அரேபியாவை சேர்ந்த லாரன்ஸ்

Life Books

கௌரவத்துடன் வாழ்வதையும் அதன் பிறகு
அதே கௌரவத்துடன் மரணம் எய்வதையும்
பற்றிய ஓர் உண்மை கதை

நாம் எப்படி இறக்கபோகிறோம் என்ற விஷயம் நமக்கு முக்கியமா?

நமது வாழ்க்கையின் கடைசி சில மாதங்கள் நாட்கள் நிமிடங்கள் நமக்கு முக்கியமா?

எனது பெயர் மைக்கேல் லுவிஸ். நான் நோயுற்றோருக்கான பகல்நேரக் கவனிப்பு இல்லத்தில் மருத்துவ உதவியாளராக இருக்கிறேன்.

நோய்த்தணிப்புப் பேணல் வாயிலாக நோயாளிகளுக்கு உடல்ரீதியாகவும் மனரீதியாகவும் வலுப்படுத்துவதன் மற்றும் ஆதரவளிப்பதன் மூலம், அவர்களின் பெரும்பாலான பிசியோதெரபி அமர்வுகளில் உதவுவதே எனது கடைமையாகும்.

நான் இந்த கவனிப்பு இல்லத்தில் 2011 -ல் தன்னார்வலராகச் சேவையாற்றத் துவங்கினேன். நான் 2015-ல் அலுவலராகப் பணியில் சேர்ந்தேன். இந்த நேரத்தில் நான் வாழ்க்கையில் ஓர் அங்கமாக இருக்கும் மரணத்தை அருகிலிருந்து பார்த்துள்ளேன்.

தங்களின் வாழ்க்கையில் மரணம் தவிர்க்கமுடியாத ஒன்று என உறுதியாக நினைக்கும் மக்கள் நம்மை போன்ற கவனிப்பு இல்லத்திற்கு வருகின்றனர். உயிர்வாழ அதிககாலம் இல்லாத நோயாளிகளிடத்தில் நாங்கள் செலவழிக்கிற நேரத்திற்கும் அக்கறைக்கும் மதிப்பு இருக்கிறதா என என்னிடம் கேட்கபட்டுள்ளது.

எனது பதில் எப்போதும் ஒன்றே மாதிரியானதாகும்: உலகிலுள்ள தங்கம் அனைத்தையும் விட அது மிகவும் மதிப்புமிக்கது

நோயளிகள் தங்கள் வாழ்க்கையிலுள்ள ஒவ்வொரு நொடியும் முக்கியமானது என்பதை அவர்கள் உணர்ந்துகொள்ளவேண்டும். நோய்த்தணிப்புப் பேணல் மூலமாக அவர்களால் தங்கள் வாழ்;க்கையை கடைசி நிமிடம் வரை முழுமையாக வாழ நான் உறுதி செய்துகொள்ள விரும்புகிறேன்.

ஏன் என்பதை நீங்கள் மேலும் புரிந்துகொள்ள நான் உங்களுக்கு ஒரு உண்மைக் கதையை சொல்லபோகிறேன்.

அது நேற்று நடந்ததுபோல எனது நினைவில் இருக்கிறது.

2015 ஆண்டில் ஜூன் மாதத்தில் ஒரு நாளன்று பிற்பகலில் திரு.லீ எங்களிடம் கொண்டு வரப்பட்டார். திரு. லீ, மூளைப் புற்றுநோயின் இறுதிக் கட்டத்தில் இருந்தார்.

அவர் மிக உயரமான, அழகிய தோற்றமுள்ள ஆணாக இருந்தார். அத்துடன், மிகவும் வெற்றிகரமான ஒரு நிறுவனத்தின் முன்னாள் தலைமை நிதி அதிகாரியாக இருந்தார். ஆனால் நோயால் அவரது தோற்றத்தில் மாற்றம் ஏற்பட்டது.

அவரது உயரமான தோற்றம், அப்போது எலும்பும் தோலுமாகக் காணப்பட்டது. ஒரு காலத்தில் புத்திசாலித்தனமாக இருந்த அவரது மனம், இப்போது நுண் தூண்டுதல்களுக்கு ஏற்ப அடைந்துவிட்டது.

திரு. லீ அவரது விசுவாசமுள்ள மனைவியின் துணையுடன் வந்திருந்தார். அத்துடன் அவரது இரண்டு மகள்களும் மற்றும் அவர்களது கணவன்மார்களும் அவருடன் வந்திருந்தார்கள். அவர்களது கண்களில் என்னால் அவர்கள் படும் துயர் காண முடிந்தது. அவர் கண்டிப்பானவராக இருந்தாலும் அதேசமயம் நேசமிக்க கணவராகவும் தந்தையாகவும் இருப்பதை என்னால் யூகிக்க முடிந்தது ஒரு காலத்தில் சக்திவாய்ந்த குடும்பத்தலைவராக இருந்தவர் இப்போது தனது முந்தைய நிலையின் நிழலாக மட்டுமே இருந்தார்.

அடுத்து சில நாட்களில் லீ குடும்பத்தைப் பற்றி மேலும் அறிந்துக்கொண்டேன்.

திருமதி லீ தினமும் காலையிலும் மாலையிலும் அவரது கணவரின் அருகில் அமர்ந்து துவண்டுகிடந்த அவரது கையைப்பிடித்துக்கொண்டுஇ நாற்பது ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக தனது வாழ்வைப்பகிர்ந்துகொண்ட அந்த மனிதரின் முகத்தில் உணர்ச்சியின் அடையாளம் எதுவும் தெரிகிறதா எனத் தேடிக்கொண்டே இருந்தார்.

பிள்ளைகள் வேலை முடிந்த பின்னர் பெரும்பாலான மாலை நேரங்களில் அவரைக் காண வருவார்கள். அப்போது அவர்கள் தங்களின் தாயாரிடம் சில விஷயங்களை பற்றி கேட்பார்கள். அவர் நன்கு தூங்கினாரா? அவர் எதையாவது சாப்பிட்டாரா? அவர் உங்களை அடையாளம் கண்டுகொண்டாரா? இவை அனைத்திற்கும் இடையில், திரு லீயின் கண்கள் அமைதியாகவே இருந்தது. அவரது வாய், ஒரு விடாப்பிடியான முகச்சுளிப்புடன் காணப்பட்டது. அவர் வெறுமனே உயிரோடுள்ள ஓடு போல் இருந்தாரா?

அவர் ஏற்கனவே நம்மை விட்டுச் பிரிந்து சென்றுவிட்டது போல் இருந்தது.

நான் திரு. லீக்கு பிசியோதெரபி அளிக்கும் போது திருமதி. லீயிடம் சாதாரணமாகப் நான் பேசுவேன்.

அதில் நான் தெரிந்துகொண்டது என்னவென்றால் திரு. லீ பிங் பாங் விளையாடுவதில் மிகவும் ஆர்வமுள்ளவராக இருந்தார். சர்க்கரை வெண்ணெய் வாட்டடை அவருக்கு மிகவும் பிரியமான ஒன்றாக இருந்தது.

நிறுவன நிகழ்ச்சிகளில் அவர் கொண்டாட்டத்தின் நட்சத்திரமாக காணப்பட்டார். அவரது நெருங்கிய நண்பர்கள் அவரை அரேபியாவின் லாரன்ஸ் என அழைப்பார்கள். அவர் ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட நிகழ்ச்சிகளில் வரலாற்றுப்பூர்வ கதாபாத்திரத்தைப் போல உடையணிந்து கொண்டிருந்தார்.

திரு லீயுடன் என் உறவை வலுப்படுத்த எனக்கு ஏதோ தேவைபட்டது. நான் எனது வேலையைச் செய்துகொண்டிருந்த போது அவருடன் பேசத் துவங்கினேன்.

“திரு. லீ, நீங்கள் திரும்பவும் பிங் பாங் விளையாட விரும்புகிறீர்களா?”

அது ஒருவர் மட்டுமே பேசும் உரையாடலாக இருந்தது.

“திரு. லீ, நாம் சர்க்கரை வெண்ணெய் வாட்டடை நாம் இருவரும் சாப்பிடலாமா?”

“திரு. லீ, உங்கள் நிறுவனக் கொண்டாட்டங்கள் பற்றி என்னிடம் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கலேன்”

ஆனால் அந்த வாரத்தின் ஒரு நாளில் எதோ ஒன்று என்னுள் தோன்றியது.

நான் திரு. லீயின் அறைக்குச் சென்று, அவரது வெறுமையான கண்களை நேரடியாகப் பார்த்தவாறு சொன்னேன்,

”வணக்கம், அரேபியாவின் லாரன்ஸ்!”

எனது இதயம் வேகமாக அடித்துகொண்டிருப்பதை ஏனெனில் திரு. லீயின் கண்களில் உயிரோடு பிரகாசிக்க தொடங்கின. பிறகு அவருடைய கண்கள் பொலிவுடனும் பெரிதாகவும் விரியத் துவங்கியதைக் கண்டேன். அவரது உதடுகள் சற்றே புன்னகைத்தது. அவர் என்னை நெருங்கி வர விரும்பியதாகத் தோன்றியது நானும் அவ்வாறு செய்தேன் அப்போது அவர் எனது சீருடையில் இருந்து எனது பெயரை படிக்க முயன்றார். நான் அவரிடம் என்னை அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டேன். அவர் அதற்கு சற்றே உற்சாகமாய் தலையசைத்தார்.

அன்றைய தினத்திற்குப் பிறகு, திரு. லீயிடம் ஏதோ மாற்றம் ஏற்பட்டிருப்பதாகத் தோன்றியது. நான் அவரது அறைக்குச் செல்லும்போது அல்லது அவர்களது பிள்ளைகள் அங்கு வரும்போது, அவர் தலையைத் திருப்புவார். நான் பிசியோதெரபி அமர்வுகளுக்காக அவரைத் தூக்க முயற்சிக்கும்போது அவர் எனது கைகளைப் பற்றிக்கொண்டார். ஒரு புதிய வாழ்க்கை துவங்குவதாக அவரது கைகள் மூலம் தோன்றியது. அவர் இப்போது புன்னகையுடன் அவரது மனைவியின் கேள்விகளுக்கு பதில்செயலாற்றினார். திருமதி லீயின் கன்னங்களில் கண்ணீர் வழிந்தோடியது.

திரு. லீ திரும்ப வந்துவிட்டார்.

அதன் பிறகு சிறிது காலத்தில் திரு. லீ எங்களை விட்டுச் சென்றுவிட்டார். மூளைப் புற்றுநோய் மிகவும் கடுமையான எதிரி. ஆனால், அவரது மனைவியும் பிள்ளைகளும் அவரது பிணி தொடர்பாய் அதிகம் நினைவில் வைத்திருப்பது அவரது வலியோ, தூங்காத இரவுகளோ அல்ல.

திரு. லீதான் மறுபடியும் கொஞ்சம் பேசிய சிரித்த பார்த்த அந்த வாரத்தை தான் அவர்கள் நினைவில் வைத்திருக்கின்றனர். தங்களின் அன்பை நேசமிக்க கணவரும் தந்தையுமாக அவர் அடையாளமறிந்து உறவாடிய தருணங்களைஇ மிகச்சிறியதே என்றாலும்இ அவர்கள் நினைவில் வைத்திருக்கின்றனர்.

அதுவே, நோய்த்தணிப்புப் பேணலின் முக்கியத்தை நான் முதல் தருணமாக உணர்ந்து கொண்டேன். அன்றைய நாள் எவ்வளவு கடினமாக இருந்தாலும் அடுத்த நாள் எப்போதுமே புதிய நாள் என்பதை அது எனக்கு கற்றுக்கொடுத்தது.

நான் அடிக்கடி திரு. லீயை நினைத்துக் கொள்வேன்.

மூளைப் புற்றுநோய் அவரது உடலையும் மனதையும் எடுத்துச்சென்று விட்டது, ஆனால் அவரது கௌரவத்தை எடுத்துச்செல்ல முடியவில்லை.

அவர் விட்டுவிலகுவதற்கு முன் வாழ்ந்துவிட்டார்.

நோய்த்தணிப்புப் பேணல் எதற்கு?

மைக்கேல் போன்ற தெரபிஸ்டுகளுக்கும் அப்பால், மருத்துவர்கள், செவிலியர், சமூகப் பணியாளர்கள், ஆலோசகர்கள், பயிற்சிபெற்ற தன்னார்வலர்கள் ஆகியோரைக் கொண்ட பன்முகக் குழுவால் நோய்த்தணிப்புப் பேணல் வழங்கப்படுகிறது. உடல்ரீதியாக, மனரீதியாக, உளவியல் ரீதியாக, சமூக ரீதியாக மற்றும் ஆன்மீக ரீதியாக கவனித்துக்கொள்வதன் மூலம் நோயாளிகளுக்கும் அவர்தம் குடும்பத்தினருக்கும் அவர்கள் சௌகரியத்தையும் ஆதரவையும் வழங்குகின்றனர்.

நோயாளிகள், தங்களின் தொடர்ந்திருக்கிற வாழ்க்கையின் தரத்தில் கவனம் செலுத்துவதற்காக நோய்த்தணிப்புப் பேணலைத் தேர்ந்தெடுக்கின்றனர். இது வாழ்க்கையை விட்டுக்கொடுப்பதற்கானது அல்ல. நோய்த்தணிப்புப் பேணல் சேவைகளானது இல்லப் பராமரிப்பு, பகல்நேரப் பராமரிப்பு, உள்நோயாளிப் பராமரிப்பு, ஆலோசகச் சேவைகள் என்பவையாகக் கிடைக்கின்றன.

நாம் நமது வாழ்க்கையை கௌரவத்துடன் சாத்தியமிக்க மிகக்குறைந்த வலியுடனும் நமது இறுதி அன்றைய நாள்முதல் கழிக்க வேண்டியிருந்தால் நாம் ஆரோக்கியமான உடலையும் மனதையும் கொண்டிருக்கும்போதே முன்கூட்டியே திட்டமிட்டுஇ நமது தீர்மானங்களைத் தெரியச் செய்ய வேண்டும்.

துவங்குவதற்கான 3 செயற்படிகள் இதோ:

பேசுவீர்

ஆயுளின் இறுதி காலத்திற்கான பராமரிப்பு குறித்து உங்கள் நேசமிக்கவ்ருடன் பேசத் துவங்குங்கள்

திட்டமிடுவீர்

என்ன நோய்த்தணிப்புப் பேணல் வாய்ப்புகளும் திட்டமிடல் கருவிகளும் கிடைக்கின்றன மற்றும் உங்களுக்குப் பொருத்தமாயுள்ளன என்பதை www.singaporehospice.org.sg -ல் காணுங்கள்.

செயல்படுவீர்

உங்களுக்கான வாய்ப்புகள் பற்றி உங்கள் நெருக்கமானவர்களிடம் சொல்லி, இன்றே திட்டங்களை வகுத்திடுங்கள்.

மேலதிகத் தகவலுக்கு:

சிங்கப்பூர் ஹாஸ்பைஸ் கவுன்சில்
1 Lor 2 Toa Payoh Level 7, Yellow Pages Building
Singapore 319 637

தொலைபேசி: 6538 2231
மின்னஞ்சல்: secretariat@singaporehospice.org.sg
இணையதளம்: www.singaporehospice.org.sg

Live Well Leave Well | வழங்குபவர்கள்: Singapore Hospice Council

வாழ்க வளமுடன். விடை பெறுக நலமுடன்

பதிப்புரிமம் © 2018 சிங்கப்பூர் ஹாஸ்பைஸ் கவுன்சில்.
எல்லா உரிமைகளும் காப்புடைமையானவை. இப்பிரசுரத்தின் எப்பகுதியையும், பதிப்புரிமதாரரின் எழுத்துப்பூர்வ முன்னனுமதி இல்லாமல், மின்னணுவியல், இயந்திரவியல், ஒளிநகலெடுப்பு, பதிவுசெய்தல் அல்லது வேறு ஏதேனும் என எவ்வடிவிலும் அல்லது எவ்வகையிலும் மறு உருவாக்கம் செய்யதோ, மீட்கத்தக்க அமைப்பில் பதிவுசெய்யதோ கூடாது.

ISBN (சாஃப்ட்கவர்) 9789811407666
ISBN (மின்-புத்தகம்): 9789811407673
உருவாக்கியவர் BLKJ. படவிளக்கமளித்தவர் Tran Dac Trung.
இப்புத்தக உருவாக்கத்தை சாத்தியமாக்க உதவியுள்ள தன்னார்வலர்களுக்கும், பங்களிப்பாளர்களுக்கும் Assisi Hospice சிறப்பு நன்றிகளைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறது.

Life Books