കരയോഗ സൗഹൃദം

സത്യം പരം ധീമഹി

Rs.10

മാസിക : എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ മുഖപത്രം

Pages - 48

വാല്യം - 7 ലക്കം -2 കുംഭം - 1189 മാർച്ച് - 2014

എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ 27-ാമത് ശ്രീമദ് ഭാഗവത സപ്താഹ യജ്ഞത്തിൽ നിന്ന്

വാല്യം 7 ❖ ലക്കം - 2 ❖ മാർച്ച് - 2014

ഉള്ളടക്കം	നം
എഡിറ്റോറിയൽ	3
ക്ഷേത്രങ്ങളിലൂടെ	4
കാര്യദർശിയുടെ പംക്തി	5
വ്യക്തിവിശേഷം	6
വാസ്തു സംബന്ധമായ	7
നമ്മുടെ ആചാരങ്ങൾ	8
ബാലലോകം	8
അഷ്ടപദി ഭഗവാൻ ശ്രീകൃഷ്ണന്റെ ഇഷ്ടകാവ്യം	10
വായനക്കാരുടെ കത്തുകൾ	10
ചാരിറ്റിപ്രവർത്തനം	10
രാഗപരിചയം	11
സംസ്കൃതപാഠം	12
ബാങ്കോക്ക് പട്ടയ യാത്ര	13
മിനികഥ	14
ക്രയോജനിക് വിദ്യാവിജയം	15
കുഞ്ഞിളം പൈതലിനോട്	16
ദൈനം ദിന ജീവിതത്തിലെ വിഷസ്പർശങ്ങൾ	17
ഹോമിയോ	18
ത്വക് രോഗങ്ങൾ	20
വിമൺസ് ഫോറം	20
നന്മയുടെ നിലച്ചുപോയ താളം	21
അമ്മ അനാഥ	24
യോഗ	25
വിശേഷദിവസങ്ങൾ	26
ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങൾ	27
ആദരാഞ്ജലികൾ	28
ചരമവാർഷികം	29
ഉത്സവപരിപാടി	30
നക്ഷത്രഫലം	31
മാംഗല്യം	32

മുഖചിത്രം - ശ്രീ കാശി സ്വർണ്ണ വിശ്വനാഥൻ

പത്രാധിപസമിതി

കെ.പി. കൃഷ്ണമേനോൻ
(മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ)

എം. ശ്രീവല്ലഭൻ നായർ
(എഡിറ്റർ)

പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)

കെ.ടി. മോഹനൻ

എ. മുരളീധരൻ

കെ.വി. രാമചന്ദ്രൻ

എം. രാജലക്ഷ്മി

എഡിറ്റോറിയൽ...

ആറൻമുള വിമാനത്താവളം

വികസനം എന്ന വാക്ക് അടുത്ത കാലത്തായി സ്ഥാനത്തും, അസ്ഥാനത്തും ആവശ്യത്തിനും അനാവശ്യത്തിനും ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒന്നായി മാറിക്കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. രാഷ്ട്രീയ നേതാക്കൾ ഓരോരുത്തരും, അവരവരുടെ ഓരോ പ്രസംഗങ്ങളിലും കുറഞ്ഞത് ഇരുപത്തഞ്ച് പ്രാവശ്യമെങ്കിലും ഈ വാക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. ജനങ്ങളെ കയ്യിലെടുക്കുവാനും, കബളിപ്പക്കുവാനുമായിട്ടാണ് നാഴികകയ്ക്ക് നാല്പതുവട്ടം ഈ വാക്ക് ഉപയോഗിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ഇവിടെ നടക്കുന്ന വികസനങ്ങൾ ആർക്കുവേണ്ടിയാണ്, എന്തിനുവേണ്ടിയാണ് എന്ന് പരിശോധിച്ചാൽ നമ്മുടെ രാഷ്ട്രീയ ഭരണനേതൃത്വങ്ങളുടെ തനിനിറം പുറത്തു വരും. അവരുടെ വികസനോദ്ദേശങ്ങളും, ലക്ഷ്യങ്ങളും, സാധാരണക്കാർക്കു വേണ്ടിയുള്ളതല്ല, മറിച്ച് ചില വൻകിട കുത്തകൾക്കു വേണ്ടിയുള്ളതാണെന്ന് ബോധ്യമാവും. ഇതിന്റെ ഒരു പ്രത്യക്ഷോദാഹരണമാണ് ആറൻമുള വിമാനത്താവള പദ്ധതി. നാട്ടിൽ നിലവിലുള്ള എല്ലാ നിയമങ്ങളേയും കാറ്റിൽ പറത്തികൊണ്ട്, കെ.ജി.എസ് ഗ്രൂപ്പ് എന്ന കുത്തക കമ്പിനിയോടൊപ്പം, ജനങ്ങളാൽ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട ഒരു സർക്കാരും പ്രവർത്തിക്കുന്നത് കാണുമ്പോൾ ആരാണ് അതിശയിച്ചു പോകാത്തത്? ഒരു വിമാനത്താവളം നിർമ്മിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് അവശ്യം വാങ്ങിയിരിക്കേണ്ട പാരിസ്ഥിതിക അനുമതിപോലും വളഞ്ഞ വഴിയിലൂടെയും, അസത്യ സത്യവാങ്മൂലങ്ങൾ സമർപ്പിച്ചും നേടിയെടുത്ത ഈ കമ്പിനിയിൽ കേരള സർക്കാർ പത്ത് ശതമാനം ഓഹരിയെടുത്ത് പങ്കാളിയാവുന്നത് അഴിമതിയല്ലേ? കേരളസർക്കാർ സ്ഥാപനമായ കിറ്റ്കോയുടെ പേരിൽ ഉണ്ടാക്കിയ കള്ള റിപ്പോർട്ടാണ് പ്രൊജക്ട് റിപ്പോർട്ടിനൊപ്പം കെ.ജി. എസ് ഗ്രൂപ്പ് സർക്കാരിൽ സമർപ്പിച്ചത്. അതുപോലെ തന്നെ പ്രതിരോധവകുപ്പിന്റെ എതിർപ്പുകളെപ്പോലും ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ മറി കടക്കുവാൻ അവർക്ക് കഴിഞ്ഞു.ഭരണതലത്തിലുള്ള സ്വാധീനം എത്രയ്ക്കുണ്ടെന്ന് ഇതിൽ നിന്ന് ബോധ്യമാവും. അതുപോലെ രണ്ട് വിമാനത്താവളങ്ങൾ തമ്മിൽ ഏറ്റവും കുറഞ്ഞത് 150 കിലോമീറ്ററെങ്കിലും ദൂരമുണ്ടായിരിക്കണമെന്ന എയർപോർട്ട് അതോറിറ്റി ഓഫ് ഇന്ത്യയുടെ നിലപാടിനും കെ.ജി.എസ്.ഗ്രൂപ്പിന്റെ കാര്യം വന്നപ്പോൾ പുല്ലു വിലയാണുണ്ടായത്. നെടുമ്പാശ്ശേരിയിൽ നിന്നായാലും ശരി തിരുവനന്തപുരത്തു നിന്നായാലും ശരി ആറൻമുളയിലേക്ക് 100 കിലോമീറ്ററിനു താഴെ മാത്രമെ ദൂരമുള്ളു. എയർപോർട്ട് അതോറിറ്റിയുടെ പഠനത്തിലും പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത് ചുറ്റുപാടുമുള്ള മലകളുടെയും മരങ്ങളുടെയും ഉയരം കുറയ്ക്കണമെന്നും, അതിപുരാതനമായ ആറൻമുളപാർത്ഥസാരഥിക്ഷേത്രത്തിന്റെ ഗോപുരത്തിന്റെയും കൊടിമരത്തിന്റേയും ഉയരം കുറച്ചാൽ മാത്രമെ വിമാനത്താവളം നിർമ്മിക്കാൻ കഴിയൂ എന്നുമാണെന്നാണ് അറിയുന്നത്. നീർത്തട നിയമത്തിന്റെ പരിധിയിൽ വരുന്ന സ്ഥലം പദ്ധതി പ്രദേശത്തില്ല എന്ന വ്യജ റിപ്പോർട്ട് നല്കിയാണ് കേന്ദ്രപരിസ്ഥിതി മന്ത്രാലയത്തിന്റെ അനുമതി കമ്പിനി വാങ്ങിയെടുത്തതെന്നാണറിവ്. മൊത്തത്തിൽ കെ.ജി.എസ് ഗ്രൂപ്പിന്റെയും കേന്ദ്രകേരള സർക്കാരുകളുടെയും നിലപാടുകളിലും പ്രവർത്തനങ്ങളിലും എവിടൊക്കെയോ, എന്തൊക്കെയോ ചീഞ്ഞ് നാറുന്നുണ്ട്.

ഇനി ഒരു നാടിന്റെ വികസനമെന്നാൽ അത് ആ നാടിന്റെ സംസ്കാരത്തെ നശിപ്പിച്ചുകൊണ്ട്, അവിടുത്തെ പ്രകൃതിയേയും, മനുഷ്യനേയും ഇല്ലായ്മ ചെയ്തുകൊണ്ട് കാലങ്ങളായി നിലനിന്നു വരുന്ന ആവാസവ്യവസ്ഥകളെ തകിടം മറിച്ച് മണ്ണിനെ വന്ധീകരിച്ചു കൊണ്ടാവരുത്. നിറഞ്ഞൊഴുകുന്ന പുണ്യനദിയായ പമ്പയും, കാവുകളും, കുളങ്ങളും, നെൽവയലുകളും, ക്ഷേത്രങ്ങളും എല്ലാം കൊണ്ടും അനുഗ്രഹീതമായ, യുഗാന്തരങ്ങളിലൂടെ കൈമാറി വന്ന പാരമ്പര്യവും, സംസ്കാരവും പേറുന്ന ഈ പരിപാവനമായ ക്ഷേത്രഗ്രാമത്തിന്റെ പരിശുദ്ധിയും, ശാന്തിയും സമാധാനവും ഇല്ലായ്മ ചെയ്തു കൊണ്ട് വേണമോ വിമാനത്താവളം നിർമ്മിക്കാൻ. ഏതൊരു നാട്ടിലായാലും അവിടുത്തെ ജനങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്ന വികസനമാണ് സർക്കാർ നടപ്പാക്കേണ്ടത്. അല്ലാതെ, അവരെതിർക്കുന്ന, അവരുടെ വിശ്വാസപ്രമാണങ്ങളെയും ആചാരനുഷ്ഠാനങ്ങളെയും, ജീവിതചര്യകളെയും തകിടം മറിക്കുന്ന വികസനാഭാസങ്ങളല്ല അവരുടെ തലയിൽ അധികാരത്തിന്റെ ഉരുക്കു മുഷ്ടി ഉപയോഗിച്ച് കെട്ടിവയ്ക്കേണ്ടത്. സാധാരണക്കാരന്റെ പ്രാഥമികാവശ്യങ്ങളും, ഭക്ഷണവും, വെള്ളവും വെളിച്ചവും വസ്ത്രവും സുലഭമാക്കുവാനും ഗതാഗതത്തിന് വേണ്ടുന്ന റോഡുകളും റെയിൽ സൗകര്യങ്ങളുമൊരുക്കുന്ന വികസനമായിരിക്കണം ഒരു ജനകീയ സരക്കാർ കൈക്കൊള്ളേണ്ടത്. ആകെ 600 കി.മീറ്റർ മാത്രം നീളമുള്ള കേരളത്തിൽ ഇപ്പോൾ തന്നെ മൂന്ന് വിമാനത്താവളങ്ങളുണ്ട്. നാലാമതൊന്നിന്റെ പണി കണ്ണൂരും തുടങ്ങി കഴിഞ്ഞു. ഇനി മറ്റൊരു വിമാനത്താവളത്തിന്റെ ആവശ്യം നമുക്കുണ്ടോ. കോർപറേറ്റ് മാനേജ്മെന്റുകളുടെയും കോടീശ്വരൻമാരുടെയും സുഖലോലുപത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി മുട്ടിന് മുട്ടിന് വിമാനത്താവളങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിലല്ല, മറിച്ച് സാധാരണക്കാരനെ മുന്നിൽ കണ്ടുകൊണ്ട് അവന്റെ പരിമിതമായ സ്വപ്നങ്ങളെങ്കിലും സഫലമാക്കുന്ന തരത്തിലായിരിക്കണം നമ്മുടെ ഭാവി വികസനനയമെന്നാഗ്രഹിച്ചു പോവുന്നു. ഈ വഴിക്ക് ചിന്തിക്കുന്ന ശ്രീ. വി.എം.സുധീരനിലും, ശ്രീ.വി.ഡി. സതീശനിലുമാണ് ജനങ്ങൾ പ്രതീക്ഷയർപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. ജനങ്ങളുടെ പ്രതീക്ഷകൾക്കൊത്ത് ഉയരുവാൻ ഈ രണ്ട് മഹത്വ്യക്തികൾക്കും കഴിയട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു.

കെ.പി. കൃഷ്ണമേനോൻ
മാനേജിങ്ങ് എഡിറ്റർ

ആനയടി ശ്രീനരസിംഹസ്വാമിക്ഷേത്രം

നൂറ്റാണ്ടുകൾക്കു മുമ്പ് വടക്കൻ കേരളത്തിൽ നിന്നും നരസിംഹമൂർത്തിയെ ഉപാസിച്ചിരുന്ന ഒരു ബ്രാഹ്മണ ശ്രേഷ്ഠൻ ശ്രീപത്മനാഭസ്വാമി ക്ഷേത്രത്തിലെ മുറജപത്തിന് പോവുക പതിവായിരുന്നു.യാത്രാമദ്ധ്യേ ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ താമസം ശ്രീപരമേശ്വരനെ ഉപാസിച്ചിരുന്ന അറപ്പുര മഠത്തിലായിരുന്നു. മഠത്തിൽ വച്ച് തേവാരപൂജ നടത്തിയ വിഗ്രഹം തിരിച്ചെടുക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ഇപ്രകാരം അറപ്പുരമഠത്തിൽ സ്വയം സിദ്ധിച്ച നരസിംഹമൂർത്തിയെ കിഴക്കോട്ട് ദർശനമായി ക്ഷേത്രം പണിത് പ്രതിഷ്ഠിച്ചു. അറപ്പുരമഠക്കാരുടെ ഉപാസന മൂർത്തിയായ ശ്രീപരമേശ്വരനാണ് പടിഞ്ഞാറ് ദർശനമായി കുടികൊള്ളുന്നത്.

ഹിന്ദുമതത്തിലെ എല്ലാ സമുദായത്തിൽ നിന്നുമായി തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന പതിനഞ്ചംഗ കമ്മിറ്റി ഭരണം നടത്തുന്ന ക്ഷേത്രത്തിന്റെ തന്ത്രാവകാശം കീഴ്ത്താമശ്ശേരി ഇല്ലത്തിനാണ്. എല്ലാവർഷവും മകരത്തിലെ തിരുവോണത്തിന് ആറാട്ടു നടത്തുന്നതിന് പത്തുദിവസം മുമ്പ് ചെമ്പുധ്വജത്തിൽ കൊടിയേറ്റി ഉത്സവം ആരംഭിക്കുന്നു. ആറാട്ടിനോടനുബന്ധിച്ച് 75 ഓളം ഗജവീരൻമാരും പതിനായിരക്കണക്കിന് ജനങ്ങളും ഇവിടെ ഒത്തുചേരുന്നു. ഉത്സവത്തിന് ഇത്രയുമധികം ആനകളെ ഭക്തൻമാരുടെ വക വഴിപാടായി ഒന്നിച്ചെഴുന്നള്ളിക്കുന്ന മറ്റൊരു ക്ഷേത്രവും കേരളത്തിലില്ല.

അഷ്ടമിരോഹിണിയും,മണ്ഡലചിറപ്പും, ശിവരാത്രിയും അതിവിശേഷമായി ആഘോഷിക്കുന്ന ഇവിടെ ക്ഷേത്രത്തിന്റെ 200 മീറ്റർ കിഴക്ക് മാറി പടിഞ്ഞാറ് ദർശനമായി അത്യുഗ്രമൂർത്തിയായ നരസിംഹസ്വാമിയുടെ ശക്തി കുറയ്ക്കുന്നതിന് ഉണ്ണികൃഷ്ണനെ പ്രതിഷ്ഠി ച്ചിരിക്കുന്ന പുതിയിടം ശ്രീക,ഷ്ണസ്വാമി ക്ഷേത്രവുമുണ്ട്. ചതുരാകൃതിയിലുള്ള ശ്രീകോവിലിനുള്ളിൽ നരസിംഹ സ്വാമി അഭീഷ്ടവരദായകനായി വാണരുളുന്നു. നമസ്കാരമണ്ഡപം തിടപ്പള്ളി, വലിയമ്പലം, ബലിക്കൽപ്പുര, ചുറ്റുമതിൽ, ഗോപുരം ഇവയെല്ലാമുണ്ട്. ഇഷ്ടകാര്യ സിദ്ധിക്കായി ഭക്തൻമാർ നിത്യേന ഇരട്ടിയും, പാൽപ്പായ സവും, മുഴുക്കാപ്പും ഉത്സവത്തിന് ആനയെഴുന്നള്ളിക്കലും വഴിപാടായി നടത്തുന്നു.

നൂറ്റാണ്ടുകൾ പഴക്കമുള്ള ഈ ക്ഷേത്രം കുന്നത്തൂർ താലൂക്കിൽ ശൂരനാട് നോർത്ത് പഞ്ചായത്തിൽ കിഴക്ക് ദർശനമായി സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു. ഈ ക്ഷേത്രസന്നിധിയിൽ എത്തുന്നതിന് ഭരണിക്കാവിൽ നിന്ന് എട്ടുകിലോമീറ്റർ ദൂരമേയുള്ളു.

♦ ♦ ♦ ♦ ♦

(വ്യക്തി വിശേഷം)

സി. അച്യുതമേനോൻ (1913–1991)

പ്രഗത്ഭനായ ഭരണാധികാരി, ശ്രദ്ധേയനായ ഗ്രന്ഥകാരൻ, മികച്ച സാമ്പത്തികവിദഗ്ദ്ധൻ എന്നീ നിലകളിൽ ബഹുമുഖ വ്യക്തിത്വത്തിനുടമയാണ് സി. അച്യുതമേനോൻ. തൃശ്ശൂരിൽ ചേലാട്ടു ലക്ഷ്മിക്കുട്ടിയമ്മയുടെ മകനായി 1913 ജനുവരിയിൽ ജനിച്ചു. ബി.എ, ബി.എൽ പരീക്ഷകൾ റാങ്കോടെ പാസ്സായി. 1935 ൽ കോൺഗ്രസ്സിൽ അംഗമായി, 1937 ൽ പട്ടാഭിസീതാരാമയ്യായുടെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ തൃശ്ശൂരിൽ സമ്മേളിച്ച കൊച്ചി രാഷ്ട്രീയ സമ്മേളനത്തിന്റെ സൂത്രധാരൻമാരിൽ മുഖ്യൻ ഇദ്ദേഹമായിരുന്നു. തൃശ്ശൂർ ജില്ലാ കോൺഗ്രസ്സിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷനായും കൊച്ചിൻ കോൺഗ്രസ്സിന്റെ ജോയിന്റ് സെക്രട്ടറിയായും പ്രവർത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്. ദേശീയപ്രസ്ഥാന ത്തിന്റെ വിവിധ സമരമുഖങ്ങളിൽ അടിപതറാതെ പ്രവർത്തിച്ച മേനോൻ രാജ്യമെമ്പാടുമുള്ള ജനവിഭാഗത്തിന്റെ പ്രിയങ്കരനായ നേതാവായി ഉയർന്നു. ഹരിജനോദ്ധാരണത്തിനും ക്ഷേത്രപ്രവേശനത്തിനും വേണ്ടി നടത്തിയ ജാഥയിലെ മുൻനിരയിൽ അദ്ദേഹം നിലകൊണ്ടു. 1940 ൽ രാജ്യരക്ഷാനിയമം അനുസരിച്ച് ജയിൽ ശിക്ഷക്ക് വിധേയനായി. 1942 ൽ കമ്മ്യൂണിസ്റ്റ് പാർട്ടിയിൽ അംഗത്വം സ്വീകരിച്ചു. തുടർന്ന് പാർട്ടിയുടെ കൊച്ചി ജില്ലാസെക്രട്ടറിയായി. ഒളിവിലും ജയിലിലുമായി, പാർട്ടിക്കു വേണ്ടി നിരന്തരമായ യാതനകൾ അനുഭവിച്ചു. എച്ച്.ജി.വെൽസിന്റെ ലോകചരിത്രസംഗ്രഹം ജയിൽ ജീവിത ത്തിനിടയിൽ തർജ്ജമ ചെയ്തു. 1957 ലെ ഈ.എം.എസ്സ് മന്ത്രിസഭയിൽ അച്യുതമേനോൻ ധനമന്ത്രിയായിരുന്നു. ഒരു ഘട്ടം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ആഭ്യന്തരവകുപ്പും മേനോനിൽ നിക്ഷിപ്ത മായി.1969 നവംബർ 1 ന് അച്യുതമേനോൻ കേരളാമുഖ്യ മന്ത്രിയായി. തിരുകൊച്ചിയുടെയും കേരളത്തിന്റെയും ചരിത്രത്തിൽ ആദ്യമായി കാലാവധി പൂർത്തിയാക്കിയ മുഖ്യമന്ത്രി എന്ന ബഹുമതിക്കും അച്യുതമേനോൻ അർഹനായി. നമ്മുടെ നാട് ദർശിച്ച മുഖ്യമന്ത്രിമാരിൽ പ്രമുഖസ്ഥാനത്തിനർഹൻ അച്യുതമേനോനാണെന്ന കാര്യം പ്രതിയോഗികൾ പോലും അംഗീകരിച്ച യാഥാർത്ഥ്യമാണ്. നിയമസഭാംഗമല്ലാത്ത അച്യുതമേനോൻ മുഖ്യമന്ത്രിയായ ശേഷം കൊട്ടാരക്കരനിന്നും ഉപതെരഞ്ഞെടുപ്പിലൂടെ വിജയിക്കുകയാണുണ്ടായത്. 1970 ൽ ഇരിങ്ങാലക്കുടയിൽനിന്നും ജയിച്ച് വീണ്ടും മുഖ്യമന്ത്രിയായി. അടിയന്തിരാവസ്ഥ നിലവിലിരുന്ന കാലഘട്ടം. ഒരു ഗ്രന്ഥകാരനെന്ന നിലയിലും ശ്രദ്ധേയനായ മേനോൻ വിവിധ സാഹിത്യശാഖകളിൽപ്പെട്ട അസംഖ്യം ഗ്രന്ഥങ്ങളിലൂടെ വിജ്ഞാനസാഹിത്യശാഖയെ ധന്യമാക്കി. രാഷ്ട്രീയ വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ചും നിരവധി ലേഖനങ്ങൾ രചിച്ചിട്ടുണ്ട്. പത്നി അമ്മിണിയമ്മ. 1991 ആഗസ്റ്റ് 16 ന് അന്തരിച്ചു. ♦

പ്രിയ കരയോഗാംഗങ്ങളെ,

കരയോഗത്തിൻെറ 2013-14 സാമ്പത്തിക വർഷം മാർച്ച് 31 ന് അവസാനിക്കുകയാണ്. കഴിഞ്ഞ പൊതുയോഗത്തിൻെറ തീരുമാനമനുസരിച്ച് ബഡ്ജറ്റിൽ നിന്നുകൊണ്ട് കടമുറികൾ, 1-ാം നിലയിലെ കരയോഗം ഓഫീസ്, പ്രസൻേറഷൻ ഹാൾ, 2-ാം നിലയിൽ സോളാർ പാനൽ സ്ഥാപിക്കുന്നതിനാവശ്യമായ സിവിൽ വർക്ക്, പ്രവേശന കവാടം, കരയോഗം ബിൽഡിങ്ങിലെ acp വർക്ക് എന്നീ നവീകരണ പുനർനിർമാണ പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് ഈ വർഷം നടത്തി പോന്നത്. ജൂൺ മാസത്തോടെ മേൽപറഞ്ഞ എല്ലാ ജോലികളും പൂർത്തിയാക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. കരയോഗത്തിൻെറ പ്രവർത്തന മേഖല വിപുലീകരിച്ചതിനോടൊപ്പം തന്നെ സേവനമേഖലയിലും അതിൻേറതായ നേട്ടങ്ങൾ കൈവരിക്കുവാൻ നമുക്ക് കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. കൂടുതൽ ജനോപകാരപ്രദമായ പദ്ധതികൾ ഇനിയും ആവിഷ്ക്കരിച്ച് നടപ്പിലാക്കുവാൻ നമുക്ക് കഴിയും. അംഗങ്ങളിൽ നിന്നും, അഭ്യുദയ കാംക്ഷികളിൽ നിന്നും കരയോഗത്തിൻെറ തുടർപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പുതിയ നിർദ്ദേശങ്ങൾ സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

കരയോഗം അംഗങ്ങളുടെ അടിയന്തിര ശ്രദ്ധയ്ക്കായി ഒരു പ്രത്യേക വിഷയം ഇവിടെ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. കരയോഗം നിയമാവലി (8) പ്രകാരം കരയോഗം അംഗങ്ങൾ അവരുടെ സ്ഥിരമായ യഥാർത്ഥ മേൽവിലാസം അപ്പോഴപ്പോൾ ജനറൽ സെക്രട്ടറിയെ രേഖാമൂലം അറിയിക്കേണ്ടതാണ്. എന്നാൽ പല അംഗങ്ങളും തെറ്റായ സ്ഥിരതാമസ മേൽവിലാസം കരയോഗത്തെ അറിയിക്കുകയും, യഥാർത്ഥ താമസം മറ്റൊരു സ്ഥലത്തുമാണെന്ന് കരയോഗത്തിൻെറ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. തെറ്റുതിരുത്തി യഥാർത്ഥ സ്ഥിരതാമസ മേൽവിലാസം കരയോഗത്തെ രേഖാമൂലം അറിയിക്കാതിരിക്കുന്നതും, അവാസ്തവ പ്രസ്താവനകൾ നടത്തി അംഗത്വം തുടരുന്നത് നിയമാവലി വിരുദ്ധമാണെന്ന് സ്നേഹപൂർവ്വം അറിയിക്കുന്നു. അംഗങ്ങളിൽ ആരെങ്കിലും ഇത്തരത്തിൽ തെറ്റായ മേൽവിലാസം തന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ തിരുത്തുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുന്നു. എറണാകുളം കരയോഗത്തിന് ടി വിഷയത്തിൽ നിയമാവലിക്ക് വിധേയമായി മാത്രമേ പ്രവർത്തിക്കുവാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ എന്ന് ഒരിക്കൽകൂടി വിനയപുരസ്സരം ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു.

അംഗങ്ങൾ എറണാകുളം കരയോഗത്തിൻെറ ചാരിറ്റി ഫണ്ടിലേയ്ക്ക് 2014-2015 വർഷത്തേയ്ക്ക് അടയ്ക്കേണ്ട തുകയായ 120 രൂപ ഏപ്രിൽ 1 മുതൽ കരയോഗം ഓഫീസിൽ അടയ്ക്കാവുന്നതാണ്. മുൻവർഷങ്ങളിൽ അടച്ച തുകയുടെ രശീതി കൈവശമുണ്ടെങ്കിൽ ആയതുകൂടി തുക അടയ്ക്കുവാൻ വരുന്നവർ കൈവശം വയ്ക്കുവാൻ ഓർമ്മിക്കുക.

ചാരിറ്റി ഫണ്ടിൻെറ ധനശേഖരണാർത്ഥം 2014 ലെ വിഷുദിനമായ ഏപ്രിൽ 15 ന് ചോറ് ഒഴിച്ചുള്ള സദ്യകിറ്റ് വിഷുദിവസം രാവിലെ 9 മണി മുതൽ 10 മണി വരെ ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ മുൻകൂർ ബുക്ക് ചെയ്യുന്നവർക്ക് നൽകുന്നതായിരിക്കും. പാലട, പഴം എന്നീ പ്രഥമനുകൾക്കുള്ള കൂപ്പണുകൾ ലിറ്ററിന് 160 രൂപയും, അഞ്ചു പേർക്കുള്ള സദ്യകിറ്റിന് 650 രൂപയും ഏപ്രിൽ 7 മുതൽ 12 വരെ കരയോഗം ഓഫീസിൽ നിന്ന് മുൻകൂർ ലഭിക്കുന്നതായിരിക്കും. ആദ്യം വരുന്ന 300 പേർക്ക് മാത്രമായിരിക്കും ഈ സേവനം ലഭിക്കുക.

ബ്രഹ്മശ്രീ പാലാഞ്ചേരി നവീൻശങ്കർ ആചാര്യനായി 27-ാമത് ശ്രീമദ് ഭാഗവത സപ്താഹം ഫെബ്രുവരി 16 മുതൽ 23 വരെ ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ ഭക്തജനങ്ങളുടെ സഹകരണവും സാന്നിദ്ധ്യവും കൊണ്ട് ഭക്തിനിർഭരമായ അന്തരീക്ഷത്തിൽ ഭംഗിയായി നടത്തുവാൻ കഴിഞ്ഞു. സഹകരിച്ച എല്ലാവരോടും നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.

2014 മാർച്ച് 30 ന് അലോപ്പതി, ആയുർവേദ, ഹോമിയോ ഡോക്ടർമാർ പങ്കെടുക്കുന്ന എറണാകുളം കരയോഗത്തിൻെറ സൗജന്യ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ നടത്തുന്നു. നിർധനരായവരെ ഈ ക്യാമ്പിലേക്ക് സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

ബാങ്ക് ജീവനക്കാരുടെ സംഘടനയായ ബീമും, എറണാകുളം കരയോഗവും സംയുക്തമായി അവതരിപ്പിക്കുന്ന മാർച്ച് മാസത്തെ പരിപാടി ഡോ. ശ്രീവത്സൻ ജെ. മേനോൻെറ **സംഗീത കച്ചേരി** 28 ന് വൈകുന്നേരം 6.15ന് ടി.ഡി.എം ഹാൾ ഗംഗ (A/c) യിൽ നടക്കുന്നു. ഏവർക്കും സ്വാഗതം.

കരയോഗത്തിൻെറ തുടർന്നുള്ള എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും അംഗങ്ങളുടെ സഹായ സഹകരണങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിച്ചു കൊള്ളുന്നു.

എന്ന്

- ജനറൽ സെക്രട്ടറി

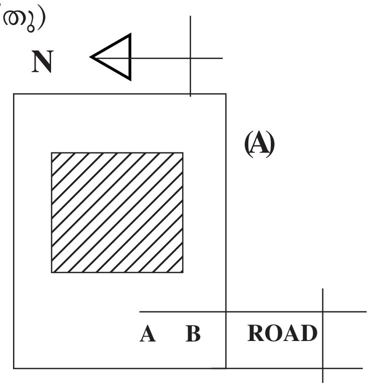
എറണാകുളം കരയോഗം എൽഡർ സിറ്റിസൺസ് ഫോറം മാർച്ച് മാസം പരിപാടികൾ

തീയതി	പ്രാർത്ഥന	ഇന്നത്തെ ചിന്താവിഷയം	മുഖ്യപ്രഭാഷണം	വിഷയം	കൃതജ്ഞത	പൊതുയോഗ നമ്പർ
13.3.2014	കൃഷ്ണമേനോൻ	കൃഷ്ണമേനോൻ	ശ്രീകണ്ഠൻ നായർ	കവിതയിലെ തത്വപാഠം	കെ.പത്മകുമാർ	769
20.03.14	വിജയലക്ഷ്മി	സി.വിജയൻ	അഡ്വ.എസ്.എം. നായർ	വിൽപത്രം	എസ്.പി. പിള്ള	770
27.03.14	രത്നകുമാരി	ആർ.പി. നായർ	കെ.ഗോപികുമാരൻ നായർ	ഭക്തിസങ്കല്പം	സി.വേണുഗോപാൽ	771
03.04.14	എ.എൻ.കെ. മേനോൻ	ബാലഗംഗാധരമേനോൻ	ടി.കെ.ശ്രീകുമാരൻ നായർ		വി.കോമളവല്ലി	772
10.04.14	രത്നകുമാരി	വടക്കൂട്ട് രാധാകൃഷ്ണൻ	ടി.എൻ.ടി. നായർ		പ്രൊ.ബാലകൃഷ്ണൻ	773

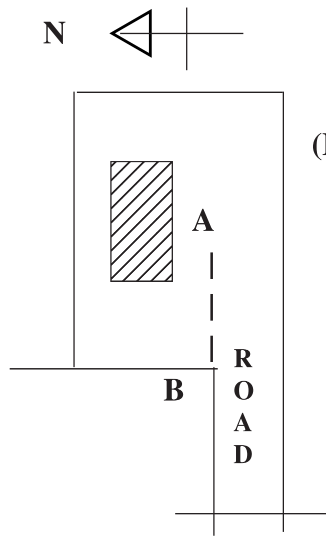
ശ്രീ. പ്രഭാകരമേനോൻ പര്യാടത്ത്
റിട്ടയേർഡ് എഞ്ചിനീയർ,
വാസ്തു വിദഗ്ദ്ധൻ

വാസ്തു സംബന്ധമായ . . .

(വാസ്തു)



വഴി തെക്കു പടിഞ്ഞാറ് വന്ന് കയറുന്നു.



വഴി പടിഞ്ഞാറ് തെക്ക്
അവസാനിക്കുന്നു.

കന്നിമൂലയിൽ ഗേറ്റ് വന്നാൽ വിഷമിക്കാനില്ല.

മുകളിൽ A & B Sketch കാണുക. A-യിൽ വഴി തെക്കു പടിഞ്ഞാറ് വന്ന് അവസാനിക്കുന്നു. B-യിൽ വഴി പടിഞ്ഞാറ് തെക്ക് വന്ന് അവസാനിക്കുന്നു. രണ്ടും കന്നിമൂലയിലാണ് gate വരിക മാറ്റുവാൻ തരമില്ല. അങ്ങനെ വരുമ്പോൾ കൈയിൽ പൈസ ഇരിക്കുവാൻ വിഷമമാണ് എന്ന് പറയപ്പെടുന്നു. അനാവശ്യ ചിലവുകൾ ഉണ്ടാകും. അങ്ങിനെ വന്നാൽ വരുന്ന വഴി ചെറിയ മതിൽ കെട്ടി വീടിന്റെ മദ്ധ്യം വരെ നീട്ടണം. A to B നോക്കുക. മതിലിന്റെ ഉയരം 24cm മാത്രം മതി.

അങ്ങിനെ വന്നാൽ വീടിന്റെ തെക്ക് പടിഞ്ഞാറ് മൂല അടയുന്നതാണ്.

വാസ്തു സംബന്ധമായ എല്ലാ സംശയങ്ങളും എല്ലാ മാസവും 10ാം തിയതിക്കു മുൻപ് കരയോഗം ഓഫീസിൽ ലഭിക്കേണ്ടതാണ്. കരയോഗം മെമ്പർമാർക്ക് രാവിലെ 10 മണി മുതൽ 5 മണി വരെ 9447032434 എന്ന നമ്പറിൽ വിളിക്കാവുന്നതാണ്. ഈ സേവനം തികച്ചും സൗജന്യമായിരിക്കും. എല്ലാ മാസവും രണ്ടാം ഞായറാഴ്ച എഞ്ചിനീയർ പ്രഭാകരമേനോൻ എറണാകുളം കരയോഗം ഓഫീസിൽ രാവിലെ 9.30 മുതൽ 1 മണി വരെ. അതിനായി മുൻകൂർ പേര് രജിസ്റ്റർ ചെയ്തിരിക്കണം.

സൗജന്യ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്

എറണാകുളം കരയോഗം 2014 മാർച്ച് 30-ാം തീയതി ഞായറാഴ്ച ടി.ഡി.എം ഹാളിൽ സൗജന്യ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. അലോപ്പതി, ആയുർവേദം, ഹോമിയോ എന്നീ വിഭാഗങ്ങളിലെ ഡോക്ടർമാരുടെ സേവനം രാവിലെ 9.00 മണി മുതൽ ലഭ്യമാണ്. ഈ സേവനം നിർധനരായവർ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുവാൻ അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

–ജനറൽ സെക്രട്ടറി

(നമ്മുടെ ആചാരങ്ങൾ തുടർച്ച)

അവശ്യം അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട പൊതുവായ കാര്യങ്ങൾ

ഗോമാതാ

ഹിന്ദുക്കൾ പശുക്കളെ മാതൃതുല്യം ആരാധിക്കുന്നു. ദേവീഭാഗവതത്തിലും അഗ്നിപുരാണത്തിലും മഹാഭാരതത്തിലും പശുവിന്റെ മാഹാത്മ്യത്തെപ്പറ്റിയും പശുവിനെ പൂജിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ചും വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. അഗ്നിപുരാണം എഴുപത്തേഴാമദ്ധ്യായത്തിൽ പശുപൂജാമന്ത്രം കൊടുത്തിട്ടുള്ളതിങ്ങനെയാണ്.

ഓം കപിലേ നന്ദേ നമഃ

ഓം കപിലേ ഭദ്രികേ നമഃ

ഓം കപിലേ സുശീലേ നമഃ

ഓം കപിലേ സുരഭിപ്രഭേ നമഃ

ഓം കപിലേ സുമനസ്സേ നമഃ

ഓം കപിലേ ഭുക്തിമുക്തിപ്രദേ നമഃ

മഹാഭാരതം അനുശാസനപർവം 73–ാം അദ്ധ്യായത്തിൽ പറയുന്നത് ചൂതുകളിച്ചു കിട്ടിയ പണംകൊണ്ടുപോലും പശുവിനെ വാങ്ങി ദാനം ചെയ്താൽ അസംഖ്യം ദിവ്യവർഷങ്ങൾ സുഖസമൃദ്ധമായി ജീവിക്കാമെന്നാണ്. സത്കർമ്മങ്ങളിൽ ഏറ്റവും ശ്രേഷ്ഠമായതാണ് പശുദ്ദാനം. ആസന്നമരണനായ ആൾക്ക് സദ്ഗതി കിട്ടാൻ പശുദ്ദാനം ഉത്തമ കർമ്മമാണ്.

ഗോപൂജ എത്രമാത്രം ഉത്കൃഷ്ടകർമ്മമാണോ, അതേപോലെ അധമകർമ്മമാണ് ഗോഹത്യ. ഗോഹത്യ നടത്തിയ പാപം പോക്കുവാൻ ചെയ്യേണ്ട പ്രായശ്ചിത്തവിധികളെക്കുറിച്ച് അഗ്നിപുരാണം 159–ാം അദ്ധ്യായത്തിൽ വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്. വിഷ്ണുപ്രീതിക്കും ഗോപൂജ ശ്രേഷ്ഠകർമ്മമാണ്.

യാത്രാരംഭത്തിൽ പശുവിനെ ശകുനം കാണുന്നതു നല്ലതാണെന്ന് ശുഭശകുനങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

കേരളീയർ ചിങ്ങമാസത്തിൽ തിരുവോണനാളിൽ രാവിലെ പശുവിനെ കുളിപ്പിച്ച് അരിമാവ് നെറ്റിയിലണിയിച്ച് അലങ്കരിക്കുന്നു. തുടർന്ന് അരി, നെല്ല്, കറുകപ്പുല്ല് മുതലായവ നൽകി പശുവിനെ പൂജിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഗോമാതാ പ്രാർത്ഥനഃ

"സർവകാമദുഘേ ദേവി സർവതീർത്ഥാഭിഷേചിനി

പാവനേ സുരഭിശ്രേഷ്ഠേ ദേവി തുഭ്യം നമോസ്തു തേ".

വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിലും താന്ത്രിക കർമങ്ങളിലും പശുവിനു പ്രാധാന്യം നൽകിയിട്ടുണ്ട്. പശുവിൽനിന്നും ലഭിക്കുന്ന പാലും പാലുൽപ്പന്നങ്ങളും പശുവിന്റെ വിസർജ്യങ്ങളും ഔഷധങ്ങളായി ഉപയോഗിച്ചു വരുന്നു. താന്ത്രിക ചടങ്ങുകളിൽ പശുവിന്റെ വിസർജ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത് അതിന്റെ പവിത്രതയെയാണ് കാണിക്കുന്നത്.

ക്ഷേത്രങ്ങളിൽ ഏത് കലശം നടക്കുമ്പോഴും ഒപ്പം പഞ്ചഗവ്യം പ്രത്യേക പത്മം തയ്യാറാക്കി അതിൽവച്ച് പൂജിച്ച് വിഗ്രഹത്തിൽ അഭിഷേകം ചെയ്യുന്നു. മഹാക്ഷേത്രങ്ങളിൽ നിത്യേനയുള്ള നവകത്തിന് പഞ്ചഗവ്യം ആടുന്നുണ്ട്.

ആയുർവേദത്തിൽ പലതരം മാനസികരോഗങ്ങൾക്കു ശമനം കിട്ടാൻ പഞ്ചഗവ്യം ഒരു ഔഷധമായി പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. കൂടാതെ ഗോമൂത്രം മാത്രമായും ചില ഔഷധക്കൂട്ടുകളിൽ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുണ്ട്. പാലും, പാലുത്പന്നങ്ങളായ നെയ്യ്, തൈര്, മോര് ഇവയും ഔഷധങ്ങളായി ആയുർവേദത്തിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ഗോമയം (ഗോവിട്ട് ചാണകം) ചില രോഗങ്ങൾക്കുള്ള ഔഷധക്കൂട്ടുകളിൽ ഉപയോഗിച്ചു വരുന്നു.

പഞ്ചഗവ്യം

പശുവിൻപാൽ, തൈര്, നെയ്യ്, ഗോമൂത്രം, ചാണകം, ഇവ അഞ്ചും ചേർന്നതാണ് പഞ്ചഗവ്യം.

"ക്ഷീരം ദധി തഥാ ചാജ്യം മൂത്രം ഗോമയമേവ ച"

എന്നാണ് പഞ്ചഗവ്യക്കൂട്ടിനെപ്പറ്റി പറഞ്ഞിട്ടുള്ളത്. താന്ത്രിക കർമങ്ങളിൽ പശുവിൻപാൽ മാത്രമേ ഉപയോഗിക്കുകയുള്ളൂ. ക്ഷേത്രങ്ങളിൽ അഭിഷേകം, ധാര, പാൽപ്പായസം തുടങ്ങിയവക്ക് മറ്റു പാലുകളൊന്നും ഉപയോഗിക്കുകയില്ല. നെയ്യും അങ്ങനെ തന്നെയാണ്.

(കടപ്പാട് ഃ ഹൈന്ദവ ജീവിത ആചാരങ്ങളും അനുഷ്ഠാനങ്ങളും കുരുക്ഷേത്രപ്രകാശൻ)

അംഗങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്

ബഹുമാന്യരായ അംഗങ്ങളെ!

നിങ്ങളുടെ ഭവനങ്ങളിലോ, നിങ്ങളുടെ അറിവിൽപെട്ട ആരുടെയെങ്കിലും ഭവനങ്ങളിലോ, പഴയകാലത്ത് ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന വാർപ്പുകൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ അവ എറണാകുളം കരയോഗത്തിന് ലഭ്യമാക്കുവാൻ വേണ്ട നടപടികൾ നിങ്ങളുടെ ഭാഗത്തു നിന്നും ഉണ്ടാവണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. ദയവായി സഹകരിക്കുക.

വിളിക്കേണ്ട നമ്പർ : 0484 2361160

ജനറൽ സെക്രട്ടറി, എറണാകുളം കരയോഗം

ബാലലോകം

പരീക്ഷയെ പേടിക്കേണ്ട

ലക്ഷ്മി ദേവി

കൊച്ചു കൂട്ടുകാരേ,,

നിങ്ങൾക്കെല്ലാം പരീക്ഷ അടുക്കാറായല്ലോ. എല്ലാവരും കൊണ്ടു പിടിച്ചു പഠിക്കുന്നുണ്ടാവും. നിങ്ങൾക്കറിയാമോ നല്ല നിശ്ചയദാർഢ്യമുണ്ടെങ്കിൽ ഏതു പരീക്ഷയെയും ലാഘവത്തോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യാനാവും.

" പരിശ്രമം ചെയ്യുകിലെന്തിനേയും
കരത്തിലാക്കാൻ കഴിവുള്ളവണ്ണം
ദീർഘങ്ങളാം കൈകളെ നൽകിയത്രെ
മനുഷ്യനെ പാരിലയച്ചതീശൻ " എന്നു നിങ്ങൾ കേട്ടിട്ടുണ്ടാവുമല്ലോ.

പഠിച്ച പാഠങ്ങളെല്ലാം നന്നായി ഹൃദസ്ഥമാക്കിയശേഷമാവട്ടെ റിവിഷൻ. പഠനസമയത്തിൽ കൃത്യനിഷ്ഠ വേണം. പ്രഭാതത്തിൽ എഴുന്നേറ്റ് ദിനചര്യകൾ നിർവ്വഹിച്ചശേഷം ഈശ്വരപ്രാർത്ഥനയോടെ പഠിക്കാനിരിക്കുക. ഏകാഗ്രതയോടെ രണ്ടു മണിക്കൂർ നേരം ഇതിനായി നീക്കി വെയ്ക്കൂ. സൂര്യൻ ഉദിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് എഴുനേൽക്കുക. വൈകി ഉണരുന്നത് മനസ്സിനും ആരോഗ്യത്തിനും നല്ലതല്ല. ഒന്നിന്റേയും ബഹളമോ, ഒച്ചപ്പാടുകളോ ഇല്ലാത്ത സമയം ബുദ്ധിയും ഉണർന്നു പ്രവർത്തിക്കും.

വരാൻ പോകുന്ന മധ്യവേനൽ അവധിയെക്കുറിച്ചു നിരവധി സ്വപ്നങ്ങൾ കൂട്ടുകാരുടെ മനസ്സിലുണ്ടാവാം. കളിക്കാൻ ഇഷ്ടംപോലെ സമയം, പലതും കാണാനും മനസ്സിലാക്കാനും അച്ഛനമ്മമാരോടൊപ്പം യാത്രകൾ ചെയ്യാനുമുള്ള അവസരങ്ങൾ എന്നിവ നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്നത് അവധിക്കാലത്തല്ലെ!. ഇതൊക്കെ പരീക്ഷ പഠനത്തിന് കൂടുതൽ സഹായകമാവില്ലെ? സുഗമമായി പരീക്ഷ എഴുതിക്കഴിയുമ്പോൾ മനസ്സിന് ഏറെ സന്തോഷമുണ്ടാവില്ലെ?

അന്നന്നു ക്ലാസ്സിൽ എടുക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ നാളേയ്ക്ക് എന്നു നീട്ടിവെയ്ക്കാതിരിക്കുക. നീട്ടി വെയ്ക്കൽ സമയത്തിന്റെ കള്ളനാണ് എന്നു കേട്ടിട്ടില്ലെ? അതുകൊണ്ട് ചെയ്യാനുള്ളത് അപ്പപ്പോൾ ചെയ്യുക. കൊച്ചു കൂട്ടുകാരുടെ വിജയമല്ലെ അച്ഛനമ്മമാരുടെ സന്തോഷത്തിനു നിദാനം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ നിങ്ങൾ അച്ഛനമ്മമാർക്കു കൊടുക്കുന്ന വിലപിടിച്ച സമ്മാനവും അതു തന്നെയല്ലെ? നന്നായി പഠിക്കൂ, വിജയിക്കൂ, സന്തോഷിക്കൂ.

രവീന്ദ്രനാഥടാഗോറിനെപ്പറ്റി നിങ്ങൾ കേട്ടിട്ടുണ്ടോ?

ഗിതാഞ്ജലി എന്ന അദ്ദേഹത്തിന്റെ കവിതയ്ക്ക് നോബൽ സമ്മാനം ലഭിക്കുകയുണ്ടായി. ലോകത്തിൽ വെച്ചേറ്റവും വലിയ അവാർഡാണ് ഇത്.

വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ്, ജീവിച്ചിരുന്ന ആൽഫ്രെഡ് നോബലാണ് ഈ സമ്മാനത്തിന്റെ കാരണക്കാരൻ. അദ്ദേഹമാണ് യുദ്ധത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന ഗൺപൌഡർ കണ്ടു പിടിച്ചത്. ഇതിലൂടെ അദ്ദേഹം വലിയ ധനികനായി. അദ്ദേഹത്തിനു ലഭിച്ച ധനത്തിന്റെ പലിശകൊണ്ട് ഓരോ വർഷവും ലോകത്തിൽ ഫിസിക്സ്, കെമസ്ട്രി, ഭാഷ എന്നിവയിൽ ഏറ്റവും വലിയ സംഭാവന നൽകുന്ന വ്യക്തികൾക്ക് നോബൽ സമ്മാനം നൽകണമെന്ന് അദ്ദേഹം മരിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് കുറിച്ചു വെച്ചിരുന്നുവത്രെ. ഈ സമ്മാനം നേടിയ ആദ്യ വ്യക്തിയാണ് നമ്മുടെ രാഷ്ട്രപിതാവായ ഗാന്ധിജിയുടെ ഉറ്റസുഹൃത്ത് രവീന്ദ്രനാഥ ടാഗോർ. രാജ്യസ്നേഹി, എഴുത്തുകാരൻ, പ്രബന്ധകാരൻ നാടക രചയിതാവ് എന്നിവയിലെല്ലാം പ്രാഗത്ഭ്യം നേടിയ അദ്ദേഹമാണ് നമ്മുടെ ദേശിയഗാനമായ ജനഗണമന എന്ന രാജ്യസ്നേഹഗാനം നമുക്ക് നൽകിയത്.

അധ്വാനമാണ് വിജയം. സാഹചര്യങ്ങൾ തളർത്തിയാലും, പരിസ്ഥിതികൾ വിപരീതമായാലും, തളരാതെ കഠിന പരിശ്രമം ചെയ്യുക. വിജയം സുനിശ്ചിതമാണ്.

നാടോടിപ്പാട്ടുകൾ

മലയാള സാഹിത്യത്തിൽ നാടോടിപ്പാട്ടുകൾക്കേറെ പ്രാധാന്യമുണ്ട്. ഇവ രണ്ടു വിഭാഗമാണ്. വടക്കൻ പാട്ടുകളും, തെക്കൻ പാട്ടുകളും, കളരി, അടവ്, പയറ്റ്, അങ്കം എന്നിവയോടനുബന്ധിച്ചതാണ് ദ്രാവിഡ വൃത്തത്തിൽ രചിച്ച വടക്കൻ പാട്ടുകൾ. ധീരസേനാനിമാർ, പതിവ്രതകൾ എന്നിവരുടെ സേവനങ്ങളെ പ്രകീർത്തിക്കുന്നവയാണ് തെക്കൻ പാട്ടുകൾ.

ചേരുംപടി ചേർക്കുക

1.	മലയാള ഭാഷയുടെ പിതാവ്	കുഞ്ചൻ നമ്പ്യാർ
2.	തുള്ളൽ	എഴുത്തച്ഛൻ
3.	നാരായണീയം	പൂന്താനം നമ്പൂതിരി
4.	ജ്ഞാനപ്പാന	നാരായണ ഭട്ടതിരിപ്പാട്

ശരിയുത്തരം : എഴുത്തച്ഛൻ, കുഞ്ചൻനമ്പ്യാർ, നാരായണഭട്ടതിരിപ്പാട്, പൂന്താനം നമ്പൂതിരി

കൂട്ടുകാരെ നിങ്ങൾ വരയ്ക്കുന്ന ചിത്രങ്ങൾ, പെയിന്റിങ്ങുകൾ, രചനകൾ എന്നിവ കരയോഗ സൗഹൃദത്തിന് അയച്ചു തരിക.

വിലാസം : എഡിറ്റർ, കരയോഗസൗഹൃദം, എറണാകുളം കരയോഗം, കൊച്ചി-682016
നിങ്ങളുടെ സംശയങ്ങൾക്ക് വിളിക്കുക . ഫോൺ : 9947736071

അഷ്ടപദി ഭഗവാൻ ശ്രീകൃഷ്ണന്റെ ഇഷ്ടകാവ്യം

- ലക്ഷ്മിദേവി

അർത്ഥഭംഗിയും ശബ്ദഭംഗിയും ഇടചേർന്ന് ശൃംഗാരരസവും മധുരഭക്തിയും സമന്വയിക്കുന്ന ഒരുത്തമ കാവ്യമാണ് ശ്രീ ജയദേവ കവിയുടെ ഗീതഗോവിന്ദം.

സാഹിത്യ കുതികകൾക്ക് വായിച്ചു രസിക്കാനും ഭക്തരായ സംഗീത തല്പരർക്ക് ലയിച്ചു പാടാനും, ആടാനും ഉതകുന്ന ഒരു കൃതിയാണിത്. തേനിന്റെ മാധുര്യം , ഹംസത്തിന്റെ നൈർമല്യം, മയിലിന്റെ നൃത്തം, പൂർണ്ണചന്ദ്രനെ കാണുന്ന പ്രതീതി, മുല്ലയുടെ സൗരഭ്യം, ചന്ദന സുഗന്ധം, താമരപ്പൂവിന്റെ ലാളിത്യം ഇവയെല്ലാം ഒത്തു ചേർന്ന കൃതിയാണ് ഗീതാഗോവിന്ദം എന്ന് സംസ്കൃത പണ്ഡിതനായ മഹുലികർ വിശേഷിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഓരോ അഷ്ടപദിയിലും 8 പദങ്ങളാണ്. പത്താമത്തെ അഷ്ടപദിയിൽ 5 പദങ്ങളേ ഉള്ളൂ. ആദ്യത്തേത് ദശാവതാര വർണ്ണനയാണ്. സംഗീതജ്ഞർ ഇതിലെ വിവിധ പദങ്ങളെ വിവിധ രാഗങ്ങളിൽ പാടാറുണ്ട്.

കൃസ്തുവിന് പിൻപ് 12-ാം ശതകത്തിന്റെ അവസാന കാലത്ത് ഒറീസയിലെ പ്രസിദ്ധമായ പുരി ജഗന്നാഥ ക്ഷേത്രത്തിന്റെ പരിസരത്തു വെച്ച് ജയദേവ കവി രചിച്ച കൃതിയാണ് ഇതെന്നു വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. ഓരോ അഷ്ടപദിയുടെയും ആദ്യഭാഗം കഥാസന്ദർഭവും, രംഗവും വിവരിക്കുന്നു. ഗീതങ്ങൾക്കു ശേഷമുള്ള ശ്ലോകങ്ങളിൽ രാധയുടെയോ, കൃഷ്ണന്റേയോ ചേഷ്ടകളാണ് വർണ്ണിക്കുന്നത്. സർഗ്ഗത്തിലെ അവസാനശ്ലോകങ്ങൾ ആശംസാ രൂപത്തിലോ പ്രാർത്ഥനാരൂപത്തിലോ ഉള്ളതാണ്.

ശ്രീകൃഷ്ണനെ ഉപാസന മൂർത്തിയായി തിരഞ്ഞെടുത്ത ജയദേവകവി പല ഗീതങ്ങളും തന്നത്താൻ പാടുകയും, ഭാര്യ പത്മാവതി അതിനൊത്ത് നൃത്തം ചെയ്യുകയും ചെയ്ത് അവർ ഭർത്താവിനേക്കാൾ വലിയ കൃഷ്ണഭക്തയായി എന്ന് ഐതിഹ്യം പറയുന്നു.

ഒരിക്കൽ കവി പത്തൊൻപതാമത്തെ അഷ്ടപദി രചിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കവെ എത്ര ആലോചിച്ചിട്ടും താൻ ഉദ്ദേശിച്ച രീതിയിലുള്ള പദം മനസ്സിൽ തെളിഞ്ഞില്ല. ഭാര്യയോട് അദ്ദേഹം അടുത്ത ശ്ലോകത്തിന്റെ ഉചിതമായ പദം കിട്ടിയില്ലെന്നും, കുളിച്ചു വന്നിട്ടെഴുതാമെന്നും പറഞ്ഞു. ഉചിതമായ പദം എന്റെ മനസ്സിൽ ഇതേവരെ തെളിഞ്ഞില്ലല്ലോ. ഇതെന്തൊരു മറവി. അങ്ങല്ലെ ഇപ്പോൾ വന്ന് പദം എഴുതിയത്. പത്മാവതി ഇതു പറഞ്ഞതോടെ ജയദേവൻ സ്തംബ്ധനായി പത്മാവതിയുടെ കാല്ക്കൽ വീണു. ഭഗവത് ദർശനം നിനക്കാണല്ലോ സിദ്ധിച്ചത്, അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. അപ്പോഴാണ് സാക്ഷാൽ കൃഷ്ണനാണ് തന്റെ മുമ്പിൽ വന്ന് ദർശനമരുളിയത് എന്നവർക്ക് ബോധ്യമായത്.

സ്ഥലകമലഗഞ്ജനം മമഹൃദയരഞ്ജനം
ജനിതരതിരംഗപരഭാഗം........... എന്നു തുടങ്ങി
ജ്വലതിമയി ദാരുണോ മദനകദതുരുണോ
ഹരതുതദുപാഹിത വികാരം

എന്നവസാനിക്കുന്ന എട്ടുവരികൾ ഭഗവാൻ തന്നെ എഴുതിയതാണെന്നു പറയപ്പെടുന്നു. ഗുരുവായൂർ ക്ഷേത്രത്തിൽ നാലുനേരത്തെ പൂജകൾക്കും വിവിധ രാഗങ്ങളിൽ അഷ്ടപദി പാടിപ്പോരുന്നു.

പത്മാവതിയുടെ മരണശേഷം സ്വന്തം സന്തോഷം പങ്കുവെക്കാനാളില്ലാത്ത വിഷമത്തിൽ അദ്ദേഹം ആടുകയും പാടുകയും ചെയ്യാതായെന്നും അജോയ് നദിതീരത്തു വെച്ചു മരണമടയുകയും ചെയ്തു. ഇവിടം ഇന്നൊരു തീർത്ഥ സ്ഥലമാണ്. ബാവുൾ ഗായകർ ഇടക്കിടെ ഈ സ്ഥലം സന്ദർശിച്ചു പോരുന്നു. ജയദേവകവിയുടെ മരണശേഷം ഈ കൃതി കൂടുതൽ കൂടുതൽ പ്രശസ്തമാവാൻ തുടങ്ങി. കേരളീയരെ ഈ കൃതി ഹഠാദാകർഷിച്ചു. ദേവഭാഷയായ സംസ്കൃതത്തിന്റെ മനോഹാരിതയിൽ മയങ്ങിയ കേരളീയർ ഈ കൃതിയെ വാനോളം ഉയർത്തി. കൃഷ്ണ ക്ഷേത്രങ്ങളിലെല്ലാം ഗീതഗോവിന്ദം ഒഴിച്ചു കൂടാനാവാത്തതായി. ഇതിലെ മധുരഭക്തി ഇന്നു നാടെങ്ങും പരന്നൊഴുകകയാണ്.

ഈ കൃതി ഒരു കേരളീയനിൽ നിന്നു നമുക്ക് ലഭിച്ചതല്ലെങ്കിലും സംസ്കൃതഭക്തി സാഹിത്യത്തിൽ ജാജ്ജ്വല്യമാനമായ സ്ഥാനം അലങ്കരിക്കാൻ ഇതിനു സാധിച്ചു.

ശ്രീകൃഷ്ണ ഭക്തരെല്ലാം ഈ കാവ്യം ഹൃദിസ്ഥമാക്കിയാൽ പിന്നെ ഇതിന്റെ മാധുര്യം മറക്കില്ല. ഒരേ രാഗത്തിൽ ചൊല്ലിപ്പഠിക്കാം എന്നതുകൊണ്ട് ഏവർക്കും പരിശീലിക്കാവുന്നതാണ്. ♦

വേദാന്ത ക്ലാസ്സ്

എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ വേദാന്തപ്രകരണ ഗ്രന്ഥമായ വിവേക ചൂഡാമണിയെ (ശ്രീശങ്കരവിരചിതം) ആസ്പദമാക്കി എല്ലാ ശനിയാഴ്ചയും രാവിലെ 10.30 മുതൽ 12.00 മണിവരെ വേദാന്തക്ലാസ്സുകൾ നടത്തപ്പെടുന്നതാണ്. ആചാര്യൻ ശ്രീ. കെ.ആർ. നമ്പ്യാരാണ് വേദാന്തക്ലാസ്സുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകുന്നത്. ഈ വേദാന്ത പഠനം ഉപനിഷത്തുകൾ, ശ്രീമദ്ഭാഗവതം, ശ്രീമദ്ഭഗവദ്ഗീത തുടങ്ങിയ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുവാൻ വളരെയധികം സഹായകരമാകും. വേദാന്ത ക്ലാസ്സുകളിൽ പങ്കെടുക്കുവാൻ താല്പര്യപ്പെടുന്നവർ കരയോഗം ഓഫീസുമായി ബന്ധപ്പെടുക.

ജനറൽ സെക്രട്ടറി

വായനക്കാരുടെ കത്തുകൾ

ഫെബ്രുവരി ലക്കം കരയോഗസൗഹൃദത്തിൽ ശ്രീ. എസ്. ശ്രീകുമാർ എഴുതിയ വിവാഹധൂർത്ത് എന്ന ലേഖനം നന്നായിരുന്നു. എന്നാൽ അതിന്റെ അവസാനഭാഗം വായിച്ചപ്പോൾ എറണാകുളം കരയോഗത്തെക്കുറിച്ചും, കരയോഗത്തിന്റെ ചാരിറ്റി പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചും അറിയാത്ത ആളാണ് ലേഖകൻ എന്ന് തോന്നുന്നു. T.D.M Hall ൽ ബുക്കു ചെയ്ത് വിവാഹം നടത്തിയിട്ടുള്ള ഒരാളാണ് ഞാൻ. അവിടെ ഹാൾ ബുക്കു ചെയ്യുവാനായി ചെല്ലുമ്പോൾ ആദ്യം നമ്മുടെ കയ്യിൽ തരുന്ന "ഹാൾ ബുക്കു ചെയ്യുന്നവരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്" എന്ന് തലക്കെട്ടോടെയുള്ള കടലാസിൽ എഴുതിയിരിക്കുന്നതു തന്നെ എങ്ങനെ ലളിതമായി, ആർഭാടരഹിതമായി വിവാഹം നടത്തണം എന്നുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങളാണ്. പ്രസക്തഭാഗങ്ങൾ ഇവിടെ ഉദ്ധരിക്കുന്നു.

സീരിയൽ നമ്പർ 9 : എറണാകുളം കരയോഗം പിൻതുടരുന്ന ആചാരപ്രകാരം മാത്രമേ നായർ വിവാഹ ചടങ്ങുകൾ നടത്തുകയുള്ളു.

വിവാഹങ്ങൾ ലളിതവും ആർഭാടരഹിതവും ആയി നടത്തി കരയോഗത്തിന്റെ സാമൂഹ്യ സേവനജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഉദാരമായ സംഭാവന നൽകുവാൻ അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

എറണാകുളം സർക്കാർ ഹോസ്പിറ്റലിൽ ക്യാൻസർ രോഗികൾക്ക് മരുന്നു വിതരണം

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ യൂണിറ്റ്	പ്രതിമാസ വാർദ്ധക്യ പെൻഷൻ
ഡയാലിസിസ്	സാധുക്കളായവർക്ക് വിദ്യാഭ്യാസ സഹായം
ഹൃദയശസ്ത്രക്രിയ	സാധുക്കളായവർക്ക് ഭവന നിർമ്മാണ സഹായം
പ്രതിമാസ വിധവാ പെൻഷൻ	സാധുക്കളായവർക്ക് വിവാഹ സഹായം

അതുപോലെ തന്നെ ലേഖകൻ സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന, പാവപ്പെട്ട പെൺകുട്ടികളുടെ വിവാഹത്തിനും നിർദ്ധനരുടെ ജിവിതാവശ്യങ്ങൾക്കും മറ്റുമായി ഫണ്ടുണ്ടാക്കുന്ന കാര്യം. ജാതി മത വ്യത്യാസമില്ലാതെ, അർഹതയുള്ള എല്ലാവർക്കും സഹായമെത്തിക്കുന്ന എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ സൗമനസ്യത്തെ ഏവരാലും പുകഴ്ത്തുപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണ്. അത് ചികിത്സാസഹായമായാലും, വാർദ്ധക്യപെൻഷനായാലും, വിധവാ പെൻഷനായാലും, വിവാഹസഹായമായാലും എറണാകുളം കരയോഗം നടത്തുന്നതുപോലെ വിപുലമായ രീതിയിൽ മറ്റാരും നടത്തുന്നുന്നുണ്ട് എന്ന് എനിക്കു തോന്നുന്നില്ല . ഇതിനെല്ലാമുപരി ഭദ്രമായ കുടുംബജീവിതം നയിക്കുന്നതിന് വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങളും, പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ അവ പരിഹരിക്കുവാനുമുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളുമടങ്ങിയ "വിവാഹസൗഖ്യം" എന്ന പ്രസിദ്ധീകരണവും നവദമ്പതിമാർക്ക് കരയോഗത്തിൽ നിന്നും നല്കുന്നുണ്ട്. ഇത് അവർക്ക് ഭാവിജീവിതത്തിൽ വളരെയേറെ പ്രയോജനം ചെയ്യുന്നതാണ്. മുകളിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന വസ്തുതകളെക്കുറിച്ച് അന്വേഷണം നടത്തിയശേഷം വേണമായിരുന്നു ലേഖകൻ അഭിപ്രായ പ്രകടനങ്ങൾ നടത്തേണ്ടിയിരുന്നത്.

എന്ന്

ഒ.കെ. വേണുഗോപാൽ, രവിപുരം

** ** **

എറണാകുളം കരയോഗം

ചാരിറ്റി പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് 2014 ഫെബ്രുവരി മാസത്തിൽ സംഭാവന നൽകിയവർ

1. ശ്രീ. ജയൻ. എം. 12 സി ലിങ്ക് ഹൈറ്റ്, പനമ്പിള്ളി നഗർ, കൊച്ചി-36	₹ 11,042
2. ഡോ.കെ.ആർ. ജയരാജൻ, ജയനിവാസ്, രവിപുരം, കൊച്ചി	₹ 10,000
3. രാകേന്ദു. ആർ, തേജസ് ഹൗസ്,ലിസി ഹോസ്പിറ്റൽ റോഡ്, കൊച്ചി-18	₹ 10,000
4. ശ്രീമതി. സാറ കുര്യൻ, കല്പന ബ്യൂട്ടി പാർലർ, പനമ്പിള്ളി നഗർ, കൊച്ചി	₹ 5,000
5. ശ്രീ. എം.കെ. ശശിധരമേനോൻ, ദീപ്തി, ഇടപ്പള്ളി, കൊച്ചി - 41	₹ 5,000
6. ജസ്റ്റീസ്. വി. രാംകുമാർ, ഗോപികേശവം, വെമ്പള്ളി ലെയ്ൻ, വൈറ്റില, കൊച്ചി -19	₹ 5,000

മാര്യേജ് എയ്ഡ് ഫണ്ട്

ശ്രീ. ആർ.കെ.നായർ, ലോട്ടസ് ഗാർഡൻ, ജെ 11,കോട്ടപ്പുറം റോഡ്, തൃപൂണിത്തുറ	₹ 8,000

സ്കോളർഷിപ്പ് എൻഡോവ്മെന്റ്

കരയോഗാംഗമായ ശ്രീ. കൃഷ്ണൻ തമ്പി, ചൈതന്യ, ചങ്ങൻപുഴനഗർ, കൊച്ചി 33

(മക്കൾ അരുൺതമ്പിയുടെയും അജയ്തമ്പിയുടെയും പേരിൽ) ₹ 1,00,000

രാഗപരിചയം

പഹാഡി

ഡോ: ജയലക്ഷ്മി നന്ദകുമാർ

അപൂർവ്വമായ ഒരു ഉത്തരേന്ത്യൻ രാഗമാണ് പഹാഡി. ഹിമാലയ പർവ്വത പ്രദേശങ്ങളിൽ കേൾക്കാൻ സാധിക്കുന്ന നാടോടി ശീലുകൾ പഹാഡി രാഗത്തിൽ ഇണക്കി ചേർത്തിരിക്കുന്നു. ഈ രാഗത്തെ കാശ്മീരി നാടോടി പാട്ടുകളുടെ ഈണത്തോടും സാമ്യപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു.

ആരോഹണം ഃ സ രി ഗ പ ധ പ ധ സ

അവരോഹണം ഃ സ നി ധ പ മ ഗ രി സ നി ധ പ ധ സ

കർണ്ണാടക സംഗീതത്തിലെ ശങ്കരാഭരണത്തോടു സമാനതയുള്ള ഹിന്ദുസ്ഥാനി രാഗമായ ബിലാവൽ ഥാട്ടിന്റെ ജന്യമാണ് പഹാഡി രാഗം. ഈ രാഗം അതിന്റേതായ കുറച്ചു സ്വരസഞ്ചാരങ്ങളിലൂടെ പരിലസിക്കുന്നു. കൃത്യമായ ഒരു രൂപം അവകാശപ്പെടാനില്ലാത്ത രാഗമാണിത്.

ഈ രാഗത്തിന്റെ സ്ഥായി വളരെ ചെറുതായതുകൊണ്ട് മദ്ധ്യമശ്രുതിയിലാണ് സാധാരണയായി ആലപിക്കുന്നത്. സമാധാനം, ശോകം എന്നീ ഭാവങ്ങൾ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്ന പഹാഡി രാഗത്തെ പർവ്വതപ്രദേശങ്ങളിൽ കേൾക്കുന്ന നാടോടി ഈണങ്ങളുടെ മഹാറാണി ആയിട്ടാണ് പലരും വർണ്ണിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഒരു സർവ്വകാലിക രാഗമാണിത്.

സാധാരണയായി അടുത്തടുത്ത് ആലപിക്കാത്ത സാധാരണ ഗാന്ധാരം-അന്തരഗാന്ധാരം, ശുദ്ധധൈവതം-ചതുഃശ്രുതി ധൈവതം എന്നീ സ്വരങ്ങൾ ചേർന്നു വരുന്നതിനാൽ വിവാദി സ്വഭാവമുള്ള രാഗമാണ് പഹാഡി. ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ പ്രതിമദ്ധ്യമം അന്യസ്വരമായി വരുന്നു. അങ്ങനെ വരുമ്പോൾ ഈ രാഗത്തെ മിശ്ര പഹാഡി എന്നു വിളിക്കുന്നു.

വളരെ മനോഹരമായ ഒരു രാഗമാണെങ്കിലും, കർണ്ണാടക സംഗീത സദസ്സുകളിൽ പഹാഡി രാഗം അപൂർവ്വമാണ്. തുമ്രി, ഗസൽ, ഭജൻ തുടങ്ങിയവയ്ക്ക് അനുയോജ്യമായ രാഗം. ലളിതമായ രാഗമായതു കൊണ്ടാവാം, കൃതികൾ ഈ രാഗത്തിൽ വിരളമാണ്.

ഈ രാഗത്തിലുള്ള കൃതികൾ

1.	പ്രതിവാരം വാരം	ആദി	സദാശിവ ബ്രഹ്മേന്ദ്ര
2.	തില്ലാന	ധീം തനത ധീം തന	മിശ്രചാപ്പ് ലാൽഗുഡി .ജി. ജയരാമൻ
3.	ആജ് ആയേ ശ്യാമ് മോഹന്	മിശ്രചാപ്പ്	സ്വാതി തിരുനാൾ

(ഇതു മറ്റു രാഗങ്ങളിലും ആലപിച്ചു വരുന്നു)

ചലച്ചിത്ര ഗാനങ്ങൾ

1.	വാസന്ത പഞ്ചമി നാളിൽ	- ഭാർഗ്ഗവീ നിലയം
2.	കരയുന്നോ പുഴ ചിരിക്കുന്നോ	- മുറപ്പെണ്ണ്
3.	ഒരു കൊച്ചു സ്വപ്നത്തിൽ	- തറവാട്ടമ്മ
4.	സുറുമയെഴുതിയ മിഴികളേ	- ഖദീജ
5.	അവിടുന്നെൻ ഗാനം കേൾക്കാൻ	- പരീക്ഷ
6.	മഞ്ജുഭാഷിണി	- കൊടുങ്ങല്ലൂരമ്മ
7.	പൂന്തേനരുവി	- ഒരു പെണ്ണിന്റെ കഥ
8.	അക്കരെയിക്കരെ	- ഇതാ ഒരു തീരം
9.	പൂവല്ല പൂന്തളിരല്ല	- കാട്ടുപോത്ത്
10.	ചന്ദനച്ചോലയിൽ	- സല്ലാപം
11.	കഭീ കഭീ മേരേ ദിൽ മേ	- കഭീ കഭീ
12.	കോരാ കാഗസ് ഥാ യേമന് മേരാ	- ആരാധന

ചൈത്രം

● മാനസികസംഘർഷമനുഭവിക്കുന്നവർ

● ഏകാന്തതയനുഭവിക്കുന്നവർ ● ജീവിതം അവസാനിപ്പിക്കണമെന്ന് തോന്നുന്നവർ നിങ്ങളുടെ വിഷമം പങ്കുവയ്ക്കാൻ

നേരിട്ടും ഫോണിലും ബന്ധപ്പെടാം: 0484-2361161

ചൈത്രത്തിലെ സേവനം തികച്ചും സൗജന്യവും സ്വകാര്യവുമാണ്

ഉച്ചയ്ക്ക് 2 മണി മുതൽ 5 മണി വരെ

വദതു സംസ്കൃതം (സംസ്കൃതം പറയൂ)

ആർ. കിരൺകുമാർ
9447704532

കദാ എപ്പോൾ

ഓണം എപ്പോഴാണ്	ഓണം കദാ അസ്തി?
ഓണം ചിങ്ങമാസത്തിൽ ആണ്	ഓണം ചിങ്ങമാസേ അസ്തി?
സൂര്യൻ എപ്പോഴാണ് ഉദിക്കുന്നത്	സൂര്യ ഃ കദാ ഉദേതി?
അവൾ എപ്പോൾ വരും	സാ കദാ ആഗഛതി?
ജൻമദിനം എന്നാണ്	ജൻമദിനം കദാ അസ്തി?
ടീവിയിൽ വാർത്ത എപ്പോഴാണ്	ദൂരദർശനേ വാർത്താ കദാ അസ്തി?
സിനിമ എപ്പോഴാണ് തുടങ്ങുക	സിനേമ കദാ ആരഭതേ?
അവധി ദിവസം എപ്പോഴാണ്	വിരാമദിനം കദാ അസ്തി?
ശിവരാത്രി എന്നാണ്	ശിവരാത്രി ഃ കദാ അസ്തി?

കദാ എന്ന ചോദ്യം ചോദിക്കേണ്ടത് എങ്ങനെയെന്ന് മനസ്സിലായിക്കാണുമല്ലോ ഈ ചോദ്യത്തിന് സാധാരണ ഉത്തരമായി വരിക സമയം, ദിവസം, മാസം, വർഷം, തുടങ്ങിയവയാണ്. അപ്പോൾ കദാ എന്ന ചോദ്യത്തിന് ഉത്തരം പറയാൻ സമയം ദിവസം തുടങ്ങിയവ എങ്ങനെയാണ് സംസ്കൃതത്തിൽ പറയുക എന്നറിയണം. ആദ്യം നമുക്ക് സമയം എങ്ങനെ സംസ്കൃതത്തിൽ പറയാം എന്നു നോക്കാം.

സമയം സമയം

5.00 പഞ്ചവാദനം	5.15 സപാദ പഞ്ചവാദനം
6.00 ഷട്വാദനം	6.15 സപാദ ഷട്വാദനം
7.00 സപ്തവാദനം	7.15 സപാദ സപ്തവാദനം

ഇതുപോലെ 8.00, 8.15, 9.00, 9.15 തുടങ്ങിയവ പറഞ്ഞുനോക്കൂ......

5.30 സാർദ്ധ പഞ്ചവാദനം	5.45 സപാദ പഞ്ചവാദനം
6.30 ഷട്വാദനം	6.15 സപാദ ഷട്വാദനം
7.30 സാർദ്ധസപ്തവാദനം	7.15 സപാദ സപ്തവാദനം

ഇതുപോലെ 8.30, 8.45, 9.30, 9.45 തുടങ്ങിയവ പറഞ്ഞു നോക്കൂ. .... പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കുക, 5.45 എന്നതിന് പാദോന ഷട്വാദനം എന്നാണ് പറയേണ്ടത്. 6.45 ന് പാദോന സപ്തവാദനം എന്നും. അതായത് 6 ആവാൻ 15 മിനിറ്റ് കുറവ്, 7 ആവാൻ 15 മിനിറ്റ് കുറവ് ഇങ്ങനെയാണ് പറയേണ്ടത് ഇനി വാചകങ്ങളിലേയ്ക്ക്......

താങ്കൾ എപ്പോഴാണ് എഴുന്നേല്ക്കുന്നത് ?	- ഭവാൻ /ഭവതീ കദാ ഉത്തിഷ്ഠതി
ഞാൻ അഞ്ചു മണിക്ക് എഴുന്നേൽക്കുന്നു	- അഹം പഞ്ചവാദനേ ഉത്തിഷ്ഠാമി
അവൾ എപ്പോഴാണ് പഠിക്കുന്നത്?	- സാ കദാ പഠതി
അവൾ 7 മണിക്ക് പഠിക്കുന്നു	- സാ സപ്തവാദനേ പഠതി
ആൺകുട്ടി എപ്പോഴാണ് സ്കൂളിൽ പോകുന്നത്?	- ബാല ഃ കദാ വിദ്യാലയം ഗഛതി
ആൺകുട്ടി 8 മണിക്ക് സ്കൂളിൽ പോകുന്നു	- ബാല ഃ അഷ്ടവാദനേ വിദ്യാലയം ഗഛതി

♦♦ ♦♦ ♦♦

ചിത്രശില്പ പഠനകളരി

ഓർത്തിക് ക്രിയേറ്റീവ് സെന്ററിന്റേയും, കിഴക്കേ തെക്കേടത്ത് കുടുംബയോഗത്തിന്റെയും സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിൽ അഞ്ചു ദിവസം നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന കുട്ടികൾക്കായുള്ള **ചിത്രശില്പ പഠനകളരി** ഏപ്രിൽ 1 മുതൽ ആരംഭിക്കുന്നു . ചിത്രശില്പ പഠനത്തിന്റെ പ്രാഥമിക പാഠങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ക്യാമ്പ് പ്രശസ്തരും പ്രഗൽഭരും ആയ കലാകാരൻമാർ നയിക്കും. കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് ബന്ധപ്പെടുക.

ഫോൺ : 0484 2376489, 08547576489, 09895836565

നാണപ്പാ ആർട്ട് ഗ്യാലറി,
എറണാകുളം 682 011.

ബാങ്കോക്ക് പട്ടയ യാത്ര

– ഗൌരി ദാമോദരൻ

എറണാകുളം സ്ത്രീ സമാജത്തിലെ കമ്മിറ്റി അംഗങ്ങളായ സരസ്വതി വേണുഗോപാൽ, രമാ മേനോൻ, ജയ. കെ. മേനോൻ, ഗൌരി ദാമോദരൻ എന്നിവരടങ്ങുന്ന നാൽവർ സംഘം 10.10 2013ൽ നെടുമ്പാശ്ശേരി വിമാനത്താവളത്തിൽ നിന്ന് 4.20 ന്റെ മുംബൈ വിമാന ത്തിൽ യാത്ര തിരിച്ചു. റിയാ ട്രാവൽസ് ഏർപ്പാട് ചെയ്തിരുന്ന ആ യാത്രാ സംഘത്തിൽ ഇരുപത് യാത്രക്കാരും ഞങ്ങളുടെ ക്ഷേമാന്വേഷണത്തിനും, സഹായത്തിനുമായി റിയാട്രാവൽസിലെ വിനുവും ഉണ്ടായിരുന്നു. 6.30 ന് മുംബൈയിൽ എത്തിയ ഞങ്ങൾ അന്തേരി ഈസ്റ്റിലുള്ള ഹോട്ടലിൽ നിന്ന് രാത്രി ഭക്ഷണം കഴിച്ച് സ്വല്പം വിശ്രമിച്ച ശേഷം 1.05 ന്റെ ബാങ്കോക്ക് വിമാനത്തിൽ യാത്ര തിരിച്ചു. ഇന്ത്യൻ സമയം രാവിലെ 6.30 ന് ബാങ്കോക്കിലെത്തി. തായ്ലാന്റിന്റെ തലസ്ഥാന മാണ് ബാങ്കോക്ക്. ബാഗേജ് എടുത്ത് എമിഗ്രേഷനും വിസയും ശരിയാക്കിയ ശേഷം ഏകദേശം 9 മണിയോടെ പട്ടയയിലേക്ക് പുറപ്പെട്ടു.

പ്രത്യേകം ഏർപ്പാടു ചെയ്തിരുന്ന വോൾവാ ബസ്സിൽ ഞങ്ങളെ കാത്ത് ഗൈഡായ ആന്റി ഇരിപ്പുണ്ടായിരുന്നു. റോഡിന് ഇരുവശത്തും കേരളത്തിലെപ്പോലെ ധാരാളം തെങ്ങുകളും വാഴകളും കാണാമായിരുന്നു. ധാരാളം ഒഴിഞ്ഞ സ്ഥലങ്ങൾ! എന്നാൽ കേരളത്തിലെപ്പോലെ റോഡ് സൈഡിൽ കെട്ടിടങ്ങൾ കുറവായിരുന്നു. പട്ടയ എത്തുന്നതിനു മുമ്പ്, ശ്രീരാജാ ടൈഗർ സൂ വിലേക്കാണ് ഞങ്ങൾ ആദ്യം പോയത്. അവിടെ തന്നെയുള്ള ഹോട്ടലിൽ നിന്ന് പ്രഭാത ഭക്ഷണം കഴിച്ച ശേഷം ഞങ്ങൾ എലിഫെന്റ് ഷോ, ടൈഗർ ഷോ, ക്രൊക്കഡയിൽ ഷോ എന്നിവ കാണാൻ പോയി. എല്ലാ ഷോവിനും ധാരാളം കാണികളുണ്ടായിരുന്നു. പരിശീലനം ലഭിച്ച ആനകളുടെയും, കരടികളുടെയും, മുതലകളുടെയും വിവിധ അഭ്യാസങ്ങൾ കാണികൾ കയ്യടിയോടെ പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചു.പിന്നീട് പട്ടയിയിലേക്ക് യാത്ര തിരിച്ചു. ഞങ്ങൾ പട്ടയയിലെ ഗരം മസാലയെന്ന ഇന്ത്യൻ ഹോട്ടലിൽ നിന്ന് ഉച്ചഭക്ഷണം കഴിച്ച ശേഷം താമസസ്ഥലമായ ദീ സീസൺസ് ഹോട്ടലിലേയ്ക്ക് പോയി. കുളികഴിഞ്ഞ് അല്പം വിശ്രമിച്ച ശേഷം 6.30 ന്റെ അൽക്കാസാൻ ഷോന കാണാൻ പോയി. ടിക്കറ്റെടുത്ത എല്ലാവർക്കും സൗജന്യമായി ജ്യൂസ് തന്നു. അർദ്ധ നഗ്നകളായ നിരവധി യുവസുന്ദരികളുടെ വിവിധ തരത്തിലുള്ള നൃത്തങ്ങൾ ഏകദേശം ഒന്നര മണിക്കൂർ, കാണികൾ നർത്തകികളെ പലപ്പോഴും നിർത്താതെയുള്ള കയ്യടികൾ കൊണ്ട് പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചിരുന്നു. നൃത്തം കഴിഞ്ഞ് പുറത്തു വന്നപ്പോൾ നൃത്തത്തിൽ പങ്കെടുത്ത എല്ലാ യുവസുന്ദരികളും തിയ്യേറ്ററിന് പുറത്ത് നിരന്ന് നിന്നിരുന്നു. ആർക്ക് വേണമെങ്കിലും ഏത് സുന്ദരിയുടെ കൂടെയും ഫോട്ടോ എടുക്കാമായിരുന്നു. പക്ഷെ അതിന് പ്രത്യേകമായി പണം കൊടുക്കണമായിരുന്നു. നൃത്തത്തിൽ പങ്കെടുത്ത എല്ലാവരും സ്ത്രീകളായി വേഷം കെട്ടിയ പുരുഷന്മാരാണെന്ന് ഗൈഡ് പറഞ്ഞത് വിശ്വസിക്കാനായില്ല.

അടുത്ത ദിവസം ഞങ്ങളുടെ യാത്ര കോറൽ ദ്വീപിലേക്കായിരുന്നു. പസഫിക്ക് സമുദ്രത്തിൽ കൂടി സ്പീഡ് ബോട്ടിലുള്ള യാത്ര മറക്കാൻ പറ്റില്ല. സമുദ്രത്തിൽ വെച്ചു തന്നെ ചങ്ങാടവും പ്ലാറ്റുഫോമുമായി ബന്ധിച്ച മറ്റൊരു സ്പീഡ് ബോട്ടിലേക്ക് യാത്രക്കാരെ പിടിച്ചു കയറ്റി. ലൈഫ് ജാക്കറ്റ് ധരിപ്പിച്ച ശേഷം അതിന്റെ പ്ലാറ്റ്ഫോമിൽ നിന്ന് യാത്രക്കാരെ പാരാസെയിലിങ്ങിന് അയച്ചു. മുകളിലേക്ക് പറന്ന് ഉയരുന്നതിനിടെ ഒരു സ്ത്രീ വെള്ളത്തിൽ വീണെങ്കിലും ഉടനെ തന്നെ റോന്തു ചുറ്റുന്ന ബോട്ടുകാർ അവരെ ചങ്ങാടത്തിലെത്തിച്ചു. ചിരിച്ചു കൊണ്ടാണ് അവർ ചങ്ങാടത്തിൽ എത്തിയത്. പിന്നീട് അഞ്ചുപേരെ വീതം പ്രത്യേകം ഹെൽമെറ്റ് ധരിപ്പിച്ച ശേഷം സീവാക്കിങ്ങിന ് കൊണ്ടു പോയി. വെള്ളത്തിന് അടിയിലെത്തുമ്പോൾ എന്തെങ്കിലും വിമ്മിഷ്ടമുണ്ടായാൽ കൈ ഉയർത്തണമെന്ന് നിർദ്ദേശിച്ചിരുന്നു. ഞങ്ങളുടെ സംഘത്തിലെ ഒരു പെൺകുട്ടി ഛർദ്ദിക്കാൻ തോന്നിയതും കൈ ഉയർത്തിയതും ആ കുട്ടിയെ ബോട്ടിലെത്തിച്ചതും പെട്ടെന്നായിരുന്നു. വെള്ളത്തിന്നടിയിലുള്ള പവിഴപ്പുറ്റുകളും വിവിധതരത്തിലുള്ള മീനുകളും നല്ല കാഴ്ചയായിരുന്നു.

സീവാക്കിങ്ങ് കഴിഞ്ഞപ്പോഴേക്കും ആദ്യം ഞങ്ങൾ വന്ന സ്പീഡ് ബോട്ട് വന്ന് ഞങ്ങളെ അതിൽ കരക്കെത്തിച്ചു. ബീച്ചിൽ വിശ്രമിക്കാൻ സ്ഥലം ഒരുക്കിയിരുന്നു. ചിലർ നീന്താനും മറ്റു ചിലർ ബീച്ചിലെ കടകളിൽ കറങ്ങാനും പോയി. ബീച്ചിൽ നിന്ന് ഞങ്ങൾ കഴിച്ച കരിക്ക് വളരെ സ്വാദിഷ്ടവും മധുരവുമുള്ളതായിരുന്നു. പക്ഷെ വില കേട്ടാൽ ഞെട്ടും. ഏകദേശം 100 രൂപ.

വൈകുന്നേരം ഞങ്ങൾ പോയത് പ്രശസ്തമായ ജെം ഫാക്ടറി കാണാനായിരുന്നു. ഞങ്ങളെ 12 പേരെ വീതം പ്രത്യേകമായി ഉണ്ടാക്കിയ ഗുഹയിൽ കൂടി തീവണ്ടി യാത്രക്ക് കൊണ്ടു പോയി. തീവണ്ടിയിലിരുന്നു കൊണ്ട് കൃത്രിമമായിയുണ്ടാക്കിയ ഇടിമിന്നൽ, ഇടിവെട്ട്, മഴ, പാറപിളരുന്നത്, പാറപൊട്ടിക്കുന്നത്, ഒഴുകി വരുന്ന മണ്ണിൽ നിന്ന് രത്നങ്ങൾ വേർതിരിക്കുന്നത്, ശുദ്ധീകരിച്ച് രത്നാഭരണങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത് എന്നിവ കണ്ടു. തീവണ്ടി യാത്ര അവസാനിച്ചത് ജെം ഫാക്ടറിക്ക് മുന്നിലായിരുന്നു. ജെം ഫാക്ടറിയുടെ അകത്തെ കാഴ്ച വളരെ മനോഹരമായിരുന്നു. ലക്ഷങ്ങൾ വിലയുള്ള രത്നാഭരണങ്ങളും, വിലപിടിച്ച തുണികളും ബാഗുകളും വില്പനയ്ക്ക് വെച്ചിരുന്നു. ഫാക്ടറി സന്ദർശിച്ച ഞങ്ങൾക്ക് തായ്ലാന്റിലെ പ്രസിദ്ധമായ ഐസ് കോൾഡ് ടീ തന്നു. പിന്നീട് ഞങ്ങൾ പോയത് സൂപ്പർ മാർക്കറ്റിലേക്കായിരുന്നു. വിദേശകത്തികൾ, വാച്ച്, ബാഗ്, ചെരുപ്പുകൾ, വള, മാല മുതലായവ പലരും വാങ്ങി. രാത്രി ഭക്ഷണ ശേഷം ഞങ്ങൾ മടങ്ങുന്ന വഴിയിലായിരുന്നു പട്ടയയിലെ പ്രസിദ്ധമായ വാക്കിങ്ങ് സ്ട്രീറ്റ്. മുംബൈയിലെ റെഡ് സ്ട്രീറ്റ് പോലുള്ള സ്ഥലം. റോഡിന്റെ ഇരുവശവും അണിഞ്ഞൊരുങ്ങിയിരിക്കുന്ന സുന്ദരികൾ നിയന്ത്രിക്കാൻ പോലീസും. ആവശ്യക്കാർക്ക് അവർ ഇഷ്ടപ്പെട്ട സുന്ദരിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കാം. പക്ഷെ മാന്യന്മാർക്ക് പേടി കൂടാതെ നടന്നും പോകാം.

അടുത്ത ദിവസത്തെ ഞങ്ങളുടെ യാത്ര പട്ടയയിൽ നിന്ന് ഏകദേശം 30 കിലോമീറ്റർ ദൂരെയുള്ള ന്യൂറൺ ഗാർഡനിലേയ്ക്കും ഫ്ളോട്ടിങ്ങ് മാർക്കറ്റിലേയ്ക്കുമായിരുന്നു. 5 ഏക്കർ വിസ്തീർണ്ണതയിലുള്ള വളരെ മനോഹരമായ ന്യൂറൺ ഗാർഡനിലേയ്ക്ക് ലോകത്തിന്റെ നാനാഭാഗങ്ങളിൽ നിന്നും സിനിമാ ഷൂട്ടിങ്ങിന് ആളുകൾ വരാറു ണ്ടെന്ന് ഗൈഡ് പറഞ്ഞറിഞ്ഞു. കൃഷി ക്കാർ അവർ ഉണ്ടാക്കിയ പച്ചക്കറികളും, ബാഗുകൾ, ചെരുപ്പ്, യന്ത്രസാമഗ്രികൾ തുടങ്ങിയവ ബോട്ടുകളിലും കരയിൽ പ്രത്യേകം തയ്യാറാക്കിയ പ്ലാറ്റ് ഫോ മിലും നിരത്തി വില്പനയ്ക്ക് വെച്ചിരുന്ന സ്ഥലമാണ് ഫ്ളോട്ടിങ്ങ് മാർക്കറ്റ്. ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനു ശേഷം ഞങ്ങൾ ബാങ്കോക്കിലേയ്ക്ക് യാത്ര തിരിച്ചു. 6 മണിയോടെ അവിടെയെത്തിയ ഞങ്ങൾ അവിടത്തെ പ്രശസ്തമായ ഇന്ദ്രാ മാർക്കറ്റ് കാണുവാൻ പോയി. പലരും ഷോപ്പിങ്ങ് നടത്തി.

പിറ്റേ ദിവസം രാവിലെ തന്നെ ഞങ്ങൾ സഫാരി വേൾഡ് മറൈൻ പാർക്കിലേക്ക് പോയി. ഇരുവശത്തും വനങ്ങൾ നിറഞ്ഞ റോഡിൽ കൂടി ബസ്സിലിരുന്ന് ജിറാഫ്, സീബ്ര, കഴുത, ഒട്ടകം, കരടി, സിംഹം, ടൈഗർ, ഹിപ്പോപ്പൊട്ടാമസ്, കുതിര, കുറുക്കൻ, കുരങ്ങൻ വിവിധ തരത്തിലുള്ള മാനുകൾ, മുതല, പശു, എരുമ പലതരം പക്ഷികൾ എന്നിവ ഭയം കൂടാതെ സഞ്ചരിക്കുന്നത് കണ്ടു. പിന്നീട് ഞങ്ങൾ പോയത് 'ഉറാങ്ങ് ഉട്ടൻ' ഷോ കാണാനാണ്. പരിശീലനം സിദ്ധിച്ച കുരങ്ങന്മാർ പരിശീലകർ പറയുന്നതനുസരിച്ച് പലതരം അഭ്യാസങ്ങൾ കാണിച്ച് കാണികളെ രസിപ്പിച്ചു. അടുത്തതായി ഞങ്ങൾ പോയത് സീലിയൺ ഷോവിനാണ്. സീലയണുകൾ നമസ്തേ കാണിക്കുന്നതും പന്തുകളിക്കുന്നതും മറ്റും കാണികൾ കയ്യടിയോടെ ആസ്വദിച്ചു. അടുത്തത് സ്റ്റണ്ട് ഷോ ആയിരുന്നു. പുരുഷന്മാരും സ്ത്രീകളും വടിവാൾ, തോക്ക്, കത്തി, പടക്കങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിച്ചുള്ള നിരവധി അഭ്യാസങ്ങൾ! ചില സമയത്ത് സർക്കസ്സ് കാണുന്ന പ്രതീതിയുണ്ടായി. അവിടെ നിന്നും ഞങ്ങൾ പോയത് ഡോൾഫിൻ ഷോ കാണാനായിരുന്നു. പരിശീലകർ പറയുന്നതനുസരിച്ച് ഡോൾഫിനുകൾ പലതരം കളികളും കാണിച്ച് കാണികളുടെ കയ്യടി നിരവധി പ്രാവശ്യം വാങ്ങി. ഉച്ചഭക്ഷണം അവിടെ അടുത്തു തന്നെ പ്രത്യേക പന്തലിൽ ഒരുക്കിയിരുന്നു. തായ് ഭക്ഷണം വേണ്ടവർക്ക് അതും ഒരുക്കിയിരുന്നു. ഊണിനുശേഷം ഞങ്ങൾ സ്പൈഷോ കാണാൻ പോയി. അടി ഇടി ബഹളമയമായിരുന്നു! അന്നത്തെ അവസാനത്തെ ഷോ ബേഡ്ഷോ ആയിരുന്നു. വിവിധയിനം പക്ഷികൾ നൃത്തം ചെയ്യുന്നതും കാണികൾ കൊടുക്കുന്ന ഡോളർ വാങ്ങി പരിശീലകന് കൊടുക്കുന്നതും പരിശീലകൻ പറയുമ്പോൾ ഡോളർ കൊടുത്ത ആളുടെ തന്നെ പോക്കറ്റിൽ ഇടുന്നതും മറ്റുമായി കുറേ അഭ്യാസങ്ങൾ കണ്ടു.

അവസാനത്തെ ദിവസം ഞങ്ങൾ ബാങ്കോക്കിലുള്ള മാർബിൾ ബുദ്ധന്റെയും 5500 കിലോഗ്രാം സ്വർണ്ണം കൊണ്ട് നിർമ്മിതമായ സ്വർണ്ണ ബുദ്ധന്റെയും അമ്പലങ്ങളിൽ പോയി. അമ്പലങ്ങളും പരിസരങ്ങളും വൃത്തിയുള്ളതും കമനീയമായി അലങ്കരിച്ചതും ഒച്ചയും ബഹളവും ഇല്ലാത്തതുമായിരുന്നു. ഉച്ചയ്ക്ക് 2 മണിയോടെ എം. ബി. കെ മാളിലെത്തിയ ഞങ്ങൾ ഓരോരുത്തരും അവർക്ക് ഇഷ്ടപ്പെട്ട ഭക്ഷണം കഴിച്ച ശേഷം മാളിൽ ഷോപ്പിങ്ങ് നടത്തി. 5 മണിയോടെ മടക്കയാത്രയ്ക്കായി ബാങ്കോക്ക് എയർപോർട്ടിലേക്ക് പോയി. 9.10 ന് മുംബൈയ്ക്ക് യാത്ര തിരിച്ചു. രാത്രി 12 മണിക്ക് മുംബൈയിൽ എത്തിയ ഞങ്ങൾ അതിരാവിലത്തെ വിമാനത്തിൽ കൊച്ചിയിലെത്തി. യാത്ര അവസാനിച്ച ദുഃഖത്തോടെ, എന്നാൽ അടുത്ത യാത്രയിൽ വീണ്ടും കണ്ടുമുട്ടാമെന്നും പറഞ്ഞ് ഞങ്ങൾ വീടുകളിലേയ്ക്ക് മടങ്ങി. ♦

മിനിക്കഥ

ശവത്തിൽ കുത്ത്

ഉണ്ണി വാരിയത്ത്

ദിനപത്രങ്ങളിൽ ചരമവാർത്തകൾ സഹജമാണല്ലോ. ചിത്രസന്ദേശ സഹിതവും അല്ലാതെയും.

ഒരു പ്രശസ്ത വ്യക്തിയുടെ ചരമവാർത്ത വായിച്ചു. ജനനമരണത്തിയ്യതികളോടൊപ്പം, മൃതശരീരം പൊതു ദർശനത്തിനു വെച്ചിരിക്കുന്ന തീയ്യതിയും, സമയവും, ശവസംസ്കാരത്തിനുള്ള തിയ്യതിയും സമയവും പ്രത്യേകം കുറിച്ചിട്ടുണ്ട്. കൂടാതെ, ഭാര്യയുടെയും മക്കളുടെയും മരുമക്കളുടെയും പേരും ബിരുദവും ഔദ്യോഗികവൃത്തിയും. ഇനിയെന്തുണ്ട് ബാക്കി?

പൊതുദർശനം യഥാർത്ഥത്തിൽ പൊതുപ്രദർശനമല്ലേ? ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾപോലും ആചാരോപചാരങ്ങളിൽ വിശ്വാസമില്ലാത്ത വ്യക്തിയായിരുന്നു പരേതൻ. അപ്പോൾ ഇത് അപമാനിക്കലല്ലേ? ശവത്തിൽ കുത്തലല്ലേ?

പറഞ്ഞാൽ കേൾക്കാത്തവരും ശവത്തെപ്പോലെയല്ലേ?

നാമശാസ്ത്രംപേരും പെരുമയും

■ നാമശാസ്ത്രമെന്നാൽ ഒരു വ്യക്തി, സ്ഥാപനം, കുട്ടി ഇവയുടെ പേര് എങ്ങനെ എഴുതുന്നു, ഉച്ചരിക്കുന്നു എന്നതിന്റെ ആന്തരീകാർത്ഥങ്ങൾ നോക്കി ശ്രേയസ്ക രമായ ഭാവി ഉണ്ടാക്കുന്നു.

■ ജനനസംഖ്യ, നാമസംഖ്യ, വിധി സംഖ്യ ഇവയിലൂടെ പേര് നല്കിയാൽ നാമദോഷം തീരും.

■ ഇംഗ്ലീഷ് ഭാഷയുടെ 26 അക്ഷരങ്ങളും പോസിറ്റീവ്, നെഗറ്റീവ് എനർജി, അക്ഷരശക്തി, തരംഗ ദൈർഘ്യം ഇവയാണ് പ്രസ്തുത ഊർജ്ജം.

എല്ലാ ഞായറാഴ്ചയും ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ രാവിലെ 10 മണി മുതൽ 1 മണി വരെ

സാരഥികൃഷ്ണ

ഫോൺ : 9349523607

ക്രയോജനിക് വിദ്യാവിജയം

ജി.എസ്.എൽ.വി. വിക്ഷേപണം

- സി. രാമചന്ദ്രൻ
റിട്ട. ISRO ശാസ്ത്രജ്ഞൻ

2014 ജനുവരി 5 ഇസ്രോ (ISRO) യുടെ ചരിത്രത്തിലെ ഒരു ഉജ്ജ്വല മുഹൂർത്തമാണ്. പ്രതീക്ഷാനിർഭരമായ കാത്തിരിപ്പിനൊടുവിൽ, സ്ഥിരോത്സാഹ പരിശ്രമങ്ങളുടെ പരിസമാപ്തി എന്ന നിലയിൽ ജി.എസ്.എൽ.വി ഡി 5 ശ്രീഹരിക്കോട്ടയിൽ നിന്ന് വിജയകരമായി വിക്ഷേപിച്ചു. രാഷ്ട്രത്തിനു നൽകിയ ഉചിതമായ ഒരു പുതുവത്സര സമ്മാനം. ഇനിയും ഇതിന്റെ തുടർ വിക്ഷേപണങ്ങൾ നടത്തേണ്ടതും പുനരാവിഷ്കരിക്കാൻ കഴിയുമെന്നു തെളിയിക്കേണ്ടതുമുണ്ട്. വാർത്താ വിനിമയ വ്യവസായ രംഗത്ത് മത്സരിച്ചു വിജയിക്കുവാൻ അപ്പോഴേ അതു പ്രാപ്തമാകൂ.

പുറം ലോകത്തിന് അത്ര അറിയാത്ത 20 വർഷങ്ങളിലെ ഉദ്വേഗജനകമായ സംഭവ പരമ്പരകളിലൂടെയാണ് ക്രയോജനിക് വിദ്യയുടെ വികാസത്തിന്റെ വിവിധ ഘട്ടങ്ങൾ വിജയപരാജയങ്ങളിലൂടെ കടന്നു പോയത്. ചന്ദ്രയാനിന്റെയും മംഗൾയാനിന്റെയും വിജയങ്ങളിലൂടെ ഭാരതം അംഗീകാരവും അഭിമാനവും നേടിയിട്ടുണ്ടെങ്കിലും ക്രയോജനിക് സാങ്കേതിക വിദ്യ സ്വായത്തമാക്കിയില്ല എന്ന വലിയൊരു പോരായ്മ അതിനുണ്ടായിരുന്നു. കാരണം ഇന്ധനത്തെ സംബന്ധിച്ച അവസാന സാങ്കേതിക വൈശിഷ്ട്യം അതിലാണുള്ളത്. അതില്ലാതെ അടുത്ത കടമ്പ കടക്കുക അസാധ്യവുമായിരുന്നു.

വാർത്താ വിനിമയ ഉപഗ്രഹങ്ങൾ വിക്ഷേപിക്കുന്നതിന് ഭാരതം ഇതുവരെ ആശ്രയിച്ചിരുന്നത് ഒന്നുകിൽ യൂറോപ്യൻ സ്പേസ് ഏജൻസിയെ (ESA) അല്ലെങ്കിൽ റഷ്യയെ ആയിരുന്നു. കാരണം വലിയ ഉപഗ്രഹങ്ങൾ വിക്ഷേപിക്കുവാൻ ത്രാണിയുള്ള ക്രയോജനിക് സാങ്കേതിക വിദ്യ ഇല്ല എന്നതു തന്നെ. ഫലപ്രദമായ ഗോളാന്തരദൗത്യമോ, മനുഷ്യന്റെ ബഹിരാകാശ സഞ്ചാരമോ,സർവ്വസന്നാഹ സഹിതമായ വാർത്താവിനിമയോപഗ്രഹ സംവിധാനമോ സാധ്യമാകണമെങ്കിൽ ക്രയോജനിക് സാങ്കേതിക വിദ്യ അനിവാര്യമായിരുന്നു.

അമ്പതുമീറ്റർ ഉയരമുള്ള ജി.എസ്.എൽ.വി വാഹനത്തിന് മൂന്നു ഘട്ടങ്ങളാണുള്ളത്. ആദ്യത്തേത് ഖരവും, രണ്ടാമത്തേത് ദ്രവവും, മൂന്നാമത്തേത് ക്രയോയുമാണ്. ഇതു കൂടാതെ ദ്രവഇന്ധനം ഉപയോഗിച്ചുള്ള നാല് എഞ്ചിനുകൾ ഒന്നാം ഘട്ടത്തെ പൊതിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. സ്ട്രാപ് ഓൺ എന്നും സീറോ (zero) സ്റ്റേജ് എന്നും ഇതിനെ വിളിക്കും. നാലു ടൺ ഭാരമുള്ള ഉപഗ്രഹത്തെ 36000 കിലോമീറ്റർ ഉയരത്തിലെത്തിക്കുവാനാണ് മൊത്തം 400 ടൺ ഭാരമുള്ള വാഹനം.

ദ്രവഇന്ധനമായാലും ക്രയോ ഇന്ധനമായാലും അതിന്റെ ചുമതല ലിക്വിഡ് പ്രൊപ്പൽഷൻ സിസ്റ്റം സെന്ററിന്റെ (LPSC) ചുമതലയിലായിരുന്നു. ദൗത്യത്തിന്റെ ഏറ്റവും നിർണ്ണായകമായ പങ്കു വഹിക്കാനുണ്ടായിരുന്നതതിനാണ്. മറ്റു വകുപ്പുകളെല്ലാം അവരവരുടെ പ്രാപ്തി ഇതിനകം തെളിയിച്ചിട്ടുള്ളതാണ്. രണ്ടാം ലോകമഹായുദ്ധം മുതൽ തന്നെ ദ്രവഇന്ധനം നിറച്ചുള്ള റോക്കറ്റുകൾ നിലവിലുണ്ട്. ജർമ്മനിയായിരുന്നു അതിന്റെ ഉസ്താദ്. സോവ്യറ്റ്യൂണിയനും അമേരിക്കയും ഒപ്പം തന്നെ ഉയർന്നു വന്നു. പെട്രോളിയം, ഡൈമീഥൈൽ ഹൈഡ്രനിൽ തുടങ്ങിയ ഇന്ധനങ്ങളും നൈട്രിക് ആസിഡ്, നൈട്രജൻ ടെട്രോക്സൈഡ് തുടങ്ങിയ ഓക്സീകരികളുമാണ് ഇതിനുപയോഗിക്കുന്നത്. ഹിറ്റ്ലറുടെ V2 റോക്കറ്റിൽ ആൽക്ക ഹോളും ഇന്ധനമായി ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു. ഇതെല്ലാം തന്നെ അന്തരീക്ഷ ഊഷ്മാവിൽ ദ്രവരൂപത്തിലാണ് സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നത്. ഇന്ധനവും ഓക്സീകാരിയും ജ്വലന അറയിൽ കലരുമ്പോൾ തന്നെ ജ്വലിക്കുകയും തുടർന്നുണ്ടാകുന്ന ചൂടുള്ള വാതകങ്ങൾ നാസാഗ്രത്തിലൂടെ ചീറ്റി പുറത്തേക്കൊഴുകുമ്പോൾ റോക്കറ്റ് മേലോട്ടു കുതിക്കുന്നു എന്നാണ് തത്വം.

1990 നവംബറിലാണ് കേന്ദ്ര ഗവൺമെന്റ് ജി.എസ്.എൽ.വി പ്രൊജക്റ്റിന് അനുമതി നലകിയത്. രണ്ടരടൺ ഭാരമുള്ള ഒരു ഉപഗ്രഹത്തെ 36000 ക.മീറ്റർ ഉയരത്തിലെത്തിക്കാൻ അതല്ലാതെ മാർഗ്ഗമില്ല എന്ന തിരിച്ചറിവിലായിരുന്നു അത്. ക്രയോജനിക് വിദ്യ സ്വായത്തമാക്കാതെ അതു സാധ്യമാകുമായിരുന്നില്ല. റോക്കറ്റിന്റെ പല മാതൃകകൾ വരപലകകളിലെ കടലാസുകളിൽ വരച്ചു ചീന്തപ്പെട്ടു. ഒടുവിൽ ഏറ്റവും ഉചിതമായ രണ്ടെണ്ണം തിരഞ്ഞെടുത്തു സമർപ്പിക്കുകയാണുണ്ടായത്. ഒന്നാം ഘട്ടം ഖരവും രണ്ടാം ഘട്ടം ദ്രവവും മൂന്നാം ഘട്ടം ക്രയോയുമായിട്ടാണ് അതു വിഭാവന ചെയ്തത്. വിക്ഷേപണത്തീയതിക്കകം ക്രയോ എഞ്ചിൻ വികസിപ്പിക്കുക എന്നത് അസാധ്യമാകയാൽ അത് വാങ്ങുക എന്നതായിരുന്നു തിരുമാനം.

അന്നത്തെ ലോകസാഹചര്യത്തിൽ ഏറ്റവും എളുപ്പത്തിലും സൗഹൃദ മനോഭാവേനയും ആദായകരമായ ഒരു എഞ്ചിൻ ലഭിക്കുമായിരുന്നത് സോവ്യറ്റ് യൂണിയനിൽ നിന്നാണ്. അതിനുവേണ്ടി 235 കോടി ഇന്ത്യൻ രൂപയ്ക്ക് ഗ്ലാവ് കോസ്മോസ് എന്ന സോവ്യറ്റ് സ്പേസ് സ്ഥാപനവുമായി കരാറിലേർപ്പെട്ടു. എഞ്ചിനോടൊപ്പം സാങ്കേതിക വിജ്ഞാനം കൈമാറുക എന്ന ധാരണയും ഒപ്പമുണ്ടായിരുന്നു. അനുബന്ധ ഘടകങ്ങളെല്ലാം ഇന്ത്യ സ്വയം ചെയ്യും. എന്നാൽ വിധിവൈപരീത്യമെന്ന പോലെ സോവ്യറ്റ് യൂണിയൻ ശിഥിലമാകുകയും ചരിത്രത്തിന്റെ തിരശീലയ്ക്കു പിറകിലേയ്ക്ക് മറയുകയും ചെയ്തു. പുതുതായി രൂപം കൊണ്ട റഷ്യയുടെ മേലുള്ള അമേരിക്കൻ സമ്മർദ്ദഫലമായി ഗ്ലാവ്കോസ്മോസുമായുള്ള കരാർ റദ്ദാക്കപ്പെട്ടു. എഞ്ചിനുമില്ല, വിജ്ഞാനവുമില്ല.

റഷ്യയുടെ അന്നത്തെ പരിതാപകരമായ സാമ്പത്തിക സ്ഥിതിയുടെ സമ്മർദ്ദത്തിൽ അമേരിക്കൻ ഡോളറിൽ വില നല്കാമെന്ന വ്യവസ്ഥയിൽ കരാർ പുതുക്കി. വിജ്ഞാനക്കൈമാറ്റം കരാറിൽ നിന്ന് ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്തു. റഷ്യ നൽകിയ എഞ്ചിൻ ഉപയോഗിച്ച് 2001 ആഗസ്റ്റ് 18 ന്

ജി.എസ്.എൽ.വി ഡി 1 ന്റെ വിക്ഷേപണം നടന്നു. ഇസ്രോ നിർമ്മിച്ച ഭാഗങ്ങളെല്ലാം തൃപ്തികരമായി പ്രവർത്തിച്ചപ്പോൾ റഷ്യയുടേതിന് വീഴ്ചയുണ്ടായി. 36000 കി.മീറ്ററിനു പകരം 32000 കിലോമീറ്ററേ അത് ഉയർന്നുള്ളു. 4000 കിലോമീറ്റർ ഉയർത്താനുള്ള ഇന്ധനം സാറ്റലൈറ്റിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിനുവേണ്ടി കരുതിയിരുന്നത് എടുത്തുപയോഗിക്കുകയായിരുന്നു. അതിന്റെ ഫലമായി സാറ്റലൈറ്റിന്റെ ആയുസ്സ് ഗണ്യമായി കുറഞ്ഞു. ആറു വർഷത്തിനു പകരം ഒരു വർഷം.

തുടർന്നുള്ള ഇന്ത്യൻ വാഹന പരീക്ഷണസംരംഭങ്ങളുടെ തുടർച്ചയായ മൂന്നു പരാജയങ്ങൾക്കു ശേഷമുള്ള ഈ വിജയം മധുരതരമാണ്. ഭാവിപ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ഇതു പ്രചോദനമാകും. പുതു തലമുറ വാഹനമായ ജി.എസ്.എൽ.വി മാർക്ക് III യുടെ വിജയകരമമായ വിക്ഷേപണത്തിന് ഇതു തുണയേകും.

ക്രയോജനിക് സാങ്കേതികത

റോക്കറ്റുകളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഇന്ധനങ്ങളെ ഭൗതികസ്വഭാവമനുസരിച്ച് മൂന്നായി തരം തിരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഖരം, ദ്രവം, ക്രയോജനിക് എന്നിങ്ങനെ. ഹൈഡ്രജൻ, ഓക്സിജൻ എന്നീ വാതകങ്ങളെ തണുപ്പിച്ചു ദ്രാവകമാക്കി ഉപയോഗിക്കുന്ന സാങ്കേതികതയാണ് ക്രയോജനിക്. പൂജ്യത്തിലും താഴ്ന്ന താപനിലയിലുള്ള ശാസ്ത്രശാഖയെ പൊതുവേ ക്രയോജനിക് എന്നാണ് പറയുക. നിർമ്മാണത്തിലും പ്രവർത്തനത്തിലും സാങ്കേതിക സങ്കീർണ്ണതകൾ ഏറെയുള്ള ക്രയോജനിക് ഇന്ധനമാണ് ഏറ്റവും പ്രയോജനക്ഷമതയും കാര്യപ്രാപ്തിയുമുള്ളത്. ഭാരമേറിയ ഉപഗ്രഹങ്ങളെ ഭൂസ്ഥിരഭ്രമണപഥത്തിലേക്കുയർത്തുവാൻ ഇത് അത്യാവശ്യമാണ്. ഇന്ധനമായ ഹൈഡ്രജൻ 253 ഡിഗ്രിയിലും ഒക്സികാരിയായ ഓക്സിജൻ 183 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസിലുമാണ്. ഇത് രണ്ടും രണ്ടറകളിലായാണ് റോക്കറ്റിൽ സൂക്ഷിക്കുക. ജ്വലന അറയിൽ ഇതു കലരുമ്പോൾ മറ്റ് ദ്രവഎഞ്ചിനുകളുടേതുപോലെ ഇത് സ്വാഭാവികമായി ജ്വലിക്കുന്നില്ല. ജ്വലിപ്പിക്കുന്നതിന് മറ്റൊരു ജ്വാല ആവശ്യമാണ്. കുക്കിംഗ് ഗ്യാസ് കത്തിക്കുന്നതിന് ലൈറ്റർ എന്നപോലെ. എന്നാൽ മരവിപ്പിക്കുന്ന തണുപ്പിനെ അതിജീവിക്കത്തക്ക താപം അതു നൽകുകയും വേണം. ആവശ്യം വരികയാണെങ്കിൽ കെടുത്താനും വീണ്ടും കൊളുത്താനുമുള്ള സംവിധാനവുമുണ്ടായിരിക്കണം. ഈ ക്രിയാകർമ്മങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടുന്ന എല്ലാ യന്ത്രഭാഗങ്ങളുടേയും നിർമ്മാണം, ക്രയോജനിക് സൗഹൃദാന്തരീക്ഷത്തിൽ പ്രവർത്തനസജ്ജമായി നിറുത്തുവാൻ കെല്പുള്ള പദാർത്ഥങ്ങൾ കൊണ്ടായിരിക്കണമെന്നതും ഇതിന്റെ മറ്റൊരു സങ്കീർണ്ണതയാണ്.

ഭാവിയിൽ പെട്രോളിയം ഇന്ധനത്തിന് മുട്ടു വരുന്ന കാലത്ത് മോട്ടാർ വാഹനങ്ങളിലും ക്രയോ ഇന്ധനം ഉപയോഗിക്കേണ്ടി വരും. (വിദ്യുഛക്തി കയ്യിൽ കൊണ്ടു നടക്കാവുന്ന ഒന്നല്ലല്ലോ) നിലവിലുള്ള മോട്ടോർ എഞ്ചിനുകൾ പരിഷ്കരിച്ച് അതു സാധ്യമാകാവുന്നതാണെന്നാണ് ഒരു വിഭാഗം മോട്ടോർ വിദഗ്ദ്ധരുടെ അഭിപ്രായം. എന്നാൽ അത് വിചാരിക്കുന്നത്ര ഈസിയല്ല എന്നാണ് അനുഭവങ്ങൾ നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നത്. ♦

കുഞ്ഞിളം പൈതലിനോട്

- രാജലക്ഷ്മി . റ്റി. എസ്

എപ്പോഴും പുഞ്ചിരി ചെഞ്ചുണ്ടിൽ തങ്ങീടും
കുഞ്ഞിളം പൈതലിൻ ചാരു രൂപം!
അവരുടെ ചെഞ്ചോരിച്ചുണ്ടിൽ നിന്നുതിരുന്ന
നറുതേൻ മൊഴികളെൻ മാനസത്തിൽ,
ചൊരിയുന്നു കുളിരലകൾ, പൊള്ളും മരുഭൂമിയിൽ
പുതു മഴത്തുള്ളികളെന്നപോലെ!
ഇരുൾ മൂടും പാതയിൽ, പ്രഭ ചൊരിയും കുഞ്ഞേ, നിൻ
മനസ്സിന്റെ നൈർമ്മല്യം എത്രനാളേ-
യ്ക്കിതു പോലെ നില്ക്കും! ഇല്ലില്ല നീ വളരുമ്പോൾ
നിറയുന്നു കാരാളം ഉൾനിറയേ.
പ്രകൃതി തൻ നിയമമാണതിനില്ല മാറ്റങ്ങൾ
അകൃതങ്ങൾ കൂടുന്നു വളരുന്തോറും.
ജഗദീശൻ തന്നുടെ മറിമായം ഓർത്താലീ
ജഗത്തൊരു നാടകശാലയല്ലീ? ?
അതിലെ കഥാപാത്രമായ ചലിക്കുന്ന
പാവക്കൂത്തല്ലയോ ഈ ജീവിതം
മാതാവാം പ്രകൃതി തൻ മായങ്ങളേല്ക്കാത്തോ-
രുയിരും ഇല്ലൊരുനാളും ഈ ജഗത്തിൽ
എന്നാശ്വസിക്കാമെങ്കിലുമെൻ പൊൻകുഞ്ഞേ
എന്നെന്നും നല്ലോനായ് നീ വളരൂ!
നിഷ്ക്കളങ്കത്തിൽ പ്രതീകമാം പുഞ്ചിരി
നിഷ്ക്കാമകർമ്മത്തിലാക്കൂ കുഞ്ഞേ!
മനുജനാകാനെന്റെ പൈതലേ, നീ നിന്റെ
മനസ്സിന്റെ നൈൽമ്മല്യം കാത്തു കൊൾക.
കളവും ചതിയും പഠിച്ചീടൊല്ലെ നല്ല
കളവാണീ, വീൺവാക്കായ് തീർന്നിടൊല്ലെ;
അരുതാത്തതൊന്നും, നിൻവാക്കിൽ, പ്രവൃത്തിയിൽ
അനുദിനം തീണ്ടാതേ നീ വളരൂ!
പരിശുദ്ധിയാർന്നൊരു, പൂന്തോപ്പാകേണം നീ,
പരിമളം ചുറ്റും പരത്തീടണം.
ഉത്തമപൗരനായ്, നീ വളർന്നീ മഹാ
രാജ്യത്തിൻ കീർത്തി പരത്തീടണം!!!

ദൈനംദിന ജീവിതത്തിലെ വിഷസ്പർശനങ്ങൾ

- ടി.കെ. ശ്രീകുമാരൻ നായർ

നമ്മുടെ ദൈനം ദിന ജീവിതത്തിൽ പലതരം വിഷങ്ങളുമായി സ്പർശനം കൊണ്ടോ ശ്വസനം കൊണ്ടോ ബന്ധപ്പെടാൻ ഇടയുണ്ട്. അതിൽ ചിലതിനുള്ള പരിഹാര മാർഗ്ഗങ്ങൾഃ

ചേറിൽ നിന്നുള്ള വിഷക്കാറ്റിന്ഃ കമുകിന്റെ ഓല ചുട്ട ഭസ്മം വെണ്ണയിൽ ചാലിച്ച് പുരട്ടുക. താന്നിക്ക കഷായത്തിൽ കുളിക്കുക. താന്നിക്ക കഷായം കുടിക്കുക.

കൊടിത്തൂവയുടെ പൊടിപറ്റിയുണ്ടാകുന്ന ചൊറിച്ചിൽ മാറ്റാൻ പാചോറ്റി പട്ട മോരിലരച്ചു പുരട്ടുക.

നായ്ക്കരണപൊടി പറ്റിയുണ്ടാകുന്ന ചൊറിച്ചിലിന് നെയ്യ് പുരട്ടി ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുക.

നിരന്തരമായ കൊതുകു കടിയിൽ വിറയലും പനിയുമുണ്ടാകാം. അതിനു ശോധന വരുത്തി സുദർശനചൂർണ്ണം സേവിക്കണം.

മൂട്ട കടിച്ചാൽ നാൽപമരാദി കേരമോ ദിനേശവലാദി കേരമോ പുരട്ടിക്കുളിക്കുക.

നഗ്നപാദരായി നടക്കുക നിമിത്തം പാദം വഴി കുടലുകളിൽ പ്രവേശിക്കുന്ന വിഷ കൃമികൾ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങൾക്ക് സത്തിനായകം കാലിൽ പുരട്ടുക. കാലുകൾ കഴുകിയതിനു ശേഷം എണ്ണ പുരട്ടുന്നത് നല്ലതാണ്. ശോധന വരുത്തണം. അതിനുശേഷം മഞ്ഞൾ അടങ്ങിയ മരുന്നുകൾ കഴിക്കണം.

ചിലന്തി വിഷത്തിന് പുലിച്ചുവടി അരച്ച് പാലിൽ കലക്കി കുടിക്കുക. അതു തന്നെ പുരട്ടുക.

തേനീച്ച കുത്തിയാൽ കടിസ്ഥാനത്തു നിന്നും കൊമ്പുകൾ നീക്കി മുക്കൂറ്റി അരച്ച് വെണ്ണ ചേർത്ത് പുരട്ടണം. തുമ്പപൂ, കദളിപ്പഴവും നെയ്യും കൂട്ടി കഴിക്കണം.

കടന്നൽ വിഷത്തിനും ഇതു തന്നെ മതി. വിനാഗരി പ്രത്യൗഷധമാണ്.

പട്ടി കടിച്ചാൽ മുറിവ് കഴുകി രക്തം വാർത്തു കളയണം. തിളപ്പിച്ച നെയ്യ് മുറിവായിൽ ഒഴിച്ച് പൊള്ളിക്കുന്നതു നല്ലതാണ്.

കൂട്ടവിഷം, കൈവിഷം: വിഷം അകത്തു ചെന്നാൽ ശോധന ചെയ്യണം. അമരയില പാൽചേർത്ത് അരച്ച് ഉദരഭാഗത്ത് കനത്തിൽ പുരട്ടണം. വിഷം തങ്ങിയ ഭാഗങ്ങൾ ഒടുവിൽ മാത്രമെ ഉണങ്ങുകയുള്ളൂ. നാഭിക്കു മുകളിലാണെങ്കിൽ ഛർദ്ദിപ്പിച്ചും താഴെയാണെങ്കിൽ വിരേചിപ്പിച്ചും ശോധന ചെയ്യണം.

വില്ലാദി ഗുളിക എല്ലാതരം വിഷയത്തിനും ജ്വരത്തിനും അത്ഭുതകരമായി പ്രർത്തിക്കുന്നു.

ചില നുറുങ്ങുകൾഃ

അമ്ലത (അസിഡിറ്റി) കൂട്ടുന്ന ഭക്ഷണങ്ങൾഃ എള്ളെണ്ണ, സൂര്യകാന്തിഎണ്ണ, ബാർലി, ചോളം, പച്ചക്കായ, ബീൻസ്, ഉരുളക്കിഴങ്ങ്, ബ്രെഡ്, കേക്ക്, ചിക്കൻ, ചോക്കലേറ്റ്, കാപ്പി, മുട്ട, ആട്ടിറച്ചി, ഗ്രീൻപീസ്, സോയാബീൻ, ഓട്ട്സ്, അരിയാഹാരം, അൽമണ്ട് ഒഴികെ യുള്ള പരിപ്പുവർഗ്ഗം, പഞ്ചസാര, കടൽമത്സ്യം, ചായ, പാൽ, വെണ്ണ, ബീഫ്, അണ്ടിപ്പരിപ്പ്, ആൽക്കഹോൾ, സ്പിരിറ്റുകൾ, വൈൻ, ന്യൂടിൽസ്, സോഫ്റ്റ് ഡ്രിംങ്ക്സ്, രാസ ഔഷധങ്ങൾ, കൃത്രിമ പഞ്ചസാരയായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ന്യൂട്രാ സ്വീറ്റ് എന്നിവയാണ്.

നാൾക്കുനാൾ ക്ഷയിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ശരീര ധാതുക്കളെ പുനരുജ്ജീവിപ്പിച്ച് ആരോഗ്യം നിലനിർത്താൻ അമ്ലത കൂട്ടുന്ന ഭക്ഷണപാനീയങ്ങൾ നിയന്ത്രിക്കണം.

യാത്ര ചെയ്യുന്നതിന് അരമണിക്കൂർ മുൻപ് തേൻ ചേർത്ത വെള്ളം കുടിച്ചാൽ യാത്രാവേളകളിലെ ഛർദ്ദി ഒഴിവാക്കാം.

മരിച്ചീനിയുടെ തളിരില ചതച്ച് ചാറെടുത്ത് മുറിവിൽ പുരട്ടിയാൽ രക്തസ്രാവം നിൽക്കും. മുക്കൂറ്റി നീർ മുറിവിൽ പുരട്ടിയാലും രക്തസ്രാവം നിൽക്കും.

അൾസറിന് കുടംപുളിയും വെളുത്തുള്ളിയും ഇന്തുപ്പും ചേർത്ത് ചവച്ചരച്ച് കഴിക്കണം.

കടുകരച്ച് തലയിൽ പുരട്ടി ഒരാഴ്ച പതിവായി കുളിക്കുക താരൻ മാറും. ചുവന്നുള്ളി നീർ തലയിൽ തേച്ച് പിടിപ്പിച്ച് ശുദ്ധ വെള്ളത്തിൽ കഴുകിയാലും താരൻ മാറും.

ഉലുവയും സമം ഒരു കൊല്ലം പഴക്കമുള്ള അരിയും ചേർത്ത് കഞ്ഞി വച്ചു കഴിച്ചാൽ ശരീരസൗന്ദര്യം വർദ്ധിക്കും.

ഗ്രാമ്പൂ പൊടിച്ചു തേനിൽ ചാലിച്ച് കഴിച്ചാൽ ജലദോഷം ഭേദമാകും.

കടുക്കാതോട് അരച്ച മുഖത്തു പുരട്ടിയാൽ മുഖക്കുരു മാറും. കടുക്കതോട് ചതച്ചിട്ട് തിളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളത്തിൽ കഴുകിയാൽ മുടിക്ക് നല്ല കറുപ്പ് നിറം കിട്ടും.

ചുവന്നുള്ളിയും ഇഞ്ചിയും ചതച്ചിട്ട് പിഴിഞ്ഞ നീരിൽ തേൻ ചേർത്തു കഴിച്ചാൽ ചുമ, ശ്വാസതടസ്സം ഇവ ശമിക്കും.

കുട്ടികളുടെ വിളർച്ച മാറ്റാൻ ചുവന്നുള്ളി അരിഞ്ഞ് ശർക്കര ചേർത്ത് കൊടുത്താൽ മതി.

വറുത്തുപൊടിച്ച ജീരകം തേനിൽ ചാലിച്ച് കഴിച്ചാൽ ഒച്ചയടപ്പു മാറും.

നാരങ്ങാനീരും, ക്യാരറ്റ് നീരും തേൻ ചേർത്ത് സ്ഥിരമായി കഴിച്ചാൽ ശരീരത്തിനു നല്ല നിറം കിട്ടും.

വരണ്ട ചർമ്മം മാറാൻ സോപ്പിനു പകരം ചെറുപയർ പൊടി ഉപയോഗിക്കണം. കുളിക്കുവാനുള്ള വെള്ളത്തിൽ അല്പം ഒലീവ് ഓയിൽ ഒഴിക്കുക.

വായ്നാറ്റത്തിന് പുതിനയില വായിലിട്ടു ചവയ്ക്കുക. നാരങ്ങാനീരും റോസ്വാട്ടറും ചേർത്ത് കവിൾ കൊള്ളുക.

പല്ലുകൾ തിളങ്ങാൻ ഭക്ഷണത്തിനു ശേഷം ഒരു ആപ്പിൾ കഴിക്കുക. സോഡാക്കാരവും നാരങ്ങാനീരും ചേർത്ത് പല്ലു തേക്കുക.

വിയർപ്പുനാറ്റത്തിന് കുളിക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ അൽപം നാരങ്ങാനീരും ചേർക്കുക.

(കടപ്പാട് : പ്രൊഫ: ഡോ. കെ. രാജലക്ഷ്മി)

RABIES

– ഡോ: കല്ല്യാണി മേനോൻ

World Health Organisation ന്റെ 2007 ലെ കണക്കുകൾ അനുസരിച്ചു ലോകത്തിലെ ഏകദേശം 36% പേ മരണങ്ങൾ ഇന്ത്യയിൽ നിന്നാണ്. ഈ രോഗം ബാധിച്ചാൽ മരണം നിശ്ചയമാണ്. ഇന്ത്യയിൽ 97% RABIES CASES ന് കാരണക്കാർ പട്ടികളും പൂച്ചകളുമാണ്. ബാക്കി 3% പശു, ആട്, പന്നി, കഴുത, കുരങ്ങൻ എന്നിവ കാരണമാണ്. എലിയുടെ വംശത്തിൽപ്പെട്ടവ, അണ്ണാൻ, മുയൽ എന്നിവ മനുഷ്യരിൽ പേ പകർത്തുകയില്ല.

കാരണക്കാരായ വൈറസ് രോഗബാധിതരായ ജീവിയുടെ ഉമിനീരിൽ കൂടി കടി, മാന്ത് എന്നിങ്ങനെ ഉണ്ടാവുന്ന മുറിവുകൾ വഴി മനുഷ്യശരീരത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്നു. കണ്ണ്, വായ, ജനനേന്ദ്രിയത്തിന്റെ (EXTERNAL GENITALIA") മൃദുല ചർമ്മം വഴിയും, പ്രവേശിക്കാം. അവിടെ നിന്ന് NERVES വഴി തലച്ചോറിൽ എത്തുന്നു.

രോഗലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമാവാൻ 3 ആഴ്ച മുതൽ 3 മാസം വരെ സമയം പിടിക്കും. (വിരളമായി 4 ദിവസം മുതൽ 2 വർഷം വരേ ആവാം). പേയുള്ള രോഗിയുടെ എല്ലാ ശരീരസ്രവങ്ങൾ (BODY FLUIDS) ഉമിനീർ, കണ്ണുനീർ, പാല്, മൂത്രം, ജനനേന്ദ്രിയത്തിലെ സ്രവങ്ങൾ എല്ലാം INFECTIVE ആണ്. (രോഗം പകരുന്നവയാണ്)

ആദ്യ ലക്ഷണങ്ങൾ മുറിവേറ്റ സ്ഥലത്ത് വേദന, തരിപ്പ്, പനി, ക്ഷീണം എന്നിവയാണ്. ഏകദേശം 10 ദിവസം കഴിയുമ്പോഴേയ്ക്കും CENTRAL NERVOUS SYSTEM നെ ബാധിച്ച ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാവുന്നു. കൂടുതലും കാണുന്നത് അക്രമണ സ്വഭാവമുള്ള പെരുമാറ്റമാണ്. (AGGRESSIVE/ AGITATED/ EXCITED/BEHAVIOUR) വെള്ളം കുടിക്കുന്നതിനോട്, കാറ്റിനോട്, വെളിച്ചം കാണുന്നതിനോട്, അസഹ്യത കാണിക്കുന്നു. PARALYTIC TYPE- ൽ, ശക്തിശയം, കാലുകളിൽ തുടങ്ങി ശരീരത്തിന്റെ മേൽഭാഗങ്ങളിലേയ്ക്ക് പടരുന്നു. തുടർന്നു അബോധാവസ്ഥ (COMA) യിലേയ്ക്കാവുകയും മരണമടയുകയും ചെയ്യുന്നു. മരണം സുനിശ്ചിതമായ ഈ രോഗം, സമയത്ത് പ്രതിരോധ നടപടികൾ എടുത്താൽ തടയാവുന്നതാണ്.

പ്രതിരോധ നടപടികൾ

1. മുറിവ് ശരിയായ വിധത്തിൽ MANAGE ചെയ്യുക.
2. VACCINATION: 1. POST. EXPOSURE: 2. PRE EXPOSURE
3. വളർത്തു മൃഗങ്ങളുടെ പ്രതിരോധ VACCINATION.

കടിക്കുന്ന മൃഗത്തിന്റെ RISK STATUS പ്രധാനമാണ്. വർഷം തോറും ANTI RABIES കുത്തിവയ്പ് കൃത്യമായി എടുക്കുന്നവ, LOW RISK ആണ്. STRAY ANIMALS (തെണ്ടിപട്ടികൾ, തെണ്ടിപൂച്ചകൾ, വഴിയിൽ / പൊതുസ്ഥലങ്ങളിൽ അലഞ്ഞുനടക്കുന്നവ, അകാരണമായി (UNPROVOKED ATTACKS) ആക്രമിക്കുന്നവ, HIGH RISK ആണ്.

1. **CATAGORY- I** മൃഗത്തെ തൊടുന്നത് മുറിവുകൾ ഇല്ലാത്ത തൊലിയുടെ മേൽ ഉമിനീര് പുരളുന്നത്, CATAGORY- Iൽ പെടുന്നു. ഇവ ഇല്ലാത്ത EXPOSURES ആണ്.
2. **CATAGORY- II** - MODERATE RISK തൊലിപ്പുറം ഉരയുന്നു. പക്ഷേ രക്തം പൊടിയുന്നില്ല MINOR SCRATCHES WITH NO BLEEDING.
3. **CATAGORY- III**- HIGH RISK- രക്തം കാണുന്നു. ഏത് മുറിവും, രോഗമുള്ള മൃഗത്തിന്റെ പാല് തിളപ്പിക്കാതെ കുടിക്കുന്നത് HIGH RISK EXPOSURES ആണ്.

പട്ടി/പൂച്ച എന്നിവയിലേ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ

1. RABIES ഉണ്ടാവുന്ന മറ്റു മൃഗങ്ങളായിട്ട് സമ്പർക്കം ഉണ്ടാവുക.
2. സാധാരണയുള്ളതിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമായ പെരുമാറ്റം കൂടുതൽ അക്രമണവാസന, കാരണമില്ലാതെ മറ്റു മൃഗങ്ങളെ/ മനുഷ്യരെ ആക്രമിക്കുക, വായിൽ നിന്ന് ഉമിനീർ ഒഴുകുക, ശബ്ദത്തിൽ വ്യത്യാസം, ഭക്ഷണം കഴിക്കാതിരിക്കുക, മയക്കം പിടിച്ചോ ക്ഷീണിച്ചോ തളർന്നു കിടക്കുക.

കടിച്ച പട്ടി/പൂച്ചയെ എന്താണ് ചെയ്യേണ്ടത്

10 ദിവസം അതിനെ നിരീക്ഷിക്കണം. പേ ബാധയുണ്ടെങ്കിൽ അടുത്ത 35 ദിവസങ്ങൾക്കകം അത് രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കാണിക്കുകയും 35 ദിവസങ്ങൾക്കം അത് ചാവുകയും ചെയ്യുന്നു.

RABIES TREATMENT

കടി, മാന്തൽ എന്നിവ കൊണ്ടുണ്ടാവുന്ന മുറിവിന്റെ ശരിയായ പരിചരണം മൂലം RABIES RISK 50–70% കുറയ്ക്കുവാൻ സാധിക്കും.

മുറിവിലെ VIRAL LOAD കുറയ്ക്കാൻ ചുരുങ്ങിയത് 15 മിനിറ്റ്, എങ്കിലും ഒഴുകുന്ന വെള്ളത്തിൽ (RUNNING WATER) മുറിവ് കഴുകണം. അതിനുശേഷം സോപ്പ് പുരട്ടി മുറിവ് വൃത്തിയാക്കണം. GENTLE ആയിട്ടേ മുറിവ് കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ പാടുള്ളൂ. ROUGH HANDLING പാടില്ലാ.

കഴുകി വൃത്തിയാക്കിയ മുറിവിൽ പുരട്ടാവുന്ന മരുന്നുകൾ DETTOL, SAVLON, BETADINE/POVIDONE IODINE . TINCTURE IODINE പുരട്ടുവാൻ പാടില്ല. ഇവ ലഭ്യമല്ലെങ്കിൽ ALCOHOL BASED- RUM, WHISKEY, AFTER SHAVE LOTION എന്നിവ അത്യാവശ്യം ഉപയോഗിയ്ക്കാം.

ചെയ്യാൻ പാടില്ലാത്ത കാര്യങ്ങൾ

1. മുറിവ് BANDAGE DRESSING വെച്ച് അടച്ചുകെട്ടി വയ്ക്കരുത്.
2. മുറിവിൽ പഞ്ചസാര, ചായ/ കാപ്പിപ്പൊടി, മഞ്ഞൾ, ചെമ്പുനാണയം എന്നിവ വയ്ക്കുവാൻ പാടില്ല. ഇവ IRRITANTS ആയതുകൊണ്ട് വൈറസു മുറിവിന്റെ ആഴത്തിലേയ്ക്ക് താഴ്ന്നിറങ്ങുന്നു.

3. മുറിവിൽ തയ്യൽ ഇടാൻ പാടില്ല. BLEEDING നിൽക്കാൻ തയ്യൽ അത്യാവശ്യമാണെങ്കിൽ, RIG മുറിവിന്റെ ചുറ്റിനും കുത്തിവച്ച ശേഷമേ തയ്യൽ ഇടാൻ പാടുള്ളൂ. 1 ആഴ്ച കഴിഞ്ഞ് മുറിവ് തുന്നിച്ചേർക്കാം. (SECONDARY SUTURING)

ANTI RABIES VACCINE

മുറിവ് ഉണ്ടായ ദിവസം DAY 0 ആയി എടുത്ത് 0, 3, 7, 14, 28 ദിവസങ്ങളിൽ തോളിന്റെ MUSCLE ൽ ആണ് INJECTION എടുക്കേണ്ടത്. (ചന്തിയിൽ ഈ കുത്തിവയ്പ് ചെയ്യാറില്ല അവിടെ FAT കൂടുതൽ ഉള്ളതിനാൽ VACCIN ന്റെ ABSORBTION കുറയുന്നതു കൊണ്ട് PROTECTIVE EFFECT കുറയുന്നു.

RIG (RABIES IMMUNO GLOBULIN)

RABIES ന് എതിരെയുള്ള ANTIBODIES (പ്രതിരോധ ഘടകം) അടങ്ങിയതാണ്. RIG RABIES VACCINATION മാത്രം കൊടുക്കുമ്പോൾ ശരീരത്തിൽ ANTIBODIES ഉണ്ടായി വരുവാൻ 7–10 ദിവസം വരെ സമയമെടുക്കും. ഈ ഇടവേളയിൽ PROTECTION നൽകാൻ RIG അത്യാവശ്യമാണ്. രോഗിയുടെ ശരീര തൂക്കം അനുസരിച്ചുള്ള DOSE മുറിവിന്റെ ചുറ്റിലും INFILTRATE ചെയ്ത് കുത്തിവയ്ക്കണം. എല്ലാ CATAGORY III CASES നും RIG കൊടുക്കേണ്ടതാണ്.

RABIES കുത്തിവയ്പ് എടുക്കുമ്പോൾ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ:

1. ആ സമയമത്രയും മദ്യപാനവും, പുകവലിയും പാടില്ല.
2. ഭക്ഷണത്തിൽ പഥ്യം ഇല്ല.
3. കഠിനമായ അധ്വാനം ഒഴിവാക്കണം.
4. T. T INJECTION, ANTIBIOTICS, മുതലായവ ഡോക്ടറിന്റെ നിർദ്ദേശമനുസരിച്ച് എടുക്കണം.
5. കടിച്ച മൃഗത്തെ കൊല്ലരുത്. 10 ദിവസം അതിനെ നിരീക്ഷിക്കണം.

PREVENTINE

പേ വരാവുന്ന ജീവികളുമായി സമ്പർക്കം ഉണ്ടാവുന്ന ജോലികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നവർ PRE EXPOSURE PROPHYLAXIS എടുക്കേണ്ടതാണ്. RABIES ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ, EXPOSURE ഉണ്ടാവുന്നതിന് മുമ്പു തന്നേ RABIES VACCINATION എടുക്കണം. (DOCTORS- SPECIALLY VETERNARY DOCTORS AND HOSPITAL STAFF, LAB STAFF, PET OWNERS, TAXI DERMISTS, DOOR TO DOOR SALES PEOPLE, POST MEN, മുതലായവർ) തെണ്ടി പട്ടികളും, പൂച്ചകളും അധികം ഉള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ പോകുന്നവരും താമസിക്കുന്നവരും ഇതിൽ പെടും.

PREVENTIVE ആയി എടുക്കുമ്പോൾ RABIES VACCINE 3 DOSE എടുത്താൽ മതി. 0, 7, 21 (OR) 28 ദിവസങ്ങൾ. ഇപ്രകാരം എടുത്തിട്ടുള്ളവർക്ക് പിന്നീട് HIGH RISK EXPOSURE ഉണ്ടായാൽ RIG എടുക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ലാ. RISK FACTORS, മുറിവിന്റെ FEATURES, VACCINATION എടുത്ത വർഷം എന്നിവ അനുസരിച്ച്, ഒന്നോ, രണ്ടോ DOSE RABIES VACCINE എടുക്കേണ്ടി വരും. (0 and 3rd days)

PERSONAL SAFETY MEASURES

1. പട്ടി, പൂച്ച എന്നിവയുടെ അക്രമണലക്ഷണങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുക. ഇത് കുട്ടികളും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ്. (AGGRESSIVE STANCE)

2. അനാവശ്യമായി അവയെ PROVOKE ചെയ്യരുത്. ഭക്ഷണമോ, കളിപ്പാട്ടങ്ങളോ അവയുടെ വായിൽ നിന്ന് തട്ടിപ്പറിക്കാൻ ശ്രമിക്കരുത്.

3. പട്ടിയുടെ മുമ്പിൽ കൂടി ഓടരുത്. ഓടുന്ന ഇരയേ CHASE ചെയ്യുക എന്നത് അവയുടെ സഹജ സ്വഭാവമാണ്.

4. പരിചയമല്ലാത്ത പട്ടിയേ നോക്കി ചിരിച്ച്, തലയിൽ തൊട്ട് താലോലിക്കുന്നത്, ആ മൃഗത്തിന്റെ INTERPRETATION - ൽ SIGNS OF INTIMIDATION/AGGRESSION ആണ്. (LOOKING EYES, SHOWING YOUR FANGS, TRYING TO PUSH ITS HEAD DOWN, etc)

♦ ♦ ♦

ത്രിപുരസുന്ദരി ചതുഃഷഷ്ട്യുപചാര സ്തോത്രം

നന്ദകുമാർ .എം.മേനോൻ

താലവൃന്ദമിത നിന്റെ കണ്ണിണ കുളിർക്കുവാൻ ഹൃദയമോഹിനീ
ചന്ദനത്തിനുടെ ഗന്ധമിങ്ങിത സുമത്തിലാക്കി സുരമോഹിനീ

പൂക്കളും തവ തരുന്നു ഞാൻ മണമുതിർപ്പതാം ത്രിപുരമോഹിനീ
അഷ്ടഗന്ധ പരിലാളിതംപുകയിതേൽക്കു നീ ഭുവനമോഹിനീ

ദീപമൊന്നിത തെളിഞ്ഞുകത്തുവതുഴിഞ്ഞിടാം കമലലോചനേ
ശർക്കര പ്രഥമനൊത്തുഴുന്നു വടയും കഴിക്കുക ത്രിലോചനേ
ഭോജനം പരമതൃപ്തിദം തവ ധരിച്ചു ഞാനതു വിലോചനേ
ആചമിക്ക കഴുകൂ കരൗ ജലമിതാ തരാം കഫവിമോചനേ
(കരൗ= രണ്ടു കൈകളും)
കാൽകളും കഴുകി വിശ്രമിക്ക യിത പാദ്യവും തവ തരുന്നു ഞാൻ
ആടലുണ്ടു തവ യാത്രയാക്കുവതിനെങ്കിലും ഭവതി പോയ് വരൂ

ത്വക്‌രോഗങ്ങൾ

– ഡോ.രമാദേവി.എസ്

പെട്ടെന്നു തന്നെ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടുന്നതും, രോഗി വളരെ വേഗം സുഖപ്പെടണമെന്നാഗ്രഹിക്കുന്നതുമായ തൊലിപ്പുറമേയുള്ള ന്യൂനതകളാണ് ത്വക് രോഗങ്ങൾ. അവയെക്കുറിച്ച് അറിയുന്നതിനു മുമ്പായി ഒരാളുടെ സൗന്ദര്യത്തെയും, യുവത്വത്തെയും എടുത്തറിയിക്കുന്ന ത്വക് എന്ന അവയവത്തെ ഒന്നു ശ്രദ്ധിക്കാം.

ചർമ്മ ഘടന ഒരാമുഖം

ചർമ്മം അടിസ്ഥാനപരമായി രണ്ടു പാളികളുള്ള ഒരാവരണമാണ്. അധിചർമ്മം (Epidermis) , ചർമ്മം,(Dermis) ചർമ്മത്തിന്റെ അടിയിലെ ഒരു പാളിയെ അധശ്ചർമ്മം എന്നു വിളിക്കാം. ഇതിലധികവും മേദസ് അഥവാ വസാകലയാണുള്ളത്. ഇതിന്റെ കട്ടി ശരീരത്തിന്റെ വിഭിന്ന ഭാഗങ്ങളിൽ വിഭിന്ന അളവിൽ ആകുന്നു. സ്ത്രീകളിൽ ഈ അധശ്ചർമ്മം കൂടുതൽ പരിപുഷ്ടമാണ്. അതിനാൽ സ്ത്രീകളുടെ ശരീരത്തിലെ ത്വക്കിനു പ്രത്യേകിച്ചും ഒരു കൊഴുപ്പ് തോന്നിക്കുന്നു.

ഉപരിതലം : (Epidermis)

സൂക്ഷ്മമായി നോക്കിയാൽ ത്വക്കിന്റെ ഉപരിതലത്തിലേയ്ക്കു തുറക്കുന്ന നിരവധി ദ്വാരങ്ങൾ കാണാം. സ്വേദഗ്രന്ഥികളുടെ വായകളാണ് ഇവ. പിന്നെ തൊലി തുറന്നുകൊണ്ട് പുറത്തേക്ക് നിൽക്കുന്ന രോമരാജികൾ. പിന്നെ തലങ്ങും, വിലങ്ങും വരകളും, കുറികളും. ഇതിലധികവും ജനനത്തിനു മുൻപേ ആവിർഭവിച്ചതാണ്. നെറ്റിയിലും , മുഖത്തും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന വരകൾ ജനനശേഷം കാലക്രമേണ ഉണ്ടാകുന്നവയാണ്. വിരലടയാളത്തിനും, കുറ്റാന്വേഷണത്തിനും, ഹസ്തരേഖാശാസ്ത്രത്തിലും ഇത്തരം വരകളെയും കുറികളെയും അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തുന്നു.

Dermis:

അധിചർമ്മത്തിന്റെയും അടിയിലുള്ള പാളിയായ ചർമ്മം അധിചർമ്മത്തെക്കാൾ നാലിരട്ടി കട്ടികൂടുതലാണ്. ഏറ്റവും കട്ടിക്കുറഞ്ഞ ഭാഗം കൈയുടെ പുറംഭാഗത്തും, ലിംഗത്തിലുമാണ്. കട്ടി ഏറ്റവും കൂടുതലുള്ളത് പുറത്തെ തൊലിയിലാണ്. ചർമ്മത്തിൽ കാണപ്പെടുന്ന ഘടനകളാണ് രക്തവാഹിനികൾ, സ്വേദഗ്രന്ഥികൾ, നാഡീയാഗ്രങ്ങൾ, രോമമൂലങ്ങൾ, സീബഗ്രന്ഥികൾ, ലിംഫ്‌വാഹിനികൾ.

രോമവും നഖവും ;

രണ്ടും ചർമ്മത്തിന്റെ ഉല്പന്നങ്ങളാണ്. മാംസ്യ നിർമ്മിതമാണ്. രണ്ടും മൃതവുമാണ്. ചർമ്മത്തിന്റെ ഏറ്റവും താഴെയായി രോമകൂപവും ഇതിലേക്കു രക്തവാഹിനികൾ കടന്നു വരുന്നു. ചുറ്റും നാഡീയാഗ്രങ്ങൾ പിണഞ്ഞു കിടക്കുന്നു. രോമകൂപത്തിനുള്ളിൽ മെലാനിൻ വർണകമുണ്ടാക്കുന്ന മെലാനോസൈറ്റ് കോശങ്ങൾ കാണാം. ഉള്ളിൽ നിരവധി രോമകോശങ്ങൾ ഉണ്ട്. രോമത്തിനുള്ള മാംസ്യം ഇവ സൃഷ്ടിക്കുന്നു. സാവധാനം ഇത് കെരാറ്റിനികരിക്കപ്പെടുകയും, രോമമായി മാറുകയും ചെയ്യുന്നു. മെലാനിൻ അതിനു നിറം കൊടുക്കുന്നു. മെലാനിൻ ധാരാളമുണ്ടെങ്കിൽ മുടി കറുക്കുന്നു. വളരെ കുറവാണെങ്കിൽ വെളുക്കുന്നു. സ്വർണ്ണച്ഛവിയോടു കൂടിയ നിറം നീലിച്ച കണ്ണുകൾക്കു കാരണവും ഈ മെലാനിന്റെ കുറവു തന്നെ.

നഖം വിരലുകളിൽ മാത്രം കാണപ്പെടുന്നു. കെരാറ്റിൻ എന്ന മാംസ്യം തന്നെയാണ് നഖത്തിന്റെ മുഖ്യദ്രവ്യം. എങ്കിലും കൂടുതൽ കടുപ്പമുള്ളതാണ്. ഏറെക്കുറെ സുതാര്യമായതിനാൽ അടിയിലുള്ള രക്തവാഹിനിയിലെ രക്തം ഒരളവോളം നഖത്തിലൂടെ നിഴലിച്ചു കാണാം. അങ്ങനെ നഖത്തിനു ഒരു പിങ്കുനിറം ലഭിക്കുന്നു. അനീമിയ ഉള്ളവരിൽ നഖം വെളുത്തിരിക്കും. കൊല്ലത്തിൽ ഒന്നൊന്നര ഇഞ്ചു മാത്രമേ നഖത്തിനു വളർച്ചയുള്ളൂ. നിരന്തരം വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കും. കാൽനഖം ഇതിനെക്കാൾ മന്ദഗതിയിലാണ് വളരുന്നത്. നഖമൂലത്തിനു മുറിവേല്ക്കുകയോ, നാശം സംഭവിക്കുകയോ ചെയ്താൽ നഖത്തിന്റെ വളർച്ച നിലയ്ക്കുന്നു.നഖമൂലം തൊലിയുടെ ഒരു പാളികൊണ്ടു മൂടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ആ വെളുപ്പാണ് നഖാഗ്രത്തിൽ ഒരു ചന്ദ്രക്കലപോലെ കാണപ്പെടുന്നത്.

വിയർപ്പ്

20 ലക്ഷത്തിനും 50 ലക്ഷത്തിനും ഇടയ്ക്ക് സ്വേദഗ്രന്ഥികൾ ഉണ്ട്. ഏറ്റവും കൂടുതൽ തിങ്ങി നിൽക്കുന്നത് ഉള്ളംകൈയിലും ഉള്ളം കാലിലും ആണ്. ശിരസ്സിലും, ഉടലിലും ചിലർക്കു കൂടുതൽ കാണപ്പെടുന്നു. കിലോമീറ്ററോളം നീളം വരുന്ന സ്വേദഗ്രന്ഥികൾ വളഞ്ഞു പിരിഞ്ഞു കിടക്കുന്നു ഇവയുടെ അഗ്രം. തൊലിയുടെ ഉപരിതലത്തിലേക്കു തുറക്കുന്നു സ്വേദഗ്രന്ഥികളിലൂടെ പുറത്തേക്കു വരുന്ന ജലമാണ് വിയർപ്പ്. ഇവ ബാഷ്പീകരിക്കപ്പെടുമ്പോൾ ശരീരം തണുക്കുന്നു. അതിനു ആവശ്യമായ താപം ശരീരത്തിൽ നിന്നും വലിച്ചെടുക്കുന്നു. പേശീസങ്കോചം ഏറ്റവുമധികം താപമുണ്ടാക്കുന്നു.

സീബം :

ഇത് ഒരു തരം കൊഴുപ്പാണ്. സീബഗ്രന്ഥികളിൽ ഭൂരിഭാഗവും രോമകൂപങ്ങളായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. സീബം രോമത്തിൽകൂടി പുറത്തേക്കു വന്നു തൊലിയേയും രോമത്തെയും സ്നിഗ്ദ്ധമാക്കി വയ്ക്കുന്നു. വാട്ടർപ്രൂഫായിരിക്കുന്നു. തൊലിക്കും രോമത്തിനും തിളക്കം പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു.

♦ ♦ ♦

എറണാകുളം കരയോഗം വിമൺസ് ഫോറം 2014 മാർച്ച് മാസത്തെപരിപാടികൾ

തീയതി	സമയം	വിഷയം	മുഖ്യ പ്രഭാഷകർ
19.3.2014	4.00 pm	Skin&Haircare	Dr. Nandini Nair (Cos metic Dermatologist)

5,12,19, 26 ബുധനാഴ്ചളിൽ നാരായണീയ ക്ലാസ്സ് ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്

നന്മയുടെ നിലച്ചു പോയ താളം

-ജി. മാധവൻ നായർ

അതിരാവിലെ പഴയ ഗ്രാമത്തിന്റെ പുറത്തുള്ള പാതയിലൂടെ, ശിവേട്ടൻ തന്റെ പഴയ, അത്രയ്ക്ക വലിപ്പമില്ലാത്ത ഇരുചക്ര വാഹനം ഓടിച്ചു കൊണ്ട് വരികയായിരുന്നു. നിരത്തിൽ അലക്ഷ്യമായി, കാലുകളുറയ്ക്കാതെ നടന്നു പോയിരുന്ന ചെറുപ്പക്കാരനെ കണ്ട്, വാഹനം നിർത്തി മന്ദസ്മിതത്തോടെ അയാളോടു സംസാരിച്ചു.

ഭാസ്ക്കരാ, എന്താണിത്ര രാവിലെ, ഇതിലെ?

ആളെ മനസ്സിലായിട്ടില്ല എന്ന നാട്യത്തോടെ യുവാവ് പ്രതിവചിച്ചു.

ടൗണിലേയ്ക്ക് ഒന്നു പോകണം. ബസ്സ് കടന്നു പോയി. എന്താ, എന്നെ ഒന്നു കയറ്റുമോ?

അതിനെന്താ, കയറിക്കോളൂ ഞാനുമങ്ങോട്ടു തന്നെ.

ശിവേട്ടൻ അവനെ ഹാർദ്ദമായി ക്ഷണിച്ചു. അടുത്തു വരുമ്പോൾ രൂക്ഷമായ മദ്യഗന്ധം. ഇത്ര വെളുപ്പിന് ഇതെങ്ങനെ വലിച്ചു കയറ്റിയെന്ന് അദ്ദേഹത്തിനു തോന്നി. ശാരീരിക നിയന്ത്രണം ഭാഗികമായി നഷ്ടപ്പെട്ട ഭാസ്ക്കരനെ ഒരു കണക്കിനു പുറകിലിരുത്തി വണ്ടി ഓടിച്ചുപോയി.

നന്നായി പിടിച്ചിരുന്നോളൂ. കാലുകൾ താഴെയുള്ള പടിയിൽ വച്ചോളൂ

ശിവേട്ടൻ, വിജനമായ നിരത്തിലൂടെ, ടൗണിനെ ലാക്കാക്കി യാത്ര തുടർന്നു.

ദേശീയപാത, മുറിച്ചുകടന്നു വേണം, ഉത്തരപുരത്തെത്താൻ. പാതയിൽ ഗതാഗതം നിലച്ചപ്പോൾ അപ്പുറം കടന്ന്, കയറ്റം കയറി, പഞ്ചായത്ത് വഴിയിലൂടെ, ബസ്സ്റ്റാൻഡിലെത്തി. ശിവേട്ടാ, ഞാനിവിടെ ഇറങ്ങിക്കോളാം , വണ്ടി നിന്നതോടെ പുറകിലിരുന്ന യുവാവ്, അതിൽ നിന്നിറങ്ങി. ഒരു നന്ദി വാക്കു പോലും പറഞ്ഞില്ല. പാതയുടെ ഓരത്തു തന്നെയുള്ള വിദേശ മദ്യഷാപ്പിന്റെ അരികിലേയ്ക്ക് വേച്ചു കൊണ്ടു നടന്നു, ഭാസ്ക്കരൻ, തുറക്കാത്ത കടയുടെ മുൻപിൽ മറ്റു കുറച്ചാളുകളോടൊപ്പം നിന്നു.

ശിവേട്ടൻ, വണ്ടിയിലിരുന്നു കൊണ്ടു തന്നെ അവനെ സൂക്ഷിച്ചു നോക്കി. തന്റെ യശഃശരീരയായ ഭാര്യയുടെ ഒരടുത്ത ബന്ധുവാണീ ചെറുപ്പക്കാരൻ. നേരത്തെ തന്നെ ജോലിയിൽ നിന്ന് സുവർണ്ണഹസ്തദാന പ്രകാരം പിരിഞ്ഞു. വിവാഹിതനും രണ്ടു മക്കളുടെ പിതാവുമായ അയാൾ, ആ ബന്ധത്തിൽ നിന്ന് പരസ്പരസമ്മതത്തോടെ, കോടതി മുഖാന്തിരം ഒഴിവായി. ആകെ കൂടെയുള്ള അമ്മയും, അയാളും ഒന്നിച്ചു കഴിയുന്നു. ജീർണ്ണിച്ചു തുടങ്ങിയ ആ തറവാട്ട് വീട്ടിലാണു താമസം. അമ്മ വൃദ്ധയായിരിക്കുന്നു, കൂടാതെ ധാരാളം അസുഖങ്ങളുമുണ്ട്.

ആ സ്ത്രീയുടെ വരുമാനം ജന്മിയല്ല എന്നതിന്റെ പേരിൽ, തരം തിരിവുള്ള ഒരു പെൻഷനാണ്. മകന് നേരത്തെ പിരിഞ്ഞതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഒരുമിച്ച് ഒരു വലിയ സംഖ്യ കിട്ടിയിരുന്നു. ധൂർത്തും, അമിതമായ മദ്യപാനവും മൂലം ആ തുക ഏതാണ്ട് ചിലവായി കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ഒരു ചെറിയ പെൻഷൻ കൂടി അയാൾക്കുണ്ട്. ആ സംഖ്യ കൊണ്ട് താണ തരം മദ്യം പോലും വാങ്ങിക്കഴിക്കാൻ തികയില്ല.

അടുത്തുള്ളബന്ധുക്കളുടെ കരുണാകടാക്ഷത്തിൽ, പ്രായമേറിയ സ്ത്രീ എങ്ങിനെയൊക്കെയോ ജീവിച്ചു പോകുന്നു. മകൻ പ്രഭാതത്തിൽ, വീട്ടിൽ നിന്നിറങ്ങിയാൽ പിന്നെ തിരിച്ചെത്തുന്നത് പ്രദോഷത്തായിരിക്കും.

ശിവേട്ടൻ വണ്ടി കൊണ്ടുപോയി, ബസ്സ്റ്റാൻഡിനു സമീപത്തു തന്നെയുള്ള കൃഷ്ണയ്യരുടെ ഭോജനശാലയ്ക്ക് മുൻപിൽ ഒതുക്കി വച്ചു. അകത്തു കയറി മുൻവശത്ത് ഉടമസ്ഥന്റെ കസേരയിലിരിക്കുന്ന സ്വാമിയെ നോക്കി വണക്കം പറഞ്ഞു. ഈ പൂർവ്വ സുഹൃത്ത്, പ്രായത്തിൽ തന്നെക്കാൾ മുന്നിലാണ്. വണക്കം, സ്വാമി എന്നാ, സമാചാരം? സൗഖ്യമാ?

കിഴവൻ ഭേഷായി ചിരിച്ചുകൊണ്ട് പ്രതിവചിച്ചു.

എന്നാ, ഇപ്പടി പേശറേൻ, കടവുള് വിളിക്ക് കാത്തിരിപ്പോൻ ശിവ, അപ്പടിയല്ലവ അപ്പടിയൊന്നും ശൊല്ല കൂടാത്. നീങ്ക ഒരു സെഞ്ചുറിയടിക്കട്ടെ എന്നു പറഞ്ഞ്, ശിവേട്ടൻ പൊട്ടിച്ചിരിച്ചു കൊണ്ട് വയസ്സന്റെ തോളത്ത് പിടിച്ചു. വികാരധീനനായ സ്വാമിയുടെ കണ്ണിൽ ജലം പൊടിഞ്ഞു. ശിവേട്ടൻ നേരെ, കൈ കഴുകുന്ന സ്ഥലത്ത് പോയി നന്നായി കഴുകിവെടിപ്പാക്കി, തിരികെ, ഒരു മേശയുടെ അടുത്തിട്ടിരിക്കുന്ന ബഞ്ചിൽ വന്നിരുന്ന്, പ്രാതലിനായി ദോശയും വടയും പറഞ്ഞു.

അത് വരുന്നത്, കാത്തിരിക്കുന്ന തിനിടയിൽ, അവിടെ കിടന്നിരുന്ന ഹിന്ദു പത്രം ഒന്നോടിച്ചു നോക്കി. അല്പസമയത്തിനകം ഭോജ്യങ്ങളെത്തി. അത് കഴിച്ച്, ഒരു കടുപ്പത്തിലുള്ള കാപ്പിയും കുടിച്ചു, കാശ് കൊടുത്ത്, കടയ്ക്ക് വെളിയിലേയ്ക്കിറങ്ങി. മൂന്നാമത്തെ മകൾ താമസിയ്ക്കുന്ന, അടുത്ത പട്ടണത്തിലേയ്ക്കുള്ള ബസ്സ് തൊട്ടുമുൻപിൽ വന്നു നില്ക്കുന്നു. അതിൽ ചാടി കയറി. നല്ല തിരക്കുണ്ടായിരുന്നു. പരിചിതനായ കണ്ടക്ടർ, പുറകിലത്തെ ഒരു സീറ്റിൽ വിസ്തരിച്ചിരുന്ന ഒരുവനെ ഒന്നൊതുക്കിയ ശേഷം ശിവേട്ടനെ പ്രതിഷ്ഠിച്ചു. മിക്കവാറും എല്ലായിടത്തും നിർത്തി. നൂതനപുരി എന്നെഴുതി വച്ചിട്ടുള്ള ഒരു പ്രദേശത്തെത്തി. ശിവേട്ടൻ അവിടെയിറങ്ങി. കാൽനടയായി കവലയിൽ നിന്ന്, കിഴക്കോട്ടുള്ള വഴിയിലൂടെ സഞ്ചരിച്ച് ക്ഷേത്രത്തിനു അരികെയുള്ള മകളുടെ ഗൃഹത്തിലെത്തി.

ഈ മകൾക്ക് പഠിപ്പുണ്ടെങ്കിലും ഉദ്യോഗത്തിനൊന്നും പോയിട്ടില്ല. അവളുടെ ഭർത്താവ് മറുനാട്ടിലാണ്. വർഷത്തിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യം വരും. രണ്ടു മക്കളിൽ മകൻ എൻജിനീയറിംഗിനു കുറച്ചകലെയുള്ള കോളേജിലും, മകൾ അടുത്തു തന്നെയുള്ള ഒരു കലാശാലയിലുമാണ് പഠിക്കുന്നത്. രണ്ടു പേരും ഹോസ്റ്റലിൽ താമസമാണ്. വീട്ടിൽ സഹായത്തിന്, മദ്ധ്യവയസ്ക്കയായ ഒരു സ്ത്രീ മാത്രമേയുള്ളൂ. അതുകൊണ്ട് ഇടയ്ക്കിടെ ശിവേട്ടൻ മകളെ സന്ദർശിക്കാനെത്തുന്നു. വീട്ടിനകത്ത് പ്രവേശിച്ച്, മോളോടു കുശലം ചോദിച്ചിട്ട്, ചായ കൊണ്ടു വരാൻ പറഞ്ഞു.

അവളുടെ വീട്ടിൽ നില്ക്കുന്ന സ്ത്രീ, അടുക്കളയിലിരുന്ന് തേങ്ങ ചിരണ്ടുകയാണ്. അവരുടെ മകൻ, ഒരു ചെറിയ

കുട്ടി പുറത്തേ വരാന്തയിൽ ഇരുന്ന് എന്തോ തിന്നുന്നു. ഭർത്താവും ഉപേക്ഷിച്ചു പോയ ഒരു ഗതിയുമില്ലാത്ത വളാണ്. ജീവിക്കാൻ മറ്റു മാർഗ്ഗമില്ലാത്തതു കൊണ്ട് വീട്ടുവേല ചെയ്യുന്നു. കുട്ടിയേയും, കൂടെ കൂട്ടിയിരിക്കയാണ്. ആഴ്ചയിലൊരിക്കൽ അടുത്തു തന്നെയുള്ള സ്വന്തം വീട്ടിൽ പോകും. അവിടെ അമ്മയും, മറ്റൊരു കുട്ടിയുമുണ്ട്. ഇന്ന് പോകേണ്ട ദിവസമാണെന്നു തോന്നുന്നു.

മകളു കൊണ്ടുവന്ന ചായ കുടിച്ച് കഴിഞ്ഞു, ശിവേട്ടൻ തൊടിയാകെയൊന്നു ചുറ്റി നടന്നു. തെങ്ങും, വാഴയും മറ്റു ഫലവൃക്ഷങ്ങളൊക്കെ വച്ചിട്ടുണ്ട്. നല്ല വളക്കൂറുള്ള മണ്ണാണ്. ആണ്ടിലൊരിക്കൽ ജൈവ വള പ്രയോഗം നടത്തുന്നതിനാൽ എല്ലാം പുഷ്ടിച്ചു നില്ക്കുന്നു. മോളുടെ വക പച്ചക്കറി കൃഷി, പ്രത്യേകമായി നടക്കുന്നുണ്ട്.

ഇതിനിടയ്ക്ക് വീട്ടു ജോലിക്കാരി മകനുമായി പൂമുഖത്തെത്തി.

ശിവേട്ടാ ഞാൻ വീട്ടി പൂവ്വാണ്. നാളെ നേരത്തേ എത്തിക്കോളാം അവിടെ ക്ഷേത്രത്തിലുൽസവമാണ്.

ഉത്സാഹപൂർവ്വമുള്ള അവളുടെ സംഭാഷണം ശ്രവിച്ചിട്ട് ശരി, ഈ കുട്ടിക്കെന്തെങ്കിലും വാങ്ങികൊടുക്ക്, അയാൾ അകത്ത് പോയി, അഴിച്ചിട്ടിരിക്കുന്ന ഷർട്ടിന്റെ കീശയിൽ നിന്ന് ഒരു അൻപതുറുപ്പിക നോട്ടെടുത്ത് അവൾക്കു കൊടുത്തു. ഒരു കാലത്ത് ഇവൾ ഒരു സുന്ദരിയായിരുന്നിരിക്കാം, ഇപ്പോഴും മുഖശ്രീ മാഞ്ഞു പോയിട്ടില്ല. എന്നിരുന്നാലും ദാരിദ്രത്തിന്റെ പടുകുഴിയിലകപ്പെട്ട, വിഷാദ ഭാവം അവളിൽ കാണുന്നുണ്ട്. നന്ദി സൂചകമായി, ശിവേട്ടനെ നോക്കി ഒന്നു പുഞ്ചിരിച്ച് അവൾ കുട്ടിയെ കൈപിടിച്ചുകൊണ്ട്, ഗേറ്റിനു പുറത്തേയ്ക്ക് പോയി.

മോളേ, നീ കുളിക്കുമ്പോഴേക്കും, ഞാനീ പേപ്പറൊന്നു നോക്കാം.

നല്ല പ്രചാരമുള്ള ഒരു മലയാള പത്രമെടുത്ത്, താൻ കിടക്കാറുള്ള മുറിയിലേയ്ക്ക് കടന്നു. അവിടെ തലയിണകൾ അടുക്കിവച്ച്, മെത്തയിൽ കിടന്നു കടലാസ്സുകൾ മറിച്ചു. കണണ്ണുകളടഞ്ഞു പോകുന്നു. പത്രം മാറ്റിവച്ച്, ഓർമ്മയുടെ മണിച്ചെപ്പ് ഒന്നു തുറന്നു നോക്കി.

ആദ്യം അകാലത്തിൽ തന്നെ വിട്ടു പോയ സഹധർമ്മിണിയുടെ വദനം. മസ്തിഷ്ക്കാഘാതം മൂലം സംസാര ശേഷി നഷ്ടപ്പെട്ടു. പിന്നെ ചലന ശേഷിയും. അത്രയ്ക്ക് വിദഗ്ദ്ധൻമാരല്ലാത്ത ഒരു സംഘത്തിന്റെ ചികിത്സയിൽ അവർ എന്നന്നേയ്ക്കുമായി കണ്ണുകളടച്ചു. അത്യന്തം വികാരഭരിതമായ ആ നിമിഷം, പൊന്തി വന്ന ആ സ്മരണയെ മനഃപൂർവ്വം മാച്ചു കളഞ്ഞു.

കുറച്ചകലെ താമസിക്കുന്ന ജോലിയൊന്നുമില്ലാത്ത മൂത്തകമകളേയും, ഇവിടെ അടുത്തു തന്നെ, ഉയർന്ന പാഠശാലയിൽ പണിയെടുക്കുന്ന രണ്ടാമത്തെ മകളേയും, ഏറ്റവും ഇളയവളായ പ്രാഥമിക പാഠശാലാ അദ്ധ്യാപികയേയും എല്ലാം പെട്ടെന്ന് ഓർത്തു പോയി. അവർക്കെല്ലാം, ഭർത്താക്കന്മാരും കുട്ടികളുമുണ്ട് തന്റെ മാത്രം ഇഷ്ടേശ്വരി യവനികയ്ക്കുള്ളിൽ മാഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ശിവേട്ടന്റെ മനസ്സൊന്നു പിടഞ്ഞു. വിതുമ്പൽ വരുന്നതിനു മുൻപ് സ്വയം നിയന്ത്രിച്ചു.

തന്റെ കർത്തവ്യങ്ങൾ പൂർത്തിയായിരിക്കുന്നു. കുട്ടികളെല്ലാം ഭേദപ്പെട്ട നിലയിൽ ജീവിക്കുന്നു. പേരക്കുട്ടികളിൽ, പഠനം പൂർത്തിയാക്കിയവരെല്ലാം ജോലി സമ്പാദിച്ചിട്ടുണ്ട്. അല്ലാത്തവർ വിവിധ സ്ഥലങ്ങളിൽ, സ്കൂളുകളിലും, കോളേജുകളിലുമെല്ലാം ചേർന്നു അറിവു വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. ഇനിയത്തെ തലമുറയുടെ ഉത്തരവാദിത്വം അവരുടെ മാതാപിതാക്കൾക്ക് തന്നെ, അവിടേയും ഇവിടേയുമൊക്കെയായി ഒന്നു ചുറ്റി തിരിഞ്ഞ്, ശാന്തത കൈവരിക്കുവാനുള്ള നല്ലൊരു വിശ്രമ ജീവിതമാണിപ്പോൾ. ഭഗവൽ കൃപ കൊണ്ട് കാര്യമായ മറ്റസുഖങ്ങളൊന്നുമില്ല. എല്ലാം, അവിടുത്തേ നിശ്ചയം. ശിവേട്ടൻ, മെത്തയിൽ ഇരുന്ന് ദൈവനാമം ഉരുവിട്ടു, കണ്ണുകളടച്ചു, കൈകൂപ്പി.

ഇതിനിടയ്ക്ക്, കുളിയും, തേവാരവുമെല്ലാം കഴിഞ്ഞു മകൾ അച്ഛന്റെ അടുക്കലെത്തി അച്ഛൻ ഉറങ്ങാണോ?

ഏയ്, ഓരോന്നാലോചിച്ച് ഒന്നു മയങ്ങിപ്പോയി, മോളെ സമയമെന്തായി? മടിയിൽ കിടന്ന പത്രം മാറ്റിവച്ചിട്ടു, അയാൾ മെത്തയിൽ നിന്നു ചാടിയെഴുന്നേറ്റു.

ഒരു മണി ആകാറായിട്ടുണ്ട്. ചോറു വിളമ്പട്ടെ? പുത്രി അതു പറയുമ്പോൾ കൈകളിൽ മൊബൈൽ ഫോണുണ്ടായിരുന്നു. ഒരുപക്ഷേ മണലാരണ്യത്തിലെ നഗരത്തിൽ നിന്ന് അവളുടെ ഭർത്താവിന്റെ വിളി വരുമായിരിക്കും.

അശോകന്റെ വിളിയുണ്ടാവുല്ലേ? ശിവേട്ടൻ, ഒരു കള്ളച്ചിരിയോടെ സ്റ്റീൽ അലമാര തുറന്ന് ഒരു കുപ്പി പുറത്തെടുത്തു. പണ്ട് രാജ്യ രക്ഷാ വകുപ്പിൽ ജോലി ചെയ്തിരുന്ന വകയിൽ വിമുക്ത ഭടനുള്ള സർക്കാറിന്റെ ഉപഹാരമാണ്. കുറഞ്ഞ വിലയ്ക്കു കിട്ടുന്ന മേത്തരം സാധനം ഇടയ്ക്ക് സ്നേഹിതന്മാരുമായി പങ്കുവയ്ക്കാറുണ്ട്. നേരെ തീൻ മേശയ്ക്കരികിൽ ചെന്ന് ഒരു ഗ്ലാസ് കൈയ്യിലെടുത്തു. കുപ്പിയുടെ അടപ്പിളക്കി മാറ്റി, അതിൽ നിന്നും നല്ല മഞ്ഞ നിറമുള്ള ഉത്തേജകം ഗ്ലാസ്സിന്റെ പകുതി വരെ ഒഴിച്ചു, തിരികെ മൂടിയിട്ടു. ഫ്രിഡ്ജിൽ നിന്നും തണുത്ത വെള്ളം എടുത്ത് ഗ്ലാസ്സ് നിറച്ചു ഒരിറക്ക് കഴിച്ചിട്ടു, മേശപ്പുറത്ത് തന്നെ വച്ചിരുന്ന മാങ്ങാക്കറി, സ്പൂൺ കൊണ്ടെടുത്ത്, മാങ്ങയോടെ വായിലാക്കി.

പെട്ടെന്ന്, മോളുടെ കൈയ്യിലുണ്ടായിരുന്ന ഫോണിൽ നിന്ന് മണിനാദം ഉയർന്നു അവൾ, യന്ത്രവുമായി ഉമ്മറത്തേക്ക് നീങ്ങി. ഭാര്യ, ഭർത്താക്കന്മാരല്ലെ പലതും പറയാനുണ്ടാകും എന്തിന് അച്ഛന് കേൾക്കണം? അരമണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞ് മകൾ വന്നു വിളിച്ചു.

അച്ഛാ ചോറുവിളമ്പി വരൂ

ഉത്തേജക മരുന്ന് കാലിയാക്കിയതിനാൽ ശിവേട്ടൻ, വീണ്ടും കുപ്പി തുറന്ന്, പഴയ അളവു കുറച്ച്, ഗ്ലാസ്സിലൊഴിച്ചു, ഒറ്റ ശ്വാസത്തിനു വെള്ളവും ചേർത്തു മോന്തിയിട്ടു, തീൻ മേശയ്ക്ക് മുൻപിലെത്തി.

ആവോലി മത്സ്യം പൊരിച്ചതുണ്ട്, കൂടാതെ ആട്ടിൻ മാംസം, നല്ല കൊഴുത്ത ചാറോടെ പാത്രത്തിൽ ഇരിക്കുന്നു. മറ്റു പച്ചക്കറികളും, പപ്പടവും, മൊളകു വറുത്തുതുമെല്ലാം തയ്യാറാക്കിയിരിക്കുന്നു. അച്ഛനും മകളും കൂടി നല്ല രീതിയിൽ ഊണു കഴിച്ചു. ശിവേട്ടൻ ഒരു ഏമ്പക്കത്തോടെ ഏണീറ്റു കൈകഴുകി, കിടപ്പു മുറിയിൽ ചെന്നു കിടക്കയിലേയ്ക്ക് വീണു.

മകൾ, സിനി ഉച്ചപ്പടം കാണാനായി അച്ഛനെ വിളിച്ചെങ്കിലും, അയാൾ ഉറക്കത്തിലായിക്കഴിഞ്ഞിരുന്നു. ഇനി, ഇടിമുഴക്കം കേട്ടാൽ പോലും അച്ഛനുണരാൻ പോകുന്നില്ല എന്ന് മോൾക്കറിയാം.

ഉണർന്നു നോക്കുമ്പോൾ മണി അഞ്ചു കഴിഞ്ഞിരിന്നു. മകൾ ചായ

തയ്യാറാക്കി വച്ചിരുന്നു. മുഖമെല്ലാം ഭംഗിയായി കഴുകിയ ശേഷം അത് കുടിച്ച്, പതിവു നടത്തത്തിനായി പുറത്തേക്കിറങ്ങി. ക്ഷേത്ര പരിസരത്ത് ആളുകൾ കൂടി നില്ക്കുന്നു. ഉച്ചഭാഷിണിയിലൂടെ, ഭാഗവത പാരായണം മുറയ്ക്ക് നടക്കുകയാണ്. ഒഴിഞ്ഞ തെരുവീഥിയിലൂടെ ശിവേട്ടൻ, ഏതാണ്ട് ഒരു മൈലകലെയുള്ള പ്രാഥമിക വിദ്യാലയം വരെ നടന്നു. ഇടയ്ക്ക് കണ്ടു മുട്ടുന്ന പരിചിതരോടു ലോഹ്യങ്ങൾ പറഞ്ഞു, സന്ധ്യയോടെ വീട്ടിൽ തിരിച്ചെത്തി.

രാത്രി ഭക്ഷണം കഴിഞ്ഞ്, ശയ്യയിൽ കിടന്നതേ ഓർമ്മയുള്ളൂ. കണ്ണു തുറക്കുമ്പോൾ നേരം വെളുത്തിരിക്കുന്നു. ഭാര്യയുടെ തറവാട്ടു വീട്ടിൽ പണിക്കാരെത്തും. പാടത്തിലെ പണിയാണ്. പ്രാഥമിക കർത്തവ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റി ഒരു ചായ മാത്രം കുടിച്ചു കൊണ്ട്, മകളോടു യാത്ര പറഞ്ഞു ശിവേട്ടൻ പുറത്തിറങ്ങി. ബസ്സിൽ യാത്ര ചെയ്ത് ഉത്തരപുരം ഗ്രാമത്തിലെത്തി ചേരുവാൻ അധികം സമയമെടുത്തില്ല.

ബ്രാഹ്മണർകൾ ശാപ്പിടും മഠത്തിനരികിൽ വച്ചിരുന്ന ബൈക്ക്, സ്വാമിയോട് പറഞ്ഞ് എടുത്തിട്ട്, വേഗത്തിൽ തന്നെ ഗൃഹത്തിലേയ്ക്ക് വിട്ടു. അതിരാവിലെ, വിവിധതരം ജോലികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരും, പ്രത്യേകിച്ചും പാടം പണിക്കാരും, അവരുടെ മൃഗങ്ങളുമാണ് പാതയിൽ കണ്ടിരുന്നത്.

വഴികൾ സന്ധിക്കുന്നിടത്ത്, നിരത്തിനോടു ചേർന്നുള്ള കൽമണ്ഡപത്തെ ചുറ്റി, പഴയ ഗ്രാമത്തിലെ പുരാതന ഗൃഹത്തിന്റെ പടിവാതിലിനു സമീപമെത്തി. വാഹനം നിർത്തി കവാടത്തിലെ അടഞ്ഞു കിടന്നിരുന്ന വാതിൽ തള്ളി തുറന്നു. ശകടം ഉന്തി കൊണ്ട് ഉള്ളിലേയ്ക്കു കടന്നു. ശിവേട്ടൻ തന്റെ സന്തത സഹചാരിയെ ഒന്ന് ഉറ്റു നോക്കി. കുഴപ്പമൊന്നുമില്ല, വലിയ സൗന്ദര്യമില്ലെങ്കിലും സ്വഭാവം നന്ന്. തന്നെ ചുമക്കുന്ന മര്യാദയുള്ള കഴുത. തൊടിയാകെ, പൊഴിഞ്ഞ ഇലകൾ കൊണ്ട് നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. പുല്ലുകൾ സമൃദ്ധമായി മുളച്ച് കാടായും കിടക്കുന്നു. ഇനി ഇതെല്ലാം വൃത്തിയാക്കണം. ചിന്നമ്മു വന്നിട്ടു രണ്ടു ദിവസമായിരിക്കുന്നു. ഇന്നെത്തുമെന്നാണ് പറഞ്ഞിട്ടുള്ളത്. അല്ലെങ്കിൽ തന്നെ അവളിതൊന്നും ചെയ്യാറില്ല.

പൂമുഖത്ത് കടന്ന്, കീശയിൽ നിന്നും, താക്കോൽ കൂട്ടം എടുത്ത്, തളത്തിലേയ്ക്കുള്ള വാതിൽ തുറന്നു. അകത്ത് ആകെ ഒരു മുശിട് മണം. ചുവരിലുള്ള ഫാനിന്റെ സ്വിച്ചിട്ടു. അയാൾ, വീടിന്റെ പുറകിൽ ചെന്ന വിടെയുള്ള വാതായനം പ്രയാസത്തോടെ തുറന്നു.

പുറത്ത്, പണിക്കാർ ഓരോന്നും പറഞ്ഞ് നെല്ല് ശേഖരിക്കുകയും, കുത്തി അരിയാക്കുകയും ചെയ്തിരുന്ന പഴയ പത്തായപ്പുരയുടെ, വരാന്തയിലിരിക്കുന്നു. ശിവേട്ടനെ കണ്ട പാടേ, പരിഭ്രമത്തോടെ എല്ലാവരും ചാടി എഴുന്നേറ്റു. ശരി, ഇനി പോയിൻ. ചായ അവിടെ തരാം. അയാളെ നേരിൽ കണ്ട സന്തോഷത്തിൽ, കൂടിയിരുന്നവർ ഉത്സാഹത്തോടെ തൊട്ടടുത്തു തന്നെയുള്ള വയലിലേയ്ക്ക് പോയി. തിരികെ വന്ന് പൂമുഖത്തെത്തിയപ്പോൾ പടി കടന്നകത്തേയ്ക്കു കയറുന്ന ചിന്നമ്മുവിനെ കണ്ടു. ഒരു മാലാഖയേ പോലെയുള്ള അനല്പമായ സന്തോഷമുണ്ടായി. ഇനി ചായ വയ്ക്കണം. കഞ്ഞിയും, പുഴുക്കുമുണ്ടാക്കണം. കണ്ടത്തിൽ പണി എടുക്കുന്നവർക്ക്, ഉച്ചയ്ക്ക് പണി കഴിഞ്ഞു വരുമ്പോൾ നിറയെ ഭക്ഷണം കൊടുക്കണം. നീ പോയി ആദ്യം ചായ, വയ്ക്ക് എന്നിട്ടാവാം ബാക്കി പണി ശിവേട്ടൻ, തടിച്ച ശരീര പ്രകൃതിയുള്ള, നല്ല ആരോഗ്യമുള്ള പ്രായമേറിയ സ്ത്രീയോട്, സൗമ്യ ഭാഷയിൽ ഉരുവിട്ടു. അവർ വെളുക്കെ ചിരിച്ചു കൊണ്ട് അടുക്കള ഭാഗത്തേയ്ക്ക് പോയി. വയസ്സിന്റെ ക്ഷീണമൊന്നും ബാധിക്കാത്ത അവർക്ക് നല്ല ഒരു ഓജസ്സുണ്ട്.

പണിക്കാരെല്ലാം, പാടത്ത് കറ്റകൾ കൊയ്ത് അടുക്കി തുടങ്ങിയപ്പോഴേയ്ക്കും, ശിവേട്ടൻ വലിയ തൂക്കു പാത്രത്തിൽ ചായയും ഗ്ലാസ്സുകളുമായി ഓടിയെത്തി. ചായക്കൊപ്പം, മൊരിച്ച റൊട്ടിയും, നേന്ത്രപ്പഴവുമുണ്ടായിരുന്നു. അവരെല്ലാം വരമ്പിനരികെയുള്ള തെങ്ങിൻ ചുവട്ടിലിരുന്ന് ആഹാരം കഴിച്ചു, ചായ കുടിച്ചു തീർന്നില്ല. ശിവേട്ടൻ നിരന്ന് കിടക്കുന്ന പാടശേഖരങ്ങളിലേയ്ക്ക് ഒന്നു കണ്ണോടിച്ചു. ഇനിയും ഈ കൃഷിയൊക്കെ ചെയ്യാനാരുണ്ട്? വംശപരമ്പരയിൽ അതിൽ താല്പര്യമുള്ള ഒരു കുഞ്ഞു പോലുമില്ല.

കൊയ്തെല്ലാം കഴിഞ്ഞു ഉച്ചയോടെ ശിവേട്ടനും, പണിക്കാരുമൊന്നിച്ചു ഗൃഹത്തിലേയ്ക്ക് മടങ്ങി വന്നു. ഇതിനിടയിൽ കൊയ്തു വച്ച കറ്റകളെല്ലാം വീട്ടിലെത്തിയിരുന്നു. അടുക്കളയുടെ പുറകിലുള്ള ഉരപ്പുരയിലിരുന്നു എല്ലാവരും കഞ്ഞി കുടിച്ചു. കൈ കഴുകി, പാത്രങ്ങളെല്ലാം കഴുകി വച്ച് സന്തോഷത്തോടെ കൂലി വാങ്ങി മാളു ഒഴിച്ചെല്ലാവരും വീടുകളിലേയ്ക്കു പോയി. അവൾ ചിന്നമ്മുവിന്റെ വീടിനടുത്താണ് താമസം. ആരും പറയാതെ തന്നെ തൊടിയിലെ ഇലകളെല്ലാം അടിച്ചു മാറ്റി. വീട്ടിനകം, അവൾ തന്നെ ഭംഗിയായി തൂത്തു വൃത്തിയാക്കി. കൂട്ടിയിട്ടിരുന്ന ചപ്പും, ചവറുമെല്ലാം തീയിട്ടു. ഇനി ചിന്നമ്മുവിന്റെ കൂടെ, ചായ കുടി കഴിഞ്ഞേ പോകൂ.

ശിവേട്ടന്റെ ഊണിനു, പുഴുക്കും, ചമ്മന്തിയും ചുട്ട പപ്പടവുമുണ്ടായിരുന്നു. ചിന്നമ്മു വന്നപ്പോൾ പതിവു പോലെ പാലും, മോരും കൊണ്ടു വന്നിരുന്നു. മൃഷ്ടാന്നമായി ഊണു കഴിച്ചു, ഒരു ശർക്കര കഷണം കടിച്ചു പിടിച്ചു കൊണ്ട് പുരയുടെ മുകളിലത്തെ നിലയിലുള്ള കിടപ്പുമുറിയിൽ കയറി കിടന്നു. ഉണർന്നു നോക്കുമ്പോൾ അഞ്ചു മണി കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു.

താഴെ ഇറങ്ങി നോക്കുമ്പോൾ അടുക്കളയിൽ ഒരു പെരുമാറ്റം. തന്റെ ഭാര്യയുടെ ജ്യേഷ്ഠത്തിയുടെ മകൻ ഗോപി ചായ ഉണ്ടാക്കുന്നു.

നീ എപ്പോൾ വന്നു? ശിവേട്ടന് അത്ഭുതവും, സന്തോഷവുമൊന്നിച്ചു വന്നു.

എളേച്ഛാ ഞാനിപ്പോ എത്തിയതെയുള്ളൂ. ചിന്നമ്മു ഏടത്തിയും, മാളുവും പോകാൻ നിക്കുമ്പോളാണ് ഞാനെത്തിയത്. ഞാൻ തന്നെ ചായ ഉണ്ടാക്കി. അവരത് കഴിച്ചു പോയി. ഇതാ, ഞാൻ നമുക്ക് കടുപ്പത്തിൽ ചായ ഇട്ടിരിക്കുന്നു എടുക്കട്ടെ.

അവൻ പറയാനുള്ള കാര്യം പെട്ടെന്നു പറയില്ല. കുറച്ച് ദീർഘിപ്പിച്ചേ പറയൂ. അവന് കുറച്ചകലെയുള്ള ഒരു സ്ഥാപനത്തിൽ സുരക്ഷാ ക്രമീകരണ ജോലിയാണ്. സ്നേഹമുള്ള ഒരുത്തനാണ്. കൂടപിറപ്പുകൾക്കെല്ലാം, വിദ്യാസമ്പന്നരായി, ഭേദപ്പെട്ട ജോലികൾ ലഭ്യമായപ്പോൾ കൂടുതൽ പഠിക്കാൻ കഴിയാതെ സ്വതവേ മഠയനായ അവൻ, ആരുടേയും സഹായമില്ലാതെ, എളിയ ജോലി സ്വീകരിക്കുവാൻ നിർബന്ധിതനായി. ധാരാളം അംഗങ്ങളുള്ള ജ്യേഷ്ഠത്തിയുടെ കുടുംബത്തിൽ എന്നും പ്രാരാബ്ധം ഉണ്ടായിരുന്നു. ശിവേട്ടൻ, അവർക്കു പല സഹായങ്ങളും ചെയ്തിരുന്നതിനാൽ ആ മക്കൾക്കൊക്കെ അയാൾ ദൈവ തുല്യനായിരുന്നു.

അമ്മ അനാഥ

- കുറ്റിപ്പുഴ കരുണാകരൻ നായർ

പേറ്റുനോവിന്റെ കാഠിന്യമേറ്റങ്ങു
പെറ്റു വളർത്തിയോരമ്മ.
കാറ്റിലും മഴയിലും പേടിപ്പെടുത്താതെ
പോറ്റി വളരത്തിയോരമ്മ, പാവം മനസ്സുള്ളൊരമ്മ
കോപം കലരാത്തൊരമ്മ
മുറ്റത്തു കുഞ്ഞിനെ ഒക്കത്തിരുത്തീട്ടു
ചുറ്റി നടക്കുന്നൊരമ്മ
പെറ്റമ്മയാണവർ, അമ്മൂമ്മയാണവർ,
ചിറ്റമ്മ, വല്ല്യമ്മ, അമ്മായിയമ്മയും
മക്കൾക്കുവേണ്ടി മരിക്കാൻ മടിക്കാത്ത
പഞ്ചാമൃതം പോലൊരമ്മ
പെറ്റു വളർത്തി വലുതാക്കി വേണ്ടപോൽ
ശുശ്രൂഷ ചെയ്തു വളർത്തുമമ്മ
പാചകം ചെയ്യുന്നു, ഭോജ്യം വിളമ്പുന്നു
പ്രാണനാം നാഥനെ നോക്കീടുന്നു.
പ്രാണനായ് നോക്കി വളർത്തുന്ന കുഞ്ഞിനു
അമ്മിഞ്ഞ നലകുന്നു, ഇങ്കുവേണം
നേരം പുർന്നാൽ പകലന്തിയോളവും,
കാര്യങ്ങളെത്രയോ ചെയ്തിടേണം
നൂറു കുറ്റങ്ങൾ കറിവച്ച കാര്യത്തിൽ
ആവർത്തനം പോലെ ചൊല്ലിടുമ്പോൾ
നീറുമാ മാനസം കാണുവാനാളില്ല.
വേറൊരാളില്ലൊരു ശാന്തിചൊല്ലാൻ
മക്കൾ പഠിച്ചു മിടുക്കരായ് തീർന്നിട്ടു
തക്കതാമുദ്യോഗമായിടുമ്പോൾ
ഏറെ ജരാനരബാധിച്ചു രോഗിയായ്
തീരെ എണീക്കുവാൻ പറ്റീടാതെ
വീണു കിടക്കുന്നൊരമ്മയെ നോക്കുവാൻ
പ്രാണനായ് പോറ്റിവളർത്തിയ മക്കളി-
ന്നാരുമടുത്തില്ല ശുശ്രൂഷ ചെയ്യുവാൻ
അന്യയാം നേഴ്സിനു ശമ്പളം നൽകീട്ടു-
മമ്മയെ നോക്കുവാനാക്കീടുന്നു.
അല്ലെങ്കിൽ വൃദ്ധസദനത്തിലാക്കീട്ടു-
മല്ലലില്ലാതെ വസിച്ചിടുന്നു.
എത്രയോ ക്രൂരതയെത്ര പരിതാപം
ഇത്രയും സ്വാർത്ഥരോയിന്നു മക്കൾ.

ഏതായാലും നീ ഇപ്പോൾ വന്നത് നന്നായി. രാത്രി എനിക്കൊരു കൂട്ടായല്ലോ. അത്താഴത്തിന് എന്തെങ്കിലും ശരിയാക്ക്.

ചായ കുടി കഴിഞ്ഞു ശിവേട്ടൻ, നാടുവഴിയിലൂടെ കുറെദൂരം നടന്ന് തിരിച്ച് പുരയിലെത്തി. ഗോപിക്ക് പാചകം ചെയ്യാനറിയാം. അത് കൊണ്ട അവൻ ചോറിന്റെ കൂടെ സാമ്പാറും, തോരനും തയ്യാറാക്കി. അവിടെയുണ്ടായിരുന്ന കോഴിമുട്ടകളെടുത്ത്, ചിക്കിപൊരിച്ച് നല്ല രുചികരമായ ഒരു ഭോജ്യമുണ്ടാക്കി. ഊണിനു മുൻപ് ശിവേട്ടൻ പതിവു ശീലമായ സുരപാനം കേമമായി തന്നെ നടത്തി. ഭക്ഷണമെല്ലാം നന്നായിക്കഴിച്ച് അല്പ നേരം നാട്ടുവിശേഷവും, വീട്ടുവിശേഷവുമെല്ലാം പറഞ്ഞു രണ്ടുപേരും ഉറങ്ങുവാൻ വട്ടം കൂട്ടി.

മുകളിലെത്തിയ ശിവേട്ടൻ, കുടിക്കുവാൻ വെള്ളവുമായി എത്താൻ ഗോപിയോടു ഉച്ചത്തിൽ പറഞ്ഞു. അവൻ ലോട്ടയിൽ വെള്ളവുമായെത്തിയപ്പോൾ ശിവേട്ടൻ, കിടക്കയിൽ കിടന്നു കൊണ്ട് ഗോപിയ്ക്കൊരു നിർദ്ദേശം കൊടുത്തു.

നീ, എന്നെ വെളുപ്പിനു തന്നെ വിളിക്കണം. പണിക്കാരെത്തുന്നതിനു മുൻപ്, ചായ തയ്യാറാക്കണം ശരി, എളേച്ഛാ, എനിക്കും നേരത്തെ പോകണം നാളെ ഡ്യൂട്ടി രാവിലെ തുടങ്ങും ഉറങ്ങുവാൻ ഇനി വൈകണ്ട സന്തോഷ സൂചകമായി, ശിവേട്ടന്റെ മുഖത്തു നോക്കി ചിരിച്ച്, ബഹുമാനപൂർവ്വം ശിരസ്സ് കുനിച്ച്, കൈകൾ കൂപ്പിയിട്ട്, താഴെയുള്ള കിടപ്പുമുറിയിലേയ്ക്ക് ചെന്നു.

കൂരിരിട്ടുള്ള രാത്രിയിൽ ഗോപി, എപ്പോഴോ ഉണർന്നു. മുകളിലത്തെ മുറിയിൽ വെള്ളം വീഴുന്ന ഒരു സ്വരം കേട്ടു. ഉറക്കത്തിനിടയിൽ പതിവുള്ള ഉണരലിനിടയിൽ പ്രകൃതി വിളിയോടുള്ള എളേച്ഛന്റെ പ്രതികരണമായിരിക്കാം. അല്ലാതെ മറ്റൊന്നുമല്ല. അവൻ വീണ്ടും സുഷുപ്തിയിലാണ്ടു.

വെള്ള കീറുന്നതിനു മുൻപ് ഗോപി, മുകളിലത്തെ മുറിയിൽ ചെന്നു എളേച്ഛനെ വിളിച്ചു. ഉണരുന്ന മട്ടില്ല. തലേന്നത്തെ പൂശല് കൂടി പോയോ? വീണ്ടും, വീണ്ടും അവൻ കുലിക്കിയിട്ട്, ഉച്ചത്തിൽ ശബ്ദമുണ്ടാക്കി. ഇല്ല അനക്കമില്ല. അവനു ഭയമായി. ശിവേട്ടന്റെ കൈകൾ ഉയർത്തി നോക്കി. അങ്ങിനെ തന്നെ, താഴോട്ടു വീണു. നാഡിശേഷി നഷ്ടപ്പെട്ടെന്നു തോന്നുന്നു. ആ വീട്ടിൽ ഒറ്റയ്ക്കകപ്പെട്ട, അവൻ ഉച്ചത്തിൽ നിലവിളിച്ചു കൊണ്ട്, ഫോണിരിക്കുന്ന സ്ഥലത്തേയ്ക്ക് പാഞ്ഞു. ♦

ഉപനിഷദ് വിചാരയജ്ഞം സിഡികൾ

ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ നടന്ന സംപൂജ്യ സ്വാമി ചിദാനന്ദപുരിയുടെ ഉപനിഷദ് വിചാരയജ്ഞം ഓഡിയോ/ വിഡിയോ സി.ഡി.കൾ ടി.ഡി.എം ഹാളിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്നതാണ്. സി.ഡി.കൾ ആവശ്യമുള്ളവർ കരയോഗം ഓഫീസുമായി ബന്ധപ്പെടേണ്ടതാണ്.

നിയമ സഹായവേദി

കരയോഗ സൗഹൃദം വായനക്കാരുടെ നിയമപരമായ സംശയങ്ങൾ ദൂരികരിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി നിയമസഹായവേദി എന്ന ഒരു പംക്തികൂടി കരയോഗ സൗഹൃദത്തിൽ ആരംഭിക്കുന്നു. ഈ പംക്തി കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നത് അതിപ്രശസ്തരായ അഭിഭാഷകരാണ്. നിയമങ്ങളെപ്പറ്റി നിങ്ങൾക്കുള്ള സംശയങ്ങൾ എഴുതി ചോദിക്കുക.

എഡിറ്റർ,

യോഗ

- വി.കെ. നായർ

ഒരു മനുഷ്യന്റെ തനതായ മാഹാത്മ്യത്തെ വീണ്ടെടുക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്ന ഒരു ശാസ്ത്രീയ സംവിധാനമാണ് മതം.മതാചാരങ്ങളെല്ലാം നമ്മെ ഈ ലക്ഷ്യത്തിലേയ്ക്ക് നയിക്കുന്നവയാണ് ബ്രഹ്മത്തിന്റെ ബോധ ചൈതന്യം മനുഷ്യന്റെ അന്തഃകരണത്തിൽ മനസ്സിൽ ബിംബങ്ങളുണ്ടാക്കുന്ന പ്രതിബിംബമാണ് നമ്മിലെ അഹങ്കാരം. ഇതിനെയാണ് നാം ജീവൻ, ആത്മാവ് എന്നൊക്കെയുള്ള പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്നത്. ഈ ജീവൻ, താൻ മാഹാത്മ്യമേറിയ പരമാത്മാവിന്റെ അംശമാണെന്ന കാര്യം എങ്ങിനേയോ മറന്ന് പരിമിതിയുള്ള ജീവനാണെന്ന തെറ്റിദ്ധാരണയുണ്ടാക്കുന്നു. അതിന്റെ ഫലമായി ശരീരം ചെയ്യുന്ന കർമ്മങ്ങളെല്ലാം തന്റേതാണെന്ന് ധരിച്ച് ആ കർമ്മ ഫലങ്ങൾ അനുസരിച്ച് ജനനമരണമാകുന്ന ജീവിത ചക്രത്തിൽ പെട്ടഴലുന്നു. ആയതിനാൽ ഈ കർമ്മ പാശത്തിൽ നിന്നും മുക്തി നേടി നാശമില്ലാത്ത മഹത്തായ ആത്മാവാണ് താൻ എന്ന തിരിച്ചറിവുണ്ടാകുക സാക്ഷാൽക്കാരം നേടുകയാണ് നമ്മുടെ ജീവിത ലക്ഷ്യം- മുക്തി മോക്ഷം. ഇതെങ്ങിനെ സാധിക്കാം?

നമ്മുടെ മനസ്സിന്റെ ബാഹ്യവും അന്തരവുമായ രണ്ട് ഘടകങ്ങളും (മനസ്സും ബുദ്ധിയും) ഭിന്നിപ്പില്ലാതെ ഒരുമയോടെ ആരിൽ വർത്തിക്കുന്നുവോ, അയാളാണ് സിദ്ധപുരുഷൻ, പൂർണ്ണപുരുഷൻ. നമ്മിൽ മിക്കവരുടേയും മനസ്സും ബുദ്ധിയും ഭിന്നിച്ചാണ്, ഒന്നിച്ചല്ല പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. കാരണം നമ്മുടെയെല്ലാം ഉള്ളിൽ സ്വാർത്ഥ കാമനകൾ (ego based desire) കുടികൊളളുന്നു. അവ ബാഹ്യമനസ്സിന്റേയും ആന്തരിക മനസ്സിന്റേയും,മനസ്സിന്റേയും ബുദ്ധിയുടേയും ഇടയിൽ കിടക്കുന്നതു കൊണ്ടാണ്, അവ ഒന്നിക്കാൻ കഴിയാതെ അകന്ന് നിൽക്കുന്നത്. സ്വാർത്ഥ കാമനകളോടെ അഹങ്കാരപൂർവം ചെയ്യുന്ന കർമ്മങ്ങളുടെ ഫലമായി ഉള്ളിൽ അടിഞ്ഞ് കൂടുന്ന വികാരമാണ് വാസന. അവ ബുദ്ധിയെ മലിനമാക്കുന്നു. ജീവിതയാത്ര തുടർന്നു കൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ പുതിയ പുതിയ വാസനാ മാലിന്യങ്ങൾ ഉള്ളിൽ അടിഞ്ഞു കൂടുന്നു. അവ കരിപോലെ പറ്റിപ്പിടിച്ച് ബുദ്ധിയുടെ തെളിമ നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നു. അത് നമ്മുടെ ഹൃദയാന്തർഭാഗത്ത് കെടാവിളക്കെന്ന പോലെ വിളങ്ങിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആത്മ ചൈതന്യത്തെ നമ്മിൽ നിന്നും മറക്കുന്ന മറയായി വർത്തിക്കുന്നു.

ബുദ്ധിയേയും മനസ്സിനേയും ഒന്നിന് കൂട്ടിയിണക്കാൻ അതായത് ബുദ്ധിയുടെ സ്വാധീനത്തിലും നിയന്ത്രണത്തിലും നിൽക്കത്തക്കവണ്ണം മനോ ബുദ്ധികൾക്കിടയിലെ വിടവ് ഇല്ലാതാക്കിയാൽ അകൽച്ച നീങ്ങി ഇരു ഘടകങ്ങളും ഇണങ്ങി ഒന്നായിച്ചേരും. യോഗ കൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നത് ഇതാണ്. യുങ്യോജിപ്പിക്കുക എന്ന സംസ്കൃത വാക്കിൽ നിന്നു ആവിർഭവിച്ചതാണ് യോഗ എന്ന വാക്ക്.

മഹത്തായ ആദർശങ്ങളെ മുൻനിർത്തി, നിസ്വാർത്ഥമായും, ആത്മാർത്ഥ ഭാവത്തോടേയും, ഈശ്വരാരാധന എന്ന നിലയിൽ കർമ്മങ്ങൾ ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ അന്തഃകരണം ശുദ്ധമാവുമെന്ന് ശ്രീ ശങ്കരാചാര്യർ തുടങ്ങിയ ആചാര്യന്മാർ പ്രഖ്യാപിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഈ ലക്ഷ്യത്തിലേയ്ക്ക് നാല് മാർഗ്ഗങ്ങൾയോഗങ്ങൾ ആണുള്ളത്

1) ഭക്തിയോഗം 2) ജ്ഞാനയോഗം 3) കർമ്മയോഗം 4) ഹതയോഗം ഇവയുടെ മാർഗ്ഗങ്ങളും തന്ത്രങ്ങളും വ്യത്യസ്ഥമാണെങ്കിലും ലക്ഷ്യം ഒന്നു തന്നെയാണ്.

പ്രപഞ്ചത്തിലെ എല്ലാത്തിലും ബ്രഹ്മചൈതന്യവും അതിൽ നിന്ന് ഉത്ഭവിക്കുന്ന മനസ്സും ഉണ്ട്. എന്നാൽ വൃക്ഷലതാദികളുടെ മനസ്സ് അവികസിതമാണ്. അതുപോലെ പക്ഷിമൃഗാദികളിലെ മനസ്സ് അൽപവികസിതമാണ് എന്നാൽ മനുഷ്യന്റെ മനസ്സ് പൂർണ്ണ വികസിതമാണ്.

മനസ്സിനേയും ബുദ്ധിയേയും അടിസ്ഥാനമാക്കി മനുഷ്യരെ നാലായി തരം തിരിക്കാം.

1) മനസ്സ് ബുദ്ധിയേക്കാൾ കൂടുതൽ വികസിച്ചിട്ടുള്ളവർ വികാരഭരിതർ

2) ബുദ്ധി മനസ്സിനേക്കാൾ കൂടുതൽ വികസിച്ചിട്ടുള്ളവർ ബുദ്ധിശാലികൾ

3) മനസ്സും ബുദ്ധിയും ഒരുപോലെ വികസിച്ചിട്ടുള്ളവർ ചുറുചുറുക്കുള്ളവർ

4) മനസ്സും ബുദ്ധിയും വേണ്ടത്ര വികസിക്കപ്പെടാത്തവർ തമോഗുണശാലികൾ

ഇവരിൽ വികാരഭരിതർക്ക് ഭക്തിയോഗവും, ബുദ്ധിശാലികൾക്ക് ജ്ഞാനയോഗവും, ചുറുചുറുക്കുള്ളവർക്ക് കർമ്മയോഗവും, തമോഗുണശാലികൾക്ക് ഹതയോഗവുമാണ് നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ളത്.

ഭക്തിമാർഗ്ഗത്തിൽ ഉപാസകൻ ഒരു ഇഷ്ട ദേവതയുടെ രൂപത്തിൽ തന്റെ ഭക്തി ചൊരിയുന്നു. തുടക്കം മുതൽ ഉപാസകൻ ദൈവത്തിന്റെ തനിക്കിഷ്ടമുളള രൂപത്തിൽത്തന്നെ വേണം ഉപാസന ചെയ്യാൻ. മനസ്സ് എപ്പോഴും അതേ രൂപത്തിൽ ഉറപ്പിച്ച് തന്റെ ഉപാസനമൂർത്തിയുടെ മഹത്വത്തെ പറ്റിയും, ഈശ്വരീയതെയെപറ്റിയും ചിന്തിച്ച് ആരാധിച്ച് കൊണ്ട് മനസ്സിനെ ഏകാഗ്രപ്പെടുത്തുന്നു. മനസ്സിനെ മറ്റ് ലോക വിഷയങ്ങളിൽ നിന്നൊക്കെ പിൻവലിച്ച് ഉപാസനമൂർത്തിയുടെ രൂപത്തിൽ മാത്രം. ഏകാഗ്രപ്പെടുത്തുന്നതോടെ, തന്റെ ചുറ്റുപാടും കാണുന്ന പോലെയുള്ള ഒരനുഭവം ഉണ്ടാകുന്നു. ഈ അനുഭവത്തിൽ താനും താൻ ആരാധിക്കുന്ന ഈശ്വരനും മാത്രമേ ഉള്ളൂ. അനുഭവത്തിന്റെ മാറ്റ് കൂടുന്തോറും ഇത് ഒരു ആത്മാന്വേഷണമായി മാറുന്നു. അതോടെ തന്റെ ഉള്ളിലേക്ക് തിരിഞ്ഞ് നോക്കുമ്പോൾ തന്നിലെ ആത്മാവ് തന്നെയാണ് ഈശ്വരൻ എന്ന സാക്ഷാത്ക്കാരം അനുഭവപ്പെടുന്നു.

നേരെമറിച്ച് ബുദ്ധി കൂടുതൽ വികസിച്ചിട്ടുള്ളവർക്ക് ഇങ്ങനെ ഒരു പേരും രൂപമുള്ള ഒരു വിഗ്രഹത്തിലേയ്ക്ക്, രൂപത്തിലേയ്ക്ക് ഹൃദയമലിഞ്ഞ് ഭക്തിചൊരിയാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അതിനാലാണ് അവർക്ക് ജ്ഞാനയോഗം നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ളത്. അവർ കാര്യകാരണങ്ങൾ ചിന്തിച്ച് സംശയങ്ങളാകുന്ന കുന്നിൻ നിരകളെ നശിപ്പിച്ച്, മനസ്സിന്റെ അസ്ഥിരതയുടെ കൊടുങ്കാട്ടിലൂടെ ഒരു വഴി വെട്ടി

ത്തെളിയിച്ച് തന്റെ അറിവാകുന്ന വെളിച്ചത്തിന്റെ സഹായത്തോടെ മുമ്പോട്ട് പോകുന്നു. തന്റെ അറിവിന്റെ സഹായത്താൽ സാങ്കൽപ്പിക ലോകങ്ങളിലെ ഭോഗ ദൃശ്യങ്ങളിൽ നിന്നെല്ലാം മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിക്കുക വഴി മനസ്സും ബുദ്ധിയും ഒന്നിക്കുകയും, ഈശ്വരചിന്തയ്ക്കും ധ്യാനത്തിനും ശക്തിയേറുകയും ഈശ്വര സാക്ഷാൽക്കാരം കൈവരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ബുദ്ധിയും മനസ്സും ഒരുപോലെ വികസിച്ചിട്ടുള്ളവർക്ക്- ചുറുചുറുക്കുള്ളവർക്ക്-കർമ്മനിരതർക്ക് കർമ്മയോഗമാണ് അനുയോജ്യം. ഈശ്വരാർപിതവും, ഫലേച്ഛ കൂടാതെയുള്ള കർമ്മങ്ങളും വഴി മനസ്സിനേയും ബുദ്ധിയേയും ഭിന്നിപ്പിച്ച് വിടവുണ്ടാക്കുന്ന വാസനയെ നശിപ്പിക്കുകയും അതു വഴി മനസ്സും ബുദ്ധിയും ഒന്നിച്ച് ഒരേതലത്തിലും ദിശയിലും സ്ഥിതിചെയ്യുമ്പോൾ തന്നിലെ ആത്മാവിനെ തെളിഞ്ഞ് കിട്ടുകയും അങ്ങിനെ ഈശ്വര സാക്ഷാൽക്കാരം അനുഭവപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.

മനസ്സും ബുദ്ധിയും വേണ്ടത്ര വികസിച്ചിട്ടില്ലാത്തവർ ഹതയോഗത്തിൽ കൂടി ഈശ്വര സാക്ഷാൽക്കാരം നേടുന്നു. ഇതിൽ പലതരത്തിലുള്ള കായികാഭ്യാസവും യോഗാഭ്യാസവും വഴി നമ്മിലെ അന്നമയ കോശത്തേയും പ്രാണമയ കോശത്തേയും ക്രമീകരിച്ച് മനസ്സിനെ വാസനാരഹിതമാക്കി മനസ്സിനേയും ബുദ്ധിയേയും ഒന്നിച്ച് ചേർത്ത് ഈശ്വര സാക്ഷാൽക്കാരം നേടുന്നു.

എന്താണ് ഈശ്വരസാക്ഷാൽക്കാരം? ഈശ്വരനെ നേരിട്ട് കാണുക എന്നതാണോ അല്ല.

മേൽപറഞ്ഞ യോഗങ്ങളിലൂടെ മനസ്സിനേയും ബുദ്ധിയേയും ഭിന്നിപ്പിക്കുന്ന വാസന നിർമ്മാർജ്ജനം ചെയ്ത് അവയെ ഒന്നിച്ച് നിർത്തി, ലോക വിഷയങ്ങളിൽ വിരക്തി നേടി, മനസ്സിനെ നമ്മിലെ ആത്മാവിലേക്ക് തിരിച്ച് ഏകാഗ്രപ്പെടുത്തുമ്പോൾ, ആത്മാവിനെ തെളിഞ്ഞറിയാനും അനുഭവിക്കാനും സാധിക്കുമെന്നാണ് അനുഭവസ്ഥർ പറയുന്നത്.

അങ്ങനെ ഞാൻ പരിമിതമായ ജീവനാണെന്ന തെറ്റിദ്ധാരണകൾ നീങ്ങി മഹത്തായ പരമാത്മാവിന്റെ തന്നെ അംശമാണെന്ന തിരിച്ചറിവുണ്ടാകുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇതാണ് ആത്മ സാക്ഷാൽക്കാരം. ♦

അറിയിപ്പ്

എറണാകുളം കരയോഗത്തിൻെറ 27.05.2012 ൽ കൂടിയ വിശേഷാൽ പൊതുയോഗ തീരുമാനമനുസരിച്ച്എല്ലാ കരയോഗാംഗങ്ങളും പ്രതിമാസം പത്ത് രൂപ കരയോഗ ജീവകാരുണ്യ സ്ഥിരം ഫണ്ടിലേയ്ക്ക് അടയ്ക്കേണ്ടതാകുന്നു. എറണാകുളം കരയോഗം നിയമാവലി 7 (iii) പ്രകാരം എല്ലാ കരയോഗാംഗങ്ങളും 2013-14 ലെ തുകയായ 120 രൂപ 31.3.2014 നു മുൻപായി കരയോഗം ഓഫീസിൽ അടച്ച് രസീത് കൈപ്പറ്റേണ്ടതാകുന്നു. അതാതുകൊല്ലങ്ങളിലേതല്ലാതെ വരും കൊല്ലങ്ങളിലെ മുൻകൂർ തുക ഒരു കാരണവശാലും സ്വീകരിക്കുന്നതല്ല.

കരയോഗ ജീവകാരുണ്യസ്ഥിരം ഫണ്ടിലേയ്ക്കുള്ള പ്രതിമാസ വരിസംഖ്യ യഥാസമയം അടയ്ക്കാത്തവർക്ക് ഭരണസമിതി തിരഞ്ഞെടുപ്പിൽ മത്സരിക്കുവാനോ, വോട്ടു ചെയ്യുവാനോ, കരയോഗ സൗഹൃദം ലഭിക്കുവാനോ അവകാശം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതല്ല. അവർക്ക് കരയോഗത്തിൽ നിന്നുള്ള 41(V) പ്രകാരമുള്ള ആനുകൂല്യത്തിനും അർഹത ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതല്ല. (ഒരു കൊല്ലം എന്നതുകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത് അതാത് സാമ്പത്തിക വർഷം എന്നാകുന്നു). കരയോഗത്തിൻെറ സേവനങ്ങൾക്ക് ഫോട്ടോ പതിച്ച പുതിയ ഐഡൻറിറ്റി കാർഡ് നിർബന്ധമാക്കിയിരിക്കുന്നു. ഇതുവരെ പുതിയ ഐഡൻറിറ്റി കാർഡ് കരസ്ഥമാക്കാത്ത അംഗങ്ങൾ അതിനുള്ള നിശ്ചിത അപേക്ഷാഫോറത്തിൽ ഫോട്ടോ പതിച്ച് അൻപതു രൂപ സഹിതം അപേക്ഷിയ്ക്കേണ്ടതാകുന്നു.

ഇതൊരു അറിയിപ്പായി കണക്കാക്കി എല്ലാ കൊല്ലവും മാർച്ച് 31 ന് മുൻപായി കരയോഗം ജീവകാരുണ്യ സ്ഥിരം ഫണ്ടിലേക്കുള്ള വരിസംഖ്യ മുടക്കം കൂടാതെ അടയ്ക്കുവാൻ താൽപ്പര്യപ്പെടുന്നു.

N.B: 2013-14 ൽ കരയോഗം ജീവകാരുണ്യ സ്ഥിരം ഫണ്ടിലേക്കുള്ള വരിസംഖ്യ അടച്ചവർ ഈ വർഷം ഈ തുക അടക്കേണ്ടതില്ല എന്ന് അറിയിക്കുന്നു.

- ജനറൽ സെക്രട്ടറി

വിശേഷ ദിവസങ്ങൾ

മാർച്ച് 15 മുതൽ ഏപ്രിൽ 14 വരെ

മാർച്ച്	21	ഗുരുവായൂർ ആറാട്ട്
ഏപ്രിൽ	1	വേദവ്യാസജയന്തി
	2	മീനഭരണി
	3	**രവിപുരം ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമിക്ഷേത്രം കൊടിയേറ്റ്,** നെൻമാറ വെല്ലങ്ങിവേല
	4	ശബരിമല കൊടിയേറ്റ്
	8	ശ്രീരാമജയന്തി, **രവിപുരം ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമിക്ഷേത്രം ആറാട്ട്**
	11	ആറാട്ടു പുഴപൂരം
	13	ശബരിമല ആറാട്ട്, മഹാവീര ജയന്തി

കരയോഗസൗഹൃദം

കരയോഗസൗഹൃദത്തിൽ പേജ് സ്പോൺസർ ചെയ്യാവുന്നതാണ്. താല്പര്യമുള്ളവർ കരയോഗം ജനറൽസെക്രട്ടറി/എഡിറ്ററുമായി ബന്ധപ്പെടുക

1. Back Cover (Colour)
2. Inside Cover (Front) (Colour)
3. Inside Cover (Back) (Colour)
4. Full Page (Black &White)
5. Half Page (Black &White)
6. Quarter Page (Black & White)

ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങൾ

– ഡോ. ദേവിദാസ് വെള്ളോടി

ജീവിത ശൈലിരോഗങ്ങൾ അഥവാ പരിഷ്കൃത രോഗങ്ങൾ ഇന്ന് എല്ലായിടത്തും ചർച്ച ചെയ്യപ്പെടുന്ന വസ്തുതയാണ്. ആയുസ്സ് വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതും വ്യവസായവൽകൃത ചുറ്റുപാടിലുള്ള ജീവിതരിതിയുമാണ് അൽഷിമേഴ്സ് ഡിസീസ്, രക്തവാതം , ആസ്തമ (വലിവ്) ധമനികളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞു കൂടുന്ന അവസ്ഥ, കരൾ രോഗങ്ങൾ അർബുദം, പ്രമേഹം, ഹൃദ്രോഗങ്ങൾ, വൃക്കരോഗങ്ങൾ അസ്ഥിദ്രവിക്കൽ, വിഷാദരോഗം അമിതമായ ആകാംക്ഷ, അമിതവണ്ണം തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങളിലേയ്ക്കും വഴി തെളിയിക്കുന്നത് എന്നാണ് ഗവേഷകരുടെ കണ്ടെത്തൽ.

പ്രധാന കാരണങ്ങൾ

1. നിയന്ത്രണമില്ലാത്ത ഭക്ഷണക്രമം

സാമ്പത്തിക ഭദ്രത വരുന്നതനുസരിച്ച് ഏതു ഭക്ഷണവും ഉണ്ടാക്കുവാനോ വാങ്ങി കഴിക്കുവാനോ നമ്മൾ ശീലിച്ചു തുടങ്ങി. ഓണത്തിനോ മറ്റു വിശേഷദിവസങ്ങളിലോ വിശേഷമായി കഴിച്ചിരുന്ന പഴം നുറുക്കോ പ്രഥമനോ ഇന്ന് ദിവസവും കഴിക്കാൻ കിട്ടുമെന്ന അവസ്ഥയായി. അതുപോലെതന്നെ മാംസഭക്ഷണം ദിവസേന ശീലമാക്കി തുടങ്ങി. ഹോർമോൺ കുത്തി വെച്ച് ചീർത്ത് വളർന്ന മാംസക്കോഴികളെ കൊണ്ടുള്ള വിഭവങ്ങൾ സുലഭമായി കഴിച്ച് ധമനികളിൽ അമിതമായി കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടി തുടങ്ങി. ഇത് അമിതവണ്ണത്തിന് കാരണമായി. ഇന്ന് കുട്ടികളെ ബാധിക്കുന്ന പ്രധാന പ്രശ്നം അവരുടെ അമിതവണ്ണമാണ്. അതുപോലെ തന്നെ സോഡ ചേർന്ന മധുര പാനീയങ്ങൾ ഭക്ഷണത്തിന്റെ കൂടെ കഴിക്കുന്നത് ഫാഷനായി. Junk Food എന്ന് നമ്മൾ തന്നെ വിശേഷിപ്പിക്കുന്ന ചാട്ടകളുടെ വിൽപന അതിശയിപ്പിക്കുന്നതാണ്. തൽക്കാലത്തേയ്ക്ക് വായ്ക്ക് രുചി തരുന്ന ഏതു ഭക്ഷണവും എത്ര വേണമെങ്കിലും മലയാളിക്ക് ശീലമായി.

ശീതികരിച്ചഭക്ഷണങ്ങൾ (Frozen Foods)

ശീതികരിച്ച് മാസങ്ങൾക്കു മുൻപ് പാക്ക് ചെയ്ത മത്സ്യമാംസങ്ങൾ നമ്മുടെ സൗകര്യത്തിനനുസരിച്ച് ഉപയോഗത്തിൽ കൊണ്ടു വന്നു. അര മണിക്കൂർ നേരം കൊണ്ടുണ്ടാക്കാവുന്ന സമോസ പോലും ശീതികരിച്ച് പാക്ക് ചെയ്തത് നമുക്കു പ്രിയമായി. ലേസ് തുടങ്ങിയ ഓമനപ്പേരിൽ സുലഭമായി വിവിധ ബ്രാന്റുകളിൽ ലഭിക്കുന്ന വറവു സാധനങ്ങൾ നമ്മുടെ നാടൻ കായ വറുത്തതിനെ പിൻതള്ളി. നല്ല പച്ച മത്തൻ കൊണ്ട് തേങ്ങപ്പാലു ചേർക്കാതെ ഓലനുണ്ടാക്കാൻ ഇന്നത്തെ തലമുറയ്ക്ക് അറിയില്ല. ഇങ്ങിനെ നമ്മുടെ ഭക്ഷണരീതിയിൽ ബോധത്തോടെയൊ അല്ലാതെയൊ പരിഷ്കാരങ്ങൾ കടന്നുകൂടി.

നമ്മുടെ വെളിച്ചെണ്ണയേക്കാൾ നല്ലത് പാമോയിലാണെന്ന് കച്ചവടക്കാർ പ്രചരിപ്പിച്ചു. ഈ തെറ്റിദ്ധാരണ കുറെയൊക്കെ ഉണ്ടാക്കാൻ നമ്മുടെ ഡോക്ടർമാരും കൂട്ടു നിന്നു എന്നത് വസ്തുതയാണ്. ഈയടുത്ത കാലത്തായി തെറ്റിദ്ധാരണ മാറി വരുന്നത് ശ്ലാഘനീയമാണ്.

ഭക്ഷണരീതി

ഇരുന്നുണ്ണണം കിടന്നുറങ്ങണം എന്നത് പഴമൊഴിയാണ്. ഇന്ന് നിന്ന് ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത് ഫാഷനായി. ബുഫെ രിതി നമുക്ക് ആവശ്യത്തിൽ കൂടുതൽ ഭക്ഷണം കഴിച്ച് കാശ് മുതലാക്കാനുള്ള പ്രവണത സൃഷ്ടിക്കുന്നു.

ഭക്ഷണസമയം

പ്രാതൽ മുടക്കരുതെന്ന് പഴമക്കാർ പറയും. ഇന്ന് മിക്ക ഉദ്യോഗസ്ഥരും പ്രാതൽ കഴിക്കുന്നില്ല. അല്ലെങ്കിൽ ജൂസോ ലഘുഭക്ഷണമോ കഴിക്കും. ഉച്ചഭക്ഷണം വളരെ താമസിച്ചായിരിക്കും. അത്താഴത്തിന്റെ സ്ഥിതിയും തഥൈവ. വൈകുന്നേരം ജോലി കഴിഞ്ഞ് വരുമ്പോൾ ഭയങ്കര വിശപ്പ്, കണ്ണിൽ കിട്ടിയതെല്ലാം കഴിക്കും. കുട്ടികൾ സ്കൂളിൽ നിന്ന് മടങ്ങുമ്പോൾ ചാട്ട് കഴിക്കും. രാത്രി വളരെ വൈകി അമിതഭക്ഷണം കഴിച്ച് അപ്പോൾ തന്നെ കിടന്നുറങ്ങും. ഇത് നമ്മുടെ ദഹനപ്രക്രിയയെ തകരാറിലാക്കുന്നു. ആവശ്യത്തിൽ കൂടുതൽ ഭക്ഷണത്തിലൂടെ കിട്ടിയ ഊർജ്ജം കൊഴുപ്പാക്കി മാറ്റി ശരീരത്തിൽ സൂക്ഷിച്ചു വെയ്ക്കുന്നു. ഇത് പിന്നീട് ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുമ്പോൾ ധമനികളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞു കൂടുന്ന സ്ഥിതി സംജാതമാകുന്നു.

2. മദ്യപാനം

കേരളീയരുടെ മദ്യപാനാസക്തി കൂടി വരുന്നു. മരണമായാലും ജനനമായാലും വിവാഹമായാലും മദ്യമില്ലാതെ ആഘോഷമില്ലാത്ത അവസ്ഥയായി. അമിതമായ മദ്യപാനശീലം, വിലകുറഞ്ഞ മദ്യത്തിന്റെ ഉപയോഗം, സമയാസമയങ്ങളിൽ രോഗപരിശോധന നടത്തുന്ന ശീലമില്ലാതിരിക്കൽ, അജ്ഞത എന്നിവ കാരണം കരൾ രോഗങ്ങൾ കൂടുതൽ കണ്ടു വരുന്നു. മദ്യപാനികളെ ശരിയായ രീതിയിൽ പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കാതെ അവരെ തഴയുന്ന ഒരു അവസ്ഥയും സമൂഹത്തിലുണ്ട്.

മറ്റു ലഹരി പദാർത്ഥങ്ങൾ

കഞ്ചാവ്, മറ്റു പുകയില ഉൽപന്നങ്ങൾ, മയക്കു മരുന്നുകൾ എന്നിവ സുലഭമാണ്. മാഫിയ തലവൻമാർ നേരിട്ട് നടത്തുന്ന ഈ വമ്പിച്ച ലഹരി കച്ചവടത്തിൽ യുവതലമുറയ്ക്ക് ദിശതെറ്റുന്നു.

വ്യായാമശീലം

മിതമായ രിതിയിൽ ദിവസേന വ്യായാമം ചെയ്യുന്ന കേരളീയരുടെ ശതമാനം 10 ന് താഴെയാണ്. അതായത് 90% ആളുകളും മേൽവിവരിച്ച ഏതെങ്കിലും രിതിയിൽ അമിതമായി ഊർജ്ജം അകത്താക്കുന്നവരും അദ്ധ്വാനിക്കാത്തവരുമാണ് . ഇതിനാൽ അമിതവണ്ണം, തജ്ജന്യമായ ഹൃദ്രോഗങ്ങൾ, പ്രമേഹം തുടങ്ങിയവയിലേക്ക് ചെറുപ്പത്തിൽ തന്നെ എത്തിപ്പെടുന്നു. കളരിപ്പയറ്റോ യോഗയോ ഒരു ശതമാനം ആളുകളിൽ ഒതുങ്ങി നിൽക്കുന്നു.

അമിതമായ ഔഷധസേവ

എന്തിനും ഏതിനും മരുന്നുകൾ ആവശ്യത്തിൽ കൂടുതൽ കഴിക്കുന്ന ശീലം ജനങ്ങളിലും നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ശീലം ഡോക്ടർമാരിലും കൂടി വരുന്നു. തലവേദന വന്നെങ്കിലോ

എന്ന് കരുതി പാരാസിറ്റാമോൾ കഴിക്കുന്നത് നമ്മുടെ ശിലമാണ്. കൃത്യമായി വീണ്ടും ഡോക്ടറെകണ്ട് മരുന്ന് കഴക്കുന്നതിന് പകരമായി ഒരു തവണ നിർദ്ദേശിച്ച മരുന്നുകൾ ആജീവനാന്തം കഴിക്കുക എന്നത് നമ്മുടെ ശീലമായി. ഇത് രോഗപ്രതിരോധശേഷി കുറയ്ക്കുന്നു. പിന്നീട് അത്യാവശ്യഘട്ടങ്ങളിൽ ഈ ഔഷധങ്ങൾ ശരീരത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കാത്ത അവസ്ഥയും സംജാത മാകുന്നു. തടി വെയ്ക്കാനുള്ള പ്രോട്ടീൻ പൗഡറുകളുടെ അനവസരത്തിലുള്ള ഉപയോഗം ദൂരവ്യാപകമായ ഭവിഷ്യത്ത് വിളിച്ച് വരുത്തുന്നു.

വിറ്റാമിനുകളുടെ കുറവ്

അത്യാവശ്യമായ വൈറ്റമിനുകൾ ലഭിക്കാത്തതിനാൽ ഭാരതീയർ അനിയന്ത്രിതമായ പോഷകാഹാരക്കുറവ് അനുഭവിക്കുന്നവരാണ്. 30% പേരുടെയും രക്തത്തിൽ ഹിമോഗ്ലോബിൻ കുറവായിരിക്കും. അതുപോലെ വൈറ്റമിൻ ബി12, വൈറ്റമിൻ ഡി3 എന്നിവയും കുറഞ്ഞു കാണുന്നു. സമീകൃതമായ ആഹാരശീലത്താൽ ഇത് കുറെയൊക്കെ നിയന്ത്രിക്കാവുന്നതാണ്. ശരിയായ അളവിൽ പച്ചക്കറികൾ, പഴവർഗങ്ങൾ (ഞാലിപ്പൂവൻ മാത്രമല്ല പഴവർഗങ്ങൾ), ഇലക്കറികൾ, ധാന്യങ്ങൾ, പാൽ എന്നിവ ഉപയോഗി ക്കാത്തതു തന്നെയാണ് പോഷാകാഹാരക്കുറവിനുള്ള പ്രധാന കാരണം.

ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങളെ എങ്ങിനെ നിയന്ത്രിക്കാം.

ഈ പേരിൽ തന്നെ അതിനുള്ള ഉത്തരമുണ്ട്. ശരിയായ ജീവിതരീതി ശീലിക്കുക, ആരോഗ്യവാൻമാരായിത്തിരും.

1. മിതമായ രീതിയിൽ ആവശ്യത്തിനനിസരിച്ചുള്ള പോഷകമൂല്യമുള്ള ആഹാരങ്ങൾ ശീലിക്കുക. പഴയപോലെ അദ്ധ്വാനശീലികളല്ലാത്തതിനാലും യന്ത്രങ്ങൾ നമ്മുടെ ജോലിഭാരം കുറയ്ക്കുന്നതിനാലും അധികമായ അന്നജം അടങ്ങിയ ഭക്ഷണം കഴിക്കരുത് .

2.കൃത്യസമയത്ത് ഭക്ഷണം കഴിക്കുക.

3.കൃത്യസമയത്ത് ഉറങ്ങുക, ആവശ്യത്തിനനുസരിച്ച് ഏഴുമണിക്കൂറെങ്കിലും ഉറങ്ങുക. പകലുറങ്ങരുത്.

4. സോഡ ചേർന്ന മധുരപാനീയങ്ങൾ ഉപേക്ഷി ക്കുക.വിശേഷഭക്ഷണം വിശേഷാവസരങ്ങളിൽ മാത്രമായി ഒതുക്കി നിർത്തുക.

5. അതാതു ദിവസം പാചകം ചെയ്ത ഭക്ഷണം കഴിക്കുക. ശീതികരിക്കാതിരിക്കുക. ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക.

6. സ്ഥിരമായി, കൃത്യമായി , മിതമായ തോതിൽ വ്യായാമം ശീലിക്കുക.

7. കാലാനുസൃതമായി വൈദ്യപരിശോധനകളും ലാബ് പരിശോധനകളും നടത്തുക. രോഗത്തെ നേരത്തെ മനസ്സിലാക്കാം. വൈദ്യൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ഔഷധങ്ങൾ എഴുതി തന്ന കാലയളവിൽ മാത്രം കഴിക്കുക. ഫാമിലി ഡോക്ടർ സമ്പ്രദായത്തെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക.

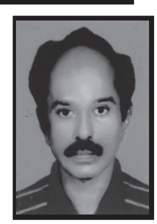
8. പോഷകാഹാരക്കുറവുണ്ടെങ്കിൽ കൃത്യമായി വിറ്റാമിനുകൾ കഴിക്കുക.

9. ആരോഗ്യശീലങ്ങളെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ വായിച്ച് മനസ്സിലാക്കുക. കുടുംബസദസ്സുകളിലും മറ്റു പൗര യോഗങ്ങളിലും ചർച്ച ചെയ്യുക. ആരോഗ്യശീലങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കു. You are what you eat എന്ന പഴമൊഴി ഓർക്കുക. ♦

ആദരാഞ്ജലി

എൽ/0456
കണ്ടംചാത്തമ്പിള്ളിൽ മുരളീധരൻ,
ശ്രീപത്മം, Near P.H.Centre,
മഞ്ഞുമ്മൽ ജംഗ്ഷൻ,
ചേരാനെല്ലൂർ 682034

എൽ/1336
വടക്കൂട്ട് ലക്ഷ്മി മേനോൻ
ശാന്തി സദൻ,
കണിയാമ്പുഴ റോഡ്,
വൈറ്റില, കൊച്ചി 682 019



എൽ/2027
പി.ഗോപിനാഥ് (പന്തിയിൽ)
10 /668, നിരവത്ത് റോഡ്
മരട്
പിൻ 682304

എൽ/0597
നായ്ക്കരു വീട്ടിൽ രാജേശ്വരി
മണിവിഹാർ, രവിപുരം റോഡ്,
കൊച്ചി 682016

എറണാകുളം കരയോഗം ജീവകാരുണ്യപ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ധനശേഖരണാർത്ഥം

വിഷുസദ്യ

2014 ഏപ്രിൽ 15 ന് വിഷുദിനത്തിൽ വിഷുകിറ്റും പാലട, പഴപ്രഥമൻ എന്നിവ ലഭിക്കും. വിഷുകിറ്റിൽ സാമ്പാർ, കാളൻ, അവിയൽ, ഓലൻ, എരിശ്ശേരി, മെഴുക്കുപുരട്ടി, അച്ചാർ, പാലട, പഴപ്രഥമൻ (ചോറ് ഒഴികെ) എന്നിവ ഉണ്ടായിരിക്കും. ആയതിന് 650 രൂപ കരയോഗം ഓഫീസിൽ നൽകി മുൻകൂർ ബുക്കു ചെയ്യേണ്ടതാണ്. പാലട, പഴംപ്രഥമൻ എന്നിവ ലിറ്ററിന് 160 രൂപ പ്രകാരം മുൻകൂർ ബുക്കു ചെയ്യുന്നവർക്ക് ലഭിക്കുന്നതാണ്. ഏപ്രിൽ 7 മുതൽ 12 വരെയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ വിഷു സദ്യ കിറ്റിനും, പായസങ്ങൾക്കും കരയോഗം ഓഫീസിൽ മുൻകൂറായി പണം അടക്കാവുന്നതാണ്. മുൻകൂർ പണം അടച്ച് ബുക്കു ചെയ്യുന്നവർക്ക് മാത്രമേ വിഷു സദ്യകിറ്റും പഴപ്രഥമനും ലഭിക്കുകയുള്ളു എന്ന് അറിയിച്ചു കൊള്ളുന്നു.

– ജനറൽ സെക്രട്ടറി

1–ാം ചരമവാർഷികം

21–3–2014

സി. ശശികുമാർ

കോക്കാപ്പിള്ളിൽ

ശങ്കരനഗർ, മരട്

സന്തപ്ത കുടുംബാംഗങ്ങൾ

1–ാം ചരമവാർഷികം

17–2–2014

നാണിക്കുട്ടിയമ്മ. കെ.

വെസ്റ്റ് എഴുത്തുള്ളിൽ ഹൗസ്,

രവിപുരം

സന്തപ്ത കുടുംബാംഗങ്ങൾ

4–ാം ചരമവാർഷികം

29–3–2014

ശിവരാമമേനോൻ. ഇ.

വെസ്റ്റ് എഴുത്തുള്ളിൽ ഹൗസ്,

രവിപുരം

സന്തപ്ത കുടുംബാംഗങ്ങൾ

4–ാം ചരമവാർഷികം

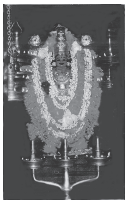
9–3–2014

ഡി. ദിവാകര പണിക്കർ

പാർവ്വതി വിലാസം, എസ്. ആർ. എം.

കൊച്ചി – 682018

സന്തപ്ത കുടുംബാംഗങ്ങൾ



രവിപുരം ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമി ക്ഷേത്രത്തിലെ 2014 (1189)ലെ ഉത്സവപരിപാടികൾ

3.4.2014 മുതൽ 8.4.2014 വരെ (20.8.1189 മുതൽ 25.8.1189 വരെ)

ഉത്സവ പരിപാടികൾ

ഒന്നാം ദിവസം (3.4.2014 വ്യാഴം)	വൈകുന്നേരം 7.45 ന് **കൊടികയറ്റം.** രാത്രി 8.00 മണിക്ക് **കഥകളി** കഥ: രുഗ്മിണി സ്വയംവരം (അവതരണം: കലാമണ്ഡലം ശ്രീകുമാർ. രാത്രി 10.00 ന് വിളക്ക്
രണ്ടാം ദിവസം (4.4.2014 വെള്ളി)	ഉച്ചയ്ക്ക് 12.00 മണി മുതൽ **ഓട്ടൻതുള്ളൽ** (നിതു വേണുഗോപാൽ, ചോറ്റാനിക്കര) വൈകുന്നേരം 7.00 മുതൽ 8.00 വരെ **നങ്ങ്യാർകൂത്ത്** (അവതരണം: നാട്യകലാരത്നം സതി, 8.00 മുതൽ മാർഗ്ഗി 9.00 വരെ **നൃത്തനൃത്യങ്ങൾ** (പാർവ്വതി മേനോൻ), രാത്രി 10.30 ന് വിളക്ക്
മൂന്നാം ദിവസം 5.4.2014 (ശനി)	ഉച്ചയ്ക്ക് 1.00 മുതൽ **ഓട്ടൻതുള്ളൽ** (അർച്ചന.എം. നായർ) വൈകുന്നേരം 4.30 മുതൽ 6.00 വരെ **കാഴ്ചശീവേലി**, 6.00ന് നിറമാല, വിളക്ക്, ദീപാരാധന 6.00 മുതൽ 7.00 മണിവരെ **ഭക്തി ഗാന തരംഗിണി** (ധരണി സ്കൂൾ ഓഫ് പെർഫോമിംഗ് ആർട്സ്) 7.00 മുതൽ 8.00 വരെ **ഭക്തിഗാന തരംഗിണി** (അവതരണം : ത്യാഗബ്രഹ്മം ടി.എസ്. രാധാകൃഷ്ണൻ), 8.00 ന് **തിരുവാതിരകളി** (രവിപുരം തിരുവാതിര സമാജം), രാത്രി 10.00 ന് വിളക്ക്
നാലാം ദിവസം 6.4.2014 (ഞായർ)	രാവിലെ 4.30 മുതൽ പതിവു പൂജകൾ, നവകം,പഞ്ചഗവ്യം, നടയ്ക്കൽപറ രാവിലെ 7.30 മുതൽ 8.30 വരെ ശീവേലി, ഉച്ചയ്ക്ക് 11.30 ന് **ഉത്സവബലി ദർശനം**, 12.30 ന് ഓട്ടൻതുള്ളൽ (നെല്ലുവായ് പ്രദീപ്നായർ, 5.00 മുതൽ 6.00 വരെ ഭജന(സത്യസായി സമിതി) 6.00 നിറമാല, വിളക്ക്, ദീപാരാധന, 6.00 മുതൽ 7.30 വരെ തെയ്യം (അവതരണം മലബാർ സാംസ്കാരിക വേദി), 7.30 മുതൽ നൃത്തനൃത്യങ്ങൾ (രവിപുരം പൗരസമിതി)
അഞ്ചാം ദിവസം 7.4.2014 (തിങ്കൾ)	**വലിയവിളക്ക്** രാവിലെ 8.00 മുതൽ ശീവേലി, പഞ്ചാരിമേളം(തിരുവല്ല രാധാകൃഷ്ണൻ) വൈകുന്നേരം 4.30 മുതൽ കാഴ്ചശീവേലി 7.30 മുതൽ തായമ്പക (ഇരിങ്ങപ്പുറം ബാബു, ചെറുതാഴം മനോജ്) രാത്രി 10.30 ന് വലിയവിളക്ക്
ആറാം ദിവസം 8.4.2014 (ചൊവ്വ) (9 നാഴിക)	**ആറാട്ട്** വൈകുന്നേരം 4 ന് പകൽപ്പൂരം (മേജർസെറ്റ് പഞ്ചവാദ്യം (ചോറ്റാനിക്കര വിജയൻമാരാർ) വൈകുന്നേരം 6.30 മുതൽ 8.00 വരെ പാണ്ടിമേളം തുടർന്ന് **കൊടിയിറക്കം,** കൊടിക്കൽ പറ, വിളക്ക്

അന്നദാനം

4.4.2014 മുതൽ 8.4.2014 വരെ ദിവസവും രാവിലെ 11.30 മുതൽ 1.30 വരെ മാത്രം

100 വർഷം പഴക്കമുള്ള ചിത്രങ്ങൾ കൈവശമുള്ളവരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്

എറണാകുളം കരയോഗത്തിൽ എറണാകുളത്തിന്റെ പഴയകാല ചിത്രങ്ങൾ പ്രദർശി പ്പിക്കുവാനുദ്ദേശി ക്കുന്നു. 100 കൊല്ലം പഴക്കമുള്ള എറണാകുളത്തെ സ്ഥലങ്ങൾ, സ്ഥാപനങ്ങൾ, ക്ഷേത്രങ്ങൾ മുതലായ വയുടെ ചിത്രങ്ങൾ കൈവശമുള്ള കരയോഗാംഗങ്ങൾ അവയുടെ പകർപ്പുകൾ ടി ആവശ്യത്തിനായി കരയോഗത്തിൽ ഏല്പിക്കുവാൻ അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. ekmkgm@gmail.com എന്ന ഇമെയിൽ വിലാസ ത്തിലും അയയ്ക്കാവുന്നതാണ്.

ജനറൽ സെക്രട്ടറി

പ്രഭാഷണം

ടി.ഡി.എം ഹാൾ ഗംഗയിൽ 14.3.2014 വെള്ളിയാഴ്ച വൈകുന്നേരം 6.00 മുതൽ 8.00 വരെ **സംപൂജ്യ സ്വാമിജി ഭൂമാനന്ദതീർത്ഥ മഹാരാജിന്റെ** പ്രഭാഷണം.

വിഷയം : “Dharma-Key to Societal Welfare”

പങ്കെടുക്കുക പങ്കെടുപ്പിക്കുക, ധന്യരാകുക.

സാന്നിദ്ധ്യം - ഡോ. ഇ. ശ്രീധരൻ

പത്മശ്രീ. സി. കെ. മേനോൻ

വേണുഗാനാമൃതം - മാസ്റ്റർ ഹരിപ്രസാദ്

ബന്ധപ്പെടേണ്ട ഫോൺ നമ്പർ : **9446081110**

ശ്രീ വിദ്യാദിരാജ വചനം

ഓരോ മനുഷ്യനും ഓരോ കൊച്ചു ലോകമാണ്. ലോകത്തിലുള്ള തെല്ലാം അവനിൽ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. മനുഷ്യനും ലോകവും പരസ്പരം ബന്ധിതമാണ്. ലോകം ഏകമായി രിക്കെ മനുഷ്യന് ജാതീയമായ ബഹുത്വം എന്തിന്?

ഹരിഃ ശ്രീ ഗണപതയെ നമഃ അവിഘ്നമസ്തു ശ്രീ ഗുരുഭ്യോനമഃ

1189-ാംമാണ്ട് മീനമാസം 1 മുതൽ 30 വരെ 2014-ാംമാണ്ട് മാർച്ച് 15 മുതൽ ഏപ്രിൽ 13 വരെ

കെ.ഹരിഹരകൃഷ്ണൻ ടി.ഡി.എം ഹാൾ:

Monday to Saturday 10 am to 1 pm. Tel: TDM - 2361160, *Mob: 9447037018*

മാസഫലം

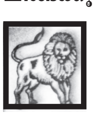
മേടക്കൂറ് (അശ്വതി, ഭരണി, കാർത്തിക കാൽ) ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾക്ക് ശ്രമം വിജയിക്കും. ബന്ധുക്കളിൽ നിന്നും ധനസഹായം കിട്ടും. ദൂരദേശയാത്രകളിൽകൂടി നേട്ടമുണ്ടാക്കാൻ സാധിക്കും. പുതിയ സംരംഭങ്ങളുടെ ആരംഭത്തിനുള്ള ശ്രമം വിജയിക്കും. മുടങ്ങി കിടക്കുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ പുനരാരംഭിക്കുവാൻ കഴിയും. പൊതുപ്രവർത്തന രംഗത്തു പ്രവർത്തിക്കുന്നവർ പ്രകോപിതരാകാതിരിക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കേ ണ്ടതാണ്. ഭൂമിസംബന്ധമായ ക്രയവിക്രയങ്ങൾ കാലഹരണപ്പെട്ടു പോകാതിരിക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്. മാസത്തിന്റെ പകുതിക്കുശേഷം പ്രവർത്തന വിജയം, ഗൃഹനിർമ്മാണ കാര്യത്തിൽ പുരോഗതി എന്നിവ യുണ്ടാകും. പരീക്ഷാവിജയം ഉണ്ടാകും. മാർച്ച് 22,23 എന്നീ തീയതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക. വ്യാഴപ്രീതി, ശനിപ്രീതി വരുത്തുക.

ഇടവക്കൂറ് (കാർത്തിക മുക്കാൽ, രോഹിണി, മകയിരം പകുതി) ഔദ്യോഗിക രംഗത്ത് പ്രതീക്ഷിച്ച തരത്തിൽ സ്ഥാനക്കയറ്റം, മത്സരരംഗത്ത് വിജയം എന്നിവയുണ്ടാകുന്നതാണ്. സാമ്പത്തിക നില മെച്ചപ്പെടുകയും, ഗൃഹനിർമ്മാണ പദ്ധതിക്കുള്ള അവസരം വന്നു ചേരുകയും ചെയ്യും. പരീക്ഷാവിജയം ഉണ്ടാകും. ദേഹക്ഷതമേൽക്കുവാൻ സാധ്യത യുള്ളതിനാൽ ശ്രദ്ധവേണം. ആത്മവിശ്വാസക്കുടുതലും അശ്രദ്ധയും മൂലം കഷ്ടനഷ്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത. കലാരംഗത്തു പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് പ്രശസ്തിയും സാമ്പത്തികനേട്ടവും ഉണ്ടാകും. ഗൃഹനിർമ്മാണ പ്രവർത്ത നങ്ങൾ പുരോഗമിക്കും. വിവാഹകാര്യങ്ങളിൽ തീരുമാനം ഉണ്ടാകും. മാർച്ച് 24,25 തീയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക.

മിഥുനക്കൂറ് (മകയിരം പകുതി, തിരുവാതിര, പുണർതം മുക്കാൽ) വാസസ്ഥലം മാറുന്നതിനോ, ഔദ്യോഗിക മാറ്റമോ ഉണ്ടാകനിട. ആരോഗ്യകാര്യങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധവേണം. യാത്രാവേളകളിൽ ധനനഷ്ടം സംഭവിക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. പ്രേമബന്ധം വിവാഹത്തിൽ എത്തിച്ചേരാൻ സാധ്യതയുണ്ടാകും. തൊഴിൽരംഗത്ത് പുരോഗതിയുണ്ടാകും. ഭൂമിസംബന്ധമായ കാര്യങ്ങൾ, പൂർവ്വികസ്വത്തിനെ സംബന്ധിച്ച കാര്യങ്ങൾ എന്നിവയിൽ അനുകൂലതീരുമാനം ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. അശ്രദ്ധമൂലം നിസ്സാര കാര്യങ്ങൾ വലിയ പ്രശ്നങ്ങളായി തീരാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. വിവാഹ കാര്യങ്ങളിൽ അനുകൂല തീരുമാനം ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. വിദേശ സംബന്ധമായ കാര്യങ്ങൾ അനുകൂല ഫലം ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. മാർച്ച് 26,27 എന്നീ തീയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക. വ്യാഴപ്രീതി വരുത്തുക.

കർക്കിടകക്കൂറ് (പുണർതം കാൽ, പൂയം, ആയില്യം) കുടുംബാന്തരീക്ഷംസന്തോഷപ്രദമായിരിക്കുകയില്ല. തിരുമാനിച്ചു വെച്ചിരിക്കുന്ന വിവാഹാലോചനകൾ മാറിപ്പോകാൻ ഇടയുണ്ട്. പുതിയഗൃഹം, വാഹനം, വസ്ത്രം, ആഭരണം എന്നിവ വാങ്ങാൻ ആലോചന യുണ്ടാകുകയും അവ നടക്കുകയും ചെയ്യും. ദൂരയാത്രകൾ സാധ്യമാകും. പൂർവ്വിക സമ്പത്തു ലഭിക്കാനും, വ്യവഹാരാദികളിൽ വിജയിക്കാനും സാധ്യത. ഗൃഹനിർമ്മാണ കാര്യങ്ങൾക്ക് അമാന്തം കാണുന്നു. പരീക്ഷകളിൽ തൃപ്തികരമായി പ്രകടനം കാഴ്ച വെക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിലും സാധാരണയിൽ കവിഞ്ഞ ഫലം പ്രതീക്ഷിക്കാം. മാർച്ച 28,29 എന്നീ തീയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക. വ്യാഴപ്രീതി ശനിപ്രീതി എന്നിവ വരുത്തുക.

ചിങ്ങക്കൂറ് (മകം,പൂരം, ഉത്രം കാൽ) ഭരണതലത്തിൽ ബന്ധപ്പെട്ടു പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് പ്രശസ്തിയും സ്ഥാന മാനവും പ്രതീക്ഷിക്കാം. പുതിയ ജീവിതമാർഗ്ഗത്തിലൂടെ ധനലാഭം ഉണ്ടാക്കാൻ സാധിക്കും. വിദേശയാത്രാശ്രമം വിജയിക്കും. ഉദരസംബന്ധമായോ, നേത്ര സംബന്ധമായോ അസുഖങ്ങൾ അലട്ടാനിട. ഗൃഹനിർമ്മാണ പ്രവർത്തനത്തിന് അത്യദ്ധ്വാനം വേണ്ടി വരും. കലാപ്രവർത്തനങ്ങൾ പരീക്ഷകൾ, ഉദ്യോഗസംബന്ധമായ അഭിമുഖങ്ങൾ എന്നിവയിൽ നല്ല പ്രകടനം കാഴ്ചവെക്കാനാകും. മാർച്ച് 30, 31 എന്നീ തീയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക.



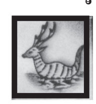
കന്നിക്കൂറ് (ഉത്രം മുക്കാൽ, അത്തം, ചിത്തിര പകുതി)പ്രതീക്ഷക്കൊത്ത വിവാഹബന്ധം വേഗം നടന്നു കിട്ടും. പുതിയ വീട്, വാഹനം എന്നിവ വാങ്ങാൻ വഴിയൊരുങ്ങും. സഞ്ചാര വേളകളിൽ സന്തോഷാനുഭവങ്ങൾ ലഭ്യമാകുകയും, കാര്യസാദ്ധ്യം ഉണ്ടാകുകയും ചെയ്യുന്നതായിരിക്കും. സഹപ്രവർത്തകരും കുടുംബാംഗ ങ്ങളും സുഹൃത്തുക്കളുമായി അഭിപ്രായവ്യത്യാസം ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത.കർമ്മരംഗത്ത് കഴിവുകൾക്ക് അംഗീകാരം ലഭിക്കും. ആരോഗ്യ കാര്യങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധ അത്യാവശ്യം. പരീക്ഷകളിലും ടെസ്റ്റിലും മറ്റും ശോഭിക്കുവാൻ സാധാരണയിൽ കവിഞ്ഞ ശ്രമം ആവശ്യമായ് വരും. ഏപ്രിൽ 1, 2 തീയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക. ശനിപ്രീതി വരുത്തുക.

തുലാക്കൂറ് ചിത്തിര പകുതി ചോതി, വിശാഖം മുക്കാൽ) ഉദ്യോഗരംഗം കാര്യക്ഷമമായി തുടരും. ആരോഗ്യനില തൃപ്തികരമായിരിക്കുകയില്ല. കോടതി വ്യവഹാരങ്ങളിൽ തീരുമാനം ഉണ്ടാകുന്നതായിരിക്കും. പരീക്ഷകളിലും മറ്റു ടെസ്റ്റുകളിലും ശോഭിക്കും. പുതിയ സംരംഭങ്ങൾ ആരംഭിക്കുവാൻ കഴിയും. വാഹനഗുണം ഉണ്ടാകും. ജനമദ്ധ്യത്തിൽ അംഗീകാരം പ്രതീക്ഷിക്കാം. വിനോദയാത്രകളിൽ പങ്കെടുക്കുവാൻ അവസരം ലഭിക്കും. മടിയും അലസതയും മൂലം കാര്യ തടസ്സങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത. വിവാഹ കാര്യങ്ങളിൽ തീരുമാനം ഉണ്ടാകും. ഏപ്രിൽ 3, 4 തീയ്യതികൾ ശുഭമാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക. ശനിപ്രീതി വരുത്തുക.

വൃശ്ചികക്കൂറ് (വിശാഖം കാൽ, അനിഴം, തൃക്കേട്ട) പുതിയ വാങ്ങാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നവർക്ക് കാര്യം സാധിക്കും.ഔദ്യോഗിക നേട്ടങ്ങൾ, സന്താനങ്ങൾക്ക് ഉന്നതി, ബന്ധുജന സഹായം എന്നിവയുണ്ടാകും. ഉന്നതഉദ്യോഗസ്ഥരുമായി അഭിപ്രായവ്യത്യാസം ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത. സർഗ്ഗാത്മകമായ കഴിവുകൾ വികസിപ്പിക്കുവാൻ അവസരം ലഭിക്കും. വിദ്യാഭ്യാസസംബന്ധമായ കാര്യങ്ങൾ വിജയപ്രദമാകും. മടി അലസത എന്നിവ കാര്യതടസ്സങ്ങൾക്ക് കാരണമായേക്കും. കോടതി വ്യവഹാരങ്ങളിൽ അനുകൂലതീരുമാനം ഉണ്ടാകും. യാത്രകൾകൊണ്ട് പ്രയോജനം ഉണ്ടാകും. ഏപ്രിൽ 5, 6,7 എന്നീ തിയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക. ശനിപ്രീതി, വ്യാഴപ്രീതി എന്നിവ വരുത്തുക.

ധനുക്കൂറ് (മൂലം,പൂരാടം,ഉത്രാടംകാൽ) ബന്ധുജനങ്ങൾ ശത്രുതാമനോഭാവം മാറി സന്തോഷപ്രദമായ ഇടപെടലുകൾ സാധ്യമായ് വരും. വിവാഹകാര്യത്തിൽ തീരുമാനം ഉണ്ടാകും. വാഹനലാഭം, വിനോദസഞ്ചാരം എന്നിവയുണ്ടാകും. സാമ്പത്തിക നില ഭദ്രമായിരിക്കും. കുടുംബത്തിൽ സ്വസ്ഥതകുറവ് അനുഭവപ്പെടും. സൽക്കർമ്മാനുഷ്ഠാനം, തീർത്ഥയാത്ര എന്നിവയിൽ കൂടി ദോഷഫലം കുറക്കാൻ സഹായിക്കും. ആരോഗ്യകാര്യങ്ങളിലെ അശ്രദ്ധ ഔഷധ സേവക്കായും വൈദ്യസഹായത്തിനും വഴിതെളിക്കുന്ന തായിരിക്കും; വിദ്യാഭ്യാസകാര്യങ്ങൾക്ക് പുരോഗതിയുണ്ടാകും. ദേശാന്തര സഞ്ചാരത്തിനു ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് ശ്രമം വിജയിക്കും. ഏപ്രിൽ 8, 9, 10 തിയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക.

മകരക്കൂറ് (ഉത്രാടം,മുക്കാൽ,തിരുവോണം ,അവിട്ടംപകുതി) നഷ്ടധനം തിരികെ ലഭിക്കാനിട. ദുരിതങ്ങളിൽ നിന്നും, അപകടങ്ങളിൽ നിന്നും രക്ഷപ്പെടാനുള്ള ആത്മശക്തി യുണ്ടാകും. പരീക്ഷകളിൽ വിജയം, യാറതകൾ ഫലപ്രദമാകുക എന്നിവ യുണ്ടാകും. പരീക്ഷകളിൽ ഉന്നത നിലവാരം പുലർത്തും. രാഷ്ട്രീയ രംഗത്തു ള്ളവർക്ക് നേട്ടങ്ങളുണ്ടാകുമെങ്കിലും വഞ്ചിതരാകാതിരിക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. പൊതുരംഗത്ത് ശോഭിക്കുവാൻ കഴിയും. പൂർവ്വികസ്വത്തു ലഭിക്കുകയോ വസ്തു വകകൾ വാങ്ങുവാനോ സാധിക്കും. വിദേശയാത്രക്കു ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് ശ്രമം വിജയിക്കും.വസ്തു സംബന്ധമായ വ്യവഹാരങ്ങൾ നേരിടേണ്ടി വന്നേക്കും. മാർച്ച് 15,16 ഏപ്രിൽ 11,12 എന്നീ തിയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക.



കുംഭക്കൂറ് (അവിട്ടം പകുതി, ചതയം, പൂരൂരുട്ടാതി മുക്കാൽ) സംഘടനാ തലത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് നേതൃത്വത്തിലേക്ക് ഉയരാൻ കഴിയും. രോഗദുരിതങ്ങൾക്ക് ശാന്തിയുണ്ടാകും. നൂതനമായ സാമ്പത്തിക ശ്രോതസ്സുകൾ കണ്ടെത്താൻ സാധിക്കും. പുതിയ സംരംഭങ്ങൾക്ക് സാഹചര്യങ്ങൾ അനുകൂലമായ് വരും. ഏർപ്പെടുന്ന കാര്യങ്ങൾക്ക് കഠിനാദ്ധ്വാനം ആവശ്യമായ് വരും. പ്രതീക്ഷിക്കുന്ന സഹായം കിട്ടിയെന്നു വരുകയില്ല. മാസത്തിന്റെ പകുതിക്കുശേഷം അനുകൂലഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. പരീക്ഷകളിലും ടെസ്റ്റുകളിലും ശോഭിക്കുവാൻ കഴിയും. സാമ്പത്തിക പ്രതിസന്ധി പരിഹരിക്കുവാൻ കഴിയും. മാർച്ച് 17, 18 തിയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക.

മീനക്കൂറ് (പൂരൂരുട്ടാതി കാൽ, ഉതൃട്ടാതി, രേവതി) ഉദ്യോഗത്തിൽ സ്ഥാനക്കയറ്റം, പുതിയ സുഹൃത്ബന്ധത്തിൽ കൂടി കാര്യസാധ്യതകൾ എന്നിവയുണ്ടാകും. മുടങ്ങി കിടന്നിരുന്ന സ്ഥാപനം തുറന്നു പ്രവർത്തിപ്പിക്കുവാൻ കഴിയും. ഗൃഹോപകരണങ്ങൾ വാങ്ങുന്നതിനും, വാഹനം വാങ്ങുന്നതിനും, മറ്റുമായി ധനവ്യയം ചെയ്യുന്നതായിരിക്കും.പരീക്ഷകളിലും മത്സരങ്ങളിലും മികവുപ്രകടി പ്പിക്കുവാൻ അവസരം ലഭിക്കും. പുതിയ സുഹൃദ്ബന്ധം ഉടലെടുക്കും. ആരോഗ്യപരമായി അത്ര നല്ലതായിരിക്കുകയില്ല. പുതിയ സംരംഭങ്ങൾക്ക് അനുകൂലകാലമല്ല. മാർച്ച് 19,20 തിയ്യതികൾ ശുഭകാര്യങ്ങൾക്ക് ഒഴിവാക്കുക.

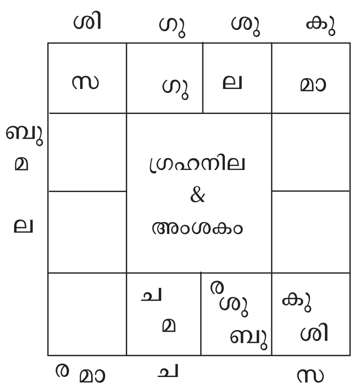
ശുഭമസ്തു

ശംഭോമഹാദേവ! എറണാകുളത്തപ്പൻ തുണ!

വരനെ ആവശ്യമുണ്ട്

Nair Girl, 26/161, Anizham, Fair, B.Tech (EEE), IT Bangalore, Pref: Employed at Bangalore, Ph: 0481-2566222, Mob: 9745851563, Reg No: 18118

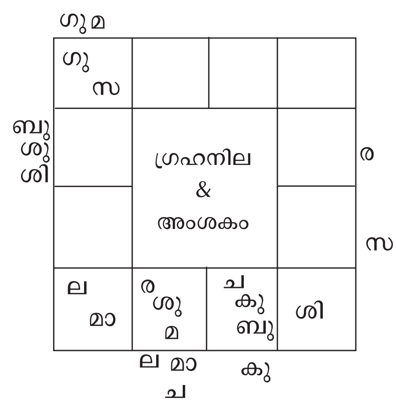
Email:
Date of Birth:25/10/1987 (7.35 PM)
Sishta Dasa: 4.6.10



Contact Address:
DR. G.K. NAIR
MADATHILPARAMBIL,
KRISHNA RAGAM
KODIMATHA
KOTTAYAM-686013

Nair Girl, 26/163, Chithira (Sudha Jathakam), Fair, M.Tech in Pharmaceutical, Assistant Professor in Engineering College Ankaleswar Gujarat, Pref: B.Tech/M.Tech/ MBA, Ph: 0484-2787945, Mob: 9349218900, Reg No: 18540

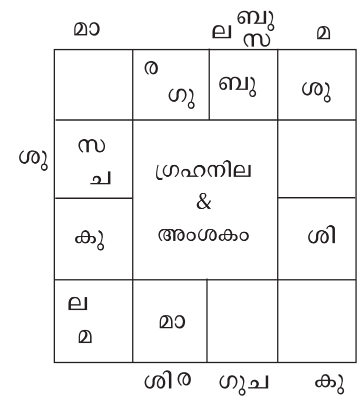
Email:
Date of Birth:19/11/1987 (10.19 AM)
Sishta Dasa:Chandra: 2.1.6.0



Contact Address:
MR. P. UNNIKRISHNAN
H. NO:X/371, AMBADY
LBS CROSS ROAD
THIRUVANKULAM
ERNAKULAM-682305

Nair Girl, 25/156, Avittom, MSc Bio Chemistry, Bio- Chemist- DDC International EKM, Pref: Govt. Employee or IT , Ph: 04829--257594, Mob: 9947837119, Reg No: 18541

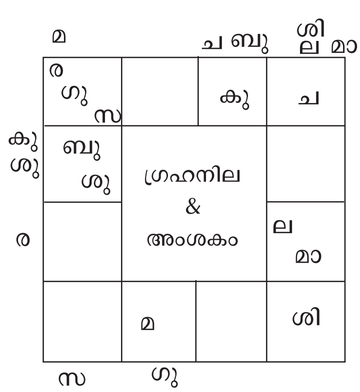
Email:jyothi095@gmail.com
Date of Birth:9/5/1988 (9.30 PM)
Sishta Dasa:Kuja: 1.10.28



Contact Address:
MR. P.G. PARAMESWARAN NAIR
PALLIPURATH HOUSE
MEVELLOOR.P.O
MEVELLOOR
KOTTAYAM-686609

Nair Girl, 26/161, Punartham, Fair, M.Tech, Senior research Fellow, Pref: Professionally Qualified, Ph: 0484-2424699, Mob: 9447483699, Reg No: 18543

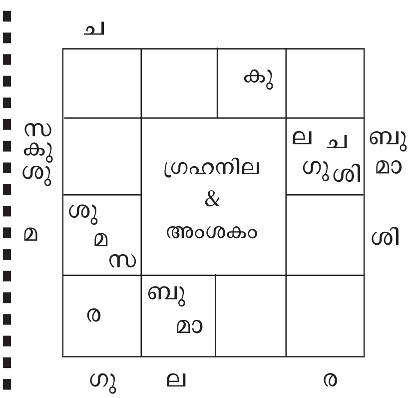
Email:panickergs@rediffmail.com
Date of Birth:6/4/1987(3.17 PM)
Sishta Dasa: Guru: 10.0.28



Contact Address:
MR. G.S. PANICKER
USHUS, AMRA 14
AMBADIMOOLA
KAKKANAD-682030

Nair Girl, 23/158, Aayilyam, Fair, B.Tech (CSE) , Software Engineer at Assyst INT. Private Ltd. Aluva, Pref: Govt. Job or Abroad, Mob: 9744041701, Reg No: 18544

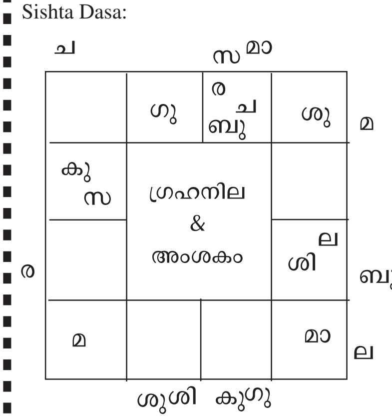
Email:rajasreebo6@gmail.com
Date of Birth:3/1/1991 (8.05 PM)
Sishta Dasa:Budha: 2.9.2.30



Contact Address:
MR. BALACHANDRAN. M.P
Q NO: QF-19
FACT TOWNSHIP
UDYOGAMANDAL.P.O
ELOOR, ERNAKULAM-683501

Nair Girl,25/163, Karthika (Chowa Dosham), Wheatish, B.Tech, IT Analyst, TATA Consultancy, Pref: IT Professionals, Ph.No: 0484-2600712, Mob:9446992291, Reg.No: 18545

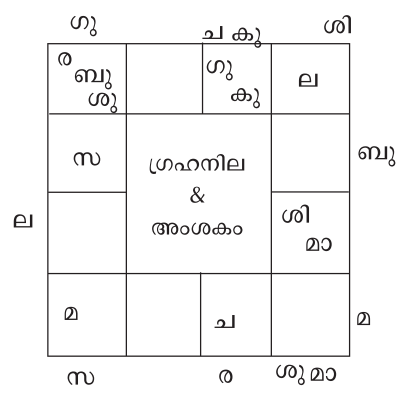
Email:unni_nair 2013@yahoo.in
Date of Birth:16.05.1988 (1.40 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. C. K. UNNIKRISHNAN
LEELA NIVAS,
CHOWARA P.O
ALUVA -683571

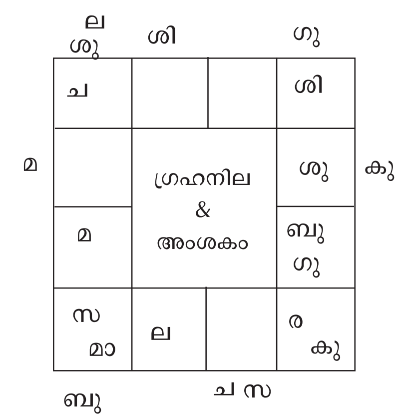
Nair Girl, 25/163, Vishakam, Medium, MCA, Probationary clerk, South Indian Bank, Pref: Well qualified and well employed boys of EKM, TCR, PGT and Malapuram Dists.
Ph: 0484-2322454, Mob: 9446092454, Reg No: 18547

Email:biju.k@niit.com
Date of Birth:26/3/1989 (12.20.PM)
Sishta Dasa:Guru: 11.1.1



Contact Address:
MR. K. A. RAVEENDRAN
28/1879,SOBHANJALY
CHILAVANOOR SOUTH
KADAVANTHRA
COCHIN-682020

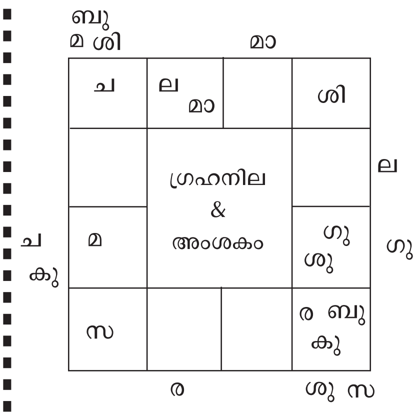
Nair Girl, 22/166, Wheatish(Medium), Plus Two Passed, now doing ACCA & Bcom, Junior Officer, UAE Exchanage Co. Pref:Graduate/ Diploma, Vegetarian, Non-drinker, Non-smoker., Ph: 0484-2778084, Mob: 9847411199, Reg.No: 18551
Email:surendran.kailasam@gmail.com
Date of Birth:24.09.1991 (3.44 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. SURENDRANATHAN NAIR
SITHRA, KOCHUPURACKAL HOUSE
THEKKUMBHAGAM
VAIKOM ROAD
TRIPUNITHURA - 682301

Nair Girl, 22/157, Revathy, Fair, M.Tech-Doing at VIT University, Pref: Professionaly qualified & Well settled and family oriented. Mob: 9895512206, Reg.No: 18552

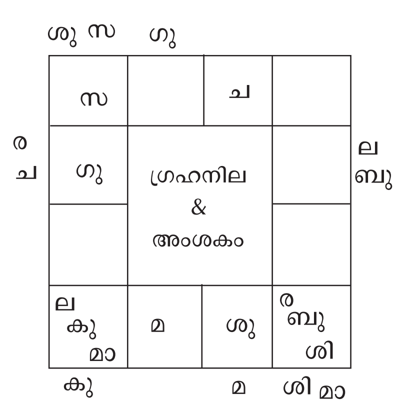
Email:mohankolatheri@gmail.com
Date of Birth:22.10.1991 (6.22 PM)
Sishta Dasa: Budha:8.10.10



Contact Address:
MR. P. V. MOHAN
VIJAY VIHAR, PNRWA-64
PANDOTH ROAD, MARADU
KOCHI- 682304

Nair Girl, 27/155, Karthika, Medium, M.Tech, Design Engineer MNC Bangalore, Ph: 0491-2557049, Mob: 9497632268, Reg No: 18554

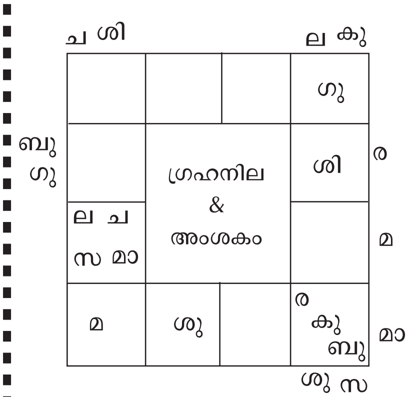
Email:vpskn04@yahoo.com
Date of Birth:23/9/1986 (1.00 PM)
Sishta Dasa:Ravi: 2.2.19.12



Contact Address:
MR. SUKUMARAN NAIR. V.P
SURAMYA
ENGG. COLLEGE ROAD
DHONI.P.O
PALAKKAD-678009

Nair Girl 24/166, Uthradam, Fair, MCA, Application Engineer, Mob: 8111954394, Reg No: 18555

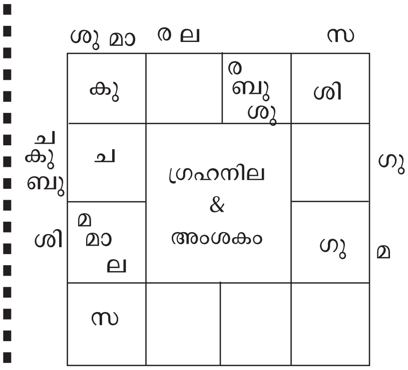
Email:
Date of Birth:9/10/1989 (2.30 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
SMT. RAJALAKSHMI. N.K
NERIUMKOTTU HOUSE
CHANGAMPUZHA SAMADHI
EDAPPALLY.P.O
COCHI-682024

Nair Girl, 22/ 5'8" Chathayam, Fair, Bachlor of Designing, Just Completing, Pref: Nair, Menon Boys Preferably from Valluvanad, Calicut, Trichur, Ernakulam also, Age maximum 26 Yrs. Mob: 9847292354, Reg No: 18556

Email:vinramcool@yahoo.co.in
Date of Birth:24/5/1992 (11.05 PM)
Sishta Dasa:Rahu: 12.4.26



Contact Address:
MRS. VINEETHA RAMKUMAR
J.4.D, KAIVALLYAM
ROYAL GARDENS
REFINERY ROAD
TRIPUNITHURA-682301

Nair Girl, 23/160, Poorurutathi (Sudha Jathakam), Wheatish, B.Tech, Software Engineer Infosys Trivandrum, Pref: B.Tech, Software Engineer, TCR, EKM, Kottayam Dist. Prefered. Ph:0484-2463755, Mob: 9961701175, 9447163755, Reg No: 18557.

Email:anjaly0606@gmail.com
Date of Birth:6/6/1991 (12.50 AM)
Sishta Dasa:

ല	മാ	ര ബു	ശി
ച	ഗ്രഹനില & അംശകം		കു ശു ഗു
മ			
സ			

Contact Address:
MR. N.S. RADHAKRISHNAN
DEVI NIVAS
KANJOOR.P.O
ERNAKULAM-683575

Nair Girl, 23/163, Uthradam, Wheatish, B.Tech, Systems Engineer Trainee Infosys Mysore, Pref: Software Engineer, Only from Ernakulam/ Trichur/ Palakkad, Ph: 0484-2315093, Mob: 9020674418, Reg No: 18558

Email:arjuncv1195@gmail.com
Date of Birth:12/2/1991 (4.31 AM)
Sishta Dasa:

	മ	കു	ബു ശു		
			കു		
മാ	ശു	ഗ്രഹനില & അംശകം		ഗു ശി	ശി
സ	ര ബു മ സ				
	ല ച			മാ	
	ച	ല	ഗു	ര	

Contact Address:
MR. SASIKUMAR.K
ROHINI
SOYUS LANE
KADAVANTHRA
KOCHI-682020

Nair Girl, 27/162, Chothi, Fair, MBBS, Pref: Doctors, Ph: 022-28927398, Mob: 9821350942, Reg No: 18560

Email: krishnae18@yahoo.co.in
Date of Birth:2/11/1986 (5.00 AM)
Sishta Dasa:Rahu: 11.0.3

സ			
ഗു	ഗ്രഹനില & അംശകം		മാ
കു			
	ബു മ	ച ര ശു	ശി ല

Contact Address:
MR. ELLANGOVAN
704 PANORAMA
MARIAN COLONY
NEAR MARY IMMACULATE
HIGH SCHOOL
BORIVALI (W)
MUMBAI-400103

Nair Girl, 25/157, Karthika, Fair, B.Tech (N.I.T Suretkal) Doing PH.d at one of the top and prestigious University in Chiccago with full Scholarship, Pref: Academically well qualified boys from a good family background and well employed in USA. Ph: +919019025222, Reg No: 18156

Email:krishnan.indeevaram@gmail.com
Date of Birth:20/12/1988 (3.11 PM)
Sishta Dasa:Ravi: 4.9.18

			ര		
	കു മാ	ല ച	ഗു		
ഗു മാ സ	സ	ഗ്രഹനില & അംശകം			മ
കു				ശി	ബു ശി
	ര ബു മ	ശു			
	ച		ല	ശു	

Contact Address:
MR. KRISHNAN.K
280, I ST FLOOR
SERENITY APARTMENTS
4 TH MAIN, 1 ST BLOCK
KORAMANGALAM
BANGALORE-560034

Nair Girl, 25/165, Anizham, Fair, MSc (Final) Nursing, Ph: 9744655044, 9447317030, Reg No: 18562

Email:
Date of Birth:10/11/1988 (14.10 Hrs)
Sishta Dasa:Sani: 18.10.25

	ഗു സ	ല	ര മ		
	കു		ഗു		
	ല സ	ഗ്രഹനില & അംശകം			ശു
ബു				ശി	ച
	മ മാ	ച	ര ബു	ശു	മാ
				കുശി	

Contact Address:
MR. MURALEEDHARAN NAIR.V
NARAKAPARAMBIL
MILLPADY
VADACODE.P.O
KAKKANADU
ERNAKULAM-682021

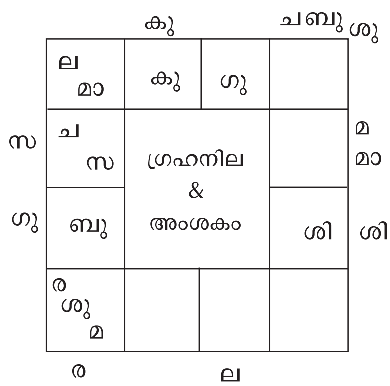
Nair Girl, 31/167, Makam, Fair, BA, B Sc IT, MBA, Regional Head Enterprise IT Company, Bangalore, Pref: Professionally Qualified, Well Settled either outside Kerala or in abroad, Ph: 0484-2776398, Mob: 9447307432, 9995898565, Reg No: 18563
Email:gopinath1950@yahoo.co.in
Date of Birth:13.10.1982 (12.54 PM)
Sishta Dasa:Ketu: 2.0.30

	ബു	ഗു		ച	
				സ	
സ		ഗ്രഹനില & അംശകം			ശു
കു				ച	ര ശി മാ
	ശി ല മാ	കു	ഗു മ	ര ബു ശു	
	ല		മ		

Contact Address:
MR. V. GOPINATH
SRE REKHA
NORTH FORT GATE
TRIPUNITHURA
ERNAKULAM-682301

Nair Girl, 25/160, Pooruruttathi, Wheatish, B.Tech (Computer Engineering), Software Professional, Accenture Bangalore,India, Boy preferably working in Bangalore, Chennai, Pune, Bombay or Abroad, Ph: 0097142546485, 00919880303343, Reg No: 18564

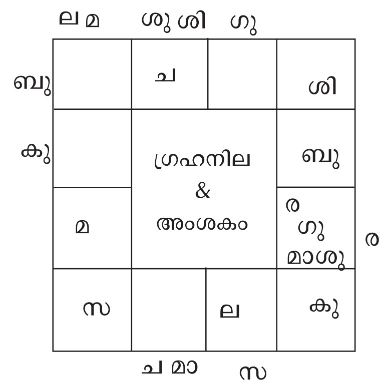
Email:vhari51@yahoo.com
Date of Birth:12/01/1989 (11.15 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. ARUN HARI
RAJ LAKE VIEW, 29 TH VIEW
N.S. PALAYA
B.T.M. LAYOUT
2 ND STAGE, BANGALORE

Nair Girl, 22/163, Bharani, Medium, BA, MSW(Final Semester), Placement Assured, Pref: Ernakulam, Kottayam, Alappuzha, Trissur Dist.Ph: 0478-2552522, Mob: 9995893618, Reg No: 18566

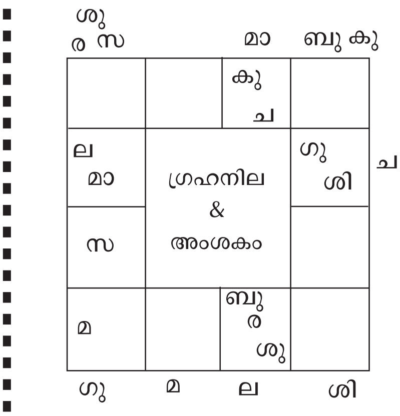
Email:vipinvrindavanam@gmail.com
Date of Birth:31/8/1991 (11.08 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. K. RAJASEKHARAN
VRINDAVANAM
PALLIPURAM.P.O
CHERTHALA
ALAPPUZHA-688541

Nair Girl, 23/161, Rohini, Fair, B.Tech, M.Tech Persuing, Pref: B.Tech or Above, Working Abroad also Prefered, Ph: 0484-2474178, Mob: 9446474178, 9446275487, Reg No: 18567

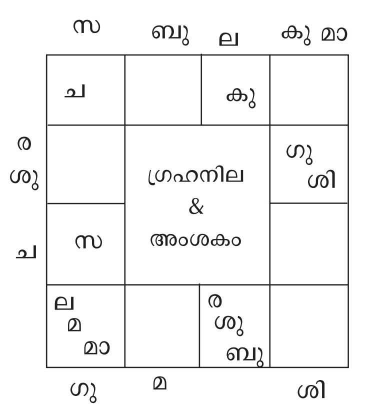
Email:tpmurali2010@gmail.com
Date of Birth:5/11/1990 (1.30 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. T.P. MURALEEDHARAN NAIR
GREESHMA JYOTHI
CHENGAMANADU
ALUVA VIA
ERNAKULAM-683578

Nair Girl, 24/166, Revathy, Fair, B.Tech (ECE), Software Engineer Accenture, Bangalore, Pref: Well educated Employed, Mob: 9947533901, Reg No: 18569

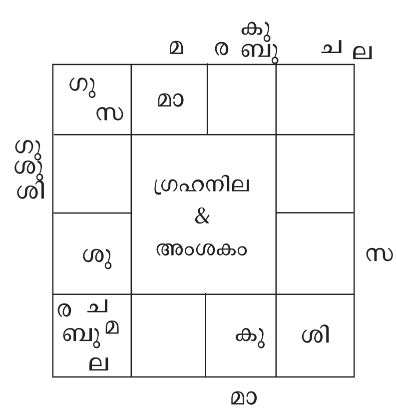
Email:aravindakshanpulikayath@gmai.com
Date of Birth:1/11/1990 (9.52 AM)
Sishta Dasa:Budha: 11.9.0.27



Contact Address:
MR. P. R. ARAVINDAKSHAN
PULIKAYATH
ALOOR.P.O
NEAR CHENGALAGATE)
KALLETTUMKARA VIA
TRICHUR-680683

Nair Girl, 26/154, Moolam, Medium, B.Tech, IT Analyst at TCS, Pref: Well Employed, Ph: 0484-2227272, Mob: 9037562882, Reg No: 18571

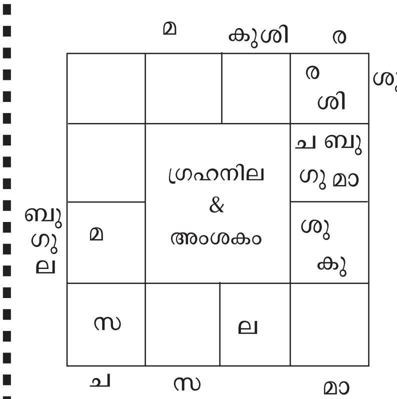
Email:nairk1949@gmail.com
Date of Birth:21/12/1987 (7.00 AM)
Sishta Dasa:Ketu: 2.3.9



Contact Address:
MR. K. RADHAKRISHNAN
H. NO: 8/338 D
SREE GOVINDAM
AJANTHA ROAD
KOCHI-682002

Nair Girl, 22/152, Aayilyam, Fair, Doing Post Graduation, Ph: 0484-3951919, Mob: 9995342758, Reg No: 18572

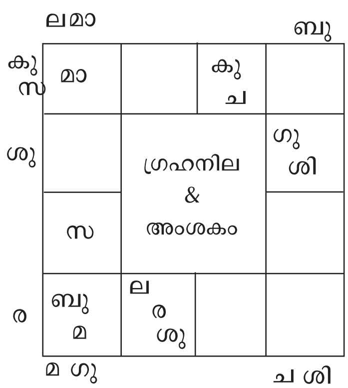
Email:
Date of Birth:13/7/1991 (1.26 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. ARAVINDAKSHAN
FLAT NO: 2 B1, A BLOCK
KENT HAIL GARDEN
J.N.STADIUM LINK ROAD
KALOOR, PALARIVATTOM
ERNAKULAM-682025

Nair Girl, 23/158, Makayiram, Fair, B.Com, P.G Diploma in Fashion Designning, Now not working, Pref: Fair looking. Good Employment, Trusting, Obedient, Imaginative, Encouraging, Ph: 0484-2426264, Mob: 9446426264, 9946438003, Reg No: 18573

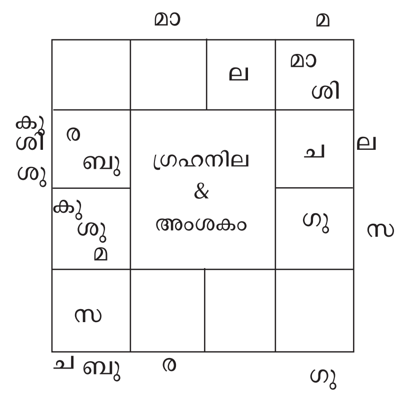
Email:chandrasekharannithya24@g.mail.com
Date of Birth:3/12/1990 (7.16 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
SMT. PRASANNA.E.N
EDATHALAKKATTIL HOUSE
KAKKANAD.P.O
PADAMUGAL
PALACHUVADU
ERNAKULAM-682030

Nair Girl, 22/164, Aayilyam, Medium, B.Com with Co. Operation, Undergoing bank coaching, Pref: Graduate with Govt. Job, Good Family from a nearby place, Ph: 0484-2343092, Reg No: 18574

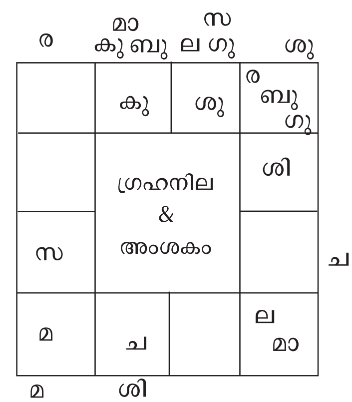
Email:
Date of Birth:17/2/1992 (1.15 PM)
Sishta Dasa:Budha: 12.11.20



Contact Address:
MR. E.T.R.S. PILLAI
SREE KAILAS
NEAR GOVT. HOSPITAL
EDAPPALLY
KOCHI-24

Nair Girl, 23/155, Anizham, Slim/ Fair, MBBS, Doing Internship until 03/2014, Pref: MD/ MBBS, Ph: 0484-2204210, Mob: 99471-99991, Reg No: 18575

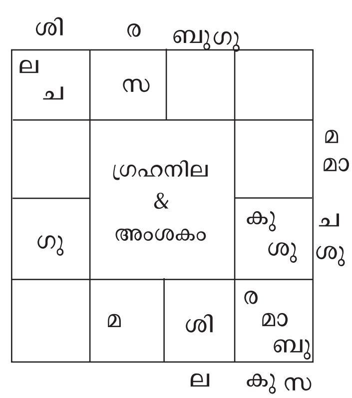
Email:mukundanpillai@hotmail.com
Date of Birth:4/7/1990 (12.05 PM)
Sishta Dasa:Sani: 14.9.25



Contact Address:
MR. MUKUNDAN PILLAI
A-59, AATHIRA
GIRINAGAR NORTH
GANDHI NAGAR
KADAVANTHRA
ERNAKULAM-682020

Nair Girl, 28/159, Utrattadi, Fair, B.Tech, Electronics&Commucating, Software Engineer UST- Global Infopark, Pref: Professionals Employed in Kochi, Possibility to settle at Kochi, Mob: 9497170145, Reg No: 18577

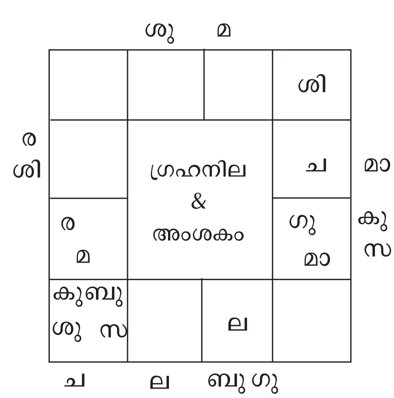
Email:krisanth4@gmail.com
Date of Birth:28/9/1985 (6.10 PM)
Sishta Dasa:Sani: 14.8.21



Contact Address:
MR. KRISHNANKUTTY.K.P
AMBADI
RELCON GARDANIA
PALACHUVADU
KAKKANAD
ERNAKULAM-682037

Nair Girl, 22/158, Ayilyam, Wheatish, B.Com with Computer Application currently doing ICWA in Cochin Chapter, Alwaye, Pref: Permanent Employment Public or Private Sector, Ph: 0484-2445223, Mob: 9037286833, Reg No: 18578

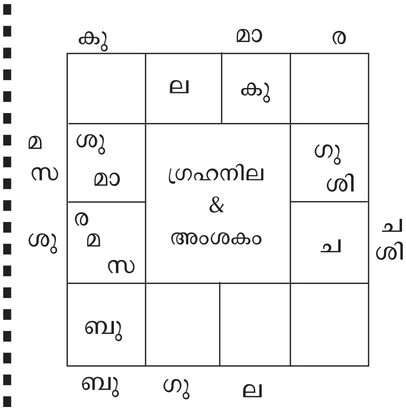
Email:gopalvenu3871@gmail.com
Date of Birth:20/1/1992 (12.18 AM)
Sishta Dasa:Budha: 14.2.10.12



Contact Address:
MR. M.G. VENUGOPAL
SREEPADMAM
POOSARIPADY
N.PARAVUR
ERNAKULAM-683513

Nair Girl, 23/157, Pooram, Fair, Bachlor in Engineering, Banking Professional (Officer), Pref: Ekm to Calicut, Mob: 9495222403, Reg No: 18580

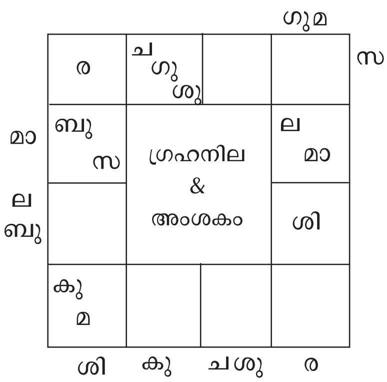
Email:crbass@gmail.com
Date of Birth:01/02/1991(12.32 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. C.R. BINOY
SHRUTHI SUDHA, 55/1591 A
THOTTUNGATHARA ROAD
KADAVANTHRA SOUTH
COCHIN-682020

Nair Girl, 25/163, Bharani, Very Fair, B.Tech (IT) MBA, Banking Service Professional, Pref: Engineers, CA's, Doctors, Banking Professionals, Highly Qualified settled persons. Ph: 0495-2357717, Mob: 9895577170, 9895885528, Reg No: 18581

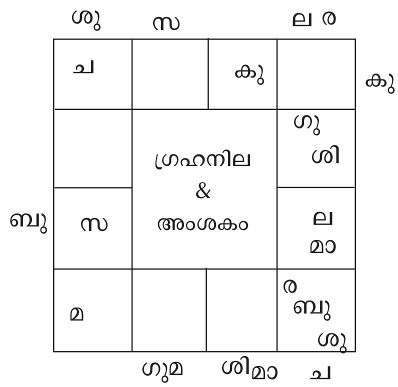
Email:meenakochattil@gmail.com
Date of Birth:21/3/1988 (3.20 PM)
Sishta Dasa:Sukra: 7.6.0.



Contact Address:
MR. VIJAYAKUMAR. M.P
VISHAKH
OPP. POST OFFICE
KOTTAMPARAMBA.P.O
CALICUT-673008

Nair Girl, 23/163, Uthruttathi, Medium, M.Tech at CET Trivandrum (Doing 3 rd Sem), Got Placement at Intergraph Hydrabad, Ph: 9446387959, Reg No: 18582

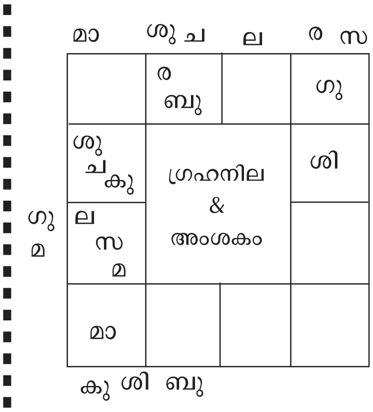
Email:csm.mohandas@gmail.com
Date of Birth:4/10/1990 (3.42 AM)
Sishta Dasa:Sani: 10.11.18



Contact Address:
MR. MOHANDAS.C.S
GOPI SADANAM
CMC-10, MULLAPPALLIL
CHERTHALA.P.O
ALAPPUZHA-688524

Nair Girl, 23/150, Pooruruttathy, Fair, MBA-Finance, Accounts Executive, Ph: 0484-2688926, Mob: 8547234920, 9895476063, Reg No:18583

Email:sajeevr1979@gmail.com
Date of Birth:22/4/1990 (1.30 AM)
Sishta Dasa:Guru: 14.4.24



Contact Address:
MR.P.N. SIVASANKARAN
AYYAMMANALIL HOUSE
PUNNORKODE
PAZHAMTHOTTOM.P.O
ERNAKULAM-683565

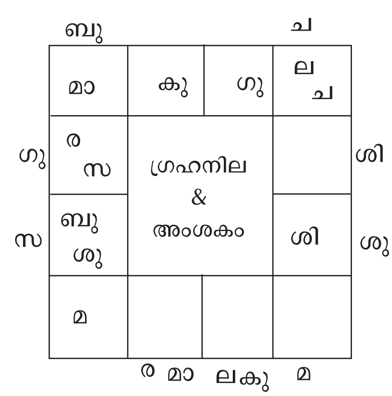
Nair Girl, 24/163, Moolam, Fair, MBA, Executive, As Academic Author in Chennai, Ph: 0484-2620282, Mob:9446745282, reg No: 18585

Email:muraleedharan nair@gmail.com
Date of Birth:27/12/1989 (2.23 PM)
Sishta Dasa:Ketu: 5.5.1

Contact Address:
MR. MURALEEDHARAN NAIR.K
KEERANKARA HOUSE
THOTTUMUGHAM.P.O
ALUVA-683105

Nair Girl, 25/156, Punartham, Fair, M.Tech, Assistant Professor, Pref: Professionals, Ph: 0484-2339145, Mob: 9847039865, Reg No: 18319

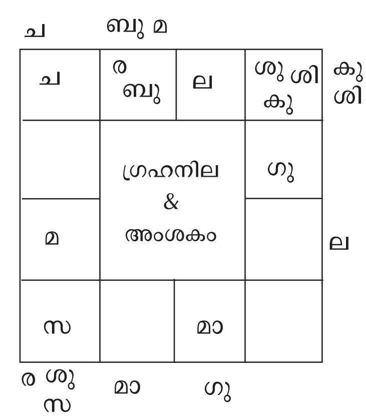
Email:minivenu89@gmail.com
Date of Birth:17/2/1989 (2.00 PM)
Sishta Dasa:Guru: 6.5.23



Contact Address:
MR. K. VENUGOPAL
PREETHY PRIYA
NETTAYIKODATH ROAD
PALARIVATTOM
ERNAKULAM-682025

Nair Girl, 22/4'9", Revathy, Fair, Studying Final year BDS, Pref: BDS or above /decently employed, Ph:0484-2777336, Mob: 9995353738/9847785301, Reg.No: 18588

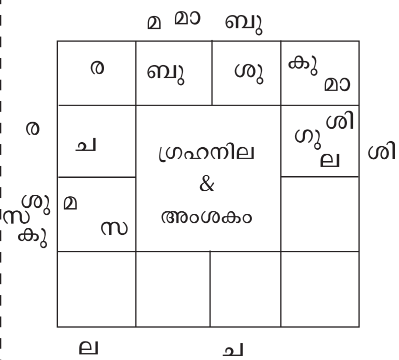
Email:prasadnair04@gmail.com
Date of Birth:12.05.1991 (8.06 AM)
Sishta Dasa:Budha:1.6.25



Contact Address:
MR. PRASAD PADMANABHAN
KORAPURATH HOUSE
NEAR MAKALIYAM TEMPLE
IRIMPANAM P.O
PIN- 682309

Nair GirL, 22/157, Avittam, Fair, B.Tech, Pref: Well Qualified, Engineers/Banking Professionals, Tee totaller, Ph: 0484-2974082, Mob: 9995438530, Reg.No: 18589

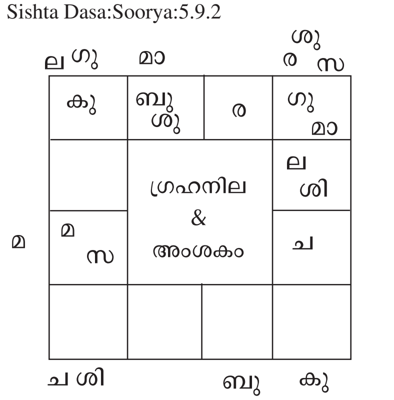
Email:kgskumar68@gmail.com
Date of Birth:10.04.1991(01.52PM)
Sishta Dasa:Kuja:3.2.29



Contact Address:
MR. SURESH KUMAR K. G
3F, ROYAL PALACE,
MANJELIPADAM
EROOR WEST (P O)
TRIPUNITHURA- 682306

Nair Girl, 23/165, Uthram, Averaage/Fair, BDS, Internals AIMS, Kochi, Pref: Bachelors/ Masters- Medicine, Masters Engg.General/ Dental Surgon etc, Ph: 0484-2430521,Mob: 9539003756, Reg.No:18591

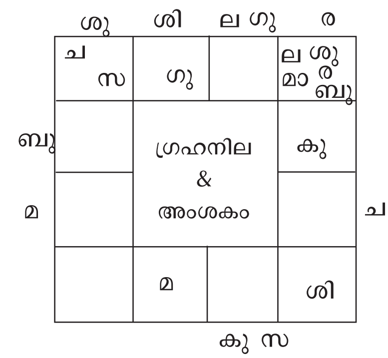
Email:ramanathan.kalath@gmail.com
Date of Birth:01.06.1990 (11.30 AM)
Sishta Dasa:Soorya:5.9.2



Contact Address:
MR. K. RAMANATHAN
CHAARUTHA
SOUTH CHITTOOR
ERNAKULAM

Nair Girl, 26/166, Uthrattathi, B.Tech, Executive, Pvt Sector, Ph: 0484-2366512, Mob: 9645091540, Reg No: 18592

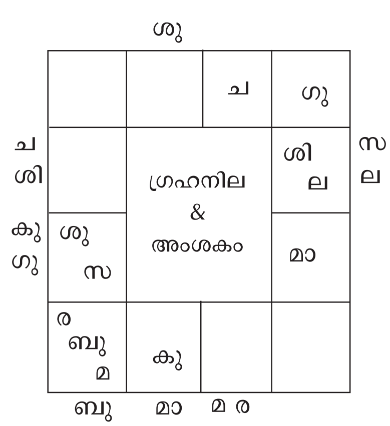
Email:crvijayan@gmail.com
Date of Birth:16/07/1987 (5.57 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR.C. R. VIJAYAN
A-101, ASHOKA APTS
HIGH COURT JUNCTION
MARINE DRIVE
ERNAKULAM-682031

Nair Girl, 24/161, Karthika, Medium, MBBS, Doing House Surgency, Pref: Doctors, Engineers or Similar well Employed, Ph: 0471-2352556, Mob: 9446060789, Reg No: 18593

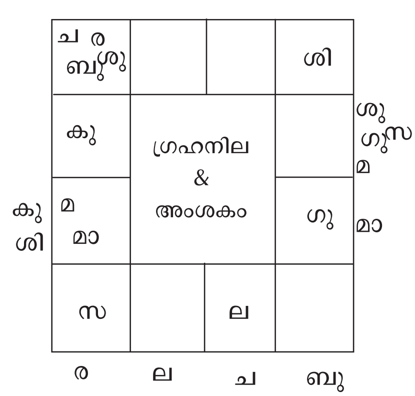
Email:
Date of Birth:7/1/1990 (19.08)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. K.R. RADHAKRISHNAN
TC-8/1743 (1) POURNAMI
LAKSMI NAGAR
THIRUMALA
TRIVANDRUM

Nair Girl, 21/163 Uthrattithi, Medium, Pursuing Masters inInterior Designing, Pref: Stable Good Job, Mob: 9995868379, Reg No: 18595

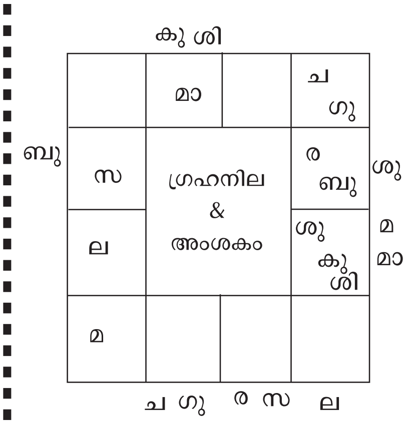
Email:themath.muralimohan@gmail.com
Date of Birth:02/04/1992 (7.33 PM)
Sishta Dasa:Sani: 6.8.3



Contact Address:
MR.T. MURALI MOHAN
4B, VIJAYA GLIMPSES
JAWAHAR NAGAR
KADAVANTHRA
KOCHI-682020

Nair Girl, 24/151, Makayeeram, Fair,MBBS, Doctor, Pref: PG Doctors/ Employed Engineer seltled in U.S.A or U.K, Ph: 0484-2777886, Mob: 9446140797, Reg No: 18596

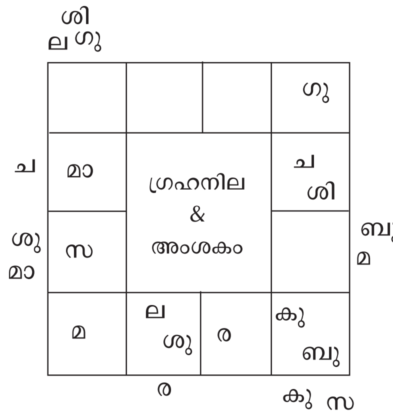
Email:vijayanneduvelil@gmail.com
Date of Birth:29/7/1989 (7.45 PM)
Sishta Dasa:Chowa: 0.10.19



Contact Address:
MR. VIJAYAN.N.R
XIV/94, GOKULAM
VAIKOM ROAD
TRIPUNITHURA
ERNAKULAM-682301

Nair Girl, 24/152,Ayilyam, Fair, B.Tech (ECE) 2013 Passout, Preparing for Bank/PSC Exam), Mob: 9400905519/9633744150, Reg No:18597

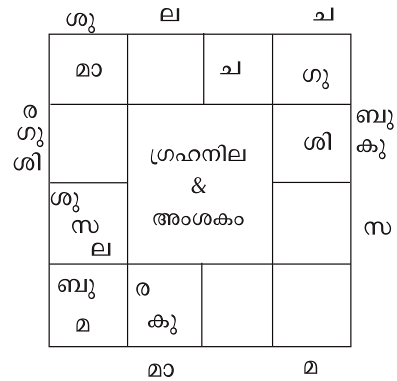
Email:sreeja.1085@gmail.com
Date of Birth:23/10/1989 (10.08 AM)
Sishta Dasa:Budha: 6.1.29



Contact Address:
MR. SREEKUMAR.P.N
POREKALAKATHOOTU
SREELAKSHMI HOUSE
CANAL ROAD
U.C. COLLEGE.P.O
ALUVA
ERNAKULAM-683102

Nair Girl, 24/5'2", Rohini, Fair, 2 Year MCA Studying, Pref: Professionals, Mob: 9847839505, Reg No: 18590

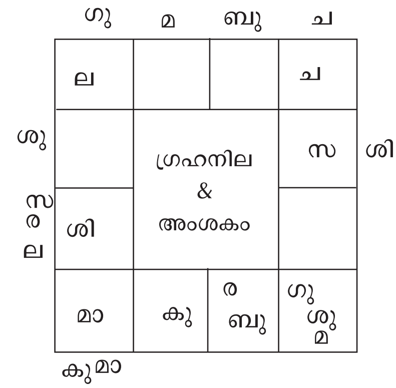
Email:babumohan.9847839505@gmail.com
Date of Birth:12/12/1989 (9.50 AM)
Sishta Dasa:Chandra: 2.11.17



Contact Address:
MR. BABU MOHANAN
VRINDAVANAM
PAINKAL HOUSE
KOODAPUZHA
ANAMALA ROAD
CHALAKUDY, TRISSUR

Nair Girl, 32/165, Punatham, Fair, MSc, M.Ed, Teacher (Guest), Divorced, 8 Yrs old Son, Pref: Well Qualifide, Job, Ph: 0484-2475309, Mob: 9447092021, Reg No: 18598

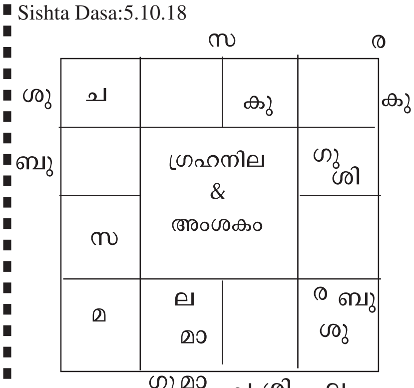
Email:vijayanakkat@gmail.com
Date of Birth:29/10/1980 (4.50 PM)
Sishta Dasa:Guru: 6.4.16



Contact Address:
MR. A. K. VIJAYAN
POURNAMI HOUSE
SANTHI NAGAR
ATHANI.P.O
NEDUNBASSERY
ERNAKULAM-683585

Nair Girl, 23/155, Uthrattathi,Fair, B.Tech (ECE),Pursuing MBA,Working in MNC, Pref: M.Tech, B.Tech with MBA,B.Tech, CA,CS or other professionals with post graduation or above, Engineers in MNCs, Officers in Govt.Public sector Companies/banks, Lecturers in Govt/ Aided Colleges; Preferably from EKM, Pathanamthitta, Kottayam, Alleppy, Quilon, Trivandrum dists. Well settled handsome Nair boys 26-29 Yrs. with clean habits and excellent manners.Non drinking, non smoking, Mob: 9447767287, Please contact with KM ID. Reg No: 18404

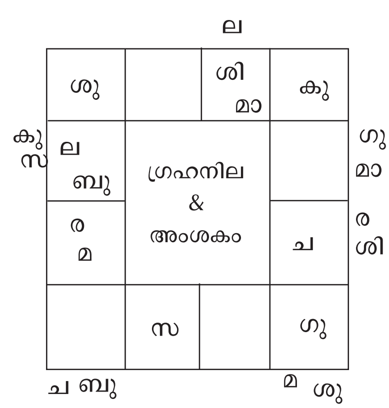
Email:amitypark@gmail.com
Date of Birth:4/10/1990 (9.45 AM)
Sishta Dasa:5.10.18



Contact Address:
MR. RAJAN.V.G
3 C, SKYLINE AMITY PARK
EDAPPALLY.P.O
COCHIN-682024

Nair Girl, 21/163, Uthram, (Sudha Jathakam) Fair, Diploma in Computer Engineering, Pref: Govt. Employed or Business, Ph: 0484-2777755, Mob: 9846059940, 9496500474, Reg No: 18600

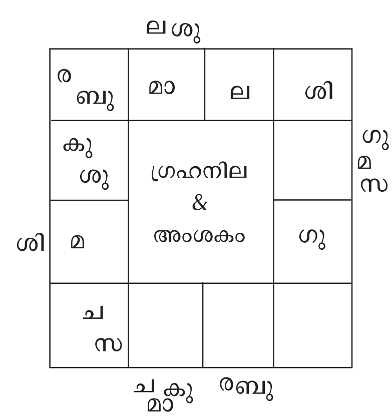
Email:
Date of Birth:9/2/1993 (8.28 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. VENUGOPAL
MANATH HOUSE
THEKKUMBHAGAM
TRIPUNITHURA.P.O
ERNAKULAM-682301

Nair Girl, 22/155, Pooradam, White, M.Com Doing, Ph: 0484-2528292, Mob: 9446467292, Reg No: 18603

Email:
Date of Birth:27/3/1992 (10.10 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. V. MURALIDHARAN NAIR
VAKKEKARA HOUSE
IRINGOLE.P.O
VAIDHYASALAPADY
PERUMBAVOOR
ERNAKULAM-683548

Nair Girl, 22/165, Pooram, Fair, MSc (Maths), Pref: Employed, Preferably from Kottayam, Ernakulam, Alappuzha. Dist. Ph: 04822254351, Mob: 9447367289, Reg No: 18604

Email:bsmankad@yahoo.com
Date of Birth:26/12/1991 (6.05 AM)
Sishta Dasa:Sukra: 19.7.12

ല മ   ര ശു
കു ശി   ച സ

			ശി
	ഗ്രഹനില		
മ	& അംശകം		ഗു ച
ല ര സ	ബു കു മാ	ശു	

ബുമാ   ഗു

Contact Address:
MR. SASIDHARAN NAIR
ATHIMATTAM HOUSE
KIDANGOOR. P.O
KOTTAYAM

Nair Girl, 27/160, Karthika, White, M.A (Malayalam), BEd, M.Phil, Net, Doing Ph.d, Teacher, Pref: Govt Employe& Teacher, Ph: 04852289462, Mob: 9497028431, 9562080134,9447724416, Reg No: 18605

Email:manukalady84@gmail. com
Date of Birth:12/4/1986 (9.17 AM)
Sishta Dasa:Surya: 4.4.0.36

ഗു ര   സ
ച   മാ ബു   കു

ര ബു	ശു മാ സ	ച ല	
ഗു	ഗ്രഹനില		
	& അംശകം		
കു	മ	ശി	

ശി   മ   ല ശു

Contact Address:
MR. P. PARAMESWARAN
PIDIVETIKKAL, PUTHENPURAYIL
KALLORKADU.P.O
MOOVATTUPUZHA
ERNAKULAM-686668

Nair Girl,23/ 162, Uthradom, Fair, B.Tech (CS), Doing M.Tech, Working in CTS Infopark Ekm, Pref: Officer Cader, IT/ Bank/ Central Govt etc. Preferably from Ernakulam, Mob: 9847108978, Reg No: 18608

Email:sradhakrishnan315@gmail.com
Date of Birth:11/6/1990 (6.38 PM)
Sishta Dasa:Ravi: 4.0.0

ഗു   സ
ല ബു   മ ച   ര

കു	ശു	ര ബു	ഗു
	ഗ്രഹനില		ശി
മ ച സ	& അംശകം		
	ല	മാ	

മാ   കു ശി   ശു

Contact Address:
MR. S. RADHAKRISHNAN
FLAT NO: 2, J.M.HABITAT
SASTRI ROAD
VADUTHALA
ERNAKULAM-682023

Nair Girl, 26/168, Poorurutathi,(Sudha Jathakam) Fair, BPTH (Physiotherapist), Presently doing internship, Mob: 8281666860, 9447736169 (Manoj.k) Reg No: 18611

Email:rajan_m2011@rediffmail.com
Date of Birth:19/2/1988 (7.44 AM)
Sishta Dasa:Guru: 8.7.11

ഗു   കു ച ല   മ
ബു സ   ശി

ശു സ മാ	ഗു		
ച ര ല	ഗ്രഹനില		
ബു	& അംശകം		
കു മ			ശി

ശുമാ   ര

Contact Address:
DR. RAJAN MENON
SREELAKAM
AISWARYA NAGAR
NEAR ONAKAVU TEMPLE
MULAMTHURUTHY
ERNAKULAM-682314

Nair Girl, 23/5', Pooram, Very Fair, B.Tech Computer Science, Joining a Software Co. on March, Pref: B.Tech, M.Tech, MBA , Prime institution or after B.Tech, CA, Doctors or higher qualification, Preferably TCR, Palakkad, Malapuram, EKM, Kozhikode, Kannur, Age less than 30 Yrs. Ph: 0484-2622662 (After8.00PM), Mob: 9447062174, 9895080896, 9037722553, Reg No: 18612

Email:jayabkurupu@gmail.com
Date of Birth:24/4/1991 (11.05 PM)
Sishta Dasa:Sukra: 8.8.6

കു   മ   ശു ശി
ബു   ര   ല

ബു മാ	ര	ശു	കു ശി
	ഗ്രഹനില		ഗു
മ	& അംശകം		ച
ല സ			

സ   മാ   ഗുച

Contact Address:
MR. RAJA NARAYANAN.V.M
FLAT NO: 95,
FEDERAL GARDENS, ALUVA
ERNAKULAM-683101

വായനക്കാരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്

എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ മുഖപത്രമായ **"കരയോഗസൗഹൃദം"** എല്ലാ മാസവും 10-ാം തീയതി കരയോഗത്തിൽ നിന്നും തപാൽ മാർഗ്ഗം അയച്ചു വരുന്നു. എന്നാൽ പല വരിക്കാർക്കും യഥാസമയം സൗഹൃദം ലഭിക്കുന്നില്ല എന്ന് കരയോഗത്തിന്റെ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. കരയോഗത്തെ സംബന്ധിച്ച് പോസ്റ്റൽ നിമയപ്രകാരം എല്ലാ മാസവും 10-ാം തീയതി രാവിലെ 10 മണിക്ക് എറണാകുളം പാക്കറ്റ് സോട്ടിങ്ങ് ഓഫീസ്, കൊച്ചി - 35 എന്ന പോസ്റ്റോഫീസിൽ പോസ്റ്റ് ചെയ്തു വരുന്നുണ്ട്. ഏതെങ്കിലും സാങ്കേതിക കാരണങ്ങളാൽ കരയോഗ സൗഹൃദം ലഭ്യമാകാതെ വന്നാൽ അതിന് എറണാകുളം കരയോഗം യാതൊരു കാരണവശാലും ഉത്തരവാദിയല്ല എന്ന് ഇതിനാൽ അറിയിച്ചുകൊള്ളുന്നു.

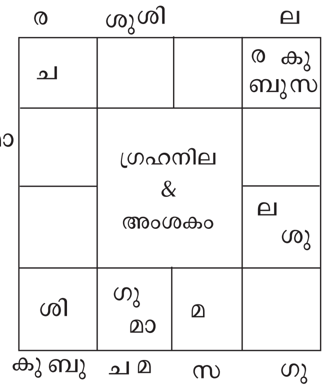
എന്ന്

ജനറൽ സെക്രട്ടറി

വധുവിനെ ആവശ്യമുണ്ട്

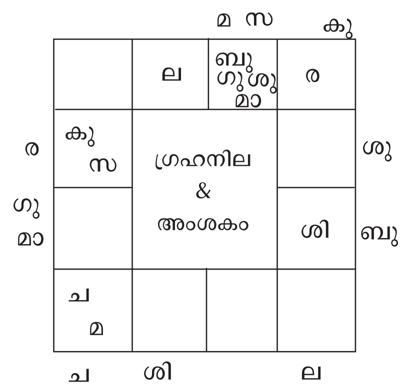
Nair boy, 30/175, Uthrattathi, B.Tech, MBA Marketing, Marketing Professional, Mob: 8281272815, Reg No: 18536

Email:rupesh.prabhakaran@gmail.com
Date of Birth:3/7/1983 (9.55 AM)
Sishta Dasa:Sani: 4.8.21.27



Contact Address:
MR. U. PRABHAKARAN
UPPATH HOUSE
NAYARANGADY
KODASSERY.P.O
TRICHUR-680721

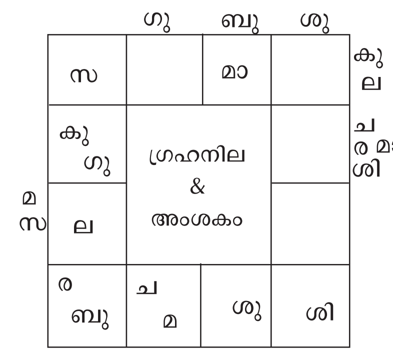
Nair boy, 25/173, Uthradom,(Sudha Jathakam), Fair, B.Tech Automobile Engg. Warranty Administrator in India Techs, Pref: Any Job& Horoscope Match, Ph: 0479-2357444, Mob: +91-9496346041, Reg No: 18537
Email:sureshvettiyar@gmail.com
Date of Birth:01/07/1988 (2.10 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. K. SURESH KUMAR
SIVAPRIYA
VETTIYAR .P.O
MAVELIKARA
ALAPPUZHA-690558

Nair boy, 27/173, Vishakam, Very fair, B.Tech (NIT), MBA(IIM), Employed in World No: 1 Internet & Technology Co.Hydrabad, Pref: Well Educated, Very Fair girls, Good family backgrounds, Ph: 0471-2725745, Mob: 9447125745, Reg No: 18270

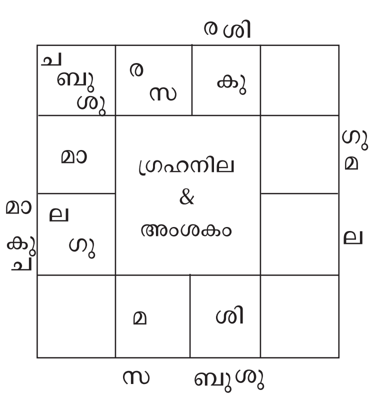
Email:s.padmagayathri@gmail.com
Date of Birth:28/12/1986 (9.05 AM)
Sishta Dasa:Guru: 3.6.24



Contact Address:
MR. T. SUDHAKARN NAIR
5, SUPRABHA
SOORYA GARDENS
SASTHAMANGALAM
TRIVANDRUM-695010

Nair boy, 28/170, Revathy, Medium, B.Com, A /C Refrigaration Diploma, A/C Technician, Pref: Medium Family, Educated , Mob: 9446900452, Reg No: 18538

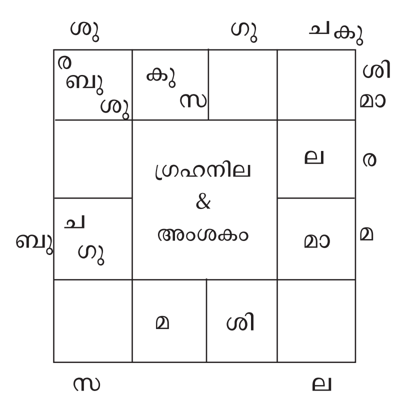
Email:
Date of Birth:19/5/1985 (1.30 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. UMASANKAR.P.R
PULAVATHIL HOUSE
EROOR. P.O
TRIPUNITHURA-682306

Nair boy, 28/171, Thiruvonam, Fair, Diploma in Mechanical Engineering, Q c Engineer in Dubai, Pref: Degree, Ph: 9744484581, 9946661840, Reg No: 18539

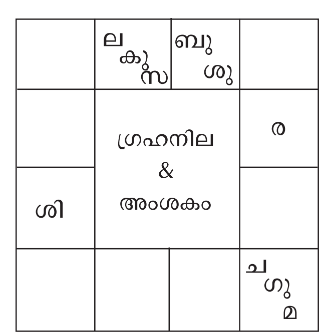
Email:zujithpsoo@gmail.com
Date of Birth:17/3/1985 (2.50 PM)
Sishta Dasa: Chandra: 4.9.18



Contact Address:
MR. SUJITH.P.S
PALAKKAPARAMBIL HOUSE
MARADU.P.O
TRIPUNITHURA-682304

Nair boy, 32/171, Uthram, Fair, DEEE&BMM, Business Paradigm Group, Pref: Well Educated Girl from Good Family, South Kerala- Tamilnadu, Mob: 9886704475, 9448434469, Reg No: 18542

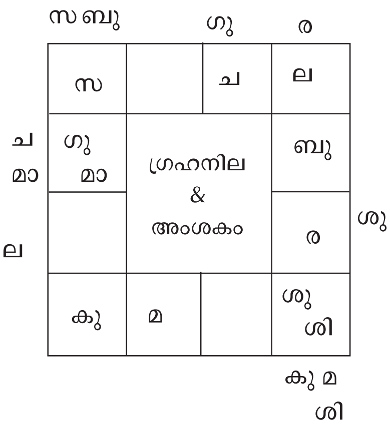
Email:
Date of Birth: 14/5/1981 (05.04 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. V.N. HARIKUMAR
47, SURESH BHAVAN
ARJUNAN ST
KENNEDY GARDENS
LAWSPET
PONDICHERRY-8

Nair boy, 27/5'11", Karthika, (Two Papam) Wheatish, B.Tech, Asst.Manager, IOTL, Pref: Professionals, Vegetarian, Ph.No:0484-2314304, Mob: 9446344304, Reg.No: 18546

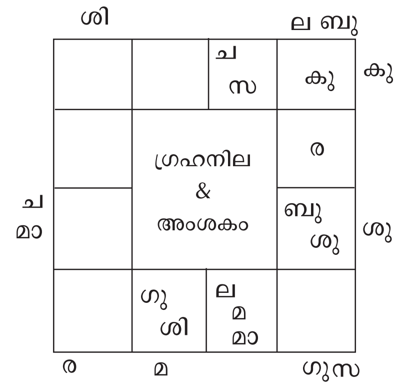
Email:ushatr2003@yahoo.com
Date of Birth:27.08.1986 (2.15 AM)
Sishta Dasa:Surya:2.7.6



Contact Address:
MR. T. RAMACHANDRAN
POORNASREE
LUIZ LANE
KADAVANTHRA
COCHIN-20

Nair boy, 30/167, Karthika, Medium, Civil Engineering 3 yrs Diploma Completed, Business (Chitty& Financing), Ph: 0478-2592929, Mob: 9995396492, RegNo: 18548

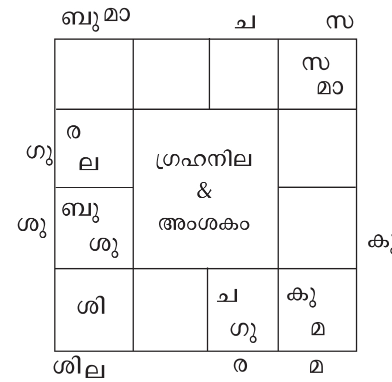
Email:
Date of Birth:3/8/1983 (1.10 PM)
Sishta Dasa:Aadithya: 3.4.28



Contact Address:
MR. N. RAMAKRISHNA KARTHA
GOKULAM
VAYALAR.P.O
CHERTHALA
ALAPPUZHA

Nair boy, 32/170, Vishakam, fair, M. Sc, Pursuing Ph.D, Scientist/ Researcher, Pref: Employed Girls, Sudha Jathakam, Ph: 0484-2370288, Mob: 7736920813, Reg No: 18549

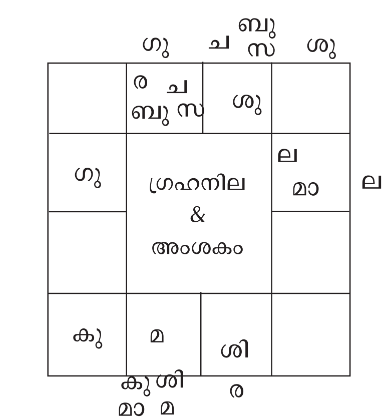
Email:
Date of Birth:15/2/1982 (7.15 AM)
Sishta Dasa:Guru: 11.3.10



Contact Address:
MR. K.M. VINODA KRISHNAN
FLAT NO: 101
KRISHNA MANOR
KARIKKAMURI CROSS ROAD
ERNAKULAM-682011

Nair boy, 28/162, Aswathy, Fair, B.Com, BBM, Accountant Nippon Toyota Kalamssery, Pref: Employed &Unemployed, Good family, Ph: 0484-2447622, Mob: 8089118911, Reg No: 18550

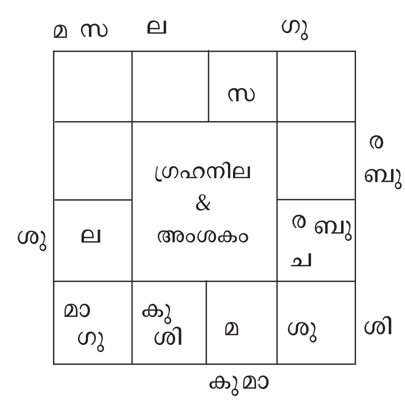
Email:
Date of Birth:7/5/1986 (10.55 AM)
Sishta Dasa:Kethu: 4.10.13



Contact Address:
MR. ARAVINDAKSHAN
VAISHALI
NANTHIYATTUKUNNAM ROAD
VAZHIKULANGARA
N. PARAVOOR
ERNAKULAM-683513

Nair boy, 29/175, Pooram, White, B.Tech(IT), Software Engineer Technology Lead, Infosys, Bangalore, Pref:Engineers, other employment, Ph.No: 0484-2775010, Mob:9446332649/ 9895574690, Reg.No: 17900

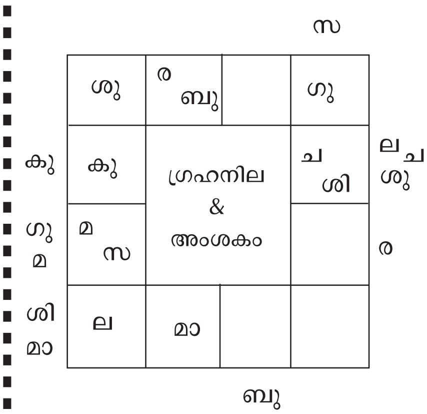
Email:rajeswari.ck59@gmail.com
Date of Birth:27.08.1984 (4 .46 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. P. N. NARAYANAN
AATHIRAATHIRKANDATHIL
CHALIYATH LANE,
MEKKARA
TRIPUNITHURA- 682301

Nair boy, 24/175, Punartham, Fair, Bachelors in Business, Working in Finance Dept, Johnson & Johnson, Pref: Software Engineer, Mob:9142034954, 9142034955, Reg.No: 18553

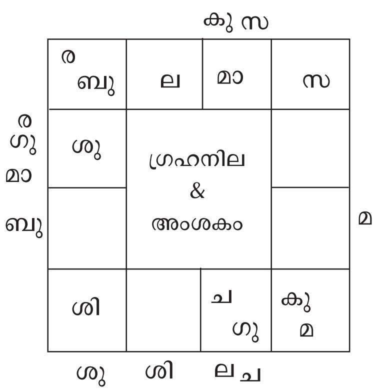
Email:nettayi55@gmail.com
Date of Birth:30.04.1990 (10.37 PM)
Sishta Dasa:Guru: 1.3.16



Contact Address:
MR. SAJEEV N. P
RAJUSADAN
PIPE LINE ROAD
PALARIVATTOM
ERNAKULAM- 682025

Nair boy, 31/180, Chithira, Wheatish, B.E. Computer Science, Senior System Engineer, Bangalore, Pref: Graduate, Ph: 0484-2235553, Mob: 9847622505, Reg No: 18559

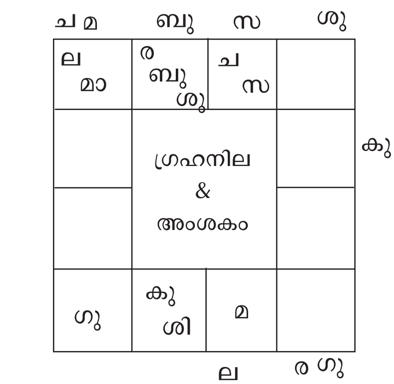
Email:vrrajanbabu@gmail.com
Date of Birth:9/4/1982 (7.56 AM)
Sishta Dasa:Kuja: 1.10.1



Contact Address:
MR. SREEKUMAR.R
23/2618, SREE NIVAS
PALLURUTHY.P.O
KOCHI-682006

Nair boy, 29/179, Karthika, Wheatish, B.Tech (I..I.T Madras, MBA (Top Business School in USA), Offered employment in a Premier Global investment bank in London, Pref: Beautiful girls, from a good family background, willing to relocate abroad, Mob: +919019025222, Reg No: 18561

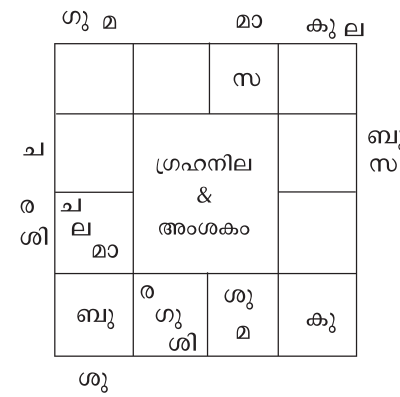
Email:mail.indeev@gmail.com
Date of Birth:3/5/1984 (3.58 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. KRISHNAN.K
280, 1ST FLOOR
SERENITY APARTMENTS
4 TH MAIN, 1 ST BLOCK
KORMANGALA
BANGALORE-560034

Nair boy,30/165, Uthradam (Sudha Jathakam), Fair, CA, Chratered Accountant Pref: Educated Girls, 22-25 Yrs Prefered, Ph: 0484-2602654, Reg No: 17584

Email:
Date of Birth:8/12/1983 (10.32 AM)
Sishta Dasa:Ravi: 2.5.14



Contact Address:
MR. P.S. MANI
PULIPRAKUTTICKAT HOUSE
SREEMOOLANAGARAM.P.O
ALUVA-683580

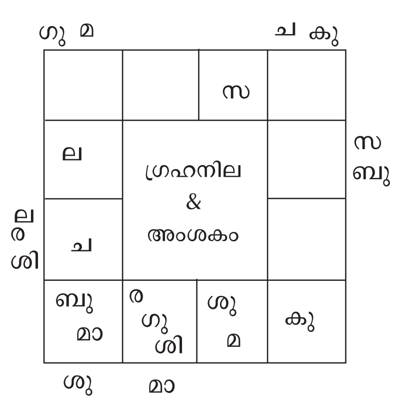
Nair boy, 36/168, Chithira, Medium, BA, Govt. Servant, Ph: 0478-2818209, Mob: 9349974663, 8547318209, Reg No: 18565

Email:prasanthmr@gmail.com
Date of Birth:13/10/1977 (5.00 AM)
Sishta Dasa:

Contact Address:
MR. SURESH.B
SREE NILAYAM
MULLAPPALLIL
CMC- I0
CHERTHALA-688524

Nair boy, 30/180, Thiruvonam, fair, post Graduate, Journalist, Pref: Employed Girl, Good Family Background, Ph: 0484-2313322, Mob: 9447464727, Reg No: 18568

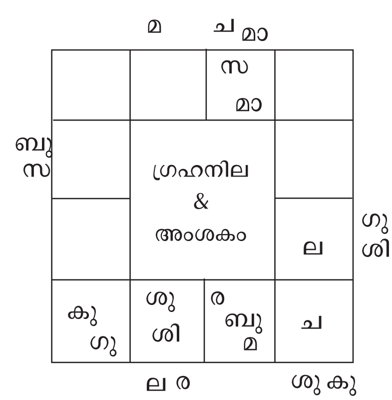
Email:sureshkongot@hotmail.com
Date of Birth:9/12/1983 (11.50 AM)
Sishta Dasa: Chandra: 4.6.25



Contact Address:
MR. SURESH
2 A, JOMER RESIDENCY
RAVEENDRAN ROAD
KADAVANTHRA
KOCHI-682020

Nair boy, 30/5'8", Atham, Fair, MCA, Private IT Firm Bangalore, Pref: B.Tech, MBA, MCA etc. Ph: 0495-2741493, Mob: 9747604102, Reg No: 18570

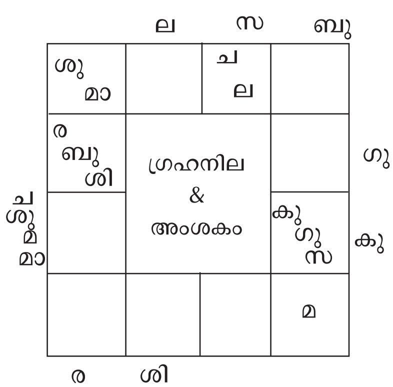
Email:
Date of Birth:23/10/1984 (3.40 AM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. U.K. RAJENDRA MENON
KARTHIKA
KOMMERI
CALICUT-673007

Nair boy, 33/180, Karthika, (Sudha Jathakam), Fair, B.Com, Computer Diploma, Senior Accounts Executive, Pref: Any, Preferably Working, Ph: 0480-2779499, Mob: 9495465059 , Reg No: 18576

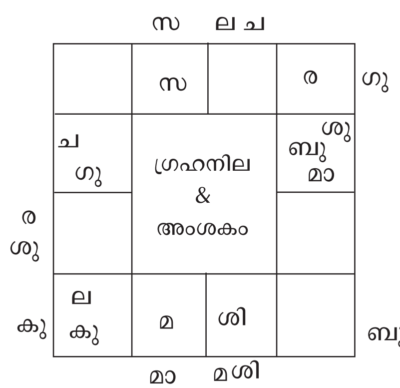
Email:vijayanand_menon@yahoo.com
Date of Birth:22/2/1980 (12.20 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. R.V. ANAND
THOPPILINCHORA
KUZHUR.P.O
CHALAKUDI
THRISSUR-680734

Nair boy, 27/178, Pooruruttathi, Fair, B.Tech, M.Tech, Automobile Diploma, Lecturer at Amal Jyothi Engineering College, Kanjirapally, Pref: Educated girl with good job. Ph:0484-2535569, Mob:8547235569, Reg No: 18579

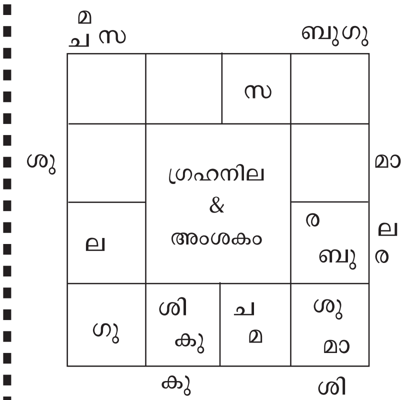
Email:
Date of Birth:27.06.1986 (6.10 PM)
Sishta Dasa:Guru:11.2.20



Contact Address:
MR. B. VINAYACHANDRAN
SURVARNA
B.T.S. ROAD, B.T.S. P.R.A NO: 73
EDAPALLY P.O
COCHIN- 682024

Nair boy, 29/172, Chothi, Fair, B.Com, MBA, FIATA, Working in World Wide Flight Service, Kochi International Air Port, Ph: 0484-2489025, Mob: 9447830366, Reg No: 18584

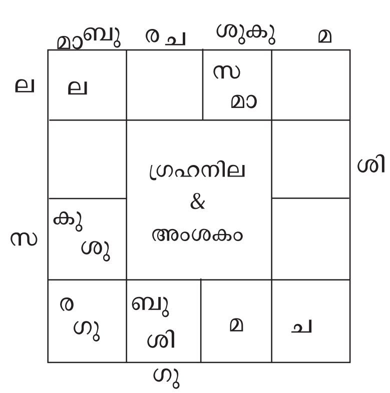
Email:
Date of Birth:31/8/1984 (5.19 PM)
Sishta Dasa:Rahu: 0.8.14



Contact Address:
MR. V.M. SETHUMADHAVAN
DEVI SREE, KOZHIPARAMBATH
KUZHUPILLY
AYYAMPILLY.P.O
ERNAKULAM-682501

Nair boy, 29/182, Atham, Fair, B.Tech, As an Engineer in MNC Dubai, Pref: B.Tech, BDS, MBBS bride prefered, Ph: 0478-2563357, Mob: 9747173906, Reg No: 18587

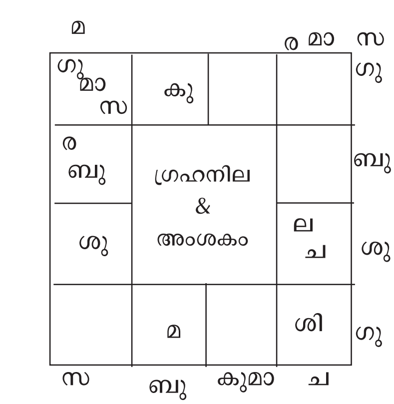
Email:
Date of Birth:16/12/1984 (2.04 PM)
Sishta Dasa:Chandra: 9.9.0



Contact Address:
MRS.MALATHI DINSEH
PUTHEN VEEDU
EZUPUNNA (S) P.O
ERAMALLOOR
ALAPPUZHA-688650

Nair boy, 26/175, Pooram, Fair, B.Tech and MBA, IT dept of a reputed bank in Qatar Mob: 09497613674, 0097455553486, Reg No: 18586

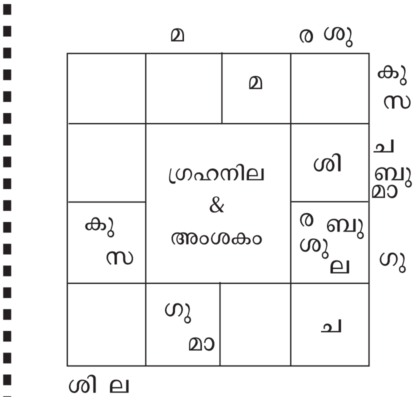
Email:hi_vvk@ymail.com
Date of Birth:14/3/1987 (5.05 PM)
Sishta Dasa:14.3.27



Contact Address:
MR. R. VIJAYAKUMAR
JELANIDHI, MTRA 80
MOTHER THERESA ROAD
EDAPPALLY
COCHIN-682024

Nair boy, 42/165, (Second Marriage) Atham, Fair, MSc BEd, Govt School Teacher, Pref: Girl of Similar Status, Horoscope Matching Must, Mob: 9447223424, Reg No: 18594

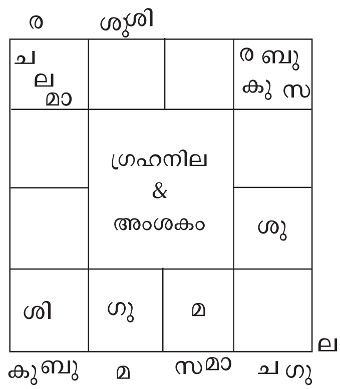
Email:
Date of Birth:25/5/1971
Sishta Dasa:Chandra: 0.0.26



Contact Address:
MR. HARI GOVINDAN
VISHAKHOM
POONITHURA. P.O
ERNAKULAM-682038

Nair boy, 30/175, Uthrattathi, Fair, B.Com, P.G in Safety Engineering, Asst. Sales Manager in an Automotive company dealing with Premium Cars, Pref: Employed Goodlooking fair Girls of EKM, Trichur Dist. Girl should be God fearing, Loving&Caring, Mob: 9847633746, Reg No: 18599

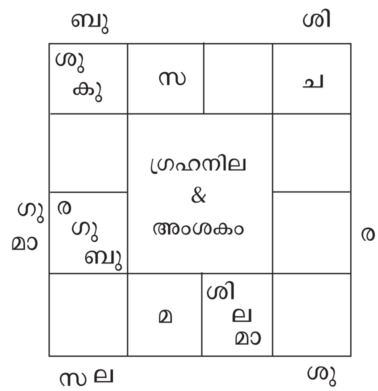
Email:
Date of Birth:02/7/1983 (11.55 PM)
Sishta Dasa:Sani: 12.0.4



Contact Address:
MR. K. CHANDRASEKHARAN NAIR
VALLAYIL HOUSE
PERUNNINAKULAM TEMPLE ROAD
COCHIN PALACE.P.O
TRIPUNITHURA-682301

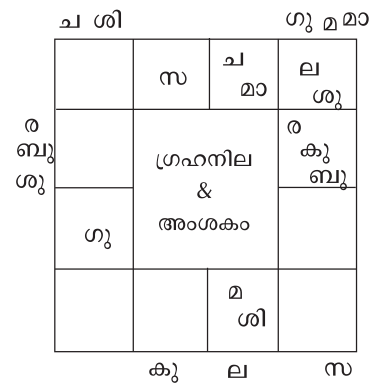
Nair boy, 29/5'8", Thiruvathira, White, B.E. Mechanical Engineering, MBA, Asst. Manager Business Operations Telenity Bangalore, Pref: Age up to 26 Yrs, Education B.E or M.Tech, Preferably job Bank Employee or trasferable job to Bangalore, Ph: 0484-2604960, Mob: 9679565520, 9679592301, Reg No: 18601

Email:
Date of Birth:2/2/1985 (11.45 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. V. SASIDHARAN PILLAI
FLAT NO: 5, PERIYAR SCRENE
THOTTAKATTUKARA
KADUNGALLOOR
ALUVA-683102

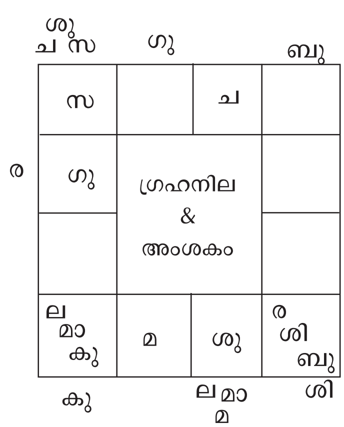
Nair boy, 28/5'8" , Karthika, Fair, B.Tech, Software Engineer Pref: Well educated , Good Looking girl from good family background , Preferably Thrissur, Ernakulam Dist. Ph: 0487-2272045, Mob: 00971506268405, Reg No: 18602
Email:rajeevlac@gmail.com
Date of Birth:10/8/1985 (4.15 AM)
Sishta Dasa:Ravi: 1.6.27



Contact Address:
SMT. SULOCHANA.K. MENON
AATHIRA
CHAZHUR ROAD
PAZHUVIL WEST.P.O
THRISSUR-680564

Nair boy,27/185, Karthika, White, B.Tech/ PGDM, Asst Manager HSBC Hydrabad, Pref: Good Looking Educated Girl with transferable Job, Ph: 0484-2332204, Mob: 9446433204, 9847799687, Reg No: 18606

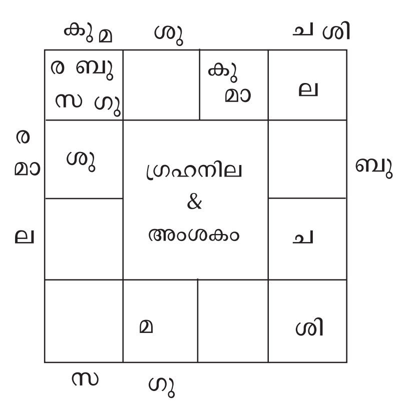
Email:balagangadharank@yahoo.com
Date of Birth:23/9/1986 (1.43 PM)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR. K.N. BALAGANGADHARAN
50/531, ANUREMYA
GANGA NAGAR
MANIMALA ROAD
EDAPPALLY-682024

Nair boy, 26/5'7", Makam, Fair, MBA (Rajagiri), District Manager, Bata Company Ph: 0484-2232744, Mob: 9995914396, Reg No: 18609

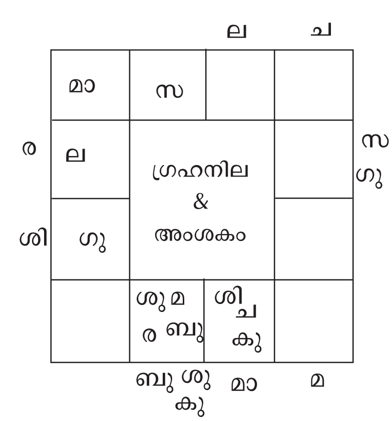
Email:
Date of Birth:10.4.1987 (11.22 AM)
Sishta Dasa:Shikhi: 1.8.9



Contact Address:
MR. V. RAJAN MENON
21/185, ESSEM HOUSE
PALLURUTHY
COCHIN-682006

Nair boy, 28/176, Vishakam, Fair, B.Tech, Senior Software Engineer, Pref: Professionally Qualified/ Employed Girl, , Preferably from Ernakulam, Trichur, Alleppy, Ph: 0484-2334387, Mob: 9446584423, Reg No: 18610

Email:sreedevismenon55@gmail.com
Date of Birth:10/12/1985 (12.34 PM)
Sishta Dasa:Guru: 4.0.20



Contact Address:
MR. M.R.S. MENON
ARYAVEEDU
PUTHIYA ROAD
PALARIVATTOM.P.O
ERNAKULAM-682025

Nair boy, 27/177, Ayilyam, (Sudha Jathakam) Fair, B.Com, MBA, Clerk, SBT, Ph: 0485-2277799, Mob: 9020296414, Reg No: 18607

Email:psrenjithnair@gmail.com
Date of Birth:18/4/1986 (12.39 AM)
Sishta Dasa:Budha: 12.11.16

ഗു   സ മാ ര

ബു	ര ശു സ		
ഗു	ഗ്രഹനില	&	ച
ല മാ	അംശകം		
കു	മ	ശി	

ല   കു

ച   ശി ശു മ   ബു

Contact Address:
MR. RENJITH KUMAR.P.S
PLANTHURUTHIL HOUSE
RAMAMANGALAM.P.O
MUVATTUPUZHA
ERNAKULAM-686663

Nair boy, 28/176, Chithira, fair, BHM, MBA (Pursuing), Administrative Profession,Dubai, Pref: Any Professional Degree, Mob: 9895092829, Reg No: 18613

Email:
Date of Birth:27/2/1986 (7.57 PM)
Sishta Dasa:

ശു   സ

ബു	സ		
ര ശു ഗു	ഗ്രഹനില	&	
	അംശകം		
മാ	കു മ	ശി	ല ച

ല ര   കു

ബു   ച

ഗു ശി   മ മാ

Contact Address:
MR. V. SREEKUMAR
AMBADY
AVINISSERRY.P.O
TRISSUR-680306

STATEMENT ABOUT OWNERSHIP AND OTHER PARTICULARS OF THE MAGAZINE KARAYOGA SOUHRIDAM

English/Malayalam, Form IV (See Rule 8)

1. Place of Publication	: Ernakulam
2. Periodicity of Publication	: Monthly
3. Printer's Name	: M. Sreevallabhan nair
Nationality	: Indian
Address	: C/o Ernakulam Karayogam D.H. Road ,Kochi -682016
4. Publisher's Name	: M. Sreevallabhan nair
Nationality	: Indian
Address	: C/o Ernakulam Karayogam D.H.Road ,Kochi-682016
5. Editor's name	: M. Sreevallabhan nair
6. Name& Address of individuals who own the News Paper and Partners or shareholders holding more than one percent of the total capital	: Ernakulam Karayogam D.H.Raod, Kochi-16

I, M. Sreevallabhan Nair, hereby declare that particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Date : 1.3.2014

M. Sreevallabhan nair

(s/d-)

എറണാകുളം കരയോഗം കുടുംബ ക്ഷേമ കേന്ദ്രം

വൈവാഹിക പ്രശ്നങ്ങൾ ഇന്ന് നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ സർവ്വ സാധാരണയായിരിക്കുന്നു. പഴയകാല കൂട്ടുകുടുംബങ്ങളിലെ അമ്മൂമ്മമാരും അമ്മാവൻമാരും പ്രശ്നങ്ങളിൽ ഇടപെടുന്നതുപോലെ അണു കുടുംബങ്ങളിൽ ഇടപെടുവാൻ ആളില്ലാതായിരിക്കുന്നു. ഇന്ന് ഒരു കുട്ടിയോ, രണ്ടു കുട്ടികളോ ഉള്ള നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങളിൽ അല്ലലില്ലാതെ, അഥവാ അവരെ അറിയിക്കാതെ പ്രശ്നങ്ങൾ മാതാപിതാക്കൾ സ്വയം കൈകാര്യം ചെയ്യുകയും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും പ്രയാസങ്ങളും അറിയാതെ കുട്ടികൾ വളരുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഈ അവസ്ഥയിൽ വളരുന്ന കുട്ടികൾ വിവാഹിതരായശേഷം ഭർതൃഗൃഹത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ ഭർത്താവിനോട് ഒരുമിച്ച് ജീവിതം തുടങ്ങുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന നിസ്സാര പ്രശ്നങ്ങൾ വിവാഹബന്ധം വേർപെടുന്ന ഘട്ടംവരെ എത്തി നില്ക്കുന്നു. സമൂഹം നേരിടുന്ന ഒരു വലിയ പ്രതിസന്ധിയായി ഇത് വളർന്നു കഴിഞ്ഞു.

ഇതിന് പരിഹാരം കാണുക എന്നതാണ് എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം. അതിനായി ഒരു സ്ഥിരം കൗൺസിലിംഗ് സെന്റർ ആരംഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. വിദഗ്ദ്ധരും പരിശീലനം സിദ്ധിച്ചവരുമായ കൗൺസിലേഴ്സ് നിങ്ങളുടെ കുട്ടികൾക്ക് വേണ്ട മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശം നല്കുന്നു. സ്വകാര്യത പൂർണ്ണമായും സൂക്ഷിച്ചുകൊണ്ട് - വിവാഹം കഴിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന യുവതീയുവാക്കൾക്കും, വിവാഹിതർക്കും തങ്ങളുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ പരസ്പരം ഉള്ളുതുറന്ന ചർച്ചയിലൂടെ പരിഹരിക്കുന്നതിന് ശ്രമിക്കണം. അതിന് എല്ലാവിധ സഹായവും ലഭിക്കും എന്ന് ഉറപ്പ് നല്കുന്നു.

സെക്രട്ടറി
കുടുംബക്ഷേമകേന്ദ്രം
ടി.ഡി.എം. ഹാൾ കോംപ്ലക്സ്,
ഡി. എച്ച്. റോഡ്,
കൊച്ചിൻ - 682 016
ഫോൺ : 2361160, Ext - 20

എറണാകുളം ശിവക്ഷേത്രത്തിലെ 2014 ലെ ഉത്സവത്തോടനു ബന്ധിച്ച് നടന്ന ആറാട്ട് ചടങ്ങിന്റെ ഗാർഡു് ഓഫ് ഓണർ

ജസ്റ്റിസ് വി.ആർ. കൃഷ്ണയ്യർ എറണാകുളം ജനറൽ ഹോസ്പിറ്റലിലെ കാൻസർ വാർഡിലെ അന്തേവാസികൾക്ക് എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ വകയായി അന്നദാനം നൽകുന്നു. ചടങ്ങിൽ മേയർ ടോണി ചമ്മിണി, പി. രാജീവ് എം.പി., സി.ജി. രാജഗോപാൽ, പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു) എന്നിവർ

എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ സഹകരണത്തോടെ ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ നടത്തിയ ഇടഗുഞ്ചി മഹാഗണപതി യക്ഷഗാനമണ്ഡലിയുടെ ദുരോയധനവധത്തിൽ നിന്ന്

എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ സഹകരണത്തോടെ ബീം ഒരുക്കുന്ന മാർച്ച് മാസ പരിപാടി

പ്രശസ്ത സംഗീതജ്ഞൻ

ഡോ: ശ്രീവത്സൻ ജെ. മേനോൻ അവതരിപ്പിക്കുന്ന

സംഗീതക്കച്ചേരി

28.03.2014 വെള്ളിയാഴ്ച 6.15 pm ടി.ഡി.എം. ഹാൾ ഗംഗ (A/C) എറണാകുളം

DATE OF PUBLICATION: 10th MARCH 2014

RNI No. KERMAL/2008/23515

REGISTERED NEWSPAPER

M6-57945/2007

Volume No. 7 MARCH 2014 Issue No. 2

POSTAL REGISTRATION NO.KL/EKM/514/2012-14

LICENCE NO. KL/CR/EKM/WPP-5/2012-14

LICENCED TO POST WITHOUT PREPAYMENT

TDM Hall YAMUNA (a/c)

TDM Hall GANGA (a/c)

TDM Hall KAVERY (a/c)

TDM Hall KAILSAM Economy Room

TDM Hall KAILSAM Deluxe Room

TDM Hall KAILSAM Executive Room

The views expressed in this journal are those of the authors and need not necessarily reflect the policies and views of Ernakulam Karayogam

Vol. 7 Issue No. 2 Edited, Printed and Published by M. Sreevallabhan Nair for and on behalf of Ernakulam Karayogam, TDM Hall Complex, Durbar Hall Road, Kochi - 682016, Ph: 0484- 2361160. E-mail : ekmkgm@gmail.com Website: - www.ernakulamkarayogam.com, Printed at: Murali Industries, Babu Cottage, Alappat Extn. Road, Behind Ravipuram Temple, Cochin - 16.