# കരയോഗ സൗഹൃദം


സത്യം പരം ധീമഹി

Rs. 6

മാസിക : എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ മുഖപത്രം

Pages - 52

വാല്യം - 17 | ലക്കം - 11 | തുലാം - 1201 | നവംബർ - 2025

# തത്ത്വമസി

ERNAKULAM KARAYOGAM

# Centenary Celebrations

**November month programme**

# നാടൻ കലോത്സവം

*വൈകുന്നേരം 6.00 മുതൽ 9.00 വരെ*

നവംബർ 20 – വ്യാഴം

## മണ്ണാൻകൂത്ത് (ട്രൈബൽ ഡാൻസ്)

വയനാട്, തേക്കടി, അട്ടപ്പാടി, തുടങ്ങിയ ഗോത്രമേഖലയിൽ നിന്നുള്ള യുവകലാകാരന്മാർ അവതരിപ്പിക്കുന്ന നാടൻ നൃത്ത കലോത്സവം മാവിലാൻ കൂത്ത് എന്ന അതിമനോഹര നാടൻ നൃത്തവും അവർ അവതരിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

നവംബർ 21 – വെള്ളി

## നാടൻ പാട്ട് ജനാർദ്ദനൻ പുതുശ്ശേരി

കൃഷിപ്പാട്ടുകളുടെ അവതരണം. കൃഷിയുടെ ആരംഭം തൊട്ട് കൊയ്ത്ത് വരെയുള്ള പാട്ടുകളുടെ അവതരണം.

നവംബർ 22 – ശനി

## ബാവുൾ സംഗീതം ശാന്തി പ്രിയ

കേരളത്തിലെ ഏക ബാവുൾ ഗായികയാണ് വയനാട് സ്വദേശിയായ ശാന്തിപ്രിയ, ബംഗാളി നാടോടി സംഗീതമാണ് ബാവുൾ. കവി ലാലിഫാക്കീറിന്റെ കവിതകളാണ് പ്രധാനമായും ബാവുളിൽ പാടിവരുന്നത് ബാവുൾ രവീന്ദ്ര സംഗീതത്തെ നന്നായി സ്വാധീനിച്ചിട്ടുണ്ട്.

എഡിറ്റോറിയൽ...

# പിഎം ശ്രീ പദ്ധതി കേരളത്തിൽ ...

പ്രധാനമന്ത്രി സ്കൂൾ ഫോർ റൈസിങ്ങ് ഇന്ത്യ എന്ന പേരിൽ കേന്ദ്ര സർക്കാർ ആവിഷ്കരിച്ച നടപ്പിലാക്കിയ അതിമഹത്തായ ഒരു പദ്ധതിയാണ് പിഎം ശ്രീ എന്ന ചുരുക്കപ്പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ഈ പുതിയ പദ്ധതി. 2023-ൽ നടപ്പാക്കിയ ഈ പദ്ധതി കേരളവും, തമിഴ്നാടും, വെസ്റ്റ് ബംഗാളും ഒഴികെ ബാക്കിയുള്ള സംസ്ഥാനങ്ങളെല്ലാം അംഗീകരിച്ച് നടപ്പിലാക്കി കഴിഞ്ഞു. എന്നാൽ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ഏറെ പ്രയോജനം ചെയ്യുന്നതും, സ്കൂളുകളുടെയും അവിടെ പഠിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളുടെയും പഠനനിലവാരം ഉയർത്തുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടുകൂടി കേന്ദ്രസർക്കാർ നടപ്പാക്കിയ ഈ പദ്ധതി ഇപ്പോൾ കേരളവും അംഗീകരിച്ച്, അത് നടപ്പാക്കാനായി കേന്ദ്രസർക്കാരുമായി കരാറിൽ ഒപ്പിട്ടിരിക്കുകയുമാണ്.

2022 സെപ്റ്റംബർ 7-ന് കേന്ദ്ര സർക്കാർ സ്കൂളുകളിലെ വിദ്യാഭ്യാസ നിലവാരം ഉയർത്തുന്നതിനും സ്കൂളുകളിൽ മെച്ചപ്പെട്ട പഠനാന്തരീക്ഷം സൃഷ്ടിക്കുന്നതിനുമായി അടിസ്ഥാന സൗകര്യ വികസനവും പുതിയ പാഠ്യപദ്ധതിയും നടപ്പിലാക്കി വിദ്യാർത്ഥികളെ ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസം കൈവരിക്കാൻ സജ്ജരാക്കും വിധമുള്ള പുതിയ പാഠ്യപദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നതനുള്ള ഉത്തരവിറക്കു കയുണ്ടായി. രാജ്യത്താകെ 14500 സ്കൂളുകളിൽ ഈ പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കാനായി 2022 - 23 നും 2026 - 27 നും ഇടയിലുള്ള കാലത്തെ ആവശ്യത്തിനായി 27000 കോടി രൂപയാണ് ബഡ്ജറ്റിൽ കൊള്ളിച്ചിരിക്കുന്നത്.

വാല്യം 17 ✦ ലക്കം - 11 ✦ നവംബർ - 2025

## ഉള്ളടക്കം


| | |
|---|---|
| എഡിറ്റോറിയൽ | 03 |
| സെക്രട്ടറിയുടെ പംക്തി | 05 |
| ബാലലോകം | 08 |
| വാസ്തു ശാസ്ത്രം | 09 |
| സുഭാഷിതം | 11 |
| ക്ഷേത്രങ്ങളിലൂടെ | 12 |
| നമഃശിവായ | 15 |
| അതിതീവ്രകാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളും ........................ | 18 |
| ദൃഗ് ദൃശ്യ വിവേകം | 22 |
| അപാല | 26 |
| കൂടിയാട്ടം | 29 |
| ആത്മഹത്യയും, നിവാരണമാർഗ്ഗങ്ങളും | 34 |
| അനഭിമതനായി ശകുനി | 36 |
| മൃഗങ്ങൾക്ക് എന്തെങ്കിലും തോന്നാറുണ്ടോ? | 39 |
| യാത്രാവിവരണം | 42 |
| കരൾ | 44 |
| മാസഫലം | 49 |
| മാട്രിമോണിയൽ. | 50 |



## പത്രാധിപസമിതി

ആലപ്പാട്ട് മുരളീധരൻ
(മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ)

എം. ശ്രീവല്ലഭൻ നായർ
(എഡിറ്റർ)

പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)

കെ.ടി. മോഹനൻ

എല്ലാ സ്കൂളുകൾക്കും ഈ പദ്ധതിയിൽ ചേരാൻ കഴിയില്ല. ഒരു ബ്ലോക്കിൽ രണ്ടിൽ കൂടുതൽ സ്കൂളുകളെ ഈ പദ്ധതിയിൽ ചേർക്കുകയില്ല. അങ്ങനെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന ഓരോ സ്കൂളിനും അതിന്റെ അടിസ്ഥാന സൗകര്യ വികസനത്തിനും മറ്റുമായി ഏതാണ്ട് ഒരു കോടിയിൽപരം രൂപ ലഭിക്കും. ഇത് കേന്ദ്രസർക്കാരും സംസ്ഥാന സർക്കാരും 60:40 റേഷ്യോ പ്രകാരം നൽകണം. ഇങ്ങനെയുള്ള സ്കൂളുകൾ പ്രകൃതി സംരക്ഷണത്തിന് പ്രത്യേക പരിഗണന നൽകുകയും പ്രകൃതിദത്ത കൃഷിരീതികൾ, ജല സംരക്ഷണം, മഴവെള്ള ശേഖരണം, പോഷകാഹാരവിളയിടങ്ങൾ, പ്ലാസ്റ്റിക് നിർമാർജ്ജനം തുടങ്ങി ഏറെ സവിശേഷതകളോടുകൂടിയാണ് നടത്തേണ്ടത്. നൈപുണ്യവികസനത്തിന് നാട്ടിലുള്ള വ്യവസായികളുമായി കുട്ടികളെ ബന്ധപ്പെടുത്തി ആ മേഖലയിലേക്ക് തിരിയുവാൻ കുട്ടികളെ പ്രാപ്തരാക്കും. സ്മാർട്ട്ക്ലാസുകൾ, ഡിജിറ്റൽ ലൈബ്രറിതുടങ്ങിയ സൗകര്യങ്ങളും പി എം ശ്രീ പദ്ധതിയിൽപ്പെടുന്ന സ്കൂളുകളിൽ ഉണ്ടാകും.

ഇനി മറ്റൊന്ന് ഇങ്ങനെ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്ന സ്കൂളുകളിൽ കേന്ദ്രസർക്കാരിന്റെ 2020 - ലെ പുതിയ വിദ്യാഭ്യാസ നയം അനുസരിച്ച് 5+3+3+4 എന്ന സിസ്റ്റം നടപ്പിലാക്കേണ്ടിവരും. കാണാപാഠം പഠിച്ച് പരീക്ഷ എഴുതി പാസാകുന്ന പഴയ സമ്പ്രദായമല്ല പുതിയ രീതി, വൈജ്ഞാനിക മേഖലയിലും, അന്വേഷണാത്മകതയിലും, പരീക്ഷണനിരീക്ഷണങ്ങളിലുടെയുള്ള കണ്ടെത്തലുകളും എല്ലാം നേരിട്ടറിഞ്ഞ്, ചെയ്ത് ജ്ഞാനസമ്പാദനം നടത്തുകയാണ് ഈ സ്കൂളുകളിൽ ചെയ്യുന്നത്. IIT, NIT തുടങ്ങിയ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ സഹായത്തോടെയാണ് ഇത് നടപ്പിലാക്കിയിരിക്കുന്നത്. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് സ്വയം തൊഴിൽ ചെയ്യുവാനുള്ള കഴിവും അതുവഴി സ്വാശ്രയത്വവും കൈവരിക്കുവാൻ കഴിയുന്നു. ഇതിൽ പ്രാദേശിക ഭാഷകൾക്ക് പ്രത്യേക പരിഗണനയും നൽകുന്നുണ്ട്. ഇവിടുത്തെ അദ്ധ്യാപകർക്കും വൈജ്ഞാനിക മേഖലയിൽ അവരുടെ അറിവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിന് ആവശ്യമായ എല്ലാ സൗകര്യങ്ങളും ഉണ്ടായിരിക്കും. പൊതുവിൽ വരും കാലങ്ങളിൽ രാഷ്ട്രനിർമ്മിതിക്ക് ഉതകുന്ന പൗരന്മാരെ വാർത്തെടുക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടുകൂടി നടപ്പാക്കുന്ന ഈ പദ്ധതി കാലത്തിനനുസരിച്ചുള്ള ഒരു മാറ്റമാണ്.

കേരളം ഈ പദ്ധതി അംഗീകരിച്ചശേഷം വീണ്ടും ഒരു പുനഃപരിശോധനകമ്മറ്റിയെ നിയമിച്ച് അവരുടെ തീരുമാനത്തിനനുസരിച്ച് ഇത് നടപ്പാക്കുകയോ, വേണ്ടെന്ന് വെയ്ക്കുകയോ ചെയ്യാമെന്ന് 29-10-2025-ൽ കൂടിയ മന്ത്രിസഭാ യോഗം തീരുമാനമെടുത്തതായി വാർത്ത കണ്ടു. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ഏറെ ഗുണം ചെയ്യുന്ന ഈ പദ്ധതിയിൽ നിന്നും പിന്മാറുക എന്നത് തികച്ചും ആത്മഹത്യാപരമായ ഒരു നടപടിയായിരിക്കും. കേരളം ഈ പദ്ധതിയിൽ നിന്ന് പിന്മാറിയാൽ അത് നമ്മുടെ കുട്ടികളോട് ചെയ്യുന്ന കൊടും പാതകമായിരിക്കും. 5+3+3+4 സമ്പ്രദായം ദേശീയനയമായി അംഗീകരിച്ചു കഴിഞ്ഞ സ്ഥിതിക്ക് ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസത്തിനുള്ള യോഗ്യതയ്ക്ക് തീർച്ചയായും അതായിരിക്കുമല്ലോ മാനദണ്ഡം. അപ്പോൾ ആ രീതിയിലല്ലാതെ പഴയരീതി പിന്തുടരുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളിൽ പഠിച്ചു പാസായി വരുന്ന കുട്ടികൾക്ക് അന്യസംസ്ഥാനങ്ങളിൽ പോയി പഠിക്കുവാനുള്ള അവസരം നഷ്ടമാകുമല്ലോ. അവർ കേരളത്തിലെയോ അല്ലെങ്കിൽ പഴയസമ്പ്രദായം പിന്തുടരുന്ന മറ്റു രണ്ട് സംസ്ഥാനങ്ങളിലെയോ ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ മാത്രമായി ഒതുങ്ങികൂടേണ്ടി വരും. നമ്മുടെ IIT, NIT തുടങ്ങിയ സ്ഥാപനങ്ങൾ അവർക്ക് ബാലികേറാമലയായേക്കാം. അതുകൊണ്ട് നമ്മുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ഭാവി കണക്കിലെടുത്ത്, മറ്റുള്ള സംസ്ഥാനങ്ങളെ പോലെ കേരളവും പുതിയ വിദ്യാഭ്യാസനയം അംഗീകരിക്കുകയും പിഎം ശ്രീ പദ്ധതിയിൽ നിന്നും പിന്മാറാതെ തുടരുന്നതുമായിരിക്കും ഉചിതം. മന്ത്രിസഭാ ഉപസമിതി, കുട്ടികളുടെ ഭാവി കണക്കിലെടുത്ത് അങ്ങനെയുള്ള ഒരു തീരുമാനമെടുക്കുമെന്ന് കരുതുന്നു.

**ജയ് ഹിന്ദ്**

# ജനറൽ സെക്രട്ടറിയുടെ പംക്തി

**പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)**

**പ്രിയ കരയോഗാംഗങ്ങളെ,**

നമ്മുടെ 100-ാം പിറന്നാൾ ആഘോഷം വന്നടുക്കുകയാണ്. ഡിസംബർ മാസം എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ ജന്മ മാസമാണ്. കഴിഞ്ഞ ഒരു വർഷത്തിലധികമായി എറണാകുളം കരയോഗം ശതാബ്ദിയാഘോഷ പരിപാടികളെ സംബന്ധിച്ച് വിവിധ തലങ്ങളിൽ ആലോചനയും ഏപ്രിൽ മാസം മുതൽ എല്ലാ മാസവും മുടങ്ങാതെ വിവിധ കലാസാഹിത്യ ആദ്ധ്യാത്മിക പരിപാടികളും മാസത്തിൽ 3 ദിവസം വെച്ച് നടത്തിവരികയുമാണ്. നവംബർ മാസത്തെ നാടൻ കലോത്സവം 20, 21, 22 തീയതികളിൽ നടത്തപ്പെടുന്നു.

പ്രിയ കരയോഗാംഗങ്ങളെ, എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ ഒരാഴ്ച നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന ശതാബ്ദി സമാപന ആഘോഷപരിപാടികൾ ഡിസംബർ 19-ാം തീയതി വൈകുന്നേരം 5 മണിക്ക് ഭദ്രദീപം തെളിയിച്ച് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യപ്പെടുകയാണ്. തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായ, നാം ഇതുവരെ കാത്തു സൂക്ഷിച്ചുപോന്നിട്ടുള്ള, ഭാരതത്തിന്റെ സംസ്കാരികപാരമ്പര്യത്തിൽ ഉറച്ചുനിന്നു കൊണ്ട്, എല്ലാ മതവിഭാഗങ്ങളേയും സ്നേഹത്തോടെ ചേർത്ത് നിർത്തി, അവരുടെ കൂടി സാന്നിദ്ധ്യത്തിലും സഹകരണത്തോടെയും ആണ് ശതാബ്ദിയാഘോഷപരിപാടികൾ ആ സൂത്രണം ചെയ്ത് നടത്തി പോരുന്നത്. 2025 ഡിസംബർ 19-ാം തീയതി വൈകുന്നേരമുള്ള ഉദ്ഘാടനസമ്മേളനവും 2025 ഡിസംബർ 25-ാം തീയതി രാവിലെ 10 മണിക്കുള്ള സമാപനസമ്മേളനവും നടത്തുന്ന ടിഡിഎം ഗംഗ ഹാളിലെ പ്രവേശനം ചില നിയന്ത്രണങ്ങൾക്കും സുരക്ഷാമാനദണ്ഡങ്ങൾക്കും വിധേയമായി മാത്രമേ നടത്തുവാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ എന്ന് വിനയപുരസ്സരം അറിയിച്ചുകൊള്ളുന്നു.

ഡിസംബർ 19നും 25നും ഉള്ള പ്രവേശന പാസ്സുകൾ വഴി അംഗങ്ങൾക്ക് പ്രത്യേക ഇരിപ്പിട സൗകര്യവും ഒരുക്കുവാൻ ആണ് തീരുമാനിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഗംഗാ ഹാളിലേയ്ക്കുള്ള പ്രവേശനം 500 അംഗങ്ങൾക്ക് മാത്രമായി നിജപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട് എന്ന് അറിയിച്ചുകൊള്ളുന്നു. ആയതിനുള്ള 2 ദിവസത്തെ പ്രവേശന പാസ്സുകൾ ഡിസംബർ 12-ാം തീയതി മുതൽ 20-ാം തീയതി വരെ മുൻഗണനാക്രമത്തിലായിരിക്കും നല്കുക. ആയതിലേയ്ക്ക് കരയോഗത്തിലെ കുടിശ്ശിക അടച്ചു തീർക്കുക എന്നുള്ളത് അനിവാര്യമാണ്. അതിനാൽ കുടിശ്ശിക ഉള്ളവർ അത് എത്രയും വേഗം അടച്ചു തീർക്കണം. പാസ്സുകൾ വേണ്ടവർ ഐഡി കാർഡുമായി നേരിട്ട് ഓഫീസിൽ വരണമെന്ന് പ്രത്യേകം അറിയിച്ചുകൊള്ളുന്നു. 4000 ത്തിലധികം വരുന്ന കരയോഗാംഗങ്ങൾക്ക് എല്ലാവർക്കും ഇരിക്കുവാനുള്ള സൗകര്യം കരയോഗത്തിലോ മറ്റു സ്ഥലങ്ങളിലോ ഇല്ല എന്നുള്ളത് വിസ്മരിക്കരുത്. ഇക്കാര്യത്തിൽ കരയോഗം ഭാരവാഹികൾക്ക് ഉള്ള ഉത്തരവാദിത്വം ചെറുതായി കാണരുതെന്നും, തിക്കും തിരക്കും ഒഴിവാക്കുവാനായി ആദ്യത്തെ 500 പേർക്ക് ഗംഗാഹാളിൽ ഇരിപ്പിടം ഒരുക്കിയ ശേഷം പിന്നീട് വരുന്നവർക്ക് പമ്പാഹാളിൽ എൽഇഡി ഡിസ്പ്ലേയോടുകൂടിയുള്ള ഇരിപ്പിടസൗകര്യം ഏർപ്പെടുത്തുന്നതായിരിക്കും എന്ന് വിനയപുരസ്സരം അറിയിച്ചു കൊള്ളുന്നു. എന്നാൽ ഡിസംബർ 20 മുതൽ 24 വരെ രാവിലെ 10 മണി മുതൽ ഉച്ചയ്ക്ക് 1 മണി വരെ നടക്കുന്ന സെമിനാറിലും വൈകുന്നേരം നടക്കുന്ന എല്ലാ കലാപരിപാടികളിലും മേൽ പറഞ്ഞ പാസ്സു മൂലമുള്ള നിയന്ത്രണം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതല്ല എന്നും പ്രത്യേകം അറിയിക്കുന്നു.

എറണാകുളം കരയോഗത്തിലെ പ്രിയപ്പെട്ട

അംഗങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും ശതാബ്ദിയാഘോഷത്തിന്റെ വിജയത്തിനായി സഹകരിക്കുമെന്ന് ഞങ്ങൾക്ക് ഉറപ്പുണ്ട്.

എറണാകുളം കരയോഗം സാംസ്കാരിക വേദിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ അകായിലെ സംഗീതം. 2025 നവംബർ 16–ാം തീയതി ഞായറാഴ്ച  വൈകുന്നേരം 4.00 മണിക്ക് ടി.ഡി. എം ഹാളിൽ  നടത്തുന്നതാണ്. മലയാളം, ഹിന്ദി, തമിഴ്, ഇംഗ്ലീഷ് എന്നീ ഭാഷകളിലുള്ള ചലച്ചിത്രഗാനങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തികൊണ്ടുള്ള പരിപാടിയാണ് നടത്തപ്പെടുക.

എറണാകുളം കരയോഗവും ബീമും സംയുക്തമായി സംഘടിപ്പിക്കുന്ന പ്രതിമാസ പരിപാടിയിൽ  2025 നവംബർ 17 തിങ്കളാഴ്ച വൈകുന്നേരം 6.30 ന്  എം. ടി. എഴുത്തിന്റെ ആത്മാവ് ദൃശ്യാവിഷ്കാരം ടിഡിഎം ഹാളിൽ നടത്തുന്നതാണ്. അവതരണം സബർമതി തീയേറ്റർ, പേരാമ്പ്ര, കോഴിക്കോട്. ഏവർക്കും സ്വാഗതം.

എറണാകുളം കരയോഗം സാഹിതിയോഗത്തിന്റെ 2025 നവംബർ  23 ഞായറാഴ്ച രാവിലെ 10.30ന് ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ Paulo coelho യുടെ The Alchemist എന്ന പുസ്തകത്തെ അധികരിച്ച് ശ്രീ. യു.എസ്. രവീന്ദ്രൻ സംസാരിക്കുന്നു. ഏവർക്കും സ്വാഗതം.

കരയോഗത്തിന്റെ എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും നിങ്ങളുടെ വിലയേറിയ നിർദ്ദേശങ്ങളും ഉപദേശങ്ങളും സഹകരണവും ഉണ്ടാവണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിച്ചുകൊണ്ട്.

**ജനറൽ സെക്രട്ടറി**

**എറണാകുളം കരയോഗം**

**ടി. ഡി. എം ഹാളിൽ നടത്തുന്ന പ്രതിമാസ**

**കലാ-സാഹിത്യ-സാംസ്കാരിക പരിപാടികൾ**

**2025 നവംബർ 10 മുതൽ ഡിസംബർ 10 വരെ**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. | 12-11-2025<br>19-11-2025<br>26-11-2025<br>03-12-2025<br>10-12-2025 | ബുധൻ | ദേവിഭാഗവത ക്ലാസ്സ് – വത്സല. പി. പി | 3.00 pm - 4.30 pm |
| 2. | 13-11-2025<br>20-11-2025<br>27-11-2025<br>04-12-2025 | വ്യാഴം | എറണാകുളം കരയോഗം<br>എൽഡർ സിറ്റിസൺസ് ഫോറം | 4.00 pm - 6.00 pm |
| 3. | 15-11-2025<br>22-11-2025<br>29-11-2025<br>06-12-2025 | ശനി | വേദാന്ത പഠന ക്ലാസ്സ്<br>ആചാര്യൻ കെ. ആർ . നമ്പ്യാർ | 10.00 am - 12.00 pm |
| 4. | 16-11-2025<br>07-12-2025 | ഞായർ | വേദപഠന കളരി | 10.30 am |
| 5. | 16-11-2025 | ഞായർ | എറണാകുളം കരയോഗം സാംസ്കാരിക വിഭാഗം<br>**'അകായിലെ സംഗീതം'**, മലയാളം, ഹിന്ദി, തമിഴ്,<br>ഇംഗ്ലീഷ് എന്നി ഭാഷകളിലുള്ള ചലച്ചിത്രഗാനങ്ങൾ | 4.00 pm |
| 6. | 17-11-2025 | തിങ്കൾ | **ബീം – എം. ടി. എഴുത്തിന്റെ ആത്മാവ്**<br>ദൃശ്യാവിഷ്ക്കാരം, അവതരണം: സബർമതി തീയറ്റർ<br>വില്ലേജ്, പേരാമ്പ്ര, കോഴിക്കോട് | 6.30 pm |
| 7. | 23-11-2025 | ഞായർ | എറണാകുളം കരയോഗം സാഹിതീയോഗം<br>Paulo Coelho യുടെ "THE ALCHEMIST"<br>അവതരണം: ശ്രീ. യു. എസ്. രവീന്ദ്രൻ | 10.30 am |
| 8. | 08-12-2025 | തിങ്കൾ | വിമൻസ് ഫോറം | 3.00 pm - 5.00 pm |

# അറിയിപ്പ്

## ശതാബ്ദി ആനുകൂല്യ ആജീവനാന്ത അംഗത്വം

## അംഗങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്

### അംഗത്വത്തിനുള്ള അപേക്ഷാഫാറം കരയോഗം ഓഫീസിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്നതാണ്

23-6-2024 ൽ കൂടിയ എറണാകുളം കരയോഗം പൊതുയോഗം എറണാകുളം കരയോഗം നിയമാവലി 5, 7(i) (ii), 8,9,10,11,13,14 എന്നീ വകുപ്പുകളും അതിന്റെ ഉപവകുപ്പുകളും നിലനിർത്തിക്കൊണ്ട് കരയോഗത്തിലെ ഓരോ അംഗങ്ങൾക്കും അവരവരുടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കും 2025 ഡിസംബർ 31 വരെ അംഗത്വഫീസിൽ ഇളവു നൽകി അംഗത്വം നല്കിവരുന്നു.

29-06-2025-ൽ കൂടിയ പൊതുയോഗം ശതാബ്ദിയോടനുബന്ധിച്ച് എറണാകുളം കരയോഗം അംഗങ്ങളായിരുന്നവരുടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കും 2025 ഡിസംബർ 31 വരെ കരയോഗത്തിന്റെ നിയമാവലിക്ക് വിരുദ്ധമാകാതെ, 25000 രൂപ എന്ന അംഗത്വഫീസിൽ നിന്ന് 10000 രൂപ കുറച്ച്, 15000 രൂപയ്ക്ക് അംഗത്വം നൽകുവാൻ പൊതുയോഗം തീരുമാനിച്ച വിവരം സന്തോഷപൂർവ്വം അറിയിച്ചുകൊള്ളുന്നു.

**(കുടുംബം എന്ന് വിവക്ഷിക്കുന്നത് അച്ഛൻ, അമ്മ, ഭർത്താവ്, ഭാര്യ, മക്കൾ എന്നിവരാണ്)**

എല്ലാ അംഗങ്ങളും ഈ അവസരം പ്രയോജനപ്പെടുത്തണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. കൂടതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് കരയോഗം ഓഫീസുമായി ബന്ധപ്പെടുക.

* * *

### എറണാകുളം കരയോഗം ശതാബ്ദിയാഘോഷഫണ്ട് സമാഹരണം

2025 ൽ എറണാകുളം കരയോഗം ശതാബ്ദിയാഘോഷം സമുചിതമായി ആഘോഷിക്കുന്നതിലേയ്ക്കുള്ള പദ്ധതികളും പരിപാടികളും നടത്തുന്നതിന് ധനസമാഹരണം ഒരു പ്രധാന ഘടകമാണ്. ആയതിലേയ്ക്ക് ഓരോ കരയോഗാംഗവും 2000 രൂപ വീതവും ഒരേ വീട്ടിൽ മൂന്നോ അതിൽ കൂടുതലോ കരയോഗാംഗങ്ങളുള്ളവർ 5000 രൂപയും ശതാബ്ദി ഫണ്ടിലേയ്ക്ക് നൽകണമെന്ന് 23-6-2024 ൽ കൂടിയ 99-ാം വാർഷികപൊതുയോഗം തീരുമാനമെടുത്തിട്ടുള്ള വിവരം കരയോഗാംഗങ്ങളെ ഇതിനാൽ അറിയിച്ചുകൊള്ളുന്നു.

✦ ✦ ✦

**കരയോഗത്തിന്റെ ദൈനംദിന പ്രവർത്തനങ്ങൾ അറിയുന്നതിനായി അംഗങ്ങൾ മാത്രം താഴെ കാണുന്ന WhatsApp നമ്പറിൽ ബന്ധപ്പെടുകയോ link ലൂടെ ജോയിൻ ചെയ്യുകയോ ചെയ്യാവുന്നതുമാണ്.**

☞ **8281588833**

Open this link to join my WhatsApp Group:
https://chat.whatsapp.com/JvuXAILW6Tg8UD6J29v1Vy

**എറണാകുളം കരയോഗം**

# ബാലലോകം

പറവൂർ രാജഗോപാൽ – 9847291483

## സാരങ്ങൾ

**പ്രിയപ്പെട്ട ചങ്ങാതിമാരേ,**

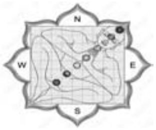
ചിലരെപ്പറ്റി നമ്മൾ കരുതും – അയാൾ ഒരു നിസ്സാരൻ, യാതൊരു കഴിവുമില്ലാത്തയാൾ, വെറും വിഡ്ഢി, പൊട്ടൻ എന്നൊക്കെ. അതേ നമ്മൾ തന്നെ, നമ്മെ ഞാൻ ആളുകേമൻ, ശക്തൻ, വലിയവൻ, സുന്ദരൻ എന്നിങ്ങനെ സ്വയം അഭിമാനം കൊണ്ട് അഹന്തയുടെ കൊടുമുടി കയറുകയും ചെയ്യും.

കിണറു പറയും: 'കണ്ടില്ലേ എന്റെ ജലം', എന്തിനൊക്കെയാണ് ജനം ഉപയോഗിക്കുന്നത്. എന്നാൽ തനിക്കു കിട്ടുന്ന ജലം മണ്ണിൽനിന്ന് ഊറി വന്നതാണെന്ന് കിണർ ചിന്തിക്കുന്നില്ല.

ഒരിക്കൽ ഒരു ഭക്തൻ വൃന്ദാവനത്തിലേക്ക് തീർത്ഥയാത്ര പോയി. സമയം സന്ധ്യയായപ്പോൾ ഒരു ഗ്രാമത്തിലെത്തി. അന്നുരാത്രി അവിടെ ഏതെങ്കിലും ഒരു ഗ്രഹത്തിൽ തങ്ങാൻ അയാൾ ആഗ്രഹിച്ചു. എന്നാൽ ഭക്തന്മാരുടെ വീട്ടിൽ മാത്രമേ താൻ താമസിക്കു എന്ന് അയാൾ മനസാ ശഠിച്ചു അങ്ങനെ അയാൾ ഗ്രാമത്തിൽ ആദ്യം കണ്ട വീട്ടിലേക്ക് ചെന്നു. കതക് തുറന്നുവന്ന വീട്ടിലെ ഗൃഹനാഥനോട് ഭക്തൻ ചോദിച്ചു. 'സഹോദരാ ഞാനൊരു വിഷ്ണു ഭക്തനാണ്' വൃന്ദാവനത്തിലേക്കുള്ള എന്റെ യാത്രയിൽ ഇന്നൊരു ദിനം താങ്കളുടെ വീട്ടിൽ താമസിക്കാൻ എന്നെ അനുവദിക്കുമോ? വീട്ടുകാരൻ പറഞ്ഞു. 'അങ്ങയെപ്പോലൊരു ഭക്തന്റെ ആതിഥേയനാകാൻ എനിക്ക് ഒരവസരം ലഭിക്കുന്നത് എന്റെ മഹാപുണ്യം'. ഭക്തൻ വീണ്ടും ചോദിച്ചു. 'പറയു, താങ്കളൊരു വൈഷ്ണവൻ തന്നെയല്ലേ? അല്ലാ, ഈ ഗ്രാമത്തിലുള്ളവർ എല്ലാം വിഷ്ണുഭക്തരെന്നാണ് ഞാൻ കേട്ടിട്ടുള്ളത്. അതുകേട്ട് ഗൃഹനാഥൻ പറഞ്ഞു. ക്ഷമിക്കണം മഹാത്മൻ അങ്ങ് കരുതും പോലെ ഞാനൊരു വൈഷ്ണവനല്ല. ഈ ഗ്രാമത്തിൽ ഞാനൊഴികെ മറ്റുള്ളവരെല്ലാം വിഷ്ണുഭക്തരാണ്, തീർത്ഥാടകൻ ചിന്തിച്ചു.

ഇദ്ദേഹം നല്ലൊരു മനുഷ്യൻ തന്നെ, പക്ഷേ വൈഷ്ണവനല്ലാത്ത ഒരാളുടെ വീട്ടിൽ താമസിക്കുന്നതെങ്ങനെയാണ്? അങ്ങനെ തീർത്ഥാടകൻ മുന്നോട്ടു നീങ്ങി. മറ്റൊരു ഗ്രഹത്തിന്റെ മുന്നിലെത്തി. മുന്നിൽ കണ്ട ഗൃഹനാഥനോട് അയാൾ അതെ ചോദ്യം ചോദിച്ചു. അയാളും അതേ ഉത്തരം തന്നെ പറഞ്ഞു. 'ഞാനൊഴികെ ഈ ഗ്രാമത്തിൽ മറ്റുള്ളവരെല്ലാം വൈഷ്ണവരാണ്'. ആ വീട്ടിലും താമസിക്കാൻ മനസ്സുവരാതെ തീർത്ഥാടകൻ ഗ്രാമത്തിലെ പല വീടുകളിലും പിന്നീട് കയറിയിറങ്ങി. പക്ഷേ അവരിലാരും തന്നെ താൻ ഒരു വിഷ്ണുഭക്തനാണെന്ന് സ്വയം പറയാൻ തയ്യാറല്ലായിരുന്നു.

ഒടുവിൽ തീർത്ഥാടകന് ഒരുകാര്യം മനസ്സിലായി. ആ ഗ്രാമത്തിലെ എല്ലാവരും ഉത്തമരായ ഭക്തരാണ്. എന്നാൽ അവരാരും അത് സ്വയം പറയാനും അതിൽ ഊറ്റം കൊള്ളാനും തയ്യാറല്ലായിരുന്നു. അതേസമയം തന്നെപ്പോലെ ഒരപരിചിതനെപ്പോലും ആദരിക്കാനും നല്ല വാക്ക് പറയാനും തയ്യാറുമായിരുന്നു. അതോടെ തീർത്ഥാടകന്റെ കണ്ണുതുറന്നു. ഭഗവാനെ ഭജിച്ചതുകൊണ്ടുമാത്രം ആരും ഭക്തരാകുന്നില്ല. വിനയവും കാരുണ്യവും മറ്റുള്ളവരെ സഹായിക്കാനുമുള്ള മനസ്സും കൂടി അതിനുവേണം. ഇനി കുറച്ച് സാരോപദേശ കവിതകൾ ആവാം. എന്ത് പറയുന്നു. – (ശേഷം 10–ാം പേജിൽ)




# വാസ്തു ശാസ്ത്രം

ശ്രീ. പ്രഭാകരമേനോൻ പര്യാടത്ത്, റിട്ടയേർഡ് എഞ്ചിനീയർ, വാസ്തു വിദഗ്ദ്ധൻ - 9447032434

ഇന്നലെ പോയികണ്ട വീട്ടിൽ കിണർ കുഴിച്ചിരിക്കുന്നത് തെക്കുപടിഞ്ഞാറു ഭാഗത്താണ്. കിഴക്കും, വടക്കും റോഡുണ്ടെങ്കിലും വടക്കോട്ട് തിരിഞ്ഞാണ് വീട് പണിതിരിക്കുന്നത്. ഗേറ്റ് വടക്കുവശത്ത് കിഴക്കോട്ട് നീങ്ങിയാണ്. അടുക്കള കിഴക്കുതെക്കാണ്. വീടിനുചുറ്റും ഒഴിഞ്ഞ സ്ഥലം തെക്ക് വടക്കിനേക്കാൾ കൂടുതലും, പടിഞ്ഞാറ് കിഴക്കിനേക്കാൾ കൂടുതലാണ്. പടിഞ്ഞാറ് 10 മീറ്ററും, കിഴക്ക് 6 മീറ്ററും, വടക്ക് 6 മീറ്ററും, തെക്ക് 8 മീറ്ററുമാണ് അളവുകൾ. (ഒഴിഞ്ഞ സ്ഥലം) പല പ്രാവശ്യം പറഞ്ഞിട്ടും കാര്യം വീണ്ടും പറയുന്നതിൽ വിഷമമുണ്ട്. വീടുപണി തുടങ്ങുമ്പോൾ തെക്ക് അഥവാ പടിഞ്ഞാറ് അതിരിന് സമാന്തരമായി പണിയണം. ഏതെങ്കിലും ഒരു ഭാഗം (തെക്കുവശം) അതിരിന് സമാന്തരമായി പണിതിട്ട് മറ്റേഭാഗം (പടിഞ്ഞാറ്) അതിരിട്ട് തെക്കുപടിഞ്ഞാറെ മൂല എപ്പോഴും ചതുരമാക്കണം. കിണർ എപ്പോഴും വടക്കാണെങ്കിൽ വടക്ക് മദ്ധ്യത്തിന്റെ കിഴക്കും, കിഴക്കാണെങ്കിൽ കിഴക്ക് മദ്ധ്യത്തിന്റെ വടക്കും ആയിരിക്കണം. കിണറിനുചുറ്റും നടക്കുവാൻ സ്ഥലം വേണം. രാവിലത്തെ ഉദയം കിണറ്റിലേക്ക് വരുന്നത് വളരെ നല്ലതാണ്.

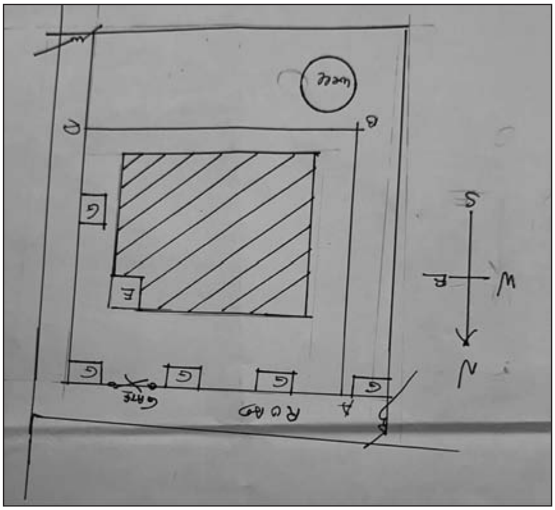
ഞാൻ പോയി പരിശോധിച്ച വീട്ടിൽ അവരുടെ പള്ളിയിലെ അച്ഛൻ കൂട്ടപ്രാർത്ഥനക്കു ശേഷം അച്ഛൻ തന്നെയാണ് വീടിനും, കിണറിനും കുറ്റിയടിച്ചത്. ചില സ്ഥലത്ത് പൂജാരിമാരും, ജോത്സ്യന്മാരും ആദ്യത്തെ കുറ്റിയടിക്കുന്നതായും കാണുന്നു. എവിടെ വീട് പണിയണമെങ്കിലും Architect അഥവാ Licensed Engineer Plan വരച്ച് അനുവാദം വാങ്ങിച്ചിരിക്കണം. വീടുപണി ആരംഭിക്കുന്നത് ഏതെങ്കിലും Architect or Engineer പറയുന്നതനുസരിച്ച് പോകുന്നതാണ് നല്ലത്.

ഞാൻ വീട് പരിശോധിക്കാൻ ചെന്നപ്പോൾ പള്ളിയിലെ അച്ഛനും, വാർഡ്മെമ്പറും ഉണ്ടായിരുന്നു. അച്ഛന്റെ കയ്യിൽ തച്ചുശാസ്ത്രത്തിനെപ്പറ്റിയുള്ള പുസ്തകവും ഉണ്ടായിരുന്നു. വാസ്തു പുരുഷന്റെ കിടപ്പു നോക്കിയാണ് കിണറിന് സ്ഥാനം കണ്ടതെന്ന് അച്ഛൻ പറഞ്ഞു. അത് തച്ചു ശാസ്ത്രമാണ് (തച്ചന്റെ ശാസ്ത്രം മാത്രമാണ്). വാസ്തുശാസ്ത്രവുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല.

വാസ്തുശാസ്ത്രം, ആകാശം, ഭൂമി, അഗ്നി, ജലം, വായു എന്നീ പഞ്ചഭൂതങ്ങളെ ഈ വീട്ടിൽ താമസിക്കുന്നവരുടെ ആരോഗ്യം, ഉറക്കം, മനഃസമാധാനം എന്നിവക്കുവേണ്ടി എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കാം എന്നുള്ളതിനുള്ള ശ്രമം മാത്രമാണ്. ഇതിനോടൊന്നിച്ചുള്ള Sketch നോക്കുക. പടിഞ്ഞാറ് വശത്തും, തെക്കുവശത്തും വീടിനു സമാന്തരമായി അതിരുകൾ AB, BC ഇടണം. വടക്കുവശത്തും കിഴക്കുവശത്തും (G) നോക്കുക. ചെടി നടുന്നതിന് മതിലിനോട് ചേർത്തുകെട്ടിയ തറ പൊളിച്ചുമാറ്റണം. മഴപെയ്യുന്ന വെള്ളം മതിലിന്റെ അരികിൽക്കൂടി വടക്കുകിഴക്കേ മൂലയിൽ എത്തണം. അടുത്തവീട്ടുകാർ ഇവിടെ വരുന്നവരെ കാണാതിരിക്കുവാൻ വടക്ക്കിഴക്കേമൂല ഉയർത്തികെട്ടിയത് പൊളിച്ചു കളയണം. വീടിന്റെ വടക്കുകിഴക്കേ മൂല മുറിഞ്ഞുപോയത് കല്ലുകെട്ടി ചതുരമാക്കണം ചിത്രത്തിൽ (E) ഒരിക്കലും വീടിന്റെ പറമ്പിന്റെ വടക്കുകിഴക്കും, തെക്കുപടിഞ്ഞാറും മുറിഞ്ഞു (Cut) പോകരുത്. വീടുപണികഴിഞ്ഞാൽ തെക്കുപടിഞ്ഞാറ് മൂല ഉയർത്തി

കിഴക്കെമൂലയിലേക്ക് വെള്ളം ഒഴുകുവാൻ പാകത്തിന് ശരിയാക്കണം.

വാസ്തുസംബന്ധമായ എല്ലാ സംശയങ്ങൾക്കും രാവിലെ 6 മണിമുതൽ വൈകിട്ട് 6 വരെ മാത്രം വിളിക്കുക. Mob. No. 9447032434. ഇത് തികച്ചും സൗജന്യമാണ്.



(8-ാം പേജിന്റെ തുടർച്ച...)

'പറന്നു പോയ കിളിയെ
പക്ഷേ വീണ്ടും പിടിച്ചിടാം
കാലമോ പോവുകിൽപ്പോയീ-
കരുതിജോലിചെയ്ക നീ.'

നിനക്കു വീഴ്ച വന്നാലും
നിൻ നന്മ വെടിയൊല്ല നീ;
മലർ, കാറ്റേറ്റു വീണാലും
മണമില്ലാത്തതാകുമോ?

'അന്യന്നുയർച്ച കാണുമ്പോൾ
ആനന്ദിക്കേണ്ടവനാണു നീ;
മഴക്കാർ വാനിലേറുമ്പോൾ,
മയിലാടുന്നു കൗതുകാൽ!

'ആലിൻ തയ്യിലിന്നൊരാൾ വെള്ള-
മലിവോടെയൊഴിക്കയാൽ;
വളരുമ്പോളതേകുന്നു
വരുവോർക്കൊക്കെയും തണൽ!'

ചിന്തിക്കൂ, പരിശ്രമിക്കൂ, ജീവിതവിജയം നിങ്ങൾക്ക് സ്വന്തം!

# അഭിനന്ദനങ്ങൾ

മതസൗഹാർദം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിന് തിരുവല്ല ആസ്ഥാനമായ ഗ്ലോറിയ ന്യൂസും ലൈറ്റ് ടു ലൈഫ് ചാരിറ്റബിൾ ഫൗണ്ടേഷനും ചേർന്ന് നൽകുന്ന "മൈത്രി " അവാർഡിന് കൗൺസിൽ ഫോർ കമ്മ്യൂണിറ്റി കോ ഓപ്പറേഷൻ (സി. സി. സി) ജനറൽ സെക്രട്ടറിയും എറണാകുളം കരയോഗം സെക്രട്ടറിയുമായ **പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)** അർഹനായി.

കത്തോലിക്കാ ബാവ മാർത്തോമാ മാത്യുസ് തൃതീയൻ അവാർഡ് സമ്മാനിച്ചു. ചടങ്ങിൽ സി. സി. സി ചെയർമാൻ ഡോ. പി. മുഹമ്മദാലി (ഗൾഫാർ), ഡോ. യുയാക്കിംമാർ കൂറിലോസ് സഫ്രഗൻ മെത്രാപ്പോലീത്ത, മുൻ കേന്ദ്രമന്ത്രി പ്രൊഫ. പി. ജെ. കുര്യൻ, മാത്യു ടി. തോമസ് എം. എൽ. എ തുടങ്ങിയവർ പങ്കെടുത്തു.

പി. രാമചന്ദ്രന് (വേണു) എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ ആത്മാർഥമായ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

# സുഭാഷിതം

വിദ്വൽപ്രഭ . ജെ. എസ് – 9847537007

ദൈവത്തിന്റെ സഹായം, ആ ഹസ്തങ്ങൾ നമ്മിലെ ത്തുന്നത് പല മാർഗ്ഗത്തിലാകാം. കയ്പുനിറഞ്ഞ അനുഭവങ്ങൾ നമ്മെ തളർത്തുകയും, തകർക്കുകയും ചെയ്യും. എന്നാൽ അചഞ്ചലമായ വിശ്വാസം, സമർപ്പണം ഇവ കൂടെയുണ്ടെങ്കിൽ ഏതു പ്രതിസന്ധിയും തരണം ചെയ്യാനാകുമെന്ന് പല അനുഭവകഥകളും നമ്മെ ഉദ്ബോധിപ്പിക്കാറുണ്ട്. നാം പതറിപോകുന്ന പല സന്ദർഭങ്ങൾ നമുക്ക് നേരി ടേണ്ടിവരുമ്പോൾ ദൈവം ഒരു വഴി കാണിക്കുമെന്ന് കരുതിയാൽ പ്രശ്നപരിഹാരം ശീഘ്രം നേടാം.

തകർന്നുപോയ കപ്പലിൽ നിന്നും ഒരു മനുഷ്യൻ അജ്ഞാതമായ ഒരു സ്ഥലത്ത് ഏകാന്തനായി ജനസഞ്ചാരമോ, മനുഷവാസമോ ഇല്ലാത്ത ഒരു ദ്വീപിൽ എത്തിപ്പെട്ടു. എങ്ങനെ രക്ഷപ്പെടുമെന്ന ആധി അയാളെ ആശങ്കനാക്കി. പരസഹായത്തിനുള്ള ഒരു മാർഗ്ഗവുമില്ല. ദൈവത്തെ വിളിച്ച് അലറിക്കരഞ്ഞു "എങ്ങനെയെങ്കിലും എന്നെ രക്ഷിക്കണേ" എന്ന് ഇടതടവില്ലാതെ പ്രാർത്ഥിച്ചു. രക്ഷയ്ക്കായി ആരും വന്നില്ല. ക്ഷീണിതനും ദുഃഖിതനുമായി അയാൾ എന്തുചെയ്യണമെന്നറിയാത്ത അവസ്ഥയിലായി. വന്യമൃഗങ്ങളിൽ നിന്നും സ്വയം രക്ഷിക്കാനുള്ള വഴി ആരാഞ്ഞു. അങ്ങനെ അവിടെക്കണ്ട തടിക്കഷണങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ഒരു കുടിൽ നിർമ്മിച്ചു. വല്യ സുരക്ഷയൊന്നുമുണ്ടാവില്ലെങ്കിലും സ്വന്തം രക്ഷയ്ക്ക് വേണ്ടി കിടക്കാനുള്ള സംവിധാനം സൃഷ്ടിച്ചു.

വിശന്നു വലഞ്ഞ അവൻ ഭക്ഷണം തേടി അലഞ്ഞു. കിട്ടിയ കായോ, പഴമോ, താൽക്കാലശാന്തിക്കായി. നിരാശനായി തിരിച്ചു വന്നപ്പോൾ കണ്ട കാഴ്ച അവനെ അത്ഭുത സ്തബ്ധനാക്കി കഷ്ടപ്പെട്ടുണ്ടാക്കിയ കുടിൽ കത്തി ചാമ്പലായി കിടക്കുന്നു. കുടിൽ മുഴുവൻ കത്തി നാമാവിശേഷമായി. ഒരു പിടി ചാമ്പലാണ് മുന്നിൽ കണ്ടത്. ദേഷ്യവും സങ്കടവും കൊണ്ട് അവന് അലറിവിളിക്കാനേ കഴിഞ്ഞുള്ളു. "ദൈവമേ; എന്നോട് ഇങ്ങനെ ചെയ്യാൻ അങ്ങേയ്ക്ക് എങ്ങനെ കഴിഞ്ഞു". എന്ന് ആർത്തലച്ചുകരഞ്ഞു. പക്ഷേ അതുകേൾക്കാൻ ഒരു സഹജീവിയും ആ പ്രദേശത്തില്ലായെന്ന സത്യം പോലും മറന്നു.

പിറ്റേന്ന് രാവിലെ ആ ദ്വീപിലേക്ക് ഒരു കപ്പൽ വന്നു. ശബ്ദം കേട്ട് അവൻ എണീറ്റ് നോക്കി ഒരിക്കലും പ്രതീക്ഷിക്കാത്ത ദൗത്യവുമായിട്ടാണ് ആ കപ്പൽ എത്തിയത്. അതവനെ രക്ഷിക്കാനെത്തിയതാണെന്ന് അവന് വിശ്വസിക്കാനായില്ല. "ഞാൻ ഇവിടെയുണ്ടെന്ന് നിങ്ങൾ എങ്ങനെയറിഞ്ഞു" എന്നവൻ വന്ന ആൾക്കാരോട് ചോദിച്ചു. "ഞങ്ങൾ നിങ്ങളിടെ പുക സൂചന കണ്ടു" അവർ പറഞ്ഞ മറുപടി അവനെ നിശ്ശബ്ദനാക്കി. ആ കുടിൽ കത്തിയപ്പോൾ സർവ്വനാശം സംഭവിച്ചുവെന്ന് കരുതിയ മനുഷ്യൻ ആ അദൃശ്യശക്തിയെ മനസ്സാ നമിച്ചു. ആ കുടിൽ കത്തിയ പുകയാണ് ആ ആപത്ഘട്ടത്തിൽ അവനെ സഹായിച്ചത്.

"എല്ലാം നല്ലതിനാണ്" എന്ന ചൊല്ല് ഇവിടെ അന്വർത്ഥമാകുന്നു. ചെറിയ ദുഃഖം വലിയ സന്തോഷത്തിലേക്കുള്ള കവാടം തുറക്കുന്നു. ഒരിക്കലും ആത്മവിശ്വാസം കൈവിടരുത്. ദൈവത്തിൽ അഭയം പ്രാപിക്കുക. ആ മഹത്കരങ്ങൾ നമ്മെ പിടിച്ചുയർത്തും എന്ന് മനസ്സിനെ പഠിപ്പിക്കണം. 'ഒരു ചെറിയ കുടിൽ കത്തി ചാമ്പലാകുമ്പോൾ വരുന്ന പുക' ഈശ്വരന്റെ ദൃഷ്ടിയിൽ പതിയുമെന്ന് നാം അറിയുന്നില്ല. മനംനൊന്തുരുകി വിശ്വാസം കൈവിടാതെ ദൈവത്തിൽ അഭയം പ്രാപിച്ചാൽ ഏതു പ്രശ്നത്തിനും ഉചിതമായ തീരുമാനം ലഭിക്കുമെന്ന് നമുക്ക് വിശ്വസിക്കാം.

നാം വെറും കളിപ്പാവകളാണ്. ആ ശക്തിയിൽ സമർപ്പിച്ച് ജീവിച്ചാൽ അന്തിമ വിജയം നേടാമെന്ന് ഈ അനുഭവകഥ നമ്മെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു. സർവ്വചരാചരങ്ങളും ആ പാദാരവിന്ദത്തിൽ അഭയം പ്രാപിക്കുമാറാകട്ടെ. ■

ക്ഷേത്രങ്ങളിലൂടെ

# രാമമംഗലം പെരുംതൃക്കോവിൽ ക്ഷേത്രം

ഇന്ദിരാഭായി – 8078552892

ഭാരതീയർ ചരിത്രാതീതകാലം മുതൽ തന്നെ ഈശ്വരാരാധനയുടെ മഹത്വം മനസ്സിലാക്കിയവരായിരുന്നു. പ്രകൃതിയെ അവർ ദേവീ ഭാവത്തിൽ ആരാധിച്ചിരുന്നു. പ്രകൃതിയും മനുഷ്യനും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം പൗരാണിക സംസ്കാരത്തിന്റെ മഹനീയതയായിരുന്നു. മനസ്സിനെ ഇളക്കിമറിച്ച മഹർഷിമാരും, മണ്ണിനെ ഇളക്കി മറിച്ച കർഷകരും പ്രകൃതിയെ ആരാധിച്ചിരുന്നു. അവരുടെ പ്രഭാതങ്ങൾ ഉണരുന്നത് പ്രകൃതി സ്മരണയോടെയായിരുന്നു. സകല ചരാചരങ്ങളേയും ഒരേ ചരടിൽ കോർത്തിണക്കിയിരിക്കുന്ന പ്രകൃതിയെ വന്ദിക്കേണ്ടതും സംരക്ഷിക്കേണ്ടതും ഇന്നിന്റെ അനിവാര്യതയാണ്.  മനുഷ്യൻ പ്രകൃതിയോടിണങ്ങുമ്പോൾ പ്രകൃതിയും മനുഷ്യനോടിണങ്ങുന്നു. പ്രകൃതി കനിഞ്ഞാൽ മാത്രമേ സകല ജീവജാലങ്ങൾക്കും ഈ ഭൂമിയിൽ നിലനിൽപ്പുള്ളൂ. മനുഷ്യരാശിയുടെ വികാസ പരിണാമങ്ങളിൽ നദികളുടെ പങ്ക് അദ്വിതീയമാണ്. ഭാരതത്തിലെ പല പുണ്യക്ഷേത്രങ്ങളും നദീതീരങ്ങളിലാണ് കാണപ്പെടുന്നത്. ഈ നദികളെ പുണ്യതീർത്ഥവാഹിനികളായി കരുതുന്നു. പുരാതന നാഗരികതയുടെ പല ചരിത്രശേഷിപ്പുകളും നദീ തീരങ്ങളിൽ  നിന്നും കണ്ടുകിട്ടിയിട്ടുണ്ട്. ഇതിൽ നിന്നും അതിമഹത്തായ ഒരു നാഗരികസംസ്കാരം നദീതട പ്രദേശങ്ങളിൽ നിലനിന്നിരുന്നു എന്ന് മനസിലാക്കാം. നമ്മുടെ കൊച്ചുകേരളത്തിലും നദീതീര സംസ്കാര കഥകളുറങ്ങുന്ന ധാരാളം ക്ഷേത്രങ്ങളും ക്ഷേത്രഗ്രാമങ്ങളും ഉണ്ട്. അങ്ങനെയൊരു മഹത്തായ ചരിത്രമുറങ്ങുന്നതും പ്രകൃതിദേവി കനിഞ്ഞനുഗ്രഹിച്ചതുമായ ഗ്രാമമാണ് രാമമംഗലം.

രാമമംഗലം ഗ്രാമത്തിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന അതിപുരാതനമായ മഹാക്ഷേത്രമാണ് പെരുംതൃക്കോവിൽ ക്ഷേത്രം. പരശുരാമൻ സ്ഥാപിച്ച ബ്രാഹ്മണ ഗ്രാമങ്ങളിൽ വേദനാട് ഗ്രാമത്തിന്റെ ഉപഗ്രാമമാണ് രാമമംഗലം എന്നാണ് ഐതീഹ്യം. മൂവാറ്റുപുഴ ആറിന്റെ തീരദേശമാണ് രാമമംഗലം. മൂന്ന് ആറുകൾ ഒഴുകി ചേർന്ന് ഒന്നായി ഒരു ആറായി ഒഴുകുന്ന നദിക്ക് മൂവാറ്റുപുഴയാറ് എന്ന പേര് അനുയോജ്യം തന്നെ. കാളിയാറും, കോതയാറും, തൊടുപുഴയാറും ചേർന്ന് ഒന്നായി ഒഴുകിയെത്തുന്നതാണ് ഈ മൂവാറ്റുപുഴയാറ്.

എറണാകുളം ജില്ലയിൽ മൂവാറ്റുപുഴ താലൂക്കിലെ ഗ്രാമീണസൗന്ദര്യം നിറഞ്ഞ ദേവഭൂമിയിലാണ്  പെരുംതൃക്കോവിൽ ക്ഷേത്രം സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നത്. ഗൃഹാന്തരീക്ഷം ഗൃഹത്തിന്റെ ഐശ്വര്യമാണ് എങ്കിൽ ക്ഷേത്രാന്തരീക്ഷം ക്ഷേത്രത്തിന്റെ ഐശ്വര്യവും ദേശത്തിന്റെ മൊത്തം ഐശ്വര്യവുമാണ്. വിവിധ കലകളുടേയും ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളുടേയും  ഉറവിടങ്ങളായിരുന്നു ക്ഷേത്രങ്ങൾ. പെരുമാൾ ചരിത്രങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അതിപുരാതനമായ ഒരു ക്ഷേത്രമാണ് പെരുംതൃക്കോവിൽ. രാജാക്കന്മാരുടെ കാലത്ത് പണികഴിപ്പിച്ച പല ക്ഷേത്രങ്ങളും ഇന്നും പഴയകാല പ്രതാപം കൈവിടാതെ നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്. കെട്ടിലും മട്ടിലും രാജകീയത പുലർത്തുന്ന അത്തരത്തിലുള്ള ക്ഷേത്രങ്ങളുടെ ഗണത്തിൽപ്പെട്ട ഒരു മഹാക്ഷേത്രമാണ് മൂവാറ്റുപുഴയാറിന്റെ കരയിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന പെരുംതൃക്കോവിൽ ബാല നരസിംഹമൂർത്തി ക്ഷേത്രം.

ചേരവംശ രാജാവും ശിവയോഗിയുമായിരുന്ന ചേരമാൻ പെരുമാൾ പണികഴിപ്പിച്ച

ക്ഷേത്രമാണിത്. ഈ ക്ഷേത്രത്തെപ്പറ്റി ലിഖിതമായ രേഖകളൊന്നും ലഭ്യമല്ലാത്തതിനാൽ വായ്മൊഴികളെ നമുക്ക് ആശ്രയിക്കാം. ചേരമാൻ പെരുമാൾ രാമമംഗലത്ത് കൊട്ടാരം പണികഴിപ്പിച്ച് അവിടെ വസിച്ചുകൊണ്ട് കൊട്ടാരത്തിന്റെ തൊട്ടടുത്തുതന്നെ പണികഴിപ്പിച്ച ക്ഷേത്രമാണ് പെരുംതൃക്കോവിൽ. ക്ഷേത്രപ്പണികളുടെ മേൽനോട്ടത്തിനായി അദ്ദേഹം അടുത്തുതന്നെ വസിച്ചിരുന്ന കൊട്ടാരം വലിയകേടുപാടുകളൊന്നും കൂടാതെ ഇന്നും ഇവിടെ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നു. ക്ഷേത്രത്തിന്റെ പഴക്കവും പണികളിലെ പ്രത്യേകതകളും കൊണ്ട് ഈ ക്ഷേത്രം 8-ാം നൂറ്റാണ്ടിൽ പണികഴിപ്പിച്ചതാണെന്ന് കരുതുന്നു. കേരളത്തിലെ പഞ്ചമഹാക്ഷേത്രങ്ങളിലൊന്നാണ് രാമമംഗലം പെരുംതൃക്കോവിൽ ക്ഷേത്രം. ഭഗവാൻ മഹാവിഷ്ണുവിന്റെ നരസിംഹരൂപ പ്രതിഷ്ഠയാണ് ഇവിടെ . നരസിംഹരൂപമെന്നത് അഘോരമൂർത്തിയാണ്. എന്നാൽ ഇവിടെ രൗദ്രരൂപിയായല്ല ഭഗവാൻ കുടികൊള്ളുന്നത്. ശാന്തസ്വരൂപനായ ബാലനരസിംഹമൂർത്തിയായാണ് പെരുംതൃക്കോവിലിൽ ഭഗവാൻ വിരാജിക്കുന്നത്. ബാലനരസിംഹരൂപ പ്രതിഷ്ഠകൾ വിരളമാണ്.

സനകാദിമുനിമാരുടെ ശാപഫലമായി വിഷ്ണുപാർഷദന്മാരായിരുന്ന ജയവിജയന്മാർ അസുരന്മാരായി ജനിച്ചു. അവരാണ് ഹിരണ്യാക്ഷനും, ഹിരണ്യകശിപുവും. ഭൂമിദേവിയെ ഹിരണ്യാക്ഷൻ അപഹരിച്ചുകൊണ്ടുപോയപ്പോൾ, ഭഗവാൻ മഹാവിഷ്ണുവരാഹമൂർത്തിയായി അവതരിച്ച് ഹിരണ്യാക്ഷനെ വധിച്ച് ഭൂമിദേവിയെ വീണ്ടെടുത്തു. തന്റെ സഹോദരനെ നിഗ്രഹിച്ച വിഷ്ണു ഭഗവാനോട് പ്രതികാരം ചെയ്യുവാനായി ഹിരണ്യകശിപു ബ്രഹ്മദേവനെ തപസ്സുചെയ്തു. ആരാലും തനിക്ക് പരാജയം ഉണ്ടാകരുത്. ഭൂമിയിലും, ആകാശത്തും, കരയിലും, വെള്ളത്തിലും വെച്ചും രാത്രിയിലും, പകൽസമയത്തും, മനുഷ്യനും മൃഗവും തന്നെ വധിക്കരുത്. എന്നിങ്ങനെയുള്ള വരം ആവശ്യപ്പെട്ടു.

ഹിരണ്യകശിപുവിന്റെ ഉഗ്രതപസ്സിൽ പ്രസന്നനായ ബ്രഹ്മദേവൻ വരം നൽകുകയും ചെയ്തു. അജയ്യവരം നേടിയതിൽ അഹങ്കരിച്ച ഹിരണ്യകശിപു പ്രജകളെയും മഹർഷിമാരേയും നിർദ്ദയം ഉപദ്രവിക്കുവാൻ തുടങ്ങി. ഇക്കാലത്ത് ഹിരണ്യകശിപുവിന് പ്രഹ്ലാദൻ എന്ന മകൻ ജനിച്ചു. അസുരവംശത്തിൽ ജനിച്ചുവെങ്കിലും പ്രഹ്ലാദൻ വിഷ്ണു ഭക്തനായിരുന്നു. തന്റെ മകൻ ശത്രുവിന്റെ ഭക്തൻ എന്നത് ഹിരണ്യകശുപുവിന് അംഗീകരിക്കാനായില്ല. മകനെ നാരായണ ഭക്തിയിൽ നിന്നും പിന്തിരിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കാതിരുന്നതിനാൽ മകനെ ശത്രുവായി കണ്ട് പലവിധത്തിലും വധിക്കുവാൻ ശ്രമിച്ചു. വിഷ്ണുഭക്തനായ ആ ബാലൻ അതിൽ നിന്നെല്ലാം അത്ഭുതകരമായി രക്ഷപ്പെട്ടു.കോപാകുലനായ ഹിരണ്യകശിപു ഒരു സന്ധ്യാസമയം ശത്രുവിനോടെന്നപോലെ പ്രഹ്ലാദനുമായി വാഗ്വാദമായി, നിന്റെ നാരായണൻ എവിടെയുണ്ടെന്നുള്ള ഹിരണ്യകശിപുവിന്റെ ചോദ്യം കേട്ട് ഇക്കാണുന്ന തൂണിലും തുരുമ്പിലും നാരായണൻ ഉണ്ടെന്നുള്ള പ്രഹ്ലാദന്റെ മറുപടികേട്ട് കോപത്തോടെ മുന്നിൽ കണ്ട തൂണിൽ ഹിരണ്യകശിപു ആഞ്ഞുവെട്ടി. ഘോരശബ്ദത്തോടെ തൂണ് പിളർന്ന് നരസിംഹരൂപിയായി അത്യുഗ്രഭാവത്തോടെ പ്രത്യക്ഷനായ ഭഗവാൻ ഗോപുരവാതിൽപ്പടിയിലിരുന്ന് ഹിരണ്യകശിപുവിനെ തന്റെ മടിയിൽ കിടത്തി നഖങ്ങൾകൊണ്ട് മാറിടം പിളർന്ന് നിഗ്രഹിച്ചു. ആ സമയം ഭഗവാന്റെ അത്യുഗ്രരൂപം കണ്ട് ബ്രഹ്മാദിദേവകളും, ലക്ഷ്മിദേവിയും ഭഗവാന്റെ മുഖം ദർശിക്കുവാനാവാതെ പാദം വണങ്ങി മാറിനിന്നു. ഭഗവാന്റെ കോപം ശമിപ്പിക്കുവാൻ ദേവന്മാർ പ്രഹ്ലാദനെ ആശ്രയിച്ചു. ഭക്തിക്ക് മുന്നിൽ ഭയം വഴിമാറികൊടുത്തു. ഒരു ഭക്തനെ സംബന്ധിച്ച് ഭഗവാനോടുള്ള ഭക്തിയാണ് ഏറ്റവും വലിയ ശക്തിയെന്ന് തെളിഞ്ഞ സന്ദർഭം. ദേവന്മാർക്കുപോലും അസാധ്യമായത് ഭക്തൻ തന്റെ

ഭക്തികൊണ്ടു സാധിച്ചു. ഭഗവാന്റെ നാമം ഉച്ച രിച്ചുകൊണ്ടു അടുത്തേക്കുചെന്ന പ്രഹ്ലാദനെ ഭഗവാൻ വാത്സല്യപൂർവ്വം ചേർത്തുനിർത്തി അനുഗ്രഹിച്ചു. ഭഗവാന്റെ കോപം ഭക്തനായ പ്രഹ്ലാദനോടുള്ള വാത്സല്യത്തിൽ അലിഞ്ഞി ല്ലാതായി. പ്രഹ്ലാദനെ അനുഗ്രഹിച്ച ശാന്ത സ്വരൂപനായ നരസിംഹമൂർത്തിയാണ് ബാല നരസിംഹമൂർത്തി. ഈ ബാലനരസിംഹ മൂ ർത്തീഭാവമാണ് രാമമംഗലം പെരുംതൃക്കോ വിൽ ക്ഷേത്രത്തിൽ പ്രതിഷ്ഠിച്ചിരിക്കുന്നത്. ആശ്രിതവത്സലനാണ് ബാലനരസിംഹമൂർത്തി. കരുണാമയനായ ഭഗവാൻ ഇവിടെ ഭക്തപ്രഹ്ലാ ദനെ അനുഗ്രഹിച്ച അതെ ഭാവത്തിൽ ഭക്ത ജന ങ്ങൾക്കനുഗ്രഹം നൽകികൊണ്ട് വിരാജിക്കുന്നു.

രാജാധികാരമഹിമകൾ പ്രകടമാക്കുന്ന ഈ മഹാക്ഷേത്രത്തിൽ രണ്ടു ധ്വജങ്ങളുണ്ട്. കേര ളത്തിലെ ക്ഷേത്ര ധ്വജങ്ങളിൽ ഏറ്റവും ഉയ രം കൂടിയതും ഏറ്റവും ഉയരം കുറഞ്ഞതുമായ ധ്വജങ്ങൾ സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന ക്ഷേത്രമാണിത്. ഗോപുരകവാടം കടന്ന് വലിയ ആനക്കൊട്ടിലും കടന്ന് അകത്തു കടന്നാൽ വിസ്തൃതമായ ബലി ക്കൽപ്പുരയും കമനീയമായി നിർമ്മിച്ചിരിക്കുന്ന ബലിക്കല്ലും കാണാം. ഒരു പ്രാസാദത്തിന്റെ എല്ലാ അംശങ്ങളും ഉൾപ്പെടുത്തി നിർമ്മിച്ചിരി ക്കുന്ന ബലിക്കൽപ്പുരയും, ബലിക്കല്ലും, ക്ഷേ ത്ര ശ്രീകോവിലിന്റെ ചെറുരൂപം തന്നെയാണ്. ദാരുശില്പങ്ങളിലലംകൃതമായ മുഖമണ്ഡ പം ദേവപ്രഭാവത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ഇരട്ട വി മാന മാതൃകയിൽ കാണപ്പെടുന്ന ശ്രീകോവിൽ ഒരു മഹാസൗധപ്രതീതിയുണർത്തുന്നു. ശി ല്പങ്ങളാൽ അലംകൃതമായ ശ്രീകോവിലിന്റെ നിർമ്മാണവൈഭവങ്ങൾ ആകർഷകങ്ങളാണ്. ചുറ്റമ്പലത്തിന്റെ മുൻഭാഗമായ വലിയമ്പല ത്തിൽ വിശാലമായ കൂത്തമ്പലവും കാണാം. ആനപ്പള്ളമതിലുകൾ അതിരുകാക്കുന്ന ഈ മഹാക്ഷേത്രത്തിലെ ഇരട്ടകൊടിമരം, അന്ന ദാനമണ്ഡപം, കൂത്തമ്പലം, ദേവശ്രീകോവിൽ അനുബന്ധനിർമ്മിതികൾ എല്ലാം ചേർന്ന ക്ഷേത്രകാഴ്ചകളൊരു വിസ്മയം തന്നെ എ ന്നാൽ ഇതിനെല്ലാമുപരിയായി ഈ ക്ഷേത്ര ത്തി ന്റെ പ്രസിദ്ധിക്ക് മാറ്റുകൂട്ടുന്ന ഒരു ഉപദേവ സാ ന്നിധ്യം ഇവിടെ കുടികൊള്ളുന്നു,. ഇത് അത്യപൂ ർവ്വമായ ഒരു പ്രത്യേകതയാണ്. മറ്റൊരു ക്ഷേത്ര ത്തിലും ഇങ്ങനെയൊരു ഉപദേവസാനിധ്യം ഉള്ളതായി അറിവില്ല. അതാണ് ഉണ്ണി ഭൂതം.

(തുടരും .....)

# അഭിനന്ദനങ്ങൾ

പാറ്റ്ന, ഇന്ദിരാഗാന്ധി ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് മെഡിക്കൽ സയൻസിൽ നിന്നും സർജിക്കൽ ഗ്യാസ്ട്രോളജി (Surgical Gastroenterology) യിൽ **M. ch.** ബിരുദം കരസ്ഥമാക്കിയ ഡോ. എ. ജി. ഹരിശങ്കറിന് എറണാകുളം കരയോഗ ത്തിന്റെ ആത്മാർത്ഥമായ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

ഡോ. ഹരിശങ്കർ എറണാകുളം കരയോ ഗത്തിന്റെ ജോയിൻ സെക്രട്ടറി ശ്രീ. പി. ഗിരിജാ വല്ലഭന്റെയും, ശ്രീമതി. ഗിരിജയുടെയും മക നാണ്. ഹരിശങ്കറിന് എല്ലാവിധ നന്മകളും നേ രുന്നു. ഭാവിയിലും ഇതുപോലെയുള്ള ഉന്ന തമായ നേട്ടങ്ങൾ കൈവരിക്കുവാൻ ജഗദീ ശ്വരൻ അനുഗ്രഹിക്കുമാറാകട്ടെ.

# നമഃശിവായ

ഡോ. കെ. ഹരിഹരൻ - 9847313322

(തുടർച്ച.....)

'ശി' എന്നതിന്റെ രഹസ്യം നാം കണ്ടുവരികയായിരുന്നു. 'ശി' എന്നാൽ ശിവ - തുരീയ തത്ത്വം എന്നാദ്യം പറഞ്ഞു. അതിന്റെ പ്രാപ്തി സാധനയെ സൂചിതമാക്കി ഗൗരീവദനാംബ്ജവൃന്ദ സൂര്യ വിശേഷണവും ചർച്ച ചെയ്യപ്പെട്ടു, ഗൗരി ബ്രഹ്മവിദ്യയാണ്. അതിൽ നീലിമയും രക്തിമയും മറ്റും കാണപ്പെടുന്നില്ല. അങ്ങനെയുള്ള ബ്രഹ്മകാര വൃത്തി വെളുപ്പാണ്-ഗൗരിയാണ് നീലിമാദികളുടെ നിവാരണ സാധന ദക്ഷാധ്വര നാശത്താൽ സംഭവിക്കുന്നു എന്ന് പറഞ്ഞുവല്ലോ. ഇതിന്റെയെല്ലാം മൂലരൂപമായാണ് നീലകണ്ഠ വിശേഷണം വരുന്നത്. അതിനെ ശരിക്കും മനസ്സിലാക്കാനാണ് നാം സമുദ്രമന്ഥനത്തിലേക്ക് തിരിഞ്ഞത്. അങ്ങനെ ഹവാല പാനത്താൽ ശങ്കരൻ നീലകണ്ഠനായതും കണ്ടു. സമുദ്രമന്ഥനം മുഴുവൻ അദ്ധ്യാത്മ ജീവിതത്തിന്റെ ചിത്രമാണ്. ഐരാവതം-സത്സംഗം, പാരിജാതം സാധനാചതുഷ്ടയസമ്പത്തി, ച ന്ദ്രൻ - ഗുരൂപസദനം അതിനുശേഷം ഉച്ചൈഃശ്രവാ - അത്യന്തം ഉന്നതമായ ശ്രവണമനനങ്ങ ൾ. ശൃംഗഭാവമായ ശിഖര സാധനയാണ് നിദിദ്ധ്യാസനം, അതുതന്നെ ധർമ്മമേഘസമാധി.

നിദിദ്ധ്യാസനം ആദ്യം സംസാരവാസനാജാലങ്ങളെ നഷ്ടമാക്കുന്നു. ദേഹാഭിമാനത്തെക്കളയുന്നു. അല്ലെങ്കിലും സമാധിദശയിൽ ദേഹാഭിമാനം ഇല്ലാതാകുന്നുണ്ട്. വ്യുത്ഥാനദശയിലും ബാധിതാനുവൃത്തി മാത്രം ശേഷിക്കുന്നു. ഭഗവദ്ദർശനത്തിൽ കടുത്ത പ്രതിബന്ധമായിരിക്കുന്നത് ഇതേ ദേഹാഭിമാനം തന്നെയാണ്. ദേഹാഭിമാനം കൊഴിഞ്ഞുപോയി പരമാത്മജ്ഞാനമുണ്ടായാൽ എവിടെല്ലാം മനസ്സ് സഞ്ചരിക്കുന്നുവോ, അവിടെല്ലാം പരാമൃത പരമാത്മാവിന്റെ ദർശനമുണ്ടാകുന്നു. ദേഹാഭിമാനം ഇല്ലാതാകുമ്പോൾ ഭഗവദ്ദർശനമുണ്ടാകുന്നു. ഒരു ഉദാഹരണം നോക്കാം. മനുഷ്യൻ ഉറങ്ങുമ്പോൾ ദേഹാഭിമാനം വിട്ടുപോകുന്നു. സ്വപ്നത്തിൽ അയാൾ ദില്ലിയും, കൽക്കത്തയും കാണുന്നു. തന്റെ ശരീരം കട്ടിലിൽ കിടക്കുകയാണ് എന്നുപോലും മറന്നു പോകുന്നു. ദേഹാഭിമാനം പൂർണ്ണമായും ഇല്ലാതാകുമ്പോൾ എന്തിനെ സ്മരിക്കുന്നുവോ, അത് മുന്നിൽ കാണപ്പെടുന്നു. ആന, കുതിര, പാമ്പ്, മനുഷ്യർ, പരിചിതശത്രു, മിത്രം ഇങ്ങനെ എന്ത് സ്മരണയുണ്ടാകുന്നുവോ അത് പ്രത്യക്ഷമായി കാണുന്നു.

സ്വപ്നവും, സമാധിയും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം സ്വപ്നം ദോഷജന്യമാണ്, നിദ്രാദോഷത്തിൽ നിന്നും ഉൽപ്പന്നമാകുന്നതാണ്. ക്ഷീണത്തലോ ഉറങ്ങുന്ന സമയമായതിനാലോ സ്വയം ഉറക്കം വന്ന് സ്വപ്നവും കാണാൻ തുടങ്ങും

'പ്രമാദാലസ്യ നിദ്രാഭിസ്തന്നിബന്ധാനാതി' തമോ ഗുണ പരിണാമമാണിത്. എന്നാൽ സമാധി ദോഷജന്യമല്ല, ഗുണജന്യമാണ്. ക്ഷീണത്താലോ, ആലസ്യത്താലോ ഉണ്ടാകുന്നതല്ല സമാധി. പ്രയത്നജന്യമാണത്. പരമസാത്വികതയിലാണ് സമാധിയുണ്ടാകുന്നത്. അതുകൊണ്ട് സ്വപ്നത്തിൽ കണ്ട വസ്തു മിഥ്യയാണ്. എന്തെന്നാൽ ആനയും, കുതിരയും അവിടെയില്ല. എന്നാൽ സമാധിയിൽ കണ്ട വസ്തു സത്യമാണ്. സ്വപ്നത്തിലെ ഭഗവദ്ദർശനം മിഥ്യയാകില്ല, കാരണം പരമാത്മാവ് വ്യാപകനായതിനാൽ, അത് സ്വപ്നകാലത്തും ഉള്ളതാണ്. വസ്തു ഇല്ലാതെ കാണുന്നതാണ് മിഥ്യ. സമാധിയിൽ കാണുന്നതെല്ലാം സത്യമാണ്. പരമാത്മാവ് പരമസത്യമാണ്. സാരാംശമിതാണ് - ശരീരാഭിമാനം സമാപ്

തമായാൽ സ്മരണ ചെയ്ത അർത്ഥത്തിന്റെ സാക്ഷാത്കാരമുണ്ടാകും. നിങ്ങൾ ശരീരാഭിമാനം പൂർണ്ണമായും ഉപേക്ഷിച്ച് ഭഗവത് സ്മരണ ചെയ്താൽ അവിടെത്തന്നെ ഭഗവത് സാക്ഷാത്കാരമുണ്ടാകും.

നിദിദ്ധ്യാസനാഭ്യാസം കൊണ്ട് ആദ്യം ജീവൻ മുക്തി എന്ന ശംഖപദാർത്ഥമാണുളവാകുക. എന്തെന്നാൽ, ആ സമയത്ത് ആനന്ദാഭിവൃത്തി ഉണ്ടാവാൻ തുടങ്ങും. 'ശം' എന്നാൽ കല്യാണമായ ആനന്ദം - അഭിവ്യജ്യമാനമായ ബ്രഹ്മാനന്ദം. അത് ആകാശം പോലെ വ്യാപകമാണ്. ഇക്കാര്യം 'ഖം' പദത്തിലൂടെ വ്യക്തമാക്കുന്നു. 'സർവ്വം ഖല്വിദം ബ്രഹ്മം' "ഹരി രേവ ജഗത്" ഇത്യാദികളിലൂടെ സമനാധികരണ്യേന ബ്രഹ്മം ഭാസിക്കുന്നു. ദേഹാഭിമാനം ഇല്ലാതായി, പരമാത്മജ്ഞാനം പ്രാപ്തമായാൽ എവിടെയെല്ലാം മനസ്സ് സഞ്ചരിക്കുന്നുവോ അവിടെയെല്ലാം പരമപദമാണ്. അത് മഹത്തായ ആനന്ദപ്രാപ്തിയാണ്. നിദിദ്ധ്യാസന രൂപത്തിലുള്ള സമാധിയിൽ എപ്പോഴാണോ മനോമാലിന്യം പൂർണ്ണമായും കഴുകിക്കളയുകയും, ആത്മാവിൽ അതിനെ നിവേശിതമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് അപ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന സുഖത്തെ വാക്കുകളാൽ വർണ്ണിക്കാനാകുന്നതല്ല. സ്വയമതിന്റെ അന്തഃകരണത്താലേ അതിനെ ഗ്രഹിക്കാൻ സാധിക്കുകയുള്ളു. ഇതുതന്നെയാണ് ജീവമുക്തി അവസ്ഥ. അതിന് ഉത്തരോത്തരം ഉൽക്കർഷമുണ്ടായിക്കൊണ്ടേയിരിക്കും . നിദിദ്ധ്യാസന ഉൽക്കർഷത്തിനനുസരിച്ച് മാലിന്യ ശുചീകരണവും വീണ്ടും വീണ്ടും കൂടുതലായി നടക്കും. ആ സമയത്ത് 'നിവേശിതസ്യാത്മനി' യാൽ സൂചിതമാക്കപ്പെട്ട ആ പ്രയത്നത്തിന്റേയും ആവശ്യകതയുണ്ടാകുന്നില്ല. ആത്മാവിൽ ചിത്തം സ്വയം നിവിഷ്ടമായിക്കൊണ്ടേയിരിക്കും. ആദ്യമായി ഘനീഭൂതമായ മേഘശകലങ്ങളായ നേർത്ത ആവരണങ്ങൾക്കിടയിലൂടെ സുര്യനെ കാണാം. പിന്നീട് ഘനീഭവിച്ച മേഘങ്ങൾ പതുക്കെ പതുക്കെ ചിതറിപ്പോകുമ്പോൾ തുടർച്ചയായി സൂര്യനെകാണാം. ഇടയ്ക്കിടക്ക് ചെറുമേഘങ്ങളാകുന്ന നേർത്ത ആവരണങ്ങൾ പോലുമില്ലാതാകുമ്പോൾ സുര്യനെ സ്പഷ്ടമായും പൂർണ്ണമായും കാണാം. ഇതുതന്നെയാണ് ജീവമുക്തിയുടെ ഒന്നാമത്തേയും, രണ്ടാമത്തേയും അവസാനത്തേയുമായ അവസ്ഥകൾ. പ്രഥമാവസ്ഥയുടെ സ്വരൂപമാണ് ശംഖ്. രണ്ടാമത്തെ അവസ്ഥയുടെ സ്വരൂപമാണ് കൗസ്തുഭം. മുന്നോട്ടുവരുന്ന മൂന്നാമത്തെ അവസ്ഥയുടെ സ്വരൂപമാണ് ധന്വന്ദരി. ഇവയാണ് ബ്രഹ്മവിദ്, ബ്രഹ്മവിദ്വരൻ, ബ്രഹ്മവിദ്വരീയാൻ എന്നി മൂന്നവസ്ഥകൾ. കൗസ്തുഭത്തിന്റെ പ്രകാശമാണ് വ്യാപിക്കുന്നത്. ശംഖിന് വലിയ പ്രകാശമൊന്നുമില്ല. പക്ഷെ ഇവിടെ പാഞ്ചജന്യ ദിവ്യശംഖമായതിനാൽ ഇതിന് പ്രകാശമുണ്ട്, ഇന്ദ്രിയോപാദികമായ പ്രകാശമുണ്ട്.

ധന്വന്തരി ആയുർവേദ പ്രവർത്തകനാണ്. സമുദ്രത്തിൽനിന്ന് അമൃതകുംഭവുമായാണ് പ്രകടനായത്. ധന്വാന്തരിയെ സാക്ഷാൽ ഭഗവാന്റെ അവതാരം തന്നെയെന്ന് കരുതുന്നു. രത്നഖചിതമായ സ്വർണ്ണകലശത്തിൽ അമൃതുമായി വന്നിരിക്കയാണ്. കുടിക്കാനായി അസംഖ്യം അസുരന്മാരും, ദേവന്മാരും തയ്യാറായി നിൽപ്പുണ്ട്. അമൃത് ഒരോ തുള്ളി വീതം മതിയാകും. അത് സേവിച്ചാൽ ജരയും - മരണവും ഇല്ലാത്തവരായി കഴിയാം. അത് തീർന്നു പോകാൻ ഇടയില്ല. അതിന് അന്ത്യമില്ല. അമൃതപാനം ചെയ്യുന്നവൻ അനന്തനായാലുമില്ലെങ്കിലും അമൃതിന് അന്ത്യമില്ല. ധന്വന്തരിക്ക്, ധനുഷം, ധനു എന്നീ ശബ്ദങ്ങൾ പീഡയുടെ അർത്ഥങ്ങളിൽ പെടും. ധനുഷം പീഡയെ തരുന്നതാണ്. കാരണ വാചകങ്ങളായ ധനുഷ് ശബ്ദവും, ധനു ശബ്ദവും കാര്യമായ പീഡയുടെ ലക്ഷണമായി പറയപ്പെടുന്നവയാണ്. ആ പീഡകൾക്ക് അന്ത്യം വരുത്തുന്നവൻ ധന്വന്തരി.

ഈ ഭൂമിയിൽ അസംഖ്യം രുദ്രന്മാർ ധനുസ്സുമെടുത്ത് കറങ്ങി നടപ്പുണ്ട്. അവരുടെ വില്ലുകളെ ആയിരംകാതം അകലെവെച്ച് നിർവ്വീര്യമാക്കിത്തീർത്താലും. ഇതാണ് ധനുസ്സിന്റെ അന്തക്കരണം.

ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ ഏഴവസ്ഥകളെപ്പറ്റി പറയുന്നുണ്ട്. അതിൽ ആദ്യത്തെ അവസ്ഥയാണ് അജ്ഞാനാവസ്ഥ. ഇതിന്റെ സ്വരൂപമാണ് - നാഹംകിഞ്ചിദവേദിഷം എന്നത്. ഞാൻ ഒന്നും അറിഞ്ഞില്ല. ഒന്നും അറിഞ്ഞില്ല എന്നത് ജ്ഞാനഭാവമല്ല. എന്തെന്നാൽ ഒന്നും അറിഞ്ഞില്ല എന്നറിയുന്നുണ്ടല്ലോ ഒരു പ്രതിയോഗിയെങ്കിലും ഉണ്ടെങ്കിൽ അനന്ത വസ്തുക്കളുടെ അനുഭാവമുണ്ടെങ്കിൽ പോലും അനുഭവത്തിന്റെ പ്രതീതി ഉണ്ടാവില്ല. ഈ മേശപ്പുറത്ത് അനേകം പുസ്തകങ്ങളുടെ അഭാവമുണ്ട്. എന്നാൽ ഇവിടെ ഒരു പുസ്തകം ഉള്ളപ്പോൾ, പുസ്തകമില്ല എന്ന പ്രതീതി ഉണ്ടാകുന്നില്ല. ഞാനൊന്നുമറിഞ്ഞില്ല എന്ന അറിവെങ്കിലുമുണ്ടെങ്കിൽ അവിടെ ജ്ഞാനഭാവം ഇല്ല. അതുകൊണ്ട്, ഒന്നും അറിഞ്ഞില്ല എന്നതിനർത്ഥം അജ്ഞാനമാണ് - ഭാവത്മക അജ്ഞാനം.

'നാസദസീത് നോ സദാസിത് തമ അസീത്' ഈ തമസ്സാണ് അജ്ഞാനം. രണ്ടാമത്തെ അവസ്ഥയാണ് ആവരണം. ആവരണം വിശേഷമാണ് ജ്ഞാനമുണ്ടായാൽ ആവരണനിവൃത്തിയുണ്ടാകും. എന്നാൽ അജ്ഞാനം നിലനിൽക്കും. അല്ലെങ്കിൽ ജഗത് കാണാതാകും. അസത്വാപാദകം, അദാനാപാദകം എന്നീ രണ്ടുതരം ആവരണങ്ങളുണ്ട്. ബ്രഹ്മമില്ല, ബ്രഹ്മം ഭാസിക്കുന്നില്ല എന്നീ വ്യവഹാരങ്ങൾക്ക് ഹേതു ഈ ആവരണങ്ങളാണ്.

മൂന്നാമത്തേത് വിക്ഷേപം. വിക്ഷേപത്തിൽ ഒരു വസ്തു വേറെയായി കാണപ്പെടും. കയറിന്റെ അജ്ഞാനമായിരുന്നു ആദ്യം. വഴിയിൽ കയറുകിടപ്പുണ്ടെന്ന് ആരോ പറഞ്ഞിരുന്നു. എന്നാൽ വഴിയിൽ കയറൊന്നുമില്ലെന്ന് വേറൊരാൾ പറഞ്ഞു. കയറൊന്നും കണ്ടില്ല. പക്ഷെ അവിടെ ഒരു പാമ്പ് പതുങ്ങിക്കിടക്കുന്നതിനെ കാണുന്നുണ്ടായിരുന്നു, ഇതിനെ ഭ്രമാവസ്ഥയെന്നും പറയാം. ഇങ്ങനെതന്നെയാണ് നാസ്തികനും പറയുന്നത്. താങ്കൾ ബ്രഹ്മം ബ്രഹ്മം എന്ന് പറഞ്ഞു നടക്കുന്നുണ്ടല്ലോ. ഒരു ബ്രഹ്മവുമില്ല, ഒരു ബ്രഹ്മം കാണപ്പെടുന്നുമില്ല. - കാണപ്പെടാത്ത ബ്രഹ്മത്തെ മാനിക്കുന്നവരാണ് വേദാന്തികൾ, കൂടാതെ കാണുന്നതിനെ ഇല്ലാത്തതെന്നും പറയും. ഈ ജഗത്ത് തന്നെയാണ് കാണപ്പെടുന്നത്, ഇതാണ് വസ്തുത, ഇതിനെയാണ് ഇല്ല എന്ന് പറയുന്നത്. ഈ ജഗത്ത് ഉണ്ട്, ജഗത്ത് കാണുന്നുണ്ട്. ഇവയെല്ലാം വിക്ഷേപമാണ്. വിക്ഷേപമെന്നാൽ ശുദ്ധഭ്രാന്താണ്. ഒരു മദ്യപൻ നടന്നുപോകുന്നുണ്ടായിരുന്നു. ധാരാളം മദ്യം സേവിച്ചിരുന്നതിനാൽ ആടിയാടിയാണ് പോയത്. അയാൾ പറഞ്ഞു:- "മാറെടാ, വഴിയിൽനിന്ന് എന്ന് രണ്ടു മൂന്നു തവണ പറഞ്ഞു". 'നീ അനുഭവിക്കും' എന്ന് പറഞ്ഞ് അയാൾ കാലുകൊണ്ട് അവിടെ നിന്ന മരത്തിനെ ഒന്ന് തൊഴിച്ചതും അയാൾ തന്നെ താഴെ വീണു. അയാൾ വിചാരിച്ചു മരമാണ് വീണതെന്ന് "നിന്നോട് മര്യാദയ്ക്ക് വഴി മാറാൻ പറഞ്ഞതല്ലേ, ഇപ്പോൾ അനുഭവിക്ക്" എന്ന് വീണ്ടും പറഞ്ഞു. ഇങ്ങനെ ഉന്മത്തന്മാരും ഭ്രാന്തന്മാരും മനസ്സിലാക്കുന്നതു പോലെയാണ്, ഇന്നത്തെ ആളുകളും. ഉന്മാദത്തിൽ തന്നെ ത്താൻ വിപരീതജ്ഞാനമുണ്ടാകും. അജ്ഞാനികൾ ശാസ്ത്രവക്ത്താക്കളെ മൂഢന്മാരെന്ന് കരുതുന്നു. ശാസ്ത്ര വ്യസനികളെന്നു വിളിക്കുന്നു. ഭ്രമിച്ചിട്ടു പറയുന്നു, ഇത് തന്നെയല്ലേ സംസാരം. മറിച്ചാണ് മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്. വേദാന്തമെന്തു പറയുന്നു എന്നതിനെക്കുറിച്ച് ആരും ചിന്തിക്കുന്നില്ല. സാധാരണയായി മിക്കവാറും ആളുകൾ കേൾക്കുക പോലുമില്ല. കൂടാതെ സാധാരണ ജനങ്ങൾ കേൾക്കാതിരിക്കാൻ ദ്വൈതവാദികൾ തടസ്സമായി നിൽക്കുകയും ചെയ്യും. ദ്വൈതവാദികൾ പുഷ്പിതവാണി പ്രയോഗിക്കുന്നവരാണ്. ആളുകളെ ആകർഷിക്കാൻ കഴിവുള്ളവരാണ് ഇങ്ങനെയുള്ളവർക്ക് വേദാന്തം മനസ്സിലായാലും മനസ്സിലാവില്ല. അതായത് മനസ്സിലായാലും ഹൃദയംഗമാകില്ല. അതുകൊണ്ട് ഇവർക്ക് ആവരണവും വിക്ഷേപവും ഗാഢത്തിൽ നിന്നും ഗാഢതരമായിത്തീരുന്നു.

(തുടരും .....)

# അതിതീവ്രകാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളും തകർന്നടിയുന്ന സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥകളും

എൻ. രാജശേഖരൻ - 9895550719

(തുടർച്ച.....)

**താപനില വീണ്ടും ഉയരുമ്പോൾ**

2050 - ആകുമ്പോഴേക്കും, ആഗോള താപനില, വ്യവസായ വിപ്ലവകാലഘട്ടത്തിന് മുമ്പുള്ള താപനിലയെക്കാൾ ഒന്ന് മുതൽ രണ്ടു ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസ് വരെ വർദ്ധനവുണ്ടാകാനാണ് സാധ്യത ഇത്തരത്തിലുള്ള അന്തരീക്ഷ താപനിലയുടെ വർദ്ധനവ് അതിതീവ്രമായ മഴ, വരൾച്ച, ചുഴലിക്കാറ്റുകൾ, മിന്നൽപ്രളയം, സമുദ്രനിരപ്പിന്റെ ഉയർച്ച എന്നിവയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നതാണ്.

പാരീസ് ഉടമ്പടി പ്രകാരം, താപനിലയിലെ വർദ്ധനവ്, വ്യവസായ കാലഘട്ടത്തിന് മുമ്പുള്ള നിലയെക്കാൾ രണ്ടു ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസിന് മുകളിൽ ഉയരാതെയിരിക്കണമെന്നതായിരുന്നു. കൂടാതെ 1.5 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസായി പിടിച്ചു നിർത്തുക എന്നതുമായിരുന്നു. കൂടാതെ 2050- നും 2100-നും ഇടക്ക് 'നെറ്റ് സീറോ' എന്ന ലക്ഷ്യം കൈവരിക്കണമെന്ന തീരുമാനവും എടുക്കുകയുണ്ടായി. 2070 -ഓടെയെങ്കിലും നെറ്റ് സീറോ നിലവാരത്തിലെത്തിക്കേണ്ടതുണ്ട്. IPCC കണക്കുകൾ പ്രകാരം ആഗോള താപനം 1.5 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസായി നിർത്തണമെങ്കിൽ ഊർജ്ജസംവിധാനത്തിൽ ഓരോ വർഷവും 800 ബില്യൺ U.S. ഡോളർ ആവശ്യമാണ്. ഈ സാമ്പത്തിക ബാധ്യത കണ്ടെത്താനുള്ള വഴികൾ കണ്ടുപിടിക്കേണ്ടതുണ്ട്. കൂടാതെ റോഡ്, തുറമുഖം, റെയിൽവേ, ജലസംവിധാനം, അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങളുടെ വികസനം എന്നീ രംഗങ്ങളിൽ ഉയർന്ന നിക്ഷേപം തന്നെ വേണ്ടി വരുന്നതാണ്. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ ഇതിനിടയാക്കുന്നതാണ്. പുനരുൽപ്പാദിപ്പിക്കാവുന്ന ഊർജ്ജത്തിന്റെ ഉൽപ്പാദനം വർദ്ധിപ്പിക്കേണ്ടിവരുന്നതാണ്.

**ഹിമാലയത്തിലെ താപവർദ്ധനവ്**

ഹിമാലയത്തിലെ താപവർദ്ധനവ് മഞ്ഞിന്റെ അളവ് ക്രമാതീതമായി കുറയാനിടയാക്കുന്നതാണ്. ഇപ്രകാരം ഉരുകുന്ന ജലമാകട്ടെ ഗംഗ, യമുന എന്നീ നദികൾ കരകവിഞ്ഞ് ഒഴുകുന്നതിനും കൃഷി, വ്യവസായം എന്നിവയെ സമ്പൂർണ്ണമായി നശിപ്പിക്കുന്നതിനും ഇടയാക്കുന്നതാണ്. ഹിമാനികളുടെ അതിശീഘ്രമുള്ള ഉരുകൽ ഏതാണ്ട് അവസാനിച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ ശുദ്ധജല ക്ഷാമത്തിനാണ് ഇടവരുത്തുക. ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾ കൃഷിനാശം, ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ ക്ഷാമം എന്നിവയ്ക്ക് ഇടയാക്കുന്നതാണ്.

ബംഗാൾ ഉൾക്കടലിൽ ജലനിരപ്പ് ക്രമാതീതമായി ഉയർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ദ്വീപ് പ്രദേശങ്ങളും, തീരപ്രദേശങ്ങളും 3.14 മി. മീറ്റർ എന്ന നിരക്കിൽ കടലിന് വഴിമാറി കൊടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അതിശക്തമായ സ്‌പോടനങ്ങൾ നടത്തി നിർമ്മിച്ചിട്ടുള്ള അണക്കെട്ടുകൾ, ടണലുകൾ, മറ്റു അസംഖ്യം നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം ശക്തമായ പേമാരി സൃഷ്ടിക്കുകയും, അവ സൃഷ്ടിക്കുന്ന ജലപ്രവാഹങ്ങൾ ഭൗമഘടനയെ സ്വാധീനിക്കുകയും, ഭുചലനത്തിനും, ഉരുൾപൊട്ടലിനും ഇടയാക്കുന്നതുമാണ്. കൂടാതെ ഈ ജലപ്രവാഹങ്ങൾ ഭൂഗർഭത്തിലും, ഭൂവൽക്കത്തിലും വിള്ളലുകൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നതുമാണ്.

പ്രകൃതി സംരക്ഷണ സംഘടനയായ WWF-ന്റെ റിപ്പോർട്ടുകൾ പ്രകാരം ആഫ്രിക്കൻ രാ

ജ്യങ്ങളിൽ പ്രകൃതിവിഭവങ്ങൾ ഇല്ലാതായി കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഇപ്രകാരം പ്രകൃതി വിഭവങ്ങൾ ക്ഷയിച്ച രാജ്യങ്ങളിൽ ഈജിപ്ത്, ലിബിയ, മൊറോക്കോ, എത്യോപ്യ, കെനിയ, ഉഗാണ്ട, നൈജീരിയ, ദക്ഷിണാഫ്രിക്ക, സിംബാബ്‌വേ എന്നി രാജ്യങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുന്നു. ഇതിനു വലിയ നിക്ഷേപം തന്നെ ആവശ്യമാണ്. മൊത്തം ആഭ്യന്തര ഉൽപ്പാദനത്തിന്റെ 2.5 ശതമാനം തുക അടിസ്ഥാന സൗകര്യവികസനത്തിന് ആവശ്യമായി വരും. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങളെ പ്രതിരോധിക്കുന്നതിന് വേണ്ട നടപടികൾ സ്വീകരിക്കേണ്ടി വരുന്നത് ഉൽപ്പാദന ചിലവിന്റെ വർദ്ധനവിനിടയാകും. ലാഭവീതം കുറയുന്നതിനാണ് ഇത് ഇടയാക്കുക. ലാഭവീതം കുറയുന്നതിന്റെ ഫലം നിക്ഷേപം കുറയ്ക്കുന്നതിനാണ് ഇടവരുത്തുക. തൊഴിലില്ലായ്മ വർദ്ധനവിന് ഇത് ഇടവരുത്തും. ഇനി ഓരോ മേഖലയിലും കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്ന സാമ്പത്തിക പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ പരിശോധിക്കാം.

**ജനറൽ ഇൻഷ്വറൻസ്**

ഇന്ത്യയിൽ ഇൻഷ്വറൻസ് പരിരക്ഷ വളരെ കുറവാണ്. ആഗോളതലത്തിൽ നോക്കിയാൽ ജി.ഡി.പി.യുടെ 4 % മാത്രമാണ് ജനറൽ ഇൻഷ്വറൻസ് പ്രീമിയം തുകയെങ്കിൽ ഇന്ത്യയിൽ അത് 1 % മാത്രമാണ്. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ട് കൃഷിനാശം സംഭവിച്ചാൽ ഇൻഷ്വറൻസ് ക്ലെയിം വളരെ കുറച്ചുപേർക്ക് മാത്രമേ ലഭിക്കുകയുള്ളു. ഇത് ഇൻഷ്വറൻസ് കമ്പിനികൾക്ക് ലാഭനിരക്ക് കുറയുന്നതിനിടയാക്കും. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾകൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്ന സാമ്പത്തിക ബാധ്യത നികത്താൻ ഇൻഷ്വറൻസ് മേഖലക്ക് കഴിയണം. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങളുടെ തീവ്രത കൂടിക്കുടി വരികയാണ്. ഇത് ഇൻഷ്വറൻസ് കമ്പിനികൾക്ക് താങ്ങാനാവാത്ത ഭാരമാണ് അടിച്ചേൽപ്പിക്കുന്നത് കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങളുടെ ഇരയാകുന്നത് നല്ലൊരു ശതമാനവും തീരദേശവാസികളായിരിക്കും കൊടുംകാറ്റും, കടലാക്രമണവും മൂലമുണ്ടാകുന്ന ദുരന്തങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന നാശനഷ്ടത്തിന്റെയും സാമ്പത്തിക നഷ്ടത്തിന്റെയും തുക വളരെ കുടുതലായിരിക്കുകയും ചെയ്യും. ഇത് ഇൻഷ്വറൻസ് കമ്പിനികളെ കടുത്ത സാമ്പത്തിക പ്രതിസന്ധിയിലാക്കും.

കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ട് ഏറ്റവും കൂടുതൽ കെടുതികൾ അനുഭവിക്കേണ്ടിവരുന്നത് കാർഷികരംഗത്താണ് അതിനാൽ കാലാവസ്ഥാധിഷ്ഠിത ഇൻഷ്വറൻസ് ഇന്ത്യയിൽ കൂടുതൽ ഫലപ്രദമായി നടപ്പാക്കേണ്ടതുണ്ട്. അങ്ങനെ നടപ്പിലാക്കിയാൽ കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ട് കർഷകർക്കുണ്ടാകുന്ന സാമ്പത്തികനഷ്ടത്തെ ഒരു പരിധിവരെയെങ്കിലും കുറയ്ക്കാൻ ഇൻഷ്വറൻസ് കമ്പിനികൾക്ക് കഴിയും. കൂടുതൽ പേർക്കുള്ള ഇൻഷ്വറൻസ് പരിരക്ഷ, കമ്പിനികൾക്ക് ലാഭനിരക്ക് വർദ്ധിക്കുന്നതിനുമിടയാക്കുന്നതാണ്

**ആരോഗ്യമേഖല**

വലിയ ഒരു നിക്ഷേപം വേണ്ടിവരുന്ന മേഖലയാണ് ആരോഗ്യരംഗം. അന്തരീക്ഷ ഊഷ്മാവ് വർദ്ധിച്ചു വരുകയാണ്. ഇപ്രകാരമുള്ള അന്തരീക്ഷ ഊഷ്മാവിന്റെ വർദ്ധനവ് 1 % അധികമാകുമ്പോൾ മരണനിരക്ക് 3.2 % വർദ്ധിക്കുന്നത്, ആരോഗ്യരംഗത്തെ മരണനിരക്ക് നിയന്ത്രണ വിധയമാക്കണമെങ്കിൽ കൂടുതൽ നിക്ഷേപം വേണ്ടിവരുന്നതാണ്. ആഗോളതാപനത്താൽ കുതിച്ചുയരുന്ന ചൂടും, അതുപോലെ തന്നെ തണുപ്പും ശ്വാസകോശത്തിന് കേടുപാടുകൾ സൃഷ്ടിക്കും. അഭയാർത്ഥികളുടെ പ്രവാഹം ആരോഗ്യരംഗത്ത് കുറച്ചൊന്നുമല്ല പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. അഭയാർത്ഥികളോടൊപ്പം എത്തിച്ചേരുന്ന പകർച്ചവ്യാധികൾ ജനങ്ങൾക്കിടയിൽ പകരുന്നതിനിടയാക്കും. അതുപോലെ തന്നെ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന രോഗങ്ങൾ, പോഷഹാരക്കുറവിനെ തുടർന്നുണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങ

ൾ, കോളറ, ഡെങ്കിപ്പനി, മലേറിയ തുടങ്ങി യ രോഗങ്ങളെയും മറ്റും തടയുന്നതിന് കൂടുതൽ പണം ആവശ്യമായി വരുന്നതാണ്. രോഗം പരത്തുന്ന ജീവികളുടെ അമിതമായ പെരുപ്പം രോഗംപരക്കാനും സാർവ്വത്രികമാകാനും ഇടവരുത്തും. 2050 ആകുമ്പോഴേക്കും വെള്ളപ്പൊക്കത്താൽ മലമ്പനി, വയറിളക്കം, എലിപ്പനി, ഡെങ്കിപ്പനി എന്നിവ വ്യാപകമായിത്തീരും. ജലജന്യരോഗങ്ങളായ കോളറ, കൊതുകുമൂലം പരക്കുന്ന മലേറിയ, ഡെങ്കിപ്പനി എന്നിവയെ പ്രതിരോധിക്കുന്നതിന് ആരോഗ്യമേഖലയിൽ വലിയനിക്ഷേപം വേണ്ടിവരുന്നതാണ്. ലോകാരോഗ്യസംഘടനയുടെ കണക്കുപ്രകാരം താപവർദ്ധനവിന്റെ കാരണത്താൽ വർഷംപ്രതി 150000 പേർ മരിക്കുകയും 5000000 പേർ രോഗികളാകുകയും ചെയ്യുന്നു. 2030 ആകുമ്പോഴേക്കും മരണം ഇതിന്റെ ഇരട്ടിയാകുന്നതാണ് രോഗം ബാധിക്കുന്നവരാകട്ടെ മുന്നിരട്ടിയും..

**ബാങ്കിങ് മേഖല**

കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനങ്ങൾ ബാങ്കിങ് മേഖലയിൽ വൻ പ്രശ്നങ്ങളാണ് സൃഷ്ടിക്കുക ഉയർന്ന താപനില, വെള്ളപ്പൊക്കം, ഉരുൾപൊട്ടൽ എന്നവകൊണ്ട് ജീവനും സ്വത്തിനും വൻ നാശനഷ്ടങ്ങളാണ് ഉണ്ടാകുന്നത്. അതിശക്തമായ മഴയും, 2023-ൽ കേദാർനാഥിലുണ്ടായ മിന്നൽപ്രളയം, വയനാട്ടിൽ ഈയ്യിടെ ഉണ്ടായ മഹാദുരന്തങ്ങളും അടിക്കടി ഉണ്ടാകുമ്പോൾ നിരവധി ആളുകളുടെ വീടും, സ്വത്തും, ജീവനുമടക്കം ഇല്ലാതാകുമ്പോൾ, അതിൽ ബാങ്കുകളിൽ നിന്ന് വായ്പ എടുത്തിട്ടുള്ളവരുടെ തിരിച്ചടവിനെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്നതാണ്. ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾ ആവർത്തിക്കപ്പെടുമ്പോൾ ബാങ്കുകളുടെ നിലനിൽപ്പിനെ തന്നെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുന്നതാണ്. ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾ ഒറ്റപ്പെട്ട സംഭവങ്ങളായിരുന്നെങ്കിൽ ഭാവിയിൽ അവ നിരവധിപേരെ ബാധിക്കുന്ന മഹാദുരന്തങ്ങളായി മാറുന്ന അവസ്ഥയാണ് സംജാതമാകുന്നത്. ദുരന്തങ്ങൾക്കിരയായവരിൽ ജീവൻ മാത്രം തിരിച്ചു കിട്ടിയവർക്ക് ഈട് നൽകിയിട്ടുള്ള വസ്തുവഹകൾ വിറ്റാൽപ്പോലും പലിശയടക്കമുള്ള മുതൽ ലഭിക്കാത്ത അവസ്ഥയിൽ ചെന്ന് നിൽക്കുന്നതാണ്. കൂടാതെ, വയനാട്ടിലുണ്ടായ ദുരന്തങ്ങൾ വൻകടബാധ്യതകൾ എഴുതി തള്ളേണ്ട അവസ്ഥ സർക്കാരിന് വന്ന് ചേരുന്നതും, അവ സർക്കാരുകളുടെ നിലനിൽപ്പിനെ തന്നെ ബാധിക്കുന്നതുമാണ്. വായ്പ നഷ്ടസാദ്ധ്യതകൾ, പ്രതീക്ഷയിലും കവിഞ്ഞു സംഭവിക്കുമ്പോൾ ബാങ്കുകളുടെ പ്രശസ്തിക്ക് തന്നെ കോട്ടം വരുത്തുന്നതുമാണ്.

**കാർഷിക മേഖല**

തീവ്രകാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ കാർഷികരംഗത്തെ ഉൽപ്പാദനം കുത്തനെ കുറയുന്നതിനാണ് ഇടയാക്കുക അന്തരീക്ഷോഷ്മാവ് 2.8 മുതൽ 4.8 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസ് വരെ ഉയരുമ്പോൾ നെല്ലിന്റെ ഉൽപ്പാദനം 40% വരെയും, ഗോതമ്പിന്റെ ഉൽപ്പാദനം 83% വരെയും കുറയുന്നതിനിടയാക്കും. ഈ കുറവ് ദേശീയവരുമാനം 1.8 മുതൽ 8.4 വരെ കുറയുന്നതിനിടയാക്കും. നെല്ലിന്റെയും ഗോതമ്പിന്റെയും ഉല്പാദനത്തിലുണ്ടാകുന്ന കുറവ് ചോളം, പയർവർഗ്ഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയ എല്ലാത്തരം വിളവുകളെയും ദോഷകരമായി ബാധിക്കും. വിളവുകളിലുണ്ടാകുന്ന കുറവ് കർഷകരുടെ വരുമാനത്തെ കുത്തനെ കുറയ്ക്കുന്നതിനും, ഉൽപ്പന്നങ്ങളുടെ വിൽപ്പനയെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കും. രൂക്ഷമായ ജലക്ഷാമം കൃഷിയെ അതീവദോഷകരമായി ബാധിക്കും. രാജ്യത്തെ 66% നെല്ലും ബീഹാർ, ഒഡീഷ, ആസ്സാം, പശ്ചിമ ബംഗാൾ എന്നിവിടങ്ങളിലാണ് ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്നത്. മധ്യപ്രദേശ്, ബീഹാർ, രാജസ്ഥാൻ എന്നീ സംസ്ഥാനങ്ങളിലാണ് ഗോതമ്പ് കൂടുതലായി കൃഷി ചെയ്യുന്നത്.

ഭക്ഷ്യോൽപ്പാദനത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന കുറവ്

വിലക്കയറ്റത്തിലേക്ക് രാജ്യത്തെ നയിക്കുന്നതാണ്. എല്ലാവിധ അനുപാതങ്ങളെയും തെറ്റിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ജനസംഖ്യാവർദ്ധനവും, നിലക്കാത്ത അഭയാർത്ഥി പ്രവാഹവും കുടിയാകുമ്പോൾ ഗവണ്മെന്റുകൾക്ക് ഒന്നും ചെയ്യാൻ കഴിയാത്ത സാമ്പത്തിക പ്രതിസന്ധിയിൽ രാജ്യം എത്തിച്ചേരുന്നതാണ്. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ, അവ ചെറിയ മാറ്റങ്ങളായാൽ പോലും വിലവർദ്ധനവിനാണ് ഇടയാക്കുക. ദാരിദ്ര്യ നിരക്ക് കുത്തനെ വർദ്ധിക്കുന്നതിനും, പട്ടിണിമരണങ്ങൾ ഉയരുന്നതിനും കാർഷികോല്പന്നങ്ങളുടെ വൻതോതിലുള്ള കുറവ് കാരണമാകുക തന്നെ ചെയ്യും. സർക്കാരുകൾ നടപ്പിലാക്കുന്ന വില നിയന്ത്രണങ്ങൾ ഫലിക്കാതെ വരും.

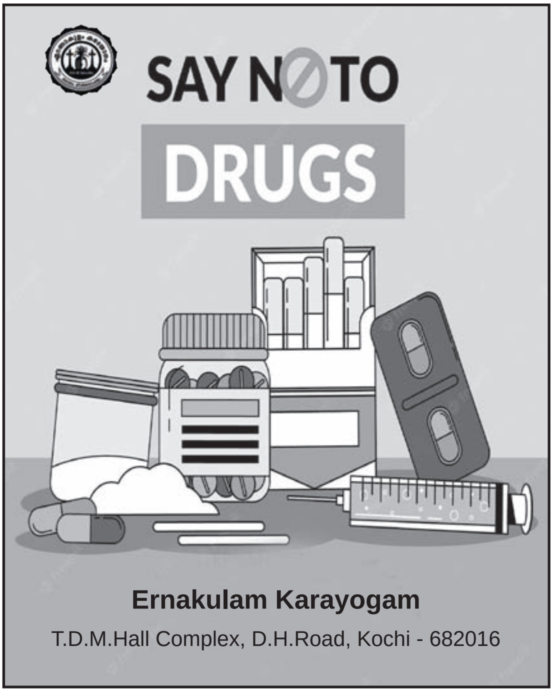
**ഊർജ്ജമേഖല**

ഹരിതഗൃഹ വാതകങ്ങളുടെ ക്രമാതീതമായ ബഹിർഗമനത്തിന് ഏതൊക്കെ മേഖലകളാണ് കാരണക്കാരെന്ന് പരിശോധിക്കാം

1. ഊർജ്ജ മേഖല - 61 %
2. കൃഷി - 28%
3. വ്യവസായം - 8%

കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ ഒരു രാജ്യത്തെ മാത്രം ബാധിക്കുന്ന ഒന്നല്ല. പക്ഷേ, അവികസിത രാജ്യങ്ങളെയാണ് ഇത് കൂടുതലായി കഷ്ടത്തിലാക്കുന്നത്. രാജ്യത്തിന്റെ ഓരോ മേഖലകളിലും വന്നുചേരുന്ന അതിരൂക്ഷമായ പ്രതിസന്ധികളെ നേരിടുന്നതിന് വേണ്ട വിഭവങ്ങളുടെ അഭാവമാണ് ഏറ്റവും പ്രധാന പ്രശ്നം. അതിശീഘ്രം കുതിച്ചുയരുന്ന അന്തരീക്ഷ താപനിലയെ നേരിടുന്നതിന് വേണ്ടത് വൈദ്യുതിയാണ്. അതുകൊണ്ട് തന്നെ വൈദ്യുതിയുടെ ഉപഭോഗം കുത്തനെ ഉയരുന്നതാണ്, വൈദ്യുതിയുടെ ഈ വൻ ഉപഭോഗത്തെ നേരിടുന്നതിന് കൂടുതൽ വൈദ്യുതി ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കേണ്ടി വരുന്നു. അതിന് കൂടുതൽ ധനം ആവശ്യമായി വരും. കൽക്കരിയിൽ നിന്നുള്ള വൈദ്യുതിയുടെ ഉൽപ്പാദനം അവസാനിപ്പിക്കുന്നതിനാൽ ഉണ്ടാകുന്ന കുറവ് പരിഹരിക്കപ്പെടേണ്ടതുണ്ട്. ഹരിതഗൃഹ വാതകങ്ങൾ പുറംതള്ളാത്ത സൗരോർജ്ജം പോലെയുള്ള ഹരിത ഊർജ്ജം ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്നതിന് വലിയ തുക തന്നെ വേണ്ടി വരുന്നതാണ്. ഗതാഗതമേഖല, വ്യവസായ മേഖല, എന്നി രംഗങ്ങളിൽ ഹരിത ഊർജ്ജത്തിന്റെ ഉൽപ്പാദനത്തിന് വേണ്ടിവരുന്ന ധനം സർക്കാരുകളുടെ സാമ്പത്തിക ബാദ്ധ്യത പതിന്മടങ്ങ് വർദ്ധിക്കുന്നതിനിടയാക്കും. 2034 വർഷത്തോടെ മലിനീകരണം കുറയ്ക്കുന്നതിന്റെ ഭാഗമായി മലിനീകരണം കൂടുതൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന ഡീസൽ, പെട്രോൾ വാഹനങ്ങൾ നിർത്തലാക്കുമെന്ന കേന്ദ്ര ഗവണ്മെന്റിന്റെ പ്രഖ്യാപനം ഹരിത ഊർജ്ജത്തിന്റെ ഉൽപ്പാദനം വേഗത്തിലാക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യത്തിലേക്കാണ് വിരൽ ചൂണ്ടുന്നത്. 2100 ആകുമ്പോഴേക്കും ഈ കാര്യത്തിന് വേണ്ടി മാത്രം 123 ബില്യൺ അമേരിക്കൻ ഡോളറാണ് വേണ്ടിവരുന്നത്.

(തുടരും .....)



# *ദൃഗ് ദൃശ്യ വിവേകം* (*30*)

സി. നാരായണൻ - 9819456012

പരമാർത്ഥിക ജീവസ്തു
ബ്രഹ്മൈക്യം
പാരമാർത്ഥികം
പ്രത്യേതി വീക്ഷതേ നാന്യത്
വീക്ഷതേ ത്വനൃതാത്മനാ ( 42 )

| | | |
|---|---|---|
| പാരമാർത്ഥിക ജീവഃ | = | ജ്ഞാനി |
| തു ബ്രഹ്മൈക്യം | = | ബ്രഹ്മവുമായുള്ള ഏകത്വം |
| പരമാർത്ഥികം | = | യഥാർത്ഥം |
| പ്രത്യേതി | = | അറിയുന്നു |
| അന്യത് | = | വേറെ |
| ന വീക്ഷതേ | = | കാണുന്നില്ല |
| അനൃതാത്മനാ | = | മിഥ്യയായി |
| വീക്ഷതേ തു | = | കാണുന്നു |

(ജ്ഞാനിക്ക് യഥാർത്ഥത്തിൽ താൻ ബ്രഹ്മമാണെന്നറിയാം. അതിനാൽ അദ്ദേഹം മറ്റൊന്നും കാണുന്നതേയില്ല. അഥവാ കാണുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അത്, കാണപ്പെടുന്നവയെല്ലാം മിത്ഥ്യയാണെന്ന തിരിച്ചറിവോടെയായിരിക്കും)

ഈ ശ്ലോകത്തിൽ ജീവന്മുക്തനെയാണ് പരമാർത്ഥിക ജീവൻ എന്നു വിളിക്കുന്നത്. ജീവന്മുക്തനെന്നാൽ ജീവിത്വത്തിൽ നിന്ന് മുക്തി പ്രാപിച്ചവൻ, അല്ലെങ്കിൽ ജീവിച്ചിരിക്കെത്തന്നെ മുക്തി പ്രാപിച്ചവൻ എന്നർത്ഥം. ശ്ലോകത്തിന്റെ രണ്ടാമത്തെ വരിയിൽ പറയുന്നത്, ബ്രഹ്മവുമായുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ താദാത്മ്യം സ്ഥിരം ആണെന്നാണ്. അതുകൊണ്ട് അദ്ദേഹത്തിനു സ്ഥിതപ്രജ്ഞൻ എന്നും പേരുണ്ട്.

രണ്ടാമത്തെ വരിയിൽ പറയുന്നത് അദ്ദേഹം ബ്രഹ്മമല്ലാതെ മറ്റൊന്നിനെയും കാണുന്നില്ല എന്നാണ്. കഴിഞ്ഞ ശ്ലോകം വിവരിക്കുന്ന സന്ദർഭത്തിൽ, ജ്ഞാനിയും അജ്ഞാനിയും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം, അവരുടെ ദൃഷ്ടിയിലാണെന്നു പറയുകയുണ്ടായല്ലോ. അജ്ഞാനി ഒന്നായതിനെ പലതായി കാണുന്നു.ജ്ഞാനിയാവട്ടെ രണ്ടാമതൊന്ന് കാണുന്നതേയില്ല. ഈ ആശയം പ്രതിപാദിക്കാത്ത ഒരുപനിഷത്തും ഇല്ല തന്നെ. ഛാന്ദോഗ്യത്തിൽ ഇങ്ങനെയാണ് ഈ ആശയം പറയപ്പെടുന്നത്.

'നാന്യത് പശ്യതി, ന ശ്രുണോതി, ന വിജാനാതി സ ഭൂമാ' (എവിടെ ആരും മറ്റൊന്നും കാണുന്നില്ലയോ, മറ്റൊന്നും കേൾക്കുന്നില്ലയോ, മറ്റൊന്നും അറിയുന്നില്ലയോ അത് ബ്രഹ്മമാകുന്നു) സ്വാമി ദയാനന്ദ സരസ്വതി കടലിലെ തിരകളെ ദൃഷ്ടാന്തമാക്കി ഈ തത്ത്വം വളരെ ഗഹനമായും സരസമായും തന്റെ പ്രഭാഷണത്തിൽ അവതരിപ്പിക്കുക പതിവുണ്ടായിരുന്നു. കടലിലെ ശരാശരി വലിപ്പമുള്ള ഒരു തിരയുടെ വീക്ഷണകോണിലാണ് സ്വാമിജി അത് വിവരിക്കുക. ആദ്യം ആ തിര തന്നേക്കാൾ വലിയ തിരകളെ കണ്ട് ഭയക്കുകയും അവരോട് വിദ്വേഷം വെക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആ വലിയ തിരകൾ തന്നെ വിഴുങ്ങുമോ എന്നായിരിക്കുമത്രേ ആ തിരയുടെ ഭയം.

പിന്നീടത് തന്റെ സ്വരൂപം വെള്ളമാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കുമ്പോൾ ചെറുതും വലുതുമായ മറ്റെല്ലാ തിരകളും അടിസ്ഥാനപരമായി വെള്ളം തന്നെയാണെന്നും തന്റെ തന്നെ വേറെ രൂപങ്ങളാണെന്നും തിരിച്ചറിയുന്നു. അതോടെയത് ഭയത്തെ വിട്ടു നിർഭയത എന്ന പരമമായ ഗതിയെ പ്രാപിക്കുന്നു. പിന്നീട് ആ തിര വെള്ളമല്ലാതെ മറ്റൊന്നും കാണുന്നതേയില്ല. ഭഗവത്ഗീതയിൽ ഭഗവാൻ പറയുന്നു.

'സർവഭൂതസ്ഥമാത്മാനം
സർവ്വഭൂതാനി ചാത്മനി

ഈക്ഷതേയോഗ

യുക്താത്മാ

സർവ്വത്ര സമദർശനഃ

(സമാഹിതനും സകല വസ്തുക്കളിലും സമമായിരിക്കുന്ന ബ്രഹ്മത്തെ കാണുന്നവനുമായ യോഗി, തന്റെ ആത്മാവ് സർവ്വഭൂതങ്ങളിലും ഇരിക്കുന്നതായും, തന്റെ ആത്മാവിൽ സർവ്വഭൂതങ്ങളും ഇരിക്കുന്നതായും കാണുന്നു) അടുത്ത ശ്ലോകത്തിൽ ആചാര്യൻ കടലിലെ തിരകൾ ദൃഷ്ടാന്തമാക്കി തന്റെ ഭാഷയിൽ പറയുന്നു

'മാധുര്യ ദ്രവ ശൈത്യാനി
നീരധർമ്മാസ്തരംഗകേ
അനുഗമ്യാഥ തന്നീഷ്ഠേ
ഫേനേപ്യനുഗതാ യഥാ' ( 43 )

| | |
|---|---|
| യഥാ | = എത്തരത്തിൽ മാധുര്യദ്രവ |
| ശൈത്യാനി | = മാധുര്യം ദ്രവത്വം തണുപ്പ് എന്നിവ |
| നീരധർമ്മ | = വെള്ളത്തിന്റെ സ്വഭാവങ്ങൾ |
| തരംഗകേ | = തിരകളിലും |
| അനുഗമ്യ | = തുടർന്ന് സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നതായി |
| അഥ | = പിന്നീട്. |
| തന്നിഷ്ഠേ | = സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു |
| ഫേനേ അപി | = നുരകളിലും |
| അനുഗതാ | = പിന്തുടരുന്നു |

(എത്തരത്തിൽ വെള്ളത്തിന്റെ മാധുര്യം, ദ്രവത്വം, ശൈത്യം എന്നീ ധർമ്മങ്ങൾ തിരകളിലും കാണപ്പെട്ട്, പിന്നീട് തിരകളിലെ കുമിളകളിലും അധർമ്മങ്ങൾ അനുഗമിക്കുന്നതുവോ അതുപോലെ)

'സാക്ഷിസ്ഥാഃ സച്ചിദാനന്ദാഃ
സംബന്ധാത്
വ്യാവഹാരികേ
തദ്വാരേണാനുഗച്ഛന്തി
തഥൈവ പ്രാതിഭാസികേ' (44)

| | |
|---|---|
| യഥാ ഏവ | = അപ്രകാരം തന്നെ |
| സാക്ഷിസ്ഥാഃ | = സാക്ഷിയിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന |
| സച്ചിദാനന്ദാഃ | = സത്, ചിത് ആനന്ദം എന്നീ ധർമ്മങ്ങൾ |
| സംബന്ധാത് | = സംബന്ധം കൊണ്ട് |
| വ്യാവഹാരികേ | = വ്യാവഹാരിക ജീവനിലും ജഗത്തിലും |
| അനുഗച്ഛന്തി | = പിന്തുടരുന്നു |
| തദ്വാരേണം | = അതു മുഖാന്തിരം |
| പ്രാതിഭാസികേ | = പ്രതിഭാസിക ജീവനിലും ജഗത്തിലും |
| അനു ഗച്ഛന്തി | = പിന്തുടരുന്നു |

(സാക്ഷിധർമ്മങ്ങളായ സത്ചിത്, ആനന്ദം, എന്നിവ സംബന്ധരൂപേണ വ്യവഹാരിക ജീവനിലും ജഗത്തിലും സന്നിധമാവുന്നു. അതിനു ശേഷം വ്യാവഹാരിക സത്തയിൽക്കൂടി പ്രതിഭാസത്തകളിലും പ്രകടമായിത്തീരുന്നു)

മോഹൻലാൽ എന്ന നടൻ ഒരു സിനിമയിൽ വിക്രമൻ എന്ന പേരുള്ള ഒരു അപസർപ്പക കഥാപാത്രമായി വേഷമിടുകയാണെന്നിരിക്കട്ടെ. ആ വിക്രമന് മോഹൻലാലിന്റെ മുഖവും ഉയരവും തടിയും തന്നെ ആയിരിക്കുമെന്ന് പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ. പിന്നെ കഥയിൽ വിക്രമൻ എന്ന ആ കഥാപാത്രത്തിന് ബൽബീർ സിംഗ് എന്ന ഒരു സിഖു കാരന്റെ പ്രച്ഛന്നവേഷം എടുക്കേണ്ടതായി വന്നുവെന്നു വെക്കുക. അപ്പോൾ ബൽബീർ സിങ്ങിനും മോഹൻലാലിന്റെ തന്നെ ഉയരവും തൂക്കവും തന്നെയായിരിക്കും എന്ന കാര്യത്തിൽ എന്താണ് സംശയം? എന്തെന്നാൽ കാര്യത്തിൽ കാരണം സന്നിഹിതമായിരിക്കും. ഒരു വസ്തുവും അതിന്റെ സ്വഭാവം വിട്ടു സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നില്ല

'പ്രകൃതേ അന്യഥാഭാവോ
ന കഥഞ്ചിത് ഭവിഷ്യതി'

(സ്വന്തം പ്രകൃതിയിൽ നിന്ന് വേറിട്ടുള്ള ഒരു നില ഒരു ഒരു വസ്തുവിനും സംഭവിക്കുന്നില്ല) വേദാന്തശാസ്ത്ര പ്രകാരം ഈ ലോകത്തിൽ ഉണ്മയുള്ള ഒരേയൊരു വസ്തു ബ്രഹ്മമാണ്. ബാക്കിയെല്ലാം വെറുതെ ഉണ്ടെന്നു തോന്നിപ്പി

ക്കുന്ന, യഥാർത്ഥത്തിൽ ഇല്ലാത്ത വസ്തുക്കളാണ്. പരമാർത്ഥത്തിൽ ഇല്ലാത്ത ആ വസ്തുക്കൾക്കും ഉണ്ടെന്ന രീതിയിൽ നിലനിൽക്കാൻ ഒരു അധിഷ്ഠാനം കൂടിയേതീരൂ. അതായത്, ഏതൊരു വസ്തുവിലും 'ഉണ്ട്' എന്ന ഒരംശം ഇല്ലാതിരിക്കില്ല. ആ ഉണ്ട് എന്നുള്ള ഉണ്മ ബ്രഹ്മമാണ്. ചുരുക്കിപ്പറഞ്ഞാൽ ബ്രഹ്മത്തിന്മേൽ അധ്യസ്തമായ നാമരൂപങ്ങൾ മാത്രമാണ് ജഗത്തിലെ ഏതൊരു വസ്തുവും

ഒരു വസ്തുവും അതിന്റെ സ്വഭാവം കൈവിടില്ലെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ ധാരാളം ദൃഷ്ടാന്തങ്ങൾ നമുക്ക് ചുറ്റുമുണ്ട്. ഹിമാചൽ പ്രദേശിലെ ജ്വാലാമുഖി എന്ന പേരിലുള്ള അഗ്നിശിഖ ഭൂമി ഉണ്ടായപ്പോൾ തന്നെ ഉണ്ടായതാണെന്ന് ശാസ്ത്രം പറയുന്നു. ആ അഗ്നി തന്റെ ധർമ്മങ്ങളായ പ്രകാശം, ചൂട് എന്നിവയെ കാലക്രമേണ ഒട്ടും തന്നെ വിട്ടുകളഞ്ഞിട്ടില്ല. മാത്രമല്ല ആ ജ്വാലയിൽ നിന്നൊരു നാളം കേരളത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവന്നെന്നിരിക്കട്ടെ. അപ്പോളും ദേശം മാറിയതനുസരിച്ച് അഗ്നിയുടെ ധർമ്മങ്ങൾക്കു മാറ്റമൊന്നും വരുന്നില്ല. പിന്നെ, എന്തിനാണ് മാറ്റം വരുന്നത്? നാമരൂപങ്ങൾക്ക് മാത്രമാണ് മാറ്റം വരുന്നത്. ഹിമാചൽ പ്രദേശിൽ അഗ്നിയെ ആഗ് എന്ന് വിളിക്കുമ്പോൾ കേരളത്തിലതിനെ തീ എന്ന് വിളിക്കും. അത്രമാത്രം. കളിമണ്ണ് അതിന്റെ പ്രാഥമികമായ ധർമ്മങ്ങൾ കൈവിടാതെ ഓരോ കുശവന്റെ കൈയിലും ഓരോരോ രൂപങ്ങളായി തീരുന്നത് കാണാറുണ്ടല്ലോ

ഈ ശ്ലോകത്തിൽ ബ്രഹ്മത്തിന്റെ സച്ചിദാനന്ദ സ്വഭാവം, അത് ജഗത്തായി വിവർത്തം ചെയ്തപ്പോഴും മാറുന്നില്ല എന്നാണ് പറയുന്നത്. ജഗത്തിലെ ഓരോ വസ്തുവിലും 'ഉണ്ട്' എന്ന ഭാവം കാണാമല്ലോ. ഈ ഉണ്മ കൂടാതെ വസ്തുക്കളുടെ വെളിപ്പെടലും പ്രിയത്വവും ബ്രഹ്മത്തിന്റെ ധർമ്മങ്ങൾ തന്നെയാണ്. കടലിലെ വെള്ളം, തിരകളും തിരകൾ പിന്നീട് നുരകളും ആവുമ്പോൾ വെള്ളത്തിന്റെ ധർമ്മങ്ങൾക്ക് മാറ്റം സംഭവിക്കുന്നില്ല എന്നാണ് ആചാര്യൻ പറയുന്നത്. വെള്ളത്തിന്റെ ദ്രവത്വം മാധുര്യം ശൈത്യം എന്നീ ധർമ്മങ്ങൾ തിരകളിൽ കാണാം. അതായത് വെള്ളം തിരകളായി പ്രകടമാകുമ്പോഴും അതിന്റെ ധർമ്മങ്ങൾ അതു കൈവിടുന്നില്ല. വെള്ളം തിരകളായിത്തീരുമ്പോളും പിന്നീട് നുരകൾ ആകുമ്പോളും അതേ ദ്രവത്വവും ശൈത്യവും മാധുര്യവും അവയിലും കാണപ്പെടുന്നു. ചുരുക്കിപ്പറഞ്ഞാൽ വെള്ളം അതിന്റെ മൗലികമായ ധർമ്മങ്ങൾ കൈവിടാതെ രൂപങ്ങൾ മാത്രം മാറി കൊണ്ടിരിക്കുന്നു

ദൃഷ്ടാന്തത്തിൽ കാണിച്ച പോലെ ദാർഷ്ടാന്തത്തിലും, സച്ചിദാനന്ദബ്രഹ്മത്തിന്റെ 'ഉണ്ട്' എന്ന് ധർമ്മവും പ്രകാശിക്കുന്നു എന്ന് ധർമ്മവും, വ്യാവഹാരിക സത്തകളിലും പ്രതിഭാസിക സത്തകളിലും കാണപ്പെടുന്നു. വ്യാവഹാരിക പ്രതിഭാസിക വസ്തുക്കളുടെ ഉണ്മ ബ്രഹ്മത്തിന്റേതാണ്. വ്യാവഹാരികത്തിലും പ്രാതിഭാസികത്തിലും രൂപങ്ങളിൽ മാത്രം മാറ്റം വരുന്നു. പരമാർത്ഥിക സത്തക്ക് വ്യവഹാരത്തിലും മാറ്റം വരികയില്ല എന്നുള്ളത് സാമാന്യബുദ്ധിയാണ്. എന്തുകൊണ്ടാണത് കോമൺസെൻസ് എന്നാൽ, അവികാരിത്വം ബ്രഹ്മലക്ഷണമാണ്. അതിനൊരു മാറ്റം വരില്ല. ബ്രഹ്മത്തെ ആശ്രയിച്ചു നിൽക്കുന്ന മായയ്ക്ക് ബ്രഹ്മത്തിന്റെ സ്വരൂപം തന്നെയായ അവികാരിത്വത്തെ എങ്ങനെ മാറ്റാൻ സാധിക്കും? അദ്വൈതമല്ലാത്ത മറ്റു ചില മതക്കാരുടെ അഭിപ്രായത്തിൽ ബ്രഹ്മം അവികാരിയാണെങ്കിലും അതിന്റെ ഒരു ഭാഗത്തിന് വികാരം സംഭവിച്ചുകൊണ്ടാണ് ജഗത്ത് ഉണ്ടാകുന്നതെന്നാണ്. അതിനു ഭഗവത്പാദർ നർമ്മം കലർത്തി ഇങ്ങനെ മറുപടി പറയുന്നു, ഒരു കോഴിയെ, പകുതി മുട്ടയിടീക്കാനും മറ്റേപകുതി കറി വെയ്ക്കാനും ഉപയോഗിക്കുന്ന പോലെ അസംഭാവ്യമാണ് അതെന്ന്. അതുകൊണ്ട് ബ്രഹ്മത്തിന്റെ അദ്വതീയത മാറ്റം വരാതെ തന്നെയാണ് ദ്വൈതം പ്രകടമാകുന്നത്. നമ്മുടെ നിത്യജീവിതത്തിലെ അനുഭവങ്ങൾ പരിശോധിച്ചാൽ നമുക്കത് വ്യക്തമാകും. നാം രണ്ടുപേരെ

ഒന്നിച്ച് കാണുന്നുവെന്ന് വിചാരിക്കുക. നാം രണ്ടുപേരെ ദ്വൈത രൂപത്തിലല്ല കാണുന്നത്. നാമാ രണ്ടുപേരെ അദ്വൈതമായി, ഇരട്ടയാണ് കാണുന്നത്. മാർക്കറ്റിൽ നാം അനേകം പേരെ കാണുമ്പോളും, യാഥാർത്ഥത്തിൽ നാം കാണുന്നത് ഒരു ആൾക്കൂട്ടത്തെയാണ്. രണ്ടിടത്തും, 'ഒരു' ഇരട്ടയും 'ഒരു' ആൾക്കൂട്ടവുമാണ്. നമ്മുടെ നേത്രങ്ങളിലൂടെ ഗ്രഹിക്കപ്പെടുന്നത്. ഒരേസമയം നമുക്കു ഒരൊറ്റ ഇന്ദ്രിയജ്ഞാനത്തെ മാത്രമേ ഗ്രഹിക്കാൻ (കഗ്നൈസ്) സാധിക്കൂ.

കയ്പും മധുരവും ഒന്നിച്ച് നാക്കിൽ വെച്ച് രണ്ടു രസങ്ങളെയും പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം അറിയാൻ സാധിക്കില്ലല്ലോ. അതുപോലെ തന്നെ എല്ലാ അനുഭവങ്ങളിലും ബ്രഹ്മത്തിന്റെ അവികാരിത സന്നിഹിതമായേ പറ്റൂ. നിശബ്ദമായിരിക്കുന്ന ഒരു സമയത്ത് ഒരു പടക്കം പൊട്ടിയെന്നിരിക്കട്ടെ. ശബ്ദം ശബ്ദിച്ചു എന്ന് പറയുന്നത് അസംബന്ധമാണ്. നിശ്ബ്ദത ശബ്ദിച്ചു എന്നു പറയുന്നതും ശരിയാവില്ല. അപ്പോൾ, ശബ്ദിച്ചു എന്നു പറയുന്നത് നമ്മുടെ മനസ്സിൽ തോന്നുന്ന ഒരു ഭ്രാന്തി മാത്രമാണ്. നമ്മുടെ ശ്രോത്രേന്ദ്രിയം മനസ്സിന്റെ തന്നെ ഭാഗമായതിനാൽ അതിൽ എന്താണത്ഭുതം?

സത്യമായിട്ടുള്ളത് അവികാരിയും ശാന്തവുമായ ബോധം മാത്രം. വെള്ളത്തിന്റെ ദ്രവത്വം മാധുര്യം എന്നിവയ്ക്ക് മാറ്റം വരാതെയാണ് അതൊരു തിരയായി അഭിവ്യക്ത (മാനിഫെസ്റ്റ്) മാകുന്നത്. അതുപോലെ ബ്രഹ്മം തന്റെ അവികാരിതയിൽ ഒരു മാറ്റം വരുത്താതെയാണ് വികാരിത്വം പ്രകടമാക്കുന്നത്. അതായത് യഥാർത്ഥത്തിൽ ഒന്നും സംഭവിക്കുന്നില്ല. ശാന്തവും ഇളക്കമില്ലാത്തതുമായ ആ ബോധസമുദ്രത്തിൽ പൊന്തിയമരുന്ന മായാകുമിളകളാണ് ശബ്ദവും രൂപവും ഗന്ധവും രസവുമെല്ലാം.

(തുടരും.....)

# അയ്യപ്പ ഭാഗവത പാരായണം

മണ്ഡലകാലത്തോടനുബന്ധിച്ച് 2025 നവംബർ മാസം 20-ാം തീയതി മുതൽ 22-ാം തീയതി വരെ ടി. ഡി. എം. ഹാളിൽ രാവിലെ 7.30 മുതൽ അയ്യപ്പ ഭാഗവത പാരായണം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്.

എല്ലാ ഭക്തജനങ്ങളേയും സാദരം സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

**ജനറൽ സെക്രട്ടറി**

| എറണാകുളം കരയോഗം ചാരിറ്റി പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് 2025 ഒക്ടോബർ മാസം സംഭാവന നൽകിയവർ | | |
|---|---|---|
| 1 | ഗീത പ്രഭാകർ, പ്രഭാതം, അയ്യപ്പൻ കാവ്, എറണാകുളം | 15,000 |
| 2 | തിലകൻ വി. കെ, വട്ടക്കാട്ട് ഹൗസ്, കടവന്ത്ര പി. ഒ, കെ. പി. വള്ളോൻ റോഡ്. | 10,000 |
| 3 | പ്രകാശ് ബാലകൃഷ്ണൻ, അശ്വതി, #27, മാവേലിപുരം, കാക്കനാട് പി. ഒ, കൊച്ചി-30 | 6,050 |

കഥ

# അപാല

പ്രൊഫസർ അംബുജാക്ഷി, ആലുവ – 9447577652

(തുടർച്ച.....)

ഞാൻ പോയത് എന്റെ കുഞ്ഞരുവിക്കരയിലുള്ള നിബിഡ വനത്തിലേക്കാണ്. അവിടെ ഒരു വള്ളിക്കുടിലുണ്ട്. അതിനുചുറ്റും പൂക്കളും, പഴങ്ങളും നിറഞ്ഞ വൃക്ഷലതാദികളും. നല്ല തെളിഞ്ഞ, ശുദ്ധജലമുള്ള അരുവിയും ജലാശയങ്ങളും! ഇതൊക്കെ മതി എനിക്ക്.

എങ്കിലും എന്റെ ഭർത്താവിന്റെ അവഗണന എന്നെ നോവിച്ചുകൊണ്ടേയിരുന്നു. എനിക്കും വാശിയായി. പണ്ടേ എന്റെ ആരാധനാമൂർത്തി ഇന്ദ്രദേവനാണ്. എനിക്കെന്റെ ഇഷ്ടദേവനെ തപസ്സു ചെയ്യണം. പ്രകൃതിയുടെ, മഴയുടെ, സസ്യജാലങ്ങളുടെയൊക്കെ ഇഷ്ടദേവതകളെ പൂജിച്ച് പ്രസാദിപ്പിക്കണം. അങ്ങനെ തപസ്സും വേദപാഠങ്ങളുമൊക്കെയായി ഒരു അടച്ചിട്ട ജീവിതം, ബാഹ്യലോകവുമായി ഒരു ബന്ധവുമില്ലാതെ ദിനരാത്രങ്ങൾ വന്നുപോകുന്നതറിയാതെ. ജ്ഞാനദൃഷ്ടിയായ എന്റെ അച്ഛൻ അത്രിമഹർഷി എല്ലാം അറിയുന്നുണ്ടാകും.

ഇടക്കൊക്കെ അദ്ദേഹം ആ അരുവിക്കരയിൽ വരാറുണ്ട്. വല്ലാതെ ക്ഷീണിച്ചിരിക്കുന്നു. എന്നാലും ബ്രഹ്മതേജസ്സ് വർദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ട്. പിതാവിന്റെയും പുത്രിയുടെയും മൗനങ്ങൾ കൂടിച്ചേരുമ്പോൾ അവിടെ ഒരു ആശയവിനിമയം നടന്നിരിക്കും. ആ ആശീർവചനകൾ ഞാൻ അനുഭവിച്ചറിയുന്നു, ഇന്നും.

അനേകം ശിഷ്യന്മാരുള്ള മഹർഷി അവരെയൊക്കെ ഊട്ടിവളർത്തണം. വിദ്യാദാനം ചെയ്യണം. പണ്ടൊക്കെ എന്റെ സഹായമുണ്ടായിരുന്നു. ഇപ്പൊ എന്റെ ലക്ഷ്യം മറ്റൊന്നാണല്ലോ. എങ്കിലും അച്ഛന്റെ ക്ഷീണിച്ച ശരീരം എന്റെ മനസ്സിനെ നീറ്റി.

എന്നാലും എന്റെ ലക്ഷ്യത്തിലേക്കുള്ള വഴി ഞാൻ തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരുന്നു. എന്റെ പൂജാവിധികൾ സോമരസാർച്ചനയോടുകൂടിയാവണം. എന്നെനിക്കുതോന്നി. കാരണം. ഇന്ദ്രദേവന് ഏറ്റവും ഇഷ്ടപ്പെട്ട ഹോമദ്രവ്യമാണ് സോമരസം. കുറെക്കാലമായി ഞാൻ സോമലത തേടി അലയുന്നു. ഇളം മഞ്ഞപ്പൂക്കളുള്ള, ഇലകളില്ലാത്ത സോമലതയെക്കുറിച്ച് ഞാൻ കേട്ടറിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. കുറെ തണ്ടുകൾ ചേർത്തൊട്ടിച്ചുവച്ചപോലെയാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ പെട്ടന്ന് തിരിച്ചറിയാൻ സാധിക്കും. ഹിമാലയത്തിലും ഭണ്ഡകാരണ്യത്തിലെ പല ദിക്കിലും കാണാമത്രെ.

അങ്ങനെ സോമലത തേടിയുള്ള എന്റെ യാത്ര തുടർന്നു. കുറെ നടന്നുനടന്ന് അന്നത്തെ തെരച്ചിൽ മതിയാക്കി തിരിച്ചു നടന്നു. ഒരിളം കാറ്റ് വീശിക്കൊണ്ടിരുന്നു... ആ ഇളം കാറ്റിൽ ഞാൻ തിരിച്ചറിഞ്ഞു, സോമരസത്തിന്റെ സുഗന്ധം എനിക്ക് സന്തോഷമായി. ഇവിടെ അടുത്തെവിടെയോ സോമവള്ളിക്കുടിൽ ഉണ്ട്. കാറ്റത്ത് കൊഴിഞ്ഞുവീണ പൂവിൽ നിന്നായിരിക്കും ആ സുഗന്ധം. ഞാൻ തെരച്ചിൽ തുടർന്നു....

തൊട്ടടുത്തുള്ള കാര്യങ്ങൾപോലും കാണാൻ കഴിയാറില്ലല്ലോ നമുക്ക്. ചിലപ്പോ അങ്ങനെയാണ് കുറച്ചകലെ ഒരു സോമലതാനികുഞ്ജം! ഒന്നോരണ്ടോ പൂങ്കുലകളും! ഇതെന്തേ ഞാൻ കാണാത്ത ഒരു വസ്തു കാണണമെങ്കിൽ അകക്കണ്ണും പുറംകണ്ണും ഒന്നിച്ച് പ്രവർത്തിക്കണമല്ലോ 'ഇന്ദ്രദേവൻ അനുഗ്രഹിച്ചു' എനിക്കങ്ങനെയാണ് തോന്നിയത്. ആ തണ്ടുകൾക്കു നല്ല ബലമുണ്ട്. രണ്ടുമൂന്നെണ്ണം പൊട്ടിച്ചെടുത്ത് ചതച്ച് ചാറെടുക്കണം. അതാണ് സോമരസം. ഇന്ദ്രദേവന് ഏറ്റവും ഇഷ്ടപ്പെട്ട ഹോമദ്രവ്യം.

കയ്പും, ചവർപ്പും, എരിയും, പുളിയുമൊക്കെ ച്ചേർന്ന ഒരു പ്രത്യേക രുചിയാണ് അതിന്. പക്ഷെ, ആ പ്രലോഭിപ്പിക്കുന്ന സുഗന്ധം! ഓ! അതൊരു അനുഭൂതി തന്നെ. ആ ഗന്ധത്തിന്റെ വശീകരണശക്തിയിൽ എല്ലാ ദേവതകളും അവിടെയെത്തും പ്രത്യേകിച്ച് ഇന്ദ്രദേവൻ.

ഇനി ദിവസേന എന്റെ പുജകളിൽ സോമരസം ഉണ്ടായിരിക്കും. ഇന്ദ്രദേവനെ പ്രസാദിപ്പിക്കണം. രണ്ടുമൂന്നു ലക്ഷ്യങ്ങളുണ്ട്. അതുനേടാനുള്ള വരം ലഭിക്കാൻ വേണ്ടിമാത്രം. അതുവരെ എനിക്ക് വിശ്രമമില്ല...

പിന്നീടെന്നും ഞാൻ സോമരസം നേദിക്കാൻ തുടങ്ങി. പക്ഷെ സോമ ചതയ്ക്കാൻ കല്ലുകളൊന്നും കിട്ടിയില്ല. എനിക്കെന്റെ ഉറപ്പുള്ള പല്ലുകൾ ഓർമ്മവന്നു. ഒന്ന് സംശയിച്ചു. ഭഗവാൻ സ്വീകരിക്കുമോ? എനിക്കെന്റെ ഭക്തിയിലും ആത്മാർഥതയിലും സംശയമില്ല. ഞാൻ ചവച്ചരച്ച് സോമരസം എടുത്ത്നേദിക്കും. ഭഗവാൻ ഈ ഭക്തിയിൽ പ്രസാദിക്കും. അങ്ങനെ ഞാൻ ഒരു പോംവഴി കണ്ടുപിടിച്ചു. അതെ, എന്റെ ബലമുള്ള പല്ല്!

പിന്നീടെന്നും എന്റെ ഹോമദ്രവ്യം സോമവല്ലിയുടെ ചാറുതന്നെ. ആ സുഗന്ധം കാട്ടിലെങ്ങും പരന്നു. പലരും വരുന്നു, പോകുന്നു. പക്ഷെ, എന്റെ രൂപം കാണുമ്പോൾ ആർക്കും സമീപിക്കാൻ തോന്നുന്നില്ല. പഴുപ്പും, വ്രണവും, പൊറ്റകെട്ടിയ മൊട്ടത്തലയുമൊക്കെ ഇപ്പോൾ എനിക്ക് ഒരു രക്ഷാകവചമൊരുക്കുന്നു.

പക്ഷെ... അധികമൊന്നും കാത്തിരിക്കേണ്ടിവന്നില്ല. വന്നു! എന്റെ ദേവരാജൻ പ്രത്യക്ഷനായി! സോമരസം അദ്ദേഹത്തെ എന്റെ അടുത്തേക്ക് ആകർഷിച്ചിട്ടുണ്ടാവാം. "ശുഭാത്രേയീ... നിന്റെ തപസ്സ് മതിയാക്കൂ... ഇതാ, ഇപ്പോൾ ഞാൻ നിന്റെ മുന്നിൽ എത്തി, നിന്റെ ദാസനാണ് ഞാൻ". വിശ്വസിക്കാനാവാതെ ഞാൻ സ്തംഭിച്ചു നിന്നു. "ദേവി, നിന്റെ പ്രാർഥനയും സോമസുഗന്ധവും എന്നെ വല്ലാതെ വശീകരിച്ചു".

"ഇന്ദ്രദേവ", എന്തുപറയണമെന്നറിയാതെ ഞാൻ കൈകൂപ്പിനിന്നു. എന്റെ മൊട്ടത്തലയും പഴുത്തളിഞ്ഞ ശരീരവും മറച്ചുവെക്കാനാവാതെ ഞാൻ ചുരുണ്ടുകൂടി. 'എനിക്ക് സോമരസം തരു'. അദ്ദേഹം കൊതിയോടെ ആവശ്യപ്പെട്ടു, 'ദേവ, സോമചതച്ച് രസമെടുക്കാൻ ഇവിടെ കല്ലുകൾ ഇല്ല'. സങ്കോചത്തോടെ, ഒരു കുറ്റബോധത്തോടെ ഞാൻ ചോദിച്ചു. "എന്റെ പല്ലുകൾകൊണ്ട് ചവച്ചരച്ചു രസമെടുത്തു തന്നാൽ... അങ്ങേക്ക് ഇഷ്ടപ്പെടുമോ?"

"ദേവീ, നീയെന്റെ പരമഭക്തയല്ലേ? ഭവതി തരുന്നതെന്തും ഞാൻ സ്വീകരിക്കും. അത് ഉച്ഛിഷ്ടമായാൽപോലും." അദ്ദേഹം ഉത്സാഹത്തോടെ മൊഴിഞ്ഞു. രണ്ടുമൂന്നുകമ്പുകൾ ഒടിച്ചെടുത്ത് ഞാൻ ചവച്ചുതുടങ്ങി. വായിൽ നിന്ന് സുഗന്ധം!, ഇന്ദ്രദേവൻ എന്നെ സമീപിക്കുന്നു. യാതൊരു മടിയും കൂടാതെ എന്റെ വായിൽനിന്നുതന്നെ അദ്ദേഹം സോമരസം വലിച്ചെടുത്തു!. 'അസുലഭനിമിഷം'!

ഞാൻ എന്നെ മറന്നു. രോഗം മറന്നു, കണ്ണടച്ചുകൈകൂപ്പിനിന്നു. ലോകം ഇന്ദ്രമയം എന്ന തോന്നൽ! "ശുഭേ", എന്റെ ആരാധനാമൂർത്തിയുടെ ശബ്ദം ഞാൻ പതുക്കെ കണ്ണുതുറന്നു. ലോകത്തിലെ സൗന്ദര്യം മുഴുവൻ ആവാഹിച്ചെടുത്തപോലെ ഇന്ദ്രദേവൻ! ഞാൻ കൈകൂപ്പിനിന്നു. എന്റെ കൈകൾ പതുക്കെ എടുത്തുമാറ്റി അദ്ദേഹം ചോദിച്ചു. "ഭദ്രേ, നീയെന്നെ കീഴടക്കിയിരിക്കുന്നു. നിന്റെ അവമതിയും കഷ്ടതകളും ഞാൻ മനസിലാക്കുന്നു. എന്നാൽ നിന്റെ നിശ്ചയദാർഢ്യം എന്നെ അത്ഭുതപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. ചോദിക്കൂ.. നിനക്കെന്താണ് വേണ്ടത്?"

കൂടുതലൊന്നും ചിന്തിക്കേണ്ടിവന്നില്ല. 'അച്ഛനെപ്പോലെ കഷണ്ടി' എന്ന പരിഹാസം ഓർമ്മവന്നു. ഞാൻ ചിന്തയിൽ നിന്ന് പെട്ടന്ന് പുറത്തുവന്നു. "ഭഗവാനേ, എന്റെ അച്ഛന്റെ കഷണ്ടി മാറ്റി അദ്ദേഹത്തെ സുഭഗനാക്കണം" ഇന്ദ്രദേവൻ ചോദിച്ചു, "ഭക്തേ, ഭവതിക്കുവേ

ണ്ടി ഒന്നും ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ലേ? നിന്റെ ആവശ്യം എന്നെ വീണ്ടും അത്ഭുതപ്പെടുത്തിയല്ലോ. ദേവിക്കുവേണ്ടി ഒന്നും ആവശ്യപ്പെടാത്തതെന്താണ്? "ഭഗവാനേ, ഞാൻ തപസ്സുചെയ്തത് പിതാവിനുവേണ്ടിയാണ്, അദ്ദേഹത്തിന് ഗുരുകുലത്തിൽ ധാരാളം ശിഷ്യന്മാരുണ്ട്. അവിടെ നിത്യവൃത്തിക്ക് ക്ഷാമമുണ്ട്. കാരണം അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൃഷിഭൂമി മരുഭൂമിയായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അവിടം ഫലഭൂയിഷ്ഠമാക്കണേ എന്നാണ് എന്റെ അടുത്ത അഭ്യർത്ഥന. അങ്ങ് മഴയുടെ ദേവനല്ലേ? അതിവൃഷ്ടിയും അനാവൃഷ്ടിയും ഇല്ലാതെ അവിടെ നല്ല വിളവുണ്ടാകണെ എന്നാണ് എന്റെ അപേക്ഷ".

"ശുഭാത്രേയി, നിന്നെ ജനങ്ങൾ 'അബാല', 'മൊട്ടച്ചി', കുഷ്ഠരോഗി എന്നൊക്കെ കളിയാക്കുന്നു. ഇപ്പോൾ 'അപാല' എന്നും. എന്നിട്ടും നിനക്കുവേണ്ടി ഒന്നും നീ ആവശ്യപ്പെടുന്നില്ല!". 'പ്രഭോ, അച്ഛനാണ് എന്റെ മാതൃക. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ക്ഷേമമാണ് എന്റെ സന്തോഷം. അദ്ദേഹം വിദ്യാദാനത്തിലൂടെയും, ധാരാളം ശിഷ്യന്മാരെ നോക്കിവളർത്തിയും ലോകനന്മ ചെയ്യുന്നു. ആശ്രമത്തിലായിരുന്നപ്പോൾ അദ്ദേഹത്തെ സഹായിക്കാൻ നിഴൽപോലെ ഞാൻ കൂടെയുണ്ടായിരുന്നു, ഇപ്പോൾ ഞാനീ അജ്ഞാതമായ കൊടുങ്കാട്ടിലല്ലേ? എനിക്കിനി ഒന്നും നേടാനില്ല. കൂടുതൽ വേദമന്ത്രങ്ങൾ കണ്ടെത്തണം. വേദാധ്യയനം ചെയ്യുന്ന ബ്രഹ്മവാദിനികളിൽ ഒരാളാകണം. ഒന്ന് നിറുത്തിയ ശേഷം ഞാൻ തുടർന്നു. ഋഗ്വേദമാണ് എന്റെ ഗവേഷണപഥം. അങ്ങയെപ്പോലുള്ള പ്രകൃതിദേവതകളെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ അറിയണം. ഗായത്രീമന്ത്രം, പുരുഷസൂക്തം മുതലായ നൂറുനൂറ് മന്ത്രങ്ങൾ ഉരുക്കഴിക്കണം. പണ്ഡിതസദസ്സുകളിൽ അവ വ്യാഖ്യാനിക്കണം. പ്രകൃതി രഹസ്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കണം. അങ്ങനെ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ഒരു വേദവിദ്യാർത്ഥിയായി തുടരണം. അതിനുള്ള ഒരു വരപ്രസാദമാണ് എനിക്കുവേണ്ടത്. ഞാൻ പറഞ്ഞു നിറുത്തി.

'ഭദ്രേ, നീ വേണ്ടത്ര അറിവും വിവേകവും ഉള്ളവൾ തന്നെ എന്നാലും നിന്റെ ആഗ്രഹം പോലെ എല്ലാം ശുഭമായി വരട്ടെ. അങ്ങനെ ശുഭാത്രേയി എന്നപേര് അന്വർഥമാകട്ടെ. എന്നാൽ ഞാൻ നിന്റെ വായിൽ നിന്നും സോമരസം ആസ്വദിച്ച ആ നിമിഷം മുതൽ നിന്നിൽ മാറ്റങ്ങൾ തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. നീ ആവശ്യപ്പെട്ടാലും ഇല്ലങ്കിലും നിന്റെ ചർമ്മരോഗവും, ശിരോരോഗവും വിട്ടൊഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു'.

ഞാൻ അത്ഭുതത്തോടെ ശിരസ്സിൽ തലോടി. മേലൊന്നു കണ്ണോടിച്ചു. എന്റെ തലയിലാകെ കാണെക്കാണെ വളരുന്ന കുഞ്ഞിമുടികൾ. വളർന്നുവളർന്നു ഒരു പനങ്കുലപ്പോലെ നിതംബം കവിഞ്ഞു നല്കുന്നു, മാത്രമല്ല, ശരീരത്തിലും മൃദുലതയേറുന്ന ഒരു മിനുപ്പും സ്വർണ്ണനിറവും. 'ഇനിയാരും ഭവതിയെ അബാലയെന്ന് അധിക്ഷേപിക്കില്ല' ഇന്ദ്രദേവൻ പറഞ്ഞു. ഞാൻ നന്ദിയോടെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ കാൽക്കൽ നമസ്കരിച്ചു. വാക്കുകൾ കിട്ടാനാകാതെ ഞാൻ കൈകൂപ്പി നിന്നു. അദ്ദേഹം എന്നെ എഴുന്നേൽപ്പിച്ചു ശിരസ്സിൽ തലോടി. സോമരസം പറ്റിപ്പിടിച്ച ചുണ്ടിൽ ഒരു ചുംബനവും!

'ആഗ്രഹങ്ങളെല്ലാം സാധിക്കട്ടെ' ഇന്ദ്രൻ അപ്രത്യക്ഷനായി. എന്താണ് സംഭവിച്ചത്? വിശ്വസിക്കാനാവാതെ ഞാൻ അരുവിക്കരയിലേക്കോടി. ആ തെളിഞ്ഞ വെള്ളത്തിൽ എന്റെ പ്രതിബിംബം! ഒരു സർവാംഗസുന്ദരി! ഒരു കുടന്ന വെള്ളമെടുത്ത് മുഖം കഴുകി. വീണ്ടും ഞാൻ എന്റെ പ്രതിബിംബം നോക്കിയിരുന്നു. എത്രനേരം എന്നറിഞ്ഞില്ല. ഒരു കാൽപ്പെരുമാറ്റം കേട്ട് തിരിഞ്ഞുനോക്കി എന്റെ അച്ഛൻ അത്രിമഹർഷി! ഇപ്പോൾ കഷണ്ടിയില്ല. കറുപ്പുംവെളുപ്പും ഇടകലർന്ന മുടിക്കെട്ടുമായി ഒരു ദൃഢഗാത്രൻ. "അച്ഛാ" ഞാനോടിച്ചെന്ന് അച്ഛനെ ആലിംഗനം ചെയ്തു. എന്റെ ശിരസ്സിൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ കണ്ണീർപ്രവാഹം. 'മകളെ, നിന്റെ മഹത്വം ലോകമറിയട്ടെ. നീ ആശ്രമത്തിലേക്ക് തിരിച്ചു വരൂ. അവിടെ

(ശേഷം 33-ാം പേജിൽ)

# കൂടിയാട്ടം

## *ലോകകലാപൈതൃകത്തിന് കേരളത്തിന്റെ സംഭാവന*

എം. ആർ. എസ്. മേനോൻ - 9037126220

(തുടർച്ച.....)

**മത്തവിലാസം കൂത്ത്**

ശിവക്ഷേത്രങ്ങളിൽ മാത്രം അനുഷ്ഠാനത്തിന്റെ ഭാഗമായി നടത്തി വരുന്ന ഒന്നാണ് മത്തവിലാസം കൂത്ത്. പല്ലവ രാജാവായ മഹേന്ദ്രവിക്രമവർമ്മൻ (AD 600-630) ആണ് ഈ പ്രഹസനത്തിന്റെ രചയിതാവ്. ബ്രഹ്മഹത്യാപാപം തീർക്കാൻ ശിവനെ തപസ് ചെയ്യുന്ന സത്യസോമനെന്ന ബ്രാഹ്മണൻ ശിവന്റെ നിർദ്ദേശാനുസരണം കപാലി വേഷത്തിൽ നൃത്തം ചെയ്യ്തുവെന്നാണ് സങ്കൽപ്പം. സന്താനലബ്ധിക്കുള്ള വഴിപാടായാണ് ഇത് നടത്തുന്നത്. ഇത് കണ്ട് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നവർക്ക് ഉദ്ദിഷ്ടകാര്യം നടക്കുമെന്നാണ് വിശ്വാസം മൂന്ന് ദിവസം കൊണ്ടാണ്. ഈ പ്രഹസനം പൂർണ്ണമായി അവതരിപ്പിക്കുന്നത് വാക്കില്ലാതെ മുദ്രകളിലൂടെ മാത്രമാണ് അഭിനയം കപാലിയുടെ രംഗം മാത്രമാണ്. ഇപ്പോൾ വഴിപാടായി അവതരിപ്പിക്കുന്നത് കൊട്ടിയൂർ, കരിവെള്ളൂർ (പയ്യന്നൂർ), കാഞ്ഞിലശ്ശേരി (കോഴിക്കോട) മട്ടന്നൂർ (കണ്ണൂർ)തളി (കോഴിക്കോട്) തൃക്കൂർ (തൃശ്ശൂർ) എന്നീ ക്ഷേത്രങ്ങളിൽ മത്തവിലാസം വഴിപാടായി അവതരിപ്പിച്ചു വരുന്നു. മത്തവിലാസത്തിന്റെ സമ്പൂർണ്ണ ആവിഷ്കാരം അപൂർവ്വമായി നടന്നു വരുന്നുണ്ട്. ഈ മാസം മൂഴിക്കുളം നേപഥ്യയിൽ ഇത്തരമൊന്ന് നടന്നിരുന്നു.

**വിദൂഷകൻ ചാക്യാർകൂത്ത്, മന്ത്രാങ്കം**

കൂടിയാട്ടം കാണാൻ എത്തുന്ന സാധാരണക്കാർക്ക് കഥ മനസ്സിലാക്കി കൊടുക്കുക എന്ന പ്രവർത്തി നമ്പ്യാരാണ് ചെയ്തു വന്നിരുന്നത്. മലയാള ഭാഷയാണെങ്കിലും നമ്പ്യാർ തമിഴ് എന്നാണ് പറഞ്ഞിരുന്നത്. ഇതിന്റെ തുടർച്ചയാണ് നായകന്റെ തോഴനായി വിദൂഷകന്റെ രംഗപ്രവേശം. നായകന്റെ സംഭാഷണത്തെ സരസമായി മലയാളത്തിലേക്ക് വിസ്തരിച്ച് വർണ്ണിക്കുന്ന വിദൂഷകന്റെ സാന്നിദ്ധ്യം കൂടിയാട്ടത്തെ ജനകീയമാക്കി. പിന്നീട് വിദൂഷകന്റെ പൂർവ്വകഥ വിസ്തരിക്കുന്ന നാലു രാത്രികൾ നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന നിർവഹണം കൂടിയാട്ടത്തിലെ വിദൂഷക വേഷത്തെ കൂടുതൽ ജനപ്രിയമാക്കി. കൂടിയാട്ടത്തിലെ നായകന്റെ നിർവ്വഹണം അഭിനയപ്രധാനമായിരുന്നെങ്കിൽ വിദൂഷകന്റെ നിർവ്വഹണം താൻ എങ്ങനെ രാജാവിന്റെ തോഴനായി വന്നു എന്ന പൂർവ്വ കഥ വിവരിക്കലാണ്. ശക്തമായ സാമൂഹ്യ വിമർശത്തിനും ഉന്നതരുടെ ജീർണ്ണതകൾ വെളിച്ചത്ത് കൊണ്ടുവരാനും ഇതിലൂടെ ചാക്യാർക്ക് കഴിഞ്ഞു.

കൂടിയാട്ടത്തിലെ വിദുഷകന്റെ വാക്ക് സ്വതന്ത്രമായ ഒരു കലാരൂപമായി പരിണമിച്ചതാണ് ചാക്യാർകൂത്ത്. പിൽക്കാലത്ത് കൂത്തിന് വേണ്ടി നിരവധി പ്രബന്ധങ്ങൾ രചിക്കപ്പെടുകയും കൂത്ത് മലയാളത്തിന്റെ തനിമയാർന്ന ആഖ്യാന മേഖലയായി മാറുകയും ചെയ്തു. പരിഹാസമാണ് കൂത്തിന്റെ ജീവൻ. സാംസ്കാരിക ജീർണ്ണതകളെ അവ രാജാവുമായോ സമൂഹത്തിലെ ഉന്നതന്മാരുമായോ ബന്ധപ്പെട്ടതാണെങ്കിൽ പോലും ശക്തമായി വിമർശിക്കുന്നതിനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം ചാക്യാർക്ക് ഉണ്ടായിരുന്നു. ചാക്യാരെന്മാരെപ്പറ്റി നിരവധി രസകരമായ കഥകൾ പ്രചാരത്തിൽ ഉണ്ട്. നാൽപ്പത്തി ഒന്ന് ദിവസം നീണ്ട് നിൽക്കുന്ന മന്ത്രാങ്കം കൂത്തിന്റെ അവസാന ദിവസത്തെ വലിയ കൂടിയാട്ടത്തിന് പതിനഞ്ചു മണിക്കൂർ തുടർച്ചയായാണ് ചാക്യാരുടെ വാക്പ്രയോഗം ഉച്ചക്ക് 2 മണിക്ക് വന്നാൽ പിറ്റേന്ന് രാവിലെ 5 മണിക്കാണ് മുടിയഴിക്കുക. ഇരുപത്തി ഒന്നാമത്തെ വയസ്സിൽ നാൽപ്പത്തി

യൊന്ന് ദിവസം തുടർച്ചയായി മന്ത്രാങ്കം കൂടിയാട്ടം ചാച്ചു ചാക്യാർ അവതരിപ്പിച്ചതായി ശ്രീ കെ.ടി. രാമവർമ്മ രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഇന്ന് ഇത്തരം കഥകൾ ദീർഘമായി അവതരിപ്പിക്കുന്ന സമ്പ്രദായം ഇല്ലാതായതോടെ ഇതവതരിപ്പിക്കാൻ കഴിവുള്ള കലാകാരന്മാരും ഇല്ലാതായി. തൃപ്പൂണിത്തുറയിൽ വെച്ച് മാർഗ്ഗി മധു മന്ത്രാങ്കം അവതരിപ്പിച്ചത് ഈ ലേഖകൻ ഓർക്കുന്നുണ്ട്. സൂത്രധാരൻ കൂത്തും അനുഷ്ഠാനത്തിന്റെ ഭാഗമായി അവതരിപ്പിച്ചു വരുന്നതാണ്. ചാക്യാർകൂത്ത് പോലെ വാക്കിനല്ല മുദ്രാഭിനയത്തിനാണ് ഇവിടെ പ്രാധാന്യം

**നങ്ങ്യാർകൂത്ത്**

കൂടിയാട്ടത്തിൽ സ്ത്രീവേഷം കെട്ടിയിരുന്നത് നങ്ങ്യാന്മാരായിരുന്നു. ആയിരം വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് തന്നെ സംസ്കൃത നാടകാഭിനയത്തിൽ സ്ത്രീകൾക്ക് സ്ഥാനം ഉണ്ടായിരുന്നുവെന്നത് അതിശയം തന്നെയാണ്. കുറച്ച് കാലം മുമ്പ് വരെ ആധുനിക കലാരൂപമായ നാടകത്തിൽ വരെ പുരുഷന്മാരാണ് സ്ത്രീവേഷം കെട്ടിയിരുന്നത് എന്ന് ഓർക്കണം. കഥകളിയിലും സ്ത്രീകൾ വേഷം കെട്ടിത്തുടങ്ങിയിട്ട് അധികം കാലമായിട്ടില്ല. കൂടിയാട്ടത്തിന് മിഴാവ് കൊട്ടുന്ന നമ്പ്യാർ സമുദായത്തിലെ സ്ത്രീകളായിരുന്ന നങ്ങ്യാന്മാർ. നങ്ങ്യാന്മാർക്കു അഭിനയ പരിശീലനം ലഭിച്ചിരുന്നതിന് ശ്രീകൃഷ്ണന്റെ ജനനം മുതൽ സ്വർഗ്ഗാരോഹണം വരെ ശ്രീകൃഷ്ണചരിതം കഥയാണ് അവതരിപ്പിച്ചിരുന്നത്. നങ്ങ്യാർകൂത്ത് ഏതാണ്ട് അസ്തമിച്ച് തുടങ്ങിയ കാലഘട്ടത്തിൽ നങ്ങ്യാർകൂത്തിന് ഇന്ന് കാണുന്ന വേഷഭംഗിയോടെ ചിട്ടപ്പെടുത്തുന്നതിലും മുൻനിരയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരുന്നതിനും കേരള കലാമണ്ഡലത്തിലൂടെ പൈങ്കുളം രാമചാക്യാർ വഹിച്ച പങ്ക് ശ്രദ്ധേയമാണ്. ഇന്ന് ശ്രീ കൃഷ്ണചരിതത്തിന് പുറമേ ശ്രീരാമചരിതവും പഞ്ചകന്യാചരിതവും പോലെ പുതിയ കഥകളും രംഗത്ത് അവതരിപ്പിച്ച് വരുന്നുണ്ട്. കൂടിയാട്ടത്തിലെപ്പോലെ പകർന്നാട്ടത്തിന്റെ സാധ്യതകളെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് കൂടിയാട്ടത്തിലെ പുരുഷകലാകാരന്മാരെപ്പോലെ നിരവധി പ്രഗത്ഭരായ നിരവധി കലാകാരികൾ ഈ രംഗത്ത് വളർന്ന് വന്നിട്ടുണ്ട്.

**മിഴാവ്**

കൂടിയാട്ടത്തിലെ അഭിനയത്തിന് ഊർജ്ജം പകരുന്നതിൽ മിഴാവിന് വലിയ പങ്ക് ഉണ്ട്. കൂടിയാട്ടത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലവാദ്യം എന്നതിനുപരി സ്വതന്ത്രമായ ഒരു നിലനിൽപ്പ് മിഴാവിന് ഉണ്ടാക്കിക്കൊടുത്തതിൽ മാണി മാധവ ചാക്യാരുടെ പുത്രനും മിഴാവ് വാദനത്തിലെ അതുല്യ കലാകാരനുമായ പത്മശ്രീ പാണിവാദതിലകൻ ശ്രീ. പി. കെ. നാരായണൻ നമ്പ്യാരുടെ പേര് സ്മരണീയമാണ്. മിഴാവിന്റെ അനന്തസാധ്യതകളെ ആദ്യം കണ്ടെത്തിയത് അദ്ദേഹമാണ് ചെണ്ടയിലേത് പോലെ എണ്ണങ്ങൾ കൊട്ടിക്കൊണ്ട് മിഴാവിലെ തായമ്പക ചിട്ടപ്പെടുത്തിയത് അദ്ദേഹമാണ് കേരള കലാമണ്ഡലത്തിലെ ആദ്യത്തെ അദ്ധ്യാപകൻ എന്ന നിലയിൽ നമ്പ്യാർ അല്ലാത്ത ഒരു പ്രഗത്ഭ കലാകാരനെ കലാമണ്ഡലം ഈശ്വരൻ ഉണ്ണിയെ വളർത്തിയെടുത്തതും അദ്ദേഹമാണ്. പിന്നീട് നമ്പ്യാരാശാന്റെ ശിഷ്യമാർ മിഴാവിൽ പഞ്ചാരിമേളവും ചിട്ടപ്പെടുത്തി. ഇന്ന് കേരളത്തിലെ ഏതാണ്ട് ഒട്ടെല്ലാ മിഴാവ് കലാകാരന്മാരും നമ്പ്യാരാശാന്റെ ശിഷ്യപരമ്പരകളാണ്. കൂടിയാട്ടത്തിലും മിഴാവിലും ഒരേപോലെ പണ്ഡിതനായ അദ്ദേഹം വിവിധ വിഷയങ്ങളെപ്പറ്റി നിരവധി ഗ്രന്ഥങ്ങളും രചിച്ചിട്ടുണ്ട്.

**കൂടിയാട്ടത്തിലെ മഹാനടന്മാർ**

കഴിഞ്ഞ നൂറ്റാണ്ടിലെ നാല് മഹാനടന്മാർ കേരളത്തിന്റെ കൂടിയാട്ട പാരമ്പര്യത്തെ ധന്യമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. അമ്മന്നൂർ ചാച്ചു ചാക്യാർ, പത്മഭൂഷൺ മാണിമാധവ ചാക്യാർ, പത്മഭൂഷൺ അമ്മന്നൂർ മാധവ ചാക്യാർ, പത്മശ്രീ പൈങ്കുളം രാമചാക്യാർ എന്നിവരാണിവർ. ഇവരുടെ കാലഘട്ടത്തിലാണ് കൂടിയാട്ടം ലോക

ത്തിന്റെ ശ്രദ്ധയാകർഷിച്ചത്. അമ്മന്നൂർ കുടുംബത്തിന്റെ തന്നെ ഒരു ശാഖയായ തിരുമുഴിക്കുളത്ത് പത്മശ്രീ മൂഴിക്കുളം കൊച്ചു കുട്ടൻ ചാക്യാരും ഈ കൂടെ ഗണിക്കേണ്ട ഒരു കലാകാരനാണ്. വ്യക്തികൾ എന്നതിലുമുപരി മഹത്തായ ഒരു പാരമ്പര്യത്തെയും ശൈലിയേയും സംരക്ഷിച്ചതിനും നാം ഇവരോട് കൃതജ്ഞതയുള്ളവരാകേണ്ടതാണ്. 1967 - ൽ അന്തരിച്ച അമ്മന്നൂർ ചാച്ചു ചാക്യാർ കൂടിയാട്ട രംഗത്തെ ഇന്നത്തെ തലമുറയുടെ അറിവിൽ ഏററവും പ്രതിഭാശാലിയായ കലാകാരനായിരുന്നു.

**കൂടിയാട്ടം ആധുനിക ലോകത്തിൽ**

1949-ലാണ് പൈങ്കുളം രാമചാക്യാർ ചാക്യാർകൂത്ത് ആദ്യമായി ക്ഷേത്രത്തിന് പുറത്ത് അവതരിപ്പിച്ചത്. 1956- ലാണ് ആദ്യമായി കൂടിയാട്ടം ക്ഷേത്രത്തിന് പുറത്ത് അരങ്ങേറിയത്. കോഴിക്കോട് സാമൂതിരി കോളേജിൽ വച്ച് ആകാശവാണിക്ക് വേണ്ടി പൈങ്കുളം രാമചാക്യാർ ആണ് ആദ്യമായി സുഭദ്രാധനഞ്ജയം കൂടിയാട്ടം അവതരിപ്പിച്ചത്, കൂടിയാട്ട നവോത്ഥാനത്തിന്റെ ചരിത്രം ആരംഭിക്കുന്നത് അവിടം മുതലാണ്. കൂടിയാട്ടത്തിനെ ആധുനിക ലോകത്തിന് പരിചയപ്പെടുത്തുന്നതിൽ വലിയ പങ്ക് വഹിച്ചത് പോളീഷ് അംബാസിഡറായിരുന്ന ക്രിസ്റ്റഫർ ബ്രിസ്കിയാണ്. പോളണ്ടിൽ നിന്ന് ബനാറീസ് ഹിന്ദു യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ ഹിന്ദിയിൽ ഉപരിപഠനത്തിന് എത്തിയതായിരുന്നു ബ്രിസ്കി .അക്കാലത്താണ് മാണി മാധവ ചാക്യാർ മദ്രാസിൽ വച്ച് കേരളത്തിന് പുറത്ത് ആദ്യമായി ഒരു കൂടിയാട്ടം ഡമോസ്ട്രേഷൻ നടത്തിയത്. ഇത് കണ്ട പ്രസിദ്ധ കലാനിരൂപകയായ കപിലാവാത്സ്യായനൻ ഡൽഹിയിലും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഡമോൺസ്ട്രേഷൻ ഏർപ്പാട് ചെയ്തു. ബനാറീസ് ഹിന്ദു യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ ബിരുദാനന്തര പഠന വിദ്യാർത്ഥിയായിരുന്ന ക്രിസ്റ്റഫർ ബ്രിസ്കി ഈ പ്രകടനം കണ്ട് അദ്ദേഹത്തെ ബനാറിസ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലേക്ക് ക്ഷണിച്ചു. തുടർന്ന് കൂടിയാട്ടത്തിന്റെ മാസ്മരികതയിൽ മയങ്ങി അദ്ദേഹം മാണി മാധവ ചാക്യാരുടെ ഭവനത്തിൽ കൂടിയാട്ടം പഠിക്കാനെത്തി. ഒരു സായ്പ് കേരളത്തിൽ താമസിച്ച് കൂടിയാട്ടം പഠിക്കുക എന്നതും ഒരു ചാക്യാർ കൂടിയാട്ടം പഠിപ്പിക്കുക എന്നതും ഒരു ചരിത്ര സംഭവമായിരുന്നു.

കേരള കലാമണ്ഡലത്തിൽ മഹാകവി വള്ളത്തോൾ കൂടിയാട്ടം പാഠ്യവിഷയമായി തിരഞ്ഞെടുത്തത് കൂടിയാട്ട നവോത്ഥാനത്തിലെ ഒരു ചരിത്ര സംഭവമായിരുന്നു. ഈ രംഗത്ത് കുറെയൊക്കെ പുരോഗമനസ്വഭാവമുള്ള പൈങ്കുളം രാമചാക്യാരായിരുന്നു ആദ്യ ഗുരുനാഥൻ. അന്യം നിന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന, അപൂർവ്വം ചില ചാക്യാർ നങ്ങ്യാർ കുടുംബങ്ങളിൽ ഒതുങ്ങി നിന്ന കൂടിയാട്ടത്തെ പുറം ലോകത്ത് എത്തിച്ചത് അദ്ദേഹമായിരുന്നു. തന്റെ മരുമകൻ കൂടിയായ കലാമണ്ഡലം രാമചാക്യാരെ കൂടാതെ കലാ. ശിവൻ നമ്പൂതിരി, കലാ. ഗിരിജ, കലാ.ശൈലജ എന്നീ ആദ്യകാല വിദ്യാർത്ഥികളിൽ മൂന്ന് പേരും ചാക്യാർ, നമ്പ്യാർ സമുദായത്തിന് പുറത്തുള്ളവരായിരുന്നു. ഈ രംഗത്ത് വിപ്ളവകരമായ ഒരു പരിവർത്തനമായിരുന്നു അത്. കേരളത്തിലെ ഒരു കൂത്തമ്പലത്തിലും ക്ഷേത്ര അടിയന്തിരത്തിനും അവർക്ക് വേദികൾ ലഭിക്കുമായിരുന്നില്ല. പൈങ്കുളം രാമചാക്യാർ തനിക്ക് അടിയന്തിരമുള്ള വെങ്ങാനല്ലൂർ ക്ഷേത്രത്തിൽ തന്റെ ശിഷ്യന്മാർക്ക് വേദി നൽകിയത് അക്കാലത്ത് ഒരു ചരിത്ര സംഭവമായിരുന്നു. 1959 -ൽ കലാമണ്ഡലത്തിലെത്തിയ പെൻസിൽവാനിയ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ ക്ലിഫോർഡ് ജോൺസ് നിരവധി വർഷം കേരളത്തിൽ താമസിക്കുകയും കൂടിയാട്ടത്തെയും കൂത്തമ്പലങ്ങളെയും പറ്റി പഠനം നടത്തുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. കൂടിയാട്ടത്തിന്റെ വേഷങ്ങൾ ഇന്ന് കാണുന്ന രീതിയിൽ പരിഷ്കരിക്കുന്നതിൽ പൈങ്കുളത്തിന് അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിർദ്ദേശങ്ങൾ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. പാരീസിൽ നിന്ന് കലാമണ്ഡലത്തിൽ കഥകളി പഠിക്കാനെത്തിയ മിലേന സാൽവിനി

പാരീസിലെ മണ്ഡപ എന്ന സ്ഥാപനത്തിലൂടെ ആദ്യമായി കൂടിയാട്ടത്തെ ഭാരതത്തിന് പുറത്ത് അന്താരാഷ്ട്രിയ തലത്തിൽ അംഗീകാരം നേടുന്നതിൽ വലിയ പങ്ക് വഹിച്ചു. തുടർന്ന് ലോക തിയേറ്റർ രംഗത്ത് കൂടിയാട്ടം ഏറ്റവും ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടുന്ന കലാരൂപവുമായി മാറി.

പൂർണ്ണമായും യാഥാസ്ഥിതികത്വത്തിൽ ഉറച്ച് നിന്ന് കൊണ്ടാണ് എങ്കിലും അമ്മന്നൂർ മാധവ ചാക്യാരും അമ്മന്നർ കുടുംബവും ഈ പാരമ്പര്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിൽ വലിയ പങ്ക് വഹിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇന്ന് കൂടിയാട്ട രംഗത്ത് മുൻനിര കലാകാരന്മാരായ അമ്മന്നൂർ കുട്ടൻ ചാക്യാരും ഉഷാ നങ്ങ്യാരും അവരുടെ ശിഷ്യ പരമ്പരകളും മഹത്തായ സംഭാവനകളാണ് ഈ കലയ്ക്ക് നൽകിയിട്ടുള്ളത് ഈ രംഗത്ത് അമ്മന്നൂർ ചാച്ചു ചാക്യാർ ഗുരുകുലത്തിലൂടെ ഈ ശൈലിയെ നിലനിർത്തി. ലോക തിയേറ്റർ രംഗത്ത് അമ്മന്നൂരിനെ രേഖപ്പെടുത്തിയതിൽ കലാപണ്ഡിതനും കലാകാരനുമായ ശ്രീ. വേണുജിയുടെ നാമം സ്മരണീയമാണ്. തിരുവനന്തപുരത്ത് ശ്രീ. അപ്പുക്കുട്ടൻ നായരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ മൂഴിക്കുളം കൊച്ചുകുട്ട ചാക്യാരുടെ ശിക്ഷണത്തിൽ ആരംഭിച്ച മാർഗ്ഗി കളരിയിലൂടെ മാർഗ്ഗി മധു, മാർഗ്ഗി സജീവ് നാരായണ ചാക്യാർ മാർഗ്ഗി സതി തുടങ്ങിയ പ്രഗത്ഭകലാകാരന്മാരെ സൃഷ്ടിക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. മധു ആരംഭിച്ച മൂഴിക്കുളത്തെ നേപഥ്യ ഇന്ന് നിരവധി യുവകലാകാരന്മാരെ വാർത്തെടുത്തിട്ടുണ്ട്. പുതുതായി ആരംഭിച്ച ശ്രീ. ശങ്കരാചാര്യ സംസ്കൃത സർവ്വകലാശാലയിൽ തിയേറ്റർ വിഭാഗത്തിൽ കൂടിയാട്ട പഠനം കൂടി ആരംഭിച്ചതും മാർഗ്ഗി മധു, ഉഷാ നങ്ങ്യാർ, കലാ. കൃഷ്ണകുമാർ തുടങ്ങിയ പ്രഗത്ഭ കലാകാരന്മാരെ അധ്യാപകരായി നിയമിച്ചതും അക്കാദമിക് തലത്തിൽ കൂടിയാട്ടത്തിന് ലഭിച്ച അംഗീകാരമായിരുന്നു. ഇക്കാര്യത്തിൽ നാം കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത് ഡോ. കെ. ജി. പൗലോസിനോടാണ്. ഈ സ്ഥാപനങ്ങളിലൂടെ കൂടിയാട്ടം ദീർഘകാലം അഭ്യസിച്ച് പുറത്തു വന്ന നിരവധി യുവകലാകാരന്മാർ ഈ കലയുടെ ഭാവിയെപ്പറ്റി ഉറപ്പുവരുത്തുന്നു

ക്രിസ്റ്റഫർ ബ്രിസ്കിയുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാശം 1986 -ൽ തൃപ്പൂണിത്തുറയിൽ വെച്ച് ഡോ. കെ. ജി. പൗലോസിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ രൂപം കൊണ്ട ഇന്റർനാഷണൽ സെൻറർ ഫോർ കൂടിയാട്ടം എന്ന സംഘടന, കൂടിയാട്ടം നിലനിൽക്കണമെങ്കിൽ പുതിയ ഒരു ആസ്വാദകസമൂഹത്തെ വളർത്തിയെടുക്കേണ്ടതാണ് അടിയന്തിരമായ ആവശ്യം എന്ന് മനസ്സിലാക്കി, ഈ രംഗത്ത് സജീവമായി പ്രവർത്തിക്കുകയും പരിശീലനക്ലാസുകളിലൂടെയും ഗ്രന്ഥങ്ങളിലൂടെയും പ്രതിമാസ പരിപാടികളിലൂടെയും കൂടിയാട്ടത്തെ ജനങ്ങളിലെത്തിക്കുന്നതിൽ വിജയിക്കുകയും ചെയ്തു.

**കൂടിയാട്ടത്തിന്റെ ഭാവി**

അമ്പത്വർഷം കൊണ്ട് കൂടിയാട്ടം ലോകത്തിന്റെ ശ്രദ്ധയാകർഷിച്ചു കഴിഞ്ഞു. അഭിനയകലയുടെ പൂർണ്ണതക്കായി ഇന്ന് ലോകം ഉറ്റുനോക്കുന്നത് കേരളത്തിലേക്കാണ്. ചുരുക്കം ചില കൂത്തമ്പലങ്ങളിൽ ഒരു ചെറിയവിഭാഗം ആസ്വാദകരിൽ നിന്ന് കൂടിയാട്ടം ഇന്ന് യുനെസ്കോവിന്റെ അംഗീകാരം നേടുന്ന തലത്തിലേക്ക് ഉയർന്നു കഴിഞ്ഞു. അത്യന്തം സാമ്പത്തിക ക്ലേശങ്ങൾ നിറഞ്ഞ കാലഘട്ടത്തിലും ഏറ്റവും ചെറിയ ഒരു സമുദായം ആയിരത്തിലധികം വർഷങ്ങളായി ഈ അഭിനയ വിസ്മയത്തെ സംരക്ഷിച്ചുപോന്നു. ദിവസങ്ങളോളം നീണ്ടുനിന്ന കൂടിയാട്ടത്തിന്റെ ആഖ്യാന രീതിക്ക് ഇക്കാലത്ത് പ്രസക്തി നഷ്ടപെട്ടിരിക്കുന്നു. നാടകാംശത്തിന് പ്രാധാന്യം നൽകുന്ന മൂന്ന് മണിക്കൂർ നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന ഒരു അവതരണരീതിക്കാണ് ഇന്ന് കൂടുതൽ സാധ്യത. ശ്രീ. വേണുജി കൂടിയാട്ടത്തിന്റെ ചട്ടക്കൂടിൽ ഒതുക്കാൻ വിഷമമുള്ള ശാകുന്തളത്തെ നാലു ദിവസം കൊണ്ടും പിന്നീട് ഒരു ദിവസം അഞ്ചു മണിക്കൂർ കൊണ്ടും മൃച്ഛകടികം മൂന്ന് മണിക്കൂർ കൊണ്ടും അവതരിപ്പിച്ചത് സഹൃദയശ്രദ്ധ പി

ടിച്ചു പറ്റി. പക്ഷേ വിസ്തരിച്ചുള്ള നിർവ്വഹ ണം ഒഴിവാക്കിയാൽ കൂടിയാട്ടത്തിന്റെ അടി ത്തറ നഷ്ടപ്പെടുകയാവും ഫലം

**ഇന്നത്തെ അടിയന്തിരമായ ആവശ്യം**

ലോകോത്തരമായ ഈ മഹത്തായ പൈതൃ കത്തെ സംരക്ഷിക്കേണ്ട കടമ ഈ കലക്ക് ജന്മം നൽകിയ കേരളത്തിനുണ്ട്. പക്ഷേ കേര ളത്തി ൽ 99 ശതമാനം ജനങ്ങളും ഈ കല ഒരിക്കൽ പോലും കാണാത്തവരാണ്. യുനെ സ്കോ അംഗീകരിച്ചെങ്കിലും കേരളം ഇന്നേവ രെ ഈ കലയെ വേണ്ടവിധം സ്വീകരിച്ചി ട്ടില്ല. കലാകാരനെപ്പോലെ തന്നെ കലാസ്വാ ദകനെയും ആശ്രയിച്ചാണ് ഒരു കലയുടെ നിലനിൽപ്പ്. അതിനാൽ അടിയന്തിരമായ ആവശ്യം ആസ്വാദകരെ സൃഷ്ടിക്കലാണ്. ആസ്വാദകർ ഉണ്ടാകണമെങ്കിൽ കലാപഠന ത്തോടൊപ്പം അരങ്ങുകളും സൃഷ്ടിക്കപ്പെട ണം. കേന്ദ്ര സംഗീത നാടക അക്കാദമിയാണ് ഇക്കാര്യത്തിൽ കുറെയൊക്കെ പ്രോത്സാഹനം നൽകുന്നത്. കേന്ദ്രസംഗീതനാടകഅക്കാദമി യുടെ കീഴിൽ തിരുവനന്തപുരത്ത് പ്രവർത്തി ക്കുന്ന കൂടിയാട്ട കേന്ദ്രം എന്ന സ്ഥാപനം ഈ രംഗത്ത് സ്തുത്യർഹമായ പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് നടത്തിവരുന്നത്. എന്നാൽ ഇക്കാര്യത്തിൽ പ്ര ധാന ചുമതലക്കാരായ കേരള സംഗീത അക്കാ ദമിയുടെ മൗനം ഖേദകരമാണ്. ■

---

(28-ാം പേജിന്റെ തുടർച്ച...)

എല്ലാവരും നിന്നെ കാത്തിരിക്കുന്നു. കൃശാ നുവും ഉണ്ട്. അദ്ദേഹം പശ്ചാത്താപത്തോടെ നിന്നെ കൂട്ടിക്കൊണ്ടുപോകാൻ വന്നതാണ്. അൽപനേരം ഒന്ന് ചിന്തിച്ചു. പിന്നെ ഞാൻ

തൊഴുതുകൊണ്ട് അച്ഛനോട് പറഞ്ഞു. 'പി താവേ ക്ഷമിക്കണം എന്റെ സാന്നിധ്യം അങ്ങേ ക്ക് ഒരുപാടു സഹായകമായിരുന്നുവെന്നറിയാം. എന്നാലും ഇനി ഒരു ആശ്രമജീവിതമോ, കു ടുംബ ജീവിതമോ സ്വീകരിക്കാൻ എനിക്കാവി ല്ല. ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ എന്നെ ഒരുപാട് മാ റ്റിയിരിക്കുന്നു. ഞാനെന്റെ മനസ്സിനെ പുതിയ ഒരു മേഖലയിലേക്ക് പാകപ്പെടുത്തുകയാണ്.

ദൈവജ്ഞനായ അച്ഛൻ, ചോദ്യരൂപത്തിൽ എന്നെ നോക്കി. ഞാൻ തുടർന്നു... "എനിക്ക് കൂടുതൽകൂടുതൽ വേദമന്ത്രങ്ങൾ കണ്ടെത്ത ണം. വേദദേവതകളെക്കുറിച്ച് അറിയണം. ഋ ഗ്വേദമന്ത്രങ്ങളിൽ ശാസ്ത്രതത്ത്വങ്ങൾ ഒളിച്ചി രിക്കുന്നുവെന്ന് ലോകത്തോട് വിളിച്ചുപറയണം. അതിൽ പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുള്ള ജീവജാലങ്ങളു ടെ മഹിമകൾ മനസ്സിലാക്കണം. ഓരോ ഔ ഷധിയിലും മരുന്നും, വിഷവും, പോഷകങ്ങ ളും അടങ്ങിയിട്ടുണ്ടെന്ന് തെളിയിക്കണം. വി ഷ ബാധയൊഴിക്കുന്ന ഔഷധികളും, വിഷമാ യിമാറുന്ന സസ്യലതാദികളും ഉണ്ടെന്ന് ലോ കത്തെ അറിയിക്കണം. ദൈവാജ്ഞനായ അച്ഛനോട് ഇതൊന്നും പറഞ്ഞറിയിക്കേണ്ട തില്ല". ഞാൻ തുടർന്നു. 'ഇനിയെന്റെ ശിഷ്ടകാ ലം ഇതൊക്കെ അറിയാനും അറിയിക്കാനും പ്രചരിപ്പിക്കാനും വേണ്ടിയാണ്. എനിക്കാവ ശ്യം ഏകാന്തത. ഈ നിബിഡവനത്തിലെ ഈ വള്ളിക്കുടിലിൽ ശിഷ്ട ജീവിതം. ഇപ്പോൾ ഞാൻ യഥാർത്ഥ "അപാല"യായി പാലിക്കാൻ എനിക്കിനി ആരും വേണ്ട. സ്വയം പാലിക്കാൻ കഴിവുള്ള അപാല. ശുഭാത്രേയി എന്ന അ പാല. മൈത്രേയി, ഗാർഗി, ലോപാമുദ്ര എന്നി വരെപ്പോലെ അറിവുതേടിയലയുന്ന ബ്രഹ്മവാ ദിനിയായ അപാല.

(തുടരും.....)

---

**2025 ഒക്ടോബർ മാസം അന്തരിച്ച കരയോഗാംഗത്തിന് ആദരാഞ്ജലികൾ**

**സി. ഡി. നായർ**
**(L/ 2680)**
മറ്റത്തിൽ ഹൗസ്,
മഠത്തുംപടി പി. ഒ
തൃശൂർ

# ആത്മഹത്യയും, നിവാരണ മാർഗ്ഗങ്ങളും

ഡോ. കെ. പ്രസന്നകുമാർ-9847083626

കേരളത്തിൽ ഏതാണ്ട് ഒരു വർഷം മുപ്പതുലക്ഷത്തോളം ആത്മഹത്യകൾ നടക്കുന്നതായാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

അതിന് കാരണങ്ങൾ പലതാണ്. കാൻസർ തുടങ്ങിയ മാറാരോഗങ്ങളും, ജോലിയില്ലായ്മയും, മാനസിക വിഭ്രാന്തിയും മറ്റും മുഖ്യകാരണങ്ങളാണ്. വിഷാദരോഗികൾ മറ്റുള്ളവരെക്കാൾ ഏതാണ്ട് ഇരുപത് ഇരട്ടിയോളം ആത്മഹത്യചെയ്യുന്നതായി കാണുന്നുണ്ട്.

മാനസികരോഗികളിൽ പലരും ആത്മഹത്യയോ, ആത്മഹത്യാശ്രമമോ നടത്തിയിരുന്നതായി കാണുന്നു. സ്ത്രീകളിൽ ആത്മഹത്യാപ്രവണത പുരുഷന്മാരേക്കാൾ കൂടുതലായി കണ്ടു തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. കുടുംബനാഥൻ മദ്യപാനത്തിലേക്ക് (മദ്യപാനാസക്തി) മാറിയാൽ-സ്ത്രീകളിൽ ആത്മഹത്യാപ്രേരണ ഉടലെടുക്കാറുണ്ട്. അതുപോലെ തന്നേ വിവാഹമോചനവും വൈധവ്യവും.

ചെറുപ്പക്കാരിൽ പ്രേമനൈരാശ്യവും, മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളും, നിരാശയും, നിസ്സഹായതയും - ആത്മഹത്യയിലേക്കുള്ള വഴിതെളിക്കും. ആത്മഹത്യാപ്രവണതകൾ ജീവിതത്തിന്റെ പല ഘട്ടങ്ങളിലായി കാണപ്പെടുന്നു.

**ശൈശവം**: കുട്ടികളോടുള്ള മാതാപിതാക്കളുടെ സമീപനം വളരെ ആർദ്രതയോടുകൂടി ആയിരിക്കണം. പിഞ്ചുമനസ്സിന് ഏതെങ്കിലും വിധം മുറിവുണ്ടാകാതിരിക്കാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം

**കൗമാരം:** കൗമാരപ്രായത്തിൽ - കുട്ടികളോടുള്ള സമീപനം - ഏറ്റവും സൂക്ഷിച്ചുതന്നെ ആയിരിക്കണം. ആരോഗ്യകരമായ അന്തരീക്ഷവും, സ്നേഹനിർഭരമായ മനോഭാവവും അവരെ നമ്മളോട് കൂടുതൽ അടുത്തുപെരുമാറുവാൻ തല്പരരാക്കിക്കൊള്ളും.

**മധ്യവയസ്കരിൽ:** ജോലി സംബന്ധമായ സമ്മർദ്ദങ്ങളും, സാമ്പത്തിക പ്രശ്നങ്ങളും പൊതുവേ അലട്ടികൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ, അവരോടുള്ള സമീപനവും ഉഷ്മളമായിരിക്കണം. പ്രതികൂല സാഹചര്യങ്ങളെ അഭിമുഖീകരിക്കാൻ കുടുംബത്തിലുള്ളവരുടെ സഹകരണം അത്യാവശ്യമായിരിക്കും.

പ്രായമായവർക്ക് പലവിധ ചുറ്റുപാടുകളും അലോസരമായി തോന്നിയേക്കാം. ഇവർക്ക് ഒറ്റപ്പെടൽ അനുഭവപ്പെടാതെയിരിക്കുവാൻ- മറ്റുള്ളവർ ജാഗ്രത പുലർത്തണം. കൂട്ടുകുടുംബങ്ങളും മറ്റുമുണ്ടായിരുന്നപ്പോൾ അവരുടെ സ്ഥാനം വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ടതായിരുന്നു. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ - മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നുള്ള സ്വയം പിന്മാറൽ - അകൽച്ച തുടങ്ങിയും. മാറാരോഗങ്ങളും, ആത്മഹത്യക്ക് സ്വയം പ്രേരകമായി ഭവിക്കുന്നുണ്ട്.

ആത്മഹത്യാനിവാരണത്തിന്, സമൂഹത്തിൽ എല്ലാ തുറകളിൽ നിന്നും, പ്രചോദനവും, സഹകരണവും ആത്മാർഥമായ സമീപനവും ആവശ്യമാണ്. സമൂഹത്തിന് ആത്മഹത്യമൂലം ഉണ്ടാകുന്ന കഷ്ടനഷ്ടങ്ങളുടെ ആഴം കണക്കിലെടുത്താൽ മനസ്സിലാകും മാനസിക രോഗത്തിനുള്ളചികിത്സയുടെ പ്രാധാന്യം എത്ര വലുതാണെന്ന്.

മനോരോഗത്തിന്റെ പടർന്നുപിടിത്തത്തിൽ നിന്നും സമൂഹത്തെ രക്ഷിക്കുവാൻ ഏറ്റവും ആവശ്യമായ നയപരിപാടികൾ നിർമ്മിക്കുകയും, പ്രത്യേക ചികിത്സാമാർഗ്ഗങ്ങൾ പ്രയോഗികമാക്കുവാനും, അതിന് സഹായിക്കുവാ

നുള്ള ആരോഗ്യരക്ഷാസംഘത്തേയും, ഉപ ദേശക സംഘത്തേയും, ആദ്ധ്യാത്മികാചാര്യ ന്മാരെയും പണ്ഡിതന്മാരേയും ചേർത്തുള്ള ഒ രു സമതി രൂപവൽക്കരിക്കേണ്ടതുമാണ്. ഇ തിനൊക്കെ ഉപരിയായി സംശയം തോന്നുന്ന വരുടെ കാര്യത്തിൽ അപ്പപ്പോൾ വേണ്ടുന്ന ഉപ ദേശങ്ങളിലൂടെ - അവരെ ആത്മഹത്യാചിന്ത കളിൽ നിന്നും പിൻതിരിപ്പിക്കേണ്ടതുമാണ്.

പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ആത്മഹത്യാശ്രമങ്ങ ളിൽനിന്നും രക്ഷിക്കുവാൻ N.G.O കളുടെ (Non Govenmental Organisation) പ്രത്യേക പ്ര വർത്തന ശൃംഖലകൾ നാട്ടിലുടനീളം പ്രവർ ത്തിച്ചു തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. Samaritan Movement എന്ന ഒരു International Movement – ന് ഏതാണ്ട് ആയിരത്തോളം Centers പല രാജ്യങ്ങളിലുമാ യിട്ടുണ്ട്. അവർക്ക് ഹൈദരാബാദിലും, ചെ ന്നൈയിലും ശാഖകളുണ്ട്. ചെന്നൈയിൽ 'സ് നേഹ' എന്നപേരിലും, ബാംഗ്ലൂരിൽ 'വിമോച ന' എന്നപേരിലും 'സഞ്ജീവിനി' എന്നപേരിൽ ന്യൂഡൽഹിയിലും, 'തണൽ' എന്നപേരിൽ കോ ഴിക്കോട്ടും, 'മൈത്രി' എന്നപേരിൽ എറണാകു ളം, തൃശൂർ എന്നിവിടങ്ങളിലും 'ത്രാണ' എന്ന പേരിൽ തിരുവനന്തപുരത്തും പ്രവർത്തിക്കുന്നു. K.S.A.C.S (Kerala State Aids Control Socity) ആത്മ ഹത്യാനിവാരണ മാർഗ്ഗങ്ങളും ആത്മഹത്യാ ശ്രമത്തിൽ നിന്നും രക്ഷ പ്രാപിച്ചവരെ, പുന രധിവസിപ്പിക്കുന്നതിനുമായി അനേകം പ്രവ ർത്തനങ്ങൾ സുത്ര്യത്യർഹമായി നടത്തിവരു ന്നുണ്ട്. ആത്മഹത്യാശ്രമത്തിൽ നിന്നും ഉണ്ടാ കുന്ന അപമാനത്തിൽനിന്നും മോചനം ലഭി ക്കാനും, കുട്ടികൾക്കും, സ്ത്രീകൾക്കും കൗ ൺസിലിംഗ് നടത്തി അവർക്ക് പുതിയ മാർ ഗ്ഗദർശ്ശനങ്ങളും നൽകി വരുന്നുണ്ട്.

"Suicid Prevention Centers" Telephone helplines are all very useful. ■

---

# 08-ാം ചരമവാർഷികം

## 25.11.2025

**വിമല കൃഷ്ണൻ**

എഴുത്തുള്ളിൽ, രവിപുരം

***സന്തപ്ത കുടുംബാംഗങ്ങൾ***

---

**മിനിക്കഥ**

**ഉണ്ണി വാരിയത്ത് - 9867179480**

# ഭംഗി

എന്തുകണ്ടാലും അവൻ പറയും 'ആഹാ! എന്താ ഒരു ഭംഗി!' അതുപോലെ, ആരെ കണ്ടാലും അവൻ അങ്ങനെ പറയും. അത് പക്ഷേ ഭംഗിവാക്കായിരുന്നു. എന്തായാലും, അവന് പലതും നേടാ ൻ കഴിഞ്ഞു ആ ഭംഗിവാക്കുകൊണ്ട്.

അവനെപ്പോലെ പലരുമുണ്ട്. അ പ്പോൾ, സത്യത്തിനാണോ അഭംഗി? ഒരിക്കലുമല്ലല്ലോ.

# അനഭിമതനായി ശകുനി

ഡോ. രാജേശ്വരി കുഞ്ഞമ്മ – 9388382009

മഹാഭാരതം എന്ന ഇതിഹാസ കാവ്യത്തിൽ ആദ്യന്തം സങ്കീർണ്ണമായ, സംഭവബഹുലമായ, കാലഘട്ടത്തിനനുസൃതമായി മനുഷ്യൻ മനസ്സിലാക്കേണ്ട സ്വഭാവ വൈശിഷ്ട്യങ്ങളുടെ നേർ പ്രതിഫലനമാണ് വ്യാസൻ ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. അവിടെ നന്മയുണ്ട്, തിന്മയുണ്ട് ഇത്തരത്തിലുള്ള, ഇപ്പോഴും നമ്മുടെ ചുറ്റിനും കാണാൻ കഴിയുന്ന വ്യക്തിത്ത്വങ്ങളാണവർ. ഇവയൊക്കെ മനസ്സിലാക്കി മനുഷ്യനെ ജീവിത യാഥാർത്ഥ്യവുമായി പൊരുത്തപ്പെട്ടുപോകണമെന്ന ഉദ്ദേശവും വ്യാസനുണ്ടായിരുന്നിരിക്കാം. വർഷങ്ങൾക്ക് മുൻപ് വ്യാസൻ ചിത്രീകരിച്ച വ്യക്തികൾക്കുണ്ടായിരുന്ന സ്വഭാവവ്യതിയാനകൾ ഇന്ന് നമ്മൾ കാണുന്ന പലരിലും ഉള്ളതാണല്ലോയെന്ന് നാം ചിന്തിച്ചുപോകുന്നതിന് ഉദാഹരണമാണ്. കൗരവരാജാവായ ധൃതരാഷ്ട്രരുടെ ഭാര്യാസഹോദരനും ഗാന്ധാര രാജകുമാരനുമായിരുന്ന ശകുനിയെന്നറിയപ്പെട്ടിരുന്ന, പിന്നീട് ഗാന്ധാര രാജാവായി തീർന്ന വ്യക്തിത്വം. പുത്രസ്നേഹത്താൽ അന്ധരായിമാറുന്ന ഭരണാധികാരികളും, ചതിയിലൂടെ പണം നേടുന്നവരും, മറ്റുള്ളവരെ വഞ്ചിച്ച് പണമുണ്ടാക്കുന്നവരും തമ്മിൽ തമ്മിൽ കൂട്ടിയടിപ്പിക്കുന്നവരും, പരസ്പര ബഹുമാനമില്ലാതെ സ്വാർത്ഥതാല്പര്യങ്ങൾക്കുവേണ്ടി എന്തും ചെയ്യാൻ മടിയില്ലാത്തവരുമായ ജനസമൂഹത്തേയും നാം കാണാറില്ലേ. ഇവിടെ പ്രതികാരവാഞ്ഛയുടെ പേരിൽ ഒരു കുലം തന്നെ ഇല്ലാതാക്കിയ ശകുനിയുടെ പേരുതന്നെ പലപ്പോഴും ഒരു പര്യായമായി ഉപയോഗിക്കാറില്ലേ?

ആരാണീ ശകുനി? ശകുനി എന്ന കഥാപാത്രം വ്യാസസൃഷ്ടിയാണ് ജൈനമതവിശ്വാസത്തിലെ ചില കഥകളിലും, ദൃശ്യമാധ്യമങ്ങളിൽ ചിത്രീകരിച്ചപ്പോഴും ശകുനിയെ പല വ്യാഖ്യാനങ്ങളിലൂടെ നമ്മൾ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. ഈ കഥാപാത്രത്തിന്റെ പല പ്രത്യേകതകളും ഗാന്ധാര രാജ്യവും ധൃതരാഷ്ട്രരും തമ്മിലുള്ള പകയും മറ്റും പലരീതിയിൽ വ്യാഖ്യാനം നടന്നിട്ടുണ്ട്.

ശന്തനു മഹാരാജാവിൽ നിന്നും തുടങ്ങുന്ന കഥ സത്യത്തിനും ധർമ്മത്തിനും വേണ്ടി നിലകൊള്ളുന്നുവെന്ന് പറയാം. എങ്കിലും ചതിയും, വഞ്ചനയും, ശാപവും കയ്യൂക്കും, കാപട്യവും ഒക്കെയുള്ള സമകാലീന പ്രവർത്തികളെക്കുടി നമുക്കീഗ്രന്ഥത്തിൽ പലയിടത്തും കാണാം. ശന്തനുവിന് സത്യവതിയെ വിവാഹം കഴിക്കുവാൻ വേണ്ടി ഗംഗാദത്തന് ചെയ്യേണ്ടിവന്ന ശപഥം തുടങ്ങിയ നീതിനിഷേധങ്ങൾ. സത്യവതിയുടെ തലമുറയ്ക്ക് രാജ്യഭാരം ഏൽക്കേണ്ടിവരേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത, അവസാനം ആ പുത്രന്മാർ ചിത്രാംഗദനും, വിചിത്രവീരനും മരണപ്പെട്ടതും, ഇവിടെ വിചിത്രവീര്യന്റെ വിവാഹത്തിന് വേണ്ടി ഭീഷ്മർ ബലാൽക്കാരമായി കൊണ്ടുവന്ന അംബ ഒഴികെ അംബികയും, അംബാലികയും വിവാഹത്തിന് സമ്മതിച്ചുവെങ്കിലും കുട്ടികൾ ജനിച്ചില്ല. വിചിത്രവീര്യന്റെ മരണശേഷം തലമുറയില്ലാതെ വന്നപ്പോൾ വ്യാസനിലൂടെ തലമുറ ജനിക്കുകയും ചെയ്തു. അങ്ങനെ ധൃതരാഷ്ട്രരും, പാണ്ഡുവും, വിദുരരുമൊക്കെ ചേർന്ന് കുടുംബം അതിന്റെ വളർച്ചയും പതനവും ഒക്കെ നടക്കുമ്പോൾ ധർമ്മവും അധർമ്മവും ഒക്കെ പ്രതിഫലിച്ചുകാണാം.

അന്ധനായ ധൃതരാഷ്ട്രർക്ക് വിവാഹം കഴിക്കാൻ ആലോചനകൾ നടക്കുന്ന സമയത്ത് ഗാന്ധാരീപുത്രിക്ക് 100 പുത്രന്മാർ ജനിക്കുമെന്നുള്ള വരം ലഭിച്ചതായറിഞ്ഞ് അവരുടെ സ്വയംവര ഹാളിൽ ഭീഷ്മർ എത്തി. തന്റെ പരമ്പര നില

നിർത്താനുള്ള ഉദ്ദേശത്താൽ ഭീഷ്മർ ഗാന്ധാര രാജാവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു. പക്ഷേ അന്ധനായ ധൃതരാഷ്ട്രർക്ക് തന്റെ മകളെ വിവാഹം ചെയ്തു കൊടുക്കാൻ മടിയായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന്. എന്നാൽ ഭീഷ്മരുടെ ശക്തി, അവരുടെ ധാർമ്മികചിന്ത ഇവയെല്ലാം കണക്കിലെടുത്ത് വിവാഹം നടത്തി. ഭർത്താവ് അന്ധനാണെന്നറിഞ്ഞ ഗാന്ധാരി മറ്റൊന്നും ആലോചിക്കാതെ തന്റെ കണ്ണും മൂടിക്കെട്ടി. ഗാന്ധാരിയുടെ സഹോദരനാണ് ശകുനി.

ഗാന്ധാരദേശത്തെ രാജാവായിരുന്ന സുബലന്റെയും സുധർമ്മയുടെയും പുത്രനായിരുന്നു ശകുനി. ശകുനിയുടെ ബാല്യകാല കഥകളൊന്നും വ്യാസൻ വിശദമായി വിവരിക്കുന്നില്ലായെങ്കിലും ശകുനിയിൽ കണ്ട കുടില സ്വഭാവം ആധുനിക മനഃശാസ്ത്രത്തിൽ പറയുന്നതുപോലെ ബാല്യകാലസ്വഭാവം ഒരു പരിധി വരെ സ്വാധീനിച്ചിരിന്നുവെന്ന് കാണാം. അന്ധനായ ഒരു വ്യക്തിക്ക് സ്വന്തം സഹോദരിയെ വിവാഹം കഴിച്ചുകൊടുക്കുന്നതിലുള്ള അമർഷം പക്ഷേ ഭീഷ്മരെപോലെയുള്ള ഒരു യോദ്ധാവിന്റെ മുൻപിൽ പിടിച്ചു നിൽക്കാനുള്ള കഴിവുമില്ല. രാജാവ് മുതിർന്നത് ഹസ്തിനപുരത്തിന്റെ പ്രൗഢിയും ഭീഷ്മരുടെ മഹത്വവുമൊക്കെ ആയിരിക്കാമെന്നുള്ള ചിന്തയും, സഹോദരിയോടുള്ള സ്നേഹവും, അതോ പ്രതികാരത്തിനായാണോ എന്തായാലും ശകുനിയും ഹസ്തിനപുരത്തേക്ക് പുറപ്പെട്ടു. ആദിപർവ്വത്തിൽ വൈശമ്പായനൻ പറയുന്നത് 'ഭർത്താവിനോടുള്ള ബഹുമാനവും സ്നേഹവും കൊണ്ട് ഗാന്ധാരി കണ്ണുമൂടികെട്ടിയെന്നും ഗാന്ധാര പുത്രൻ ശകുനി സുന്ദരിയായ തന്റെ സഹോദരിയെ ധൃതരാഷ്ട്രർക്ക് നൽകിയെന്നുമാണ്' ശകുനി ധാരാളം വിലപിടിപ്പുള്ള സാധനങ്ങൾ നൽകിയതിന് ശേഷം ഗാന്ധാരത്തേക്ക് മടങ്ങിയെന്നുമാണ് വിവരിക്കുന്നത്.

ശകുനിയുടെ സഹോദരി ഗാന്ധാരിക്ക് രണ്ടു വിവാഹമെന്ന യോഗമുണ്ടായിരുന്നുവെന്നും അതുകൊണ്ട് ആടിനേയോ, വാഴയേയോ വരനായി സങ്കല്പിച്ച് ഒരു വിവാഹം നടത്തിയാൽ ദോഷത്തെ പരിഹരിക്കാമെന്ന് അക്കാലത്ത് വിശ്വാസം ഉണ്ടായിരുന്നുവെന്നും ഇതെറിഞ്ഞ ധൃതരാഷ്ട്രർക്ക് ഗാന്ധാര രാജാവിനോട് ദേഷ്യമുണ്ടായിരുന്നുവെന്നുമുള്ള ചില കഥകൾ പറഞ്ഞു കേൾക്കുന്നുണ്ട്. ഒരു കാര്യം നമുക്കറിയാം. സുന്ദരിയും വിദൂഷകയുമായിരുന്ന സ്വന്തം സഹോദരിയെ കുടുംബ മഹത്വമവതരിപ്പിച്ച് ഭീഷ്മർ അന്ധനായ ധൃതരാഷ്ട്രർക്ക് ഭരണം പോലും തന്റെ പുത്രന്മാർക്കു ലഭിക്കുമെന്ന വിശ്വാസമില്ലാതിരുന്ന സമയത്ത് വിവാഹം കഴിച്ചു കൊടുത്തുവെന്നത് സഹോദരനെന്ന നിലയ്ക്ക് ശകുനിയിൽ പ്രതികാരവും ദേഷ്യവും ഉണ്ടാക്കി കാണുമെന്നതിൽ സംശയമില്ല. ശകുനിക്ക് ഭീഷ്മരോട് പ്രതികാരം ചെയ്യാൻ താൻ ശക്തനല്ലായെന്നുമറിയാമായിരുന്നു. അതേപോലെ തന്നെ കണ്ണുമൂടിക്കെട്ടി ഭർത്താവിന്റെ അന്ധതക്ക് കൂട്ടുനിന്ന് സ്വന്തം ജീവിതവും മക്കളുടെ ജീവിതവും നശിപ്പിക്കുകയാണോ സഹോദരി ചെയ്യുന്നതെന്നുള്ള തോന്നലുമുണ്ടായിരുന്നിരിക്കാം. ധൃതരാഷ്ട്രർക്ക് ഗാന്ധാര രാജാവിനോട് നല്ല ബന്ധമില്ലായിരുന്നുവെന്ന് പറയപ്പെടുന്നുവെങ്കിൽ ശകുനിയുടെ പ്രധാനശത്രു ഭീഷ്മരും ധൃതരാഷ്ട്രരുമാണെന്നു കാണാം. വാസ്തവത്തിൽ പാണ്ഡവരോട് ശത്രുതയുണ്ടോ?

കൗരവർ നശിക്കണമെങ്കിൽ ആഭ്യന്തര കലഹം മാത്രമേ സാധിക്കുകയുള്ളു. പാണ്ഡവർ കൗരവരേക്കാൾ ശക്തരാണ്. അവർ രാജ്യം പിടിച്ചെടുക്കുമോ ആദ്യം പാണ്ഡവരായിരുന്നല്ലോ രാജപദവി അലങ്കരിച്ചിരുന്നത്. ഇങ്ങനെയുള്ള ചിന്തകൾ ശകുനിയെ അസ്വസ്ഥമാക്കിയെന്നതും ഒരു പരിധിവരെ കണക്കാക്കാം. ചെറുപ്പത്തിൽ തന്നെ ദുര്യോധനനെ സ്വന്തം അധീനത്തിലാക്കി കൗരവരും പാണ്ഡവരും തമ്മിൽ ശത്രുതയുണ്ടാക്കാൻ ശകുനി ശ്രമിച്ചിരുന്നതായി ക്കാണാം. ഗാന്ധാരിക്ക് മക്കളുണ്ടാകുന്നതിന് മുൻപ് കുന്തിക്ക് പുത്രൻ ജനിച്ചിരുന്നു. ഇതിൽ ദുഖിതയായ ഗാന്ധാരി വിദുരരെ സമീപിച്ചു സങ്ക

ടം പറഞ്ഞതായും കാണുന്നുണ്ട്. ധൃതരാഷ്ട്രർ അന്ധനായിരുന്നതുകൊണ്ട് രാജ്യകാര്യങ്ങളിൽ പലതും ഭീഷ്മരും വിദുരരുമാണ് നടത്തിയിരുന്നത്. ഇവയെല്ലാം എടുത്തുകാട്ടി ദുര്യോധനനിൽ അമർഷം ഉണ്ടാക്കാൻ ശകുനിക്കു കഴിഞ്ഞു. ഭീമന് കാളകൂടവിഷം കൊടുത്തതും അവസാനം അതിൽ നിന്നെല്ലാം രക്ഷപെട്ട് ഭീമൻ നാഗരസം കുടിച്ച് ശക്തനുമായ കഥയിൽ ദുര്യോധനന് കുടിലബുദ്ധികൾ ഉപദേശിച്ചതൊക്കെ ഒരു പക്ഷെ മാതുലനായ ശകുനി ആയിരുന്നിരിക്കാം. കുടിലബുദ്ധിയുടെ എല്ലാ അവകാശവും ശകുനിക്കുള്ളതാണ്. അരക്കില്ലത്തിൽ പാണ്ഡവരെ നശിപ്പിക്കുവാനുള്ള ദുര്യോധനന്റെ ബുദ്ധിയും ദുര്യോധനന്റെ മാത്രമല്ലയെന്നു നമുക്ക് തോന്നും. ഇതുപോലെയുള്ള ഓരോ കുടില പ്രവർത്തിയുടെ പിന്നിലും പ്രവർത്തിച്ചിരുന്ന ബുദ്ധി ശകുനിയുടെതായിരുന്നു.

ദുര്യോധനനെ സ്നേഹിച്ചിരുന്നുവെങ്കിലും കൗരവസഭയുടെ, ധൃതരാഷ്ട്രരുടെ വംശനാശമായിരുന്നോ ശകുനിയുടെ ഉദ്ദേശമെന്ന് പലപ്പോഴും സംശയിക്കേണ്ടിവരും മഹാഭാരതം കിളിപ്പാട്ടിൽ

"സംത്സഗമേറെയുള്ള പാണ്ഡവന്മാരോടൊരു മത്സര
മുണ്ടായ് വന്നു ധാർത്ത രാഷ്ട്രന്മാർക്കുള്ളിൽ...
പാമ്പിനെ കൊണ്ടുകടിപ്പിച്ചാർ കൊല്ലുവാന വാറാമ്പുപണി
ചെയ്തലതു പറഞ്ഞാലോടുങ്ങുമോ ബന്ധുവായ്
ശകുനിയും കർണ്ണനുമവർക്കുണ്ട് കുന്തി
തൻ തനയന്മാർക്കീശ്വര-ൻതാനുമുണ്ട്"

എന്ന് സംഭവ പർവ്വത്തിൽ പറയുന്നതിൽ നിന്നും ഇതിന്റെയെല്ലാം പുറകിലെ ശക്തി ആരെന്നും മനസിലാക്കാം.

അരക്കില്ലത്തിൽ പാണ്ഡവരെ തീർക്കാമെന്ന് വിചാരിച്ച കൗരവർ ദുഃഖിതരായി. അതുപോലെ പാഞ്ചാലിയെ പാണ്ഡവർ വിവാഹം ചെയ്തതറിഞ്ഞ പ്പോൾ ഇനിയെങ്ങനെ അവരെ നശിപ്പിക്കുമെന്നാണ് അടുത്ത ചിന്ത. 'അന്നേരം ശകുനിയും പറഞ്ഞാനിവരെ നാമിന്നിനിയൊടുക്കേണെമേ ഏതുമേ മടിയാതെ
പാർത്തോളം പിഴയത്രേ നമുക്കെന്നറിഞ്ഞാലും
കീർത്തിയുണ്ടായി വന്നിവർക്കിന്നിതുമൂലം
അല്പവീര്യവാനാകും പാഞ്ചാലനാശ്രയമായി-
പ്പോഴിപ്പാണ്ഡവരവിടെ വസിക്കുന്നു.

ഇത്തരം കുടില വാക്കുകൾ ശകുനി പറഞ്ഞപ്പോഴാണ് വിദുരരും, ഭീഷ്മരും അവരുടെ അഭിപ്രായങ്ങൾ പറയുന്നത്. വിദുരരേകൊണ്ട് വ്യാസൻ ആദിപർവ്വത്തിൽ തന്നെ പറയിക്കുന്നത് പാണ്ഡവർ ജീവിച്ചിരിക്കുന്നുവെന്ന സത്യം പ്രജകൾക്ക് സന്തോഷമായിയെന്നും ദുര്യോധനനും, കർണ്ണനും, ശകുനിയും കുടില ബുദ്ധിക്കാരാണെന്നും അവരുടെ വാക്കുകൾ അനുസരിക്കരുതെന്നും ധൃതരാഷ്ട്രരോട് പറയുന്നു.

(തുടരും.....)


## കരയോഗാംഗങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്...

എറണാകുളം കരയോഗം സാംസ്കാരിക വിഭാഗം നടത്തിവരുന്ന **"ഭജന"** ക്ലാസ്സിനോടൊപ്പം കുട്ടികളുടെ വിഭാഗം കൂടി ഉൾപ്പെടുത്തുവാൻ തീരുമാനിച്ചിരിക്കുന്നു. അതോടൊപ്പം എല്ലാമാസവും ടി. ഡി. എം. ഹാളിൽ നടന്നുവരുന്ന **"അകായിലെ സംഗീതം",** ഓർക്കസ്ട്രയുടെ ഗാനമേള ട്രൂപ്പിൽ ഭാഗമാകുവാൻ താല്പര്യമുള്ളവർ താഴെ കാണുന്ന നമ്പറിൽ ബന്ധപ്പെടുക.

**ലക്ഷ്മി മോഹൻ, Mob: 9447068757**

# മൃഗങ്ങൾക്ക് എന്തെങ്കിലും തോന്നാറുണ്ടോ?

യു. എസ്. രവീന്ദ്രൻ – 9496120978

മനുഷ്യജീവികൾക്കുള്ളപോലെ മൃഗങ്ങൾക്കും സന്തോഷം, ദുഃഖം, സഹാനുഭൂതി, എന്നീ വികാരങ്ങൾ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. ഞങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ ഒരു വളർത്തുനായയുണ്ട്. വീട്ടിലുള്ളവർ പുറത്തുപോയി വരുമ്പോൾ വാലാട്ടി സന്തോഷം പ്രകടിപ്പിക്കും തൊട്ടുരുമിനിന്ന് സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കും. ഞങ്ങൾ തമാശ പറഞ്ഞു ചിരിക്കുമ്പോൾ അവനും ചെവി കൂർപ്പിച്ച് മുഖം ഉയർത്തിപ്പിടിച്ച് വാലാട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കും. അപ്പോഴെല്ലാം എനിക്ക് തോന്നിയിട്ടുണ്ട് എല്ലാ മൃഗങ്ങളും മനുഷ്യരെപ്പോലെ ചിന്തിക്കുന്നവരും വികാരവിചാരങ്ങൾ ഉള്ളവരും പല കാര്യങ്ങളും ഓർമ്മിച്ച് വെയ്ക്കുന്നവരുമാണെന്ന്. ഇതിനെപ്പറ്റിയുള്ള പല ലേഖനങ്ങളും വായിച്ചു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ഇതിനെപറ്റി നേരത്തേ ഉണ്ടായ ധാരണയേക്കാൾ കുറച്ചു കൂടി വ്യക്തമായി കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലായി.

ആനകൾ കരയാറുണ്ട്, ഡോൾഫിനുകൾ സന്തോഷം പ്രകടിപ്പിക്കാൻ വെള്ളത്തിൽ കുത്തിമറിഞ്ഞ് ചാടാറുണ്ട്. കാക്കകൾ വേറെ കാക്കയുടെ വിഷമാവസ്ഥയിൽ പ്രതികരിക്കാറുണ്ട് പല മൃഗങ്ങളും ഉറ്റ സുഹൃദ്ബന്ധങ്ങൾ വച്ച് പുലർത്താറുണ്ട്. പ്രായമായ ആനകൾ, ഡോൾഫിനുകൾ അവരുടെ ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ അവരുടെ പരമ്പരകൾക്ക് കൈമാറാറുണ്ട്. എലികൾകൂടി സഹജീവികളോട് സഹാനുഭൂതിയുള്ളവരാണ്.

വികാരവിചാരങ്ങളുടെ കാര്യങ്ങളിൽ പലജന്തുക്കളുടെയും ആന്തരികവ്യാപാരങ്ങൾ മനുഷ്യന്റേതുപോലെ സങ്കീർണമാണ്. മൃഗസംരക്ഷണ ശാസ്ത്രജ്ഞൻമാരുടെ (Ethologists) അഭിപ്രായമാണിത്. മനുഷ്യന് സ്വന്തം വികാരവിചാരങ്ങളെ സംഭാഷണങ്ങളിലൂടെ പ്രകടിപ്പിക്കാൻ കഴിയും എന്ന വ്യത്യാസം മാത്രമേയുള്ളു.

ഇങ്ങനെയുള്ള ഒരു നിരീക്ഷണം നിലനിൽക്കേ മനുഷ്യന്റെ മറ്റു ജീവികളോടുള്ള പെരുമാറ്റരീതികളെ പറ്റി ഒന്ന് പുനർചിന്തനം ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. മൃഗങ്ങളുടെ വികാരവിചാരങ്ങളെ അംഗീകരിക്കാൻ സാധിക്കുമെങ്കിൽ പ്രാണികളിൽപ്പോലുമുള്ള വികാരവിചാരങ്ങളെ അംഗീകരിക്കുവാൻ സാധിക്കുമെങ്കിൽ അത് ധാർമ്മികമായ വലിയൊരുതിരിച്ചറിവാണ്. മനുഷ്യേതര ജീവികളുടെ ആന്തരിക വ്യാപാരങ്ങളെ പറ്റിയുള്ള പഠനം ഒരു പുതിയ മേഖലയാണ് വിവാദപരവുമാണ്. മൃഗങ്ങളുടെ ബാഹ്യചേഷ്ടകളെ നിരീക്ഷിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ഒരു വിവരണം മുഴുവൻ ശാസ്ത്രീയമല്ല. ഊഹാപോഹങ്ങൾ മാത്രമാണ്. എന്ന് വേണമെങ്കിൽ പറയാം. എലികളുടെയും ഈച്ചകളുടെയും ജെല്ലി ഫിഷുകളുടെയും വ്യത്യസ്ത സന്ദർഭങ്ങളിലുള്ള പെരുമാറ്റങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഗവേഷണം നടത്തുന്ന ആന്റേഴ്സൺ എന്ന ശാസ്ത്രജ്ഞന്റെ അഭിപ്രായമാണിത്. മനുഷ്യേതരജീവികളുടെ ദുഃഖം, സഹാനുഭൂതി, എന്നിവയിൽ ഗവേഷണം നടത്തുന്നവർ, നരവംശ ഗവേഷകരാണെന്ന ആരോപണത്തിൽനിന്നും ചെറുത്ത് നിൽക്കുവാൻ കുറേക്കൂടി ആഗാധമായി വിഷയത്തിലേക്ക് ഇറങ്ങി ചെല്ലേണ്ടതുണ്ട്. വിവിധതരം നീരാളി (Octopus) കളുടെ ജീവിതരീതിയേപ്പറ്റി ഗവേഷണം നടത്തുന്ന ഡേവിഡ്കീലിന്റെ അഭിപ്രായമാണിത്. മനുഷ്യേതര ജീവികളുടെ ജീവിതരീതിയെ പറ്റിയുള്ള വീഡിയോ

➠

കൾ കാണുന്നത് ചിലർക്ക് ഒരു ഹരമാണ്. പലപ്പോഴും മനുഷ്യൻ ചെയ്യാറുള്ള കുസൃതികളും അവർ ചെയ്യാറുണ്ട്. ഒരു പാണ്ട (Panda) ഐസ്കുന്നിൽ നിന്നും ഇഴകിഇറങ്ങുന്നതും വീണ്ടും ഐസ്കുന്നിന്റെ മുകളിൽ കയറി താഴേക്ക് ഇഴകി ഇറങ്ങുന്നതും ഇതേ നേരമ്പോക്ക് മണിക്കൂറുകളോളം ആവർത്തിക്കുന്നതും ഞാൻ കാണാറുണ്ട് കയ്യിലുണ്ടായിരുന്ന ഒരുപഴം വെള്ളത്തിൽ വീണപ്പോൾ കഷ്ടം വച്ച് നിരാശയോടെ ഒരു കുരങ്ങ് നോക്കിനിൽക്കുന്നതും മനുഷ്യൻ ചെയ്യാറുള്ളതുപോലെതന്നെയാണ്. നമ്മുടെ ചുറ്റുമുള്ള ജീവിതം പലപല വികാരങ്ങളെക്കൊണ്ട് നിറഞ്ഞുനിൽക്കുന്നു എന്നറിയുന്നത് കൂടുതൽ സന്തോഷം തരുന്നു.

എല്ലാതരത്തിലുമുള്ള വികാരവിചാരങ്ങൾ മനുഷ്യരിൽ മാത്രമല്ല മൃഗങ്ങളിലും ഉള്ളതാണെന്ന് ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ പണ്ടേ അംഗീകരിച്ച വസ്തുതയാണ്. വിശപ്പ് , ദാഹം എന്നിവ വരുമ്പോൾ മൃഗങ്ങൾ പ്രതികരിക്കുന്നത് അവരുടെതായ ശൈലിയിൽ കൂടിയാണ്. മനുഷ്യന് ടോയ്ലറ്റിൽ പോകാൻ തോന്നുമ്പോൾ കിടക്കയിൽ നിന്നെഴുന്നേറ്റ് നടന്ന് ആവശ്യം സാധിച്ചേ പറ്റു. വേറെ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഒന്നുമില്ല. അതുപോലെ അദൃശ്യമായ അനിവാര്യമായ വികാരങ്ങൾ - ഭയം, സ്നേഹം, ദുഃഖം ചില പ്രവർത്തികൾക്ക് പ്രചോദിപ്പിക്കുന്നു. ഈച്ചകൾ തൊട്ട് ചിമ്പാൻസികൾ വരെയുള്ള ജീവികൾക്കെല്ലാം ഈ വികാരങ്ങൾ ഉള്ളതാണ്. അത് അനുഭവപ്പെടുമ്പോൾ ചിലപ്പോൾ പ്രാകൃതമായോ അല്ലാതേയോ പ്രതികരിച്ചേക്കും. കാക്കകൾ എല്ലാ കാര്യങ്ങളേയും സംശയ ദൃഷ്ടിയോടെ മാത്രമേ വീക്ഷിക്കാറുള്ളു. ഇടതുകണ്ണുകൊണ്ടും, വലതുകണ്ണുകൊണ്ടും മാറി മാറി നോക്കി സംശയങ്ങൾ എല്ലാം മാറ്റിയ ശേഷമേ അവർ ഒരു വസ്തുവിന്റെ അടുത്ത് പോകാറുള്ളൂ. കാക്കയുടെ ഇനത്തിൽപെടുന്ന ഒരുതരം പക്ഷിയാണ് കോർവിഡ്. ചിറകുകൾ ചാരനിറമായിരിക്കും. ഇവയ്ക്ക് കാക്കയേക്കാൾ ബുദ്ധിയുണ്ട്. രണ്ടു പക്ഷികൾ തമ്മിൽ കൊത്തുകൂടുകയായിരുന്നു. അതിൽ ഒരു പക്ഷി തളർന്ന് അവശനായിത്തുടങ്ങിയപ്പോൾ ഓടി ഒളിക്കാൻ നോക്കി. പക്ഷേ മറ്റേ പക്ഷി അതിനെ പിൻതുടർന്ന് പിന്നെയും കൊത്തിതുടങ്ങി. ഈ അവസരത്തിൽ അതുകണ്ടുനിന്ന മറ്റുപക്ഷികൾ എല്ലാം കൂടി ബലഹീനനായ പക്ഷിയെ പൊതിഞ്ഞുനിന്ന് സംരക്ഷിച്ചു. പക്ഷികളുടെ ഇടയിലുള്ള സഹാനുഭൂതി തെളിയിക്കുന്നതായിരുന്നു ഈ സംഭവം. പക്ഷി ഗവേഷകനായ ബുഗ്നിയാൻ എന്ന അമേരിക്കക്കാരൻ സമാനമായ 152 സംഭവങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. മറ്റ് പക്ഷി ഗവേഷകർ ഇതൊരു ആധികാരിക രേഖയായി കരുതുന്നു.

എലികളിലും ഇതുപോലെയുള്ള ഗവേഷണങ്ങൾ നടത്തിയിട്ടുണ്ട്. എലികൾ സഹജീവികളോട് കൂടുതൽ സഹാനുഭുതിയുള്ളവരാണെന്ന് തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. ഇസ്രായേലിലെ ടെൽഅവീവ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ ന്യൂറോസയന്റിസ്റ്റായ ബെൻഅമിബൽ നടത്തിയ ഒരു ഗവേഷണം ഇങ്ങനെയായിരുന്നു. ഒരു എലിയെ സുതാര്യമായ ഒരു പ്ലാസ്റ്റിക്ക്പെട്ടിയിൽ തടവിലിട്ടു. പുറമേനിന്ന് തുറക്കാവുന്ന ഒരു ചെറിയ വാതിൽ മാത്രമേ ആ പ്ലാസ്റ്റിക്ക്പെട്ടിക്ക് ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളു. ആ പെട്ടി വെച്ചമുറിയിൽ വേറൊരു എലിയെ സ്വതന്ത്രനായി വിട്ടു. പ്ലാസ്റ്റിക് പെട്ടിയിലെ എലി രക്ഷപ്പെടുവാൻ ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടേയിരുന്നു. സ്വതന്ത്രനായ എലി പ്ലാസ്റ്റിക്ക് പെട്ടിക്ക് ചുറ്റും ഓടിനടന്നു. അകത്തുള്ള എലിയെ രക്ഷിക്കാൻ തിടുക്കം കൂട്ടുകയായിരുന്നു. കുറെ പ്രാവശ്യം പ്ലാസ്റ്റിക്ക് പെട്ടിക്ക് പുറമേ ഓടിനടന്ന് നിരീക്ഷിച്ച് പുറമേനിന്നും തുറക്കാവുന്ന അതിന്റെ വാതിൽ കണ്ടുപിടിച്ചു. വാതിൽ തുറന്ന് പ്ലാസ്റ്റിക് കൂട്ടിനകത്തുള്ള എലിയെ സ്വതന്ത്രനാക്കി. എന്നാൽ പ്ലാസ്റ്റിക് പെട്ടിക്കകത്ത് ഒരു പക്ഷിയോ മറ്റോ ആയിരുന്നെങ്കിൽ ഈ ശ്രമങ്ങൾ ഒന്നും നടത്തുമായിരുന്നില്ല. സ്വന്തം

വർഗ്ഗത്തിനോടുള്ള സഹാനുഭൂതി മറ്റു വർഗ്ഗങ്ങളോട് ഉണ്ടായിക്കൊള്ളണമെന്നില്ല.

വൈകാരിക ബുദ്ധിയുടെ സവിശേഷത സഹജീവികളുടെ ആപൽഘട്ടങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കി അതിനനുസരിച്ച് പ്രതികരിക്കുക എന്നതാണ്. കുതിരകളിൽ നടത്തിയ പരീക്ഷണം ഇങ്ങനെയാണ്. രണ്ടു കുതിരകളുടെ പൂർണ്ണകായ പടങ്ങൾ പ്രദർശിപ്പിച്ചിരിന്നു. ഒന്നാമത്തേത് സംതൃപ്തനായ ഒരു കുതിരയുടെയും, രണ്ടാമത്തേത് ദേഷ്യസ്വഭാവത്തോടെ നിൽക്കുന്ന ഒരു കുതിരയുടെയും. ജീവനുള്ള ഒരു കുതിരയെ രണ്ടുപടങ്ങളുടെയും അടുത്തുകൊണ്ടുവന്നപ്പോൾ ദേഷ്യസ്വഭാവമുള്ള കുതിരയുടെ പടത്തിൽ ഒന്ന് നോക്കുകമാത്രം ചെയ്തു. സംതൃപ്തനായ കുതിരയുടെ പടത്തിൽ കുറേനേരം മുഖം ചേർത്ത് മണത്തുകൊണ്ടാണ് പ്രതികരിച്ചത്. ഇങ്ങനെ 48 ഓളം കുതിരകളെ ഉപയോഗിച്ച് പരീക്ഷണം നടത്തി. എല്ലാ കുതിരകളുടെ യും പ്രതികരണം ഒരുപോലെയായിരുന്നു. മനുഷ്യരടക്കം അന്യജീവികളുടെ മുഖഭാവങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാൻ കഴിവുള്ളവയാണ് കുതിരകൾ എന്ന് പരീക്ഷണങ്ങൾ തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവർക്ക് നല്ല ഓർമ്മശക്തിയുമുണ്ടെന്ന് തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഡോൾഫിനുകളെപ്പറ്റി പഠിക്കുന്ന ഒരു സമുദ്രജീവി ഗവേഷകൻ അവർ കളിക്കുന്നത് നിരീക്ഷിച്ച് ഇങ്ങനെ പറയുന്നു. ഡോൾഫിനുകൾ അവയുടെ തലക്കുമുകളിലുള്ള വായുസുഷിരത്തിലൂടെ ചീറ്റുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന ആവി വലയത്തിലൂടെ ചാടി ആഹ്ലാദിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ സ്വന്തം കളിക്കോപ്പുകളുണ്ടാക്കി കളിക്കുന്ന ജീവിയാണ് ഡോൾഫിനുകൾ.

ചല കുരങ്ങന്മാർ കാട്ടിൽ മേഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പശുക്കളുടെ വാലുകൾ പിടിച്ചുവലിച്ച് പശുക്കളെ കളിയാക്കാറുണ്ട്. കളിക്കുമ്പോൾ ഊർജ്ജം ചിലവാകുന്നു. ചിലപ്പോൾ മുറിവും, ചതവും ഉണ്ടായേക്കാം. എന്നാൽ കളികൾ മുടക്കാറില്ല എന്താണിതിനുകാരണം? ഒന്ന് - കളി സഹജീവികളോടുള്ള ബന്ധങ്ങൾ കൂടുതൽ ഊഷ്മളമാക്കുന്നു. രണ്ട് - കളി അവരുടെ സാമർത്ഥ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. തദ്വാരാ സ്വന്തം നിലനിൽപ്പിന്റെ സാദ്ധ്യതകൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. എന്തുകൊണ്ടാണ് മൃഗങ്ങൾ കളിക്കുന്നത് ഒറ്റ ഉത്തരമേയുള്ളൂ അവർ സന്തോഷമുള്ളവരായി ഇരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

ആൾകുരങ്ങിനത്തിൽപ്പെട്ട മൃഗങ്ങൾക്ക് നർമ്മബോധം കൂടുതലാണെന്ന് തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. ചിമ്പാൻസികൾ കളിക്കുമ്പോഴും മറ്റവസരങ്ങളിലും ചിരിക്കാറുണ്ട്. ചിമ്പാൻസികളെ പറ്റിക്കാൻ ഒരാൾ പുലിയുടെ വേഷത്തിൽ അവയുടെ അടുത്ത് ചെന്നപ്പോൾ കയ്യിൽ കട്ടിയതെല്ലാം അയാൾക്കുനേരെ ചിമ്പാൻസികൾ വലിച്ചെറിഞ്ഞുകൊണ്ട് പ്രതിഷേധിച്ചു. എന്നാൽ ഇതെല്ലാം കണ്ട് മരത്തിന് മുകളിലിരുന്ന ചിമ്പാൻസികൾ പൊട്ടിച്ചിരിക്കുകയായിരുന്നു. ഒരു കുട്ടിചിമ്പാൻസിക്ക് അച്ഛൻ ചിമ്പാൻസിയുടെ കൂടെ കളിക്കണമെന്ന് തോന്നുമ്പോൾ അച്ഛൻ ചിമ്പാൻസിയുടെ തലയിലെ മുടിപിടിച്ചുവലിച്ച് കളിക്കാൻ ക്ഷണിക്കുന്നു. അച്ഛൻ ചിമ്പാൻസി കളിക്കാൻ തയ്യാറായില്ലെങ്കിൽ കുട്ടിചിമ്പാൻസി താഴെക്കിടന്ന് ഉരുളും. ചിലപ്പോൾ ഒരു കാരണവുമില്ലാതെ ചിരിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കും. ചിലപ്പോൾ ചില കാർട്ടൂണുകൾ കാണുമ്പോൾ മനുഷ്യക്കുട്ടികൾ ചെയ്യാറുള്ളതുപോലെ കൈകൾ കൊണ്ട് കണ്ണുപൊത്തി വിരലുകളുടെ വിടവിലൂടെ നോക്കും. ഒരു പക്ഷേ പലപല ഓർമ്മകൾ മനസ്സിൽ വരുമ്പോൾ പ്രതികരിച്ചു പോകുന്നതാകാമത്രേ.

ചുരുക്കത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ മനുഷ്യരെപ്പോലെ തന്നെ എല്ലാ ജീവികളും ചിന്തിക്കുന്നതിനും, ചിരിക്കുന്നതിനും, പ്രതികരിക്കുന്നതിനും കഴിവുള്ളവരാണ്.

■

യാത്രാ വിവരണം

# അസർബൈജാൻ യാത്ര...

ആരതി - 9388602778

(തുടർച്ച.....)

*നാലാം ദിവസം*

ഇന്നത്തെ ടൂർ തുടങ്ങിയത് രാവിലെ 8.30-നായിരുന്നു ഒരുപാടു ദൂരം യാത്രയുണ്ടെന്ന് തലേ ദിവസം ടൂർ മാനേജർ പറഞ്ഞിരുന്നു. എല്ലാവരും 8.30 ആയപ്പോൾ തന്നെ ഹോട്ടലിൽ നിന്നും ചെക്ക് ഔട്ട് ചെയ്തു. ഞങ്ങളുടെ ടൂർ മാനേജർ നിഗാൽ വഴിയിൽ നിന്നുമാണ് ഞങ്ങളോടൊപ്പം കൂടിയത്. ബാക്കുവിൽ നിന്നും 2 മണിക്കൂർ യാത്ര ചെയ്തിട്ടാണ് ഞങ്ങൾ ഒരു റെസ്റ്റിംഗ് സ്റ്റേഷനിൽ എത്തിയത്. യൂറോപ്യൻ യാത്രയിൽ റെസ്റ്റിംഗ് ടൈം കൊടുക്കണമെന്നുള്ളത് അവിടുത്തെ നിയമമാണ്. അതിനാലാണ് ഞങ്ങൾ റെസ്റ്റിംഗ് സ്റ്റേഷനിൽ നിറുത്തിയത്. അവിടെ വാഷ്റൂം ഉപയോഗിക്കാനും അത്യാവശ്യം അസർബൈജാനി ചായ കുടിക്കുവാനുമുള്ള കടകളൊക്കെ ഉണ്ടായിരുന്നു. ഞങ്ങളുടെ 2 മണിക്കൂർ യാത്ര അത്ര ബോറായി തോന്നിയിരുന്നില്ല. കാരണം വണ്ടിക്കുള്ളിൽ ഇരുന്ന് അന്താക്ഷരി കളിക്കാനും പാട്ടുപാടി ഞങ്ങളെ രസിപ്പിക്കാനും മറ്റും സുധ. ബി മേനോൻ, രാജഗോപാൽ, അജിത് വാസു, കൃഷ്ണകുമാർ, ഗായത്രി അരവിന്ദ് തുടങ്ങിയവർ മുൻകൈ എടുത്തിരുന്നു, കൂടാതെ കുട്ടികളും അവരുടേതായ രീതിയിൽ കോൺട്രിബ്യൂട്ട് ചെയ്യുന്നുണ്ടായിരുന്നു. അതിനാലാണ് 2 മണിക്കൂർ യാത്ര മുഷിപ്പൊന്നും അറിയാതെ എത്തിയത്. ഞങ്ങൾ അവിടുത്തെ റെസ്റ്റോറന്റിൽ കയറി അസർബൈജാനി ചായ കുടിക്കുകയും ചെയ്തു. അവരുടേതായ ചായ ഗ്ലാസിലും പാത്രത്തിലുമാണ് ചായ കൊണ്ടുവന്നത് പ്രത്യേക ആകൃതിയിലുള്ളതാണ് ചായ ഗ്ലാസ്. ചുട്, ഗ്ലാസിന്റെ താഴെ നിൽക്കുകയും മുകളിൽ വേഗം ചുടു കുറയുകയും ചെയ്യുന്ന പ്രത്യേകതയുള്ള ഗ്ലാസായിരുന്നു അത്. ആ ഗ്ലാസ് പിയർഷേപ്പിലുള്ളതായിരുന്നു. ഇവിടുത്തെ കാലാവസ്ഥക്ക് അനുസരിച്ചിട്ടുള്ളതായിരുന്നു ആ ഗ്ലാസിന്റെ നിർമ്മിതി. ചായ തരുന്നതിനും അവിടെ ഒരു പ്രത്യേക ചിട്ടയുണ്ടായിരുന്നു. നമ്മൊളൊരു ചായ ഓർഡർ ചെയ്താൽ വലിയൊരു ടീ പോട്ടിലാണ് ചായ കൊണ്ടുവരുന്നത് അതിൽ നാലഞ്ചുപേർക്ക് കുടിക്കുവാനുള്ള ചായ ഉണ്ടാകും. അത് കൊണ്ടുവന്നാൽ രണ്ടുപേർ ചേർന്ന് മൂന്നും നാലും ഗ്ലാസ് ചായ കുടിക്കും. ഇവിടുത്തെ രീതി അങ്ങനെയാണ്. ഒരു ടീ ഡ്രിങ്കിങ്ങ് കമ്മ്യൂണിറ്റിയാണ് ഇവർ. ഓഫ്നെറ്റിൽ മാത്രമാണ് കോഫി. പാശ്ചാത്യ ലോകസ്വാധീനത്തിലാണ് കോഫി കഫേകൾ തുടങ്ങിയത്. ഇവിടുത്തെ ആളുകൾ കാര്യങ്ങൾ സംസാരിക്കുന്നതൊക്കെ ചായ കുടിച്ചുകൊണ്ടാണ്. ഇവിടുത്തെ ചായയിലും പ്രത്യേകതയുണ്ട് കട്ടൻ ചായയാണ് കിട്ടുന്നത്. പാല് ഒഴിക്കാറില്ല, മധുരവും ഉണ്ടാവില്ല ചായ ഇല മാത്രമിട്ട് തിളപ്പിക്കുന്ന ചായയാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഈ ചായയുടെ കൂടെ സാധാരണ കഴിക്കാനായി വലിയ ഹോട്ടലിലൊക്കെ ബാക്ക് ലാവോവും സിറപ്പും, അല്ലെങ്കിൽ മൊറബ്ബ പോലത്തെ മധുരമുള്ള ഡിഷസും തരും. അതിന്റെ മധുരം വെറും ചായയുടെ കൂടെ ആകുമ്പോൾ ചായക്ക് മധുരം ഇടേണ്ട ആവശ്യം വരാറില്ല. ഇതാണ് ഇവിടുത്തെ രീതി.

അതിനുശേഷം അവിടെനിന്നും രണ്ടു മണിക്കൂർ യാത്ര ചെയ്താണ് ഞങ്ങൾ ഗബാല എന്ന സിറ്റിയിൽ എത്തിയത്. അതൊരു ഹിൽ സ്റ്റേഷൻ ആണ്. ബാക്കുവിൽ നിന്ന് ഗബാല സിറ്റിയിലെത്താൻ 220 Km ദൂരമുണ്ട്. 5 മണിക്കൂറെടുത്തു ഗാബലയിലെത്താൻ. ഞങ്ങൾ ഉ

ച്ചക്ക് 1.30 ഓടെ എത്തിയെങ്കിലും അവിടുത്തെ റെസ്റ്റോറന്റിൽ നിന്നും ലഞ്ച് കഴിച്ചശേഷമാണ് ഗബാല സിറ്റി ടൂറിനിറങ്ങിയത്. ഗബാല ശരിക്കും പറഞ്ഞാൽ Ancient സിറ്റിയായ കൊക്കേഷ്യൻ അർമേനിയയുടെ തലസ്ഥാനമാണ്. ഇപ്പോഴും അതിന്റെ അവശിഷ്ടങ്ങൾ ഇവിടെ ഉണ്ടെന്നാണ് പറയപ്പെടുന്നത്. നല്ല ലാൻഡ്സ്കേപ്പ് ഉള്ള സ്ഥലമാണ്, നമ്മുടെ ഹിൽസ്റ്റേഷൻ പോലെ തന്നെ. പൈൻ മരങ്ങൾ വെച്ചുപിടിപ്പിച്ച് മനോഹരമാക്കിയിട്ടുണ്ട് ഈ നഗരം. ഇവിടുത്തെ പ്രധാന ആകർഷണം എന്ന് പറയുന്നത് കേബിൾ കാർ ആണ്. നല്ല ഉയരത്തിലേക്ക് പോയി കൊക്കേഷ്യൻ മലനിരകളുടെ മുകളിൽ വരെ നമുക്ക് പോകാം. വിന്ററിൽ ഇവിടെ സ്നോ ആക്ടിവിറ്റീസ് ഒക്കെ നടത്തുന്ന സ്ഥലമാണ്. ഞങ്ങൾ ചെല്ലുമ്പോൾ ടോപ് വിന്റർ അല്ല. എന്നാലും നല്ല മഴ പെയ്തതുകൊണ്ട് ഭയങ്കര മൂടൽമഞ്ഞ് ഉണ്ടായിരുന്നു അതിനാൽ ഞങ്ങൾക്ക് അതിന്റെ ലാൻഡ് സ്കേപ്പ് നന്നായി കാണാൻ സാധിച്ചില്ല. കേബിൾ കാറിൽ മുകളിൽ വരെ പോയി. ഏറ്റവും മുകളിൽ ഒരു റെസ്റ്റോറന്റ് ഉണ്ട്. അവിടെയിരുന്ന് തീ കായനുള്ള സൗകര്യമൊക്കെയുണ്ട്. രാത്രി താമസിക്കുവാനുള്ള സൗകര്യം ഒക്കെ അവിടെ ഉണ്ടായിരിക്കാം പക്ഷെ ഞങ്ങളുടേത് ഡേ ട്രിപ്പ് ആയതിനാൽ അന്ന് തന്നെ തിരിച്ചു പോന്നു. ഗാബലയിലെ ടോപ് സ്റ്റേഷനിൽ ഏകദേശം രണ്ടു മണിക്കൂർ ചിലവഴിച്ചശേഷം ഞങ്ങൾ അവിടെനിന്നും ഇറങ്ങി. Lake കൂടി കാണാൻ പ്ലാൻ ഇട്ടെങ്കിലും കാലാവസ്ഥ വളരെ മോശമായിരുന്നതിനാൽ എല്ലാവരും ഏതാണ്ട് 6.00 മണിയോടെ ഹോട്ടലിൽ തിരിച്ചെത്തി. 'ഗബാല ഗാർഡൻ ഇൻ ഹോട്ടലിലായിരുന്നു' താമസം ഒരുക്കിയിരുന്നത്. അതൊരു സ്റ്റാർ ഹോട്ടൽ ആയിരുന്നതിനാൽ തന്നെ ഞങ്ങൾക്ക് ഫ്രീ ആയിട്ട് സ്റ്റീം ബാത്ത്, ടർക്കിഷ് ബാത്ത്, സോണ എന്നിവയൊക്കെ ഒരുക്കിയിരുന്നു. ടർക്കിഷ് ഹമാം ബത്താണ് ഞങ്ങൾക്ക് Provide ചെയ്തിരുന്നത്. നമുക്ക് കുടുതൽ സൗകര്യങ്ങൾ വേണമെങ്കിൽ Extra Pay ചെയ്യണം. എന്നാൽ ടർക്കിഷ് ഹമാം ബാത്ത് ഫ്രീ ആയിരുന്നു. അതിനനുസരിച്ചുള്ള വസ്ത്രങ്ങൾ അവർ തന്നെ തന്നിരുന്നു. ഇതൊരു പുതിയ Experience തന്നെയായിരുന്നു. പഴയ ഓട്ടോമൻ സംസ്കാരത്തിന്റെ ഭാഗമായിരിക്കും ഈ ബാത്ത്. എല്ലാവർക്കും കൂടി കോമണായി കുളിക്കാവുന്ന സൗകര്യം ഒരുക്കുന്ന രീതിയായിരുന്നു അത്. ഇവിടെ പ്രൈവറ്റ് റൂം ഉണ്ട് അതൊക്കെ Higher Queens നും സുൽത്താനേറ്റിലെ ഉയർന്ന ആളുകൾക്കും രാജ്ഞിമാർക്കും ഒക്കെ വേണ്ടിയുള്ളതാണ്. ഇവിടെ ചൂടുവെള്ളവും തണുത്തവെള്ളവും കിട്ടുമായിരുന്നു, ഒരു ബെയിസിനിൽ വെള്ളമെടുത്ത് നമ്മുടെ പോലെ തന്നെ മഗ്ഗ് ഉപയോഗിച്ച് കുളിക്കുവാനുള്ള സൗകര്യമൊക്കെ ഉണ്ടായിരുന്നു. അവിടെ ഇരിക്കുവാനും റസ്റ്റ് എടുക്കുവാനുമുള്ള കല്ലുകളൊക്കെ അവിടെതന്നെ ഇട്ടിട്ടുണ്ട്. ഹെക്സഗൺ ഏരിയയിൽ അഞ്ചാറ് സ്ഥലത്ത് കോമൺ ആയിട്ട് കുളിക്കുവാനുള്ള ടബ് പ്രൊവൈഡ് ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ടബ് എന്ന് പറയാൻ സാധിക്കില്ല. അത് ഒരു സാധാരണ സിങ്ക് പോലെയേ ഉള്ളു. അതിൽ നിന്നും വെള്ളം കോരി കുളിക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. പഴയരീതിയിലുള്ള ആൾക്കാരുടെ ഈ കുളി നല്ല ഉന്മേഷം തരുന്നതായിരുന്നു വെള്ളത്തിൽ എന്തെങ്കിലും മിനറൽസ് ഇട്ടിട്ടാണോ വരുന്നതെന്ന് ഒരു സംശയം. കാരണം എല്ലാവർക്കും നല്ല ഉന്മേഷം തോന്നി. എല്ലാവരും Enjoy ചെയ്തു. കൂടാതെ അവിടെ സ്റ്റീമും സോനാബാത്തും കൂടി പ്രൊവൈഡ് ചെയ്തിരുന്നു, അതിനും പോയവരുണ്ടായിരുന്നു. ഇതെല്ലം ഒരു വ്യത്യസ്ത അനുഭവം തന്നെ ആയിരുന്നു. മറ്റൊരിടത്തും കണാത്ത രീതിയാണല്ലോ കോമൺ ടർക്കിഷ് ബാത്ത്. അതെല്ലാവരും ആസ്വദിച്ചു. 8 മണി ആയപ്പോഴേക്കും എല്ലാവരും സുഖമായി ഡിന്നറൊക്കെ കഴിച്ച് അന്നത്തെ പ്രോഗ്രാം അവസാനിപ്പിച്ച് അവരവരുടെ മുറികളിലേക്ക് പോയി.

(തുടരും.....)

# കരൾ

ഡോ. പാർവ്വതി . കെ. എസ് – 9497791093

(തുടർച്ച.....)

**ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി**

ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി എന്നത് ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി വൈറസ് മൂലമുണ്ടാകുന്ന ഒരു കരൾ അണുബാധയാണ് ഇത് കരളിനെ ബാധിക്കുകയും കരൾ വീക്കമുണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു, ഇത് കുറഞ്ഞ കാലയളവിലുള്ള അണുബാധയോ അല്ലെങ്കിൽ വിട്ടുമാറാത്ത (6 മാസത്തിൽ കൂടുതൽ നിൽക്കുന്നത്) അണുബാധയോ ആകാം വിട്ടുമാറാത്ത അണുബാധ കരളിന് ദീർഘകാല കേടുപാടുകൾ വരുത്തുകയും, സിറോസിസ്, കരൾ കാൻസർ തുടങ്ങിയവയിലേക്ക് നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

**ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി പകരുന്നവിധം**

രോഗബാധിതരായ വ്യക്തിയുടെ രക്തം, ശുക്ലം, യോനിയിലെ ദ്രാവകങ്ങൾ എന്നവയിലൂടെയാണ് വൈറസ് പകരുന്നത്. അണുബാധയുള്ള സൂചികൾ പങ്കിടുന്നതുവഴിയും ഈ രോഗം പകരാം. വൈറസ് ബാധിച്ച അമ്മയിൽ നിന്നും പ്രസവസമയത് കുഞ്ഞിലേക്ക് പകരാം.

**ലക്ഷണങ്ങൾ**

കടുത്ത ക്ഷീണം, ഓക്കാനം, ഛർദ്ദി, വിശപ്പില്ലായ്മ, മഞ്ഞപ്പിത്തം (കണ്ണുകളും ചർമ്മവും മഞ്ഞനിറമാകുക), ഇളം നിറമുള്ള മലം, കടുത്ത നിറത്തിലുള്ള മൂത്രം തുടങ്ങിയവയാണ് പ്രാഥമിക ലക്ഷണങ്ങൾ.

**രോഗ നിർണ്ണയം**

**രക്തപരിശോധന:** രക്തപരിശോധനയിലൂടെ ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി വൈറസ് കണ്ടെത്താൻ സാധിക്കും.

**ചികിത്സ**

ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി യുടെ ചികിത്സ പ്രധാനമായും പ്രതിരോധ വാക്സിനിലൂടെയാണ്. അമ്മയിൽ നിന്നും കുഞ്ഞിലേക്ക് പകരുന്നത് തടയാൻ ആന്റിവൈറൽ മരുന്ന് ഉപയോഗിക്കാം.

**ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് സി**

ഇത് ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് സി വൈറസ് കാരണമുണ്ടാകുന്ന കരൾ വീക്കമാണ്. രോഗം ബാധിച്ച വ്യക്തിയുടെ രക്തവുമായി നേരിട്ടുള്ള സമ്പർക്കത്തിലൂടെയാണ് ഇത് പ്രധാനമായും പകരുന്നത്.

**ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് സി പകരുന്നവിധം**

മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്നവർക്കിടയിൽ ഉപയോഗിച്ച സൂചികൾ പങ്കുവെയ്ക്കുന്നത്, അണുവിമുക്തമല്ലാത്ത മെഡിക്കൽ ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചുള്ള ചികിത്സ, HCV പരിശോധിക്കാതെ രക്തം സ്വീകരിക്കുന്നത്, പ്രസവസമയത്ത് അമ്മയിൽ നിന്നും കുഞ്ഞിലേക്ക് പകരാം

**ലക്ഷണങ്ങൾ**

ക്ഷീണം, ഓക്കാനം, പേശിവേദന, വിശപ്പില്ലയ്മ, വയർ വേദന, മഞ്ഞപ്പിത്തം, ചൊറിച്ചിൽ, ഇരുണ്ട നിറമുള്ള മൂത്രം തുടങ്ങിയവ.

**ചികിത്സ**

ആന്റിവയറൽ മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിച്ച് ചികിത്സിക്കുന്നു.

**പ്രതിരോധമാർഗ്ഗം**

സുരക്ഷിതമായ കുത്തിവെയ്പ്പ് രീതികൾ ഉപയോഗിക്കുക, മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗം ഒഴുവാക്കുക.

**ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ഡി**

ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി ബാധിച്ചവർക്ക് മാത്രമാണ് ഇത് വരാൻ സാധ്യതയുള്ളത്

**ലക്ഷണങ്ങൾ**

പനി, ക്ഷീണം, ഓക്കാനം, ഛർദ്ദി, വിശപ്പ് കുറയുക, വയർ വേദന, ഇരുണ്ട മൂത്രം, വിളറിയ (ഇളം അല്ലെങ്കിൽ ചാരനിറമുള്ള) മലം, ചർമ്മത്തിലും കണ്ണുകളിലും മഞ്ഞനിറം തുടങ്ങിയവ.

**ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ഡി പകരുന്നവിധം**

ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ബി പോലെ തന്നെ രോഗബാധിതനായ വ്യക്തിയുടെ രക്തവുമായോ മറ്റ് ശരീരസ്രവങ്ങളുമായോ സമ്പർക്കം പുലർത്തുന്നതിലൂടെ ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ഡി യും പകരുന്നു

**ഫാറ്റി ലിവർ**

ഫാറ്റി ലിവർ അഥവാ ഹെപ്പാറ്റിക് സ്റ്റീറ്റോസിസ് എന്ന കരളിലെ കോശങ്ങളിൽ അമിതമായി കൊഴുപ്പു അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന ഒരു ആരോഗ്യപ്രശ്നമാണ്. ആരോഗ്യകരമായ ഒരു കരളിൽ ചെറിയ അളവിൽ കൊഴുപ്പ് ഉണ്ടാകാറുണ്ട്, എന്നാൽ കൊഴുപ്പിന്റെ അളവ് കരളിന്റെ ഭാരത്തിന്റെ 5-10 ശതമാനത്തിൽ കൂടിയാൽ അത് രോഗാവസ്ഥയായി കണക്കാക്കും.

ഫാറ്റി ലിവർ രോഗത്തെ പലപ്പോഴും ഒരു നിശബ്ദത രോഗം എന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കാറുണ്ട്, കാരണം പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ പലപ്പോഴും കാര്യമായ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണാറില്ല. രോഗം മൂർച്ഛിക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ ക്ഷീണം, വയറുവേദന തുടങ്ങിയ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണാൻ സാധിക്കുകയുള്ളു. ഈ അവസ്ഥ ചികിത്സിക്കാതെ വിട്ടാൽ കരൾ വീക്കം, കേടുപാടുകൾ, ഫൈബ്രോയിഡ്, സിറോസിസ്, കരൾ കാൻസർ തുടങ്ങിയ ഗുരുതരമായ പ്രശ്നങ്ങളിലേക്ക് നയിച്ചേക്കാം.

**ഫാറ്റി ലിവർ രോഗത്തിന്റെ തരങ്ങൾ (Type of Fatty Liver)**

ഫാറ്റി ലിവർ രോഗത്തിന് പ്രധാനമായും രണ്ടു തരങ്ങളാണുള്ളത്

**1)** ആൽക്കഹോൾ അസോസിയേറ്റഡ് ലിവർ ഡിസീസ് (ALD):- അമിതമായി മദ്യപിക്കുന്നവരിലാണ് ഈ ഫാറ്റി ലിവർ ഉണ്ടാകുന്നത്. മദ്യം കരളിലൂടെ കടന്നു പോകുമ്പോൾ അത് കോശങ്ങൾക്ക് കേടുപാടുകൾ വരുത്തുന്ന വിഷവസ്തുക്കൾ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്നു. ഇത് കരളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടാൻ കാരണമാകുകയും തുടർന്ന് കരൾ വീക്കത്തിനും , നാശത്തിനും ഇടയാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

**2)** മെറ്റബോളിക് ഡിസ്ഫംഗ്ഷൻ അസോസിയേറ്റഡ് സ്റ്റീറ്റോട്ടിക് ലിവർ ഡിസീസ് (MASLD):- മദ്യപാനം അമിതമല്ലാത്ത ആളുകളിൽ കാണുന്ന ഫാറ്റി ലിവറാണിത്. ഇത് നോൺ ആൽക്കഹോളിക് ലിവർ ഡിസീസ് (NALD)എന്നാണ് അറിയപ്പെടുന്നത്. അമിതവണ്ണം, ടൈപ്പ് 2 പ്രമേഹം, ഉയർന്ന കൊളസ്ട്രോൾ, ഇൻസുലിൻ പ്രതിരോധം തുടങ്ങിയ ഉപാചയ പ്രശ്നങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

മെറ്റബോളിക് ഡിസ്ഫംഗ്ഷൻ അസോസിയേറ്റഡ് സ്റ്റീറ്റോട്ടിക് ലിവർ ഡിസീസിന് 2 ഘട്ടങ്ങളുണ്ട്

**1.** സിമ്പിൾ ഫാറ്റി ലിവർ (Simple Fatty Liver) സ്റ്റീറ്റോസിസ്

**2.** മെറ്റബോളിക് ഡിസ്ഫംഗ്ഷൻ അസോസിയേറ്റഡ് സ്റ്റീറ്റോ ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് ( Metabolic Dysfunction Assosciated Steto Hepatitis)

**സിമ്പിൾ ഫാറ്റി ലിവർ**

കരളിൽ കൊഴുപ്പുമാത്രം അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന ആദ്യഘട്ടമാണിത്. ഈ ഘട്ടത്തിൽ വീക്കമോ മറ്റു കേടുപാടുകളോ ഉണ്ടാകില്ല

**മെറ്റബോളിക് ഡിസ്ഫംഗ്ഷൻ അസോസിയേറ്റഡ് സ്റ്റീറ്റോ ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് (MASH):**

ഇത് (MASLD) യുടെ ഗുരുതരമായ രൂപമാണ്. കരളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞ് കൂടുന്നതിനോടൊപ്പം വീക്കവും, കോശങ്ങൾക്ക് കേടുപാടുകളും സംഭവിക്കുന്നു.

ഫാറ്റി ലിവറിന്റെ തീവ്രത അളക്കുവാൻ സാധാരണയായി മൂന്ന് ഗ്രേഡുകളാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞു കൂടിയതിന്റെ അളവിനനുസരിച്ചും കരളിന് വീക്കമോ കേടുപാടുകളോ സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ടോ എന്നതിനെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ് ഈ ഗ്രേഡുകൾ നിർണ്ണയിക്കുന്നത്, അൾട്രാസൗണ്ട് സ്കാനിങ്ങി

→

ലൂടെയാണ് ഇത് പ്രധാനമായും തിരിച്ചറിയുന്നത്.

**ഗ്രേഡ്–1**

കരളിൽ കൊഴുപ്പിന്റെ നേരിയ അളവിലുള്ള ശേഖരണം സാധാരണയായി ഇത് കരളിന്റെ 33% വരെ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന അവസ്ഥ യാണ്. ഈ ഘട്ടത്തിൽ കാര്യമായ വീക്കമോ, കേടുപാടുകളോ കരളിന് ഉണ്ടാകുകയില്ല.

**ലക്ഷണങ്ങൾ**

പലപ്പോഴും ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമാകില്ല. ചിലർക്ക് വയറിന്റെ വലതു ഭാഗത്ത് നേരിയ അസ്വസ്ഥത അനുഭവപ്പെടാം. ചെറിയ തോതിൽ ക്ഷീണവും ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുണ്ട്, വിശപ്പ് നഷ്ടപ്പെടുക, ഓക്കാനം എന്നവയാണ് മറ്റു ലക്ഷണങ്ങൾ

**ഗ്രേഡ്–2**

കരളിൽ കൊഴുപ്പിന്റെ അളവ് വർദ്ധിക്കുന്നു. ഏകദേശം 34% മുതൽ 66 % വരെ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞു കൂടുന്നു. കൊഴുപ്പ് കൂടുന്നതിനോടൊപ്പം നേരിയ തോതിലുള്ള വീക്കവും കരൾ കോശങ്ങ ൾക്ക് കേടുപാടുകളും സംഭവിക്കാൻ സാധ്യത യുണ്ട്

**ലക്ഷണങ്ങൾ**

**ക്ഷീണം:** വിശദീകരിക്കാനാകാത്ത ക്ഷീണവും ബലഹീനതയും അനുഭവപ്പെടാം.

**വയറുവേദന:** വയറിന്റെ മുകൾ ഭഗത്ത് വലതുവശത്തായി നേരിയ വേദനയോ അസ്വസ്ഥതയോ ഉണ്ടാകാം.

**വിശപ്പ്:** വിശപ്പ് കുറയുന്നതായി കാണപ്പെടുന്നു. ഓക്കാനം: ഓക്കാനം അനുഭവപ്പെടാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

**ശരീരഭാരം കുറയൽ:** ഭക്ഷണക്രമത്തിലോ വ്യായാമത്തിലോ മാറ്റമില്ലാതെ ശരീരഭാരം കുറയുന്നതായി കാണപ്പെടും.

**മഞ്ഞപിത്തം:** കണ്ണിനും ചർമ്മത്തിനും മഞ്ഞ നിറം ഉണ്ടാകാം ഇത് കൂടുതൽ ഗുരുതരമായ അവസ്ഥകളിൽ കാണാറുണ്ട്

**മറ്റു ലക്ഷണങ്ങൾ:** ഉറക്കത്തെ ബാധിക്കുന്നതായി കാണപ്പെടുന്നു.

ഇത്തരം ലക്ഷണങ്ങൾ കാണുകയാണെങ്കിൽ ഉടൻ ഒരു ഡോക്ടറെ കണ്ട് വിശദമായ പരിശോധനകൾ നടത്തേണ്ടതുണ്ട്. മറ്റ് ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ പ്രത്യേകിച്ച് പ്രമേഹം, ഉയർന്ന രക്തസമ്മദ്ദം എന്നിവ ഉള്ളവർ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

**സങ്കീർണതകൾ**

ചികിത്സിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഇത് നോൺ ആൽക്കഹോളിക് സ്റ്റെറ്റോ ഹെപ്പറ്റൈറ്റിസ് (NASH) സിറോസിസ് തുടങ്ങിയ ഗുരുതരമായ അവസ്ഥകളിലേക്ക് മാറും.

കരൾ പരാജയം (Liver Failure), കരൾ കാൻസർ തുടങ്ങി ജീവന് തന്നെ ഭീഷണിയാകുന്ന രോഗങ്ങളിലേക്ക് നയിക്കാം.

**പ്രതിവിധി**

അമിതവണ്ണം കുറയ്ക്കുക.
ആരോഗ്യകരമായ വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യുക.
സന്തുലിതമായ ആഹാരം കഴിക്കുക.
ആൽക്കഹോൾ പൂർണമായും ഒഴുവാക്കുക.

**ഗ്രേഡ്–3**

ഗ്രേഡ് 3 ഫാറ്റി ലിവർ എന്നാൽ കരളിൽ വലിയ അളവിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന ഒരു അവസ്ഥയാണ്, ഇത് ഗുരുതരമായ കരൾ രോഗത്തിലേക്ക് നയിച്ചേക്കാം. ഇതിനെ കടുത്ത സ്റ്റിറ്റോസിസ് (Severe Steatosis) എന്നും പറയാറുണ്ട്. ഇത് കരളിന് വീക്കം സംഭവിക്കാനും കൃത്യമായ തകരാറുകൾ ഉണ്ടാക്കാനും കാരണമാകും. ഈ അവസ്ഥയിൽ കരളിന് കാര്യമായ നാശനഷ്ടം ഉണ്ടാകാനും കരൾ പരാജയത്തിലേക്ക് പോകാനും സാധ്യതയുണ്ട്. അതിനാൽ പതിവായ വൈദ്യപരിശോധനയും ശ്രദ്ധയും ആവശ്യമാണ്.

**കാരണം:**

അമിതവണ്ണം– അമിതവണ്ണവും പൊണ്ണത്തടിയും ഫാറ്റി ലിവറിനുള്ള അപകടസാധ്യത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

മെറ്റബോളിക് സിൻഡ്രോം– ഉയർന്ന കൊളസ്ട്രോൾ ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം എന്നിവ

ഈ അവസ്ഥയുടെ ഭാഗമാണ്.

**ലക്ഷണങ്ങൾ**

ക്ഷീണം: അമിതമായ ക്ഷീണവും ബലഹീനതയും അനുഭവപ്പെടാം.

വയർവേദന: വയറിന്റെ വലതുഭാഗത് വേദനയോ അസ്വസ്ഥതയോ ഉണ്ടാകാം.

മഞ്ഞപിത്തം: ചർമ്മത്തിനും കണ്ണുകൾക്കും മഞ്ഞനിറം അനുഭവപ്പെടാം.

നീർവീക്കം: അടിവയറ്റിലോ കാലുകളിലോ നീര് വരാം

ശരീരഭാരം കുറയൽ: കാരണമില്ലാതെ ശരീരഭാരം കുറയുക

ഓക്കാനം: ഓക്കാനം അനുഭവപ്പെടുക

വിശപ്പ്: വിശപ്പ് പതിവിലും കുറയുക

**മറ്റു ലക്ഷണങ്ങൾ**

ചൊറിച്ചിൽ, മാനസിക ആശയകുഴപ്പം, ചർമ്മത്തിന്റെ ഉപരിതലത്തിൽ ചിലന്തിയെപ്പോലെയുള്ള രക്തക്കുഴലുകൾ കാണുക, ശ്വാസംമുട്ടൽ ഉണ്ടാകുക.

**സങ്കീർണതകൾ**

വീക്കം: കരളിൽ അമിതമായ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടുന്നതു കാരണം വീക്കം ഉണ്ടാകുന്നു.

കരൾ പരാജയം: ഏറ്റവും ഗുരുതരമായ അവസ്ഥയാണിത്, കരളിന് അതിന്റെ ധർമ്മങ്ങൾ നിർവ്വഹിക്കാൻ കഴിയാതെ വരുന്നു, തുടർന്ന് കരൾ പരാജയത്തിലേക്ക് പോകുന്നു.

**ഭക്ഷണക്രമം**

പഞ്ചസാര: ഉയർന്ന അളവിൽ പഞ്ചസാരയുള്ള പാനീയങ്ങളും, മധുര പലഹാരങ്ങളും കരളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടാൻ കാരണമാകുന്നു.

വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ: വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങളിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന അനാരോഗ്യകരമായ കൊഴുപ്പുകൾ ഫാറ്റിലിവർ അവസ്ഥ വഷളാക്കുന്നു.

സംസ്കരിച്ച മാംസം: സോസേജുകൾ, ഹോട്ട് ഡോഗ് തുടങ്ങിയവയിലെ പൂരിതകൊഴുപ്പും, സോഡിയവും കരളിന് ദോഷമാണ്.

ശുദ്ധികരിച്ച ധാന്യങ്ങൾ: വെളുത്ത അപ്പം, അരി, പാസ്ത എന്നിവ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാര കൂട്ടാനും കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടാനും കാരണമാകുന്നു.

പാലുൽപ്പന്നങ്ങൾ: കൊഴുപ്പുകൂടിയ പാൽ, ചീസ്, വെണ്ണ എന്നിവ കൊഴുപ്പ് വർദ്ധിക്കുന്നതിന് കാരണമാകുന്നു.

മദ്യം: ചെറിയ അളവിലുള്ള മദ്യം പോലും ഫാറ്റിലിവർ വഷളാക്കും.

ജനിതക ശാസ്ത്രം: ചില ജീനുകൾ ഫാറ്റിലിവർ വരാനുള്ള സാധ്യത വർദ്ധിപ്പിക്കും.

**പരിശോധനകൾ**

രക്തപരിശോധന: LFT (ലിവർ ഫംഗ്ഷൻ ടെസ്റ്റ്) SGPT, SGOT, GAMMA.G.T

അൾട്രാസൗണ്ട് സ്കാൻ (USC)

സാധാരണ ചെക്കപ്പുകളിൽ കരളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടിയിട്ടുണ്ടോ എന്നറിയാൻ ഡോക്ടർമാർ ഈ പരിശോധന നിർദ്ദേശിക്കാറുണ്ട്. ഫൈബ്രോസ്കാൻ (Fibro Scan) കരളിലെ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞ് കൂടലിന്റെ (സ്റ്റീറ്റോസിസ്) അളവും കരളിലെ നാരുകളുടെ (ഫൈബ്രോസിസ്) അളവും കൃത്യമായി അളക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ഒരു പുതിയ സാങ്കേതിക വിദ്യയാണിത്.

**പ്രധാന രക്തപരിശോധനകൾ**

ALT ( Alanine Aminotransferese)- കരളിലെ കോശങ്ങൾക്ക് പ്രോട്ടീനുകളെ ഊർജ്ജമാക്കി മാറ്റാൻ സഹായിക്കുന്ന ഒരു എൻസൈമാണിത് ഇതിന്റെ ഉയർന്ന അളവ് കരളിന് ക്ഷതമുണ്ടെന്നതിന്റെ സൂചന നൽകും

INR ( International Normalized Ratio) - രക്തം കട്ടപിടിക്കാൻ എടുക്കുന്ന സമയം അളക്കുന്ന പരിശോധനയാണിത്. ഉയർന്ന INR ഫലം കരളിന്റെ പ്രവർത്തനം മോശമാണെന്ന് സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

Albumin Test- രക്തത്തിലെ ആൽബുമിൻ എന്ന പ്രോട്ടീനിന്റെ അളവ് പരിശോധിക്കുന്നു. ഇത്തരം ടെസ്റ്റുകൾ ഫാറ്റിലിവർ രോഗത്തിന്റെ ആദ്യഘട്ടം തിരിച്ചറിയാൻ സഹായിക്കുന്നു. രോഗം കൂടുതൽ വഷളാകുന്നത് തടയാൻ നേ

രത്തെയുള്ള രോഗനിർണ്ണയം ആവശ്യമാണ്.

**ഭക്ഷണരീതി**

ഫാറ്റിലിവറിന് ഏറ്റവും നല്ല ഭക്ഷണം ഏതൊക്കെയാണെന്ന് നോക്കാം. കൊഴുപ്പുള്ള മത്സ്യം (സാൽമൺ, മത്തി, ട്യൂണ) ഒലിവ് ഓയിൽ, അവോക്കാഡ, പരിപ്പ്, ധാന്യങ്ങൾ (ഓട്സ്), സൂര്യകാന്തി വിത്തുകൾ, വെളുത്തുള്ളി, കാപ്പി തുടങ്ങിയവ കരളിനെ ആരോഗ്യകരമായി നിലനിർത്താനും കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞ് കൂടുന്നത് കുറയ്ക്കാനും സഹായിക്കുന്നു.

**മത്സ്യങ്ങൾ**

സാൽമൺ, മത്തി, ട്യൂണ പോലുള്ള മത്സ്യങ്ങളിൽ ഒമേഗ 3 ഫാറ്റി ആസിഡുകൾ ധാരാളമായി അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ഇത് കരളിലെ കൊഴുപ്പ് കുറയ്ക്കാനും വീക്കം നിയന്ത്രിക്കാനും സഹായിക്കും.

**ഒലിവ് ഓയിൽ**

മെഡിറ്ററേനിയൻ ഡയറ്റിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള മോണോസാച്ചുറേറ്റഡ് കൊഴുപ്പുകൾ കരളിന്റെ ആരോഗ്യത്തിന് നല്ലതാണ്.

**ധാന്യങ്ങൾ**

ഓട്സ് പോലെയുള്ള ധാന്യങ്ങൾ നാരുകളാൽ സമ്പന്നമാണ്. ഇത് ശരീരഭാരം കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കും. ഇത് ഫാറ്റിലിവറിനെ പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള ഒരു പ്രധാന മാർഗ്ഗമാണ്.

**സൂര്യകാന്തി വിത്തുകൾ**

ഇവയിൽ വൈറ്റമിൻ ഇ (Vitamin E) ധാരാളമായി അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ഇത് കരളിലെ കോശങ്ങളുടെ കേടുപാടുകൾ കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കും.

**വെളുത്തുള്ളി**

വെളുത്തുള്ളിയിലെ സൾഫർ സംയുക്തങ്ങൾ കരളിലെ എൻസൈമുകളെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുകയും ശരീരത്തിൽ നിന്ന് വിഷവസ്തുക്കളെയും, മാലിന്യങ്ങളെയും പുറന്തള്ളാൻ സഹായിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. വെളുത്തുള്ളി കരളിലെ എൻസൈമുകളുടെ പ്രവർത്തനം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും അവയുടെ വിഷവിമുക്തമാക്കൽ ശേഷി മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

**അവോക്കാഡോ**

അവോക്കാഡോയിൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള മോണോസാച്ചുറേറ്റഡ് ഫാറ്റി ആസിഡുകൾ കരളിന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുവാൻ സഹായിക്കും. അവോക്കാഡോയിലെ നാരുകൾ ശരീരഭാരം നിയന്ത്രിക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നതുവഴി ഫാറ്റിലിവറിനെ നേരിടുവാൻ സഹായിക്കുന്നു. വിറ്റാമിൻ ഇ, സി, പൊട്ടാസ്യം, ഫോളിക് ആസിഡ് തുടങ്ങിയ ആവശ്യപോഷകങ്ങൾ അവോക്കാഡോയിൽ ധാരാളമായി അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

**കാപ്പി**

ഗവേഷണ പ്രകാരം കാപ്പി കരളിന് നിരവധി സംരക്ഷണ ഗുണങ്ങൾ നൽകുന്നു. പ്രത്യേകിച്ച് വീക്കത്തിനെതിരെ പോരാടുമെന്നും വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. കരൾ എൻസൈമുകളുടെ ഉൽപ്പാദനത്തെ ഇത് ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്നു. NAFLD (നോൺ ആൽക്കഹോളിക് ഫാറ്റിലിവർ ഡിസീസ് ഉള്ളവരിൽ പതിവായി കാപ്പി കുടിക്കുന്നത് മൊത്തത്തിലുള്ള കരൾ തകരാറുകൾ കുറയ്ക്കുമെന്ന് റിപ്പോർട്ടുകൾ പറയുന്നു. കരൾ രോഗസാധ്യത കുറയ്ക്കാൻ ഏറ്റവും നല്ല മാർഗ്ഗം പ്രതിദിനം രണ്ടോ മൂന്നോ കപ്പ് കാപ്പിയാണെന്ന് തോന്നുന്നു. കൊഴുപ്പോ പഞ്ചസാരയോ ചേർക്കാത്ത കറുത്ത കാപ്പിയാണ് ഏറ്റവും നല്ലത്

**തൈര്**

ഫാറ്റിലിവർ ഉള്ളവർക്ക് പ്രോബയോട്ടിക് തൈര് കഴിക്കുന്നത് ഗുണകരമാണ്. തൈരിലുള്ള പ്രോബയോട്ടിക് ബാക്ടീരിയകൾ കുടലിലെ നല്ല ബാക്ടീരിയകളുടെ എണ്ണം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ദഹനം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യും. പ്രോബയോട്ടിക്കുകൾ കരളിന്റെ വീക്കം കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുമെന്നാണ് ചില പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നത്. പ്രോബയോട്ടിക് തൈര് കൊഴുപ്പുകുറഞ്ഞ ഒരു പ്രോട്ടീൻ സ്രോതസ്സാണ്, ഇത് ശരീരഭാരം നിയന്ത്രിക്കുവാൻ സഹായിക്കും

**ഇലക്കറികൾ**

പച്ചക്കറികൾ പൊതുവെ ക രളിൽ കൊഴുപ്പ് അടിഞ്ഞുകൂടുന്നത് കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. ■

**ജ്യോതിഷാചാര്യൻ: ജി. കെ. മേനോൻ**

**(2025 – നവംബർ 17 മുതൽ ഡിസംബർ 15 വരെ)**

**1201 – വൃശ്ചികമാസഫലം**

ഹരി ശ്രീ ഗണപതയെ നമഃ അവിഘ്നമസ്തു

**Ernakulam Karayogam : ☎ 0484 - 2361160 8848036518, 9645683491**

**(മേടക്കൂർ:** അശ്വതി, ഭരണി, കാർത്തിക ആദ്യപാദം) പുതിയ വീടോ വാഹനമോ വാങ്ങുവാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നവർക്ക് ആഗ്രഹസാഫല്യം ഉണ്ടാകും. വിവാഹ വിഷയത്തിൽ അനുകൂല ഫലങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കാം വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ഭാഗ്യത്തിന്റെ ആനുകൂല്യം പ്രതീക്ഷിക്കാം. നവംബർ 21, 22 തീയതികൾ അഷ്ടമരാശി നക്ഷത്രങ്ങളായതിനാൽ പുതിയ സംരംഭങ്ങളുടെ ആരംഭം ഒഴിവാക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. ദേവീ പ്രീതികരങ്ങളായ വഴിപാടുകൾ നടത്തുകയും മന്ത്രജപം നടത്തുകയും ചെയ്യുക.

**(ഇടവക്കൂർ:** കാർത്തിക അവസാന മൂന്ന്പാദം, രോഹിണി, മകയിരം ആദ്യപകുതി) വിവാഹിതരാകുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നവർക്കും ബിസിനസ്സ് പങ്കാളികളെ തിരയുന്നവർക്കും അനുകൂല സാഹചര്യം ഉണ്ടാകും. ധന പരമായും വിദ്യാപരമായും അവനവന്റെ അശ്രദ്ധ കൊണ്ട് നഷ്ടം സംഭവിക്കാം. നവംബർ 23, 24 തീയതികൾ അത്ര അനുകൂലമായിരിക്കില്ല. ആയതിനാൽ മാറ്റിവെക്കാൻ പറ്റുന്ന പ്രധാന കാര്യങ്ങൾ ഈ ദിവസങ്ങളിൽ ഒഴിവാക്കുന്നത് നല്ലതണ്. 'പഞ്ചാക്ഷരി ജപിക്കണം'.

**(മിഥുനക്കൂർ:** മകയിരം അവസാനപകുതി, തിരുവാതിര, പുണർതം ആദ്യ മൂന്ന്പാദം) ധനപരമായും, വിദ്യാപരമായും ഗുണം ചെയ്യും. സന്താനങ്ങളെ കൊണ്ട് സന്തോഷിക്കും. ബന്ധുജനങ്ങളും സഹോദരങ്ങളും പ്രതികൂലമാകും. പ്രതീക്ഷിക്കുന്നവരിൽ നിന്നും സഹായം ലഭിക്കില്ല. നവംബർ 25, 26 ദിവസങ്ങൾ പുതിയ കാര്യങ്ങൾക്ക് സ്വീകരിക്കാതിരിക്കുന്നതാണ് നല്ലത് ഭദ്രകാളി ക്ഷേത്ര ദർശ്ശനവും മന്ത്രജപവും നടത്തുന്നത് തടസ്സങ്ങൾ നീങ്ങാൻ ഉപകാരപ്പെടും.

**(കർക്കിടകക്കൂർ:** പുണർതം അവസാനപാദം, പൂയം, ആയില്യം) വിദേശയാത്രക്ക് ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് ആഗ്രഹം സഫലീകരിക്കും. പുതിയ വാഹനം സ്വന്തമാക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് കാലം അനുകൂലമാണ്. സന്താനങ്ങൾക്കു വേണ്ടി ധനം ചിലവഴിക്കേണ്ടി വരും. സാമ്പത്തിക പ്രതിസന്ധി തുടരും. നവംബർ 27, 28 ദിവസങ്ങൾ ശുഭകരമായിരിക്കില്ല. ഗണപതി ക്ഷേത്രദർശ്ശനം നടത്തുകയും യഥാശക്തി വഴിപാടുകൾ നടത്തുകയും വേണം.

**(ചിങ്ങക്കൂർ:** മകം, പൂരം, ഉത്രം ആദ്യ കാൽഭാഗം) പണം ദുർവ്യയം ചെയ്യുന്നത് ശ്രദ്ധിക്കണം. അശ്രദ്ധ കൊണ്ട് വാക്ദോഷവും, ധനനഷ്ടവും വരാം. സഹോദരരിൽ നിന്നും ഗുണാനുഭവങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കാം. ശിരോരോഗങ്ങളും ഉഷ്ണ സംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങളും അലട്ടാം. നവംബർ 30, ഡിസംബർ 1 തീയതികൾ അഷ്ടമരാശിക്കൂറിലെ നക്ഷത്രങ്ങളായതിനാൽ നല്ല സംരംഭങ്ങൾക്ക് സ്വീകരിക്കാതിരിക്കുക. ശാസ്താക്ഷേത്രത്തിൽ ദർശ്ശനവും ശനിദോഷ നിവാരണ അർച്ചനയും നടത്തുക .

**(കന്നിക്കൂർ:** ഉത്രം അവസാന മൂന്നാംപാദം, അത്തം , ചിത്തിര ആദ്യപകുതി) സാമ്പത്തികപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരം ഉണ്ടാകും. കാലങ്ങളായി കിട്ടാതിരിക്കുന്ന ധനം കൈവശം വന്നചേരും. വിദ്യാഭ്യാസ പുരോഗതി നേടും. നല്ല വിവാഹാലോചനകൾ വരും. ഡിസംബർ 2, 3 ദിവസങ്ങൾ അനുകൂലമല്ല. ക്ഷേത്രത്തിൽ ഗണപതി പ്രീതികരവും. ശൈവശാക്തേയ ക്ഷേത്രദർശ്ശനവും യഥാശക്തി വഴിപാടുകൾ നടത്തുന്നതും ദോഷാധിക്യം ഇല്ലാതാക്കും.

**(തുലാക്കൂർ:** ചിത്തിര അവസാനപകുതി, ചോതി, വിശാഖം ആദ്യ മൂന്ന്പാദം) ഭൂമി കൊടുക്കൽ വാങ്ങൽ കാര്യങ്ങളിൽ അനുകൂലമായ തീരുമാനങ്ങൾ ഉണ്ടാകും കർമ്മരംഗത്തെ അഭിപ്രായ വ്യത്യാസങ്ങൾ പരിഹരിക്കും. സാമ്പത്തികമായി ചെറിയ ആശ്വാസം ലഭിക്കും. ഡിസംബർ 4, 5 ദിവസങ്ങൾ പ്രായേണ ഗുണം കുറഞ്ഞതായിരിക്കും. വൈഷ്ണവ ക്ഷേത്രദർശ്ശനവും മന്ത്രജപവും നടത്തുന്നതും യഥാശക്തി വഴിപാടുകൾ നടത്തുന്നതും നല്ലതാണ്.

**(വൃശ്ചികക്കൂർ:** വിശാഖം അവസാനപാദം, അനിഴം, തൃക്കേട്ട) സാമ്പത്തിക പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് ഒരു പരിധി വരെ ആശ്വസം ലഭിക്കും. വിവാഹത്തിന് ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് ആഗ്രഹസാഫല്യം ഉണ്ടാകും. അനാവശ്യചിന്തകൾ മനസിനെ അസ്വസ്ഥമാക്കും ഡിസംബർ 6, 7 തീയതികൾ അഷ്ടമരാശിക്കുർ നക്ഷത്രങ്ങളായതിനാൽ ശുഭകരമല്ല. നവഗ്രഹക്ഷേത്രത്തിൽ വ്യാഴാഴ്ച ദിവസങ്ങളിൽ ശനിഗ്രഹ ദോഷ നിവാരണ അർച്ചനയും ശൈവ പ്രീതികരങ്ങളായ വഴിപാടുകളും ജപങ്ങളും നടത്തുന്നതും നല്ലതാണ്.

**(ധനുക്കൂർ:** മൂലം, പൂരാടം, ഉത്രാടം ആദ്യപാദം) വാഹന ലാഭം, ആഗ്രഹിക്കുന്ന ലൗകീക സുഖങ്ങൾ ലഭിക്കും. ചിലവ് അധികരിക്കും. സന്താനങ്ങളുടെ ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസത്തെ കുറിച്ചുള്ള ചിന്തയും ദാമ്പത്യ വിഷയത്തിലും കരമ്മരംഗത്തും ഉണ്ടാകാവുന്ന അസ്വാരസ്വങ്ങൾ മാനസിക സമ്മർദ്ധം കൂട്ടും. ഡിസംബർ 8, 9 തീയതികൾ ശുഭകാര്യാരംഭത്തിന് സ്വീകാര്യമല്ല. തിങ്കളാഴ്ച ദിവസങ്ങളിൽ ശിവക്ഷേത്ര ദർശ്ശനവും മന്ത്രജപവും ദേവിക്ക് മാല ചാർത്തലും നടത്തുന്നത് നല്ലതാണ്.

**(മകരക്കൂർ:** ഉത്രാടം അവസാന മൂന്ന്പാദം ,തിരുവോണം, അവിട്ടം ആദ്യപകുതി) ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസത്തിന് ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് ഗുണഫലാനുഭവങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കാം. പൂർവ്വികസ്വത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ അനുകൂലമായ തീരുമാനങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. ഡിസംബർ 10, 11 ദിവസങ്ങൾ അനുകൂലമായിരിക്കില്ല. ഭദ്രകാളി പ്രീതികരങ്ങളായ സൂക്തങ്ങൾ ജപിക്കുകയും ദേവീക്ഷേത്ര ദർശ്ശനവും, നെയ്യ്‌വിളക്ക് കത്തിക്കുകയും, നാമജപം ചെയ്യുന്നതും നല്ലതാണ്.

**(കുംഭക്കൂർ:** അവിട്ടം അവസാനപകുതി, ചതയം, പൂരുരുരുട്ടാതി ആദ്യ മൂന്ന്പാദം) കർമ്മരംഗത്തെ പ്രതിസന്ധി ബുദ്ധിവൈഭവം കൊണ്ടും ഈശ്വരാനുഗ്രഹം കൊണ്ടും പരിഹരിക്കും. വാഹനങ്ങൾക്ക് വേണ്ടി പണം ചിലവഴിക്കേണ്ടി വരും. അലർജി രോഗങ്ങളെ കരുതിയിരിക്കണം. വസ്തുവകകൾ കളവ് പോകാൻ സാധ്യതയുള്ളതിനാൽ ശ്രദ്ധിക്കണം. ഡിസംബർ 12, 13 തീയതികൾ പ്രായേണ ഗുണം കുറയും. വൈഷ്ണവ ക്ഷേത്ര ദർശ്ശനം നടത്തുന്നതും ദ്വാദശാക്ഷരി മന്ത്രജപം നടത്തുന്നതും നല്ലതാണ്.

**(മീനക്കൂർ:** പൂരുരുട്ടാതി അവസാനപാദം, ഉത്രട്ടാതി, രേവതി) വാഹനമേഖലയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തൊഴിലിന് ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് പുതിയ അവസരങ്ങൾ ലഭിക്കും ബിസിനസ്സ് ആവശ്യങ്ങൾക്ക് വേണ്ടി ഉപയോഗിക്കുന്ന വാഹനത്തിന് കൂടുതൽ പണം ചിലവഴിക്കേണ്ടി വന്നേക്കാം. നവംബർ 18,19 ഡിസംബർ 14, 15 തീയതികൾ പൊതുവേ അനുകൂലമായിരിക്കില്ല. വിഷ്ണുക്ഷേത്ര ദർശ്ശനം നടത്തി കണ്ണന് തുളസിമാല ചാർത്തുകയും വിഷ്ണു പ്രീതികരങ്ങളായ സൂക്തങ്ങൾ ജപിക്കുകയും യഥാശക്തി വഴിപാടുകൾ നടത്തുകയും ചെയുക

***ശുഭമസ്തു ശംഭോമഹാദേവ! എറണാകുളത്തപ്പൻ തുണ!***

# MANGALYAM MATRIMONIAL

for the better half of your life....

## വധുവിനെ ആവശ്യമുണ്ട്

Nair Boy, 28/167cm, Makam, MS Electronics, SW Engr at a Robotics Co. in Germany.Blue Card Holder. Middle Class Family Settled at Ernakulam.

Engineer Girls Preferred. Need to learn Basic German for Family Visa

Mob:9961330289
Email:adithyadk.de@gmail.com
Birth: 14-05-1997 - 5.26.pm
Sishta Dasa: Ketu - 6-9-20

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

Nair Boy, 31/157cm, Uthradam 3/4 (Makaram), MSC Physics Instrementation, Philips company in Bhaharin
Mob:9447026795, 9633144701

Email:santhics675@gmail.com
Birth: 28-05-1994 - 11.07.pm
Sishta Dasa: sun - 3-8-2

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

Contact Address:

MR. REGHU
PEEDATH HOUSE,
EROOR SOUTH. P. O,
TRIPUNITHURA

Nair Boy, 27yr/178cm, Uthradam, Wheatish,B.E Computer Science, Customer Associate,Sutherland Global Service P Ltd, Pref: Graduate,
Mob- 9995119918

Email:amalcj900@gmail.com
Date of Birth:10-7-1998(3.39.24am)
Sishta Dasa:Ravi:5-11-8.24

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

Contact Address:
MR.JAYAKUMAR
THEKKE CHENNAM VEEDU
KUMBALAM P O
KOCHI - 682506

## പ്രിയ ദമ്പതിമാരേ, കതിർ മണ്ഡപത്തിലേക്ക് വീണ്ടും...

എറണാകുളം കരയോഗം ശതാബ്ദി ആഘോഷത്തിന്റെ ഭാഗമായി, **ടി. ഡി. എം. ഹാളിൽ വെച്ച് 50 വർഷം മുൻപ്** വിവാഹിതരായ ദമ്പതികളെ ആദരിക്കുന്നു.

കുടുംബബന്ധങ്ങളിൽ അപസ്വരങ്ങൾ ഉയരുന്ന ഇക്കാലത്ത് അമ്പത് വർഷം സുദൃഢമായി വൈവാഹിത ജീവിതം മുന്നോട്ട് നയിച്ച് സന്തോഷത്തോടെ ജീവിക്കുന്നവരെ അനുമോദിക്കേണ്ടത് സമൂഹത്തിന്റെ ആവശ്യമാണ്. പുതു തലമുറയ്ക്ക് മാതൃകയായ ഇവരെ പൊതുവേദിയിൽ പരിചയപ്പെടുത്തുകയും **സുവർണ്ണ സ്മൃതി** ഫലകം നൽകി അനുമോദിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അർഹരായ ദമ്പതികൾ എറണാകുളം കരയോഗം ഓഫീസുമായി ബന്ധപ്പെടാൻ താൽപ്പര്യപ്പെടുന്നു.

**Mob: 9447171160, 0484 – 2361160**
**E- mail: ekmkgm@gmail.com**

## എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ നവരാത്രി ആഘോഷത്തിൽനിന്ന് ....

## എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ ദീപാവലി ആഘോഷത്തിൽനിന്ന് ....

DATE OF PUBLICATION: 10-11-2025

**RNI NO. KERMAL/2008/23515**
**REGISTERED NEWSPAPER**

**REGISTERED NO. KL/EKM/761/2025-27**
**LICENSE NO. KL/CR/EKM/WPP-3/2025-27**
**LICENSED TO POST WITHOUT PREPAYMENT**

Volume No. 17 NOVEMBER - 2025 Issue No. 11

*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.