WORLD MALAYALEE FEDERATION
WMF
WORLD'S LARGEST
PRAVASI MALAYALEE NETWORK

VISWAKAIRALI

വിശ്വകൈരളി

A MAGAZINE OF THE WORLD MALAYALEE FEDERATION

കവർ സ്റ്റോറി

04
August
2020

ജീവിതം
കോവിഡിനൊപ്പവും കോവിഡിനുശേഷവും

ഡോ.സലിം എം. പീച്ച

കുട്ടികളുടെ ഒരുദിവസം

സുരക്ഷാനടപടികൾ

എഡിറ്ററിന്റെ സന്ദേശം

സപ്ന അനു ബി ജോർജ്
ചീഫ് എഡിറ്റർ, ഒമാൻ

പ്രിയ സുഹൃത്തുക്കളേ, വായനക്കാരേ !

നാം ഒരോരുത്തരും, വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷനൊപ്പം ഈ കോവിഡ് കാലത്തും ഓണക്കാലത്തും ഉൾപ്പെടുത്തിയുള്ള ഒരു സഞ്ചാരമാണ് ഈ ലക്കം.

മനുഷ്യവംശം ഇന്ന് പെരുവഴിയിൽ പകച്ചുനിൽക്കുകയാണ്. നമ്മുടെ ജീവിതപാത മുന്നിൽ രണ്ടായി പിരിയുന്നു. ഒന്ന് നാം ഇതുവരെ കടന്നുപോയ വഴിയുടെ അന്ത്യം പ്രകൃതിയുടെയും മനുഷ്യന്റെയും നാശമാണ്. രണ്ടാമത്തേത് വ്യക്തമായ പുതിയൊരു പാതയാണ്. ഒരുപക്ഷെ അത് നമ്മെ രക്ഷയിലേക്ക് നയിച്ചേക്കാം, എന്നാൽ നമ്മുടെ ആ തീരുമാനം എവിടെക്ക് എന്ന് തീർച്ചയില്ല? മുന്നോട്ട് എന്ന ശുഭാപ്തി വിശ്വാസത്തിലും ആരോഗ്യത്തോടെയും ജീവിക്കണം എന്ന മനുഷ്യന്റെ സ്ഥായിഭാവത്തിലൂടെ നമ്മുടെ കൊച്ചു കേരളത്തിന്റെ ശക്തിയിൽ വിശ്വസിച്ചു മുന്നേറാം!

ഇത്തവണത്തെ നമ്മുടെ മാഗസിന്റെ വിഷയം 'ഓണക്കാലവും കോവിടും' നമ്മുടെ ജീവിതത്തെ എങ്ങനെ മാറ്റിമറിച്ചു എന്നതാൺ കവർ സ്റ്റോറിയായിക്കായുള്ള അന്വേഷണം എത്തിച്ചേർന്നത് 74 ദിവസം കൊണ്ട് റ്റാഗൊയിൽ നിന്നും ഇൻഡ്യയിലെത്താൻ ഷിബു എന്നയാളിന്റെ യാത്ര വിവരണമായിരുന്നു. വിപിൻ ജോസിന്റെ ലോക്ഡൌണിന്റെക്കുറിച്ചുള്ള ഫീച്ചറും എതാണ്ട് കോവിഡ്കാലത്തെ വിശകലനം ചെയ്തു. സാമൂഹ്യവിദ്ധ്യാഭ്യാസത്തെക്കുറിച്ച് മൈക്കിൾ റൊക്കിയും ലേഖനത്തിൽ മാറ്റങ്ങളെ വിളിച്ചറിയിക്കുന്നത്. കവിതകൾ പതുവു പോലെ നമ്മുടെ ചിന്തികളിലേക്ക് ആഴ്ന്നിറങ്ങി. കുട്ടികൾക്ക് കോവിഡ്കാലങ്ങളിൽ ആരോഗ്യപരിരക്ഷണമാണ് ഡൊക്ടർ സലിം പിച്ച എഴുതിച്ചേർത്തു. കുട്ടികളുടെ ചിത്രങ്ങളും ഈ പേജുകൾ മറന്നില്ല, തുന്നിച്ചേർത്തു. വിദ്ധ്യാഭ്യാസം കോവിഡകാലങ്ങളിലൂടെ എന്ന വിദ്യയുടെ ലേഖനം നമ്മെ ഇരുത്തി ചിന്തിപ്പിച്ചു.

രാജ്യത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന കാഴ്ചപ്പാടുകളെ സംരക്ഷിക്കാൻ വിശാലമായ യോജിപ്പോടെയുള്ള പ്രവർത്തങ്ങളെയാണ് കാലം ആവശ്യപ്പെടുന്നത്. അത് വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷന്റെ എല്ലാ രാജ്യക്കാരും അവരാൽ ആകുന്ന സാമൂഹ്യപ്രവർത്തനങ്ങൾ നിർവ്വഹിക്കുന്നു. അതിനുദാഹരണമാണ് നമ്മുടെ ന്യൂസ് പേജുകളിലെ ചിത്രങ്ങൾ വിളിച്ചറിയിക്കുന്നത്! ഇന്നിന്റെ പ്രശ്നങ്ങളെ നേരിടാനായി ആരോഗ്യമേഘലകളും നമ്മുടെ സാമൂഹ്യപ്രവർത്തകരും ആത്മാർത്ഥതയോടെ പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

എന്റെ എഡിറ്റോറിയൽ റ്റീമിന്റെ ആത്മാർഥമായ സഹകരണം ഒന്നുമാത്രമാണ് ഈ കോവിഡ് ഓണപ്പതിപ്പിന്റെ വിജയമന്ദ്രം എന്ന് പറഞ്ഞുകൊണ്ട് കൃതജ്ജതയോടെ... ഒരു പുതിയ ഓണക്കാലത്തെ വരവേൽക്കാനായി നമുക്ക് പ്രതീക്ഷയോടെ കാത്തിരിക്കാം.

സപ്ന അനു ബി. ജോർജ്ജ്

വിശ്വകൈരളി

Chief Editor:
Sapna Anu B. George

Advisory Board:
Antony Puthenpurackal
Subhash David

Editorial Team:
Anshad Koottukunnam
Jaison Kaliyanil
Saranya Jithin
Vidya Gireesh
Vipin Jose Arthunkal

Contact:
viswakairali@worldmalayaleefederation.com

Published by the World Malayalee Federation (WMF).
Reg No. ZVR-Zahl:865685499, Wimbergergasse 5, 1070 Vienna, Austria, Europe

പ്രിൻസ് പള്ളിക്കുന്നേൽ

ഡബ്ല്യു. എം. എഫ്. ഗ്ലോബൽ ചെയർമാൻ,
ഓസ്ട്രിയ

പ്രിയപ്പെട്ട അംഗങ്ങളെ,

ലോകമാകെ ഒരു മഹാവ്യാധിയുടെ ഭീതിയിൽ വിറങ്ങലിച്ച് നിൽക്കുകയാണ്..

പൗരന്മാരും രാഷ്ട്രങ്ങളും പ്രസ്ഥാനങ്ങളുമൊക്കെ വളരെ പ്രതീക്ഷയോടും കണക്കുകൂട്ടലുകളുമൊക്കെ ആയിട്ടാണ് 2020 നെ വരവേറ്റത്. എന്നാൽ അതിനെയെല്ലാം തകിടം മറിച്ചു കൊണ്ട് വളരെ അസുഖകരമായ പ്രതിസന്ധികളാണ് കഴിഞ്ഞകുറെ മാസങ്ങളായി നാം നേരിട്ടു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. പ്രതിസന്ധികൾ ലോകചരിത്രത്തിൽ സാധാരണമാണെങ്കിലും, കോവിഡ്19 വൈറസ് വിതച്ച കെടുതികൾ ലോകത്തെ ഒന്നടങ്കം സ്തംഭിപ്പിച്ചിരിക്കുകയാണ്അടുത്ത കാലത്തൊന്നും നമ്മുടെ തലമുറ ഇത്രയും പ്രക്ഷുബ്ധമായ ഒരു അവസ്ഥയിലൂടെ കടന്നുപോയിട്ടില്ല. സ്വന്തം വീട്ടിൽ പോലും നമ്മൾ ഒറ്റപ്പെട്ടവരായി എല്ലാവോരോടും അകലം പാലിച്ചു നിലനില്പിനു വേണ്ടി പോരാടി ജീവിക്കേണ്ട ദയനീയമായ അവസ്ഥ നേരിട്ടു.

നമ്മൾ തന്നെ സൃഷ്ടിച്ച പല ചട്ടക്കൂടുകളും, നിയമങ്ങളും, കീഴ്‌വഴക്കങ്ങളും, മനസിലെ അതിർവരമ്പുകളും, വിശ്വാസ ധാരണകളും, ആചാരങ്ങളുമൊക്കെ മനുഷ്യന്റെ നിലനിൽപിനുവേണ്ടി മാത്രമായി മാറ്റിയെഴുതുന്ന കാഴ്ച നമ്മുടെ മുന്നിൽ സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ‘നോവൽ കൊറോണ വൈറസ്’ ലോകത്തെ മുഴുവൻ പുതിയ ജീവിത രീതികളും, അനിവാര്യമായ മാറ്റങ്ങളും വരുത്തിക്കൊണ്ട് വ്യവസ്ഥപ്പെടുത്തുകയാണ്. വലിയ അസ്വസ്ഥതകളും ഉൽക്കണ്ഠയും ഒരുപാട് പേരെ ബാധിച്ചു. കണക്കെടുക്കാൻ പറ്റാത്ത നഷ്ടങ്ങൾ മാനവകുലത്തിന് സംഭവിച്ചു.

വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ എന്ന സംഘടന, അതിന്റെ ആഗോള സ്വഭാവം ലോകത്തിനു വെളിപ്പെടുത്തിയ അവസരം കൂടിയായിരുന്നു ഈ കൊറോണ കാലം. നിലവിലെ സാഹചര്യം കൊറോണയ്ക്ക് മുമ്പും ശേഷവും എന്ന് ലോകത്തെ വേർതിരിച്ചപ്പോൾ, ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ മലയാളി പ്രവാസി നെറ്റ്‌വർക്കായ ഡബ്ലിയു.എം.എഫ് നന്മയുടെയും പ്രതീക്ഷയുടെയും വെളിച്ചമായി മാറുകയായിരുന്നു. അതേസമയം സംഘടനയ്ക്ക് താങ്ങാവുന്നതിലും എത്രയോ അധികമായിരുന്നു നാം നേരിട്ട പ്രശ്നങ്ങൾ. കൊറോണയ്ക്കു ശേഷം ആരൊക്കെ അവശേഷിക്കുമെന്ന കണക്കെടുപ്പ് ആയിരുന്നില്ല നമ്മൾ നടത്തിയത് മറിച്ചു പരമാവധിപേർക്ക് നമ്മുടെ കൈമെയ് മറന്ന് കാരുണ്യത്തിന്റെ ചാലുകൾ കീറാനുള്ള മത്സരത്തിലായിരുന്നു നമ്മൾ ഓരോരുത്തരും.

എന്നാൽ മഹാമാരി ഉണ്ടാക്കിയ കെടുതികളിൽ നിന്നും കരകയറാൻ മാനവകുലം ഇപ്പോഴും പാടുപെടുകയാണ്. മഹാമാരി ഉടനെങ്ങും തീരില്ലന്നാണ് നമ്മൾ മനസിലാക്കേണ്ടത്. ഇനിയും എന്തെങ്കിലുമൊക്കെ ഈ ലോകത്ത് നമ്മെ കാത്തിരിക്കുന്നുണ്ടാവും. നമ്മുടെ സഹായ കരങ്ങൾ ഉയർന്നു തന്നെ നിൽക്കണം. അണ്ണാൻകുഞ്ഞും തന്നാലായത് എന്നാണല്ലോ ചൊല്ല്. കരുതൽ കൈവിടരുതെന്ന ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ നിർദേശങ്ങൾ അനുസരിച്ചു, മെഡിക്കൽ പ്രോട്ടോകോളുകളും, സുരക്ഷാ മുന്നറിയിപ്പുകളുമൊക്കെ മനസിലാക്കി ലോകം ഏറ്റെടുത്തിരിക്കുന്ന ദൗത്യത്തിൽ നമുക്കു തുടർന്നും പങ്കുചേരാം.

മഹാമാരി സമ്മാനിച്ച ഭയത്തെ എങ്ങനെയാണ് ഡബ്ലിയു.എം.എഫിന്റെ യോദ്ധാക്കൾ നേരിട്ടതെന്നു ഓരോ വായനക്കാരനും മുന്നോട്ടുള്ള താളുകളിലൂടെ മനസിലാക്കാം. ലോകത്തിൽ എന്തൊക്കെ മാറിയാലും സഹായം ആവശ്യമുള്ളവർക്ക് നൽകുന്ന നന്മകളും കരുതലുമാണ് ഒരിക്കലും മാറ്റമില്ലാതെ തുടരുന്നതെന്ന സത്യം നമ്മുടെയൊക്കെ ഉള്ളിൽ തട്ടുന്ന തിരിച്ചറിവാണു കഴിഞ്ഞ കുറെ മാസങ്ങൾ നമ്മളെ പഠിപ്പിച്ചത്. നമ്മൾ തുടങ്ങിവച്ച പല പ്രവർത്തങ്ങളും അതിശക്തമായി തന്നെ മുന്നോട്ടു പോകുകയാണ്. സഹയാത്രയിൽ സംഘടനയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് കരുത്തും താങ്ങുമാകുന്ന ഏവർക്കും നന്ദി അറിയിക്കുന്നു. കോവിഡ് പ്രതിസന്ധിക്കിടയിൽ പോലും കഠിന പരിശ്രമത്തിന്റെയും കൂട്ടായ പ്രവർത്തനത്തിന്റെയും ഭാഗമായി പുറത്തിറങ്ങുന്ന വിശ്വകൈരളിക്ക് എല്ലാവിധ ആശംസകളും നേരുന്നു. VK

ജീവിതം

കോവിഡിനൊപ്പവും കോവിഡിനുശേഷവും

(Life with covid after covid)

ഡോ.സലിം എം. പീച്ച
കൺസൾട്ടന്റ് ഇ എൻടി സർജൻ
സാന്ത്വന ഹോസ്പിറ്റൽ
തിരുവനന്തപുരം.

കോവിഡ് മഹാമാരി ഉണ്ടാക്കിയ വിപത്ത് തുടങ്ങിയിട്ട് ആറു മാസം പിന്നിട്ടിരിക്കുന്നു. ഇത്രയും കാലയളവു കൊണ്ട് ലോകത്തിലെ പൊതുസമൂഹവും വൈദ്യശാസ്ത്രമേഖലയും എന്തൊക്കെ പഠിച്ചു? ഇനിയങ്ങോട്ട് എങ്ങനെയായിരിക്കും എന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു കാഴ്ചപ്പാടാണ് ഈ ലേഖനം.

ശ്രീ ശ്രീ രത്തൻ ടാറ്റ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഒരു ട്വീറ്റിൽ പറഞ്ഞത് വളരെ അർത്ഥവത്താണ്. 2020 ലെ ലാഭനഷ്ടങ്ങളെക്കുറിച്ചോ, സ്വപ്നങ്ങളെയും പദ്ധതികളെയും കുറിച്ചോ വ്യാകുലപ്പെടരുത്. കോവിഡിനെ അതിജീവിക്കാൻ കഴിഞ്ഞാൽ അതു തന്നെയാകും 2020ലെ നിങ്ങളുടെ ഏറ്റവും വലിയ ലാഭം. ഈ മഹാമാരിയുണ്ടാക്കിയ ദുരന്തം പ്രധാനമായും രണ്ടു മേഖലകളിലാണ്. ഒന്ന്: സാമ്പത്തികം. രണ്ട്: ആരോഗ്യം.

ഇതിൽ സാമ്പത്തിക ദുരന്തത്തെക്കുറിച്ച് ഒറ്റവാക്കിൽ പറഞ്ഞാൽ, രണ്ടാം ലോകമഹായുദ്ധത്തിനു ശേഷം സംഭവിച്ചതിലേറെ ആഴവും പരപ്പുമുള്ളതാണ് ഇപ്പോൾ ലോകം നേരിടുന്ന സാമ്പത്തിക തകർച്ച. ലോകത്തിലെ ഒരു രാജ്യത്തിനും ഈ അടുത്തകാലത്തൊന്നും ഇതിൽ നിന്നും കരകയറാൻ പറ്റുമെന്നു തോന്നുന്നില്ല.

ആരോഗ്യരംഗത്ത് ഈ മഹാമാരി ഉണ്ടാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു വിപത്തുൾ ഇപ്പോഴും ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരും ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരും പഠിച്ചുവരുന്നതേയുള്ളു. രോഗം തുടങ്ങിയ ആദ്യഘട്ടത്തിൽ പല പാശ്ചാത്യ രാജ്യങ്ങളും ഈ വിപത്തിനെ വളരെ നിസ്സാരമായി കണ്ടതുകൊണ്ടാണ് അവർക്ക് കനത്ത വില നൽകേണ്ടി വന്നത്. ആദ്യഘട്ടത്തിൽ നടപ്പിലാക്കിയ ചികിത്സാരീതികളും രോഗനിർണ്ണയ മാർഗ്ഗങ്ങളും പിന്നീട് കണ്ടെത്തിയ തെളിവുകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ മാറ്റേണ്ടി വന്നിട്ടുണ്ട്. അഞ്ച് പ്രധാന മാറ്റങ്ങൾ ആണ് ഇതുവരെ ഈ ചികിത്സാരീതിയിൽ ഉണ്ടായിട്ടുള്ളത്.

1. ഒന്ന്, ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ നീർവീക്കം (PNEUMONIA) സൃഷ്ടിക്കുന്നവെന്നും, അത് മരണം സംഭവിക്കുന്നതിനു കാരണമാകുമെന്നും ആയിരുന്നു തുടക്കത്തിലുള്ള ധാരണ. എന്നാൽ, ഓട്ടോപ്സി അടക്കമുള്ള പരിശോധനകൾ കാണിച്ചത് ശ്വാസകോശങ്ങളിലെ ധമനികളിൽ ഉണ്ടായ രക്തം കട്ടപിടിക്കൽ (Microthrombis of blood vessels) ശ്വസനപ്രക്രിയ നിശ്ചലമാക്കുന്ന അവസ്ഥയിലെത്തുകയും മരണത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്നതാണെന്നും കണ്ടെത്തി. ഇതുമൂലം വെന്റിലേറ്റർ ചികിത്സ ഒഴിവാക്കി, രക്തകട്ടകൾ അലിയിക്കാനുള്ള മരുന്നുകളും രക്തം കട്ടപിടിക്കാതിരിക്കാനുള്ള മരുന്നുകളും (Blood thinners) നൽകിയതു മൂലം ഐസിയു മരണങ്ങൾ ഗണ്യമായി കുറയ്ക്കാൻ കഴിഞ്ഞു.

2. രണ്ട്, രക്തത്തിലെ ഓക്സിജൻ അളവ് കുറഞ്ഞ് ഉണ്ടാകുന്ന ഹൈപോക്സിയ എന്ന അവസ്ഥ ലക്ഷണങ്ങളില്ലാതെ ഏതാനും ദിവസം തുടരുമെന്നും, ഓക്സിജന്റ് അളവ് ഗണ്യമായി കുറയുമ്പോൾ മാത്രമാണ് പെട്ടെന്ന് മാരകമായ ശ്വാസതടസ്സം ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യുന്നത് എന്ന് പഠനങ്ങൾ തെളിയിച്ചു. ഈ അവസ്ഥ രോഗിക്ക് തന്നെ മുൻകൂട്ടി അറിയാനായി പൾസ് ഓക്സിമീറ്റർ എന്ന ലളിതമായ ഉപകരണം വഴി ഇപ്പോൾ സാധ്യമാണ്.

3. മൂന്ന്, വെൻറിലേറ്റർ ഉപയോഗം കുറച്ച് രോഗിയെ കമിഴ്ത്തിക്കിടത്തിയുള്ള(Pro ventilation) എന്ന മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ കൂടുതൽ ഫലപ്രദമായി ശ്വസനപ്രക്രിയ നിയന്ത്രിക്കാൻ ഇപ്പോൾ സാധിക്കുന്നു.

4. നാല്, ഫലപ്രദമായ പുതിയ മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കാൻ തുടങ്ങി. Favipiravir, Remdesivir

5. അഞ്ച്: രോഗപ്രതിരോധത്തിനുള്ള ഇമ്മ്യൂൺ സിസ്റ്ററിനെ ബാധിക്കുന്ന (cytokines storm) എന്ന പ്രതിഭാസത്തിന് എതിരെ സ്റ്റിറോയ്ഡ് മരുന്നുകൾ വളരെ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. ഇത്തരം മാറ്റങ്ങൾ മരണനിരക്ക് എട്ടു മുതൽ പത്ത് ശതമാനത്തിൽ നിന്നും രണ്ട് മുതൽ മൂന്ന് ശതമാനം വരെ കുറയ്ക്കാൻ സഹായിച്ചു.

എല്ലാ രോഗികളിലും 100% ഫലപ്രദമായ ഒരു മരുന്ന് കണ്ടുപിടിക്കാത്തിടത്തോളം

നമ്മുടെ പ്രതീക്ഷ വാക്സിനുകളിലാണ്. ലോകത്തിലെ പല രാജ്യങ്ങളിലും പരീക്ഷണം മൂന്നാം ഘട്ടത്തിലേക്ക് കടന്നിരിക്കുകയാണ് (Randomised cotnrol study). ഇതിന്റെ ഫലങ്ങൾ വരാൻ കുറഞ്ഞത് മൂന്നു മാസമെങ്കിലും എടുക്കും. അപ്പോൾ മാത്രമേ അവയുടെ പ്രതിരോധശക്തിയെപ്പറ്റിയും പാർശ്വഫലങ്ങളെപ്പറ്റിയും പൂർണ്ണമായും അറിയാൻ കഴിയുകയുള്ളു. ലോകത്തിലെ വേഗമേറിയ വാക്സിൻ നിർമ്മാണവും ഉപയോഗവും തുടങ്ങിയത് അതു കണ്ടുപിടിച്ചു നാല് അഞ്ച് വർഷത്തിന് ശേഷമാണന്ന് നാം ഓർക്കണം. (Mumps vaccine, 1967, Ebola vaccine-2019). ഈ ഉദാഹരണങ്ങൾ നമ്മുടെ മുന്നിലുള്ളപ്പോൾ 2020ൽ തന്നെ വ്യാപക ഉപയോഗത്തിന് ലഭ്യമാകുമോയെന്ന കാര്യം സംശയാസ്പദമാണ്. മാത്രമല്ല 7.8 ബില്യൺ വരുന്ന ജനസാഗരത്തിന് ഇത്രയും ചുരുങ്ങിയ സമയംകൊണ്ട് ഇത് നിർമ്മിച്ചു നൽകാൻ ആകുമോ എന്നും സംശയമാണ്. ഇക്കാരണങ്ങളാൽ ഇനിയും കുറെ മാസങ്ങളോളം ഈ വൈറസിനൊപ്പം ജീവിക്കേണ്ടിവരും. അത് എങ്ങനെയായിരിക്കണമെന്ന്

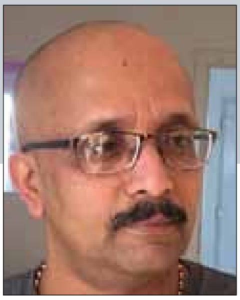
ഇപ്പോൾ ലോകം പഠിച്ചുകഴിഞ്ഞു.

രോഗം വന്നുകഴിഞ്ഞവർക്കുള്ള ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളാണ് ഇനി ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട മറ്റൊരു മേഖല. എൺപത് ശതമാനം രോഗികളിലും ഈ രോഗം പാർശ്വഫലങ്ങളോ വൈകല്യങ്ങളോ ഉണ്ടാക്കാതെ തന്നെ കടന്നുപോകുന്നു. അവർക്ക് യാതൊരു പുനപരിശോധനയുടെയോ, പുനർചികിത്സയുടെയോ ആവശ്യമില്ല. എന്നാൽ ഒരു നേരിയ ശതമാനം ആളുകളിൽ രണ്ടാമതും ഈ രോഗം വരുന്നതായി കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. അതിനേക്കുറിച്ചുള്ള വ്യക്തമായ വിവരങ്ങൾ വരാനിരിക്കുന്നതേയുള്ളു. പത്തു മുതൽ പതിനഞ്ചു ശതമാനം ആളുകളിൽ മിതമായ നിരക്കിലുള്ള രോഗലക്ഷണങ്ങളോടുകൂടി പൂർണമായ രോഗമുക്തി ഉണ്ടാകുന്നു. അഞ്ചു ശതമാനം ആളുകളിൽ തീവ്രരോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാവുകയും അതിൽ പകുതിയോളം പേർക്ക് ഐസിയു, വെൻറിലേറ്റർ ചികിത്സകളും വേണ്ടിവരുന്നു. ഈ വിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്നവർ രോഗം ആയതിനുശേഷം നേരിടേണ്ടിവരുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ മൂന്നായി തരം തിരിക്കാം. ഒന്ന്: മാനസികം. രണ്ട്: ശാരീരികം. മൂന്ന്: സാമ്പത്തികം.

മാനസികപ്രശ്നങ്ങളെ (PTSD) 'പോസ്റ്റ് ട്രോമാറ്റിക് സ്ട്രെസ് ഡിസോർഡർ' (Post Traumatic tSress Disorder) എന്നു പൊതുവേ വിളിക്കുന്നു. ഇക്കൂട്ടർക്ക് ശാരീരിക തളർച്ച, തീവ്രമായ ഉത്കണ്ഠ, ഉറക്കമില്ലായ്മ, അമിതമായ വിയർക്കൽ, പേടിപ്പെടുത്തുന്ന സ്വപ്നങ്ങൾ, ആത്മഹത്യാപ്രവണത, ഓർമ്മക്കുറവ്, വിശപ്പില്ലായ്മ തുടങ്ങിയ ഒട്ടനവധി രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. ഈ അസുഖം കോവിഡ് രോഗം കഴിഞ്ഞ മൂന്നു മാസത്തിനുള്ളിൽ പ്രകടമാവുകയും ഒരു വർഷത്തോളം നീണ്ടുനിന്നേക്കാവുന്നതുമാണ്. സൈക്കോതെറാപ്പിലൂടെയും മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിച്ചും ഇത് നിയന്ത്രിക്കാനാകും. ഇപ്പോൾ പാശ്ചാത്യരാജ്യങ്ങളിലെ പോസ്റ്റ്കോവിഡ് ട്രീറ്റ്മെൻറ് സെൻററുകളിൽ ഈ സൗകര്യം ലഭ്യമാണ്. ഇക്കൂട്ടർക്ക് ഫിസിക്കൽ തെറാപ്പി, ഒക്കുപ്പേഷണൽ തെറാപ്പി എന്നിവയും ആവശ്യമായി വന്നേക്കാം. പ്രായമേറിയവർക്ക് ശ്വാസകോശങ്ങളിൽ ശാശ്വതമായ തകരാറുകൾ (Lung Fibrosis) ഉണ്ടാകുന്നതായും കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്, പ്രത്യേകമായും പുകവലി ശീലമുള്ളവർക്ക്. ഇക്കൂട്ടർക്ക് ദീർഘകാലത്തേക്ക് പൾമനറി റിഹാബ് തെറാപ്പി നൽകേണ്ടിവരും.

വെൻറിലേറ്റർ ചികിത്സ വേണ്ടിവരുന്നവരിൽ 12 ശതമാനം പേർക്ക് തീവ്രമായ ഹൃദ്രോഗങ്ങൾ (Heart Failure Myocardial Infraction) ഉണ്ടാകുന്നതായയും പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു. കൂടാതെ, കരൾ, വൃക്ക, രക്തക്കുഴലുകൾ എന്നിവയുടെ പ്രവർത്തനത്തെ സാരമായി ബാധിക്കുന്നതായി കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. ആറുമാസം പ്രായം മാത്രമുള്ള ഈ അദൃശ്യ ശത്രുവിന്റെ ആക്രമണം കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന പാർശ്വഫലങ്ങളെയും ദീർഘകാല പ്രശ്നങ്ങളെയും പറ്റിയുള്ള പുതിയ പുതിയ അറിവുകൾ ദിവസേന വന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഇക്കാരണത്താൽ ഈ രോഗം ബാധിച്ച പത്തു മുതൽ പതിനഞ്ചു ശതമാനം വരെ ആളുകൾക്ക് തുടർ നിരീക്ഷണവും തുടർ ചികിത്സയും ആവശ്യമായിവരും. ഇപ്പോൾ രോഗികളെ മാത്രമേ വൈദ്യലോകത്തിന് ശ്രദ്ധിക്കുവാൻ കഴിയുന്നുള്ളു. എന്നാൽ രോഗം വന്നു കഴിഞ്ഞവരെ നിരീക്ഷിക്കുവാനുള്ള സംവിധാനങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തുകയോ, ശക്തിപ്പെടുത്തുകയോ ചെയ്തില്ലെങ്കിൽ ഈ വൈറസ് മനുഷ്യനു നൽകുന്ന പ്രഹരം കടുത്തതായിരിക്കും. VK

കോവിഡ്



സാബു പള്ളിപ്പാട്ട്
ഇറ്റലി

ഡോണ്ട് ടച്ച് മി...

കോവിഡിന് ശേഷമുള്ള ലോകക്രമം എന്തായിരിക്കുമെന്ന് ചിന്തിച്ചു തുടങ്ങേണ്ടത്, ഈ മഹാമാരിക്ക് മുൻപ് നാമെന്തായിരുന്നു എന്നിടത്താണെന്നു തോന്നുന്നു. സാംസ്കാരികമായി വാർത്തെടുക്കപ്പെട്ട അച്ചുകൾക്കുള്ളിലേക്കാണ് ഓരോ മനുഷ്യകുട്ടിയും പിറന്നുവീഴുന്നത്. കാലദേശങ്ങളാണ് ഇതിന് ആധാരമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. മൂലധനം അടിസ്ഥാനമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ലോക സാമ്പത്തിക വ്യവസ്ഥകൾ ജീവിതം സുഗമമാക്കാനുള്ള എല്ലാത്തരം ഉപകരണങ്ങളും ഇന്ന് ലഭ്യമാക്കിയിരിക്കുന്നു. പിന്നെയെന്താണൊരു കുറവ് എന്ന് ചിന്തിച്ചു തുടങ്ങാൻ സുബ്രമണ്യൻ എടപ്പാളിന്റെ ഒരു കവിതയിലെ ആദ്യ ഭാഗങ്ങൾ ചൊല്ലി നോക്കാം.

'നേരമില്ലുണ്ണിക്കു നേരമില്ല
നേരമ്പോക്കോതുവാൻ നേരമില്ല
മുറ്റത്തെ മാവിന്റെ തോളിലൊന്നേറുവാൻ
മാറിലൊന്നാടുവാൻ നേരമില്ല
തുമ്പിയെക്കൊണ്ടൊരു കല്ലെടുപ്പിക്കുവാൻ
തുമ്പപ്പൂവൊന്നു പറിച്ചീടുവാൻ
നാലു കാൽ നാട്ടിയോരോലപ്പുര കെട്ടി
കഞ്ഞി വെച്ചീടുവാൻ നേരമില്ലാ..'

കോവിഡ് ഗോളാന്തരീകരണ പാതയിലൂടെ പടർന്നുകയറിയപ്പോൾ അതുവരെ ഭാവന ചെയ്യാത്ത ചിലതെല്ലാം നമ്മൾ കണ്ടു. അതിലൊന്ന് നിശ്ചലമായ രാജ്യാന്തര വിമാനത്താവളങ്ങളാണ്. കടൽത്തീരത്ത്

അയില ഉണക്കാനിട്ടിരിക്കുന്നപോലെ വെയില് കാഞ്ഞു കിടക്കുന്ന ആയിരക്കണക്കിന് വിമാനങ്ങൾ. ഇതൊക്കെ ഇല്ലാതെയും ജീവിതം മുന്നോട്ടൊഴുകുന്നു എന്നത് പുതിയ തിരിച്ചറിവായിരുന്നു. നഗരങ്ങൾക്ക് എന്തൊരു നിശബ്ദതയാണ്. അവിടെ ചിലയിടങ്ങളിൽ പക്ഷി കൂട്ടങ്ങൾ കൂടുകൾ പണിത് ചേക്കേറി. പരിസ്ഥിതിക്ക് പുതിയൊരു ഉണർവ് വന്നിരിക്കുന്നു. പരിസ്ഥിതി നമുക്കുമേൽ നിരന്തരമായി ആഘാതങ്ങൾ ഏൽപ്പിച്ചിട്ടും ലോക രാജ്യങ്ങൾക്കിടയിൽ പരിസ്ഥിതി അനുകൂല തീരുമാനങ്ങൾക്ക് എന്നും കാലതാമസമായിരുന്നു. ഗ്രെറ്റ തൻബർഗ് എന്നൊരു കൊച്ചു കുട്ടി ചിലതെല്ലാം ഇതിനിടെ നമ്മുടെ ചിന്തയിൽ കൊണ്ടുവന്നിരുന്നു. എന്നിട്ടും ഇളകാതിരുന്ന നമ്മെ ഒരു കൊച്ചു വൈറസ് എത്ര പെട്ടെന്നാണ് അടച്ചു പൂട്ടിയ മുറികൾക്കുള്ളിലാക്കിയത്.

ഒരു ക്രിസ്ത്യൻ എത്തിയിസ്റ്റെന്ന് ചില നേരങ്ങളിൽ സ്വയം പരിചയപ്പെടുത്താറുള്ള സിസേക് തന്റെ പുതിയ പുസ്തകത്തിന്റെ ആമുഖം തുടങ്ങുന്നത് കല്ലറയുടെ മുന്നിൽ മറിയം മഗ്ദലനയ്ക്ക് പ്രത്യക്ഷമായി ക്രിസ്തു പറയുന്ന വാക്കോട് കൂടിയാണ്. 'നീയെന്നെ തൊടരുത് '(റീീ ദൗരവ ാല !) എന്ന താക്കീതായിരുന്നുവത്. ശരീരമായല്ല നിങ്ങൾ കൂടുന്നിടത്ത് പരസ്പരമുള്ള സ്നേഹമായാണ് ഞാൻ നിലനിൽക്കുക എന്നാണ് ക്രിസ്തു പറയാതെ പറഞ്ഞതെന്നാണ് സിസെക്കിന്റെ ഭാഷ്യം. കൊറോണ നമ്മോടു പറഞ്ഞതും തൊടരുതെന്നാണ്. എങ്കിലും അപരനിലേക്ക് തുറക്കുന്ന ഒരു കണ്ണ് മനുഷ്യരിൽ വേണമെന്നതും ആ മഹാമാരി നമ്മോട് ആവശ്യപ്പെടുന്നുണ്ട്. ഫൈവ് സ്റ്റാർ ഹോസ്പിറ്റലുകളോ, അത്യാഡംബരങ്ങളോടെ പണിതെടുത്ത ദേവാലയങ്ങളോ ഒന്നുമല്ല മനുഷ്യർക്ക് ആശ്വാസമായി വന്നത്. പകരം പ്രാഥമിക ആരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങളും, കൈ കഴുകണം, ശുചിത്വം പാലിക്കണം എന്ന അടിസ്ഥാന അറിവുമാണ്. ഒരാളുടെ വാക്ക് മറ്റൊരുവന് സംഗീതമാവുന്ന ഒരു കാലമാണ് 'കമ്മ്യൂണിസം' എന്നതുകൊണ്ട് കാൾ മാർക്സും സ്വപ്നം കണ്ടത്.

സമ്പത്തുകൊണ്ട് എല്ലാം മൂടാനാവും എന്ന് മോഹിച്ചിരുന്ന അമേരിക്ക കൊവിഡിന് മുന്നിൽ അടി പതറിയപ്പോൾ, എല്ലാവർക്കും സാമൂഹിക ആരോഗ്യം വിഭാവനം ചെയ്ത് മുന്നോട്ടു പോയിരുന്ന വിരലിലെണ്ണാവുന്ന യൂറോപ്യൻ രാജ്യങ്ങളും; പ്രാഥമിക ആരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങളും, എല്ലാവർക്കും സാക്ഷരതയും ഉറപ്പാക്കി കെട്ടിപ്പടുത്ത നമ്മുടെ കൊച്ചു കേരളവും കൊറോണയെ വരുതിയിലാക്കുന്നതിൽ മുൻപിൽ നിന്നു.

ഈ മഹാമാരിയെ മുതലെടുത്ത് സർവെയ്‌ലൻസ് സിസ്റ്റം കരുത്തുള്ളതാക്കി ജനങ്ങളുടെ മേൽ കൂടുതൽ അധികാരം പ്രയോഗിക്കാൻ ഭരണകൂടങ്ങൾ മുതിരാമെന്നത് ഇതിന്റെ മറ്റൊരു വശമാണ്. നിങ്ങളുടെ സിസ്റ്റത്തെ മാത്രമല്ല നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തെയും, ചിന്തയെയും വരെ ഹാക്ക് ചെയ്യാൻ ഇന്ന് ടെക്നോളജി വളർന്നിട്ടുണ്ടെന്ന് യുവാൽ നോവ ഹരാരി അദ്ദേഹത്തിന്റെ സമകാലിക അഭിമുഖങ്ങളിൽ ആശങ്കപ്പെടുന്നുണ്ട്.

കൊറോണയിൽ നിന്ന് പാഠങ്ങൾ പഠിച്ച് മാവേലി വാണീടും കാലമെന്നപോലെ മനുഷ്യർ തുല്യതയോടെ വസിക്കുന്ന ഒരു കാലമാണ് ഇനി വരുന്നതെന്ന് ഒരിക്കലും സങ്കൽപ്പിക്കേണ്ടതില്ല. കൊറോണയ്ക്ക് മുൻപും, പിൻപുമായി മനുഷ്യചരിത്രം ചില മാറ്റങ്ങൾക്ക് വിധേയമാകുമെന്നത് തീർച്ചയാണ്. ഹോം ഓഫീസിൽ തുടങ്ങി, റൂട്ട് ട്രാക്കിംഗ് എന്ന സർവൈലൻസിസിൽ പിടിച്ചു തൂങ്ങി മനുഷ്യന്റെ ഓരോ ചലനങ്ങളെയും കണക്കുകൂട്ടാവുന്ന ടെക്നോളജിയിലൂടെ കോർപറേറ്റു പിന്തുണയുള്ള ടോട്ടാലിറ്റേറിയൻ ഭരണകൂടങ്ങൾക്കാണോ, അതോ ആരോഗ്യ, വിദ്യാഭ്യാസ രംഗങ്ങളിൽ ഏവർക്കും തുല്യത ഉറപ്പാക്കുന്ന സോഷ്യലിസ്റ് ഭരണകൂടങ്ങൾക്കാണോ ഇത് വഴി വെയ്ക്കുകയെന്നത് കാത്തിരുന്ന് കാണണം.

സോഷ്യൽ ഐസൊലേഷനലിൽ കഴിയുമ്പോഴും സമൂഹത്തിന്റെ ചലനങ്ങൾ സൂക്ഷ്മമായി വീക്ഷിച്ച് സ്വയം അവബോധങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുകയും, പുതിയ സാധ്യതകൾ ഉപയോഗിച്ച് അപരനിലേക്ക് എത്തിക്കുകയെന്നതുമാണ് ആധുനിക പൗരധർമ്മം. അതിനായി കൂടിയാവണം ഇനി നമ്മുടെ കരുതലുകൾ. ജാഗ്രതയുള്ളവരാകുക, ഭയം വേണ്ട. VK

ടോഗോ ടു തിരുവനന്തപുരം 76 ദിവസങ്ങൾ

ഒരു കോവിഡ്കാല യാത്രയുടെ നാൾവഴികൾ

ഷിബു ജയപ്രകാശ്
കൊല്ലം

പ്രതീക്ഷകളുടെ വലിയ ഭാണ്ഡക്കെട്ടുമായി, നിറംമങ്ങിയ ഓർമ്മളെ താലോലിച്ച്, മരവിച്ച സ്വപ്നങ്ങളത്രയും മനസിൽ കുഴിച്ചുമൂടി, കാതങ്ങൾ താണ്ടിയൊരു യാത്ര.ചിന്തകൾക്ക് ഭ്രാന്തുപിടിച്ച നിമിഷങ്ങളെ സാക്ഷിയാക്കി ടോഗോയിൽനിന്ന് തിരുവനന്തപുരം വരെ 87 ദിവസങ്ങൾ നീണ്ടുനിന്ന പലായനം... കാലമെത്ര കഴിഞ്ഞാലും മറക്കാൻ കഴിയാത്ത ആ ദുരിതയാത്ര ഞാൻ നിങ്ങൾക്കു മുന്നിൽ അനാവരണം ചെയ്യുകയാണ്. കൊറോണക്കാലത്തിന്റെ ദുരിതപർവങ്ങൾ കടന്ന് ജന്മനാടിന്റെ സുരക്ഷിതത്വത്തിലേക്കുള്ള സംഭവജനകമായ ഒരു പ്രയാണം...

2020 മാർച്ച് 23

ടോഗോയിൽ കോവിഡ് 19 പിടിമുറുക്കിത്തുടങ്ങിയ സമയം. അന്നായിരുന്നു നാട്ടിലേക്ക് പോകാനായി ടോഗോയിൽനിന്ന് എത്യോപ്യയിലേക്ക് യാത്രതിരിച്ചത്. രണ്ടു ദിവസം കൊണ്ട് മാതൃരാജ്യത്ത് എത്താൻ പറ്റുമെന്ന ശുഭപ്രതീക്ഷയോടെ , വിമാനട്ടിക്കറ്റ് നെഞ്ചോടു ചേർത്തുപിടിച്ച് യാത്ര തുടങ്ങുമ്പോൾ നാട്ടിൽ കാത്തിരിക്കുന്ന കുടുംബമായിരുന്നുമനസിൽ.23ന്രാത്രിഎത്യോപ്യയിൽ വിമാനമിറങ്ങുമ്പോഴും അപ്രതീക്ഷിതമായതൊന്നും പ്രതീക്ഷിച്ചിരുന്നില്ല.

പഞ്ചനക്ഷത്ര ഹോട്ടൽ സൗകര്യങ്ങളൊരുക്കിയിട്ടുണ്ടെന്നായിരുന്നു അധികൃതർ അറിയിച്ചിരുന്നത്. പിന്നീടാണ്, ഞങ്ങൾ പണമടച്ച ഹോട്ടലിനു അംഗീകാരം ഇല്ലെന്നും പുതിയ ഹോട്ടലിൽ ഏഴുദിവസത്തെ പണം ഒരുമിച്ച് അടച്ച തെളിവ് കാണിച്ചാലേ അടുത്ത കടമ്പ കടക്കാനാവൂ എന്നുമറിയുന്നത്. പാതിരാത്രിയിൽ ഓൺലൈൻ പേയ്മെന്റ് നടത്തിയ എച്ച്ആർ മാനേജർക്കിരിക്കട്ടെ ഒരു പൊൻതൂവൽ...മെഡിക്കൽ സംഘത്തിന്റെ പരിശോധന കഴിഞ്ഞ ഞങ്ങളെ ഹോട്ടലിലേക്ക് കൊണ്ടുപോയി. നാലുമണിക്കൂർ ഒരേ നിൽപ്പ് നിന്നതിന്റെ ക്ഷീണം വല്ലാതെ തളർത്തി.

മാർച്ച് 24

നന്നേ പുലർച്ചെ ഹോട്ടലിൽ എത്തുമ്പോഴും ശുഭപ്രതീക്ഷതന്നെയായിരുന്നു മനസ്സിൽ. പക്ഷേ, രാവിലെ ന്യൂസ് കേൾക്കുന്നതുവരെ മാത്രമേ ആ പ്രതീക്ഷയ്ക്ക് ആയുസുണ്ടായുള്ളൂ. പാതിവഴിയിൽ ലോക്ഡൗൺ എന്ന പതിവില്ലാത്ത പ്രതിഭാസം എന്നൊക്കെ സാഹിത്യപരമായിട്ടു ചിന്തിക്കാൻ അന്നത്തെ മാനസികാവസ്ഥ അനുവദിച്ചില്ല. ഇനി ഒരറിയിപ്പുണ്ടാകുന്നതുവരെ വിമാനങ്ങൾ പറക്കില്ല എന്ന ഉത്തരവിന് മുൻപിൽ പകച്ചു നിസ്സഹായരായി നിൽക്കാനേ പറ്റിയുള്ളൂ.

സ്വർണക്കൂട്ടിലടച്ച തത്തയെപ്പോലെ ആയിരുന്നു പിന്നീടുള്ള ഓരോരോദിനവും. അടച്ചിട്ട ഒരു മുറിയിൽ മണിക്കൂറുകൾ ചെലവഴിക്കാൻ നമ്മൾ പലരും പാടുപെടാറുണ്ട്. ക്വാറന്റൈൻ എന്ന വാക്ക് കൂടുതൽ പരിചിതമായി. എങ്ങനെ നാട്ടിലെത്താമെന്ന വേവലാതിയായിരുന്നു മനസുനിറയെ. സുഹൃത്തുക്കളുടെയും ബന്ധുക്കളുടെയും ആശ്വാസവാക്കുകൾക്കൊന്നും ഞങ്ങളുടെ പരിഭ്രാന്തിയുടെ കാഠിന്യം കുറക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ഇനിയെന്ത് എന്ന ചോദ്യം ഉത്തരംകിട്ടാതെ മനസിനെ വല്ലാതെ അലട്ടികൊണ്ടിരുന്നു. നാട്ടിലെ വാർത്തകൾ മാനസികത്തളർച്ചയുടെ ആക്കം കൂട്ടി.

മുറിയുടെ വാതിലിനു വെളിയിൽ ഇറങ്ങാൻ അനുവാദമില്ലായിരുന്നു. മൂന്നുനേരം ആഹാരം വെളിയിൽ കൊണ്ടുവന്നുവെക്കും, വീട്ടിലെ നായ്ക്കൾ ഇതിലും ഭാഗ്യവാന്മാരാണെന്നു കരുതിയ നിമിഷങ്ങൾ. പരിചിതമല്ലാത്ത ഭക്ഷണമായതിനാൽ രണ്ടു ദിവസംകൊണ്ടുതന്നെ മടുപ്പനുഭവപ്പെട്ടു. പലപ്പോഴും സാലഡും പഴവർഗങ്ങളും കൊണ്ട് വിശപ്പടക്കേണ്ടിവന്നു. ഒരുപിടി ചോറ് സ്വപ്നവും ആഗ്രഹവുമായി മാറിയ നിമിഷങ്ങൾ. പുറത്ത് എന്ത് നടക്കുന്നു എന്നുപോലും അറിയാൻ പറ്റാത്ത അവസ്ഥ.ആദ്യ ലോക്ഡൗൺ തീരുന്ന ദിവസത്തിനായി കാത്തിരുന്നപ്പോൾ എവിടെയോ പ്രതീക്ഷയുടെ ഒരു ചെറിയ വെട്ടം മിന്നിമറഞ്ഞു. മാനസികനില തെറ്റാതിരിക്കാൻ വേണ്ടി മാത്രമാണ് റൂമിനൊരു ബാൽക്കണി എന്നു തിരിച്ചറിഞ്ഞു. ഹോട്ടൽ എയർപോർട്ടിനടുത്തായതിനാൽ ചില ഫ്ലൈറ്റുകൾ പോകുന്നതും വരുന്നതും അവിടെ ഇരുന്നു കാണാമായിരുന്നു. ഇനിയെന്ന് ഞങ്ങൾക്ക് ഒരു ഫ്ലൈറ്റിനുള്ളിൽ എത്താൻ കഴിയുക എന്ന ചിന്തയായിരുന്നു മനസ്സ് നിറയെ.

ആദ്യഘട്ട ലോക്ഡൗൺ അവസാനിക്കുന്ന സമയം ഓൺലൈനിൽ ഫ്ലൈറ്റ് ടിക്കറ്റുകൾ പ്രത്യേക്ഷപ്പെട്ടതു ചെറിയ രീതിയിൽ ആശ്വാസം പകർന്നെങ്കിലും, ലോക്ഡൗൺ വീണ്ടുംനീട്ടി എന്ന പ്രഖ്യാപനം ഇടിത്തീയായി. എംബസി ഉദ്യോഗസ്ഥർ സുപ്രീം കോടതി ജഡ്ജിമാരുടെ അധികാരം കൈയാളുന്നവരാണോ എന്നുപോലും ചിന്തിച്ചു പോയ ദിവസങ്ങൾ.എംബസ്സിയിൽ ഞങ്ങളുടെ പേരുകൾ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാമെന്നല്ലാതെ മറ്റൊരു സഹായവും ചെയ്യാനാകില്ല എന്നായിരുന്നു അവരുടെ നിലപാട്.നിസ്സഹായതയും മാനസിക സംഘർഷങ്ങളും വല്ലാതെ അലട്ടിത്തുടങ്ങിയിരുന്നു. അമേരിക്കയിലും, ഇറ്റലിയിലും നടക്കുന്നതൊക്കെ അറിഞ്ഞപ്പോൾ, അവിടുള്ളവരെയപേക്ഷിച്ച് ഞങ്ങൾ സുരക്ഷിതരാണെന്ന കാര്യം അല്പം ആശ്വാസം പകർന്നു.

ഏപ്രിൽ 07

14 ദിവസം കഴിഞ്ഞുള്ള കോവിഡ് ടെസ്റ്റിന്റെ റിസൽട്ടുവന്ന ദിവസം. പരിശോധനാഫലം നെഗറ്റീവ് എന്ന വാർത്ത ചെറിയ ആശ്വാസത്തിന് വകനൽകി. നാട്ടിലെ സംഭവങ്ങളൊക്കെ അറിയുംതോറും പ്രതീക്ഷയുടെ ചാർജ് കുറഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നു.ഒരു മാസം തികച്ചതിന്റ ആഘോഷം ഓരോ കട്ടൻ കാപ്പി കുടിച്ച് ഫോണിലൂടെ പരസ്പരം പങ്കുവച്ചു. ബാക്കിയുണ്ടായിരുന്ന ശുഭപ്രതീക്ഷ ഇടയ്ക്കിടെ തുടച്ചുമിനുക്കിവച്ചു. മനസ് മുരടിക്കാതിരിക്കാൻ ജ്യേഷ്ഠതുല്യനായ അജിത് അണ്ണൻ ഇടക്ക് ഹോട്ടലുകാരുമായി അടിയുണ്ടാക്കി. ഉച്ചക്കുള്ള ആഹാരം വൈകിട്ടും, അത്താഴഭക്ഷണം 10മണിക്ക് ശേഷവും നൽകി ഹോട്ടലുകാരും അണ്ണനെ പ്രകോപിപ്പിച്ചു.

മേയ് 16

അമ്പത്തിനാല് ദിവസങ്ങൾ കടന്നുപോയി, പ്രതീക്ഷയുടെ ചാർജ് തീർന്ന് സ്വിച്ച് ഓഫ് ആകാറായി.പണ്ടെങ്ങോ ചെയ്ത പുണ്യപ്രവൃർത്തിയുടെ അനന്തരഫലമെന്നപോലെ ഒരു വിമാനം ഇന്ത്യലേക്കു പോകുന്നു എന്നറിയിപ്പ് കിട്ടി. ഭാഗ്യവശാൽ ഞങ്ങൾക്കും അതിൽ ഇടംലഭിച്ചു.ഹോട്ടലിനു വെളിയിലിറങ്ങിയാൽ തിരിച്ചു പ്രവേശിപ്പിക്കാൻ കഴിയില്ലെന്നു പറഞ്ഞ ഹോട്ടൽ മാനേജരുടെ മുന്നിലേക്ക് അജിത് അണ്ണനെ വാളും പരിചയുമായി പിന്നെയും ഇറക്കിവിടേണ്ടിവന്നു.അങ്ങനെ പോലീസ് പിന്തുണയോടെ ഞങ്ങൾ ടിക്കറ്റ് കരസ്ഥമാക്കി. ഇതിനിടയിൽ അവസോരിചിതമായി നടന്ന സാമ്പത്തിക ചൂഷണം ഞങ്ങൾക്ക് നിസ്സഹായരായി നോക്കി നി

ൽക്കാനേ കഴിഞ്ഞുള്ളു. അതിജീവനങ്ങളുടെ 55ാം ദിവസം ഞങ്ങളും വിമാനത്തിൽ കയറി. വിമാനം റൺവേയിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ ആ ഹോട്ടൽ ബാൽക്കണിയുടെ ഓർമ്മകൾ മനസിലേക്ക് ടേക്ക്ഓഫ് നടത്തി.

മേയ് 17

ഭാരതത്തിന്റെ മണ്ണിൽ, മുംബൈയിൽ വിമാനമിറങ്ങിയപ്പോൾ പ്രതീക്ഷകൾ വീണ്ടും മൊട്ടിട്ടു. നാലു മണിക്കൂറത്തെ ചടങ്ങുകൾക്കു ശേഷം, വർഷങ്ങളായി അടച്ചിട്ടിരുന്ന ഭാർഗവീനിലയം പോലൊരു ഹോട്ടലിൽ ഞങ്ങൾ എത്തപ്പെട്ടു. ഇനിയെന്ത് എന്ന ചിന്ത വീണ്ടും മനസിൽ പിടിമുറുക്കാൻ തുടങ്ങി. ഫ്ളൈറ്റുകൾ ഇല്ല എന്നറിഞ്ഞ ഞങ്ങളുടെ പ്രതീക്ഷ കാറിലും ട്രയിനിലുമായി. മഹാരാഷ്ട്രയുടെ എക്സിറ്റ് പാസ്സിനു വേണ്ടിയുള്ള ശ്രമങ്ങൾ തകൃതിയായി നടത്തി. കൊറോണ കാലമായതിനാൽ സഹായഹസ്തങ്ങളൊന്നും അറിയാതെപോലും നീണ്ടുവന്നില്ല. മുംബൈ നഗരം മുഴുവൻ കൊറോണയുടെ റെഡ്സോൺ ചുവപ്പിലായിരുന്നു എന്നറിയുന്നത് പിന്നീടാണ്.ഈ സമയത്തും എടിഎമ്മിൽ നിന്ന് പണമെടുക്കാനും മറ്റ് അത്യാവശ്യ കാര്യങ്ങൾക്കുമൊക്കെയായി ഞങ്ങളെ സഹായിക്കാൻ എന്റെ സുഹൃത്ത് ഏർപ്പെടുത്തിയ ഷൈജു എന്ന ചെറുപ്പക്കാരനെ നന്ദിയോടെ സ്മരിക്കുന്നു.

മേയ് 21

അഞ്ചു ദിവസങ്ങളായി മഹാരാഷ്ട്രയുടെ പുറത്തേക്കുപോകാനും കേരളത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കാനുള്ള പേപ്പറുകൾക്കായി കഠിന ശ്രമങ്ങൾ നടത്തുകയായിരുന്നു.ഞങ്ങൾ നില്ക്കുന്നത് കൊറോണ ചക്രവ്യൂഹത്തിനു നടുവിലാണെന്ന തിരിച്ചറിവ് മനസിൽ ഭയത്തിന്റെ വിത്തുപാകി. സഹായിക്കാൻ ആരും വരില്ല. ഫ്ളൈറ്റിൽ സഹയാത്രികനായ മഹാരാഷ്ട്രക്കാരൻ ഉസ്മാൻ എന്ന മനുഷ്യസ്നേഹിയുടെ കാരുണ്യത്താൽ പേപ്പറുകളും വണ്ടിയും തരപ്പെട്ടു.

മേയ് 22

ബാക്കി ചാർജുള്ള പ്രതീക്ഷയുമായി വീണ്ടും യാത്ര തുടങ്ങിയ ദിവസം.12 മണിക്കൂർ തുടർച്ചയായി വണ്ടി ഓടിച്ച മുംബൈക്കാരൻ ഡ്രൈവറും നന്ദിയർഹിക്കുന്നു. മഹാരാഷ്ട്ര, കർണാടക പിന്നെ തമിഴ്നാട് ഉൾപ്പെടെ 1790 കി.മി ദൂരം ഭക്ഷണവും, ഉറക്കവുമില്ലാതെ ഞങ്ങൾ തരണംചെയ്തു. ഡ്രൈവറെയും ഇടയ്ക്കിടെ അദ്ദേഹത്തെ സഹായിച്ചിരുന്ന അജിത് അണ്ണനെയും

ഉറങ്ങാൻ അനുവദിക്കാതെ നോക്കേണ്ടത് എന്റെ ജോലിയായി മാറി.

മേയ് 24

ടോഗോയിൽ നിന്നിറങ്ങിയിട്ട് രണ്ടു മാസമായിരിക്കുന്നു. ആദ്യഘട്ട ദുരിതങ്ങൾക്കുശേഷം അവസാനം പുലർച്ചെ നാലിന് തിരുവനന്തപുരം കളിയിക്കാവിള ചെക്ക് പോസ്റ്റിൽ ഞങ്ങളുടെ വാഹനം എത്തി. അവിടെയുമുണ്ടായിരുന്നു പ്രതിസന്ധികൾ. ഞങ്ങളുടെ ചരിത്രവും ഭൂമിശാസ്ത്രവും ചോദിച്ചറിഞ്ഞവർ ഹോട്ടൽ ക്വാറന്റൈൻ വിധിച്ചു. തലസ്ഥാന നഗരിയിൽവച്ച് ഞാനും അണ്ണനും വഴിപിരിഞ്ഞു അണ്ണനെ കോവളത്തെ ഹോട്ടലിലും എന്നെ കൊല്ലത്തെ ഹോട്ടലിലും ക്വാറന്റൈനിലാക്കി. വീണ്ടും വനവാസം.

മേയ് 31

ഒരാഴ്ച കഴിഞ്ഞപ്പോൾ വീട്ടിൽ പോകാൻ അനുവാദം ലഭിച്ചു.വീട്ടിൽ 14 ദിവസത്തെ ഹോം ക്വാറന്റൈനായിരുന്നു പിന്നീട്. അതിനുശേഷം 87 ദിവസത്തെ പ്രയാസങ്ങൾക്കും പ്രതിസന്ധികൾക്കും ശേഷം സ്വന്തം നാട്ടിൽ, സ്വന്തം വീടിന്റെ പടികടന്ന് പുറത്തിറങ്ങാൻ ഞങ്ങൾക്ക് അനുവാദം ലഭിച്ചു. ധനനഷ്ടം, മാനഹാനി, മാനസികസംഘർഷം എന്നിവയൊക്കെ വിവിധ സമയങ്ങളിൽ ഉണ്ടായെങ്കിലും വിദേശത്തു കഷ്ടപ്പെടുന്ന പ്രവാസികളെ ഓർത്തപ്പോൾ ഞങ്ങൾ അനുഭവിച്ചതൊക്കെ ഒന്നുമല്ല എന്നുതോന്നി. എല്ലാ ദുരനുഭവങ്ങളെയും ധൈര്യമായ് നേരിടാൻ സഹായിച്ചത്, 'ഈ സമയവും കടന്നുപോകും' എന്ന ശുഭ പ്രതീക്ഷയാണ്. അതെ, ഈ സമയവും കടന്ന് പോകുകതന്നെ ചെയ്യും. മിഥ്യയാം ചിറകേറി പായുന്ന മാനുഷാ..

എവിടെ നിൻ ചിറകുകളെവിടെ നിൻ ലോകം
എവിടെ നിൻ സിംഹമെവിടെ നിൻ ഗർജനം..
എവടെ നിൻ ജൽപ്പനം എവിടെ നിൻ മുറിവുകൾ
ഞാനെന്ന ഭാവത്തിൽ അഹന്തയാം കയ്പ്പേറി
താണ്ടിയ വഴികൾ, കാണാത്ത കാഴ്ചകൾ,
ഒരണുവാൽ തീർന്നിടുമെന്നോർക്കുകിൽ.
തിരിച്ചറിവിൻ വെളിച്ചമെന്നും
പരക്കട്ടെ ഭൂമിയിലെങ്ങും..

ലോകത്തിൽ കൊറോണ പരത്തിയ എല്ലാ ദുരിതങ്ങളും എത്രയും വേഗം അവസാനിക്കട്ടെ എന്ന പ്രാർത്ഥനയോടെ... VK

ഡോ. ജതിൻ സാം തെക്കേതിൽ
അസിസ്റ്റന്റ് പ്രോഫസർ &
കൺസൾട്ടന്റ് ഇ എൻടി സർജൻ
ഡെപ്യൂട്ടി മെഡിക്കൽ സൂപ്രണ്ട്,
ബിലീവേഴ്സ് ചർച്ച് മെഡിക്കൽ കോളേജ്
ആശുപത്രി, തിരുവല്ല, കേരളം

കുട്ടികളുടെ ഒരുദിവസം

സുരക്ഷാനടപടികൾ

COVID 19 പകർച്ചവ്യാധി, നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ 56 മാസം സ്വാംശീകരിച്ചതിനാൽ ആളുകൾ ഒരു പുതിയ ലോകക്രമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടുന്നു. കഴിഞ്ഞ കുറച്ച്മാസങ്ങളായി ഞങ്ങൾ SARSCoV2 നെക്കുറിച്ച് വളരെയധികം അറിവ്നേടി. 2020 ജൂലൈയിൽ ക്ലിനിക്കൽ ഇൻഫെക്റ്റിയസ്ഡിസീസസ് എന്ന ജേണലിലൂടെ, 32 രാജ്യങ്ങളിലെ ശാസ്ത്രജ്ഞർ, വായുവിലെ ഫ്ലോട്ടിംഗവൈറസ്ക് കണികകൾ ശ്വസിക്കുന്ന ആളുകളെ ബാധിക്കുമെന്നതിന് തെളിവുകൾ നൽകി. ലോകാരോഗ്യസംഘടനയുടെ പ്രക്ഷേപണസാധ്യതയെക്കുറിച്ചുള്ള ഏതൊരുമാറ്റവും 1മീറ്റർ (3.3 അടി) ശാരീരിക അകലം പാലിക്കുന്നതിനുള്ള നിലവിലെ ഉപദേശത്തെ ബാധിച്ചേക്കാം. മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശനയത്തിനായി ലോകാരോഗ്യസംഘടനയെ ആശ്രയിക്കുന്ന സർക്കാരുകൾ വൈറസ് പടരുന്നത് തടയാൻ ലക്ഷ്യമിട്ടുള്ളപൊതുജനാരോഗ്യ നടപടികളും ക്രമീകരിക്കേണ്ടി വന്നേക്കാം. അതിനാൽ, ഓരോ ദിവസവും ഞങ്ങൾ പുതിയ അറിവ് നേടുകയും COVID ലോകവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാൻ ശ്രമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

മറുവശത്ത്,നിയന്ത്രണങ്ങൾ പാലിച്ചും അവരുടെ പൗരന്മാരെ സംരക്ഷിച്ചും രാജ്യങ്ങൾ പ്രധാനമായും സ്വന്തം ദേശീയതാൽപ്പര്യങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധകേന്ദ്രീകരിക്കുന്നതുമായി വളരെയധികം ഇൻസുലാരിറ്റി നാം കാണുന്നു. പകർച്ചവ്യാധികളിൽനിന്നുള്ള സംരക്ഷണത്തിനായി ആളുകൾ സ്വന്തം കുടുംബത്തിലേക്കോ അല്ലെങ്കിൽ സ്വന്തം നിലയിലേക്കോ സ്വയം പരിമിതപ്പെടുത്തുന്നു. ഇപ്പോൾ മുതിർന്നവർക്കുള്ള നിയന്ത്രണങ്ങൾ ലഘൂകരിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും പല രാജ്യങ്ങളിലും ഇത് ഇപ്പോഴും തുടരുകയാണ്. എല്ലാ പ്രായത്തിലുമുള്ള കുട്ടികൾക്ക് കൊറോണ വൈറസ് രോഗം (COVID19) ബാധിക്കാം. എന്നാൽ രോഗം ബാധിച്ച മിക്ക കുട്ടികളും മുതിർന്നവരെപ്പോലെ രോഗികളാകില്ല, ചിലർ രോഗലക്ഷണങ്ങളൊന്നും കാണിക്കുന്നില്ലായിരിക്കാം. കുട്ടികളിൽ, ശ്വാസകോശത്തിലെ റിസപ്റ്ററുകളെ അറ്റാച്ചു ചെയ്യുന്ന വൈറസ്കുറവും, ശരീരത്തിലെ സംരക്ഷിത തൈമസ്ഗ്രന്ഥി വലുതുമാണ്. ഇതസംരക്ഷിതടിലിംഫോസൈറ്റ്സെല്ലുകളുടെ എണ്ണം വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു .ഈ രണ്ട് ഘടകങ്ങളും COVID അണുബാധയ്ക്കുള്ള സാധ്യത കുറയ്ക്കുന്നു അല്ലെങ്കിൽ സാധാരണയായി കുട്ടികളിൽഅസുഖത്തിന്റെതീവ്രതകുറവായിരിക്കും .കൂടാതെ, അപായഹൃദ്രോഗം, ജനിതകഅവസ്ഥകൾഅല്ലെങ്കിൽനാഡീവ്യവസ്ഥയെഅല്ലെങ്കിൽഉപാപചയപ്രവർത്തനങ്ങളെബാധിക്കുന്നരോഗങ്ങൾഎന്നിവയുള്ളകുട്ടികൾക്ക് COVID19 ഉപയോഗിച്ച് ഗുരുതരമായ രോഗം വരാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്.

എല്ലാവർക്കും ഓൺലൈൻ ക്ഷീണം ഒരു യഥാർത്ഥ പ്രശ്നമായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ, ആളുകളെ മുഖാമുഖം കാണാൻ കഴിയാത്തതിൽ കുട്ടികളും കൂടുതൽ ക്ഷീണിതരാണ്. കുട്ടികൾക്കുള്ള സ്ക്രീൻ സമയം കുറച്ചും വീട്ടിലെ പതിവ് ജോലികളിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുന്നതിലൂടെ അവരുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതും എല്ലായിപ്പോഴും നല്ലതാണ്. പല രാജ്യങ്ങളിലും നിയന്ത്രണങ്ങൾ നീക്കിയിരിക്കുന്നതിനാൽ, മാതാപിതാ

ക്കൾക്കുള്ള ഒരു സംശയമാണ് എനിക്ക് ഇപ്പോഴും എന്റെ കുട്ടിയെ പൊതുസ്ഥലങ്ങളിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകാൻകഴിയുമോ? 10 വയസ്സിനു താഴെയുള്ള കുട്ടികളെ ഇപ്പോഴും ചില രാജ്യങ്ങളിൽ പൊതുസ്ഥലങ്ങളിൽ പോകാൻ അനുവദിക്കുന്നില്ല. ചെറിയകുട്ടികളുമായി പുതിയ ജീവിതരീതിയിലേക്ക് എങ്ങനെ പൊരുത്തപ്പെടാമെന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ ആളുകൾ ആഗ്രഹിക്കുകയും പലരും വീടുകൾക്ക് പുറത്ത് കടക്കാൻ തീരുമാനിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ, വിദഗ്ദ്ധർ ആവർത്തിക്കുന്ന തങ്ങളുടെ കാവൽക്കാരെ ഇറക്കിവിടരുത് എന്നാണ്.

2 വയസോ അതിൽ കൂടുതലോ പ്രായമുള്ള കുട്ടികൾക്ക് തുണിയുടെ മാസ്കുകൾ പോലുള്ള മുതിർന്നവർക്കായി വിശദീകരിച്ച എല്ലാ സുരക്ഷാ നടപടികളും പരിശീലിപ്പിക്കുകയും എന്നതാണു പൊതുവായ ഉപദേശം.

സാമൂഹികഅകലം, അതായത് വലിയൊരു കൂട്ടം ആളുകളെ ഒഴിവാക്കിക്കൊണ്ട് വീടിനോട് ചേർന്നു നിൽക്കുക. കുട്ടികളുടെ മാനസികാരോഗ്യം കണക്കിലെടുക്കുമ്പോൾ, സാമൂഹിക അകലം പാലിക്കാനുള്ള യഥാർത്ഥകാരണം അവരെ ബോധവത്കരിക്കുകയും വിശദീകരിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. ആവേശവും സർഗ്ഗാത്മകതയും നിറഞ്ഞ ഊർജ്ജത്തിന്റെ നിറകുടങ്ങളാണ് കുട്ടികൾ. മറ്റുള്ളവരുമായി കളിക്കാനും കണക്റ്റ് ചെയ്യാനും അവർ ഏറെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നുവെന്ന് ഓർമ്മിക്കുക.

ബീച്ചുകളും പാർക്കുകളും അവർക്ക് സ്വാതന്ത്ര്യം അനുഭവിക്കാനും വീടിനകത്തെ മാതൃക തകർക്കാനുമുള്ള മികച്ച സ്ഥലങ്ങളാണ്.ഏതെങ്കിലും തുറസായ സ്ഥലത്തുള്ള കളികളോ സ്വതന്ത്രമായ ഓട്ടമോ ഊർജ്ജത്തിന്റെയും സർഗ്ഗാത്മകതയുടെയും ആരോഗ്യകരമായ ആവിഷ്കാരം ഉറപ്പാക്കുന്നു. ജനപ്രിയ പൊതുഇടങ്ങൾ കളിസ്ഥലങ്ങൾ, ബീച്ചുകൾ, വലിയ പാർക്കുകൾ എന്നിവ അപകടരഹിതമാണെന്ന്ന് നമുക്ക് ഉറപ്പിക്കാൻ കഴിയില്ല. നഗരവാസികൾക്ക് വിശാലമായ പാർക്കുകൾ തുറന്നു പ്രവർത്തിക്കുമ്പോൾ കുട്ടികളെ കൊണ്ട്പോകാവുന്നതാണ്,എന്നാൽ കുട്ടികൾ അവിടെ സാമൂഹിക അകലം പാലിക്കാനും അവിടെയുള്ള ഉപകരണങ്ങളെ സ്പർശിക്കാതിരിക്കാനുംശീലിക്കണം.

വീടിന്ചുറ്റും അല്ലെങ്കിൽ ഗേറ്റഡ്കമ്മ്യൂണിറ്റി നടപ്പാതകളിലൂടെ മാതാപിക്കൾക്കൊപ്പം അല്ലെങ്കിൽ മുത്തശ്ശി മുത്തശ്ശന്മാർക്കൊപ്പം നടക്കാൻ കുട്ടികളെ നമുക്ക് ക്ക്പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാം. ജോഗിംഗ്ട്രാക്കുകളിലേക്ക്പോകുക, സൈക്കിളോ ബൈക്കോഓടിക്കുകഎന്നിവയൊക്കെമറ്റ് ഓപ്ഷനുകൾആണ്. നല്ലശാരീരികപ്രവർത്തനങ്ങളുംനല്ലഉറക്കവുംകുഞ്ഞുങ്ങളിൽപ്രതിരോധശേഷിശക്തമാക്കുന്നു.

പോകുമ്പോൾല്ലായ്പ്പോഴും, കുട്ടികൾ പുറത്തുനിന്നുവരുമ്പോളും ഭക്ഷണത്തിനുമുമ്പും ശേഷവും കൈകഴുകുന്നത് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക. പൊതുകുളിമുറിയിലെ ഹാൻഡ് ഡ്രയറുകളേക്കാൾ പേപ്പർട് ടവ്വലുകൾ ശുചിത്വമുള്ളവയാണെന്നതിന് ചില തെളിവുകളുണ്ട്. ഹാൻഡ്വാഷിംഗ് ഒരു ഹാൻഡ്സാനിറ്റൈസറിനേക്കാൾ ഫലപ്രദമാണ്, എന്നിരുന്നാലും കൈകഴുകുന്നത് ഒരു ഓപ്ഷനല്ലെങ്കിൽ ഹാൻഡ്സാനിറ്റൈസർ ഉപയോഗിക്കാം. കുട്ടികൾക്ക് പുറത്ത് പോയാൽ വസ്ത്രങ്ങൾ മാറ്റുന്നത് ഒരു ശീലമാക്കുക. കൂടാതെ,നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയെ ശിശുരോഗവിദഗ്ധനെ സന്ദർശിച്ചു കൃത്യസമയങ്ങളിൽ വാക്സിനുകൾ എടുക്കുകയും ചെയ്യണം .2 വയസ്സിന് താഴെയുള്ള ശിശുക്കൾക്കും ചെറിയകുട്ടികൾക്കും ഇത് വളരെ പ്രധാനമാണ്. ശിശുരോഗവിദഗ്ധരും ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരും COVID 19 ബാധിച്ചരോഗികളെ ശുശ്രൂഷിക്കാനും പരിശോധിക്കാനും പ്രത്യേകസ്ഥലം അവരവരുടെ ഓഫീസിലോ അല്ലെങ്കിൽ മറ്റു സ്ഥലത്തോ ഒരുക്കിയിട്ടുണ്ട്. ശിശുരോഗവിദഗ്ദനെ സന്ദർശിക്കാൻ പോകുമ്പോൾ,നിങ്ങളുടെ കുട്ടിക്കുവേണ്ടി സ്വീകരിക്കേണ്ട സുരക്ഷാനടപടികളെക്കുറിച്ച് ഡോക്ടറുമായി സംസാരിക്കുക. COVID19 ന് കാരണമാകുന്ന വൈറസ്സ്ലഭിക്കുമോ എന്ന ഭയം കാരണം നിങ്ങളുടെ കുട്ടിക്ക് ക്ലാസ്സുകൾഎടുക്കുന്നത്തടയരുത്.

'ലോക്കു'ചെയ്യരുത്

ഞങ്ങൾക്കും ജീവിക്കണം

വിപിൻ ജോസ് അർത്തുങ്കൽ
ഇറ്റലി.

ഭൂമി ആരുടെ സ്വന്തമാണ്? ആർക്കാണ് ഭൂമിയുടെ അവകാശം? ഭൂമിമുഴുവൻ കൊറോണാഭീതിയിൽ തുടരുമ്പോൾ ഈ ചോദ്യങ്ങൾക്ക് എന്തുപ്രസക്തി എന്ന് ചിന്തിക്കാൻ വരട്ടെ. കോവിഡ് 19 ന്റെ ഭീകരത വളരെയേറെ ബാധിച്ച ഇറ്റലിയിൽ രണ്ടുമാസത്തോളം നീണ്ടുനിന്ന ലോക്ഡൗൺകാലത്ത് സംഭവിച്ച ചില കാര്യങ്ങളാണ്, ഭൂമിയുടെ യഥാർത്ഥ അവകാശികളാര് എന്ന ചോദ്യത്തിലേക്ക് നയിച്ചത്.

ഭൂമി എന്നഗ്രഹം നമ്മൾ മനുഷ്യരുടെ മാത്രമാണെന്ന അഹങ്കാരത്തിന് കൊറോണക്കാലം നൽകിയ മറുപടിയായിരുന്നു മാസങ്ങൾ നീണ്ടുനിന്ന വീട്ടുതടങ്കൽ. ഭൂമിയുടെ യഥാർത്ഥ ഉടമകളാകാൻ തങ്ങൾക്കുകൂടി അവകാശമുണ്ടെന്ന് ഈ കാലയളവിൽ ചില മിണ്ടാപ്രാണികൾ കാണിച്ചുതന്നു. അതിനുള്ള ധൈര്യം അവർക്കു ലഭിക്കാൻ, കേവലമൊരു വൈറസിനെ പേടിച്ച് മനുഷ്യൻ മാസങ്ങളോളം വീട്ടിനുള്ളിൽ അടച്ചുപൂട്ടിയിരിക്കേണ്ട അവസ്ഥ വരേണ്ടിവന്നു എന്നു മാത്രം.

കാടിറങ്ങിയ കാനന സൗന്ദര്യം

'ഏഴുകുന്നുകളുടെ നാട് ' എന്നറിയപ്പെടുന്ന റോമിലെ ഏറെ പ്രസിദ്ധമായ ഒന്നാണ് പാലന്റൈൻ കുന്ന്. പുരാവസ്തുക്കളായി കരുതപ്പെടുന്ന കെട്ടിടാവശിഷ്ടങ്ങൾ നിറഞ്ഞ ഒരു പ്രദേശം. ഇറ്റലിയിലെത്തുന്ന വിനോദ സഞ്ചാരികളുടെയും ചരിത്രകുതുകികളുടെയും പ്രധാന ആകർഷണ കേന്ദ്രമാണ് ഈ പ്രദേശം. ഇവിടുത്തെ കെട്ടിടാവശിഷ്ടങ്ങൾക്കിടയിലും കുറ്റിക്കാടുകളിലുമൊക്കെ ധാരാളം പക്ഷിമൃഗാദികൾ വസിക്കുന്നുണ്ട്. കുറുക്കൻ, മുള്ളൻപന്നി, മുയൽ, കാട്ടുതാറാവ്, അപൂർവയിനം പക്ഷികൾ എന്നിവയൊക്കെ സ്വാഭാവികമായ ആവാസവ്യവസ്ഥയിൽ ഈ കുന്നിൻപ്രദേശത്ത് അധിവസിക്കുന്നു.

പകൽ സമയത്ത് സഞ്ചാരികളുടെ നിരന്തര സാന്നിധ്യമുള്ളതിനാൽ രാത്രികാലങ്ങളിലാണ് ഇവരുടെ സഞ്ചാരം. എന്നാൽ ലോക്ഡൗൺ സമയത്ത് പാലന്റൈൻ കുന്നിലും സമീപപ്രദേശങ്ങളിലും സന്ദർശകരില്ലാതായതോടെ പകൽസമയത്തുപോലും ഈ ജീവികൾ സൈ്വരവിഹാരം നടത്തുന്ന കാഴ്ച ഏറെ കൗതുകകരമായിരുന്നു. വാഹനങ്ങളൊഴിഞ്ഞ റോഡുകളിലൂടെയും ഇവ പകൽ സഞ്ചാരം നടത്തിയിരുന്നു. ഒൻപതു കുഞ്ഞുങ്ങളുമായി സമീപത്തെ റോഡിലൂടെ നടന്നുപോകുന്ന കാട്ടുതാറാവിന്റെ വീഡിയോ സോഷ്യൽ മീഡിയയിൽ ഏറെ പ്രചാരം നേടിയിരുന്നു.

രാജഹംസങ്ങൾ പറന്നിറങ്ങിയ മിലാൻ

അഴകും ആകാരവുംകൊണ്ട് ആരുടെയും മനംകവരുന്ന രാജഹംസങ്ങൾ മിലാൻ നിവാസികൾക്ക് കാഴ്ചയുടെ വിരുന്നൊരുക്കിയതും ഈ ലോക്ഡൗൺ കാലയളവിലായിരുന്നു. മിലാനിലെ വില്ല ഇൻവെർനിസിയിൽ സ്ഥിരതാമസക്കാരായ പിങ്ക് രാജഹംസങ്ങൾ കാഴ്ചയ്ക്ക് കൗതുകമാണെങ്കിലും സന്ദർശകർക്കു മുന്നിൽ വിരളമായി മാത്രമേ പ്രത്യക്ഷപ്പെടാറുള്ളൂ. എന്നാൽ സഞ്ചാരികളില്ലാത്ത ശാന്തപ്രകൃതിയിൽ ഇത്തവണ രാജഹംസങ്ങൾ തീരെ ഭയപ്പാടില്ലാതെയാണ് പറന്നിറങ്ങിയത്. ഇറ്റലിയുടെ മറ്റുപല പ്രദേശങ്ങളിലും രാജഹംസങ്ങൾ ഒറ്റയ്ക്കും കൂട്ടമായും സഞ്ചരിക്കുന്നത് ലോ

ക്ഡൗൺ സമയത്തെ പതിവുകാഴ്ചകളായിരുന്നു. ചാനലുകളും പത്രങ്ങളുമൊക്കെ വളരെ പ്രാധാന്യത്തോടെയാണ് ഇത് റിപ്പോർട്ടു ചെയ്തത്.

വെള്ളംതെളിഞ്ഞ വെനിസ്

ഉൾക്കൊള്ളാവുന്നതിലും കൂടുതൽ വഞ്ചികളും ബോട്ടുകളും സഞ്ചാരികളുമൊക്കെയായി ശ്വാസംമുട്ടുന്ന വിനോദ സഞ്ചാര കേന്ദ്രമാണ് വെനിസ്. വെനീസിലെ ജലാശയങ്ങളിലൂടെ ഇടതടവില്ലാതെ സഞ്ചരിക്കുന്ന ജലയാനങ്ങൾ അവിടുത്തെ ജലാശയങ്ങളെ ഏറെ മലിനമാക്കിയിരുന്നു. ലോക്ഡൗൺ സീസണിൽ രണ്ടു മാസത്തോളം തികച്ചും ശാന്തമായിരുന്നു വെനിസ്. ജലയാനങ്ങൾ സഞ്ചാരം നിർത്തി വിശ്രമത്തിലായി. അതോടെ വെനീസിലെ ജലാശയങ്ങളിലെ ജലം കണ്ണുനീർ പോലെ തിളങ്ങി. അടിത്തട്ടുവരെ തെളിഞ്ഞു കാണാവുന്ന സ്ഫടികജലത്തിലൂടെ ലോക്ഡൗൺ കാലത്ത് ഡോൾഫിനുകൾ നീന്തിത്തുടിക്കുന്നതുകണ്ട് തദ്ദേശവാസികൾ അത്ഭുതപ്പെട്ടു. അരയന്നങ്ങളും താറാവുകളും കൂട്ടമായെത്തി വെനീസിലെ ജലാശയങ്ങളുടെ ശാന്തത നുകരുന്ന കാഴ്ച ഏറെ ഹൃദ്യമായിരുന്നു.

മെസീന കടലിടുക്കിലെ തിമിംഗലങ്ങൾ

ഇറ്റലിയുടെ വടക്കൻ പ്രദേശങ്ങളിൽനിന്ന് സിസിലി ദ്വീപിലേയ്ക്ക് വരുന്നവരുടെ പ്രവേശന കവാടമാണ് മെസീന കടലിടുക്ക്. ദിവസവും അനേകം ചരക്ക് - യാത്ര കപ്പലുകൾ സഞ്ചരിക്കുന്ന ജലപാത. ഏപ്രിൽ ആദ്യവാരം ഇതിനു മുകളിലൂടെ ഹെലികോപ്റ്ററിലൂടെ സഞ്ചരിക്കുകയായിരുന്ന ഇറ്റാലിയൻ അഗ്നിശമനസേനാംഗങ്ങൾ, താഴെ കടലിൽ അത്യപൂർവമായ ഒരു കാഴ്ചകണ്ട് അത്ഭുതപ്പെട്ടു. ഇടുങ്ങിയ മെസീന കടലിടുക്കിൽ നീന്തിത്തുടിക്കുകയാണ് രണ്ട് കൂറ്റൻ തിമിംഗലങ്ങൾ...!!!

അവർ പകർത്തിയ വിഡിയോ വളരെപ്പെട്ടെന്ന് വൈറലായി. കപ്പലുകളുടെ സാന്നിധ്യം തീരെ കുറവായിരുന്നകാലത്ത് ഈ പ്രദേശത്ത് തിമിംഗലങ്ങളെ കാണാറുണ്ടായിരുന്നെന്നും എന്നാൽ ഇപ്പോൾ ഇതൊരു അസാധാരണ കാഴ്ചയാണെന്നുമായിരുന്നു പഴമക്കാരുടെ അഭിപ്രായം. ലോക്ഡൗൺമൂലം കപ്പലുകൾ യാത്ര ഒഴിവാക്കിയതോടെ ശാന്തമായ കടലിലേയ്ക്ക് തിമിംഗലങ്ങൾ എത്തുകയായിരുന്നു എന്നതായിരുന്നു യഥാർത്ഥ്യം.

ഇറ്റലിയിലെ വിവിധ വിനോദസഞ്ചാര കേന്ദ്രങ്ങളിലെ അലങ്കാര ജലധാരകളോടു ചേർന്നുള്ള ജലാശയങ്ങളിൽ താറാവുകളും അരയന്നങ്ങളും ഭയപ്പാടില്ലാതെ നീന്തിത്തുടിക്കുന്നതും കൊറോണക്കാലത്തെ കൗതുകക്കാഴ്ചയായിരുന്നു.

മാറണം മനുഷ്യൻ മാറ്റണം ശീലങ്ങൾ

കോവിഡ് 19 വൈറസ്ബാധ മൂലം ജീവൻ നഷ്ടപ്പെട്ട പതിനായിരങ്ങളെ ദു:ഖത്തോടെ ഓർക്കുമ്പോഴും കൊറോണക്കാലത്ത് പ്രകൃതിയിൽ വന്ന മാറ്റങ്ങൾ കണ്ടില്ലെന്നു നടിക്കാനാവില്ല.

കാലങ്ങളായി പ്രകൃതിയെ ചൂഷണം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്ന മനുഷ്യർ തൽക്കാലത്തേയ്ക്കെങ്കിലും നാലു ചുമരുകൾക്കുള്ളിലേക്ക് ഒതുങ്ങാൻ നിർബന്ധിതരായപ്പോൾ ഭൂമിയുടെ മറ്റ് അവകാശികൾ ഭയലേശമില്ലാതെ, അവിടെ അവകാശം സ്ഥാപിക്കാനല്ലെങ്കിലും സ്വതന്ത്രമായി സഞ്ചരിക്കാനെങ്കിലും തുടങ്ങിയത് വലിയൊരു പാഠമാണ് പകർന്നു നൽകുന്നത്.

പ്രളയകാലത്തിനു ശേഷം എല്ലാം മറന്ന് വീണ്ടും പ്രകൃതിയെ ചൂഷണം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങിയ മനുഷ്യൻ കൊറോണക്കാലത്തിനു ശേഷവും കഴിഞ്ഞതെല്ലാം മറക്കും. കാര്യങ്ങൾ പഴയ നിലയിലേക്ക് മടങ്ങും. അപ്പോഴും ലോക്ഡൗൺകാലത്തെ ചെറിയ ഇടവേളയിലെങ്കിലും പ്രകൃതിയുടെ ശാന്തതയിലേക്ക് കൊതിയോടെ മടങ്ങിവന്ന് സ്വാതന്ത്ര്യം നുണഞ്ഞ ഈ ജീവജാലങ്ങളെ ഭൂമിയുടെ യഥാർത്ഥ അവകാശികളെ നാം മറക്കുന്നതെങ്ങനെ... VK

മൈക്കിൾ റോക്കി അർത്തുങ്കൽ
സോഫ്റ്റ്‌വെയർ ഡെവലപ്പർ
& കഥാകൃത്ത്

നവമാധ്യമ വിദ്യാഭ്യാസം മാറുന്ന പ്രവണതകൾ

സമൂഹമാധ്യമവിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ കറുപ്പും വെളുപ്പും രക്ഷകർത്താവിന്റെ നിലപാട്

അരിച്ചിറങ്ങുന്ന വെളിച്ചത്തിനു നേരേ തലനീട്ടുന്ന വള്ളിച്ചെടിയും, വരൾച്ചയിൽനിന്നു് കാതങ്ങളോളം പിടച്ചുചാടി വെള്ളം കണ്ടെത്തുന്ന കരികണ്ണി മീനും, സ്വന്തം വാലുമുറിച്ചിട്ട് മാഞ്ഞുപോകുന്ന പല്ലിയും അതിജീവനത്തിന്റെ വഴിയിലേക്കാണു സഞ്ചരിക്കുന്നത്. പ്രതിസന്ധികളെ തരണം ചെയ്യുന്നതാണു് അതിജീവിനത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനം. ഏണിക്കഴുത്തുള്ള ജിറാഫും, മൂക്കിൽ കൈയുള്ള ആനയും, ലഭ്യമായ സൗകര്യങ്ങളിൽ സ്വയം രൂപപ്പെടുക എന്നു വിളിച്ചു പറയുന്ന പരിണാമസിദ്ധാന്തത്തിന്റെ വക്താക്കളാണ്.

ആവശ്യം, സൃഷ്ടിയുടെ മാതാവാണല്ലോ. സമയത്തോടു മത്സരിച്ച്, തന്റെ സഞ്ചാരസൗകര്യങ്ങൾ വിപുലപ്പെടുത്തിയ മനുഷ്യൻ, അതിരില്ലാതെ യാത്ര ചെയ്യുകയും, ലോകം മുഴുവനും വീടാക്കി മാറ്റുകയും ചെയ്തു. ജീവിതസൗകര്യങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിന്റെ ഭാഗമായി നിരന്തരം അന്വേഷണത്തിലേർപ്പെട്ട മനുഷ്യൻ, പഠനം ജീവിതത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമാക്കുകയാണു ചെയ്തത്. അറിവിന്റെ മേഖല വർദ്ധിക്കുന്നതനുസരിച്ച് പഠനച്ചുമടിന്റെ ഭാരവും കൂടിക്കൊണ്ടിരുന്നു. ലോകത്തിന്റെ ഏതൊരു കോണിലും മനുഷ്യൻ ആർജ്ജിക്കുന്ന എല്ലാ അറിവുകളും തലമുറകളിലൂടെ പകരേണ്ടതായും, കുട്ടികൾ അതെല്ലാം പഠിക്കേണ്ടതായും വന്നു. പതിനഞ്ചുകൊല്ലത്തോളം നീണ്ട കാലയളവെങ്കിലും പഠിച്ചാലേ ഒരാൾ, ഈ ലോകത്തിൽ സാധാരണജീവിതം നയിക്കാനുള്ള അർഹത നേടൂ എന്ന അവസ്ഥയിലേക്ക് കാര്യങ്ങൾ എത്തി. ഇക്കാലയളവിൽ, പഠനപദ്ധതിയിൽ ഉൾപ്പെട്ട എല്ലാക്കാര്യങ്ങളും, ഒരുവന്റെ ജീവിതത്തിൽ പ്രയോജനപ്പെടുന്നുണ്ടോയെന്നും, അപ്രകാരമല്ലാത്തവ അധികഭാരമല്ലേയെന്നുമുള്ള പ്രസക്തമായ ചോദ്യങ്ങൾ ഒരുവശത്തു നിലനിൽക്കുന്നു. എന്നാൽ, ലോക്ഡൗൺ കാലത്ത് എല്ലാം പൂട്ടപ്പെട്ട സാഹചര്യത്തോട് ഏവർക്കും പൊരുത്തപ്പെടാതെ മാർഗ്ഗമില്ലെന്നായി. ഉടുതുണിക്കു മറുതുണി വീട്ടിൽത്തന്നെ കണ്ടെത്തേണ്ടി വന്നു. ചുക്കില്ലാതെ കഷായവും, ചുണ്ണാമ്പില്ലാതെ മുറുക്കും ശീലമാക്കേണ്ട അവസ്ഥ സംജാതമായി. വിദ്യാഭ്യാസവും, അതിനനുസരിച്ച് അളവുകൾ മാറ്റിവെട്ടിത്തയിക്കേണ്ടിവന്നു.

ഗുരുകുലസമ്പ്രദായത്തിൽനിന്ന് എത്രയോ മാറ്റങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ടാണു് ഇന്നത്തെ രീതിയിലേക്ക് വിദ്യാഭ്യാസം എത്തിയിരിക്കുന്നത്! ഗുരുഭവനം തന്റെയും വീടാണെന്നു സങ്കൽപ്പിച്ച്, അദ്ദേഹത്തെ സ്വന്തം മാതാപിതാക്കൾക്കു പകരമായിക്കണ്ട് ജീവിക്കുകയാണു ശിഷ്യർ ചെയ്തത്. തികച്ചും സ്വാഭാവികമായ അന്തരീക്ഷത്തിൽ ജീവിക്കുന്ന കുട്ടികൾ ജീവിതംതന്നെയാണ് അവിടെ പഠിക്കുന്നത്. ധനം അളവുകോലാക്കി, കേവലം അറിവുകൾ കൈമാറ്റം ചെയ്യുക എന്ന ഇന്നത്തെ രീതി, മനുഷ്യന്റെ വാണിജ്യപ്രവണതയെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുകയാണുണ്ടായത് എന്നു വാദിച്ചാൽ, അതിനെ ഖണ്ഡിക്കാൻ പ്രയാസമായിരിക്കും. എന്തായാലും, വിദ്യാഭ്യാസം എന്നത്, വൻ സന്നാഹങ്ങളോടേ, വലിയ ചട്ടക്കൂടുകളിൽമാത്രം നടത്താവുന്ന ഒന്നാണു് എന്നു വരുത്തിത്തീർക്കാൻ ആധുനികവാണിജ്യസംസ്കാരത്തിനു കഴിഞ്ഞു എന്നു പറയേണ്ടിവരും. മനുഷ്യജീവിതത്തിലെ നാനാതുറകളിൽ, ഒഴിവാക്കാനാവുന്ന ധാരാളം കാര്യങ്ങളുണ്ട് എന്ന തിരിച്ചറിവ് ഈ കൊറോണക്കാലത്ത് ഉണ്ടായി. പാഠ്യപദ്ധതികളിലും ഇതു ബാധകമാണെന്നു കണ്ടു.

റെഗുലർ ക്ലാസ്സുകളിൽ പങ്കെടുക്കാൻ സാധിക്കാതെ വിദൂരവിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടവർക്ക് രണ്ടാംകിട പരിഗണനയാണു നൽകിയിരുന്നത്. എന്നാൽ സാമൂഹികഅടച്ചുപൂട്ടൽ അത്തരം കാഴ്ച്ചപ്പാടുകളെ മാറ്റിമറിച്ചു; അതിജീവനമാണല്ലോ പ്രധാനം! സമ്പർക്കവിദ്യാഭ്യാസത്തിനു പകരക്കാരനായി വന്ന സമൂഹമാധ്യമരീതികൾ ഒരിക്കലും അതിനു തത്തുല്യമാകുന്നില്ല. എങ്കിലും, അതിനും കുറേ നല്ലവശങ്ങളുണ്ട്. ക്ലാസ്സിൽ അധ്യാപകൻ കുട്ടികളുമായി സംവദിക്കുന്ന രീതി, കുട്ടി എങ്ങനെയാണു കാര്യങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്നത് എന്നതിനെ ഒരു നല്ല അധ്യാപകൻ നന്നായി മനസ്സിലാക്കുന്നു. ഒരു ക്ലാസ്സിലെ

എല്ലാ വിദ്യാർത്ഥികളും ഗ്രഹണശേഷിയിൽ തുല്യരായിരിക്കണമെന്നില്ല. താല്പര്യം മുറിയാതെ ഏവരും ശ്രദ്ധയോടേ ക്ലാസ്സിൽ തുടരുന്ന രീതിയിൽ കാര്യങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുവാനും, അതെല്ലാം ഓരോ കുട്ടിയും ഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നു വ്യതിരിക്തമായി വിലയിരുത്താനും ശ്രമിക്കാത്ത ഒരു അദ്ധ്യാപകൻ, തന്റെ ദൗത്യത്തിൽ വിജയിക്കണമെന്നില്ല. എന്നാൽ, ഉത്തരവാദിത്തം കൈമുതലായുള്ള ഒരു അധ്യാപകൻ, ഓരോ കുട്ടിയുടെയും ഭാവവ്യത്യാസങ്ങളെ വിലയിരുത്തി, തന്റെ അദ്ധ്യാപനം ഫലപ്രദമാക്കി മുന്നോട്ടു പോകുന്നു.

വിദ്യാർത്ഥികളുമായി നേരിട്ടു കണ്ട് പരിചയംവളർത്തി ഒരു ആത്മബന്ധത്തിൽ എത്തുന്ന അദ്ധ്യാപകനു മാത്രമേ മേൽപ്പറഞ്ഞ രീതി അവലംബിക്കാൻ സാധിക്കൂ. സമൂഹത്തിന്റെ പരിച്ഛേദമായ വിദ്യാർത്ഥിസമൂഹം, വ്യത്യസ്തമായ സ്വഭാവരീതികളും, മറ്റും കണ്ടും കേട്ടും അനുഭവിക്കുമ്പോളേ, അവൻ/അവൾ സമൂഹവുമായി എങ്ങനെ ഇടപെടണമെന്നും, ഓരോരോ മനുഷ്യരെയും എങ്ങനെ ഉൾക്കൊള്ളണമെന്നും മനസ്സിലാക്കൂ. വിഭിന്നരീതിയിലുള്ള സ്വഭാവരീതികൾക്ക് ഉടമകളായ വ്യക്തികളുമായി ഇടപഴകി ജീവിക്കുന്ന ഒരാൾക്കേ ശരിയായ പക്വത നേടി ജീവിതത്തിൽ അനായാസം മുന്നേറാൻ സാധിക്കൂ. വീട്ടിൽ അടച്ചുപൂട്ടി ഇരിക്കാൻ വിധിക്കപ്പെട്ട വിദ്യാർത്ഥികൾക്കിടയിൽ മാനസികസമ്മർദ്ദം ഉണ്ടാകുമെന്ന കാര്യത്തിൽ സംശയമില്ല. മൂന്നു മാസത്തെ ലോക്ക്ഡൗൺ കാലത്ത് 66 കുട്ടികൾ കേരളത്തിൽ ആത്മഹത്യ ചെയ്തു എന്ന ഗുരുതരമായ വസ്തുത അതിനുള്ള തെളിവാണ്.

സമ്പർക്കവിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ, ചെറിയ കുട്ടികളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, അദ്ധ്യാപൻ കൂടുതൽ സ്വാതന്ത്ര്യം അനുഭവിക്കുന്നു. തന്റെ ക്ലാസ്സിലെ ആശയവിനിമയം ഫലപ്രദമാണോ എന്നു പരിശോധിക്കാൻ അദ്ദേഹം നിർബന്ധിതനാകുന്നില്ല. ടെലിവിഷനിലൂടെയും സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലൂടെയും മറ്റും ലൈവായും, റെക്കോഡിങ്ങായും ക്ലാസ്സുകൾ നയിക്കുമ്പോൾ, മേൽപ്പറഞ്ഞ ന്യൂനതയുണ്ടെങ്കിലും, അധ്യാപകൻ കൂടുതൽ ഉത്തരവാദിത്തം കാണിക്കേണ്ടതായി വരുന്നു. മാതാപിതാക്കളും, വിഷയങ്ങളിൽ കൂടുതൽ അവഗാഹമുള്ള മറ്റുള്ളവരും ഇതെല്ലാം വിലയിരുത്തുന്ന സാഹചര്യം ഉണ്ടാകുന്നു എന്നത് തീർച്ചയായും ഒരു നല്ല കാര്യമാണ്. വീഡിയോ ആയോ, ഓഡിയോ ആയോ രേഖപ്പെടുത്തുന്നതുകൊണ്ട് കുട്ടികൾക്ക് എത്രതവണവേണമെങ്കിലും ആവർത്തിച്ചു കാണാനോ കേൾക്കാനോ സാധിക്കുന്നു എന്നത്, വിഷയം കൂടുതൽ ഹൃദിസ്ഥമാക്കാൻ അവരെ സഹായിക്കുന്നു. ഏതെങ്കിലും ക്ലാസ്സിൽ ഹാജരാകാൻ സാധിക്കാതെ വരുക എന്നൊരു കാര്യം ഇവിടെ പ്രസക്തമല്ല. ലൈവായി പങ്കെടുത്തില്ലെങ്കിലും പിന്നീട് സൗകര്യം പോലെ വീക്ഷിക്കാമല്ലോ. മാതാപിതാക്കളോ, വിഷയത്തിൽ വൈദഗ്ധ്യമുള്ള മറ്റുള്ളവരോ സന്നിഹിതരാണെങ്കിൽ, കുട്ടിക്ക് കൂടുതൽ സൗകര്യമാകും. ആവശ്യമായ തയ്യാറെടുപ്പുകൾ നടത്തി, തന്റെ അവതരണം പരിപൂർണ്ണമാക്കാനുള്ള ഉത്തരവാദിത്തത്തിൽനിന്ന് അദ്ധ്യാപകന് ഒഴിഞ്ഞു മാറാനാവില്ല.

സമൂഹമാധ്യമങ്ങൾക്കെല്ലാം മെച്ചങ്ങളെപ്പോലെ, അതിന്റേതായ കോട്ടങ്ങളുമുണ്ട് എന്ന കാര്യത്തിൽ തർക്കമില്ല. വേണ്ടവിധത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടാതെയിരിക്കുന്ന ഒരു കുട്ടി, മാധ്യമങ്ങളിലെ അഴുക്കുചാലുകളിൽ അറിയാതെ ഒഴുകിപ്പോകാനുള്ള സാധ്യത വലുതാണ്. മുമ്പ്, വിദ്യാർത്ഥികൾക്കു മൊബൈൽ ഫോൺ വിലക്കാൻ ഒരു കാരണമുണ്ടായിരുന്നു. പഠനം മുടങ്ങുമെന്നതായിരുന്നു അത്. ഇപ്പോൾ അതു നേരേ മറിഞ്ഞു. ഏതൊരു കൊച്ചു കുട്ടിക്കും ടിവി അല്ലെങ്കിൽ മൊബൈൽ വരുതിയിലാണെന്നത് ഏതൊരു രക്ഷാകർത്താവിനെയും ആശങ്കയിലാഴ്ത്തുന്ന ഒന്നാണ്. അവശ്യമായ ഇലക്ട്രോണിക് ഉപകരണങ്ങൾ സംഘടിപ്പിച്ചു നൽകുക എന്ന വലിയ സാമ്പത്തികബാധ്യത ഒട്ടേറെ കുടുംബങ്ങളെ ബുദ്ധിമുട്ടിലാക്കിയിട്ടുണ്ട്. കൊറോണക്കാലം കഴിഞ്ഞാലും, ഈ യവസരത്തിൽ ഏർപ്പെടുത്തിയ സൗകര്യങ്ങളും, സാങ്കേതികവിദ്യകളും മുടക്കുമുതൽ തിരികെപ്പിടിക്കുന്നതുവരെയും ഉപയോഗിക്കേണ്ടിവരും. ഗുണങ്ങളും ദോഷങ്ങളും എന്തൊക്കെയായാലും, കാറ്റിനൊപ്പിച്ച് തുഴയുകയല്ലാതെ വേറെ വഴിയില്ലല്ലോ!

അദ്ധ്യാപികയുടെ തിരിഞ്ഞുനോട്ടം

വിദ്യാ ഗിരീഷ്
ഡയറക്ടർ, സാരസ് ഇന്റർനാഷണൽ സ്കൂൾ, ടോഗോ

കോവിഡ് വൈറസ് വ്യാപനം എല്ലാ മേഖലകളിലുമെന്നപോലെ നമ്മുടെ സ്കൂൾ, കോളേജ്, യൂണിവേഴ്സിറ്റി തലങ്ങളിലെ പഠന അധ്യാപനരംഗങ്ങളിലും പൊളിച്ചെഴുത്തലുകൾ വരുത്താൻ പ്രേരിപ്പിച്ചിരിക്കുകയാണല്ലോ. അതിന്റെ ഭാഗമായി നഷ്ടപ്പെട്ട വിദ്യാഭ്യാസദിനങ്ങൾ വീണ്ടെടുക്കാൻ എന്റെ വിദ്യാലയമായ സാരസ് ഇന്റർനാഷണൽ സ്കൂളും പുതിയ പഠനരീതികളുമായി പൂർണമായി പൊരുത്തപ്പെടുവാൻ നിർബന്ധിതമായി.

ഒരു സ്കൂൾ ഡയറക്ടർ എന്ന നിലയിൽ എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഏറ്റവും വലിയ വെല്ലുവിളി നിറഞ്ഞ കുറെ മാസങ്ങളാണ് കടന്നുപോയത്. അധ്യാപകരെയും വിദ്യാർത്ഥികളെയും മാതാപിതാക്കളെയും പുതിയ മാറ്റങ്ങൾക്കനുസരിച്ചു ഏകോപിപ്പിച്ചു മുന്നോട്ടു കൊണ്ടുപോകാൻ തുടക്കത്തിൽ വളരെയധികം ബുദ്ധിമുട്ടേണ്ടതായിവന്നു. ഏത് ഓൺലൈൻ പ്ലാറ്റ്ഫോം ആയിരിക്കണം പഠനത്തിനായി തിരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടത് എന്നതായിരുന്നു പ്രഥമ വെല്ലുവിളി. വാട്സ്ആപ്പ്, യുട്യൂബ്, ടെലിഗ്രാം, സൂം, ഗൂഗിൾ ക്ലാസ്സ്റൂം അങ്ങനെ ധാരാളം സാധ്യതൾ മുന്നിലുണ്ടായിരുന്നു.

അധ്യാപകർക്കും, കുട്ടികൾക്കും, എല്ലാവർക്കും അവർ താമസിക്കുന്ന സ്ഥലത്ത് ഇന്റർനെറ്റ് ഡാറ്റാ പ്രശ്നം ഉള്ളപ്പോൾ ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ ലൈവ് ആയിട്ട് നടത്താനുള്ള എന്റെ തീരുമാനത്തോട് പലരും വിയോജിപ്പ് അറിയിച്ചു. എങ്കിലും, ഏറ്റവും പ്രയോജനപ്രദമായ ക്ലാസുകൾ കുട്ടികൾക്ക് നൽകണം എന്ന തീരുമാനത്തിൽ ഞാൻ ഉറച്ചു നിന്നു. വീഡിയോ എഡിറ്റിംഗ്, റെക്കോർഡിങ്, കുറഞ്ഞ ബാൻഡ് വിഡ്ത് മേഖലകളിലുള്ള കുട്ടികൾക്ക് റെൻഡറിങ്ങിനുള്ള സൗകര്യം എന്നിവയെല്ലാം കണക്കിലെടുത്തപ്പോൾ 'സൂം' എന്ന ആപ്പായിരിയ്ക്കും ഏറ്റവും അനുയോജ്യമെന്നുതോന്നി. വേഗത കുറഞ്ഞ സ്ഥലങ്ങളിൽ മികച്ച സേവനം നൽകുന്നതിൽ ഏറ്റവും മുൻപിൽ നിൽക്കുന്നത് 'സൂം' ആണ്. പക്ഷേ ഒരു വിദ്യാലയത്തിൽ ഇവ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു മുൻപ് ഇത്തരം ആപ്പുകളുടെ സുരക്ഷ, പ്രവർത്തന സ്വീകാര്യത തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചു

വ്യക്തമായ ഒരു അവബോധം സ്വയം ഉണ്ടാക്കുകയാണ് ഞാൻ ആദ്യം ചെയ്തത്.

അധ്യാപകർക്കുള്ള പ്രായോഗിക പരിശീലനം

'സൂം' തിരഞ്ഞെടുത്തതിനുശേഷം അതിൽ അധ്യാപകരെ കുറ്റമറ്റ രീതിയിൽ ക്ലാസ്സെടുക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതായിരുന്നു എന്റെ അടുത്ത ചുമതല. ഞങ്ങൾ ലൈവ് ക്ലാസ്സിനായിരുന്നു പ്രഥമ പരിഗണന നൽകിയിരുന്നത്. ക്ലാസ്സ് എടുക്കുന്നതിനു മുന്നോടിയായി വീഡിയോ ലെക്ച്ചർ തയ്യാറാക്കി 'സൂം' ആപ്പിൽ സ്വയം സ്ലൈഡുകൾ ഇട്ട് ഷെയർ ചെയ്തു റെക്കോർഡ് ചെയ്തു തെറ്റുകുറ്റങ്ങൾ കണ്ടു വിലയിരുത്തുന്നതിനുള്ള ഒരു പരിശീലനം ആണ് ഞാൻ അധ്യാപകർക്കായി നൽകിയത്.അതുപോലെ തന്നെ, നാലുവയസ്സ് വരെയുള്ള കുട്ടികൾക്ക് വാട്സാപ്പ് ഗ്രൂപ്പുകളിൽക്കൂടി അധ്യാപകരുടെ ക്ലാസുകൾ പാട്ടും കളികളുമൊക്കെയായി റെക്കോർഡ് ചെയ്ത് അയച്ചു കൊടുത്തു.നൂറുശതമാനം കുട്ടികളെയും ഓൺലൈൻ ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുക എന്നതായിരുന്നു അടുത്ത കടമ്പ. ഒരാഴ്ചയ്ക്കുള്ളിൽ ആ പ്രശ്നവും പരിഹരിച്ചു. ചില കുട്ടികളുടെ കാര്യത്തിൽ മാതാപിതാക്കളുടെ നിരന്തരമായ ഇടപെടലുകളും ഒരുപരിധിവരെ അധ്യാപകരുടെ ആത്മവിശ്വാസത്തെ ബാധിച്ചു.അങ്ങനെ എല്ലാ പ്രതിബന്ധങ്ങളെയും പെട്ടെന്നുതന്നെ തരണം ചെയ്ത് ക്ലാസുകൾ മുന്നോട്ടുനീങ്ങി.

രണ്ടുമാസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ സിലബസ് പൂർത്തിയാക്കി ഓൺലൈൻ പരീക്ഷയും കുട്ടികളെക്കൊണ്ട് എഴുതിക്കാൻ കഴിഞ്ഞു എന്നുള്ളത് ഒരു വലിയ നേട്ടമായി. രണ്ടാം ക്ലാസ്സ് മുതലുള്ള കുട്ടികളെ 'സൂം ചാറ്റ് റൂം' പരീക്ഷയ്ക്കും സംശയ നിവാരണത്തിനും എല്ലാം നിഷ്പ്രയാസം ഉപയോഗിക്കാൻ എന്റെ അധ്യാപകർ പഠിപ്പിക്കുകയും കുട്ടികൾ അതിനെ വേണ്ടവിധം ഉപയോഗിക്കാൻ പ്രാപ്തരാവുകയും ചെയ്തപ്പോൾ ഒരു സ്കൂൾ ഡയറക്ടർ എന്ന നിലയിൽ എനിക്ക് വളരെയധികം സന്തോഷവും അഭിമാനവും തോന്നി.

ആധുനിക കാലത്തിന്റെ സവിശേഷതകളും സാങ്കേതികവിദ്യയും സമരസപ്പെട്ടതോടെ വീട്ടിലിരുന്നുള്ള പഠനം എന്നത് എളുപ്പത്തിൽ സാധ്യമാക്കാൻ ഞങ്ങൾക്ക് കഴിഞ്ഞു. സെപ്റ്റംബറിൽ (ഇവിടെ സെപ്റ്റംബർജൂൺ ആണ് ഒരു അധ്യയന വർഷം) കോവിഡ് വിമുക്തമായ ഒരു പുതിയ അധ്യയന വർഷത്തിലേക്കാവട്ടെ വിദ്യാർത്ഥികളുടെയും അധ്യാപകരുടെയും ചുവടുവയ്പ്പ് എന്ന ആശംസകളോടെ,

കാത്തിരിക്കുന്നത് ക്ലാസ്റൂം ജീവിതം; പക്ഷേ...

തൃപ്തി ഉണ്ണിത്താൻ,
12-ാം ക്ലാസ് സ്റ്റുഡന്റ്
ബ്രിട്ടീഷ് സ്കൂൾ ഓഫ് ലോമെ ,
ടോഗോ

കഴിഞ്ഞ കുറച്ച് മാസങ്ങളായി കൊറോണവൈറസ് വ്യാപനം ലോകത്തെ മുഴുവൻ പിടിച്ചുകുലുക്കുകയായിരുന്നല്ലോ. ഓരോ ദിവസവും കടന്നുപോകുമ്പോൾ, പുറത്തുനിന്നുള്ള വരുമായി സമ്പർക്കം പുലർത്തുന്നതിന്റെ സാധ്യത കുറയ്ക്കുന്നതിനും വൈറസ് പിടിപെടാനുള്ള അവസരം ഒഴിവാക്കുന്നതിനുമായി ഗവണ്മെന്റ് പലവിധ മുൻകരുതലുകൾ എടുക്കുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. അതിന്റെ ഫലമായി ആളുകൾ അവരുടെ വസതികളിൽ തന്നെ ഒതുങ്ങിക്കൂടാൻ നിർബന്ധിതരായി. ഇതുമൂലം, സ്കൂളുകൾ, കോളേജുകൾ, സർവ്വകലാശാലകൾ എന്നിവ ഓൺലൈൻ സംവിധാനത്തിലേക്ക് വിദ്യാഭ്യാസരീതി മാറ്റുകയുണ്ടായി. ഈ പകർച്ചവ്യാധിയുടെ വ്യാപനത്തിനിടയിൽ ഓൺലൈൻ വിദ്യാഭ്യാസ സമ്പ്രദായത്തിലേക്ക് പറിച്ചുനടപ്പെട്ട ഒരു വിദ്യാർത്ഥിനിയെന്ന നിലയിലുള്ള എന്റെ അനുഭവം ഞാൻ നിങ്ങളോട് പങ്കുവെക്കുകയാണ്.

മാറ്റത്തിന്റെ തുടക്കം

നിലവിലെ സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസരീതിയിൽനിന്ന് പെട്ടെന്നുള്ള മാറ്റം പഠനത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ മാത്രമല്ല, എന്റെ സാമൂഹിക ജീവിതത്തെയും വളരെയധികം സ്വാധീനിച്ചു. വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ആഗോള ലോക്ക്ഡൌൺ കാരണം ഈ വർഷം ഐബിഡിപി പോലുള്ള അന്തർദ്ദേശീയ പാഠ്യപദ്ധതി പിന്തുടരുന്ന സ്കൂളുകളുടെ പഠന,ഗ്രേഡിംഗ് സമ്പ്രദായത്തിൽ വലിയ തടസ്സമുണ്ടാക്കി.ദേശീയ പരീക്ഷകൾ പോലും റദ്ദാക്കപ്പെടുന്നതിനോ അല്ലെങ്കിൽ സ്കൂളുകളിൽ ദൈനംദിനം ചെയ്യുന്ന വർക്കുകളെയോ ഹോംവർക്കുകളെയോ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തി മൂല്യ നിർണയത്തിനുള്ള ഒരു ബദൽ സംവിധാനം കണ്ടെത്തുന്നതിനോ കാരണമായി.

ഇ ലേണിംഗിന്റെ ഗുണഫലങ്ങൾ

എന്റെ സ്കൂൾ സൂം ഓൺലൈൻ പ്ലാറ്റ്ഫോം ആണ് ഇ ലേർണിംഗിനായി തിരഞ്ഞെ

ടുത്തത്,ഇത് കുറിപ്പുകൾ എഴുതുന്നതിനുംമറ്റും ഡിജിറ്റൽ വൈറ്റ്ബോർഡുകൾ ഉപയോഗിക്കാനും അധ്യാപകരെയും വിദ്യർത്ഥികളെയും ഒരുപോലെ പ്രാപ്തരാക്കി. വീഡിയോകൾ, ചിത്രങ്ങൾ, പവർ പോയിന്റുകൾ എന്നിവപോലും ക്ലാസ്സ് റൂമുകളിൽ നേരിട്ട് കാണുന്നതുപോലെ കണ്ടു പഠിക്കാൻ ഞങ്ങൾക്കു സാധിച്ചു. ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ കൂടുതൽ സംവേദനക്ഷമവും മനസ്സിലാക്കാൻ എളുപ്പവുമാണെന്നാണ് എന്റെ വ്യക്തിപരമായ അനുഭവം. ഓൺലൈൻ പഠനം എനിക്ക് മാത്രമല്ല, ലോകമെമ്പാടുമുള്ള വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും വെർച്ചുവൽ ആയിരിക്കുമ്പോൾ സേവ് ചെയ്തു വിവരങ്ങൾ നിലനിർത്താൻ എളുപ്പമാണെന്ന് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു, കാരണം ലോകം വെർച്ചുവൽ റിയാലിറ്റിയേയും സാങ്കേതിക മുന്നേറ്റങ്ങളേയും കൂടുതൽ ഉൾക്കൊള്ളേണ്ട വേഗത്തിൽ ആണ് നീങ്ങുന്നത്. എന്നെപ്പോലുള്ള വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് വളരെ ഉപയോഗപ്രദമായ ആശയവിനിമയത്തിനുള്ള അവസരം ഇലേണിംഗ് നൽകുന്നു,ഗ്രൂപ്പ് വർക്കുകളിലൂടെയുള്ള പ്രോജക്റ്റുകൾപോലും തൊഴിൽപരമായ ഇന്റർവ്യൂകളിലേയ്ക്ക് ഒരു മുൻപരിചയം സൃഷ്ടിക്കാൻ ഞങ്ങൾ വിദ്യർത്ഥികളെ വളരെയധികം പ്രാപ്തരാക്കുന്നു. ഇത് വളരെ ആകർഷകകരമായ പഠനാന്തരീക്ഷത്തിലേക്ക് ഞങ്ങളെ നയിച്ചു.

ഓൺലൈൻ സിസ്റ്റത്തിലേക്ക് മാറുമ്പോൾ അറിവ് നേടുന്ന കാര്യത്തിൽ, എന്നത്തേക്കാളും കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ഓൺലൈനിൽ ആക്സസ് ചെയ്യാൻ എനിക്ക് കഴിഞ്ഞുവെന്ന് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു, ഇത് ആശയങ്ങൾ വ്യാഖ്യാനിക്കാനും ആശയവിനിമയം നടത്താനും ഞങ്ങളെ കൂടുതൽ പ്രാപ്തരാക്കുകയും തന്മൂലം ക്ലാസ്സിൽ കൂടുതൽ സജീവമാകാൻ വിദ്യാർത്ഥികളെ സഹായിക്കുകയും ചെയ്തു.

സാങ്കേതികവിദ്യയിലൂടെ എന്റെ സഹപാഠികളും ഓൺലൈൻ പഠനത്തിൽ അദ്ധ്യാപകൻ നിരന്തരം തിരക്കുകൂട്ടാതെ തന്നെ വിഷയങ്ങളിലൂടെയും വിവിധ സൈറ്റുകളിലൂടെയും വിദ്യാർത്ഥികളുടെ വേഗതയിൽ പോകാൻ കഴിയുന്നതിനാൽ എന്റെ പാഠങ്ങൾ സമഗ്രമായി മനസ്സിലാക്കാൻ ഇത് എന്നെ പ്രാപ്തമാക്കി. മറ്റൊരു വിധത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, ഒരു സ്വതന്ത്ര പഠിതാവാകാനും എന്റെ ചുമതലകൾ നിർവഹിക്കുന്ന രീതിയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കൂടുതൽ കാര്യക്ഷമമാക്കാനും ഓൺലൈൻ പഠനം എന്നെ അനുവദിച്ചിരിക്കുന്നു. പ്രത്യേകിച്ചും ഓൺലൈൻ പ്ലാറ്റുഫോമിൽ റെക്കോർഡുചെയ്ത പാഠഭാഗങ്ങൾ വീണ്ടും കാണുവാനുള്ള അവസരം ഞങ്ങൾ വിദ്യാർത്ഥികളെ വളരെയധികം സഹായിച്ചു. ഇത് ക്ലാസ് റൂമിൽനിന്ന് ലഭിക്കാത്ത ഒരു അധിക നേട്ടമായിരുന്നു.

ഓൺലൈൻ വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ മറുപുറം

ഇവിടെയുള്ള വിദ്യാർഥികൾക്ക് ഏകദേശം നാല് മാസത്തോളം (മാർച്ച് ജൂൺ) ദിവസംമുഴുവൻ ലാപ്ടോപ്പിന് മുന്നിൽ 10 മുതൽ 12 മണിക്കൂർ വരെ തുടർച്ചയായി വർക്ക് ചെയ്യേണ്ടിവന്നത് ആരോഗ്യപരമായ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾക്ക് കാരണമായി. ഇലേണിംഗിനെ പിന്തുടർന്ന്, ഒരു വിദ്യാർത്ഥിക്കുണ്ടാകാവുന്ന നേത്രസമ്മർദ്ദം കണക്കിലെടുക്കുമ്പോൾ അതിന് ധാരാളം ആരോഗ്യ പരിമിതികൾ ഉണ്ടെന്ന് സമ്മതിക്കണം. എന്നിരുന്നാലും, ഞാൻ നേരിട്ട പ്രധാനപ്രശ്നം ഓൺലൈൻ പഠനം എന്റെ ശ്രദ്ധയെ ഒരു പരിധി വരെ ബാധിച്ചിരുന്നു എന്നതാണ്. കാരണം വീട്ടിലെ മറ്റ് ആളുകളിൽ നിന്നുണ്ടാവുന്ന ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള ചലനമോ ശബ്ദമോ നമ്മുടെ ശ്രദ്ധയെ പാഠ്യഭാഗത്തിൽ നിന്നും വ്യതിചലിപ്പിക്കുന്നതിന് ഇടയായേക്കാം.

ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾക്ക് കൂടുതൽ പ്രചോദനവും ശ്രദ്ധയും ആവശ്യമാണ്. ഓരോ ക്ലാസ്സിന്റെയും സമയപരിധിയും പാഠഭാഗങ്ങൾ നിശ്ചിത സമയത്തിനുള്ളിൽ തീർക്കാൻ അധ്യാപകർക്കുള്ള സമ്മർദവും ചിലപ്പോഴൊക്കെ വിദ്യർത്ഥികളുടെ പഠനഭാരം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയുണ്ടായി. ഓൺലൈൻ പഠനം സഹപാഠികളുമായിയി നേരിട്ടുള്ള ആശയവിനിമയത്തിനും തടസ്സം സൃഷ്ടിച്ചു. ഓൺലൈൻ പരീക്ഷകളുടെ വിശ്വാസ്യത ക്ലാസ്സുമുറികളിൽ നടത്തുന്ന പരീക്ഷകളെക്കാൾ കുറവാണെന്നാണ് എനിക്കു തോന്നുന്നിയത്.

ഒരു പ്രൊഫസർ പറയുന്നത് നേരിട്ട് കേൾക്കുന്നതിൽ നിന്നും തികച്ചും വ്യത്യസ്തമാണ് ഓൺലൈൻ ക്ലാസ്സുകളിലൂടെ ലഭിക്കുന്നത്. സഹപാഠികളും അധ്യാപകരുമായി നേരിട്ടുള്ള ആശയവിനിമയമാണ് സംശയദൂരീകരണത്തിന് നല്ലത് എന്നതാണ് എന്റെ അഭിപ്രായം. എന്തായാലും ഓൺലൈൻ പഠനത്തിന്റെ പോസിറ്റീവ് വശങ്ങൾ,നിലവിലെ നെഗറ്റീവ് വശങ്ങളെ മറികടക്കുമെന്ന് ഞാൻ വിശ്വസിക്കുന്നു. സ്കൂൾ ജീവിതം പുനരാരംഭിക്കാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു, വ്യക്തിഗത പഠനം, ഉത്തരവാദിത്തത്തിന്റെ ഉയർന്ന നിലവാരത്തിലേക്ക് എത്തിക്കാൻ വിദ്യാർത്ഥികളെ സഹായിക്കും എന്നാണ് എന്റെ വിശ്വാസം. എല്ലാവരും സുരക്ഷിതരും ആരോഗ്യവാന്മാരും ആയിരിക്കട്ടെ എന്ന പ്രാർത്ഥനയോടെ! VK

സ്മൃതി

'കുരുവിക്കൂടും കുളിരും പിന്നെ കോവിഡും'

രാവിലെ ഉണ്ണിച്ചേട്ടനെ മറ്റാരെങ്കിലും റാഞ്ചി കൊണ്ടുപോകുന്നതിനു മുമ്പ് കാറുമായി ഇടവഴികളിലൂടെ തപ്പിപ്പിടിച്ച് ഞാൻ അങ്ങേരുടെ വീട്ടുപടിക്കലെത്തി. കയ്യിൽ ഒരു പൊതിക്കെട്ടുമായി ഇറയത്തു നിന്ന ആ വെള്ളത്താടിക്കാരനെ കയ്യോടെ പിടിച്ചു വണ്ടിയിലിട്ട് ഞാൻ വീട്ടിൽ കൊണ്ടുവന്നു എന്ന് പറയുന്നതാവും ശരി. വന്നപാടെ മുറ്റത്തിനു കോണിൽ തൊടിയിലെ പാളയംതോടൻ വാഴക്കൂട്ടത്തിന് മറവിൽ നേരത്തെ കണ്ടു വച്ചിരുന്ന സ്ഥലത്ത് അഞ്ചെട്ട് ചുടുകട്ടയിട്ട് പൊക്കമുണ്ടാക്കി. പിന്നീട് വീട്ടിനുള്ളിൽ നിന്ന് കസേരയൊരെണ്ണം എടുത്തു കൊണ്ടുവന്ന് അതിന് മീതെ ഉറപ്പിച്ചു.'ബാലൂനേം നന്ദൂനേം വിളിച്ച് പൊക്കിയേക്കണേ....' എന്ന് രഞ്ജിനിയെ ചട്ടംകെട്ടിയിട്ട് ഞാൻ പൊക്കിവച്ച കസേരയിൽ കയറി പുതച്ചുമൂടി ഇരുപ്പായി.

പ്രതീക്ഷിച്ചതു പോലെ എന്റെ കഴുത്തിനു പിന്നിൽ മെല്ലെ ഒരു കെട്ട് മുറുകി. ഉണ്ണിച്ചേട്ടന്റെ ഉരുക്ക് കത്രികയുടെ ഇതളുകൾ തമ്മിൽ കലഹിച്ചുണ്ടായ സീൽക്കാര ശബ്ദങ്ങൾ തലയ്ക്ക് ചുറ്റും താളം പിടിച്ചു തുടങ്ങി.മുറിയുന്ന മുടിക്കഷണങ്ങൾ ചെറു കൂട്ടങ്ങളായി താഴേക്ക് വീണുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.അപ്പോഴേയ്ക്കും ഞാൻ എന്റെ ബാല്യത്തിലേക്ക് ഒരു പിൻനടത്തം തുടങ്ങിക്കഴിഞ്ഞിരുന്നു.വീട്ടിൽ നിന്നും രണ്ട് മൈലോളം അകലെ കങ്ങഴ കവലയിലുള്ള ബാർബർ ഷോപ്പിൽ നടന്ന് പോയി മുടി വെട്ടിച്ചത് ഒരു തവണ മാത്രമാണെന്നാണ് എന്റെ ഓർമ്മ.

കൃത്യസമയത്ത് കടയിൽ 'അങ്ങേർക്ക്' ഊണ് എത്തിക്കാനായി എരിയുന്ന വെയിലത്ത് ഇടതു തോളും കൈത്തലവും ഭാരം പങ്കിടുന്ന വെള്ളുകുട്ടയിൽ ചോറും കറികളും വെവ്വേറെ കെട്ടി നിറച്ച് പോകുന്ന 'പങ്കജാക്ഷിയമ്മ'യ്ക്കൊപ്പമായിരുന്നു ആ പോക്ക്. കഞ്ഞിവെള്ളം മുക്കി ഉണക്കിയെടുത്ത ഉടുമുണ്ടിന്റെ തുമ്പിൽ ആശങ്കയുടെ കാലടികൾ തട്ടിയുണ്ടാകുന്ന ശബ്ദം കേൾപ്പിച്ച് അതിവേഗത്തിൽ നടന്നു നീങ്ങുന്ന പങ്കജാക്ഷിയമ്മയുടെ പിന്നാലെ ഓടിയും നടന്നുമായിരിക്കണം ഞാൻ അന്ന് പോയത്. ആളൊഴിഞ്ഞ മൈലാടിക്കവലയും പിന്നിട്ട് വീണ്ടും മുമ്പോട്ട് നടക്കുമ്പോൾ വഴിവക്കിൽ പ്രായം ചെന്ന ഒരു മുട്ടൻ താന്നിമരം. മരത്തിനോട് ചേർന്ന് പുറമ്പോക്കിൽ ഒരു ഓലക്കുടിലും കുടിലിനോട് ചേർന്ന് ഒരു കിണറും. പങ്കജാക്ഷിയമ്മ അവിടെ ഒന്നും രണ്ടും പറഞ്ഞു നിൽക്കുമ്പോൾ കാച്ചട്ടയുടെ രണ്ട് പോക്കറ്റിലും താന്നിക്കുരു പെറുക്കി നിറയ്ക്കുന്ന തിരക്കിലായിരുന്നു ഞാൻ.

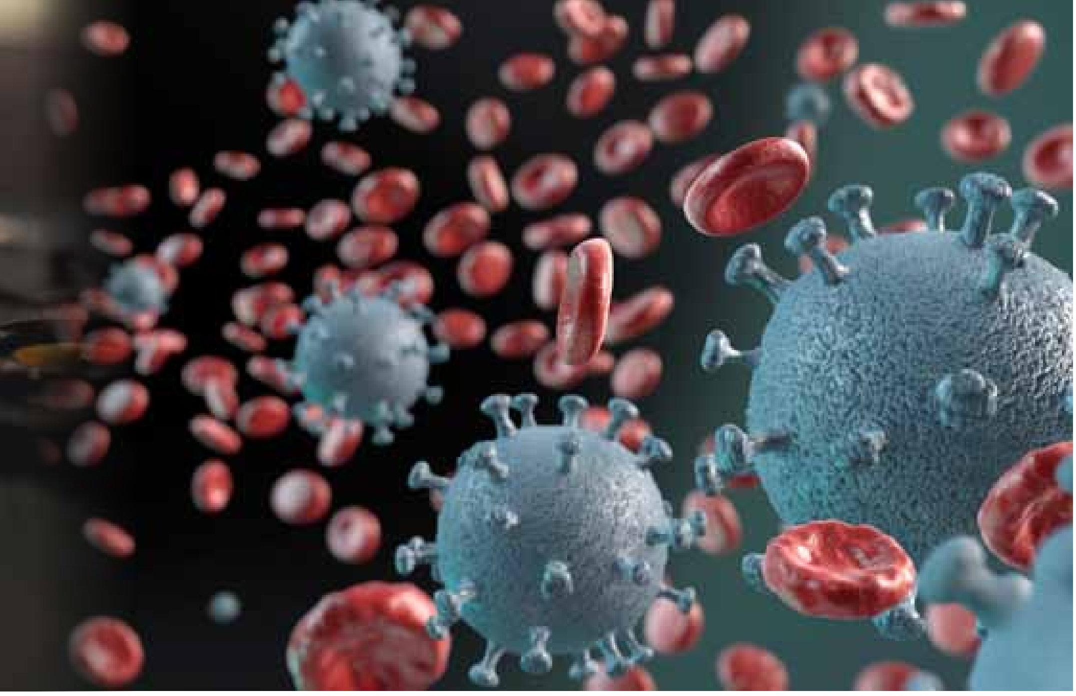
ഇടുക്കുകല്ല് കയറ്റം കയറി കവലയിൽ എത്തുമ്പോൾ ഒന്നോ രണ്ടോ കിളിവാതിലോടു കൂടി ചുറ്റിലും പലകയടിച്ച ചുവരുകളും നിലത്തു നിന്നും നാലു കാലിൽ പൊങ്ങിനിൽക്കുന്ന തട്ടോടു കൂടിയ സാമാന്യം വലിപ്പമുള്ള ഒരു മാടം. അതിനുള്ളിൽ മരയഴികൾ കൊണ്ട് സീറ്റും ചാരും തീർത്ത് സാമാന്യത്തിൽ അധികം ഉയരമുണ്ടായിരുന്ന ഒരു കസേര. ഇതായിരുന്നു കോൺഗ്രസ്കാരനും ഞങ്ങളുടെ തൊട്ടയലത്തുകാരനുമായ പൊടിയൻ എന്ന ശ്രീധരന്റെ ബാർബർ ഷോപ്പ്. അന്ന് എന്റെ മുടി വെട്ടിക്കഴിഞ്ഞായിരുന്നു പൊടിയന്റെ ഉച്ചയൂണ്. ആ സമയത്ത് ഷോപ്പിനു വെളിയിലിരുന്ന് പോക്കറ്റിലെ താന്നിക്കുരു കല്ലുകൊണ്ട് ഇടിച്ച് പൊട്ടിച്ച് തിന്നത് ഇന്നും നല്ല ഓർമ്മ.

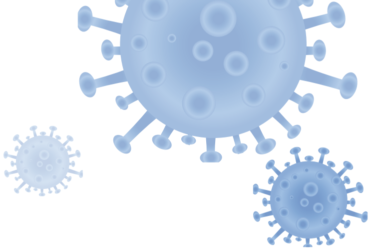
അക്കാലത്ത് മുപ്പതോ നാല്പതോ ദിവസങ്ങളുടെ ഇടവേളകളോടൊത്തുവരുന്ന ഏതെങ്കിലുമൊരു വാരാന്ത്യത്തിലെ വെളുപ്പാംകാലത്ത് ഉണർന്നെങ്കിലും ചുരണ്ട് കൂടിക്കിടക്കുമ്പോഴായിരിക്കും

'ചേച്ചിയേ...അച്ചാച്ചൻ കത്രിക കൊണ്ടുവന്നിട്ടുണ്ടേ..' എന്ന ഒരു അശരീരി പര്യമ്പുറത്തു നിന്ന് നിരപ്പലകയിലെ കിളിവാതിലിലൂടെ ഞങ്ങളെ അലോസരപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് കിടക്കപ്പായയിലേക്ക് കയറി വരുന്നത്. രേവതിയോ സതിയോ ആണ് വന്നിരിക്കുന്നത്.

'മൂന്നിന്റേം തല കാട് പോലെയായി...' എന്ന് പോയ വാരത്തിൽ അച്ചയോട് അമ്മച്ചി അടക്കം പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടാവണം. മുൻ ധാരണയനുസരിച്ച് തലേന്ന് കടയടച്ച് പോരുമ്പോൾ പൊടിയൻ കത്രികയും കത്തിയും ഒരു കഷണം പത്രത്താളിൽ പൊതിഞ്ഞ് കൊണ്ടുപോന്നിട്ടുണ്ട്. ഇനി രക്ഷയില്ല. തഴപ്പായയുടെ ചൂട് വിട്ട് എഴുന്നേറ്റേ പറ്റൂ. 'എഴുന്നേറ്റ് പല്ല് തേച്ചിട്ട് ചെന്നേ... വെട്ടിയിട്ട് പൊടിയന് രാവിലെ കട തുറക്കാൻ പോണ്ടതാ..' എന്നു പറഞ്ഞ് അമ്മച്ചിയുടെ വിളി ഉടൻ വരും.

ഞാനും ഇളേത്തുങ്ങൾ രണ്ടാളും കൂടി മനസ്സി





പ്രവീൺ
നെടുംകുന്നം

ല്ലാമനസ്സോടെ എഴുന്നേറ്റ് നേർച്ചക്ക് പല്ലുരച്ച് കുപ്പായവുമെടുത്തിട്ട് പറമ്പിലൂടെ വാലേ വാലേ തെക്കോട്ട് നടക്കും. പിന്നെ തിരിഞ്ഞ് പടിഞ്ഞാട്ട് നടന്ന് പൊയ്കത്തോട്ടിലെ വെള്ളത്തിലൂടെ കുറച്ച് നടന്നാൽ 'പൊടിയന്റങ്ങ്' എത്തും. മുറ്റത്തിന് താഴെ ചെറുതും വലുതുമായ നാലോ അഞ്ചോ കയറുചാലുകൾ ഇടഞ്ഞൊറിവ് തീർത്ത കിണറ്റുപാലത്തിൽ വിശ്രമിക്കുന്ന കയറിനും പാളയ്ക്കും മുകളിലൂടെ ചുറ്റുവേലിയില്ലാത്ത കിണറ്റിലേക്ക് വെറുതെ ഒന്ന് എത്തിനോക്കും. പിന്നെ അടർന്നു വീണതും ഇളകിയതും ചരിഞ്ഞതുമായ കുറച്ച് കരിങ്കൽപ്പാളികൾ ചേർത്ത് നിർത്തുന്ന നാലഞ്ച് കല്പടവുകൾ ചവിട്ടിക്കയറിയാൽ മാസം തികയാറായ വയറു പോലെയുള്ള ആ മുറ്റത്തെത്തും. വീട്ടിൽ നിന്നും രണ്ടോ മൂന്നോ വിളിപ്പാട് ദൂരമേ ഉള്ളു എങ്കിലും കാതങ്ങൾ നടന്ന തോന്നൽ.

ഒട്ടും താമസിക്കാതെ അടുക്കളയിൽ നിന്ന് ഉമ്മറത്തുകൂടി മുറ്റത്തേക്ക് ഒരു കൊരണ്ടിപ്പലക പല കൈമാറി വരും. ഇങ്ങനെയുള്ള ഈറനുടുത്ത പുലർകാലങ്ങളിൽ ഊഴം വച്ച് കൊരണ്ടിപ്പലകയിൽ ഞങ്ങൾ മാറി മാറി കുനിഞ്ഞ് കുമ്പിട്ടിരിക്കെ, മുറ്റത്തെ ചരലിൽ കുത്തിയിരുന്ന് ഞങ്ങൾക്കു ചുറ്റും ഇടവും വലവും നീങ്ങിയും നിരങ്ങിയും പൊടിയൻ മുടി വെട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കും. അതിനിയിൽ വാലുയർത്തി മൂരി നിവർത്തിക്കൊണ്ടും പൊടിയനെ മുട്ടിയുരുമ്മിയും ഒന്നോ രണ്ടോ വെളുത്ത പൂച്ചകൾ അവിടെ വന്നു പോകും. എന്റെ പ്രായക്കാരിയും പൊടിയന്റെ ഇളയ മകളായ കുട്ടിയമ്മ എന്ന രമയുടെ അരുമകൾ.

അവധി ദിവസമായിട്ടുപോലും അന്നേ ദിവസം രാവിലെ കുളിച്ചിട്ട് മാത്രം കിട്ടാൻ സാധ്യതയുള്ള മധുരം വച്ച കൊഴുക്കട്ടയെ മനസ്സിൽ

വിചാരിച്ചും പിടലിയിൽ നിന്നും ഉച്ചിയിലേക്ക് തലയ്ക്കു പിന്നിലി കുറ്റിമുടിയിൽ വിരലോടിച്ചും വീട്ടിലേക്ക് നടക്കും.

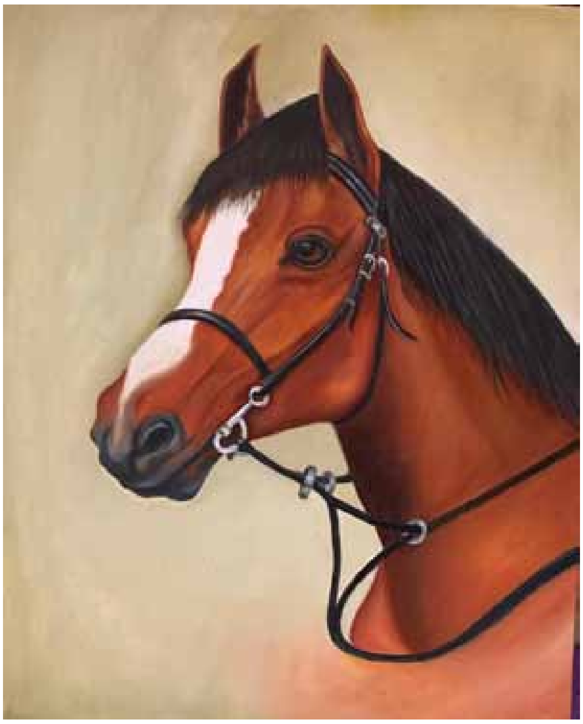
കാലം പോകെ വീടിനടുത്തുള്ള ആലിൻചുവട് കവലയിലെ കുട്ടൻമൂപ്പരുടെ ഷോപ്പിൽ 'തനിയെ' പോയി വെട്ടിച്ചു തുടങ്ങി. നിലക്കണ്ണാടിക്കും നീളൻ മേശയ്ക്കും പിന്നിലെ 'കാലൻ'കസേരയുടെ കൈതാങ്ങികളിൽ പലകക്കഷണം വിലങ്ങിയിട്ട് അതിൻമേലിരുന്ന് വെട്ടിച്ചിരുന്ന ബാലാരിഷ്ടതയുടെ കാലം മെല്ലെ പോകവേ 'സ്റ്റെപ്പ് കട്ടിങ്ങി'ന്റെ കാലം കടന്നുവന്നു. വെട്ടിക്കഴിഞ്ഞ് 'ഹീറ്റടിക്കണോ' എന്ന പുതുചോദ്യത്തിന് എന്തിനാണെന്നു പോലുമറിയാതെ സമ്മതം മൂളും. കുരുവിക്കൂടിനും സ്റ്റെപ്പ് കട്ടിങ്ങിനുമിടയിൽ ഒരു നീണ്ട ഇടവേള ഉണ്ടായിരുന്നു എന്ന് തോന്നുന്നു.

'ചലച്ചിത്രം' സിനിമാമാസികയുടെ നടുവിൽ നിന്നും അതിജാഗ്രതയോടെ സ്റ്റേപ്ലർപിൻ അകത്തിവേർപെടുത്തിയെടുക്കുന്ന 'ചൂടൻ' പേജും ജയപ്രദയുടെയും ശ്രീദേവിയുടെയും ചിത്രമുള്ള മുഴുനീളൻ കലണ്ടറുകൾ ചുവരുകളെയും കാത്തിരിപ്പുകാർക്കുള്ള ബഞ്ചിനെ മനോരാജ്യം ആഴ്ചപ്പതിപ്പും കയ്യടക്കിയ കാലം. കുട്ടൻ മൂപ്പരുടെ കാലം കഴിഞ്ഞ് കുറച്ചുനാൾ മക്കളായിരുന്ന രവിയും തുളസിയുമൊക്കെയായിരുന്നു വെട്ടുകാർ. പിന്നീട് ദീർഘകാലം കറുകച്ചാലിലെ മല്ലപ്പള്ളി റോഡിൽ കർക്കശക്കാരനായ ഗോപിച്ചേട്ടന്റെയും മകൻ മനോജിന്റെയും 'അഡോണിസി'ലെ ഇടപാടുകാരനായിരുന്നു ഞാൻ. നാട്ടിൽ നിന്ന് കോട്ടയത്തിന് പടിഞ്ഞാറേക്ക് പറിച്ചു നടപ്പെട്ടതിനു ശേഷവും കുറെ കൊല്ലക്കാലം ഗോപിച്ചേട്ടനില്ലാത്ത ഷോപ്പിൽ മനോജുമായുള്ള ബന്ധം തുടർന്നു. പിന്നീട് എപ്പോഴോ തിരുവാതുക്കൽ കവലയിലെ ഉണ്ണിച്ചേട്ടന്റെയടുത്ത് ചെന്നു കൂടി. ഇപ്പോഴും അത് തുടരുന്നു.

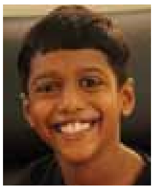
ഇന്ന് ഈ തണുത്ത വെളുപ്പാൻകാലത്ത് എന്റെ കഴുത്തിൽ കെട്ടിയിരുന്ന ഡബിൾ മുണ്ടിന്റെ കുരുക്കുകൾ അഴിച്ച് അന്തരീക്ഷത്തിൽ ആഞ്ഞു കുടഞ്ഞുകൊണ്ട് ഉണ്ണിച്ചേട്ടൻ ചോദിച്ചു 'ഇനി ബാലു ആണോ നന്ദു ആണോ ഇരിക്കുന്നത്...' ചോദ്യം കേട്ട ഞാൻ ഓർമ്മകളിൽ നിന്ന് കസേരയിലൂടെ ഊർന്ന് നിലത്തിറങ്ങി.

അവധിക്കാലവും കോവിഡ് കാലവും ഒരുമിച്ചു വന്നിട്ടും വെളുപ്പിന് എഴുന്നേറ്റ് മുടി വെട്ടാൻ ഇരുന്നു കൊടുക്കേണ്ടി വന്നതിലുള്ള വിഷമം ഉള്ളിൽ ഒതുക്കിക്കൊണ്ട് അവിടെ ചുറ്റിപ്പറ്റി നിൽക്കുന്ന രണ്ടാളെയും ഊറിച്ചിരിച്ചുകൊണ്ട് ഞാനൊന്ന് പാളി നോക്കി.

എന്റെ പൊടിയൻ; അവരുടെ ഉണ്ണിച്ചേട്ടൻ. കാലത്തിന്റെ അപൂർവം ചില തനിയാവർത്തനങ്ങൾ... VK



സുനിൽ ദാസ്
ഖത്തർ



കാർത്തിക്
ടോഗോ

നോയൽ
ടോഗോ

സുഗുണാ രാജൻ
പയ്യന്നൂർ

കൊറോണാനന്തരമെന്ത്?

നാം മനുഷ്യത്വത്തിലേയ്ക്ക്... മാനവികതയിലേയ്ക്ക്...നടന്നടുക്കുമോ...
തീർച്ചയായും... വീട്ടകത്ത് സ്വർഗം തീർക്കുന്ന നമ്മൾ കൊറോണയെ അതിജീവിക്കും..

ഇനി വരും കാലങ്ങളിലും, എല്ലാവർക്കും ഒരൊറ്റ ആകാശം, ഒരൊറ്റ ഭൂമി ഒരൊറ്റ നിറം...
ഒരൊറ്റ മതം എന്നൊക്കെ ചിന്തിക്കുമോ... തീർച്ചയായും...

വിശക്കുന്നവന്റെ വയറെരിയുന്നതറിയുമോ... അറിയും... അറിയണം...

വെട്ടിപ്പിടിക്കാൻ വേണ്ടി നെട്ടോട്ടമോടിയ, നശ്വരമായ, പല ജീവിതസൗകര്യങ്ങളും
അനാവശ്യ ആഡംബരങ്ങളായിരുന്നെന്ന് നാം തിരിച്ചറിയും...

ഈ കൊറോണ വന്നപ്പോൾ നമുക്ക് മനസ്സിലാവുന്നു..
പലതും അനാവശ്യമായിരുന്നു..

തീ കായാതെ, ഇല കൂട്ടാൻ മാത്രമായി ജീവിതത്തിലെ സന്തോഷങ്ങൾ മുഴുവൻ
നമ്മൾ നഷ്ടമാക്കുകയായിരുന്നു എന്ന് തിരിച്ചറിയുക തന്നെ ചെയ്യും...

കൊറോണയ്ക്ക് ശേഷമുള്ള മനുഷ്യർ നന്മയും സുഖവും നിറഞ്ഞ ജീവിതം എന്തെന്നും
അതിലേക്ക് എങ്ങനെ എത്താം എന്നും തിരിച്ചറിഞ്ഞവരായിരിക്കും.

കാരണം കൊറോണയെ അതിജീവിച്ച താനാണു ഏറ്റവും വലിയ സൂപ്പർ സ്റ്റാർ എന്നവർ തിരിച്ചറിയും..
സ്വന്തം വ്യക്തിത്വം എന്തെന്ന് തിരിച്ചറിയും..

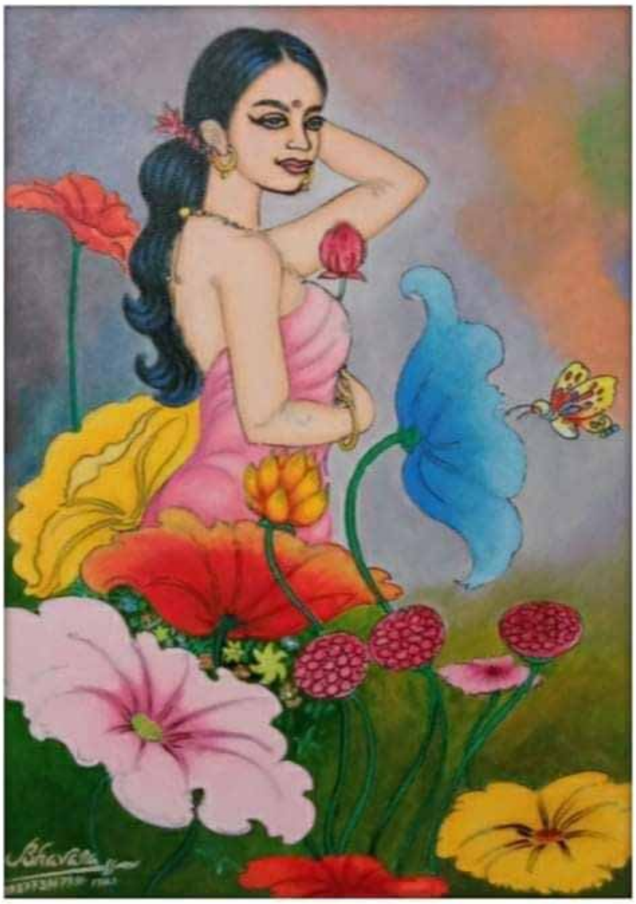
പ്രപഞ്ചത്തിനൊപ്പം മനുഷ്യനും വളർന്നുകൊണ്ടേയിരിക്കും... അത് പ്രകൃതി നിയമം...
അതിരില്ലാത്ത പ്രപഞ്ചത്തിൽ മനുഷ്യ ചിന്തയ്ക്കും അതിരുകളില്ല തന്നെ...

ഉള്ളിൽ ഒരു പ്രപഞ്ചത്തെ സൂക്ഷിക്കുന്നവരാണു നാമോരോരുത്തരും...
ആ അറിവ്... ആ തിരിച്ചറിവ്... അതാണു ഓരോ നമ്മൾ നേടുക..

അമ്മയുടെ മുലപ്പാലിന്റെ മണം മനസ്സിൽ സൂക്ഷിക്കുന്ന, അച്ഛന്റെ നെഞ്ചിലെ ചൂട് ഹൃദയത്തിലേറ്റുന്ന,
പൈതൃകം മറക്കാതെ ജീവിക്കാൻ കെൽപ്പുണ്ടാകും... ഉണ്ടാകണം...

അതവനെ കൂടുതൽ സ്നേഹവാനും കർമ്മശേഷിയുള്ളവനുമാക്കി മാറ്റും... കരുണയുള്ള സമൂഹജീവിയാക്കും...
നന്മയിലേക്ക് പാദമൂന്നാൻ നമുക്ക് കഴിയട്ടെ എന്ന പ്രാർത്ഥനയുമായി...

പത്മകുമാർ ജി.കെ
സിസിലി, ഇറ്റലി



കുര്യാക്കോസ് കണ്ണംവേലിൽ,
സിസിലി, ഇറ്റലി

ലോക്ക് ഡൗൺ

കാടുകൈയ്യേറി നീ ഭൂമി തുരന്നു നീ
തെളിനീരു പ്ലാസ്റ്റിക്ക് കൊട്ടയാക്കി
ആർത്തട്ടഹസ്സിച്ചു പ്രകൃതികയ്യേറുമ്പോൾ
ഓർത്തില്ല നീ വിപത്തൊന്നുമന്ന്

കരിച്ചും പൊരിച്ചും ഇരുത്തികിടത്തിയും
ജീവികളെ ഭക്ഷ്യമാക്കീടുമ്പോൾ
അങ്ങതാ ചൈനയിൽ മൊട്ടിട്ടു
പുതിയൊരു രോഗം കൊറോണാ

ഒന്നായ് നൂറായ് ആയിരമായവൾ
മരണം വിതച്ചു പാഞ്ഞേറിടുമ്പോൾ
ചങ്ങലക്കണ്ണികൾ കോർത്തിണക്കിക്കൊ്
ആഘോരതാണ്ഡവമാടീടുന്നു

മതത്തിൻ മതിൽക്കെട്ടുകെട്ടിപ്പടുത്തവർ
രാഷ്ട്രീയചിന്തയിൽ വെവ്വേറെ നിന്നവർ
പണത്തിൽ പെരുമയിൽ പേരിൽ പ്രശസ്തിയിൽ
പലതരം രീതിയിൽ മത്സരിച്ചോർ

ആഢംബരത്തിൻ ചിറകുകൾ വീശി നീ
എന്തിനോ വേിക്കുതിച്ചുയർന്നു
ചിറകറ്റുവീഴുമെന്നോർത്തില്ല മാനുഷാ
ഇതുപാഠമാണെന്നു ഓർക്കുക നീ

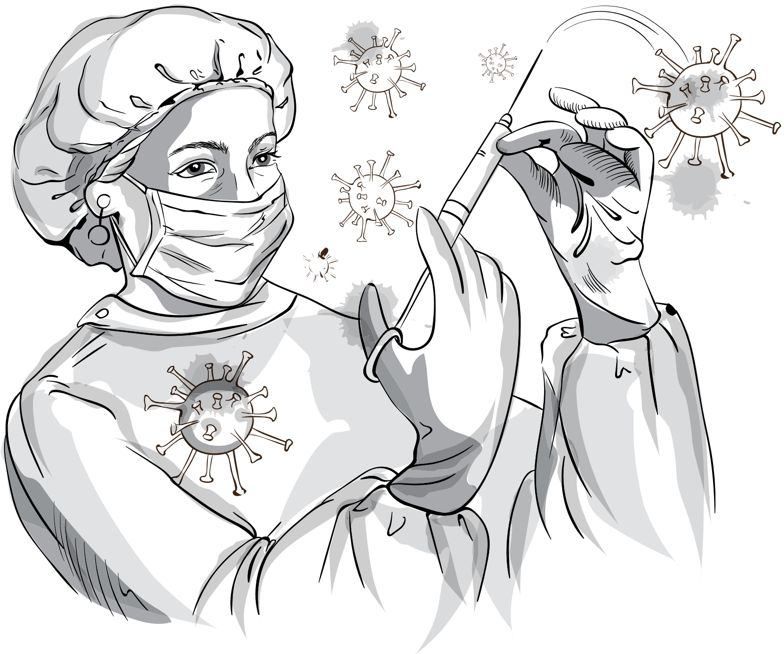
ഇന്നിതാ വീട്ടിന്നകത്തളത്തിൽ
നാളുകളെണ്ണിക്കഴിഞ്ഞിടുമ്പോൾ
ലോകം ഭരിച്ചനീ എത്രയോ ദുർബലൻ
യാഥാർത്ഥ്യമാണിത് ഉൾക്കൊള്ളുക

സർവ്വവും കാൽക്കീഴിലാക്കിയ നീയിന്ന്
കുഞ്ഞുകീടത്തെ ഭയന്നിടുന്നു
സർവ്വം മുടിക്കുമ്പോളോർത്തില്ല നീയന്ന്
ഒരുനാൾ അതിൻ വിപത്തെത്തുമെന്ന്

ഒരുമയായ് നേരിടാം ഈ വിപത്തും
കൊറോണതൻ ചങ്ങല പൊട്ടിച്ചിടാം
മാറ്റിടാം കൂട്ടമായ് ചേർന്നുള്ള സമ്പർക്കം
വൃത്തിയായ് കഴുകിടാം ഇരുകൈകളും

സുനിഷ സുരേന്ദ്രൻ
ബെനിൻ

കവിത



മാലാഖയുടെ കുമ്പസാരം

ആൻ സോനു
കോട്ടയം

അവൾ മാലാഖയെന്ന് വിളിക്കപ്പെട്ടത്,
സ്വർണ്ണത്തലമുടിയുള്ളതുകൊണ്ടല്ല,
സ്വർഗത്തിൽ നിന്നൂർന്നിറങ്ങിയതു കൊണ്ടല്ല,

വിലപിക്കുന്നവരുടെ ചാരത്തേക്ക്
പറന്നിറങ്ങാൻ, സദാ ഹൃദയത്തിനുള്ളിൽ ചിറകുകൾ
ഒളിപ്പിച്ചിരുന്നതുകൊണ്ട്.

'കോവിഡ് 19 'എന്ന,
സുരക്ഷാവലയങ്ങൾ ഭേദിച്ച്
നുഴഞ്ഞു കയറിയ ഭീകരൻ,
മുന്നറിയിപ്പില്ലാതെ
മൃത്യുവിന്റെ തോക്കുകുഴലിൽ നിന്ന്
വെടിയുതിർത്തപ്പോൾ,

അവൾ! ആതുര ശുശ്രൂഷക,
മരുന്നുകൾക്ക് പകരാനാവാത്ത
ഹൃദയമന്ത്രവുമായി
പോർക്കളത്തിൽ
ഓടി നടന്ന്,
അലിവ് വിളമ്പിയവൾ !

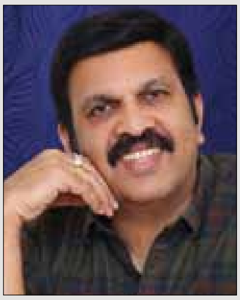
മൃതിയടയുന്നവരുടെ
മിഴികളിൽ സ്നേഹലേപനം
പുരട്ടി തിരുമ്മിയടച്ചവൾ.
വിലാപങ്ങൾ മണൽക്കാറ്റായി
വീശുമ്പോൾ
അവളുടെ പാൽമണമുള്ള കുഞ്ഞ്
ദൂരത്തെവിടെയോ
അമ്മയെ വിളിച്ചു കരഞ്ഞപ്പോൾ
പുലർച്ചെക്കോഴി, നേരത്തോ,
നേരം തെറ്റിയോ കൂവിയപ്പോൾ
ഉറങ്ങാതലഞ്ഞവൾ.

'മൃതി' അക്കമിട്ടു വിളിച്ച രോഗികളുടെ
മുഖത്തു നിന്ന്,
കൃത്രിമ ശ്വാസനോപകരണം
പ്രതീക്ഷയേറിയവരിലേയ്ക്ക്
മാറ്റുമ്പോൾ,

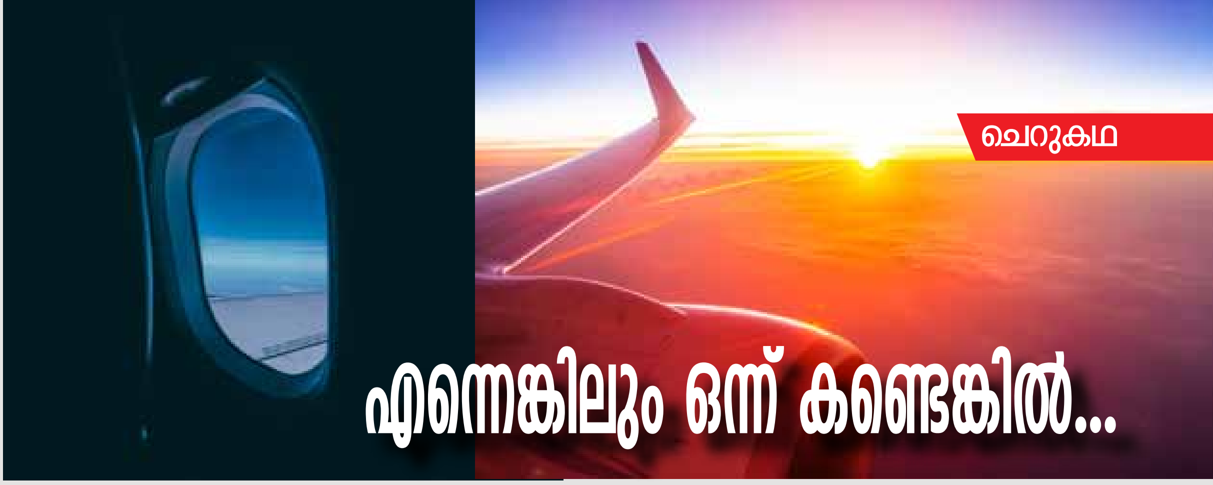
മരണത്തിലേയ്ക്ക്
ആഴ്ന്നിറങ്ങുന്നവരുടെ
കണ്ണുകളിലെ സൂചിമുനകൾ
ആത്മാവിൽ ചോര പൊടിക്കവേ,

മൃതിയുടെ മൂങ്ങകൾ,
തണുത്തു മരവിച്ച ശരീരങ്ങൾക്കു
നടുവിൽ കാവലിരിക്കവേ,

കുമ്പസാരക്കൂടില്ലാത്ത ആശുപത്രിവരാന്തയിൽ,
കുറ്റബോധത്താൽ
മുഖം മറച്ചു കരഞ്ഞ മാലാഖ !



രാജൻ വി കോക്കൂരി,
ആറ്റൂർ



എന്നെങ്കിലും ഒന്ന് കണ്ടെങ്കിൽ...

ഒരു കൂടിച്ചേരൽ

'GOOD MORNING PASSENGERS'

'നമ്മൾ ഏതാനും നിമിഷങ്ങൾക്കുള്ളിൽ കൊച്ചിയിൽ ഇറങ്ങുന്നതായിരിക്കും.' ഇത് കേട്ട് ഞാൻ പെട്ടന്നുണർന്നു. ഇനി അടുത്ത ബാംഗ്ലൂർ ഫ്ളൈറ്റ് നാലു മണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞായതിനാൽ ഞാൻ അവസാനമാണ് ഫ്ളൈറ്റിൽ നിന്ന് ഇറങ്ങി നടന്നത്. ഇമിഗ്രേഷനും കഴിഞ്ഞു ട്രാൻസിറ്റ് റൂമിലേക്ക് നടക്കുന്നതിനിടയിൽ വല്ലാത്ത ദാഹം തോന്നി. ഒരു ചായകുടിക്കാമെന്ന് കരുതി. വളരെ യാദൃശ്ചികമായാണ് എന്റെ കയ്യിൽ ഒരാൾ തൊടുന്നതറിഞ്ഞത്.

'എന്താ ഇവിടെ ശേഖർ? അപ്പോഴാണ് ഞാൻ അടത്തു നിൽക്കുന്ന ആളുടെ മുഖത്തേക്ക് നോക്കിയത്. 'ഹലോ ആരാ ഇത് സണ്ണിയോ? എത്ര വർഷമായി കണ്ടിട്ടേ മാഷെ? ഇപ്പോൾ എവിടെയാ?' 'ഞാൻ എട്ടു വർഷമായി സിംഗപ്പൂരിൽ ആണ്' സണ്ണി എവിടെയാ? ഞാൻ ഇപ്പോഴും കൊളംബോയിൽ തന്നെയാണ്.

'എവിടെക്കാ യാത്ര?' 'ഞാൻ ബാംഗ്ലൂർ പോകുകയാണ്. എന്റെ ഫ്ളൈറ്റ് ഇനി നാലു മണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞാണ്.' എങ്കിൽ വരു.' 'ഞാൻ ഒരാളെ കാണിച്ചു തരാം.' നിനക്കു ഏറ്റവും ഇഷ്ടപെട്ട ഒരാളെ. സണ്ണി എന്റെ കയ്യും പിടിച്ചു നടന്നു. ഇരുണ്ട വെളിച്ചത്തിൽ ഒരു ഷാൾ പുതച്ചിരിക്കുന്ന ട്രീസയെ ഞാൻ കണ്ടത്. എന്നെ കണ്ടതും അവൾ ഓടി വന്നു 'അങ്കിൾ' എന്ന് വിളിച്ചു കെട്ടി പിടിച്ചു. 'എത്ര വർഷമായി അങ്കിൾ, അങ്കിളിനെ മരിക്കുന്നതിന് മുൻപ് കാണണമെന്ന് ഉണ്ടായിരുന്നു.' 'അങ്കിൾ അവിടെ നോക്ക് ആരാ'. 'മോളെ വാ' ആരാണ് നോക്കിയേ. ഇതാണ് നമുക്ക് എല്ലാം നേടി തന്ന ശേഖർ അങ്കിൾ. മോളുടെ പേരെന്താ.' 'ശേഖ ' എന്റെ ജീവിതം തിരിച്ചു തന്ന അങ്കിളിനെ ഓർക്കാൻ വേണ്ടിയാ ഈ പേരിട്ടത് എന്ന് 'അമ്മ എപ്പോഴും പറയും. എന്ത് പറയണമെന്നറിയാതെ അവൾ എന്റെ കയ്യിനുള്ളിൽ തന്നെ നിന്നു.

കൊളംബോയിലെ നാളുകൾ

'അങ്കിൾ ഈ മമ്മിയും വലിയ പപ്പയും ഒന്നും പറഞ്ഞിട്ടില്ല' മോള് വാ. ഏതായാലും ഫ്ളൈറ്റിനു കുറെ സമയമുണ്ട്. അങ്കിൾ ആ കഥ പറഞ്ഞു തരാം. അവളുടെ കണ്ണിലെ ആകാംഷ എന്നെ വാചാലനാക്കി.ഏകദേശം 15 വർഷം മുൻപ് അങ്കിളിന്റെ കുടുംബവും മോളുടെ വലിയ പപ്പയുടെ കുടുംബവും കൊളോമ്പോയിൽ. എന്റെ മൂത്ത മോൻ ദേവും മോളുടെ അമ്മയും ഒരുമിച്ചായിരുന്നു കുറെ കാലം പാട്ടു പഠിച്ചിരുന്നത്. അവർ പാട്ടു പഠിക്കുന്ന നേരം കുറെ നേരം സംസാരിക്കാനും സമയം കിട്ടിയതിനാൽ ഞാനും വലിയ പപ്പയും വലിയ കൂട്ടുകാരായി. അങ്ങിനെ നിന്റെ അമ്മയും ദേവും 10 കഴിഞ്ഞു കോയമ്പത്തൂർക്ക് പഠിക്കാൻ പോയത്. കുറെ ദിവസം കഴിഞ്ഞു. ഒരു ദിവസം ചാർളി എന്നെ ഫോണിൽ വിളിച്ചു. പപ്പ ഒരു ഭയങ്കര വിവരം ഉണ്ട്' പപ്പ ട്രീസയുടെ പപ്പയോട് പറയണം . 'അവൾ 'എന്താ മോനേ? പേടിച്ചു പേടിച്ചു ഞാൻ അവനോടു ചോദിച്ചു 'ഇല്ല പപ്പാ ഒന്നും പറ്റിയില്ല.' അച്ഛാ ട്രീസയും ടോണിയും അവർ ആരോടും പറയാതെ രെജിസ്റ്റർ മാര്യേജ് കഴിച്ചു.' 'അവൾ തിരിച്ചു ടോണിയുടെ കൂടെ സിംഗപ്പൂരിലേക്ക് അവന്റെ അച്ഛനമ്മമാരുടെ അടുത്തേക്ക് പോയി.'

അന്ന് രാത്രി ഒരു പോള കണ്ണടക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. പിറ്റേന്ന് ഞാൻ നിന്റെ വലിയ പപ്പയെ കാണാൻ പിറ്റേ ദിവസ്സം പോയി. ഞാൻ സണ്ണിയുടെ കയ്യ് പിടിച്ചു കോഫി ഷോപ്പിൽ പോയി ഇരുന്നു. എങ്ങിനെ തുടങ്ങണമെന്നെനിക്കറിയില്ലായിരുന്നു 'സണ്ണി ഞാൻ പറയുന്നത് സമാധാനത്തോടെ കേക്കണം' എന്റെ മുഖത്തെ ഭാവം കണ്ട് സണ്ണിയുടെ മുഖത്തെ ഭാവം വളരെ സങ്കടപെട്ടിരുന്നു. 'ട്രീസ നമ്മെ വിട്ടു ടോണിയുടെ കൂടെ പോയി' കുറെ നേരത്തേക്ക് സണ്ണി ഒന്നും മിണ്ടിയില്ല. 'എനിക്കിങ്ങനെ ഒരു മകളില്ല, എന്നെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളും അവൾ മരിച്ചു ഇനി അവളക്കും എന്റെ വീട്ടുകാർക്കും ഒരു ബന്ധവും ഇല്ല്'. 'നമുക്ക് സമാധാനമായി ആലോചിച്ചു എന്തെങ്കിലും തീരുമാനിക്കാം. ധൃതി വെക്കേണ്ട'. എന്റെ വാക്കുകൾ കേൾക്കാനുള്ള മനസികാവസ്ഥയിലല്ലായിരുന്നു. സണ്ണി അപ്പോൾ അവനെ തന്നെ വിട്ടാൽ ശരിയാവില്ല എന്നോർത്ത് ഞാൻ സണ്ണിയെ വീട് വരെ കൊണ്ടാക്കി.

മേഴ്സി വാതിൽ തുറന്നു എന്നെ കൂടെ കണ്ടപ്പോൾ എന്തോ പന്തികേടുണ്ടെന്നു മനസിലാക്കി ഒന്നും മിണ്ടാത്തെ നോക്കി നിന്നു. കുറച്ചു വെള്ളം തരാൻ പറഞ്ഞു ഞാൻ മേഴ്സിയോട്. 'സണ്ണി ഞാൻ പറയണോ? അതോ നീ പറയുമോ? സണ്ണി ഒന്നും മിണ്ടിയില്ല. അവനു ഈ വിവരം അവളോട് പറയാനുള്ള മാനസിക അവസ്ഥ ഇല്ലെന്നു എനിക്ക് തോന്നി. ഞാൻ മേഴ്സിയോട് ചുരുക്കത്തിൽ എങ്ങിനെയൊക്കെയോ പറഞ്ഞു. അവളുടെ കണ്ണുനിറയുന്നുണ്ടായിരുന്നു. എനിക്ക് ഒരു പെൺകുട്ടി ഇല്ലാത്തതിനാൽ നിന്റെ അമ്മയെ വളരെ ഇഷ്ടമായിരുന്നു. പിറ്റേ ദിവസം വൈകിയിട്ട് ഞാൻ വീണ്ടും അവരെ കാണാൻ പോയി. എന്റെ മനസ്സിൽ എങ്ങിനെ എങ്കിലും എല്ലാം പറഞ്ഞു ശരിയാക്കി ട്രീസയേയും ടോണിയേയും വീട്ടിലിലേക്കു കയറ്റണം എന്നായിരുന്നു എന്റെ മനസ്സിൽ. ഞാൻ ഒരു പാട് കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞു നോക്കി. ഞാൻ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഒരിക്കലും തള്ളി കളയാറില്ലായിരുന്നു അതുവരെയും നിന്റെ വലിയ പപ്പ. 'സോണി ഒന്നാലോചിച്ചു നോക്ക്, ട്രീസക്ക് ഒരു ആക്സിഡന്റ് പറ്റിയാലോ ഒരു ഭയങ്കര അസുഖം കാൻസർ മാതിരി അസുഖം വന്നാൽ നാം എങ്ങിനെ എടുത്തേനേ? എല്ലാ വഴിയും നാം തേടി അവളെ രക്ഷിക്കില്ലേ? അങ്ങിനെ കരുതിയാൽ മതി. അവൾ ചെറിയ കുട്ടിയല്ലേ. നമുക്ക് ക്ഷമിച്ചു അവരെ കൂടെ കൂട്ടം. 'ശേഖർ നീ പറയുന്നതെല്ലാം ശരിയാണ് പക്ഷെ എന്റെ മനഃസാക്ഷി അനുവദിക്കുന്നില്ല' വളരെ ദുഖത്തോടെ ഞാൻ നിന്റെ വീട്ടിൽ നിന്നും ഇറങ്ങി നടന്നു. ആ വർഷം തന്നെ അങ്കിൾ കൊളംബോ വിട്ടു. പിന്നീട് നിന്റെ വലിയ പപ്പയെ കാണുന്നത് ഇന്നാണ്.

മുത്തച്ഛൻടെ രണ്ടു കണ്ണുനീർ

'അങ്കിൾ ആരാ നമ്മുടെ പിന്നിൽ ഇരിക്കുന്നേ നോക്കിയേ' അവൾ അതും പറഞ്ഞതും സോണി വന്നു എന്നെ കെട്ടിപിടിച്ചതും ഒപ്പമായിരുന്നു, 'സോണി, നീ 15 വർഷം മുൻപ് പറഞ്ഞ വാക്കുകൾ എന്റെ ഉറക്കും കെടുത്തിയിരുന്നു, പിന്നീടൊരു ദിവസം ബോംബെ ട്രാൻസിറ്റ് ഹാളിൽ വെച്ച് ഏകദേശം 8 വയസുള്ള കുട്ടിയോടൊപ്പം എന്റെ മോളെ ഞാൻ കണ്ടുമുട്ടി. 'എന്റെ മോൾ ട്രീസ' അവൾ എന്നെ കെട്ടിപിടിച്ചു ഒരുപാടു കരഞ്ഞു. ഞാൻ ഒന്നും പറയാതെ അവളുടെ മുഖത്തേക്ക് തന്നെ നോക്കി ഇരുന്നു. അപ്പോൾ എനിക്ക് നിന്നെയാണ് ഓർമ വന്നത്. നിന്നോട് തെറ്റ് ചെയ്തുവോ ഓർമ വന്നത്. നീ അന്ന് എന്നോട് എന്തൊക്കെ പറഞ്ഞു കുടുംബത്തെ ഒന്നിച്ചു നിർത്താൻ നോക്കി. അന്നെന്റെ പിടിവാശി കാരണം എന്റെ മോളെ കുറെ വർഷവും നിന്നനേയും കുറെ വർഷത്തേക്ക് എനിക്ക് നഷ്ടപെട്ടു. നീ എന്നോട് ക്ഷമിക്കു എന്റെ ശേഖരാ നിന്നെ വേദനിപ്പിച്ചു വിട്ടോ എന്നായിരുന്നു എന്നും എന്റെ ഉത്കണ്ഠ.

ഈ വയസ്സന്റെ വാശി ഈ മിടുക്കി ഉരുക്കി കളഞ്ഞു. 'നിന്നെ കണ്ടത് ഭാഗ്യം. ഞാൻ ഇവരെയെല്ലാം സ്വീകരിച്ചു എന്ന് നിന്നെ അറിയിക്കണമെന്നുണ്ടായിരുന്നു.' അത് സാഫല്യമായി.

'PASSENGERS TRAVELLING TO BANGALORE ARE REQUESTED BOARD THE FLIGHT THROUGH GATE NO 15' 'വാ മോളെ നമുക്ക് ബാക്കി ബാംഗ്ലൂർ പോയി അടിച്ചു പൊളിക്കാം' അവളുടെ കയ്യും പിടിച്ചു ഞാൻ നടന്നു. VK

ഈജിപ്തിലേക്ക് ഒരു യാത്ര

അലി, എൻ.കെ
തെരട്ടമ്മൽ, അരീക്കോട്
WMF ഈജിപ്ത് പ്രസിഡന്റ്.

ഈജിപ്ത് എന്ന അതി പുരാതന രാജ്യത്തെ കുറിച്ചു കേൾക്കുമ്പോൾ മനസ്സിൽ ആദ്യം ഓടിയെത്തുക ലോക അത്ഭുതങ്ങളിൽ ഒന്നായ പിരമിഡ് സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന സ്ഥലം എന്നതാവും.

ഏറ്റവും വലിയ നദികളിലൊന്നായ നൈൽ ഒഴുകുന്ന രാജ്യം, 'മമ്മി'കൾ അന്ത്യ വിശ്രമംകൊള്ളുന്ന സ്ഥലം, രണ്ട് മഹാസമുദ്രങ്ങളെ കൂട്ടിയോജിപ്പിക്കാൻ മനുഷ്യരുടെ അദ്ധ്വാനം കൊണ്ട് വർഷങ്ങളെടുത്ത് പൂർത്തീകരിച്ച കപ്പൽച്ചാലായ 'സൂയസ് കനാൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന പ്രദേശം, എന്നിങ്ങനെ നിരവധി വിശേഷണങ്ങൾക്ക് പേരുകേട്ട രാജ്യമാണ് ഈജിപ്ത്.

ഈജിപ്തിന്റെ പ്രത്യേകതകളും, വർഷങ്ങളായി അവിടെ ജീവിച്ചറിഞ്ഞ നേരനുഭവങ്ങളും നിങ്ങൾക്കു മുന്നിൽ വിവരിക്കാനുള്ള എളിയശ്രമം നടത്തുകയാണ് ഞാൻ.

ഇങ്ങനെ എഴുതാനൊരു ആശയം മുന്നോട്ടുവച്ചത് WMF സ്ഥാപക ചെയർമാൻ പ്രിൻസ് പള്ളിക്കുന്നേൽ ആണ്. ആൻറണി പുത്തൻപുരക്കലിന്റെ പ്രേരണയും എഴുത്തിന് പ്രചോദനമായി.

കുട്ടിക്കാലം മുതൽ കേട്ടറിഞ്ഞതും കാണാൻ ആഗ്രഹിച്ചതുമായ കുറച്ചു കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലുണ്ടായിരുന്നു. പരിശുദ്ധ കഅബ, (ലോക മുസ്ലിങ്ങളുടെ കേന്ദ്ര ആരാധനബിന്ദു, സൗദി അറേബ്യയിലെ മക്കയിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു). ഈജിപ്തിലെ പിരമിഡ്, നൈൽ നദി എന്നിവയായിരുന്നു അവയിൽ പ്രധാനം.

എന്റെ മനസ്സിലെ അടങ്ങാത്ത ആഗ്രഹംകൊണ്ടാവാം, ഇതൊക്കെ എന്റെ 23 26 വയസ്സിനുള്ളിൽ കാണാൻ സാധിച്ചത്. ഈജിപ്ത് വിശേഷങ്ങളിലേക്ക് കടക്കുംമുൻപ് എന്റെ പ്രവാസജീവിതം തുടങ്ങുന്നതുമുതലുള്ള കുറച്ചുകാര്യങ്ങൾകൂടി പറഞ്ഞാൽ ഒന്നുകൂടി കളർഫുൾ ആയേക്കും.

24ാം വയസ്സിൽ പ്രവാസലോകത്തേക്ക് വളരെ സന്തോഷപൂർവ്വം കാലെടുത്തുവച്ചു. എന്റെ ജേഷ്ഠന്മാർ ജിദ്ദയിൽ ഉണ്ട്, അന്നും ഇന്നും. ഗൾഫിലേക്ക് പോവുന്നവർ കരച്ചിലും, പിഴിച്ചിലും കൊണ്ട് യാത്രയാകുമ്പോൾ, ഞാൻ ഒരു കൂസലും ഇല്ലാതെ വളരെ ജോലിയായി വീട്ടിൽ നിന്ന് ഇറങ്ങുകയായിരുന്നു. ഇതുകണ്ട് ചങ്ങാതിക്കൂട്ടങ്ങളുടെ ചോദ്യം നിനക്ക് കരച്ചിൽ വരുന്നില്ലെ എന്നായിരുന്നു. എന്തിനു കരയണം എന്ന മറുചോദ്യംകൊണ്ട് ഞാനതിനെ നേരിട്ടു.

ഒരു വൈകുന്നേരം കോഴിക്കോടുനിന്ന് മുംബൈക്ക് ട്രയിൻ കയറി. മൂന്നാം ദിവസം മുംബൈയിലെത്തി. അതിന്റെ പിറ്റേന്ന് രാത്രി ജിദ്ദയിലേക്കു പുറപ്പെട്ടു. വരുന്നവിവരം ജിദ്ദയിലുള്ള ജേഷ്ഠനെ കിട്ടുന്ന നമ്പറിലേക്ക് കടള കോൾവിളിച്ചു. ഫോൺ എടുത്തയാളുടെ അറബിയിലുള്ള ദീർഘമായ സലാംപറച്ചിൽ കേട്ട് (അസ്സലാമു അലൈക്കും, വ റഹ്മത്തുള്ളാഹി വ ബറക്കാത്തുഹ്) അത് അറബിയാണെന്നു കരുതി ഫോൺ കട്ട് ചെയ്തു, വീണ്ടും റിംഗ് ചെയ്തു, അതേ ശബ്ദം. പഠിച്ച അറബി സംസാരിക്കാനാവാതിരുന്നതിനാൽ നല്ലൊരു സംഖ്യ ഫോൺ ബൂത്തുകാരന് കൊടുത്ത് ഒരുവിധത്തിൽ റൂമിലെത്തിപ്പെട്ടു.

എയർപോർട്ടിൽ എത്തിയാൽ, പോർട്ട് മീന, കഫത്തീരിയ ഹിന്ദി എന്നു പറഞ്ഞാൽ ഇവിടെ കൊണ്ട് ഇറക്കും എന്ന് ജ്യേഷ്ഠൻ പറഞ്ഞകാര്യം ഞാൻ ഓർമ്മിക്കാതിരുന്നതിന്റെ ശിക്ഷ. കടയിൽനിന്ന് ടാക്സി ചാർജ് കൊടുക്കാം എന്ന് പറഞ്ഞത് ഓർത്ത് ധൈര്യത്തോടെ പോന്നു. ജേഷ്ഠൻ ഒരുകാര്യം പ്രത്യേകം പറഞ്ഞിരുന്നു, ഫ്ലൈറ്റിലുള്ള എല്ലാ മലയാളികളേയും കൊണ്ട് പോരണ്ടകേട്ടോ എന്ന്.

എന്റെ ചങ്ങാതികൂട്ടത്തെ കുറിച്ച് ജേഷ്ഠന് നല്ല ബോധ്യമുണ്ടായിരുന്നു.

പറഞ്ഞത് തെറ്റിയില്ല. കൂട്ടത്തിൽ രണ്ടുപേർ ഉണ്ടായിരുന്നു. ഒഴിവാക്കാൻ ഒരു നിവൃത്തിയും ഇല്ല. എയർപോർട്ടിൽ നിന്ന് കോയിൻ ഫോണിൽ വിളിക്കാൻ ശ്രമിച്ചെങ്കിലും അത് പാളി (കോയിൻ ഇടേണ്ട സ്ഥലം കാണാതെ കോയിൻ റിട്ടേൺ വരുന്ന സ്ഥലത്ത് കൂടി കോയിൻ നിക്ഷേപിക്കാൻ നോക്കിയാൽ അങ്ങനെയല്ലേവരൂ.

(ഇന്ന് വരെ ആരോടും പറയാത്ത രഹസ്യം ഇപ്പോൾ വെളിപ്പെടുത്തുകയാണ്)

ഇതേസമയം എന്റെകൂടെയുള്ള ആ രണ്ടുപേർ സൗദിക്കാരനായ ടാക്സിഡ്രൈവറോട് ആംഗ്യഭാഷയിൽ എന്തൊക്കെയോ പറയുന്നുണ്ട്. ഞാൻ ഫോൺ ചെയ്യുന്നതിനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ നടത്തുന്നത് തെറ്റാണെന്നു കണ്ടിട്ടും മിണ്ടാതെ എന്റെ തൊട്ടടുത്ത് തന്നെയുണ്ടായിരുന്നു ഡ്രൈവർ. എന്റെ ഫോൺ ചെയ്യൽ നിർത്തിയിട്ടു വേണം അയാൾക്ക് എന്നോട് കാര്യംപറയാൻ.

അറിയാവുന്ന അറബിയിൽ ചാർജ് അധികമാണെന്ന് പറഞ്ഞു, അവൻ സമ്മതിച്ചില്ല. എന്റെ ബാഗും എടുത്ത് താൽ (വരിക) എന്നുപറഞ്ഞ് അവന്റെ മഞ്ഞ കാറിന്റെയടുത്തേക്ക് നടന്നു. അനുസരിക്കുക മാത്രമെ മാർഗമുണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. എയർപോർട്ടിന് പുറത്ത് കൊടും ചൂട്, വണ്ടിക്കുള്ളിലും ചൂട് അസഹനീയം. മരുഭൂമിയിലെ ചൂടുകാറ്റ് എല്ലാംകൂടി കണ്ടപ്പോൾ വന്നവിമാനത്തിൽത്തന്നെ തിരിച്ചുപോയാലൊ എന്ന് തോന്നിപ്പോയി.

ഡ്രൈവർ ഇടയ്ക്ക് എന്നെ നോക്കും. ഞാനായിരുന്നു മുൻ സീറ്റിൽ. കൂടെ ഉണ്ടായിരുന്ന പ്രായമുള്ള ആൾ പറഞ്ഞ സ്ഥലത്ത് കാർ നിർത്തി, ടാക്സിക്കാരൻ പറഞ്ഞ കാശ് കൊടുക്കാൻ മറ്റുള്ളവരുടെ അടുത്തും ചില്ലറയില്ല, അവസാനം ഞാൻ മുംബൈയിൽ നിന്ന് തരപ്പെടുത്തിയ 45 റിയാലും മറ്റുള്ളവരുടെ കൈവശമുണ്ടായിരുന്ന 15 റിയാലും കൊടുത്ത് ഞങ്ങൾ റോഡിൽ ഇറങ്ങി.

പ്രായമുള്ളയാൾ പറയുന്ന ദിശയിൽ പെട്ടിയുംതൂക്കി ഹൈവേയിൽക്കൂടി അങ്ങോട്ടും ഇങ്ങോട്ടും കുറേനടന്നു.

അവസാനം ഞാൻ ഒരു ഫോൺ ബൂത്ത് ലക്ഷ്യമാക്കി നടന്നു. എവിടുന്നോ ബാങ്കുവിളി ഉയരുന്നതു കേൾക്കാം. വഴിയിൽക്കണ്ട ഒരു മലയാളിയോട് കാര്യം പറഞ്ഞു. ഇങ്ങനെ നടക്കുന്നത് കണ്ടാൽ 'മുത്തവ്വ' പിടിക്കും എന്നുപറഞ്ഞ് അയാൾ പേടിപ്പിച്ചു.

അയാൾ ഫോൺ ചെയ്യാൻ എന്നെ സഹായിച്ചു.

ലത്തീഫീക്ക എന്ന കക്ഷിയെ ഫോണിൽകിട്ടി. നീ ഇപ്പോൾ നിൽക്കുന്ന സ്ഥലത്തുതന്നെ നിൽക്കുക. 20 മിനുട്ടിനുള്ളിൽ ഞാനവിടെ എത്താം എന്നുപറഞ്ഞ് അദ്ദേഹം ഫോൺവച്ചു.

വന്നയുടനേ കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞു, കൂടെയുള്ളവരെ കണ്ടപ്പോൾ ഒരു ചിരിമാത്രം. അവരെ അവരുടെ സ്ഥലത്ത് കൊണ്ടുപോയിവിട്ടശേഷം ഇക്ക എന്നോടൊരു ചോദ്യം. നിന്നോട് ജേഷ്ഠൻ പറഞ്ഞതൊന്നും ഓർമ്മയില്ലായിരുന്നോ എന്ന്. ഞാൻ തല താഴ്ത്തിയിരുന്നു,

ഇക്ക എന്നെ അവരുടെ താമസസ്ഥലത്താക്കിയശേഷം ജോലിക്കുപോയി. തിരിച്ചെത്തി ഒമ്പതര മണിയോടെ എന്റെ ജേഷ്ഠന്റെയടുത്തേക്ക്. നിനക്കൊരു ഗസ്റ്റിനെ കൊണ്ട് വന്നിട്ടുണ്ടെന്ന് പറഞ്ഞ് വാതിൽ തുറന്നപ്പോൾ ജ്യേഷ്ഠനും ഭാര്യയും ഞെട്ടിത്തരിച്ച് നിന്നത് ഞാനിപ്പോഴും ഓർക്കുന്നു.

ലത്തീഫീക്ക എയർപോർട്ടിൽ നടന്ന കാര്യങ്ങൾ അവരോടു വിവരിച്ചു, പോയി കുളിച്ചു ഫ്രെഷ് ആകൂ. അതുകഴിഞ്ഞാവാം വിശേഷങ്ങൾ എന്നുപറഞ്ഞ് അവർ സംസാരത്തിന്റെ ഗൗരവംകുറച്ചു.

ഒന്നരമാസം ഭക്ഷണം, വിശ്രമം. ആ സമയത്ത് 'ഇഖാമ' (ജോലിക്കുള്ള പെർമിറ്റ്) കിട്ടുന്നു, ജേഷ്ഠൻ ജോലിചെയ്യുന്ന കമ്പനിയിലേക്ക് പിറ്റേന്ന് ജോലിക്കുവരാൻ പറയുന്നു.

വ്യാഴം, വെള്ളി ദിവസങ്ങളിലെ ഫുട്ബോൾ കളി തുടർന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. വൈകാതെ ഏഷ്യാന ജിദ്ദ എന്ന മികച്ചൊരു ഫുട്ബോൾ ടീമിൽ കളിക്കാൻ അവസരം കിട്ടി. അഞ്ചുവർഷം അവർക്കുവേണ്ടി കളിച്ചു, നാട്ടിൽനിന്ന് ഫുട്ബോൾ കളിച്ചു കിട്ടുന്നതിലപ്പുറം എല്ലാംതന്ന എന്റെ ഇഷ്ട ക്ലബിലെ ഇലാഫ് ബശീർക്ക, EFS ബഷീർക്ക, അഹമ്മദ് കുട്ടി കാക്ക (കോച്ച്) അസ്ലം ഭായ് ഇവരെയൊന്നും ഒരിക്കലും മറക്കില്ല.

(തുടരും......)

അടുത്ത ലക്കത്തിൽ, ബാക്കി ഈജിപ്ത് വിശേഷങ്ങളുമായി കാണാം.

അമ്പിളി ഷിനോദ്,
ടോഗോ

ആഫ്രിക്കൻ ഗ്രീൻ പീസ് കറി

- തക്കാളി 3 എണ്ണം
- ഇഞ്ചി ഒരു ചെറിയ കഷ്ണം
- വെളുത്തുള്ളി അല്ലി 3 എണ്ണം
- പച്ചമുളക് 3 എണ്ണം
- സവാള 1എണ്ണം
- ടൊമാറ്റോ പ്യൂരി 1ചെറിയ ടിൻ
- ഗ്രീൻ പീസ് 1ടിൻ (200gm)
- ക്യാരറ്റ് 1എണ്ണം വട്ടത്തിൽ അരിഞ്ഞത്
- ക്യാബേജ് ഒരു ചെറിയ കഷ്ണം ഒരിഞ്ചു നീളത്തിൽ അരിഞ്ഞത്
- കാപ്സിക്കം ഒരെണ്ണം കനം കുറച്ചു നീളത്തിൽ അരിഞ്ഞത്
- ഉപ്പ് ആവശ്യത്തിന്
- വെജിറ്റബിൾ ഓയിൽ ആവശ്യത്തിന്
- മാഗി ക്യൂബ് ഒരു ചെറുത്

തയാറാക്കുന്ന വിധം

ആദ്യത്തെ അഞ്ചു ചേരുവകൾ നന്നായി അരച്ചെടുക്കുക. ഒരു പാൻ ചൂടാക്കി അതിൽ അല്പം എണ്ണയൊഴിച്ച് ചൂടാകുമ്പോൾ ടൊമാറ്റോ പ്യൂരി ചേർത്ത് വഴറ്റുക. നന്നായി വഴറ്റി എണ്ണ തെളിയുമ്പോൾ അരച്ചു വച്ചിരിക്കുന്ന മിശ്രിതം ഇതിലേക്കു ചേർത്തിളക്കി ഒരു ഗ്ലാസ് വെള്ളമൊഴിച്ചു തിളപ്പിക്കുക. തിളച്ച് വരുമ്പോൾ അരിഞ്ഞു വച്ചിരിക്കുന്ന ക്യാരറ്റ്, ക്യാബേജ്, എന്നിവ ചേർക്കുക അതിലേക്ക് മാഗി ക്യൂബ് പൊടിച്ചതും, ഉപ്പും ചേർത്ത് അഞ്ചു മിനിറ്റ് ചെറു തീയിൽ അടച്ചു വച്ച് വേവിക്കുക. ഗ്രീൻ പീസ് കഴുകിയെടുത്തതിന് ശേഷം കാപ്സിക്കം അരിഞ്ഞതും ഒരു ചെറിയ സവാള അരിഞ്ഞതും ചേർത്ത് തിളപ്പിച്ച് വാങ്ങാം. ബ്രെഡിനൊപ്പമോ അല്ലാതെയോ കഴിക്കാൻ പറ്റിയ ഒന്നാണിത്. VK

കൊറോണക്കാലത്തെ തിരിച്ചറിവുകൾ

ജിസ് നിബിൻ
ഇറ്റലി.

കോവിഡ് 19 എന്ന മഹാമാരിയുടെ മുന്നിൽ ലോകമാകെ വിറങ്ങലിച്ചു നിൽക്കുകയാണ്. എല്ലാവരും പൊതു ഇടങ്ങളിൽനിന്ന് വീടുകളിലേക്ക് ഒതുങ്ങി. വാഹനങ്ങളില്ലാത്ത തെരുവുകൾ നമ്മൾ കണ്ടു.

ആരവങ്ങളും ആൾക്കൂട്ടങ്ങളും ഇല്ലാതെ ഉത്സവങ്ങൾ നമ്മൾ ആഘോഷിച്ചു. പരസ്പരം അകലം പാലിച്ച് ഹൃദയങ്ങൾകൊണ്ട് അടുക്കാൻ നമ്മൾ പഠിച്ചിരിക്കുന്നു.

ലോകത്തിന്റെ ശീലങ്ങളും കാഴ്ച്ചകളും കാഴ്ച്ചപ്പാടുകളും മാറി. ദൈവത്തിന്റെ കരുണയ്ക്കായി തീക്ഷ്ണമായി പ്രാർത്ഥിക്കുവാനും വൈറസിനെതിരെ ശക്തമായ പ്രതിരോധ നടപടികൾ കൈക്കൊള്ളാനും മാത്രമേ നമുക്ക് ഈ അവസരത്തിൽ സാധിക്കുകയുള്ളൂ. മഹാവ്യാധി തന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ദുരിതത്തിലും അത് നമ്മെ പഠിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന തിരിച്ചറിവിന്റെ പാഠങ്ങൾ ഒരിക്കലും നമുക്ക് മറക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കാം.

ലോക്ഡൗൺ കാലം വ്യക്തിപരമായി നമുക്ക് ഒരുപാട് അനുഭവങ്ങൾ തന്നു. ആവശ്യത്തിനും അനാവശ്യത്തിനും വിറളിപിടിച്ച് ഓടിക്കൊണ്ടിരുന്ന മനുഷ്യരും വാഹനങ്ങളും നിശ്ചലമായപ്പോൾ പ്രകൃതി ആശ്വസിക്കുന്നു. സമയക്കുറവും സൗകര്യങ്ങളും ന്യായങ്ങളും ന്യായീകരണങ്ങളുമായി പറഞ്ഞ് കാര്യങ്ങളെ സമീപിച്ചിരുന്നവർ ഇപ്പോൾ എല്ലാം കൃത്യതയോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നു. വലിയ കെട്ടിടങ്ങൾ കൊണ്ടുമാത്രം വികസനം ഉണ്ടാവില്ലെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ കാലമായിരുന്നു ഇത്.

ലോകം മുഴുവൻ നശിപ്പിക്കാൻ കഴിവുള്ള ആണവശക്തികൾകൊണ്ട് സ്വന്തം രാജ്യങ്ങൾ രക്ഷിക്കാൻ കഴിയില്ലെന്ന് ലോക രാഷ്ട്രങ്ങളും മനസിലാക്കി. ലോക്ഡൗൺ എന്നപേരിൽ കുറച്ചുനാൾ പുറംലോകം കാണാതെ അടച്ചുപൂട്ടി അകത്തിരിക്കേണ്ടി വന്ന മനുഷ്യൻ, തന്റെ നയനസുഖത്തിനുവേണ്ടി കൂട്ടിലടച്ചു വളർത്തിയ പക്ഷികളുടെയും മൃഗങ്ങളുടെയും നിസ്സഹായാവസ്ഥയും വേദനയും കുറച്ചെങ്കിലും മനസിലാക്കി.

വീട്ടിലിരിക്കുന്ന പെണ്ണുങ്ങൾക്ക് പണിയൊന്നും ഇല്ലല്ലോ എന്ന് പരിതപിച്ചവർ, വീട്ടിലിരുന്നപ്പോൾ അത്ര നിസാരമല്ലെന്നു തിരിച്ചറിഞ്ഞു. ഒന്നിനും സമയം തികയാതിരുന്നവർക്ക് ഇപ്പോൾ എല്ലാത്തിനും സമയമുണ്ട്. ആവശ്യവും അത്യാവശ്യവും തരംതിരിച്ചു ചെയ്താൽ സമയം തികയാതെവരില്ലെന്ന് എല്ലാവർക്കും മനസിലായി. കൊറോണക്കാലം ലോകത്തെ പഠിപ്പിച്ച വിലയേറിയ പാഠങ്ങളാണ് ഇവ.

കൊറോണ എന്നാ മഹാമാരി ഒരുപാടു തിരിച്ചറിവുകളും നമുക്ക് സമ്മാനിച്ചിട്ടുണ്ട്. ബന്ധങ്ങളിലെ ഊഷ്മളത, യഥാർത്ഥ സൗഹൃദങ്ങൾ, സമാധാന സാഹചര്യം, മറ്റുള്ളവരെ ആശ്രയിക്കാതെ ചിലതെല്ലാം നമുക്ക് ക്രിയാത്മകമായി ചെയ്യാൻ കഴിയും എന്ന യാഥാർത്ഥ്യം അങ്ങനെ ഒരുപാടൊരുപാട് തിരിച്ചറിവുകൾ.

ദുരിതങ്ങൾ ഒരുപാടനുഭവിച്ചെങ്കിലും ഈ പ്രതിസന്ധി ലോകം തരണംചെയ്യും എന്നതിൽ സംശയംവേണ്ട. ലോകം അതിന്റെ കരുത്തും വേഗവും വീണ്ടെടുക്കുക തന്നെ ചെയ്യും.

സാധാരണ ജീവിതത്തിലേക്ക് നമ്മൾ തിരിച്ചു വരുമ്പോൾ ഈ കാലഘട്ടം പഠിപ്പിച്ച വിലയേറിയ പാഠങ്ങൾ നമുക്ക് മറക്കാതിരിക്കാം. പുതിയ തലമുറയ്ക്ക് ഈ പാഠങ്ങൾ നമുക്ക് പകർന്നുനൽകാം. അനുഭവങ്ങളിൽനിന്ന് പാഠം പഠിക്കാൻ അവർക്കും പ്രചാദനമാവട്ടെ ഈ കൊറോണക്കാലം... VK

'വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ ഒമാൻ 6 ചാർട്ടേർഡ് വിമാനങ്ങൾ '

നാട്ടിലേക്ക് മടങ്ങാനായി കാത്തിരുന്ന ഒട്ടനവധി മസ്കറ്റിലെ മലയാളികൾക്ക് ആശ്വാസമായി മാറി ഒമാൻ വിഭാഗം. സംഘടനാപാഠവം കൊണ്ട് 6 ചാർട്ടേർഡ് വിമാനങ്ങളാണ് എംബസ്സിയുടെയും, സംസ്ഥാന സർക്കാരിന്റെയും പിന്തുണയോടെ WMF ന് അയക്കാൻ സാധിച്ചത്. കുട്ടികളും, ഗർഭിണികളും, വിസ കാലാവധി തീർന്നവരും, ജോലി നഷ്ടപ്പെട്ടു മടങ്ങാൻ കാത്തിരുന്നവർക്കും, വയോധികരുമുൾപ്പെടെ 987 മലയാളികളെ സുരക്ഷിതമായി നാട്ടിലെത്തിക്കാൻ WMFന് കഴിഞ്ഞു.

വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് പഠനത്തിനായി WMF ന്റെ കൈത്താങ്ങ്

വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ കോട്ടയം ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ കുട്ടികൾക്ക് ഓൺലൈൻ പഠനത്തിനായി TV കൾ ചങ്ങനാശ്ശേരിയിൽ വിതരണം ചെയ്തു. ഗ്ലോബൽ വൈസ് ചെയർപേഴ്സൺ ആനി ലിബു പ്രമുഖ വ്യക്തിത്വങ്ങളായ കബീർ റഹ്മാൻ, ഷാനവാസ്, സാജൻ റസാഖ് എന്നിവർ ആശംസകളും അർപ്പിച്ചു .

WMF കുവൈറ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ ഫുഡ് കിറ്റ് വിതരണം

വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ (ണങഎ) കുവൈറ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ അഞ്ച് ഘട്ടങ്ങളിലായി കുവൈത്തിലെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ ഫുഡ് കിറ്റ് വിതരണം വച്ചു വിജയകരമായി നടത്തുകയുായി. കുവൈറ്റ് നാഷണൽ കൗൺസിൽ പ്രസിഡന്റ് പ്രസിഡന്റ് ശ്രീ. എൽദോസ് ജോയ് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു.

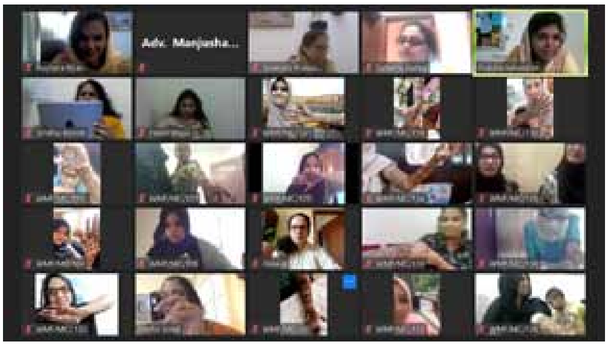
പോലീസിന് ലഘുഭക്ഷണം നൽകി WMF തൃശൂർ പ്രവർത്തകർ

ജീവൻപോലും നോക്കാതെ പകലന്തിയോളം കർമനിരതരായ പോലീസിന് പഴവും സംഭാരവും ബേക്കറി ഐറ്റംസുകളും എത്തിച്ചു നൽകി ണങഎ തൃശ്ശൂർ ജില്ലാ കമ്മിറ്റി. 3നേരത്തെ ഭക്ഷണം പോലീസുകാർക്ക് ലഭിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും പൊരിവെയിൽ പോലും വകവയ്ക്കാതെ ജോലി നോക്കുന്ന ഇവർക്ക് ഇടനേരമുള്ള ഭക്ഷണമാണ് വേണ്ടതെന്ന് അറിയിച്ചതിനെ തുടർന്നാണ് ദാഹം മാറ്റാൻ സംഭാരവും പഴക്കുലകളും ഠാള തൃശ്ശൂർ ജില്ലാ പ്രവർത്തകർ എത്തിച്ചുകൊടുത്തത്.

കരൾ, കിഡ്നി, കാൻസർ രോഗികൾക്ക് കൈത്താങ്ങ്

കരൾ, കിഡ്നി, കാൻസർ രോഗികൾക്ക് കൈത്താങ്ങായി WMF തൃശൂർ ജില്ലാ കോഡിനേറ്റർ വിപിൻ സണ്ണി. തൃശൂർ ഫയർഫോഴ്സ് ഓഫീസിൽ നിന്നും ഐ.എം.എ ബ്ലഡ് ബാങ്കിൽ നിന്നും അവശ്യമരുന്നുകൾ വാങ്ങി പാലക്കാട്ടെ വീടുകളിലും മലപ്പുറത്തെ മരുന്ന് സപ്ലൈ വളണ്ടിയർമാർക്കും എത്തിച്ചു.

ഹെന്ന ഡിസൈൻ മത്സരം സംഘടിപ്പിച്ചു



ഈദ് ആഘോഷത്തിന്റെ ഭാഗം ആയി ഖത്തറിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ ആദ്യം ആയി ഓൺ ലൈനിൽ (സൂമിൽ) ഹെന്ന ഡിസൈൻ മത്സരം സംഘടിപ്പിച്ചു കൊണ്ട് വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ വിമൻസ് ഫോറം, ഖത്തർ 30 ൽ അധികം എൻട്രികളിൽ നിന്നും തെരെഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട വനിതകൾ ആണ് ആവേശ പൂർവം മത്സരത്തിൽ മാറ്റുരച്ചത്.

മഴക്കാലത്ത് ഭിന്നശേഷിക്കാർക്ക് തണലായി വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷന്റെ സ്നേഹ കോട്ട്

വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ (WMF) എറണാകുളം ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ എറണാംകുളം ജില്ലയിലെ ജന്മനാ ശാരീരിക പരിമിതികളുള്ള മുച്ചക്ര വാഹനങ്ങളിലും വീൽചെയറിലും തൊഴിലെടുത്ത് ഉപജീവനമാർഗ്ഗം കണ്ടെത്തുന്ന നൂറോളം പേർക്ക് മഴ കോട്ടുകൾ വിതരണം ചെയ്തു.

മൽസ്യതൊഴിലാളികൾക്കുള്ള മൺസൂൺ സഹായം

ആലപ്പുഴ: വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ ആലപ്പുഴ ജില്ലാകമ്മിറ്റിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ചേർത്തല തണ്ണീർമുക്കം കായൽ മൽസ്യ തൊഴിലാളികൾക്ക് നൽകിയ സഹായവിതരണത്തിന്റെ ഉദ്ഘാടനം മന്ത്രി പി. തിലോത്തമൻ നിർവഹിച്ചു.

കൃഷിയെ വീണ്ടെടുക്കാൻ പരിസ്ഥിതിദിനത്തിൽ കോട്ടയം WMF ന്റെ കാർഷികാർച്ചന.

ഭക്ഷ്യ സ്വയംപര്യാപ്തത കൈവരിക്കാനായി സർക്കാർ നടപ്പിലാക്കുന്ന സംയോജിത കാർഷിക പുനരുജ്ജീവനപദ്ധതിയായ സുഭിക്ഷ കേരളം പദ്ധതിയോട് ആഭിമുഖ്യം പ്രഖ്യപിച്ചുകൊണ്ട് വേൾഡ് മലയാളി ഫെഡറേഷൻ കോട്ടയം ജില്ലാ കമ്മറ്റിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഏറ്റുമാനൂർ കേന്ദ്രമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന അർച്ചന വിമൻസ് സെന്ററിന്റെ സഹകരണത്തോടെ കാർഷികാർച്ചന പദ്ധതിക്ക് തുടക്കം കുറിച്ചു.