ജനപദങ്ങളിൽ കേടുവരുന്നവ വായു, വെള്ളം, ദേശം, കാലം എന്നിവയാണ്. വായു കൊണ്ട് ജലവും അതുകൊണ്ട് ദേശവും അതുകൊണ്ട് കാലവും ദൂഷിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് സംഭവിക്കുന്ന രോഗങ്ങൾക്ക് ഔഷധം കൊണ്ടും ഉപക്രമം കൊണ്ടും പ്രതിവിധിയുണ്ടാക്കുവാൻ വിഷമമാണ്. വായുവിന്റെ ഭൂരിഭാഗവും പണ്ടൊക്കെ ആഗിരണം ചെയ്തിരുന്നത് മഹാവനങ്ങളായിരുന്നു. ഇന്ന് മഹാനഗരങ്ങളിലും ജനനിബിഡപ്രദേശങ്ങളിലും മറ്റും മാലിന്യങ്ങൾ കുന്നുപോലെയാണ്. അതിന്റെ ദുർഗന്ധം വായുവിലല്ലേ എത്തിച്ചേരുക? അല്പാംശമെങ്കിലും നമ്മുടെ ശ്വാസോച്ഛാസത്തിലൂടെ ശരീരത്തിൽ എത്താതെയും നിവൃത്തിയില്ല.

പരിസ്ഥിതിയിലെ ആരോഗ്യദർശനം

വൈദ്യമഠം ചെറിയ
നാരായണൻനമ്പൂതിരി

ആത്രേയപുനർവസു എന്ന ആചാര്യൻ ചരകസംഹിതയിൽ പറയുന്നു- "മനുഷ്യരുടെ പ്രകൃത്യാദിഭാവങ്ങളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമായ ഭാവത്തേയാണ് പ്രകൃതിയുടെ സാമാന്യമെന്നു പറയുന്നത്. അതിന്റെ വിപരീതമാകുമ്പോൾ ശരീരാത്മകദോഷ പ്രകൃതിയോടു തുല്ല്യസ്വഭാവമായിത്തീരും. ശരീരത്തിലെ കാലാനുസൃതമായ ദോഷപ്രകൃതി, സമാനമായ കാലപ്രകൃതിയുമായി യോജിക്കുമ്പോൾ വ്യാധികൾക്കു കാരണമായി തീരുകയും അതുമൂലം ജനപദങ്ങൾ തന്നെ, അഥവാ പ്രവിശ്യകൾ തന്നെ രോഗബാധിതമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. ജനപദങ്ങളിൽ കേടുവരുന്നവ വായു, വെള്ളം, ദേശം, കാലം എന്നിവയാണ്. വായു ദൂഷിച്ച് അനാരോഗ്യകരമാകുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന വികൃതികൾ പറയുന്നു. ഋതുക്കൾ അസാധാരണമാകും, സമ്മർദാധികവും പരുഷവും ശക്തിയോടുകൂടിയും ആയിത്തീരും. അതിശീതമോ അത്യുഷ്ണമോ ആവും. അതിരൂക്ഷമോ, നനവുണ്ടാക്കുന്നതോ ഭീകരശബ്ദത്തോടുകൂടിയതോ ആവും. അടിക്കുന്നതുപോലെയും ഗതിവൈഗുണ്യവും ചുഴലിയും ഉണ്ടാകും. അസാധാരണ ഗന്ധമോ ജലകണമോ മണലോ പൊടിയോ പുകയോ കലർന്നു കാണും. ഇങ്ങനെയെല്ലാം കാണുന്നത് വായുമലിനീകരണ സ്വഭാവമാണ്.

വെള്ളത്തിന് വികൃതമായ ഗന്ധം, വർണം, സ്വാദ്, സ്പർശം, നനവ് എന്നിവയുണ്ടാകുന്നു. ജലജീവികളും അതുപയോഗിക്കുന്ന പക്ഷിമൃഗാദികളും ഉപേക്ഷിക്കുന്ന അവസ്ഥ വരികയും ജലജീവികൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുവാൻ പറ്റാതായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നത് വെള്ളത്തിന്റെ അനാരോഗ്യകരമായ സ്വഭാവമാണ്.

ദേശത്തിനാകട്ടെ വ്യത്യസ്തമായ നിറം, ഗന്ധം, രസം, സ്പർശം എന്നിവ സംഭവിക്കും. ഈർപ്പം അധികരിക്കുക, ദുഷ്പ്രാണികൾ വർദ്ധിക്കുക, നിമ്നോന്നതത്വം വരിക, കാടുണങ്ങുക, പുകയോടു കൂടിയ കാറ്റടിക്കുക, പക്ഷികൾ പരിഭ്രാന്തരാകുക, ശ്വാനൻ മുതലായവ ശബ്ദിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക (ഓളിയിടുക), മറ്റു ജീവജാലങ്ങൾ പരിഭ്രമിച്ച വശരാകുക, ധർമ്മം, സത്യം, ലജ്ജ, ആചാരം, ശീലം എന്നിവയ്ക്ക് ഭ്രംശം വരിക, നദികൾ മുതലായവ പെട്ടന്ന് കലങ്ങിമറിഞ്ഞ് നിറഞ്ഞൊഴുകുക, കൊള്ളിമീൻ പായുക, അസാധാരണമായ ശബ്ദങ്ങൾ ഉണ്ടാവുക, ഭൂമി കുലുങ്ങുക, അതിഭയങ്കരമായ ശബ്ദത്തിൽ- മുഴക്കത്തിൽ- ഇടിയോടുകൂടി വിവിധ കഠിനവർണങ്ങളിൽ ഉള്ള മേഘജാലങ്ങൾ ആകാശം മൂടുക, സൂര്യചന്ദ്രനക്ഷത്രാദികളെ തീരെ കാണാതാവുക, വല്ലാതെ ഇരുട്ടടയ്ക്കുക, എപ്പോഴും ഭീകരശബ്ദമുഖരിതമായിരിക്കുക എന്നിവ ദേശത്തിന്റെ അനാരോഗ്യകര സ്വഭാവമായി അറിയണം.

ഇത്തരം ദോഷങ്ങൾ വഴി സമൂഹത്തിനുണ്ടാവുന്ന രോഗങ്ങൾക്ക് വേണ്ടവിധത്തിലുള്ള ഔഷധങ്ങളെക്കൊണ്ട് പ്രതിവിധി ചെയ്തു രക്ഷനേടേണ്ടതാണ്.

മുൻപ്രസ്താവിച്ചവയിൽ ദേശദോഷഫലത്തേക്കാൾ കാലദോഷത്തിനും അതിനേക്കാൾ വായുദോഷത്തിനും അതിലുമുപരി വെള്ളത്തിന്റെ ദോഷത്തിനും ഗുരുത്വം ഉണ്ട്. വായു കൊണ്ട് ജലവും അതുകൊണ്ട് ദേശവും അതുകൊണ്ട് കാലവും ദൂഷിക്കുന്നു. ഈ നാലു ഭാവങ്ങളും ദൂഷിച്ചതുകൊണ്ട് സംഭവിക്കുന്ന രോഗങ്ങൾക്ക് ഔഷധം കൊണ്ടും ഉപക്രമം കൊണ്ടും പ്രതിവിധിയുണ്ടാക്കുവാൻ വിഷമമാണ്. എങ്കിലും ആ വിഷയത്തെ കുറിച്ച് ആലോചിക്കേണ്ടതിലേക്കാണ് ഓരോന്നിന്റേയും ഗുരുലഘുത്വങ്ങളെ അഥവാ തരതമഭാവങ്ങളെ പ്രത്യേകം വിവരിക്കുന്നത്. ആ നാലു ഭാവങ്ങൾ ദൂഷിച്ചുണ്ടാവുന്ന രോഗങ്ങൾ തക്കതായ ഔഷധങ്ങൾകൊണ്ട് ചികിത്സിച്ചാൽ തികച്ചും ഫലം ലഭിക്കില്ലെങ്കിലും വലിയ ആപത്തിൽ പെടാതെ കഴിക്കാം. ഇങ്ങനെയുള്ള സന്ദർഭങ്ങളിൽ പഞ്ചകർമ്മങ്ങൾ കൊണ്ട് ഉപചരിച്ച് ദേഹശുദ്ധി വരുത്തിയശേഷം രസായനവിധിപ്രകാരം അതാതു വിഷയങ്ങളിൽ അതാതു രസായന ചികിത്സയാണ് ഉചിതമായത്. ശരീരത്തെ ഭേഷജങ്ങളെക്കൊണ്ട് സംരക്ഷിക്കുന്നതോടൊപ്പം സത്യം, ഭൂതദയ, ദാനാദികൾ, ബലിക്രിയകൾ, ഭഗവൽസേവ, സദ്വൃത്തനെ അനുകരിക്കൽ, ആത്മനിയന്ത്രണം, സത്സംഗം, ബ്രഹ്മചര്യം, ധർമ്മശാസ്ത്രപ്രവചനം, സാത്വികവൃത്തി, ജിതാത്മാക്കളായ മഹർഷിമാരെ സേവിക്കൽ എന്നിവയും ആവശ്യമാണെന്ന് "ആചാര്യൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്നു. മാനസിക സന്തുലിതാവസ്ഥ സമീകരിക്കാൻ ഇവ സഹായിക്കുന്നു.

ഇതിനെ എങ്ങനെ അതിജീവിക്കാം? ആചാര്യൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്നത് ധർമ്മലോപം വരാതെ സൂക്ഷിക്കുവാനാണ്. അന്നു വിചാരിക്കുവാൻ പോലും കഴിയാത്ത ഒരവസ്ഥയിലാണിന്ന് നാമെത്തിയിരിക്കുന്നത്. നാലു ഘടകങ്ങളാണ് ആചാര്യൻ അവതരിപ്പിച്ചത്. ഒന്ന്- വായു, രണ്ട്- വെള്ളം, മൂന്ന്- ദേശം(ഭൂമി), നാല്- കാലം. ഇതിലാദ്യത്തേതായ വായു- കാറ്റ്- വിന്നു വരുന്ന മലിനീകരണത്തെ കുറിച്ചാലോചിക്കാം. പ്രധാനമായും വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന വാഹനങ്ങൾ തന്നെയാകും- പല വിധത്തിലുള്ള രാസവസ്തുക്കളും അല്ലാത്തവയുമായ നിർമ്മാണശാലകൾക്കും ഈ വിഷയത്തിൽ ഏറെ പങ്കുണ്ട്. അവ

യിൽ നിന്ന് ബഹിർഗമിക്കുന്ന വിഷവാതകങ്ങൾ അന്തരീക്ഷത്തിലെത്താതെ മാർഗ്ഗമില്ല. അന്തരീക്ഷത്തിലെത്തിയതെന്തും വായുവിൽ ചേരാതെയും നിവൃത്തിയില്ല. ബഹിർഗമിക്കുന്ന ദൂഷിച്ച വസ്തുക്കളിലെ മാലിന്യം നീക്കാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ അതുകൊണ്ടുണ്ടാവുന്ന വായുമലിനീകരണം ഒരു പരിധി വരെ കുറയും. അന്തരീക്ഷത്തിലൂടെ പാഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന വായുവിന്റെ ഭൂരിഭാഗവും പണ്ടൊക്കെ ആഗിരണം ചെയ്തിരുന്നത് മഹാവനങ്ങളായിരുന്നു. അവയും ഇന്ന് നഷ്ടസ്വപ്നങ്ങളായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. അഥവാ അർദ്ധപ്രാണങ്ങളായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. മഹാനഗരങ്ങളിലും ജനനിബിഡപ്രദേശങ്ങളിലും മറ്റും കുമിഞ്ഞുകൂടിക്കിടക്കുന്ന മാലിന്യങ്ങൾ കുന്നുപോലെയാണ്. തദ്വാരാ പരിണമിക്കുന്ന ദുർഗന്ധം വായുവിലല്ലേ എത്തിച്ചേരുക? അതിന്റെ അല്പാംശമെങ്കിലും നമ്മുടെ ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിലൂടെ ശരീരത്തിൽ ഏത്താതെയും നിവൃത്തിയില്ല.

അടുത്തത് വെള്ളമാണ്. ശുദ്ധജലം ഉണ്ടാകേണ്ടത് ആകാശത്തിൽ നിന്ന് മഴയിലൂടെയാണ്. വനസമ്പത്തിന്റെ അപചയം കാരണം മഴയുടെ സ്വഭാവത്തിലും മാറ്റം വരുന്നുണ്ട്. ആ മാറ്റം ജനപദങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് പ്രതികൂലമാണെന്നു തീർച്ച. അതിനുപുറമെ മഴ കുറയുമ്പോൾ പർവ്വതപ്രാന്തങ്ങളിൽ നിന്നു പുറപ്പെടുന്ന നദികളിൽ വെള്ളം കുറയുമെന്നത് സ്വാഭാവികം. അങ്ങനെ ശേഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആറ്റിലേക്കാണിന്ന് വ്യവസായശാലകളിൽ നിന്ന് വിഷദൂഷിതമായ അവശിഷ്ടദ്രവ്യങ്ങൾ എല്ലായിടത്തും തള്ളിവിടുന്നത്. അങ്ങനെയുള്ള വെള്ളം ഉപയോഗിച്ചാലെന്താണുണ്ടാവുക എന്ന് പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ. കൃഷിയിടങ്ങളിൽ വിളസംരക്ഷണമെന്ന ഉദ്ദേശത്തിൽകീടനാശിനികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതും ജലമലിനീകരണം തന്നെയാണ്. അത് അന്തരീക്ഷത്തിലെത്തി വായുവിനെക്കൂടി ദൂഷിപ്പിക്കുന്നുമുണ്ട്. മാത്രമല്ല കുന്നുകൾ കിളച്ചുമറിച്ച് പാടങ്ങൾ നികത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നഗരപരിഷ്കാരത്തിന്റെ ഭാഗമായി ചുറ്റുപാട് ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങൾ താഴ്ത്തിയും താഴ്ന്നവ നികത്തിയും നിരപ്പാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ വരുമ്പോൾ മഴ പെയ്തുണ്ടാകുന്ന വെള്ളം എവിടെ പോകും? ഇതും അപകടകാരിയാണ്. അങ്ങിനെ കീഴ്മേൽ മറിക്കാതിരിക്കുന്നത് അത്യാവശ്യമാണ്.

മൂന്നാമത്തേത് ദേശമാണ്. അത് ഇതേവരെ പറഞ്ഞതിൽ തന്നെ ഏകദേശം വരുന്നുണ്ട്. പ്രകൃതിയെ വികൃതമാക്കിയാൽ നാടു നശിക്കാതെ മാർഗ്ഗമില്ല. അതിനെല്ലാം പുറമേ ഇപ്പോഴത്തെ കുഴൽക്കിണറുകൾ എന്തൊക്കെ ആപത്തുകൾ വരുത്തിവയ്ക്കുമെന്ന് പറയാൻ വയ്യ. അതുപോലെ കൃഷിപ്രവൃത്തിയിൽ അമിത ലാഭോദ്ദേശത്തോടെ ഇന്നുപയോഗിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന രാസവളവും മണ്ണിന്റെ തൻമയത്വത്തെ താറുമാറാക്കില്ലേ?

എന്താണ് ഇപ്പോൾ നടപടിക്രമത്തിലുള്ള 'പരിസ്ഥിതി മലിനീകരണം' എന്നതിനെക്കൊണ്ട് ഭരണകർത്താക്കൾ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്? അതിന്റെ നിർഹരണത്തിനായി അനേകം പദ്ധതികൾ, കമ്മിറ്റികൾ, സംഘടനകൾ, പ്രമേയങ്ങൾ മുതലായവ നാവിലൂടെ വന്ന് കടലാസിൽ കാണാറുണ്ട്. എന്താണ് ഇവകൊണ്ടുള്ള ഉദ്ദേശം? ഏതൊന്നിന്റെ മലിനീകരണത്തെയാണ് നിർഹരിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നത്. നിർഹൃതമാക്കേണ്ട വസ്തുവിന്റെ സ്വഭാവമെന്താണ്. അതിനെന്തൊക്കെ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉണ്ട്. അവ എങ്ങനെ സമൂഹവും പ്രാദേശികവുമായി സംഘടിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കും? എന്നുള്ളവയെക്കുറിച്ച് അല്പമെങ്കിലും ബോധവാന്മാരായിട്ടാണോ പ്രസംഗത്തിൽ പകർത്തുന്നത്?

ഓണക്കാലം അടുത്തുവരുമ്പോൾ ഓണാഘോഷത്തെ കുറിച്ച് ആലോചിക്കുന്ന സ്വഭാവത്തോടുകൂടിയാണ് മനുഷ്യൻ സുഖലോലുപത്വത്തോടുകൂടി 21ാം നൂറ്റാണ്ടിനെ കുറിച്ച് ആലോചിക്കുന്നത് എന്ന് പ്രത്യക്ഷമായി കാണുമ്പോൾ സങ്കടവും അപരാധബോധവും പെരുകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അടുത്ത ഭാവിയിലെങ്കിലും അതിനുള്ള പ്രചോദനം ഉണ്ടാകുമാറാകട്ടെ എന്നാണ് പ്രാർത്ഥന. ഈ ദുരന്തസ്വഭാവത്തെ ആയിരത്താണ്ടുകൾക്കു മുമ്പു തന്നെ ആത്രേയാചാര്യൻ അറിഞ്ഞ് ഉദ്ബോധനം ചെയ്തുതന്നിട്ടും അതുൾക്കൊള്ളാൻ നമുക്ക് കഴിയാതെപ്പോയി.

കഷ്ടം!

മേഴത്തൂർ, തൃത്താല, പാലക്കാട്

അഭയവുമായി 'അഭയ'

ഒരു കവയിത്രിയുടെയും ഒരു പിടി സാമൂഹ്യപ്രവർത്തകരുടെയും മനസ്സിൽ നിന്നാണ് 'അഭയ' പിറക്കുന്നത്. തിരുവനന്തപുരത്ത് മലയിൻകീഴിനടുത്ത് മഞ്ചാടിയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന അഭയഗ്രാമം മാനസിക രോഗികൾക്കായുള്ള കേരളത്തിലെ ആദ്യ പുനരധിവാസ കേന്ദ്രമാണ്.

തിരുവനന്തപുരം മനോരോഗാശുപത്രിയിലെ (ഊളൻപാറ) രോഗികളനുഭവിക്കുന്ന ചൂഷണവും പീഡനവും ദുരിതങ്ങളും കണ്ട് മനംനൊന്താണ് അഭയയ്ക്ക് 1985-ൽ ജന്മം കൊടുത്തതെന്ന് കവയിത്രി സുഗതകുമാരി പറയുന്നു.

അഭയയുടെ കീഴിൽ ഏറെ സന്നദ്ധ സംഘടനാവിഭാഗങ്ങൾ പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്നു. പീഡിതരും അനാഥരുമായ സ്ത്രീകൾക്ക് ആവാസകേന്ദ്രമൊരുക്കി കൊണ്ട് 'അത്താണി', മദ്യമയക്കുമരുന്ന് രോഗികൾക്ക് മന:ശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ കൗൺസിലിംഗ് നല്കാനായി 'അഭയ കൗൺസിലിംഗ് സെന്റർ' മദ്യത്തിനും മയക്കുമരുന്നിനും അടിമപ്പെട്ടവർക്കായി 'ബോധി' ആശുപത്രി എന്നിവ അഭയയുടെ കീഴിൽ പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്നു.അശരണരും നിർദ്ധനരുമായ മനോരോഗികൾക്കായി 'കർമ്മ' എന്ന വിഭാഗം പ്രവർത്തിക്കുന്നു. മനോരോഗചികിത്സ കൂടാതെ പാട്ടും കളികളും ഇടകലർന്ന ജീവിതരീതിയാണ് കർമ്മ നൽകുന്നത്.

1995-ൽ മലയൻകീഴിലെ മഞ്ചാടിയിൽ കേന്ദ്രസർക്കാരിന്റെ സഹായത്തോടെ 'അഭയ ഗ്രാമം' സ്ഥാപിച്ചതോടെയാണ് .അഭയയുടെ പ്രവർത്തനം വഴിത്തിരിവിലെത്തുന്നത്. നെയ്ത്ത്, കരകൗശല നിർമ്മാണം, തയ്യൽ, പച്ചക്കറി കൃഷി, കാലി വളർത്തൽ, ഉദ്യാനകൃഷി, ആയുർവേദ ഔഷധ നിർമ്മാണം, ഡയറി തുടങ്ങിയ ചെറുതൊഴിൽ മേഖലകളിലോട്ട് മനോരോഗികളെ തിരിച്ചുവിട്ട് സ്വന്തം കാലിൽ നില്ക്കാൻ പഠിപ്പിക്കുന്നു. മൂന്ന് മുതൽ ആറുമാസക്കാലം വരെ തികച്ചും സൗജന്യമായി അന്തേവാസികൾക്ക് ജീവിതം കൊടുക്കുന്നു.

സാമ്പത്തികസൗകര്യമുള്ളവരിൽ നിന്ന് പണം ഈടാക്കിക്കൊണ്ട് 'മിത്ര' എന്ന പേരിൽ ഒരു കേന്ദ്രവും അഭയ ഗ്രാമത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. അഭയയുടെ മറ്റ് സൗജന്യസ്ഥാപനങ്ങൾക്ക് മിത്രയുടെ പണമാണ് താങ്ങ്.

മനോരോഗികൾക്ക് വേണ്ടിയുള്ള പകൽ ശ്രദ്ധാകേന്ദ്രമായ 'പകൽവീടും' അഭയഗ്രാമത്തിലുണ്ട്. വീടുകളിൽ കഴിയുന്ന മനോരോഗികളെ അഭയയുടെ വാഹനത്തിൽ നിത്യവും കൂട്ടിക്കൊണ്ടുവരുകയും വൈകീട്ട് തിരിച്ചുകൊണ്ടുപോയി വിടുകയും ചെയ്യും.