കരയോഗ സൗഹൃദം

സത്യം പരം ധീമഹി Rs. 6

മാസിക : എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ മുഖപത്രം **Pages 44**

വാല്യം - 15 ലക്കം - 3 കുംഭം - 1198 മാർച്ച് 2023

എറണാകുളം കരയോഗം കഥകളി ക്ലബ്ബിന്റെ 65-ാം വാർഷികവും 28-ാമത് കഥകളി അവാർഡുദാനവും

ശ്രീ. സദനം രാമൻകുട്ടി നായർ, ശ്രീ. കലാമണ്ഡലം മോഹനകൃഷ്ണൻ, ശ്രീ.കലാമണ്ഡലം വിജയകൃഷ്ണൻ, ശ്രീ. കലാമണ്ഡലം വേണുകുട്ടൻ, ശ്രീ. കലാനിലയം സജി, ശ്രീ. കലാമണ്ഡലം ബാലൻ, ശ്രീമതി. പാർവ്വതി മേനോൻ എന്നിവർക്ക് ***ബഹു: കേരള ഹൈക്കോടതി ജസ്റ്റിസ് അലക്സാണ്ടർ തോമസ്*** *അവാർഡുകൾ സമ്മാനിച്ചു. കൂടാതെ കലാ. ഇ. വാസുദേവൻ നായരെ അനുമോദിക്കുകയും ചെയ്തു*

ഉള്ളടക്കം

വാല്യം 15 | ലക്കം 3 | മാർച്ച് 2023

എഡിറ്റോറിയൽ	3
സെക്രട്ടറിയുടെ പംക്തി	5
ബാലലോകം	8
വാസ്തു.	10
ക്ഷേത്രങ്ങളിലൂടെ.	11
ശ്രീമഹാഭാഗവതം	16
കാശ്മീർ ഭൂമിയിലെ പറുദീസാ	21
വിദ്യാധരാജാ ചട്ടമ്പിസ്വാമികൾ	23
ആഹാരം തന്നെ ഔഷധം	25
ഇടശ്ശേരി എന്ന കാവ്യപ്രതിഭ	27
ഉറക്കം	31
എന്നെ സ്നേഹിക്കുന്ന എന്ന് സ്വന്തം തലച്ചോറ്	33
ജീവിതചിന്തകൾ	36
ആത്മാനം ചേൽ വിജാനീയത്	37
മാസഫലം	40
മാട്രിമോണിയൽ.	41

പത്രാധിപസമിതി

ആലപ്പാട്ട് മുരളീധരൻ
(മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ)

എം. ശ്രീവല്ലഭൻ നായർ
(എഡിറ്റർ)

പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)

കെ.ടി. മോഹനൻ

എഡിറ്റോറിയൽ

വിവേചനരഹിത സമൂഹമാണ് ഉണ്ടാവേണ്ടത്.

ഭൂമിശാസ്ത്രപരമായി അതിരുകൾ നിർണ്ണയിച്ച് രൂപീകരിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള ഒരു രാജ്യത്ത് അധിവസിക്കുന്ന ജനങ്ങളുടെയെല്ലാം വിചാര വീക്ഷണകോണുകൾ ഒന്നാകുക എന്നുള്ളത് തീർത്തും അസ്വാഭിവികമാണ്, അസാധ്യമാണ്. അതുകൊണ്ടു തന്നെയാണ് വ്യത്യസ്ത അഭിപ്രായങ്ങളിൽ ഭൂരിപക്ഷ അഭിപ്രായത്തെ എല്ലാവരും മാനിച്ച് സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്ന നിയമങ്ങളനുസരിച്ച് ആ രാജ്യത്തെ ജനങ്ങൾ മുഴുവനും ഒരുമയോടെ ജീവിക്കുന്നത്. ഇതാണല്ലോ ജനാധിപത്യസമ്പ്രദായത്തിലെ കീഴ്വഴക്കം അതുകൊണ്ട് തന്നെയാണ് മുതലാളിത്ത ഭരണസമ്പ്രദായത്തെക്കാളും മതാധിഷ്ഠിത ഭരണസംവിധാനത്തെക്കാളും ഏറെ ഉത്തമം ജനാധിപത്യഭരണം തന്നെയാണെന്ന് നാം വിശ്വസിക്കുന്നതും, അതുകൊണ്ട് അതിന്റെ വക്താക്കളായി വർത്തിക്കുന്നതും. ലോകത്ത് ഒട്ടും അവഗണനീയമല്ലാത്ത ഒരു നല്ല വിഭാഗം ജനങ്ങൾക്ക് ഇന്നും ഈ ഭാഗ്യം ലഭിക്കുന്നില്ല എന്നുള്ളത് ഖേദകരമാണ്. എന്നാൽ നമ്മുടെ ഭാരതം ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ ജനാധിപത്യരാജ്യമായി നിലനില്ക്കുവെന്നുമാത്രമല്ല രാഷ്ട്രീയ സുസ്ഥിരതയുള്ള, മികച്ച സാമ്പത്തീ

കശേഷിയുള്ള, ലോകത്തെ നയിക്കാൻ കെല്പുള്ള രാജ്യമായി മുന്നേറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ദേശസ്നേഹിയായ ഓരോ ഭാരതീയനും അഭിമാനിക്കാൻ വക നല്കുന്നതാണ് ഈ മുന്നേറ്റം. പ്രസംഗങ്ങളും മുദ്രാവാക്യം വിളികളും കൊണ്ട് ഒരു രാജ്യത്തിനും മുന്നേറാൻ സാധ്യമല്ല. അതിന് കറകളഞ്ഞ, നിസ്വാർത്ഥ സേവനതത്പരയുള്ള രാജ്യസ്നേഹികൾ ഭരണ ചക്രം തിരിക്കണം. അങ്ങനെയുള്ളവർക്ക് ഒരു കടമകൂടി ഉണ്ട്. സമൂഹത്തിലെ മുഴുവൻ ആളുകളേയും തുല്യരായി കാണുകയും വിവേചനരഹിതമായ ഭരണസംവിധാനവും നീതിനിർവ്വഹണവും നടപ്പാക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നുള്ളതാണത്.

രാഷ്ട്രപിതാവിന്റെ ഭാവനയിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന 'രാമരാജ്യ'ത്തിലേയ്ക്ക് കുതിക്കുന്ന നമ്മുടെ ഈ സ്വതന്ത്ര ഭാരതത്തിൽ ജാതിമത ചിന്തകൾക്കതീതമായി എല്ലാ പൗരന്മാർക്കും തുല്യപരിഗണന ലഭിക്കണം. അത് വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ കാര്യത്തിലായാലും ജോലിയുടെ കാര്യത്തിലായാലും എല്ലാവർക്കും ഒരേ മാനദണ്ഡം ആയിരിക്കണം ഉണ്ടാവേണ്ടത്. 2021 മാർച്ച് 12 മുതൽ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ അമൃത് മഹോത്സവം ആഘോഷിക്കുകയാണല്ലോ നാം. അത് നമ്മുടെ രാജ്യത്തിന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യ ലബ്ധിയുടെ 75-ാം വാർഷികദിനമായ ആഗസ്റ്റ് 15 വരെയാണ് ആഘോഷിക്കപ്പെടുക. അങ്ങനെ രാജ്യം സ്വതന്ത്രമായി 75 വർഷം പൂർത്തിയാകാൻ പോകുന്ന ഈ വേളയിലെങ്കിലും ജാതിയുടേയും മതത്തിന്റേയും അടിസ്ഥാനത്തിൽ വിദ്യാഭ്യാസാനുകൂല്യങ്ങളും സ്ക്കൂൾ/ കോളേജ് പ്രവേശനവും ജോലിയും ഒക്കെ നല്കുന്നത് പുനപരിശോധിക്കേണ്ടതല്ലേ? ഇനി എത്ര കാലം അശാസ്ത്രീയമായ ഈ നടപടികൾ തുടരും.? ഇക്കാര്യത്തിൽ ഒരു പുനർവിചിന്തനം അത്യാവശ്യമാണ്. എന്തേ ഭരണം നടത്തുന്നവരും അല്ലാത്തവരുമായ രാഷ്ട്രീയപാർട്ടികൾ ഇതേക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുന്നില്ല.? ഇതിന്റെ ദൂഷ്യഫലങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്നവർ എണ്ണത്തിൽ കുറവായതുകൊണ്ടാണോ?

സ്വാതന്ത്ര്യം ലഭിച്ച സമയത്തെ അവസ്ഥയല്ല ഇന്നുള്ളത്. അസൂയാവഹമായ വളർച്ചയാണ് നമ്മുടെ ഭാരതം നേടിയിരിക്കുന്നത്. അത് ഓരോ ഭാരതീയന്റെയും വളർച്ചയാണ് കാണിക്കുന്നത്. ഇനിയും ഈ മുന്നേററം തുടരും, തുടരണം. പക്ഷെ ഇപ്പോഴും സമർത്ഥരായ ഒട്ടേറെ ചെറുപ്പക്കാർ വിദ്യാഭ്യാസത്തിനും ജോലിക്കുമായി അന്യ രാജ്യങ്ങളെ ആശ്രയിക്കുന്ന അവസ്ഥയാണുള്ളത്. അത് അവരുടെ അഭിരുചിയും കഴിവും അനുസരിച്ചുള്ള വിദ്യാഭ്യാസമോ, ജോലിയോ ഇവിടെ ലഭിക്കാത്തതുകൊണ്ടുമാത്രമാണ്. അല്ലെങ്കിൽ സ്വന്തം രക്ഷിതാക്കളേയും ബന്ധുജനങ്ങളേയും നാടിനെയും നാട്ടുകാരെയുമെല്ലാം ഉപേക്ഷിച്ച് അന്യരാജ്യങ്ങളിലേയ്ക്ക് ആരും പോകില്ല. ഇതുമൂലം ഈ രാജ്യത്തിന്റെ ഭാവി കെട്ടിപ്പടുക്കേണ്ട സമർത്ഥരായ ആളുകളെയാണ് രാഷ്ട്രത്തിന് നഷ്ടമാവുന്നതും. ഭാരതത്തിന്റെ ഭാവി ശോഭനമാക്കുവാൻ കെല്പുള്ള ഇത്തരം മിടുക്കർക്ക് പഠിക്കുവാനും ഉയരുവാനുമുള്ള സൗകര്യം ഇവിടെ തന്നെ നല്കണം. ഇത്രയും കാലവും വിദ്യാഭ്യാസത്തിലും സർക്കാർ ജോലികളിലും ഒക്കെ കാട്ടിയിരുന്ന ജാതി മത പരിഗണന ഇനിയെങ്കിലും അവസാനിപ്പിക്കണം. ഒരു രാജ്യം മുന്നേറണമെങ്കിൽ മെറിറ്റ് അല്ലെങ്കിൽ കഴിവിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നിയമനങ്ങൾ നടക്കണം. അപ്പോൾ രാജ്യത്ത് നിന്ന് ബൗദ്ധിക ചോർച്ചയും ഉണ്ടാകില്ല. അങ്ങനെയാകുമ്പോൾ 'സർക്കാർ കാര്യം മുറപോലെ' എന്ന ചൊല്ല് മാറും. രാജ്യത്തിന് ഗുണപ്രദമായ ഒട്ടേറെ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്ത, രാജ്യത്തിന്റ കെട്ടുറപ്പിനും ഭദ്രതയ്ക്കും വേണ്ടി ധീരമായ നടപടികൾ കൈക്കൊണ്ട സർക്കാരിനെ ആത്മാർത്ഥമായി അഭിനന്ദിക്കുന്നതോടൊപ്പം ഇന്ന് സർക്കാർ തലത്തിലും അതുവഴി സമൂഹത്തിലും നിലനില്ക്കുന്ന ജാതി മത വിവേചത്തിനു കൂടി അറുതിവരുത്തുവാൻ വേണ്ട നടപടികൾ കൈക്കൊള്ളണമെന്ന് ആഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

ജയ്ഹിന്ദ്

*****

ജനറൽ സെക്രട്ടറിയുടെ പംക്തി

പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)

പ്രിയ കരയോഗാംഗങ്ങളെ,

പൊതു പ്രവർത്തനം ജീവനോപാധിയായി സ്വീകരിച്ച് കൊടിയുടെ നിറത്തിന്റെ പേരിൽ അധികാരത്തിൻെറ ശീതളച്ഛായയിൽ ധനാഢ്യരായ അനേകം വ്യക്തികളെ നമുക്ക് കാണുവാൻ കഴിയും. സത്യത്തിൽ ജീവിതത്തിൽ ഒരു തൊഴിലെടുക്കുകയോ,ഒരുകൈത്തോഴിൽപഠിച്ച് അതു ജീവനോപാധി ആക്കിയിട്ടുമില്ലാത്ത സമ്പന്നരായ ധാരാളം നേതാക്കളെ നമുക്ക് സുപരിചിതമാണ്. ഇത്തരക്കാരുടെ വായ്ത്താരിയും പൊതുജനത്തെ അടിച്ചമർത്തി ഭരിക്കുവാനുള്ള ജാള്യതയില്ലാത്ത സ്വഭാവവുമാണ് അവരുടെ കൈമുതൽ. ഇത് ഇന്നത്തെ കാലത്തിൻെറ പ്രത്യേകതയാണ്. ആരേയും കുറ്റപ്പെടുത്തിയിട്ട് കാര്യമില്ല. ഇതിന്റെ പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദികൾ വോട്ടർമാരായ നമ്മൾ ഓരോരുത്തരും ആണ് എന്ന് ആമുഖമായി സൂചിപ്പിച്ചുവെന്ന് മാത്രം.

ഒരു കാലത്ത് വളരെ സത്യസന്ധതയോടെ ആത്മാർത്ഥമായി വ്യവഹാരത്തിന്റെ ഇടവേളകളിൽ കിട്ടുന്ന സമയങ്ങളിൽ സാമൂഹിക പ്രവർത്തനവും സമുദായപ്രവർത്തനവും നടത്തിയിരുന്ന ധാരാളം മഹദ്വ്യക്തികളേയും നമുക്കറിയാം. അദ്ധ്യാപകർ, അഭിഭാഷകർ, തുടങ്ങിയ തങ്ങളുടെ ഔദ്യോഗിക വൃത്തികൾ വളരെ ഭംഗിയായി നടത്തിക്കൊണ്ടുപോകുകയും അതോടൊപ്പം പൊതുപ്രവർത്തനം ഒരു ഈശ്വരസേവപോലെആത്മാർത്ഥമായി സമർപ്പണമനോഭാവത്തോടെ ചെയ്തിരുന്ന മഹദ്വ്യക്തികളും ഉണ്ടായിരുന്നു. നിങ്ങൾക്ക് ഏവർക്കും അറിയാവന്നതു പോലെ, പല പ്രസ്ഥാനങ്ങളിലും എന്ന പോലെ എറണാകുളം കരയോഗസ്ഥാപകനേതാക്കന്മാരിൽ നൂറുശതമാനവും മേൽസൂചിപ്പിച്ചിരുന്ന തരത്തിലുള്ള വ്യക്തിത്വങ്ങൾ ആയിരുന്നു. ഇങ്ങനെയുള്ള നിസ്വാർത്ഥ സേവകരുടെ കാലമല്ല ഇത്. അതിന് പല കാരണങ്ങളുമുണ്ടാകും. അന്ന് തന്റെ കൃത്യനിർവ്വഹണത്തിന് ശേഷമുള്ള ഇടവേളകളിൽ സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക സുഹൃദസംഗമങ്ങൾക്കുള്ള ഇടം ലഭിച്ചിരുന്നു. ഇന്ന് അതല്ല സ്ഥിതി.

ഇന്നത്തെ പുതിയ തലമുറ സമയത്തിന്റെ വിലയും തന്റെ നിലയും വ്യക്തമായി മനസ്സിലാക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് സംശയമുണ്ട്. ജോലി കഴിഞ്ഞാൽ വീടും മറ്റ് സ്വന്തം സന്തോഷത്തിനും മാത്രം ഉപകാരപ്പെടുന്ന വിനോദങ്ങൾ സ്വയം കണ്ടെത്തി. അതിൽ അർമാതിച്ച് “അടിപൊളി ജീവിതം” നയിക്കുന്നവർ ജീവിതം പാഴാക്കുകയാണ് എന്ന് പറഞ്ഞാൽ തെറ്റാവില്ല എന്ന് വിശ്വസിക്കട്ടെ. സാമൂഹിക ബോധമില്ലാത്ത, കുടുംബബന്ധങ്ങളിൽ താല്പര്യമില്ലാത്ത, സ്വാർത്ഥ താല്പര്യത്തിന് മാത്രം മൂൻതൂക്കം കൊടുത്തുകൊണ്ട് ജീവിക്കുന്ന ഒരു തലമുറയുടെ ദയനീയാവസ്ഥ കണ്ടു ദുഖിക്കുന്ന മുതിർന്നവരുടെ പ്രതിനിധികളാണ് നമ്മൾ. എന്തുകൊണ്ട് ഇങ്ങനെ സംഭവിച്ചു എന്നു ചോദിച്ചാൽ അതിനുള്ള ഉത്തരം ഈ സമൂഹമല്ല, താൻ തന്നെയാണ്, തന്റെ കുടുബംമാണ് ഇതിനുത്തരവാദി എന്ന് പറയേണ്ടി വരും. പുതിയ തലമുറയെ അണുകുടുംബമായും, വെറും പഠിപ്പിസ്റ്റുകളുമായി മാത്രം വളർത്തി വലുതാക്കി വലിയ വലിയ ഉദ്യോഗങ്ങളിൽ വിഹരിക്കുവാൻ അവസരം ഉണ്ടാക്കുവാൻ നമ്മൾ പരമാവധി ശ്രമിക്കുകയും സാമൂഹിക ജീവിയായി സമൂഹത്തിൽ ഇടപഴകുവാൻ അവർക്ക് അവസരം നല്കുകയോ അതിനുള്ള സാഹചര്യം സൃഷ്ടിക്കുകയോ നാം ചെയ്തിട്ടില്ല എന്നുള്ളതാണ് ഇതിന്റെ പ്രധാന കാരണം.

ഇത് ഇവിടെ സൂചിപ്പിക്കുവാനുള്ള കാരണം കഴിഞ്ഞ അഞ്ച് പതിറ്റാണ്ടിന്റെ പൊതുപ്രവർത്തനപരിചയം ഉള്ള വ്യക്തിയെന്ന നിലയ്ക്ക്, തുടങ്ങിയ കാലത്ത് ഉണ്ടായിരുന്ന കാഴ്ചപ്പാടല്ല ഇന്ന് നമ്മോടൊപ്പം പ്രവർത്തിക്കാൻ വരുന്ന വ്യക്തികൾക്കുള്ളത്. എനിക്ക് എന്ത് ലഭിക്കും?, ഇതുകൊണ്ട് എനിക്ക് എന്തു പ്രയോജനം?, എന്ന ചിന്തയാണ് പലർക്കും. സമൂഹത്തിനും നാടിനും എന്തു സംഭവിച്ചാലും തന്നെ ബാധിക്കില്ലാ എന്ന വിരുദ്ധ കാഴ്ചപാട് ഉള്ള ഒരു നല്ല വിഭാഗം അടങ്ങുന്ന തലമുറയേയാണ് നാം ഇന്നു കാണുന്നത്. സമൂഹത്തിൽ സംഭവിക്കുന്ന എന്ത് ദോഷങ്ങളും തനിക്കും തന്റെ കുടുംബത്തിനും തീർച്ചയായും അനുഭവിക്കേണ്ടി വരും എന്ന തിരിച്ചറിവില്ലാതെ പോകുന്നതാണ് ഇതിന്റെ മുഖ്യമായ കാരണം.

അടുത്ത ഒന്നുരണ്ടു പതിറ്റാണ്ടുകൾക്കുള്ളിൽ പൊതു പ്രവർത്തനത്തിനും ജീവകാരുണ്യപ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും നിസ്വാർത്ഥരായ പൊതുപ്രവർത്തകരെ ലഭിക്കുന്നതിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട് ഉണ്ടാകുമെന്നുള്ളതിൽ സംശയമില്ല. കാര്യശേഷിയും കർമ്മശേഷിയും സമയവും ഉള്ള പ്രവർത്തകർ കരയോഗത്തിന്റ പ്രവർത്തനങ്ങളിലേയ്ക്ക് എത്തിപ്പെടണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്നു. പ്രതീക്ഷയോടെ, കാത്തിരിക്കുന്നു.

എറണാകുളം കരയോഗം സാംസ്ക്കാരിക വേദിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ മാർച്ച് 19-ാം തീയതി ഞായറാഴ്ച 4 മണിക്ക് രവീന്ദ്രൻ അനുസ്മരണ സംഗീതപരിപാടി ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ.

എറണാകുളം കരയോഗവും ബീമും സംയുക്തമായി സംഘടിപ്പിക്കുന്ന പ്രതിമാസപരിപാടി മാർച്ച് 28-ാം തീയതി ചൊവ്വാഴ്ച മലയാളനാടകാചാര്യനായ ശ്രീ എൻ.എൻ. പിള്ളയുടെ ജീവചരിത്രസംബന്ധിയായ നാടകം 'ഞാൻ' ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

എറണാകുളം ഹെറിറ്റേജ് ഗ്രൂപ്പിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ശ്രീ. രവി കുറ്റിക്കാട് 'കൊച്ചിയുടെ കാണാമുഖങ്ങൾ' എന്ന വിഷയത്തെ അധികരിച്ച് മാർച്ച് 25 ശനിയാഴ്ച വൈകുന്നേരം 5 മണിക്ക് ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ വെച്ച് പ്രഭാഷണം നടത്തുന്നു.

കരയോഗത്തതിന്റെ എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും പരിപാടികളിലും നിങ്ങളുടെ വിലയേറിയ നിർദ്ദേശങ്ങളും ഉപദേശങ്ങളും സഹകരണവും സാന്നിധ്യവും ഉണ്ടാവണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിച്ചുകൊണ്ട്,

ജനറൽ സെക്രട്ടറി

****

എറണാകുളം കരയോഗം

ടി.ഡി. എം ഹാൾ കോംപ്ലക്സ്, ഡി. എച്ച് റോഡ്, കൊച്ചി - 682016

സ്വതന്ത്രകരയോഗങ്ങളുടെ കൂട്ടായ്മ

സാമുദായിക ക്ഷേമ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കു വേണ്ടി പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്ന സ്വതന്ത്ര കരയോഗങ്ങളെ പങ്കെടുപ്പിച്ചുകൊണ്ട് കേന്ദ്രീകൃതസ്വഭാവത്തിൽ പരസ്പരസഹായവും, സഹകരണവും, ഉറപ്പിച്ച്, സമുദായത്തിന്റെ ഉയർച്ചയ്ക്കും വളർച്ചയ്ക്കും വേണ്ടി ഒന്നിച്ചു നിന്നു പ്രവർത്തിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരു പൊതുവേദി ഒരുക്കുകയാണ് സ്വതന്ത്രകരയോഗങ്ങളുടെ കൂട്ടായ്മയുടെ ലക്ഷ്യം. ഈ സംരംഭവുമായി സഹകരിക്കുവാൻ താല്പര്യമുള്ളവരുടെ ഒരു യോഗം ചേർന്ന് യോജിച്ച് പ്രവർത്തിക്കുവാൻ കഴിയുന്ന മേഖലകളിൽ ഒത്തൊരുമയോടെ പ്രവർത്തിക്കുകയാണ് ഉദ്ദേശ്യം. താല്പര്യമുള്ള കരയോഗങ്ങൾ. kgmtdmadmn@outlook.com എന്ന ഇ-മെയിലിൽ ദയവായി ബന്ധപ്പെടുക.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് - എം. ശ്രീവല്ലഭൻ നായർ-ഫോൺ : 9947736071

എറണാകുളം കരയോഗം

വിഷു

വിപണന മേള 2023
ടി. ഡി. എം. ഹാളിൽ

2023 ഏപ്രിൽ 5 ബുധനാഴ്ച മുതൽ 15 ശനിയാഴ്ച വരെ

ഏപ്രിൽ മാസം 5-ാം തീയതി രാവിലെ 10.30 ന് വിഷു വിപണന മേള ആരംഭിക്കുന്നു.

ഉപ്പേരികൾ, കൊണ്ടാട്ടങ്ങൾ, പാലട, വിവിധയിനം പ്രഥമനുകൾ എന്നിവ ടി.ഡി.എം ഹാൾ വിഷു വിപണനമേളയിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്നതാണ്. എല്ലാ ദിവസവും രാവിലെ 10.30 മുതൽ വൈകുന്നേരം 7.00 മണി വരെയായിരിക്കും വിപണനമേളയുടെ കൗണ്ടർ പ്രവർത്തിക്കുന്നത്.

വിഷുദിനത്തിൽ പ്രഥമനുകൾ ഏപ്രിൽ 15-ാം തീയതി ലഭിക്കും.

വിഷുവിന് പ്രഥമനുകൾ മുൻകൂട്ടി ബുക്കു ചെയ്യുവാൻ ഏപ്രിൽ 5 മുതൽ 13 വരെ രാവിലെ 11.00 മണി മുതൽ വൈകുന്നേരം 4.00 മണി വരെ ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ സൗകര്യം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്.

വിഷു സദ്യകിറ്റ് 4 പേർക്ക് 1400 രൂപ
(15-4-2023 രാവിലെ 9 മണി മുതൽ 10 മണി വരെ മാത്രം)

4 പേർക്കുള്ള വിഭവങ്ങൾ:- ചോറ്, 2 ഇനം പ്രഥമനുകൾ, സാമ്പാർ, അവിയൽ, കാളൻ, ഓലൻ, പച്ചടി, കിച്ചടി, എരിശ്ശേരി, തോരൻ, അച്ചാർ (3 തരം), ഉപ്പേരി (2 തരം), പരിപ്പ്, നെയ്യ്, മോര്, രസം, പപ്പടം, പഴം, ഇല എന്നിവ അടങ്ങിയ കിറ്റൊന്നിന് 1400/- രൂപയാണ്. സദ്യകിറ്റ് മുൻകൂറായി ബുക്കു ചെയ്യുവാൻ ഏപ്രിൽ മാസം 5 മുതൽ 13 വരെ രാവിലെ 11.00 മണി മുതൽ വൈകുന്നേരം 4.00 മണി വരെ ടി.ഡി. എം ഹാളിൽ സൗകര്യം ഒരുക്കിയിട്ടുണ്ട്.

വിഷു ദിവസം രാവിലെ 9 നും 10 നും ഇടയ്ക്ക് എത്തിച്ചേരുന്നവർക്കു മാത്രമേ സദ്യകിറ്റ് വിതരണം ഉണ്ടായിരിക്കുകയുള്ളൂ എന്ന് അറിയിക്കുന്നു.

വിപണനമേളയിൽ നിന്ന് ഉൽപന്നങ്ങൾ വാങ്ങുവാൻ വരുന്നവർ ക്യാരീബാഗ് കൊണ്ടുവരേണ്ടതാണ്.

എറണാകുളം കരയോഗം മാംഗല്യ ട്രസ്റ്റ്

ബാലലോകം

പറവൂർ രാജഗോപാൽ (ഫോൺ: 9847291483)

പാക്കനാരുടെ വടി

പ്രിയപ്പെട്ട ബാലലോകം കൂട്ടുകാരേ,

പാക്കനാരെക്കുറിച്ച് കേട്ടിട്ടില്ലേ കൂട്ടുകാർ? 'പറയിപെറ്റപന്തിരുകുല'ത്തിലെ ജ്ഞാനിയും പണ്ഡിതനുമായി പ്രസിദ്ധനായിരുന്നു അദ്ദേഹം. പാക്കനാരുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഒരു കഥയാണ്. വായിച്ചോളൂ..

ഒരിക്കൽ നാല് ബ്രാഹ്മണർ ചേർന്ന് ഗംഗാസ്നാനത്തിനു തിരിച്ചു. പോകും വഴി അവർ പാക്കനാരെ കണ്ടുമുട്ടി.

പാക്കനാർ ചോദിച്ചു.

'എങ്ങോട്ടാണ് നാൽവരും ചേർന്ന്? കാശിക്കോ, കന്യാകുമാരിക്കോ, അതോ കൈലാസത്തിലേക്കോ..?'

'ഞങ്ങൾ ഗംഗാസ്നാനത്തിനായി കാശിക്കു പോകുകയാ പാക്കനാരെ. ഗംഗാസ്നാനം പുണ്യമെന്നാണല്ലോ. പാപങ്ങൾ തീരാൻ ഗംഗാസ്നാനമാണുത്തമം.' - ബ്രാഹ്മണർ പറഞ്ഞു.

'അപ്പൊ ഇവിടെയുള്ള ജലത്തിലൊന്നും സ്നാനം ചെയ്താൽ പോരല്ലേ?'

'പോരാ, പോരാ. പാപങ്ങൾ തീരാൻ ഗംഗയിൽ തന്നെ മുങ്ങണം.'

ഒരു നിമിഷം പാക്കനാർ ചിന്തിച്ചുനിന്നു. പിന്നെ പറഞ്ഞു.

'എങ്കിൽ പിന്നെ എന്റെ ഈ വടികൂടൊന്നു കൊണ്ടുപോയി നിങ്ങൾ മുക്കിയെടുത്താലും. നിങ്ങൾ മുങ്ങുമ്പോ ഈ വടി കൂടി മുങ്ങിപൊങ്ങട്ടെ. വിരോദാവൂല്ലെന്നുവെച്ചാൽ,...'

ബ്രാഹ്മണർ ചോദിച്ചു.

'വിരോധോണ്ടായിട്ടല്ലാ. എന്നാലും ചോദിക്ക്യാ. എന്തുട്ടിനാ ഇത് തന്നയയ്ക്കുന്നത്. ഇത് മുക്കി കൊണ്ടുവന്നിട്ടെന്തിനാ?'

പാക്കനാർ ചിരിച്ചു

വടിയല്ലേ. തല്ല് പലർക്കും കൊടുത്തിട്ടുണ്ടാവും. അങ്ങനെ പാപം കാണും. വടിക്കും കൈവരട്ടെ കുറച്ചു പുണ്യം.'

ബ്രാഹ്മണർ വടിയും വാങ്ങി പോയി. ഗംഗയിൽ മുങ്ങുമ്പോൾ അവർ വടിയും മുക്കി. പക്ഷേ, മുങ്ങിനിവർന്ന് നോക്കുമ്പോൾ വടി കാണുന്നില്ല. അത് അടിയിലെവിടെയോ മുങ്ങിതാണു പോയതാവും.

'എന്തായിപ്പോ ചെയ്യായിനി. പാക്കനാരെന്തായിപ്പോ വിചാരിക്ക്യാ നമ്മെപ്പറ്റി..?' ബ്രാഹ്മണർ വല്ലാതായി. ഗംഗയിൽ പലയിടത്തും മുങ്ങിനോക്കിയിട്ടും വടികിട്ടിയില്ല.

നാലുപേരും വിഷണ്ണരായി. വടിയില്ലാതെ വിഷമത്തോടെ അവർ മടങ്ങി പോരും വഴി നാലുപേരും നിശ്ചയിച്ചു.

'പറയ്ന്നെ അങ്ങോട്ട്; വടി മുങ്ങി പോയെന്ന്.'

പാക്കനാരെ കണ്ടു അവർ പറഞ്ഞു

'ന്റെ പാക്കനാരെ ഒരബന്ധം പറ്റി. അതിപ്പോ എങ്ങനാ പറയാനാണ്.'

'എന്തുപറ്റി? എന്റെ വടിയെവിടെ? ഗംഗയിൽ മുക്കിയില്ലെ നിങ്ങളത്?'

ബ്രഹ്മണർ അൽപ്പം സങ്കോചത്തോടെ പറഞ്ഞു

'വടിയൊക്കെ മുക്കി. എന്നാൽ മുങ്ങി നിവർന്ന് നോക്കുമ്പോൾ വടിയെങ്ങും കണ്ടില്ല. മുങ്ങിതാണുപോയതാവും. ഞങ്ങളോടു ക്ഷമിക്കണം.'

'സാരമില്ല. ഗംഗയിൽ അല്ലെ മുങ്ങിപ്പോയത്. അതുകൊണ്ടു തന്നെ തിരിച്ചു കിട്ടാൻ പ്രയാസമില്ല.'

പാക്കനാർ തൊട്ടടുത്തുള്ള കുളത്തിലേയ്ക്കു നടന്നു. ബ്രാഹ്മണർ കൂടെചെന്നു.

കുളത്തിലേയ്ക്കു നോക്കി പാക്കനാർ പറഞ്ഞു

'ന്റെ വടി തിരിച്ചുകിട്ടിയാൽ കൊള്ളാമായിരുന്നു.'

അത്ഭുതം! അതാ, കുളത്തിൽ നിന്ന് വടി പൊങ്ങി വരുന്നു.

'അതിശയായിരിക്ക്ണൂ!'- ബ്രാഹ്മണർ അന്തം വിട്ടുനിന്നു. പാക്കനാർ അവരെ നോക്കി ഗൂഢമായി മന്ദഹസിച്ചു.

ലോകത്തിൽ ജലാശയങ്ങളായി കാണുന്നതെല്ലാം ഗംഗയാണെന്നും, ശരിയായ ഭക്തിയുള്ളവർക്ക് ഗംഗയിൽത്തന്നെ പോകേണ്ടതില്ലെന്നും അവരെ മനസ്സിലാക്കുകയായിരുന്നു പാക്കനാർ.

കൂട്ടുകാർക്ക് കഥ ഇഷ്ടമായല്ലോ? കഥയിലെ സാരവും മനസ്സിലായി കാണുമല്ലോ? നല്ല നാളുകൾക്കായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

*****

പതിനഞ്ചാമത് എറണാകുളം കരയോഗം പി.എസ്. ഗോപിനാഥൻ നായർ പരിസ്ഥിതി അവാർഡ് - 2023

എറണാകുളം കരയോഗം-പി.എസ്. ഗോപിനാഥൻ നായർ പരിസ്ഥിതി അവാർഡിനുള്ള നാമനിർദ്ദേശങ്ങൾ 2023 മാർച്ച് 20 നു മുമ്പായി, കൺവീനർ, പരിസ്ഥിതി കമ്മിറ്റി, എറണാകുളം കരയോഗം-പി.എസ്. ഗോപിനാഥൻ നായർ പരിസ്ഥിതി അവാർഡ് 2023, ടി.ഡി.എം.ഹാൾ കോംപ്ലക്സ്, കൊച്ചി-682016 എന്ന വിലാസത്തിലോ, E-mail:ekmkgm@gmail.com, web: www.ernakulamkarayogam.com **എന്നതുകളിലൂടെ അയക്കാവുന്നതാണ്. വ്യക്തികളേയോ സ്ഥാപനങ്ങളെയോ നാമനിർദ്ദേശം ചെയ്യാവുന്നതാണ്. കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്, ശ്രീ. എസ്. ജയതിലകൻ, ഫോൺ: 9846042900ൽ ബന്ധപ്പെടുക. ഈ വർഷത്തെ (പതിനഞ്ചാമത്) പരിസ്ഥിതി അവാർഡ് - 2023 ഏപ്രിൽ 22ന് ശനിയാഴ്ച, ഭൗമ ദിനത്തിൽ വൈകുന്നേരം അഞ്ചു മണിക്ക് ടി.ഡി.എം.ഹാളിൽ നടക്കുന്ന യോഗത്തിൽ വെച്ച് വിതരണം ചെയ്യുന്നതാണ്.**

എറണാകുളം കരയോഗം

ടി.ഡി.എം ഹാളിൽ നടത്തുന്ന പ്രതിമാസ കലാ-സാഹിത്യ-സാംസ്കാരിക പരിപാടികൾ

മാർച്ച് - ഏപ്രിൽ

1	19-03-2023	ഞായർ	സാംസ്കാരിക വേദി - സംഗീതം	4.00 pm
2	25-03-2023	ശനി	ഹെറിറ്റേജ് - കൊച്ചിയുടെ കാണാമുഖങ്ങളെ കുറിച്ച് ഓർമ്മകൾ പങ്കുവയ്ക്കുന്നു.	5.00 pm
3	28-03-2023	ചൊവ്വാ	ബീം - നാടകം - **'ഞാൻ'**	6.15 pm
4.	11-03-2023 18-03-2023 25-03-2023 01-04-2023	ശനി	വേദാന്ത പഠന ക്ലാസ്സ് - ശ്രീമദ് ഭഗവത്ഗീത - ആചാര്യൻ കെ.ആർ. നമ്പ്യാർ	10.a.m. - 11.30 a.m.
5.	15-03-2023 22-03-2023 29-03-2023 05-04-2023	ബുധൻ	ദേവിഭാഗവത ക്ലാസ്സ് - വത്സല.പി.പി	3.00 p.m - 4.00 p.m.
6.	16-03-2023 23-03-2023 30-03-2023 06-04-2023	വ്യാഴം	എറണാകുളം കരയോഗം എൽഡർ സിറ്റിസൺസ് ഫോറം	4.00 p.m. - 6.00 p.m.

വാസ്തുശാസ്ത്രം

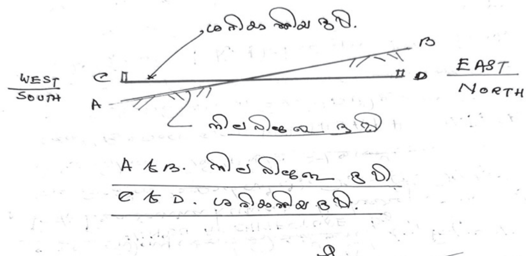
ശ്രീ. പ്രഭാകരമേനോൻ പര്യാടത്ത്, റിട്ടയേർഡ്
എഞ്ചിനീയർ, വാസ്തു വിദ്ഗദ്ധൻ
(ഫോൺ: 9447032434)

പ്ലോട്ട് ശരിയാക്കാതെ പണി തുടങ്ങരുത്

കഴിഞ്ഞയാഴ്ച ഒരു വീടു പരിശോധിച്ചതിൽ യാതൊരു കുഴപ്പങ്ങളും കണ്ടില്ല. എന്നിട്ടും കാര്യങ്ങളൊന്നും ശരിയായി നടക്കുന്നില്ല. പലരും വളരെ ശ്രദ്ധിച്ച് വാസ്തു നോക്കി വീടുകൾ പണിയുന്നുണ്ടെങ്കിലും സ്ഥലത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുന്നില്ല. ഞാൻ പോയി പരിശോധിച്ചവീടിന്റെ ഭൂമി കിഴക്കുനിന്നും പടിഞ്ഞാറോട്ട് ചരിവുള്ളതാണ്. വീടിന്റെ തറയുടെ കിഴക്കുവശം ഭൂമിയിൽ നിന്നും 45 സെ.മീ. ഉയരവും, പടിഞ്ഞാറുവശം 75 സെ.മീ. ഉയരവുമാണ്. വടക്കുവശത്ത് കിഴക്കോട്ടുമാറിയാണ് ഗേറ്റ്. പ്രധാനവാതിൽ വീടിന്റെ മദ്ധ്യത്തിൽ ചെന്നു കയറുന്ന ഹോളിന്റെ വടക്കു കിഴക്കാണ്. കിണർ കിഴക്കുവശത്ത് വടക്കോട്ടുമാറിവീടിന്റെ തറയിൽ നിന്നും ഉയരത്തിലാണ്.

വീടിനു ചുറ്റും ഉദ്ദേശം 6 മീറ്റർ കിഴക്കുനി ന്നും മണ്ണു പടിഞ്ഞാറ് വശത്തേക്കുമാറ്റി വീടിന്റെ തറയുടെ ഉയരം ഭൂമിയിൽ നിന്നും എല്ലാ ഭാഗത്തും ഒരേ ഉയരം വരാൻ പാകത്തിനു ശരിയാക്കിയ ശേഷം വീടിനു ചുറ്റും 14 മുതൽ 24 സെ.മീ. ഉയരത്തിൽ മതിൽ കെട്ടിതിരിക്കണം. ഭൂമി പടിഞ്ഞാറു താണും കിഴക്ക് പൊന്തിയും നിൽക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഈ തിരിച്ച ചുറ്റുമതിലിനുള്ളിൽ കിഴക്കും, പടിഞ്ഞാറും 60 സെ.മീ. മാറ്റി, 12 സെ.മീ ഉയരത്തിൽ ഒരതിരു കൂടി ഇടണം. വീടു പണി തുടങ്ങുന്നതിനു മുൻപ്, കിഴക്കോട്ടും, വടക്കോട്ടും വെള്ളം ഒഴുക്കുന്നതിനു പാകത്തിന് ഭൂമി ശരിയാക്കണം.

നമുക്കു പരിചയമുള്ള ചില സ്ഥലങ്ങളിൽ പരിശോധിച്ചാൽ ഇതറിയാവുന്നതാണ്. തിരുപ്പതിയിലും, കാളഹസ്തിയിലും കാഞ്ചികാമകോടി ശങ്കരാചാര്യർ ഒരേ പൂജാക്രമങ്ങൾ ക്രമീകരിച്ചിട്ടുള്ളതാണ്. തിരുപ്പതിയിൽ വടക്കുകിഴക്ക് കുളവും, തെക്കും പടിഞ്ഞാറും മലയുമാണ്. കാളഹസ്തിയിൽ കിഴക്കും, വടക്കും ഉയർന്നും, പടിഞ്ഞാറ് പുഴയുമാണ്. തിരുപ്പതിയിൽ സർവ്വൈശ്വര്യവും നിറഞ്ഞൊഴുകുന്നു. കാളഹസ്തിയിൽ നിത്യനിദാനചിലവിന് വിഷമിക്കുകയാണ്. തിരുനെല്ലിയിൽ വടക്കു കിഴക്ക് വലിയ മലയാണ്. തെക്കു പടിഞ്ഞാറ് താഴ്ന്നു കിടക്കുന്നു. തെക്കു പടിഞ്ഞാറുമൂലയിൽ വാഹനങ്ങൾ വരുന്നതിനുള്ള വഴി, തെക്കോട്ട് വളരെ ചരിഞ്ഞാണ്. കൊല്ലങ്ങൾക്കുമുൻപ് ഞാൻ അവിടെ പോവുകയും, തെക്കുപടിഞ്ഞാറെ മൂല മതിൽ കെട്ടി ഉയർത്തേണ്ട കാര്യം എഴുതിക്കൊടുത്തിരുന്നു. രണ്ടുമൂന്നുകൊല്ലം ആലോചിച്ചശേഷം തെക്കു പടിഞ്ഞാറെ മൂല അടച്ചുകെട്ടി, ഉദ്ദേശം 20 അടി മണ്ണിട്ടുയർത്തി, വെള്ളത്തിന്റെ ഒഴുക്ക് കിഴക്കോട്ടും, വടക്കോട്ടും ശരിയാക്കി. ഇപ്പോൾ കാര്യങ്ങൾ നന്നായി നടക്കുന്നുണ്ട്. ശബരിമലയിൽ തെക്കും, പടിഞ്ഞാറും മലയും, കിഴക്ക് വെള്ളവും, വടക്ക് താഴ്ന്നും കിടക്കുന്നു. ആരുവിചാരിച്ചാലും അവിടുത്തെ ഐശ്വര്യം കളയുവാൻ സാധിക്കില്ല. ഇതിൽ നിന്നും സ്ഥലം ശരിയാക്കേണ്ട പ്രാധാന്യം മനസ്സിലായിക്കാണും എന്നു വിചാരിക്കുന്നു.



****

വാസ്തു സംബന്ധമായ എല്ലാ സംശയങ്ങളും എല്ലാ മാസവും 10-ാം 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 ഉണ്ടായിരിക്കും. അദ്ദേഹത്തെ കാണുന്നതിന് മുൻകൂർ പേര് രജിസ്റ്റർ ചെയ്തിരിക്കണം.

ക്ഷേത്രങ്ങളിലൂടെ

എറണാകുളം കരയോഗം ടെമ്പിൾ ട്രസ്റ്റ് തൃക്കടക്കാപ്പിള്ളി ദുർഗ്ഗാ ഭഗവതിക്ഷേത്രം

കണിച്ചിനേഴത്ത് കൃഷ്ണൻ - 9633985606

സുപ്രസിദ്ധ നൂറ്റെട്ടു ദുർഗ്ഗാക്ഷേത്രങ്ങളിലൊന്നായ തൃക്കടക്കാപ്പിള്ളി ദുർഗ്ഗാഭഗവതി ക്ഷേത്രം എറണാകുളം ജില്ലയിൽ, പള്ളിപ്പുറം പഞ്ചായത്തിലുള്ള ചെറായിയിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നു. വടക്കൻ പറവൂരിൽ നിന്ന് 7 കി.മീ. തെക്കുപടിഞ്ഞാറായി സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന ഈ ക്ഷേത്രത്തിൽ നിന്ന് 1 കി.മീ. പടിഞ്ഞാറാണ് ഇന്നത്തെ പ്രസിദ്ധിയാർജ്ജിച്ച ചെറായി ബീച്ച്.

ചരിത്രവും പൈതൃകവും

'ടെമ്പിൾസ് ഓഫ് എറണാകുളം ഡിസ്ട്രിക്ട്' എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ കർത്താവായ ശ്രീ. എസ്സ്.ജയശങ്കർ ഈ ക്ഷേത്രത്തിന്റെ ചരിത്രത്തേയും പൈതൃകത്തേയും കുറിച്ച് ഇപ്രകാരം വിവരിക്കുന്നു, 9-ാം നൂറ്റാണ്ടിനു മുമ്പുള്ള കാലഘട്ടത്തിലേതാണ് ഈ ക്ഷേത്രം. മഹാവിഷ്ണുവിന്റെ അവതാരവും ചിരഞ്ജീവിയുമായ പരശുരാമൻ തന്നെയാണ് ഈ ദേവീവിഗ്രഹത്തെ ഈ സ്ഥാനത്ത് പ്രതിഷ്ഠിച്ചത്. ശംഖ്, ചക്രം, ഗദ, നിധികുംഭം എന്നിവ നാലു കൈകളിലേന്തി കിഴക്ക് ദിശയിലേക്ക് അഭിമുഖമായി നില്ക്കുന്ന ദേവീവിഗ്രഹത്തിന് 61 സെ.മി ഉയരമുണ്ട്. ക്ഷേത്രത്തിന്റെ കിഴക്കെ അതിർത്തിയിലൂടെ പെരിയാർ നദി ഒഴുകുന്നു. അതായത് പെരിയാർ നദിക്ക് അഭിമുഖമായിട്ടാണ് ദേവിയെ പ്രതിഷ്ഠിച്ചിട്ടുള്ളത്.

ക്രിസ്തുവർഷം 1341-ലെ വെള്ളപ്പൊക്കത്തിൽ പെരിയാർ ഗതിമാറി ഒഴുകിയതോടെയാണ് ഈ ക്ഷേത്രത്തിന് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം ലഭിച്ചത്. അതുവരെ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട വ്യാപാരകേന്ദ്രമായിരുന്ന കൊടുങ്ങല്ലൂരിന്റെ പ്രാമുഖ്യം അവസാനിക്കുകയും കൊച്ചി തുറമുഖം പ്രധാന വാണിജ്യ കേന്ദ്രമായി മാറുകയും ചെയ്തു. ഇതോടെ കൊച്ചി തുറമുഖത്തിന് അടുത്തായി സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന വൈപ്പിൻ ദ്വീപ് തന്ത്രപ്രാധാന്യം നേടുകയും ചെയ്തു. ഇതേത്തുടർന്ന് ഈ ക്ഷേത്രം ഹിന്ദുക്കളുടെ പ്രധാനപ്പെട്ട ആരാധനാലയമായി മാറി.

കേരള ഭൂപരിഷ്ക്കരണ നിയമം നടപ്പാക്കുന്നതിന് മുമ്പ് ക്ഷേത്രത്തിന് 5 ഏക്കർ സ്ഥലം ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ ഭൂപരിഷ്ക്കരണം വഴി 1.5 ഏക്കറോളം നഷ്ടമായി. ബാക്കിയുള്ള 3.5 ഏക്കർ ഭൂമിയാണ് ഇപ്പോൾ രേഖകൾ അനുസരിച്ച് ക്ഷേത്രത്തിന്റെ അധീനതയിലുള്ളത്. ഈ 3.5 ഏക്കറിൽ 75 സെന്റ് സ്ഥലത്താണ് ക്ഷേത്രം നില്ക്കുന്നത്. ശ്രീകോവിൽ, നമസ്കാരമണ്ഡപം, യക്ഷിതറ, ദീപസ്തംഭം എന്നിവയെല്ലാമുള്ള അതിമനോഹരമായ ഒരു ക്ഷേത്രമാണ് തൃക്കടക്കാപ്പിള്ളി ഭഗവതി ക്ഷേത്രം. ചുറ്റമ്പലത്തിലേയ്ക്ക് നാല് ദിശകളിൽ നിന്നും പ്രവേശനം ഉണ്ടെന്നുള്ളത് ഇവിടത്തെ ഒരു പ്രത്യേകതയാണ്. ചുറ്റമ്പലത്തിന് പുറവശം മുഴുവനും ചുറ്റുവിളക്കുകളാൽ അലംകൃതമാണ്. ക്ഷേത്രത്തിലെ യക്ഷിതറ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നത് തെക്കുപടിഞ്ഞാറ് ഭാഗത്താണ്.

നിത്യവും രാവിലെ 5.30 മുതൽ 9.30 വരെയും വൈകിട്ട് 5 മുതൽ 8 വരെയുമാണ് പൂജാദികർമ്മങ്ങൾ നടത്തുന്നത്. പ്രധാനമായും ഉഷപൂജ, ഉച്ചപൂജ, അത്താഴപൂജ എന്നീ പൂജകളാണ് നിത്യം നടത്തപ്പെടുന്നത്.

കടുംപായസം, കൂട്ടുപായസം, പുഷ്പാഞ്ജലി എന്നിവയാണ് ഇവിടുത്തെ പ്രധാന വഴിപാടുകൾ.

മീനമാസത്തിലെ തിരുവോണമാണ് ഭഗവതിയുടെ പ്രതിഷ്ഠാദിനമായി ആഘോഷിക്കുന്നത്. താന്ത്രികാവകാശം എരൂർ പുലിയന്നൂർ മനയ്ക്കാണ്.

ഐതിഹ്യവും വിശ്വാസവും

ആദ്യകാലങ്ങളിൽ ചിറായിയിലെ ചന്തൂർ, കണിച്ചിലാഴം (അമ്പലപ്പുഴയിൽ ഈ കുടുംബത്തിന്റെ ശാഖയെ കണിച്ചിനേഴം എന്നാണ് അറിയപ്പെടുന്നത്. കാലപ്പഴക്കത്താൽ വന്ന ഉച്ചാരണ വ്യത്യാസമാണെന്ന് കരുതുന്നു) എന്നീ കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ അധീനത്തിലായിരുന്നു ഈ ക്ഷേത്രം. ചന്തൂർ കുടുംബം അന്യം നിന്നപ്പോൾ കണിച്ചിലാഴത്ത് കുടുംബക്കാർ ക്ഷേത്രത്തിന്റെ നടത്തിപ്പ് ഏറ്റെടുത്തു. ക്രിസ്തുവർഷം 1945 അതായത് കൊല്ലവർഷം 1120 മുതൽ ഈ കുടുംബമാണ് ക്ഷേത്രനടത്തിപ്പിന്റെ ചുമതല വഹിക്കുന്നത്. ചെറായിയിലുള്ള പറമ്പാടി, കണിച്ചിലാഴം, അമ്പലപ്പുഴയിലെ കണിച്ചിനേഴം എന്നീ തറവാടുകാർ ഈ ദേവിയെ ഭക്തിപുരസ്സരം തങ്ങളുടെ കുലദേവതയായി ഭജിച്ചുവരുന്നു. കണിച്ചിലാഴത്തു തറവാട്ടുകാർ ക്ഷേത്രത്തിന്റെ പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദിത്വം ഏറ്റെടുത്തശേഷം അവർ തൃക്കടക്കാപ്പിള്ളി ടെമ്പിൾ ട്രസ്റ്റ് എന്ന പേരിൽ ഒരു ട്രസ്റ്റുണ്ടാക്കി, ക്ഷേത്രാധികാരവും പരിപാലനവും എല്ലാം മൂത്തകാരണവരോ, അല്ലെങ്കിൽ ട്രസ്റ്റ് നോമിനേറ്റ് ചെയ്യുന്ന ആളിലോ നിക്ഷിപ്തമാക്കി.

അമ്പലപ്പുഴ കണിച്ചിനേഴം കുടുംബാംഗങ്ങൾ തിരുവിതാംകൂർ, കൊച്ചി എന്നീ നാട്ടുരാജ്യങ്ങളിൽ പലയിടത്തും തലമുറകൾക്ക് മുമ്പ് സ്ഥിരതാമസമാക്കിയെങ്കിലും ഇന്നും തൃക്കടക്കാപ്പിള്ളി ഭഗവതിയെ പരദേവതയായി തന്നെ കണ്ട് ആരാധിച്ചുവരുന്നു. ഇടക്കാലത്ത് അമ്പലപ്പുഴയിൽ നിന്ന് ദർശനത്തിനായി ഈ ക്ഷേത്രത്തിലേക്ക് ഏതോ കാരണവശാൽ കണിച്ചിനേഴം കുടുംബാംഗങ്ങൾ വരാറില്ലായിരുന്നു. പിന്നീട് പല ദുർനിമിത്തങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങിയപ്പോൾ പ്രശ്നം വെച്ചുനോക്കുകയും ദേവിക്ക് വേണ്ടത് ചെയ്യാനായി പറയപ്പെടുകയും ചെയ്തു. അതിനുശേഷം കൂടുതലായി കുടുംബാംഗങ്ങൾ ദേവീദർശനത്തിനു വരികയും വഴിപാടുകൾ യഥാശക്തി ചെയ്തു പോരുകയും ചെയ്യുന്നു.

ദേവിയെ സേവിച്ച് ശാന്തിയും ഐശ്വര്യ വും നേടിയ അനേകം ഭക്തർ ഇന്ത്യക്കകത്തും പുറത്തുമായി താമസിക്കുന്നുണ്ട്.

ചെറായി കണിച്ചിലാഴവും അമ്പലപ്പുഴ കണിച്ചിനേഴവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം

ചരിത്രം പരിശോധിക്കുമ്പോൾ കോഴിക്കോട്ട് സാമൂതിരിയുടെ നായർ പടയിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന കുടുംബക്കാരാണ്, ധർമ്മോത്തു കുടുംബവും അതിനോട് ബന്ധമുള്ള മേലേത്ത് വീടും കണിച്ചിലാഴവും. ഏതോ കാരണവശാൽ ഈ മൂന്നു കുടുംബക്കാരും കോഴിക്കോടുനിന്ന് കൊടുങ്ങല്ലൂരിന്റെ സമീപ പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് കുടിയേറി. കണിച്ചിലാഴം കുടുംബം ചെറായിയിലാണ് താമസമുറപ്പിച്ചത്. പഴയ തെക്കുംകൂർ രാജ്യത്ത് (തിരുവിതാംകൂർ) കുമാരനല്ലൂരിൽ 'പുളിക്കൽ ചെമ്പകശ്ശേരി' എന്ന ഒരു ഇല്ലമുണ്ടായുരുന്നു. അന്ന് ആ നമ്പൂതിരിയില്ലത്ത് വിധവയായ ഒരു സ്ത്രീയും ഒരു ഉണ്ണിയും മാത്രമേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. നമ്പൂതിരിമാരായിരുന്നെങ്കിലും നിത്യദാരിദ്ര്യത്തിലാണ് ആ അമ്മയും മകനും കഴിഞ്ഞുപോന്നത്. കടുത്ത ദാരി ദ്ര്യത്തിലായിരുന്നിട്ടും ഉണ്ണിയെ ആ അമ്മ ഉപനയനം ചെയ്യിച്ച് വേദാധ്യയനത്തിനയച്ചു. അങ്ങനെയിരിക്കെ ഒരു ദിവസം മദ്ധ്യാഹ്നത്തിൽ വേദാധ്യയനത്തിനുശേഷം കുട്ടികൾ എല്ലാവരും കൂടി സ്വഗൃഹങ്ങളിലേക്ക് മടങ്ങവേ ഏതാണ്ട് അഞ്ഞൂറോളം വരുന്ന നായർ പടയാളികൾ അവരെ സമീപിച്ച് , തങ്ങൾ വിശന്ന് വലഞ്ഞ് വരികയാണ്, കുറെ ദിവസമായി ആഹാരം കഴിച്ചിട്ട് ആരെ സമീപിച്ചാൽ അന്നം ലഭിക്കും എന്നവർ ആ ഉണ്ണിമാരോടാരാഞ്ഞു. ധനികകുമാരന്മാരായ അവർ തങ്ങളോടൊത്ത് വേദാധ്യയനം നടത്തുന്ന 'പുളിക്കൽ ചെമ്പ

കശ്ശേരി' ഇല്ലത്തെ ദരിദ്രനായ ബാലനെ ചൂണ്ടികാണിച്ചിട്ട്, ആ ഉണ്ണിയുടെ അടുത്തുചെന്നാൽ മതി, അയാൾ സമ്പന്നനാണ്, എല്ലാവർക്കും ആഹാരം തരും എന്ന് പറഞ്ഞ് അവരെ ആ ഉണ്ണിയുടെ അടുത്തേക്കയച്ചു. തന്നെ പരിഹസിക്കാനും താഴ്ത്തിക്കെട്ടാനും വേണ്ടിയാണ് ഇവരെ തന്റെ അടുത്തേയ്ക്ക് പറഞ്ഞയച്ചതെന്ന് മനസ്സിലാക്കിയ ഉണ്ണി തനിക്ക് ആകെയുള്ള സമ്പാദ്യമായ പുലിനഖമോതിരം ആ ഭടന്മാർക്ക് നല്കിയിട്ട് നിങ്ങൾ ഇതുകൊണ്ടുപോയി വിറ്റ് അരിയും, സാധനങ്ങളും വാങ്ങി പാകംചെയ്ത് വിശപ്പടക്കുക, വൈകിട്ടത്തേയ്ക്ക് വേറെ മാർഗ്ഗം കാണാം. വൈകിട്ട് നമ്പൂതിരിയെ കാണാനെത്തിയ ഭടന്മാർ, തങ്ങളെ സഹായിച്ചതിനു പകരമായി എന്തുചെയ്യണമെന്ന് ചോദിച്ചപ്പോൾ തന്നെ അപമാനിച്ചവരെ യുദ്ധം ചെയ്ത് തോൽപ്പിക്കണം. അവരുടെ സ്വത്തുകൾ പിടിച്ചെടുക്കണം എന്നുപറഞ്ഞു. അതിൻ പ്രകാരം പടനായന്മാർ ഇല്ലത്തിന്റെ പുറകിലെ കാടുപിടിച്ചു കിടന്നിരുന്ന പ്രദേശങ്ങളെല്ലാം വെട്ടിത്തെളിയിച്ച്, അവരെ അപമാനിച്ച നമ്പൂതിരിമാരെ കീഴടക്കി അവരുടെ സ്ഥലത്തും കൃഷിചെയ്ത് ചെമ്പകശ്ശേരി നമ്പൂതിരിയുടെ സ്വത്താക്കി, കുട്ടനാടൻ കായൽ പാടശേഖരത്തിൽ നെൽകൃഷി ചെയ്ത് ആ പ്രദേശത്തെ സമ്പൽസമൃദ്ധമാക്കി. അങ്ങിനെ ആ നമ്പൂതിരിയെ അമ്പലപ്പുഴയിൽ ചെമ്പകശ്ശേരി രാജ്യത്തിന്റെ രാജാവായി വാഴിക്കുകയും ചെയ്തു. എ.ഡി. 1575 മുതൽ 1622 വരെ അമ്പലപ്പുഴ രാജാവായിരുന്ന പൂരാടം തിരുനാൾ മഹാരാജാവിന്റെ കാലത്താണ് ശ്രീകൃഷ്ണഭഗവാന്റെ ദിവ്യസാന്നിദ്ധ്യമുള്ള സ്ഥലമാണെന്ന് വില്വമംഗലം സ്വാമിയാരാൽ കാണിച്ചുകൊടുത്ത സ്ഥലത്ത് ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമിക്ഷേത്രം നിർമ്മിച്ചത്.

ചെമ്പകശ്ശേരി രാജ്യത്തിന്റെ സുരക്ഷക്കായി പ്രധാന അതിർത്തികളിൽ പടനായകന്മാർക്ക് സ്ഥലം പതിച്ചുകൊടുത്തു താമസിപ്പിച്ചു. കണിച്ചിനേഴം കുടുംബത്തിന് ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമി ക്ഷേത്രത്തിന് പടിഞ്ഞാറുമാറി വിസ്താരമായ പുരയിടവും അതിൽ പുരാതന ശൈലിയിൽ പണിതീർത്തിട്ടുള്ള നാലുകെട്ടും പുരയും പതിച്ചുകൊടുത്തു. 1960 വരെ ആ കെട്ടിടം നിലനിന്നിരുന്നു. ഇന്നും ക്ഷേത്രത്തിൽ നിന്ന് കച്ചേരിമുക്കുവരെയുള്ള സ്റ്റേറ്റ് ഹൈവേയുടെ ഇരുവശത്തും കണിച്ചിനേഴം കുടുംബാംഗങ്ങൾ താമസിക്കുന്നുണ്ട്.

ചെറായിയിൽ നിന്ന് അമ്പലപ്പുഴയിലേക്ക് താമസം മാറ്റിയ കുടുംബാംഗത്തിന്റെ ഒരു സഹോദരിയെ ചെമ്പകശ്ശേരി രാജകുടുംബത്തിലേക്ക് വിവാഹം ചെയ്തുകൊണ്ടുപോയിരുന്നു. അവരുടെ പിൻഗാമികളാണ് ഇന്ന് അമ്പലപ്പുഴയിലുള്ളത് എന്ന് വിശ്വസിച്ചു പോരുന്നു.

എറണാകുളം കരയോഗത്തിന് പൂർണ്ണമായി കൈമാറുന്നതുവരെ, ക്ഷേത്രത്തിന്റെ ഒരേ ഒരു ട്രസ്റ്റീയായ ശ്രീമതി കെ.കെ ഗീതാമ്മയുടെ മേൽനോട്ടത്തിലായിരുന്നു ക്ഷേത്രാചാരങ്ങൾ നിർവ്വഹിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നത്. കരയോഗത്തിന് കൈമാറുന്നത് ദേവിക്ക് തൃപ്തിയാണോ എന്നറിയാൻ ക്ഷേത്രപരിസരത്തുവെച്ച് താംബൂല പ്രശ്നം നടത്തുകയുണ്ടായി. അതിൽ നിന്ന് ക്ഷേത്രം പിൽക്കാലങ്ങളിൽ മൂന്നുതവണ കൈമാറ്റപ്പെട്ടതായി കണ്ടു. ഷൃഴശിമഹഹ്യ ക്ഷേത്രം ഒരു രാജകുടുംബത്തിന്റേതായിരുന്നു എന്ന് കാണപ്പെട്ടു. ആ സമയത്ത് ഗീതമ്മ, പരേതനായ സ്വസഹോദരൻ ജീവിച്ചിരുന്നതുവരെ ചേന്ദമംഗലം പാലിയത്ത് പാട്ടക്കരം കൊടുക്കുവാൻ പോയിരുന്നതായി സൂചിപ്പിച്ചു. (മേൽപ്പറഞ്ഞത് സമർത്ഥിക്കാനുള്ള രേഖകൾ archivesൽ തിരഞ്ഞിട്ടും കണ്ടുപിടിക്കാനായിട്ടില്ല. ie:- the documents to support the fact that the temple orginally belonged to Chendamangalam Paliyam Kovilakam are yet to be traced.)

എടവന കുടുംബാംഗമായ ഗീതമ്മയ്ക്ക്, വടക്കുംപറവൂരിൽ വടക്കെക്കരയിൽ വല്ല ത്തേരി കുടുംബാംഗമായ ഭർത്താവ്, വാസുദേ വപ്പണിക്കരിൽ നിന്ന് ലഭിച്ചതാണ് ക്ഷേത്രവും ക്ഷേത്രത്തിന്റേതായ പുരയിടവും മറ്റുവസ്തു ക്കളും. വാസുദേവപ്പണിക്കരുടെ അമ്മാവന ായ കൃഷ്ണപ്പണിക്കരാണ് ഗീതമ്മയുടെ അച്ഛൻ. അദ്ദേഹത്തെ ചെറായി കണിച്ചിലാം ഗമായ ശങ്കരപ്പണിക്കർ (അറിയപ്പെടുന്ന ഒടു വിലത്തെ തലമുറയിലെ ഒരേ ഒരു സഹോദ രിയും മൂന്നു സഹോദരന്മാരും ഉൾപ്പെട്ടതിൽ ഒരാളാണ്.) ദത്തെടുത്തതാണ്. ഇപ്രകാരമാ ണ് ക്ഷേത്രാവകാശം ഗീതമ്മയിലേക്ക് വന്ന ത്. ഗീതമ്മയിൽ നിന്ന് എറണാകുളം കര യോഗം ക്ഷേത്രം ഏറ്റെടുക്കുകയും ആവശ്യ മായ നവീകരണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തി കൃത്യമായ ആചാരാനുഷ്ഠാന പ്രകാരം പൂജാദികർമ്മങ്ങൾ ചെയ്ത് ക്ഷേത്രകാര്യ ങ്ങൾ ഭംഗിയായി മുമ്പോട്ട് കൊണ്ടുപോകു ന്നു.

എറണാകുളം കരയോഗം ടെമ്പിൾ ട്രസ്റ്റിന്റെ കീഴിലുള്ള ചെറായി തൃക്കടക്കാപ്പിള്ളി ശ്രീ ദുർഗ്ഗാ ഭഗവതിക്ഷേത്രം

പ്രതിഷ്ഠാദിന താലപ്പൊലി മഹോത്സവം 2023

തന്ത്രിമുഖ്യൻ ബ്രഹ്മശ്രീ പുലിയന്നൂർ ശശി നമ്പൂതിരിപ്പാടിന്റെ മുഖ്യ കാർമ്മികത്വത്തിൽ
2023 മാർച്ച് 17, 18 (1198 മീനം 3, 4) വെള്ളി, ശനി ദിവസങ്ങളിൽ

17-3-2023 വെള്ളി
രാവിലെ 9ന്
ദേവീ മാഹാത്മ്യപാരായണം
വൈകിട്ട് 6ന്
വിവിധകലാപരിപാടികൾ

18-3-2023 ശനി
രാവിലെ 5ന് വിശേഷാൽ പൂജ
9ന് നവകം, പഞ്ചഗവ്യം,
കലശാഭിഷേകം
വൈകിട്ട് 5.30ന് താലം എഴുന്നള്ളിപ്പ്
6.30ന് ദീപാരാധന

തെക്കേ അമ്മൻ കോവിൽ 2023ലെ മീനഭരണി ഗുരുതി ഉത്സവ പരിപാടികൾ

2023 മാർച്ച് 23, 24, 25

ഒന്നാം ദിവസം (23-03-2023) വ്യാഴാഴ്ച

എല്ലാ ദിവസവും രാവിലെ ദേവീമാഹാത്മ്യപാരായണം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്

വൈകുന്നേരം 7.00ന് : **കഥകളി - കഥ-പൂതനാമോക്ഷം**

രണ്ടാം ദിവസം (24-03-2023) വെള്ളിയാഴ്ച

വൈകുന്നേരം 6.30 മുതൽ : **നൃത്താർച്ചന**
7.00 വരെ : അവതരണം - ശ്രീമൂകാംബിക കലാ ക്ഷേത്രം

മൂന്നാം ദിവസം (25-03-2023) ശനിയാഴ്ച

വൈകുന്നേരം 6.00 മുതൽ
6.30 വരെ : **വീണകച്ചേരി** - ലത ആനന്ദ്
7.00 മുതൽ : **ഭക്തി ഗാനമഞ്ജരി** -
അവതരണം - ശ്രീ. ജയറാം ആന്റ് പാർട്ടി
8.30ന് ശേഷം : **വിശേഷാൽ വലിയ ഗുരുതി**

രവിപുരം ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമി ക്ഷേത്രത്തിലെ 2023-ാ (1198) മാണ്ടത്തെ

ഉത്സവപരിപാടികൾ

25-03-2023 മുതൽ 30-03-2023 വരെ - 11-08-1198 മുതൽ 16-08-1198

ഒന്നാം ദിവസം (25-03-2023) ശനി

വൈകുന്നേരം 7.45ന്	:	**കൊടികയറ്റം**
രാത്രി 10.00ന്	:	വിളക്ക്

രണ്ടാം ദിവസം (26-03-2023) ഞായർ

വൈകുന്നേരം 4.30 മുതൽ	:	കാഴ്ചശീവേലി
7.00 മുതൽ	:	കൃഷ്ണനാട്ടം-ഗുരുവായൂർ ദേവസ്വം കലാനിലയം

മൂന്നാം ദിവസം (27-03-2023) തിങ്കൾ

വൈകുന്നേരം 4.30ന്	:	കാഴ്ചശീവേലി
7.00ന്	:	ഭക്തിഗാനതരംഗിണി
അവതരണം	:	ത്യാഗബ്രഹ്മം ടി.എസ്. രാധാകൃഷ്ണജി

നാലാം ദിവസം (28-03-2023) ചൊവ്വ

9.00 മുതൽ 10 വരെ	:	നാരായണീയ പാരായണം
ഉച്ചയ്ക്ക് 11.00 ന്	:	**ഉത്സവബലിദർശനം**
7.00 മുതൽ	:	കൂത്ത് - ഡോ. ഇടനാട് രാജൻ നമ്പ്യാർ

അഞ്ചാം ദിവസം (29-03-2023) ബുധൻ

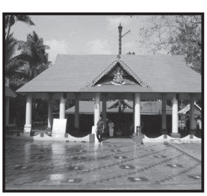
8 മുതൽ 11 വരെ	:	ശീവേലി, പഞ്ചാരിമേളം
വൈകുന്നേരം 4.30 മുതൽ	:	കാഴ്ചശീവേലി
7.30 മുതൽ	:	തായമ്പക - ആറങ്ങോട്ടുകര ശിവൻ
രാത്രി 10.00ന്	:	**വലിയവിളക്ക്**

ആറാം ദിവസം (30-03-2023) വ്യാഴം

ആറാട്ട്

8 മുതൽ 11 വരെ	:	ശീവേലി
വൈകുന്നേരം 4.00ന്	:	പകൽപ്പൂരം, മേജർസെറ്റ് പഞ്ചവാദ്യം
6.30 മുതൽ 8.00 വരെ	:	പാണ്ടിമേളം
തുടർന്ന്	:	**കൊടിയിറക്കം, ആറാട്ട്,** കൊടിക്കൽപറ

തമ്മനം അനന്തപുരം ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമിക്ഷേത്രോത്സവം - 2023



തമ്മനം അനന്തപുരം ശ്രീകൃഷ്ണസ്വാമിക്ഷേത്രത്തിലെ 2023ലെ വാർഷികോത്സവം സോപാനസംഗീതം, ഭക്തിഗാനമേള, നൃത്തനൃത്യങ്ങൾ തുടങ്ങിയ കലാപരിപാടികളോടും ക്ഷേത്രാചാരാനുഷ്ഠാന സംബന്ധിയ്യ എല്ലാ ചടങ്ങുകളോടും കൂടി മാർച്ച് 11 മുതൽ 18 വരെ ആഘോഷിക്കുകയാണ്. ക്ഷേത്രവിശ്വാസികളായ ഭക്തജനങ്ങളുടെ സാന്നിദ്ധ്യസഹായ സഹകരണങ്ങൾ ഉണ്ടാവണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നതിനോടൊപ്പം ലോകഗുരുവായ സാക്ഷാൽ ശ്രീകൃഷ്ണഭഗവാന്റെ ഈ ആഘോഷവേളയിൽ എല്ലാവർക്കും ദർശനസൗഭാഗ്യം ലഭിക്കുവാൻ കൃഷ്ണാ, ഭഗവാനെ കനിഞ്ഞനുഗ്രഹിക്കേണമേയെന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

ശ്രീമഹാഭാഗവതം

ആധുനിക യുഗത്തിന്റെ ദിവ്യ ഔഷധം

ഡോ: രാജേശ്വരികുഞ്ഞമ്മ. ഫോൺ : 9388382009

(തുടർച്ച)

മഹാബലി ശുക്രാചാര്യരുടെ അനുഗ്രഹത്താൽ അശ്വമേധയാഗം നടത്തുന്ന സ്ഥലത്തേക്ക് ഈ ബ്രാഹ്മണകുമാരൻ, വാമനൻ ചെന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ തേജസ് സൂര്യതേജസിനേപ്പോലും മങ്ങലേൽപ്പിച്ചുവെന്നാണ് പറയപ്പെട്ടത്. അദ്ദേഹത്തെ വർണ്ണിക്കുന്നത്:

മൗഞ്ജ്യാമേഖലയാ വീതമുപവീതാ ജിനോത്തരം
ജടിലം വാമനം വിപ്രം മായാ മാണവകം ഹരിം

കയർ അരയിൽ കെട്ടി മാൻതോലുടുത്ത് ജടാധാരിയും ചെറിയ ശരീരവുമുള്ള ബ്രഹ്മചാരി ബ്രാഹ്മണനുമായ ഹരി യജ്ഞവാതിൽക്കലെത്തി. ആ തേജസ്സ് കണ്ടെല്ലാവരും എഴുന്നേറ്റ് അത്ഭുതസ്തബ്ധരായി നോക്കി. വിവരമറിഞ്ഞ മഹാബലിയും വന്നു പറഞ്ഞു.

അതി ദിവ്യനാകിയ ഭവാനിപ്പോൾ
അല്ലലിൽ വലഞ്ഞുഴന്നീടുമെൻ ഗൃഹത്തിങ്കൽ
കല്ല്യാണാത്മക! കനിഞ്ഞെഴുന്നള്ളിയ മൂലം
എല്ലാമെൻ കുലത്തോടെ ശുദ്ധമായ് വന്നേനഹം

ഇവിടെ നാം മനസിലാക്കേണ്ട ഒരു ഭാഗമെന്തെന്നാൽ ഒരു സ്ഥലത്ത് നമ്മൾ എങ്ങനെ പ്രത്യക്ഷപ്പെടണമെന്നും അതിഥിയോട് എങ്ങനെ പെരുമാറണമെന്നും തിരിച്ച് ആവശ്യത്തിന് എത്തിയ അതിഥി ആതിഥേയനോട് എങ്ങനെ വാക്കുകൾ ഉപയോഗിച്ച് കാര്യങ്ങൾ സാധിക്കണമെന്നുമുള്ളതാണ്. അതിഥിയും ആതിഥേയനും എത്രമാത്രം സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ടെന്നുള്ളത് ആശയവിനിമയത്തിന്റെ ആദ്യപാഠങ്ങളിൽ പെടുന്നതാണ്. മഹാബലിയോട് വാമനൻ എത്ര താഴ്മയോടും വിനയത്തോടും കൂടിയുള്ള വാക്കുകളിലൂടെ മഹാബലിയുടെ ഹൃദയം കവർന്നു. സർവ്വോത്തമനായ പ്രഹ്ളാദന്റെ കുടുംബത്തിൽ പിറന്ന നീ മഹത്തായ പാരമ്പര്യമുള്ളയാളാണ്.

ദീനന്മാരപേക്ഷിച്ചതെല്ലാമേ മടിയാതെ
ദാനം ചെയ്തീടുന്ന പോലാവോളം ദിനം പ്രതി
മാനസം തെളിഞ്ഞേവമെല്ലാവരും ചൊല്ലീടുന്ന
താനന്ദത്തോടെ കേട്ടു കാണ്മാനായ് വന്നീ ടിനേൻ

അതുകൊണ്ട് കൂടുതലൊന്നും വേണ്ട. മൂന്നടി മണ്ണു മതി. മഹാബലി പറഞ്ഞു എന്റെയടുത്ത് യാചിക്കാൻ വന്നവർ വെറുതെ പോകേണ്ടി വരരുത്. അതുകൊണ്ട് ജീവിക്കുവാനാവശ്യമുള്ളത് ചോദിച്ചോളൂ. വാമനൻ പറഞ്ഞു, മനുഷ്യനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താൻ ഒന്നിനും കഴിയില്ല. പത്തു കിട്ടുകിൽ നൂറു മതിയെന്നും നൂറിനെ സഹസ്രം ആക്കണമെന്നും ഇങ്ങനെ നീണ്ടു പോകും. അതുകൊണ്ട് എനിക്കിതു മതി.

ഏതാ വതൈവ സിദ്ധോഹം
വിത്തം യാവത് പ്രയോജനം

എന്റെ ആവശ്യം സാധിക്കാൻ മാത്രം മതി, കൂടുതൽ വേണ്ട.

ദാനം കൊടുക്കാൻ തയ്യാറായ മഹാബലിയെ ശുക്രാചാര്യർ തടഞ്ഞു. സാമാന്യ ബുദ്ധിയിൽ ആലോചിച്ചു ചെയ്യൂ. പക്ഷെ നാശം അടുത്തിരിക്കുന്നവരെ രക്ഷിക്കാൻ

ആർക്കും കഴിയില്ല. വിനാശകാലേ വിപരീതബുദ്ധി. ശുക്രാചാര്യരുടെ വാക്കുകൾ മഹാബലി കേട്ടില്ല. ആചാര്യരു പറഞ്ഞു:

കശ്യപ ഗൃഹത്തിങ്കലദിതി തനയനായ്
കശ്യപവീരൻ വടുമാനവ വേഷത്താലേ
ജാതനായ് ജഗത്രയം നിന്നോടു വാങ്ങിപ്പൂരു
ഹൂതനു കൊടുപ്പാനാരുണ്ടാരംഭിച്ചിരിക്കുന്നു

നീ അതുകൊണ്ടു ചിന്തിച്ചു ചെയ്യണം. നിനക്കറിവില്ലെങ്കിൽ ഞാൻ പറഞ്ഞുതരാം. സത്യധർമ്മാദികളുടെ പേരിൽ നീ പ്രശ്നത്തിൽ ചെന്നുചാടരുത്. സത്യസന്ധനായ മഹാബലിക്കതു കേൾക്കാൻ തോന്നിയില്ല.

നഹ്യ സത്യാത് പരേ ള ധർമ്മ ഇതി
വാഹോ ച ഭൂരിയം
സർവ്വം സോഢൂമലം മന്യേ ഋതേ ള ലീക
പരംനരം

എല്ലാം ഞാൻ സഹിക്കാം. പക്ഷെ അസത്യം സാധിക്കില്ല. നരകത്തിൽ പോകാനും സാധിക്കില്ല. വേറെ ഭയമില്ല. പക്ഷെ ബ്രാഹ്മണന് കൊടുത്ത വാക്കു പാലിക്കാതെ പാപിയാകാനും തയ്യാറല്ല. ഇതു വിഷ്ണുഭഗവാനാണെങ്കിൽ ഞാൻ നടത്തുന്ന യജ്ഞവും പൂർത്തിയായി. ഭഗവാൻ ഒരു കാലു കൊണ്ട് ഭൂമിയും മറ്റേതുകൊണ്ട് സ്വർഗ്ഗവും അളന്നു. മൂന്നാമത്തെ അടിക്ക് സ്ഥലമില്ല. ഇതുകണ്ടപ്പോൾ അസുരന്മാർ യുദ്ധത്തിനായി തയ്യാറായി. മഹാബലി പറഞ്ഞു:

ഏതാൻ വയം വിജേഷ്യാ മോയദി ദൈവം പ്രസീദതി

തസ്മാത് കാലം പ്രതീക്ഷ ധ്വം യോ ള നേ ളർത്ഥം ത്വായ കല്പതേ

സമയം നമുക്കനുകൂലമാകുമ്പോൾ ജയിക്കാം. മഹാബലി വീണ്ടും പറഞ്ഞു:

പദം തൃതീയം കുരു ശീർഷ്ണിമേ നിജം

എന്റെ തലയിൽ കാലടി വെച്ചാലും. ഇവിടെ ഓരോ പടിയും കയറി കഴിഞ്ഞപ്പോൾ മഹാബലി അതിൽ അഭിമാനം കൊണ്ടു. ഐശ്വര്യം ചില മനുഷ്യരെ അഹംഭാവത്തിലേക്കു നയിക്കും. ആരുടേയും വാക്കുകൾ അനുസരിക്കില്ല. ഭഗവാൻ തലയിൽ പാദമൂന്നി അനുഗ്രഹിച്ചു. ഇവിടെ മഹാബലി സ്ഥലം ദാനം ചെയ്യാമെന്നാണ് വാമനനോടു പറഞ്ഞത്. പക്ഷെ ഇത് നശ്വരമാണെന്നു ഓർമ്മിച്ചില്ല. ഈ ലോകവും പരലോകവും ഞാൻ എന്ന ഭാവം മാറ്റിയെടുക്കാനാണ് ഭഗവാൻ ബലിയെ സഹായിച്ചത് നല്ല ചിന്തകൾ നമ്മളിൽ വളർത്തിയെടുക്കാനും നമ്മളിൽ അടിഞ്ഞുകൂടിയിരിക്കുന്ന അഹം എന്ന ഭാവത്തിന്റെ നശ്വരതയെ എടുത്തു കാണിക്കാനും സത്യത്തേയും ധർമ്മത്തേയും എങ്ങനെ പാലിക്കണമെന്നും ആസക്തി ഒരു പരിധി വരെ ഇല്ലാതാക്കുവാനുമാണ് വാമനാവതാരം വ്യാസൻ അവതരിപ്പിച്ചുവെന്നതാണ് ശരി. ഇതുപോലെ തന്നെയാണ് സത്യവൃതൻ എന്ന രാജർഷിയുടേയും വിവരണം. എല്ലാത്തിനേയും രക്ഷിക്കാൻ തനിക്കു കഴിവുണ്ടെന്നു വിശ്വസിച്ച രാജർഷി. ആ ഭാവം മാറ്റി സ്വന്തം സത്തയെ മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കാൻ ഭഗവാൻ മത്സ്യാവതാരം എടുത്തു. സർവ്വവും നശ്വരമാണെന്നു ഭഗവാൻ പ്രളയമുണ്ടാക്കി കാണിച്ചുകൊടുത്തു. സത്യവൃതൻ പറഞ്ഞത് ശരീരം സത്യമാണെന്നു വിശ്വസിച്ചുകൊണ്ട് ദേഹവും ഇന്ദ്രിയങ്ങളും ആത്മാവാണെന്നു തെറ്റിധരിച്ചു. പുണ്യപാപങ്ങൾ ചെയ്ത് ദുഃഖത്തിനാക്കം കൂട്ടി. ഇപ്പോൾ സംസാരദുഃഖത്തിൽ നിന്നും അകലാനുള്ള മാർഗ്ഗമാണ് ഭഗവാനോടു ചോദിക്കുന്നത്. മത്സ്യമൂർത്തിയായ ഭഗവാൻ ആത്മരഹസ്യം മുഴുവനുൾക്കൊണ്ട പരമാത്മതത്ത്വം സത്യവൃതനുപദേശിച്ചു. അതാണ് മത്സ്യപുരാണം.

നവമസ്ക്കന്ധത്തിലാണ് അംബരീഷ ചരിതം. അനേകം ജന്മങ്ങളിൽ അദ്ദേഹം പുണ്യകർമ്മങ്ങൾ ചെയ്തത് ഭക്തി, തപസ്സ്, സ്വധർമ്മാനുഷ്ഠാനം ഇവയിലൂടെയിരുന്നു .

ബാക്കിയെല്ലാം നശ്വരമാണെന്നു കരുതി അംബരീഷൻ ചെയ്ത പൂജകൾക്കെല്ലാം പുഷ്പങ്ങൾ ശേഖരിക്കുക തുടങ്ങി എല്ലാ ജോലിയും അദ്ദേഹം തനിയെ ചെയ്യുമായിരുന്നു. അല്ലാതെ അത്യന്താധുനിക പൂജാരിയേപ്പോലെ കടലാസിൽ എഴു തി ദാസന്മാരെ ഏൽപ്പിക്കുകയായിരുന്നില്ല എന്നു സാരം. രാജാവും രാജ്ഞിയും ഒരു വർഷം നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന വൃതം അനുഷ്ഠി ക്കാനാരംഭിച്ചു. വൃതമവസാനിക്കുന്ന ദിവസം അദ്ദേഹം വിധിപ്രകാരം എല്ലാം ചെയ്തു. അവിടെയുണ്ടായിരുന്നവർക്ക് ഭക്ഷണം കൊടുത്തു. രാജാവ് ഭക്ഷണം കഴിക്കാനായി തുടങ്ങിയപ്പോൾ ദുർവ്വാസാവു മഹർഷി അവിടെയെത്തി. ഭിക്ഷ കഴിക്കാൻ ക്ഷണിച്ചു. മുനി കുളിക്കുവാൻ പോയി. പാരണ വിടേണ്ട സമയമായിട്ടും തിരിച്ചെത്തിയില്ല. മുനിമാരുടെ അഭിപ്രായപ്രകാരം ജലം കഴിച്ച് പാരണ വീട്ടി. ഇതറിഞ്ഞ ദുർവ്വാസാവ് തന്റെ ജടയിൽ നിന്ന് കൃത്യ എന്ന രൂപത്തെ ജനിപ്പിച്ചു. കൃത്യ രാജാവിനെ കൊല്ലാൻ അടുത്തു. ഭക്തനായ അംബരീഷൻ അനങ്ങിയില്ല. കാരണം അദ്ദേഹത്തിന് ഈശ്വരനിൽ വിശ്വാസമുണ്ടായിരുന്നു. വേദാന്തതത്ത്വങ്ങളിലും മറ്റും ജ്ഞാനിയായിരുന്ന ദുർവ്വാസാവിന് കോപത്തെ തടുക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ഭഗവാന്റെ സുദർശന ചക്രം കൃത്യയെ നശിപ്പിച്ചു. പിന്നെ ദുർവ്വാസാവിന്റെ പിറകേയായി. ബ്രഹ്മാവും കൈവിട്ട മുനി ഭഗവദ് പാദങ്ങളേത്തന്നെ ശരണം പ്രാപിച്ചു. ഭഗവാൻ പറഞ്ഞു, ഞാനതിനാളല്ല, എന്റെ ഭക്തനാണ് രക്ഷിക്കാനുള്ള അവകാശം. തെറ്റു ചെയ്യാത്ത അംബരീഷനോട് അങ്ങ് തെറ്റു ചെയ്തു.

അഹം ഭക്ത പരാധീനോ ഹ്യസ്വതന്ത്ര
ഇവദ്വിജാ
സാധുഭിർ ഗ്രസ്തഹൃദയോ ഭക്തൈ
ഭക്തജനപ്രിയ

നീ എന്റെയടുത്തു വന്നു. പക്ഷെ ഞാൻ ഭക്തന്മാർക്ക് അധീനനാണ്. അംബരീഷൻ ക്ഷമിച്ചാൽ മാത്രമേ സുദർശനചക്രം നിൽക്കുകയുള്ളൂ. ദുർവ്വാസാവ് ഓടി അവസാനം അംബരീഷന്റെ അടുത്തെത്തി. ലോകം നശ്വരമാണെന്നും ഭഗവാനിൽ അചഞ്ചലമായ വിശ്വാസമുള്ള അംബരീഷൻ ദുർവ്വാസാവിന് മാപ്പു നൽകി. തിരിച്ചുവന്നു പാരണ വീട്ടാൻ അംബരീഷിനെ ആഹാരം കഴിക്കാൻ സഹായിച്ചു. സ്വന്തം മനസിൽ ഭഗവാനെ പ്രതിഷ്ഠിക്കുന്നവർക്ക് പ്രയാസമില്ല. ഭഗവാന്റെ നാമം കേട്ടാൽ തന്നെ നമ്മൾ പരിശുദ്ധരുകുന്നു.

ഇനി പറയാൻ പോകുന്നത് ഇക്ഷ്വാകുവംശത്തിന്റെ ചഃരിത്രമാണ്. ഭഗവാന്റെ ഏറ്റവും സുന്ദരമായ അവതാരമായ ശ്രീരാമൻ ഇക്ഷ്വാകുവംശത്തിലാണ് അവതരിച്ചത്. ധർമ്മാർത്ഥകാമമോക്ഷങ്ങൾ പ്രാപ്തമാക്കി ധർമ്മമനുഷ്ഠിച്ച് കർത്തവ്യ നിരതമായ കർമ്മങ്ങളിലൂടെ പരമപദം പ്രാപിക്കലാണ് മനുഷ്യധർമ്മം. രാജധർമ്മം സ്വന്തം സൗഭാഗ്യമായി കരുതി സ്വന്തം പ്രജകളെ സേവിച്ച സാംസ്കാരിക പ്രതീകമാണ് രാമൻ. പരീക്ഷിത്തിന്റെ ദിവസങ്ങൾ എണ്ണപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞു. അദ്ദേഹത്തെ ഭഗവദ്പദങ്ങളിലേക്ക് നിർഭയം എത്തിക്കുകയെന്ന ലക്ഷ്യത്തിൽ ശ്രീശുകൻ രാമന്റേയും കൃഷ്ണന്റേ യും അവതാരകഥകൾ വിവരിക്കുന്നു. സഹോദരസ്നേഹം അമ്മയോടും അച്ഛനോടും ഉള്ള കടപ്പാട്, പ്രജകളോടുള്ള ഉത്തരവാദിത്വം ശിഷ്യ ധർമ്മം, ഇങ്ങനെ മനുഷ്യായുസിൽ പാലിക്കേണ്ട ധർമ്മങ്ങൾ സവിസ്തരം ഇവിടെ വിവരിക്കുന്നു.

മത്സ്യാവതാര സ്ത്വിഹ മർത്യശിക്ഷണം
ഇക്ഷോ വധായൈവ ന കേവലം വിഭോ

മനുഷ്യൻ എങ്ങനെ ജീവിക്കണം. ഇതാണ് രാമന്റെ ലക്ഷ്യം. രാമചരിതം മനസിലാക്കുമ്പോൾ കർമ്മബന്ധനങ്ങളിൽ നിന്നു മുക്തനാകുന്നു. ഇതായിരുന്നു ശ്രീശുകനും ഉദ്ദേശിച്ചിരുന്നത്.

ഭാഗവതത്തിൽ ദശമസ്കന്ധമാണ് ഏറ്റ വും വലുത്. അത് ഇവിടെ രണ്ടു ഭാഗമായി വിവരണം നടത്തുന്നു. ധർമ്മത്തിന് ഹാനി സംഭവിക്കുമ്പോൾ അവതാരം ഉണ്ടാകുന്നു വെന്ന് ഭഗവാൻ കൃഷ്ണൻ തന്നെ പറയു ന്നു. രാമാവതാരത്തിൽ ഭഗവാന് ധാരാളം പ്ര വർത്തിക്കാനും ധർമ്മം ചെയ്യാനും നി ർബ ന്ധിതനായിരുന്നു. കൃഷ്ണൻ ഭക്തന്മാരുടെ കാര്യത്തിൽ തല്പരനായിരുന്നു. നമ്മൾ ഭഗവാനിൽ സകലതും അർപ്പിക്കുന്നുവെന്ന താണ് സത്യം. പരീക്ഷിത്തിന് ഈ ഭൂമിയിൽ ജനിക്കാനനുവദിച്ചതു തന്നെ കൃഷ്ണന്റെ പ്രഭാവത്താലാണല്ലോ. അതുകൊണ്ട് പരീ ക്ഷിത്ത് ചോദിക്കുന്നു:

പ്രയഛതോ മൃത്യും മൃതാമൃതം ച
മായാ മനുഷസ്യ വദസ്വ വിദ്വാൻ

മായ മൂലം മനുഷ്യനായി കാണുന്ന ഭഗവാന്റെ ചരിതം പറഞ്ഞു തന്നാലും. കേൾക്കുവാൻ ഞാൻ തല്നപരനാണ്. വാ സ്തവത്തിൽ ദുഷ്ടനിഗ്രഹമായിരുന്നു ഭഗ വാന്റെ ഉദ്ദേശം. ശ്രീകൃഷ്ണാവതാരത്തിൽ ഭഗവാൻ രാമനിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്ത നായി എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും ഇടപെട്ട് പ്ര വർത്തിച്ചു. ഭഗവാൻ എല്ലാവർക്കും തുല്ല്യനാ ണ്. ഭഗവാൻ വസുദേവരോടു പറഞ്ഞത് പു ത്രഭാവത്തിൽഎന്നെ സ്നേഹിക്കുക എന്നാ ണ്. മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ നേരിടേണ്ടിവരുന്ന എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങളേയും കൃഷ്ണനു നേ രിടേണ്ടിവന്നിട്ടുണ്ട്.

അദ്ദേഹം തന്റെ സഖികളായ സ്ത്രീക ളോട് പറഞ്ഞതെന്താണ്.

ഭത്തൃ ശുശ്രൂഷണം സ്ത്രീണാം
പരോധർമ്മോഹ്യ മായയാ

ഭാര്യയുടെ ധർമ്മം ഭർത്താവിനെ പരിച രിക്കുകയെന്നുകൂടിയാണ്. അയാൾ വൃദ്ധനോ, നിഷ്ക്രിയനോ ആകട്ടെ. നിങ്ങൾ അയാളെ ഉപേക്ഷിച്ചിട്ടാണോ എന്റെയടുത്തു വന്നതെ ങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ പ്രവർത്തി ശരിയല്ല. ഭഗവാൻ ഇങ്ങനെ തന്റെ സഖിമാരോടു പോലും കർക്കശമായി പറയുമായിരുന്നു. ശകടാസുര വധം മുതൽ എല്ലാം വിശദമായി ശ്രീശുകൻ പറയുന്നുണ്ട്. ഉദ്ധവരുടെ ഉദ്ധവഗീത , വാ സുദേവർക്കു ലഭിച്ച ജ്ഞാനഗീത ഇങ്ങനെ ജനങ്ങളുടെ ആശ്രയമായി ഈ അവതാ രം മാറി. ശ്രേയസ് വേണ്ടവർ ഭഗവാന്റെ കർമ്മങ്ങളെ മനസിലാക്കണം. ഒരു വസ്തുവി ന് ഭംഗിയുണ്ടാകുന്നത് അതിന്റെ യഥാർത്ഥ അംശത്തോടുകൂടിയായിരിക്കുമ്പോഴാണല്ലോ. ഭഗവാന്റെ വാക്കുകൾ സന്തോഷത്തെ പ്ര ദാനം ചെയ്യുന്നു. ഭാഗവതധർമ്മങ്ങൾ കേൾക്കുകയും അനുധഷ്ഠിക്കുകയും ചെ യ്താൽ മരണഭയം മാറുമെന്ന് നാരദൻ പ റഞ്ഞതനുസരിച്ച് ഇവയും സവിസ്തരം ഇവിടെ പ്രതിപാദിക്കുന്നു.

ഇങ്ങനെ സ്വയം പരമാത്മാവായിരി ക്കുന്ന ഭഗവാന്റെ ജ്ഞാനം ശ്രീശുകൻ പ രീക്ഷിത്തിനോട് വിവരിക്കുന്ന സന്ദർഭം ഉചിതമായതു തന്നെയെന്നു നമുക്കു സന്തോഷത്തോടുകൂടി പറയാം. ആദ്യ സ്കന്ധങ്ങളിൽ വിവരിക്കുന്ന എല്ലാം ഇനി യുള്ള തലമുറക്ക് അത്യന്താപേക്ഷിതമാ യി അിറഞ്ഞിരിക്കേണ്ട വസ്തുതയാണ്. വൈദിക സാഹിത്യം മുഴുവൻ ചിന്തക്ക് ഊന്നൽ കൊടുത്തു. വ്യാസൻ തന്റെ കൃതി കളിലൂടെ മനുഷ്യന്റെ പരിവർത്തനമാണാ ഗ്രഹിച്ചത്. മനശുദ്ധീകരണം വളരെ പ്രയാ സമേറിയതാണ്. ശ്രീകൃഷ്ണൻ പറയുന്നു, കർമ്മയോഗമനുഷ്ഠിച്ച് വാസനാമാലിന്യ ങ്ങളകററി ഇന്ദ്രിയാനുഭൂതികളിൽ സംയമനം വരുത്തുമ്പോൾ ജീവബ്രഹ്മഐക്യാനു ഭൂതി യിലെത്തുന്നു. സുഖദുഃഖങ്ങൾ മാനസികവും മാനാപമാനങ്ങൾ ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിലും ഉള്ളതാണെന്നു മനസിലാക്കണം. അജ്ഞാനി ക്കു ജ്ഞാനസ്വരൂപനെ ദർശിക്കാൻ കഴിയില്ല. സംസാരദുഃഖം അകററാനുള്ള മാർഗ്ഗമാണ് ഭാഗവതശ്രവണം. അനേകം ജന്മങ്ങളിലെ പുണ്യഫലം. 7 ദിവസം കൊണ്ട് പരീക്ഷിത്ത് കേട്ട പുണ്യം. അദ്ദേഹത്തിന്റെ നശിക്കാതി

രുന്ന പല അഹംബോധം നശിപ്പിച്ചു. ഇവിടെ നശിക്കുന്നത് അഹങ്കാരമാണ്. ഈ കലിയുഗത്തിൽ സത്യത്തിനും ദയക്കും മറ്റും ച്യുതി സംഭവിച്ചിരിക്കുന്നു. സാങ്കേതിക വിദ്യയും ശാസ്ത്രവും പുരോഗതിക്കുന്നുവെങ്കിലും ജ്ഞാനഭക്തി വൈരാഗ്യങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ നശിക്കുന്നു. ഒരിക്കൽ നാരദൻ സനൽകുമാരനോടു ചോദിച്ചു, ഭാഗവതവും വേദാന്തം തന്നെയല്ലേ പറയുന്നത്. അപ്പോൾ സനൽകുമാർ പറഞ്ഞു, ഭാഗവതം വേദരൂപമായ കൽപ്പവൃക്ഷത്തിന്റെ പാകം വന്ന ഫലമാണ്. മഹാഭാരതം രചിച്ചതിനുശേഷം പോലും സ്വസ്ഥത ലഭിക്കാത്ത വ്യാസന് ഭാഗവത രചനയിലൂടെ സമാധാനം ലഭിച്ചുവെന്നാണ് പറയപ്പെടുന്നത്. സനൽകു മാരൻ പറയുന്നത് ഏറ്റവും വലിയ പാപികൂടി ഭാഗവത കഥ കേട്ടാൽ മുക്തനാകും എന്നാണ്. ഈ പ്രപഞ്ചത്തിലെ സുഖദുഃഖങ്ങളി ൽ പെട്ടുഴലുന്ന ജനതക്ക് അവയിൽനിന്നും മോചനം ലഭിക്കാനുതകുന്ന പുരാണങ്ങൾ ഭാരതീയ തത്ത്വചിന്തയുടെ മുതൽക്കൂട്ടാണ്. അമരകോശത്തിൽ പുരാണത്തിന്റെ ലക്ഷണം പറയുന്നത്:

സർഗ്ഗാശ്ച പ്രതിസർഗ്ഗാശ്ച
വംശോ മന്വന്തരാണി ച
വംശാനു ചരിതം ചാപി
പുരാണം പഞ്ചലക്ഷണം

ഭാഗവതപുരാണം ദശലക്ഷണസമന്വിതമാണ്. ഇങ്ങനെയുള്ള ചിന്താധാരകളും ചരിതങ്ങളും വരും തലമുറക്ക് അനുകരണീയമായ വിധത്തിൽ ശ്രവിക്കാനും ചിന്തിക്കാനും കഴിയുമെന്നുള്ളതിനു സംശയമില്ല. ഭക്തിപ്രസ്താനം നടമാടിയിരുന്ന കാലത്ത് നമ്മുടെ എഴുത്തച്ഛൻ തന്നെ സാംസ്കാരികരംഗത്ത് തന്റെ തൂലികയിലൂടെ ചലനം സൃഷ്ടിച്ചു. ഒരു പ്രത്യേക സാഹചര്യത്തിൽ വ്യാസൻ ലോകനന്മക്കുവേണ്ടി വിവരിച്ചിരിക്കുന്ന ഈ ഗ്രന്ഥം ധർമ്മശാസ്ത്രവും അർത്ഥശാസ്ത്രവും ആണ്. മഴക്കാലം പ്രകൃതിയെ ശുദ്ധീകരിക്കുന്നതുപോലെ ഈ കൃതിയുടെ വായന മനുഷ്യമനസ്സിനെ ശുദ്ധീകരിക്കുകയും ജീവിതോദ്ദേശം എന്താണെന്നു മനസിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് വരും തലമാറക്കുള്ള ഒരു ദിവ്യ ഔഷധമാണെന്നതിൽ സംശയമില്ല.

****

എറണാകുളം കരയോഗാംഗത്വമെടുക്കൂ സേവനപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കാളികളാകൂ

എറണാകുളം കരയോഗത്തിൽ അംഗത്വമെടുത്ത് ജീവകാരുണ്യ,സാമൂഹ്യസേവന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കാളികളാകുവാൻ എറണാകുളം ജില്ലാതിർത്തിക്കുള്ളിൽ താമസിക്കുന്ന നായർ സമുദായാംഗങ്ങളെ ഞങ്ങൾ സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു. കൊച്ചി കോർപ്പറേഷൻ പരിധിക്കുള്ളിൽ താമസിക്കുന്ന നായർ സമുദായാംഗങ്ങൾക്ക് ആജീവനാംഗത്വവും ജില്ലാതിർത്തിക്കുള്ളിൽ താമസിക്കുന്ന നായർ സമുദായാംഗങ്ങൾക്ക് അസ്സോസിയേറ്റ് അംഗത്വവും നിബന്ധനകൾക്ക് വിധേയമായി ലഭിക്കുന്നതാണ്.

താല്പര്യമുള്ളവർ വിശദവിവരങ്ങൾക്ക് ബന്ധപ്പെടുക.

ഫോൺ : 04842361160

എറണാകുളം കരയോഗം – ചാരിറ്റി പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക്
2023 ഫെബ്രുവരി മാസം സംഭാവന നൽകിയവർ

1.	രാമചന്ദ്രൻ എം. A 1, പ്ലാറ്റിനം വിസ്താ, ശാസ്താ ടെമ്പിൾ റോഡ് എറണാകുളം	7,000/-
2.	കെ. ബി. ജലേഷ്, 1/981, കണ്ണംമ്പിള്ളി ഹൗസ്, തേങ്ങോട്. പി.ഒ., കാക്കനാട്	5,000/-

കാശ്മീർ- ഭൂമിയിലെ പറുദീസാ

സുമംഗല

രാവിലെ ഉറക്കമുണർന്നു. ഹീറ്ററിന്റെ ചെറുചൂടും പുറത്തെ ശീതളിമയും കിടക്ക വിട്ടെഴുന്നേല്ക്കാൻ സമ്മതിക്കുന്നില്ല. പക്ഷേ, 9.30നാണ് അന്നത്തെ യാത്ര ആരംഭിക്കുന്നത് എന്നറിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതു കിറുകൃത്യമായി പാലിക്കുകയും ചെയ്യും. മനസ്സില്ലാമനസ്സോടെ എങ്കിലും വേഗം തയ്യാറായി, പ്രഭാത ഭക്ഷണത്തിനെത്തി. ഹായ് സന്തോഷം. നമ്മുടെ ഇഡ്ഡലി, സാമ്പാർ, പല തരം ചമ്മന്തികൾ. ആസ്വദിച്ചു കഴിച്ചു. അവിടുത്തെ ഷെഫ് ഒരു മലയാളിയാണ്, അദ്ദേഹത്തെ പരിചയപ്പെട്ടു.

കുറച്ച് ഉയരത്തിലേക്ക് നടക്കണമെന്നൊക്കെ കേട്ടതിനാലാവാം, ഞങ്ങളിൽ 14 പേർ വിശ്രമിയ്ക്കുകയാണ് എന്ന് പ്രഖ്യാപിച്ചു. അവർക്കായി ഒരു ടെമ്പോ അവിടെ കാത്തു കിടന്നു, ബാക്കി രണ്ടു ടെമ്പോകളിൽ ഞങ്ങൾ കൃത്യസമയത്ത് യാത്ര ആരംഭിച്ചു. അവിടെയുണ്ടായിരുന്നവർ ചുറ്റുപാടുമുള്ള മുഗൾ ഗാർഡൻസ് സന്ദർശിച്ചും, വിശദമായി ഷോപ്പിംഗ് നടത്തിയും വിശ്രമിച്ചു. ഞങ്ങൾ സോനമാർഗിലേക്ക് യാത്ര തിരിച്ചു. അവിടെ നിന്ന് 87 കി.മീ ദൂരെയാണത്രെ സോനമാർഗ്. meadow of gold എന്നാണത്രെ അതിന്റെ ഓമനപ്പേര്. Gate way of Silky Road എന്നും അതറിയപ്പെടുന്നു. കാരണം ആ റോഡ് കാശ്മീരിൽ നിന്നും ചൈനയിലേക്കും പാക്കിസ്ഥാനിലേക്കും മറ്റും പോകുന്ന റോഡാണ്. പ്രകൃതിദേവി കനിഞ്ഞനുഗ്രഹിച്ചിരിക്കുന്ന ഭൂപ്രദേശം അതീവ സുന്ദരമായ വഴിയോരകാഴ്ചകൾ. നീണ്ടുകിടന്ന പാടങ്ങൾ വഴിയുടെ രണ്ടു വശത്തുമുള്ള വീടുകൾ ഒരു പ്രത്യേക രീതിയിലുള്ളവയാണ്. ചരിഞ്ഞമേൽക്കൂരകൾ. പഴയകാലവടക്കൻ കേരളത്തിലെ വീടുകൾ മാതിരി നാം 'മല്ലുകുത്തുവീട്' എന്ന് പറയാറില്ലേ അതു പോലെ. കാലാവസ്ഥയോട് ഇണങ്ങി പോകാനാകാം അങ്ങനെ നിർമ്മിയ്ക്കുന്നത്.

സിന്ധുനദി ക്രോസ് ചെയ്ത് യാത്ര തുടർന്നു. നദീതീരത്ത് ധാരാളം കടുക് പാടങ്ങൾ കണ്ടു. യാത്ര തുടരവെ അവിടൊരു ഷോപ്പിംഗ് കോംപ്ലക്സിലിറങ്ങി ചായയും ബിസ്ക്കറ്റും കഴിച്ചു. കയററം കയറേണ്ടതിനാൽ ശരിയായ ആഹാരം പിന്നീടാവാം എന്ന് തീരുമാനിച്ചു. ചെറിയ ഷോപ്പിംഗ് ഒക്കെ നടത്തി എത്ര സുന്ദരമാണെന്നോ ആ പ്രദേശം ഏത് അരസികനും അത് പകർത്തിയെടുക്കാൻ മോഹം തോന്നും കുറച്ചു ഫോട്ടോകളൊക്കെയെടുത്ത് ഞങ്ങൾ യാത്ര തുടർന്നു.

ഒരു മണി ആയപ്പോഴേക്കും ഞങ്ങൾ സോന മാർഗ് ടാക്സി സ്റ്റാൻഡിലെത്തി. ഞങ്ങളുടെ ടെമ്പോട്രാവലറുകൾക്ക് അവിടെ വരെയേ പ്രവേശനാനുമതി ഉള്ളൂ. അവിടെ നിന്ന് ചെറുകാറുകളിലാണ് യാത്ര. ലോക്കൽ യൂണിയൻകാർ അവരുടെ അവകാശമാക്കിയിരിക്കുന്നതാണത്രെ. ആദ്യമുള്ള കാറുകളിൽ ആളെ കയറ്റിവിട്ട ശേഷം ഞങ്ങൾ അവസാനം പോകാനായി കാത്തു നിന്നു. അപ്പോളതാവരുന്നു CRPF വാഹനങ്ങളുടെ Convoy. അതു കഴിഞ്ഞേ ഏതു വാഹനവും വിടൂ. മറ്റുള്ളവർ പോയി കഴിഞ്ഞു. പക്ഷേ വേണുവും മറ്റും കൂടെയുണ്ടായിരുന്നതിനാൽ ധൈര്യത്തോടെ പ്രകൃതിഭംഗി ആസ്വദിച്ച് സമാധാനമായി കാത്തു നിന്നു. അതാ ഞങ്ങൾക്കു പോകാനുള്ള കാറെത്തി. മറ്റുള്ളവർ പോയി മുക്കാൽ മണിക്കൂർ കഴിഞ്ഞുകാണും. ഞങ്ങളുടെ ഡ്രൈവർ മൻസൂർ എന്നൊരു പയ്യൻ. ജീവിതത്തിലെ മറക്കാനാവാത്ത യാത്ര ആയിരുന്നു അത്. നമ്മുടെ ഊട്ടി റോ ഡിലൊന്നും ഇത്ര വളവും തിരിവും ഇല്ല. ചെങ്കുത്തായ മലകൾ. വളഞ്ഞുപുള

ഞ്ഞ റോഡുകൾ. താഴേക്ക് നോക്കിയാൽ ശ്വാസം നിന്നു പോകും. ഞങ്ങളുടെ ഡ്രൈവർ പയ്യനോ അവന്റെ മുമ്പിൽ ഒരു വാഹനവും കണ്ടാൽ സഹിക്കില്ല. ഓവർടേക്ക് ചെയ്തിരിക്കും. ഓരോ ഓവർടേക്കിലും നമ്മൾ മനസ്സിൽ സർവ്വദൈവങ്ങളേയും വിളിച്ചു. അങ്ങനെ ഞങ്ങളെ പേടിപ്പിച്ച്, നേരത്തെപോയവരെത്തും മുമ്പെ മൻസൂർ ഞങ്ങളെ സോജിലപാസ്സിലെത്തിച്ചു. വഴിയിൽ രണ്ടിടത്ത് ഇറങ്ങി നിന്ന് പ്രകൃതിഭംഗി ആസ്വദിപ്പിച്ച്, കളകളാരവത്തോടെ ഒഴുകുന്ന നദികൾ, പശ്ചാത്തലത്തിൽ കൂറ്റൻമലകൾ ഒക്കെ കാണിച്ചതന്ന് നിർദ്ദിഷ്ടസ്ഥലത്തെത്തിച്ചു.

ഞങ്ങളുടെ ഡ്രൈവർ RASH ആയും അലക്ഷ്യമായും വണ്ടി ഓടിക്കുന്നതായി തോന്നി. ഉയിരെടുത്ത് കൈയിൽ പിടിച്ചു എങ്കിലും യാത്ര അവസാനിച്ചപ്പോൾ അയാളുടെ കഴിവിനെ അഭിനന്ദിക്കാതിരിക്കാനായില്ല.

സോജിലപാസ്സിലെത്തും മുമ്പ് അവിടെ നിർമ്മിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന Zojila Tunnel കണ്ടു. 9.5 അടി വീതി, 7.57 മീറ്റർ പൊക്കം, 14.2 കി.മീ. നീളം രണ്ടു ലൈൻ റോഡ് ആണത്രെ അതിനുള്ളിൽ പണിയുന്നത്. ഹിമാലയപർവതനിരകളിലെ സോജിലപാസ്സിനടിയിലൂടെ ആ ടണൽപണി തീരും. അതോടെ യാത്ര സുഗമമാകും. നല്ലരീതിയിൽ കാശ്മീരിനെ എന്തിനും സജ്ജമാക്കുന്നതായാണ് ഞങ്ങളുടെ ഗൈഡ് പറഞ്ഞത്.

സോജിലപാസ്സ് ലോകത്തിലെ തന്നെ ഉയരത്തിൽ രണ്ടാംസ്ഥാനത്തുള്ള മൗണ്ടൻ പാസ്സ് ആണ്. കാശ്മീരിനെ ലഡാക്കുമായി ചേർക്കുന്നസ്ഥലം. ശരിയ്ക്കുള്ള Zero point ഇവിടെനിന്ന് 27 കി.മീ അകലെയാണ്. പക്ഷേ, ഇതിനെയും അവർ Zeropoint എന്നുതന്നെ പറയുന്നുണ്ട്. അവിടുത്തെ താപനില മിക്കപ്പോഴും 0° യോ അതിനു താഴെയോ ആണത്രെ. ഏകദേശം 6 മാസത്തോളം ഇവിടം മഞ്ഞുമൂടി, പ്രവേശനമില്ലാതെ അടയ്ക്കപ്പെട്ടു കിടക്കുമത്രെ. ജീവിതം നിശ്ചലം.

ഇതൊക്കെ കേട്ടപ്പോൾ നമ്മുടേത് ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാട് തന്നെ എന്ന് അറിയാതെ പറഞ്ഞുപോയി. കാശ്മീരിന്റെ അതിർത്തിയിലാണ് ഞങ്ങൾ നില്ക്കുന്നത് 11649 അടിയോ ഉയരത്തിൽ. മുന്നിൽ ലേ-ലഡാക്ക് റോഡ് വഴിയുടെ ദുർഘടാവസ്ഥയോ, അപകട സാധ്യതയോ, ഒരു മാതിരി 'നല്ല' തണുപ്പോ ഒന്നും നാം ഓർത്തുവയ്ക്കില്ല. അത്ര സുന്ദരമാണ് പശ്ചാത്തലം. കയ്യെത്തും ദൂരത്ത് മഞ്ഞുമൂടികിടക്കുന്ന പർവ്വതനിര. അതും വളരെ വളരെ ഉയരത്തിൽ. സിന്ധു നദി ഉത്ഭവിക്കുന്നിടം അടുത്ത് കാണാം അവിടെ നിന്നാൽ. അതിനപ്പുറം മഞ്ഞുമൂടികിടക്കുന്ന മലനിരകൾ, അതിലും അത്ഭുതമായി തോന്നിയത് ഒരേ മലതന്നെ പല നിറത്തിൽ കണ്ടപ്പോഴാണ്. പ്രകൃതിയുടെ ഓരോ വികൃതികളേ! ഫോട്ടോഗ്രാഫറന്മാരുടെ പട തന്നെ അവിടെയുണ്ട്. അപ്പോൾ തന്നെ ഫോട്ടോയും തരും. എല്ലാവരും തന്നെ ഫോട്ടോ എടുത്തു ഒറ്റയ്ക്കും, കൂട്ടമായും ഒക്കെ. ഹൃദയത്തിലും പുറത്തും സൂക്ഷിയ്ക്കാൻ. കൂടാതെ നല്ല ചൂടുചായയും ബിസക്കറ്റും ഒക്കെ കഴിച്ച് ഞങ്ങൾ ഊർജ്ജ്വസ്വലരായി.

മഞ്ഞുകൂടുതലായി തുടങ്ങി. ഞങ്ങൾ മടക്കയാത്ര ആരംഭിച്ചു. കാറിലേക്ക് മാറി കയറിയസ്ഥലത്ത് ഏകദേശം 5 മണിയോടെ എത്തി, മനസ്സിൽ മായാത്ത അനുഭവങ്ങളുടെ മുതൽക്കൂട്ടുമായി അവിടുത്തെ നവരത്നപഞ്ചാബിഹോട്ടലിൽ നിന്ന് ആഹാരവും കഴിച്ച് ഞങ്ങളുടെ വാഹനങ്ങളിൽ കയറി. ഒരിക്കലും ഇല്ലാത്തത്ര ട്രാഫിക് ജാം എങ്കിലും യാത്ര വിരസമാകാതെ ഞങ്ങൾ അന്താക്ഷരി കളിച്ചും നല്ല പാട്ടുകാരായ ജയറാം ഒക്കെ ഉണ്ടായിരുന്നെങ്കിലും പാട്ടുപറഞ്ഞ് ഞങ്ങൾ കട്ടയ്ക്ക് നിന്നു. ക്ഷീണമറിഞ്ഞതേയില്ല. കൂട്ടായ്മയുടെ സുഖം അനുഭവവേദ്യമായി രാത്രി 7.30 ഓടെ തിരികെ എത്തി. അപ്പോൾ നല്ല വിശപ്പും ക്ഷീണവും. അത്താഴം കഴിച്ച് സുഖമായി ഉറങ്ങി, നല്ല പ്രഭാതത്തിനെ സ്വപ്നം കണ്ടുകൊണ്ട് നാളത്തെ സുന്ദര അനുഭവങ്ങളെ പ്രതീക്ഷിച്ചുകൊണ്ട്.

*****

വിദ്യാധിരാജ പരമഹംസ ചട്ടമ്പിസ്വാമി തിരുവടികൾ

എം.ആർ.എസ് മേനോൻ - 9037126220

പതിനെട്ടാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ ഉത്തരാർദ്ധം ഭാരതത്തിൽ എല്ലാ ഭാഗങ്ങളിലും ഭാരതീയ സംസ്കാരത്തിന്റെ നവോത്ഥാനകാലഘട്ടമായിരുന്നു. അക്കാലത്ത് ഭാരതത്തിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ നിരവധി മഹാത്മാക്കൾ ജനിക്കുകയുണ്ടായി. ഹിന്ദു മതത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അന്ധവിശാസങ്ങളും അനാചാരങ്ങളും കൊണ്ടുള്ള അധ:പതനം എല്ലാ മേഖലകളേയും ബാധിച്ചിരുന്നു. ജാതീയമായ അസമത്വങ്ങൾ മൂലം യാതനകൾ അനുഭവിച്ചിരുന്ന ഹിന്ദു മതത്തിലെ താഴ്ന്ന ജാതിക്കാരെന്നു കരുതപ്പെട്ടിരുന്നവർ കൂട്ടത്തോടെ ആത്മാഭിമാനത്തോടെ ജീവിക്കാൻ മറ്റ് മതങ്ങളിലേക്ക് പരിവർത്തനം ചെയ്തു കൊണ്ടിരുന്നു. ഹിന്ദുക്കളിൽ അവർണ്ണ ജാതിക്കാർക്ക് ക്ഷേത്രത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്നതിനോ ക്ഷേത്രത്തിനടുത്ത പൊതുവഴികളിൽ കൂടി വഴി നടക്കുന്നതിനോ പോലും സാധ്യമായിരുന്നില്ല. നേരെ മറിച്ച് അവർ മതം മാറി കൃസ്ത്യാനികളായാൽ താഴ്ന്ന ജാതിയിൽപ്പെട്ട ഹിന്ദുക്കൾക്ക് സഞ്ചാര സ്വാതന്ത്ര്യം അനുവദിച്ചിട്ടില്ലാത്ത വഴിയിൽ കൂടി അഭിമാനത്തോടെ സഞ്ചരിക്കാമായിരുന്നു. കേരളത്തിന്റെ ഈ അവസ്ഥയാണ് സ്വാമി വിവേകാനന്ദനെക്കൊണ്ട് കേരളം ഒരു ഭ്രാന്താലയം എന്ന് വിശേഷിപ്പിച്ചത്. ആ ഭ്രാന്താലയമായ കേരളത്തെ നവോത്ഥാനത്തിന് ഭാരതത്തിന് മുഴുവൻ മാതൃകയാക്കി മാറ്റിയതിൽ പ്രധാന പങ്ക് വഹിച്ചത് ശ്രീ ചട്ടമ്പിസ്വാമി തിരുവടികളും ശ്രീനാരായണ ഗുരുദേവനും ആണ്.

പക്ഷേ കേരള നവോത്ഥാനത്തിൽ ചട്ടമ്പിസ്വാമികളുടെ പങ്ക് കേരള ജനത ഇത് വരെ വേണ്ട വിധത്തിൽ ഉൾക്കൊണ്ടിട്ടില്ല എന്നത് വളരെ ദു:ഖകരമാണ്. ശ്രീനാരായണ ഗുരുവിനെ അദ്ദേഹം ജനിച്ച സമുദായം അംഗീകരിക്കുകയും ഗുരുദേവ ദർശനങ്ങൾ ലോകമെങ്ങും പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിന് പരിശ്രമിക്കുകയും ചെയ്തപ്പോൾ ശ്രീനാരായണ ഗുരുവിനെ ഗുരുവാക്കിയ വിദ്യാധിരാജൻ എന്ന വിശേഷിപ്പിക്കപ്പെട്ട ചട്ടമ്പിസ്വാമികളെ അദ്ദേഹം ജനിച്ച സമുദായം പോലും വേണ്ട വിധത്തിൽ അംഗീകരിക്കാൻ തയ്യാറായില്ല. ഈ വർഷം വിവേകാനന്ദ സ്വാമികളും ചട്ടമ്പിസ്വാമികളും തമ്മിൽ എറണാകുളത്ത് വച്ച് നടന്ന ചരിത്ര പ്രസിദ്ധമായ കൂടിക്കാഴ്ചയുടെ നൂറാം വർഷം ആഘോഷിച്ചിട്ടും അർഹിക്കുന്ന പ്രാധാന്യത്തോടെ ആ ദിനം ആചരിക്കപ്പെടുകയുണ്ടായില്ല എന്നത് ഖേദകരം തന്നെയാണ്.

വൈവിദ്ധ്യമാർന്ന വിഷയങ്ങളിൽ അഗാധമായ പാണ്ഡിത്യം ഉള്ള വ്യക്തിയായിരുന്നു ചട്ടമ്പിസ്വാമികൾ. വിദ്യാധിരാജൻ എന്നാണ ദ്ദേഹത്തെ വിശേഷിപ്പിച്ചിരുന്നത്. ശ്രീ ശങ്കരാചാര്യർക്കു ശേഷം കേരളം കണ്ട ഏറ്റവും വലിയ പ്രതിഭാശാലിയായിരുന്നു ശ്രീ ചട്ടമ്പിസ്വാമികൾ എന്നതിൽ സംശയമില്ല.

തിരുവനന്തപുരം നഗരപ്രാന്തത്തിലെ കൊല്ലൂരിനടുത്ത ഉള്ളോർക്കോട് എന്ന നായർ ഭവനത്തിൽ നങ്കമ്മയുടെയും വാസുദേവശർമ്മ എന്ന മലയാള ബ്രാഹ്മണന്റെയും പുത്രനായി ജനിച്ച കുട്ടിക്ക് മാതാപിതാക്കൾ ഇട്ട പേര് അയ്യപ്പൻ എന്നായിരുന്നു. പക്ഷേ കുഞ്ഞൻ എന്നായിരുന്നു വിളിച്ചിരുന്നത്. ദാരിദ്ര്യത്തിലാണ് കുഞ്ഞൻ

വളർന്നത്. അമ്മ കൊല്ലൂർ മഠത്തിലെ ജോലി ചെയ്താണ് ജീവിച്ചിരുന്നത്. അക്കാലത്തെ വ്യവസ്ഥിതിയനുസരിച്ച് പിതാവിന് കുടും ബത്തോട് യാതൊരു ഉത്തരവാദിത്തവും ഇല്ല. കുഞ്ഞനെ കൂടാതെ ഒരാൺകുട്ടിയും ഒരു പെൺകുട്ടിയും കൂടെ ഈ ദമ്പതികൾക്ക് ജനിച്ചെങ്കിലും ആൺകുട്ടി ബാല്യത്തിൽത്തന്നെ മരിച്ചു. അച്ഛന് സ്വതവേ തന്നെ ദാരിദ്ര്യം, നായർ സംബന്ധത്തിൽ അച്ഛന് മക്കളുടെ സംരക്ഷണ ചുമതലയും ഇല്ല. കൊല്ലൂർ മഠത്തിലെ ക്ഷേത്രത്തിലേക്ക് മാല കെട്ടാൻ പൂക്കൾ പറിച്ച് കൊടുക്കുക, മഠത്തിലെ അന്തർജനങ്ങൾക്ക് കറികൾക്ക് വേണ്ടി താളും തകരയുമൊക്കെ പറമ്പിൽ നിന്ന് പറിച്ച് കൊടുക്കുക തുടങ്ങിയ ജോലികൾ ചെറിയ കുട്ടിയായപ്പോൾ ചെയ്തതിനാൽ മഠത്തിൽ നിന്ന് കൊടുക്കുന്ന ചെറിയ സൗജന്യങ്ങളും കൂടി ചേർന്നാണ് അമ്മ കഷ്ടിച്ച് കുടുംബം പുലർത്തിയിരുന്നത്.

ബാല്യത്തിൽ വിദ്യാരംഭം നടത്താൻ ആരും തന്നെ ഉണ്ടായില്ല. വിദ്യാലയത്തിൽ നിന്ന് വരുന്ന കുട്ടികളുടെ ഓല നോക്കിയാണ് കുഞ്ഞൻ മലയാളവും തമിഴും എഴുതാൻ പഠിച്ചത്. കൊല്ലൂർ മഠത്തിലെ കുട്ടികളെ ഒരു അദ്ധ്യാപകൻ സംസ്കൃതം പഠിപ്പിക്കാൻ വരുമായിരുന്നു. ഈ കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കുന്നത് കുഞ്ഞൻ ഒളിഞ്ഞ് നിന്ന് കേട്ടു. ഇത് കണ്ടുപിടിച്ച ആശാൻ കുഞ്ഞനെ പരീക്ഷിച്ചപ്പോൾ താൻ നേരിട്ട് പഠിപ്പിച്ച കുട്ടികളെക്കാൾ മിടുക്കനാണ് കുഞ്ഞൻ എന്ന് അദ്ദേഹം മനസ്സിലാക്കി. അടുത്ത ദിവസം മുതൽ മറ്റ് കുട്ടികളോടൊപ്പം പഠിച്ച് കൊള്ളാൻ കുഞ്ഞനേയും അനുവദിച്ചു. ഇതായിരുന്നു കുഞ്ഞന്റെ വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ തുടക്കം. കുഞ്ഞന്റെ പഠനത്തിലെ താൽപര്യം കണ്ട് കുഞ്ഞന്റെ പിതൃസഹോദര പുത്രനായ കൃഷ്ണ പിള്ള പേട്ടയിൽ രാമൻ പിള്ളയാശാൻ എന്നൊരാൾ നടത്തിയ കുടിപ്പള്ളിക്കൂടത്തിൽ ചേർത്തു. കുഞ്ഞൻ മറ്റുള്ളവരെക്കാൾ പ്രായം കൂടിയ വ്യക്തിയായിരുന്നതിനാൽ താനില്ലാത്തപ്പോൾ കളരിയെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന കാര്യം ആശാൻ കുഞ്ഞനെ ഏൽപ്പിച്ചു. ചട്ടം പാലിക്കുന്നതിനാൽ ചട്ടമ്പി (മോണിട്ടർ എന്ന് അർത്ഥം) എന്നാണ് കുഞ്ഞനെ വിളിച്ചിരുന്നത്. ആ പേരാണ് പിന്നീട് ചട്ടമ്പിസ്വാമികൾ എന്നായി മാറിയത്. കളരിയിൽ നിന്ന് കുഞ്ഞന് കാര്യമായൊന്നും പഠിക്കാൻ ഇല്ലായിരുന്നു. കുട്ടിക്കാലം മുതൽ ഉറച്ച ഈശ്വര ഭക്തി കുഞ്ഞന്റെ സവിശേഷതയായിരുന്നു. കളരിയിൽ ഉള്ള കാലത്ത് ആശാന്റെ ഭവനത്തിലാണ് താമസിച്ചിരുന്നത്. പലപ്പോഴും രാത്രിയായാൽ കുഞ്ഞനെ ആശാന്റെ ഭവനത്തിൽ കാണാതെയായപ്പോൾ സംശയം തോന്നിയ ആശാൻ വിവരം അന്വേഷിക്കാൻ മറ്റ് കുട്ടികളെ ഏൽപ്പിച്ചു. രാത്രിയിൽ അടുത്തുള്ള ഒരു ഭദ്രകാളി ക്ഷേത്രത്തിൽ ധ്യാനിച്ചിരിക്കുന്ന കുഞ്ഞനെയാണ് അവർ കണ്ടത്. ഇത് തന്റെ ശിഷ്യനെപ്പറ്റി ആശാന് മതിപ്പ് വളർത്താൻ കാരണമായിത്തീർന്നു.

(തുടരും ....)

*****

അറിയിപ്പ് /കരയോഗാംഗങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്

കരയോഗ നിയമാവലി 7(iii) പ്രകാരം എല്ലാ കരയോഗാംഗങ്ങളും ചാരിറ്റി ഫണ്ടിലേക്ക് പ്രതിവർഷം 120 രൂപ നൽകേണ്ടതാണ്. മുൻവർഷങ്ങളിൽ തുക അടക്കാത്തവർ കുടിശ്ശിക സഹിതം അടയ്ക്കേണ്ടതാണ് എന്ന് ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു. 2000 രൂപ ഒറ്റത്തവണയായി അടച്ചാൽ പ്രസ്തുത അംഗത്തിന് ആജീവനാന്തം തുക അടയ്ക്കേണ്ടതില്ല എന്ന് അറിയിക്കുന്നു. അതുപോലെ തന്നെ ഏതെങ്കിലും ഇനത്തിൽ കരയോഗത്തിലേക്ക് അടയ്ക്കേണ്ടതായ തുക കുടിശ്ശിക വരുത്തിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ ആയതുകൂടി നല്കുവാൻ വിനീതമായി അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

ജനറൽ സെക്രട്ടറി

ആഹാരം തന്നെ ഔഷധം

എൻ. രാജശേഖരൻ - 9895550719

ദിവസവും നാം കഴിക്കുന്ന ആഹാരമാണ് രക്തമായും, മാംസമായും, മാറുന്നതെന്ന് നമുക്കറിയാം. ജീവൻ നിലനിർത്തണമെങ്കിൽ ഭക്ഷണം അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. ഏത് പ്രവർത്തി ചെയ്യുന്നതിനും, ശരീരത്തിന്റെ വളർച്ചക്കുമെല്ലാം ആഹാരം ആവശ്യം തന്നെ. നാം കഴിക്കുന്ന ആഹാരം തന്നെ നമ്മെ രോഗികളാക്കി മാറ്റുന്നു എന്നതും ഒരു സത്യം തന്നെയാണ്. അപ്പോൾ നമ്മെ ശാരീരികമായി പോഷിപ്പിക്കുന്നതും മാനസികമായി വികസിപ്പിക്കുന്നതുമായ ഭക്ഷണം മാലിന്യങ്ങളുടെ കൂമ്പാരമായാലുള്ള അവസ്ഥ ഒന്നാലോചിച്ചു നോക്കുക. ജീവൻ നിലനിർത്താൻ പോലും ആവശ്യമായ നന്നേ ചെറിയ അളവിലുള്ള അന്നം പോലും കിട്ടാനില്ലാതെ മരണപ്പെടുന്ന മനുഷ്യർ ധാരാളമാണ്.

അതുകൊണ്ട് തന്നെ ഭക്ഷണത്തെ പരമാവധി ബഹുമാനിക്കാനും നാം തയ്യാറാവേണ്ടതാണ്. എന്നാൽ, ഇത്രയധികം പ്രാധാന്യം കൽപിക്കപ്പെടുന്ന ഭക്ഷണത്തിൽ മാലിന്യങ്ങളും മായവും ചേർക്കുന്നത് സർവ്വസാധാരണമായിരിക്കുന്നു. ഒരു രാജ്യത്തിലെയോ, ഒരു പ്രദേശത്തിലെയോ, ജനങ്ങളെയാകമാനം നിത്യരോഗികളാക്കാൻ ഭക്ഷണത്തിന് കഴിയുന്നു. 'രോഗം വന്നിട്ട് ചികിത്സിക്കുക' എന്നതല്ല നമ്മുടെ രീതി. 'രോഗം വരാതെ നോക്കുക' എന്ന രീതിയാണ് നാം പിന്തുടരുന്നത് അതു കൊണ്ട്, ഭക്ഷണം മരുന്നുപോലെ കഴിക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. രോഗം വരാതെ നോക്കുക എന്ന രീതിയാണ് അവലംബിക്കേണ്ടത്. അങ്ങനെ വരുമ്പോൾ, ഭക്ഷണം ശരിക്കും മരുന്ന് പോലെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്.

ഇന്ന് നാം കഴിക്കുന്ന ആഹാരം നമുക്ക് രോഗം വരാതെ നമ്മെ സംരക്ഷിക്കത്തക്ക വണ്ണം പോഷക സമൃദ്ധമാണോ? ഏറ്റവും മാരകമായ കീടനാശികൾ തളിക്കാത്ത, മായം ചേർക്കാത്ത ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ, ഇന്ന് കിട്ടാനില്ലാത്ത അവസ്ഥയാണ് സംജാതമായിരിക്കുന്നത്. നമ്മുടെ ഈ കൊച്ചുകേരളത്തിന്റെ അവസ്ഥ എത്ര ദയനിയമാണെന്ന് ഒന്നാലോചിച്ച് നോക്കൂ.! നമ്മുടെ പ്രധാന ഭക്ഷ്യവസ്തുവായ അരി, പച്ചക്കറി, മുട്ട, പാൽ എന്നിവയെല്ലാം അന്യസംസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്ന് ഇറക്കുമതി ചെയ്യപ്പെടുകയാണല്ലോ? അയൽ സംസ്ഥാനമായ തമിഴ്നാട്ടിൽ നിന്നാണല്ലോ കൂടുതൽ ഭക്ഷ്യസാധനങ്ങളും എത്തിച്ചേരുന്നത്. അവിടെ നടന്ന ഒരു സംഭവത്തിലേക്ക് ഏവരുടേയും ശ്രദ്ധ ക്ഷണിക്കുകയാണ്.

'അത് നീങ്ക ഇത് നാങ്ക'

നേരത്തേ സൂചിപ്പിച്ചതുപോലെ തമിഴ്നാട്ടിലെ കൃഷിരീതികളും മറ്റും കണ്ട് പഠിക്കാനെത്തിയ കേരളത്തിൽ നിന്ന് പോയ ഒരു പത്രപ്രവർത്തകനോട്, അവിടെ സന്നിഹിതയായിരുന്ന വളരെ പ്രായം ചെന്ന വേലമ്മാൾ എന്ന മുത്തശ്ശി, അകലെയുള്ള കൃഷിപ്പാടങ്ങളെ നോക്കി പറഞ്ഞവാക്കുകളാണ് നേരത്തേ ഉദ്ധരിച്ചത്. 'അത് നീങ്ക ഇത് നാങ്ക' എന്താണെന്നോ ഈ വാക്കുകളുടെ അർത്ഥം? 'അത് നിങ്ങൾക്കുള്ളത് ഇത് ഞങ്ങൾക്കുള്ളത്' എന്നാണ്. കൈ ചൂണ്ടി വേലമ്മാൾ പറഞ്ഞത് 'അത് നിങ്ങൾക്കുള്ളതാണ്' എന്നതാണ്. അത് കഴിഞ്ഞ് അടുത്തു കാണുന്ന വിളകൾ ചൂണ്ടി 'ഇത് നാങ്ക' എന്നാണ്. അതായത് 'ഇത് ഞങ്ങൾക്കുള്ളത്' എന്ന്. പിന്നെ ഒരു സത്യം കൂടി അവർ പറഞ്ഞു, നീങ്കക്ക് വേണ്ടി പ്രത്യേകം മാറ്റി വളർത്തുന്ന വിളവ് 'നിറയെ വെസമിറുക്ക്.' നിറയെ വെസമിറുക്ക് എന്നതിന്റെ അർത്ഥം അവ നിറയെ വിഷം തന്നെയാണ് എന്നാണ്. ഇത് ഒരു ചെറിയ നടന്ന സംഭവം തന്നെ. അരിയൊ, പച്ചക്കറിയോ മറ്റ് ഭക്ഷ്യ വസ്തുക്കളോ ഉല്പാദിപ്പിക്കാ

തെ തമിഴ്നാട്ടിൽ നിന്നൊ, കർണ്ണാടകത്തിൽ നിന്നോ എത്തുന്ന ലോറികളുടെ വരവും കാത്തിരിക്കുന്ന നമ്മുടെ ആൾക്കാർക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ നിലവാരം എത്ര ദയനീയമാണ്.? ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ സ്രോതസ്സുകളിൽ തന്നെ മാരകമായ അണുനാശിനികൾക്കും, രാസവസ്തുക്കൾക്കും വിധേയമായാണ് ഇവിടെ എത്തുന്നത്.

വിഷം കലർന്ന കറിപൗഡറുകൾ

മേൽപറഞ്ഞ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിന്മേൽ കേരളത്തിലെത്തിയതിന് ശേഷം നടത്തുന്ന പ്രവർത്തികൾ ആരെയും ലജ്ജിപ്പിക്കുന്നതാണ്. നാം കറിയിൽ ചേർക്കുന്ന കറി പൗഡറുകൾ എല്ലാം തന്നെ കൊടിയ വിഷം കലർന്നതാണ്. ഇന്നു വിവിധങ്ങളായ ബ്രാൻഡുകളിൽ ഇറക്കുന്ന മുളക്പൊടി, മഞ്ഞൾ പൊടി, മല്ലിപൊടി, ഗരം മസാല തുടങ്ങിയവയിൽ പലതിലും മാരകമായ രാസവസ്തുക്കൾ അടങ്ങിയിട്ടുള്ളതാണെന്നും, അവ മനുഷ്യന്റെ നാഡീവ്യൂഹം, കിഡ്നി, കരൾ എന്നിങ്ങനെ സുപ്രധാന അന്തരികാവയവങ്ങളെ നശിപ്പിക്കുന്നവയാണെന്നും, സാമ്പിളുകൾ പരിശോധിച്ച ഗവൺമെന്റ് ലാബറട്ടറികൾ തുറന്ന് പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ഈ കൊടിയ വിഷമായ രാസവസ്തുക്കൾ, കാൻസർ ബാധിക്കുന്നതിനുള്ള മുഖ്യ കാരണമത്രേ. പരീക്ഷണശാലകളിലെ റിപ്പോർട്ടുകൾ വന്നിട്ട് മാസങ്ങളായിട്ടും ഇതുവരെ യാതൊരു നടപടികളും ഈ സ്ഥാപനത്തിന്മേൽ എടുത്തിട്ടില്ല് എന്നതാണ് സത്യം. നടപടി എടുത്താൽ തന്നെ ചെറിയ ഒരു പിഴതുക ഒടുക്കിയിട്ട് വീണ്ടും അവർ അതേ പ്രവർത്തി ആവർത്തിക്കും. ആവി പറക്കുന്ന കറികളുടെ പടവും, ഇഷ്ടതാരങ്ങളുടെ ചിത്രവും കൂടി ഉല്പന്നങ്ങളുടെ കവറിൽ ഉണ്ടെങ്കിൽ എല്ലാമായി. മലയാളിയെ പറ്റിക്കാൻ എന്തെളുപ്പം. കറിപൗഡറുകളിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങി നിൽക്കുന്നില്ല ഈ മായം ചേർക്കൽ. കുടിവെള്ളം, വെളിച്ചെണ്ണ, നല്ലെണ്ണ, പശുവിൻ നെയ്യ് എന്നിവയെല്ലാം മാലിന്യം കലർന്നതാണ്.

ഇങ്ങനെയാണ് കാര്യങ്ങൾ തുടരുന്നതെങ്കിൽ നമ്മുടെ നാട് രോഗികളുടെ ഒരു കേന്ദ്രമായി മാറാൻ നാളുകൾ കൂടുതൽ വേണ്ടിവരില്ല. ഭക്ഷണാവശ്യത്തിന് വേണ്ടി സ്വയം അധ്വാനിച്ച് ഉല്പന്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കിയിരുന്ന ഒരു കാർഷിക സംസ്ക്കാരം വളരെയൊ ന്നും അകലെയല്ലാതെ നമുക്കുണ്ടായിരുന്നു.

മാളുകളിൽ പോയി എല്ലാം വിലകൊടുത്ത് വാങ്ങുന്നതാണ് കൂടുതൽ അഭിമാനകരം എന്ന മിഥ്യാധാരണയാണ് നമ്മെ തകർക്കുന്നത്. ഉദാഹരണത്തിന് കറിപൗഡറുകളുടെ കാര്യമെടുക്കാം. മുളകും, മല്ലിയും, മഞ്ഞളുമെല്ലാം കടയിൽ നിന്ന് വാങ്ങി, നല്ല വണ്ണം കഴുകി, ഉണക്കി, മാലിന്യമുക്തമാക്കി, മില്ലുകളിൽ എത്തിച്ചു, പൊടിച്ചെടുത്ത് ശുദ്ധമായ കറിപൗഡറുകൾ ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന ആ കാലം വളരെയൊന്നും വിദൂരത്തല്ല.

പക്ഷേ, ഈ ബദ്ധപ്പാടിനൊന്നും മലയാളിയ്ക്ക് സമയമില്ലാതായി തീർന്നിരിക്കുന്നു. വലിയ മാളുകളിലും, ബിഗ് ബസാറുകളിലുമെല്ലാം കടന്ന് ചെന്ന് ടിന്നുകളിലും ആകർഷകമായ പാക്കറ്റുകളിലും റെഡിമെയ്ഡായി കിട്ടുന്ന ഭക്ഷ്യസാധനങ്ങൾ വാങ്ങി കഴിച്ച് രോഗബാധിതരായി തീരുകയാണ്, നാമെല്ലാം.

(തുടരും)

മിനിക്കഥ

ജന്മങ്ങൾ

ഉണ്ണിവാരിയത്ത്

അവശനായ അയാൾ ബസ്സ്റ്റാൻഡിനരികിലിരുന്ന് പാടുകയാണ്. വേദന മുറ്റുന്ന വരികളും ഈണവും സ്വരവും.

ആ നിരാലംബനെ കേൾക്കാൻ താല്പര്യമോ മനസ്സിൽ നന്മയോ ഇല്ലാത്ത സമൂഹം! കാരുണ്യമെന്നത് ഏറ്റവും വലിയ പുണ്യമാണെന്നു കരുതാത്ത മനുഷ്യർ!

ദൈന്യജന്മങ്ങളുടെ കണ്ണീർ തുടച്ചു മാറ്റാൻ തോന്നാത്തവർ ധന്യജന്മങ്ങളാകുന്നതെങ്ങനെ?

ഇടശ്ശേരി എന്ന അപൂർവ്വ കാവ്യപ്രതിഭ

കെ.പി. അജിത് കുമാർ

സ്വന്തം കവിതകളെക്കുറിച്ച് വളരെ കുറച്ച് മാത്രം എഴുതുകയും പറയുകയും ചെയ്ത മലയാളത്തിലെ പ്രശസ്തകവിയാണ് ഇടശ്ശേരി ഗോവിന്ദൻ നായർ.

താൻ മരിച്ച് 25 വർഷം കഴിഞ്ഞ് മാത്രമേ തന്റെ കവിതകൾ ആളുകൾ ശരിയായി വായിക്കാൻ തുടങ്ങുകയുള്ളൂ എന്ന് പറഞ്ഞ കവിയാണ് ഇടശ്ശേരി. അത് എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും സത്യമായി മാറിയ കാഴ്ചയാണ് ആധുനിക കാവ്യാസ്വാദനരംഗത്ത് കഴിഞ്ഞ കാൽ നൂറ്റാണ്ടായി കണ്ടുവരുന്നത്. അതെ, 1974 ലെ കവിയുടെ വേർപാടിന് ശേഷം അര നൂറ്റാണ്ടാകുമ്പോൾ ഇടശ്ശേരി കവിതകൾക്ക് കൂടുതൽ വായനക്കാർ ഉണ്ടായിവരുന്നു. വായിച്ചവർ പോലും ആ കവിതകളെ പുതിയ അർത്ഥങ്ങളിൽ വീണ്ടും വീണ്ടും വായിക്കുന്നു.

അടി മുതൽ മുടി വരെ മനുഷ്യൻ മാത്രമായ കവിയായിരുന്നു ഇടശ്ശേരി. അദ്ദേഹം സ്വപ്നം പകർത്തുമ്പോഴും അത് മനുഷ്യൻ കാണുന്ന സ്വപ്നമായി നിലനിന്നു. പു രാണ ബിംബങ്ങൾ കവിതകളിൽ വിഷയമായപ്പോഴും അവയ്ക്ക് മനുഷ്യനുമായുള്ള സംബന്ധങ്ങളിലാണ് ഇടശ്ശേരി ശ്രദ്ധിച്ചത്. കൃഷ്ണനും ഹനുമാനും സൂര്യനും ദേവിയും മാത്രമല്ല, പേടിപ്പിയ്ക്കുന്ന രൂപത്തിൽ വരുന്ന പൂതം പോലും മനുഷ്യന്റെ ഭാവങ്ങളിലാണ് പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നത്.

പഴയകാലത്തെ പുലരും വരെയുള്ള കഥകളി കാഴ്ചയുടെ അവസാനത്തിൽ കളി കഴിഞ്ഞ് അർദ്ധമയക്കത്തിൽ മടങ്ങുന്ന ഒരു നല്ല അസ്വാദകന്റെ മനസ്സിൽ തെളിഞ്ഞ കാഴ്ചയാണ് 'ലവണാസുരവധത്തിലെ ഹനുമാൻ' എന്ന ദീർഘ കവിത 1936 ൽ എഴുതിയ ഈ കവിതയാണ് ഇടശ്ശേരിയെന്ന മഹാപ്രതിഭാശാലിയായ കവിയുടെ ശക്തമായ വെളിച്ചപ്പെടൽ എന്ന് ഈ കുറിപ്പെഴുതുന്ന ആൾ കരുതുന്നു. വളരെ ചെറിയ, അതിലളിതമായ വാക്കുകളിലും വരികളിലും എഴുതപ്പെട്ട ഈ കവിത എത്ര തവണ വായിച്ചാലും മനസ്സിനെ ആർദ്രമാക്കുന്ന ഒരു അത്ഭുതസൃഷ്ടിയാണ്.

ശ്യാമള വനം, രാമചന്ദ്രന്റെ
കോമളതനു തന്നെയോ......

എന്ന രൂപത്തിലാണ് ഈ കവിതയുടെ എല്ലാ വരികളും. 1936ൽ ചങ്ങമ്പുഴ രമണൻ എഴുതി തീർക്കുന്നതേയുള്ളൂ. എന്നാൽ ചങ്ങമ്പുഴയിലൂടെ മലയാളമറിഞ്ഞ പദഘടനാഭംഗി, അതിന് മുൻപ് തന്നെ ഈ കവിതയിൽ ഇടശ്ശേരി പ്രയോഗിയ്ക്കുന്നു വളരെ സ്വാഭാവികമായി തന്നെ.

യാഗാശ്വത്തെ തേടിയെത്തുന്ന ഹനുമാൻ തന്റെ മുന്നിൽ തിരിച്ചറിയാതെ കണ്ട ലവകുശൻമാരെക്കുറിച്ച് മനസ്സിൽ കരുതുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ്.

നീരലർമാതിൻ നീർമിഴികളോ
നീരദത്തിൻ കിടാങ്ങളോ
നീലാരവിന്ദകോരകങ്ങളോ
ലീലാലോലരീ ബാലകർ.....

ഹനുമാനെ അമ്പിനാൽ വരിഞ്ഞ്കെട്ടി ആശ്രമത്തിലെത്തിച്ച ബാലന്മാർ തങ്ങളുടെ അമ്മയുടെ മുൻപിൽ 'ബന്ദി'യെ ഹാജരാക്കുമ്പോൾ സീതയും ഹനുമാനും പരസ്പരം തിരിച്ചറിയുന്ന രംഗം ഒരു ദൃശ്യസന്നാഹങ്ങളുമില്ലാതെ, ഹനുമാന്റെ ചിന്തകളിലൂടെ നമ്മുടെ കണ്ണുകളെ ഈറനാക്കും.

ഒടുവിൽ ഇത് സീതയും ഈ ബാലകർ രാമപുത്രരുമെന്ന് അറിയുന്ന ഹനുമാന്റെ ആത്മഗതം ഇങ്ങനെയാണ്.

'പവനപുത്രന്റെ പരമഭാഗ്യത്താൽ
ഇവരവിടുത്തെ സൂതരെങ്കിൽ
അപജയം തന്നെ വിജയസോപാനം
അപരമെന്തിന് ജയമമ്മേ....'

ഇടശ്ശേരിയുടെ കൃഷ്ണകവിതകൾ അത്യപൂർവ്വമായ ആവിഷ്കാരഭംഗിയാർന്നവയാണ്. 'അമ്പാടിയിലേയ്ക്ക് വീണ്ടും' 'ഉണ്ണികൃഷ്ണനോട്' എന്നിവ വളരെ പ്രശസ്തമാണ്.

യഥാർത്ഥത്തിൽ അക്രൂരന്റെ ഒപ്പം യാത്ര തിരിച്ചതിന് ശേഷം കൃഷ്ണൻ ഒരിയ്ക്കലും അമ്പാടിയിലേയക്ക് മടങ്ങിപ്പോയിട്ടില്ല. എന്നാൽ ഇടശ്ശേരി ദാരുകൻ തെളിച്ച തേരിൽ അങ്ങനെ ഒരു യാത്ര സങ്കല്പിയ്ക്കുയാണ്. ബലരാമൻ പറഞ്ഞത്രേ,

'ദാരുക, ദാമോദരനൊപ്പം
വ്രജത്തിലോളം നീ പോണം'

ആ യാത്രയിലാണ് 'പരമാത്മാവിന്റെ തേരോടിയ്ക്കുന്ന' ദാരുകൻ ,

എനിയ്ക്ക് രസമീ നിമ്നോന്നതമാം
വഴിയ്ക്ക് തേരുരുൾ പായിയ്ക്കൽ.....

എന്ന് പ്രഖ്യാപിയ്ക്കുന്നത്. വഴിയിൽ വച്ച് തേര് കാണുന്ന പഴയ സഖികളായ ഗോപികമാരുടെ പ്രതികരങ്ങളാണ് ഈ കവിതയെ ഭാവദീപ്തമാക്കുന്നത്.

ചേലകളെല്ലാ വാരിയെടുക്കുക
ചേതന ഞങ്ങടെ പാടേ
നിന്നുടെ ചുറ്റും തൂക്കിക്കൊള്ളുക
സുമന്ദഹാസത്തോടെ....
....
ഞങ്ങളെ മൂടുക കാരുണ്യാത്മൻ
നിന്നോടക്കുഴൽ വിളിയാലെ....

അമ്പാടിയിൽ നിന്ന് അക്രൂരനൊപ്പം കൃഷ്ണൻ യാത്രയാകുമ്പോൾ തങ്ങളോട് യാത്ര പറയാതിരുന്നതിൻ നിശ്ശബ്ദപരിഭവത്തിൽ മുഴുകുന്ന ഗോപികമാരുടെ മനോഗതം എഴുത്തച്ഛൻ എഴുതുന്നുണ്ട്. ഭാഗവതത്തിലെ ഈ അപ്രധാനഭാഗത്തെ വിപുലീകരിച്ചതാണ് ഇടശ്ശേരിയുടെ അമ്പാടിയാത്ര.

'ഉണ്ണികൃഷ്ണനോട്' എന്ന കവിത അതിലളിത പദങ്ങൾകൊണ്ട് മെനഞ്ഞതെങ്കിലും സാധാരണ ഭക്തിഭാവത്തെയും കടന്ന് ചെല്ലുന്ന ഒരു പ്രപഞ്ച ഐക്യബോധത്തിന്റെ അഭിലാഷമാണ്. പ്രപഞ്ചചൈതന്യമാണ് കൃഷ്ണസങ്കല്പമെങ്കിൽ ആ ലയവിസ്മയത്തെ ഇതിനേക്കാൾ ലളിതമായ മറ്റൊരു രീതിയിൽ പറയാനാവില്ല.

പീലിത്തിരുമുടികെട്ടോ
ടെത്രയ്ക്കാവൂ മൊളിയ്ക്കുവാൻ
മാരിവില്ലണിമാനത്തെ
ക്കാർമുകിൽ പൊന്തകൾക്കകം
പഴുത്ത പട്ടയും ചുറ്റി
പ്പച്ചവാഴകളാടവേ
എന്തു കാട്ടിത്തരായ്വാനോ
നീയൊളിയ്ക്കുന്നു മാധവ....

എല്ലാ കാഴ്ചകളിലും കവി അറിയുന്ന കൃഷ്ണചൈതന്യത്തെ വീണ്ടും സമാഹരിയ്ക്കുന്നത് നോക്കൂ.

നിനക്കാവില്ലൊളിയ്ക്കാനീ
പ്രപഞ്ചക്കാട്ടു ചോലയിൽ
തൊട്ടാൽ തൊട്ടത് നീലയ്ക്കു
നീലക്കല്ലാകകാരണം
ഒരു മാറാല മറയാണെടോ
നിൻ മായ മാധവാ
അതെടുത്ത് മുഖത്തിട്ടാൽ
മുഗ്ധതേ മറയില്ല നീ....

ഇടശ്ശേരിയ്ക്ക് കൃഷ്ണനോളം പ്രിയപ്പെട്ട മററൊരു പുരാണപുരുഷൻ ഹനുമാനാണ്. ലവണാസുരവധത്തിലെ ഹനുമാനെ സൂചിപ്പിച്ചുവല്ലോ 'ഹനുമൽ സേവ തുഞ്ചൻ പറമ്പിൽ' എന്ന കവിതയും ശ്രദ്ധേയമാണ്. ലങ്കയിൽ ഏത് വിജയവും ഒറ്റയ്ക്ക് നേടാൻ കരുത്തുള്ള ദേഹമാണ് ഹനുമാൻ. എന്നാൽ

രാമാസ്ത്രത്തിന് വച്ച നൈവേദ്യമെന്നോ
രാക്ഷസ രാജാവിനെ സ്വാദ് നോക്കാതെ വിട്ടൂ.

യമിതേന്ദ്രിയ, സ്വന്തം ബലത്തെ സ്വയം തള്ളും
ബലമേ, ഭവാൻ കൈക്കൊണ്ടാലുമെൻ പ്രണാമങ്ങൾ

ബലവാൻ മാത്രമല്ല, സ്വന്തം ബലത്തെ അടക്കാനും കഴിയുന്ന ഹനുമാനാണ് കവിയ്ക്ക് പ്രിയപ്പെട്ടവനാകുന്നത്.

'കാവിലെപാട്ട്' പോലെ തീഷ്ണവും ചടു ലവും താളബദ്ധവും ദൃശ്യാത്മകവുമായ ദേവീചരിതങ്ങൾ മലയാള കവിതയിൽ അ

പൂർവ്വമാണ്. അതിസംഘർഷങ്ങൾ നിറഞ്ഞ രക്താഭമായ സംഭവ പരമ്പരകൾ വിവരിച്ചശേഷവും കവിത അവസാനിയ്ക്കുന്നത് ശാന്തമായ ഈ വരികളിലാണ്.

'ഇത്തറയിൽ സ്വാന്തരംഗ പീഠമിട്ടു പട്ടും
പൂത്തനലരും വിരിച്ചേ കാത്തു നിൽപ്പൂ ഞങ്ങൾ.
സമയമായീ, സമയമായീ തേരിറങ്ങും മ്പോ
സകലലോകപാലനൈ സമയമ താലംബേ
സമയമതത്തിന്റെ നിഷ്ഠകളുടേയും
കനകവലയഭ്രംശരിക്ത പ്രകോഷ്ഠാ

എന്ന മേഘസന്ദേശപദത്തിന്റേയും സൂചനകൾ ഈ കവിതയെ പുതിയ കാലത്തിന്റെ അന്വേഷണബുദ്ധികളുടെ ഉയരത്തിൻ തന്നെ നിലനിർത്തുന്നുണ്ട്.

മനുഷ്യന്റെ സങ്കടങ്ങളുടേയും പ്രതീക്ഷകളുടേയും സാക്ഷാല്ക്കാരത്തിന്റേയും ആശങ്കകളുടേയും ചിത്രങ്ങൾ ഇടശ്ശേരിയുടെ കവിതകളിൽ എവിടെയും തിളങ്ങി നിൽക്കുന്നു. സ്വയം ഒരു പ്രതിഭാശാലിയായ നാടകകൃത്ത് കൂടിയായ ഇടശ്ശേരി തന്റെ കവിതകളിൽ നാടകീയരംഗങ്ങൾ ജീവിതരംഗങ്ങൾ തന്നെയാക്കി അവതരിപ്പിച്ചു.

അനുജത്തിയുടെ വിവാഹദിനപുലർച്ചയിൽ കൊച്ചനുജനൊപ്പം വീടിനടുത്ത് വലിയ ആമ്പൽ കുളത്തിൽ മുങ്ങി മറയാനൊരുങ്ങും മുൻപ് ചോദിയ്ക്കുന്ന വരികൾ ആ കുഞ്ഞിനെ കരയിച്ചില്ലെങ്കിലും നമ്മളെ ഇപ്പോഴും സങ്കടപ്പെടുത്തുന്നു. 'ഞാനിക്കറുത്ത നീരാറ്റിൽ മുങ്ങി കാണാതെയാമ്പോൾ കരയുമോ നീ...

(വിവാഹസമ്മാനം)

ചോരക്കുഞ്ഞായ അനുജനോടൊപ്പം അഞ്ചാം വയസ്സിൽ ഭിക്ഷാടനത്തിനിറങ്ങിയ പെൺകുട്ടി ആ കൊച്ചനുജനെ വളർത്തി യുവമാന്യനാക്കുന്നതിനിടെ കടന്നുപോയ ജീവിതയാത്രയാണ് പെങ്ങൾ എന്ന കവിത. ഇത്രയെല്ലാം ചെയ്തുകൊടുത്തിട്ടും ഒടുവിൽ

"തെരുവിൽ കൂർത്ത ചരൽക്കല്ലുകളിൽ ജീവിത രക്തം പറ്റിക്കൊണ്ടവൾ" ഇറങ്ങിപ്പോകേണ്ടി വരുന്നതിന്റെ വിവരണമാണ് ഈ കവിത. വിവാഹം ചെയ്തയച്ച സ്നേഹനിധിയായ മകളെ കാണാൻ നിർദ്ധനനായ അച്ഛൻ ധനികനായ ജാമാതാവിന്റെ വീട്ടിൽ ചെല്ലുമ്പോൾ, 'വഴിതെറ്റുന്നു വയസ്സാകുമ്പോൾ അങ്ങേ വീട്ടിൽ കയറേണ്ടതാണ് ' എന്ന് പറഞ്ഞ് കൂനിക്കൂടി ഇറങ്ങേണ്ടി വരുന്നതിന്റെ ദൈന്യത ഇടശ്ശേരി വരച്ചു കാട്ടുന്നുണ്ട്. (അങ്ങേ വീട്ടിലേയ്ക്ക്) ബിംബിസാരന്റെ യാഗശാലയിലേയ്ക്ക് ആടുകളെ കൊണ്ടുപോകുന്ന ഇടയനിലൂടെയാണ് ആടുകളെ രക്ഷിക്കാനെത്തുന്ന ശ്രീബുദ്ധനെ ഇടശ്ശേരി അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. (ബിംബിസാരന്റെ ഇടയൻ) തള്ളയാടും കുഞ്ഞാടുകളും അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും ഓടുമ്പോൾ ഇടയൻ സ്വന്തം മാതാവിനെ ഓർത്തുപോകുന്നു. പണ്ട് തന്നെ രാജാവിന് നൽകിയപ്പോൾ അതിന് കിട്ടിയ പ്രതിഫല നാണയങ്ങൾ അവൾ തനിയ്ക്ക് തന്നെ നൽകിയതാണ്. എന്നിട്ടോ?

'അവൾക്ക് കുളിരിന് കമ്പിളി നേടി
പിന്നീടെന്നോ ഞാൻ ചെല്കേ
ഒരട്ടിമണ്ണ് പുതച്ച് കിടപ്പൂ
വീടാക്കടമേ മമജന്മം.

അങ്ങനെയുള്ള വീടാക്കടങ്ങളുണ്ടോ എന്ന് നമുക്ക് ആലോചിയ്ക്കുന്നത് നല്ലതാണ്.

ഇടശ്ശേരിയുടെ പൂതപ്പാട്ട് പോലെ തന്നെ പ്രശസ്തമായ മറ്റൊരു കവിതയാണ് 'കുറ്റിപ്പുറം പാലം.' മർത്ത്യവിജയത്തിൻ മേൽ വളരെയധികം അഭിമാനിയ്ക്കുന്ന വരികൾ ഉൾപ്പെടുത്തുമ്പോൾ തന്നെ അതിൽ മനുഷ്യന് ഉണ്ടാകേണ്ട ആശങ്കയ്ക്കും തുല്യമായി ഈ കവിതയിൽ സ്ഥാനം നൽകുന്നു. ആടോപത്തോടെ പേമഴയിൽ ആകെ തടം കുത്തിപാഞ്ഞ നിളാനദി ഒടുവിൽ ആകുലമാമൊരൊഴുക്കു ചാലായി മാറിപ്പോകുമോ എന്ന ആശങ്കയോടെയാണ് കവിത അവസാനിയ്ക്കുന്നത്. 1954ൽ എഴുതിയ ഈ കവിതയാണ് മലയാളത്തിലെ ആദ്യപരിസ്ഥിതി കവി

മൂന്നൂറിനടുത്ത് കവിതകൾ രചിച്ച ഇടശ്ശേരിയെ പ്രധാനമായും പൂതപ്പാട്ടിന്റെ സൃഷ്ടാവ് എന്ന നിലയിലാണ് നാം കൂടുതലായി അറിഞ്ഞുപോരുന്നത്. പൂതപ്പാട്ടിന്റെ കഥയും ചിത്രങ്ങളും വളരെ പ്രശസ്തമായതിനാലാണ് ആ കവിതയെക്കുറിച്ച് ഇവിടെ അധികമായി പ്രതിപാദിയ്ക്കാതിരുന്നത്. എന്നാൽ പൂതപ്പാട്ടിന്റെ രചനാ രീതിയും പദങ്ങളും വരികളും സന്നിവേശിപ്പിച്ചതിലെ സൂക്ഷ്മമായ അർത്ഥസൂചനകളും ഇന്ന് നിരൂപകൾ പുതിയതായി പഠിച്ചു കൊണ്ടിരിയ്ക്കുകയാണ് എന്ന് കൂടി അറിയേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

'കറുത്ത ചെട്ടിച്ചികൾ' ചകിരിക്കുഴികൾ, പൂജാപുഷ്പം, മുള്ളൻചീര, കൈതപ്പൂ, പഴകിയ ചാലുകൾ മാറ്റുക, മാർക്കണ്ഡേയൻ, നാലിതൾപൂവ്, ഒരു പിടി നെല്ലിയ്ക്ക, അന്തിത്തിരി, തുടങ്ങി എല്ലാ കവിതകളിലും വൈവിധ്യങ്ങൾ നിറഞ്ഞ ഭാവതലങ്ങളും അനുഭവങ്ങളും ആവിഷ്കരിച്ച കവിയാണ് ഇടശ്ശേരി. വളരെ സമയമെടുത്ത് വളരെയധികം ഘടകങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് വളരെ കഷ്ടപ്പെട്ട്, താൻ പണിതുയർത്തിയ മന്ദിരത്തെക്കുറിച്ച് ഇടശ്ശേരി കാഴ്ചക്കാരോട് പറയുന്ന ഒരു നിർദ്ദേശം 'പുരപ്പണി' എന്ന പ്രസ്ത കവിതായിലുണ്ട്.

ഉയരുമീ ഗൃഹം നടന്നു കണ്ടോളൂ,

ചിരിച്ചാലും കൊള്ളാം കയർത്താലും കൊള്ളാം

എനിയ്ക്കിതേ വേണ്ടൂ. പറഞ്ഞുപോകരുതിതു മറ്റൊന്നിന്റെ പകർപ്പെന്ന് മാത്രം.

താൻ പണിയുന്ന വീടിനെക്കുറിച്ച് എന്ന രൂപത്തിൽ ഇടശ്ശേരി ഗോവിന്ദൻ നായർ എഴുതിയ ഈ വരികൾ അദ്ദേഹത്തിന്റെ കവിതകളെക്കുറിച്ചും കൃത്യമായി യോജിക്കുന്നുണ്ട്.

1906 ഡിസംബർ 23ന് കുറ്റിപ്പുറത്ത് ജനിച്ച് 1974 ഒക്ടോബർ 16ന് അന്തരിച്ച് ഇടശ്ശേരി മലയാള കവിതയിൽ ആധുനികതയുടെ വഴിയൊരുക്കിയ മഹാപ്രതിഭയാണ്.

തയെന്ന് ഇപ്പോൾ തിരിച്ചറിയപ്പെടുന്നത്. പരിസ്ഥിതി നാശം ഒരു വിഷയമായി ഉയർന്ന് വരാതിരുന്ന കാലത്ത് എഴുതിയത് എന്ന വസ്തുത ശ്രദ്ധേയമാണ്. മനുഷ്യ വികാരങ്ങളുടെ സൂക്ഷമവും സങ്കീർണവുമായ തലങ്ങളിലൂടെയാണ്. 'ഒരു ഗന്ധർവൻ പാടുന്നു' എന്ന കവിത സഞ്ചരിയ്ക്കുന്നത്. കൃഷ്ണസങ്കൽപത്തിന്റെ അജ്ഞാതമുഖങ്ങളാണ് 'കാശാവു പൂത്തു' 'ഗോപികാ ഗോവിന്ദ എന്നീ കവിതകൾ. നിത്യജീവിതത്തിന്റെ സംഘർഷങ്ങൾ തുളച്ച് കയറുന്ന സങ്കടങ്ങളാക്കി അവതരിപ്പിച്ചു, 'നെല്ലു കുത്തുകാരി പാറുവിന്റെ കഥ. പണിമുടക്കം പുത്തൻകലവും അരിവാളും, കല്യാണപ്പുടവ, ബുദ്ധനും ഞാനും നരിയും തുടങ്ങിയ കവിതകൾ പ്രശസ്തങ്ങളാണ്. ഗാന്ധിജിയും മറ്റ് നേതാക്കളും നിറഞ്ഞു നിന്നിരുന്ന ഇന്ത്യയുടെ നന്മയുടെ സങ്കല്പങ്ങളാണ് ഇടശ്ശേരി ഉൾപ്പെടെ നിരവധി എഴുത്തുകാരെ നയിച്ചിരുന്നത്. എവിടെയും നന്മകാണാൻ കഴിഞ്ഞിരുന്ന ഇടശ്ശേരി തന്റെ കവിതകളിൽ അശുഭത്തിന്റെ ചിത്രങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ആത്യന്തികമായി നന്മയുടെ പ്രക്ഷേപകനാണ്.

അദ്ധ്യാപകനായിരുന്നില്ലെങ്കിലും വിദ്യാഭ്യാസ രീതിയെക്കുറിച്ച് കൃത്യമായ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം 'പള്ളിക്കൂടത്തിലേയ്ക്ക് വീണ്ടും ' എന്ന കവിതയിലുണ്ട്. ആദ്യമായി സ്കൂളിൽ പോകുന്ന

'പുത്തനുടുപ്പും പുതിയ

പുത്തനാം സ്ലേറ്റുമായ് നിൽക്കുന്ന'

മകനെ അനുഗ്രഹിയ്ക്കുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ് പാഴ്വിനുള്ളായോ ധനത്തിൽ നീയേ-

തായുധമേന്തണമെന്ന കാര്യം

———————————————

നീയെന്തായ് തീരണ മാ മുകുളം

നിന്നിലേ നിന്നു വിരിഞ്ഞിടട്ടെ....

ഒടുവിൽ നേരുന്നത് ഇത്രമാത്രം. നിനക്ക് ഈ മനസ്സിന്റെ നന്മയും ശരീരത്തിന്റെ ആരോഗ്യവും എന്നെന്നും നിലനിൽക്കട്ടെ.

*****

ഉറക്കം

ഡോ. പാർവ്വതി. കെ.എസ്.

ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതത്തിന് സുഖനിദ്ര അനിവാര്യമാണ്. എന്നാൽ സുഖനിദ്രയെ തടസ്സപ്പെടുത്തുന്ന ഒട്ടേറെ കാരണങ്ങൾ ഇന്ന് കണ്ടുവരുന്നു. അതിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് സ്ട്രസ്സ്. പലതരം അസുഖങ്ങൾ, ചിട്ടയില്ലാത്ത ജീവിതരീതി തുടങ്ങിയവയും ഉറക്കക്കുറവുണ്ടാക്കുന്നു.

ഉറക്കവും സ്ട്രസ്സും തമ്മിൽ പരസ്പരം ബന്ധിപ്പിക്കുന്നത് രണ്ട് വിധത്തിലാണ്. ശരീരത്തിൽ ഒരു ജൈവഘടികാരമുണ്ട്. (സർക്കേഡിയൻ ക്ലോക്ക്) സൂര്യപ്രകാശത്തിന്റെ ഏറ്റക്കുറവുകൾക്കനുസരിച്ച് രാത്രിയും പകലുമായി ഉറക്കത്തിന്റേയും ഉണർവ്വിന്റേയും സമയതാളം നിയന്ത്രിക്കുന്നത് ഈ ജൈവഘടികാരമാണ്. ഹൈപ്പോതലാമസിന്റെ നിയന്ത്രണത്തിൽ ഉത്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന മെലടോണിൻ എന്ന ഉറക്കഹോർമോണാണ് ഇത് നിയന്ത്രിക്കുന്നത്. സ്ട്രസ്സ് കൂടുമ്പോൾ മെലടോണിൻ ഉൾപ്പെടെയുള്ള ഹോർമോണുകളുടെ ഉൽപാദനം തകിടം മറിയും. മാത്രമല്ല സ്ട്രസ്സ് കൂടുമ്പോൾ സ്ട്രസ്സ് ഹോർമോണുകൾ കൂടുകയും അപ്പോൾ ഹൈപ്പോതലാമസിൽ നി ന്നും നിയന്ത്രിക്കപ്പെടുന്ന പല ശാരീരികപ്രവർത്തനങ്ങളും താത്കാലികമായി മാറ്റിമറിയ്ക്കപ്പെടുന്നു. ഇങ്ങനെ മാറിമറിയുന്നതിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് ഉറക്കം.

കടുത്ത സ്ട്രസ്സ് ഉള്ളവരിൽ പലതരത്തിലുള്ള ഉറക്കം പ്രശ്നങ്ങൾ കണ്ടുവരാറുണ്ട്. ഏത് കാരണം കൊണ്ട് സ്ട്രെസ്സ് ഉണ്ടായാലും അത് വേഗത്തിൽ ബാധിക്കുന്നത് സുഖകരമായ ഉറക്കത്തെയാണ്, ഇത് തന്നെ ഓരോരുത്തരിലും ഓരോ തരത്തിലാണ് ബാധിക്കുന്നത്.

വിഷാദം അനുഭവിക്കുന്നവരിൽ ചിലർക്ക് ഉറങ്ങാൻ കിടന്നാലും ഉറക്കം ലഭിച്ചെന്ന് വരില്ല. മറ്റ് ചിലരിൽ ഉറക്കം ഇടയ്ക്ക് വെച്ച് തടസ്സപ്പെടുന്ന അവസ്ഥയുണ്ടാകാം. വിഷാദം കാരണം ചിലർ സാധാരണ ഉണരുന്നതിനു രണ്ടോ മൂന്നോ മണിക്കൂർ നേരത്തേ ഉണരുകയും തുടർന്ന് ഉറക്കം വരാതിരിക്കുകയും ചെയ്യും. സ്ട്രേസ് ഉണ്ടാകുന്നത് വിഷാദത്തെ തീവ്രമാക്കും മാനസിക പിരിമുറുക്കം വിഷാദത്തിലേക്ക് നീങ്ങിക്കഴിഞ്ഞാൽ ചിലരിൽ ഉറക്കക്കുറവിന് പകരം സാധാരണയിലും കൂടുതലുമുള്ള ഉറക്കം (Hypersonia) ഉണ്ടായെന്നുവരാം. എങ്കിലും കൂടുതൽ പേരിലും ഉറക്കക്കുറവ് തന്നെയാണ് കണ്ടുവരുന്നത്. ഇതുകൂടാതെ പിരിമുറുക്കം അനുഭവിക്കുന്നവർ പലപ്പോഴും അതിൽ നിന്ന് രക്ഷനേടാൻ പുകവലി, മദ്യപാനം തുടങ്ങിയ ദുശ്ശീലങ്ങളിലേക്ക് എത്തിപ്പെടാറുണ്ട്. ഇത് ഉറക്കക്കുറവിന് ഇടയാക്കും. മാത്രമല്ല ചിലർ ചായ, കാപ്പി എന്നിവ അമിതമായി ഉപയോഗിച്ചേക്കും. ഇവയുടെ അമിതോപയോഗവും ഉറക്കക്കുറവിലേക്ക് നയിക്കും. സ്ട്രെസ് ചിലരിൽ ഫോൺ ഇന്റർനെറ്റ് തുടങ്ങിയവയുടെ അമിതോപയോഗത്തിന് ഇടയാക്കും. ഇതും ഫലത്തിൽ ഉറക്കക്കുറവിലേക്ക് എത്തിക്കാറുണ്ട്.

നല്ല ഉറക്കം കിട്ടാൻ

- ഉറക്കക്കുറവിന് ഇടയാക്കുന്ന സ്ട്രസ്സിന്റെ യഥാർത്ഥ കാരണങ്ങൾ കണ്ടെത്തി പരിഹരിക്കുകയാണ് പ്രധാനം.
- സ്ഥിരമായി ഒരേ സമയത്ത് ഉറങ്ങുകയും ഉണരുകയും ചെയ്യുക.
- അധിക ചൂടോ തണുപ്പോ ഇല്ലാത്ത, ഇരിട്ടുള്ളതും ശാന്തമായതുമാവട്ടെ കിടപ്പു

മുറി. ഉറക്കം നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്ന ശബ്ദമോ ടിവിയോ കംപ്യൂട്ടറോ ഫോണോ മുറിയിൽ ഉണ്ടാകരുത്.

- ഉറങ്ങാൻ കിടന്നിട്ടും ഉറക്കം വന്നില്ലെങ്കിൽ മുറിയിൽ നിന്നു പുറത്തുപോയി പുസ്തകം വായിക്കു, അല്ലെങ്കിൽ ശാന്തസംഗീതം ചെറിയ ശബ്ദത്തിൽ കേൾക്കുക. പിന്നീട് ഉറക്കം വരുമ്പോൾ മുറിയിലേക്ക് തിരിച്ചു വന്ന് ഉറങ്ങാൻ കിടക്കുക.
- രാത്രി ചായ, കാപ്പി എന്നിവ കുടിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക
- മദ്യപാനം, പുകവലി ശീലങ്ങൾ ഒഴിവാക്കണം.
- പകൽ സമയത്തെ ചിട്ടയായ വ്യായാമം രാത്രിയിൽ നന്നായുറങ്ങാൻ സഹായിക്കും.
- മൊബൈൽ, ടി.വി., കംപ്യൂട്ടർ എന്നിവ കിടപ്പുമുറിയിൽ വേണ്ട. ഉറക്കത്തിന് ഒരു മണിക്കൂർ മുൻപെങ്കിലും എല്ലാ സ്ക്രീനുകളും ഓഫ് തലച്ചോറിന് വിശ്രമ അനുവദിക്കുക.

*****

4-ാം ചരമ വാർഷികം

05-03-2023

ഡോ. ചന്ദ്രിക
W/o മോഹൻ കൈമൾ
വാക്കയിൽ ഹൗസ്
പുല്ലേപ്പടി റോഡ്, കതൃക്കടവ്

2023 ഫെബ്രുവരി മാസം അന്തരിച്ച കരയോഗാംഗങ്ങൾക്ക് ആദരാഞ്ജലികൾ

സരോജിനി L/3960
ഉദയകോളനി
ഗാന്ധിനഗർ
കൊച്ചി - 20

സതീദേവി സി. L/2522,
ശിവം,
കളത്തിപറമ്പിൽ റോഡ്
കൊച്ചി - 16

പി.എൻ. നന്ദകുമാർ L/4554,
അബാദ് വാന്റേജ്
പോയിന്റ്
രവിപുരം, കൊച്ചി - 16

രാമചന്ദ്രൻ L/5320
ഫ്ളാറ്റ് നമ്പർ 3 സി,
എൻ.ജെ.കെ. രത്നാലയം,
ചിറ്റൂർ റോഡ്, കൊച്ചി-11

മുമ്പിൽഗ്ഗമിച്ചീടിന ഗോവുതന്റെ
പിമ്പേഗമിക്കും ബഹു ഗോക്കളെല്ലാം
ഒരുത്തനുണ്ടാക്കിന ദുഷ്പ്രവാദം
പരത്തുവാനാളുകളുണ്ട സംഖ്യം.

ശ്രീകൃഷ്ണചരിതം മണിപ്രവാളം

മുമ്പേ പോകുന്ന പശുവിന്റെ പിറകേ അനേകം പശുക്കൾ പോകും. ഒരുത്തനുണ്ടാക്കിയ അർത്ഥമില്ലാത്ത അപവാദം പറഞ്ഞു പരത്താൻ അനേകം പേരുണ്ട്.

എന്നെ സ്നേഹിക്കുക എന്ന് സ്വന്തം തലച്ചോറ്

യു.എസ്. രവീന്ദ്രൻ– 9496120978

ഓർമ്മ ശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനും കർമ്മകുശലതയ്ക്കും എന്തെല്ലാം ചെയ്യണമെന്ന് പുതിയ ഗവേഷണങ്ങൾ കണ്ടെത്തയിട്ടുണ്ട്. ബുദ്ധിപൂർവ്വം ചിലത് പിൻതുടരാം.

ജപ്പാനീസ് വനിതയായ വെൻഡി സുസുക്കി തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെപ്പറ്റി പല ഗവേഷണങ്ങളും നടത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഒട്ടേറെ ലേഖനങ്ങളും പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ചെറിയ വ്യായാമവും ചില പാനീയങ്ങളും തലച്ചോറിലെ ന്യൂറോണിനെ കൂടുതൽ പ്രവർത്തനക്ഷമമാക്കിയ ചില കഥകൾ കേൾക്കുക. 'നല്ല മസിലുകൾ ഉണ്ടാകാനാണ് ഞാൻ ചില വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്തു തുടങ്ങിയത്. എന്നാൽ കുറച്ചു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ എനിക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള ചില കണക്കുകൂട്ടലുകൾ എളുപ്പത്തിൽ ചെയ്യാമെന്നും മനസ്സിൽ കൂടുതൽ കാര്യങ്ങൾ കൂടുതൽ സമയത്തേക്ക് സൂക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കുമെന്നും ബോധ്യമായി. 'ന്യൂയോർക്ക് യൂണിവേഴ്സ്റ്റിയിലെ ന്യൂറോസയൻസ് പ്രൊഫസറായ മിസ്സിസ് സുസുക്കി പറയുന്നു 'വ്യായാമവും തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനവും ബന്ധപ്പെട്ടു കിടക്കുന്നു.'

സ്വന്തം ദിനചര്യയിൽ വരുത്തിയ വ്യത്യാസം കൊണ്ട് കാര്യങ്ങൾ എത്രസുഗമായിത്തീരുന്നു എന്ന് സുസുക്കി തന്നെ വിവരിക്കുന്നു. സ്ഥിരം കഴിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന മരുന്നുകളും ചെറിയ വ്യായാമവുംകൂടി ആയപ്പോൾ തലച്ചോറിലുണ്ടായ വ്യത്യാസം അത്ഭുതപൂർവ്വമായി. തലച്ചോറിൽ പുതിയ സെല്ലുകൾ മുളക്കാൻ തുടങ്ങി. പുതിയരക്തക്കുഴലുകളിലൂടെ സെല്ലുകൾക്ക് കൂടുതൽ ഓക്സിജൻ ലഭിക്കാൻ തുടങ്ങി. ഇത് ന്യൂറോണുകളെ പരസ്പരം കൂടുതൽ ബന്ധപ്പെടുത്തുവാനും തന്മൂലം പഠനം, ഓർമ്മശക്തി, തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കൽ എന്നീ പ്രവർത്തികൾ മുൻപത്തേക്കാൾ എളുപ്പമായി. ഈ നവോത്ഥാനം ന്യൂറോ പ്ലാസ്റ്റിസിറ്റി - കുട്ടികളുടെ തലച്ചോറിൽ മാത്രം കണ്ടുവരുന്ന പ്രതിഭാസമാണ്.

അതായത് ഈ ഗവേഷണം കാണിക്കുന്നത് തലച്ചോറിന്റെ ഈ സൂത്രം - ന്യൂറോ പ്ലാസ്റ്റിസിറ്റി ഏതു പ്രായത്തിലും ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാവുന്നതാണെന്നാണ്; ഇത് ഓർമ്മശക്തി കൂട്ടാനും, ഭാവനക്ഷമതകൂട്ടാനും, അതുമൂലം പ്രായമാകുമ്പോൾ അൽഷിമേഴ്സ് പോലുള്ള ബുദ്ധിമാന്ദ്യതയെ ഒഴിവാക്കാനും സഹായിക്കും. അതായത് നമ്മൾ ഉത്സാഹിച്ചാൽ നമുക്കുതന്നെ വലിയതും സന്തോഷവാനായതുമായ ഒരു തലച്ചോറിനെ വളർത്തിയെടുക്കാൻ സാധിക്കും. ഉറക്കം മുതൽ ഭക്ഷണശീലം വരെ തലച്ചോറിലെ ചിന്താമുകുളങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനത്തെ ബാധിക്കുന്നുവെന്ന് ഗവേഷണങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു.

'ഇന്ന് നാം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രവർത്തികളും ജീവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന അന്തരീക്ഷവും തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനത്തെ കുറെശ്ശെയായി വിപരീതമായി ബാധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നുണ്ട്'. ടെക്സാസിലെ Brain health centre ഡയറക്ടർ സാന്ദ്രാബോസിന്റെ അഭിപ്രായമാണിത്. ഉറക്കത്തിനു പിശുക്കു കാണിക്കുന്നു. ഒരേ സമയം ഒന്നിലധികം പ്രവർത്തികളിലേർപ്പെടുന്നു (Multi tasking). ബാക്കി സമയം അലസന്മാരായി ജീവിക്കുന്നു. കൂടുതൽ പണം ചെലവാക്കി Brain training programme കളിൽ ചേരാനോ, കൂടുതൽ വില കൂടിയ മരുന്നുകൾ കഴിക്കാനോ Brain secret കൾ നിർദ്ദേശിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ താഴെ പറയുന്ന ചില കാര്യങ്ങൾ ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയാൽ മതി.

തലച്ചോറിലെ ഇടതുവശത്തെ കടൽ

കുതിരയുടെ ആകൃതിയിലുള്ള Hippo Campus എന്ന പ്രദേശമാണ് ഓർമ്മശക്തിയുടെ കേന്ദ്രം. നാം കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണം ഇടതു Hippo Campus ൽ എങ്ങനെ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നുവെന്ന് ആസ്ട്രേലിയയിലെ Deakin യൂണിവേഴ്സ്റ്റി ഗവേഷണം നടത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഈ Hippo Campus തന്നെയാണ് പഠനക്ഷമത, തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുവാനുള്ള കഴിവ് എന്നിവയേയും സ്വാധീനിക്കുന്നത്. ബുദ്ധിമാന്ദ്യരോഗമായ അൽഷിമേഴ്സ് ബാധിക്കുന്നത് ഈ ഭാഗം ചുരുങ്ങുവാൻ തുടങ്ങുമ്പോഴാണ്. '250 പേരിൽ നടത്തിയ ഒരു ഗവേഷണ പഠനത്തിൽ തലച്ചോറിന്റെ 4 വർഷത്തെ ഇടവേളയിൽ MRI Scan ചെയ്തപ്പോൾ 4 വർഷത്തിനുശേഷം ഒരു പ്രത്യേക ഭക്ഷണക്രമം പാലിച്ചവരിൽ Hippo Campus 203 ചതുരശ്രമില്ലീമീറ്റർ വളർന്നതായും, അല്ലാത്തവരിൽ ആദ്യം ഉള്ളതിൽ നിന്നും ചുരുങ്ങിയതായും കണ്ടു. (ഇത് വയസ്സ്, തൂക്കം, വ്യായാമം, പൊതുവെയുള്ള ആരോഗ്യം എന്നിവ ഭേദമെന്യ), 203 ചതുരശ്രമില്ലീ മീറ്റർ എന്നത് കേൾക്കുമ്പോൾ ചെറിയ ഒരു സംഖ്യയായി തോന്നുമെങ്കിലും വളരെയധികം ബ്രെയിൻ സെല്ലുകളെ ഉൾക്കൊള്ളാൻ കഴിവുള്ളതാണ്. അതായത് ശരിയായ ആഹാരം കഴിക്കുകയും ജങ്ക് ഭക്ഷണങ്ങളെ ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്താൽ ഓർമ്മക്കുറവ്, ബുദ്ധിമാന്ദ്യം (Dementia) തുടങ്ങിയ രോ ഗങ്ങളെ ഒഴിവാക്കാം. തലച്ചോറു സൗഹൃദമായ ഭക്ഷണങ്ങൾ എന്നുവെച്ചാൽ നല്ല പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ, സലാഡുകൾ, എണ്ണയിൽ വറക്കാത്ത മത്സ്യം എന്നിവയൊക്കെയാണ്. എന്നാൽ വലിയ ബർഗറുകളും, വറു ത്തവയും, കുപ്പിപാനീയങ്ങളും (Soft drinks), വറുത്ത ഉരുളക്കിഴങ്ങും ഇറച്ചിയും ഒക്കെ തലച്ചോറിന് ദോഷം ചെയ്യുന്ന ഭക്ഷണങ്ങളാണ്. ആരോഗ്യപരമായ ഭക്ഷണം തലച്ചോറിനെ ക്ഷീണിപ്പിക്കാതെ നോക്കുന്നു. സസ്യാഹാരങ്ങളിൽ ധാരാളം ആന്റി ഓക്സിഡന്റുകൾ ഉള്ളതുകൊണ്ട് ബുദ്ധിപരമായ തൃഷ്ണയെ - ആവേശത്തെ അത് നിലനിർത്തുന്നു. ബു ദ്ധിമാന്ദ്യം ഉണ്ടാകുന്നില്ല.' അയർലാന്റിൽ നടത്തിയ ഒരു ഗവേഷണപഠനത്തിന്റെ ചുരുക്കമാണ് മുകളിൽ കൊടുത്തിരിക്കുന്നത്.

2018 ൽ ചിക്കാഗോവിൽ നടത്തിയ ഒരു പഠനത്തിൽ 960 പേരുടെ ഭക്ഷണരീതി 5 കൊല്ലത്തോളം നിരീക്ഷിച്ചതിൽ സസ്യയിലകൾ ചേർത്ത സാലഡുകൾ കൂടുതൽ ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയ സംഘത്തിലുണ്ടായിരുന്ന പ്രായമായവർക്ക് അവരെക്കാൾ 11 വയസ്സിനു ചെറുപ്പമായവർക്കുള്ള ആരോഗ്യസവിശേഷതകൾക്കൊപ്പമെത്തിച്ചേരാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടെന്നു തെളിയിച്ചു. 2020 ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച ഒരു മെഡിക്കൽ ജേർണലിൽ ഇങ്ങനെ പറയുന്നു. 16 മില്ലിഗ്രാം സസ്യസംബന്ധമായ മിശ്രിതങ്ങളും - - ഒരു കപ്പ് പാചകം ചെയ്ത സസ്യയാഹാരവും, കുറച്ചു വേവിക്കാത്ത സസ്യയിലകളും അരകപ്പ് - berries (ലൂവിക്ക, ചാമ്പക്ക, ഞാവൽപ്പഴം, പ്ലം, നെല്ലിക്ക എന്നീ പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ) ഉം ചേർന്നാൽ അൽഷിമേഴ്സ് വരാനുള്ള സാധ്യത 50% കുറയ്ക്കാം. നല്ല സലാഡും, രണ്ട് മൂന്നു കാരറ്റുകളും കുറച്ചു ബ്രോക്കോലിയും, സ്ട്രാബെറിയും ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയാൽ തലച്ചോറിനു വേണ്ട എല്ലാ പോഷകങ്ങളും കിട്ടും. നല്ല ഭക്ഷണത്തിനോളം ഗുണം വിറ്റാമിൻ അടങ്ങിയ ഗുളികകൾക്കില്ല.

എല്ലാ സമയത്തും തലച്ചോറാണ് മസിലുകൾക്ക് എന്തുചെയ്യണമെന്ന നിർദ്ദേശം കൊടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. മിതമായ വ്യായാമം ചെയ്യുമ്പോൾ ശരീരം തലച്ചോറിലേക്ക് രാസസിഗ്നലുകൾ അയക്കുന്നു. പ്രിയപ്പെട്ട തലച്ചോറെ ഇങ്ങളനെയൊക്കെ മതിയോ, കുറച്ചു കൂടി വളരേണ്ടേ? വ്യായാമം മൂലമുണ്ടായ അധികരിച്ച രക്തപ്രവാഹം തലച്ചോറിൽ പുതിയ ന്യൂറോട്രോപ്പിക്ക് ഘടകങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും പുതിയ സെല്ലുകൾ രൂപം പ്രാപിക്കാനും തദ്വാരാ ഓർമ്മശക്തിയും ഓജസ്സും വർദ്ധിപ്പിക്കാനും കാരണമാകുന്നു. കൂടുതൽ നടക്കുന്നവരിലും വീട്ടു

ജോലികൾ സ്വയം ചെയ്യുന്നവരിലും കടയിൽ പോകുന്നവരിലും, പൂന്തോട്ടം പരിപാലിക്കുന്നനരിലും എന്നീ ജോലികൾ ചെയ്യുന്നവരിലും അൽഷിമേഴ്സ് വരാനുള്ള സാധ്യത കുറവാണ്. നല്ല ഉറക്കം കിട്ടിയാൽ തലച്ചോറിൽ നടക്കുന്ന രാസപ്രവർത്തനങ്ങൾ മൂലം തലച്ചോറ് ശുദ്ധീകരിക്കപ്പെടുന്നു. ഉറക്കമില്ലായ്മ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുവാനുള്ള കഴിവും ക്രീയാത്മകതയും കുറയ്ക്കുന്നു. അതിന്റെ ഫലങ്ങൾ പിറ്റേ ദിവസം തന്നെ അനുഭവപ്പെടുന്നു. അലസതയും വിരസതയും ക്ഷീണവും തോന്നുന്നു. കാര്യങ്ങൾ ഓർമ്മിച്ചെടുക്കാനുള്ള കഴിവ് കുറയുന്നു. ദിവസവും 8 മണിക്കൂർ ഉറങ്ങുന്നുവെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക. ഒരു നിശ്ചിത സമയത്ത് ഉറങ്ങാനും നിശ്ചിത സമയത്ത് ഉണരാനും Time Table ക്രമീകരിക്കുക. അത് അനുസരിക്കുക. ഉറക്കമില്ലായ്മ രക്തസമ്മർദ്ദം കൂട്ടാൻ ഇടവരുത്തുന്നു. തലച്ചോറിന്റെ ആരോഗ്യം ഉറക്കത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരത്തെയും അളവിനെയും ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു.

തലച്ചോറിന്റെ കഴിവുകൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ ഉതകുമെന്നു പറയുന്ന പലതരം പ്രോഗ്രാമുകളുണ്ട്. ഇവ വലിയ ലോകവ്യവസായമായി തന്നെ മാറിയിരിക്കുന്നു. ഓർമ്മശക്തി കൂട്ടുമെന്നും ചിന്താശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുമെന്നും അൽഷിമേഴ്സ് പോലുള്ള രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകില്ലെന്നും ഈ പ്രോഗ്രാം നടത്തിപ്പുകാർ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ ഇവയെല്ലാം ഫലപ്രദമാകണമെങ്കിൽ അത് ഉപയോഗിക്കുന്നവരുടെ ചിന്താഗതിയും സഹകരണവും കൂടിയേ തീരൂ. ആത്മാർത്ഥമായി ഈ പ്രോഗ്രാമുകളിൽ പങ്കെടുക്കുകയാണെങ്കിൽ അവ സഹായിച്ചേക്കും.

തലച്ചോറിലെ നല്ല ഹോർമോണായ ഡോപമൈൻ വർദ്ധിപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ തലച്ചോറുകളിലെ സെല്ലുകളും വളരും. 'അവനവന് ഇഷ്ടമല്ലാത്ത കാര്യങ്ങൾ ഒട്ടും ചെയ്യാതിരിക്കുക. അവ സെല്ലുകളെ വർദ്ധിപ്പിക്കും എന്ന് അവകാശപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ കൂടി.' കാലിഫോർണിയയിലെ ന്യൂറോസയൻസ് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ടിലെ ഡോ. വില്യം ഷാങ്കിളിന്റെ അഭിപ്രായമാണിത്. ഇഷ്ടമുള്ള പ്രവർത്തികൾ തിരഞ്ഞെടുക്കൂ. അവ പഠിക്കൂ. അവയിൽ പ്രാവിണ്യം നേടൂ. അതിന്റെ ഗുണങ്ങൾ ലഭിക്കുവാൻ അതൊരു വികാരമായി തീരട്ടെ പ്രവർത്തനഭരിതമായ ഒരു മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ. അൽഷിമേഴ്സും മറ്റും വരാനുള്ള സാധ്യത കുറയും. ചീട്ടുകളിയോ, ചെസ്സുകളിയോ താൽപ്പര്യമുണ്ടെങ്കിൽ അത് തുടരുക. തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനക്ഷമത നിലനിർത്തികൊണ്ടുപോകാൻ ഇത് നല്ലതാണ്. ചിത്രം വരയ്ക്കൽ, ശിൽപങ്ങളുണ്ടാക്കൽ തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളിൽ താൽപര്യമുള്ളവർക്ക് ബുദ്ധിമാന്ദ്യരോഗങ്ങൾ വരാനുള്ള സാധ്യത തുലോം കുറവാണ്.

എന്നാൽ കുറേ പ്രവർത്തികൾ Multi tasking ഒരേ സമയം ചെയ്യുക, ഒരു കാര്യത്തിൽ നിന്നും മറ്റേതോ കാര്യത്തിലേക്ക് പെട്ടെന്ന് ശ്രദ്ധകൊണ്ടുപോകുക തുടങ്ങിയ പ്രവർത്തികളിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നവരുടെ തലച്ചോറിലെ Hippo Campuse ന്റെ ഓർമ്മ സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുവാനുള്ള ശക്തി കുറയുന്നതായി കണ്ടിട്ടുണ്ടത്രെ. ഒരു കാര്യത്തിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിച്ച് കഴിയുന്നതും അതിന്റെ ആഴങ്ങളിലേയ്ക്ക് പോകുക. ഇത് തലച്ചോറിന്റെ പ്രവർത്തനത്തെ കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നു.

മനസ്സിനെ എപ്പോഴും ശാന്തമായിരിക്കുവാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക. ധ്യാനം ചെയ്യുന്നത് വളരെ നല്ലതാണ്. യോഗ ചെയ്യുന്നവർ അവരുടെ Brain Plasticity യെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു. ഹഠയോഗം അഭ്യസിക്കുന്നവരുടെ തലച്ചോറിന്റെ MRI Scan കാണിക്കുന്നത് അവർക്ക് താരതമ്യേന വലിയ Hippo Campus ഉള്ളതായിട്ടാണ്. വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാനും നല്ല തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാനും ഇങ്ങനെയുള്ളവർക്ക് മറ്റുള്ളവരെ അപേക്ഷിച്ച് എളുപ്പത്തിൽ സാധിക്കും.

ശാന്തമായിരുന്ന് കുറേ ദീർഘശ്വാസങ്ങൾ പരിശീലിപ്പിക്കുക. Brain Plasticity വർദ്ധിപ്പിക്കുക. സന്തോഷമായി ജീവിക്കുക. അതിന് 'തലച്ചോറിനെ സ്നേഹിക്കുക.'

*****

ജീവിത ചിന്തകൾ

ഇന്ദിര ഗോപിമോഹൻ – 9847022564

നമ്മുടെ കുട്ടികൾ

കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിലും നമ്മൾ ശ്രദ്ധിക്കണം. റാങ്കിന്റെ കാര്യത്തിൽ മാത്രം ശ്രദ്ധിച്ചാൽ പോരാ. ഇന്നത്തെ കാലത്ത് വിദ്യാഭ്യാസം അത്യാവശ്യമാണ്. എന്നാൽ മാനസിക വളർച്ച അതിലും അത്യാവശ്യമാണ്. മാനസിക വളർച്ചയില്ലെങ്കിൽ ജീവിതത്തിൽ മാനസിക പ്രശ്നങ്ങളണ് അനുഭവിക്കേണ്ടി വരിക. എന്തും സഹിക്കാനുള്ള കഴിവ് കുട്ടികളിൽ ഉണ്ടാക്കണം. കുട്ടികൾ പറയുന്നത് എല്ലാം വാങ്ങിക്കൊടുത്ത് ശീലിപ്പിക്കരുത്. അത്യാവശ്യമുള്ളത് വാങ്ങികൊടുക്കുക. വിചാരിക്കുന്നത് എന്തും അപ്പപ്പോൾ വാങ്ങിക്കൊടുത്ത് ശീലിപ്പിച്ചാൽ എന്തെങ്കിലും സാധിക്കാതെ വന്നാൽ ഇത്തരം കുട്ടികൾ പെട്ടെന്ന് തളരും. അത് അവരുടെ ജീവിതത്തെ ബാധിക്കും. പിന്നെ കളവുകളുടെ എണ്ണം കൂടിവരികയാണ്. അതിമോഹം കൊണ്ട് കളവു ചെയ്യുന്നു. ജീവിക്കാൻ വേണ്ടി കളവു ചെയ്യുന്നു. അതിമോഹം അർഹതയില്ലാത്തതാണ്. അതിന് ശിക്ഷ ദൈവം തന്നെ തരുന്നു. ജീവിക്കാൻവേണ്ടി കളവ് ചെയ്യുന്നവരും ആലോചിച്ചുനോക്കൂ. നിങ്ങൾ എന്തിനാണ് നിങ്ങളെ തന്നെ ചതിക്കുന്നത്. കളവ് കാണിച്ചിട്ട് കിട്ടുന്നത് താൽക്കാലിക കാര്യസാദ്ധ്യമാണ്. നമ്മൾക്ക് എല്ലാം നിലനിൽക്കുന്നതായിരിക്കണം. 'കട്ടത് ചുട്ടുപോകും' എന്ന ചൊല്ല് ശരിയാണ്. എല്ലാ പഴഞ്ചൊല്ലുകളും ശ്രദ്ധിച്ചു നോക്കുക. പഴഞ്ചൊലിൽ പതിരില്ല എന്നു പറയുന്നത് വളരെ സത്യമാണ്. കളവ് ചെയ്യുന്ന ആൾ എന്തുകൊണ്ട് നേരെ കാര്യങ്ങൾ ആരോടും പറയുന്നില്ല. നമ്മുടെ എന്തുകാര്യത്തിനും പരിഹാരം പറഞ്ഞുതരുന്ന സ്ഥലങ്ങളിൽ പോയി കാര്യം പറയണം. നല്ലവണ്ണം ഈശ്വരനെ ധ്യാനിച്ച് ഉദ്ദേശശുദ്ധിയോടെ നീങ്ങിയാൽ നല്ല വഴി ദൈവം മനസ്സിൽ തോന്നിച്ചുതരും. കളവ് എന്ന എളുപ്പവഴി നിർത്തണം. നേരായ വഴിയ്ക്കേ ആയുസുള്ളൂ. എളുപ്പവഴിക്ക് അൽപ്പായുസ്സാണ്. ദേവാലയങ്ങളിൽപ്പോലും കളവ് നടക്കുന്നു.

കളവ് ചെയ്യാൻവേണ്ടി കൊലപതാകം വരെ ചെയ്യുന്നു. എന്തിനാണ് ഈ മഹാപാപം ചെയ്യുന്നത്. നമ്മൾ ഗുണം ചെയ്യുന്നതിന്റെയും ദോഷം ചെയ്യുന്നതിന്റെയും ഫലം നമ്മൾ തന്നെയാണ് അനുഭവിക്കേണ്ടിവരുന്നതെന്ന് ഇത്തരക്കാർ ഓർക്കുന്നുണ്ടോ. നമുക്ക് നേർവഴിക്ക് ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ ഉള്ളതിൽ തൃപ്തിപ്പെട്ട് ജീവിക്കാൻ പഠിക്കണം. സാഹചര്യത്തിനനുസരിച്ച് പെരുമാറാൻ നമ്മുടെ മനസ്സിനെ ചിട്ടപ്പെടുത്തിയെടുക്കണം. ഒന്നുമില്ലാത്തവർ എന്തുചെയ്യുമെന്ന് ചോദിക്കാം. സ്വന്തമായി ഒന്നും ചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ ഏതെങ്കിലും ആശ്രമത്തിൽ പോയി അവിടുത്തെ മഠാധിപതിയെയോ അല്ലെങ്കിൽ ഏതെങ്കിലും പള്ളിയിൽ പോയി അവിടുത്തെ വലിയ ആൾക്കാരെയോ കാര്യങ്ങൾ ധരിപ്പിക്കണം

എന്തെങ്കിലും വഴി ഇവിടങ്ങളിൽ നിന്നു പറഞ്ഞുതരും. എന്തുകൊണ്ട് ഇത്തരം വഴിയിൽ സഞ്ചരിക്കുന്നില്ല നമ്മൾ. ഒരു സാധനം വാങ്ങാൻ കടയിൽപോയാൽ ചിലപ്പോൾ കിട്ടിയെന്ന് വരില്ല. പല കടകളിലും കയറിയാൽ ചിലപ്പോൾ സാധനം കിട്ടിയെന്നുവരും. സാധാരണ മനുഷ്യരെ നല്ല മാർഗ്ഗത്തിൽ കൊണ്ടുവരാൻ ഈശ്വരന്റെ അവതാരങ്ങളായാണ് മഹാത്മാക്കൾ ഭൂമിയിൽ അവതരിക്കുന്നത്.

(തുടരും)

ആത്മാനം ചേൽ വിജാനീയാത്

സി. നാരായണൻ

(കഴിഞ്ഞ ലക്കത്തിൽ നിന്നു തുടർച്ച)

'ആത്മാനം ചേത് വിജാനീയാത്
അയമസ്മീതി പൂരുഷഃ
കിമിച്ഛൻ കസ്യ കാമായ
ശരീരമനുസംജ്വരേത് '

(ജീവൻ, ആത്മാവിനെ ഇവൻ ഞാനാ കുന്നുവെന്നറിഞ്ഞുവെങ്കിൽ, പിന്നീടവൻ ഏതിച്ഛാപൂർത്തീകരണത്തിനായി, ഏതു ആഗ്രഹപൂർത്തിക്കായി ശരീരതാപം വഹിക്കും?)

ഈ ഉപനിഷദ് മന്ത്രത്തിന്റെ അർത്ഥമാണല്ലോ നാം കഴിഞ്ഞ രണ്ടു ലേഖനങ്ങളിലായി നിരൂപിച്ചു വരുന്നത്. ഇതിലെ പുരുഷശബ്ദത്തിനു സംസാര ദുഃഖമനുഭവിക്കുന്ന ജീവനാണ് അർത്ഥമെന്നും ആത്മശബ്ദത്തിനു രസസ്വരൂപമായ ബോധമാണ് അർത്ഥമെന്നും നാം കണ്ടു. മന്ത്രത്തിന്റെ ബാക്കി ഭാഗം നിർദ്ദേശിക്കുന്നത്, ജീവനു ദുഃഖനിവൃത്തിക്കുള്ള ഏക മാർഗ്ഗമാണ്. അത്, താൻ യഥാർത്ഥത്തിൽ പരിമിതികളിലില്ലാത്തതും ആനന്ദസ്വരൂപവുമായ ഉണ്മയാണെന്നു സംശയമെന്യേ ബോധിക്കലാണ്. ജീവനു താൻ ജനനമരണങ്ങളുള്ള സംസാരിയാണെന്നുള്ള ബോധം സത്യമല്ലാത്ത ഒരു ഭ്രമമാണ്. കഴിഞ്ഞു പോയ അനേകം ജന്മങ്ങളായി വിശ്വസിച്ചു പോരുന്നതിനാൽ അത് രൂഢമൂലവുമാണ്. അടിസ്ഥാനപരമായി ഇതൊരു തെറ്റിദ്ധാരണയായതിനാൽ ശരിയായ ധാരണകൊണ്ടു മാത്രമേ ഇതു നിവർത്തിക്കയുള്ളൂ. ഈ ശരിയായ ധാരണ ഒരു മാനസിക പ്രക്രിയയാണല്ലോ. അതുകൊണ്ട് എന്റെ സത്യാവസ്ഥ എന്തെന്നറിയാൻ എനിക്കു മനസ്സിനെ തയ്യാറാക്കേണ്ടതുണ്ട്. അതാണ് ഈ മന്ത്രത്തിൽ 'ചേദ്' എന്ന പദം കൊണ്ടു വിവക്ഷിക്കുന്നത്. ചേദ് എന്നു പറഞ്ഞാൽ 'എങ്കിൽ.' യുക്തിയുക്തമായ ചിന്തയാൽ തന്റെ സ്വരൂപം അപരിച്ഛിന്നമാകാനേ വഴിയുള്ളൂ എന്ന് ഉറപ്പായതിനുശേഷം ആ അറിവ് പൂർണ്ണമായും തന്റേതാക്കേണ്ടതുണ്ട്. അത് ദീർഘവും ശ്രമകരവുമായ ഒരു തപസ്യയാണ്. അശ്രാന്തപ്രയത്നം കൊണ്ടും ഗുരുശാസ്ത്രപ്രസാദം കൊണ്ടും സർവ്വോപരി ഈശ്വരാനുഗ്രഹം കൊണ്ടും മാത്രമേ അത് സാധിക്കൂ. അതിനു നമ്മുടെ ഭാഗത്തു നിന്നുണ്ടാകേണ്ട പ്രാഥമിക തയ്യറെടുപ്പിനെയാണ് സാധനചതുഷ്ടയം എന്നു പറയുന്നത്. വിവേകം വൈരാഗ്യം, ശമദമാദി ഷട്സമ്പത്തി, മുമുക്ഷുത്വം എന്നീ നാലു അധികാരിത്വം ആർജ്ജിക്കലാണതുകൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നത്.

ജീവന്റെ. ആത്മസാക്ഷാത്ക്കാരത്തിലേക്കുള്ള ഉണരൽ ഏഴു മുഖങ്ങളിലൂടെ കാണാവുന്നതാണ്. അജ്ഞാനം, ആവരണം, വിക്ഷേപം, പരോക്ഷജ്ഞാനം, അപരോക്ഷജ്ഞാനം, ദുഃഖനിവൃത്തി, അവധിയില്ലാത്ത ആത്മസംതൃപ്തി എന്നിവയാണ് ആ ഏഴു രൂപങ്ങൾ. അവ ഏഴിനേയും ഓരോന്നായി പരിശോധിക്കാം

ജീവൻ വാസ്തവത്തിൽ ആത്മാവു തന്നെയാണ്. അവനിൽ ആത്മാവിന്റെ ചിദാനന്ദധർമ്മങ്ങൾ മുഴുവനുമുണ്ട്. എന്നാൽ അതറിയാതിരിക്കലാണ് അവന്റെ അജ്ഞാനം. ആത്മാവിനെ പറ്റി കേൾക്കുമ്പോൾ അങ്ങിനെയൊന്നില്ല എന്ന വിശ്വാസമാണ് ജീവന്റെ ആവരണം. ശരീരത്തിലും മനോബുദ്ധികളി

ലും അവ താനാണെന്ന അഭിമാനവും അതു മുഖേനയുണ്ടാവുന്ന കർത്തൃത്വഭോക്തൃത്വങ്ങളും ജീവന്റെ വിക്ഷേപത്തിന്റെ രൂപങ്ങളാണ്.

താൻ ജീവനല്ല , ബ്രഹ്മമാണെന്നുള്ള യാഥാർത്ഥ്യം ജീവൻ മനസ്സിലാക്കണമെങ്കിൽ ആ ജ്ഞാനം അവനു പുറമേ നിന്നു ലഭിക്കണം. അതിന്റെ ഒരേയൊരു സ്രോതസ്സാണ് ശ്രുതി. രൂപവർണ്ണങ്ങൾക്ക് എപ്രകാരം നേത്രം പ്രമാണമാകുന്നുവോ അപ്രകാരം ജീവബ്രഹ്മൈക്യത്തിനു ശ്രുതിയാണ് ആധികാരിക പ്രമാണം. ശ്രുതിവാക്യങ്ങളെ പരോക്ഷം, അപരോക്ഷം എന്നിങ്ങനെ രണ്ടായി തരംതിരിക്കാം. 'സദേവ സോമ്യ ഇദമഗ്രമാസീദ് ഏകമേവാദ്വിതീയം ' എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ പരോക്ഷവാക്യങ്ങളാണ്. അതായത് അത്തരം വാക്യങ്ങൾ ബ്രഹ്മത്തിന്റെ അസ്തിത്വത്തെ പ്രതിപാദിക്കുക മാത്രം ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ വേറൊരു തരം വാക്യങ്ങളുണ്ട്. അവയാണ് മഹാവാക്യങ്ങളെന്ന പേരിൽ പ്രസിദ്ധം. ആ വാക്യങ്ങൾ ജീവബ്രഹ്മ ഐക്യത്തെ ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നു. മഹാവാക്യങ്ങളുടെ ശ്രവണത്താൽ ആദ്യമുണ്ടാവുന്നതു പരോക്ഷ ജ്ഞാനം തന്നെയാണ്. അതു ശ്രുതിയിലുള്ളതാണെന്നും തനിക്ക് അതുപദേശിക്കുന്നത് തന്റെ ശ്രേയസ്സിൽ മാത്രം താല്പരനായ ഗുരുവാണെന്നും ബോധ്യമുള്ള മുമുക്ഷുവിനു ആ ഉപദേശത്തിൽ ശ്രദ്ധയുണ്ടാവുന്നു. ഈ ശ്രദ്ധ അല്ലെങ്കിൽ ഗുരുവചനത്തിലുള്ള വിശ്വാസം ഒരു മുമുക്ഷുവിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്.

ഈ പരോക്ഷജ്ഞാനം അപരോക്ഷമാക്കിയെടുക്കേണ്ടതുണ്ട്. അതിനാണ് മഹാവാക്യത്തിന്റെ അർത്ഥവിചാരം ചെയ്യേണ്ടത്. തത്ത്വമസി മഹാവാക്യത്തിന്റെ അർത്ഥവിചാരം ചെയ്യേണ്ട രീതി ഭഗവത് പാദർ ശ്രീശങ്കരാചാര്യർ വിവരിച്ചിട്ടുള്ളത് ഞാൻ രണ്ടു ലേഖനങ്ങളായി ഈ മാസികയിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കയുണ്ടായിട്ടുണ്ട്.

എന്താണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ അപരോക്ഷ ജ്ഞാനം? പരോക്ഷമെന്നാൽ

'അക്ഷ്ണാത് പരം', അതായത് കാഴ്ച്ചക്കപ്പുറമായിട്ടുള്ളത്. അപ്പോൾ 'അപരോക്ഷം' എന്ന പദത്തിനു കാഴ്ച്ചക്ക് അപ്പുറമല്ലാത്തത് എന്ന് അർത്ഥം കിട്ടും. അതു ശരിയാണ്. പക്ഷേ പ്രത്യക്ഷവും (അക്ഷ്ണാത് പ്രതി) കാഴ്ച്ചക്ക് അപ്പുറമല്ലാത്തതാണ്. ഇവ രണ്ടും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം മനസ്സിലാക്കേണ്ടതുണ്ട്. പ്രത്യക്ഷജ്ഞാനം ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ചിട്ടുള്ളതാണ്. ശബ്ദം, സ്പർശം, രൂപം ഗന്ധം , രസം എന്നീ അഞ്ചെണ്ണമാണ് പ്രത്യക്ഷജ്ഞാനങ്ങൾ. ഇവയെയറിയുമ്പോൾ അറിയുന്നവൻ , അറിയപ്പെടുന്നത്, അറിവ് എന്നിങ്ങനെയുള്ള ത്രിപുടിയുടെ സാന്നിദ്ധ്യമുണ്ടാവും. എന്നാൽ അപരോക്ഷജ്ഞാനത്തിൽ ആ വേർതിരിവില്ല. അറിവും താനും ഒന്നാണെന്ന ജ്ഞാനമാണത്. അതായത് ശുദ്ധജ്ഞാനമായ ബ്രഹ്മതത്ത്വം തന്നെയാണ് താൻ എന്ന അറിയലാണ് അപരോക്ഷജ്ഞാനം.

' യത് സാക്ഷാത് അപരോക്ഷാത് ബ്രഹ്മ ' എന്ന മറ്റൊരു പ്രസിദ്ധ ഉപനിഷദ് വചനത്തിലൂടെയും പറയുന്നത് സത്ചിദാനന്ദലക്ഷണത്തോടു കൂടിയ ബ്രഹ്മത്തെ അപരോക്ഷമായാണ്, അതായത് , താൻ തന്നെയായാണ് അറിയേണ്ടത് എന്നാണ്.

ഇങ്ങനെ ബ്രഹ്മത്തെ താനായി അറിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞാൽ ജീവന് സ്വയം ഏറ്റെടുത്തിരുന്ന ദുഃഖകാരണമായ ജീവത്വം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. താൻ അല്പനും നിസ്സാരനുമായ ജീവനേ അല്ലെന്നു ജീവൻ മനസ്സിലാക്കുമ്പോൾ ഒരുവൻ തന്റെ അല്പവ്യക്തിത്വം ഉപേക്ഷിച്ച് സർവ്വഗതവും അനന്ത ആനന്ദരൂപവുമായ ബ്രഹ്മവുമായി താദാത്മ്യം പ്രാപിക്കുന്നു. അതു തന്നെയാണ് പരമപുരുഷാർത്ഥമായ മോക്ഷം.

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
NAME&ADDRESS	:	C/O ERNAKULAM KARAYOGAM D.H.ROAD, KOCHI-682016
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.ROAD, KOCHI-16

I, M. SREEVALLABHAN NAIR HEREBY DECLARE THAT THE PARTICULARS GIVEN ABOVE ARE TRUE TO THE BEST OF MY KNOWLEDGE AND BELIEF.

DATE: 1. 3. 2023

M. SREEVALLABHAN NAIR
(S/D-)

ഈ മന്ത്രത്തിന്റെ ഉത്തരാർദ്ധം ' കിമിച്ഛൻ കസ്യ കാമായ ശരീരമനുസംജ്വരേൽ ' എന്നാണല്ലോ. ജഗത്തു മിത്ഥ്യയാണെന്ന ബോധ്യം വന്ന ഒരാൾക്ക് ജഗത്തിന്റെ ഘടകങ്ങളായ ഭോഗപദാർത്ഥങ്ങളിലോ ഭോക്താവായ ജീവനിലോ സത്യബുദ്ധിയുണ്ടാവാൻ വയ്യ. സത്യമല്ലാത്ത ഒന്നിൽ ആർക്കും ഇച്ഛയുണ്ടാവില്ലല്ലോ. അതിനാൽ തത്ത്വബോധത്തിൽ ദൃഢതയുണ്ടാവുമ്പോൾ എണ്ണയില്ലാത്ത ദീപം പോലെ ജഗത് ഭ്രാന്തി താനെ ക്ഷയിക്കുന്നു. ഭ്രാന്തി ക്ഷയിക്കുന്നതോടെ, ഇത്ര കാലം അതേതു സമ്യക്ക്ജ്ഞാനത്തിനു പ്രതിബന്ധമായി നിന്നിരുന്നോ ആ ജ്ഞാനം പൂർണ്ണ ശോഭയിൽ ജ്വലിക്കുന്നു. അതാണ് അളവില്ലാത്ത സംതൃപ്തി. ആഗ്രഹങ്ങളുടെ അതിർത്തിയാണത്.

15/03/23 മുതൽ 14/04/23 വരെ

മാസഫലം

മീനമാസഫലം

ഓം

ഹരി ശ്രീ ഗണപതയെ നമഃ അവിഘ്നമസ്തു

Tel : TDM -2361160, Mob : 8848036518, 9645683491

ജ്യോതിഷാചാര്യൻ: ജി.കെ. മേനോൻ

മേടക്കൂർ (അശ്വതി ഭരണി, കാർത്തിക ആദ്യപാദം) സാമ്പത്തികമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് ഒരു പരിധി വരെ ആശ്വാസം ലഭിക്കും. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് കാലം അനുകൂലമാകും. സ്വന്തമായി വാഹനം വാങ്ങുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് ആഗ്രഹം സഫലമാകും. വസ്തുസംബന്ധമായ വ്യവഹാരങ്ങളും വാക്ക് തർക്കങ്ങളും ഉണ്ടാകാം. ഏപ്രിൽ 9, 10, 11 തീയതികൾ അഷ്ടമരാശി നക്ഷത്രങ്ങൾ ആയതിനാൽ പുതിയ സംരംഭങ്ങളുടെ ആരംഭം ഒഴിവാക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. നഗയക്ഷി, നാഗരാജ പ്രീതികരമായ വഴിപാടുകൾ നടത്തണം.

ഇടവക്കൂർ (കാർത്തിക അവസാന മൂന്നു ഭാഗം, രോഹിണി, മകീര്യം ആദ്യപകുതി) വക്കീലന്മാർക്കും സാഹിത്യരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്കും ധനലാഭം പ്രതീക്ഷിക്കാം.ം അഭിപ്രായ വ്യത്യാസം മൂലം സഹോദരനും സഹോദര സ്ഥാനീയരും ആയ ആൾക്കാരുമായി ശത്രുത ഉണ്ടാവാം. മാർച്ച് 15, 16, എപ്രിൽ 12, 13 തീയതികൾ അത്ര അനുകൂലമായിരിക്കില്ല. ആയതിനാൽ മാറ്റി വെക്കാൻ പറ്റുന്ന പ്രധാന കാര്യക്കാർ ഈ ദിവസങ്ങളിൽ ഒഴിവാക്കുന്നത് നല്ലതാണ് ദേവീ പ്രീതികരമായ കർമ്മങ്ങൾ അനുഷ്ഠിക്കുക.

മിഥുനക്കൂർ (മകീര്യം രണ്ടാം പകുതി തിരുവാതിര, പുണർതം അവസാന മൂന്ന് പാദം) വിവിധ മേഖലകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് കർമ്മ രംഗങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിക്കേണ്ടിവരും. ധനപരമായ ഗുണം പ്രതീക്ഷിക്കാം. ഭാഗ്യാനുഭവങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. സന്താന വിഷയത്തിൽ സമ്മർദ്ദം ഉണ്ടാകും. ശിരോരോഗം അലട്ടും. മാർച്ച് 18, 19 ദിവസങ്ങൾ പുതിയ കരാർ ഒപ്പിടാൻ സ്വീകരിക്കാതിരിക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. ദുർഗ്ഗാ ദേവീ ക്ഷേത്ര ദർശ്ശനം നടത്തി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്.

കർക്കിടകക്കൂർ (പുണർതം അവസാന പാദം, പൂയ്യം, ആയില്യം) കർമ്മരംഗത്ത് ചില അസ്വസ്ഥതകൾ ഉണ്ടാകാമെങ്കിലും ധനപരമായ നേട്ടങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കാം. ചിട്ടി മുതലായ ഭാഗ്യ പരീക്ഷണരംഗത്ത് നിന്നും അപ്രതീക്ഷിത ലാഭം ഉണ്ടാകാം. വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും മാസം അനുകൂലമായിരിക്കും. നെഞ്ചിടിപ്പ് അസ്വസ്ഥതകൾ എന്നിവ കരുതിയിരിക്കുക. മാർച്ച് 20, 21, 22 ദിവസങ്ങൾ ശുഭകരമായിരിക്കില്ല. ഗണപതി ഹോമം ക്ഷേത്ര ദർശ്ശനം എന്നിവ നടത്തുന്നത് നല്ലതാണ്.

ചിങ്ങക്കൂർ (മകം, പൂരം, ഉത്രം ആദ്യപാദം) കലാരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് ഭാഗ്യം പ്രതീക്ഷിക്കാം. വാഹനരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് വാഹനത്തിന് അപ്രതീക്ഷിത മെയന്റനസ് വേണ്ടി വരാം. കരാറുകൾ നിയമ പരിരക്ഷയോടെ ചെയ്യുക ധനപരമായ ചതി പറ്റാൻ സാധ്യത ഉണ്ട്. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് പഠന കാര്യത്തിൽ ഓർമ്മക്കുറവ് അനുഭവപ്പെടാം. കൂടുതൽ ശ്രദ്ധയോടെ പരിശ്രമിക്കുക. മാർച്ച് 22, 23 ദിവസങ്ങൾ അനുകൂലമല്ല. വിഷ്ണു പ്രീതി വരുത്തുക.

കന്നിക്കൂർ (ഉത്രം അവസാന മൂന്ന് പാദം, അത്തം, ചിത്തിര ആദ്യപകുതി) വിവാഹത്തിന് ശ്രമിക്കുന്നവർക്കും പ്രണയിതാക്കൾക്കും ആഗ്രഹസഫലീകരണത്തിന് സാധ്യതയുണ്ട്. മുതിർന്നവർക്ക് ധനപരമായും, വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് വിദ്യാഭ്യാസപരമായും ചില ഭാഗ്യദോഷങ്ങൾ സംഭവിക്കാം. കർമ്മരംഗത്ത് അഭിപ്രായ വ്യത്യാസം മൂലം കലഹങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. മാർച്ച് 24, 25 തീയതികൾ ശുഭകരമല്ല. നാഗയക്ഷി പ്രീതി സർപ്പാരാധന എന്നിവ നടത്തുക. വിദ്യാർത്ഥികൾ രാജഗോപാല മന്ത്രാർച്ചനകൾ നടത്തുക.

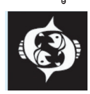
തുലാക്കൂറ് (ചിത്തിര രണ്ടാം പകുതി, ചോതി, വിശാഖം അവസാന മൂന്ന് പാദം) മത്സരങ്ങളിൽ വിജയം പ്രതീക്ഷിക്കാം. ശത്രുക്കൾ നിഷ്പ്രഭരാകും. സാമ്പത്തികപരമായ വിഷയങ്ങളിൽ ആശ്വാസം ലഭിക്കും. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ഭാഗ്യാനുകൂലം ഉണ്ടാകും. ജീവിത പങ്കാളിയുമായി അകലാനോ മാറി താമസിക്കാനോ സാധ്യത ഉള്ളതിനാൽ, പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. മാർച്ച് 26, 27 ദിവസങ്ങൾ പ്രായേണ ഗുണം കുറഞ്ഞതായിരിക്കും. വിഷ്ണു പ്രീതി വരുത്തുക.

വൃശ്ചികക്കൂർ (വിശാഖം അവസാന പാദം അനിഴം, തൃക്കേട്ട) മാനസികമായും ബുദ്ധിപരമായും വിദ്യാപരമായും മികവ് പുലർത്താൻ കഴിയും. വിദേശവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തൊഴിൽ ചെയ്യുന്നവർക്ക് കൂടുതൽ യാത്ര ചെയ്യേണ്ടതായി വരും. ജീവിത പങ്കാളിയുമായി കലഹിക്കാൻ സാധ്യത ഉള്ളതിനാൽ കരുതി ഇടപെടുക്. അലർജി സംബന്ധമായും മററും ഉദരരോഗം ഉണ്ടാകാം. ദോഷപരിഹാരമായി ദേവീപ്രീതി വരുത്തുക. മാർച്ച് 28, 29 തീയതികൾ ശുഭകരമല്ല.

ധനുക്കൂർ (മൂലം, പൂരാടം, ഉത്രാടം ഒന്നാം പാദം) തൊഴിൽപരമായും ദാമ്പത്യപരമായും ചില പ്രതിസന്ധികൾ ഉണ്ടാകാമെങ്കിലും ഭാഗ്യം കൊണ്ടും ഈശ്വരാനുകൂല്യം കൊണ്ടും പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കപ്പെടും. കുട്ടികളെ കുറിച്ചുള്ള ഉൽകണ്ഠ മനസ്സുഖം കുറക്കും. മാസം പൊതുവെ ഗുണദോഷസമ്മിശ്രമായിരിക്കും. വൈഷ്ണവ പ്രീതികരങ്ങളായ വഴിപാടുകളും നാമജപവും നടത്തുക. മാർച്ച് 31, ഏപ്രിൽ 1 തീയതികൾ ശുഭ കാര്യാരംഭത്തിനി സ്വീകരിക്കരുത്.

മകരക്കൂർ ഉത്രാടം അവസാന മൂന്ന് പാദം തിരുവോണം, അവിട്ടം ആദ്യപകുതി) വിദ്യാപരമായി അലസത പ്രകടിപ്പിക്കുമെങ്കിലും അവസാനം നേട്ടം കൊയ്യാൻ സാധിക്കും. ധനപരമായി സമ്മിശ്ര ഫലം പ്രതീക്ഷിക്കാം. സാഹായികളും സഹോദര സ്ഥാനീയരും അയൽപക്കവും ശത്രുതാപരമായി പെരുമാറുമെങ്കിലും ഭാഗ്യം കൊണ്ടും ഈശ്വരാനുകൂല്യം കൊണ്ടും. ദോഷങ്ങൾ ഉണ്ടാകില്ല. ശിവക്ഷേത്രദർശ്ശനവും നാമജപവും നടത്തണം. ഏപ്രിൽ 2,3,7 ദിവസങ്ങൾ അനുകൂലമായിരിക്കില്ല.

കുംഭക്കൂർ (അവിട്ടം അവസാന പകുതി, ചതയം, പൂരൂരുട്ടാതി ആദ്യ മൂന്ന് പാദം) എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും നൈപുണ്യം പുലർത്താൻ സാധിക്കും വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് മാസം അനുകൂലമാകും. ധനപരമായ നേട്ടം പ്രതീക്ഷിക്കാം. വിവാഹത്തിന ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് അനുകൂല ഫലങ്ങൾ കിട്ടും. നെഞ്ച് സംബന്ധമായി പ്രശ്നങ്ങൾ ഉള്ളവർ രോഗം മൂർച്ഛിക്കാതെ ശ്രദ്ധിക്കണം. വൈഷ്ണവ പ്രീതികരങ്ങളായ മന്ത്രജപവും ക്ഷേത്രദർശ്ശനവും നടത്തണം. ഏപ്രിൽ 5, 6 തീയതികൾ പ്രായേണ ഗുണം കുറയും.


മീനക്കൂർ (പൂരൂരുട്ടാതി അവസാന പാദം, ഉത്രട്ടാതി, രേവതി) ശത്രുക്കളുടെ നടുവിൽ ആയിരിക്കുമെങ്കിലും ഈശ്വരാനുകൂല്യം കൊണ്ട് ശത്രുവിജയം നേടും. സാമ്പത്തികപരമായി ചില കലഹങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമെങ്കിലും സഹായികളാൽ അത് പരിഹരിക്കപ്പെടും. വീട്ടിൽ അഭിപ്രായ വ്യത്യസങ്ങൾ മൂലം കലഹങ്ങൾക്ക് സാധ്യത ഉണ്ട്. ശ്രദ്ധയോടെ പ്രശ്നങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യണം. ഭദ്രകാളി പ്രീതിയും നാമജപവും നടത്തി ദോഷങ്ങൾ പരിഹരിക്കണം. ഏപ്രിൽ 7, 8 തീയതികൾ പൊതുവേ അനുകൂലമായിരിക്കില്ല.

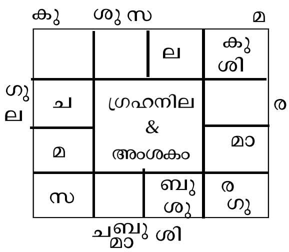
ശുഭമസ്തു

ശംഭോമഹാദേവ! എറണാകുളത്തപ്പൻ തുണ!

MANGALYAM MATRIMONIAL
വധുവിനെ ആവശ്യമുണ്ട്

Nair Boy,30/6'1",Avittam, Medium, B.Tech(Mech), Masters/ Marketing. Nottingham University .UK, Sr. Manager /Tech Lead , Mumbai , Pref: Professionals, Allopathy Doctors/ Engineers, Mob:8129577251

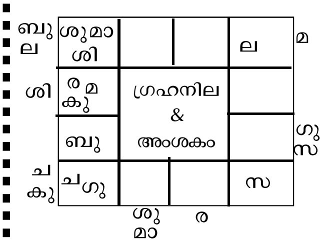
Email:vrajeevpanicker@gmail.com
Date of Birth:7-10-1992(8.52pm)
Sishta Dasa:Kuja:0-9-22



Contact Address:
MR.RAJEEV
120 VINOBA NAGAR
KADAVANTHRA
KOCHI 682020

Nair Boy, 27/170cm, Uthradam, B.Tech, & doing M.Tech now. Sub Lieutenant, Indain Navy, Pref:- Looking for well educated and employed, Good looking from decent family, Mob:- 9495093114

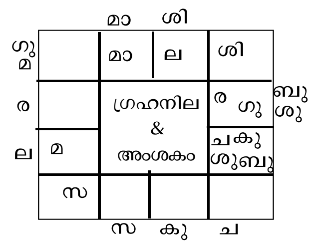
Email:saisanjaymenon@yahoo.co.in
Date of Birth: 16-02-1996 (03.11 pm)
Sishta Dasa: Sun - 05-08-23



Contact Address:
SAI SANJAY MENON
TYPE III. B-12 KENDRIYA-
VIDYALAYA STAFF QUARTERS
MEENA ESTATE
COIMBATORE - 641028

Nair Boy, 32/178cm, Pooram, MBA,Upper class Business Family Deputy Manager in US based Company,Kochi, Pref:- Any Degree, Mob:- 9841428004

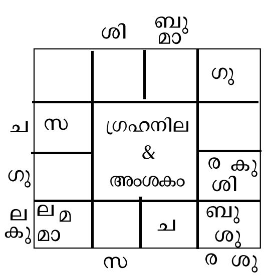
Email:everestpack@hotmail.com
Date of Birth:12-08-1991(12.20 am)
Sishta Dasa:Venus - 13-01-06



Contact Address:
C.K VASUKKUTTAN
12/130, SRINIVASULU STREET
SAKUNDALAM NAGAR
KUMANAN CHAVADI
POONAMALEE
CHENNAI - 600056

Nair Boy, 33/6', Chothi, Medium, BBA,IATA, Diploma in Mechanical Engineering, Area Sales Executive, Allana, Mob: 9567622753

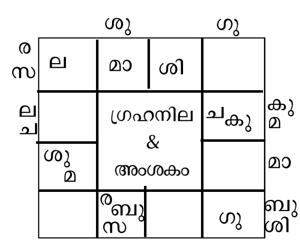
Email:arjununni1989@gmail.com
Date of Birth: 5-9-1989 (3.20pm)
Sishta Dasa:Rahu:5.6.28



Contact Address:
Smt. PADMAJA
VALIYAVEETIL
KUNDANOOR
MARADU
ERNAKULAM - 682304

Nair Boy, 30/165cm, Ayilyam, Fair, B.com, ACCA member, Finance Manager, Dubai, Pref:- Professionally qualified, Mob:-8547032035

Email:vnk956@gmail.com
Date of Birth:14-12-1992 (2.00 pm)
Sishta Dasa: Buda-04-06-26



Contact Address:
JYOTHI S
102 SANTHI MANOR
KARIKKAMURI CROSS ROAD
ERNAKULAM - 682011

THOTTEKKATT DIWAN'S MEMMORIAL HALL

ERNAKULAM! !! KARAYOGAM

1. TDM HALL GANGA a/c
2. TDM HALL PERIYAR a/c (GROUND FLOOR)
3. TDM HALL KAVERY a/c
4. TDM HALL SOORYA a/c (DINING HALL)
5. TDM HALL YAMUNA a/c
6. TDM HALL NILA a/c (DINING HALL)
7. TDM HALL PAMBA (ROOF HALL)
8. TDM HALL NARMADA a/c (SEMINAR HALL)
9. TDM HALL GODAVARY a/c (CONFERENCE HALL)
10. TDM HALL SARASWATHY (FIRST FLOOR)
11. TDM HALL KRISHNA a/c (EXHIBITION HALL)

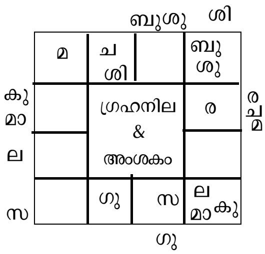
For Details Contact: 0484 2361160
Email: ekmkgm@gmail.com,
Web: www.ernakulamkarayogam.com

MANGALYAM MATRIMONIAL

വരനെ ആവശ്യമുണ്ട്

Nair Girl- Marar,27/170cm, Aswathy, B.Tech,EEE working for MNC in Bangalore,Vegetarian, desiarable with matching qualification and employement,.Mob:9846228308 .

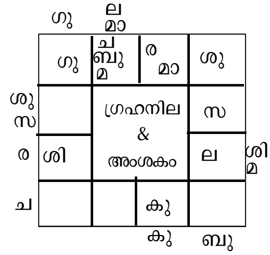
Email:k.gopinath101@gmail.com
Date of Birth:20-07-1995(10.32am)
Sishta Dasa:Ketu



Contact Address:
MR.K.GOPINATH
VILLA NO.10
VEMBANAD GARDENS
THAMMANAM JUNCTION
KOCHI - 682032

Nair Girl, 23/162 cm, Karthika, Fair, MBBS - Doing Housesurgency, Pref:- Professionly Qualified(Dotors, Civil Service, Post graduate from IIT/IIM), Boys from North & Central Kerala, Mob:- 9495922142,Ph: 0484-2981142

Email:sumasarankumar@gmail.com
Date of Birth: 15/05/1999(00.39 pm)
Sishta Dasa: Ravi:- 5-8-30



Contact Address:
SUMA SARANKUMAR
VILLA- 14, KENT PALM VILLAS
FORT VALLEY TOWNSHIP
ATHANI MUNDAM PALAM ROAD
ATHANI, KAKKANAD - 682030

ആഴിതന്നിലുരഗേശനായ മണി-
മെത്തമേലഴകിനോടു ചേർ-
ന്നേഴുരണ്ടുലകമൻപിൽ നേത്രമുന
കൊണ്ടു കാത്തു കലിതാദരം
ചൂഴുമുള്ള മുനിദേവജാതി പുക-
ഴുന്നതും പരിചിനോടു കേ
ട്ടാഴിമാതിനൊടു കൂടിയുള്ള കളി
കോലുമീശ്വരമുപാസ്മഹേ

മഹാവിഷ്ണുഭഗവാൻ പാലാഴിയിൽ അനന്തനാകുന്ന വിശിഷ്ട മെത്തയിൽ അഴകായി ശയിക്കുന്നു. പതിനാലു ലോകങ്ങളും തന്റെ കടാക്ഷം കൊണ്ടു വേണ്ട വിധം പാലിക്കുന്നു. ചുറ്റും നിന്ന് മുനിമാരും ദേവന്മാരും സ്തുതിക്കുന്നതു കേട്ടുകൊണ്ട് ലക്ഷ്മീ ദേവിയോടൊത്തു കളിയാടുന്നു. അങ്ങിനെയുള്ള ഭഗവാനെ ഞങ്ങൾ ഉപാസിക്കുന്നു.

www.karayogammangalyam.com
എന്ന വെബ്സൈറ്റ് വഴി
എറണാകുളം കരയോഗം മാംഗല്യത്തിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യൂ,
ഉത്തമ പങ്കാളിയെ കണ്ടെത്തു.

www.karayogammangalyam.com
എന്ന വെബ്സൈറ്റ് വഴി എറണാകുളം കരയോഗം
മാംഗല്യത്തിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യൂ, ഉത്തമ പങ്കാളിയെ കണ്ടെത്തു.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്:- Ph: 0484 2361160 (Extn.115),

എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ 36-ാമത് ശ്രീമദ് ഭാഗവത സപ്താഹജ്ഞാന യജ്ഞത്തിൽ നിന്ന്

DATE OF PUBLICATION: 10-03-2023

RNI NO. KERMAL/2008/23515
REGISTERED NEWSPAPER
M6-57945/2007

REGISTERED NO. KL/EKM/761/2022-24
LICENSE NO. KL/CR/EKM/WPP-7/2022-24
LICENSED TO POST WITHOUT PREPAYMENT

Volume No. 15 | March 2023 | Issue No. 3

എറണാകുളം കരയോഗം സാംസ്ക്കാരിക വിഭാഗം

സംഗീത സായാഹ്നം

രവീന്ദ്രൻ മാഷ് അനുസ്മരണം

19-3-2023 ഞായറാഴ്ച
വൈകുന്നേരം
4ന് ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ

ബീം മാർച്ച് മാസ പരിപാടി

ലോക നാടകദിനമായ മാർച്ച് 27ന്റെ സ്മരണോത്സവമായി 28-03-2023 ചൊവ്വാഴ്ച വൈകിട്ട് 6.30ന് ചിത്രതാര, കൊച്ചി മലയാളനാടകാചാര്യനായ ശ്രീ. എൻ.എൻ. പിള്ളയുടെ ജീവചരിത്രസംബന്ധിയായ നാടകം

'ഞാൻ'

ടിഡിഎം. ഹാളിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

എറണാകുളം ഹെറിറ്റേജ് ഗ്രൂപ്പിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ 'കൊച്ചിയുടെ കാണാമുഖങ്ങൾ' എന്ന വിഷയത്തെ അധികരിച്ച് പ്രമുഖ പത്രപ്രവർത്തകനും സാഹിത്യകാരനും ആയ ശ്രീ. രവി കുറ്റിക്കാട്ട് സംസാരിക്കുന്നു.

2023 മാർച്ച് 25 ശനിയാഴ്ച വൈകുന്നേരം 5.00 മണിക്ക് ടി.ഡി. എം. ഹാളിൽ വെച്ച് നടത്തുന്ന ഈ പ്രഭാഷണ പരമ്പരയിൽ ഏവരേയും സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

If undelivered please return to:
Karayoga Souhridam
T.D.M Hall Complex, D.H. Road,
Kochi 682016, Kerala

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

Printed by M. Sreevallabhan nair Published by M. Sreevallabhan Nair 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 and Printed at Sterling Print House (P) Ltd., Door.No.49/1849, AIMS Ponekkara P.O, Kochi-682041, Ph: 0484-2802522, 2800406 for Murali Industries, Babu Cottage, Alappat extn.Road, Behind Ravipuram Temple, Kochi-682016 and Published at Ernakulam Karayogam, TDM Hall Complex, Durbar Hall Road, Kochi-682016. Editor: M. Sreevallabhan Nair- Mob: 9947736071.