அரேபியாவை சேர்ந்த லாரன்ஸ்

கண்ணியமாக வாழ்ந்து, உலகைவிட்டு
விலகும் ஓர் உண்மை கதை

நாம் எப்படி இறக்க போகிறோம் என்பது முக்கியமா?

நம் வாழ்க்கையின் இறுதி கட்டத்தை நோக்கிச் செல்லும் மாதங்கள், நாட்கள், நிமிடங்கள் முக்கியமா?

என் பெயர் மைக்கேல் லுவிஸ். நான் அந்திமகால நாள் பராமரிப்பு நிலையத்தில் ஒரு மருத்துவ உதவியாளராக பணியாற்றுகிறேன்.

நோயாளிகளின் இயன்முறை சிகிச்சையின்போது (பிசியோதெரபி), வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளின் வழி, அவர்களுக்கு உடலியக்க, மன ரீதியாக ஆதரவு வழங்குவது என் பொறுப்பு.

அந்திமகால நாள் பராமரிப்பு நிலையத்தில் ஒரு தொண்டூழியராக 2011ஆம் ஆண்டில் தொடங்கினேன்.அங்கு முழு நேர ஊழியராக 2015ஆம் ஆண்டில் சேர்ந்தேன். இந்நேரத்தில் வாழ்க்கையின் இறுதி கட்டத்தை நோக்கிய மரணத்தை அருகாமையிலிருந்து பார்த்துள்ளேன்.

தங்களின் இறப்பு தவிர்க்கக்கூடியதல்ல என்பதை உணர்பவர்கள், எங்களின் அந்திமகால பராமரிப்பு நிலையங்கள் போன்றவற்றுக்கு வருகிறார்கள். இந்த நோயாளிகள் அதிக காலம் உயிர் வாழப் போவதில்லை என்று தெரிந்தும், அவர்களுடன் அதிக நேரம் செலவளித்து, பேணி காப்பது தேவைதானா என என்னிடம் கேள்வி கேட்கப்பட்டுள்ளது.

அதற்கு ஒரே பதில்தான் வைத்திருக்கிறேன். உலகில் கிடைக்கும் அனைத்து தங்கத்தையும்விட, இவர்களுடன் செலவளிக்கும் நேரம் அதிக மதிப்புமிக்கது.

தங்களின் வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு நொடியும் முக்கியம் என்பதை நோயாளிகள் உணர வேண்டும். வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளின் வழி, அவர்களின் கடைசி மூச்சு வரை, முழுமையான வாழ்க்கையை அவர்கள் நீடிக்க நான் கடப்பாடு கொண்டுள்ளேன்.

எதற்கு இவ்வாறு கூறுகிறேன் என்பதை உணர்த்த ஓர் உண்மை கதையை உங்களிடம் பகிர்ந்துகொள்கிறேன்.

அது நேற்று நடந்ததுபோல என் நினைவில் இருக்கிறது.

கடந்த 2015ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதத்தில் ஒரு நாளான்று, பிற்பகல் வேளையில், திரு லீ எங்கள் நிலையத்திற்கு கொண்டு வரப்பட்டார். அவருக்கு இறுதி கட்ட மூளை புற்றுநோய் இருக்கும் தகவல் எங்களிடம் தெரிவிக்கப்பட்டது.

அவர் மிக உயரமான, அழகான தோற்றமுள்ள ஆண். இதற்கு முன், ஒரு தலைசிறந்த நிறுவனத்தில் தலைமை நிதி அதிகாரி எனும் பதவில் இருந்தவர். நோயின் தாக்கம் அவரை விட்டதாக இல்லை.

உயர தோற்றம் கொண்டவர் எலும்பும் தோலுமாக காட்சியளித்தார். மிகுந்த அறிவுகூர்மையுடன் செயல்பட்டவர் இன்று உற்சாகமின்றி முடங்கிக் கிடந்தார்.

திரு லீ தம் அன்புக்குரிய மனைவியுடன் நிலையத்திற்கு வந்திருந்தார். திரு லீயின் இரு மகள்களும் அவர்களது கணவர்களும் அங்கு வந்திருந்தனர். அவர்களின் கண்களின் வாயிலாக அவர்கள் அனுபவிக்கும் வேதனையை உணர முடிந்தது. அவர் கண்டிப்பானவராக இருந்தபோதும், ஓர் அன்புமிக்க கணவராகவும் தந்தையாகவும் இருந்திருப்பார் என்று மனம் சொன்னது. வலிமைமிக்க குடும்ப தலைவராக இருந்தவர் இன்றோ தம் முந்தைய நிலையின் நிழலாகவே மட்டும் உள்ளார்.

அடுத்த சில நாட்களில், திரு லீ குடும்பத்தினரைப் பற்றி மேலும் அறிந்துகொண்டேன்.

ஒவ்வொரு நாளும் காலையிலும் மாலையிலும் திருமதி லீ கணவரின் கைகளை பிடித்தவாறு, அவர் முகத்தில் ஏதாவது உணர்ச்சிகள் இருக்கிறதா என்பதை ஏக்கத்துடன் பார்ப்பார். கிட்ட்த்தட்ட 40 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக தம் வாழ்க்கையை திரு லீயுடன் பங்குபோட்டுக் கொண்டவர் திருமதி லீ.

வேலை முடிந்ததும், மாலை வேளையில் பிள்ளைகள் திரு லீயை காண வருவார்கள். அவர் நன்கு உறங்கினாறா? , அவர் எதாவது சாப்பிட்டாரா? அவர் உங்களை அடையாளம் கண்டாரா? என தாயாரிடம் அடிக்கடி கேட்பர். இதற்கிடையில், தம்மை சுற்றி என்ன நடக்கிறது என்பதை கண்டுகொள்ளாமல் திரு லீ இருப்பார். அதிருப்தியை வெளிகாட்டும் உணர்ச்சி அவர் முகத்தில் தெரியும். உயிர் இருந்தும் உணர்ச்சியே இல்லாத ஓடு போல அவர் ஆகிவிட்டாரா?

அத்தருணம் அவர் ஏற்கெனவே எங்களைவிட்டு விலகிவிட்டார் என்ற உணர்வு வந்தது.

பிசியோதெரபி நடவடிக்கையில் திரு லீயுடன் ஈடுபட்டுக் கொண்டிருக்கும்போது, வழக்கமாக திருமதி லீயோடு உரையாடுவேன்.

அந்த உரையாடல்களில், திரு லீ ஒரு தீவிர 'பிங்-பாங்' விளையாட்டாளர் என்றும் அவருக்கு சர்க்கரை, 'பட்டர்' கலந்த 'ரொட்டி டோஸ்ட்' பிடிக்கும் என்பதையும் கற்றுக்கொண்டேன்.

மேலும், நிறுவன நிகழ்ச்சிகளில் இவர் பிரதான நபராக விளங்கினார். அவரின் நெருங்கிய நண்பர்கள் அவரை அரேபியாவின் லாரன்ஸ் என அழைப்பர். சில நிகழ்ச்சிகளில், அந்த வரலாற்று கதாப்பாத்திரத்தை சித்தரிக்கும் வகையில் அவர் உடையணிந்திருக்கிறார்.

திரு லீயுடன் நட்புறவை உருவாக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் எனக்குள் தோன்றியது. வேலையில் ஈடுபட்டவாறு அவருடன் உரையாட தொடங்கினேன்.

"திரு லீ, மீண்டும் பிங் பாங் விளையாட விரும்புகிறீர்களா?"

அது ஒருவழி உரையாடலாக இருந்தது.

"திரு லீ, சர்க்கரை, 'பட்டர்' கலந்த 'ரொட்டி டோஸ்ட்' சாப்பிடலாமா?"

"திரு லீ, உங்கள் நிறுவன கொண்டாட்டங்களைப் பற்றி என்னிடம் பகிர்ந்துகொள்ளுங்கள்."

ஆனால் அவ்வாரத்திலுள்ள ஒரு நாளில், ஏதோ ஓர் எண்ணம் எனக்குள் தோன்றியது.

திரு லீயின் அறைக்குள் சென்று, அவரது கண்களைப் பார்த்து, இவ்வாறு கூறினேன்.

”வணக்கம், அரேபியாவின் லாரன்ஸ்!”

திரு லீயின் கண்களில் உற்சாகம் பிறக்க, என் இதயம் படபட என்று துடித்தது. விழித்தவாறு அவரின் முகத்தில் புன்னகை மலர்ந்தது. என்னை நெருங்கச் செய்தார். நானும் அவரது அருகில் நெருங்க, என் சீருடையில் பொருத்தப்பட்ட என் பெயரை சொல்ல சிரமப்பட்டார். நானே என்னை அவரிடம் அறிமுகம் செய்துகொண்டேன். அதனை கேட்ட பிறகு அவர் தலையசைத்தார்.

அந்நாளுக்குப் பிறகு, திரு லீயிடம் மாற்றம் தெரிந்தது. அவரின் அறைக்குள் நுழையும்போதெல்லாம் அல்லது அவரின் பிள்ளைகள் அவரை சந்திக்க வரும்போது, தலையை திருப்புவார். பிசியோதெரபி நடவடிக்கைகளில் அவரை தூக்க முயலும்போது, என் கைகளை அவர் பிடிக்க, புத்துயிர் பெற்றதுபோன்ற உணர்வை அவரினுள் உணர முடிந்தது. இப்போது அவரால் மனைவியின் கேள்விகளுக்கு புன்னகையுடன் பதிலளிக்க முடிகிறது.திருமதி லீயின் கன்னங்களில் ஆனந்த கண்ணீர் வழிந்தோடியது.

திரு. லீ திரும்ப வந்துவிட்டார்.

அதற்கு பிந்திய குறுகிய காலக்கட்டத்தில், திரு லீ உலகத்தைவிட்டு விலகிவிட்டார். மூளை புற்றுநோய் என்பது அதிக பாதிப்பை உண்டாக்கக்கூடிய ஓர் எதிரி. இருப்பினும், திரு லீயின் மனைவியும் பிள்ளைகளும் திரு லீயின் நோயைப் பற்றி அதிகம் நினைவில் வைத்திருப்பது அனுபவித்த வலியோ அல்லது உறங்காத இரவுகளோ இல்லை.

அவர் மீண்டும் பழையபடி இருக்க முயன்ற அந்த வாரத்தை அவர்கள் நினைவுகூர்ந்தனர். அது குறுகிய காலமாக இருந்தாலும், கணவரும் தந்தையுமாக திரு லீ அன்பை வெளிகாட்டிய அந்த பொன்னான தருணங்கள் அவர்களின் நினைவில் உள்ளது.

வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளின் மகத்துவத்தை முதன்முதலாக அன்று நான் உணர்ந்தேன். அன்றைய நாள் எவ்வளவு கடினமாக விளங்கினாலும், மறுநாள் ஒரு புத்தம் புதிய நாளாக பிறக்கும் என்பதை கற்றுக்கொண்டேன்.

நான் அவ்வப்போது திரு லீயைப் பற்றி நினைப்பதுண்டு.

மூளை புற்றுநோய் அவரது மனதையும் உடலையும் எடுத்துச் சென்றுவிட்டது. ஆனால் அவர் நீடித்த கண்ணியமான வாழ்க்கைக்கு அதனால் பாதிப்பு இல்லை.

அவர் உலகைவிட்டு செல்வதற்கு முன், நன்கு வாழ்ந்துவிட்டார்.

வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் எதற்கு?

மைக்கேல் போன்ற மருத்துவ உதவியாளர்களுக்கு அப்பால், மருத்துவர்கள், தாதியர்கள், சமூக ஊழியர்கள், ஆலோசகர்கள், பயிற்சிபெற்ற தொண்டூழியர்கள் அடங்கிய பன்முகக் குழுவால் வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் வழங்கப்படுகிறது. உடலியக்க, மன, சமூக, ஆன்மிக ரீதியாக நோயாளிகளுக்கும் அவர்களது குடும்பத்தினருக்கும் ஆறுதலும் ஆதரவும் இக்குழுவினர் வழங்குகின்றனர்.

வாழ்க்கையின் இறுதி காலக்கட்டத்தில், வாழ்க்கை தரத்தில் கவனம் செலுத்த நோயாளிகள் வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளை தெரிவு செய்கின்றனர். இது வாழ்க்கையை விட்டுக்கொடுப்பதற்காக அல்ல. இல்ல பராமரிப்பு, நாள் பராமரிப்பு நிலையம், உள்நோயாளி பராமரிப்பு மற்றும் ஆலோசனை சேவைகள் போன்றவற்றில் வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகள் வழங்கப்படுகின்றன.

வாழ்க்கையின் இறுதி காலக்கட்டத்தை கண்ணியமான முறையில் அதிக வலி இல்லாமல் நீடிப்பதற்கு, முன்கூட்டியே திட்டமிட்டு, அதற்கான முடிவுகளை பிறரிடம் தாமதமின்றி தெரிவித்தல் முக்கியம். ஆரோக்கியமாகவும் சீரான மன நிலையில் இருக்கும்போதே முடிவெடுப்பது உகந்தது.

சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்ற பின்னணி

கடந்த 1995 ஆம் ஆண்டில் அமைக்கப்பட்ட சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்றம், பதிவுசெய்யப்பட்ட அறநிறுவனமாகவும் பொது பண்புக் கழகமாகவும் விளங்குகிறது. அந்திமகாலப் பராமரிப்பு, வலிதணிப்புக் கவனிப்புச் சேவைகளை சிங்கப்பூரில் வழங்கும் அமைப்புகளுக்கு பிரதிநிதியாக நாம் விளங்குகிறோம்.

கடுமையான நோய்களால் பாதிக்கப்படுபவர்களின் வாழ்க்கையை மேம்படுத்துவதிலும் அவர்களின் நெருங்கியவர்களுக்கு ஆதரவு வழங்குவதிலும் சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்றம் கடப்பாடு கொண்டுள்ளது.

இந்த மின் புத்தகத்தை library.singaporehospice.org.sg என்ற இணையப் பக்கத்திலிருந்து பதிவிறக்கம் செய்து கொள்ளலாம்.

மேல் விவரங்களுக்கு:

சிங்கப்பூர் அந்திமகாலப் பராமரிப்பு மன்றம்
535 Kallang Bahru, #03-09 GB Point
சிங்கப்பூர் 339351

தொலைபேசி: 6538 2231
மின்னஞ்சல்: info@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.

மறுபதிப்பு ஏப்ரல் 2019, மார்ச் 2020

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