരാതി, വിധവയായ അമ്മയുടെ വരുമാനമൊക്കെ സഹോദരങ്ങൾ തട്ടിയെടുത്തുവെന്നും തനിയ്ക്ക് ഒന്നും കിട്ടിയില്ലെന്നുമായിരുന്നു. അയാളെ ശ്രുശൂഷിയ്ക്കുന്ന, 85 വയസ്സുകാരിയായ അമ്മയോട് കയർക്കുന്നത് ശരിയല്ലെന്ന് ഞാൻ ജോർജുകുട്ടിയെ വിലക്കി. അന്നുമുതൽ, അമ്മ എന്നെ മോനെയെന്ന് വിളിയ്ക്കുന്നതിലെ മാധുര്യം വർദ്ധിച്ചത് ഞാൻ അനുഭവിച്ചറിഞ്ഞു. അമ്മയുടെ അധ്വാനത്തിൽ തനിയ്ക്കുകൂടി അർഹതയുണ്ടെന്ന് തുടർന്നും അയാൾ ഡോക്ടർമാരോടും നേഴ്സുമാരോടും പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നു. വേദനയുണ്ടോ? ഉറക്കം സുഖമായോ? എന്നൊക്കെ ചോദിയ്

ക്കുമ്പോഴും ജോർജുകുട്ടിയുടെ മറുപടി തന്റെ അവകാശത്തെ ചുറ്റിപ്പറ്റി മാത്രമായിരുന്നു. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ അയാളെ കുളിപ്പിയ്ക്കുമ്പോഴും ഇതേ പല്ലവി തന്നെ ആവർത്തിച്ചു.

ജോർജുകുട്ടിയ്ക്ക് ഒരു പാലിയേറ്റീവ് കീമോതെറാപ്പിയുടെ ആവശ്യമുണ്ടായി. അതിനായി മെഡിക്കൽകോളേജിൽ കൊണ്ടുപോകാൻ ആംബുലൻസ് വരുത്തി. 'നീ കൂടെവരണം, മോനേ' എന്ന മറിയാമ്മചേടത്തിയുടെ അപേക്ഷ നിരസിയ്ക്കുവാൻ എനിയ്ക്ക് കഴിഞ്ഞില്ല. ഇതിനകം ചേടത്തിയുടെ മകനായിമാറിക്കഴിഞ്ഞ എന്നോട്, കൂടെപ്പോകാൻ ഡോ. സജിതയും മോഹനനും നിർദ്ദേശിയ്ക്കുകയും ചെയ്തു.

മെഡിക്കൽകോളേജ് ആശുപത്രിയിലെത്തിയതോടെ ഞാൻ മറിയാമ്മ ചേടത്തിയുടെ മകനും ജോർജുകുട്ടിയുടെ ജ്യേഷ്ഠനുമായി മാറി. ഒരു പകൽ മുഴുവനും അവരോടൊപ്പം ആശുപത്രിയിൽ കഴിഞ്ഞു. ജോർജുകുട്ടിയുടെ നില കൂടുതൽ വഷളായിരുന്നു. പിറ്റേന്ന് രാവിലെ അവിടെനിന്നും ഡിസ്ചാർജ് ചെയ്യാമെന്നും, തിരിച്ച് സാന്ത്വനകേന്ദ്രത്തിലെ കിടത്തി ചികിത്സാ വിഭാഗത്തിൽ കൊണ്ടുപോകുന്നതാണ് നല്ലതെന്നും അവിടത്തെ ഡോക്ടർ എന്നോട് പറഞ്ഞു.

രാത്രി വീട്ടിലേയ്ക്ക് തിരിയ്ക്കുമ്പോൾ എനിയ്ക്ക് ആശങ്കയുണ്ടായിരുന്നു. രാവിലെ ദിനചര്യകൾ കഴിഞ്ഞ് മെഡിക്കൽ കോളേജിലേയ്ക്ക് പോകുവാൻ തയ്യാറാകുമ്പോൾ എന്റെ ഫോൺ ബെല്ലടിച്ചു, 'മോനെ നിന്റെ അനുജൻ പോയി', ചേടത്തി തേങ്ങി. ●

'വേദനയുടെ രാഷ്ട്രീയവും സാന്ത്വനത്തിലെ ലിംഗപരമായ സമീപനങ്ങളും'

(27.11.2024ൽ പത്മാവതി വാരസ്യാർ അനുസ്മരണത്തിൽ ഡോ. ജിഷ എലിസബത്ത് വർഗ്ഗീസ് നടത്തിയ പ്രഭാഷണം അമൃതലക്ഷ്മി സംഗ്രഹിച്ചത്)

ഈ ഭൂമിയിൽ ജനിച്ചിട്ടുള്ള എല്ലാ സ്ത്രീകളും മകളാണ്. ജന്മം കൊടുത്ത അമ്മയോടുള്ള കടപ്പാട് പുരുഷന്മാർ കുറേ എഴുതിയിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ഒരു സ്ത്രീ ഏതു രീതിയിൽ ജീവിയ്ക്കണം എന്ന് തീരുമാനിയ്ക്കുന്നത് പുരുഷന്മാരാണ്. നൂറ്റാണ്ടുകളായി വേദന അനുഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിയ്ക്കുകയാണ് സ്ത്രീകൾ. സമൂഹം ഒരുപാട് ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ സ്ത്രീകളുടെമേൽ വച്ചു കെട്ടിയിട്ടുണ്ട്. വീട്ടുജോലികൾ എന്നും സ്ത്രീകൾക്ക് മാറ്റിവെച്ചിട്ടുള്ളതാണ്. അതുപോലെ തന്നെ രോഗീപരിചരണം - അതും സ്ത്രീകളുടെ ഉത്തരവാദിത്തമാണ്. വളരെ അധികം വേദന സ്ത്രീകൾ അനുഭവിയ്ക്കുന്നുണ്ട്. അത് അവർ പ്രകടിപ്പിയ്ക്കുന്നുമുണ്ട്. എന്തെന്നാൽ അവർ അനുഭവിയ്ക്കുന്നതിന്റെ ഒരുകാൽ ഭാഗം മാത്രമേ സമൂഹം വിശ്വസിയ്ക്കുന്നുള്ളു. അതുകൊണ്ട് തന്നെ കിട്ടാതെ പോകുന്ന അത്തരം പരിഗണനയ്ക്കുവേണ്ടി അവർ വേദന പ്രകടിപ്പിയ്ക്കുന്നു. വീട്ടിൽ ഒരാൾക്ക് വയ്യാതായാൽ ആ വീട്ടിലെ സ്ത്രീയാണ് എല്ലാം നോക്കുക. അതേ സമയം ആ സ്ത്രീയ്ക്ക് തന്നെ വയ്യാതായാൽ, വീടിന്റെ സന്തുലിതാവസ്ഥ തന്നെ തെറ്റും. പുരുഷന്മാർ പണ്ട് മുതൽക്കേ തന്നെ ആവശ്യങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിച്ചു നേടുന്നവരാണ്. എന്നാൽ സ്ത്രീകൾക്ക് അതിനുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ ഇല്ലായിരുന്നു. സമൂഹം അവളെ അങ്ങനെയാണ് വാർത്തുവച്ചിരിയ്ക്കുന്നത്.

ചർച്ചയിൽ ഡോ. ഇ. ദിവാകരൻ, പ്രൊ. എൻ. എൻ. ഗോകുൽദാസ് എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു. പ്രൊ. കെ.വി. രാമകൃഷ്ണൻ തന്റെ സഹോദരിയായ പത്മാവതി വാരസ്യാരെക്കുറിച്ചും അമ്മയെക്കുറിച്ചുമുള്ള ഓർമ്മകൾ പങ്കുവെച്ചു. ജീവനോടെ ഇരിയ്ക്കുമ്പോൾ നന്നായി നോക്കണമെന്നും മരണശേഷം മരണാനന്തരക്രിയ ചെയ്യുന്നതിൽ ഒരർത്ഥവുമില്ലെന്നും അദ്ദേഹം അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. ●

മരണത്തെ ചിരിച്ചു തോൽപ്പിച്ച ഇവാൻ ഇലിയിച്ച്

ഉഷ കെ.

1886ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച "ഇവാൻ ഇലിയിച്ചിന്റെ മരണം" എന്ന ലഘുനോവൽ ലിയോ ടോള്സ്റ്റോയ് എന്ന വിഖ്യാതനായ റഷ്യൻ എഴുത്തുകാരന്റെ ഒരു അമൂല്യസൃഷ്ടിയാണ്. പത്തൊമ്പതാം നൂറ്റാണ്ടിൽ റഷ്യയിൽ ജീവിച്ചിരുന്ന ഒരു ഹൈക്കോടതി ജഡ്ജിയുടെ ലൗകിക മോഹങ്ങളും രോഗപീഡയും ആസന്ന മരണവും അതിൽ നിന്നും ഉരുത്തിരിയുന്ന തത്വചിന്തകളും പ്രതിപാദിക്കുന്ന ഈ കഥ വായനക്കാരന് പ്രചോദനമേകിക്കൊണ്ട് കാലാതീതമായി നിലകൊള്ളുന്നു. രോഗത്തിന്റെമ ഭീകരത, വേദന, മൃത്യുഭയം, എന്നിവ എങ്ങനെ നേരിടാം എന്ന് ഈ കഥ നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു.

കോടതിമുറിയിൽ വെച്ച് ഇവാൻ ഇലിയിച്ചിന്റെ മരണത്തെക്കുറിച്ച് സഹപ്രവർത്തകർ അറിയുന്നിടത്ത് നിന്നാണ് കഥ ആരംഭിക്കുന്നത്. മരണവിവരം കേൾക്കുന്നവരുടെ ആദ്യത്തെ പ്രതികരണം, ഇത് എന്നെ ബാധിക്കുന്നതല്ലല്ലോ എന്ന ആശ്വാസമാണ്. ഏറ്റവും അടുത്ത കൂട്ടുകാരൻ പോലും ഇന്ന് തന്റെ പതിവ് ഉച്ചമയക്കം ഉപേക്ഷിച്ച് മരണവീട്ടിൽ പോകണമല്ലോ എന്ന് വ്യാകുലപ്പെട്ടു.

ബുദ്ധിമാനും, കാപട്യം നിറഞ്ഞവനും അതിനാൽ സമൂഹത്തിൽ സമ്മതനും ആയ ഇവാൻ ഇലിയിച്ചിന്റെ ജീവിതം ഏറ്റവും ലളിവും ഏറ്റവും സാധാരണവും അതിനാൽ ഏറ്റവും ഭീകരവും ആയിരുന്നു എന്നാണ് ടോൾസ്റ്റോയ് വിലയിരുത്തുന്നത്. ജോലിയിൽ എല്ലാവരോടും ഔദ്യോഗികമായി മാത്രം ഇടപെടുകയും സോഷ്യൽ സ്റ്റാറ്റസ് നിലനിർത്തുകയും ചെയ്യുന്ന കൃത്രിമമായ ഒരു ജീവിതമായിരുന്നു അയാൾ നയിച്ചു പോന്നത്. ചെറുപ്രായത്തിൽ ചെയ്ത ക്രൂരതകൾ തെറ്റായോ എന്ന സംശയം ഉണ്ടായപ്പോഴൊക്കെ വലിയ ആളുകളൊക്കെ അങ്ങനെയാണ് എന്നൊക്കെ സ്വയം ആശ്വസിക്കുകയാണ് അയാൾ ചെയ്യാറുള്ളത്. ഇവാന്റെ ദാമ്പത്യത്തിൽ ഏറെ അസ്വസ്ഥതകൾ ഉണ്ടായിരുന്നു എങ്കിലും ഭൌതികസുഖങ്ങളിൽ മുഴുകി അയാൾ ജീവിതം ആസ്വദിച്ചു പോന്നു.

പുതിയ വീട് ഒരുക്കുന്നതിന്റെ തിരക്കിനിടയിലാണ് ഇവാന്റെ ജീവിതം മാറി മറിയുന്നത്. പുതിയ കർട്ടൻ എങ്ങനെ വേണമെന്ന് കാണിച്ചു കൊടുക്കുന്നതിന്റെ ഇടയ്ക്ക് അയാൾ കാൽ വഴുതി വശം അടിച്ച് വീഴുന്നു. വലിയ പരിക്കില്ല എന്ന് കരുതി അയാൾ പുതിയ വീട്ടിൽ സന്തോഷത്തോടെ ജീവിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു.

സാവധാനത്തിൽ ഇവാന്റെ പരിക്ക് പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. വേദന കൂടുന്നതിനനുസരിച്ച് അയാൾ പ്രകോപിതനാവാൻ തുടങ്ങുന്നു. സ്വാർത്ഥയായ ഭാര്യക്ക് ഇത് സഹിക്കാൻ പറ്റുന്നില്ല. അവർ അയാൾ മരിച്ചുപോവണം എന്ന് ആഗ്രഹിക്കുകയും, പക്ഷെ അപ്പോൾ അയാളുടെ ശമ്പളം മുടങ്ങുമല്ലോ എന്ന് പരിതപിക്കുകയും ചെയ്തു. അയാളുടെ ആരോഗ്യം മോശമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണെന്ന് ഡോക്ടർ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. വീട്ടിലെത്തിയ ഇവാൻ പറയുന്നത് ദയാപൂർവ്വം കേൾക്കാൻ ഭാര്യയും മകളും ക്ഷമ കാണിക്കുന്നില്ല. ഇവാന് ജോലിയിലും ഇഷ്ടപ്പെട്ട കളിയായ ബ്രിഡ്ജിലും ശ്രദ്ധിക്കാൻ കഴിയുന്നില്ല. അയാളുടെ രൂപമാറ്റത്തെ കുറിച്ച് മറ്റുള്ളവർ പറയുന്നത് കേൾക്കുന്ന ഇവാൻ കണ്ണാടിയിൽ സ്വന്തം രൂപം നോക്കി തീർത്തും നിരാശനാവുന്നു.

മെല്ലെ മെല്ലെ ഇവാൻ ആ സത്യം അംഗീകരിക്കാൻ തയ്യാറാവുന്നു. താൻ മരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. മരിച്ചാൽ തനിക്കെന്താണ് സംഭവിക്കുക? ഭയം അയാളെ ശ്വാസം മുട്ടിച്ചു. സ്വയം കെട്ടിപ്പടുത്ത കൃത്രിമമായ ജീവിത സൌകര്യങ്ങൾ നോക്കി അയാൾ സ്വയം പുച്ഛിച്ചു. മറ്റുള്ളവരെ ആശ്രയിച്ചു ജീവിക്കുന്നതിൽ അയാൾ നിരാശനായി. ഈ സമയം അയാളെ പരിചരിക്കാൻ വന്ന ഗെരാസിം എന്ന നാട്ടിൻപുറത്തുകാരൻ പയ്യനെ ഇവാന് ഇഷ്ടമാവുന്നു. പ്രസന്നമായ മുഖത്തോടെ, സരളമായ ചെയ്തികളിലൂടെ, പരാതികളില്ലാതെ

പരിചരിക്കുന്ന പയ്യൻ മാത്രമാണ് ഇവാന് ആശ്വാസമാവുന്നത്. മറ്റുള്ളവരെല്ലാം അയാൾ സുഖം പ്രാപിക്കും എന്ന് നുണ പറയുമ്പോൾ ഗെരാസിം മാത്രം അയാളെ മരണാസന്നനായ രോഗി എന്ന നിലയിൽ ചേർത്തു നിർത്തി. അതുകൊണ്ട് ഇവാൻ അവനെ മാത്രം വിശ്വസിച്ചു. മരണം എല്ലാവർക്കും ഉണ്ടാവുമെന്നും അതിൽ ലജ്ജിക്കേണ്ടതില്ലെന്നും അവൻ പറഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നു. തന്നെ പരിശോധിക്കുന്ന ഡോക്ടറുടെ പെരുമാറ്റത്തിൽ താൻ സ്വയം ജഡ്ജിയായിരുന്നപ്പോഴത്തെ പോലെ കാപട്യമുള്ളതായി ഇവാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു.

രാത്രിയിലെപ്പോഴോ അയാൾ സ്വയം ചോദിക്കുന്നു- നിനക്കെന്താണ് വേണ്ടത്? പഴയ സന്തോഷജീവിതം? പണ്ട് എപ്പോഴായിരുന്നു സന്തോഷം? കുട്ടിക്കാലത്ത് മാത്രമായിരുന്നു അത്. പിന്നീടുള്ള ജീവിതം ഉയരങ്ങളിലെക്കെന്ന് അന്ന് കരുതിയിരുന്നെങ്കിലും സത്യത്തിൽ താൻ മൂല്യച്യുതിയിലേക്ക് കൂപ്പ് കുത്തുകയായിരുന്നു എന്ന് ഇപ്പോൾ ഇവാൻ തിരിച്ചറിയുന്നു. അയാളുടെ അധികരിക്കുന്ന വേദന പോലെ തന്നെ ജീവിതത്തിന്റെ നിരർത്ഥകതയും ഏറിവരികയായിരുന്നു എന്നും എല്ലാ ബന്ധങ്ങളും ഏച്ചുകെട്ടുകളായിരുന്നു എന്നും അയാൾ മനസ്സിലാക്കുന്നു. അയാളുടെ ജീവിതം ഒരു വലിയ നുണയായിരുന്നു. ആ തിരിച്ചറിവിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ അയാൾ തന്നോട് കള്ളം പറഞ്ഞവർക്ക് മാപ്പ് കൊടുക്കാൻ തയാറാവുന്നു. വേദനയെ ആശ്ലേഷിക്കുന്നു. മരണത്തെ വെളിച്ചമായി കാണുന്നു. ഭയപ്പാടില്ലാതെ മരണത്തെ തന്നെ തോല്പ്പിച്ചുകൊണ്ട് അയാൾ ജീവൻ വെടിയുന്നു.

ജീവിതത്തെ പറ്റി തത്വാധിഷ്ഠിതമായ ഉൾക്കാഴ്ചകൾ നല്കുന്ന ഒന്നാണ് ഇവാന്റെ കഥ. ഒരു രോഗം വന്നാൽ തീരാവുന്നതേ ഉള്ളു മനുഷ്യന്റെ അഹങ്കാരവും കാപട്യവും. മരണത്തിന്റെ മുമ്പിൽ മാത്രമാണ് നാം തോറ്റു പോവുന്നത്. മരണം മനുഷ്യനെ ശുദ്ധികരിക്കുന്നതോടൊപ്പം ധീരനും സമാധാനചിത്തനുമാക്കുന്നു. ഈ തത്വങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്നത് കൊണ്ടു തന്നെ ഈ കഥ കാലികപ്രസക്തിയുള്ള വായനാനുഭവമായി നിലകൊള്ളുന്നു.

●

മകനും അമ്മയും

നിഷ ജോഷി

എന്റെ വേദന മറ്റൊരാളുടെ വേദനയേക്കാൾ കൂടുതലോ കുറവോ അല്ല. വേദന ഒരാളുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവും സാമ്പത്തികവുമായ ചുറ്റുപാടുകളെ ആശ്രയിച്ചാണ്. വീടിന്റെ നെടും തൂണായ ഒരാൾ രോഗാവസ്ഥയിൽ എത്തുമ്പോൾ അയാളുടെ വേദനയുടെ തീവ്രത ഒരു പരിധി വരെ മാത്രമെ നമുക്ക് കുറയ്ക്കാനാകൂ. നാം നൽകുന്ന മരുന്നുകളും മാനസികവും സാമ്പത്തികവുമായ പിന്തുണയും ഒരളവുവരെ വേദന കുറയ്ക്കും. തന്നെമാത്രം ആശ്രയിച്ച് ജീവിയ്ക്കുന്ന ഭാര്യ, പറക്കമുറ്റാത്ത മക്കൾ തുടങ്ങിയവരെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്തകൾ അയാളുടെവേദനയുടെ ആക്കവും ആഴവും വർദ്ധിപ്പിച്ചേയ്ക്കാം. നാം അയാൾക്ക് നൽകുന്ന ആശ്വാസവാക്കുകളോ, പ്രകടിപ്പിയ്ക്കുന്ന സഹതാപമോ അയാളുടെ വേദനകുറയ്ക്കുന്നില്ല. ഒരുപക്ഷെ, ആ മനുഷ്യൻ അനുഭവിയ്ക്കുന്ന വേദനയുടെ സമാനമായ അനുഭവങ്ങളിലൂടെ നമ്മളോ നമുക്ക് പരിചയമുള്ളവരോ കടന്ന് പോയിട്ടുള്ള അനുഭവങ്ങൾ പങ്കിടുമ്പോൾ അത് അയാളിൽ ആത്മവിശ്വാസം ഉണ്ടാക്കിയേക്കാം.

ഒരു അമ്മ എന്ന നിലയിൽ ഞാൻ മക്കളെയും കൊണ്ട് നടക്കുമ്പോൾ അഭിമാനത്തോടെ ‘ഇതാ എന്റെ മക്കൾ’ എന്ന് പറയും. പ്രസവിച്ച് കുഞ്ഞിനെ കയ്യിൽ കിട്ടുമ്പോൾ നാം എല്ലാവരും അവരുടെ കണ്ണും മൂക്കും കയ്യും കാലും എല്ലാം വളരെ ശ്രദ്ധയോടെ നോക്കും. അവരുടെ ഓമനത്തമുള്ള മുഖത്ത് നോക്കി അഭിമാനത്തോടെ പുഞ്ചിരിയ്ക്കും.

കൃഷ്ണനെ പ്രസവിയ്ക്കുമ്പോൾ ആ അമ്മയും അങ്ങനെയൊക്കെ ചെയ്തിരിയ്ക്കാം. പക്ഷെ, ഞങ്ങൾ കാണുമ്പോൾ ആ അമ്മയുടെ മുഖത്ത്

അഭിമാനം നിറഞ്ഞ പുഞ്ചിരിയല്ല ഉണ്ടായിരുന്നത്. പകരം ആ നെഞ്ചിൽ ഒരു നെരിപ്പോടായിരുന്നു കത്തിയിരുന്നത്. നമ്മുടെ ക്ലിനിക്ക് എന്ന കൂട്ടുകുടുംബത്തിലേയ്ക്ക് കൃഷ്ണൻ ആദ്യമായി വന്നത് അയാളുടെ അമ്പത്തൊന്നാം വയസ്സിലാണ്. കൂടെ നല്ല ഐശ്വര്യമുള്ള അമ്മയുമുണ്ടായിരുന്നു. ഔട്ട്പേഷ്യന്റ് വിഭാഗത്തിലെ പ്രൊസീജ്യർ മുറിയിൽ കൃഷ്ണനെ ഇരുത്തിയശേഷം ചികിത്സാരേഖകൾ നോക്കിയപ്പോൾ "KID SYNDROME (Keratitis Ichthyosi-s Deafness Syndrome)" എന്ന അസുഖമാണെന്ന് കണ്ടു. വിരൂപിയായ ഒരു അന്യഗ്രഹ ജീവിയെപ്പോലെയാണ് അയാൾ കാണപ്പെട്ടത്. ശരീരം മുഴുവൻ പൊറ്റമൂടി, പഴുപ്പ് നിറഞ്ഞ വിരൂപിയായ ഒരെലിയെപ്പോലെ. കണ്ണുകളിൽ കൃഷ്ണമണിയില്ല, പകരം ചാരനിറത്തിൽ ഒരുപാട് മാത്രം. തേഞ്ഞപല്ലുകൾ, പിങ്ക് നിറത്തിലുള്ള മോണ. കൃഷ്ണൻ ചിരിച്ചപ്പോൾ എനിയ്ക്ക് എന്തോപോലെ തോന്നി. ഒപ്പം ആ അമ്മയോട് സഹതാപവും.

ഇത്രയും പറഞ്ഞത്, കൃഷ്ണനെ കുറച്ചു കാട്ടാനല്ല. ആ അമ്മ മകനെയും കൊണ്ട് താണ്ടിയവേദനയുടെ ആഴവുംപരപ്പും മനസ്സിലാക്കിത്തരാനാണ്. അന്നുമുതൽ ആ അമ്മയും മകനും നമ്മുടെ കുടുംബത്തിന്റെ ഭാഗമായി. കൃഷ്ണനെ ഡ്രസ്സിങ് ചെയ്യുമ്പോൾ, അടിമുതൽ മുടിവരെ പഴുത്ത്, പൊറ്റ വന്ന വ്രണങ്ങളാണ്. എവിടെ, എങ്ങനെ മരുന്ന് തേയ്ക്കണം എന്നുപോലും സംശയമാകും. മൊട്ടത്തല മുതൽ പൊറ്റപൊളിച്ച്, പഴുപ്പ്തുടച്ച്, മരുന്ന് പുരട്ടിക്കഴിയുമ്പോൾ കൃഷ്ണൻ ഞങ്ങളുടെ കൈപിടിച്ച് ഉമ്മവെയ്ക്കും. ഒരു നിഴൽപോലെ മുമ്പിൽ കാണുന്ന നമ്മളെ നോക്കി ചിരിയ്ക്കും. ആ ചിരിയ്ക്ക് സൗന്ദര്യമല്ല, ആ നേരത്ത് എന്ത് വികാരമാണ് എനിയ്ക്ക് തോന്നിയതെന്ന് പറയാനാകില്ല. പേടിയാണോ, സന്തോഷമാണോ?

എല്ലാ വാതിലുകളും അടഞ്ഞ ആ അമ്മയെയും മകനെയും നമ്മൾ ചേർത്ത് നിർത്തി. നല്ലപ്രായത്തിൽ വിധവയായ അമ്മ ആ മകനെയുംകൊണ്ട് ഒരുപാട് ഓടി. പലപ്പോഴും പറയും 'മടുത്തു, മോളെ. ഞാൻ വല്ല കടുംകയ്യും ചെയ്യും'. ആരെയും ആശ്രയിയ്ക്കാതെ ചില വീടുകളിൽ അടുക്കളപ്പണിയ്ക്ക് പോയാണ് ആ അമ്മ കൃഷ്ണനെ നോക്കുന്നത്. രാവിലെ എഴുന്നേറ്റ്അവനെ കുളിപ്പിച്ച്, ശരീരം മുഴുവൻ വെച്ചുകെട്ടി, അവന് ഭക്ഷണവും തയ്യാറാക്കി വെച്ച് ജോലിയ്ക്ക് പോകുന്ന അമ്മയുടെ വേദന. തിരിച്ച് വരും വരെ ഒരു സമാധാനവും ഇല്ല. കാണുന്ന എല്ലാവരും മുഖം തിരിയ്ക്കുന്ന കൃഷ്ണനെ അമ്മയ്ക്ക് വേണ്ടെന്ന് വെയ്ക്കാനാകുമോ? പഴുപ്പിന്റെയും മരുന്നിന്റെയും മനം മടുപ്പിയ്ക്കുന്ന ദുർഗന്ധം. എങ്കിലും ആ അമ്മ കൃഷ്ണന് താങ്ങായിനിന്നു.

സ്വന്തം പെൺമക്കളുടെ വീട്ടിൽപോലും ഒരു നാൾ അന്തിയുറങ്ങാൻ ആ അമ്മ പോയില്ല. മറ്റുള്ളവർക്കുള്ള സന്തോഷങ്ങളൊന്നും അമ്മയുടെ ജീവിതത്തിൽ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. അവർ കൃഷ്ണനോടൊപ്പം അവന്റെ വേദനകളിൽ ചേർന്ന് നിന്നു. ഓരോരുത്തരും അവജ്ഞയോടെ അവനെ നോക്കുമ്പോൾ അമ്മയുടെ നെഞ്ചിലെ നെരിപ്പോട് ആളിക്കത്തിയിട്ടുണ്ടാകും.

ഞാൻ ഒരു ക്രിസ്ത്യാനിയാണ്. ഞങ്ങളുടെ വിശ്വാസമനുസരിച്ച് യേശുവിന്റെ അമ്മ അനുഭവിച്ച വേദന - സ്വന്തം പുത്രൻ ചമ്മട്ടികളാൽ അടിയ്ക്കപ്പെട്ട്, കീറിപ്പറിഞ്ഞ വസ്ത്രവും ചോരയൊലിപ്പിയ്ക്കുന്ന ശരീരവും മുൾക്കിരീടവുമായി കുരിശിൽ തറയ്ക്കപ്പെട്ട്, അവസാനം ആ മകന്റെ ജീവനറ്റ ശരീരവുമായി കാൽവരി കുരിശിന്റെ താഴെ ഇരിയ്ക്കുന്ന അമ്മയുടെ വേദന - വാക്കുകൾക്ക് അതീതമാണ്. അമ്പത്തൊന്ന് വർഷക്കാലം വെറുപ്പാലും അവഗണനയാലും സാമ്പത്തിക ഞെരുക്കത്താലും സഹതാപത്താലും ആ അമ്മ ജീവിച്ച ജീവിതം. കൃഷ്ണൻ മരിച്ച് ഒരു പത്തു ദിവസമെങ്കിലും ആ അമ്മ സമാധാനവും സന്തോഷവും ആയി ഇരിയ്ക്കണമെന്ന് മറ്റെല്ലാവരെയുംപോലെ ഞാനും ആഗ്രഹിച്ചു. കൃഷ്ണൻ മരിച്ചപ്പോൾ ആ അമ്മ പറഞ്ഞ വാക്കുകൾ, 'ചതിച്ചല്ലോമോനേ, നീ അമ്മയെ തനിച്ചാക്കി പോയിയല്ലേ?'. കൃഷ്ണൻ ബാക്കി വെച്ച ശൂന്യത, ആ വേദന ആർക്ക് മനസ്സിലാകും?

●

ലോക അനുകമ്പാദിനം

ലോകഅനുകമ്പാദിനം നവംബർ 26ന്, കേരള സാഹിത്യഅക്കാദമി ഹാളിൽ ആചരിച്ചു. കേരള ത്തിലെ വിവിധ സാമൂഹിക, സാംസ്കാരിക സംഘടനകൾ ചേർന്നാണ് പരിപാടി നടത്തിയത്. ശ്രീനാരായണഗുരുവിന്റെ അനുകമ്പാദശകത്തെ ക്കുറിച്ചും അനുകമ്പ എന്ന ആശയത്തെക്കുറിച്ചും എഴുത്തുകാരൻ പി.എൻ ഗോപീകൃഷ്ണൻ ഉദ്ഘാടന പ്രസംഗത്തിൽ വിശദമായി സംസാരിച്ചു. ശ്രീനാരായണഗുരു മലയാളത്തിൽ അനുകമ്പയെ ക്കുറിച്ച് എഴുതിയ പത്ത് ശ്ലോകങ്ങളാണ് അനുക മ്പാദശകത്തിൽ ഉള്ളത്. ഇത് ഗുരുവിന്റെ അനു യായികൾ പതിവായി പാരായണം ചെയ്യുന്നു. അനുകമ്പയുടെമാഹാത്മ്യത്തെപ്രകീർത്തിയ്ക്കുന്ന താണ് ഈ കൃതി. അനുകമ്പ എന്നതുകൊണ്ട് കമ്പനം ചെയ്യപ്പെടുന്നു എന്നാണ് അർത്ഥമാക്കുന്നത്. ഒരുതരം സഹവർത്തിത്വമാണത്. സമാനമായി കമ്പനം ചെയ്യപ്പെടുന്ന മനുഷ്യരായിട്ട് ഓരോവ്യക്തിയും മാറുക എന്നതാണ് ഇതിലൂടെ ഗുരു ലക്ഷ്യമിട്ടത്.

തുടർന്ന് ഗായിക പുഷ്പവതി അനുകമ്പാദശകം വളരെ ലളിതവും ഹൃദയവുമായി ആലാപനം ചെയ്തു. തന്റെ ആദ്യസംഗീത സംവിധാനസംരംഭമായ 'കബീർ മ്യൂസിക് ഓഫ് ഹാർമണി' എന്ന ആൽബ ത്തിലെ വരികളും പുഷ്പവതി അവതരിപ്പിച്ചു. ശ്രോതാക്കളെ ആസ്വാദനത്തിന്റെ ഉത്തുംഗ ശൃംഗ ത്തിലേയ്ക്ക് നയിയ്ക്കുന്ന ആലാപനമായിരുന്നു അവരുടേത്.

ഡോ. ഇദിവാകരൻ 'കംപാഷനേറ്റ് കമ്മ്യൂണി റ്റീസ്-അനുകമ്പാസമൂഹം' എന്ന ആശയം വിശ ദീകരിച്ചു. മനുഷ്യന്റെ അതിജീവനത്തിന് ആവശ്യ മായ ഒരുഘടകമാണ് അനുകമ്പയെന്നും മനുഷ്യ മസ്തിഷ്ക്കത്തിൽ ഇതുണ്ടെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. ആ അനുകമ്പയെ ക്രിയാത്മകമാക്കണം. ജീവശാ സ്ത്രജ്ഞരുടെ അഭിപ്രായത്തിൽ സഹവർത്തിത്വ വും സഹകരണവുമാണ് മനുഷ്യന്റെ നിലനിൽപ്പിന് ആധാരം. ഒരു മനുഷ്യ ശിശുവിനും പരസഹായ മില്ലാതെ നിലനിൽക്കാൻ കഴിയില്ല. അതിനാലാണ് കംപാഷൻ ഉണ്ടാവാൻ Oxyfocin - മുതലായ ഹോർമോണുകൾ മനുഷ്യനിൽ ഉണ്ടാകുന്നത്. മനുഷ്യന്റെ അതിജീവനതന്ത്രമാണ് അനുകമ്പ. മനുഷ്യസംസ്കാരത്തിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ അഗ്നി യെ ചെറുത്തതോ ചക്രം കണ്ടുപിടിച്ചതോ അല്ല പ്രധാന മായി കാണേണ്ടത്. മറിച്ച്, ഫോസിലായി ലഭിച്ചആദിമ മനുഷ്യന്റെ പൊട്ടിയതുടയെല്ല് കൂടി ച്ചേർന്നതാണ്. ആദിമകാലത്ത്പരിക്ക് പറ്റിയ ഒരാൾ രക്ഷപ്പെടുക എളുപ്പമല്ല. അയാൾക്ക് സംരക്ഷണ വും സഹായങ്ങളും ലഭിച്ചതുകൊണ്ടാണ് പൊട്ടി യ തുടയെല്ല് കൂടിച്ചേർന്നത്. ഇതാണ് മനുഷ്യസം സ്കാരത്തിന്റെ അനുകമ്പയുടെ ചരിത്ര അടയാള മായി കാണേണ്ടത്.

ഒരു രോഗം, പ്രത്യേകിച്ച് മാറാരോഗം ഒരാളുടെ ശരീരത്തെ മാത്രമല്ല ബാധിയ്ക്കുന്നത്. മാനസിക മായി ഭയം, ആശങ്ക, സങ്കടം എന്നിങ്ങനെ ഒരുപാട് വേവലാതികൾ അയാൾക്കുണ്ടാകും. ഇതിനെല്ലാമു പരിയായി ഒരു മാറാരോഗം വ്യക്തിയുടെ ആത്മീയ തലത്തെയും ബാധിയ്ക്കുന്നുണ്ട്. വിശ്വാസത്തകർച്ച, നിരർത്ഥകതാബോധം, ഉത്തരമില്ലാത്ത ചോദ്യങ്ങൾ എന്നിങ്ങനെ പലതും വേട്ടയാടും. ചിലപ്പോൾ മത വുമായോ ദൈവവിശ്വാസവുമായോ ബന്ധപ്പെട്ട താകാം. അതല്ലാതെ അസ്തിത്വവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വിഹ്വലതകളായും ഇവ പ്രത്യക്ഷപ്പെടാം. മാറാരോഗം കൊണ്ട് കഷ്ടപ്പെടുന്ന ഈ മനുഷ്യന് ആശ്വാസം നൽകണമെങ്കിൽ ശാരീരികപ്രശ്നങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിനൊപ്പം അയാളുടെ മാനസികവും സാ മൂഹ്യവും അദ്ധ്യാത്മികവുമായ പ്രശ്നങ്ങളെക്കൂ ടി പരിഹരിച്ചേ മതിയാകൂ. അതാണ് സമ്പൂർണ്ണപ രിചരണം എന്നതുകൊണ്ട് അർത്ഥമാക്കുന്നത്. അ നുകമ്പാസമൂഹത്തിലൂടെ മാത്രമേ ഈലക്ഷ്യത്തിൽ എത്തിച്ചേരാനാവുകയുള്ളൂ.

(തയ്യാറാക്കിയത് - വൃന്ദ & അഭിനവ്, BSW വിദ്യാർത്ഥികൾ, ചിന്മയകോളേജ്)

“മോയ മോയ”

ഡാളി തോമസ്

അന്നത്തെ രാത്രി തീരെ ഉറങ്ങാൻ പറ്റിയില്ല. മനസ്സിനകത്ത് വല്ലാത്ത ഒരുവിങ്ങൽ. എങ്ങോട്ട് തിരിഞ്ഞ് കിടന്നാലും ആമോളുടെ മുഖം മനസ്സിൽ നിന്നും മായുന്നില്ല. ഫാത്തിമ, അതാണവളുടെ പേര്. ഏകദേശം 23 വയസ്സ് പ്രായം. നല്ലൊരു മിടുക്കിക്കുട്ടി. എപ്പോഴും ചിരിയ്ക്കുന്ന മുഖമാണ്. ഉപ്പയും ഉമ്മയും അനുജത്തിയും അടങ്ങുന്ന ഒരുകൊച്ചു സംതൃപ്തകുടുംബം. ഉപ്പയ്ക്ക് ഒരു ചെറിയകച്ചവടമാണ്. ഉമ്മയ്ക്ക് ജോലിയൊന്നുമില്ല. അനുജത്തി എമർജൻസി മെഡിസിന് പഠിയ്ക്കുന്നു. ഫാത്തിമയും പഠിയ്ക്കാൻ നല്ല മിടുക്കിയായിരുന്നു. സമർത്ഥയായ അവൾ എല്ലാ ക്ലാസ്സിലും എന്നും ഒന്നാമതായിരുന്നു. സ്കൂളിലെ ഒന്നാംസ്ഥാനക്കാരിയായി, പത്തിലും ഉയർന്ന മാർക്കോടെയാണ് ജയിച്ചത്.

ഒരു ഡോക്ടറാവുക എന്നതായിരുന്നു അവളുടെ ഏറ്റവും വലിയമോഹം. അതിനുവേണ്ടിയാണ് അവൾ കഠിനമായി പ്രയത്നിച്ചിരുന്നത്. പത്താംക്ലാസ്സ് കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ബയോളജി ഗ്രൂപ്പെടുത്ത് പഠനം തുടർന്നു. എൻട്രൻസ്കോച്ചിങ്ങിനും ചേർന്നു. ഒന്നാമത്തെ വർഷം കഴിയാറായപ്പോൾ മുതൽ അവൾക്ക് എഴുതുമ്പോൾ കയ്യിന് ബലക്കുറവ് തോന്നിത്തുടങ്ങി. സംസാരത്തിലെ ബുദ്ധിമുട്ടാണ് ആദ്യം വീട്ടുകാരുടെ ശ്രദ്ധയിൽപെട്ടത്.

ഫാത്തിമയ്ക്ക് ഇടയ്ക്കൊക്കെ ഫിറ്റ്സ് വരാറുണ്ടായിരുന്നു. എങ്കിലും വീട്ടുകാർ അതത്ര കാര്യമായി എടുത്തിരുന്നില്ല. പിന്നെ, പിന്നെ ചില വാക്കുകൾ ഉച്ചരിയ്ക്കുവാൻ പ്രയാസപ്പെടുന്ന പോലെ, ചിലവാക്കുകൾ മറന്നുപോകുന്ന പോലെ ഒക്കെ ആയി. പിന്നീട് കാലുകൾക്കും ബലംകുറഞ്ഞു തുടങ്ങി. ഓർമ്മശക്തിയും കുറഞ്ഞുവന്നു. ഭക്ഷണം കഴിയ്ക്കുമ്പോൾ കൈ വായിലേക്കെത്തിയ്ക്കുവാനും ചെരിപ്പ് ഇടാനും അഴിയ്ക്കുവാനും പ്രയാസമായിത്തുടങ്ങി.

ആദ്യം തൃശ്ശൂരിലെ ഒരുപ്രമുഖ ആശുപത്രിയിലും, പിന്നീട് എറണാകുളത്തും അവൾ ചികിത്സതേടി. പറയത്തക്ക പുരോഗതിയൊന്നും ഉണ്ടായില്ല. അവസാനമാണ് ബംഗളൂരുവിലെ നിംഹാൻസ് (നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിട്യൂട്ട് ഓഫ്മെന്റൽ ഹെൽത്ത് ആൻഡ് ന്യൂറോസയൻസസ്) എന്ന സ്ഥാപനത്തിൽ ചികിത്സ തേടിയത്. കേന്ദ്ര, കർണ്ണാടക സർക്കാരുകളുടെ സംയുക്തസംരംഭമായ നിംഹാൻസ്, നാഡീവിജ്ഞാനീയ, മാനസികാരോഗ്യവിഷയങ്ങളിലെ ഒരുപ്രമുഖഗവേഷണകേന്ദ്രമാണ്. അവിടെചെന്നപ്പോഴാണ് ഫാത്തിമയുടെ അസുഖം ‘മോയ – മോയ’ ആണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞത്. തലച്ചോറിലെ ചില ധമനികൾ ചുരുങ്ങുന്ന രോഗമാണ് മോയ – മോയ. ശരിയായ രക്തയോട്ടം തടസ്സപ്പെടും. അതിനാൽ രക്തംകട്ടകെട്ടുകയും ചെയ്യും. ഈ രോഗത്തിന് പലപ്പോഴും ചികിത്സഫലപ്രദമല്ല. ഫാത്തിമയ്ക്ക് ഇപ്പോഴും നടക്കാൻ പ്രയാസമാണ്. ചക്രക്കസേരയിലാണ് അധികവും യാത്ര. രണ്ടോ, മൂന്നോ പേരുടെ സഹായത്തോടെ ഇടയ്ക്ക് പതുക്കെ എണീറ്റ് കുറച്ച് നടക്കും. ക്ലാസ്സിൽ പോകാനോ പ്രാക്ടിക്കൽ ചെയ്യാനോ പറ്റാത്തതിനാൽ ഇപ്പോൾ ഹ്യൂമാനിറ്റിസ് എടുത്ത്പഠനം തുടരുകയാണ്. അസുഖം വന്നിട്ടിപ്പോൾ 4 – 5 വർഷമായി.

നമ്മുടെ ക്ലിനിക്കിൽ ഫിസിയോതെറാപ്പിയും സ്പീച്ച് തെറാപ്പിയും ചെയ്യാൻ വരാൻ അവൾക്ക് വളരെ ഇഷ്ടമാണ്. കുഴപ്പം കൂടാതെ ഇപ്പോൾ സംസാരിയ്ക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും, ഇടയ്ക്ക് ചില വാക്കുകൾ മറന്ന് പോകും. അപ്പോഴവൾക്ക് വലിയ സങ്കടം വരും. പാടാനും പാട്ടുകൾ കേൾക്കാനുംഏറെ ഇഷ്ടമാണ്. പക്ഷെ, ഇഷ്ടപ്പെട്ടപാട്ടുകൾ പോലും ഇപ്പോൾ ഒന്നോ, രണ്ടോവരികളിൽ കൂടുതൽഓർമ്മവരുന്നില്ല. മുസ്ലിംപാട്ടുകളാണ് എപ്പോഴുംപാടിത്തരിക. രണ്ടോ, മൂന്നോവരികൾ പാടിയാൽപിന്നെ മറന്നുപോകും. എന്നെക്കൊണ്ടും ഇടയ്ക്ക് പാടിയ്ക്കും.

ഞാൻ റീച്ചിങ്ങ് ഔട്ടിൽ അനുഭവങ്ങൾ എഴുതുന്ന ആളാണെന്ന്, ആരോ പറഞ്ഞ് അവൾമനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ട്. ‘ചേച്ചി, ഇനി എന്റെ കഥകൂടി എഴുതണമെന്ന്’ എപ്പോഴും നിർബന്ധിയ്ക്കും. എന്റെ കഥയ്ക്ക് എന്താണ് പേരിടുന്നതെന്ന് കാണുമ്പോഴൊക്കെ ചോദിയ്ക്കും. മോളുടെ കഥ ഞാൻ എഴുതിത്തുടങ്ങിയിട്ടില്ലെന്ന് പറയുമ്പോൾ വലിയ നിരാശയാണ്. അവളുടെ അസുഖത്തെക്കുറിച്ച് ഉൾക്കൊള്ളാൻ തന്നെ മനസ്സ് തയ്യാറാകാതെ, ഞാൻ എങ്ങനെ അവളുടെകഥ എഴുതും? രോഗം ഒരു ശാപമല്ല എന്ന് കരുതാൻ ഞാൻ എന്റെ മനസ്സിനെ പാകപ്പെടുത്തി.

വേദനിയ്ക്കുന്നവരോട് അനുകമ്പയോടെ സംസാരിച്ചാൽ അവരുടെ മനോഭാവം മാറിയേക്കും. ശാരീരികവും മാനസികവും ആത്മീയവുമായ ഒരു ഉണർവ്വിന് കാരണമായേക്കും. സ്നേഹത്തോടെയുള്ള ഒരുവാക്ക്, കരുണാർദ്രമായ ഒരു നോട്ടം– അത് മറ്റുള്ളവരുടെ സന്തോഷത്തിന്കാരണമാകുന്നുവെങ്കിൽ നമ്മുടെ ജീവിതം അർത്ഥപൂർണ്ണമായി. ●

വേദന

(കൾച്ചറൽ ക്ളബ്ബ് നടത്തിയ സംവാദം സംഗ്രഹിച്ചത് വി.വി. അമൃതലക്ഷ്മി)

വേദന മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ അനിവാര്യ ഘടകമാണ്. പലതരം വേദനകൾ, അല്ലെങ്കിൽ വേദനയ്ക്ക് പല തലങ്ങൾ ഉണ്ട്. ശാരീരികം, മാനസികം, സാമ്പത്തികം, സാംസ്കാരികം എന്നിങ്ങനെ പോകുന്നു അവ.

ഒരു വ്യക്തിയുടെ മുറിപ്പെട്ട മനസ്സിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന വേദനയാണ്, മാനസികവേദന. ഇത് മാനസിക പീഢനങ്ങൾ, രോഗങ്ങൾ, ഒറ്റപ്പെടൽ തുടങ്ങിയ കാരണങ്ങളാൽ ഉണ്ടാകാം. സാമ്പത്തിക വേദന, ഒരാളുടെ സാമ്പത്തിക സ്ഥിതിയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന വ്യത്യാസങ്ങൾ കൊണ്ട് അനുഭവപ്പെടുന്നതാണ്. ദാരിദ്ര്യം, തൊഴിലില്ലായ്മ, സാമ്പത്തിക അസ്ഥിരത തുടങ്ങിയ കാരണങ്ങളാൽ ഉണ്ടാകാം. ഒരു വ്യക്തിയുടെ ശരീരത്തിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന വേദനയാണ്, ശാരീരികവേദന. അത് പരിക്കുകൾ, അസുഖങ്ങൾ, ശസ്ത്രക്രിയകൾ തുടങ്ങിയ കരണങ്ങളാലാവാം.

വേദനയും അതുണ്ടാക്കുന്ന അനുഭവ ങ്ങളും ഓരോരുത്തർക്കും വ്യത്യസ്തമാണ്. പ്രതിഫലം ലഭിയ്ക്കുന്ന വേദനയാണ് പ്രസവവേദന. അത് എല്ലാവരും സന്തോഷത്തോടെ അനുഭവിയ്ക്കുന്നു. തലമുറകൾ തമ്മിൽ പൊരുത്തപ്പെടാൻ സാധിയ്ക്കാതെ വരുമ്പോൾ, കുടുംബത്തിൽ നിന്നും അനുഭവിയ്ക്കുന്ന മാനസിക വേദനയും, സാമ്പത്തിക പൊരുത്തക്കേടുകൾ മൂലമുണ്ടാകുന്ന വേദനയും ചർച്ചചെയ്യപ്പെട്ടു. മറ്റുള്ളവർ പണം കണക്കില്ലാതെ ചെലവഴിയ്ക്കുന്നത് കാണുമ്പോൾ മുതിർന്നവർക്ക് മനഃപ്രയാസമുണ്ടാകുന്നു. ആ മനഃപ്രയാസമുണ്ടാക്കുന്ന വേദനയെക്കുറിച്ചും സംസാരിച്ചു. ഒരാൾക്ക് അസുഖം വന്ന് ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിയ്ക്കുമ്പോൾ, അതിന്റെ ചെലവുകളെക്കുറിച്ച് രോഗിയ്ക്കും ബന്ധുക്കൾക്കും ആശങ്കയുണ്ടാകാം. രോഗത്തിന്റെ ശാരീരിക വേദനയ്ക്ക് പുറമെ അത് മാനസിക, സാമ്പത്തിക വേദനകളായും രൂപപ്പെടുന്നു. ഒരു പരിധിവരെ സമ്പത്ത്, ഒരാളുടെ ആത്മ വിശ്വാസം വർദ്ധിപ്പിയ്ക്കും.

ആർക്കും കണ്ടാൽ അറപ്പുളവാക്കുന്ന അവസ്ഥയിലുള്ള ഒരു രോഗിയെ പരിചരിയ്ക്കുന്ന അമ്മയുടെ വേദനയെക്കുറിച്ചും പരാമർശമുണ്ടായി. എന്തൊക്കെ കുറ്റങ്ങളും കുറവുകളും ഉണ്ടെങ്കിലും അമ്മയ്ക്ക് സ്വന്തം കുഞ്ഞിനോട് എന്നും പ്രിയമാണ്. ഏതൊരാവസ്ഥയിലും അമ്മ മക്കളെ കൈ വിടുകയില്ല എന്നതിന് ഉദാഹരണമാണ് ആ അമ്മ. ഏറെ പ്രായമായെങ്കിലും അവർ വയ്യാത്ത മകനെ പൊന്നുപോലെ നോക്കിപ്പോന്നു. ഒരു ദിവസം ആ മകൻ മരിച്ചു. ഏതൊരാൾക്കും ആ മരണം അമ്മയ്ക്ക് ലഭിയ്ക്കുന്ന മോചനമായാണ് തോന്നുക. എന്നാൽ ആ അമ്മ ഏറെ ദുഖിയ്ക്കുകയാണ് ചെയ്തത്.

സന്തോഷം, ദുഃഖം, ഭയം എന്നിവയെപ്പോലെ വേദനയും ഒരു മനുഷ്യ വികാരമാണെന്ന് അഭിപ്രായമുണ്ടായി. ഭിന്നശേഷിക്കാരായ കുട്ടികളുടെ മാതാപിതാക്കളുടെ വേദനയെക്കുറിച്ചാണ് ചർച്ചയിൽ പങ്കെടുത്ത ഒരു സന്നദ്ധപ്രവർത്തകൻ സംസാരിച്ചത്. ഹൃസ്വകാല വേദനകൾ നമ്മുടെ സംരക്ഷണത്തിന് ആവശ്യമാണ്. വേദന ഇല്ലാതിരിയ്ക്കുന്നതും നല്ലതല്ല. എന്തെങ്കിലും വേദന അനുഭവപ്പെടുമ്പോൾ മാത്രമാണ് നാം ശ്രദ്ധിയ്ക്കുന്നത്. അതിനാൽ വേദന അനുഭവപ്പെടേണ്ടിടത്ത് അത് ഉണ്ടാവുകതന്നെ വേണം.

●

കാരുണ്യത്തിന്റെ പുതിയ പാഠം പഠിച്ച് സഹൃദയ കോളേജിലെ കുട്ടികൾ

സഹൃദയ കോളേജ് ഓഫ് അഡ്വാൻസ്ഡ് സ്റ്റഡീസിലെ കുട്ടികൾ പഠിയ്ക്കുകയാണ്, ജീവിതത്തിന്റെ യഥാർത്ഥപാഠം. ഒരു പാഠപുസ്തകത്തിനും നൽകുവാൻ കഴിയാത്ത, ഒരു അദ്ധ്യാപകനും പകർന്നു നൽകുവാൻ കഴിയാത്ത ജീവിതത്തിന്റെ നേരറിവുകൾ അവർ സ്വന്തം അനുഭവത്തിൽ നിന്നും സ്വായത്തമാക്കുന്നു. കോളേജിലെ NSS യൂണിറ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ, എല്ലാ ദിവസവും വിദ്യാർത്ഥികൾ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി, തൃശ്ശൂരിന്റെ ക്ലിനിക്കിൽ ഊഴമിട്ട് എത്തുന്നു. അവിടെ അവർ തങ്ങളാൽ കഴിയുന്ന സഹായങ്ങൾ ഓരോരുത്തർക്കും ചെയ്തു നൽകുന്നു. സഹൃദയകോളേജ് ഐ.ക്യു.എ.സി. യുടെ സഹകരണത്തോടെ NSS നടപ്പിലാക്കിയ ആർദ്രം പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായാണ് വിദ്യാർത്ഥികൾ സേവനത്തിനായി എത്തുന്നത്. രോഗികളെ ശുശ്രൂഷിയ്ക്കുന്നതോടൊപ്പം ശുചീകരണ പ്രവർത്തികളും വിദ്യാർത്ഥികൾ നിർവ്വഹിയ്ക്കുന്നു. ഈ വർഷത്തെ അവരുടെ ക്രിസ്തുമസ്സ് ആഘോഷവും പാലിയേറ്റീവ് സെന്ററിലെ രോഗികൾക്കൊപ്പം ആയിരുന്നു. ക്രിസ്തുമസ്സ് കരോളുമായി എത്തിയ NSS വളണ്ടിയർമാർ രോഗികൾക്കായി കലാപരിപാടികൾ അവതരിപ്പിക്കുകയും ക്രിസ്തുമസ്സ് സമ്മാനങ്ങളും കേക്കും നൽകുകയും ചെയ്തു. വളണ്ടിയർ സെക്രട്ടറിമാരായ പൂർണ്ണിമ ശങ്കർ, മിലൻ മനോജ് എന്നിവർ പരിപാടികൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകി. സിലബസിനപ്പുറമുള്ള നല്ല പാഠങ്ങൾ പഠിയ്ക്കുവാൻ ഉള്ള ഈ ഉദ്യമത്തിന് കോളേജ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഡയറക്ടർ റവ. ഡോ. ഡേവിസ് ചെങ്ങിനിയാടൻ, പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. ജോയ് കെ.എൽ, ഫിനാൻസ് ഓഫീസർ ഫാദർ ആന്റോ വട്ടോളി, വൈസ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. കരുണ കെ, അദ്ധ്യാപകനായ കെ ജയകുമാർ എന്നിവർ പൂർണ്ണ പിന്തുണ നൽകികൊണ്ട് വിദ്യാർത്ഥികളോടൊപ്പം നിന്നു.

Ernest Hemingway once said: “In our darkest moments, we don’t need solutions or advice. What we yearn for is simply human connection—a quiet presence, a gentle touch. These small gestures are the anchors that hold us steady when life feels like too much.

Please don’t try to fix me. Don’t take on my pain or push away my shadows. Just sit beside me as I work through my own inner storms. Be the steady hand I can reach for as I find my way.

My pain is mine to carry, my battles mine to face. But your presence reminds me I’m not alone in this vast, sometimes frightening world. It’s a quiet reminder that I am worthy of love, even when I feel broken.

So, in those dark hours when I lose my way, will you just be here? Not as a rescuer, but as a companion. Hold my hand until the dawn arrives, helping me remember my strength.

Your silent support is the most precious gift you can give. It’s a love that helps me remember who I am, even when I forget.”

We request you to par take in this noble activity by extending a helping hand to our less fortunate brethren. Be it a smile, a comforting touch or a monetary contribution

VPA: ppcs@kbl

SCAN QR CODE TO PAY

Our Account details:
PAIN & PALLIATIVE CARE SOCIETY, THRISSUR
A/c No. 7752500100057301
IFS CODE: KARB0000775
KARNATAKA BANK, THRISSUR
Upi ID: PPCS@KBL
Cheques/drafts may be sent to
Pain and Palliative Care Society,
Old Dist Hospital Bldg, Thrissur 680001
Donations to the Society are exempted
from Income tax u/s 80G.
Please provide your Name, Address, Pan number to
ppcs.thrissur@gmail.com

Printed and Published by Pain and Palliative Care Society, Thrissur. Phone : **94471 30277** (PRO - Indira Gopinath)
Printed at Vakayil Printers, M.G. Road, Thrissur - 1, Ph. No. 98461 38194. Managing Editor : Secretary, PPCS