വിപാസ്സന ന്യൂസ്

മാനവ ശാക്തീകരണ ശുശ്രൂഷാ വിഭാഗം, മലങ്കര ഓർത്തഡോക്സ് സുറിയാനി സഭ

വാല്യം 1 ലക്കം 1 കോട്ടയം മെയ് 2016 പേജ് 6

ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധം അനിവാര്യം: പ. കാതോലിക്കാ ബാവ

കോട്ടയം: ആത്മഹത്യാപ്രതിരോധവും ബോധവൽക്കരണവും മുഖ്യ ദൗത്യമായി ഏറ്റെടുക്കാൻ സഭയും സമൂഹവും തയ്യാറാകണമെന്ന് പ. ബസ്സേലിയോസ് മാർത്തോമ്മാ പൗലൂസ് ദ്വിതീയൻ കാതോലിക്കാ ബാവ ആഹ്വാനം ചെയ്തു. ലോക ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധ ദിനാചരണം ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത് പ്രസംഗിക്കുകയായിരുന്നു അദ്ദേഹം.

വിപാസ്സന ഇമോഷണൽ സപ്പോർട്ട് സെന്ററും ബസ്സേലിയോസ് കോളജ് നാഷണൽ സർവ്വീസ് സ്കീം യൂണിറ്റും സംയുക്തമായി സംഘടിപ്പിച്ച പരിപാടിയിൽ മാനവ ശാക്തീകരണ വിഭാഗം പ്രസിഡന്റ് ഡോ. തോമസ് മാർ അത്താനാസ്യോസ് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. പ്രശസ്ത ക്രിക്കറ്റ് താരം എസ്. ശ്രീശാന്ത് മുഖ്യാതിഥി ആയിരുന്നു.

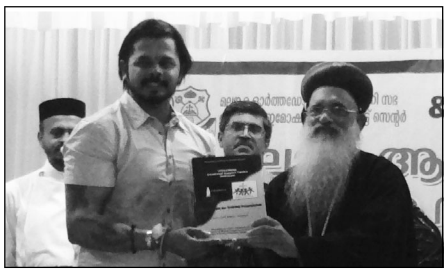
ജീവിതത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ പ്രതിസന്ധി നേരിടേണ്ടി വന്ന സമയത്ത് ആത്മഹത്യയിൽ നിന്ന് തന്നെ രക്ഷിച്ചത് ഈശ്വരവിശ്വാസവും കുടുംബത്തിന്റെ പിന്തുണയുമാണെന്ന് ശ്രീശാന്ത് പറഞ്ഞു.

വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആത്മഹത്യകളുടെ മുഖ്യകാരണം പ്രതീക്ഷകളുടെയും നേട്ടങ്ങളുടെയും ഇടയിലുള്ള ചേർച്ചക്കേടുകൾ ആണെന്ന് അസിസ്റ്റന്റ് കളക്ടർ ഡോ. ദിവ്യ എസ്. അയ്യർ ഐ.എ.എസ്. പറഞ്ഞു.

ലോക ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധദിനം പ. കാതോലിക്കാ ബാവാ കോട്ടയത്ത് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു. ഇടതുനിന്ന് ഡോ. സിബി തരകൻ, പ്രൊഫ. അലക്സാണ്ടർ വി. ജോർജ്ജ്, ഫാ. ഫിലൻ പി. മാത്യു, എസ്. ശ്രീശാന്ത്, ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഡോ. ദിവ്യ എസ്. അയ്യർ ഐ. എ. എസ്, ഡോ. തോമസ് മാർ അത്താനാസ്യോസ് മെത്രാപ്പോലീത്ത.

ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ് (ഡെപ്യൂട്ടി സെക്രട്ടറി), ഫാ. ഫിലൻ പി. മാത്യു (ജനറൽ സെക്രട്ടറി, വിദ്യാർത്ഥി പ്രസ്ഥാനം), ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ് (ജനറൽ സെക്രട്ടറി, ഒ.എം.എഫ്.), ഡോ. സിബി തരകൻ (ഡയറക്ടർ, വിപാസ്സന), പ്രൊഫ. അലക്സാണ്ടർ വി. ജോർജ്ജ് (പ്രിൻസിപ്പൽ, ബസ്സേലിയോസ് കോളജ്), പ്രൊഫ. ശരത് പി. നാഥ് (എൻ.എസ്.എസ്. പ്രോഗ്രാം ഓഫീസർ) എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

ബസ്സേലിയോസ് കോളജ് എൻ.എസ്.എസ്. യൂണിറ്റിലെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ കോട്ടയം നഗരത്തിന്റെ വിവിധ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധ സന്ദേശങ്ങൾ പ്രചരിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് നടത്തിയ ഫ്ളാഷ്മോബ് ജനശ്രദ്ധ ആകർഷിച്ചു.



വിപാസ്സന പരിശീലന സഹായി പ്രകാശനം ചെയ്തു

വിപാസ്സനയുടെ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനായി തയ്യാറാക്കിയ പരിശീലകർക്കുള്ള കൈപ്പുസ്തകത്തിന്റെ പ്രകാശനം പ. ബസ്സേലിയോസ് പൗലോസ് ദ്വിതീയൻ കാതോലിക്കാ ബാവ നിർവ്വഹിച്ചു.

ലോക ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി കോട്ടയം ബസ്സേലിയോസ് കോളജിൽ വിപാസ്സന സംഘടിപ്പിച്ച സമ്മേളനത്തിൽ പ്രശസ്ത ക്രിക്കറ്റ്താരം എസ്. ശ്രീശാന്ത് പുസ്തകം ഏറ്റുവാങ്ങി.

ആത്മഹത്യയും പ്രതിരോധമാർഗ്ഗങ്ങളും, കുടുംബവും മാധ്യമങ്ങളും, വ്യക്തിത്വ വികസനവും കുടുംബവും, സാർത്ഥകമായ ജീവിതസായാഹ്നം, ഭിന്നശേഷി ക്രിസ്തുവിന്റെ കാഴ്ചപ്പാടിൽ തുടങ്ങി വിവിധ വിഷയങ്ങളെ കേന്ദ്രീകരിച്ചുള്ള ലേഖനങ്ങൾ പുസ്തകത്തിലുണ്ട്. ഫാ. ഡോ. ഒ. തോമസ്, ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഡോ. വർഗ്ഗീസ് പുന്നൂസ്, ഡോ. സിബി തരകൻ, ഡോ. വൈ. അന്നമ്മ വറുഗീസ്, മറിയാമ്മ തരകൻ, ഡോ. ജോൺ കുന്നത്ത്, പ്രൊഫ. സൂസൻ തോമസ്, പ്രൊഫ. ലൗലി രാജൻ, ചാക്കോ തരകൻ, ഡോ. റേച്ചൽ ജോർജ്ജ്, രേഷ്മ എൽസ റെജി തുടങ്ങിയവരാണ് ലേഖനകർത്താക്കൾ.

വിദ്യാർത്ഥി പ്രസ്ഥാനം വാർഷിക സമ്മേളനത്തിൽ വിപാസ്സന

പത്തനംതിട്ട കാതോലിക്കേറ്റ് കോളജിൽ നടന്ന എം.ജി.ഒ.സി.എസ്.എം. വാർഷിക കോൺഫ്രൻസിൽ വിപാസ്സന ഹെൽപ്പ് ഡെസ്ക് ക്രമീകരിച്ചു. വിപാസ്സനയിലൂടെ ലഭ്യമാകുന്ന സഹായങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഡയറക്ടർ ഡോ. സിബി തരകൻ വിദ്യാർത്ഥികളെ ഉദ്ബോധിപ്പിച്ചു. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ആവശ്യമായ വൈകാരിക സഹായങ്ങൾ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ നൽകി.

ജനറൽ സെക്രട്ടറി ഫാ. ഫിലൻ പി. മാത്യുവിന്റെ പ്രത്യേക താൽപര്യപ്രകാരമാണ് ഹെൽപ്പ് ഡെസ്ക് ഒരുക്കിയത്. ഇതര ആത്മീയ സംഘടനകളുടെ സമ്മേളനങ്ങളിലും ഇത്തരം സേവനങ്ങൾ നൽകാൻ വിപാസ്സന സന്നദ്ധമാണ്. അതിനായി പ്രത്യേക സെഷൻ ക്രമീകരിക്കുന്നത് പ്രയോജനകരമായിരിക്കും.

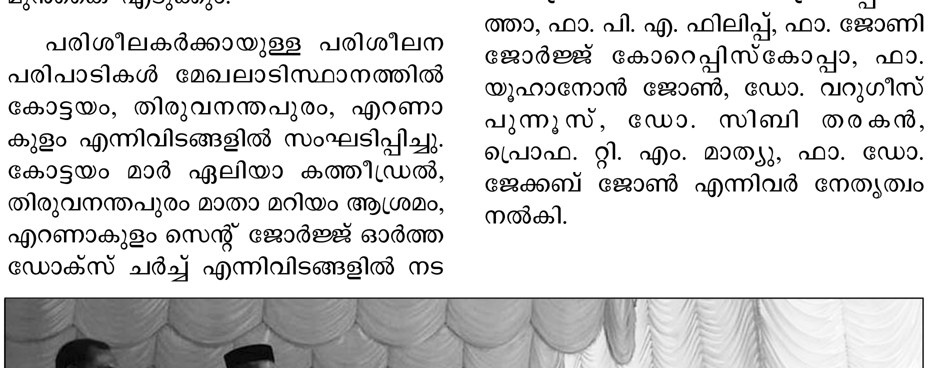
2016 സമഗ്ര സൗഖ്യത്തിന്റെ വർഷം

മലങ്കര ഓർത്തഡോക്സ് സഭ ഈ വർഷം സമഗ്രസൗഖ്യത്തിന്റെ വർഷമായി ആചരിക്കുന്നു. ശരീരം, മനസ്സ്, ആത്മാവ്, പ്രകൃതി എന്നിവയുടെ സൗഖ്യമാണ് യഥാർത്ഥ സൗഖ്യാവസ്ഥ പ്രദാനം ചെയ്യുന്നത്.

രോഗചികിത്സ, രോഗപ്രതിരോധം എന്നിവയ്ക്കു പുറമേ ആരോഗ്യ പരിരക്ഷ, ശുചിത്വം എന്നിവയെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധവൽക്കരണം 'സമഗ്രസൗഖ്യ' ഊന്നൽ നൽകുന്നു.

സമഗ്രസൗഖ്യ വർഷാചരണത്തിന്റെ ഉദ്ഘാടനം 2015 ഡിസംബർ 31-ന് ദേവലോകം കാതോലിക്കേറ്റ് അരമന ഓഡിറ്റോറിയത്തിൽ പ. ബസ്സേലിയോസ് മാർത്തോമ്മാ പൗലൂസ് ദ്വിതീയൻ കാതോലിക്കാ ബാവ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. സഭയുടെ മാനവ ശാക്തീകരണ വിഭാഗത്തിന്റെ മുഖ്യചുമതലയിൽ നടപ്പിലാക്കുന്ന ഈ പദ്ധതിയിൽ ആദ്ധ്യാത്മിക പ്രസ്ഥാനങ്ങൾ സജീവ പങ്കാളിത്തം വഹിക്കും. സമഗ്രസൗഖ്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ആശയങ്ങൾ സഭയിലും സമൂഹത്തിലും പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിന് ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറവും വിപാസ്സന ഇമോഷണൽ സപ്പോർട്ട് സെന്ററും മുൻകൈ എടുക്കും.

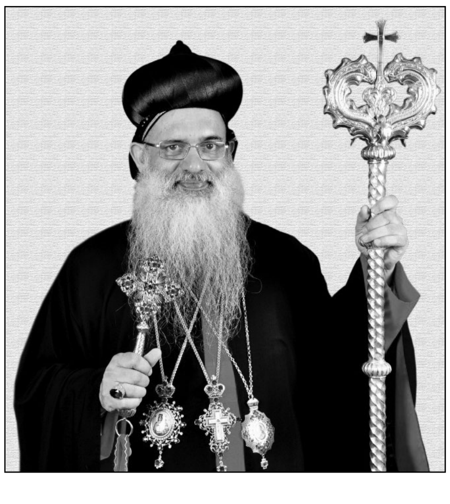
പരിശീലകർക്കായുള്ള പരിശീലന പരിപാടികൾ മേഖലാടിസ്ഥാനത്തിൽ കോട്ടയം, തിരുവനന്തപുരം, എറണാകുളം എന്നിവിടങ്ങളിൽ സംഘടിപ്പിച്ചു. കോട്ടയം മാർ ഏലിയാ കത്തീഡ്രൽ, തിരുവനന്തപുരം മാതാ മറിയം ആശ്രമം, എറണാകുളം സെന്റ് ജോർജ്ജ് ഓർത്തഡോക്സ് ചർച്ച് എന്നിവിടങ്ങളിൽ നടത്തിയ ക്ലാസ്സുകൾക്ക് ഡോ. ഗബ്രിയേൽ മാർ ഗ്രീഗോറിയോസ് മെത്രാപ്പോലീത്താ, ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഫാ. ജോണി ജോർജ്ജ് കോറെപ്പിസ്കോപ്പാ, ഫാ. യൂഹാനോൻ ജോൺ, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, ഡോ. സിബി തരകൻ, പ്രൊഫ. റ്റി. എം. മാത്യു, ഫാ. ഡോ. ജേക്കബ് ജോൺ എന്നിവർ നേതൃത്വം നൽകി.



സഭയുടെ 'സമഗ്രസൗഖ്യ' പദ്ധതിയുടെ ഉദ്ഘാടനം പ. കാതോലിക്കാ ബാവാ നിർവ്വഹിക്കുന്നു. ഇടതുനിന്ന് ഡോ. സിബി തരകൻ, ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഫാ. ഡോ. കെ.എം. ജോർജ്ജ്, ഫാ. ഡോ. ബിജേഷ് ഫിലിപ്പ്, ഡോ. മാത്യു പാറയ്ക്കൽ, പ്രൊഫ. ഡോ. വൈ. ജോയി, പ്രൊഫ. പി. സി. ഏലിയാസ്, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്.

ത്യാഗമനോഭാവത്തോടെ പ്രവർത്തിച്ചു മുന്നേറുവാൻ കഴിയണം

പ. ബസേലിയോസ് മാർത്തോമ്മാ പൗലോസ് ദ്വിതീയൻ



മലങ്കര ഓർത്തഡോക്സ് സഭയുടെ പുതിയ കാൽവയ്പാണ് വിപാസ്സന പദ്ധതി. മനുഷ്യൻ ദേഹം, ദേഹി, ആത്മാവ് എന്നീ മൂന്നു ഘടനകളുടെ സമന്വയമാണ്. മനുഷ്യന്റെ ആളത്വവും പ്രവർത്തനങ്ങളും എല്ലാം നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്നത് മനുഷ്യമനസ്സിലാണ്. മനുഷ്യമനസ്സിൽ നിന്നും ആശയങ്ങൾ ഉത്ഭവിച്ചാണ് ജീവിതത്തിന്റെ ഓരോ ചുവടുവെയ്പുകളും പിന്നീട് ഉണ്ടാകുന്നത്.

മനുഷ്യമനസ് ശാന്തമായി നിലനിർത്തുവാൻ സാധിക്കണം. മനുഷ്യമനസ്സിന്റെ ശാന്തി തകർക്കുന്ന പ്രത്യേക സാഹചര്യങ്ങളിലൂടെയാണ് നാം കടന്നുപോകുന്നത്. എല്ലാവരുടെയും മനസ് സംഘർഷപൂരിതമായികൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. മനുഷ്യമനസിലേക്ക് കൊടുങ്കാറ്റ് അടിച്ചുകയറുന്ന സാഹചര്യമാണ് വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്.

മനുഷ്യമനസ് സംഘർഷപൂരിതമാകുമ്പോൾ മനുഷ്യന്റെ തന്നെ ദിശാബോധം നഷ്ടപ്പെടും. അപ്പോൾ വളരെ നാശകരമായ തീരുമാനങ്ങൾ എടുത്ത് അപകടത്തിൽപ്പെടും. ഇത് വളരെ കൂടുകയാണ്. ഒരു കാലത്ത് കൂട്ടുകുടുംബ വ്യവസ്ഥിതി ശക്തമായി ഇവിടെ നിലനിന്നിരുന്നു. എന്നാൽ ന്യൂക്ലിയർ കുടുംബങ്ങൾ ആയതോടെ മനുഷ്യമനസുകളിൽ ഒത്തിരി മതിലുകൾ പണിതുയർത്തിക്കഴിഞ്ഞു. വീടുകൾ പോലും ഒറ്റപ്പെട്ട തുരുത്തുകളാണ്. വീടുകളിൽ ആൾപ്പെരുമാറ്റമോ മനുഷ്യജീവിതമോ ഇല്ലാതെ പോകുന്നു.

മനുഷ്യമനസ്സിൽ മതിലുകൾ തീർക്കുമ്പോൾ മനുഷ്യൻ സമൂഹത്തിൽ നിന്നു തന്നെ ഒറ്റപ്പെട്ടുപോകുന്നു. സമൂഹത്തിൽ നിന്നും ഒറ്റപ്പെട്ടു ജീവിക്കുവാൻ എടുക്കുന്ന തീരുമാനങ്ങൾ പലപ്പോഴും പാളിപ്പോകും. അപ്പോൾ ശാന്തമായി മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിക്കണം. ശരിയായ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുവാനും കഴിയണം. പാളിച്ചകൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ തന്നെ ശരിയായ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുവാൻ കഴിയുന്നെങ്കിൽ വളരെ പ്രയോജനപ്പെടും. ജീവിതത്തിൽ പാളിച്ചകൾ സംഭവിക്കുന്നത് മുഴുവനും ചില ദുർബല നിമിഷങ്ങളിലായിരിക്കും.

തടവറയിൽ കഴിയുന്നവരോട് സംസാരിക്കുമ്പോൾ പലരും പറയുന്നതു കേട്ടിട്ടുണ്ട്. ഒരു ദുർബലനിമിഷത്തിൽ സംഭവിച്ചു പോയതാണെന്ന്. പല കൊലപാതകികളും ഇത്തരം കാര്യങ്ങൾ ഓർത്ത് ദുഃഖിക്കുന്നതു കണ്ടിട്ടുണ്ട്. ഇതു സ്വാഭാവികമാണ്. ഇത്തരം സംഭാഷണങ്ങൾ കേൾക്കുമ്പോൾ എന്റെ മനസും പലപ്പോഴും വേദനിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആത്മഹത്യ, കൊലപാതകം, ക്രൂരത എന്നിവയെല്ലാം മനസിൽ തീരുമാനിക്കുന്നവയാണ്. ഇത്തരം ചിന്തകൾ ആരംഭിക്കുമ്പോൾ തന്നെ അതിനെ നിയന്ത്രിക്കുവാനും ദിശ തിരിച്ചുവിടുവാനും കഴിയണം. ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് നാം നേതൃത്വം നൽകിയാൽ അത് പുണ്യകരമായ പ്രവർത്തനമായിരിക്കും. സംഘർഷജീവിതം നയിക്കുന്നവർക്ക് സാന്ത്വനം പകരുന്ന ശുശ്രൂഷ വളരെ മംഗളകരമാണ്. പുണ്യതരമാണ്. മാനസിക സംഘർഷം നേരിടുന്നവർക്ക് ദിശാബോധവും സാന്ത്വനവും നൽകുവാൻ സഭകൾക്ക് വലിയ ഉത്തരവാദിത്തമുണ്ട്. സഭയിൽ ഇപ്പോൾ ആരംഭിക്കുന്ന വിപാസ്സന പദ്ധതിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വളരെ ത്യാഗമനോഭാവത്തോടെ പ്രവർത്തിച്ചു മുന്നേറുവാൻ കഴിയണം. അത് വിജയകരമാക്കുവാൻ ഏവരും പരിശ്രമിക്കുകയും ചെയ്യണം.

(വിപാസ്സന സെന്റർ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത് കോട്ടയത്ത് നടത്തിയ പ്രഭാഷണം, 23-5-2015)

വിദ്യാഭ്യാസ സഹായം നൽകി

സാമ്പത്തികമായി പിന്നോക്കം നിൽക്കുന്ന നാലു കുടുംബങ്ങളിലെ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് വിദ്യാഭ്യാസ സഹായം ലഭ്യമാക്കി. പാലാ സ്വദേശിയായ പെൺകുട്ടിയുടെ പിതാവ് രണ്ടു വർഷം മുമ്പ് അപകടത്തിൽ മരിച്ചതാണ്. പാറമ്പുഴയിൽ നിന്നുള്ള രണ്ടു കുട്ടികളുടെ പിതാവ് മസ്തിഷ്ക്കാഘാതത്തെ തുടർന്ന് കിടപ്പിലാണ്. മുട്ടമ്പലത്തുനിന്നുള്ള രണ്ടു കുട്ടികളുടെ പിതാവ് വർഷങ്ങളായി മാനസികരോഗത്തിന് ചികിത്സയിലാണ്.

അമ്മമാരോടൊപ്പം തങ്ങളുടെ വൈകാരികപ്രശ്നങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിനായി വിപാസ്സനയിൽ എത്തിയ കുട്ടികളെ ആർദ്രതാ ഫെലോഷിപ്പ് ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റ്, ആരോഗ്യ ചാരിറ്റബിൾ ഫൗണ്ടേഷൻ ട്രസ്റ്റ് എന്നീ സംഘടനകളുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തുകയും വിദ്യാഭ്യാസ സഹായം ലഭ്യമാക്കുകയുമാണ് ചെയ്തത്.

തുടർ പരിശീലന പരിപാടികൾ

വിപാസ്സനയുടെ ടെലിഫോൺ ഹെൽപ്പ് ലൈനിലും ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികളിലും സേവനം ചെയ്യുന്ന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്കായി തുടർ പരിശീലന പരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിച്ചു. ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, ഡോ. ജോൺ ഡി. കുന്നത്ത്, പ്രൊഫ. ഡോ. ജോസഫ് പി. വർഗീസ്, ലിസ്സി കുന്നത്ത്, ഡോ. സാവൻ എലിസബത്ത് മാത്യു, ഡോ. മെറിൻ പുന്നൻ എന്നിവർ ക്ലാസ്സുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകി.

വിപാസ്സനയുടെ വൈകാരിക സഹായ പ്രവർത്തനങ്ങൾ

വിപാസ്സന ഇമോഷണൽ സപ്പോർട്ട് സെന്ററിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നാലു വിധത്തിലാണ്:

1. വൈകാരിക സഹായ ടെലിഫോൺ ലൈൻ

വൈകാരിക പ്രതിസന്ധിയിൽ അകപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന വ്യക്തികളെ ടെലിഫോൺ ഹെൽപ്പ്ലൈനിലൂടെ സമാശ്വസിപ്പിക്കുകയും ധൈര്യപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് 'വിപാസ്സന'യുടെ മുഖ്യ ദൗത്യം. ജാതി-മത വ്യത്യാസമില്ലാതെ ഏതു പ്രായത്തിലുള്ളവർക്കും ഹെൽപ്പ് ലൈനിലേക്ക് വിളിക്കാവുന്നതാണ്. സാമൂഹിക സേവനരംഗത്തും കൗൺസലിംഗിലും പരിശീലനം ലഭിച്ചിട്ടുള്ള സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരാണ് ടെലിഫോൺ ഹെൽപ്പ് ലൈനിൽ സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്നത്. വിളിക്കുന്നവർ അവരുടെ പേരോ ഐഡന്റിറ്റിയോ വെളിപ്പെടുത്തണമെന്നില്ല. സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ ക്ഷമാപൂർവ്വകവും ആർദ്രവുമായ സമീപനം വൈകാരികമായി പ്രയാസപ്പെടുന്നവർക്ക് സൗഖ്യദായകമായിരിക്കും.

2. മുഖാമുഖ ചർച്ചകൾ

വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങൾ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുമായി മുഖാമുഖം പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിന് സൗകര്യമുണ്ട്. ഹെൽപ്പ്ലൈനിൽ വിളിച്ച് മുൻകൂട്ടി അറിയിച്ചിട്ടു വരുന്നവർക്ക് എത്രസമയം വേണമെങ്കിലും അവരുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ നേരിട്ടു സംസാരിക്കാം. വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങളെ മാത്രമല്ല, അനുദിന ജീവിതത്തിൽ നേരിടേണ്ടിവരുന്ന വിവിധ പ്രശ്നങ്ങളെയും കൂടുതൽ ഉൾക്കാഴ്ചയോടെ സമീപിക്കുന്നതിനും ഉപദേശങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നതിനും ഇത്തരം മുഖാമുഖ ചർച്ചകൾ പ്രയോജനപ്പെടും. ഇത്തരം കൂടിക്കാഴ്ചകൾ പ്രൊഫഷണൽ കൗൺസലിംഗിന്റെ പരിധിയിൽ വരുന്നില്ല; കൗൺസലിംഗിലേക്ക് വ്യക്തിയെ നയിക്കുന്നതിന് ഇത്തരം കൂടിക്കാഴ്ചകൾ പ്രോത്സാഹനം നൽകുന്നു. പ്രൊഫഷണൽ കൗൺസലിംഗ് ആവശ്യപ്പെടുന്നവരെ അനുയോജ്യരായ വിദഗ്ദ്ധർ/സ്ഥാപനങ്ങൾ എന്നിവരുമായി ബന്ധപ്പെടുന്നതിന് ഈ കൂടിക്കാഴ്ചകൾ സഹായിക്കുന്നു.

3. ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധപ്രവർത്തനങ്ങൾ

വ്യക്തിപരം, ജീവശാസ്ത്രപരം, സാമൂഹികം, മനഃശാസ്ത്രപരം തുടങ്ങി നിരവധി ഘടകങ്ങളുടെ സംയുക്ത സ്വാധീനമാണ് ഒരു വ്യക്തിയെ ആത്മഹത്യയിലേക്ക് നയിക്കുന്നത്.

ആത്മഹത്യയ്ക്ക് മുതിരുന്ന എല്ലാ വ്യക്തികളും മരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവരല്ല. തീവ്രമായ മനോവ്യഥയിൽനിന്ന് രക്ഷനേടുന്നതിന് – മറ്റ് യാതൊരു സഹായവും ലഭിക്കുകയില്ല എന്നു തോന്നുമ്പോൾ – മാത്രമാണ് ഒരു വ്യക്തി സ്വയം മരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ഉചിതമായ സമയത്ത് അനുയോജ്യമായ വൈകാരികസഹായം ആ വ്യക്തിക്ക് ലഭ്യമാക്കാൻ സാധിച്ചാൽ ആത്മഹത്യകൾ ഒരു പരിധി വരെ തടയാൻ സാധിക്കും.

'വിപാസ്സന'യുടെ വൈകാരിക സഹായ ടെലിഫോൺ ലൈൻ ആത്മഹത്യാപ്രതിരോധത്തിന് സഹായകമാണ്. വൈകാരിക പ്രതിസന്ധിയിൽ ആത്മഹത്യയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുന്നവരെ അതിൽനിന്ന് പിന്തിരിപ്പിക്കുന്നതിന് ഹെൽപ്പ്ലൈനിലൂടെ സാധിക്കും.

ആത്മഹത്യകൾ സംഭവിച്ചിട്ടുള്ള കുടുംബങ്ങളിൽ വീണ്ടും ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാകാതിരിക്കുന്നതിന് മുൻകരുതലുകൾ എടുക്കുക എന്നതും 'വിപാസ്സന'യുടെ ലക്ഷ്യമാണ്. ആത്മഹത്യകൾ സംഭവിച്ച കുടുംബങ്ങളിൽ അത് ഉണ്ടാക്കിയ വേദന ആഴത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്നു. ആത്മഹത്യകൾ സംഭവിച്ച കുടുംബങ്ങളിൽ വീണ്ടും അത് ആവർത്തിക്കപ്പെടാനുള്ള സാധ്യത ഏറെയാണ്. ഇത് തടയുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ – കുടുംബസംഗമങ്ങൾ, ധ്യാനം, കൗൺസലിംഗ് – വിപാസ്സനയുടെ പ്രവർത്തനമേഖലയിൽ ഉണ്ട്.

4. ബോധവൽക്കരണ/പരിശീലന പരിപാടികൾ

കുടുംബജീവിത ശാക്തീകരണവും ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധവും ലക്ഷ്യമാക്കിയുള്ള ബോധവൽക്കരണവും പരിശീലനപരിപാടികളും 'വിപാസ്സന' സംഘടിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. സഭയുടെ മാനവ ശാക്തീകരണ വിഭാഗം മുൻ വർഷങ്ങളിൽ നടപ്പിലാക്കിയ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾ കൂടുതൽ ആഴത്തിൽ സമൂഹത്തിലേക്ക് ഇറങ്ങിച്ചെല്ലുന്നവിധത്തിൽ ആദ്ധ്യാത്മിക പ്രസ്ഥാനങ്ങളുടെയും സന്നദ്ധസംഘടനകളുടെയും വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും സഹകരണത്തോടെയാണ് ഇത് നിർവ്വഹിക്കുന്നത്.

കുടുംബജീവിത ശാക്തീകരണം, ആത്മഹത്യാപ്രതിരോധം, സാർത്ഥകമായ വാർദ്ധക്യം, മാധ്യമസ്വാധീനം കുടുംബത്തിൽ, ഉത്തരവാദിത്വപൂർണ്ണമായ രക്ഷാകർത്തൃത്വം തുടങ്ങി വിവിധ വിഷയങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള ബോധവൽക്കരണവും പരിശീലനവുമാണ് 'വിപാസ്സന' ആരംഭിച്ചിട്ടുള്ളത്. പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ച് ഒരു വർഷത്തിനുള്ളിൽത്തന്നെ അമ്പതോളം കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ഇത്തരത്തിലുള്ള പരിപാടികൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകുന്നതിന് 'വിപാസ്സന'യുടെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്ക് സാധിച്ചു.

വിപാസ്സനയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ യേശുക്രിസ്തുവിന്റെ രക്ഷാകരമായ പദ്ധതിയിൽ പങ്കുചേരലാണ്. വൈകാരിക പ്രതിസന്ധിയിൽ ആയിരിക്കുന്നവരെ ശക്തീകരിക്കുന്ന ഈ പദ്ധതി അതുകൊണ്ടുതന്നെ പരിശുദ്ധ സഭയുടെ മിഷൻ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഭാഗവുമാണ്. വിപാസ്സനയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ദൈവത്തിന്റെ കൃപാദാനങ്ങൾ കൂടുതലായി യാചിക്കുന്നു. ❑

ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറം: റീജിയണൽ സമ്മേളനങ്ങൾ

ആരോഗ്യരംഗത്ത് മൂല്യബോധത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഓർത്തഡോക്സ് സഭാംഗങ്ങളായ ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ, ഫാർമസിസ്റ്റുകൾ, ഗവേഷകർ തുടങ്ങിയവരുടെ ഏകോപനവേദിയായ ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറം കോട്ടയത്തും, തിരുവനന്തപുരത്തും റീജിയണൽ സമ്മേളനങ്ങൾ നടത്തി. മാനവശാക്തീകരണ വിഭാഗത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിലാണ് ആതുരസേവനരംഗത്ത് സന്നദ്ധസേവകരായി പ്രവർത്തിക്കാൻ തയ്യാറുള്ള വിദഗ്ദ്ധരെ ഉൾപ്പെടുത്തി മെഡിക്കൽ ഫോറം രൂപീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്.

കോട്ടയത്ത് സോഫിയാ സെന്ററിൽ നടന്ന സമ്മേളനത്തിൽ ഡോ. തോമസ് മാർ അത്താനാസ്യോസ് മെത്രാപ്പോലീത്താ അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. മാനവശാക്തീകരണ വിഭാഗം ഡെപ്യൂട്ടി സെക്രട്ടറി ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ് വിഷയാവതരണം നടത്തി. ഒ.എം.എഫ്. ജനറൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, ഡോ. സോജൻ ഐപ്പ്, ഡോ. ഷാജി കെ. തോമസ് എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു. ഡോ. കെ. സി. മാമ്മൻ, ഡോ. കെ. പി. ജോർജ്, ഡോ. അലക്സ് പോൾ, ഡോ. സി. പി. ജോയ്, ഡോ. കോശി ഫിലിപ്പ്, ഡോ. സിബി തരകൻ തുടങ്ങിയവർ ചർച്ച നയിച്ചു.

തിരുവനന്തപുരം ഓർത്തഡോക്സ് സ്റ്റുഡന്റ് സെന്ററിൽ നടന്ന സമ്മേളനത്തിൽ ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ് വിഷയാവതരണം നടത്തി. ഡോ. കോശി ഫിലിപ്പ്, ഡോ. എൽസി ഫിലിപ്പ്, ഡോ. സൂസൻ ഉതുപ്പ്, ഫാ. ഗീവറുഗീസ് മേക്കാട്ട്, രാജീവ് വടശ്ശേരി എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

ലോക മാനസികാരോഗ്യദിനം ആചരിച്ചു

ലോകാരോഗ്യ സംഘടന എല്ലാ വർഷവും ഒക്ടോബർ 10 ലോക മാനസികാരോഗ്യദിനമായി ആചരിക്കുന്നു. മാനസികാരോഗ്യം സംബന്ധിച്ച് കൂടുതൽ ബോധവൽക്കരണം ലക്ഷ്യമാക്കിയാണ് ഈ ദിനാചരണം. 'Dignity in Mental Health' എന്നതായിരുന്നു 2015–ലെ പ്രധാന ചിന്താവിഷയം.

ദിനാചരണത്തോടനുബന്ധിച്ച് വിപാസ്സനയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ കോട്ടയം മഹാരാജാസ് കോളജിൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസ്സ് സംഘടിപ്പിച്ചു.

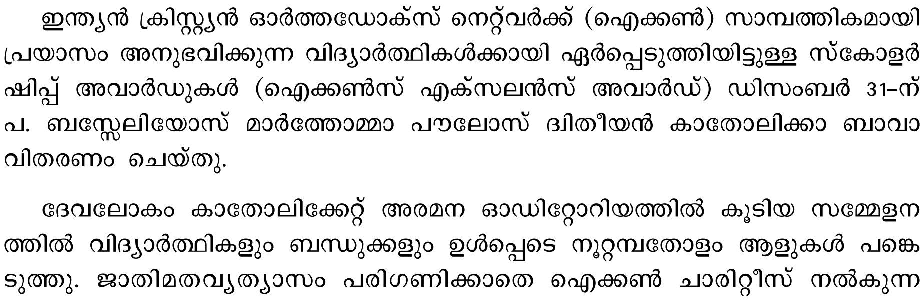
കോട്ടയം മെഡിക്കൽ കോളജിലെ മനോരോഗ ചികിത്സാകേന്ദ്രം സംഘടിപ്പിച്ച സെമിനാറിൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ പങ്കെടുത്തു.

ഐക്കൺസ് എക്സലൻസ് അവാർഡ്

ഇന്ത്യൻ ക്രിസ്റ്റ്യൻ ഓർത്തഡോക്സ് നെറ്റ്വർക്ക് (ഐക്കൺ) സാമ്പത്തികമായി പ്രയാസം അനുഭവിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി ഏർപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള സ്കോളർഷിപ്പ് അവാർഡുകൾ (ഐക്കൺസ് എക്സലൻസ് അവാർഡ്) ഡിസംബർ 31–ന് പ. ബസ്സേലിയോസ് മാർത്തോമ്മാ പൗലോസ് ദ്വിതീയൻ കാതോലിക്കാ ബാവാ വിതരണം ചെയ്തു.

ദേവലോകം കാതോലിക്കേറ്റ് അരമന ഓഡിറ്റോറിയത്തിൽ കൂടിയ സമ്മേളനത്തിൽ വിദ്യാർത്ഥികളും ബന്ധുക്കളും ഉൾപ്പെടെ നൂറ്റമ്പതോളം ആളുകൾ പങ്കെടുത്തു. ജാതിമതവ്യത്യാസം പരിഗണിക്കാതെ ഐക്കൺ ചാരിറ്റീസ് നൽകുന്ന സ്കോളർഷിപ്പിന് കഴിഞ്ഞ വർഷം 513 വിദ്യാർത്ഥികളാണ് അർഹരായത്. 55 ലക്ഷം രൂപായുടെ സ്കോളർഷിപ്പാണ് വിതരണം ചെയ്തത്.

ഫാ. ഡോ. കെ. എം. ജോർജ് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ച സമ്മേളനത്തിൽ ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഡോ. മാത്യു പാറയ്ക്കൽ, ഉമ്മൻ കാപ്പിൽ, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, പ്രൊഫ. പി. സി. ഏലിയാസ്, ഫാ. ഡോ. ബിജേഷ് ഫിലിപ്പ്, ഡോ. സിബി തരകൻ എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.



ഐക്കൺ എക്സലൻസ് അവാർഡിന് അർഹരായ വിദ്യാർത്ഥികൾ പ. കാതോലിക്കാ ബാവായോടൊപ്പം

ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറത്തിന്റെ സമ്മേളനങ്ങൾ കോട്ടയം സോഫിയാ സെന്ററിലും തിരുവനന്തപുരം സ്റ്റുഡന്റ് സെന്ററിലും നടന്നപ്പോൾ. യോഗത്തിൽ പങ്കെടുത്ത ഡോക്ടർമാരും ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരും.

ചികിത്സാസഹായം നൽകി

തലയ്ക്കേറ്റ ക്ഷതത്തെ തുടർന്ന് കോട്ടയം മെഡിക്കൽ കോളജ് ആശുപത്രിയിൽ ചികിത്സയിലായിരുന്ന നാട്ടകം സ്വദേശിയായ പെൺകുട്ടിക്ക് ചികിത്സാസഹായം നൽകി. എം.ആർ.ഐ. സ്കാനിംഗിനുള്ള ചെലവ് താങ്ങാനാവാതെ വിഷമിച്ച കുടുംബത്തിന്റെ പ്രശ്നം കോട്ടയത്തെ എ. എം. പീലു ചാരിറ്റബിൾ സൊസൈറ്റിയിൽ അവതരിപ്പിക്കുകയും ആവശ്യമായ തുക ലഭ്യമാക്കുകയും ചെയ്തു.

പാലക്കാടു ജില്ലയിലെ അഗളിയിലുള്ള ഒരു യുവതിക്ക് ആരോഗ്യ ചാരിറ്റബിൾ ഫൗണ്ടേഷൻ ട്രസ്റ്റിന്റെ സഹായത്തോടെ ചികിത്സാസഹായം നൽകി.

കുടുംബ സന്ദർശനം

മാനസികരോഗികളായ മൂന്ന് യുവതികൾ ഉൾപ്പെടുന്ന പാമ്പാടിയിലെ ഒരു കുടുംബത്തിന് വൈകാരിക സഹായവും ചികിത്സാസഹായവും നൽകുന്നതിനായി സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ കുടുംബസന്ദർശനം നടത്തി.

രോഗികളായ മൂന്നു യുവതികൾ അടങ്ങുന്ന കുടുംബത്തെ അവരുടെ പിതാവ് മാസങ്ങൾക്കു മുമ്പ് ഉപേക്ഷിച്ചു പോയതാണ്. വിപാസ്സനയുടെയും ഐനാംസിന്റെയും സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ കുടുംബത്തെ സന്ദർശിക്കുകയും അവർക്ക് വൈകാരിക സാന്ത്വനം നൽകുകയും ചെയ്തു. മെഡിക്കൽ കോളജിലെ ചികിത്സ അവർ തുടരുന്നുണ്ട്. സാമ്പത്തികനിലയിൽ പിന്നോക്കം നിൽക്കുന്ന ആ കുടുംബത്തിന് സഹായമായി വീട്ടാവശ്യങ്ങൾക്കുള്ള സാധനങ്ങളടങ്ങിയ ഒരു കിറ്റ് മാസംതോറും ഐ നാംസ് പാമ്പാടി യൂണിറ്റ് നൽകിത്തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.

ആശ്വാസദാന ശുശ്രൂഷ

അപകടമരണങ്ങൾ സംഭവിച്ച കളത്തിപ്പടി, വാകത്താനം, വാഴൂർ എന്നിവിടങ്ങളിലുള്ള അഞ്ചു കുടുംബങ്ങൾ വിപാസ്സനയുടെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ സന്ദർശിച്ചു. വാഹനാപകടങ്ങളിൽ മക്കളെയും ഭർത്താക്കന്മാരെയും പിതാക്കന്മാരെയും നഷ്ടപ്പെട്ട് വൈകാരിക പ്രതിസന്ധിയിൽ പ്രയാസപ്പെടുന്ന കുടുംബാംഗങ്ങളെ സമാശ്വസിപ്പിക്കുന്നതിന് സന്ദർശനങ്ങൾക്ക് കഴിഞ്ഞു. മർത്തമറിയം വനിതാസമാജം പ്രവർത്തകരും സന്ദർശനങ്ങളിൽ പങ്കെടുത്തു. ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഫാ. മാത്യു കെ. മാത്യു, ചാക്കോ തരകൻ, മിനി കുര്യൻ, എം. എ. ആൻഡ്രൂസ്, ബിനു ഐസക്ക് (സഭാ മാനേജിംഗ് കമ്മിറ്റി അംഗങ്ങൾ) എന്നിവർ നേതൃത്വം നൽകി.

പുനരധിവസിപ്പിച്ചു

കോട്ടയം മെഡിക്കൽ കോളജ് ആശുപത്രിയിൽ ചികിത്സയിലായിരുന്ന ഒരു രോഗിയെ പുനരധിവസിപ്പിക്കുന്നതിന് വിപാസ്സന നേതൃത്വം വഹിച്ചു. മനോരോഗ ചികിത്സാവിഭാഗത്തിൽ രണ്ടു വർഷമായി ചികിത്സയിലായിരുന്ന രോഗിയെ ബന്ധുക്കൾ ഏറ്റെടുക്കാൻ തയ്യാറായിരുന്നില്ല. അദ്ദേഹത്തിന്റെ അനുഭവം ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ് വിപാസ്സനയുമായി പങ്കുവച്ചതിനെ തുടർന്ന് അമയന്നൂരിനു സമീപം പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആശ്രയ സ്നേഹവീടുമായി ബന്ധപ്പെടുകയും രോഗിയുടെ പുനരധിവാസം ഉറപ്പാക്കുകയും ചെയ്തു.

വിപാസ്സന: സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ സേവനങ്ങൾ

എല്ലാ ദിവസവും ടെലിഫോൺ ഹെൽപ്പ് ലൈനിൽ സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനു പുറമേ ബോധവൽക്കരണ/പരിശീലന ക്ലാസ്സുകൾ നയിക്കുക, സംഘടിപ്പിക്കുക, കുടുംബ സന്ദർശനങ്ങൾ നടത്തുക എന്നിവയിലും സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ സജീവപങ്കാളിത്തം വഹിക്കുന്നു. കഴിഞ്ഞ ഒരു വർഷത്തിനുള്ളിൽ അമ്പതോളം കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിച്ചു. ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധം, മാനസികാരോഗ്യ സംരക്ഷണം, സാർത്ഥകമായ ജീവിതസായാഹ്നം, മാധ്യമസ്വാധീനം കുടുംബങ്ങളിൽ, വിദ്യാർത്ഥികളുടെ വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങൾ, ഭിന്നശേഷിയുള്ള കുട്ടികളുടെ മാതാപിതാക്കളുടെ വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങൾ, ഉത്തരവാദിത്തപൂർണ്ണമായ രക്ഷാകർത്തൃത്വം, സമഗ്രസൗഖ്യം തുടങ്ങിയ വിഷയങ്ങളിലാണ് ക്ലാസ്സുകൾ സംഘടിപ്പിച്ചത്.

കോട്ടയം, കോട്ടയം സെൻട്രൽ, ചെങ്ങന്നൂർ, നിരണം, മാവേലിക്കര, കൊട്ടാരക്കര, പുനലൂർ, തിരുവനന്തപുരം, ഇടുക്കി, കൊല്ലം, തുമ്പമൺ, കൊച്ചി ഭദ്രാസനങ്ങളിലെ വിവിധ ദേവാലയങ്ങളിൽ ആദ്ധ്യാത്മിക പ്രസ്ഥാനങ്ങളുടെ സഹകരണത്തോടെ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾ നടത്തി. എം.ജി.ഒ.സി.എസ്.എം., ഐ നാംസ്, സെന്റ് പോൾസ് മിഷൻ ട്രെയിനിംഗ് സെന്റർ, മർത്തമറിയം വനിതാസമാജം, സണ്ടേസ്കൂൾ അസോസിയേഷൻ, ഗിരിദീപം സ്കൂൾ, നവോദയ വിദ്യാലയം, പ്രത്യാശ കൗൺസലിംഗ് സെന്റർ, റസിഡന്റ് അസോസിയേഷനുകൾ, മഹാരാജാസ് കോളജ്, എൻ.എസ്.എസ്. കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് കോളജ്, എൻ.എസ്.എസ്. ട്രെയിനിംഗ് കോളജ്, സ്പെഷ്യൽ സ്കൂളുകൾ, വിവിധ സന്നദ്ധ സംഘടനകൾ എന്നിവയുമായി സഹകരിച്ചും ക്ലാസ്സുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുകയുണ്ടായി.

ഡോ. സിബി തരകൻ (ഡയറക്ടർ), ഡോ. ജോൺ ഡി. കുന്നത്ത്, ഡോ. വൈ. അന്നമ്മ വറുഗീസ്, ഡോ. റോസമ്മ അലക്സ്, ലിസ്സി കുന്നത്ത്, മറിയാമ്മ തരകൻ, ലൗലി രാജൻ, ചാക്കോ തരകൻ, രേഷ്മ എൽസ റെജി, രാജീവ് വടശ്ശേരി, പ്രൊഫ. സൂസൻ തോമസ്, കെ. സി. ജേക്കബ് എന്നിവരാണ് ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകുന്നത്. ഇവരോടൊപ്പം മോളി മാത്യു, മിനി കുര്യൻ, ബൈജു ജോസഫ്, പോൾ പി. തോമസ് എന്നിവർ ടെലിഫോൺ ഹെൽപ്പ് ലൈനിൽ സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്നു.

അനുബന്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ

വൈകാരിക പ്രതിസന്ധി നേരിടുന്നവരെ കണ്ടെത്തി സഹായിക്കുന്നതിനായി അറുനൂറ്റിമംഗലം, കുടമാളൂർ, മാങ്ങാനം എന്നിവിടങ്ങളിലെ മൂന്ന് സാമൂഹിക സേവനകേന്ദ്രങ്ങൾ സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകർ സന്ദർശിച്ചു.

കാസ്സ്, കുടമാളൂർ

കോട്ടയത്ത് കുടമാളൂരിൽ ഉള്ള കാൻസർ ആൻഡ് എയ്ഡ്സ് ഷെൽറ്റർ സൊസൈറ്റി എയ്ഡ്സ്, കാൻസർ രോഗികളുടെ ക്ഷേമത്തിനായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. നൂറിലധികം കുടുംബങ്ങൾ സംഘടനയുടെ ഗുണഭോക്താക്കളായുണ്ട്. പൂർണ്ണമായും സ്ത്രീകൾ നേതൃത്വം നൽകുന്ന ഒരു പ്രസ്ഥാനം എന്ന പ്രത്യേകതയും ഇതിനുണ്ട്. എയ്ഡ്സ് രോഗികൾക്ക് വൈകാരിക സഹായം നൽകുന്നതിന് വിപാസ്സനയുടെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ മാസത്തിലൊരിക്കൽ ഈ സ്ഥാപനം സന്ദർശിക്കുന്നു.

പൗലോസ് മാർ പക്കോമിയോസ് ശാലേം ഭവൻ

മലങ്കര ഓർത്തഡോക്സ് സഭയുടെ മാവേലിക്കര ഭദ്രാസനത്തിന്റെ ചുമതലയിൽ അറുനൂറ്റിമംഗലത്ത് ഉള്ള ഈ പ്രസ്ഥാനം മനോവൈകല്യമുള്ളവരുടെ പുനരധിവാസം ലക്ഷ്യമാക്കി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. വിപാസ്സനയുടെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ശാലേം ഭവൻ സന്ദർശിച്ചു. മാവേലിക്കര കേന്ദ്രമാക്കി ഒരു വൈകാരിക സഹായ സംഘം ആരംഭിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ പുരോഗമിക്കുന്നു.

ബാലഗ്രാം, മാങ്ങാനം

കോട്ടയത്തിനു സമീപം മാങ്ങാനത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ബാലഗ്രാം പാർശ്വവൽകൃത സമൂഹത്തിൽ നിന്നുള്ള കുട്ടികളുടെ ഉന്നമനം ലക്ഷ്യമാക്കുന്നു. 40 കുട്ടികൾ ഇവിടെ താമസിച്ചു പഠിക്കുന്നു. വിപാസ്സനയുടെ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ബാലഗ്രാം സന്ദർശിക്കുകയും കുട്ടികളുമായി സംവദിക്കുകയും ചെയ്തു. അവർക്ക് വൈകാരിക സഹായം നൽകുന്നതിന് സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ഓരോ മാസവും സന്ദർശനം നടത്തുന്നു.

എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്
(മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ),

ഡോ. സിബി തരകൻ
(ചീഫ് എഡിറ്റർ)

ഡോ. ജോൺ ഡി. കുന്നത്ത്,
ഡോ. റോസമ്മ അലക്സ്
രേഷ്മ എൽസ റെജി
രാജീവ് വടശ്ശേരി

എയ്ഡ്സ് രോഗിക്ക് സഹായം

ശസ്ത്രക്രിയ സമയത്ത് രക്തസ്വീകരണത്തിലൂടെ എച്ച്.ഐ.വി. ബാധിതനായ ഒരു രോഗിക്ക് സാമ്പത്തികസഹായം നൽകി. റാന്നി സ്വദേശിയായ രോഗി വിപാസ്സനയുടെ ഹെൽപ്പ് ലൈനിൽ വിളിച്ച് പ്രശ്നങ്ങൾ പങ്കുവച്ചു. സഭയുടെ ഐ നാംസ് കോട്ടയം, കോഴഞ്ചേരി യൂണിറ്റുകളിൽ ഇക്കാര്യം ചർച്ച ചെയ്യുകയും വിപാസ്സനയുടെയും ഐ നാംസിന്റെയും സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ റാന്നിയിൽ പോയി രോഗിയുടെ കുടുംബത്തെ സന്ദർശിക്കുകയും ചെയ്തു. ഐ നാംസ് ഈ കുടുംബത്തെ ഏറ്റെടുത്ത് ചികിത്സയ്ക്കും കുട്ടികളുടെ പഠനത്തിനും സാമ്പത്തികസഹായം നൽകുന്നു.

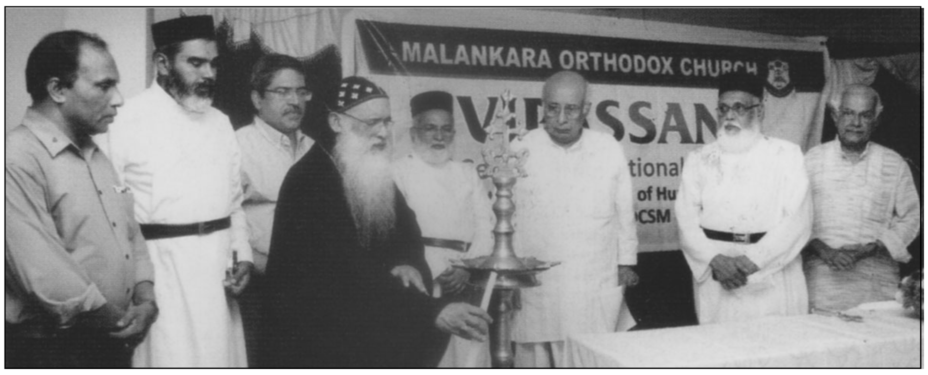
മർത്തമറിയം വനിതാസമാജം മണർകാട് ഗ്രൂപ്പ് സമ്മേളനത്തിൽ ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധത്തെക്കുറിച്ച് ഡോ. സിബി തരകൻ ക്ലാസ്സെടുക്കുന്നു. ഫാ. തോമസ് മാത്യു, ഫാ. തോമസ് കുര്യൻ മരോട്ടിപ്പുഴ എന്നിവർ സമീപം.

മാങ്ങാനം ബാലഗ്രാമിൽ നടത്തിയ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടിയിൽ ഡോ. ജോൺ ഡി. കുന്നത്ത് ക്ലാസ്സെടുക്കുന്നു. ആചാര്യ കെ. സി. മാത്യു, രേഷ്മ എൽസ റെജി, ലൗലി രാജൻ, മറിയാമ്മ തരകൻ, ലിസ്സി ജോൺ, ഡോ. സിബി തരകൻ എന്നിവർ വേദിയിൽ.

മാവേലിക്കര മിഷൻ ട്രെയിനിംഗ് സെന്ററിൽ സംഘടിപ്പിച്ച പരിശീലനപരിപാടി മിഷൻ ബോർഡ് സെക്രട്ടറി പ്രൊഫ. കെ. സി. മാണി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു. ഡോ. സിബി തരകൻ, ഫാ. തോമസ് പി. ജോൺ, ഡോ. വൈ. അന്നമ്മ വറുഗീസ് എന്നിവർ സമീപം.

കുട്ടമ്പേരൂർ സെന്റ് മേരീസ് ഓർത്തഡോക്സ് പള്ളിയിലെ മുതിർന്ന പൗരന്മാർക്കായി സംഘടിപ്പിച്ച ബോധവൽക്കരണ പരിപാടി ഫാ. റ്റിജു ഏബ്രഹാം ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു. ഡോ. വൈ. അന്നമ്മ വറുഗീസ്, ഡോ. റോസമ്മ അലക്സ്, ഡോ. സിബി തരകൻ എന്നിവർ സമീപം.

കുട്ടമ്പേരൂർ സെന്റ് മേരീസ് ഓർത്തഡോക്സ് പള്ളിയിൽ വിപാസ്സന സംഘടിപ്പിച്ച ബോധവൽക്കരണ പരിപാടിയിൽ ഡോ. വൈ. അന്നമ്മ വറുഗീസ് ക്ലാസ്സെടുക്കുന്നു. വികാരി ഫാ. റ്റിജു ഏബ്രഹാം, ഫാ. ഡോ. ജോൺ തോമസ് കരിങ്ങാട്ടിൽ, ഡോ. സിബി തരകൻ എന്നിവർ സമീപം.



മാനസിക സംഘർഷം നേരിടുന്നവർക്ക് സാന്ത്വനവും ദിശാബോധവും നൽകണം: പ. കാതോലിക്ക ബാവ

കോട്ടയം: സംഘർഷ ജീവിതം നയിക്കുന്നവർക്ക് സാന്ത്വനം പകരുന്ന ശുശ്രൂഷ മംഗളകരവും പുണ്യതരവുമാണെന്നും മാനസിക സംഘർഷം നേരിടുന്നവർക്ക് സാന്ത്വനവും ദിശാബോധവും നൽകുവാൻ സഭകൾക്ക് ഉത്തരവാദിത്തമുണ്ട് എന്നും പ. ബസ്സേലിയോസ് മാർത്തോമ്മാ പൗലൂസ് ദ്വിതീയൻ കാതോലിക്കാ ബാവ പ്രസ്താവിച്ചു.

മലങ്കര ഓർത്തഡോക്സ് സഭയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ വിപാസ്സന ഇമോഷണൽ സപ്പോർട്ട് സെന്റർ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തുകൊണ്ട് പ്രസംഗിക്കുകയായിരുന്നു പ. കാതോലിക്കാ ബാവ.

സഭയുടെ മാനവശാക്തീകരണ ശുശ്രൂഷയുടെ ഭാഗമായി മാർ ഗ്രീഗോറിയോസ് ഓർത്തഡോക്സ് വിദ്യാർത്ഥി പ്രസ്ഥാനവുമായി ചേർന്ന് ഓർത്തഡോക്സ് സ്റ്റുഡന്റ് സെന്ററിലാണ് വിപാസ്സന സെന്റർ ആരംഭിച്ചിരിക്കുന്നത്.

ഉദ്ഘാടന സമ്മേളനത്തിൽ സുപ്രീം കോടതി മുൻ ജഡ്ജി ജസ്റ്റീസ് കെ. റ്റി. തോമസ് മുഖ്യപ്രഭാഷണം നടത്തി. സോപാനം ഓർത്തഡോക്സ് അക്കാദമി ഡയറക്ടർ ഫാ. ഡോ. കെ. എം. ജോർജ്ജ് അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ച സമ്മേളനത്തിൽ ഓർത്തഡോക്സ് തിയോളജിക്കൽ സെമിനാരി പ്രിൻസിപ്പൽ ഫാ. ഡോ. ഒ. തോമസ്, മാനവശാക്തീകരണ വിഭാഗം ഡപ്യൂട്ടി സെക്രട്ടറി ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, സഭയുടെ പബ്ലിക് റിലേഷൻസ് വകുപ്പ് ഡയറക്ടർ പ്രൊഫ. പി. സി. ഏലിയാസ്, കോട്ടയം ഗവ. മെഡിക്കൽ കോളജ് മനോരോഗ ചികിത്സാകേന്ദ്രം തലവൻ ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, വിപാസ്സന ഡയറക്ടർ ഡോ. സിബി തരകൻ എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

വിപാസ്സനയുടെ പരിശീലന പരിപാടി പൂർത്തിയാക്കിയ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്ക് സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ വിതരണം ചെയ്തു.

തുടർ പരിശീലന പരിപാടിയിൽ ഡോ. മെറിൻ പുന്നൻ ക്ലാസ്സെടുക്കുന്നു.

സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്ക് പരിശീലനം നൽകി

വിപാസ്സന വൈകാരിക സഹായകേന്ദ്രത്തിൽ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരായി സേവനം അനുഷ്ഠിക്കുന്നവരെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയുള്ള ത്രിദിന പരിശീലന പരിപാടി മാനവശാക്തീകരണ വിഭാഗം പ്രസിഡന്റ് ഡോ. തോമസ് മാർ അത്താനാസ്യോസ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. 2015 മെയ് മാസം 9, 16, 23 തീയതികളിൽ കോട്ടയത്ത് ഓർത്തഡോക്സ് സ്റ്റുഡന്റ് സെന്ററിലാണ് പരിശീലനം സംഘടിപ്പിച്ചത്.

വൈകാരിക പ്രതിസന്ധി നേരിടുന്നവരെ സഹായിക്കുന്നതിനായി പൊതുസമൂഹം മുന്നോട്ടു വരേണ്ടതാണെന്നും അതിന് സ്വയം സന്നദ്ധരായി വന്നിട്ടുള്ളവർ അഭിനന്ദനം അർഹിക്കുന്നുവെന്നും ഉദ്ഘാടനപ്രസംഗത്തിൽ മെത്രാപ്പോലീത്താ പറഞ്ഞു.

വ്യക്തിത്വ വിശകലനം: വിവിധ സമീപനങ്ങൾ, വൈകാരിക പ്രതിസന്ധിയുള്ള വ്യക്തികളെ എങ്ങനെ സഹായിക്കാം, കുട്ടികളും വൈകാരിക പ്രതിസന്ധിയും, മാധ്യമസ്വാധീനം കുടുംബങ്ങളിൽ, വൈവാഹിക ജീവിതം: വൈകാരിക തലങ്ങൾ, വൈകാരിക സഹായം: കേൾവി എന്ന കല, ഉത്തരവാദിത്വപൂർണ്ണമായ രക്ഷാകർത്തൃത്വം, ജീവിതസായാഹ്നത്തിലെ പ്രതിസന്ധികൾ, കുടുംബജീവിതം: ആത്മീയ തലം, ആത്മഹത്യാ പ്രതിരോധം: വിവിധ മാർഗ്ഗങ്ങൾ എന്നീ വിഷയങ്ങളിൽ വിദഗ്ദ്ധർ ക്ലാസ്സുകൾ നയിച്ചു. ഫാ. ഡോ. ഒ. തോമസ്, റവ. ഡോ. ഏബ്രഹാം കുരുവിള, ഫാ. ഡോ. ജോൺ തോമസ് കരിങ്ങാട്ടിൽ, ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഫാ. ഫിലൻ പി. മാത്യു, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, ഡോ. മെറിൻ പുന്നൻ, പ്രൊഫ. മാത്യു കണമല, ഡോ. സിബി തരകൻ, മായ സൂസൻ ജോർജ്ജ്, ഡോ. വി. സതീഷ് എന്നിവർ ക്ലാസ്സുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകി.

വിപാസ്സന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്കുള്ള പരിശീലന പരിപാടി ഫാ. ഡോ. കെ. എം. ജോർജ്ജ് കോട്ടയം മാർ ഏലിയാ കത്തീഡ്രലിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു. ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഡോ. സിബി തരകൻ, അഡ്വ. രാജേഷ് മേനോൻ, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ് എന്നിവർ സമീപം.

വിപാസ്സന സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുടെ തുടർപരിശീലന പരിപാടിയിൽ ഡോ. സാവൻ സാറ മാത്യു ക്ലാസ്സെടുക്കുന്നു.

മുതിർന്ന ഡോക്ടർമാരെ ആദരിച്ചു

ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറത്തിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ സഭാംഗങ്ങളായ മുതിർന്ന ഡോക്ടർമാരെ ആദരിച്ചു. ആരോഗ്യരംഗത്ത് സ്തുത്യർഹമായ സേവനം അനുഷ്ഠിച്ച സഭാംഗങ്ങളായ ഡോ. എൻ. എം. മത്തായി, ഡോ. ജോർജ്ജ് ജേക്കബ്, ഡോ. കെ. പി. ജോർജ്, ഡോ. കെ. സി. മാമ്മൻ, ഡോ. വി. കെ. അന്നമ്മ, ഡോ. പി. കെ. അലക്സാണ്ടർ, ഡോ. എൽസി ഫിലിപ്പ് എന്നിവർക്ക് പ. ബസ്സേലിയോസ് മാർത്തോമ്മാ പൗലൂസ് ദ്വിതീയൻ കാതോലിക്കാ ബാവാ പുരസ്കാരങ്ങൾ നൽകി. ഡോ. മാത്യു പാറയ്ക്കൽ മുഖ്യപ്രഭാഷണം നടത്തി. ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ് എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറം യോഗം 22-ന്

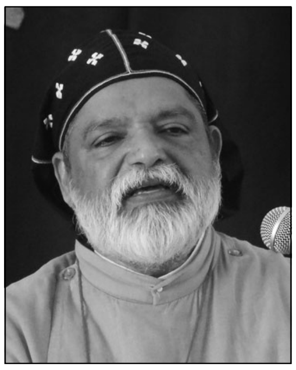
കോട്ടയം: മലങ്കര ഓർത്തഡോക്സ് സഭാംഗങ്ങളായ ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ, ആരോഗ്യമേഖലയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു പ്രവർത്തിക്കുന്ന മറ്റുള്ളവർ എന്നിവരെ ഉൾപ്പെടുത്തി സഭാ മാനവശാക്തീകരണ വിഭാഗത്തിന്റെ ചുമതലയിൽ ആരംഭിച്ച ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറത്തിന്റെ യോഗം 22-നു മൂന്നിനു പരുമല സെമിനാരി ഓഡിറ്റോറിയത്തിൽ ചേരും. സഭ ഇക്കൊല്ലം നടപ്പാക്കുന്ന 'സമഗ്രസൗഖ്യം' എന്ന സൗഖ്യദാന ശുശ്രൂഷയുടെ വിവിധ മാനങ്ങൾ സംബന്ധിച്ചു പഠനങ്ങളും കർമ്മ പദ്ധതിയും യോഗത്തിൽ അവതരിപ്പിക്കും. ഫോൺ: 0481 2572800, 94961 55461

പരിശീലന പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തവർ

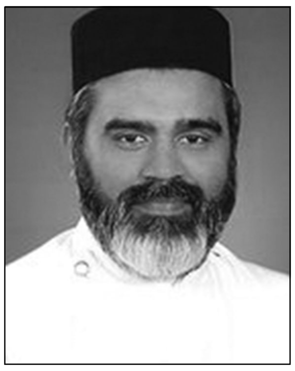
മാനവശാക്തീകരണ വിഭാഗം എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മിറ്റി

ഡോ. തോമസ് മാർ അത്താനാസ്യോസ് മെത്രാപ്പോലീത്താ (പ്രസിഡന്റ്), ഫാ. ഡോ. ജോൺസ് ഏബ്രഹാം കോനാട്ട് (വൈദിക ട്രസ്റ്റി), ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ് (ഡപ്യൂട്ടി സെക്രട്ടറി), ശ്രീ. എം. ജോർജ്ജ് മുത്തൂറ്റ് (അത്മായ ട്രസ്റ്റി), ഡോ. ജോർജ്ജ് ജോസഫ് (അസോസിയേഷൻ സെക്രട്ടറി), മാനേജിംഗ് കമ്മിറ്റി അംഗങ്ങളായ ഫാ. കെ. പി. മർക്കോസ്, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, ഡോ. പി. വൈ. ജോയി എന്നിവരാണ് മാനവശാക്തീകരണ വിഭാഗത്തിന് നേതൃത്വം നൽകുന്നത്.

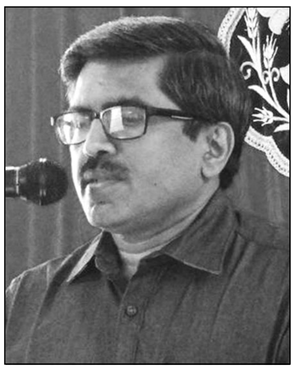
സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർക്കുള്ള പരിശീലന പരിപാടിയിൽ ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ് പ്രസംഗിക്കുന്നു. ഫാ. ഷൈജു പി. മത്തായി, ഫാ. ഫിലൻ പി. മാത്യു, ഡോ. വറുഗീസ് പുന്നൂസ്, ഡോ. സിബി തരകൻ എന്നിവർ സമീപം.



ഡോ. തോമസ് മാർ അത്താനാസ്യോസ്
(പ്രസിഡന്റ്, മാനവ ശാക്തീകരണ വിഭാഗം)



ഫാ. പി. എ. ഫിലിപ്പ്
(ഡപ്യൂട്ടി സെക്രട്ടറി, മാനവ ശാക്തീകരണ വിഭാഗം)



ഡോ. വർഗീസ് പുന്നൂസ്
(ജനറൽ സെക്രട്ടറി, ഓർത്തഡോക്സ് മെഡിക്കൽ ഫോറം)

ഡോ. സിബി തരകൻ
(ഡയറക്ടർ, വിപാസ്സന ഇമോഷണൽ സപ്പോർട്ട് സെന്റർ)

വിപാസ്സന
Emotional Support Centre

(A joint initiative of Ministry of Human Empowerment & MGOCSM)
Malankara Orthodox Church

മാനസിക പിരിമുറുക്കം • തൊഴിൽ സമ്മർദ്ദം
കുടുംബ പ്രശ്നങ്ങൾ • പരീക്ഷാ ഭയം
ആത്മഹത്യാ പ്രവണത • അകാരണ ഭയം
മദ്യ – മയക്കുമരുന്ന് ആഭിമുഖ്യം

ഇത്തരത്തിലുള്ള വൈകാരിക പ്രതിസന്ധികൾ നേരിടുന്നതിൽ താങ്കൾ പ്രയാസപ്പെടുന്നുണ്ടോ? ഞങ്ങൾ സഹായത്തിനുണ്ട്; വിളിക്കുക !

ഹെൽപ്പ് ലൈൻ: 0481-2584533, 7025067695

സൗജന്യ കൗൺസിലിംഗ് സേവനത്തിന് ബന്ധപ്പെടുക.

Vipassana
Emotional Support Centre, MGOCSM Student Centre,
CMS College Junction, Kottayam - 686 001.
vipassana.mohe@gmail.com

Best compliments from: Vee Kay Vee's Caterers
KOCHI: 0484 - 2302030
THIRUVALLA: 0469 - 2645630
KAYAMKULAM: 0479 - 2443050
TRIVANDRUM: 0471 - 2430230

Helpline: 0481-2584533, 7025067695

വിപാസ്സന സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകർ

മോളി മാത്യു

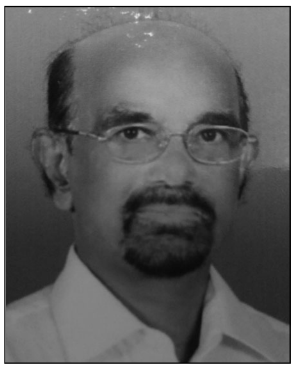
മിനി കുര്യൻ

ലിസി കുന്നത്ത്

കെ. സി. ജേക്കബ്

ഫാ. മാത്യു കെ. മാത്യു

ഡോ. അന്നമ്മ വർഗീസ്



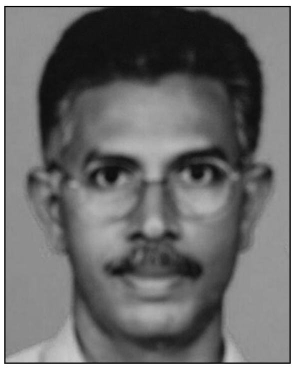
ചാക്കോ തരകൻ

ഡോ. റോസമ്മ അലക്സ്

പോൾ പി. തോമസ്

ഡോ. ജോൺ കുന്നത്ത്

പ്രൊഫ. സൂസൻ തോമസ്



ബൈജു ജോസഫ്

തോമസ് വർഗീസ്

രാജീവ് വടശ്ശേരി

രാജേഷ് വർഗീസ്

രേഷ്മ എൽസ റെജി

മറിയാമ്മ തരകൻ

ലൗലി രാജൻ

To,

From,

VIPASSANA Emotional Support Centre
Orthodox Student Centre
CMS College Jn.
Kottayam, Kerala
PIN 686001

Printed and Published by Fr. P. A. Philip, MOHE, Catholicate Aramana, Devalokam, Kottayam, Pin: 686038 Chief Editor: Dr. Siby Tharakan, Vipassana Emotional Support Centre, Orthodox Student Centre, Kottayam, Pin: 686001. Ph: 0481-2584533, E mail: vipassana.mohe@gmail.com Printed at Sophia Print House, Kottayam