കുടുംബജ്യോതി

2025

SINCE 1982

ആഗസ്റ്റ് • പുസ്തകം 43 • ലക്കം 08

ഇന്ത്യൻ ജനാധിപത്യത്തിന്റെ പ്രതിസന്ധി

സി. ഗാന്ധിദാസൻ നായർ

സ്വർഗാരോപിതയായ പരിശുദ്ധ മറിയം

ഡോ. തോമസ് കുഴിവിള

ഉള്ളടക്കം contents

06 ഇന്ത്യൻ ജനാധിപത്യത്തിന്റെ പ്രതിസന്ധി
സി. ഗൗരിദാസൻ നായർ

16 സ്വർഗാരോപിതയായ പരിശുദ്ധ മറിയം
ഡോ. തോമസ് കുഴിപ്പിൽ

20 നന്നായി ഉറങ്ങാൻ കഴിയാത്തവർ വായിച്ചറിയാൻ
ആനി ഡൊമിനിക്

26 നമ്പർ വൺ വിദ്യാഭ്യാസവിപ്ലവം!
റ്റി.സി മാത്യു

32 മടങ്ങിവരാനുള്ള വഴികൾ
ബോബി ജോസ് കട്ടിക്കാട്

36 മേരി മേജർ ബസിലിക്ക
പ്രിൻസ് തെക്കേപ്പുറം CSsR

40 ഇതെന്തൊരു തലവേദന!
ആൽവിൻ ആന്റണി

സ്ഥിരംപംക്തികൾ

05 *പൂമുഖം*
ഖാലിദ് ബിൻ തലാൽ: പ്രതീക്ഷയുടെ പേര്
ജോസ് ആൻഡ്രൂസ്

19 *ഫുഡ് കോർണർ*
അരിയാഹാരം അപകടം വരുത്തുമോ?
മിന്നു രാജു

24 *ഗുരുമൊഴി*
സത്യം നുണയാകുന്നതെങ്ങനെ?
ടി.എസ് ബിജു

42 *ഓണവിഭവങ്ങൾ*
ആനിയമ്മ മത്തായി

44 *പുതിയനിയമത്തിലെ കുടുംബദർശനം*
നമ്മുടെ കുടുംബം വിശുദ്ധമോ അശുദ്ധമോ?
ഡോ. തോമസ് വള്ളിയാനിപ്പുറം

50 *പുറംവാതിൽ*
പകരംവന്നു പാപക്ഷമ പൊതിഞ്ഞുവാങ്ങാമോ?
ജെ. മണക്കുന്നേൽ

To subscribe Kudumbajyothi SMS 'sub' to 8921677078
Online: www.kudumbajyothis.com
Email: kudumbajyothi1982@gmail.com
Like Kudumbajyothi@ facebook.com/ kudumbajyothi

ചീഫ് എഡിറ്റർ
ഡോ. ജോസ് ജോർജ് തെക്കേപ്പുറത്ത്

മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ
ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ ചാമക്കാല

എക്സിക്യുട്ടീവ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ജോണിക്കുട്ടി തറക്കുന്നേൽ

സർക്കുലേഷൻ മാനേജർ
ജോസി ജോസഫ് ആലഞ്ചേരി
ഫോൺ: 8921677078

പത്രാധിപസമിതി
മാർ തോമസ് തറയിൽ
ഡോ. ജോസഫ് പാറയ്ക്കൽ

മുഖചിത്രം. സോയി ജോസഫ് കല്ലറക്കൽപറമ്പിൽ
ഫോട്ടോ. ചാക്കോച്ചൻ ഇൻഫോക്കസ്

ആശയം, രൂപകല്പന. സലിമോൻ, കോട്ടയം
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

കുടുംബജ്യോതി | ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതാ കുടുംബ പ്രസിദ്ധീകരണം പുസ്തകം 43 ലക്കം 08 | 2025 AUGUST

● ജോസ് ആൻഡ്രൂസ്

ഖാലിദ് ബിൻ തലാൽ: പ്രതീക്ഷയുടെ പേര്

ജീവിതത്തെ നല്ലതോ ചീത്തയോ ആക്കുന്നത് നമ്മൾതന്നെയാണ്

സൗദിയിലെ ഉറങ്ങുന്ന രാജകുമാരൻ എന്നറിയപ്പെട്ടിരുന്ന അൽ വലീദ് ബിൻ ഖാലിദ് ബിൻ തലാൽ മരിച്ചത് ഏപ്രിൽ 19നാണ്. ആ ദിവസങ്ങളിൽ കേരളം ചർച്ച ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നത്, ഭർത്താവിന്റെ കൊടിയ പീഡനങ്ങൾക്കൊടുവിൽ ഷാർജയിലെ ഫ്ളാറ്റിൽ ജീവനൊടുക്കിയ അതുല്യയെന്ന യുവതിയുടെ സഹനങ്ങളെക്കുറിച്ചായിരുന്നു. രണ്ടു സംഭവങ്ങൾക്കും തമ്മിലൊരു ബന്ധവു മില്ല. പക്ഷേ, രണ്ടും മനുഷ്യത്വമുള്ളവരെ കരയിക്കുകയാണ്. ഒന്ന് അതുല്യയുടെ ഭർത്താവിന്റെ ക്രൂരതകളോർത്താണെങ്കിൽ അടുത്തത്, മകൻ എന്നെങ്കിലും ജീവിതത്തിലേക്കു തിരിച്ചുവരുമെന്നു കരുതി രണ്ടു പതിറ്റാണ്ട് അവനെ പൊന്നുപോലെ ശുശ്രൂഷിച്ച ഖാലിദ് ബിൻ തലാൽ എന്ന പിതാവിന്റെ സ്നേഹത്തെക്കുറിച്ചോർത്താണ്; അദ്ദേഹത്തിന്റെ കുടുംബാംഗങ്ങളെക്കുറി ച്ചോർത്താണ്. ജീവിതത്തെ നല്ലതോ ചീത്തയോ ആക്കുന്നത് നമ്മൾതന്നെയാണ്.

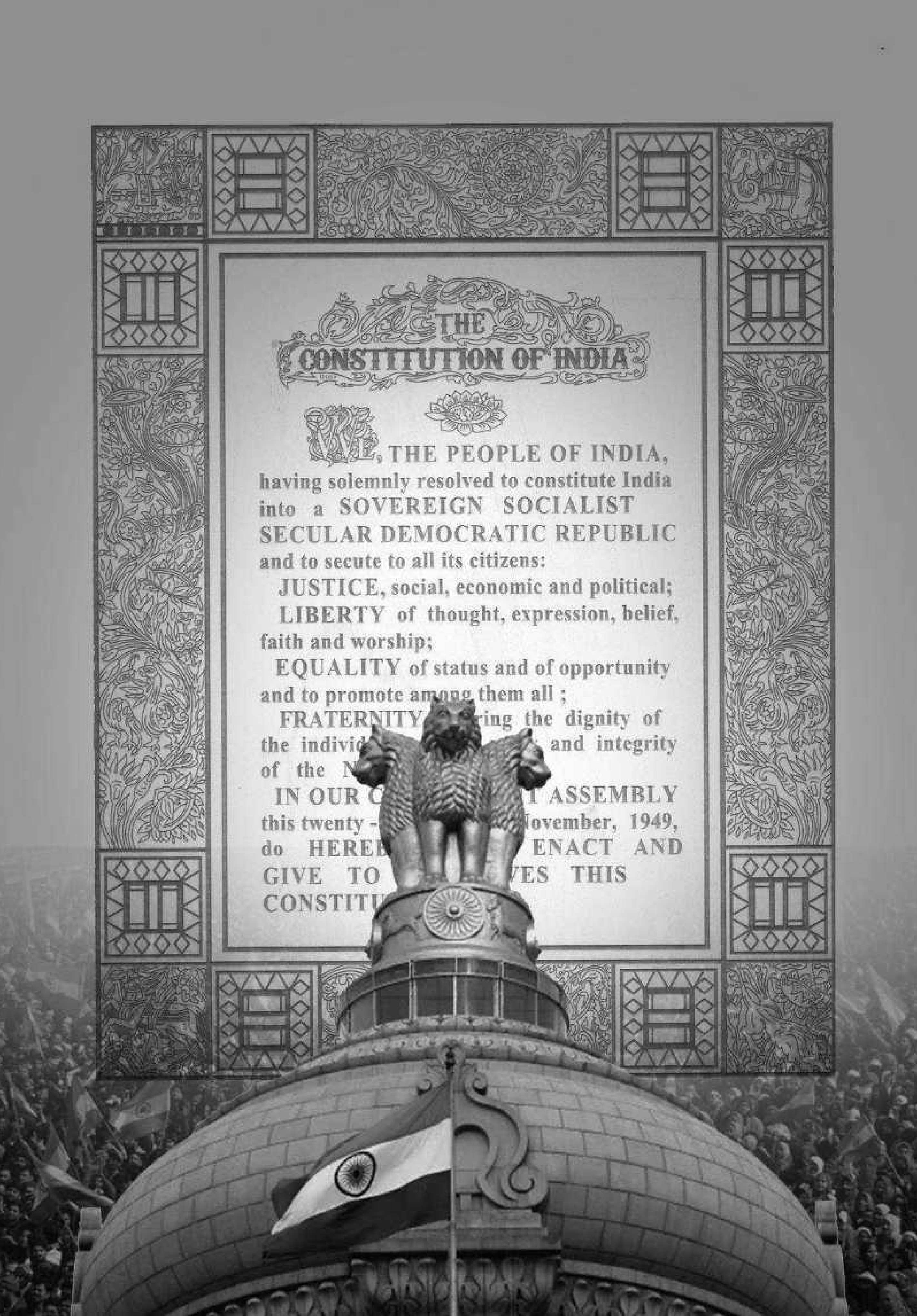
അതുല്യയുടെ ഭർത്താവ് സതീഷ് ശങ്കറിനെക്കുറിച്ച് ഒന്നുമിവിടെ പറയു ന്നില്ല. പക്ഷേ, നമുക്കാ രാജകുമാരനെയും അവന്റെ പിതാവിനെയും കുറിച്ചു പറയാം. കാരണം, നമ്മുടെ പരിസരത്തും ഇങ്ങനെ സ്നേഹിച്ച് ശുശ്രൂഷിച്ച് ആശ്ലേഷിക്കേണ്ട നിരവധി മനുഷ്യരുണ്ടല്ലോ; ഒരുപക്ഷേ, വീട്ടിൽ തന്നെ. അങ്ങനെ നിസഹായനായ അപരനെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന സന്യസ്തർ ഉൾപ്പെടെ എല്ലാ മനുഷ്യർക്കുംവേണ്ടി ഈ വാക്കുകൾ സമർപ്പിക്കുന്നു. കഥ ലണ്ടനി ലാണ് തുടങ്ങുന്നത്. സൈനികസേവനം ഇഷ്ടമായിരുന്ന അൽ വലീദിനെ 2005ൽ

പിതാവ് ലണ്ടനിലെ സൈനിക കോളജിലേക്ക് അയയ്ക്കുകയായിരുന്നു. പക്ഷേ, അതേ വർഷം ഒരു കാറപകടത്തിൽ വലീദിനു ഗുരുതരമായി പരിക്കേറ്റു. തലച്ചോറിനേറ്റ ക്ഷതം അവനെ നിശ്ചലനാക്കി. ദെദേ എന്ന ഓമനപ്പേരിൽ അറിയപ്പെട്ടിരുന്ന ആ പതിനഞ്ചു കാരനെ പിതാവ് നാട്ടിലെത്തിച്ചു. റിയാദിലെ കിങ് അബ്ദുൾ അസീസ് മെഡിക്കൽ സിറ്റിയിലാണ് രാജകുമാരനെ പരിചരിച്ചിരുന്നത്.
ട്യൂബ് വഴി ഭക്ഷണം കൊടുത്തു. അവനെ എപ്പോഴും സുന്ദരനായി അണിയിച്ചൊരുക്കി. മുറി അതിമനോഹരമായി അലങ്കരിച്ചു. സാധ്യമായപ്പോഴൊക്കെ പിതാവും കുടുംബാംഗങ്ങളും അവന്റെ സമീപമെത്തി. പിതാവ് അവനോടു ചേർന്നുനിൽക്കുന്നതും ആലിംഗനം ചെയ്യുന്നതുമായ ഫോട്ടോകൾ ലോകത്തിനു പങ്കുവെച്ചു. ലോകം അവനെ ഉറങ്ങുന്ന രാജകുമാരനെന്നു വിളിച്ചു. ഇനിയൊരു പ്രതീക്ഷയുമില്ലാത്തതിനാൽ വെന്റിലേറ്ററിൽനിന്നു മാറ്റാമെന്നു ലോകത്തെ വിദഗ്ധ ഡോക് ടർമാരെല്ലാം പറഞ്ഞിട്ടും പിതാവ് സമ്മതി ച്ചില്ല. ഒരുദിവസം അവൻ ജീവിതത്തിലേക്കു തിരിച്ചുവരുമെന്നോർത്തു കാത്തിരുന്ന ഖാലിദ് ബിൻ തലാൽ പ്രതീക്ഷയുടെ പിതൃമുഖമായി. 2020ൽ ആളുകൾ അടുത്തുനി ന്നു സംസാരിക്കുന്നതിനിടെ രാജകുമാരൻ വിരലുകൾ ഉയർത്തിക്കാട്ടിയതിന്റെ ദൃശ്യങ്ങൾ സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിൽ പ്രചരിച്ചു. പക്ഷേ, പിന്നീടൊന്നും സംഭവിച്ചില്ല. ഒടുവിൽ 20 വർഷത്തിനുശേഷം 36-ാമത്തെ വയസിൽ ഉറങ്ങുന്ന രാജകുമാരൻ നിത്യനിദ്രയിലായി.

വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ പരിമിതികളല്ല, സ്നേഹത്തിന്റെ അതിരില്ലാത്ത ലോകമാണ് ഖാലിദ് ബിൻ തലാൽ എന്ന പിതാവ് ലോകത്തിനു മുന്നിൽ വെളിപ്പെടുത്തുന്നത്. അദേഹംതന്നെയാണ് ഹൃദയഭേദകമായ വേദനയോടെ മരണവിവരം സമൂഹമാധ്യമത്തിലൂടെ പുറത്തുവിട്ടത്.

ഉറങ്ങുന്ന രാജകുമാരനെ അവന്റെ പിതാവും കുടുംബവും സ്നേഹിച്ച വിധമോർത്താൽ ആർക്കെങ്കിലും ഓടിപ്പോയി അനാഥാലയത്തിലെ തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ടവനെയോ പ്രിയപ്പെട്ടവളെയോ വീട്ടിലേക്കു കൊണ്ടുവരാൻ തോന്നുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഇതാണു സമയം. നമ്മോടു സംസാരിക്കാത്ത ഒരാളുടെ അടുത്ത് വെറുതെയിരുന്നു സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കാൻ ഇതാണു സമയം. എന്റെ മകനേ ഒന്നെണീറ്റു വരൂ, എന്നെയൊന്നു നോക്കൂ, എന്നോടൊന്നു സംസാരിക്കൂ എന്ന് ഖാലിദ് ബിൻ തലാലിന്റെ ഹൃദയം എത്രയോ തേങ്ങിയിട്ടുണ്ടാകും. ഉറങ്ങുന്ന രാജകുമാരൻ പോയി. പക്ഷേ, ആരോ ഒരാൾ നമ്മുടെ ഭ്രമണപഥത്തിൽ ഒരു പരിഗണനയ്ക്കു കാത്തിരിക്കുന്നുണ്ടാവാം; ഒരിക്കലും ഉറങ്ങാതെ. ○

വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ പരിമിതികളല്ല, സ്നേഹത്തിന്റെ അതിരില്ലാത്ത ലോകമാണ് ഖാലിദ് ബിൻ തലാൽ എന്ന പിതാവ് ലോകത്തിനു മുന്നിൽ വെളിപ്പെടുത്തുന്നത്.


THE
CONSTITUTION OF INDIA
WE, THE PEOPLE OF INDIA,
having solemnly resolved to constitute India
into a SOVEREIGN SOCIALIST
SECULAR DEMOCRATIC REPUBLIC
and to secute to all its citizens:
JUSTICE, social, economic and political;
LIBERTY of thought, expression, belief,
faith and worship;
EQUALITY of status and of opportunity
and to promote among them all ;
FRATERNITY
ring the dignity of
the individ
and integrity
of the
IN OUR
ASSEMBLY
this twenty -
November, 1949,
do HEREB
ENACT AND
GIVE TO
VES THIS
CONSTITU

സി. ഗൗരീദാസൻ നായർ

ഇന്ത്യൻ ജനാധിപത്യത്തിന്റെ പ്രതിസന്ധി

ഭരണഘടന നല്കുന്ന ഉറപ്പുകൾ ക്ഷയിച്ചു വരുന്നതിനാൽ ഇന്ത്യൻ ജനാധിപത്യം തികച്ചും അപകടസ്ഥിതിയിലാണ്.

മറ്റൊരു സ്വാതന്ത്ര്യദിനം കൂടി വന്നെത്തുന്നു. അടിയന്തരാവസ്ഥയുടെ 50-ാം വാർഷികം ആചരിക്കുന്ന വർഷം കൂടിയാണിതെന്നത് ഈ സ്വാതന്ത്ര്യദിനം ഉയർത്തുന്ന ചിന്തകൾക്ക് പതിവിലേറെ ഗൗരവം നല്കുന്നുണ്ട്. അടിയന്തരാവസ്ഥ ആധുനിക ഇന്ത്യാചരിത്രത്തിലെ കാളരാത്രിയായാണ് വിശേഷിപ്പിക്കപ്പെടാറുള്ളത്. മനുഷ്യാവകാശങ്ങളും പൗരാവകാശങ്ങളും ചവിട്ടിയരയ്ക്കപ്പെട്ട ആ 21 മാസങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ഓർമകൾ ഇന്ത്യൻ രാഷ്ട്രീയമനസിൽ നിന്ന് പക്ഷേ മറഞ്ഞുപോയിരിക്കുന്നു. അല്ലെങ്കിൽ അത്തരമൊരു അവസ്ഥയോട് ഒത്തുതീർപ്പിൽ ജീവിക്കാൻ ഇന്ത്യ പഠിച്ചിരിക്കുന്നു.

അടിയന്തരാവസ്ഥയ്ക്ക് ഒരു തുടക്കമുണ്ടായിരുന്നു; 25 ജൂൺ 1975. അതിനൊരു അവസാനവുമുണ്ടായിരുന്നു; 21 മാർച്ച് 1977. അടിയന്തരാവസ്ഥ ഒരു ദുരന്തമായിരുന്നു; ഇന്ത്യയ്ക്കും കോൺഗ്രസിനും. ഇന്ത്യൻ രാഷ്ട്രീയത്തിൽ രൂപപ്പെട്ട ഒരു അഗാധഗർത്തമായിരുന്നു അടിയന്തരാവസ്ഥ. അതിലേക്ക് ഇന്ത്യ മാത്രമല്ല പതിച്ചത്, കോൺഗ്രസ് പ്രസ്ഥാനം കൂടിയാണ്. വിഗ്രഹാരാധനയുടെ തലത്തിലേക്കു രാഷ്ട്രീയത്തെ ചവിട്ടിത്താഴ്ത്തിയ കോൺഗ്രസ് നേതാക്കളും, കോൺഗ്രസിനുള്ളിൽ ഇന്ദിരാ ഗാന്ധിക്കു ചുറ്റും ഉയർന്നുവന്ന ഉപജാപകവൃന്ദവും ചേർന്ന് ജനാധിപത്യ ഇന്ത്യയെന്ന സങ്കല്പത്തെതന്നെ ഒറ്റുകൊടുക്കുകയായിരുന്നു.

1948 ജനുവരി 30ലെ മഹാത്മാ ഗാന്ധി വധത്തോടെ പ്രതിരോധത്തിലായ ഹിന്ദുത്വ

1948 ജനുവരി 30ലെ മഹാത്മാ ഗാന്ധി വധത്തോടെ പ്രതിരോധത്തിലായ ഹിന്ദുത്വശക്തികൾക്ക് ഇന്ത്യൻ രാഷ്ട്രീയത്തിന്റെ ഹൃദയസ്ഥാനത്തേക്കു മടങ്ങിവരാൻ അവസരം നല്കിയത് അടിയന്തരാവസ്ഥയാണ്.

ശക്തികൾക്ക് ഇന്ത്യൻ രാഷ്ട്രീയത്തിന്റെ ഹൃദയസ്ഥാനത്തേക്കു മടങ്ങിവരാൻ അവസരം നല്കുക കൂടിയാണ് അടിയന്തരാവസ്ഥ ചെയ്തത്. 1977ലെ പൊതുതെരഞ്ഞെടുപ്പിൽ അധികാരത്തിൽനിന്നു തൂത്തെറിയപ്പെട്ടതോടെ സംഭവിച്ച ശൈഥില്യത്തിൽനിന്ന് കോൺഗ്രസ് പിന്നീടു മോചനം നേടിയില്ല. ഒരുപക്ഷെ, ആത്മമോഗർത്തം ഇന്നും കോൺഗ്രസിനെ വിഴുങ്ങുകയാണ്.

1980ൽ ഇന്ദിരാ ഗാന്ധി അധികാരത്തിലേക്കു മടങ്ങിയെത്തുകയും, 1984ൽ അവർ വധിക്കപ്പെട്ടതോടെ രാജീവ് ഗാന്ധി 514ൽ 404 സീറ്റുകളുടെ മൃഗീയഭൂരിപക്ഷവുമായി അധികാരമേൽക്കുകയും ചെയ്തെങ്കിലും കോൺഗ്രസ് മുങ്ങുന്ന കപ്പലായിതന്നെ തുടർന്നു. അതിനു കാരണം ലളിതമായിരുന്നു; ഇന്ദിരയുടെ മടങ്ങിവരവും രാജീവിന്റെ വിജയവുമൊന്നും അനുഭവങ്ങളിൽനിന്നു പാഠം പഠിച്ച കോൺഗ്രസിന്റെ വിജയങ്ങളായിരുന്നില്ല; വെറും താത്കാലിക ജനവികാരത്തിന്റെ പ്രകടനങ്ങൾ മാത്രമായിരുന്നു. പിന്നീടൊരിക്കലും സ്വന്തം നിലയ്ക്കു ഡൽഹിയിൽ അധികാരം നേടാൻ കോൺഗ്രസിനു കഴിയാതെ പോയതും അതിനാൽ തന്നെ. 1991ൽ പി.വി നരസിംഹ റാവുവും, 2004ലും 2009ലും ഡോ. മൻമോഹൻ സിംഗും പ്രധാനമന്ത്രിമാരായതും കാലാവധി പൂർത്തിയാക്കിയതും തന്ത്രങ്ങൾ പ്രയോഗിച്ചും ഐക്യമുന്നണികൾ രൂപീകരിച്ചുമാണെന്ന വസ്തുത മറക്കരുത്.

കോൺഗ്രസ് ഒഴിച്ചിട്ടുപോയ വിസ്തൃതമായ രാഷ്ട്രീയ ഇടത്തിലേക്ക് ദേശീയതലത്തിൽ കടന്നുവന്നത് ഭാരതീയ ജനതാ പാർട്ടി (ബിജെപി) ആയതിൽ അദ്ഭുതമില്ല. സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ കോൺഗ്രസിതര പ്രസ്ഥാനങ്ങൾ ഉയർന്നുവന്നെങ്കിലും, അവയെയെല്ലാം ഒരു കാന്തികവലയത്തിൽ നിലനിർത്തുന്നതിന് സംഘടിത പ്രതിപക്ഷത്തിനോ പിന്നീട് കോൺഗ്രസിനോ പൂർണ അർഥത്തിൽ കഴിഞ്ഞില്ല. അവിടെയാണ് 2014ൽ കോൺഗ്രസിനെ തറപറ്റിച്ചും പ്രാദേശിക പാർട്ടികളെ തങ്ങളുടെ പക്ഷത്തേക്കു കൊണ്ടുവന്നും അധികാരത്തിൽ

ഇന്ത്യയുടെ ആകെ സമ്പത്തിൽ 40.5 ശതമാനവും കൈയാളുന്നത് ജനസംഖ്യയുടെ ഏറ്റവും മുകളിലുള്ള ഒരു ശതമാനം അതിസമ്പന്നരാണ്.

സ്ഥാനമുറപ്പിക്കാൻ ബിജെപിക്കായത്. ആ പ്രക്രിയയെ സഹായിക്കുന്ന തരത്തിൽ 2008ൽ ഇടതുപക്ഷം കോൺഗ്രസിനുള്ള പിന്തുണ പിൻവലിച്ചത് ബിജെപിക്കു വളരാൻ അവസരമൊരുക്കി എന്നുകൂടി പറയാതെ വയ്യ.

2014ൽ ഇന്ത്യയിൽ സംഭവിച്ചത് വാജ്പേയിയുടെ കാലത്തുപോലും സാധ്യമാകാതിരുന്ന ഹിന്ദുത്വശക്തികളുടെ അധികാരാരോഹണമാണ്. അതുകഴിഞ്ഞ് ഒരു ദശകം പിന്നിട്ടിരിക്കുന്നു. ഇക്കാലയളവിൽ ഇന്ത്യൻ ഭരണവ്യവസ്ഥയുടെ അലകും പിടിയും അടിമുടി മാറിയിട്ടുണ്ട്. 1991ൽ നരസിംഹ റാവു സർക്കാർ അഴിച്ചുവിട്ട മൂലധന ശക്തികൾ ഇന്ന് ഇന്ത്യൻ സമ്പദ്ഘടനയ്ക്കുമേൽ സമ്പൂർണമായ ആധിപത്യം സ്ഥാപിച്ചിരിക്കുന്നു. ലൈസൻസ്-ക്വോട്ട രാജിൽ നിന്ന് തീർച്ചയായും ഇന്ത്യൻ സമ്പദ്ഘടനയ്ക്കു മോചനം ആവശ്യമായിരുന്നു. എന്നാൽ, സ്വതന്ത്ര സംരംഭകത്വവളർച്ച എന്ന നല്ല ലക്ഷ്യത്തെയും മറികടന്ന് 1991ലെ സാമ്പത്തിക പരിഷ്കാരങ്ങൾ ഇന്ത്യയെ ഇന്നെത്തിച്ചിരിക്കുന്നത് 'ചങ്ങാത്ത മുതലാളിത്ത'ത്തിലേക്കാണ്; സമ്പത്തിന്റെ കുമിഞ്ഞു കൂടലിലേക്കാണ്.

വികസനം: സത്യവും മിഥ്യയും

ലോകത്തിൽ ഏറ്റവും വേഗത്തിൽ വളരുന്ന സമ്പദ്‌വ്യസ്ഥകളിൽ ഒന്നായാണ് ഇന്ത്യ പ്രശംസിക്കപ്പെടുന്നത്. ഇതിന്റെ തുടർച്ചയായി അസമത്വം ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ, ലോകത്തിലെ നാലാമത്തെ രാജ്യം ഇന്ത്യയാണെന്ന അവകാശവാദവും ഉയർന്നു കഴിഞ്ഞു. സമീപദിവസങ്ങളിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ട വേൾഡ് ബാങ്ക് റിപ്പോർട്ടാണ്, ഇന്ത്യയിൽ അസമത്വത്തിലും അതിദാരിദ്ര്യത്തിലും ശ്രദ്ധേയമായ കുറവുണ്ടായിട്ടുണ്ടെന്ന കണ്ടെത്തൽ മുന്നോട്ടു വെച്ചിട്ടുള്ളത്. സമ്പത്തിന്റെ വിതരണത്തിലെ അസമത്വം പരിഗണിക്കുന്ന ജിനി കോഎഫിഷ്യന്റ് 2011-12ലെ 0.288ൽ നിന്ന് 2022-23ലെ 0.255 ആയി കുറഞ്ഞിട്ടുണ്ടെന്നും, ഇന്ത്യ ലോകത്തിലെതന്നെ ഏറ്റവും അസമത്വം കുറഞ്ഞ രാജ്യങ്ങളിൽ നാലാമത്തേതാണെന്ന് ഇതു തെളിയിക്കുന്നതായും റിപ്പോർട്ട് പറയുന്നു.

നാനാത്വം വിട്ട് ഏകത്വത്തിലേക്ക്

ഇന്ന് സമ്പത്തു മാത്രമല്ല, അധികാരവും ചുരുങ്ങിയ ഇടങ്ങളിൽ കേന്ദ്രീകരിക്കുകയാണ്. 'നാനാത്വത്തിൽ ഏകത്വം' എന്നത് ഒരുകാലത്ത് ഇന്ത്യൻ ജനാധിപത്യത്തിന്റെ കൊടിക്കൂറയായിരുന്നു. ഗോത്ര, ജാതി, മത, ഭാഷാ സംഘർഷങ്ങൾ പിളർത്തിയ ലോകത്തിന് അതൊരു വിസ്മയവുമായിരുന്നു. എന്നാൽ, ആ സ്വപ്നസാക്ഷാത്കാരവും മാഞ്ഞ് ഇല്ലാതാവുകയാണ്. ഇന്ത്യാചരിത്രത്തിന്റെ തിരുത്തിയെഴുതൽ, ഹിന്ദി അടിച്ചേല്പിക്കൽ, പ്രാദേശിക വിശ്വാസങ്ങൾക്കും ആചാരങ്ങൾക്കും മുകളിൽ ഹിന്ദുത്വവാദ അംശങ്ങളുടെ വ്യാപനം, അന്ധവിശ്വാസങ്ങൾക്കും ശാസ്ത്രവിരുദ്ധതയ്ക്കുമുള്ള പ്രോത്സാഹനം, ഇതര മതവിശ്വാസങ്ങളോടു വർധിച്ചു വരുന്ന അസഹിഷ്ണുത എന്നിങ്ങനെ സാംസ്കാരിക, സാമൂഹിക, വിദ്യാഭ്യാസ തലങ്ങളിൽ ഇന്നു നാനാത്വസങ്കല്പം തകർന്നു തരിപ്പണമായിക്കഴിഞ്ഞു.

ഭരണ, അധികാര, വിതരണ തലങ്ങളിലാകട്ടെ ഇന്നു സംഭവിച്ചിരിക്കുന്നത് ഒരു മഹാദുരന്തമാണ്. കേന്ദ്ര, സംസ്ഥാനങ്ങൾക്കിടയിലെ സാമ്പത്തിക-വികസന ബന്ധങ്ങൾക്കു മാർഗനിർദേശം നല്കുന്നതിനും, അവയെ സുശക്തമാക്കി നിലനിർത്തുന്നതിനും 1952ൽ ജവഹർലാൽ നെഹ്റു സർക്കാർ രൂപീകരിച്ച ദേശീയ വികസന കൗൺസിൽ (എൻഡിസി) നരേന്ദ്ര മോദി പ്രധാനമന്ത്രിയായശേഷം ഒരു തവണപോലും യോഗം ചേർന്നിട്ടില്ല. ഡോ. മൻമോഹൻ സിംഗ് പ്രധാനമന്ത്രിയായിരിക്കെ 2012ലായിരുന്നു കേന്ദ്ര, സംസ്ഥാന സർക്കാരുകൾക്ക് പ്രാതിനിധ്യമുള്ള ഈ സുപ്രധാന സമിതിയുടെ അവസാനയോഗം.

നെഹ്റു സർക്കാർതന്നെ രൂപം നല്കിയ പ്ലാനിംഗ് കമ്മീഷൻ, ഒന്നാം നരേന്ദ്ര മോദി സർക്കാർ അധികാരത്തിലേറി ഏതാനും മാസങ്ങൾക്കകം പിരിച്ചുവിട്ടു. ദീർഘകാലത്തെ അനുഭവസമ്പത്തും സ്വതന്ത്ര പ്രവർത്തനപാരമ്പര്യവുമുണ്ടായിരുന്ന പ്ലാനിംഗ് കമ്മീഷൻ പിരിച്ചുവിട്ടതോടെ ആരംഭിച്ച പുതിയ സംവിധാനത്തിന് ഹിന്ദിഭക്തർ നല്കിയ പേര് വിചിത്രമായിരുന്നു: നാഷണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂഷൻ ഫോർ ട്രാൻസ്ഫോമിങ് ഇന്ത്യ എന്ന

ഇന്ത്യയിലെ അതിദാരിദ്ര്യം ഇക്കാലയളവിൽ 16.2 ശതമാനത്തിൽ നിന്ന് 2.3 ശതമാനത്തിലേക്ക് കുത്തനെ താണുവെന്നും ഈ റിപ്പോർട്ട് പറയുന്നുണ്ട്. ഇതേപോലെ ഒരു വിഭാഗം സാമ്പത്തിക വിദഗ്ധരും ഭാരത സർക്കാരും ആഘോഷിക്കുന്ന മറ്റൊരു കണ്ടെത്തലാണ്, ഇന്ത്യയുടെ മൊത്തം ആഭ്യന്തര ഉല്പാദനം (ജിഡിപി) വലിയ തോതിൽ വർധിച്ചുവെന്നും, ജപ്പാനെ മറികടന്ന് ഇന്ത്യ ലോകത്തിലെ നാലാമത്തെ വലിയ സമ്പദ്ഘടനയായി വളർന്നിരിക്കുന്നുവെന്നുമുള്ളത്.

എന്നാൽ ഈ 'വികസന' വായ്ത്താരിക്കു പിന്നിൽ ഗുരുതരമായ സാമ്പത്തിക അസമത്വം, ഭീകരമായ പട്ടിണി, സമ്പത്തിന്റെ കേന്ദ്രീകരണം, പൗരസ്വാതന്ത്ര്യ നിഷേധം എന്നിവ ചേരുവകളായുള്ള ഒരു ദുരന്തകഥ മറഞ്ഞിരിക്കുന്നുവെന്ന സത്യം അധികമാരും ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല. ആഗോളതലത്തിലെ പ്രമുഖ ധനകാര്യ സ്ഥാപനമായ ക്രെഡിറ്റ് സ്വീസ് (Credit Suisse) 2022ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച ഗ്ലോബൽ വെൽത്ത് റിപ്പോർട്ട് പറഞ്ഞിരുന്നത്, റഷ്യയ്ക്കു പിന്നിൽ ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും അസമത്വമുള്ള രണ്ടാമത്തെ രാജ്യമാണ് ഇന്ത്യയെന്നാണ്. വേൾഡ് ഇനീക്വാലിറ്റി ലാബ് 2022ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച റിപ്പോർട്ടുപ്രകാരം, ഇന്ത്യയുടെ ജിനി കോഎഫിഷ്യന്റ് 82.3 ശതമാനമാണ്. ബ്രസീൽ (89%), ദക്ഷിണാഫ്രിക്ക (87%) എന്നിവയ്ക്കു ശേഷം ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും ഉയർന്ന അസമത്വമാണിത്.

ഇത്തരം ജിഡിപി കണക്കെടുപ്പുകൾക്കെല്ലാം ഒരു പ്രശ്നമുണ്ട്. ഒരു രാജ്യത്തിലെ ജനങ്ങൾ എങ്ങനെ ജീവിക്കുന്നു, എന്തെല്ലാം ജോലികൾ ചെയ്യുന്നു, ജനങ്ങൾ എത്രത്തോളം ആരോഗ്യമുള്ളവരും വി

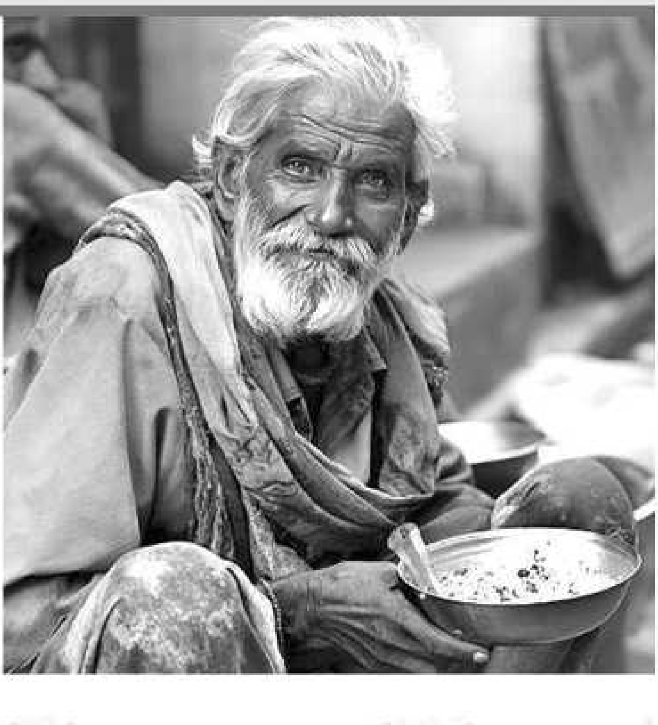
ഇംഗ്ലീഷും, ആയോഗ് എന്ന ഹിന്ദിയും ചേർത്തുകെട്ടിയ പേര്. ചുരുക്കിപ്പറയുമ്പോൾ 'എൻഐടിഐ ആയോഗ്.' കേന്ദ്ര, സംസ്ഥാന ബന്ധങ്ങൾ പിന്നീട് നീതിരാഹിത്യത്തിലേക്കു തരംതാഴ്ത്തപ്പെട്ടപ്പോൾ ആ സ്ഥാപനത്തിന്റെ ചുരുക്കപ്പേര് മറ്റൊരു വിരോധാഭാസമായി ജനമനസുകളിൽ പതിഞ്ഞു: 'നീതി ആയോഗ്.'

രാജ്യത്തിന്റെ നികുതി, നികുതിയേതര വരുമാനം എന്തു ഫോർമുലയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കേന്ദ്രവും സംസ്ഥാനങ്ങളും പങ്കിട്ടെടുക്കണമെന്നതു സംബന്ധിച്ച് നിർദേശങ്ങൾ സമർപ്പിക്കാൻ അഞ്ച് വർഷങ്ങൾ കൂടുമ്പോൾ രൂപീകരിക്കപ്പെടുന്ന ഫിനാൻസ് കമ്മീഷൻ ഇന്നു കേന്ദ്രസർക്കാരിന്റെ വെറും ചട്ടുകം മാത്രമാണ്. ഫിനാൻസ് കമ്മീഷൻ എന്തു ശുപാർശ ചെയ്താലും അതിന്മേൽ തീരുമാനമെടുക്കാനുള്ള അധികാരം ഇന്ന് കേന്ദ്ര ക്യാബിനറ്റിനോ ധനമന്ത്രാലയത്തിനോ മേൽപ്പറഞ്ഞ 'എൻഐടിഐ ആയോഗിനോ അല്ല. അത് ഒരൊറ്റ കേന്ദ്രത്തിനു മാത്രം സംവരണം ചെയ്യപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു: പിഎംഒ എന്ന ഓമനപ്പേരിലറിയപ്പെടുന്ന പ്രധാനമന്ത്രിയുടെ ഓഫീസിന്.

ബിജെപി ഭരിക്കുന്ന സംസ്ഥാനങ്ങൾക്ക് രാജ്യവരുമാനത്തിന്റെ സിംഹഭാഗവും നല്കുന്ന ഏകപക്ഷീയവും നീതിരഹിതവുമായ പ്രവർത്തനശൈലിയിലേക്കാണ് ഇതു ചെന്ന് കലാശിച്ചിരിക്കുന്നത്. 2017ൽ നടപ്പാക്കിയ ചരക്കു സേവന നികുതിയാകട്ടെ (ജിഎസ്ടി) സംസ്ഥാനങ്ങളുടെ തനത് വരുമാന ശേഖരണ സാധ്യതകൾ ഇല്ലാതാക്കി കഴിഞ്ഞു. ഈ സംഭവങ്ങളെല്ലാം പ്രതിപക്ഷ പാർട്ടികൾ ഭരിക്കുന്ന കേരളമടക്കമുള്ള ദക്ഷിണേന്ത്യൻ സംസ്ഥാനങ്ങളെയാണ് ഏറ്റവുമേറെ പ്രതികൂലമായി ബാധിച്ചിട്ടുള്ളത് എന്ന കാര്യം പ്രത്യേകം പറയേണ്ടതില്ല.

ജനസംഖ്യയ്ക്ക് ആനുപാതികമായി നോക്കിയാൽപ്പോലും ആകെ വരുമാനത്തിന്റെ മൂന്നു ശതമാനത്തിന് അർഹതയുള്ള കേരളത്തിന് ഇപ്പോൾ ലഭിക്കുന്നത് 1.9 ശതമാനം മാത്രം. ജനസംഖ്യ നിയന്ത്രിച്ചും, പൊതുവിദ്യാഭ്യാസത്തിനും പൊതുജനാരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിനുമെല്ലാം വരുമാനത്തിന്റെ നല്ലൊരു ശതമാനം ചെലവഴിക്കുന്ന കേരളം ഇന്ന് വികസനച്ചെലവുകൾക്കു പണം കണ്ടെത്താൻ വിഷമിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രധാന കാരണം (ഉയർന്ന ശമ്പള-പെൻഷൻ-പലിശ ചെലവുകൾ കഴിഞ്ഞാൽ) ഇതു മാത്രമാണ്.

ദ്യാസമ്പന്നരുമാണ്, മൊത്തം വരുമാനം എത്രത്തോളം സമമായി വിതരണം ചെയ്യപ്പെടുന്നു എന്നിവയെക്കുറിച്ചെല്ലാം അവ വളരെ കുറച്ചു മാത്രമേ വെളിപ്പെടുത്തുന്നുള്ളു. രാജ്യങ്ങളെ താരതമ്യം ചെയ്യുന്നതിന് കൂടുതൽ ഫലപ്രദമായ മാർഗം, അവയുടെ സാമ്പത്തികപ്രകടനവും സാമൂഹിക പുരോഗതിയും ഉല്പന്നങ്ങളും സേവനങ്ങളും വാങ്ങുന്നതിനുള്ള പൗരവ്യക്തികളുടെ ശേഷിയുമാണ്. അവയൊന്നും ഈ കൊട്ടത്താപ്പ് കണക്കുകളിൽ ഉൾപ്പെടുന്നില്ല. അതാണ് ഇത്തരം അവകാശവാദങ്ങൾ യാഥാർഥ്യത്തിൽനിന്ന് ഏറെ അകലെയാവാൻ കാരണം.



ഇന്ത്യയിൽ ഒരു പുരോഗതിയും

ഏറ്റവുമൊടുവിൽ പഹൽഗാം സംഭവമുൾപ്പെടെ, അതിർത്തികളിൽ നേരിട്ട വെല്ലുവിളികൾ നേരിടുന്നതിൽ ഇന്ത്യ വലിയ തോതിൽ വിജയിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഉണ്ടായിട്ടില്ല എന്നൊന്നും ഈ പറഞ്ഞതിന് അർഥമില്ല. ഏറ്റവുമൊടുവിൽ പഹൽഗാം സംഭവമുൾപ്പെടെ, അതിർത്തികളിൽ നേരിട്ട വെല്ലുവിളികൾ നേരിടുന്നതിൽ ഇന്ത്യ വലിയ തോതിൽ വിജയിച്ചിട്ടുണ്ട്. രാജ്യത്തിന്റെ ഉല്പാദനമേഖലയിലും പശ്ചാത്തല സൗകര്യങ്ങളിലും നികുതി പിരിവിലുമെല്ലാം ഉണ്ടായിട്ടുള്ള വലിയ മാറ്റങ്ങൾ ആർക്കും നിഷേധിക്കാനുമാവില്ല. ലോകരാജ്യങ്ങൾക്കിടയിൽ ഏറ്റവും വേഗത്തിൽ വളരുന്ന സമ്പദ്ഘടനയെന്ന സൽപ്പേരും സ്വാധീനവും ഇന്ത്യയ്ക്കുണ്ട്. അത് 1991ൽ നരസിംഹ റാവു-മൻമോഹൻ ടീം തുടക്കമിട്ട സാമ്പത്തിക പരിഷ്കാരങ്ങളുടെ ഫലമായുള്ളതാണെന്നത് മറ്റൊരു കാര്യം.

ഈ നേട്ടങ്ങളുടെ ഇടയിലും അതിന്റെ മറുവശംകൂടി കാണാതെ വയ്യ. രാജ്യത്തെ വളർച്ചയുടെ നേട്ടങ്ങളും ഗുണഫലങ്ങളും ലഭിക്കുന്നത് ജനസംഖ്യയിലെ വളരെ ചെറിയൊരു ശതമാനം ആളുകൾക്കു മാത്രമാണെന്ന സത്യം തിരിച്ചറിയണം. ബാക്കിയുള്ളവർ, അതിദേശീയതയുടെ മുദ്രാവാക്യങ്ങളിൽ ആവേശഭരിതരായും, വികസനത്തിന്റെ പ്രത്യക്ഷരൂപങ്ങളായ എക്സ്പ്രസ് വേകൾ, വിമാനത്താവളങ്ങൾ, കെട്ടിടസമുച്ചയങ്ങൾ എന്നിവ സൃഷ്ടിക്കുന്ന വികസനക്കാഴ്ചകളിൽ കണ്ണുമഞ്ഞിയും മയങ്ങിയും തങ്ങളുടെ ഇല്ലായ്മകളും വല്ലായ്മകളും മറക്കുന്നവരാണ്.

ഓക്സ്ഫാം ഇന്ത്യ 2023ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച റിപ്പോർട്ടുപ്രകാരം, രാജ്യത്തിന്റെ ആകെ സമ്പത്തിൽ 40.5 ശതമാനവും കൈയാളുന്നത് ജനസംഖ്യയുടെ ഏറ്റവും മുകളിലുള്ള ഒരു ശതമാനം സമ്പന്നരാണ്. മുകളിലുള്ള 10% സമ്പന്നർ രാജ്യത്തെ ആകെ സമ്പത്തിന്റെ 72.5% നിയന്ത്രിക്കുന്നു. താഴെയുള്ള 50% ജനതയ്ക്ക് സ്വന്തമായുള്ളതോ, വെറും 3% സമ്പത്ത് മാത്രം. ഇന്ത്യയിലെ ശതകോടീശ്വരന്മാരുടെ സമ്പത്ത് മുൻവർഷത്തേക്കാൾ 32.8% വർധിച്ചുവെന്നും, 2020 മുതൽ ഏറ്റവും സമ്പന്നരിൽ 10 പേരുടെ സമ്പത്ത് 400%

ഇന്ത്യാചരിത്രത്തിന്റെ തിരുത്തിയെഴുതൽ, ഹിന്ദി അടിച്ചേല്പിക്കൽ, അന്ധവിശ്വാസങ്ങൾക്കും ശാസ്ത്രവിരുദ്ധതയ്ക്കുമുള്ള പ്രോത്സാഹനം, ഇതര മതവിശ്വാസങ്ങളോടു വർധിച്ചു വരുന്ന അസഹിഷ്ണുത ഇങ്ങനെ ഇന്ത്യയുടെ നാനാത്വസങ്കല്പം തകർന്നുകഴിഞ്ഞു.

വർധിച്ചുവെന്നുമാണ് ഗ്ലോബൽ വെൽത്ത് റിപ്പോർട്ട് (2023) പറയുന്നത്.

രാജ്യത്തെ ഏറ്റവും താഴ്ന്ന 60% കുടുംബങ്ങൾക്ക് ആകെ ആസ്തിയുടെ 13% മാത്രമാണ് സ്വന്തമായുള്ളതെന്ന് ഇന്ത്യയുടെ സ്വന്തം നാഷണൽ സാംപിൾ സർവേ (NSS-2017-18) വെളിപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ അസമത്വം കോവിഡ് കാലത്താണ് വിസ്ഫോടനാത്മകമായി വർധിച്ചത്. 2020-2022 കാലയളവിൽ, ഏറ്റവും പാവപ്പെട്ട 50% ജനങ്ങളുടെ സമ്പത്ത് 18% കുറഞ്ഞു; എന്നാൽ മുകളിലത്തെ 1% സമ്പന്നരുടെ സമ്പത്ത് 35% വർധിച്ചുവെന്ന് ഓക്സ്ഫാം ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നു.

ഇന്ത്യയിൽ പട്ടിണി ഘടനാപരമായ ഒരു പ്രശ്നമാണ്. ഉല്പാദനശേഷിയുടെ കുറവല്ല, വിതരണവ്യവസ്ഥയുടെ പരാജയമാണ് ഇവിടെ പട്ടിണി പരിഹൃതമാകാതെ തുടരുന്നതിനു കാരണം.

ഐക്യരാഷ്ട്രസഭ വർഷാവർഷം പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന സ്റ്റേറ്റ് ഓഫ് ഫുഡ് ആൻഡ് ന്യൂട്രീഷൻ ഇൻ ദ വേൾഡ് (SOFI) റിപ്പോർട്ട് 2023ൽ കണ്ടെത്തിയത്, 16.6% ഇന്ത്യക്കാർ (ഏകദേശം 23.4 കോടി) അഷ്ടിക്കു പോലും വകയില്ലാത്തവരാണെന്നാണ്. ലോകത്തിൽ ആകെ പട്ടിണി അനുഭവിക്കുന്നവരിൽ മൂന്നിലൊന്നു വരും ഇത്. ഇതേ റിപ്പോർട്ടു പ്രകാരം, ഇന്ത്യയിൽ അഞ്ചുവയസിനു താഴെയുള്ള കുട്ടികളിൽ 31.7% ഭാരക്കുറവുള്ളവരും, 18.7% സ്റ്റണ്ടിംഗ് (ശോഷണരോഗം) ബാധിതരുമാണ്. ദേശീയ കുടുംബാരോഗ്യ സർവേ (NFHS-5, 2019-21) പ്രകാരം, 15 മുതൽ 49 വയസുവരെയുള്ളവരിൽ 18.7% പേരുടെ ബോഡി മാസ് ഇൻഡക്സ് (BMI), കഠിനമായ പോഷകാഹാരക്കുറവ് സൂചിപ്പിക്കുന്ന 18.5ൽ താഴെയാണ്. ഗ്രാമീണ സ്ത്രീകളിലേയ്ക്കെത്തുമ്പോൾ ഈ നിരക്ക് 24% ആയി ഉയരുന്നു. ആഗോള പട്ടിണി ഇൻഡക്സ് (ഗ്ലോബൽ ഹംഗർ ഇൻഡക്സ് 2023) പ്രകാരം, പട്ടിണിക്കുറവുള്ള 125 രാജ്യങ്ങളിൽ ഇന്ത്യ 111-ാം സ്ഥാനത്താണ്; അയൽരാജ്യങ്ങളായ പാകിസ്താൻ (102), ബംഗ്ലാദേശ് (81), നേപ്പാൾ (69) എന്നിവയേക്കാൾ പിന്നിൽ!!

അവസാനിക്കാത്ത അജണ്ട

ബിജെപി അജണ്ടയിൽ ഇനിയും പല ഇനങ്ങളും ബാക്കിയുണ്ട്. വോട്ടർ പട്ടികയിൽനിന്ന് 'അന്യരെ' ഒഴിവാക്കുന്നതിന് ബീഹാറിൽ നടക്കുന്ന തീവ്രയത്നത്തോടെ അവയിലൊന്ന് ആരംഭിച്ചുകഴിഞ്ഞു. തെരഞ്ഞെടുപ്പ് നടക്കാനിരിക്കുന്ന അസമിനാവും അടുത്ത ഊഴം. അധികം വൈകാതെ ആ പ്രക്രിയ മറ്റു സംസ്ഥാനങ്ങളിലേക്കും വ്യാപിക്കുമെന്ന കാര്യത്തിൽ സംശയമില്ല. രാജാവിനേക്കാൾ രാജഭക്തിയുള്ള ഒരു തെരഞ്ഞെടുപ്പ് കമ്മീഷനുള്ളപ്പോൾ അതെളുപ്പം നടക്കുകയും ചെയ്യും. മഹാരാഷ്ട്രയിലെ വോട്ടെടുപ്പിൽ വോട്ടിംഗ് മെഷീനുകളിൽ സാങ്കേതികമായി ഇടപെട്ട് ഫലങ്ങൾ മാറ്റിമറിച്ചുവെന്ന കോൺഗ്രസിന്റെ ആരോപണം ഇപ്പോഴും ഇന്ത്യയുടെ രാഷ്ട്രീയാന്തരീക്ഷത്തിൽ കനം തൂങ്ങിനിൽക്കുകയാണെന്ന കാര്യം മറക്കരുത്.

ഇനി വരാനിരിക്കുന്നത് ലോക്സഭാ മണ്ഡല പുനഃസംഘടനയാണ്. അവിടെ നഷ്ടം വരുക, ജനസംഖ്യാ നിയന്ത്രണത്തിൽ മുന്നേറിയ കേരളമടക്കമുള്ള ദക്ഷിണേന്ത്യൻ സംസ്ഥാനങ്ങൾക്കാവും. അതുകൊണ്ടും തീരുന്നില്ല. 'ഒരു രാജ്യം, ഒരു തെരഞ്ഞെടുപ്പ്' എന്ന ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് ബിജെപി സർക്കാർ നീങ്ങുകയാണ്. മുൻ രാഷ്ട്രപതി രാംനാഥ് കോവിന്ദ് അധ്യക്ഷനായുള്ള സമിതി സമർപ്പിച്ച റിപ്പോർട്ട് അടുത്ത പൊതു തെരഞ്ഞെടുപ്പിനു മുമ്പ് മോദി സർക്കാർ പുറത്തെടുക്കുമെന്നാണ് പ്രതീക്ഷ. ഓരോ ദിവസവും കൂടുതൽ ദുർബലമായി വരുന്ന പ്രതിപക്ഷത്തിന് ഇതൊന്നും ചെറുക്കാനാവുമെന്നു തോന്നുന്നില്ല.

വ്യക്തിസ്വാതന്ത്ര്യങ്ങളുടെയും പൗരസ്വാതന്ത്ര്യങ്ങളുടെയും തലത്തിലേക്കു വരുമ്പോൾ, കാര്യങ്ങൾ ഇപ്പോൾ തന്നെ ഗുരുതരമാണ്. വടക്കേ ഇന്ത്യയിൽ ക്രൈസ്തവർക്കും മുസ്ലിങ്ങൾക്കുമെതിരെ ആക്രമണങ്ങൾ വർധിച്ചു വരുന്നു. യുണൈറ്റഡ് ക്രിസ്ത്യൻ ഫോറം (യുസിഎഫ്) റിപ്പോർട്ടനുസരിച്ച്, കഴിഞ്ഞ വർഷം ക്രിസ്തുമത വിശ്വാസികൾക്കു നേരെ 834 ആക്രമണങ്ങളാണ് നടന്നത്. മുസ്ലിങ്ങളെ ലക്ഷ്യംവെച്ചുള്ള ആക്രമണങ്ങളും ഗുരുതരമാണ്. മണിപ്പൂരിൽ വെട്ടിപ്പിളർത്തപ്പെട്ട സാമൂഹിക ശരീരത്തിൽനിന്ന് ഇന്നും ചോരയൊഴുകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. മനുഷ്യാവകാശ പ്രവർത്തകർക്കു നേരെ യുഎപിഎ അടക്കമുള്ള കരിനിയമങ്ങൾ

പരിശുദ്ധാത്മാവിനോടുള്ള പ്രാർഥന

പരിശുദ്ധാത്മാവായ ദൈവമേ, എനിക്കെല്ലാം വെളിപ്പെടുത്തുകയും എനിക്ക് വഴി കാണിച്ചുതരികയും എന്നോട് മറ്റുള്ളവർ ചെയ്യുന്നതെല്ലാം ക്ഷമിക്കാനും മറക്കാനും കഴിവു തരുന്ന ദൈവികദാനം തരികയും എന്റെ ജീവിതത്തിൽ എന്റെ എല്ലാ ചിന്തകളിലും ഉള്ളവനുമായ അങ്ങേയ്ക്ക് ഞാൻ നന്ദി പറയുന്നു. എത്ര വലിയ ഭൗതിക ആഗ്രഹങ്ങൾ എനിക്കുണ്ടായാലും ഒരു നിമിഷം പോലും അങ്ങയിൽ നിന്ന് അകലുവാനോ, വേർപെടുവാനോ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല എന്നു ഞാൻ തീർത്തു പറയുന്നു. നിത്യമഹത്ത്വത്തിൽ അങ്ങയോടുകൂടെ ആയിരിക്കുവാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ദൈവഹിതത്തിനു വിധേയപ്പെട്ടുകൊണ്ട് ഞാൻ അങ്ങയോട് അപേക്ഷിക്കുന്നു... (നിയോഗം പറയുക). ഉദ്ദിഷ്ടകാര്യം സാധിച്ചതിന് ഉപകാരസ്മരണ.

റിന്റു

Aug2

യുണൈറ്റഡ് ക്രിസ്ത്യൻ ഫോറം (യുസിഎഫ്) റിപ്പോർട്ടനുസരിച്ച്, കഴിഞ്ഞ വർഷം ക്രിസ്തുമത വിശ്വാസികൾക്കു നേരെ 834 ആക്രമണങ്ങളാണ് ഇന്ത്യയിൽ നടന്നത്.

പ്രയോഗിക്കപ്പെടുമ്പോൾ, പൊതുസമൂഹം അതിനെല്ലാം നേരെ കണ്ണടയ്ക്കുകയാണ്.

ഭരണഘടന നല്കുന്ന ഉറപ്പുകൾ ക്ഷയിച്ചുവരുന്നതോടെ ഇന്ത്യൻ ജനാധിപത്യം 'അപകടസ്ഥിതിയിലാണ്' എന്ന് അന്താരാഷ്ട്ര റിപ്പോർട്ടുകൾ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നു. ആഗോളതലത്തിൽ ജനാധിപത്യത്തിനും സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുംവേണ്ടി ശബ്ദമുയർത്തുന്ന ഫ്രീഡം ഹൗസ് തങ്ങളുടെ 2023ലെ റിപ്പോർട്ടിൽ പറയുന്നത്, ഇന്ത്യ 'ഭാഗികമായി മാത്രം സ്വാതന്ത്ര്യം' (പാർഷ്യലി ഫ്രീ) നേടിയ രാജ്യമാണെന്നാണ്. അഭിപ്രായസ്വാതന്ത്ര്യം, സംഘടിക്കാനുള്ള അവകാശം, പൊതുമണ്ഡലത്തിൽ ചർച്ചകൾക്കുള്ള അവസരങ്ങൾ എന്നിവയിലെല്ലാം ഇന്ത്യ പിന്നോട്ടു വീണിരിക്കുന്നു എന്നത്രേ ഫ്രീഡം ഹൗസിന്റെ അഭിപ്രായം.

ഇതോടൊപ്പം അപകടത്തിലായിരിക്കുകയാണ് മാധ്യമസ്വാതന്ത്ര്യവും. റിപ്പോർട്ടേഴ്സ് വിതൗട്ട് ബോർഡേഴ്സ് 2023ൽ കണ്ടെത്തിയത്, മാധ്യമപ്രവർത്തകരുടെ സ്വാതന്ത്ര്യം അളവുകോലായെടുക്കുമ്പോൾ 180 രാജ്യങ്ങളിൽ ഇന്ത്യയ്ക്ക് 161-ാം സ്ഥാനം മാത്രമേയുള്ളൂ എന്നാണ്. 2014 മുതൽ 98 പത്രപ്രവർത്തകർ രാജ്യത്ത് കൊല്ലപ്പെട്ടു; 400ലധികം പേർ അറസ്റ്റ് ചെയ്യപ്പെട്ടു. രാജ്യത്തെ മാധ്യമങ്ങൾക്കിടയിൽ സ്വതന്ത്ര നിലപാട് സ്വീകരിച്ചിരുന്ന എൻഡിടിവിക്കെതിരെ നടന്ന വേട്ടയാടൽമൂലം അതിന്റെ സ്ഥാപകനായ ഡോ. പ്രണോയ് റോയ്ക്ക് ചാനലിന്മേലുള്ള ഉടമസ്ഥത കൈവിടേണ്ടിവന്നു. ആ സ്ഥാപനം ഇപ്പോൾ അദാനി ഗ്രൂപ്പിന്റെ നിയന്ത്രണത്തിലാണ്. രാജ്യത്തെ പകുതിയിലേറെ മറ്റു ടിവി ചാനലുകൾ അംബാനിയുടെ കൈകളിലും.

ഇന്ത്യയുടെ സാമ്പത്തിക, സാമൂഹിക മാറ്റങ്ങൾ സംബന്ധിച്ച് ആധികാരിക വിവരങ്ങൾ നല്കാൻ സർക്കാർ വിസമ്മതിക്കുകയും, വിമർശനങ്ങൾക്കുള്ള എല്ലാ സാധ്യതകളും അടയ്ക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ സത്യമേത് മിഥ്യയേത് എന്ന ആശയക്കുഴപ്പത്തിലാണ് ജനങ്ങൾ. സ്വന്തം ജീവിത സാഹചര്യങ്ങൾവെച്ച് നിലപാടുകളും തീരുമാനങ്ങളും രൂപപ്പെടുത്തേണ്ട അവസ്ഥ. പക്ഷേ, അവിടെയെല്ലാം ജനങ്ങളുടെ കാഴ്ച മറച്ചുകൊണ്ട് അതിദേശീയതയുടെ ഉത്സവാഘോഷങ്ങൾ അരങ്ങേറുകയാണ്. ഈ ശബ്ദഘോഷത്തിനും പുകപടലങ്ങൾക്കുമിടയിൽ ഇന്നത്തെ യഥാർഥ ഇന്ത്യയെ കണ്ടെത്തുകയാണ്, ഒരുപക്ഷേ, ഈ സ്വാതന്ത്ര്യദിനത്തിൽ ഓരോ ഇന്ത്യൻ പൗരവ്യക്തിയുടെയും കടമ.

ഡോ. തോമസ് കുഴിപ്പിൽ

സ്വർഗാരോപിതയായ പരിശുദ്ധ മറിയം

ശരീരത്തിന്റെ ഉയിർപ്പിലുള്ള സഭയുടെ വിശ്വാസം തന്നെയാണ് മറിയത്തിന്റെ സ്വർഗാരോപണത്തിന് അടിസ്ഥാനം.

മറിയത്തിന്റെ തിരുനാളുകളിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ടത് സ്വർഗാരോപണ തിരുനാളാണ്. സഭാപാരമ്പര്യത്തിൽ നിന്ന് ഉരുത്തിരിഞ്ഞുവന്ന മരിയവിജ്ഞാനീയം മുഴുവനോടും ബന്ധപ്പെടുത്തി വേണം സ്വർഗാരോപണം മനസിലാക്കാൻ. മനുഷ്യാവതാരരഹസ്യത്തോടാണ് മരിയവിജ്ഞാനീയം പൂർണമായും ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. ക്രിസ്തുവിജ്ഞാനീയത്തിന്റെ വളർച്ചയ്ക്കു സമാന്തരമായി മരിയവിജ്ഞാനീയവും സഭയിൽ രൂപപ്പെട്ടുവന്നു.

രക്ഷകനോടു സഹകരിച്ചവൾ

ഈശോയിൽ പൂർത്തീകരിക്കപ്പെട്ട മനുഷ്യരക്ഷയോടു ബന്ധപ്പെടുത്തിയാണ് വി. ഗ്രന്ഥവും ആദിമസഭാപിതാക്കന്മാരും മറിയത്തെ അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. കാനായിലെ കല്യാണവിരുന്നിലും (യോഹ. 2:4) കുരിശിന്റെ ചുവട്ടിലും (യോഹ. 19:26) നില്ക്കുന്ന സ്ത്രീ (ഹവ്വാ) രണ്ടാമാദമായ ഈശോമിശിഹായുടെ രക്ഷാകരപ്രവർത്തനങ്ങളോടു സഹകരിച്ച പുതിയ ഹവ്വായാണ്. രണ്ടാം നൂറ്റാണ്ടിൽ ജീവിച്ചിരുന്ന രക്തസാക്ഷിയും

വിശ്വാസസമർഥകനുമായ ജസ്റ്റിൻ, മറിയം എപ്രകാരം പുതിയ ഹവ്വായായിരിക്കുന്നു എന്നു വിശദീകരിക്കുന്നുണ്ട്. ഹവ്വാ സർപ്പത്തിന്റെ വചനം ഗർഭം ധരിച്ചെങ്കിൽ മറിയം ഈശോമിശിഹായാകുന്ന സത്യവചനത്തെ ഗർഭംധരിച്ചു എന്ന് അദ്ദേഹം പഠിപ്പിക്കുന്നു. ആദം പാപം നിറഞ്ഞ മനുഷ്യവംശത്തെയും ഈശോ രക്ഷിക്കപ്പെട്ട മനുഷ്യവംശത്തെയുമാണ് പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നത്. ഇരണേവൂസും തെർത്തുല്യനും, മറിയം പുതിയ ഹവ്വായാണെന്ന ആശയം വലിയ പ്രാധാന്യത്തോടെ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

മനുഷ്യരക്ഷ സാധ്യമാകണമെങ്കിൽ ഈശോയുടെ മഹത്വം യഥാർഥവും പൂർണവുമായിരിക്കണം. ഇക്കാരണത്താലാണ് അവിടുന്ന് കന്യാമറിയത്തിൽനിന്നും ജനിച്ചു എന്ന് അപ്പസ്തോലിക പിതാവായ അന്ത്യോക്യായിലെ ഇഗ്നേഷ്യസ് ആവർത്തിച്ചു പഠിപ്പിക്കുന്നത്. ഈശോ പൂർണമനുഷ്യനല്ലെങ്കിൽ ഒരു മനുഷ്യനും രക്ഷപ്പെടാനാവില്ലല്ലോ.

ഈശോയും മറിയവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം താത്വികമായി അവതരിപ്പിച്ചത് 431ൽ കൂടിയ എഫേസൂസ് സൂനഹദോസാണ്. 'ദൈവമാതാവ്' എന്ന എഫേസൂസിന്റെ തീരുമാനം ഇക്കാര്യം വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഈശോമിശിഹായെന്ന ദൈവികയാളിനെയാണ് മറിയം ഉദരത്തിൽ സംവഹിച്ചത് എന്നാണ് ഇതിലൂടെ അർഥമാക്കുന്നത്. ഈശോയുടെ ദൈവത്വം അവിടുത്തെ മനുഷ്യത്വവുമായി ഗാഢമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഈശോയുടെ ദൈവത്വത്തെ അവിടുത്തെ മനുഷ്യത്വത്തിൽ നിന്നും വേർതിരിച്ച് എഫേസൂസ് സൂനഹദോസോ അലക്സാൻഡ്രിയൻ പിതാക്കന്മാരായ ഒരിജൻ, അത്തനാസിയോസ്, സിറിൾ എന്നിവരോ കണ്ടിരുന്നില്ല. ഇതാണ് എഫേസൂസ് സൂനഹദോസ് വ്യക്തമാക്കിയ മരിയവിജ്ഞാനീയത്തിന്റെ അനന്യത.

സ്വർഗാരോപണം

ഈശോയുടെ രക്ഷാകരപ്രവർത്തനങ്ങളോടുള്ള മറിയത്തിന്റെ സഹകരണം, മറിയത്തിൽനിന്നും സ്വീകരിച്ച ഈശോയുടെ പൂർണമനുഷ്യത്വം, അവളുടെ നിത്യകന്യാത്വം എന്നിവയോടെല്ലാം ബന്ധപ്പെടുത്തി വേണം സ്വർഗാരോപണത്തെ മനസിലാക്കാൻ. രക്ഷാകരപ്രവർത്തനങ്ങളോടുള്ള

കന്യകയായ മറിയം

വി. ഗ്രന്ഥം മറിയത്തിനു നല്കുന്ന ഏറ്റവും വലിയ അപദാനമാണ് കന്യക (ലൂക്കാ 1:27, മത്താ. 1:22). കന്യാത്വം പൂർണതയെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. നാലും അഞ്ചും നൂറ്റാണ്ടുകളിൽ ജീവിച്ചിരുന്ന പാശ്ചാത്യരും പൗരസ്ത്യരുമായ സഭാപിതാക്കന്മാർ മറിയത്തിന്റെ നിത്യകന്യാത്വത്തെക്കുറിച്ച് വിശദമായി പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ട്. ഗ്രീക്ക് സഭാപിതാക്കന്മാരായ സലാമിസിലെ എപ്പിഫാനിയോസ്, നീസായിലെ ഗ്രിഗറി, ജോൺ ക്രിസോസ്തോം എന്നിവരും, സുറിയാനി സഭാപിതാവായ മാർ അപ്രേമും, ലത്തീൻ സഭാപിതാക്കന്മാരായ അംബ്രോസ്, അഗസ്റ്റിൻ എന്നിവരും മറിയത്തിന്റെ നിത്യകന്യാത്വത്തെക്കുറിച്ച് പഠിപ്പിക്കുന്നു. ജോൺ ക്രിസോസ്തോം മരിയവിജ്ഞാനീയത്തിൽ വലിയ പ്രാധാന്യത്തോടെ മറിയത്തിന്റെ നിത്യകന്യാത്വത്തെക്കുറിച്ച് പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ട്. ഇപ്രകാരം മറിയത്തിന്റെ പരിശുദ്ധിയെ സഭാപിതാക്കന്മാർ രചനകളിൽ സംശയമെന്യേ പ്രകീർത്തിച്ചു.

മറിയത്തെ 'പരിശുദ്ധ മറിയ'മെന്നും 'പരിശുദ്ധ കന്യക'യെന്നും ആദ്യമായി വിളിച്ചത് മിലാനിലെ അംബ്രോസാണ്. പില്കാല ലത്തീൻ സഭാപിതാക്കന്മാരിൽ അംബ്രോസിന്റെ മരിയവിജ്ഞാനീയം സ്പഷ്ടമായി പ്രതിഫലിക്കുന്നുണ്ട്. പെലാജിയനിസം എന്ന പാഷണ്ഡതയുടെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ ഉത്ഭവപാപത്തെക്കുറിച്ചു പഠിപ്പിക്കുമ്പോൾ, മറിയം ദൈവത്തിന്റെ പ്രത്യേക കൃപയാൽ അതിന് അതീതയായിരുന്നു എന്ന് വി. അഗസ്തീനോസ് വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഇപ്രകാരം പാപരഹിതയായ മറിയത്തിൽനിന്ന് ദൈവപുത്രൻ മനുഷ്യാവതാരം ചെയ്തു എന്ന് പിതാക്കന്മാർ പ്രഖ്യാപിക്കുന്നു.

മറിയത്തിന്റെ സ്വർഗപ്രവേശത്തിനു സവിശേഷ പ്രാധാന്യം ആദിമസഭ കല്പിച്ചിരുന്നു. പൗരസ്ത്യ സുറിയാനി സഭാപാരമ്പര്യത്തിൽ 'ശൂനായ' (സ്ഥലം മാറൽ) എന്ന പേരിലാണ് ഈ തിരുനാൾ അറിയപ്പെടുന്നത്.

സഹകരണത്തെക്കുറിച്ചും നിത്യകന്യാത്വത്തെക്കുറിച്ചും സൂചിപ്പിച്ചു കഴിഞ്ഞു. മിശിഹായുടെ മനുഷ്യസ്വഭാവത്തിന്റെ ദൈവശാസ്ത്രപരമായ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചാണ് ഇനി വിവരിക്കുന്നത്.

ഈശോയുടെ മനുഷ്യസ്വഭാവത്തിന്റെ സമ്പൂർണത എടുത്തുകാട്ടിയത് മുഖ്യമായും അന്ത്യോക്യൻ സഭാപിതാക്കന്മാരാണ്. ഈശോയുടെ മനുഷ്യസ്വഭാവം നിഷേധിച്ച അപ്പോളിനാരിസിന്റെ പഠനങ്ങളുടെ ദൈവശാസ്ത്രപരമായ ന്യൂനത ആദ്യമായി വ്യക്തമാക്കിയത് (374ൽ) അന്ത്യോക്യൻ ദൈവശാസ്ത്രജ്ഞനായ സലാമിസിലെ എപ്പിഫാനിയൂസാണ്. മിശിഹായിലെ സമ്പൂർണ മനുഷ്യത്വത്തിന്റെ രക്ഷാകരമൂല്യം അദേഹം ഉയർത്തിക്കാട്ടി. അവിടുത്തെ മനുഷ്യത്വം പൂർണമല്ലെങ്കിൽ മനുഷ്യകുലം രക്ഷപ്പെടുന്നില്ല. മിശിഹായുടെ മനുഷ്യസ്വഭാവത്തിന്റെ മാഹാത്മ്യം വിശദീകരിച്ച എപ്പിഫാനിയൂസ് തന്നെയാണ്, മറിയം മരണശേഷം ശരീരത്തോടുകൂടി സ്വർഗാരോപിതയായി എന്ന് ആദ്യമായി രേഖപ്പെടുത്തിയത്.

മിശിഹായിലെ ഇരുസ്വഭാവങ്ങളെക്കുറിച്ചും അന്ത്യോക്യൻ പിതാക്കന്മാർ വ്യക്തമായി പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. മിശിഹായുടെ മനുഷ്യസ്വഭാവം എപ്രകാരമാണ് മനുഷ്യരക്ഷയുടെ ഉപാധിയായിരിക്കുന്നതെന്ന് കാൽസിഡോൺ സൂനഹദോസും പഠിപ്പിക്കുന്നു. "ദൈവത്വത്തിൽ അവൻ പൂർണനാണ്; മനുഷ്യത്വത്തിലും അവൻ പൂർണനാണ്. അവൻ സത്യദൈവവും സത്യമനുഷ്യനുമാണ്; അവനു ബൗദ്ധികാത്മാവും ശരീരവുമുണ്ട്; ദൈവത്വം സംബന്ധിച്ചു പിതാവുമായി അവൻ സമസത്തയാണ്. മനുഷ്യത്വം സംബന്ധിച്ച് നാമുമായി അവൻ സമസത്തയാണ്." ദൈവപുത്രൻ തന്റെ മനുഷ്യത്വം മറിയത്തിൽ നിന്നുമാണ് സ്വീകരിച്ചത്. നിഖ്യാവിശ്വാസപ്രമാണത്തിൽ നമ്മൾ ഏറ്റുചൊല്ലുന്നു: "കന്യകാമറിയത്തിൽനിന്ന് ശരീരം സ്വീകരിച്ച് മനുഷ്യനായി പിറന്നു." ഈ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ചുവടുറപ്പിച്ചുവേണം മറിയത്തിന്റെ സ്വർഗപ്രവേശത്തെ വിശകലനം ചെയ്യാൻ. മറിയത്തിന്റെ സ്വർഗാരോപണം എന്ന വിശ്വാസസത്യം കാൽസിഡോൺ ക്രിസ്തുഭാഷ്യത്തോടു പൊരുത്തപ്പെട്ടാണ് നില്ക്കുന്നത്. അന്ത്യോക്യൻ ക്രിസ്തുവിജ്ഞാനീയത്തിന്റെ പ്രകടമായ സ്വാധീനം, പൗരസ്ത്യ-സുറിയാനി സഭയിൽ തുടർന്നു കാണുന്നു. ഈ ക്രിസ്തുവിജ്ഞാനീയമാണ് നിസിബിസിലെ വിദ്യാപീഠം പ്രചരിപ്പിച്ചത്.

ശരീരത്തിന്റെ ഉയിർപ്പ്

നിഖ്യാവിശ്വാസപ്രമാണത്തിൽ നമ്മൾ ഏറ്റുപറയുന്നു: "ശരീരത്തിന്റെ ഉയിർപ്പും നിത്യായുസും ഞങ്ങൾ ഏറ്റുപറയുകയും ചെയ്യുന്നു." ഈശോയുടെ ഉയിർപ്പാണ് നമ്മുടെ ഉയിർപ്പിന്റെ അടിസ്ഥാനം. വിശ്വാസപ്രമാണത്തിൽ ഇങ്ങനെ പറയുന്നു: "എഴുതപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതുപോലെ മൂന്നാം ദിവസം ഉയിർത്തെഴുന്നേല്ക്കുകയും ചെയ്തു. അവിടുന്ന് സ്വർഗത്തിലേക്ക് എഴുന്നള്ളി പിതാവിന്റെ വലതുഭാഗത്തിരിക്കുന്നു." ഈശോ ഉയിർത്തെഴുന്നേറ്റിട്ടില്ലെങ്കിൽ മരിച്ചവർ ഉയിർപ്പിക്കപ്പെടുന്നില്ല. ഈ ഉയിർപ്പ് മറിയത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ മുൻകൂട്ടിതന്നെ സംഭവിച്ചു. ഗ്രീക്കുസഭാപാരമ്പര്യത്തിലെ അവസാനത്തെ സഭാപിതാവും കാൽസിഡോൺ ക്രിസ്തുഭാഷ്യ

ത്തിന്റെ ശക്തനായ പ്രചാരകനുമായിരുന്ന ഡമാസ്കസിലെ ജോൺ, മറിയത്തിന്റെ മരണത്തെ 'ഉറക്കം' എന്നാണു വിളിക്കുന്നത്. അതായത് മറിയത്തിന്റെ സ്വർഗപ്രവേശത്തിനു സവിശേഷ പ്രാധാന്യം ആദിമസഭ കല്പിച്ചിരുന്നു. പൗരസ്ത്യ സുറിയാനി സഭാപാരമ്പര്യത്തിൽ 'ശൂനായ' എന്ന പേരിലാണ് ഈ തിരുനാൾ അറിയപ്പെടുന്നത്. ഈ സുറിയാനി വാക്കിന്റെ അർഥം 'സ്ഥലം മാറൽ' എന്നാണ്.

മറിയത്തിന്റെ സ്വർഗാരോപണത്തിന് അടിസ്ഥാനം, ശരീരത്തിന്റെ ഉയിർപ്പിലുള്ള സഭയുടെ വിശ്വാസം തന്നെയാണ്. നിത്യകന്യകയും (പാപക്കറയേശാത്തവൾ) രക്ഷകന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളോടു പൂർണമായും സഹകരിച്ചവളുമാണ് മറിയം. മാത്രമല്ല, രക്ഷയുടെ ഉപാധിയായ തന്റെ മനുഷ്യസ്വഭാവം ദൈവപുത്രൻ സ്വീകരിച്ചത് മറിയത്തിൽ നിന്നുമാണ്. ഇക്കാരണങ്ങളാൽ അവൾ നമ്മിൽനിന്നും വ്യത്യസ്തയായിരിക്കുന്നു. ○

അരിയാഹാരം അപകടം വരുത്തുമോ?

ഫുഡ് കോർണർ

മിന്നു രാജു

അരിയാഹാരത്തിനെതിരേ വ്യാപകപ്രചാരണം നടക്കുന്നുണ്ട് ഇപ്പോൾ. കേരളത്തിലും തമിഴ്നാട്ടിലുമുള്ളവരാണ് കൂടുതലും അരിയാഹാരം കഴിക്കുന്നത്. ഇഡ്ഡലി, ദോശ, പുട്ട്, ചോറ് ഇവ ഒഴിവാക്കിയുള്ള ഒരു ഭക്ഷണക്രമം നമുക്കു ചിന്തിക്കാൻപോലുമാവില്ല. തലമുറകളായി നമ്മൾ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണമാണ് ഇവയെല്ലാം. എന്നിട്ടും ചിലരൊക്കെ ഇപ്പോൾ അരിയാഹാരം ഉപേക്ഷിച്ചു കഴിഞ്ഞു. അരി അത്രയ്ക്കങ്ങു ദോഷകരമാണോ?

പഴിക്കുന്നവർ അറിയാൻ

അരിയിൽ പ്രധാനമായുള്ളത് കാർബോ ഹൈഡ്രേറ്റാണ്. അവയാണ് ശരീരത്തിന്റെ ഊർജസ്രോതസും. രാത്രിഭക്ഷണം കഴിച്ചുകിടന്ന് രാവിലെ ഉറക്കമുണർന്നെണീറ്റു വരുമ്പോഴേക്കും ശരീരത്തിന് ഊർജനഷ്ടം സംഭവിക്കുന്നുണ്ട്. അത് പരിഹരിക്കാൻ അരിയാണ് ഏറെ സഹായകം. ബ്രേക്ക് ഫാസ്റ്റിന് ദോശയും ഇഡ്ഡലിയും പുട്ടും കഴിക്കുന്നതിനു കാരണം അതാണ്. നഷ്ടപ്പെട്ട ഊർജനില പെട്ടെന്നു കൈവരിക്കാൻ ഇവ സഹായിക്കും. വിദ്യാർഥികളും തൊഴിലാളികളും വ്യായാമം ചെയ്യുന്നവരും ഇതു കഴിക്കണം.

ദോശയും ഇഡ്ഡലിയും പുളിപ്പിച്ച മിശ്രിതത്തിൽ നിന്നാണ് തയാറാക്കുന്നത്. ദഹനത്തെയും കുടലിന്റെ ആരോഗ്യത്തെയും സഹായിക്കുന്ന പ്രോബയോട്ടിക്സ് വർധിക്കാൻ ഇവ സഹായിക്കുന്നു. വിറ്റാമിൻ ബി പോലുള്ളവയുടെ തോത് കൂട്ടാനും ഇതു നല്ലതാണ്. പുട്ട് കഴിക്കുമ്പോൾ കറിയായി നാം സാധാരണ ഉപയോഗിക്കുന്നത് കടലയും ചെറുപയറുമാണല്ലോ. ആവിയിൽ വേവിച്ച പുട്ട്, ചെറുപയറും കടലയും പോലുള്ള പ്രോട്ടീനുകൾക്കൊപ്പം കഴിക്കുന്നത് ഊർജം വർധിപ്പിക്കും.

അപകടമാകുന്നതെപ്പോൾ?

പ്രഭാതഭക്ഷണത്തിനും ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനും അത്താഴത്തിനും ഒന്നുപോലെ അരിയാഹാരം കഴിക്കുകയാണെങ്കിൽ മറ്റു പോഷകങ്ങൾ നഷ്ടപ്പെടാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് പച്ചക്കറികളും പ്രോട്ടീൻ സ്രോതസുകളും - മുട്ട, പയർവർഗങ്ങൾ, തൈര് - ഭക്ഷണത്തിൽ നിർബന്ധമായും ഉൾപ്പെടുത്തണം. മാത്രമല്ല, വെള്ളയരി ധാരാളം കഴിക്കുകയും എന്നാൽ വ്യായാമരഹിതമായ ജീവിതശൈലി പിന്തുടരുകയും ചെയ്യുന്നവർക്ക് ഇതു ദോഷമേ ചെയ്യൂ.

ചുരുക്കത്തിൽ, അരി അപകടകാരിയൊന്നുമല്ല. കൃത്യമായ അളവിലും ചേരുവകൾ ചേർത്തും അരിയാഹാരം കഴിക്കയാണു വേണ്ടത്. മൊത്തത്തിലുള്ള ഭക്ഷണക്രമത്തിന്റെ രീതിയും വൈവിധ്യവും മനസിലാക്കി മാത്രമേ അരി ദോഷകരമാണോ അല്ലയോ എന്നു തീരുമാനിക്കാനാവൂ. അതാവട്ടെ ഓരോരുത്തരിലും വ്യത്യാസപ്പെട്ടുമിരിക്കും.

ആനി ഡൊമിനിക്

നന്നായി ഉറങ്ങാൻ കഴിയാത്തവർ വായിച്ചറിയാൻ

ഉറക്കത്തെക്കുറിച്ച് നാം ചിന്തിച്ചു തുടങ്ങുന്നത് ഉറക്കം കുറയുമ്പോഴോ ഉറക്കം ഇല്ലാതാകുമ്പോഴോ മാത്രമാണ്. സ്വാഭാവികമായി സംഭവിക്കുകയും തുടരുകയും ചെയ്യുന്ന അവസരങ്ങളിലൊരിക്കലും ഉറക്കം നമ്മുടെ വിചാരവും ചിന്തയുമാകുന്നില്ല. ഉറക്കമില്ലാതാകുമ്പോൾ പിന്നെ ചിന്ത ഉറക്കത്തെക്കുറിച്ചാണ്. നാം അതോടെ അസ്വസ്ഥരായി തുടങ്ങും.

പണ്ടുകാലത്താണ് മനുഷ്യർ കൂടുതൽ ഉറങ്ങിയിരുന്നത്. നിരീക്ഷിച്ചാൽ അക്കാര്യം നമുക്കു മനസിലാക്കാവുന്നതേയുള്ളൂ. കൂടുതൽ ഉറങ്ങുന്നതിന്റെ പേരിൽ നാം അത്തരക്കാരെ കളിയാക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നു. പക്ഷേ കൂടുതൽ നേരം ഉറങ്ങാൻ കഴിയാത്തവരുടെ കാലമാണിത്. ഉറങ്ങിയതിന് ഒരുകാലത്ത് കുട്ടികളെ വഴക്കുപറഞ്ഞിരുന്ന മാതാപിതാക്കൾ, ഇപ്പോൾ ഉറങ്ങാത്തതിന് അവരെ പഴിക്കുന്നു. കാലഘട്ടം മാറുമ്പോൾ നമ്മുടെ ഉറക്കവും ഉറക്കശീലങ്ങളും മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഉറക്കം കുറവുള്ളവർ ഒരുഭാഗത്തു നില്ക്കുമ്പോൾ, ഉറക്കക്കൂടുതലുള്ളവർ മറുഭാഗത്തുണ്ട്.

മാനസികസമ്മർദങ്ങൾക്കും ഉത്കണ്ഠയ്ക്കും വിഷാദത്തിനുമുള്ള കാരണങ്ങളിലൊന്ന് ഉറക്കമില്ലായ്മയാണ്.

അതുകൊണ്ട് ഉറക്കമില്ലായ്മയും ഉറക്കക്കൂടുതലും നല്ല ഉറക്കവും ഒരുപോലെ നാം അപഗ്രഥനവിധേയമാക്കണം.

എല്ലാം മറന്നൊന്നുറങ്ങിയ രാവുകൾ
എന്നേയ്ക്കുമായി അസ്തമിച്ചുപോയ്
ഇനി നമ്മിലൊരാളിന്റെ നിദ്രയ്ക്ക്
മറ്റെയാൾ കണ്ണിമ ചിമ്മാതെ കാവലിരിക്കാം.
(ഓഎൻവി)

ഉറക്കമെന്നാൽ...

ശരീരത്തിന്റെ മാത്രമല്ല, മനസിന്റെകൂടി ആവശ്യമാണ് ഉറക്കം. കാരണം, ശരീരവും മനസും വിശ്രമാവസ്ഥയിലേക്കു പോവുകയും, വ്യക്തി അചേഷ്ടനാവുകയും, തന്റെ പരിസരങ്ങളെ മറക്കുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥയാണ് ഉറക്കം. ശരീരത്തിന്റെ ക്ഷീണമകറ്റി ശരീരവും മനസും ഒന്നുപോലെ പുനരുജ്ജീവിപ്പിക്കാൻ ഉറക്കം ആവശ്യമാണ്. ശാരീരികവും മാനസികവുമായ അധ്വാനത്തിനുശേഷം ശരീരത്തിന് വിശ്രമം ആവശ്യമാണെന്ന് എല്ലാവരും സമ്മതിക്കും. ഈ വിശ്രമം ലഭിക്കുന്നത് ഉറക്കത്തിലൂടെയാണ്. അതുതന്നെയാണ് ഉറക്കത്തിന്റെ പ്രാധാന്യവും.

എന്താണ് ഉറക്കമില്ലായ്മ

ഗാഢമായ ഉറക്കത്തിലാകാൻ അല്ലെങ്കിൽ കുറെനേരത്തേക്ക് ഉറക്കം നിലനിർത്താൻ ബുദ്ധിമുട്ടു നേരിടുന്ന അവസ്ഥയാണ് ഉറക്കമില്ലായ്മ. ശാരീരികരോഗങ്ങൾ മുതൽ മാനസികരോഗങ്ങൾ വരെ ഉറക്കമില്ലായ്മയ്ക്കു കാരണമാകാം. ചില മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ കഫീൻ അടങ്ങിയ പാനീയങ്ങൾ കുടിക്കുന്നതുകൊണ്ടോ വ്യായാമക്കുറവുകൊണ്ടോ ഉറക്കമില്ലായ്മ അനുഭ

മൊബൈൽ സ്ക്രീനുകൾ പുറപ്പെടുവിക്കുന്ന നീലവെളിച്ചം, ഉറക്കത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഹോർമോണായ മെലറ്റോണിനെ ബാധിക്കാം; ഉറക്കക്കുറവ്, ക്രമരഹിതമായ ഉറക്കരീതികൾ എന്നിവയിലേക്ക് അതു നയിക്കാം.

നല്ല ഉറക്കത്തിന് നല്ല മാതൃകകൾ

- എല്ലാ ദിവസവും കൃത്യസമയത്ത് ഉറങ്ങുകയും ഉണരുകയും ചെയ്യുക. അവധിദിവസമല്ലേ, കൂടുതൽ സമയം ഉറങ്ങിയേക്കാം എന്നു വിചാരിക്കരുത്.
- ഉറങ്ങാൻപോകുന്നതിന് ഒരു മണിക്കൂർ മുമ്പുതന്നെ ഫോണും ലാപ്ടോപ്പും ഒഴിവാക്കുക.
- കിടക്കുന്നതിനു മുമ്പ് കുറച്ചുനേരം പുസ്തകം വായിക്കുക.
- സാധിക്കുമെങ്കിൽ ഉറങ്ങാൻ പോകുന്നതിനു മുമ്പ് ചെറുചൂടുവെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുക.
- കിടപ്പുമുറി വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കുക.
- മദ്യവും കഫീനും ഒഴിവാക്കുക.
- പതിവായി വ്യായാമം ചെയ്യുക.
- മിതമായ തോതിൽ മാത്രം ഭക്ഷണം കഴിക്കുക.
- ഉറങ്ങുന്നതിനു മുമ്പ് വെള്ളം ധാരാളമായി കുടിക്കരുത്.
- ദഹിക്കാൻ എളുപ്പമുള്ളതും ലഘുവായതുമായ ഭക്ഷണം കഴിക്കുക.
- തൈര്, പുളിയുള്ള പഴങ്ങൾ, പപ്പടം, കോഴിമുട്ട, മത്സ്യം, മാംസം, അച്ചാർ തുടങ്ങിയവ രാത്രിയിൽ കഴിക്കാതിരിക്കുക.
- മൃദുവായ സംഗീതം കേൾക്കുന്നത് നല്ലതാണ്.

ഉറക്കം പ്രായഭേദമനുസരിച്ച്

- നവജാതശിശുക്കൾ: 18 മണിക്കൂർവരെ
- 1–12 മാസംവരെയുള്ള കുട്ടികൾ: 14–18 മണിക്കൂർ
- 1–3 വർഷംവരെ: 12–15 മണിക്കൂർ
- 3–5 വർഷംവരെ: 1–13 മണിക്കൂർ
- 5–12 വരെ: 9–11 മണിക്കൂർ
- കൗമാരപ്രായക്കാർ: 8–9 മണിക്കൂർ
- പ്രായപൂർത്തിയായവർ: 7–8
- ഗർഭിണികളായ സ്ത്രീകൾ: എട്ടിലധികം മണിക്കൂർ

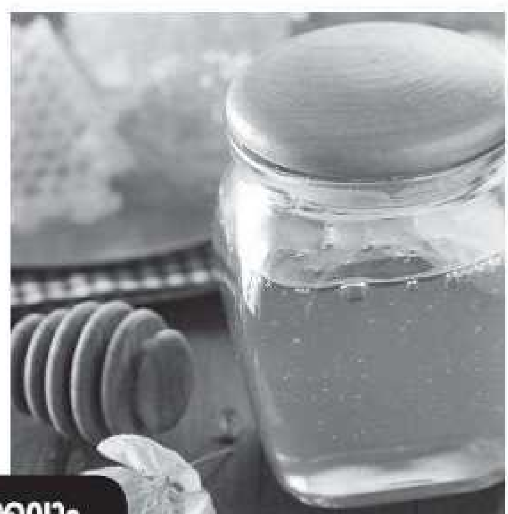
വപ്പെടാം. ഏതെങ്കിലും കാരണങ്ങളാൽ ഒരു ദിവസമോ രണ്ടുദിവസമോ ഉറങ്ങാൻ കഴിയാതെവന്നാൽ അത് പ്രശ്നമായി കണക്കാക്കേണ്ടതില്ല. എന്നാൽ ആഴ്ചകളോ മാസങ്ങളോ ചിലപ്പോൾ വർഷങ്ങൾ പോലുമോ നീണ്ടുനില്ക്കുന്നതാണ് ഉറക്കപ്രശ്നമെങ്കിൽ അതു ഗൗരവത്തോടെ കണ്ടേതീരൂ. കാരണം വ്യക്തിജീവിതത്തെയും ദൈനംദിനജീവിതത്തെയും അതു ദോഷകരമായി ബാധിക്കും.

അമിത ഉറക്കം

സംസാരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഴോ ജോലി ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഴോ ഉറക്കത്തിലേക്കു പെട്ടെന്ന് വഴുതിവീഴുന്നവരെ കണ്ടിട്ടില്ലേ. ഈ അവസ്ഥയെ അമിത ഉറക്കം അഥവാ നാർകോലെപ്സി എന്നു വിളിക്കുന്നു. വണ്ടിയോടിച്ചുപോകുമ്പോൾ ഉറങ്ങിപ്പോയതുമൂലം അപകടം സംഭവിച്ച പല വാർത്തകളും പരിചിതമാണല്ലോ. ഉറക്കവും ഉറക്കമുണരലും നിയന്ത്രിക്കുന്ന തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിലെ തകരാറാണ് ഇതിനു കാരണം.

ഉറക്കത്തകരാറുകളുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ

പകൽ ഉറക്കംതൂങ്ങലും അസ്വസ്ഥതയും അനുഭവപ്പെടുക, ദൈനംദിന കർത്തവ്യങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധിക്കാൻ കഴിയാതെവരിക, ഇരിക്കുമ്പോഴോ വാഹനമോടിക്കുമ്പോഴോ ഉണർന്നിരിക്കാൻ പ്രയാസം തോന്നുക, പകൽ മുഴുവൻ ക്ഷീണവും ഉദാസീനതയും അനുഭവപ്പെടുക എന്നിവയൊക്കെ, ഒരു വ്യക്തി ഉറക്കത്തകരാർ നേരിടുന്നുണ്ട് എന്നതിന്റെ സൂചനകളാണ്.



തേനും ഉറക്കവും

ഉറക്കക്കുറവ് നേരിടുന്നവർ രാത്രിയിൽ ഉറങ്ങുന്നതിനു തൊട്ടുമുമ്പ് തേൻ കഴിക്കുന്നത് നല്ലതാണെന്ന് ചില പഠനങ്ങൾ പറയുന്നു. തേനിൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ട്രിപ്റ്റോഫാൻ എന്ന അമിനോ ആസിഡ് ശരീരത്തിൽ മെലറ്റോണിൻ ഉല്പാദിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കും. മെലറ്റോണിൻ ആണ് ഉറക്കത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഹോർമോൺ. അതുകൊണ്ടാണ് തേൻ കഴിക്കുമ്പോൾ ഉറക്കം മെച്ചപ്പെടുന്നത്. എന്നാൽ ശാസ്ത്രീയമായി ഇക്കാര്യം തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല എന്നതും പറയേണ്ടതുണ്ട്.

നല്ല ഭക്ഷണം കഴിച്ച് ഉറങ്ങാം

ഉറക്കക്കുറവ് പരിഹരിക്കാൻ ഒരു ഗ്ലാസ് ചൂടുപാൽ എന്നും രാത്രി ഉറങ്ങാൻപോകുന്നതിനു മുമ്പ് കുടിക്കുക. പാലിലുള്ള കാത്സ്യം നല്ല ഉറക്കം കിട്ടാൻ സഹായിക്കും. ഉറക്കത്തെ സഹായിക്കുന്ന മെലറ്റോണിൻ എന്ന ഹോർമോൺ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്ന ട്രിപ്റ്റോഫാനെ തലച്ചോറിലേക്ക് എത്തിക്കുന്ന പ്രവർത്തനമാണ് കാത്സ്യം ചെയ്യുന്നത്.

ബദാം ആണ് രണ്ടാമതായി കഴിക്കേണ്ടത്. ശരീരത്തിൽ മഗ്നീഷ്യം അളവ് കുറയുമ്പോൾ ഉറക്കക്കുറവ് ഉണ്ടാകാം. അതിനു ബദാം നല്ലതാണ്. മഗ്നീഷ്യം നല്ല തോതിൽ അതിൽ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ഇതും മെലറ്റോണിന്റെ ഉല്പാദനം വർധിപ്പിക്കുന്നു. ചോക്ലേറ്റിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന സിറാടോണിൻ ഉറക്കത്തെ സഹായിക്കുന്നതിനാൽ, ചെറിയ പീസ് ഡാർക്ക് ചോക്ലേറ്റ് കഴിക്കുന്നതും ഉറക്കക്കുറവ് പരിഹരിക്കും. പൊട്ടാഷ്യവും മഗ്നീഷ്യവും ഉയർന്ന അളവിൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ഏത്തപ്പഴം കഴിക്കുന്നത് മസ്തിഷ്കത്തിലെ ഉഷ്ണനില താഴ്ത്തിനിർത്തുന്നതിനും ഹോർമോണുകളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും സഹായിക്കും. ഓട്സിൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ഫൈബർ, വിറ്റാമിൻ ബി എന്നിവയും കാത്സ്യം, പ്രോട്ടീൻ, ഇരുമ്പ്, സിങ്ക് എന്നിവയും നല്ല ഉറക്കത്തിന് സഹായിക്കുന്നവയാണ്. വിറ്റാമിനുകളും ധാതുക്കളും ധാരാളമായി അടങ്ങിയ കിവി, ആന്റി ഓക്സിഡന്റ് അളവുകളുള്ള പഴംകൂടിയാണ്. നിരവധി ആരോഗ്യഗുണങ്ങളുള്ള കിവി രാത്രിയിൽ ഉറങ്ങുന്നതിനു രണ്ടുമണിക്കൂർ മുമ്പു കഴിക്കുക. വറുത്തെടുത്ത മത്തൻ വിത്തും നല്ല ഉറക്കത്തിന് സഹായിയാണ്. മെലറ്റോണിന്റെ ഉല്പാദനം വർധിപ്പിക്കാൻ മത്തൻവിത്തിനും കഴിവുണ്ട്.

ഉറക്കക്കുറവിന്റെ കാരണങ്ങൾ

ആസ്തമ, ഹൃദയസംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾ, ദീർഘകാലമായുള്ള ശാരീരികവേദനകൾ, ശ്വാസകോശ അണുബാധ എന്നിങ്ങനെയുള്ള പലതരം രോഗങ്ങൾ ഉറക്കക്കുറവിന് കാരണമാകാം. മദ്യ, മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗം, രാത്രി ഷിഫ്റ്റിലെ ജോലി, മറ്റൊരു സമയമേഖലയിലേക്കുള്ള പ്രവേശനം തുടങ്ങിയവയും ഉറക്കം തടസപ്പെടുത്താം. ഉത്കണ്ഠയും വിഷാദവും മാനസികസമ്മർദവും മറ്റു കാരണങ്ങളിൽപ്പെടുന്നു. ഇതിനൊക്കെ പുറമേ, വൃത്തിയില്ലാത്ത കിടക്കയും പരിസരങ്ങളും, സമീപത്തു കിടക്കുന്നവരുടെ കൂർക്കംവലി, അമിതമായ മൊബൈൽ ഉപയോഗം, ജീവിതശൈലിയിലുള്ള മാറ്റങ്ങൾ എന്നിവയും ഉറക്കക്കുറവ് വരുത്തിവെക്കാറുണ്ട്. ഏതു കാരണത്താലാണ് ഉറങ്ങാൻ കഴിയാത്തത് എന്നു കണ്ടെത്തി പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുക തന്നെ വേണം.

മൊബൈൽ എന്ന വില്ലൻ

ഉറക്കം നഷ്ടപ്പെടാനും ഉറങ്ങാതിരിക്കാനും ഉറക്കം കുറയാനുമുള്ള കാരണങ്ങളിൽ പ്രധാന വില്ലൻ മൊബൈലാണ്. പലരും ഇതു മറന്നുപോകുന്നു എന്നതു സത്യം. ഡിജിറ്റൽ

യുഗത്തിൽ ഉറക്കക്കുറവിനു പ്രധാന കാരണം സ്ക്രീൻ അഡിക്ഷനാണ്. ഉറങ്ങുന്നതിനു തൊട്ടുമുമ്പുവരെയും, ഉറക്കത്തിലേക്കു വഴുതിവീഴുന്നതുവരെയും ഫോണുമായുള്ള സഹവാസം പലരുടെയും ഉറക്കത്തെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്നു. വിദ്യാർഥികളും യുവജനങ്ങളുമാണ് ഇതിനേറെയും ഇരകളാകുന്നത്. മൊബൈൽ സ്ക്രീനുകൾ പുറപ്പെടുവിക്കുന്ന നീലവെളിച്ചം, ഉറക്കത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഹോർമോണായ മെലറ്റോണിനെ ബാധിക്കാം; ഉറക്കക്കുറവ്, ക്രമരഹിതമായ ഉറക്കരീതികൾ എന്നിവയി

ഗുരുമൊഴി

ടി.എസ് ബിജു

സത്യം നുണയാകുന്നതെങ്ങനെ?

ഒരു അസത്യം പലതവണ പലർ ആവർത്തിച്ചുപറയുമ്പോൾ അതു സത്യമാണെന്നു നാം തെറ്റിദ്ധരിക്കാനിടയുണ്ട്.

ഒരു പൂജയിൽ പങ്കെടുത്തതിന് ബ്രാഹ്മണനു ദക്ഷിണയായി കിട്ടിയത് ഒരു ആട്ടിൻകുട്ടിയെയാണ്. വീടെത്തണമെങ്കിൽ അയാൾക്കു കുറെദൂരം നടന്നുപോകണം. യാത്രയ്ക്കിടെ ആട്ടിൻകുട്ടി മടുത്തെന്നു വിചാരിച്ച് ബ്രാഹ്മണൻ അതിനെയെടുത്ത് തോളിൽവെച്ചു. തുടർന്ന് വനത്തിലൂടെയായി സഞ്ചാരം. ആട്ടിൻകുട്ടിയെ തോളിലേറ്റി ബ്രാഹ്മണൻ വരുന്നത് മൂന്നു കൊള്ളക്കാർ കണ്ടു. ദിവസങ്ങളായി അവർ ഭക്ഷണം കഴിച്ചിട്ട്. അതിലൊരാൾ പറഞ്ഞു:

"സൂത്രം പ്രയോഗിച്ച് നമുക്കാ ബ്രാഹ്മണനിൽനിന്ന് ആടിനെ തട്ടിയെടുക്കണം. ആടിനെ കൊന്നുതിന്ന് വിശപ്പകറ്റാം."

"അതിന് ആദ്യം ബ്രാഹ്മണനെ കൊല്ലണ്ടേ?" അതിലൊരാൾക്കു സംശയം.

"ബ്രാഹ്മണനെ കൊല്ലാതെ ആടിനെ കിട്ടാൻ ഞാനൊരു മാർഗം കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്." അടുത്തവന്റെ മറുപടി. അയാൾ മനസിലുള്ള പദ്ധതി കൂട്ടുകാരുമായി പങ്കുവെച്ചു.

അതിലൊരാൾ വേഗം ബ്രാഹ്മണന്റെ മുമ്പിലെത്തി ചോദിച്ചു:

"ഹേ, ശ്രേഷ്ഠബ്രാഹ്മണാ, താങ്കൾ എന്തു നീചപ്രവൃത്തിയാണ് ഈ ചെയ്യുന്നത്? ഈ നായയെ ചുമന്നുകൊണ്ട് നിങ്ങൾ എങ്ങോട്ടു പോകുന്നു?"

ബ്രാഹ്മണൻ കോപിഷ്ഠനായി.

"തനിക്ക് കണ്ണുകണ്ടുകൂടെ? ഇത് ആട്ടിൻകുട്ടിയാണ്."

ബ്രാഹ്മണൻ ദേഷ്യത്തോടെ മുന്നോട്ടുനടന്നു. കുറെദൂരം ചെന്നപ്പോൾ രണ്ടാമന്റെ ഊഴമെത്തി. അയാൾ ബ്രാഹ്മണന്റെ മുമ്പിൽ ചെന്നുനിന്ന് ചോദിച്ചു:

ലേക്ക് അതു ക്രമേണ നയിക്കയും ചെയ്യാം. നോട്ടിഫിക്കേഷൻ ശബ്ദവും, ഉറക്കത്തിനിടെ എഴുന്നേറ്റുള്ള ഫോൺ പരിശോധനയും നന്നായി ഉറങ്ങുന്നതിന് തടസമായില്ലെങ്കിലേ അതിശയമുള്ളൂ. ഉറങ്ങുന്നതിനു മുമ്പ് കുറഞ്ഞത് ഒരു മണിക്കൂറെങ്കിലും മൊബൈൽ ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക. മൊബൈൽ മാത്രമല്ല ലാപ്ടോപ്, ടാബ് എന്നിവയ്ക്കും ഈ നിർദേശം ബാധകമാക്കണം. കിടപ്പുമുറിയിൽ മൊബൈലിനും ലാപ്ടോപിനും പ്രവേശനം നിഷേധിക്കുന്നതും ഗുണകരമാണ്.

പരീക്ഷാക്കാലത്ത് കൂടുതൽ ഉറങ്ങൂ

പരീക്ഷാക്കാലത്ത് ഉറക്കമിളച്ചു പഠിക്കുന്നവരാണ് നമ്മുടെ കുട്ടികൾ. ബോർഡുപരീക്ഷകൾ, മത്സരപ്പരീക്ഷകൾ തുടങ്ങിയവയുടെ കാലത്താണെങ്കിൽ പറയുകയും വേണ്ട. മികച്ചപ്രകടനത്തിനും ഉയർന്ന മാർക്കിനും വേണ്ടിയാണ് ഈ സാഹസങ്ങൾ. പക്ഷേ ഇവിടെ മറന്നുപോകുന്ന ഒരു കാര്യമുണ്ട്. ക്ഷീണിച്ച തലച്ചോറിനേക്കാൾ നന്നായി വിശ്രമിക്കുന്ന മസ്തിഷ്കമാണ് വിവരങ്ങൾ കൂടുതൽ കാര്യക്ഷമമായി പഠിക്കുകയും ഓർമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത്. ഉറക്കക്കുറവ് ഏകാഗ്രതയില്ലായ്മയ്ക്കും ഓർമക്കുറവിനും വഴിതെളിക്കും. പ്രശ്നപരിഹാരകഴിവുകളെ അതു ദോഷകരമായി ബാധിക്കയും ചെയ്യും. അതുകൊണ്ട് പരീക്ഷാക്കാലത്ത് ഉറക്കമിളച്ചു പഠിക്കുന്നത് പലപ്പോഴും ഗുണത്തേക്കാളേറെ ദോഷമേ ചെയ്യൂ. പരീക്ഷാക്കാലത്ത് നല്ലതുപോലെ ഉറങ്ങണമെന്നാണ് ഇപ്പോൾ ശാസ്ത്രം പറയുന്നത്.

"അല്ലയോ ബ്രാഹ്മണാ, താങ്കൾ ശുദ്ധിയും വൃത്തിയുമുള്ള വ്യക്തിയല്ലേ. എന്നിട്ടും താങ്കളീ ചത്ത കാളക്കുട്ടിയെ ചുമന്നുകൊണ്ടുപോകുന്നത് എന്താണ്?"

ബ്രാഹ്മണൻ ഞെട്ടി.

"ഇവിടെയുള്ള എല്ലാവരും മണ്ടന്മാരാണോ... എന്റെ ചുമലിലുള്ളത് കാളയല്ല, ആട്ടിൻകുട്ടിയാണ്." ബ്രാഹ്മണൻ കോപത്തോടെ മുന്നോട്ടുനടന്നു. പിന്നീട് മൂന്നാമന്റെ ഊഴമെത്തി. അയാൾ പരിഹാസത്തോടെ പറഞ്ഞു:

"വേഷംകൊണ്ട് ബ്രാഹ്മണൻ. പക്ഷേ പ്രവൃത്തികൊണ്ട് ചണ്ഡാളനും. ചത്ത പന്നിയെ തിന്നാൻ കൊണ്ടുപോവുകയാണ് അല്ലേ?"

ഇതോടെ ബ്രാഹ്മണന് ആകെ ആശങ്കയായി. തന്റെ തോളിലിരിക്കുന്നത് ആട്ടിൻകുട്ടിയാണെന്ന് അയാൾക്കറിയാം. പക്ഷേ അത് മറ്റുള്ളവർക്കു വേറെതരത്തിൽ തോന്നുന്നത് എന്തുകൊണ്ടാണ്? താൻ നോക്കുമ്പോൾ ആട്ടിൻകുട്ടിയെപ്പോലെ. മറ്റുള്ളവർ നോക്കുമ്പോൾ പന്നിയും കാളയും നായയും. ഇതിലേതാണ് ശരി? ഇനിയെങ്ങാനും വേഷം മാറിവന്ന വല്ല ഭൂതമോ പ്രേതമോ മറ്റോ ആണോ ഇത്?... ആ ചിന്തയിൽ പാവം ബ്രാഹ്മണൻ ആടിനെ ഉപേക്ഷിച്ച് ഓടിപ്പോയി. കൊള്ളക്കാരാകട്ടെ, ആടിനെ കൊന്ന് കുശാലായി ഭക്ഷണം കഴിക്കയും ചെയ്തു.

ഒരു അസത്യം പലതവണ പലർ ആവർത്തിച്ചുപറയുമ്പോൾ അതു സത്യമാണെന്നു നാം തെറ്റിദ്ധരിക്കാനിടയുണ്ട്. സോഷ്യൽ മീഡിയയിലുൾപ്പെടെ നടക്കുന്ന പല കാര്യങ്ങളും സത്യമാണെന്നാണ് നമ്മുടെ ധാരണ. സംശയരഹിതമായി ആധികാരികതയോടെ ചിലതെല്ലാം അവർ സ്ഥാപിക്കുമ്പോൾ, നമുക്കും സംശയം തോന്നും, ആ ബ്രാഹ്മണനെപ്പോലെ... ആടാണോ പട്ടിയാണോ ആടാണോ പന്നിയാണോ ആടാണോ കാളക്കുട്ടിയാണോ എന്ന മട്ടിൽ... നുണ സത്യമാണെന്നു സ്ഥാപിക്കാൻ പണ്ടുമുതലേ നാം ഉദ്ധരിക്കുന്ന ഒരു പ്രമാണമുണ്ട്, തീയില്ലാതെ പുകയുണ്ടാവില്ലല്ലോ എന്ന പ്രമാണം. നമ്മുടെ കഴിവുകളെക്കുറിച്ച് മറ്റുള്ളവർ ഇകഴ്ത്തിപ്പറയുമ്പോഴും നമുക്ക് ഇതേ സംശയം തോന്നും; അവർ പറയുന്നതാണോ ശരി. പക്ഷേ, സ്വന്തം ബോധ്യങ്ങളിലും കഴിവുകളിലും അവനവനിലും ഉറച്ചുവിശ്വസിക്കുക. സധൈര്യം മുന്നോട്ടുപോവുക. സത്യത്തെ ചിലപ്പോൾ നുണയായി അവതരിപ്പിക്കാൻ സാധിച്ചേക്കാം. എന്നാൽ നുണ ഒരിക്കലും സത്യമാവുകയില്ല.

നന്നായി ഉറങ്ങിയില്ലെങ്കിൽ എന്തുസംഭവിക്കും?

നന്നായി ഉറങ്ങുന്നവർക്കുപോലും, നല്ല ഉറക്കത്തിന്റെ പ്രാധാന്യവും അതിന്റെ ഗുണങ്ങളും എന്തൊക്കെയെന്ന് അറിയില്ല. ഉറക്കമില്ലായ്മ ശാരീരികമായി മാത്രമല്ല, മാനസികമായിക്കൂടി നമ്മെ ദോഷകരമായ അവസ്ഥയിലെത്തിക്കും. മാനസികസമ്മർദങ്ങൾക്കും ഉത്കണ്ഠയ്ക്കും വിഷാദത്തിനുമുള്ള കാരണങ്ങളിലൊന്ന് ഉറക്കമില്ലായ്മ തന്നെയാണ്. അതുപോലെ പ്രമേഹം, ഹൃദയസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾ, ദുർബലമായ പ്രതിരോധശേഷി എന്നിവയ്ക്കും ഉറക്കമില്ലായ്മ കാരണമാകുന്നു.

ഉറക്കം കൂടിയാലും പ്രശ്നം

ഉറക്കം കുറഞ്ഞാൽ മാത്രമല്ല കൂടിയാലും പ്രശ്നമാണ്. സാധാരണഗതിയിൽ പ്രായപൂർത്തിയായ ഒരാൾ ഏഴുമുതൽ ഒമ്പതു മണിക്കൂർ വരെ സമയം ഉറങ്ങണമെന്നാണ് പറയുന്നത്. അതിൽകൂടുതൽ നേരം ഉറങ്ങുന്നവർക്കും പലതരത്തിലുള്ള ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. കൂടുതൽനേരം ഉറങ്ങുന്നവർക്ക് ഹൃദയസംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾ വരാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണെന്ന് അമേരിക്കയിൽ നടത്തിയ ചില പഠനങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു. മാത്രവുമല്ല അകാലമരണത്തിനുപോലും അത് വഴിതെളിച്ചേക്കാം. കൂടുതൽ സമയം ഉറങ്ങുകയോ കുറച്ചുസമയം ഉറങ്ങുകയോ അല്ല, മറിച്ച് ആരോഗ്യകരമായ രീതിയിൽ ഉറങ്ങുകയാണു വേണ്ടത്.

പല വിചാരം

ടി.സി മാത്യു

സർവകലാശാലകളെ കക്ഷിതാത്പര്യത്തിനുള്ള താവളങ്ങളാക്കി മാറ്റിയ നാളുകളിൽ തുടങ്ങിയതാണ് കേരളത്തിലെ ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസരംഗത്തിന്റെ അപചയം.

നമ്പർ വൺ വിദ്യാഭ്യാസവിപ്ലവം!

കേരളം നമ്പർ വൺ. കേരളം എല്ലാറ്റിലും മുന്നിൽ. വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ കേരളം രാജ്യത്തിനാകെ മാതൃക. ലോകത്തിനുതന്നെ ആവേശമായി കേരള മോഡൽ. ഇങ്ങനെ പലതും പറഞ്ഞും പറയിച്ചും കേരളീയർതന്നെ, നമ്മൾ എന്തോ വലിയ 'സംഭവം' ആണെന്നു കരുതുന്ന നില വന്നിട്ടുണ്ട്. പക്ഷേ, യാഥാർഥ്യമോ?

എങ്ങനെയും വിദേശത്ത് എത്തിപ്പെടാൻ വഴിതേടുന്ന യുവതയാണ് ഈ 'മാതൃകാ' സംസ്ഥാനത്ത് ഉള്ളത്. യുക്രെയ്നെ ആക്രമിക്കുന്ന റഷ്യൻ സൈന്യത്തിൽ കൂലിപ്പടയാളികളാകാനും ഈ 'മോഡൽ' സംസ്ഥാനം ചെറുപ്പക്കാരെ നല്കുന്നു. സ്വന്തം മേൽവിലാസം തെറ്റുകൂടാതെ എഴുതാൻ അറിയാത്ത എസ്എസ്എൽസിക്കാരും സമ്പൂർണ സാക്ഷരതയുടെ നാട്ടിൽ കുറവല്ല. ഇങ്ങനെ പറയാൻ കാര്യങ്ങൾ നിരവധി.

ഇടതുപക്ഷ അധിനിവേശം

എവിടെയോ സാരമായ തകരാർ ഉണ്ടെന്ന കാര്യത്തിൽ ആർക്കും സംശയമില്ല. പക്ഷേ എന്താണു പറ്റിയത് എന്നു മാത്രം ആരും പറയുന്നില്ല. പറയാൻ ഭയപ്പെടുന്നു എന്നു വേണം കരുതാൻ. പറഞ്ഞാൽ നിലത്തു കുത്താൻ കാലോ, എഴുതാൻ കൈയോ, ഒരുപക്ഷേ തല തന്നെയോ ഇല്ലാതായെന്നു വരും. അതാണ് അനുഭവം. വിദ്യാഭ്യാസമേഖലയാകെ രാഷ്ട്രീയ അതിപ്രസരത്തിന്റെ ഫലമായി കുത്തഴിഞ്ഞു നാഥനില്ലാ കളരിയായി. ചില രാഷ്ട്രീയപാർട്ടി യൂണിയനുകളുടെ നിയന്ത്രണത്തിലാണു സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസം മുതൽ സർവകലാശാലാ വിദ്യാഭ്യാസവും ഗവേഷണവും വരെ.

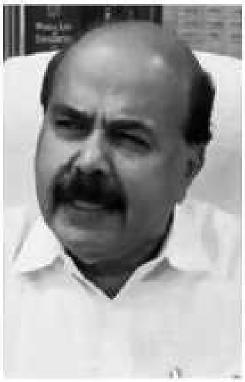
ഇങ്ങനെ കുറേ കാലമായി വിദ്യാഭ്യാസത്തെ ഇടതു രാഷ്ട്രീയപ്രസ്ഥാനങ്ങൾ തങ്ങളുടെ കൈപ്പിടിയിലാക്കി നശിപ്പിക്കുകയായിരുന്നു. ഇടതുവശം ചേർന്നു പോകാത്തവരെയെല്ലാം ഒതുക്കിയും ഞെരുക്കിയും പദവികൾ കൈയടക്കി. ആ പക്ഷത്തല്ലാത്ത ആരെങ്കിലും പദവികളിൽ വന്നാൽ യൂണിയനുകളുടെ പിൻബലത്തോടെ എല്ലാ രീതിയിലും പീഡിപ്പിച്ചോ അപമാനിച്ചോ നാടുകടത്തും. സാങ്കേതിക സർവകലാശാലയിലെ പരീക്ഷാ നടത്തിപ്പ് ഡിജിറ്റലാക്കുന്നതിനെ തുരത്താൻ സമരങ്ങളും അക്രമങ്ങളും നടത്തിയത് 21-ാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ രണ്ടാംദശകത്തിലാണെന്നത് മറക്കാറായിട്ടില്ല.

ആർഎസ്എസ് അജൻഡ വന്നപ്പോൾ

ഈ അപചയത്തിന്റെ ഏറ്റവും നാണംകെട്ട രംഗങ്ങളാണ് ഈയിടെ കേരള സർവകലാശാലയിൽ നടന്നത്. ആർഎസ്എസ് അജൻഡ നടപ്പാക്കാൻ കച്ചകെട്ടിയിറങ്ങിയ ബിജെപി നോമിനിയായ ഗവർണറും അദ്ദേഹം നിയമിച്ച ആക്ടിംഗ് വൈസ് ചാൻസലറും ഒരു വശത്ത്. ഇടതുപക്ഷ ഓഫീസർമാരും ഇടതുപക്ഷ ഭൂരിപക്ഷമുള്ള സിൻഡിക്കേറ്റും ജീവനക്കാരുടെ ഇടതുപക്ഷ യൂണിയനുകളും ഇടതുപക്ഷ വിദ്യാർഥി സംഘടനകളും മറുവശത്ത്. യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ ഭരണം ഇല്ലാതായി. ഉത്തരവുകൾ ഇറങ്ങാതായി. വിദ്യാർഥികൾക്കു സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ കിട്ടാതായി.

ഭാരതാംബയുടെ ചിത്രം പശ്ചാത്തലത്തി

രാജേന്ദ്ര ആർലേക്കർ



ഡോ. മോഹനൻ കുന്നുമ്മൽ

ലുള്ള ചടങ്ങ് യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഹാളിൽ സംഘടിപ്പിച്ച് അതിൽ ഗവർണറെ പങ്കെടുപ്പിച്ചതിൽ തുടങ്ങിയതാണ് ഏറ്റവും പുതിയ വിവാദം. ചടങ്ങിനു രജിസ്ട്രാർ അനുമതി നിഷേധിച്ചു. പക്ഷേ ഗവർണർ രാജേന്ദ്ര ആർലേകർ ചടങ്ങിന് എത്തി. അനുമതി നിഷേധിച്ച രജിസ്ട്രാറെ വൈസ് ചാൻസലർ സസ്പെൻഡ് ചെയ്തു. പകരം രജിസ്ട്രാറുടെ ചുമതല ഒരാൾക്കു നല്കി (പക്ഷേ ചുമതല കൈമാറ്റം നടന്നില്ല.)

സ്ഥാപനങ്ങളും തസ്തികകളും കലോത്സവങ്ങളും വർധിച്ചതല്ലാതെ വൈജ്ഞാനികമേഖലയിൽ എന്തു വളർച്ച നമുക്ക് ഉണ്ടായി?

വിസി തുടർന്ന് മറ്റൊരാൾക്കു വിസിയുടെ ചുമതല കൈമാറിയിട്ടു പോയി. ഈ ആക്ടിംഗ് വിസിയുടെ അധ്യക്ഷതയിൽ നടന്ന സിൻഡിക്കേറ്റ് യോഗം അവസാനിച്ചതായി ആക്ടിംഗ് വിസി പ്രഖ്യാപിച്ച ശേഷം സിൻഡിക്കേറ്റ് അംഗങ്ങൾ ചേർന്നു രജിസ്ട്രാറുടെ സസ്പെൻഷൻ റദ്ദാക്കിയതായി പ്രഖ്യാപിച്ചു. തുടർന്നു കോടതിയിൽ കേസും യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ കസേരകളികളുമായി.

സസ്പെൻഡ് ചെയ്യപ്പെട്ട രജിസ്ട്രാർ

സർവകലാശാലാ വാർത്തകൾ

കേരള സർവകലാശാലയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചില സമീപകാല വാർത്തകൾ ശ്രദ്ധിക്കുക. ഭാരതാംബചിത്ര വിവാദവും തുടർന്നുള്ള നടപടികളുമാണ് വിഷയം. ഇതൊക്കെയാണോ ഒരു സർവകലാശാലയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു വരേണ്ട വാർത്തകൾ? ഇത്തരം വാർത്തകൾ കാണുന്ന യുവാക്കൾ ഇവിടം വിട്ടുപോകാൻ തിടുക്കം കാട്ടിയില്ലെങ്കിലേ ആശ്ചര്യപ്പെടാനുള്ളൂ.

1. ഗവർണറുടെ കൂലിത്തല്ലുകാരനെപ്പോലെയാണ് വൈസ് ചാൻസലർ പ്രവർത്തിക്കുന്നതെന്ന് വിദ്യാഭ്യാസ മന്ത്രി വി. ശിവൻകുട്ടി. അത്തരത്തിലുള്ള ഒരു ചട്ടമ്പിത്തരവും അംഗീകരിച്ചു കൊടുക്കാൻ തയാറല്ലെന്നും, ഇതു കേരളമാണെന്നും മന്ത്രി പറഞ്ഞു. പരിപാടി റദ്ദാക്കി എന്നറിഞ്ഞിട്ടും പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്ത ഗവർണർ ഗുരുതര ചട്ടലംഘനമാണ് നടത്തിയിരിക്കുന്നതെന്നും മന്ത്രി പ്രസ്താവിച്ചു.
2. ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസമേഖലയെ സംഘപരിവാറിന്റെ ഇംഗിതത്തിന് അനുസരിച്ച് തകർക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നുവെന്നും, ഗവർണറുടെ ചട്ടുകമായി വിസിയെ ഉപയോഗിക്കുന്നുവെന്നും എസ്എഫ്ഐ അഖിലേന്ത്യാ പ്രസിഡന്റ് ആദർശ് എം. സജി. സംഘപരിവാറിനെ പ്രതിരോധിച്ചു എന്നതാണ് രജിസ്ട്രാർക്ക് എതിരെ കണ്ട കുറ്റമെന്നും, സംഘപരിവാറിനെ പാഠപുസ്തകത്തിലും സർവകലാശാലയിലും കുത്തിനിറയ്ക്കാനുള്ള ശ്രമം എസ്എഫ്ഐ പ്രതിരോധിക്കുമെന്നും ആദർശ് പറഞ്ഞു.
3. ഭാരതാംബ ചിത്രവിവാദത്തിൽ ഗവർണർ പങ്കെടുത്ത പരിപാടി റദ്ദാക്കിയതിൽ സസ്പെൻഷൻ ലഭിച്ച കേരള സർവകലാശാല രജിസ്ട്രാറെ വെട്ടിലാക്കി എബിവിപി. സർവകലാശാല രജിസ്ട്രാർ അനിൽ കുമാർ ഭാരതാംബ ചിത്രമുള്ള പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തതിന്റെ ചിത്രമടക്കം എബിവിപി പുറത്തുവിട്ടു. അനിൽ കുമാർ പ്രിൻസിപ്പലായിരുന്നപ്പോൾ ശ്രീ. അയ്യപ്പ കോളജിൽ ഭാരതാംബ ചിത്രത്തിന് മുന്നിലെ പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്ത ചിത്രമാണ് പുറത്തുവിട്ടത്. അന്നില്ലാത്ത എന്തു വർഗീയതയാണ് ഇന്നെന്നും എബിവിപി ചോദിച്ചു.
4. കേരള സർവകലാശാല രജിസ്ട്രാർക്ക് തുടരാമെന്നും, അതിന് തടസങ്ങളൊന്നുമില്ലെന്നും ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസ മന്ത്രി ആർ ബിന്ദു. വിസിയുടേത് അധികാര ദുർവിനിയോഗമാണെന്നും

മന്ത്രി വിമർശിച്ചു. നിയമോപദേശം തേടിയ ശേഷം സർക്കാർ കോടതിയെ സമീപിക്കുമെന്നും, യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ സംഘർഷാത്മകമായ പരിപാടിയിൽനിന്ന് ഗവർണർക്കു മാറിനിൽക്കാമായിരുന്നെന്നും, ചിത്രമെങ്കിലും മാറ്റാമായിരുന്നെന്നും മന്ത്രി പറഞ്ഞു.

5. ഗവർണർ അദേഹത്തിന്റെ പദവിയനുസരിച്ചു പെരുമാറണമെന്ന് പ്രതിപക്ഷനേതാവ് വി.ഡി സതീശൻ. ജാതിയും മതവും പ്രചരിപ്പിക്കുന്ന ആളായി ഗവർണർ മാറരുതെന്നും, ഗവർണർ മതപ്രചാരണവും രാഷ്ട്രീയപ്രചാരണവും നടത്തരുതെന്നും സതീശൻ പറഞ്ഞു. രജിസ്ട്രാറെ സസ്പെൻഡ് ചെയ്യാനുള്ള അധികാരം വൈസ് ചാൻസലർക്കില്ലെന്നും, അതു നിയമപരമായി നിലനിൽക്കില്ലെന്നും സതീശൻ കൂട്ടിച്ചേർത്തു.
6. വിദ്യാർഥികൾ എന്നു പറയുന്ന സംഘം യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ അക്രമം നടത്തുന്നുവെന്ന് വിസി ഡോ. മോഹനൻ കുന്നുമ്മൽ. സിൻഡിക്കറ്റ് കൂടാതെ എങ്ങനെ റജിസ്ട്രാറുടെ സസ്പെൻഷൻ റദ്ദാക്കിയെന്ന് ചോദിച്ച വിസി മോഹനൻ കുന്നുമ്മൽ, ഇല്ലാത്ത ഒരു കടലാസ് കോടതിയിൽ കാണിച്ചെന്നു പറഞ്ഞ് പരാതി പിൻവലിച്ചെന്നും പറഞ്ഞു. ഗവർണറുമായുള്ള കൂടിക്കാഴ്ചയ്ക്കു ശേഷമാണ് മോഹനൻ കുന്നുമ്മലിന്റെ പ്രതികരണം.
7. കേരള യൂണിവേഴ്സിറ്റി രജിസ്ട്രാർ പദവിയിൽ കെ.എസ് അനിൽകുമാറിന്റെ നിയമനം ചോദ്യം ചെയ്ത് ഗവർണർക്കു പരാതി. സേവ് യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഫോറം ആണ് പരാതി നല്കിയത്. റജിസ്ട്രാർ പദവിയിൽനിന്ന് അനിൽകുമാറിനെ ഉടൻ നീക്കംചെയ്യണമെന്നാണ് പരാതിയിലെ ആവശ്യം. അനിൽകുമാർ തുടരുന്നത് ഡെപ്യൂട്ടേഷൻ വ്യവസ്ഥയിലാണെന്നും, യൂണിവേഴ്സിറ്റി ചട്ടങ്ങൾക്കു വിരുദ്ധമാണ് ഈ നിയമനമെന്നും പരാതിയിൽ പറയുന്നു.
8. കേരള സർവകലാശാലയിൽ വിസി - രജിസ്ട്രാർ പോര് തുടരുന്നതിനിടെ, രജിസ്ട്രാർ ഔദ്യോഗിക വാഹനം ഉപയോഗിക്കുന്നതു തടഞ്ഞ് വിസി മോഹൻ കുന്നുമ്മൽ ഉത്തരവിറക്കി. ഡ്രൈവറുടെ കൈയിൽനിന്നു സെക്യൂരിറ്റി ഓഫീസർ കാറിന്റെ താക്കോൽ വാങ്ങി രജിസ്ട്രാറുടെ ചുമതല നല്കപ്പെട്ട മിനി കാപ്പനെ ഏല്പിക്കാനാണ് നിർദേശം നല്കിയത് (ഈ നിർദേശം നടപ്പാക്കപ്പെട്ടില്ല).

വാർത്തകൾ തീരുന്നില്ല, നാടിനു നാണക്കേട് ബാക്കിയാക്കിക്കൊണ്ട് അവ തുടരുന്നു ....

സിൻഡിക്കറ്റിന്റെയും ഉദ്യോഗസ്ഥരുടെയും ഒത്താശയിൽ യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഡ്രൈവർ ഓടിക്കുന്ന യൂണിവേഴ്സിറ്റി വാഹനത്തിൽ ഓഫീസിൽ വരുന്നു, പോകുന്നു. നെറ്റ് വർക്ക് കംപ്യൂട്ടറിൽ ഫയലുകൾ നോക്കുന്നു, ഉത്തരവിടുന്നു. ആ രജിസ്ട്രാർക്ക് വണ്ടിയും ഫയലും നല്കരുതെന്ന വിസിയുടെ ഉത്തരവിനു പുല്ലുവില. പകരം നിയമിതരായവർക്ക് ഫയലും നെറ്റ് വർക്കും ഇല്ല. യൂണിവേഴ്സിറ്റി സിൻഡിക്കറ്റ് യോഗം നടക്കുന്നില്ല. കാരണം വിസി യോഗം വിളിക്കുന്നില്ല.

ആരിഫ് മുഹമ്മദ് ഖാൻ തുടങ്ങി

ഈ സംഭവവികാസങ്ങൾക്ക് ഒരു പശ്ചാത്തലമുണ്ട്. ആരിഫ് മുഹമ്മദ് ഖാൻ ഗവർണറായിരുന്ന കാലത്ത് തുടക്കമിട്ടതാണ് അത്. വൈസ് ചാൻസലർ നിയമനത്തിൽ സർക്കാരിനെ മറികടക്കാൻ ഗവർണറും, ഗവർണറെ തടുക്കാൻ സർക്കാരും നീക്കങ്ങൾ നടത്തി. വിസി നിയമനത്തിന് പാനൽ നിർദേശിക്കുന്ന സെർച്ച് കമ്മിറ്റിയെ ഗവർണർതന്നെ നോമിനേറ്റു ചെയ്തപ്പോൾ, ആ സാഹചര്യം ഇല്ലാതാക്കാൻ സർക്കാർ നിയമനിർമാണം നടത്തി. പക്ഷേ, അതുപ്രകാരം നീങ്ങാൻ ഗവർണർ തയാറായില്ല. യുജിസി നിയമപ്രകാരമുള്ളത് എന്നുപറഞ്ഞ് ഗവർണർ പലതിനും ഉടക്കിട്ടു. എല്ലാ വിഷയങ്ങളും കോടതികളിലേക്കു നീങ്ങി. സ്ഥിരം വിസിമാർ വിരമിച്ചപ്പോൾ പകരം സ്ഥിരനിയമനത്തിനു പോകാതെ ആക്ടിംഗ് വിസിമാരെ നിയമിച്ചു പോന്നു.

അങ്ങനെ ഓങ്ങിയും വെട്ടിയും തടുത്തും

വിധി വന്നപ്പോൾ...

ഡിജിറ്റൽ, സാങ്കേതിക സർവകലാശാലകളിലെ താത്കാലിക വിസിമാരുടെ നിയമനം ഹൈക്കോടതി ഡിവിഷൻ ബെഞ്ച് കഴിഞ്ഞ ദിവസം റദ്ദാക്കി. രണ്ട് സർവകലാശാലകളിൽ താത്കാലിക വൈസ് ചാൻസലർമാരെ നിയമിച്ച നടപടി നിയമപരമല്ലെന്ന സിംഗിൾ ബെഞ്ച് ഉത്തരവിനെതിരെ ഗവർണർ നല്കിയ അപ്പീലിൽ ആണ് ഗവർണർക്കു തിരിച്ചടി ലഭിച്ചത്. താത്കാലിക വിസി നിയമനം സംസ്ഥാന സർക്കാർ നല്കുന്ന പാനലിൽനിന്നു വേണം എന്നായിരുന്നു സിംഗിൾ ബെഞ്ച് ഉത്തരവ്. അതു നടപ്പാക്കാൻ ഇതോടെ ഗവർണർ ബാധ്യസ്ഥനായി.

ഗവർണർ സുപ്രീംകോടതിയെ സമീപിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് താത്കാലിക വിസിയെ നിയമിപ്പിക്കാൻ സർക്കാർ ത്വരിതനീക്കം നടത്തി. സാങ്കേതിക സർവകലാശാലയിൽ താത്കാലിക വിസി നിയമനത്തിനായി പരിഗണിക്കേണ്ടവരുടെ മൂന്നംഗ പട്ടിക സംസ്ഥാന സർക്കാർ ഗവർണർക്ക് അതിവേഗം കൈമാറി. പക്ഷേ യൂണിവേഴ്സിറ്റി നിയമത്തിൽ പറയുന്ന തരം ആൾക്കാരല്ല പട്ടികയിൽ ഉള്ളതെന്നു പറഞ്ഞ് അതു തള്ളാനാണു ഗവർണർ ശ്രമിക്കുന്നത്. വിഷയങ്ങൾ ഇനിയും നീളും എന്നു ചുരുക്കം.

ഒരുപക്ഷേ ഏതാനും ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ കുറേ വിഷയങ്ങൾ ഒത്തുതീർന്നേക്കാം. ഒരേ സമയം പല രജിസ്ട്രാർമാർ ഉള്ളതും (താത്കാലിക) വൈസ് ചാൻസലർ ഇല്ലാത്തതും ഒക്കെ പരിഹരിച്ചേക്കാം. പക്ഷേ, ഈ സംഭവവികാസങ്ങൾ നമ്മുടെ യുവതയുടെ മനസിലും ജീവിതത്തിലും ഉണ്ടാക്കുന്ന ആശങ്കകളും മുറിവുകളും മോഹഭംഗങ്ങളും എങ്ങനെ മാറ്റും? ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാടിനെ അവർ എങ്ങനെ സ്നേഹിക്കും? എങ്ങനെ ആദരിക്കും?

ഒഴിഞ്ഞുമാറിയും വർഷങ്ങൾ കഴിഞ്ഞു. ഖാൻ മാറി ആർലേകർ ഗവർണറായി. പക്ഷേ ഗവർണർ - മന്ത്രിസഭ പോരിനു മാത്രം മാറ്റമുണ്ടായില്ല. ആർഎസ്എസ് നയങ്ങളും അജൻഡയും നടപ്പാക്കാൻ ഗവർണറെ അനുവദിക്കില്ലെന്നു മന്ത്രിസഭയും, വിദ്യാഭ്യാസം കൈപ്പിടിയിലാക്കാനുള്ള സംഘപരിവാർ നയം ഏതു വിധേനയും നടപ്പാക്കുമെന്നു ഗവർണറും വാശി പിടിച്ചു.

വിസിമാർ ഇല്ലാതെ യൂണിവേഴ്സിറ്റികൾ

എല്ലാം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ എന്തായി? സംസ്ഥാനത്തെ സർവകലാശാലകളിൽ സ്ഥിരം വൈസ് ചാൻസലർ നിയമനം ഇല്ലാതായി. അതുമൂലം ഒരിടത്തൊഴികെ എല്ലായിടത്തും ആക്ടിംഗ് വൈസ് ചാൻസലർമാർ ഭരിക്കുന്നു.

സംസ്ഥാന സർക്കാരിനു കീഴിൽ 14 സർവകലാശാലകളാണുള്ളത്. അതിൽ ഒരിടത്തു മാത്രമേ ഇപ്പോൾ സ്ഥിരം വിസി ഉള്ളു. ആരോഗ്യ സർവകലാശാലയിൽ ഡോ. മോഹനൻ കുന്നുമ്മൽ സ്ഥിരം നിയമനം ലഭിച്ച ആളാണ്. അദ്ദേഹത്തിനു കേരള സർവകലാശാലയിൽ അധികച്ചുമതല നല്കിയിരിക്കയാണ്. ആരോഗ്യ സർവകലാശാലയിൽ വിസി ആയതിനു പിന്നാലെ കേരളയിലെ അധികച്ചുമതലയും ലഭിച്ചു.

2023 മാർച്ച് മുതൽ കാർഷിക സർവകലാശാലയിലും (ഡോ. ബി. അശോക്) ആ വർഷം ജൂൺ മുതൽ എംജി സർവകലാശാലയിലും (ഡോ. സി.ടി അരവിന്ദ കുമാർ) ആക്ടിംഗ് വിസിമാരാണുള്ളത്. 2024 മാർച്ച് മുതൽ വെറ്ററിനറി ആന്റ് ആനിമൽ സയൻസ് (ഡോ. കെ.എസ് അനിൽ),

ശ്രീ നാരായണ ഗുരു ഓപ്പൺ (ഡോ. വി.പി ജഗതി രാജ്), സംസ്കൃത (പ്രഫ. കെ.കെ ഗീതാകുമാരി) സർവകലാശാലകളിൽ ആക്ടിംഗ് വിസിമാർ കാര്യങ്ങൾ നടത്തുന്നു. കണ്ണൂരിൽ ഡോ. കെ.കെ സാജു 2024 ജൂൺ മുതലും, കാലിക്കട്ടിൽ ഡോ. പി. രവീന്ദ്രൻ 2024 ജൂലൈ മുതലും, കുസാറ്റിൽ ഡോ. എം. ജുനൈദ് ബുഷ്റി 2024 സെപ്റ്റംബർ മുതലും, ഡിജിറ്റലിൽ ഡോ. സിസ തോമസും സാങ്കേതിക സർവകലാശാലയിൽ ഡോ. കെ. ശിവപ്രസാദും 2024 നവംബർ മുതലും ചുമതല വഹിക്കുന്നു. മലയാളം സർവകലാശാലയിൽ ഡോ. എ. ബിജുകുമാറിന് ഈ വർഷം ജൂൺ മുതൽ വിസിയുടെ ചുമതല നല്കിയിരിക്കുന്നു.

രാഷ്ട്രീയവത്കരണം

കാതലായ പ്രശ്നം എന്താണ്? സർവകലാശാലകളെ കക്ഷിതാത്പര്യത്തിനുള്ള താവളങ്ങളാക്കി മാറ്റിയ നാളുകളിൽ തുടങ്ങിയതാണ് അപചയം. ഡോ. സാമുവൽ മത്തായിയും ഡോ. ആർ.എസ് കൃഷ്ണനനും പോലുള്ളവർ അലങ്കരിച്ച വൈസ് ചാൻസലർ പദവി ഇപ്പോൾ എവിടെ എത്തിയിരിക്കുന്നു? സിൻഡിക്കേറ്റ് യോഗങ്ങൾ യൂണിയൻ ബലാബലത്തിന്റെ വേദികളായിരിക്കുന്നു. പ്ലസ്ടു നിലവാരം പോലുമില്ലാത്ത പ്രബന്ധ ആഭാസങ്ങൾക്ക് പിഎച്ച്ഡി നല്കുന്നു.

ചില രാഷ്ട്രീയപാർട്ടി യൂണിയനുകളുടെ നിയന്ത്രണത്തിലാണ് കേരളത്തിലെ സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസം മുതൽ സർവകലാശാലാ വിദ്യാഭ്യാസവും ഗവേഷണവും വരെ.

പകർത്തിയെഴുത്തു കവികൾ കോളജ് അധ്യാപകരായി വിലസുന്നു.

ഇതിനു മാറ്റം വരണം. പക്ഷേ ഒരുവശം ചേർന്നു നീങ്ങിയതിനു പരിഹാരം ഒരു വർഗീയ അജൻഡ കൊണ്ടുവരുന്നതല്ല. ശരിയായ പാതയിലൂടെ നീങ്ങുകയാണു വേണ്ടത്. വിദ്യാഭ്യാസം വിജ്ഞാനകാംക്ഷികളുടെ നിയന്ത്രണത്തിലാകണം. അക്കാദമികയോഗ്യത ഇസവും മതവും നോക്കിയല്ല കണക്കാക്കേണ്ടത്. അതിലേക്കുള്ള ചുവടുമാറ്റമാണു കേരളത്തിനു വേണ്ടത്. ഒരു ഡസനിലേറെ യൂണിവേഴ്സിറ്റികൾ ഉണ്ടായിട്ടും എടുത്തു പറയത്തക്ക ഒരു ഗവേഷണഫലമോ പുതിയ കാര്യങ്ങളുടെ ആവിഷ്കാരമോ കണ്ടെത്തലോ ഉണ്ടാകാത്തതിന്റെ കാരണമാണു നമ്മൾ അന്വേഷിക്കേണ്ടത്. സ്ഥാപനങ്ങളും ഭരണസംവിധാനങ്ങളും തസ്തികകളും കലോത്സവങ്ങളും വർധിച്ചതല്ലാതെ വൈജ്ഞാനിക മേഖലയിൽ എന്തു വളർച്ച നമുക്ക് ഉണ്ടായി? അങ്ങനെയൊരു വിചിന്തനത്തിന് ഇപ്പോഴത്തെ നാണംകെട്ട അവസ്ഥ വഴി തെളിക്കണം. ○

ബോബി ജോസ് കട്ടിക്കാട്

മടങ്ങിവരാനുള്ള വഴികൾ

വളരെയധികം ശ്രദ്ധ ആവശ്യമുള്ള സ്ഥലത്തിന്റെ പേരാണ് വീട്.

ഇപ്പോൾ പോലും കടപ്പുറത്തെ ചില വീടുകൾക്ക് വാതിലുകളില്ല. രണ്ടായിരം വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ് അടച്ചുറപ്പുള്ള ഒരു വീട് എന്നുപറയുന്നത് അസാധ്യമായ കാര്യമാണ്; പ്രത്യേകിച്ചും കടപ്പുറത്ത്. എന്നിട്ടാണ് ക്രിസ്തു പറയുന്നത്, നിങ്ങൾ പ്രാർഥിക്കുമ്പോൾ വാതിലുകൾ അടച്ചിട്ടു പ്രാർഥിക്കണമെന്ന്. നിന്റെ മുറിയിലേക്കു പ്രവേശിക്കുക. വാതിലുകൾ അടയ്ക്കുക.

ഒരു പുതിയ ധ്യാനമാണ് യേശു പഠിപ്പിച്ചത്. കണ്ണുപൂട്ടി എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും അവരവരുടെ മുറിയിലേക്കു പ്രവേശിക്കാൻ കഴിയും. വാതിലടയ്ക്കുക, അകത്തുള്ള ആളെ കേൾക്കുക. ഏതു തിരക്കിലും ഏതു യാത്രയിലും ചെയ്യാവുന്ന ഒരു മെഡിറ്റേഷനാണിത്. പുറമേയ്ക്കുള്ള വാതിലുകൾ അടച്ച് ആന്തരികശബ്ദം മാത്രം കേൾക്കുക.

മൂന്നു കാര്യങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയാണ് ആത്മീയത എന്നു പറയാറുണ്ട്. ഒന്ന്, അർഥപൂർണമായ യൗവനം. രണ്ട്, പ്രസാദമുള്ള സായന്തനം. മൂന്ന്, ശാന്തമായ കടന്നുപോകൽ അഥവാ മടക്കയാത്ര. ഇവയെല്ലാം പരസ്പരം ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

അർഥപൂർണമായ യൗവനത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണ് പ്രസാദമുള്ള വാർധക്യവും ശാന്തമായ മടക്കയാത്രയും. കാരണം, ഒരാളുടെ വാർധക്യത്തിൽ അയാളെ ഏറ്റവുമധികം അലട്ടുന്നത്, സ്വന്തം യൗവനം അർഥപൂർണമായിരുന്നോ എന്ന വിചാരമാണ്. സമാധാനത്തോടെയിരുന്ന് ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷം 15-ാം അധ്യായം വായിക്കുക. നഷ്ടങ്ങളുടെ അധ്യായമാണത്. അർഥപൂർണമല്ലാത്ത വിനിമയത്തിന്റെ പേരാണ് നഷ്ടം. യൗവനം അർഥപൂർണമാണോ അഗാധമാണോ എന്നൊക്കെ ചിന്തിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

പാപത്തിനുവേണ്ടി വേദപുസ്തകം ഉപയോഗിക്കുന്ന വാക്ക് മിസിങ് ദ മാർക്ക് എന്നാണ്. യേശുവിന്റെ ഗോത്രം അലഞ്ഞുനടക്കുന്ന മനുഷ്യരുടേതായിരുന്നല്ലോ. അവർ അലഞ്ഞുനടക്കുന്ന ദൂരം, ഒരു ജലസ്രോതസിൽ നിന്ന് മറ്റൊരു

ജലസ്രോതസിലേക്കുള്ള ദൂരമാണ്. നേരത്തെതന്നെ കുറെ മനുഷ്യർ അതിലെ പോയിട്ടുണ്ടാവും. പിന്നാലെ വരുന്നവർക്കുവേണ്ടി അവരിങ്ങനെ വഴിയിൽ അടയാളക്കല്ലുകൾ സ്ഥാപിക്കും. അതു ശ്രദ്ധിക്കാതെയോ അവഗണിച്ചോ ബൈപ്പാസ് ചെയ്തുപോകുന്നതാണ് പാപം. മിസിങ് ദ മാർക്ക് എന്ന പശ്ചാത്തലത്തിൽ നിന്നുകൊണ്ടാണ് യേശു പാപങ്ങളെക്കുറിച്ചു സംസാരിക്കുന്നത്. ഈ പശ്ചാത്തലത്തിൽ വേണം മൂന്നു നഷ്ടങ്ങളെപ്പറ്റി ലൂക്കാ സുവിശേഷകൻ പറയുന്നതിനെക്കുറിച്ചു ധ്യാനിക്കാൻ. മൂന്നും ഒരേ കഥയാണ്. ഒന്ന്, ഒരാൾക്കു നൂറ് ആടുകളുണ്ടായിരുന്നു. രണ്ട്, ഒരു സ്ത്രീക്ക് 10 നാണയങ്ങളുണ്ടായിരുന്നു. മൂന്ന്, ഒരപ്പന് രണ്ടു മക്കളുണ്ടായിരുന്നു. നൂറിലൊന്നും പത്തിലൊന്നും രണ്ടിലൊന്നും നഷ്ടങ്ങളുണ്ടായി.

പക്ഷേ വീണ്ടെടുത്തുവീണ്ടെടുത്തു വീണ്ടെടുത്തു സന്തോഷമായി സന്തോഷമായി സന്തോഷമായി. മൂന്നു കഥകളും ഇത്തിരി സമാധാനത്തിലും ധ്യാനത്തിലും ഇരുന്നു വായിക്കുമ്പോൾ നാം തിരിച്ചറിയുന്ന കാര്യമിതാണ്; ഒരുപോലുള്ള കഥകളാണെങ്കിലും നഷ്ടത്തിന്റെ കാരണങ്ങൾ മൂന്നാണ്. ആട് നഷ്ടമാകുന്നത് അജ്ഞതകൊണ്ട്; നാണയം നഷ്ടമാകുന്നത് അശ്രദ്ധകൊണ്ട്; മകൻ ഇറങ്ങിപ്പോകുന്നത് അഹന്തകൊണ്ട്. സായന്തനത്തിലെത്തി തിരിഞ്ഞുനോക്കുമ്പോൾ തിരിച്ചറിയുന്നു; ജീവിതത്തിൽ സംഭവിച്ച എല്ലാ നഷ്ടങ്ങൾക്കും മൂന്നേമൂന്നു കാരണങ്ങളേയുള്ളു. അജ്ഞത, അശ്രദ്ധ, അഹന്ത.

ഇതു നേരത്തെ കണ്ടെത്തി ഭംഗിയായി മുന്നോട്ടുപോകുന്നവർ ഭാഗ്യവാന്മാർ. അവർക്കു ഖേദിക്കാനൊന്നുമില്ലാത്ത സായന്തനമുണ്ടാകും. ജീവിതത്തിൽ സംഭവിച്ച എല്ലാ നഷ്ടങ്ങളുടെയും കാരണം അജ്ഞതയായിരുന്നു. ഒന്നിനെക്കുറിച്ചും ജീവിതത്തിൽ വേണ്ടത്ര ധാരണയുണ്ടായിട്ടില്ല. ശരീരവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു സംഭവിക്കുന്ന ചില പാളിച്ചകൾ. ആൺകുട്ടികളെയും പുരുഷന്മാരെയുംകുറിച്ച് ആലോചിക്കുമ്പോൾ തലയിൽ കയറിവരുന്ന ഭാരം ഇതാണ്: ശരീരം എന്താണെന്ന് ആരും ഇതുവരെ പറഞ്ഞുതന്നിട്ടില്ല.

പെൺകുട്ടികൾ ഭാഗ്യവതികളാണ്. അവർ മുതിർന്നപ്പോൾ അമ്മമാർ ചില കാര്യങ്ങളൊക്കെ പറഞ്ഞുകൊടുത്തിട്ടുണ്ട്. ആ ഭാഗ്യം

> എവിടെയാണെങ്കിലും നിന്റെ സ്നേഹത്തിന്റെ കാന്തികവലയത്തിൽ എനിക്ക് ഇടമുണ്ടെന്ന ധൈര്യത്തിന്റെ പേരാണ് സെക്സ്.

ഈ ദേശത്തെ ആൺകുട്ടികൾക്കോ പിന്നീട് പുരുഷനായി മാറുന്ന ചെറുപ്പക്കാരനോ കിട്ടിയിട്ടില്ല. അജ്ഞതയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ഏതൊരാൾക്കും ആദ്യം ഉണ്ടാകുന്നത് ജിജ്ഞാസയാണ്. പത്തുപന്ത്രണ്ട് വയസുമുതൽ ആരംഭിക്കുന്ന ജിജ്ഞാസ അമ്പതുകളിലും അറുപതുകളിലുമൊക്കെ ഒരു പുരുഷൻ സൂക്ഷിച്ചുകൊണ്ടു നടന്നെന്നിരിക്കും. ഓർത്തുനോക്കുമ്പോൾ കുറെയധികം നഷ്ടങ്ങളുടെ കാരണം അജ്ഞതയാണ്. ശരീരത്തെ എത്രയോ വിലയേറിയ സമ്മാനമായാണ് വേദപുസ്തകം അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. ശരീരമെടുത്തു വാഴ്ത്തിയ ഓർമപ്പെടുത്തലാണ് വിശുദ്ധ കുർബാന. കുർബാനയെന്നു പറയുന്നതുപോലും ശരീരത്തിന്റെ ദൈവശാസ്ത്രമാണ്. എന്നിട്ടും ശരീരത്തെക്കുറിച്ച് അങ്ങനെയെന്തെങ്കിലുമൊരു ശ്രദ്ധയോ കരുതലോ നമുക്കാരെങ്കിലും കൈമാറി തന്നിട്ടുണ്ടോ?

വേദപുസ്തകം സെക്സിനെ സൂചിപ്പിക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്ന വാക്ക് ശ്രദ്ധിക്കണം; അവൻ അവളെ അറിഞ്ഞു/അറിഞ്ഞില്ല. എന്തൊരു കുലീനമായ പദമാണത്. സെക്സ് ശരീരത്തിന്റെ മാത്രം ചില കാര്യങ്ങളാണെന്ന് നാം ചെറുപ്പത്തിലേ ചിന്തിച്ചുറപ്പിക്കുന്നു. നാം ജീവിക്കുന്ന ഇക്കാലത്ത് അതിന്റെ സാധ്യതകൾ നമ്മുടെ വിരൽത്തുമ്പോളം സമീപത്താണ്. porn എന്നതിനെ നാം എങ്ങനെ അഡ്രസ് ചെയ്യുന്നു? ഒരിടത്ത് എഴുതിവെച്ചിരിക്കുന്നത് ഇങ്ങനെ: മക്ഡൊണാൾഡ് ഈസ് നോട്ട് എ ഫുഡ്. ലോകത്ത് എല്ലായിടത്തും വിന്റോകളുള്ള ഭക്ഷ്യശൃംഖലയുടെ പേരാണ് മക്ഡൊണാൾഡ്. പക്ഷേ ഈ പരസ്യവാചകം ശ്രദ്ധിക്കണം. എന്താണ് ഇതിനർഥം? നിങ്ങൾ ഈ ലോകത്ത് മക്ഡൊണാൾഡിന്റെ ഏത് ഔട്ട്ലെറ്റിൽനിന്നു ഭക്ഷണം വാങ്ങിക്കഴിച്ചാലും അതിനെല്ലാം ഒരേ രുചിയായിരിക്കും.

നിങ്ങൾക്കു ഫോണില്ലാതെ ദിവസം രണ്ടുമണിക്കൂർ ജീവിക്കാനാവുമോ? എട്ടുമണി മുതൽ 10 മണിവരെ നേരത്തേക്ക്? വീട്ടിൽ അത്താഴത്തിന്റെയും സന്ധ്യാപ്രാർഥനയുടെയും സമയമാണത്.

പക്ഷേ നിങ്ങൾ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിന് ആ ടേസ്റ്റ് ലോക്ക് ഇല്ല. ഇന്നു രാവിലെ കഴിച്ച പ്രാതൽ - ഇഡ്ഡലിയോ ദോശയോ - ചോറിന്റെ വേവുപോലും രണ്ടാണ്. ഓരോ വീട്ടിലും ഓരോ വേവാണ്. ഓരോ വേവിലും ഓരോ പുതിയ രുചിയാണ്. വളരെ പ്രത്യേകതയുള്ള ആ ടേസ്റ്റിന്റെ പേരാണ് ഫുഡ്. പക്ഷേ മക്ഡൊണാൾഡ് പറയുന്നു, ഈ ഫുഡിന്റെ രുചി എല്ലായിടത്തും ഒന്നുപോലെയാണെന്ന്. ഇവിടെയാണ് പരസ്യവാചകം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്; മക്ഡൊണാൾഡ് ഈസ് നോട്ട് എ ഫുഡ്. അങ്ങനെയെങ്കിൽ, Porn is not Sex. പോൺ പറയാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് എന്താണ്? സ്നേഹത്തിൽ നിന്ന് ഉദ്ഭവിക്കാത്ത എന്തോ ഒരു കാര്യമാണ് പോൺ പറയുന്നത്. ചുരുക്കത്തിൽ എല്ലാ പ്രതിസന്ധികളുടെയും അടിസ്ഥാനകാരണം അജ്ഞതയാണ്. എവിടെയാണെങ്കിലും നിന്റെ സ്നേഹത്തിന്റെ കാന്തികവലയത്തിൽ എനിക്ക് ഇടമുണ്ടെന്ന ധൈര്യത്തിന്റെ പേരാണ് സെക്സ്.

ഒരു സംഭവം പറയാം. വിവാഹം കഴിഞ്ഞ് ഒരു മാസത്തിനു ശേഷം ഗൾഫിലേക്കു പോകുമ്പോൾ ആ ചെറുപ്പക്കാരൻ ഭാര്യയ്ക്കു നല്കിയ ഉറപ്പ് ഒന്നുമാത്രം; എന്റെ ഇടതുകരം എപ്പോഴും നിനക്കുള്ളതാണ്. മണലാരണ്യത്തിലോ മറ്റെവിടെയെങ്കിലുമൊക്കെയോ ഉറങ്ങുമ്പോഴും അയാൾ തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ടവൾക്കുവേണ്ടി ഇടതുകരം വിരിച്ചുപിടിച്ചുകിടന്നിരുന്നു. പത്തുറുപതു വർഷമായിക്കഴിഞ്ഞപ്പോൾ അയാൾ ഗൾഫിലെ ജോലി അവസാനിപ്പിച്ച് തിരികെ വന്നു. അപ്പോഴും സെക്കന്റ് നേച്ചർ എന്നു പറയുംപോലെ ഇടതുകരം വിരിച്ചുപിടിച്ചാണ് കിടന്നുറങ്ങിയിരുന്നത്. എന്തിനധികം, മാരകമായ ഒരു അസുഖം ബാധിച്ച് മരിക്കാൻ കിടന്നപ്പോഴും അത് അങ്ങനെ തന്നെയായിരുന്നു. ഇത്തരം കുലീനമായ ഭാവനകളൊക്കെയാണ് അജ്ഞതയിൽ വല്ലാതെ ചുരുക്കപ്പെടുന്നത്. ഒന്നും ഖനനം ചെയ്യാനായിട്ട് നമ്മൾ ശ്രമിച്ചിട്ടുമില്ല. ആരും പറഞ്ഞു തന്നിട്ടുമില്ല.

ഞങ്ങളുടെ കാലത്തെ ഏറ്റവും വലിയ അപരാധമെന്നത് പരിഹാസമായിരുന്നു; ബോഡി ഷെയ്മിങ്. എഴുപതോ എൺപതോ വയസു പ്രായത്തിൽ ഈ ലോകത്തിൽനിന്നു കടന്നുപോകുമ്പോൾ, ഞങ്ങളുടെ ചെറുപ്പകാലത്ത് ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന പല വാക്കുകളും ഡിലീറ്റ് ചെയ്യപ്പെടും. പുതിയ തലമുറ അത്തരം വാക്കുകളൊന്നും ഉപയോഗിക്കാറില്ല. എന്റെകൂടെ ആശ്രമത്തിൽ ചേർന്ന ഒരു ചെറുപ്പക്കാരൻ. നൃത്തത്തിൽ അപാര വൈദഗ്ധ്യം. പക്ഷേ സ്ത്രൈണമായ പ്രത്യേകതകൾമൂലം ജീവിതകാലം മുഴുവൻ അയാൾ പരിഹസിക്കപ്പെട്ടു. അയാളുടെ സംഭാഷണത്തെ, നടപ്പിനെ മറ്റുള്ളവർ കളിയാക്കി. ജോസഫ് സക്കറിയ എന്ന എന്റെ ആ സുഹൃത്ത് ഇപ്പോഴില്ല. 35-ാം വയസിൽ ആത്മഹത്യ ചെയ്തു.

എന്തായിരുന്നു അയാളുടെ ആത്മഹത്യയുടെ ട്രിഗർ പോയിന്റ് എന്നറിയില്ല. പക്ഷേ ഓർമവെച്ച നാൾ മുതൽ അയാൾ കടന്നുപോയ അപമാനം അതിന്റെ ബായ്ക്ക്ഡ്രോപ്പിലുണ്ട്. പുതിയ തലമുറയ്ക്ക് പുതിയ ചില അറിവുകളാണുള്ളത്. ശാരീരിക പ്രത്യേകതകളുടെ പേരിൽ അവർ ആരെയും അപമാനിക്കാറില്ല. ഞങ്ങളുടെ കാലത്ത് രണ്ടുതരം മനുഷ്യരേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ; ആണുങ്ങൾ അല്ലെങ്കിൽ പെണ്ണുങ്ങൾ. ഞങ്ങൾ കടന്നുപോകുന്ന ഈ കാലത്തിനു മുമ്പേ മറ്റൊരു കോളം കൂടി വന്നു; ട്രാൻസ്ജെൻഡർ. മൂന്നാം കരയിൽ പെട്ടുപോയ മനുഷ്യർ. പക്ഷേ ഞങ്ങൾക്കത് അറിയില്ലായിരുന്നു. മറ്റൊരു ഫിസിക്കൽ ഓറിയന്റേഷൻകൂടി പരിഗണനയിലുണ്ട് എന്ന അറിവിൽ ഒരു + കൂടി ഇന്നു ചേർക്കപ്പെടുന്നു. അറിവുണ്ടാക്കുന്ന വ്യത്യാസമാണത്.

പണ്ട് ഒരൊറ്റ ഇന്റലിജൻസ് മാത്രമേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. എന്താണത്? പരീക്ഷയ്ക്കു കിട്ടുന്ന മാർക്ക്. ഇന്നു ഫോണിൽ ഗൂഗിൾ ചെയ്തുനോക്കിയാലറിയാം, ഏഴും ഒമ്പതും ലെവൽ ഇന്റലിജൻസിനെക്കു

റിച്ച് അതിൽ പറയുന്നുണ്ട്. ഇമോഷണൽ ഇന്റലിജൻസ് (വൈകാരിക ബുദ്ധി) ആണ് അതിലാദ്യം. പരീക്ഷയുടെ മാർക്കു മാത്രം പരിഗണിച്ചിരുന്ന കാലത്ത് അത്തരം വൈകാരികബുദ്ധിയുള്ളവർ പോഴന്മാരായി കരുതപ്പെട്ടിരുന്നു.

ഏറ്റവും വലിയ ജ്ഞാനം സ്നേഹത്തിന്റെ സ്പാർക്കിൽ നിന്നുണ്ടാകുന്നതാണെന്ന് ഞങ്ങൾക്ക് അറിയില്ലായിരുന്നു. എന്റെ ഒരു സ്നേഹിതനുണ്ട്. യൂണിവേഴ്സിറ്റി ഫാൽക്കറ്റി. അദ്ദേഹം ഒരിക്കൽ എന്നോടു ചോദിച്ചു: എനിക്കു ബുദ്ധിയുണ്ടെന്ന് എനിക്കു മനസിലായത് എപ്പോഴാണെന്നറിയാമോ ബോബീ? എന്റെ മകൻ കട്ടിലിൽ കിടക്കുകയാണ്. ഓരോ ആവശ്യത്തിനും അവൻ കരയുക മാത്രമേ ചെയ്യുന്നുള്ളൂ. ഒരു പ്രത്യേകതരം കരച്ചിൽ കേട്ടപ്പോൾ എനിക്കു പിടിത്തംകിട്ടി, അവന് ടോയ്‌ലറ്റിൽ പോകാനുള്ള കരച്ചിലാണത്. അന്നാണ് എനിക്കെന്റെ ഇന്റലിജൻസ് ശരിക്കും മനസിലായത്. ഇതാണ് ഇമോഷണൽ ഇന്റലിജൻസ്. കൂടെ താമസിക്കുന്നവർ അപമാനിതരാകുന്നു. സംസാരിക്കുമ്പോൾ എതിരെയിരിക്കുന്ന ആളുടെ പ്രകാശം കെട്ടുപോകുന്നു. മടങ്ങിപ്പോകുമ്പോൾ അയാൾ കുനിപ്പിടിച്ചുപോകുന്നു. ഇതൊക്കെ മനസിലാകുന്ന ഒരു ഇന്റലിജൻസുണ്ട്. അതിനു വേണ്ടിയാണ് നാം പ്രാർഥിക്കേണ്ടത്.

രണ്ടാമത്തെ നഷ്ടത്തിനു കാരണം അശ്രദ്ധയാണ്. കുറേക്കൂടി ശ്രദ്ധിച്ചാൽ നല്ലതല്ലേ? മധ്യവയസുകാർക്കും വൃദ്ധർക്കുമിടയിൽ ഉണ്ടാകേണ്ട ഒരു ദാമ്പത്യേതര സൗഹൃദത്തെക്കുറിച്ച് നാം ബോധമുള്ളവരാകേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അത്തരം ചില കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് കേൾക്കുമ്പോഴും അറിയുമ്പോഴും ശരീരത്തിന്റെ ചില മമതകളെക്കുറിച്ചു മാത്രമേ നാം ചിന്തിക്കുന്നുള്ളൂ. പക്ഷേ എന്താണ് സംഭവിച്ചത്? തീരെ അവഗണിക്കപ്പെട്ട, ആരാലും ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടാതെ പോയ ഒരു നാണയം. അതു പൊടിമൂടി കിടക്കുകയാണ്. അപ്പോൾ ആരോ പറയുന്നു, അതിനു മൂല്യമുണ്ടെന്ന്. ബന്ധങ്ങളിൽ സംഭവിക്കുന്ന തകർച്ചകൾക്കൊക്കെ കാരണം, വീടിനകത്തെ നാണയത്തിനു കിട്ടിയ അവഗണന തന്നെയല്ലേ.

എല്ലായിടത്തും ആ പ്രശ്നമുണ്ട്. മനുഷ്യർ ഏറ്റവും കൂടുതൽ നഷ്ടപ്പെടുന്നത്

വിവാഹം കഴിഞ്ഞ് ഒരു മാസത്തിനു ശേഷം ഗൾഫിലേക്കു പോകുമ്പോൾ ഒരു ചെറുപ്പക്കാരൻ ഭാര്യയ്ക്കു നല്കിയ ഉറപ്പ് ഒന്നു മാത്രം; എന്റെ ഇടതുകരം എപ്പോഴും നിനക്കുള്ളതാണ്.

നിരത്തിലല്ല, വീടിനകത്താണ്. നമ്മളത് അറിയുന്നില്ലെന്നേയുള്ളൂ. എല്ലാവരും അവിടെയൊക്കെയുണ്ടെന്നു നാം തെറ്റിദ്ധരിക്കയാണ്. പക്ഷേ, അവരെല്ലാം അവിടെത്തന്നെ ഉണ്ടാകുമോ? ഒരു ദിവസം വാഷിംഗ്മെഷീനിൽ ഇടാൻ മകന്റെ ജീൻസു കുടയുമ്പോൾ, അതിനകത്തുനിന്നു വന്ന വെളുത്തപൊടി കണ്ട് അമ്മ നടുക്കത്തോടെ ചിലതു മനസിലാക്കുന്നു. അതിനുമുമ്പ് അങ്ങനെ എന്തെങ്കിലും ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടോ? വളരെയധികം ശ്രദ്ധ ആവശ്യമുള്ള സ്ഥലത്തിന്റെ പേരാണ് വീട്.

ഒന്നിനും കാര്യമായി ഏകാഗ്രത കൊടുത്തിട്ടില്ല. ഫോക്കസില്ലായിരുന്നു പലതിനും. ഫയർപ്ലേസ് എന്ന പദത്തിൽനിന്നാണ് ഫോക്കസ് എന്ന വാക്കിന്റെ നിഷ്പത്തി. വീടുകൾ നിർമിക്കുമ്പോൾ റോമാക്കാർ വീടിന്റെ കേന്ദ്രഭാഗത്തു ഫയർപ്ലേസ് ക്രമീകരിക്കും. ഫയർപ്ലേസിനു ചുറ്റിനുമാണ് മനുഷ്യർ വന്നിരിക്കുന്നത്. നിർഭാഗ്യവശാൽ ആ നെരിപ്പോടുകളൊക്കെ അണഞ്ഞുപോയി. എല്ലാവരുടെയും ശ്രദ്ധ, അവരവരുടെ കൈകളിലിരിക്കുന്ന ഫോണിലാണ്. നിങ്ങൾക്കു ഫോണില്ലാതെ ദിവസം രണ്ടുമണിക്കൂർ ജീവിക്കാനാവുമോ? എട്ടുമണി മുതൽ 10 മണിവരെ നേരത്തേക്ക്? വീട്ടിൽ അത്താഴത്തിന്റെയും സന്ധ്യാപ്രാർഥനയുടെയും സമയമാണത്. നമ്മുടെ ഈ അശ്രദ്ധയ്ക്കിടയിൽ എത്രയോ മൂല്യമേറിയ നാണയങ്ങളാണ് വിരലുകൾക്കിടയിലൂടെ ഊർന്നുപോകുന്നത്! അശ്രദ്ധകൊണ്ടും അവഗണനകൊണ്ടും അഹന്തകൊണ്ടും നഷ്ടമായതൊക്കെ തിരിച്ചുപിടിക്കുക. മടങ്ങിവരാനുള്ള വഴികളാണ് ഇവയെല്ലാം.

പ്രിൻസ് തെക്കേപ്പുറം CSsR

മേരി മേജർ ബസിലിക്ക

ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പായുടെ ഭൗതികദേഹം ഉൾക്കൊള്ളുന്ന റോമിലെ മേരി മേജർ ബസിലിക്ക ക്രൈസ്തവദേവാലയങ്ങളിലെ രാജ്ഞിയാണ്.

ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പായുടെ നിര്യാണത്തിനു ശേഷം ലോക മാധ്യമശ്രദ്ധ പതിഞ്ഞത് റോമിലെ മേരി മേജർ ബസിലിക്കയിലേയ്ക്കാണ്. വത്തിക്കാന്റെ പതിവുരീതികൾ വിട്ട് പാപ്പാ ആഗ്രഹിച്ചതുപോലെ അദേഹത്തിന്റെ കബറടക്കം ഈ ബസിലിക്കയിലായിരിക്കുമോ അതോ സെന്റ് പീറ്റേഴ്സ് ബസിലിക്ക തന്നെ തെരഞ്ഞെടുക്കുമോ? എല്ലാ അന്വേഷണങ്ങൾക്കും കൗതുകങ്ങൾക്കും വിരാമമിട്ട് ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പായുടെ മരണപത്രം വത്തിക്കാൻ പുറത്തുവിട്ടു. അതിൽ ഇങ്ങനെ കുറിച്ചിരുന്നു:

'എന്റെ ഭൗതികജീവിതത്തിന്റെ സായാഹ്നം അടുക്കുന്നതായി അനുഭവപ്പെടുമ്പോൾ, നിത്യജീവിതത്തിലെ ഉറച്ച പ്രത്യാശയോടുകൂടി എന്റെ

മൂന്നാംനൂറ്റാണ്ടിൽ ലൈബിരിയുസ് മാർപാപ്പായും ജോൺ എന്നു പേരായ റോമൻപ്രഭുവും പരിശുദ്ധ അമ്മയ്ക്ക് ഒരു ദേവാലയം നിർമിക്കാൻ ആഗ്രഹിച്ചതിന്റെ ഫലമാണ് മേരി മേജർ ബസിലിക്ക.

മേരി മേജർ ബസിലിക്ക

സംസ്കാരസ്ഥലത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അവസാന ആഗ്രഹങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കാൻ ഞാൻ ഇച്ഛിക്കുന്നു.

എന്റെ ജീവിതകാലം മുഴുവനും, ഒരു പുരോഹിതനായും മെത്രാനായുമുള്ള ശുശ്രൂഷയുടെ കാലത്തും, ഞാനെപ്പോഴും നമ്മുടെ രക്ഷകന്റെ മാതാവായ പരിശുദ്ധ കന്യകാമറിയത്തിന്റെ സംരക്ഷണത്തിൽ സ്വയം സമർപ്പിച്ചിരുന്നു. ഈ കാരണത്താൽ, എന്റെ ഭൗതികാവശിഷ്ടങ്ങൾ ഉയിർപ്പിന്റെ ദിനം പ്രതീക്ഷിച്ച് പരിശുദ്ധ മാതാവിന്റെ പേപ്പൽ ബസിലിക്കയായ സെന്റ് മേരി മേജറിൽ വിശ്രമിക്കണമെന്ന് ഞാൻ അഭ്യർഥിക്കുന്നു.

എന്റെ ഭൂമിയിലെ അവസാനയാത്ര, ഈ പുരാതന മരിയൻ തീർഥാടന കേന്ദ്രത്തിൽതന്നെ അവസാനിക്കണമെന്ന് ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ഓരോ അപ്പസ്തോലികയാത്രയുടെ തുടക്കത്തിലും അവസാനത്തിലും പ്രാർഥനയ്ക്കായി ഇവിടെ ഞാൻ എത്താറുണ്ട്. എല്ലാ ഉദ്ദേശ്യങ്ങളും നിർമലമാതാവിനു വിശ്വാസപൂർവം സമർപ്പിക്കുകയും അവളുടെ സൗമ്യമായ മാതൃപരിപാലനത്തിന് നന്ദി പറയുകയും ചെയ്യുന്നു.'

ചരിത്രം

മൂന്നാംനൂറ്റാണ്ടിൽ ലൈബിരിയുസ് മാർപാപ്പായും ജോൺ എന്നു പേരായ റോമൻപ്രഭുവും പരിശുദ്ധ അമ്മയ്ക്ക് ഒരു ദേവാലയം നിർമിക്കാൻ ആഗ്രഹിച്ചതിന്റെ ഫലമാണ് മേരി മേജർ ബസിലിക്ക. ദേവാലയം പണിയാൻ ആഗ്രഹിച്ചെങ്കിലും അതെവിടെ വേണം എന്ന കാര്യത്തിൽ മാർപാപ്പായ്ക്കു തീരുമാനമെടുക്കാനായില്ല. ആ ചിന്താക്കുഴപ്പത്തിനിടയിൽ ഒരദ്ഭുതം നടന്നു. ആഗസ്റ്റ് മാസത്തിലെ കഠിനവേനലിൽ പതിവില്ലാതെ റോമിലെങ്ങും മഞ്ഞു പെയ്തിറങ്ങി. അതിശൈത്യകാലത്തു പോലും മഞ്ഞുവീഴ്ച പതിവില്ലാത്ത റോമൻ കുന്നുകളിൽ ഈ വേനൽ മഞ്ഞ് ഒരടയാളം തന്നെയെന്നു മാർപാപ്പാ ഉറപ്പിച്ചു. അതേ സ്ഥലത്തുതന്നെ ദേവാലയം പണിതീർക്കാൻ സ്വർഗം ആഗ്രഹിക്കുന്നതായി അദേഹത്തിനു തോന്നി. അതേതുടർന്നാണ് പരിശുദ്ധ അമ്മയ്ക്കു വേണ്ടിയുള്ള പാശ്ചാത്യസഭയിലെ ആദ്യ തീർഥാടനദേവാലയം റോമിൽ ഉയർന്നത്. എ.ഡി 354ൽ ഈ ദേവാലയനിർമാണം പൂർത്തിയായി.

ഒരു നൂറ്റാണ്ടിനു ശേഷം എ.ഡി 431ൽ എഫേസൂസ് സൂനഹദോസിൽവെച്ച് പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ ദൈവമാതൃത്വം സഭ വിശ്വാസ സത്യമായി പ്രഖ്യാപിച്ചു. ഈ വിശ്വാസപ്രഖ്യാപനം ചരിത്രപരമായി ആലേഖനം ചെയ്യുന്നതിന് സിക്സ്തുസ് മൂന്നാമൻ പാപ്പാ മേരി മേജർ ദേവാലയം മനോഹരമായി പുതുക്കിപ്പണിതു. അങ്ങനെ, ദൈവപുത്രനായ ഈശോ മിശിഹായുടെ അമ്മ എന്നനിലയിൽ ദൈവമാതാവെന്ന മഹത്വത്തിന് ദൈവം അർഹത നൽകിയ കന്യകാമറിയത്തിന്റെ നാമത്തിൽ മേരി മേജർ ബസിലിക്ക പ്രശസ്തമായി.

എന്തുകൊണ്ട് മേരി മേജർ ബസിലിക്ക?

ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പായുടെ ഭൗതിക ദേഹം ഉൾക്കൊള്ളുന്നതു കൊണ്ടു മാത്രമല്ല ഈ ദേവാലയം പ്രാധാന്യം നേടുന്നത്. റോമിലെ നാലു പേപ്പൽ ബസിലിക്കകളിൽ ഒന്നാണിത്; കൂടാതെ, പാശ്ചാത്യ സഭയിലെ ഏറ്റവും പുരാതന മരിയൻ തീർഥാടന കേന്ദ്രവും. പുരാതന റോമിലെ ഏഴു കുന്നുകളിലൊന്നായ എസ്കിലിൻ കുന്നിലാണ് ഈ മനോഹരദേവാലയം സ്ഥിതിചെയ്യുന്നത്. റോമിലെ ഏറ്റവും തിരക്കേറിയ റോമാ തെർമിനിയിൽ നിന്നും അറുനൂറു മീറ്റർ ദൂരം; ലോകാദ്ഭുതങ്ങളിലൊന്നായ കൊളോസിയത്തിൽ നിന്ന് ഒരു കിലോമീറ്റർ അകലവും.

'റോമാ നഗരത്തിന്റെ രക്ഷ' എന്ന പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്ന മാതാവിന്റെ ഐക്കൺ ആണ് ഈ ദേവാലയത്തിലെ പ്രധാന ആകർഷണം.

അപൂർവരത്നങ്ങളുടെ നിക്ഷേപാലയം

കത്തോലിക്കാസഭയിലെ അമൂല്യമായ ചില തിരുശേഷിപ്പുകൾ സൂക്ഷിക്കുന്ന കേന്ദ്രംകൂടിയാണ് മേരി മേജർ ബസിലിക്ക. ഹെലേന രാജ്ഞി വിശുദ്ധ നാട്ടിൽനിന്നും റോമിലേക്കു കൊണ്ടുവന്നുവെന്നു വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്ന ബെത്‌ലഹേമിലെ പുൽത്തൊഴുത്താണ് ഈ ദേവാലയത്തിൽ ഏറ്റവും പൂജ്യമായി വണങ്ങപ്പെടുന്ന തിരുശേഷിപ്പുകളിൽ ഒന്ന്. ധാരാളം അദ്ഭുതങ്ങളുടെ കഥകൾ പ്രത്യേകിച്ച് പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ മാധ്യസ്ഥ്യം വഴി കുഞ്ഞുങ്ങളെ ലഭിച്ചതിന്റെ സാക്ഷ്യങ്ങൾ ഇവിടെയെത്തുന്ന തീർഥാടകർക്കു ആശ്വാസം നല്കുന്നു. ഈ തിരുശേഷിപ്പിലേക്കു നോക്കി പ്രാർഥനാനിരതനായി മുട്ടിന്മേൽ നില്ക്കുന്ന ഒൻപതാം പിയൂസ് പാപ്പായുടെ പൂർണകായ പ്രതിമ ഇവിടെ കാണാം. 1854ൽ പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ അമലോദ്ഭവം വിശ്വാസസത്യമായി പ്രഖ്യാപിച്ച മാർപാപ്പായാണ് ഒൻപതാം പിയൂസ്.

'റോമാ നഗരത്തിന്റെ രക്ഷ' എന്ന പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്ന മാതാവിന്റെ ഐക്കൺ ആണ് ഈ ദേവാലയത്തിലെ മറ്റൊരു ആകർഷണം. പുരാതന ബൈസന്റയിൻ ചിത്രകലയുടെ സന്നിവേശം കൊണ്ടും, ചിത്രരചനയ്ക്ക് ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്ന വിഭവങ്ങളുടെ കാലപ്പഴക്കം കൊണ്ടും സുവിശേഷകനായ ലൂക്കായാണ് ഈ ഐക്കൺ വരച്ചതെന്നു വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. 'റോമാ നഗരത്തിന്റെ രക്ഷ' എന്ന പേര് ഈ ഐക്കണ് വന്നതിനു പിന്നിൽ ഒരു ചരിത്രമുണ്ട്. എ.ഡി 590ൽ റോമാ നഗരം മുഴുവൻ മഹാമാരി പടർന്നു പിടിച്ചു. എല്ലാ ഭിഷഗ്വരന്മാരും പരാജയം സമ്മതിച്ചു പിന്മാറിയപ്പോൾ മഹാനായ ഗ്രിഗറി മാർപാപ്പാ മാതാവിന്റെ ഈ ഐക്കണും വഹിച്ച് റോമാ നഗരത്തിലൂടെ പ്രദക്ഷിണം നടത്തി. പ്രദക്ഷിണം മാലാഖമാരുടെ കോട്ട എന്നറിയപ്പെടുന്ന കസ്തേൽ ആഞ്ചലോയിൽ എത്തിയപ്പോഴേക്കും മിഖായേൽ മാലാഖയുടെ ദർശനം കോട്ടയുടെ മുകളിൽ പ്രത്യക്ഷമായി. വൈകാതെ മഹാമാരി റോമാ നഗരത്തെ വിട്ടൊഴിഞ്ഞു. ഇതേത്തുടർന്ന് ഈ തിരുച്ചിത്രത്തിന് 'റോമാ നഗരത്തിന്റെ രക്ഷ' എന്ന പേരു കിട്ടി. മാർപാപ്പാമാർ തങ്ങളുടെ വിദേശയാത്രകൾക്കു മുമ്പും ശേഷവും പ്രാർഥിക്കാൻ എത്തുന്നത്, ദൈവമാതാവിന്റെ ഈ ചിത്രം സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന ചാപ്പലിലാണ്. ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പാ പ്രധാനപ്പെട്ട തീരുമാനങ്ങൾ കൈക്കൊള്ളുന്നതിനു മുമ്പും ഇവിടം സന്ദർശിക്കുമായിരുന്നു.

'സമാധാനത്തിന്റെ രാജ്ഞി' എന്ന പേരിൽ വിഖ്യാതമായ ഒരു തിരുസ്വരൂപം ഇവിടെ കാണാൻ സാധിക്കും. 1918ൽ ബെനഡിക്ട് പതിനഞ്ചാമൻ മാർപാപ്പാ സ്ഥാപിച്ചതാണ് ഇത്. ലോകമഹായുദ്ധകാലത്തു സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ട ഈ തിരുസ്വരൂപത്തിന്റെ ഇടതു കൈപ്പത്തി 'മതി, നിർത്തൂ' എന്നു ലോകത്തോട് വിളിച്ചു പറയുന്ന രീതിയിലാണ് സംവിധാനം ചെയ്തിരിക്കുന്നത്. വലതുകരത്തിലാകട്ടെ, ഉണ്ണീശോയും. സമാധാനരാജാവായ ഉണ്ണിയെ ലോകത്തിനു നല്കി യുദ്ധം അവസാനിപ്പിക്കാൻ ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്ന പരിശുദ്ധ അമ്മയെക്കുറിച്ചുള്ള ധ്യാനത്തിന് ഇക്കാലത്തും പ്രസക്തിയേറെയുണ്ടല്ലോ.

എല്ലാ ദിവസവും രാവിലെ ഏഴുമണി

മുതൽ വൈകുന്നേരം ഏഴുമണി വരെ ഇവിടെ പതിനാറു ഭാഷകളിൽ വൈദികർ കുമ്പസാരമെന്ന കൂദാശ പരികർമം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. നിത്യാരാധന ചാപ്പലിൽ പ്രാർഥിക്കാൻ എത്തുന്നവർ നിരവധിയാണ്. കൂടാതെ പ്രസിദ്ധമായ മാമോദീസാ കപ്പേള, വത്തിക്കാൻ അണിയിച്ചൊരുക്കിയ അനുഗൃഹീത ശില്പികളിൽ ഒരാളായ ലോറെൻസോ ബർണിനിയുടെ കബറിടം എന്നിവ സന്ദർശിക്കുന്നതിനും, റോമിലെതന്നെ ഏറ്റവും ഉയരമുള്ള മണിമാളികയിൽ കയറുന്നതിനും ധാരാളം തീർഥാടകർ ദിവസേന ഇവിടെയെത്തുന്നു. ആദിമനൂറ്റാണ്ടുകൾ മുതലേ ആചരിച്ചുവരുന്ന മഞ്ഞുമാതാവിന്റെ തിരുനാളാണ് ഈ ബസിലിക്കയിലെ ഏറ്റവും പ്രധാനതിരുനാൾ. മെയ്മാസ വണക്കം മനോഹരമായി ആചരിക്കുന്ന ദേവാലയങ്ങളിലൊന്നാണിത്. മെയ് മാസത്തിലെ സായാഹ്നങ്ങളിൽ ജപമാലയുമായി നൂറുക്കണക്കിനു വിശ്വാസികൾ പള്ളിമുറ്റത്ത് തടിച്ചുകൂടാറുണ്ട്.

പാവങ്ങളുടെ അപ്പസ്തോലനെ ഏറ്റുവാങ്ങിയ പാവങ്ങൾ

വത്തിക്കാനിൽ ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പായുടെ കബറടക്ക ശുശ്രൂഷകൾക്കു ശേഷം ഭൗതികശരീരവും വഹിച്ചുകൊണ്ടുള്ള വിലാപയാത്ര വത്തിക്കാനിൽനിന്നും ആദിമക്രൈസ്തവരുടെ രക്തസാക്ഷിത്വത്തിന്റെ ഓർമയുണർത്തുന്ന കൊളോസിയത്തിന്റെ പാർശ്വങ്ങളിലൂടെ റോമൻ കത്തീഡ്രലായ ജോൺ ലാറ്ററൻ ബസിലിക്കയെയും മേരി മേജർ ബസിലിക്കയെയും തമ്മിൽ ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന വിയ മേരുലാനയിലൂടെ മേരി മേജർ ബസിലിക്കയിലെത്തി. മാർപാപ്പാമാരുടെ രാജകീയ യാത്രകളെല്ലാം നടന്നിരുന്ന ആ വിശുദ്ധ പാത തെരഞ്ഞെടുത്തത് എന്തുകൊണ്ടും അനുയോജ്യമായിരുന്നു. ഇന്നും കോർപ്പൂസ് ക്രിസ്റ്റി തിരുനാളിന്റെ പ്രദക്ഷിണം നടക്കുന്ന അതേ വഴിയിലൂടെ വരുന്ന തങ്ങളുടെ പിതാവിന്റെ ഭൗതികദേഹം മേരി മേജർ ബസിലിക്കയിൽ ഏറ്റുവാങ്ങിയത് അഗതികളായ സഹോദരങ്ങളായിരുന്നു; വത്തിക്കാന്റെ ചാരിറ്റബിൾ ഓർഗനൈസേഷൻ കണ്ടെത്തിയ ഏതാനും പേർ. പാവങ്ങളെ മറക്കരുത് എന്നു നിരന്തരം സഭയെ ഓർമിപ്പിച്ച ഫ്രാൻസിസിനു നല്

ബെനഡിക്ട് പതിനഞ്ചാമൻ മാർപാപ്പാ 1918ൽ സ്ഥാപിച്ച 'സമാധാനത്തിന്റെ രാജ്ഞി' എന്ന പേരിൽ വിഖ്യാതമായ ഒരു തിരുസ്വരൂപം മേരി മേജർ ബസിലിക്കയിൽ കാണാം.

കാവുന്ന ഏറ്റവും വലിയ യാത്രയയപ്പ്. തുടർന്നു നടന്ന കബറടക്കം ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പായുടെ ആഗ്രഹപ്രകാരം ലളിതവും തീർത്തും സ്വകാര്യവുമായിരുന്നു.

ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പായുടെ പിതാമഹന്മാരുടെ നാടായ ഇറ്റലിയിലെ ലിഗുരിയിൽനിന്നും കൊണ്ടുവന്ന മാർബിൾ ഉപയോഗിച്ചാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പേര് കൊത്തിയ ഫലകം നിർമിച്ചിരിക്കുന്നത്. അദ്ദേഹം ധരിച്ചിരുന്ന കുരിശുരൂപത്തിന്റെ അതേ മാതൃകയിലുള്ള ഒരു കുരിശ് മാത്രമാണ് ആ കല്ലറയെ അലംകൃതമാക്കുന്നത്. പൊതുജനങ്ങൾക്കു വണക്കത്തിനായി കബറിടം തുറന്നുകൊടുത്ത അന്നുമുതൽ മേരി മേജർ ബസിലിക്കയിലേക്ക് നിലയ്ക്കാത്ത ജനപ്രവാഹമാണ്. എല്ലാകാര്യങ്ങളും അമ്മയിലൂടെ മകനെ അറിയിച്ച ഫ്രാൻസിസിലൂടെ അമ്മയും ലോകത്തോടു സംസാരിക്കുന്നു എന്നർഥം.

ആൽവിൻ ആന്റണി

ഇതെന്തൊരു തലവേദന!

ഒരാളുടെ ദൈനംദിനപ്രവർത്തനങ്ങളെ പോലും ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്ന കഠിനതലവേദനയാണ് മൈഗ്രേൻ അഥവാ കൊടിഞ്ഞി.

ഓഫീസ് വിട്ടു വീട്ടിലെത്തിയ ആശ മുറ്റംകടന്നെത്തിയതേ അകത്തു നിന്ന് ടീവിയുടെ ശബ്ദം കേട്ടു. ആശയ്ക്കു തലപെരുക്കുന്നതുപോലെ തോന്നി. അകത്തേക്കു കയറിയപ്പോൾ മറ്റൊന്നും ആലോചിച്ചില്ല. വേഗം ചെന്ന് ടീവി ഓഫ് ചെയ്തു.

അമ്മയെന്നാ പണിയാ കാണിച്ചേ?... ഞങ്ങള് ടീവി കണ്ടോണ്ടിരിക്കുവല്ലായിരുന്നോ?

പ്ലസ്ടുവിന് പഠിക്കുന്ന മകൻ രോഹിത് ദേഷ്യപ്പെട്ടു. അവൻ വീണ്ടും ടീവി ഓണാക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതു കണ്ടപ്പോൾ ആശ പൊട്ടിത്തെറിച്ചു:

നീയിനി ടീവി വെച്ചാ നിന്റെ ചെവിക്കല്ല് ഞാൻ അടിച്ചുപൊട്ടിക്കും. ടീവീം പൊട്ടിക്കും.

അമ്മയുടെ ആ ഭാവമാറ്റം മകനെ പരിഭ്രാന്തനാക്കി.

നീ വിട്ടുകള... അമ്മയ്ക്കു തലവേദന തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. അപ്പോൾ ഡിഗ്രി ഒന്നാംവർഷ വിദ്യാർഥിനിയായ ഗ്രീഷ്മ ആങ്ങളയെ ആശ്വസിപ്പിച്ചു.

ഇതെന്തൊരു തലവേദനയെന്ന് രോഹിത് അതിശയിച്ചു.

ഇങ്ങനെയും തലവേദനയുണ്ട്

പലതരം തലവേദനകളുണ്ടെങ്കിലും, വ്യക്തിയുടെ ദൈനംദിനപ്രവർത്തനങ്ങളെ

പോലും ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്ന വിധത്തിലുള്ള തലവേദനയുണ്ട്. അതിന്റെ പേരാണ് മൈഗ്രേൻ. കൊടിഞ്ഞി, ചെന്നിക്കുത്ത് എന്നിങ്ങനെയും നാട്ടിൻപുറങ്ങളിൽ പേരുണ്ട്. നമ്മൾ കണ്ട ആശയുടെ പ്രശ്നം വെറും തലവേദനയായിരുന്നില്ല, മൈഗ്രേനായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടാണ് ശബ്ദം ആശയ്ക്ക് അസ്വസ്ഥത സൃഷ്ടിച്ചത്

ലക്ഷണങ്ങൾ

തലയുടെ ഒരു വശത്തോ അല്ലെങ്കിൽ ഇരുവശങ്ങളിലോ അനുഭവപ്പെടുന്ന തലവേദനയാണ് മൈഗ്രേൻ. ഓക്കാനിക്കുകയോ ഛർദിക്കുകയോ ചെയ്യുക, രൂക്ഷഗന്ധം അനുഭവപ്പെടുമ്പോൾ അസ്വസ്ഥരാവുക... ഇതൊക്കെ ഇതിന്റെ ഭാഗമാണ്. വെളിച്ചത്തോടും ശബ്ദത്തോടുമുള്ള അസ്വസ്ഥതയാണ് മറ്റൊന്ന്. ചിലർക്ക് തലവേദന വരുന്നതിനു മുമ്പ് കാഴ്ചയിൽ വ്യതിയാനങ്ങളുണ്ടാകാം. ചിലർക്ക് മൈഗ്രേൻ സമയത്തും അതിനു ശേഷവും അമിതമായ തോതിൽ ക്ഷീണം കണ്ടുവരുന്നു. നാലുമണിക്കൂർ മുതൽ 72 മണിക്കൂർവരെ നീണ്ടുനില്ക്കുന്നതാണ് മൈഗ്രേൻ. ചിലർക്ക് അപൂർവമായി മാത്രവും മറ്റുചിലർക്ക് ആവർത്തിച്ചും മൈഗ്രേൻ വരാറുണ്ട്. മൈഗ്രേൻ വരുന്നവർക്ക് ആ സമയം ഒന്നിലും ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കാൻ കഴിയാറില്ല.

മുൻകൂട്ടി തിരിച്ചറിയാം

മൈഗ്രേൻ വരുന്നതിനു മുമ്പുതന്നെ ശരീരം ചില മുന്നറിയിപ്പുകൾ കാണിച്ചുതരാറുണ്ട്. മലബന്ധം, മാനസികാവസ്ഥയിലുണ്ടാകുന്ന മാറ്റം, ഭക്ഷണത്തോടുള്ള ആർത്തി, അനവധി തവണയുള്ള മൂത്രമൊഴിക്കൽ, കഴുത്തിലെ കാഠിന്യം, ഇടയ്ക്കിടെയുള്ള കോട്ടുവായിടൽ

എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും പരിപൂർണത ആഗ്രഹിക്കുന്നവരിലും, കാർക്കശ്യത്തോടെ പെരുമാറുന്നവരിലും, വിമർശനങ്ങളോ തിരുത്തലുകളോ സഹിക്കാൻ കഴിയാത്തവരിലും മൈഗ്രേൻ കൂടുതലായി കാണാറുണ്ട്.

എന്നിവയാണ് പൊതുലക്ഷണങ്ങൾ. ഒന്നോ രണ്ടോ ദിവസം മുമ്പ് ഇത്തരം ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമാകുന്നുണ്ടെങ്കിൽ കരുതിയിരിക്കുക, മൈഗ്രേൻ വൈകാതെ എത്തിച്ചേരുന്നതാണ്.

കാരണങ്ങൾ

എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും പരിപൂർണത ആഗ്രഹിക്കുന്നവരിലും, കാർക്കശ്യത്തോടെ പെരുമാറുന്നവരിലും, വിമർശനങ്ങളോ തിരുത്തലുകളോ സഹിക്കാൻ കഴിയാത്തവരിലും മൈഗ്രേൻ കൂടുതലായി കാണാറുണ്ടെന്നാണ് പഠനങ്ങൾ പറയുന്നത്. അധികശരീരതാപം, കരൾ, പാൻക്രിയാസ് എന്നിവയുടെ പ്രവർത്തന വൈകല്യം, ലൈംഗികമായ ഭയം, മാനസികപിരിമുറുക്കം, മാനസികസമ്മർദം, നിരാശ, ഉത്കണ്ഠ, അസഹിഷ്ണുത എന്നിവ ഉള്ളവരിലും ഇതു പൊതുവേ കണ്ടുവരുന്നു. ആർത്തവാരംഭകാലത്തും മാസമുറയിലും സ്ത്രീകളിൽ ഇതു വരാറുണ്ട്. നിദ്രാഭംഗം, അല്പനിദ്ര,

നാട്ടുവൈദ്യം

- *പൂവാംകുരുന്നൽ പിഴിഞ്ഞ നീരു സൂര്യോദയത്തിനു മുമ്പ് ശിരസിൽ നാലുദിവസം തുടർച്ചയായി പുരട്ടുക (ഈ ദിവസങ്ങളിൽ തല നനയ്ക്കരുത്).*
- *ഒരു ചുവടു മുക്കുറ്റി വേരോടെ പറിച്ച് കഴുകി അരച്ച് ചെന്നിയിൽ പുരട്ടുക.*
- *കാട്ടുകടുക് ഇടിച്ചുപിഴിഞ്ഞ സത്ത് തുല്യ അളവിൽ നല്ലെണ്ണചേർത്ത് തിളപ്പിച്ച് ചെന്നിയിലും നെറ്റിയിലും നെറുകയിലും പുരട്ടുക.*
- *അതിരാവിലെ അഞ്ചുമിനിറ്റുനേരം നല്ല എള്ളെണ്ണ കവിൾകൊള്ളുക, ശേഷം ചെറു ചൂടുവെള്ളത്തിൽ വായ് കഴുകുക.*

• ഓണവിഭവങ്ങൾ •

ആനിയമ്മ മത്തായി

ഓണം ഇങ്ങെത്താറായി... ജാതിയോ മതമോ നോക്കാതെ എല്ലാവരും ആഘോഷിക്കുന്ന സുദിനം. ഓണത്തിന് പലതരം വിഭവങ്ങളുണ്ടെങ്കിലും അതിൽ ഒഴിവാക്കാനാവാത്തതാണ് പായസം. ഇതാ മൂന്നുതരം പായസങ്ങളുടെ ചേരുവ.

സേമിയ പായസം

ചേരുവകൾ

പാൽ - 1 ലിറ്റർ
സേമിയ - അരക്കപ്പ്
പഞ്ചസാര - അരക്കപ്പ്
അണ്ടിപ്പരിപ്പ് - 10 എണ്ണം
ഉണക്കമുന്തിരി - 10 എണ്ണം
നെയ്യ്, ഏലയ്ക്ക - ആവശ്യത്തിന്

പാൻ ചൂടാക്കി നെയ്യ് ഒഴിച്ച് സേമിയ ബ്രൗൺ നിറം ആകുന്നതുവരെ വറക്കുക. ഒരു ലിറ്റർ പാലിൽ രണ്ടു കപ്പ് വെള്ളം ചേർത്ത് നന്നായി തിളപ്പിക്കുക. പാൽ തിളച്ചശേഷം അതിലേക്കു സേമിയ ചേർക്കുക. സേമിയ പകുതി വേവായാൽ ആവശ്യത്തിനു പഞ്ചസാര ചേർത്ത് വീണ്ടും വേവിച്ചു കുറുകുമ്പോൾ ഏലയ്ക്ക പൊടിച്ചതു ചേർത്ത് അടുപ്പിൽനിന്നും വാങ്ങുക. അല്പം നെയ്യിൽ അണ്ടിപ്പരിപ്പും ഉണക്കമുന്തിരിയും ചേർത്ത് അലങ്കരിക്കാം.

പാൽപ്പായസം

ചേരുവകൾ

പാൽ - 2 ലിറ്റർ
ഉണക്കലരി - 125 ഗ്രാം

അമിതനിദ്ര എന്നിവയും കാരണങ്ങളിൽപ്പെടുന്നു. ബിയർ, മദ്യം, കഫീൻ, പാൽ, തൈര്, ഐസ്ക്രീം, ഉള്ളി, ബ്രെഡ് ഇവയും മൈഗ്രേന് വഴിതെളിക്കാം. ഇവയെല്ലാം പലരിലും പലരീതിയിലാണ് പ്രകടമാകുന്നതെന്നു മാത്രം.

എന്താണ് മൈഗ്രേൻ?

വിട്ടുമാറാത്ത ന്യൂറോളജിക്കൽ ഡിസോർഡറാണ് മൈഗ്രേൻ. പാരിസ്ഥിതികവും ജനിതകവുമായ ഘടകങ്ങളുടെ മിശ്രിതമായാണ് ഇതിനെ കാണുന്നത്. ഇതിൽ മൂന്നിൽ രണ്ടുഭാഗം അവസ്ഥകളും പാരമ്പര്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഹോർമോൺ വ്യതിയാനവും മൈഗ്രേന് കാരണമാകാം. കൗമാരത്തിനു മുമ്പ് പെൺകുട്ടികളേക്കാളും ആൺകുട്ടികളിലാണ് മൈഗ്രേൻ കൂടുതലായി കണ്ടുവരുന്നത്.

സെറിബ്രൽ കോർടെക്സിന്റെ വർധിച്ച ഉത്തേജനവും, പെയ്ൻ ന്യൂറോണുകളുടെ അസാധാരണ നിയന്ത്രണവുമാണ് മൈഗ്രേനു കാരണമാകുന്ന ന്യൂറോളജിക്കൽ ഡിസോർഡറിന് വഴിതെളിക്കുന്നത്.

തീവ്രത കുറഞ്ഞതു മുതൽ അതിതീവ്രമായ ആവർത്തനസ്വഭാവമുള്ള ഒരുതരം തലവേദനയാണിത്. നെറ്റിത്തടത്തിൽ അസഹനീയമായി തുടങ്ങുന്ന വിങ്ങലോടെയാവും മൈഗ്രേന്റെ തുടക്കം. പിന്നീടത് ഏറെ നേരത്തേക്കു നീണ്ടുനില്ക്കുന്നു. വിവിധയിനം മരുന്നുകൾ മാറിമാറി കഴിച്ചാലും താത്കാലിക ആശ്വാസം എന്നല്ലാതെ നീണ്ടുനില്ക്കുന്ന ആശ്വാസം ഇതിനൊരിക്കലും ലഭിക്കാറില്ല. സിടി, എംആർഐ തുടങ്ങിയ സ്കാനിങ്ങുകൾ നോക്കിയാലും അസാധാരണമായൊന്നും കാണാൻ കഴിയാറില്ല.

ചികിത്സ

ചികിത്സയ്ക്കു പ്രധാനമായും മൂന്നുവശങ്ങളുണ്ട്. മൈഗ്രേൻ ഉണ്ടാവാൻ കാര

പഞ്ചസാര - 400 ഗ്രാം
ഏലയ്ക്കപൊടി - അര ടീസ്പൂൺ
നെയ്യ്, അണ്ടിപ്പരിപ്പ്, ഉണക്കമുന്തിരി - ആവശ്യത്തിന്
വെള്ളം - അര ലിറ്റർ

ഉരുളിയിൽ നെയ്യൊഴിച്ച് ചൂടായി വരുമ്പോൾ വെള്ളം ഒഴിക്കുക. വെള്ളം തിളയ്ക്കുമ്പോൾ പാൽ ഒഴിക്കുക. തിളയ്ക്കുന്നതുവരെ തുടർച്ചയായി ഇളക്കുക. ഇളം പിങ്ക് നിറമാകുമ്പോൾ അരി കഴുകി ഇടണം. അരി മുക്കാൽ വേവാകുമ്പോൾ പഞ്ചസാര ചേർക്കാം. അരി വെന്ത് കുറുകിവരുമ്പോൾ തീയണയ്ക്കാം. പിന്നീട് ഏലയ്ക്കാപൊടി ചേർത്ത് 10 മിനിറ്റ് വരെ ഇളക്കുക. അല്പം നെയ്യിൽ അണ്ടിപ്പരിപ്പും ഉണക്കമുന്തിരിയും വറുത്തിടാം.

അടപ്രഥമൻ

ചേരുവകൾ

അട - 1 കപ്പ്
ശർക്കര - 1 കപ്പ് (അഥവാ ആവശ്യത്തിന്)
നെയ്യ് - 2, 3 ടേബിൾസ്പൂൺ
തേങ്ങാപ്പാൽ - 2 കപ്പ് (ഒന്നാം പാൽ), 4 കപ്പ് (രണ്ടാം പാൽ)
അണ്ടിപ്പരിപ്പ്, ഉണക്കമുന്തിരി - ആവശ്യത്തിന്
ഏലക്കായ - 2, 3 എണ്ണം (പൊടിച്ചത്)

അട ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കുതിർത്ത് മൃദുവായ ശേഷം വാർത്തെടുക്കുക. അണ്ടിപ്പരിപ്പ്, മുന്തിരി എന്നിവ നെയ്യിൽ വറുത്തു കോരുക. അതേ നെയ്യിൽ അട വഴറ്റുക. ശർക്കരപ്പാനി ഉണ്ടാക്കി അരിച്ചെടുക്കുക. വഴറ്റിയ അടയിലേയ്ക്ക് ശർക്കരപ്പാനി ഒഴിച്ച് ഇളക്കുക. കുറുകി വരുമ്പോൾ രണ്ടാം പാൽ ചേർത്ത് ഇളക്കുക. തുടർന്ന് ഒന്നാം പാൽ ചേർത്ത് ഇളക്കി യോജിപ്പിക്കുക. ഏലക്കായ പൊടിച്ചത് വിതറുക. വറുത്തുവെച്ച അണ്ടിപ്പരിപ്പ്, മുന്തിരി എന്നിവ ചേർത്ത് ഇളക്കുക. ചൂടോടെ വിളമ്പുക.

ണമാകുന്നതെന്തോ അതിന്റെ ഒഴിവാക്കൽ, രോഗലക്ഷണങ്ങളുടെ നിയന്ത്രണം, മരുന്നുകൊണ്ടുള്ള പ്രതിരോധം എന്നിവയാണ് ആ വശങ്ങൾ. എന്തുകാരണം കൊണ്ടാണോ മൈഗ്രേൻ ഉണ്ടാവുന്നത് അതു കണ്ടുപിടിച്ച് ഒഴിവാക്കുകയാണ് രോഗികൾക്കു ചെയ്യാവുന്ന പ്രധാന കാര്യം. ചില ഭക്ഷണങ്ങളും വീടിനകത്തുള്ള വെളിച്ചവും വായുവുമെല്ലാം മൈഗ്രേനു കാരണമാകുന്നുണ്ടെന്നു തിരിച്ചറിഞ്ഞാൽ അവയെ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. ചിലർക്ക് ദാഹിച്ചാലും വിശന്നാലും മൈഗ്രേൻ വരാറുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് വിശക്കാതെയും ദാഹിക്കാതെയും കഴിയാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. മരുന്നുകൾ വഴിയായും മൈഗ്രേൻ നിയന്ത്രിക്കാം. സാധാരണയായി ആഴ്ചയിൽ മൂന്നുതവണ മാത്രം കഴിക്കേണ്ട മരുന്നുകളാണ് നല്കാറുള്ളത്. വേദനയുടെ ആരംഭത്തിൽ തന്നെ മരുന്നുപയോഗിക്കുമ്പോൾ കൂടുതൽ ഫലസിദ്ധി ഉണ്ടാവാറുമുണ്ട്. അക്യുപങ്ചർ, ഷിറോപ്രാക്റ്റിട് മാനിപ്പുലേഷൻ, ഫിസിയോതെറപ്പി, മസാജ് ആന്റ് റിലാക്സേഷൻ എന്നിവയും ഗുണം ചെയ്യും. ജീവിതശൈലിയിൽ മാറ്റംവരുത്തിയും മൈഗ്രേൻ നേരിടാം.

രോഗപ്രതിരോധത്തിന് ഓറഞ്ച്, പൈനാപ്പിൾ, മുന്തിരി, ആപ്പിൾ തുടങ്ങിയ പഴങ്ങളും കാബേജ്, കുക്കുമ്പർ, മുളപ്പിച്ച വിത്തുകൾ എന്നിവയും കഴിക്കുന്നതു നല്ലതാണ്.

98 ശതമാനം തലവേദനകളും അപകടകാരികളല്ല. അതിനാൽ നിങ്ങളുടെ തലവേദന മൈഗ്രേൻ തന്നെയാണോ എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തേണ്ടതുണ്ട്. തുടർച്ചയായി തലവേദന അനുഭവപ്പെടുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ഡോക്ടറെ കാണണം; അദ്ദേഹം നിർദേശിക്കുന്ന ചികിത്സ സ്വീകരിക്കണം. ○

41

പുതിയനിയമത്തിലെ കുടുംബദർശനം

റവ. ഡോ. തോമസ് വള്ളിയാനിപ്പുറം

നമ്മുടെ കുടുംബം വിശുദ്ധമോ അശുദ്ധമോ?

സ്നേഹമാണ് വിശുദ്ധിയുടെ അന്തസത്ത.

എല്ലാ മനുഷ്യരും ഉള്ളിന്റെയുള്ളിൽ തീവ്രമായി ആഗ്രഹിക്കുന്ന കാര്യമാണ് കുടുംബവിശുദ്ധി. 'വിശുദ്ധി' എന്ന പദം പരിമിതാർഥത്തിലല്ല, വിശാലാർഥത്തിലാണ് മനസിലാക്കേണ്ടത്. 'ഖൊദെഷ്' എന്ന ഹീബ്രുപദമാണ് വിശുദ്ധിയെ കുറിക്കാൻ പഴയനിയമഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഈ പദം വിശാലമായ അർഥം ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. ദൈവം മാത്രമാണ് പരിശുദ്ധൻ. കുർബാനയിലെ ത്രൈശുദ്ധ കീർത്തനത്തിൽ നാമിത് ഏറ്റുപറയുന്നുണ്ട്. ദൈവത്തിന്റെ പരിശുദ്ധിയിലുള്ള ഭാഗഭാഗിത്വമാണ് വ്യക്തികളുടെയും കുടുംബങ്ങളുടെയും വിശുദ്ധി. ഉന്നതമായ ധാർമികബോധത്തിൽനിന്ന് ഉയിർകൊള്ളുന്ന നവജീവിതശൈലിയാണ് അടിസ്ഥാനപരമായി മനുഷ്യന്റെയും മനുഷ്യസമൂഹങ്ങളുടെയും വിശുദ്ധി. 'ഹഗിയോസ്' എന്ന ഗ്രീക്കുപദവും ഈ ആശയം തന്നെയാണ് ഉൾക്കൊള്ളുന്നത്. വിശുദ്ധിയെപ്പറ്റിയുള്ള ഈ വിശാലമായ കാഴ്ചപ്പാടിൽ നിന്ന് മർക്കോസിന്റെ സുവിശേഷം ഏഴാം അധ്യായം ഒന്നാം വാക്യം മുതൽ എട്ടാം അധ്യായം ഇരുപത്തിയാറാം വാക്യം വരെയുള്ള വേദഭാഗം നാം വായിക്കുമ്പോൾ, കുടുംബവിശുദ്ധിയെക്കുറിച്ച് ചില പുതിയ ഉൾക്കാഴ്ചകൾ ലഭിക്കും.

പാരമ്പര്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തർക്കവും ആന്തരവിശുദ്ധിയും (7:1-8:23)

ജറുസലമിൽ നിന്നും വന്ന ഫരിസേയരും നിയമജ്ഞരും യേശുവിനും ശിഷ്യർക്കുമെതിരെ ആരോപണം ഉന്നയിച്ചു. 'കൈകഴുകി ശുദ്ധിവരുത്താതെ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്ന'തിനെപ്പറ്റിയാണ് അവരുടെ പരാതി. ഇവിടെ സാധാരണയുള്ള കൈകഴുകലല്ല, യഹൂദാചാരവിധിപ്രകാരമുള്ള ക്ഷാളനമാണ് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. 'റിചൽ വാഷിംഗ് (ritual washing) എന്ന് ഇതിനെ വിളിക്കാം. യഹൂദപാരമ്പര്യങ്ങൾ ക്രോഡീകരിച്ചെഴുതിയിരിക്കുന്ന മിഷ്നാ (Mishnah) എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ 11-ാം ഖണ്ഡത്തിൽ 'യദായീം' (Yadaim) എന്നൊരു ഭാഗമുണ്ട്. ആചാരാനുഷ്ഠാനപ്രകാരമുള്ള കൈകഴുകൽ ഈ ഭാഗത്തു വിശദീകരിക്കുന്നു. സുവിശേഷകനായ മർക്കോസ് 'കൊയിനൊയിസ് ഖെർസിൻ' (Koinois chersin) എന്ന പദമാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഈ പദം പ്രയോഗിക്കുന്നതിലൂടെ സാധാരണ രീതിയിലുള്ള കൈ ശുദ്ധിയാക്കലല്ല, ആചാരവിധിപ്രകാരമുള്ള കൈകഴുകലാണ് തർക്കത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനമെന്ന് സുവിശേഷകൻ വ്യക്തമാക്കുന്നു. മിഷ്നായിൽ രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്ന 'പൂർവികരുടെ പാരമ്പര്യം' യേശുവും ശിഷ്യരും ലംഘിക്കുന്നു എന്നതാണ് ഫരിസേയപ്രമാണികളുടെ ആക്ഷേപം. ഇതുപോലെയുള്ള വിവാദങ്ങൾ മർക്കോ

സിന്റെ സുവിശേഷത്തിൽ ഉടനീളമുണ്ട്. സാബത്ത് വിവാദം (2:23-3:6) ഉദാഹരണം. ഓരോ വിവാദത്തിനു ശേഷവും യേശു സ്വീകരിക്കുന്ന, മനുഷ്യമഹത്വവും സ്വാതന്ത്ര്യവും വിളംബരം ചെയ്യുന്ന വിപ്ലവകരമായ നിലപാടു തന്നെയാണ് യഥാർഥത്തിൽ വിശുദ്ധി. ഈ നിലപാടിന് യേശു കൊടുത്ത വിലയാണ് കുരിശ്.

യേശുവും ശിഷ്യരും ക്ഷാളന സംബന്ധമായ യഹൂദപാരമ്പര്യം ലംഘിക്കുന്നു എന്ന ആരോപണത്തെ രണ്ട് വാദമുഖങ്ങൾ ഉന്നയിച്ച് അവിടുന്നു ഖണ്ഡിക്കുന്നു. ഏശയ്യാപ്രവാചകന്റെ പുസ്തകം 29-ാം അധ്യായം 13-ാം വാക്യം ഉദ്ധരിച്ചുകൊണ്ടാണ് ഒന്നാമത്തെ ഖണ്ഡനം: "ഈ ജനം അധരംകൊണ്ട് എന്നെ ബഹുമാനിക്കുന്നു. അവരുടെ ഹൃദയം എന്നിൽനിന്നു വളരെ ദൂരെയാണ്." ഹൃദയത്തിൽ ദൈവസ്നേഹമുള്ളവർ ദൈവകല്പനകൾ പാലിക്കും. മനുഷ്യർ നിർമിച്ച പാരമ്പര്യങ്ങളുടെ പേരിൽ ദൈവകല്പന അവഗണിക്കില്ല. ദൈവം നേരിട്ടു നല്കിയ കല്പനകളാണ് പത്ത് പ്രമാണങ്ങൾ. ഈ പ്രമാണങ്ങളിൽ നാലാമത്തെ കല്പനയാണ് 'മാതാവിനേയും പിതാവിനേയും ബഹുമാനിക്കുക' എന്നത്. മാതാപിതാക്കൾക്കു നല്കേണ്ട ശുശ്രൂഷകളെല്ലാം ഈ കല്പനയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ പൂർവികപാരമ്പര്യം മറയാക്കി ഈ കല്പന ലംഘിക്കാൻ യഹൂദർക്കു മടിയില്ല. മാതാവിനും പിതാവിനും കൊടുക്കേണ്ടത് 'കൊർബ്ബാൻ' ആണെന്ന് ദേവാലയത്തിലെത്തി ശപഥമെടുക്കുന്ന യഹൂദൻ മാതാപിതാക്കളോടുള്ള കടപ്പാടിൽനിന്നു വിമുക്തനായിത്തീരും എന്നാണ് യഹൂദപാരമ്പര്യം. 'കൊർബ്ബാൻ' എന്ന ഹീബ്രുപദത്തിന്റെ അർഥം 'സമർപ്പിക്കപ്പെട്ട വസ്തു' എന്നാണ്. മാതാപിതാക്കളുടെ ശുശ്രൂഷയ്ക്കുവേണ്ടി നീക്കിവെക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ - സ്വത്തുവകകളും ധാർമികമായ ഉത്തരവാദിത്വവും - ദൈവത്തിനു സമർപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു എന്ന് ഒരാൾ ദേവാലയത്തിലെത്തി ശപഥം ചെയ്താൽ, വാർധക്യത്തിലോ രോഗാവസ്ഥയിലോ മാതാപിതാക്കളെ അന്വേഷിക്കേണ്ട കടമയിൽനിന്ന് അയാൾ മുക്തനായിത്തീരും. സമർപ്പിക്കപ്പെട്ട വസ്തു ഭൗതികതലത്തിൽ നിന്ന് ദൈവികതലത്തിലേക്ക് മാറ്റപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതിനാൽ, സമർപ്പിക്കുന്ന വ്യക്തിക്ക് പിന്നീട് ഭൗതികകടമകൾ നിറവേറ്റേണ്ട കടമയില്ല. 'മിഷ്നാ'യിലെ 'നെദാറീം' എന്ന ഖണ്ഡത്തിൽ 'കൊർബ്ബാന്റെ' വിവിധരീതികളും അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിയമങ്ങളും വിശദീകരിക്കുന്നുണ്ട്.

'കൊർബ്ബാൻ' എന്ന പാരമ്പര്യനിയമത്തിലൂടെ യഹൂദർ ദൈവകല്പന നിരർഥകമാക്കിയിരിക്കുന്നു എന്നാണ് യേശു സ്ഥാപിക്കുന്നത്. ഏതാണ് വലുത്? മനുഷ്യനിർമിതമായ പാരമ്പര്യമോ ദൈവം നേരിട്ടു നല്കിയ കല്പനയോ? മനു

വിശുദ്ധി എന്നാൽ മനുഷ്യനിർമിതമായ ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളുടെ പാലനമല്ല, ദൈവകല്പനയും ദൈവവചനവും അനുസരിച്ചുള്ള ധാർമികജീവിതമാണ്.

> **മാതാപിതാക്കളെ ബഹുമാനിക്കുക എന്ന അലംഘനീയമായ ദൈവകല്പന പാലിച്ചാലേ കുടുംബം വിശുദ്ധീകരിക്കപ്പെടൂ.**

ഷ്യൻ സ്വാർഥലാഭത്തിനുവേണ്ടി ദൈവകല്പന മാറ്റിമറിക്കാൻ പാരമ്പര്യവിധിപ്രകാരമുള്ള ആചാരങ്ങൾ നിർമിക്കുന്നു. ആചാരവിധിപ്രകാരമുള്ള കൈകഴുകലും അപ്രകാരമൊരു പാരമ്പര്യമാണ്. ദൈവകല്പന പഠിപ്പിക്കുന്ന ഹൃദയവിശുദ്ധിയും സഹോദരസ്നേഹവുമാണ് ഏറ്റവും പ്രധാനം. വിശുദ്ധിക്ക് യേശു ഒരു പുതിയ കാഴ്ചപ്പാട് നല്കുകയാണിവിടെ. 'വിശുദ്ധി' എന്നാൽ മനുഷ്യനിർമിതമായ ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളുടെ പാലനമല്ല, ദൈവകല്പനയും ദൈവവചനവും അനുസരിച്ചുള്ള ധാർമിക ജീവിതമാണ്.

യഹൂദപാരമ്പര്യത്തിലെ 'കൊർബാൻ' എന്ന പാരമ്പര്യത്തെയാണ് യേശു വിമർശിക്കുന്നത്. ഇന്ന് ഈ 'കൊർബാൻ' പുതിയരീതികളിൽ നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങളിൽ കടന്നുവന്നിരിക്കുന്നു. മാതാപിതാക്കളെ വാർധക്യത്തിൽ ശുശ്രൂഷിക്കാൻ മടികാണിക്കുന്ന മക്കളുടെ എണ്ണം ഇന്നു പെരുകുന്നുണ്ടെന്ന കാര്യം മറച്ചുവെക്കേണ്ടതില്ല. മാതാപതാക്കളെ വൃദ്ധസദനങ്ങളിലാക്കുക, വാർധക്യത്തിലും രോഗാവസ്ഥയിലും അവരെ പീഡിപ്പിക്കുക, വഞ്ചനയിലൂടെ അവരുടെ സ്വത്തുവകകൾ തട്ടിയെടുക്കുക, അവരെ കൊലപ്പെടുത്തുക... ഇവയെല്ലാം 'കൊർബാന്റെ' പുതിയ പതിപ്പുകളാണെന്ന് നാം തിരിച്ചറിയുക. 'മാതാപിതാക്കളെ ബഹുമാനിക്കുക' എന്ന അലംഘനീയമായ കല്പന പാലിച്ചാലേ കുടുംബം വിശുദ്ധീകരിക്കപ്പെടൂ.

അർഥശൂന്യമായ യഹൂദപാരമ്പര്യത്തിനെതിരായ യേശുവിന്റെ രണ്ടാമത്തെ വാദം ഹൃദയവിശുദ്ധിയെക്കുറിച്ചുള്ള പുതിയ കാഴ്ചപ്പാടിൽനിന്ന് ഉയിർകൊള്ളുന്നതാണ്. "പുറമെ നിന്ന് ഉള്ളിലേക്കു കടന്ന് ഒരുവനെ അശുദ്ധനാക്കാൻ ഒന്നിനും കഴിയുകയില്ല. എന്നാൽ ഉള്ളിൽനിന്നു പുറപ്പെടുന്നവയാണ് അവനെ (അവളെ) അശുദ്ധനാ(യാ)ക്കുന്നത്" (7:15). ഈ ദുർഗ്രഹവാക്യത്തിന്റെ പൊരുൾ വ്യക്തമാക്കിത്തരണേ എന്നു ശിഷ്യർ ആവശ്യപ്പെട്ടപ്പോൾ, ഹൃദയത്തിന്റെ അകത്തളങ്ങളിൽനിന്നു പുറപ്പെടുന്ന പാപവും പാപാസക്തികളും മനുഷ്യനെ എങ്ങനെ മലിനപ്പെടുത്തുന്നുവെന്ന് യേശു വ്യാഖ്യാനിച്ചുകൊടുത്തു. പുറമെനിന്നു വായിലൂടെ ഉദരത്തിലേക്കു പ്രവേശിക്കുന്ന ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങൾക്ക് മനുഷ്യനെ അശുദ്ധനാക്കാനാവില്ല. ഈ ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങൾ ദഹനപ്രക്രിയയ്ക്കു വിധേയമാകുകയും മനുഷ്യനെ ശാരീരികമായി പോഷിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആകയാൽ എല്ലാ ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങളും ശുദ്ധമാണ്. ആചാരപ്രകാരമുള്ള കൈകഴുകൽ നടത്താതിരിക്കുമ്പോൾ മാത്രമല്ല, അശുദ്ധമെന്നു കരുതപ്പെടുന്ന ചില ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങൾ കഴിക്കുമ്പോഴും മനുഷ്യൻ അശുദ്ധനായി തീരുമെന്നായിരുന്നു യഹൂദചിന്ത. യേശു ഈ ചിന്താഗതിയെ തകിടം മറിച്ചുകൊണ്ട്, ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങളൊന്നും മനുഷ്യനെ അശുദ്ധനാക്കില്ലെന്നു പ്രഖ്യാപിച്ചു. ധാർമികമുല്യങ്ങളിൽ നിന്നു വ്യതിചലിക്കുമ്പോഴാണ് മനുഷ്യൻ അശുദ്ധനാകുന്നത്. ധാർമികമൂല്യങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള വ്യതിചലനമാണ് പാപവും പാപാസക്തികളും. അവ ഉള്ളിൽനിന്ന് അഥവാ ഹൃദയത്തിൽ നിന്നു പുറപ്പെടുന്നു. അവ മനുഷ്യനെ അശുദ്ധനാക്കുന്നു. 13 പാപങ്ങളുടെ പട്ടിക യേശു എടുത്തുപറയുന്നുണ്ട്. മനുഷ്യനെ അശുദ്ധനാക്കുന്ന തിന്മകളാണവ.

വിവാഹ ഒരുക്ക ധ്യാനം

2025 August	- 9,10,11 (Zion)	- Booking going on
	- 25,26,27 (Chry)	- Booking going on
2025 September	- 1,2,3 (Zion)	- Booking going on
	- 15,16,17 (Chry)	- Booking going on
	- 30,Oct 1,2 (Zion)	- Booking going on
2025 October	- 13,14,15, (Chry)	- Booking going on
	- 27,28,29 (Zion)	- Booking going on

അന്വേഷണങ്ങൾക്ക്
ഫോൺ - 0481 2424476 സമയം - 11 am to 5 pm

പ്രായമായവർക്ക് ഗ്രേയ്സ്ഫുൾ ധ്യാനം
(60 വയസിനു മുകളിലുള്ളവർക്ക് താമസിച്ചുള്ളതി
കുന്നന്താനം സീയോൻ ധ്യാനകേന്ദ്രത്തിൽ

ആഗസ്റ്റ് 24,25,26,27
സെപ്റ്റംബർ 07,08,09,10

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

കൈ കഴുകാത്തതോ, ചില ഭക്ഷണസാധന ങ്ങൾ ഭക്ഷിക്കുന്നതോ മനുഷ്യനെ അശുദ്ധ നാക്കുന്നില്ല. ധാർമികമൂല്യങ്ങൾ വെടിഞ്ഞ് തിന്മയിൽ അഭിരമിക്കുമ്പോൾ മനുഷ്യൻ അശുദ്ധനായിത്തീരും. ദൈവപ്രമാണങ്ങളുടെ പാലനവും ധാർമികമൂല്യങ്ങളുടെ അനുസരണവുമാണ് ക്രിസ്തുവിന്റെ വീക്ഷണത്തിൽ വിശുദ്ധിയുടെ ഉൾക്കാമ്പ്. മറ്റുവാക്കിൽ, വിശുദ്ധിയെ ആചാരപരതയിൽനിന്ന് ധാർമികപരതയിലേക്കു മാറ്റിപ്രതിഷ്ഠിച്ചുകൊണ്ട് പുനർവ്യാഖ്യാനിച്ചതാണ് യേശുവിന്റെ വിപ്ലവകരമായ സന്ദേശം. പാപമാർഗങ്ങൾ വിട്ട്, ദൈവകല്പനകൾ പാലിച്ച്, ധാർമികമൂല്യങ്ങളിൽ വളരുന്ന ഭവനമാണ് വിശുദ്ധിയുള്ള കുടുംബം.

വിശുദ്ധി: മനുഷ്യരെ തുല്യരായി ബഹുമാനിക്കുന്ന ജീവിതശൈലി

എല്ലാ ഭക്ഷണപദാർഥങ്ങളും മാത്രമല്ല എല്ലാ മനുഷ്യരും വിശുദ്ധരാണെന്ന് യേശു പ്രഖ്യാപിക്കുകയാണ് തുടർന്നുള്ള മൂന്നു സംഭവങ്ങളിൽ. യേശു വിജാതീയനാടുകളിൽ ചെയ്ത മൂന്ന് അദ്ഭുതങ്ങളാണ് അവിടെ വിവരിക്കുന്നത്. സീറോ-ഫിനീഷ്യൻ സ്ത്രീയുടെ മകൾക്കു നല്കിയ സൗഖ്യം, ബധിരനും ഊമനുമായ മനുഷ്യനു നല്കിയ സൗഖ്യം, ഏഴപ്പം വർധിപ്പിച്ച് നാലായിരത്തോളം വരുന്ന ജനാവലിയെ തീറ്റിപ്പോറ്റുന്ന സംഭവം എന്നിവയാണ് ഈ അദ്ഭുതങ്ങൾ. യേശു യഹൂദരുടെ മാത്രമല്ല വിജാതീയരുടെയും രക്ഷകനാണെന്നും, അവിടുത്തേക്ക് ജാതീയമോ വംശീയമോ ആയ വേർതിരിവുകൾ ഇല്ലെന്നും അസന്നിഗ്ധമായി വെളിപ്പെടുത്തുന്ന സംഭവങ്ങളാണിവ. യഹൂദ കാഴ്ചപ്പാടനുസരിച്ച് വിജാതീയർ അശുദ്ധരാണ്. അവർക്കു രക്ഷ ലഭിക്കില്ല എന്നവർ കരുതി. യേശു ഈ ചിന്താഗതി തിരുത്തുന്നു. യഹൂദരും വിജാതീയരും ദൈവത്തിന്റെ മക്കളെന്ന നിലയിൽ തുല്യരാണ്, സഹോദരീസഹോദരന്മാരാണ്. യേശു അവർക്കു രക്ഷ നല്കുകയും, ബന്ധനങ്ങളിൽനിന്നു മോചിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എല്ലാ മനുഷ്യരെയും തുല്യരായിക്കണ്ട് ബഹുമാനിക്കുകയും സഹോദരങ്ങളായി ആദരിക്കുകയും യാതൊരു വേർതിരിവും കൂടാതെ എല്ലാവർക്കും ശുശ്രൂഷ നല്കുകയും ചെയ്യുന്ന സാർവലൗകിക സ്നേഹവും സാർവത്രിക കരുണയും പരിശീലിക്കുന്ന മുറയ്ക്കാണ് കുടുംബം വിശുദ്ധിയിൽ വളരുന്നത്.

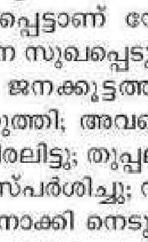
ആദ്യത്തെ അദ്ഭുതം സീറോ-ഫിനീഷ്യൻ സ്ത്രീയുടെ മകൾക്കു ലഭിച്ച രോഗശാന്തിയാണ് (7:24-30). യേശു വിജാതീയനാടായ ടയർ പ്രദേശത്തെത്തി. സീറോ-ഫിനീഷ്യൻ വംശത്തിൽപ്പെട്ട ഗ്രീക്കുകാരിയായ സ്ത്രീ യേശുവിന്റെ കാല്ക്കൽ വീണ്, അശുദ്ധാത്മാവ് ബാധിച്ച മകളെ സുഖപ്പെടുത്തണമെന്നു യാചിച്ചു. യേശു രണ്ടു പാഠങ്ങൾ അവളെ പഠിപ്പിച്ച ശേഷമാണ് അവളുടെ മകൾക്കു സൗഖ്യം കൊടുത്തത്. ഒന്നാമത്തേത്, ദൈവത്തിന്റെ രക്ഷാകരപദ്ധതിയിൽ ഇസ്രായേലിനുള്ള പ്രഥമ സ്ഥാനം അവൾ അംഗീകരിക്കണം. "ആദ്യം മക്കൾ ഭക്ഷിച്ചു തൃപ്തരാകട്ടെ" (7:27). മക്കൾ എന്നാൽ ഇസ്രായേൽ സന്തതികൾ. ദൈവം ഇസ്രായേലിനെയാണല്ലോ പ്രത്യേകം തെരഞ്ഞെടുത്തത്; അവരിലൂടെയാണ് ലോകജനതയെ അവിടുന്ന് രക്ഷിക്കുന്നതും. ഇസ്രായേലിൽനിന്നു ജനിക്കുന്ന മിശിഹായാണ് ലോകരക്ഷകൻ. ഇസ്രായേലിനു ദൈവം നല്കിയിരിക്കുന്ന ഈ പ്രമുഖസ്ഥാനം അംഗീകരിക്കുക എന്നത് രക്ഷ പ്രാപിക്കാൻ അവശ്യവ്യവസ്ഥയാണ്. അതംഗീകരിക്കാൻ തക്ക എളിമ ആ സ്ത്രീക്കുണ്ടായിരുന്നു. തുടർന്ന് അവളെ വിശ്വാസത്തിന്റെ മേഖലയിൽ യേശു പരീക്ഷിക്കുകയാണ്: "മക്കളുടെ അപ്പം എടുത്ത് നായ്ക്കൾക്ക് എറിഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നത് നന്നല്ല" (7:27). ഇത് അക്കാലത്ത് പ്രചാരത്തിലിരുന്ന ഒരു പഴമൊഴിയാണ്. യഹൂദർ വിജാതീയരെ അശുദ്ധരായി കരുതിയിരുന്നതിനാൽ അവരെ നായ്ക്കളോടു സാദൃശ്യപ്പെടുത്തിയിരുന്നു. യേശു ഈ വീക്ഷണം അംഗീകരിക്കുന്നില്ലെങ്കിലും, വിജാതീയ സ്ത്രീയെ പരീക്ഷിക്കാൻ ഈ പഴമൊഴി ഉദ്ധരിക്കുകയാണ്. സ്ത്രീയാകട്ടെ യുക്തമായ മറുപടി നല്കി: "കർത്താവേ, അതു ശരിയാണ്; എങ്കിലും മേശയ്ക്കു കീഴെനിന്ന് നായ്ക്കളും മക്കൾക്കുള്ള അപ്പക്കഷണങ്ങളുടെ ബാക്കി തിന്നുന്നുണ്ടല്ലോ" (7:28). പരീക്ഷയിൽ സ്ത്രീ വിജയം നേടി. അവളുടെ വിശ്വാസം യഹൂദരുടെ വിശ്വാസത്തേക്കാൾ ശ്രേഷ്ഠമാണെന്ന് യേശു സാക്ഷ്യവും നല്കി. വിശ്വാസപരീക്ഷയിൽ ജയിച്ച സ്ത്രീക്ക് അവളുടെ യാചന സഫലമായി കാണാൻ ഭാഗ്യം ലഭിച്ചു.

വിജാതീയർ യഹൂദരെപ്പോലെതന്നെ

വിശുദ്ധരാണ്. അവർക്കും രക്ഷ നല്കാനാണ് യേശു വന്നിരിക്കുന്നത്. എന്നാൽ അവർ രക്ഷാപദ്ധതിയിൽ യഹൂദരുടെ മുൻഗണന അംഗീകരിക്കണം. എളിമയോടും വിശ്വാസത്തോടുംകൂടെ രക്ഷകനായ യേശുവിനെ സമീപിക്കണം.

വിജാതീയ നാട്ടിൽ യേശു ചെയ്ത രണ്ടാമത്തെ അദ്ഭുതം ബധിരനെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നതാണ് (7:31-37). ദെക്കാപ്പോളീസ് (ദശഗ്രാമം) പ്രദേശത്തുകൂടി കടന്നുപോയപ്പോഴാണ് യേശു ഈ അദ്ഭുതം പ്രവർത്തിച്ചത്. വിജാതീയർ തിങ്ങിപ്പാർത്തിരുന്ന ഈ പ്രദേശത്തുനിന്ന് ബധിരനും സംസാരത്തിനു തടസമുള്ളവനുമായ ഒരുവനെ ജനങ്ങൾ യേശുവിന്റെ പക്കൽ കൊണ്ടുവന്നു. മറ്റു സൗഖ്യവിവരണങ്ങളിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമായി, വളരെ സാഹസപ്പെട്ടാണ് യേശു ഈ മനുഷ്യനെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നത്. അവനെ ജനക്കൂട്ടത്തിൽനിന്ന് മാറ്റി നിറുത്തി; അവന്റെ ചെവികളിൽ വിരലിട്ടു; തുപ്പലുകൊണ്ട് നാവിൽ സ്പർശിച്ചു; സ്വർഗത്തിലേക്കു നോക്കി നെടുവീർപ്പിട്ടു; 'തുറക്കപ്പെടട്ടെ' എന്നർഥമുള്ള 'എഫ്ഫാത്ത' എന്ന വാക്ക് ഉച്ചരിച്ചു. അപ്പോഴാണ് അവന്റെ ചെവികൾ തുറന്നതും നാവിന്റെ കെട്ടഴിഞ്ഞതും ശ്രവണശക്തിയും സംസാരശേഷിയും അവന് ലഭിച്ചതും. യേശു ഇത്രയേറെ ബദ്ധപ്പെട്ട് ഇവനു സൗഖ്യം നല്കിയത് എന്തുകൊണ്ടാണ്?

ഉദ്ദിഷ്ടകാര്യം സാധിച്ചതിന്
ഉപകാരസ്മരണ



Aug 2

ഒരു വിശ്വാസി

തന്റെ ശിഷ്യരെ ഒരു ആത്മീയസത്യം പഠിപ്പിക്കുകയായിരുന്നു അവിടുത്തെ ലക്ഷ്യം. ഈ ബധിരൻ ശിഷ്യരുടെ പ്രതീകവും പ്രതിനിധിയുമാണ്. ശിഷ്യരെ ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന ആത്മീയബാധിര്യവും ഊമത്വവും നീക്കിക്കളയാൻ യേശുവിന് നന്നേ ക്ലേശിക്കേണ്ടി വരുന്നു എന്ന സന്ദേശം ഈ സൗഖ്യത്തിൽ ഉള്ളടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. വിജാതീയരെ അശുദ്ധരായി മാറ്റി നിറുത്താതെ, അവരെക്കൂടി രക്ഷയിൽ ഉൾച്ചേർക്കാനുള്ള യേശുവിന്റെ ശ്രമം ശിഷ്യർക്കു മനസിലാകുന്നില്ല. ശുദ്ധാശുദ്ധനിയമങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള യഹൂദചിന്ത മനസിലുറപ്പിച്ചിരുന്ന ശിഷ്യർക്ക് യേശുവിന്റെ കാഴ്ചപ്പാട് പെട്ടെന്ന് ഉൾക്കൊള്ളാനും കഴിയുന്നില്ല. ക്രമാനുഗതമായി, ഏറെ ക്ലേശിച്ച് സുവിശേഷത്തിന്റെ കാതലായ സാർവലൗകികസ്നേഹവും വേർതിരിവില്ലാത്ത സമത്വബോധവും യേശു അവരെ പഠിപ്പിക്കുകയാണ്. ചുരുക്കത്തിൽ ഈ ബധിരൻ ശിഷ്യർക്കു ലഭിക്കുന്ന പുതിയ ശ്രവണത്തിന്റെയും ഭാഷണത്തിന്റെയും പ്രതീകമായി നിലകൊള്ളുന്നു. അപ്പസ്തോലന്മാരുടെ നടപടിപ്പുസ്തകത്തിലും ഈ യഹൂദ-വിജാതീയ സംഘർഷം കാണുന്നുണ്ട്. പരിശുദ്ധാത്മാവ് ക്രമേണ ഇതു മാറ്റി സാർവലൗകിക പ്രേഷിതദൗത്യത്തിലേക്ക് ശിഷ്യരെ നയിക്കുന്നു.

ഏഴപ്പംകൊണ്ട് നാലായിരം പേരെ പോറ്റുന്ന സംഭവമാണ് വിജാതീയനാട്ടിൽ യേശു ചെയ്ത മൂന്നാമത്തെ അദ്ഭുതം (8:1-10). അഞ്ചപ്പംകൊണ്ട് അയ്യായിരം പേരെ പോറ്റിയത് യഹൂദർക്കുള്ള രക്ഷയുടെ പ്രതീകമാണെങ്കിൽ, ഏഴപ്പംകൊണ്ട് നാലായിരം പേരെ പോറ്റിയത് വിജാതീയർക്കുള്ള രക്ഷയെയാണ് പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നത്. യേശുവിന് ശുദ്ധാശുദ്ധവിവേചനമില്ല. അവിടുന്ന് യഹൂദരെയും വിജാതീയരെയും ഒരുപോലെ കാണുന്നു; എല്ലാവർക്കും രക്ഷ നല്കുന്നു.

സാർവലൗകികസ്നേഹത്തിലും സാഹോദര്യത്തിലും വളരുന്നതനുസരിച്ചാണ് നാം വിശുദ്ധിയിൽ വളരുന്നതെന്ന് ഈ മൂന്ന് അദ്ഭുതങ്ങളും പഠിപ്പിക്കുന്നു. സ്നേഹമാണ് വിശുദ്ധിയുടെ അന്തസത്ത.

അശുദ്ധി എന്ന പുളിമാവ്

യേശുവും ശിഷ്യരും വഞ്ചിയിൽ കയറി ദൽമാനൂത്താ പ്രദേശത്തേക്കു പോകുന്നു. മഗദാ, മഗ്ദലാ എന്നൊക്കെ ഈ പ്രദേശം അറിയപ്പെടുന്നുണ്ട്. വഞ്ചിയിലായിരിക്കുമ്പോൾ, "ഫരിസേയരുടെയും ഹേറോദേസിന്റെയും പുളിപ്പിനെപ്പറ്റി കരുതലോടെയിരിക്കാൻ" (8:15) യേശു ശിഷ്യരെ ഉപദേശിക്കുന്നു. ഈ വചനം ശിഷ്യർ തെറ്റിദ്ധരിച്ചു. അവരുടെ ഗ്രഹണശേഷിയില്ലായ്മയെയും മന്ദതയെയും ശാസിച്ചുകൊണ്ട് യേശു അവരോട് അനേകം ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുന്നു (8:17-21). അപ്പത്തിന്റെ പുളിപ്പല്ല, ഫരിസേയരുടെ തെറ്റായ പ്രബോധനമാകുന്ന പുളിപ്പാണ് യേശു ഉദ്ദേശിച്ചത്. ഈ പുളിപ്പ് വ്യക്തികളേയും കുടുംബങ്ങളേയും അശുദ്ധമാ

ക്കും. അശുദ്ധിയാകുന്ന പുളിമാവ് തെറ്റായ കാഴ്ചപ്പാടിലൂടെയും പ്രബോധനങ്ങളിലൂടെയുമാണ് കുടുംബത്തിൽ കടന്നുവരുന്നത്.

ആധുനിക കുടുംബങ്ങളെ അശുദ്ധമാക്കുന്ന തെറ്റായ പ്രബോധനങ്ങളുടെ പുളിമാവ് എന്തൊക്കെയാണ്? മൂന്നെണ്ണം മാത്രം ചൂണ്ടികാട്ടാം: ഒന്ന്, വിവാഹം എന്ന ഉത്തരവാദിത്വം വേണ്ട. ഭോഗങ്ങളിൽ ആറാടി ഒത്തുവാസത്തിലോ കാമലീലകളിലോ മാത്രം മുഴുകി ജീവിച്ചാൽ മതി. രണ്ട്, വിവാഹം കഴിച്ചാലും മക്കൾ വേണ്ടാ. മക്കൾ എന്ന ഭാരം ഒഴിവാക്കിയാൽ ഉത്തരവാദിത്വരഹിതമായി സ്വാർഥസുഖങ്ങളിൽ മുഴുകി ജീവിക്കാം. മൂന്ന്, വേണ്ടത്ര ഒരുക്കമോ ആലോചനയോ കൂടാതെ മറ്റെന്തെങ്കിലും നിർബന്ധത്തിനു വഴങ്ങി പങ്കാളിയെ തെരഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള പ്രേരണ. സാറാ ജോസഫിന്റെ 'ആലാഹയുടെ പെൺമക്കൾ' എന്ന നോവലിൽ മൂന്നാമത്തെ ഗണത്തിൽപ്പെട്ട പുളിമാവ് കുടുംബത്തകർച്ചയ്ക്കു കാരണമാകുന്നതെങ്ങനെ എന്നു വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. പാവപ്പെട്ട കുടുംബത്തിലെ 15 വയസ് പ്രായമുള്ള കുഞ്ഞില 40 വയസുകാരൻ സമ്പന്നനായ ഇട്ടിയെ ഭർത്താവായി സ്വീകരിക്കാൻ നിർബന്ധിക്കപ്പെട്ടു. പ്രായപ്പൊരുത്തമോ മനപ്പൊരുത്തമോ ഒന്നും നോക്കാതെ സമ്പത്തുമാത്രം നോക്കി കുഞ്ഞിലയെ അയാൾക്കു കല്യാണം ചെയ്തുകൊടുത്തപ്പോൾ, മാതാപിതാക്കളും ബന്ധുക്കളും അവളോട് വലിയ അപരാധമാണ് ചെയ്തത്. നോവലിസ്റ്റിന്റെ ഭാഷയിൽ 'കുഞ്ഞിലയെ കെട്ടുമ്പോൾ ഉള്ളു മുഴുവൻ പുതലിച്ചു കഴിഞ്ഞ ഒരു പാഴ്മരമായിരുന്നു ഇട്ടി. ജീർണതയുടെ വിളറിയ വെളുപ്പുനിറംകൊണ്ട് അയാൾ അലങ്കരിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു.' മരിക്കുംമുമ്പ് അയാൾക്കൊരു പെണ്ണിനെ അറിയണമെന്ന ആഗ്രഹമേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. കല്യാണം കഴിഞ്ഞ് പിറ്റേ ആഴ്ച ഇട്ടി മരിച്ചു. കുഞ്ഞില വിധവയായി, ദുഃഖപുത്രിയായി വീട്ടിലേക്കു പോന്നു. വേണ്ടത്ര ആലോചന കൂടാതെ പൊന്നും സ്വത്തും മറ്റു നേട്ടങ്ങളും മോഹിച്ച് നടത്തുന്ന വിവാഹങ്ങളിലൂടെ 'അശുദ്ധി' കുടുംബത്തിലേക്കു ഇഴഞ്ഞുകയറിവരുന്നു. നീണ്ടുനില്ക്കുന്ന കുടുംബകലഹങ്ങളും വിവാഹമോചന കേസുകളും സഹനത്തിന്റെ നീണ്ട യാമങ്ങളും ഈ 'അശുദ്ധി'യിൽ നിന്നല്ലേ പൊട്ടിപ്പുറപ്പെടുന്നത്?

അശുദ്ധി നീക്കുന്ന പുതിയ കാഴ്ചപ്പാട്

യേശു ബേത്സയ്ദായിലെ അന്ധന് രണ്ടു ഘട്ടങ്ങളിലൂടെയാണ് കാഴ്ച നല്കുന്നത് (8:22-26). ഇത് പ്രതീകാത്മകമായ സൗഖ്യവിവരണമാണെന്നു തിരിച്ചറിയുക. ഈ അന്ധൻ ശിഷ്യരുടെ പ്രതീകമാണ്; ഓരോ കുടുംബത്തിന്റെയും പ്രതീകമാണ്. കുടുംബത്തെ ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന അശുദ്ധി നീങ്ങിപ്പോകണമെങ്കിൽ ക്രിസ്തുവിന്റെ വെളിച്ചം അവിടെ കടന്നുവരണം; ക്രിസ്തുവിന്റെ കാഴ്ചക്കോണിലൂടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ എല്ലാറ്റിനെയും കാണാൻ പഠിക്കണം.

യേശു അന്ധന്റെ കണ്ണുകളിൽ തുപ്പൽ പുരട്ടിയശേഷം തന്റെ കൈകൾ അവന്റെ മേൽ വെച്ചു. സൗഖ്യത്തിന്റെ ഒന്നാംഘട്ടമായിരുന്നു അത്. അവനു ഭാഗികമായ കാഴ്ചയേ ലഭിച്ചുള്ളൂ. മനുഷ്യരെ ചലിക്കുന്ന മരങ്ങളായി അവൻ കാണുന്നു. യേശു വീണ്ടും അവന്റെ കണ്ണുകളിൽ കൈകൾ വെച്ചു. അപ്പോൾ അവനു ശരിയായ കാഴ്ച കിട്ടി. എല്ലാ വസ്തുക്കളും വ്യക്തമായി അവൻ കണ്ടു. നമ്മുടെ വ്യക്തിജീവിതത്തേയും കുടുംബജീവിതത്തേയും ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന അശുദ്ധി നീങ്ങിപ്പോകണമെങ്കിൽ യേശുവിന്റെ രണ്ടാംസ്പർശനം ആവശ്യമാണ്. യേശുവുമായുള്ള നിരന്തര ആത്മീയബന്ധമാണ് ഈ സ്പർശനംകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. "വഞ്ചിയിൽ അവരുടെ പക്കൽ ഒരപ്പം മാത്രമേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ" (8:14) എന്ന് സുവിശേഷകനായ മർക്കോസ് സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുമ്പോൾ, ജീവന്റെ അപ്പമായ യേശുവിന്റെ നിതാന്തസാന്നിധ്യം അതു നമ്മെ ഓർമിപ്പിക്കുന്നു. പ്രാർഥന, വചനധ്യാനം, കുർബാന, കൂദാശകൾ മുതലായവയിലൂടെ യേശുവുമായി നിരന്തരബന്ധം പുലർത്തിയാലേ നമ്മുടെ അന്ധത പൂർണമായി നീങ്ങിപ്പോകൂ. മനുഷ്യവ്യക്തികളെ 'വസ്തുക്കളായി' (മരങ്ങളായി) കാണുന്നതാണ് ഏറ്റവും വലിയ അന്ധത. കുടുംബാംഗങ്ങൾ അന്യോന്യം വ്യക്തികളായി കണ്ട് ആദരിക്കാനും സ്നേഹിക്കാനും ശുശ്രൂഷിക്കാനും തയാറാകുമ്പോൾ അന്ധത നീങ്ങും; അശുദ്ധി മാറിപ്പോകും; കുടുംബം വിശുദ്ധീകരിക്കപ്പെടും. അതിന് യേശുവിന്റെ 'രണ്ടാംസ്പർശന'ത്തിന് അഥവാ 'നിരന്തര സ്പർശന'ത്തിന് വിട്ടുകൊടുക്കാൻ നാം തയാറാണോ?

(തുടരും)

EXIT പുറം വാതിൽ

ജെ. മണക്കുന്നേൽ

പകരംവന്നു പാപക്ഷമ പൊതിഞ്ഞുവാങ്ങാമോ?

മൂന്നാംദിവസവും മൂന്നാംതവണ മൂന്നുമണി നേരത്ത് മുറിക്കുമുമ്പിൽ മുക്കുംചീറ്റി മനസ്താപം കാട്ടി ആ സ്ത്രീയിതാ നില്ക്കുന്നു! ഇത്തവണ എന്തോ പന്തികേടു മണത്ത് ഞാനവരെ പുറത്തിരുത്തി വിവരങ്ങളാരാഞ്ഞു. കുമ്പസാരത്തിനെത്തുന്നവരുടെ വിവരശേഖരണം നടത്താറില്ലെങ്കിലും, ഇതിലെന്തോ 'ഒരിത്' എനിക്കു തോന്നിയിരുന്നു. തലേന്നും പിറ്റേന്നും വന്ന് ഒരേ പാപം ഏറ്റുപറഞ്ഞു കുമ്പസാരിച്ചപ്പോഴേ സംശയിച്ചെങ്കിലും അത്ര കാര്യമാക്കിയില്ല. മൂന്നാംതവണയും കൃത്യനേരത്തുതന്നെ ഒരു കൃത്യനിർവഹണത്തിനെന്ന പോലെ കുമ്പസാ രത്തിനെത്തിയ അമ്പതുകാരി അനുതാപിയോട് എനിക്ക് അലിവുണ്ടെങ്കിലും, അതിലുപരി അവരുടെ സ്ഥിരംവരവിൽ ആശ്ചര്യമാണു തോന്നിയത്.

"ഇതാരോ നിർബന്ധം പറഞ്ഞുവിട്ടതുപോലുണ്ടല്ലോ" എന്ന എന്റെ ചോദ്യത്തിന് അവരൊടുവിൽ തലയാട്ടി സമ്മതിച്ചു. പട്ടിണിയും പരിവട്ടവുമായി നട്ടംതിരിയുന്ന കുടുംബം! കെട്ടിയോനാണെങ്കിൽ ഒട്ടുമേ ഉത്തരവാദിത്വമില്ല. കെട്ടാറായ ഒരുത്തിക്കു പിന്നാലെ മൂന്നുണ്ടു കുട്ടികൾ. തൊഴിലുറപ്പിനും വീട്ടുപണികൾക്കും പോയി കിട്ടുന്നതുകൊണ്ടു തട്ടിമുട്ടി കഴിയുന്നു. ഇളയ മകളായതിനാൽ, വീതമായി കെഞ്ചി വാങ്ങിയ അഞ്ചുസെന്റ് സ്ഥലത്തിനുള്ളിലെ കൊച്ചുകൂരയിൽ ഇവർക്കു പുറമെ ഒരു 'അല്പപ്രാണി' കൂടി അനക്കമില്ലാതെ കിടപ്പുണ്ടത്രേ. എല്ലും തോലും മാത്രമുള്ള, തൊണ്ണൂറ്റിരണ്ടു വയസുകഴിഞ്ഞ സ്വന്തം അമ്മ! നെഞ്ചിനുള്ളിലെ ഇത്തിരിശ്വാസം മാത്രം ജീവനു തെളിവായി കാട്ടിക്കൊണ്ട് കട്ടിലിൽ ഒട്ടിക്കിടക്കാൻ തുടങ്ങിയിട്ടു നാലുവർഷമായത്രേ! കൂനിയ കുടിലിനുള്ളിൽ 'കുനിൻമേൽ കുരു' എന്നപോലെ അടകിടപ്പുകിടക്കുന്ന ഇവരെ മടക്കിക്കൊണ്ടു പോകാൻ മരണംപോലും മടിപിടിച്ചിരിപ്പാണ്.

നീരുമാത്രം വല്ലപ്പോഴും ആഹാരമാക്കി നിരാഹാരം കിടക്കുന്ന ആ അമ്മയെ അങ്ങേലോകത്തെത്തിക്കാൻ ആരോ പറഞ്ഞറിഞ്ഞ ഒരു 'സിദ്ധന്റെ' പക്കൽ കാര്യങ്ങളറിയാൻ അവർ പോയിരുന്നത്രേ. ബൈബിളു പറയുന്ന ബ്രദറിന്റെ പക്കൽ ആത്മാവിന്റെ രക്ഷയ്ക്കായി ആദ്യം അഞ്ഞൂറുരൂപ സമർപ്പിച്ചു. ചെവിപൊട്ടുന്ന പ്രാർഥനയ്ക്കിടയിൽ ബ്രദർ വെടിപൊട്ടിച്ചു: "അമ്മയുടെ ഉള്ളിൽ ഏറ്റുപറയാത്ത ഒത്തിരി തെറ്റുകുറ്റങ്ങളുണ്ട്"! വിട്ടുപോയ പാപങ്ങളെ പ്രതി വിട്ടുവീഴ്ചയില്ലാത്ത ദൈവം വട്ടംപിടിച്ചു പൂട്ടി കട്ടിലിൽ കെട്ടിയിട്ടിരിക്കുകയാണത്രേ! അടുത്തകാലത്തു കൊടുത്ത 'രോഗീലേപനം' ആത്മാവിന് അത്ര പിടിച്ചിട്ടില്ല. പരിഹാരമായി മകൾ തന്നെ അടുപ്പിച്ചു മൂന്നുദിവസം മൂന്നുമണി നേരത്ത് മടുപ്പില്ലാതെ അമ്മയ്ക്കുപകരം കുമ്പസാരിക്കണമത്രേ! അതിനാൽ അമ്മയ്ക്കായി ചുമ്മാതങ്ങു കുമ്പസാരിക്കാൻ എത്തിയതാണ് ഈ സാധുസ്ത്രീ!

തൊള്ളതുറന്നു സ്തുതിച്ചലറി വെള്ളം ചേർക്കാത്ത കള്ളം പറയുന്ന സിദ്ധന്റെ പൊള്ളത്തരമറിയാത്ത ഈ പാവത്തിനോട് എന്തുപറയാനാണ്? അമ്മയ്ക്കു പകരക്കാരിയായി വന്ന് അനുരഞ്ജന കൂദാശ നടത്തി, അമ്മയെ അധികം വൈകാതെ അങ്ങേലോകത്തെത്തിക്കാൻ ആത്മാർഥ പരിശ്രമം ചെയ്യുന്ന അവരെ സഹതാപപൂർവം കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞു മനസിലാക്കാൻ ഏറെനേരം വേണ്ടിവന്നു. അവനവനായി അനുതാപപൂർവം അണയേണ്ടതാണ് അനുരഞ്ജനകൂദാശയെന്നും, ആർക്കും പകരമായിനിന്ന് അതു നടത്താനാവില്ലെന്നും ബോധ്യപ്പെടുത്തി. മേലിൽ ഇത്തരം പൊട്ടസിദ്ധന്മാരുടെ വീട്ടുപടിക്കൽ പോലും പോകരുതെന്നു വിലക്കി, ആശ്വസിപ്പിച്ചു പ്രാർഥിച്ചു മടക്കിയയച്ചു.

"അവർ ഭക്തിയുടെ ബാഹ്യരൂപം നിലനിർത്തിക്കൊണ്ട് അതിന്റെ ചൈതന്യത്തെ നിഷേധിക്കും. അവരിൽ നിന്നും അകന്നു നില്ക്കുക... അവർ വിശ്വാസനിന്ദകരും ദുഷിച്ച മനസുള്ളവരുമാണ്. അവർ അധികം മുന്നോട്ടുപോകുകയില്ല" (2തിമോ. 3:5-9).

അരികിലെത്തുന്നവരുടെ ആദരവും അംഗീകാരവും പിടിച്ചെടുക്കാൻ 'കൂദാശകളുടെ' പേരിൽ പോലും അന്ധവിശ്വാസങ്ങളും അബദ്ധവിശ്വാസങ്ങളും പ്രചരിപ്പിക്കുന്ന സിദ്ധന്മാർക്കിന്നു കുറവില്ല. അല്പവിശ്വാസികളുടെ ആധികളെയും ആകുലതകളെയും ആശങ്കകളെയും മുതലെടുത്ത് ഉപജീവനം പിഴയ്ക്കുന്ന ഇവർ, കനിവുള്ള കർത്താവിനേക്കാൾ കഠിനഹൃദയ കർത്താവിനെ പൂജിക്കുന്നവരാണ്. വചനം വളച്ചൊടിച്ചും വില കുറഞ്ഞ വീരസ്യങ്ങൾ നിരത്തിയും അവർ വിശ്വാസികളെ വലയിൽപ്പെടുത്തുന്നുണ്ട്. ജാഗ്രതൈ! "നുണയുടെ കയറുകൊണ്ട് അകൃത്യത്തെ വലിച്ചിഴയ്ക്കുന്നവനു ദുരിതം! പാപത്തെ കയറുകെട്ടി വലിക്കുന്നവനു ദുരിതം!" (ഏശ. 5:18). ○

Printed & Published by Fr. Jose Thekkepurathu • Owned by Family Apostolate, Archbishop's House, Changanacherry • Phone: 0481 2424476, 2420349 • Printed at St. Joseph Orphanage Press, Changanacherry • Chief Editor: Dr. Jose George Thekkepurathu