● പരിചയം

വേറിട്ടൊരു കുടിയൊഴിപ്പിക്കൽ

രേഖ

ഒരു കുടിയനുമാത്രമെ മറ്റൊരു കുടിയനെ മനസ്സിലാകുവെന്നത് കുടിക്കാത്തവർക്ക് ഒരു തമാശയായി തോന്നാം. എന്നാൽ കുടിയന്മാരുടെ കെമിസ്ട്രി അതാണ്. കാമുകി കാമുകന്മാർ കഴിഞ്ഞാൽ ആശയചേർച്ചയുടെ രസചരട് മുറിയാതെ കൊണ്ടുനടക്കാൻ കഴിവുള്ളവർ കുടിയന്മാരായിരിക്കും. കുടിയന്മാർക്ക് അവരുടേതായ ഭാഷയുണ്ട്, അവരുടേതായ ലോകമുണ്ട്. അവരുടേതായ ഐക്യമുണ്ട് (ഐക്യ'മദ്യം' മഹാബലം)

പക്ഷെ കള്ളുകുടിച്ചാൽ വയറ്റിൽകിടക്കണമെന്നത് പ്രവർത്തിക്കാൻ പറ്റാത്ത ഒരു ശാസന മാത്രമായതിനാൽ പലപ്പോഴും മദ്യപാനം ഒരു സാമൂഹിക പ്രശ്നമാകുന്നുണ്ട്. കെട്ടുതാലി വിറ്റും കുടിക്കുക, തിരിച്ച് വന്ന് ഭാര്യയെയും മക്കളെ തല്ലുക എന്നത് കുടിയന്മാർക്കെതിരെ ചില ശത്രുക്കൾ പറഞ്ഞുപരത്തിയ അപവാദങ്ങൽ മാത്രമല്ലെന്ന് നിരവധി ഉദാഹരണങ്ങൾ പറയുന്നുണ്ട്. മദ്യം, എന്റെ കൺട്രോളിലാണെന്ന് വിശ്വസിക്കുന്ന 'മാന്യന്മാരായ' മദ്യപാനികളെല്ലാം നടക്കുന്നത് പ്രേരണകളുടെ ഒരു നൂൽപാലത്തിലൂടെയാണ്. എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും കാലുവഴുതി മുഴുക്കുടിയിലേക്ക്, മദ്യത്തിന്റെ കൺട്രോളിലേക്ക് അവർ വഴുതിവീഴുന്നു. മദ്യം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനനുസരിച്ച് നീങ്ങുന്ന നിരവധി പേരുണ്ട് നമുക്ക് ചുറ്റും, ഒപ്പം ദാരിദ്ര്യത്തിലേക്കും വിഷമത്തിലേക്കും വലിച്ചെറിക്കപ്പെട്ട നിരവധി കുടുംബങ്ങളും നാളുകളോളം മദ്യത്തിൽ മുങ്ങി ജീവിച്ചിരുന്ന ഡോ. ജോൺസണ് മദ്യത്തിന്റെ മനോനിലകൾ നന്നായറിയാം.

ആൽക്കഹോളിസം ഒരു രോഗമാണെന്ന അനുഭവങ്ങളിലൂടെ ലഭിച്ച തിരിച്ചറിവാണ്. ഡോ. ജോൺസണനെ 'പുനർജ്ജനി' എന്ന വ്യത്യസ്തമായ ഒരു ഡി-അഡിക്ഷൻ സെന്റർ എന്ന ആശയത്തിലേക്കെത്തിച്ചത്. ഒരു മദ്യപാനിക്കുമാത്രമെ മറ്റൊരു മദ്യാപനിയെ തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയൂ എന്ന് ജോൺസനോളും അറിയാവുന്നവർ കുറവായിരിക്കും. പുനർജ്ജനിയുടെ തത്വവും അതുതന്നെയാണ്. മറ്റ് ഡി-അഡിക്ഷൻ സെന്ററുകളിൽ നടക്കുന്നത് ആൽക്കഹോളിസം എന്ന രോഗത്തിനുള്ള ചികിത്സയല്ലെന്നാണ് ഡോ. ജോൺസന്റെ അഭിപ്രായം. ജയിലുകൾ പോലെയാണ് പല ഡി-അഡിക്ഷൻ സെന്ററുകളും പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. മദ്യപാനിയുടെ മദ്യപിക്കാനുണ്ടാകുന്ന മുഴുവൻ പ്രേരണകളെയും പാർശ്വഫലങ്ങളേയും കെട്ടിയിട്ടും മരുന്നുകൊടുത്തും അവിടെ തടയിടുകയാണ്. മദ്യപാനിയോട് കരുണയുള്ള മന:ശാസ്ത്രപരമായ സമീപനം പലപ്പോഴും ഇത്തരം കേന്ദ്രങ്ങളിലുണ്ടാകാറില്ല. പകരം മതങ്ങളുടെ മേൽനോട്ടത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഇത്തരം സ്ഥാപനങ്ങൾ പലതും മദ്യവിമുക്തി പാപങ്ങളെല്ലാം കഴുകിക്കളഞ്ഞ് സ്വർഗ്ഗരാജ്യം നേടാനുള്ള മാർഗ്ഗമാണെന്ന യുക്തിയില്ലാത്ത സന്ദേശമാണ് മദ്യപാനികൾക്ക് നൽകുന്നത്.

പക്ഷെ പുനർജ്ജനിയിൽ മരുന്നില്ല, മന്ത്രമില്ല വന്നെത്തുന്ന മദ്യപാനികൾ പ്രശ്നക്കാരാകാൻ സാധ്യതയുണ്ടെങ്കിൽ അവരെ തടങ്കൽ വയ്ക്കാറുമില്ല. അവർക്ക് എന്തിനുമുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം ജോൺസൺ നൽകുന്നു. ഓടിപ്പോകേണ്ടവർക്ക് ഓടിപ്പോകാം, മതിലും വാതിലുമില്ലാതെ പുനർജ്ജനി അവർക്ക് അവരുടെ വഴി തിരഞ്ഞെടുക്കാനവസരം തരുന്നു. അതുകൊണ്ടു തന്നെ മദ്യപാനം നിർത്തണമെന്ന ഇച്ഛാശക്തി രോഗികൾക്ക് കൂടി വരുകയും അത്തരക്കാർ തുടർന്നുള്ള ചികിത്സയ്ക്കായി പുനർജ്ജനിയിൽ തങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നു. മരുന്നില്ലാതെ മദ്യാപനം മാറ്റാമെന്ന ജോൺസന്റെ കണ്ടെത്തൽ നമുക്ക് വിചിത്രമായി തോന്നിയേക്കാം. പക്ഷെ മരുന്നിനേക്കാൾ ഫലവത്തായ മന:ശാസ്ത്ര സമീപനത്തിലൂടെയുള്ള ട്രീറ്റ്മെന്റാണ് അദ്ദേഹം വികസിപ്പിച്ചെടുത്തിരിക്കുന്നത്. പക്ഷെ സൈക്കോളജിയുടെ വലിയ സങ്കീർണ്ണതകളൊന്നുമില്ലാത്ത സിംപിൾ മന:ശാസ്ത്രമാണ് ഇത്. (ഒരു കുടിയന് മാത്രമെ മറ്റൊരു കുടിയാനെ മനസ്സിലാകുവെന്ന കാര്യം മറന്നുപോകണ്ട) മനുഷ്യകൂട്ടായ്മയുടെ മന:ശാസ്ത്രമാണ് പുനർജ്ജനിയുടേത്. മദ്യപാനികൾ പരസ്പരം അവിടെ കൗൺസിലിംഗ് നടത്തുന്നു. മദ്യാപനംകൊണ്ട് അവർക്കുണ്ടായ നഷ്ടങ്ങളെക്കുറിച്ച് അവർക്ക് പരസ്പരം സംസാരിച്ച് ബോധ്യപ്പെടുന്നു. അതിനിടയിൽ പുതുതായി ചികിത്സയ്ക്കെത്തുന്ന മദ്യപിച്ചുവരുന്ന ഒരാൾ കാണിച്ചുകൂട്ടുന്ന അഹന്ത കലർന്ന സംസാരങ്ങളും വെളിവില്ലായ്മയും മറ്റ് മദ്യപാനികൾക്ക് അവർ കാണിച്ചിരുന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു ചിത്രം നൽകുകയും അതിന്റെ വൃത്തികേട് മന:സ്സിലാവുകയും ചെയ്യുന്നു. ആദ്യദിനം മദ്യപിച്ചെത്താത്തവർക്ക് ജോൺസൺ തന്നെ ചെറിയതോതിൽ മദ്യം നൽകുന്നു. മദ്യപിക്കുന്നതോ അയാളിൽ നിന്നും കൂടുതൽ കാര്യങ്ങൾ ജോൺസണും മറ്റ് ചികിത്സയ്ക്കെത്തിയവർക്കു വെളിവാവുകയും പിറ്റേദിവസം തൊട്ട് കൂട്ടായ കൗൺസിലിംഗിലൂടെ, അനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കലിലൂടെ അയാൾക്കും അവർ മദ്യത്തിന്റെ ദോഷങ്ങൾ പറഞ്ഞ് കൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അവർ ഒരുമിച്ച് ഭക്ഷണം പാകം ചെയ്ത്, ചീട്ടുകളിച്ച്, അടുത്തുള്ള പൂമല ഡാമിന്റെ ജലാശയത്തിൽ പോയി കുളിച്ച് അനുഭവങ്ങളുടെ പുതിയ ലോകങ്ങൾ പങ്കുവെയ്ക്കുന്നു. അധികമാൾപ്പാർപ്പില്ലാത്ത പൂമലയുടെ താഴ്വാരത്തെ പുനർജ്ജനിയുടെ പരിസ്ഥിതിയും വരുന്നവർക്ക് ശാന്തത പ്രധാനം ചെയ്യുകയും രോഗശമനത്തിൽ ഒരു പങ്കുവഹിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്.

മദ്യപിച്ചതു കാരണം സമൂഹവും കുടുംബവും നൽകാതിരുന്ന പരിഗണനകൾ രോഗിയ്ക്ക് പുനർജ്ജനിയിൽ കൂട്ടായ്മയിലൂടെ ലഭിക്കുന്നു. ഉപദേശവും

ശാസനകളുമില്ലാത്ത പുതിയലോകം അവർക്ക് പുതിയ അനുഭവങ്ങൾ പ്രധാനം ചെയ്യുന്നു. സമൂഹത്തിൽ നിന്നും പലപ്പോഴും വന്നിട്ടുള്ള ഉപദേശങ്ങളോടെല്ലാം വളരെ മോശമായ രീതിയിലായിരിക്കാം മദ്യപാനികൾ പ്രതികരിച്ചിട്ടുള്ളത്. പക്ഷെ പുനർജ്ജനിയിലെത്തുന്ന രോഗിയ്ക്ക് മദ്യപാനികളായിരുന്ന മറ്റുള്ളവരുടെ അനുഭവങ്ങളിൽ നിന്നും തീവ്രതയുള്ള ശാസനകളും ഉപദേശങ്ങളും തന്നെയാണ് ലഭിക്കുന്നത്. മദ്യപിക്കാതിരിക്കണമെന്ന് ഉള്ളിൽ തോന്നലുണ്ടെങ്കിലും ആത്മാഭിമാനം കൊണ്ട് പൊതുസമൂഹത്തെ പുച്ഛിച്ചിരുന്ന പല മദ്യപാനികളും പുനർജ്ജനിയിൽ കിട്ടുന്ന സൗഹൃദാന്തരീക്ഷത്തിൽ തങ്ങളുടെ ആത്മാഭിമാനങ്ങളെല്ലാമൂരിവച്ച് പൂർണ്ണമനസ്സോടെ പങ്കുചേരുകയാണ് പതിവ്.

ഈഗോയിസമാണ് ഈ രോഗത്തിന്റെ ഏറ്റവും പ്രധാന ലക്ഷണമെന്ന് ജോൺസൺ പറയുന്നു. ഈ ഗോയിസ്റ്റിക്കായ ആളുകൾ ഒരു കാര്യവും സമ്മതിക്കാൻ തയ്യാറാകില്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മദ്യപാനം നിർത്താൻ കഴിയുമെന്ന് അവർ ഉറച്ച് വിശ്വസിച്ച് വീണ്ടും കുടിക്കുന്നു. പക്ഷെ വളരെ പ്രത്യക്ഷമായി കടബാധ്യതകൾ വരുന്ന സമയത്ത് മാത്രമാണ് പിന്നീട് മദ്യപാനി അത് തിരിച്ചറിയുന്നുണ്ട്. അപ്പോഴേയ്ക്കും ആൽക്കഹോളിസം ഒരു രോഗമാണെന്ന് തിരിച്ചറിയാത്ത സമൂഹം അയാളെ പിൻതള്ളിക്കഴിഞ്ഞിരിക്കും. ഈഗോയെ പറിച്ചെറിയാൻ ആഴമുള്ള സൗഹൃദങ്ങൾ സഹായിക്കുന്ന സ്ഥലം കൂടിയാണ് പുനർജ്ജനി. രോഗിയായി വരുന്നയാൾ ചികിത്സകനായി മാറുകയാണ് പുനർജ്ജനിയിൽ.

ഇരുപത്തിയൊന്ന് ദിവസമാണ് പുനർജ്ജനിയിലെ ചികിത്സയുടെ കാലാവധി. ശരീരത്തിലെ മദ്യത്തിന്റെ അംശം മുഴുവൻ ഒഴിഞ്ഞുപോകുന്നത് ഇരുപത്തൊന്ന് ദിവസം കൊണ്ടാണ്. അതോടെ രോഗി ശാരീരികമായി ആരോഗ്യവാനാകുന്നു. പക്ഷെ വീണ്ടും ശരീരത്തിന് മദ്യം ആവശ്യമായി തോന്നാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്. അതിനെച്ചെറുക്കേണ്ടത് മനസ്സുകൊണ്ടാണ്. ആ മാസികരോഗ്യം പുനർജ്ജനയിലെ അനുഭവങ്ങൾ രോഗിയ്ക്ക് നൽകുന്നു.

ഫിലോസഫിയിൽ ഡോക്ടറേറ്റെടുത്ത ജോൺസൺ വക്കീൽ പണിയിലൂടെയാണ് ഔദ്യോഗിക ജീവിതത്തിലേക്ക് കടന്നുവന്നതെങ്കിലും കോടതി മുറിയേക്കാൾ താത്പര്യം 'ബാർ' അസോസിയേഷനോടായിരുന്നു. മദ്യപാനം കൂടിയതോടെ കേസുകൾ കുറഞ്ഞു. മദ്യപിക്കാനുള്ള സാമ്പത്തികം ഏതുവിധേനയും കണ്ടെത്തുന്ന അവസ്ഥയെത്തി. 15 വയസ്സിൽ തുടങ്ങിയ ശീലം 36 വയസ്സുവരെ തുടർന്നു. എല്ലാ സർഗ്ഗശേഷികളെയും മദ്യം പതിയെ കൊന്നുകളയാൻ തുടങ്ങി. ആൽക്കഹോളിസമെന്ന രോഗത്തെ തിരിച്ചറിയാതെ സമൂഹത്തെ മുഴുവൻ പുച്ഛിച്ച് നിരവധികാലം ഈഗോയുടെ പുറത്ത് മദ്യപിച്ചു. തൃശൂർ ടൗണിൽ ജോൺസന്റെ മുഖം കണ്ടാൽ ആളുകൾ ഒഴിഞ്ഞുമാറാൻ തുടങ്ങി. പൂമലയിലെ ഓട്ടോക്കാരും ജീപ്പുകാരും വണ്ടിയ്ക്ക് കേടുപറ്റിയെന്ന് കള്ളം പറയാൻ തുടങ്ങി. ബോധം വന്നപ്പോഴെല്ലാം പതിയെപ്പതിയെ കുടുംബത്തെയും സമൂഹത്തെയുമോർത്ത് വിഷമിക്കാൻ തുടങ്ങി. ചികിത്സ തേടി പല ഡി-അഡിക്ഷൻ സെന്ററുകളിലും പോയി ഒരു മദ്യപാനിയുടെ ജീവിതത്തെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ ധാരണകളില്ലാതെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന മരുന്നുകടകളായാണ് ജോൺസണ് ആ ഡി-അഡിക്ഷൻ സെന്ററുകൾ തോന്നിയത്. പക്ഷെ ജോൺസന്റെ തന്നെ തിരിച്ചറിവിലൂടെ തന്റെ അഹന്തയെ അദ്ദേഹം പതിയെ കോന്നുകളഞ്ഞു. പെരുത്ത ഈഗോ ഒഴിഞ്ഞുപോയതോടെ മദ്യപാനവും നിർത്താൻ കഴിഞ്ഞു. ഡി-അഡിക്ഷൻ സെന്ററുകളിൽ ചികത്സയ്ക്കിടയിൽ തോന്നിയ അപര്യാപ്തതകൾ പരിഹരിച്ചുകൊണ്ടാണ് ജോൺസൺ പുനർജ്ജനിക്ക് തുടക്കമിട്ടത്.

ആരോഗ്യമേഖലയിലെമ്പാടും മാനുഷികമൂല്യങ്ങൾ നഷ്ടപ്പെട്ട മരുന്നുകച്ചവടങ്ങൾ മാത്രം നടക്കുമ്പോൾ ഡോ. ജോൺസൺ പുനർജ്ജനിയിൽ സൗഹൃദങ്ങളിലൂടെ നടത്തുന്ന സാന്ത്വനത്തിന്റെ സ്പർശമുള്ള മരുന്നുകളില്ലാത്ത ചികിത്സ ഒരു പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനം കൂടിയാവുകയാണ്. രോഗി ഡോക്ടറാകുന്ന അപൂർവ്വ അനുഭവങ്ങൾ.

തൃശൂർ ജില്ലയിലെ പൂമലയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന പുനർജ്ജനിയിലേക്ക് ഏത് മദ്യപാനിക്കും എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും കടന്നുചെല്ലാം. പക്ഷെ കൂടെ

ഡോ. ജോൺസൺ പുനർജനിയിൽ

ആദ്യ ദിവസം ബന്ധുക്കളാരെങ്കിലുമുണ്ടാകണമെന്നത് നിർബന്ധമാണ്.

മദ്യനിരോധനം സാധ്യമല്ലെന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നയാളാണ് ഡോ. ജോൺസൺ. മനുഷ്യചരിത്രം പരിശോധിച്ചാൽ മദ്യം എക്കാലവും മനുഷ്യനൊപ്പം ഉണ്ടായിരുന്നതായി കാണാം. അതുകൊണ്ട് നിരോധനം പെട്ടെന്ന് സാധ്യമല്ല. പക്ഷെ മദ്യപാനിയോടുള്ള സമൂഹത്തിന്റെ കാഴ്ചപ്പാടുകൾക്ക് മാറ്റം വരേണ്ടതുണ്ട്. മദ്യാസക്തി ഒരു രോഗമാണെന്ന് എല്ലാവരും തിരിച്ചറിയണമെന്നാണ് ജോൺസന്റെ അഭിപ്രായം. എയ്ഡ്സിന് നൽകുന്ന പൊതുകാര്യ പ്രസക്തിയുള്ള പരസ്യങ്ങൾ മദ്യാസക്തി ഒരു രോഗമാണെന്നും രോഗികൾ പരിഗണിക്കപ്പെടണമെന്നുള്ള ക്യാംപെയിനുമുണ്ടാകണമെന്ന് അദ്ദേഹം ആവശ്യപ്പെടുന്നു.

പ്രിയ മദ്യപാനികളെ ബാറിലെ അരണ്ട വെളിച്ചത്തിലെ ശബ്ദകോലാഹലങ്ങൾക്കിടയിലോ, ബിവറേജസ് കോർപ്പറേഷനുമുന്നിലെ നെടുനീളൻ ക്യൂവിൽ വച്ചോ മറ്റ് സദ്യസദസ്സുകളിലെവിടെയെങ്കിലും വെച്ചോ (എവിടെ വച്ചുമാകാം, നിങ്ങൾ കൂടുതലായി കാണാറുള്ള സ്ഥലങ്ങൾ പറഞ്ഞന്നേയുള്ളൂ.) കുടി നിർത്തിക്കളയാമെന്ന ചെറിയ തോന്നലുണ്ടായാൽ വരൂ 'പുനർജ്ജനിയി'ൽ സുഹൃത്തുക്കളോട് അനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവച്ച് കുടിനിർത്തുന്നതിനുള്ള വഴിയിലേക്ക് നമുക്ക് ഒരുമിച്ച് നടക്കാം.

പുനർജനി ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റ് ഫോർ ഡി-അഡിക്ഷൻ & റിഹാബിലിറ്റേഷൻ, പൂമല പി.ഒ., തൃശൂർ. ഫോൺ : 0487 2201332. www.p.narjani.org.

ആവശ്യമുണ്ട്

മനസ്സിൽ നന്മയും മതിയായ യോഗ്യതയുമുള്ള വനിതാ സോഷ്യൽ വർക്കേഴ്സിന്റെ സേവനം ആവശ്യമുണ്ട്.

ബന്ധങ്ങൾക്ക് : ഫോൺ : 0487 2201332