Reaching out
Quarterly of Pain and Palliative Care Society
Thrissur

Editorial

Recently people in most parts of the western world celebrated Thanks giving Day (Nov.25th 2010). On this day, people express gratitude to God for the blessings and give thanks to dear ones for their love and support. Gratitude or thankfulness is an emotion that occurs after people receive help, in acknowledgement of a benefit that one has received or will receive. There is a link between spirituality and gratitude. Studies have found that spirituality is capable of enhancing a persons ability to be grateful and therefore those who regularly attend religious services or engage in religious activities are more likely to have a greater sense of gratitude in areas of life.

A large body of recent work show that grateful people are happier, less depressed, less stressed, more satisfied with their lives and show a lack of resentment for what they do not have. Grateful people have more positive ways of coping with the difficulties they experience in life, more likely to seek support from other people, spend more time planning on how to deal with a problem, less negative coping strategies, and less likely to try to avoid the problem, deny there is a problem or blame themselves.

According to the late Jim Rohn, who was America's foremost business philosopher, being thankful is something that we have to work at and we must make sure that we focus on it at all times during the year instead of in just a day, celebrating the event. "Take sometime each day and think of one or two things that you have, that you may typically take for granted and then take a moment to give thanks for those."

Being grateful reminds you of the positive things in your life. It turns bad things into good things. For example, if you have problems at work, be grateful that you have work. Be grateful that you have challenges, from which you can learn and which make you a stronger person. As William A Ward puts it, "God gave you a gift of 86,400 seconds today. Have you used one to say a "thank you"?

Yours truly

Kumudam

December 2010

ആരോടാണ് നന്ദി പറയേണ്ടത്?

ടി. ഭാഗ്യലക്ഷ്മി

എനിക്ക് ഇന്ന് എന്തുപറ്റി? ആ മുത്തശ്ശിയുടെ അടുത്തിരുന്നപ്പോൾ, കണ്ണുകളിൽ നോക്കി സംസാരിച്ചപ്പോൾ, പരാതികൾ ക്ഷമയോടെ കേട്ടിരുന്നപ്പോൾ, രണ്ട്ദിവസം മുൻപ് വീണ്ടും '333' എന്ന ഇന്നോവ കാർ കണ്ടപ്പോൾ തോന്നിയ അതേ ഭാവം. ഒന്നും നഷ്ടപ്പെടുത്തരുതേ എന്ന പ്രാർത്ഥന. എന്തിനായിരുന്നത് അറിയില്ല...

വർഷങ്ങളായി രോഗികൾക്കിടയിൽ ജീവിക്കുവാൻ തുടങ്ങിയിട്ട്. എല്ലാം എന്നും യാന്ത്രികമായി കേട്ടിരിയ്ക്കും. ആശ്വാസവചനങ്ങൾ കൈമാറും. അതോടെ തീരും എന്റെ കടമകൾ. ഒന്നും മനസ്സിനെ അലട്ടാറില്ല. പലരുടേയും പേരുകൾ തന്നെ ഓർമ്മയിൽ തങ്ങാറില്ല. പക്ഷെ അവരൊക്കെ എന്നെ എന്റെ വേഷഭൂഷാധികളുടെ പ്രത്യേകതകൾ കൊണ്ട് തിരിച്ചറിയാറുണ്ട്. പുഞ്ചിരിയ്ക്കാൻ നാല് മസിലിന്റെ പ്രയത്നമേ വേണ്ടൂ എന്ന് പറഞ്ഞുകേട്ടിട്ടുണ്ട്. ഒട്ടും മടിയില്ലാതെ അതങ്ങ് പ്രാവർത്തികമാക്കുമ്പോൾ ഞാൻ എന്ന 'നയന' എല്ലാവർക്കും പ്രിയപ്പെട്ടവളാകുന്നു.

രോഗികൾക്കിടയിൽനിന്ന് വരുന്ന സഹപ്രവർത്തകർ പലരുടേയും അനുഭവങ്ങളിൽ സഹതപിയ്ക്കുമ്പോഴും കണ്ണുനീർ ഒഴുക്കുമ്പോഴും വെറുതെ അവരെ നോക്കിയിരിയ്ക്കും. എന്തോ, എന്റെ മനസ്സിൽ ഒന്നും തോന്നാറില്ല. “മരിച്ചവർ ഭാഗ്യവാന്മാർ” എന്ന പാട്ടിയുടെ വാക്കുകൾ അപ്പോൾ ഓർമ്മയിൽ വരും. അഗ്രഹാരത്തിലുള്ള തറയിൽ കിടന്നിരുന്ന സ്ത്രീ കത്തിയെരിഞ്ഞുപോയത് തന്റെ അമ്മയായിരുന്നു എന്ന് തിരിച്ചറിയാൻ വർഷങ്ങൾ പിന്നിടേണ്ടി വന്നു. അന്നേരം എന്ത് കരച്ചിൽ? പാട്ടിയുടെ പുടവത്തുമ്പിൽ പിടിച്ച് നടന്ന എനിക്ക് പട്ടണത്തിൽ കാൻസർ ചികിത്സയ്ക്കായി അമ്മയെ കൊണ്ട് പോയിരിയ്ക്കയാണെന്ന് അറിയില്ലായിരുന്നു. എന്റെ ജന്മസമയദോഷത്തെ പഴിച്ച് പലരും പറഞ്ഞിരുന്നു. മാമനും മാമിയും, ബാലമാമ്മയും ഒക്കെ കടമകൾ നിറവേറ്റുന്നു എന്ന് പറയാറുണ്ട്. എന്താണ് “കടമ?” അതെല്ലാം മനസ്സിലാക്കാൻ വർഷങ്ങൾ പിന്നേയും എടുത്തു. ഒന്നിനേയും കൊല്ലരുത്, ഉപദ്രവിയ്ക്കരുത് കല്പനകളും നിർദ്ദേശങ്ങളും മാത്രം.

പാട്ടിയേയും ചിതയിലേയ്ക്ക് എടുത്തശേഷം പന്ത്രണ്ടാം നാൾ അപ്പായുടെ കൈ പിടിച്ച് പട്ടണത്തിലേയ്ക്ക് വരുമ്പോൾ സന്തോഷമായിരുന്നു. അന്ന് കുറെ ചിരിച്ചു. ഇടയ്ക്ക് അപ്പായേ തോണ്ടി സംശയം ചോദിച്ചു. എന്തിനാണ് അപ്പാ കരഞ്ഞിരുന്നത്? എല്ലാം ഇട്ടെറിഞ്ഞ് കൊടുത്ത് അഗ്രഹാരം വിടുന്നവന്റെ വേദന എനിയ്ക്കറിയില്ലായിരുന്നു.

ഒരു വികാരവും എന്നെ സ്പർശിച്ചിരുന്നില്ലല്ലോ. വിവാഹശേഷം ഗൾഫിലേയ്ക്ക് പറന്നപ്പോഴും അപ്പായുടെ കണ്ണടകൾ തുടച്ച് കൊണ്ട് ഞാൻ ചോദിച്ചത്.” എന്തേ ഇത്ര കരയാൻ അഞ്ചമണിക്കൂർ യാത്രയല്ലേ ഉള്ളു” എന്നാണ്.

പക്ഷേ ആ ഞാൻ ഇന്ന് '333' എന്ന കാർ നമ്പറിനെ വല്ലാതെ മിസ്സ് ചെയ്തു. ഭ്രാന്താണോ? സ്വയം ചോദിച്ച് നോക്കി. ഓടിയ്ക്കുന്ന വ്യക്തിയെ കണ്ടിട്ടില്ല. ആരുടേതെന്നറിയില്ല, അമ്പലത്തിലേയ്ക്ക് ഉള്ള യാത്രയിൽ രണ്ട് വർഷത്തിൽ അധികമായി കാണുന്ന ഒരു വാഹനം. ഇടയ്ക്ക് കുറെനാൾ കാണാതായപ്പോൾ വല്ലാത്ത ഒരുവിഷമം. എനിയ്ക്ക് എന്താ പറ്റിയത്?

എങ്ങും പോകാതെ രാവിലെ ചടഞ്ഞ്കൂടി ഇരിക്കുമ്പോൾ ധന്യ ചോദിച്ചു. “എന്തേ ഇന്ന് കാമുകനെ കാണുവാൻ പോകുന്നില്ലേ?” അവൾ മാത്രമല്ല എന്നെ അറിയാവുന്നവർ കളിയാക്കി പറയാറുള്ളതാണ് ഇക്കാര്യം. “മഹാദേവനാണ്” എന്റെ കാമുകൻ. എന്റെ സങ്കല്പത്തിലെ പുരുഷ സൗന്ദര്യം അതാണ്. മൂപ്പരെ കാണാതെ ഉറക്കം വരില്ലെന്ന് അന്ന് കേട്ട് തുടങ്ങിയതാണ് ഈ കമന്റ്.

എന്റെ ചിന്തകൾ കൈവിട്ട് പോകുന്നല്ലോ. ഞാൻ ഭയപ്പെടാനെന്താ കാരണം? കുട്ടന്റെ കാറപകടമോ? അന്ന് എല്ലാ കാര്യങ്ങളും തീർത്ത് ബോഡി എളുപ്പം വീട്ടിലെത്തിക്കാൻ ഒക്കെ ഞാൻ തന്നെയാണ് മുൻകൈ എടുത്തത്. വേണ്ടപ്പെട്ട ബന്ധുവായിട്ടും ഒരു തുള്ളി കണ്ണുനീർ പൊഴിയ്ക്കാൻ എനിയ്ക്കായില്ല. കുട്ടന്റെ ഭാര്യയ്ക്ക് അയാളുടെ സ്ഥാപനത്തിൽ ജോലിവാങ്ങിക്കൊടുക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. അത് ദുഃഖം കൊണ്ടായിരുന്നോ?

എന്റെ മനസ്സിലും ഭയം വിതച്ചില്ലേ? അതല്ലേ മനസ്സ് ‘333’ അന്വേഷിച്ച് പോയത്. രണ്ട് നാൾ മുൻപ് ആ വണ്ടി കണ്ടപ്പോൾ കാലുകൾക്ക് വേഗത കൂടി. ഡോർ തുറന്ന് പുറത്ത് ഇറങ്ങിയ മദ്ധ്യവയസ്കനായ ആൾ മുഖത്ത് നോക്കി ചിരിച്ചു. മനസ്സിൽ സന്തോഷം നിറഞ്ഞ് ഒഴുകി. കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞില്ലേ. ഒരു “ഹലോ”യിൽ വാക്കുകൾ ഒതുക്കി നീങ്ങ - പിറന്ന അതും ചിന്തയിൽ നിന്ന് വിട്ടിരുന്നു.

സാന്ത്വനപരിചരണ കേന്ദ്രവും രോഗികളും സഹപ്രവർത്തകളും എന്നിൽ മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു. അവർപോലും അറിയാതെ ആ മുത്തശ്ശിയെക്കണ്ടപ്പോൾ ഞാൻ മറ്റൊരുവളെ ഓർത്തുപോയി. ഒത്തിരി ഞാൻ സ്നേഹിച്ചിരുന്ന എന്നെ കാണുമ്പോൾ കൈവളകളിൽ തിരുപ്പിടിച്ച് അടുത്തിരുത്തിയിരുന്ന ഗോപി മാമ്മയുടെ അമ്മയെ! മരണവാർത്തയറിയുമ്പോൾ മൈലുകൾക്കപ്പുറത്തായിരുന്നു. ഒഴിഞ്ഞ ആ കട്ടിലു കാണുവാൻ ധൈര്യം ഇല്ലാത്തതിനാൽ വഴിവരെ ചെന്ന് തിരിച്ചുപോയി. ഇന്ന് ഗ്രേസി മുത്തശ്ശിക്കരികിൽ ഇരുന്നപ്പോൾ പലതും ഓർത്തു. പക്ഷെ ആ കൈ പിടിച്ചിരുന്നു. ആ കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞിരുന്നു. “വയ്യ കുട്ടീ” അവർ പറഞ്ഞു. ഇത്ര വയസ്സായിട്ടും മരണത്തെ അവർ ഭയക്കുന്നു. കാരണം “ആങ്ങളയ്ക്ക് ഞാന ല്ലാതെ ആരും ഇല്ല.” അവരുടെ ദുഃഖം.

പണ്ടത്തെ നയനയ്ക്ക് ഈ വാക്കുകൾ കേട്ടാൽ ഒന്നും തോന്നിയില്ലായിരുന്നു. പക്ഷേ, ഇന്ന് സ്നേഹം മനസ്സിൽ നിറയുമ്പോൾ ഒന്നും കൈവിട്ട് പോകരുതേ എന്നാശിക്കുകയാണ്. അകലെ പോയാൽ വീണ്ടു മൊരു കാഴ്ച അസാദ്ധ്യമാണെന്ന സത്യം മനസ്സിലാക്കുന്നു.

ആരോടാണ് നന്ദി പറയേണ്ടത്? ഭൂമിയിലെ പല ദൃശ്യങ്ങളിലൂടെ അനുഭവങ്ങളിലൂടെ എന്നിൽ സ്നേഹം നിറയ്ക്കുന്ന ദൈവമെന്ന സങ്കല്പത്തോടോ? സ്നേഹപൂർവ്വം ഒപ്പം നടന്ന് വേണ്ട വഴിയ്ക്ക് തിരിച്ച് വിടുന്ന എന്റെ സഹപ്രവർത്തകരോടോ? ഞാൻ ഒരു സാധാരണ സ്ത്രീയായി മാറിയിരിയ്ക്കുന്നു. കരയുവാൻ കഴിയുന്ന ഒരുവൾ.

അവസാനത്തെ ശാന്തി

കൊച്ചുറാണി

അന്നൊരു വെള്ളിയാഴ്ച പതിവുപോലെയുള്ള ഹോം കെയറിനിടയിൽ സിന്ധുവിനെ കാണാൻ വീട്ടിൽ കയറിച്ചെന്നു. വീടുനിറയെ പല പ്രായത്തിലുള്ള സ്ത്രീകൾ എങ്കിലും എല്ലാവരുടേയും മുഖത്ത് ഒരേ പരി ഭ്രാന്തി. സിന്ധുവിന്റെ ഭാവിയെന്ത്, കയറിചെല്ലുന്നമുറിയിൽ തന്നെ സിന്ധു കട്ടിലിൽ കിടപ്പുണ്ടായിരുന്നു. ഒരു മദ്ധ്യവയസ്ക സിന്ധുവിനടുത്ത് നിന്നിരുന്നു. “ഞാൻ സിന്ധുവിന്റെ അമ്മയാണ്” മിഴികൾ ഈറന ണിഞ്ഞിരുന്നു. രണ്ടുമൂന്നു ദിവസമായി സിന്ധുവിന് വല്ലാത്ത ഛർദ്ദിയാണെന്നും ഒന്നും കഴിക്കാൻ സാധി ക്കുന്നില്ലെന്നും പറഞ്ഞു. ഗുളിക കഴിക്കേണ്ട വിധങ്ങൾ പറഞ്ഞുമനസ്സിലാക്കി. പലപ്രാവശ്യമായി കൊണ്ടു പോയ ഏറെ മരുന്നുകൾ കയ്യിലുണ്ടായിരുന്നെങ്കിലും ഞങ്ങളതെടുക്കാൻ സിന്ധു വിസമ്മതിച്ചു. അടു ത്തപ്രാവശ്യം കൊടുക്കാമെന്ന വാഗ്ദാനത്തിൽ തൃപ്തരായി ഞങ്ങൾ മടങ്ങി. മക്കൾ സ്ക്കൂളിലായതി നാൽ കാണാൻ സാധിച്ചില്ല.

ഒരു ചൊവ്വാഴ്ച പതിവുപോലെ കിടത്തിചികിത്സാവാർഡിൽ ചെന്നപ്പോഴാണ് സിന്ധു അഡ്മിഷൻ ആയ വിവരം അറിഞ്ഞത്. മരണാസന്നയാണെന്നും അറിഞ്ഞു. മറ്റുള്ള രോഗികളെ കാണാതെതന്നെ സിന്ധു വിന്റെ കാബിനിലേക്കു ചെന്നു. എന്നെ കണ്ടമാത്രയിൽ സിന്ധുവിന്റെ അമ്മ ഈറൻമിഴികളോടെ എന്നെ വരിഞ്ഞു കെട്ടിപ്പിടിച്ചു. “എന്റെ മകളുടെ കിടപ്പു കണ്ടോ, ഞാനിനി എന്തുചെയ്യും” എന്നുപറഞ്ഞ് കര യാൻ തുടങ്ങി. ക്യാമ്പിന് അകത്തും പുറത്തുമായി ധാരാളം പേരുണ്ട്. നീലയും വെള്ളയും യൂണിഫോം ധരിച്ച് സിന്ധുവിന്റെ 9 വയസ്സുകാരൻ മകനും 7 വയസ്സുകാരി മകളും അകത്തും പുറത്തുമായി ഓടികളി ക്കുന്നുണ്ട്. മൗനമായി വിടപറയുന്ന അമ്മയുടെ വികാരങ്ങൾ ഒട്ടും മനസ്സിലാക്കാത്ത വിധം ആ നിഷ്കള ങ്കർ ഓടി നടക്കുന്നു. സിന്ധുവാകട്ടെ കട്ടിലിൽ ചെരിഞ്ഞുകിടപ്പുണ്ട്. ഓക്സിജൻ പോകുന്നുണ്ട്. ഞലെ ുശ്യമേീ്യ ൃമലേ വളരെ കുറവാണ്. പൾസ് ഫീഡ് ചെയ്യുന്നില്ല. ടജഛ$_2$ 5055%ഉണ്ട്. കാര്യമായി ഒന്നും ചെയ്യാനില്ലെന്ന് മനസ്സിലായി. എന്റെ നീക്കങ്ങൾ കൂടെയുള്ളവർ ശ്രദ്ധിക്കുന്നുണ്ടായിരുന്നു. വളരെ പ്രതീ ക്ഷയോടുകൂടെ തന്നെ. കൂടെയുള്ള കുട്ടികളോട് ആ.ജനോക്കാൻ പറഞ്ഞ് അധികമാരോടും ഒന്നും പറ യാതെ ഞാൻ ഡ്യൂട്ടി സ്റ്റേഷനിലേക്ക് പോയി.

കുറച്ചുകഴിഞ്ഞ് ഡോക്ടർ വന്ന് സിന്ധുവിനെ കണ്ടു. കൂടെയുള്ളവരോടായി സ്ഥിതിവിവരം പറഞ്ഞ് പോയി. രണ്ട് ദിവസം മുമ്പ് സിന്ധുവിന്റെ സ്ഥിതി ഭേദമായി കണ്ടതിനാൽ റെയിൽവേ ജോലിക്കാരനായ ഭർത്താവ് ജോലിക്ക് പോയിരിക്കയാണ്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭാവം എല്ലാവരുടേയും വിഷമം വർദ്ധിപ്പിച്ചു.

ഇടയ്ക്കിടയ്ക്ക് പോയി നോക്കിയെങ്കിലും കാര്യമായി ഒന്നും ചെയ്യേണ്ടതായുണ്ടായില്ല. ഏകദേശം ഒരു 1.30ന് തീരെ അവശയായി കിടന്നിരുന്ന സിന്ധു എന്തോ കാര്യമായിചെയ്യാനുണ്ട് എന്ന ഭാവേന എണീറ്റിരുന്നു. കണ്ണുകൾ തുറന്നു. മക്കളെ രണ്ടുപേരേയും വിളിച്ചു. കൂടെയുള്ളവർ അന്തംവിട്ടുപോയി. മക്കളെ വിളിച്ചുകൊണ്ടുവന്നു. രണ്ടുപേർക്കും ഓരോ മുത്തം കൊടുത്തു. മക്കൾ എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നതെന്നറിയാതെ പകച്ചു നിന്നു. ഉടനെത്തന്നെ സിന്ധു കട്ടിലിൽ കിടന്നു. എല്ലാം നിലച്ചു.

മണ്യേട്ടൻ

തമ്പി കൊള്ളന്നൂർ

അന്നത്തെ ഹോംകെയർ യാത്രയിൽ ഷൈനിയും, സീതാലക്ഷ്മിയും ആയിരുന്നു സഹയാത്രികർ. ജോൺസൺ, ഡ്രൈവറുടെ സീറ്റിലും.

ക്ലീനിക്കിൽനിന്ന് മരുന്നുകൾ കൊണ്ടുപോയി കഴിച്ചിരുന്ന അമ്മിണി കാൻസർ മൂലം, ദിവസങ്ങൾക്കു മുമ്പെ മരിച്ചുപോയിരുന്നു. ആ വീട്ടിൽചെന്ന് അവരുടെ ഏകമകനെ ആശ്വസിപ്പിക്കുവാനും അയാളുടെ കാലിലെ അസുഖത്തിന് മരുന്നു കൊടുക്കുവാനുമായി പേർ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുവാനും, ക്ലാസിക്കിൽനിന്ന് നിർദ്ദേശിച്ചിരുന്നു. അമ്മിണി താമസിച്ചിരുന്ന വീട് അന്വേഷിച്ചുനടന്ന ഞങ്ങൾ കണ്ടത് പഴയ ഒരു ചെറിയ വീടിന്റെ പട്ടികകളും ഓടും ദ്രവിച്ച് വീണു കിടക്കുകയായിരുന്നു. തൊട്ടടുത്ത വീട്ടിൽ അന്വേഷിച്ചപ്പോൾ കുറെ ബീഹാറികളെന്ന് തോന്നിയവരുടെ മനസ്സിലാകാത്ത ഭാഷകേട്ട് ഞങ്ങളുടെ വഴിമുട്ടി. ഓഫീസിലേയ്ക്ക് വിളിച്ചപ്പോൾ കിട്ടിയ ഒരു ഫോൺനമ്പർ ഉപയോഗിച്ചപ്പോൾ ഒരു സ്ത്രീശബ്ദം വഴിപറഞ്ഞു തന്നു. അമ്മിണി മരിച്ചപ്പോൾ അവരുടെ സുഖമില്ലാത്ത മകൻ ഇപ്പോൾ താമസിക്കുന്നത് അമ്മിണിയുടെ മരിച്ചുപോയ സഹോദരന്റെ ഭാര്യയുടെ വീട്ടിലാണത്രേ. ഫോണിൽ പറഞ്ഞുതന്ന പ്രകാരം ഏകദേശം ഒരു കിലോമീറ്റർ മാറിയുള്ള ഈ വീടിന്റെ മുന്നിൽ ഞങ്ങളെത്തി. അമ്മിണിയുടെ സഹോദരഭാര്യയും മകൾ ഗീതയും പുറത്തുവന്നു.

"കർക്കിടക മഴേല് അമ്മായീടെ വീട് തകർന്നു വീണു. അപ്പൊ അമ്മായീനേം മണ്യേട്ടനേം ഞങ്ങള് ഇങ്ങോട്ട് കൊണ്ടുവന്നു. അമ്മായി ഇവിടെ കിടന്നാ മരിച്ചത്. വിവിരം ഓഫീസിലേക്ക് ഞാനാ വിളിച്ചു പറഞ്ഞത്." ഞങ്ങൾക്ക് കാര്യങ്ങളുടെ കിടപ്പ് മനസ്സിലായി.

"ഈ മണ്യേട്ടനെങ്ങിട്ടാ പോയേ?" ഗീത തുടർന്നു. "വയ്യാത്ത കാലും കൊണ്ട് ഞങ്ങള് കാണാതെ പുറത്ത് പോകാനാ എപ്പഴും ഇഷ്ടം. മരുന്ന് കഴിക്കാൻപോലും കൂട്ടാക്കില്ല." കുറച്ച്കഴിഞ്ഞ് അവർ "മണ്യേട്ടാ... മണ്യേട്ടാ..." എന്ന് നീട്ടി വിളിച്ചു.

വീട്ടിന് പുറത്ത് നിന്ന് ഒത്തശരീരമുള്ള ഒരു നാല്പതുകാരൻ വേച്ചുവേച്ചു നടന്നുവരികയും ഉമ്മറത്തിന്റെ ഒരറ്റത്ത് വിരിച്ചു കിടക്കുന്ന പായിലെ ചുരുട്ടികൂട്ടിയിട്ട് ഷീറ്റുകൾക്കിടയിൽ വന്നിരിക്കുകയും ചെയ്തു.

"ഞാനൊന്ന് മൂത്രമൊഴിക്കാൻ ഇറങ്ങിയതാ..." എന്നിട്ട് വിളിച്ചുവരുത്തിയതിന്റെ നീരസം കാണിക്കാൻ ഇത്രയും കൂടെ പറഞ്ഞു. "അതിപ്പൊ ഒരു തെറ്റാണോ? മനുഷ്യരുടെ ആവശ്യമല്ലേ?" എന്നിട്ട്, അറ്റത്ത് വെച്ചുകെട്ടിയ ഇടതുകാൽ നീട്ടിവെച്ച് ഒരു ചെറിയ കൊഞ്ഞലോടെ, കുറെയേറെ സംസാരിച്ചു.

അടുത്തുള്ള ഒരു ആശുപത്രീല് മരുന്നുവെച്ചുകെട്ടാൻപോകാറുണ്ടെന്നും ഇനിയങ്ങോട്ട് വരേണ്ട എന്ന് ഡോക്ടർ പറഞ്ഞതിനാൽ, പിന്നീട് പോയിട്ടില്ലെന്നും ഇപ്പോൾ തന്നത്താൻ മരുന്നുവെച്ചു കെട്ടുകയാണെന്നും മറ്റുമാണ് പറഞ്ഞതെന്ന് ഞങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കിയെടുത്തു. കൂട്ടത്തിൽ കുറെ ബന്ധമില്ലാത്ത കാര്യങ്ങളും പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നു. ചെറുപ്പംതൊട്ടുതന്നെ ബുദ്ധിക്ക് ചെറിയൊരു കുഴപ്പമുണ്ടെന്ന്, ഇതിനിടെ ഗീത സൂചിപ്പിച്ചു.

"മണ്യേട്ടൻ പറയുന്നതൊക്കെ നുണയാണ്." ഗീത തുറന്നുപറഞ്ഞു. "ഒരു ദിവസം മുറി അഴിച്ചു കെട്ടാൻ വൈകിയപ്പോൾ അവിടെയുള്ളവരെയൊക്കെ ചീത്ത പറഞ്ഞ് ഇറങ്ങിപ്പോന്നതാ. പിന്നീടവിടെ പോയിട്ടില്ല. ഇപ്പോൾ ഞാനാണ് നിർബന്ധിച്ചിരുത്തി മരുന്നു വെച്ചു കെട്ടുന്നത്. കണ്ണുതെറ്റിയാൽ മണ്യേട്ടൻ ഇവിടുന്ന് ഇറങ്ങിപ്പോകും. വഴിയിൽ നിന്ന്കിട്ടുന്നതൊക്കെ പെറുക്കിയെടുത്ത് വിറ്റുകിട്ടുന്ന കാശുമായി കള്ളുഷാപ്പിലേക്കും പോകും. കുറേ ബീഡിയും വലിക്കും. ഒന്നും പറഞ്ഞാൽ അനുസരിക്കില്ല..."

"കാശൊക്കെ ഞാൻ അമ്പലത്തില് വഴിപാട് ഇടാറാണ് പതിവ്. എന്നിട്ട് ഒരു തമാശയും. അവിടുത്തെ കാര്യങ്ങളും നടക്കേണ്ടേ?"

കേട്ടപ്പോൾ ഞങ്ങൾക്കൊക്കെ ചിരിവന്നെങ്കിലും ചിരിച്ചില്ല. എങ്ങിനെയാണ്, മണി പ്രതികരിക്കുക എന്ന ആശങ്കയും ഉണ്ടായിരുന്നു. മണിയുടെ കാലിലെ ബാൻഡേജ് അന്നുരാവിലെ വൃത്തിയാക്കി കെട്ടിവച്ചതായിരുന്നതിനാൽ ഞങ്ങൾ തുറന്നു നോക്കിയില്ല. അടുത്ത ദിവസങ്ങളിൽ അഴിച്ചു കെട്ടുന്നതിന് ആവശ്യമായ മരുന്നുകളും പഞ്ഞിയും കൊടുത്തു. ദശയും നോക്കി.

ഇതിനിടെ, മണി എന്നപേരിൽ ഒരു പുതിയ കേസ് ഷീറ്റ്, ഗീതയിൽ നിന്ന് കിട്ടിയ വിവരങ്ങൾ വെച്ച് ഞാൻ തയ്യാരാക്കിയിരുന്നു. ഓഫീസിലേയ്ക്ക് ഫോൺചെയ്ത് ഒരു പുതിയ നമ്പറും ചാർത്തി. ക്ലിനിക്കിൽ വന്ന് ഡോക്ടറെ കണ്ട് കൂടുതൽ മരുന്നുകൾ ആവശ്യമെങ്കിൽ കൊണ്ടുവരാനായി, കേസ്നമ്പറും ഗീതക്ക് കൊടുത്തു.

കുറേക്കൂടെ വൃത്തിയിലും കൃത്യത്തിലും മരുന്നുകളും ഭക്ഷണവും കഴിക്കാനും, മദ്യപാനവും, പുകവലിയും കുറച്ചുകൊണ്ടുവരാനും ഞങ്ങൾ ഉപദേശിക്കുമ്പോഴും, അതെല്ലാം എനിക്കറിയാം എന്ന രീതിയിലാണ് മണി പ്രതികരിച്ചത്.

ഭർത്താവിന്റെ വീട്ടിൽ എല്ലായ്പോഴും താമസിക്കാതെ, സ്വന്തം അമ്മയുടെ നിസ്സഹായാവസ്ഥയിൽ തന്നാലാവുന്ന സഹായം ചെയ്യാൻ, ഇവിടെ താമസിക്കുന്ന ഗീതയോട് ഞങ്ങൾക്ക് മതിപ്പ് തോന്നി. മണിയെ നിർബന്ധിച്ച് എന്തെങ്കിലും അനുസരിപ്പിക്കാൻ ഗീതയ്ക്കു മാത്രമേ കഴിയൂ. അമ്മിണി ഇല്ലാതായപ്പോൾ അമ്മയ്ക്ക് വന്നുചേർന്ന മണി എന്ന പ്രാരാബ്ധം കുറച്ചെങ്കിലും സഹിയ്ക്കാൻ ഗീത തയ്യാറാകുന്നു!

ആ വീടിന്റെ നിസ്സഹായാവസ്ഥയിൽ, പുറമെനിന്നുള്ള ആർക്ക് എന്തുസഹായം ചെയ്യാൻ കഴിയും എന്ന് വേദനയോടെ ചിന്തിച്ചുപോയി.

ഗീതയുടെ ഭർത്താവ് തരുന്ന ചെറിയ സഹായവും ഗീത ചിലപ്പോഴെങ്കിലും പുറത്തുപോയി ചെയ്യുന്ന ജോലിക്ക് കിട്ടുന്ന പ്രതിഫലവും മാത്രമാണ് ആ വീട്ടിലെ വരുമാനം.

ഞങ്ങൾ പുറത്തുവന്ന് ആലോചിച്ച് ചെറിയൊരു തീരുമാനം എടുത്തു. മാസത്തിൽ 10 കിലോ അരി, ക്ലിനിക്കിൽനിന്ന് മണിക്കായി കൊടുക്കാ. ഈ മാസത്തിലേക്കുള്ള വിഹിതം അപ്പോൾ തന്നെ, ഗീത കൊണ്ടുവന്ന പാത്രത്തിൽ പകർന്നു കൊടുത്തു.

തിരിച്ചു വാങ്ങിയാൽ കയറിയപ്പോഴും, മണിയുടെ മുറിയിൽനിന്നും കുറെശ്ശേ പുറത്തുവന്നിരുന്ന സുഖകരമല്ലാത്ത ഗന്ധത്തിന്റേയും, എന്തിനേയും ന്യായീകരിക്കുന്ന രീതിയിലുള്ള മണിയുടെ സംസാരരീതിയുടെ പ്രത്യേകതയും കുറെസമയത്തേക്ക് മാഞ്ഞുപോയില്ല.

വ്യാഴാഴ്ചയുടെ ഉച്ചവെയിലിൽ-

ഡാളി തോമസ്

അന്നൊരു വ്യാഴാഴ്ചയായിരുന്നു. ഉച്ചവെയിലിൽ ഞാൻ ധൃതിപിടിച്ച് ക്ലീനിക്കിലേക്ക് കയറി. രാവിലത്തെ രോഗികളെയെല്ലാം പരിശോധിച്ച ശേഷം ഡോക്ടർമാർ ഉച്ചയൂണിനു പോയസമയം, ക്ലീനിക്കിൽ രോഗികൾ വന്നു തുടങ്ങുന്നതേയുള്ളു. ഏതാണ്ട് 30-32 വയസ്സുള്ള ഒരമ്മയും ഇടതും വലതുമായി രണ്ട് കുട്ടികളും ഇരിയ്ക്കുന്നത് എന്റെ ശ്രദ്ധയിൽപെട്ടു. മൂന്നുപേരും വളരെ സന്തോഷത്തിലാണ്. ഇവരുടെ അച്ഛന് റീനൽസംബന്ധമായ എന്തെങ്കിലും അസുഖമാവാം എന്ന് ഞാൻ കരുതി. അവരുടെ സന്തോഷത്തിൽ ഞാനും പങ്കുചേരാം എന്നു കരുതി അങ്ങോട്ടുചെന്നു. ഞാനവരോട് യാതൊരു സംശയവുമില്ലാതെ അച്ഛനാണോ അസുഖം എന്ന് ചോദിച്ചു. അമ്മയ്ക്ക് സംസാരിയ്ക്കാൻ ഇടനല്കാതെതന്നെ മകൻ പറഞ്ഞു. എനിയ്ക്കാണ് അസുഖം. ബ്ലഡ്കാൻസറാണ്. ഇടയ്ക്കിടയ്ക്ക് ബി പോസറ്റീവ്രക്തം കയറ്റേണ്ടിവരും എന്ന്. ഞാൻ ഞെട്ടിത്തരിച്ചുപോയ നിമിഷം.

കേവലം പതിനൊന്ന് വയസ്സ് മാത്രം പ്രായമുള്ള ആ കുട്ടിയുടെ പേര് അമൽ എന്നാണ്. ഇളംപച്ച പാന്റും അതിനു ചേരുന്നവെള്ളയിൽ ഇളം പച്ച കള്ളികളുമുള്ള ഷർട്ടുമാണവൻ ധരിച്ചിരുന്നത്. പലതവണ അലക്കിവെളുപ്പിച്ചതുകൊണ്ടാവാം ഷർട്ട് നിറം മങ്ങി, ചിലയിടങ്ങളിൽ പിന്നിതുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. മുൻഭാഗത്തെ രണ്ട് ബട്ടണുകളും പോയിട്ടുണ്ട്. ഞാനവനോട് മോന് പാട്ടുപാടാൻ അറിയുമോ എന്നാരാഞ്ഞു. ഞാൻ കുറേശ്ശെയെ പാടുകയുള്ളു, എന്റെ 7 വയസ്സുള്ള അനുജത്തി നന്നായി പാടുമെന്ന് പറഞ്ഞു. ഹാളിലിരുന്ന് പാടുന്നതിന് ആമിഗയ്ക്കൊരു ചമ്മൽ. ഞാനവരെ കാബിനിൽ വിളിച്ചിരുത്തി. ആമിഗ രണ്ട് മൂന്ന് പാട്ടുകൾ പാടി. ഞാനും അവരോടൊപ്പം ചേർന്ന് പാടിയപ്പോൾ കുട്ടികളുടെ നാണമെല്ലാം പോയി. ഉടനെ അവനെന്നോട് പറഞ്ഞു ഞാൻ നന്നായി ചിത്രം വരയ്ക്കും ചേച്ചീ. കളറ് ചെയ്യുകയും ചെയ്യും. എനിയ്ക്ക്

ചിത്രം വരയ്ക്കാൻ ഒരു പുസ്തകവും കളർ പെൻസിലും വാങ്ങിത്തരാമോ എന്ന്. ഇനി മോൻ എന്നാണ് വരിക? അപ്പോഴേയ്ക്കും ആന്റി വാങ്ങി വെയ്ക്കാമെന്ന് പറഞ്ഞു. ഡിസംബർ മാസത്തിൽ അരക്കൊല്ലപരീക്ഷയായതിനാൽ ഞാൻ വരില്ല. എന്റെ അമ്മ വരുമ്പോൾ കൊടുത്തുവിട്ടാൽ മതിയെന്ന്. അവന്റെ വരയ്ക്കാനുള്ള ത്വരയും, ഇനി അവന്റെ അമ്മ വരുമ്പോൾ എനിയ്ക്ക് കാണാനായില്ലെങ്കിലോ എന്ന ശങ്കയും നിമിത്തം ഞാനവനോട് മോൻതന്നെ പോയി മോനിഷ്ടമുള്ള പുസ്തകവും കളർപെൻസിലും വാങ്ങിച്ചോ എന്നു പറഞ്ഞ് അവന് പൈസ കൊടുത്തു.

അപ്പോഴേയ്ക്കും സുനന്ദയും കാബിനിൽ എത്തി. ഈ കുട്ടികളുടെ അമ്മയ്ക്ക് സാരിവേണമാവോ എന്ന് ചോദിച്ചു. സാരികൊണ്ടുപോകുന്നതിന് വിരോധമില്ല എന്നറിയിച്ചപ്പോൾ ഞങ്ങൾ മൂന്നുനാലു സാരികൾ നല്കി. പിന്നെ അനുജത്തിക്കുള്ള ഉടുപ്പുകൾ തപ്പി. ആ കുട്ടിയ്ക്കും കിട്ടി കുറച്ച് ഉടുപ്പുകൾ. അമലിന് കിട്ടാതായപ്പോൾ എനിക്ക് വിഷമമായി. മോനുള്ളതൊന്നും ഈ അലമാരയിൽ ഇല്ലല്ലോ എന്ന് ഞാൻ പറഞ്ഞപ്പോൾ സാരമില്ല ഈ ചെറിയ ഉടുപ്പുകൾ ചെറിയമ്മയുടെ മകൾ കാവ്യയ്ക്ക് തന്നാൽ മതിയെന്ന് പറഞ്ഞു. മറ്റുള്ളവരെകുറിച്ചുള്ള ആ കുഞ്ഞിന്റെ കരുതൽ എന്നിൽ ആശ്ചര്യമുളവാക്കി. നമുക്ക് അടുത്ത മുറിയിൽ കൂടി ഒന്ന് നോക്കാം എന്ന് സുനന്ദ പറഞ്ഞതനുസരിച്ച് ഞങ്ങൾ അടുത്ത മുറിയിൽ പരിശോധന ആരംഭിച്ചു. ഓരോ ബനിയനുകളും ടീഷർട്ടുകളും നിവർത്തുമ്പോൾ ഇവൻ പറയും ഇതെനിയ്ക്ക് കൊതുക് കടിക്കാതിരിക്കാൻ പറ്റും, ഇതെനിക്ക് തണുപ്പുമാറ്റാൻ പറ്റും, ഇതെനിക്ക് പനിവരുമ്പോൾ ഇടാം. കേട്ടുനില്ക്കുന്ന ഞങ്ങൾ ഉരുകുകയായിരുന്നു. അവന് ഇഷ്ടമുള്ള വസ്ത്രങ്ങൾ അവൻ തന്നെ തെരഞ്ഞെടുത്തു. പോകാറായപ്പോൾ അവന് തുറന്നുകിടക്കുന്ന ഷർട്ടിൽ സൂചികുത്തണമെന്നായി. ഇതുവരെ അതു തുറന്നാണല്ലോ കിടന്നത് ഇപ്പോൾ നിനക്കെന്താ ഇപ്പൊ നിനക്കെന്താ ഒരു പ്രത്യേകത എന്നും പറഞ്ഞ് അവന്റെ അമ്മ അവനെ ശാസിക്കുന്നുണ്ടായിരുന്നു. എനിക്കിപ്പോ നല്ല 'ടിപ്പില്' നടക്കാൻ തോന്നുന്നു എന്ന അവന്റെ മറുപടി. ഞാൻ കൊടുത്ത സൂചിയും കുത്തി "ബൈ" എന്നും പറഞ്ഞ് അവൻ ഓടിച്ചാടി അകലുന്നതും നോക്കി നിന്നപ്പോൾ എന്തോ ഒന്ന് കൈവിട്ടതുപോലെ!

വേൾഡ് ഹോസ്പിസ് ആന്റ് പാലിയേറ്റിവ് ഡെ

സ്നേഹസംഗമം. തൃശ്ശൂർ, ഒക്ടോബർ 9, 2010.

ഒക്ടോബർ 9! സ്നേഹസംഗമത്തിന്റെ സുദിനം! അവശന്മാരും അശരണരുമായ രോഗികളും, അവരുടെ ബന്ധുക്കളും, അഭ്യുദയകാംക്ഷികളും, ജീവിതത്തിന്റെ നാനാതുറകളിൽ നിന്ന് വന്ന അനേകം സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരും ഒന്നിക്കുന്ന ഒരു അപൂർവസംഗമം. ഡോക്ടർമാരും, നർസുമാരും, ട്രേയ്നീസും, മെഡിക്കൽ കോളേജ് നർസിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികളും എല്ലാവരും ചേർന്ന ഒരു കൂട്ടായ്മ – അതായിരുന്നു ഒക്ടോബർ 9ന് തൃശ്ശൂർ ജവഹർ ബാലഭവനിൽ ചേർന്ന സ്നേഹസംഗമം.

രാവിലെ എട്ടുമണി മുതൽക്കുതന്നെ സംഗമത്തിന് റജിസ്റ്റർ ചെയ്തിരുന്ന രോഗികളുടേയും ബന്ധുക്കളുടേയും വരവായി. അവരേയും ക്ഷണിക്കപ്പെട്ട അതിഥികളേയും എതിരേൽക്കാൻ മനസ്സിൽ പൂത്താലവുമായി സന്നദ്ധസേവകർ. നേതൃത്വം വഹിച്ചുകൊണ്ട് സെക്രട്ടറി ഡോ. അരവിന്ദാക്ഷനും, ഡയറക്ടർ ഡോ. ദിവാകരനും, മറ്റു ഭാരവാഹികളും.

പ്രാർത്ഥനയ്ക്കുശേഷം ഡോ. അരവിന്ദാക്ഷൻ എല്ലാവരേയും സ്വാഗതം ചെയ്തു. നൂറില്പരം പേർ റജിസ്റ്റർ ചെയ്തിരുന്നു എന്നത് അദ്ദേഹം എടുത്തു പറഞ്ഞു. അദ്ധ്യക്ഷനോ ഔപചാരികമായ ഉൽഘാടനമോ ഒന്നുമില്ലാത്ത ഒരു സ്നേഹസംഗമം. അസുഖംബാധിച്ചവരാണ് ഇന്നത്തെ താരങ്ങൾ. ഇവരാണ് കേന്ദ്രബിന്ദു. അവർക്കുവേണ്ടിയാണ് ഈ സംഗമം – അദ്ദേഹം ഊന്നിപ്പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹം തുടർന്നു. ഒക്ടോബർ 10 വേൾഡ് ഹോസ്പിസ് ഡെ ഇവർക്കുവേണ്ടിയുള്ള ദിവസമാണ്. ഹോസ്പിസ് സൊസൈറ്റിയുടെ ഭാഗമായാണ് പെയ്ൻ ആന്റ് പാലിയേറ്റിവ് കേയർ സൊസൈറ്റി 1997ൽ തൃശ്ശൂരിൽ തുടങ്ങിയത്. എഴുത്തുകാരും ഡോക്ടർമാരും, സമൂഹസേവകരും ചേർന്ന് തുടങ്ങിയ ഒരു ചെറിയ സംരംഭം. 2002ൽ ജില്ലാ പഞ്ചായത്തിന്റെ കെട്ടിടത്തിലേക്ക് പി.പി.സി.എസ്. മാറി. കക്ഷിരാഷ്ട്രീയമോ, മതജാതിഭേദമോ, സാമ്പത്തികസ്ഥിതിയോ ഇവിടെ പ്രശ്നമില്ല. അങ്ങനെ നാട്ടുകാരുടേയും അഭ്യുദയകാംക്ഷികളുടേയും സഹായസഹകരണത്തോടെ ഈ എളിയ സംരംഭം വലിയ ആൽമരമായി വളർന്നു. അശരണർക്കും ദീനന്മാർക്കും തണലായി. 2008 വരെ ഒ. പി. മാത്രമേ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നുള്ളു. റോട്ടറി ക്ലബ്ബിന്റെ ഉദാരസംഭാവനയായ 18 ലക്ഷം ഒ.പിയ്ക്കും ട്രെയിനിങ്ങ് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിനും ഐ.പിയ്ക്കും ഇൻഫ്രാസ്ട്രക്ച്ചർ ഒരുക്കുന്നതിനായി ഉപയോഗിച്ചു എന്നു പറഞ്ഞുകൊണ്ട് അദ്ദേഹം അവരോടുള്ള നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തി. സംഭാവന അഞ്ചുരൂപയായാലും അമ്പതിനായിരം രൂപയായാലും ഒരേമനോഭാവത്തോടെ സ്വീകരിക്കും. തരുന്നവന്റെ മനോഭാവമാണ് പ്രധാനം, എന്ന്വ്യ

ക്തമാക്കുവാൻ അദ്ദേഹം പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിച്ചു. 60–65 വരെ രോഗികൾ ഒരുദിവസം പി.പി.സി.എസ്സിൽ എത്തുന്നുണ്ട്. വീട്ടിൽപോയി രോഗികൾക്ക് സാന്ത്വനവും ശുശ്രൂഷയും നൽകുന്നതുകൂടാതെ അർഹിക്കുന്നവർക്ക് അരിവിതരണം, കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസത്തിന് സഹായം, പുനരധിവാസം തുടങ്ങിയ സേവനങ്ങളും പി.പി.സി.എസ്സ് ചെയ്തുവരുന്നു. പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്നവരെ ഭേദങ്ങളില്ലാതെ നമ്മുടെ ഒപ്പം നടത്തുക, അതിന് എന്തെല്ലാം സേവനം വേണമോ അതൊക്കെ നൽകുവാനുതകുന്ന പദ്ധതികൾ നടപ്പിലാക്കുക – ഇതാണ് നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം. വേദനയും അസുഖവും അനുഭവിക്കുന്നവരോട് സമൂഹത്തിന്റെ സമീപനം പി.പി.സി.എസ് വഴി മാറണം. ഓരോ രോഗിയും രോഗബാധിതൻ മാത്രമല്ല, വികാരങ്ങളും ആത്മാവുമുള്ള വ്യക്തിയും കൂടിയാണ്. അത് നമ്മൾ മനസ്സിലാക്കണം. ഇവർക്കുവേണ്ടിയാണ് ഈ ദിവസം. അവർക്ക് പറയാനുള്ളത് നമുക്ക് ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം കേൾക്കാം. വന്നിരിക്കുന്ന വിശിഷ്ടാതിഥികളോട് ഉള്ളുതുറന്ന് സംസാരിക്കാൻ അദ്ദേഹം ആഹ്വാനം ചെയ്തു – വേദനകളും, പരാതികളും, അനുഭവങ്ങളും എല്ലാം, എല്ലാം.

സ്വാഗതപ്രസംഗം കഴിഞ്ഞ ഉടനെ രോഗികളോ ബന്ധുക്കളോ ആയി റജിസ്റ്റർ ചെയ്തു വന്നവരുടെ ഊഴമായി. ഉള്ളുതുറന്നു സംസാരിക്കാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് മൈക്കുമായി രാധേടത്തി അവരുടെ കൂടെ നിന്നു. ചിലർ വാക്കുകൾക്കായി തിരയുമ്പോൾ മറ്റു ചിലർക്ക് തൊണ്ടയിടറി. വാക്കുകൾ പുറത്തുവന്നില്ല. മറ്റുചിലർ കണ്ണുനീരിലൂടെ തങ്ങളുടെ കദനഭാരം ഇറക്കിവെച്ചു. എല്ലാവരുടേയും കഥ അവസാനിച്ചത് ഒരേ മട്ടിലായിരുന്നു – പി.പി.സി.എസ്. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ അകമഴിഞ്ഞ സേവനം കൊണ്ട് തങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് പ്രകാശം കടന്നുവന്നതിന്റെ സന്തോഷവും നന്ദിയും അറിയിച്ചുകൊണ്ട്. കണ്ണുകാണാൻ വയ്യാത്ത ബാലുവിന് നമ്മുടെ ഹെലൻ വലിയ താങ്ങായി ഉള്ളുതുറക്കാൻ സഹായിച്ചു. നാവുകുഴഞ്ഞ് സംസാരിക്കാൻ വയ്യാത്തവരും, വൃക്കയുടെ അസുഖമുള്ളവരും, കാലുകൾക്ക് സ്വാധീനമില്ലാത്തവരും ഈ പരിപാടിയിൽ പങ്കുചേർന്നു. സംസാരിക്കുന്നവരും കേൾവിക്കാരും കൂടുതൽ കൂടുതൽ മാനസികമായി അടുത്തു. സന്നദ്ധസേവകരും അതിഥികളും നൂറുശതമാനം പ്രതിബദ്ധതയോടെ കാതുകൂർപ്പിച്ചിരുന്ന് അവരുടെ നൊമ്പരങ്ങളുടെ ഭാഗമായിമാറി – 'കെയർ ആന്റ് ഷെയർ'ന്റെ മൂർത്തിമത്ഭാവം!

രാധേടത്തിയുടെ വാക്കുകളാണ് എല്ലാവരേയും വേദനയുടെ ലോകത്തുനിന്ന് ഉണർത്തിയത്. എത്ര വേദനയും വിഷമവും ഉണ്ടായാലും ഇന്ന് സന്തോഷം പങ്കുവയ്ക്കേണ്ട ദിവസമാണെന്നും വിഷമങ്ങൾ മറന്ന് നമുക്ക് ഒരുമിച്ചുചേർന്ന് ഈ അവസരം ആഘോഷിക്കണമെന്നും രാധേടത്തി ഓർമ്മപ്പെടുത്തി.

"നിൻനാമകീർത്തനം പാടുവാനല്ലെങ്കിൽ നാവെനിക്കെന്തിനു ദേവാ" എന്ന് തുടങ്ങുന്ന പാട്ടുമായി ഒരു രോഗി സദസ്സിന് ഉത്സാഹം പകർന്നു. സിസ്റ്റർ (ഡോക്ടർ) സ്റ്റെഫിന പാടിയ "നമ്മളൊറ്റയല്ലൊറ്റയല്ലൊറ്റയല്ല" എന്ന അർത്ഥഗംഭീരമായ പാട്ടും എല്ലാവരുടേയും മനസ്സിൽ സാന്ത്വനത്തിന്റെ കുളിരുകോരിയിട്ടു.

പാട്ടുകൾക്കിടയിൽ ഡോ.അരവിന്ദാക്ഷൻ ഓരോരുത്തരെയായി രണ്ടുവാക്ക് പറയാൻ വേദിയിലേയ്ക്ക് ക്ഷണിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു. എല്ലാവരേയും ഒന്നിച്ചുകണ്ടതിന്റെ സന്തോഷം അറിയിച്ചു ഒ.പിയിലെ പ്രിയങ്കരിയായ ഡോ. സജിത. വളന്റിയർ മോളിയ്ക്ക് പറയാനുണ്ടായിരുന്നത് തന്റെ കാൻസർ രോഗിയായ അമ്മയ്ക്ക് പി.പി.സി. എസ്സിൽനിന്ന് ലഭിച്ച പരിചരണം എങ്ങനെതന്നെ ഇവിടെ എത്തിച്ചു എന്നതായിരുന്നു ശ്രീ പദ്മനാഭന്റെ കർണാടക സംഗീതം വളരെ ആസ്വാദ്യമായി. മെഡിക്കൽകോളേജിൽനിന്ന് വന്ന നർസിങ്ങ് വിദ്യാർത്ഥികളുടെ പ്രതിനിധിയായി ഷക്കിൽ സംസാരിച്ചു. അവർ ആറുപേരാണ് വന്നിരുന്നത്. അവരും കൂട്ടുകാരും കൂടി വളരെ എളിയതോതിൽ പിപിസിഎസിന്റെ ചുവടുപിടിച്ച് "സാന്ത്വനം" എന്ന ചെറിയ സംരംഭം ആരംഭിച്ചിട്ടുണ്ട് എന്ന വാർത്ത എല്ലാവരേയും ഉത്സാഹപ്പെടുത്തി. ഇവർ വരുംതലമുറയുടെ കൈത്താങ്ങായി മാറും എന്ന് എല്ലാവർക്കും തോന്നിയിരിക്കണം. ഇവരാണ് ഭാവിയുടെ പ്രതീക്ഷ.

അതിനുശേഷം വേദിയിലേയ്ക്ക് ക്ഷണിയ്ക്കപ്പെട്ട റോട്ടറിക്ലബ് പ്രസിഡന്റ് ഇവിടെ നടക്കുന്ന സേവനവുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുമ്പോൾ തങ്ങളുടെ സേവനം ഒന്നുമല്ല എന്ന് എടുത്തുപറഞ്ഞു.

പിന്നീട് സംസാരിച്ചവരിൽ രാധ വാരിയർ ആളുകളുടെ ശ്രദ്ധപിടിച്ചുപറ്റി. പുറത്തുനിന്നുകൊണ്ട് അവർ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്ക് വളരെ സഹായം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. സംഭാവനകൾ സമാഹരിച്ചുകൊടുക്കുക, കൊടുക്കാൻ കഴിവുള്ളവരെ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുക തുടങ്ങി ചെറിയ വലിയ സേവനങ്ങൾ, സേവനത്തിന്റെ സന്ദേശം പിപിഎസിന്റെ നാലതിരുകൾ മറികടന്ന് സമൂഹത്തിലേയ്ക്ക് നീളുന്നതിന്റെ ഉത്തമോദാഹരണം.

ഇടയ്ക്കിടയ്ക്കുള്ള പാട്ടുകളും കലാപരിപാടികളും വളരെ രസമുള്ളതായി. സേവനത്തെപ്പറ്റി രണ്ടുവാക്ക് പറയാനുണ്ടായിരുന്നു. കാലുകൾ തളർന്നുപോയ ദീപചന്ദ്രന്റെ ദയനീയാവസ്ഥ എല്ലാവരുടേയും ഉള്ളിൽകൊണ്ടു. അവർക്ക് വീട്പണിയാൻ സഹായിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യത്തെക്കുറിച്ച് ശ്രീമതി ഉഷ സ്കറിയ സംസാരിച്ചു. ഇതിനിടെ പിപിഎസ്സിൽ എല്ലാവരുടേയും പ്രിയസുഹൃത്തായ ഷീബ അമീർ എത്തിച്ചേർന്നു.

ഹെലന്റെ കൂടെ ഭർത്താവും വന്നിരുന്നു. അദ്ദേഹത്തെ അസുഖത്തിൽനിന്ന് പൂർവസ്ഥിതിയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരാൻ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ചെയ്ത ആത്മാർത്ഥമായ സേവനത്തെ ഹെലൻ നന്ദിപൂർവ്വം സ്മരിച്ചു.

സാന്ത്വനചികിത്സയിൽ പരിശീലനത്തിനുവന്ന സിസ്റ്റർ (ഡോക്ടർ) സ്റ്റഫീന (ഗൈനക്കോളജിസ്റ്റ്) ഇവിടത്തെ അന്തരീക്ഷം എത്രമാത്രം മനസ്സിൽത്തട്ടി എന്ന് വിവരിച്ചു. രോഗികളുടെ ശാരീരികമായ അസുഖങ്ങൾക്കപ്പുറം അവരുടെ മാനസികവിഷമങ്ങളെക്കുറിച്ച് അന്വേഷിക്കാൻ ആർക്കും നേരമോ സന്നദ്ധതയോ സാധാരണ ആസ്പത്രികളിൽ ഉണ്ടാകാറില്ല എന്നും, ഇവിടെനിന്നാണ് സേവനത്തിന്റെ ശരിയായ മാഹാത്മ്യം മനസ്സിലായത് എന്നും അവർ പറഞ്ഞു. മലപ്പുറം ജില്ലയിൽ ഒരു പാലിയേറ്റിവ് കെയർ സെന്റർ തുടങ്ങാൻ താൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നു എന്നും അവർ കൂട്ടിച്ചേർത്തു.

വയനാട്ടിൽനിന്ന് നഴ്സിങ്ങ് പരിശീലനത്തിന് വന്ന സിനി ആധുനിക സൗകര്യങ്ങളൊന്നും എത്തിനോക്കാത്ത കാട്ടിലെ തന്റെ ആതുരസേവനത്തിന്റെ കഥപറഞ്ഞു.

മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ കുട്ടികളുടെ പാട്ടിനുശേഷം, ഡോ. സതീഷ് ഐ.പി.യിലെ സേവനങ്ങളെക്കുറിച്ച് സംസാരിച്ചു. “മഞ്ഞലയിൽ മുങ്ങിത്തോർത്തി ധനുമാസചന്ദ്രിക വന്നു” എന്ന പാട്ടുപാടി അദ്ദേഹം സദസ്സിനെ രസിപ്പിച്ചു.

കോലഴി യൂണിറ്റിൽ സജീവമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ശ്രീ ജോസ് ഒരു അസുഖകരമായ അനുഭവത്തെക്കുറിച്ചു പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹം തൃശ്ശൂർ കേന്ദ്രത്തിലേയ്ക്കയച്ച ചിലരോഗികളോട് അവിടെയുള്ളവർ ‘പാലിയേറ്റിവ് കെയർ യൂണിറ്റ് കോലഴിയിൽത്തന്നെ ഉണ്ടല്ലോ, പിന്നെയെന്തിന് ഇങ്ങോട്ട് വരുന്നു,’ എന്ന് ചോദിച്ചുവത്രെ. ഇതിനെക്കുറിച്ച് ഡോ. അരവിന്ദാക്ഷൻ പറഞ്ഞത് ‘രോഗികൾ എവിടെനിന്നായാലും ഇവിടെ സ്വാഗതം ചെയ്യാറുണ്ട്’ എന്നാണ്. രോഗികൾ സൗകര്യത്തിനുവേണ്ടിയാണ് പ്രാദേശികയൂണിറ്റുകൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. അവിടെ പോകുന്നതല്ലേ രോഗികൾക്ക് യാത്രയുടെ പ്രയാസം കുറയ്ക്കാൻ നല്ലത് എന്നു കരുതി അങ്ങനെ പറഞ്ഞതാവും എന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. എൻ. ആർ. എച്ച്. എം ജില്ലാ കോഡിനേറ്റർ ശ്രീമായാദാസ് സംസാരിച്ചത് ശ്രദ്ധേയമായി. കേരളത്തിലാണത്രെ ആദ്യമായി എൻ ആർ എച്ച് എമ്മും പിപിസിഎസും കൈകോർത്ത് ആരോഗ്യരംഗത്ത് പ്രവർത്തിയ്ക്കാൻ തുടങ്ങിയത്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ചെറുപ്രസംഗം ഹൃദയസ്പർശിയായിരുന്നു. ഒരു ചെറിയ സഹായം, ഒരു സ്നേഹസ്പർശം, ഒരു പുഞ്ചിരി - ഇത് ആർക്കും ചിലവില്ലാതെ മറ്റുള്ളവർക്ക് നൽകാൻ കഴിയും. വിളംബരമോ, പരസ്യമോ, ഫോട്ടോവോ ആവശ്യമില്ല. ഇവയൊന്നുമില്ലാതെത്തന്നെ മറ്റുള്ളവരെ സാന്ത്വനിപ്പിക്കാൻ ഓരോരുത്തർക്കും കഴിയും. അതിന് ശ്രമിക്കുവാൻ അദ്ദേഹം ആഹ്വാനം ചെയ്തു.

ഡോ. അരവിന്ദാക്ഷൻ നന്ദി പറഞ്ഞു. എല്ലാവരേയും ഊണിന് ക്ഷണിച്ചുകൊണ്ട് അദ്ദേഹം സഭാനടപടികൾ അവസാനിപ്പിച്ചു.

(റിപ്പോർട്ട് തയ്യാറാക്കിയത് ടി.സി. രമാദേവി.)

പുതിയ ജില്ലാ പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡണ്ട്

സാന്ത്വന പരിചരണ കേന്ദ്രത്തിൽ

വൈദ്യരത്നം ആയുർവേദ കോളേജിലെ ഹൗസ്സർജന്മാർക്കും ഐ.ഇ.എസ് ഹൈസ്ക്കൂൾ ചിറ്റിലപ്പിള്ളിയിലെ തിരഞ്ഞെടുത്ത ഒമ്പതാം ക്ലാസ്സ് വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും നൽകിയ പരിശീലന പരിപാടി ഉൽഘാടനം ചെയ്യുന്നതിനാൽ ഡിസംബർ 11 ശനിയാഴ്ച ജില്ലാപഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡണ്ട് ശ്രീ. കെ.വി.ദാസൻ എത്തിയത്. പ്രസ്ഥാനത്തിന് ജില്ലാപഞ്ചായത്തിന്റെ പൂർണ്ണപിന്തുണ അദ്ദേഹം വാഗ്ദാനം ചെയ്തു. ദീർഘകാല രോഗികൾ സമൂഹത്തിന്റെ പൂർണപിന്തുണയർഹിയ്ക്കുന്നുവെന്നും ജീവിതാന്ത്യം വരെ അവരുടെ അന്തസ്സ് നിലനിർത്തേണ്ടതാണെന്നും അദ്ദേഹം കൂട്ടിച്ചേർത്തു. ചടങ്ങിൽ മുഖ്യാതിഥിയായി പങ്കെടുത്ത ജില്ലാപഞ്ചായത്ത് മുൻ ആരോഗ്യ വിദ്യാഭ്യാസ സ്റ്റാൻഡിംഗ് കമ്മിറ്റി ചെയർമാൻ ശ്രീ.പി. ആർ വർഗ്ഗീസ് മാസ്റ്റർ സാന്ത്വന ശുശ്രൂഷാ നയം രൂപീകരിച്ചു കേരള സർക്കാരിന്റെ നടപടിയെ ശ്ലാഘിച്ചു. ചടങ്ങിൽ ജില്ലാമെഡിക്കൽ ഓഫീസർ ഡോ.എ.എസ്. സുരേന്ദ്രൻ ചടങ്ങിൽ ജില്ലാമെഡിക്കൽ ഓഫീസർ ഡോ. എ.എസ്. സുരേന്ദ്രൻ അദ്ധ്യക്ഷംവഹിച്ചു. ചെയർമാൻ ഡോ. എ.കെ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ, എൻ.ആർ.എച്ച്.എം. ജില്ലാ കോഓഡിനേറ്റർ അഡ്വ: മായാദാസ് എന്നിവർ ആശംസകൾ നേർന്നു. സെക്രട്ടറി ഡോ. കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ സാന്ത്വന ശുശ്രൂഷയുടെ ദാർശനിക തലങ്ങൾ വിശദീകരിച്ചു. ട്രഷറർ ശ്രീ.കെ.പി. അച്ചുതൻ നന്ദി പ്രകാശിപ്പിച്ചു.

A Day That Enriched Us

It was our pleasure to be the first batch of students in the Pain and Palliative Care Society. The training sessions helped us to understand the problems happening in our society without our knowledge. We had a very good experience here in the Pain and Palliative Care Society in District hospital of Thrissur. We came to know more about the working of Pain and Palliative care society. We understood that even if the place is small, the people of Pain and Palliative Care Society have a very big heart to do sincere and very helpful activities for the sufferers in the society.

We therefore are very much inspired by the teachings and speeches by the Professors and our teachers for giving us such an opportunity. We also hope that the lamp lightened by these Professors will always be brightened through us and the coming generations.

By
Aashiyama Thanveer
Anaushka Anna Philip
Aiswarya Jayakumar
Adarsh Roshan S
Sreeraj S
Haris John

സാന്ത്വന ശുശ്രൂഷാ കേന്ദ്രത്തിൽ 11.12.10 ൽ നടന്ന് സാന്ത്വന പരിചരണബോധവൽക്കരണ ശില്പശാലയിൽ പങ്കെടുത്ത ഐ.ഇ.എസ്. ഒമ്പതാം ക്ലാസ്സ്കുട്ടികളുടെ പ്രതികരണം.

കളങ്കങ്ങളുടെ ലോകത്തിൽനിന്ന് നിഷ്കളങ്കതയുടെ ലോകത്തിലേയ്ക്ക് ഞങ്ങൾ രാവിലെ ഒൻപതു മണിക്കു പ്രവേശിച്ചു. അറിയാത്തതും അറിയേണ്ടതുമായ കാര്യങ്ങൾ ഞങ്ങൾക്ക് അദ്ധ്യാപകർ പറഞ്ഞു തന്നു.

മരണം കൈയെത്തും ദൂരത്തുള്ള ജീവിതം - അർത്ഥമില്ല എന്ന് തോന്നുന്ന നിസ്സാഹായരായ ഞങ്ങളുടെ സഹോദരന്മാരും, സഹോദരികളും ഞങ്ങളെനോക്കി സ്നേഹത്തോടു കൂടി പുഞ്ചിരിച്ചു - സൂര്യകാന്തി മുഖങ്ങളിലെ പ്രസാദം!

By
Taveo Roshan . O.V
Dheeraj
Donald
Joyal
Sai Krishnan
Lio Varghese
John O Dies.

Psychosocial Care in Palliative Care

Dr. Sunitha Muraleedharan

Thrissur Pain and Palliative Care Society had arranged a talk by Dr. Manojkumar, Psychiatrist, working in MEHAC (mental health action) foundation regarding 'Improving Psychosocial care in Palliative care on 6/11/2010 MEHAC Foundation – as the word 'MEHAC' means fragrance – true to its meaning silently provides viable, quality service to the psychosocial issues in Malappuram, Wayanad areas. The talk was well attended by community volunteers, doctors, nurses and other field workers.

Dr. Manoj kumar addressed the grey area is not only Palliative Care but in general medical practice as well the psychosocial issues. Anyone in the society and those in the medical field in particular can come across different emotional, psychological issues which could not be handled effectively. So the instinct is to brush them under the carpet and try to deal with problems to which there is a solution like physical symptom management. Now it has been recognized that mind and body are closely integrated and can influence one another. It has also been shown that psychological illnesses are more common among people with medical illness and medical illness become worse and life expectancy shortened if psychological illnesses are treated. So we cannot ignore the facts any longer.

He spoke about psycho Oncology, a subspeciality which deals with the psychological issues involving people with cancer and their family members. In Palliative care set up, each individual involved in patient care need good communication skill 'LISTENING' and 'UNDERSTANDING' the patient and family members is ……….. to provide appropriate care. In the present situation, though we listen and understand we do not have a solution for psychosocial problem. We try to hide behind religious or philosophy and tip toe around the actual issue. To overcome this handicap, the problem should be addressed squarely.

To make sense of other people's distress, which has wide ramification-psychological, social, spiritual – there is a need for screening and identifying the issue. A simple and crude way of screening is to have a distress thermometer which gives us a gross idea of a person's psychological suffering. But it is not an end in itself. The actual task is to provide an effective solution to the problem identified by screening. This involves the availability of an effective network of facilities providing support-in the form of counseling psychotherapy or medical treatment.

The above mentioned active psychosocial care is one step ahead of what the Palliative Care Society is currently doing. Though it is a step in the right direction, it is not an easy step. Before embarking on screening, Dr. Manoj Kumar stressed that the issue of how to cope up with the problems unveiled by screening should be effectively addressed. There should be a group, ideally consisting of a psychiatrist, psychologist, social workers or trained volunteers to exclusively deal with these issues. Here the bottle neck will be the availability of experts in the field. It can be solved to an extent by our inherent ingenuity and innovation like training doctors and volunteers to address the issues.

Service and Volunteers

Hands that serve are holier than lips that pray.

A volunteer do not crave for status, authority, position, compete for publicity, recognition, praise or for pomp and show. For them duty is God and work is worship and is done with contentment and sincerity. Talking ill of others and finding fault with has to be avoided. These types of undesirable activities are mainly due to a craving for cheap popularity and fame. I did it and it is mine. These are the two fangs that make the volunteers poisoness. Practice what you stand for and whatever you desire others to do for you. Service or seva is directed towards the removal of physical disorders, alleviation of mental agony and fulfillment of social and spiritual yearning. Serve the people with love, humility, efficiency and intelligence. The real value of seva and it most visible result is that it reforms and reshape you. You can make the mouth shout, not the mind. Do not serve for the sake of reward, for attracting attention over for earning gratitude or from a sense of pride at your own skill, wealth, status or authority. Serve, because you are urged by love. Service bring human being

Closer to each other and promote affection and friendship. Plant the seeds of love in your heart, let them grow into trees of service and shower the sweet fruits of bliss and share the bliss with all.

Service to the needy give joy and satisfaction. Virtues, righteousness and service will bear witness on your behalf on the day of judgment. Neither your bank account, your tax return, your office you hold for the power over men, nor will things that you wield here on earth speak on yourself. The bliss and satisfaction you derive from service is something you can never get through another activity. The thrill that a kind word, a small gift, a good gesture, a sign of sympathy, a sign of compassion can bring about on a disturbed mind/ heart is something that is beyond words to describe. You have no reason to feel proud, when you are able to help others for the skill, wealth, strength, courage or official position which gave you a chance to serve; since these are the gift of God to you. Whether you recognize it or not; you are offering this gift to another God's gift namely, poor, illiterate, weak, diseased, grieving or broken hearted, who seek your help. To remove the evil of egoism, service is an effective and efficient instrument. Service will also impress on the person doing service. One who leads can never know the joy of one who serves. He who dedicates his time, skill and strength to service can never meet defeat, distress or disappointment, for service is its own reward. Of late service has become more of talk and less of deed. If you feel the urge, my need first, the other person later on; the what you perform is not service/seva; but strategy.

Look about for chance to relieve, rescue and or resuscitate.

Shower cheer on sad, show those that have lost way, close your eyes to the fault of others, keep them open to discover your own! Service facilitate the extinguition of ego and attainment of bliss. Motto of a volunteer is; Love all, serve all; help ever, hurt never.

ഓർക്കുക - ജീവകാരുണ്യം ഔദാര്യമല്ല ; മറിച്ച് ഒരു സാമൂഹിക ധാർമ്മിക ബാദ്ധ്യതയാണ്. സേവനം ഒരു തൊഴിലല്ല ; മഹത്തായ ഒരവസരമാണ്. തൊഴിൽ ; കുടുംബം പുലർത്തുവാനും ധനം സമ്പാദിക്കുവാനും സ്വന്തം നിലനിൽപിനും വേണ്ടി ചെയ്യുന്ന ജോലിയാണ്. സേവകരിൽ വലിയവരില്ല, ചെറിയവരില്ല.

Compiled by Dr. P. Prabhakaran