വേദനയും സഹനവും

ഷീബാ അമീർ

വേദനിക്കുന്നവരുടെ ലോകവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു ജീവിക്കുമ്പോൾ, ജീവിതത്തെപ്പറ്റിയുള്ള കാഴ്ചപ്പാടിൽ മാറ്റമുണ്ടാകുന്നുണ്ടോ? സ്വന്തം ജീവിതം അതിനനുസരിച്ച് മാറ്റിപ്പണിയേണ്ടി വരുന്നുണ്ടോ? അവിടെയുണ്ടാകുന്ന സംഘർഷങ്ങൾ എങ്ങനെ നേരിടുന്നു?

ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടിൽ മാറ്റമുണ്ടായ ശേഷമാണ് അല്ലെങ്കിൽ ജീവിതം ഇത്രയേ ഉള്ളൂ എന്ന തിരിച്ചറിവുണ്ടായശേഷമാണ് ഞാൻ വേദനിക്കുന്നവരുടെ ലോകവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു പ്രവർത്തിക്കാൻ തുടങ്ങിയത്. ശരീരത്തിന്റെ നശ്വരതയെക്കുറിച്ചും, ഒപ്പം ജീവിതം അർത്ഥവത്താക്കാൻ ആത്മാവിനുണ്ടാകേണ്ട ഉണർവ്വിനെക്കുറിച്ചും ഏതാണ്ട് ഒരേ നിമിഷത്തിലാണ് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയത്. ശരീരത്തിന്റെ നശ്വരതയെക്കുറിച്ചറിഞ്ഞാൽ പിന്നെയുള്ള ജീവിതം തളർത്തുന്നതായിരിക്കും. അവിടെ സഹനത്തെ സജ്ജമാക്കാൻ ആത്മാവിനെ ഉണർത്തിയേ പറ്റൂ. വേദനയെ സ്വീകരിക്കാൻ പാകപ്പെടുന്നതോടൊപ്പം ആത്മീയമായ ഉണർവ്വ് ശക്തിയാണ് എന്ന തിരിച്ചറിവാണുണ്ടാകുന്നത്. കസൻസാക്കിസിന്റെ 'സെന്റ് ഫ്രാൻസിസ് ഓഫ് അസീസി'യിൽ കാണുന്നതും അതുതന്നെയായിരിക്കും.

'സ്വന്തം ജീവിതം' സമൂഹത്തിൽ അധിഷ്ഠിതമാണ്. ഒരു പുൽക്കൊടി പോലെ ചതഞ്ഞു പോകാനും അവനവനെ തയ്യാറാക്കിയാൽ ഒരു പരിധിവരെ ഈ സംഘർഷങ്ങളെ നേരിടാൻ പ്രാപ്തി നേടാൻ കഴിയും...

അന്യന്റെ വേദന തന്റെ തന്നെ വേദനയായി അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടോ? അതനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കാനായിട്ടുണ്ടോ?

തീർച്ചയായും.... ജീവിതത്തിൽ ഞാനനുഷ്ഠിക്കുന്ന ഒരു വ്രതമാണ് അന്യൻ എന്ന വാക്കിനെ ഇല്ലാതാക്കണം എന്നത്. ഞാൻ ഇല്ലാതായാലേ അതിന്റെ ഫലം നേടാനാകൂ. 'ഞാൻ' എന്നത് ഇല്ലാതാക്കാൻ എന്നെ സംബന്ധിച്ച് അത്ര എളുപ്പമുള്ള കാര്യമല്ല എന്നറിയാം. ആ അവസ്ഥയിലേയ്ക്കെത്താൻ ഇനിയും എത്രയോ ഉയരേണ്ടതുണ്ട്. എങ്കിലും വേദനിക്കുന്നവരുടെ ലോകത്ത് ഇടപെടുമ്പോൾ ഏറെക്കുറെ 'അന്യൻ' എന്നതിനെ ഇല്ലാതാക്കാൻ എനിക്ക് സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. അത്ര സാധിച്ചാൽതന്നെ എന്റേയും തന്റേയും വേദനയ്ക്ക് വേർതിരിവുണ്ടാകുകയില്ല. മറ്റൊരാളുടെ വേദനയുടെ സ്ഥാനത്ത് എന്നെ പ്രതിഷ്ഠിക്കാൻ ഞാനനുഭവിച്ച വേദന പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. പറഞ്ഞും വായിച്ചും പഠിക്കുന്നതിനേക്കാൾ ആഴത്തിലുള്ള അറിവാണല്ലോ അത്.

'എങ്ങനെ കളിച്ചുനടന്ന കുട്ടിയാണ് 'എന്ന് ഒരമ്മ പറയാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ, അതിന്റെ പൂർണ്ണമായ അർത്ഥത്തിൽ എനിക്ക് വേദനിക്കും. മറ്റു കാര്യങ്ങളിൽ വ്യാപൃതയാകുമ്പോഴും ഒരിക്കലും മറന്നു പോകരുത് എന്ന് കരുതിവച്ചിട്ടുള്ള ഓർമ്മകൾ എനിക്കുണ്ട്. അത് ഓർമ്മയിൽ എപ്പോഴും ഉണർത്തിവയ്ക്കുന്നത്, ഈ അന്യൻ ഞാൻ എന്ന വേർതിരിവിനെ ഇല്ലാതാക്കാനാണ്.

മനുഷ്യന്റെ വേദനയെ എങ്ങനെയാണ് നിങ്ങൾ സമീപിക്കുന്നത്?

ശരീരത്തിന്റെ വേദനയാണ് തീർച്ചയായും മുൻഗണനയിൽ. പരിഹാരമാർഗ്ഗങ്ങൾ പുറത്തുനിന്ന് ഉണ്ടാകേണ്ടതാണ്. മരുന്നുകളും ഇഞ്ചക്ഷനും ഒക്കെയായി അതിനെ പലതരത്തിലും പരിഹരിക്കാൻ കഴിയും. ആ വേദനയുടെ പരിഹാരങ്ങൾ ഒരു പക്ഷേ കുറെക്കൂടി എളുപ്പവുമാണ്. ഒരു തവണ സംസാരിച്ച് "നിങ്ങൾ പോകേണ്ടതിനെക്കുറിച്ചുള്ള വേദന മായ്ക്കാനായാൽ കുറേ സ്വസ്ഥത ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും. പിന്നെയുള്ളതു മാനസിക വേദന. അവരെ അലട്ടുന്ന പലതരത്തിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങളും ഉണ്ടാകാം. കുടുംബം, കുട്ടികൾ, അവരുടെ പഠിത്തം തുടങ്ങിയവ... അതിൽ പലതിനും പരിഹാരം കണ്ടെത്താൻ കഴിയും. അത് കൂടാതെയുള്ള മാറ്റം വരുത്താൻ സാധിച്ചാലേ പരിഹാരം കണ്ടെത്താൻ കഴിയൂ... ഉദാഹരണത്തിന് "എനിക്ക് എന്തിന് ഈ വിഷമം ഉണ്ടായി!"എന്നതാണ് ഒരാളുടെ മാനസിക വേദനയെങ്കിൽ, ഒരുപാട് തവണ സംസാരിച്ച് "നിങ്ങൾ എന്തിന് ജനിച്ചു..." എന്നതിന് ഉത്തരമുണ്ടോ എന്നതിലേയ്ക്ക് അയാളുടെ ആലോചനയെ എത്തിക്കാൻ ശ്രമിച്ചാൽ ഒരു പരിധിവരെ ആ വേദനയ്ക്കു പ്രതിവിധിയാകും.

അതു കഴിഞ്ഞ് ആത്മീയമായ കാര്യങ്ങളിലും ഇടപെടലുകൾ നടത്തേണ്ടിവരും. ജീവിതത്തെ വിട്ടു പോകേണ്ടതിനെക്കുറിച്ചുള്ള വേദനയാകാം അത്. ജീവിതം ഏതു നിമിഷവും ആർക്കും വിട്ടുപോകേണ്ട ഒന്നുമാത്രമാണെന്ന് അവരുടെ ഉള്ളിലേയ്ക്കിറങ്ങിച്ചെന്ന് ബോദ്ധ്യമാക്കാനായാൽ കുറേ സ്വസ്ഥത ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയും.

വേദനയുടെ ആത്മീയത എന്തായിരിക്കണം?

ഉണർന്നിരിക്കുന്ന മനസ്സിലേ വേദനയുള്ളൂ. ഒരാൾ ഉറങ്ങുമ്പോൾ ശരീരത്തിന്റെ വേദന മാത്രമേ അറിയുന്നുള്ളൂ. ആഗ്രഹങ്ങൾ, പ്രതീക്ഷകൾ, ജീവിക്കാനുള്ള അത്യുൽക്കടമായ വാഞ്ഛ എന്നിവയാണ് മറ്റു വേദനകൾക്കു നിദാനം എന്നതല്ലേ അതിനർത്ഥം.

• • • • • • • • • • • • • • •