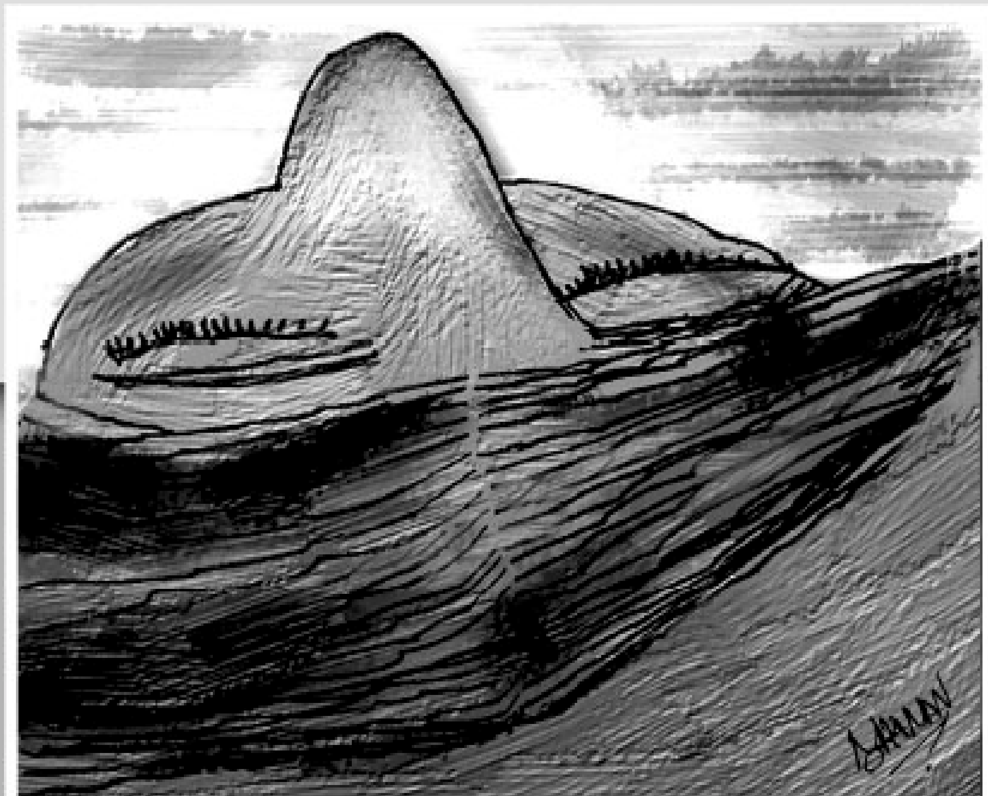
Reaching Out

Quarterly of Pain and Palliative Care Society, Thrissur
VOLUME - 13 ISSUE - 3 & 4 SEPT - DEC 2017



TWENTIETH ANNUAL SPECIAL

Founder Members of Pain and Palliative Care Society registered in 12th November 1997 as a Charitable Society under Travancore - Cochin Literary, Scientifc and Charitable Societies registration ActXII of 1955, the reg. No. 591/97

1.	**Dr. A.K. Unnikrishnan**	Founder Chairman
2.	**Dr. E. Divakaran**	Founder Secretary
3.	**Dr. K. Aravindakshan**	Founder Treasurer
4.	**N.N. Gokuldas**	Member
5.	**Dr. Pisharoty Chandran**	Member
6.	**Dr. C.N. Parameswaran**	Member
7.	**C.R. Parameswaran**	Member

1. Sixth from left, 2. Fourth from left, 3. Fifth from left, 4. First from left, 5. Second from left, 6. Seventh from left, 7. Third from left

നാം ഇരുപതാം വയസ്സിൽ

എഡിറ്റോറിയൽ

1997 ൽ വളരെ ലളിതമായി ആരംഭിച്ച ഒരു ചാരിറ്റബിൾ സൊസൈറ്റിയാണ് നമ്മുടേത്. കാൻസർ രോഗബാധിതർക്കായിരുന്നു നമ്മൾ ആദ്യകാലങ്ങളിൽ സാന്ത്വനപരിചരണം നല്കിയിരുന്നത്. പിന്നീട് അത് വൃക്കരോഗം, പീഡിതമായ വാർധക്യം, നട്ടെല്ലിനേൽക്കുന്ന ക്ഷതം, മാനസിക അസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾ എന്നീ മേഖലകളിലേയ്ക്ക് വ്യാപിച്ചു. ഇനിയും ഏറെ മേഖലകളിലേയ്ക്ക് വ്യാപിച്ചേയ്ക്കാം. കാരണം ഓരോ ദിവസവും നാം മനസ്സിലാക്കുന്നു ദീർഘകാല രോഗങ്ങളാൽ വേദന അനുഭവിയ്ക്കുന്ന വ്യക്തിയാണ് നമ്മുടെ പ്രവർത്തനത്തിന്റെ കേന്ദ്രബിന്ദു. അതിനു ചുറ്റുമാണ് അവരുടെ ബന്ധുക്കൾ, മിത്രങ്ങൾ, അയൽക്കാർ, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ, നേഴ്സുമാർ, ഡോക്ടർമാർ, അഭ്യുദയകാംക്ഷികൾ. രോഗപീഡകളാൽ വേദന അനുഭവിയ്ക്കുന്നവരുടെ ജീവിത ഗുണനിലവാരം മെച്ചപ്പെടുത്തുവാൻ കാരുണ്യത്തിലൂന്നിയ മനുഷ്യാവകാശ പ്രവർത്തനമാണ് നാം നാളിതുവരെയായി നടത്തിപ്പോരുന്നത്. തുടർന്നും അത് കൂടുതൽ അർത്ഥവത്താക്കാനുള്ള അന്വേഷണങ്ങളും പ്രവർത്തനങ്ങളും മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകേണ്ടതുണ്ട്.

1997 ൽ ഡോ. ദിവാകരൻ കോഴിക്കോട് നിന്നും കൊണ്ടുവന്ന സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്റെ ഒരു വിത്താണ് ഇന്ന് ജൈവികത തുടിയ്ക്കുന്ന ചെറുമരമായി വളർന്ന് നില്ക്കുന്നത്. 97ൽ ഡോ. ദിവാകരനോടൊപ്പം ചേർന്ന ആറുവ്യക്തികളും തുടർന്ന് വന്നവരും ചേർന്നാണ് അതിനുവേണ്ടതായ വെള്ളവും വളവും ധാതുലവണങ്ങളും ഒരുക്കിയത്. ഈ ഇരുപതാം വർഷത്തിൽ ഡോ. ദിവാകരനെന്ന ദീർഘദർശിയുടെ വ്യക്തിത്വത്തെ പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റി നിറമനസ്സോടെ ആദരിയ്ക്കുന്നു. ഇക്കാലമത്രയും സൊസൈറ്റിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി സ്വാർത്ഥലേശമെന്യേ കൂട്ടുനിന്ന ഓരോരുത്തരും ഈ ആദരവിന് അർഹരാണ്.

സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്റെ ദർശനം രൂപപ്പെടുന്നത് പടിപടിയായിട്ടാണ്. പ്രവർത്തനമാണ് അതിന്റെ മാധ്യമം. വാസ്തവത്തിൽ അതിന് അതിരുകളില്ല. നമ്മുടെ അടുത്തെത്തുന്ന രോഗബാധിതനായ ഓരോ വ്യക്തിയും നമുക്ക് പല തലങ്ങളിലുള്ള അനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവെയ്ക്കുന്നുണ്ട്. അതുപോലെത്തന്നെ ഓരോ വ്യക്തിയോടുമുള്ള നമ്മുടെ സമീപനങ്ങളും മൗലികവും വ്യത്യസ്തവുമാണ്. അതേസമയം സാന്ത്വനപരിചരണത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനമൂല്യം നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ ചെറുതിരിയായി കത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കയും ചെയ്യും.

ഇരുപത് വർഷം ഒരു സ്ഥാപനത്തിന്റെ വളർച്ചയിൽ ചെറുതല്ല. ഇനിയും ഏറെ ദൂരം പോകാനുണ്ട് നമുക്ക്. ജനപ്രതിനിധികളും ഉദ്യോഗസ്ഥരും അഭ്യുദയകാംക്ഷികളും രോഗബാധിതരായ വ്യക്തികളും ബന്ധുക്കളും മാധ്യമങ്ങളുമടങ്ങുന്ന പൊതുസമൂഹം വളർച്ചയുടെ ഓരോഘട്ടത്തിലും നമുക്ക് നല്കിക്കൊ

Reaching Out

Quarterly of Pain and Palliative Care Society, Thrissur

VOLUME - 13 | ISSUE-3 & 4 | SEP - DEC 2017

(20th Annual Special)

Quarterly of Pain and Palliative Care Society, Thrissur
Reg. No. 591/97

Old District Hospital Building, Thrissur - 680 001

Redg. Off : "Manjith", Chembukkavu, Thrissur-680 020
Ph : 0487 2322128
www.painandpalliativecarethrissur.org
email : ppcs.thrissur@gmail.com

Editor : K. Aravindakshan
Editorial Assistance : C.A. Riji
Final Proof : Sheen Augustine
Published : Pain and Palliative Care Society, Thrissur
രൂപകൽപ്പന : കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ
മുഖചിത്രം : വി. മോഹനൻ
Printed at : iMAC Creations, Thrissur. 0487-2420784

O servant, where dost thou seek me?
Lo! I am beside thee
I am neither in the temple nor in the mosque,
neither am I in rites and ceremonies
nor in yoga nor in renunciation.
If thou art a true seeker, thou shalt at once see me.
Thou shalt meet me in a moment's time.

Songs of Kabir (Trans. Rabindranatha Tagore)

ണ്ടിരിക്കുന്ന നിസ്സീമമായ സഹകരണവും സ്നേഹവും നമ്മെ വിനയാന്വിതരാക്കി, കൂടുതൽ ഉത്തരവാദിത്ത ബോധത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കുവാൻ ബാധ്യസ്ഥരാക്കുന്നു. പ്രതിമാസം പത്ത് ലക്ഷത്തോളം വരുന്ന ചെലവിനുള്ള പണം നമുക്ക് സംഭാവനയായി എത്തിക്കുന്നത് പൊതുസമൂഹമാണ്. നമ്മുടെ സേവനത്തിന്റെ സുതാര്യത പരിഗണിച്ചാണ് കേരള സർക്കാർ അരണാട്ടുകര വില്ലേജിൽ 20 സെന്റ് സ്ഥലത്ത് ഹോസ്പീസ് – ഡേ കെയർ സെന്റർ പണിയാൻ, 'അമ്മ'യ്ക്കും, 'സൊളേസി'നുമൊപ്പം അനുവാദം തന്നത്. ഏതാണ്ട് ഒന്നേകാൽ കോടി രൂപയാണ് പൊതുസമൂഹം നമ്മുടെ കെട്ടിടത്തിന്റെ നിർമ്മാണച്ചെലവിനായി സംഭാവന ചെയ്തത്. ഇതിന്റെ ശക്തി സ്രോതസ്സുകളായ ഓരോ വ്യക്തിയോടും സ്ഥാപനത്തോടുമുള്ള കൃതജ്ഞത രേഖപ്പെടുത്താൻ ഈ അവസരം വിനിയോഗിക്കുന്നു.

നമ്മുടെ പ്രവൃത്തികൾ പൊതുസമൂഹത്തിന് പ്രതിലോമപരമാണെന്ന് തോന്നുന്ന നിമിഷത്തിൽ നമ്മുടെ സൊസൈറ്റിയുടെ ജീർണ്ണത ആരംഭിച്ചിരിക്കും. നമ്മുടെ ഭാഗത്തുനിന്നുള്ള നിതാന്ത ജാഗ്രത കൊണ്ടുമാത്രമേ, പൊതുസമൂഹം നമ്മിലർപ്പിച്ച വിശ്വാസം ജ്വലിപ്പിച്ച് നിർത്താനാവൂ. പലമയിലുള്ള ഒരുമയാണ് നമ്മുടെ സൊസൈറ്റിയുടെ ഊർജ്ജം. പുറമെ നിന്നുള്ള അനിഷ്ടകരമായ യാതൊരു ഇടപെടലും നാളിതുവരെ ഉണ്ടായിട്ടില്ല. കേവലമായ ധാർമ്മികതയും സുതാര്യതയും നാം പുലർത്തുന്നിടത്തോളം ബാഹ്യമായ ഒരിടപെടലിനും സാധ്യതയില്ല.

ഇരുപതാം വാർഷികത്തിൽ നാം 'റീച്ചിങ്ങ് ഔട്ടി'ന്റെ ഒരു വിശേഷാൽ പതിപ്പ് ഒരുക്കുകയാണ്. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ജീവനക്കാരും മാത്രമാണ് ഇതിലെ എഴുത്തുകാർ. 'പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തനം നിങ്ങളെ എങ്ങനെ സ്വാധീനിച്ചു?' എന്ന ഒരു പൊതുവിഷയത്തെ അധികരിച്ചാണ് ഇതിലെ എഴുത്തുകളെല്ലാം. ഇവരിൽ എഴുത്തുകാർ എന്ന ലേബലിൽ അറിയപ്പെടുന്നവർ രണ്ടുപേർ മാത്രമെയുള്ളൂ. ബാക്കിയുള്ളവരെല്ലാം എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും പുതിയ എഴുത്തുകാരാണ്. വിസ്മയിപ്പിക്കുന്ന അനുഭവതലങ്ങളാണ് അവരിലൂടെ നിർഗ്ഗളിച്ചിട്ടുള്ളത്. അബോധ – ബോധ – പരബോധങ്ങളുടെ വിസ്മയക്കാഴ്ചകൾ. ചിലർ വെറും വസ്തുതകളിൽ ഒതുങ്ങി; കുറെപ്പേർ അനുഭവങ്ങളുടെ ആഴങ്ങൾ കണ്ടു. ചിലർക്കെങ്കിലും അവരുടെ ഉള്ള് തുറന്നുകാട്ടുവാൻ സാധിക്കാതെ വന്നിട്ടുണ്ട്. കർമ്മം ജീവിതമാക്കിയ എഴുത്തുകാർക്ക് കർമ്മമാണ് യഥാർത്ഥ വാക്ക്. ഇനി എഴുത്തിൽ നിന്ന് ലജ്ജയോടെ മാറി നിന്നവരുമുണ്ട്. അവർക്കും പ്രവൃത്തി തന്നെ തങ്ങളുടെ ശരിയായ എഴുത്ത്. എഴുത്തുകളിൽ ആവർത്തനം കണ്ടേയ്ക്കാം. എങ്കിലും ഓരോന്നോരോന്നായി വായിക്കുമ്പോൾ, ഒരു പൂന്തോട്ടത്തിലെ വിവിധ വർണങ്ങളിലുള്ള, വലിപ്പങ്ങളിലുള്ള, വ്യത്യസ്ത ഗന്ധങ്ങൾ പരത്തുന്ന പൂക്കളുള്ള ചെടികളുടെ കൂട്ടമാണെന്ന് മനസ്സിലാകും.

വേദനിയ്ക്കുന്ന മനുഷ്യനാണ് നമ്മുടെ ദർശനത്തിന്റെയും പ്രവർത്തനത്തിന്റെയും മൂലബിന്ദു എന്ന് ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം ഓർമ്മിച്ചുകൊണ്ട് ഈ വിശേഷാൽ പ്രതി പൊതുസമൂഹത്തിന് ആദരവോടെ സമർപ്പിക്കുന്നു.

കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ

മുഖചിത്രം – വി. മോഹനൻ

രണ്ട് പതിറ്റാണ്ടുകളായി ഞാൻ മോഹനന്റെ വരകളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നു. സചേതനമായ വാക്കുകൾ കൊണ്ട് പോലും പ്രകാശിപ്പിക്കാൻ സാധിക്കാത്തതിനാലായിരിക്കണം ഈ മനുഷ്യൻ വരകളും വർണ്ണങ്ങളും സ്പേസും സ്വയം തിരഞ്ഞെടുത്തത്. അടിയന്തിരാവസ്ഥക്കാലത്തെ തടവുശിക്ഷയിലനുഭവിച്ച ക്രൂരാനുഭവങ്ങൾ ഇയാളുടെ വരകൾക്കും വർണങ്ങൾക്കും വ്യത്യസ്തമായൊരു മാനം കൂടി നല്കുകയുണ്ടായിട്ടുണ്ട്.

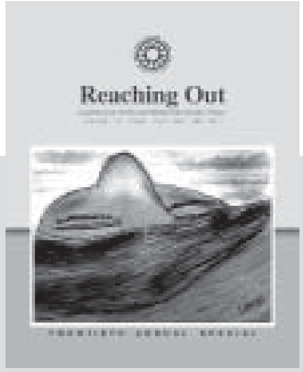
ഇക്കഴിഞ്ഞ ഒക്ടോബറിൽ കേരള ലളിതകലാ അക്കാദമിയിൽ മോഹനന്റെ ചിത്രങ്ങൾ പ്രദർശിപ്പിക്കുകയുണ്ടായി. ഒരു മദ്ധ്യാഹ്നത്തിനും സന്ധ്യയ്ക്കുമിടയിലുള്ള രണ്ട് മണിക്കൂർ നേരം ഞങ്ങൾ സംസാരിക്കുകയുണ്ടായി. ആദ്യമായിട്ടാണ് ഞാൻ മോഹനനെ നേരിൽ കാണുന്നത്. എന്നാൽ, അങ്ങനെയാണെന്ന് എനിക്ക് തോന്നിയില്ല, വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് ഏതോ കടൽക്കരയിൽ ഞാനീ സ്നേഹിതനെ കാണുകയുണ്ടായോ? ഇയാളെനിക്കാരാണ്? എന്താണ് ഇയാളുടെ വരയും വർണ്ണവും സ്പേസും എന്നിലുണർത്തിയത്? എന്നീ ചോദ്യങ്ങൾ ബാക്കിയാക്കി ഞങ്ങൾ പിരിഞ്ഞു. മോഹൻ എനിക്കായി പത്ത്–പന്ത്രണ്ട് ചിത്രങ്ങൾ നെറ്റിലൂടെ അയച്ചുതന്നു. എനിക്ക് ചിത്രങ്ങളെക്കുറിച്ച് എഴുതണമെന്നുണ്ടായിരുന്നു. ഒരു ചിത്രകലാ നിരൂപകനോ, ഇങ്ങേയറ്റം ഒരു നല്ല ചിത്രകലാസ്വാദകനോ, അല്ലാതിരുന്നിട്ടുപോലും. ഞാനെന്റെ ലജ്ജയിൽ പൂഴ്ന്നുപോയി.

പിന്നീട് മോഹനന്റെ ചിത്രങ്ങൾ എന്നിൽ ജീവൻ വെയ്ക്കുന്നത് ഒരു ശസ്ത്രക്രിയ കഴിഞ്ഞ് പൂർണ്ണ വിശ്രമത്തിൽ കിടക്കുന്ന പുലർവേളകളിലെ രണ്ടാമത്തെയോ മൂന്നാമത്തെയോ യാമങ്ങളിലാണ്. അന്നത്തെ ആ കടൽക്കരയിൽ മുഷിഞ്ഞ പ്രകാശമേയുണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. ഞാനൊഴിച്ച് ആരുമുണ്ടായിരുന്നില്ല. മുന്നിൽ ശാന്തമായ കടൽ. വിജനമായ കടൽക്കര. പെട്ടെന്ന് മോഹനന്റെ ചിത്രങ്ങൾ അതിന്റെ ഫ്രെയിമുകൾ സ്വതന്ത്രമാക്കി എന്നെ അലോസരപ്പെടുത്താൻ തുടങ്ങി... വിഹ്വലതയും വേദനയും അനാഥത്തവും എന്റെ പാതിനിദ്രയെ ഉണർത്തി. ഞാനുണരുകയായിരുന്നോ, ഉറങ്ങുകയായിരുന്നോ, മയങ്ങുകയായിരുന്നോ?

ഭൂമിയിൽ മനുഷ്യനടക്കമുള്ള ജീവികളുടെ വേദന, ദുരിതം, അനാഥരായ അഭയാർത്ഥിക്കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ മൃതദേഹങ്ങളിലെ അടയാത്ത കണ്ണുകളിലെ ദൈന്യത, കടലിൽ ജീവനുവേണ്ടി അലയുന്ന ദേശരാഷ്ട്രങ്ങളും ഭാഷകളും നഷ്ടപ്പെട്ടവരുടെ നെടുവീർപ്പുകൾ, ഭൂമിയുടെ ശവക്കൂനയ്ക്കുമുമ്പിലെന്നോണം വിഹ്വലയായി നില്ക്കുന്ന കുഞ്ഞ്....

വിയർപ്പിൽ കുളിച്ച് ഞാൻ ഞെട്ടിയുണരാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ, കാരുണ്യത്തിന്റെ ഒരു പച്ചില, ഒരു കുഞ്ഞിന്റെ ചെറുവിരലിന്റെ അറ്റത്തോളം പോലുമില്ല, എന്റെ നേരെയുദിച്ചു... ഞാനുറങ്ങി... ഉണരുമ്പോൾ ജനലഴികളിലൂടെ ചെറുകാറ്റ് വീശുന്നു, കിളികൾ പാടുന്നു, പച്ചിലകൾ മന്ദഹസിക്കുന്നു, സൂര്യവെളിച്ചം ഇടതൂർന്ന 'വാൾഡ'ന്റെ പച്ചപ്പുകളിലൂടെ എന്നെ തേടിയെത്തുന്നു.

– എ. കൈലാത്ത്



ഉള്ളടക്കം

ആത്മീയതയ്ക്കൊരു ജൈവഭാഷ്യം ഡോ. ഇ. ദിവാകരൻ 05

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്നെ എങ്ങനെ സ്വാധീനിച്ചു?
ഡോ. എ.കെ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ 08

അപരബോധമാണ് ആത്മീയത സിനി പി.എസ്. 10

നേട്ടമല്ല; തിരിച്ചറിവ് ഡോ. സജിത ടി.എ. 12

സംഹാരം കഴിഞ്ഞു; ഇനി സൃഷ്ടിയിലേക്ക് ഡോ. പിഷാരടി ചന്ദ്രൻ 14

ഞാനെത്ര ഭാഗ്യവതി! സോബി 16

Pain and Palliative Care Society, Thrissur (Infra. Support) 18

നിഷ്കാമ കർമ്മം ഫീമ വർഗ്ഗീസ് 20

ആനന്ദവിദ്യാലയം എം. രാധ 21

എങ്ങനെയല്ല; എന്തിന്? ഫിമ വിൻസന്റ് 22

എത്തേണ്ട സ്ഥലം ഇന്ദിര ഗോപിനാഥ് 23

ദൈവത്തിന് നന്ദി ശ്യാമള ഗോപിനാഥ് 24

ധന്യമീ ജീവിതം ഇ. ശശികുമാരൻ രാജ 25

സമൂഹത്തോടുള്ള കടമ കെ.പി. അച്ചുതൻ 26

ജീവിതത്തിന് പുതിയ അർത്ഥം ഈനാശു താഴ്ത്ത 27

എന്റെ യഥാർത്ഥ തറവാട് എൻ. ഗീത 29

വീട്ടമ്മയിൽ നിന്ന് ഡോക്ടറിലേയ്ക്ക് ഡോ. റോസ്ബീന വിൽസൻ 29

Palliative Care Society, Thrissur -
Work Force as on 31st December 2017 30

ജീവിതത്തിന്റെ നേർക്കാഴ്ച പ്രഭാവതി 31

ക്ഷമ എന്തെന്നറിഞ്ഞു ഞാൻ... മോഹിനി കെ.ടി 32

ക്ഷമയുടെ ഗൃഹപാഠങ്ങൾ റിജി 33

കൂട്ടായ്മയുടെ ഭാഗം ഷീല കെ. 34

ആരോഗ്യം എന്ന സമ്പത്ത് സുബൈദ കെ. 35

മാന്ത്രിക വിദ്യയുടെ പാഠം ഡാളി തോമസ് 36

ആർദ്രമാക്കിയ അനുഭവം രാജി സുന്ദരം 37

റോൾ മോഡൽ ജ്യോതി ജയൻ വാര്യർ 38

ഏറ്റവും വലിയ അതിശയം മരണം സി. വിജയലക്ഷ്മി 39

ശാന്തിയും സന്തോഷവും ലിസി ജോസഫ് 41

രോഗബാധിതരായി ചികിത്സ തേടിയവർ 42

ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ 43

ഉള്ളടക്കം

വാർദ്ധക്യം ബാധിക്കാത്ത കർമ്മം കെ.എൻ. വാസുദേവൻ 44

വേദനിക്കുന്നവർക്കൊപ്പം അല്പനേരം ഡോ. മരിയാഫ്ളോറൻസ് 45

ഞാൻ എങ്ങനെ ഇവിടെ എത്തി? ഫ്രാൻസീസ് പോൾ 47

അദൃശ്യമായ കൈനീട്ടങ്ങൾ ഡോ. രാജശ്രീ കെ.സി. 48

സ്വയം കണ്ടെത്താൻ സഹായിച്ച സേവനരംഗം സുശീല മാധവൻ 50

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്തു പഠിപ്പിച്ചു? രഘുനാഥ് കെ. 53

എന്റെ സ്വന്തം വീട് ഹെലൻ തമ്പി 55

നിശ്ശബ്ദരാവാൻ നിങ്ങൾക്ക് എന്തധികാരം?? ലീലാമണി 57

നല്ല കേൾവിക്കാരി ശ്രീദേവി എം.എൻ. 58

സാന്ത്വന സേവനത്തിലേയ്ക്കുള്ള കാൽവെപ്പ്
എം. രാമകൃഷ്ണൻ നായർ 59

കാരുണ്യത്തിലേയ്ക്കുള്ള ഇടുങ്ങിയ വഴി ജോൺ ചെറിയാൻ 60

അവനവനാത്മസുഖത്തിനാചരിക്കുന്നവ... ഐഷ പി. നായർ 61

ഞാനും ഒരു ചെറിയ കണ്ണി മേരി തമ്പി 63

വലിയ ലോകത്തിലെ ചെറിയ മനുഷ്യർ റാഫേൽ ജെയ്ക്കബ്ബ് 64

സാന്ത്വന പ്രവർത്തനമെന്ന കല ഈനാശു എൻ.സി. 65

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തനം എനിക്ക് സമ്മാനിച്ചത്
ബേബി തളിയത്ത് 67

സാന്ത്വനമെന്ന വെളിച്ചം പി. കൃഷ്ണകുമാർ 68

ആത്മ സംതൃപ്തി ട്രീസ തിമോത്തി 69

വേദനയ്ക്കുവേണ്ടിയുള്ള പ്രാർത്ഥനകൾ
തമ്പി ജെ. കൊള്ളന്നൂർ 70

തിരിഞ്ഞുനോക്കുമ്പോൾ താരാനാഥ് 72

ഭോഗങ്ങളെല്ലാം ക്ഷണപ്രഭാ ചഞ്ചലം പുഷ്പലത കെ.വി. 73

പാഠശാലയിലെ വിദ്യാർത്ഥി എസ്. ബാലകൃഷ്ണൻ 75

ഇനിയും പോകാൻ ഏറെ ദൂരമുണ്ട് മോഹനൻ പി.വി. 76

കൊടുക്കുമ്പോൾ തിരിച്ച് നിറയുന്ന സാന്ത്വനം ത്രേസ്യ പി.എ. 77

അമ്മയിൽനിന്ന് പാലിയേറ്റീവിലേയ്ക്ക് എ. ശിവദാസൻ 78

മനഃശ്ശാന്തി കെ. സരസ്വതി 78

പുതിയ വെളിച്ചം ഡോ. സതീഷ്കുമാർ സി. 79

അനുസ്മരണം ജോസ് ഇമ്മട്ടി 81

ഉദിക്കയാണെന്നാത്മാവിലായിരം സൗരമണ്ഡലം
എൻ.എൻ. ഗോകുൽദാസ് 82

Important mile stones in the 20 years history of our Society 85

പരസ്പര വിനിമയത്തിന്റെ ഇടം കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ 86

വരവ്– ചിലവ് കണക്ക് (31.03.2017) 91

ബാലൻസ് ഷീറ്റ് (31.03.2017) 92

ആത്മീയതയ്ക്കൊരു ജൈവഭാഷ്യം

ഡോ. ഇ. ദിവാകരൻ

മനുഷ്യജീവിതത്തെ സാരവത്താക്കുന്ന, ധന്യമാക്കുന്ന ഒരു തലമുണ്ടല്ലോ. നാം ആത്മീയത എന്നൊക്കെപ്പറയുന്ന ഒന്ന്. ആ ഒരു മാനത്തെക്കുറിച്ച് ധാരാളം ആലോചിക്കുവാൻ വക നല്കിയിട്ടുണ്ട് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയിലെ പ്രവർത്തനം. മരണത്തെ മുഖാമുഖം കാണുന്ന രോഗികളെയും അവരുടെ ഉറ്റവരേയും അവരെ പരിചരിക്കുന്ന ഡോക്ടർമാരെയും നേഴ്സുമാരെയും വളണ്ടിയർമാരെയും അടുത്ത് നിന്ന് നിരീക്ഷിക്കുമ്പോൾ ഈ ഒരു മാനത്തിന്റെ സാന്നിധ്യം കൂടുതൽ കൂടുതൽ ദൃഢതരമായി അനുഭവവേദ്യമാവാറുണ്ട്. പാലിയേറ്റീവ് പരിശീലന വേളയിൽ ആദ്ധ്യാത്മിക തലത്തെക്കുറിച്ച് സംസാരിയ്ക്കാൻ സദാ നിയുക്തനാകാറുള്ള ആളെന്ന നിലയ്ക്ക് ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് കുറച്ചൊക്കെ വായിയ്ക്കാനും മനനം ചെയ്യാനുമുള്ള സന്ദർഭവുമുണ്ടായിട്ടുണ്ട്. അങ്ങനെയൊക്കെ ഉരുത്തിരിഞ്ഞു വന്ന ചില ഉൾക്കാഴ്ചകൾ ഇവിടെ പങ്കുവെയ്ക്കട്ടെ.

ആത്മീയാനുഭവത്തെ അതീന്ദ്രിയമായ ഒന്നായാണ് പൊതുവെ എല്ലാവരും മനസ്സിലാക്കുന്നത്. എന്നാൽ ഇവിടത്തെ അനുഭവം എന്നെ പഠിപ്പിച്ചത് അത് വളരെ ജൈവമായ, തീർത്തും ഇന്ദ്രിയപരം തന്നെയായ ഒരു പ്രതിഭാസമാണെന്നാണ്. ഇത് ആദ്ധ്യാത്മികതയുടെ പ്രാധാന്യത്തേയോ, മഹത്വത്തേയോ തെല്ലും കുറയ്ക്കുന്നില്ലതാനും. ഇത്തരമൊരു കാഴ്ചപ്പാടിലേയ്ക്കെത്താൻ സഹായിച്ച ചില ദാർശനികവും ജീവശാസ്ത്രപരവുമായ ചിന്തകൾ അല്പം വിശദീകരിക്കുന്നത് നന്നായിരിയ്ക്കുമെന്നും തോന്നുന്നു. ആത്മീയ ഭൗതിക ദ്വന്ദ്വങ്ങൾ ഒരിക്കലും കൂട്ടിമുട്ടാത്ത സമാന്തര രേഖകളായാണ് നാം മനസ്സിലാക്കുന്നത്. പുരാതന ഗ്രീക്ക് തത്വശാസ്ത്രത്തിൽ പരാമർശിക്കുന്ന ഒരു പ്രത്യേക സന്ദിഗ്ദ്ധാവസ്ഥ (Dilemma) യുണ്ട്. മേൽ സൂചിപ്പിച്ച ദ്വന്ദ്വത്തിന്റെ വ്യത്യസ്തമായ തലത്തിലുള്ള ഒരാവിഷ്കാരമാണത്. അതിങ്ങനെയാണ് - സോക്രട്ടീസ് തന്റെ ശിഷ്യനായ യൂത്തെഫ്രോയോട് ചോദിക്കുന്നു, എന്താണ് നന്മ? തെല്ലിട ആലോചിച്ച് യൂത്തെഫ്രോ മറുപടി പറയുന്നു. ദൈവത്തിന് ഇഷ്ടകരമായതെന്തോ അതാണ് നന്മ. അപ്പോൾ സോക്രട്ടീസിന്റെ മറുചോദ്യമാണ് - ദൈവത്തിന് ഇഷ്ടമായതുകൊണ്ടാണോ ഒരു കാര്യം നന്മയാകുന്നത്; അതോ അത് നന്മയായതുകൊണ്ട് ദൈവത്തിനിഷ്ടപ്പെട്ടതായിത്തീർന്നതാണോ? ഒരു തീരുമാനത്തിലെത്താൻ സാധിക്കാത്ത തത്വശാസ്ത്രത്തിലെ ഒരു സന്ദിഗ്ദ്ധാവസ്ഥയായി ഇതിനെ അംഗീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ദൈവത്തിനിഷ്ടപ്പെട്ടതുകൊണ്ടാണ് അത് നന്മയായതെങ്കിൽ നമ്മുടെ അധികാരി

ദൈവമാകുന്നു. മറിച്ച് അത് നന്മയായതുകൊണ്ടാണ് ദൈവത്തിനിഷ്ടമായതെങ്കിൽ, നന്മയുടെ അധികാരി ദൈവമല്ല. അപ്പോൾ പിന്നെ നന്മയുടെ അധികാരി മനുഷ്യൻ തന്നെയാണ്. മതവിശ്വാസികളും അല്ലാത്തവരും തമ്മിലുള്ള ഒരു കാലത്തും അവസാനിക്കാത്ത സംഗരത്തിന്റെ ആത്മികാടിത്തറ ഇതുതന്നെയാണെന്ന് പറയാം.

നന്മയുടെ ഉറവിടം ദൈവമാണെന്ന് സമ്മതിച്ചു കൊടുക്കേണ്ട കാര്യമുണ്ടോ? എന്താണ് നന്മ എന്നു തീരുമാനിക്കുന്നതിൽ ദൈവത്തിനുള്ള അപ്രമാദിത്വം തന്നെയാണ് ഇന്ന് മതം മനുഷ്യവിരുദ്ധമായ ഒരു മഹാനിർമ്മിതിയായി വളർന്നു വരാൻ തന്നെ കാരണം. വിഭാഗീതയെയും, അടിമത്തത്തെയും വംശഹത്യയേയും ന്യായീകരിക്കാനാവുന്ന വിധത്തിലുള്ള വായനകൾ മതഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ നിന്ന് വായിച്ചെടുക്കുകയും നടപ്പിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് നാം കാണുന്നുണ്ടല്ലോ. നന്മയുടെ അധികാരി മനുഷ്യനാണെന്ന് അംഗീകരിക്കുന്നതോടെ സ്ഥിതി ആകെ മാറുന്നുണ്ട്. അത് വലിയൊരുത്തരവാദിത്തമാണ് മനുഷ്യനെ ഏല്പിക്കുന്നത്.

താൻ തന്നെയല്ലോ തൻ നാഥൻ

താൻ തന്നെയല്ലോ തന്റെ ലക്ഷ്യവും എന്ന് ധർമ്മപദം. ഈ ഉത്തരവാദിത്തത്തെ മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ടാണ് ഇടശ്ശേരി ഇങ്ങനെ പാടിയത്:

ഹാ, രക്ഷയ്ക്കാത്മകർമ്മം ശരണ, മിതരമി-
ല്ലില്ല മാപ്പെന്ന ഗീരിൻ
ക്രൂരത്വത്താലുയർത്തപ്പെടുക ഹൃദയമേ
പിന്നെയും പിന്നെയും നീ.......

നന്മ എന്നത് മനുഷ്യനെ സ്വയം സംസ്കരിച്ചെടുക്കാനുള്ള ഒരുപാധിയായി തിരിച്ചറിയുന്നു.

ഇന്ന് ശാസ്ത്രത്തിന്റെ നിരവധി കണ്ടെത്തലുകളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ യൂത്തെഫ്രോ സന്ദിഗ്ദ്ധാവസ്ഥ പരിഹരിക്കാമെന്നായിട്ടുണ്ട്. നന്മയും സാന്മാർഗ്ഗികതയും മനുഷ്യന്റെ പരിണാമക്രിയയിൽ ഉരുത്തിരിഞ്ഞു വന്ന് കാലക്രമേണ ജനിതകത്തിൽ രേഖപ്പെടുത്തപ്പെട്ട് പാരമ്പര്യമായി വന്നുചേർന്ന ഒന്നാണെന്നതാണ് ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പുതിയ കണ്ടെത്തൽ. നന്മ എന്നത് സ്വയംഭൂവായ ഒരു ഗുണവിശേഷമല്ലെന്നും, മനുഷ്യകുലത്തിന്റെ അതിജീവനത്തിനായി അവശ്യം ആവശ്യമെന്ന് മനസ്സിലാക്കിയ പെരുമാറ്റരീതികളെ ശീലിച്ചും പരിപാലിച്ചും അത് തലമുറകളിലേയ്ക്ക് കൈമാറി വന്ന വളരെ ജൈവമായ ഒരു മനുഷ്യസൃഷ്ടിയാണെന്നുമാണ് ശാസ്ത്രം കണ്ടെത്തിയിരിക്കുന്നത്.

എന്തൊക്കെയായിരുന്നു മനുഷ്യൻ ആർജ്ജിച്ചെടുത്ത ആ നന്മകൾ? സ്നേഹം, പൊറുക്കൽ, സഹാനുഭൂതി, വിശ്വാസം (ആസ്തികത), പ്രത്യാശ, കൃതജ്ഞത, ആദരവുകലർന്ന വിസ്മയം, ആനന്ദാതിരേകം എന്നീ എട്ട് ധന്യാത്മകമായ വികാരങ്ങൾ (Positive Emotions) തന്നെയാണവ. ആത്മീയാനുഭൂതിയെക്കുറിച്ച് പറയുമ്പോഴെല്ലാം പ്രത്യക്ഷപ്പെടാറുള്ള മാനുഷിക ഭാവങ്ങൾ തന്നെയാണിതെല്ലാം.

കർക്കശമായ പ്രകൃതി നിയമങ്ങളാൽ നയിയ്ക്കപ്പെടുന്ന ജീവിതത്തിൽ അനിവാര്യമായും സംഭവിക്കുന്ന ശൈഥില്യങ്ങളിൽ നിന്നും, സംഘർഷങ്ങളിൽ നിന്നും ദുരിതങ്ങളിൽ നിന്നും മോചിതരായി, സ്നേഹത്തിന്റെയും കരുണയുടെയും ആർദ്രത അനുഭവിക്കാനുള്ള ഒരു ചോദന മനുഷ്യമനസ്സിൽ നിർലീനമാണ്. ഈ ചോദന തന്നെയാണ് മനുഷ്യനെ അപരന്റെ വേദനയെക്കുറിച്ച് കരുതലുള്ളവനാക്കുന്നത്. ഈ ഒരു സഹാനുഭൂതി വ്യക്തിയെ അപരന്റെ വേദന ശമിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള യത്നത്തിലേയ്ക്ക് കർമ്മനിരതനാക്കുന്നു. നിസ്വാർത്ഥമായ ഇത്തരം സേവനം മനുഷ്യനെ ഞാൻ, എന്റെ എന്നുള്ള സങ്കുചിതത്വത്തെ ഭേദിച്ച് പുറത്ത് വരാൻ പ്രാപ്തനാക്കുന്നു. ഇതൊരു ആത്മീയമായ ഉണർച്ചയാണ്. അവിടെ വ്യക്തി അനുഭവിക്കുന്നതും

ആത്മീയമായ നിർവൃതിയാണ്. ഇത് കേവലം മാനസികമായ സംതൃപ്തിക്കപ്പുറമാണ്. യൂങ്ങ് അടയാളപ്പെടുത്തിയ മനുഷ്യമനസ്സിന്റെ ഭൂപടത്തെ ആസ്പദമാക്കി പറയുകയാണെങ്കിൽ, മാനസികമായ സംതൃപ്തി ഉപരിതല മനസ്സിൽ ആവിർഭവിക്കുന്നതാണ്. കാര്യകാരണ ബന്ധങ്ങളും ലാഭനഷ്ട ചിന്തകളുമാണ് അതിനെ നിർണ്ണയിക്കുന്നത്. നേരെമറിച്ച്, മേൽ പറഞ്ഞ ആത്മനിർവൃതി കുറേക്കൂടി അഗാധമായ മാനസികതലത്തിൽ നിന്നും വരുന്നതാണ്. അവിടെ കാര്യ കാരണ ബന്ധങ്ങളോ ലാഭനഷ്ട ചിന്തയോ ഇല്ല. മനസ്സിന്റെ ഈ അഗാധതലം ഉപരിതല മനസ്സിൽ നിന്നും വളരെ വ്യത്യസ്തമാണ്. അവിടത്തെ ആശയവിനിമയോപാധി നിയതമായ അർത്ഥങ്ങളെ സൂചിപ്പിക്കുന്ന വാക്കുകളെക്കൊണ്ടല്ല. മിത്തുകൾ, ആദിരൂപങ്ങൾ, ഛായാചിത്രങ്ങൾ, സ്വപ്നങ്ങൾ എന്നിവയാണ് ആശയ വിനിമയോപാധി. തീർത്തും അവ്യവസ്ഥിതിയെന്ന് തോന്നിയ്ക്കുന്ന ഈ ഒരിടം പക്ഷേ, അപാരമായ മാനസികോർജ്ജത്തിന്റെ സ്രോതസ്സു കൂടിയാണ്. നിസ്വാർത്ഥ കർമ്മങ്ങൾ അർത്ഥവത്താകുന്നത് മനസ്സിന്റെ ഈ തലത്തിൽ വച്ചാണ്. അതുകൊണ്ടാണ് ഈ മേഖലയിൽനിന്നും ഉത്ഭവിക്കുന്ന അനുഭൂതിയെ വ്യാവഹാരിക ഭാഷയിൽ വിശദമാക്കാൻ സാധിക്കാതെ പോകുന്നതും; ആത്മീയ നിർവൃതി, അതീന്ദ്രിയാനുഭൂതി എന്നൊക്കെ പറയേണ്ടിവരുന്നതും.

ആദ്ധ്യാത്മികാനുഭൂതിയെക്കുറിച്ച് സമീപകാലത്ത് ആധികാരിക പഠനങ്ങൾ ന്യൂറോ സയൻസിൽ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. ധ്യാനാവസ്ഥയിലും മറ്റും ഉത്തേജിതമാകുന്ന മസ്തിഷ്ക്കകേന്ദ്രങ്ങൾ അടയാളപ്പെടുത്തുവാൻ സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. മസ്തിഷ്ക്കത്തിന്റെ പരിണാമക്രിയയിൽ ആദ്യകാലത്ത് രൂപം കൊണ്ട തലാമസിനുസമീപം പിൽക്കാലത്ത് രൂപം കൊണ്ട ലിംബിക്ക് സിസ്റ്റമാണ്ഈ വികാരങ്ങളുടെ പ്രഭവകേന്ദ്രം. ദിനോസറുകൾക്കില്ലാത്തതും സസ്തനികളിൽ രൂപപ്പെടുകയും മനുഷ്യനിൽ വികാസം പ്രാപിക്കുകയും ചെയ്ത ഒരു മസ്തിഷ്ക്ക കേന്ദ്രമാണിതെന്ന വസ്തുത തന്നെ ഇതിന്റെ അതിജീവനപരമായ പ്രാധാന്യത്തെ സൂചിപ്പിയ്ക്കുന്നു. ധ്യാനാവസ്ഥയിലും മറ്റും ഉത്തേജിതമാകുന്ന ഇതേ കേന്ദ്രങ്ങൾ തന്നെയാണ് സ്നേഹം, സഹാനുഭൂതി തുടങ്ങിയ എട്ടു വികാരങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കുമ്പോഴും ഉത്തേജിതമാകുന്നത് എന്നത് രസകരമായ വസ്തുതയാണ്. എന്താണ് ഇത് രണ്ടിന്റെയും പൊതു സ്വഭാവമായി തെളിഞ്ഞുവരുന്നത്? ഈ രണ്ടവസ്ഥയിലും മനുഷ്യന്റെ അഹംബോധം ഇല്ലാതാവുന്നു എന്നതാണത്. അഹംബോധം പ്രപഞ്ചബോധത്തോട് താദാത്മ്യം പ്രാപിക്കുന്നു എന്നുപറയാം. യാതൊന്നിലും ഇച്ഛയില്ലാത്തവനായി ഞാനെന്നും എന്റേതെന്നുമുള്ള ബുദ്ധിയില്ലാതെ സംസാരത്തിൽ ആർ ചരിയ്ക്കുന്നുവോ, അയാൾ മോക്ഷം പ്രാപിക്കുന്നു എന്ന ഗീതാവചനത്തിന് ഇത്തരമൊരു ഭാഷ്യം ആകാവുന്നതാണ്.

ഈ ഒരു കാഴ്ചപ്പാട് മതാതീതമായ ഒരു ആത്മീയതയുടെ സാദ്ധ്യതകളിലേയ്ക്ക് വിരൽ ചൂണ്ടുന്നു. മതങ്ങൾ മനുഷ്യരെ വിഭജിക്കുകയും കള്ളികളിലാക്കുകയും പുറത്താക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ മതാതീതമായ ആത്മീയത സർവ്വാശ്ളേഷിയാണ്. അത് മനുഷ്യനെ ഒന്നിപ്പിക്കുന്നു. ഒരു ജീവിവർഗ്ഗം എന്ന നിലയിൽ മനുഷ്യന്റെ അതിജീവനം സാദ്ധ്യമാക്കുന്നതിൽ ഈ കാഴ്ചപ്പാട് ഏറെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നു.

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തനത്തിൽ നിന്നും ആർജിച്ചെടുത്ത ഈ കാഴ്ചപ്പാട് എന്റെ വ്യക്തി ജീവിതത്തേയും വളരെ സ്വാധീനിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇന്ന് ഒരു ക്ഷമാപണത്തിന്റെയും ആവശ്യമില്ലാത്ത തരത്തിൽ എന്റെ ആസ്തിക്യബോധത്തെ അഭിസംബോധന ചെയ്യാമെന്നായിട്ടുണ്ട്. എന്റെ ആന്തരിക ജീവിതത്തെ അത് കൂടുതൽ സത്യസന്ധവും ലളിതവുമാക്കാൻ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്.

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്നെ എങ്ങനെ സ്വാധീനിച്ചു?

ഡോ. എ.കെ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ

1990 ന്റെ ആദ്യകാലങ്ങളിലാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റെ സന്ദേശം ഇന്ത്യയിൽ എത്തുന്നത്. യൂറോപ്പിലും മറ്റും വളരെ മുമ്പുതന്നെ ഇത് പ്രചാരത്തിലുണ്ടായിരുന്നു. ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ കൈപ്പിടിയിൽ ഒതുങ്ങാത്ത രോഗങ്ങൾ (കാൻസർ പോലുള്ളവ) പിടിപെട്ട രോഗികളെ ഒടുവിൽ ഇനി ഒന്നും ചെയ്യാനില്ല എന്ന് പറഞ്ഞ് വീട്ടിലേയ്ക്ക് പറഞ്ഞുവിടുക എന്നതായിരുന്നു രീതി. ഈ രോഗികൾ ശേഷിക്കുന്ന ജീവിതകാലം പലവിധത്തിലുള്ള കഷ്ടപ്പാടുകൾ സഹിക്കേണ്ടിവരുമെന്നും ഇത് വെറുതെ നോക്കിനില്ക്കുക എന്നത് ആധുനിക സമൂഹത്തിന് നിരക്കാത്തതാണെന്നുമുള്ള വിശ്വാസത്തിൽ നിന്നാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റ തുടക്കം.

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ആവശ്യമായി വരുന്ന രോഗികൾ മറ്റു രോഗികളിൽ നിന്നും പലതുകൊണ്ടും വ്യത്യസ്തരാണ്. അതുകൊണ്ട് തന്നെ ഈ ശാഖയുടെ സമീപനങ്ങളും മുഖ്യധാരാ ചികിത്സാരീതികളിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമാണ്. നമ്മുടെ ക്ളിനിക്കിൽ എത്തിപ്പെടുന്ന മിക്കരോഗികളും പലവിധ ചികിത്സകളും, കഴിഞ്ഞ് മിക്കവാറും സാമ്പത്തികമായി തകർന്ന നിലയിലായിട്ടുണ്ടാവും. അതുകൊണ്ടാണ് കഴിവതും രോഗികളെ സൗജന്യമായി പരിചരിക്കണമെന്ന ആശയം ഉടലെടുത്തത്. ഇങ്ങിനെ ചെയ്യുവാൻ വേണ്ട സാമ്പത്തിക സ്രോതസ്സ് കണ്ടുപിടിക്കുന്നത് തുടക്കത്തിൽ വലിയ കീറാമുട്ടിയായിരുന്നു. പക്ഷേ ക്രമേണ സഹായം പലേ കോണുകളിൽ നിന്നും ലഭിച്ചു തുടങ്ങി. നമ്മുടെ സമൂഹത്തിന്റെ നന്മ കാണിച്ചുതന്ന ഒരു സന്ദർഭമായിരുന്നു ഇത്. ഈ വിധം രോഗികളുമായി ഇടപഴകിയതാണ് ഇന്നത്തെ ചികിത്സാചിലവുകളെ കുറിച്ച് ചിന്തിക്കാൻ എന്നെ പ്രേരിപ്പിച്ചത്. ഞാനടക്കമുള്ള ഡോക്ടർമാർ മരുന്നുകൾ നിശ്ചയിക്കുമ്പോൾ രോഗിയുടെ സാമ്പത്തികസ്ഥിതിയോ പകരം വെക്കാവുന്ന വിലകുറഞ്ഞ മരുന്നുകളോ ചികിത്സാരീതികളോ ഉണ്ടോ എന്ന് ചിന്തിക്കാറുണ്ടോ എന്ന് സംശയമാണ്. പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ വന്നതിൽ പിന്നെയാണ് ഈ കാര്യങ്ങൾ ഗൗരവമായി ആലോചിക്കാനും അതിനനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കാനും തുടങ്ങിയത്. ഡോക്ടർ എന്ന നിലയിൽ നമ്മുടെ അടുത്ത് എത്തുന്ന ഓരോ രോഗിക്കും എങ്ങിനെ ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ ചെലവിൽ മെച്ചപ്പെട്ട ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കാൻ പറ്റും എന്ന ആശയം പാലിയേറ്റീവ് കെയർ അനുഭവത്തിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച പാഠമാണ്.

രോഗികളുമായും അവരുടെ ഉറ്റവരുമായുമുള്ള ഇടപഴകൽ എങ്ങിനെ ആയിരിക്കണമെന്നതിലാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ വ്യത്യസ്തമാകുന്നത്. ഡോക്ടർമാരെ പറ്റിയുള്ള ഒരു

പ്രധാന പരാതി അവർ രോഗികളു മായി വേണ്ടത്ര സമയം ചെലവിടു ന്നില്ല എന്നുള്ളതാണ്. പല വിധ കാര ങ്ങൾ കൊണ്ടാണെങ്കിലും ഇത് ഒരു വാസ്തവവുമാണ്. ഒരു പ്രശസ്ത മെഡിക്കൽ പ്രതിനിധി നടത്തിയ പഠ നത്തിൽ കണ്ടെത്തിയത് ഇന്ത്യയിൽ ഒരു രോഗിയുമായി ഡോക്ടർ ചില വിടുന്നത് രണ്ട് മിനിറ്റ് എന്നാണ് (ബം ഗ്ളാദേശിൽ ഇത് 58 സെക്കന്റ് ആണ്). തന്റെ ആരോഗ്യത്തെപറ്റിയും ജീവ നെപ്പറ്റിയും ഏറെ ആശങ്കകളുമായി വരുന്ന രോഗിക്ക് ആശ്വാസം കൊടു ക്കുവാൻ എങ്ങനെയാണ് ഇത്ര കുറ ഞ്ഞ സമയത്തിൽ ഡോക്ടർമാർക്ക് സാധിക്കുക? പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ഈ കാര്യത്തിൽ വ്യത്യസ്ത സമീപ നമാണ് സ്വീകരിക്കുന്നത്. ഡോക്ടർ രോഗിയുമായി ഇടപഴകുമ്പോൾ ഒരു നല്ല കേൾവിക്കാരൻ ആയിരിക്കണമെ ന്നതാണ് ഇത്. ഈ ഒരു സമീപനം രോഗികളിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന ആശ്വാസം വളരെ അധികമാണ്. ഞാൻ അധിക സമയവും ഓപ്പറേഷൻ തിയേറ്ററിലാ ണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ഓപ്പറേഷന് വരുന്ന രോഗികളുടെയും അവരുടെ ബന്ധുക്കളുടെയും മാനസിക അവ സ്ഥ നമുക്ക് ആലോചിക്കാവുന്നതാ ണല്ലോ. തിയറ്ററിൽ പ്രവേശിക്കുന്ന രോഗിയെ സ്വീകരിക്കുമ്പോൾ അവ രുടെ കൈ പിടിച്ച് കുറച്ച് ആശ്വാസ വാക്കുകൾ പറഞ്ഞ് അവരെ സമാധാ നിപ്പിക്കുക എന്നത് ഞാൻ എപ്പോഴും ചെയ്യുന്ന ഒരു പ്രവൃത്തിയാണ്. പാലി യേറ്റീവ് കെയറിന്റെ അനുഭവങ്ങളാ ണ് ഇതിന്റെ പിന്നിൽ പ്രവർത്തിക്കു ന്നത്.

പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റെ ആശയം മാറാരോഗികളിലും മരണാസന്നരായ രോഗികളിലും മാത്രം ഒതുങ്ങിയാൽ മതിയോ? തീർച്ചയായും അല്ല എന്ന താണ് എന്റെ വിശ്വാസം. പലപ്പോഴും പ്രത്യേകിച്ച് തിരക്കുള്ളപ്പോൾ ആശു പത്രികളിലെ ജോലി യാന്ത്രികമായി നടക്കുന്നതാണ്. രോഗികളെ ഒരു ബെഡ് നമ്പറോ അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ഡയ ഗ്നോസിസ് ആയോ ഐഡന്റി ഫൈ ചെയ്യുക എന്നുള്ളതും സാധാരണയാ ണ്. ഓരോ രോഗിയും കായികമായി മാത്രമല്ല, മാനസികമായും സാമ്പത്തി കമായും ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവിക്കുന്ന വരാണെന്നും ഇവരുടെ ബന്ധുക്കളും സമാന വിഷമതകൾ സഹിക്കുന്നവ രാണെന്നും മനസ്സിലാക്കി വേണം അ വരെ സമീപിക്കേണ്ടത്. നമ്മുടെ മെഡിക്കൽ വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ ഇതിന് കുറെക്കൂടി പ്രാധാന്യം കൊടുക്കണ മെന്നാണ് എന്റെ വിശ്വാസം. ഡോക്ട ർ, ആശുപത്രി, രോഗി എന്നിവർക്കിട യിൽ ഇന്ന് നിലനില്ക്കുന്ന വിശ്വാസ ക്കുറവിന്റെ കലുഷിതമായ അന്തരീ ക്ഷത്തിൽ നിന്ന് ഗുണപരമായ ഒരു മാറ്റം കൊണ്ടുവരാൻ പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റെ ആശയങ്ങൾക്ക് സാധിക്ക ണം. എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം പാലിയേറ്റീവ് കെയറുമായുള്ള ഇടപ ഴകലുകൾ എന്നെ കുറച്ച്കൂടി നല്ല ഒരു ഡോക്ട റും എല്ലാറ്റിനുപരി മെച്ച പ്പെട്ട ഒരു മനുഷ്യനും ആവാൻ സഹാ യിച്ചിട്ടുണ്ടെന്ന് ഞാൻ വിശ്വസി ക്കുന്നു.

അപരബോധമാണ് ആത്മീയത

സിനി പി.എസ്.

2014 മെയ് മാസത്തിലെ ഒന്നരമാസത്തെ പാലിയേറ്റീവ് നഴ്സിങ്ങ് പരിശീലനത്തിലേക്ക് വിദ്യാർത്ഥിയായി ക്ളിനിക്കിൽ വന്ന ആദ്യ ദിവസം ഇന്നും ഓർക്കുന്നു. ഭയം മാത്രമായിരുന്നു മനസ്സ് നിറയെ. വളരെ പെട്ടെന്ന് ക്ളിനിക്കുമായി വളരെ അടുത്ത ബന്ധം സ്ഥാപിക്കാനായി. ആശുപത്രികളിൽ ജോലിചെയ്യുമ്പോഴുള്ള ഒരന്തരീക്ഷത്തിൽ നിന്ന് മാറി ചിന്തിക്കുന്ന ഒരു രീതിയായതിനാൽ മനസ്സിനാശ്വാസമായിരുന്നു ഇവിടത്തെ ദിവസങ്ങൾ.

നാല്പത്തിയാറ് ദിവസങ്ങൾ വേഗം കടന്നുപോയി. കൂടെയുണ്ടായിരുന്നവർ അവരവരുടെ ജോലി മേഖലകളിലേയ്ക്ക് തിരിച്ച് പോകുന്നവരായത് കൊണ്ട് അവരുടെ മനസ്സുകളിൽ ശൂന്യതയുണ്ടായിരുന്നില്ല എന്നാണ് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയത്. എന്നാൽ എന്നെ സംബന്ധിച്ച് അവസാനദിവസം മനസ്സ് വല്ലാതെ ഭാരപ്പെട്ട അവസ്ഥയിലായിരുന്നു. കാരണം സ്വന്തം വീട് പോലെ ഒരു ബന്ധം ക്ളിനിക്കുമായിട്ട് ഉണ്ടായിക്കഴിഞ്ഞു.

കുടുംബജീവിതത്തിലായപ്പോൾ എന്റെ നഴ്സിങ്ങ് മേഖല ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടി വന്നു. ഭാര്യ, അമ്മ, മരുമകൾ ഈ തലത്തിലേയ്ക്ക് നിർബന്ധമായും ഒതുങ്ങേണ്ടി വന്നു. അപ്പോഴും തൊട്ടടുത്തുള്ള രോഗബാധിതരായവരെ കാണാനും കഴിയുന്ന സഹായം ചെയ്യാനും ശ്രമിച്ചു. ഞാൻ പഠിച്ച നഴ്സിങ്ങ് ഗൃഹകേന്ദ്രികൃത പരിചരണത്തിന് സഹായമായിരുന്നില്ല. ഇഞ്ചെക്ഷൻ, ഐ.വി. ഫ്ളൂയിഡ് ഇവയ്ക്കെല്ലാം അവരെ ആശുപത്രിയിലേയ്ക്ക് തന്നെ അയയ്ക്കേണ്ടി വന്നു. അങ്ങനെയുള്ള സന്ദർഭങ്ങളിൽ എന്റെ മനസ്സ് ഒത്തിരി വേദനിച്ചു. കാരണം എല്ലാവരും ഒരുപോലെ പണമുള്ളവരല്ല. പണമില്ലാത്തവരാണ് ഞങ്ങളെപ്പോലുള്ളവരെ ആശ്രയിക്കുന്നത്.

കോഴ്സ് ചെയ്ത് കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ആ ഒരു സമാധാനത്തിൽ മാത്രമാണ് ഞാൻ ക്ളിനിക്കിൽ നിന്ന് തിരികെ പോന്നത്. എന്നാൽ ഞാൻ വിശ്വസിക്കുകയും സ്നേഹിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ദൈവം തിരികെ എന്നെ ക്ളിനിക്കിൽ തന്നെ കൂട്ടിച്ചേർത്തു. നഷ്ടപ്പെട്ട് പോയതെന്തൊക്കെയോ തിരിച്ച് കിട്ടിയ അനുഭവമായിരുന്നു.

നമ്മുടെ കുടുംബം നമുക്ക് നഷ്ടപ്പെട്ടതിന് ശേഷം തിരികെ ആ കുടുംബത്തിലേയ്ക്ക് ചേരുമ്പോഴുള്ള സന്തോഷം പറഞ്ഞറിയിക്കാൻ പറ്റാത്തത് തന്നെയാണ്. ഇവിടെ സ്റ്റാഫ് നഴ്സായി ചേരുമ്പോൾ ഏറ്റവും നന്നായി ജോലി ചെയ്യണം. എന്നെക്കൊണ്ട് സാധിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ രോഗികൾക്ക് ചെയ്ത് കൊടുക്കണം എന്നൊക്കെയുള്ള ആഗ്രഹങ്ങൾ മാത്രമാണ് കൂടുതലായി ഉണ്ടായിരുന്നത്. ഈ ആഗ്രഹത്തോടൊപ്പം തന്നെ എനിക്ക്

ഭയമുണ്ടായിരുന്നു, ആ ഭയം രോഗികളായി ക്ളിനിക്കിലേയ്ക്ക് എത്തുന്ന വ്യക്തികളുടെ മരണസമയങ്ങളായിരുന്നു.

കുറച്ച് ദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ തന്നെ എന്നിലെ ഭയം, മനസ്സിന്റെ വേദനയായി മാറിയിരുന്നു. ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും മരണം അവരുടെ വീട്ടുകാർ എങ്ങനെ കാണുന്നുവോ അതുപോലെ തന്നെ ഞാനും ആ സ്ഥാനത്ത് നിന്ന് ചിന്തിക്കുമായിരുന്നു. മനഃപൂർവ്വമായിരുന്നില്ല ആ ചിന്ത. ഞാനറിയാതെ തന്നെ എന്റെ മനസ്സിലേയ്ക്ക് ആ വ്യക്തിയും അവരുടെ കുടുംബവും കടന്ന് വരുമായിരുന്നു. അവർ പൊയ്ക്കോട്ടെ, എന്തിനാണിങ്ങനെ വേദന തിന്നുന്നത്? എന്നൊക്കെ പറഞ്ഞ് സ്വയം സമാധാനിക്കാറുണ്ടെങ്കിലും കുറച്ച് ദിവസത്തേയ്ക്ക് മാനസികമായി ഒരു ഭാരം അനുഭവപ്പെടാറുണ്ട്. ആരോടും ഇതൊന്നും പങ്കുവെയ്ക്കാൻ തോന്നാറില്ല. മറ്റൊന്നും കൊണ്ടല്ല, കേൾക്കുന്നവർ ഏത് രീതിയിൽ ചിന്തിക്കും എന്ന വസ്തുത വ്യക്തമല്ലായിരുന്നു.

ചിലപ്പോഴെങ്കിലും എനിക്ക് അനുഭവപ്പെട്ടിരുന്ന ഒരു കാര്യം, ഒരു വ്യക്തിക്ക് രോഗിയാണെന്നറിയുമ്പോഴുള്ള മാനസികാവസ്ഥയേക്കാളും താങ്ങാൻ പറ്റാത്തത് താൻ മരിക്കാൻ പോകുന്നു, അല്ലെങ്കിൽ കുറച്ച് സമയം കൂടി മാത്രമാണ് താനീ ലോകത്തുള്ളൂ എന്ന വാസ്തവമാണ്. രോഗാവസ്ഥയോട് അവർ പെട്ടെന്ന് പൊരുത്തപ്പെടും. എന്നാൽ അടുത്ത നിമിഷത്തിൽ സംഭവിക്കാൻ പോകുന്ന തന്റെ മരണം ആ വ്യക്തിയെ സംബന്ധിച്ച് പ്രയാസമുള്ള കാര്യം തന്നെയാണ്. മരണാസന്നനായ ഒരു വ്യക്തിയ്ക്ക് ഒരു നല്ല മരണം നല്കുക എന്നതാണ് ക്രിസ്തുവിന്റെ അനുയായികളുടെ കടമ. അതായത് അന്ത്യസമയത്തെ പ്രാർത്ഥന, വിശുദ്ധ കൂദാശകൾ മുതലായവ. ഓരോ മതവിശ്വാസിയും അവരുടേതായ രീതിയിൽ അത് ചെയ്യാൻ ശ്രമിയ്ക്കുന്നത് ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ട്.

എന്തായാലും മരണത്തെ ഭയപ്പെട്ടിരുന്ന ക്രിസ്ത്യാനിയായ ഞാൻ നാല് മാസത്തോളം ഈ കടമകളിൽ നിന്നൊക്കെ രക്ഷപ്പെടാൻ ശ്രമിച്ചിരുന്നു. ഞാനിങ്ങനെ പ്രാർത്ഥിക്കും: ഞാൻ ഡ്യൂട്ടിയിലായിരിക്കുമ്പോൾ മരണം സംഭവിക്കല്ലേ! ഈ പ്രാർത്ഥന ഫലിക്കാൻ വേണ്ടി വളരെ ശക്തമായി മനസ്സിൽ സ്തുതിച്ച് പ്രാർത്ഥിക്കും. പിന്നീടെപ്പോഴോ ഞാൻ മാറി ചിന്തിച്ച് തുടങ്ങി. ആ ചിന്ത തുടങ്ങിയ സമയത്ത് പ്രായമായ ഒരപ്പൻ മരണാസന്നനായി. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭാര്യയും മരുമകളും മാത്രം അടുത്ത്. ഞാനും ഒറ്റയ്ക്കാണ്. എനിക്കെന്താണെന്നറിയില്ല. അദ്ദേഹത്തിന്റെയടുത്ത് നിൽക്കാനോ വേണ്ട കാര്യങ്ങൾ ചെയ്ത് കൊടുക്കാനോ ഭയം തോന്നിയതേയില്ല. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭാര്യയെക്കൊണ്ടും മരുമകളെക്കൊണ്ടും വേണ്ടുന്നതൊക്കെ ചെയ്യാൻ സഹായിച്ചു. അദ്ദേഹം മരണപ്പെടുന്ന സമയ ത്ത് എനിക്ക് പനി വരുന്നത് പോലൊരുവിറയൽ വന്നു, കുറച്ച് സമയത്തേക്ക് ശരീരം മരവിച്ച പോലെ തോന്നി. പെട്ടെന്ന് തന്നെ എല്ലാം പഴയത് പോലെയായി. അങ്ങനെ മരണം ഒരു യാഥാർത്ഥ്യമാണെന്ന് എന്റെ മനസ്സ് പഠിച്ചു.

ഇപ്പോൾ എനിക്ക് ഇവിടെ വരുന്ന വ്യക്തികളുടെ മരണ സമയത്തെ ഭയമില്ല, കാരണം ആ വ്യക്തികൾ ശാരീരികബുദ്ധിമുട്ടുകളിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടുകയാണല്ലോ എന്ന സമാധാനം തോന്നാറുണ്ട്. എന്നാൽ അവരുടെ വേർപെടൽ എന്നെ വല്ലാതെ വിഷമിപ്പിക്കുന്നു. എന്റെ ഭവനത്തിൽ സംഭവിക്കാൻ പാടില്ലാത്തതെന്തോ സംഭവിച്ചത് പോലെയാണ് അനുഭവപ്പെടാറ്.

വേദനകളും ദു:ഖങ്ങളും മാത്രമുള്ള വരെ കാണുന്നത് കൊണ്ടാകാം അമിതമായ ഒരാഗ്രഹവും തോന്നാറില്ല. ഈ ലോകം ഇത്രയേയുള്ളൂ എന്ന് കൂടുതൽ പഠിക്കാൻ ഇവിടെ വന്നപ്പോൾ കഴിഞ്ഞു. സ്വത്ത് ആവശ്യത്തിന് വേണം. അധികമുണ്ടെങ്കിൽ അത് പങ്കുവെയ്ക്കേണ്ടത് ആവശ്യമല്ല; അത്യാവശ്യമാണ്. സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കണം; കാരണം നമ്മൾ അടുത്ത നിമിഷം ഏതവസ്ഥയിലേയ്ക്ക് മാറ്റപ്പെടും എന്നറിയില്ല എന്ന് ചിന്തിക്കാൻ പഠിച്ചു.

ഒരു നല്ല വ്യക്തിയായി ജീവിക്കാൻ വേണ്ടി എന്നും ശ്രമിച്ചിരുന്നു. സമൂഹത്തിന് വേണ്ടി ഒരു നല്ല വ്യക്തിയായി മാറാൻ പാലിയേറ്റീവിൽ വന്നതിന് ശേഷമാണ് ആഗ്രഹിച്ച് തുടങ്ങിയത്. എന്നിലെ മുമ്പുള്ള നല്ല വ്യക്തി കൂടുതൽ സമയം പ്രാർത്ഥനയും മറ്റുള്ളവർ അവർക്ക് കൂടി വേണ്ടി ആവശ്യപ്പെടുന്ന നല്ല കാര്യങ്ങൾ അനുസരിക്കുന്ന ആളുമായിരുന്നു. ഇപ്പോൾ എനിക്കറിയാം, കൂടുതൽ സമയം പ്രവർത്തിച്ച് കൊണ്ട് പ്രാർത്ഥനയിൽ മുന്നേറാമെന്ന്. സമയവും സന്ദർഭങ്ങളും ഉണ്ടാക്കുന്നത് നാം തന്നെയാണ്. എന്നിലെ പ്രാർത്ഥനകൾക്കും എന്റെ സഭാനുഷ്ഠാനങ്ങൾക്കും ഒരു കുറവും വരുത്താതെ, ഒരു മുടക്കവും വരുത്താതെ തന്നെ ഈ പാലിയേറ്റീവ് രംഗം എന്നെ ശക്തമായി മുന്നോട്ട് നയിക്കുന്നു. ഈ പ്രപഞ്ചത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ആത്മീയതയെ, ആ കവചത്തിന്റെ നനുത്ത ചൂടും സ്നേഹ ത്തിന്റെ സ്പർശവും ആഴമായി അനുഭവിക്കാൻ കഴിഞ്ഞത് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ തന്ന അനുഭവമാണ്. അപരനെ മനസ്സിലാക്കാനും അവന്റെ ആവശ്യങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കി, സ്നേഹത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കാനും സാധിച്ചാൽ അതുതന്നെയാണ് ഏതൊരു വിശ്വാസത്തിന്റെയും ആത്മീയത.

നേട്ടമല്ല; തിരിച്ചറിവ്

ഡോ. സജിത ടി.എ.

തീർത്തും അപ്രതീക്ഷിതമായി വന്നു കയറിയ ഒരിടം. അന്നത്തെ എന്റെ അരക്ഷിതാവസ്ഥയിൽ എടുത്ത ഒരു തീരുമാനം. തെല്ലൊന്നു ബുദ്ധിമുട്ടി ചേർന്ന പി.ജി. സീറ്റ് കളഞ്ഞിട്ട് പോരുമ്പോൾ അതൊരു അഹങ്കാരമായിരുന്നോ, അതോ ആശ്വാസമായിരുന്നോ എന്ന് പലതവണ അളന്നുതൂക്കി നോക്കിയിരുന്നു. ഒട്ടും നിനച്ചിരിക്കാതെ ഹാജരായ, പി.എസ്.സി. ഇന്റർവ്യൂവിന് കണ്ടുമുട്ടിയ കൂട്ടുകാരിയെ ഒരു നിമിത്തമായി കരുതാം. പിന്നെ വിടാതെ കൂടെ നിൽക്കുന്ന മാറ്റങ്ങളോടുള്ള ഭയപ്പാടും. പല വാതിലുകളും തുറന്നു നിരന്നിരുന്നു. പക്ഷേ കയറിപ്പറ്റിയത് ഇവിടെയായിരുന്നു.

ഇപ്പോൾ തോന്നുന്നു – ഇവിടെ വരുന്ന ഓരോ രോഗിയുടെയും അവസ്ഥ ഇതുതന്നെയാണ്. ഇതൊരു യാത്രയാണ്. തുടക്കത്തിൽ ഇവിടം എന്താണ് എന്നറിയാനുള്ള ആകാംക്ഷയായിരുന്നു. അന്നുവരെ കയറാത്ത തട്ടകത്തിലേയ്ക്കുള്ള മാറ്റം. അറിയാൻ തുടങ്ങിയതും ഭയമായി. സ്വന്തമെന്ന് കരുതുന്ന ഒന്നും, ആരും, ഒപ്പം നമ്മളും ശാശ്വതമല്ല എന്ന അറിവ്. രോഗികൾ പിരിയുമ്പോൾ ഉറ്റവരുടെ ഏകാന്തത, നമ്മൾക്കും ഒരുനാൾ അനുഭവിക്കേണ്ടി വരും എന്ന ഭയപ്പാട്. നമ്മളും ഒരു നാൾ പിരിഞ്ഞു പോകണം എന്ന സത്യം.

അത് മനസ്സിലാക്കാൻ തുടങ്ങിയപ്പോഴേയ്ക്കും അടുത്ത പടിയായി. രോഗത്തിന്റെ ഇത്ര മൂർച്ഛാവസ്ഥ ഇതുവരെ കണ്ടിട്ടേയില്ല. പിന്നെ എങ്ങനെ മുന്നോട്ടു പോകും? മാത്രമല്ല, ഇവിടെ രോഗവുമായി മല്ലിടുകയല്ല, മറിച്ച് പൊരുത്തപ്പെട്ടു പോവുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. നമ്മൾ പഠിച്ചതും പരിശീലിച്ചതും ഒന്നും ഫലപ്രദമാകുന്നില്ല എന്ന തോന്നൽ – അതൊരു സംഘർഷമായിരുന്നു.

ചികിത്സ കഴിഞ്ഞ് രോഗത്തിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെട്ട് പൂർവ്വ ആരോഗ്യാവസ്ഥ പ്രാപിക്കുന്നവരെയാണ് കണ്ടിട്ടുള്ളത്. പക്ഷേ ഇവിടെ മരണമാണ് കൂടുതൽ രക്ഷയായി തോന്നിയത്. രോഗിയും നമ്മളും രോഗത്തിന്റെ ഓരോ കയ്യും പിടിച്ച് ഒരേ താളത്തിൽ മരണത്തോളം എത്തി നില്ക്കുന്നു. ഒരു ഇടവേളയിൽ നമ്മളെ മാത്രം ബാക്കിയാക്കി രോഗിയും രോഗവും അപ്രത്യക്ഷമാകുന്നു. ഒറ്റപ്പെടലിന്റെ ഒരു നെടുവീർപ്പ് നമ്മളിലും ഉയർന്നു കേൾക്കാം.

പിന്നെ ജീവിതത്തിന്റെ ബുദ്ധിമുട്ടുകളെ കുറിച്ചായി ചിന്ത. എന്തിനാണീ രോഗാവസ്ഥയും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും? കരുണാമയനായ ജീവദാതാവിന് ഇത്രയും ക്രൂരത എന്തിന്? ജീവിതത്തിന്റെ വൈകല്യങ്ങൾക്കിടയിൽ മൗനമായിരിക്കുന്നതിന്റെ ഔചിത്യമെന്ത്? മരണത്തോടെ രോഗിയുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ തീർന്നേക്കാം; ബാക്കി വച്ചവരുടെ പ്രതിസന്ധികൾ തുടങ്ങു

ന്നല്ലേയുള്ളൂ. സങ്കടപെരുങ്കടലിൽ ക്ഷുബ്ധയായി കുറേ അലഞ്ഞു. മതവിശ്വാസവും ആത്മീയതയും ചോദ്യം ചെയ്യപ്പെട്ടു. നൈമിഷികമെങ്കിൽ ജീവിതത്തോട് ചേർന്നു നില്ക്കുന്നത് എന്തിന്? സങ്കടവും വിദ്വേഷവും ഭയപ്പാടും എല്ലാം കൂടി തോണി കടലിൽ മുങ്ങിത്താണു. ഉള്ളിലെ വികാരവിചാരങ്ങൾ മുഴുവൻ മറ്റുള്ളവരിലേയ്ക്ക് ചൊരിഞ്ഞു. ഈ ദുരവസ്ഥയ്ക്ക് കാരണക്കാർ അവർ മാത്രം എന്ന തോന്നലായി. എല്ലാവരോടും വിരോധമായി.

പിന്നീട് മൗനമായി. എല്ലാവരോടും എല്ലാത്തിനോടും അകലം പാലിച്ചു. ഒന്നിനോടും താല്പര്യമില്ലാത്ത അവസ്ഥ. ജീവിതത്തോടു തന്നെ ഒരു വിരക്തിയായി – അതിനോട് പിണങ്ങി. തന്നിലേക്കുതന്നെ സങ്കോചിച്ചു. എന്തായാലും ഒടുവിൽ ഒടുങ്ങണം. പിന്നെന്തിന്? ഈ ദു:ഖദുരിതങ്ങൾ ഇനിയും കാണാൻ വയ്യ – ഇവിടെ നിന്ന് മറ്റെവിടെയ്ക്കെങ്കിലും മാറണം, രക്ഷപ്പെടണം എന്ന ചിന്ത ഒരു ഭാഗത്ത് നിന്ന് തുടങ്ങി – പക്ഷേ അപ്പോഴേയ്ക്കും മറുഭാഗത്ത് ഈ കൂട്ടായ്മയുടെ ലക്ഷ്യബോധം പിടിമുറുക്കിയിരുന്നു.

ഈ അനിശ്ചിതാവസ്ഥയിലും യാത്ര തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരുന്നു. എപ്പോഴോ കടൽ ശാന്തമായി. അത് ഓളങ്ങൾ നിലച്ചതു കൊണ്ടല്ല, മറിച്ച് യാത്രക്കാരനും ഓളങ്ങളും ഒരേ ദിശയിൽ ഒരേ പോലെ നീങ്ങിത്തുടങ്ങിയതുകൊണ്ടായിരുന്നു. ഇവിടെ നിന്ന് എന്ത് നേടിയെന്ന ചോദ്യം ബാക്കി – എവിടെ നിന്നും ഒന്നും നേടുകയല്ലല്ലോ, തിരിച്ചറിയുകയല്ലേ വേണ്ടത്. ജീവിതവും മരണവും ഒരേ തരംഗത്തിന്റെ രണ്ട് ദിശാസൂചനകൾ മാത്രമാണെന്ന അറിവ്. കരയ്ക്കടുക്കുക എന്നുള്ളതിനേക്കാൾ തുഴയുന്ന കൈകളും ഉയരുന്ന തിരമാലകളും സൗഹൃദത്തിലാകണം. അടക്കിപ്പിടിക്കുന്നതിലല്ല, വിട്ടുകൊടുക്കുന്നതിലാണ് തുഴയുടെ നിയന്ത്രണം എന്ന അറിവ്. രോഗവും ആരോഗ്യവും ജീവിതവും മരണവും സുഖവും ദുഃഖവും എല്ലാം ഒരേ സത്യത്തിലേയ്ക്ക് നീളുന്ന നീണ്ട പടവുകൾ മാത്രം. ജീവിതത്തിന്റെ മൂല്യങ്ങളോളം വിലപ്പെട്ടതാണ് മരണത്തിന്റെ യാഥാർത്ഥ്യം എന്നത് പഠിച്ചു തുടങ്ങി. ശരിതെറ്റുകൾ എന്നതിനേക്കാൾ യുക്തമായതെന്ത് എന്ന് തിരഞ്ഞു തുടങ്ങി. വിഷയങ്ങളിൽ ഇടപെടുക എന്നതിനേക്കാൾ, കരുതലോടെയുള്ള ആത്മസംയമനമാണ് നേടേണ്ടത് എന്ന അറിവ്.

തോണി കരയ്ക്കണഞ്ഞിട്ടില്ല, കര കണ്ടെത്തിയിട്ടുപോലുമില്ല. യാത്ര തീർക്കണം എന്ന ആകുലതയേക്കാൾ സഞ്ചാരം തന്നെയാവണം നിർവൃതി. അതിനുള്ള ഊർജ്ജസ്രോതസ്സ് പുറമേ നിന്നല്ല, അകമേ തിരയണം എന്ന തിരിച്ചറിവ്. ഇവിടെ നിന്നു നോക്കുമ്പോൾ രോഗിയും നമ്മളും തമ്മിലുള്ള അതിർരേഖ നേർത്തു നേർത്തു മാഞ്ഞു തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

Quality Medicines at affordable prices

മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്, ക്ലിനിക്, ഹോസ്പിറ്റൽ എന്നിവയ്ക്ക് ആവശ്യമായ CIPLA, SUN PHARMA, ALKEM മുതലായ 80-ൽ പരം കമ്പനികളുടെ

BRANDED/GENERIC MEDICINES

ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ നിരക്കിൽ ലഭിക്കുന്നു

since 1983

CHARLSON'S MEDISALES

An ISO 9001:2008 Certified Company

CHARLSONS BUILDING

Pallikulam Road, Thrissur - 680001, Kerala

Ph: 0487- 2445030, 2445031, 2445032

Mob : 9446 223344, 9995 998877

സംഹാരം കഴിഞ്ഞു; ഇനി സൃഷ്ടിയിലേക്ക്

ഡോ. പിഷാരടി ചന്ദ്രൻ

വിശ്വേശരൻ സംഹാരമൂർത്തി ചമയുമ്പോൾ, സൃഷ്ടിക്ക് നാന്മുഖനൊരുങ്ങുന്നു. സ്ഥിതിയെന്ന സ്ഥായീഭാവം പൂണ്ട്, അനന്തവ്യാപിയായ കാലമാം ഫണിയൊരുക്കിയ ശയ്യയിൽ വിരാജിക്കുന്നു ബ്രഹ്മമാം വൈഷ്ണവ സങ്കല്പം.

കുറച്ച് കാലം മുമ്പ് മൂന്നാം ബ്ളോക്ക് ഹോസ്റ്റലിന്റെ ഇരുട്ടുമൂടിയ വരാന്തയിൽ സീനിയർ - ജൂനിയർ ഭേദം മറന്ന് ബീഡി ആഞ്ഞു വലിച്ചിരുന്നു. ലോകത്തെ അസന്തുലിതയും അതിലെ അന്യായവും ചർച്ച ചെയ്ത് അതിനെതിരെ ഇടതു - തീവ്രവാദ ശക്തിയെ ന്യായീകരിച്ചും പിന്തുണച്ചും സംസാരിച്ച്, കോഴിക്കോട്ടെ മെഡിക്കൽ കോളേജിലേയ്ക്ക് ആഞ്ഞു വീശുന്ന വയനാടൻ കാറ്റും സേവിച്ചിരുന്ന രണ്ട് പേര്. അന്നത്തെ ആപ്ത വാക്യം ഐകോനോക്ളാസം ആയിരുന്നു. ഹീറോ, ഏനെസ്റ്റോ കീ ഗ്യുവരയും. അത് ഞാനും, ഇടശ്ശേരി ദിവാകരനും. കാലം എന്നേക്കാൾ മുമ്പേ ആ സീനിയറെ വ്യാവഹാരിക ലോകത്തേക്ക് നേരത്തെ പറഞ്ഞുവിട്ടു. പിന്നെ ഞങ്ങൾ കാണുന്നത് തൃശ്ശൂർ സർക്കാർ ജില്ലാശുപത്രിയിൽ 1996ൽ. അന്നേരം ഭ്രൂണാവസ്ഥയിൽ മനസ്സിൽ ഇരിക്കുന്നോരു ആശയം പോകോതോറാക്സ് എന്ന് ഞാൻ വിളിക്കുന്ന ദിവ എന്റെ മുന്നിൽ എടുത്തിട്ടു. ഡോ. ഷാരോടി, ഇപ്പോൾ പാലിയേഷൻ ഒരു ക്രിയാത്മകമായ സാദ്ധ്യത ആണ്. മനുഷ്യർക്ക് ദണ്ണം കുറപ്പിച്ചു കൊടുക്കാം. കോഴിക്കോട് നല്ല നിലയ്ക്ക് ആ ആശയം നടപ്പിലാകുന്നുണ്ട്. നമുക്കും ഇവിടെ ഒന്ന് ശ്രമിച്ചാലോ?

ഏതായാലും പാലത്തിനു കീഴെ പല കാലമായി പെയ്ത്തുവെള്ളം പോയതിന്റെ കൂടെ സംഹാര ചിന്ത വെടിഞ്ഞ അന്നത്തെ പഴയ ഉത്സുകികൾ ക്രിയാത്മകമായി ചിന്തിച്ചു തുടങ്ങിയതിന്റെ ലക്ഷണം. ഞങ്ങൾ ഇരുവരിലുമാ സീറ്റ്ജിയസ്റ്റ് പടർന്നിരുന്നു.

എന്താ സംശയം, ഒന്ന് ശ്രമിക്കാം എന്ന് ഞാനും. പിന്നെ പോയെറ്റിക് ജസ്റ്റിസ് എന്ന് പറയും വണ്ണം ഗുപ്ത സംഗമങ്ങൾ ശീലമാക്കിയ പഴയ തീവ്രവാദികൾ, കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് കോളേജിന്റെ ഒരു ഇരുളടഞ്ഞ മുറിയിൽ സമാന ചിന്തകരുമായി ഒത്തുകൂടി. തൃശ്ശൂരിൽ പുതിയവൻ ആയതുകൊണ്ടും ഇരുട്ടത്ത് മുഖങ്ങൾ കാണാത്തതുകൊണ്ടും എനിക്ക് നേരത്തെ അറിയാമായിരുന്ന ഡോ. സി.എൻ. പരമേശ്വരനെ മാത്രമേ ഓർമയുള്ളൂ.

താമസിയാതെ അനെസ്തേസിയോളജിസ്റ്റ് ഡോ. ഉണ്ണികൃഷ്ണന്റെ കാര്യദർശനത്തിൽ വെസ്റ്റ് ഫോർട്ട് ആശുപത്രി ഈ ചെറിയ സംരംഭത്തിന് ഈറ്റില്ലമായി.

അക്കാലത്ത് സർക്കാറിന്റെ സദുദ്യമഭോക്താവായി ഞാൻ ആർസിസിയിൽ പാലിയേഷനിൽ പരിശീലനവും സിദ്ധിച്ച് വന്ന്, ഒരു വളണ്ടിയറായി സംഘത്തിൽ പ്രവർത്തിച്ചും തുടങ്ങി. സൈക്കോളജിയിൽ മൈൻഡ് - സെറ്റ് എന്നൊരു സങ്കല്പം ഉണ്ട്. ഒരു കാര്യത്തിന് ഒരുങ്ങുമ്പോൾ അതെപ്പറ്റിയുള്ള പ്രതീക്ഷകളും ആർജ്ജിത വിവരവും യഥാർത്ഥ സാഹചര്യവും നമ്മുടെ മനസ്സിൽ അങ്കുരിപ്പിക്കുന്ന

ഒരു തരം തയ്യാറെടുപ്പ്. അത് നമ്മുടെ പ്രവർത്തന ശൈലിയെ രൂപപ്പെടുത്തും. എനിക്ക് ഒരു പോരായ്മ ഉണ്ടായിരുന്നത് അക്ഷമയാണ്. കാര്യങ്ങൾ വിചാരിക്കുമ്പോഴേക്കും വിചാരിച്ചാലുടൻ നടത്തിയെടുക്കണം എന്ന ഒന്ന്. പലപ്പോഴും കൂട്ടുദ്യമക്കാരുടെ പ്രതിബദ്ധത പോരാ എന്ന തോന്നലുണ്ടായാൽ ഒരല്പം ഈർഷ്യ എന്നൊക്കെ. അസുഖം ഭേദമാക്കുന്നതിലൊരു കൂട്ടുദ്യമക്കാരൻ രോഗഗ്രസ്തനും ആണെന്നിരിക്കെ, അവരിലേക്കും അത് പലപ്പോഴും നീളാറുണ്ട്. പരിവർത്തനം പെട്ടെന്ന് ഉണ്ടാകണം എന്ന പഴയ വിപ്ളവമോഹിയുടെ ധാർഷ്ട്യം എന്നോ ഒക്കെ അതിനെ കണക്കാക്കാം. ഒരു സത്രം ദേ ഇപ്പോ ശരിയാക്കാം എന്ന് തോന്നിക്കുന്ന ഒരു പക്ഷെ അഹങ്കാരം! തികച്ചും വ്യത്യസ്ത മൈന്റ് സെറ്റ് – ഇവിടെ വേദനിക്കുന്നവന്റെ മനഃശാസ്ത്രം അവന് അറിയുന്ന ഒരു ലോകമേയുള്ളൂ. വേദനയുടെയും ദുരിതത്തിന്റെയും. ആ ദുഷ്ട ശക്തികളെ സംഹരിക്കാനുള്ള അഭിവാഞ്ഛയും. പഴയ ഐക്കോണോക്ലാസ്റ്റിന് ഇത്തരത്തിലുള്ള ദുഷ്ട നിഗ്രഹത്തിനുള്ള അവസരം ജനിക്കുന്നു. അതിൽ സമൂഹം അംഗീകരിക്കുന്ന ഒരു ക്രിയാത്മകത പോസിറ്റിവിറ്റി എല്ലാം ഉണ്ടെന്നുള്ള തിരിച്ചറിവ് വരുന്നതോടെ എന്നിലെ കർമ്മനിരതനു പ്രചോദനമേകാൻ അത് പര്യാപ്തമാണ്.

ഇങ്ങനെ പോസിറ്റീവ് ഫീഡ് ബാക്ക് കിട്ടുന്നതോടെ പാലിയേറ്റിവ് കെയറിൽ കുടുതൽ തല്പരനാകാൻ എനിക്ക് കഴിഞ്ഞു. പണ്ടത്തെ അക്ഷമ പതിയെ പരിവർത്തനപ്പെട്ടു തുടങ്ങി. അതോടൊപ്പം എടുത്തുചാട്ടവും. നമുക്ക് ചെയ്യാവുന്നതിനുള്ള പരിമിതികളുണ്ട് എന്ന തിരിച്ചറിവ് അഹങ്കാരത്തിൽ നിന്നും ഒരു പുതിയ വിനയത്തിലേക്കുള്ള പ്രയാണത്തിന്റെ ആരംഭ മുഹൂർത്തം കുറിച്ചുതന്നു.

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്നിൽ മാറ്റത്തിന്റെ മാറ്റൊലികൾ കേൾപ്പിച്ചുകൊണ്ടും എന്നെ പുതിയൊരു ശൈലിയിലേക്ക് നയിച്ചും കൊണ്ടുപോകുന്ന അനുഭവമാണ് എനിക്കിപ്പോൾ. ഇതെല്ലാം അക്ഷരത്തിൽ ആക്കാൻ എന്നെ പ്രേരിപ്പിച്ച ഡോ. അരവിന്ദാക്ഷൻ കൈലാത്തിനോട് എനിക്ക് നന്ദിയുണ്ട്........

ഞാനെത്ര ഭാഗ്യവതി!

സോബി

പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവിൽ ഒന്ന രക്കൊല്ലമായിട്ടെ ഉള്ളൂ ഞാൻ വന്ന് തുടങ്ങിയിട്ട്. ആ ഒരു പരിചയമേ എനിയ്ക്കുള്ളൂ. പക്ഷേ ഇപ്പോൾ തോന്നാറുണ്ട് കുറച്ച് നാൾ മുന്നേ ഞാനിതിലേയ്ക്ക് വരണമായിരുന്നു എന്ന്.

ആരോഗ്യപരമായ കാരണങ്ങൾ കൊണ്ട് ഹോംകെയറിന് പോകാൻ പറ്റാത്തതിനാൽ പാലിയേറ്റീവ് ക്ലിനിക്കിൽ വരുന്നതുകൊണ്ട് എന്നെക്കൊണ്ട് ആർക്കെങ്കിലും ഒരു പ്രയോജനം ഉണ്ടാകുമെന്ന് ആദ്യമൊക്കെ തോന്നിയിരുന്നില്ല. പക്ഷെ അത് മാത്രമല്ല, ഒരു പ്രവർത്തനമേഖലയായി അവിടെ ഉള്ളത് എന്ന് പിന്നീട് തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. ഞാനിരിയ്ക്കുന്ന ഹോംകെയർ സെക്ഷനിൽ ആയാലും അസുഖം വന്ന ആളിനോടും അവരുടെ ബന്ധുക്കളോടും സംസാരിയ്ക്കുമ്പോൾ അവർക്കും എനിയ്ക്കും കിട്ടുന്ന സംതൃപ്തി ഒന്ന് വേറെ തന്നെയാണ്. ചിലർ ഇഷ്ടമില്ലാത്ത രീതിയിൽ സംസാരിയ്ക്കുന്നത് കേൾക്കുമ്പോൾ ആദ്യമൊക്കെ വിഷമം തോന്നിയിരുന്നു. എങ്കിലും അതൊക്കെ അവരുടെ ജീവിതാനുഭവത്തിൽ നിന്നും വരുന്ന വാക്കുകൾ ആണെ ന്ന് പിന്നീട് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിഞ്ഞു. ചിലരൊക്കെ ഇടയ്ക്കിടെ വിളിയ്ക്കണമെന്ന് പറയുന്നത് കേൾക്കുന്നത് തന്നെ മനഃസുഖം തരുന്നതാണ്. ഇക്കാലത്ത് നമ്മുടെ ബന്ധുക്കളിൽ നിന്നുപോലും കേൾക്കാൻ കഴിയാത്ത വാക്കുകളാണ് അവരുടെയൊക്കെ വായിൽ നിന്നും കേൾക്കുന്നത്.

ഇവിടെ വന്നത് മുതലാണ് മനസിലാക്കുന്നത് രോഗം വന്ന ആളുടെ അവസ്ഥയെക്കാൾ നമ്മൾ ഒട്ടും മെച്ചമല്ല അവരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവരുടേത് എന്ന്. അവൾക്കുകൂടി പ്രാധാന്യം കൊടുക്കേണ്ടതുണ്ട്.

ഹോംകെയറിന് പോയിരുന്ന പല വീടുകളിലെയും രോഗം വന്ന ആളുകളുടെ അവസ്ഥ വളരെ ദയനീയം ആയി തോന്നിയിരുന്നെങ്കിലും ഒരു വളണ്ടിയർ ഹോംകെയർ പോയി വന്നതാണ് എന്റെ മനസിൽ മായാതെ കിടക്കുന്നത്.

ഭർത്താവിന് 90 വയസെത്താറായി. ബസിൽനിന്നും വീണ് അത്യാവശ്യം കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാനെ സാധിക്കൂ. ഭാര്യയ്ക്കാണ് അസുഖം. അവർ കിടപ്പിലാണ്. മക്കൾ ഇല്ല. ഭാര്യയുടെ സ്വത്തൊക്കെ ബന്ധുക്കൾ സൂത്രത്തിൽ കൈക്കലാക്കി. ഭർത്താവാണ് അവരുടെ എല്ലാക്കാര്യവും ചെയ്യുന്നത്. ഒരു പരാതിയും അയാൾക്ക് പറയാനില്ല. വിഷമങ്ങൾ പങ്കുവെയ്ക്കാൻ ആരുമില്ല. അവർക്ക് നമ്മളൊക്കെ ചെല്ലുന്നതാണ് ഏക ആശ്വാസം.

പുതിയ തലമുറയിലെ എത്രയോ ദമ്പതിമാർ ചെറിയ കാര്യം പറഞ്ഞ് വേർപിരിയുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ അവർ എല്ലാവർക്കും ഒരു മാതൃകയാണ്. ഇവിടെ എനിയ്ക്ക് അസുഖം വന്ന് കിടക്കുന്ന ഭാര്യയെക്കാളും സഹതാപം തോന്നിയത് അദ്ദേഹത്തോടാണ്; ഒപ്പം ബഹുമാനവും.

അതുപോലെ റൈസ് കിറ്റ് അസ്സസ്മെന്റിന് ചെല്ലുമ്പോൾ അവരേക്കാൾ അതിനർഹതപ്പെട്ടവർ ഉണ്ടെന്ന് മനസിലാക്കി അതിൽ നിന്നും പിന്തിരിയാൻ മനസ് കാണിച്ച ഒരുപാട് ആളുകളെ കാണാൻ സാധിച്ചു.

പലരുടെയും അവസ്ഥ അറിയുമ്പോൾ ഒരു ചെറിയ പനിയോ മറ്റോ വന്നാൽ പരാതിപറയുന്ന എന്നോട് തന്നെ എനിയ്ക്ക് പുച്ഛം തോന്നാൻ തുടങ്ങി. ഇവിടെ ഞാൻ ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തികൾ മറ്റുള്ളവരുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ ശൂന്യം ആണെങ്കിലും ചെയ്യുന്നത് ആത്മാർത്ഥമായി ചെയ്യാൻ ഞാൻ ശ്രദ്ധിയ്ക്കാറുണ്ട്.

വന്ന ആദ്യനാളുകളിൽ അരയ്ക്ക് താഴെ തളർന്നിരിയ്ക്കുന്ന ഒരു കുട്ടിയെ പഠിപ്പിയ്ക്കാൻ പോയിരുന്നു. ആ കുട്ടിയുടെ മുഖത്തെ നിഷ്കളങ്കത അവന്റെ സന്തോഷവുമൊക്കെ കാണുമ്പോൾ എനിയ്ക്ക് കിട്ടിയ ഭാഗ്യത്തെക്കുറിച്ച് ഞാൻ ഓർത്തു. ഒരു പരിഭവവും ഇല്ലാതെ അവന്റെ അച്ഛനും അമ്മയും. ആ അമ്മയ്ക്ക് അറിയില്ല. ഇനി ആ മകൻ നടക്കുകയില്ലെന്ന്. എന്നാലും പ്രതീക്ഷയോടെ അവർ ജീവിയ്ക്കുന്നു. അങ്ങനെ പല പല പ്രതീക്ഷകളായി, പോസിറ്റീവ് ആയി എല്ലാത്തിനേയും അഭിമുഖീകരിയ്ക്കുന്ന ഒരുപാട് പേരെ കണ്ടുമുട്ടാൻ സാധിച്ചു.

പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്ന വാക്ക് അർത്ഥവത്താക്കുന്ന രീതിയിലാണ് ഇവിടെയുള്ള വളണ്ടിയേഴ്സ്, സിസ്റ്റേഴ്സ്, ഡോക്ടേഴ്സ്, ജീവനക്കാർ എല്ലാവരും ഇവിടെ ജോലി ചെയ്യുന്നത്. സ്വന്തം കുടുംബത്തിലെ കാര്യം എന്നപോലെ സേവനം ചെയ്യുന്ന അനേകം വളണ്ടിയേഴ്സിനെയും മറ്റും പരിചയപ്പെടാൻ സാധിച്ചു. ഇങ്ങനെയും ആളുകൾ സ്വന്തം കാര്യം മാറ്റിവെച്ച് സമൂഹത്തിന് വേണ്ടി പ്രവർത്തിയ്ക്കും എന്ന് മനസിലായത് എവിടെ എത്തിയപ്പോഴാണ്.

എഴുതി തരണമെന്ന് സാർ പറഞ്ഞപ്പോൾ എന്താണ്, എങ്ങനെയാണ് എന്നൊന്നും എനിയ്ക്കറിയില്ല. പൊതുവെ ഒരു റിസർവ്ഡ് ടൈപ്പ് ആയ എനിയ്ക്ക് ഈ സ്ഥാപനത്തിന് എന്നെക്കൊണ്ട് എന്തെങ്കിലും സഹായം ചെയ്യാൻ സാധിച്ചിട്ടുണ്ടോ എന്ന് ഞാൻ എന്നോട് തന്നെ പലപ്പോഴും ചോദിച്ചിട്ടുണ്ട്. എല്ലായിടത്തും ഓടി നടന്ന് കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാനുള്ള കഴിവ് എനിയ്ക്ക് പണ്ടേ ഇല്ല. ചെയ്യുന്നത് തെറ്റുപറ്റാതെ ക്ഷമയോടെ ചെയ്യാൻ സാധിയ്ക്കണമേ എന്ന ആഗ്രഹം ഉണ്ട്. ഇവിടെ ഞാൻ ചെയ്യുന്ന സേവനം വളരെ ചെറുതാണെങ്കിലും അതെനിയ്ക്ക് തരുന്ന മന:സുഖം അത് പറയാതിരിയ്ക്കാനാകില്ല.

ദുഃഖങ്ങളും ദുരിതങ്ങളും ഉള്ളവർ ഈ ലോകത്ത് അനേകം ഉണ്ടെന്ന് അറിയാമായിരുന്നെങ്കിലും, ഇത്രയും ദയനീയമാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കിയത് ഇവിടെ വന്നതിന് ശേഷം പലരുടെയും അനുഭവങ്ങളിലൂടെയാണ്. ഓരോരുത്തരുടെയും അനുഭവങ്ങൾ കേൾക്കുമ്പോൾ നമ്മളറിയാതെ തന്നെ നമ്മൾ നമ്മുടെ മുൻകാലങ്ങളിലേയ്ക്ക് എത്തിനോക്കുന്നത് നന്നായിരിയ്ക്കും. ഇതുവരെ എനിയ്ക്ക് കിട്ടിയ ഭാഗ്യങ്ങളിലേയ്ക്ക് അറിയാതെ തന്നെ എത്തിനോക്കാൻ ഈ എഴുത്തും എന്നെ സഹായിച്ചു.

Pain and Palliative Care Society, Thrissur

Infrastructural support by Thrissur Corporation, other public and private Institutions, since 2005.

1. Home Care Vehicle - Hindusthan Petroleum Corporation Ltd - CSR -2004 - Rs: 4,70,000/- (Rupees Four Lakhs Seventy Thousand only)

2. Construction of cubicles, toilets etc to our outpatient unit, Rs: 3,00,000/- (Rupees Three Lakhs only). Adv. Shri: Therambil Ramakrishnan (MLA Fund) 2005 - 06

3. Rotary Club of Thrissur Central - Setting up of Institute of Palliative Care Rs: 5,30,000/- (Rupees Five lakhs Thirty Thousand only) for purchasing furniture and books, for Institute of Palliative Care 2005-06.

   Infrastructure such as furniture and equipments worth Rs: 1,005,461/- (Rupees Ten Lakhs Five Thousand Four Hundred and Sixty one only) for inpatient unit in 2008.

4. Thrissur Pooram Exhibition committee a joint venture of Paramekka vu and Thiruvambady Devaswam s provide us a free stall at the exhibition pavalion since 2006 to spread our message among the public as well as to mobilise resources for our mission.

5. Setting up of our Inpatient ward, Rs: 9,30,927/- (Rupees Nine Lakhs Thirty Thousand Nine Hundred and Twenty Seven only) Shri: C.K. Chandrappan (MP Fund 2008-09)

6. South Indian Bank officers' Association - Donation for installation of lift - Rs: 5,57,972/- (Rupees Five Lakh Fiftyseven Thousand Nine Hundred and Seventytwo only) 2009.

7. Installation of Lift for IP - Rs: 10,00,000/- (Rupees Ten Lakhs only) - 2009 - 10 Shri: P.C. Chacko (MP Fund)

8. Home Care Vehicle - Bolero - Rs: 5,48,000/- (Rupees Five lakhs Fourty Eight Thousand only) Catholic Syrian Bank Officers' Association. January 2010.

9. South Indian Bank Employees' Association Rs: 1,00,000 in Aug 2010 for purchasing equipments for physiotherapy unit.

10. Maruthi Omini Ambulance - Power Grid Corporation of India Ltd - CSR 2011- Rs: 2,69,726/- (Rupees Two lakhs Sixtynine Thousand Seven Hundred and Twentysix only). Mosquito net in Inpatient Unit (2011) - Rs. 80,000/- (Rupees Eighty Thousand only).

11. Dhanalakshmi Bank Officers' Organisation - Generator - Rs: 4,51,565 - June 2011.

12. SBT, Zonal Office, Thrissur - Medical equipments - worth Rs: 3,59,800/- March 2012

13. Lioness Club of Thrissur Rs. 90,000/- (Rs. 60,000 + Rs. 30,000) for purchasing equipments for physiotherapy unit.

14. Canara Bank, Regional Office - Cots, beds, pillows and two wheel chair costing Rs: 66,545/- (Rupees Sixtysix Thousand Five Hundred and Fourtyfive only) November 2013.

15. K. Chittilappily Foundation - Rs: 2,00,000/-in four instalments 97/13, 10/13, 1/14 and 4/14) for purchase of medicines for kidney patients.

16. Don Bosco College - Mannuthy February 2015 - Rs: 4,00,000/- (Rupees Four lakhs only) mobilised by students to purchase medicines.

17. CIPLA - Medicines for Rs. 4,80,000/- (Rupees Four lakh Eighty Thousand only) during 2015-16 - CSR.

18. Home Care Vehicle - Enjoy - Rs: 8,62,419/- (Rupees Eight lakhs Sixty two Thousand Four Hundred and Nineteen only) Karnataka Bank Ltd, Thrissur - CSR - 2016- 17.

19. South indian Bank Ltd - Computers and computer furniture for setting up a Computer Training Centre Project CSR 2016. August. Amount sanctioned Rs: 2,00,030/- (Rupees two Lakhs and Thirty only).

20. Parakkot Maritma Agencies (P) Ltd - provision of mosquito proofing nets in the Inpatient ward 2016.

21. KSE Ltd - Medicines worth Rs: 3,00,315 for kidney patient- March 2016.

22. Canara Bank - West Palace Road, Thrissur - CSR- 2016-17, Rs: 1,60,000/- (Rupees One lakh Sixty Thousand only). Two motorised wheel chair - for two differently abled patients.

23. SBI - Life insurance Thrissur - CSR - 2016 - 17 - Rs: 1,60,000/- (Rupees One lkh Sixty Thousand only) for two Motorised wheel chair to two physiotherapy patients.

24. Oriental Insurance Co. Ltd . - CSR 2016 - 17 - Six remodelled TVS JupiterScooters, Rs: 4.45 lakhs to differently abled persons.

25. P.M. Foundation - Donation of Rs: 2,00,000/- (Rupees Two Lakhs only) for purchase of medicines - November 2017.

26. Karnataka Bank Ltd - Portable Ultra Sound Scanning Machine - Rs: 6,30,000/- CSR March 2017.

27. Thrissur Edition of Mathrubhumi daily providing us a column ‘Santhwanam’ every Thursday in their ‘NAGARAM’ since 16.6.2016.

28. Corporation of Thrissur

- March 2009 - Rs. 50600/- for training of volunteers.
- 2008 - 09 - Medicines worth Rs. 2,16,000/-
- 2008 - 09 - Fuel expenses worth Rs. 42,000/-
- 2009 - 10 - Medicines and Medical Equipements worth Rs. 251638/-
- 2012 -13 - Medicines worth Rs. 2,08,395/-
- 2012 - 13 - Medicines worth Rs. 1,21,865/-
- 2010 - 11 - Fuel Expenses worth Rs. 42,000/-
- 2011 - 12 - Fuel Expenses worth Rs. 48000/-
- 2011 - 12 - Morphine worth Rs. 85166/-
- 2012 - 13 - Morphine worth Rs. 139302/-
- 2012 - 13 - Medical Equipment worth Rs. 22810/-
- 2012 - 13 - Medicines worth Rs. 60576/-
- 2012 - 13 - Medicines worth Rs. 158255/-
- 2013 - 14 - Medicines and Medical equipement - 5 Wheel Chairs, folding, 11, water bed 10, walker 7, crutches 5
- 2014 - 15 - Hemodylizer - 600, Blood tubing set - 600, Motorised TMT - 1, Rawing Machine - 1, Airbed - 1, C- type walker - 2
- 2015 - 16 - Commercial Washing Machine - 30 kg Capacity.

We are also getting donations ranging from Rupees five, regular monthly donations from persons, Institutions and other well wishers. *MANY A THANKS*

- The latest, state-of -the-art, fully automated Biochemistry Analysers, Modular P800 ,Cobas 6000 and Dade Dimension.
- Latest in Immuno Assay Analysers:
  a) Chemiluminiscence : Cobas E411 ARCHITECT IMMUNOASSAY i1000
  b) Mini Vidas
- Huma Elisa Reader
- BIORAD D – 10 Glycosylated Hb Analyser,Considered to be the GOLD STANDARD.
- INTERLAB GENIOS ELECTROPHORESIS Autoanalyser – the first installation in Trichur
- Haematology too goes into the automation mode, with Siemens ADVIA & Sysmex XS 800i
- BN PROSPEC automated Nephelometer.
- Sample BAR CODING and interfacing

NEW MILESTONES IN RADIOLOGY

- Computed Radiography (C.R) system.
- ORTHOPANTOMOGRAM (OPG)
- Routine Dental X-rays
- Enteroclysis (Small bowel enema).
- All types of diagnostic X-rays, including IVU, MCU, HSG etc.

OTHER DIAGNOSTIC FACILITIES

- Ultra Sound Scan Black & White and Colour Doppler
- Histopathology
- E.C.G.

10% DISCOUNT for Senior Citizens (60 and above)

ESTD:1948

POLYCLINIC
PRIVATE LIMITED
Town Hall Road, Thrissur - 680 020
(An ISO 9001-2008 Certified Company)

Tel : Lab/X-ray: **0487-331044,2331242,** Off : **2339845**
Br: Thekkiniyedath Towers, M.G. Kavu : **2204167**
Sun Tower, East Fort : **2420201**
E-mail : poly1948@gmail.com
Website: www.polyclinic.in/www.polyclinicthrissur.com

WORKING HOURS : Laboratory : 7.00 am to 7.00 pm | X-ray : 8.00 am to 6.00 pm | Branches : 8.00 am to 5.00 pm

നിഷ്കാമ കർമ്മം

ഫീമ വർഗ്ഗീസ്

ഒരു സാധാരണ വീട്ടമ്മയായി വെറുതെ വീട്ടുജോലികളും മറ്റുമായി കഴിഞ്ഞിരുന്ന എനിയ്ക്ക് ചെറുപ്പം മുതൽ തന്നെ ഇതിൽ നിന്നെല്ലാം വിട്ട് സമൂഹത്തിനുവേണ്ടി ചെറിയ തോതിൽ എന്തെങ്കിലും ചെയ്യണമെന്ന മോഹമുണ്ടായിരുന്നു. പൊതുവെ അന്തർമുഖയായ ഞാൻ എന്നും ഇതിനായി ഈശ്വരനോട് ഒരു മാർഗ്ഗം കാണിച്ചു തരണേ എന്ന് പ്രാർത്ഥിച്ചിരുന്നു.

അങ്ങിനെയിരിക്കെയാണ് ഭർത്താവിന്റെ ഔദ്യോഗിക സംഘടനയിൽ നിന്ന് ഒരു വിനോദയാത്ര പോകുവാൻ ഇടയായത്. പലരെയും പരിചയപ്പെട്ട കൂട്ടത്തിൽ ഐഷ ചേച്ചിയെയും പരിചയപ്പെട്ടു. ചേച്ചി സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിൽ സേവനം ചെയ്യുന്നുവെന്നും അവിടുത്തെ കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് വിശദീകരിക്കുകയും എന്നെ കേന്ദ്രത്തിലേയ്ക്ക് ക്ഷണിക്കുകയും ചെയ്തു. ഭർത്താവിന്റെ പകുതി സമ്മതവും വാങ്ങി ഇവിടത്തെ പരിശീലനത്തിന് പങ്കെടുത്തു. അങ്ങിനെ രണ്ട് വർഷം മുമ്പ് മുതൽ ഞാനും ഇവിടുത്തെ ഒരംഗമായി.

ഇവിടെ വന്നപ്പോൾ ജീവിതത്തിന്റെ പല ഘട്ടങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നവരെ കണ്ടു. പല മനുഷ്യരും ഒരുപാട് വിഷമങ്ങളാൽ ജീവിയ്ക്കുന്നുണ്ടെന്നും അസുഖങ്ങൾ മൂലം കഷ്ടപ്പെടുന്നുണ്ടെന്നും, ഇങ്ങനെയുള്ള ഇവരെ സംരക്ഷിക്കുവാൻ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ ഉദാത്തമായ സേവനവും ഉണ്ട് എന്നതും ഒരു പുതിയ അനുഭവമായിരുന്നു. ഉയർന്ന ഉദ്യോഗസ്ഥരായിരുന്നവരും സാധാരണക്കാരും വീട്ടമ്മമാരും ഈ രോഗികൾക്കു വേണ്ടി ഒരു പ്രതിഫലവും വാങ്ങാതെ പ്രവർത്തിക്കുന്നതും മറ്റും സത്യത്തിൽ എനിയ്ക്ക് അത്ഭുതമായിരുന്നു. ഒരു സാധാരണ വീട്ടമ്മയായ ഞാനും ഇപ്പോൾ ഈ സംഘടനയിൽ ഉൾപ്പെട്ടതിൽ ഒരുപാട് സന്തോഷമുണ്ട്. ജീവിതത്തിനു തന്നെ ഒരു അർത്ഥം വന്നതുപോലെ. പലരോടും ഈ സ്ഥാപനത്തെക്കുറിച്ചും ഇവിടുത്തെ പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചും അറിയിക്കാനും മറ്റും സാധിക്കുന്നതുതന്നെ വലിയ സന്തോഷം. നമ്മൾ മൂലം ആർക്കെങ്കിലും ഒരു സഹായം കിട്ടുക എന്നത് വലിയ ആത്മസംതൃപ്തി തരുന്ന കാര്യമാണല്ലോ.

ഗൃഹപരിചരണത്തിന് പോകുവാനുള്ള വീടുകളുടെ പട്ടിക തയ്യാറാക്കുന്ന വിഭാഗത്തിലാണ് കൂടുതൽ സമയവും ജോലി ചെയ്യുന്നത്. രോഗികൾ ഓരോരോ ആവശ്യങ്ങളുമായി വിളിക്കുമ്പോൾ അവരുടെ ആവശ്യങ്ങൾ കഴിയുംവിധം മറ്റുള്ളവരുമായി സഹകരിച്ച് നിറവേറ്റുന്നത് സംതൃപ്തി തരാറുണ്ട്. അങ്ങോട്ട് വിളിച്ച് വിവരങ്ങൾ അന്വേഷിക്കുമ്പോൾ ചിലർ അവർക്ക് ഇവിടെനിന്ന് കിട്ടുന്ന സേവനങ്ങളെക്കുറിച്ച് നന്ദിയോടെ പറയാറുണ്ട്.

അർബുദരോഗത്തോട് ബന്ധിക്കപ്പെട്ട് കഴിയുന്ന ഒരു ചേട്ടൻ ആത്മഹത്യയെക്കുറിച്ച് സൂചിപ്പിച്ചപ്പോൾ ഒന്ന് ഞെട്ടിയെങ്കിലും ആ ചേട്ടനെ എന്തെല്ലാമോ പറഞ്ഞ് സമാധാനിപ്പി ച്ചപ്പോഴും ഇടയ്ക്ക് ഇതുപോലെ ഒന്ന് വിളിച്ച് സംസാരിച്ച് ആശ്വസിപ്പിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടപ്പോഴും എന്റെ മനസ്സ് ഒന്നു തേങ്ങിയോ! ഗൃഹപരിചരണത്തിന് പോയപ്പോഴും സങ്കടകരമായ പല അവസ്ഥകളും രോഗികളെ നന്നായി നോക്കുന്നവരെയും അല്ലാത്തവരെയും കാണാൻ സാധിച്ചു. കിടപ്പിലായ ഒരു അമ്മയെ സ്ത്രീകളാരും തന്നെ ഇല്ലാത്ത വീട്ടിൽ നോക്കുന്ന മകനെ കണ്ടപ്പോൾ ഇങ്ങനെയും ഒരു മകന് നോക്കുവാൻ സാധിക്കുമോ എന്ന് സംശയിച്ചു. അത്ര ഭംഗിയായാണ് ആ അമ്മയെ കിടത്തിയിരിക്കുന്നത്.

ഒന്ന് വരുമോ എന്ന് ചോദിച്ച് ഇടയ്ക്ക് വിളിക്കുന്ന രാഘവേട്ടന് നമ്മുടെ രണ്ട് ആശ്വാസവാക്കുകൾ കേട്ടാൽ സന്തോഷമായി. രാഘവേട്ടാ, അടുത്തുതന്നെ ആ വഴി വരുമ്പോൾ ഞങ്ങൾ വരാം എന്ന് പറഞ്ഞാൽ ഞങ്ങൾക്കും സന്തോഷം, രാഘവേട്ടനും ആശ്വാസം. ഈ ചെറിയ ചെറിയ ആശ്വാസങ്ങളും സന്തോഷങ്ങളും തന്നെയാണ് ഇവിടെ നിന്നുള്ള സമ്പാദ്യം.

വൃക്കരോഗികൾക്കായുള്ള ചേതന എന്ന സംഘടനയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അവരുടെ വിഷമങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുവാനും കഴിയുംവിധം അവരെ ആശ്വസിപ്പിക്കാനും ശ്രമിക്കുന്നുണ്ട്.

നമുക്കുണ്ടാകുന്ന വിഷമങ്ങളും സന്തോഷങ്ങളും പങ്കുവെയ്ക്കാൻ നമുക്ക് ചുറ്റും ഇവിടെ ഒരുപാട് സുഹൃത്തുക്കളെ കിട്ടിയതും വലിയ ഒരു ഭാഗ്യമായി കരുതുന്നു.

വീട്ടിലെ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ കാരണം മുഴുവൻ സമയവും ഇവിടെ സേവനം ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്നില്ലെങ്കിലും ഒന്നുകൂടി ഭേദപ്പെട്ടവിധം ചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കണമെന്നുണ്ട്. ശ്യാമളചേച്ചി പറഞ്ഞുതരുന്നതു പോലെ നിഷ്കാമ കർമ്മമാണ് ഇവിടെ വേണ്ടതെന്ന സന്ദേശം ഉൾക്കൊണ്ട് തുടർന്നും സേവനം ചെയ്യുവാനുള്ള ആരോഗ്യവും സമയവും എല്ലാവരുടെയും പിന്തുണയും ഉണ്ടാകുവാൻ സർവ്വേശ്വരനോട് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

ആനന്ദവിദ്യാലയം

എം. രാധ

സേവനമെന്തെന്ന് മനസ്സിലാക്കിയവർക്ക് പ്രവൃത്തി അടിമത്തമോ അനിഷ്ടമോ ആവുകയില്ല. അവർക്ക് അത് സന്തോഷപ്രദമായ ഒരു അനുഭവം ആയിരിക്കും.

എന്ത് അനുഭവങ്ങൾ വന്നാലും ദൈവത്തിന്റെ പ്രസാദമായി സ്വീകരിക്കണം.

കണ്ണട വച്ചിട്ട് കണ്ണട തിരയുന്നതു പോലെയാണ് ആത്മീയത.

എന്റെ ഉള്ളിലുള്ള സമ്പത്താണ് ഏറ്റവും വലിയ ആത്മീയത. ബാഹ്യമായ ആചാരനുഷ്ഠാനങ്ങളാലല്ല ജീവിതത്തിന്റെ പ്രതികരണത്തിലാണ് ഭക്തനാവുന്നത്. ദാരിദ്ര്യത്തിലും മനസ്സ് ശാന്തമായിരിക്കും. അവനവനെ നേരെയാക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. മറ്റുള്ളവരെ അറിയുക. സ്വയം അറിയുക. അനുഭവങ്ങളുടെ പരമ്പരയാണ് ജീവിതം. സ്നേഹത്തിന്റെ ഫലം സേവനമാകുന്നു. നിസ്വാർത്ഥ സ്നേഹമുള്ളിടത്താണ് യഥാർത്ഥ മഹത്വം. മറ്റുള്ളവർക്ക് ആനന്ദം പ്രദാനം ചെയ്യലാണ് ആദ്ധ്യാത്മികതയുടെ സന്ദേശം. പുണ്യം എന്നത് മനസ്സിന്റെ സന്തോഷമാണ്.

മന്ത്രം ചൊല്ലുന്ന ചുണ്ടുകളേക്കാൾ മഹത്വം, കർമ്മം ചെയ്യുന്ന കൈകൾക്കാണ്. ജീവിതത്തിന് ഒരു ലക്ഷ്യം ഉണ്ടാകണം. സ്നേഹം കൊണ്ട് ഏത് ശത്രുവിനേയും മിത്രമാക്കാൻ കഴിയും.

പാലിയേറ്റീവിൽ വന്നത് കൊണ്ട് എനിക്ക് കിട്ടിയത് എന്റെ ധനം, സമ്പാദ്യം, സന്തോഷം എന്റെ ജീവിതം തന്നെ. എന്റെ ഗുരുവിൽ നിന്ന് കിട്ടിയത്, എന്റെ സഹോദരീ സഹോദരന്മാരിൽ നിന്നും കിട്ടിയ സന്തോഷം, സ്നേഹം. ഇതിൽ കൂടുതൽ എന്ത് വേണം എന്റെ ജീവിതത്തിൽ എനിക്ക് കിട്ടേണ്ടത്! ഞാൻ വളരെ സന്തോഷവതിയാണ്. സംതൃപ്തയാണ്. പാലിയേറ്റീവ് കുടുംബത്തിൽ നിന്ന് എനിക്ക് ഓരോരുത്തരിൽ നിന്നും കിട്ടിയ സ്നേഹം! അവരിൽ നിന്നും പഠിക്കുവാൻ സാധിച്ചു. നല്ല കാര്യങ്ങൾ ക്ഷമ, രോഗികളിൽ നിന്നും അവരുടെ ബന്ധുക്കളിൽ നിന്നും കിട്ടിയ അംഗീകാരം, സ്നേഹം മറക്കാനാവാത്ത ചില സന്ദർഭങ്ങൾ വാക്കുകൊണ്ടോ പ്രവൃത്തി കൊണ്ടോ മറ്റുള്ളവരെ വേദനിപ്പിക്കാതിരിക്കുക എന്നിങ്ങനെ പലതും എനിക്ക് കിട്ടി. എന്റെ ജീവിതത്തിന് ഒരു അർത്ഥം ഉണ്ടായി എന്ന ഒരു തോന്നൽ എനിക്കുണ്ടായി.

ലോകാഃ സമസ്താ സുഖിനോ ഭവന്തു!

എങ്ങനെയല്ല; എന്തിന്?

ഫിമ വിൻസന്റ്

ഞാൻ ഏറ്റവും കൂടുതൽ മരണം കാണുന്നത് പാലിയേറ്റീവ് ക്ലിനിക്കിൽ വച്ചാണ്. പക്ഷേ ആ കാഴ്ച, മരണത്തെ കുറിച്ചല്ല ജീവിതത്തെ കുറിച്ചാണ് എന്നെ പഠിപ്പിച്ചത്. അത് എന്നെ സ്വപ്നം കാണാനല്ല ചിന്തിപ്പിക്കാനും ആ ചിന്തകൾക്കനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കാനുമാണ് പ്രേരിപ്പിച്ചത്. അതുവരെ ഞാൻ കണ്ട സ്വപ്നങ്ങളിൽ നിന്നും ഇറങ്ങി വന്ന് എവിടയോ ഫുൾസ്റ്റോപ്പ് ഇടേണ്ട എന്റെ ജീവിതത്തെ കുറിച്ച് ചിന്തിപ്പിച്ചു അതിൽ എനിക്ക് ചെയ്യാൻ പറ്റുന്നതും മറ്റുള്ളവർക്ക് ചെയ്തുകൊടുക്കേണ്ടതുമായ കാര്യങ്ങളിൽ ചിലത് കാട്ടിത്തരുകയും ചിലത് മറച്ചുവയ്ക്കുകയും ചെയ്തു.

എന്റെ ജീവിതത്തിൽ സംഭവിച്ച ഓരോ കാര്യങ്ങൾക്കും എങ്ങനെ? എന്ന ചോദ്യത്തിന് പകരം എന്തിന്? എന്ന് ചോദിക്കാൻ ഞാൻ പഠിച്ചു. എങ്ങനെ ഞാൻ ജീവിക്കും? എങ്ങനെ ഞാൻ സന്തോഷിക്കും? എങ്ങനെയായിരിക്കും എന്റെ മരണം? എന്നതിനുപകരം എന്തിനാണ് ഞാൻ ജീവിക്കുന്നത്, എന്തിനാണ് ഞാൻ സന്തോഷിക്കുന്നത്, ദുഃഖിക്കുന്നത് അല്ലെങ്കിൽ കോപിക്കുന്നത് എന്നതായി ചിന്ത. എങ്ങനെ? എന്ന ചോദ്യങ്ങൾ എന്റെ ആകാംക്ഷയാണ് കൂട്ടിയതെങ്കിൽ എന്തിന്? എന്ന ചോദ്യങ്ങൾ എന്നിൽ തിരിച്ചറിവാണ് ഉണ്ടാക്കിയത്. ഞാനും എനിക്ക് ചുറ്റുമുള്ളതും എന്താണെന്ന തിരിച്ചറിവ് എന്റെ യാത്രയുടെ അവസാനം എന്താണെന്ന തിരിച്ചറിവ് ഒരു കാര്യത്തെ അല്ലെങ്കിൽ ഒരു അവസ്ഥയെ കുറിച്ചുള്ള തിരിച്ചറിവാണ്. അത് നല്ലതോ ചീത്തയോ എന്ന് നമുക്ക് കാണിച്ചു തരുന്നത്. നാം നമ്മെ പറ്റി മാത്രം ചിന്തിച്ചാൽ എപ്പോഴും എങ്ങനെ? എങ്ങനെ? എന്ന് ചോദിക്കാനെ നമ്മുക്ക് സാധിക്കൂ. അത് പരന്ന് കിടക്കുന്ന കടലിൽ ഇറങ്ങാൻ മടിക്കുന്ന കുട്ടിക്ക് സമാനമാണ്. നമ്മളെ മാറ്റി നിർത്തി ചുറ്റുമുള്ളവരിലേയ്ക്ക് തിരിയുമ്പോൾ എന്തിന്? എന്തിന്? എന്ന് നാം സ്വയം ചോദിക്കും. ആ ചോദ്യം പരന്നുകിടക്കുന്ന കടലിൽ നമ്മെ ഇറക്കും. അതിന്റെ കുളിർമയും ഉപ്പ് രസവും ആനന്ദവും സംതൃപ്തിയും നമുക്ക് മനസ്സിലാക്കി തരും എന്ന് ഞാൻ തിരിച്ചറിഞ്ഞു.

എത്തേണ്ട സ്ഥലം

ഇന്ദിര ഗോപിനാഥ്

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്ന വാക്കിന്റെ അർത്ഥം പോലും അറിയാത്ത കാലത്ത് ഈ സൊസൈറ്റിയെ കുറിച്ചുള്ള വാർത്തകൾ പത്രത്തിൽ കാണുകയും അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പ്രവർത്തിക്കണമെന്ന മോഹം മനസ്സിലുദിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നു. ചുറ്റുപാടുകളും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും ആ മോഹത്തിന് വിലങ്ങുതടിയായിരുന്നു.ആ മോഹം അങ്ങിനെ മനസ്സിൽ തന്നെ അടക്കിവെച്ചു. കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം, മുത്തശ്ശൻ, അച്ഛനമ്മമാർ എന്നിവരുടെ പരിചരണം, കുടുംബത്തിലെ മറ്റ് ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ എല്ലാം ഒരുവിധം അവസാനിക്കുമെന്നായപ്പോൾ ഭർത്താവിന്റെ അടുത്ത് ഈ ആഗ്രഹം പറയാൻ തുടങ്ങി. അപ്പോഴേക്കും 57 വയസ്സ് ആയിരുന്നു. ഈ പ്രായത്തിൽ എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാൻ പറ്റുമോ എന്ന ആശങ്കയും ഉണ്ടായിരുന്നു. കൂടാതെ 36 കൊല്ലമായി കാഞ്ഞാണിയിൽ പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുന്ന ഒരു തിരക്കുള്ള ഡോക്ടർ അതെല്ലാം വിട്ട് തൃശ്ശൂരിൽ താമസമാക്കി, എനിക്ക് ഈ സൊസൈറ്റിയിൽ പ്രവർത്തിക്കാൻ അവസരമുണ്ടാക്കി തരുമോ എന്ന സംശയം ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്റെ കടുത്ത ആഗ്രഹം മനസ്സിലാക്കി തന്നെയായിരിക്കണം അദ്ദേഹം തൃശ്ശൂരിൽ ഫ്ളാറ്റ് വാങ്ങാൻ തീരുമാനിച്ചു. അപ്പോഴും സമൂഹവുമായി ഇടപഴകി ഒട്ടും പരിചയമില്ലാത്ത എന്നെ ഈ സംഘടന എങ്ങനെ സ്വീകരിക്കും എന്ന പേടി ഉണ്ടായിരുന്നു. കുറച്ച് നാൾ പരിശ്രമിച്ചതിന്റെ ഫലമായി ക്ലിനിക്കിന്റെ വളരെ അടുത്ത് ഒരു ഫ്ളാറ്റ് വാങ്ങാൻ സാധിച്ചു.

ഭർത്താവ് രാവിലെ 6.30ന് പോയി പ്രാക്ടീസ് ചെയ്ത് 5.30 ന് തിരിച്ചെത്താമെന്നായിരുന്നു, തീരുമാനം. എന്റെ പ്രതീക്ഷകൾ നടപ്പിലായില്ലെങ്കിൽ എടുത്ത തീരുമാനങ്ങളെല്ലാം അബദ്ധമായി പോകുമോ എന്ന ആശങ്ക എന്നെ വല്ലാതെ കുഴക്കിയിരുന്നു. എന്തായാലും ഒന്ന് ശ്രമിക്കുക തന്നെ എന്ന് നിശ്ചയിച്ചു. ഉറ്റബന്ധുക്കളിലൊരാൾക്ക് ക്ളിനിക്കിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനെ അറിയാമായിരുന്നു. അങ്ങിനെയാണ് ഇവിടെ വന്നത്.

ആദ്യ ദിവസങ്ങളിൽ ഒന്നും മനസ്സിലായില്ല. അന്ന് ആഴ്ചയിൽ 6 ദിവസം ഉച്ചയ്ക്ക് മാത്രം ഔട്ട് പേഷ്യന്റ്. എല്ലാ ദിവസവും ഹോംകെയർ തുടങ്ങിയവയായിരുന്നു പ്രധാന പ്രവർത്തനങ്ങൾ. പതിവുപോലെ മരുന്ന് എഴുതി കൊടുക്കുന്ന മുറിയിലാണ് തുടങ്ങിയത്. മരുന്നുകളുടെ പേരുകൾ കേട്ട് പരിചയമുണ്ടായിരുന്നെങ്കിലും കുറച്ച് ദിവസം ശ്രമിച്ചാണ് സുഗമമായി എഴുതാൻ കഴിഞ്ഞത്. 3 –4 മാസം കഴിഞ്ഞ ശേഷമാണ് ട്രെയിനിങ്ങ് ഉണ്ടായത്. ഇടയ്ക്ക് ഹോംകെയർ, രോഗികളുമായി സംവദിക്കൽ എന്നീ പരിപാടികളുമായി മുന്നോട്ടു പോയി. വളരെ സാവധാനമാണ് കൂടുതൽ കാര്യങ്ങളിൽ ഇടപെടാൻ തുടങ്ങിയത്. സമൂഹവുമായി ഒട്ടും ഇടപഴകിയിട്ടില്ലാത്ത എനിയ്ക്ക് ആളുകളുമായി ഇടപെടാനും പണം സ്വരൂപിക്കാനും സാധിക്കുമെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞു. വേണ്ടത്ര പ്രോത്സാഹനങ്ങളും കിട്ടുകയുണ്ടായി.

എന്നെ ഈ സൊസൈറ്റി സ്നേഹപൂർവ്വം സ്വീകരിച്ചു, എനിക്ക് സൊസൈറ്റിയെ ഉൾക്കൊള്ളുവാനും സാധിച്ചു എന്നത് ദൈവാനുഗ്രഹമായി കരുതുന്നു.

ഇവിടെ വന്നിട്ട് സമൂഹത്തിന് എന്ത് നല്കി എന്ന് ചോദിച്ചാൽ കാര്യമായി ഒന്നും നല്കിയില്ല എന്നാണ് ഉത്തരം. പക്ഷേ, എനിക്ക് എന്ത് ലഭിച്ചു എന്നാണെങ്കിൽ ധാരാളം ലഭിച്ചു എന്നായിരിക്കും ഉത്തരം. എല്ലാ അനുഗ്രഹങ്ങളോടും കൂടി ജീവിക്കുന്ന എനിയ്ക്ക് നിസ്സാരകാര്യങ്ങൾക്ക് ദ്വേഷ്യപ്പെടാനോ, നിരാശപ്പെടാനോ, സങ്കടപ്പെടുവാനോ അവകാശമില്ല എന്ന് ബോദ്ധ്യമായി. ജീവിതത്തിൽ ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് സ്ഥാനമില്ലാതായി. എന്നെ അനുഗ്രഹിച്ച ആ മഹാശക്തിയോട് നന്ദിപറയുക മാത്രമേവേണ്ടതുള്ളൂ എന്ന് ഉറപ്പായി. ഉള്ള അനുഗ്രഹങ്ങളിൽ സന്തോഷിച്ച് മറ്റുള്ളവർക്ക് ഒരു കുഞ്ഞുസന്തോഷമെങ്കിലും കൊടുക്കാൻ പറ്റുമ്പോൾ കിട്ടുന്ന സംതൃപ്തി വിലമതിക്കാനാവാത്തതാണെന്ന് മനസ്സിലായി. ചുരുക്കത്തിൽ ഞാൻ എത്തേണ്ട സ്ഥലത്ത്എത്തിച്ചേർന്നു എന്ന ആശ്വാസം. ജീവിതാവസാനം വരെ ഇവിടെ വരാൻ സാധിക്കണേ എന്ന ഒരു പ്രാർത്ഥന മാത്രം.

ദൈവത്തിന് നന്ദി

ശ്യാമള ഗോപിനാഥ്

ഏകദേശം പത്ത് വർഷം മുമ്പാണ് ഞാൻ പാലിയേറ്റീവ് കെയറിനെ പറ്റി അറിയുന്നത്. മുരളീധരൻ രാജയാണ് വീട്ടിൽ വന്നപ്പോൾ ഇങ്ങനെ ഒരു ക്ളിനിക്ക് ഉള്ളതും അവിടെ വളണ്ടിയർ ആയി വരാവുന്നതുമാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കി തന്നത്. ഒരാഴ്ചക്കുള്ളിൽ തന്നെ സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകരുടെ പരിശീലനം ഉണ്ടായിരുന്നു. അതിൽ പങ്കെടുത്തപ്പോഴാണ് ഈ മഹദ് സംരംഭത്തെപ്പറ്റി അടുത്തറിഞ്ഞത്. ഇവിടത്തെ രോഗികളോടുള്ള സമീപനം കണ്ട് എനിക്ക് വളരെ അത്ഭുതമായി. വേറെ ആശുപത്രികളിൽ ഡോക്ടർമാരെ കാണാനായി രോഗികൾക്ക് മണിക്കൂറുകൾ ചിലവിടേണ്ടി വരാറുണ്ട്. ഇവിടെ രോഗികൾക്കാണ് ഏറ്റവും പരിഗണന. രോഗികൾക്കുള്ള ഈ പരിഗണന കണ്ടപ്പോൾ വളരെ വളരെ സന്തോഷം തോന്നി.

പിന്നീട് ഇവിടെ സ്ഥിരം സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകയായി വന്നുതുടങ്ങി. ഇവിടെ തുടർന്നപ്പോൾ കിട്ടിയ മനഃസമാധാനം എത്രയെന്ന് പറയാൻ വയ്യ. പിന്നെ സ്വന്തം സ്വഭാവത്തിലും മാറ്റം വന്നു. സ്വന്തം കുടുംബം മാത്രം എന്നുള്ള വിചാരം മാറി സഹായ മനസ്ഥിതി വന്നുതുടങ്ങി. രോഗികളുടെ ദുരിതം കാണുമ്പോൾ നമ്മുടെ നിസ്സാരമായ ദുഃഖങ്ങൾ എത്ര ചെറുതാണെന്ന് തോന്നി തുടങ്ങി. ആൺ പെൺ വ്യത്യാസമില്ലാതെ ഇവിടുത്തെ നല്ലവരായ സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകരുടെ കൂടെയുള്ള സഹവാസം എത്രമാത്രം സുഖകരമാണെന്ന് പറഞ്ഞറിയിക്കാൻ വയ്യ.

എന്റെ തൊണ്ണൂറ്റിയൊമ്പത് വയസ്സായ അമ്മ കൂടെയുണ്ട്. അവരെ പരിചരിക്കാൻ ഇവിടുന്ന് കിട്ടിയ പരിശീലനം വളരെ ഉപകാരപ്രദമായി. ഇപ്പോഴും ഇവിടെ നിന്നുള്ള സഹായം അനുഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.

എന്നുംഇവിടെയുള്ള നല്ലവരിൽ നിന്നും എന്തെങ്കിലും ഒരു പാഠം പഠിക്കാൻ അവസരം കിട്ടാറുണ്ട്. എനിക്ക് മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ കുറച്ച് മാർക്കിന്റെ കുറവുണ്ടായിരുന്നു. എന്നാലും ജീവിതത്തിന്റെ ഏകദേശം അവസാനഘട്ടത്തിൽ രോഗികളുമായി ഇടപെടാൻ പറ്റുന്ന സാഹചര്യം ഒരുക്കി തന്ന ദൈവത്തോട് എത്ര നന്ദി പറഞ്ഞാലും തീരില്ല.

മനഃസമാധാനം, സംതൃപ്തി, ജീവിതത്തിന് ഒരു ഉദ്ദേശ്യം, കൂട്ടുകാരുമായി ഇടപെഴകുമ്പോൾ ഉള്ള സന്തോഷം കുടുംബത്തിലുള്ളവർക്ക് കിട്ടുന്ന സഹായങ്ങൾ എന്നുവേണ്ട നിരവധി ഉപകാരങ്ങൾ എനിക്കിവിടെനിന്ന് കിട്ടുന്നുണ്ട്. ശിഷ്ടകാലം ഇവിടെ വന്ന് ഈ സംരംഭത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള ആരോഗ്യം ദൈവം തരണേ എന്ന് പ്രാർത്ഥിച്ചു കൊണ്ട് നിർത്തുന്നു.

ധന്യമീ ജീവിതം

ഇ. ശശികുമാരൻ രാജ

എല്ലാവർഷവും ലീവിൽ വരുമ്പോഴുംസാന്ത്വനകേന്ദ്രത്തിന്റെ മുന്നിലൂടെ ധാരാളം യാത്ര ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. അപ്പോഴൊന്നും ഈ സ്ഥാപനത്തെപ്പറ്റി അധികമൊന്നും ആലോചിച്ചിട്ടില്ല. പിന്നീട് മുപ്പത്തഞ്ചുവർഷത്തെ ബോംബെ ജീവിതത്തിനുശേഷം തൃശ്ശൂരിൽ സ്ഥിരതാമസമായപ്പോഴാണ് ഈ കേന്ദ്രം എന്താണെന്നും മറ്റും കൂടുതൽ അറിഞ്ഞത്. ഇവിടെയെത്തി കുറച്ച് മാസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ വെറുതെയിരുന്ന് ബോറടി തുടങ്ങി. അങ്ങിനെയാണ് ഒരു സൗജന്യസേവനം എന്ന നിലയിൽ സാന്ത്വനകേന്ദ്രത്തിലേക്ക് കയറി ചെന്നത്. അധികമാരോടും അടുക്കുകയോ, ലോഗ്യം പറയുകയോ ചെയ്യാത്ത തൃശ്ശൂർക്കാരെയല്ല അവിടെ ചെന്നപ്പോൾ കണ്ടത്. ചിരിച്ച മുഖത്തോടും സ്നേഹാദരങ്ങളോടും സ്വീകരിക്കുകയും പെരുമാറുകയും ചെയ്യുന്ന കുറെ നല്ല കൂട്ടുകാരെയാണ് അവിടെ കിട്ടിയത്.

ഇവിടെ വന്ന് സേവനം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങിയപ്പോഴാണ് കേരളത്തിന് ഇങ്ങനെ ഒരു മുഖം കൂടി ഉണ്ടെന്ന് മനസ്സിലായത്. രോഗം കൊണ്ടും, ദാരിദ്ര്യം കൊണ്ടും അവശതയിൽ കഴിയുന്നവർ ഇത്രയേറെ ഉണ്ടെന്ന് അപ്പോഴാണ് മനസ്സിലായത്. വാഹനങ്ങളിൽ യാത്ര ചെയ്യുമ്പോൾ നമ്മൾ കാണുന്നത് വലിയ വീടുകളും, അതിനുമുമ്പിൽ ഒന്നോ രണ്ടോ കാറുകളും, സ്കൂട്ടറുകളും വൃത്തിയിൽ സൂക്ഷിച്ച പൂന്തോട്ടവും മറ്റുമാണ്.ഇവിടെ വന്നപ്പോൾ മാത്രമാണ് ഇത്രയും ദൈന്യത നിറഞ്ഞ ഒരു മുഖം നമ്മുടെ നാടിനുണ്ടെന്ന് അറിഞ്ഞത്.

ഞാൻ തീരെ വിചാരിക്കാത്ത ഒരു ലോകം തന്നെയായിരുന്നു ഈ കേന്ദ്രം. എപ്പോഴും ചുറുചുറുക്കോടെ ഓടി നടക്കുന്ന, എല്ലാ രോഗികളേയും സഹായിക്കുന്ന, രോഗികളോട്സ്വന്തം വീട്ടിലെ അംഗങ്ങളെപ്പോലെ പെരുമാറുന്ന, ആശ്വസിപ്പിക്കുന്ന ഡോക്ടർമാർ. രോഗികളെ വളരെ കരുണയോടും സ്നേഹത്തോടും ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന നേഴ്സുമാർ. ഇത്രയും ക്ഷമയോടുകൂടി രോഗികളെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന നഴ്സുമാർ ഒരു മാതൃകയാണ്. രോഗികളേയും കൂടെ വരുന്നവരേയും സ്നേഹത്തിന്റെ പുതപ്പിനാൽ ആശ്വാസമേകുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയേയും ഇവിടെ കാണാം. വേദനയോടുകൂടി വരുന്നവർ ആശ്വസിച്ച് ചിരിച്ചുകൊണ്ട് തിരിച്ചുപോകുമ്പോൾ ഏവരുടേയും മനസ്സ് കൃതാർത്ഥതകൊണ്ട് നിറയും. ഇവിടെ വരുന്നവരുടെ സങ്കടങ്ങളും ദുരിതങ്ങളും കേട്ടാൽ നമ്മുടെ ചെറിയ വിഷമങ്ങൾ ഒന്നുമല്ലെന്ന് തോന്നും. നമ്മുടെ മനസ്സിലെ അഹങ്കാരം നശിക്കണമെങ്കിൽ ഇവിടെ വന്ന് കുറച്ച് ദിവസമെങ്കിലും പ്രവർത്തിക്കണം. പാവപ്പെട്ട സ്ത്രീകളുടെ സഹനശക്തി എന്താണെന്ന് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയത് ഇവിടെ നിന്നാണ്. മൂന്ന് പ്രാവശ്യം തന്നെ ഉപേക്ഷിച്ചുപോയ ഭർത്താവ്, നാലാമത്തെ തവണ തീരെ രോഗിയായി തിരിച്ച് വന്നപ്പോൾ സന്തോഷത്തോടെ അദ്ദേഹത്തെ ശുശ്രൂഷിച്ച്, ആശ്വസിപ്പിച്ച ഒരു വനിതയെ കൈകൂപ്പി എത്ര തൊഴുതാലും മതിയാവില്ല. പല രോഗികളും വേദന കടിച്ചമർത്തി ചിരിച്ചുകൊണ്ട് വരുന്നത് കണ്ടാൽ നമ്മുടെ ഉള്ളിലെ അഹങ്കാരം അലിഞ്ഞലിഞ്ഞ് ഇല്ലാതാവും. 'ഇന്ന് ഞാൻ നാളെ നീ' എന്ന വാക്യം അറിയാതെ ഓർത്തുപോകും. എത്ര കേമനും വീഴാൻ ഒരു നിമിഷം മതിയെന്ന് ഇവിടെ വരുമ്പോൾ നമുക്ക് തോന്നിപ്പോകും. ഇവിടെ വരുന്നവരുടെ വേദനയും അവശതകളും കാണുമ്പോൾ നമ്മളെല്ലം സ്വർഗ്ഗീയ ജീവിതമാണ് നയിക്കുന്നതെന്ന തിരിച്ചറിവ് നമുക്കുണ്ടാകും.

ഇവിടെ വന്നുപോകുന്ന രോഗികളുടേയും കൂട്ടിരിപ്പുകാരുടേയും പുഞ്ചിരിക്കുന്ന മുഖവും, അനുഗ്രഹാശിസ്സുകളും മാത്രമേ വേണ്ടൂ ഞങ്ങളുടെയൊക്കെ ജീവിതം ധന്യമാകാൻ! തൃശ്ശൂരിന്റെ തിലകക്കുറിയായി ഈ സാന്ത്വന പരിചരണകേന്ദ്രം അശരണർക്ക് വഴിവിളക്കായി എന്നും പ്രകാശം ചൊരിയട്ടെ.

സമൂഹത്തോടുള്ള കടമ

കെ.പി. അച്യുതൻ

മുപ്പത്തി എട്ട് വർഷത്തെ സർക്കാർ സേവനത്തിനുശേഷം ജോലിയിൽ നിന്ന് വിരമിച്ചപ്പോഴാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ ഒരു സന്നദ്ധപ്രവർത്തക നായി എത്തുന്നത്. ജോലിയിലിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ വിരമിച്ചശേഷം ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ സമൂഹത്തിന് ഉപകാരപ്രദമായ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കണമെന്ന തീരുമാനം എടുത്തിരുന്നു. വിരമിക്കുന്നതിന് നാലഞ്ചുവർഷം മുമ്പ് ഒരു ശസ്ത്രക്രിയയെ തുടർന്ന് കോഴിക്കോട് മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ കിടക്കുമ്പോഴാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിനെ കുറിച്ച് ആദ്യമായി കേൾക്കുന്നത്. അന്ന് ഞാൻ കിടന്നിരുന്ന വാർഡിനോട് ചേർന്നാണ് കോഴിക്കോട്ടെ പാലിയേറ്റിവ് കെയർ യൂണിറ്റ് പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നത്.

ജോലിയിൽ നിന്ന് വിരമിക്കുന്നതിന് ഏതാനും ആഴ്ചകൾക്കു മുമ്പാണ് കാൻസർ രോഗബാധിതനായ ഒരു ബന്ധുവിന് തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയിൽ നിന്ന് ഡോക്ടറടക്കമുള്ളവർ വീട്ടിൽ ചെന്ന് പരിചരണം കൊടുക്കുന്ന കാര്യം അറിയുന്നത്. ഡോക്ടർമാർ രോഗികളെ വീടുകളിൽ പോയി കാണുന്നതിന് വിമുഖത കാണിക്കുന്ന ഈ കാലത്ത് രോഗികളെ വീടുകളിൽ പോയി പരിചരിക്കാൻ തയ്യാറുള്ള ഒരു സംഘമാളുകൾ, ഡോക്ടർമാരുൾപ്പെടെ തയ്യാറായിട്ടുണ്ടെന്നുള്ളത് യഥാർത്ഥത്തിൽ എന്നെ അതിശയിപ്പിച്ചു. തൃശ്ശൂരിൽ ഇത്തരത്തിൽ ഒരു സ്ഥാപനം പ്രവർത്തിക്കുന്നതായി മനസ്സിലായപ്പോൾ, വിരമിച്ചശേഷം ഈ സ്ഥാപനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പ്രവർത്തിക്കുവാൻ തീരുമാനിക്കുകയാണുണ്ടായത്. അങ്ങിനെയാണ് ഈ കൂട്ടായ്മയിൽ ഒരു അംഗമായി എത്തിച്ചേരുന്നത്.

പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ പ്രവർത്തിക്കാൻ ആരംഭിച്ചപ്പോൾ ഒരു ജീവകാരുണ്യപ്രവർത്തനം എന്ന നിലക്കുമാത്രമാണ് അതിനെ കണ്ടത്. കുറച്ച് നാളത്തെ പ്രവർത്തനത്തിനുശേഷം മാത്രമാണ് വെറും ഒരു ജീവകാരുണ്യപ്രവർത്തനം എന്നതിലുപരി ഇത് സമൂഹത്തോടുള്ള എന്റെ കടമയാണ് എന്ന അവബോധം ഉണ്ടാകുന്നത്. പതിനഞ്ചുവർഷത്തോളമായി ഈ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കാൻ പ്രേരിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത് ഈ തിരിച്ചറിവാണ്.

ഇവിടത്തെ സേവനത്തിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന ആത്മസംതൃപ്തിക്കുപുറമെ കുറേയേറെ നല്ല മനുഷ്യരുടെ സൗഹൃദം നേടാൻ കഴിഞ്ഞു എന്നുള്ളത് ഒരു വലിയ നേട്ടമായി കാണുന്നു.

ജീവിതത്തിന് പുതിയ അർത്ഥം

ഈനാശു താഴ്ത്ത

എന്റെ പിതാമഹനും പിതാവും കർശന സ്വഭാവക്കാരായിരുന്നു. പക്ഷേ സ്നേഹസമ്പന്നരും കാരുണ്യവാന്മാരും കൂടിയായിരുന്നു. അമ്മാമ്മയുടെയും അമ്മയുടേയും കുടുംബങ്ങളും സ്നേഹസമ്പന്നരായിരുന്നു. ഈ സാഹചര്യവുമായി പൊരുത്തപ്പെടുന്ന വ്യക്തി തന്നെയാണ് എന്റെ ജീവിതപങ്കാളിയുമെന്നത് ആശ്വാസകരം തന്നെ. അതുകൊണ്ട് തന്നെ രക്തദാനത്തിൽ ഞാൻ മുന്നിട്ടു നിന്നതിൽ കുടുംബാംഗങ്ങൾ അഭിമാനം കൊണ്ടു. മുപ്പതിലേറെ തവണ രക്തം ദാനം ചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞു. 47–ാമത്തെ വയസ്സിലാണ് എനിയ്ക്ക് ഹൃദയാഘാതമുണ്ടായത്. മദ്രാസ് മലർ ആശുപത്രിയിലായിരുന്നു, ശസ്ത്രക്രിയ. തിരിച്ചുവരുമെന്ന് ഞാനടക്കം ആരും കരുതിയിരുന്നില്ല. 21 പേരുടെ രകതം എന്നിൽ സന്നിവേശിപ്പിക്കേണ്ടി വന്നു. രണ്ട് ശസ്ത്രക്രിയ വേണ്ടി വന്നു.

എനിയ്ക്ക് രക്തം ദാനം ചെയ്ത സുമനസ്സുകൾ ഏത് ജാതി, മത, ലിംഗ, ഭാഷാവിഭാഗത്തിൽ പെട്ടവരാണെന്നറിഞ്ഞുകൂടാ. രോഗത്തിനും ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്കും മുമ്പ് ഏറെ തവണ രക്തം ദാനം ചെയ്ത ഞാൻ അത് ഏത് വ്യക്തിക്കാണെന്ന് അന്വേഷിച്ചുമില്ലല്ലോ. നീ അളക്കുംപോലെ നിനക്കും അളക്കപ്പെടുമെന്ന ചൊല്ല് നൂറുശതമാനം ശരിയാണെന്ന് ബോദ്ധ്യമായി. എനിയ്ക്ക് രക്തം തന്നവരിൽ ഒരാൾ മുഖശ്രീ ഒട്ടുമില്ലാത്ത ഒരാളായിരുന്നു. അയാൾ എന്നെ കുളിപ്പിക്കാനും മുന്നിട്ടു നിന്നിരുന്നു. ബാഹ്യ സൗന്ദര്യം, രക്തബന്ധം എന്നിവയെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടിൽ വലിയ മാറ്റമാണ് ആ കറുത്തുമെലിഞ്ഞ, സുന്ദരനല്ലാത്ത തമിഴ് ചെറുപ്പക്കാരൻ എന്നിലുളവാക്കിയത്.

സാന്ത്വന പരിചരണ രംഗത്തേയ്ക്ക് എന്നെ ക്ഷണിച്ചത് എനിയ്ക്ക് ഏറെ ബഹുമാനമുള്ളവരും എന്റെ അയൽക്കാരിയുമായിരുന്ന നഴ്സ് ആയിരുന്നു. പഴയ തൃശ്ശൂർ ജില്ലാ ആശുപത്രി കെട്ടിടത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന കേന്ദ്രത്തിലെത്തി നാലുനാൾ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ എന്നിലുണ്ടായ ഏറ്റവും വലിയ മാറ്റം എന്റെ ദുരഭിമാനമൊക്കെ കൊഴിഞ്ഞുവെന്നതാണ്. മൂന്ന് നേരം ചൈതന്യവത്തായ ആഹാരം കിട്ടാത്തവന് അഭിമാനം വേണമെന്ന് ആവശ്യപ്പെടുന്നത് അസംബന്ധമാണെന്ന് ബോദ്ധ്യമായി. ധിക്കാരത്തോടെ ആര് എന്നോട് സംസാരിച്ചലും ഉരുളയ്ക്കുപ്പേരി എന്ന രീതിയിൽ മറുപടി നല്കിപ്പോന്ന ഞാൻ വല്ലാതെ മാറിപ്പോയി. ഇന്ന് ഒരാൾ അടിയ്ക്കാൻ വന്നാൽ പോലും ഞാൻ അയാൾക്കുനേരെ കയ്യോങ്ങില്ല.

പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണത്തിനായി വന്നിരുന്ന രോഗികളിൽ ബഹുഭൂരിഭാഗവും ദരിദ്രരായിരുന്നു. ചികിത്സക്കായി കിടപ്പാടം പോലും പണയപ്പെടുത്തിയവർ. എല്ലും തോലുമായിത്തീർന്നവർ. ആഹാരത്തിനും വസ്ത്രത്തിനും യാത്രക്കൂലിയ്ക്കും പണം തികയാത്തവർ. ഗൃഹസന്ദർശന പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തപ്പോഴുണ്ടായ അനുഭവങ്ങൾ നടുക്കമുളവാക്കി. ഒറ്റമുറികളുള്ള എത്രയോ വീടുകൾ! ആകെയുള്ള വസ്ത്രങ്ങൾ ഒക്കെ ഒരു അയയിൽ തൂങ്ങിക്കിടക്കുന്നു. ദാരിദ്ര്യം വിളിച്ചുപറയുന്ന അടുക്കളയും പാത്രങ്ങളും. പല വീടുകളിലും ഒരു കട്ടിൽ പോലുമില്ല. ഏറെ ദൂരെയല്ലാതെ കാണുന്ന മാളിക വീടുകളിൽ തിന്നു കുടിച്ച് മദിച്ചു ജീവിക്കുന്നവർ! എന്റെ ജീവിത ശൈലി തന്നെ ഒരു സ്വയം വിമർശനത്തിന് വിധേയമാക്കേണ്ടി വന്നു.

രാവിലെ എട്ടുമണി കഴിഞ്ഞാൽ വീട്ടിലിരിക്കാൻ പ്രയാസം. കിടത്തിച്ചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെ രോഗികളെയും കൂട്ടിരിപ്പുകാരെയും കാണണം. അവർക്ക് പറയാനുള്ളത് കേൾക്കണം. രണ്ട് ആശ്വാസ വാക്കുകൾ പറയണം. രോഗിയുടെ തലയിൽ ഒന്നു കൈവെക്കണം. ഇറങ്ങും മുമ്പ് നാളെയും വരണേ എന്ന അവരുടെ വാക്കുകൾക്ക് തീർച്ചയായും എന്ന മറുപടി നല്കണം. ഏതെങ്കിലും രോഗിയ്ക്ക് മുഖക്ഷൗരം വേണമെന്നു പറഞ്ഞാലോ രോഗിയെ കുളിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കണമെന്ന് കൂട്ടിരിപ്പുകാരൻ ആവശ്യപ്പെട്ടാലോ ഒരിക്കലും നിരസിക്കാൻ ഇന്ന് എനിക്ക് കഴിയില്ല. കിടത്തിചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെത്തുന്ന രോഗികൾക്ക് ചിലപ്പോൾ ദുർഗന്ധമുണ്ടാകും. വ്രണങ്ങളിൽ നിന്ന് പുഴുക്കൾ വരുന്നുണ്ടാകും. എന്തുകൊണ്ടെന്നറിയില്ല, ഇത്തരം രണ്ട് അനുഭവങ്ങളുണ്ടായതോടെ സ്ഥിരമായി സുഗന്ധസ്പ്രേ ചെയ്യുന്ന ഏർപ്പാട് എന്നെന്നേയ്ക്കുമായി ഞാൻ ഉപേക്ഷിച്ചു. ശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അഭിമാനബോധത്തിൽ ഇടിവുണ്ടായി. വസ്ത്രധാരണത്തിലും മാറ്റമുണ്ടായി.

ഫിസിയോതെറാപി വിഭാഗത്തിലെ പ്രവർത്തനം സന്തോഷത്തിന് വക നല്കുന്നു. രോഗികളിൽ ചിലരെങ്കിലും ഏറെ പുരോഗതി കൈവരിക്കുന്നു. അവരെ കൈപിടിച്ചു നടത്താനുള്ള ശാരീരികശേഷി നല്കിയ ദൈവത്തിന് നന്ദി. തിങ്കൾ മുതൽ വെള്ളി വരെയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ നാലുമണിക്കൂർ വീതമെങ്കിലും ഫിസിയോതെറാപ്പി വിഭാഗത്തിൽ ചെലവിടുന്നു. മദ്യപാനത്തെ തുടർന്നുണ്ടായ വാഹനാപകടങ്ങളിൽപെട്ട ചെറുപ്പക്കാരുടെ രക്ഷിതാക്കളുടെ ദുഃഖത്തിന്റെ തീവ്രത തൊട്ടറിഞ്ഞു. മരംവെട്ടുകാരും കെട്ടിടം പണിക്കാരും വീഴ്ചയെ തുടർന്ന് കിടപ്പിലായതോടെ ആകെ തളർന്നുപോയ അവരുടെ കുടുംബാംഗങ്ങളെ ആശ്വസിപ്പിക്കുക, പുനരധിവസിപ്പിക്കുക തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളി ൽ മറ്റു സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരോടൊ പ്പം പങ്കാളിയാകുമ്പോൾ എന്റെ ജീ വിതത്തിന് പുതിയ അർത്ഥം കണ്ടെത്താൻ കഴിയുന്നു.

മതഗ്രന്ഥങ്ങളെ മതേതര വായനയ്ക്ക് വിധേയമാക്കണമെന്ന് ബോദ്ധ്യമായി. ആ രീതിയിലുള്ള വായന സവിശേഷമായ ഒരുതരം ഊർജം എന്നിൽ നിറയ്ക്കുന്നു. സ്വർഗവും നരകവും ആകാശവും പാതാളവുമൊക്കെയടങ്ങുന്ന മിഥ്യാബോധങ്ങൾക്കുവിട. സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രം വിട്ട് വീടെത്തുന്നതിനിടയിൽ മൂന്ന് രോഗികളുടെ വീടുകളിലെങ്കിലും ചെന്നുകയറും. അർഹിക്കുന്നവർക്ക് നല്കുകയെന്ന് നിർദ്ദേശിച്ചുകൊണ്ട് എന്റെ കുപ്പായക്കീശയിൽ പണം നിക്ഷേപിക്കുന്ന സുഹൃത്തുക്കളേ, നിങ്ങൾ നല്കുന്ന തുക ഞാൻ ഓരോ ദിവസവും ഈ രോഗികളുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റാൻ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നു. ദേവാലയങ്ങളിലെ ഭണ്ഡാരങ്ങളിലല്ല, നേർച്ചയിടേണ്ടത്. ഭഗവാനെന്തിന് ഭണ്ഡാരം! ഈ കവി വാക്യത്തോടെ ചുരുക്കുന്നു.

എന്റെ യഥാർത്ഥ തറവാട്

എൻ. ഗീത

എന്റെ പേര് എൻ. ഗീത. ഞാൻ പഠിച്ചതും വളർന്നതും തലസ്ഥാനനഗരമായ തിരുവനന്തപുരത്താണ്. സർക്കാർ ഉദ്യോഗസ്ഥനായിരുന്നു എന്റെ അച്ഛൻ.

തമാശകൾ മാത്രം കണ്ടുവളർന്ന ബാല്യകാലം. 2002 ലാണ് ഞാനും ഈ പാലിയേറ്റീവ് കേന്ദ്രത്തിലെ ഒരു കണ്ണിയായി വിളക്കിചേർത്തത്. എന്റെ ചേട്ടൻ പറഞ്ഞാണ് ഡോ. ദിവാകരൻ വഴി ട്രെയിനിങ്ങ് കഴിഞ്ഞത്.

ഇവിടത്തെ പരിശീലനത്താലും ഇവിടെയുള്ള സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും, നഴ്സുമാരും, ഡോക്ടർമാരും, ജോലിക്കാരും ഒക്കെ കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞുമനസ്സിലാക്കി തന്നും എന്നിലെ സ്വഭാവത്തെ ഒരുപാട് വ്യത്യാസങ്ങൾ വരുത്താൻ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇന്ന് ധൈര്യമുള്ള ഒരു മനസ്സിന്റെ ഉടമയാണ് ഞാൻ.

ജീവിതം ജീവിക്കാനാണ്, സ്നേഹിക്കാനാണ്, ശരീരം കൊണ്ട് നമ്മളാൽ കഴിയുന്ന സഹായം ചെയ്യാൻ മനസ്സിനെ പാകപ്പെടുത്തി തന്നത് പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് എന്ന എന്റെ തറവാട്ടിൽ നിന്നാണ്. മരണം വരെ ഞാൻ കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

വീട്ടമ്മയിൽ നിന്ന് ഡോക്ടറിലേയ്ക്ക്

ഡോ. റോസ്ബീന വിൽസൻ

ഡോക്ടർ ജീവിതത്തിൽ നിന്നും വിട്ട് മാറി ഒരു വീട്ടമ്മയായി കഴിഞ്ഞ ഒരു കാലമുണ്ടായിരുന്നു എന്റെ ജീവിതത്തിൽ. ഭർത്താവിന്റെ കൂടെ ഗൾഫിൽ ജീവിതം ആരംഭിച്ച സമയത്തായിരുന്നു, അത്. ഗർഭിണി ആയതിനാൽ ഇടക്കിടെ ആശുപത്രി സന്ദർശനം വേണ്ടിവന്നിരുന്നു. നമ്മൾ ഡോക്ടറെ കാണാൻ പോകുമ്പോൾ നമ്മളെ നോക്കി ചിരിച്ച് നമ്മുടെ കാര്യങ്ങൾ അന്വേഷിക്കുന്ന ഒരു ഡോക്ടർ, അതാണ് ഓരോ രോഗിയും പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത് എന്ന വലിയൊരു തിരിച്ചറിവ് ലഭിക്കുന്നത് ആ സമയത്താണ്. നാട്ടിൽ വന്ന് താമസം തുടങ്ങിയപ്പോൾ അയൽപക്കത്തെ പോളേട്ടന് വയറ്റിൽ കാൻസർ ആയി അവസാന സമയത്ത് പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവിൽ കാണിക്കാൻ വന്നപ്പോഴാണ് ഇവിടെ ചിരിച്ച മുഖത്തോടെ രോഗികളോട് വിശേഷങ്ങൾ ചോദിച്ചറിയുന്ന ഡോക്ടർമാരെയും, നേഴ്സുമാരേയും വളണ്ടിയർമാരെയും കണ്ടത്. അന്ന് മനസ്സിൽ എടുത്ത തീരുമാനമായിരുന്നു ഇവിടെ ട്രെയിനിങ്ങ് എടുത്ത് ഇവിടെ ജോലി ചെയ്യണമെന്ന്. അങ്ങിനെ 2012 മുതൽ ഇവിടെ വരാൻ സാധിച്ചു. മനസ്സിൽ വിചാരിച്ചിരുന്ന പോലെ നമ്മളെ കാണാൻ വരുന്ന രോഗികളോട് ചിരിച്ച മുഖത്തോടെ പെരുമാറാൻ സാധിക്കുന്നുണ്ട് എന്നാണ് എന്റെ വിശ്വാസം. ഇവിടത്തെ ട്രെയിനിങ്ങ് ജോലി അങ്ങനെ പെരുമാറാൻ സാഹായിച്ചു എന്ന് വളരെയധികം സന്തോഷത്തോടെ പറയാൻ പറ്റും.

Palliative Care Society, Thrissur - Work Force as on 31st December 2017

VOLUNTEERS

Achuthan K.P, Dr. K. Aravindakshan, E. Sasikumaran Raja, C.D. Scaria, N.N. Gokuldas, Dr. P. Prabhakaran, Francis Paul, Vasudevan K.N, Annamkutty, Balakrishnan, Baby T.O, Brahmadathan, Indira Gopinath, Reetha Francis, Helen Thambi, Sunanda K.M, Vijayalakshmi. C, Andrews, Vijayan Marath, Darly Thomas, Seena Joseph, Geetha. N, Gouri. K, Thambi J. Kollannur, Mary T.C, Inasu N.C, Inasu Thaztha, Indira K.A, Geetha V, Feema Varghese, Grace, Isha nair, Jeena, Jesintha Johnson, Lissy Joseph, Jose Emmatty, Krishnakumar P, Leelamani, John Cherian, Jyothi Jayan Warrier, Lissy Sajan, Lissy Teacher, Maria Flory, Mariamma, Meharunnisa, Molly Thomas, Molly Ittimani, Nirmala Paul, Prathibha T.N, Vasudevan K.V, Parasuram, Radhadevi. K, Radhakrish nan. S, Raghunath. K, Raghunandanan, Ramakrishnan Nair, Raphel Jacob, Rosamma P.P., Sally Davis, Sankarankutty, Sarala A.P, Sathy R. Menon, Seetha Padmanabhan, Sivadas A, Sreedevi M.N, Sujatha, Suseela Madhavan, Syamala Gopinath, Tharanath A.K., Treesa, Valsa John, Viswabharathy, Visalakshy Ammal, Radha Prabu, Kunjumol, Bisy, Shoby, George, Mani, Kumudam Unni, Jolly, Sasidharan, Capt. Haridas,Raji Sundaram, Sundaran, Mohanan P.V, Cicily, Gautham, K.M. Francis, Marys, Swaminathan. **Nurses -** Radha M, Cicily Mathai, Gladis Zacharia, Kochurani, Mareena,Meenakshy V.M, Omana, Radhika P.V **Doctors** - Dr. Geethadevi, Dr. C.N. Parameswaran, Dr. Chandran, Dr. Shyamala, Dr. Rose Beena, Dr. Ramla Beebi, Dr. Raveendran, Dr. Mijesh, Dr. Sujith Bunglavan, Dr. Meenakshy, Dr. Ajayan, Dr. Anitha, Dr. Rajeswary, Dr. Pisharoty Chandran, Dr. Ruby, Dr. Rakesh, Dr. Yannic K.P, Dr. Midhun, Dr. Prasanth, Dr. Rita A.P, Dr. Gopinathan, Dr. Bhaskaran Nair, Dr. Satheesh Kumar, Dr. Divakaran, Dr. Rosamma, Dr. Sreedevi, Dr. Jerry, Dr. Jessy, Dr. Jinachandran, Dr. Rekha, Dr. Chandran, Dr. Rajesh, Dr. Ambady Ramakrishnan, Dr. Regi George A.M, Dr. Govindan Nair, Dr. Juliet, Dr. Pyarelal, **Occupational Therapist** Jayakumar 2013 - November - 2017.

Staff Members

Dr. Sajitha T.A, Sheela K, Riji C.A, Somasundaran P, Aneesh K.U, Mohini K.T, Lathika P.S, Letha K.R, Lilly Biju, Sheeja T.M, Karhu Prakasn, Jincy Chacko C, Siny P.S, Akhila A.V, Asha Maria T.D, Pushpalatha K.V, Subaida K, Fima Vincent, Remani P.V, Anitha Bai T.R, Pramod K.B. (Sasi V.V, Saraswathy K, Suja Varghese - On contract Basis)

Auditors

The team of M/S. Udayaraj Rao Associates, under Shri. C.P. Udayaraj, FCA, DISA (M.No. 201331), Soorya Gardens, Paliyam Road, Thrissur is auditing and preparing our balance sheet since our first balance sheet in 1998, free of charges.

Student Work Force

Govt. Model Girls VHSS Thrissur, Govt. HSS Ollur, Govt VHSS Cherpu, AKMHSS Poochatty, deserve special mention for their support for Pooram Exhibition stall, Home Care, Palliative Day and various sangamams. The Don Bosco school and college have co-operated with us in all respects. Sakthan Thampuran College of Mathematics is sending three students every day to serve with our physiotherapy units since 2nd OCtober 2017. St. Thomas College, Vimala College, Christ College, Govt. Eng. College, Govt. Medical College, Chinmaya College also involve in our activities. All higher Secondary schools of Bhavans, Chinmaya HSS, Vivekodayam HSS, Chaldean HSS are our supporters.

Institute of Palliative Care

Dr. E. Divakaran (Director), Dr. Ramla Beebi (Course Co-ordinator)

Faculty

Dr. E.Divakaran, Dr. Shyamala, Dr. C. Satheeshkumar, Dr. Subrahmunian, Dr. Rajasree, Dr. Ramla, Dr. Jerry, Dr. Ajayan, Dr. Ajith, M. Radha, Kochurani, Jincy Chacko C, Radhika, Asha Maria T.D, Rini Rijo, Francis Paul, Prof. N.N. Gokuldas.

Management Council

(Council members are elected by members of the Pain and Palliative Care Society; members are nominated by the Management Councils, each year)

Dr. A.K. Unnikrishnan (Chairman), Dr. K. Aravindakshan (Secretary), Indira Gopinath (Jt. Secretary), K. Raghunath (Treasurer), Dr. E. Divakaran (Director, IPC), Syamala Gopinath, Leelamani, Seetha Padmanabhan, DMO, Thrissur (Ex. Officio Member), Chair person, Health Standing Committee, District Panchayat (Ex. Officio Member), Chair person, Health Standing Committee, Thrissur Corporation (Special Invitee).

(The list is incomplete. Please pardon us if there is any inadvertent ommission in the list)

ജീവിതത്തിന്റെ നേർക്കാഴ്ച

പ്രഭാവതി

സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നും ഞാൻ എന്തുനേടി എന്ന ചോദ്യത്തിന് ഒറ്റവാക്കിൽ ഉത്തരം നല്കാൻ കഴിയില്ല.

സർവീസിൽ നിന്ന് വിരമിയ്ക്കാറായപ്പോൾ എനിയ്ക്കൊരു ലക്ഷ്യമുണ്ടായിരുന്നു. ശിഷ്ടജീവിതം സാന്ത്വനകേന്ദ്രവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി മുന്നോട്ടുപോകണമെന്ന്.

ഇനി എന്റെ നേട്ടങ്ങൾ. ഉപാധികളില്ലാത്ത സൗഹൃദമാണ് ഞാൻ ആദ്യമായി നേടിയത്. ജാതി മത ഭേദമന്യേ പലതലങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നവരുമായും രോഗികളിൽ നിന്നും കുടുംബങ്ങളിൽ നിന്നും എല്ലാം ഈ സൗഹൃദത്തിന്റെ ഫലമായി സാമ്പത്തികമായി പിന്നാക്കം നില്ക്കുന്നവരും അല്ലാത്തവരുമായ പല രോഗികൾക്കും കുടുംബങ്ങൾക്കും അവർക്ക് ലഭിക്കാവുന്ന സഹായങ്ങളെക്കുറിച്ചും അവർ സമീപിയ്ക്കേണ്ട വ്യക്തികളെയും സ്ഥാപനങ്ങളെക്കുറിച്ചും അറിവുപകരാൻകഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. മടിച്ചു നിന്നവരോട് ഇതെല്ലാം നിങ്ങളുടെ അവകാശം കൂടിയാണെന്ന് ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തുവാനും കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

രോഗി - ഡോക്ടർ - നഴ്സ് - വളണ്ടിയർ - മറ്റ് ജീവനക്കാർ - ഇവരുടെ കൂട്ടായ്മ പാലിയേറ്റീവിൽ ദൃഢമാണ്. ഈ കൂട്ടായ്മ സ്വയം ചിന്തിയ്ക്കുവാനും വ്യക്തി ശുദ്ധീകരണത്തിനും സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. മറ്റ് ആശുപത്രികളിലും ഇത്തരം സേവനങ്ങൾ രോഗിയ്ക്കും കുടുംബത്തിനും ലഭിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ എന്ന് വൃഥാ ചിന്തിച്ചു പോയിട്ടുണ്ട്.

ഹോംകെയർ ആണ് എന്നെ സ്വാധീനിച്ച, എന്നെ ഞാനാക്കിയ ഘടകം. എൻഎച്ച്സി/ഡിഎച്ച്സി/വിഎച്ച്സിയിൽ നിന്നെല്ലാം ഓരോ രോഗിയ്ക്കും അവരുടെ കുടുംബത്തിനും നല്കുന്ന പരിചരണവും നിർദ്ദേശങ്ങളും ഓരോ ക്ളാസ്സുകളായാണ് ഞാൻ കാണുന്നത്. ജീവിതത്തിന്റെ നേർക്കാഴ്ചയാണ് നമുക്ക് മുന്നിൽ തുറക്കുന്നത്. ഇനി യും വരണമെന്ന് പറഞ്ഞ് പലരും യാത്രയാക്കുമ്പോൾ ഉള്ളിൽ തട്ടാറുണ്ട്. ഈ യാത്രയിലെല്ലാം ഒരുപാട് കാര്യങ്ങൾ പഠിയ്ക്കാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുമുണ്ട്. മൂന്ന് വർഷം മുമ്പ് ഒരു മേജർ സർജറിയുടെ ഫലമായി ഇനി ഒരിയ്ക്കലും പാലിയേറ്റീവുമായി മുന്നോട്ടുപോകാൻ കഴിയില്ലെന്ന് സ്വയം വിലയിരുത്തിയ എന്നെ വീണ്ടും സജീവമായി മുന്നോട്ടുപാകാൻ സഹായിച്ചതും ഹോംകെയറിലെ അനുഭവങ്ങൾ തന്നെയാണ്. പൂമലയിലെ അരയ്ക്കുതാഴെ തളർന്ന് കിടക്കുന്ന കമലത്തിന്റെയും ആഴ്ചയിൽ മൂന്ന് ഡയാലിസിസിന് വിധേയനാകുന്ന നകുലന്റെയും, 35 വർഷമായി അരയ്ക്ക് താഴെ തളർന്ന് എല്ലുകൾ ദ്രവിച്ച് പോയി ആ സ്ഥാനത്ത് വെറും വലിയ ദ്വാരങ്ങൾ മാത്രമുള്ള പീച്ചിയിലെ സിസ്റ്ററും 83 വയസ്സായ, മാനസിക വിഭ്രാന്തിയുള്ള 3 മക്കളെ പുഞ്ചിരിയോടെ സംരക്ഷിയ്ക്കുന്ന അയ്യന്തോളിലെ അമ്മയുടേയും മുമ്പിൽ കൈകൂപ്പി നില്ക്കാനെ കഴിഞ്ഞിട്ടുള്ളൂ. അവരുടെ ആത്മധൈര്യം എനിയ്ക്ക് വലിയ മുതൽ കൂട്ടായിട്ടുണ്ട്. ഈ അനുഭവങ്ങൾ എന്റെ കുടുംബാംഗങ്ങളുമായി പങ്കുവെയ്ക്കാറുണ്ട്. എന്റെ മക്കൾക്ക് തീർച്ചയായും എന്റെ അനുഭവങ്ങൾ ഒരു മുതൽ കൂട്ടാണ്.

പതിവുപോലെ ഇന്നും ഞാൻ രാവിലെ പാലിയേറ്റീവിലെയ്ക്ക് ഇറങ്ങിയതാണ്. വഴിയിൽ വെച്ച് ഒരമ്മ എന്നോട് ചോദിച്ചു. ഈ സമയത്ത് എന്നും എങ്ങോട്ടാണ് യാത്ര. പെൻഷൻ ആയതല്ലെ. പാലിയേറ്റീവിലേയ്ക്ക് ആണെന്ന് പറഞ്ഞപ്പോൾ മനസ്സിലായില്ല എന്ന് തോന്നി. സാന്ത്വനചികിത്സാകേന്ദ്രത്തെ കുറിച്ച് ഒരു ചെറിയ വിവരണവും നല്കി. ആർക്കെങ്കിലും ഇതുപോലുള്ള ആവശ്യങ്ങൾ വന്നാൽ സമീപിയ്ക്കാൻ മടിയ്ക്കരുതെന്നും ഓർമ്മപ്പെടുത്തി. ഇനിയും ഒരുപാട് അറിവുകൾ നേടാനുണ്ട്. അതിനുവേണ്ടി കഴിയുന്നത്ര ഈ സ്ഥാപനവുമായി സഹകരിച്ച് പ്രവർത്തിയ്ക്കാൻ കഴിയട്ടെ എന്നും ശാന്തിയോടെയുള്ള ഒരന്ത്യവും ഇവിടെ വെച്ചു തന്നെയാകട്ടെ എന്നും ആശിക്കുന്നു.

ക്ഷമ എന്തെന്നറിഞ്ഞു ഞാൻ...

മോഹിനി കെ.ടി.

ഞാൻ പാലിയേറ്റീവിൽ വന്നിട്ട് പന്ത്രണ്ട് വർഷമായി. എന്റെ മക്കളെ പഠിപ്പിക്കണം എന്ന് കരുതിയാണ് ഇവിടെ വന്നത്. വീട്ടിലെ അന്തരീക്ഷം മോശമായതിനാൽ ക്ഷമാശീലം വളരെ കുറവായിരുന്നു. എല്ലാവരോടും ഒരുതരം വെറുപ്പ്. പാലിയേറ്റീവിലേക്ക് കൊണ്ടുവന്നത് ഷീല ചേച്ചിയാണ്. ആദ്യമായി എന്നെ പരിചയപ്പെടുത്തിയത് രാധസിസ്റ്ററെയാണ്, ഫോണിലൂടെ. മോഹിനിക്ക് എന്ത് കാര്യവും തുറന്ന് പറയാം. എന്തിനും ഞങ്ങൾ കൂടെ ഉണ്ടാകും. പിന്നീട് അരവിന്ദാക്ഷൻ സാറിനെയാണ് പരിചയപ്പെടുത്തി തന്നത്. എന്റെ വീട്ടിൽ വരെ തുറന്ന് പറയുവാൻ പറ്റാത്ത കാര്യം ഞാൻ എന്റെ സാറിനോട് പറയാറുണ്ട്. എന്റെ മുഖഭാവം ഒന്നുമാറിയാൽ എന്താ വല്ല വിഷമവും ഉണ്ടോയെന്ന് ചോദിക്കും. എന്നോട് മാത്രമല്ല; ഇവിടുത്തെ ഓരോ സ്റ്റാഫിന്റെയും കാര്യങ്ങൾ അണുപോലും തെറ്റാതെ ചോദിക്കും. സാറിനെ പോലെത്തന്നെ മറ്റുള്ള സാറുമാരും, ഡോക്ടർമാരും ഞങ്ങളും ഒന്നിച്ചിരുന്ന് ഭക്ഷണം കഴിക്കുകയും, ഓരോരോരോഗികളുടെയും കാര്യം ഞങ്ങൾക്ക് പറഞ്ഞ് മനസിലാക്കി തരികയും ചെയ്യാറുണ്ട്.

മോഹിനിയുടെ കൂട്ടുകാരൻ വന്നിട്ടുണ്ട് എന്ന് സജിത മാഡം പറയും. ഞാൻ കൊടുത്താലേ ശരിയാകൂ എന്ന് പറഞ്ഞ് ഒന്നു ചെല്ലൂന്ന് പറഞ്ഞ് എന്നെ വിടും. ഇവിടെ വരുന്ന രോഗികളോട് സംസാരിക്കും. ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിനിടയിൽ അവർ പറയും, വീട്ടിൽ നമുക്ക് ഇവിടുത്തെ പോലുള്ള ഭക്ഷണം കിട്ടുന്നില്ല. അവരുടെ ഇഷ്ടത്തിനുള്ള ഭക്ഷണം ഉണ്ടാക്കുന്നത് എനിക്ക് പറ്റുന്നില്ല. നല്ല കഞ്ഞിയും കറിയുമാണെന്ന് ഇവിടെ വരുന്ന ദിവാകരേട്ടൻ പറയും. അങ്ങനെ ഓരോരുത്തരുടെയും കഥകൾ കേട്ടും വിഷമങ്ങൾ പറയുമ്പോൾ കേട്ടിരുന്നും ക്ഷമ എന്താണ് എന്ന് മനസ്സിലാക്കി. ഇവിടെ വരുന്ന രോഗികളുടെ വേദന അറിയുമ്പോൾ എന്റെ വേദന ഒന്നും തന്നെയല്ലാതാവുന്നു.

ക്ഷമയുടെ ഗൃഹപാഠങ്ങൾ

റിജി

2008 –ൽ ഐഎപിസി ഓഫീസ് സ്റ്റാഫായി ജോലിയ്ക്ക് വരുമ്പോൾ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്താണെന്നോ അതിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെപ്പറ്റിയോ എനിക്ക് അറിയില്ലായിരുന്നു. ഇവിടെ വന്നതിന് ശേഷമാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിനെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കിയത്. ഐഎപിസി സ്റ്റാഫാണെങ്കിലും മരുന്നുകളുടെ കണക്കുകൾ (സ്റ്റോക്ക്) നോക്കാൻ എന്നെ പഠിപ്പിക്കണമെന്ന് ഷീല ചേച്ചിയോട് ശശിരാജസാർ പറഞ്ഞിരുന്നു. ഷീല ചേച്ചി ഭംഗിയായി തന്നെ ആ ജോലി നിർവഹിച്ചു. ഒരാഴ്ചകൊണ്ട് മെഡിസിന്റെ പേരും, സ്റ്റോക്കും, കൊടുക്കേണ്ട രീതികളും ഞാൻ പഠിച്ചു. അങ്ങിനെയിരിക്കെ ഒരു ദിവസം ഷീല ചേച്ചി വളരെ തിരക്കിലായിരുന്നു. ഇന്ദിര ചേച്ചി എന്നോട് ഒരു ബ്രോഷർ എടുക്കാൻ പറഞ്ഞു. എനിക്ക് അതെവിടെയാണെന്ന് അറിയില്ലായിരുന്നു. ഞാൻ ഷീല ചേച്ചിയെ വിളിച്ചുകൊണ്ടുവന്നു. ചേച്ചി അതെടുത്തപ്പോൾ ഞാൻ പറഞ്ഞു. എനിക്ക് പറഞ്ഞുതന്നില്ലല്ലോ അത് ഇവിടെയുണ്ടെന്ന്. അപ്പോൾ ഇന്ദിരേച്ചി മറുപടി പറഞ്ഞു. ചേച്ചി ചെയ്യുന്നത് എന്താണെന്ന് അനിയത്തി അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്. എന്റെ പതിവ് ശൈലിയിൽ ഈ ചേച്ചി എന്താ ഇങ്ങനെ പറയുന്നത് എന്ന് ചിന്തിച്ചു. കുറച്ച് കഴിഞ്ഞപ്പോൾ എനിക്കുതന്നെ തോന്നി ഇന്ദിരേച്ചി പറഞ്ഞതിലും കാര്യമുണ്ട്. എനിക്ക് അറിയാമെങ്കിൽ തിരക്കുള്ള സമയത്ത് ചേച്ചിയെ സഹായിക്കാമല്ലോ. അന്നുമുതൽ ഞാനും ഷീലേച്ചിയോട് ഓരോന്ന് ചോദിക്കാൻ തുടങ്ങി. പിന്നെ എന്നെ അത്ഭുതപ്പെടുത്തിയത് എല്ലാവരോടുമുള്ള ഷീലചേച്ചിയുടെ പെരുമാറ്റമാണ്. വന്ന സമയത്ത് ഞാൻ ചിന്തിക്കാറുണ്ട്. ചേച്ചിയ്ക്ക് എങ്ങിനെയാണ് എല്ലാവരോടും ഒരുപോലെ ചിരിച്ച് സംസാരിക്കാൻ കഴിയുന്നതെന്ന്. അതുപോലെയാവാൻ ഞാൻ വിചാരിച്ചെങ്കിലും ഇന്നുവരെ എനിക്കതിന് കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല എന്നത് വാസ്തവം.

മലയാളം ഒഴുക്കോടെ ടൈപ്പ് ചെയ്യാൻ എന്നെ സഹിയച്ചത് അരവിന്ദാക്ഷൻ സാറാണ്. ഓഫീസിൽ നിന്നുള്ള എഴുത്തുകളെല്ലാം ടൈപ്പ് ചെയ്യാൻ എന്നെ ഏല്പിച്ചിരുന്നു. ശശിസാറിന്റെയും അരവിന്ദാക്ഷൻ സാറിന്റെയും സുമനസ്സാൽ 2010 ഡിസംബർ മുതൽ ഞാൻ പാലിയേറ്റീവിലെ ഓഫീസ് സ്റ്റാഫായി മാറി. ഇവിടെ വന്നതിന് ശേഷം എന്റെ സ്വഭാവത്തിൽ തന്നെ ഒത്തിരി മാറ്റങ്ങൾ വന്നതായിട്ടാണ് എനിക്ക് തോന്നിയിട്ടുള്ളത്. കാരണം, ആരെങ്കിലും ഒരു കാര്യം പറഞ്ഞാൽ അതെനിക്ക് ഇഷ്ടപ്പെട്ടില്ലെങ്കിൽ ഉടനെത്തന്നെ ഞാൻ പ്രതികരിക്കും. എന്നാൽ ഈ സമയത്തൊക്കെ ഒരു മകളെപ്പോലെ, എന്താ റിജീ, പ്രായമായവരല്ലേ അങ്ങനെ പറയരുത്, ഇഷ്ടപ്പെട്ടില്ലങ്കിൽ മിണ്ടാതിരിക്ക് എന്ന് പറഞ്ഞ് എന്നെ തിരുത്താൻ ശ്രമിക്കുന്ന അരവിന്ദാക്ഷൻ സാർ. സാറിന്റെ വാക്കുകൾ കേട്ട് കേട്ട് എന്റെ സ്വഭാവത്തിൽ പൂർണ്ണമായിട്ടില്ലെങ്കിലും അമ്പത് ശതമാനം മാറ്റം വന്നിട്ടുണ്ടെന്ന് നിസ്സംശയം പറയാം.

ആദ്യമൊക്കെ ഇവിടെ വരുന്ന രോഗികളോട് അവരുടെ വിശേഷങ്ങളോ, വിഷമതകളോ ഒന്നും ഞാൻ ചോദിക്കാറില്ലായിരുന്നു. അതിന് ഇവിടെ വേറെ ധാരാളം ആളുകൾ ഉണ്ടല്ലോ എന്ന തോന്നലായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ അങ്ങനെയല്ല. ഒരാളെ കണ്ടാൽ എന്താണ് ആവശ്യമെന്ന് ചോദിച്ച് അവരെ തന്നാൽ കഴിയും വിധം സഹായിക്കാൻ ശ്രമിക്കാറുണ്ട്. ആ മനസ്സ് പാലിയേറ്റീവിൽ നിന്നും കിട്ടിയ വലിയ സമ്മാനം തന്നെയാണെന്ന് കരുതുന്നു.

കൂട്ടായ്മയുടെ ഭാഗം

ഷീല കെ.

എന്റെ മകന്റെ ടീച്ചറായിരുന്ന ഉഷ ശശികുമാരൻ രാജ വഴിയാണ് 2003 ൽ ഞാൻ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ എത്തിയത്. ആ സമയത്ത് ജില്ലാശുപത്രിയുടെ അടുക്കളയുടെ ഒരു ഭാഗത്തായിരുന്നു നമ്മുടെ ഓഫീസിന്റെ പ്രവർത്തനം. ഞാൻ വന്ന ദിവസം അവിടെ ദിവാകരൻ സാറും, മുരളീരാജ സാറും, ശശി സാറുമാണ് ഉണ്ടായിരുന്നത്. ഇവിടെ വരുന്ന സമയത്ത് എനിക്ക് വളരെ പേടിയായിരുന്നു. കാരണം, പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്താണെന്നോ, അതിന്റെ പ്രവർത്തനത്തെ കുറിച്ചോ ഒന്നും അറിയില്ലായിരുന്നു. ഞായർ ഒഴിച്ച് എല്ലാ ദിവസവും പ്രവൃത്തി ദിവസങ്ങളായിരുന്നു. ആഴ്ചയിൽ മൂന്ന് ദിവസം ഉച്ചവരെ ഓഫീസിലും ഉച്ചതിരിഞ്ഞ് ഒ.പിയിലുമായിരുന്നു ഡ്യൂട്ടി. മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ സർജറി ഒ.പി. കഴിഞ്ഞതിന് ശേഷം രണ്ട് മണി മുതലാണ് നമ്മുടെ ഒ.പി. തുടങ്ങിയിരുന്നത്. അവിടെ വച്ചാണ് ഉണ്ണിയേട്ടനേയും പ്രഭാകരൻ സാറിനേയും ഡോക്ടർമാരെയും കാണുന്നത്. മോർഫിൻ ഗുളികകൾ കൊടുക്കുന്നതും രജിസ്റ്റർ എഴുതേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചും എനിക്ക് മനസ്സിലാക്കി തന്നത് ദിവാകരൻസാറും, ഉണ്ണിയേട്ടനുമായിരുന്നു. ബാക്കി മരുന്നുകളെ കുറിച്ചും അത് എഴുതുവാനും പഠിപ്പിച്ചു തന്നത് ശശിരാജ സാറായിരുന്നു. രോഗികൾക്ക് റൈസ് കിറ്റ് കൊടുക്കുന്നതും, വാട്ടർ ബെഡ് നല്കുന്നതും പഠിപ്പിച്ചു തന്നത് മുരളി സാറാണ്. ഒ.പിയില്ലാത്ത ദിവസങ്ങളിൽ ചുരുക്കം ചില സ്ഥലങ്ങളിൽ ബോക്സ് കളക്ഷനെടുക്കുന്നതിന് ഷീബചേച്ചിയുടെയും, മിനി ചേച്ചിയുടെയും കൂടെയാണ് പോകാറുള്ളത്.

ഫെഡറൽ ബാങ്കിൽ ചെന്നപ്പോഴാണ് അരവിന്ദാക്ഷൻ സാറിനെ പരിചയപ്പെടുന്നത്. സൊസൈറ്റിയിൽ സാറിന്റെ സ്ഥാനമെന്താണെന്ന് പോലും എനിക്ക് അറിയില്ലായിരുന്നു. ഞാൻ കുറച്ച് ബില്ലുകൾ ബാങ്കിൽ പോകുമ്പോൾ സാറിന്റെ കൈയിൽ കൊടുക്കും. എനിക്ക് മാസശമ്പളം സാറ് തരും. അപ്പോഴും എനിക്ക് അറിയില്ലായിരുന്നു, സാറാണ് കണക്കുകൾ എഴുതിയിരുന്നതെന്ന്. പിന്നെ സാറിനെ കാണുന്നത് ഹോംകെയർ പോകുമ്പോഴും, ബാങ്കില്ലാത്ത ദിവസങ്ങളിൽ ക്ളിനിക്കിൽ വരുമ്പോഴുമാണ്. വരവുചെലവ് കണക്കുകളും ബാലൻസ് ഷീറ്റ് ഉണ്ടാക്കുവാനും പഠിപ്പിച്ച് തന്നത് സാറായിരുന്നു. അങ്ങനെയാണ് അക്കൗണ്ടിങ്ങ് പഠിച്ചത്.

അതിനുശേഷം ഡി.എം.ഒ. ഓഫീസിൽ വളണ്ടിയേഴ്സ് ട്രെയിനിങ്ങ് നടന്നിരുന്നു. അതിൽ പങ്കെടുത്ത് മുരളി സാറിന്റെ കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ ക്ളാസ് കേട്ടതോടുകൂടിയാണ് രോഗികളുമായും മറ്റുള്ളവരുമായും നല്ലതുപോലെ ഇടപെഴകുന്നതിന് സാധിച്ചത്.

ഓക്സിലറി നഴ്സിങ്ങ് പഠിച്ച ഞാൻ രാധ സിസ്റ്ററുടെയും ഡോ. കൃഷ്ണകുമാറിന്റെയും കൂടെ ഹോംകെയർ പോയി. രാധ സിസ്റ്ററാണ് ഹോംകെയറിനെക്കുറിച്ച് എല്ലാ കാര്യങ്ങളും പഠിപ്പിച്ചു തന്നത്.

2005–ൽ ഇവിടെയ്ക്ക് മാറിയപ്പോഴാണ് ഒ.പിയും ഓഫീസും ഒരു സ്ഥലത്ത് പ്രവർത്തിച്ചു തുടങ്ങിയത്. ഐപി തുടങ്ങിയതിന് ശേഷം നേഴ്സിങ്ങ് ജോലി ഒഴിച്ച് മരുന്നുകളും ഓഫീസ് വർക്കും മാത്രമായി മാറി. കുറേ പേരുടെ സഹകരണം കൊണ്ട് മാത്രമാണ് എനിക്ക് ഇവിടെ വരെ എത്തിച്ചേരുവാൻ സാധിച്ചത്.

ആരോഗ്യം എന്ന സമ്പത്ത്

സുബൈദ കെ.

അമല ഹോസ്പിറ്റലിലെ നീണ്ട പത്ത് വർഷത്തെ സേവനംത്തിന് ശേഷമാണ് ഞാനിവിടെ എത്തിപ്പെടുന്നത്. എന്റെ സീനിയർ സ്റ്റാഫും നല്ലൊരു സുഹൃത്തുമായ സുബി സിസ്റ്റർ വഴിയാണ് ഇവിടെയെത്തിയത്. ഇവിടേയ്ക്ക് വരുന്നതിന് മുമ്പ് ഈ സൊസൈറ്റിയുടെ കാര്യങ്ങളൊക്കെ ചേച്ചി പറഞ്ഞുതന്നു. മൂന്ന് മാസത്തെ ട്രെയിനിങ്ങും ഇവിടെയെത്തിപ്പെടുന്ന രോഗികളുടെ അവസ്ഥയും. 2011 ഫെബ്രുവരിയിൽ ഇന്റർവ്യൂ നടന്നു. ഇതൊരു ഗവൺമെന്റ് സ്ഥാപനമല്ലെന്നും നല്ലവരായ ജനങ്ങളിൽ നിന്നും കിട്ടുന്ന പൈസയിൽ നിന്നാണ് ഇവിടത്തെ കാര്യങ്ങളൊക്കെ നടന്നുപോകുന്നതെന്നും മനസ്സിലായി. അതിനൊപ്പം തന്നെ ഒന്നും പ്രതീക്ഷിക്കാതെ കുറേ നല്ല കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും.

ട്രെയിനിങ്ങിന്റെ ഭാഗമായ ക്ളാസ്സുകൾ നല്ലപോലെ മനസ്സിലാകുന്ന രീതിയിൽ തന്നെയാണ് എടുത്തുതരുന്നത്. ഈ സമയത്ത് ഫിസിയോതെറാപ്പിയിലും, ഐപിയിലും, ഒപിയിലും ജോലി ചെയ്തു. ഹോംകെയർ പോകുമ്പോൾ രോഗിയുടെ ചുറ്റുപാടുകൾ മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കും. നമ്മൾ വീടുകളിലേയ്ക്ക് കയറിചെല്ലുമ്പോൾ പുഞ്ചിരിച്ചുകൊണ്ടാണ് അവരുടെ കാര്യങ്ങൾ അന്വേഷിക്കുന്നത്. അവരുടെ വിഷമങ്ങളിലും നമ്മൾ പങ്കുകൊള്ളാറുണ്ട്. അതുകൊണ്ടാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റെ നട്ടെല്ലാണ് ഹോംകെയർ എന്നുപറയുന്നത്.

ജീവിതത്തിൽ മറക്കാനാവാത്ത ഒരുപാട് രോഗികളുടെ അവസ്ഥ എന്നും മനസ്സിൽ മായാതെ കിടക്കുന്നു ഇവിടെത്തിപ്പെടുന്ന ഓരോ രോഗിയെയും ശുശ്രൂഷിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ കൂടപ്പിറപ്പുകളാണ് അവർ, രോഗം ആരുടെയും കുറ്റമല്ല എല്ലാവർക്കും ഏത വസ്ഥയും വരാം എന്ന് തോന്നാറുണ്ട്. അവരുടെ എല്ലാ വേദനകളിലും അവരോടൊപ്പം നിന്ന് ആശ്വസിപ്പിക്കാറുണ്ട്.

ഈ സ്ഥാപനത്തിൽ ജോലി ചെയ്യുമ്പോഴാണ് എന്റെ വിവാഹം കഴിഞ്ഞത്. വീട്ടുകാരെപ്പോലെ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും എനിക്ക് നല്ലതുപോലെ ചെയ്തുതന്ന എല്ലാവരുടെയും നല്ല മനസ്സിന് എപ്പോഴും നന്ദിയും പ്രാർത്ഥനയുമുണ്ടാകും.

ഓരോ വർഷവും ജീവനക്കാരെല്ലാവരുമൊന്നിച്ച് ഉല്ലാസയാത്ര പോകാറുണ്ട്. വീടുകളിൽ നിന്ന് പോകുന്നതിലും സന്തോഷമായാണ് ആ യാത്ര ഞങ്ങൾ ആഘോഷിക്കുന്നത്. ഇതെല്ലാം മറക്കാനാവാത്ത അനുഭവങ്ങളാണ്.

നമ്മുടെ ജീവിത സുഖദു:ഖത്തിനിടയിൽ ഓരോ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ ഇവിടെത്തിപ്പെടുന്ന രോഗികളുടെ അവസ്ഥകൾ കാണുമ്പോൾ നമ്മൾ എത്ര ഭാഗ്യവാന്മാർ എന്ന് ചിന്തിച്ച് പോകാറുണ്ട്.

നമ്മുടെ ഏറ്റവും വലിയ സമ്പത്തെന്ന് പറയുന്നത് ആരോഗ്യമുള്ള അവസ്ഥയാണെന്ന് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു.

മാന്ത്രിക വിദ്യയുടെ പാഠം

ഡാളി തോമസ്

കുറെ വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പാണ്...... ഗായകനും, സംഗീതജ്ഞനും, തബല ഉസ്താദുമായിരുന്ന അന്തരിച്ച ഫിലിപ്പ് വി. ഫ്രാൻസിസിന്റെ ഒരു സംഗീത പരിപാടി റീജിയനൽ തിയ്യേറ്ററിൽ കേൾക്കുവാനിടയായി. തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ക്ളിനിക്കിനു കുറച്ച് ഫണ്ട് കൈമാറുന്നതിനുവേണ്ടിയുള്ളതായിരുന്നു ആ പരിപാടി. അതിൽ എന്റെ മകനും പാടുന്നതുകൊണ്ടാണ് ആയത് ശ്രവിയ്ക്കുന്നതിന് ഞാനും പോയത്. അവശതയനുഭവിക്കുന്ന കാൻസർ രോഗികൾക്ക് നമ്മളാൽ കഴിയുന്ന ഒരു ചെറിയ സഹായം അത്രയെ അന്ന് മനസ്സിലാക്കിയുള്ളൂ. അന്നു വരെ എനിയ്ക്ക് ഈ സ്ഥാപനത്തെക്കുറിച്ച് യാതൊന്നും തന്നെ അറിയില്ലായിരുന്നു. പരിപാടിയ്ക്കു മുമ്പ് ഒരു ചെറിയ മീറ്റിങ്ങ് ഉണ്ടായിരുന്നു. അപ്പോഴാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി എന്ന ഈ സ്ഥാപനത്തെക്കുറിച്ച് കുറച്ചെങ്കിലും മനസ്സിലായത്. ജോലിയിൽ നിന്ന് വിരമിച്ച് കഴിഞ്ഞാൽ എന്തുതന്നെ യായാലും ഇവിടെ ചേരണം എന്ന് അന്ന് തന്നെ തീരുമാനിച്ചു.

പിന്നീട്, ജോലിയിൽ നിന്ന് വിരമിച്ചതിനുശേഷമാണ് ഇവിടേയ്ക്ക് വന്നു തുടങ്ങിയത്. ഇവിടെ വന്ന് ഈ സ്ഥാപനത്തിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഓരോന്നോരോന്നായി മനസ്സിലാക്കി. ഇവിടെയുള്ള ഓരോ ഡോക്ടർമാരും ഓരോ നഴ്സുമാരും ഓരോ സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകരും എന്തൊരു ഒത്തൊരുമയോടെയാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്! ആർക്കും വലിപ്പ ചെറുപ്പമോ, ദേഷ്യമോ അസൂയയോ ഒന്നും തന്നെയില്ല. എല്ലാവരുടെ മുഖങ്ങളിലും പുഞ്ചിരി മാത്രം! ഉദ്യോഗത്തിൽ വലിയ വലിയ തസ്തികകളിൽ നിന്നും വിരമിച്ച് വന്നിട്ടുള്ളവരാണധികവും. എന്നിട്ടും ആർക്കും അതിന്റെ യാതൊരു തലക്കനമോ, അഹംഭാവമോ ഇല്ല. എല്ലാവരും വളരെ ബഹുമാനത്തോടെയും സ്നേഹത്തോടെയുമാണ് പരസ്പരം കരുതുന്നതും സംസാരിക്കുന്നതും. ശരിക്കും പറഞ്ഞാൽ നല്ല മനുഷ്യരുടെ ഒരു കൂട്ടായ്മ.

ഇവിടെ ഞാൻ വന്നു തുടങ്ങിയ കാലത്ത് കാൻസർ രോഗികളായിരുന്നു കൂടുതലും വന്നിരുന്നത്. വായിൽ വ്രണങ്ങളുള്ളവരും ബ്രെസ്റ്റ് നീക്കം ചെയ്തവരും, തലമുടിയില്ലാത്തവരും, റേഡിയേഷൻ കഴിഞ്ഞ്, കരിഞ്ഞ വിറകുകൊള്ളി പോലെ ഇരിക്കുന്നവരേയുമൊക്കെ കാണുമ്പോൾ ആദ്യ കാലങ്ങളിൽ എനിയ്ക്ക് ഭയങ്കര മനഃപ്രയാസമായിരുന്നു. ഇവരോട് ഞാൻ എന്തുപറഞ്ഞാണ് ആശ്വസിപ്പിക്കുക എന്ന് പലപ്പോഴും തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. ചില രാത്രികളിൽ ഉറക്കം പോലും വരാതെ കിടന്നിട്ടുണ്ട്. പിന്നെ പിന്നെ, പതിയെ പതിയെ ആ പ്രയാസം കുറഞ്ഞു വന്നു. കാണുന്ന എല്ലാ രോഗികളോടും സ്നേഹത്തോടെ ഇടപെടാനും, അവർക്കുവേണ്ട ആശ്വാസവചനങ്ങൾ കൈമാറാനും പഠിച്ചു. എന്നെ ഈ സ്ഥാപനം പഠിപ്പിച്ചു എന്നതാണ് സത്യം. കുറച്ച് നാളുകൾക്ക് ശേഷമാണ് ഫിസിയോതെറാപ്പിയൂണിറ്റ് ആരംഭിച്ചത്. അവിടെ ജോലി ചെയ്തു തുടങ്ങിയപ്പോഴാണ് ശരീരം തളർന്നവരുടെ അവശത ശരിക്കും മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞത്. കാൻസർ രോഗം വന്നാൽ കുറച്ച് കാലം കഴിഞ്ഞ് മരിച്ച് പോകും. എന്നാൽ ബൈക്ക്/കാർ അപകടങ്ങൾ, വലിയ മരങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള വീഴ്ച എന്നിവയാൽ നട്ടെല്ലിന് ക്ഷതം സംഭവിച്ച ചെറുപ്പക്കാരുടെ അവശതകളും പ്രയാസങ്ങളും നേരിട്ട് മനസ്സിലാക്കാൻ അവസരം ലഭിച്ചു. അവരുടെ വീട്ടുകാരുടെ ദയനീയ സ്ഥിതി കണ്ടപ്പോൾ, ഏറ്റവും ശോചനീയ അവസ്ഥ അവരുടേതാണെന്ന് മനസ്സിലായി. അവർക്കും അവരുടെ വീട്ടുകാർക്കും വേണ്ടി പുനരധിവാസ പ്രവർത്തനങ്ങൾ തുടങ്ങിയ സമയത്ത് ആ വീട്ടുകാരുടെ സന്തോഷവും സംതൃപ്തിയും നേരിട്ട് കണ്ടറിഞ്ഞു. പിന്നെയാണ് നമ്മുടെ സ്ഥാപനം കിഡ്നി രോഗികളിലേയ്ക്കിറങ്ങി ചെന്നത്. ആഴ്ചയിൽ രണ്ടും മൂന്നും ഡയാലിസിസ് വേണ്ടി വരുന്ന രോഗികളേയും, അവരുടെ സാമ്പത്തിക പ്രയാസങ്ങളും മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചു. ഇപ്പോൾ നമ്മുടെ സ്ഥാപനം മാനസികമായി ബുദ്ധിമുട്ടുന്നവരെ സഹായിക്കുന്നതിനായി ഒരു പുതിയ വിഭാഗം ആരംഭിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഇന്ന് നമ്മുടെ ജില്ലയിൽ തന്നെ വളരെയധികം സാന്ത്വന ക്ളിനിക്കുകൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. അതിനാൽ മുൻവർഷങ്ങളിൽ നിന്നും രോഗികളുടെ എണ്ണത്തിൽ സ്വല്പം കുറവ് വന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിലും, കൂടുതൽ ഊർജ്ജസ്വലരായി തന്നെയാണ് നാം പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ദരിദ്രനോടും ധനവാനോടും ഒരേ ആർദ്രതയോടെ, ഒരേ സ്നേഹത്തോടെ സംസാരിയ്ക്കാനും, എല്ലാവരേയും സ്നേഹത്തോടെ സ്വീകരിയ്ക്കാനും, കരുണയുടെ ഭാഷകൊണ്ട് അവർക്ക് ആശ്വാസം പകരാനും ഉള്ള വിസ്മയകരമായ മാന്ത്രിക വിദ്യ ഞാൻ പഠിച്ചെടുത്തത് ഇവിടെ നിന്നാണ്.

ആർദ്രമാക്കിയ അനുഭവം

രാജി സുന്ദരം

ഞാനിവിടെ 2009 സെപ്തംബർ മുതൽ വളണ്ടിയറായി പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്നു. ഇവിടെതന്നെ സേവനം ചെയ്യുന്ന ഡോ. മീനാക്ഷിയാണ് എന്റെ ആഗ്രഹപ്രകാരം എന്നെ ഇവിടേയ്ക്ക് നയിച്ചത്.

ആദ്യത്തെ 2 കൊല്ലത്തോളം ഹോം കെയർ വിസിറ്റിന് പോകാറുണ്ടായിരുന്നു. പിന്നെ ശാരീരിക പ്രശ്നം കാരണവും, എന്റെ ഏക സഹോദരന്റെ മരണവും, അതിനെ തുടർന്ന് പ്രായമായ അമ്മയുടെ പരിചരണവും മരണവും എല്ലാം പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിൽ നിന്ന് എന്നെ മാറ്റി നിർത്തി. ഇപ്പോൾ രണ്ട് കൊല്ലത്തോളമായി വീണ്ടും സജീവമാകാൻ ശ്രമിക്കുന്നു.

ഇവിടെ വന്നപ്പോൾ ആദ്യം മുരളീ രാജയെയാണ് പരിചയപ്പെട്ടത്. അദ്ദേഹം കാര്യങ്ങൾ വിശദീകരിച്ചുതന്നു. ആദ്യം തോന്നിയ വികാരം ഞാൻ നല്ലൊരു സ്ഥലത്താണ് എത്തിപ്പെട്ടിട്ടുള്ളത് എന്നാണ്. ചെറുപ്പത്തിൽ തന്നെ നഴ്സിങ്ങ് എന്റെ രക്തത്തിൽ അലിഞ്ഞ് ചേർന്ന ഒരു പ്രവൃത്തിയായിരുന്നു. അതായിരിക്കാം എന്നെ ഇവിടെ കൊണ്ടെത്തിച്ചത്.

കാൻസർ മൂലം മരിച്ച എന്റെ സഹോദരന്റെ റിപ്പോർട്ടെല്ലാം ഇവിടത്തെ ഡോക്ടർമാരെ കാണിച്ച് അപ്പപ്പോഴത്തെ നിലവാരം അറിയാൻ സാധിച്ചു. അതിന് എന്നെ സഹായിച്ച ഇവിടത്തെ ഡോക്ടർമാരെ എത്ര പറഞ്ഞാലും പോരാ. അതിന്ശേഷം അമ്മയുടെ കാര്യത്തിലും ഹോം കെയറിന് വരുമ്പോഴും അല്ലാതെ ഫോണിലൂടെയും ഒരുപാട് നിർദ്ദേശങ്ങളും ഉപദേശങ്ങളും തന്ന ഡോക്ടേഴ്സിനേയും നേഴ്സുമാരേയും സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരേയും ഇത്തരുണത്തിൽ ഓർക്കുന്നു.

ആദ്യനാളുകളിൽ ക്ളിനിക്കിൽ നിന്ന് തിരിച്ച് വീട്ടിൽ വന്നാൽ പിന്നെ ഒരു ജോലിയും ചെയ്യാൻ തോന്നിയിരുന്നില്ല. ഒരുപാട് കരയുമായിരുന്നു. പിന്നെ, കരയാനല്ലല്ലോ ഇവിടെ വരുന്നത് സാന്ത്വനിപ്പിക്കാനല്ലെ എന്നുള്ള സഹപ്രവർത്തകരുടെ കൂടെക്കൂടെയുള്ള ഉപദേശം ക്രമേണ കരച്ചിൽ നിർത്താൻ എന്നെ സഹായിച്ചു. ഈ ലോകത്ത് നമ്മളൊക്കെ എത്ര ഭാഗ്യവാന്മാർ, നമ്മൾ സ്വർഗ്ഗത്തിലാണ് എന്നുള്ള വിചാരങ്ങൾക്ക് വഴിയൊരുക്കി, ഇവിടത്തെ വരവ്. ഞാൻ വൈകിയോ ഇവിടെയെത്താൻ എന്നുള്ള ചിന്ത എന്നെ പിന്തുടർന്നു.

ഇവിടെ വന്നശേഷം എനിക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ച കാര്യങ്ങൾ - ഡോക്ടർമാർ - രോഗികളോടും കുടുംബാംഗങ്ങളോടും സംസാരിക്കുന്നതും അതിലുപരി അവർ പറയുന്നത് കേൾക്കാനുള്ള ക്ഷമ കാണിക്കുന്നതും - വേറെ എവിടേയും കാണാത്ത ഒന്നാണ്. സാന്ത്വനം പേരിനെ അന്വർത്ഥമാക്കുന്നതുതന്നെ.

- ഇവിടെ വന്നശേഷം കാൻസറിനെക്കുറിച്ചും പാലിയേറ്റീവ് ചികിത്സാരീതിയെക്കുറിച്ചും കുറച്ചൊക്കെ മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചു.

- ഇവിടത്തെ ഹോംകെയർ വിസിറ്റിലൂടെ രോഗികളുമായി കൂടുതൽ അടുക്കാനുള്ള അവസരം ഉണ്ടാവുന്നു. അവരുടെ സാമൂഹ്യവും സാമ്പത്തികവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കുന്നു.

- കാൻസർ, കിഡ്നി തുടങ്ങിയ അസുഖമുള്ളവർക്ക് സർക്കാരിൽ നിന്നുള്ള വിവിധതരം ധനസഹായം, പെൻഷൻ മുതലായ കാര്യങ്ങൾക്കുള്ള ഫോമുകൾ ശരിയാക്കി അവർക്ക് വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ കൊടുക്കുന്നതിലും കൃതാർത്ഥതയുണ്ട്.

- മരുന്നുകളെക്കുറിച്ച് സ്വതവേ തല്പരയായ എനിക്ക് അത് ഏത് രീതിയിൽ രോഗിക്ക് കൊടുക്കണം എന്ന ഡ്രഗ് ചാർട്ട് എഴുതുന്നതും പ്രയോജനകരമായി തോന്നി.

- അർഹതപ്പെട്ട രോഗികൾക്കുള്ള അരി, പലവ്യഞ്ജന കിറ്റ്, ഓണം സ്പെഷ്യൽ കിറ്റ്, റീഹാബിലിറ്റേഷൻ പദ്ധതി എന്നീ കാര്യങ്ങളോട് മതിപ്പ് തോന്നിയിട്ടുണ്ട്.

പ്രത്യക്ഷമായി ആഴ്ചയിൽ 2 ദിവസമേ വരുന്നുള്ളൂവെങ്കിലും പാലിയേറ്റീവിനെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്ത സദാ എന്നിലുണ്ട്. ആ രണ്ട് ദിവസങ്ങൾ ചുമതലാ ബോധമുള്ളവയായി എന്നെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തും.

റോൾ മോഡൽ

ജ്യോതി ജയൻ വാര്യർ

ആത്മ ഫൗണ്ടേഷൻ സംഘടിപ്പിച്ച വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായുള്ള ശില്പ ശാലയിൽ ഡോ. രാജഗോപാൽ റോൾ മോഡൽ കണ്ടുപിടിക്കുക എന്ന ആശയത്തോടെയാണ് സാന്ത്വന പരിചരണം അവതരിപ്പിച്ചത്. ജീവിത ത്തിലേക്ക് പകർത്തേണ്ട കാര്യങ്ങൾ നാം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന ആ റോൾ മോഡലിനെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും എന്ന് അദ്ദേഹം വിവരിച്ചു.

അന്നത് കേട്ടപ്പോൾ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ രംഗത്ത് റോൾ മോഡൽ ആയി ആദ്യം മനസ്സിൽ കയറി വന്നത് ഡോ. ദിവാകരൻ തന്നെയാണ്. അദ്ദേ ഹം പറഞ്ഞു തന്നിട്ടുള്ള കാര്യങ്ങളും, അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രവർത്തന ശൈലി യും; ഞാൻ ഒരു ഡോക്ടർ അല്ലാതി രുന്നിട്ടുകൂടി കേട്ടും കണ്ടും പഠിക്കു വാൻ ധാരാളം. സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തന ത്തിനും, മനുഷ്യാവകാശ പ്രവർത്ത നത്തിനും തുനിയുമ്പോൾ ഉണ്ടാ കേണ്ടതായ വിചാരങ്ങൾ – അംഗീകാ രങ്ങൾക്ക് വേണ്ടിയോ, സ്ഥാനമാനങ്ങ ൾക്ക് വേണ്ടിയോ അല്ല. നമ്മുടെ കർമ്മങ്ങളിൽ വിശ്വസിക്കുക, പ്രവർ ത്തിക്കുക, സാന്ത്വന പരിചരണത്തി ൽ വിജയപരാജയങ്ങൾ ഇല്ല. നമ്മൾ ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തി തന്നെയാണ് ഫലവും. തിരിച്ച് ലഭിക്കുന്ന സ്നേഹം ആണ് അംഗീകാരം.

ഈരംഗത്ത് അഞ്ച് വർഷം പിന്നിടു മ്പോൾ ജീവിതത്തെ കുറിച്ച് കൂടുത ൽ പഠിച്ചു. പ്രശ്നങ്ങൾ നേരിടുമ്പോ ൾ റോൾ മോഡൽ ആയി തെളിഞ്ഞു വരുന്നത് ഇവിടെ പരിചയപ്പെട്ട രോഗി യൊ ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന ബന്ധുവോ ആയിരിക്കും. വെല്ലുവിളികളെ നേരി ട്ടു മുന്നേറുന്ന അവരുടെ ജീവിത കഥ കൾ എന്നും പ്രചോദനം തന്നെയാണ്. പ്രത്യേകിച്ച് ഞാൻ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ഇടപഴകുന്ന വൃക്കരോഗികളും, അവരുടെ കുടുംബങ്ങളും. ദീർഘ കാലമായി എന്നും എന്ന കണക്കിൽ പ്രതിസന്ധികൾ, ഭീതി, വിഷമങ്ങൾ അതിജീവിച്ചുകൊണ്ട് മുന്നോട്ട് പോകുന്നു.

ജീവിതത്തിന് ഒരു അന്ത്യമുണ്ടെന്നും ഒന്നും കൂടെ കൊണ്ടുപോകുവാനാ കില്ലെന്നും ഉള്ള ഓർമ്മപ്പെടുത്തലു കൾ.

ഒരു ചെറിയ പ്രശ്നത്തിൽ വിഷമം വന്നപ്പോൾ എല്ലാത്തിൽ നിന്നും ഒളി ച്ചോടുവാൻ തുനിഞ്ഞ സന്ദർഭത്തിൽ വിജേഷിന്റെ ഫോൺ വന്നത് ഇന്നും ഓർക്കുന്നു. ഒരു അപകടത്തിൽ പെട്ട് 14 വർഷമായി വീൽ ചെയറിൽ ജീവിതം നയിക്കുന്ന ആ കുട്ടി, എന്താണ് പ്രശ്നം ടീച്ചറെ എന്ന് ചോദിച്ചപ്പോൾ – ഒന്നുമില്ല എന്ന് പറ യേണ്ടി വന്നു. ആ കുട്ടി കടന്നുപോ കുന്ന വഴികൾ നോക്കുമ്പോൾ എന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ എത്ര നിസ്സാരം എന്ന് തോന്നിപ്പോയി. അന്ന് വിജേഷാ യിരുന്നു റോൾ മോഡൽ.

ഹിമാലയത്തിൽ ട്രക്കിങ്ങിനുപോയ അവസരം. രണ്ടാം ദിവസം പകുതി വഴി വച്ച് ശരീരവും മനസ്സും തളർ ന്നു. കൂട്ടുകാരൊക്കെ എന്നെ പിന്നി ലാക്കി ഏറെ ദൂരം മുന്നോട്ട് പോയിരി ക്കുന്നു. എനിക്ക് പോകുവാൻ കുറെ യേറെ ദൂരം ബാക്കി. ദുർഘടം നിറ ഞ്ഞ മലകൾ കയറി പോകണം. ഒരടി മുന്നോട്ടു വയ്ക്കുവാൻ ആകാതെ തളർന്ന് ഇരുന്നുപോയ എന്നോട് ഗൈ ഡ് ആയ ശ്രീചന്ദ് ഏറെ നേരം സം സാരിച്ചു. എന്റെ മനസ്സ് ശാന്തമാക്കി, നടത്തം മുഴുവനാക്കുവാൻ വേണ്ടി യായിരുന്നു അത് എന്ന് പിന്നീടാണ് മനസ്സിലായത്. എന്നെങ്കിലും ജീവിത ത്തിൽ വഴികളെല്ലാം അടഞ്ഞിട്ടും മനഃശക്തി ആർജ്ജിച്ച് മുന്നോട്ട് പോയിട്ടില്ലേ എന്ന് ശ്രീചന്ദ് ചോദിച്ചു. ചേതന എന്ന വൃക്കരോഗികളുടെ കൂ ട്ടായ്മയിലെ ജീവിതകഥകളും രോഗി കളുടെ ബന്ധുക്കളുടെ വാക്കുകളും ആണ് ഓർമ്മ വന്നത്. ബാക്കിയുള്ള ദൂരം അന്നും പിന്നീട് രണ്ട് ദിവസവും ഞാൻ നടന്ന് തന്നെ പൂർത്തിയാക്കി.

അങ്ങനെ ജീവിതത്തെ മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകുമ്പോൾ തന്നെ, നിരവധി റോൾ മോഡലുകൾ – സാ ന്ത്വന പരിചരണത്തിലെ പ്രവർത്തനം എനിക്ക് നല്കിയിട്ടുള്ളതും ഇതാണ്. കൂടാതെ മനസ്സ് നിറയെ സ്നേഹവും, അനേകം സുഹൃത്തുക്കളും. പ്രതിഫ ലം ആഗ്രഹിക്കാതെയുള്ള ജോലിയാ ണെങ്കിലും, നേട്ടങ്ങൾ മാത്രം!

ഏറ്റവും വലിയ അതിശയം മരണം

സി. വിജയലക്ഷ്മി

2010 മുതലാണ് ഞാൻ പാലിയേറ്റീവിൽ വരാൻ തുടങ്ങിയത്. അതിനു മുമ്പേ അവിടവുമായി പരിചയമുണ്ടായിരുന്നു. കാരണം ഞങ്ങളുടെ വീടിന്റെ ചലനം പോലും നിർണയിച്ചിരുന്നത് ഒരർത്ഥത്തിൽ പാലിയേറ്റീവ് കെയറാണ്. സ്ഥിരമായി വന്നു തുടങ്ങിയത് ജോലിയിൽ നിന്ന് പിരിഞ്ഞശേഷമാണ്.

ആദ്യമായി വരുമ്പോൾ മറ്റുപലരേയും പോലെ എന്താണ് ചെയ്യേണ്ടത്, ചെയ്യരുതാത്തത് ഏത് എന്നൊക്കെയുള്ള ആശങ്കകളാൽ ഒരു പകപ്പിൽ മുമ്പേ വളണ്ടിയറായി വന്നിട്ടുള്ളവരുടെ അരികിൽ ഇരുന്ന് കാര്യങ്ങൾ കണ്ടുമനസ്സിലാക്കുകയായിരുന്നു.ഏറെ വൈകാതെ അവരോടൊപ്പം കൂടാൻ സാധിച്ചു. നമുക്കുള്ള ഇടം നമുക്കു തന്നെ കണ്ടെത്താവുന്ന, കണ്ടെത്തേണ്ടുന്ന ഒരു സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ട് പാലിയേറ്റീവിൽ.

ഫ്രണ്ട് ഓഫീസിലായാലും മരുന്നെഴുതുന്നിടത്തായാലും ഫിസിയോ തെറാപ്പി വിഭാഗത്തിലോ മറ്റോ ആയാലും കളക്ഷനുപോകുമ്പോഴായാലും ലഭിച്ച അവസരങ്ങളും അനുഭവങ്ങളും പലപ്പോഴും ജീവിത വീക്ഷണത്തിൽ തന്നെ വ്യത്യാസം വരുത്താൻ സഹായകമായിട്ടുണ്ട്.

2011 മുതൽ ഫിസിയോതെറാപ്പി വിഭാഗത്തിലെ വളണ്ടിയറായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന എന്നെ അവിടെ വരുന്ന ഓരോരുത്തരുടേയും ജീവിതം അവരുടെ ദുരിതം, നിസ്സഹായത, നിരാശ എന്നിവ വല്ലാതെ വേദനിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവരുടെ പ്രയാസങ്ങൾ കേൾക്കുമ്പോൾ അത് ഒരു തരിമ്പെങ്കിലും കുറയ്ക്കാൻ വേണ്ടി ശ്രമിക്കുമ്പോൾ അവർക്കുണ്ടാകുന്ന സമാധാനം, സന്തോഷം അതെന്നെയും വല്ലാതെ സന്തോഷിപ്പിക്കാറുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ എനിയ്ക്ക് വയ്യ, ഇനി പാലിയേറ്റീവിൽ പോകണ്ട എനിക്കൊന്നും ചെയ്യാനാവുന്നില്ല എന്നു തോന്നുന്ന നിമിഷങ്ങളിൽ ഇവരുടെ കണ്ണുകളിൽ കണ്ട തെളിച്ചം എനിക്കവിടെയെ ത്താനുള്ള ഊർജമാകുന്നു.

കളക്ഷനുപോകുന്ന ഒരവസരത്തിൽ ജോലിയിലിരിക്കുമ്പോൾ ചെയ്ത തെറ്റിനു പ്രായശ്ചിത്തമായാണിങ്ങനെ അല്ലെ എന്ന് ഒരപരിചിതൻ ചോദിച്ച വേളയിൽ ഒട്ടും ദ്വേഷം വരാതെ മറുപടി പറയാൻ കഴിഞ്ഞത് ഇവിടത്തെ അനുഭവങ്ങളും കാഴ്ചകളും തന്ന പാഠമാണ്. അതുപോലെത്തന്നെ സ്കൂളുകളിൽ ചിലതിലെങ്കിലും ബോധവത്ക്കരണ ക്ളാസ്സെടുക്കാൻ സമയം ചോദിച്ച് ചെന്ന് മണിക്കൂറുകളോളം പുറത്തെ ബഞ്ചിൽ ഇരുന്ന്, ഒടുവിൽ പ്യൂൺ വന്നു വിളിക്കുമ്പോൾ ഒരു ചെറുപുഞ്ചിരിയോടെ മേലധികാരിയെ കാണാൻ സാധിച്ചതും ഇവിടത്തെ അനുഭവങ്ങൾ തന്ന ബലമാണ്.

മഹാഭാരതത്തിൽ യക്ഷനോട് ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ അതിശയം എന്ത് എന്ന ചോദ്യത്തിന് യുധിഷ്ഠിരൻ നല്കുന്ന മറുപടി നമുക്കെല്ലാം

ബാധകമാണ്. മരണമെന്നത് നമുക്കും കൂടി ഉള്ളതാണെന്നിരിക്കെ നമുക്കുള്ളതല്ല എന്നു കരുതി ജീവിക്കുന്നതിനേക്കാൾ വിസ്മയകരമായി ഒന്നും ഈ ലോകത്തിലില്ല. എങ്കിലും നാമോരോരുത്തരും ആരോഗ്യത്തിലും സമ്പത്തിലും പദവിയിലും താണ് മരണത്തോടടുക്കുമ്പോൾ ജീവിതത്തെ ചേർത്തുപിടിക്കാനുള്ള വെമ്പലും മോഹവും ഒരു വ്യക്തിയിൽ കണ്ടത് എന്നും ഈ ജീവിതത്തിന്റെ അസ്ഥിരതയെ എന്നെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. ഞങ്ങൾക്കൊന്നും ആവില്ലെന്നറിഞ്ഞിട്ടും കാണാൻ ചെന്ന ഞങ്ങളോട് രോഗം ഭേദമാക്കാൻ എന്തെങ്കിലും മാർഗ്ഗമുണ്ടോ എന്നന്വേഷിച്ചറിയാൻ സഹായിക്കണമെന്ന് കെഞ്ചുന്ന മനുഷ്യന്റെ ദയനീയ രൂപം, ആ കണ്ണുകളിലെ ദൈന്യത ഒരിയ്ക്കലും മറക്കാനാവുന്നില്ല.

സന്തോഷം ഉള്ള സന്ദർഭങ്ങളിലും ദുരിതസമയങ്ങളിലും ചിലരൊക്കെ എന്നെ വിളിക്കാറുണ്ട്. ഞാൻ തിരിച്ചും ഇടയ്ക്കൊക്കെ അവരോട് സംസാരിക്കാറുണ്ട്. അവർ അവരുടെ ഒരു അടുത്ത ബന്ധു അഥവാ സുഹൃത്ത് ആയി എന്നെ കണക്കാക്കുമ്പോൾ എനിക്കുണ്ടാകുന്ന ആഹ്ളാദം ചെറുതല്ല.

ചില കാര്യങ്ങൾ എന്തിനാ ചെയ്യണത്, ചെയ്തിട്ടെന്തുകാര്യം എന്ന് നിസ്സഹായമാവുന്ന നിമിഷങ്ങ ളിൽ ആ പ്രവൃത്തി കൊണ്ട് ഗുണമുണ്ടായേക്കാവുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒരു മുഖം അത് ചെയ്യണം എന്ന ഉണർച്ചയിലേക്കെന്നെ എത്തിക്കാറുണ്ട്. അതുപോലെത്തന്നെ തൊട്ടുമുന്നിൽ നടക്കുന്ന നെറികേടിനെയെങ്കിലും എതിർക്കാനുള്ള ശേഷിയും എനിക്ക് പാലിയേറ്റീവ് തരുന്നുണ്ട്.

എല്ലാറ്റിനുമുപരിയായി ജീവിതത്തിൽ കൂടുതൽ ലാളിത്യം, ക്ഷമ, കാരുണ്യം, സത്യസന്ധത ഇവ പാലിക്കാൻ പാലിയേറ്റീവ് എനിക്ക് കരുത്തുതരുന്നു. തന്നേക്കാൾ താണവരോട്, ആരോഗ്യത്തിലോ സമ്പത്തിലോ ഏതു വിധേനയായാലും കാലുഷ്യമില്ലാതെ സ്വന്തം സഹോദരങ്ങളോടെന്നപോലെ സ്നേഹത്തോടെ വിശ്വാസത്തോടെ പെരുമാറാൻ എനിക്ക് ഏറെക്കുറെ കഴിയുന്നുണ്ടെന്നാണ് എന്റെ തോന്നൽ. അതിനെന്നെ പ്രാപ്തമാക്കിയതിൽ ചെറുതല്ലാത്ത ഒരു പങ്ക് പാലിയേറ്റീവിനുണ്ട്. ഒരു നല്ല കുടുംബത്തിലെ - പാലിയേറ്റീവ് കുടുംബം - അംഗമെന്ന നിലയിൽ തല ഉയർത്തി നടക്കാനാവുന്നത് എനിയ്ക്ക് ഏറെ ആത്മവിശ്വാസം നല്കുന്നുണ്ട്. തെറ്റിനെ പ്രതിരോധിക്കാനും സത്യസന്ധമായ കാര്യങ്ങളോടൊപ്പം നില്ക്കാനും പ്രത്യാശയോടെ ജീവിക്കാനും ആരോടും തുല്യഭാവനയോടെ പെരുമാറാനുമുള്ള മാനവികമായ മനസ്സ് അല്പമെങ്കിലും എനിക്കുണ്ടെങ്കിൽ അതിന്റെ പ്രധാനകാരണം പാലിയേറ്റീവ് തന്ന ആത്മവിശ്വാസമാണെന്നാണ് എന്റെ ബോധ്യം.

ഓരോ വ്യക്തിയ്ക്കും ഏറെക്കാര്യങ്ങൾ പഠിക്കാനുള്ള ഒരു ചെറുപാഠശാലയാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി.

ശാന്തിയും സന്തോഷവും

ലിസി ജോസഫ്

ഞാൻ വളരെ ജിജ്ഞാസയോടുകൂടിയാണ് 2011 മുതൽ തൃശ്ശൂർ സാന്ത്വനപരിചരണ കേന്ദ്രത്തിൽ പോയി തുടങ്ങിയത്. സമാന ചിന്താഗതിക്കാരായ, സേവന മനോഭാവമുള്ള, വലിപ്പ ചെറുപ്പ ചിന്താഗതിയില്ലാത്തവരുടെ ഒരു കൂട്ടായ്മ. അവരുമായി ഞാനും വളരെ വേഗം ഇണങ്ങിച്ചേർന്നു.

പിന്നീട് ദീർഘകാല അസുഖങ്ങളുമായികഷ്ടപ്പെടുന്നവരേയും അവരുടെ ആശ്രിതരേയും കാണാനും പരിചയപ്പെടുവാനും തുടങ്ങിയപ്പോൾ ആദ്യം വളരെ ദുഃഖം തോന്നി. പതിയെ ഞാൻ അതുമായി പൊരുത്തപ്പെടാൻ തുടങ്ങി. അവരെ കേൾക്കാനും അവരുടെ വേദനകളും കഷ്ടപ്പാടുകളും ലഘൂകരിക്കാൻ, നമ്മുടെ സ്ഥാപനത്തിന്റെ പരിമിതികളിൽ നിന്നുകൊണ്ട് കഴിയാവുന്നത് ചെയ്യാൻ തുടങ്ങിയപ്പോൾ വല്ലാത്തൊരു സമാധാനം അനുഭവിക്കാൻ തുടങ്ങി. പരിചയപ്പെട്ടവർ വീണ്ടും കാണുമ്പോൾ ഓടി വന്ന് അവരുടെ സന്തോഷങ്ങളും സങ്കടങ്ങളും ഒരു കുടുംബാംഗത്തെപ്പോലെ പറയുമ്പോൾ വളരെ സംതൃപ്തി തോന്നാറുണ്ട്.

വീടിന് പരിസരത്തുള്ള കിടപ്പുരോഗികൾക്ക് മരുന്നും മറ്റും കൊണ്ടുകൊടുക്കുകയും അവരുമായി സംസാരിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ ഒരു സംതൃപ്തി ലഭിക്കുന്നു. മാത്രമല്ല, അവരുടെ വേദനകളുടെ മുമ്പിൽ നമ്മുടെ വേദനകളും കഷ്ടപ്പാടുകളും ഒന്നുമല്ല എന്ന തിരിച്ചറിവും പ്രതിസന്ധികളെ നേരിടാനുള്ള ആത്മധൈര്യവും കൂടുന്നു.

എന്റെ വീട്ടിൽ ഒരു അപകടമുണ്ടായപ്പോൾ ഒരു സഹോദരിക്കെന്നപോലെ എല്ലാ സഹപ്രവർത്തകരും തന്ന സപ്പോർട്ട് വളരെ വലുതും വിലമതിക്കാൻ കഴിയാത്തതുമാണ്. സാന്ത്വന പരിചരണം നമ്മുടെ കടമയായി ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. അത് നമുക്ക് വല്ലാത്ത സമാധാനവും സന്തോഷവും, സംതൃപ്തിയും തരുന്നതായിട്ടാണ് എന്റെ അനുഭവം.

പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി
രോഗബാധിതരായി ചികിത്സ തേടിയവർ

വർഷം	രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത രോഗികൾ	ഗൃഹ പരിചരണം	2008ൽ ആരംഭിച്ച കിടത്തിചികിത്സാ വിഭാഗത്തിൽ പ്രവേശിപ്പിച്ചവർ	മരണപ്പെട്ടവർ
1998	18	18	-	-
1999	85	24	-	-
2000	195	30	-	-
2001	195	42	-	-
2002	409	58	-	-
2003	402	172	-	-
2004	506	412	-	-
2005	784	722	-	-
2006	802	1148	-	-
2007	869	1312	-	-
2008	916	1278	118	17
2009	1374	1585	460	94
2010	1792	1984	523	79
2011	1551	1953	541	101
2012	1523	1802	709	91
2013	1321	1715	562	106
2014	1508	1780	491	121
2015	1269	1768	494	98
2016	1117	2012	429	101
2017	1049	2137	426	96

ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ

(പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി പരിശീലന ഗവേഷണകേന്ദ്രം)
ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ, ഓക്സിലറി നഴ്സുമാർ, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ
എന്നിവർക്ക് നൽകിയ പരിശീലനത്തിന്റെ പട്ടിക

	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
BCCPM	-	-	-	7	22	10	12	16	6	5	6	9
BCCPN	-	-	-	55	38	36	11	30	13	24	25	23
BCCPAN	-	4	-	18	31	44	18	31	6	6	7	-
2 Weeks for BCCPM	-	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	-
2 Weeks for BCCPN	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
Volunteers 2 Days	93	167	64	61	107	85	81	147	116	52	108	149
Asha	-	-	-	-	-	-	-	45	15	-	32	-
Santhwanam	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-	-	-
MBBS	-	-	-	-	-	-	-	104	178	145	124	200
School	-	-	-	-	-	-	-	60	-	115	237	218
Handson Training BCCPM	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	-

(2000–ൽ ആരംഭിച്ച ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പഴയ ജില്ലാ ആശുപത്രി കെട്ടിടത്തിലേയ്ക്ക് മാറ്റിയതിന് ശേഷമുള്ള കണക്കുകൾ)

വാർധക്യം ബാധിക്കാത്ത കർമ്മം

കെ.എൻ. വാസുദേവൻ

റിട്ടയർമെന്റിനു ശേഷം ഏതെങ്കിലും നിഷ്പക്ഷമായ ചാരിറ്റബിൾ സംഘടനയിൽ ചേർന്ന് പ്രവർത്തിക്കണം എന്ന് വിചാരിച്ചിരുന്നു. അങ്ങനെ വിചാരിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ ഒരു ദിവസം മി: മുരളീരാജയും കുടുംബവും എന്റെ വീട്ടിൽ വന്നു. എന്റെ ഭാര്യയും മുരളിയുടെ ഭാര്യയും തൃശ്ശൂർ ഗവ: എഞ്ചിനീയറിങ്ങ് കോളേജിൽ ടീച്ചേഴ്സ് ആയിരുന്നു. അദ്ദേഹമാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയെ കുറിച്ച് എന്നോട് പറഞ്ഞത്. ഏതാണ്ട് 381/2 കൊല്ലം എഞ്ചിനീയറിങ്ങ് സർവ്വീസിൽ ആയിരുന്ന എനിക്ക് ഇതിൽ എന്തെങ്കിലും ചെയ്യുവാൻ സാധിക്കുമോ എന്ന് സംശയിച്ചിരുന്നു.

ആദ്യം രണ്ടു ദിവസത്തെ ട്രെയിനിങ്ങ് കഴിഞ്ഞു മതിലകത്ത്. അതിനുശേഷം തൃശ്ശൂർ ടൗണിൽ പഴയ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ ജനറൽ സർജറി വിഭാഗം ഒപി ഹാളിൽ പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനത്തിന് വന്ന് തുടങ്ങി. ആഴ്ചയിൽ മൂന്ന് ദിവസം ഉച്ച തിരിഞ്ഞ് രണ്ട് മണി മുതൽ തീരുന്ന തുവരെ. ചിലപ്പോൾ ഏഴ് മണിവരെ നീണ്ടിരുന്നു. കൂടാതെ ആഴ്ചയിൽ ഒരു ദിവസം ഹോംകെയർ. ആദ്യം രോഗികളുമായി സംസാരിക്കുവാൻ ശീലിച്ചശേഷം രോഗിക്ക് കേൾക്കാവുന്ന രീതിയിൽ പതിഞ്ഞ സ്വരത്തിൽ പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണത്തിന്റെ പരിധിയിൽ ഉള്ള ഉത്തരങ്ങൾ കൊടുത്തിരുന്നു. ഇതിനുശേഷം ഫയൽ എടുത്ത് രോഗി പറഞ്ഞതിൽ ആവശ്യമുള്ള കാര്യങ്ങൾ ഫയലിൽ എഴുതി ഡോക്ടർക്ക് കൊടുക്കും. ഒരു മാസത്തിനുശേഷം രജിസ്ട്രേഷൻ പഠിച്ചു. സീനിയർ വളണ്ടിയേഴ്സിന്റെ അടുത്തു നിന്ന്. ഒന്ന് രണ്ട് മാസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ഹോംകെയറിന് പോയി തുടങ്ങി. തൃശ്ശൂർ, പാലക്കാട്, എറണാകുളം ജില്ലയുടെ അങ്കമാലി വരെ ഉള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ. രാവിലെ പോയാൽ വൈകുന്നേരം ഏതെങ്കിലും സമയത്ത് തിരിച്ചെത്തും. പല തരം സാമൂഹ്യ സാമ്പത്തിക പ്രശ്നങ്ങൾ ഉള്ള രോഗികൾ. മരുന്നുകൾ കൊണ്ട് മാത്രം ഇവർക്ക് ആശ്വാസം കിട്ടുന്നില്ല. ഒരു പരിധി വരെ ഇവരുടെ സാമൂഹ്യ സാമ്പത്തിക പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരങ്ങൾ പറഞ്ഞുകൊടുക്കുവാൻ ശ്രമിച്ചിരുന്നു.

ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ നമ്മൾ അന്വേഷിച്ചു ചെല്ലുന്ന രോഗിയുടെ അന്തിമ കർമ്മങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കേണ്ടി വന്നിട്ടുണ്ട്. രോഗിയുടെ അടുത്ത ബന്ധുക്കളെ ആശ്വസിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ജനനവും മരണവും ജീവിതത്തിന്റെ രണ്ട് ഭാഗങ്ങളാണ്. ആർക്കും ഒഴിവാക്കാൻ പറ്റാത്ത അവിഭാജ്യ ഘടകങ്ങളാണ് എന്ന് അവരോട് പറയാൻ ശ്രമിക്കാറുണ്ട്. 2006 അവസാനം ഇപ്പോൾ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ബിൽഡിങ്ങിലേയ്ക്ക് വന്നു. കുറച്ച് നാൾ കഴിഞ്ഞ് ഐപി തുടങ്ങി. ഐപിയിലേയ്ക്ക് രോഗികളെ പ്രവേശിപ്പിച്ചു തുടങ്ങി. അന്ന് ലിഫ്റ്റ് ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. രോഗികളെ ഞങ്ങൾ എടുത്തുകൊണ്ടാണ് മുകളിലേയ്ക്ക് കൊണ്ടുപോയിരുന്നത്. പല സന്ദർഭങ്ങളിലും രോഗികൾ കൃതജ്ഞത പ്രകടിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. അപൂർവ്വം സന്ദർഭങ്ങിൽ ഞങ്ങളുടെ കയ്യിൽ കിടന്ന് രോഗിയുടെ മരണവും സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. 2009 മുതൽ ഡയാലിസിസ് ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന സാമ്പത്തികമായി വളരെ പിന്നാക്കം നില്ക്കുന്ന രോഗികളെ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാൻ തുടങ്ങി. ഇവരുടെ സാമ്പത്തിക അസ്സസ്സ്മെന്റിനും സഹായിക്കുവാൻ പോയിട്ടുണ്ട്.

വയസ്സ് 72 കഴിഞ്ഞിട്ടും ഞാൻ പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ആക്ടീവ് ആണ്.

വേദനിക്കുന്നവർക്കൊപ്പം അല്പ നേരം

ഡോ. മരിയാഫ്ളോറൻസ്

2009ൽ സൊലേസിന്റെ സ്ഥാപക ശ്രീമതി ഷീബ അമീറും കുറച്ച് സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും കൂടി ഞാൻ ജോലി നോക്കിയിരുന്ന വനഗവേഷണ കേന്ദ്രം സന്ദർശിച്ചു. അവർ അന്ന് അവരുടെ അനുഭവത്തിൽ നിന്നും കാൻസറിനെക്കുറിച്ചും അതനുഭവിക്കുന്നവരുടെ വേദനകളെക്കുറിച്ചും സ്റ്റാഫംഗങ്ങളോട് സംസാരിച്ചു. സൊലേസ് എന്ന സ്ഥാപനം സമൂഹത്തിൽ നടത്തി വരുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ സംബന്ധിച്ചും. സാന്ത്വന ചികിത്സയുടെ ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ചോ, സൊലേസിനെ കുറിച്ചോ ഒന്നുംതന്നെ അതുവരെ അറിയില്ലായിരുന്നു. അന്ന് മനസിലുദിച്ച ആഗ്രഹമാണ് ഇന്ന് എന്നെ ഇവിടെ എത്തിച്ചത്. ജോലിയിലായിരിക്കുമ്പോൾ, ജോലിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കാര്യങ്ങളല്ലാതെ മറ്റുള്ളവർക്കുവേണ്ടി ഒന്നും തന്നെ ചെയ്യാൻ സാധിച്ചിരുന്നില്ല. അന്ന് ശ്രീമതി ഷീബ അമീറിനോട്സന്നദ്ധപ്രവർത്തകയാകാനുള്ള ആഗ്രഹം ഞാൻ പ്രകടിപ്പിച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ ജോലിയിൽ നിന്നും വിരമിച്ച ശേഷം ഈ രംഗത്തേക്ക് കടന്നുവരുന്നതായിരിക്കും അഭികാമ്യം എന്ന് അവർ അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

എന്റെ സഹപ്രവർത്തകൻ ഡോ. മാമൻ അന്ന് സൊലേസുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നു. ജോലിയിൽ നിന്നും വിരമിച്ച ശേഷം ഡോ. മാമനോട് എന്റെ ആഗ്രഹം നിറവേറ്റുന്നതിനേക്കുറിച്ച് അഭിപ്രായം ആരാഞ്ഞു. അദ്ദേഹം, പഴയ ജില്ലാ ആശുപത്രിയിൽ പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്ന സാന്ത്വന ചികിത്സാ കേന്ദ്രത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കാനാണ് ഉപദേശിച്ചത്. അങ്ങനെ മാർച്ച് 2013 മുതൽ ക്ളിനിക്കിൽ വരാൻ തുടങ്ങി. എനിക്കിവിടെ നേരത്തെ ആരെയും പരിചയമില്ലായിരുന്നതിനാൽ എന്റെ സഹോദരിയുടെ സഹപ്രവർത്തകയായ, ക്ളിനിക്കിൽ പ്രവർത്തിച്ചുവന്നിരുന്ന ലിസ്സി ടീച്ചറെയാണ് ഞാൻ സമീപിച്ചത്. ലിസ്സി ടീച്ചറാണ് എന്നെ ആദ്യമായ് ക്ളിനിക്കിൽ പരിചയപ്പെടുത്തിയത്. ഇവിടെ വന്ന് കഴിഞ്ഞപ്പോഴാണ് എന്റെ ഓഫീസിൽ നേരത്തെ കുറച്ച്നാൾ ജോലി ചെയ്ത തമ്പിസാറിനെ പരിചയപ്പെടാൻ കഴിഞ്ഞത്.

എനിക്കിവിടെ ഒരു പുതിയ അനുഭവം തന്നെയായിരുന്നു. എന്നെപ്പൊലെ ജോലിയിൽനിന്നും വിരമിച്ച കുറേപ്പേർ. സ്ത്രീ പുരുഷ വ്യത്യാസമില്ലാതെ ഓരോ ജോലികളിൽ മുഴുകിയിരിക്കുന്നു. ഞാൻ ലിസ്സി ടീച്ചറിന്റെ കൂടെ കുറച്ചുനേരം മരുന്നുകൾ എഴുതി കൊടുക്കുന്ന മുറിയിൽ ഇരുന്നു. അതിനുശേഷം ടീച്ചർ എന്നെ ക്ളിനിക്കിലെ എല്ലായിടവും കാണിച്ച് അവിടെ എന്തൊക്കെയാണ് സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ ജോലി എന്നു പറഞ്ഞുതന്നു.

ക്ലിനിക്കിലെ ട്രെയിനിങ്ങ് ക്ളാസുകളിൽ ഇവിടെ എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കണം, എന്തൊക്കെയാണ് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത് എന്നതിനെക്കുറിച്ച് ഡോക്ടർമാരും മറ്റു മുതിർന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും വിശദീകരിച്ചു തന്നു. അങ്ങനെ ആഴ്ചയിൽ രണ്ടോ മൂന്നോ ദിവസം ക്ളിനിക്കിൽ വന്ന് പ്രവർത്തിക്കാമെന്ന് തീരുമാനിച്ചു.

തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായ ഒരു അന്ത രീക്ഷമാണ് എനിക്കിവിടെ അനുഭവ പ്പെട്ടത്. മുതിർന്ന പ്രവർത്തകർ, രോഗികളെ ഡോക്ടർമാരുടെ അരികി ലേക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്നു, സ്നേഹ ത്തോടെ അവരോടും അവരുടെ കൂടെ വന്നവരോടും ഇടപഴകുന്നു, അവരെ പരിചരിക്കുന്നു. അതെല്ലാം നോക്കിക്കണ്ടപ്പോൾ എന്നാലാവും വിധം എന്തെങ്കിലുമൊക്കെ ചെയ്യണ മെന്ന് ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു.

ഇതിനിടെ ഒരു ദിവസം ഹോം കെയ ർ ടീമിന്റെ കൂടെ രോഗികളുടെ വീട് സന്ദർശിക്കുവാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു. സന്തോഷത്തോടെ ഞാൻ ആ ദൗത്യം ഏറ്റെടുത്തു. ഓരോ ഭവന സന്ദർശ നവും വ്യത്യസ്ത അനുഭവം തന്നെ യായിരുന്നു. ഇത്രയും വേദനയും സങ്കടവും ദാരിദ്ര്യവും സഹിക്കുന്ന നിരവധി പേർ നമുക്കുചുറ്റുമുണ്ടെന്ന് എനിക്ക് ബോദ്ധ്യമായത് അപ്പോഴാണ്. രോഗിയായ കുടുംബനാഥൻ/കുടും ബനാഥ, വരുമാനത്തിന്റെ അഭാവ ത്തിൽ കടുത്ത ദാരിദ്ര്യത്തിൽ കഴി യുന്ന അവരുടെ കുടുംബാംഗങ്ങ ളുടെ ദയനീയാവസ്ഥ ഇതെല്ലാം സങ്ക ടകരം തന്നെയായിരുന്നു. വീട് സന്ദർ ശനത്തിന് പോകാൻ ആഗ്രഹമുണ്ടെ ങ്കിലും പല കാരണങ്ങളാൽ പലപ്പോ ഴും സാധിക്കാറില്ല. എന്നിരുന്നാലും പറ്റുന്ന അവസരങ്ങൾ പാഴാക്കാറില്ല.

അഹന്തയ്ക്കും അഹങ്കാരത്തിനും യാതൊരു സ്ഥാനവും ഇല്ലാത്ത ഒരു പ്രവർത്തന രംഗമാണ് സാന്ത്വനപരി ചരണം എന്നാണ് എനിക്ക് തോന്നിയ ത്. പരിചയ സമ്പന്നരായ ഡോക്ടർ മാർ, നഴ്സുമാർ, ഉന്നത സ്ഥാന ങ്ങളിൽ നിന്നും വിരമിച്ചവർ വീട്ടമ്മ മാർ എന്നിവരുടെ സേവനം എന്നെ പലപ്പോഴും അത്ഭുതപ്പെടുത്തിയിട്ടു ണ്ട്.സ്തുത്യർഹമായ സേവനം തന്നെ യാണ് അവർ കാഴ്ച വെയ്ക്കുന്നത്. വേതനം പറ്റാതെ ജോലി ചെയ്യുന്ന ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ എന്നിവർ തികച്ചും സ്നേഹത്തോടും സന്മന സ്സോടും കൂടി രോഗികളെ പരിചരിക്കു ന്നത് ഞാൻ പലപ്പോഴും നോക്കിനി ന്നിട്ടുണ്ട്.

ക്ലിനിക്കിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിൽ ചെറിയ തോതിലെങ്കിലും പങ്കാളിയാ വാൻ കഴിഞ്ഞതിൽ അഭിമാനമുണ്ട്. ക്ളിനിക്കിന്റെ നടത്തിപ്പിനായി ചെറി യ സംഖ്യകൾ കടകളിൽ നിന്നും വ്യ ക്തികളിൽ നിന്നും സമാഹരിച്ചുകൊ ണ്ടുവരുമ്പോഴും ഇവിടത്തെ പ്രവർ ത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ച് മറ്റുള്ളവരെ ബോധവാന്മാരാക്കുമ്പോഴും വലിയ സന്തോഷം അനുഭവപ്പെടാറുണ്ട്. ഓരോ ദിവസവും ഇവിടേക്ക് വരുവാ നുള്ള ഒരു പുതിയ ഊർജ്ജം അനു ഭവപ്പെടുന്നു. മറ്റുള്ളവരുടെ വേദ നയും സങ്കടവും അല്പമെങ്കിലും കുറക്കാനും ആർക്കെങ്കിലും ചെറിയ സഹായങ്ങൾ ചെയ്തുകൊടുക്കു വാനും എന്നാലാവും വിധം സാധി ക്കണേ എന്നാണ് എന്റെ പ്രാർത്ഥന. മറ്റുള്ളവരുടെ കഷ്ടപ്പാടുകൾ കണ്ടു മനസ്സിലാക്കിയപ്പോഴാണ് എനിക്ക് ലഭിച്ച സൗഭാഗ്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഞാൻ സർവ്വശക്തനോട് കൂടുതൽ നന്ദിയു ള്ളവളായത്. ജീവിതത്തിന് ഒരു പുതിയ ലക്ഷ്യം കൈവരിച്ചു എന്ന ചിന്തയാണിപ്പോൾ.

ഞാൻ എങ്ങനെ ഇവിടെ എത്തി?

ഫ്രാൻസീസ് പോൾ

21 കൊല്ലത്തെ വായുസേന സേവനം അവസാനിച്ച് വീട്ടിലിരിക്കുമ്പോൾ, പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്നെഴുതിയ വണ്ടി പോകുന്നത് ഇടക്ക് കാണുമായിരുന്നു. പാലിയേറ്റീവ് എന്താണെന്ന് അറിയില്ല. പല സ്നേഹിതന്മാരോടും അതിന്റെ അർത്ഥം ചോദിച്ചിരുന്നു. ആർക്കും അറിയില്ലെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞു.

ഒരു ദിവസം പൂരം എക്സിബിഷൻ കാണുവാൻ പോയപ്പോൾ പാലിയേറ്റീവ് സ്റ്റാളിൽ നിന്ന് ഒരു ചെറിയ ലഘുലേഖ കിട്ടിയിരുന്നു. രണ്ടുദിവസം കഴിഞ്ഞ് വീട്ടിലിരുന്ന് വായിച്ചശേഷം ലഘുലേഖ ചുരുട്ടിക്കൂട്ടി ഒരു മൂലയിലേക്ക് എറിഞ്ഞുകളഞ്ഞു. കാറ്റത്ത് വീണ്ടും എന്റെ അടുത്തേക്ക് ചുരുട്ടിക്കൂട്ടിയ ലഘുലേഖ വന്നു. പല ആവർത്തി വായിച്ചപ്പോൾ പാലിയേറ്റീവിനെ പറ്റി കൂടുതൽ അറിയണമെന്ന് ആഗ്രഹമുണ്ടായി.

ജാതിമതവർഗഭേദമില്ലാതെ തീർത്തും മതേതരമാണ് സൊസൈറ്റിയുടെ ഘടന. കൂട്ടത്തിൽ ഒരു കാര്യം കൂടി മനസ്സിലായി, രാഷ്ട്രീയമില്ലെന്ന്.

ഒരു ദിവസം പാലിയേറ്റീവിന്റെ ഓഫീസിലേക്ക് കയറി ചെന്ന് ഞാൻ എന്നെ സ്വയം പരിചയപ്പെടുത്തി എന്റെ ആഗ്രഹം പറഞ്ഞു. ആ സമയത്ത് ഓഫീസിൽ വേൾഡ് മലയാളി അസോസിയേഷന്റെ ഒരു ഭാരവാഹി ഉണ്ടായിരുന്നു. അദ്ദേഹമായും പരിചയപ്പെട്ടു.

സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്റെ പ്രവർത്തന രീതിയെപറ്റി അറിയുവാൻ കഴിഞ്ഞു. രണ്ട് ദിവസത്തെ പരിശീലനപരിപാടിയിൽ സംബന്ധിക്കുവാൻ സാധിച്ചു. രോഗികൾക്കുള്ള സാന്ത്വന പരിചരണം, രോഗികളോട് എങ്ങനെ ഫലപ്രദമായ ആശയവിനിമയം നടത്താം, മറ്റു പരിചരണങ്ങളും പഠിപ്പിച്ചു. കുറച്ച് ദിവസം പരിചയസമ്പന്നരായ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുമായി പ്രവർത്തിക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. അക്കാലങ്ങളിൽ തൃശ്ശൂർ ജില്ലയുടെ പല ഭാഗങ്ങളിലും ഹോംകെയർ പോകുമായിരുന്നു.

ജില്ലയുടെ പടിഞ്ഞാറ് ചാവക്കാട്, ഗുരുവായൂർ, കിഴക്ക് പാലക്കാട് ജില്ലയിലെ ചിറ്റൂർ, തത്തമംഗലം, ഗോവിന്ദാപുരം, മണ്ണാർക്കാട് - വടക്ക് ഒറ്റപ്പാലം, ചേലക്കര, വടക്കാഞ്ചേരി, കുന്നംകുളം, തെക്ക് അങ്കമാലി, ചാലക്കുടി, ഇരിഞ്ഞാലക്കുട മുതലായ സ്ഥലങ്ങൾ.

ഹോംകെയറിന് പോയ അവസരങ്ങളിൽ ഒരിക്കലും മറക്കാനാകാത്തതും ഹൃദയസ്പർശിയുമായ അനുഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. ആയതിൽ ഒരനുഭവം പറയുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ഒരിക്കൽ ചിറ്റൂർക്ക് ഹോംകെയർ പോയിരുന്ന അവസരത്തിൽ, രോഗിയുടെ വിലാസം ശരിയായി രേഖപ്പെടുത്താത്തതുമൂലം വളരെ ബുദ്ധിമുട്ടി നില്ക്കുമ്പോൾ, ഒരാൾ അടുത്തേക്ക് വന്നു സ്വയം പരിചയപ്പെടുത്തി കാര്യങ്ങൾ ചോദിച്ചറിഞ്ഞു. രോഗിയുടെ വിലാസം, പേര് മുതലായവ പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൂടെ 5 കിലോമീറ്റർ കാട്ടിലൂടെ നടക്കാമെങ്കിൽ രോഗിയെ കാണിച്ചുതരാമെന്ന് പറഞ്ഞു. ഹോംകെയർ സംഘം അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൂടെ കയറ്റവും കുന്നുകളും പാറക്കെട്ടുകളും താണ്ടി കാട്ടിന്നുള്ളിലെ വീട് കാണിച്ചു തന്നു. ഞങ്ങളെ കണ്ടപ്പോൾ രോഗി പൊട്ടിക്കരയുവാൻ തുടങ്ങി. കുറച്ച് കഴിഞ്ഞപ്പോൾ കരച്ചിൽ നിന്നു (ആശയവിനിമയത്തിന്റെ ഒന്നാം പാഠം നേരിൽ കണ്ടു). എന്തിനാണ് ഞങ്ങളെ കണ്ടപ്പോൾ കരഞ്ഞതെന്ന് ചോദിച്ചപ്പോൾ സാറുമാർ എന്റെ രോഗവിവരം അറിയുവാൻ വളരെ ദൂരെ നിന്ന് എന്റെ കുടിലിലേക്ക് വന്ന സന്തോഷം കൊണ്ട് കരഞ്ഞതാണെന്ന് പറഞ്ഞു. അവരുടെ സന്തോഷത്തിൽ ഞങ്ങളും പങ്കുചേർന്നു. മരുന്നുകൾ കൃത്യമായി കഴിക്കുന്നുണ്ടെന്നും വേദനയില്ലെന്നും അറിയുവാൻ കഴിഞ്ഞു. 5 കിലോമീറ്റർ തിരിച്ച് നടന്ന് വണ്ടിയുടെ അരികിലേക്ക് വന്ന് വഴികാട്ടിയായ അദ്ദേഹത്തോട് നന്ദി പറഞ്ഞ് അടുത്ത രോഗിയുടെ അടുത്തേക്ക് പോയി. ഓരോ ഹോംകെയറിന് പോയി വരുമ്പോൾ ഓരോ കഥ പറയുവാനുണ്ടാകും.

രോഗിയുടെ അവസ്ഥയും ജീവിത രീതികളും നേരിൽ കാണുമ്പോൾ മനസ്സിൽ ഒരു ചോദ്യം വരാറുണ്ട്. നമ്മൾ എത്ര ഭാഗ്യവാന്മാർ! ഹോംകെയർ പോകുമ്പോൾ വീട്ടുകാർക്ക് രോഗിയെ എങ്ങിനെ പരിചരിക്കാമെന്ന് പഠിപ്പിച്ചു കൊടുക്കാറുണ്ട്.

മുന്നിലുള്ള ജീവിതം വേദനാരഹിതമാക്കി ചെറുപുഞ്ചിരിയോടെ നേരിടുവാൻ ദുരിതമനുഭവിക്കുന്നവരെ പ്രാപ്തരാക്കണമെന്ന കാഴ്ചപ്പാടിലൂന്നിയ സമഗ്ര പരിചരണമാണ് സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്റെ കാതൽ എന്ന് അടിവരയിട്ട് പറയുവാൻ കഴിയണം.

സാന്ത്വന പരിചരണത്തിൽ ഒരു എളിയ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനാകാൻ കഴിഞ്ഞതിൽ ഞാനും എന്റെ കുടുംബവും സംതൃപ്തരാണ്.

അദൃശ്യമായ കൈനീട്ടങ്ങൾ

ഡോ. രാജശ്രീ കെ.സി.

വടകര ഗവ: താലൂക്ക് ആശുപത്രിയിൽ അനസ്തെഷ്യോളജിസ്റ്റായി ജോലി ചെയ്യുന്ന കാലം. ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലെ തിരക്കുകളുടേയും വ്യക്തിപരമായ ആവശ്യങ്ങളുടേയും സമ്മർദ്ദം കാരണം കുറച്ച് കാലത്തേക്കെങ്കിലും ജോലിയിൽ ഒരു മാറ്റം ആവശ്യമാണെന്ന് തോന്നിയിരുന്നു. ആ മാറ്റത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള അന്വേഷണം ചെന്നെത്തിയത് കോഴിക്കോട് മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്ന പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ യൂണിറ്റിലാണ്. അവിടെയെത്തുമ്പോൾ ബിരുദാനന്തര പഠന കാലത്ത് പഠിച്ചപെയിൻ മാനേജ്മെന്റ് (വേദന നിവാരണം) നെ പറ്റിയുള്ള അറിവ് മാത്രമായിരുന്നു യോഗ്യത!

ഗവ. ജോലിയിൽ നിന്ന് മാറുന്നതിനു മുമ്പ് പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണം എന്താണെന്ന് മനസ്സിലാക്കാനായി, 1999 ഏപ്രിലിൽ രണ്ടാഴ്ച നിരീക്ഷണത്തിനായി വരാൻഅന്ന് ക്ലിനിക്കിന്റെ ചുമതലയുണ്ടായിരുന്ന ഡോ. രാജഗോപാലും ഡോ. സുരേഷ് കുമാറും ആവശ്യപ്പെട്ടു. ആ രണ്ടാഴ്ച എന്റെ ജീവിതത്തിലെ വഴിത്തിരിവായിരുന്നു.

1999 ജൂൺ 16-ാം തിയ്യതി മുതൽ ഞാൻ പാലിയേറ്റീവ് പ്രസ്ഥാനത്തിലെ സഹയാത്രികയാണ്. സാമ്പത്തിക സുരക്ഷ ഉറപ്പുള്ള ഗവ. ജോലി ഉപേക്ഷിച്ച് ഈ രംഗത്ത് ഞാൻ വന്നപ്പോൾ നെറ്റി ചുളിച്ചവരും ചോദ്യം ചെയ്തവരും ഏറെയാണ്. എന്നെ ഹൃദയപൂർവ്വം സ്വാഗതം ചെയ്ത പാലിയേറ്റീവ്പ്രവർത്തകരേയും മാനസിക പിന്തുണ തന്ന കുടുംബാംഗങ്ങളേയും നന്ദിപൂർവ്വം നമിക്കട്ടെ.

1933ൽ കോഴിക്കോട് മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ വളരെ ചെറിയ രീതിയിൽ ആരംഭിച്ച പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വളരുന്നതും സമാനതകളില്ലാതെ വികസിക്കുന്നതും ഞാൻ ആദരവോടും അഭിമാനത്തോടും അത്ഭുതത്തോടും കൂടി നോക്കി നിന്നിട്ടുണ്ട്. പതിനെട്ട് വർഷങ്ങൾ കഴിഞ്ഞ എന്റെ പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണ യാത്രയിൽ എനിക്ക് കിട്ടി യ തിരിച്ചറിവും വിലമതിക്കാനാവാത്തതാണ്.

പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണം എന്നെ പഠിപ്പിച്ച ആദ്യപാഠം മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താൻ അറിവും കഴിവും മാത്രം പോര; ഒപ്പം മനോഭാവവും സന്നദ്ധതയും കൂടി വേണമെന്നതാണ്. ഈ സംരംഭം ഇത്രയധികം ജനകീയമായത് ഇതുകൊണ്ടുതന്നെയാണെന്ന് ഞാൻ കരുതുന്നു.

കൂട്ടായ പ്രവർത്തനം - സാമൂഹിക പങ്കാളിത്തം ആരോഗ്യപരിചരണ രംഗത്ത് സാദ്ധ്യമാകുമെന്നും അതിന്റെ ഫലപ്രാപ്തി പ്രൊഫഷണൽ കേന്ദ്രീകൃത പരിചരണത്തിൽ നിന്നും പല മടങ്ങ് മെച്ചപ്പെട്ടതാണെന്നും ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയതും ഇവിടെ നിന്നാണ്.

വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിൽ അന്നുവരെ ഞാൻ പഠിച്ച, ഉപയോഗിച്ച പല മരുന്നുകൾക്കും ഞാനറിയാത്ത ഉപയോഗങ്ങൾ ഉണ്ടെന്നും - മോർഫിൻ, മെട്രോനിഡസോൾ എന്നിവ - അവ രോഗികൾക്ക് പ്രയോജനപ്പെടുമെന്നും ഞാൻ തിരിച്ചറിഞ്ഞതും പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണത്തിൽ നിന്നാണ്.

രോഗി പരിചരണത്തിൽ നഴ്സി ങ്ങിന്റെ ആവശ്യകതയും സാധ്യത കളും ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയതും ഇവിടെ നിന്നാണ്.

രോഗിയും കുടുംബവും മെഡിക്കൽ പ്രൊഫഷണലുകളുടെ ഔദാര്യ ത്തിന് കാത്ത് നില്ക്കുന്നവരല്ല, മറിച്ച് പരിചരണം എന്ന നൈതികമായ ആവശ്യം അർഹിക്കുന്നവരാണ് എന്നത് സുപ്രധാനമായ മറ്റൊരു തിരിച്ചറിവായിരുന്നു.

ആശുപത്രികളിൽ സാധാരണ ഉണ്ടാ കാറുള്ള സംഘർഷാവസ്ഥകൾ പല പ്പോഴും അടിസ്ഥാന സൗകര്യ ങ്ങളുടെ അപര്യാപ്തത കൊണ്ടു മാത്രമല്ല, ആശയവിനിമയത്തിലെ അപാകം കൊണ്ടുകൂടിയാകാം എന്ന് മനസ്സിലാക്കിയതും ഇവിടെ നിന്നാണ് രോഗിയും (ബന്ധുക്കളും) മെഡി ക്കൽ പ്രൊഫഷണലുകളും എതിർ ചേരികളിൽ നില്ക്കേണ്ടവരല്ല എന്നും മറിച്ച് പരസ്പര ധാരണയോടും വി ശ്വാസത്തോടും കൂടി ചികിത്സയിലും പരിചരണത്തിലും മുന്നോട്ടു പോകേ ണ്ടവരാണ് എന്നത് എനിക്ക് കിട്ടിയ വിലമതിക്കാനാവാത്ത അറിവാണ്. രോഗിയോടും കുടുംബാംഗങ്ങളോടും ആത്മവിശ്വാസത്തോടെയും അനുതാ പത്തോടെയും സംസാരിക്കാൻ ഈ അറിവ് എന്നെ വളരെയധികം സഹാ യിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇതുവരെ പറഞ്ഞത് എ ന്റെ തൊഴിൽ സംബന്ധമായ കാര്യ ങ്ങളാണ്. ഇവിടെ നിന്ന് എനിക്കു ണ്ടായ അനുഭവങ്ങൾ എന്റെ വ്യക്തി ജീവിതത്തേയും വളരെയധികം സ്വാ ധീനിച്ചിട്ടുണ്ട് എന്ന് നിസ്സംശയം പറ യാൻ പറ്റും.

1) ജീവിതത്തിന്റെ ഗുണനിലവാ രത്തെ പറ്റിയുള്ള കാഴ്ചപ്പാടുക ളിൽ
2) ആത്മീയമായ ചിന്തകളിൽ
3) മറ്റുള്ളവരുമായുള്ള ഇടപെടലു കളിൽ
4) നൈതികമായ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുന്നതിൽ
5) കൂട്ടായ്മ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഭാഗഭാക്കാകുന്നതിൽ; അതുവഴി വിപുലമായ സുഹൃദ് സഞ്ചയം സമ്പാദിക്കുന്നതിൽ
6) പരിശീലന പരിപാടികളിലും പൊതുവേദികളിലും ഉണ്ടായി രുന്ന അന്തർമുഖത്വം മാറ്റിയെടു ക്കുന്നതിൽ
7) സർവ്വോപരി എന്നെത്തന്നെ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ. ഇതൊക്കെ പറയുമ്പോഴും ഈ രംഗത്തുണ്ടായ ചില നിലപാടു കളും മാറ്റങ്ങളും എനിക്ക് ആശ ങ്കയും ഉണ്ടാക്കുന്നുണ്ട്.
8) വളർച്ചയോടൊപ്പം തന്നെ ഉണ്ടാ യതാണ് എന്ന് ഞാൻ കരുതുന്ന മൂല്യശോഷണം. അനവധി പാലിയേറ്റീവ് സംരംഭങ്ങൾ ഈ രംഗത്ത് വന്നപ്പോൾ – അതൊ ന്നും ആവശ്യമില്ല എന്നല്ല – പാലിയേറ്റീവ് പരിചരണത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരം കൃത്യമായി നിലനിർത്താൻ കഴിയുന്നുണ്ടോ എന്ന് നമ്മൾ ഉറക്കെ ചിന്തിക്കേ ണ്ടതുണ്ടെന്നു തോന്നുന്നു.
9) വ്യക്തി കേന്ദ്രീകൃതമാകുന്ന ഇട പെടലുകളും തീരുമാനവും
10) ദീർഘവീക്ഷണമില്ലാത്ത ആസൂ ത്രണം
11) ഇത്രയൊക്കെ ചെയ്യുന്നുണ്ടല്ലോ – അതുപോരെ എന്ന നിലപാടു കൾ
12) തുടർ പരിശീലനങ്ങളുടെ അഭാ വം (പ്രത്യേകിച്ച് പ്രൊഫഷണ ലുകൾക്ക്) ഇതൊന്നും കുറ്റാ രോപണങ്ങളല്ല, മറിച്ച് ഞാൻ കൂടി ഉൾപ്പെടുന്ന ഒരു വലിയ പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ തന്നിലേക്കു തന്നെയുള്ള ഒരു തിരിഞ്ഞു നോട്ടം മാത്രം

എന്നെ വളരെയധികം സ്വാധീനിച്ച മഹാകവി ഉള്ളൂർ എസ്. പരമേശ്വര യ്യരുടെ പ്രേമസംഗീതം എന്ന കവിത യിലെ ചില വരികൾ ഉദ്ധരിച്ചുകൊണ്ട് ഞാൻ നിർത്തട്ടെ.

അടുത്ത് നില്പോ മനുജനെ
നോക്കാൻ അക്ഷികളില്ലാത്തോർ–
ക്കരൂപനീശ്വരനദൃശ്യനായാലതിലെ
ന്താശ്ചര്യം....
ഭവാനധീനം പരമെന്നുടലും പ്രാണ
നുമവ രണ്ടും
പദാർത്ഥമാക്കുക പകലും രാവും
പ്രഭോ നമസ്കാരം
വേഷമെനിക്കെന്തെന്നു വിധിപ്പതു
വിഭോ ഭവപ്പിക്കും
വിശ്വപ്രിയമായ് നടന്നു ചെയ്വതു
വിധേയനെൻ കൃത്യം.

സ്വയം കണ്ടെത്താൻ സഹായിച്ച സേവനരംഗം

സുശീല മാധവൻ

ഏത് പ്രവൃത്തി ചെയ്യുമ്പോഴും സാധാരണക്കാർ സ്വയം ചോദിക്കാറുള്ള ഒരു ചോദ്യം ഉണ്ട് 'ഇതുകൊണ്ട് എനിക്കെന്താണ് ലാഭം?' അല്ലെങ്കിൽ 'എനിക്കെന്ത് കിട്ടും?' എന്നാൽ ഇതിന് അപവാദമായി, കുറച്ച് അസാധാരണം എന്ന് നമ്മളും മറ്റുള്ളവരും ചിന്തിക്കാറുള്ള ചില പ്രവൃത്തികളുണ്ട്. അതിലൊന്നാണ് സൽക്കർമ്മം എന്ന ചിന്തയാൽ പ്രചോദിതരായി തിരിച്ചൊന്നും കിട്ടാനില്ലാതെ മറ്റുള്ളവർക്ക് നന്മ ചെയ്യുക എന്നത്. അതിനുള്ള പ്രതിഫലം പരലോകത്ത് കിട്ടും എന്നാണ് പൊതുവെ സങ്കൽപ്പം. അതിനാൽ പ്രതിഫലേച്ഛയില്ലാതെ നിസ്വാർത്ഥമായി സഹജീവികൾ ക്കായി ചെയ്യുന്ന കാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളെ ആത്മീയപ്രവർത്തനമായാണ് ചിലർ കണക്കാക്കുന്നത്. അപ്പോഴും, പ്രതിഫലത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പ്രതീക്ഷ ഇവരിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നതായി കാണാം. അത് കർമ്മഫലം എന്ന വിശ്വാസവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതാണെന്ന് തോന്നുന്നു. 'നല്ലതാം വിത്തെല്ലാം നല്ലതേ വിളയിക്കൂ' എന്ന ചിന്ത. ഇത് സ്വർഗ്ഗത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ വരും ജന്മങ്ങളിൽ ജീവിതം സുഖപ്രദമാക്കാനുള്ള ഒരു നിക്ഷേപമായിട്ട് കാരുണ്യപ്രവർത്തനങ്ങളെ കാണാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഇത്തരം ചിന്തകളൊന്നും ഇല്ലാതെ സൽപ്രവൃത്തികളിൽ ഏർപ്പെടാറുള്ള ധാരാളം പേരുണ്ട്. അവർ ഈ ലോകത്തിൽ, ഈ ജീവിതത്തിൽ തന്നെയാണ് സ്വർഗ്ഗവും നരകവും എന്ന വിശ്വാസം വെച്ച് പുലർത്തുന്നവരാണ്. നന്മചെയ്യുന്നത് തനിക്കു തന്നെ എത്രമാത്രം വൈകാരികമായ സംതൃപ്തിയും സമാധാനവും നൽകുന്നു എന്ന് ഒരിക്കൽ മനസ്സിലാക്കിയാൽ പിന്നെ നന്മയുടെ ഭാഗത്തു തന്നെ തുടരുന്നവരാണ് ഇത്തരക്കാർ. ഇവർക്ക് സൽക്കർമ്മം ചെയ്യാൻ മേൽപ്പറഞ്ഞ വിശ്വാസത്തിന്റെ സഹായം ആവശ്യമില്ല.

ജീവകാരുണ്യപ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ഇറങ്ങിത്തിരിക്കാനുള്ള കാരണങ്ങളെക്കുറിച്ചും, അത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ വ്യക്തിപരമായി എന്റെ വളർച്ചയെ ഏതുതരത്തിൽ സഹായിച്ചു എന്നതിനെപ്പറ്റിയും ആലോചിക്കുമ്പോൾ മേൽ വിവരിച്ച ചിന്തകൾ ഉടലെടുക്കുന്നത് സ്വാഭാവികമാണല്ലൊ. വാസ്തവത്തിൽ യാതൊരു വിശകലനങ്ങളും ചിന്തകളും ഇല്ലാതെയാണ് 30 വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് (1987ൽ) ഞാൻ സേവനത്തിന്റെ പാതയിലേക്ക് എത്തിയത്. റിസർവ്വ് ബാങ്ക് ഉദ്യോഗസ്ഥനായ ഭർത്താവിനോടൊപ്പമാണ് ഞാനും രണ്ട് വയസ്സ് തികയാത്ത എന്റെ മകളും ചെന്നൈയിലെത്തിയത്. അവൾക്ക് ഏഴ് വയസ്സായതോടെ എന്നെ അവൾക്ക് മുഴുവൻ സമയവും ആവശ്യമില്ലാതായി. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ സേവനചിന്തയോടെയായിരുന്നില്ല, മറിച്ച് സമയം പോക്കാനും മനുഷ്യരോട് ഉപയോഗപ്രദമായി ഇടപെടാനുമുള്ള ഒരു മാർഗ്ഗമന്വേഷിച്ചാണ് ഞാൻ ചെന്നൈയിലെ അഡയാർ ക്യാൻസർ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിൽ കാലെടുത്ത് വെച്ചത്. വിവിധ സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്ന് ചികിത്സ തേടി ക്യാൻസർ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിൽ എത്തുന്ന രോഗികളുമായി സംവദിച്ച് അവർക്ക് അവിടെ വേണ്ട സഹായങ്ങൾ ചെയ്തു കൊടുക്കുക എന്നതായിരുന്നു എനിക്കവിടെ ചെയ്യേണ്ടിയിരുന്നത്. തമിഴ് പഠിക്കാനും അതു വഴി എന്റെ അയൽക്കാരോട് അടുത്തിടപെടാനും അത് സഹായകമാകും എന്നും എനിക്കുണ്ടായിരുന്നു. പ്രതിഫലമില്ലാതെ ജോലി ചെയ്യുക എന്നത് അക്കാലത്ത് കുറച്ച് അസാധാരണമായിട്ടാണ് കരുതപ്പെട്ടിരുന്നത്. അതിനാൽത്തന്നെ, അകമേ ഒരൂറ്റം കൊള്ളലും ഞാൻ ആസ്വദിച്ചിരുന്നു എന്ന് തുറന്ന് സമ്മതിക്കട്ടെ. പലരും എന്റെ ഈ 'നേരം കളയൽ' വെറും വിഡ്ഢിത്തമായും കുടുംബത്തിന് സാമ്പത്തികമായ മെച്ചമൊന്നും ഇല്ലാതെ ജോലിയെടുക്കുന്നത് കേവലം പരിഹാസ്യമായും കണ്ടിരുന്നു.

എന്നാൽ എനിക്കവിടെ ലഭിച്ച സ്വീകാര്യതയും അവിടത്തെ ഡോക്ടർമാരും മറ്റ് സഹപ്രവർത്തകരും എന്നോട് കാണിച്ച സ്നേഹവും, അവർ എനിക്കേകിയ സഹകരണവും വലിയ പ്രോത്സാഹനമായി എനിക്ക് അനുഭവപ്പെട്ടു. രോഗികളോട് ഇടപഴകുമ്പോൾ, അവർ തങ്ങളുടെ കൊച്ചുകൊച്ചു സന്തോഷങ്ങളും സങ്കടങ്ങളും എന്നോട് പങ്കിടുമ്പോൾ, ലഭിക്കുന്ന ചാരിതാർത്ഥ്യം എന്നെ ക്രമേണ പുതിയൊരു ഞാനായി വാർത്തെടുക്കുകയായിരുന്നു എന്ന് ഇന്ന് തിരിഞ്ഞ് നോക്കുമ്പോൾ മനസ്സിലാകുന്നു.

ചെന്നൈയിൽനിന്ന് നേരെ പോയത് മുംബേയിലേക്കായിരുന്നു. അവിടെ ടാറ്റാ മെമ്മോറിയൽ ഹോസ്പിറ്റലിൽ 10 വർഷം ഞാൻ പ്രവർത്തിച്ചു. അവിടത്തെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഭാഗമായാണ് ലോകത്തിലെത്തന്നെ വലിയ ചേരികൾ കാണാനും, അവിടത്തെ ജനങ്ങളോട് ഇടപഴകാനും, അവരുടെ ജീവിതം അടുത്തുനിന്ന് കാണുവാനും അവസരം ലഭിക്കുന്നത്. മനുഷ്യരുടെ അതിജീവനത്തിനുള്ള അപാരമായ കഴിവുകൾ എന്നിൽ അത്ഭുതവും എളിമയും ഉണർത്തിയത് അവിടെയാണ്. മറാത്തികളുടെ സാംസ്കാരിക പാരമ്പര്യം അതിസമ്പന്നമാണെന്ന് അവിടത്തെ കൂട്ടുകാരിൽ നിന്ന് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി. സർവ്വോപരി ഒരുപാട് മനുഷ്യരെ അവരുടെ

വൈവിദ്ധ്യമാർന്ന സ്വഭാവത്തോടെ മനസ്സിലാക്കുവാനും അവിടത്തെ ജീവിതം എനിക്ക് അവസരമൊരുക്കി. ടാറ്റാ മെമ്മോറിയലിൽ ദീർഘകാലം പ്രവർത്തിച്ചത് ഒരു കമ്മ്യൂണിറ്റി പ്രൊജക്റ്റിൽ ആയിരുന്നു. ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടേയും തുടർന്ന് എൻ.ഐ.എച്ച്. (National Institue of Health, U.S.A) എന്ന സംഘടനയുടേയും മേൽനോട്ടത്തിൽ ക്യാൻസർരോഗം നേരത്തെ കണ്ടെത്താനുള്ള മാർഗ്ഗം ആരായുന്ന പഠനമായിരുന്നു ആ പ്രൊജക്റ്റ്. അന്തർദ്ദേശീയ തലത്തിൽ പ്രശസ്തരായ ഏതാനും ഡോക്റ്റർമാരോട് സംവദിക്കാനും ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കിടയിൽ സാധിച്ചു. അവരോടൊപ്പം ചേരി പ്രദേശങ്ങൾ സന്ദർശിക്കുമ്പോൾ ചേരിനിവാസികളോട് സമഭാവത്തോടെയുള്ള അവരുടെ പെരുമാറ്റം അനുകരണീയമായി എനിക്ക് തോന്നി.

തുടർന്ന് ഭർത്താവിനൊപ്പം പ്രവർത്തനരംഗം തിരുവനന്തപുരത്തേക്ക് മാറുന്നു. വാസ്തവത്തിൽ പാലിയേറ്റീവ് പ്രസ്ഥാനത്തിലേക്ക് ഞാൻ ആദ്യമായി പ്രവേശിക്കുന്നത് 2003 ൽ തിരുവനന്തപുരത്തുവെച്ചായിരുന്നു. റീജിനൽ ക്യാൻസർ സെന്ററിൽ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്ന 'കേയർ പ്ളസ്' എന്ന സന്നദ്ധസംഘടനയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പാലിയേറ്റീവ് കേയർ പ്രവർത്തനത്തിലേർപ്പെടാനുള്ള അവസരം അവിടെയാണ് ലഭിച്ചത്. നഗരപ്രാന്തങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്ന ചെറിയ ക്ലിനിക്കുകളിൽ പോകാനും അവിടെ എത്തുന്ന രോഗാതുരരുമായി ആശയവിനിമയം നടത്താനും അവരുടെ വീടുകളിൽ ഹോം കേയർ സന്ദർശനങ്ങൾക്കു പോകാനും അവസരം കിട്ടിയിരുന്നു. തീരപ്രദേശങ്ങളിൽ മത്സ്യബന്ധനത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നവരുടെ ദാരിദ്ര്യവും യാതനകളും നേരിട്ടറിയാനും ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നെ സഹായിച്ചു. തമിഴ്, മലയാളം സംസ്കാരങ്ങളുടെ ഇഴയടുപ്പം ഹൃദ്യമായ അറിവായിരുന്നു. 22 വർഷത്തിനുശേഷം തിരികെ നാട്ടിലെത്തി, രോഗികളുടെ വിവിധങ്ങളായ പ്രശ്നങ്ങൾ അറിയാനും ഒരു സന്നദ്ധസേവിക എന്ന നിലയിൽ അതിൽ ഇടപെടാനും അവസരം കിട്ടിയത് ഒരു ഭാഗ്യം തന്നെയായിരുന്നു.

തിരുവനന്തപുരത്തിരിക്കേ 'ത്രാണി' യിൽ (ഒരു ക്രൈസിസ് ഇന്റർവെൻഷൻ സെന്റർ) പ്രവർത്തിക്കാനും എനിക്ക് അവസരം ലഭിച്ചു. അവിടെ പ്രവർത്തിക്കുമ്പോൾ കൗൺസലിംഗിന്റെ രീതികൾ ഏറെക്കുറെ നന്നായിത്തന്നെ മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചത് പിന്നീട് വളരെ ഉപകരിച്ചു. മുൻവിധികളില്ലാതെ മനുഷ്യരോട് ഇടപെടുവാൻ എനിക്ക് കുറച്ചെങ്കിലും പ്രാപ്തി വന്നത് അവിടത്തെ പരിശീലനം കാരണമാണ്. മാനസികസംഘർഷങ്ങളാൽ ആത്മഹത്യ മാത്രമാണ് ശരണം എന്ന് ചിന്തിക്കുന്ന പലരുമായും 'ത്രാണി'യിലെ ടെലഫോൺ ഹെൽപ്പ്ലൈൻ കൈകാര്യം ചെയ്ത് സംസാരിക്കേണ്ടിവന്നു. പലപ്പോഴും രാത്രിസമയങ്ങളിൽ 'ത്രാണി'യിലെ കോൾ ഡൈവർട്ട് വീട്ടിലിരുന്ന് കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ടി വന്നിട്ടുണ്ട്. ആത്മഹത്യയുടെ വക്കിൽ നിന്ന് വരുന്ന കോളുകൾ അത്യന്തം അവധാനതയോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ട വയായിരുന്നു. വെറും തേങ്ങലോ, നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന മൗനമോ ഇത്തരം കോളുകളുടെ പ്രത്യേകതയായിരുന്നു. അവരെ സംഭാഷണത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവരുകയും അതിൽ തുടരുകയും ചെയ്യിക്കുന്നത് ഒരു വെല്ലുവിളി തന്നെയായിരുന്നു. ഇങ്ങനെ മനുഷ്യമനസ്സിന്റെ അത്ഭുതകരമായ ഗതിവിഗതികളെക്കുറിച്ച് ഉൾക്കാഴ്ച നേടാനും, മാനസികമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ചില നിർഭാഗ്യവാന്മാരുടെ ജീവിതം എത്രമാത്രം ഉലക്കുന്നു എന്ന് അറിയാനും ഇതിലൂടെ സാധിച്ചു. 'ത്രാണി'യുടെ പ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഭാഗമായി കേരളത്തിന്റെ തെക്കേ അറ്റത്തുള്ള പാറശ്ശാല മുതൽ ഹരിപ്പാട് വരെയുള്ള 150 ഓളം പഞ്ചായത്തുകൾ സന്ദർശിക്കാ ൻ സാധിച്ചത് അപൂർവ്വമായ അനുഭവമായിരുന്നു. തെക്കൻ കേരളത്തിന്റെ സവിശേഷതകൾ, സംസ്കാരം, ഭക്ഷണം എന്നിവ അടുത്തറിയാൻ എന്നെ സഹായിച്ചത് ആ യാത്രകളാണ്. ചുരുക്കത്തിൽ യാതൊന്നും അറിയാതെ പൊതു പ്രവർത്തനങ്ങളിലേ ക്ക് ഇറങ്ങിത്തിരിച്ച എനിക്ക് കിട്ടിയത് അനുഭവങ്ങളുടെ ഒരു സ്വർണ്ണഖനി തന്നെയാണ്. പരനെ സേവിക്കുന്നതിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന അനല്പമായ ചാരിതാർഥ്യം ഞാൻ അനുഭവിച്ചുതുടങ്ങി. ഇതിപ്പോഴും തുടരുകയാണ്.

ദൽഹിയായിരുന്നു അടുത്ത താവളം. ഗ്രാമീണതയുടെ നന്മകൾ അനുഭവിക്കാൻ കഴിഞ്ഞ തിരുവനന്തപുരം വിട്ട് ദൽഹിയിലെത്തി അവിടത്തെ 'പോഷ്' എന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കാവുന്ന 'ക്യാൻസപ്പോർട്ട്' എന്ന എൻ.ജി.ഒ. യിൽ പ്രവർത്തിച്ചപ്പോഴാണ് ഇന്ത്യയിലെ ധനാഢ്യരുടെ ജീവിതശൈലി അടുത്തറിയാൻ കഴിഞ്ഞത്. പഞ്ചാബികളുടേയും കാശ്മീരികളുടേയും ജീവിതരീതികൾ എനിക്ക് അത്ഭുതകരമായി തോന്നിയിരുന്നു. ഏറെക്കുറെ പാശ്ചാത്യ സംസ്കാരത്തിന്റെ പ്രഭാവം ചിലരുടെയെങ്കിലും ജീവിതരീതിയിൽ പ്രകടമായിരുന്നു. അതും അനുഭവങ്ങളുടെ സമ്പത്ത് കൂട്ടുവാൻ സഹായിച്ചു. അതിസമ്പന്നരോടുണ്ടായിരുന്ന മാനസികമായ അകൽച്ച എന്നിൽ നിന്ന് കുറേയേറെ മാറ്റാൻ അവരുമായുള്ള ഇടപഴകൽ സഹായിച്ചു. അവരും സാധാരണ മനുഷ്യരാണെന്നും, അവരുടെ ഊഷ്മളതയും സ്നേഹവും കരുതലും മറ്റേതു മനുഷ്യരേപ്പോലെ തന്നെയാണെന്നും അവരോടൊപ്പമുള്ള പ്രവർത്തനം എനിക്ക് മനസ്സിലാക്കിത്തന്നു.

എന്നാൽ ദൽഹിയിലെ പാവപ്പെട്ടവരുടെ നരകതുല്യമായ ജീവിതം അടുത്തറിയാൻ എന്നെ സഹായിച്ചത് ഗൃഹസന്ദർശനങ്ങളായിരുന്നു. ജീവിതം ഒരിക്കലും ഒരേ താളത്തിൽ പോകുന്നതല്ല. ഉച്ചനീചത്വങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ടുകൊണ്ട് മാത്രമേ ഒരു ജനതക്ക് നിലനില്ക്കാനാകൂ എന്ന ഒരു വീക്ഷണം എന്നെ സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ടായിരുന്നു. അഥവാ, വ്യത്യസ്തരായ ജനങ്ങളും സംസ്കാരങ്ങളുമായുള്ള ഇടപഴകൽ അങ്ങിനെയൊരു വീക്ഷണത്തിലേക്ക് എന്നെക്കൊണ്ടെത്തിക്കുകയായിരുന്നു. ഇതെല്ലാം ജീവിതത്തിലെ ഈടു

വെപ്പുകളായി എനിക്ക് തോന്നുന്നു. ഇതൊക്കെത്തന്നെയല്ലേ മനുഷ്യനെ മനസ്സ് കൊണ്ട് സമ്പന്നമാക്കുന്നത്. ഒപ്പം ഞാൻ ഇതിൽ നിന്നൊക്കെ നേടിയതെന്ത് എന്ന ചോദ്യത്തിനുള്ള ഉത്തരത്തിന് വ്യക്തത കൈവരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

2010-ൽ ഭർത്താവ് ജോലിയിൽ നിന്ന് വിരമിച്ച് ഞങ്ങൾ തൃശ്ശൂരിൽ സ്ഥിരതാമസം തുടങ്ങിയതോടെ, പാലിയേറ്റീവ് കേയർ സൊസൈറ്റിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കാളിയാകാനുള്ള അവസരം എനിക്ക് കൈവന്നു. ഇവിടെ ഞാൻ കണ്ട പ്രത്യേകത സമഗ്രവും വൈവിദ്ധ്യവുമുള്ള സാന്ത്വനചികിത്സാ പ്രവർത്തനങ്ങളാണ്. ഇത്ര വിപുലമായ സേവനങ്ങൾ കാര്യക്ഷമമായി നിർവ്വഹിക്കാൻ വേണ്ടത്ര പ്രാപ്തിയും ഉത്സാഹവും സേവനോത്സുകതയുമുള്ള വളണ്ടിയർമാരാൽ സമ്പന്നമാണ് ഇവിടം.

വൃക്കരോഗികളുടെ ദുരിതങ്ങൾ അടുത്തറിയാൻ സാധിച്ചത് ഈ കേന്ദ്രത്തിൽ വെച്ചാണ്. വൃക്ക മാറ്റിവെക്കാനുള്ള വ്യഗ്രതയിൽ ചതിക്കുഴികളിൽ വീഴുന്ന പലരും ഇക്കൂട്ടത്തിലുണ്ട്. പലരും ജീവിതത്തിൽ തികച്ചും നിരാശരാണ്. അവർക്ക് ആവശ്യം ഉപരിപ്ലവമായ അനുതാപപ്രകടനങ്ങളല്ല, രോഗത്തേയും അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കാര്യങ്ങളെയും കുറിച്ച് പ്രയോജനപ്പെടുന്ന അറിവുകളാണ്.

അടുത്തിടെയായി ഞാൻ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത് 'എം ഹാറ്റ്' എന്ന സംഘടനയും പി.പി.സി.എസും (Pain and Palliative Care Society, Thrissur) സംയുക്തമായി നടത്തുന്ന മാനസികാരോഗ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളിലാണ്. ഈ തൃശ്ശൂർ പട്ടണത്തിൽത്തന്നെ, നിരാലംബരായി മാനസിക രോഗങ്ങളാൽ പീഢിതരായി ജീവിതം നരകതുല്യം മുന്നോട്ട് കൊണ്ടുപോകുന്നവർ കുറച്ചല്ല. ഇത്തരക്കാരെ സഹായിക്കുക എന്നതാണ് ഈ പ്രവർത്തനത്തിന്റെ പ്രധാന ഉദ്ദേശ്യം. മനുഷ്യമനസ്സുകളുടെ ചഞ്ചലതയും മാനസികമായ സംഘട്ടനങ്ങളും ദാരിദ്ര്യത്തിന്റേയും നിസ്സഹായതയുടേയും പശ്ചാത്തലത്തിൽ കാണേണ്ടിവരുന്ന രംഗമാണിത്. എത്ര ലോലമായ ഒരു നൂൽപ്പാലത്തിലൂടെയാണ് മനുഷ്യമനസ്സുകളുടെ സഞ്ചാരം എന്ന തിരിച്ചറിവുമാത്രമല്ല, മാനസികാരോഗ്യം ഗണനീയമായ ഒരു സാമൂഹ്യ പ്രശ്നമാണ് എന്ന യാഥാർഥ്യവും ഈ പ്രവർത്തനം നൽകുന്നു.

എങ്ങിനെയാണ് ഈ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുമ്പോൾ ശാന്തത കൈവരിക്കാൻ സാധിക്കുന്നത് എന്ന് പലരും അത്ഭുതപ്പെടാറുണ്ട്. ആലോചിക്കുമ്പോൾ, സാന്ത്വനപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ മുഴുകി സ്വന്തം ജീവിതത്തിൽ അർത്ഥം കണ്ടെത്തുന്ന സഹപ്രവർത്തകർ അറിഞ്ഞും അറിയാതേയും തരുന്ന ഊർജ്ജം തന്നെയാണ് ഈ രംഗത്ത് ശാന്തമായി പ്രവർത്തിക്കാൻ എന്നെ സഹായിക്കുന്നത് എന്നാണ് ഞാൻ കണ്ടെത്തിയിരിക്കുന്നത്. പലർക്കും ഇക്കാര്യം അനുഭവവേദ്യം ആയിരിക്കും എന്ന് ഞാൻ വിചാരിക്കുന്നു. എവിടെയായാലും തിരുവനന്തപുരത്ത്, ചെന്നൈയിൽ, മുംബേയിൽ, ദൽഹിയിൽ, ഇപ്പോൾ തൃശ്ശൂരിൽ, എനിക്ക് ഏറ്റവും ഹൃദ്യമായത് അവിടവിടങ്ങളിൽ ഞാൻ ഭാഗമായ കൂട്ടായ്മകളും, സ്നേഹിതരിൽ നിന്ന് കിട്ടുന്ന ആത്മാർത്ഥതയും തന്നെയാണ്. അക്കാരണത്താൽ ഈ സേവന രംഗത്ത് കഴിവതും തുടരാനാണ് എനിക്കാഗ്രഹം.

മരണം കാത്ത് വേദനയനുഭവിക്കുന്ന വ്യക്തികളുമായി അടുത്തിടപെടുന്നത് ഇവിടത്തെ കിടത്തിചികിത്സാ വിഭാഗത്തിൽ വെച്ചാണ്. മരണാസന്നരായ രോഗികളേയും ബന്ധുക്കളേയും നേരിടുമ്പോഴാണ് കഴിഞ്ഞ 30 വർഷക്കാലത്തെ അനുഭവം എത്ര വിലപ്പെട്ടതാണെന്ന് തിരിച്ചറിയുന്നത്. മരണത്തിന്റെ ആസന്നാവസ്ഥയെ ഓരോ നിമിഷവും തീക്കനൽപോലെ മനസ്സിൽ കൊണ്ട് നടക്കുന്നവരോട് സംവദിക്കുമ്പോൾ ഒരു സത്യം ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി – എത്രമാത്രം ദുരിതങ്ങളിലൂടെ കടന്നു പോകുമ്പോഴും, മനുഷ്യന്റെ പ്രതീക്ഷകൾ, സ്വപ്നങ്ങൾ അവസാനിക്കുന്നില്ല എന്ന അദ്ഭുതകരമായ സത്യം. 'ത്രാണി'യിൽ പഠിച്ച പാഠങ്ങൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്താനുള്ള സന്ദർഭമാണ് സാന്ത്വനചികിത്സയുടെ ഭാഗമായി ലഭിച്ചത്. മരണത്തെ തനിച്ച് അഭിമുഖീകരിക്കുക എന്ന അനുഭവത്തിലൂടെ കടന്നുപോകാൻ ഓരോ വ്യക്തിയേയും കെല്പ്പുള്ളവരാക്കുന്നത് അവരുടെ വ്യക്തിത്വം, മതപരമായ വിശ്വാസങ്ങൾ, അറിവുകൾ സംസ്കാരം തുടങ്ങിയവയാണ്. അവരുമായുള്ള സമ്പർക്കത്തിന്റെ അർത്ഥം മനുഷ്യാവസ്ഥയെ നേർക്കുനേർ കാണുക എന്നതാണ്. അതിശയോക്തി എന്നു തോന്നാമെങ്കിലും, എന്നെ നിരന്തരം നവീകരിക്കുന്നു ഈ അനുഭവങ്ങൾ എന്ന് പറയാതെ വയ്യ. പാലിയേറ്റീവ് കേയർ എന്ന പ്രസ്ഥാനമാണ് മരണമെന്ന സത്യത്തെ കൂടുതൽ അറിയാൻ എന്നെ സഹായിക്കുന്നത്, സഹായിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ആ മഹാസത്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിവേകം മരണത്തെ നേരിടുന്നതിൽ എന്നെ മാത്രമല്ല, ജീവിതത്തിൽ ഒപ്പം നിൽക്കുന്നവരേയും സഹായിക്കുമെന്ന് തോന്നുന്നു; കുറച്ചെങ്കിലും.

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്തു പഠിപ്പിച്ചു?

രഘുനാഥ് കെ.

ഒരുവൻ വളർന്നു വന്ന ചുറ്റുപാടുകൾ അവന്റെ സ്വഭാവ രൂപീകരണത്തിൽ വളരെ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്ന ഒരു ഘടകമാണെന്ന് നിസ്സംശയം പറയാം. അവന്റെ കുടുംബത്തിലെ സാമൂഹ്യ സാമ്പത്തിക ഘടകങ്ങളും, ഇടപെടുന്ന കൂട്ടുകെട്ടുകളും എല്ലാം ഇതിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. അതുകൊണ്ട് ഒരു വ്യക്തിയെ വിലയിരുത്തുമ്പോൾ അവന്റെ ജീവിത സാഹചര്യവും കൂടി കണക്കിലെടുത്തുവേണം എന്നതിൽ സംശയമില്ല.

ഈ പ്രസ്താവ്യംഎന്റെ സ്വന്തം ജീവിതാനുഭവവുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ, എന്റെ ജീവിതസാഹചര്യങ്ങൾ എന്നിൽ വരുത്തിയിട്ടുള്ള ചില ദൂഷ്യസ്വഭാവങ്ങളെ കുറിച്ചും, അത് മാറ്റിയെടുക്കുവാൻ ഇപ്പോഴത്തെ സാഹചര്യം എത്രമാത്രം സഹായിച്ചുവെന്നതും എടുത്തുപറയേണ്ടതാണ്.

സാമൂഹികമായും, വിദ്യാഭ്യാസപരമായും, ഉന്നത ശ്രേണിയിൽ നിന്നിരുന്ന ഒരു കുടുംബത്തിലാണ് ഞാൻ ജനിച്ചത്. വളരെ പേരുകേട്ട പണ്ഡിതന്മാർക്ക് ജന്മം നൽകിയ ആ കുടുംബത്തിൽ പിറന്ന ഞാൻ, കുട്ടിക്കാലം മുതൽ കേട്ടിരുന്നത് കുടുബത്തിലെ പണ്ഡിതരായുള്ള പൂർവ്വ സൂരികളെ കുറിച്ചുള്ള സ്തുതിപാഠങ്ങളാണ്. ഇത് ഒരു കുട്ടിയായിരുന്ന എന്നിൽ അഹംഭാവവും (ഇഗോ), ദുരഭിമാനവും, ഉണ്ടാക്കുവാൻ ഇടയാക്കി. അക്കാലത്ത് കുടുംബക്കാരോടല്ലാതെ മറ്റു സാമുഹിക ചുറ്റുപാടുകളിൽ ജീവിയ്ക്കുന്നവരോട് ഇടപഴകാൻ അവസരമില്ലാതിരുന്നതിനാലാകാം, അതും മറ്റൊരു കാരണമായി.

സ്കൂൾ ജീവിതം കഴിഞ്ഞ് കോളേജുജീവിതത്തിൽ പ്രവേശിച്ചതോടെയാണ് എന്റെ ഇത്തരത്തിലുള്ള സ്വഭാവവൈകല്യങ്ങളെ കുറിച്ച് സ്വയം ബോധവാനായത്. അതിനു കാരണം അതുവരെ എന്നെ അടച്ചിട്ടിരുന്ന ഗൃഹാന്തരീക്ഷത്തിൽ നിന്നു മാറി മറ്റു സാമൂഹിക ചുറ്റുപാടുകളിൽ ജീവിയ്ക്കുന്നരോട് കൂടുതലായി ബന്ധപ്പെടുവാനും, അവരോടുകൂടെ പല മേഖലകളിലും പ്രവർത്തിയ്ക്കുവാനും കഴിഞ്ഞു എന്നതിനാലാണ്. ഇക്കാലത്തുണ്ടായ ചില സംഭവങ്ങളാണ് തന്റെ പ്രധാന ശത്രു സ്വന്തം ഈഗോ ആണെന്ന തിരച്ചറിവ് എന്നിലുണ്ടാക്കിയത്. അതിനെ എങ്ങനെ ഇല്ലാതാക്കാം എന്നു ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഴാണ്, ഒരു ബന്ധുവിന്റെ മരണം നേരിൽ കാണേണ്ട സാഹചര്യം ഉണ്ടായത്. അതിനുശേഷം, പല അവസരങ്ങളിലായി മറ്റു പലരുടേയും അന്ത്യ നിമിഷങ്ങൾക്ക് സാക്ഷ്യം വഹിക്കേണ്ടതായും വന്നു. മരണാസന്നനായിരിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടേയും, പരിചരിയ്ക്കുന്നവരുടേയും, ആ സമയത്തെ നിസ്സഹായാവസ്ഥ യും അത് എന്നിലുണ്ടാക്കിയ ചില ചിന്തകളും തന്നിലുള്ള ഇഗോ കുറയ്ക്കുവാൻ വളരെ സഹായിച്ചു.

1999 – 2000 കാലത്താണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിനെ കുറിച്ച് ആദ്യമായി കേൾക്കുന്നത്. പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്ന ഒരു വളന്റിയർ വഴിയാണ് പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനത്തെ കുറിച്ച് അറിയാൻ കഴിഞ്ഞത്. ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിനു ശേഷം പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനമേഖല തിരഞ്ഞെടുക്കുവാൻ അന്നു തന്നെ തീരുമാനിച്ചുറപ്പിച്ചിരുന്നു. 2009 ൽ ജോലിയിൽ നിന്നും വിരമിച്ചതിനു ശേഷം ഏതാനും മാസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ പാലിയേറ്റീവ് വളന്റിയറായി പ്രവർത്തിയ്ക്കുവാനും തുടങ്ങി.

പാലിയേറ്റീവ് കെയറിലെ പ്രവർത്തനം എന്റെ സ്വഭാവത്തിലും, കാഴ്ചപ്പാടിലും വളരെ മാറ്റം വരുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെ പരിചരണം തേടി വരുന്നവരുടെ സാമൂഹികവും, മാനസികവും, ശാരിരികവുമായ അവസ്ഥകൾ കാണുമ്പോഴും, അവയെക്കുറിച്ചറിയുമ്പോഴും, "നമുക്കുണ്ട്"എന്ന് നാം അഭിമാനിച്ചു നടക്കുന്ന പലതിനും എന്തുവിലയാണ് ഉള്ളത് എന്നാണ് പലപ്പോഴും തോന്നാറുള്ളത്. നമ്മുടെ ഉള്ളിലുള്ള അഹംഭാവവും, ദുരഭിമാനവും, നമ്മുടെ മനസ്സിൽ പടുത്തുയർത്തിയ പല ആകാശക്കോട്ടകളും മറ്റും കൊഴിഞ്ഞുവീഴാൻ ഒരു നിമിഷം മതിയെന്ന ബോധം എനിയ്ക്കുണ്ടായത് ഇവിടത്തെ പ്രവർത്തനാനുഭവങ്ങളിൽ നിന്നാണ്.

ഒരു കാലത്ത്, മറ്റൊരുവന്റെ വേദന അവന്റേതു മാത്രമായി കണക്കാക്കിയിരുന്ന എനിയ്ക്ക്, ഇപ്പോൾ അത് സ്വന്തം വേദനയായി കാണുവാൻ കൂടി കഴിയുന്നു. ഇത്തരം അവസരങ്ങളിൽ മനുഷ്യന്റെ ദുരഭിമാനത്തിനും, ഇഗോക്കും സ്ഥാനമെവിടെ എന്നുള്ള ചിന്ത തന്നിലുള്ള ദുരഭിമാനത്തേയും, അഹംഭാവത്തേയും, ഇല്ലാതാക്കാൻ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്.

വേദന അനുഭവിയ്ക്കുന്ന, മരണത്തെ മുഖാമുഖം കണ്ടുകൊണ്ടിരിയ്ക്കുന്ന രോഗികൾക്കു സാന്ത്വനം നൽകാൻ തന്നാൽ ആകുംവിധം ചെറിയ സഹായം ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നതുതന്നെ വലിയ ഭാഗ്യമായി കരുതുന്നു. ജോലിയെടുത്തിരുന്ന കാലത്ത് മാസം തോറും വേതനം ലഭിയ്ക്കുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന സന്തോഷത്തേക്കാൾ പതിന്മടങ്ങ് സന്തോഷവും ചാരിതാർത്ഥ്യവുമാണ്, പാലിയേറ്റീവ് കെയറിലെ രോഗീപരിചരണം കൊണ്ട് അവർക്കുണ്ടാകുന്ന താല്ക്കാലികമായ ചെറിയൊരു സന്തോഷം, നമുക്കു നൽകുതെന്ന് നിസ്സംശ്ശയം പറയാം. മാത്രമല്ല, അവിടെ വരുന്ന രോഗികളുടെ അവസ്ഥ കാണുന്നതുകൊണ്ടും, മനസ്സിലാക്കുന്നതുകൊണ്ടും, അവരുടെ അവസ്ഥകൾ തന്റെ അവസ്ഥയുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടുമായിരിയ്ക്കണം, സ്വന്തം ദുഖങ്ങളേയും സന്തോഷങ്ങളേയും സമചിത്തതയോടെ സമീപിയ്ക്കുവാൻ എനിക്കു കഴിയുന്നത്.

P.G. Centre
CENTRE FOR POSTGRADUATE STUDIES
North Bus Stand, Thrissur
Ph: 0487-2338983, 9645012057
www.pgcentre.org, E-mail: pgcentre.tsr@gmail.com
MBA, M.Com, MA, M.Sc, MCA, CMA, BBA, B.Com, BA,
B.Sc, BCA , CA- CPT, CMA (foundation) & IPCC
UGC-NET Coaching for English, Commerce, Management & Malayalam
CALICUT UNIVERSITY & BHARATHIAR UNIVERSITY

എന്റെ സ്വന്തം വീട്

ഹെലൻ തമ്പി

ജീവിതത്തിൽ സമാധാനം നഷ്ടപ്പെടുമ്പോൾ, സാമ്പത്തികമായി തകർന്നുപോകുമ്പോൾ, നമ്മുടെ മനഃശ്ശാന്തിയ്ക്കുവേണ്ടി ദേവാലയങ്ങളിലും, ക്ഷേത്രങ്ങളിലും വഴിപാട് കഴിയ്ക്കുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അവിടെയെങ്ങും സമാധാനം കിട്ടാതെ വരുമ്പോൾ ആൾ ദൈവങ്ങളെ ആരാധിയ്ക്കുന്നു. മനുഷ്യൻ അന്വേഷിക്കുന്ന ശാന്തിയും സമാധാനവും അവന്റെ മനസ്സിൽത്തന്നെയാണെന്ന് അറിയുന്നില്ല. ഈശ്വരൻ സത്യമാണ് – സ്നേഹമാണ് എന്നൊക്കെ അറിഞ്ഞിട്ടും വീണ്ടും ഓടുകയാണ് നഷ്ടപ്പെട്ടതിനുവേണ്ടി. അധികാരത്തിന്റെയും പണത്തിന്റെയും പ്രശസ്തിയുടെയും പുറകെ നമ്മൾ യാത്ര തുടരുമ്പോൾ – നിന്നെപ്പോലെത്തന്നെ നിന്റെ അയൽക്കാരനെയും സ്നേഹിയ്ക്കണമെന്നുള്ളത് എവിടെയോ കൈമോശം വന്ന് പോയിരിയ്ക്കുന്നു.

2007 ആഗസ്റ്റ് മാസത്തിലാണ് സാന്ത്വന പരിചരണകേന്ദ്രത്തിൽ ഞാൻ പോകാൻ തുടങ്ങിയത്. ഉച്ചയ്ക്ക് ശേഷമായിരുന്നു ഒ.പി. രാവിലെ 8.30ന് ഗൃഹസന്ദർശനത്തിന് പുറപ്പെടും. രാവിലെ മുതൽ ഏതാണ്ട് വൈകീട്ട് 5 മണിവരെ ആറോ ഏഴോ വീടുകളിൽ പോകും. എനിക്ക് ഹോംകെയർ ആയിരുന്നു ഏറെ താല്പര്യം. നമ്മുടെ സഹജീവികൾ വേദനകൊണ്ടും ദാരിദ്ര്യം കൊണ്ടും ഇത്രയധികം കഷ്ടപ്പെടുന്നുണ്ടെന്ന് അങ്ങനെയാണ് എനിക്ക് മനസ്സിലായത്. 9 വർഷം മുമ്പ് എനിക്കുണ്ടായ ഒരനുഭവം ഞാനിവിടെ കുറിയ്ക്കുന്നു. അന്നത്തെ ഹോംകെയർ ടീം: രാധേടത്തി, ഗോകുൽദാസ് സർ പിന്നെ ഞാനും. ചാവക്കാടിനടുത്ത് തിരുവത്ര എന്ന സ്ഥലത്തുള്ള ഒരു മുസ്ളിം ഭവനത്തിലേയ്ക്കായിരുന്നു പോയത്. ചുറ്റും ഓലമറച്ച – ഇലക്ട്രിസിറ്റിയില്ലാത്ത ഒരു കൊച്ചുവീട്. ഞങ്ങൾ വരുമെന്നറിഞ്ഞതുകൊണ്ട് ഒരു മെഴുകുതിരി കത്തുന്നുണ്ടായിരുന്നു. രോഗി ഒരു കട്ടിലിൽ കിടക്കുന്നുണ്ട്. മാറിൽ ഒരു തുണിയിട്ട് മറച്ചിട്ടുണ്ടായിരുന്നു. രാധേടത്തി ആ തുണി മാറ്റിയപ്പോൾ ഞങ്ങൾ കണ്ട കാഴ്ച – ക്വാളിഫ്ളവർ വിരിഞ്ഞതു പോലെയുള്ള മാറിടം. കുറച്ച് നേരത്തെ നിശ്ശബ്ദത – രോഗിയെ കുളിപ്പിക്കുവാൻ വീട്ടുകാർക്ക് ഭയമാണെന്നും കുളിപ്പിച്ചിട്ട് ഒരാഴ്ചയായെന്നും പറഞ്ഞു. ഒട്ടും താമസിയാതെത്തന്നെ രോഗിയെ ബാത്ത്റൂമിൽ കൊണ്ടിരുത്തുവാനുള്ള ഏർപ്പാടുകൾ ചെയ്തു. രാധേടത്തി അവരുടെ വ്രണങ്ങൾ കഴുകി വെടിപ്പാക്കിയതും ഡ്രസ്സ് ചെയ്തതും ഇന്നും മങ്ങാതെ – മറക്കാതെ എന്റെ ഓർമ്മയിലുണ്ട്. രാധേടത്തി ഹോംകെയറിന് പോകുമ്പോൾ എന്നെ വിളിയ്ക്കണമെന്ന് ഞാൻ പറഞ്ഞു. കാരണം, രാധേടത്തി രോഗികൾക്കുവേണ്ടി ചെയ്യുന്ന കാര്യങ്ങൾ – അവർക്കു കൊടുക്കുന്ന സ്നേഹവും കരുതലും വേറൊരാളിലും എനിക്ക് കണ്ടെത്തുവാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. ഒരുപാട് അനുഭവങ്ങൾ വേറെയുമുണ്ട്. രോഗം കൊണ്ട് വിരൂപമായ ശരീരം – വേദന കൊണ്ട് ദുഃഖിയ്ക്കുന്ന നമ്മുടെ സഹോദരങ്ങൾ. ദാരിദ്ര്യം അനുഭവിയ്ക്കുന്ന കുടുംബങ്ങൾ. ഇത്രയൊക്കെ കഷ്ടം അനുഭവിക്കുന്നവർ നമ്മുടെ നാട്ടിലുണ്ടെന്ന് അറിഞ്ഞതു തന്നെ ഞാനിവിടെ വന്നതിനു ശേഷമാണ്. മാനസികമായും ശാരീരികമായും നമ്മൾ വിഷമിയ്ക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ വിഷമങ്ങൾ സഹിയ്ക്കാനാ

വുന്നില്ലല്ലോ എന്ന് പലപ്പോഴും തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ഈ സ്ഥാപനത്തിൽ വന്നതിന് ശേഷം ഓരോരോ ഹോംകെയറിനും വ്യത്യസ്തമായ അനുഭവങ്ങളായിരുന്നു. നമ്മളൊക്കെ എത്ര സുഖസൗകര്യത്തിലാണ് ജീവിയ്ക്കുന്നതെന്ന് ചിന്തിയ്ക്കുവാൻ തുടങ്ങി. ഒരു ഭാഗത്ത് ആർഭാടങ്ങളും ആഘോഷങ്ങളുമായി ജീവിക്കുന്ന മനുഷ്യർ – മറുഭാഗത്ത് വേദനയ്ക്കുന്ന ദുഃഖം അനുഭവിയ്ക്കുന്ന – ദാരിദ്ര്യം അനുഭവിയ്ക്കുന്ന നമ്മുടെ സഹജീവികൾ. അധികാരത്തിന്റെയും പ്രശസ്തിയുടെയും പണത്തിന്റെയും പുറകെ നമ്മൾ യാത്ര തുടരുമ്പോൾ ആരെയും കുറ്റപ്പെടുത്തുവാനോ, ഓരോരുത്തരുടെ ജീവിതശൈലിയിൽ മാറ്റം വരുത്തുവാനോ നമുക്കാവില്ല. ഞങ്ങളുടെ സ്ഥാപനത്തിൽ വന്ന് അവിടുത്തെ സാഹചര്യവുമായി ഇഴുകിച്ചേർന്നവർക്ക് ഒരിക്കലും മറ്റുള്ളവരുടെ ദുഃഖങ്ങൾ കണ്ടില്ലെന്ന് നടിയ്ക്കാനാവില്ല. ഈ സ്ഥാപനവുമായി ഇഴുകി ചേർന്നപ്പോൾ കൂടുതൽ സമയം ഇവിടെ ചെലവഴിയ്ക്കണമെന്ന് തോന്നിത്തുടങ്ങി. ഇവിടെ വന്ന് കയറുമ്പോൾ സ്വന്തം വീട്ടിലേയ്ക്ക് വരുന്ന ഒരു പ്രതീതിയാണ്. ഈ സ്ഥാപനത്തിന്റെ ചട്ടക്കൂട്ടിൽ നിന്നുകൊണ്ടു ഇവിടുത്തെ സ്നേഹകൂട്ടായ്മയിൽ ചെയ്യുന്ന ചെറിയ കാര്യങ്ങൾ പോലും നമ്മുടെ മനസ്സിന് ഒരുപാട് സന്തോഷവും സമാധാനവും തരുന്നുണ്ട്. ഇവിടുത്തെ കൂട്ടായ്മയിൽ ചേർന്ന് നിന്നുകൊണ്ട് ഈ അവസരത്തിൽ ബൈബിളിൽ ക്രിസ്തുവിന്റെ പ്രസ്താവന ഓർക്കുകയാണ്: "എനിക്ക് വിശന്നു. നിങ്ങൾ ആഹാരം തന്നില്ല. എനിക്ക് ദാഹിച്ചു, നിങ്ങൾ കുടിയ്ക്കാൻ തന്നില്ല. ഞാൻ നഗ്നനായിരുന്നു, നിങ്ങൾ എന്നെ ഉടുപ്പിച്ചില്ല. ഞാൻ രോഗാവസ്ഥയിലായിരുന്നു. നിങ്ങൾ എന്നെ സന്ദർശിച്ചില്ല." അപ്പോൾ ഇതെല്ലാം കേട്ടു നിന്നവർ ചോദിയ്ക്കും: "അങ്ങയെ വിശക്കുന്നവനോ, ദാഹിയ്ക്കുന്നവനോ, നഗ്നനോ, രോഗിയൊ ആയി ഞങ്ങൾ ഒരിക്കലും കണ്ടിട്ടില്ല" എന്ന്. "ഈ ഏറ്റവും എളിയവരിൽ നിങ്ങൾ ഇത് ചെയ്യാതിരുന്നപ്പോൾ എനിക്കു തന്നെയാണ് ചെയ്യാതിരുന്നത്" എന്ന് യേശു മറുപടി പറഞ്ഞു. ഇതാണ് നമ്മുടെ അവസ്ഥ. അപരന്റെ ദുഃഖവും സങ്കടവും നമ്മുടേതും കൂടിയാണെന്ന് ഉൾക്കൊള്ളാൻ കഴിഞ്ഞാൽ സന്തോഷവും സമാധാനവും ഒട്ടും ദൂരത്തല്ല. മൃഗീയത വെടിഞ്ഞ് മനുഷ്യത്വം വളർത്തിയെടുക്കാൻ നമുക്ക് സാധിച്ചാൽ അവിടെ ദൈവികത അനുഭവപ്പെടും. മരണത്തെ മുഖാമുഖം കാണുന്ന നമ്മുടെ സഹജീവികളുടെ കൂടെ കുറച്ചുനേരം ചെലവഴിയ്ക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുക – അവരുടെ നൊമ്പരങ്ങളും വേദനകളും കൂടെയിരുന്ന് പങ്കിടാനായാൽ അതിന് നന്മയെന്നോ പുണ്യമെന്നോ ഒക്കെ പറയാം. അവരുടെ ദുഃഖങ്ങൾക്കായി കാതോർക്കാം. അവരിലേയ്ക്ക് നമുക്ക് ഇറങ്ങിച്ചെല്ലാം. അവരെയൊന്ന് ചേർത്തണയ്ക്കാം. മാനുഷിക മൂല്യങ്ങൾ നഷ്ട പ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിയ്ക്കുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ സ്നേഹത്തിന്റെയും സാഹോ ദര്യത്തിന്റെയും കണ്ണികൾ കോർത്തിണക്കി നമുക്ക് മുന്നോട്ട് പോകാം.

"നിശ്ശബ്ദരാവാൻ നിങ്ങൾക്ക് എന്തധികാരം??"

ലീലാമണി

ഞാൻ എന്തിനുവേണ്ടിയാണ് പാലിയേറ്റീവ് രംഗം തെരഞ്ഞെടുത്തത്? എന്നോടുതന്നെ ചോദിച്ചു.

ഔദ്യോഗിക ജീവിതം അവസാനിക്കാറായ സമയത്ത് പലരും അന്വേഷിച്ചു, വിരമിച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ ഇനി എന്താണ് പ്ലാൻ? എല്ലാവരോടും ചോദിക്കാറുള്ള ഒരേ ചോദ്യം. പക്ഷേ, എനിക്ക് വ്യക്തമായ ഒരു ഉത്തരം ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്റെ ലക്ഷ്യം പാലിയേറ്റീവ് രംഗം. അതിന് ഒരു കാരണവും ഉണ്ട്. വിരമിക്കുന്നതിന് മൂന്നു നാലുകൊല്ലം മുമ്പ് ഒരു ദിവസം ജോലി കഴിഞ്ഞ് സ്റ്റാന്റിൽ ബസ്സിറങ്ങി അടുത്ത ബസ് തിരഞ്ഞ് ഓടുമ്പോൾ ആരോ ഒരു നോട്ടീസ് നീട്ടി. പാലിയേറ്റീവിന്റെ ഒരു നോട്ടീസായിരുന്നു അത്. ഇപ്പോൾ കരുതുന്നു. അന്ന് ഒരു പക്ഷേ ജനുവരി 15 ആയിരിക്കാം. അത് വാങ്ങി. അപ്പോൾ വായിക്കാൻ സമയമില്ല. ബാഗിൽ വെച്ചു. ഇന്ന് എക്സിബിഷൻ സ്റ്റാളിൽ കൊടുക്കുന്ന നോട്ടീസുകൾ അഞ്ചടി നടക്കുമ്പോഴേക്കും പലരും കാറ്റിൽ പറത്തുന്നതുകാണുമ്പോൾ ഇത് ഓർമ്മ വരാറുണ്ട്. പിന്നീട് വായിച്ചു മനസ്സിലാക്കി ആശയം മനസ്സിന്റെ ഒരു കോണിൽ സൂക്ഷിച്ചു വെച്ചു. കുറെ നാൾ ആ നോട്ടീസ് കളയാതെ ബാഗിലുണ്ടായിരുന്നു. പിന്നീടും പത്രങ്ങളിൽ കൂടി ഈ രംഗത്തെ അറിഞ്ഞു.

എന്നാൽ വിരമിച്ചതിനുശേഷം എങ്ങനെ ഇവിടെ എത്തിപ്പെടാം എന്നതിന് ഉത്തരം കിട്ടിയില്ല. പിന്നീട് ഈ രംഗത്തുള്ള എന്റെ ബന്ധു മുഖേന ഇവിടെ വന്നു. ചെറുപ്പത്തിൽ നഴ്സിങ്ങിനു ചേരാൻ വീട്ടിൽ ആഗ്രഹം പ്രകടിപ്പിച്ചപ്പോൾ കൂട്ടുകാരിയോടൊപ്പം ജനറൽ ഹോസ്പിറ്റലിൽ പോയി അന്വേഷിച്ച്, പ്രായമായില്ലെന്ന കാരണത്താൽ മടങ്ങിപോന്ന അനുഭവവും ഓർമ്മയിലുണ്ട്. ഇപ്പോൾ ഇവിടെ വന്ന് ഏഴുവർഷത്തിനിപ്പുറം തിരിഞ്ഞുനോക്കുമ്പോൾ മനസ്സിൽ ആരുമറിയാത്ത ഒരു സംതൃപ്തി! വേണ്ടിടത്തുതന്നെ എത്തിച്ചേർന്നു എന്ന തോന്നൽ. രോഗികളോടൊപ്പം നിന്ന് പല അനുഭവങ്ങൾക്കും സാക്ഷിയാ കുമ്പോൾ മനസ്സിലുണ്ടായിരുന്ന ഭയം പതിയെ നീങ്ങിത്തുടങ്ങുന്നു. മരണമെന്ന സത്യം നേരിട്ടു കാണുമ്പോഴും മനസിനൊരു ഉറപ്പു കൈവരുന്നു. മരണത്തെ മുഖാമുഖം കാണാനും അതിൽ നിന്ന് പലതും പഠിക്കാനും കഴിഞ്ഞു. മരണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഭയത്തോട് ഒരു ചെറിയ നിർവികാരത ഉടലെടുക്കുന്നുണ്ടോ? മരണത്തെ അംഗീകരിക്കാൻ പതിയെ പതിയെ മനസ്സിനെയും സജ്ജമാക്കണം. അങ്ങനെ ഓരോന്നിനേയും കുറിച്ചുള്ള തിരിച്ചറിവ് ഒരു വലിയ പാഠമാകുന്നു. ഇങ്ങനെ ഓരോ തിരിച്ചറിവിലും ഈ രോഗത്തിന്റെ ഗുരുതരാവസ്ഥകൾ കാണുമ്പോഴും എന്തേ ഞാൻ ഇതിൽ നിന്നും രക്ഷപ്പെട്ടു നില്ക്കുന്നു, എന്ത് സുകൃതമാണ് ഇതിനുമാത്രം നാം ചെയ്തിരിക്കുന്നത് എന്ന് നന്ദിയോടെ ഓർത്തുപോകുന്നു. എന്നുവെണമെങ്കിലും ഈ രോഗത്താൽ നാം ആക്രമിക്കപ്പെട്ടേക്കാം എന്ന ബോധം പലരും പങ്കിടാറുണ്ട്. രോഗികളോടൊപ്പം അവർക്ക് താങ്ങായി നില്ക്കുമ്പോൾ, അവരുടേയും ബന്ധുക്കളുടേയും നന്ദിയും സ്നേഹവും നിറഞ്ഞ മുഖങ്ങൾ കാണുമ്പോൾ, ഉള്ളിലെവിടെയോ ഒരു ചലനം അനുഭവപ്പെടുന്നുണ്ടോ? അതാവട്ടെ നമുക്ക് മുന്നോട്ടുള്ള പ്രയാണത്തിന് മാർഗ്ഗദീപം. ഇന്നത്തെ യുവതലമുറ മറ്റൊന്നും ചിന്തിക്കാതെ ധൃതഗതിയിൽ മുന്നോട്ടോടുമ്പോൾ ഇവിടെ പുറകിൽ ഇങ്ങനെ ഒരു വേദനിക്കുന്ന സമൂഹമുണ്ടെന്നും അവർ അതിൽ അകപ്പെട്ടതെങ്ങനെയെന്നും അവർക്കായി എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാനാകുമോ എന്ന് ചിന്തിക്കുന്നതും നന്നായിരിക്കും.

തൃശ്ശൂരിലെ അന്തരിച്ചുപോയ ബഹുമാന്യനായ ഒരു ബിഷപ്പ് ഉദ്ബോധിപ്പിച്ച 'നിശ്ശബ്ദരായിരിക്കാൻ നിങ്ങൾക്കെന്തധികാരം' എന്ന സന്ദേശത്തിന്റെ ചെറിയൊരംശമെങ്കിലും നമുക്ക് മനസ്സിലേറ്റി സമൂഹത്തോടുള്ള പ്രതിബദ്ധത ഇങ്ങനെ ഒരു കൊച്ചു സേവനത്തിൽ കൂടിയെങ്കിലും നിറവേറ്റാൻ ഇനിയും മനസ്സും ശരീരവും അനുവദിക്കട്ടെ എന്ന പ്രാർത്ഥനയോടെ ഞാൻ കാത്തുനില്ക്കുന്നു. വേദനിക്കുന്നവർക്ക് ആശ്വാസമേകുമ്പോൾ സ്വന്തമനസ്സിനും ആശ്വാസമേകുന്ന പ്രക്രിയ! അറ്റമില്ലാത്ത ജീവിതപാതയിൽ ഇവർ ഒറ്റയ്ക്കല്ല, ഞങ്ങളും ഒപ്പമുണ്ട് എന്ന പാട്ടിന്റെ സാരാംശം ഇവരിലെയ്ക്ക് എത്തിക്കാൻ നാമും ഒറ്റക്കല്ല, ഒരുമിച്ചു തന്നെ ഒത്തൊരുമയോടെ കൈകോർത്ത് സ്പർദ്ധയില്ലാതെ പരസ്പരധാരണയോടെ പ്രവർത്തിക്കുക എന്നതാവട്ടെ നമ്മുടെ സ്ഥാപനത്തിന്റെ ദൗത്യം. ഇപ്പോൾ രോഗികൾക്കുവേണ്ടിയുള്ള പ്രവർത്തനമാണ് എനിക്ക് കൂടുതലും. ഇനിയും രോഗികളൊടൊപ്പം നടന്ന് അവർക്ക് താങ്ങായി ഒരു സേവനം. അതാണ് ലക്ഷ്യം. ശുഭാപ്തി വിശ്വാസത്തോടെ.

നല്ല കേൾവി ക്കാരി

ശ്രീദേവി എം.എൻ.

ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് വിരമിച്ചതിനുശേഷം സാമൂഹ്യസേവ നരംഗത്ത് എന്തെങ്കിലും ചെയ്യണം എന്ന് ആഗ്രഹിച്ചിരിയ്ക്കുമ്പോഴാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിനെക്കുറിച്ച് അറിയുന്നത്. അതിന് വഴിയൊരുക്കി യത് ഇന്ദിര ഗോപിനാഥ് എന്ന ഞങ്ങ ളുടെ ഇന്ദിര ചേച്ചിയാണ്. അവരുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരമാണ് ഞാൻ ഇവിടെ (പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിൽ) വന്ന് തുടങ്ങിയത്. ഇപ്പോൾ ഏതാണ്ട് പത്ത് വർഷമായി ഞാനിവിടെ സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകയായി സേവനം ചെയ്യുന്നു.

രണ്ട് ദിവസത്തെ പരിശീലന ക്ലാസ്സി ൽ നിന്ന് ഇവിടെ എന്തൊക്കെ ചെയ്യ ണം, എങ്ങനെയൊക്കെ ചെയ്യണം എന്നൊക്കെ ഞങ്ങളെ പഠിപ്പിച്ചു തന്നു. രോഗത്തിന്റെ അവസാന ഘട്ട ത്തിൽ ഇവിടെ വരുന്ന രോഗികളായ തുകൊണ്ട് അവർക്ക് പ്രതീക്ഷക ളൊന്നും നമ്മൾ നല്കരുത്; മറിച്ച് അവരെ ആശ്വസിപ്പിയ്ക്കുകയും അവർക്ക് പറയാനുള്ളത് ക്ഷമയോടെ കേൾക്കുകയുമാണ് നമ്മൾ ചെയ്യേ ണ്ടത്. കൂടാതെ ഇവിടത്തെ ഡോക്ടർ നിർദ്ദേശിയ്ക്കുന്ന മരുന്നുകൾ നല്കു കയും ചെയ്യുന്നു. സ്നേഹത്തോടെ യുള്ള നമ്മുടെ സമീപനം കൊണ്ട് അവർ നമ്മളോട് അടുക്കുകയും അവരുടെ വിഷമങ്ങളും ആകുലതക ളും എല്ലാം തുറന്ന് പറയാൻ താല്പ ര്യം പ്രകടിപ്പിയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. ഇവിടെ നമ്മൾ ഒരു നല്ല കേൾവിക്കാ രിയായി ഇരിയ്ക്കുകയാണ് ചെയ്യേ ണ്ടത്. ഇത് അവർക്ക് വലിയ ആശ്വാ സം നല്കുന്നു എന്ന് അനുഭവിച്ചറി ഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. രോഗികളെ ശുശ്രൂഷിക്കു ന്നവർക്കും പലതും പറയാനു ണ്ടാകും. എല്ലാം കേട്ടതിനുശേഷം സ്നേഹത്തോടെ അവരുടെ കൈപി ടിച്ചോ, പുറത്ത് മെല്ലെയൊന്ന് തട്ടി യോ, ചേർത്ത് പിടിച്ചോ ആശ്വസിപ്പി ച്ചാൽ അവർക്ക് കിട്ടുന്ന സാന്ത്വനം നേരിൽ അനുഭവിച്ചറിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. അവർക്ക് പ്രതീക്ഷകളൊന്നും നല്കാ ൻ നമുക്കാവില്ല എങ്കിലും അവർ പറയുന്നത് കേൾക്കാൻ ആളുണ്ടായ ല്ലോ. അവരുടെ കൂടെ നമ്മളുണ്ട് എന്ന തോന്നൽ അവർക്ക് വളരെ ആശ്വാസം നല്കുന്ന കാര്യമായി എനിയ്ക്ക് തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. ഹോം കെയർ ടീമിന്റെ കൂടെ രോഗികളുടെ വീടുകളിലേയ്ക്കും പോയിട്ടുണ്ട്. അവരോട് സംസാരിച്ച് അവിടത്തെ സ്ഥിതി മനസ്സിലാക്കുവാനും നമുക്ക് ചെയ്യാൻ സാധിയ്ക്കുന്ന സഹായ ങ്ങൾ ചെയ്യുവാനും സാധിച്ചിട്ടുണ്ട് (ക്ലിനിക്ക് വഴി). അതും വേറിട്ടൊരു അനുഭവമാണ്.

അനാരോഗ്യവും പ്രായാധിക്യവും കാരണം വളരെയൊന്നും എനിയ്ക്ക് ചെയ്യാൻ സാധിയ്ക്കുന്നില്ലെങ്കിലും ചെയ്യുന്ന കാര്യങ്ങളിൽ എനിയ്ക്ക് പൂർണ്ണ സംതൃപ്തിയുണ്ട്. കുറച്ച് കൂടെ നേരത്തെ ഇവിടെ വരാമായി രുന്നു എന്ന് തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. ഇവിടു ത്തെ സ്നേഹത്തിന്റെയും കൂട്ടായ്മ യുടെയും അന്തരീക്ഷം എനിയ്ക്ക് കൂടുതൽ പ്രവർത്തിയ്ക്കാനുള്ള സന്തോഷവും ഊർജ്ജവും തരുന്നു. ഒതുങ്ങിയ, ആരോടും അധികം സം സാരിക്കാത്ത പ്രകൃതക്കാരിയായ ഞാൻ കുറച്ചെങ്കിലും മാറിയിട്ടുണ്ടെ ങ്കിൽ അത് ഇവിടെ നിന്ന് ലഭിച്ച സ്നേ ഹവും അംഗീകാരത്താലുമാണ്. എ ന്റെ ചിന്താഗതിയിലും മനോഭാവത്തി ലും കാര്യമായ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താൻ ഇവിടുത്തെ പ്രവർത്തനം എന്നെ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെ ചെറിയവ ൻ, വലിയവൻ, കൂടുതൽ ചെയ്യുന്ന വർ, കുറച്ച് ചെയ്യുന്നവർ എന്ന വ്യത്യാസ മില്ലാതെ എല്ലാവരേയും ഒരുപോലെയാണ് കണക്കാക്കുന്നത്. ഇത്രയല്ലെ ചെയ്യാൻ സാധിയ്ക്കുന്നു ള്ളൂ എന്ന സങ്കടമേ എനിയ്ക്കുള്ളൂ. എങ്കിലും ചെയ്യുന്നതിൽ സംതൃപ്തി യുണ്ട്. ഈശ്വരൻ അതിനുള്ള ആരോ ഗ്യം തരട്ടെ എന്ന പ്രാർത്ഥനയേയു ള്ളൂ. റിട്ടയർമെന്റിനു ശേഷം പ്രവർ ത്തിക്കാൻ ഈ മേഖല തിരഞ്ഞെടു ത്തതിൽ വളരെ ചാരിതാർത്ഥ്യമുണ്ട്.

സാന്ത്വന സേവനത്തിലേയ്ക്കുള്ള കാൽവെപ്പ്

എം. രാമകൃഷ്ണൻ നായർ

ജോലിയിൽ നിന്നും വിരമിച്ച ശേഷം ഐ.എം.എ. രാമവർമ്മപുരത്ത് ആരംഭം കുറിച്ച ബ്ലഡ് ബാങ്കിന്റെ ലേയ്സൺ ഓഫീസറായി ഡോ. സി.എൻ. പരമേശ്വരന്റെ പരിപൂർണ്ണ സഹകരണത്തോടെ പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്ന കാലം. പഞ്ചായത്തുകളിൽ നിന്നും ഫണ്ട് സ്വരൂപിയ്ക്കലായിരുന്നു പ്രധാനം. ഒരു ദിവസം വടക്കെബസ്സ് സ്റ്റാൻഡിൽ ലഘുലേഖ വിതരണവും അതോടൊപ്പം കൈയിലൊരു പെട്ടിയുമായി ചെറുപുഞ്ചിരിയോടെ ആൾക്കൂട്ടത്തിലേയ്ക്ക് നടന്നടുക്കുന്ന ഒരു വനിതയെ കണ്ടു. ആ പെട്ടിയിൽ ഞാനും എന്റെ വിഹിതം ഇട്ടു. നോട്ടീസ് വാങ്ങി പോക്കറ്റിൽ സൂക്ഷിച്ചു. കോർപ്പറേഷൻ ഓഫീസിൽ പോയി വടക്കെ സ്റ്റാൻഡിൽ വന്ന് ബസ് കയറാനായി ശ്രമിയ്ക്കുമ്പോൾ വീണ്ടും പെട്ടിയുടെ കിലുക്കം കൂടാതെ മായാത്ത പുഞ്ചിരിയും. ഞാൻ പൈസ തന്നതാണല്ലോ എന്ന് പറഞ്ഞപ്പോൾ – സോറി സാർ. എന്ന് പറഞ്ഞ് പെട്ടിയും നോട്ടീസുമായി മുന്നോട്ട് നീങ്ങി.

വീട്ടിൽ വന്ന് ലഘുലേഖ വായിച്ചപ്പോൾ അത് പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയുടേതാണെന്ന് മനസ്സിലായി. ആ പ്രവർത്തനത്തിൽ താല്പര്യം തോന്നുകയും അടുത്ത ദിവസം തന്നെ ഓഫീസിൽ ചെന്ന സമയം ബസ്സ് സ്റ്റാൻഡിൽ വെച്ച് കണ്ട ആ ചിരിയ്ക്കുന്ന മുഖം. വന്നതിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം അവർ ആരാഞ്ഞു. ഡയറക്ടർ ഡോ. ദിവാകരനെ കാണാൻ വന്നതാണ്, വളണ്ടിയറാവാൻ താല്പര്യമുണ്ട് എന്ന് പറഞ്ഞു. എല്ലാവരും സ്നേഹപൂർവ്വം ഇന്ദിര ചേച്ചി എന്ന് വിളിയ്ക്കുന്ന അവരെയാണ് വടക്കെ ബസ്സ് സ്റ്റാൻഡിൽ വെച്ച് ഞാൻ കണ്ടതെന്ന് അപ്പോൾ മനസ്സിലായി. കുറച്ച് കഴിഞ്ഞപ്പോഴേയ്ക്കും ഡോ. ദിവാകരൻ വരികയും ഇന്ദിരചേച്ചി ഞാൻ വന്നതിന്റെ ഉദ്ദേശ്യം ഡോക്ടറെ പറഞ്ഞ് മനസ്സിലാക്കുകയും ചെയ്തു. അങ്ങനെ വളണ്ടിയറാവാനുള്ള അനുവാദം വാങ്ങിക്കൊണ്ടാണ് വീട്ടിലെത്തിയത്. അടുത്ത ദിവസം തന്നെ നമ്മുടെ ഉണ്ണിയേട്ടൻ എന്നെ ഒപി യിലെ ഡോ. പ്രഭാകരനെ ഏല്പിച്ചു. അദ്ദേഹം രജിസ്ട്രേഷൻ കാര്യങ്ങൾ വിശദമായി പറഞ്ഞ് തന്നു. അങ്ങനെ ഞാൻ സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രത്തിലെ ഒരംഗമായി. അന്ന് വളണ്ടിയേഴ്സ് കുറവായിരുന്നു. രണ്ടുദിവസങ്ങൾക്കുശേഷം ഞാൻ ഹോംകെയറിലേയ്ക്ക് മാറി. എനിയ്ക്ക് ഏറ്റവും ഇഷ്ടപ്പെട്ട മേഖല.

ഹോംകെയറിൽ പോയി ധാരാളം അസുഖബാധിതരെ കാണുമ്പോൾ ഉള്ള് തേങ്ങാറുണ്ട്. അതൊന്നും ഭാവത്തിലും പെരുമാറ്റത്തിലും വരാതെ പരമാവധി അവരുടെ കാര്യത്തിൽ ശ്രദ്ധിയ്ക്കുന്നു. ഇതോടൊപ്പം സൊസൈറ്റിയിലെ പരിശീലന കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച പരിശീലനം കൂടി ആവുമ്പോൾ ജീവിതത്തിൽ ആർജ്ജിച്ച അറിവ് അക്കാദമിക് സർട്ടിഫിക്കറ്റുകളെക്കാളും മഹത്തരമായി തോന്നാറുണ്ട്. അങ്ങനെ ഞാൻ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി കുടുംബത്തിലെ ഒരു കണ്ണിയായി. വീട്ടിൽ നിന്നും പൂർണ്ണ പിന്തുണയാണ് ലഭിച്ചിരുന്നത്.

അടുത്ത കാലത്ത് എന്റെ കുടുംബത്തിന്റെ ജീവിതം തന്നെ താളം തെറ്റിച്ചുകൊണ്ട് ഒരു അനിഷ്ട സംഭവം നേരിടേണ്ടി വന്നു. ആകെ തകർന്നുപോയ സമയം. കരകയറാൻ പറ്റാത്ത ആ സന്ദർഭത്തിൽ ആ സങ്കടക്കടലിൽനിന്ന് കൈപിടിച്ച് കയറ്റിയത് പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റിയാണ്. ആ കൈത്താങ്ങ് ഇല്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ ജീവിതത്തിൽ ഇനിയെന്ത് എന്ന് ആലോചിച്ച് പതറിപ്പോകുമായിരുന്നു.

കാരുണ്യത്തിലേയ്ക്കുള്ള ഇടുങ്ങിയ വഴി

ജോൺ ചെറിയാൻ

പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ക്ലിനിക്കിൽ ഒരു വളണ്ടിയറായി ഞാൻ സേവനം അനുഷ്ഠിക്കാൻ തുടങ്ങിയിട്ട് അധികമായിരുന്നില്ല. ഒരു ദിവസം ക്ളിനിക്കിലെ എന്റെ ഡ്യൂട്ടി കഴിഞ്ഞ് നാലുമണിയ്ക്ക് ശേഷം ബസ് പിടിക്കുവാനായി ഞാൻ വടക്കെ സ്റ്റാൻഡിലേയ്ക്ക് നടക്കുകയാണ്. സ്വരാജ് റൗണ്ടിലുള്ള കല്ല്യാൺ ജ്വല്ലേഴ്സിന്റെ സമീപത്തുള്ള റോഡിൽ കൂടിയാണ് ഞാൻ പോയിരുന്നത്. കുറച്ച് മുമ്പോട്ടു പോയപ്പോൾ ചെറിയ ഒരാൾകൂട്ടം കണ്ടു. അടുത്ത് ചെന്ന് നോക്കിയപ്പോൾ മദ്ധ്യവയസ്കനായ ഒരു മനുഷ്യൻ ആ റോഡിൽ വീണുകിടക്കുന്നു. പലരും വന്നു നോക്കി പോകുന്നതല്ലാതെ ആരും ഒന്നും ചെയ്യുന്നതു കണ്ടില്ല. പല കമന്റുകളും ഞാൻ കേൾക്കുന്നുണ്ടായിരുന്നു. അത് വെള്ളമടി കേസാണ്ടാ, വിട്ടോ; ഇടപെടേണ്ടടാ പണികിട്ടും എന്നിത്യാദി. മാന്യനായ ഒരാൾ വന്ന് നോക്കിയതിനുശേഷം ഞാൻ പോലീസിൽ വിവരം അറിയിച്ചിട്ട് വരാം എന്ന് പറഞ്ഞ് പോയതല്ലാതെ തിരിച്ചു വന്നില്ല. പോലീസിനെയും കണ്ടില്ല. ഞാൻ അടുത്ത് ചെന്ന് ആ വീണു കിടക്കുന്ന മനുഷ്യനെ നോക്കി. ശ്വാസം ഉണ്ട്. എന്റെ പരിചയകുറവുകൊണ്ടാകാം പൾസ് നോക്കിയിട്ട് എനിക്ക് കിട്ടുന്നില്ല. പക്ഷെ വെള്ളമടി കേസ് അല്ല എന്ന് എനിക്ക് ബോധ്യമായി. എത്രയും പെട്ടെന്ന് ഈ മനുഷ്യന് വൈദ്യസഹായം എത്തിക്കുകയെന്നത് എന്റെ കർത്തവ്യമായി എനിക്ക് തോന്നി. സഹായിപ്പാൻ ആരുമില്ല.

നിരീശ്വരവാദികൾ പറയും ഈശ്വരൻ എന്ന ഒരു പ്രതിഭാസം ഇല്ലെന്ന്. പക്ഷെ ഈശ്വരൻ ഉണ്ടെന്ന് എനിക്ക് തീർത്തും ബോദ്ധ്യപ്പെട്ട ഒരു ദിവസമായിരുന്നു അന്ന്. എന്റെ നിസ്സഹായാവസ്ഥ മനസ്സിലാക്കിയിട്ടെന്നോണം അതാ വരുന്നു ഒരു മിനി ആംബുലൻസ് ആ വഴിയിൽ കൂടി. ഞാൻ ധൈര്യം സംഭരിച്ച് റോഡിന് നടുവിൽ നിന്ന് ആംബുലൻസ് നിർത്തിച്ചു. ഡ്രൈവർ എന്നോട് കാര്യം തിരക്കി. ഈ വീണുകിടക്കുന്ന മനുഷ്യനെ എത്രയും പെട്ടെന്ന് അടുത്തുള്ള ജനറൽ ആശുപത്രിയിലെ കാഷ്വാലിറ്റിയിൽ എത്തിക്കാൻ എന്നെയൊന്ന് സഹായിക്കണമെന്ന് ഞാൻ അഭ്യർത്ഥിച്ചു. ആ നല്ല മനുഷ്യൻ സമ്മതിച്ചു. കൂടിനിന്നിരുന്നവരിൽ ഒന്നുരണ്ടു പേർ വീണുകിടക്കുന്ന മനുഷ്യനെ ആംബുലൻസിൽ കയറ്റാൻ എന്നെ സഹായിച്ചു. പക്ഷെ എന്റെ കൂടെ ആശുപത്രിവരെ ഒന്നുവരാൻ പോലും ആരും കൂട്ടാക്കിയില്ല.

ആംബുലൻസ് ജനറൽ ആശുപത്രി മുറ്റത്ത് വന്ന് നിന്നതും ഞാൻ ഓടി ഡ്യൂട്ടിയിലുണ്ടായിലുന്ന വനിതാ ഡോക്ടറെ കണ്ട് വിവരങ്ങൾ പറഞ്ഞു. നല്ലവരായ അവർ ഉടനെ തന്നെ അറ്റൻഡറിനെയും ഡ്യൂട്ടി നഴ്സിനെയും വിളിച്ച് ആ മനുഷ്യനെ കൊണ്ടുവരുവാൻ നിർദ്ദേശിച്ചു. ഞാനും അറ്റൻഡറും കൂടി മറ്റുള്ളവരുടെ സഹായത്തോടെ അദ്ദേഹത്തെ ആംബുലൻസിൽ നിന്ന് ഇറക്കി ട്രോളിയിൽ ഡോക്ടറുടെ മുമ്പിലെത്തിച്ചു. ഞാൻ ആരാണെന്നോ എന്താണെന്നോ ഡോക്ടർ ഒരു വാക്കുപോലും എന്നോട് ചോദിച്ചില്ല. ഞാനൊട്ട് പറഞ്ഞതുമില്ല. ഇഞ്ചക്ഷൻ ഉൾപ്പടെയുള്ള പ്രാഥമിക ചികിത്സ ലഭിച്ചപ്പോൾ തന്നെ ആ മനുഷ്യന് ബോധം വന്നു. കണ്ണു തുറന്നു. കുറെശ്ശേ സംസാരിക്കാൻ തുടങ്ങി. എന്റെ ശ്വാസം നേരെ വീണു. ഇതിനിടയിൽ ആ മനുഷ്യന്റെ കൈവശം ഉണ്ടായിരുന്ന മൊബൈൽ ഫോണിൽ ഏതോ ഒരു നമ്പർ തപ്പിപ്പിടിച്ച് ഡ്യൂട്ടി നഴ്സും അറ്റൻഡറും കൂടി വിവരങ്ങൾ വീട്ടുകാരെ ധരിപ്പിച്ച് എത്രയും പെട്ടെന്ന് ആശു പത്രിയിൽ എത്താൻ നിർദ്ദേശി ച്ചിരുന്നു. ഇതോടുകൂടി എന്റെ കർത്തവ്യം നിറവേറ്റപ്പെട്ടതായി എനിക്ക് തോന്നി. ഡോക്ടറുടെ അനുമതിയോടെ ഞാൻ വീട്ടിലേയ്ക്ക് മടങ്ങി.

ഒരു സർക്കാർ സ്ഥാപനത്തിൽ നിന്നും ഇതുവരെയുള്ള എന്റെ ജീവിതകാലത്തിലൊരിക്കൽ പോലും ലഭിച്ചിട്ടില്ലാത്ത സഹകരണമായിരുന്നു എനിക്ക് ആ വനിതാ ഡോക്ടറിൽ നിന്നും ഡ്യൂട്ടി നഴ്സിൽ നിന്നും അറ്റൻഡറിൽ നിന്നും ലഭിച്ചത്. ഇതിനിടയിൽ ഞാൻ ആ നല്ലവനായ ആംബുലൻസ് ഡ്രൈവറെ തിരക്കി വെളിയിൽ വന്നു. അയാൾക്ക് വല്ലതും കൊടുക്കണമല്ലോ. ഞാൻ ആ മനുഷ്യനോട് തിരക്കി എത്രയാണ് ഞാൻ തരേണ്ടതെന്ന്. അയാൾ പറഞ്ഞു, സാറെ എനിക്ക് വേറൊരു ഓട്ടം കിട്ടി. സാറൊന്നും തരേണ്ട. കാരുണ്യത്തിന്റെ ഉറവ തീരെ വറ്റിപ്പോയിട്ടില്ലെന്ന് എനിക്ക് ബോധ്യപ്പെട്ടു.

ഞാൻ വീട്ടിൽ തിരിച്ചെത്തിയതിനുശേഷം നടന്ന സംഭവത്തെക്കുറിച്ച് ഒരു അവലോകനം നടത്തി. എന്നെ ഈ കൃത്യത്തിന് പ്രേരിപ്പിച്ച ചേതോവികാരം എന്ത്? അതിനുള്ള പ്രചോദനം എനിക്ക് എവിടെ നിന്ന് കിട്ടി? എന്തുകൊണ്ട് ആ വീണുകിടന്നിരുന്ന മനുഷ്യനെ മറ്റുള്ളവരെപ്പോലെ ഒന്നു നോക്കി വേണമെങ്കിൽ ഒരു കമന്റും പാസ്സാക്കി അവഗണിച്ചുകൊണ്ട് ഞാൻ കടന്നുപോയില്ല? എനിക്ക് എവിടെ നിന്ന് കിട്ടി ഈ സഹജീവി സ്നേഹം? അതിന് ഞാൻ കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത് തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയോടും അവിടെ നിസ്വാർത്ഥ സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്ന ഓരോരുത്തരോടും ആണെന്ന് നിസ്സംശയം പറയാം.

അവനവനാത്മസുഖത്തിനാചരിക്കുന്നവ...

ഐഷ പി. നായർ

വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് എറണാകുളത്തെ ഒരു ആശുപത്രിയിൽ ഹൃദയ ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് ശേഷം പരിചരണത്തിൽ കഴിഞ്ഞിരുന്ന ചെറിയമ്മയെ സന്ദർശിച്ച് തലകറങ്ങി വീണ കോളേജ് വിദ്യാർത്ഥിനിയായിരുന്നു ഞാൻ. ആശുപത്രികളെ എനിയ്ക്ക് പേടിയായിരുന്നു.

പിന്നീട് കാൻസറിന്റെ ചുഴിയിൽപ്പെട്ട ഭർത്താവുമായി ആശുപത്രികൾ കയറിയിറങ്ങുമ്പോൾ ആയുസ്സും ആരോഗ്യവും കൊടുക്കണമേയെന്ന പ്രാർത്ഥന മാത്രമേ കൈമുതലായുണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. ഏകദേശം ഒരു വർഷത്തെ ചികിത്സയ്ക്ക് ശേഷം അദ്ദേഹം ഈ ലോകത്തോട് വിട പറഞ്ഞപ്പോഴും വളരെയധികം ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അനുഭവിപ്പിച്ചില്ലല്ലോ എന്നത് മാത്രമായിരുന്നു ഏക ആശ്വാസം.

എന്നും പ്രചോദനമായിരുന്ന നല്ലവരായ സുഹൃത്തുക്കൾ സാവകാശം എന്നെ സാധാരണ ജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് തിരിച്ച് കൊണ്ടുവന്നു. എന്റെ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ വർദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നു, ഒരു അമ്മ എന്നതിൽ കവിഞ്ഞ് അച്ഛന്റേയും കൂടി.

പാലിയേറ്റീവ് കെയറിലെ ശ്യാമള (എല്ലാവരുടേയും ശ്യാമള ചേച്ചി) ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റിൽ എന്റെ സുഹൃത്തും സഹപ്രവർത്തകയുമായിരുന്നു. സർവ്വീസിലിരിക്കുമ്പോഴേ എന്നോട് സൂചിപ്പിക്കാറുണ്ട്, റിട്ടയർമെന്റിനു ശേഷം ഇവിടെ വരണമെന്ന്. സമൂഹത്തിനുവേണ്ടി എന്തെങ്കിലും ചെയ്യണമെന്ന് ഞാനും ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. എന്റെ അനുഭവങ്ങൾ, രോഗപീഡകളും വിഷമങ്ങളും നേരിടാനുള്ള ശക്തി എനിയ്ക്ക് നേടിത്തന്നു കഴിഞ്ഞിരുന്നു. ട്രെയിനിങ്ങിനു ശേഷം ക്ളിനിക്കിൽ വന്നു തുടങ്ങിയപ്പോൾ നിന്റെ ഇടം നിനക്ക് ലഭിച്ചിരിക്കുന്നു എന്ന് എന്റെ മനസ്സ് എന്നോട് മന്ത്രിച്ചു.

രോഗം മാറ്റിയെടുക്കാൻ പറ്റാത്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ രോഗിയെ രോഗപീഡകളിൽ നിന്ന് പൊതിഞ്ഞ് സംരക്ഷിക്കുക എന്ന അർത്ഥത്തിലാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്ന വാക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. സാധാരണ പരിചരണം രോഗത്തെ കേന്ദ്രീകരിച്ചാണെങ്കിൽ സാന്ത്വന പരിചരണം രോഗി എന്ന വ്യകതിയെ കേന്ദ്രീകരിച്ചാണ്. യാതൊരു പരിചയമോ ബന്ധമോ ഇല്ലാത്ത ഒരു വ്യക്തിയെ രോഗപീഡകളിൽ നിന്നും പരിരക്ഷിയ്ക്കാൻ തനിയ്ക്കും ഒരുത്തരവാദിത്വമുണ്ടെന്നുള്ള തിരിച്ചറിവ് എന്റെ സ്വഭാവത്തിലും മനോഭാവത്തിലും പല മാറ്റങ്ങളും വരുത്തി.

സിംപതി അഥവാ സഹതാപം ആരും ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ലെന്നും എംപതി അഥവാ അനുതാപം ആണ് ആവശ്യമെന്നും എനിയ്ക്കും ബോധ്യമായി. അന്യനെ അയാളുടെ തനതു വ്യക്തിത്വത്തിൽ തന്നെ അംഗീകരിയ്ക്കാനുള്ള കഴിവ് ഞാൻ ആർജ്ജിച്ചുകൊണ്ടേയിരിയ്ക്കുന്നു. മറ്റേ വ്യക്തിയെ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം കേൾക്കാൻ കഴിയുന്നു. ശരിയായ രീതിയിൽ ആശയവിനിമയം എങ്ങനെ നടത്താം എന്ന് മനസ്സിലാക്കി അതനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിയ്ക്കാൻ കഴിയുന്നു.

നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടുകളിൽ അനുതാപവും ശ്രദ്ധയും അർഹിയ്ക്കുന്ന എത്രയോ പേരുണ്ട്. നിത്യരോഗികളായവർ, ആരും ശ്രദ്ധിക്കാനില്ലാത്ത വൃദ്ധജനങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയൊക്കെ സന്ദർശിച്ച് ഒരു ശ്രദ്ധാലുവായ കേൾവിക്കാരിയായി നമ്മളാൽ കഴിയു ന്ന സഹായസഹകരണങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടതാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞു. അങ്ങനെ യഥാർത്ഥ പ്രവൃത്തിയിൽ കൂടി നമ്മുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ നിസ്സാര വത്ക്കരിച്ചു കാണാൻ കഴിയുന്നു.

ഡോക്ടർമാരുടെയും ശുചീകരണത്തിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരുടെയും സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടേയും എല്ലാം ജോലികൾ ഇവിടെ ഉത്കൃഷ്ടമാണ്. ഉച്ചനീചത്വങ്ങളില്ല; ക്ളിനിക്കിലെ സ്നേഹസമ്പന്നരായ സഹപ്രവർത്തകർ ഒരു നല്ല പ്രവർത്തന മേഖലയാണ് എനിയ്ക്ക് സമ്മാനിയ്ക്കുന്നത്. നിസ്വാർത്ഥസേവനത്തിനുടമകളായി, വർഷങ്ങളായി ക്ളിനിക്കിൽ സേവന മനുഷ്ഠിക്കുന്നവരോടൊപ്പമുള്ള സഹവാസം എന്നിലും നന്മയുടെ വിത്തുകൾ പാകുകില്ലേ? സുമനസ്സുകളിൽ നിന്ന് പ്രതിമാസം സമാഹരിക്കുന്ന ഏകദേശം 10 ലക്ഷത്തോളം രൂപ ഉപയോഗപ്പെടുത്തി നടത്തുന്ന ഒരു ക്ളിനിക്കിൽ ഓരോ പൈസ ചെലവാക്കുമ്പോഴും അത് അർഹിക്കുന്ന കാര്യത്തിനുമാത്രമേ ചെലവഴിക്കുന്നുള്ളൂ എന്ന് കാണുമ്പോൾ അവരുടെ പ്രവർത്തനത്തിലെ ആത്മാർത്ഥതയും കരുതലും കൃത്യതയും ഞാൻ തിരിച്ചറിയുന്നു. സ്വജീവിതത്തിലും അനാവശ്യ ചിലവുകൾ ഒഴിവാക്കി മിച്ചം വയ്ക്കുന്നവ കാരുണ്യത്തിന്റെ ഭാഷയിൽ ഉപയോഗിക്കേണ്ടതാണെന്ന് ബോദ്ധ്യപ്പെട്ടു.

സ്നേഹവും സഹജീവികളോടുള്ള കാരുണ്യവും മുമ്പത്തേതിനേക്കാളും പ്രകാശിപ്പിയ്ക്കാൻ കഴിയുന്നുണ്ട്. വളരെയധികം ക്ഷമിയ്ക്കാനും, പൊറുക്കാനും എനിക്കിപ്പോൾ സാധിയ്ക്കുന്നു.

മരണം എന്ന ശാശ്വതസത്യത്തെ അംഗീകരിയ്ക്കാൻ പഠിച്ചു. അടുത്ത ഏതു നിമിഷവും മരണം എന്ന ഉറച്ച സത്യം സംഭവിക്കാമെന്നും അങ്ങനെ സംഭവിച്ചില്ലെങ്കിൽ നീണ്ടനാളേക്കും കൂടി കരുതി ജീവിയ്ക്കണമെന്നും ഞാൻ തിരിച്ചറിയുന്നു.

അവനവനാത്മ
സുഖത്തിനാചരിക്കുന്നവ
അപരന്നു സുഖത്തിനായ് വരേണം

എന്നത് മനസ്സിലാക്കി പ്രവർത്തിക്കുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന ഊർജ്ജം ഇന്നെനിയ്ക്ക് യഥേഷ്ടം ലഭിക്കുന്നുണ്ട്.

ഞാനും ഒരു ചെറിയ കണ്ണി

മേരി തമ്പി

38 വർഷത്തെ ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിൽനിന്നും വിരമിയ്ക്കുമ്പോൾ വിശ്രമ ജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് കടക്കുകയാണല്ലോ എന്ന ആശ്വാസമായിരുന്നു. എന്നിരുന്നാലും വീടിനകത്ത് ചടഞ്ഞുകൂടിയിരിയ്ക്കണമല്ലോ എന്ന തോന്നലും ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്തെങ്കിലും ഏറ്റെടുത്താൽ അത് നല്ല രീതിയിൽ ചെയ്ത് തീർക്കാൻ ആരോഗ്യം സമ്മതിയ്ക്കുമോ എന്ന സംശയവും ബാക്കി. അങ്ങിനെയിരിക്കുമ്പോഴാണ് ഒരു കൗൺസിലിങ്ങ് സ്ഥാപനത്തിലേയ്ക്ക് വളണ്ടിയർമാരെ ആവശ്യമുണ്ടെന്ന പരസ്യം കണ്ടത്. സ്വതവേ ഒരു മിതഭാഷിണിയാണെങ്കിലും നല്ല ഒരു കേൾവിക്കാരിയാണെന്ന് പലരും സമ്മതിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതിനാൽ അവിടെ ഒരു വളണ്ടിയർ ആയി. കേൾക്കുകയാണ് പ്രധാന ജോലി. കുറെ പറഞ്ഞ് കഴിഞ്ഞാൽ അവർക്ക് ആശ്വാസം കിട്ടും. എനിയ്ക്ക് ഒരു കാര്യം മനസ്സിലായി. നമുക്ക് ചുറ്റും കാണുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയും മനസ്സ് നിറയെ സങ്കടം പേറിക്കൊണ്ടാണ് നടക്കുന്നത്, അത് പങ്കുവെയ്ക്കുമ്പോൾ തന്നെ ആശ്വാസം കിട്ടുന്നു.

എന്നാൽ ആ കൗൺസിലിങ്ങ് സെന്ററിലെ പ്രവർത്തനം മറ്റുപല കാരണങ്ങളാൽ എനിയ്ക്ക് തുടർന്ന് കൊണ്ടുപോകാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. എങ്കിലും നമുക്ക് പറ്റുന്നതുപോലെ എന്തെങ്കിലും നല്ല കാര്യം സമൂഹത്തിന് വേണ്ടി ചെയ്യാം എന്ന തോന്നലിൽ റിട്ടയർമെന്റിന് ശേഷം വളണ്ടിയറായി പോകുന്ന ഭർത്താവിന്റെ കൂടെ പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിൽ തന്നെ പോകാം എന്ന് തീരുമാനിച്ചു. പലരും സംശയിയ്ക്കുന്ന പോലെ ഭർത്താവ് പോകുന്നിടത്ത് തന്നെ ഭാര്യയും പോകുന്നത് സന്തോഷമുണ്ടാക്കുന്ന കാര്യമാണോ? മുപ്പത്തിയേഴര വർഷവും ഒരേ സ്ഥാപനത്തിൽ മാറ്റമില്ലാതെ ജീവിച്ചതിന്റെ സൗകര്യവും ജീവിത ഭദ്രതയും ഞാനനുഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. ക്ളിനിക്കിലെ കാര്യങ്ങളെല്ലാം ഭർത്താവിന്റെ കൂടെ ചെറിയ തോതിൽ അറിയാവുന്നത് കൊണ്ട് പ്രത്യേകിച്ച് വിഷമമൊന്നും ഉണ്ടായില്ല. പ്രായം ചെന്നവരും തല നരച്ചവരും റിട്ടയർ ചെയ്തവരുമായ ഒരു കൂട്ടം വളണ്ടിയർമാർ. എന്തുസേവനവും ചെയ്യാൻ തയ്യാറായവർ. ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ, വലിയ തസ്തികകളിൽ നിന്നും റിട്ടയർ ചെയ്തവർ, വീട്ടമ്മമാർ എല്ലാവരും വലിപ്പചെറുപ്പം നോക്കാതെ പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നു.

രോഗത്തിന്റെ അവസാനഘട്ടത്തിൽ വേദന സഹിയ്ക്കാൻ പറ്റാത്ത അവസ്ഥയിലെത്തുന്ന നിസ്സഹായരാണ് ഇവിടത്തെ സന്ദർശകർ. ദിവസവും 40 നും 50 നുമിടയിൽ പേർ വരും. പുതിയവരും നേരത്തെ രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത് മരുന്ന് വാങ്ങാൻ വരുന്നവരും. കാൻസർ രോഗം നേരത്തെ അറിഞ്ഞാൽ സുഖപ്പെടുത്താം എന്ന് ശാസ്ത്രം ഇപ്പോൾ പറയുന്നു. പക്ഷേ, കാൻസർ വരുന്നതും വന്നു കഴിഞ്ഞാൽ ചികിത്സാബാദ്ധ്യതകൾ മൂലം ആ കുടുംബം തകരുന്നതുമായ ഒരു അനുഭവം ആണ് സാധാരണ കാണുന്നത്. പാവപ്പെട്ടവൻ ഡോക്ടറെ കാണാൻ മടിക്കുന്നതിനാൽ അസുഖം പരന്ന് കഴിഞ്ഞതിന് ശേഷം മാത്രമാണ് തിരിച്ചറിയുന്നതും; പിന്നെ ഒന്നും ചെയ്യാൻ പറ്റാത്ത അവസ്ഥയും. ഒരേ വീട്ടിൽ തന്നെ പലർക്കും അസുഖം വരുന്നതും, എന്തുകൊണ്ടാണ് ഞങ്ങൾക്ക് മാത്രം ഇങ്ങനെ സംഭവിയ്ക്കുന്നത് എന്ന ചോദ്യത്തിന് മുമ്പിൽ നിർവികാരരായി നില്ക്കാനെ നമുക്ക് കഴിയൂ. കാൻസറും കിഡ്നിയുടെ പ്രവർത്തനശേഷി നഷ്ടമാകുന്ന അവസ്ഥയും വരുന്നതിനുള്ള കാരണവും പ്രതിവിധിയും സർക്കാർ തലത്തിൽ സാധാരണ ജനങ്ങളിൽ ഇനിയുമേറെ എത്തിയ്ക്കാനുള്ള കൂടുതൽ സംവിധാനം വേണം എന്ന് തോന്നിപ്പോകുന്നു.

കിഡ്നി രോഗികൾ, കിടപ്പുരോഗികൾ, ഡയാലിസിസുകാർ, റോഡ് അപകടങ്ങളിൽ, വീഴ്ചകളിൽ തളർന്നവർ – എല്ലാ വിഭാഗത്തിൽ പെട്ടവരും ഇവിടെ എത്തുന്നു. കാൻസർ ശരീരത്തിന്റെ ഏത് ഭാഗത്തേയും ആക്രമിയ്ക്കുമെന്ന് നമുക്ക് ഇന്നറിയാം. ഒരു വ്യക്തിയും ഈ സാധ്യതയിൽ നിന്ന് ഒഴിവാകുന്നതുമില്ല. മാനസ്സികമായും ശാരീരികമായും സാമ്പത്തികമായും തകർന്നുപോകുന്ന അവസ്ഥ. എല്ലാവരേയും സഹായിയ്ക്കാനാകാത്ത നിസ്സഹായത. സർക്കാർ സ്ഥലത്ത് പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നു എന്നിരുന്നാലും സർക്കാരിന്റെ ഒരു സാമ്പത്തികസഹായവും കിട്ടാത്ത ഈ സ്ഥാപനം നാട്ടുകാരുടെ അകമഴിഞ്ഞ സഹായത്തോടെ നടക്കുന്നു എന്നത് ചാരിതാർത്ഥ്യജനകം തന്നെ. കടകളിൽ വച്ചിരിയ്ക്കുന്ന ചെറിയ ബോക്സുകളിൽ വീഴുന്ന ഓരോ നാണയതുട്ടും അതിന്റെ യഥാർത്ഥ ആവശ്യക്കാർക്ക് എത്തിയ്ക്കാൻ ശ്രമിയ്ക്കുന്ന സാരഥികളെയും ഞാനിവിടെ കണ്ടു. സമൂഹത്തിന് വേണ്ടി നമ്മുടെ ഏതെങ്കിലും ചെറിയ കാര്യങ്ങൾ ഉപേക്ഷിച്ച് ഈ ബോക്സുകളിൽ നിക്ഷേപിച്ചാൽ, അത് ഒരു വലിയ കാര്യം തന്നെ ആണെന്ന് എനിയ്ക്ക് തോന്നുന്നു. നമുക്ക് ചുറ്റും വേദന സഹിയ്ക്കുന്ന ഒരു കൂട്ടരുണ്ടെന്ന സത്യം മനസ്സിലാക്കിയാൽ നമ്മുടെ മനസ്സും ആർദ്രമായിക്കൊള്ളും.

എന്റെ പരിമിതികൾക്കുള്ളിൽ നിന്ന് ആത്മാർത്ഥതയോടെ ഈ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിച്ച് സാന്ത്വനപരിചരണ മേഖലയിലെ ഒരു ചെറിയ കണ്ണിയാവാൻ കഴിഞ്ഞതിൽ സന്തോഷമുണ്ട്.

വലിയ ലോകത്തിലെ ചെറിയ മനുഷ്യർ

റാഫേൽ ജെയ്ക്കബ്ബ്

2009-ൽ ഒരു വർത്തമാന പത്രമറിയിപ്പിനെ തുടർന്നാണ് ഞാൻ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റിയുമായി ബന്ധപ്പെടുന്നത്. തുടർന്ന് രണ്ട് ദിവസത്തെ ട്രെയിനിങ്ങ്. കമ്മ്യൂണിറ്റി വളണ്ടിയർ എന്ന നിലയിലാണ് എനിയ്ക്ക് ട്രെയിനിങ്ങ് ആയിരുന്നത്. താമസസ്ഥലം എനിക്ക് പുതുതായതുകൊ ണ്ട് അയൽപക്കത്ത് വലിയ പരിചയങ്ങൾ ഇല്ലായിരുന്നു. അതിനാൽ ജോലിക്ക് വന്നിരുന്ന സ്ത്രീയുടെ ഉപദേശപ്രകാരം മുളയം റോഡിലുള്ള ഒരു വീട്ടിൽ തീ പൊള്ളലേറ്റ് കിടപ്പിലായിരുന്ന ഒരു സാധുസ്ത്രീയെയാണ് ഞാൻ ആദ്യമായി രജിസ്റ്റർ ചെയ്തത്. അന്നേദിവസം ഓഫീസിൽ വളണ്ടിയർമാരുടെ കുറവ് ഫ്രന്റ് ഓഫീസിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. തുടർന്ന് ഞാൻ ക്ളിനിക്കിൽ പതിവായി വരട്ടെയെന്ന് ചോദിച്ചു. അവിടെ ഇരുന്നിരുന്ന വളണ്ടിയർ സമ്മതവും മൂളി.

എന്റെ പിതാവ് 54-ാം വയസ്സിൽ ലിവർ കാൻസർ ബാധി ച്ച് മരണപ്പെട്ടിരുന്നു. വീട്ടിലെ മൂത്തമകൻ എന്ന നിലക്ക് കുടുംബം നോക്കാനുള്ള ചുമതല എന്റെ തലയിൽ വന്നു. തുടർന്ന് ബാങ്കുജോലിയും, കുടുംബത്തിന്റെ മാനേജ്മെന്റും ആയി ജീവിതം മുന്നോട്ടുപോയി.

സൊസൈറ്റിയിൽ വരുന്നതുവരെ എന്റെ ലോകം ബാങ്കും, കുടുംബവും, അത്യാവശ്യം ബന്ധുക്കളും വളരെ കുറച്ച് കൂട്ടുകാരും മാത്രം ആയിരുന്നു. ഈ ചെറിയ ലോകത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങൾ തന്നെ എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം വലിയ പ്രശ്നങ്ങൾ ആയിരുന്നു. ഇവിടെ വന്നതിന് ശേഷമാണ് ലോകം വളരെ വലുതാണെന്നും, നമ്മുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ മറ്റു പലരുടേയും പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് മുമ്പിൽ ഒന്നും തന്നെ അല്ല എന്നും മനസ്സിലായത്. ഇപ്പോൾ എന്റെ ലോകം വളരെ വലുതായി. നേരത്തെ ചെറിയ ലോകത്തിലെ ചെറിയ മനുഷ്യനായിരുന്നു എങ്കിൽ, ഇപ്പോൾ വലിയ ലോകത്തിലെ ചെറിയ മനുഷ്യനാണ്.

ഇവിടുത്തെ ചെറിയ സേവനങ്ങൾ വളരെ വലിയ സംതൃ പ്തി നല്കുന്നു. നമ്മളറിയാതെ മനസുഖവും തദ്വാരാ ആരോഗ്യവും ഈ വയസ്സുകാലത്ത് പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു.

സാന്ത്വന പ്രവർത്തനമെന്ന കല

ഈനാശു എൻ.സി.

സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രത്തിലേക്കെത്തുന്നതിന് മുമ്പ് കാൻസർ, കിഡ്നി രോഗങ്ങൾ, പല രീതിയിലുള്ള തളർച്ച, പ്രമേഹം തുടങ്ങിയവ ബാധിച്ച രോഗികളെ കാണുമ്പോൾ ഒറ്റക്കൊറ്റക്കുള്ള കാര്യങ്ങളായിട്ടേ തോന്നിയിരുന്നുള്ളൂ. വാർദ്ധക്യകാല രോഗങ്ങൾകൊണ്ടുള്ള അവശത സാധാരണ നിലയിൽ നമ്മൾ കണ്ടുവരുന്നതാണ്.

എന്നാൽ, ഇവിടെ എത്തിയതിനുശേഷമാണ് അവയുടെ വ്യാപ്തിയും, കാഠിന്യവുമെല്ലാം കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞത്.

സമൂഹത്തിൽ ചെറിയ തോതിൽ കണ്ടുവന്നിരുന്ന കാൻസർ, കിഡ്നി രോഗങ്ങൾ എന്നിവയുടെ വ്യാപ്തി എത്രയോ മടങ്ങ് വർദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നു.

തളർച്ചാരോഗികളുടേയും പ്രത്യേകിച്ച് വാർദ്ധക്യകാല രോഗികളുടേയും എണ്ണത്തിലും ആയുർദൈർഘ്യം കൂടി വരുന്നതിനനുസരിച്ചുള്ള വർദ്ധനവ് വരുന്നുണ്ട്.

രോഗികൾ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിലനുഭവിച്ചു വരുന്ന കഷ്ടതകളുടെ കാഠിന്യം വളരെ കൂടുതലാണ്. രോഗം അവരെ കാർന്നുതിന്നുകയും ജീവച്ഛവങ്ങളാക്കി മാറ്റുകയും ചെയ്യുന്നു. അവരെ അറിയാതെ തന്നെ മറ്റൊരു ജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് മാറ്റുവാൻ നിർബന്ധിതമാക്കുന്നു. മുൻകാല സ്മരണകളെല്ലാം ദിവസങ്ങൾ കൊണ്ടോ മാസങ്ങൾ കൊണ്ടോ വിസ്മരിപ്പിച്ച് വേറൊരു ലോകത്തിലേക്ക് അവരെ തള്ളിവിടുന്നു.

തുടർച്ചയായിട്ടുള്ള ഏകാന്തതയുടെ ഫലമായി മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നും ഒഴിഞ്ഞുമാറുവാനുള്ള പ്രവണതയും ചിലരിൽ കാണാം. ഇനിയും മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നുള്ള അവഗണനക്കും വെറുപ്പിനും പാത്രീഭവിക്കേണ്ട എന്ന ചിന്തയാകാം ഈ ഒഴിഞ്ഞുമാറലിനു പിന്നിലുള്ളത്. ചിലരുടെ കുടുംബങ്ങളിൽ, കുടുംബാംഗങ്ങളിൽ തന്നെ ചിലർ രോഗികളോട് പല തരത്തിലുള്ള അവജ്ഞകളും വെച്ചുപുലർത്തുന്നവരുമുണ്ടാകാം.

രോഗിയോളമില്ലെങ്കിലും ശാരീരികമായും മാനസികമായും ഒട്ടും കുറയാത്ത വിഷമമാണ് കുടുംബത്തിലെ മറ്റുള്ളവർക്കും ഉണ്ടാകുക. ഒരുപക്ഷേ, രോഗികളേക്കാൾ മാനസിക വിഷമങ്ങൾ കൂടുതലായി അനുഭവിക്കുന്നത് കുടുംബാംഗങ്ങൾ ആയിരിക്കും.

കാൻസർ രോഗം മാറ്റുന്നതിനുവേണ്ട ചികിത്സയും മരുന്നുകളും ക്ളിനിക്കിലില്ലെങ്കിലും, രോഗാവസ്ഥയിലിരിക്കുന്നവർക്കുണ്ടാകുന്ന മറ്റു അസ്വസ്ഥതകൾക്കുള്ള ചികിത്സയും മരുന്നുകളും ക്ളിനിക്കിൽ നിന്നും നല്കി വരുന്നുണ്ട്. വ്രണം കഴുകി മരുന്നു വെച്ചുകെട്ടി കൊടുക്കുക, അത് വീട്ടുകാർക്ക് പഠിപ്പിച്ചുകൊടുക്കുക എന്നതെല്ലാം ചെയ്തുകൊടുക്കുന്നതിനോടൊപ്പം അതിനുവേണ്ട മരുന്നുകളും കൊടുക്കും. മൂത്രത്തിനുള്ള ട്യൂബും ഭക്ഷണത്തിനുള്ള ട്യൂബും ഇട്ടുകൊ

ടുക്കും. കിഡ്നി രോഗികൾക്കുള്ള മരുന്നുകളും ഒരു പരിധിവരെ ക്ളിനിക്കിൽ നിന്നും കൊടുക്കുന്നുണ്ട്. തളർച്ചാരോഗികൾക്ക് വ്യായാമത്തിനുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ കൊടുക്കുവാൻ വേണ്ട ഡോക്ടർമാരും, ഉപകരണങ്ങളും ഉണ്ട്. വാർദ്ധക്യകാല രോഗങ്ങൾക്കുവേണ്ട പലേ ചികിത്സകളും നല്കി വരുന്നുണ്ട്. ക്ളിനിക്കിൽ വരുവാൻ കഴിയാത്തവർക്ക് അവരെ വീട്ടിൽ പോയി ചികിത്സിക്കുവാനുള്ള സംവിധാനവും ഉണ്ട്. അത്യാസന്നരോഗം ഉണ്ടാകുന്ന അവസരത്തിൽ രോഗം ഗുരുതരാവസ്ഥയിലെത്തുന്ന അവസരത്തിൽ കിടത്തി ചികിത്സയും ഡോക്ടർമാരുടെ നിർ ദ്ദേശപ്രകാരം ചെയ്യും. ക്ലിനിക്കിൽ വരുന്ന രോഗികൾക്കും കിടപ്പുരോഗികൾക്കും സമയാസമയങ്ങളിൽ സൗജന്യമായി ഭക്ഷണവും കൊടുക്കും. രോഗികൾക്കാവശ്യമായ വീൽ ചെയർ, കട്ടിൽ, വാക്കർ തുടങ്ങിയ ഉപകരണങ്ങളും വീട്ടിൽ ഉപയോഗിക്കുവാൻ നല്കുന്നു.

അതോടൊപ്പംതന്നെ, ഒരുപക്ഷേ അതിനേക്കാളുപരിയായി അവരുടെ ശാരീരിക അവസ്ഥ നോക്കിയും മാനസികാവസ്ഥ നോക്കിയും അവരുടെ ഇച്ഛാനുസരണം സംസാരിച്ച് അവരുമായി സൗഹൃദം സമ്പാദിക്കാം. അവരുമായി സൗഹൃദം സ്ഥാപിച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ അവർ അവരുടെ മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ നമ്മോട് പങ്ക് വയ്ക്കും. അവരുടെ പലേ ജീവിതരഹസ്യങ്ങളും കൂടി അവർ സംസാരിക്കും. ഈ സംഭാഷണങ്ങൾ ചിലപ്പോൾ മരുന്നിനേക്കാൾ കൂടുതൽ അവരുടെ മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരമാകും. ആ അവസരങ്ങളിൽ രോഗത്തെത്തന്നെ മറന്നേക്കും. ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ അവരുടെ കൃതജ്ഞത പലപ്പോഴും കാണാം. അത് കണ്ണിൽകൂടിയും, മുഖഭാവത്തിൽ കൂടിയും കെട്ടിപ്പിടിച്ചുള്ള ആലിംഗനത്തിൽ കൂടിയുമാകാം.

അങ്ങിനെയുള്ള അവസരങ്ങളിൽ നമുക്ക് കിട്ടുന്ന സംതൃപ്തിക്ക് പകരം വെക്കുവാൻ മറ്റൊന്നിനെക്കൊണ്ടും കഴിയുകയില്ല. ആ സംതൃപ്തി പല അവസരത്തിലും എനിക്ക് കിട്ടിയിട്ടുണ്ട്. ഒരു നിലക്ക് പറഞ്ഞാൽ സാന്ത്വന പ്രവർത്തനം ഒരു കലയാണ്. സമുദ്രത്തോളം സന്തോഷം നമുക്ക് ആസ്വദിക്കാം. അതാണ് എനിക്ക് സാന്ത്വന പ്രവർത്തന കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നും കിട്ടിയിട്ടുള്ളതും ഇപ്പോൾ കിട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതും. വരൂ, നിങ്ങളും ഇതിൽ പങ്കെടുക്കൂ; അതിൽ നിന്നുള്ള സന്തോഷം ആസ്വദിക്കൂ.

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തനം എനിക്ക് സമ്മാനിച്ചത്

ബേബി തളിയത്ത്

ആറ് വർഷം മുമ്പ് ഇന്ത്യയിലെ ഏറ്റവും വലിയ പൊതുമേഖലാ ബാങ്കിൽ സേവനം അവസാനിപ്പിച്ച് മടങ്ങുമ്പോൾ വലിയൊരു ചോദ്യ ചിഹ്നം എന്നെ അലട്ടുന്നുണ്ടായിരുന്നു. ഇനിയെന്ത്? വീട്ടുകാരുടെയും പ്രത്യേകിച്ച് സഹധർമ്മിണിയുടെയും നിർദ്ദേശം അവശരെയും അനുഭവിക്കുന്നവരേയും പ്രതിഫലം ഒന്നും കൂടാതെ സേവിക്കാൻ സാധിക്കുന്ന ഒരു സംവിധാനത്തിലേയ്ക്ക് കടന്നു ചെല്ലുക എന്നതായിരുന്നു. ഈയവസരത്തിലാണ് എന്റെ സുഹൃത്തും സഹപ്രവർത്തകനുമായിരുന്നു. ശ്രീ. താരാനാഥ് ഞങ്ങളുടെ റിട്ടയേർഡ് ഓഫീസേഴ്സിന്റെ സംഘടനാമീറ്റിങ്ങിൽ പലതും സംസാരിച്ച കൂട്ടത്തിൽ പാലിയേറ്റീവ് സംവിധാനത്തെപ്പറ്റി പറയുന്നത്. കേട്ടപ്പോൾ തന്നെ താല്പര്യം തോന്നി. രണ്ട് ദിവസത്തെ ട്രെയിനിങ്ങിന് ശേഷം പ്രവർത്തിക്കുവാൻ ആരംഭിച്ചു. ഇവിടെ വന്നപ്പോഴാണ് നമുക്കുചുറ്റുമുള്ള സമൂഹത്തിൽ പരിചരണവും സാന്ത്വനവും ആവശ്യമുള്ള വളരെ വലിയ ജനസമൂഹമുണ്ട് എന്ന തിരിച്ചറിവുണ്ടാകുന്നത്. ആവശ്യത്തിലായിരിക്കുന്നവർക്ക് സഹായമാവുക എന്നതിന്റെ സംതൃപ്തി മികച്ച ശമ്പളവും മറ്റു ബത്തകളും നല്കുന്ന ബാങ്ക് സർവീസിനേക്കാൾ എത്രയോ മുകളിലാണ് എന്ന സത്യം പെട്ടെന്ന് തന്നെ ബോധ്യപ്പെട്ടു. സാന്ത്വന പരിചരണരംഗത്ത് എത്രയോ നേരത്തെ വരേണ്ടതായിരുന്നു എന്ന തോന്നൽ ഓരോ ദിവസവും ശക്തിപ്പെട്ടു വന്നു. എന്തേ ഞാൻ ഈ രംഗത്ത് വരാൻ ഇത്ര താമസിച്ചു എന്ന് സ്വയം ചോദിച്ചു തുടങ്ങി.

പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനം എന്റെ ചിന്താഗതിയിലും കാഴ്ചപ്പാടിലും ഞാൻ പോലും അറിയാതെ മാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ടുവന്നു. സമൂഹത്തിൽ ഒറ്റപ്പെടുന്നവരും നിസ്സഹായരും ഇത്ര മാത്രമുണ്ടെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തം വളരെ സഹായിച്ചു. ഒരു പുഞ്ചിരിയും സ്നേഹസ്പർശനത്തോടെയുള്ള ഒരു തലോടലും വർണ്ണനാതീതമായ ആശ്വാസം നിസ്സഹായരായ രോഗികൾക്ക് അനുഭവപ്പെടുത്തുന്നു എന്ന തിരിച്ചറിവ് മനസ്സിനെ പിടിച്ചുലയ്ക്കുന്ന അനുഭവം തന്നെയായിരുന്നു. എന്റെ സഹപ്രവർത്തകരും സമപ്രായക്കാരും ടിവി കണ്ടും വിഫലമായ കവല ചർച്ചകൾ നടത്തിയും സമയം കളയുമ്പോഴും പ്രത്യേകിച്ച് പ്രവർത്തനങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ ബി.പി., ഡയബറ്റിക്, കൊളസ്ട്രോൾ എന്നിവയാൽ ബുദ്ധുമുട്ടുന്നത് കാണുമ്പോഴുമാണ് ക്രിയാത്മകമായി പ്രവർത്തിക്കാൻ പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനം എനിക്ക് വഴിതെളിച്ചു എന്ന് ബോദ്ധ്യപ്പെടുന്നത്. എന്നെക്കാളും സീനിയർ ആയ ഒരു സുഹൃത്ത് പങ്കുവെച്ച ഒരു നിർദ്ദോഷ കമന്റ് ഞാൻ ഓർക്കുന്നു. ഇപ്പോഴും ആക്ടീവ് ആയും ആരോഗ്യത്തോടെയും ഇരിയ്ക്കുന്നത് പാലിയേറ്റീവിൽ വന്ന് പ്രവർത്തിക്കാൻ സാധിച്ചതുമൂലമാണ്. തീർച്ചയായും റിട്ടയർമെന്റ് ഒന്നിന്റെയും അവസാനമല്ലെന്നും സമൂഹത്തിന് നമ്മെക്കൊണ്ട് ഇനിയും ആവശ്യമുണ്ടെന്നും പാലിയേറ്റീവ് ഓരോ ദിവസവും എന്നെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു. ആരോഗ്യമുള്ളപ്പോഴും എഴുന്നേറ്റു നടക്കാനും പ്രവർത്തിക്കാനും പറ്റുന്നതുവരെയും പാലിയേറ്റീവിൽ പ്രവർത്തനനിരതനായിരിക്കണം എന്നതാണ് എന്റെ ആഗ്രഹം.

ഈ സന്ദർഭത്തിൽ ഒരു ബൈബിൾ വചനം എന്റെ ഓർമ്മയിൽ വരുന്നു. നിങ്ങൾക്ക് ചെയ്യാൻ പറ്റുന്ന നന്മ അത് ലഭിക്കാൻ അർഹതപ്പെട്ടവർക്ക് നിഷേധിക്കരുത്. തിരിച്ചൊന്നും പ്രതീക്ഷിക്കാതെ മറ്റുള്ളവർക്ക് നന്മ ചെയ്യാൻ പറ്റുന്ന സാഹചര്യം പാലിയേറ്റീവിലൂടെ ലഭ്യമായതിൽ അതിയായി സന്തോഷിക്കുന്നു. റിട്ടയർ മെന്റിനു ശേഷം ഇന്ത്യയിലെ പല പ്രമുഖ സാമ്പത്തിക ഇൻഷൂറൻസ് മേഖലകളിലെ കൺസൾട്ടൻസി സർവ്വീസിനു വേണ്ടിയുള്ള വാഗ്ദാനങ്ങൾ രണ്ടാമതൊന്നു ചിന്തിക്കാതെ നിരസിക്കാൻ സാധിച്ചത് ഈ പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനത്തിൽനിന്ന് കിട്ടുന്ന സംതൃപ്തി മറ്റേതൊരു വൻ സ്ഥാപനത്തിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന വരുമാനത്തേക്കാളും ഏറെ ഉയരത്തിലാണ് എന്ന തിരിച്ചറിവുകൊണ്ട് മാത്രമാണ്. എന്റെ മനോഭാവത്തിലും ആരോഗ്യത്തിലും ഗുണകരമായ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തിയ പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തനം കഴിയുന്നിടത്തോളം കാലം തുടർന്ന് കൊണ്ടുപോകണമെന്നാണ് ഞാൻ പ്രത്യാശിക്കുന്നത്. അതിന് ദൈവം ഇടവരുത്തട്ടെ എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

സാന്ത്വനമെന്ന വെളിച്ചം

പി. കൃഷ്ണകുമാർ

ഒരു സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനായി പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയുടെ അകത്തേയ്ക്ക് ആദ്യമായി കടന്നുചെല്ലുമ്പോൾ തെല്ലും അപരിചിതത്വം തോന്നിയിരുന്നില്ല. ഈ പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ സ്ഥാപകാംഗങ്ങളിൽ മിക്കവരും തൃശ്ശൂരിലെ മനുഷ്യാവകാശ, പരിസ്ഥിതി, പ്രതിരോധ, ജനകീയാരോഗ്യ മേഖലകളിൽ ദീർഘകാലമായി പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്നവരെന്ന നിലയിൽ സുപരിചിതരായിരുന്നു. നിലവിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരിലും നല്ലൊരു പങ്ക് പലതരത്തിലും അറിയുന്നവരായിരുന്നു. അതിനാൽ ആദ്യപ്രവേശനവും അവിടത്തെ ദൈനംദിന പ്രവർത്തനങ്ങളിലെ ഇഴുകിച്ചേരലും താരതമ്യേന എളുപ്പമായിരുന്നു. അല്ലെങ്കിൽത്തന്നെ, ഒരു സാന്ത്വന കേന്ദ്രത്തിലെ ആദ്യ സന്ദർശനാനുഭവം ആരെ സംബന്ധിച്ചായാലും, അതൊരു രോഗിയാകട്ടെ, രോഗിയുടെ വീട്ടുകാരാകട്ടെ, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരാകട്ടെ, അല്ലെങ്കിൽ സഹായം ചെയ്യാനെത്തുന്ന അഭ്യുദയകാംക്ഷിയാകട്ടെ, മറിച്ചാവാൻ ഒരു സാധ്യതയുമില്ലല്ലോ.

സാന്ത്വന ചികിത്സയും മറ്റ് സഹായങ്ങളും രോഗിയ്ക്കും കുടുംബത്തിനും നല്കുന്ന ഔദാര്യമല്ലെന്നും മറിച്ച് അത് അവരുടെ അവകാശമാണെന്നുമുള്ള വ്യക്തമായ ദർശനത്തിലാണ് ഓരോരുത്തരും പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നതെന്ന് വേഗംതന്നെ തിരിച്ചറിയാനായി. രോഗിയാണ് പ്രവർത്തനത്തിന്റെ കേന്ദ്രബിന്ദു. അവരുടെ വ്യക്തിത്വത്തെ പൂർണ്ണമായും അംഗീകരിച്ചും ആദരിച്ചും മാത്രമേ ഇടപെടലുകൾ ആകാവൂ. അവരുടെ വിശ്വാസം അവർക്ക് ശരിയാണ്. ആ വിശ്വാസത്തെ എതിർക്കുന്നതോ മറ്റൊരു വിശ്വാസം അടിച്ചേല്പിയ്ക്കുവാൻ ശ്രമിയ്ക്കുന്നതോ ഒരു സാന്ത്വന സേവകന്റെ പണിയല്ല. പൊതുപ്രവർത്തനത്തിനിടയിൽ നിരവധി തർക്കവിതർക്കങ്ങളിൽ പങ്കാളിയാവേണ്ടി വന്നിട്ടുള്ളയാളെന്ന നിലയിൽ വലിയൊരു തിരിച്ചറിവായിരുന്നു ഇത്.

കടുത്ത രോഗപീഡകളാൽ വലയുന്നവരും അപകടങ്ങളും രോഗങ്ങളും മൂലം ശാരീരിക ക്ഷമത നഷ്ടപ്പെട്ടവരുമാണ് സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രത്തിൽ എത്തിപ്പെടുന്നവർ. അവരുടേത് ഒരു മനുഷ്യാവകാശ പ്രശ്നമാണ്. സാമൂഹികവും സാമ്പത്തികവും രാഷ്ട്രീയവുമായ കാരണങ്ങളാൽ നാലുചുമരുകൾക്കുള്ളിൽ ഇക്കൂട്ടർ തളച്ചിടപ്പെട്ടിരിയ്ക്കുന്നതിനാൽ നമ്മുടെ സമൂഹം പ്രശ്നത്തിന്റെ ഗൗരവം മനസ്സിലാക്കുന്നില്ലെന്ന് മാത്രം. എല്ലാം ഭദ്രമെന്ന് നമ്മൾ കരുതുന്നു. എന്നിട്ട് മതമാത്സര്യങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു. തിരശ്ശീലയൊന്ന് മാറ്റിനോക്കിയാൽ മനസ്സിലാകും ഈ ജീവിതം എത്ര ക്ഷണികമാണെന്ന്.

നമ്മെക്കാളൊക്കെ എത്രയോ സജീവമായ ജീവിതം നയിച്ചിരുന്നവരാണ് ഒരസുഖത്തിന്റെയോ, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു അപകടത്തിന്റെയോ പേരിൽ ഒറ്റ നിമിഷം കൊണ്ട് ജീവിതം കീഴ്മേൽ മറിഞ്ഞ്, ഇന്നീ രീതിയിൽ അവശരായിത്തീർന്നിരിയ്ക്കുന്നത്. ഈ പൊങ്ങച്ചവും, അഹങ്കാരവും, പളപളപ്പും, ധാരാളിത്തവും എല്ലാം അവസാനിയ്ക്കുവാൻ ഒരൊറ്റ നിമിഷം മതി. എന്നിട്ടും മനുഷ്യർ ഇതൊന്നും കാണാതെ കണ്ണടച്ചിരുട്ടാക്കി നിസ്സാര കാര്യങ്ങളുടെ പേരിൽ തൻപോരിമ ചമയുന്നുവെന്നത് ഏറ്റവും വലിയ അത്ഭുതം. ശാരീരികാവശതകൾക്കും അവഗണനകൾക്കുമിടയിൽ രോഗികളും ബന്ധുക്കളും പുലർത്തുന്ന പ്രത്യാശയാണ് മറ്റൊരത്ഭുതം. തങ്ങളുടെ പരിമിതികൾ മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ടുതന്നെ അവർ നാളെയിലേയ്ക്കും അനിവാര്യമായ അന്ത്യത്തിലേയ്ക്കും പ്രത്യാശാപൂർവ്വം നോക്കുന്നു. ഓരോ നിമിഷവും തങ്ങളാലാവും വിധം ജീവിതത്തെ എത്തിപ്പിടിയ്ക്കുവാൻ ശ്രമിയ്ക്കുന്നു. സംഗമങ്ങൾക്ക് ഒരു പക്ഷേ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ എത്തിച്ചേരാൻ മറന്നാലും, അവർ കൃത്യമായി എത്തിച്ചേരുന്നു. ആഹ്ളാദത്തോടെ പങ്കെടുക്കുന്നു.

ശിഷ്ടജീവിതത്തിൽ ബാക്കിയുള്ള ഊർജ്ജത്തിലൊരു പങ്ക് മിച്ചം പിടിയ്ക്കാവുന്ന കുറച്ച് സമയം ആകുന്ന വിധത്തിൽ നന്മയുള്ളൊരു കർമ്മത്തിന് നല്കാമെന്ന ചിന്തയിലാണ് ഈ മേഖലയിലേയ്ക്ക് തിരിഞ്ഞത്. അതിനാൽത്തന്നെ, മറ്റെല്ലാകാര്യങ്ങളും കഴിഞ്ഞ്, സമയം കിട്ടുമ്പോൾ കുറച്ച് സമയം ഇവിടെ ചെലവഴിയ്ക്കാമെന്ന ധാരണയാണുണ്ടായിരുന്നത്. എന്നാൽ, ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലും പൊതുജീവിതത്തിലും പുലർത്തിയിരുന്നതിനേക്കാൾ കൂടുതൽ ഉത്തരവാദിത്വവും കൃത്യനിഷ്ഠയും സാന്ത്വന

കേന്ദ്രത്തിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകൻ പുലർത്തേണ്ടതുണ്ടെന്ന് വേഗം തന്നെ മനസ്സിലായി. നിരന്തരമായ ചികിത്സ കളും ആശുപത്രി വാസങ്ങളും കഴി ഞ്ഞ്, ആരോഗ്യവും സമ്പത്തുമെല്ലാം നഷ്ടപ്പെട്ട് നിരാശ്രയരുംദരിദ്രരുമായ രോഗികളും അവരുടെ കുടുംബങ്ങ ളുമാണ് ഇവിടെ കാത്തിരിയ്ക്കുന്നത്.

ആ രോഗികളുടെ ബാക്കിയായ ഇത്തിരി സമയത്തിന് വിലയിടാൻ ഞാനാര്? അവർ കാത്തിരിയ്ക്കേണ്ടി വരരുത്. അവരുടെ കൈവശമുള്ള ഏക അമൂല്യ വസ്തുവാണ് സമയം. അതിനാൽത്തന്നെ, ഒഴിവു കിട്ടുമ്പോ ൾ വന്ന് എന്റെ ഇഷ്ടത്തിന് മടങ്ങാ നാവുന്നൊരു കർമ്മമല്ല സാന്ത്വന കേന്ദ്രത്തിലെ സന്നദ്ധസേവനം. നിർ ദ്ദേശിയ്ക്കപ്പെട്ട മേഖലകളിലെ സന്ന ദ്ധപ്രവർത്തകർ ഒരു സംഘമായി പ്രവർത്തിയ്ക്കുകയും പരമാവധി സമയക്രമം പാലിയ്ക്കുകയും ചെ യ്തെങ്കിൽ മാത്രമേ ഉദ്ദേശിയ്ക്കുന്ന സേവനം രോഗികൾക്ക് നല്കുവാൻ കഴിയുകയുള്ളൂവെന്ന സത്യം വേഗം തന്നെ. കണ്ടറിഞ്ഞു. നിർദ്ദേശിയ്ക്ക പ്പെട്ട അവസരങ്ങളിൽ എത്തിച്ചേരാൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ പകരം മറ്റൊരുസ ന്നദ്ധപ്രവർത്തകൻ എത്തുമെന്നുറ പ്പാക്കേണ്ടതും ചുമതലയാണെന്ന് മന സ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. ഓരോ ദിവ സവും എല്ലാ പ്രവർത്തനമേഖലക ളിലും ആവശ്യത്തിന് സന്നദ്ധസേവ കർ ഉണ്ടെന്നുറപ്പുവരുത്തേണ്ടത് എല്ലാവരുടെയും ഉത്തരവാദിത്വമാണ്.

പരസ്പര സ്നേഹത്തിലും വിശ്വാസ ത്തിലും ഐക്യത്തിലും സഹകരണ ത്തിലും ഊന്നുന്ന സമർപ്പിത സേവ നമാണ് സാന്ത്വന മേഖലയിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തനം.

ഇവിടെ ഞാനില്ല, ഞങ്ങളില്ല, നമ്മൾ മാത്രമേയുള്ളൂ. രോഗികളും കുടുംബ ങ്ങളും പൊതുസമൂഹവും അടക്കം ഉൾപ്പെടുന്ന നമ്മൾ. ഈ ബോധമാണ് സാന്ത്വന കേന്ദ്രം നല്കിയ പുതിയ വെളിച്ചം.

ആത്മ സംതൃപ്തി

ട്രീസ തിമോത്തി

അദ്ധ്യാപക വൃത്തിയിൽ നിന്നും വിരമിച്ചതിന് ശേഷമാണ് ഞാൻ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവിൽ വരാൻ തുടങ്ങിയ ത്. ഇവിടെ വന്നപ്പോൾ ആണ് നമ്മുടെ ഇടയിൽ കാൻസർ രോഗം ബാധിച്ച് വളരെ അധികം കഷ്ടപ്പെടുന്ന രോഗികളെ കാണാൻ സാധിച്ചത്. അത് എനിക്ക് വളരെ അധികം മനോ വിഷമമുണ്ടാക്കി. എന്നാൽ അവരോട് കൂടി, അവരുമായി സംസാരിച്ച് അവരെ സഹായിക്കാൻ പറ്റുന്ന ചെറിയ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്ത് തുടങ്ങിയപ്പോൾ വേദനിയ്ക്കുന്നവർക്ക് വേണ്ടി എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്നതിന്റെ ആത്മ സംതൃപ്തി എനിക്ക് ലഭിച്ചു.

വേദനയ്ക്കുവേണ്ടിയുള്ള പ്രാർത്ഥനകൾ

തമ്പി ജെ. കൊള്ളന്നൂർ

2000ൽ റിട്ടയർ ചെയ്യുമ്പോൾ സ്വകാര്യ ഇൻഷുറൻസ് കമ്പനികൾ ഇന്ത്യയിൽ വേരുറപ്പിക്കുന്ന കാലഘട്ടമായിരുന്നു. കമ്പനികളുടെ പരസ്യത്തിന്റെയും ഏജന്റുമാരുടെ വാക്ധോരണിയുടെയും ഫലം സമൂഹത്തിൽ ശരിക്കും പ്രതിഫലിച്ചു. വളരെയധികം പേർക്ക് ഈ കമ്പനികളിൽ ജോലി കിട്ടി. 60 വയസ്സ് കഴിഞ്ഞ എനിക്കും വിരക്തമായ റിട്ടയർമെന്റ് കാലം, ഉപയോഗപ്പെടുത്താവുന്ന സമയത്തിന് ക്ലിപ്തതയില്ലാത്ത സമൂഹവുമായി ഇടപഴകാവുന്ന ഒരു ജോലി കിട്ടി. ഓറൽ കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ.

ആ സമയത്തായിരുന്നു, സാന്ത്വന പരിചരണരംഗത്ത് പ്രവർത്തിച്ചു വന്നിരുന്ന എന്റെ ഒരു ബന്ധു കൂടിയായ ശ്രീമതി ഹെലൻ തമ്പി പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്ന ആശയം ആദ്യമായി എന്റെ മനസ്സിലേയ്ക്ക് കൊണ്ടുവന്നത്. രണ്ടാഴ്ചയോളം ഒന്നും ചെയ്യാതെ ക്ളിനിക്കിലെ പ്രവർത്തനരീതികൾ നോക്കിയും കണ്ടും മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിച്ചു. അപ്പോഴൊക്കെ, എന്നേപ്പോലെ റിട്ടയർമെന്റ് കഴിഞ്ഞ് ഈ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന വളണ്ടിയർമാരുടെ രീതികൾ എന്നെ വല്ലാതാകർഷിച്ചു. രോഗം കൊണ്ടും ഇല്ലായ്മ കൊണ്ടും വേദന അനുഭവിക്കുന്ന സമൂഹത്തിലെ താഴെക്കിടയിലുള്ളവരോട് കാണിക്കുന്ന സ്നേഹവും ആത്മാർത്ഥതയും സഹകരണവും, അതുവരെയുള്ള സർക്കാർ ജോലിയിൽ അനുഭവിച്ചതായിരുന്നില്ല. എന്റെ മനസ്സിന്റെ അടിത്തട്ടിൽ ജന്മനാ ഉണ്ടായിരുന്ന സഹജീവി സ്നേഹം, ആ അന്തരീക്ഷത്തിൽ പുതിയ കൂമ്പുകളെടുത്തു. ക്ളിനിക്കിൽ മറ്റ് വളണ്ടിയർമാർ ചെയ്യുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതിന് ട്രെയിനിങ്ങ് കഴിയണം എന്ന വ്യവസ്ഥയുണ്ട്.

എന്റെ സമീപനത്തിലെ ആത്മാർത്ഥത കണ്ടിട്ടാകണം, ക്ളിനിക്കിൽ പുതിയ ബാച്ചിന്റെ ട്രെയിനിങ്ങ് ഉണ്ടാകുന്നതുവരെ കാത്തിരിക്കേണ്ടെന്ന് കരുതി, ഷൊർണൂരിൽ കുറച്ചു നല്ല മനുഷ്യർ പുതുതായിത്തുടങ്ങുന്ന പാലിയേറ്റീവ് യൂണിറ്റിലെ വളണ്ടിയർമാർക്ക് കൊടുക്കുന്ന ട്രെയിനിങ്ങ് ബാച്ചിലേയ്ക്ക് എന്നെ യും അയച്ചു. അവിടെ ക്ളാസ് എടുക്കാൻ തൃശ്ശൂരിൽ നിന്ന് പോയിരുന്ന ഡോ. ദിവാകരൻ, ഗോകുൽദാസ്, അച്ചുതൻ, കുമുദം എന്നിവരോടൊപ്പം ക്ളിനിക്കിലെ വാഹനത്തിൽ ഞാനും പോയി.

രോഗം ഉള്ളയാൾ രോഗി തന്നെയാണെങ്കിലും അദ്ദേഹവും നമ്മളിൽ ഒരാളാണെന്നും രോഗി എന്ന സംജ്ഞ ഒഴിവാക്കണം എന്നുമുള്ള പാഠം ഉൾക്കൊള്ളാൻ വിഷമം ഉണ്ടായിരുന്നു.

ട്രെയിനിങ്ങ് കഴിഞ്ഞതോടെ ഫ്രണ്ട് ഓഫീസിലെ ചെറിയ ജോലികൾ ചെയ്യാൻ എനിക്കും അനുവാദം കിട്ടിത്തുടങ്ങി. ക്ലിനിക്കിൽ നേരത്തേ രജിസ്റ്റർ ചെയ്തിട്ടുള്ള ആളാണെങ്കിൽ അയാളുടെ രജിസ്റ്റർ നമ്പർ അനുസരിച്ചുള്ള കേസ് ഫയൽ തിരഞ്ഞെടുത്ത് ഒ.പി.യിലെ ഡോക്ടറെ ഏല്പിക്കുകയും ഡോക്ടർ പേര് വിളിക്കുന്ന മുറക്ക് കൺസൾട്ടേഷൻ മുറിയിൽ അയാളെ എത്തിക്കുകയും എന്നിങ്ങനെ. ക്രമേണ രോഗിയോ ബന്ധുവോ ആയി സംസാരിച്ച് ഒരു കേസ് ഫയൽ രൂപപ്പെടുത്തുക എന്ന ഗൗരവമുള്ള ജോലിയും എന്നിൽ ഏല്പിക്കപ്പെട്ടു തുടങ്ങി. ഈ ജോലി ഞാൻ ഏറ്റവും ഇഷ്ടപ്പെട്ട ഒന്നായിരുന്നു.

മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ രോഗാവസ്ഥ യിലുള്ള വേദനയും കഷ്ടപ്പാടും ഞാൻ നേരിൽ കേട്ടറിഞ്ഞു. ആ കാല ഘട്ടത്തിൽ കാൻസർ രോഗത്തിന്റെ പിടിയിൽ പെട്ടവരെയാണ് ക്ളിനി ക്കിൽ കൂടുതലും പരിഗണിച്ചിരുന്നത്. (പിന്നീട് കിടപ്പുരോഗികളെയും കിഡ്നി രോഗികളെയും ഫിസിയോ തെറാപ്പി ആവശ്യമുള്ളവരെയും ഒടു വിൽ മാനസിക രോഗികളെയും സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്റെ മേഖലയി ലേയ്ക്ക് കൊണ്ടുവന്നു). വീട്ടിലെ മുതിർന്ന അംഗത്തിന് രോഗം വരു മ്പോൾ അയാൾ ജോലിക്ക് പോകാ തെയാകുന്നു. അയാളെ പരിചരിക്കാ നായി നില്ക്കുന്ന ജീവിതപങ്കാളിയും ജോലി വേണ്ടെന്ന് വെക്കേണ്ടി വരു ന്നു. ഫലം കുട്ടികളുടെ പഠനം ഭക്ഷ ണം, വസ്ത്രം, ആരോഗ്യം തുടങ്ങിയ വയെല്ലാം അവതാളത്തിലാകുന്നു. രോഗിയെ ചികിത്സിയ്ക്കാൻ പണം തികയാതെ കടം വർദ്ധിക്കുന്നു. ലോൺ തിരിച്ചടക്കാനായി കിടപ്പാടം വിറ്റ് വാടക വീട്ടിലെത്തുന്നു. അപ്പോ ഴേക്കും ഇനിയൊന്നും ചെയ്യാനില്ല എന്ന കുറിപ്പോടെ പാലിയേറ്റിവ് പരി ചരണത്തിന് നിർദ്ദേശിക്കപ്പെടുന്നു.

കേസ് ഫയലിൽ മിക്കവാറും ആവർ ത്തിക്കപ്പെടുന്ന ജീവിത ചക്രമാണിത്. രോഗിയുടെ മാനസികാവസ്ഥയെ കുറിച്ച് വേണ്ടപ്പെട്ടവരിൽ നിന്ന് അറി യാൻ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ കണ്ണ് നിറ യുന്ന എത്രയോ അവസരങ്ങൾക്ക് സാക്ഷിയാകേണ്ടി വന്നിരിക്കുന്നു! അവരെ ആശ്വസിപ്പിക്കാനും രോഗിക്ക് ധൈര്യം പകർന്ന് കൊടുക്കാനും എനി ക്കെപ്പോഴും സാധിച്ചിരുന്നില്ല എന്ന സത്യം മറച്ചുവെക്കുന്നില്ല.

പിന്നീട് ഹോംകെയറിന്നായി രോഗി കളുടെ വീട്ടിലെത്തുവാൻ തുടങ്ങിയ പ്പോൾ അവർ ജീവിക്കുന്ന സാഹച ര്യങ്ങളുടെ നേർക്കാഴ്ച എന്നെ വല്ലാതെ വേദനിപ്പിച്ചു. കട്ടിൽ ഇല്ലാ ത്തതുകൊണ്ട് മഴക്കാലത്തുപോലും സിമന്റിട്ട തറയിൽ കിടക്കുന്ന അവ സ്ഥ; ആവശ്യത്തിന് വെളിച്ചവും വായുവും കിട്ടാത്ത കുടുസുമുറിക ളിലെ കിടപ്പ്; രോഗിയുടെ മരുന്നുക ളെങ്കിലും യഥാവിധി സൂക്ഷിക്കാ നുള്ള സൗകര്യക്കുറവുകൾ; അങ്ങ നെ അറ്റമില്ലാത്ത ഇല്ലായ്മകൾ!

ഹോംകെയർ കഴിഞ്ഞ് വീട്ടിലെത്തി യാൽ അടുത്ത രണ്ട് ദിവസങ്ങളിലെ ങ്കിലും ആ രംഗങ്ങൾ എന്റെ മന സ്സിനെ വേട്ടയാടിക്കൊണ്ടിരുന്നു. എന്റെ പ്രാർത്ഥനകളിൽ അത്തരം ദീനമുഖങ്ങളെ ഞാൻ ചേർക്കാറു ണ്ടായിരുന്നു. മനസ്സിൽ തട്ടി നിന്ന അത്തരം പല സന്ദർഭങ്ങളും 'റീച്ചിങ്ങ് ഔട്ടി'ന്റെ പേജുകളിൽ പകർത്തി മന സ്സിന് ലാഘവം വരുത്താറുണ്ട്.

കൊല്ലങ്ങൾക്കുമുന്നെ മരിച്ചുപോ യിട്ടും മോനെ... എന്ന് വിളിച്ച് പുനർജ നിച്ച എന്റെ അമ്മയായി മാറിയ ഭാര തിയമ്മ! ക്ളിനിക്കിൽ ദിവസങ്ങളോളം കിടക്കുമ്പോൾ പലപ്പോഴും ആശ്വാസി പ്പിക്കാനായി ഞാൻ സമീപമെത്തിയി രുന്നു. കേസ് നേരിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത നാൾ മുതൽ ഞാനുമായി ആത്മബന്ധം സ്ഥാപിക്കുകയും ഒടു വിൽ രോഗത്തിന് കീഴ്പ്പെടുന്നതിന് മുമ്പ് ബന്ധുക്കൾ ഡിസ്ചാർജ്ജ് വാങ്ങിപ്പോകുമ്പോൾ കെട്ടിപ്പിടിച്ച് ഉമ്മവെക്കുമ്പോഴും എല്ലാം സുഖ മാകും എന്ന് നൂറ് ശതമാനം കളവ് പറഞ്ഞ എന്റെ മനസാക്ഷി ഇന്നും കുറ്റബോധത്തിൽ നീറുന്നു. (എന്റെ അനുഭവങ്ങളുടെ നിര പകർത്താ നുള്ള വേദിയല്ലല്ലോ ഇത്).

രാജ്യത്തിന് പുറത്ത് നിന്ന് വന്ന സാ ന്ത്വന പരിചരണം എന്ന ഈ സംരം ഭം. ഇന്ന് കേരളത്തിൽ സമൂഹത്തിന്റെ മുക്കിലും മൂലയിലും എത്തിയിരിക്കു ന്നു. സർക്കാരും ഇതിനെ പ്രോത്സാ ഹിപ്പിക്കുന്നു. ഇപ്പോൾ രാജ്യത്തിന് പുറത്തേക്കും ഈ പ്രവർത്തനം മാതൃകയായി അംഗീകരിക്കപ്പെടുന്നു ണ്ടെങ്കിൽ അതിന്റെ ഏറ്റവും ചെറിയ ഒരംശമായി പ്രവർത്തിക്കാൻ കഴി ഞ്ഞു എന്ന സന്തോഷം താഴ്മയോടെ നെഞ്ചിലേറ്റുന്നു.

തിരിഞ്ഞുനോക്കുമ്പോൾ

താരാനാഥ്

തൃശ്ശൂരിലെ സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിൽ ഒരു സന്നദ്ധപ്രവർത്ത കനായി ചേർന്നിട്ട് ഏകദേശം 9 വർഷ മാകുന്നു. അശരണർക്ക് വേണ്ടി എന്തെങ്കിലും ചെയ്യുവാനുള്ള മന സ്ഥിതി എന്നിൽ ഉണർത്തി വിട്ടത് എന്റെ മാതാപിതാക്കളും അവരുടെ മാതാപിതാക്കളുമൊക്കെയാണ്.വീ ട്ടിൽ ഭിക്ഷയാചിച്ച് വരുന്നവർക്ക് ഭക്ഷ ണം, പണം, വസ്ത്രം എന്നിവ നല്കു ന്ന എന്റെ അമ്മൂമ്മ.. ഒരു നെരത്തെ ഭക്ഷണം ഉപെക്ഷിച്ചും ഉണ്ണാത്തവനെ ഊട്ടണമെന്ന് പഠിപ്പിച്ച മുത്തച്ഛൻ... എന്ത് പ്രവൃത്തി ചെയ്യു കയാണെ ങ്കിലും അത് ആത്മാർ ത്ഥതയൊ ടെയും സത്യസന്ധതയോടെയും വേണമെന്ന് പഠിപ്പിച്ച അദ്ധ്യാപകരായ എന്റെ മാതാപിതാക്കൾ. തിരിഞ്ഞു നോക്കുമ്പോൾ ഒരുപാട് ആളുകൾ. ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലും പുറ മെയും ഒരുപാട് സുഹൃദ്ബന്ധങ്ങൾ സ്ഥാപിക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞത് നേട്ടമാ ണെങ്കിലും, കോട്ടമെന്ന് പറയുവാൻ കുറച്ച് ശത്രുക്കളേയും നേടിയിട്ടുണ്ട്.

ദീനാനുകമ്പ, പരസ്പര വിശ്വാസം, സ്നേഹം, മറ്റുള്ളവരെ സഹായിക്കാ നുള്ള മനസ്സ് ഇതൊക്കെ ഒരു വ്യ ക്തിയ്ക്ക് വേണ്ട അവശ്യഗുണങ്ങളാ ണെന്ന് പഠിപ്പിച്ച അദ്ധ്യാപകർ... 50 വയസ്സിൽ കൂടുതൽ ജോലി ചെയ്യരു തെന്ന് ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. 48-ാം വയ സ്സിൽ വിആർഎസ് വാങ്ങി ബാങ്കിന്റെ പടിയിറങ്ങുമ്പോൾ നഷ്ടബോധം തീരെയുണ്ടായിരുന്നില്ല. തീർത്തും ശുഭാപ്തി വിശ്വാസിയായിരുന്നതി നാൽ ഇന്നുവരെ ജോലി ഉപേക്ഷിച്ച തിൽ നിരാശപ്പെടേണ്ടി വന്നിട്ടില്ല.

ഇവിടെ സേവനമനുഷ്ഠിക്കുവാൻ തുടങ്ങിയപ്പോൾ എന്റെ ജീവിതത്തി ലെ വേറൊരദ്ധ്യായം ആരംഭിക്കുകയാ യിരുന്നു.തല നരച്ച ഒരു കൂട്ടം ചെറു പ്പക്കാരിൽ ഞാനും ഒരുവനായി. രോഗികളോട് ക്ഷമയോടെ സാവ കാശം കാര്യങ്ങൾ തിരക്കുന്ന സന്ന ദ്ധപ്രവർത്തകർ, ഡോക്ടർമാർ, മാലാ ഖമാർ, മറ്റ് സ്റ്റാഫംഗങ്ങൾ... ഒരു പുതിയ ലോകത്തിന്റെ തുടിപ്പി ലേയ്ക്ക് ഞാനും അറിയാതെ അലി ഞ്ഞുചേരുകയായിരുന്നു. തെറ്റുകൾ ക്ക് നേരെ എന്റെ ശബ്ദം ഉയരുമ്പോ ൾ അത് തിരുത്തി എന്നെ ഒരു മൃദു സ്വഭാവിയാക്കാൻ (മുഴുവനായില്ലെങ്കി ലും) ബുദ്ധിമുട്ടിയ സഹപ്രവർത്തക രോട് എനിക്ക് പ്രത്യേകം കൃതാർത്ഥ തയുണ്ട്. കുട്ടീ... ഇത്ര പ്രായമായില്ലേ... ഒന്നു പതുക്കെ സംസാരിച്ചൂടെ... ക്ഷമിച്ചുകൂടേ... എന്ന് പലപ്രാവശ്യം എന്നോട് പറഞ്ഞിട്ടുള്ള ഞാനെ പ്പോഴും വഴക്കു കൂടുന്ന ഇന്ദിരചേച്ചി; വെട്ടൊന്ന് മുറി രണ്ട് എന്ന എന്റെ സ്വ ഭാവത്തെ കുറച്ചെങ്കിലും മാറ്റി മറിച്ച അരവിന്ദേട്ടൻ... ഹോംകെയറിൽ എനിക്ക് മാർഗ്ഗദർശികളായ മറ്റു സന്ന ദ്ധപ്രവർത്തകർ, മാലാഖമാർ, ഡോക്ടർമാർ... എന്റെ ഈഗോയെ മാറ്റിമറിക്കാൻ ഇവിടത്തെ പ്രവർത്ത നങ്ങളിലൂടെ എനിക്ക് കഴിഞ്ഞിട്ടു ണ്ടെന്ന് ഞാൻ പൂർണ്ണമായും വിശ്വ സിക്കുന്നു.

എന്റെ കർമ്മപഥം ഇതാണെന്ന് മന സ്സിലാക്കി പ്രവർത്തിക്കുമ്പോൾ എതിർപ്പുകളെ ഒരു പുഞ്ചിരിയോടെ സമീപിക്കുവാനുള്ള ഉൾക്കരുത്ത് സ്വായത്തമാക്കുവാൻ പഠിച്ചുവരുന്നു. എല്ലാവരിൽ നിന്നും നല്ലത് (എന്ന് എനിക്ക് തോന്നുന്നവ) സ്വാശീകരി ക്കുവാനും ശീലിച്ചിരുന്നു.

സന്നദ്ധപ്രവർത്തനം ഒരു ജോലിയല്ല കടമയാണെന്ന തിരിച്ചറിവ് എന്നെ കൂടുതൽ പ്രവർത്തന സജ്ജനാക്കു ന്നു.

ഭോഗങ്ങളെല്ലാം ക്ഷണപ്രഭാ ചഞ്ചലം

പുഷ്പലത കെ.വി.

എന്റെ നഴ്സിങ്ങ് പരിശീലനം തൃശ്ശൂർ ജില്ലയിലെ ഒരു പ്രസിദ്ധ ആശുപത്രിയിലായിരുന്നു. പരിശീലനത്തെ തുടർന്ന് എന്റെ അദ്ധ്യാപികയുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം പേരെടുത്ത മറ്റൊരു ആശുപത്രിയിൽ ജോലിയ്ക്ക് ചേർന്നു. ആ കാലത്തായിരുന്നു വിവാഹം നടന്നത്. ഭർത്താവ് അന്ന് വിദേശത്ത് ജോലി ചെയ്തിരുന്നതിനാൽ അതേ ആശുപത്രിയിൽ തന്നെ ജോലിയിൽ തുടർന്നു. എത്രയും വേഗം സന്താനസൗഭാഗ്യം വേണമെന്ന് ഞാനും ഭർത്താവും ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. ശസ്ത്രക്രിയ വിഭാഗത്തിലും പ്രസവ വിഭാഗത്തിലുമായിരുന്നു ഏറെ സമയവും ജോലി. വിവാഹ ശേഷം പത്തുവർഷം കുട്ടികളുണ്ടായില്ല. ഞാനും ഭർത്താവും നിരാശരായിരുന്നു. എന്നാലും വൃദ്ധരായ രോഗികളെ വളരെ സ്നേഹത്തോടെ സഹായിക്കാൻ സമയം കണ്ടെത്താറുണ്ട്. ആശുപത്രിയിലെ ജോലിയിൽ ആർക്കും ആരോടും കൂടുതൽ സമയം ചെലവഴിക്കാൻ സമയമില്ല.

ഗർഭഛിദ്രത്തിനായി ഏറെ യുവതികൾ എത്തിയിരുന്ന ആശുപത്രിയായിരുന്നു അത്. പിടയുന്ന ഭ്രൂണങ്ങളും ഭ്രൂണഭാഗങ്ങളും ചുടുരക്തവും എന്നെ കൂടുതൽ പൊള്ളലേല്പിച്ചു. ആശുപത്രി വിടണം, നേഴ്സിങ്ങ് ജോലി വേണ്ട എന്നെല്ലാം ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. ഒരു ഫാർമസിയിൽ പകുതിയിൽ താഴെ ശമ്പളവും സ്വീകരിച്ചുകൊണ്ട് ആശുപത്രി ജോലി വിട്ടു. ഈ കാലത്തായിരുന്നു ഞങ്ങളുടെ മകളുടെ ജനനം. തുടർന്ന് ജോലിയും രാജി വെച്ചു. ഭർത്താവ് നാട്ടിൽ തന്നെ ജോലി ചെയ്യാൻ തീരുമാനിച്ചു. മകൾ നഴ്സറിയിൽ പോകാൻ തുടങ്ങിയതോടെ ഞാൻ വീണ്ടും ജോലിയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുകയും മറ്റൊരു ആശുപത്രിയിൽ ജോലി സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്തു.

പഴയ ജില്ലാ ആശുപത്രി കെട്ടിടത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി, കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗം ആരംഭിക്കുന്നുവെന്നും നഴ്സുമാരെ ആവശ്യമുണ്ടെന്നും അറിയാനിടയായി. ജില്ലാ നഴ്സിങ്ങ് ഓഫീസർ പദവിയിൽ നിന്ന് വിരമിച്ച രാധേടത്തി എന്നു വിളിക്കുന്ന രാധ സിസ്റ്ററാണ് കിടത്തിചികിത്സാവിഭാഗത്തിന്റെ ചുമതല വഹിച്ചിരുന്നത്. ജോലിക്ക് അപേക്ഷ സമർപ്പിച്ചു. അടുത്ത ദിവസം മുതൽ ജോലിക്ക് ചേർന്നു.

കാൻസർ രോഗികളുടെ ശുശ്രൂഷയും വ്രണങ്ങളുടെ പരിചരണവുമടക്കം കുറച്ച് കാ ര്യങ്ങൾ കൂടി രാധ സിസ്റ്റർ പറഞ്ഞുതന്നു. ജോലി ചെയ്യാനാരംഭിച്ചതോടെ ഞാൻ മറ്റൊരു ലോകത്താണെന്ന് തോന്നി. വേദനയുമായി എത്തുന്ന കാൻസർ രോഗികൾ; അവരെ താങ്ങിയെടുക്കുന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ; അവർ പറയുന്നതെന്തും കേൾക്കാൻ സന്നദ്ധരായ ഡോക്ടർമാരും, നേഴ്സുമാരും.

ഇവിടെ ജോലി ചെയ്യാൻ എനിക്ക് കൂടുതൽ പരിശീലനം വേണമെന്ന് ബോധ്യമായി. മൂന്ന് മാസത്തെ പരി

ശീലനം വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കി. എന്റെ ജീവിതത്തിലെ ഒരു പുതിയ അദ്ധ്യായം തുടങ്ങുകയായിരുന്നു. സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിൽ ഏത് രോഗി വന്നാലും എന്തു ചെയ്യണം, രോഗിയോടും കൂട്ടിരുപ്പുകാരോടും എങ്ങനെ ആശയവിനിമയം നടത്തണം രോഗിയാണ് ശരി എന്ന് പറയുന്നതിന്റെ അർത്ഥമെന്ത്; രോഗി നമ്മുടെ അടുത്ത് എത്തിയാൽ ആദ്യം എന്താണ് പെട്ടെന്ന് ചെയ്യേണ്ടത്; അവരുടെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആവശ്യങ്ങളേവ തുടങ്ങിയ വിലപ്പെട്ട പാഠങ്ങൾ സ്വായത്തമായി. ഒരു രോഗിയുടെ വീട്ടിൽ എത്തിയാൽ അവരോട് എങ്ങനെ പെരുമാറണമെന്ന് രാധ സിസ്റ്റർ ആണ് എനിക്ക് പറഞ്ഞുതന്നിട്ടുള്ളത്. അത് ഇന്നും തുടർന്നു പോരുന്നു. ഈ പാഠങ്ങൾ എന്റെ ജീവിതത്തിലെ മുതൽക്കൂട്ടായി സംരക്ഷിക്കുന്നു.

ആശുപത്രികളിൽ നിന്ന് ഏറെ വ്യത്യസ്തമാണ് സാന്ത്വന ശുശ്രൂഷ കേന്ദ്രമെന്ന് എനിക്ക് മനസ്സിലായി. ഡോക്ടർമാർ രോഗികളുടെ തോളിൽ കൈവച്ച് സംസാരിക്കുന്നു. രോഗിയുടെ കൂട്ടിരിപ്പുകാരന്റെ (കൂട്ടിരിപ്പുകാരിയുടെ) തലയിൽ കൈവച്ച് ആശ്വസിപ്പിക്കുന്നു. സംസാരശേഷി നഷ്ടപ്പെട്ട രോഗിയ്ക്ക് പേനയും കടലാസും നല്കി എന്തു തോന്നുന്നുവെന്ന് എഴുതാൻ ശ്രമിക്കാൻ പറയുന്നു; മരുന്നുപുരട്ടി വേദന ശമിപ്പിക്കുന്നു. കുത്തിവെപ്പു നല്കുമ്പോൾ രോഗി നന്ദി ഒരായിരം നന്ദി എന്ന് കുറിയ്ക്കുന്നു. ഇതിലും വലിയ അംഗീകാരമൊന്നും ഡോക്ടർക്കോ നഴ്സിനോ കിട്ടാനില്ലെന്ന് മറക്കരുതെന്ന് രാധ സിസ്റ്റർ എന്നെ ഓർമ്മിപ്പിച്ചു പോന്നു. മാനസിക വിഷമങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും രാധ സിസ്റ്ററും എപ്പോഴും എന്നോട് ഒപ്പം നിന്നു.

സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ നല്കിയ പരിഗണനയും സ്നേഹവും എന്നെ അത്ഭുതപ്പെടുത്തി. ഏറെപ്പേരും അറുപതു കഴിഞ്ഞവർ ഞങ്ങൾ നഴ്സുമാരെ കുട്ടിയെന്നും, മോളെയെന്നും സംബോധന ചെയ്യുന്നു. രോഗിയെ താങ്ങിയെടുക്കാനും ചാരിയിരുത്താനും വീൽ ചെയറിലിരുത്തുകൊണ്ടു പോകാനും സ്ട്രെച്ചറിൽ കിടത്തി മുകളിൽ കയറ്റാനും ഞാൻ മുമ്പ് എന്ന മട്ടിൽ അവർ മുന്നോട്ടു വരുന്നു. രോഗികളുടെ സാമൂഹിക സാമ്പത്തിക സംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലം മനസ്സിലാക്കി കുറിപ്പുകൾ തയ്യാറാക്കുന്നു. രോഗിയ്ക്കും, ജീവിത പങ്കാളിയ്ക്കും മക്കൾക്കും ധൈര്യം പകരുന്നു. ഞങ്ങൾ നിങ്ങളോട് ദയ കാണിക്കുകയല്ല നിങ്ങളുടെ അവകാശങ്ങൾ സാക്ഷാത്ക്കരിക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് ശക്തി പകരുകയാണ്; നിങ്ങളെ കൈവിടുന്ന പ്രശ്നമില്ല. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ വാക്കുകൾ രോഗിയ്ക്കും കുടുംബത്തിനും ആത്മവിശ്വാസം പകരുന്നു. എന്തെങ്കിലും ബുദ്ധിമുട്ട് വന്നാൽ ക്ളിനിക്കിലേയ്ക്ക് വരാം എന്നു പറഞ്ഞുകൊടുത്താൽ ഇവിടം വിട്ട് ഇനി എങ്ങോട്ടു പോകാനാണ് എന്ന് ചോദിക്കുന്ന രോഗികളേറെയാണെന്ന് കണ്ടറിഞ്ഞു.

ഗൃഹപരിചരണം മറ്റൊരു അത്ഭുത ലോകമാണ് തുറന്ന് തന്നത്. ചികിത്സിച്ചു മുടിഞ്ഞ കുടുംബങ്ങൾ ബാങ്കിൽ നിന്ന് ജപ്തി നോട്ടീസ്; ബ്ളേഡുകമ്പനി മേധാവികളായ ഷൈലോക്കുകൾ രോഗിയുടെ അവസാനത്തെ രക്തത്തിനും മാംസത്തിനും വില പറയാൻ വീട്ടിലെത്തിയിരിക്കുന്നു. ഡോക്ടറുടെ വാക്കുകൾ ഓർമ്മ വന്നു. രോഗിയുടെ വേദന മോർഫിൻ കൊണ്ടുമാത്രം ശമിക്കുമെന്ന് ധരിക്കരുത്. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ നിയമ സഹായം വേണ്ടവരെ മനുഷ്യാവകാശ പ്രസ്ഥാനങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തുന്നു. അവർക്ക് നീതി ലഭ്യമാക്കുന്നു.

അടുത്ത ഗൃഹസന്ദർശനത്തിന് ചെല്ലുമ്പോൾ ആ വീടിന്റെ പൂമുഖത്ത് ഒരു ബോർഡിൽ എഴുതി വെച്ചിരിക്കുന്നു: സൂര്യനും സുഹൃത്തിനും പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്തകനും ഏത് സമയത്തും സ്വാഗതം. ആ ഒറ്റമുറി വീടിന് ഏത് കൊട്ടാരത്തേക്കാളും ദേവാലയത്തേക്കാളും വിശുദ്ധിയുണ്ടെന്ന് എനിക്ക് തോന്നിയ നിമിഷമായിരുന്നു അത്.

കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെത്തിയ രോഗികളും ബന്ധുക്കളും സൗജന്യ ഭക്ഷണവും താമസവും സേവനങ്ങളും അവരുടെ ഭാഗ്യമായി കരുതുന്നു. ചിലരുടെ വ്രണങ്ങളിൽ നിന്ന് പുഴുക്കൾ വരുന്നുണ്ടാകും. ചിലർക്ക് ദുർഗന്ധവും ഉണ്ടാകും. ഒരിക്കലും വെറുപ്പ് പ്രകടിപ്പിക്കാതെ അവരെ പരിചരിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു. എന്തൊക്കെ നിറങ്ങൾ വാരിപ്പൂശിയാണ് നമ്മൾ ശരീരത്തെ മോടിപിടിപ്പിക്കുന്നത്! അതിന്റെ അവശ്യമുണ്ടോ? അദ്ധ്യാത്മ രാമായണത്തിലെ ലക്ഷ്മണോപദേശം ഒരാവൃത്തി കൂടി ആസ്വദിച്ച് വായിച്ചു.

വേദനയ്ക്കും പീഡനത്തിനും അറുതി വന്നാൽ രോഗികൾ പുഞ്ചിരിയ്ക്കും, ബന്ധു കൈകൂപ്പി കൃതജ്ഞതയറിയിക്കും. യാത്രയാക്കുമ്പോൾ അവർ കൈ വീശും. പ്രയാസങ്ങൾ എന്തെങ്കിലും തോന്നിയാൽ വീണ്ടും വരാമെന്ന് പറയുമ്പോൾ ഇനി മറ്റൊരിടത്തും പോകുന്ന പ്രശ്നമേയില്ലെന്ന് മറുപടി പറയും. ചില വൃദ്ധരോഗികൾ കൈകളിൽ മുത്തമിടും. സാധാരണ ആശുപത്രികളിലെ ജോലി ഇത്തരം ധന്യത നിറഞ്ഞ മൂഹൂർത്തങ്ങൾ സമ്മാനിക്കില്ല. ദൈവത്തെ കണ്ടുമുട്ടുന്ന ചില നിമിഷങ്ങൾ അത് സാന്ത്വന പരിചരണ മേഖലയിൽ മാത്രമേ ലഭ്യമാകൂ എന്ന് തോന്നിപ്പോകുന്നു.

തൃശ്ശൂർ നഗരത്തിൽ പഴയ ജില്ലാ ആശുപത്രി കെട്ടിടത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി എനിയ്ക്ക് ഇന്ന് വീടിന് വെളിയിലുള്ള മറ്റൊരു വീടാണ്. ഈ വീട്ടിൽ ഞാൻ സുരക്ഷിതയാണ്.

ആത്മസംതൃപ്തി വേണ്ടുവോളം ലഭിക്കുന്ന ജോലിയാണ് എന്റേത്. ഞാൻ ഈ പ്രസ്ഥാനവുമായി താദാത്മ്യം പ്രാപിച്ചിരിക്കുന്നു.

പാഠശാലയിലെ വിദ്യാർത്ഥി

എസ്. ബാലകൃഷ്ണൻ

ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിൽ നിന്നും വിരമിച്ചതിനുശേഷം ഏതെങ്കിലും സാമൂഹ്യ സേവനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടണമെന്ന ഒരാഗ്രഹത്തിന്റെ പേരിലാണ് ഞാൻ അഞ്ചുവർഷം മുമ്പ് തൃശ്ശൂരിലെ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയിൽ ഒരു സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനായി പരിശീലനം നേടിയതും അവിടത്തെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ തുടങ്ങിയതും. പക്ഷേ ഈ അഞ്ചുവർഷക്കാലം എനിക്കുനല്കിയ അനുഭവപാഠങ്ങൾ ചിലതെങ്കിലും ഞാനിവിടെ കുറിക്കട്ടെ.

ഏതാണ്ട് നാല്പതുവർഷത്തെ ഔദ്യോഗിക ജീവിതം എന്നിൽ അവശേഷിപ്പിച്ച കുറെ കാര്യങ്ങൾ എന്റെ ആദ്യകാലപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ നിഴലിച്ചിരുന്നു. രോഗികളോ അവരുടെ ബന്ധുക്കളോ ഒ.പി.യിൽ വരുമ്പോൾ ഡ്രഗ് ചാർട്ട് കൊണ്ടുവരാതെ വരിക അല്ലെങ്കിൽ മരുന്നുകളുടെ കവറുകൾ കൊണ്ടുവരാതെ വരിക, ഇങ്ങനെയൊക്കെ സംഭവിക്കുമ്പോൾ എനിക്കന്ന് തോന്നിയിരുന്നത് ഇവർക്കൊന്നും ഒരച്ചടക്കബോധം ഇല്ലെന്നും ക്ലിനിക്കിലെ സേവനങ്ങൾ തികച്ചും സൗജന്യമായതാണ് ഇതിനൊക്കെ കാരണം എന്നൊക്കെയാണ്. പക്ഷെ ഇവിടത്തെ അനുഭവസമ്പന്നരായ പ്രവർത്തകർ എത്ര പക്വതയോടുകൂടിയാണ് രോഗികളുടെ ഏത് ആവശ്യങ്ങളെയും സമീപിച്ചിരുന്നത് എന്നത് ഞാൻ കണ്ടു പഠിച്ചതാണ്. ഇവിടെ രോഗി മാത്രമാണ് കേന്ദ്രബിന്ദു. അവരുടെ ആവശ്യങ്ങളെ നമുക്ക് എങ്ങിനെയൊക്കെ സഹായിക്കാൻ കഴിയും എന്നതുമാത്രമാണ് നമ്മുടെ താല്പര്യം. അവരുടെ പെരുമാറ്റങ്ങളിലെ ഒരു പോരായ്മയും അതിന് വിലങ്ങുതടിയാവുന്നില്ല എന്നതാണ് കാര്യം.

രോഗഗ്രസ്തനായ ഒരാളുടെ ചുറ്റും അയാളുടെ വീട്ടുകാരും ബന്ധുക്കളും സ്വന്തം വ്യക്തി താല്പര്യങ്ങൾ ഒന്നും നോക്കാതെ സ്വന്തം ജീവിതം എങ്ങനെ ആയിരിക്കണം എന്നൊന്നും ആലോചിക്കാതെ എല്ലാം അയാളുടെ പരിചരണത്തിനുമാത്രമായി ഉഴിഞ്ഞുവെക്കുന്നതു കാണുമ്പോഴാണ് ഈ ലോകത്തും ഇത്രയധികം വേദന അനുഭവിക്കുന്നവരും ഇത്രയധികം നന്മയുമുണ്ടെന്ന് നമ്മൾ അറിയുന്നത്. ഈ നന്മയുടെ ഒരു പങ്കുവെയ്ക്കലാണ് ഇവിടെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും സ്റ്റാഫും ചെയ്യുന്നത്. ഇവർ കാഴ്ചവെക്കുന്ന സമർപ്പണ ബുദ്ധി എന്നെ വല്ലാതെ അത്ഭുതപ്പെടുത്തുന്നു. എത്ര കരുതലും സ്നേഹവുമാണീ പ്രവർത്തകർ കാഴ്ചവെക്കുന്നത്. ഞാനിപ്പോഴും അത് കണ്ടുപഠിക്കുകയാണ്.

നമുക്കു കിട്ടുന്ന സംഭാവനകൾ തുകയായിട്ടായാലും മറ്റു ഉപകരണങ്ങളായാലും എത്ര കരുതലോടെയും ശ്രദ്ധയോടും കൂടിയാണ് അവ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഏറ്റവും അർഹതപ്പെട്ടവരിൽ അവ എത്തിക്കുവാനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ വളരെ ആദരണീയമാണ്. തികച്ചും നിസ്വാർത്ഥ സേവനം ഞാൻ കണ്ടത് ഇവിടെയാണ്. നിഷ്കാമ കർമ്മ: മദർതെരേസയേയും ഫ്ളോറൻസ് നൈറ്റിംഗേയിലിനെയും ശ്രീബുദ്ധനെയും വിവേകാനന്ദനേയും ഗാന്ധിജിയേയും എല്ലാം നേരിൽ കണ്ടത് ഇവിടെയാണ്. ഇരുപത് വർഷക്കാലം ഈ സൊസൈറ്റി ഇവിടെ ഇങ്ങനെ, ഇരുപതിനായിരത്തിനുമേൽ രോഗികളെയും അവരുടെ പരിചരണങ്ങളിലും അവരുടെ കുടുംബങ്ങളുടെ സാമൂഹ്യ സാമ്പത്തിക മാനസിക ആവശ്യങ്ങളിൽ സഹകരിച്ചു പ്രവർത്തിക്കുമ്പോഴും ഈ സൊസൈറ്റി എന്നെ വല്ലാതെ അത്ഭുതപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ സൊസൈറ്റിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുവേണ്ടി എല്ലാം ത്യജിച്ച് സാരഥ്യം വഹിക്കുന്ന കുറെ മഹാത്മാക്കൾ പലപ്പോഴും അദൃശ്യരാണ്. ഒരാളുടെയും വ്യക്തി പ്രഭാവത്തിൽ അധിഷ്ഠിതമാകാതെ അല്ലെങ്കിൽ ആക്കാതെ ഇത്ര സുതാര്യമായ രീതിയിൽ ഇവിടെ കാര്യങ്ങൾ നടക്കുന്നു എന്നുള്ളത് നേരിട്ട് കണ്ടില്ലായിരുന്നെങ്കിൽ ഞാനും വിശ്വസിക്കില്ലായിരുന്നു.

രോഗീപരിചരണം രോഗിയുടെ ഒരവകാശമാണെന്നതിനേക്കാളേറെ അത് നല്കാനാവുന്നവരുടെ ഒരു കർത്തവ്യമാണെന്ന് ഞാനറിയുന്നു. എന്തെങ്കിലും കൊള്ളരുതായ്മകൾ നമ്മളീ പ്രകൃതിയോട് ചെയ്തിട്ടും നമ്മളെ എപ്പോഴും കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്ന ഈ പ്രകൃതി തന്നെയാണ് ഞാനിവിടെ കാണുന്നത്. ഇവിടത്തെ പ്രവർത്തനങ്ങളെല്ലാം തന്നെ പ്രകൃതിയോട് ചേർന്ന് നില്ക്കലാണ്.

കഴിഞ്ഞ അഞ്ചുവർഷക്കാലം ഞാൻ ഇവിടെ നിന്നും നേടിയ അറിവുകൾ എന്റെ ജീവിതത്തെ ശരിക്കും ധന്യമാക്കുന്നു. ഇതൊരു വലിയ പാഠശാലയാണ്. ആർഭാടങ്ങളോടുള്ള മതിപ്പു കുറഞ്ഞു. മറ്റുള്ളവരുടെ എന്ത് പോരായ്മയും ഒരു കുറവായിക്കാണാതിരിയ്ക്കാനും ആവുന്ന ഒരു സഹായം ആരാലും എത്തിക്കാനും ഞാനിപ്പോൾ ശ്രമിക്കുന്നു. എന്റെ ഡ്രൈവിങ്ങിന്റെ മനോഭാവം പോലും ഇന്ന് വല്ലാതെ മാറിയിരിക്കുന്നു.

മഹത്തായ കാര്യങ്ങൾ എന്തെങ്കിലും ഇവിടെ ഞാൻ ചെയ്യുന്നു എന്നൊന്നും പറയാറില്ല. പക്ഷെ മഹത്തരങ്ങളായ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന ചിലരുടെ നിഴലിൽ ചേർന്നു നില്ക്കാനൊരു ശ്രമം. അത്രതന്നെ.

ഇനിയും പോകാൻ ഏറെ ദൂരമുണ്ട്

മോഹനൻ പി.വി.

2008-ലാണ് ഞാൻ തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയുമായി ബന്ധപ്പെടുന്നത്. ഒരു സ്വകാര്യ ബാങ്കിലെ ഉദ്യോഗസ്ഥനും അവിടുത്തെ ഓഫീസർ സംഘടനയുടെ പ്രധാന ഭാരവാഹിയുമായിരുന്ന എന്നെ പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റെ ഭാരവാഹികൾ സന്ദർശിക്കുകയായിരുന്നു. ക്ളിനിക്കിൽ ലിഫ്റ്റ് ഇല്ലാത്തത് കൊണ്ട് രോഗികളെ ഒന്നാം നിലയിലേയ്ക്ക് എടുത്ത് കൊണ്ട് പോകേണ്ട അവസ്ഥ വിവരിച്ചുകൊണ്ട് ലിഫ്റ്റും ജനറേറ്ററും സ്ഥാപിക്കുന്നതിലേക്ക് എന്തെങ്കിലും ചെയ്യാൻ കഴിയുമോ എന്നതായിരുന്നു അവരുടെ ചോദ്യം. തുടർന്നാണ് ഞങ്ങൾ നമ്മുടെ പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക് സന്ദർശിക്കുന്നതും സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്റെ വിവിധ വശങ്ങൾ നേരിട്ട് മനസ്സിലാക്കുന്നതും. ഞങ്ങളുടെ സംഘടനയിലെ അംഗങ്ങളെ പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റി സമൂഹത്തിന് ചെയ്യുന്ന നന്മകൾ പറഞ്ഞ് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചതും അവരുടെ സഹകരണം കൊണ്ട് ജനറേറ്റർ വാങ്ങാൻ സാധിച്ചതും ഇന്നും അഭിമാനത്തോടെ ഓർക്കുന്ന കാര്യമാണ്.

ബാങ്കിൽ നിന്ന് വിരമിച്ച ശേഷം ആദ്യം ചെയ്തത് പാലിയേറ്റീവിൽ വളണ്ടിയറാകുകയായിരുന്നു. എല്ലാ ഭാരവാഹികളേയും നേരത്തെ പരിചയമുള്ളത് കൊണ്ടും പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്താണെന്ന് ഒരു വിധം അറിയാവുന്നത് കൊണ്ടും കുറച്ച് അഹങ്കാരത്തോടെയാണ് ഞാൻ പാലിയേറ്റീവിൽ വന്ന് തുടങ്ങിയത്. വന്ന് അധികം കഴിയുന്നതിന് മുമ്പ് തന്നെ എനിക്ക് മനസ്സിലായി സാന്ത്വനമെന്നത് രണ്ട് പതിറ്റാണ്ടുകാലമായി ഒരു ജീവിതചര്യയാക്കിയ പ്രായമേറിയവരും ചെറുപ്പക്കാരുമായവരുമടങ്ങിയ ഒരു വലിയ കൂട്ടായ്മയിലേക്കാണ് ഞാൻ കടന്ന് വന്നത് എന്ന്. സ്വന്തം പ്രശസ്തിയുടെ വിപണന സാദ്ധ്യതകൾ നോക്കി മാത്രം പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്ന മറ്റ് പ്രസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്ന് വിഭിന്നമായി നിശ്ശബ്ദമായി കാരുണ്യത്തിലൂന്നിയ മനുഷ്യാവകാശ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്ന സ്ത്രീകളടക്കമുള്ള എത്രയോ പേർ. രോഗത്തിനടിമയായവരെ നെഞ്ചോടു ചേർത്തും തലോടിയും അവരുടെ വേദനയും സുഖവും പങ്കുവെച്ചും അവരിൽ ഒരാളാകുന്ന ഡോക്ടർമാരും നഴ്സുമാരും വളണ്ടിയർമാരും മറ്റു ജീവനക്കാരും. ഈ നേർക്കാഴ്ച എന്റെ ജീവിതത്തിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾ തന്നെയാണ് ഉണ്ടാക്കിയത്. പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തനം എനിക്ക് ഓരോ ദിവസവും തരുന്ന ഊർജ്ജം വാക്കുകളിൽ ഒതുക്കാൻ പ്രയാസമാണ്.

പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന്റെ കോയമ്പത്തൂരിൽ നടന്ന ഇന്റർനാഷണൽ കോൺഫറൻസിൽ പങ്കെടുക്കാനിട വന്നതും, സാന്ത്വന പരിചരണത്തിനെ പറ്റിയുള്ള അവബോധം കുട്ടികളിലുണ്ടാക്കാനുള്ള ഫാക്കൽട്ടി ടീമിൽ അംഗമാകാൻ കഴിഞ്ഞതും പാലിയേറ്റീവ് കെയറിനെ പറ്റി കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കാൻ എനിക്ക് അവസരം നല്കിയിട്ടുണ്ട്. അതിലേറെ ഇനിയുമേറെ പഠിക്കാനും പ്രവർത്തിക്കാനുമുണ്ട് എന്ന തിരിച്ചറിവും.

ഇന്ന് ബന്ധുമിത്രാദികളുടേയും സുഹൃത്തുക്കളുടേയും സദസ്സുകളിൽ സാന്ത്വന പരിചരണത്തെപ്പറ്റി ഞാൻ ഏറെ വാചാലനാണ്, 'സാന്ത്വന പരിചരണം അയൽകണ്ണികളിലൂടെ' എന്ന ആശയം നൂറ് ശതമാനവും നടപ്പിലാക്കുക എന്ന ഒരു ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് എത്താൻ അത് സഹായിക്കും എന്ന പ്രത്യാശയിൽ.

ഒരു കാര്യം തീർച്ചയാണ്. 60 വർഷം കൊണ്ട് നേടിയതിന്റെ എത്രയോ ഇരട്ടി ജീവിതാനുഭവമാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി കഴിഞ്ഞ ഒന്നര വർഷം കൊണ്ട് എനിക്ക് തന്നത്. ഇതിൽ നിന്ന് കിട്ടിയ സംതൃപ്തിയാകട്ടെ പകരം വയ്ക്കാൻ പറ്റാത്തതും.

കൊടുക്കുമ്പോൾ തിരിച്ച് നിറയുന്ന സാന്ത്വനം

ത്രേസ്യ പി.എ.

ജോലിയിൽ നിന്ന് വിരമിക്കാൻ എനിക്ക് മൂന്ന്ദിവസങ്ങൾ ബാക്കിയിരിക്കെയാണ് പിതൃതുല്യനും എനിക്കെപ്പോഴും മാർഗ്ഗദർശിയുമായിരുന്ന ജ്യേഷ്ഠന്റെ വിയോഗം. അകാലത്തിലുള്ള ഈ വേർപാട് ശാരീരികമായും മാനസികമായും തളർത്തിയിരുന്ന നാളുകളായിരുന്നു പിന്നീടങ്ങോട്ട്. ഇനിയെന്ത്? എന്ന ചിന്തകൾ കൊണ്ടെത്തിച്ചത് തൃശ്ശൂരിലുള്ള സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിലാണ്. കൊടുക്കുന്നവനും വാങ്ങുന്നവനും സാന്ത്വനം അനുഭവവേദ്യമാകുന്നു ഇവിടെ.

ഇവിടെ ചേർന്നിട്ട് ഒരു വർഷം കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു; ഓർത്തെടുക്കാൻ ഒത്തിരിയേറെ അനുഭവങ്ങൾ. അറുപതിൽപരം സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ഇരുപതിനടുത്ത ജോലിക്കാരും സമ്മേളിക്കുന്ന ഈ സൊസൈറ്റിയുടെ ലക്ഷ്യം ഒന്നുമാത്രം - സാന്ത്വനം. കൊടുക്കുമ്പോൾ ഇരട്ടിയായി തിരിച്ച് നിറയുന്ന സാന്ത്വനം ഞാനാവോളം അനുഭവിച്ചിരിക്കുന്നു ഈ നാളുകൾ കൊണ്ട്. വിവിധങ്ങളായ ഔദ്യോഗികമണ്ഡലങ്ങളിൽ നിന്ന് വിരമിച്ചവരോ, ഒട്ടേറെ ജീവിത പരിചയം ഉള്ളവരോ, സാംസ്കാരിക പ്രവർത്തകരോ ആയ സന്നദ്ധസേവാംഗങ്ങൾ ആശയവിനിമയത്തിലൂടെയും, കർമ്മമണ്ഡലത്തിലൂടെയും കൈമാറ്റം ചെയ്യപ്പെടുന്ന ഊർജ്ജം അല്പമൊന്നാവാഹിച്ചെടുക്കാൻ എനിക്ക് കിട്ടിയ ഈ അവസരത്തെ കൃതജ്ഞതയോടെ മാത്രം സ്മരിക്കട്ടെ.

പഞ്ചിംഗ് സംവിധാനമില്ലാതെ തന്നെ കൃത്യമായ സമയപ്പട്ടികയനുസരിച്ച് ഈ കേന്ദ്രത്തിലെത്തി അവരവർക്ക് അനുയോജ്യമായമേഖലകൾ തിരഞ്ഞെടുത്ത് നടത്തുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നെ ഒരുപാട് സ്വാധീനിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഒ.പി. വിഭാഗത്തിൽ കടന്ന് വരുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയേയും സൗമ്യതയോടെ സ്വീകരിക്കുന്ന പ്രവർത്തകർ തുടങ്ങി കിടപ്പുരോഗികളെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവർ വരെ എന്നിലെ ഞാൻ ഭാവത്തെ അല്പമെങ്കിലും കുറയ്ക്കാൻ സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ധനസമ്പാദനം ഒരു പരിധിവരെ മനുഷ്യനാവശ്യമാണ്. എന്നാൽ അത് കഴിഞ്ഞുള്ള ശേഷിയും ശേമുഷിയും രോഗികൾക്കായി നീക്കിവെയ്ക്കുന്ന ആരോഗ്യവിദഗ്ദ്ധർ തുടങ്ങി രോഗികൾക്കായി ഭക്ഷണം പാകം ചെയ്യുന്നവർ വരെ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്നത് രോഗിയോടുള്ള തന്മയീഭാവമാണ്. സ്വാംശീകരിക്കാൻ ഏറെയുണ്ടിവിടെ. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്ക് ലഭിക്കുന്ന പരിശീലന ക്ളാസ്സുകളിൽ ഉരുത്തിരിയുന്ന പ്രവർത്തന രീതികളും മേൽപ്പറഞ്ഞവയിൽ നിന്ന് ഭിന്നങ്ങളല്ല. രോഗികളുമായി സംവദിക്കുമ്പോൾ പാലിക്കേണ്ട ശീലങ്ങൾ എനിക്കൊരു പുതിയ പാഠമായിരുന്നു. രോഗിയെ കേൾക്കാനും അതുവഴി അവർക്ക് ആശ്വാസം ലഭ്യമാക്കാനും ഉള്ള തിരിച്ചറിവ് പരിശീലന ക്ളാസ്സുകൾ നല്കിയവയാണ്.

ഗൃഹപരിചരണത്തിന് പോകുമ്പോഴുള്ള അനുഭവങ്ങളും എന്നെ പഠിപ്പിച്ചതേറെയാണ്. മാറാരോഗങ്ങൾ വരുത്തിവച്ച കടക്കെണികളിലും, മാനസിക വിഷമങ്ങളിലും അടിപതറാതെ അവയെ സധൈര്യം നേരിടുന്ന ബന്ധുജനങ്ങൾ നല്കിയ ഉൾക്കാഴ്ച ചെറുതല്ല. ഉദാരമതികളായ നല്ല മനുഷ്യരുടേയും സ്ഥാപനങ്ങളുടേയും സംഭാവനകൾ അത് ശേഖരിക്കുന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ അക്ഷീണ യത്നങ്ങൾ എല്ലാം പാഠ്യവിഷയങ്ങൾ തന്നെ.

ഇവിടെ വന്ന് ഇവിടത്തെ സേവനം സ്വീകരിക്കുന്ന ഓരോ വ്യക്തിയുടേയും വാക്കിലും നോക്കിലും നിറയുന്നത് ഈ സൊസൈറ്റിയോടുള്ള കൃതജ്ഞത ഒന്നുമാത്രമാണ്. അവർക്ക് പറയാൻ അവരെ കേൾക്കാൻ ആരെല്ലാമോ ഇവിടെയുണ്ടെന്ന തോന്നലിലാണ് അവർ.

ചെറിയ ക്ളാസ്സുകളിൽ ഹൃദിസ്ഥമാക്കിയ ശ്രീ വ്യാസന്റെ പരോപകാരം പുണ്യത്തിനായി എന്ന സുഭാഷിതത്തിന് രംഗഭാഷ്യം ഒരിക്കിയിരിക്കയാണിവിടെ. വരിയിട്ട് പായുന്ന ഉറുമ്പുകൾ കണക്കെ നിഷ്കാമകർമ്മം ചെയ്യുന്ന ഒരു പറ്റം വ്യക്തികളുടെ കൂട്ടായ്മയിൽ നിന്ന് ഉരുത്തിരിഞ്ഞ ഈ സ്ഥാപനം അതിന്റെ ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ നിന്ന് വ്യതിചലിക്കാതെ മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകാൻ ഇതിന് പിമ്പേ ഗമിക്കുന്നവർക്കും സാധ്യമാകുമെന്നുറപ്പിക്കാം. ഞാൻ നീ ഭേദമില്ലാതെ പരസ്പരം വർത്തിക്കാനും രോഗികളുടെ വേദനകളെ നമ്മുടേതെന്ന് തിരിച്ചറിയാനും ഈ സ്ഥാപനം അല്പമൊന്ന് എന്നെ പ്രാപ്തയാക്കിയിട്ടുണ്ട്. പരബ്രഹ്മത്തെ തിരയേണ്ടത് ഇവിടെയാണ്, ഇവിടെയാണ് എന്ന് എന്റെ അകക്കണ്ണുകൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുന്നു.

അമ്മയിൽനിന്ന് പാലിയേറ്റീവിലേയ്ക്ക്

എ. ശിവദാസൻ

എന്റെ കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണം കൊടുക്കുന്നത് മറ്റ് പലരുമാണ്. വിശക്കുന്നവന് അന്നം കൊടുത്താൽ കിട്ടുന്ന സംതൃപ്തി വേറെയാണ്. എൺപത്തൊമ്പത് വയസ്സുവരെ അല്ലലില്ലാതെ ജീവിച്ച് അസുഖങ്ങളില്ലാതെ ഒരു ഓണദിവസം ഓണമുണ്ട് മരിച്ച അമ്മ, നാട്ടിൽ തറവാട്ടിൽ വരുന്ന എല്ലാവർക്കും ഭക്ഷണം വെച്ച് വിളമ്പിക്കൊടുക്കുമായിരുന്നു. നീ ഊണ് കഴിച്ച് പോയാൽ മതി എന്നാണ് എല്ലാവരോടും പറയാറ്. എയർ ഇന്ത്യയിൽ എഞ്ചിനീയറായ എന്റെ ചേട്ടൻ അമ്മയുടെ ഈ സ്വഭാവം നല്ലതല്ല എന്ന് പറയാറുണ്ട്. അച്ഛന്റെ മരണശേഷം പത്ത് വർഷം അമ്മ വീട്ടിൽ തനിച്ചായിരുന്നു. പണിക്കാരും, പശുക്കളും, വഴിയെ പോയ നല്ലവരായ നാട്ടുകാരും ഒരുമിച്ച്. മക്കളായ ഞങ്ങൾ ജോലി സംബന്ധമായി ദൂരെയും. തിരിഞ്ഞ് നോക്കുമ്പോൾ അമ്മയുടെ ഈ സ്വഭാവമാകാം എന്നെയും എല്ലാവരേയും ഒരുപോലെ കാണുക എന്ന ആശയത്തിൽ എത്തിച്ചത്. നാല്പത് വർഷത്തെ ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിന് ശേഷം ഏകദേശം പത്ത് സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ, കഴിഞ്ഞ ഒമ്പത് വർഷമായി പാലിയേറ്റീവിൽ കഴിഞ്ഞതിലുള്ള സംതൃപ്തി വേറെയാണ്. ഇതിന് പ്രേരകശക്തികൾ പലതാണ്. കഥകളിലൂടെ മാത്രമേ അവയെ പുനരാവിഷ്കരിക്കാനാവൂ. തോക്ക് ചൂണ്ടി ഭീഷണിപ്പെടുത്തിയ പൊരുളിയ (W.B) ജില്ലയിലെ മുഖർജിയും, ചമ്പൽക്കാടുകളിലെ ശിവപുരി ജില്ലയിലെ മാനേജർ ഗുപ്തയും കളവ് കേസിൽ പ്രതിയായ മാനേജർക്ക് ജാമ്യം നല്കിയ ഭോപ്പാൽ പിഎംജി ജയ്സിങ്ങും ഇവരിൽ ചിലർ മാത്രം.

മനഃശ്ശാന്തി

കെ. സരസ്വതി

ഞാൻ പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ ഒരു ജോലിക്കാരിയാണ്. ഒരു സർക്കാർ ജീവനക്കാരിയായ ഞാൻ ജോലിയിൽ നിന്ന് പിരിഞ്ഞ ശേഷമാണ് പാലിയേറ്റിവ് കെയറിൽ വന്ന് തുടങ്ങിയത്. അതിനുശേഷം മനസ്സിനും ശരീരത്തിനും വളരെ സന്തോഷമാണ്. കാരണം പല രോഗികളോട് അവരുടെ വിഷമങ്ങൾ ചോദിച്ചറിഞ്ഞപ്പോൾ സങ്കടകരമായ കാര്യങ്ങളാണ് അറിഞ്ഞത്. പല ആശുപത്രികളിൽ കിടന്ന് വിഷമിച്ച രോഗികൾ സാന്ത്വന ചികിത്സാകേന്ദ്രത്തിൽ എത്തിയപ്പോൾ അവർക്ക് മനസ്സിനും ശരീരത്തിനും നല്ല സന്തോഷമാണ് എന്നാണ്പറഞ്ഞത്. വെള്ളം പോലും കുടിക്കാൻ കഴിയാത്ത രോഗികളിൽ ഇവിടെ വന്നപ്പോൾ കഞ്ഞിയും ചോറും വരെ കഴിച്ചവരുണ്ട്. ഇവിടുത്തെ പ്രവർത്തനങ്ങളും ജീവനക്കാരുടെ പെരുമാറ്റവും രോഗികളോടുള്ള സമീപനവും അത്രയധികം മെച്ചപ്പെട്ടതാണ് എന്നാണ് രോഗികൾ പറയുന്നത്. പിന്നെ എല്ലാ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും രോഗികളോട് വളരെയധികം ദയയോടും സന്തോഷത്തോടും കൂടി അവർക്ക് വേണ്ടുന്ന എല്ലാകാര്യങ്ങളും ചെയ്തുകൊടുക്കുന്നുണ്ട്. ഇവിടെ വരുമ്പോൾ ഇവിടത്തെ പെരുമാറ്റവും സ്നേഹത്തോടുകൂടിയുള്ള പരിചരണവും കാരണം പകുതി അസുഖം ഭേദമായി എന്നാ ണ് രോഗികളും ബന്ധുക്കളും പറയുന്നത്. എനിക്കും ഇങ്ങനെയുള്ള ഒരു സ്ഥാപനത്തി ൽ ജോലി ചെയ്യുവാനുള്ള ഭാഗ്യം ഉണ്ടായി എന്ന് ഞാൻ ആത്മാർത്ഥമായി എപ്പോഴും മനസ്സിൽ സ്മരിക്കുന്നു. എല്ലാവർക്കും നല്ലതുമാത്രം വരട്ടെ എന്ന് ജഗദീശ്വരനോട് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

പുതിയ വെളിച്ചം

ഡോ. സതീഷ്കുമാർ സി.

1988 – ൽ തിരുവനന്തപുരത്ത് നിന്നും ട്രാൻസ്ഫർ ആയി അനസ്തേഷ്യോളജിസ്റ്റ് പോസ്റ്റിൽ ഒളരി ഇ.എസ്.ഐ.ൽ ചാർജ്ജെടുക്കുമ്പോൾ എന്റെ മനസിലെ ഉദ്ദേശ്യം കുറച്ച് കാശു സമ്പാദിച്ച് നാട്ടിലേയ്ക്ക് മടങ്ങിപോകാം എന്നായിരുന്നു. പക്ഷേ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എല്ലാം മാറ്റിമറിച്ചു. ഞങ്ങളുടെ ഐഎസ്എ മീറ്റിങ്ങിൽ പ്രൊഫ: ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ സർ എന്നോട് ചോദിച്ചു, സതീഷിന് ഇ.എസ്.ഐ.ൽ ഡ്യൂട്ടി സമയം കഴിഞ്ഞ് കുറച്ച് നേരം ഡോ. ദിവാകരനെ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ ഒന്ന് സഹായിയ്ക്കാമോ എന്ന്. ശരിയ്ക്കും എന്താണ് അത് എന്ന് എനിയ്ക്കറിയില്ലായിരുന്നു. അപ്പോൾ സാർ പറഞ്ഞു, ഇപ്പോൾ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ കാൻസർ രോഗികൾക്ക് വേണ്ടി അവരുടെ വേദന കുറയ്ക്കാൻ ആയി ഒരു ക്ളിനിക്ക് തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്; ആഴ്ചയിൽ ദിവസം അവിടെ ഡോക്ടേഴ്സ് ഇല്ല. കഴിയുമെങ്കിൽ സഹായിയ്ക്കാൻ ശ്രമിയ്ക്കൂ, കാര്യങ്ങൾ ഡോ. ദിവാകരൻ പറഞ്ഞുതരും.

അങ്ങനെ ഞാൻ ഒരു ബുധനാഴ്ച ക്ളിനിക്കിൽ ചെന്നു, ദിവാകരൻ സാറിനെ കണ്ടു.സാർ കൂടെ ഇരുന്നുകൊള്ളാൻ പറഞ്ഞു. രണ്ട്, മൂന്ന് ദിവസം ക്ളിനിക്കിൽ സാർ എന്താണ് അവിടെ കാണിയ്ക്കുന്നത് എന്ന് അതിശയത്തോടെ നോക്കി ഇരുന്നു. സാറും രോഗികളും അവരുടെ കുടുംബാംഗങ്ങളും ആയുള്ള ആശയവിനിമയം, അത് അവരിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന വ്യത്യാസങ്ങൾ, എല്ലാം ഒരു സ്വപ്നം പോലെ എനിയ്ക്ക് തോന്നി. വേദനയിൽ എല്ലാം തകർന്ന നിലയിൽ സാറിന്റെ അടുത്തുവന്നു മടങ്ങിപോകുമ്പോൾ അവരിൽ ഞാൻ കണ്ട വികാരം, സമാധാനം, പ്രത്യാശ അത് എന്തോ ഒരു തരം മാസ്മരിക ശക്തിയുള്ളതുപോലെ എനിയ്ക്ക് തോന്നി. എന്തോ ഒന്ന് സാറിലേയ്ക്കും പ്രവേശിയ്ക്കുന്നുണ്ട്. ചിലപ്പോൾ അത് എന്റെ തോന്നലാകാം. അതിലൂടെ സാറിൽ എന്തോ ഒരു അനുഭൂതി ഉടലെടുക്കുന്നില്ലേ? അത് എന്നേയും സ്വാധീനിച്ചു. എനിയ്ക്കും അങ്ങനെ ഒരു അനുഭൂതി നുകരണമെന്ന് ഒരു തോന്നൽ തുടങ്ങി.

അങ്ങനെ ഞാൻ സാറിൽ നിന്നും പുതിയ പാഠങ്ങൾ പഠിച്ചു. രോഗിയെയും കുടുംബത്തെയും എങ്ങനെയാണ് സമീപിക്കുക. ഞാൻ അറിയാതെ സാറിന്റെയും ക്ളിനിക്കിന്റെയും ഭാഗമായി തീരുകയായിരുന്നു. പിന്നെ സാറിന്റെ തന്നെ നിർബന്ധത്തിന് വഴങ്ങിയാണ് ആദ്യത്തെ പാലിയേറ്റീവ് ട്രെയിനിങ്ങിന് പോയതും. പുതിയ മെഡിക്കൽ ശാഖയുടെ ഡീറ്റൈൽസ് എല്ലാം മനസ്സിലാക്കി വേദന കുറയ്ക്കാനുള്ള പ്രൊസീജറിന്റെ ഒരു താല്പര്യം ഒരു അനസ്തേഷിസ്റ്റ് എന്ന നിലയിൽ എന്നിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. പക്ഷെ അവിടെ ചെന്ന് ഡോ. രാജഗോപാൽ സാറിന്റെ സംസാരം കേട്ടു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ പ്രൊഫഷൻ എവിടെ നില്ക്കുന്നു, ജീവിതം എവിടെ നില്ക്കുന്നുവെന്ന തിരിച്ചറിവ് എനിയ്ക്ക് ഉണ്ടായി. എന്നിലെ കാരുണ്യം, ദയ, മനുഷ്യസ്നേഹം, ഡോക്ടർ കമിറ്റ്മെന്റ്

ഇതെല്ലാം ഉണർന്നു കഴിഞ്ഞിരുന്നു. അതുകൊണ്ട് തന്നെ അവിടെ നിന്നും മടങ്ങി വന്നത് ദൃഢനിശ്ചയത്തിലായിരുന്നു. ഡ്യൂട്ടി സമയം കഴിഞ്ഞുള്ള എന്റെ കഴിവും സമയവും മനസും ശരീരവും സമൂഹത്തിലെ കഷ്ടതയും വേദനയും അനുഭവിയ്ക്കുന്നവർക്കു വേണ്ടി മാറ്റിവെയ്ക്കുക.

ജീവിതത്തിന്റെ അർത്ഥവും, മൂല്യവും ഒക്കെ തട്ടിച്ചു നോക്കുമ്പോൾ പണം ഒന്നും അല്ല എന്നുള്ള തിരിച്ചറിവ് കാശ് ഉണ്ടാക്കി മടങ്ങി പോകണം എന്നുള്ള എന്റെ ആഗ്രഹം വെടിയാൻ ധാരാളം ആയിരുന്നു. ഇത് പറയുമ്പോൾ അന്ന് കളിയാക്കിയവരും, അല്പം അതിരുകടന്ന് എനിയ്ക്കും ദിവാകരൻ സാറിനുമൊക്കെ കുറച്ച് കുഴപ്പമുണ്ടോ എന്ന് ചിന്തിച്ചവരും പറഞ്ഞവരും മറ്റാരുമല്ല, നമ്മുടെ സുഹൃത്തുക്കൾ തന്നെയായിരുന്നു. പക്ഷേ ഇന്ന് അവർക്ക് ബോധ്യമായി ഞങ്ങൾ അന്ന് തുടങ്ങിയതിന്റെ ആവശ്യകത. ഇന്ന് പലരും വാനോളം പുകഴ്ത്തുകയും ദൈവത്തിന്റെ അടുത്ത ആളുകൾ എന്ന് പറയുകയും ചെയ്യുന്നു. അത് കേൾക്കുമ്പോൾ ഞങ്ങളുടെ വേറിട്ട ചിന്ത മോശമായില്ല എന്ന ആശ്വാസമുണ്ട്.

ഇന്ന് പാലിയേറ്റീവ് മെഡിസിൻ കേരള കുഹാസ് മെഡിക്കൽ കരിക്കുലത്തിൽ പെടുത്തികഴിഞ്ഞു. കേരളത്തിൽ സാമൂഹ്യപങ്കാളിത്തത്തോടു കൂടിയ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ജനങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കുകയും ചെയ്തു.

സാമൂഹ്യപ്രവർത്തനം ഒറ്റദിവസം കൊണ്ട് നമ്മളിൽ ഉടലെടുക്കുന്ന ഒന്നാണ് എന്ന് ഞാൻ കരുതുന്നില്ല. സംശുദ്ധമായ കമ്മ്യൂണിസ്റ്റും സാമൂഹ്യപ്രവർത്തകനുമായ എന്റെ അച്ഛന്റെ സ്വാധീനം എന്നിൽ ശരിയ്ക്കും ഉണ്ടെന്നുള്ള കാര്യം വിസ്മരിയ്ക്കാൻ കഴിയില്ല. എന്താണ് കമ്മ്യൂണിസം എന്ന ഗഹനമായ വിവരം ഒന്നുമില്ലെങ്കിലും കഷ്ടപ്പെടുന്നവരെയും സമൂഹത്തിൽ ദുരിതമനുഭവിയ്ക്കുന്നവരെയും സഹായിയ്ക്കണമെന്നും ലളിതമായ ജീവിത ചര്യ പുലർത്തണമെന്നുമുള്ള ഓർമ്മയിൽ ആണ് എന്റെ ജീവിതവും കടന്നുവന്നത്. ആ മൂല്യങ്ങൾ കഴിവതും എന്റെ ജീവിതത്തിൽ കൊണ്ടുവരാനും ശ്രമിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതിന്റെ പ്രതിഫലനമാകാം എന്നെ ഈ മേഖലയിൽ പിടിച്ചു നിർത്തിയതെന്ന് ഞാൻ വിശ്വസിയ്ക്കുന്നു.

അതിനൊടൊപ്പം പാലിയേറ്റീവ് കെയറിൽ ഞാൻ കണ്ട പുതിയ വെളിച്ചം എന്നുപറഞ്ഞാൽ വേദനിയ്ക്കുന്ന, ദു:ഖിയ്ക്കുന്ന, കഷ്ടപ്പെടുന്ന, ഒറ്റപ്പെടുന്ന, നിരാലംബരാകുന്ന എല്ലാത്തിലും വിശ്വാസം നഷ്ടപ്പെടുന്ന സഹജീവികളുടെ ജീവിതത്തിൽ ഒരു കൈത്താങ്ങായി നില്ക്കാൻ കഴിയുക എന്നതുതന്നെയാണ്. അതിലൂടെ അവരിൽ നിന്നും നമ്മളിലേയ്ക്ക് എത്തുന്ന മാസ്മരികവും കാന്തികവും ആയ ഒരു പ്രക്രിയ, അത് എന്താവും എന്ന് ചോദിച്ചാൽ എനിയ്ക്ക് അറിയില്ല. ‘ദൈവികമാണോ?’

അനുസ്മരണം

ജോസ് ഇമ്മട്ടി

വി.എൻ.സതീശൻ

(01/12/1957 - 14/12/2017)

ബി.എ. കഴിഞ്ഞശേഷം 15/8/1981– ൽ സെയിൽ ടാക്സിൽ ജോലിയി ൽ ചേർന്നു. 30/11/2013–ൽ ഗസറ്റഡ് ഓഫീസറായി വിരമിച്ചു. സ്ട്രോക്ക് ബാധിച്ച് 2015 ഡിസംബർ മൂന്നിന് ഫിസിയോതെറാപ്പിയിൽ സാന്ത്വന പരിചരണത്തിന്നായെത്തി. തുടർന്ന് ആശ്വാസമായതോടെ 2016 സെപ്തംബർ അവസാനത്തിൽ ക്ളിനിക്കിൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനായി.

ഭാര്യ: അനിത, മകൾ: അൻഷ, മകൻ: സജിൻ (മുംബൈ), മരുമകൻ: പ്രേംസിഷ്. പേരക്കുട്ടി: പ്രണവ് കൃഷ്ണ.

പാലിയേറ്റീവ് കുടുംബം സതീശ ന്റെ വേർപാടിൽ കുടുംബാംഗങ്ങളോടൊപ്പം ദുഃഖിക്കുന്നു. ആ നല്ല ഹൃദയത്തിനുമുമ്പിൽ ആദരാഞ്ജലികൾ അർപ്പിക്കുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ സ്മരണ ദീപ്തമായിരിക്കാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

സർക്കാർ സർവീസിന്റെ അവസാന കാലഘട്ടത്തിലാണ് ഞങ്ങൾ പരിചയപ്പെടുന്നത്. സർക്കാർ സർവ്വീസിൽ കൂടുതൽ ടെൻഷൻ ഉണ്ടാക്കുന്ന ആഫിസുകളിലൊന്നായ സെയിൽ ടാക്സ് വകുപ്പിലെ ഒരു ഓഫീസറായിരുന്നു, അദ്ദേഹം. ടെൻഷനുകളിൽ നിന്ന് മോചനം നേടാനാണ് അയാൾ യോഗ അഭ്യസിക്കുവാൻ വന്നുതുടങ്ങിയത്.

സെയിൽ ടാക്സ് ഓഫീസിൽ ആവശ്യത്തിലധികം പ്രശ്നങ്ങളുള്ള കാലഘട്ടത്തിലാണ് അദ്ദേഹത്തിന് ഓഫീസറായി പ്രമോഷൻ ലഭിക്കുന്നത്. ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലെ സത്യസന്ധതയും, രാഷ്ട്രീയ മേലാളന്മാരുടെ ചൊല്പടിയ്ക്ക് വഴങ്ങാത്തതും അയാളുടെ ജീവിതം സങ്കീർണ്ണമാക്കി.

സർക്കാർ ജീവനക്കാരന്റെ സത്യസന്ധതയ്ക്കും, ആത്മാർത്ഥതയ്ക്കും പകരം ലഭിച്ചത് ഔദ്യോഗികമായ പകപോക്കലായിരുന്നു.ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലെ ടെൻഷനെ മറികടക്കാൻ യോഗപരിശീലനം ഉപയോഗിക്കപ്പെട്ടു. അധികം താമസിയാതെ അയൽക്കാർക്കു വേണ്ടി വീട്ടിൽ തന്നെ യോഗ ക്ലാസ്സുകൾ തുടങ്ങി. യോഗ ക്ലാസ്സും മറ്റു സാമൂഹ്യപ്രവർത്തനങ്ങളും തുടരുന്ന കാലഘട്ടത്തിലാണ് സർവ്വീസിൽ നിന്ന് വിരമിച്ചത്.

സർവ്വീസ് കാലഘട്ടത്തിലെ മാനസിക പിരിമുറുക്കം അദ്ദേഹത്തെ അറിയാതെ തന്നെ ഒരു രോഗിയാക്കി മാറ്റിയിരുന്നു. പല സർക്കാർ ഓഫീസുകളിലേയും ജീവനക്കാരുടെ ഗതിയും ഇതുതന്നെയാണ്.

സർവ്വീസിൽ നിന്ന് വിരമിച്ച് യോഗ ക്ളാസ്സിലും റസിഡൻസ്സ് അസ്സോസിയേഷനിലും മറ്റു പൊതുപ്രവർത്തനങ്ങളിലും മുഴുകിയിരിക്കുന്ന സമയത്താണ് അദ്ദേഹത്തിന് സ്ട്രോക്ക് വരികയും ഒരു വശം തളർന്ന് പോവുകയും ചെയ്തത്.

അലോപ്പതിയും, ആയുർവേദവും മറ്റു പല ചികിത്സകളും നടത്തി. ഒറ്റയ്ക്ക് സഞ്ചരിയ്ക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടായി. അങ്ങനെയിരിക്കെയാണ് തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിൽ വന്നത്. അവിടത്തെ ഫിസിയോതെറാപ്പി യൂണിറ്റിലെ മികച്ച സാന്ത്വനപരിചരണം അദ്ദേഹത്തെ ഒറ്റയ്ക്ക് സഞ്ചരിക്കുന്നതിനും സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തന ങ്ങളിലേയ്ക്ക് ഇറങ്ങിച്ചെല്ലുന്നതിനും പ്രാപ്തനാക്കി. തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ കൂട്ടായ്മ കണ്ട് അദ്ദേഹവും ഒരു സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനായി. തുടർന്ന് സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്കുള്ള പരിശീലനം നേടി. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനായി പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റിയിലെ ഫിസിയോതെറാപ്പി യൂണിറ്റിലെ കാര്യങ്ങൾ കമ്പ്യൂട്ടറിലാക്കുകയും ചെയ്തു.

അദ്ദേഹത്തിന് ഈയിടെ വീണ്ടും സ്ട്രോക്ക് വന്നു.. അമല ആശുപത്രിയിലും, അമൃത ആശുപത്രിയിലും ചികിത്സ നേടിയെങ്കിലും വിധി അദ്ദേഹത്തെ തട്ടിയെടുത്തു.

അസുഖം വന്ന അദ്ദേഹത്തിന് സ്വയം യാത്ര ചെയ്യാനും സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളിലേയ്ക്ക് വീണ്ടും കടന്ന് വരാനും കഴിഞ്ഞത് തൃശ്ശൂർ പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റിയിലെ പരിചരണമായിരുന്നു. പാലിയേറ്റീവ് സൊസൈറ്റിയിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ സേവനവും, ആത്മാർത്ഥതയും കണ്ട് അദ്ദേഹം പലപ്പോഴും പറയുമായിരുന്നു. ഞാൻ കുറച്ച് നേരത്തെ തന്നെ ഇവിടം വരേണ്ടതായിരുന്നു എന്ന്.

ഉദിക്കയാണെന്നാത്മാവിലായിരം സൗരമണ്ഡലം

എൻ.എൻ. ഗോകുൽദാസ്

പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റി തൃശ്ശൂർ എന്ന മഹാപ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ സ്ഥാപകാംഗങ്ങളിലൊരാളാകാൻ കഴിഞ്ഞത് മഹാഭാഗ്യം തന്നെയാണ്. തൃശ്ശൂർ നഗരത്തിൽ നടന്ന ജനകീയ സമരങ്ങളിലും ആരോഗ്യരംഗത്തും മനുഷ്യാവകാശ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും ജനകീയ ശാസ്ത്രപ്രസ്ഥാനങ്ങളിലും ഉണ്ടായിരുന്ന സജീവപങ്കാളിത്തമാകാം സാന്ത്വനപരിചരണ രംഗത്തേയ്ക്ക് ക്ഷണിക്കപ്പെട്ടതിനുകാരണം. പൊതുപ്രവർത്തനത്തിലൂടെ ഈ പ്രസ്ഥാനത്തിലെ പ്രൊഫഷനലുകളും സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും സമ്പന്നരായില്ല. പക്ഷേ ധന്യരായി എന്ന് നിസ്സംശയം പറയാം. എനിക്ക് എന്തു നല്കി? ഈ ചോദ്യത്തിന് ഉത്തരം നല്കാൻ ശ്രമിക്കട്ടെ.

ദൈവത്തിന്റെ അവതാരലക്ഷ്യങ്ങളും കല്പനകളും ശാപങ്ങളുമൊക്കെ ഹിംസാത്മകമായിരുന്ന കാലത്ത് (ക്രിസ്തുവിന് ആറു നൂറ്റാണ്ട് മുമ്പ്) ദൈവത്തെ അവഗണിച്ചുകൊണ്ട്സാധാരണക്കാരന്റെ ഭാഷയിൽ "പാനേശു സമിയോ" എന്ന് പറഞ്ഞ ബുദ്ധന്റെ വാക്കുകൾ വീണ്ടും വീണ്ടും ഹൃദയത്തിൽ പ്രതിധ്വനിച്ചു. സാന്ത്വനപരിചരണം വഴി മനുഷ്യാവകാശത്തിന്റെ പുതിയ മാനങ്ങളോട് താദാത്മ്യം പ്രാപിക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. ബുദ്ധന്റെ വാക്കുകൾ പണ്ഡിതഭാഷയിലേയ്ക്ക് 'സർവേഷുപ്രാണിഷുസംയമ:' എന്ന് വിവർത്തനം ചെയ്ത ഗുരുക്കന്മാരെ എന്നും മനസാ നമിക്കാൻ കഴിയുന്നു. ശ്വസിക്കുന്ന ഏതൊന്നിനോടും സംയമനത്തോടെ പെരുമാറാൻ പഠിച്ചു. മൃഗങ്ങളുടെ അവകാശങ്ങളെക്കുറിച്ചും ജൈവനീതി (bioethics) സംബന്ധിച്ചും ചിന്തിക്കാൻ പ്രേരിപ്പിച്ചു. സാർവദേശീയ മൃഗാവകാശ പ്രഖ്യാപനം വിവർത്തനം ചെയ്തു. മിണ്ടാപ്രാണികൾക്കുവേണ്ടി മിണ്ടുന്നവരുടെ യോഗങ്ങളിൽ പോലും സംബന്ധിച്ചു. ദീർഘകാലരോഗങ്ങൾക്കു വിധേയരായി വേദനയും പീഡനവുമനുഭവിക്കുന്ന മനുഷ്യർ മിണ്ടാപ്രാണികളെക്കാൾ ദു:ഖമനുഭവിക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് ചിന്തിച്ച് വലഞ്ഞു. ചെറിയ സേവനങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുമ്പോൾ അവരുടെ കണ്ണുകളിലുണ്ടാകുന്ന തിളക്കം അനുഭവിച്ചറിഞ്ഞു. 'കർപ്പൂര ദീപങ്ങളാകട്ടെ കണ്ണുകൾ, കസ്തൂരിപോലെ മണക്കട്ടെ വാക്കുകൾ' എന്ന് കവി കടമ്മനിട്ട ഓരോ രോഗിയോട് സംസാരിക്കുമ്പോഴും ആവശ്യപ്പെട്ടുപോന്നു...

രോഗികളെ താങ്ങിയെടുത്ത് കിടത്തുമ്പോഴും വീൽചെയറിൽ ഇരുത്തുമ്പോഴും ലിഫ്റ്റ് സ്ഥാപിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് അവരെ പൊക്കിയെടുത്ത് മുകളിലെ കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെത്തിക്കുന്ന നാൽവർ സംഘത്തിൽ സ്ഥിരാംഗമായി പങ്കെടുക്കുമ്പോഴും അവർ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടായിരിക്കണം: ഇന്നു ഞാൻ നാളെ നീ എന്ന്! ഞാൻ കാൻസർ രോഗിയായി മാറിയപ്പോൾ വീൽചെയറിൽ ഇരുന്നു. ആംബുലൻസിൽ കിടന്നു. കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെ ചിലരുടെ കണ്ണുനീർ തുള്ളികളെങ്കിലും എന്റെ മേൽ വീണു. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും പ്രൊഫഷനലുകളും എന്നെ സ്നേഹം കൊണ്ട് വീർപ്പുമുട്ടിച്ചു. എന്റെ സുഹൃത് വലയം മാത്രമല്ല വിശാലമായത്. ഞാൻ ഒരു വലിയ കുടുംബത്തിലെ അംഗംകൂടിയായി മാറുകയായിരുന്നു.

രോഗിയാകുന്നതിനുമുമ്പും രോഗവിമുക്തി നേടി തിരിച്ചുവന്ന ശേഷവും ഗൃഹപരിചരണത്തിൽ പങ്കാളിയായിരുന്നു. രോഗിയുടെ വീടുകളിൽ കാണാൻ കഴിഞ്ഞ ദൈന്യവും ആശങ്കകളും സാമ്പത്തിക പരാധീനതകളും തൊട്ടറിഞ്ഞു. ചില വീടുകളിൽ രോഗികളനുഭവിക്കുന്ന അവഗണന മനസ്സിനെ പൊള്ളലേല്പിച്ചു.

പരിശീലന പരിപാടികളിൽ പഠിതാവായും പരിശീലകനായും പങ്കെടുത്തു. ആശയവിനിമയത്തിൽ എങ്ങനെ നല്ല ശ്രോതാവാകാൻ കഴിയും എന്ന് പഠിച്ചു. സ്നേഹത്തോടെ ആദരവോടെ, സഹിഷ്ണുതയോടെ, കാരുണ്യത്തോടെ, തദാനുഭൂതിയോടെ രോഗിയുടെയും കുടുംബാംഗങ്ങളുടെയും വാക്കുകൾ കേട്ടു.

രോഗിയായതിനെ തുടർന്ന് കാൻസറിനെ സംബന്ധിച്ച് ഒരു ഗ്രന്ഥം തയ്യാറാക്കാൻ നിർദ്ദേശിച്ചത് സാന്ത്വന ശുശ്രൂഷാരംഗത്തെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ തന്നെയായിരുന്നു. അവസാനത്തെ അദ്ധ്യായം എഴുതിത്തീർക്കുന്നതുവരെ അവർ പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചു. ഒരു പിൻകുറിപ്പു കൂടി വേണമെന്ന് നിർബന്ധിച്ചു. അദ്ധ്യായങ്ങളടെ പേരുകൾ മാറ്റണമെന്ന് നിർദ്ദേശിച്ചു. അവയുടെ അനുക്രമം സംബന്ധിച്ചുപോലും മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തി. എങ്ങിനെ നന്ദി പറയാനാണ്!

കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെ രോഗികളെ കുളിപ്പിക്കാനും ഭക്ഷണം നല്കാനുംഇടയ്ക്ക് അവസരം ലഭിച്ചു. ഇത് നീ തന്നെയാണ് (തത്വമസി) എന്ന് അപ്പോൾ മനസ്സിലാക്കിയില്ല. പക്ഷേ കാൻസർ രോഗത്തിന്റെ പിടിയില മർന്ന നാളുകളിൽ ഈ സത്യം ശരി ക്കും ബോദ്ധ്യമായി.

തീവ്രരോഗലക്ഷണങ്ങളാൽ പീഡിത രായ രോഗികളുമായി സംസാരി ക്കുമ്പോൾ ചിലപ്പോഴെങ്കിലും കണ്ണു നിറഞ്ഞു. അവരുടെ വളരെ ചെറിയ ആഗ്രഹങ്ങൾ നിറവേറ്റുമ്പോൾ മനസ്സ് ധന്യമാവുകയായിരുന്നു.

ജാതിഭേദമോ മതദ്വേഷമോ രാഷ്ട്രീയ വൈരാഗ്യങ്ങളോ കൂടാതെ അനേകം സുഹൃത്തുക്കളെ സാന്ത്വന പരിചരണ രംഗം എനിയ്ക്ക് നല്കി. ശമ്പളം പറ്റുന്ന ജീവനക്കാരും സന്നദ്ധപ്ര വർത്തകരും തമ്മിൽ തിരിച്ചറിയാനാ കാത്ത വിധം പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ സഹകരിച്ചു. ദൈവവിശ്വാസികളും നിരീശ്വരവാദികളും രോഗികളോടും കുടുംബങ്ങളോടും കാരുണ്യത്തോടെ ഇടപഴകി. രോഗിയുടെയും കുടും ബാംഗങ്ങളുടെയും ആത്മാഭിമാന ത്തിന് ക്ഷതമേൽക്കുന്ന ഒരു വാക്കോ നോട്ടമോ ഉണ്ടാകരുതെന്ന അവരുടെ നിശ്ചയദാർഢ്യം പ്രശംസനീയം തന്നെയെന്ന് ബോദ്ധ്യമായി. എളിമ യുടെ പ്രാധാന്യം മനസ്സിൽ അരക്കി ട്ടുറപ്പിച്ചു.

ഫിസിയോതെറാപ്പി വിഭാഗത്തിൽ എത്തുന്നവർക്ക് ക്രമേണ ഉണ്ടാകുന്ന ആത്മവിശ്വാസം കണ്ണുതുറപ്പിച്ചു. അവരുടെ സംഗീതവും കവിതകളും ആസ്വദിച്ചു. കാൻസർ ചികിത്സയുടെ ഭാഗമായ കീമോതെറാപ്പിയ്ക്ക് പിക് ലൈൻ (PICC = Peripherally Induced Cardiac Catheter) സ്ഥാപിച്ച് മാസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞതോടെ എന്റെ തോൾ, കൈമുട്ട്, മണികണ്ഠം, വിരൽ സന്ധി കളിൽ ഫൈബ്രോസിസ് ഉണ്ടായി. കൈ നിവർത്താനോ ചലിപ്പിക്കാനോ പൊക്കാനോ കഴിയാതെയായി. ഫിസി യോതെറാപി എനിയ്ക്ക് സഹായകമാ യി. കയ്യിന് ചലനശേഷി പൂർണമായി വീണ്ടുകിട്ടി. വിദഗ്ദ്ധരും സഹപ്രവർ ത്തകരും എന്നെ സഹായിച്ചു. ഞാൻ ആത്മവിശ്വാസം വീണ്ടെടുത്തു. എന്റെ ഉൽക്കർഷേച്ഛ മറ്റൊരു നേട്ടമാ യിരുന്നു.

വൃക്കരോഗികളുടെ സംഗമങ്ങൾ, വൻകുടൽ – മലാശയ കാൻസർ രോ ഗികളുടെ സംഗമങ്ങൾ എന്നിവ വലിയ അനുഭവങ്ങളായിരുന്നു. കാൻസർ രോഗികളെക്കാളേറെ വൃക്ക രോഗികൾ എന്റെ ഹൃദയത്തെ മഥി ച്ചു. വൻകുടൽ – മലാശയ കാൻസർ രോഗികളുടെ കുടുംബചരിത്രം പ്ര ത്യേകം വിശകലനം ചെയ്തു. കാൻ സർ ഒരു ജനറ്റിക് രോഗമാണെന്നും ജനറ്റിക് രോഗങ്ങളൊക്കെ പാരമ്പര്യ രോഗങ്ങളാണെന്ന് തെറ്റിദ്ധരിച്ചുകൂ ടെന്നും ബോദ്ധ്യമായി.

എയ്ഡ്സ് അണുബാധയെ തുടർന്ന് കഷ്ടതയനുഭവിക്കുന്ന മാതാപിതാക്ക ളും സന്താനങ്ങളുമുള്ള കുടുംബ ങ്ങളെ കൂടുതൽ അടുത്തറിഞ്ഞു. അവർക്ക് സാന്ത്വനമരുളി. അണുബാ ധിതരും അവശരുമായ ചില വീട്ടമ്മ മാർ അവരുടെ യൗവനകാലത്തെ ഫോട്ടോ കാണിച്ചു. വിവാഹം തങ്ങ ളുടെ ജീവിതത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ ദുരന്തമായിത്തീർന്നതെങ്ങനെയെന്ന് വിശദീകരിച്ചു. എത്രയോപേരെ കുടും ബസമേതം മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ ഉഷസ്സി (ART Centre)ൽ എത്തിക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. കാൻസർ സർജറി കഴി ഞ്ഞ് രണ്ട് ആഴ്ച പിന്നിട്ട സമയത്തു പോലും ക്ലാസ് കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ സ്റ്റേറ്റ് എയ്ഡ്സ് കൺട്രോൾ സൊ സൈറ്റി നിർദ്ദേശിച്ചപ്പോൾ സുഹൃത്തു ക്കളുടെ ആശങ്ക വകവെയ്ക്കാതെ ജോലി ഏറ്റെടുക്കാൻ പ്രോത്സാഹി പ്പിച്ച ഡോക്ടർമാർ പകർന്നുതന്ന ആ ത്മവിശ്വാസവും എന്നെ ക്ളാസിലെ ത്തിച്ച സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും എനി യ്ക്ക് സ്വന്തം കുടുംബാംഗങ്ങളെ പ്പോലെ പ്രിയപ്പെട്ടവരായി. അന്ന് ഹീറോ ചമഞ്ഞ എന്നെ സ്നേഹ പൂർവ്വം ശാസിച്ച സുഹൃത്തുക്കളോട് നന്ദി പറയട്ടെ!

ശീലം വിധേയത്വമായും തുടർന്ന് അടിമത്തമായും മാറുന്നുവെന്ന ഭീക രമായ യാഥാർത്ഥ്യം എനിയ്ക്ക് നടു ക്കം സമ്മാനിച്ചു. ഗാസ്ട്രോസ്റ്റൊമി (ആമാശയത്തിലേയ്ക്ക് നേരിട്ട് ദ്രവാ ഹാരം എത്തിക്കാനുള്ളത്) കുഴലി ലൂടെ മദ്യം ഒഴിച്ച രോഗിയെക്കുറിച്ച് ഒരു പരിശീലന ക്ളാസ്സിൽ കേൾക്കാ നിടയായതാണ് ഏറ്റവും വലിയ നടു ക്കം. മദ്യാസക്തിയുടെ മൂന്ന് ഘട്ടങ്ങ ളെക്കുറിച്ച് പ്രതിപാദിക്കുന്ന ചൈനീ സ് പഴമൊഴി തികട്ടി വന്നു.

Man drinks drink
Drink drinks drink
Drink drinks man!

ഭരണകൂടം നേരിട്ട് നടത്തുന്ന ചൂതാ ട്ടമാണ് ലോട്ടറിയെന്നും അതിന് അടി മയാകുന്നവരുടെ ദൈന്യം അസഹ നീയമാണെന്നും പഠിപ്പിച്ചത് രോഗിക ളായിരുന്നു. കിടത്തിചികിത്സാവിഭാഗ ത്തിൽ വളരെ അവശനിലയിലെ ത്തിയ രോഗി രണ്ടുദിവസത്തെ പരി ചരണത്തെ തുടർന്ന് വേദന കുറ ഞ്ഞപ്പോൾ ആകർഷകമായ വസ്ത്രം ധരിച്ച് നഴ്സുമാരുടെയും കൂട്ടിരിപ്പു കാരന്റെയും കണ്ണുവെട്ടിച്ച് പുറത്ത് കടക്കാൻ ശ്രമിച്ചത് ലോട്ടറി ടിക്കറ്റ് എടുക്കാനായിരുന്നു! രോഗിയാണ് ശരി എന്ന ആദർശസൂക്തമനുസരിച്ച് അദ്ദേഹത്തിന് ലോട്ടറി ടിക്കറ്റ് വാങ്ങി ക്കൊടുത്തു. ‘എണ്ണിയെണ്ണിക്കുറയു ന്നിതായുസ്സും മണ്ടിമണ്ടിക്കരേറുന്നു മോഹവും’ എന്ന് പൂന്താനം പാടി യല്ലോ!

സ്വപ്നങ്ങളും മോഹങ്ങളും മനോരാ ജ്യം കാണലും രോഗികൾക്കും ആകാ മല്ലൊ. രോഗം ഭേദമായി വീട്ടിലെത്തി യാൽ എത്രയും വേഗം മകളുടെ വി വാഹം നടത്തണമെന്നും അവൾക്കു പിറക്കുന്ന കുഞ്ഞിനെ ഒന്ന് ഓമനിച്ച ശേഷം മാത്രം മരണം വരിക്കാമെന്നും മോഹിച്ച രോഗി തന്റെ അഭിലാഷം വ്യ ക്തമാക്കി അരമണിക്കൂറിനകം കണ്ണ ടയ്ക്കുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന നടുക്കം എങ്ങനെ രേഖപ്പെടുത്താനാണ്! ത്രികാല ജ്ഞാനികളായ കവികൾ എത്രയോ മുമ്പുതന്നെ ഈ അവസ്ഥ രേഖപ്പെടുത്തിയിരുന്നു!

രാവിപ്പോൾ ക്ഷണമൊടുങ്ങീടുമുഷ
സ്സെങ്ങും പ്രകാശിച്ചിടും
ദേവൻ സൂര്യനുദിക്കുമിക്കമലവും
ചാലേവിടർന്നീടുമേ
ഏവം മൊട്ടിനകത്തിരുന്നളി മനോരാ
ജ്യം തുടർന്നീടവേ
ദൈവത്തിൻ മനമാരുകണ്ടു, പിഴു
താൻ ദന്തീന്ദ്രനപ്പത്മിനീം.

അന്ത്യനിമിഷം വരെ സൗന്ദര്യബോധവും ജ്ഞാനതൃഷ്ണയും ആസ്വാദനശേഷിയും പുലർത്തുന്ന രോഗികൾ വിസ്മയിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. ശ്വാസകോശാർബുദം മൂലം മരണത്തോടടുത്ത പ്രൊഫസർ തനിയ്ക്ക് മുഖക്ഷൗരം വേണമെന്നാണ് ആവശ്യപ്പെട്ടത്! പിറ്റേദിവസം അദ്ദേഹം മരണമടഞ്ഞു. മുഖക്ഷൗരം ചെയ്തുക്കൊടുക്കാതിരുന്നത് എന്നിൽ കുറ്റബോധമായി അവശേഷിക്കുന്നു. 'ഗോകുൽദാസേ ഇനി എനിയ്ക്ക് ഏറെ നാളില്ല. നമ്മുടെ ആത്മാക്കൾ പരലോകത്തുകണ്ടാൽ തിരിച്ചറിയുമോ?' എന്ന് രോഗം മൂലം അവശനായ സംസ്കൃതം പ്രൊഫസറുടെ ചോദ്യം ബാക്കിയാണ്. തന്റെ ഭാര്യയെ അടുത്ത മുറിയിലെ കുഞ്ഞിന്റെ ഉപ്പയെയും ഉമ്മയെയും ആശ്വസിപ്പിക്കാനയച്ചശേഷം അദ്ദേ ഹം കഷ്ടപ്പെട്ടാണ് ശ്ലോകം ചൊല്ലിത്തീർത്തത്.

'ആയുഷഖണ്ഡമാദായ
രവിരസ്തമയം ഗതഃ
അഹന്യഹനി ബൗദ്ധവ്യം
കിമദ്യ സുകൃതം കൃതം?'

അർത്ഥമറിയാതെ ഞാൻ മിഴിച്ചു നിന്നു. പ്രൊഫസർ വിശദീകരിച്ചു. ആയുസ്സിന്റെ ഒരു കഷ്ണവുമെടുത്തുകൊണ്ട് ഓരോ ദിവസവും സൂര്യൻ അസ്തമിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് ഓരോ ദിനാന്ത്യത്തിലും സ്വയം ചോദിക്കുക. ഇന്ന് ഞാൻ എന്ത് നന്മ ചെയ്തു? സാന്ത്വന പരിചരണ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് ഇങ്ങനെയൊരു സ്വയം വിചാരണ നേരിടേണ്ടിവരില്ല. അന്ന് രാത്രി പ്രൊഫസറുടെ കണ്ണുകൾ എന്നെന്നേയ്ക്കുമായി അടഞ്ഞു.

അണ്ഡാശയാർബുദം മൂർച്ഛിച്ചതിനെ തുടർന്ന് അവശനിലയിൽ കിടത്തിചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെത്തിയ വനിതയെ തിരിച്ചറിയാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. അവർ എന്റെ സുഹൃത്തിന്റെ ഭാര്യയായിരുന്നു. ഒരു വിവാഹച്ചടങ്ങിൽ വെച്ചാണ് അവർ തമ്മിൽ ആദ്യം പരിചയപ്പെട്ടത്. സുഹൃത്ത് ഒരു വിടന്റെ ഭാഷയിലാണോ അവരെക്കുറിച്ച് എന്നോട് പറഞ്ഞത്? അയാൾ ഉദ്ധരിച്ചത് ദ്രൗപതിയെ ആദ്യം കണ്ടപ്പോൾ ജയദ്രഥൻ പറഞ്ഞതായിരുന്നില്ലേ?

ഏതാം ദൃഷ്ട്വാ സ്ത്രീയോ മേ
ന്യായഥാ ശാഖാമൃഗസ്ത്രിയ:

നാളിതുവരെ ഞാൻ കണ്ട സ്ത്രീകളെല്ലാം വാനര സ്ത്രീകളായി മാറിയെന്നു സാരം! സ്വഭാവശുദ്ധിയിലും അവർ ഏവരെയും അതിശയിപ്പിക്കുന്നുവെന്നറിഞ്ഞതോടെ സുഹൃത്തിന് അവരോട് ആരാധനയായി. പ്രണയവിവാഹവും നടന്നു. സന്താന സൗഭാഗ്യമുണ്ടായില്ല. ആ സുന്ദരിയായ സ്ത്രീയാണ് കണ്ണുകൾ കുഴിഞ്ഞ് കവിളൊട്ടി പല്ലുകൾ ഉന്തിയ മട്ടിൽ കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിലെത്തിയിരിക്കുന്നത്. ആശാന്റെ വീണപൂവിലെ ഹാ പുഷ്പമേ...... എന്ന വരികൾ ഓർമ്മ വരാതിരിക്കുന്നതെങ്ങനെ? നിന്റെയാഭൂതിയെങ്ങ് പുനരിങ്ങ് കിടപ്പിതോർത്താൽ!

എന്റെ ശാരീരിക ശേഷിയിലും പേശികളുടെ ഘടനയിലും എനിയ്ക്ക് സ്വകാര്യമായ ഒരു അഹങ്കാരമുണ്ടായിരുന്നു. രണ്ടുഘട്ടങ്ങളിലായി മുപ്പത്തിനാലുദിവസത്തെ വികിരണ ചികിത്സ, മേജർ ശസ്ത്രക്രിയ, തുടർന്ന് കീമൊതെറാപ്പി... ഞാൻ എന്റെ ശരീരം കണ്ണാടിയിൽ കണ്ടു. എത്യോപ്യൻ ക്ഷാമത്തെക്കുറിച്ച് ടെലിവിഷൻ സ്ക്രീനിൽ തെളിഞ്ഞ ചിത്രം പോലെ! 'നന്നല്ല ദേഹം നിമിത്തം മഹാമോഹം' - എഴുത്തച്ഛൻ എന്നെ ഒന്നുകൂടി ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തി.

അസുഖകരമായ പാഠങ്ങളും സാന്ത്വന പരിചരണം നല്കിയിട്ടുണ്ട്. എല്ലിൽ അർബുദം പ്രാപിച്ച് കൈകൾ മുറിച്ചു നീക്കിയ ഒരു മദ്ധ്യവയസ്കയെ കിടത്തി ചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ നിന്ന് പല തവണ വീട്ടിലേയ്ക്കും ജനറൽ ആശുപത്രി (അന്ന് ജില്ലാശുപത്രി) യിലേയ്ക്കും കൊണ്ടുപോയിട്ടുണ്ട്. ഓരോ തവണയും അവർ എന്റെ കൈകളിൽ മുത്തമിടുമായിരുന്നു. അന്ത്യനാളുകളടുത്തപ്പോൾ ഒരിക്കൽ അവർ എന്നെ അതിശയിപ്പിച്ച ചോദ്യമുന്നയിച്ചു: സാറ് എന്റെ കൂട്ടത്തിൽ (മതത്തിൽ) പെട്ടയാൾ തന്നെയല്ലേ? അതെയെന്ന് ഞാൻ നുണ പറഞ്ഞു. എനിക്ക് ബോദ്ധ്യമായി: മതം കറുപ്പു മാത്രമല്ല. അധികമായാൽ കാളകൂടമാണ്!

അനുഭവങ്ങൾ എപ്പോഴും ഹൃദ്യമാകില്ല. മതേതരത്വവും കാരുണ്യവും സ്നേഹവും സമത്വവും സാഹോദര്യവും അന്തസ്സും വിളങ്ങി നില്ക്കുന്ന മേഖലയിലേയ്ക്ക് നുഴഞ്ഞുകയറാൻ കക്ഷിരാഷ്ട്രീയത്തിനും മതാന്ധന്മാർക്കും താല്പര്യമുണ്ട്. എന്ത് സാമ്പത്തിക നേട്ടമുണ്ട് എന്ന് സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരോട് ചോദ്യങ്ങളുന്നയിച്ചവരുമുണ്ട്. അവർക്ക് മറുപടിയായി മഹാകവി അക്കിത്തത്തിന്റെ വരികൾ കുറിച്ചുകൊണ്ട് നിർത്തട്ടെ:

ഒരു കണ്ണീർക്കണം മറ്റു-
ള്ളവർക്കായ് ഞാൻ പൊഴിക്കവേ
ഉദിക്കയാണെന്നാത്മാവി
ലായിരം സൗരമണ്ഡലം.
ഒരു പുഞ്ചിരി ഞാൻ മറ്റു-
ള്ളവർക്കായ്ച്ചെലവാക്കവേ
ഹൃദയത്തിലുലാവുന്നു
നിത്യനിർമ്മല പൗർണ്ണമി.
അറിഞ്ഞീലിത്ര നാളും ഞാ-
നിദ്ദിവ്യ പുളകോദ്ഗമം
ആ മഹാനഷ്ടമോർത്തോർത്തു
കുലുങ്ങിക്കരയുന്നു ഞാൻ.

Important mile stones in the 20 years history of our Society

1. Regd as a charitable society under the Travancore Cochin Literary Scientific and Charitable Societies Registration Act XII of 1955 on 12th November 1997, with Registrtion No. 591/97.

2. Clinic started functioning at West Fort Hospital Thrissur in November 1997, as a temporary arrangement.

3. Inauguration of the clinic at Thrissur Medical College on 14th May 1999.

4. Started functioning of Institute of Palliative Care training and research wing of Pain and Palliative Care Society to train Doctors, Nurses, Auxiliary Nurses, Volunteers, House surgeons, MSW Students, research scholars and students 2000.

5. Reaching Out, Quarterly of Pain and Palliative Care Society began publishing on December 2005

6. Inauguration of New Out patient clinic at Old District Hospital Bldg on 3rd July 2006, (with OP all days except Sunday).

7. Inauguration Of Inpatient Unit on 27th October 2008.

8. Inauguration of Physiotherapy rehabilitation unit and Lift to Inpatient unit on 20th August 2011.

9. Foundation stone laid for New Bldg for Hospice - Day Care Centre on 7th September 2015 at Aranattukara Village, in Olarikkara along with AMHA and SOLACE.

പരസ്പര വിനിമയത്തിന്റെ ഇടം

കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ

ഒരു സംഘടനയ്ക്ക് കണ്ണോ കാതോ ഹൃദയമോ തലച്ചോറോ ഇല്ല. അതിനെ ജൈവികമാക്കുന്നത് അതിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നവർ തമ്മിലുള്ള പരസ്പരമുള്ള വിനിമയങ്ങളാണ്. വിനിമയം ജനാധിപത്യസമ്പുഷ്ടമാകുമ്പോൾ ധാർമ്മികതയുടെ ചോരയോട്ടം അനുഭവപ്പെടുന്നു. പെയിൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ സൊസൈറ്റിയ്ക്കും ഇത് ബാധകമാണ്. ജീവിതത്തിന്റെ മൂന്നിൽ ഒരു ഭാഗത്തോളം ഈ സംഘടനയുടെ ഭാഗമായിരിക്കുന്നതിൽ പരസ്പര വിനിമയത്തിന്റെ നിരവധി തലങ്ങളുണ്ട്. ഇതിലൂടെ വന്നും പോയുമുള്ള നൂറുകണക്കിന് വേദനിക്കുന്ന മനുഷ്യർ, ഉറ്റവർ, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ, സ്റ്റാഫംഗങ്ങൾ, അഭ്യുദയകാംക്ഷികൾ, രാഷ്ട്രീയക്കാർ എല്ലാം ഈ വിനിമയത്തിന്റെ സ്പേസി (ഇടം) ലുണ്ട്. കൊടുക്കലും വാങ്ങലുമല്ല, പ്രാണവായു. നേടുന്നുമില്ല. നല്കുന്നുമില്ല. പരസ്പരം തിരിച്ചറിയലിലാണ്, പങ്കിടുന്നതിലാണ് വിനിമയത്തിന്റെ ജീവൻ.

ഈ വിനിമയത്തിന്റെ ഇടത്തിലേയ്ക്ക് ഞാനെത്തുന്നത് ആയിരത്തിതൊള്ളായിരത്തി തൊണ്ണൂറ്റിയേഴിലാണ്. നേരത്തെയുള്ള പരിചയത്തിലല്ല ഡോ. ദിവാകരൻ എന്നെ ഇങ്ങോട്ട് വിളിച്ചത്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ പരിചയക്കാരനായ സി. ആർ. പരമേശ്വരൻ പറഞ്ഞിട്ടാണ്.

1997നുമുമ്പും ഞാൻ പലയിടങ്ങളിൽ, എന്നെ തെരഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. അബോധത്തിലും ബോധത്തിലും. രോഗബാധിതമായ ശൈശവവും, നരപ്പും (greyness) ഇരുളും കലർന്ന ബാല്യവും കൗമാരവും തന്ന അപകർഷതയും വിജനമായ കുന്നിലും കോൾപാടത്തും ഊടുവഴികളിലും ഒറ്റയ്ക്കലയുന്ന പ്രകൃതക്കാരനാക്കി. പ്രകൃതിയോളം നല്ലൊരമ്മയെയോ കാമുകിയെയോ ചങ്ങാതിയെയോ ഞാനിന്നുവരെ അറിഞ്ഞിട്ടില്ല. ഒറ്റപ്പെടൽ എത്തിച്ചത് വായനയിലേയ്ക്കും എഴുത്തിലേയ്ക്കുമാണ്. പുസ്തകങ്ങളിൽ കണ്ടെത്തിയവർക്കൊപ്പം ഞാൻ ഒരുപാട് സഞ്ചരിച്ചിട്ടുണ്ട്. എഴുത്തിലൂടെ കുറച്ചുപേരെ അറിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. അവർ ഞാൻ തന്നെയെന്നും. സൃഷ്ടിയുടെ ഏകാന്തതയിൽ ആത്മബോധവും പരബോധവും തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. പക്ഷേ, അതെല്ലാം ക്ഷണികമാണ്. കൂരിരുട്ടിലെ ഒരു മിന്നൽ. അതിനപ്പുറം അവ എന്നിൽ സ്ഥായിയായിട്ടില്ല. ഞാൻ വീണ്ടും തീക്ഷ്ണമായ ആസക്തികളിലേയ്ക്ക് പോകുകയാണ് പതിവ്. എന്നാൽ കൗമാരത്തിലെയും യുവത്വത്തിലെയും വായനകൾ എഴുത്തുകൾ അബോധതലത്തിലായിരുന്നു. ആന്തരിക സൗന്ദര്യത്തിലല്ല, ബാഹ്യമായതിലാണ് ഞാൻ സഞ്ചരിച്ചത്. അതിന്റെ രാഷ്ട്രീയമോ ചരിത്രമോ ബോധതലമോ എന്നിൽ നിന്നകന്നു നിന്നു. പതിനേഴാം വയസ്സിൽ തുടങ്ങിയ എഴുത്ത് അഞ്ചെട്ട് കൊല്ലത്തിനുള്ളിൽ നിലച്ചു. വായന തുടർന്നു, അബോധമായിത്തന്നെ. ഇക്കാലത്ത് കേവലമായ ധാർമ്മികതയോ നൈതികതയോ ബോധതലത്തിൽ എന്നെ സ്പർശിച്ചിട്ടില്ല. അതിജീവനത്വരയായിരുന്നു, എന്നിലുണ്ടായിരുന്നത്. അക്കാലത്ത് ആത്മീയതയിൽ അന്വേഷണം നടത്തിയിരുന്നത്, ഇന്ന് തിരിഞ്ഞുനോക്കുമ്പോൾ, ഒരു എസ്കേപ്പിസമാണ്.

1981നുശേഷമാണ് (വിവാഹശേ

ഷം) ബോധപൂർവ്വമുള്ള അന്വേഷണങ്ങൾ എന്നിൽ മുളയെടുക്കുന്നതായി ഞാനറിഞ്ഞത്. അടിയന്തിരാവസ്ഥയൊഴിഞ്ഞ് സാംസ്കാരിക വേദി പിരിച്ചുവിടപ്പെട്ട കാലം. രാംമനോഹർ ലോഹ്യയിലൂടെ ഞാൻ ഗാന്ധിയിലെത്തുന്നത് ഈ സന്ദർഭത്തിലാണ്. തൃശ്ശൂർ കെഎസ്ആർടിസി സ്റ്റാൻഡിന് തൊട്ടടുത്തുണ്ടായിരുന്ന പ്രാക്തനമായ വാഞ്ചി ലോഡ്ജിലെ പ്രതികരണ സംഘത്തിലേയ്ക്കാണ് ഞാനെത്തിയത്. സിവിക് ചന്ദ്രൻ, ശ്രീധരൻ തേറമ്പിൽ, എ. മോഹൻകുമാർ തുടങ്ങി സുരാസുവും ജോൺ എബ്രഹാമും വരെ കയറിയിറങ്ങിപ്പോയ രാഷ്ട്രീയ - സാംസ്കാരിക സത്രം. ബദൽ രാഷ്ട്രീയം, പരിസ്ഥിതി, സ്ത്രീവിമോചനം, ദളിത് - മനുഷ്യാവകാശങ്ങൾ, ജനാരോഗ്യ, സഹ്യാദ്രി, മാനസി ഇവയുടെയെല്ലാം ഇടങ്ങളിൽ എന്റെ മാർജിനൽ സാന്നിധ്യമുണ്ടായിരുന്നു.മനുഷ്യരെയും സമൂഹത്തെയും പ്രകൃതിയെയും പുതിയ കണ്ണുകളാൽ കാണുവാൻ തുടങ്ങി. പുതിയ ഒരു ലോകം, ഒരു സമൂഹം സാധ്യമാകുമെന്ന ഉണർവ്വുണ്ടായി. പ്രേരണ, വാക്ക്, പാഠഭേദം തുടങ്ങിയ ബദൽ പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങളുമായി ചാർച്ചയിലെത്തി. കേരളത്തിലെയും കേരളത്തിനുപുറത്തുള്ള സംസ്ഥാനങ്ങളിലെയും ജർമ്മനിയിലെയും ആസ്ത്രേലിയയിലെയും പരിസ്ഥിതി - മനുഷ്യാവകാശ പ്രവർത്തകർ, ആധുനിക ശാസ്ത്ര - സാങ്കേതികതയ്ക്ക് ബദലന്വേഷിക്കുന്ന ഇന്ത്യയിലെ പ്രമുഖശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ പാട്രിയോട്ടിക് - പീപ്പിൾ ഓറിയന്റഡ് സയൻസ് ആന്റ് ടെക്നോളജിയിലെ ചങ്ങാതിമാർ, ഗാന്ധിയന്മാർ എന്നിവർ വിനിമയത്തിന്റെ ഇടങ്ങളായി. 1983 മുതൽ 1995 വരെ എന്റെ വീട് അവർക്ക് വന്നു പോകാനും സംവദിക്കാനുമുള്ള ഇടങ്ങളായി. അപകടമെങ്കിലും തീവ്രപരീക്ഷണങ്ങളിൽ, എന്റെ വീട്ടുകാരിയ്ക്കും കുറെ കഷ്ടപ്പാടുകൾ അനുഭവിക്കേണ്ടി വന്നിട്ടുണ്ട്. 1980 കളുടെ മദ്ധ്യത്തിൽ തുടങ്ങിയ ഗൗരവമേറിയ ഗാന്ധിയൻ പഠനങ്ങൾ 1993ൽ ഗവേഷണ പ്രബന്ധത്തിന് അംഗീകാരമാകുന്നതോടെ മറ്റൊരു ദിശയിലെത്തി. ബാങ്ക് ജോലി, വീട്, കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം, ഗാന്ധിയൻ പഠനങ്ങൾ, വായനകൾ, ബദൽ പ്രസ്ഥാനങ്ങളിലൂടെയുള്ള ആക്ടിവിസം, പൂർണോദയ സാംസ്കാരിക ത്രൈമാസികത്തിന്റെ പ്രസിദ്ധീകരണം, ഇതിനൊക്കെവേണ്ടിയുള്ള യാത്രകൾ, തറവാട്ടുവീടിന്റെ കടബാധ്യതകൾ, അരാജക ജീവിതം ആഘോഷിച്ച അച്ഛന്റെ മരണം, അമ്മയുടെ രോഗാവസ്ഥ - എന്നിവയെല്ലാം ചേർന്ന് മറ്റൊരിടത്തിന്റെ സാധ്യതയിലേയ്ക്ക് കൊണ്ടുപോകുകയായിരുന്നോയെന്ന് തോന്നിപ്പോകുന്നു. തീർച്ചയായും, ദിവാകരൻ അതിന്റെ സന്ദേശവാഹകനായിരുന്നില്ലേ? ഞാൻ പങ്കാളിയായ ബദൽ പ്രസ്ഥാനങ്ങളുടെ തീവ്രത ഫലശൂന്യ മാണെന്ന തോന്നലിൽ (പിന്നീട് മനസ്സിലായി ഒരു സഞ്ചാരവും ഫലശൂന്യമല്ല) വായനയിലും ചെറിയ എഴുത്തുകളിലും ഒതുങ്ങിയിരിക്കുമ്പോഴാണ് പാലിയേറ്റീവ് ദർശനത്തിന്റെ വിത്തുമായി അതുവരെ അപരിചിതനായ ദിവാകരനെത്തുന്നത്.

1983നും 1997 നുമിടയിൽ എന്റെ വായനയിലും എഴുത്തിലുമുണ്ടായ ദിശാമാറ്റങ്ങൾ ബോധത്തിലേല്പിച്ച സൂക്ഷ്മഭാവങ്ങളുടെ പ്രതിഫലനം തന്നെയാണ്. 1985 ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച ''എന്തുകൊണ്ട് എം. കെ. ഗാന്ധി?'' എന്ന ലേഖനം താമസിയാതെ 'ഗാന്ധിയൻ കാഴ്ചകൾ' എന്ന സമാഹാരത്തിന്റെ ഭാഗമായി. 1990 ൽ ഇറങ്ങിയ 'അമ്മയെ മറന്നുപോകുന്ന ഉണ്ണികൾ' കേരളത്തിലെ പരിസ്ഥിതി – വികസന വിഷയങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെട്ട പുസ്തകമാണ്. 1985 ൽ സി.പി. ഗംഗാധരൻ മാസ്റ്റർ വിവർത്തനം ചെയ്ത ഇവാൻ ഇല്ലിച്ചിന്റെ "വൈദ്യത്തിന് അതിരുകൾ - വൈദ്യത്തിലെ ദൈവശിക്ഷ; ആരോഗ്യത്തിന്റെ കണ്ടുകെട്ടൽ" എന്ന പുസ്തകവും മാസ്റ്ററുടെ ഇവാൻ ഇല്ലിച്ച് എന്ന പുസ്തകവും ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ പൊങ്ങച്ചങ്ങളെയും ജീർണതകളെയും വെളിപ്പെടുത്തുന്നതാണ്. ഗാന്ധിയുടെ ഹിന്ദ് സ്വരാജിലെ ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തെപ്പറ്റിയുള്ള വിമർശനവുമായി ഇതിന് ബന്ധമുണ്ട്. 1993 ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച "ഗാന്ധിയുടെ ജീവിത ദർശനം" എന്ന പഠനഗ്രന്ഥം 1995 ൽ കേരള സാഹിത്യ അക്കാദമിയുടെ വൈജ്ഞാനിക സാഹിത്യപുരസ്കാരത്തിന് അർഹമായി. അതോടെയാണ് മാതൃഭൂമി ആഴ്ചപ്പതിപ്പിലെഴുതുവാൻ എം.ടി. എന്നെ ക്ഷണിച്ചത്. തുടർന്ന് അതിനിശിതമായ രാഷ്ട്രീയ - സംസ്കാരിക വിമർശനങ്ങൾ എഴുതുവാനുള്ള സ്പേസ് തുറന്ന് കിട്ടി. 1987 ലാണ് സി.പി. ഗംഗാധരൻ മാസ്റ്റർ മൊഴിമാറ്റിയ മസനോബു ഫുക്കുവോക്കയുടെ "ഒറ്റവൈക്കോൽ വിപ്ളവം" ഞാൻ പ്രസാധകനായി സി. ആർ. രാജഗോപാലനോടും കൂടിച്ചേർന്ന് പ്രസിദ്ധീകരിച്ചത്. 1987 ൽ വിഷരഹിതമായ നെല്ലിനും പച്ചക്കറികൾക്കും വേണ്ടി കേരളീയ സമൂഹത്തിന് ഈ പുസ്തകത്തിലൂടെ നല്കിയ സന്ദേശം 2015 ലാണ് കേരളത്തിലെ ഭരണാധികാരികൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞത്. മുപ്പത് വർഷം മുമ്പ് രാഷ്ട്രീയക്കാർ ഈ സത്യം തിരിച്ചറിഞ്ഞിരുന്നെങ്കിൽ നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ഇത്രയധികം ജീവിത ശൈലീ രോഗങ്ങൾ (വൃക്കരോഗം, അർബുദം) ഉണ്ടാകുമായിരുന്നോയെന്ന് സംശയിക്കുന്നു. ഇത്രയേറെ സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രങ്ങളും?

നേരത്തെയുള്ള ഇടങ്ങൾ ഉപേക്ഷിച്ചിട്ടല്ല, ഞാൻ പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിന്റെ ഇടത്തിലെത്തുന്നത്. അവയെ സമീകരിച്ചിട്ടാണ്. ഇവിടെയെത്തുന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ഭിഷഗ്വരന്മാരും ജീവനക്കാരും എല്ലാംതന്നെ ഇങ്ങിനെയാണെന്നാണ് മനസ്സിലാക്കുന്നത്.

1997 നവംബർ മാസത്തിൽ ഡോ. ദിവാകരൻ, ഡോ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ, ഡോ. പിഷാരടി ചന്ദ്രൻ, ഡോ. സി. എൻ. പരമേശ്വരൻ (ഡോക്ടർമാർ), എൻ.എൻ. ഗോകുൽദാസ് (ആക്ടിവിസ്റ്റ്) സി. ആർ. പരമേശ്വരൻ, ഞാൻ (എഴുത്തുകാർ) എന്നിവർ ചേർന്ന് 591/97 നമ്പറായി ചാരിറ്റബിൾ സൊസൈറ്റി രൂപീകരിച്ചത്, പലതവണ നടത്തിയ പ്രാഥമിക ചർച്ച

കൾക്കുശേഷമാണ്. സൊസൈറ്റിയുടെ ക്ളിനിക് അക്കൊല്ലം തന്നെ ആരംഭിച്ചെങ്കിലും 2005ൽ ഇപ്പോൾ പ്രവർത്തിക്കുന്ന പഴയ ജില്ലാ ആശുപത്രി കെട്ടിടത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗത്തേയ്ക്ക് വരുന്നതുവരെ ശൈശവാരിഷ്ടതകളുടെ കാലമായിരുന്നു. പൊതുസമൂഹത്തിന് ഇങ്ങിനെയൊരിടത്തെപ്പറ്റി അറിവില്ലായിരുന്നു.

ഇതിന്റെ ദർശനം എന്നിൽ തെളിഞ്ഞുവന്നത് പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെയാണ്. ഞാനിന്നുവരെ ഒരു പരിശീലനത്തിലും പോയിട്ടില്ല. പ്രവൃത്തിയാണ് എന്റെ ഗുരുനാഥൻ. 2006 ൽ ജില്ലാപഞ്ചായത്തിന്റെ ഭരണത്തിലിരുന്ന ശ്രീ. കെ. ശ്രീകുമാറിനും എന്റെ നാട്ടുകാരനും സ്നേഹിതനും ഗുരുനാഥനും ജ്യേഷ്ഠസഹോദര തുല്യനുമായ പി. ആർ. വർഗ്ഗീസ് മാസ്റ്റർക്കും ശ്രീ. അമ്പാടി വേണുവിനും ഈ സ്ഥലം (space) ക്ളിനിക്കിനായിഅനുവദിച്ചു തരുമ്പോൾ ഈ space ലെ വിനിമയത്തെപ്പറ്റി എന്തെങ്കിലും അറിവുണ്ടായിരുന്നോയെന്ന് തോന്നുന്നില്ല. സുതാര്യതയും കേവലമായ ധാർമ്മികതയും അച്ചടക്കവുമുള്ള നാലഞ്ചു പേരുടെ കൂട്ടായ്മയിലുള്ള വിശ്വാസമാണ് അവരെ ഇത്തരമൊരു വിട്ടുകൊടുക്കലിന് പ്രേരിപ്പിച്ചിരിക്കുക. പിന്നീട് 2008 ലും 2011ലുമായി അവരുടെ വിശ്വാസം അർത്ഥവത്താകുന്നതാണ് വിനിമയത്തിന്റെ ഇടം വിശാലമാകുന്നതിന് കാരണമായത്. ഈ വിനിമയത്തിൽ അവരുടെ പങ്ക് എത്ര മാത്രം മഹത്തരമായിരുന്നെന്ന് തിരിഞ്ഞുനോക്കുമ്പോൾ, അത്ഭുതത്തോടെ മനസ്സിലാക്കുന്നു. ചാരിറ്റി വെറും കാരുണ്യപ്രവർത്തനമല്ല, അവഗണിക്കപ്പെട്ടവരും തിരസ്കൃതരും നിസ്സഹായരും വേദനയനുഭവിക്കുന്നവരുമായ മനുഷ്യരുടെ വേദനയില്ലാതെ, ദുരിതമില്ലാതെ, ജീവിക്കാനുള്ള അവകാശത്തെ ശാക്തീകരിക്കുന്നതാണ്. അതൊരു വലിയ തിരിച്ചറിവാണ്. ഒരു ദൈവത്തിന്റെയും മതത്തിന്റെയും പേരിലല്ലാതെ കേവലമായ ധാർമ്മികത കൈമുതലായുള്ള വ്യക്തികളുടെ കൂട്ടായ്മകൾക്ക് ചെയ്യാനാവുന്നത്.

1997 – 2004 വരെ ക്ളിനിക്കിന്റെ പ്രവർത്തനം താരതമ്യേന ശക്തമായിരുന്നില്ല. ഇക്കാലങ്ങളിൽ പഴയ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ (ഇപ്പോഴത്തെ ജനറൽ ആശുപത്രി) സർജറി വിഭാഗത്തിന്റെ ഒ.പി കഴിഞ്ഞുള്ള സമയത്ത് രണ്ട് ദിവസങ്ങളിലാണ് നമ്മുടെ ഒ.പി. നടത്തിയിരുന്നത്. ഹോംകെയറും വല്ലപ്പോഴും മാത്രം. ശനിയാഴ്ച ഉച്ചയ്ക്കുശേഷം എത്തുന്ന വളണ്ടിയർ – ട്രഷററുടെ റോളിൽ ഞാൻ പരിമിതപ്പെട്ടിരുന്നു. 2005 ഫെബ്രുവരിയിൽ ബാങ്കിൽ നിന്ന് ഞാൻ സ്വയം വിരമിച്ചത് എഴുത്തിനും വായനയ്ക്കും വേണ്ടിയായിരുന്നു. സാന്ദർഭികമായി പാലിയേറ്റീവിന്റെ വിനിമയ ഇടത്തിലേയ്ക്ക് ഞാനെത്തി. 2005 മുതൽ ഇന്നുവരെയുള്ള വർഷങ്ങളിൽ വളണ്ടിയർ – കോർഡിനേറ്റർ എന്ന നിലയിലുള്ള പരസ്പര വിനിമയത്തിന്റെ അടയാളങ്ങളാണ് ഇനി രേഖപ്പെടുത്തുന്നത്. പൊതുവെ പാരുഷ്യവും ചെറിയ പിടിവാശികളും അല്പാല്പം സ്വാർത്ഥതകളും ഇതിനൊക്കെ ഉപരിയായി അപകർഷതാബോധവും ഉള്ള വ്യക്തിയായിട്ടാണ് ഞാനീ സ്പേസിലെത്തുന്നത്. അപ്പോഴും എന്റെ കൈമുതൽ കേവലമായ ധാർമ്മികതയും അതിൽ നിന്നുൽഭൂതമാകുന്ന സുതാര്യതയും അച്ചടക്കവുമാണ്.കാരുണ്യത്തിന്റെ നിറവ് എന്നിലില്ല.

2005 – 2008 വരെ ക്ളിനിക്കിനെ നമ്മുടെ ഇപ്പോഴത്തെ ഭൗതിക സ്പേസിൽ നിലനിർത്താനുള്ള കഠിനശ്രമങ്ങളായിരുന്നു. ഇക്കാലങ്ങളിൽ എന്നോട് ചേർന്നുനിന്ന ആത്മമിത്രം ഗോകുൽദാസിന്റെ ഊർജ്ജപ്രസരം ഓർക്കാതെ വയ്യ. 2008 ൽ ഇൻപേഷ്യന്റ് യൂണിറ്റിന് അനുവാദം കിട്ടിയതോടെ അത്തരമൊരു പ്രതിസന്ധി ഉണ്ടായിട്ടില്ല.

1997ൽ ക്ളിനിക് ആരംഭിക്കുന്നത് അർബുദബാധിതരായവരുടെ ജീവിതഗുണനിലവാരം ഉയർത്തുന്നതിനുവേണ്ടിയാണ്. പിന്നീട് വൃക്കരോഗബാധിതർ, പീഡിതമായ വാർധക്യം അനുഭവിക്കുന്നവർ, നട്ടെല്ലിന് ക്ഷതമേറ്റവർ, മനോരോഗബാധിതർ എന്നുതുടങ്ങി പലേ കൈവഴികളും നമ്മുടെ വിനിമയ സ്പേസിലേയ്ക്ക് ഒഴുകിയെത്തി. രോഗബാധിതരായവരോടൊപ്പം ഉറ്റവർ, സ്നേഹിതർ, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ, ജീവനക്കാർ, സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരിൽ തന്നെ ഡോക്ടർമാർ – നഴ്സുമാർ, ഡിഎംഒ, എൻആർഎച്ച്എം, സംഭാവന ചെയ്യുന്ന അഭ്യുദയകാംക്ഷികൾ, ജനപ്രതിനിധികൾ, രാഷ്ട്രീയക്കാർ, പല തട്ടുകളിലുള്ള ഉദ്യോഗസ്ഥർ, സ്ഥാപനങ്ങൾ, വിദ്യാർത്ഥികൾ, അദ്ധ്യാപകർ, ഗവേഷകർ, മാധ്യമ പ്രവർത്തകർ എന്ന് തുടങ്ങി എത്ര നീരൊഴുക്കുകളാണ് നമ്മിലെത്തിയത്. ചിലപ്പോഴെങ്കിലും ഒന്നോ രണ്ടോ പേരുടെ യഥാർത്ഥ ഇടം ഇതല്ലയെന്ന് പറയേണ്ടി വന്നിട്ടുണ്ട്. അതവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തി അവരുടെ ഇടം ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചാൽ അവർക്കത് മനസ്സിലാകും. ഒരിക്കലും അതൊരു പ്രശ്നത്തിന്റെ ഭാഗമായി എടുക്കാതിരിക്കണം. മേൽപറഞ്ഞ ആരോടും തർക്കിക്കാനോ ദ്വേഷ്യപ്പെടാനോ നമുക്കവകാശമില്ല. ഈ തിരിച്ചറിവുണ്ടായാൽ നമ്മുടെ സ്വാർത്ഥതകളും പിടിവാശിയുമെല്ലാം അലിഞ്ഞുപോകും. BEAUTY OF COMPROMISE ന്റെ നൈസർഗ്ഗികത ബോധ്യമാകും. അതിലൂടെയുള്ള സന്തോഷം അവാച്യമാണ്. നമ്മുടെ കൂട്ടായ പ്രവർത്തനത്തിന്റെ ധാർമ്മികതയും സുതാര്യതയും തിരിച്ചറിയുന്നതുകൊണ്ടാണ് പൊതുസമൂഹത്തിലെ ഓരോ പങ്കാളിയും നമ്മുടെ ഭാഗമായിത്തീരുന്നത്. ഒരിക്കൽപോലും പൊതുസമൂഹത്തിലെ ആരെങ്കിലുമൊരാൾ നമ്മോട് പുറംതിരിഞ്ഞ് നില്ക്കുന്നത് കണ്ടിട്ടില്ല. അത് നമ്മിലുള്ള പൊതുസമൂഹത്തിന്റെ വിശ്വാസമാണ്. അതോടെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെയും ജീവനക്കാരുടെയും ഉത്തരവാദിത്തം പതിന്മടങ്ങ് വർധിക്കുകയാണ്. വിശ്വാസനഷ്ടം ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ നിതാന്ത ശ്രദ്ധ പുലർത്തുകയെന്നതേ വഴിയുള്ളൂ. ഇത് വിനിമയത്തിലൂടെ ഉരുത്തിരിഞ്ഞ പ്രധാന പാഠമാണ്.

രോഗബാധിതരായി നമ്മുടെ ക്ളിനിക്കിൽ എത്തിയവർ ഇരുപതിനായിരത്തോളം വ്യക്തികളുണ്ട്, ഇതിനോട

കം. അവരിൽ കുറച്ചുപേരുടെ ജീവിതങ്ങൾ നേരിട്ടുകണ്ടിട്ടുണ്ട്. ചിലരെ നേരിട്ട് കേട്ടിട്ടുണ്ട്. കുറെ വ്യക്തികളുടേത് പറഞ്ഞ് കേട്ടിട്ടുണ്ട്. കൊടിയ വേദനയുടെയും ദാരിദ്ര്യത്തിന്റെയും അനാഥത്തത്തിന്റെയും തിരസ്കാരത്തിന്റെയും അവഗണനയുടെയും ചൂഷണത്തിന്റെയും ദയാരാഹിത്യത്തിന്റെയും കഥകളുണ്ടവയിൽ. പകയും ചതിയും വഞ്ചനയും ഉണ്ട്. അപാരമായ കാരുണ്യത്തിന്റെയും അപരബോധത്തിന്റെയും തുടിപ്പുകളുണ്ട്. ഊർജ്ജസ്വലതയുടെയും ആത്മപരിശ്രമത്തിന്റെയും വിയർപ്പുണ്ട്. ഏറെ ഭക്തിയും ഭക്തിയുടെ ചൂഷണവും, അല്പം വിഭക്തിയും വളരെക്കുറച്ച് നാസ്തികതയും ഉണ്ട്. അതെല്ലാം ചേർത്ത് വായിക്കുന്നതായാൽ അനേകം ഇതിഹാസങ്ങൾ വരും. ഒരു സർവ്വകലാശാലയിൽ നിന്നും അറിയാൻ കഴിയാത്ത മനുഷ്യമനസ്സിന്റെ ആഴങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള എഴുതാലിഖിതങ്ങളാണവ. ഈ വിനിമയത്തിലൂടെ എന്നിലേയ്ക്കെത്തിയവ. മനുഷ്യമനസ്സിന്റെ നിഗൂഢതകൾ കണ്ടറിഞ്ഞിട്ടുള്ള എന്റെ ഗുരുനാഥൻ ദോസ്തോസ്കിക്കുപോലും ഖനനം ചെയ്തെടുക്കാനാവാത്തവ. അവയൊന്നും ഒരിക്കലും എന്റെ അല്പ പ്രതിഭയിൽ ഒതുങ്ങില്ലല്ലോയെന്ന ഖേദം മാത്രം.

തൃശ്ശൂരിലെ ജുവൈനൽ ജസ്റ്റിസ് ബോർഡിൽ നിന്നുള്ള ആൺകുട്ടികളുടെ സ്വഭാവനവീകരണ കേന്ദ്രങ്ങളിലൊന്നാണ് നമ്മുടെ ക്ളിനിക്. ദളിതരുടെയും ദരിദ്രരുടെയും മക്കളാണ് ഇവരിൽ ബഹുഭൂരിപക്ഷവും. അച്ഛൻ ഉപേക്ഷിച്ചവർ. കണ്ണീരും ദുരിതവുമായിക്കഴിയുന്ന അമ്മമാർ. പണമുണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ ഇവരിലാരും തന്നെ ജുവനൈൽ ജസ്റ്റിസ് ബോർഡിന്റെ വിചാരണയിലേയ്ക്ക് വരുമായിരുന്നില്ല. മാഫിയ സംഘങ്ങൾ ചൂണ്ടയിട്ടവർ. കഞ്ചാവിന് അടിമയായവർ. നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ നിന്ന് യഥാർത്ഥ നീതി എങ്ങനെ മണലുപോലെ ചോർന്നുപോകുന്നുവെന്ന് ഇവരുടെ അനുഭവങ്ങളിൽ നിന്ന് പഠിക്കാനാവും. ഒറ്റയ്ക്കൊറ്റയ്ക്കെടുക്കുമ്പോൾ എത്ര നല്ല സ്നേഹമുള്ള കുട്ടികൾ! നിങ്ങളും ഞാനും ചേർന്ന സമൂഹമാണ് ഇവരെ ചെറിയ കുറ്റങ്ങളിലേയ്ക്ക് തള്ളിവിടുന്നത്. ആനന്ദിന്റെ 'ഗോവർദ്ധന്റെ യാത്രകളി'ലെ കഴുത്തിനു ചേർന്ന കുരുക്കുകൾ സമൂഹം ഇവർക്കുവേണ്ടി നിർമ്മിക്കുകയാണോയെന്ന് ഒരു ഞെട്ടലോടെ ഓർത്തുപോകും. സമൂഹത്തിന്റെ കറുത്ത അണ്ടർ ബെല്ലി തിരിച്ചറിയാൻ കഴിഞ്ഞത് ഈ വിനിമയത്തിലൂടെയാണ്.

നമ്മുടെ വിനിമയത്തിലെ ഏറ്റവും അടുത്ത പങ്കാളികൾ ഡോക്ടർമാരടങ്ങുന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ജീവനക്കാരുമാണ്. വ്യത്യസ്ത കുടുംബ - സാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലത്തിൽ നിന്ന് വരുന്നവർ. അവരെല്ലാം രോഗബാധിതനായ വ്യക്തിയ്ക്ക് ചുറ്റുമായി പ്രവർത്തിക്കുകയാണ്, ഒപ്പം തങ്ങളുടെ space കൾ ധന്യമാക്കിക്കൊണ്ട്. അപസ്വരങ്ങളില്ലാത്ത ഓർക്കസ്ട്രയായി അത് മാറുമ്പോഴാണ് രോഗബാധിതരായവർക്ക് ശമനവും ശാന്തിയും സ്വാസ്ഥ്യവും ഉണ്ടാകുന്നത്. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ജീവനക്കാരും അവരവരുടെ ഇടങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നത് തിരിച്ചറിയുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന സന്തോഷം പറഞ്ഞറിയിക്കാനാവില്ല. പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള space ഉം സ്വാതന്ത്ര്യവും ഉണ്ടാകുമ്പോൾ അവരിലെ സർഗ്ഗാത്മകതയും, ധാർമ്മികതയും, അച്ചടക്കവും, നേരും, നൈതികതയും പുഷ്പിക്കുന്നത് അത്ഭുതപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഏഴെട്ട് വർഷം കൊണ്ട് ക്ളിനിക്കിന്റെ മൊത്തം പ്രവർത്തനത്തെയും ആഴത്തിൽ അറിഞ്ഞിട്ടുള്ള അതിന്റെ ഓരോ തുടിപ്പിനെയും താലോലിക്കുന്ന, അതിൽ എപ്പോഴെങ്കിലും ഉണ്ടാകുന്ന അപസ്വനങ്ങളിൽ ആശങ്കപ്പെടുന്ന വീട്ടമ്മമാരിൽ നിന്ന് പരിവർത്തിതരായ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ. വേദഗ്രന്ഥങ്ങളും ഉപനിഷത്തും ബുദ്ധനും ഒന്നും വായിക്കാതെ തന്നെ തങ്ങളുടെ സഹജമായ പ്രവൃത്തികളിലൂടെ ആത്മബോധത്തിലും പരബോധത്തിലും എത്തി നിൽക്കുന്ന സിസ്റ്റർമാർ, ഡോക്ടർമാർ, കവലകൾ തോറും സാന്ത്വനപരിചരണത്തെ പറ്റി പ്രസംഗിക്കുന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ. രാവിലെ ഏഴരയ്ക്കെത്തി വൈകീട്ട് അഞ്ചരവരെ ഏത് പ്രവൃത്തിക്കും മുന്നിട്ട് നില്ക്കുന്നവർ. നമ്മുടെ സാന്ത്വന ദർശനത്തിന്റെ പൊരുളറിഞ്ഞവണ്ണം ക്ളിനിക്കിനെ ഒരു വിശുദ്ധ സ്ഥലിയായി യാതൊരു മാലിന്യവുമില്ലാതെ സംരക്ഷിക്കുന്ന ജീവനക്കാർ. 'റീച്ചിങ്ങ് ഔട്ടി'ലൂടെയും മാതൃഭൂമി 'നഗര'ത്തിലൂടെയും പ്രകാശിതരായ ഇവരിലെ സർഗ്ഗാത്മകതകൾ. ക്ളിനിക്കിന്റെ ഓരോ ഇടവും കൈരേഖപോലെ തിരിച്ചറിയുന്ന ജീവനക്കാരൻ. ഒരേ സമയം പലേ കണക്കുകൾ സൂക്ഷിക്കാനും ഓർക്കാനും കഴിയുന്നവർ. വെയിലിലും മഴയിലും തൃശ്ശൂരിന്റെ തെരുവുകളിലൂടെ അലഞ്ഞ് റിസോർസ് കണ്ടെത്തുന്നവർ. വാസ്തവത്തിൽ, ഓരോ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകനും/കയും ജീവനക്കാരനും/ജീവനക്കാരിയും, എന്നിൽ ഏറെ അത്ഭുതങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചവരാണ്. ഓരോ സന്ദർഭത്തിലും മനസ്സിലാവും, എന്തുമാത്രമാണിവരുടെ കഴിവുകൾ! ഒരാളെ മറ്റൊരാളുമായി താരതമ്യം ചെയ്യാനാവില്ല. നമ്മുടെയടുത്തെത്തുന്ന ഒരു വ്യക്തിയുടെ വേദനയെ മറ്റൊരു വ്യക്തിയുടെ വേദനയുമായി താരതമ്യം ചെയ്യാൻ കഴിയാത്തതുപോലെ. ഇത്രയും അനുഭവപാഠങ്ങൾ ഒരു പുസ്തകത്തിൽ നിന്നും ആർജിച്ചിട്ടില്ല.

ചിലപ്പോൾ ചില അസ്വാരാസ്യങ്ങൾ ഇവർക്കിടയിൽ നിന്നുണ്ടായിട്ടില്ലെന്നല്ല. അത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഞാൻ പഠിച്ച പാഠം അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഓരോരുത്തരുമായി പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം സംസാരിക്കുക. ചിലപ്പോൾ, വെറും കമ്മ്യൂണിക്കേഷന്റെ കാര്യം മാത്രമായിരിക്കും. 'എ'യിൽ നിന്ന് 'ബി'യിലേയ്ക്കും 'സി'യിലേയ്ക്കുമെത്തുമ്പോൾ ഒരേ കാര്യം തന്നെ എത്ര വ്യത്യസ്തമായിട്ടാണ് പുറത്ത് വരുന്നത്.

മറ്റൊന്ന്, വികേന്ദ്രീകൃതമായ ക്ളിനിക്കിന്റെ സംവിധാനത്തിൽ അതിനു നിയോഗിക്കപ്പെട്ട കോർഡിനേറ്റർമാർക്ക് പൂർണമായ സ്പേസ് അനുവദിക്കുകയെന്നതാണ്. അനാവശ്യ

മായി ഇടപെടലുകളില്ലാതിരുന്നാൽ അതിന്റെ ഔട്ട്പുട്ട് അർത്ഥസമ്പുഷ്ട മായിരിക്കും.

നമ്മുടേത് ഏതെങ്കിലും മാതൃകയുടെ കാർബൺ കോപ്പിയല്ല. അടിസ്ഥാന പരമായൊരു പാലിയേറ്റീവ് പ്രവർത്ത ന രേഖ നമുക്ക് ദിശാസൂചികയായി ട്ടുണ്ട്. അതിനെ മൗലികമാക്കി മാറ്റേ ണ്ടത് അതിൽ പ്രധാനമായും വിനിമ യത്തിൽ ഏർപ്പെടുന്ന സന്നദ്ധപ്ര വർത്തകരുടെയും ജീവനക്കാരു ടെയും കടമയാണ്. നമ്മുടെ സംഘട നയ്ക്ക് താങ്ങാവുന്നതേ നമുക്ക് ഏറ്റെ ടുക്കാനാവൂ. പലേ നീരൊഴുക്കുകളും സമ്മേളിക്കുന്ന വിനിമയത്തിന്റെ എപ്പോഴും തിടം വെയ്ക്കുന്ന ഒരു പുഴയാണെങ്കിലും, നമ്മുടേത് ഒരു കട ലല്ലെന്ന് നാം ഓർക്കണം. ജനാധിപ ത്യത്തിന്റെ പ്രാഥമിക പാഠങ്ങളിലൊ ന്നാണത്. ഞാൻ അറിഞ്ഞ പാഠങ്ങളി ലൊന്ന്.

എന്റെ എഴുത്ത് ജീവിതത്തിൽ പാലി യേറ്റീവ് കെയറിന്റെ വിനിമയം ഏത് വിധത്തിലാണ്? എന്റെ എഴുത്തിന്റെ പുഷ്ക്കലമായ കാലം 2002 – 2016 വരെയുള്ളതാണ്. 2005 മുതൽ 2008 വരെയുള്ള കാലയളവിൽ രാധേടത്തി യുടെയും ഗ്ളാഡിസ് സിസ്റ്ററുടെയും മീനാക്ഷി സിസ്റ്ററുടെയും കൂടെപ്പോയ ഏതാണ്ട് നിത്യേനയുള്ള ഗൃഹപരിച രണ യാത്രകൾ, എന്റെ സർഗ്ഗാത്മക ഭൂമികയിൽ അടയാളപ്പെടുത്തിയിട്ടു ണ്ട്. രാധേടത്തിയാണ് അഴുകുന്ന മനു ഷ്യമാംസത്തിൽ പുഴുക്കളരിക്കുന്നത് എനിക്ക് കാണിച്ചുതന്നത്. ജീവിതം തന്നെയാണ് മരണം എന്ന സത്യമറി യിച്ചത്. എന്റെ എഴുത്തിന്റെ കത്തി യുടെ വാൾത്തല പോലുള്ള തീവ്രത തൊട്ടറിഞ്ഞ ഷീബയാണ് എന്നെ അപ കർഷതാ ബോധത്തിൽ നിന്ന് അല്പാല്പം പുറത്തേയ്ക്കുന്തിയിട്ടത്, പാലിയേറ്റീവ് ക്ളിനിക്കിലേയ്ക്ക്.

'തോണൂർക്കര മുത്തി', "തിരുവില്വാ മലയിലെ മയിലുകൾ", "കുറുമല യിലെ എരുമകൾ", "വാവന്നൂരിലെ കൊക്കുകൾ", "മുംതാസ്"എന്നുതുട ങ്ങിയുള്ള കഥകൾ വിനിമയത്തിന്റെ ധാരയിൽ പെട്ടവയാണ്. സാക്ഷിമൊഴി എന്ന നോവൽ പൂർണ്ണമായും പാലി യേറ്റീവ് സത്തയന്വേഷിക്കുന്നതാണ്. ജീവിതം, മരണം, വേദന ഞാനെഴു തിയ നിരവധി ലേഖനങ്ങൾ ഈ വഴിയെ സഞ്ചരിക്കുന്നവയാണ്. അവ സാനമെഴുതിയ 'ജീവഗാഥ'യിലും 2002ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച 'ജീവപര്യന്ത' ത്തിലും, 2009ൽ വന്ന 'രജിതയുടെ തിരോധാന'ത്തിലും ഈ വിനിമയ ത്തിന്റെ സ്പന്ദനങ്ങളുണ്ട്. തോമസ് മന്നിന്റെ 'മാജിക് മൗണ്ട'നും ദോസ് തോസ്കിയുടെ 'കരമാസോവ് സഹോദരന്മാരും', ഹെസ്സെയുടെ 'നാർസിസ് ആന്റ് ഗോൾഡ്മഡും' താരാശങ്കർ ബാനർജിയുടെ 'ആരോ ഗ്യനികേതനും' ഒക്കെ പുനർവായി ക്കുമ്പോൾ സാന്ത്വനത്തിന്റെ തിര എ ന്നിൽ ഉയരുകയും താഴുകയും ചെയ്യു ന്നുണ്ട്. ഇനിയും ഞാനെഴുതുന്ന എല്ലാരചനകളിലും ആ വിനിമയം സംഭവിക്കാതിരിക്കില്ല. പരസ്പര വിനിമയം ഒരു വഴിയ്ക്കു മാത്രമുള്ള തല്ല. കൈവഴികളിലൂടെ എത്തുകയും മേളിക്കുകയും പിരിയുകയും വീ ണ്ടും സമീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ജീവൽ പ്രക്രിയയാണത്.

ഇപ്പോൾ ഞാനിഷ്ടപ്പെടുന്നത്, പാലി യേറ്റീവ് സ്പേസിലെ വിനിമയത്തിന്റെ നീരൊഴുക്ക് സ്വാംശീകരിച്ച്, ഒരു വിനി മയവും ഇല്ലാത്ത മൗനത്തിലേയ്ക്ക് നീങ്ങാനാണ്. പാലിയേറ്റീവ് സ്പേസി ലെ വിനിമയത്തിലെ പരസ്പര പങ്കാ ളിത്തത്തിൽ നിന്ന്, വിട പറയേണ്ടതു ണ്ട്. ആ വിശുദ്ധിയുടെ വിനിമയ സ്ഥലി അവിടെത്തന്നെയുണ്ടായിരിക്ക ട്ടെയെന്ന പ്രാർത്ഥനയോടെത്തന്നെ.

PAIN AND PALLIATIVE CARE SOCIETY, Thrissur.

Income and Expenditure Account for the Year Ended 2017 (31.3.2017)

	Expenditure	Amount 31.3.2017	Amount 31.3.2016		Income	Amount 31.3.2017	Amount 31.3.2016
To	Opening Stock	371124.00	6,20,303,43	By	Donation	12,181,521.00	1,03,40,381.00
“	Medicine to patients	1260807.00	13,45,550.00	“	Stock of medicines	5,25,501.00	3,71,124.00
“	Kidney Medicine	2788909.00	32,13,024.00	“	Interest Earned	10,96,459.00	9,03,446.00
“	Printing and Stationery	119441.00	2,36,715.00	“	Membership Subscription	14,600.00	15,200.00
“	Bank Charges	2423.00	837.50	“	Miscellaneous Receipts	6,540.00	0.00
“	Meeting Charges	32816.00	32,409.00	“	Pooram Exhibition A/c	5,29,761.00	5,37,105.00
“	Salary	2372401.00	21,81,730.00	“	Aid For Training	5,18,790.00	4,93,160.00
“	Coolie	369600.00	3,84,240.00	“	Rehabilitation	2,13,800.00	0.00
“	Provident Fund	229673.00	2,18,734.00				
“	Honurarium	403237.00	6,57,304.00				
“	Telephone Charges	30864.00	27,490.00				
“	Morphine	286781.00	1,48,143.00				
“	Postage	25915.00	24,271.00				
“	Repairs & Maintenance	542694.00	4,93,285.00				
“	Travelling Expences	22408.00	18,344.00				
“	Rehabilitation Charges	250352.00	49,412.00				
“	Fuel	216961.00	2,07,598.00				
“	Gas	34544.00	30,110.00				
“	LIC Gratuity Premium	55000.00	41,000.00				
“	Oxygen	0.00	420.00				
“	Miscellaneous Expenses	7896.00	4,858.00				
“	Electricity Charges	84189.00	20,784.00				
“	Training Expences	335866.00	1,61,911.00				
“	Insurance Tax, Filing Fees	93165.00	53,335.00				
“	Food Expenses	73207.00	84,602.00				
“	ESI Contribution	88040.00	81,771.00				
“	Bio Waste Management	21356.00	17,360.00				
“	Education Support	77800.00	84,350.00				
“	Welfare Expenses	614328.00	7,42,442.00				
“	Vehicle Repairs & Service	73552.00	90,600.00				
“	Fire & Safety	2400.00	2,400.00				
“	Leave Encashment	68587.00	49,456.00				
“	Consumables	15181.00	5,705.00				
“	Service Incentive	196600.00	0.00				
“	Staff Welfare	380150.00	0.00				
“	Conveyance	55,000.00	0.00				
“	Depreciation	187557.00	2,10,975.00				
“	**Excess of Income over Expenditure**	**32,96,148.00**	**11,18,947.07**				
		1,50,86,972.00	**1,26,60,416.00**			**1,50,86,972.00**	**1,26,60,416.00**

Chairman — **Dr. A.K. Unnikrishnan**

Secretary — **E. Sasikumar Raja**

Treasures — **S. Balakrishnan**

For Udayaraj Rao & Associates, Charted Accountants (FRN - 010996S)
C.P. Udayaraj FCA (M.No. 201331)

Thrissur. 10.07.2017

PAIN AND PALLIATIVE CARE SOCIETY, Thrissur.

BALANCE SHEET AS AT 31.3.2017

LIABILITIES		Amount 31.3.2017	Amount 31.3.2016	ASSET	Amount 31.3.2017	Amount 31.3.2016
Capital fund :				**Fixed Asset (SCH A)**	19,95,208.95	20,83,589.95
Opening balance	1,11,15,716.79					
(+) Membership Fee				**Fixed Asset With Aid (SCH B)**	48,79,163.00	3,386,744.00
Opening Balance	35,000.00					
	1,11,50,716.79			Fixed Deposit & Interest accrd.	1,48,11,821.00	1,08,84,313.00
(+) Membership Fee	3,000.00			Gas Security Deposit	9,500.00	5,000.00
	1,11,53,716.79			Telephone Deposit	3,000.00	3,000.00
(+) Excess of Income				Advance to Staff	1,77,000.00	1,16,500.00
Over Expenditure	32,96,148.00	1,44,49,864.79	1,11,50,716.79	Advance to Grill Work	0.00	35,000.00
				Electricity Securtity	20,877.00	5,877.00
Endowment Fund		1,00,000.00	1,00,000.00	Stock of Medicines	5,25,501.00	3,71,124.00
Building Fund				Refund Due	21,093.00	0.00
Opeing Balance	79,36,053.000			Tax Deducted at Source	26,752.00	21,093.00
(+) Recpt during period	33,55,154.00					
(-) Bldg. work progress	46,49,886.00			**Cash with Bank :-**		
	66,41,321.00			Canara Bank	14,99,983.00	0.00
(+) Bldg. Labour Cess	20,924.00			Federal Bank A/c.12214	2,63,687.84	2,13,662.84
(+) Bldg. Retention Money	110,126.00			State Bank of Travancore	3,38,492.00	3,73,077.00
(+) KVAT	34,123.00	68,06,494.00	79,36,053.00	Karnataka Bank 573	11,71,813.50	34,90,338.50
AID for Fixed Assets **(Sch B)**		48,79,163.00	3,386,744.00	Karnataka Bank Bldg. Fund	5,57,364.00	16,23,336.00
				Karnataka Bank PF & ESI	21,631.50	12,424.50
PF Payable (Collected from Employees)		18,610.00	16,302.00			
ESI Payable (Collected from Employees)		3,001.00	2,598.00	Petty Cash	3,645.00	945.00
PF Employer Contribution Payable		20,392.00	18,701.00			
ESI Contribution Payable		8,125.00	7,029.00			
Tax Deducted at Source Payable		40,883.00	7,881.00			
		2,63,26,532.79	**2,26,26,024.79**		**2,63,26,532.79**	**2,26,26,024.79**

Chairman
Dr. A.K. Unnikrishnan

Secretary
E. Sasikumar Raja

Treasures
S. Balakrishnan

For Udayaraj Rao & Associates, Charted Accountants (FRN - 010996S)
C.P. Udayaraj FCA (M.No. 201331)

Thrissur. 10.07.2017