കുടുംബജ്യോതി

2026
SINCE 1982
▸▸ ഏപ്രിൽ ▸▸ പുസ്തകം 44 ▸▸ ലക്കം 4
ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതാ കുടുംബ പ്രസിദ്ധീകരണം

മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ വഴിയുമുണ്ട്

വേനലവധി: മണ്ണറിഞ്ഞും മനമറിഞ്ഞും

കരൾ കരുതലോടെ: ലിവർ സിറോസിസ് അറിയേണ്ടതെല്ലാം

മാറുന്ന ലോകം, മാറുന്ന വിദ്യ: AI നമുക്ക് ചുറ്റും

content | ഉള്ളടക്കം

ചീഫ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ജോണിക്കുട്ടി തറക്കുന്നേൽ
ഫോൺ: 8606612262

മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ
ഡോ. ജോസഫ് പാറയ്ക്കൽ

സർക്കുലേഷൻ മാനേജർ
ജോസി ജോസഫ് ആലഞ്ചേരി
ഫോൺ: 8921677078

ആശയം, രൂപകല്പന.
കിളിക്കൂട്, ആലപ്പുഴ

അക്ഷരവിന്യാസം.
മനോജ് വർഗീസ്

മുദ്രണം. സെന്റ് ജോസഫ്സ് ഓർഫനേജ് പ്രസ്, ചങ്ങനാശേരി
ഫോൺ: 0481 2410101

Disclaimer:
The editorial board of Kudumbajyothi does not bear the responsibility for the claims of the advertisements published. Though the magazine provide profound data regarding personal and family matters the readers may consult experts personally before acting on it especially regarding finance and health.

ചിത്രങ്ങൾക്ക് കടപ്പാട്: ഗൂഗിൾ

അഭിപ്രായങ്ങളും രചനകളും അയക്കാനുള്ള വിലാസം
chiefeditor.kj@gmail.com
9633008272

വില (ഒറ്റപ്രതി)	-	₹ 25
ഒരുവർഷത്തേക്ക്	-	₹ 250
തപാലിൽ ലഭിക്കാൻ	-	₹ 300

To subscribe Kudumbajyothi
Whatsapp 'sub' to 9633008272
www.kudumbajyothis.com
kudumbajyothi1982@gmail.com
Like Kudumbajyothi@/ kudumbajyothi

06 മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ മാർഗവുമുണ്ട്
സ്റ്റാഫ് റിപ്പോർട്ടർ

09 ഭക്തിയിൽ നിന്നും ശിഷ്യത്വത്തിലേക്ക്
മാർ തോമസ് തറയിൽ

11 അവകാശബോധവും അതിജീവന പോരാട്ടങ്ങളും
അമൽ സിറിയക് ജോസ്

17 എല്ലാവർക്കും എൻട്രൻസ് എഴുതാം
റവ. ഡോ. ജോൺ തെക്കേക്കര

21 റോസിനെ ഭയപ്പെടുത്തിയത് ഭൂതമോ ഭൂതകാലമോ?

24 ഗാമോഫോബിയ: വിവാഹത്തെ ഭയക്കുന്ന പുതിയ തലമുറ
ഫാ. ഐബിൻ പകലോമറ്റം

26 വേനലവധി: മണ്ണറിഞ്ഞും മനമറിഞ്ഞും
ജയേഷ് കെ. ജി

32 അസാധുവാകുന്ന വിവാഹങ്ങൾ
റവ. ഡോ. ഐസക് ആലഞ്ചേരി

37 കരൾ കരുതലോടെ: ലിവർ സിറോസിസ് അറിയേണ്ടതെല്ലാം
ഡോ. രാജേഷ് കുമാർ

40 മാറുന്ന ലോകം, മാറുന്ന വിദ്യ: AI നമുക്ക് ചുറ്റും
കുട്ടിച്ചായന്റെ കുറിപ്പുകൾ

സ്ഥിരംപംക്തികൾ

04 പുമുഖം: ജോസ് ആൻഡ്രൂസ്
ഉത്ഥാനവഴിയിലെ സഞ്ജു സാംസണും അരുണും

29 തിരിവെട്ടം: ബോബി ജോസ് കട്ടിക്കാട്
കുരിശുതരുന്ന സമാധാനത്തിന്റെയും വെളിച്ചത്തിന്റെയും പാഠങ്ങൾ

47 റവ. ഡോ. തോമസ് വള്ളിയാനിപ്പുറം
പുതിയനിയമത്തിലെ കുടുംബദർശനം

50 പുറംവാതിൽ: ജെ. മണക്കുന്നേൽ
ഏറ്റുമുട്ടാതെ കേട്ടിരിക്കുക!

കുടുംബജ്യോതി | ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതാ കുടുംബ പ്രസിദ്ധീകരണം
പുസ്തകം 44 ലക്കം 04

പൂമുഖം Poomugham

ഉത്ഥാനവഴിയിലെ സഞ്ജു സാംസണും അരുണും

ജോസ് ആൻഡ്രൂസ്

സഞ്ജുവും അരുണും നമ്മെ ഓർമിപ്പിക്കുന്നത് ഒന്നാണ് - ദുഃഖവെള്ളിയാഴ്ചകളിലെ പരിഹാസങ്ങളും ചാട്ടവാറടികളും പരാജയപ്പെടുമെന്നും, തടസങ്ങൾ ഉരുട്ടിമാറ്റപ്പെടുന്ന ഒരു ദിനമുണ്ടാകുമെന്നുമാണ്.

രണ്ടായിരം വർഷങ്ങൾക്കുശേഷവും ദൈവപുത്രന്റെ ഉയിർത്തെഴുന്നേൽപ്പിൽ പങ്കാളികളാകുന്ന നിരവധി മനുഷ്യപുത്രന്മാരുണ്ട്. അവരിലൊരാളും പീഡാനുഭവ നാളുകളിലൂടെയല്ലാതെ കടന്നുവന്നിട്ടില്ല. അതിലൊരാളുടെ പേര് രാജ്യത്തെ ത്രസിപ്പിക്കുന്നതാണ്: സഞ്ജു സാംസൺ! രണ്ടാമത്തെയാൾ ലോകത്തെത്തന്നെ ത്രസിപ്പിക്കുന്നു: അരുൺ കുമാർ!

അടുത്തകാലം വരെ ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ ഊരും പേരുമൊന്നും പലർക്കും അറിയില്ലായിരുന്നു. പക്ഷേ, അരുണിനെ കാണാതെ നമ്മുടെ ഒരു ദിവസം പോലും കടന്നുപോകുന്നില്ല. സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലെ തമാശ വീഡിയോകളുടെയും റീൽസുകളുടെയും അവസാനം, പൊട്ടിച്ചിരിയുടെ ആധിക്യത്തിൽ കയ്യിലെ ചായ തുളുമ്പിപ്പോകാതെ സൂക്ഷിക്കുന്ന ആ പയ്യൻതന്നെ. സഞ്ജുവും അരുണും നമ്മെ ഓർമിപ്പിക്കുന്നത് ഒന്നാണ് - ദുഃഖവെള്ളിയാഴ്ചകളിലെ പരിഹാസങ്ങളും ചാട്ടവാറടികളും പരാജയപ്പെടുമെന്നും, തടസ്സങ്ങൾ ഉരുട്ടിമാറ്റപ്പെടുന്ന ഒരു ദിനമുണ്ടാകുമെന്നും.

കഴിഞ്ഞ ട്വന്റി-20 ലോകക്കപ്പ് ക്വാർട്ടർ ഫൈനൽ സഞ്ജു സാംസന്റെ ഉയിർപ്പുദിനമായിരുന്നു. പരാജയങ്ങൾക്കും തുടർച്ചയായ അവഗണനകൾക്കും ഒടുവിൽ അന്ന് അദ്ദേഹം നടത്തിയ കുതിപ്പിലാണ് ഇന്ത്യൻ ക്രിക്കറ്റ് ലോകം വിജയതീരമണിഞ്ഞത്. അതിനു തൊട്ടുമുമ്പ് നടന്ന പരമ്പരകളിൽ സഞ്ജു തിളങ്ങിയിരുന്നില്ല. അതോടെ ഗാലറിയിലും സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലും ഒരുപോലെ പരിഹാസമുയർന്നു. ഒരുപക്ഷേ, ആത്മവിശ്വാസം തകർക്കാൻപോന്ന അധിക്ഷേപങ്ങൾ. സഞ്ജു ടീമിലുണ്ടാകില്ലെന്നുപോലും പലരും വിധിയെഴുതി. പക്ഷേ, ഉയിർപ്പുതിരുനാൾ അടുത്തു വരികയായിരുന്നു. ക്യാപ്റ്റൻ സൂര്യകുമാർ യാദവും സഹകളിക്കാരും അദ്ദേഹത്തെ കൈവിട്ടില്ല. 'ദൈവമേ നീയും എന്നെ കൈവെടിയുകയാണോ' എന്ന് ഉള്ളുരുകി ചോദിച്ചിട്ടുണ്ടാകാമെങ്കിലും അദ്ദേഹം അടിയുറച്ചു വിശ്വസിച്ചു. വെസ്റ്റ് ഇൻഡീസിനെതിരേ 50 പന്തിൽ പുറത്താകാതെ 97 റൺസ്! അവഹേളിച്ചിട്ട്

ഉപേക്ഷിച്ചു പോയവരെല്ലാം എവിടെനിന്നൊക്കെയോ തിരിച്ചുവന്നു. പിന്നീട് നടന്നത് ചരിത്രം! ലോകക്കപ്പ് വീണ്ടും ഇന്ത്യക്ക്. സഞ്ജു സാംസൺ രാജ്യത്തിന്റെ ഹീറോയായി.

എന്നാൽ, ഈ വിജയത്തിന് പിന്നിൽ കളത്തിനു പുറത്തൊരു ഹീറോ മേക്കർ ഉണ്ടായിരുന്നു - സഞ്ജുവിന്റെ അച്ഛൻ **സാംസൺ വിശ്വനാഥ്!** വിഴിഞ്ഞം സ്വദേശിയും ഡൽഹി പോലീസിൽ കോൺസ്റ്റബിളും ഫുട്ബോൾ കളിക്കാരനും പരിശീലകനുമായിരുന്ന അദ്ദേഹം സഞ്ജുവിനെ കഠിനമായ പരിശീലനങ്ങൾക്കു പ്രേരിപ്പിക്കുകയും മകന്റെ ക്രിക്കറ്റ് ഭാവിക്കുവേണ്ടി തന്റെ ജോലി പോലും ഉപേക്ഷിക്കുകയും ചെയ്തു. പർവതാരോഹകരെ സഹായിച്ചു പിന്തുടരുന്ന ഷെർപകളെപ്പോലെയാണ് ഇത്തരം വിജയശില്പികൾ. എവറസ്റ്റ് കീഴടക്കിയവരുടെ ഭാരമുള്ള വസ്തുക്കളെല്ലാം ചുമക്കുന്ന ഷെർപകൾ വിജയികൾ മടങ്ങിവരുന്നതും കാത്ത് തൊട്ടുതാഴെ മഞ്ഞിൽ കാത്തിരിക്കുന്നുണ്ടാകും.

സഞ്ജു സാംസണിൽനിന്ന് അരുൺ കുമാറിലേക്ക് വന്നാൽ, മറ്റുള്ളവർക്ക് നിസാരമെന്ന് തോന്നുന്ന വിജയം എങ്ങനെ ലോകകപ്പിനേക്കാൾ മധുരിക്കുമെന്ന് കാണാം. തെലങ്കാന സ്വദേശിയായ അരുണിനെ സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിൽ ഒരിക്കലെങ്കിലും കാണാത്തവർ ചുരുക്കമായിരിക്കും. നിയന്ത്രണംവിട്ട ചിരിക്കിടയിൽ കടലാസ് ഗ്ലാസിലെ ചായ തുളുമ്പാതിരിക്കാൻ പണിപ്പെടുന്നവൻ എന്ന് കേൾക്കുമ്പോൾത്തന്നെ ഏവർക്കും അവനെ തിരിച്ചറിയാം. സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലെ ഏതൊരു തമാശയ്ക്കും പൂർണത വേണമെങ്കിൽ അവസാനഭാഗത്ത് അവന്റെ നിഷ്കളങ്കമായ ചിരി അനിവാര്യമായി. എന്നാൽ, സ്വയം മറന്ന് സന്തോഷിക്കാൻ പറ്റിയ ഒരു ജീവിതമായിരുന്നില്ല അവന്റേത്. നാലാം ക്ലാസിൽ പഠനം നിർത്തി ട്രക്ക് ക്ലീനറായി ജോലിക്കു കയറിയവനായിരുന്നു അവൻ. ഒരിക്കൽ ഒരു യാത്രയിൽ ചായ കുടിക്കുന്നതിനിടെ ട്രക്ക് ഡ്രൈവർ നെഹ്റു പറഞ്ഞ തമാശ കേട്ട് അരുൺ സ്വയം മറന്നു പൊട്ടിച്ചിരിച്ചു. തുളുമ്പിവീണ ചൂടുചായ കൈയിൽനിന്നു കുടഞ്ഞു കളയുമ്പോഴും നിയന്ത്രിക്കാനാകാത്ത അരുണിന്റെ ആ ചിരി നെഹ്റു മൊബൈലിൽ പകർത്തി സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിൽ പങ്കുവെച്ചു. നിമിഷനേരം കൊണ്ട് ലോകമത് ഏറ്റെടുത്തു. പക്ഷേ, തന്നെക്കുറിച്ചുള്ള കമന്റുകൾ വായിക്കാൻ പോലുമുള്ള അക്ഷരാഭ്യാസം അരുണിന് ഉണ്ടായിരുന്നില്ല.

പിന്നീട്, അരുണിന്റെ കഥയിലെ രണ്ടാം ഭാഗം 'ഹ്യൂമൻസ് ഓഫ് ബോംബെ' എന്ന സൈറ്റിൽ പുറത്തുവന്നു. അത് നെഹ്റുവിന്റെയും കൂടി കഥയായിരുന്നു. എഴുത്തും വായനയും അറിയാത്ത അരുണിനെ പഠിപ്പിക്കാൻ നെഹ്റു തീരുമാനിച്ചു. വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ് ദാരിദ്ര്യം മൂലം കോളേജ് പഠനം പാതിവഴിയിൽ ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടി വന്നതിന്റെ വേദന നെഹ്റു അനുഭവിച്ചിട്ടുണ്ട്. അദ്ദേഹം അരുണിന് പുസ്തകങ്ങൾ വാങ്ങിക്കൊടുത്തു; ദീർഘയാത്രകൾക്കിടയിൽ ലോറി കാബിനെ ക്ലാസ് മുറിയാക്കി മാറ്റി അവനെ അക്ഷരങ്ങൾ പഠിപ്പിച്ചു. ഇക്കഴിഞ്ഞ ദിവസം അരുൺ പത്താം ക്ലാസ് പാസ്സായപ്പോൾ അരുണിനും നെഹ്റുവിനും അത് ലോകകപ്പ് വിജയത്തോളം വലുതായിരുന്നു.

ഈ കഥയുടെ ബാക്കി എഴുതേണ്ടത് നമ്മളാണ്. ഈ ഉയിർപ്പുതിരുനാൾ നമ്മുടേതാണോ? ഒന്നുകിൽ നമുക്ക് സഞ്ജുവിനെയും അരുണിനെയും പോലെ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ ഉയിർത്തെഴുന്നേൽക്കാം; അല്ലെങ്കിൽ, വിശ്വനാഥനെയോ നെഹ്റുവിനെയോ പോലെ മറ്റൊരാളുടെ ഉയർപ്പിന് കാരണമാകാം. രണ്ടാമത്തെ കൂട്ടർക്ക്, ലോകം മുഴുവനും വേണ്ടി സ്വന്തം ജീവൻ കൊടുത്തവനോട് വല്ലാത്ത സാമ്യമുണ്ട്. ചുറ്റുമൊന്നു നോക്കിയാൽ നമ്മെ ജയിപ്പിക്കാൻ പൊരുതിയ, മാതാപിതാക്കളോ, സഹോദരങ്ങളോ, സുഹൃത്തുക്കളോ ആയ, ഒരുപക്ഷേ ഇപ്പോൾ നമ്മൾ മറന്നുപോയ അത്തരം ചില മുഖങ്ങൾ തെളിഞ്ഞുവരും.

○

അഭിമുഖം

മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ മാർഗവുമുണ്ട്

സിവിൽ സർവീസിൽ തിളങ്ങിയ ശ്രീജ സംസാരിക്കുന്നു

സ്റ്റാഫ് റിപ്പോർട്ടർ

ഇത്തവണത്തെ സിവിൽ സർവീസ് പരീക്ഷാ ഫലം പുറത്തുവന്നപ്പോൾ കേരളത്തിന് അഭിമാനിക്കാൻ കഴിയുന്ന വിജയങ്ങളുടെ പട്ടികയിൽ മുൻനിരയിലായിരുന്നു 57-ാം റാങ്ക് നേടിയ ശ്രീജയുടെ സ്ഥാനം. പരിമിതമായ സാഹചര്യങ്ങളിൽനിന്ന് ഉയർന്നു വന്ന്, സ്വപ്നതുല്യമായ ഈ നേട്ടം കൈവരിച്ച ശ്രീജ തന്റെ ജീവിതവഴികളെക്കുറിച്ചും ഭാവിപ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചും 'കുടുംബജ്യോതി' വായനക്കാരോട് സംസാരിക്കുന്നു.

➢ **എന്നുമുതലാണ് സിവിൽ സർവീസ് ഒരു സ്വപ്നമായി കൂടെക്കൂട്ടിയത്?**

ഏഴാം ക്ലാസിൽ പഠിക്കുമ്പോഴാണ് സിവിൽ സർവീസ് എന്ന സ്വപ്നം മനസിൽ ഉദിക്കുന്നത്.

ഒരു പത്രവാർത്തയായിരുന്നു അതിന്റെ പ്രചോദനം. ഹരിത മാഡം (ഹരിത വി. കുമാർ) സിവിൽ സർവീസ് പരീക്ഷയിൽ ഒന്നാം റാങ്ക് നേടിയ വാർത്ത. പരിശ്രമിച്ചാൽ ആർക്കും ഇത്തരം നേട്ടങ്ങൾ സ്വന്തമാക്കാം എന്ന ചിന്ത അന്നുമുതൽ മനസ്സിലുറച്ചു. സിവിൽ സർവീസ് ആകർഷിക്കാനുള്ള കാരണം രാജ്യസേവനത്തിന് ഏറ്റവും മികച്ച ഒരു സാധ്യത എന്നതുകൂടിയായിരുന്നു. രാജ്യത്തെ സേവിക്കണം, ജനങ്ങൾക്ക് ഉപകാരിയായി മാറണം. ഇന്റർനാഷനൽ റിലേഷൻസ് പഠിച്ചപ്പോഴാണ് ഐ.എഫ്. എസിനോട് താല്പര്യം തോന്നിത്തുടങ്ങിയത്.

➢ സ്വപ്നം പങ്കുവെച്ചപ്പോൾ മറ്റുള്ളവരുടെ പ്രതികരണം എങ്ങനെയായിരുന്നു?

ആദ്യമായി ഈ ആഗ്രഹം പങ്കുവച്ചത് അമ്മയോടായിരുന്നു. അച്ഛനും അമ്മയും എല്ലാ പിന്തുണയും പ്രോത്സാഹനവും നല്കി. വിദ്യാഭ്യാസകാര്യങ്ങളിൽ അവർ ഒരിക്കലും 'നോ' പറഞ്ഞിട്ടില്ല. എത്രയും പഠിക്കാമോ അത്രയും പഠിക്കുക എന്നു മാത്രമേ അവർ പറഞ്ഞിട്ടുള്ളൂ. പഠിക്കാൻ മിടുക്കിയായതുകൊണ്ട് അതൊരു അസാധ്യകാര്യമായി ആർക്കും തോന്നിയില്ലെന്ന് തോന്നുന്നു. ആരും അങ്ങനെ നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തുന്ന രീതിയിൽ സംസാരിച്ചതായി ഓർമിക്കുന്നില്ല. പിന്നെ ചെറിയ ചെറിയ വിമർശനങ്ങളും നെഗറ്റീവുകളും. അത് സാധാരണമാണല്ലോ. എങ്കിലും, ഒരുപാടു മുറിപ്പെടുത്തുന്നവയാകുമ്പോൾ ഞാൻ പ്രതികരിക്കാനും മടിച്ചിട്ടില്ല.

➢ പഠനരീതി എങ്ങനെയായിരുന്നു? മറ്റ് വിദ്യാർത്ഥികളോട് പറയാനെന്തെങ്കിലും...

ആത്മാർഥമായി പഠിക്കുക എന്നതാണ് പ്രധാനം. അന്നന്ന് പഠിപ്പിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ അന്നുതന്നെ പഠിച്ചു തീർക്കുക എന്നതായിരുന്നു എന്റെ രീതി. മറ്റുള്ളവരോടും എനിക്ക് ഇത് തന്നെയാണ് പറയാനുള്ളത്. ദിവസം ആറുമണിക്കൂർ ക്ലാസ്സുണ്ടാകും. ക്ലാസ്സുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ തന്നെ ആ ഭാഗങ്ങൾ പഠിക്കാൻ ശ്രമിക്കും. എന്തെങ്കിലും കാരണവശാൽ അത് സാധിച്ചില്ലെങ്കിൽ തൊട്ടടുത്ത ദിവസം തന്നെ അത് തീർക്കും. ഐ.എ.എസ് പഠനത്തിന് പ്രത്യേക ടൈംടേബിൾ ഇല്ലായിരുന്നെങ്കിലും ഞാൻ പഠിച്ച അക്കാദമിയിലെ 'ഡെയ്‌ലി പ്ലാനർ' കൃത്യമായി പിന്തുടർന്നിരുന്നു.

➢ അച്ഛനും അമ്മയും അല്ലാതെ മറ്റ് ആരോടൊക്കെയാണ് കടപ്പാടുള്ളത്?

ധാരാളം പേർ എന്നെ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. അമ്മയുടെ രണ്ടു സഹോദരങ്ങൾ, അമ്മാമ്മ, ഞങ്ങളുടെ ഇടവക പള്ളി എന്നിവരൊക്കെ ഒപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ നേരിട്ടപ്പോഴെല്ലാം നല്ല മനസ്സുള്ള പലരും സഹായവുമായി മുന്നോട്ടു വന്നു. അവരുടെയെല്ലാം സ്നേഹവും പിന്തുണയും മറക്കാനാവില്ല.

നെയ്യാറ്റിൻകര രൂപതയിലെ നരുവാമൂട് അമ്മാനിമല ക്രിസ്തുരാജ ഇടവകാംഗങ്ങളായ എം. ജയകുമാറിന്റെയും കെ. ഷീജകുമാരിയുടെയും മകളാണ് ശ്രീജ. തിരുവനന്തപുരത്തെ സ്കൂൾ പഠനത്തിനു ശേഷം മദ്രാസ് ക്രിസ്ത്യൻ കോളജിൽ നിന്ന് പൊളിറ്റിക്കൽ സയൻസിൽ ബിരുദാനന്തര ബിരുദം നേടി.

2024-ലാണ് സിവിൽ സർവീസ് കോച്ചിങ് ആരംഭിച്ചത്. കൂലിപ്പണിക്കാരനായ ജയകുമാറിന്റെയും എം.എ വരെ പഠിച്ചിട്ടും ജോലി ലഭിക്കാതിരുന്ന ഷീജയുടെയും കഠിനാധ്വാനത്തിന്റെയും സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കത്തിന്റെയും ഫലം കൂടിയാണ് ഈ വിജയം. ആദ്യശ്രമത്തിൽ തന്നെ 57-ാം റാങ്ക് കരസ്ഥമാക്കിയ ശ്രീജ, തന്റെ പേരിനൊപ്പം ഐ.എഫ്.എസ് എന്ന് ചേർക്കണമെന്ന ഉറച്ച വിശ്വാസത്തോടെയാണ് പഠിച്ചത്.

➢ ആത്മീയജീവിതത്തെയും പ്രാർഥനയെയും കുറിച്ച് എന്താണ് പറയാനുള്ളത്?

എന്റെ മാതാപിതാക്കൾ ആത്മീയ കാര്യങ്ങളിൽ വളരെയധികം ശ്രദ്ധയുള്ളവരാണ്. അമ്മയുടെ കാര്യം പ്രത്യേകം പറയേണ്ടതുണ്ട്. എന്നും നാലോ അഞ്ചോ കൊന്ത ചൊല്ലി പ്രാർഥിക്കും. കുടുംബ പ്രാർഥന ഒരിക്കലും വീട്ടിൽ മുടക്കാറില്ല. തിരക്കുകൾ കാരണം ചിലപ്പോൾ എനിക്ക് പങ്കെടുക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിലും വീട്ടിലെ പ്രാർഥനയ്ക്ക് മുടക്കം വന്നിട്ടില്ല. എനിക്ക് ചില നേരങ്ങളിൽ നല്ല ടെൻഷൻ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. അപ്പോൾ എന്റെ മനസ്സിനെ ശാന്തമാക്കുന്നത് പ്രാർഥനയാണ്. ഏത് പ്രതിസന്ധിയിലും ഞാൻ പ്രാർഥിക്കാറുണ്ട്. പ്രാർഥിക്കുമ്പോൾ ഞാൻ സുരക്ഷിതയാണെന്ന വലിയൊരു അനുഭവം എനിക്ക് ലഭിക്കാറുണ്ട്.

➢ സ്ത്രീ എന്ന നിലയിൽ നമ്മുടെ സമൂഹത്തിലെ പെൺകുട്ടികൾ നേരിടുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ എന്തൊക്കെയാണെന്നാണ് തോന്നുന്നത്?

ഭൂരിഭാഗം സ്ത്രീകളുടെയും അവസ്ഥ ഇന്നും പരിതാപകരമാണെന്നാണ് എനിക്ക് തോന്നുന്നത്. പല പെൺകുട്ടികൾക്കും സാഹചര്യങ്ങൾ മൂലം പുറത്തുപോയി പഠിക്കാനോ തങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ എത്തിച്ചേരാനോ കഴിയുന്നില്ല. വിവാഹം, ജോലി തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളിൽ അവർക്ക് പല തടസ്സങ്ങളും നേരിടേണ്ടി വരുന്നു. എല്ലാ മേഖലകളിലും സ്ത്രീസമത്വം പാലിക്കപ്പെടണമെന്നാണ് എന്റെ ആഗ്രഹം.

➢ സമൂഹത്തിൽ എന്തൊക്കെ മാറ്റങ്ങൾ വരണമെന്നാണ് ആഗ്രഹിക്കുന്നത്? വ്യക്തിപരമായി എന്തായിരിക്കും താങ്കളുടെ സംഭാവന?

രാജ്യത്തിനുവേണ്ടി നൂറു ശതമാനവും ആത്മാർഥമായി പ്രവർത്തിക്കണമെന്നാണ് എന്റെ ആഗ്രഹം. ഭരണഘടന ഉറപ്പുനൽകുന്ന അവകാശങ്ങൾ എല്ലാവരിലും എത്തുന്നുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പാക്കാൻ ഞാൻ ശ്രമിക്കും. ഒരു ഐ.എഫ്.എസ് ഓഫീസറിൽ നിന്ന് ജനങ്ങൾ എന്താണോ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്, അത് പൂർണമായും നിറവേറ്റാൻ ഞാൻ പ്രതിജ്ഞാബദ്ധയാണ്. എന്നെക്കൊണ്ട് കഴിയുന്ന എല്ലാ സഹായങ്ങളും മറ്റുള്ളവർക്ക് ചെയ്തുകൊടുക്കണമെന്നാണ് എന്റെ ആഗ്രഹം.

➢ പ്രതിസന്ധികൾ മൂലം സ്വപ്നങ്ങൾ പാതിവഴിയിൽ ഉപേക്ഷിക്കുന്നവരോട് എന്താണ് പറയാനുള്ളത്?

ക്ലീഷേയാണെന്ന് അറിയാം, എന്നാലും അതല്ലാതെ മറ്റൊന്നും പറയാനില്ല - എവിടെ മനസ്സുണ്ടോ, അവിടെ വഴിയുണ്ട്. ലക്ഷ്യബോധവും കഠിനാധ്വാനം ചെയ്യാനുള്ള മനസ്സുമുണ്ടെങ്കിൽ നമുക്ക് ഏതൊരു വിജയവും നേടിയെടുക്കാം. അതിനോടൊപ്പം പ്രാർത്ഥനയും വേണം. വിശ്വാസത്തിൽ അടിയുറച്ച് പ്രവർത്തിച്ചാൽ നമുക്ക് ജീവിതത്തിൽ വിജയിക്കാൻ കഴിയും.

സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ടുകളുടെ പേരിൽ ആരും സ്വപ്നങ്ങൾക്ക് അതിരുകൾ നിശ്ചയിക്കരുത്. എന്നും എളിമയുള്ളവരായിരിക്കുക. ○

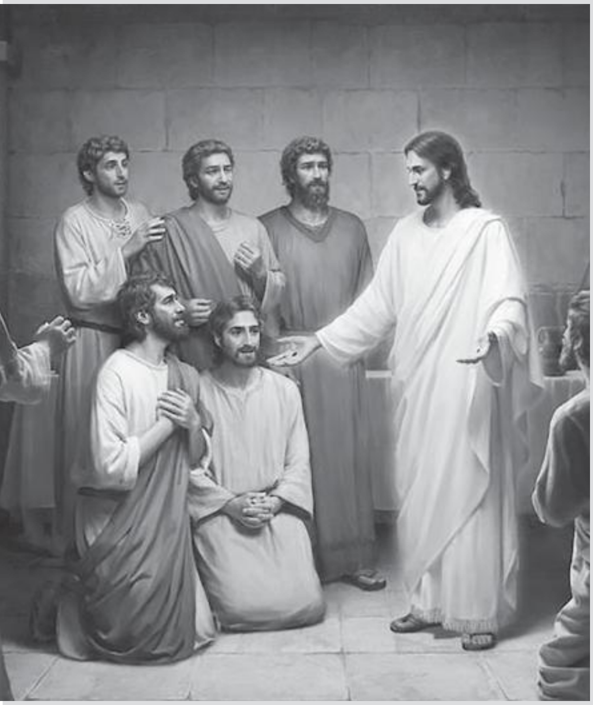
പ്രബോധനം

ഭക്തിയിൽ നിന്നും ശിഷ്യത്വത്തിലേക്ക്

മാർ തോമസ് തറയിൽ
ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതാ മെത്രാപ്പോലീത്താ

നമ്മുടെ കർത്താവ് ഈശോമിശിഹാ മരണത്തെ ജയിച്ച് ഉത്ഥാനം ചെയ്തുവെന്നും പരിശുദ്ധ കൂദാശകളിലൂടെ അവിടുന്ന് ഇന്നും ജീവിക്കുന്നുവെന്നുമുള്ള പ്രഘോഷണമാണ് നമ്മുടെ വിശ്വാസത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനം. രണ്ടായിരം വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ് ജീവിച്ചിരുന്ന ഈശോയിൽ വിശ്വസിക്കുന്നതിനേക്കാൾ ദുഷ്കരമാണ് ഇന്നും ജീവിക്കുന്ന ഈശോയിൽ വിശ്വസിക്കുക എന്നത്. അമർത്യതയെക്കുറിച്ചും മരണാനന്തരജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുമുള്ള ചിന്തകൾ പോലും അസ്തമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ, ഈശോ ഇന്നും ജീവിക്കുന്നു എന്ന് ഉൾക്കൊള്ളാൻ തീവ്രമായ വിശ്വാസം വേണം. ഇന്നും ഈശോ ജീവിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, അവിടുന്ന് എന്റെ ജീവിതത്തെ നിയന്ത്രിക്കാൻ ഞാൻ അനുവദിക്കണമെന്ന ചിന്ത ആധുനികകാലത്ത് ഉയിർപ്പിലുള്ള വിശ്വാസം നേരിടുന്ന വലിയൊരു വെല്ലുവിളിയാണ്.

ഈശോയുടെ പീഡാസഹനത്തെയും കുരിശുമരണത്തെയും വൈകാരികമായും നാടകീയമായും ചിത്രീകരിക്കുന്നത് കണ്ടുനിൽക്കുന്നവരിൽ ഭക്തിയുണർത്താൻ സഹായിക്കുമെന്ന് പറയാറുണ്ട്. കർത്താവ് തന്നെ 'നിങ്ങൾ എന്നെയോർത്ത് കരയേണ്ട' എന്ന് പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടെങ്കിലും, നമുക്കിപ്പോഴും കർത്താവിനേയോർത്ത് കരയാനും സഹതപിക്കാനുമാണ് താൽപ്പര്യം. എന്നാൽ, ഉയിർപ്പിലുള്ള വിശ്വാസം കേവലമായ ഭക്തി എന്നതിനേക്കാൾ ഉപരി നമ്മെ ശിഷ്യത്വത്തിലേക്കാണ് നയിക്കുന്നത്. ഇന്നും ജീവിക്കുന്ന കർത്താവിനെ അനുഗമിക്കാൻ തയ്യാറുള്ള ശിഷ്യരുടെ ഒരു തലമുറയാണ് ഇതിലൂടെ രൂപപ്പെടേണ്ടത്. ഉത്ഥാനത്തിനുള്ള വിശ്വാസമാണല്ലോ പന്ത്രണ്ട്



ശിഷ്യന്മാരെയും ധീരരായ അപ്പസ്തോലരാക്കി മാറ്റിയത്.

മരണത്തേക്കാൾ ശക്തമാണ് സ്നേഹം എന്ന യാഥാർത്ഥ്യമാണ് കർത്താവിന്റെ ഉത്ഥാനത്തിൽ നാം ദർശിക്കുന്നത്. സ്നേഹം മരണത്തെ അതിജീവിക്കുന്നു; അത് അമർത്യമാണ്. ദൈവസ്നേഹത്തെ മൂടിവെക്കാൻ മരണത്തിന് കഴിയില്ല. അതിനാൽതന്നെ, ദൈവപുത്രന്റെ ഉത്ഥാനം സ്വാഭാവികമായ ഒന്നാണ്. ദൈവിക സ്നേഹത്തിൽ നിറയുമ്പോൾ നാമും അമർത്യരായി മാറുകയാണ്. 'മിശിഹാ ഉയിർപ്പിക്കപ്പെട്ടതിനാൽ മരിച്ചവരും ഉയർപ്പിക്കപ്പെടും' (1 കോറി 15:16). മിശിഹായുടെ ഉയിർപ്പ് അവനിൽ വിശ്വസിക്കുന്ന നമ്മുടെയും ഉയിർപ്പിന്റെ അച്ചാരമാണ്; അതിനാൽ, ഉയിർപ്പിലുള്ള വിശ്വാസമാണ് ക്രൈസ്തവ ജീവിതത്തിന്റെ കേന്ദ്രബിന്ദു.

ഇന്ന് നാം ഉത്ഥിതനായ ഈശോയെ കണ്ടുമുട്ടുന്നത് തിരുവചനത്തിലൂടെയും കൂദാശകളിലൂടെയുമാണ്. ഇന്നും ജീവിക്കുന്ന കർത്താവിനെ തൊട്ടറിയാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുന്നത് വിശുദ്ധ കൂദാശകളിലൂടെയാണ്. അതുകൊണ്ടാണ്, ദൈവാരാധന ഉത്ഥിതനായ ഈശോയുടെ സാന്നിധ്യം ആഘോഷിക്കുന്ന വേദിയായി മാറുന്നത്. ആരാധനയുടെ അടിസ്ഥാനം ഉത്ഥാനരഹസ്യമായതിനാലാണ്, ആ ദിവ്യരഹസ്യത്തെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്ന സ്ലീവാ മദ്ബഹായിൽ പ്രതിഷ്ഠിക്കണമെന്ന് പറയുന്നത്. ഉത്ഥിതന്റെ സാന്നിധ്യമാണ് ശിഷ്യസമൂഹത്തെ പടുത്തുയർത്തുന്നത്.

മരണാനന്തരജീവിതത്തെക്കുറിച്ചും അമർത്യതയെക്കുറിച്ചുമുള്ള ചിന്തകളും സ്വപ്നങ്ങളും ഇന്നത്തെ തലമുറയ്ക്ക് അന്യമാകുന്നത് ജീവിതപ്രത്യാശയെ നിഷേധാത്മകമായി ബാധിക്കുന്നുണ്ട്. അമർത്യതയെ സ്വപ്നം കാണുന്നവർക്ക് ഉത്ഥാനം ഒരു ചാലകശക്തിയാണ്. ഈ ലോകത്തിലെ സുഖഭോഗങ്ങളെ മാത്രം ലക്ഷ്യം വയ്ക്കുന്നവരെ ഉത്ഥാനത്തിനുള്ള വിശ്വാസം സ്വാധീനിക്കാനിടയില്ല. സ്നേഹം അമർത്യമാണെന്ന അടിസ്ഥാന ബോധ്യമുണ്ടെങ്കിൽ മാത്രമേ ഈശോയുടെ ഉത്ഥാനം പൂർണഹൃദയത്തോടെ വിശ്വസിക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കൂ. ○

പ്രായമായവർക്ക് ഗ്രേയ്സ്ഫുൾ ധ്യാനം

(60 വയസിനു മുകളിലുള്ളവർക്ക് താമസിച്ചുള്ളത്)

കുന്നന്താനം സീയോൻ ധ്യാനകേന്ദ്രത്തിൽ

2026 മാർച്ച് 27, 28, 29, 30

മുൻകൂട്ടി ബുക്ക് ചെയ്യുക
ധ്യാനം ബുക്ക് ചെയ്യാൻ വിളിക്കുക
ഫോൺ – 8086399023, 9495107045

വിവാഹ ഒരുക്ക ധ്യാനം

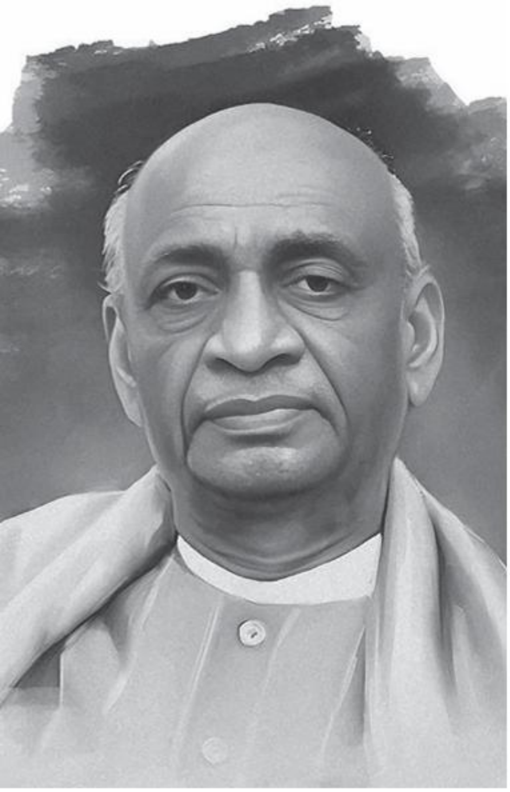
2026 APRIL	- 6, 7, 8 (Zion)	- Booking going on
	- 11, 12, 13 (Zion)	- Booking going on
	- 20, 21, 22 (Zion)	- Booking going on
	- 30, May 1, 2 (Zion)	- Booking going on
2026 MAY	- 9, 10, 11 (Zion)	- Booking going on
	- 16, 17, 18 (Zion)	- Booking going on
	- 30, 31, June 1 (Zion)	- Booking going on
2026 JUNE	- 20, 21, 22 (Zion)	- Booking going on
	- 29, 30, July 1 (Zion)	- Booking going on

അന്വേഷണങ്ങൾക്ക്
ഫാമിലി അപ്പോസ്തലേറ്റ്, ചങ്ങനാശ്ശേരി
ഫോൺ - **0481 2424476** സമയം – 11 am to 5 pm

സമുദായശക്തീകരണം

അവകാശബോധവും അതിജീവന പോരാട്ടങ്ങളും:

സംവരണവും ഭരണഘടനയും മലയാളി അറിയേണ്ടത്



അമൽ സിറിയക് ജോസ് വേളാശേരിൽ

ഭാരതീയ പൊതുസമൂഹത്തിൽ, പ്രത്യേകിച്ച് കേരളത്തിലെ ക്രൈസ്തവർക്കിടയിൽ കാലങ്ങളായി നിലനിൽക്കുന്ന ഒരു വലിയ ചർച്ചയാണ് സംവരണവും ന്യൂനപക്ഷ അവകാശങ്ങളും. ഇന്ത്യൻ ഭരണഘടനാ നിർമാണ വേളയിൽ സംവരണം വേണോ ന്യൂനപക്ഷ അവകാശം വേണോ എന്ന് ചോദിച്ചപ്പോൾ നേതാക്കൾ ന്യൂനപക്ഷ അവകാശം തിരഞ്ഞെടുത്തുവെന്നും, അതുകൊണ്ടാണ് ക്രൈസ്തവ സമുദായത്തിന് സംവരണം നഷ്ടപ്പെട്ടതെന്നുമുള്ള ഒരു ധാരണ പരക്കെയുണ്ട്. എന്നാൽ, ചരിത്രപരമായ രേഖകൾ പരിശോധിക്കുമ്പോൾ, അന്ന് എടുത്ത തീരുമാനങ്ങളുടെ പശ്ചാത്തലവും പിൽക്കാലത്ത് വന്ന മാറ്റങ്ങളും നാം തിരിച്ചറിയേണ്ടതുണ്ട്. നമ്മുടെ അറിവില്ലായ്മ മറ്റുള്ളവർ ചൂഷണം ചെയ്യാതിരിക്കാൻ ഈ ചരിത്രസത്യങ്ങൾ ഓരോ ക്രൈസ്തവനും അറിഞ്ഞിരിക്കണം.

1. ഭരണഘടനാ അസംബ്ലിയിലെ ചരിത്രപരമായ ചർച്ചകൾ (1949)

1949 മേയ് 25-ന് ഭരണഘടനാ അസംബ്ലിയിൽ അഡ്വൈസറി കമ്മിറ്റി ചെയർമാൻ സർദാർ വല്ലഭായ് പട്ടേൽ ന്യൂനപക്ഷങ്ങളെയും സംവരണത്തെയും സംബന്ധിച്ച സുപ്രധാന റിപ്പോർട്ട്

ഭരണഘടനാ അസംബ്ലിയിൽ സമർപ്പിച്ചു. അന്ന് നടന്ന ചർച്ചകളുടെ കാതൽ ഇതായിരുന്നു:

➢ **മതപരമായ വേർതിരിവ് ഒഴിവാക്കൽ:** മതത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഇന്ത്യയെ വീണ്ടും വിഭജിക്കാൻ പാടില്ല എന്ന ഉറച്ച നിലപാടിലായിരുന്നു സമിതി. അതുകൊണ്ട്, സ്വതന്ത്ര ഇന്ത്യയുടെ ഐക്യത്തെ ബാധിക്കുമെന്ന ഭയത്താൽ മതന്യൂനപക്ഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പുണ്ടായിരുന്ന മതത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള പ്രത്യേക രാഷ്ട്രീയ സംവരണം ഉപേക്ഷിക്കാൻ ആഹ്വാനം ചെയ്തു.

➢ **ഹരിജൻ വിഭാഗത്തിന്റെ ആശങ്ക:** എസ്. നാഗപ്പയെപ്പോലുള്ള പ്രതിനിധികൾ, ഈ മണ്ണിൽ നൂറ്റാണ്ടുകളായി അടിച്ചമർത്തപ്പെട്ട ജനത എന്ന നിലയിൽ, ഹരിജൻ വിഭാഗത്തിന് സംവരണം അനിവാര്യമാണെന്ന് വാദിച്ചു. ഇത് അംഗീകരിച്ചുകൊണ്ട് പത്ത് വർഷത്തേക്ക് അവർക്ക് സംവരണം നൽകാൻ തീരുമാനമായി.

➢ **ദേശീയ ഐക്യം:** ഇന്ത്യ ഒരു മതേതര രാഷ്ട്രമായി വളരണമെങ്കിൽ ജാതി - മത ചിന്തകൾക്ക് അപ്പുറം കഴിവിനും യോഗ്യതയ്ക്കും മുൻഗണന നൽകുന്ന ഒരു സംവിധാനം വരണമെന്ന് അസംബ്ലി ആഗ്രഹിച്ചു.

2. വിവിധ സമുദായങ്ങളുടെ നിലപാടുകൾ:

റിപ്പോർട്ടിന്റെ ഉള്ളടക്കം പ്രധാനമായും മുന്നോട്ടുവെച്ചത് ബ്രിട്ടീഷ് ഭരണകാലത്ത് പ്രെസിഡൻസികളിലും നാട്ടുരാജ്യങ്ങളിലും മതന്യൂനപക്ഷങ്ങൾക്ക് ലഭിച്ചിരുന്ന സംവരണം പൂർണമായും വിട്ടുകൊടുക്കണമെന്നാണ്. രാജ്യത്തിന്റെ ഐക്യത്തിനും അഖണ്ഡതയ്ക്കും വേണ്ടി എല്ലാ മതവിഭാഗങ്ങളും ഇതിനോട് സഹകരിക്കണമെന്ന് പട്ടേൽ ആവശ്യപ്പെട്ടു.

➢ **മുസ്ലിം പ്രതിനിധികളുടെ വീക്ഷണം:** മുസ്ലിം പ്രതിനിധികൾ സംവരണത്തെ ശക്തമായി എതിർത്തു. അവരിൽ പ്രധാനിയായിരുന്ന നസീറുദ്ദീൻ അഹ്മദ് (Ref: 8.91.152) അന്ന് പറഞ്ഞത് ശ്രദ്ധേയമാണ്: "സംവരണം മുസ്ലിങ്ങൾക്ക് തന്നെ ഹാനികരമാകുമെന്ന് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. സംവരണം അംഗീകരിച്ചു മുന്നോട്ടുപോയാൽ അത് ഹിന്ദുക്കളും മുസ്ലിങ്ങളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം വഷളാക്കുകയും വർഗീയ ധ്രുവീകരണത്തിന് കാരണമാവുകയും ചെയ്യും."

മറ്റൊരു പ്രമുഖ പ്രതിനിധിയായിരുന്ന താജമ്മുൽ ഹുസൈൻ (Ref: 8.92.50) കൂടുതൽ വ്യക്തമായി തന്റെ നിലപാട് രേഖപ്പെടുത്തി: "സംവരണം എന്നത് ദുർബലർക്കുള്ള ഇളവാണ്. ഞങ്ങൾ ദുർബലരല്ല, അതിനാൽ ഞങ്ങൾക്ക് പ്രത്യേക പരിഗണനകൾ വേണ്ട. ഞങ്ങൾ ഇന്ത്യക്കാരായി ഒന്നിച്ചു നിൽക്കാനാണ് ആഗ്രഹിക്കുന്നത്. വിഭജിക്കപ്പെട്ടാൽ നാം വീഴും, ഒന്നിച്ചുനിന്നാൽ നാം ജയിക്കും."

➢ **സിഖ് പ്രതിനിധികൾ:** സമാനമായി സിഖ് പ്രതിനിധികളും ദേശീയ ഐക്യത്തിനായി പ്രത്യേക സംവരണം ഉപേക്ഷിക്കാൻ തയാറായി.

3. ക്രൈസ്തവ നിലപാടും ഫാ. ജെറോം ഡിസൂസയും

ക്രൈസ്തവ പ്രതിനിധിയായിരുന്ന ജെസ്യൂട്ട് വൈദികൻ ഫാ. ജെറോം ഡിസൂസ അസംബ്ലിയിൽ

സ്വീകരിച്ച നിലപാട് ദീർഘവീക്ഷണമുള്ളതായിരുന്നു (Ref: 8.91.193). അദ്ദേഹത്തിന്റെ വാദങ്ങൾ ഇങ്ങനെയായിരുന്നു:

➢ **അർഹതയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള സഹായം**: സംവരണം നൽകേണ്ടത് മതത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിലല്ല, മറിച്ച് വ്യക്തിയുടെ പിന്നാക്കാവസ്ഥയുടെയും യോഗ്യതയുടെയും അടിസ്ഥാനത്തിലായിരിക്കണം.

➢ **ദാരിദ്ര്യ നിർമ്മാർജനം:** സാമൂഹികമായ സാഹചര്യങ്ങൾ മൂലം പിന്നാക്കം പോയവർക്ക് സർക്കാർ സഹായം നൽകണം. ഒരു മനുഷ്യനെ സഹായിക്കേണ്ടത് അവൻ ദരിദ്രനായതുകൊണ്ടാണ്. അവൻ ക്രിസ്ത്യാനിയോ, മുസ്ലിമോ, ഹിന്ദുവായ ബ്രാഹ്മണനോ, ദളിതനോ എന്നത് പരിഗണിക്കപ്പെടരുത്.

➢ **ജനാധിപത്യ മൂല്യങ്ങൾ:** മതാടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള വിഭജനത്തിന് പകരം യഥാർഥ ജനാധിപത്യ സർക്കാരുകൾ പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്ന എല്ലാവരെയും പിതൃതുല്യമായ വാത്സല്യത്തോടെ ചേർത്തു നിർത്തണം. സാമൂഹികവും വിദ്യാഭ്യാസപരവുമായ പിന്നാക്കാവസ്ഥ പരിഗണിച്ച് അവനെ ഉയർത്തിക്കൊണ്ടുവരാൻ ജനാധിപത്യ സർക്കാരിന് ബാധ്യതയുണ്ട്.

ഇതിനെ അനുകൂലിച്ചുകൊണ്ട് ഷിബ്ബൻ ലാൽ സക്സേന, ശ്രീ മഹാവീർ ത്യാഗി തുടങ്ങിയവർ സംസാരിക്കുകയും, സിഖ്-മുസ്ലിം-ക്രിസ്ത്യൻ വിഭാഗങ്ങൾ കാണിച്ച ഈ ദേശസ്നേഹപരമായ വിട്ടുവീഴ്ചയെ രാജ്യം എക്കാലവും സ്മരിക്കുമെന്ന് രേഖപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തു.

ചുരുക്കത്തിൽ, ക്രിസ്ത്യാനികൾ മാത്രമല്ല, ദളിത് ഇതര ന്യൂനപക്ഷങ്ങളെല്ലാം അന്ന് മതാടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള സംവരണം വേണ്ടെന്ന് വെച്ചത് രാജ്യത്തിന്റെ അഖണ്ഡതയെ കരുതിയായിരുന്നു. പത്ത് വർഷത്തേക്ക് ഹരിജൻ വിഭാഗത്തിന് മാത്രം സംവരണം അനുവദിക്കണമെന്ന റിപ്പോർട്ടിനെ എല്ലാവരും ഒരുപോലെ സ്വാഗതം ചെയ്തു.

4. എന്താണ് ന്യൂനപക്ഷ അവകാശം? (Minority Rights)

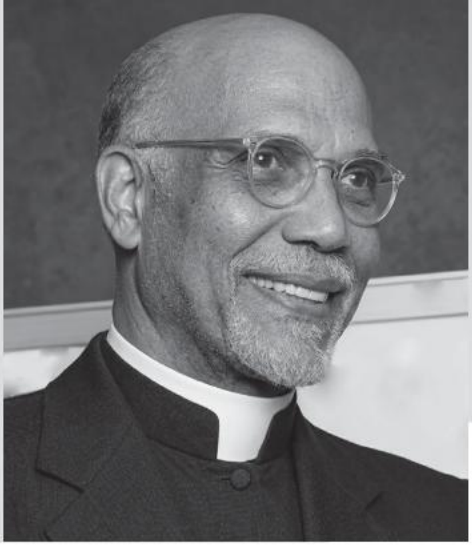
മതപരമായ സംവരണം വേണ്ടെന്ന് വെച്ചപ്പോൾ തന്നെ, ഒരു ബഹുസ്വര സമൂഹത്തിൽ ന്യൂനപക്ഷങ്ങളുടെ വ്യക്തിത്വം സംരക്ഷിക്കപ്പെടണമെന്ന് അന്ന് നേതാക്കൾക്ക് നിർബന്ധമുണ്ടായിരുന്നു. ഇതിന്റെ ഫലമായാണ് ഭരണഘടനയുടെ 29, 30 അനുച്ഛേദങ്ങൾ (Articles 29 & 30) പ്രകാരം പ്രത്യേക അവകാശങ്ങൾ ഉറപ്പാക്കിയത്.

❖ തങ്ങളുടെ മതപരവും സാംസ്കാരികവുമായ പാരമ്പര്യം അടുത്ത തലമുറയ്ക്ക് കൈമാറാൻ സ്വന്തമായി വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങൾ തുടങ്ങാനുള്ള അവകാശം ഇതുവഴി ഉറപ്പാക്കപ്പെട്ടു.

❖ ഭൂരിപക്ഷസമൂഹത്തിന്റെ ആധിപത്യത്തിനിടയിലും സ്വന്തം സംസ്കാരം കാത്തുസൂക്ഷിക്കാനുള്ള ഒരു 'സുരക്ഷാ കവചം' എന്ന നിലയിലാണ് ന്യൂനപക്ഷ അവകാശങ്ങൾ വിഭാവനം ചെയ്തത്.

ന്യൂനപക്ഷ അവകാശം സംവരണത്തിന് പകരമല്ല

ഇന്ന് പലരും തെറ്റിദ്ധരിച്ചിരിക്കുന്നത്



സംവരണത്തിന് പകരമായിട്ടാണ് ന്യൂനപക്ഷ അവകാശം (Minority Rights) ലഭിച്ചതെന്നാണ്. ഇത് തെറ്റാണ്. ഭൂരിപക്ഷസമൂഹത്തിന്റെ കടന്നു കയറ്റത്തിൽനിന്ന് ന്യൂനപക്ഷങ്ങളുടെ സാംസ്കാരികവും വിദ്യാഭ്യാസപരവുമായ തനിമ നിലനിർത്താനാണ് ഭരണഘടനയുടെ 29, 30 അനുച്ഛേദങ്ങൾ വിഭാവനം ചെയ്തത്. ഇത് മതവിഭാഗങ്ങൾ സ്വന്തം സ്ഥാപനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിനും പാരമ്പര്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനുമുള്ള അവകാശമാണ്, അല്ലാതെ സാമ്പത്തിക ആനുകൂല്യങ്ങൾക്ക് പകരമല്ല.

എന്തുകൊണ്ട് ദളിത്/ഹരിജൻ വിഭാഗങ്ങൾക്ക് സംവരണം?

ഭരണഘടനയിൽ എസ്.സി/എസ്.ടി വിഭാഗങ്ങൾക്ക് സംവരണം അനുവദിച്ചത് അവർ അനുഭവിച്ച നൂറ്റാണ്ടുകളായുള്ള അയിത്തത്തിന്റെയും സാമൂഹിക വിവേചനത്തിന്റെയും പശ്ചാത്തലത്തിലാണ്. എസ്. നാഗപ്പയെപ്പോലുള്ള പ്രതിനിധികൾ ഈ ജനതയുടെ വേദന അസംബ്ലിയിൽ കൃത്യമായി അവതരിപ്പിച്ചു. തുടക്കത്തിൽ പത്ത് വർഷത്തേക്ക് മാത്രമായി നിശ്ചയിച്ച ഈ സംവരണം പിന്നീട് കാലാനുസൃതമായി നീട്ടുകയായിരുന്നു.

എന്നാൽ, പിൽക്കാലത്ത് വന്ന ഒ.ബി.സി (OBC) സംവരണം സാമൂഹികവും വിദ്യാഭ്യാസപരവുമായ പിന്നാക്കാവസ്ഥ പരിഗണിച്ചാണ് നടപ്പിലാക്കിയത്. ഇവിടെയാണ് ക്രൈസ്തവ സമൂഹത്തിന് തങ്ങളുടെ പിന്നോക്കാവസ്ഥ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നതിൽ വീഴ്ച സംഭവിച്ചത്.

5. സംവരണ രാഷ്ട്രീയത്തിന്റെ പരിണാമവും ക്രൈസ്തവ പിന്നോക്കാവസ്ഥയും

ഭരണഘടനാ നിർമാണവേളയിൽ ഇത്തരമൊരു നിലപാട് സ്വീകരിച്ചെങ്കിലും പിൽക്കാലത്ത് ഇന്ത്യയുടെ സാമൂഹിക സാഹചര്യങ്ങളിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾ വന്നു.

➢ **ഒ.ബി.സി. സംവരണത്തിന്റെ വരവ്:** ഭരണഘടന നിലവിൽ വന്നപ്പോൾ (1950) പട്ടികജാതി വിഭാഗങ്ങൾക്ക് പത്തു വർഷത്തേക്ക് സംവരണം നൽകപ്പെട്ടു. എന്നാൽ പിൽക്കാലത്ത്, ഇന്ത്യയുടെ രാഷ്ട്രീയ സാഹചര്യം മാറുകയും മണ്ഡൽ കമ്മീഷൻ റിപ്പോർട്ടിന് ശേഷം ഒ.ബി.സി. (Other Backward Classes) സംവരണം വലിയൊരു ശക്തിയായി മാറുകയും ചെയ്തു. ഇവിടെയാണ് ക്രൈസ്തവ സമൂഹം പ്രതിസന്ധിയിലായത്.

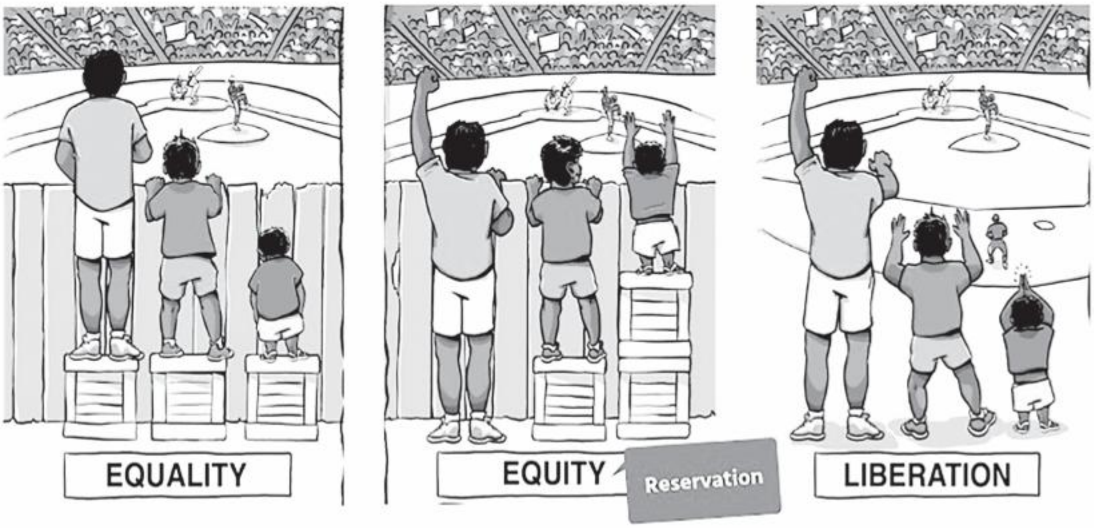
മറ്റു പല സമുദായങ്ങളും രാഷ്ട്രീയമായും സാമൂഹികമായും സംഘടിച്ച് തങ്ങളുടെ അവകാശങ്ങൾ നേടിയെടുത്തപ്പോൾ, രാഷ്ട്രീയവും സാമൂഹികവുമായ അറിവില്ലായ്മ കൊണ്ടോ ശ്രദ്ധക്കുറവ് കൊണ്ടോ ക്രൈസ്തവ സമൂഹം പലപ്പോഴും നിശബ്ദത പാലിക്കുകയും, അങ്ങനെ കേരളത്തിലെ ക്രൈസ്തവരിൽ വലിയൊരു വിഭാഗം ഈ ആനുകൂല്യങ്ങളിൽ നിന്ന് പുറന്തള്ളപ്പെടുകയും ചെയ്തു. 'ആവശ്യപ്പെട്ടാലേ ആനുകൂല്യം ലഭിക്കൂ' എന്ന ജനാധിപത്യ തത്വം ക്രൈസ്തവ നേതൃത്വം വൈകിയാണ് തിരിച്ചറിഞ്ഞത്.

➢ **സർക്കാർ ആനുകൂല്യങ്ങളിലെ വിവേചനം:** സർക്കാർ ജോലികൾ, ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസം എന്നിവയിൽ മാത്രമല്ല, പഞ്ചായത്ത് തലത്തിലുള്ള സാധാരണ ആനുകൂല്യങ്ങളിൽ പോലും 'സംവരണം' ഒരു മാനദണ്ഡമായി മാറി. ആവശ്യപ്പെടാത്തവർക്ക് ഒന്നും ലഭിക്കാത്ത സാഹചര്യം സംജാതമായി. ഫലമോ, സാമ്പത്തികമായി പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്ന സാധാരണ ക്രൈസ്തവ കുടുംബങ്ങൾ പുറന്തള്ളപ്പെട്ടു.

ഈ ഘട്ടത്തിൽ ക്രൈസ്തവസമൂഹം പല വിധത്തിലുള്ള വെല്ലുവിളികൾ നേരിട്ടു:

❖ **അവകാശങ്ങൾ ചോദിക്കാനുള്ള വിമുഖത:** തങ്ങൾ പിന്നാക്കാവസ്ഥയിലല്ലെന്ന മിഥ്യാഭിമാനം മൂലം പല ആനുകൂല്യങ്ങളും നാം ചോദിച്ചു വാങ്ങിയില്ല.

❖ **പ്രാതിനിധ്യക്കുറവ്:** സർക്കാർ സർവീസുകളിലും രാഷ്ട്രീയ മേഖലകളിലും ക്രൈസ്തവ സാന്നിധ്യം ക്രമേണ കുറഞ്ഞു.



❖ **സാമ്പത്തിക തകർച്ച:** കാർഷിക മേഖലയിലെ തകർച്ചയും വിദ്യാഭ്യാസ ചിലവ് വർധിച്ചതും സാധാരണക്കാരായ ക്രൈസ്തവ കുടുംബങ്ങളെ തളർത്തി. സാമ്പത്തിക പിന്നാക്കാവസ്ഥ രൂക്ഷമായി.

6. ചരിത്രപരമായ പോരാട്ടങ്ങൾ

അവകാശങ്ങൾ ചോദിച്ചു വാങ്ങിയ ചരിത്രവും ക്രൈസ്തവ സമുദായത്തിനുണ്ട്:

തിരുവിതാംകൂറിലെ നിയമസഭകളിൽ ജനസംഖ്യാനുപാതികമായ പ്രാതിനിധ്യം ഉറപ്പാക്കാൻ ക്രിസ്ത്യൻ, മുസ്ലിം, ഈഴവ സമുദായങ്ങൾ നടത്തിയ ഐതിഹാസികമായ പോരാട്ടമായിരുന്നു നിവർത്തന പ്രക്ഷോഭം. ഇത് സമുദായങ്ങളുടെ രാഷ്ട്രീയ ഐക്യത്തിന്റെ ആദ്യ പാഠമായിരുന്നു. പിന്നീട് ഭരണഘടനാപരമായ അവകാശങ്ങൾക്കായി നടന്ന ജനകീയ മുന്നേറ്റമായിരുന്നു വിമോചന സമരം.

7. അതിജീവനത്തിനായുള്ള ആധുനിക പോരാട്ടങ്ങൾ

നഷ്ടപ്പെട്ട അവകാശങ്ങൾ തിരിച്ചുപിടിക്കാനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ സമീപകാലത്ത് സജീവമായിട്ടുണ്ട്. അതിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ചില നാഴികക്കല്ലുകൾ താഴെ പറയുന്നവയാണ്:

❖ **ജെ.ബി. കോശി കമ്മീഷൻ:** 2019-ൽ സംസ്ഥാന ന്യൂനപക്ഷ കമ്മീഷനിൽ നൽകിയ അപേക്ഷയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കേരളത്തിലെ ക്രൈസ്തവരുടെ സാമൂഹിക-സാമ്പത്തിക-വിദ്യാഭ്യാസ പിന്നാക്കാവസ്ഥ പഠിക്കാൻ സർക്കാർ ജസ്റ്റിസ് (റിട്ട.) ജെ.ബി കോശിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ കമ്മീഷനെ നിയമിച്ചു. കേരള ചരിത്രത്തിൽ ആദ്യമായാണ് ഇത്രയധികം നിവേദനങ്ങൾ (4,45,500) ഒരു കമ്മീഷന് ലഭിക്കുന്നത്. ഇത് ക്രൈസ്തവജനത അനുഭവിക്കുന്ന ആശങ്കയുടെയും അവഗണനയുടെയും ആഴം വ്യക്തമാക്കുന്നു.

❖ **80:20 അനുപാതവും ഹൈക്കോടതി വിധിയും:** കേരള സർക്കാർ ന്യൂനപക്ഷ ആനുകൂല്യങ്ങളിൽ (പ്രത്യേകിച്ച് സ്കോളർഷിപ്പുകളിൽ) വർഷങ്ങളായി പിന്തുടർന്നിരുന്ന 80:20 (മുസ്ലിം : ഇതര ന്യൂനപക്ഷങ്ങൾ) എന്ന വിവേചനപരമായ അനുപാതത്തിനെതിരെ നടന്ന നിയമപോരാട്ടം ചരിത്രപരമാണ്. അഡ്വ. പി.പി. ജോസഫ്, അഡ്വ. ജസ്റ്റിൻ പള്ളിവാതുക്കൽ എന്നിവർ നൽകിയ ഹർജികളിൽ ഹൈക്കോടതി ചീഫ് ജസ്റ്റിസിന്റെ ബെഞ്ച് ഇത് 'ഭരണഘടനാ വിരുദ്ധമാണെന്ന്' കൃത്യമായ വിധി പുറപ്പെടുവിച്ചു. ഭരണഘടനയുടെ 14, 15 അനുച്ഛേദങ്ങളുടെ ലംഘനമാണ് ഈ അനുപാതമെന്നും, ജനസംഖ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ തുല്യനീതി നടപ്പിലാക്കണമെന്നും കോടതി ഉത്തരവിട്ടു. 'Unconstitutional act' എന്നാണ് കോടതി ഇതിനെ വിശേഷിപ്പിച്ചത്. ഈ വിധിയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ, സർക്കാർ വിവേചനം അവസാനിപ്പിക്കുകയും അർഹരായ ക്രൈസ്തവ

വിദ്യാർഥികൾക്ക് കൂടി നീതി ഉറപ്പാക്കുകയും ചെയ്തു.

7. പുതിയ കാലത്തെ സംവരണ വെല്ലുവിളികളും പരിഹാരങ്ങളും

ഇന്ത്യൻ ഭരണഘടന വിഭാവനം ചെയ്ത ആദ്യകാല സംവരണ ആശയങ്ങളിൽ നിന്ന് ഇന്ന് രാജ്യം ഏറെ മുന്നോട്ട് പോയിരിക്കുന്നു. സാമൂഹിക സാഹചര്യങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് ഓരോ സർക്കാരുകളും പുതിയ സംവരണ മാനദണ്ഡങ്ങൾ നടപ്പിലാക്കുന്നുണ്ട്. ഇവിടെയാണ് ക്രൈസ്തവസമൂഹം പുനർചിന്തനം നടത്തേണ്ടത്.

➢ **ഒ.ബി.സി. സംവരണത്തിലെ വിവേചനം:** കേരളത്തിലും കേന്ദ്രത്തിലും മാപ്പിള (മുസ്ലിം) വിഭാഗത്തിന് ഒ.ബി.സി സംവരണം ലഭ്യമാണ്. എന്നാൽ, സമാനമായ സാമൂഹിക പശ്ചാത്തലമുള്ള നസ്രാണി മാപ്പിളമാർ ഈ ആനുകൂല്യങ്ങളിൽ നിന്ന് പുറത്താണ്. കേരളത്തിലെ മുസ്ലിം സമുദായത്തിലെ ഭൂരിഭാഗം ഉപവിഭാഗങ്ങൾക്കും ഒ.ബി.സി പരിരക്ഷ ലഭിക്കുമ്പോൾ, ക്രൈസ്തവരിൽ ഒരു ചെറിയ വിഭാഗത്തിന് മാത്രമാണ് നിലവിൽ ഈ ആനുകൂല്യമുള്ളത്. ക്രൈസ്തവ സമൂഹം നേരിടുന്ന പിന്നാക്കാവസ്ഥ സംബന്ധിച്ച ഔദ്യോഗിക റിപ്പോർട്ടുകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ, സമുദായത്തിന് മൊത്തമായി ഒ.ബി.സി സംവരണം നൽകാൻ സർക്കാർ തയ്യാറാകേണ്ടതുണ്ട്.

➢ **EWS സംവരണം:** നിലവിൽ ഒ.ബി.സി, എസ്.സി, എസ്.ടി വിഭാഗങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടാത്ത ക്രൈസ്തവർക്ക് ആശ്രയിക്കാവുന്ന ഏക മാർഗം സാമ്പത്തികമായി പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്നവർക്കുള്ള സംവരണം (EWS) ആണ്. എന്നാൽ, ഇതിലെ കടുപ്പമേറിയ മാനദണ്ഡങ്ങൾ പലർക്കും തടസ്സമാകുന്നുണ്ട്. ഈ മാനദണ്ഡങ്ങളിൽ ഇളവ് വരുത്താൻ ആവശ്യമായ സമ്മർദം ചെലുത്തുക എന്നത് സമുദായത്തിന്റെ അടിയന്തര ആവശ്യമാണ്.

➢ **ദളിത് ക്രൈസ്തവരുടെ അവഗണന**: ഹൈന്ദവ ദളിത് വിഭാഗങ്ങൾക്ക് ലഭിക്കുന്ന ആനുകൂല്യങ്ങൾ ക്രിസ്ത്യാനിയായി എന്ന ഒരൊറ്റ കാരണത്താൽ ദളിത് ക്രൈസ്തവർക്ക് നിഷേധിക്കപ്പെടുന്നത് കടുത്ത നീതികേടാണ്. ഈ ഭരണഘടനാ വിരുദ്ധമായ അവഗണന അവസാനിപ്പിക്കാനും അവർക്ക് അർഹമായ സംവരണം നേടിയെടുക്കാനും സമുദായം ഒറ്റക്കെട്ടായി നിൽക്കണം.

8. അതിജീവനത്തിനായുള്ള ഉയിർത്തെഴുന്നേൽപ്പ്

ക്രിസ്ത്യാനിയായി ജനിച്ചു എന്നത് ഭരണഘടനാപരമായ ആനുകൂല്യങ്ങൾ നിഷേധിക്കപ്പെടാനുള്ള കാരണമല്ല. "നമുക്ക് ഒന്നും വേണ്ട" എന്നുപറഞ്ഞ് മാറിനിന്ന കാലം കഴിഞ്ഞു. ഒരു സാധാരണ സർക്കാർ ആനുകൂല്യത്തിന് അപേക്ഷിക്കുമ്പോൾ പോലും സംവരണം മാനദണ്ഡമാകുന്ന ഇന്നത്തെ വ്യവസ്ഥിതിയിൽ, നമ്മുടെ അജ്ഞത മറ്റുള്ളവർ മുതലെടുക്കാതിരിക്കാൻ കൃത്യമായ അവകാശബോധം അനിവാര്യമാണ്. മറ്റുള്ളവരുടെ അവകാശങ്ങൾ തട്ടിയെടുക്കാനല്ല, മറിച്ച് നമ്മുടെ അർഹമായ വിഹിതം ചോദിച്ചുവാങ്ങാനാണ് നാം ശീലിക്കേണ്ടത്.

ഇതിനായി ക്രൈസ്തവ സമുദായം മൂന്ന് കാര്യങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കണം:

❖ **ഭരണഘടനാ സാക്ഷരത:** നമ്മുടെ നിയമപരമായ അവകാശങ്ങൾ എന്താണെന്ന് ഓരോ അംഗവും കൃത്യമായി പഠിക്കുക.

❖ **പിന്നോക്കാവസ്ഥ ബോധ്യപ്പെടുത്തുക:** വിദ്യാഭ്യാസ-സാമ്പത്തിക മേഖലകളിൽ നമ്മുടെ സമൂഹം നേരിടുന്ന തകർച്ച കണക്കുകൾ സഹിതം അധികാരികൾക്ക് മുന്നിൽ അവതരിപ്പിക്കുക.

❖ **കൂട്ടായ പോരാട്ടം:** എനിക്ക് വ്യക്തിപരമായി സഹായം ആവശ്യമില്ലായിരിക്കാം, എന്നാൽ പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്ന എന്റെ സഹോദരന് നീതി ലഭിക്കാൻ ഒന്നിച്ച് ശബ്ദമുയർത്തുക.

നമ്മുടെ വരുംതലമുറയുടെ 'വാഴ്ത്തുപാട്ടുകളിൽ' ഈ തലമുറയുടെ ധീരത മുഴങ്ങണം, ഭീരുത്വമല്ല. ചരിത്രപരമായ അറിവില്ലായ്മ മൂലം നാം അനുഭവിച്ച നഷ്ടങ്ങൾ ഇനിയുണ്ടാകരുത്. നമ്മുടെ കുട്ടികളുടെ ഭാവിക്ക് വേണ്ടിയും, പിന്തള്ളപ്പെട്ടുപോകുന്ന കുടുംബങ്ങളെ കൈപിടിച്ചുയർത്താനും ആധുനിക കാലത്തെ ഈ 'അതിജീവന പോരാട്ടങ്ങൾ' അനിവാര്യമാണ്. അറിവുള്ളവരായി, അവകാശബോധമുള്ളവരായി നമുക്ക് മുന്നേറാം.

ഭാവിയുടെ ഉയിർപ്പിനായി നമുക്ക് ഇന്നുതന്നെ ഉണർന്ന് പ്രവർത്തിക്കാം.

○

എല്ലാവർക്കും എൻട്രൻസ് എഴുതാം

റവ. ഡോ. ജോൺ തെക്കേക്കര

എൻട്രൻസ് പരീക്ഷകൾ എന്നത് സയൻസ് വിദ്യാർഥികൾ എഴുതുന്ന മെഡിക്കൽ-എഞ്ചിനീയറിംഗ് പരീക്ഷകൾ മാത്രമാണ് പലരുടെയും മനസ്സിൽ വരുന്നത്. ഹ്യൂമാനിറ്റീസ്, കൊമേഴ്സ് വിഷയങ്ങൾ പഠിക്കുന്നവർക്ക് ഇത്തരം അവസരങ്ങളില്ലെന്ന ധാരണ പൂർണമായും തെറ്റാണ്. ദേശീയതലത്തിൽ ഉയർന്ന ശമ്പളവും മികച്ച കരിയറും വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്ന നിരവധി എൻട്രൻസ് പരീക്ഷകൾ ഇവർക്കായി നിലവിലുണ്ട്. 2026-27 അധ്യയന വർഷത്തേക്കുള്ള പ്രവേശന നടപടികൾ പലതും ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞു. വരും വർഷങ്ങളിൽ പരീക്ഷ എഴുതുന്നവർക്കായി ചില പ്രധാന അവസരങ്ങൾ താഴെ നൽകുന്നു.

1. ഹോട്ടൽ മാനേജ്മെന്റ്:

ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹോട്ടൽ മാനേജ്മെന്റ് സ്ഥാപനങ്ങളിൽ പ്രവേശനത്തിനുള്ള പരീക്ഷയാണ് National Council for Hotel Management - Joint Entrance Examination (NCHMCT-JEE). കേന്ദ്ര സർക്കാരിന്റെയും സംസ്ഥാന സർക്കാരുകളുടെയും സ്വകാര്യ മേഖലകളിലെയും രാജ്യത്തെ 70-ലധികം പ്രമുഖ കോളേജുകളിലേക്ക് പ്രവേശനം ഈ പരീക്ഷ വഴിയാണ്. ഇംഗ്ലീഷ് ഒരു വിഷയമായി പഠിച്ചിരിക്കണം. പ്ലസ് ടു പാസ്സ് ആണ് പ്രവേശന യോഗ്യത. മികച്ച പ്ലേസ്മെന്റ് ഉറപ്പായ ഹോസ്പിറ്റാലിറ്റി, ക്രൂയിസ് ലൈൻ, കളിനറി ആർട്സ് തുടങ്ങിയ മേഖലകളിൽ വിവിധ ഡിഗ്രി, പി.ജി, ഡിപ്ലോമ കോഴ്സുകളുണ്ട്.

ലോകമെമ്പാടുമുള്ള ആഡംബര ഹോട്ടലുകളിലും ക്രൂയിസ് കപ്പലുകളിലും ജോലി നേടാൻ ഈ കോഴ്സ് സഹായിക്കും. നാല് വർഷത്തെ ഹോസ്പിറ്റാലിറ്റി ആൻഡ് ഹോട്ടൽ അഡ്മിനിസ്ട്രേഷൻ കോഴ്സാണ് പ്രധാനം.

2. മാനേജ്മെന്റ്:

ഡിഗ്രിക്ക് ശേഷം എം.ബി.എ എടുക്കുന്നതിന് പകരം പ്ലസ് ടുവിന് ശേഷം നേരിട്ട് അഞ്ച് വർഷത്തെ ഇന്റഗ്രേറ്റഡ് പ്രോഗ്രാം ഇൻ മാനേജ്മെന്റ് (IPM) ചെയ്യാവുന്നതാണ്. പ്ലസ് ടു ഏത് വിഷയം പഠിച്ച് 60% മാർക്കോടെ പാസ്സായ വർക്കും അപേക്ഷിക്കാം. ഐ.ഐ.ടി കഴിഞ്ഞാൽ ഇന്ത്യയിലെ ഏറ്റവും പ്രശസ്തമായ സ്ഥാപനങ്ങളാണ് ഐ.ഐ.എമ്മുകൾ. IIM ഇൻഡോർ, റോഹ്തക് എന്നിവിടങ്ങളിലേക്കുള്ള പ്രവേശനത്തിനായി IPMAT പരീക്ഷ വഴിയും, IIM റാഞ്ചി, ബോധ്ഗയ, ജമ്മു എന്നിവിടങ്ങളിലേക്ക് JIPMAT എന്ന പരീക്ഷ വഴിയുമാണ് പ്രവേശനം.

IIM ബാംഗ്ലൂർ നടത്തുന്ന BBA ഡിജിറ്റൽ ബിസിനസ് & ഓൺട്രപ്രണർഷിപ്പ് (DBE) എന്ന ഓൺലൈൻ ബിരുദത്തിനും, BSc (Hons) ഇക്കണോമിക്സ്, ഡാറ്റ സയൻസ് എന്നിവയ്ക്കും ആധുനിക സാധ്യതകളുണ്ട്. ബിസിനസ് സ്റ്റഡീസിനും ഫിനാൻസിനും ഇന്ത്യയിലെ ഏറ്റവും മികച്ച കോളേജാണ് ഷഹീദ് സുഖ്ദേവ് കോളജ് ഓഫ് ബിസിനസ് സ്റ്റഡീസ്, ഡൽഹി. CUET വഴിയാണ് ഇവിടെ പ്രവേശനം.

3. സോഷ്യൽ സയൻസസ്:

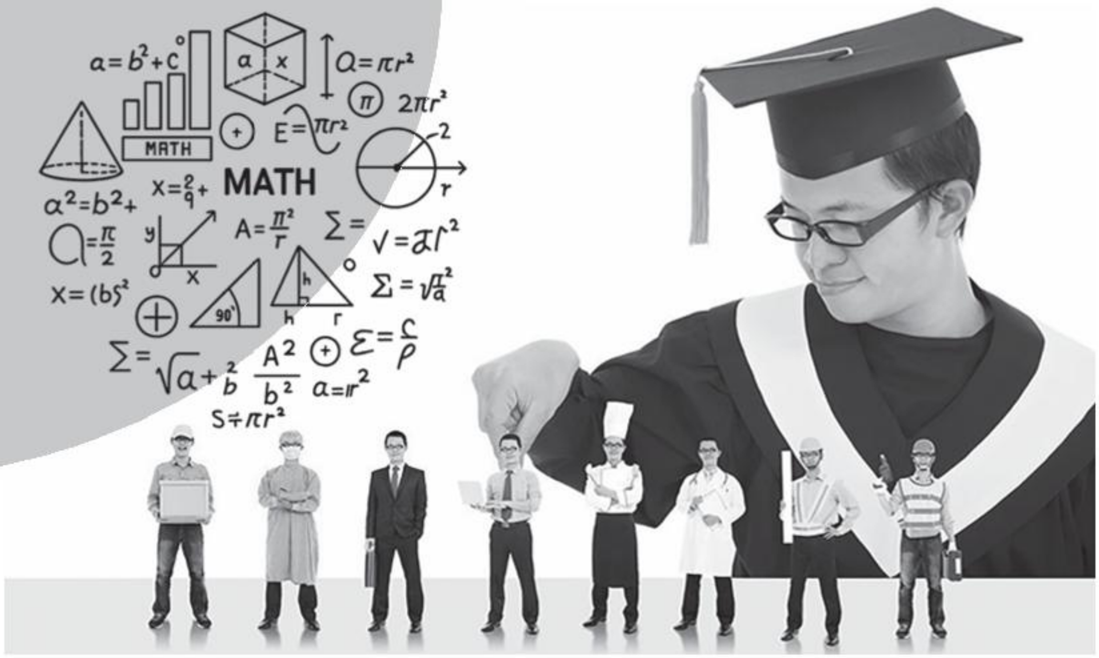
സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര വിഷയങ്ങളുടെ ഇന്ത്യയിലെ ഏറ്റവും പ്രമുഖ സ്ഥാപനമായ TISSൽ (ടാറ്റ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് സോഷ്യൽ സയൻസസ് - മുംബൈ, തുൾജാപൂർ, ഗുവാഹത്തി) സോഷ്യൽ വർക്ക് (BSW), സോഷ്യൽ സയൻസ് (BASS), BS അനലിറ്റിക്സ് & സസ്റ്റെയ്നബിൾ സ്റ്റഡീസ് എന്നീ കോഴ്സുകളിലും പ്ലസ് ടു ഏത് വിഷയം പഠിച്ചവർക്കും CUET വഴി പ്രവേശനം നേടാവുന്നതാണ്.

4. ഡിസൈൻ:

സർഗാത്മകതയുള്ളവർക്ക് തിരഞ്ഞെടുക്കാവുന്ന മികച്ച മേഖലയാണിത്. ഇന്ത്യയിലെ ഏറ്റവും പ്രമുഖ ഡിസൈൻ പരിശീലന സ്ഥാപനമായ NID (നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഡിസൈൻ) നടത്തുന്ന വിവിധ ഡിഗ്രി കോഴ്സുകളിലേക്ക് DAT (Design Aptitude Test) വഴി പ്രവേശനം നേടാം. ഗ്രാഫിക് ഡിസൈൻ, പ്രോഡക്റ്റ് ഡിസൈൻ, ആനിമേഷൻ തുടങ്ങിയവയിൽ ആഗോള നിലവാരമുള്ള പഠനം സാധ്യമാണ്. രാജ്യത്താകെ ഏഴ് സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ ക്യാമ്പസുകൾ ഉണ്ടെങ്കിലും ഒട്ടുമിക്ക കോഴ്സുകളും ലഭ്യമായിട്ടുള്ളത് NID അഹമ്മദാബാദിലാണ്. പ്രവേശനത്തിനുള്ള യോഗ്യത പ്ലസ്ടു പാസ്സും DATൽ നേടുന്ന മാർക്കുമാണ്. അപേക്ഷകൾ എല്ലാ വർഷവും സെപ്റ്റംബർ മുതലാണ് സമർപ്പിക്കേണ്ടത്. ഫാഷൻ ഡിസൈനിംഗ്, അപ്പാരൽ പ്രൊഡക്ഷൻ, ടെക്സ്റ്റൈൽ ഡിസൈൻ, ഫാഷൻ കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ എന്നിവയ്ക്ക് ഇന്ത്യയിലെ ഏറ്റവും മികച്ച സ്ഥാപനമാണ് NIFT (നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഫാഷൻ ടെക്നോളജി). ഐ.ഐ.ടി ബോംബെ നടത്തുന്ന UCEED പരീക്ഷ വഴി കൊമേഴ്സ്/ഹ്യൂമാനിറ്റീസ് വിദ്യാർഥികൾക്കും വിവിധ ഐ.ഐ.റ്റികളിൽ ഡിസൈൻ ബിരുദത്തിന് (B.Des) ചേരാം.

5. നിയമപഠനം:

ഏത് വിഷയവും പ്ലസ്ടുവിൽ പഠിച്ചവർക്കും പ്രവേശനം നേടാവുന്ന മറ്റൊരു മേഖലയാണ് നിയമം. അഞ്ചു വർഷത്തെ ഇന്റഗ്രേറ്റഡ് എൽ.എൽ.ബി (BA LLB, BBA LLB, B.Com LLB) കോഴ്സുകൾക്ക് ഇന്ന് വലിയ ഡിമാൻഡുണ്ട്. 24 നാഷണൽ ലോ യൂണിവേഴ്സിറ്റികളിലേക്കുള്ള (NLU) പ്രവേശനം നേടാൻ CLAT (Common Law Admission Test) എഴുതണം. 5 വർഷ ഇന്റഗ്രേറ്റഡ് LLBയും ഉണ്ട്. പ്ലസ്ടുവിൽ 45% മാർക്ക് വേണം. എല്ലാ വർഷവും ഡിസംബർ മാസത്തിൽ നടത്തുന്ന ഈ പരീക്ഷയ്ക്ക് അപേക്ഷകൾ സ്വീകരിക്കുന്നത് ഓഗസ്റ്റ് മുതൽ ഒക്ടോബർ വരെയുള്ള മാസങ്ങളിലാണ്.



കോർപ്പറേറ്റ് ലോയർ, ജുഡീഷ്യൽ സർവീസ്, ലീഗൽ കൺസൾട്ടന്റ് എന്നിങ്ങനെ വിവിധ സാധ്യതകളുണ്ട്. കൂടാതെ, ഡൽഹി നാഷണൽ ലോ യൂണിവേഴ്സിറ്റി നടത്തുന്ന AILET എന്ന പ്രത്യേക പരീക്ഷയും കേരളത്തിലെ സർക്കാർ ലോ കോളേജുകളിലേക്കുള്ള KLEE പരീക്ഷയും പ്രമുഖ സ്വകാര്യ ലോ കോളേജുകളിലേക്കുള്ള SLAT/LSAT-India പരീക്ഷയുമുണ്ട്.

6. ഭാഷാപഠനം:

ഹൈദരാബാദ്, ഷിലോങ്, ലക്നൗ എന്നിവിടങ്ങളിൽ ക്യാമ്പസുകൾ ഉള്ള EFLUൽ (English and Foriegn Languages University) ഇംഗ്ലീഷ് ഉൾപ്പെടെ 14 ഭാഷകളിൽ ബിരുദ കോഴ്സുകളാണ് നടത്തുന്നത്. മൂന്ന് വർഷത്തെ ഡിഗ്രിയും 4 വർഷത്തെ ഓണേഴ്സ് ഡിഗ്രിയും ഇവിടെ ലഭ്യമാണ്. 50 ശതമാനം മാർക്കാണ് യോഗ്യത.

ഇംഗ്ലീഷ്, ഹിന്ദി, ചൈനീസ്, അറബി, പേർഷ്യൻ, റഷ്യൻ, കൊറിയൻ, ജാപ്പനീസ്, ഫ്രഞ്ച്, സ്പാനിഷ്, ജർമൻ, ഇറ്റാലിയൻ എന്നിങ്ങനെ വിവിധ ഭാഷകളിലും, ജേർണലിസം & കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ, ഡിജിറ്റൽ കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ എന്നിവയിലും ഡിഗ്രി കോഴ്സുകൾക്ക് CUET വഴി പ്രവേശനം നേടാം.

രാജ്യ തലസ്ഥാനത്തെ പ്രസിദ്ധമായ ജവഹർലാൽ നെഹ്റു യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ ഹിന്ദി, അറബി, പേർഷ്യൻ, ഇറ്റാലിയൻ, ജർമൻ, ഫ്രഞ്ച്, ജാപ്പനീസ് മുതലായ നിരവധി ഡിഗ്രി കോഴ്സുകൾക്കും CUET വഴി പ്രവേശനം നേടാം.

Common University Entrance Test (CUET)

ഏത് വിഷയവും പ്ലസ്ടു തലത്തിൽ പഠിച്ചവർക്ക് ജവഹർലാൽ നെഹ്റു യൂണിവേഴ്സിറ്റി, ബനാറസ് ഹിന്ദു യൂണിവേഴ്സിറ്റി, അലിഗഡ് മുസ്ലിം യൂണിവേഴ്സിറ്റി, യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഓഫ് ഡൽഹി, ജാമിയ മില്ലിയ, സെൻട്രൽ യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഓഫ് കേരള-കാസർഗോഡ് തുടങ്ങി രാജ്യത്തെ 250-ഓളം സർവകലാശാലകളിലെ ബിരുദ പ്രവേശനത്തിനുള്ള രാജ്യത്തെ ഏറ്റവും വലിയ ഏകജാലക പരീക്ഷയാണിത്.

പ്ലസ്ടുവിന് പഠിച്ച വിഷയങ്ങൾത്തന്നെ പരീക്ഷയ്ക്ക് തിരഞ്ഞെടുക്കാം. ഒപ്പം ജനറൽ ടെസ്റ്റും ഇംഗ്ലീഷും എഴുതണം. പ്രഗദ്ഭരായ വിദ്യാർഥികൾക്ക് രാജ്യത്തെ മികച്ച സ്ഥാപനങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുവാൻ ഇതിലൂടെ സാധിക്കുന്നു.

ജനുവരി-മാർച്ച് മാസങ്ങളിലാണ് അപേക്ഷ സമർപ്പിക്കേണ്ടത്. സൈക്കോളജി, ഇക്കണോമിക്സ്, പൊളിറ്റിക്കൽ സയൻസ്, കൊമേഴ്സ് തുടങ്ങിയ ഏത് വിഷയത്തിലും ഉന്നത പഠനം ഇതിലൂടെ സാധ്യമാകും.

പുതിയ കാലത്തെ കരിയർ സാധ്യതകൾ

സയൻസ് ഇതര വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് തിരഞ്ഞെടുക്കാവുന്ന ചില ആധുനിക കരിയറുകൾ കൂടി ശ്രദ്ധിക്കുക:

◆ **ISI (ഇന്ത്യൻ സ്റ്റാറ്റിസ്റ്റിക്കൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്):**

മാത്തമാറ്റിക്സിൽ താല്പര്യമുള്ള കോമേഴ്സ് വിദ്യാർഥികൾക്ക് ബി.സ്റ്റാറ്റ് കോഴ്സുകൾക്ക് ശ്രമിക്കാം.

◆ **IIMC (ഇന്ത്യൻ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് മാസ്സ് കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ):**

ജേർണലിസം, അഡ്വർടൈസിംഗ് മേഖലയിൽ താല്പര്യമുള്ളവർക്ക് ബിരുദത്തിന് ശേഷം ഇവിടെ പ്രവേശിക്കാം.

◆ **ഡാറ്റാ അനലിറ്റിക്സ്:**

കണക്കിനോട് താല്പര്യമുള്ള കൊമേഴ്സ് വിദ്യാർഥികൾക്ക് സ്റ്റാറ്റിസ്റ്റിക്സ്, ഡാറ്റ സയൻസ്, ഫിൻടെക് മേഖലകളിൽ വലിയ സാധ്യതയുണ്ട്.

◆ **ഡിജിറ്റൽ മാർക്കറ്റിംഗ് & ഇ-കൊമേഴ്സ്:**

ക്രിയേറ്റീവ് ആയ വിദ്യാർഥികൾക്ക് ബിരുദത്തോടൊപ്പം ഡിജിറ്റൽ മാർക്കറ്റിംഗ് കോഴ്സുകൾ ചെയ്യുന്നത് വലിയ വരുമാനം നേടിത്തരും.

◆ **സൈക്കോളജി & കൗൺസിലിംഗ്:**

കൗൺസിലിംഗ്, ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജി, കോർപ്പറേറ്റ് സൈക്കോളജിസ്റ്റ് തുടങ്ങിയ തസ്തികകളിൽ മികച്ച ശമ്പളം ലഭിക്കും. മാനസികാരോഗ്യ മേഖലയിൽ പ്രൊഫഷണലുകളുടെ വലിയ ആവശ്യകതയുണ്ട്.

◆ **ലിബറൽ ആർട്സ്:**

ഒരേസമയം വിവിധ വിഷയങ്ങൾ (ഉദാഹരണത്തിന് ഹിസ്റ്ററിയും മാത്തമാറ്റിക്സും) പഠിക്കാനുള്ള അവസരം. അശോക യൂണിവേഴ്സിറ്റി, ഫ്ളെയിം യൂണിവേഴ്സിറ്റി തുടങ്ങിയവയിൽ ക്രിട്ടിക്കൽ തിങ്കിംഗിന് മുൻഗണന നൽകുന്ന വ്യത്യസ്തമായ കോഴ്സുകൾ ലഭ്യമാണ്.

◆ **വിഷ്വൽ കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ & മാസ്സ് മീഡിയ:**

ജേണലിസം, ഫിലിം മേക്കിംഗ്, മീഡിയ മാനേജ്മെന്റ്.

◆ **ആക്ച്വറിയൽ സയൻസ്:**

കണക്കിൽ താല്പര്യമുള്ള കൊമേഴ്സ് വിദ്യാർഥികൾക്ക് റിസ്ക് മാനേജ്മെന്റ് മേഖലയിൽ മികച്ച കരിയർ നൽകുന്നു.

◆ **സ്പോർട്സ് മാനേജ്മന്റ്:**

കായിക രംഗത്തോടു താല്പര്യമുള്ളവർക്ക് സ്പോർട്സ് മാനേജ്മെന്റ് ബിരുദങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കാം.

ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ:

☞ ***ഗണിതം:*** കൊമേഴ്സ്/ഹ്യുമാനിറ്റീസ് എടുത്താലും പ്ലസ്ടു തലത്തിൽ മാത്തമാറ്റിക്സ് കൂടി പഠിക്കുന്നത് ഐ.ഐ.എം പോലെയുള്ള സ്ഥാപനങ്ങളിലേക്കുള്ള പ്രവേശനം എളുപ്പമാക്കും.

☞ **വാർത്താ വിനിമയം:** പത്രവായനയും പൊതുവിജ്ഞാനവും ഇത്തരം പരീക്ഷകളിൽ നിർണായകമാണ്.

☞ **അപേക്ഷാ സമയം:** ഭൂരിഭാഗം ദേശീയ പരീക്ഷകളുടെയും വിജ്ഞാപനം സെപ്റ്റംബർ മുതൽ ഫെബ്രുവരി വരെയുള്ള മാസങ്ങളിൽ പുറത്തുവരും. അതിനാൽ, പ്ലസ് വൺ മുതൽ തന്നെ തയ്യാറെടുപ്പ് തുടങ്ങുക.

☞ **യോഗ്യത:** മിക്ക പരീക്ഷകൾക്കും 50% മുതൽ 60% വരെ മാർക്ക് മതിയാകും. നിങ്ങളുടെ അഭിരുചി (Aptitude) ആണ് ഇവിടെ പ്രധാനം.

☞ **തയ്യാറെടുപ്പ്:** വെറും മാർക്ക് മാത്രമല്ല, ഇംഗ്ലീഷ് പ്രാവീണ്യം, ജനറൽ നോളജ്, ലോജിക്കൽ റീസണിംഗ് എന്നിവ ഈ പരീക്ഷകളിൽ നിർണായകമാണ്.

☞ **വെബ്സൈറ്റുകൾ:** എപ്പോഴും nta.ac.in പോലെയുള്ള ഔദ്യോഗിക സൈറ്റുകൾ പരിശോധിക്കുക.

മത്സരിച്ചു മുന്നേറുക!

സയൻസ് പഠിച്ചില്ല എന്ന കാരണം കൊണ്ട് ആർക്കും സാധ്യതകൾ കുറയുന്നില്ല. കൃത്യമായ പ്ലാനിംഗും ചിട്ടയായ പഠനവും ഉണ്ടെങ്കിൽ സയൻസ് പഠിച്ചവരേക്കാൾ മികച്ച കരിയർ കെട്ടിപ്പടുക്കാൻ മറ്റുള്ളവർക്കും സാധിക്കും.

ഹ്യൂമാനിറ്റീസ്/കൊമേഴ്സ് വിദ്യാർഥികൾക്ക് CA, CS, CFA, ബാങ്കിങ് (IBPS), ഡിജിറ്റൽ മാർക്കറ്റിങ്, ജേണലിസം, സിവിൽ സർവീസസ് (UPSC), ടീച്ചിങ് (TET), ഫാഷൻ/ഇന്റീരിയർ ഡിസൈൻ തുടങ്ങിയവയിൽ ഉയർന്ന ജോലി സാധ്യതകളുണ്ട്. മത്സരബുദ്ധിയോടെ പരിശ്രമിച്ചാൽ മുന്നേറാനുള്ള വഴികൾ തുറന്നുവരും.

○

റോസിനെ ഭയപ്പെടുത്തിയത് ഭൂതമോ ഭൂതകാലമോ?

ഏതൊരു സിനിമയുടെയും സീരീസിന്റെയും കഥ ആദ്യമേ ഇന്റർനെറ്റിൽ നിന്ന് വായിച്ചിട്ടു മാത്രം അത് കാണുന്ന ഒരു സുഹൃത്ത് എനിക്കുണ്ട്. "വെറുതെ ഒരാവശ്യവുമില്ലാതെ വല്ലവരുടെയും കഥ കണ്ട് ടെൻഷൻ അടിക്കണോ?" എന്നതാണ് അയാളുടെ പക്ഷം. എന്നാൽ, ഭൂരിഭാഗം പ്രേക്ഷകരും അങ്ങനെയല്ലാത്തതുകൊണ്ട് ആദ്യം തന്നെ പറയട്ടെ: ജിയോ ഹോട്ട്സ്റ്റാറിൽ മുപ്പതു മിനിറ്റ് വീതമുള്ള ആറ് എപ്പിസോഡുകളായി പുറത്തിറങ്ങിയ 'റോസ്ലിൻ' (ROSLIN) എന്ന വെബ് സീരീസിന്റെ വിശകലനമാണിത്. അതിനാൽത്തന്നെ, ഇതിൽ സ്പോയിലറുകൾ ഉണ്ടാകാം. കഥ മുൻകൂട്ടി അറിഞ്ഞാൽ ഈ സീരീസ് കാണുന്നതിലെ രസം മുഴുവനായും നഷ്ടപ്പെട്ടേക്കാം എന്നതിനാലാണ് ഈ മുന്നറിയിപ്പ്.

വിനായക് ശശികുമാർ തിരക്കഥയെഴുതി സുമേഷ് നന്ദകുമാർ സംവിധാനം ചെയ്ത ഈ സീരീസ് റോസ്ലിൻ അഥവാ റോസ് (സഞ്ജനാ ദീപു) എന്ന ടീനേജ് പെൺകുട്ടിയുടെ ആശങ്കകളുടെ കഥയാണ്. ആനയിറങ്ങി എന്ന മലയോരപ്രദേശത്ത് ഫാം നടത്തി ജീവിക്കുന്ന ജോണിന്റെയും (വിനീത്) ശോഭയുടെയും (മീന) മകളാണ് അവൾ.

ഒരിക്കൽ തന്നെ രക്ഷിക്കാനുള്ള ശ്രമത്തിനിടയിൽ സഹോദരൻ അലൻ മരിക്കാനിടയായ സംഭവത്തിന്റെ ട്രോമയും (Post-Traumatic Stress Diosrder) കുറ്റബോധവും റോസിനെ വേട്ടയാടുന്നുണ്ട്. സീരീസ് ആരംഭിക്കുന്നതുതന്നെ അവളുടെ ഭയപ്പെടുത്തുന്ന സ്വപ്നങ്ങളിലൂടെയാണ്. പിടിച്ചുലയ്ക്കുന്ന ഇത്തരം അനുഭവങ്ങൾ ഒരാൾ

മറ്റുള്ളവരെ നോക്കിക്കാണുന്ന രീതിയെയും ദൈനംദിന ജീവിതത്തെയും എപ്രകാരം സ്വാധീനിക്കുന്നു എന്ന് റോസിലൂടെ ഈ സീരീസ് കാണിച്ചുതരുന്നു.

മാനസികാരോഗ്യവും മാതാപിതാക്കളുടെ സമീപനവും

തീവ്രമായ ഉത്കണ്ഠയും (Anxiety Diosrder) ഉറക്കമില്ലായ്മയും (Sleeping Diosrder) റോസിനെ അലട്ടുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ, അവളുടെ ഈ അവസ്ഥയെ വെറും തോന്നലുകളായി കണ്ട് നിസ്സാരവത്കരിക്കുകയാണ് മാതാപിതാക്കൾ. ട്രോമയിലൂടെ കടന്നുപോകുന്ന ഒരാൾക്ക് വിദഗ്ധമായ മനഃശാസ്ത്ര സഹായം നൽകേണ്ടത് എത്രത്തോളം പ്രധാനമാണെന്ന് സീരീസ് ഓർമിപ്പിക്കുന്നു.

സീരീസിന്റെ ട്രെയിലർ കണ്ടാൽ ഇതൊരു സൂപ്പർനാച്ചുറൽ ഹൊറർ സീരീസായി തോന്നാമെങ്കിലും, ആദ്യ എപ്പിസോഡ് കഴിയുമ്പോൾത്തന്നെ ഇതൊരു സൈക്കോളജിക്കൽ ഫാമിലി ഡ്രാമയോ ക്രൈം ത്രില്ലറോ ആണെന്ന് വ്യക്തമാകും. സ്വപ്നത്തിൽ റോസിനെ പിന്തുടരുന്ന 'പച്ചക്കണ്ണുള്ള മനുഷ്യൻ' ആണ് ഇതിലെ ഹൊറർ ഫാക്ടർ. എന്നാൽ, അവൾ സ്വപ്നത്തിൽ കണ്ട് ഭയപ്പെട്ടിരുന്ന അതേ പച്ചക്കണ്ണുള്ള മനുഷ്യൻ ജെറി (ഹക്കീം ഷാജഹാൻ) ഒരു ദിവസം റോസ് വാലി എന്ന അവരുടെ വീട്ടിൽ പേയിംഗ് ഗസ്റ്റായി എത്തുന്നതോടെ കഥയിലെ സസ്പെൻസ് ഗ്രാഫ് ഉയരുന്നു.

ഭയത്തിന്റെ അവതരണശൈലി

പെട്ടെന്നുള്ള ശബ്ദങ്ങൾക്കൊണ്ടോ ദൃശ്യങ്ങൾ കൊണ്ടോ ഭയപ്പെടുത്തുന്ന, ദി കൺജ്യൂറിങ് (2013) പോലുള്ള സിനിമകളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന, 'ജമ്പ് സ്കെയർ' (Jump Scare) രീതിയല്ല ഇവിടെ അവലംബിച്ചിരിക്കുന്നത്. പകരം, ഭയം തുടർച്ചയായി നിലനിർത്തുന്ന 'ലിംഗറിംഗ് ഹൊറർ' (Lingering Horror) ശൈലിയാണ് ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്. താൻ ഭയപ്പെടുന്ന അപരിചിതന്റെ സാന്നിധ്യം റോസിന്റെ മുഖത്തുണ്ടാക്കുന്ന അസ്വസ്ഥത പ്രേക്ഷകരിലേക്കും പടരുന്നു. ഹെറിഡിറ്ററി (2018), ഡാർക്ക് (2017), മലയാളത്തിലെ ഭൂതകാലം (2022) തുടങ്ങിയവയിലൊക്കെ ഈ ശൈലി കാണാം.

സ്വപ്നത്തിൽനിന്ന് യാഥാർഥ്യത്തിലേക്കും തിരിച്ചുമുള്ള റോസിന്റെ യാത്രകൾ പ്രേക്ഷകനിലും ആശയക്കുഴപ്പം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. "ഇപ്പോൾ കണ്ടത് സ്വപ്നമായിരുന്നോ യാഥാർഥ്യമായിരുന്നോ?" റോസിനോട് മനഃശാസ്ത്രജ്ഞൻ ചോദിക്കുന്ന ചോദ്യം പ്രേക്ഷകൻ തന്നോടുതന്നെ ചോദിച്ചുപോകുന്നു: "Are you sure you are able to differentiate between your dream and reality?" സ്ക്രീനിലെ സ്വപ്നങ്ങൾക്കൊണ്ട് യാഥാർഥ്യത്തെ സംശയിക്കാനിടയാക്കുന്ന ഈ ശൈലി ക്രിസ്റ്റഫർ നോളന്റെ ഇൻസെപ്ഷൻ (2010) സിനിമയിലെ 'Dream within a dream' എന്ന സങ്കല്പം ഓർമിപ്പിച്ചേക്കാനിടയുണ്ട്.

കാഴ്ചപ്പാടുകളിലെ മാറ്റവും ക്ലൈമാക്സ് ട്വിസ്റ്റും

പ്രേക്ഷകൻ സിനിമയിലെ പ്രധാന കഥാപാത്രത്തിന്റെ കാഴ്ചപ്പാടിലൂടെ സംഭവങ്ങളെ കാണുന്ന രീതിയെ സിനിമാ ആസ്വാദനത്തിൽ 'Spectatorial Identification' എന്ന് വിളിക്കുന്നു. കഥാന്ത്യത്തിൽ നായകൻ പ്രതിസന്ധികൾ തരണം ചെയ്യുമ്പോൾ പ്രേക്ഷകനും ആശ്വാസം തോന്നുന്നത് ഇതിനാലാണ്. റോസിന്റെ ഭയവും ആശയക്കുഴപ്പവും പ്രേക്ഷകനും അനുഭവിക്കുന്ന രീതിയിലാണ് ഇതിന്റെ മേക്കിംഗ്.

സ്വപ്നരംഗങ്ങളിലെ പോയിന്റ് ഓഫ് വ്യൂ (POV) ഷോട്ടുകളും ഭീതിയുടെ നിമിഷങ്ങളിൽ കുട്ടിയുടെ മുഖത്തെ ക്ലോസപ്പ് ദൃശ്യങ്ങളും ആരോ പിന്തുടരുന്നുവെന്ന പ്രതീതി ജനിപ്പിക്കുന്ന സബ്ജക്റ്റീവ് ക്യാമറ മൂവ്മെന്റും ഇതിന് കരുത്തേകുന്നു.

എന്നാൽ, അവസാന എപ്പിസോഡിൽ റോസിന്റെയും പ്രേക്ഷകന്റെയും അതുവരെയുള്ള കാഴ്ചപ്പാടുകൾ പാടെ തെറ്റാണെന്ന് തെളിയുന്ന ഒരു മുഹൂർത്തമുണ്ട്. ക്ലൈമാക്സിലെ ഈ വലിയ ട്വിസ്റ്റ്, അതുവരെയുള്ള മുഴുവൻ കഥയെയും പുതുതായി വ്യാഖ്യാനിക്കാൻ പ്രേക്ഷകനെ നിർബന്ധിക്കുന്ന രീതിയിലാണ് സംവിധാനം ചെയ്തിരിക്കുന്നത്. ജീത്തു ജോസഫ് ഷോറണ്ണറായ ഈ സീരീസിൽ, അദ്ദേഹത്തിന്റെ ദൃശ്യം (2013, 2021) സിനിമകളിലേതുപോലെ 'Written-backwards' എന്ന കഥാകഥന ശൈലി കാണാം. ക്ലൈമാക്സിലെത്തുമ്പോഴാണ് മുൻ എപ്പിസോഡുകളിലെ ജോണിന്റെയും ശോഭയുടെയും പെരുമാറ്റങ്ങളിലെ നിഗൂഢതകൾ നമുക്ക് ബോധ്യപ്പെടുന്നത്.

മനോജ് നൈറ്റ് ശ്യാമളന്റെ ദി സിക്സ്ത് സെൻസ് (1999), ഡേവിഡ് ഫിഞ്ചറുടെ ഗോൺ ഗേൾ (2014), മലയാളത്തിൽ അടുത്തയിടെ വന്ന എക്കോ (2025) എന്നിവയിലേതുപോലെ ഈ സീരീസിലും അവസാന ഭാഗത്ത് കഥാപാത്രങ്ങളുടെ അതുവരെയുണ്ടായിരുന്ന സ്വഭാവം (Character Arc) അവസാന നിമിഷം അടിമുടി മാറുന്നു. അതുവരെ വില്ലനായി കരുതിയ ആൾ രക്ഷകനാകുകയും, സംരക്ഷകർ എന്ന് വിശ്വസിച്ചിരുന്നവർ വില്ലന്മാരാണെന്നും റോസ് തിരിച്ചറിയുന്നു.

കുടുംബം എന്ന ഇരപിടിയൻ

സമൂഹം ഒരാളെ നല്ലവനെന്നോ ചീത്തയെന്നോ തീരുമാനിക്കുന്ന മാനദണ്ഡങ്ങളെ ഈ സീരീസ് ചോദ്യം ചെയ്യുന്നു. റോസിന്റെ മാതാപിതാക്കളുടെ സ്നേഹം വെറും അഭിനയമായിരുന്നുവെന്നും, തങ്ങളുടെ ഭാവി സുരക്ഷിതമാക്കാനുള്ള ഒരു 'ഇൻവെസ്റ്റ്മെന്റ്' ആയിട്ടാണ് അവർ മകളെ കണ്ടിരുന്നതെന്നും തിരിച്ചറിയുമ്പോൾ പ്രേക്ഷകരും അസ്വസ്ഥരാകുന്നു. ഒരുപക്ഷേ, ഈ സീരീസ് കണ്ടു ദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞാലും, പ്രേക്ഷകന്റെ മനസ്സിൽ ഇതൊരു ഭാരമായി നിലനിൽക്കാനിടയുണ്ട്.

കുടുംബം എന്നാൽ സ്നേഹത്തിന്റെ തണലിടം എന്ന പരമ്പരാഗത സങ്കല്പത്തിന് വിരുദ്ധമായി,വ്യക്തികൾപലപ്പോഴും കുടുംബത്തിന്റെ തന്നെ ഇരകളാകുന്നു എന്ന കെ.ജി. ജോർജിന്റെ ഇരകൾ (1985) മുന്നോട്ട് വെച്ച ആശയം ഈ സീരീസിലും പ്രതിഫലിക്കുന്നു. മധ്യവർഗ കുടുംബങ്ങൾ കുട്ടികൾക്കുമേൽ അടിച്ചേൽപ്പിക്കുന്ന അമിത പ്രതീക്ഷകളുടെയും ഭാരത്തിന്റെയും, അതൊന്നും നിറവേറ്റാൻ കഴിയാതെപോകുന്ന കുട്ടികളുടെ ആശങ്കകളുടെയും പ്രതീകമായി ആ വീടിനെ കരുതാവുന്നതാണ്. അങ്ങനെയുള്ള ഒരു വീട്ടകം വൈകാരിക സുരക്ഷിതത്വം നൽകുന്നില്ല എന്ന ചിന്ത തന്നെയാവണം വീടും നാടും ഉപേക്ഷിക്കാൻ ഒട്ടേറെ മലയാളി യുവജനങ്ങൾ തീരുമാനിക്കാനുള്ള കാരണം.

ഭൂതകാലത്തിന്റെ നോട്ടം

ഫ്രഞ്ച് മനഃശാസ്ത്രജ്ഞനായ ഴാക്ക് ലക്കാന്റെ 'നോട്ടം' (Gaze) എന്ന രീതിശാസ്ത്രത്തിലൂടെ നോക്കിയാൽ, റോസിനെ വേട്ടയാടുന്ന 'Green-eyed Presence' - ആരോ തന്നെ പിന്തുടരുന്നു എന്ന സ്ഥിരമായ ഭയം, ഒറ്റയ്ക്കിരിക്കുമ്പോഴും അനുഭവപ്പെടുന്ന ഒരു രൂപം - ഒരു ഭൂതമല്ല. മറിച്ച്, സഹോദരന്റെ മരണമുണ്ടാക്കിയ കുറ്റബോധത്തിന്റെ നോട്ടമാണ് (Gaze of Guilt). അവളുടെ സഹോദരൻ അലനെക്കുറിച്ചുള്ള കുറ്റബോധം ഒരു 'External Watcher' ആയി അവളുടെ മനസ്സിൽ രൂപപ്പെടുകയായിരുന്നു.

ഈ സീരീസിലെ യഥാർഥ 'ഹൊറർ' ഭൂതങ്ങളല്ല, മറിച്ച് ഭൂതകാലമാണ്. മനസ്സിന്റെ ഉള്ളറകളിൽ അടിച്ചമർത്തപ്പെട്ട കുറ്റബോധമാണ് (Repressed Guilt) ഭയമായി മാറുന്നത്. ഭൂതകാലത്തെ ഭയപ്പെടുന്ന ഏതൊരാളെയും പോലെ റോസും കഴിഞ്ഞതൊക്കെയും ഒരു ദുഃസ്വപ്നം മാത്രമായിരിക്കണേ എന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്നിടത്താണ് സീരീസ് അവസാനിക്കുന്നത്.

ഭയത്തെയും ഭൂതകാലത്തെയും അതിജീവിക്കാൻ രണ്ട് കാര്യങ്ങളാണ് ഈ സീരീസ് മുന്നോട്ട് വെക്കുന്നത്. സീരീസിന്റെ തുടക്കത്തിൽ കൗൺസിലർ പറയുന്നത് പോലെ: "ഭയത്തെ നേരിടാനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല വഴി അതിനെ അഭിമുഖീകരിക്കുക എന്നതാണ്." അതുപോലെ ഒടുവിൽ വികാരിയച്ചൻ പറയുന്ന വാക്കുകളും: "നല്ല മനുഷ്യരെ ദൈവം കൈവിടുകയില്ല." ഈ തിരിച്ചറിവുകൾക്കിടയിലാണ് ഭയത്തിൽ നിന്നുമുള്ള അതിജീവനം സാധ്യമാകുന്നത്. ○

വീക്ഷണം

ഗാമോഫോബിയ: വിവാഹത്തെ ഭയക്കുന്ന പുതിയ തലമുറ

ഫാ. ഐബിൻ പകലോമറ്റം

വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ് വിവാഹം എന്നത് ജീവിതത്തിലെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട തീരുമാനമായിരുന്നു. കൃത്യമായ അന്വേഷണങ്ങൾക്കും ആലോചനകൾക്കും ശേഷം മാത്രമേ അന്നത്തെ തലമുറ വിവാഹ ജീവിതത്തിലേക്ക് പ്രവേശിച്ചിരുന്നുള്ളൂ. കുടുംബത്തെ ഏറ്റവും വിശുദ്ധമായ ഒരിടമായി അവർ കണ്ടിരുന്നു. എന്നാൽ കാലം മാറിയപ്പോൾ, വിവാഹ സങ്കല്പങ്ങളിലും രീതികളിലും വലിയ മാറ്റങ്ങൾ സംഭവിച്ചു.

മാറുന്ന വിവാഹ രീതികളും പൊരുത്തക്കേടുകളും:

ഇന്ന് പലപ്പോഴും വിവാഹ ചടങ്ങുകൾക്ക് വേഗത കൂടിയിരിക്കുന്നു. പരസ്പരം കാണാനോ സംസാരിക്കാനോ സമയം കണ്ടെത്താതെ, വിദേശങ്ങളിൽ നിന്നും മറ്റും അവധിക്ക് നാട്ടിലെത്തി ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ വിവാഹവും അനുബന്ധ ചടങ്ങുകളും നടത്തി മടങ്ങുന്ന പ്രവണത വർധിച്ചുവരുന്നു. വിവാഹശേഷമാണ് പലരും വ്യക്തിപരമായി സംസാരിക്കാൻ പോലും സമയം കണ്ടെത്തുന്നത്. ഇത് ദമ്പതികൾക്കിടയിൽ പൊരുത്തക്കേടുകൾ വർധിപ്പിക്കാനും കുടുംബജീവിതം സങ്കീർണമാകാനും കാരണമാകുന്നു.

എന്താണ് ഗാമോഫോബിയ (Gamophobia)?

പുതിയ തലമുറയിൽ പലരും വിവാഹത്തോട് വിമുഖത കാണിക്കുന്നവരോ ഒറ്റയ്ക്ക് ജീവിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവരോ ആണ്. ഇതിനെ ഗാമോഫോബിയ എന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കാം. വിവാഹം, ദീർഘകാല ബന്ധങ്ങൾ അല്ലെങ്കിൽ പ്രതിബദ്ധത (Commitment) എന്നിവയോടുള്ള അമിതവും യുക്തിരഹിതവുമായ ഭയമാണിത്.

പ്രധാന ലക്ഷണങ്ങൾ:

➢ പ്രണയബന്ധങ്ങൾ ഗൗരവകരമാകുമ്പോൾ പിൻവാങ്ങുക.

➢ വിവാഹത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ ഉത്കണ്ഠ, നെഞ്ചിടിപ്പ്, ശ്വാസംമുട്ടൽ എന്നിവ അനുഭവപ്പെടുക.

➢ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങളിൽ നിന്ന് ഒളിച്ചോടാനുള്ള പ്രവണത.

പഠന റിപ്പോർട്ടുകൾ നൽകുന്ന സൂചന

2023-ൽ കാനാ ജോൺ പോൾ II പോന്തിഫിക്കൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് കേരളത്തിലെ വിവിധ ജില്ലകളിൽ (കോട്ടയം, ആലപ്പുഴ, പത്തനംതിട്ട, കൊല്ലം, തിരുവനന്തപുരം) 18-30 വയസിനിടയിലുള്ള യുവാക്കൾക്കിടയിൽ നടത്തിയ സർവേ ഞെട്ടിക്കുന്ന വിവരങ്ങളാണ് പുറത്തുവിടുന്നത്. സർവേയിൽ പങ്കെടുത്ത 66.7% പേരും വിവാഹം കഴിക്കാൻ താല്പര്യമില്ലാത്തവരാണെന്ന് കണ്ടെത്തി. ഇതിൽ:

• 38.30% പേർ വിവാഹത്തേക്കാൾ കരിയറിന് മുൻഗണന നൽകുന്നു.

• 28.4% പേർ വ്യക്തിസ്വാതന്ത്ര്യം ആഗ്രഹിക്കുന്നതിനാൽ ഒറ്റയ്ക്ക് ജീവിക്കാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു.

• 24.7% പേർക്ക് കുടുംബജീവിതത്തിലെ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കാൻ താല്പര്യമില്ല.

ഭയത്തിന്റെ വേരുകൾ എവിടെ?

യുവതലമുറ വിവാഹത്തെ ഭയത്തോടെ കാണാൻ നിരവധി കാരണങ്ങളുണ്ട്:

1. മുൻകാല അനുഭവങ്ങൾ: മാതാപിതാക്കളുടെ വിവാഹമോചനമോ കലഹങ്ങളോ കണ്ട് വളരുന്നത് വിവാഹത്തോടുള്ള താല്പര്യം കുറയ്ക്കുന്നു.

2. സ്വാതന്ത്ര്യബോധം: വിവാഹം കഴിച്ചാൽ തങ്ങളുടെ വ്യക്തിത്വം നഷ്ടപ്പെടുമോ എന്ന ഭയം.

3. സാമ്പത്തിക ലക്ഷ്യങ്ങൾ: വീട്, യാത്രകൾ, കരിയർ എന്നിവയ്ക്ക് വിവാഹത്തേക്കാൾ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു.

4. അനുയോജ്യമായ പങ്കാളിയുടെ അഭാവം: തങ്ങളുടെ ചിന്താഗതികൾക്ക് ചേരുന്ന പങ്കാളിയെ കണ്ടെത്താനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്.

5. മാധ്യമ സ്വാധീനം: സിനിമകളും സോഷ്യൽ മീഡിയയും പലപ്പോഴും കുടുംബജീവിതത്തെ വികലമായി ചിത്രീകരിക്കുന്നത് യുവാക്കളെ സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ട്.

വിവാഹപ്രായത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാട് സർവേ പ്രകാരം യുവാക്കൾ വിവാഹത്തിനായി തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന പ്രായത്തിൽ വലിയ മാറ്റം വന്നിട്ടുണ്ട്.

• 74% യുവാക്കളും 25-30 വയസ്സിനിടയിൽ വിവാഹം കഴിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

• 12.3% പേർ 31-35 വയസ് വരെ വിവാഹം നീട്ടിവെക്കാൻ താല്പര്യപ്പെടുന്നു.

• വെറും 7.4% പേർ മാത്രമാണ് 18-25 വയസ്സിനിടയിൽ വിവാഹം കഴിക്കാൻ തയാറാവുന്നത്.

ഈ പ്രവണത വരുംതലമുറയുടെ എണ്ണം കുറയുന്നതിനും, വൈകിയുള്ള പ്രസവം മൂലം ആരോഗ്യവാനായ ഒരു തലമുറയെ ലഭിക്കാതെ വരുന്നതിനും കാരണമായേക്കാം.

വെല്ലുവിളികളും പുതിയ സാധ്യതകളും

ഈ വിമുഖത പെൺകുട്ടികളിലാണ് കൂടുതൽ കണ്ടുവരുന്നത്. ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസവും സാമ്പത്തിക ഭദ്രതയും കൈവരിക്കുമ്പോൾ ഒറ്റയ്ക്ക് ജീവിക്കാനുള്ള ആഗ്രഹം അവരിൽ വർധിക്കുന്നു.

സിനിമകളും സോഷ്യൽ മീഡിയയും കുടുംബജീവിതത്തെ വികലമായി ചിത്രീകരിക്കുന്നതും ഇതിന് കാരണമാകുന്നു. ഇതിന്റെ ഫലമായി ഒട്ടേറെ യുവാക്കൾക്ക് വിവാഹത്തിനായി പെൺകുട്ടികളെ ലഭിക്കാത്ത സാഹചര്യമുണ്ട്. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ, അസം, മേഘാലയ തുടങ്ങിയ മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള അനുയോജ്യരായ പങ്കാളികളെ കണ്ടെത്തുന്ന രീതിയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

പരിഹാര മാർഗങ്ങൾ

നല്ല കുടുംബ മാതൃകകൾ പുതിയ തലമുറയ്ക്ക് മുന്നിൽ കുറഞ്ഞു വരുന്നത് വേദനാജനകമാണ്.

• **ബോധവത്കരണം:** ഇടവക, രൂപത തലങ്ങളിൽ കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ മഹത്വത്തെക്കുറിച്ചും സ്ത്രീ-പുരുഷ സമത്വത്തെക്കുറിച്ചും കൃത്യമായ ക്ലാസ്സുകൾ നൽകണം.

• **സ്വാർഥത വെടിയുക:** സ്വന്തം കാര്യങ്ങളിൽ മാത്രം ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നതിന് പകരം മറ്റുള്ളവരെ പരിഗണിക്കുന്ന മനോഭാവം വളർത്തണം.

• **ഭാവിയെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധ്യം:** ഒറ്റയ്ക്ക് ജീവിക്കുമ്പോൾ വാർധക്യകാലത്ത് ഉണ്ടായേക്കാവുന്ന മാനസിക-ശാരീരിക വെല്ലുവിളികളെക്കുറിച്ച് അവരെ ഓർമിപ്പിക്കണം.

സൃഷ്ടികർമത്തിൽ ദൈവത്തിന്റെ പങ്കാളികളാകുക എന്ന വലിയ ഉത്തരവാദിത്തമാണ് വിവാഹത്തിലൂടെ നാം ഏറ്റെടുക്കുന്നത്. ഈ ബോധ്യം സന്തോഷത്തോടെ സ്വീകരിക്കാൻ പുതിയ തലമുറയെ നാം പ്രാപ്തരാക്കണം.

പേരന്റിംഗ്

വേനലവധി: മണ്ണറിഞ്ഞും മനമറിഞ്ഞും

ജയേഷ് കെ. ജി

സൈക്കോളജിസ്റ്റ് & ഫാമിലി കൗൺസലർ,
പോസിറ്റീവ് ക്ലിനിക്ക്, തൃശൂർ.

no

കഴിഞ്ഞ ഒരു അധ്യയന വർഷം മുഴുവൻ പാഠപുസ്തകങ്ങളുടെയും പരീക്ഷകളുടെയും തിരക്കിലായിരുന്ന കുട്ടികൾക്ക് 'അവധിക്കാലം' എന്നത് ആനന്ദത്തിന്റെ ദിനങ്ങളാണ്. എന്നാൽ, ഈ രണ്ടു മാസക്കാലം കേവലം വിനോദങ്ങളിൽ മാത്രം ഒതുക്കാതെ, സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ അതിപ്രസരമില്ലാതെ സ്വന്തം കഴിവുകൾ തിരിച്ചറിയാനും വളർത്താനുമുള്ള അവസരമായി നാം മാറ്റണം.

തിരഞ്ഞെടുപ്പുകൾ നിങ്ങളുടേതാകട്ടെ

പ്രിയപ്പെട്ട കുട്ടികളേ, അവധിക്കാല വിനോദങ്ങൾ മറ്റൊരാളുടെ നിർബന്ധത്തിലല്ല നിങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടത്. കൂട്ടുകാർ പോകുന്നത് കണ്ട് അവരുടെ പിന്നാലെ കൂടുകയോ, മാതാപിതാക്കളുടെ ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾക്ക് മാത്രം മുൻഗണന നൽകുകയോ ചെയ്യരുത്. പകരം, നിങ്ങളുടെ ഉള്ളിൽ ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന കലാപരവും കായികവും ശാസ്ത്രപരവുമായ താല്പര്യങ്ങൾ എന്താണെന്ന് സ്വയം തിരിച്ചറിയുക. ചിത്രകലയിൽ താല്പര്യമുള്ള ഒരാളെ നിർബന്ധപൂർവം സൈക്ലിംഗ് പഠിപ്പിക്കാൻ വിട്ടാൽ, അവിടെ സർഗാത്മകത മരവിക്കുകയേ ഉള്ളൂ. നിങ്ങളുടെ ഇഷ്ടങ്ങൾ മാതാപിതാക്കളോട് തുറന്നുപറയുക.

ഡിജിറ്റൽ തടവറയിൽ നിന്നൊരു മോചനം

ഇന്നത്തെ കുട്ടികൾക്കിടയിൽ വർധിച്ചുവരുന്ന കാഴ്ചക്കുറവ്, ശ്രദ്ധക്കുറവ്, ഓർമക്കുറവ്, വിഷാദം, ദേഷ്യം, ഉറക്കമില്ലായ്മ തുടങ്ങിയവയ്ക്ക് പ്രധാന കാരണം മൊബൈൽ ഫോണുകളുടെയും മറ്റ് ഇലക്ട്രോണിക് ഗാഡ്ജെറ്റുകളുടെയും അമിത ഉപയോഗമാണ് (Screen Time). ഡിജിറ്റൽ ലോകത്തേക്കാൾ വലിയൊരു ലോകം പുറത്തുണ്ടെന്ന് നാം തിരിച്ചറിയണം. തുടക്കത്തിൽ അല്പം മടി തോന്നാമെങ്കിലും, ഏതാനും ദിവസങ്ങൾ ക്ഷമയോടെ പുതിയ വിനോദങ്ങളിൽ ഏർപ്പെട്ടാൽ അത് നല്ലൊരു ശീലമായി മാറും.

മണ്ണറിഞ്ഞുള്ള നാടൻ കളികൾ

നമ്മുടെ പൈതൃകത്തിന്റെ ഭാഗമായിരുന്ന പല നാടൻ കളികളും ഇന്ന് അന്യം നിന്നുപോയിരിക്കുന്നു. ഗോലിക്കളി, കിളിത്തട്ട്, കുട്ടിയും കോലും, ഏറുപന്ത് തുടങ്ങിയവ കേവലം വിനോദങ്ങൾ മാത്രമല്ല, അവ മികച്ച ശാരീരിക-മാനസിക വ്യായാമങ്ങൾക്കൂടിയാണ്. മുതിർന്ന കുട്ടികൾക്ക് ക്രിക്കറ്റ്, ഫുട്ബോൾ എന്നിവയ്ക്ക് പുറമെ അഡ്വഞ്ചർ സ്പോർട്സ്, ട്രക്കിംഗ്, സൈക്ലിംഗ്, സ്വിമ്മിംഗ് എന്നിവയിലൂടെ ഊർജസ്വലരാകാം. പുഴയോരങ്ങളും പാടശേഖരങ്ങളും സന്ദർശിച്ചും ഫാം ടൂറിസം കേന്ദ്രങ്ങൾ പരിചയപ്പെട്ടും പ്രകൃതിയുമായി കണക്ട് ചെയ്യാൻ ഈ അവധിക്കാലം ഉപയോഗിക്കാം.

മാതാപിതാക്കൾക്കും പങ്കുണ്ട്

അവധിക്കാലം കുട്ടികൾക്ക് മാത്രമുള്ളതല്ല. മാതാപിതാക്കളും അവർക്കൊപ്പം ക്വാളിറ്റി ടൈം ചിലവഴിക്കാൻ തയ്യാറാകണം. ജോലി കഴിഞ്ഞ് വീട്ടിലെത്തിയാൽ മൊബൈൽ ഫോൺ ദൂരെ മാറ്റിവെച്ച് മക്കളോട് സംസാരിക്കുക. ഒന്നിച്ച് ചെസ്, ലുഡോ, സ്നേക്ക് ആൻഡ് ലാഡർ, പസിലുകൾ എന്നിവ കളിക്കാനും സമയം കണ്ടെത്തുന്നത് അവരുടെ മാനസിക ഉല്ലാസം വർധിപ്പിക്കും. ഈ ഒത്തുചേരലുകൾ മക്കളുമായുള്ള ബന്ധം (Bonding) ദൃഢമാക്കാൻ സഹായിക്കും.

അറിവിന്റെയും കലയുടെയും പുതിയ ലോകം

'വായന മരിക്കുന്നു' എന്ന് വിലപിക്കുന്നതിനു പകരം ഈ അവധിക്കാലത്ത് നല്ല പുസ്തകങ്ങൾ കുട്ടികൾക്ക് പരിചയപ്പെടുത്താം. ചെറുകഥകൾ, നോവലുകൾ, ഇൻഫോടെയ്ൻമെന്റ് പുസ്തകങ്ങൾ, യാത്രാവിവരണങ്ങൾ എന്നിവ വായിക്കുന്നത് വായനാശീലം വളർത്തുന്നതിനൊപ്പം വ്യക്തിത്വ വികാസത്തിനും ഭാവനാലോകം വിപുലമാക്കാനും സഹായിക്കും. കൂടാതെ സംഗീതം, വയലിൻ, ഗിറ്റാർ, കരാട്ടെ തുടങ്ങിയവ പഠിക്കുന്നത് മാനസിക ഉല്ലാസം നൽകുകയും സ്ട്രെസ് കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യും.

സുഡോക്കു, സ്ക്രാബിൾ തുടങ്ങിയ ബ്രെയിൻ ഗെയിമുകൾ ബുദ്ധിശക്തി വർധിപ്പിക്കാൻ ഉത്തമമാണ്. സമ്മർ ക്യാമ്പുകളിൽ പങ്കെടുക്കുന്നത് സോഷ്യലൈസ് ചെയ്യാനും സാമൂഹിക ഇടപെടലുകൾ വർധിപ്പിക്കാൻ ഗുണകരമാണ്.

ആരോഗ്യമാണ് താരം

അവധിക്കാലത്തെ ഭക്ഷണരീതി കുട്ടികളുടെ മാനസികാവസ്ഥയെയും (Mood) സ്വഭാവത്തെയും വരെ സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ട്. ജങ്ക് ഫുഡുകൾക്കും ബേക്കറി പലഹാരങ്ങൾക്കും അവധി നൽകി നമ്മുടെ നാടൻ വിഭവങ്ങളിലേക്ക് മടങ്ങാം. മാങ്ങ, ചക്ക, ഞാവൽ തുടങ്ങിയ സീസണൽ പഴങ്ങൾ ഈ സമയത്ത് ധാരാളമായി നൽകാം. വിറ്റാമിൻ സി, ഡി എന്നിവ അടങ്ങിയ പച്ചക്കറികൾ, ഇലക്കറികൾ, പയർവർഗങ്ങൾ, മുട്ട, മത്സ്യം എന്നിവ ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുക. വീടിനോട് ചേർന്ന് ചെറിയൊരു പച്ചക്കറിത്തോട്ടം നിർമിക്കാൻ കുട്ടികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നത് അവരിൽ അധ്വാനശീലവും കൃഷിയെക്കുറിച്ചും ഭക്ഷണത്തിന്റെ മൂല്യത്തെക്കുറിച്ചും അവബോധവും വളർത്തും.

സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതയും സുരക്ഷയും

വേനലിനു പിന്നാലെയെത്തുന്ന മഴയെയും മഴക്കാല രോഗങ്ങളെയും പ്രതിരോധിക്കാൻ 'മഴക്കാലപൂർവ ശുചീകരണ' പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ കുട്ടികളെയും പങ്കാളികളാക്കാം (Community Involvement). നമ്മുടെ പരിസരം വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കേണ്ടത് സ്വന്തം ഉത്തരവാദിത്തമാണെന്ന് അവർ പഠിക്കട്ടെ.

അവധിക്കാലം അപകടങ്ങളുടെ കാലം കൂടിയാവാറുണ്ട്. വർധിച്ചുവരുന്ന അപകടമരണങ്ങളെ കുറിച്ച് നാം ജാഗ്രത പാലിക്കണം. ലൈസൻസ് ഇല്ലാതെ വാഹനം ഓടിക്കുന്നത് വലിയ അപകടങ്ങൾക്കും നിയമനടപടികൾക്കും കാരണമാകും. മുതിർന്നവരുടെ സാന്നിധ്യമില്ലാതെ പുഴകളിലും കുളങ്ങളിലും ഡാമുകളിലും ഇറങ്ങുന്നതും കർശനമായി തടയണം. നീന്തൽ പഠിക്കാൻ താല്പര്യമുള്ളവർ വിദഗ്ധരായ പരിശീലകരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ സുരക്ഷിതമായ കുളങ്ങളിൽ മാത്രം നീന്തൽ അഭ്യസിക്കുക.

പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്നവർക്ക് കൈത്താങ്ങ്

പഠനത്തിൽ പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് ഈ അവധിക്കാലം ഒരു മികച്ച അവസരമാണ്. പഠനവൈകല്യമോ എഴുത്തിലും വായനയിലും പ്രയാസമോ നേരിടുന്ന കുട്ടികൾക്ക് ഈ സമയം 'റെമഡിയൽ എഡ്യൂക്കേഷൻ' നൽകാവുന്നതാണ്. പരീക്ഷാഫലം കാത്തിരിക്കുന്ന കുട്ടികളിലുണ്ടാകുന്ന ആശങ്കകളും മാനസിക സമ്മർദവും (Result Anxiety) ഗൗരവമായി കാണണം. ഇതിനായി വിദഗ്ധരായ സൈക്കോളജിസ്റ്റുകളുടെയോ കൗൺസിലർമാരുടെയോ സേവനം തേടുന്നത് അടുത്ത അധ്യയന വർഷത്തെ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ നേരിടാൻ അവരെ സഹായിക്കും.

ചുരുക്കത്തിൽ, സോഷ്യൽ മീഡിയയിലെ വെർച്വൽ ലോകത്തേക്കാൾ മനോഹരമായ ഒരു ലോകം പുറത്തുണ്ടെന്ന് അനുഭവങ്ങളിലൂടെ മക്കൾക്ക് കാട്ടിക്കൊടുക്കാം. ഈ അവധിക്കാലം പ്രകൃതിയോടും കുടുംബത്തോടും സമൂഹത്തോടും ഇണങ്ങിച്ചേർന്ന് ക്രിയേറ്റീവ് ആയി ആഘോഷിക്കൂ.

○

തിരിവെട്ടം

കുരിശുതരുന്ന സമാധാനത്തിന്റെയും വെളിച്ചത്തിന്റെയും പാഠങ്ങൾ

ബോബി ജോസ് കട്ടിക്കാട്

മനസ്സിനെ കുരിശിലേക്ക് ഏകാഗ്രമാക്കാനുള്ള ക്ഷണമാണ് ഈ ദിവസങ്ങൾ. അന്തരീക്ഷത്തിൽ അതിലേക്കുള്ള ഒരു നിലവിളിയുണ്ട്. കുരിശിനെ ശ്രദ്ധിക്കുക! ഇത് ഫ്രാൻസിസിന്റെ വർഷം കൂടിയാണ്. ഫ്രാൻസിസിനെ പഠിക്കുക എന്നതിനെക്കാൾ ഫ്രാൻസിസ് ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്ന കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് പഠിക്കുക, അതിലേക്ക് മനസ്സിനെ ഏകാഗ്രമാക്കുക, എന്നതായിരിക്കും ഏറ്റവും ഉചിതമായ ഓർമയാചരണം.

ഞങ്ങളുടെ ഫോർമേഷൻ കാലത്ത് ഫ്രാൻസിസിന്റെ സ്പിരിച്വാലിറ്റിയെക്കുറിച്ച് മൂന്ന് കാര്യങ്ങളാണ് പഠിപ്പിച്ചുതന്നിരുന്നത്: ക്രിബ് (പുൽക്കൂട്), സിബോറിയം (കാസ), ക്രൂസിഫിക്സ് (കുരിശ്). ഇവയെല്ലാം ഒന്നിന്റെതന്നെ തുടർച്ചയാണ്; ഒരു സ്പിരിച്വൽ റെവലൂഷനാണ്. ഇപ്പറയുന്ന കാര്യങ്ങളെല്ലാം കണക്റ്റഡ് ആണ്. കുരിശിലേക്ക് നോക്കിയാണ് ഫ്രാൻസിസിന്റെ യാത്ര ആരംഭിക്കുന്നതുതന്നെ. “എന്റെ പുസ്തകം” എന്നാണ് കുരിശിനെക്കുറിച്ച് ഫ്രാൻസിസ് പറയുന്നത്. ആ പുസ്തകത്തിന്റെ താളുകൾ വായിച്ചെടുത്താണ് അയാൾ എല്ലാം പഠിച്ചത്. കുരിശുരൂപത്തിന് മുന്നിൽ നോക്കി പ്രാർഥിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഴാണ് ‘എന്റെ പള്ളിയെ പുതുക്കിപ്പണിയുക’ എന്ന വിളി അയാളുടെയുള്ളിൽ വന്നുപതിയുന്നത്. പിന്നീട്, ജീവിതത്തിന്റെ ഓരോ അംശത്തിലും കുരിശ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിലുണ്ട്. കുരിശിലേറ്റപ്പെട്ടവനോട് അത്രമേൽ താദാത്മ്യപ്പെട്ടതുകൊണ്ട്... അവന്റെ സ്നേഹത്തിലേക്ക് സ്നാനം ചെയ്യപ്പെട്ടതുകൊണ്ട്... അതുകൊണ്ടാണ്, അയാളുടെ ശരീരത്തിൽ പഞ്ചക്ഷതങ്ങൾ ഉണ്ടായത്.

‘സ്റ്റിഗ്മാറ്റ’ എന്നു പറയുന്നത് അടിമകളുടെ ശരീരത്തിൽ വന്നുവീഴുന്ന ക്ലേശങ്ങളാണ്. സ്നേഹത്തിനുവേണ്ടി അടിമുടി സഹിച്ച, സ്നേഹത്തിന്റെ തടവുകാരന്റെ മേൽ വന്നുവീണ അടയാളമാണ്

പഞ്ചക്ഷതങ്ങൾ. സഭ അംഗീകരിച്ച ആദ്യത്തെ പഞ്ചക്ഷതധാരിയെന്നാണ് നാം ഫ്രാൻസിസിനെ കരുതുന്നത്. സെന്റ് പോൾ അത്തരം ചില അനുഭവങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോയതായി നമുക്ക് തോന്നാൻ ഇടയുണ്ട്. ക്രിസ്തുവിന്റെ മുറിവുകൾ സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ വഹിക്കുന്നത് ഒരു സ്പിരിച്വൽ പോയട്രിയാണ്. അത്രമേൽ ഒരാൾ യേശുവിന്റെ മുറിവുകളിൽ മുങ്ങിപ്പോകുമ്പോൾ, അയാൾക്ക് അതേ അടയാളങ്ങളുടെ സൗഭാഗ്യവും ബലവും കിട്ടുന്നു. ഫ്രാൻസിസിനെ കുരിശിൽനിന്ന് അടർത്തിമാറ്റിക്കൊണ്ട് ഒരു വിചാരവും സാധ്യമല്ല. അതുകൊണ്ട്, ഫ്രാൻസിസിന്റെ ഈ വർഷത്തിൽ കുരിശിനെ കൂടുതൽ മെഡിറ്റേറ്റ് ചെയ്യേണ്ട ബാധ്യത നമുക്കുണ്ട്.

കഴിഞ്ഞ ദിവസങ്ങളിലാണ് 'വല്യച്ചൻ' എന്ന പേരിൽ പൊന്നുരുന്നിയിലും എറണാകുളത്തും മറ്റും അറിയപ്പെട്ടിരുന്ന തിയോഫിനച്ചനെ മാർപാപ്പ 'ധന്യ'പദവിയിലേക്കുയർത്തിയത്. ഇതൊക്കെ ഭംഗിയുള്ള ചില ഓർമപ്പെടുത്തലുകളാണ്. 800 വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് കടന്നുപോയ ഒരു മനുഷ്യൻ... 58 വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് നമ്മുടെ സമകാലികനായ മറ്റൊരു മനുഷ്യൻ... ഇവരൊക്കെ പുലർത്തിയിരുന്ന സ്പിരിച്വാലിറ്റി കുരിശിലേക്ക് മനസ്സിനെ ഏകാഗ്രമാക്കാനുള്ള ക്ഷണവും അതിലേക്കുള്ള വിളിയുമൊക്കെയാണ്.

"വിശുദ്ധ കുരിശിന്റെ അടയാളത്താൽ... ഞങ്ങളെ രക്ഷിച്ച തമ്പുരാനേ..." ഇതായിരിക്കും നമ്മൾ ഏറ്റവും ആദ്യം പഠിച്ച പ്രാർഥനകളിലൊന്ന്. ഇതിൽ 'അടയാളം' എന്ന വാക്ക് വളരെയെധികം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട ഒന്നാണ്. അത്ഭുതവും അടയാളവും ഒന്നാണെന്ന് നമ്മൾ പലപ്പോഴും തെറ്റിദ്ധരിക്കാറുണ്ട്. അടയാളം എന്നാൽ അത്ഭുതമല്ല; അതൊരു ദിശാസൂചകമാണ്. അത് നിങ്ങളോട് പറയുന്നത് 'you need to move on, you need to contemplate more' എന്നാണ്. പലരുടെയും ധാരണ വെള്ളം വീഞ്ഞാക്കിയത് യേശുവിന്റെ ആദ്യത്തെ അദ്ഭുതമെന്നാണ്. എന്നാൽ, യോഹന്നാൻ എഴുതിയത് 'ആദ്യത്തെ അടയാളം' എന്നാണ്. നമ്മൾ വിചാരിക്കുന്നതുപോലെ ഒരു വിരുന്നിലെ പ്രതിസന്ധി പരിഹരിക്കുന്നതോ ലഹരിയുടെ കഥയോ അല്ലത്. 'വെള്ളം വീഞ്ഞായി' എന്നത് യേശുവിലേക്ക് എത്തിയവർക്ക് സംഭവിക്കാൻ പോകുന്ന രൂപാന്തരീകരണത്തിന്റെ സൂചനയാണ്. പച്ചവെള്ളം പോലെയുള്ള സാധാരണമായ അവരുടെ ജീവിതം ഇങ്ങനെ ഓരോ കോശങ്ങളിലും ലഹരിയുണ്ടാക്കുന്ന അനുഭവമായി മാറുന്നു എന്നതിന്റെ സൂചനയാണ്.

പത്രോസിന്റെ പ്രസംഗം ശ്രദ്ധിക്കുക: "ഞങ്ങൾ മദ്യപിച്ചിട്ടില്ല, ഇത്ര രാവിലെയെങ്ങനെയാണ് മദ്യപിക്കാൻ പറ്റുക?" എന്നദ്ദേഹം ചോദിക്കുന്നുണ്ട്. മദ്യപിക്കാതെതന്നെ, മദ്യപിച്ചതിനെക്കാൾ ലഹരിയിൽ ജീവിക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരു പുതിയ കഥ. ക്രിസ്തുവിന്റെ ഉപാധികളില്ലാത്ത സ്നേഹത്തിന്റെ കഥ! ഇത് കേട്ടിട്ടാണ് മനുഷ്യരിങ്ങനെ സ്നേഹം കൊണ്ട് നിറയുന്നത്. നമ്മൾ അതിനെ വിളിക്കുന്ന പേരാണ് 'അഭിഷേകം' (Anointing). സ്നേഹം ഒരാളെ കീഴടക്കുമ്പോൾ പറയുന്ന പേരാണത്. പത്രോസിന്റെ പ്രസംഗത്തിനുശേഷം നഗരം മുഴുവൻ ആ അഭിഷേകത്തിലേക്ക് പ്രവേശിച്ചു.

മലയാള സാഹിത്യചരിത്രത്തിലെ ഒരു പരാമർശം എന്നെ വല്ലാതെ ബുദ്ധിമുട്ടിലാക്കിയിട്ടുണ്ട്: കുമാരനാശാൻ അപകടത്തിൽപ്പെട്ട ബോട്ടിന്റെ പേര് 'Redeemer' എന്നായിരുന്നു. രക്ഷകൻ എന്ന്

പേരിട്ടതുകൊണ്ട് മാത്രം ഒരു യാനപാത്രത്തിനും രക്ഷിക്കാനാവില്ല! കുരിശ് രക്ഷതരും എന്നുപറയുമ്പോൾ, അത് ഓരോ ദിവസവും നമുക്ക് വെളിപ്പെടുത്തിത്തരുന്ന വെളിച്ചത്തിന്റെ പുതിയ പാഠങ്ങളുണ്ട്. ഈ പാഠങ്ങളിൽ നിന്നാണ് രക്ഷയുടെ വാതായനങ്ങൾ തുറക്കുന്നത്. ഖനിപോലെയാണത്. മുന്നോട്ട് പോകുംതോറും നടന്നതിനെക്കാൾ പ്രധാനപ്പെട്ട ദൂരം ഇനിയുണ്ടെന്ന് നമുക്ക് മനസ്സിലാകും! വീണ്ടും മുന്നോട്ടുപോകും... നമ്മുടെ എല്ലാ ധ്യാനങ്ങളും ചിന്തകളും ഏകാഗ്രമാകേണ്ടത് കുരിശെന്ന ബിന്ദുവിലായിരിക്കണം.

കുരിശിന്റെ വിശുദ്ധ യോഹന്നാൻ എന്നുപേരുള്ള ഒരു മിസ്റ്റിക്കുണ്ട് നമുക്ക്. വളരെയധികം ക്ലേശങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോയ ഒരു മനുഷ്യൻ. നിന്നുതിരിയാൻ ഇടയില്ലാത്ത ഒരു ജയിൽമുറിയിൽ, ഏതൊക്കെയോ ചില തെറ്റിദ്ധാരണകളുടെ പുറത്ത് ഒമ്പതുമാസത്തോളം ഈ മനുഷ്യന് ജീവിക്കേണ്ടിവന്നിട്ടുണ്ട്. വസ്ത്രം മാറാനോ കുളിക്കാനോ വിശുദ്ധ കുർബാനയർപ്പിക്കാനോ കഴിഞ്ഞില്ല. എന്നിട്ടും, ഒമ്പതുമാസത്തിനുശേഷം അയാൾ ഒരു ക്ലാസിക് കൃതി രചിച്ചു: 'ആത്മാവിന്റെ ഇരുണ്ട രാത്രി'. അത്രമേൽ അകവും പുറവും ക്ലേശിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന അവസരങ്ങൾക്കിടയിലും ഈ മനുഷ്യൻ കുരിശിനെ മാത്രം ധ്യാനിച്ചു. അതിൽ നിന്നാണ് അയാൾക്ക് വെളിച്ചം ലഭിച്ചത്.

യേശു മരിക്കുമ്പോൾ ദേശം മുഴുവൻ ഇരുട്ടായിരുന്നുവെന്ന് നാം വായിക്കുന്നുണ്ട്. വല്ലാത്ത ഇരുട്ടിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ തെളിയുന്ന അടയാളത്തിന്റെ പേരാണ് കുരിശ്. കുരിശിന്റെ വിശുദ്ധ യോഹന്നാൻ എന്ന പേരിന് നാം ഉദ്ദേശിക്കുന്നതിലും വലിയ മുഴക്കമുണ്ട്. അകപ്പെട്ടുപോയ ഇടങ്ങളിൽനിന്ന് പുറത്തുകടക്കാനും, പൗലോസ് പറയുന്നതുകണക്കെ വെളിച്ചത്തിന്റെ വസ്ത്രം ധരിക്കാനും, കുരിശോളം വലിയ പ്രതീകമില്ല. അതിനെ ഉള്ളിലേക്ക് കൊണ്ടുവരിക. ഓരോ ദിവസവും നിങ്ങളുടെ ആഴം കുറക്കൂടി അഗാധമാകും.

ഇന്നലെ നിങ്ങൾ പരിചയിച്ച കുരിശല്ല ഇന്ന് നിങ്ങൾ കാണാൻ പോകുന്നത്. നിങ്ങൾക്കുതന്നെ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്താൻ കഴിയുന്ന വിധത്തിൽ വ്യതിയാനങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരു

മെഡിറ്റേഷന്റെ പേരാണ് കുരിശ്. നിങ്ങളുടെ എല്ലാ ഭയങ്ങൾക്കും ഔഷധമായി മാറുന്ന പരിഹാരമാണ് കുരിശ്. എന്താണ് അവൻ എടുക്കാത്തതായുള്ളത്? നമ്മുടെ എല്ലാ അപമാനങ്ങളും അലച്ചിലുകളും തെറ്റിദ്ധാരണകളും വ്യസനങ്ങളും അവൻ ഏറ്റെടുത്തിട്ടുണ്ട്.

കുരിശിലേക്ക് നോക്കിയിരിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്ക് ഇതുവരെ ലഭിക്കാത്ത ഒരു സമാധാനം നിങ്ങളെ തേടിവരും. അത് മനുഷ്യർ തരുന്ന സമാധാനമല്ല, അന്ത്യത്താഴ മേശയിൽ അവിടുന്ന് നൽകിയ സമാധാനമാണ്. "ഞാൻ നിങ്ങൾക്ക് സമാധാനം നൽകും. ലോകം തരുന്നതുപോലെയല്ല". ലോകം തരുന്ന എല്ലാ സമാധാനങ്ങളെയും ലോകം തിരികെയെടുത്തിട്ടുണ്ട്. സ്വപ്നം നൽകിയവർ തിരികെപ്പോകുമ്പോൾ ഉറക്കംകൂടി എടുത്തുകൊണ്ടുപോകും എന്ന ചൊല്ലുപോലെ...

ഓരോ കുരിശും പറയാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് 'you are being passionately loved' എന്നാണ്. അത്രമേൽ അഗാധമായി നിങ്ങൾ സ്നേഹിക്കപ്പെട്ടു. മാനവരാശിയുടെ മൂന്നുലക്ഷം വർഷത്തെ ചരിത്രത്തിൽ ഇതുപോലൊരു കവിത ഉണ്ടായിട്ടില്ല. അത്രമേൽ സ്നേഹിച്ചതുകൊണ്ട് ദൈവം തന്റെ ഏകജാതനെ നമുക്ക് നല്കി. നിങ്ങൾ മകന് തുല്യരാണെന്നല്ല, മകനെക്കാൾ നിങ്ങൾ സ്നേഹിക്കപ്പെട്ടു എന്നാണ് അതിന്റെ അർഥം.

സ്നേഹത്തിൽ നിങ്ങൾ എത്രത്തോളം മുറിവേറ്റിട്ടുണ്ടോ, അത്രമേൽ നിങ്ങൾക്ക് സാന്ത്വനം ലഭിക്കും. എല്ലാത്തരത്തിലും കൂനിപ്പോയ നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ ഒരു തട്ടിലും, ദൈവപുത്രനെ മറുതട്ടിലും വച്ച് തൂക്കിനോക്കിയാൽ, നിങ്ങളുടെ തട്ട് താഴ്ന്നുപോവുകയും മകന്റെ തട്ട് ഉയർന്നുപോവുകയും ചെയ്യുന്ന അദ്ഭുതത്തിന്റെ പേരാണ് കുരിശ്. ○

വി. യൂദാശ്ലീഹായുടെ നൊവേന

മിശിഹായുടെ സ്നേഹിതനും വിശ്വസ്ത ദാസനുമായ വി. യൂദാശ്ലീഹായേ, ഏറ്റവും കഷ്ടപ്പെടുന്ന എനിക്ക് വേണ്ടി അപേക്ഷിക്കണമേ. യാതൊരു സഹായവും ഫലസിദ്ധിയുമില്ലാതെ വരുന്ന സന്ദർഭത്തിൽ ഏറ്റവും ത്വരിതവും ഗോചരവുമായ സഹായം ചെയ്യുന്നതിന് അങ്ങേക്ക് വിശേഷവിധിയായി കിട്ടിയിരിക്കുന്ന അനുഗ്രഹത്തെ അങ്ങ് ഉപയോഗിക്കണമേ. എന്റെ എല്ലാ ആവശ്യങ്ങളിലും വിശിഷ്യാ (ആവശ്യം പറയുക) അങ്ങേ സഹായം ഞാൻ അപേക്ഷിക്കുന്നു. ഭാഗ്യപ്പെട്ട യൂദാ ശ്ലീഹായേ, അങ്ങേ ഈ അനുഗ്രഹത്തെ ഞാൻ സദാ ഓർക്കുമെന്നും അങ്ങേ സ്തുതികളെ ലോകമെങ്ങും അറിയിക്കുമെന്നും ഞാൻ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു. ആമേൻ.

അസാധുവാകുന്ന വിവാഹങ്ങൾ

റവ. ഡോ. ഐസക് ആലഞ്ചേരി

ജുഡീഷ്യൽ വികാർ,
അതിരൂപതാ ട്രൈബ്യൂണൽ, ചങ്ങനാശേരി

പഴയനിയമത്തിലെ വിവാഹനിയമങ്ങളുടെ കാലോചിതമായ വിചിന്തനവും അടിസ്ഥാനപരമായ അർഥതലങ്ങളും ഉൾക്കൊണ്ട് ഈശോമിശിഹാ പഠിപ്പിച്ചത്, “ദൈവം യോജിപ്പിച്ചത് മനുഷ്യൻ വേർപെടുത്താതിരിക്കട്ടെ” (മർക്കോ 10:5-9; മത്താ 19:4-9; ലൂക്കാ 16:18) എന്നാണ്. ആയതിനാൽ, കത്തോലിക്കാസഭയിൽ സാധാരണയായി വിവാഹമോചനം (Divorce) അനുവദനീയമല്ല. എന്നാൽ, വിവാഹത്തിന്റെ സാധുതയ്ക്ക് ആവശ്യമായ ഘടകങ്ങൾ ഉണ്ടോ എന്ന് പരിശോധിച്ച്, ചില വിവാഹങ്ങൾ അസാധുവാണെന്ന് (Invalid) സഭ പ്രഖ്യാപിക്കാറുണ്ട്. വിവാഹസമ്മതത്തിലെ വൈകല്യങ്ങളോ കാനോനികക്രമം പാലിക്കാത്തതോ വിവാഹതടസങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യമോ ഒരു വിവാഹത്തെ അസാധുവാക്കാം. വിവാഹത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനഘടകങ്ങളായ ഐക്യവും (Unity) അവിഭാജ്യതയും (Indissolubility) സംരക്ഷിക്കുന്നതിന് ദമ്പതികൾക്ക് അക്കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ബോധ്യമുണ്ടായിരിക്കണം.

വിവാഹം എന്നത് ജീവിതാവസാനംവരെ ഒരു പങ്കാളിയുമായി നിലനിൽക്കുന്ന സ്ഥിരമായ ബന്ധമായതിനാൽ, അത് അവിഭാജ്യമാണെന്ന സഭാപ്രബോധനം ഉൾക്കൊള്ളാൻ ഇന്ന് പലർക്കും സാധിക്കുന്നില്ല. സഭാകോടതികളിൽ എത്തുന്ന വിവാഹക്കേസുകളുടെ വർധന ഗൗരവമായ പഠന വിഷയമാക്കേണ്ടതാണ്. സിവിൽ കോടതികളിലും സഭാകോടതികളിലും വിവാഹസംബന്ധമായി നിലനിൽക്കുന്ന കേസുകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ, വിവാഹത്തിന് ഒരുക്കമായി സവിശേഷ ശ്രദ്ധ പതിയേണ്ട ഏതാനും കാര്യങ്ങൾ ഇവിടെ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. വിവാഹത്തിന്റെ തകർച്ചയ്ക്ക് നിദാനമാകുന്ന കാരണങ്ങളെ അജപാലനപരമായി വിലയിരുത്തുകയാണിവിടെ.

1. വിശ്വാസത്തിലുള്ള കുറവ്

ദൈവത്തിലും കൂദാശകളിലും സഭാപ്രബോധനങ്ങളിലുമൊക്കെ വിശ്വസിക്കാൻ മടിക്കുന്നവർക്ക് വിവാഹത്തെ ഒരു കൂദാശയായി മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയില്ല. അവർ വിവാഹത്തെ വെറുമൊരു സാമൂഹികാചാരമായോ കരാറായോ (Contract) മാത്രമേ പരിഗണിക്കുന്നുള്ളൂ. ഒരു ഉടമ്പടി (Covenant) എന്നനിലയിലുള്ള വിവാഹത്തിന്റെ പവിത്രത ഇത്തരക്കാർക്ക് നഷ്ടമാകുന്നു.

2. വിവാഹ ഒരുക്കത്തിന്റെ കുറവ്

ഭൗതികസാഹചര്യങ്ങളും ജോലിയും കാരണം വിവാഹ ഒരുക്ക കോഴ്സുകളിൽ ശരിയായി പങ്കെടുക്കാനോ പ്രാർഥിച്ചൊരുങ്ങാനോ പലർക്കും സാധിക്കുന്നില്ല. ഓൺലൈൻ കോഴ്സുകളിൽ പേരിനു മാത്രം സംബന്ധിക്കുന്നവർക്ക് വൈവാഹിക ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവിലുണ്ടാകുന്ന കുറവ് പരിഹരിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. ദമ്പതികൾ ശരിയായി ഒരുങ്ങി വിവാഹത്തിൽ പ്രവേശിക്കാൻ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

3. ഭൗതികനേട്ടങ്ങൾക്കായുള്ള വിവാഹം

സമ്പത്ത്, പദവി, ജോലി എന്നിവയ്ക്ക് പ്രാധാന്യം നൽകി വിവാഹത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നവരുടെ സ്വാർഥത പലപ്പോഴും കുടുംബജീവിതത്തിന് തടസ്സമാകുന്നു. പങ്കാളിയെക്കാളേറെ പണത്തെ സ്നേഹിക്കുന്നവർ ദാമ്പത്യത്തിന്റെ അന്തസ്സത്ത നശിപ്പിക്കുകയാണ്.

4. അന്വേഷണത്തിന്റെ അഭാവം

കുടുംബത്തിലോരാൾ വിവാഹത്തിനാകുമ്പോൾ വിവാഹം കഴിക്കുന്ന വ്യക്തിയെക്കുറിച്ച് ആവശ്യമായ അന്വേഷണം നടത്തിയിരുന്ന നമ്മുടെ നാട്ടിലെ പാരമ്പര്യം ഇന്ന് കുറഞ്ഞുവരികയാണ്. ഭൗതികകാര്യങ്ങൾ മാത്രമല്ല, കുടുംബപാരമ്പര്യവും സ്വഭാവവുമൊക്കെ അന്വേഷിക്കുന്നതിനൊപ്പം, തന്റെ കുടുംബത്തിൽനിന്ന് വിവാഹിതനാകുന്ന വ്യക്തിക്ക് അനുയോജ്യമായ പങ്കാളിയാണോ ഇതെന്ന് ഉറപ്പാക്കുകയും ചെയ്തിരുന്ന മുൻതലമുറയിലെ മാതാപിതാക്കളുടെ രീതി അനുകരണീയമാണ്.

5. തിടുക്കത്തിലുള്ള വിവാഹങ്ങൾ

സഭാകോടതികളിൽ എത്തുന്ന കേസുകളിൽ ഭൂരിഭാഗവും 'വിളിച്ചുചൊല്ലലുകൾ' (Banns) ഒഴിവാക്കി തിടുക്കത്തിൽ നടത്തുന്നവയാണ്. വിവാഹിതരാകാൻ പോകുന്ന വ്യക്തികൾക്ക് പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കാനും വിവാഹതടസങ്ങൾ ഇല്ലെന്ന് ഉറപ്പാക്കാനും മതിയായ സമയം ലഭിക്കാതെ പോകുന്നത് പരാജയങ്ങൾക്ക് കാരണമാകുന്നു. വിവാഹം ഉറപ്പിച്ച്, ഫോണിലൂടെ മാത്രം സംസാരിച്ച്, മനസ്സമ്മതത്തിനോ വിവാഹത്തിനോ മാത്രം നാട്ടിലെത്തുന്നവർക്ക് പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കുന്നതിനുള്ള അവസരങ്ങൾ പരിമിതമാണ്.

6. പക്വതയില്ലാത്ത പങ്കാളിത്തം

വിവാഹത്തിന് മുമ്പ് ജീവിതപങ്കാളിയാകുന്ന വ്യക്തിയുടെ ഗുണങ്ങൾ മാത്രം കാണുകയും, വിവാഹശേഷം പോരായ്മകൾ മാത്രം ശ്രദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന രീതി ഇന്ന് വ്യാപകമാണ്. പ്രത്യേകിച്ച് പ്രണയവിവാഹങ്ങളിൽ ഇത് കണ്ടുവരുന്നു. വ്യക്തിത്വത്തെയും സ്വഭാവത്തെയും പക്വതയോടെ വിലയിരുത്താൻ യുവജനങ്ങൾക്ക് സാധിക്കണം.

7. മാധ്യമങ്ങളുടെ സ്വാധീനം

സോഷ്യൽ മീഡിയയും സിനിമകളും ദാമ്പത്യത്തെക്കുറിച്ച് നൽകുന്ന തെറ്റായ കാഴ്ചപ്പാടുകൾ പലരെയും സ്വാധീനിക്കുന്നു. യഥാർഥ ജീവിതവും (Reality) സാങ്കൽപ്പിക ലോകവും (Fiction) തിരിച്ചറിയാനുള്ള പരിശീലനം വിശ്വാസപരിശീലനത്തിന്റെ ഭാഗമായി യുവജനങ്ങൾക്ക് നൽകേണ്ടതുണ്ട്.

8. വഞ്ചന (Fraud)

സത്യങ്ങൾ മറച്ചുവെച്ചും അസത്യങ്ങൾ പറഞ്ഞും സമ്മതം വാങ്ങി നടത്തുന്ന വിവാഹങ്ങൾ വർധിച്ചുവരുന്നു. യാഥാർഥ്യം അറിഞ്ഞാൽ വിവാഹം നടക്കില്ലെന്ന ഭയത്താൽ രോഗവിവരങ്ങളോ മറ്റു കാര്യങ്ങളോ ഒളിപ്പിക്കുന്നത് പങ്കാളിയോടും ദൈവത്തോടും സഭയോടും ചെയ്യുന്ന വഞ്ചനയാണ്. വിവാഹജീവിതത്തിൽ സത്യസന്ധതയും വിശ്വസ്തതയും പരമപ്രധാനമായി പരിഗണിക്കേണ്ടതാണെന്ന ബോധ്യം വിവാഹത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നവർക്ക് ഉണ്ടായിരിക്കണം.

9. 'ഞാൻ' എന്ന ഭാവം

ദാമ്പത്യത്തിൽ പങ്കാളികൾ പരസ്പരം അംഗീകരിക്കുകയും ആദരിക്കുകയും വേണം. സ്ഥാനമാനങ്ങളോ ശമ്പളമോ അല്ല; മറിച്ച്, ദൈവകൃപ സ്വീകരിക്കുന്നതിൽ തങ്ങൾ തുല്യപങ്കാളികളാണെന്ന ബോധ്യം ഉൾക്കൊള്ളുന്നവർക്കേ വിവാഹജീവിതത്തിൽ വിജയിക്കാനാവൂ.

10. മക്കളുടെ എണ്ണത്തിലുള്ള കുറവ്

കുടുംബങ്ങളിൽ കുട്ടികളുടെ എണ്ണത്തിലുള്ള കുറവ് കാരണം പഴയകാല കുടുംബങ്ങളിലേതുപോലുള്ള 'പങ്കുവെക്കലിന്റെ' (Sharing) അനുഭവങ്ങൾ കുറയുന്നു.

മക്കൾക്ക് ആവശ്യമുള്ളതെല്ലാം നൽകുന്ന മാതാപിതാക്കൾ, അവർക്ക് ചെറിയ വേദനകളും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും ഉണ്ടാകുമ്പോൾ യാഥാർഥ്യമന്വേഷിക്കാതെ സ്വന്തം മക്കളെ മാത്രം പിന്തുണയ്ക്കുന്ന സംഭവങ്ങളും വിരളമല്ല. ഫലമോ, പ്രതിസന്ധികളെയും കൊച്ചുനോവുകളെയും നേരിടാനുള്ള കരുത്ത് പുതിയ തലമുറയ്ക്ക് ലഭിക്കാതെ പോകുന്നു.

11. മാതാപിതാക്കളുടെ അമിത ഇടപെടൽ

ദമ്പതികളുടെ സ്വകാര്യപ്രശ്നങ്ങളിൽ മാതാപിതാക്കൾ അനാവശ്യമായി ഇടപെടുന്നത് പ്രശ്നങ്ങൾ വഷളാകാൻ കാരണമാകാറുണ്ട്. സ്വന്തം മക്കളുടെ ഭാഗം മാത്രം ശരിയെന്നു വിശ്വസിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കൾ, അവരെ ഔദ്യോഗിക കുടുംബസേവന കേന്ദ്രങ്ങളിൽ കൗൺസിലിങ്ങിനോ ആവശ്യമായ മാനസികാരോഗ്യ പരിചരണത്തിനോ അയക്കാൻ വിമുഖത കാട്ടുന്നതും കുടുംബങ്ങളുടെ തകർച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നു.

12. പ്രശ്നങ്ങൾ പങ്കുവെക്കാനുള്ള വിമുഖത

ജീവിതപ്രശ്നങ്ങൾ പങ്കുവെക്കാൻ യോഗ്യരായവരെ കണ്ടെത്താൻ സാധിക്കാത്തതിനാൽ പരാജയപ്പെടുന്ന വിവാഹങ്ങളുണ്ട്. മാതാപിതാക്കളും കുടുംബാംഗങ്ങളും എന്തുവിചാരിക്കും എന്ന ആകുലതയിൽ കാര്യങ്ങൾ തുറന്നുപറയാൻ മടിക്കുന്നവർ, പ്രശ്നങ്ങൾ ഉള്ളിലൊതുക്കി,

ഒടുവിൽ ഒരു പൊട്ടിത്തെറിയിലേക്ക് നീങ്ങുന്നു. വിവേകത്തോടും പക്വതയോടുംകൂടി ശരിയായ വ്യക്തികളെയോ ഔദ്യോഗിക സംവിധാനങ്ങളെയോ പ്രശ്നപരിഹാരത്തിനായി കണ്ടെത്താൻ ഇത്തരക്കാർ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്.

13. സമ്മർദത്താലുള്ള വിവാഹങ്ങൾ

മാതാപിതാക്കളുടെയും ബന്ധുക്കളുടെയും ചില ജീവിതസാഹചര്യങ്ങളുടെയും സമ്മർദത്തിന് അടിമപ്പെട്ട് വിവാഹം കഴിച്ചതിനാൽ, വിവാഹബന്ധം മുന്നോട്ടുകൊണ്ടുപോകാൻ സാധിക്കാത്തവരുണ്ട്. സ്വതന്ത്രമായ മനസ്സോടും പൂർണമായ സമ്മതത്തോടുംകൂടെ മാത്രമേ വിവാഹബന്ധത്തിൽ ഏർപ്പെടാൻ പാടുള്ളൂ എന്ന സഭയുടെ ഉദ്ബോധനം സ്വീകരിക്കാൻ അവരെ ഒരുക്കേണ്ടതാണ്. പ്രായമേറുമ്പോൾ എങ്ങനെയെങ്കിലും വിവാഹം നടന്നാൽ മതിയെന്ന ചിന്തയോടെ അനുയോജ്യമല്ലാത്ത വിവാഹത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നവർക്ക്, വിവാഹം പരാജയപ്പെടാനുള്ള സാധ്യത ഏറെയുണ്ട്.

14. മൂല്യബോധത്തിന്റെ അഭാവം

ശരിതെറ്റുകൾ തിരിച്ചറിയാനും മൂല്യബോധത്തോടെ ജീവിക്കാനുമുള്ള പരിശീലനം വേണ്ടരീതിയിൽ വിവാഹിതരാകുന്നവർക്ക് ലഭിക്കാത്തത് ദാമ്പത്യവിശ്വസ്തതയെ ബാധിക്കുന്നു. എങ്ങനെ ജീവിച്ചാലും സാരമില്ലെന്ന തെറ്റായ ചിന്താഗതി പുലർത്തുന്നവർ ചുറ്റുമുള്ളതിനാൽ, 'ഞാനും അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നു' എന്ന നിസ്സാരവൽക്കരണ മനോഭാവം ദാമ്പത്യബന്ധങ്ങളുടെ തകർച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നു.

15. അനിയന്ത്രിതമായ സ്വാതന്ത്ര്യദാഹം

തന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തെ ഹനിക്കുന്നതൊന്നും ആവശ്യമില്ലെന്ന നവീന ചിന്താഗതി ദാമ്പത്യജീവിതത്തിൽ പലർക്കും വിഘ്നമാകാറുണ്ട്. സമ്പത്തിലും ദാരിദ്ര്യത്തിലും, ആരോഗ്യത്തിലും അനാരോഗ്യത്തിലും, ഏകമനസ്സോടെ ജീവിച്ചുകൊള്ളാമെന്ന പ്രതിജ്ഞയെടുക്കുന്നവർ, സഹനത്തിനും വിട്ടുവീഴ്ചയ്ക്കും വിധേയരാകേണ്ടിവരുമെന്നത് പലരും വിസ്മരിക്കുകയാണ്.

16. ദാമ്പത്യത്തോടുള്ള വിരക്തി

വിവാഹത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം സ്നേഹവും ജീവനും നൽകുക എന്നതാണെന്ന യാഥാർഥ്യത്തെ ഉൾക്കൊള്ളാൻ കഴിയാത്തവർ ദാമ്പത്യത്തോട് വിരക്തി കാണിക്കുന്നു. തങ്ങളുടെ സൗന്ദര്യത്തിനും സന്തോഷത്തിനും സ്നേഹത്തിനും മക്കൾ ആവശ്യമില്ലെന്ന ചിന്തയിൽ ദമ്പതികളിലൊരാൾ നിലകൊണ്ടാൽ, അത് ദാമ്പത്യവിരക്തിയിലേക്കും സ്നേഹക്കൂട്ടായ്മ നഷ്ടപ്പെടുന്നതിലേക്കും നയിക്കും. സ്വവർഗഭോഗം പോലെയുള്ള അസ്വാഭാവിക ലൈംഗിക താല്പര്യങ്ങളും കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ തകർച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നുണ്ട്.

17. ലഹരി ഉപയോഗം

മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നിന്റെയും ഉപയോഗം പങ്കാളികൾ തമ്മിലുള്ള അകലം വർധിപ്പിക്കുകയും കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ ശാന്തമായ ഒഴുക്കിന് തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് വ്യക്തിയുടെ വിവേചനാശക്തി നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നതിനും വൈവാഹിക ഉത്തരവാദിത്തങ്ങളിൽനിന്ന് പിന്തിരിയുന്നതിനും ഇടയാക്കും. മിക്കപ്പോഴും ശാരീരികവും മാനസികവുമായ പീഡനങ്ങൾ ഇതിന്റെ തുടർച്ചയായി സംഭവിക്കാറുണ്ട്.

18. മാനസിക വൈകല്യങ്ങൾ

മാനസികരോഗങ്ങളും വൈകല്യങ്ങളുമുള്ളവർക്ക് ദാമ്പത്യജീവിതത്തിലെ ഗൗരവകരമായ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ വേണ്ടവിധം നിർവഹിക്കാൻ സാധിച്ചെന്നു വരില്ല. എന്നാൽ, ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങൾ ബോധപൂർവം മറച്ചുവെച്ച് വിവാഹം നടത്താൻ ബന്ധപ്പെട്ടവർ ശ്രമിക്കുന്നത് കുടുംബങ്ങളിൽ

അസമാധാനത്തിനും വിവാഹബന്ധത്തിന്റെ തകർച്ചയ്ക്കും കാരണമാകുന്നു. ഇത്തരം പ്രവണതകൾ ഇന്ന് വ്യാപകമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. അതിനാൽ, മാനസിക അസ്വസ്ഥതകളുള്ളവർ വിവാഹത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് വിദഗ്ധരായ ഡോക്ടർമാരുടെ നിർദേശങ്ങളും അഭിപ്രായങ്ങളും തേടേണ്ടത് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.

19. അസ്വാഭാവിക സൗഹൃദങ്ങൾ

സൗഹൃദങ്ങൾ ജീവിതത്തിന് നല്ലതാണ്; എന്നാൽ ജീവിതപങ്കാളിയെക്കാൾ കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം സൗഹൃദങ്ങൾക്ക് നൽകുന്നത് കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ മനോഹാരിത നഷ്ടപ്പെടുത്തുകയും ബന്ധങ്ങളെ ശിഥിലമാക്കുകയും ചെയ്യും. ചില തെറ്റായ സൗഹൃദങ്ങൾ ദാമ്പത്യത്തിലെ അവിശ്വസ്തതയിലേക്ക് നയിക്കാറുണ്ടെന്ന സത്യം വിസ്മരിക്കരുത്.

20. അപകർഷതാബോധം

ജീവിതപങ്കാളിയുടെ കഴിവുകളെ അംഗീകരിക്കാൻ കഴിയാത്തവിധം അപകർഷതാബോധം പേറുന്നവർ, പങ്കാളിയെ മാനസികമായും ശാരീരികമായും പീഡിപ്പിക്കാൻ മുതിരാറുണ്ട്. ഇത്തരത്തിൽ താൻ ശക്തനാണെന്ന് തെളിയിക്കാനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ വിവാഹജീവിതത്തെ അതിരൂക്ഷമായി ബാധിക്കുന്നു.

വിശ്വാസപരിശീലന കാലഘട്ടത്തിലും യുവജന പ്രബോധന വേളകളിലും ഉത്തമമായ കുടുംബജീവിതത്തിനാവശ്യമായ മൂല്യങ്ങൾ പകർന്നുനൽകിയാൽ മാത്രമേ മാതൃകാപരമായ കുടുംബങ്ങൾ രൂപപ്പെടുകയുള്ളൂ. വിശ്വാസവും ദൈവാശ്രയബോധവുമാണ് കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ ആധാരശിലകൾ. വിശുദ്ധ യൗസേപ്പിതാവിന്റെ നീതിബോധവും പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ ഹൃദയത്തിൽ സംഗ്രഹിക്കുന്ന വിവേകപൂർണമായ മനോഭാവവും ഈശോയുടെ വിധേയപ്പെടാനുള്ള സന്നദ്ധതയും തിരുക്കുടുംബത്തിൽനിന്ന് മാതൃകയാക്കി ഉത്തമകുടുംബങ്ങളെ വാർത്തെടുക്കാനുള്ള യത്നത്തിൽ നമുക്കും പങ്കുചേരാം.

○

കരൾ കരുതലോടെ: ലിവർ സിറോസിസ് അറിയേണ്ടതെല്ലാം

ഡോ. രാജേഷ് കുമാർ

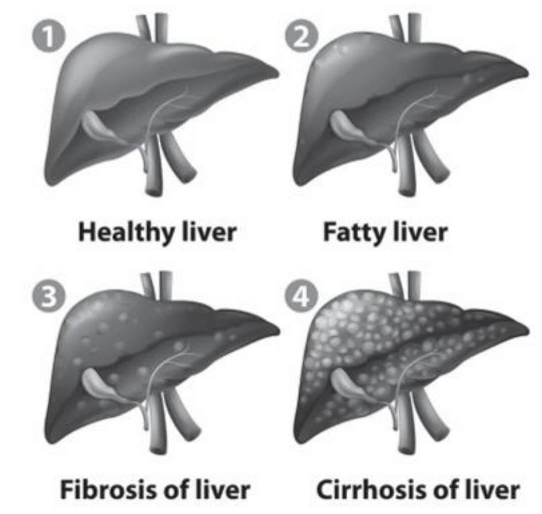
ചീഫ് ഹോമിയോപ്പതിക് ഫിസിഷ്യൻ
മെഡിക്കൽ കോളജ്, തിരുവനന്തപുരം

നമ്മുടെ ശരീരത്തിലെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട 'കെമിക്കൽ ഫാക്ടറി' യാണ് കരൾ. ദഹനം, രോഗപ്രതിരോധം, വിഷാംശങ്ങളെ നീക്കം ചെയ്യൽ എന്നിങ്ങനെ അഞ്ഞൂറിലധികം സുപ്രധാന ധർമങ്ങളാണ് കരൾ നിർവഹിക്കുന്നത്. ഭക്ഷണത്തിലെ പോഷകങ്ങളെ ഊർജമാക്കി മാറ്റുന്നതിനും ശരീരത്തിലെ വിഷാംശങ്ങളെ പുറന്തള്ളുന്നതിനും കരൾ വഹിക്കുന്ന പങ്ക് സമാനതകളില്ലാത്തതാണ്. എന്നാൽ, ഇന്ന് മലയാളികൾക്കിടയിൽ വർധിച്ചുവരുന്ന ഒരു ഗുരുതര ആരോഗ്യപ്രശ്നമാണ് 'ലിവർ സിറോസിസ്'. കരൾകോശങ്ങൾ നശിപ്പിക്കപ്പെടുകയും അവിടെ തഴമ്പുകൾ രൂപപ്പെട്ട് കരളിന്റെ പ്രവർത്തനം പൂർണമായും തടസ്സപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥയാണിത്.

കരൾരോഗത്തിന്റെ നാല് ഘട്ടങ്ങൾ

1. ആരോഗ്യമുള്ള കരൾ (Healthy Liver): കരൾ അതിന്റെ സ്വാഭാവികമായ ധർമങ്ങൾ കൃത്യമായി നിർവഹിക്കുന്ന അവസ്ഥ. കോശങ്ങൾ മൃദുവും ചുവന്ന നിറത്തോടുകൂടിയതുമായിരിക്കും.

2. ഫാറ്റി ലിവർ (Fatty Liver): കരൾകോശങ്ങളിൽ അമിതമായി കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന ആദ്യഘട്ടം. ഈ അവസ്ഥയിൽ കൃത്യമായ



ഭക്ഷണക്രമത്തിലൂടെയും വ്യായാമത്തിലൂടെയും കരളിനെ പൂർണാരോഗ്യാവസ്ഥയിലേക്ക് തിരികെ കൊണ്ടുവരാം.

3. ലിവർ ഫൈബ്രോസിസ് (Liver Fibrosis): കരൾകോശങ്ങളിൽ വീക്കം (Inflammation) ഉണ്ടാവുകയും തഴമ്പുകൾ (Scar tissues) രൂപപ്പെടാൻ തുടങ്ങുകയും ചെയ്യുന്ന ഘട്ടം. ഇത് കരളിന്റെ പ്രവർത്തനക്ഷമതയെ ബാധിച്ചുതുടങ്ങുന്നു.

4. ലിവർ സിറോസിസ് (Liver Cirrhosis): കരൾകോശങ്ങൾ ഗുരുതരമായി നശിക്കുകയും കരൾ കല്ലുപോലെ കട്ടിയാവുകയും ചെയ്യുന്ന അവസാന ഘട്ടം. ഈ അവസ്ഥയിൽ കരളിന് രക്തം ശുദ്ധീകരിക്കാനോ പ്രോട്ടീനുകൾ നിർമിക്കാനോ കഴിയാതെ വരുന്നു.

ലക്ഷണങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാം

കരൾരോഗങ്ങൾ പലപ്പോഴും നിശബ്ദമായാണ് വരുന്നത്. രോഗം പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കണമെന്നില്ല. എന്നാൽ, രോഗം പുരോഗമിക്കുമ്പോൾ താഴെ പറയുന്നവ കണ്ടുവരുന്നു:

• **അമിതമായ ക്ഷീണം:** വിശ്രമിച്ചാലും മാറാത്ത തളർച്ചയും ബലക്കുറവും.

• **മഞ്ഞനിറം:** കണ്ണിലും ചർമത്തിലും നഖങ്ങളിലും മൂത്രത്തിലും മഞ്ഞനിറം കാണപ്പെടുക.

• **വയർ വീർക്കുക:** വയറിൽ വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കുന്ന അവസ്ഥ (Ascites). ഇത് വയറിൽ അസ്വസ്ഥതയും ശ്വാസംമുട്ടലും ഉണ്ടാക്കാം.

• **വീക്കം:** പാദങ്ങളിലും കണങ്കാലുകളിലും നീരുവരിക.

• **ചൊറിച്ചിൽ:** ശരീരത്തിലുടനീളം കഠിനമായ ചൊറിച്ചിൽ അനുഭവപ്പെടുക.

• **ഛർദി:** രക്തം കലർന്ന ഛർദിയോ കറുത്ത നിറത്തിലുള്ള മലമോ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടാൽ, അത് കരൾരോഗം ഗുരുതരമാകുന്നതിന്റെ ലക്ഷണമാകാം.

പ്രധാന കാരണങ്ങൾ

• **അമിത മദ്യപാനം:** സിറോസിസിന്റെ ഏറ്റവും പ്രധാന കാരണങ്ങളിലൊന്ന് ദീർഘകാലത്തെ മദ്യപാനമാണ്.

• **ഫാറ്റി ലിവർ:** തെറ്റായ ഭക്ഷണരീതിയും വ്യായാമമില്ലായ്മയും മൂലം കരളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിയുന്നത് (Non-alcoholic Fatty Liver Disease) ഭാവിയിൽ സിറോസിസിലേക്ക് നയിക്കാം.

• **ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് വൈറസുകൾ:** ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി, സി തുടങ്ങിയ വൈറസ് ബാധകൾ കരളിനെ നശിപ്പിക്കുന്നു.

ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങളും ചികിത്സയും

1. ജീവിതശൈലിയിലെ മാറ്റങ്ങൾ:

കൃത്യസമയത്തുള്ള ഭക്ഷണം, ആവശ്യത്തിന് ഉറക്കം, ലഹരിപദാർഥങ്ങളിൽനിന്നുള്ള പൂർണമായ വിട്ടുനിൽക്കൽ എന്നിവ കരളിലെ കോശങ്ങളുടെ പുനരുജ്ജീവനത്തിന് സഹായിക്കുന്നു. മദ്യപാനം ഒഴിവാക്കുന്നതിനോടൊപ്പംതന്നെ മറ്റ് ചില കാര്യങ്ങൾകൂടി ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ട്:

• **ശരീരഭാരം നിയന്ത്രിക്കുക:** അമിതവണ്ണമുള്ളവരിൽ കരളിന് ചുറ്റും കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടാൻ (Fatty Liver) സാധ്യതയുണ്ട്. ഇത് പിൽക്കാലത്ത് സിറോസിസ് (Cirrhosis) പോലുള്ള അവസ്ഥകളിലേക്ക് നയിക്കാം.

• **വ്യായാമം:** ദിവസവും കുറഞ്ഞത് 30 മിനിറ്റ് ലഘുവായ വ്യായാമങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നത് കരളിന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തും.

• **പ്രമേഹ നിയന്ത്രണം:** പ്രമേഹമുള്ളവർ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് കൃത്യമായി നിലനിർത്തണം. നിയന്ത്രിക്കപ്പെടാത്ത പ്രമേഹം കരൾരോഗം സങ്കീർണമാക്കും.

2. ഭക്ഷണക്രമം:

അമിതമായി വറുത്തതും പൊരിച്ചതുമായ ഭക്ഷണങ്ങളും (Trans fats) കൃത്രിമ മധുരവും ഒഴിവാക്കുക. പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും ധാരാളം അടങ്ങിയ സമീകൃതാഹാരം ശീലമാക്കുക. ഭക്ഷണം നിയന്ത്രിക്കുന്നത് കരളിന്റെ ജോലിഭാരം കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.

• **ഉപ്പിന്റെ നിയന്ത്രണം:** കരൾരോഗം ഗുരുതരമാകുമ്പോൾ രക്തത്തിലെ പ്രോട്ടീൻ (Albumin) കുറയുകയും ശരീരത്തിൽ നീരുവരികയും ചെയ്യുന്നു. ഉപ്പ് കൂടുതൽ കഴിക്കുന്നത് ഈ നീര് വർധിപ്പിക്കും. പ്രോസസ് ചെയ്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ, അച്ചാറുകൾ,

പപ്പടം എന്നിവ ഒഴിവാക്കുക.

• **കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ്:** എളുപ്പത്തിൽ ദഹിക്കുന്ന അന്നജം അടങ്ങിയ ഭക്ഷണം ചെറിയ അളവിൽ പലതവണയായി കഴിക്കുക.

• **പഴങ്ങളും പച്ചക്കറികളും:** നാരുകൾ അടങ്ങിയ പച്ചക്കറികൾ ധാരാളം ഉൾപ്പെടുത്തുക. എന്നാൽ, പച്ചക്കറികൾ നന്നായി കഴുകി വൃത്തിയാക്കി വേവിച്ചുമാത്രം ഉപയോഗിക്കുക (അണുബാധ ഒഴിവാക്കാൻ).

3. പ്രതിരോധ കുത്തിവെപ്പുകളും അണുബാധ നിയന്ത്രണവും

രോഗം വന്നതിനുശേഷം ചികിത്സിക്കുന്നതിനെക്കാൾ നല്ലത് അത് തടയുന്നതാണ്.

• **ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് വാക്സിൻ:** ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി തടയാൻ വാക്സിനേഷൻ ലഭ്യമാണ്. ഇത് എടുക്കുന്നത് കരൾ ക്യാൻസർ ഉൾപ്പെടെയുള്ള ഗുരുതര രോഗങ്ങളെ തടയാൻ സഹായിക്കും.

• **ശുദ്ധജലം:** ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് എ, ഇ തുടങ്ങിയവ മലിനജലത്തിലൂടെയും ഭക്ഷണത്തിലൂടെയുമാണ് പകരുന്നത്. അതിനാൽ, തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം മാത്രം കുടിക്കുക.

4. മരുന്നുകളുടെ ഉപയോഗം

കരളാണ് നമ്മൾ കഴിക്കുന്ന ഭൂരിഭാഗം മരുന്നുകളെയും സംസ്കരിക്കുന്നത്.

• **വേദനാസംഹാരികൾ (Painkillers):** ഡോക്ടറുടെ നിർദേശമില്ലാതെ പാരസെറ്റമോൾ പോലും അമിതമായി കഴിക്കുന്നത് കരളിന് ദോഷകരമാണ്.

• **പാരമ്പര്യ ചികിത്സകൾ:** ലേബലുകൾ ഇല്ലാത്തതോ കൃത്യമായ അളവ് നിശ്ചയിച്ചിട്ടില്ലാത്തതോ ആയ ചില പച്ചമരുന്നുകൾ, കരളിലെ കോശങ്ങൾക്ക് കടുത്ത ആഘാതം (Drug-Induced Liver Injury) ഉണ്ടാക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

5. കരൾ മാറ്റിവെക്കൽ (Liver Transplant) - എപ്പോൾ?

മരുന്നുകൾകൊണ്ട് കരളിന്റെ പ്രവർത്തനം പൂർവസ്ഥിതിയിലാക്കാൻ കഴിയാത്ത 'എൻഡ് സ്റ്റേജ് ലിവർ ഡിസീസ്' (ESLD) ഘട്ടത്തിലാണ് ഇത് പരിഗണിക്കുന്നത്. തുടർച്ചയായി വയറ്റിൽ വെള്ളം കെട്ടൽ (Ascites), രക്തം ഛർദിക്കുക, കരൾരോഗം മൂലം മസ്തിഷ്കത്തിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിലുണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾ (Hepatic Encephalopathy) എന്നിവ ഗുരുതരമായ ലക്ഷണങ്ങളാണ്.

സ്വയംചികിത്സയോ വ്യാജ ചികിത്സാരീതികളോ പരീക്ഷിച്ച് സമയം കളയുന്നത് കരളിന്റെ അവസ്ഥ കൂടുതൽ വഷളാക്കാൻ മാത്രമേ സഹായിക്കൂ. ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമായാൽ ഉടൻതന്നെ ഒരു ഗ്യാസ്ട്രോഎൻട്രോളജിസ്റ്റിന്റെയോ (Gastroenterologist) അല്ലെങ്കിൽ ഹെപ്പറ്റോളജിസ്റ്റിന്റെയോ (Hepatologist) സേവനം തേടേണ്ടതാണ്.

ആധുനിക പരിശോധനകളിലൂടെയും കൃത്യമായ മരുന്നുകളിലൂടെയും തുടക്കത്തിൽതന്നെ രോഗം നിയന്ത്രിച്ചാൽ, കരൾ മാറ്റിവെക്കൽ പോലുള്ള സങ്കീർണമായ ഘട്ടങ്ങളിലേക്ക് എത്താതെ നമുക്ക് സ്വയം സംരക്ഷിക്കാം.

ഓർക്കുക! തകരാറിലാകുന്നതിനുമുമ്പ് കരൾ നൽകുന്ന സൂചനകൾ തിരിച്ചറിയുക എന്നതാണ് ഏറ്റവും വലിയ ചികിത്സ. അതിനാൽ, കരളിന്റെ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുക എന്നത് കേവലം ഒരു മുൻകരുതലല്ല, മറിച്ച് ദീർഘായുസ്സിനുള്ള നിക്ഷേപമാണ്. ○

കുട്ടിച്ചായന്റെ
കുറിപ്പുകൾ

മാറുന്ന ലോകം, മാറുന്ന വിദ്യ: AI നമുക്ക് ചുറ്റും

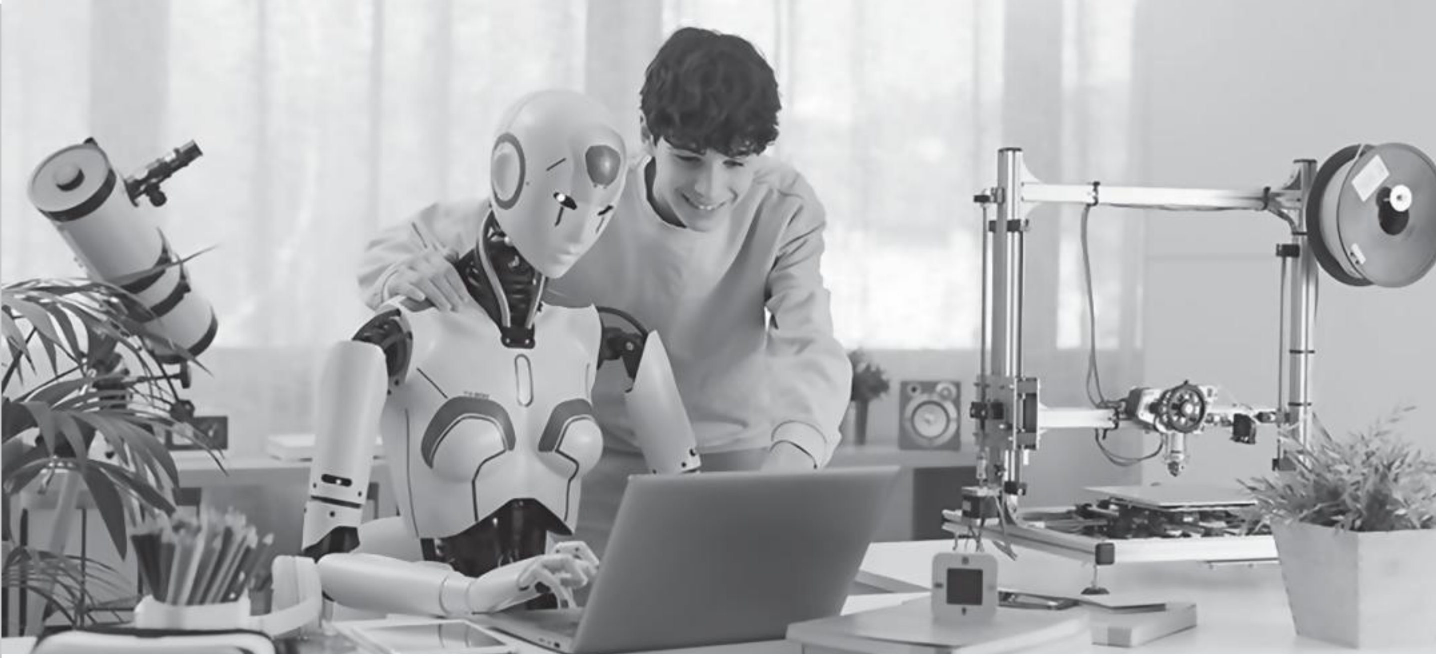
നമ്മുടെ ലോകം ഇന്ന് അതിവേഗം മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. കുറച്ചുകാലം മുമ്പുവരെ സയൻസ് ഫിക്ഷൻ സിനിമകളിൽ മാത്രം കണ്ടിരുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഇന്ന് നമ്മുടെ വിരൽത്തുമ്പിലെത്തിനിൽക്കുന്നു. 'ആർട്ടിഫിഷ്യൽ ഇന്റലിജൻസ്' (AI) അഥവാ കൃത്രിമബുദ്ധി എന്ന ഈ അദ്ഭുത പ്രതിഭാസം നമ്മുടെ വീടുകളിലേക്കും മക്കളുടെ പഠനമുറികളിലേക്കും കടന്നുവന്നുകഴിഞ്ഞു. 2026-ൽ എത്തിനിൽക്കുമ്പോൾ AI രംഗത്തുണ്ടായ പ്രധാന മാറ്റങ്ങളെക്കുറിച്ചും, മാതാപിതാക്കളും യുവാക്കളും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചും നമുക്കൊന്ന് ലളിതമായി പരിശോധിക്കാം.

AI: ലബോറട്ടറിയിൽനിന്ന് നമ്മുടെ കൈവെള്ളയിലേക്ക്

ആർട്ടിഫിഷ്യൽ ഇന്റലിജൻസ് എന്നത് പെട്ടെന്നുണ്ടായ ഒരു അദ്ഭുതമല്ല; മറിച്ച് പതിറ്റാണ്ടുകളായി ശാസ്ത്രലോകം നടത്തിവരുന്ന കഠിനമായ ഗവേഷണങ്ങളുടെ ഫലമാണ്. 1950-കളിൽ 'യന്ത്രങ്ങൾക്ക് ചിന്തിക്കാൻ കഴിയുമോ?' എന്ന ചോദ്യത്തിൽ നിന്നാണ് ഇതിന്റെ തുടക്കം.

• **ആദ്യത്തെ ചുവടുവെപ്പുകൾ:** 1997-ൽ ഐ.ബി.എം (IBM) വികസിപ്പിച്ച 'ഡീപ്പ് ബ്ലൂ' എന്ന സൂപ്പർ കമ്പ്യൂട്ടർ അന്നത്തെ ലോക ചെസ് ചാമ്പ്യനായിരുന്ന ഗാരി കാസ്പറോവിനെ തോൽപ്പിച്ചപ്പോഴാണ് ലോകം ആദ്യമായി കൃത്രിമബുദ്ധിയുടെ കരുത്തറിഞ്ഞത്. കമ്പ്യൂട്ടറുകൾക്ക് വെറും കണക്കുകൂട്ടലുകൾ മാത്രമല്ല, ബുദ്ധിപരമായ നീക്കങ്ങളും നടത്താനാകുമെന്ന് അന്ന് തെളിയിക്കപ്പെട്ടു.

• **സ്മാർട്ട് യുഗത്തിന്റെ ആരംഭം:** 2011-ൽ ആപ്പിളിന്റെ Siri നമ്മുടെ ഫോണുകളിലെത്തിയതോടെ നാം യന്ത്രങ്ങളോട് സംസാരിച്ചുതുടങ്ങി. തുടർന്ന് ഗൂഗിളും ആമസോണും തങ്ങളുടെ സ്മാർട്ട് അസിസ്റ്റന്റുകളെ പുറത്തിറക്കി. എന്നാൽ, ഇവയെല്ലാം നാം നൽകുന്ന കൃത്യമായ നിർദേശങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് മാത്രം പ്രവർത്തിക്കുന്നവയായിരുന്നു.



• **ജനറേറ്റീവ് AI വിപ്ലവം:** 2022-ന്റെ അവസാനത്തിൽ ChatGPT എത്തിയതോടെയാണ് ഇന്നത്തെ 'ജനറേറ്റീവ് AI' വിപ്ലവത്തിന് തുടക്കമായത്. വെറുതെ നിർദേശങ്ങൾ പാലിക്കുന്നതിനു പകരം സ്വന്തമായി കവിതകളെഴുതാനും കോഡിങ് ചെയ്യാനും മനുഷ്യരുമായി അർഥവത്തായ സംഭാഷണങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാനും കഴിയുന്ന രീതിയിലേക്ക് AI വളർന്നു. 2026-ൽ എത്തിനിൽക്കുമ്പോൾ, AI കേവലം ഒരു കൗതുകമല്ല, മറിച്ച് നമ്മുടെ നിത്യജീവിതത്തിലെ ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്ത ഒരു ഘടകമായി മാറിക്കഴിഞ്ഞു.

AI വിപ്ലവം: 2026-ലെ പ്രധാന മാറ്റങ്ങൾ

കമ്പ്യൂട്ടറുകൾക്ക് മനുഷ്യനെപ്പോലെ ചിന്തിക്കാൻ കഴിയുന്ന കാലം അതിവേഗം വന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഈ വർഷം നാം കാണുന്ന ചില പ്രധാന മാറ്റങ്ങൾ താഴെ പറയുന്നവയാണ്:

• **കമ്പ്യൂട്ടറുകൾ സ്വന്തമായി കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു:** മുമ്പ് നമ്മൾ ടൈപ്പ് ചെയ്തുകൊടുക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾക്ക് മറുപടി നൽകുക മാത്രമായിരുന്നു AI ചെയ്തിരുന്നത്. എന്നാൽ, ഇപ്പോൾ പുറത്തിറങ്ങിയ GPT-5.4 പോലുള്ള സംവിധാനങ്ങൾക്ക് കമ്പ്യൂട്ടറിലെ മൗസും കീബോർഡും ഉപയോഗിച്ച് തനിയെ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ കഴിയും. ഉദാഹരണത്തിന്, ഒരു ടിക്കറ്റ് ബുക്ക് ചെയ്യാനോ വലിയൊരു അപേക്ഷാഫോറം പൂരിപ്പിക്കാനോ പറഞ്ഞാൽ അത് സ്ക്രീനിൽ നോക്കി മനുഷ്യരെപ്പോലെതന്നെ ചെയ്തുതീർക്കും.

• **ഫോട്ടോകളും വീഡിയോകളും നിമിഷനേരംകൊണ്ട്:** ഗൂഗിളിന്റെ 'നാനോ ബനാന 2' പോലുള്ള പുതിയ സാങ്കേതികവിദ്യകൾ വന്നതോടെ വളരെ ഉയർന്ന നിലവാരമുള്ള ചിത്രങ്ങൾ സെക്കൻഡുകൾക്കുള്ളിൽ നിർമിക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കും. പഴയ ബ്ലാക്ക് ആൻഡ് വൈറ്റ് ഫോട്ടോകൾ കളറാക്കാനും അവ്യക്തമായ ചിത്രങ്ങൾ തെളിച്ചമുള്ളതാക്കാനും ഇത് വളരെയധികം സഹായിക്കുന്നു.

• **അതിവേഗത്തിലുള്ള ഫോണുകളും ലാപ്ടോപ്പുകളും:** ആപ്പിൾ പോലുള്ള കമ്പനികൾ പുറത്തിറക്കുന്ന പുതിയ ലാപ്ടോപ്പുകളിൽ (M5 ചിപ്പ്) AI പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കായി പ്രത്യേക സൗകര്യങ്ങൾ ഒരുക്കിയിട്ടുണ്ട്. ഇതിലൂടെ ഇന്റർനെറ്റ് ഇല്ലാതെതന്നെ നമ്മുടെ ഫോണിലും കമ്പ്യൂട്ടറിലും സുരക്ഷിതമായി AI ഉപയോഗിക്കാൻ സാധിക്കും. ഇത് വിവരങ്ങൾ ചോരാതിരിക്കാൻ ഒരു പരിധിവരെ സഹായിക്കും.

• **ആരോഗ്യരംഗത്തെ വിപ്ലവം:** രോഗങ്ങൾ നേരത്തെ തിരിച്ചറിയാൻ AI ഇന്ന് ഡോക്ടർമാരെ സഹായിക്കുന്നുണ്ട്. ഉദാഹരണത്തിന്, കുട്ടികളിലെ ഓട്ടിസം പോലുള്ള അവസ്ഥകൾ നേരത്തെ കണ്ടെത്താനുള്ള പ്രത്യേക ആപ്പുകൾ ഇപ്പോൾ വികസിപ്പിച്ചെടുത്തിട്ടുണ്ട്.

• **ധരിക്കാവുന്ന AI ഉപകരണങ്ങൾ:** ഫോണുകൾക്ക് പുറമെ, നാം ധരിക്കുന്ന വാച്ചുകൾ, കണ്ണടകൾ, മോതിരങ്ങൾ എന്നിവയിലും AI വരികയാണ്. നമ്മുടെ ആരോഗ്യം ശ്രദ്ധിക്കാനും വഴി പറഞ്ഞുതരാനും വിദേശഭാഷകൾ തത്സമയം വിവർത്തനം ചെയ്തുതരാനും ഇത്തരം സ്മാർട്ട് ഉപകരണങ്ങൾ സഹായിക്കുന്നു.

പഠനമുറിയിലെ AI: ബുദ്ധിവികാസമോ? അതോ മടിയിലേക്കുള്ള വഴിയോ?

നമ്മുടെ മക്കളുടെ പഠനമുറികളിൽ ഇന്ന് ഒരു നിശബ്ദവിപ്ലവം നടക്കുകയാണ്. മുമ്പ് സംശയങ്ങൾ ചോദിക്കാൻ അധ്യാപകരെയോ പാഠപുസ്തകങ്ങളെയോ മാത്രം ആശ്രയിച്ചിരുന്ന കുട്ടികൾ ഇന്ന് AI ടൂളുകളെ കൂട്ടുപിടിക്കുന്നു.

എന്നാൽ, ഇത് അവരെ കൂടുതൽ ബുദ്ധിമാന്മാരാക്കുമോ, അതോ ചിന്താശേഷിയില്ലാത്ത യന്ത്രങ്ങളാക്കുമോ എന്നത് ഗൗരവകരമായ ചോദ്യമാണ്.

• **ഹോംവർക്ക് - കോപ്പിയടിയും സർഗാത്മകതയും:** സ്കൂളിൽനിന്ന് നൽകുന്ന ഉപന്യാസങ്ങളും പ്രോജക്റ്റുകളും സെക്കൻഡുകൾക്കുള്ളിൽ AI തയ്യാറാക്കി നൽകും. ഇത് കുട്ടികളിൽ റെഡിമെയ്ഡ് ഉത്തരങ്ങൾക്കായുള്ള ആർത്തി വർധിപ്പിക്കുന്നു. കാര്യങ്ങളെ വിശകലനം ചെയ്യാനും സ്വന്തമായി അഭിപ്രായങ്ങൾ രൂപീകരിക്കാനുമുള്ള (Critical Thinking) അവരുടെ കഴിവ് ഇതിലൂടെ തുരുമ്പെടുത്തുപോകാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

ഉത്തരം ശരിയാകുന്നതിനെക്കാൾ അത് എങ്ങനെ കണ്ടെത്തുന്നു എന്ന പ്രക്രിയയിലാണ് പഠനം നടക്കുന്നത് എന്ന കാര്യം മാതാപിതാക്കൾ കുട്ടികളെ ബോധ്യപ്പെടുത്തണം.

• **ഓരോ കുട്ടിക്കും ഒരു വ്യക്തിഗത അധ്യാപകൻ (Personalized Learning):** AI-യുടെ ഏറ്റവും വലിയ ഗുണവശം ഓരോ കുട്ടിയുടെയും പഠനവേഗത തിരിച്ചറിഞ്ഞ് പാഠഭാഗങ്ങൾ ലളിതമാക്കി നൽകാനുള്ള അതിന്റെ കഴിവാണ്. ഒരു ക്ലാസ്സിലെ 40 കുട്ടികൾക്കും ഒരേ രീതിയിലായിരിക്കില്ല കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാകുന്നത്. അവിടെ ഓരോ കുട്ടിയുടെയും താൽപ്പര്യങ്ങൾക്കും ബലഹീനതകൾക്കും അനുസരിച്ച് പാഠങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുന്ന 'AI ട്യൂട്ടർമാർ' ഒരു വലിയ സഹായമാണ്.

• **മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കാൻ:** സാങ്കേതികവിദ്യയെ പൂർണമായി വിലക്കുക എന്നത് അപ്രായോഗികമാണ്. പകരം, AI ഒരു 'പകരക്കാരനല്ല' (Replacement), മറിച്ച് ഒരു 'സഹായി' (Assistant) മാത്രമാണെന്ന് കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കണം. AI നൽകുന്ന വിവരങ്ങൾ സത്യമാണോ എന്ന് പരിശോധിക്കാനും അതിൽ സ്വന്തം ആശയങ്ങൾകൂടി കൂട്ടിച്ചേർക്കാനും അവരെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കണം. പഠനത്തിനായി AI ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ അത് കേവലം കോപ്പിയടിയാകാതെ, പുതിയ അറിവുകൾ തേടാനുള്ള ഒരു ജാലകമായി മാറ്റാൻ നമുക്ക് സാധിക്കണം.

തൊഴിൽമേഖല: ഭീഷണിയല്ല, പുതിയ അവസരങ്ങളുടെ വാതിൽ

AI സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ വളർച്ച കേൾക്കുമ്പോൾ സാധാരണക്കാരായ ഉദ്യോഗാർഥികളുടെയും യുവാക്കളുടെയും മനസ്സിൽ ആദ്യം ഉയരുന്ന ചോദ്യം ഇതാണ്: "എന്റെ ജോലി AI കൊണ്ടുപോകുമോ?" ചരിത്രപരമായി നോക്കിയാൽ, കമ്പ്യൂട്ടറുകൾ വന്നപ്പോഴും ഇതേ ഭീതി നിലനിന്നിരുന്നു. എന്നാൽ, കമ്പ്യൂട്ടറുകൾ ജോലികൾ ഇല്ലാതാക്കുകയല്ല, പകരം കോടിക്കണക്കിന് പുതിയ തൊഴിലവസരങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുകയാണ് ചെയ്തത്. 2026-ൽ AI-യുടെ കാര്യത്തിലും സംഭവിക്കുന്നത് ഇതുതന്നെയാണ്.

• **ഭീഷണിയല്ല, ഒരു സഹായി (Co-pilot)**: AI എന്നത് മനുഷ്യനെ മാറ്റിസ്ഥാപിക്കാനുള്ള ഒന്നല്ല, മറിച്ച് മനുഷ്യന്റെ ജോലിഭാരം കുറയ്ക്കാനുള്ള ഒരു സഹായിയാണ്. ഉദാഹരണത്തിന്, ഒരു അക്കൗണ്ടന്റിന് കണക്കുകൾ കൂട്ടാൻ AI സഹായിക്കുമ്പോൾ, അദ്ദേഹത്തിന് സാമ്പത്തിക ഉപദേശങ്ങൾ നൽകുന്നതിലും തന്ത്രങ്ങൾ മെനയുന്നതിലും കൂടുതൽ സമയം ചെലവഴിക്കാൻ സാധിക്കും. ക്രിയേറ്റീവ് ആയ ജോലികൾ, വൈകാരിക ബുദ്ധി (Emotional Intelligence) ആവശ്യമുള്ള മേഖലകൾ എന്നിവയിൽ മനുഷ്യനെ വെല്ലാൻ AI-ക്ക് കഴിയില്ല.

• **പുതിയ തൊഴിലുകൾ പിറക്കുന്നു:** അഞ്ചു വർഷം മുമ്പ് നമ്മൾ കേട്ടിട്ടുപോലുമില്ലാത്ത പുതിയ തസ്തികകളാണ് ഇന്ന് രൂപപ്പെടുന്നത്:

1. **പ്രോംപ്റ്റ് എൻജിനീയർമാർ:** AI-യോട് എങ്ങനെ സംസാരിക്കണം, അതിൽനിന്ന് എങ്ങനെ മികച്ച ഫലം നേടിയെടുക്കാം എന്ന് നിശ്ചയിക്കുന്നവർ.

2. **AI എത്തിക്സ് ഓഫീസർമാർ:** AI ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ സ്വകാര്യതയും ധാർമികതയും ലംഘിക്കപ്പെടുന്നില്ല എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുന്നവർ.

3. **ഡാറ്റാ ക്യൂറേറ്റർമാർ:** AI-യെ പഠിപ്പിക്കാൻ ആവശ്യമായ വിവരങ്ങൾ കൃത്യമായി ക്രമീകരിക്കുന്നവർ.

• **മാറേണ്ടത് നമ്മുടെ മനോഭാവമാണ്:** 'AI മനുഷ്യനെ മാറ്റില്ല, പകരം AI ഉപയോഗിക്കാൻ അറിയാവുന്ന മനുഷ്യൻ, AI ഉപയോഗിക്കാൻ അറിയാത്ത മനുഷ്യനെ മാറ്റും' എന്നതാണ് ഇന്നത്തെ യാഥാർഥ്യം. അതിനാൽ, പുതിയ സാങ്കേതികവിദ്യകളെ ഭയപ്പെടുന്നതിനുപകരം അവ പഠിച്ചെടുക്കാനാണ് (Upskilling) യുവാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്. ഡിജിറ്റൽ സാക്ഷരതപോലെതന്നെ പ്രധാനമാണ് 'AI സാക്ഷരത'യും.

• **സർഗാത്മകതയും മൂല്യങ്ങളും:** യന്ത്രങ്ങൾക്ക് ഒരിക്കലും അനുകരിക്കാൻ കഴിയാത്ത ഒന്നാണ് മനുഷ്യന്റെ സഹാനുഭൂതിയും (Empathy) ധാർമികബോധവും. അധ്യാപനം, നഴ്സിങ്, കൗൺസിലിങ്, സാമൂഹ്യസേവനം തുടങ്ങിയ മേഖലകളിൽ AI-ക്ക് പരിമിതികളുണ്ട്. മനുഷ്യബന്ധങ്ങൾക്കും മൂല്യങ്ങൾക്കും മുൻതൂക്കം നൽകുന്ന തൊഴിലുകൾക്ക് വരുംകാലത്തും വലിയ പ്രാധാന്യമുണ്ടാകും.

മലയാളവും AI-യും

AI എന്നാൽ ഇംഗ്ലീഷ് അറിയുന്നവർക്ക് മാത്രം ഉപയോഗിക്കാവുന്ന ഒന്നാണെന്ന ധാരണ ഇന്ന് പാടെ മാറിക്കഴിഞ്ഞു. നമ്മുടെ മാതൃഭാഷയായ മലയാളത്തെ ആധുനിക കൃത്രിമബുദ്ധി ഇന്ന് അതിശയിപ്പിക്കുന്ന രീതിയിലാണ് കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നത്. 2026-ൽ എത്തിനിൽക്കുമ്പോൾ മലയാളം എഴുതാനും വായിക്കാനും സംസാരിക്കാനും AI-ക്ക് വലിയ പ്രാവീണ്യമുണ്ട്.

• **ഭാഷാവിവർത്തനം:** ലോകത്തിന്റെ ഏത് കോണിലിരുന്ന് ഒരാൾ ഇംഗ്ലീഷിലോ മറ്റ് വിദേശഭാഷകളിലോ പ്രസംഗിച്ചാലും, ഗൂഗിളിന്റെ 'ജെമിനി' പോലുള്ള ടൂളുകൾ ഉപയോഗിച്ച് അത് തത്സമയംതന്നെ ശുദ്ധമായ മലയാളത്തിലേക്ക് വിവർത്തനം ചെയ്ത് കേൾക്കാനോ വായിക്കാനോ ഇന്ന് സാധിക്കും. വിദേശരാജ്യങ്ങളിൽ കഴിയുന്ന മക്കളോടും കൊച്ചുമക്കളോടും ആശയവിനിമയം നടത്താൻ ഇത് പ്രായമായവർക്ക് വലിയൊരു സഹായമാണ്.

• **എഴുത്തിലെ സഹായി:** മലയാളം ടൈപ്പ് ചെയ്യുമ്പോൾ സംഭവിക്കുന്ന അക്ഷരത്തെറ്റുകളും വ്യാകരണപിശകുകളും സ്വയം തിരുത്താൻ ഇന്ന് AI-ക്ക് കഴിയും. നമ്മൾ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ കേട്ട് കൃത്യമായ മലയാളത്തിൽ ടൈപ്പ് ചെയ്യാനും (Voice Typing), വലിയ ലേഖനങ്ങളെ ലളിതമായ ഖണ്ഡികകളാക്കി ചുരുക്കി നൽകാനും ഇത്തരം സാങ്കേതികവിദ്യകൾക്ക് സാധിക്കുന്നു.

• **അക്ഷരങ്ങളിൽനിന്ന് ശബ്ദത്തിലേക്ക് (Text-to-Speech):** കണ്ണിന് കാഴ്ചക്കുറവുള്ളവർക്കോ വായന ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളവർക്കോ വേണ്ടി ഏതൊരു മലയാളം പുസ്തകവും വാർത്തയും മനോഹരമായ ശബ്ദത്തിൽ വായിച്ചുകേൾപ്പിക്കാൻ AI സംവിധാനങ്ങൾക്ക് കഴിയും. ഇത് വായനയുടെ ലോകം എല്ലാവർക്കും ഒരുപോലെ പ്രാപ്യമാക്കുന്നു.

ചുരുക്കത്തിൽ, ഭാഷയുടെ അതിർവരമ്പുകൾ മായ്ച്ചുകളയുന്നതിൽ AI വലിയൊരു പങ്കാണ്

വഹിക്കുന്നത്. നമ്മുടെ ചിന്തകൾ മലയാളത്തിൽത്തന്നെ ലോകത്തോട് പങ്കുവെക്കാൻ ഈ സാങ്കേതികവിദ്യ ഇന്ന് നമുക്ക് കരുത്തുപകരുന്നു.

നമ്മുടെ നിത്യജീവിതത്തിലെ നിഴലായി AI

പലപ്പോഴും നാം അറിയാതെതന്നെ നമ്മുടെ ഓരോ നീക്കങ്ങളിലും AI ഒപ്പമുണ്ട്. സങ്കീർണമായ ലാബ് പരീക്ഷണങ്ങളിൽനിന്ന് മാറി നമ്മുടെ വീടുകളിലും യാത്രകളിലും അത് എങ്ങനെയൊക്കെ ഇടപെടുന്നു എന്ന് നോക്കാം:

• **സ്മാർട്ട് അസിസ്റ്റന്റുകൾ:** ഫോണിലെ 'സിരി'യോടും 'ഗൂഗിൾ അസിസ്റ്റന്റി'നോടും സംസാരിച്ച് അലാറം വെക്കുന്നതും പാട്ടുകൾ കേൾക്കുന്നതും വീട്ടിലെ സ്മാർട്ട് ബൾബുകൾ നിയന്ത്രിക്കുന്നതും ഇന്ന് പതിവാണ്. നമ്മൾ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി അതിനനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കുന്നത് ഇതിലെ AI സംവിധാനമാണ്.

• **യാത്രകളും ഗൂഗിൾ മാപ്സും:** നാം ഒരു സ്ഥലത്തേക്ക് യാത്ര തിരിക്കുമ്പോൾ ഏത് വഴിയിലൂടെ പോകണം, എവിടെയാണ് തിരക്കുള്ളത്, എത്ര സമയംകൊണ്ട് അവിടെയെത്താം എന്നൊക്കെ കൃത്യമായി പറഞ്ഞുതരുന്നത് AI ആണ്. ലക്ഷക്കണക്കിന് ആളുകളുടെ യാത്രാവിവരങ്ങൾ നിമിഷനേരംകൊണ്ട് വിശകലനം ചെയ്താണ് ഇത് സാധ്യമാകുന്നത്.

• **ഓൺലൈൻ ഷോപ്പിങ്ങും വിനോദവും:** നമ്മൾ ആമസോണിലോ ഫ്ലിപ്കാർട്ടിലോ ഒരു സാധനം നോക്കിയാൽ, പിന്നീട് സമാനമായ ഉല്പന്നങ്ങൾ നമ്മുടെ സ്ക്രീനിൽ തെളിയുന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടില്ലേ? അതുപോലെ യൂട്യൂബിലും നെറ്റ്ഫ്ലിക്സിലും നമ്മൾ ഇഷ്ടപ്പെടാൻ സാധ്യതയുള്ള പാട്ടുകളും സിനിമകളും നിർദേശിക്കുന്നതും (Recommendations) ഈ സാങ്കേതികവിദ്യതന്നെയാണ്.

• **ഇമെയിലുകളും സ്പാം ഫിൽട്ടറുകളും:** നമ്മുടെ ഇമെയിലുകളിൽ ആവശ്യമില്ലാത്ത പരസ്യങ്ങളും ചതിക്കുഴികളും (Spam) തനിയെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവ മാറ്റിവെക്കുന്നത് AI ആണ്. പ്രധാനപ്പെട്ട സന്ദേശങ്ങൾ മാത്രം നമുക്ക് മുന്നിലെത്തിക്കാൻ ഇത് സഹായിക്കുന്നു.

ആർട്ടിഫിഷ്യൽ ഇന്റലിജൻസ് എന്നത് നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ അവിഭാജ്യഘടകമായി മാറിക്കഴിഞ്ഞു. വിരൽത്തുമ്പിലെ അറിവുകൾമുതൽ യാത്രാവഴികളിലെ വഴികാട്ടികൾവരെയായി AI നമുക്കുചുറ്റും ഒരു അദൃശ്യവലയം തീർക്കുന്നു. പഠനമുറികളിലും തൊഴിലിടങ്ങളിലും ഇത് നൽകുന്ന സൗകര്യങ്ങൾ സമാനതകളില്ലാത്തതാണ്. സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ ഈ തേരോട്ടം നമ്മുടെ മാതൃഭാഷയായ മലയാളത്തെപ്പോലും ആധുനിക ലോകത്തിന്റെ നെറുകയിലെത്തിച്ചിരിക്കുന്നു.

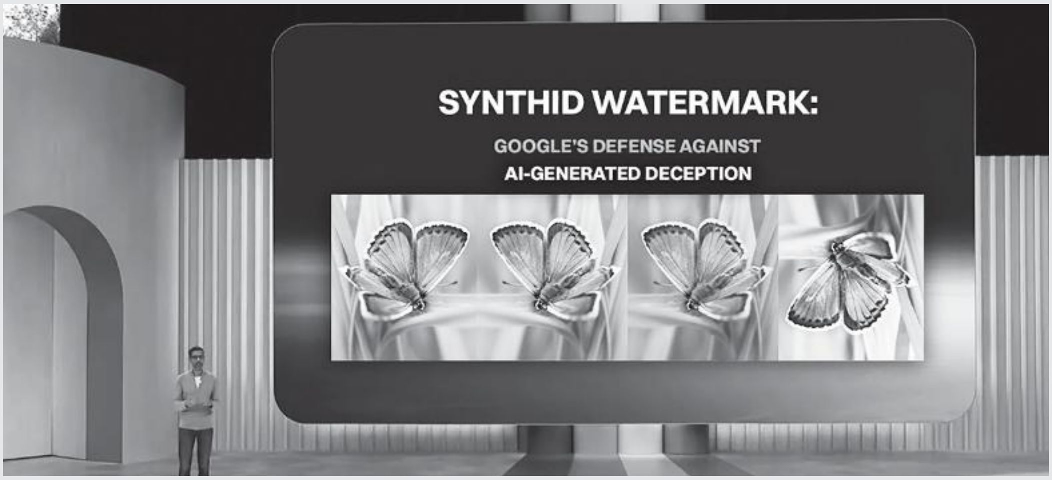
എന്നാൽ, ഈ വിസ്മയക്കാഴ്ചകൾക്ക് അപ്പുറം മറ്റൊരു ലോകംകൂടിയുണ്ട്. നമ്മൾ ആവേശത്തോടെ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഈ 'സൗജന്യ' സേവനങ്ങൾക്ക് നമ്മൾ നൽകുന്ന വിലയെന്താണ്? നമ്മുടെ സ്വകാര്യതയും മക്കളുടെ സുരക്ഷയും ഈ ഡിജിറ്റൽ യുഗത്തിൽ എത്രത്തോളം സുരക്ഷിതമാണ്? ഓരോ സെൽഫി ചിത്രവും ഓരോ ശബ്ദശകലവും എങ്ങനെയാണ് നമുക്കെതിരെതന്നെ തിരിയുന്നത്? AI-യുടെ മറവിൽ ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന ചതിക്കുഴികളെക്കുറിച്ചും തട്ടിപ്പുകളെക്കുറിച്ചും ഗൗരവകരമായ ചില സത്യങ്ങൾ നമുക്ക് വരുംലക്കത്തിൽ ചർച്ച ചെയ്യാം.

സസ്നേഹം,
കുട്ടിച്ചായൻ

○

(തുടരും... അടുത്ത ലക്കത്തിൽ: നമ്മുടെ സ്വകാര്യത വിറ്റാണോ നാം AI ആഘോഷിക്കുന്നത്?)

യഥാർഥമോ വ്യാജമോ? തിരിച്ചറിയാൻ SynthID



നിർമിത ബുദ്ധി (AI) ഉപയോഗിച്ച് നിർമിക്കപ്പെടുന്ന ചിത്രങ്ങളും വീഡിയോകളും ഇന്ന് യഥാർഥ ദൃശ്യങ്ങളെ വെല്ലുന്ന രീതിയിൽ സ്വാഭാവികമാണ്. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ, ഡിജിറ്റൽ ഉള്ളടക്കങ്ങളുടെ വിശ്വാസ്യത ഉറപ്പാക്കാൻ ഗൂഗിൾ ഡീപ്മൈൻഡ് (Google DeepMind) വികസിപ്പിച്ചെടുത്ത വിപ്ലവകരമായ സാങ്കേതിക വിദ്യയാണ് സിന്ത് ഐഡി.

എന്താണ് സിന്ത് ഐഡിയെ വ്യത്യസ്തമാക്കുന്നത്?

സാധാരണ വാട്ടർമാർക്കുകൾ ചിത്രത്തിന് മുകളിൽ ഒരു ലെയർ പോലെയാണ് പതിപ്പിക്കുന്നത്. എന്നാൽ, സിന്ത് ഐഡി പ്രവർത്തിക്കുന്നത് തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായ രീതിയിലാണ്:

• **പിക്സൽ ലെവൽ എംബഡിംഗ്:** ചിത്രത്തിന്റെ ദൃശ്യഭംഗിയെയോ ഗുണമേന്മയെയോ ബാധിക്കാത്ത വിധം, അതിന്റെ പിക്സലുകൾക്കുള്ളിൽ മാറ്റം വരുത്തിയാണ് ഈ അടയാളം ചേർക്കുന്നത്. ഇത് മനുഷ്യനേത്രങ്ങൾക്ക് തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയില്ല, എന്നാൽ, പ്രത്യേക സോഫ്റ്റ്‌വെയറുകൾക്ക് ഇത് പെട്ടെന്ന് കണ്ടെത്താനാകും.

• **ഓഡിയോയിലും വീഡിയോയിലും:** ചിത്രങ്ങളിൽ മാത്രമല്ല, എഐ നിർമിത സംഗീതത്തിലും (Music) വീഡിയോകളിലും സിന്ത് ഐഡി ഇപ്പോൾ ലഭ്യമാണ്. ഓഡിയോ ഫയലുകളിൽ മനുഷ്യന് കേൾക്കാൻ കഴിയാത്ത തരംഗദൈർഘ്യത്തിലാണ് ഈ വാട്ടർമാർക്ക് പതിപ്പിക്കുന്നത്.

• **എഡിറ്റ് ചെയ്താലും മാറില്ല:** ഒരു എഐ ചിത്രം എഡിറ്റ് ചെയ്താലോ, അതിന്റെ നിറം മാറ്റിയാലോ, കംപ്രസ് ചെയ്താലോ ഒന്നും ഈ അടയാളം നശിക്കില്ല. സ്ക്രീൻഷോട്ട് എടുത്താൽ പോലും സിന്ത് ഐഡി അതിൽ അവശേഷിക്കും.

• **സുരക്ഷാകവചം:** വ്യാജവാർത്തകളും തെറ്റായ ചിത്രങ്ങളും പ്രചരിക്കുന്നത് തടയാൻ ഈ സാങ്കേതികവിദ്യ സഹായിക്കുന്നു. സോഷ്യൽ മീഡിയ പ്ലാറ്റ്ഫോമുകൾക്ക് ഒരു ചിത്രം AI നിർമിതമാണോ എന്ന് സെക്കൻഡുകൾക്കുള്ളിൽ ഇതിലൂടെ കണ്ടെത്താം.

എന്തുകൊണ്ട് ഇത് പ്രധാനമാകുന്നു?

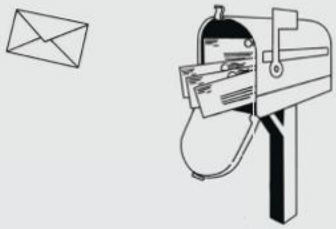
• **ഡീപ് ഫേക്ക് (Deepfake) പ്രതിരോധം:** പ്രമുഖ വ്യക്തികളുടെയോ സാധാരണക്കാരുടെയോ വ്യാജ വീഡിയോകളും ചിത്രങ്ങളും നിർമിച്ച് ദുരുപയോഗം ചെയ്യുന്നത് തടയാൻ ഇത് സഹായിക്കുന്നു.

• **വിവരസാങ്കേതിക സുരക്ഷ:** വരാനിരിക്കുന്ന തിരഞ്ഞെടുപ്പുകളിലും മറ്റും വ്യാജവാർത്തകൾ പ്രചരിക്കുന്നത് തടയാൻ സോഷ്യൽ മീഡിയ പ്ലാറ്റ്ഫോമുകൾക്ക് സിന്ത് ഐഡി വലിയൊരു ആയുധമാകും.

• **സൃഷ്ടാക്കളുടെ അവകാശം:** എഐ ഉപയോഗിച്ച് സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ട കലാരൂപങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാനും അവയുടെ ഉടമസ്ഥാവകാശം വ്യക്തമാക്കാനും ഇത് സഹായിക്കുന്നു.

എഐ നിർമിത ദൃശ്യങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാൻ എഐ തന്നെ ഉപയോഗിക്കുന്നു എന്നതാണ് സിന്ത് ഐഡിയുടെ പ്രത്യേകത.

പ്രതികരണങ്ങൾ



സുനി ജോഷി,
തത്തംപള്ളി

ഒരു വായനക്കാരി എന്ന നിലയിൽ, എല്ലാ ലേഖനങ്ങളും അതിന്റേതായ മികവ് പുലർത്തുന്നുണ്ട്. വളരെ ലളിതമായ ഭാഷയിൽ സാധാരണക്കാർക്ക് മനസിലാക്കാൻ കഴിയുംവിധം Simplicity അതിന്റെ പൂർണ്ണരൂപത്തിൽ എല്ലാ ലേഖനങ്ങളിലും കാണാം. പ്രത്യേകിച്ചും, ബോബി അച്ചന്റെ ഓരോ വാക്കുകളും വളരെ Curiosity യോടെയാണ് വായിക്കുക. വായനക്കാർക്ക് അദ്ദേഹം പറയുന്നതൊക്കെയും പെറുക്കിയെടുത്ത് സൂക്ഷിക്കാവുന്ന Precious stones ആണ്; അതിൽ ഒരു സംശയവുമില്ല. കുട്ടിച്ചായന്റെ സ്നേഹമസൃണമായ ഉപദേശവും കുട്ടികളെ ഉപദേശരൂപേണ ബോധവത്കരിക്കുന്ന രീതിയും വളരെ നല്ല നിലവാരം പുലർത്തുന്നു.

എഴുതുന്നതൊക്കെയും വായിക്കേണ്ടവർ വായിച്ചെങ്കിൽ മാത്രമേ അതുകൊണ്ട് പ്രയോജനമുണ്ടാകൂ. ഇത് Artificial Intelligence (AI)-ന്റെ യുഗം. പുതുതലമുറ പരക്കംപായുന്നത് ഇതിന്റെയൊക്കെ പിറകെയാണ്. കുടുംബജ്യോതി പോലെയുള്ള മാസികകൾ കുട്ടികളും ചെറുപ്പക്കാരും വായിക്കാൻ മനസ് കാണിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നറിഞ്ഞിരിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്.

ഫാ. സോനു കുളത്തൂരിന്റെ 'ഇത് യൗസേപ്പിന്റെ യുഗം' എന്ന ലേഖനത്തിന്റെ പേര് ഈ കാലഘട്ടത്തിന് എത്രയധികം യോജിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് ഞാനോർത്തു. യൗസേപ്പിന് മറിയത്തിൽ സംശയം ജനിച്ചെങ്കിലും ദൈവത്തിൽ പൂർണ്ണമായി അർപ്പിച്ച്, ദൈവത്തിന്റെ ഇടപെടലിനായി കാതോർത്തു.

പക്ഷേ, ഇന്ന് ചെറിയ ചെറിയ സംശയങ്ങളും പിണക്കങ്ങളുംപോലും വിവാഹമോചനത്തിലേക്കും കൊലപാതകത്തിലേക്കും ഒക്കെ കൊണ്ടുചെന്നെത്തിക്കുന്നു. കുടുംബജീവിതം നയിക്കുന്നവരുടെ ഇടയിൽപോലും ഒറ്റയ്ക്ക് ജീവിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ... വിദേശ രാജ്യങ്ങളിൽ ജോലി ചെയ്യുന്നവർ കുടുംബത്തിനുവേണ്ടി ജീവിക്കുന്നു എന്നു പറയുമ്പോൾപോലും... കാലം കടന്നുപോകുമ്പോൾ ആർക്കുവേണ്ടി ജീവിച്ചു, എന്തിനുവേണ്ടി ജീവിച്ചു എന്ന ചോദ്യം അവശേഷിക്കുന്നു. ഇതൊക്കെ ഓർത്തപ്പോൾ, ഇത് യൗസേപ്പിന്റെ യുഗമോ എന്ന് ഞാൻ അറിയാതെ ചിന്തിച്ചുപോയി.

സിബിച്ചൻ വേങ്ങച്ചേരിൽ,
മുണ്ടുപാലം

പ്രിയപ്പെട്ട പത്രാധിപർ,

മാർച്ച് മാസ വിഭവങ്ങളിൽ ഏറെ ഹൃദ്യമായി അനുഭവപ്പെട്ടത് ബഹുമാനപ്പെട്ട കട്ടിക്കാടച്ചന്റെ 'തിരിവെട്ടം' എന്ന പംക്തിതന്നെ. പുതിയനിയമത്തിന്റെ കാവ്യഭാവനകളിൽ ത്രസിക്കുന്ന, പച്ചയായ മനുഷ്യന്റെ ചൂടും ചൂരുമൊക്കെ സന്നിവേശിപ്പിച്ച്, ക്രിസ്തു എന്ന ദൈവമനുഷ്യന്റെ നിഴൽ വീഴാത്ത ജീവിതയിടങ്ങളില്ലെന്ന് തന്റെ ഹൃദയഹാരിയായ ഭാഷയിലൂടെ അദ്ദേഹം നമ്മെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നു. ആ വെളിച്ചത്തിൽ, സുവിശേഷത്തിന്റെ പുനർവിചാരം ഒരാവേശമാകുന്നു.

അഭിനന്ദനങ്ങൾ!

കുടുംബജ്യോതിയിലെ ലേഖനങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായങ്ങളും പ്രതികരണങ്ങളും ഞങ്ങളെ അറിയിക്കുക. 8606612262 എന്ന നമ്പറിൽ വാട്സാപ്പ് സന്ദേശമായോ chiefeditor.kj@gmail.com എന്ന ഇ-മെയിൽ അഡ്രസ്സിലോ അയക്കുക.

റവ. ഡോ. തോമസ് വള്ളിയാനിപ്പുറം

ഉത്തമ പേരന്റിംഗ്

തിരുക്കുടുംബത്തിന്റെ കേന്ദ്രമായി നിൽക്കുന്നത് യേശു എന്ന ബാലനാണ്. യേശുവിന്റെ ജനനവും ബാല്യവും വിവരിക്കുന്ന ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷത്തിലെ രണ്ടാം അധ്യായം (2:1-52) കുടുംബത്തിൽ കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയും വളർത്തലും എപ്രകാരമായിരിക്കണമെന്ന് ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്ന നിരവധി പാഠങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. പേരന്റിംഗ് ഇന്നത്തെ കാലത്ത് അനേകം വെല്ലുവിളികൾ നേരിടുന്ന കർമമേഖലയാണ്. യൗസേപ്പും മറിയവും അവലംബിച്ച മാതൃകകൾ ആധുനിക മാതാപിതാക്കൾക്ക് വലിയ പ്രചോദനമാണ്.

പേരെഴുതിക്കാനുള്ള യാത്ര

റോമാ ചക്രവർത്തിയായ അഗസ്റ്റസ് സീസർ പ്രഖ്യാപിച്ച സെൻസസ് (ലൂക്കാ 2:1-5), നികുതിദായകരുടെ വിവരശേഖരണത്തിനും നികുതി നിജപ്പെടുത്തുന്നതിനും വേണ്ടിയുള്ളതായിരുന്നു. രണ്ട് ഘട്ടമായിട്ടാണ് സെൻസസ് നടത്തപ്പെട്ടത്.

1. വ്യക്തികളുടെ ഉടമസ്ഥതയിലുള്ള സ്ഥാവര ജംഗമ വസ്തുക്കളുടെ വിവരശേഖരണം.

2. വസ്തുവകകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നികുതി നിജപ്പെടുത്തൽ.

ഈ രണ്ടു ഘട്ടങ്ങളിലെയും കാര്യങ്ങൾ അനേകം വർഷങ്ങളിലൂടെയാണ് പൂർത്തിയായത്. യേശുവിന്റെ ജനനസമയത്ത് നടത്തപ്പെട്ട സെൻസസ് ഒന്നാം ഘട്ടത്തിലെ കണക്കെടുപ്പാണ്. യൗസേപ്പിന്റെ ജന്മനാട് ബെത്ലഹേം ആയിരുന്നതിനാലും അദ്ദേഹം ദാവീദിന്റെ വംശത്തിൽപ്പെട്ടവനായതിനാലും തന്റെ താമസസ്ഥലമായ നസ്രത്തിൽ നിന്ന് ഗർഭിണിയായ മറിയത്തോടൊപ്പം തനിക്ക് കുടുംബവിഹിതമുള്ള ബെത്ലഹേമിലേക്കെത്തി പേരുവിവരങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തി.

ഈ യാത്രയിലൂടെ രക്ഷകന്റെ ജനനത്തെ സംബന്ധിച്ച ദൈവികപദ്ധതി പൂർത്തിയായി. മിക്കാ പ്രവാചകൻ വഴി ദൈവം വെളിപ്പെടുത്തിയതുപോലെ (മിക്കാ 5:1-3), സമയത്തിന്റെ സമ്പൂർത്തിയിൽ,

രക്ഷകനായ മിശിഹാ ബെത്ലഹേമിൽ ജനിക്കാൻ ഈ സെൻസസ് സാഹചര്യമൊരുക്കി. ഓരോ ശിശുവിന്റെയും ജനനം ദൈവത്തിന്റെ മുൻകൂട്ടിയുള്ള പദ്ധതിയനുസരിച്ചാണ്. ദൈവം അനാദിയിലെ ഓരോ മനുഷ്യവ്യക്തിയെയും തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു. മാതാവിന്റെ ഉദരത്തിൽ രൂപപ്പെടുന്നതിന് മുമ്പേ ഓരോ കുഞ്ഞും ദൈവത്തിന്റെ ഹൃദയത്തിൽ ജന്മമെടുക്കുന്നു.

ഈ ദൈവിക കാഴ്ചപ്പാടാണ് ഉത്തമമായ പേരന്റിംഗിന്റെ അടിസ്ഥാനം. ദൈവം തന്ന മക്കളെ സന്തോഷത്തോടെ സ്വീകരിക്കാനും, കുറവുകളോ വൈകല്യങ്ങളോ ഉണ്ടെങ്കിൽ അവയോടുകൂടി അംഗീകരിക്കാനും ഈ ബോധ്യം മാതാപിതാക്കളെ സഹായിക്കും. കുഞ്ഞുങ്ങളെ ഗർഭാവസ്ഥ മുതൽ സ്നേഹിക്കാനും അവർക്ക് സുരക്ഷിതത്വം നൽകാനും മാതാപിതാക്കൾക്ക് ആത്മീയശക്തി പകരുന്നത് ഈ വിശ്വാസമാണ്.

ദാരിദ്ര്യ മാഹാത്മ്യം

"അവനെ പിള്ളക്കച്ചകൊണ്ടു പൊതിഞ്ഞ് പുൽത്തൊട്ടിയിൽ കിടത്തി. കാരണം, സത്രത്തിൽ അവർക്കു സ്ഥലം ലഭിച്ചില്ല" (ലൂക്കാ 2:6-7). ഏറ്റവും ദരിദ്രമായ സാഹചര്യത്തിലാണ് ഉണ്ണീശോ ജനിക്കുന്നത്. 'മൃഗങ്ങൾക്ക് ആഹാരം കൊടുക്കുന്ന തൊട്ടി' എന്നർഥമുള്ള *'ഫാത്നേ'* എന്ന ഗ്രീക്ക് പദമാണ് സുവിശേഷകൻ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. മൃഗങ്ങളുടെ വാസസ്ഥലമായ തൊഴുത്തിലാണ് ലോകൈകനാഥനായ യേശു ജനിക്കുന്നത്. ഈ ദാരിദ്ര്യം യേശു ബോധപൂർവ്വം തിരഞ്ഞെടുത്തതാണ് (2 കോറി 8:9). ജീവിതത്തിലുടനീളം യേശു സ്വീകരിച്ച ഈ ദാരിദ്ര്യത്തെ ഒരു പരിതാപകരമായ അവസ്ഥയായല്ല, മറിച്ച് പ്രവാചകപരമായ ഒരു അടയാളമായാണ് നാം കാണേണ്ടത്.

ഭൗതിക സമ്പത്തിന് അടിമപ്പെടാതെ ലളിത ജീവിതം നയിക്കുകയും, ഉള്ളത് പങ്കുവെക്കാൻ തയാറാകുകയും ചെയ്യുന്ന ദാരിദ്ര്യചൈതന്യം (ദൈവാശ്രയത്വത്തിൽ ഊന്നിയ ലാളിത്യം) പേരന്റിംഗിൽ പ്രധാനമാണ്. ധൂർത്തിലും ആഡംബരത്തിലും വളരുന്ന മക്കൾ സുഖലോലുപരായി മാറും. മറിച്ച്, ലളിതജീവിതവും പരിത്യാഗചൈതന്യവും ചെറുപ്പത്തിലേ അഭ്യസിപ്പിച്ചാൽ, അവർ കഠിനാധ്വാനശീലരും കരുണയുള്ളവരുമായി മാറും.

ആട്ടിടയരുടെ ആത്മീയത

ദൈവത്തിൽ ആശ്രയിക്കുകയും നീതിപൂർവം ജീവിക്കുകയും ദൈവികസന്തോഷത്തിന്റെ സംവാഹകരാകുകയും ചെയ്യുന്ന 'അനവീം യാഹ്വേ' (യാഹ്വേയുടെ ദരിദ്രർ) എന്ന സങ്കീർത്തനങ്ങളിലെ ആത്മീയദർശനമാണ് ആട്ടിടയന്മാർ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നത്. ദൈവത്തിൽ ആശ്രയിക്കുന്നവർ പ്രാർഥനക്ക് ശ്രേഷ്ഠസ്ഥാനം കൊടുക്കുന്നവരായിരിക്കും; അവർക്ക് അനീതിയോ അധർമമോ പ്രവർത്തിക്കാനാവില്ല. അവർ നിഷ്കളങ്കരും സദാ സന്തോഷമുള്ളവരുമായിരിക്കും (ലൂക്ക 2:10-11). നമ്മുടെ കുട്ടികളെ ഈ ആത്മീയതയിൽ വളർത്തുന്നതാണ് ഉത്തമമായ പേരന്റിംഗ്.

സമാധാനം

'സമാധാനം' എന്നതിന് ഹീബ്രുവിൽ *'ഷാലോം'* എന്നും, ഗ്രീക്കിൽ *'എയിരേനേ'* എന്നും പറയുന്നു. 'സമ്പൂർണ്ണമായ ക്ഷേമം' എന്നാണ് ഈ വാക്കുകളുടെ ആന്തരാർഥം. യേശു ജനിച്ചപ്പോൾ മാലാഖമാർ പാടിയ ഗീതത്തിലെ രണ്ടാമത്തെ വരി ശ്രദ്ധേയമാണ്: *"കായി എപ്പിഗേസ് എയിരേനേ എൻ ആന്ത്രോപ്പോയിസ് എവുദോക്കിയാസ്"*. 'ഭൂമിയിൽ ദൈവകൃപ ലഭിച്ചവർക്ക് സമാധാനം' എന്നാണ് പി.ഒ.സി ബൈബിൾ ഇതിനെ വിവർത്തനം ചെയ്യുന്നത്. *'എവുദോക്കിയാ'* എന്ന ഗ്രീക്ക് പദത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ത അർഥങ്ങൾമൂലം പണ്ഡിതർ ഇതിന് മൂന്ന് വിവർത്തനങ്ങൾ നൽകുന്നു:

1. ദൈവകൃപ ലഭിച്ച മനുഷ്യർക്ക് സമാധാനം.
2. സന്മനസ്സുള്ളവർക്ക് സമാധാനം.
3. മനുഷ്യർക്ക് സമാധാനം, നല്ല ശരണം.

ഈ മൂന്ന് ആശയങ്ങളും ചേർത്തുവായിച്ചാൽ ഒരു കുഞ്ഞിനെ വളർത്തേണ്ട രീതിയെക്കുറിച്ച് ശരിയായ കാഴ്ചപ്പാട് ലഭിക്കും:

• **ദൈവകൃപ:** കുഞ്ഞ് ദൈവകൃപയിൽ വളരാൻ മാതാപിതാക്കൾ സാഹചര്യമൊരുക്കണം. കുടുംബപ്രാർഥന, വചനധ്യാനം, കൂദാശകളിൽ പങ്കുചേരൽ എന്നിവയിലൂടെ ദൈവസ്നേഹം അനുഭവിക്കാൻ കുട്ടികളെ സഹായിക്കണം. മാതാപിതാക്കളുടെ സ്നേഹവും സഹകരണവും കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ ദൈവകൃപ അർഥങ്ങൾ നിറയ്ക്കുന്നു. എന്നാൽ, കലഹങ്ങൾ അവരെ അസ്വസ്ഥരാക്കുന്നു.

• **സന്മനസ്സ്:** സ്നേഹം, സത്യം, കരുണ, ഉത്തരവാദിത്വബോധം തുടങ്ങിയ മൂല്യങ്ങളിലൂടെ കുട്ടികളിൽ നല്ല മനസാക്ഷി രൂപപ്പെടുത്തണം. മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്നുള്ള വ്യവസ്ഥയില്ലാത്ത സ്നേഹവും ശിക്ഷണവും ഇതിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.

• **പ്രത്യാശ:** കുട്ടികളെ പ്രത്യാശയുള്ളവരായി വളർത്തണം. അവരുടെ കഴിവുകൾ കണ്ടെത്തി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാനും അവയ്ക്കനുസരിച്ചുള്ള ജീവിതമാർഗം കണ്ടെത്താനും സാഹചര്യമൊരുക്കണം.

പരിച്ഛേദനവും ദേവാലയസമർപ്പണവും

യഹൂദാചാരപ്രകാരം എട്ടാം ദിവസം യേശു പരിച്ഛേദനം ചെയ്യപ്പെടുകയും ഔദ്യോഗികമായി പേര് നൽകപ്പെടുകയും ചെയ്തു (ലൂക്കാ 2:21). തുടർന്ന്, നാൽപ്പതാം ദിവസം, രണ്ട് പ്രധാന കർമ്മങ്ങൾക്കൂടി തിരുക്കുടുംബം അനുഷ്ഠിച്ചു:

1. ആദ്യജാതന്റെ വീണ്ടെടുപ്പ് (സംഖ്യ 3:11-13) - അഞ്ചു ഷെക്കൽ നാണയം ഭണ്ഡാരത്തിൽ നിക്ഷേപിച്ച് ആദ്യജാതനെ വീണ്ടെടുക്കുന്ന കർമം.

2. മാതാവിന്റെ ശുദ്ധീകരണം - ആൺകുട്ടിയെ പ്രസവിച്ച മാതാവ് പ്രസവശേഷം നാൽപ്പതാം ദിവസം ദേവാലയത്തിലെത്തി ശുദ്ധീകരണത്തിന് വിധേയയാകണം. നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന രണ്ട് അനുഷ്ഠാനങ്ങളിൽ ഒന്ന് തിരഞ്ഞെടുക്കാം - ഒരു ആട്ടിൻകുട്ടിയെ, അഥവാ രണ്ടു പ്രാവിൻ കുഞ്ഞുങ്ങളെ ബലി സമർപ്പിക്കുക. സാമ്പത്തികമായി പിന്നാക്കം നിന്നിരുന്നതിനാൽ തിരുക്കുടുംബം രണ്ട് പ്രാവിൻ കുഞ്ഞുങ്ങളെ ബലിയർപ്പിക്കുന്ന രീതിയാണ് സ്വീകരിച്ചത് (ലേവ്യർ 12:8).

മതാചാരങ്ങൾ കൃത്യമായി പാലിച്ചതിലൂടെ കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയിൽ അവയ്ക്കുള്ള പ്രസക്തി തിരുക്കുടുംബം അടിവരയിടുന്നു. യഥാസമയം ഇത്തരം കടമകൾ നിറവേറ്റുന്ന മാതാപിതാക്കൾ ഉത്തമ പേരന്റിംഗിന് മാതൃകയാണ്.

ശിമയോന്റെയും അന്നായുടെയും സാക്ഷ്യം (ലൂക്കാ 2:25-40)

നീതിമാനും ദൈവഭക്തനും ഇസ്രായേലിന്റെ ആശ്വാസം പ്രതീക്ഷിച്ചിരുന്നവനുമായ ശിമയോൻ പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ പ്രേരണയാൽ ഉണ്ണീശോയെ കൈകളിൽ വഹിച്ചുകൊണ്ട് നടത്തിയ പ്രവചനം പേരന്റിംഗിന്റെ മർമ്മം വെളിപ്പെടുത്തുന്നു.

- സകല ജനങ്ങൾക്കുംവേണ്ടി ദൈവം ഒരുക്കിയിരിക്കുന്ന രക്ഷയാണ് ഈ ശിശു.
- വിജാതീയർക്ക് വെളിപാടിന്റെ പ്രകാശമാണ്.
- ഇസ്രായേലിന് മഹിമയാണ്.
- ഇസ്രായേലിൽ അനേകരുടെ വീഴ്ചയ്ക്കും ഉയർച്ചയ്ക്കും കാരണമാകുന്ന ഈ ശിശു വിവാദ വിഷയമായ അടയാളമായിരിക്കും.
- അനേകരുടെ ഹൃദയവിചാരങ്ങൾ അവൻ വെളിപ്പെടുത്തും.
- മറിയത്തിന്റെ ഹൃദയത്തിലൂടെ ഒരു വാൾ കടക്കും.

ദൈവം ദാനമായിത്തരുന്ന മക്കളെ ശിമെയോന്റെ ദർശനത്തിലെ കാഴ്ചപ്പാടോടെ വളർത്തുന്നതാണ് നല്ല പേരന്റിംഗ്. നമ്മുടെ മക്കൾ രക്ഷയും

പ്രകാശവും മഹിമയുമായി വളർന്നുവരണം. യേശു വിവാദവിഷയമായ അടയാളം (വൈരുദ്ധ്യത്തിന്റെ അടയാളം) ആകുന്നതും പേരന്റിംഗിന്റെ ഭാഗമാണ്. യേശുവിന്റെ ധാർമിക തേജസ്സിനു മുന്നിൽ ഓരോ വ്യക്തിയും നിലപാട് സ്വീകരിക്കാൻ നിർബന്ധിതനാകും എന്നാണ് ഇതിനർഥം - ഒന്നുകിൽ യേശുവിനെ സ്വീകരിക്കും; അല്ലെങ്കിൽ നിരാകരിക്കും. നമ്മുടെ മക്കളെ ഇത്തരത്തിൽ ധാർമിക തേജസ്സുള്ളവരും ആത്മീയ ശക്തിയുള്ളവരുമായി വളർത്തുന്നതാണ് ഉത്തമ പേരന്റിംഗ്.

പന്ത്രണ്ടാം വയസ്സിലെ ജ്ഞാനദീപ്തി

നന്നേ ചെറുപ്പത്തിലേ വിജ്ഞാനം ആർജിക്കാനുള്ള ഔത്സുക്യം യേശു പ്രകടിപ്പിച്ചു. പന്ത്രണ്ട് വയസ്സുകാരനായ യേശു പെസഹാത്തിരുനാളിന്റെ ആരവങ്ങളിലൊന്നും ശ്രദ്ധിച്ചില്ല. അവൻ "ഉപാധ്യായന്മാരുടെ ഇടയിലിരുന്ന് അവർ പറയുന്നത് കേൾക്കുകയും അവരോട് ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുകയുമായിരുന്നു. കേട്ടവരെല്ലാം അവന്റെ ബുദ്ധിശക്തിയിലും മറുപടിയിലും അത്ഭുതപ്പെട്ടു" (ലൂക്കാ 2:46-47). തന്റെ പിതാവിന്റെ കാര്യങ്ങളിൽ വ്യാപൃതനാകേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ച് അവൻ ബോധവാനായിരുന്നു. ദൈവവചനം പഠിച്ച് ഭാവിയിലെ പരസ്യശുശ്രൂഷകൾക്ക് ഒരുങ്ങുക എന്ന ദൈവപിതാവിന്റെ ഹിതത്തിന് യേശു ആദ്യം മുതലേ ശ്രദ്ധപതിപ്പിച്ചു.

മക്കളുടെ വിജ്ഞാനതൃഷ്ണയെയും സിദ്ധികളെയും പരിപോഷിപ്പിക്കാൻ മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം. മകനെ കുറ്റപ്പെടുത്തുന്നതിന് പകരം മറിയം അവനെ ആദരിക്കുകയും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയുമാണ് ചെയ്തത്. യേശു നസ്രത്തിൽ വന്ന് മാതാപിതാക്കൾക്ക് വിധേയനായി ജീവിച്ചു. പ്രായത്തിലും ജ്ഞാനത്തിലും ദൈവത്തിന്റെയും മനുഷ്യരുടെയും പ്രീതിയിലും മക്കളെ വളർത്തുക എന്ന വലിയ തപസ്യ ഏറ്റെടുക്കുന്നതാണ് ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള മാതൃത്വവും പിതൃത്വവും.

○

EXIT പുറം വാതിൽ

ജെ. മണക്കുന്നേൽ

ഏറ്റുമുട്ടാതെ കേട്ടിരിക്കുക!

"**അ**നുസരണശീലം അയലത്തുകൂടിപ്പോലും പോയിട്ടില്ല... പറഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നതിന്റെ നേർ വിപരീതമേ ചെയ്യുകയുള്ളൂ. വഴക്കുപറഞ്ഞാലോ, വിളിച്ചുകൂവി നാട്ടുകാരെ മുഴുവനും അറിയിക്കും... ഞാൻ മടുത്തച്ചാ..." കുട്ടികളെക്കുറിച്ചൊന്നുമല്ല; തൊട്ടടുത്തിരിക്കുന്ന കെട്ടിയോളെക്കുറിച്ചാണ് കെട്ടിയോന്റെ കൂട്ടപ്പരാതി! അടുത്തകാലത്ത് വിദേശവാസം വിട്ടു വീട്ടിലെത്തിയതാണ് ഭർത്താവ്. കുട്ടികൾ രണ്ട്! തെറ്റില്ലാത്ത സാമ്പത്തിക സുസ്ഥിതിയുണ്ടെങ്കിലും കുട്ടികളുടെ ശിക്ഷണകാര്യത്തിലും വീട്ടിലെ ഭക്ഷണകാര്യത്തിലും രണ്ടുപേരും തെറ്റും! അതിയാൻ വിദേശത്തായതിനാൽ അയവൊട്ടും കൂടാതെ അവൾ കുട്ടികളെ അടിച്ചാണ് വളർത്തിയത്. അമിതമായ അച്ചടക്കനിബന്ധന കുട്ടികളെ വഷളാക്കിയെന്നാണ് അയാളുടെ വാദം. എട്ടിലും ആറിലും പഠിക്കുന്ന കുട്ടികൾ ഇപ്പോൾ പെട്ടെന്ന് പൊട്ടിത്തെറിക്കുകയും കിട്ടുന്നതൊക്കെ തട്ടിത്തെറിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത്രെ! മണലാരണ്യത്തിൽ കഴിയുമ്പോൾ മക്കളെക്കുറിച്ച് മധുരപ്രതീക്ഷകൾ വച്ചുപുലർത്തിയവന്, നാട്ടിലെത്തി ഇതൊക്കെ കണ്ടപ്പോൾ കയ്പ്പുകഷായം കുടിച്ചതുപോലെയായി. എന്തുപറഞ്ഞാലും "എനിക്കതൊക്കെ അറിയാം... എന്നെ പഠിപ്പിക്കേണ്ട" എന്ന മട്ടിലാണത്രേ പ്രതികരണം. മക്കളോട് കൂട്ടുകൂടാനെന്ന മട്ടിൽ അപ്പനെത്തുമ്പോൾ ഇപ്പോൾ അവരോടൊപ്പം അപ്പനെക്കൂടി തഴയുന്നു. അതിലാണയാൾക്കു സങ്കടം! ഒക്കെ വരുത്തിവെച്ച ഭാര്യയുടെ കഴിവില്ലായ്മയെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരുനൂറു കാര്യങ്ങൾ ശ്വാസംവിടാതെ വിവരിച്ചപ്പോഴാണ് അയാൾക്ക് ആശ്വാസമായത്. ഒരു മണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞു... അറക്കാൻ കൊണ്ടുവന്ന കുഞ്ഞാടുപോലെ അടുത്ത് അടങ്ങിയൊതുങ്ങിയിരിക്കുന്ന അവൾക്കാണ് ഇനി അടുത്ത ഊഴമെന്ന് പറഞ്ഞതും, അവൾ പറഞ്ഞു, "അച്ചാ, ഇങ്ങേർക്ക് വട്ടാണ്...!" പിന്നൊന്നും മിണ്ടിയതേയില്ല... കുറേനേരം നിർബന്ധിച്ചപ്പോൾ അവൾ വായ് തുറന്നു. "മൂന്നുവർഷം കൂടുമ്പോൾ മാത്രം വീട്ടിലെത്തുന്ന അപ്പനെ മക്കൾക്ക് ഒത്തിരിയിഷ്ടമാ... ഒരുമാസം ചോദിക്കുന്നതെല്ലാം വാങ്ങിക്കൊടുത്തും വേണ്ടാത്തയിടത്തൊക്കെ യാത്രചെയ്യിച്ചും കുട്ടികളെ ഇയാൾ വഷളാക്കി. പിന്നെ ഞാൻ പറഞ്ഞാൽ പിള്ളേരതിനു പുല്ലു വിലയേ തരൂ... അതുകൊണ്ടാ ഞാൻ അരിശം കാട്ടുന്നതും അയവു കാട്ടാത്തതും. അവധികഴിഞ്ഞ് ഇങ്ങേരങ്ങ് പോകും. പിന്നെ ഇവരെ മെരുക്കിയെടുക്കാൻ എന്തൊരു പാടാണോ? ഒരു മിനിറ്റ് കണ്ണൊന്നു തെറ്റിയാൽ മൊബൈലും തട്ടിയെടുത്ത് ഓടും... പഠിക്കാനിരുത്തിയാൽ ഉറക്കം വിളിച്ചുവരുത്തും. വീട്ടിലുണ്ടാക്കുന്നതൊന്നും കഴിക്കാനിഷ്ടമില്ല... പിന്നെ ഞാനെന്തു ചെയ്യണം? കയറൂരി വിടണോ?" ഇരുവരും ഒരുപോലെ പരാതികൾ നിരത്തി. ഇത്തിരി നിശബ്ദതയ്ക്കുശേഷം ഞാൻ പറഞ്ഞു. "ഇരുവർക്കും കാര്യം പിടികിട്ടിയല്ലോ? പരിഹാരം കാണേണ്ടത് ഞാനല്ല. ഇതുപോലൊന്ന് തുറന്നുപറയാനും പരസ്പരം ആലോചനചെയ്ത് തീരുമാനമെടുക്കാനും നിങ്ങൾക്ക് ക്ഷമയില്ലാതെ പോയതാണ് പ്രശ്നം... അതിനാൽ, ഒരുമണിക്കൂർ തണലത്ത് പോയിരുന്ന് എന്തുചെയ്യണമെന്ന് നിങ്ങളൊരു തീരുമാനത്തിലെത്തിവരാൻ നോക്കൂ." അവരെ പറഞ്ഞുവിട്ട് അരമണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞപ്പൊഴേ ഇരുവരും പുതുജോഡികളെപ്പോലെ കരവും പുൽകി അരികിലെത്തി... പ്രശ്നപരിഹാരത്തിന് അവർ പറഞ്ഞവയൊക്കെ ഞാൻ പ്ലസ് പോയിന്റ് നൽകി പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചു.

"ഇരുമ്പ് ഇരുമ്പിനു മൂർച്ചകൂട്ടുന്നു; ഒരുവൻ അപരന്റെ ബുദ്ധിക്കും മൂർച്ചകൂട്ടുന്നു" (സുഭാ 27:17).

കുട്ടികളുടെ നല്ല വളർച്ചയും പരിശീലനവും മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ കൂട്ടുത്തരവാദിത്വമാണ്. പരസ്പരം പഴിപറഞ്ഞും പരിഭവിച്ചുമിരുന്നാൽ കുട്ടികൾ പലവഴിയാകും! അതിലാളനയും അമിത നിയന്ത്രണവും ഒരുപോലെ അപകടകരമാണ്. കുട്ടികൾ കണ്ടുപഠിക്കുന്നവരാണ്. അവരുടെ മുമ്പിൽ മാതൃകാബിംബങ്ങളാകുക. അപ്പനമ്മമാരുടെ അത്യധ്വാനവും അകമഴിഞ്ഞ സ്നേഹവും അടുത്തിരുന്നുള്ള ആലോചനയും ആദരവിന്റെ ശീലവും, സർവ്വോപരി, ആഴമായ ആത്മീയതയും അവർക്ക് തൊട്ടറിഞ്ഞു കിട്ടണം! മാതാപിതാക്കന്മാർ ഏറ്റുമുട്ടാതെ മൊട്ടിയുരുമ്മിയിരിക്കട്ടെ; ആ കൂട്ടുകണ്ട് കുട്ടികൾ ഒരിക്കലും വിട്ടുപോകില്ല.

"കേൾക്കുന്നതിൽ ജാഗരൂകതയും പറയുന്നതിൽ അവധാനവും കാട്ടുക" (പ്രഭാ 5:11).

○

Published by Fr. Jose Thekkepurathu • Owned by Family Apostolate, Pastoral Centre, Changanacherry • Phone: 0481 2424476 • Printed at St. Joseph Orphanage Press, Changanacherry.
Chief Editor: Fr. Johnykutty Tharakunnel