SINCE 1982

കുടുംബജ്യോതി

പുസ്തകം 44 ലക്കം 9

2026 സെപ്റ്റംബർ

കുട്ടനാട് സ്പെഷ്യൽ

തോരാത്ത മഴയിൽ തീരാദുരിതത്തിലായ കുട്ടനാട്

ആന്റണി ആറിൽചിറ

മനുഷ്യരെ ഉയർത്തി രാജ്യത്തെ പണിതവർ

ഡോ. പയസ് മലേക്കണ്ടത്തിൽ

കുടുംബ ബജറ്റ്

കുട്ടിച്ചായന്റെ കുറിപ്പുകൾ

കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കുവേണ്ടി സ്വപ്നം കാണുന്ന

'സ്പെഷ്യൽ സിസ്റ്റർ'

contents

06 കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കുവേണ്ടി സ്വപ്നം കാണുന്ന 'സ്പെഷ്യൽ സിസ്റ്റർ'

25 മനുഷ്യരെ ഉയർത്തി രാജ്യത്തെ പണിതവർ
ഡോ.പയസ് മലേക്കണ്ടത്തിൽ

11 എട്ടുനോമ്പ്
സി. മെറിൻ മൂന്നാറ്റിൻമുഖം SABS

14 തോരാത്ത മഴയിൽ തീരാദുരിതത്തിലായ കുട്ടനാട്
ആന്റണി ആറിൽചിറ

35 കുടുംബ ബജറ്റ്

40 FAMILY DOCTOR SPEAKING
ഡോ.വിനോദ് ജോസ് കാക്കനാട്ട്

20 കാഞ്ചനക്കൂട്
ജോൺ റോളിൻസ്

42 നൂറുമേനിയുടെ വചനയാത്ര
ഡോ. ജോബിൻ എസ് കൊട്ടാരം

സ്ഥിരം പംക്തികൾ

04 പൂമുഖം:
മാതാപിതാക്കൾ മക്കളാകും കാലം

46 പുതിയനിയമത്തിലെ കുടുംബദർശനം:
കുടുംബം പ്രാർത്ഥനയുടെ മണിത്തേരിൽ

30 തിരിവെട്ടം:
മറിയത്തിന്റെ ആനന്ദങ്ങൾ

50 പുറംവാതിൽ:
ഒരു ജെൻ-സീ വീട്ടു വിശേഷം

ചീഫ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ജോണിക്കുട്ടി തറക്കുന്നേൽ
ഫോൺ: 8606612262

മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ
ഡോ. ജോസഫ് പാറയ്ക്കൽ

സർക്കുലേഷൻ മാനേജർ
ജോസി ജോസഫ് ആലഞ്ചേരി
ഫോൺ: 8921677078

ആശയം, രൂപകല്പന.
ബിന്നി മാത്യു

അക്ഷരവിന്യാസം.
മനോജ് വർഗീസ്

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

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

ചിത്രങ്ങൾക്ക് കടപ്പാട്: ഗൂഗിൾ

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

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

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

കുടുംബജ്യോതി
ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതാ
കുടുംബ പ്രസിദ്ധീകരണം
പുസ്തകം 44 ലക്കം 09

പൂമുഖം
Poomugham

ജോസ് ആൻഡ്രൂസ്

മാതാപിതാക്കൾ മക്കളാകും കാലം

കട്ടിലിലല്ല, വീടിനകത്തെ ആ 'ശല്യക്കാരുടെ' തോളിലാണ് ഒരിക്കൽ നമ്മൾ ഉറങ്ങിയത്. കുളിപ്പിച്ചും കളിപ്പിച്ചും തീറ്റിച്ചും നമുക്കു പിന്നാലെ നടന്നവർക്ക് എന്തെങ്കിലും തിരിച്ചുകൊടുക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ വൈകരുത്; സമയം കാത്തുനിൽക്കില്ല.

സ്വാതന്ത്ര്യദിനത്തലേന്ന് ഇടുക്കിയിൽ ഒരു ഇടവക വൈദികന്റെ ഫോണിലേക്കു വന്നത് ഒരു കൊലപാതക ദൃശ്യമാണ്. ക്രൂരനും ലഹരി അടിമയുമായ പ്രതി തന്റെ ബന്ധുവിന് അയച്ചുകൊടുത്തത് അദ്ദേഹം അച്ചനു ഷെയർ ചെയ്യുകയായിരുന്നു. അച്ചൻ അതു പോലീസിന് അയച്ചുകൊടുത്തതോടെയാണ് എഴുകുംവയൽ കൊലപാതകത്തിന്റെ ചുരുളഴിഞ്ഞത്. ഏതാണ്ട് ഇതേസമയത്ത്, ഒരു പിതാവിനെ മകൻ ഓടിച്ചും നിലത്തിട്ടും ക്രൂരമായി മർദിക്കുന്ന മറ്റൊരു ദൃശ്യം റീൽസായി കറങ്ങുകയായിരുന്നു. ചിലയിടത്ത് അപ്പൻ, ചിലയിടത്ത് അമ്മ - ദൃശ്യങ്ങൾ മാറിമാറി വരുന്നുണ്ട്.

ഇതിനിടെ സുപ്രീം കോടതി അസാധാരണവും നിർണ്ണായകവുമായ ഒരു ഉത്തരവ് ഇറക്കി; മാതാപിതാക്കളുടെ ക്ഷേമം ഉറപ്പാക്കാൻ, ആവശ്യമെങ്കിൽ മക്കളെ വീടുകളിൽനിന്ന് ഒഴിപ്പിക്കാൻ വയോജനക്ഷേമ ട്രൈബ്യൂണലുകൾക്ക് അവകാശമുണ്ട്. ഇങ്ങനെ അസാധാരണ ദൃശ്യങ്ങൾ പുതിയൊരു കാലത്തെ അടയാളപ്പെടുത്തുമ്പോൾ, നമ്മുടെ നിശബ്ദതയും നിർവികാരതയും പനപോലെ വളരുന്നു.

പ്രായമായ മാതാപിതാക്കളെ പൊന്നുപോലെ നോക്കുന്ന മക്കളും കൊച്ചുമക്കളുമൊക്കെ ഒരുപോലെ സമ്മതിക്കുന്നുണ്ട് - ഇതത്ര എളുപ്പമുള്ള കാര്യമല്ലെന്ന്. പക്ഷേ, എളുപ്പമുള്ളതു മാത്രം ചെയ്യുന്ന സ്വാർഥതയുടെ ഇടമല്ല കുടുംബമെന്ന് അവർ കരുതുന്നു. ചിലർ പറയുന്നത്, അവരുടെ ചാച്ചനെയോ അമ്മച്ചിയെയോ നോക്കാൻ ഇനി കേരളത്തിൽ ഒരു ഹോംനഴ്സും വരാനില്ലെന്നാണ്. തങ്ങൾക്കു ഭക്ഷണം തരുന്നില്ലെന്നും ഉപദ്രവിച്ചെന്നും പൊന്നും പണവും മോഷ്ടിച്ചെന്നുമുള്ള പല ആരോപണങ്ങളും ചിരിച്ചുതള്ളാൻ എല്ലാ ജോലിക്കാർക്കും കഴിഞ്ഞെന്നു വരില്ല.

തറവാട്ടിൽ നിന്ന് മാതാപിതാക്കളെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്ന മക്കൾക്ക് ഇല്ലാത്ത കുറ്റങ്ങളില്ല. വല്ലപ്പോഴും സന്ദർശനത്തിനെത്തുന്ന ചില മക്കളും ബന്ധുക്കളുമെങ്കിലും, കേൾക്കുന്നതൊക്കെ സത്യമെന്നു ധരിച്ച് അനാവശ്യ ഇടപെടലുകൾ നടത്തി സ്ഥിതി വീണ്ടും വഷളാക്കും. ശാസ്ത്രീയവും സഹിഷ്ണുതയോടെയുള്ളതുമായ സമീപനം കൊണ്ടുമാത്രമേ രക്ഷയുള്ളു. മാതാപിതാക്കൾ മക്കളാകുന്ന കാലത്തെ തിരിച്ചറിയണം. യാഥാർഥ്യബോധം കാര്യങ്ങൾ എളുപ്പമാക്കും.

ചില രോഗങ്ങൾ തലച്ചോറിലുണ്ടാക്കുന്ന മാറ്റങ്ങൾ സ്വഭാവത്തെ അട്ടിമറിക്കുമെന്ന് ശാസ്ത്രം പറയുന്നു. അതുപോലെ, തലച്ചോറിലുണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾ ചില രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമാകും. യൗവനത്തിൽ വല്ലപ്പോഴുമൊക്കെ സംഭവിക്കുന്ന മറവി തലയിൽ സ്ഥിരതാമസമാക്കും. കാണാത്തതു കണ്ടെന്നും ചെയ്യാത്തതു ചെയ്തെന്നും പറയുന്നത് ഒരു രോഗത്തിന്റെ ഭാഗമാണെന്നും, അത് അംഗീകരിക്കാനും സ്നേഹിക്കാനും ക്ഷമിക്കാനുമുള്ള നമ്മുടെ കഴിവില്ലായ്മയാണ് പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നതെന്നും തിരിച്ചറിയണം.

ആകെ മഴയും വെള്ളപ്പൊക്കവുമാണെന്നു പറയുന്ന മക്കളോട് "വെള്ളേപ്പം ചുട്ടെന്നോ..." എന്നു ചോദിക്കുന്ന വല്യമ്മച്ചിയുടെ വീഡിയോ കാര്യങ്ങൾ രസകരമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നുണ്ട്. "വെള്ളേപ്പമല്ല, വെള്ളപ്പൊക്കം, വെള്ളപ്പൊക്കം" എന്നു തിരുത്തുമ്പോൾ "ആ, ഞാനെങ്ങും കണ്ടില്ല. എനിക്കാരും വെള്ളേപ്പം തന്നില്ല" എന്ന പരാതിയാണ് പിന്നാലെ വരുന്നത്.

മക്കളെ വളർത്തുന്നത് പേരന്റിംഗ് ആണെങ്കിൽ, പ്രായമായ മാതാപിതാക്കളെ സംരക്ഷിക്കുന്നത് 'റിവേഴ്സ് പേരന്റിംഗ്' ആണ്. പക്ഷേ, മാതാപിതാക്കൾ കുട്ടികളെപ്പോലെ ആകുമ്പോൾ, അവരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നതിനും പേരന്റിംഗ് എന്നുതന്നെ പറയുന്നതാണ് കാര്യം മനസ്സിലാക്കാൻ എളുപ്പം. മാതാപിതാക്കളെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നത് എളുപ്പമായതുകൊണ്ടല്ല പല മക്കളും അത് മാതൃകാപരമായി നടത്തുന്നത്. അതൊരു ആവശ്യമായതുകൊണ്ടും കടപ്പാടുള്ളതുകൊണ്ടും സ്നേഹവും ക്ഷമയും മരുന്നാകുന്നതുകൊണ്ടുമാണ്.

> വേദപാഠക്ലാസുകളുടെ കരിക്കുലത്തിൽ ജീവിതയാഥാർഥ്യങ്ങൾ പച്ചയായി പറയണം. കുറ്റപ്പെടുത്തലുകളല്ല, സ്വന്തം ഇടവകയിൽ മാതാപിതാക്കളെ പൊന്നുപോലെ നോക്കുന്ന മക്കളെക്കുറിച്ചാവണം കുർബാനപ്രസംഗങ്ങൾ. മാതാപിതാക്കളെ മാതൃകാപരമായി ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവരെ ജാതിമതഭേദമെന്യേ സൺഡേ സ്കൂളുകളിലും ധ്യാനങ്ങളിലും 'വിസിറ്റിംഗ് പ്രഫസർ'മാരാക്കണം.

മാതാപിതാക്കളെ സ്നേഹത്തോടെ പരിപാലിക്കുന്ന അടുത്തറിയാവുന്ന വീടുകളിലൊന്ന് ചങ്ങനാശേരിയിലാണ്. വിശദാംശങ്ങൾ പറയുന്നത് അവരുടെ സ്വകാര്യതയെ ബാധിച്ചേക്കാവുന്നതിനാൽ, മകനെ തൽക്കാലം ബെന്നിയെന്നു വിളിക്കാം. വർഷങ്ങളോളം അമ്മ കിടപ്പിലായിരുന്നപ്പോഴും ബെന്നിയും ഭാര്യയും മടുത്തില്ല. മകളെപ്പോലെ അമ്മയുടെ മുറിയിലൂടെ കയറിയിറങ്ങി നടന്ന മരുമകൾ ആ വീടിനെ കുടുംബമാക്കി. അമ്മയുടെ മുഖത്തുനിന്നാണ് നമ്മളത് വായിച്ചെടുക്കുന്നത്. ഒരു പ്രതാപിയെപ്പോലെയാണ് അമ്മയെ ഒടുവിൽ പള്ളിയിലേക്കും കൊണ്ടുപോയത്. ഇത്തരം നിരവധി വീടുകളുണ്ട്. ഈ 'റിയൽ റീൽസൊന്നും' അടുത്ത തലമുറയിലെ മക്കൾ കാണുന്നില്ലെന്നു വിചാരിക്കണ്ട!

സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ടും ജോലിക്കുപോകുന്ന മക്കളുടെ സമയക്കുറവുമൊക്കെ സ്ഥിതി വഷളാക്കും. ഹോംനഴ്സിനെ ഏർപ്പാടാക്കാൻ എല്ലാവർക്കും സാമ്പത്തികശേഷിയും കാണില്ല. സമൂഹത്തിനും സമുദായത്തിനുമൊക്കെ ചില ഉത്തരവാദിത്തങ്ങളുമുണ്ട്. അവരെ സാമ്പത്തികമായി സഹായിക്കണം.

വിവാഹപൂർവധ്യാനങ്ങളുടെ തുടർച്ചയായി, നിശ്ചിത ലക്ഷ്യങ്ങളുള്ള വിവാഹാനന്തരധ്യാനങ്ങൾ വിദഗ്ധരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ നടത്തണം. വേദപാഠക്ലാസുകളുടെ കരിക്കുലത്തിൽ ജീവിതയാഥാർഥ്യങ്ങൾ പച്ചയായി പറയണം. കുറ്റപ്പെടുത്തലുകളല്ല, സ്വന്തം ഇടവകയിൽ മാതാപിതാക്കളെ പൊന്നുപോലെ നോക്കുന്ന മക്കളെക്കുറിച്ചാവണം കുർബാനപ്രസംഗങ്ങൾ. മാതാപിതാക്കളെ മാതൃകാപരമായി ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവരെ, ജാതിമതഭേദമെന്യേ, സൺഡേ സ്കൂളുകളിലും ധ്യാനങ്ങളിലും 'വിസിറ്റിംഗ് പ്രഫസർ'മാരാക്കണം. പ്രായമായവരുടെ വലിയൊരു പരാതി തങ്ങളോടു സംസാരിക്കാൻ ആർക്കും സമയമില്ലെന്നുള്ളതാണ്. ഇടവകകൾ അറിവും പക്വതയുമുള്ള ഒരു ടീമിനെ കണ്ടെത്തിയാൽ, മുതിർന്നവരെ കേൾക്കുകയും മക്കളെ ധൈര്യപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യാം.

മാതാപിതാക്കളെ ശുശ്രൂഷിക്കാത്തവരെ വീടുകളിൽനിന്നു പുറത്താക്കാമെന്ന കോടതി ഉത്തരവ് നടപ്പാക്കിയാൽ പല വീടുകളിലും കുടിയൊഴിപ്പിക്കലുണ്ടാകും. അതു പരിഹാരമല്ല; മറ്റു നിവൃത്തിയില്ലാത്തതുകൊണ്ടുള്ള ഇടപെടലാണ്. അകത്ത് ആരാണ് നമ്മെ ഉപദ്രവിക്കുന്നത്? ഒരിക്കൽ പകലെല്ലാം നമ്മൾ ഉപദ്രവിക്കുകയും രാത്രിയിൽ ഉറങ്ങാൻ അനുവദിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്ത നമ്മുടെ അമ്മ. ദേഹത്തു പറ്റിയ നമ്മുടെ വിസർജ്യങ്ങൾ കഴുകി, പുതിയ ഉടുപ്പുകളണിയിച്ച്, ദേഹത്തണച്ചു ചൂടുതന്നവൾതന്നെ.

അവനോ? നമുക്കൊരു പനി പിടിച്ചപ്പോൾ പൊള്ളിനടന്ന അപ്പൻ. ഫോണും കാറുമൊന്നും ഇല്ലാതിരുന്ന, ഓട്ടോ വിളിക്കാൻ പണം തികയാതിരുന്ന കാലത്ത്, തോളിലേറ്റി ദൂരം താണ്ടിയവൻ. നെഞ്ചിൽ കിടത്തി കൊഞ്ചിക്കുന്നതിനിടെ തല്ലുകൊണ്ടു ചിരിച്ചവൻ. സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കാത്ത കഠിനഹൃദയനെങ്കിലും കൊച്ചിനൊരു പോറലുമേൽക്കാതെ നോക്കിയ കാവലാൾ. നമ്മളെ വളർത്തിയതിന്റെ ക്ലേശമൊന്നും മാതാപിതാക്കൾ ഓർത്തുവയ്ക്കില്ല. നമ്മളോ അവരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ച് ഓർത്തുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു.

കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കുവേണ്ടി സ്വപ്നം കാണുന്ന 'സ്പെഷ്യൽ സിസ്റ്റർ'

കഴിഞ്ഞ പത്തൊമ്പതുവർഷമായി ആലപ്പുഴ സാന്ത്വനം സ്പെഷ്യൽ സ്കൂളിലെ കുട്ടികൾക്ക് അമ്മവാത്സല്യത്തിന്റെ പീയൂഷമൂട്ടുന്ന സിസ്റ്റർ മേരി ലിൻഡയെയാണ് ഈ അധ്യാപകദിനത്തിൽ കുടുംബജ്യോതി മാസിക അധ്യാപനത്തിന്റെ ഉദാത്തമാതൃകയായി അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

മദർ തെരേസയുടെ ചുംബനത്തിലൂടെ വന്ന ദൈവവിളി

എന്റെ അപ്പച്ചൻ എനിക്ക് വാങ്ങിത്തന്ന മദർ തെരേസയുടെ ജീവചരിത്രമാണ് എന്നെ ദൈവവിളിയിലേക്ക് വഴിതിരിച്ചുവിട്ട ആദ്യത്തെ സംഭവമെന്നു പറയാം. അങ്ങനെയിരിക്കെ, ആലപ്പുഴ രൂപതാധ്യക്ഷനായിരുന്ന പീറ്റർ ചേനപ്പറമ്പിൽ പിതാവ് ഒരു ദിവസം മദർ തെരേസയെയുംകൊണ്ട് അദ്ദേഹത്തിന്റെ വീട്ടിൽ വന്നു.

അദ്ദേഹത്തിന്റെ അയൽക്കാരാണ് ഞങ്ങൾ. മദർ വീട്ടിൽ വന്നുവെന്നറിഞ്ഞപ്പോൾ ഞങ്ങൾ അവിടെ മദറിനെ കാണാൻ ചെന്നു. മദറിന്റെ ജീവചരിത്രം വായിച്ച്, ജീവിച്ചിരിക്കുന്ന ആ വിശുദ്ധയെ കാണാൻ ആഗ്രഹിച്ചിരിക്കുകയായിരുന്നു ഞാൻ.

ഇക്കാര്യം എന്റെ അമ്മ ചേനപ്പറമ്പിൽ പിതാവിനോടു പറയുകയും പിതാവ് ഇക്കാര്യം മദർ തെരേസയോട് പറഞ്ഞുകൊടുക്കുകയും ചെയ്തു. അപ്പോൾ മദർ എന്റെ രണ്ടു കൈകളും കൂട്ടിപ്പിടിച്ച് എന്റെ കവിളത്ത് ഒരു ഉമ്മ തന്നു. അന്ന് ഞാൻ ഏഴാം ക്ലാസിൽ പഠിക്കുകയായിരുന്നു.

അന്ന് മദർ നൽകിയ ചുംബനം എന്നെ മറ്റേതോ ലോകത്തിലേക്കാണ് കൊണ്ടുപോയത്. മദറിനെപ്പോലെയൊരു കന്യാസ്ത്രീയാകണം എന്ന ചിന്തയും ആഗ്രഹവും ആദ്യമായി മനസ്സിൽ അങ്കുരിച്ചത് അങ്ങനെയായിരുന്നു.

പിന്നീട് മൂന്നുവർഷത്തെ കാത്തിരിപ്പ്. പത്താം ക്ലാസ് കഴിഞ്ഞപ്പോൾ മഠത്തിലേക്ക്..

> ഞാനൊരു സ്പെഷ്യൽ ടീച്ചർ മാത്രമല്ല; 'സ്പെഷ്യൽ സിസ്റ്റർ' കൂടിയാണെന്ന് എനിക്കറിയാം. കുട്ടികളെ പരിമിതികളില്ലാതെ വളർത്തുക എന്നതാണ് സാന്ത്വനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം. എത്രയോ കുഞ്ഞുങ്ങൾ വഴിതെറ്റിപ്പോവുകയും മാതാപിതാക്കൾക്ക് വേദന നൽകുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ, ഈ കുഞ്ഞുങ്ങൾ ദൈവത്തോട് ചേർന്നുനിന്ന് ജീവിക്കുന്നതും മാതാപിതാക്കൾക്ക് സന്തോഷം നൽകുന്നതുമായ കാഴ്ച എത്രയോ സന്തോഷകരമാണ്!

വിസിറ്റേഷൻ സമൂഹം

ആലപ്പുഴയിലെ വിസിറ്റേഷൻ കോൺഗ്രിഗേഷനിലാണ് ഞാൻ ചേർന്നത്. അതിന് കാരണം കൃപാസനത്തിലെ ജോസഫച്ചനാണ്. അച്ചന്റെ മൂത്തസഹോദരി സിസ്റ്റർ മേരി പീറ്റർ വിസിറ്റേഷൻ കോൺഗ്രിഗേഷനിലെ അംഗമാണ്. അങ്ങനെയാണ് ഞാനും വിസിറ്റേഷൻ സഭയിലെ അംഗമായത്. മഠത്തിൽ ചേർന്നതിനുശേഷം കോളജ് വിദ്യാഭ്യാസവും ബി.എഡും പാസായി. കുറച്ചുകാലം നോർത്ത് ഇന്ത്യയിലെ ഒരു സ്കൂളിലും പഠിപ്പിച്ചു. 2007-ലാണ് സാന്ത്വനത്തിലേക്ക് വരുന്നത്. ഇവിടെയെത്തിയതിനുശേഷം സ്പെഷ്യൽ ബി.എഡ് ചെയ്തു.

സാന്ത്വനത്തിന്റെ പിറവി

ആലപ്പുഴ രൂപതയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ സ്റ്റീഫൻ പിതാവാണ് 'സാന്ത്വനം' ആരംഭിച്ചത്. ഫീസൊന്നും വാങ്ങാതെയാണ് ഇവിടെ പ്രവേശനം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ, തുടക്കകാലത്ത് നല്ലതുപോലെ സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അനുഭവിച്ചിരുന്നു. സ്റ്റീഫൻ പിതാവിന്റെ പിൻഗാമിയായ ജെയിംസ് പിതാവും അതേ രീതിതന്നെയാണ് പിന്തുടർന്നത്. തുടക്കത്തിലെ സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ടുകളെയെല്ലാം ഇപ്പോൾ സുമനസ്സുകളുടെ സഹായത്തോടെ അതിജീവിക്കാൻ സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. കാലാകാലങ്ങളിൽ ചുമതലയേറ്റ ഡയറക്ടർ അച്ചന്മാരെല്ലാവരും ഈ സ്ഥാപനത്തിന്റെ വളർച്ചയിൽ പങ്കുവഹിച്ചവരാണ്. സ്പിരിച്വൽ ഫാദറായ ഡൊമിനിക്കച്ചന്റെ ഉപദേശങ്ങളും മാർഗനിർദേശങ്ങളും എനിക്ക് വലിയ ബലമാണ് നൽകുന്നത്.

ഉണ്ണീശോ എന്ന കാവൽക്കാരൻ

ഉണ്ണീശോ ഇവിടെ ജീവിക്കുന്നുവെന്ന ബോധ്യമാണ് എനിക്കുള്ളത്. ഡേ സ്കോളേഴ്സ് ഉൾപ്പെടെ സാന്ത്വനത്തിൽ 112 കുട്ടികളാണ് ഉള്ളത്. ഈ കുട്ടികൾക്ക് കാവൽക്കാരനായുള്ളത് ഉണ്ണീശോ മാത്രമാണെന്നാണ് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നത്. എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും അസുഖം പിടിപെടാൻ സാധ്യതയുള്ള അവസരങ്ങളിൽപ്പോലും, രാത്രികാലങ്ങളിൽ പ്രത്യേകിച്ചും, യാതൊരുവിധ ബുദ്ധിമുട്ടുകളും ഉണ്ടാക്കാതെ ഉണ്ണീശോ അവരെ കാത്തുപരിപാലിക്കുന്നതായിട്ടാണ് എന്റെ അനുഭവം. ഞങ്ങൾക്കൊപ്പം ഇവിടെ ഉണ്ണീശോയുണ്ട്.

സന്തോഷങ്ങൾ

സാന്ത്വനത്തിലെ കുട്ടികൾ അന്തർദേശീയതലത്തിൽവരെ വിവിധ കായികമത്സരങ്ങളിൽ സമ്മാനാർഹരായിട്ടുണ്ട്. സത്യത്തിൽ, അവർക്ക് കോച്ചിങ് നൽകാനുള്ള സാമ്പത്തികസ്ഥിതിയൊന്നും ഞങ്ങൾക്കില്ല. അതുകൊണ്ട് ഞാൻ അവരുമായി ബീച്ചിലേക്ക് പോകും. അവർക്കൊപ്പം ചാടുകയും ഓടുകയും ചെയ്യും. അതൊക്കെ കാണുമ്പോൾ മറ്റുള്ളവർ അത്ഭുതത്തോടെ എന്നെ നോക്കുന്നത് ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. പക്ഷേ, അതുകണ്ടൊന്നും ഞാൻ ചൂളിപ്പോകാറില്ല.

ഞാനൊരു സ്പെഷ്യൽ ടീച്ചർ മാത്രമല്ല; 'സ്പെഷ്യൽ സിസ്റ്റർ' കൂടിയാണെന്ന് എനിക്കറിയാം. കുട്ടികളെ പരിമിതികളില്ലാതെ വളർത്തുക

ഈ കുട്ടികൾക്ക് കാവൽക്കാരനായുള്ളത് ഉണ്ണീശോ മാത്രമാണെന്നാണ് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നത്. യാതൊരുവിധ ബുദ്ധിമുട്ടുകളും ഉണ്ടാക്കാതെ ഉണ്ണീശോ അവരെ കാത്തുപരിപാലിക്കുന്നതായിട്ടാണ് എന്റെ അനുഭവം. ഞങ്ങൾക്കൊപ്പം ഇവിടെ ഉണ്ണീശോയുണ്ട്.

എന്നതാണ് സാന്ത്വനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം. എത്രയോ കുഞ്ഞുങ്ങൾ വഴിതെറ്റിപ്പോവുകയും മാതാപിതാക്കൾക്ക് വേദന നൽകുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ, ഈ കുഞ്ഞുങ്ങൾ ദൈവത്തോട് ചേർന്നുനിന്ന് ജീവിക്കുന്നതും മാതാപിതാക്കൾക്ക് സന്തോഷം നൽകുന്നതുമായ കാഴ്ച എത്രയോ സന്തോഷകരമാണ്!

നിഷ്കളങ്കരായ ഇത്രയും കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ അമ്മയായി ഈ ഭൂമിയിൽ എനിക്ക് ജീവിക്കാൻ കഴിയുന്നതിൽപ്പരം സന്തോഷം മറ്റൊന്നുമില്ല. വിജ്ഞാനികളെ ലജ്ജിപ്പിക്കാൻ ലോകദൃഷ്ടിയിൽ ഭോഷന്മാരായവരെ ദൈവം തെരഞ്ഞെടുത്തു എന്നാണ് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നത്.

സങ്കടങ്ങൾ

തീരെ ചെറിയ പ്രായത്തിൽ ഇവിടെ വന്ന് നമ്മൾ വളർത്തി വലുതാക്കിയ കുട്ടികളെ ചില മാതാപിതാക്കളെങ്കിലും, ഒരു ഘട്ടമെത്തിക്കഴിയുമ്പോൾ, ഇവിടെനിന്ന് കൊണ്ടുപോയി വേറെ സ്കൂളുകളിൽ ചേർക്കുന്നതും, നമ്മുടെ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ മനസ്സിലാക്കാതെ പോകുന്നതും ചിലപ്പോഴെങ്കിലും വേദന സമ്മാനിച്ചിട്ടുണ്ട്. ലോകത്തിന്റെ രീതിയാണെന്ന് കരുതി സമാധാനിക്കും. ദൈവത്തിന്റെ കരം പിടിച്ച് മുന്നോട്ടുപോകാൻ ശ്രമിക്കും.

അധ്യാപകരോട്

ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ പ്രതികൂലമായ സ്വഭാവസവിശേഷതകളുള്ള കുട്ടികളെ തള്ളിക്കളയാതെ അവരെ ചേർത്തുപിടിക്കുക. ഉഴപ്പന്മാരായ കുട്ടികൾ എന്ന് വിധിയെഴുതാതെ അവർക്ക് പരിഗണന നൽകുക. ഒരു വിദ്യാർഥിയുടെ മുഖം വാടിക്കണ്ടാൽ അതു കണ്ടറിഞ്ഞ്, അവനോടോ അവളോടോ അക്കാര്യം ചോദിച്ചു മനസ്സിലാക്കാൻ അധ്യാപകർക്ക് കഴിയണം. കുട്ടികളുടെ സങ്കടങ്ങളും ആശങ്കകളും പെയ്തൊഴിയാനുള്ള ഒരു മാർഗമായി അധ്യാപകർ അവർക്ക് മാറണം.

കെവിന്റെ ചങ്ക്

ചാക്കോച്ചനെ കണ്ടപ്പോൾ ഓടിയെത്തിയ സ്നേഹം

ചില സ്നേഹങ്ങൾക്ക് ഒരു കാരണവും വേണ്ട. ഇഷ്ടമുള്ള ഒരാളെ കാണുമ്പോൾ മുഖം വിടരുക, അടുത്തേക്ക് ഓടിച്ചെല്ലുക, ചേർത്തുപിടിക്കുക – അത്രയേ വേണ്ടൂ. അത്തരം സ്നേഹത്തിന്റെ മനോഹരമായൊരു കാഴ്ചയ്ക്കാണ് അടുത്തിടെ ആലപ്പുഴ ലിയോ തേർട്ടീന്ത് സ്കൂൾ സാക്ഷിയായത്.

കഥയിലെ നായകൻ കെവിനാണ്. ഓപ്പറേഷൻ തൂഫാൻ 2026 പരിപാടിയുടെ ഭാഗമായി സാന്ത്വനത്തിലെ കുട്ടികളുടെ സംഘം ലിയോ തേർട്ടീന്ത് സ്കൂളിലേക്ക് ക്ഷണിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. അവിടെ എത്തിയപ്പോൾ വലിയ തിരക്കായിരുന്നു. ആളുകളെക്കൊണ്ട് നിറഞ്ഞുനിന്ന സ്ഥലം. കുട്ടികളിൽ പലരും ഭിന്നശേഷിക്കാരാണെന്നതിനാൽ അവരെ തിരക്കിലൂടെ അകത്തേക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്നത് എളുപ്പമല്ലായിരുന്നു. കഴിയുമെങ്കിൽ കുട്ടികളെ അകത്തേക്ക് കൊണ്ടുപോകാമെന്നും അതിനായി ഗേറ്റ് തുറന്നുതരാമെന്നും പോലീസുകാർ സിസ്റ്ററോട് പറഞ്ഞു. അപ്പോഴാണ് കെവിന്റെ കണ്ണിൽ ചാക്കോച്ചൻ പെട്ടത്.

പിന്നെ നടന്നത് വളരെ പെട്ടെന്നായിരുന്നു. ആരുടെയും നിർദേശം കാത്തുനിൽക്കാതെ, ആവേശം നിയന്ത്രിക്കാനാകാതെ, കെവിൻ കുഞ്ചാക്കോ ബോബന്റെ അടുത്തേക്ക് ഓടിച്ചെന്നു. ചാക്കോച്ചന്റെ നെഞ്ചിൽ കെട്ടിപ്പിടിച്ച് കുറച്ചുനേരം അങ്ങനെതന്നെ നിന്നു.

ഒരു സാധാരണ ആരാധകന്റെ ആവേശത്തിനപ്പുറം, ഒരു കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയത്തിൽ ഒരാളോടുണ്ടായിരുന്ന ഇഷ്ടം എത്ര നിഷ്കളങ്കമായി പുറത്തുവരാമെന്ന് കാണിക്കുന്ന നിമിഷമായിരുന്നു അത്. ഈ സ്നേഹപ്രകടനത്തിന്റെ ദൃശ്യങ്ങൾ പിന്നീട് സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലും ശ്രദ്ധ നേടി. വാർത്താ റിപ്പോർട്ടുകളിലും കെവിൻ കുഞ്ചാക്കോ ബോബനെ കെട്ടിപ്പിടിച്ച സംഭവമാണ് പ്രധാനമായി ചർച്ചയായത്.

“ചാക്കോച്ചൻ ആരാണ് കെവിൻ കുട്ടന്റെ?” എന്ന് ചോദിച്ചാൽ “ചങ്കാണ്” എന്നാണ് അവന്റെ മറുപടി. ആരും കെവിനെ പഠിപ്പിച്ച വാക്കല്ല ഇത്. ഒരിക്കൽ “ചങ്കാണ് ചാക്കോച്ചൻ” എന്ന പേരിലുള്ള ഒരു പരിപാടിയിൽ കുട്ടികൾ പങ്കെടുത്തിരുന്നു. അങ്ങനെ ആ വാക്ക് അവന്റെ മനസ്സിൽ പതിഞ്ഞതായിരിക്കാം.

“ചാക്കോച്ചനെ കണ്ടില്ലേ?” എന്ന് സിസ്റ്റർ ചോദിച്ചാൽ കെവിന്റെ മറുപടി “ആ...”; “ചാക്കോച്ചന്റെ സിനിമ കണ്ടോ?” “മുഴുവൻ കണ്ടിട്ടുണ്ട്.” അവന്റെ സംഭാഷണം പലപ്പോഴും ഇങ്ങനെയുള്ള ചെറിയ മറുപടികളിലാണ്. പറയാൻ കഴിയുന്നതിനെക്കാൾ കൂടുതൽ ചിലപ്പോൾ പ്രവൃത്തിയിലൂടെ പറയുന്നയാളാണ് കെവിൻ.

ചാക്കോച്ചന്റെ വീട്ടിലേക്കും

കെവിനും സിസ്റ്റർ മേരി ലിൻഡയും ഒരിക്കൽ ചാക്കോച്ചന്റെ വീട്ടിലും പോയിട്ടുണ്ട്. ചാക്കോച്ചൻ തന്നെയാണ് അവരെ ക്ഷണിച്ചത്. ആലപ്പുഴയിലെ വീട്ടിലെത്തിയപ്പോൾ കുട്ടികളുടെയും സ്കൂളിന്റെയും വിശേഷങ്ങൾ അദ്ദേഹം ചോദിച്ചറിഞ്ഞു.

ആ കൂടിക്കാഴ്ചയുടെ ഓർമ്മ കെവിനും സൂക്ഷിച്ചുവച്ചിട്ടുണ്ട്. പിന്നീട് ചാക്കോച്ചനെക്കുറിച്ച് ചോദിക്കുമ്പോഴൊക്കെ അവന്റെ മുഖത്ത് ആ ഇഷ്ടം തെളിയും. ഇഷ്ടം തോന്നുന്നവരോട് അത് മറച്ചുവയ്ക്കാൻ അറിയാത്ത കുഞ്ഞാണ് കെവിൻ. മനസ്സിൽ എന്താണോ ഉള്ളത്, അത് അതേപടി പുറത്തുവരും.

സിസ്റ്ററിന്റെ കൂടെയുണ്ടായിരുന്ന മറ്റൊരു പ്രിയപ്പെട്ട കുഞ്ഞായിരുന്നു സ്നേഹമോൾ. കൊറോണക്കാലം അവസാനിക്കാറായപ്പോഴാണ് സ്നേഹമോൾ വീട്ടിൽവച്ച് മരിച്ചത്. ആ വേർപാട് സിസ്റ്ററിന് വളരെ വലിയ വേദനയായിരുന്നു. സ്നേഹമോളെ സ്നേഹിച്ചിരുന്ന എല്ലാവർക്കും അതൊരു വലിയ നഷ്ടമായിരുന്നു.

അത്തരം ഒരു സമയത്താണ് ജെയ്സിമോൾ സിസ്റ്ററോട് ഒരു വാക്ക് പറഞ്ഞത്: “സ്നേഹമോൾ ഈശോയുടെ അടുക്കൽ ചെന്നിട്ട് ഈശോ സിസ്റ്റർ ആന്റിക്ക് അയച്ചുതന്ന മുത്താണ് കെവിൻ.”

കെവിന്റെ സ്വന്തം ലോകം

കെവിന്റെ സംസാരവും പെരുമാറ്റവും മറ്റുള്ളവരുടേതുപോലെ അല്ല. പല ചോദ്യങ്ങൾക്കും അവൻ ഒറ്റവാക്കിൽ മറുപടി പറയും. ചില കാര്യങ്ങൾ ചോദിച്ചാൽ ചെറിയ ശബ്ദങ്ങളിലോ ആംഗ്യങ്ങളിലോ ആയിരിക്കും പ്രതികരണം. എന്നാൽ അവന്റെ ലോകത്ത് ബന്ധങ്ങൾക്ക് വലിയ സ്ഥാനമുണ്ട്.

ചാക്കോച്ചനെ കണ്ടപ്പോൾ ഓടിപ്പോകാൻ അവനെ പ്രേരിപ്പിച്ചത് എന്താണ്? ആരും പറഞ്ഞുകൊടുത്തതല്ല. “ഇവിടെ നിൽക്കണം”, “അവിടെ പോകരുത്” എന്നൊന്നും ആ നിമിഷത്തിൽ അവന്റെ മനസ്സിൽ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. തന്റെ ഇഷ്ടപ്പെട്ട ഒരാളെ കണ്ടു എന്ന ഒറ്റ വികാരമാണ് അവനെ മുന്നോട്ടോടിച്ചത്.

അത് തന്നെയാണ് കെവിന്റെ പ്രത്യേകത. അവൻ വികാരങ്ങളെ സങ്കീർണ്ണമാക്കുന്നില്ല. ഇഷ്ടമാണെങ്കിൽ ഇഷ്ടമാണ്, സ്നേഹമാണെങ്കിൽ സ്നേഹമാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ, കെവിന്റെ സ്നേഹപ്രകടനങ്ങൾക്ക് ഒരു പ്രത്യേക സത്യസന്ധതയുണ്ട്.

സിസ്റ്റർ മേരി ലിൻഡ സാന്ത്വനത്തിലെ അധ്യാപകരോടൊപ്പം

വിദ്യാർഥികളുടെ മുഖം വാടിയാൽ, അവർ സ്വന്തം മക്കളാണെന്ന മനസ്സോടെ അവരോട് സംസാരിക്കുകയും ഇടപെടുകയും ചെയ്ത്, അവരുടെ ജീവിതത്തിൽ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താൻ ശ്രമിക്കുക. പ്രശ്നക്കാരെന്ന് തോന്നുന്ന കുട്ടികളുടെ വീടുകൾ സന്ദർശിക്കുന്നതും നല്ലതായിരിക്കും. വ്യക്തിപരമായ ബന്ധം വിദ്യാർഥികളുമായി സ്ഥാപിക്കണം. ഓരോ കുഞ്ഞിനെക്കുറിച്ചും അധ്യാപകർ സ്വപ്നം കാണുന്നവരായി മാറണം.

കുട്ടികളുടെ ഉന്നമനം ലക്ഷ്യമാക്കുന്ന ഒരു പ്രിൻസിപ്പലോ ഹെഡ്മിസ്ട്രസോ ആണ് ഉള്ളതെങ്കിൽ, ആ സ്ഥാപനത്തിലെ കുട്ടികളുടെ ഭാവി കൂടുതൽ ശ്രേയസ്കരമായിരിക്കും.

മാതാപിതാക്കളോട്

ഇന്ന് പല മാതാപിതാക്കൾക്കും മക്കളോടൊപ്പം സമയം ചെലവഴിക്കാൻ കഴിയാത്ത അവസ്ഥയാണ്. മക്കൾക്കൊപ്പം സമയം ചെലവഴിക്കുക. മക്കളുടെ മേൽ മാതാപിതാക്കൾക്ക് ഒരു കണ്ണ് എപ്പോഴുമുണ്ടായിരിക്കണം. അങ്ങനെ മാതാപിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധയും പരിഗണനയും ലഭിക്കുന്ന മക്കൾ വഴിതെറ്റിപ്പോവുകയില്ല.

സാധാരണക്കാരായ ഒന്നോ രണ്ടോ കുട്ടികളെപ്പോലും നേരാംവണ്ണം നോക്കിവളർത്താൻ മാതാപിതാക്കൾ ഏറെ ബുദ്ധിമുട്ടുന്ന ഇക്കാലത്താണ് 'സ്പെഷ്യലി ഗിഫ്റ്റഡ്' ആയ നൂറിലധികം കുട്ടികളെ പരിപാലിച്ചു വളർത്തുന്നതിന് നേതൃത്വം നൽകുന്ന സിസ്റ്റർ മേരി ലിൻഡ ഒരു വിസ്മയമായി മാറുന്നത്. ഈ കുഞ്ഞുങ്ങളോടുള്ള സ്നേഹത്താൽ എരിഞ്ഞ്, തുടർന്നുള്ള കാലവും സിസ്റ്റർ മേരി ലിൻഡയുടെ കാരുണ്യ സേവനങ്ങൾ മുന്നോട്ടു പോകട്ടെയെന്ന് പ്രാർഥിക്കുന്നു.

എട്ടുനോമ്പ്

മാതാവിന്റെ പിറവിയിലേക്കുള്ള എട്ട് പുണ്യദിനങ്ങൾ

സി. മെറിൻ
മുന്നാറ്റിൻമുഖം SABS

മാർത്തോമ്മാ നസ്രാണി പാരമ്പര്യത്തിലും കേരളത്തിലെ വിവിധ സുറിയാനി സഭകളിലും മാതാവിന്റെ ജനനത്തിരുനാളിനോടനുബന്ധിച്ച് സെപ്റ്റംബർ 1 മുതൽ 8 വരെ നീളുന്ന എട്ടുനോമ്പാചരണം ഏറെ പ്രാധാന്യത്തോടെ നിലനിൽക്കുന്നു. എട്ടുനോമ്പിന്റെ ഉത്ഭവത്തെക്കുറിച്ച് വ്യത്യസ്ത പാരമ്പര്യങ്ങളും ഐതിഹ്യങ്ങളും ചരിത്രസൂചനകളും ചേർന്നാണ് ഇന്ന് കേരളത്തിന്റെ വിശ്വാസജീവിതത്തിൽ എട്ടുനോമ്പ് ഇത്രയും ആഴത്തിൽ വേരൂന്നിയത്.

അമ്മയുടെ ജനനം

മാതാവിന്റെ ജനനത്തെക്കുറിച്ച് വിശുദ്ധ സുവിശേഷങ്ങളിൽ നേരിട്ടുള്ള വിവരണം നമുക്ക് ലഭിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ രണ്ടാം നൂറ്റാണ്ടിലെ *Protoevangelium of James* എന്ന അപ്പോക്രിഫൽ ഗ്രന്ഥത്തിൽ മറിയത്തിന്റെ മാതാപിതാക്കളായ യോവാക്കിമിനെയും അന്നയെയുംകുറിച്ചും മറിയത്തിന്റെ ജനനത്തെക്കുറിച്ചുമുള്ള പാരമ്പര്യവിവരങ്ങൾ കാണാം.

മറിയത്തിന്റെ ജനനത്തിരുനാൾ കിഴക്കൻ ക്രൈസ്തവ പാരമ്പര്യത്തിൽ വളരെ പുരാതനമാണ്. ആറാം നൂറ്റാണ്ടോടെ ഈ തിരുനാളിന്റെ തെളിവുകൾ കാണാം. മറിയത്തിന്റെ നാമത്തിലുള്ള ജറുസലേമിലെ ദേവാലയത്തിന്റെ (ഇന്ന് St. Anne's Basilica എന്നറിയപ്പെടുന്നു) കൂദാശയുമായി ഈ തിരുനാളിന്റെ തുടക്കത്തെ ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന പാരമ്പര്യമുണ്ട്. പിന്നീട് ഏഴാം നൂറ്റാണ്ടിൽ റോമിലും ഈ തിരുനാൾ ആഘോഷിക്കാൻ തുടങ്ങി. പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ ജനനത്തിരുനാൾ സെപ്റ്റംബർ 8 എന്ന തീയതിയിൽ കിഴക്കും പടിഞ്ഞാറുമുള്ള സഭകളിൽ ക്രമേണ സ്ഥിരമായി.

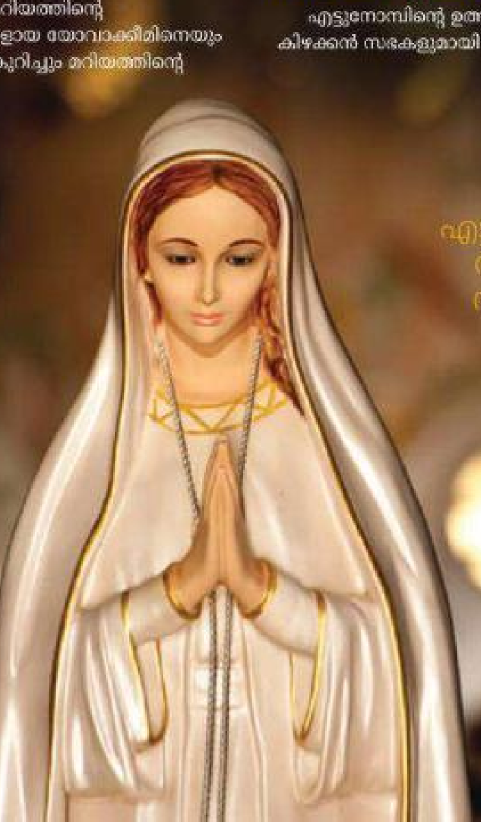
ഹീറായിലെ സ്ത്രീകളുടെ പാരമ്പര്യം

എട്ടുനോമ്പിന്റെ ഉത്ഭവത്തെക്കുറിച്ച് കിഴക്കൻ സഭകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പറയപ്പെടുന്ന ഏറ്റവും ശ്രദ്ധേയമായ പാരമ്പര്യങ്ങളിലൊന്ന് ഏഴാം നൂറ്റാണ്ടിലെ ഇറാഖിലെ ഹീറാ നഗരവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതാണ്.

ബസ്രയ്ക്ക് സമീപമുള്ള ഹീറാ ക്രൈസ്തവ സാന്നിധ്യമുള്ള ഒരു നഗരമായിരുന്നുവെന്നാണ് പാരമ്പര്യം. നഗരം മുസ്ലീം ഭരണത്തിൻ കീഴിലായതിനുശേഷം അവിടുത്തെ ക്രൈസ്തവ സ്ത്രീകൾക്ക് വലിയ ഭീഷണി നേരിടേണ്ടിവന്നു. സ്ത്രീകളെ തട്ടിക്കൊണ്ടുപോകാനും അവരുടെ മാന്യതയ്ക്കും സുരക്ഷയ്ക്കും ഭീഷണിയുയർത്താനും മുസ്ലീം ഭരണാധികാരിയോടൊപ്പമുള്ളവർ ശ്രമിച്ചപ്പോൾ, ഭയന്ന സ്ത്രീകൾ ഒരു ദേവാലയത്തിൽ അഭയം തേടി.

അവർ അവിടെ പ്രാർഥനയിലും ഉപവാസത്തിലും പ്രവേശിച്ചു. തങ്ങളുടെ ജീവനും മാന്യതയും സംരക്ഷിക്കണമേ എന്ന് പരിശുദ്ധ ദൈവമാതാവിന്റെ മാധ്യസ്ഥം തേടി അവർ പ്രാർഥിച്ചു. മൂന്നാം ദിവസം

> എട്ടുനോമ്പ് ശുദ്ധതയ്ക്കും മാന്യതയ്ക്കും സ്ത്രീയുടെ അഭിമാനത്തിനുംവേണ്ടി നടത്തിയ ഒരു പ്രാർഥനയുടെ ഓർമ്മ കൂടിയായി കാണപ്പെടുന്നു.



വിശുദ്ധ കുർബാനയ്ക്കിടെ അവിടെയുള്ള പുരോഹിതന് പരിശുദ്ധ കന്യകാമറിയത്തിന്റെ ദർശനം ലഭിക്കുകയും ഭീഷണി അവസാനിക്കുമെന്ന് അറിയിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തുവെന്നാണ് പാരമ്പര്യം. ദേവാലയത്തിൽനിന്ന് പുറത്തിറങ്ങിയ സ്ത്രീകൾ കേട്ട വാർത്ത കിരാതനായ മുസ്ലിം ഭരണാധികാരിയുടെ മരണമാണ്. തങ്ങളെ രക്ഷിച്ചതിനുള്ള നന്ദിയായി പിന്നീട് സെപ്റ്റംബർ 1 മുതൽ 8 വരെ എട്ട് ദിവസത്തെ നോമ്പും പ്രാർഥനയും ആചരിക്കാൻ ആ സ്ത്രീകൾ തീരുമാനിച്ചുവെന്നാണ് ഈ പാരമ്പര്യം.

കൊടുങ്ങല്ലൂരിന്റെ പാരമ്പര്യം

എട്ടുനോമ്പിന്റെ ഉത്ഭവത്തെക്കുറിച്ച് കേരളത്തിൽ മറ്റൊരു പ്രധാന പാരമ്പര്യവും നിലനിൽക്കുന്നു. ഒമ്പതാം നൂറ്റാണ്ടിൽ കൊടുങ്ങല്ലൂർ പ്രദേശം മുസ്ലിം ആക്രമണത്തിന് വിധേയമായപ്പോൾ അവിടുത്തെ ക്രൈസ്തവ സ്ത്രീകളുടെ സുരക്ഷയും ചാരിത്ര്യവും വലിയ ഭീഷണി നേരിട്ടുവെന്നും, ഈ സാഹചര്യത്തിൽ തങ്ങളുടെ പെൺമക്കളെയും സഹോദരിമാരെയും സംരക്ഷിക്കണമെന്ന പ്രാർഥനയോടെ പരിശുദ്ധ കന്യകാമറിയത്തിന് തങ്ങളെത്തന്നെ സമർപ്പിച്ച് നോമ്പും പ്രാർഥനയും ആരംഭിച്ചുവെന്നുമാണ് ഈ പാരമ്പര്യം പറയുന്നത്.

അങ്ങനെ നോക്കുമ്പോൾ എട്ടുനോമ്പ് ശുദ്ധതയ്ക്കും മാന്യതയ്ക്കും സ്ത്രീയുടെ അഭിമാനത്തിനുംവേണ്ടി നടത്തിയ ഒരു പ്രാർഥനയുടെ ഓർമ്മ കൂടിയായി കാണപ്പെടുന്നു.

> എട്ടുനോമ്പിന്റെ ചരിത്രം പറയുമ്പോൾ നമുക്ക് ഹീറായിലെ പാരമ്പര്യം, കൊടുങ്ങല്ലൂരുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പാരമ്പര്യം, ടിപ്പു സുൽത്താന്റെ കാലവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കേരളീയ പാരമ്പര്യം – ഈ മൂന്നു പാരമ്പര്യങ്ങളെയും ഓർക്കാം. അവയെല്ലാം പറയുന്ന ആന്തരിക സന്ദേശം ഒന്നുതന്നെയാണ്: ഭീഷണിയുടെ നടുവിൽ മനുഷ്യൻ മാതാവിന്റെ മാധ്യസ്ഥ്യം തേടി ദൈവത്തിലേക്ക് തിരിഞ്ഞു.

ടിപ്പു സുൽത്താന്റെ കാലം

എട്ടുനോമ്പുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി കേരളത്തിൽ വ്യാപകമായി പറയപ്പെടുന്ന മറ്റൊരു പാരമ്പര്യം പതിനെട്ടാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അവസാനം ടിപ്പു സുൽത്താന്റെ കേരളാക്രമണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതാണ്. 1789-ൽ ടിപ്പു സുൽത്താൻ തിരുവിതാംകൂറിനെതിരായ സൈനിക നീക്കം ആരംഭിക്കുകയും 1790-ൽ ആലുവയിലേക്കും പരിസരപ്രദേശങ്ങളിലേക്കും സൈനിക മുന്നേറ്റം നടത്തുകയും ചെയ്തു. ടിപ്പുവിന്റെ കേരളാക്രമണവും തിരുവിതാംകൂറുമായുള്ള യുദ്ധവും ചരിത്രപരമായി രേഖപ്പെടുത്തിയ സംഭവങ്ങളാണ്.

ഈ പാരമ്പര്യമനുസരിച്ച്, ടിപ്പുവിന്റെ ആക്രമണകാലത്ത് ക്രൈസ്തവ സ്ത്രീകൾ ഭയന്ന് മാതാവിന്റെ മാധ്യസ്ഥ്യം തേടി എട്ട് ദിവസത്തെ നോമ്പിലും പ്രാർഥനയിലും പ്രവേശിച്ചു. ആക്രമണഭീഷണി മാറിയതിന്റെ നന്ദിയായി അവർ ഈ ആചരണം തുടർന്നു.

അതുകൊണ്ട്, എട്ടുനോമ്പിന്റെ ചരിത്രം പറയുമ്പോൾ നമുക്ക് ഹീറായിലെ പാരമ്പര്യം, കൊടുങ്ങല്ലൂരുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പാരമ്പര്യം, ടിപ്പു സുൽത്താന്റെ കാലവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കേരളീയ പാരമ്പര്യം – ഈ മൂന്നു പാരമ്പര്യങ്ങളെയും ഓർക്കാം. അവയെല്ലാം പറയുന്ന ആന്തരിക സന്ദേശം ഒന്നുതന്നെയാണ്: ഭീഷണിയുടെ നടുവിൽ മനുഷ്യൻ മാതാവിന്റെ മാധ്യസ്ഥ്യം തേടി ദൈവത്തിലേക്ക് തിരിഞ്ഞു.

മണർകാട്: എട്ടുനോമ്പ് ഒരു തീർഥാടനമായി മാറിയ കഥ

എട്ടുനോമ്പ് എന്ന് കേൾക്കുമ്പോൾ കേരളത്തിലെ വിശ്വാസികളുടെ മനസ്സിൽ ആദ്യം തെളിയുന്ന സ്ഥലങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് മണർകാട്. മണർകാട് സെന്റ് മേരീസ് യാക്കോബായ സുറിയാനി കത്തീഡ്രലിൽ സെപ്റ്റംബർ 1 മുതൽ 8 വരെ നടക്കുന്ന എട്ടുനോമ്പ് പാരമ്പര്യം വളരെ പഴക്കമുള്ളതാണെന്ന് പള്ളി രേഖകൾ പറയുന്നു. 1836-ൽ അവിടെ

മണർകാട് സെന്റ് മേരീസ് യാക്കോബായ സുറിയാനി കത്തീഡ്രൽ

എത്തിയ ആംഗ്ലിക്കൻ മിഷനറി ജോസഫ് പീറ്റ് ആയിരക്കണക്കിന് തീർഥാടകർ എട്ടുനോമ്പ് ആചരിച്ചുകൊണ്ട് പള്ളിയിലും പരിസരത്തും താമസിച്ചിരുന്നതായി രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. പള്ളിയുടെ ഔദ്യോഗിക ചരിത്രവിവരണമനുസരിച്ച് അന്ന് രണ്ടായിരത്തിലധികം തീർഥാടകർ അവിടെ ഉണ്ടായിരുന്നുവെന്നാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ കുറിപ്പ്.

ഇന്ന് മണർകാട് പെരുന്നാൾ ഒരു വലിയ തീർഥാടനാനുഭവമായി മാറിയിരിക്കുന്നു. മുത്തുക്കുടകളും കുരിശുകളും വഹിച്ചുകൊണ്ടുള്ള സെപ്റ്റംബർ 6-ലെ പ്രസിദ്ധമായ റാസയും (പ്രദക്ഷിണം) പ്രാർഥനകളും ഏഴാം ദിവസത്തെ നടതുറക്കലും ഈ ആഘോഷത്തിന്റെ പ്രത്യേകതകളാണ്.

മാതാവിന്റെ ജീവിതമാണ് യഥാർഥ ധ്യാനം

എട്ടുനോമ്പിന്റെ ഏറ്റവും വലിയ ലക്ഷ്യം മാംസാഹാരം ഒഴിവാക്കുക എന്നതിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങുന്നില്ല. നോമ്പ് നമ്മെ മാതാവിന്റെ ജീവിതത്തിലേക്ക് നോക്കാൻ ക്ഷണിക്കുന്നു.

മറിയം ആരായിരുന്നു? ദൈവത്തിന്റെ ഇഷ്ടത്തിന് "അതെ" പറഞ്ഞവൾ. അറിയാത്ത വഴിയിലൂടെ ദൈവത്തെ വിശ്വസിച്ച് നടന്നവൾ. സ്വന്തം സൗകര്യത്തേക്കാൾ ദൈവഹിതത്തിന് പ്രാധാന്യം നൽകിയവൾ. അപമാനത്തിന്റെ സാധ്യതയുണ്ടായിരുന്നപ്പോഴും വിശ്വാസത്തിൽ ഉറച്ചുനിന്നവൾ. എലിസബത്തിനെ സന്ദർശിക്കാൻ ഓടിയെത്തിയവൾ. കാനായിൽ മറ്റുള്ളവരുടെ ആവശ്യത്തെക്കുറിച്ച് ശ്രദ്ധിച്ചവൾ. കുരിശിൻ കീഴിൽ മകനെ വിട്ടുപോകാതെ നിന്നവൾ.

അതുകൊണ്ട് എട്ടുനോമ്പിന്റെ ഏറ്റവും മനോഹരമായ പ്രാർഥന ഇതായിരിക്കാം: "മാതാവേ, അമ്മയുടെ ജീവിതംപോലെ എന്റെ ജീവിതവും ദൈവഹിതത്തിന് ചേർന്നതാക്കണമേ."

ഇന്നത്തെ കാലത്ത് 'ശുദ്ധത' എന്താണ്?

എട്ടുനോമ്പിന്റെ പാരമ്പര്യങ്ങളിൽ സ്ത്രീകളുടെ ചാരിത്ര്യസംരക്ഷണത്തിന് വലിയ പ്രാധാന്യമുണ്ട്. ശുദ്ധത എന്നത് പല വിധമാണ്. കണ്ണുകളുടെ വിശുദ്ധി, ചിന്തകളുടെ വിശുദ്ധി, ബന്ധങ്ങളിലെ വിശുദ്ധി, വാക്കുകളുടെ വിശുദ്ധി, ഡിജിറ്റൽ ജീവിതത്തിന്റെ വിശുദ്ധി.

ഇന്ന് നമ്മൾ മൊബൈൽ ഫോണിലൂടെ ദിവസവും കാണുന്നവ എപ്രകാരമുള്ളതാണെന്ന് ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ?

> എട്ടുനോമ്പിന്റെ ഏറ്റവും വലിയ ലക്ഷ്യം മാംസാഹാരം ഒഴിവാക്കുക എന്നതിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങുന്നില്ല. നോമ്പ് നമ്മെ മാതാവിന്റെ ജീവിതത്തിലേക്ക് നോക്കാൻ ക്ഷണിക്കുന്നു.

അശ്ലീലത, ശരീരത്തെ വസ്തുവായി കാണുന്ന സംസ്കാരം, അനാരോഗ്യകരമായ ബന്ധങ്ങൾ, ലൈംഗികതയുടെ വാണിജ്യവൽക്കരണം – ഇവയെല്ലാം കുടുംബങ്ങളെയും യുവജനങ്ങളെയും സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് ഈ എട്ടുനോമ്പിൽ നമുക്ക് ഒരു പുതിയ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാം:

- എന്റെ കണ്ണുകൾക്ക് - അശുദ്ധമായത് കാണുന്നതിൽ നിന്ന് ഒരു നോമ്പ്.
- എന്റെ വിരലുകൾക്ക് - അനാവശ്യമായ റീലിസ് സ്ക്രോൾ ചെയ്യുന്നതിൽനിന്ന് ഒരു നോമ്പ്.
- എന്റെ വാക്കുകൾകൊണ്ട് - അന്യരെ അപമാനിക്കുന്നതിൽനിന്നും അധിക്ഷേപിക്കുന്നതിൽനിന്നും ഒരു നോമ്പ്.
- എന്റെ ഹൃദയത്തിന് - വെറുപ്പിൽനിന്നും അസൂയയിൽ നിന്നും പ്രതികാരചിന്തയിൽനിന്നും ഒരു നോമ്പ്.

ഇതാണ് ഇന്നത്തെ കാലത്ത് മാതാവിനോടൊപ്പം ആചരിക്കാവുന്ന യഥാർഥ എട്ടുനോമ്പ്.

മാതാവിന്റെ പിറവി: പ്രത്യാശയുടെ പിറവി

മറിയത്തിന്റെ ജനനം ഒരു സാധാരണ ജനനമല്ല. അവളുടെ ജനനത്തിലൂടെ ക്രിസ്തുവിന്റെ വരവിനുള്ള വഴി ഒരുക്കപ്പെട്ടു. അതിനാലാണ് സഭയുടെ പ്രാർഥനാഭാവത്തിൽ മറിയത്തിന്റെ ജനനം രക്ഷയുടെ പ്രഭാതത്തിന് മുമ്പുള്ള പുലരിപോലെ ആകുന്നത്.

ഒരു 'ഫാമിലി നോമ്പ്'

ഈ വർഷത്തെ എട്ടുനോമ്പിൽ ഓരോ കുടുംബവും ഒരു തീരുമാനം എടുക്കട്ടെ.

- ✓ ഭർത്താവും ഭാര്യയും തമ്മിൽ കൂടുതൽ സ്നേഹത്തോടെ സംസാരിക്കാം.
- ✓ മാതാപിതാക്കൾ മക്കളെ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിച്ച് കേൾക്കാം.
- ✓ മക്കൾ മാതാപിതാക്കളോടുള്ള നന്ദി പ്രകടിപ്പിക്കാം.
- ✓ കുടുംബത്തിൽ ഒരുമിച്ച് പ്രാർഥിക്കുന്ന സമയം പുനഃസ്ഥാപിക്കാം.
- ✓ വീട്ടിലെ തർക്കങ്ങളിൽ "ഞാനാണ് ശരി" എന്നതിനുപകരം "നമുക്ക് സമാധാനം കണ്ടെത്താം" എന്ന് പറയാം.
- ✓ ഫോണുകൾ മാറ്റിവച്ച് കുടുംബാംഗങ്ങൾ പരസ്പരം നോക്കി സംസാരിക്കാം.
- ✓ വീട്ടിൽ മാതാവിന്റെ രൂപം അലങ്കരിച്ച് ദിവസവും ഒരു പൂവ് സമർപ്പിക്കാം.

അങ്ങനെ എട്ടുനോമ്പ് ജീവിക്കുന്ന ഒരു ആത്മീയ അനുഭവമായി മാറട്ടെ.

തോരാത്ത മഴയിൽ തീരാദുരിതത്തിലായ കുട്ടനാട്

ആന്റണി ആറിൽചിറ
ചമ്പക്കുളം
റിട്ട. ഡെപ്യൂട്ടി തഹസിൽദാർ

2026 ഓഗസ്റ്റിന്റെ ആദ്യവാരം മധ്യകേരളം കടന്നുപോയത് പ്രളയസമാനമായ ദുരിതത്തിലൂടെയാണ്. കനത്ത മഴയും വെള്ളപ്പൊക്കവും നിരവധി മനുഷ്യജീവനുകളെയും കോടിക്കണക്കിന് രൂപയുടെ സ്വത്തിനെയും കൃഷിയെയും ബാധിച്ചു. കോട്ടയം, പത്തനംതിട്ട ജില്ലകളിൽ തുടർച്ചയായി പെയ്ത മഴയുടെ വെള്ളം ആലപ്പുഴ ജില്ലയിലെ കുട്ടനാട്ടിലെത്തിയതോടെ താഴ്ന്ന പ്രദേശങ്ങൾ പലതും വെള്ളത്തിനടിയിലായി. പമ്പ, അച്ചൻകോവിൽ, മണിമല തുടങ്ങിയ നദികളിൽ ജലനിരപ്പ് ഉയർന്നതോടെ കുട്ടനാട്ടിലെ സ്ഥിതി കൂടുതൽ ഗുരുതരമായി. ഈ കാഴ്ചകൾ കുട്ടനാട്ടുകാരെ 2018-ലെ മഹാപ്രളയത്തിന്റെ ഭീതിപ്പെടുത്തുന്ന ഓർമ്മകളിലേക്ക് തിരികെ കൊണ്ടുപോയി.

മറ്റു പ്രദേശങ്ങളിൽ മഴയും വെള്ളപ്പൊക്കവും പെട്ടെന്ന് എത്തി മണിക്കൂറുകൾക്കോ ഒന്നോ രണ്ടോ ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിലോ കടന്നുപോകാറുണ്ട്. എന്നാൽ കുട്ടനാട്ടിലെ സ്ഥിതി വ്യത്യസ്തമാണ്. കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽ പെയ്യുന്ന മഴയുടെ വെള്ളം കുട്ടനാട്ടിലെത്താൻ രണ്ടോ മൂന്നോ ദിവസം വേണ്ടിവരും. ഇവിടെ പെയ്യുന്ന മഴവെള്ളവും അതിനൊപ്പം എത്തുന്ന മലവെള്ളവും ചേർന്ന് ദിവസങ്ങളും ആഴ്ചകളും വെള്ളക്കെട്ട് തുടരുന്ന അവസ്ഥയാണ് ഉണ്ടാക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മറ്റിടങ്ങളിൽ ഏതാനും ദിവസത്തെ ദുരിതമായി അവസാനിക്കുന്ന വെള്ളപ്പൊക്കം കുട്ടനാട്ടിൽ ആഴ്ചകളുടെയും മാസങ്ങളുടെയും ദുരിതമായി മാറുന്നു.

2018-ന്റെ മുറിവുകൾക്കിടയിലേക്ക് വീണ്ടും

2018-ലെ മഹാപ്രളയവും അതിനുശേഷം തുടർന്ന വെള്ളപ്പൊക്കങ്ങളും കുട്ടനാടിനെ വലിയ രീതിയിൽ തകർത്തിരുന്നു. തുടർന്ന് വർഷങ്ങൾ നീണ്ട തിരിച്ചുവരവിന്റെയും നഷ്ടപ്പെട്ടതെല്ലാം വീണ്ടെടുക്കുന്നതിന്റെയും കാലമായിരുന്നു. ആ തിരിച്ചുവരവിനിടയിലാണ് 2026 ഓഗസ്റ്റിലെ കനത്ത മഴ വീണ്ടും കുട്ടനാടിനുമേൽ കരിനിഴൽ വീഴ്ത്തിയത്.

കോട്ടയം, പത്തനംതിട്ട, ആലപ്പുഴ ജില്ലകളിലായി വ്യാപിച്ചുകിടക്കുന്ന വിശാലമായ ഭൂപ്രദേശമാണ് പൊതുവെ കുട്ടനാട് എന്നറിയപ്പെടുന്നത്. ആലപ്പുഴ ജില്ലയിലെ കുട്ടനാട് താലൂക്കിലെ 12 പഞ്ചായത്തുകളാണ് കുട്ടനാടിന്റെ പ്രധാന ഭാഗം. 2011-ലെ സെൻസസ് പ്രകാരം ഈ പ്രദേശത്ത് 47,416 കുടുംബങ്ങളിലായി 1,93,007 പേരാണ് താമസിച്ചിരുന്നത്. തലമുറകളായി വെള്ളത്തോടും കൃഷിയോടും ഇഴചേർന്ന് ജീവിക്കുന്ന വലിയൊരു ജനസമൂഹമാണിത്.

കഴിഞ്ഞ എട്ടുവർഷത്തിനിടെ നിരവധി കുടുംബങ്ങൾ സ്ഥിരമായോ താൽക്കാലികമായോ കുട്ടനാട്ടിൽനിന്ന് മറ്റു പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് താമസം മാറ്റിയിട്ടുണ്ട്. ഇതിന്റെ കൃത്യമായ ചിത്രം വരാനിരിക്കുന്ന ജനസംഖ്യാ കണക്കുകളിൽ കൂടുതൽ വ്യക്തമാകും.

2018-ലെ പ്രളയകാലത്ത് ചങ്ങനാശേരിയിലും സമീപപ്രദേശങ്ങളിലുമായി 40,000-ത്തിലധികം ആളുകൾ ഔദ്യോഗിക ദുരിതാശ്വാസ ക്യാമ്പുകളിൽ കഴിഞ്ഞിരുന്നു. ബന്ധുവീടുകളിലും മറ്റു സുരക്ഷിത കേന്ദ്രങ്ങളിലുമായി കഴിഞ്ഞവരുടെ എണ്ണം ഇതിന് തുല്യമോ അതിലധികമോ ആയിരുന്നിരിക്കാം. അതായത്, കുട്ടനാട്ടിൽനിന്ന് സ്വന്തം വീടുകൾ ഉപേക്ഷിച്ച് സുരക്ഷിത കേന്ദ്രങ്ങളിലേക്ക് മാറേണ്ടിവന്നവരുടെ എണ്ണം അതിലും വലുതായിരുന്നു.

ഇത് വെറും ഒരു വെള്ളപ്പൊക്കത്തിന്റെ കണക്കല്ല. ഒരു ജനതയുടെ ജീവിതം എത്രമാത്രം വെള്ളപ്പൊക്കത്തിന്റെ ആഘാതത്തിന് വിധേയമാണെന്നതിന്റെ തെളിവാണ്.

ഒറ്റപ്പെടുന്ന കുട്ടനാട്

ഓരോ വെള്ളപ്പൊക്കവും കുട്ടനാടിന് സമ്മാനിക്കുന്ന പ്രധാന ദുരിതങ്ങളിലൊന്നാണ് ഒറ്റപ്പെടൽ. കരമാർഗം മറ്റു പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് എത്തിപ്പെടാൻ കഴിയാതെ കുട്ടനാട് ദ്വീപുസമാനമായ അവസ്ഥയിലേക്ക് മാറുന്നു. പ്രളയകാലത്തും വെള്ളം കയറില്ലെന്ന പ്രതീക്ഷയിൽ പുനർനിർമ്മിച്ച ആലപ്പുഴ-ചങ്ങനാശേരി റോഡിന്റെ പല ഭാഗങ്ങളിലും വെള്ളം കയറിയത് ഇത്തവണയും യാത്രയും ഗതാഗതവും വലിയ പ്രതിസന്ധിയിലാക്കി. 2026 ഓഗസ്റ്റിൽ എ.സി. റോഡിലെ പൂവം, കിടങ്ങറ, മനയ്ക്കച്ചിറ തുടങ്ങിയ ഭാഗങ്ങളിൽ വെള്ളം കയറിയതിനെ തുടർന്ന് ഗതാഗതം തടസ്സപ്പെട്ടു. റോഡ് നിർമ്മാണം കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളപ്പൊക്ക സാധ്യതകളെ വേണ്ടത്ര പരിഗണിച്ചില്ലെന്ന വിമർശനവും ഉയർന്നിട്ടുണ്ട്.

എ.സി. റോഡിന്റെ ഇരുവശങ്ങളിലും വെള്ളത്തിന്റെ നിലയിൽ ഏകദേശം ഒന്നര മുതൽ രണ്ടടി വരെ വ്യത്യാസം ഉണ്ടാകുന്ന സാഹചര്യങ്ങളുണ്ട്. വെള്ളം കനാലിൽനിന്ന് റോഡിലേക്ക് കയറുകയും മറുവശത്തേക്ക് ഒഴുകുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥയുണ്ടാകുമ്പോൾ റോഡുതന്നെ വെള്ളത്തിന്റെ ഒഴുക്കിന് തടസ്സമാകുന്ന സ്ഥിതിയും ഉണ്ടാകുന്നു.

ഇത്തരം സാഹചര്യത്തിൽ പ്രായമായവരെയും രോഗികളെയും സുരക്ഷിതമായ സ്ഥലങ്ങളിലേക്ക് മാറ്റുന്നതുപോലും ബുദ്ധിമുട്ടാകുന്നു. വീടുകളിൽ കഴിയുന്നവർക്ക് ആശുപത്രി, സ്കൂൾ, ജോലി, വിപണി തുടങ്ങിയ അടിസ്ഥാന ആവശ്യങ്ങൾക്കുപോലും പുറത്തേക്കിറങ്ങാൻ കഴിയാതെ വരുന്നു.

കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളപ്പൊക്കം അതുകൊണ്ട് ഗതാഗതപ്രശ്നം മാത്രമല്ല; ജനങ്ങളുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തെത്തന്നെ സ്തംഭിപ്പിക്കുന്ന പ്രശ്നമാണ്.

കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളപ്പൊക്കം വ്യത്യസ്തമാണ്

കേരളത്തിലെ മറ്റു പ്രദേശങ്ങളിലെ വെള്ളപ്പൊക്കവുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ കുട്ടനാട് നേരിടുന്ന വെള്ളപ്പൊക്കത്തിന് ചില പ്രത്യേകതകളുണ്ട്. മറ്റിടങ്ങളിൽ മഴവെള്ളവും മലവെള്ളവും ശക്തമായി ഒഴുകിയെത്തി പെട്ടെന്ന് ദുരിതം സൃഷ്ടിക്കുമ്പോൾ കുട്ടനാട്ടിൽ വെള്ളം എത്തുകയും അവിടെ തങ്ങിനിൽക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്ന് ഒഴുകിയെത്തുന്ന വെള്ളവും കുട്ടനാട്ടിൽ പെയ്യുന്ന മഴവെള്ളവും ഒരുമിച്ച് വലിയ ജലശേഖരമായി മാറുന്നു.

കുട്ടനാട് സമുദ്രനിരപ്പിൽനിന്ന് ഏകദേശം മൂന്ന് മുതൽ ഒൻപത് അടി വരെ താഴ്ന്ന പ്രദേശമാണ്. ചില പ്രദേശങ്ങളിൽ ഭൂനിരപ്പും കടൽനിരപ്പും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം

> 2018-ലെ മഹാപ്രളയത്തിനുശേഷം സർക്കാർ നിയോഗിച്ച വിവിധ സമിതികളും വിദഗ്ധരും കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളപ്പൊക്ക പ്രശ്നത്തിന് പരിഹാരങ്ങൾ നിർദേശിച്ച് റിപ്പോർട്ടുകൾ സമർപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ അവയിൽ പല നിർദേശങ്ങളും സമയബന്ധിതമായി നടപ്പാക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെന്നത് ഗൗരവത്തോടെ പരിശോധിക്കേണ്ട വിഷയമാണ്.

ഏകദേശം അഞ്ചടി വരെയുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ, കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്ന് വലിയ അളവിൽ വെള്ളം എത്തുമ്പോൾ, അത് സ്വാഭാവികമായി പുറത്തേക്ക് ഒഴുകിപ്പോകാൻ ആവശ്യമായ സൗകര്യങ്ങൾ പരിമിതമായതിനാൽ വെള്ളക്കെട്ട് നീണ്ടുനിൽക്കുന്നു. അതാണ് കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളപ്പൊക്കത്തെ ദീർഘകാല ദുരിതമാക്കി മാറ്റുന്നത്.

വെള്ളപ്പൊക്കം കുട്ടനാട്ടുകാരുടെ ശത്രുവല്ല

കുട്ടനാട്ടുകാർക്ക് വെള്ളപ്പൊക്കം പുതിയ അനുഭവമല്ല. നൂറ്റാണ്ടുകളായി വെള്ളത്തോടും പ്രകൃതിയോടും പൊരുതി ജീവിച്ചവരാണ് ഈ നാട്ടിലെ ജനങ്ങൾ. അതുകൊണ്ട് വെള്ളം വരുന്നതല്ല, വെള്ളം വന്നശേഷം അത് എത്ര വേഗത്തിൽ പുറത്തേക്ക് ഒഴുകിപ്പോകുന്നു എന്നതാണ് നിർണ്ണായകം.

കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും പുറത്തേക്ക് ഒഴുക്കിവിടുന്നതിനുമായി പൊഴികൾ, തോട്ടപ്പള്ളി സ്പിൽവേ, തണ്ണീർമുക്കം ബണ്ട്, വിവിധ കനാലുകൾ തുടങ്ങിയ സംവിധാനങ്ങളുണ്ട്. ഇവ കാര്യക്ഷമമായി പ്രവർത്തിക്കുമ്പോഴാണ് കുട്ടനാട്ടിന് വെള്ളപ്പൊക്കത്തെ അതിജീവിക്കാൻ കഴിയുക.

തോട്ടപ്പള്ളി സ്പിൽവേ കുട്ടനാട്ടിലെ അധികജലം കടലിലേക്ക് ഒഴുക്കിവിടുന്നതിൽ നിർണ്ണായക പങ്കുവഹിക്കുന്നു. എന്നാൽ സ്പിൽവേയിലെ അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന മണ്ണും മണലും മറ്റ് തടസ്സങ്ങളും ജലത്തിന്റെ ഒഴുക്കിനെ ബാധിക്കുന്നു. കേരള ജലസേചന വകുപ്പിന്റെ വിവരമനുസരിച്ച്, സ്പിൽവേയുടെ രൂപകൽപ്പനാശേഷി സെക്കൻഡിൽ 1,800 ഘനമീറ്ററായിരുന്നെങ്കിലും, അടിഞ്ഞുകൂടിയ ചെളിമൂലം പ്രായോഗികശേഷി ഗണ്യമായി കുറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. അതുകൊണ്ട്, ഇത്തരം സംവിധാനങ്ങളുടെ കാര്യക്ഷമമായ പരിപാലനം കുട്ടനാടിന്റെ ഭാവിക്ക് അത്യാവശ്യമാണ്.

ജലസംഭരണശേഷിയിൽ ഉണ്ടായ കുറവ്

മൂന്നോ നാലോ പതിറ്റാണ്ടുകൾക്കുമുമ്പ് കോട്ടയം, പത്തനംതിട്ട തുടങ്ങിയ കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽ മഴപെയ്താൽ, അച്ചൻകോവിൽ, പമ്പ, മണിമല, മീനച്ചിൽ തുടങ്ങിയ നദികളിലൂടെ വെള്ളം കുട്ടനാട്ടിലെത്തിയിരുന്നു. ഇന്നും അതേ നദികളിലൂടെയാണ് വെള്ളം എത്തുന്നത്. എന്നാൽ, അന്നത്തേതിനെ അപേക്ഷിച്ച് ഇന്ന് വെള്ളക്കെട്ടിന്റെ രൂക്ഷത വർധിച്ചിരിക്കുന്നതെന്തുകൊണ്ട്?

ഇതിന് പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു കാരണം കുട്ടനാട്ടിലെ കായലുകൾക്കും നദികൾക്കും തോടുകൾക്കും മുമ്പുണ്ടായിരുന്ന ജലസംഭരണശേഷിയിൽ വന്ന കുറവാണ്. ലഭ്യമായ കണക്കുകളും നിരീക്ഷണങ്ങളും അടിസ്ഥാനമാക്കി കുട്ടനാട്ടിലെ നദികളുടെയും കായലുകളുടെയും ജലസംഭരണശേഷിയിൽ ഏകദേശം മൂന്നിലൊന്ന് വരെ കുറവുണ്ടായതായി വിലയിരുത്തപ്പെടുന്നു. കാലക്രമേണ ജലാശയങ്ങളിൽ മണ്ണും ചെളിയും ചണ്ടിയും പ്ലാസ്റ്റിക് ഉൾപ്പെടെയുള്ള മാലിന്യങ്ങളും അടിഞ്ഞുകൂടിയതാണ് ഇതിന് പ്രധാന കാരണങ്ങളിലൊന്ന്.

കുട്ടനാട്ടിലെ ആയിരക്കണക്കിന് ഹെക്ടർ പാടശേഖരങ്ങൾ മുമ്പ് ഒരു തരത്തിൽ സ്വാഭാവിക ജലസംഭരണ മേഖലകളായും പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നു. കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്ന് എത്തുന്ന വെള്ളത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗം ഈ പാടശേഖരങ്ങളിൽ താൽക്കാലികമായി സംഭരിക്കപ്പെടുകയും, പിന്നീട് നിയന്ത്രിതമായി പുറത്തേക്ക്

ഒഴുകിപ്പോകുകയും ചെയ്തിരുന്നു. എന്നാൽ ഭൂവിനിയോഗത്തിലുണ്ടായ മാറ്റങ്ങളും പാടശേഖരങ്ങളുടെ സ്വഭാവത്തിലുണ്ടായ വ്യത്യാസങ്ങളും ഈ സ്വാഭാവിക ജലസംഭരണശേഷിയെ ബാധിച്ചിട്ടുണ്ട്.

വേമ്പനാട് കായൽ ഉൾപ്പെടെയുള്ള ജലാശയങ്ങളിൽ കാലക്രമേണ അടിഞ്ഞുകൂടിയ ചെളിയും മണ്ണും മാലിന്യങ്ങളും നീക്കം ചെയ്ത് ജലസംഭരണശേഷി വീണ്ടെടുക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. ഇവിടെ ഒരു കാര്യം പ്രത്യേകം പറയേണ്ടതുണ്ട് - ജലാശയങ്ങളുടെ ആഴം കൂട്ടുക എന്നത് അനിയന്ത്രിതമായ മണൽവാരലിന് അനുമതി നൽകുക എന്നതല്ല. അടിഞ്ഞുകൂടിയ ചെളി, മണ്ണ്, മാലിന്യം തുടങ്ങിയവ ശാസ്ത്രീയമായി നീക്കം ചെയ്ത് ജലാശയങ്ങളുടെ സ്വാഭാവിക ശേഷി വീണ്ടെടുക്കുകയാണ് ലക്ഷ്യം.

2018-ലെ മഹാപ്രളയത്തിനുശേഷം സർക്കാർ നിയോഗിച്ച വിവിധ സമിതികളും വിദഗ്ധരും കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളപ്പൊക്ക പ്രശ്നത്തിന് പരിഹാരങ്ങൾ നിർദേശിച്ച് റിപ്പോർട്ടുകൾ സമർപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ, അവയിൽ പല നിർദേശങ്ങളും സമയബന്ധിതമായി നടപ്പാക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെന്നത് ഗൗരവത്തോടെ പരിശോധിക്കേണ്ട വിഷയമാണ്.

ഇല്ലാതാകുന്ന ജലവഴികൾ

തോട്ടപ്പള്ളി മുതൽ തണ്ണീർമുക്കം വരെയുള്ള പ്രദേശത്ത് മുമ്പ് വെള്ളം ഒഴുകിപ്പോകാൻ സഹായിച്ചിരുന്ന നിരവധി സ്വാഭാവിക ജലവഴികളും പൊഴികളും കാലക്രമേണ ഇല്ലാതാകുകയോ വീതി കുറഞ്ഞ് കാര്യക്ഷമത നഷ്ടപ്പെടുകയോ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ഒരു പ്രദേശത്ത് മഴവെള്ളവും കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്നുള്ള മലവെള്ളവും ഒരേസമയം എത്തുമ്പോൾ, ഈ ജലവഴികളുടെ പരിമിതശേഷി പ്രശ്നം കൂടുതൽ രൂക്ഷമാക്കുന്നു.

കടലിലേക്കുള്ള ജലനിർഗമനത്തിന് കടൽനിരപ്പും വേലിയേറ്റവും വേലിയിറക്കവും വലിയ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നു. കടലിലേക്കുള്ള ജലപ്രവാഹം തടസ്സപ്പെടുന്ന സമയങ്ങളിൽ കുട്ടനാട്ടിലെ ജലനിരപ്പ് കുറയാൻ കൂടുതൽ സമയം വേണ്ടിവരും. അതിനാൽ, കുട്ടനാട്ടിലെ വെള്ളപ്പൊക്കത്തെ നേരിടുന്നതിന് ഒറ്റപ്പെട്ട ഒരു സ്പിൽവേയെയോ ഒരു കനാലിനെയോ മാത്രം ആശ്രയിച്ചാൽ മതിയാകില്ല. തോട്ടപ്പള്ളി മുതൽ തണ്ണീർമുക്കം വരെയുള്ള മുഴുവൻ ജലനിർഗമന ശൃംഖലയെയും

ജനിച്ചുവളർന്ന നാടിനോടുള്ള സ്നേഹം എത്ര ശക്തമായാലും നിരന്തരമായ ദുരിതം പലരെയും മറ്റിടങ്ങളിലേക്ക് താമസം മാറ്റാൻ നിർബന്ധിതരാക്കും. അതുകൊണ്ട് കുട്ടനാടിന്റെ പ്രശ്നത്തെ വെറും വെള്ളപ്പൊക്ക പ്രശ്നമായി കാണരുത്.

ഒരു സമഗ്രസംവിധാനമായി കണ്ട് പുനഃക്രമീകരിക്കണം.

അടിയന്തരമായി വേണ്ടത് കാര്യക്ഷമമായ ജലനിർഗമനം

2026 ഓഗസ്റ്റിലെ വെള്ളപ്പൊക്കത്തിനിടെ തോട്ടപ്പള്ളി സ്പിൽവേയിൽ അടിയന്തരമായി ഇടപെടുകയും വെള്ളം വേഗത്തിൽ കടലിലേക്ക് ഒഴുക്കിവിടാനുള്ള നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്തു. ഷട്ടറുകൾ ഉയർത്തുകയും ചെളിയും മാലിന്യങ്ങളും നീക്കം ചെയ്യുകയും വെള്ളത്തിന്റെ ഒഴുക്കിന് തടസ്സമായിരുന്ന ചില ഘടകങ്ങൾ നീക്കം ചെയ്യുകയും ചെയ്തതായി റിപ്പോർട്ടുകളുണ്ട്. എന്നാൽ, ഇത്തരം നടപടികൾ ഓരോ മഴക്കാലത്തും അടിയന്തരമായി മാത്രം ചെയ്യുന്നതിനു പകരം സ്ഥിരമായ ഒരു സംവിധാനത്തിന്റെ ഭാഗമാകണം.

കുട്ടനാട്ടിലെ ജലനിരപ്പ് നിരന്തരം നിരീക്ഷിക്കുകയും കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്ന് എത്തുന്ന വെള്ളത്തിന്റെ അളവും ഇവിടെ ലഭിക്കുന്ന മഴയുടെ അളവും ശാസ്ത്രീയമായി കണക്കാക്കുകയും വേണം. അതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ എപ്പോൾ, എവിടെ, എത്ര വെള്ളം പുറത്തേക്ക് ഒഴുക്കണമെന്ന് തീരുമാനിക്കാനുള്ള സംവിധാനം ഉണ്ടാകണം.

പാടശേഖരങ്ങളിലെ വെള്ളക്കെട്ടിനും പരിഹാരം വേണം

കുട്ടനാട് പാടശേഖരങ്ങളുടെ നാടാണ്. ആയിരത്തിലധികം ചെറുതും വലുതുമായ പാടശേഖരങ്ങളാണ് ഈ നാടിനെ കേരളത്തിന്റെ നെല്ലറയായി നിലനിർത്തുന്നത്. മിക്ക പാടശേഖരങ്ങളും പുറംബണ്ട് കെട്ടി സംരക്ഷിക്കപ്പെടുന്നു. വെള്ളപ്പൊക്ക സമയത്ത് പുറംബണ്ട് കവിഞ്ഞോ മടവീഴ്ചയിലൂടെയോ പാടശേഖരങ്ങളിലേക്ക് വെള്ളം കയറാം.

എന്നാൽ വെള്ളം കയറിയതിനുശേഷം അത് പുറത്തേക്ക് ഒഴുകിപ്പോകാൻ ഏറെ സമയം വേണ്ടിവരുന്നു.

ഇവിടെയാണ് ശക്തിയേറിയ പമ്പിങ് സംവിധാനങ്ങളുടെ പ്രസക്തി. നെതർലാൻഡ്സ് പോലെ കുട്ടനാടിനു സമാനം താഴ്ന്ന പ്രദേശങ്ങളുള്ള രാജ്യങ്ങൾ വെള്ളത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും വേഗത്തിൽ പുറത്തേക്ക് ഒഴുക്കുന്നതിനും വിവിധ സാങ്കേതിക സംവിധാനങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. കുട്ടനാടിനായി നെതർലാൻഡ്സിലെ ഹോളണ്ട് പ്രദേശങ്ങളുടെ മാതൃകയിൽ 'Room for River' പോലുള്ള ആശയങ്ങൾ പഠിക്കപ്പെട്ടിട്ടുമുണ്ട്. വലിയ തോതിൽ വെള്ളം പുറത്തേക്ക് ഒഴുക്കേണ്ട സാഹചര്യത്തിൽ ഇത്തരം പമ്പുകൾക്ക് സഹായിക്കാനാകും.

അതോടൊപ്പം ഓരോ പാടശേഖരത്തിന്റെയും ആവശ്യകത പരിഗണിച്ച് പ്രാദേശികമായി ഉപയോഗിക്കാവുന്ന പമ്പിങ് സംവിധാനങ്ങളും ഒരുക്കണം. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ പാടശേഖരങ്ങളിൽ കയറിയ വെള്ളം ദീർഘകാലം കെട്ടിക്കിടക്കാതെ പുറത്തേക്ക് ഒഴുക്കിവിടാൻ കഴിയും. ഇത് ജനങ്ങളുടെ ജീവിതം കൂടുതൽ സുരക്ഷിതമാക്കുന്നതിനൊപ്പം ഓരോ വർഷവും വെള്ളപ്പൊക്കത്തെത്തുടർന്ന് റോഡുകൾക്കും കെട്ടിടങ്ങൾക്കും മറ്റു അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങൾക്കും ഉണ്ടാകുന്ന ആവർത്തിച്ചുള്ള നാശനഷ്ടങ്ങളും കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കും.

വെള്ളക്കെട്ട് കുട്ടനാട്ടിൽനിന്ന് പലായനത്തിനും കാരണമാകുന്നു

വർഷത്തിൽ മാസങ്ങളോളം വീടും പരിസരവും വെള്ളക്കെട്ടിലാകുന്ന സാഹചര്യം ഒരു ജനതയുടെ ജീവിതത്തെ എത്രമാത്രം ബാധിക്കുമെന്ന് ആലോചിക്കണം. ചില പ്രദേശങ്ങളിൽ വെള്ളക്കെട്ട് ഒന്നു മുതൽ ആറുമാസം വരെ നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന സാഹചര്യമുണ്ടാകാം. അത്തരമൊരു അവസ്ഥയിൽ സാധാരണ കുടുംബജീവിതം മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകുകതന്നെ വലിയ വെല്ലുവിളിയാണ്.

ജനിച്ചുവളർന്ന നാടിനോടുള്ള സ്നേഹം എത്ര ശക്തമായാലും നിരന്തരമായ ദുരിതം പലരെയും മറ്റിടങ്ങളിലേക്ക് താമസം മാറ്റാൻ നിർബന്ധിതരാക്കും. അതുകൊണ്ട് കുട്ടനാടിന്റെ പ്രശ്നത്തെ വെറും വെള്ളപ്പൊക്ക പ്രശ്നമായി കാണരുത്. ഇത് ജനജീവിതം, കൃഷി, ആരോഗ്യം, വിദ്യാഭ്യാസം, തൊഴിൽ, ഗതാഗതം, പരിസ്ഥിതി, കുടിയേറ്റം എന്നിവയെ ഒരുമിച്ച് ബാധിക്കുന്ന ഒരു സാമൂഹിക പ്രശ്നമാണ്.

ഇനി വേണ്ടത് ശാശ്വതമായ പരിഹാരം

നദികളും തോടുകളും കായലുകളും ശാസ്ത്രീയമായി പരിപാലിച്ച് അവയുടെ സ്വാഭാവിക ജലസംഭരണശേഷിയും ഒഴുക്കിന്റെ ശേഷിയും വർധിപ്പിക്കണം. കിഴക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്ന് എത്തുന്ന വെള്ളത്തിന്റെ അളവ് കൃത്യമായി നിരീക്ഷിക്കണം. കുട്ടനാട്ടിലെ മഴയുടെ അളവും ജലനിരപ്പും തത്സമയം നിരീക്ഷിക്കാനുള്ള സംവിധാനം ശക്തിപ്പെടുത്തണം.

തോട്ടപ്പള്ളി സ്പിൽവേ, തണ്ണീർമുക്കം ബണ്ട്, എ.സി. കനാൽ, വിവിധ തോടുകൾ, പൊഴികൾ തുടങ്ങിയവയെ പരസ്പരം ബന്ധിപ്പിച്ചുള്ള ഒരു 'സമഗ്ര ജലനിർഗമന പദ്ധതി' ആവശ്യമാണ്. ആവശ്യമായ സ്ഥലങ്ങളിൽ ഉയർന്ന ശേഷിയുള്ള പമ്പിങ് സംവിധാനങ്ങൾ സ്ഥാപിക്കണം. പാടശേഖരങ്ങളിൽ വെള്ളം കയറുമ്പോൾ അത് ദീർഘകാലം കെട്ടിക്കിടക്കാതിരിക്കാനുള്ള പ്രാദേശിക സംവിധാനങ്ങളും ഒരുക്കണം.

കായലുകളിലും നദികളിലും തോടുകളിലും അടിഞ്ഞുകൂടിയ ചെളിയും മാലിന്യങ്ങളും ശാസ്ത്രീയമായി നീക്കം ചെയ്യണം.

എന്നാൽ ഇത് പരിസ്ഥിതിയെ നശിപ്പിക്കുന്ന രീതിയിലാകരുത്. ഇതെല്ലാം ഒറ്റപ്പെട്ട പദ്ധതികളായി കാണാതെ കുട്ടനാടിന്റെ സമഗ്രമായ ജലമാനേജ്മെന്റ് പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായാണ് നടപ്പാക്കേണ്ടത്.

പ്രളയമുണ്ടാകുമ്പോൾ മാത്രം പരിഹാരം തേടുന്ന രീതിയിൽനിന്ന് മാറി, മഴക്കാലത്തിനു മുമ്പുതന്നെ തയ്യാറെടുപ്പുകൾ പൂർത്തിയാക്കുന്ന രീതിയിലേക്ക് നാം മാറണം. 2018-ലെ പ്രളയത്തിനുശേഷം വിവിധ പഠനങ്ങളും റിപ്പോർട്ടുകളും പദ്ധതികളും മുന്നോട്ടു വന്നിട്ടുണ്ട്. ഇനി ആവശ്യം പുതിയ പഠനങ്ങൾ അല്ല; ഇതിനകം ലഭ്യമായ ശുപാർശകൾ പരിശോധിച്ച് പ്രായോഗികവും ശാസ്ത്രീയവുമായ പദ്ധതികൾ സമയബന്ധിതമായി നടപ്പാക്കുകയാണ്.

പൂച്ചയ്ക്ക് ആര് മണി കെട്ടും?

"കേരളത്തിലായിപ്പോയതാണ് കുട്ടനാടിന്റെ ശാപം" എന്ന തരത്തിലുള്ള നിരാശാഭരിതമായ അഭിപ്രായങ്ങൾ പലപ്പോഴും കേൾക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ, കുട്ടനാടിന്റെ പ്രശ്നങ്ങളെ കുറ്റപ്പെടുത്തലുകളിലേക്കോ രാഷ്ട്രീയ തർക്കങ്ങളിലേക്കോ ചുരുക്കാതെ പരിഹാരത്തിലേക്ക് നയിക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. പ്രകൃതി ഇത്രയേറെ അനുഗ്രഹിച്ച, ജൈവവൈവിധ്യവും കാർഷികസമ്പത്തും സംസ്കാരവും നിറഞ്ഞ ഈ പ്രദേശത്തെ സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് ഇന്നത്തെ തലമുറയുടെ ഉത്തരവാദിത്തമാണ്.

കുട്ടനാടിന്റെ പ്രശ്നം ഒരു രാഷ്ട്രീയ പാർട്ടിയുടെയോ ഒരു സർക്കാരിന്റെയോ മാത്രം പ്രശ്നമല്ല. ഭരണകൂടത്തിനും ജനപ്രതിനിധികൾക്കും തദ്ദേശസ്ഥാപനങ്ങൾക്കും ശാസ്ത്രജ്ഞർക്കും കർഷകർക്കും പൊതുസമൂഹത്തിനും ഒരുപോലെ ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ട്. "Better late than never" എന്നുപറയുന്നതുപോലെ, വൈകിയെങ്കിലും ഇപ്പോഴെങ്കിലും തുടങ്ങണം.

കുട്ടനാട് ഒരു ഭൂപ്രദേശം മാത്രമല്ല. അത് ഒരു ജീവിതരീതിയാണ്. ഒരു കാർഷിക സംസ്കാരമാണ്. തലമുറകളുടെ ഓർമ്മകളും അധ്വാനവും ചേർന്നുണ്ടായ നാടാണ്. അതിനെ സംരക്ഷിക്കുക എന്നത് കുട്ടനാട്ടുകാരുടെ മാത്രം ഉത്തരവാദിത്തമല്ല; കേരളത്തിന്റെ പൊതുസമൂഹത്തിന്റെ ഉത്തരവാദിത്തം കൂടിയാണ്.

ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതയും കുട്ടനാടും

ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതയുടെ വിശ്വാസിസമൂഹത്തിലെ ഏകദേശം മൂന്നിലൊന്ന് കുട്ടനാട്ടിലാണ് ജീവിക്കുന്നത്. അതിരൂപതയുടെ "അമ്മപ്പള്ളി" എന്നറിയപ്പെടുന്ന ചമ്പക്കുളം കല്ലൂർക്കാട് ബസിലിക്ക ഉൾപ്പെടെ ചരിത്രപ്രാധാന്യമുള്ള നിരവധി ദേവാലയങ്ങൾ ഈ പ്രദേശത്തുണ്ട്.

കുട്ടനാട്ടിലെ ജനങ്ങളുടെ ക്ഷേമത്തിന് അതിരൂപത എന്നും പ്രത്യേക പരിഗണന നൽകിയിട്ടുണ്ട്. 2018-ലെ മഹാപ്രളയകാലത്ത് ജാതി, മത, രാഷ്ട്രീയ വ്യത്യാസങ്ങൾക്കതീതമായി, കുട്ടനാട്ടിലെ ദുരിതബാധിതരെ ചേർത്തുപിടിച്ചുകൊണ്ട് ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപത നടത്തിയ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ശ്രദ്ധേയമായിരുന്നു. ദുരിതാശ്വാസ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും പുനരധിവാസ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും അതിരൂപതയും അതിന്റെ വിവിധ സ്ഥാപനങ്ങളും സജീവമായി ഇടപെട്ടു.

2018-ലെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ചങ്ങനാശേരി വില്ലേജ് ഓഫീസർ എന്ന നിലയിൽ പങ്കാളിയായിരുന്ന വ്യക്തി എന്ന നിലയിൽ ആ പ്രവർത്തനങ്ങളെ അടുത്തറിഞ്ഞ അനുഭവവും ലേഖകനുണ്ട്. പ്രളയത്തിന്റെ വ്യാപ്തിയും ജനങ്ങൾ നേരിട്ട ദുരിതവും നേരിട്ട് കണ്ട അനുഭവമാണ് അതിനു പിന്നിൽ. കുട്ടനാട്ടിലെ കർഷകരുടെയും പൊതുസമൂഹത്തിന്റെയും നാടിന്റെ നിലനിൽപ്പിന്റെയും കാര്യത്തിൽ അതിരൂപത നടത്തുന്ന ഇടപെടലുകൾ തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. വരുന്ന വർഷങ്ങളിൽ കുട്ടനാടിന്റെ നിലനിൽപ്പിനായുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ ശക്തി പകരേണ്ട സമയമാണിത്.

കേരളത്തിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ ജനങ്ങളുടെ അവകാശങ്ങൾക്കായുള്ള നിരവധി പോരാട്ടങ്ങൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകിയ ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതയ്ക്ക് കുട്ടനാടിന്റെ നിലനിൽപ്പിനായുള്ള ഈ ദൗത്യത്തിലും നിർണ്ണായകമായ പങ്ക് വഹിക്കാനാകുമെന്ന പ്രത്യാശയോടെ മുന്നേറാം. കുട്ടനാടിന് ഇനി വേണ്ടത് ഓരോ പ്രളയത്തിനും ശേഷമുള്ള ആശ്വാസമല്ല; പ്രളയത്തിന്റെ ആഘാതം കുറയ്ക്കുന്ന ശാശ്വതമായ പരിഹാരമാണ്.

കുട്ടനാടിന്റെ പ്രശ്നം ഒരു രാഷ്ട്രീയ പാർട്ടിയുടെയോ ഒരു സർക്കാരിന്റെയോ മാത്രം പ്രശ്നമല്ല. ഭരണകൂടത്തിനും ജനപ്രതിനിധികൾക്കും തദ്ദേശസ്ഥാപനങ്ങൾക്കും ശാസ്ത്രജ്ഞർക്കും കർഷകർക്കും പൊതുസമൂഹത്തിനും ഒരുപോലെ ഉത്തരവാദിത്തമുണ്ട്. "Better late than never" എന്നുപറയുന്നതുപോലെ, വൈകിയെങ്കിലും ഇപ്പോഴെങ്കിലും തുടങ്ങണം.

മനഃശാസ്ത്രം
Mental Health

ജോൺ റോളിൻസ് M.Com MSc MTA
Asst. Professor, Dept. of Psychology,
CAPE College of Nursing, Alappuzha

കാഞ്ചനക്കൂട്
Narcissistic Personality Disorder

സ്നേഹത്തിന്റെ പേരിലുള്ള നിയന്ത്രണം തിരിച്ചറിയുമ്പോൾ

സിറിൽ സന്തോഷവാനും ചുറുചുറുക്കുള്ള ഒരു ചെറുപ്പക്കാരനുമായിരുന്നു. എന്നാൽ അടുത്തകാലത്തായി അവനിൽ വലിയൊരു മാറ്റം എല്ലാവരുടെയും ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടു. ആരോടും അധികം ഇടപെടാതെ ഒഴിഞ്ഞുമാറുക, എപ്പോഴും ഉള്ളിലേക്ക് വലിഞ്ഞിരിക്കുക, തന്റെ മനസ്സിലുള്ള കാര്യങ്ങൾ ആരുമായും പങ്കുവയ്ക്കാതിരിക്കുക - ഇതെല്ലാം അവനെ പരിചയമുള്ളവരെ അദ്ഭുതപ്പെടുത്തി.

അങ്ങനെയിരിക്കെയാണ് ഒരു സുഹൃത്തിനോടൊപ്പം സിറിൽ എന്നെ കാണാനെത്തിയത്. പതിയെ അവൻ മനസ്സുതുറന്നു. സിറിലിനെ ഏറ്റവും കൂടുതൽ വിഷമിപ്പിക്കുന്നത് ലിനറ്റുമായുള്ള ബന്ധമായിരുന്നു.

ലിനറ്റുമായുള്ള ബന്ധം സിറിലിന് ആദ്യം ഒരു സ്വപ്നംപോലെ ആയിരുന്നു. അവൻ പ്രതീക്ഷിച്ചതിലും അപ്പുറമായിരുന്നു തുടക്കത്തിലെ അവളുടെ സ്നേഹപ്രകടനങ്ങൾ. എന്തിനും ഏതിനും സ്വന്തം നിലപാട് ഉറച്ചുപറയുകയും അതിനുവേണ്ടി പോരാടുകയും ചെയ്തിരുന്ന സിറിലിനെപ്പോലും അവളുടെ സ്നേഹം പതിയെ കീഴടക്കി.

എന്നാൽ പിന്നീട് കാര്യങ്ങളുടെ ഗതി മാറിത്തുടങ്ങി. സിറിൽ തന്റെ സ്നേഹം വാക്കുകളിലൂടെ പ്രകടിപ്പിക്കുമ്പോൾ അവൾ പലപ്പോഴും അതിനെ അവഗണിച്ചു. അവളുടെ സ്നേഹപ്രകടനങ്ങളുടെ ആഴവും പരപ്പും പതിയെ കുറഞ്ഞു. അതേസമയം സിറിലിന്റെ പ്രണയത്തിന്റെ തീവ്രത കൂടിക്കൊണ്ടിരുന്നു.

"തിരക്കാണ്", "സമയം കിട്ടുന്നില്ല" എന്നൊക്കെപ്പറഞ്ഞ് അവൾ സിറിലിനോട് സംസാരിക്കാതെയായി. എന്നാൽ ഇടയ്ക്കിടെ അവൾ വീണ്ടും, കടലിലെ തിരമാലപോലെ, സ്നേഹത്തിന്റെ നിമിഷങ്ങളുമായി അവന്റെ ജീവിതത്തിലേക്ക് വരും; പിന്നെ പെട്ടെന്ന് പിൻവാങ്ങുകയും ചെയ്യും.

ഈ കാലയളവിൽ സിറിൽ അവൾക്കായി പലതും ചെയ്തു; സമ്മാനങ്ങൾ നൽകി; സമയം ചെലവഴിച്ചു; സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിച്ചു. എന്നാൽ, അവൻ പ്രതീക്ഷിച്ചിരുന്ന സ്നേഹപൂർവമായ പ്രതികരണം അവളിൽനിന്ന് ലഭിച്ചില്ല. ലിനറ്റ് സ്വാർഥതയുടെ ആൾരൂപമാണെന്ന് അവനു തോന്നി. എന്നാൽ പ്രശ്നത്തിന്റെ വേരുകൾ അതിലും ആഴത്തിലായിരുന്നു.

ഇത് വെറും സ്വാർഥതയാണോ?

ലിനറ്റിന്റെ പെരുമാറ്റത്തിൽ കാണപ്പെട്ട ചില പ്രത്യേകതകൾ നാർസിസിസ്റ്റിക് സ്വഭാവരീതികളോട് സാമ്യമുള്ളവയായിരുന്നു. നാർസിസിസ്റ്റിക് വ്യക്തിത്വരീതികൾ ഉള്ളവരിൽ സ്വന്തം കഴിവുകളെയും പ്രാധാന്യത്തെയും കുറിച്ച് അമിതമായ ധാരണ പുലർത്തുക, മറ്റുള്ളവരുടെ വികാരങ്ങളും ആവശ്യങ്ങളും മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ താൽപ്പര്യം കുറവായിരിക്കുക, നിരന്തരം പ്രശംസയും അംഗീകാരവും ആഗ്രഹിക്കുക തുടങ്ങിയ സ്വഭാവങ്ങൾ കാണാം.

> ശക്തമായ നാർസിസിസ്റ്റിക് സ്വഭാവരീതികളുള്ളവർ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും നിഷേധിക്കുകയും മറ്റുള്ളവരെ കൊച്ചാക്കുകയും വിമർശിക്കുകയും ശിക്ഷിക്കുകയും, ഒടുവിൽ താനാണ് ഇരയെന്നും താനാണ് ബലിയാടെന്നും വരുത്തിത്തീർക്കുകയും ചെയ്യും. സ്വന്തം തെറ്റ് അംഗീകരിക്കാൻ അവർ തയ്യാറാകാറില്ല.

തനിക്ക് മറ്റുള്ളവരേക്കാൾ കൂടുതൽ പരിഗണനയും അംഗീകാരവും ലഭിക്കണം എന്ന തോന്നലും ഇവരിൽ ഉണ്ടാകാം.

സ്വന്തം തെറ്റുകൾ സമ്മതിക്കാനോ വിമർശനം അംഗീകരിക്കാനോ ബുദ്ധിമുട്ടുന്നതോടൊപ്പം, പരാജയങ്ങൾക്ക് മറ്റുള്ളവരെ കുറ്റപ്പെടുത്തുകയോ മറ്റുള്ളവരെ വിലകുറച്ച് കാണുകയോ ചെയ്യുന്നതും ഇത്തരം സ്വഭാവരീതികളുടെ ഭാഗമായേക്കാം. ചിലർ തങ്ങളുടെ രൂപഭാവത്തിലും സാമൂഹിക സാന്നിധ്യത്തിലും അമിതമായ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തും. എവിടെ ചെന്നാലും ശ്രദ്ധാകേന്ദ്രം താനായിരിക്കണമെന്ന ആഗ്രഹവും ചിലരിൽ ശക്തമായിരിക്കും.

എന്നാൽ ഇവിടെ ഒരു കാര്യം പ്രത്യേകം ഓർക്കണം: ഇത്തരം സ്വഭാവങ്ങളിൽ ചിലത് ഒരാളിൽ കാണപ്പെടുന്നു എന്നതുകൊണ്ട് മാത്രം അയാൾക്ക് നാർസിസിസ്റ്റിക് വ്യക്തിത്വ വൈകല്യമുണ്ടെന്ന് വിധിക്കാനാവില്ല. ഒരു വ്യക്തിയുടെ പെരുമാറ്റത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കി വ്യക്തിത്വവൈകല്യം നിർണ്ണയിക്കേണ്ടത് അതിനുള്ള അറിവും പരിശീലനവും യോഗ്യതയുമുള്ള മാനസികാരോഗ്യ വിദഗ്ധരുടെ ജോലിയാണ്. അതിനാൽ, ഈ ലേഖനം വായിച്ചിട്ട് നിങ്ങളുടെ പ്രിയപ്പെട്ടവരിൽ ആരെയെങ്കിലും "നാർസിസിസ്റ്റ്" എന്ന് മുദ്രകുത്തരുത്.

എങ്കിലും ഇത്തരം സ്വഭാവരീതികളെക്കുറിച്ച് അടിസ്ഥാന ധാരണയുണ്ടാകുന്നത് ചില ബന്ധങ്ങളിൽ എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നതെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ സഹായിക്കും.

നാർസിസിസ്റ്റുമായി ബന്ധത്തിലായാൽ എന്ത് സംഭവിക്കും?

ശക്തമായ നാർസിസിസ്റ്റിക് സ്വഭാവരീതികളുള്ള ഒരാളുമായി തുറന്ന സംഭാഷണം നടത്തുന്നതുതന്നെ എളുപ്പമല്ല. സ്വന്തം തെറ്റ് അംഗീകരിക്കാൻ അവർ തയ്യാറാകാറില്ല. ചർച്ചയിലൂടെ അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ പ്രശ്നം കൂടുതൽ വഷളാകാനും സാധ്യതയുണ്ട്.

ചിലപ്പോൾ അവർ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും നിഷേധിക്കുകയും മറ്റുള്ളവരെ കൊച്ചാക്കുകയും വിമർശിക്കുകയും ശിക്ഷിക്കുകയും, ഒടുവിൽ താനാണ് ഇരയെന്നും താനാണ് ബലിയാടെന്നും വരുത്തിത്തീർക്കുകയും ചെയ്യും.

ഇത്തരം ബന്ധങ്ങളിൽ മറ്റേയാൾ ക്രമേണ സ്വന്തം തീരുമാനങ്ങളെപ്പോലും സംശയിക്കാൻ തുടങ്ങാം. "ഞാനാണോ തെറ്റുകാരൻ?", "ഞാനാണോ അവളെ മനസ്സിലാക്കാത്തത്?", "എനിക്ക് തന്നെയാണോ പ്രശ്നം?"

1. എല്ലാത്തിനും തങ്ങൾ അർഹരാണെന്ന ധാരണ വളർത്തരുത്

"നീ എന്തും നേടിയെടുക്കണം", "നീ മറ്റുള്ളവരെക്കാൾ മികച്ചവനാണ്" എന്ന തരത്തിലുള്ള അമിതമായ അവകാശബോധം കുട്ടികളിൽ വളരാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

2. തെറ്റുകളുടെ സ്വാഭാവിക പരിണിതഫലങ്ങൾ അനുഭവിക്കാൻ അനുവദിക്കുക

കുട്ടി ചെയ്യുന്ന ഓരോ തെറ്റിന്റെയും ഫലം മാതാപിതാക്കൾ ഏറ്റെടുത്ത് പരിഹരിക്കേണ്ടതില്ല. സ്വന്തം പ്രവർത്തികളുടെ സ്വാഭാവിക പരിണിതഫലങ്ങൾ അനുഭവിച്ചറിയാൻ കുട്ടികളെ അനുവദിക്കണം. അതേസമയം, അവരുടെ ആത്മാഭിമാനത്തെ തകർക്കാതെ തിരുത്തുകയും വേണം.

3. കുട്ടികളെ കേൾക്കുക

കുട്ടികൾക്ക് സുരക്ഷിതത്വവും ആത്മാഭിമാനവും അനുഭവപ്പെടുന്ന കുടുംബാന്തരീക്ഷം ഒരുക്കണം. അവർ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധയോടെ കേൾക്കുക. 'താൻ കേൾക്കപ്പെടുന്നു' എന്ന അനുഭവം കുട്ടിയുടെ ആരോഗ്യകരമായ വ്യക്തിത്വവികാസത്തിന് വളരെ പ്രധാനമാണ്.

4. അതിർവരമ്പുകൾ പഠിപ്പിക്കുക

പ്രായത്തിന് അനുയോജ്യമായ അറിവുകൾ നൽകുകയും വ്യക്തിബന്ധങ്ങളിൽ എന്താണ് അനുവദനീയവും എന്താണ് അല്ലാത്തതും എന്ന് കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കുകയും വേണം. "ഇല്ല" എന്ന് പറയേണ്ടിടത്ത് "ഇല്ല/വേണ്ട" എന്ന് പറയാനും പഠിക്കണം.

5. ചിന്തിച്ച് തീരുമാനമെടുക്കാൻ സഹായിക്കുക

കുട്ടിയുടെ കഴിവുകളും സാധ്യതകളും വികസിപ്പിക്കുക. അവരുടെ എല്ലാ തീരുമാനങ്ങളും മാതാപിതാക്കൾ എടുത്തുകൊടുക്കുന്നതിനു പകരം, ചിന്തിച്ച് തീരുമാനമെടുക്കാനും തീരുമാനങ്ങളുടെ അനന്തരഫലങ്ങൾ

എന്നിങ്ങനെ ചോദ്യങ്ങൾ അവന്റെ മനസ്സിൽ ഉയരാം. ഇങ്ങനെ സ്വന്തം അനുഭവങ്ങളെയും വികാരങ്ങളെയും വിശ്വസിക്കാൻ കഴിയാത്ത അവസ്ഥയിലേക്ക് ഒരാൾ എത്തിപ്പെടുന്നത് വലിയ അപകടസൂചനയാണ്.

ഈ സ്വഭാവരീതികൾ എങ്ങനെ രൂപപ്പെടുന്നു?

നാർസിസിസ്റ്റിക് വ്യക്തിത്വ വൈകല്യത്തിന് പല ഘടകങ്ങളും പങ്കുവഹിക്കാം. അതിൽ ബാല്യകാല അനുഭവങ്ങളും തെറ്റായ പേരെന്റിംഗ് ശൈലിയും പ്രധാനപ്പെട്ട സ്വാധീനങ്ങളാകാം.

കുട്ടിയുടെ എല്ലാ തെറ്റുകളും അവഗണിക്കുക, സ്വന്തം മഹത്വത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അമിതമായ ഉന്നതധാരണ തിരുത്താതിരിക്കുക, അതേസമയം കുട്ടിക്ക് ആവശ്യമായ സുരക്ഷിതമായ സ്നേഹവും പരിധികളും നൽകാതിരിക്കുക തുടങ്ങിയ പേരെന്റിംഗ് രീതികൾ വ്യക്തിത്വവൈകല്യങ്ങളുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് വഴിയൊരുക്കിയേക്കാം.

എല്ലാ കുട്ടികളിലും രണ്ടോ മൂന്നോ വയസ്സുവരെ സ്വയംകേന്ദ്രിതമായ ചില സ്വഭാവങ്ങൾ കാണാം. "എന്റേത്", "എനിക്ക് വേണം", "ഞാനാണ് പ്രധാനപ്പെട്ടത്" എന്ന തരത്തിലുള്ള ചിന്തകൾ ആ പ്രായത്തിലെ സ്വാഭാവിക വളർച്ചയുടെ ഭാഗമാണ്.

എന്നാൽ വളരുന്നതിനനുസരിച്ച് കുട്ടി മറ്റുള്ളവരെ പരിഗണിക്കാനും, പങ്കുവയ്ക്കാനും, സ്വന്തം തെറ്റുകൾ തിരിച്ചറിയാനും, ദേഷ്യം നിയന്ത്രിക്കാനും, വ്യക്തിബന്ധങ്ങളിലെ അതിർവരമ്പുകൾ മനസ്സിലാക്കാനും പഠിക്കണം. ഇവയ്ക്ക് ആവശ്യമായ മാർഗനിർദേശം ലഭിക്കാതെ വളരുന്ന കുട്ടികളിൽ, പിന്നീട് പ്രശ്നകരമായ വ്യക്തിത്വരീതികൾ രൂപപ്പെടാനുള്ള സാധ്യത വർധിക്കാം.

വളരുന്നതിനനുസരിച്ച് കുട്ടി മറ്റുള്ളവരെ പരിഗണിക്കാനും, പങ്കുവയ്ക്കാനും, സ്വന്തം തെറ്റുകൾ തിരിച്ചറിയാനും, ദേഷ്യം നിയന്ത്രിക്കാനും, വ്യക്തിബന്ധങ്ങളിലെ അതിർവരമ്പുകൾ മനസ്സിലാക്കാനും പഠിക്കണം.

കുട്ടികളെ എങ്ങനെ വളർത്താം?

നാർസിസിസ്റ്റിക് സ്വഭാവരീതികൾ ഒഴിവാക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ആരോഗ്യകരമായ കുടുംബാന്തരീക്ഷം രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിൽ മാതാപിതാക്കൾക്ക് വലിയ പങ്കുണ്ട്.

ജീവനും ജീവിതവും ദൈവത്തിന് സമർപ്പിക്കാനും, തെറ്റുകൾ ഏറ്റുപറയാനും, മറ്റുള്ളവരോട് ക്ഷമ ചോദിക്കാനും, മറ്റുള്ളവരോട് ക്ഷമിക്കാനും കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കണം. സ്വന്തം ബോധത്തെ മാത്രം കേന്ദ്രമാക്കാതെ ദൈവത്തെയും മറ്റുള്ളവരെയും സ്നേഹിക്കുന്ന ജീവിതത്തിലേക്ക് കുട്ടികളെ നയിക്കണം.

മനസ്സിലാക്കാനും സഹായിക്കുക.

6. നിബന്ധനകളില്ലാത്ത സ്നേഹം നൽകുക

കുട്ടി ജയിക്കുമ്പോൾ മാത്രം സ്നേഹിക്കുകയും പരാജയപ്പെടുമ്പോൾ നിരസിക്കുകയും ചെയ്യരുത്. "നീ എന്ത് ചെയ്താലും നീ എന്റെ മകനാണ്" എന്ന ആത്മവിശ്വാസം നൽകുകയും, എന്നാൽ തെറ്റിനെ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചു തിരുത്താൻ മടിക്കുകയും അരുത്.

7. നല്ല പെരുമാറ്റത്തെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക

സ്ഥിരതയുള്ള നല്ലതും ക്രിയാത്മകവുമായ പെരുമാറ്റങ്ങൾക്ക് അംഗീകാരം നൽകുക. എന്നാൽ അമിതമായ പുകഴ്ത്തലിലൂടെ കുട്ടിയിൽ യാഥാർഥ്യമല്ലാത്ത മേന്മാബോധം വളർത്താതിരിക്കുകയും വേണം.

8. ആത്മീയമായ മൂല്യങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുക

ജീവനും ജീവിതവും ദൈവത്തിന് സമർപ്പിക്കാനും, തെറ്റുകൾ ഏറ്റുപറയാനും, മറ്റുള്ളവരോട് ക്ഷമ ചോദിക്കാനും, മറ്റുള്ളവരോട് ക്ഷമിക്കാനും കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കണം.

സ്വന്തം ബോധത്തെ മാത്രം കേന്ദ്രമാക്കാതെ ദൈവത്തെയും മറ്റുള്ളവരെയും സ്നേഹിക്കുന്ന ജീവിതത്തിലേക്ക് കുട്ടികളെ നയിക്കണം.

നിങ്ങൾ തന്നെ ഇരയായാൽ?

നാർസിസിസ്റ്റിക് സ്വഭാവരീതികൾ ശക്തമായ ഒരാൾ നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിലെ പ്രിയപ്പെട്ട വ്യക്തിയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങൾക്ക് പലപ്പോഴും ആശയക്കുഴപ്പവും വേദനയും ഒറ്റപ്പെടലും അനുഭവപ്പെടാം. അത്തരം സാഹചര്യത്തിൽ ചില കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കാം.

1. സ്വന്തം ആത്മവിശ്വാസം കൈവിടരുത്.

നിങ്ങളുടെ അനുഭവങ്ങളെയും വികാരങ്ങളെയും നിരന്തരം തെറ്റാണെന്ന് മറ്റൊരാൾ പറയുന്നതുകൊണ്ട് അവ തെറ്റാകുന്നില്ല.

2. എല്ലാ ആരോപണങ്ങൾക്കും പ്രതികരിക്കേണ്ടതില്ല.

ഓരോ തർക്കവും ജയിക്കേണ്ടതില്ല. ചില സാഹചര്യങ്ങളിൽ പ്രതികരിക്കാതിരിക്കുന്നതാണ് കൂടുതൽ ആരോഗ്യകരം.

3. ആത്മീയവും മാനസികവുമായ പിന്തുണ തേടുക.

ധ്യാനവും പ്രാർഥനയും ആത്മീയബലമേകാം. അതോടൊപ്പം പരിശീലനം ലഭിച്ച കൗൺസലറുടെയോ മാനസികാരോഗ്യ വിദഗ്ധന്റെയോ സഹായം തേടുകയും ചെയ്യാം.

4. വസ്തുതകളിൽ ഉറച്ചുനിൽക്കുക.

മറ്റൊരാൾ സൃഷ്ടിക്കുന്ന ആരോപണങ്ങളുടെയും സങ്കൽപ്പങ്ങളുടെയും ലോകത്തിലേക്ക് വലിച്ചിഴയ്ക്കപ്പെടാതിരിക്കുക. സംഭവിച്ചതെന്താണെന്ന് വസ്തുതാപരമായി തിരിച്ചറിയാൻ ശ്രമിക്കുക.

5. നിങ്ങളെ രോഗിയായി ചിത്രീകരിക്കാനുള്ള ശ്രമങ്ങളെ തിരിച്ചറിയുക.

ചില ബന്ധങ്ങളിൽ ഒരാൾ മറ്റേയാളെ "നിനക്കാണ് പ്രശ്നം", "നീ രോഗിയാണ്", "നിനക്ക് കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാകുന്നില്ല" എന്നിങ്ങനെ നിരന്തരം വിശ്വസിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിച്ചേക്കാം. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ വിശ്വസിക്കാവുന്ന വ്യക്തികളുടെയും വിദഗ്ധരുടെയും സഹായം തേടുന്നത് പ്രധാനമാണ്.

6. ഒന്നാം പ്രമാണം: ദൈവമല്ലാതെ മറ്റാരും നമ്മുടെ ഉടയോനല്ല.

ഒരു മനുഷ്യനെയും നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ ദൈവസ്ഥാനത്ത് പ്രതിഷ്ഠിക്കരുത്. സ്നേഹം സമർപ്പണമാണ്; എന്നാൽ അടിമത്തമല്ല.

> ക്രൈസ്തവ വിവാഹത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനം പരസ്പര സമർപ്പണമാണ്. എന്നാൽ സ്നേഹത്തിന്റെ പേരിൽ സ്വന്തം വ്യക്തിത്വവും സ്വാതന്ത്ര്യവും ആത്മാഭിമാനവും പൂർണ്ണമായി ഉപേക്ഷിക്കുന്നതല്ല വിവാഹത്തിലെ സമർപ്പണം. ബന്ധങ്ങളിൽ അതിരുകൾ നിശ്ചയിക്കുന്നത് സ്നേഹത്തിന്റെ അഭാവമല്ല; ആരോഗ്യകരമായ സ്നേഹത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്.

വിവാഹത്തിൽ "അതിരുകൾ" ആവശ്യമില്ലേ?

വിവാഹജീവിതത്തിൽ ഭാര്യ ഭർത്താവിനോട് വിധേയയായിരിക്കണം എന്ന തിരുവചനം പലപ്പോഴും തെറ്റായി വ്യാഖ്യാനിക്കപ്പെടാറുണ്ട്. ക്രൈസ്തവ വിവാഹത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനം പരസ്പര സമർപ്പണമാണ്. എന്നാൽ, സ്നേഹത്തിന്റെ പേരിൽ സ്വന്തം വ്യക്തിത്വവും സ്വാതന്ത്ര്യവും ആത്മാഭിമാനവും പൂർണ്ണമായി ഉപേക്ഷിക്കുന്നതല്ല വിവാഹത്തിലെ സമർപ്പണം. ബന്ധങ്ങളിൽ അതിരുകൾ നിശ്ചയിക്കുന്നത് സ്നേഹത്തിന്റെ അഭാവമല്ല; ആരോഗ്യകരമായ സ്നേഹത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്.

ചികിത്സ ആരാണ് തേടേണ്ടത്?

നാർസിസിസ്റ്റിക് വ്യക്തിത്വവൈകല്യമുള്ള ഒരാൾക്ക് അത് തന്റെ പ്രശ്നമാണെന്ന് അംഗീകരിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകാം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ, ചികിത്സയോ തെറാപ്പിയോ സ്വീകരിക്കാൻ അവർ തയ്യാറാകാത്ത സാഹചര്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. എന്നാൽ അതിനർഥം ഒന്നും ചെയ്യാനില്ല എന്നല്ല.

ഇവരുമായുള്ള ബന്ധത്തിൽ വേദന അനുഭവിക്കുന്ന വ്യക്തിക്ക് സ്വയം കൗൺസലിംഗ് സഹായം തേടാം. സ്വന്തം ആത്മവിശ്വാസം വീണ്ടെടുക്കാനും, ആരോഗ്യകരമായ അതിർവരമ്പുകൾ സ്ഥാപിക്കാനും, ബന്ധത്തെ യാഥാർഥ്യബോധത്തോടെ വിലയിരുത്താനും കൗൺസലിംഗ് സഹായിക്കും.

സ്നേഹത്തിന്റെ കാഞ്ചനക്കൂട്

നാർസിസിസ്റ്റിക് സ്വഭാവരീതികളുള്ള ഒരാൾ പലപ്പോഴും സ്നേഹപ്രകടനങ്ങളിലൂടെയും ലാളനകളിലൂടെയും മറ്റേയാളുടെ വിശ്വാസം നേടിയെടുക്കാം. സ്നേഹം, കരുതൽ, പ്രത്യേക പരിഗണന – ഇവയൊക്കെയാണ് ആദ്യം കാണപ്പെടുന്നത്. പിന്നീട് പതിയെ നിയന്ത്രണം തുടങ്ങാം.

സുഹൃത്തുക്കളുമായുള്ള ബന്ധം കുറയ്ക്കുക, ബന്ധുക്കളിൽനിന്ന് അകറ്റുക, തീരുമാനങ്ങളിൽ ഇടപെടുക, ഒടുവിൽ, "നിനക്കാവശ്യം ഞാൻ മാത്രമാണ്" എന്ന അവസ്ഥയിലേക്ക് മറ്റേയാളെ എത്തിക്കുക. അപ്പോഴാണ് ആ സ്നേഹം ഒരു 'കാഞ്ചനക്കൂടായി' മാറുന്നത്.

പുറത്തുനിന്നു നോക്കുമ്പോൾ അതൊരു മനോഹരമായ കൂടാണ്. സ്വർണ്ണംകൊണ്ടുള്ളത്; സുരക്ഷിതമെന്നു തോന്നുന്നത്; സ്നേഹത്തിന്റെ അലങ്കാരങ്ങളാൽ മനോഹരമാക്കിയിരിക്കുന്നത്. പക്ഷേ, അകത്തിരിക്കുന്നയാൾക്ക് അതിൽനിന്ന് പുറത്തു കടക്കാൻ കഴിയുന്നില്ല.

അപ്പോഴാണ് അയാൾ തിരിച്ചറിയുന്നത് – സ്നേഹത്തിന്റെ പേരിൽ ലഭിച്ച ബന്ധനം, ബന്ധനം തന്നെയാണ്.

"ബന്ധുര കാഞ്ചനക്കൂട്ടിലാണെങ്കിലും ബന്ധനം ബന്ധനം തന്നെ പാരിൽ."

community
സമുദായ
ശക്തീകരണം
empowerment

ഡോ. പയസ് മലേക്കണ്ടത്തിൽ

*വികാരി ജനറാൾ, കോതമംഗലം രൂപത,
ഡൽഹി ജവഹർലാൽ നെഹ്റു യൂണിവേഴ്സിറ്റി
മുൻ ചരിത്ര അധ്യാപകൻ*

മനുഷ്യരെ ഉയർത്തി രാജ്യത്തെ പണിതവർ

ഇന്ത്യയുടെ രാജ്യനിർമ്മാണത്തിൽ ക്രൈസ്തവരുടെ സംഭാവന

ഇന്ത്യയുടെ നിർമ്മാതാവ് ആരാണ്?

ഈ ചോദ്യത്തിന് ഒരു വ്യക്തിയുടെ പേരിൽ ഉത്തരം പറയാനാവില്ല. ഒരു രാഷ്ട്രീയകക്ഷിയുടെയോ ഒരു മതത്തിന്റെയോ ഒരു ഭാഷാസമൂഹത്തിന്റെയോ പേരിലും അത് പറയാനാവില്ല. ഒറ്റരാത്രികൊണ്ടോ ഒറ്റ സമുദായത്തിന്റെ പരിശ്രമംകൊണ്ടോ ഇന്ത്യ രൂപപ്പെട്ടതുമല്ല. ജാതി, മതം, ഭാഷ, ദേശം എന്നിവയുടെ അതിർവരമ്പുകൾ ഭേദിച്ച്, നൂറ്റാണ്ടുകളായി വിവിധ സമുദായങ്ങളും പ്രസ്ഥാനങ്ങളും വ്യക്തികളും നടത്തിയ കൂട്ടായ പരിശ്രമത്തിന്റെ ഫലമാണ് ഇന്നത്തെ ഇന്ത്യ.

ബഹുസ്വരതയാണ് ഈ രാഷ്ട്രത്തിന്റെ സൗന്ദര്യം. ഓരോ സമുദായവും സംസ്കാരത്തിന്റെ പട്ടുനൂലിലേക്ക് നൽകിയ ഇഴകൾ വേണ്ടവിധം അടയാളപ്പെടുത്തുമ്പോഴാണ് ആ സൗന്ദര്യം പൂർണ്ണമായി തിരിച്ചറിയപ്പെടുന്നത്. നിർഭാഗ്യവശാൽ, ഇന്ത്യയുടെ രാഷ്ട്രനിർമ്മാണത്തിൽ ക്രൈസ്തവസമുദായം നൽകിയ സംഭാവനകൾക്ക് മുഖ്യധാരാ ചരിത്രരചനയിൽ അർഹിക്കുന്ന പരിഗണന പലപ്പോഴും ലഭിച്ചിട്ടില്ല.

ക്രൈസ്തവരുടെ രാജ്യനിർമ്മാണ സംഭാവനയെക്കുറിച്ച് പറയുമ്പോൾ ആദ്യം ഓർക്കേണ്ടത് പള്ളികളും സ്കൂളുകളും ആശുപത്രികളും മാത്രമല്ല; അവയിലൂടെ ഉയർന്ന മനുഷ്യരെയാണ്. വിദ്യാഭ്യാസം ലഭിച്ച ഒരു കുട്ടി, ചികിത്സ ലഭിച്ച ഒരു രോഗി, സാമൂഹികമായി പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് ലഭിച്ച അവസരങ്ങൾ, ഒരു സ്ത്രീക്ക് ലഭിച്ച തൊഴിൽ, ഒരു പൗരന് ലഭിച്ച അവകാശബോധം – ഇവയൊക്കെയാണ് യഥാർഥ രാജ്യനിർമ്മാണത്തിന്റെ അളവുകോലുകൾ.

അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഇന്ത്യയിലെ ക്രൈസ്തവരുടെ രാജ്യനിർമ്മാണ ചരിത്രത്തെ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ പട്ടികയായി വായിക്കുന്നതിനേക്കാൾ 'മനുഷ്യശാക്തീകരണത്തിന്റെ ചരിത്രമായി' വായിക്കുമ്പോഴാണ് അതിന്റെ ആഴം മനസ്സിലാകുന്നത്.

രാജ്യനിർമ്മാണം എന്നത് എന്താണ്?

രാജ്യനിർമ്മാണം എന്നു കേൾക്കുമ്പോൾ സാധാരണയായി സ്വാതന്ത്ര്യസമരവും രാഷ്ട്രീയ നേതാക്കളും ഭരണകൂടവും ഭരണഘടനയും മാത്രമാണ് നമ്മുടെ മനസ്സിൽ വരുന്നത്. എന്നാൽ രാജ്യനിർമ്മാണം അതുമാത്രമല്ല.

വിദ്യാഭ്യാസമുള്ള ജനതയില്ലാതെ ജനാധിപത്യം ശക്തമാകില്ല. ആരോഗ്യമുള്ള ജനതയില്ലാതെ വികസനം സാധ്യമാകില്ല. സാമ്പത്തികമായി സ്വയംപര്യാപ്തരായ കുടുംബങ്ങളില്ലാതെ സമൂഹം മുന്നേറുകയില്ല. തുല്യാവകാശത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധമില്ലാതെ പൗരത്വം പൂർണ്ണമാകുകയുമില്ല. ഈ വിശാലമായ അർഥത്തിൽ നോക്കുമ്പോൾ, ഇന്ത്യയിലെ ക്രൈസ്തവരുടെ സംഭാവന പല മേഖലകളിലായി വ്യാപിച്ചുകിടക്കുന്നതായി കാണാം. അതിന്റെ വേരുകൾ ആധുനിക കാലത്തിനു വളരെ മുമ്പുതന്നെ കണ്ടെത്താനുമാകും.

ആദ്യകാല സംഭാവനകൾ

കേരളത്തിലെ മാർത്തോമ്മാ നസ്രാണികൾ വ്യാപാരം, കൃഷി, പ്രാദേശിക ഭരണസംവിധാനം, വിദ്യാഭ്യാസം, സാമൂഹിക ഉത്തരവാദിത്വം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഇടപെടലുകൾ ആദ്യകാലങ്ങളിൽത്തന്നെ നടത്തിയിരുന്നു. നാലാം നൂറ്റാണ്ടുമുതൽ പേർഷ്യയിലെ സഭയുമായി ബന്ധം പുലർത്തിയിരുന്ന ഇവർ, ശാസ്ത്രീയവും സാങ്കേതികവുമായ അറിവുകൾ ഇന്ത്യയിലേക്ക് എത്തിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു പാലമായി പ്രവർത്തിച്ചു.

കൊല്ലം നഗരത്തിന്റെ സ്ഥാപനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് എ.ഡി. 825-ൽ ആരംഭിച്ചെന്നു കരുതപ്പെടുന്ന 'കൊല്ലവർഷം' കലണ്ടർ ഇതിന് ശ്രദ്ധേയമായ ഉദാഹരണമാണ്. പേർഷ്യൻ വ്യാപാരപ്രമുഖരായ മാർ പ്രോത്തും മാർ സാപ്പോറും ചേർന്ന് സ്ഥാപിച്ച 'തരിസാപ്പള്ളി'ക്ക് അയ്യനടികൾ തിരുവടികൾ എ.ഡി. 849-ൽ നൽകിയ 'സ്ഥാണു രവിവർമ്മ ചെപ്പേട്' ഈ ചരിത്രത്തിന് സാക്ഷ്യം വഹിക്കുന്നു. കാലക്രമേണ കേരളമെമ്പാടും വ്യാപിച്ച ഈ കലണ്ടർ സമ്പ്രദായം അടുത്തകാലംവരെ നാട്ടിലെ സാമൂഹികവും സഭാപരവുമായ ഇടപാടുകൾക്ക് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു.

കേരളത്തിന്റെ ആദ്യകാല സാമൂഹിക-സാമ്പത്തിക ജീവിതത്തിൽ

> പേർഷ്യൻ വ്യാപാരപ്രമുഖരായ മാർ പ്രോത്തും മാർ സാപ്പോറും ചേർന്ന് സ്ഥാപിച്ച 'തരിസാപ്പള്ളി'ക്ക് അയ്യനടികൾ തിരുവടികൾ എ.ഡി. 849-ൽ നൽകിയ 'സ്ഥാണു രവിവർമ്മ ചെപ്പേട്' ഈ ചരിത്രത്തിന് സാക്ഷ്യം വഹിക്കുന്നു.

ക്രൈസ്തവസമൂഹം വെറും മതപരമായ ഒരു കൂട്ടായ്മ മാത്രമായിരുന്നില്ലെന്നും, വ്യാപാരത്തിലും അറിവിന്റെ കൈമാറ്റത്തിലും പ്രാദേശിക ജീവിതത്തിലും സജീവമായി ഇടപെട്ടിരുന്നുവെന്നും ഇതിലൂടെ മനസ്സിലാക്കാം.

വ്യാപാരത്തിൽനിന്ന് രാജ്യനിർമ്മാണത്തിലേക്ക്

വാണിജ്യരംഗത്തും ഈ സമുദായത്തിന്റെ പങ്ക് ശ്രദ്ധേയമായിരുന്നു. കേരളത്തിലെ മാർത്തോമ്മാ നസ്രാണികൾ സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങളുടെ കൃഷിയിലും വ്യാപാരത്തിലും സജീവമായിരുന്നു. മണിഗ്രാമം എന്ന വ്യാപാര സംഘത്തിലൂടെ പേർഷ്യൻ ഗൾഫ് തുറമുഖങ്ങളുമായി ബന്ധം പുലർത്തിയ ഇവർ, പള്ളികൾക്കു ചുറ്റും അങ്ങാടികൾ രൂപീകരിച്ച് കുരുമുളകും മറ്റു സുഗന്ധവ്യഞ്ജനങ്ങളും ശേഖരിച്ച് കയറ്റുമതി ചെയ്തു. പതിനാറാം നൂറ്റാണ്ടിലെ പോർച്ചുഗീസ് രേഖകൾ പ്രകാരം, കുരുമുളകു വ്യാപാരത്തിന്റെ സിംഹഭാഗവും ഈ സമൂഹത്തിന്റെ കൈകളിലായിരുന്നു.

വ്യാപാരം മാത്രമല്ല, പ്രാദേശിക സുരക്ഷയിലും ഭരണത്തിലും അവർ പങ്കുവഹിച്ചു. കളരികൾ നടത്തി ആയോധനകലയിൽ വൈദഗ്ധ്യം നേടിയ ഇവരിൽനിന്ന് പല നാട്ടുരാജ്യങ്ങളും പടയാളികളെ സ്വീകരിച്ചു. പ്രമുഖ ക്രൈസ്തവ കുടുംബങ്ങളിൽപ്പെട്ടവർ വിവിധ നാട്ടുരാജ്യങ്ങളിൽ മന്ത്രിമാരായും ഭരണകാര്യങ്ങളിൽ പങ്കാളികളായും പ്രവർത്തിച്ചിരുന്നതായും ചരിത്രം രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.

അങ്ങനെ നോക്കുമ്പോൾ, സാമ്പത്തിക ഇടപെടലും പ്രാദേശിക ഭരണപങ്കാളിത്തവും സാമൂഹിക ഉത്തരവാദിത്തവും പരസ്പരം ബന്ധപ്പെട്ടുകൊണ്ടാണ് ഈ സമൂഹത്തിന്റെ ആദ്യകാല രാജ്യനിർമ്മാണ പങ്കാളിത്തം വളർന്നത്.

സാമ്പത്തിക മുന്നേറ്റവും സാമൂഹികോദ്ഗ്രഥനവും

1855-ൽ തിരുവിതാംകൂറിൽ അടിമത്തം നിർത്തലാക്കിയത് – അമേരിക്കയിൽ അടിമത്തം അവസാനിക്കുന്നതിന് അഞ്ചു വർഷം മുമ്പ് – മധ്യകേരളത്തിന്റെ സാമ്പത്തികഭൂപടത്തിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾക്ക് വഴിയൊരുക്കി. മോചിതരായ അടിമകൾക്ക് ചെറുഭൂമി നൽകി, അവരെ പുതിയ കാർഷിക ഗ്രാമങ്ങളിൽ ഉൾച്ചേർത്തുകൊണ്ട് മാർത്തോമ്മാ നസ്രാണികൾ കുട്ടനാട്, മീനച്ചിൽ, കാഞ്ഞിരപ്പള്ളി, തൃശൂർ പ്രാന്തങ്ങൾ എന്നിവിടങ്ങളിൽ നൂറുകണക്കിന് പുതിയ ഗ്രാമങ്ങൾ രൂപീകരിച്ചു.

കായൽ നിലങ്ങൾ നികത്തി നെൽക്കൃഷി വ്യാപിപ്പിച്ചതും വനഭൂമി തെളിച്ച് സുഗന്ധവിളകൾ കൃഷി ചെയ്തതും ഈ കാലയളവിലാണ്. ഈ പ്രക്രിയയിലൂടെ, മോചിതരായ അടിമകൾക്ക് സ്വന്തമായി ഭൂമിയും തൊഴിലും ലഭിക്കുകയും, അവർ ക്രമേണ കേരളത്തിന്റെ സാമൂഹികമുഖ്യധാരയിലേക്ക് കടന്നുവരികയും ചെയ്തു.

ഇവിടെ രാജ്യനിർമ്മാണം എന്നത് വലിയ രാഷ്ട്രീയ പോരാട്ടങ്ങളിലൂടെ മാത്രമല്ല, ഒരാൾക്ക് ഭൂമി ലഭിക്കുന്നതിലൂടെയും തൊഴിൽ ലഭിക്കുന്നതിലൂടെയും സാമൂഹികജീവിതത്തിൽ ഇടം ലഭിക്കുന്നതിലൂടെയും സംഭവിക്കുന്ന ഒന്നാണെന്ന് ചരിത്രം കാണിച്ചുതരുന്നു.

സാമ്പത്തിക സ്വയംപര്യാപ്തതയുടെ അടിത്തറ പിന്നീട് ബാങ്കിംഗ് മേഖലയിലേക്കും നീണ്ടു. പള്ളികളുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ചിട്ടികളും കുറികളും നടത്തി സമാഹരിച്ച മൂലധനം ക്രമേണ ബാങ്കിംഗ് സംസ്കാരത്തിലേക്ക് വളർന്നു. തൃശൂരും തിരുവല്ലയും ഈ ബാങ്കിംഗ് സംസ്കാരത്തിന്റെ പ്രധാന കേന്ദ്രങ്ങളായി മാറി. കാത്തലിക് സിറിയൻ ബാങ്ക്, സൗത്ത് ഇന്ത്യൻ ബാങ്ക്, ഫെഡറൽ ബാങ്ക് തുടങ്ങി പിന്നീട് രാജ്യമെമ്പാടും പ്രവർത്തിച്ച നിരവധി ബാങ്കുകൾ ഈ പാരമ്പര്യത്തിന്റെ തുടർച്ചയായിരുന്നു.

1953-ൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ബാങ്ക് ശാഖകളുള്ള നഗരങ്ങളിൽ കൊൽക്കത്ത കഴിഞ്ഞാൽ രണ്ടാം സ്ഥാനത്തായിരുന്നു തൃശൂർ എന്നത് ഈ സമുദായത്തിന്റെ സാമ്പത്തിക ദീർഘദൃഷ്ടിയുടെ ശ്രദ്ധേയമായ തെളിവാണ്. മിതവ്യയത്തിന്റെയും ലാഭകരമായ നിക്ഷേപത്തിന്റെയും പാഠങ്ങൾ പള്ളികളിലൂടെ സമുദായത്തിന് പകർന്നുനൽകിയത്, യൂറോപ്യൻ സാമ്പത്തികസഹായത്തെ മാത്രം ആശ്രയിക്കാതെ സ്വന്തം കാലിൽ നിൽക്കാൻ ഈ സഭയെ പ്രാപ്തമാക്കി.

> ദരിദ്രർക്കും പിന്നാക്കവിഭാഗങ്ങൾക്കും വിദ്യാഭ്യാസം ലഭിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത ചാവറയച്ചൻ തിരിച്ചറിഞ്ഞു. 'പള്ളിക്കൊപ്പം പള്ളിക്കൂടം' എന്ന ആശയം വ്യാപകമാകുന്നതിന് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വലിയ പ്രചോദനമായി.

അറിവ് എല്ലാവർക്കും: വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ വിപ്ലവം

സാമ്പത്തിക വളർച്ചയോടൊപ്പം അറിവിന്റെ വ്യാപനവും സമൂഹത്തെ മാറ്റിമറിച്ചു. ഇന്ത്യയിലേക്ക് ആധുനികതയുടെ ആദ്യകിരണങ്ങൾ കടന്നുവന്നത് മിഷനറിമാരിലൂടെയാണ്. 1542-ൽ ഗോവയിൽ സ്ഥാപിതമായ സാവോ പോളോ കോളെജും 1550-ൽ കൊച്ചിയിൽ സ്ഥാപിതമായ മാദ്രെ ദെ ദെയൂസ് കോളെജും ലോകത്തിലെ ആദ്യകാല ജെസ്യൂട്ട് ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസ കേന്ദ്രങ്ങളിൽപ്പെടുന്നു. തർക്കശാസ്ത്രവും തത്വശാസ്ത്രവും പഠിപ്പിച്ചിരുന്ന ഈ സ്ഥാപനങ്ങൾ ഏഷ്യയിലെ തന്നെ വലിയ ഗ്രന്ഥശാലകൾക്കും ആതിഥ്യമരുളി.

കേരളത്തിലെ വിദ്യാഭ്യാസചരിത്രത്തിൽ വാഴ്ത്തപ്പെട്ട ചാവറ കുര്യാക്കോസ് ഏലിയാസച്ചന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പ്രത്യേക പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നു. 1865-ൽ കേരളത്തിൽ പൊതുവിദ്യാഭ്യാസത്തിന് തുടക്കമിട്ട അദ്ദേഹം, പാർശ്വവത്ക്കരിക്കപ്പെട്ട കുടുംബങ്ങളെ നേരിട്ട് സന്ദർശിച്ച് കുട്ടികളെ സ്കൂളിൽ അയക്കാൻ മാതാപിതാക്കളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചു. ദരിദ്രർക്കും പിന്നാക്ക വിഭാഗങ്ങൾക്കും വിദ്യാഭ്യാസം ലഭിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത അദ്ദേഹം തിരിച്ചറിഞ്ഞു. 'പള്ളിക്കൊപ്പം പള്ളിക്കൂടം' എന്ന ആശയം വ്യാപകമാകുന്നതിന് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വലിയ പ്രചോദനമായി.

1900-നും 1935-നും ഇടയിൽ ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപത മാത്രം 192 സ്കൂളുകൾ സ്ഥാപിച്ചു. പിന്നീട് ക്രൈസ്തവ വിദ്യാഭ്യാസസ്ഥാപനങ്ങൾ ഗ്രാമങ്ങളിലേക്കും വ്യാപിച്ചു. പ്രാഥമിക വിദ്യാലയങ്ങൾ, ഹൈസ്കൂളുകൾ, കോളെജുകൾ എന്നിവ രൂപപ്പെട്ടു. കർഷകഗ്രാമങ്ങളിലേക്കുപോലും

റോബർട്ടോ ദെ നൊബിലി | ഹെൻറിക് ഹെൻറിക്വസ് | തോമസ് സ്റ്റീഫൻസ് | അർണോസ് പാതിരി

ഭാഷ ഒരു ജനതയുടെ ആത്മാവാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ ഈ മിഷനറിമാർ സാക്ഷരതയും പ്രാദേശികഭാഷകളുടെ വളർച്ചയും ലക്ഷ്യമാക്കി പ്രവർത്തിച്ചു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഭാഷയിലും സാഹിത്യത്തിലും ഉണ്ടായ ഇടപെടലുകളും രാജ്യനിർമ്മാണത്തിന്റെ ഭാഗമായിത്തന്നെ കാണേണ്ടതുണ്ട്.

വിദ്യാഭ്യാസം എത്തിക്കുന്നതിന് ഇത്തരം സ്ഥാപനങ്ങൾ സഹായിച്ചു. കാർമൽ സഭ, ഫ്രാൻസിസ്കൻ ക്ലാരിസ്റ്റ് സഭ തുടങ്ങിയ സ്ത്രീസന്യാസിനി സമൂഹങ്ങളും അധ്യാപനത്തെ അവരുടെ പ്രധാന സേവനമേഖലയാക്കി.

എന്നാൽ ഈ ചരിത്രത്തിന്റെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട ചോദ്യം എത്ര സ്കൂളുകൾ സ്ഥാപിച്ചു എന്നതല്ല; ആർക്കാണ് വിദ്യാഭ്യാസം ലഭിച്ചത് എന്നതാണ്. അക്കാലത്ത് പല വിദ്യാലയങ്ങളിലും ജാതിവിവേചനം നിലനിന്നിരുന്നപ്പോൾ, മോചിതരായ അടിമകളുടെ മക്കൾക്കും കീഴാളസമുദായങ്ങൾക്കും വിദ്യാഭ്യാസം നൽകിയത് ഈ ഇടവക സ്കൂളുകളായിരുന്നു. കേരളത്തിലെ പല ദളിത് നേതാക്കളും വിദ്യാഭ്യാസം നേടിയത് ഇത്തരം സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്നാണ്.

ഒരു സ്കൂൾ കെട്ടിടം പണിയുന്നതിലും വലിയ രാജ്യനിർമ്മാണമാണ് ഒരിക്കലും അവസരം ലഭിക്കാതിരുന്ന ഒരാൾക്ക് അറിവിന്റെ വാതിൽ തുറക്കുന്നത്.

ഭാഷയും സാഹിത്യവും

വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ വ്യാപനത്തോടൊപ്പം ഭാഷയ്ക്കും സാഹിത്യത്തിനും മിഷനറിമാർ നൽകിയ സംഭാവനയും ശ്രദ്ധേയമാണ്. തമിഴിൽ ആദ്യ അച്ചടിഗ്രന്ഥങ്ങൾ പുറത്തിറക്കിയ ഹെൻറിക് ഹെൻറിക്വസ്, മറാഠിയിൽ 'ക്രിസ്തപുരാണം' രചിച്ച തോമസ് സ്റ്റീഫൻസ്, തമിഴിലും തെലുങ്കിലും ഗ്രന്ഥങ്ങൾ രചിച്ച റോബർട്ടോ ദെ നൊബിലി എന്നിവർ ഇതിന്റെ ഉദാഹരണങ്ങളാണ്.

മുഗൾ കൊട്ടാരത്തിലെത്തിയ ജെസ്യൂട്ട് സംഘം അക്ബർ ചക്രവർത്തിക്ക് സമ്മാനിച്ച 'ആന്റ്‌വെർപ് പോളിഗ്ലോട്ട് ബൈബിൾ'ലെ ചിത്രീകരണങ്ങൾ ആഗ്രയിലെയും ഡൽഹിയിലെയും മുഗൾ വാസ്തുവിദ്യയെയും ചിത്രകലയെയും വരെ സ്വാധീനിച്ചുവെന്നത് സാംസ്കാരിക സമന്വയത്തിന്റെ കൗതുകകരമായ ഒരു ഏടാണ്.

മലയാളഭാഷയ്ക്ക് നൽകിയ സംഭാവനകളിൽ ജർമൻ ജെസ്യൂട്ട് വൈദികനായ അർണോസ് പാതിരി, അഥവാ യോഹാൻ ഏർണസ്റ്റ് ഹാങ്സ്ലേഡൻ, പ്രധാന സ്ഥാനമാണ് വഹിക്കുന്നത്. നോമ്പുകാലത്ത് ഇന്നും മിക്ക ക്രൈസ്തവ ഭവനങ്ങളിലും ചൊല്ലിവരുന്ന 'പുത്തൻപാന' രചിച്ച അദ്ദേഹം, ഹെർമൻ ഗുണ്ടർട്ടിനും മുമ്പ് മലയാളവ്യാകരണത്തിന്റെ അടിത്തറ പാകി.

ഭാഷ ഒരു ജനതയുടെ ആത്മാവാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ ഈ മിഷനറിമാർ സാക്ഷരതയും പ്രാദേശികഭാഷകളുടെ വളർച്ചയും ലക്ഷ്യമാക്കി പ്രവർത്തിച്ചു. അറിവ് ഒരു സമൂഹത്തെ മാറ്റുന്നുവെങ്കിൽ, ഭാഷ ആ അറിവിനെ തലമുറകളിലേക്ക് കൈമാറുന്ന പാലമാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഭാഷയിലും സാഹിത്യത്തിലും ഉണ്ടായ ഇടപെടലുകളും രാജ്യനിർമ്മാണത്തിന്റെ ഭാഗമായിത്തന്നെ കാണേണ്ടതുണ്ട്.

സ്ത്രീ: സ്വീകർത്താവിൽനിന്ന് സേവനദാതാവിലേക്ക്

ക്രൈസ്തവ വിദ്യാഭ്യാസ-ആരോഗ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ മറ്റൊരു പ്രധാന സംഭാവന സ്ത്രീകളുടെ ശാക്തീകരണമാണ്. ഇന്ത്യയിൽ സ്ത്രീകൾക്ക് വിദ്യാഭ്യാസവും തൊഴിലും പൊതുജീവിതത്തിലെ പങ്കാളിത്തവും പരിമിതമായിരുന്ന കാലത്ത്, ക്രൈസ്തവ വിദ്യാഭ്യാസസ്ഥാപനങ്ങളും സ്ത്രീസന്യാസിനി സമൂഹങ്ങളും പെൺകുട്ടികൾക്കും സ്ത്രീകൾക്കും പഠിക്കാനും അധ്യാപകരാകാനും നഴ്സുമാരാകാനും, പിന്നീട് ഡോക്ടർമാരാകാനും അവസരങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചു.

സതി എന്ന ദുരാചാരത്തിനെതിരെ ആദ്യമായി നിയമനിർമ്മാണം നടത്തിയത് 1510-ൽ ആൽഫോൻസോ ആൽബുക്കർക്കിന്റെ കീഴിലുള്ള പോർച്ചുഗീസ് ഭരണപ്രദേശങ്ങളിലായിരുന്നു. വിധവകൾക്കായി പാർപ്പിടങ്ങൾ സ്ഥാപിച്ചതും അനാഥാലയങ്ങൾ ആരംഭിച്ചതും ഇതേ കാലയളവിലാണ്.

സ്ത്രീവിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെയും സാമൂഹിക ശാക്തീകരണത്തിന്റെയും ചരിത്രത്തിൽ പണ്ഡിത രമാബായിയുടെ (1858–1922) സംഭാവനയും ശ്രദ്ധേയമാണ്. സംസ്കൃതപഠനത്തിൽ അസാധാരണമായ പ്രാവീണ്യം നേടിയ അവർ സ്ത്രീകൾക്ക് വിദ്യാഭ്യാസവും സ്വയംപര്യാപ്തതയും ലഭിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത ദേശീയതലത്തിൽ ഉയർത്തിക്കാട്ടി. പിന്നീട് ക്രിസ്തുമതം സ്വീകരിച്ച രമാബായി, വിധവകൾക്കും അനാഥരായ സ്ത്രീകൾക്കും വിദ്യാഭ്യാസവും സംരക്ഷണവും നൽകുന്ന സ്ഥാപനങ്ങൾ സ്ഥാപിച്ചു.

ഇത് സ്ത്രീകൾക്ക് നൽകിയ സഹായങ്ങളുടെ കഥ മാത്രമല്ല. സ്ത്രീകൾക്ക് സ്വന്തം ജീവിതത്തിന്റെ നിർമ്മാതാക്കളാകാനുള്ള അവസരം നൽകിയ ചരിത്രം കൂടിയാണിത്.

ആരോഗ്യത്തിലൂടെ ശാക്തീകരണം

വിദ്യാഭ്യാസത്തോടൊപ്പം ആരോഗ്യപരിപാലനവും മനുഷ്യശാക്തീകരണത്തിന്റെ പ്രധാന ഉപാധിയായി മാറി. ഇന്ത്യയിലെ ക്രൈസ്തവരുടെ രാജ്യനിർമ്മാണ സംഭാവനയിൽ ആരോഗ്യരംഗത്തിനും വലിയ സ്ഥാനമുണ്ട്. ഗോവ, കൊച്ചി, കണ്ണൂർ, ദിയു തുടങ്ങിയ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ആശുപത്രികൾ ആരംഭിച്ചു.

യൂറോപ്യൻ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തോടൊപ്പം നാടൻ ചികിത്സാരീതികളും സമന്വയിപ്പിച്ച ഈ കേന്ദ്രങ്ങൾ പിന്നീട് 'ഹോർത്തൂസ് മലബാറിക്കൂസ്' എന്ന പ്രശസ്ത സസ്യശാസ്ത്രഗ്രന്ഥത്തിന്റെ രചനയ്ക്കും അടിത്തറയായി.

പത്തൊൻപതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അവസാനത്തിലും ഇരുപതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ തുടക്കത്തിലും നിരവധി ചെറിയ ഡിസ്പെൻസറികളായി ആരംഭിച്ച സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ചിലത് പിന്നീട് ആശുപത്രികളായി വളർന്നു. ഗ്രാമങ്ങളിലേക്കും കൃഷിയിടങ്ങളിലേക്കും ചികിത്സ എത്തിക്കുന്നതിൽ ഇവ നിർണ്ണായകമായി.

മലേറിയയും മറ്റ് ഉഷ്ണമേഖലാരോഗങ്ങളും പടർന്നിരുന്ന കാലത്ത് ഈ സ്ഥാപനങ്ങൾ നൽകിയ സേവനം ആയിരക്കണക്കിന് കുടിയേറ്റക്കാരുടെയും പാവപ്പെട്ടവരുടെയും ജീവൻ രക്ഷിക്കാൻ സഹായിച്ചു.

ലിസി, ജൂബിലി, പുഷ്പഗിരി, ധർമഗിരി, ലിറ്റിൽ ഫ്ലവർ തുടങ്ങിയ ആശുപത്രികൾ ഇതേ പാരമ്പര്യത്തിൽ ആരംഭിച്ച്, പിന്നീട് മെഡിക്കൽ കോളേജുകളായി വളർന്നു. വിദ്യാഭ്യാസത്തിലും ആരോഗ്യപരിപാലനത്തിലും ഈ സ്ഥാപനങ്ങൾ നൽകിയ അടിത്തറ പിൽക്കാലത്ത് ലോകപ്രശസ്തമായ 'കേരള വികസനമാതൃക'യുടെ അസ്ഥിവാരമായി മാറിയെന്ന വിലയിരുത്തലും ഈ ചരിത്രത്തോടൊപ്പം ഉയർന്നുവരുന്നു.

ഈ ചരിത്രത്തിന്റെ മനോഹരമായ ഉദാഹരണങ്ങളിലൊന്നാണ് ഡോ. ഐഡ സ്കഡർ. 1900-ൽ വെല്ലൂരിൽ അവർ ആരംഭിച്ചത് ഒരു ചെറിയ, ഒരു കിടക്ക മാത്രമുള്ള ക്ലിനിക്കായിരുന്നു. എന്നാൽ ചികിത്സ നൽകുന്നതിൽ മാത്രം അവർ തൃപ്തയായില്ല. സ്ത്രീകൾക്ക് ഡോക്ടർമാരാകാനും നഴ്സുമാരാകാനും പരിശീലനം ലഭിക്കണമെന്ന ആശയം അവർ മുന്നോട്ടുവച്ചു. ആ ആശയം പിന്നീട് ക്രിസ്ത്യൻ മെഡിക്കൽ കോളേജ് വെല്ലൂരായി വളർന്നു.

> സംസ്കൃതപഠനത്തിൽ അസാധാരണമായ പ്രാവീണ്യം നേടിയ അവർ സ്ത്രീകൾക്ക് വിദ്യാഭ്യാസവും സ്വയംപര്യാപ്തതയും ലഭിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത ദേശീയതലത്തിൽ ഉയർത്തിക്കാട്ടി. പിന്നീട് ക്രിസ്തുമതം സ്വീകരിച്ച രമാബായി, വിധവകൾക്കും അനാഥരായ സ്ത്രീകൾക്കും വിദ്യാഭ്യാസവും സംരക്ഷണവും നൽകുന്ന സ്ഥാപനങ്ങൾ സ്ഥാപിച്ചു.

ഒരു സ്ഥാപനത്തിന്റെ വളർച്ച എന്നതിലുപരി, രോഗികളെ ചികിത്സിക്കുന്നതിനൊപ്പം ആയിരക്കണക്കിന് ആളുകളെ ചികിത്സിക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിലേക്കുള്ള വളർച്ചയായാണ് ഇതിനെ മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്.

ഒരാൾക്ക് ചികിത്സ നൽകുന്നതിൽനിന്ന് ഒരു സമൂഹത്തിന് ചികിത്സ നൽകാനുള്ള ശേഷി സൃഷ്ടിക്കുന്നതിലേക്കുള്ള യാത്ര – അതുതന്നെയാണ് രാജ്യനിർമ്മാണത്തിന്റെ മറ്റൊരു മുഖം.

സ്ഥാപനങ്ങൾക്കപ്പുറം

ഒരു സ്കൂൾ വെറും കെട്ടിടമല്ല. അറിവിലേക്കുള്ള വാതിലാണ്. ഒരു ആശുപത്രി വെറും ചികിത്സാകേന്ദ്രമല്ല. മനുഷ്യന്റെ അന്തസ്സും ജീവിതവും സംരക്ഷിക്കുന്ന ഇടമാണ്. ഒരു ബാങ്ക് വെറും സാമ്പത്തിക സ്ഥാപനമല്ല. ഒരു കുടുംബത്തിനും സംരംഭകനും സ്വയംപര്യാപ്തതയിലേക്കുള്ള അവസരമാണ്. ഒരു സ്ത്രീക്ക് ലഭിക്കുന്ന വിദ്യാഭ്യാസം ഒരു വ്യക്തിയുടെ ജീവിതം മാത്രമല്ല, അടുത്ത തലമുറയുടെ ജീവിതവും മാറ്റുന്നു.

അതുകൊണ്ടുതന്നെ, ഇന്ത്യയിലെ ക്രൈസ്തവരുടെ രാജ്യനിർമ്മാണചരിത്രം സ്ഥാപനങ്ങളുടെ എണ്ണത്തിൽ അളക്കാനാവില്ല. ആ സ്ഥാപനങ്ങളിലൂടെ എത്ര മനുഷ്യർക്ക് പുതിയ ജീവിതസാധ്യതകൾ ലഭിച്ചു എന്നതിലാണ് അതിന്റെ യഥാർഥ വലുപ്പം.

വിദ്യാഭ്യാസവും ആരോഗ്യവും സാമ്പത്തിക സ്വയംപര്യാപ്തതയും സാമൂഹിക ശാക്തീകരണവുംവഴി മനുഷ്യരെ ഉയർത്തിയ ഈ സമൂഹം, ഇന്ത്യയുടെ വിവിധ പ്രദേശങ്ങളിൽ എങ്ങനെ വളർന്നു? ദരിദ്രർക്കും അവഗണിക്കപ്പെട്ടവർക്കും ഒപ്പംനിന്നതിനു പുറമെ, കൊളോണിയൽ അധികാരത്തിനെതിരായ പോരാട്ടത്തിലും ദേശീയപ്രസ്ഥാനത്തിലും സ്വാതന്ത്ര്യസമരത്തിലും ക്രൈസ്തവർ എങ്ങനെയാണ് പങ്കാളികളായത്?

അത് അറിയുമ്പോഴാണ് 'ഇന്ത്യയുടെ നിർമ്മാണത്തിൽ ക്രൈസ്തവരുടെ പങ്ക്' എന്ന കഥയുടെ മറ്റൊരു നിർണ്ണായക അധ്യായം തുറക്കുന്നത്.

അടുത്ത ലക്കത്തിൽ തുടരും ...

തിരിവെട്ടം

ബോബി ജോസ് കട്ടികാട്

പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ പിറവിത്തിരുനാൾ ആചരിക്കുന്ന വേളയിൽ അമ്മയുടെ ആനന്ദത്തിന്റെ രഹസ്യങ്ങളിലേക്ക് ഒരു ധ്യാനാത്മക സഞ്ചാരം

യേശുവിന്റെ ഒടുവിലത്തെ സമ്മാനമാണ് മേരി എന്നാണ് പറയപ്പെടുന്നത്. ബാക്കിയെല്ലാം കൊടുത്തിട്ടുണ്ട്. തിരുവത്താഴമേശയിൽ ശരീരം കൊടുത്തുകഴിയുമ്പോൾ അതു പൂർണ്ണമാവുന്നുവെന്നൊക്കെയാണ് നാം പറയുന്നത്. ബാക്കിയുള്ളതൊക്കെ ഓരോരോ ഘട്ടങ്ങളിൽ കൊടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നു. അവസാനത്തെ സമ്മാനമായിട്ടാണ് അമ്മ വരുന്നത്. "എന്റെ അമ്മയെ സ്വീകരിച്ചുകൊള്ളുവിൻ". മകൻ കടന്നുപോകുമ്പോഴുള്ള ആകുലതയിൽനിന്നാണ് ഇങ്ങനെയൊരു കൈമാറ്റം എന്ന് നാം വിചാരിച്ചുപോകാൻ ഇടയുണ്ട്.

പക്ഷേ, എപ്പോഴും ഓർമ്മിക്കണം. ജോൺ സുവിശേഷം എഴുതുമ്പോൾ അതിന് രണ്ടു പ്രതലങ്ങളുണ്ട്. ഒന്ന് ഡയറക്ടായ അർഥം, മറ്റൊന്ന് അതിൽനിന്ന് രൂപപ്പെടാവുന്ന ദൈവശാസ്ത്രപരമായ തലം. വെറുതെ അമ്മയെ പരിചരിക്കാൻവേണ്ടി ഏൽപ്പിച്ച കഥയൊന്നുമല്ല അത്. വളരെ കൃത്യമായ, ആധികാരികമായ സ്റ്റേറ്റ്മെന്റാണ് അത് - "ഇതാ നിന്റെ അമ്മ".

മറിയത്തിന്റെ ആനന്ദങ്ങൾ

> കൂടെനിൽക്കുന്ന അമ്മ എപ്പോഴും പറയാറുണ്ടായിരുന്നത് 'ഓടിജയിക്ക്, ഓടിജയിക്ക്' എന്നായിരുന്നു. പക്ഷേ,48 മണിക്കൂറുകൾകൊണ്ട് ഈ അമ്മ മകനെ പഠിപ്പിക്കുന്ന ഒരു പാഠമുണ്ട്. ഓടിയെത്താനുള്ള ബലമുണ്ടെങ്കിലും മാറിനിൽക്കാൻകൂടി കഴിയുന്നതാണ് കുലീനം. ഓടിയെത്തിയ മനുഷ്യർ മാറിക്കൊടുക്കുക. മേരി ഉണ്ടാക്കിയ വ്യത്യാസം ഇതാണ്.

ആ നിമിഷം മുതൽ അയാൾ അമ്മയെ തന്റെ ഭവനത്തിൽ സ്വീകരിച്ചു. ഒരുകാര്യം ശ്രദ്ധിക്കണം – ആർക്കാണ് അമ്മയെ കൈമാറിയത്? അയാളുടെ അമ്മ കൂടെത്തന്നെ നിൽപ്പുണ്ട്. സെബദീപുത്രന്മാരുടെ അമ്മ ആ കുരിശിൻചുവട്ടിൽ നിൽക്കുന്നുണ്ട് എന്ന് കൃത്യമായി വേദപുസ്തകം പറയുന്നുണ്ട്. മക്കളോടൊപ്പം സഞ്ചരിക്കാൻ തയ്യാറായ, അത്രയ്ക്കും അമ്മയോട് സ്നേഹമുള്ള മകനാണ് വേറൊരു അമ്മയെ 'ബോണസ്സായി' കിട്ടുന്നത്. അത് വാസ്തവത്തിൽ എന്തിനുവേണ്ടി ആയിരിക്കും?

അമ്മമാർ അവരിൽത്തന്നെ ഇത്തിരി സ്വാർഥതയുള്ള ആൾക്കാരാണ്. അതിലൊരു കുഴപ്പവുമില്ല. അങ്ങനെ ചില സ്വാർഥതയുള്ളതുകൊണ്ടാണ് നമ്മളിങ്ങനെ കാക്കയും പുള്ളും ഒന്നും കൊണ്ടുപോകാതെ വലുതായതും.

ഈ അമ്മയും അങ്ങനെതന്നെയായിരുന്നു. നിന്റെ മഹത്വത്തിന്റെ കാലത്ത് എന്റെ പുത്രന്മാരെ ഇടതും വലതും ഇരുത്തണമെന്നൊക്കെപ്പറഞ്ഞ് വളരെ കൃത്യമായി ഏതൊരു അമ്മയെയും represent ചെയ്യുന്ന അമ്മ. പക്ഷേ, ആ അമ്മയെയും മകനെയും കുറെക്കൂടി മുന്നോട്ടുകൊണ്ടുപോകേണ്ട ബാധ്യതയുണ്ട് ഈ അമ്മയ്ക്ക്. അന്നുതൊട്ട് അവളെ ആ ഭവനത്തിൽ സ്വീകരിച്ചു. അതിനുശേഷം എന്തുസംഭവിച്ചു?

48 മണിക്കൂറുകൾ കഴിയുന്നു. രാവിലെ കല്ലറ കാണാൻ പോയ സ്ത്രീകൾ വന്നുപറയുന്നു, കല്ലറ ശൂന്യമാണ്. കേട്ട മാത്രയിൽ രണ്ടുപേർ ഓടുകയാണ്. ഒന്ന് ജോൺ. രണ്ട് പീറ്റർ. ഇളംമുറക്കാരനായ ജോണാണ് ആദ്യം ഓടിയെത്തുന്നത്. അടുത്തവരി ശ്രദ്ധിക്കണം. അയാൾ അകത്തേക്ക് പ്രവേശിച്ചില്ല.

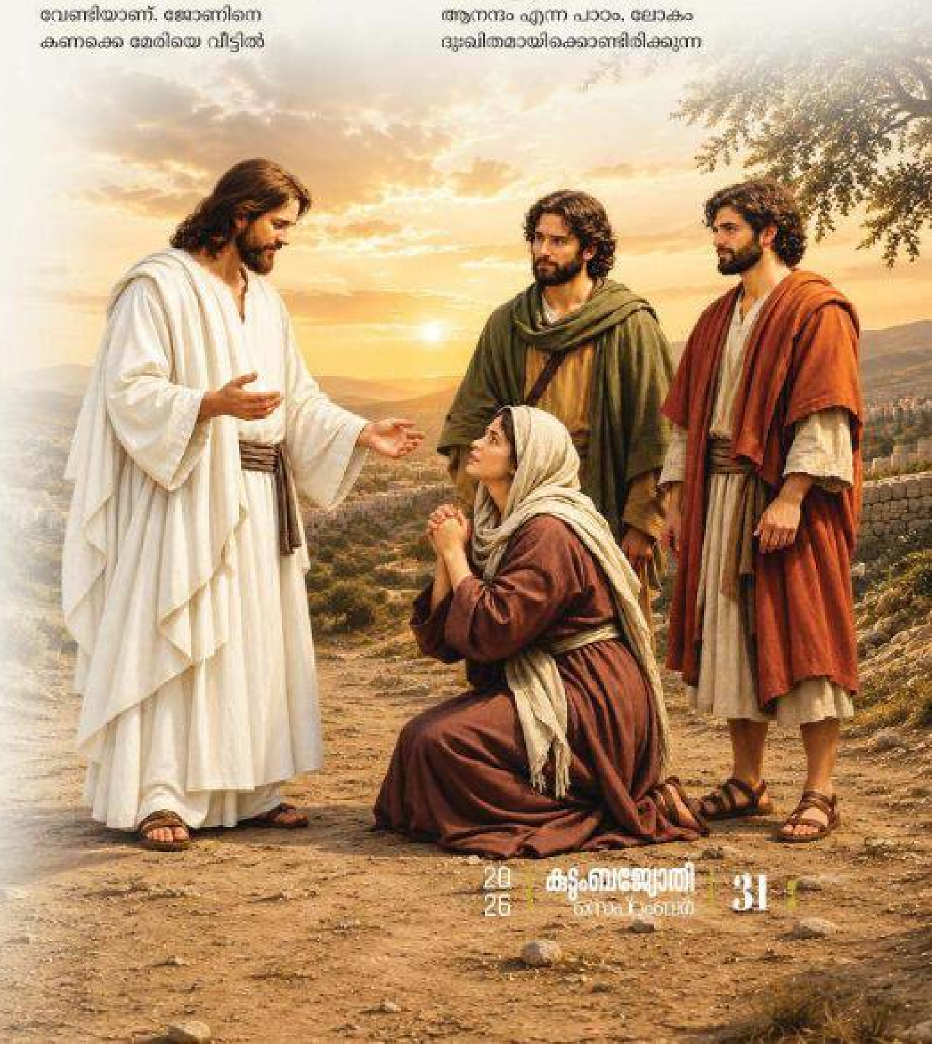
അയാൾ പീറ്ററിന് പ്രവേശിക്കാൻവേണ്ടി മാറിനിന്നു. 48 മണിക്കൂറുകൾകൊണ്ട് ഒരു അമ്മ ഉണ്ടാക്കുന്ന വ്യത്യാസമാണ് ഇത്. കൂടെനിൽക്കുന്ന അമ്മ എപ്പോഴും പറയാറുണ്ടായിരുന്നത് 'ഓടിജയിക്ക്, ഓടിജയിക്ക്' എന്നായിരുന്നു. പക്ഷേ, 48 മണിക്കൂറുകൾകൊണ്ട് ഈ അമ്മ മകനെ പഠിപ്പിക്കുന്ന ഒരു പാഠമുണ്ട്. ഓടിയെത്താനുള്ള ബലമുണ്ടെങ്കിലും മാറിനിൽക്കാൻകൂടി കഴിയുന്നതാണ് കുലീനം. ഓടിയെത്തിയ മനുഷ്യർ മാറിക്കൊടുക്കുക. മേരി ഉണ്ടാക്കിയ വ്യത്യാസം ഇതാണ്.

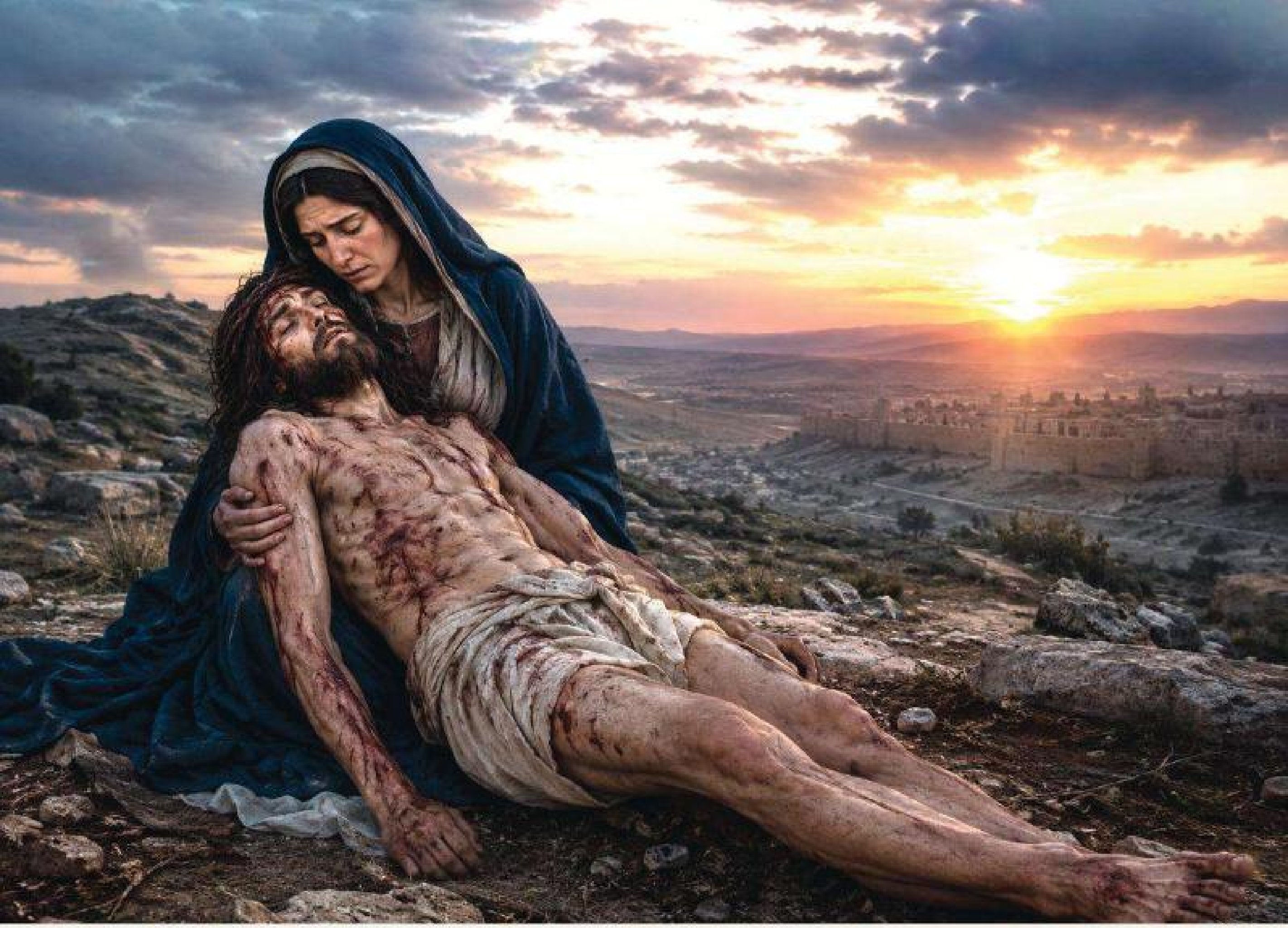
ഭക്തിയുടെ തലത്തിൽ മാത്രം നാം നോക്കുകയാണെങ്കിൽ മേരിയെയും മേരിയുടെ മകനെയും നമുക്ക് മിസ് ചെയ്യും. നമ്മുടെ മെഡിറ്റേഷനും ട്രാൻസ്ഫർമേഷനും വേണ്ടിയുള്ള ഐക്കണാണ് മേരി.

അല്ലെങ്കിൽ, എന്തിനാണ് നമ്മുടെ ദേവാലയങ്ങളിൽ ഇത്രയും കൃത്യമായി മേരിയുടെ ഐക്കൺ സൂക്ഷിക്കപ്പെടുന്നത്? നമ്മിൽ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാൻ കഴിയുന്ന ചില ട്രാൻസ്ഫർമേഷനുകൾക്കു വേണ്ടിയാണ്. ജോണിനെ കണക്കെ മേരിയെ വീട്ടിൽ സ്വീകരിച്ച ഞങ്ങൾക്ക് എന്തുമാറ്റം സംഭവിച്ചു? എന്തൊക്കെയാണ് ഞങ്ങൾ വിട്ടുകൊടുത്തത്? ആർക്കൊക്കെ വേണ്ടിയാണ് ഞങ്ങൾ മാറിക്കൊടുത്തത്? ബലമില്ലാത്തവരായി ഞങ്ങൾ ജീവിക്കുന്നത്? അറിവുണ്ടായിട്ടും അറിവില്ലാത്തവരെ കണക്കെ ജീവിക്കുന്നത്?

മേരിയെ ഭക്തിയുടെ ന്യൂക്ലിയസായിട്ടല്ല, രൂപാന്തരീകരണത്തിന്റെ പാരബിൾ ആയി എടുക്കണം. *Beloved Parable* എന്നാണ് മേരിയെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു പുസ്തകത്തിന്റെ പേര്. ദൈവികമൂർച്ഛയുള്ള കഥയുടെ പേരാണ് പാരബിൾ. മേരിയെ നാം അങ്ങനെ വായിച്ചെടുക്കണം.

മേരിയുടെ ഒത്തിരി പാഠങ്ങളിൽനിന്ന് വായിച്ചെടുക്കേണ്ട ഒരു പാഠമാണ് ആനന്ദം എന്ന പാഠം. ലോകം ദുഃഖിതമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന





ഒരു കാലഘട്ടത്തിലാണ് നാം ജീവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. Uncertantiy ഒരുപാട് നമുക്കു മുമ്പിലുണ്ട്. വിദേശത്ത് ജോലിയുള്ള മക്കൾ നാട്ടിൽ വരുമോയെന്ന് അറിഞ്ഞുകൂടാ. പറഞ്ഞുറപ്പിച്ച കല്യാണം നടക്കുമോയെന്നറിയില്ല. കുട്ടികളുടെ പഠനം എങ്ങനെയാകുമെന്നറിയില്ല. കോവിഡാനന്തര കാലത്തെക്കുറിച്ചാണ് നാം പറയുന്നത്. പക്ഷേ, എനിക്ക് തോന്നുന്നത് along with COVID എന്ന് പറയേണ്ട കാര്യമേ ഉള്ളൂവെന്നാണ്.

മേരിയെപ്പോലെ ഇത്രയും തകർക്കപ്പെട്ട ഒരു സ്ത്രീ വേറെയില്ല. ദുഃഖങ്ങളുടെ പാനപാത്രം വക്കോളം കുടിച്ച സ്ത്രീയുടെ പേരാണ് മേരി. സംശയിക്കപ്പെടുന്ന സ്ത്രീയായിട്ടാണ് വേദപുസ്തകത്തിൽ അവളുടെ കഥ ആരംഭിക്കുന്നത്. അത്രയും പുണ്യവതിയായതുകൊണ്ട് ഉടലോടെ കരേറ്റപ്പെട്ടു എന്ന് സഭ പഠിപ്പിക്കുന്നിടത്താണ് അത് അവസാനിക്കുന്നതും.

എല്ലാ അമ്മമാരുടെയും ആഗ്രഹം മക്കളുടെ മടിയിൽ കിടന്ന് മരിക്കണമെന്നാണ്. പക്ഷേ, ആ സാധാരണ സ്വപ്നംപോലും സഫലീകരിക്കപ്പെടാതെപോയ

> എല്ലാ അമ്മമാരുടെയും ആഗ്രഹം മക്കളുടെ മടിയിൽ കിടന്ന് മരിക്കണമെന്നാണ്. പക്ഷേ, ആ സാധാരണ സ്വപ്നംപോലും സഫലീകരിക്കപ്പെടാതെപോയ സ്ത്രീയുടെ പേരാണ് മേരി. മക്കളുടെ ജീവനറ്റ ഉടൽ വഹിക്കാനുള്ള ഇടമായി അമ്മമാരുടെ മടിത്തട്ട് മാറുന്നത് എങ്ങനെയാണ്? ഏതുകാലത്തും നമുക്ക് കണ്ടെത്താൻ കഴിയുന്ന ദുഃഖിതയായ ഒരു സ്ത്രീയുടെ പേരാണ് മേരി.

സ്ത്രീയുടെ പേരാണ് മേരി. രാഷ്ട്രീയ കൊലപാതകങ്ങളൊക്കെ നടക്കുമ്പോൾ ഞാൻ ആലോചിക്കാറുണ്ട്, ഈ പിയാത്തയുടെ അനുഭവം ആവർത്തിക്കപ്പെടുകയാണ്. മക്കളുടെ ജീവനറ്റ ഉടൽ വഹിക്കാനുള്ള ഇടമായി അമ്മമാരുടെ മടിത്തട്ട് മാറുന്നത് എങ്ങനെയാണ്? ഏതുകാലത്തും നമുക്ക് കണ്ടെത്താൻ കഴിയുന്ന ദുഃഖിതയായ ഒരു സ്ത്രീയുടെ പേരാണ് മേരി.

പക്ഷേ, നാം ഓർമ്മിക്കണം. ഈ സ്ത്രീയാണ് വേദപുസ്തകത്തിലെ - രണ്ടു പുസ്തകങ്ങളിലുംവച്ച് - ഏറ്റവും മനോഹരമായ ആനന്ദഗീതം പാടുന്നത്, "എന്റെ ആത്മാവ് കർത്താവിൽ ആനന്ദിക്കുന്നു".

എങ്ങനെയാണ് ഇത്രയും അലച്ചിലുകൾക്കിടയിൽ ഒരു സ്ത്രീക്ക് ആനന്ദം നിലനിർത്താൻ കഴിയുന്നത്? ആനന്ദം എന്ന വാക്കാണ് പറയുന്നത് എന്ന് പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. സന്തോഷം എന്നുപറയുന്നത് കിണറാണ്. ഏതു വേനലിലും വറ്റിപ്പോകും. പക്ഷേ, ആനന്ദം എന്നുപറയുന്നത് ഉറവയാണ്. പുറത്തുള്ള അനുഭവത്തിന്റെ പേരാണ് സന്തോഷം; അകത്തുള്ള അനുഭൂതിയുടെ പേരാണ് ആനന്ദം. Happiness-ഉം joy-യും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം നഷ്ടപ്പെടുന്നിടത്താണ് spiritualtiy ആരംഭിക്കുന്നത്.

വളരെ നിർഭാഗ്യകരമായി തോന്നുന്നത് നമ്മൾ കണ്ണടയ്ക്കുന്നതുവരെയും ഇങ്ങനെ

> മനുഷ്യർ നൽകുന്നതൊക്കെ മനുഷ്യന് എടുക്കാൻ പറ്റും. മനുഷ്യന് നൽകാൻ കഴിയാത്ത എന്തെങ്കിലും ഒരു അനുഭൂതികൊണ്ട് ജീവിക്കാൻ കഴിയുമോയെന്നതാണ് സ്പിരിച്ച്വാലിറ്റികൊണ്ട് നാം അർഥമാക്കുന്നത്. അതിനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല പാഠമാണ് മേരി. ആർക്കും എടുത്തുമാറ്റാനാവാത്ത, ആർക്കും ശോഷിപ്പിക്കാൻ കഴിയാത്ത ഉള്ളിലെ അനുഭൂതി.

സന്തോഷം എന്ന അവസ്ഥയിലൂടെയാണ് കടന്നുപൊയ്ക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്.

അത്തിമരം തളിർത്തില്ലെങ്കിലും മുന്തിരി പൂത്തില്ലെങ്കിലും ആലയിൽ കന്നുകാലികൾ അറ്റുപോയാലും ഞാൻ കർത്താവിൽ ആനന്ദിക്കും എന്ന് പഴയനിയമത്തിൽ നാം വായിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ. ശുഭകരമല്ലാത്ത കാര്യമാണ് പറയുന്നത്. ആർക്കും തകർക്കാനാവാത്ത, എടുത്തുമാറ്റാൻ കഴിയാത്ത ആ അനുഭൂതിയുടെ പേരാണ് ആനന്ദം. അതുകൊണ്ടാണ് യേശു പറയുന്നത്, ഞാൻ നിങ്ങൾക്കൊരു ആനന്ദം നൽകുന്നു. പക്ഷേ, അത് ലോകം നൽകിയതല്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ലോകത്തിന് എടുത്തുമാറ്റാനും പറ്റില്ല. സിമ്പിൾ ലോജിക്ക്.

മനുഷ്യർ നൽകുന്നതൊക്കെ മനുഷ്യന് എടുക്കാൻ പറ്റും. മനുഷ്യന് നൽകാൻ കഴിയാത്ത എന്തെങ്കിലും ഒരു അനുഭൂതികൊണ്ട് ജീവിക്കാൻ കഴിയുമോയെന്നതാണ് സ്പിരിച്ച്വാലിറ്റികൊണ്ട് നാം അർഥമാക്കുന്നത്. അതിനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല പാഠമാണ് മേരി. ആർക്കും എടുത്തുമാറ്റാനാവാത്ത, ആർക്കും ശോഷിപ്പിക്കാൻ കഴിയാത്ത ഉള്ളിലെ അനുഭൂതി. അതാണ് ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷത്തിലെ ആദ്യഭാഗത്ത് നാം വായിക്കുന്നത്. ഇതിലെങ്ങനെ അവൾ എത്തിയെന്നതിന് ഏറ്റവും വ്യക്തമായ ഉത്തരം ജപമാലയിൽ കിടപ്പുണ്ട്.

അതിലിങ്ങനെ അഞ്ചു കാര്യങ്ങളാണ് പറയുന്നത്. ഒരാൾ തന്റെ ആനന്ദം കണ്ടെത്താനും നിലനിർത്താനും ശ്രമിക്കുന്ന അഞ്ചു കാര്യങ്ങൾ. അതിലൊന്നാണ് ഒരു ഗബ്രിയേൽ ഉണ്ടായിരിക്കുക എന്നത്. ഒരു മാലാഖയെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണ ഉണ്ടായിരിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. മാലാഖമാരെ വിശ്വസിച്ചു തുടങ്ങുക. എന്തൊക്കെ കള്ളക്കഥകളാണ് നാം കുട്ടികൾക്ക് പറഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നത്. അവിടെ വ്യാളിയുണ്ട്. ഇവിടെ പാക്കാനുണ്ട്. പക്ഷേ, അതിനെക്കാൾ എത്രയോ മഹത്തരമാണ് ഒരു മാലാഖയെക്കുറിച്ച് പറഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നത്.

Angel-നെ കണ്ടെത്തുന്നിടത്തുനിന്നാണ് ആനന്ദം ആരംഭിക്കുന്നത്. Messenger എന്ന അർഥത്തിലാണ് angel വരുന്നത്. സാധാരണ ജീവിതത്തിലേക്ക് മറ്റേതോ ലോകത്തെ ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന വാക്കാണ് angel. യേശുവുമായിട്ട് യാതൊരു തരത്തിലുള്ള വിശ്വാസപ്രതിസന്ധിയും ഒരു കാലത്തും എനിക്കുണ്ടായിട്ടില്ലായിരുന്നുവെങ്കിലും angel എനിക്ക് സെൻസിബിൾ ആയിരുന്നില്ല. പക്ഷേ, പിന്നീട് എനിക്ക് മനസ്സിലായി; യേശുവിന്റെ ജീവിതത്തിൽ ഉടനീളം ഉണ്ടായിരിക്കുന്ന സാന്നിധ്യത്തിന്റെ പേരാണ് angel എന്ന്.

മംഗളവാർത്ത മുതൽ അതാരംഭിക്കുന്നു. ഒടുവിൽ യേശുവിന്റെ മരണാനന്തരംവരെ സംഭവിക്കുന്ന ഇടപെടലായി അതു മാറുന്നുണ്ട്. യേശുവിനെയും മാതാവിനെയും വിശ്വസിക്കുന്നവർക്ക് നിശ്ചയമായും മാലാഖയെയും വിശ്വസിക്കേണ്ട ബാധ്യതയുണ്ട്. മാലാഖമാരെന്ന് പറയുന്നത് വളരെ പേഴ്സണൽ ആണെന്നാണ് വേദപുസ്തകം പറയുന്നത്. ദൈവപരിപാലനയ്ക്കുവേണ്ടി വേദപുസ്തകം ഏറ്റവും കോൺക്രീറ്റായി പറഞ്ഞുവയ്ക്കുന്ന വാക്കാണ് മാലാഖ.

ഒരു പ്രത്യേക സമയത്ത് ദൈവത്തിന്റെ പരിപാലനം എന്റെ

> പലർക്കും തങ്ങളുടെ ഈശ്വരസങ്കല്പത്തിന്റെ വിശുദ്ധിയൊക്കെ നഷ്ടപ്പെട്ടുപോയിട്ടുണ്ടാവാം. അത് തിരിച്ചുപിടിക്കുക. അല്ലാതെ ആനന്ദത്തിലേക്ക് മറ്റു വഴിയില്ല. ദൈവത്തിന്റെ കൈപിടിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ എല്ലാത്തിനും സമാധാനമുണ്ടാകും.

ജീവിതത്തിലുണ്ടാകും. കുറച്ചുകൂടി ഹോപ്ഫുൾ ആവുക. ഒരു കഥയിൽ പറയുന്നതുപോലെ, മാലാഖമാർ വരാൻ വൈകുന്നവരല്ല; അതുകൊണ്ടാണ് അവരെ മാലാഖമാർ എന്നുവിളിക്കുന്നത്. അത് ചിലപ്പോൾ ചങ്ങാതിയുടെ രൂപത്തിലാകാം. ഒരു പ്രത്യേക സമയത്ത് ജീവിതത്തിൽ ഇടപെടാൻവേണ്ടി ദൈവത്തിന്റെ ദൂതൻ വരും എന്നൊരു സങ്കല്പവും വിശ്വാസവുമാണ് ഒന്നാം പാഠം.

നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ പ്രകാശിപ്പിച്ചു കടന്നുപോകുന്ന വ്യക്തിയുടെ പേരാണ് മാലാഖ. അവർ എല്ലായിടത്തുമുണ്ട്. എന്തുമാത്രം ആവശ്യങ്ങളാണ് ഓരോ മനുഷ്യർക്കുമുള്ളത്. അതൊക്കെ ഒന്ന് ലൊക്കേറ്റ് ചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞാൽ നല്ലതായിരിക്കും. ദുഃഖിതർ നമ്മുടെ റെറ്റിനയിൽ പതിയാത്തിടത്തോളംകാലം നമ്മൾ പെട്ടുപോകും. അവരിലേക്കുള്ള ശ്രദ്ധയാണ് അവനവൻ കടമ്പയിൽ തട്ടിവീഴാതിരിക്കാനുള്ള ഏറ്റവും നല്ല റെമഡി.

രണ്ടാമത്തേത് ഒരു എലിസബത്തിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഓർമ്മയുണ്ടായിരിക്കുക എന്നതാണ്. ജീവിക്കുക എന്നതിന്റെ അർഥം സ്നേഹിക്കുകയെന്നും സ്നേഹിക്കുകയെന്നാൽ പൊടിഞ്ഞു പോവുകയെന്നുമാണ്. ഗോതമ്പുമണി നിലത്തുവീണ് അഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ... യൂസ്ഫുൾ ആകുക എന്നൊരു സംഭവമുണ്ട്. അങ്ങനെ മാത്രമേ അർഥം കണ്ടെത്താനാവൂ.

നിങ്ങൾ കടന്നുപോയിക്കഴിയുമ്പോൾ നിങ്ങൾ ചേർത്തുപിടിച്ച മനുഷ്യരും ഇടങ്ങളും കുറെക്കൂടി ഭേദപ്പെട്ട മനുഷ്യരും ഇടങ്ങളുമായി മാറുന്നുണ്ടോ? ഹാപ്പിനസ് ഹോർമോൺ എങ്ങനെയാണ് ഉണ്ടാകുന്നതെന്ന് ഗൂഗിൾ ചെയ്തുനോക്കിയാൽ മനസ്സിലാക്കാനാവും. കൈകൾ വിരിച്ചുപിടിക്കുമ്പോഴാണ് ഹാപ്പിനസ് ഹോർമോൺ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്നത്. മനുഷ്യരോടോ പ്രകൃതിയോടോ കൈകൾ തുറന്നുപിടിക്കുക.

ബെത്‌ലഹേം ജീവിതശൈലിയുണ്ടാക്കുക എന്നതാണ് മൂന്നാമത്തെ കാര്യം. ബെത്‌ലഹേം എന്നുപറയുന്നത് വളരെക്കുറച്ചു

കാര്യങ്ങളിൽ മനുഷ്യർ തൃപ്തിപ്പെടുന്ന ഇടമാണ്. കുറച്ചുകാര്യങ്ങളിലുള്ള സംതൃപ്തി. ജീവിക്കാൻ മനുഷ്യർക്ക് വളരെക്കുറച്ചു കാര്യങ്ങൾ മതി. പരിമിതമായ ജീവിതസാഹചര്യങ്ങളിൽ മനുഷ്യർ ഹാപ്പിനസ് അനുഭവിച്ച ഇടമാണ് ബെത്‌ലഹേം. മാലാഖമാർക്കും ആട്ടിടയന്മാർക്കും ഒക്കെ ഇടമുള്ള സ്ഥലമാണ് ബെത്‌ലഹേം. ഹാപ്പി സ്പോട്ടാണ് ബെത്‌ലഹേം.

സമർപ്പണത്തിന്റെ ആനന്ദമാണ് നാലാമത്തേത്. കുട്ടിയെയുംകൊണ്ട് ദൈവാലയത്തിൽ പോയി സമർപ്പിക്കുന്നു. സമാധാനത്തിൽ വിട്ടയയ്ക്കണമേയെന്നത് അവിടെ നിന്നുള്ള പ്രാർഥന. നിർഭാഗ്യവശാൽ, എന്റേതുൾപ്പെടെയുള്ള മാതാപിതാക്കൾ സമാധാനത്തിലല്ല കടന്നുപോയത്. നമ്മൾ നമ്മുടെ മാതാപിതാക്കളെ സമാധാനത്തിൽ കടന്നുപോകാൻ അനുവദിച്ചിട്ടില്ല. നമ്മൾ എന്തു ചെയ്തു?

ആകുലതകളിലാണ് സമാധാനം ഇല്ലാതെയാകുന്നത്. അവന്റെ പാദത്തിങ്കൽ കുഞ്ഞുങ്ങളെ സമർപ്പിച്ചതിനുശേഷം സമാധാനത്തോടെ ജീവിക്കുക. നിങ്ങളുടെ കുഞ്ഞ് നിങ്ങളുടേതല്ല; നിങ്ങളിലൂടെ വന്നുവെന്നു മാത്രമേയുള്ളൂ. "ഇതെന്റെ കുഞ്ഞല്ല", മേരി അങ്ങനെ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. "ഇത് നിന്റെ കുഞ്ഞാണ്", അവിടംവരെ എത്തുക എന്നുപറയുന്നത് അത്ര എളുപ്പമല്ല. പക്ഷേ, അവിടംവരെ എത്തുമ്പോൾ അനുഭവിക്കുന്ന ഫിലോസഫിക്കലായ ആനന്ദമുണ്ട്. കാവൽക്കാർ മാത്രമാണ് നിങ്ങൾ. ദൈവം എന്നുപറയുന്നത് സേക്രട്ട് വെസൽ ആണ്. നമ്മുടെ കൈവശമുള്ള ഒരു തുടം എണ്ണ ചൊരിയാനുള്ള പാത്രത്തിന്റെ പേരാണ് ദൈവം. അകത്തേക്കു വന്നതിനെക്കാൾ കൂടുതൽ ദുഃഖിതരായിട്ടാണ് നിങ്ങൾ ദേവാലയത്തിന് പുറത്തേക്കു പോകുന്നതെങ്കിൽ അതിന്റെ അർഥം നിങ്ങൾക്ക് പിടികിട്ടിയിട്ടില്ല.

കൈവിട്ടുപോയതിനെ തിരിച്ചുപിടിക്കുകയാണ് മേരി കാണിച്ചുതരുന്ന അഞ്ചാമത്തെ പാഠം. ഇത്തിരി കൈവിട്ടുപോകുന്ന പ്രായമാണ് കൗമാരയൗവനം. പന്ത്രണ്ടാമത്തെ വയസ്സുമുതൽ മക്കളെ മാതാപിതാക്കൾക്ക് നഷ്ടപ്പെട്ടു തുടങ്ങുകയാണ്. മൂന്നുദിവസത്തിനുശേഷം ജോസഫും മേരിയും തങ്ങളുടെ മകനെ തിരിച്ചുപിടിക്കുന്നു. ഒന്നിനെയും വിട്ടുകളയാതിരിക്കുക. ഉറ്റവരെയാകാം, കൂട്ടുകാരെയാകാം, നമ്മുടെതന്നെ നിഷ്കളങ്കതയാകാം. മടങ്ങിപ്പോവുക, തിരിച്ചുപിടിക്കുക.

ജോസഫിനും മേരിക്കുംപോലും തങ്ങളുടെ ദൈവത്തെ കൈവിട്ടുപോയ ഭൂമിയാണ് ഇത്. പലർക്കും തങ്ങളുടെ ഈശ്വരസങ്കല്പത്തിന്റെ വിശുദ്ധിയൊക്കെ നഷ്ടപ്പെട്ടു പോയിട്ടുണ്ടാവാം; അത് തിരിച്ചുപിടിക്കുക. അല്ലാതെ ആനന്ദത്തിലേക്ക് മറ്റു വഴിയില്ല. ദൈവത്തിന്റെ കൈപിടിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ എല്ലാത്തിനും സമാധാനമുണ്ടാകും. ദൈവത്തിന്റെ കൈ വിട്ടുകഴിയുമ്പോൾ ഒന്നിലും സമാധാനം ഉണ്ടാവില്ല. സംശയമുണ്ടോ?

കുട്ടിച്ചായന്റെ
കുറിപ്പുകൾ

കുടുംബ ബജറ്റ്

വരുമാനത്തിന് ഒരു വഴി, ചിലവുകൾക്ക് ഒരു നിയന്ത്രണം

“മാസാവസാനം വരുമ്പോൾ പണം എവിടെപ്പോയെന്ന് അറിയില്ല!”

ഇത് പല കുടുംബങ്ങളിലും കേൾക്കുന്ന ഒരു പരാതിയാണ്. ശമ്പളം കിട്ടുന്നു, ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുന്നു, ചെലവുകൾ നടക്കുന്നു. പക്ഷേ, മാസം അവസാനിക്കുമ്പോൾ കൈയിൽ ഒന്നും ബാക്കിയില്ല. ചിലപ്പോൾ ചെറിയൊരു അപ്രതീക്ഷിത ചെലവ് വന്നാൽ വായ്പയെയോ ക്രെഡിറ്റ് കാർഡിനെയോ ആശ്രയിക്കേണ്ടിവരുന്നു. ഇതിന് ഒരു ലളിതമായ പരിഹാരമാണ് കുടുംബ ബജറ്റ്.

ബജറ്റ് എന്നത് ചെലവുകൾ കുറയ്ക്കാനുള്ള ഒരു പട്ടിക മാത്രമല്ല; പണം എവിടെ നിന്നാണ് വരുന്നത്, എങ്ങോട്ടാണ് പോകുന്നത്, എത്രമാത്രം സംരക്ഷിക്കണം, ഭാവിയിലെ ആവശ്യങ്ങൾക്കായി എങ്ങനെ തയ്യാറാകണം എന്നതിനെക്കുറിച്ച് കുടുംബമായി തീരുമാനിക്കുന്ന ഒരു സംവിധാനമാണ്. കുടുംബത്തിന്റെ സാമ്പത്തിക സ്ഥിതി എന്തുതന്നെയായാലും ബജറ്റ് തയ്യാറാക്കുന്നത് പ്രയോജനകരമാണ്. വലിയ വരുമാനമുള്ള കുടുംബത്തിനും ചെറിയ വരുമാനമുള്ള കുടുംബത്തിനും ഒരുപോലെ.

ബജറ്റ് നിയന്ത്രണമല്ല, സ്വാതന്ത്ര്യമാണ്

“ബജറ്റ് ഉണ്ടാക്കിയാൽ ഇഷ്ടമുള്ളതൊന്നും വാങ്ങാൻ കഴിയില്ലല്ലോ!” എന്ന് ചിലർ കരുതും. എന്നാൽ യഥാർഥത്തിൽ നേരെ മറിച്ചാണ്. ബജറ്റ് ഉള്ളപ്പോൾ എവിടെ ചിലവാക്കാം, എവിടെ കുറയ്ക്കണം, എത്രമാത്രം മാറ്റിവയ്ക്കാം എന്നത് നമുക്ക് വ്യക്തമായി അറിയാം. പണം കിട്ടുന്നതനുസരിച്ച് ചിലവഴിക്കുന്നതിനുപകരം, പണത്തിന് മുൻകൂട്ടി ഒരു ജോലി നിശ്ചയിക്കുക എന്നതാണ് ബജറ്റിന്റെ ലക്ഷ്യം.

ആദ്യം കുടുംബത്തിന്റെ ആകെ വരുമാനം കണ്ടെത്തുക

ബജറ്റിന്റെ ആദ്യപടി വരുമാനം കൃത്യമായി കണക്കാക്കുകയാണ്. വരുമാനം അറിയാതെ ബജറ്റ് തയ്യാറാക്കാനാവില്ല. കുടുംബത്തിൽ വരുമാനം ലഭിക്കുന്ന എല്ലാവരുടെയും സ്ഥിരവും പ്രതീക്ഷിക്കാവുന്നതുമായ മാസവരുമാനം രേഖപ്പെടുത്തുക.

ഉദാഹരണത്തിന്:

- അപ്പന്റെ ശമ്പളം – ₹40,000
- അമ്മയുടെ ശമ്പളം – ₹25,000
- മറ്റ് സ്ഥിരവരുമാനം – ₹5,000

ആകെ മാസവരുമാനം = ₹70,000

ശമ്പളത്തിന് പുറമേ ബോണസ്, കമ്മീഷൻ, ഓവർടൈം തുടങ്ങിയ സ്ഥിരമല്ലാത്ത വരുമാനങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ അവ പ്രത്യേകം രേഖപ്പെടുത്തുന്നത് നല്ലതാണ്. ഉറപ്പില്ലാത്ത വരുമാനം മുൻകൂട്ടി കണക്കാക്കി വലിയ ചെലവുകൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യാതിരിക്കുന്നതാണ് സുരക്ഷിതം.

"ആദ്യം സമ്പാദ്യം" എന്ന ശീലം

പലരും ചെയ്യുന്നത് ചെലവുകളും കഴിഞ്ഞു ബാക്കി വന്നാൽ സമ്പാദ്യം എന്ന രീതിയാണ്. ഇതിന് പകരം കഴിയുന്നിടത്തോളം ശമ്പളം ലഭിക്കുന്ന ദിവസംതന്നെ ഒരു നിശ്ചിത തുക സമ്പാദ്യത്തിനായി മാറ്റിവയ്ക്കുക. തുക എത്രയെന്നത് കുടുംബത്തിന്റെ വരുമാനവും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും അനുസരിച്ച് തീരുമാനിക്കാം.

ശമ്പളം ലഭിക്കുന്ന ദിവസംതന്നെ ഒരു നിശ്ചിത തുക സമ്പാദ്യത്തിനായി മാറ്റിവയ്ക്കുക. തുക എത്രയെന്നത് കുടുംബത്തിന്റെ വരുമാനവും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും അനുസരിച്ച് തീരുമാനിക്കാം. ചെറിയ തുകയായാലും സ്ഥിരമായി മാറ്റിവയ്ക്കുന്നതാണ് പ്രധാനപ്പെട്ടത്.

ചെറിയ തുകയായാലും സ്ഥിരമായി മാറ്റിവയ്ക്കുന്നതാണ് പ്രധാനപ്പെട്ടത്. സമ്പാദ്യം ബാക്കി വരുന്ന പണമല്ല; ബജറ്റിൽ മുൻകൂട്ടി സ്ഥാനം നൽകിയ പണമാണ്. സമ്പാദ്യത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്താവുന്നവ:

- അടിയന്തര ആവശ്യങ്ങൾക്കുള്ള ഫണ്ട്
- ബാങ്ക് ആർ.ഡി.
- എസ്.ഐ.പി. പോലുള്ള നിക്ഷേപങ്ങൾ
- ഭാവിയിലെ വിദ്യാഭ്യാസ ആവശ്യങ്ങൾക്കുള്ള തുക
- വിരമിക്കൽ കാലത്തേക്കുള്ള സമ്പാദ്യം
- മറ്റ് അനുയോജ്യമായ നിക്ഷേപങ്ങൾ

എല്ലാ ചെലവുകളും രേഖപ്പെടുത്തുക

"വലിയ ചെലവുകൾ മാത്രമേ എഴുതേണ്ടതുള്ളൂ" എന്ന ധാരണ തെറ്റാണ്. ചായയ്ക്കും ലഘുഭക്ഷണത്തിനും നൽകിയ ചെറിയ തുക മുതൽ സ്കൂൾ ഫീസ്, വൈദ്യുതി ബിൽ, വീട്ടുവാടക തുടങ്ങിയ വലിയ ചെലവുകൾ വരെ രേഖപ്പെടുത്തുക.

ഉദാഹരണത്തിന്:

- വീട്ടുവാടക
- വൈദ്യുതി ബിൽ
- വെള്ളക്കരം
- മൊബൈൽ/ഇന്റർനെറ്റ്
- പലചരക്ക്
- പച്ചക്കറി
- പെട്രോൾ/യാത്ര
- മരുന്ന്
- സ്കൂൾ/കോളേജ് ഫീസ്
- വസ്ത്രം
- വീട്ടുപകരണങ്ങൾ
- വിനോദം
- പുറത്തുനിന്നുള്ള ഭക്ഷണം
- വ്യക്തിഗത ചെലവുകൾ

രേഖപ്പെടുത്താത്ത ചെലവ് നിയന്ത്രിക്കാനും ബുദ്ധിമുട്ടാണ്. അതുകൊണ്ട് ഒരു ചെറിയ നോട്ട്ബുക്കോ മൊബൈൽ ആപ്പോ സ്പ്രെഡ്ഷീറ്റോ ഉപയോഗിച്ച് ദിവസേന ചെലവുകൾ രേഖപ്പെടുത്താം.

> ആഗ്രഹച്ചെലവുകൾ കുറച്ച് സമ്പാദ്യത്തിന് കഴിയുന്നത്ര മുൻഗണന നൽകുകയാണ് പ്രധാനം. എത്ര പണം ആവശ്യങ്ങൾക്ക് പോകുന്നു, എത്ര ആഗ്രഹങ്ങൾക്കായി ചെലവഴിക്കുന്നു, എത്ര ഭാവിക്കായി മാറ്റിവയ്ക്കുന്നു എന്ന ബോധം കുടുംബത്തിനുണ്ടാകുക എന്നതാണ് ഈ നിയമത്തിന്റെ യഥാർഥ ലക്ഷ്യം.

50–30–20 Rule: വരുമാനത്തിന് ഒരു ലളിതമായ ക്രമം

ചെലവുകളെ തിരിച്ചറിഞ്ഞുകഴിഞ്ഞാൽ അടുത്ത ചോദ്യം ഇതാണ്: "വരുമാനത്തിൽ എത്ര തുക ഓരോ ആവശ്യത്തിനായി മാറ്റിവയ്ക്കണം?" ഇതിന് ഒരു ലളിതമായ മാർഗനിർദേശമാണ് 50-30-20 Rule. മാസവരുമാനത്തെ ഏകദേശം മൂന്ന് ഭാഗങ്ങളായി തിരിച്ച് കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതാണ് ഈ രീതി.

⊙ 50% – ആവശ്യങ്ങൾക്കായി

വരുമാനത്തിന്റെ ഏകദേശം പകുതി കുടുംബത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന ആവശ്യങ്ങൾക്കായി മാറ്റിവയ്ക്കാം. വീട്ടുവാടക, അടിസ്ഥാന ഭക്ഷണച്ചെലവ്, വൈദ്യുതി-വെള്ളം തുടങ്ങിയ ബില്ലുകൾ, കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസച്ചെലവ്, ആവശ്യമായ യാത്ര, സ്ഥിരമായ ചികിത്സാച്ചെലവുകൾ തുടങ്ങിയവ ഇതിൽ ഉൾപ്പെടും.

⊙ 30% – ആഗ്രഹങ്ങൾക്കായി

വരുമാനത്തിന്റെ ഏകദേശം 30% ജീവിതത്തിലെ ആഗ്രഹങ്ങൾക്കും സൗകര്യങ്ങൾക്കും വിനോദങ്ങൾക്കുമായി ഉപയോഗിക്കാം. പുറത്തുനിന്നുള്ള ഭക്ഷണം, വിനോദയാത്രകൾ, പുതിയ വസ്ത്രങ്ങൾ, ഹോബികൾ, OTT സബ്സ്ക്രിപ്ഷനുകൾ തുടങ്ങിയവ ഇതിൽ വരാം. ഇവ ജീവിതത്തെ സന്തോഷകരമാക്കുന്ന ചെലവുകളാണ്; എന്നാൽ, അവയിൽ നിയന്ത്രണം വേണം.

⊙ 20% – സമ്പാദ്യത്തിനും ഭാവിക്കുമായി

ശേഷിക്കുന്ന ഏകദേശം 20% ഭാവിയിലേക്ക് മാറ്റിവയ്ക്കുക. അടിയന്തര ഫണ്ട്, ബാങ്ക് ആർ.ഡി., എസ്.ഐ.പി. പോലുള്ള നിക്ഷേപങ്ങൾ, കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം, വിരമിക്കൽ കാലത്തേക്കുള്ള സമ്പാദ്യം തുടങ്ങിയവയ്ക്കായി ഈ തുക ഉപയോഗിക്കാം.

എന്നാൽ 50-30-20 എന്നത് കർശനമായ നിയമമല്ല. കുടുംബത്തിന്റെ വരുമാനം, അംഗങ്ങളുടെ എണ്ണം, വാടകയോ ഭവനവായ്പയോ, കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം, ചികിത്സാച്ചെലവ്, വായ്പകൾ തുടങ്ങിയവ അനുസരിച്ച് ഈ അനുപാതം മാറാം. ചില കുടുംബങ്ങളിൽ ആവശ്യച്ചെലവുകൾ 50 ശതമാനത്തിൽ കൂടുതലായിരിക്കാം. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ ആഗ്രഹച്ചെലവുകൾ കുറച്ച് സമ്പാദ്യത്തിന് കഴിയുന്നത്ര മുൻഗണന നൽകുകയാണ് പ്രധാനം. എത്ര പണം ആവശ്യങ്ങൾക്ക് പോകുന്നു, എത്ര ആഗ്രഹങ്ങൾക്കായി ചെലവഴിക്കുന്നു, എത്ര ഭാവിക്കായി മാറ്റിവയ്ക്കുന്നു എന്ന ബോധം കുടുംബത്തിനുണ്ടാകുക എന്നതാണ് ഈ നിയമത്തിന്റെ യഥാർഥ ലക്ഷ്യം.

ചെലവുകൾ മൂന്ന് വിഭാഗങ്ങളാക്കാം

എല്ലാ ചെലവുകളും ഒരുപോലെയല്ല. അവയെ തിരിച്ചറിയുന്നത് ബജറ്റിന്റെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട ഭാഗമാണ്.

1. അത്യാവശ്യ ചെലവുകൾ

ഒഴിവാക്കാൻ പ്രയാസമുള്ള ചെലവുകൾ.

ഉദാഹരണങ്ങൾ:

- വീട്ടുവാടക
- കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസച്ചിലവ്
- സ്ഥിരമായി കഴിക്കുന്ന മരുന്നുകൾ
- അടിസ്ഥാന ഭക്ഷണച്ചിലവ്
- വൈദ്യുതി, വെള്ളം തുടങ്ങിയ ബില്ലുകൾ
- ജോലിക്ക് പോകുന്നതിനുള്ള അടിസ്ഥാന യാത്രാച്ചിലവ്

2. ആവശ്യ ചെലവുകൾ

ജീവിതത്തിന് ആവശ്യമാണ്. എന്നാൽ സമയവും സാഹചര്യവും അനുസരിച്ച് ചിലത് കുറയ്ക്കാനോ മാറ്റിവയ്ക്കാനോ കഴിയും.

ഉദാഹരണങ്ങൾ:

- പുതിയ വസ്ത്രങ്ങൾ
- ചില വിനോദച്ചിലവുകൾ
- ചില വീട്ടുപകരണങ്ങൾ
- പ്രത്യേക യാത്രകൾ
- അധിക സേവനങ്ങൾ

3. ആഗ്രഹങ്ങൾ / ആഡംബര ചെലവുകൾ

ജീവിതത്തിന് നിർബന്ധമല്ലാത്ത, ഒഴിവാക്കുകയോ കുറയ്ക്കുകയോ ചെയ്യാവുന്ന ചെലവുകൾ.

ഉദാഹരണങ്ങൾ:

- പതിവായി വിലകൂടിയ ഹോട്ടലുകളിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കൽ
- ആവശ്യമില്ലാത്ത ഷോപ്പിംഗ്

- ഉപയോഗിക്കാത്ത സബ്സ്ക്രിപ്ഷനുകൾ
- പെട്ടെന്നുള്ള ഓഫറുകൾ കണ്ടു നടത്തുന്ന വാങ്ങലുകൾ

ഒരു സാധനം വാങ്ങുന്നതിന് മുമ്പ് ഒരു ചോദ്യം ചോദിക്കാം: "ഇത് എനിക്ക് ഇപ്പോൾ ആവശ്യമാണോ, അതോ എനിക്ക് ഇഷ്ടമായതുകൊണ്ട് മാത്രം വാങ്ങുന്നതാണോ?" ഈ ഒരു ചോദ്യം പോലും പല അനാവശ്യ ചെലവുകളും ഒഴിവാക്കാൻ സഹായിക്കും.

എമർജൻസി ഫണ്ട്: അപ്രതീക്ഷിത ചെലവുകൾക്കുള്ള കരുതൽ

ജീവിതത്തിൽ ചില ചെലവുകൾ മുൻകൂട്ടി അറിയാനാവില്ല. ഫോൺ കേടാകാം, ഫ്രിഡ്ജ് പണിമുടക്കാം, വാഹനത്തിന് അപ്രതീക്ഷിത അറ്റകുറ്റപ്പണി വേണ്ടിവരാം, വീട്ടിൽ പെട്ടെന്ന് ഒരു അറ്റകുറ്റപ്പണി ആവശ്യമായി വരാം. ഇത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ ഓരോ തവണയും വായ്പയെടുക്കേണ്ടി വരാതിരിക്കാനാണ് 'എമർജൻസി ഫണ്ട്' സഹായിക്കുന്നത്.

എല്ലാ മാസവും കഴിയുന്ന തുക മാറ്റിവച്ച് ഈ ഫണ്ട് ക്രമേണ രൂപപ്പെടുത്താം. എന്നാൽ ഒരു കാര്യം പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം: എമർജൻസി ഫണ്ട് എന്നത് വിനോദത്തിനോ സാധാരണ ഷോപ്പിംഗിനോ ഉപയോഗിക്കാനുള്ള പണമല്ല. യഥാർഥത്തിൽ അപ്രതീക്ഷിതവും ആവശ്യവുമായ സാഹചര്യങ്ങൾക്കായി മാത്രം ഉപയോഗിക്കേണ്ടതാണ്.

ഒരു മാതൃകാ കുടുംബ ബജറ്റ്

താഴെ കൊടുക്കുന്നത് ₹70,000 മാസവരുമാനമുള്ള ഒരു സാങ്കൽപ്പിക കുടുംബത്തിന്റെ ഉദാഹരണമാണ്. ഓരോ കുടുംബത്തിന്റെയും വരുമാനവും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും വ്യത്യസ്തമായതിനാൽ ഇതേ അനുപാതം എല്ലാവരും പിന്തുടരേണ്ടതില്ല.

വിഭാഗം	മാസത്തുക
ആകെ വരുമാനം	₹70,000
സമ്പാദ്യം / നിക്ഷേപം	₹8,000
എമർജൻസി ഫണ്ട്	₹3,000
വീട്ടുവാടക	₹12,000
പലചരക്ക് & ഭക്ഷണം	₹10,000
വിദ്യാഭ്യാസച്ചിലവ്	₹6,000
വൈദ്യുതി, വെള്ളം, ഫോൺ തുടങ്ങിയവ	₹4,000
യാത്ര / പെട്രോൾ	₹5,000
മരുന്ന് / ആരോഗ്യച്ചിലവ്	₹3,000
വീട്ടാവശ്യങ്ങൾ	₹3,000
വ്യക്തിഗത ചെലവുകൾ	₹3,000
വിനോദം / പുറത്തുനിന്നുള്ള ഭക്ഷണം	₹2,000
ആകെ	**₹59,000**
ബാക്കി / ഭാവി ആവശ്യങ്ങൾക്കായി	**₹11,000**

ഈ പട്ടികയിലെ ബാക്കി തുക മുഴുവൻ അതേ മാസം ചിലവഴിക്കണമെന്നില്ല. അടുത്ത മാസത്തെ വലിയ ചെലവുകൾ, വാർഷിക ഇൻഷുറൻസ്, സ്കൂൾ ഫീസ്, ഉത്സവച്ചിലവ് തുടങ്ങിയവയ്ക്കായി അതിൽനിന്ന് തുക മാറ്റിവയ്ക്കാം. ഒരു നല്ല ബജറ്റിന്റെ ലക്ഷ്യം എല്ലാ രൂപയും ചിലവഴിച്ചുതീർക്കുക എന്നതല്ല.

"എസ്റ്റിമേറ്റഡ്" vs "റിയൽ": മൂന്ന് മാസത്തെ പരീക്ഷണം

ബജറ്റ് ആദ്യമായി തയ്യാറാക്കുന്നവർക്ക് ഒരു ചെറിയ പരീക്ഷണം നടത്താം. ഒരു പേജിൽ രണ്ട് കോളങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുക:

ചെലവ്	കണക്കാക്കിയ തുക	യഥാർത്ഥ ചെലവ്
പലചരക്ക്	₹8,000	₹9,200
പെട്രോൾ	₹4,000	₹4,500
പുറത്തുനിന്നുള്ള ഭക്ഷണം	₹2,000	₹3,200
വൈദ്യുതി	₹2,500	₹2,350
വിദ്യാഭ്യാസം	₹5,000	₹5,000

മാസാവസാനം കണക്കാക്കിയ തുകയും യഥാർഥ ചിലവും തമ്മിൽ താരതമ്യം ചെയ്യുക. അപ്പോൾ നമുക്ക് ചില കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാകും:

- ഏത് ചിലവാണ് കണക്കാക്കിയതിനെക്കാൾ കൂടുന്നത്?
- എവിടെയാണ് അനാവശ്യ ചെലവ് നടക്കുന്നത്?
- ഏത് വിഭാഗത്തിലാണ് കൂടുതൽ നിയന്ത്രണം വേണ്ടത്?
- അടുത്ത മാസം എത്ര തുക മാറ്റിവയ്ക്കണം?

ഇങ്ങനെ തുടർച്ചയായി മൂന്ന് മാസം രേഖപ്പെടുത്തുന്നത് നല്ലൊരു പരിശീലനമാണ്. "പണം എവിടെ പോകുന്നു?" എന്ന ചോദ്യത്തിന് ബജറ്റ് ഉത്തരം നൽകും.

മാസാവസാനം പലരും ചോദിക്കുന്ന ഒരു ചോദ്യമാണ്: "ശമ്പളം കിട്ടിയിട്ട് ഇത്രയും പണം എവിടെപ്പോയി?" ഉത്തരം പലപ്പോഴും വലിയ ഒരു ചിലവിലല്ല. ചെറിയ ചെറിയ ചെലവുകളുടെ കൂട്ടത്തിലാണ്. ദിവസവും ₹100 വീതം ശ്രദ്ധിക്കാതെ ചിലവഴിച്ചാൽ 30 ദിവസത്തിൽ ₹3,000

ആകും. അതുകൊണ്ട്, ചെറിയ ചെലവുകളെ ചെറുതായി കാണരുത്.

കുടുംബ ബജറ്റ് ഒരു കുടുംബ ചർച്ചയാക്കുക

കുടുംബ ബജറ്റ് ഒരാളുടെ മാത്രം ഉത്തരവാദിത്തമാകരുത്. മാസത്തിൽ ഒരു ദിവസം "ബജറ്റ് ഡേ" ആയി മാറ്റിവയ്ക്കാം. അന്ന് കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഒരുമിച്ച് ഇരുന്ന് ചർച്ച ചെയ്യാം:

- ഈ മാസത്തെ വരുമാനം എത്ര?
- സമ്പാദ്യം എത്ര?
- പ്രധാന ചെലവുകൾ എന്തൊക്കെ?
- അടുത്ത മാസത്തെ വലിയ ചെലവുകൾ എന്തൊക്കെ?
- കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസച്ചിലവുകൾ ഉണ്ടോ?
- ചികിത്സയ്ക്കോ യാത്രയ്ക്കോ പ്രത്യേക തുക വേണമോ?
- ഉത്സവമോ വിവാഹമോ പോലുള്ള പ്രത്യേക ചെലവുകൾ വരാനുണ്ടോ?

കുട്ടികൾക്ക് പ്രായത്തിനനുസരിച്ച് പണത്തിന്റെ മൂല്യവും ഉത്തരവാദിത്തമുള്ള ചിലവഴിക്കലും പഠിപ്പിക്കാനും ഇത് നല്ല അവസരമാണ്. ബജറ്റ് പണത്തിന്റെ കണക്കു മാത്രമല്ല; കുടുംബത്തിന്റെ മുൻഗണനകൾ തീരുമാനിക്കുന്ന ഒരു സംഭാഷണം കൂടിയാണ്.

ആഘോഷങ്ങൾക്ക് പ്രത്യേക ബജറ്റ്

ഓണം, ക്രിസ്മസ്, ഈസ്റ്റർ, സ്കൂൾ തുറക്കുന്ന സമയം, വിവാഹങ്ങൾ, യാത്രകൾ തുടങ്ങിയ സമയങ്ങളിൽ സാധാരണ മാസത്തേക്കാൾ ചെലവ് കൂടാം. അതുകൊണ്ട്, ആ ചെലവുകൾ വരുമ്പോൾ ബജറ്റ് തകരുന്നതിന് പകരം മുൻകൂട്ടി ഒരു പ്രത്യേക തുക മാറ്റിവയ്ക്കുക.

ഉദാഹരണത്തിന്, ഓണത്തിന് പുതിയ വസ്ത്രങ്ങൾ, യാത്ര, സദ്യ, സമ്മാനങ്ങൾ, പൂക്കളം, വിനോദം എന്നിവയ്ക്കായി ഒരു "ഫെസ്റ്റിവൽ ബജറ്റ്" തയ്യാറാക്കാം. കല്യാണങ്ങൾക്കും ഇതര ആഘോഷങ്ങൾക്കും ഇതുപോലെ ബജറ്റ് തയാറാക്കണം. ഇത് ആഘോഷങ്ങളുടെ ഭംഗി കുറയ്ക്കാനല്ല; അത് കഴിഞ്ഞ് സാമ്പത്തിക സമ്മർദത്തിലാകാതിരിക്കാനാണ്.

> ഒരു നല്ല കുടുംബ ബജറ്റ് സാമ്പത്തിക നേട്ടം മാത്രമല്ല നൽകുന്നത്. സാമ്പത്തിക സമ്മർദം കുറയ്ക്കാനും കുടുംബാംഗങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള തുറന്ന ആശയവിനിമയം വളർത്താനും ഭാവിയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാനും അത് സഹായിക്കും.

ബജറ്റ് ഒരു മാസത്തിൽ തീരുന്ന കാര്യമല്ല

ആദ്യ മാസത്തെ ബജറ്റ് കൃത്യമായിരിക്കണമെന്നില്ല. നമ്മൾ കണക്കാക്കിയ ₹5,000 ചെലവ് യഥാർഥത്തിൽ ₹6,500 ആയേക്കാം. മറ്റൊരു വിഭാഗത്തിൽ കണക്കാക്കിയതിനെക്കാൾ കുറച്ച് മാത്രമേ ചിലവായിരിക്കൂ. അത് പരാജയമല്ല.

ബജറ്റ് ഒരു പഠനപ്രക്രിയയാണ്. ഒന്നാം മാസം നമ്മുടെ ചെലവുകൾ മനസ്സിലാക്കുക, രണ്ടാം മാസം അനാവശ്യ ചെലവുകൾ കണ്ടെത്തുക, മൂന്നാം മാസം പുതിയ രീതിയിൽ ക്രമീകരിക്കുക. തുടർന്ന് ഓരോ മാസവും ബജറ്റ് കുറച്ചുകൂടി യാഥാർഥ്യബോധമുള്ളതാകും.

കുടുംബ ബജറ്റിന്റെ ഫോർമുല

- വരുമാനം കണക്കാക്കുക.
- സമ്പാദ്യത്തിന് മുൻഗണന നൽകുക.
- അത്യാവശ്യ ചെലവുകൾ മാറ്റിവയ്ക്കുക.
- ആവശ്യ ചെലവുകൾ ക്രമീകരിക്കുക.
- ആഗ്രഹങ്ങളും ആഡംബരങ്ങളും നിയന്ത്രിക്കുക.
- മാസാവസാനം ബജറ്റ് പരിശോധിക്കുക.

കുടുംബത്തിന്റെ സാമ്പത്തിക ഭദ്രത വലിയ ശമ്പളത്തിൽ മാത്രം ആശ്രയിച്ചല്ലിരിക്കുന്നത്. ലഭിക്കുന്ന പണം എങ്ങനെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നു എന്നതും അത്രതന്നെ പ്രധാനമാണ്. വരുമാനം കുറവാണെന്ന് പറഞ്ഞ് ബജറ്റ് ഒഴിവാക്കരുത്. വരുമാനം എത്രയായാലും അതിന് ഒരു ക്രമം ആവശ്യമാണ്.

ഇന്ന് തന്നെ ഒരു നോട്ട്ബുക്ക് എടുക്കാം. കുടുംബത്തിലെ ആകെ മാസവരുമാനം എഴുതാം. ശേഷം സമ്പാദ്യം, സ്ഥിരച്ചിലവുകൾ, ആവശ്യച്ചിലവുകൾ, ആഗ്രഹച്ചിലവുകൾ എന്നിങ്ങനെ വേർതിരിക്കാം. പണത്തെ നിയന്ത്രിക്കാൻ പഠിക്കുമ്പോൾ പണം നമ്മെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന അവസ്ഥ മാറും.

ഒരു നല്ല കുടുംബ ബജറ്റ് സാമ്പത്തിക സമ്മർദം കുറയ്ക്കാനും കുടുംബാംഗങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള തുറന്ന ആശയവിനിമയം വളർത്താനും ഭാവിയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാനും സഹായിക്കും.

ഡോ. വിനോദ് ജോസ് കാക്കനാട്ട്,
MS (ENT), MBBS
സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ് ENT സർജൻ

In Association with
ST. THOMAS HOSPITAL CHETHIPUZHA
blessed for healing

FAMILY DOCTOR SPEAKING

ഹെഡ്ഫോൺ പതിവായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് കേൾവിശക്തിയെ ബാധിക്കുമോ?

ജീന കുര്യൻ, മാടപ്പള്ളി

തീർച്ചയായും, അമിതമായ ശബ്ദത്തിൽ ഹെഡ്ഫോൺ ദീർഘനേരം ഉപയോഗിക്കുന്നത് കേൾവിശക്തിയെ ബാധിക്കാം. പ്രത്യേകിച്ച് ഉയർന്ന ശബ്ദനിലയിൽ തുടർച്ചയായി സംഗീതമോ മറ്റ് ശബ്ദങ്ങളോ കേൾക്കുന്നത് ചെവിക്കുള്ളിലെ സൂക്ഷ്മമായ ശ്രവണകോശങ്ങൾക്കും നാഡികൾക്കും കേടുപാടുകൾ വരുത്തുകയും പിന്നീട് സ്ഥിരമായ കേൾവിക്കുറവിന് കാരണമാകുകയും ചെയ്യാം.

ശബ്ദത്തിന്റെ തീവ്രത, കേൾക്കുന്ന സമയം എന്നീ ഘടകങ്ങളാണ് അപകടസാധ്യത നിർണയിക്കുന്നത്. ശബ്ദത്തിന്റെ അളവ് (volume) കൂടുന്നതിനനുസരിച്ച് സുരക്ഷിതമായി കേൾക്കാവുന്ന സമയവും കുറയും. ഇത് പതിവായാൽ ആദ്യം ചെവിയിൽ മുഴക്കം (Tinnitus), ശബ്ദങ്ങൾ അവ്യക്തമായി കേൾക്കൽ തുടങ്ങിയ താൽക്കാലിക പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. ദീർഘകാലം ഇത് തുടരുകയാണെങ്കിൽ സ്ഥിരമായ സെൻസറിന്യൂറൽ ഹിയറിംഗ് ലോസ് (Sensorineural Hearing Loss) ഉണ്ടാകാനും സാധ്യതയുണ്ട്.

60/60 Rule for Safe Listening

'60/60 റൂൾ' എന്നത് ഒരു ലളിതമായ സുരക്ഷാ ശീലമായി ഓർക്കാം - ഹെഡ്ഫോൺ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ ടോപ്പ് വോളിയത്തിന്റെ 60 ശതമാനത്തിൽ താഴെ വോളിയം നിലനിർത്തുകയും പരമാവധി 60 മിനിറ്റുമായി പരിമിതപ്പെടുത്തുകയുമാണ് ആരോഗ്യകരം. അതിൽ കൂടുതൽ തുടർച്ചയായി ഉപയോഗിക്കാൻ ഒരു കാരണവശാലും പാടില്ല. ദീർഘനേരം തുടർച്ചയായി ഉപയോഗിക്കാതെ ഇടവേളകൾ എടുക്കുക.

ജോലിയുടെ ഭാഗമായോ ഓൺലൈൻ പഠനത്തിനായോ ദീർഘനേരം ഹെഡ്ഫോൺ ഉപയോഗിക്കേണ്ടിവരുന്നവർക്ക് വോളിയം കുറയ്ക്കുക, ഇടയ്ക്കിടെ നിശ്ശബ്ദമായ അന്തരീക്ഷത്തിൽ ചെവിക്ക് വിശ്രമം നൽകുക, സാധ്യമാകുമ്പോൾ സ്പീക്കർ ഉപയോഗിക്കുക തുടങ്ങിയ ശീലങ്ങൾ സഹായകരമാണ്. ശബ്ദം കൂടുതലുള്ള സാഹചര്യങ്ങളിൽ വോളിയം കൂട്ടേണ്ടിവരാതിരിക്കാൻ നന്നായി ഫിറ്റ് ചെയ്യുന്ന noise-cancelling ഹെഡ്ഫോണുകളും സഹായിക്കും.

കേൾവിശക്തിയിൽ കുറവ്, മറ്റുള്ളവർ പറയുന്നത് ആവർത്തിച്ച് ചോദിക്കേണ്ടിവരിക, ടെലിവിഷന്റെയോ മൊബൈൽ ഫോണിന്റെയോ ശബ്ദം പതിവായി കൂട്ടേണ്ടിവരിക, ചെവിയിൽ സ്ഥിരമായി മുഴക്കം തുടങ്ങിയ ലക്ഷണങ്ങൾ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടാൽ കേൾവി പരിശോധന നടത്തുന്നത് നല്ലതാണ്. കേൾവിക്കുറവിന്റെ കാരണം കണ്ടെത്തുന്നതിനായി ഓഡിയോഗ്രാം ഉൾപ്പെടെയുള്ള പരിശോധനകൾ നടത്താം. പ്രശ്നത്തിന്റെ സ്വഭാവവും തീവ്രതയും അനുസരിച്ച് ആവശ്യമായ ചികിത്സയും ശ്രവണസഹായികളും ഇന്ന് ലഭ്യമാണ്.

ചെവിയിലെ കറുപ്പും ചെളിയും ഇയർബഡ് (Earbuds) ഉപയോഗിച്ച് വൃത്തിയാക്കുന്നത് സുരക്ഷിതമാണോ?

ജോസഫ് ചാക്കോ, കോട്ടയം

ഒരു കാരണവശാലും കോട്ടൺ ബഡ്സ് ചെവിയുടെ ഉൾഭാഗം വൃത്തിയാക്കാനുള്ളതല്ല. ചെവിയുടെ സൈഡുകളും പുറകുഭാഗവും ഒക്കെ വൃത്തിയാക്കാനായി മാത്രം ഇത് ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. ചെവിക്കുള്ളിൽ അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന മെഴുകുപോലുള്ള വസ്തുവിനെ (Ear Wax/Cerumen) പലരും 'അഴുക്ക്' എന്നു കരുതാറുണ്ട്. എന്നാൽ ഇത് ചെവിയെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനും പൊടിയും മറ്റ് ചെറിയ കണങ്ങളും അകത്തേക്ക് കടക്കുന്നത് തടയുന്നതിനും സഹായിക്കുന്ന സ്വാഭാവിക സ്രവമാണ്. സാധാരണ സാഹചര്യങ്ങളിൽ ചെവി സ്വയം വൃത്തിയാക്കുന്ന അവയവമാണ്; അതിനാൽ ചെവിക്കുള്ളിലെ ഇയർ വാക്സ് പതിവായി നീക്കം ചെയ്യേണ്ടതില്ല.

കോട്ടൺ ബഡ്സ് ചെവിക്കുള്ളിലേക്ക് (External Auditory Canal) കടത്തുമ്പോൾ വാക്സ് പുറത്തേക്ക് എടുക്കുന്നതിനുപകരം കൂടുതൽ അകത്തേക്ക് തള്ളിപ്പോകാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. മാത്രമല്ല, ചെവിയുടെ കനാലിന് പരിക്കേൽക്കാനും അണുബാധ ഉണ്ടാകാനും ചിലപ്പോൾ കർണ്ണപടലത്തിന് (Eardrum) ക്ഷതം സംഭവിക്കാനും സാധ്യതയുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് കോട്ടൺ ബഡ്സ്, പിൻ, തീപ്പെട്ടിക്കൊള്ളി, പേനയുടെ അറ്റം തുടങ്ങിയ യാതൊരു വസ്തുവും ചെവിക്കുള്ളിൽ ഉപയോഗിക്കരുത്. ചെവിയുടെ പുറംഭാഗം മാത്രം മൃദുവായ തുണിയോ കോട്ടണോ ഉപയോഗിച്ച് വൃത്തിയാക്കിയാൽ മതിയാകും.

ചെവിയിൽ വാക്സ് അധികമായി അടിഞ്ഞുകൂടി കേൾവിക്കുറവ്, ചെവി അടഞ്ഞതുപോലുള്ള തോന്നൽ, വേദന, ചൊറിച്ചിൽ തുടങ്ങിയ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകുകയാണെങ്കിൽ സ്വയം വൃത്തിയാക്കാൻ ശ്രമിക്കാതെ ഡോക്ടറെ കാണുന്നതാണ് ഉചിതം. ആവശ്യമായാൽ ഡോക്ടറുടെ നിർദേശപ്രകാരം തുള്ളിമരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കാം. ചെവിയിൽ നിന്ന് വെള്ളമോ പഴുപ്പോ രക്തമോ വരിക, ശക്തമായ വേദന ഉണ്ടാകുക, പെട്ടെന്ന് കേൾവിക്കുറവ് അനുഭവപ്പെടുക തുടങ്ങിയ സാഹചര്യങ്ങളിൽ സ്വയം ചികിത്സിക്കാതെ എത്രയും വേഗം ഡോക്ടറുടെ സഹായം തേടണം. ചെവിയിൽ എണ്ണയോ മറ്റ് വീട്ടുമരുന്നുകളോ സ്വമേധയാ ഒഴിക്കുന്നതും ഒഴിവാക്കണം.

വായനക്കാരുടെ ചോദ്യങ്ങൾ ക്ഷണിക്കുന്നു

ആരോഗ്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സംശയങ്ങൾ എല്ലാവർക്കുമുണ്ടാകാം.

കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യം, ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങൾ, ചെവിയുടെയും മൂക്കിന്റെയും തൊണ്ടയുടെയും പ്രശ്നങ്ങൾ, ഭക്ഷണം, ഉറക്കം, വ്യായാമം, സ്ത്രീകളുടെയും പുരുഷന്മാരുടെയും ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ, പ്രായമായവരുടെ ആരോഗ്യപരിചരണം തുടങ്ങി ഏത് ആരോഗ്യവിഷയത്തെക്കുറിച്ചും നിങ്ങളുടെ ചോദ്യങ്ങൾ ഞങ്ങൾക്ക് അയയ്ക്കാം.

തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്ന ചോദ്യങ്ങൾക്ക് കുടുംബജ്യോതിയുടെ അടുത്ത ലക്കങ്ങളിൽ വിദഗ്ധ ഡോക്ടർമാർ മറുപടി നൽകുന്നതാണ്.

ശ്രദ്ധിക്കുക : *ഈ പംക്തിയിലെ വിവരങ്ങൾ പൊതുവായ ആരോഗ്യ ബോധവൽക്കരണത്തിനുള്ളതാണ്. വ്യക്തിഗത രോഗനിർണയത്തിനും ചികിത്സയ്ക്കും യോഗ്യനായ ആരോഗ്യ വിദഗ്ധന്റെ നേരിട്ടുള്ള ഉപദേശം തേടുക.*

നൂറുമേനി
വചനം ഹൃദയത്തിലും ജീവിതത്തിലും
SEASON IV 2026

ഡോ. ജോബിൻ എസ് കൊട്ടാരം
ജനറൽ കൺവീനർ, നൂറുമേനി

നൂറുമേനിയുടെ വചനയാത്ര

ദൈവവചനം വായിക്കുക മാത്രമല്ല, അത് ഹൃദയത്തിൽ സ്വീകരിക്കുകയും ജീവിതത്തിൽ പകർത്തുകയും ചെയ്യുക – ഈ ലക്ഷ്യത്തോടെ ചങ്ങനാശേരി അതിരൂപതയുടെ കുടുംബക്കൂട്ടായ്മ ബൈബിൾ അപ്പസ്തോലേറ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ 2022 നവംബറിൽ ആരംഭിച്ച 'നൂറുമേനി' വചനമനഃപാഠപഠനപദ്ധതി നാലാം സീസണിലെത്തിയിരിക്കുകയാണ്. 'വചനം ഹൃദയത്തിലും, ജീവിതത്തിലും' എന്ന ആപ്തവാക്യവുമായി മുന്നേറുന്ന നൂറുമേനി ഇന്ന് ഒരു വലിയ കൂട്ടായ്മയായി വളർന്നിരിക്കുന്നു.

വചനപഠനത്തെ മത്സരത്തിന്റെ ആവേശത്തോടൊപ്പം വിശ്വാസജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കുകയാണ് നൂറുമേനി. നാലു സീസണുകളിലായി ഒരു ലക്ഷത്തോളം (99,520) പേർ നൂറുമേനിയുടെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിൽ പങ്കാളികളായി. ഈ പങ്കാളിത്തം അതിരൂപതയിലെ വിശ്വാസിസമൂഹത്തിൽ വചനപഠനത്തിനുണ്ടായ സ്വീകാര്യതയുടെ ശക്തമായ തെളിവാണ്.

വളർച്ചയുടെ വഴികൾ

2022 നവംബറിൽ ആരംഭിച്ച സീസൺ 1-ൽ വിവിധ വിഭാഗങ്ങളിലായി 18,000 പേർ പങ്കെടുത്തു. കർദിനാൾ മാർ ജോർജ് ആലഞ്ചേരി മുഖ്യാതിഥിയായി.

സീസൺ 2-ൽ സുവിശേഷങ്ങളും അപ്പസ്തോലപ്രവർത്തനങ്ങളുമായിരുന്നു പഠനവിഷയങ്ങൾ. പങ്കാളിത്തം 24,060 ആയി ഉയർന്നു. ഈ സീസണിൽ 50 വചനം പഠിച്ച എല്ലാവർക്കും ഡിജിറ്റൽ സർട്ടിഫിക്കറ്റുകളും നൽകി. മേജർ ആർച്ച്ബിഷപ്പ് മാർ റാഫേൽ തട്ടിൽ മുഖ്യാതിഥിയായി.

സീസൺ 3 നൂറുമേനിയുടെ പരിധി കൂടുതൽ വിപുലമാക്കി. റോമാ ലേഖനം, വെളിപാട്, യാക്കോബ് ലേഖനം എന്നിവയായിരുന്നു പഠനവിഷയങ്ങൾ. തിരുബാലസഖ്യം മുതൽ പന്ത്രണ്ടാം ക്ലാസ് വരെയുള്ള കുട്ടികൾക്കായി സങ്കീർത്തന മനഃപാഠമത്സരത്തിനും തുടക്കമായി. 119-ാം സങ്കീർത്തനം മനപ്പാഠമാക്കിയ 110 കുട്ടികൾക്ക് ₹2,000 വീതം ക്യാഷ് അവാർഡ് നൽകി.

2025 ജൂബിലി വർഷത്തിന്റെ ഭാഗമായി നടന്ന സീസൺ 3-ൽ 36,000 പേർ പങ്കെടുത്തു. ഇതോടൊപ്പം നാലാം ഘട്ടമായ റീജൻതല മത്സരത്തിനും തുടക്കമായി. അഞ്ചു റീജനുകളിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ ടീമുകളെ ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെയിലേക്ക് തെരഞ്ഞെടുത്തു. അഭിവന്ദ്യ ഗീവർഗീസ് മാർ കൂറിലോസ് പിതാവ് മുഖ്യാതിഥിയായി.

സീസൺ 4-ൽ പഞ്ചഗ്രന്ഥമായിരുന്നു പഠനവിഷയം. കുട്ടികൾക്കായി തീർത്ഥാടക സങ്കീർത്തനങ്ങളായ 120 മുതൽ 134 വരെ മനഃപാഠമാക്കുന്നതിനുള്ള മത്സരവും സംഘടിപ്പിച്ചു. 715 കുട്ടികൾ ഈ സങ്കീർത്തനങ്ങൾ മനഃപാഠമാക്കി സമ്മാനാർഹരായി. സീസൺ 4-ൽ ആകെ 21,460 പേർ പങ്കെടുത്തു.

അഞ്ചു റീജനുകളിൽനിന്ന് ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെയിലേക്ക്

നൂറുമേനിയുടെ മത്സരക്രമത്തിലെ ഏറ്റവും ശ്രദ്ധേയമായ പ്രത്യേകത അതിന്റെ ഘട്ടംഘട്ടമായ മുന്നേറ്റമാണ്. കൂട്ടായ്മതലത്തിൽ ആരംഭിക്കുന്ന മത്സരം ഇടവകാതലത്തിലേക്കും അവിടെനിന്ന് ഫൊറോനാതലത്തിലേക്കും തുടർന്ന് റീജൻതലത്തിലേക്കും വളരുന്നു. അഞ്ചു റീജനുകളിലെ ഒന്നാം സ്ഥാനക്കാരാണ് അതിരൂപതാതല ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെയിൽ മാറ്റുരയ്ക്കുന്നത്. സന്യാസിനികൾ, സന്യാസാർഥിനികൾ, സെമിനാരി വിദ്യാർഥികൾ എന്നിവർക്കായും പ്രത്യേക മത്സരങ്ങൾ സംഘടിപ്പിച്ചുവരുന്നു.

അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെ കേവലം മറ്റൊരു മത്സരവേദിയല്ല. വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിലൂടെ വചനപഠനത്തിൽ മുന്നേറിയവരുടെ സംഗമവേദിയാണത്. സീസൺ 4 ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെയിലും ഈ മത്സരയാത്രയുടെ ആവേശം പ്രകടമാകും.

സെപ്റ്റംബർ 10, 11 തീയതികളിൽ രാവിലെ 8.30 മുതൽ മത്സരങ്ങളും തുടർന്ന് കലാപരിപാടികളും നടക്കും. 'ദൈവവചനത്തിന്റെ ആഘോഷമാണ് ജീവിതം' എന്നതാണ് ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെയുടെ പ്രമേയം.

ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെയുടെ ഉദ്ഘാടനം അഭിവന്ദ്യ മാർ തോമസ് തറയിൽ

നൂറുമേനി സീസൺ 3 ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെ

മെത്രാപ്പോലീത്താ നിർവഹിക്കും. വികാരി ജനറൽ പെരിയ ബഹു. ആന്റണി ഏത്തക്കാടച്ചൻ അധ്യക്ഷനായിരിക്കും. കെ.സി.ബി.സി. ബൈബിൾ കമ്മീഷൻ സെക്രട്ടറി റവ. ഡോ. ജോജു കോക്കാട്ട് മുഖ്യപ്രഭാഷണം നടത്തും. ഡോ. റൂബിൾ രാജ് ക്വിസ് മാസ്റ്ററായിരിക്കും.

ഹൃദയത്തിലും ജീവിതത്തിലും

നൂറുമേനിയുടെ പ്രസക്തി വചനം മനഃപാഠമാക്കി ഓർമ്മശക്തിയുടെ മികവിൽ സമ്മാനം നേടുക എന്നതിലപ്പുറം, ജീവിതത്തിലെ പ്രതിസന്ധികളിലും തീരുമാനങ്ങളിലും ബന്ധങ്ങളിലും വഴികാട്ടിയായി മാറുക എന്നതാണ്.

നൂറുമേനിയുടെ ദർശനത്തെക്കുറിച്ച് ചെയർമാൻ ശ്രീ. സണ്ണി തോമസ് ഇടിമണ്ണിക്കൽ പങ്കുവച്ച ചിന്ത ഇതാണ്: മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ സാമ്പത്തിക പ്രശ്നങ്ങൾ, രോഗങ്ങൾ, കുടുംബപ്രശ്നങ്ങൾ, ബന്ധങ്ങളിലെ പ്രതിസന്ധികൾ തുടങ്ങി പലവിധ വെല്ലുവിളികളുണ്ട്. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ ദൈവവചനം ഹൃദയത്തിൽ സൂക്ഷിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് ആവശ്യമായ സമയത്ത് ആ വചനത്തിൽനിന്ന് പ്രത്യാശയും ശക്തിയും കണ്ടെത്താൻ കഴിയും. കൂടുതൽ മനുഷ്യരിലേക്ക് വചനം എത്തിക്കുകയും അത് ജീവിതത്തിൽ പകർത്താൻ പരസ്പരം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് ഈ ദർശനത്തിന്റെ കാതൽ.

ദൈവവചനത്തിലൂടെ ദൈവം മനുഷ്യനോട് സംസാരിക്കുന്നു. എങ്ങനെ ജീവിക്കണം, എങ്ങനെ പ്രതിസന്ധികളെ നേരിടണം, എങ്ങനെ മറ്റുള്ളവരെ സ്നേഹിക്കണം എന്നതിലേക്കുള്ള മാർഗനിർദേശമാണ് വചനം നൽകുന്നത്. ഓരോരുത്തരുടെയും ജീവിതസാഹചര്യത്തിൽ വ്യത്യസ്തമായ വചനങ്ങൾ ഹൃദയത്തെ സ്പർശിച്ചേക്കാം. പലപ്പോഴും മനഃപാഠമാക്കിയ അനേകം വചനങ്ങളിൽനിന്ന് പ്രതിസന്ധിയുടെ സമയത്ത് ഒരു വചനംപോലും പ്രത്യാശയുടെ വെളിച്ചമായി മാറാം.

വചനത്തിൽ നിന്ന് നല്ല സമറിയാക്കാരനിലേക്ക്

മനഃപാഠമാക്കിയ വചനം ജീവിതത്തിൽ പ്രവർത്തിയായി മാറുമ്പോഴാണ് വചനപഠനം പൂർണ്ണമാകുന്നത്. ഇതിനുദാഹരണമായ തിരുവചനഭാഗമാണ് നല്ല സമറിയാക്കാരന്റെ ഉപമ. പരിക്കേറ്റ മനുഷ്യനെ കണ്ടിട്ടും വഴിമാറിപ്പോയവരിൽനിന്ന് വ്യത്യസ്തമായി, സമറിയാക്കാരൻ അവന്റെ വേദന കണ്ടു; അടുത്തുചെന്ന് സഹായിച്ചു. ഉപമയുടെ അവസാനം ഈശോ നൽകുന്ന ആഹ്വാനം വളരെ ലളിതവും ശക്തവുമാണ്: "നീയും പോയി അതുപോലെ ചെയ്യുക."

വചനം പഠിച്ചവരെല്ലാം ജീവിതത്തിൽ 'നല്ല സമറിയാക്കാരാകുക' - അതാണ് അടുത്ത പടി. പഠിച്ച വചനം സ്വന്തം ജീവിതനവീകരണത്തിനുവേണ്ടി മാത്രമാക്കാതെ, ചുറ്റുമുള്ള മനുഷ്യരുടെ വേദന കാണാനും ആവശ്യത്തിലിരിക്കുന്നവരിലേക്ക് സ്നേഹത്തോടെയും കരുണയോടെയും എത്തിച്ചേരാനും പ്രേരണയാകണം.

ഈ അർഥത്തിൽ, 'വചനം ഹൃദയത്തിലും, ജീവിതത്തിലും' എന്ന നൂറുമേനിയുടെ ആപ്തവാക്യം കൂടുതൽ ആഴം കൈവരിക്കുന്നു. വചനം ഹൃദയത്തിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നതോടൊപ്പം അതിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ മറ്റുള്ളവരിലേക്കും ഇറങ്ങിച്ചെല്ലുക എന്നതാണ് അതിന്റെ അന്തസ്സത്ത. അതിനുള്ള പ്രോത്സാഹനമാണ് തുടർന്നു വരുന്ന വർഷങ്ങളിൽ നൂറുമേനിയുടെ ലക്ഷ്യം.

കുട്ടികളിലേക്കും കുടുംബങ്ങളിലേക്കും

ദൈവവചനത്തെ കേന്ദ്രീകരിച്ചുള്ള ഒരു ജീവിതസംസ്കാരം കുടുംബങ്ങളിൽ വളർത്താനും നൂറുമേനി സഹായിക്കുന്നു.

119-ാം സങ്കീർത്തനം മനഃപാഠമാക്കിയ 110 കുട്ടികളും 120 മുതൽ 134 വരെയുള്ള തീർഥാടക സങ്കീർത്തനങ്ങൾ മനഃപാഠമാക്കിയ 715 കുട്ടികളും ഈ യാത്രയുടെ ശ്രദ്ധേയമായ നേട്ടങ്ങളാണ്. കുട്ടികളിലേക്കും കുടുംബങ്ങളിലേക്കും വചനപഠനം എത്രത്തോളം എത്തിച്ചേർന്നുവെന്നതിന്റെ തെളിവുകളാണ് ഈ കണക്കുകൾ.

മത്സരത്തിന്റെ ആവേശം കുട്ടികളെയും മുതിർന്നവരെയും വചനത്തിലേക്ക് ആകർഷിക്കുന്ന ഒരു അവസരമാകുമ്പോൾ, അതിലൂടെ രൂപപ്പെടുന്ന ശീലം മത്സരവേദിക്കപ്പുറത്തേക്കും നീളുന്നു. മാതാപിതാക്കളും മക്കളും ഒരുമിച്ച് വീട്ടിൽ വചനം വായിക്കുക, പഠിക്കുക, പങ്കുവയ്ക്കുക, അതനുസരിച്ച് ജീവിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക - ഇവയെല്ലാം ഒരു കുടുംബത്തിന്റെ വിശ്വാസജീവിതത്തെ കൂടുതൽ ആഴപ്പെടുത്തുന്നു. വചനം ഹൃദയത്തിൽ വേരുന്നി ജീവിതത്തിൽ ഫലം കായ്ക്കുമ്പോഴാണ് നൂറുമേനി അതിന്റെ യഥാർഥ ലക്ഷ്യം കൈവരിക്കുന്നത്.

നൂറുമേനി സീസൺ 1 വിജയികൾ:

കൊച്ചുറാണി സിബിച്ചൻ, എമിലിൻ എലിസബത്ത് സിബി, എൽഡ ആൻ സിബി, കായൽപ്പുറം ഇടവക.

വചനപഠനം കുടുംബത്തെ ഒന്നിപ്പിച്ചപ്പോൾ

ഞങ്ങളുടെ പഠനം വളരെ ലളിതമായ രീതിയിലായിരുന്നു. ദിവസവും വൈകുന്നേരം നിശ്ചയിച്ചിരുന്ന ബൈബിൾ ഭാഗങ്ങൾ കുടുംബമായി വായിക്കും. പിന്നീട് ഓരോരുത്തരും മനസ്സിലാക്കിയ കാര്യങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കും. ഒരു അധ്യായത്തിൽനിന്ന് മറ്റൊരാൾക്ക് ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുകയും ഉത്തരം പറയുകയും ചെയ്യുന്നത് പഠനത്തിന്റെ രസകരമായ ഭാഗമായിരുന്നു. അറിയാത്ത കാര്യങ്ങൾ ഒരുമിച്ച് കണ്ടെത്തുമ്പോൾ പഠനം ഒരു ബുദ്ധിമുട്ടായി തോന്നിയില്ല. മക്കൾ ഹോസ്റ്റലിൽ ആയിരുന്ന ദിവസങ്ങളിലും വചനം പഠിക്കാൻ സമയം കണ്ടെത്താൻ ഞങ്ങൾ ശ്രമിച്ചു. സാധാരണ ദിവസങ്ങളിൽ ഓരോരുത്തരും സ്വന്തം തിരക്കുകളിൽ മുഴുകിപ്പോകുമ്പോൾ, നൂറുമേനി കുടുംബമായി ഒന്നിച്ചിരിക്കാനുള്ള ഒരു നല്ല അവസരം നൽകി.

മറ്റൊരു സന്തോഷം വീട്ടിലെ അന്തരീക്ഷത്തിൽ ഉണ്ടായ മാറ്റമാണ്. ടെലിവിഷനും മൊബൈൽ ഫോണും മാറ്റിവച്ച് ഒരുമിച്ചിരുന്ന ആ സമയങ്ങൾ പിന്നീട് ഞങ്ങളുടെ കുടുംബജീവിതത്തിലെ വിലപ്പെട്ട നിമിഷങ്ങളായി മാറി. വചനത്തെക്കുറിച്ച് സംസാരിക്കുമ്പോൾ ജീവിതത്തിലെ പല കാര്യങ്ങളും പരസ്പരം തുറന്നു പറയാനും കേൾക്കാനും കഴിഞ്ഞു. മത്സരത്തിനായി പഠിച്ച വചനങ്ങൾ പിന്നീട് ജീവിതത്തിലെ പല സന്ദർഭങ്ങളിലും ഓർമ്മയിൽ വന്നു. ചില വചനങ്ങൾ ധൈര്യം നൽകി, ക്ഷമിക്കാൻ പഠിപ്പിച്ചു, അങ്ങനെ പലതും... അങ്ങനെ പരീക്ഷയ്ക്കുവേണ്ടി മനഃപാഠമാക്കിയ വചനങ്ങൾ പതിയെ ഞങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമായി.

ഞങ്ങളുടെ വിജയം ഇടവകയ്ക്കും കൂട്ടായ്മയ്ക്കും ഞങ്ങളുടെ വിജയം വലിയ സന്തോഷമായിരുന്നു. അതിനേക്കാൾ വിലപ്പെട്ടതായി ഞങ്ങൾ കാണുന്നത് ഈ അനുഭവം മറ്റു കുടുംബങ്ങളെയും ബൈബിൾ പഠിക്കാൻ പ്രേരിപ്പിച്ചതാണ്. ഒരു കുടുംബം ഒരുമിച്ച് വചനം പഠിക്കുമ്പോൾ അറിവ് മാത്രമല്ല വർധിക്കുന്നത്; തമ്മിലുള്ള ബന്ധവും വിശ്വാസവും വളരുന്നു എന്നത് ഞങ്ങളുടെ കുടുംബജീവിതത്തിലൂടെ ഞങ്ങൾ അനുഭവിച്ചറിഞ്ഞു.

നൂറുമേനി സീസൺ 2 വിജയികൾ:

ഡോ. സിജു തോമസ് ജോൺ, ഏലിയാമ്മ ജോൺ, എയ്ഞ്ചൽ മേരി തോമസ്, കുടമാളൂർ ഇടവക.

വചനം ജീവിതത്തെ മാറ്റിയപ്പോൾ

ആദ്യമൊക്കെ ഒരു മത്സരത്തിൽ പങ്കെടുക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെയാണ് നൂറുമേനിയെ സമീപിച്ചത്. എന്നാൽ പഠനം മുന്നോട്ടുപോയപ്പോൾ ഓരോ ദിവസവും വചനത്തിലൂടെ ദൈവത്തോട് കൂടുതൽ അടുക്കുന്ന അനുഭവമായി അത് മാറി. വചനങ്ങൾ ആവർത്തിച്ചു വായിച്ചപ്പോൾ അവയ്ക്ക് പുതിയ അർഥങ്ങൾ കണ്ടെത്താൻ തുടങ്ങി. "ഞാൻ നിങ്ങളോട് പറഞ്ഞ വചനം നിമിത്തം നിങ്ങൾ ശുദ്ധിയുള്ളവരായിരിക്കുന്നു" (യോഹ 15:3) എന്ന ഈശോയുടെ വാക്കുകൾ ഞങ്ങളുടെ അനുഭവിക്കുന്നതായി തോന്നി.

ഇന്ന് സന്തോഷത്തിലായാലും ബുദ്ധിമുട്ടിലായാലും ആദ്യം വചനത്തിലേക്ക് തിരിഞ്ഞുനോക്കാനുള്ള ഒരു ശീലം ഞങ്ങളിൽ വളർന്നിട്ടുണ്ട്. ചിലപ്പോൾ ഒരു വചനം ആശ്വാസമാകുന്നു. ചിലപ്പോൾ തെറ്റായ തീരുമാനത്തിൽനിന്ന് പിന്തിരിപ്പിക്കുന്നു. മറ്റു ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ മുന്നോട്ടുപോകാനുള്ള ധൈര്യം നൽകുന്നു. ജീവിതത്തിന്റെ ഓരോ സാഹചര്യത്തിലും വചനം നമ്മോടു സംസാരിക്കുന്നതുപോലെയാണ് ഇപ്പോൾ അനുഭവപ്പെടുന്നത്.

ഈ യാത്രയിലെ ഏറ്റവും മനോഹരമായ അനുഭവം മകളിൽ വചനപഠനത്തോടുള്ള താൽപര്യം വളർന്നതാണ്. തലമുറകൾ തമ്മിൽ ഒരുമിച്ച് വചനം പഠിക്കുമ്പോൾ അത് കുടുംബത്തിലെ വിശ്വാസബന്ധത്തെയും കൂടുതൽ ശക്തമാക്കുന്നു. അമ്മയിൽനിന്നും മകളിലേക്കും, മകളിൽനിന്നും ഞങ്ങളിലേക്കും വചനത്തിന്റെ അനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. ഈ അനുഭവം നൂറുമേനിയിലൂടെ ഞങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിന് ലഭിച്ച വലിയൊരു അനുഗ്രഹമായാണ് ഞങ്ങൾ കാണുന്നത്.

നൂറുമേനി സീസൺ 3 വിജയികൾ:

ഡോ. അഭിലാഷ് കെ തോമസ്, ഡോ. റോണാ ജോസഫ്, സെബാസ്റ്റ്യൻ തോമസ്, പോങ്ങുംമൂട് ഇടവക.

വചനം ഹൃദയത്തിൽ വേരൂന്നിയപ്പോൾ

നൂറുമേനി ഞങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ ദൈവവചനത്തിന്റെ നൂറുമേനി വിളവ് നൽകിയ അനുഭവമാണ്. ജീവിതത്തിലെ ഓരോ പ്രയാസത്തിലും പൂർണ്ണമായി ദൈവത്തെ ആശ്രയിക്കാൻ നൂറുമേനി ഞങ്ങളെ പഠിപ്പിച്ചു. ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ശിക്ഷയല്ല, മറിച്ച് ദൈവത്തോട് കൂടുതൽ അടുക്കാനുള്ള ദൈവത്തിന്റെ ക്ലാസ് മുറികളാണെന്ന് ഞങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞു.

ഇപ്പോഴും ഞങ്ങൾ സങ്കീ. 119 ആവർത്തിച്ച് വായിക്കുന്നു. ഈ സങ്കീർത്തനം വചനത്തോടുള്ള സ്നേഹം ഞങ്ങളിൽ വളർത്തി. "അവിടുത്തെ വചനം എന്റെ പാദത്തിന് വിളക്കും, എന്റെ പാതയിൽ പ്രകാശവുമാണ്" (സങ്കീ 119:105) എന്ന വചനം ഞങ്ങളെ ഏറെ സ്വാധീനിച്ച വചനഭാഗമാണ്.

വചനം വെറുതെ വായിച്ചുതീർക്കാനുള്ളതല്ല, ഓരോ ദിവസവും ജീവിതത്തിൽ ജീവിക്കാനുള്ളതാണെന്ന് ഞങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി. യാക്കോബിന്റെ ലേഖനം ഞങ്ങളുടെ വിശ്വാസജീവിതത്തിന് വലിയ വളർച്ച നൽകി. സംസാരത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കാനും നാവിനെ നിയന്ത്രിക്കാനും ഈ ലേഖനം ഞങ്ങളെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. "പ്രവൃത്തികളില്ലാത്ത വിശ്വാസം മൃതമാണ്" (യാക്കോ 2:26) എന്ന് പഠിച്ചതിലൂടെ വിശ്വാസം വാക്കുകളിൽ മാത്രമല്ല, ജീവിതപ്രവൃത്തികളിലും കാണിക്കാൻ ഞങ്ങൾ ശ്രമിക്കുന്നു.

നൂറുമേനി പഠനം ഞങ്ങളുടെ വീടുകളിലെ കുടുംബപ്രാർഥനയെ കൂടുതൽ ശക്തമാക്കി. എന്നും കുടുംബമായി ബൈബിൾ വായിക്കാനും അതിനെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യാനും പരസ്പരം പങ്കുവയ്ക്കാനും ഞങ്ങൾ ശ്രമിക്കുന്നുണ്ട്. ഞങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം നൂറുമേനി ഒരു മത്സരം മാത്രമല്ല. ദൈവത്തെ കൂടുതൽ ആശ്രയിക്കാനും വചനത്തെ സ്നേഹിക്കാനും വിശ്വാസം ജീവിതത്തിൽ ഫലം നൽകാനും സഹായിച്ച ഒരു ആത്മീയ യാത്രയാണ്.

റവ. ഡോ. തോമസ് വള്ളിയാനിപ്പുറം
ബൈബിൾ പ്രൊഫസ്സർ &
ഡയറക്ടർ, കാനാ ഫാമിലി ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്,
തുരുത്തി

കുടുംബം പ്രാർഥനയുടെ മണിത്തേരിൽ

ഒ.എൻ.വി. കുറുപ്പിന്റെ പ്രശസ്ത കവിതയായ 'ശാർങ്ഗക പക്ഷികൾ' ആരംഭിക്കുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ്: "ഇനി ഞാനുണർന്നിരിക്കാം; നീയുറങ്ങുക". സ്വസ്ഥമായി ഉറങ്ങാനാവാത്തവിധം കലുഷിതമാണ് ലോകത്തിന്റെ ഇന്നത്തെ അവസ്ഥ. ഏതു നിമിഷവും പൊട്ടിപ്പുറപ്പെടാവുന്ന യുദ്ധങ്ങളും എല്ലാം വിഴുങ്ങാൻ കൃശാനുവായി ഓങ്ങിനിൽക്കുന്ന അഗ്നിയും നമ്മുടെ ഉറക്കം കെടുത്തുന്നു. "എല്ലാം മറന്നൊന്നുറങ്ങിയ യാമങ്ങൾ എന്നേക്കുമായസ്തമിച്ചുപോയി; ഇന്നിനി നമ്മളിലൊരാളുടെ നിദ്രക്കു മറ്റേയാൾ കണ്ണിമ ചിമ്മാതെ കാവൽ നിന്നീടേണം".

വ്യക്തിയുടെ ഉള്ളിലും സമൂഹത്തിന്റെ വിവിധ മേഖലകളിലും പടരുന്ന അശാന്തിയുടെ നേർചിത്രമാണ് കവി ഉദ്വിഗ്നതയോടെ വരച്ചുകാട്ടുന്നത്. ഈ ആന്തരിക വ്യഥയും വേപഥുവും മറികടക്കാൻ എന്താണ് മാർഗം? വിശുദ്ധ ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷദർശനത്തിൽ, പ്രാർഥന മാത്രമാണ് ഈ സങ്കടക്കടലിൽനിന്ന് മനുഷ്യനു മുക്തി നൽകുന്ന വഴി.

യേശുവിന്റെ മാതൃക

ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷം ആരംഭിക്കുന്നത് സഖറിയാ പുരോഹിതൻ ജറുസലേം ദേവാലയത്തിൽ നടത്തുന്ന ധൂപാർപ്പണ പ്രാർഥന വിവരിച്ചുകൊണ്ടാണ് (ലൂ. 1:8-20). ഈ സുവിശേഷം അവസാനിക്കുന്നതാകട്ടെ, "ദൈവത്തെ സ്തുതിച്ചുകൊണ്ട് സദാസമയവും ദേവാലയത്തിൽ കഴിഞ്ഞുകൂടിയ" (ലൂ. 24:53) ശിഷ്യന്മാരുടെ പ്രാർഥനാജീവിതം ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊണ്ടുമാണ്.

യേശുവിന്റെ മുന്നോടിയായ സ്നാപകയോഹന്നാന്റെ പിതാവിന്റെയും യേശുവിന്റെ ശിഷ്യരുടെയും പ്രാർഥനാമഗ്നമായ ജീവിതത്തിന്റെ ഈ രണ്ട് ചിത്രങ്ങൾക്കിടയിലാണ് (ബ്രാക്കറ്റുകൾക്കിടയിൽ എന്നപോലെ) സുവിശേഷകൻ യേശുവിന്റെ ജീവിതകഥ അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. തന്റെ കഥാപുരുഷനായ യേശു പ്രാർഥനയുടെ ഉദാത്ത മാതൃകയാണെന്നും മനുഷ്യരാശി നേരിടുന്ന എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങൾക്കും പ്രാർഥനയാണ് ശാശ്വത പരിഹാരമെന്നും ഭംഗ്യന്തരേണ പറഞ്ഞുവയ്ക്കുകയാണ് ഈ

> യേശു സ്വർഗത്തെയും ഭൂമിയെയും രമ്യപ്പെടുത്താൻ നിയുക്തനാണെന്നും പരിശുദ്ധാത്മാവിൽ നിറഞ്ഞ് പ്രവർത്തിക്കേണ്ട അഭിഷിക്തനാണെന്നും സഹനത്തിലൂടെ മനുഷ്യരക്ഷ നിർവഹിക്കാൻ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടവനാണെന്നുമാണ് ഈ വെളിപാടുകളുടെ സാരം. യേശുവിന് ആത്മബോധവും ദൗത്യബോധവും നൽകിയത് സ്നാനവേളയിലെ പ്രാർഥനയാണ്.

രചനാതന്ത്രത്തിലൂടെ സുവിശേഷകനായ ലൂക്കാ.

ആത്മജ്ഞാനമേകുന്ന പ്രാർഥന

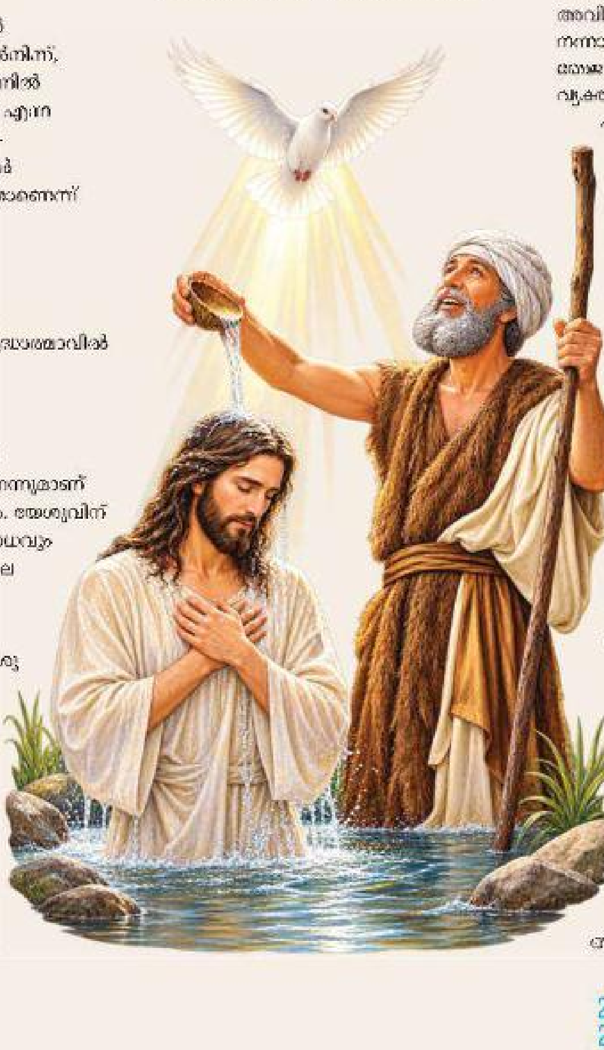
യേശു തന്റെ വൈയക്തിക ജീവിതത്തിൽ പ്രാർഥനയ്ക്ക് പരമപ്രാധാന്യം നൽകിയിരുന്നു. യേശു പ്രാർഥിക്കുന്ന പത്തിലേറെ സന്ദർഭങ്ങൾ ലൂക്കാ അവതരിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. ജോർദാനിൽ സ്നാപകയോഹന്നാനിൽനിന്ന് സ്നാനമേറ്റപ്പോൾ യേശു പ്രാർഥിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നു. അപ്പോഴാണ് സ്വർഗം തുറക്കപ്പെട്ടതും പരിശുദ്ധാത്മാവ് പ്രാവിന്റെ രൂപത്തിൽ അവിടുത്തെമേൽ ഇറങ്ങിവന്നതും സ്വർഗത്തിൽനിന്ന്, "നീ എന്റെ പ്രിയപുത്രൻ, നിന്നിൽ ഞാൻ പ്രസാദിച്ചിരിക്കുന്നു" എന്ന സാക്ഷ്യം ലഭിച്ചതും (ലൂ. 3:21-22). ഈ അദ്ഭുതസംഭവങ്ങൾ യേശുവിന് തന്റെ ദൗത്യമെന്താണെന്ന് വ്യക്തമാക്കിക്കൊടുത്ത വെളിപാടുകളാണ്.

യേശു സ്വർഗത്തെയും ഭൂമിയെയും രമ്യപ്പെടുത്താൻ നിയുക്തനാണെന്നും പരിശുദ്ധാത്മാവിൽ നിറഞ്ഞ് പ്രവർത്തിക്കേണ്ട അഭിഷിക്തനാണെന്നും സഹനത്തിലൂടെ മനുഷ്യരക്ഷ നിർവഹിക്കാൻ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടവനാണെന്നുമാണ് ഈ വെളിപാടുകളുടെ സാരം. യേശുവിന് ആത്മബോധവും ദൗത്യബോധവും നൽകിയത് സ്നാനവേളയിലെ പ്രാർഥനയാണ്.

കുഷ്ഠരോഗിയെ സുഖപ്പെടുത്തിയശേഷം യേശു മനുഷ്യപ്രശംസയ്ക്കായി നിന്നുകൊടുത്തില്ല. അവിടുന്ന് "വിജനപ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് പിൻവാങ്ങി അവിടെ പ്രാർഥിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു" (ലൂ. 5:16). പ്രാർഥന നമ്മെ വിനീതരും ദൈവാശ്രയത്വമുള്ളവരുമാക്കി മാറ്റുന്നു.

പന്ത്രണ്ടു ശ്ലീഹന്മാരെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനുമുമ്പ് യേശു മലയിൽ കയറി രാത്രി മുഴുവൻ പ്രാർഥിച്ചു (ലൂ. 6:12). സുപ്രധാനമായ ഒരു തീരുമാനം എടുക്കുന്നതിനുമുമ്പ് പിതാവിന്റെ ഹിതം ആരായുകയായിരുന്നു ഈ ജാഗരണപ്രാർഥനയുടെ ലക്ഷ്യം.

"ഒരിക്കൽ യേശു തനിയെ പ്രാർഥിക്കുകയായിരുന്നു" (ലൂ. 9:18). യേശുവിന്റെ രഹസ്യപ്രാർഥന ശിഷ്യന്മാർ കാണുന്നുണ്ടായിരുന്നു. പ്രാർഥന കഴിഞ്ഞെത്തിയ യേശു ശിഷ്യരോട് തന്നെപ്പറ്റിയുള്ള അവരുടെ അഭിപ്രായം ആരാഞ്ഞു. സ്വയം അറിയുക, അഥവാ ആത്മജ്ഞാനം നേടുക എന്നതാണ് എല്ലാ അറിവിന്റെയും പ്രാരംഭം. ഈ ആത്മജ്ഞാനം നേടുന്നതിൽ പ്രാർഥനയ്ക്ക് നിസ്തുലമായ പങ്കുണ്ട്.

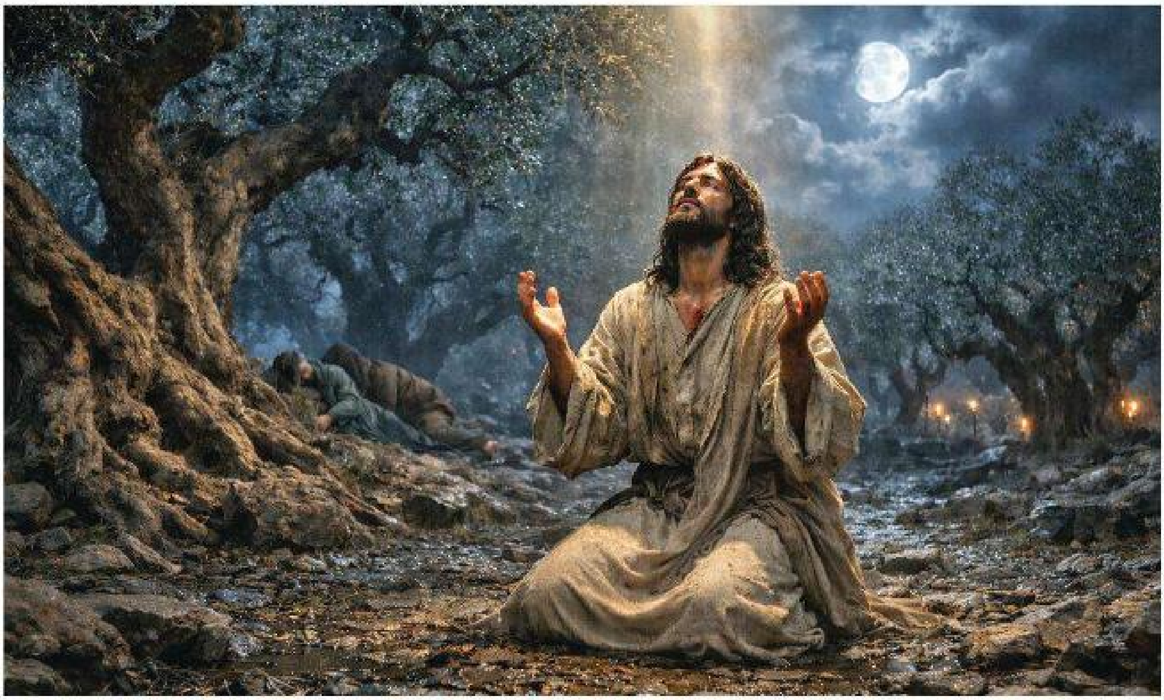


രൂപാന്തരപ്പെടുത്തുന്ന മഹാ ഔഷധം

യേശുവിന്റെ രൂപാന്തരീകരണത്തെ അവിടുത്തെ പ്രാർഥനയോടു ബന്ധപ്പെടുത്തിയാണ് ലൂക്കാ ചിത്രീകരിക്കുന്നത്. അവിടുന്ന് പത്രോസ്, യാക്കോബ്, യോഹന്നാൻ എന്നീ മൂന്നു ശിഷ്യന്മാരെയും കൂട്ടിക്കൊണ്ട് പ്രാർഥിക്കാൻ മലയിലേക്ക് കയറിപ്പോയി. "പ്രാർഥിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ അവിടുത്തെ മുഖഭാവം മാറി" (ലൂ. 9:29). നന്നായി പ്രാർഥിക്കുന്നവർക്കെല്ലാം രൂപാന്തരീകരണമുണ്ടാകും. അവരുടെ വ്യക്തിത്വം ശോഭയുള്ളതായി പരിവർത്തനം പ്രാപിക്കും.

എഴുപത്തിരണ്ട് ശിഷ്യന്മാർ പ്രേഷിതപ്രവർത്തനം നടത്തി മടങ്ങിവന്നപ്പോൾ യേശു പരിശുദ്ധാത്മാവിൽ ആനന്ദിച്ച് ദൈവത്തെ സ്തുതിച്ചു പ്രാർഥിക്കുന്നു (ലൂ. 10:21-22). ജ്ഞാനികളിലും ബുദ്ധിമാന്മാരിലും നിന്ന് മറച്ചുവച്ച് ശിശുക്കൾക്ക് ദൈവികരഹസ്യങ്ങൾ വെളിപ്പെടുത്തിക്കൊടുത്ത പിതാവിന്റെ കൃപാതിരേകത്തെയാണ് അവിടുന്ന് വാഴ്ത്തിയത്. നിരന്തരം ദൈവത്തെ സ്തുതിക്കുന്നവരുടെ ഹൃദയത്തിൽ നിറയുന്ന ആനന്ദമാണ് ഈ പ്രാർഥനയിൽ നിഴലിക്കുന്നത്.

മർത്തായുടെയും മറിയത്തിന്റെയും വീട്ടിലെത്തിയ യേശു, മറിയത്തിന്റെ പ്രവൃത്തിയെ ശ്ലാഘിച്ചുകൊണ്ട് പ്രണിധാന പ്രാർഥനയുടെ ശ്രേഷ്ഠത ലോകത്തെ പഠിപ്പിച്ചു. പലതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഉത്കണ്ഠയിലും അസ്വസ്ഥതയിലും കഴിയുന്ന മനുഷ്യന് "ഒന്നുമാത്രമേ ആവശ്യമുള്ളൂ" (ലൂ. 10:42).



ദൈവത്തിന്റെ പാദത്തിലിരുന്ന് അവിടുത്തെ മുഖദർശനം അനുഭവിക്കുന്നതും വചനം കേൾക്കുന്നതുമാണ് മനുഷ്യരിൽനിന്ന് ഒരിക്കലും എടുത്തുകളയാനാവാത്ത നിത്യസൗഭാഗ്യം. ഇഹലോകജീവിതത്തിൽത്തന്നെ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്ക് നിത്യതയുടെ മുന്നനുഭവം നൽകുന്നതാണ് പ്രാർഥന.

"പ്രാർഥിക്കാൻ ഞങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കണമേ" എന്ന ശിഷ്യരുടെ അർഥനയ്ക്ക് മറുപടിയായാണ് യേശു 'സ്വർഗസ്ഥനായ പിതാവേ' എന്ന കർത്തൃപ്രാർഥന പഠിപ്പിക്കുന്നത് (ലൂ. 11:1-4). യേശു ഒരിടത്തിരുന്ന് പ്രാർഥിക്കുന്നത് കണ്ട് കൊതി തോന്നിയ ശിഷ്യരാണ് ഈ അഭ്യർഥന നാഥന്റെ മുമ്പിൽ വയ്ക്കുന്നത്. 'സ്വർഗസ്ഥനായ പിതാവേ' എന്ന പ്രാർഥനയിൽ ഉത്തമമായ ഒരു പ്രാർഥനയുടെ എല്ലാ ഘടകങ്ങളും ഉൾച്ചേർന്നിട്ടുണ്ട്.

തന്റെ പീഡാനുഭവവേളയിലാണ് യേശു പ്രാർഥനയുടെ ശക്തി ഏറ്റവും പൂർണ്ണമായി വെളിപ്പെടുത്തുന്നത്. സാത്താൻ ശിഷ്യരെ ഗോതമ്പുമണിപോലെ പാറ്റാൻ ഉദ്യമിച്ച് അന്തിമയുദ്ധത്തിന് തയ്യാറെടുക്കുകയാണെന്നു മനസ്സിലാക്കിയ യേശു, ശിഷ്യപ്രമുഖനായ പത്രോസിന്റെ വിശ്വാസം ക്ഷയിക്കാതിരിക്കാൻ അയാൾക്കുവേണ്ടി പ്രാർഥിക്കുന്നു. അയാൾ തിരിച്ചുവന്ന് തന്റെ സഹോദരരെ വിശ്വാസത്തിൽ ശക്തിപ്പെടുത്തണം (ലൂ. 22:31-32).

> വ്യസനം നിമിത്തം തളർന്നുറങ്ങിയ ശിഷ്യരോട് യേശു പറഞ്ഞ വാക്കുകളിൽ, എല്ലാ കാലത്തുമുള്ള മനുഷ്യർക്കും തങ്ങളുടെ ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളെ നേരിടാനുള്ള സുവർണ്ണതാക്കോൽ അവിടുന്ന് ഒളിച്ചുവച്ചിട്ടുണ്ട്. "പരീക്ഷയിൽ അകപ്പെടാതിരിക്കാൻ ഉണർന്നിരുന്നു പ്രാർഥിക്കുവിൻ"

ഗത്സെമനിയിലെ ചോര വിയർത്തുള്ള പ്രാർഥന എല്ലാ പ്രാർഥനകൾക്കും ഉത്തമ മാതൃകയാണ്. "പിതാവേ, അങ്ങേക്ക് ഇഷ്ടമെങ്കിൽ ഈ പാനപാത്രം എന്നിൽനിന്ന് അകറ്റണമേ. എങ്കിലും, എന്റെ ഹിതമല്ല അവിടുത്തെ ഹിതം നിറവേറട്ടെ!" (ലൂ. 22:42). ദൈവഹിതത്തിന് പൂർണ്ണമായി വിധേയപ്പെടുന്നതാണ് പ്രാർഥനയുടെ അന്തഃസത്ത. സഹനത്തിന്റെ പാനപാത്രം അകറ്റാനുള്ള പുത്രന്റെ പ്രാർഥന പിതാവ് സ്വീകരിച്ചില്ലെങ്കിലും, തീവ്രവേദനയിൽ മുഴുകി പ്രാർഥിച്ച പുത്രനെ ഒരു ദൂതനെ അയച്ച് പിതാവ് ശക്തിപ്പെടുത്തി (ലൂ. 22:43).

വ്യസനം നിമിത്തം തളർന്നുറങ്ങിയ ശിഷ്യരോട് യേശു പറഞ്ഞ വാക്കുകളിൽ, എല്ലാ കാലത്തുമുള്ള മനുഷ്യർക്കും തങ്ങളുടെ ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളെ നേരിടാനുള്ള സുവർണ്ണതാക്കോൽ അവിടുന്ന് ഒളിച്ചുവച്ചിട്ടുണ്ട്. "പരീക്ഷയിൽ അകപ്പെടാതിരിക്കാൻ ഉണർന്നിരുന്നു പ്രാർഥിക്കുവിൻ" (ലൂ. 22:46).

കുരിശിൽനിന്നു മുഴങ്ങിയ ക്ഷമയുടെ വചനമാണ് പ്രാർഥനയുടെ അപ്രതിരോധ്യമായ ശക്തി വെളിപ്പെടുത്തുന്ന മഹാവാക്യം: "പിതാവേ, അവരോടു ക്ഷമിക്കണമേ; അവർ ചെയ്യുന്നതെന്തെന്ന് അവർ അറിയുന്നില്ല" (ലൂ. 23:34). പ്രാർഥനയിൽ സ്ഥിരതയുള്ളവർക്ക് പരീക്ഷണങ്ങളെ നേരിടാനും ശത്രുക്കൾക്കുവേണ്ടി പ്രാർഥിക്കാനും എല്ലാ മനുഷ്യരോടും ക്ഷമിക്കാനും സാഹോദര്യത്തിൽ വളരുവാനും ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകില്ല.

യേശുവിന്റെ മാതൃകയനുസരിച്ച് പ്രാർഥിക്കുന്ന കുടുംബങ്ങളാണ് ഭൂമിയിലെ സ്വർഗം. കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ വ്യക്തിപരമായ പ്രാർഥനയിലും കുടുംബാംഗങ്ങൾ കൂട്ടായ്മയായി ഒന്നുചേരുന്ന കുടുംബപ്രാർഥനയിലും വിശ്വസ്തതയോടെ വ്യാപരിക്കാൻ കുടുംബങ്ങളുടെ നാഥനായ യേശു നമ്മെ ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നു.

ഏറ്റവും ശക്തിയുള്ള ആയുധം

പ്രാർഥനയെപ്പറ്റിയുള്ള അനേകം പ്രബോധനങ്ങൾ ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷത്തിലുണ്ട്. രാത്രിയിൽ അപ്പം ചോദിച്ചുവരുന്ന സ്നേഹിതന്റെ ഉപമയിൽ (ലൂ. 11:5-8), സ്നേഹിതന് അപ്പം കൊടുക്കാൻ നിർവാഹമില്ലെന്നു പറഞ്ഞ് കതകടയ്ക്കുന്ന ഗൃഹനാഥൻ ഒടുവിൽ കതകുതുറന്ന് ആവശ്യപ്പെട്ട അപ്പം നൽകാൻ നിർബന്ധിതനാകുന്നത് അവന്റെ നിരന്തരമായ യാചനയുടെ ഫലമായിട്ടാണ്. "അവൻ സ്നേഹിതനാണ് എന്നതിന്റെ പേരിൽ അവന് ഒന്നും കൊടുക്കുകയില്ലെങ്കിൽത്തന്നെ നിർബന്ധം നിമിത്തം എഴുന്നേറ്റ് അവന് വേണ്ടതു നൽകും" (ലൂ. 11:8). നിർബന്ധപൂർവവും നിരന്തരവുമായ പ്രാർഥന ഫലദായകമാണെന്നല്ലേ ഇതിന്റെ അർഥം?

ന്യായാധിപനോട് നീതിക്കുവേണ്ടി കേഴുന്ന വിധവയുടെ ഉപമയിലും (ലൂ. 18:1-8) "ദൈവത്തെ ഭയപ്പെടുകയോ മനുഷ്യരെ മാനിക്കുകയോ ചെയ്യാത്ത" ന്യായാധിപൻ ഒടുവിൽ വിധവയുടെ നിരന്തരമായ നിലവിളിക്കു മുന്നിൽ വഴങ്ങുന്നത് കാണാം. ഭഗ്നാശരാകാതെ എപ്പോഴും പ്രാർഥിക്കണമെന്നാണ് ഈ രണ്ട് ഉപമകളും നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നത്.

"ചോദിക്കുവിൻ; നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കും. അന്വേഷിക്കുവിൻ; നിങ്ങൾ കണ്ടെത്തും. മുട്ടുവിൻ; നിങ്ങൾക്കു തുറന്നുകിട്ടും" (ലൂ. 11:9) എന്ന വചനത്തിലൂടെ പ്രാർഥന എപ്പോഴും ഫലദായകമാണെന്ന് അവിടുന്ന് നമ്മെ ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്നു. തങ്ങളോട് ചോദിക്കുന്ന മക്കൾക്ക് നല്ല ദാനങ്ങൾ കൊടുക്കാൻ അറിയുന്ന ഭൗമിക മാതാപിതാക്കളെക്കാൾ എത്രയോ അധികം നന്മനിറഞ്ഞ സ്വർഗീയ പിതാവാണ് നമുക്കുള്ളത്. തന്നോട് ചോദിക്കുന്നവർക്കെല്ലാം അവിടുന്ന് പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ ദാനങ്ങൾ സമൃദ്ധമായി നൽകും (ലൂ. 11:9-13).

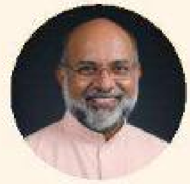
> കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ വ്യക്തിപരമായ പ്രാർഥനയിലും കുടുംബാംഗങ്ങൾ കൂട്ടായ്മയായി ഒന്നുചേരുന്ന കുടുംബപ്രാർഥനയിലും വിശ്വസ്തതയോടെ വ്യാപരിക്കാൻ കുടുംബങ്ങളുടെ നാഥനായ യേശു നമ്മെ ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നു.

പ്രാർഥനയുടെ ശക്തി തിരിച്ചറിയുന്ന കുടുംബാംഗങ്ങൾ എത്ര തിരക്കുണ്ടെങ്കിലും ഒന്നിച്ചുപ്രാർഥിക്കാൻ കുറച്ചുസമയം കണ്ടെത്തും. ഒന്നിച്ചുള്ള കുടുംബപ്രാർഥനയിലുള്ള വിശ്വസ്തതയാണ് കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ വിജയത്തിന്റെ മർമ്മം.

തന്നെത്തന്നെ താഴ്ത്തുന്ന മനോഭാവം

പ്രാർഥനയിൽ അവശ്യമുണ്ടായിരിക്കേണ്ട ഗുണങ്ങളാണ് എളിമയും അനുതാപവും. പ്രീശന്റെയും ചുങ്കക്കാരന്റെയും ഉപമ ഈ പാഠമാണ് നമുക്കു നൽകുന്നത് (ലൂ. 18:9-14). പ്രീശന്റെ പ്രാർഥന ആത്മപ്രശംസ നിറഞ്ഞതും കാപട്യത്തിന്റെ മുഖംമൂടിയണിഞ്ഞതുമായിരുന്നു. ചുങ്കക്കാരന്റെ പ്രാർഥനയിലാകട്ടെ ആത്മാർഥമായ എളിമയും അനുതാപവും നിറഞ്ഞുനിന്നു. സ്വർഗത്തിലേക്ക് കണ്ണുകളുയർത്താൻപോലും ധൈര്യപ്പെടാതെ അയാൾ വിനീതനായി നിന്നു; മാറത്തടിച്ച് അനുതപിച്ചുകൊണ്ട് പ്രാർഥിച്ചു: "ദൈവമേ, പാപിയായ എന്നിൽ കനിയണമേ". അയാൾ നീതീകരിക്കപ്പെട്ടവനായി വീട്ടിലേക്കു മടങ്ങി; പ്രീശനാകട്ടെ നീതീകരിക്കപ്പെടാതെയും. വിനയപൂർവം അനുതാപാർദ്രരായി പ്രാർഥിക്കുന്നവരാണ് ദൈവത്തിന്റെ സ്വീകാര്യതയ്ക്ക് അർഹരാകുന്നത്.

പുറം വാതിൽ



ജെ. മണക്കുന്നേൽ

ഒരു ജെൻ-സി വീട്ടുവിശേഷം!

കെട്ടിയതിന്റ എട്ടാംപക്കം പെട്ടിയുമെടുത്ത് കെട്ടിയോൾ തന്റെ വീട്ടിലേക്ക് വിട്ടുപോയി! വട്ടംപിടിച്ചിട്ടും കൈ തട്ടിമാറ്റിപ്പോയ അവൾ കുറച്ചൊന്നുമല്ല കെട്ടിയോനെ വട്ടംചുറ്റിച്ചത്!

അഞ്ചെട്ടു മാസംകൊണ്ട് വനിതാകമ്മീഷനിൽനിന്നും വക്കീലിൽനിന്നും പോലീസ് സ്റ്റേഷനിൽനിന്നും കിട്ടിയ 'മെമ്മൊ'കൾ ഒപ്പിട്ടു വാങ്ങി അവന്റെ കൈകഴച്ചു!! തന്റേടമുള്ള ബന്ധുക്കളായ ഗുണ്ടകളിൽ നിന്നുള്ള ഭീഷണികൂടെയായപ്പോൾ കെട്ടിയോൻ ആകെ പെട്ടുപോയി.

സ്വന്തമായുള്ള സ്റ്റേഷനറിക്കട തുറക്കാൻ ചന്തയിലേക്ക് ഒറ്റയ്ക്കു പോകാൻ പേടിയായിത്തുടങ്ങി. അനുരഞ്ജനപ്പെടുത്താൻ അപേക്ഷിച്ചുകൊണ്ടാണ് അടിയന്റെ അരികിലെത്തിയത്. ഗുണ്ടാബന്ധം കേട്ട അടിയന്റെ ഉള്ളിലും അറിയാതൊരു ഭയം ഉരുവാകാതിരുന്നില്ല. ഒടുവിൽ രണ്ടും കൽപ്പിച്ച് ഒരു ദിനം പെൺക്കുട്ടിയുടെ വീട്ടുകാരെ വിളിപ്പിച്ചു.

ആളാരവങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ അമ്മയേയും കൂട്ടി 'കുട്ടി' മാത്രം വരാൻ ഞാൻ ചട്ടംകെട്ടി! വന്നിരുന്നു വിവരങ്ങൾ ആരായവേ, സർക്കാരുദ്യോഗസ്ഥയായ അവൾ പറഞ്ഞു: "ഇളയ മകനാണെന്നും, വീട് അവനാണെന്നുമാണ് പറഞ്ഞിരുന്നത്. അതുകൊണ്ട് ഞാൻ തിരികെ പോകണമെങ്കിൽ അവന്റെ അപ്പനമ്മമാർ ഇപ്പം ഇറങ്ങണം!"

"കെട്ടുകഴിഞ്ഞാലുടനെ അവർ വിട്ടുപൊയ്ക്കൊള്ളാമെന്ന് വാക്കു പറഞ്ഞിരുന്നോ?" എന്റെ ചോദ്യത്തിനു വട്ടക്കണ്ണുരുട്ടിക്കാട്ടി അവൾ മിണ്ടാതിരുന്നു. കുത്തിക്കിഴിച്ചു കാര്യങ്ങളാരാഞ്ഞപ്പോൾ കേട്ട ചില കാര്യങ്ങൾ എന്നിൽ ചിരിയുണർത്തി.

രാവിലെ അഞ്ചുമണിയാകുമ്പോഴൊക്കെ എഴുന്നേൽക്കണമെന്നാണ് അമ്മായിയമ്മയുടെ അനുശാസനം! വീട്ടുജോലിയൊക്കെ ചെയ്യാൻ കൂട്ടത്തിൽ കൂടണം എന്നു കെട്ടിയോൻവഴി പറഞ്ഞുവത്രേ! ഉടുതുണികളൊക്കെ ഉപയോഗം കഴിഞ്ഞാലുടനെ കട്ടിലിൽ കൂട്ടിയിടരുതെന്ന് കൽപ്പിച്ചുവത്രേ! അന്നന്നുള്ള ആഹാരം അന്നന്നുതന്നെ വയ്ക്കണമെന്ന് എന്താണിത്ര പിടിവാശി! അയൽക്കാർക്കും അടുത്ത ബന്ധുക്കൾക്കും മുമ്പിൽ അടങ്ങിയൊതുങ്ങി നിൽക്കണമെന്നു അമ്മായിയമ്മ ആജ്ഞാപിച്ചുവെന്ന്! വൃത്തിയുടെ കാര്യത്തിൽ ഒരു വിട്ടുവീഴ്ചയുമില്ലെന്ന കട്ടായക്കാരാണത്രേ വീട്ടുകാരെല്ലാം!

ഇങ്ങനെപോകുന്നു ആ ജെൻ-സി ഭാര്യയുടെ പരിഭവങ്ങളും പരാതികളും!! എന്താ അല്ലേ? സ്വന്തം വീട്ടിലെ ഏക മകളുടെ എല്ലാ സ്വാതന്ത്ര്യങ്ങളിൽ നിന്നുവിട്ട് കെട്ടിയോന്റെ വീട്ടിലെ ചിട്ടവട്ടങ്ങളുമായി ഒട്ടുമേ പൊരുത്തപ്പെടാൻ അവൾക്കാകാതെപോയി! രണ്ടരക്കോടി രൂപയോളം കൊണ്ടുചെന്ന തന്നെ ഇങ്ങനെയൊക്കെ പീഡിപ്പിച്ച അവർ ഒരു പാഠം പഠിക്കണമെന്നാണ് അവളുടെ വാദം.

തലമുറകളുടെ വിടവു വരുത്തിയ വിഹ്വലതകളാണിതെന്നും, പരസ്പരമുള്ള ധാരണകളാൽ ഇതൊക്കെ പരിഹരിക്കാമെന്നും പറഞ്ഞ് അവളെ ആശ്വസിപ്പിച്ചു. കെട്ടിയോനോട് നേരിട്ട് ഇഷ്ടക്കേടൊന്നുമില്ലെന്നും, വീട്ടുകാർക്കൊത്തുപോകാൻ അയാൾ തീർത്തുപറയുന്നതാണ് തന്റെ അനിഷ്ടമെന്നും അവൾ പറഞ്ഞു. ഒടുവിൽ ജെൻ-സി ഭർത്താവിനെയും വീട്ടുകാരെയും വിളിപ്പിച്ച് അടുത്തിരുത്തി സംസാരിച്ചു. വൃത്തി കൂടുതലുള്ള അമ്മയെ, മരുമകളോടു കാർക്കശ്യം കാട്ടാതെ 'അഡ്ജസ്റ്റു' ചെയ്തുകൊള്ളാമെന്ന് സമ്മതിപ്പിച്ചു. അടുത്ത ആറു മാസത്തേക്ക് അവരുടെ കാര്യങ്ങളിലൊന്നും ഇടപെടുകയേ വേണ്ട എന്നു തീരുമാനിപ്പിച്ചു.

അതിനിടയിൽത്തന്നെ തങ്ങൾ അവിടെനിന്നു മാറേണ്ടിവരുമോ എന്ന അപ്പന്റെ ചോദ്യം മകന്റെ കണ്ണുനിറച്ചു! ഒരു മാസം കഴിഞ്ഞ് വീണ്ടുമൊന്ന് ഒരുമിച്ചിരുന്ന് വിലയിരുത്താം എന്ന ഉറപ്പോടെ ഇരുകൂട്ടരെയും ഒരുമിപ്പിച്ചു, പ്രാർഥനാപൂർവം പറഞ്ഞുവിട്ടു!

"സദ്ബുദ്ധി ക്ഷിപ്രകോപത്തെ നിയന്ത്രിക്കും; തെറ്റുപൊറുക്കുന്നത് അവനു ഭൂഷണം" (സുഭാ. 19:11).

ഒട്ടുമിക്ക ജെൻസി-സി ദമ്പതികളിലെയും ഒരു പ്രശ്നമാണിത്! മക്കൾ രണ്ടുപോലുമില്ലാത്ത വീട്ടിൽ സ്വാതന്ത്ര്യത്തോടെ ഏറെ സുഖസൗകര്യങ്ങളുമായി വളർന്നവർക്ക് ചിട്ടയുള്ള ജീവിതമോ, മുതിർന്നവരുടെ ചിട്ടവട്ടങ്ങളോ ഉൾക്കൊള്ളാൻ പലപ്പോഴുമാകുന്നില്ല. പുതുതലമുറയുടെ പ്രകൃതം മനസ്സിലാക്കി അവരുമൊത്തുപോകാൻ പഴമക്കാർക്കും പറ്റുന്നില്ല. മനോഭാവങ്ങളിലെ അന്തരം അറിഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കി, മനഃപൂർവം പരസ്പരം മാനിക്കുവാനും മനസ്സോടെ വിട്ടുവീഴ്ച ചെയ്യുവാനുമേ ഇനി തരമുള്ളൂ.

"നിർബന്ധബുദ്ധി നാശത്തിലൊടുങ്ങും; സാഹസബുദ്ധി അപകടത്തിൽ ചാടും" (പ്രഭാ. 3:26).

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