ദീപനാളം

കലാസാംസ്കാരിക ദേശീയവാരിക

2024 മാർച്ച് 7 | ദീപം 57 | നാളം 1 | Published from : PALA | പേജ് 16 | വില 8 രൂപ | www.deepanalam.org

വെല്ലുവിളിക്കപ്പെടുന്ന ക്രൈസ്തവന്യൂനപക്ഷം

പ്രൊഫ. കെ. എം. ഫ്രാൻസിസ്

ക്രൈസ്തവസമൂഹം ഇന്നു വലിയ വെല്ലുവിളികളെ നേരിടുകയാണ്. ലോകചരിത്രത്തിലെ വിവിധ സംസ്കാരങ്ങളുടെ ഉദയവും അസ്തമയവും പഠനവിധേയമാക്കിയ ആർണോൾഡ് ജെ. ടോയൻബി സംസ്കാരങ്ങളുടെ അസ്തമയത്തിന്റെ പ്രധാന കാരണങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. വെല്ലുവിളികൾ വരുമ്പോൾ അവയോടു ക്രിയാത്മകമായി പ്രതികരിക്കുന്ന ചെറിയ ക്രിയാത്മക ന്യൂനപക്ഷ(creative minority)മാണ് സംസ്കാരത്തെ മുന്നോട്ടുനയിക്കുന്നത്. ക്രൈസ്തവരിൽ ക്രിയാത്മകന്യൂനപക്ഷത്തിന്റെ നേതൃത്വം ഓരോ കാലഘട്ടത്തിന്റെയും പ്രതിസന്ധികളെ അതിജീവിക്കുന്നതായി ഭാഗ്യസ്മരണാർഹനായ ബനഡിക്റ്റ് പതിനാറാമൻ മാർപാപ്പാ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചിരുന്നു. ഇത്തരമൊരു ക്രിയാത്മകന്യൂനപക്ഷനേതൃത്വത്തിന്റെ അഭാവമാണ് ഭാരതക്രൈസ്തവർ നേരിടുന്ന ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട പ്രശ്നം. സാമ്പത്തികവും സാംസ്കാരികവും രാഷ്ട്രീയവുമായി നാം നേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികളുടെ അപഗ്രഥനം ഇത്തരമൊരു ക്രിയാത്മകന്യൂനപക്ഷത്തിന്റെ ആവശ്യകത കൂടുതൽ വ്യക്തമാകും.

ക്രൈസ്തവന്റെ സാമ്പത്തികത്തകർച്ച

കേരളം ഇടനാട്, മലനാട്, തീരപ്രദേശം എന്നീ മൂന്നു മേഖലകളായി വേർതിരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഇടനാട്ടിൽ ഭൂമി പ്രകൃത്യാതന്നെ കൃഷിഭൂമിയാണ്. അവ കൈവശം വച്ചിരിക്കുന്നതു ക്രൈസ്തവരല്ല. എന്നാൽ, മലയോരപ്രദേശത്തും തീരദേശത്തും ഭൂമി കൃഷിഭൂമിയാക്കാൻ അധ്വാനവും മൂലധനവും ആവശ്യമാണ്. മാത്രമല്ല, ഇത്തരം മേഖലകളിൽ കടലാക്രമണവും വന്യമൃഗശല്യവും രൂക്ഷമാണ്. ഈ രണ്ടു മേഖലയിലുമാണ് ക്രൈസ്തവർ തിങ്ങിപ്പാർക്കുന്നത്. ഒരുതരത്തിൽ, ഫലഭൂയിഷ്ഠമായ ഇടനാട്ടിൽനിന്നു ചരിത്രപരമായി പുറംതള്ളപ്പെട്ടവരാണ് ക്രൈസ്തവർ. കാർഷികവിളകളുടെ വിലയിടിവ്, വന്യമൃഗങ്ങളുടെ ആക്രമണം, കപടപരിസ്ഥിതിവാദികളുടെ തെറ്റായ നയങ്ങൾ മുതലായവ ക്രൈസ്തവരുടെ സ്രോതസ്സുകളെ ഇല്ലാതാക്കുകയാണ്. വന്യമൃഗങ്ങളുടെ ആക്രമണം തടയാനുള്ള അധികാരവും ഉത്തരവാദിത്വവും ഭരണകർത്താക്കൾക്കാണ്. ഈ ഉത്തരവാദിത്വം നിറവേറ്റാതിരിക്കുന്നത് ക്രൈസ്തവരെ തകർക്കാനുള്ള വിശാലമായ അജണ്ടയുടെ ഭാഗമാണോ?

വ്യാപകമായ നുണപ്രചാരണങ്ങൾ

സാമൂഹികമാധ്യമങ്ങളിലൂടെ നടത്തപ്പെടുന്ന ചില പ്രവർത്തനങ്ങൾ അത്തരം അജണ്ടകളെക്കുറിച്ചുള്ള സംശയം ജനിപ്പിക്കുന്നു. ക്രൈസ്തവർക്കു കോടാനുകോടികളുടെ സ്വത്തുണ്ടെന്നും ഇവയെല്ലാം ബ്രിട്ടീഷുകാർക്കു പാദസേവ ചെയ്തു നേടിയതാണെന്നും വ്യാപകമായി പ്രചരിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. മാത്രമല്ല, 'കുരിശുകൃഷി' എന്ന ഒരു പദം അക്രൈസ്തവരുടെയിടയിൽ പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിൽ ചില വർഗീയവാദികൾ വിജയിച്ചിട്ടുണ്ട്. അമ്പലങ്ങളിലെ സ്വത്തെല്ലാം സർക്കാർ കൈക്കലാക്കി അവയെല്ലാം ക്രൈസ്തവസമൂഹത്തിനു നൽകുന്നുവെന്ന വ്യാജപ്രചാരണം ശക്തമാണ്. എല്ലാ അമ്പലങ്ങളും സർക്കാർഭരണത്തിലാണെന്ന വലിയ നുണ കേരളീയ പൊതുബോധത്തിൽ ആഴത്തിൽ പതിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ, വസ്തുത തിരിച്ചാണ്. പ്രസിദ്ധമായ തൃശൂർപൂരം നടത്തുന്നതു സർക്കാരിന്റെ കീഴിലല്ല എന്ന് ആർക്കുമറിയില്ല. അതെല്ലാം സ്വകാര്യട്രസ്റ്റുകളുടേതാണ്. ആദ്യം തന്നെ എത്ര അമ്പലമുണ്ട്, അതിൽ എത്രയെണ്ണം കുടുംബക്ഷേത്രം, എത്രയെണ്ണം ദേശക്കാരുടേത്, എത്രയെണ്ണം സർക്കാർ നേതൃത്വത്തിൽ എന്ന് കേരള സർക്കാർ സെൻസസ് നടത്തി പുറത്തുവിട്ടാൽമാത്രമേ ഈ നുണപ്രചാരണം തടയാനാകൂ. നൂറു ലക്ഷം കോടിയുടെ ആസ്തിയുള്ള ശ്രീ പത്മനാഭസ്വാമി ക്ഷേത്രഭരണംപോലും രാജകുടുംബത്തിന്റെ ട്രസ്റ്റിന്റേതാണ്. അതിൽ സർക്കാരിനു യാതൊരു പങ്കുമില്ല എന്നിട്ടാണ് കേരളസർക്കാർ പണമെടുത്തു ക്രൈസ്തവർക്കു നൽകുന്നുവെന്ന് ആരോപിക്കുന്നത്.

എന്നാൽ, ക്രൈസ്തവസ്ഥാപനങ്ങൾ സഭയുടെ പൊതുസ്വത്താണ്. ഇവയിൽനിന്നു സ്വകാര്യവ്യക്തികൾക്കു കൊള്ളയടിക്കാൻ കഴിയില്ല എന്നതാണു നമ്മുടെ വളർച്ചയുടെ കാരണം. മാത്രമല്ല, ഈ സമ്പത്തെല്ലാം പൊതുസമൂഹത്തിന് ഉപകാരപ്രദമായ വിദ്യാഭ്യാസ, ആതുരശുശ്രൂഷാസ്ഥാപനങ്ങൾ ആരംഭിക്കാനാണു ക്രൈസ്തവസഭ പരിശ്രമിച്ചത്. കൂടാതെ, കത്തോലിക്കാസഭയിലെ 50,000 വൈദികരും സന്ന്യസ്തരും തങ്ങളുടെ അധ്വാനഫലം സഭാസമ്പത്തിലേക്കു മുതൽക്കൂട്ടുകയാണ്.

ക്രൈസ്തവർ കാട്ടുകള്ളന്മാരോ?

വന്യമൃഗങ്ങൾ നാട്ടിലിറങ്ങി മനുഷ്യനെ ആക്രമിക്കുന്നത് ക്രൈസ്തവർ കാടു കൈയേറിയിട്ടാണെന്നാണ് സോഷ്യൽ മീഡിയായിൽ വ്യാപകമായി പ്രചരിപ്പിക്കപ്പെടുന്നത്. വയനാട്ടിലെ ജനസംഖ്യയുടെ ഇരുപതുശതമാനംമാത്രമാണു ക്രൈസ്തവർ. വനമേഖലയുടെ ഭൂരിഭാഗവും നിലനിൽക്കുന്ന പാലക്കാട്, മലപ്പുറം ജില്ലകളിൽ ക്രൈസ്തവർ നാമമാത്രമാണ്. ഇടുക്കിജില്ലയിൽ മാത്രമാണു ക്രൈസ്തവർ നാല്പത്തെട്ടു ശതമാനം ജീവിക്കുന്നത്. ഇതെല്ലാം ഇടനാട്ടിൽ ഇടംകിട്ടാത്തവരാണെന്ന ഓർമ നല്ലതാണ്. ഇന്ത്യയിലെ തൊണ്ണൂറ്റെട്ടു ശതമാനം വനാതിർത്തികളും വനങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്നത് അക്രൈസ്തവരായിരിക്കേ, ക്രൈസ്തവർ വനംകൊള്ളക്കാർ എന്ന പ്രചാരണത്തിലെ ഗൂഢലക്ഷ്യം എന്താണ്?

വോട്ടുബാങ്കുരാഷ്ട്രീയം

സംവരണമെന്നത് രാഷ്ട്രീയാധികാരത്തിൽനിന്നു ചരിത്രപരമായി മാറ്റിനിർത്തപ്പെട്ട ജനസമൂഹങ്ങൾക്കു നൽകാനുള്ളതാണ്. മുസ്ലീം മതവിഭാഗത്തിനു മുഴുവനായും സംവരണം നല്കിയിരിക്കുന്നുവെന്നത് എങ്ങനെയാണു ന്യായീകരിക്കാൻ കഴിയുക? വോട്ടുബാങ്കിനെ പ്രീണിപ്പിക്കുക എന്ന രാഷ്ട്രീയപ്പാർട്ടികളുടെ തന്ത്രം ക്രൈസ്തവസമൂഹത്തെ കാര്യമായി ബാധിച്ചിരിക്കുന്നു.

▶14

അമിതവ്യായാമം അത്യാപത്ത്

ഡോ. ജോർജ് തയ്യിൽ

കൊവിഡ്-19 വാക്സിനേഷനെയും ചെറുപ്പക്കാരിലെ വർധിച്ചുവരുന്ന ഹാർട്ടറ്റാക്കിനെയും ബന്ധപ്പെടുത്തി ഏറെ ദുരൂഹതകൾ പ്രചരിക്കുന്ന കാലഘട്ടമാണിത്. ഈ അസ്പഷ്ടതകൾക്കുള്ള മറുപടിയായിട്ടാണ് ഇന്ത്യൻ കൗൺസിൽ ഓഫ് മെഡിക്കൽ റിസർച്ച് (ഐ.സി.എം.ആർ.) ബൃഹത്തായ പഠനം നടത്തി കഴിഞ്ഞ നവംബർ 16 ന് ഫലം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചത്. പഠനം തെളിയിച്ച ഏറ്റവും പ്രസക്തമായ കാര്യം, കൊവിഡ് വാക്സിനേഷനും പെട്ടെന്നുള്ള മരണവുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല എന്നതാണ്. എന്നാൽ, കൊവിഡ് രോഗബാധയ്ക്കുശേഷം സമുചിതമായ വിശ്രമമെടുക്കാതെ പെട്ടെന്നു കഠിനമായ ജോലിയിലേക്കും വ്യായാമത്തിലേക്കും പോയവരിൽ മരണനിരക്ക് കൂടുതലായിക്കണ്ടു.

ഇന്ന്, സമ്പൂർണമായ ആരോഗ്യസമ്പാദനത്തിന് ഭക്ഷണവും വ്യായാമവും എങ്ങനെ സമന്വയിക്കണം എന്നറിയാത്തവർ ഏറെയാണ്. ശരീരത്തെ എങ്ങനെയെങ്കിലും 'വലിച്ചു പറിച്ച്' ശരീരവടിവും ഊർജസ്വലതയും ആർജിച്ചെടുക്കാൻ ഉദ്യമിക്കുന്നവർ ധാരാളം. സമീകൃതാഹാരമെന്തെന്നും വ്യായാമം ചെയ്യുന്നതിലെ ശാസ്ത്രീയത എന്തെന്നും അറിയണം. ഈ തത്വമറിയാതെ എത്രയും പെട്ടെന്ന് ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കാനും ശരീരവടിവ് ആകർഷകമാക്കാനും യത്നിക്കുന്നവർ പെട്ടെന്ന് ഹാർട്ടറ്റാക്കിലേക്കും മരണത്തിലേക്കും പതിക്കുന്നതായി നാം കാണുന്നു.

ശരീരവടിവും ശേഷിയും സംരക്ഷിക്കാനും ദുർമേദസ്സ് ഒഴിവാക്കാനും ഭക്ഷണം കുറച്ചുകഴിച്ച് അനങ്ങാതിരിക്കുകയല്ല; 'നല്ല' ഭക്ഷണം നന്നായി കഴിച്ച് അതു ദഹിക്കാൻ കൃത്യമായി വ്യായാമം ചെയ്യുകയാണു വേണ്ടത്. അതാവണം ആരോഗ്യത്തിന്റെ രസതന്ത്രം. സ്ഥിരമായ വ്യായാമപദ്ധതി ആരംഭിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് വൈദ്യപരിശോധന ചെയ്യുന്നത് അഭികാമ്യമാണ്. ഹൃദ്രോഗം, സ്ട്രോക്ക്, രക്താതിമർദം, പ്രമേഹം, സന്ധിരോഗങ്ങൾ, അർബുദം, മനോരോഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ഉള്ളവർ തീർച്ചയായും ഡോക്ടറുടെ നിർദേശപ്രകാരംമാത്രമേ വ്യായാമം തുടങ്ങാവൂ.

എന്നാൽ, വ്യായാമത്തിന്റെ ലക്ഷ്മണരേഖ തെറ്റുന്ന അവസരങ്ങളുമുണ്ട്. അമേരിക്കൻ ഹാർട്ട് അസോസിയേഷന്റെ നിർദേശപ്രകാരം ഒരാൾ ആഴ്ചയിൽ 150 മിനിറ്റ് മിതമായ എയ്റോബിക് വ്യായാമമുറകളോ 75 മിനിറ്റ് തീവ്രമായ വ്യായാമമോ ചെയ്യാം. വേണമെങ്കിൽ ഇവ കൂട്ടിക്കലർത്തുകയും ചെയ്യാം. എന്നാൽ, സമയപരിധി കാക്കുന്നത് ഉചിതം. ഇതും കൃത്യമായി ചെയ്താൽ ധാരാളം പ്രയോജനങ്ങളുമുണ്ട്. വർദ്ധിച്ച ഹൃദയാരോഗ്യം, കൂടിയ ശാരീരികശേഷി, നല്ല ഉറക്കം, നിയന്ത്രണവിധേയമാകുന്ന സ്ട്രെസ്സ്, ഇമ്മ്യൂൺവ്യവസ്ഥയുടെ ശക്തമായ നിർവഹണം തുടങ്ങിയവയെല്ലാം കൃത്യവും സ്ഥിരവുമായ വ്യായാമമുറകളുടെ പ്രയോജനങ്ങളാണ്.

എന്നാൽ, വ്യായാമത്തിന്റെ സമയപരിധിയും തീവ്രതയും തെറ്റിയാൽ ഗുണത്തേക്കാളുപരി ദോഷങ്ങൾതന്നെ ഉണ്ടാകും. ആഴ്ചയിൽ 300 മിനിറ്റിൽ കൂടിയാൽ, അതും അമിതായാസം ചെയ്താൽ ഒ.റ്റി.എസ്. (over-training syndrome) അല്ലെങ്കിൽ 'ബേൺ ഔട്ട്' എന്ന പ്രതിഭാസമുണ്ടാകുന്നു. ഈ അവസ്ഥ ആരോഗ്യത്തിനു ഭീഷണിയാകുന്ന പല പ്രത്യാഘാതങ്ങളും ക്ഷണിച്ചുവരുത്തും. ഒ.റ്റി.എസ്. മുഖേന അത്യാപത്കരമായ രോഗാതുരതകളിലേക്ക് ഒരുവൻ പതിക്കുകയാണ്. വ്യായാമത്തിന്റെ തീവ്രതയും അതേത്തുടർന്നുള്ള വിശ്രമവും (റിക്കവറി) തമ്മിലുള്ള അസന്തുലിതാവസ്ഥയാണ് ഒ.റ്റി.എസ്സിന്റെ പ്രധാന കാരണം.

ഒ.റ്റി.എസിന്റെ പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ

- സ്ട്രെസ് ഹോർമോണുകളായ കോർട്ടിസോളും എപ്പിനെഫ്രിനും വർധിക്കുന്നു. അതോടെ മനോനില തെറ്റുന്നു. വിഷാദരോഗമുണ്ടാകുന്നു, ഉറക്കം നഷ്ടപ്പെടുന്നു.
- വിശപ്പുകുറവും ഭാരക്കുറവുമുണ്ടാകുന്നു.
- റാബ്ഡോമയോലൈസിസ് - തീവ്രവ്യായാമംമൂലം പേശികളിൽ മുറിവും അപചയവും ഉണ്ടാകുന്നു, അതുമൂലമുണ്ടാകുന്ന മയോഗ്ലാബിൻ വൃക്കപരാജയമുണ്ടാക്കുന്നു.
- തളർച്ചയും ശേഷിക്കുറവും അനുഭവപ്പെടുന്നു.
- ഉറക്കക്കുറവുണ്ടാകുന്നു.
- നെഞ്ചിടിപ്പും രക്തസമ്മർദവും വർദ്ധിക്കുന്നു.
- ദഹനപ്രശ്നങ്ങൾ, മലബന്ധം, വിശപ്പുകുറവ്
- ലൈംഗികതാത്പര്യം കുറയുന്നു.
- പ്രതിരോധശക്തി കുറയുന്നു.

സാധാണരീതിയിൽ അമിതവ്യായാമം ചെയ്യുന്ന 60 ശതമാനത്തോളം ചെറുപ്പക്കാരിൽ ഒ.റ്റി.എസ് കാണാറുണ്ട്. സ്വന്തം ആരോഗ്യനിലവാരം എത്രമാത്രം സുരക്ഷിതമാണെന്ന തിരിച്ചറിവില്ലാതെയാണ് മിക്ക ചെറുപ്പക്കാരും വ്യായാമപദ്ധതികളിലേർപ്പെടുന്നത്. 150 മിനിറ്റോളം ആഴ്ചയിൽ വ്യായാമം ചെയ്യുന്നത് സുരക്ഷിതമാണെന്നിരിക്കേ, 450 മിനിറ്റിൽ കൂടിയാൽ കൊറോണറിധമനികളിൽ കാത്സ്യം അടിഞ്ഞുകൂടാനുള്ള സാധ്യത വർധിക്കുന്നു. ഈ കാത്സ്യനിക്ഷേപം വലുതായി പ്ലാക്കായി ഹൃദയധമനികളിലെ രക്തസഞ്ചാരം ദുഷ്കരമാക്കുന്നു.

അമേരിക്കയിലെ മയോക്ലിനിക്കിൽ 3175 ചെറുപ്പക്കാരെ ഉൾപ്പെടുത്തി 25 വർഷക്കാലത്തോളം, വിവിധ തീവ്രതയിലുള്ള വ്യായാമപദ്ധതികളുടെ പ്രത്യാഘാതം പരിശോധിക്കുന്ന പഠനം നടത്തി. ഇടയ്ക്ക് ഓരോ കാലയളവിൽ അവരെ സി.റ്റി. സ്കാൻ പരിശോധനയ്ക്കു വിധേയമാക്കി. ആഴ്ചയിൽ 150 മിനിറ്റിൽ കുറവ് മിതമായ വ്യായാമം ചെയ്യുന്നവരുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തിയപ്പോൾ, 450 മിനിറ്റിൽ കൂടുതൽ തീവ്രമായ വ്യായാമമുറകളിലേർപ്പെട്ട വെളുത്ത വർഗക്കാരിൽ ഹൃദയധമനികളിലെ കാത്സ്യം 86 ശതമാനത്തിൽ കൂടുതലായി കണ്ടു. അതുപോലെ, അമിതവ്യായാമം ചെയ്തവരിൽ കൃത്യമല്ലാത്ത വേഗത്തിലുള്ള ഹൃദയസ്പന്ദനവും, ഹൃദയപേശിക്കുള്ള പരിക്കും വർധിച്ച തോതിൽ കണ്ടു. പ്രമേഹം, രക്താതിമർദം, പുകവലി തുടങ്ങിയ ആപത്ഘടകങ്ങളില്ലാത്തവരിലും ഈ പ്രതിഭാസം കണ്ടു. അപ്പോൾ ആഴ്ചയിൽ 450 മിനിറ്റിൽ കൂടുതൽ കഠിനവ്യായാമപദ്ധതികളിലേർപ്പെടുന്നവർക്കു പെട്ടെന്നുള്ള ഹാർട്ടറ്റാക്കും ഹൃദയസ്തംഭനവും സംഭവിക്കാനുള്ള സാധ്യത വളരെ ക്കൂടുതലാണെന്നു തെളിയുന്നു. നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തെ പറ്റാവുന്നതിലുമധികം ശക്തിയോടെ വലിച്ചിഴച്ചുകൊണ്ടുപോകുമ്പോൾ ഹൃദയം താങ്ങില്ലെന്നു സാരം.

ഇനി വ്യായാമവുമായി ബന്ധപ്പെടാതെ ചെറുപ്പക്കാരിൽ ഹാർട്ടറ്റാക്കിനുള്ള സാധ്യത പൊതുവേ ഏറുന്നതെന്തുകൊണ്ട്?

സാധാരണ മുതിർന്നവരിൽ കാണുന്ന പൊതുവായ ആപത്ഘടകങ്ങൾ ചെറുപ്പക്കാരിൽ കാണുന്നുണ്ടെങ്കിലും പ്രത്യേകമായി അവരെ ഹൃദയാഘാതത്തിലേക്കു തള്ളിവിടുന്ന പല നൂതനപ്രശ്നങ്ങളുമുണ്ട്. 40 വയസ്സിൽ താഴെ അറ്റാക്കു വരുന്നവരുടെ കണക്കു പരിശോധിച്ചാൽ 25 ശതമാനത്തിലധികം പേരും 20 നും 30 നും ഇടയിൽ പ്രായമുള്ളവരാണ്. പ്രമേഹം, അമിതരക്തസമ്മർദം, അമിതവണ്ണം, വർധിച്ച കൊളസ്ട്രോൾ തുടങ്ങിയ സാധാരണ എല്ലാവരിലും കാണുന്ന ആപത്ഘടകങ്ങൾക്കുപരിയായി ചെറുപ്പക്കാരിൽ പല ശീലങ്ങളും വിനയാകുന്നു. പുകവലി, പാരമ്പര്യപ്രവണത, കുടുംബങ്ങളിൽ കാണുന്ന വർധിച്ച കൊഴുപ്പുഘടകങ്ങൾ, വ്യായാമക്കുറവ്, വർധിച്ച മദ്യസേവ, ലഹരിവസ്തുക്കൾ, (ആംഫെറ്റാമൈനുകൾ, കൊക്കൈൻ, മെത്താംഫെറ്റാമൈൻ), മൊബൈൽ ഫോണുമായി ദീർഘനേരം അലസമായി ചടഞ്ഞിരിക്കുന്ന പ്രകൃതം, ഒടുങ്ങാത്ത സ്ട്രെസ്, അപഥ്യമായ ഭക്ഷണശൈലികൾ തുടങ്ങിയവ യുവാക്കളിൽ ഹൃദയാഘാതത്തിനു ഹേതുവാകുന്നു.

അമേരിക്കയിലെ യേൽ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ ഗവേഷകർ ചെറുപ്പക്കാരായ പുരുഷന്മാരെയും സ്ത്രീകളെയും ഉൾപ്പെടുത്തി നടത്തിയ പഠനഫലം ഇക്കഴിഞ്ഞ മേയ്മാസം ജാമ (JAMA) ജേർണലിൽ പ്രസിദ്ധീകൃതമായി. 2264 പേരെ ഉൾപ്പെടുത്തി നടത്തിയ ഗവേഷണത്തിൽ ഹൃദയാഘാതത്തിലേക്കു നയിച്ച അപകടസാധ്യതകൾ യുവാക്കളിലും യുവതികളിലും വ്യത്യസ്തമായി കണ്ടു. യുവതികളിലുണ്ടായ അറ്റാക്കിൽ 84 ശതമാനത്തിനും കാരണമായി കണ്ടത് പ്രമേഹം, വിഷാദരോഗം, പുകവലി, കുറഞ്ഞ കുടുംബവരുമാനം, പാരമ്പര്യം, വർധിച്ച കൊളസ്ട്രോൾ, രക്താതിമർദം എന്നിവയാണ്. ആർത്തവവിരാമത്തിനു മുമ്പ് സാധാരണമായി സ്ത്രീകൾക്കു ഹൃദയാഘാതമുണ്ടാകില്ല എന്നാണ് പരമ്പരാഗതമായ ശാസ്ത്രം. കാരണം, സ്ത്രീകളിലെ സ്ത്രൈണഹോർമോണുകളായ ഈസ്ട്രജനും മറ്റും നല്ല സാന്ദ്രത കൂടിയ എച്ച്.ഡി.എൽ. കൊളസ്ട്രോളിനെ വർധിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് ഹൃദ്രോഗസാധ്യതയിൽനിന്നു പരിരക്ഷിക്കുന്നു. ഈ പരിരക്ഷ ഗർഭധാരണത്തിനും കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിനുമൊക്കെയായി പ്രകൃതി അവർക്കു കനിഞ്ഞുനൽകിയിട്ടുള്ളതാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ സാധാരണമായി ഋതുവിരാമത്തിനുമുമ്പ് സ്ത്രീകൾക്കു ഹാർട്ടറ്റാക്കുണ്ടാകാറില്ല. എന്നാൽ, പ്രമേഹം, അമിതരക്തസമ്മർദം, പുകവലി, ഗർഭനിരോധനഗുളികകളുടെ ഉപയോഗം തുടങ്ങിയവ ഈ പരിരക്ഷ നൽകുന്നതിനു തടസ്സമുണ്ടാക്കുന്നു. യേൽ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ പഠനത്തിൽ ഹൃദയഘാതത്തിനു കാരണമായി യുവതികളിൽ പ്രമേഹവും വിഷാദരോഗവുമാണ് കണ്ടത്; അതുപോലെ യുവാക്കളിൽ പുകവലിയും പാരമ്പര്യജന്യമായ പ്രവണതകളും.

കാലം ചെല്ലുന്നതോടെ പരമ്പരാഗതമായ പല വൈദ്യസിദ്ധാന്തങ്ങളും തിരുത്തിയെഴുതപ്പെടുകയാണ്. ഹൃദയാഘാതവും അതേത്തുടർന്നുള്ള മരണവും സംഭവിക്കുന്ന ഏതാണ്ട് അമ്പതു ശതമാനം പേരിലും നേരത്തേ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നില്ല. അതുപോലെ, അറ്റാക്കുണ്ടാകുന്ന 40-50 ശതമാനത്തോളം പേരിലും സാധാരണ കാണാറുള്ള അപായഘടകങ്ങൾ ഉണ്ടാകാറില്ല. സാധാരണ നാം പറയാറുള്ള 'ഫിസിക്കൽ ഫിറ്റ്നസ്' എന്ന പ്രതിഭാസവും ഹൃദയാരോഗ്യവുമായി പറയത്തക്ക ബന്ധമില്ലെന്നോർക്കണം. അതായത്, ശാരീരിമായി 'ഫിറ്റ്' ആയ ഒരാൾക്ക് ഹൃദയാഘാതമുണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത ഒട്ടുമില്ല എന്ന ധാരണ തെറ്റാണ്. ചെറുപ്പക്കാരായ പുരുഷന്മാരിലും സ്ത്രീകളിലും മറ്റ് ആപത്ഘടകങ്ങൾ ഇല്ലെങ്കിലും അജ്ഞാതകാരണങ്ങളാൽ കൊഴുപ്പുനിക്ഷേപം (പ്ലാക്ക്) ഉണ്ടാകുന്നു. ഹൃദ്രോഗത്തിലേക്കു നയിക്കുന്ന പുതിയ ട്രിഗറുകളെ കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത പ്രസക്തമാകുന്നു. കൊറോണറികളിൽ ഗുരുതരമായ ബ്ലോക്കില്ലാതെ അറ്റാക്കുണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥയെ 'മിനോക്ക' എന്നു വിളിക്കുന്നു. 5-6 ശതമാനം പേരിൽ ഇപ്രകാരം ഹൃദയാഘാതമുണ്ടാകുന്നു. ചെറുപ്പക്കാരിൽ ഇതിനുള്ള കാരണങ്ങൾ പലതാണ് - താത്കാലികമായ ചെറിയ ബ്ലോക്കുകളും രക്തക്കട്ടകളും ഉണ്ടാകുന്നു, മൈക്രോവാസ്കുലർ രോഗം, തീവ്രമായ സ്ട്രെസ് കൊണ്ടു ധമനികൾ ചുരുങ്ങുകയും അവ വിണ്ടുകീറുകയും (ഡൈസെക്ഷൻ) ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥ. ഇത്തരം രോഗികളിൽ ആൻജിയോഗ്രാഫി ചെയ്താൽ അമ്പതു ശതമാനത്തിൽ കുറഞ്ഞ അപ്രധാന ബ്ലോക്കുകൾമാത്രം കാണപ്പെടുന്നു. ആൻജിയോപ്ലാസ്റ്റി ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യം വരുന്നില്ല. ഹൃദ്രോഗമുണ്ടാകുന്നതിൽ ജീനുകളുടെ സ്വാധീനം ഇന്നു പരക്കെ ചർച്ച ചെയ്യപ്പെടുന്നുണ്ട്. ജീനുകളുടെ ശക്തി ഏറിക്കണ്ടരിൽ ഹൃദ്രോഗസാധ്യത 91 ശതമാനം ഉയർന്നു കണ്ടു. ജീനുകളുടെ സ്വാധീനത്തോടൊപ്പം ആപത്ഘടകങ്ങളും ഏറിയാൽ സംഗതി ഗുരുതരം. തോക്കു നിറയ്ക്കുന്നതു ജീനുകളാണ്, കാഞ്ചി വലിക്കുന്നത് അപകടഘടകങ്ങളും. ഹൃദയത്തിന്റെ വില്ലനായ കൊളസ്ട്രോൾ അറ്റാക്കുണ്ടാകുന്ന 40-50 ശതമാനം പേരിലും വർധിച്ചുകാണുന്നില്ലെന്നോർക്കണം. ഹൃദയാഘാതമുണ്ടാകുന്നത് ശാരീരിക മാനസിക-ജനിതകഘടകങ്ങളുടെ ഉദ്ദീപനപ്രക്രിയയിലെ അവസാന അധ്യായമായിട്ടാണ്. ■

രോഗം മറച്ചുവച്ചു ദന്തചികിത്സകനെ പിഴപ്പിക്കരുതേ!

ഡോ. ജോർജ് വർഗീസ് കുന്തറ

ദന്തചികിത്സ താരതമ്യേന സുരക്ഷിതമാണെങ്കിലും ദന്തചികിത്സയെത്തുടർന്നുണ്ടാകുന്ന സങ്കീർണതയും അപൂർവമായി സംഭവിക്കുന്ന മരണങ്ങളും ദന്തചികിത്സാമേഖലയ്ക്കു മൊത്തത്തിൽ ദുഷ്പേരുണ്ടാക്കുകയും കളങ്കം ചാർത്തുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്.

കഴിഞ്ഞ മൂന്നു മാസത്തിനുള്ളിൽ ദന്തചികിത്സയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു പത്രമാധ്യമങ്ങളിൽ വന്ന രണ്ടു വാർത്തകളാണ് ഈ ലേഖനത്തിനാധാരം. ആദ്യത്തേതു കേരളത്തിലാണു സംഭവിച്ചത്. രണ്ടാമത്തേത് ഹൈദ്രബാദിലും. മൂന്നര വയസ്സുള്ള കുട്ടിക്കു ബോധം മയക്കിയുള്ള ദന്തചികിത്സയെത്തുടർന്ന് ശസ്ത്രക്രിയാനന്തരവേളയിൽ നില വഷളാകുകയും തുടർന്നു മരണപ്പെടുകയും ചെയ്ത സംഭവമാണു കേരളത്തിലേത്. ഹൈദ്രബാദിൽ നടന്ന സംഭവം, കല്യാണത്തിനുമുമ്പായി ദന്തചികിത്സയ്ക്കു പോയ യുവാവിനുണ്ടായ ദാരുണാന്ത്യമാണ്. ലോക്കൽ അനസ്തീഷ്യയ്ക്കുശേഷം (കുത്തിവച്ചു മരവിപ്പിച്ചിട്ടുള്ള ചികിത്സ). ഈ കേസുകളുടെ വിശദാംശങ്ങളിലേക്കു കടക്കാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല; മറിച്ച്, ദന്തചികിത്സകൻ മാത്രമാണോ ഇത്തരം ദുരന്തങ്ങൾക്ക് ഉത്തരവാദി എന്നുമാത്രമേ ഇവിടെ വിശകലനം ചെയ്യുന്നുള്ളൂ.

ദന്തചികിത്സയ്ക്കു പോകുന്ന പലർക്കും ഡോക്ടറോടു തന്റെ മറ്റ് ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളോ രോഗങ്ങളോ പറയേണ്ടാ എന്ന ചിന്താഗതിയാണ്. ദന്തഡോക്ടർമാർ മറ്റു രോഗവിവരങ്ങൾ അന്വേഷിച്ചാൽപ്പോലും മറച്ചുവയ്ക്കാനുള്ള പ്രവണതയാണ് സാധാരണ കാണാറുള്ളത്. ഇതുമൂലം ദന്തചികിത്സയ്ക്കിടയിൽ പല സങ്കീർണതകളും മരുന്നുകൾമൂലമുള്ള പാർശ്വഫലങ്ങളും സംഭവിക്കാറുണ്ട്.

കുറച്ചുനാൾമുമ്പ്, അറുപതു വയസ്സു കഴിഞ്ഞ ജോസഫ് എന്നെ സമീപിച്ചത് മേൽത്താടിയിലെ ഒരണപ്പല്ല് എടുത്തുകളയാനാണ്. പരിശോധനയിൽ പല്ല് ഒടിഞ്ഞിരിക്കുന്നതായാണു കണ്ടത്. രോഗവിവരം തിരക്കിയപ്പോൾ മറ്റ് ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ ഒന്നുമില്ലെന്നു തറപ്പിച്ചുപറഞ്ഞു. ഒടിഞ്ഞപല്ലിനെക്കുറിച്ചു കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കാൻ എക്സറേ പരിശോധനയും നടത്തുകയുണ്ടായി. തുടർന്ന് പല്ലെടുത്തതിനുശേഷം സ്റ്റിച്ചിട്ടു വേണ്ട മരുന്നുകളും കുറിച്ചു രോഗിയെ പറഞ്ഞയച്ചു. എല്ലാം ഭംഗിയായി കലാശിച്ചു എന്നാണു കരുതിയത്. എന്നാൽ, പിറ്റേന്നു രാവിലെ ആശുപത്രിയിൽപോകാൻ തയ്യാറായിക്കൊണ്ടിരുന്ന എനിക്ക് ഒരു ഫോൺ കോൾ.

"ഇതു ഞാനാണ് മോളി, ഇന്നലെ പല്ലെടുത്ത ജോസഫിന്റെ ഭാര്യ. ഡോക്ടറെ അടിയന്തരമായി ഞങ്ങൾക്കു കാണണം"

"എന്തു പറ്റി, ജോസഫിന്?"

''ഇന്നലെ പല്ലെടുത്തതിനുശേഷം ഇതുവരെ രക്തം നിലച്ചിട്ടില്ല. കിടക്കാൻ പോകുന്ന സമയം മുതൽ തുടങ്ങിയ രക്തസ്രാവമാണ്. ഇപ്പോഴും കുറേശ്ശെ തുടരുന്നു."

ഈ വിവരം എന്നെ അദ്ഭുതപ്പെടുത്തി.

അരമണിക്കൂറിനുള്ളിൽ ജോസഫും ഭാര്യയും ഒരു യുവാവും ക്ലിനിക്കിലെത്തി.

ജോസഫിന്റെ വായ്തുറന്നു പരിശോധിച്ചു. കുറേശ്ശെ രക്തം വരുന്നുണ്ട്. സ്റ്റിച്ചിട്ടതിന്റെ തകരാറൊന്നുമില്ല. മറ്റ് അസുഖങ്ങളൊന്നുമില്ലെന്നാണു പറഞ്ഞിരുന്നതെങ്കിലും ഒന്നുകൂടി സ്ഥിരീകരിക്കാനായി ഞാൻ ചോദിച്ചു:

"രക്തസമ്മർദത്തിന്റെ അസുഖമുണ്ടോ?"

"ഉണ്ട്."

"എന്താണു നേരത്തേ അത് എന്നോടു പറയാതിരുന്നത്?"

''മരുന്നു കഴിക്കുന്നുണ്ട്. ബി.പി. ഇപ്പോൾ നോർമൽ ആയതുകൊണ്ടാണു പറയാതിരുന്നത്."

വിശദമായ സംസാരത്തിൽനിന്ന് രണ്ടുവർഷം മുമ്പ് അദ്ദേഹത്തിനു ബൈപ്പാസ് സർജറി നടത്തിയിരുന്നുവെന്നും രക്തം കട്ടപിടിക്കാതിരിക്കാനുള്ള ആസ്പിരിൻ ഉൾപ്പെടെ എട്ടോളം മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നുണ്ടെന്നും മനസ്സിലായി.

തുടർന്ന്, അവർ തന്ന ഫോൺനമ്പറിൽ ജോസഫിനെ ചികിത്സിക്കുന്ന കാർഡിയോളജിസ്റ്റുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭിപ്രായമനുസരിച്ച് ആസ്പിരിൻഗുളിക നാലു ദിവസത്തേക്കു നിർത്താൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു. കൂടാതെ, രക്തം വരാതിരിക്കാൻ പഞ്ഞിയിൽ ഒഴിച്ചു കടിച്ചുപിടിക്കാനുള്ള മരുന്നും കുറിച്ചുകൊടുത്തു. പിന്നീടു രക്തസ്രാവം ഒന്നുമുണ്ടായില്ലെന്ന് ഒരാഴ്ച കഴിഞ്ഞു സ്റ്റിച്ചു നീക്കംചെയ്യാൻ വന്നപ്പോൾ അവരെന്നോടു പറഞ്ഞു.

ശാരീരികരോഗവിവരങ്ങൾ നേരത്തേതന്നെ ദന്തഡോക്ടറെ ധരിപ്പിച്ചാൽ ആവശ്യമുള്ള മുൻകരുതലുകൾ ഡോക്ടർ സ്വീകരിക്കും. ചിലപ്പോൾ ചികിത്സിക്കുന്ന മെഡിക്കൽഡോക്റുടെ 'ഫിറ്റ്നസ് സർട്ടിഫിക്കറ്റ്' ദന്തചികിത്സയ്ക്കുമുമ്പ് ഹാജരാക്കാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടേക്കാം. ഇതെല്ലം രോഗിയുടെ സുരക്ഷിതത്വത്തിനുവേണ്ടിയാണ്.

താഴെപ്പറയുന്ന രോഗമുള്ളവർ ചികിത്സയ്ക്കുമുമ്പായി തന്റെ രോഗവിവരങ്ങൾ ദന്തചികിത്സകനെ ധരിപ്പിക്കണം.

- ഹൃദ്രോഗമുള്ളവർ: ഹാർട്ട്അറ്റാക്ക്, ബൈപ്പാസ്സ് സർജറി, ആൻജിയോപ്ലാസ്റ്റി മുതലായവ കഴിഞ്ഞവർ. ഇവർ 6 മാസം കഴിഞ്ഞുമാത്രമേ പല്ലെടുക്കാവൂ.
- ഹൃദയത്തിന്റെ വാൽവിൽ തകരാറുള്ളവരും വാൽവു മാറ്റിവച്ചവരും.
- വാതപ്പനി(റുമാറ്റിക്ഫീവർ) വന്നിട്ടുള്ളവർ
- രക്തസമ്മർദമുള്ളവർ, പ്രമേഹരോഗികൾ
- മരുന്നിനോട് അലർജിയുള്ളവർ
- ഗർഭിണികൾ
- മുറിവുണ്ടായാൽ രക്തം നിലയ്ക്കാൻ താമസമുള്ള അസുഖമുള്ളവർ ഉദാ. ഹീമോഫീലിയ, ക്രിസ്മസ് ഡിസീസ്.
- ക്യാൻസർ ബാധിച്ചവർ: കീമോതെറാപ്പിയോ, റേഡിയേഷൻ ചികിത്സയോ ലഭിച്ചവർ
- തൈറോയ്ഡ് രോഗമുള്ളവർ
- അവയവങ്ങൾ മാറ്റിവച്ചവർ. ഉദാ: ഹൃദയം, കിഡ്നി, കരൾ എന്നിവ മാറ്റിവച്ചവർ
- ചുഴലിദീനമുള്ളവർ
- ദീർഘനാളുകളായി 'സ്റ്റീറോയ്ഡ്' മരുന്നുകൾ കഴിച്ചവർ. ഉദാ: വിട്ടുമാറാത്ത ത്വഗ്രോഗത്തിനു ചികിത്സിച്ചവർ.
- മാനസികരോഗമുള്ളവർ
- 'സ്ട്രോക്' വന്നിട്ടുള്ളവർ. ഉദാ: തളർവാതരോഗികൾ

ദന്തചികിത്സയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട രോഗങ്ങളിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ടവയും, സാധാരണ കണ്ടുവരുന്നതുമായ രോഗങ്ങൾമാത്രമേ മുകളിലെ ലിസ്റ്റിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ളൂ. ലിസ്റ്റു പൂർണമല്ല.

ഏതെല്ലാം ശാരീരികരോഗമുള്ളവർക്കാണ് ദന്തൽക്ലിനിക്കിൽ ചികിത്സിക്കാവുന്നത്?

1. നല്ല ആരോഗ്യമുള്ളവർ (മറ്റ് ഒരു രോഗവും ഇല്ലാത്തവർ). ചികിത്സയ്ക്കിടയിൽ സങ്കീർണതകൾ വരാൻ സാധ്യത വളരെ കുറവാണ്.
2. നേരിയ ആരോഗ്യപ്രശ്നമുള്ളവർ – ഉദാ. മരുന്നുകൊണ്ട് പ്രമേഹം, രക്തസമ്മർദം മുതലായവ നിയന്ത്രിക്കാൻ സാധിച്ചവർ. ആൻജിയോപ്ലാസ്റ്റിക്കു ശേഷം മുടങ്ങാതെ മരുന്നു കഴിക്കുന്നവർ. ചികിത്സയോടനുബന്ധിച്ച് സങ്കീർണതകൾ വരാൻ സാധ്യത അല്പമുണ്ട്.
3. ഗുരുതരരോഗമുള്ളവർ. ഉദാ: ആഴ്ചയിൽ മൂന്നു വീതം ഡയാലിസിസ് നടത്തുന്നവർ, കിഡ്നി /കരൾ മുതലായവ മാറ്റിവച്ചവർ, മറ്റു ഗുരുതരരോഗമുള്ളവർ. ചികിത്സയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ഇവരിൽ സങ്കീർണതകൾ വരാൻ സാധ്യത കൂടുതലാണ്. ഇവർ ഒ.പി. രോഗികളായി എല്ലാ സജ്ജീകരണങ്ങളുമുള്ള ആശുപത്രിയിൽ ചികിത്സ തേടുന്നതാണു നല്ലത്. അത്യാവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽമാത്രം അഡ്മിറ്റായാൽമതി.
4. അതീവ ഗുരുതരരോഗമുള്ളവർ. ഇവർ ആശുപത്രിൽ കിടക്കുന്നവരായിരിക്കും. വളരെ അത്യാവശ്യസാഹചര്യങ്ങളിൽമാത്രം, ചികിത്സിക്കുന്ന ഡോക്ടറുടെ അനുവാദത്തോടെ ഒ.പിയിൽവച്ചോ, ഓപ്പറേഷൻ തിയറ്ററിൽവച്ചോ ഏറ്റവും എമർജൻസിയുള്ള ദന്തചികിത്സമാത്രം നൽകാം.
5. മരണാസന്നരായി കിടക്കുന്നവർ

നേരത്തേ സൂചിപ്പിച്ചതുപോലെ ഗുരുതരാവസ്ഥയിലല്ലാത്ത രോഗികൾക്ക് സാധാരണ ദന്തൽ ക്ലിനിക്കുകളിൽ ദന്തചികിത്സ സ്വീകരിക്കാം. അവർക്കുണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുള്ള എല്ലാ എമർജൻസികളെയും നേരിടാൻ ദന്തഡോക്ടറും സഹായികളും പരിശീലനം ലഭിച്ചവരാണ്. എന്നാൽ, അല്ലാത്തവർ ആശുപത്രിയിലെ ദന്തവിഭാഗത്തിൽ ചികിത്സ തേടുന്നതാണ് ഉത്തമം. കാരണം, എന്തെങ്കിലും എമർജൻസി വന്നാൽ ദന്തൽ ക്ലിനിക്കുകളെ അപേക്ഷിച്ച് കുറേക്കൂടി വിപുലമായ സജ്ജീകരണങ്ങൾ അവിടെയുണ്ടാകും.

ദീപനാളം
കലാ സാംസ്കാരിക ദേശീയ വാരിക

ചീഫ് എഡിറ്റർ &
മാനേജിങ് ഡയറക്ടർ : ഫാ. കുര്യൻ തടത്തിൽ
അസി. മാനേജർ : ഫാ. മാത്യു തെന്നാട്ടിൽ

മുൻപിലും പിൻപിലും അവിടുന്ന് എനിക്ക് കാവൽ നിൽക്കുന്നു; അവിടുത്തെ കരം എന്റെ മേലുണ്ട്.

സങ്കീർത്തനങ്ങൾ 139:5

എഡിറ്റോറിയൽ

ക്രൈസ്തവജനത ആരുടെയും അടിമകളല്ല

പോയവാരം കേരളത്തിലെ ക്രൈസ്തവജനത, പ്രത്യേകിച്ച് കത്തോലിക്കാസഭയും സമുദായവും സമരമുഖത്തായിരുന്നു. വന്യമൃഗാക്രമണങ്ങൾക്കെതിരേയാണ് മലയോരമക്കൾ വിവിധ രൂപതകളുടെ നേതൃത്വത്തിൽ തെരുവിലിറങ്ങാൻ നിർബന്ധിതരായത്. കർഷകമക്കളുടെ കൂട്ടപ്പോർവിളികൾക്കു ജാതിയുടെയോ മതത്തിന്റേയോ നിറമില്ലായിരുന്നു. ഹൃദയത്തിൽനിന്നുയർന്ന മുറവിളികൾക്കും മുന്നേറ്റങ്ങൾക്കും ഒരൊറ്റ സ്വരമായിരുന്നു. ഉറ്റവരും ഉടയവരും നഷ്ടപ്പെട്ടതിന്റെ നൊമ്പരമാണു പ്രതിഷേധാഗ്നിയായി അവിടങ്ങളിൽ ആളിക്കത്തിയത്.

കാട്ടുമൃഗങ്ങളുടെ സൈ്വരവിഹാരമാണ് മലനാട്ടിലെ വനാതിർത്തികളിൽ മനുഷ്യരെ ഭീതിയുടെ മുൾമുനയിൽ നിർത്തിയതെങ്കിൽ, ഇവിടെ ഇടനാട്ടിൽ, കൃത്യമായി പറഞ്ഞാൽ കോട്ടയം ജില്ലയിലെ പൂഞ്ഞാറിലാകട്ടെ 'മനുഷ്യമൃഗ'ങ്ങളുടെ കൂട്ടവിളയാട്ടമായിരുന്നു. പാലാ രൂപതയിലെ പൂഞ്ഞാർ സെന്റ് മേരീസ് ഫൊറോനപ്പള്ളിയിൽ ഫെബ്രുവരി 23 വെള്ളിയാഴ്ച ആരാധന നടക്കുന്നതിനിടെയാണ് പള്ളിമൈതാനത്ത് കാറുകളിലും ബൈക്കുകളിലുമായെത്തിയ ഒരുകൂട്ടം ചെറുപ്പക്കാർ കലാപാന്തരീക്ഷം സൃഷ്ടിച്ചത്. ആരാധനയ്ക്കു തടസ്സമുണ്ടാക്കരുതെന്നും പിരിഞ്ഞുപോകണമെന്നും പറഞ്ഞ അസിസ്റ്റന്റ് വികാരിയെ വാഹനമിടിപ്പിച്ച് അപായപ്പെടുത്താൻ ശ്രമിച്ച സംഭവം കേരളക്കരയിൽ സമാനതകളില്ലാത്തതാണ്. നിന്ദ്യവും ക്രൂരവുമായ ഈ പൈശാചിക കൃത്യത്തിനെതിരേയാണ് പാലാ രൂപതയിലെ സകല പള്ളികളിലുമെന്നല്ല, സമീപരൂപതകളിലും കേരളം മുഴുവനും പ്രതിഷേധത്തിന്റെ അഗ്നിജ്ജ്വാലകളുയർന്നത്.

പക്ഷേ, ദിവസങ്ങൾ പിന്നിട്ടിട്ടും വിശ്വാസികൾക്ക് ആശങ്കകൾ വിട്ടൊഴിയുന്നില്ല. ഉത്തരം കിട്ടാതെ കുറെയേറെ ചോദ്യങ്ങൾ അന്തരീക്ഷത്തിൽ മുഴങ്ങുന്നു. സംശയങ്ങളും ദുരൂഹതകളും ദിനംപ്രതി പെരുകുന്നു. അറസ്റ്റു ചെയ്യപ്പെട്ടുവെന്നു പറയുന്ന ക്രിമിനലുകളെവിടെ? അവരുടെ പേരുവിവരങ്ങൾ പൊലീസ് ഒളിച്ചുവച്ചിരിക്കുന്നത് ഏതു രാഷ്ട്രീയയജമാനന്റെ/ യജമാനന്മാരുടെ ആജ്ഞപ്രകാരമാണ്? ആരുടെ രാജകല്പനപ്രകാരമാണെങ്കിലും പ്രതികളെ നിയമത്തിനുമുമ്പിൽ കൊണ്ടുവരണമെന്നും മാതൃകാപരമായി ശിക്ഷിക്കണമെന്നുമാണ് സഭ ഒന്നടങ്കം പറയുന്നത്. കുറ്റവാളികളെ മതത്തിന്റെയോ രാഷ്ട്രീയത്തിന്റെയോ നിറംനോക്കി സംരക്ഷിക്കാൻ മുതിരുന്നതു വച്ചുപൊറുപ്പിക്കാനാവില്ല. സമാധാനപരമായ മതാന്തരീക്ഷത്തെ കലാപഭൂമിയാക്കുന്നവർ ആരായാലും, അവരെ പൊതിഞ്ഞുസംരക്ഷിക്കുന്നവർ ഏത് ഉന്നതന്മാരായാലും അവരെയും മറനീക്കി പുറത്തുകൊണ്ടുവരേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. പൂഞ്ഞാർ പ്രദേശത്ത് പള്ളിയെയും കുരിശിനെയും സൺഡേ സ്കൂൾ കുട്ടികളെയും അവഹേളിക്കുന്നതും ആക്രമിക്കുന്നതും ആദ്യത്തേതല്ലാത്തതിനാൽ ഇനി ഒരു ഒളിച്ചുകളിക്കും ഒത്തുതീർപ്പിനും ഇടവകക്കാർ ഒരുക്കമല്ല.

2020 ൽ പൂഞ്ഞാർ പള്ളിയുടെ ഉടമസ്ഥതയിലുള്ള പുല്ലുപാറയിൽ ഫോട്ടോയെടുക്കാനെന്ന വ്യാജേന കുരിശിന്റെ മുകളിൽ കയറി കുരിശിനെ അവഹേളിച്ച സംഭവവും ആരും മറന്നിട്ടില്ല. 'പ്രായപൂർത്തിയാകാത്തവരുടെ പിള്ളേരുകളി'യായി അതും അതിനുമുമ്പുണ്ടായ സമാനസ്വഭാവമുള്ള പ്രവൃത്തികളും നിസ്സാരവത്കരിച്ച് ഒത്തുതീർപ്പിലെത്തിക്കാൻ കുറെയധികം ആളുകൾ മത്സരിച്ചതും ആരും മറന്നിട്ടുണ്ടാവില്ല. അർഥമില്ലാത്തതോ ആത്മാർഥതയില്ലാത്തതോ ആയ ഇത്തരം ഒത്തുതീർപ്പുനാടകങ്ങളിലൂടെ യഥാർഥപ്രശ്നത്തെ തമസ്കരിക്കാനോ അതിൽനിന്നു തലയൂരാനോ ഇനിയും ആരും മുതിരരുതെന്നാണ് പൂഞ്ഞാറുകാരുടെ ആവശ്യം.

പൂഞ്ഞാർ വിഷയത്തിൽ, മനഃസാക്ഷിയുള്ള ഏതൊരാളുടെയും ഉള്ളു പൊള്ളിയെങ്കിലും, കത്തോലിക്കാസമുദായമൊന്നാകെ സടകുടഞ്ഞെണീറ്റുവെന്നത് കേരളസമൂഹം തിരിച്ചറിയേണ്ടതുണ്ട്. ക്രൈസ്തവർ നിസ്സംഗത വെടിഞ്ഞു പ്രതികരണശേഷിയുള്ളവരായിരിക്കുന്നു. സ്വത്വബോധം തിരിച്ചറിഞ്ഞ കത്തോലിക്കർ അവന്റെ സഭയെക്കുറിച്ചും സമുദായത്തെക്കുറിച്ചും അവരുടെ ശക്തിയെക്കുറിച്ചും ആവേശത്തോടെ ചിന്തിച്ചുതുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. നാളിന്നോളം വിദ്യാഭ്യാസ, ആതുരശുശ്രൂഷാമേഖലകളിൽ ക്രൈസ്തവർ ഈ രാജ്യത്തിനു നല്കിയ ചരിത്രപരമായ സംഭാവനകളെക്കുറിച്ച് ഊറ്റംകൊണ്ടു തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. വൈദികരെയും സന്ന്യസ്തരെയും പള്ളികളെയും സ്ഥാപനങ്ങളെയും സ്വത്തുക്കളെയുമെല്ലാം സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് തങ്ങളുടെ കടമയാണെന്ന സഭാത്മകബോധത്തിലേക്ക് അവർ വളർന്നിരിക്കുന്നു. ക്രൈസ്തവരുടെ മതസ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെയും ആരാധനാവകാശങ്ങളുടെയുംമേലുള്ള കടന്നുകയറ്റങ്ങളെ നിസ്സാരവത്കരിച്ചു കാണാനാവില്ലെന്ന് ഉത്തരവാദിത്വബോധത്തോടെ കത്തോലിക്കാസമുദായം ഒന്നടങ്കം പറഞ്ഞുതുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

കേരളത്തിൽ ഇന്നു നടക്കുന്ന മതമർദനം ശരീരത്തിന്റെ മേലല്ല, ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിലാണ്. അവസരവാദങ്ങളും പ്രീണന, പീഡനതന്ത്രങ്ങളും വോട്ടുബാങ്കു ലക്ഷ്യംവച്ചുള്ള രാഷ്ട്രീയക്കാരുടെ അടവുനയങ്ങളാണ്. ക്രൈസ്തവന്റെ മടിത്തട്ടിലിരുന്നു വോട്ടുചോദിക്കുകയും അധികാരം കൈക്കലാക്കി അവസരം വരുമ്പോൾ അവനെ വളഞ്ഞിട്ടാക്രമിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന മുതലെടുപ്പുരാഷ്ട്രീയത്തെ തിരിച്ചറിയാനുള്ള ബുദ്ധിയും വിവേകവും ഇവിടുത്തെ ക്രൈസ്തവസമൂഹത്തിനുണ്ടെന്ന് എല്ലാവരും ഓർത്തിരുന്നാൽ നന്ന്.

പാലാ മാർ സ്ലീവാ മെഡിസിറ്റിയിൽ

മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ച് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു

പാലാ: ചികിത്സയ്ക്കൊപ്പം അധ്യാപനം, ഗവേഷണം എന്നിവകൂടി നടത്തുന്ന പാലാ മാർ സ്ലീവാ മെഡിസിറ്റി ചുരുങ്ങിയ കാലത്തിനുള്ളിൽ മെഡിക്കൽ കോളജ് എന്ന ലക്ഷ്യത്തിലേക്കു മുന്നേറുകയാണെന്ന് മന്ത്രി വി.എൻ. വാസവൻ. മാർ സ്ലീവാ മെഡിസിറ്റിയിൽ മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ചിന്റെ ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിക്കുകയായിരുന്നു മന്ത്രി. മധ്യതിരുവിതാംകൂറിലെ ഏറ്റവും ശ്രദ്ധേയമായ ആതുരശുശ്രൂഷാകേന്ദ്രമായി കുറഞ്ഞകാലംകൊണ്ട് പാലാ മാർ സ്ലീവാ മെഡിസിറ്റിക്കു മാറാൻ സാധിച്ചതായും മന്ത്രി വി.എൻ.വാസവൻ പറഞ്ഞു.

ആരോഗ്യവിദ്യാഭ്യാസമേഖലയിൽ സമൂഹത്തിനു കുതിപ്പു പകരാൻ മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ച് ഉപകരിക്കുമെന്ന് അധ്യക്ഷത വഹിച്ച പാലാ രൂപത ബിഷപ് മാർ ജോസഫ് കല്ലറങ്ങാട്ട് പറഞ്ഞു. മെഡിക്കൽ ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസം നേടാൻ നേരത്തേ വിദേശരാജ്യങ്ങളിലേക്കു പോകേണ്ട സാഹചര്യമുണ്ടായിരുന്നു. ഡിഎൻബി കോഴ്സുകളും പി.ജി, ഡിഗ്രി കോഴ്സുകളും ഉൾപ്പെടെ ആരോഗ്യമേഖലയിൽ ഏറെ പ്രയോജനപ്പെടുന്ന കോഴ്സുകൾ മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ചിൽ ആരംഭിക്കാൻ സാധിക്കുന്നതിൽ ഏറെ അഭിമാനമുണ്ടെന്നും ബിഷപ് പറഞ്ഞു.

മെഡിക്കൽ കോളജ് എന്ന ലക്ഷ്യത്തിലേക്കുള്ള സുപ്രധാനചുവടുവയ്പായി മാറുകയാണ് ഗവേഷണത്തിനുകൂടി പ്രാധാന്യം നൽകുന്ന മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ചിന്റെ പ്രവർത്തനമെന്ന് ആശുപത്രി മാനേജിങ് ഡയറക്ടർ മോൺ. ഡോ. ജോസഫ് കണിയോടിക്കൽ പറഞ്ഞു.

പാലാ മാർ സ്ലീവാ മെഡിസിറ്റിയിൽ മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ചിന്റെ ഉദ്ഘാടനം മന്ത്രി വി. എൻ. വാസവൻ നിർവഹിക്കുന്നു. പാലാ രൂപത ബിഷപ് മാർ ജോസഫ് കല്ലറങ്ങാട്ട്, ആശുപത്രി മാനേജിങ് ഡയറക്ടർ മോൺ. ഡോ. ജോസഫ് കണിയോടിക്കൽ, അക്കാഡമിക്സ് സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ് ഡോ. പി. ടി. തോമസ്, ചീഫ് ഓഫ് മെഡിക്കൽ സർവീസസ് എയർ കോമഡോർ ഡോ. പോളിൻ ബാബു എന്നിവർ സമീപം.

ഡോക്ടർമാർക്കായി നാഷനൽ ബോർഡിന്റെ ഡിഎൻബി കോഴ്സുകളിൽ വിവിധ വകുപ്പുകളിൽ 16 സീറ്റുകളും പോസ്റ്റ് ഡോക്ടറൽ ഫെലോഷിപ്പിൽ രണ്ടു സീറ്റുകളും, ഫെലോഷിപ്പിനും മറ്റു സർട്ടിഫിക്കറ്റ് കോഴ്സിനും മൂന്നു സീറ്റുകളും മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ചിൽ ഉണ്ട്. കൂടാതെ, വിദ്യാർഥികൾക്കായി ഒരു പി.ജി.കോഴ്സും, ആറു ഡിഗ്രി കോഴ്സുകളും, രണ്ടു സർട്ടിഫിക്കറ്റ് കോഴ്സുകളും ഉണ്ട്.

അക്കാഡമിക്സ് സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ് ഡോ. പി.ടി. തോമസ് മാർ സ്ലീവാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഹെൽത്ത് സയൻസ് ആൻഡ് റിസർച്ചിന്റെ പ്രവർത്തനം വിശദീകരിച്ചു. ചീഫ് ഓഫ് മെഡിക്കൽ സർവീസസ് എയർ കോമഡോർ ഡോ. പോളിൻ ബാബു, അക്കാഡമിക്സ് അസി. ജനറൽ മാനേജർ ഡോ. മനോജ് എം.ടി. എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

ഇനി, പരീക്ഷയുടെ നാളുകൾ

പരീക്ഷക്കാലം – 3

ഡോ. ജോർജ് കളപ്പുര

ഫൈനൽ പരീക്ഷയോടനുബന്ധിച്ച് എന്തെല്ലാം കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കണം? ഈ നാളുകളിലെ പഠനരീതി എങ്ങനെ ആയിരിക്കണം? പരീക്ഷയ്ക്കു മുമ്പുള്ള നാളുകളിൽ പഠിച്ചതു പോലെയാണോ ഇനി പഠിക്കേണ്ടത്? ഇക്കാര്യങ്ങളാണ് നാം ഇനി ശ്രദ്ധിക്കുന്നത്.

1. പഠനരീതി
2. ടൈം മാനേജ്മെന്റ്
3. പരീക്ഷ എഴുതുമ്പോൾ
4. ആത്മവിശ്വാസം
5. വ്യക്തമായ പ്ലാനിങ്

1. പരീക്ഷാദിവസങ്ങളിലെ പഠനരീതി

പരീക്ഷയ്ക്കുവേണ്ടിയാണ് ശരിക്കും നാം ഇതുവരെ പഠിച്ചത്. അതായത്, പരീക്ഷയിൽ നല്ല മാർക്കു നേടുക. ഉയർന്ന ക്ലാസിലേക്കു കടക്കുക. ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസം നടത്തുക. ജീവിതത്തിൽ ഒരു വഴിത്തിരിവ് ഉണ്ടാവുക. ഉന്നതസ്ഥാനത്ത് എത്തിച്ചേരുക. ജീവിതം വിജയകരമാക്കുക. ഇതെല്ലാം മനസ്സിലുണ്ടായിരുന്നു. ഈ തിരിച്ചറിവ് പഠനത്തിൽ നമ്മെ ആവേശം കൊള്ളിച്ചിരുന്നു.

പരീക്ഷയ്ക്കു മുമ്പുള്ള ഈ പഠനരീതി അല്ല ഇനി വേണ്ടത്. പരീക്ഷയുടെ സമയത്ത് ശരിയായി ഉത്തരപ്പേപ്പറിൽ എഴുതിവയ്ക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെയുള്ള പഠനരീതിയാണ് അവലംബിക്കേണ്ടത്. അതിനു താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കാവുന്നതാണ്:

- പരീക്ഷയുടെ തലേദിവസം പിറ്റേ ദിവസത്തെ വിഷയം മാത്രം വായിക്കുകയും പഠിക്കുകയും ചെയ്യുക.
- ഇനി, വിശദപഠനത്തിനു സമയം ഇല്ല. പ്രധാനപ്പെട്ട പോയിന്റുകൾമാത്രം പഠിക്കുക.
- പഠിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ പരീക്ഷയുടെ സമയത്ത് ഉത്തരപ്പേപ്പറിൽ എഴുതും എന്ന നിശ്ചയത്തോടെ പഠിക്കുക.
- വായിക്കുന്ന ഭാഗങ്ങൾ നല്ല വേഗത്തിൽ വായിച്ചു പഠിക്കുക.

ആവർത്തനവും എഴുത്തും

പരീക്ഷയ്ക്കു തൊട്ടുമുമ്പുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ ആവർത്തിച്ചു പഠിക്കേണ്ടതിന്റെ പ്രാധാന്യം വിശദീകരിച്ചിരുന്നല്ലോ.

- പരീക്ഷയ്ക്കു തൊട്ടുമുമ്പുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ പുസ്തകം പഠിച്ചപ്പോൾ അടയാളപ്പെടുത്തിവച്ചിരുന്ന ഭാഗങ്ങൾ ആവർത്തിച്ചു പഠിക്കണം.
- ഇങ്ങനെ പഠിച്ച കാര്യങ്ങൾ ഒരു റഫ് ബുക്കിൽ എഴുതുകയും തെറ്റുകൾ വരുന്നതു കണ്ടെത്തുകയും അവ ശരിയാക്കുകയും ചെയ്യണം.
- നിർവചനങ്ങൾ, ഫോർമുലകൾ, പേരുകൾ, സാങ്കേതികപദങ്ങൾ, വർഷങ്ങൾ, തീയതികൾ തുടങ്ങിയവ കൃത്യമായി എഴുതിപ്പഠിക്കേണ്ടതാണ്.
- ചിത്രങ്ങൾ വരച്ചുപഠിക്കുകയും അവയുടെ ഭാഗങ്ങൾ കൃത്യമായി നിശ്ചയപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

രണ്ടു രീതികൾ

പഠിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ എഴുതിപ്പഠിക്കേണ്ടത് വളരെ പ്രധാനമാണ്. എത്ര ഭംഗിയായും അക്ഷരത്തെറ്റുകൂടാതെയും എഴുതാൻ കഴിയുമോ അത്രയും നന്ന്. ഉത്തരമെഴുതുമ്പോൾ അക്ഷരവടിവുള്ളതും വളരെ നല്ലതാണ്.

എഴുതുമ്പോൾ രണ്ടു രീതികൾ അവലംബിക്കാം.

1. വായിച്ചു പഠിക്കുന്ന സമയത്തു തന്നെ പ്രധാനപ്പെട്ട കാര്യങ്ങൾ റഫ് ബുക്കിൽ എഴുതുക.
2. ഒരു അധ്യായം മുഴുവനായി വായിച്ചുപഠിച്ച് ഓർമയിൽ ഉറപ്പിച്ചുനിർത്തി അവ ഒന്നൊന്നായി റഫ് ബുക്കിലേക്ക് എഴുതുക.

രണ്ടാമത്തെ രീതിയാണ് പരീക്ഷാദിവസങ്ങളിൽ ഏറെ അഭികാമ്യമായിട്ടുള്ളത്. പഠിച്ച കാര്യങ്ങൾ കൂടുതൽ സമയം ഓർമയിൽ നിലനിൽക്കും. പുസ്തകം മുഴുവൻ വായിച്ചുപഠിച്ചിട്ട് എഴുതിപ്പരിശീലിക്കാം എന്നു വിചാരിക്കുന്നതു മൗഢ്യമാണ്. പഠിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ അപ്പപ്പോൾ ഓർമയിൽ ഉറപ്പിക്കുന്ന രീതിയാണ് നല്ലത്.

ക്രമീകരിച്ചുവയ്ക്കുക

പരീക്ഷയുടെ ടൈം ടേബിൾ കിട്ടിയാലുടൻ പാഠപുസ്തകങ്ങൾ അടുക്കിപ്പെറുക്കിവയ്ക്കണം. ഒരു വിഷയത്തിന്റെ പരീക്ഷ കഴിയുമ്പോൾത്തന്നെ ആ വിഷയത്തിന്റെ പുസ്തകവും നോട്ടുബുക്കും മറ്റൊരിടത്തേക്കു മാറ്റിവയ്ക്കുക.

ഉറക്കമിളച്ചു പഠിക്കണമോ?

പരീക്ഷയുടെ ദിവസങ്ങളിൽ കുറേനേരം ഉറക്കമിളച്ചു പഠിക്കാവുന്നതാണ്. എന്നുവച്ച് ഒട്ടും ഉറങ്ങാതെ ഉറക്കംതൂങ്ങി പരീക്ഷയ്ക്കു പോകുന്നത് ഉചിതമല്ല. പരീക്ഷയ്ക്കു പോകുമ്പോൾ ശരീരവും മനസ്സും ഫ്രഷ് ആയിരിക്കണം. രണ്ടു നേരമെങ്കിലും കുളിക്കണം. തലയിൽ എണ്ണ വച്ചു തണുപ്പിക്കുന്നതും നല്ലതാണ്. ഉറക്കം ശരീരത്തിന്റെ ആരോഗ്യം നിലനിർത്താൻ സഹായിക്കും. അന്തരീക്ഷത്തിന്റെ ചൂട് അസഹ്യമായതിനാൽ കൂടക്കൂടെ കൈയും കാലും മുഖവും കഴുകുന്നതും തണുപ്പിക്കുന്നതും നല്ലതാണ്.

ഉറങ്ങാൻ കിടക്കുമ്പോൾ അലാം വച്ചിട്ട് കിടക്കുക. അലാം അടിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ ഉണരാനും ശ്രദ്ധിക്കണം.

2. ടൈം മാനേജ്മെന്റ്

പരീക്ഷ കഴിഞ്ഞിട്ട് ചില കുട്ടികൾ പരിതപിക്കാറുണ്ട്: പരീക്ഷയ്ക്കു സമയം തികഞ്ഞില്ല. എല്ലാ ചോദ്യങ്ങൾക്കും ഉത്തരം എഴുതാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. നന്നായി അറിയാവുന്നതായിരുന്നു. എഴുതാൻ പറ്റിയില്ല.

ഇത്തരം പരാതികൾക്ക് ഒട്ടും വിലയില്ല. ഇവിടെ ടീച്ചർ അല്ല കുറ്റക്കാരി. നമ്മൾ ടൈം മാനേജ്മെന്റ് പാലിച്ചില്ല എന്നതാണ് സത്യം. എന്തെല്ലാം പഠിച്ചുവച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും അനുവദിച്ചിരിക്കുന്ന സമയത്തിനുള്ളിൽ ഉത്തരപ്പേപ്പറിൽ എഴുതിവയ്ക്കുക എന്നതു പ്രധാനമാണ്. ഓർക്കണം, പരീക്ഷ എഴുതുന്ന എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും ഒരേ സമയമാണ്, ഒരേ ചോദ്യപ്പേപ്പർ ആണ്. അതിനാൽ, പരീക്ഷ എഴുതുമ്പോൾ കൃത്യമായ ടൈം മാനേജ്മെന്റ് പാലിക്കണം.

എങ്ങനെ ടൈം മാനേജ്മെന്റ് പാലിക്കാം?

- പരീക്ഷയ്ക്കു പോകുമ്പോൾ സമയം നോക്കുന്നതിനായി വാച്ച് ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.
- പരീക്ഷയുടെ ഇടയ്ക്ക് ബെൽ അടിക്കുന്നതു മനസ്സിലാക്കി ഉത്തരങ്ങൾ ക്രമീകരിച്ച് എഴുതേണ്ടതാണ്.
- സമയത്തെക്കുറിച്ച് അധ്യാപകരോട് ആരാഞ്ഞാൽ അവർ സമയവിവരം കുട്ടികളോടു പറയുന്നതാണ്.
- കൂൾഓഫ് ടൈം കഴിഞ്ഞ് പരീക്ഷ എഴുതാനുള്ള ബെൽ അടിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ ഉടൻതന്നെ ഉത്തരങ്ങൾ എഴുതിത്തുടങ്ങണം.
- എഴുതാൻ തുടങ്ങിയാൽ പിന്നീട് മറ്റു കാര്യങ്ങളൊന്നും ചിന്തിക്കാതെ പരീക്ഷ എഴുതുന്നതിൽമാത്രം ശ്രദ്ധിക്കുക.
- പരീക്ഷാസമയം തീരുന്നതിന് അരമണിക്കൂർ മുമ്പെങ്കിലും എഴുതാനുള്ള ചോദ്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് മനസ്സിൽ കണക്കുകൂട്ടി ഉത്തരങ്ങൾ എഴുതിത്തീർക്കുക.
- അഞ്ചു മിനിറ്റുമുമ്പുള്ള വാണിങ്ബെൽ കേട്ടാൽ ഉത്തരങ്ങൾ എഴുതിത്തീർക്കാനുള്ള ചിട്ടവട്ടങ്ങൾ ആരംഭിക്കണം.
- പരീക്ഷയുടെ സമയം തീരുന്നതിനു തൊട്ടുമുമ്പായി ടയിൻ ഇട്ടു കെട്ടി ഉത്തരപ്പേപ്പറുകൾ അധ്യാപകരെ എൽപ്പിക്കണം.
- സമയം അതിക്രമിച്ചുവെന്ന് അധ്യാപകർ പരാതിപ്പെടാനോ വഴക്കിടാനോ ഇടവരുത്തരുത്.
- പരീക്ഷയുടെ ഓരോ ഘട്ടത്തിലും സമയത്തെക്കുറിച്ച് അവബോധം പുലർത്തുകയും സമയപരിധി തീരുന്നതിനുമുമ്പ് എഴുതിത്തീർക്കാനുള്ള ആസൂത്രണം നടത്തുകയും വേണം.

3. പരീക്ഷ എഴുതുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

പരീക്ഷയ്ക്കു പോകുമ്പോൾ ഹാൾ ടിക്കറ്റ്, ഇൻസ്ട്രമെന്റ് ബോക്സ്, പേന, പെൻസിൽ തുടങ്ങി ആവശ്യമായ സാമഗ്രികൾ എടുക്കാൻ മറക്കരുത്. കോപ്പി എഴുതിക്കൊണ്ടു പോകുന്നതു ശിക്ഷാർഹമാണെന്നു പ്രത്യേകം ഓർക്കുക. ഇത്തരം കുട്ടികളെ അധ്യാപകർ പരീക്ഷ എഴുതാൻ അനുവദിക്കില്ല.

കൂൾ ഓഫ് ടൈം എന്തിന്?

ഇത് ഒരു മനഃശാസ്ത്രസങ്കേതമാണ്. പരീക്ഷയെ സംബന്ധിച്ച് പല കുട്ടികളും ടെൻഷൻ അനുഭവിക്കാറുണ്ട്. ഇത്തരം ടെൻഷൻ അകറ്റാനുള്ള ഒരു ഇടവേളയാണ് കൂൾ ഓഫ് ടൈം. പരീക്ഷാഹാളിലേക്കു കയറുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന ടെൻഷൻ കൂൾ ഓഫ് ടൈമിൽ ഈസിയായി മാറിക്കിട്ടും.

കൂൾ ഓഫ് ടൈമിൽ പ്രധാനമായും കുട്ടികൾക്ക് ചോദ്യപ്പേപ്പർ ലഭിക്കുന്നു. അവർ ചോദ്യപ്പേപ്പറുകൾ വായിക്കുന്നു. ഉത്തരങ്ങൾ മനസ്സിൽ കാണുന്നു. ചോദ്യം കാണുമ്പോൾ പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ഉത്കണ്ഠ മാറുന്നു. ചോദ്യത്തോടു കുട്ടിക്ക് പൊരുത്തപ്പെടാൻ കഴിയുന്നു. ഉത്തരങ്ങളെക്കുറിച്ച് ആലോചിക്കാനും ചോദ്യത്തിൽ ഉദ്ദേശിക്കുന്ന വാല്യൂ പോയിന്റിലേക്ക് കുട്ടിക്ക് എത്തിച്ചേരാനും സമയം ലഭിക്കുന്നു. മനസ്സിൽ ആദ്യം വരുന്നത് എഴുതാതെ, വീണ്ടും വീണ്ടും ആലോചിച്ച് കൃത്യമായ ഉത്തരത്തിലേക്കു കടക്കുക. ഇതിനിടയിൽ ഇൻവിജിലേറ്ററായി കടന്നുവരുന്ന അധ്യാപകനുമായി സംവദിക്കാനും ഇടപഴകാനും അവസരമുണ്ട്. പരീക്ഷയോടും പരീക്ഷാഹാളിനോടും ഇൻവിജിലേറ്ററോടും പൊരുത്തപ്പെടാൻ കൂൾ ഓഫ് ടൈം സഹായിക്കുന്നു.

കൂൾ ഓഫ് ടൈമിന്റെ സമയത്ത് ചോദ്യപ്പേപ്പറിൽ ഉത്തരങ്ങൾ എഴുതാൻ പാടില്ല. ചോദ്യപ്പേപ്പർ മാറിപ്പോകാതിരിക്കാനായി രജിസ്റ്റർ നമ്പരും ഒപ്പുംമാത്രമേ ചോദ്യപ്പേപ്പറിൽ എഴുതാൻ അനുവദിക്കാറുള്ളൂ. പരീക്ഷാസമയത്ത് ചോദ്യപ്പേപ്പർ കൈമാറ്റം ചെയ്യാൻ പാടില്ല.

4. ആത്മവിശ്വാസം പരീക്ഷാദിവസങ്ങളിൽ

പരീക്ഷാദിവസങ്ങളിലും പരീക്ഷാസമയത്തും തികഞ്ഞ ആത്മവിശ്വാസം പുലർത്തണം. അനാവശ്യമായ ടെൻഷൻ ഒഴിവാക്കുക. പാഠഭാഗങ്ങൾ പഠിച്ചുവച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ പിന്നെ എന്തിനു ടെൻഷൻ? പഠിച്ചതു നമ്മൾ എഴുതും. സമയത്തിനുള്ളിൽ എഴുതിത്തീർക്കും. നമ്മുടെ ഉത്തരപ്പേപ്പർ നോക്കി അധ്യാപകർ നല്ല മാർക്കും തരും. മുൻ പരീക്ഷകളിൽ എല്ലാം ഇങ്ങനെയാണല്ലോ സംഭവിച്ചിട്ടുള്ളത്. ഈ പരീക്ഷയിലും അങ്ങനെതന്നെ. ഫൈനൽ പരീക്ഷയാണെന്നു വച്ചു പേടിക്കാനൊന്നുമില്ല.

ദൈവാശ്രയബോധവും പ്രാർഥനയും

പരീക്ഷാദിവസങ്ങളിൽ ദൈവാശ്രയബോധം എപ്പോഴും മനസ്സിൽ ഉണ്ടാകണം. ദൈവം സ്നേഹമാണെന്നും എല്ലാം നന്മയ്ക്കായി പരിണമിപ്പിക്കുമെന്നും ചിന്തിക്കണം. എന്നുകരുതി പ്രാർഥനയും വിശ്വാസവും അതിരുകടക്കരുത്.

5. പരീക്ഷാസംബന്ധിയായ വ്യക്തതയുള്ള പ്ലാനിങ്

പരീക്ഷ ആരംഭിക്കുന്നതിന് അരമണിക്കൂർ മുമ്പെങ്കിലും സ്കൂളിൽ എത്തിച്ചേരണം. കുട്ടി പരീക്ഷയ്ക്ക് എത്തിയില്ലല്ലോ എന്നോർത്ത് അധ്യാപകരെയും ടെൻഷൻ പിടിപ്പിക്കരുത്. ഓരോ ദിവസത്തെയും പരീക്ഷയ്ക്കുള്ള ഒരുക്കക്ലാസുകൾ സ്കൂളുകളിൽ സംഘടിപ്പിക്കാറുണ്ട്. ഇത് ഒരു റിവിഷൻ പ്രവർത്തനമാണ്. എല്ലാ പാഠങ്ങളിലൂടെയും ഒന്ന് ഓടിച്ചുപോകാനും പ്രധാനപ്പെട്ട പോയിന്റുകൾ ഒന്നുകൂടി ഓർമിച്ചെടുക്കാനും ഇത് ഉപകരിക്കും. എല്ലാം പെട്ടെന്ന് ഒന്ന് ഓർത്തിട്ട് പരീക്ഷാഹാളിലേക്കു കയറുന്നതു വളരെ നല്ലതാണ്. അധ്യാപകരോടു നന്നായി സഹകരിക്കാൻ കുട്ടികൾ തയ്യാറാകണം. ഇനിയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ കുട്ടികൾ നന്നായി പഠിക്കുക. സംശയങ്ങൾ വരുന്നത് അധ്യാപകരോട് ആരായുക. മൊബൈൽ ഉപയോഗം പഠനത്തിനുമാത്രമായി ചുരുക്കുക. ■

പാപ്പച്ചൻ കടമക്കുടി

നോവൽ 16

ചക്രവർത്തിനി

ഇതെല്ലാം പരിചാരകനെ ഏല്പിച്ചശേഷം രാജസഭയുടെ വാതിലിൽ കാത്തുനില്ക്കാൻ നിർദേശിച്ചു.

രാജാവ് കിരീടധാരിയായി സഞ്ചരിക്കുന്ന തൂവെൺനിറമുള്ള കുതിര. അതിന്റെ കുഞ്ചിരോമങ്ങളുടെ വശ്യത. രാജാവ് ഉപയോഗിക്കുന്ന ജീനി ഘടിപ്പിച്ചശേഷം അതിനെ അലങ്കരിച്ച് കൊട്ടാരപ്പടിയിലെത്തിച്ചു.

കാത്തുനിന്നിരുന്ന പരിചാരകനിൽനിന്നു വസ്ത്രങ്ങളും വാങ്ങി സഭയിലെത്തി മുഖം കാണിച്ചു.

രാജാവിന്റെ മുഖം പുലർകാലസൂര്യനെപ്പോലെ തിളങ്ങി. കല്പിച്ച കാര്യങ്ങൾ വളരെ വേഗത്തിൽ ചെയ്തു തീർത്തതിനാൽ രാജാവ് ഹാമാനെ പുകഴ്ത്തി.

"ഹാമാൻ നീ ഉത്സാഹിയാണ്. ശ്രേഷ്ഠനായ പ്രഭുവുമാണ്."

രാജവാക്യങ്ങൾ പനിനീരലപോലെ കുളിർന്നിറങ്ങി.

വന്നണഞ്ഞ സൗഭാഗ്യമോർത്ത് അയാൾ അഭിമാനംപൂണ്ടു.

മഹാരാജാവു തുടർന്നു:

"അതിനാൽ, ഹാമാൻ നീ പറഞ്ഞതുപോലെതന്നെ ചെയ്യുക. രാജകീയവസ്ത്രങ്ങളും ആഭരണങ്ങളും കൊണ്ടുപോയി രാജാവിന്റെ പടിവാതില്ക്കൽ ഇരിക്കുന്ന മൊർദെക്കായിയെ അണിയിച്ചൊരുക്കുക. നാം സഞ്ചരിക്കുന്ന കുതിരപ്പുറത്തേറ്റി നീതന്നെ രാജവീഥിയിലൂടെ നടത്തുക. ഒരു കുറവും ഉണ്ടാകരുത്."

ഭൂമിയിൽ താണുതാണുപോകുന്നതുപോലെയാണ് ഹാമാനു തോന്നിയത്. എല്ലാ മോഹങ്ങളും ചില്ലുകൊട്ടാരംപോലെ തകർന്നടിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. താനാരെയാണോ വെറുക്കുന്നത്, അവനെത്തന്നെയാണ് രാജാവ് പുകഴ്ത്തിയത്. തലയും കുമ്പിട്ട് താങ്ങാനാവാത്ത അപമാനഭാരത്തോടെ രാജവസ്ത്രങ്ങളും ആഭരണങ്ങളുംകൊണ്ട് അയാൾ മൊർദെക്കായിയുടെ അടുത്തെത്തി.

രാജകല്പന അനുസരിച്ചല്ലേ മതിയാവൂ! അയാൾ മൊർദെക്കായെ വസ്ത്രാഭരണങ്ങൾ ധരിപ്പിച്ചു.

വെളുത്ത കുതിര പടിവാതിലിൽ എത്തിയിട്ടുണ്ട്. മനസ്സില്ലാമനസ്സോടെ മൊർദെക്കായിയെ കുതിരപ്പുറത്തിരുത്തി.

കുതിരയോടൊപ്പം രാജവീഥിയിലേക്കു കടന്നു.

"രാജാവ് ബഹുമാനിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവനോട് ഇങ്ങനെയാണു പെരുമാറുന്നത്."

പരിചാരകവൃന്ദങ്ങളോടൊപ്പം മൊർദെക്കായെ രാജകീയവീഥികളിലൂടെ നടത്തിക്കൊണ്ടു പ്രധാന സചിവൻ വിളിച്ചു പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നു.

ആളുകൾ അദ്ഭുതാദരവുകളോടെ മൊർദെക്കായിയെ നോക്കി. അവനു രാജാവിന്റെ പ്രീതി ലഭിച്ചതിൽ സന്തോഷിച്ചു.

യാത്രാനന്തരം മൊർദെക്കായി രാജകൊട്ടാരത്തിലേക്കു തിരിച്ചുപോയി. കൊട്ടാരംവാതില്ക്കൽ തന്റെ പഴയ ജോലിയിൽ വ്യാപൃതനായി.

നാട്ടുകാരുടെ മുന്നിൽ ഇത്തരമൊരു വലിയ രാജബഹുമതി ലഭിച്ചതുകൊണ്ട് തിരിച്ചുവരും വഴി മൊർദെക്കായിയെ ജോലിക്കാരും പരിചാരകരുമെല്ലാം കൂടുതൽ ആദരിച്ചു.

ഹാമാൻ ആകെത്തളർന്നുപോയി. കരഞ്ഞുകൊണ്ടാണ് വീട്ടിലേക്കു മടങ്ങിയത്. മുഖം ആരുംകാണാതെ മറച്ചുപിടിച്ചു. ജനങ്ങളുടെ മുന്നിൽ ഗജരാജനെപ്പോലെ തലയെടുപ്പോടെ നടന്നതല്ലേ? കുതിരകൾ വലിക്കുന്ന തേരിൽ രാജകീയപ്രൗഢിയോടെ വിലസിയതല്ലേ? ഒറ്റദിവസംകൊണ്ട് എല്ലാം മാറിമറിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. അത്യുന്നതമായ കൊടുമുടിയിൽനിന്ന് അഗാധമായ താഴ്വരയിലേക്കാണു പതിച്ചത്.

ഇനി എങ്ങനെയാണു മറ്റുള്ളവരുടെ മുഖത്തു നോക്കുക? ഏറ്റവും വെറുത്തിരുന്ന യഹൂദൻവഴി ഇങ്ങനെയൊരു വിധിവൈപരീത്യം വന്നുചേർന്നുവല്ലോ.

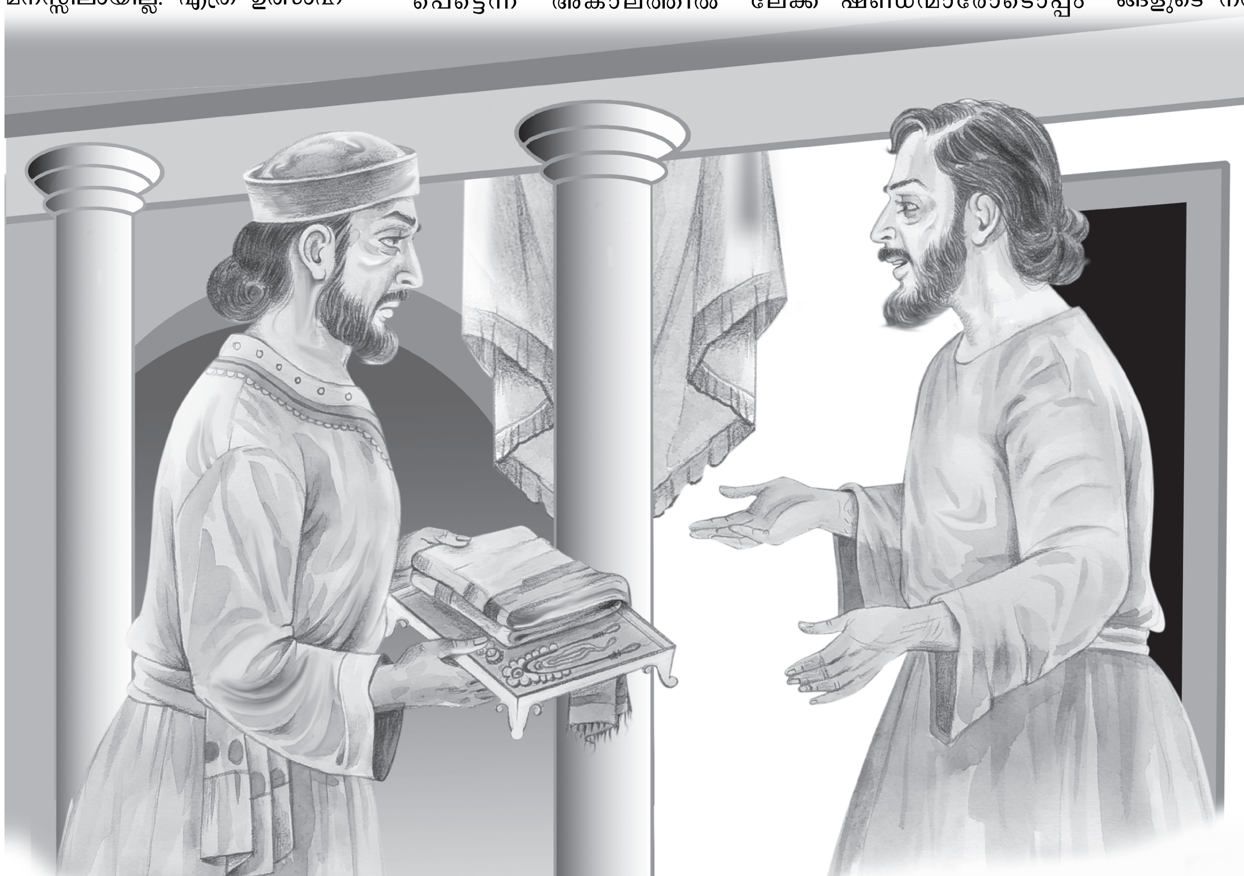
ഒന്നും ശ്രദ്ധിക്കാതെ വേഗത്തിൽ തലയും കുമ്പിട്ടുനടന്ന് ഹാമാൻ വീട്ടിലെത്തി. മുറിയിൽക്കയറി കതകടച്ചു.

ഇതു കണ്ടുകൊണ്ടിരുന്ന സേരെഷ് ഓടിയെത്തി.

"എന്താ എന്തുപറ്റി?"

അയാൾ അവളെ കെട്ടിപ്പിടിച്ചുകരഞ്ഞു.

സേരെഷിനു യാതൊന്നും മനസ്സിലായില്ല. എത്ര ഉത്സാഹത്തോടെ ഇറങ്ങിപ്പോയ മനുഷ്യനാണ്. ഇങ്ങനെ അവശനായി തിരിച്ചുവന്നിരിക്കുന്നത്!



അവൾ വീണ്ടും കാര്യം തിരക്കി.

"എല്ലാം തകർന്നുപോയി. അവന്റെ മുന്നിൽ ഞാനാരുമല്ലാതായി."

ഹാമാൻ വിതുമ്പി. എല്ലാം പതിയെ വിശദീകരിച്ചു.

അതുകേട്ട് സേരെഷ് ഞെട്ടിത്തെറിച്ചുപോയി. ഉച്ചത്തിൽ അലമുറയിട്ടു കരഞ്ഞു. ശബ്ദംകേട്ട് ആദ്യം മക്കളാണ് ഓടിവന്നത്. പിന്നാലെ പരിചാരകന്മാർ.

ഇവരെല്ലാം വളരെ ഉദ്വേഗത്തോടെ അകത്തേക്കു പായുന്നതിന്റെ കാരണംതേടി ഉപദേശകന്മാരും സുഹൃത്തുക്കളുമെല്ലാം എത്തി.

വിങ്ങിപ്പൊട്ടി നില്ക്കുകയാണ് സേരെഷ്.

ഹാമാൻ മൊർദെക്കായിയുടെ മുന്നിൽ അപമാനിതനായി.

അവൾ ഒരുവിധം പറഞ്ഞൊപ്പിച്ചിട്ട് വീണ്ടും വലിയവായിൽ കരയാനാരംഭിച്ചു.

കാര്യങ്ങൾ മുഴുവൻ വിശദമായി അറിഞ്ഞപ്പോൾ വന്നുചേർന്നവരെല്ലാം ഏകകണ്ഠമായി അഭിപ്രായപ്പെട്ടു:

"അവൻ യഹൂദനാണ്. ആ മൊർദെക്കായിയുടെ മുന്നിൽനിന്നാണ് നിന്റെ വീഴ്ച തുടങ്ങിയതെങ്കിൽ ഇനി പിടിച്ചുനില്ക്കാനാവില്ല.

തീർച്ചയായും അവന്റെ മുന്നിൽ നീ വീണുപോകും.

ഹാമാൻ മറുത്തൊന്നും പറഞ്ഞില്ല.

ഇന്നലെ വൈകുന്നേരം താനുണ്ടാക്കിയ കഴുമരം അയാളെ നോക്കിനില്ക്കുന്നുണ്ട്. കളിയാക്കിച്ചിരിക്കുകയാണോ?

പെട്ടെന്ന് അകാലത്തിൽ വീശിയടിച്ച ഒരു പൊടിക്കാറ്റ് അന്തരീക്ഷമാകെ മൂടിക്കളഞ്ഞു.

കന്നുകാലികൾ ഭയന്നു നിലവിളിക്കുന്നു. കാഴ്ചയിൽനിന്ന് എല്ലാം മറഞ്ഞുപോയി. പക്ഷേ എന്തുകൊണ്ടാണോ ആ കഴുമരംമാത്രം തെളിഞ്ഞു കാണുന്നുണ്ട്!

ആകെ ശൂന്യമായ മനസ്സോടെ അയാൾ കട്ടിലിൽ കിടന്നു. എല്ലാവരെയും ആട്ടിപ്പുറത്താക്കി. ഏകാന്തതയാണ് ഇപ്പോൾ ആവശ്യം. വിഹ്വലമായ ചിന്തകൾ അയാളെ പൊതിഞ്ഞു. അടിമകൾപോലും ഇനിതന്നെ പരിഹസിക്കുകയില്ലേ? വീടിന്റെ മേൽക്കൂര ഇപ്പോൾ ഇടിഞ്ഞുപൊളിഞ്ഞുവീണിരുന്നെങ്കിൽ...! എല്ലാം ഒന്നോടെ അവസാനിക്കുമായിരുന്നു.

കൂടുതൽക്കൂടുതൽ അശാന്തിയിലേക്ക് മനസ്സ് കൂപ്പുകുത്താതിരുന്നേനെ.

എപ്പോഴോ മയക്കത്തിന്റെ നേരിയപാളിവന്ന് കണ്ണു മൂടിയപ്പോഴാണ് സേരെഷ് വന്ന് വീണ്ടും വിളിച്ചത്.

അയാൾ ഞെട്ടി.

കണ്ണു തുറന്ന് ചോദ്യരൂപേണ അവളെ നോക്കി.

"കൊട്ടാരത്തിൽനിന്നും രാജാവിന്റെ ഷണ്ഡന്മാർ എത്തിയിരിക്കുന്നു."

സേരെഷിന്റെ നനഞ്ഞ വാക്കുകൾ.

ഹാമാൻ ധിറുതിപ്പെട്ട് എഴുന്നേറ്റു.

അധികനേരമായോ?

അയാൾ തിടുക്കത്തിൽ ചോദിച്ചു.

"ഇല്ല, എത്തിയതേയുള്ളു."

ധരിക്കേണ്ട വസ്ത്രങ്ങൾ സേരെഷ് എടുത്തുവച്ചു. കുളികഴിഞ്ഞ് വസ്ത്രങ്ങളും ധരിച്ച് രാജ്ഞിയുടെ വിരുന്നുശാലയിലേക്ക് ഷണ്ഡന്മാരോടൊപ്പം അയാൾ കൊട്ടാരത്തിലേക്കു പുറപ്പെട്ടു.

ആദ്യദിനത്തിലെന്നപോലെ അത്ര സന്തോഷത്തിലല്ല വിരുന്നിന് എത്തിയതെങ്കിലും ഹാമാന്റെ മനസ്സിൽനിന്ന് പ്രതീക്ഷ അസ്തമിച്ചുപോയിരുന്നില്ല. എന്തോ കാരണത്താൽ മൊർദെക്കായിയോടു തോന്നിയ പ്രീതി രാജാവു പ്രകടമാക്കിയെന്നല്ലാതെ രാജാവിനോ രാജ്ഞിക്കോ തന്നോടൊരു വിരോധവും ഉണ്ടാവില്ല. രാജാജ്ഞ നിറവേറ്റാൻ താനൊരു ഉപകരണമായിപ്പോയെന്നേയുള്ളൂ. അതുകൊണ്ടായിരിക്കണമല്ലോ രാജാവ് ഇന്നും സേവകരെ വിട്ടുവിളിപ്പിച്ചത്.

ആരെയാണോ തകർക്കാനാഗ്രഹിച്ചത്, അവനെത്തന്നെ ചുമക്കേണ്ടിവന്നതിലുള്ള അപമാനമാണ് അസഹ്യമായിത്തീർന്നത്. ഭാഗ്യത്തിന് തന്റെ സ്ഥാനത്തിന് ഇളക്കമൊന്നും സംഭവിച്ചിട്ടില്ല. സാവധാനം ആഗ്രഹം സാധിച്ചെടുക്കുക. രാജാവിന്റെ മനസ്സ് അനുകൂലമായ സമയത്ത്.

ഒരുപക്ഷേ, ഇന്നുതന്നെ ആ യഹൂദനെതിരേ താൻ തയ്യാറാക്കിയ കുറ്റപത്രം രാജാവിനു സമർപ്പിക്കണം. അന്നത്തെ രാജവധശ്രമത്തിലേർപ്പെട്ടെന്നു വിധിക്കപ്പെട്ട രണ്ടുപേരും തൂക്കിലേറ്റപ്പെട്ടതിനാൽ ഇനി താൻ പറയാൻ പോകുന്നതേ സത്യമാവൂ. പറ്റിയ സാക്ഷികളെയും ഹാജരാക്കണം.

തന്നോടുകൂടെ ധാരാളം അടിമകളുണ്ട്, പറയുന്നതപ്പടി പ്രവർത്തിക്കുന്നവർ. പണത്തിന്റെ പ്രലോഭനങ്ങളിൽ വീണുപോകാത്തവരാരുണ്ട്! അടിമകളുടെ കുടുംബത്തിനും കുട്ടികൾക്കും വേണ്ടത്ര ധനം നല്കിയാൽ അവർ വരച്ചവരയിൽ നില്ക്കും. ജീവൻപോയാലും ബന്ധുജനങ്ങളുടെ നന്മയ്ക്കു വേണ്ടിയേ അവർ പ്രവർത്തിക്കുകയുള്ളൂ.

ഉപദ്രവിക്കപ്പെട്ട ഹിംസ്രമൃഗമാണ് താൻ. അവസരം കിട്ടുമ്പോൾ ചാടിവീണ് ആക്രമിക്കണം. യാതൊരു ദാക്ഷിണ്യവുമില്ലാതെ.

ഈ തിരിച്ചടി ഒരു പാഠമാണ്. നാലു വശത്തും വേണം കണ്ണ്. എവിടെയും ചെവിയെത്തണം. തന്റെ താൻപോരിമയാൽ പല കൊട്ടാരം ജോലിക്കാരും തന്നോടകലം പാലിക്കുന്നുണ്ട്.

അതാണ് ഇക്കാര്യം മണത്തറിയാൻ കഴിയാതെപോയത്.

എന്നാലും യഹൂദവംശം മുഴുവനായും പിഴുതെറിയപ്പെടാനുള്ള തന്റെ സൂത്രബുദ്ധി രാജാവിനിതുവരെ മനസ്സിലായിട്ടില്ല. അതുകൊണ്ടാണല്ലോ അദ്ദേഹം ഉത്തരവിൽ മുദ്ര ചാർത്തിത്തന്നത്. ഇനി ആ കല്പന മറികടക്കാൻ ആർക്കും സാധ്യവുമല്ല.

ഇത്തരമൊരു സന്ദിഗ്ധഘട്ടത്തിന്റെ മുനമ്പിൽവച്ച് ഒരു യഹൂദനെ രാജാവ് കൂടുതൽ ആദരണീയനാക്കിയത് എന്തിനായിരിക്കും? മഹാരാജാവു വിളംബരം ചെയ്ത ഉത്തരവിനെതിരേ മഹാരാജാവുതന്നെ പ്രവർത്തിക്കുകയാണെന്ന് ഒരുപക്ഷേ, ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടാവില്ല.

സാരമില്ല.

ആദാർ മാസംവരെ കാത്തുനിന്നാൽ മതിയല്ലോ. അന്ന്, എത്ര ഉന്നതനാവട്ടെ രാജശാസനയിൽനിന്ന് അവനു മോചനമുണ്ടാവില്ല. അത്രയുംനാൾ പത്തിയമർത്തിക്കഴിയുകതന്നെ. അന്നേതു സാഹചര്യമായാലും ആ ദിവസം മൊർദെക്കായി വാളിനിരയായെങ്കിലേ തനിക്കു വന്നുചേർന്ന അത്യപമാനത്തിന്റെ കറ അല്പമെങ്കിലും കഴുകിക്കളയാനാവുകയുള്ളൂ. കാടുകയറിയ ചിന്തകളുമായി അയാൾ രാജകൊട്ടാരത്തിലെത്തി.

ശേഷം 12-ാം പേജിൽ

പൂഞ്ഞാർ വിഷയത്തിൽ സർക്കാർ ജാഗ്രത തുടരണം

നേർമൊഴി

ഫാ. മാത്യു ചന്ദ്രൻകുന്നേൽ

പൂഞ്ഞാർവിഷയം ഒറ്റപ്പെട്ട സംഭവമല്ല. കുട്ടിക്കളിയായി ചിത്രീകരിച്ച് അതിന്റെ ഗൗരവം ലഘൂകരിച്ചു കാണാനാവുകയില്ല. ആരാധന നടക്കുന്ന സമയത്തു പള്ളിയങ്കണത്തിൽ ഇരുചക്രവാഹനങ്ങളിലും കാറുകളിലുമായി മുപ്പതോളം പേർ അതിക്രമിച്ചു കടന്ന് ആരാധനയ്ക്കു തടസ്സമാകത്തക്കവിധം വാഹനം ഇരപ്പിച്ചും അമിതവേഗത്തിൽ ഓടിച്ചും ശല്യമുണ്ടാക്കുകയും ഭീതി പരത്തുകയും ചെയ്യുക എന്നത് അങ്ങേയറ്റം അപലപനീയവും കുറ്റകരവുമായ പ്രവൃത്തിയാണെന്നതിൽ ആർക്കും തർക്കമില്ല. ഈ തെറ്റു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാൻ ശ്രമിച്ച പള്ളിയുടെ സഹവികാരിയെ ഭയപ്പെടുത്തി നിശ്ശബ്ദനാക്കാനും വാഹനമിടിപ്പിച്ച് അപായപ്പെടുത്താനും നടത്തിയ സമീപവാസികളായ സാമൂഹികവിരുദ്ധരുടെ ശ്രമം അടിച്ചമർത്തേണ്ടത് ഭരിക്കുന്ന സർക്കാരിന്റെ അടിയന്തര ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. അതു നിർവഹിക്കാത്തിടത്തോളം കാലം സർക്കാരിന്റെ നിശ്ശബ്ദത സാമൂഹികവിരുദ്ധശക്തികളുടെ കടന്നുകയറ്റത്തേക്കാൾ കുറ്റകരമാണെന്നു വ്യാഖ്യാനിക്കേണ്ടിവരും. നടത്തിയെന്നു പറയപ്പെടുന്ന അറസ്റ്റ് തൃപ്തികരമല്ലെന്നു ചിന്തിക്കുന്ന വ്രണിതസമൂഹത്തിന്റെ പ്രതികരണങ്ങളെ രാഷ്ട്രീയലാഭത്തിന്റെ പേരിൽ കണ്ടില്ലെന്നു നടിച്ചാൽ അതു സർക്കാരിനും അതിനെ താങ്ങിനിറുത്തുന്ന രാഷ്ട്രീയപ്രസ്ഥാനങ്ങൾക്കും മുന്നണിസംവിധാനത്തിനും തീരാനഷ്ടമാകും. കാരണം, നാട് ഒരു തിരഞ്ഞെടുപ്പിന്റെ മുറ്റത്തു കാത്തുനില്ക്കുകയാണ്.

പൂഞ്ഞാർ പള്ളിക്കു നേരേയുണ്ടായ ആക്രമണം ആദ്യത്തേതല്ല. പള്ളിയുടെ അധീനതയിലുള്ള ഒരു സ്ഥലത്ത് പ്രതിഷ്ഠിച്ച വിശുദ്ധ കുരിശിന്റെ മുകളിൽ ഒരുപറ്റം ആളുകൾ കയറിയിരിക്കുകയും സെൽഫി എടുക്കുകയും അതു സോഷ്യൽ മീഡിയായിൽ പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുള്ളതാണ്. കുരിശിനെ അവഹേളിച്ചതിൽ വിശ്വാസികൾക്ക് അമർഷവും സങ്കടവുമുണ്ട്. ഹീനമായ ആ പ്രവൃത്തിയെ ക്രൈസ്തവമതത്തോടും സമുദായത്തോടുമുള്ള ചിലരുടെ വെല്ലുവിളിയായി വ്യാഖ്യാനിക്കപ്പെട്ടു. ഇത്തരമൊരു പശ്ചാത്തലത്തിൽ കഴിഞ്ഞ ദിവസമുണ്ടായ നിർഭാഗ്യകരമായ സംഭവവികാസങ്ങളെ അതീവപ്രാധാന്യത്തോടെ കാണുകയും ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾ ആവർത്തിക്കാതിരിക്കാനുള്ള മേൽനടപടികൾ സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

രാജ്യത്തു വർഗീയതയും ഭീകരവാദവും വർധിച്ചുവരുന്ന കാലമാണ്. ഇവ രണ്ടും രാജ്യത്തിനു വലിയ വെല്ലുവിളിയാണ്. വർഗീയത രണ്ടു വിധമുണ്ട്: ഭൂരിപക്ഷവർഗീയതയും ന്യൂനപക്ഷവർഗീയതയും. കേരളം ഈ രണ്ടു തിന്മകൾക്കും ഇരയാണ്. അധികാരത്തിലെത്താനും അതു നിലനിർത്താനുമായി രാഷ്ട്രീയനേതൃത്വം കാലാകാലങ്ങളിൽ മതങ്ങളെ ഉപയോഗിച്ചതിന്റെയും ദുരുപയോഗിച്ചതിന്റെയും ഫലമാണ് വർഗീയതയും ഭീകരവാദവും. ഭരണഘടന വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന ജനാധിപത്യത്തിന്റെ സെക്കുലർ സ്വഭാവം ഭരിക്കുന്നവർ കാറ്റിൽ പറത്തുമ്പോഴാണ് വർഗീയത ശക്തിപ്പെടുന്നത്. ഭരണകൂടത്തിനുമുമ്പിൽ എല്ലാ മതങ്ങൾക്കും തുല്യപരിഗണനയാണ്. മതങ്ങൾ തമ്മിൽ പരസ്പരബഹുമാനത്തിൽ കഴിയണം. മതം രാഷ്ട്രീയത്തിലോ രാഷ്ട്രീയം മതത്തിലോ ഇടപെടാൻ പാടില്ല. അതിനർഥം മതത്തെയും രാഷ്ട്രത്തെയും സംബന്ധിക്കുന്ന വിഷയങ്ങളിൽ അഭിപ്രായപ്രകടനം പാടില്ല എന്നല്ല. മതത്തെ പ്രീണിപ്പിച്ചോ പീഡിപ്പിച്ചോ ഭരിക്കുന്നത് ജനാധിപത്യവിരുദ്ധമാണ്.

മതവും രാഷ്ട്രീയവും തമ്മിൽ ആരോഗ്യകരമായ അകലം ആവശ്യമത്രേ. എന്നാൽ, ഈ അകലം നിസ്സംഗതയോ ശത്രുതയോ അല്ല. ഭരിക്കുന്നവർക്കു വിശ്വാസിയാകാം. എന്നാൽ, ഭരണകർത്താവ് പൂജാരിയാകാനോ കാർമികനാകാനോ പാടില്ല. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ ആ മതത്തോടു ഭരണാധികാരിക്കു മമതയുണ്ടെന്ന വിമർശനമുണ്ടാകും. ഒരു മതത്തോടുള്ള പ്രത്യേക അടുപ്പം മറ്റു മതങ്ങളോടുള്ള അവഗണനയായും കരുതപ്പെടാൻ ഇടയാകും. പ്രധാനമന്ത്രി മോദി അത്തരത്തിലുള്ള വിമർശനത്തിനു വിധേയനാണ്. ഭരണഘടനയുടെ ഇരുപത്തിയഞ്ചാം ഖണ്ഡിക മതത്തിൽ വിശ്വസിക്കാനുള്ള പൗരന്റെ അവകാശത്തെ സംബന്ധിച്ചാണ്. അതായത്, ഒരാൾക്ക് അയാൾ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന മതത്തിൽ വിശ്വസിക്കാം. അതിന്റെ ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കാം. തന്റെ വിശ്വാസത്തിലേക്കു മറ്റുള്ളവരെ കൊണ്ടുവരാനുള്ള സദുദ്ദേശ്യത്തോടെ അവരുമായി വിശ്വാസം പങ്കുവയ്ക്കാം. പക്ഷേ, അങ്ങനെ ചെയ്യുമ്പോൾ പ്രീണനമോ ഭീഷണിയോ ഒന്നും പ്രയോഗിക്കാൻ പാടില്ല. വിശ്വാസം സ്വതന്ത്രമായ മനസ്സിന്റെ പ്രകാശനവും അനുഷ്ഠാനവുമായിരിക്കണം.

ഭാരതത്തിലെ ക്രൈസ്തവർക്കു രണ്ടായിരം വർഷത്തെ പാരമ്പര്യമുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് അവർ നുഴഞ്ഞുകയറ്റക്കാരോ വിദേശികളോ അല്ല. അവർ ഈ രാജ്യത്തിന്റെ ഭാഗവും ഈ രാജ്യത്തിന്റെ അവകാശികളുമാണ്. അവർ രാജ്യസ്നേഹികളും രാഷ്ട്രനിർമാണപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരുമാണ്. രാജ്യവിരുദ്ധപ്രവർത്തനത്തിൽ ഏർപ്പെടുന്നതിന്റെ ചരിത്രം ക്രൈസ്തവർക്കില്ല. ദാരിദ്ര്യനിർമാർജനം, വിദ്യാഭ്യാസസാംസ്കാരികപ്രവർത്തനം, ആരോഗ്യ ആതുരശുശ്രൂഷാപ്രവർത്തനം എന്നീ മേഖലകളിൽ ക്രൈസ്തവരുടെ സംഭാവനകൾ നിസ്തുലമാണ്. അവരെ ചേർത്തുനിർത്തി വികസനത്തിന്റെ പങ്കാളികളാക്കുക. ■

ചക്രവർത്തിനി

11-ാം പേജ് തുടർച്ച

എവിടെയും ഒരു മാറ്റവുമില്ല.

അപ്പോഴും കൊട്ടാരംവാതില്ക്കൽ ഹാമാനെ കാണാൻ കൂട്ടാക്കാതെ, എണീൽക്കാതെ, വന്ദനം പറയാതെ ആ യഹൂദനിരിപ്പുണ്ട്.

മറ്റെല്ലാ ജോലിക്കാരും പരിചാരകരും സാധാരണപോലെ ആദരം പറയുന്നു, വണങ്ങുന്നു. അയാൾക്കു സമാധാനമായി.

രാജസദസ്സിൽ രാജാവ് കാത്തിരിക്കുന്നു. രാജാവിനെ വിനയപൂർവം വണങ്ങി. വളരെ പ്രീതികരമായിട്ടാണ് രാജാവ് അയാളോടു പെരുമാറുന്നത്. സ്വസ്ഥാനത്തിരുന്ന അയാളെനോക്കി രാജാവു ചിരിച്ചു.

"ഇന്ന് എന്റെ ഉത്തരവുകളല്ലെം നീ കാര്യക്ഷമമായി നടപ്പാക്കിയിട്ടുണ്ട്."

രാജാവ് ഹാമാനെ പുകഴ്ത്തി.

"രാജാജ്ഞ ദൈവാജ്ഞയല്ലേ തിരുമേനി?"

അയാളുടെ അതിവിനയം രാജാവിനെ കൂടുതൽ സന്തുഷ്ടനാക്കി.

"സാധാരണക്കാരെല്ലാം നമ്മുടെ ഔദാര്യത്തെക്കുറിച്ച്... എന്താണു പറയുന്നത്?"

അസ്വസ്ഥതയുണ്ടാക്കുന്ന ചോദ്യമാണിത്. പക്ഷേ, ചോദിച്ചതു രാജാവല്ലേ. ഉത്തരം പറയാതിരിക്കാനാവില്ലല്ലോ.

"അവിടുത്തെ കാരുണ്യവും ദയയും എല്ലാവരും പ്രകീർത്തിക്കുന്നുണ്ട് പ്രഭോ. ചെറിയവനുപോലും വലിയ സമ്മാനങ്ങൾ കൊടുക്കുന്ന അവിടത്തെ മഹാമനസ്കത ലോകം മുഴുവൻ അറിയപ്പെടും."

പൊള്ളയായ വാക്കുകൾകൊണ്ട് ഹാമാൻ രാജാവിന്റെ ആകാംക്ഷയെ പൊതിഞ്ഞു സംരക്ഷിച്ചു.

ആ സമയത്ത് രാജ്ഞിയുടെ ദൂതന്മാർ സദസ്സിലെത്തി. വിരുന്നിനുള്ള ഒരുക്കങ്ങൾ പൂർത്തിയായി, മഹാറാണി മഹാരാജാവിനെ കാത്തിരിക്കുന്നു എന്നറിയിച്ചു.

അഹസ്വേരുസ് ചക്രവർത്തി സിംഹാസനത്തിൽനിന്നെഴുന്നേറ്റു. രാജാവിന്റെ അകമ്പടിക്കാരും ജാഗരൂകരായി.

മഹാരാജാവും ഹാമാനും വിരുന്നുശാലയിലേക്കു നടന്നു.

(തുടരും)

പാലാ രൂപത കുടുംബക്കൂട്ടായ്മയുടെ 26-ാമത് വാർഷികം പാലാ ളാലം പള്ളി പാരീഷ് ഹാളിൽ രൂപതാധ്യക്ഷൻ മാർ ജോസഫ് കല്ലറങ്ങാട്ട് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു. മോൺ. സെബാസ്റ്റ്യൻ വേത്താനത്ത്, ഫാ. ജേക്കബ് വെള്ളമരുതുങ്കൽ, ഫാ. ജോസഫ് തടത്തിൽ തുടങ്ങിയവർ സമീപം.

പിതൃവേദി 2024-2025 പ്രവർത്തനവർഷോദ്ഘാടനം പാലാ രൂപത സിഞ്ചെല്ലൂസ് മോൺ. ജോസഫ് കണിയോടിക്കൽ നിർവഹിക്കുന്നു. ഡയറക്ടർ ഫാ. ജോസഫ് നരിതൂക്കിൽ, രൂപതാസമിതിയംഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവർ സമീപം.

മാർച്ച് 10
നോമ്പുകാലം
അഞ്ചാം ഞായർ

ഉത്പ 4:8–16
1 സാമു 24:1–8
1 യോഹ 1:5–10
യോഹ 8:1–11

അനുതാപം, ഏറ്റുപറയൽ, ക്ഷമിക്കുന്ന സ്നേഹം

ഫാ. ഡോ. തോമസ് വടക്കേൽ

വന്നുപോയ കുറവുകളെയോർത്ത് അനുതപിക്കാനുള്ള കാലമാണ് നോമ്പുകാലം. ഇത് ഏറ്റുപറയലിന്റെയും ക്ഷമിക്കലിന്റെയും കാലമാണ്. ഈ നോമ്പുകാലചൈതന്യം സ്വീകരിക്കുകവഴി ഒരാൾക്കു ലഭിക്കുന്നത് ദൈവികരക്ഷയുമാണ്. നോമ്പുകാലം അഞ്ചാം ഞായറിലെ വചനവായനകളെല്ലാം ഈയൊരു യാഥാർഥ്യത്തിലേക്കാണ് വായനക്കാരനെ നയിക്കുന്നത്. ഒന്നാംവായനയിൽ (ഉത്പ. 4:8-16) സഹോദരനായ ആബേലിനെ വധിച്ച കായേന്റെ അനുതാപത്തെക്കുറിച്ചും, രണ്ടാം വായനയിൽ (1 സാമു. 24:1-8) സാവൂളിനോടു പ്രതികാരം ചെയ്യാൻ വിസമ്മതിക്കുന്ന, അവനോടു ക്ഷമിക്കുന്ന സ്നേഹം കാണിക്കുന്ന ദാവീദിനെക്കുറിച്ചും, മൂന്നാം വായനയിൽ (1 യോഹ. 1:5-10) ജീവിതത്തിൽ വന്നുപോയ പാപങ്ങൾ ഏറ്റുപറയുമ്പോൾ കൈവരുന്ന രക്ഷയെക്കുറിച്ചും, നാലാം വായനയിൽ (യോഹ. 8:1-11) പാപിനിയായ സ്ത്രീക്കു രക്ഷ പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന ഈശോയെക്കുറിച്ചും നാം ശ്രവിക്കുന്നു. അനുതാപം, പാപങ്ങളുടെ ഏറ്റുപറയൽ, ക്ഷമിക്കുന്ന സ്നേഹം ഇവയാണ് ഈ ആഴ്ചയിലെ വായനകളുടെ മുഖ്യപ്രമേയങ്ങൾ.

ഉത്പത്തി 4:8-16: ആദിമാതാപിതാക്കളായ ആദത്തിന്റെയും ഹവ്വായുടെയും മക്കളായ കായേന്റെയും ആബേലിന്റെയും കഥയിലൂടെ പാപത്തിനധീനമായ മനുഷ്യവർഗത്തിന്റെ ചരിത്രമാണിവിടെ അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. പറുദീസായിൽ ദൈവത്തെ നിഷേധിച്ച മനുഷ്യൻ അവന്റെ സഹോദരനെയും നിഷേധിക്കുമെന്നും അവനെതിരേ തിരിയുമെന്നും ഈ വചനഭാഗം ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു. കായേന്റെ സഹോദരവധവും തുടർന്നുള്ള അവന്റെ അനുതാപവുമാണ് ഇന്നത്തെ വചനവായനയുടെ പശ്ചാത്തലം.

കായേനും ആബേലും സഹോദരങ്ങളാണ്. കായേൻ എന്ന വാക്കിന്റെ അർഥം 'സമ്പാദിക്കുക, നേടിയെടുക്കുക' എന്നാണ്. ആബേൽ എന്ന നാമത്തിന്റെ അർഥം 'ശ്വാസം, നീരാവി' എന്നുമാണ്. കായേൻ കർഷകനും ആബേൽ ആടുമേയ്ക്കുന്നവനുമാണ്. കായേൻ അക്രമത്തിന്റെ പ്രതീകവും ആബേൽ പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന നീതിമാന്റെ പ്രതീകവുമാണ്. സഹോദരങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തെയും, അവർ പരസ്പരം നൽകേണ്ട സംരക്ഷണത്തെയും കുറിച്ച് ഈ വചനഭാഗം പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

സഹോദരൻ സഹോദരനെ സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. പ്രലോഭനങ്ങൾക്കു മനുഷ്യൻ വശംവദനാകാതെ പ്രലോഭനത്തെ കീഴടക്കേണ്ടത് അവന്റെ കടമയാണ്, ധർമമാണ്. കായേൻ സഹോദരനോടുള്ള അനിഷ്ടംമൂലം അവനെ സംരക്ഷിക്കാതെ അവന്റെ ജീവൻ നശിപ്പിക്കാൻ തുനിഞ്ഞു. കായേൻ പ്രലോഭനങ്ങൾക്കു കീഴടങ്ങി. അത് അവനെ സഹോദരന്റെ കൊലപാതകിയാക്കി. സഹോദരബന്ധം മുറിയപ്പെട്ട സംഭവമാണിത്. 'നമുക്കു വയലിലേക്കു പോകാം' എന്ന കായേന്റെ വാക്കു വഞ്ചനയുടേതായിരുന്നു. സഹോദരനായ ആബേലിനെ വധിക്കാനുള്ള കായേന്റെ തീരുമാനം ആലോചിച്ചുറപ്പിച്ചതായിരുന്നു. അവന്റെ തെറ്റിന്റെ ആഴവും ഗൗരവവും ഇതു വർധിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

'നിന്റെ സഹോദരൻ ആബേൽ എവിടെ' എന്ന (4:9) കായേനോടുള്ള ദൈവത്തിന്റെ ചോദ്യം 'ഒരുവൻ തന്റെ സഹോദരനെ കാത്തു സൂക്ഷിക്കാനും, സംരക്ഷിക്കാനും ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ടെന്ന്' അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്നതാണ്. നോമ്പുകാലം സഹോദരങ്ങളെ വളരെ പ്രത്യേകമായി സംരക്ഷിക്കാനുള്ള കാലമാണ്. അവരുടെ ജീവൻ നഷ്ടപ്പെട്ടുപോകാതെ – ആത്മീയമായും ഭൗതികമായും – അവരെ കാത്തു സൂക്ഷിക്കാനുള്ള സാഹോദര്യധർമം എല്ലാ സഹോദരങ്ങൾക്കുമുണ്ട്.

സഹോദരന്റെ ജീവനു കാവൽ നിൽക്കാതെ, അതു നഷ്ടപ്പെടുത്തിക്കളയുന്നവനു ലഭിക്കുന്ന ശിക്ഷ ശാപമായിക്കും: ഭൂമി അവനു ഫലം കൊടുക്കുകയില്ല; അസ്വസ്ഥനായി അവൻ അലഞ്ഞുതിരിയും. ശാപഗ്രസ്തനായവൻ സമൂഹത്തിൽനിന്നു ഭ്രഷ്ടു കല്പിക്കപ്പെട്ടവനാണ്. ഇസ്രയേലിലെ ഇതരഗോത്രസംസ്കാരത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ ശപിക്കപ്പെട്ടവൻ എല്ലാവരാലും പുറത്താക്കപ്പെട്ടവനാണ്. ആഹാരമോ പാർപ്പിടമോ കുടിവെള്ളം പോലുമോ അത്തരക്കാർക്കു ലഭ്യമായിരുന്നില്ല. അതാണു ശിക്ഷയുടെ കാഠിന്യം.

താങ്ങാൻ വയ്യാത്തതിലധികം ശിക്ഷ ലഭിക്കുന്ന കായേൻ തന്റെ ശിക്ഷകളെയോർത്തു സങ്കടപ്പെടുന്നുണ്ട്. ദൈവസന്നിധിയിൽനിന്ന് അകറ്റപ്പെടുന്നത് അവനെ വിഷമിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. അനുതാപത്തിന്റെ ഒരു സൂചനയുണ്ടിവിടെ (4:14). കായേന്റെ ശിക്ഷ ഇളവു ചെയ്യുന്നില്ലെങ്കിലും ആശ്വാസത്തിന്റെ ചില വചനങ്ങൾ കർത്താവു നൽകുന്നുണ്ട്. തെറ്റിൽ വീഴുന്നവൻ അനുതപിച്ചു തിരിച്ചുവന്നാൽ കരുണാമയനായ കർത്താവ് അവനെ സ്വീകരിക്കും; അവന്റെമേൽ കൃപ ചൊരിയും; അല്ലാത്തപക്ഷം പാപി നിത്യശിക്ഷയ്ക്ക് അർഹനാകും.

1 സാമുവൽ 24:1-8: മൂവായിരം പേരടങ്ങുന്ന സൈന്യവുമായി സാവൂൾരാജാവ് ദാവീദിനെ പിടിക്കാൻ യാത്രയാകുമ്പോൾ സാവൂളിനെ നിഷ്പ്രയാസം വധിക്കാൻ അവസരം കിട്ടിയ ദാവീദ് അവനെ നിരുപാധികം വിട്ടയയ്ക്കുന്നതും ദാവീദ് തന്റെ നിരപരാധിത്വം സാവൂളിന്റെ മുന്നിൽ തെളിയിക്കുന്നതുമാണ് ഈ വചനഭാഗത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലം. കർത്താവിന്റെ അഭിഷിക്തൻ എന്ന നിലയിൽ സാവൂളിനെ ദാവീദു ബഹുമാനിക്കുന്നതും പ്രതികാരം ചെയ്യാൻ ദാവീദ് വിസമ്മതിക്കുന്നതും ദാവീദിന്റെ കീർത്തി വർധിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

ദാവീദിനോട് അനുയായികൾ പറഞ്ഞു: "ഞാൻ നിന്റെ ശത്രുവിനെ നിന്റെ കൈയിൽ ഏല്പിക്കും, നിനക്കിഷ്ടമുള്ളതെല്ലാം നിനക്ക് അവനോടു ചെയ്യാം എന്നു കർത്താവ് അങ്ങയോടു പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന ആ ദിവസം ഇതാണ്" (24:4). എൻഗേദിയിലെ പാറകളിലെ ഗുഹയ്ക്കുള്ളിൽ വസിച്ചിരുന്ന ദാവീദ് സാവൂളിനു നേരേ കൈ ഉയർത്തിയില്ല. കാരണം, ഇത് കർത്താവിനിഷ്ടമില്ലായെന്ന ദാവീദിന്റെ തിരിച്ചറിവാണ്. തനിക്ക് ഇഷ്ടമുള്ളതെല്ലാം ചെയ്യാമെന്നിരിക്കിലും അതാണോ കർത്താവിന്റെ ഇഷ്ടമെന്നു തേടുന്ന ദാവീദ് നീതിമാനാണ്; ക്ഷമിക്കുന്ന സ്നേഹത്തിന്റെ ഉടമയാണ്.

സാവൂളിന്റെ മേലങ്കിയുടെ ഒരു ഭാഗം മുറിച്ചെടുത്തതിനെയോർത്തുപോലും ദുഃഖിച്ചവനാണ് ദാവീദ്. 'സാവൂൾ കർത്താവിന്റെ അഭിഷിക്തൻ' ആണെന്ന തിരിച്ചറിവാണ് ദാവീദിനെ ഇങ്ങനെ ചെയ്യാൻ പ്രേരിപ്പിച്ചത്. കർത്താവിന്റെ അഭിഷിക്തനെതിരേ കൈ ഉയർത്താതിരുന്ന ദാവീദ് സാവൂളിനെയും ബഹുമാനിച്ചു. കർത്താവിനെയും ആദരിച്ചു. ദാവീദ് സാവൂളിനെ വിളിക്കുന്നതുപോലും 'എന്റെ യജമാനനായ രാജാവേ' എന്നാണ് (24:8) ദാവീദിന്റെ ആദരവാണിതു സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

സാവൂൾ തിരിഞ്ഞുനോക്കിയപ്പോൾ ദാവീദ് സാഷ്ടാംഗം വീണു വിധേയത്വം കാണിച്ചു (24:86). ഖദാദ് എന്ന ഹീബ്രുവാക്കിന്റെ അർഥം 'കുനിയുക' എന്നാണ്. ഇതു വിനയത്തിന്റെ അടയാളമാണ്. ഒരു എളിമപ്പെടുത്തലാണിത്. ഷക്കാഹ് എന്ന ഹീബ്രുവാക്കിന്റെ അർഥം 'സാഷ്ടാംഗം പ്രണമിക്കുക' എന്നാണ്. ഇതു വിധേയത്വത്തിന്റെ ബാഹ്യപ്രകടനമാണ്. ഒരു തരത്തിലുള്ള ആരാധിക്കലാണിത്. രാജത്വത്തോടുള്ള ദാവീദിന്റെ ബഹുമാനവും ആദരവുമാണിത്.

1 യോഹന്നാൻ 1:5-10: എഫേസോസിലും ഇതരസമീപപ്രദേശങ്ങളിലുമായി വസിക്കുന്ന വിശ്വാസിസമൂഹത്തെ ലക്ഷ്യമാക്കിക്കൊണ്ട് യോഹന്നാൻ ശ്ലീഹാ എഴുതുന്ന ഒന്നാമത്തെ ലേഖനത്തിൽ 'ദൈവപുത്രന്റെ നാമത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്ന എല്ലാവർക്കും നിത്യജീവനുണ്ട്' എന്ന സത്യം ശ്ലീഹാ പഠിപ്പിക്കുന്നു (5:13). ഈ നിത്യജീവൻ കരഗതമാക്കാനുള്ള വിവിധ മാനദണ്ഡങ്ങൾ ശ്ലീഹാ ലേഖനത്തിൽ ഉൾച്ചേർക്കുന്നുമുണ്ട്. ക്രിസ്തീയ സന്തോഷം എല്ലാവർക്കും ലഭിക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയാണ് (1:4) തന്റെ ശ്ലൈഹികമിശിഹാനുഭവം യോഹന്നാൻ എല്ലാവർക്കുമായി പങ്കുവയ്ക്കുന്നതും.

ദൈവം പ്രകാശമാണെന്നും ആ പ്രകാശത്തിൽ എപ്രകാരം ചരിക്കണമെന്നുമുള്ള പ്രബോധനമാണ് ഇന്നത്തെ വായനയിൽ (1:5-10) നാം ശ്രവിക്കുന്നത്. 1. ഈശോയോടു കൂട്ടായ്മയുണ്ടെന്നു പറഞ്ഞിട്ട് അന്ധകാരത്തിൽ നടക്കരുത്. 2. നമുക്കു പാപമില്ലെന്നു പറഞ്ഞ് ആത്മവഞ്ചന ചെയ്യരുത്. 3. നാം പാപം ചെയ്തിട്ടില്ലായെന്നു വ്യാജം പറയുന്നവരാകരുത്. 4. സഭയുടെ സ്നേഹക്കൂട്ടായ്മയിൽ പങ്കുചേർന്നുകൊണ്ട് പ്രകാശത്തിൽ സഞ്ചരിക്കുക 5. ജീവിതവിശുദ്ധീകരണത്തിനായി പാപങ്ങൾ ഏറ്റുപറയുക.

അന്ധകാരം എന്നർഥം വരുന്ന ഗ്രീക്കുഭാഷയിലെ സ്കോത്തോസ് എന്നത് അസാന്മാർഗികജീവിതത്തെയും അവിശ്വാസജീവിതത്തെയും സൂചിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. ക്രിസ്തീയകൂട്ടായ്മയിലുള്ളവർ സന്മാർഗത്തിൽ ചരിക്കുന്നവരും ഈശോയിൽ അടിയുറച്ചു വിശ്വസിക്കുന്നവരുമായിരിക്കണമെന്നതാണ് നിത്യജീവൻ ലഭിക്കാനുള്ള ഒരു മാനദണ്ഡം.

നാം പാപികളാണെന്ന് അംഗീകരിക്കുകയും, പാപങ്ങൾ ഏറ്റുപറയുകയും ചെയ്താൽ മിശിഹാ നമ്മുടെ പാപങ്ങൾ ക്ഷമിക്കുകയും നമ്മെ ശുദ്ധീകരിക്കുകയും ചെയ്യും. 'കുമ്പസാരിക്കുക, ഏറ്റുപറയുക' എന്നർഥം വരുന്ന 'ഹോമോലോഗെയോ' എന്ന ക്രിയാപദമാണ് ഇവിടെ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്. തെറ്റുകൾ ഏറ്റുപറയുക എന്നത് യഥാർഥ അനുതാപത്തിന്റെ ബാഹ്യപ്രകടനമാണ്. നിത്യജീവൻ പ്രാപിക്കാനുള്ള മറ്റൊരു മാനദണ്ഡം നമ്മുടെ പാപാവസ്ഥയെ അംഗീകരിക്കുകയും പാപങ്ങൾ ക്ഷമിക്കുന്ന മിശിഹായുടെ മുമ്പാകെ അവ ഏറ്റുപറയുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ്. മിശിഹാ വിശ്വസ്തനും നീതിമാനുമാകയാൽ അവിടുന്നു നമ്മെ വിശുദ്ധീകരിക്കും.

യോഹന്നാൻ 8:1-11: ഫരിസേയരും സദുക്കായരും ഈശോയെ വാക്കിൽക്കുടുക്കാൻവേണ്ടി പലപ്പോഴും ശ്രമിക്കുന്നവരാണ്. ഇന്നത്തെ സുവിശേഷത്തിൽ ഈശോയിൽ കുറ്റമാരോപിക്കാൻവേണ്ടി നിയമജ്ഞരും ഫരിസേയരുംകൂടി പാപിനിയായ ഒരു സ്ത്രീയെ ഈശോയുടെ അടുക്കലേക്കു കൊണ്ടുവരികയാണ്. മോശയുടെ നിയമത്തിനെതിരായോ റോമാസാമ്രാജ്യത്തിന്റെ നിയമത്തിനെതിരായോ ഈശോയെക്കൊണ്ടു സംസാരിപ്പിക്കാൻ വെമ്പൽകൊള്ളുന്ന ശത്രുപക്ഷത്തിന് ഈശോ ഒരു പുതിയ പാഠം പഠിപ്പിച്ചു നൽകുകയാണിവിടെ.

ഫരിസേയരുടെ കെണി: വ്യഭിചാരത്തിൽ പിടിക്കപ്പെടുന്നവരെ കല്ലെറിഞ്ഞു കൊല്ലണമെന്നതാണ് മോശയുടെ നിയമം (നിയമ. 22:22-23). എന്നാൽ, വധശിക്ഷ നൽകാനുള്ള അധികാരം അന്നത്തെ കാലത്ത് റോമൻ അധികാരിയിൽമാത്രം നിക്ഷിപ്തമായിരുന്നൊന്നാണ്. ഈ സാഹചര്യത്തിലാണ് ഫരിസേയരും നിയമജ്ഞരും ഈശോയോടു ചോദ്യം ചോദിക്കുന്നത്: മോശയുടെ നിയമപ്രകാരം വ്യഭിചാരത്തിൽ പിടിക്കപ്പെട്ട ഇവളെ കല്ലെറിഞ്ഞുകൊല്ലണം. എന്താണ് നിന്റെ അഭിപ്രായം? കല്ലെറിയേണ്ട എന്നു പറഞ്ഞാൽ ഈശോ മോശയുടെ നിയമത്തിനെതിരാകും; കല്ലെറിയണമെന്നു പറഞ്ഞാൽ ഈശോ റോമൻനിയമത്തിനെതിരാകും. യഹൂദനിയമം നടപ്പിലാക്കാൻ കൂട്ടുനിന്നാൽ റോമൻ അധികാരത്തിന്റെ തിരസ്കരണമാകും; റോമൻനിയമം അനുശാസിക്കുന്നതനുസരിച്ച് മറുപടി പറഞ്ഞാൽ യഹൂദനിയമത്തിന്റെ തിരസ്കരണമാകും.

"നിങ്ങളിൽ പാപമില്ലാത്തവൻ ആദ്യം അവളെ കല്ലെറിയട്ടെ" (8:7). ഇതായിരുന്നു ഈശോയുടെ വിധി. തങ്ങൾ പാപം ചെയ്യാത്തവരാണെന്ന യഹൂദരുടെ കപടഭാവത്തിനുനേരേയുള്ള പ്രഖ്യാപനമായിരുന്നു ഇത്. എല്ലാവരും തങ്ങളുടെതന്നെ ഉള്ളിലേക്കു തിരിഞ്ഞു നോക്കാനുള്ള ഒരു ക്ഷണമായിരുന്നു ഇത്. പാപിനിയായ സ്ത്രീയെക്കാൾ കൂടുതൽ ഗൗരവതരമായ പാപങ്ങൾക്കും പാപബോധമില്ലായ്മയ്ക്കും കപടതയ്ക്കും ഉടമകളല്ലേ തങ്ങളെന്ന് അവരെക്കൊണ്ടു ചിന്തിപ്പിക്കാനുള്ള വ്യക്തമായ പ്രസ്താവനയായിരുന്നു അത്.

മുഖം കുനിച്ചു നിലത്തെഴുതിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈശോയുടെ മുമ്പിൽ തങ്ങളുടെ പാപങ്ങളോർത്തു ലജ്ജിച്ചു തല താഴ്ത്തി യഹൂദർ നടന്നകന്നു. 'അപ്രത്യക്ഷമാകുക' എന്നർഥമുള്ള 'എക്സ്എർക്കോമായ്' എന്ന ക്രിയാപദമാണിവിടെ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഈശോയുടെ മുമ്പിൽ നിൽക്കാനുള്ള അവരുടെ അയോഗ്യതയാണ് അവരെ അപ്രത്യക്ഷരാക്കിയത്. തെറ്റുകൾ മനസ്സിലാക്കിയ പാപിനിയായ സ്ത്രീമാത്രമാണ് ഈശോയുടെ കരുണാർദ്രമായ മുഖത്തേക്കു നോക്കി അവിടെ അവശേഷിച്ചത്. അവൾ ദൈവകരുണ സ്വീകരിച്ചു. ■

അരനൂറ്റാണ്ടിനുശേഷം ചരിത്രം കുറിച്ച് ഒഡീസിയസ്

നീതു ശ്രീരാജ്

ചരിത്രത്തിലാദ്യമായി ഒരു സ്വകാര്യ കമ്പനി നിർമിച്ച പേടകം ചന്ദ്രോപരിതലത്തിൽ സുരക്ഷിതമായി ഇറങ്ങിയിരിക്കുന്നു. യുഎസിലെ ഇന്റൂയിറ്റീവ് മെഷീൻസ് എന്ന സ്ഥാപനം നിർമിച്ച നോവ-സി ലാന്ററാണ് ആ നേട്ടം കൈവരിച്ചത്. നാസയുടെ കൊമേർഷ്യൽ ലൂണാർ പേലോഡ് സർവീസസ് (സി എൽ പി എസ്) പരിപാടിയുടെ ഭാഗമായാണ് ഇന്റൂയിറ്റീവ് മെഷീൻസ് ഇതിനായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടത്. അപ്പോളോ 17 ദൗത്യത്തിനുശേഷം ചന്ദ്രനിലിറങ്ങുന്ന ആദ്യപേടകം എന്ന പേരും ഇപ്പോൾ നോവ സി ലാന്ററിനാണ്. ഒഡീസിയസ് എന്നാണ് ഈ ലാന്ററിനു നൽകിയിരിക്കുന്ന വിളിപ്പേര്.

ചന്ദ്രനിലിറങ്ങുന്ന ആദ്യ സ്വകാര്യ ലാൻഡറായി ഒഡീസിയസ് ചരിത്രം കുറിച്ചു. ഫെബ്രുവരി 23 ന് ഇന്ത്യൻസമയം പുലർച്ചെ 4.35 നാണ് ഒഡീസിയസ് ചന്ദ്രന്റെ ദക്ഷിണധ്രുവത്തിനു സമീപമിറങ്ങിയത്. 1972 ലെ അപ്പോളോ 17 നു ശേഷം ചന്ദ്രനിലെത്തുന്ന ആദ്യ യു.എസ്. ദൗത്യമാണ് ഒഡീസിയസ്. അരനൂറ്റാണ്ടിനുശേഷമാണ് യു.എസിൽനിന്നുള്ള ലാന്റർ ചന്ദ്രനിലിറങ്ങുന്നത്. ഈ മാസം 15 നു വിക്ഷേപിക്കപ്പെട്ട ഒഡിസീയസ് 21 ന് ചന്ദ്രന്റെ ഭ്രമണപഥത്തിലെത്തി. സ്വകാര്യമേഖലയിൽനിന്നുള്ള നാലാമത്തെ ലാൻഡർദൗത്യമാണ് ഒഡീസിയസ്. പരാജയപ്പെട്ട ആദ്യ രണ്ടു ദൗത്യങ്ങൾ ഇസ്രായൽ – ജപ്പാൻ കമ്പനികളുടേതായിരുന്നു. കഴിഞ്ഞ മാസം 8 നു മറ്റൊരു യു.എസ്. കമ്പനിയായ ആസ്ട്രബോട്ടിക്കിന്റെ 'പെരഗ്രിൻ' ദൗത്യവും വിക്ഷേപണത്തിനുശേഷം പരാജയപ്പെടുകയാണുണ്ടായത്.

ഒഡീസിയസ് ചന്ദ്രഭ്രമണപഥത്തിലെത്തിയതിന്റെ ലക്ഷ്യം, ലാൻഡ് ചെയ്തതിനുശേഷമുള്ള ഏഴു ദിവസംകൊണ്ട് ചന്ദ്രോപരിതലത്തിലെ കാലാവസ്ഥ, ഭാവിദൗത്യങ്ങൾക്കു സഹായകരമാം വിധം ചന്ദ്രനിലെ അന്തരീക്ഷം സംബന്ധിച്ച വിവരങ്ങൾ എന്നിവ ശേഖരിക്കുകയാണ്. നാലു യാത്രക്കാരുമായി നാസ 2026 ൽ നടത്താൻ ലക്ഷ്യമിടുന്ന 'ആർട്ടിമിസ്' ചന്ദ്രയാത്രാപദ്ധതിക്കു വേണ്ട വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കാൻ വേണ്ടിയുള്ള പേലോഡുകൾ പേടകത്തിലുണ്ട്. ഇലോൺ മാസ്കിന്റെ കമ്പനിയായ സ്പേസ് എക്സിന്റെ 'ഫാൽക്കൺ 9' റോക്കറ്റിലാണ് ഈ മാസം 15 ന് ഒഡീസിയസ് വിക്ഷേപിച്ചത്. 14 അടി ഉയരമുള്ള ലാന്റർ ആറു ദിവസം കൊണ്ട് 997793.28 കി.മീ. സഞ്ചരിച്ചാണ് ചന്ദ്രനിലെത്തിയത്. ഒഡീസിയസ് പേടകം ചന്ദ്രനിലിറക്കാനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ അതികഠിനമായിരുന്നു. പേടകം ചന്ദ്രനെ ചുറ്റുന്ന ഭ്രമണപഥത്തിൽ മാറ്റം വരുത്തിയതിനെത്തുടർന്ന് ഇറങ്ങുന്ന സമയത്തിലും പല തവണ മാറ്റം വരുത്തിയിരുന്നു.

ഇറങ്ങുന്നതിന് ഒരു മണിക്കൂർമുമ്പ് ഇറങ്ങുന്ന പ്രദേശം വീക്ഷിക്കുന്നതിനും സുരക്ഷിതമാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിനും സുരക്ഷിതമായ പ്രദേശം കണ്ടെത്തുന്നതിനുമായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ലേസർ ഉപകരണങ്ങൾ തകരാറിലായത് കൺട്രോൾ സെന്ററിനെ മുൾമുനയിലാക്കി. എന്നാൽ, പേടകത്തിലുണ്ടായിരുന്ന സേനാ ഉപകരണങ്ങളിലൊന്നിലെ സെൻസറുകൾ, ഇറങ്ങുന്ന പ്രദേശം വിലയിരുത്തുന്നതിനായി പകരം പ്രയോജനപ്പെടുത്തുകയായിരുന്നു. കൂടാതെ, പേടകം ഇറങ്ങുന്നതിന്റെ അവസാന നിമിഷങ്ങളിൽ കൺട്രോൾ സെന്ററും പേടകവുമായുള്ള ബന്ധം വിച്ഛേദിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. ആന്റിനകളിലൊന്നിലുണ്ടായ തകരാറാണ് ഇതിനു കാരണം. പേടകം ശരിയായ രീതിയിൽ സുരക്ഷിതമായി ഇറങ്ങിയെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിന് ഇതു വെല്ലുവിളിയായി. എന്നാൽ, ഈ പ്രശ്നം പരിഹരിച്ച് രണ്ടു മണിക്കൂറിനുശേഷം പേടകം ഇറങ്ങിയ വിവരം ലഭിച്ചു. പേടകം കുത്തനെതന്നെയാണ് ഇറങ്ങിയതെന്നും വിവരങ്ങൾ അയയ്ക്കാൻ തുടങ്ങുകയാണെന്നും ഇന്റൂയിറ്റീവ് മെഷീൻസ് എക്സിൽ പങ്കുവെച്ച പോസ്റ്റിൽ പറഞ്ഞു. ചന്ദ്രനിൽനിന്നു പേടകം പകർത്തിയ ആദ്യചിത്രങ്ങൾ ഭൂമിയിലെത്തിക്കാനുള്ള ശ്രമത്തിലാണ് ഇപ്പോൾ കമ്പനി.

ചന്ദ്രന്റെ ദക്ഷിണധ്രുവത്തിനടുത്തുള്ള മലാപെർട്ട് എ എന്ന ഗർത്തമേഖലയിൽ ഇറങ്ങാനാണ് പേടകം ലക്ഷ്യമിട്ടത്. വെളിച്ചക്കുറവുള്ള ഈ മേഖലയിൽ ജലഐസിന്റെ സാന്നിധ്യമുണ്ടെന്നാണ് അനുമാനം. 2019 ൽ നാസയുടെ കൊമേർഷ്യൽ ലൂണാർ പേലോഡ് സർവീസസ് (സിഎൽപിഎസ്) പരിപാടിയുടെ ഭാഗമായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട മൂന്നു സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് ഇന്റൂയിറ്റീവ് മെഷീൻസ്. ചന്ദ്രനിലേക്കു ശാസ്ത്രോപകരണങ്ങൾ അടങ്ങുന്ന ചെറിയ പേലോഡുകൾ എത്തിക്കുകയാണ് ദൗത്യത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം.

നാസയുടെ ആറ് ശാസ്ത്രോപകരണങ്ങളും, വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയ പുറത്തുനിന്നുള്ള ആറു പോലോഡുകളുമാണ് നോവ-സി ലാന്ററിലുള്ളത്. ഈ പ്രദേശത്ത് സൂര്യൻ അസ്തമിക്കുന്നതുവരെ ഒരാഴ്ചയോളം പേടകത്തിലെ ഉപകരണങ്ങൾ പ്രവർത്തിക്കും. ആഴ്ചകൾ നീളുന്ന ഒരു ലൂണാർ രാത്രി അതിജീവിക്കാൻ പേടകത്തിനു സാധിക്കില്ല. ഈ ശാസ്ത്രോപകരണങ്ങൾക്കൊപ്പം അമേരിക്കൻ ശില്പിയായ ജെഫ് കൂൻസ് നിർമിച്ച ചെറുശില്പങ്ങളും പേടകം ചന്ദ്രനിലെത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്. 2022 ൽ മാത്രം പതിനാറോളം ചാന്ദ്രദൗത്യങ്ങളാണ് വിക്ഷേപിക്കപ്പെട്ടത്. എന്നാൽ, അതിൽ ലാന്റർ ദൗത്യങ്ങളൊന്നും വിജയകരമായിരുന്നില്ല. ഓർബിറ്റർ, ഫ്ളൈബൈ ദൗത്യങ്ങൾ മാത്രമാണ് ആ വർഷം വിജയം കണ്ടത്. എന്നാൽ, 2023 ലെ ചന്ദ്രയാൻ വിക്ഷേപണത്തിനുശേഷം ഇത് മൂന്നാമത്തെ ലാന്റർ ദൗത്യമാണ് ഇപ്പോൾ വിജയം കാണുന്നത്. ഇതിനു മുമ്പ് ജപ്പാന്റെ സ്ലിം ദൗത്യമാണ് ചന്ദ്രനിൽ സുരക്ഷിതമായി ഇറങ്ങിയത്.

ഇന്റൂയിറ്റീവ് മെഷീൻസിന്റെ രണ്ടാം ദൗത്യവിക്ഷേപണം ഉൾപ്പെടെ എട്ടോളം ദൗത്യങ്ങളാണ് ഇനി ഈ വർഷം നടക്കാനുള്ളത്. അതിൽ ചൈനയുടെ ചാങ് ഇ6 ലാന്റർ, യുഎസ് കമ്പനിയായ ആസ്ട്രോമോട്ടിക് ടെക്നോളജി പരാജയപ്പെട്ട പെരിഗ്രിൻ ദൗത്യത്തിനുശേഷം നടത്തുന്ന ഗ്രിഫിൻ മിഷൻ 1 ലാന്റർ എന്നീ ദൗത്യങ്ങൾ ഇതിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. ■

ക്രൈസ്തവന്യൂനപക്ഷം വെല്ലുവിളിക്കപ്പെടുന്നുവോ?

1-ാം പേജ് തുടർച്ച

പല സ്ഥലങ്ങളിലും മുസ്ലീം ആരാധനാലയങ്ങൾ ആരംഭിക്കുന്നതിന് നിയമപരമായ യാതൊരു നടപടിക്രമങ്ങളും ആവശ്യമില്ല. എന്നാൽ, ക്രൈസ്തവദൈവാലയങ്ങളുടെ മതിൽ ഇടിഞ്ഞുവീണാൽ പുനർനിർമിക്കാൻ ഭരണപരമായ തടസ്സം നേരിടുന്നു. സംഘടിതവോട്ടുബാങ്കിനെ രാഷ്ട്രീയനേതൃത്വം ഭയക്കുന്നുവെന്നതിന്റെ തെളിവാണത്. പൂഞ്ഞാർപള്ളിയിൽ നടന്ന അക്രമത്തെ നിസ്സാരവത്കരിക്കുന്നതും പ്രതികളെ ഒളിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതും അവരുടെ പേരുവിവരം പുറത്തുവിടാൻ ഭയക്കുന്നതുമെല്ലാം ഈ വോട്ടുബാങ്കുരാഷ്ട്രീയത്തിന്റെ ഒടുവിലത്തെ ഉദാഹരണമാണ്.

മതപീഡനനാടുകൾ

വടക്കേ ഇന്ത്യയിൽ പതിനൊന്നു സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ മതപരിവർത്തനബിൽ പാസാക്കി. ഈ നിയമത്തിന്റെ മറവിൽ വൈദികർക്കും സന്ന്യസ്തർക്കുമെതിരേ കള്ളക്കേസെടുക്കുന്നതു പതിവായിരിക്കുകയാണ്. ആസാമിൽ ചില വർഗീയസംഘടനകൾ ക്രൈസ്തവസ്കൂളുകളിൽ കന്യാസ്ത്രീകൾ സഭാവസ്ത്രം ധരിക്കരുതെന്നും സ്കൂളിലെ മതചിഹ്നങ്ങൾ എടുത്തുകളയണമെന്നും ഭീഷണിപ്പെടുത്തിയിരിക്കുകയാണ്. ഭരണഘടന നല്കുന്ന മതസ്വാതന്ത്ര്യത്തെ നിഷേധിക്കുന്ന വർഗീയപ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുനേരേ സംസ്ഥാനം ഭരിക്കുന്ന സർക്കാർ മൗനം പാലിക്കുന്നതു പതിവായിരിക്കുന്നു.

സംഘടിക്കൂ... ശക്തരാകൂ...

നിരന്തരമായ പ്രതിഷേധങ്ങൾ ഫലംകാണുമെന്ന പ്രതീക്ഷ നാം കൈവെടിയരുത്. തീരദേശമേഖലയിൽ തുറമുഖനിർമാണത്തിന്റെ അനന്തരഫലമായി വീടു നഷ്ടപ്പെട്ട ലത്തീൻ കത്തോലിക്കാസമുദായത്തിലെ അഞ്ഞൂറു കുടുംബങ്ങൾ സിമിന്റു ഗോഡൗണുകളിലാണു താമസിച്ചിരുന്നത്. വൈദികരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ വിശ്വാസികൾ നടത്തിയ ബഹുജനപ്രക്ഷോഭത്തിനു ചില മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താൻ കഴിഞ്ഞു. അവരെ മാറ്റിപ്പാർപ്പിക്കാനുള്ള ഫ്ളാറ്റുകളുടെ നിർമിതി പുരോഗമിക്കുന്നു.

ജെ.ബി. കോശി കമ്മീഷൻ റിപ്പോർട്ടു പ്രസിദ്ധീകരിക്കാനും നടപടിയെടുക്കാനും സർക്കാർ അലംഭാവത്തെ ചേദ്യംചെയ്യേണ്ട സമയം അതിക്രമിച്ചിരിക്കുന്നു. കേരളത്തെയും ഭാരതത്തെയും പുനർനിർമിക്കുന്നതിൽ നിർണ്ണായകപങ്കു വഹിച്ച ക്രൈസ്തവർ അസ്തിത്വം നഷ്ടപ്പെട്ടവരാകാതിരിക്കാൻ പ്രതിസന്ധികളെ നേരിടുന്ന ഒരു ക്രിയാത്മകന്യൂനപക്ഷത്തെ വളർത്താൻ കഴിയട്ടെ. ■

കെ.സി.വൈ.എം. സംസ്ഥാനസമിതിക്ക് പുതിയ നേതൃത്വം

പ്രസിഡന്റ്
എം.ജെ. എമ്മാനുവൽ
(ആലപ്പുഴ രൂപത)

ജനറൽ സെക്രട്ടറി
ഷാലിൻ ജോസഫ്
(പാലക്കാട് രൂപത)

ഖജാൻജി
ഡിബിൻ ഡൊമിനിക്
(പാലാ രൂപത)

Deepanalam Weekly
RNI No : 16998/68
Vol. 57 No. 1 Date of Publication 29 Feb 2024
Annual Subscription Rate ₹ 400 (For Abroad ₹ 4500)
Registered No. KL/KTM/12/2024-2026
License No. KL/CR/KTM/WPP-16/2024-2026
Licensed to post without pre-payment

മക്കളെ വിവാഹത്തിനു നിർബന്ധിക്കണമോ?...

ജോർജ്ജ് കാടൻകാവിൽ
92493 92518
ഡയറക്ടർ, ബെത്‌ലെഹം മാട്രിമോണിയൽ

മക്കളുടെ വിവാഹം വൈകുന്നതിനെക്കുറിച്ചു വേവലാതിപ്പെടുന്ന നിരവധി മാതാപിതാക്കൾ എന്നെ വിളിച്ച് സങ്കടം പറയാറുണ്ട്. ഇപ്പോഴിതു കൂടിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഈ സമസ്യയുടെ വിവിധ വശങ്ങൾ കണ്ടെത്താനാണ് മക്കളുടെ വിവാഹത്തിനു മാതാപിതാക്കൾ അവരെ നിർബന്ധിക്കണമോ എന്ന വിഷയം, ധാരാളം മാതാപിതാക്കളും വിവാഹാർഥികളും പങ്കെടുത്ത 276-ാമതു ബെത്‌ലെഹം വൈവാഹിക സംഗമത്തിൽ, ചർച്ച ചെയ്യാൻ കൊടുത്തത്. ജനുവരി ഏഴിനു കോട്ടയത്തു ഹോട്ടൽ ഐഡയിലായിരുന്നു സംഗമം.

ചർച്ചയ്ക്കായി നീക്കിവച്ചിരുന്ന സമയം കഴിഞ്ഞിട്ടും, ഒരു ഗ്രൂപ്പിലും ചർച്ച അവസാനിക്കുന്ന ലക്ഷണമില്ല. ഒടുവിൽ ഗ്രൂപ്പിന്റെ പ്രതിനിധികളെ വിളിച്ച് അതതു ഗ്രൂപ്പിലെ പ്രസക്തമായ അഭിപ്രായങ്ങൾ എല്ലാവരുടെയും അറിവിലേക്കായി അവതരിപ്പിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു.

സംഗമത്തിന്റെ അഭിപ്രായങ്ങൾ :

- മക്കളെ നിർബന്ധിച്ചു വിവാഹം കഴിപ്പിക്കരുത് എന്നായിരുന്നു എല്ലാ ഗ്രൂപ്പുകളുടെയും അഭിപ്രായം.
- മക്കൾക്കു പ്രായപൂർത്തിയായാൽ ഇരുപത്തിയഞ്ചു വയസ്സിനു മുമ്പായി മക്കളോട്, അവരുടെ വിവാഹക്കാര്യം മാതാപിതാക്കൾ സംസാരിക്കണം. പഠനം കഴിഞ്ഞ് ഒരു ജോലിയായിക്കഴിഞ്ഞാൽ വിവാഹത്തെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ഒരു നിലപാടെടുക്കാൻ മക്കളോടു നിർബന്ധപൂർവ്വം ആവശ്യപ്പെടണം.
- വീട്ടിലെ അന്തരീക്ഷവും, മാതാപിതാക്കളുടെ കുടുംബ ജീവിതമാതൃകയും കുട്ടികളെ സ്വാധീനിക്കും. അതിനാൽ മാതാപിതാക്കൾ നല്ല രീതിയിൽ ജീവിച്ചു മാതൃക കാണിക്കണം.
- വിവാഹത്തിന്റെ ആവശ്യകത മനസ്സിലാക്കാൻ സഹായിക്കണം, അതേക്കുറിച്ച് മക്കളോടു പറഞ്ഞ് അവരിൽ താത്പര്യം വളർത്തണം. കരിയർ മാത്രം നോക്കിയിരിക്കരുത് എന്നുപദേശിക്കണം.
- മക്കളുമായി നിരന്തരസമ്പർക്കത്തിലിരിക്കണം, അവർക്ക് അസ്വസ്ഥത തോന്നാത്ത രീതിയിൽ വിവാഹക്കാര്യവും പതിവായി സംസാരിക്കണം.

അവരുടെ അഭിപ്രായം അനുകൂലമല്ലായെങ്കിൽപ്പോലും ശക്തമായ എതിർപ്പില്ലായെങ്കിൽ ഇടയ്ക്ക് ഓരോ വിവാഹാലോചനകളും ആരംഭിക്കണം.

പക്ഷേ വിവാഹം, അവരുടെ സ്വന്തം തീരുമാനത്തിനു വിട്ടുകൊടുക്കണം.

- വിവാഹത്തിനു താത്പര്യമില്ലാത്ത കുട്ടികളെ സമ്മർദത്തിലാക്കരുത്; മറിച്ച്, താത്പര്യക്കുറവിന്റെ കാരണം, കണ്ടെത്തണം. ഒറ്റയ്ക്കുള്ള ജീവിതത്തിന്റെ ഭവിഷ്യത്തുകളും ഏകാന്തതയുടെ ബുദ്ധിമുട്ടുകളും കുറവുകളും മറ്റും മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കണം. കൗൺസെലിങ്ങോ മറ്റോ ആവശ്യമെങ്കിൽ അതിനും മക്കളെ സന്നദ്ധരാക്കണം, സഹായിക്കണം.

പ്രിയപ്പെട്ടവരേ, മക്കളുടെ വിവാഹം വൈകുന്നതിനു നാലു പ്രധാന ഘടകങ്ങളാണ് ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നത്.

1. ജീവിതത്തെക്കാൾ പ്രധാനം തൊഴിലിലെ നേട്ടങ്ങൾ ആണെന്ന തെറ്റുധാരണ.
2. അവരുടെ മാതാപിതാക്കളുടേതുൾപ്പടെ അവർ കണ്ടിരിക്കുന്ന കുടുംബങ്ങളിലെ, പ്രശ്നങ്ങൾമാത്രം ശ്രദ്ധിക്കുകയും, അതുവഴി കുടുംബം എന്ന സങ്കല്പത്തോട് താത്പര്യം കുറയുകയും ചെയ്യുന്നു.
3. സ്വന്തം സ്വാതന്ത്ര്യം നഷ്ടപ്പെടുമോ, മറ്റൊരാളുടെ നിയന്ത്രണമോ ഉത്തരവാദിത്വമോ തന്റെ മേലാകുമോ എന്ന ഭയം.
4. ഇണയെ ആകർഷിക്കാനോ, തൃപ്തിപ്പെടുത്താനോ, ഒരു നല്ല പങ്കാളിയാകാനോ തനിക്കു സാധിക്കാതെ വരുമോ എന്ന പേടിയും ആത്മവിശ്വാസക്കുറവും.

ആദ്യം നമുക്ക് തൊഴിലിനെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാം. പുരുഷനു കരുത്തും സ്ത്രീയ്ക്കു ത്രാണിയുമാണ് പ്രകൃതിദത്തമായി ലഭിച്ചിരിക്കുന്ന പ്രത്യേകതകൾ. കാലം പുരോഗമിച്ചപ്പോൾ കരുത്ത് ആവശ്യമായ പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യാൻ യന്ത്രങ്ങൾ നിലവിൽ വന്നു. അപ്പോൾ തൊഴിൽസ്ഥലങ്ങളിൽ കരുത്തിനേക്കാൾ അധികമായി, ത്രാണിക്കു പ്രാധാന്യം വർദ്ധിച്ചു. തന്മൂലം, തൊഴിൽദാതാക്കൾ പുരുഷനേക്കാൾ ഉപരിയായി, സ്ത്രീകളെ ജോലിക്കു പരിഗണിക്കാൻ തുടങ്ങി. അങ്ങനെ സ്ത്രീയ്ക്കു കൂടുതൽ തൊഴിലവസരങ്ങൾ ലഭ്യമായി. എങ്കിലും തൊഴിലുടമയെയും, അവരുടെ മാനേജർമാരെയും സംബന്ധിച്ചു, സ്ത്രീയുടെ വിവാഹം, ഗർഭധാരണം, കുട്ടികളെ പരിചരിക്കൽ തുടങ്ങിയ കടമകൾ, തൊഴിലിൽ ഇടവേളകളില്ലാതെ തുടരുന്നതിനുള്ള പരിമിതിയായി അനുഭവപ്പെടുന്നു. അതുകൊണ്ടായിരിക്കണം, മിക്ക തൊഴിലിടങ്ങളിലും, വിവാഹത്തെയും, കുടുംബജീവിതത്തെയും നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തുന്ന സംഭാഷണങ്ങളും, സംഭവങ്ങളും നടക്കുന്നത്. വിവാഹമേ വേണ്ടെന്നു വച്ചിരിക്കുന്ന സ്ത്രീകൾക്കു, ജോലിയിലും, വരുമാനത്തിലും, മറ്റ് ആനുകൂല്യങ്ങളിലും കൂടുതൽ നേട്ടങ്ങൾക്കു സാദ്ധ്യതയുണ്ടത്രേ.

പുതുതായി ജോലിയിൽ പ്രവേശിക്കുന്ന ഒരു പെൺകുട്ടി, തൊഴിലിൽ കാലുറച്ചശേഷം മതി വിവാഹം എന്നു ചിന്തിക്കുന്നത് സ്വാഭാവികം. പക്ഷേ, തനിക്കു വിവാഹമേ വേണ്ട എന്ന നിലപാടെടുക്കുന്നത്, തൊഴിൽസ്ഥലത്തുള്ള ഇത്തരം വിവിധ പരിഗണനകൾമൂലമാണ്.

പഠനസ്ഥലത്തും തൊഴിൽസ്ഥലത്തും പെൺകുട്ടികൾക്കു പ്രാധാന്യം വർദ്ധിച്ചപ്പോൾ, ആൺകുട്ടികൾ, തന്റെ തലയിൽ നിന്നു ഭാരിച്ച ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ മാറിക്കിട്ടിയല്ലോ എന്ന ഭാവത്തിലുള്ള നിസ്സംഗതയാണ് പലപ്പോഴും പ്രകടിപ്പിക്കുന്നത്. കുടുംബജീവിതത്തിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം ഏറ്റെടുക്കാൻ, ഈ നിസ്സംഗതമൂലമുള്ള ഉൾവലിയൽ ആൺകുട്ടികൾക്കും തടസ്സമാകുന്നു, തന്മൂലം വിവാഹം കുറച്ചുകൂടെ കഴിയട്ടെ എന്ന തണുപ്പൻനിലപാടാണ് ഭൂരിപക്ഷം ആൺകുട്ടികൾക്കും. ഇനി അഥവാ ആരെങ്കിലും നല്ല പ്രായത്തിൽത്തന്നെ വിവാഹത്തിനു താത്പര്യം എടുത്താലും, ആ പ്രായത്തിലുള്ള ഒരു പെൺകുട്ടിയെ ഒട്ടു ലഭിക്കാനുമില്ല.

(ഇതിനൊരു നല്ല വശം ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നത്, ഒരു ഇരുപത്തിയഞ്ചു വയസ്സിൽ വിവാഹത്തിനു തയ്യാറാവുന്ന പെൺകുട്ടികൾക്ക് വരനെ കണ്ടെത്താൻ കൂടുതൽ എളുപ്പമാകുന്നു എന്നതാണ്.)

ലഭിക്കുന്ന സമയം, ഒരു തുണയോടോ ഇണയോടോ ഒപ്പം ആസ്വദിക്കുന്നതാണ് കുടുംബജീവിതം. തൊഴിൽ എന്നത് ആ ജീവിതത്തിനാവശ്യമായ സാധനസാമഗ്രികൾ സംഘടിപ്പിക്കാനുള്ള ഉപജീവനമാർഗ്ഗം മാത്രമാണ്. ഇതു വിലയിരുത്തി, കരിയറിനും കുടുംബത്തിനും എത്ര പ്രാധാന്യം കൊടുക്കണമെന്നു, നിങ്ങൾക്കു തീരുമാനിക്കാം. നിങ്ങളുടെ ജീവിതം കൊണ്ട് എന്തെല്ലാം അനുഭവങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കണം, ഇപ്പോൾ ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തികൾ ഭാവിയിൽ എങ്ങനെ പ്രതിഫലിക്കും എന്നു ചിന്തിച്ച് സ്വന്തം ജീവിതത്തിൽനിന്നും, ഭാവിയിൽ ലഭിക്കേണ്ട അനുഭവങ്ങളെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾ സ്വപ്നം കാണണം.

മക്കൾ കണ്ടിരിക്കുന്ന കുടുംബജീവിതമാതൃകകളിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനം സ്വന്തം വീട്ടിലെ അന്തരീക്ഷവും, മാതാപിതാക്കളുടെ മാതൃകയുമാണ്. ഈ പരാമർശം കേട്ട് നല്ല മാതൃക കാണിച്ചു കൊടുക്കാൻ കഴിയാതെപോയ മാതാപിതാക്കൾ വിഷമിക്കേണ്ട. ജീവിതമാതൃക പുനരവതരിപ്പിക്കാൻ മനസ്സു വച്ചാൽ നിങ്ങൾക്ക് ഇപ്പോഴും സാധിക്കും.

പ്രിയ മാതാപിതാക്കളേ, മക്കളുടെ വിവാഹം വൈകുന്നത് നിങ്ങളെ വല്ലാതെ വിഷമിപ്പിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, അതിനു മക്കളെ നിർബന്ധിക്കാനല്ല നിങ്ങൾ ശ്രമിക്കേണ്ടത്. പകരം നിങ്ങൾ രണ്ടു പേരുടെയും ജീവിതരീതി മാറ്റുകയാണു വേണ്ടത്.

മക്കളെ കെട്ടിക്കാനുള്ള നിങ്ങളുടെ പരാക്രമം അവസാനിപ്പിക്കുക. എന്നിട്ടു മക്കളോട്, നിങ്ങൾക്കു നേരവും കാലവും സൗകര്യങ്ങളും ശരിയാകുമ്പോൾ വിവാഹം ചെയ്തോളൂ, ഞങ്ങൾ കൂടെയുണ്ടാവും എന്നു പറഞ്ഞ്, നിങ്ങൾ രണ്ടാളുംകൂടി നിങ്ങളുടെ ജീവിതം ആസ്വദിക്കാനുള്ള പ്ലാനും പ്രവൃത്തികളുമായി സന്തോഷിച്ച്, തമ്പുരാനെ ആശ്രയിച്ചു ജീവിക്കാൻ തുടങ്ങുക.

നിങ്ങളുടെ സന്തോഷം മക്കളുടെ ജീവിതത്തെയും ഗുണകരമായി സ്വാധീനിക്കും, തീർച്ച.

"Yes, you should start your second innings – NOW."

വിവാഹം വേണമോ വേണ്ടയോ?

വിവാഹവും കുടുംബജീവിതവും നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തുന്ന ധാരാളം ചിന്തകൾ പ്രചരിക്കുന്ന ഇക്കാലത്ത്, ബെത്‌ലെഹമിലെ അംഗങ്ങളായ പതിനായിരക്കണക്കിന് വിവാഹാർത്ഥികളുടെയും അവരുടെ മാതാപിതാക്കളുടെയും അനുഭവങ്ങളിലൂടെ കണ്ടെത്തിയ വസ്തുതകൾ വിലയിരുത്താനും, സ്വന്തം ബോദ്ധ്യങ്ങളിൽ നിന്നും, സ്വന്തം കുടുംബം രൂപപ്പെടുത്തുന്നതിനെക്കുറിച്ചു വസ്തു നിഷ്ഠമായ തീരുമാനങ്ങളെടുക്കാനും, ഈ കൈപുസ്തകം, നമ്മുടെ യുവതീ യുവാക്കൾക്ക് തീർച്ചയായും ഉപകാരപ്പെടും.

വിവാഹവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങളിൽ സംഭവിച്ചു വരുന്ന പലവിധ സമസ്യകൾ, മനസ്സാന്നിദ്ധ്യത്തോടെ തരണം ചെയ്യാൻ സഹായിക്കുന്ന, വ്യത്യസ്തമായ കാഴ്ചപ്പാടുകളാണ് ഇതിലെ ഉള്ളടക്കം.

Scan QR Code for Digital Version

Bethlehem Matrimonial.com
Bethlehem Center for Research and Family Development
Kaloor, Kochi-17, Ph: 0484-4030566

Printed & Published by Fr. Joseph Thadathil on behalf of Deepanalam Society Palai, Reg. No. 69/77 and printed at Deepanalam printings Palai P.O., Pin-686575 and Published at Palai, Kottayam Dist. Kerala, Pin -686575 • Editor - Fr. Kurian Thadathil * Responsible for selection of news under PRB Act.
• Ph: 04822-212842 • 7306874714 • Fax: 04822-212842 • Email: editordeepanalam@gmail.com • deepanalam@rediffmail.com • website: www.deepanalam.org