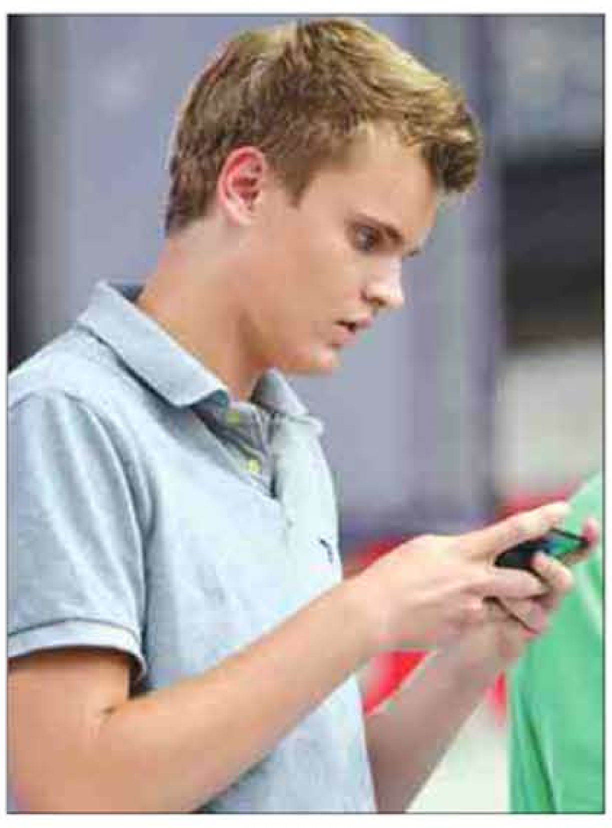

മുപ്പത്തൊമ്പതു
സെക്കൻഡുകൊണ്ട്
നൂറ്റിനാൽപ്പത്തൊമ്പത്
അക്ഷരങ്ങൾ
മൊബൈലിൽ ടൈപ്പ്
ചെയ്ത ഓസ്റ്റിന്
എസ്എംഎസ്
ടൈപ്പിങ്
മത്സരത്തിൽ
ഒന്നാം സ്ഥാനം

P14

ഇനിയൊരു സർജറി കൂടി
ചെയ്യാൻ കഴിയില്ല.
എനിക്കു പതിമൂന്നു
വയസേയുള്ളൂ.
താലിയ ഇതു
പറയുമ്പോൾ
സ്ക്രീനിനു മുന്നിലിരുന്ന്
എത്രയോ
പേരുടെ മിഴികൾ
ഈറനണിയുന്നു...

P18

മെട്രോ വാർത്ത LIFE

2012 ഓഗസ്റ്റ് 10 വെള്ളി

മെട്രോ വാർത്തയ്ക്കൊപ്പം വാർത്ത ലൈഫ്

കൊച്ചി, തിരുവനന്തപുരം, കോഴിക്കോട്, തൃശൂർ, മലപ്പുറം

പൂമുള്ളിയിലെ വൈദ്യൻ...

കർക്കടക ചികിത്സയ്ക്കെത്തിയവർക്കു രാവിലത്തെ മരുന്നു കൊടുത്ത് നീളൻ വരാന്തയിൽ കാത്തിരിക്കുന്നു വൈദ്യൻ ഡോ. അപർണ. പൂമുള്ളി മനയിലെ ഇളംതലമുറക്കാരൻ നീലകണ്ഠന്റെ ഭാര്യയായി അപർണ എത്തിയത് ഒരു ജന്മബന്ധത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണ്........

ബൈജു ഗോവിന്ദ്

പത്തായപ്പുരയുടെ വടക്കേമുറ്റത്തുള്ള ആൽത്തറ മഴയിൽ കുതിർന്നു. മതിലിനപ്പുറത്ത് ഇപ്പോഴും എട്ടുകെട്ടിന്റെ ഓർമയിൽ നനഞ്ഞു നിൽക്കുന്നു പൂമുള്ളിയിലെ മാവും ചെടികളും. വള്ളുവനാടിന്റെ ഐശ്വര്യം കാത്തുസൂക്ഷിച്ച ദേവീക്ഷേത്രത്തിനു മുന്നിൽ നിന്ന് ആറാം തമ്പുരാന്റെ ഇല്ലത്തേയ്ക്കു കടക്കുമ്പോൾ ഒരു തണുത്ത കാറ്റു വീശി. പൂമുള്ളി നീലകണ്ഠൻ നമ്പൂതിരി, എന്ന ജീനിയസിന്റെ പ്രഭ ഇപ്പോഴും പെയ്തു നിൽക്കുന്നു ഈ മണ്ണിൽ. ആ മനുഷ്യന്റെ വിജ്ഞാനവിസ്മയങ്ങൾ പൂമുള്ളിയുടെ പടിക്കെട്ടുകൾക്കു കാണിക്കവച്ചാണ് കാലം കടന്നുപോയത്. ഓർമകളെ നമിച്ച് ആ മണ്ണിലേക്കു കാലെടുത്തു വച്ചു. പൂമുള്ളിയിലെ പുതിയ മരുമകളെ കാണാനാണ് ഈ വരവ്.

ആറാംതമ്പുരാന്റെ മകൻ പൂമുള്ളി നാരായണൻ നമ്പൂതിരി. അദ്ദേഹത്തിനു രണ്ടു മക്കൾ, നീലകണ്ഠൻ പൂമുള്ളി,വാസുദേവ് പൂമുള്ളി.

കർക്കടക ചികിത്സയ്ക്കെത്തിയവർക്കു രാവിലത്തെ മരുന്നു കൊടുത്ത് നീളൻ വരാന്തയിൽ കാത്തിരിക്കുന്നു വൈദ്യൻ ഡോ. അപർണ. പൂമുള്ളി മനയിലെ ഇളംതലമുറക്കാരൻ നീലകണ്ഠന്റെ ഭാര്യയായി അപർണ എത്തിയത് ഒരു ജന്മബന്ധത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണ്. കോങ്ങാട് മല്ലിശ്ശേരി മനയിലെ പെൺകുട്ടി പൂമുള്ളിയിലെത്തുമ്പോൾ അത് സാക്ഷാൽ ആറാം തമ്പുരാനുള്ള ഒരു ഗുരുത്വബന്ധത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണ്. പറഞ്ഞു പോയാൽ കഥ കോങ്ങാട് വടശേരിയിലേക്കു മാറും. നീലകണ്ഠൻ നമ്പൂതിരിയും ഗൗരി അന്തർജനവും മകളെ വിഎംസി നമ്പൂതിരിയുടെ ശിഷ്യയാക്കിയതു മുതൽ പറയണം.

വള്ളൂർ മനയ്ക്കലെ ശിഷ്യ

വടശേരി എയുപി സ്കൂളിൽ മൂന്നാം ക്ലാസിൽ പഠിക്കുമ്പോഴാണു വള്ളൂർ മനയ്ക്കൽ ചെറിയ ശങ്കരൻ നമ്പൂതിരിയുടെ ചികിത്സകളിൽ സഹായിയായി അപർണ ചെല്ലുന്നത്. അന്നും ഇന്നും പേരു കേട്ട ആയുർവേദ ചികിത്സകനാണ് വിഎംസി എന്നറിയപ്പെടുന്ന ശങ്കരൻ നമ്പൂതിരി. കോങ്ങാട്ടുകാരുടെ കൺകണ്ട ദൈവമാണ്. നേരം പുലർന്നാൽ അപർണ വള്ളൂരെത്തും. മരുന്നെടുത്തു കൊടുക്കാനും ചികിത്സയ്ക്ക് കൂടെ

ശേഷം P16

പൂമുള്ളി മനയുടെ വരാന്തയിൽ ഡോ. അപർണ

ഗുരുനാഥന്റെ സുഹൃത്തും അത്രയും കാലം മനസിൽ കൊണ്ടു നടന്ന ആചാര്യനുമായ ആറാം തമ്പുരാന്റെ മനയിലെ മരുമകൾ.... ഇതല്ലേ ജന്മശേഷമുള്ള ചില കർമങ്ങളുണ്ടാക്കുന്ന ബന്ധം... നീലകണ്ഠനും അനുജൻ വാസുദേവും ട്രസ്റ്റിന്റെ അധികാരികളായി കായകൽപ്പത്തിനു വരെ സൗകര്യങ്ങളൊരുക്കുമ്പോൾ ആറാം തമ്പുരാന്റെ ചികിത്സാവിധികളുടെ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വീണ്ടും ആയുർവേദത്തിനു ജീവൻ നൽകുന്നു. എല്ലാ ചികിത്സകൾക്കും മേൽനോട്ടക്കാരിയായി ഡോ. അപർണ

പൂമുള്ളിയിൽ ചികിത്സയ്ക്കെത്തിയവർക്കൊപ്പം ഡോ. അപർണ

പൂമുള്ളിയിലെ വൈദ്യൻ...

13ാം പേജിൽ നിന്ന്

നിൽക്കാനുമായി നമ്പൂതിരിയോടൊപ്പമുണ്ടാകും. വയറിളക്കം ബാധിച്ചവർ മുതൽ പാമ്പു കടിയേറ്റവർ വരെയുണ്ടാകും ചികിത്സ തേടിയെത്തുന്നവരിൽ. കുട്ടിയെ സംസ്കൃതം പഠിപ്പിക്കട്ടെ എന്നു വിഎംസി ചോദിക്കുമ്പോൾ അതിനു മാത്രം എന്തു ഭാഗ്യമെന്നേ അപർണയുടെ അച്ഛൻ വിചാരിച്ചുള്ളൂ.

പരോപകാരാർഥമിതം ജീവിതം ... വിഎംസി പറഞ്ഞതിന്റെ അർഥം ഏഴാം ക്ലാസിൽ പഠിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ മനസിലാക്കാനുള്ള പ്രാപ്തി നേടിയിരുന്നു അപർണ. ജീവന്റെ പകുതിയായ ഭാര്യ മരിച്ചപ്പോൾ മക്കളുടെ കൂടെ നഗരങ്ങളിലേക്കു വിഎംസി പോകാതിരുന്നതിനു കാരണവും ഈ ശ്ലോകത്തിലുണ്ട്. പാമ്പു കടിയേറ്റവരെ ആരു രക്ഷിക്കും. കോങ്ങാടു ദേശത്ത് ചികിത്സയ്ക്കു വേറെയാര്...? മറ്റുള്ളവരുടെ ആവശ്യങ്ങൾക്കു വേണ്ടിയാവണം ആയുർവേദം പഠിച്ചയാളുടെ ജീവിതമെന്ന് സ്വന്തം ജീവിതംകൊണ്ടു വിഎംസി മാതൃക കാണിച്ചതാണ് അപർണ കണ്ടു പഠിച്ചത്.

ചെറുളപ്പുറത്ത് കൃഷ്ണൻ നമ്പൂതിരി എന്ന ആയുർവേദ പണ്ഡിതന്റെ ശിഷ്യനായിരുന്ന വിഎംസി. പറഞ്ഞു കേട്ട് കൂടല്ലൂർ പാരമ്പര്യത്തിന്റെ പിന്തുടർച്ചക്കാരായ ആയുർവേദ വിദഗ്ധരെ അപർണ കുട്ടിക്കാലത്ത് ആരാധിച്ചിരുന്നു. ആറാം തമ്പുരാന്റെയും വൈദ്യമഠം വലിയ നാരായണൻ നമ്പൂതിരിയുടെയുമൊക്കെ സുഹൃത്തായിരുന്ന വിഎംസി ഓരോന്നും പറഞ്ഞു പഠിപ്പിക്കുമ്പോൾ വലിയ ഭാഗ്യമെന്നു കരുതി അപർണ. കഥ പറയുന്നതുപോലെ ഓരോ ചികിത്സയും വിഎംസി പഠിപ്പിക്കുമ്പോൾ ആയുർവേദം ഒരു ജീവിതശൈലിയാണെന്നു തിരിച്ചറിഞ്ഞു. നീലകണ്ഠൻ നമ്പൂതിരിയും പത്നി ഗൗരി അന്തർജനവും മകളുടെ അറിവു മനസിലാക്കിയത് ഇളയ കുട്ടി ഗൗരിക്ക് വയറിളക്കം വന്നപ്പോഴാണ്.

അർധരാത്രി കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ഗൗരിക്കു നിലയ്ക്കാത്ത ഛർദ്ദിയും വയറിളക്കവും. എന്തു ചെയ്യണമെന്നറിയാതെ അമ്മയും അച്ഛനും ആകെ ഭയന്നു. ചൂളി വാറിലയും മോരും മലരും കൊണ്ട് കഞ്ഞി തിളപ്പിച്ച് കൊടുക്കൂ.. ഗുരുനാഥന്റെ ശബ്ദം ചെവിയിൽ കേൾക്കുന്നതുപോലെ. അമ്മയോട് കഞ്ഞി തിളപ്പിക്കാൻ പറഞ്ഞു അപർണ. ഗൗരിയുടെ ഛർദ്ദി നിന്നപ്പോഴാണ് അപർണ എവിടെയെത്തിയെന്ന് അച്ഛനുമമ്മയും തിരിച്ചറിഞ്ഞത്.

ആറാം തമ്പുരാന്റെ തണൽ...

പത്താം ക്ലാസ് കഴിഞ്ഞപ്പോൾ പ്ലസ്ടു പഠനം. ഒപ്പം വിഎംസിയുടെ ഇല്ലത്ത് ചികിത്സാപരിശീലനം. ഗുരുമുഖത്തു നിന്നുള്ള പരിശീലനത്തിന്റെ പരിചയവുമായി ബംഗളൂരുവിൽ ബിഎഎംഎസ്. അഞ്ചര വർഷം കഴിഞ്ഞ് മൂന്നാം റാങ്കോടെ ആയുർവേദ ഡോക്റ്ററായി തിരിച്ചെത്തി. ആദ്യം പോയത് വിഎംസിയെ കാണാനായിരുന്നു. എന്റെ ശിരസിൽ കൈവച്ചു നിൽക്കുമ്പോൾ ഗുരുവിന്റെ കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞു. അറിയാതെ ഞാനും കരഞ്ഞുപോയി... വിഎംസിയുടെ സ്നേഹവാത്സല്യങ്ങൾക്കു മുമ്പിൽ ഇതാ ഇപ്പോഴും അപർണയുടെ ശബ്ദമിടറുന്നു.

പെൺകുട്ട്യോളാണ്. എന്താ എവിടെയാന്നൊന്നും അറിയില്യ... അപർണയുടെ ഭാവി വരനെക്കുറിച്ച് ഗുരുനാഥന്റെ ആശങ്ക. അതു മാറിയത് പൂമുള്ളിയിൽ നിന്ന് വിവാഹാലോചന വന്നപ്പോഴാണ്. പൂമുള്ളിയിലെ ഇളമുറയിലൊരാളുമായുള്ള വേളി. ന്റെ കുട്ടി ഭാഗ്യം ചെയ്തോളാ... വിഎംസിയുടെ കണ്ണുകളിൽ വീണ്ടും സന്തോഷം നിറഞ്ഞു...

പൂമുള്ളി ആറാം തമ്പുരാൻ സ്മാരക ട്രസ്റ്റ് രൂപീകരിച്ച് ആയുർവേദ ചികിത്സകൾ മെച്ചപ്പെടുത്തിയ സമയത്താണ് മരുമകളായി അപർണ ഇവിടെയെത്തുന്നത്. നരിപ്പറമ്പ് ദേവൻ നമ്പൂതിരി ഉൾപ്പെടെയുള്ളവരുടെ കൂടെ ചികിത്സിക്കാനുള്ള അവസരം. അതിനുമപ്പുറം, ഗുരുനാഥന്റെ സുഹൃത്തും അത്രയും കാലം മനസിൽ കൊണ്ടു നടന്ന ആചാര്യനുമായ ആറാം തമ്പുരാന്റെ മനയിലെ മരുമകൾ.... ഇതല്ലേ ജന്മശേഷമുള്ള ചില കർമങ്ങളുണ്ടാക്കുന്ന ബന്ധം... നീലകണ്ഠനും അനുജൻ വാസുദേവും ട്രസ്റ്റിന്റെ അധികാരികളായി കായകൽപ്പത്തിനു വരെ സൗകര്യങ്ങളൊരുക്കുമ്പോൾ ആറാം തമ്പുരാന്റെ ചികിത്സാവിധികളുടെ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വീണ്ടും ആയുർവേദത്തിനു ജീവൻ നൽകുന്നു. എല്ലാ ചികിത്സകൾക്കും മേൽനോട്ടക്കാരിയായി ഡോ. അപർണ.

പാർക്കിൻസൺസ്, അമിതവണ്ണം, വന്ധ്യത, സുഖചികിത്സ... നോർവെയിൽ നിന്നും ജർമനിയിൽ നിന്നും ആളുകൾ ചികിത്സയുടെ കൂടല്ലൂർ പെരുമ തേടിയെത്തുന്നു. ആറാം തമ്പുരാന്റെയും വിഎംസിയുടേയും അനുഗ്രഹത്തോടെ ഒരു സുകൃതകർമം പോലെ എല്ലാം അനുഷ്ഠിക്കുന്നു അപർണ. വാതസംബന്ധിയായ രോഗങ്ങളും വന്ധ്യതയ്ക്കും അമിതവണ്ണത്തിനും ആയുർവേദമാണു നല്ല ചികിത്സ... പാരമ്പര്യം കൈമാറിക്കിട്ടിയ അനുഭവങ്ങളിലേക്കു കടക്കുകയാണ് ഡോ. അപർണ.

അണയാത്ത പൈതൃകം

രോഗം അറിയണം. അതിനു ഡയഗ്നോസ് ടെസ്റ്റ് ചെയ്യുന്നതിൽ തെറ്റില്ല. അതോടെ രോഗിക്കും ഡോക്റ്റർക്കും ചികിത്സ എളുപ്പമാവും. വന്ധ്യതയ്ക്കുള്ള ചികിത്സയെക്കുറിച്ച് ഒരുപാടു തെറ്റിദ്ധാരണകളുണ്ട്. ശരീരം ശുദ്ധീകരിച്ച്, കിടത്തി ചികിത്സിച്ചാൽ ആയുർവേദം ഫലപ്രദമാണ്. ആയുർവേദം പറയുന്ന മരുന്നുകൾ കൃത്യമായി സേവിച്ചാൽ ഫലം ഉറപ്പ്. ദമ്പതികൾ തമ്മിലുള്ള മാനസികപ്പൊരുത്തമാണ് ഇതിൽ ആദ്യം അറിയേണ്ടത്. ആയുർവേദത്തിൽ ഇതിനെല്ലാം ചികിത്സയുണ്ട്.

ചിട്ടയില്ലാത്ത ജീവിതക്രമമാണ് ഇപ്പോഴത്തെ രോഗങ്ങൾക്കെല്ലാം കാരണം. ഏതു പ്രവൃത്തികൾക്കും സമയനിഷ്ഠ പാലിച്ചില്ലെങ്കിൽ ശരീരം അസ്വസ്ഥമാകും. രോഗങ്ങളുണ്ടാകും. ഫാസ്റ്റ്ഫുഡും വാരിവലിച്ചുള്ള ഭക്ഷണ രീതിയും ഒഴിവാക്കണം. വ്യായാമത്തിന്റെ പേരിൽ ജിംനേഷ്യത്തിൽ മസിൽ പെരുപ്പിച്ചതുകൊണ്ട് ഫലം ഉണ്ടാകണമെന്നില്ല. ശരീരത്തിന് ഉപകാരമാകുന്ന രീതിയിലാവണം വ്യായാമം... പൂമുള്ളിയിലെ ഇളമുറ ഡോക്റ്ററുടെ ഉപദേശങ്ങൾ...

ചാറ്റൽ മഴ നിലച്ചിട്ടില്ല. കർക്കടക ചികിത്സയ്ക്കെത്തിയവർ ഉച്ചയൂണിന് ഊട്ടു പുരയിലേക്കു വന്നു തുടങ്ങി. ഒന്നിനുള്ളിൽ രണ്ടെണ്ണമായി മൂന്നു ഗൃഹങ്ങൾ തീർത്ത് മൂന്നു മാസം പുറത്തിറങ്ങാതെ ചികിത്സിച്ചാൽ യൗവ്വനം വീണ്ടെടുക്കാനുള്ള ചികിത്സ ആറാം തമ്പുരാനറിയാമായിരുന്നു. അറുപതു വയസുള്ളയാളെ മുപ്പതിന്റെ സൗന്ദര്യത്തിലേക്കു തിരിച്ചെത്തിക്കാനുള്ള ആ ചികിത്സയാണു കായകൽപ്പം. പൂമുള്ളിയുടെ പൂമുഖത്തു നിന്ന് അങ്ങനെ യൗവ്വനം വീണ്ടെടുത്തവരുണ്ട്.... പടിക്കൽ നിന്ന് യാത്രയാക്കുമ്പോൾ നീലകണ്ഠന്റെ അനുജൻ, ആറാം തമ്പുരാന്റെ കൊച്ചുമകൻ വാസുദേവാണ് ഇതു പറഞ്ഞത്. ഒന്നര പതിറ്റാണ്ടു മുമ്പ് ഈ മുറ്റത്തു നിന്നു യാത്രയായ നീലകണ്ഠൻ നമ്പൂതിരി സന്തോഷിക്കുന്നുണ്ടാവും ഇപ്പോൾ. ആ പൈതൃകം തുടരുകയാണ്, ഡോ. അപർണ വഴി...

ഡോ. അപർണ പറയുന്നു

നഗരങ്ങളിലെ ജീവിത രീതികൾ രോഗം ക്ഷണിച്ചു വരുത്തും. ദഹനക്കേടാണ് നഗര ജീവിതങ്ങളിൽ നേരിടുന്ന രോഗങ്ങളിലേറെയും. സ്വയം നിയന്ത്രിച്ചാൽ മാത്രമേ രോഗങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കാൻ സാധിക്കൂ. പനി, ഗ്യാസ്ട്രബിൾ, വയറുവേദന എന്നിവയ്ക്ക് വീട്ടിൽ ചെയ്യാവുന്ന ചികിത്സകൾ.

- **കുട്ടികളിലെ പനി :** മോര്, ഇഞ്ചി, കറിവേപ്പില, മഞ്ഞൾപ്പൊടി എന്നിവ നന്നായി മിശ്രിതമാക്കി അടുപ്പത്ത് കാച്ചിയെടുത്ത് കുടിക്കുക.
- **ഗ്യാസ് ട്രബിൾ :** ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കായം പൊടിച്ചിട്ട് അൽപ്പം ഉപ്പും ചേർത്ത് നന്നായി കലക്കിക്കുടിക്കുക.
- **ആർത്തവസംബന്ധമായ വയറു വേദന :** ഉലുവയും ജീരകവും വറുത്തു പൊടിച്ച് ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കലക്കി ചൂടോടെ കുടിക്കുക.

ഭർത്താവ് പൂമുള്ളി നീലകണ്ഠനൊപ്പം അപർണ