



ശാമഭൂമി

2021 മാർച്ച് - ഏപ്രിൽ
പുസ്തകം 44 ലക്കം 2

ദൈവമാസിക



വെല്ലുവിളികൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ

സ്ത്രീ ശാക്തീകരണത്തിന്റെ ഭാഗമായ മികച്ച ഒരു നാഴികക്കല്ലാണ് അന്താരാഷ്ട്ര വനിതാദിനം. സ്ത്രീത്വത്തെ ആദരിക്കുകയും സ്ത്രീകളുടെ കഴിവുകളെ അംഗീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ദിനം. സ്ത്രീകൾ മാറ്റി നിർത്തപ്പെടേണ്ടവരല്ല എന്നു തെളിയിക്കപ്പെടുന്ന ദിനം.

വനിതാ സംരംഭകർക്കുള്ള സർക്കാർ പദ്ധതികൾ

എന്റെ ഗ്രാമം

- സംസ്ഥാന സർക്കാർ ഖാദി ബോർഡ് വഴി നടപ്പാക്കി വരുന്ന പദ്ധതിയാണ് ഇത്.
- അഞ്ചുലക്ഷം രൂപ വരെ വായ്പ.
- വനിതകളെ പ്രത്യേക വിഭാഗമായി കണക്കാക്കി 30 ശതമാനം വരെ ഗ്രാന്റ്.
- വിശദവിവരങ്ങൾക്ക് ഖാദി ബോർഡിന്റെ അതത് ജില്ലാ ഓഫീസുകളുമായി ബന്ധപ്പെടാവുന്നതാണ്.

ശരണ്യപദ്ധതി

- സംസ്ഥാന സർക്കാർ എംപ്ലോയ്മെന്റ് ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റ് വഴി നടപ്പാക്കി വരുന്ന പദ്ധതിയാണ് ഇത്.
- സർക്കാർ പണ്ട് ആണ് വായ്പയായി വിതരണം ചെയ്യുന്നത്.
- 50,000 രൂപ വരെ വായ്പയും 50 ശതമാനം (പരമാവധി 25,000 രൂപ) വരെ സബ്സിഡിയും നൽകുന്നു.
- വിധവകൾ, വിവാഹമോചനം നേടിയ സ്ത്രീകൾ, ഭർത്താവിനെ കാണാതെപോയ സ്ത്രീകൾ, എസ്.സി/എസ്.ടി വിഭാഗത്തിൽപ്പെടുന്ന അവിവാഹിതരായ അമ്മമാർ എന്നിവർക്ക് പ്രയോജനം ലഭിക്കും.
- വിശദാംശങ്ങൾക്ക് എംപ്ലോയ്മെന്റ് എക്സ്പ്രെഞ്ചുകൾ ഉമായി ബന്ധപ്പെടാവുന്നതാണ്.

നാനോ പലിശ സബ്സിഡി

- സംസ്ഥാന സർക്കാർ ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രങ്ങൾ വഴി നടപ്പാക്കിവരുന്ന പദ്ധതി.
- വനിതകളെ പ്രത്യേക വിഭാഗമായി കണക്കാക്കി എട്ട് ശതമാനം പലിശ സബ്സിഡി അനുവദിച്ചു വരുന്നു.
- അഞ്ച് ലക്ഷം രൂപയിൽ താഴെ വായ്പ എടുത്ത് സ്വന്തം ഭവനങ്ങളിലോ മറ്റ് സ്ഥലത്തോ സംരംഭം നടത്തുന്നവർക്ക് വാർഷിക പലിശ തിരികെ നൽകുന്നു.
- തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപന അനുമതിയില്ലാതെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന സംരംഭങ്ങൾക്കും ഇതിന് അർഹതയുണ്ട്.
- ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രങ്ങളേയോ ആയതിന്റെ സബ് ഓഫീസുകളേയോ ഇതിനായി ബന്ധപ്പെടാവുന്നതാണ്.

എൻ്റർപ്രണർ സപ്പോർട്ട് സ്കീം (ഇ.എസ്.എസ്)

- സംസ്ഥാന സർക്കാർ ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രങ്ങൾ വഴി നടപ്പാക്കുന്ന പദ്ധതി.
- വനിതകളെ പ്രത്യേക വിഭാഗമായി കണ്ട് സ്മിര നിക്ഷേപത്തിന്റെ 20 ശതമാനം (കോവിഡിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ 25 ശതമാനം ആയി ഉയർത്തി) പരമാവധി 30 ലക്ഷം രൂപ വരെ ഗ്രാന്റ് അനുവദിക്കുന്നു.
- മുൻഗണനാ വിഭാഗത്തിൽ വരുന്ന സംരംഭകയ്ക്ക് ഇപ്പോൾ 35 ശതമാനം വരെ സബ്സിഡി ലഭിക്കാൻ സാഹചര്യം ഉണ്ട്.
- നിർമ്മാണ യൂണിറ്റുകൾക്ക് സ്ഥിര നിക്ഷേപത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കി 30 ലക്ഷം രൂപ വരെ സബ്സിഡിയായി അനുവദിക്കുന്നു.
- വായ്പ എടുക്കാത്തവർക്കും ഈ ആനുകൂല്യം ലഭിക്കും.

- ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രം/സബ് ഓഫീസുകൾ എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടാൽ വിശദാംശങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നതാണ്.

നാനോ സംരംഭങ്ങൾക്ക് 40 ശതമാനം വരെ ഗ്രാന്റ്

- സംസ്ഥാന സർക്കാർ ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രം വഴി നടപ്പാക്കി വരുന്ന പദ്ധതി.
- വനിതകളെ പ്രത്യേക വിഭാഗമായി കരുതി പദ്ധതിച്ചെലവിന്റെ 40 ശതമാനം, പരമാവധി നാലു ലക്ഷം രൂപ വരെ ഗ്രാന്റ് അനുവദിക്കുന്നു.
- 10 ലക്ഷം രൂപയിൽ താഴെ പദ്ധതിച്ചെലവ് വരുന്ന നിർമ്മാണ യൂണിറ്റുകൾക്കും ജോബ് വർക്ക് ചെയ്യുന്ന യൂണിറ്റുകൾക്കും പ്രയോജനം കിട്ടും.
- വായ്പ എടുക്കുന്നവർക്ക് മാത്രമാണ് ആനുകൂല്യം ലഭിക്കുക.
- ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രങ്ങൾ/താലൂക്ക് വ്യവസായ ഓഫീസുകളിൽ നിന്ന് കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ അറിയാവുന്നതാണ്

വനിതാ സ്റ്റാർട്ട് അപ്പുകൾക്ക് പ്രത്യേക സഹായങ്ങൾ

- സംസ്ഥാന സർക്കാർ കേരള സ്റ്റാർട്ട് അപ്പ് മിഷൻ വഴി നടപ്പാക്കി വരുന്ന പദ്ധതി.
- വനിതാ സ്റ്റാർട്ട് അപ്പുകൾക്ക് ലഭിച്ച ഓർഡറുകൾ നിർവഹിക്കുന്നതിന് ആവശ്യമായി വരുന്ന തുകയുടെ 80 ശതമാനം, പരമാവധി 15 ലക്ഷം രൂപ വരെ സോഫ്റ്റ് ലോൺ അനുവദിക്കുന്നു.
- വനിതാ സ്റ്റാർട്ട് അപ്പ് പദ്ധതികളായ ടെക്നോളജി ട്രാൻസ്ഫർ സ്കീം, സോഫ്റ്റ് ലോൺ സ്കീം വഴി ടെക്നോളജി വാങ്ങുന്നതിന് വേണ്ടി വരുന്ന നിക്ഷേപത്തിന്റെ 90 ശതമാനം പരമാവധി 10 ലക്ഷം രൂപ വരെ ഗ്രാന്റ് അനുവദിക്കുന്നു.
- കേരള സ്റ്റാർട്ട് അപ്പ് മിഷനുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു വേണം അപേക്ഷ സമർപ്പിക്കാൻ.

ആശി

- കരകൗശല തൊഴിലാളികൾക്കായി ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രം വഴി നടപ്പാക്കിവരുന്ന പദ്ധതി.
 - ആർട്ടിസാൻ കാർഡ് ഉള്ള സംരംഭകയായിരിക്കണം.
 - വനിതകളെ പ്രത്യേക വിഭാഗമായി കണക്കാക്കി അവരുടെ സ്ഥിരനിക്ഷേപത്തിന്റെ 50 ശതമാനം, പരമാവധി മൂന്നു ലക്ഷം രൂപ വരെ ഗ്രാന്റ് അനുവദിക്കുന്നു.
 - വായ്പ എടുക്കാത്തവർക്കും ഈ സബ്സിഡി ലഭിക്കുന്നതാണ്.
 - ഗാർമെന്റ് യൂണിറ്റുകൾക്കു പോലും ഈ ആനുകൂല്യം ലഭിക്കുന്നതാണ്.
 - ജില്ലാ വ്യവസായ കേന്ദ്രങ്ങൾ വഴി അപേക്ഷിക്കാം.



സംരംഭക വായ്പകൾ വനിതാ വികസന കോർപ്പറേഷൻ വഴിയും

ആറു മുതൽ എട്ടു ശതമാനം വരെ പലിശയ്ക്ക് സംരംഭക വായ്പകൾ അനുവദിച്ചു വരുന്നുണ്ട്. വനിതകൾക്ക് എസ്.സി/എസ്.ടി കോർപ്പറേഷൻ, ഒ.ബിസി കോർപ്പറേഷൻ, മൈനോറിറ്റി കോർപ്പറേഷൻ, വികലാംഗ കോർപ്പറേഷൻ, മൂന്നാക്ക കോർപ്പറേഷൻ, സഹകരണ സ്ഥാപനങ്ങൾ എന്നിവിടങ്ങളിൽ നിന്നെല്ലാം കുറഞ്ഞ പലിശനിരക്കിൽ വായ്പ ലഭിക്കുന്നതാണ്. കൃത്യമായി ഒരു പദ്ധതി ഉണ്ടെങ്കിൽ വായ്പയും സബ്സിഡിയുമായി വനിതകൾക്കൊപ്പമുണ്ടാകും സർക്കാർ.



എഡിറ്റോറിയൽ

സ്വയം തിരിച്ചറിയുക കരുത്താർജ്ജിക്കുക

വിണ്ടും ഒരു അന്താരാഷ്ട്ര വനിതാദിനം കൂടി കടന്നു പോകുന്നു. മാർച്ച്-8. സ്ത്രീകളുടെ പ്രാതിനിധ്യം എല്ലാ മേഖലകളിലും വർദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഏതു തൊഴിൽ മേഖലയിലും സ്ത്രീകൾ കഴിവു തെളിയിച്ചുകൊണ്ട് മുന്നേറുന്ന കാഴ്ച തികച്ചും ആഹ്ലാദകരമാണ്. ഏതൊരു സ്ത്രീയ്ക്കും അഭിമാനിക്കാവുന്നതുമാണ്. എന്നാൽ സ്ത്രീയുടെ പ്രാതിനിധ്യം ഉറപ്പാക്കേണ്ട പല മേഖലകളും ഇനിയുമുണ്ട്.

കുടുംബിനി എന്ന് സമൂഹം ഓമനത്തത്തോടെ വിളിക്കുന്ന സ്ത്രീകളുടെ അവസ്ഥയ്ക്ക് ഇന്നും എത്രത്തോളം മാറ്റം വന്നിട്ടുണ്ട് എന്ന് ഉറക്കെ ചിന്തിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. കുടുംബകാര്യങ്ങളിൽ തീരുമാനങ്ങളെടുക്കാൻ എത്ര സ്ത്രീകൾക്ക് സ്വാതന്ത്ര്യം ലഭിക്കുന്നുണ്ട്? സ്വന്തം കാര്യങ്ങളിൽ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാൻ പോലും വീട്ടമ്മമാരായ ബഹു ഭൂരിപക്ഷം സ്ത്രീകൾക്കും സ്വാതന്ത്ര്യമില്ല. ഭർത്താവ് ജയിൽ വാർഡനും കുടുംബം ജയിലുമെന്നപോലെയാണ് പലയിടത്തും. പെണ്ണായി പിറന്ന 'കുറ്റ്'ത്തിന് വിവാഹമെന്ന തടവു ശിക്ഷയിലേക്ക് കുരുതി കൊടുക്കപ്പെടുന്നവർ

ആകരുത് സ്ത്രീകൾ. സ്വാതന്ത്ര്യബോധവും അഭിമാനവും തിരിച്ചറിഞ്ഞ് മുന്നേറാൻ ഇനിയും ഉണ്ട് പല മേഖലകളും. സ്വന്തം ജീവിതം ജീവിച്ചു മുന്നേറാൻ പഠിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു പല സ്ത്രീകളും. അതിനുവേണ്ടത് നിശ്ചയദാർഢ്യവും മനക്കരുത്തും ആണ്. വിവാഹിതരായാലും ഇനിയും പഠിക്കാൻ, സ്വന്തമായി തൊഴിൽ നേടാൻ, തൊഴിൽ ചെയ്ത് ആരെയും ആശ്രയിക്കാതെ ജീവിക്കാൻ, ആരുടെയും അനുവാദത്തിനും കാത്തു നിൽക്കേണ്ടതില്ല എന്ന തിരിച്ചറിവ് എങ്കിലും സ്ത്രീ സമൂഹത്തിന് ഉണ്ടാകേണ്ടതാണ്. ആദ്യം വിമോചനം നേടേണ്ടത് സ്വന്തം മനസ്സിന്റെ അടിമത്ത മനോഭാവത്തിൽ നിന്നാണ്. അവിടെ നിന്നാണ് അടിസ്ഥാനപരമായ ആത്മാഭിമാനം ഉണരുക. അപ്പോഴാണ് സ്ത്രീകരുത്തുള്ളവളായി മാറുക. മാറ്റങ്ങൾ തുടങ്ങേണ്ടത് അവരവരുടെ ഉള്ളിൽ നിന്ന്... വനിതാദിനങ്ങൾ വെറും ആഘോഷവേദികൾ മാത്രമായി ഒതുങ്ങാതിരിക്കാൻ നമുക്ക് ഒരുമിച്ച് പരിശ്രമിക്കാം.

അജിതാദാസ്
ചീഫ് എഡിറ്റർ



ഉപദേശക സമിതി ചെയർമാൻ: വി.ആർ. വിനോദ് ഐഎഎസ് ഗ്രാമവികസന കമ്മീഷണർ
അംഗങ്ങൾ വി.എസ്. സന്തോഷ്കുമാർ അഡീഷണൽ ഡെവലപ്മെന്റ് കമ്മീഷണർ-1 • കെ. വനജ കുമാരി അഡീഷണൽ ഡെവലപ്മെന്റ് കമ്മീഷണർ-2
• ഡോ. പി.കെ. സനിൽ കുമാർ അഡീഷണൽ ഡെവലപ്മെന്റ് കമ്മീഷണർ PMGSY • എം.കെ. ഉഷ ജോയിന്റ് ഡെവലപ്മെന്റ് കമ്മീഷണർ RIDF
• ഡി. സുധ ഡയറക്ടർ, കില-സി.എച്ച്.ആർ.ഡി • ഷാജി ക്ലൈമന്റ് ജോയിന്റ് ഡെവലപ്മെന്റ് കമ്മീഷണർ, റൂറൽ പ്ലാനിംഗ്
• ദിവ്യ ഡെപ്യൂട്ടി ഡയറക്ടർ (P&M) • സബീഹ പി.എം, സീനിയർ ഫിനാൻസ് ഓഫീസർ • നജീബ് .എച്ച് സീനിയർ അഡ്മിനിസ്ട്രേറ്റീവ് ഓഫീസർ
ചീഫ് എഡിറ്റർ അജിതാദാസ് ചീഫ് ഓഫീസർ, റൂറൽ ഇൻഫർമേഷൻ ബ്യൂറോ
എഡിറ്റർ ധന്യ .എസ് കാംപെയ്ൻ ഓഫീസർ **അസിസ്റ്റന്റ് എഡിറ്റർ** സി. പ്രശാന്ത് അസിസ്റ്റന്റ് കാമ്പയിൻ ഓഫീസർ
സർക്കുലേഷൻ മാനേജർ ടി. സനൽകുമാർ മാനേജർ **കവർ & ലേ-ഔട്ട്** രതീഷ് കുമാർ cash8590070404@gmail.com
ഓഫീസ് റൂറൽ ഇൻഫർമേഷൻ ബ്യൂറോ, ആറാം നില, സ്വരാജ് ഭവൻ, നന്തൻകോട്, കവടിയാർ.പി.ഒ
തിരുവനന്തപുരം - 3. ഫോൺ : 0471 2317262 email : ribkerala@gmail.com



സുഗതകുമാരി- പെയ്തൊഴിയാത്ത മഴ

സുഗതകുമാരി ടീച്ചറിനെക്കുറിച്ച് ചുളള അനുസ്മരണം നന്നായി. പരിസ്ഥിതിക്കു വേണ്ടി ഇത്രത്തോളം ശബ്ദമുയർത്തിയ മറ്റൊരു കവയിത്രി മലയാളത്തിൽ ഉണ്ടായിട്ടില്ല. ടീച്ചറിന്റെ പരിസ്ഥിതി പ്രയത്നങ്ങൾ കവിതകളിൽ മാത്രമൊതുങ്ങി നിന്നതല്ല എന്നതു തന്നെയാണ് ഈ കവയിത്രിയെ മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തയാക്കുന്നതും. ടീച്ചറിനെ സ്മരിക്കാൻ ഏറ്റവും ഉചിതമായ ഒരു കവിത തന്നെയാണ് ഒപ്പം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുള്ളത്. കാലാതീതമാണിത്തരം കവിതകളും എഴുതിയ എഴുത്തുകാരിയും. അതുകൊണ്ട് തന്നെ സുഗതകുമാരി ടീച്ചർ പെയ്തൊഴിയാത്ത മഴയായി വായനക്കാർക്കിടയിൽ എന്നുമുണ്ടാവും. ഇത്ര നല്ല ഒരു അനുസ്മരണവും ടീച്ചറിന്റെ പരിസ്ഥിതി സംബന്ധമായ കവിയും പ്രസിദ്ധീകരിച്ച ഗ്രാമഭൂമിക്ക് എന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

അശോകൻ, ചാരുംമുട്

പ്രദീപ് പനങ്ങാടും ബദാംമരത്തിന്റെ ഇലകളും

ഡിസംബർ ലക്കം ഗ്രാമഭൂമി കൈയിൽ കിട്ടിയപ്പോൾ സന്തോഷം തോന്നി. കെട്ടിലും മട്ടിലും പൂർവാധികം ഭംഗി വന്നിട്ടുണ്ട്. വെറുതെ താളുകൾ മറിച്ചപ്പോൾ കണ്ണുടക്കിയത് 'ബദാംമരത്തിന്റെ ഇലകൾ' എന്ന ലേഖനത്തിലാണ്. പ്രദീപ് പനങ്ങാട് എന്ന നിരൂപകൻ ഓർമകളുടെ കൈപിടിച്ചു നടക്കുന്നതിന്റെ ഒപ്പം നടക്കാൻ ഏറെ കൗതുകം തോന്നി. തുടർന്നു കണ്ട മായങ്ങളുടെ മായാലോകം എന്ന ഗിഫു മേലാറ്റൂർ തയ്യാറാക്കിയ പരമ്പരയാകട്ടെ ഏറെ റഫറൻസ് മൂല്യമുള്ള, തിരിച്ചറിവുകളുണ്ടാക്കുന്ന ഒരു ലേഖനം തന്നെയാണ്. തുടർന്നും ഗ്രാമഭൂമി കൂടുതൽ സമ്പന്നമായ വിഭവങ്ങളോടെ വായനക്കാർക്കിടയിലേക്ക് കടന്നുവരട്ടെ എന്നാശംസിക്കുന്നു.

അജിത, മലയിൻകീഴ്



കവർസ്റ്റോറി

- 6** വെല്ലുവിളികൾ തീരത്തെടുക്കുമ്പോൾ ആർ. ഷൈനി
- 10** മഹത്തായ ഭാരതീയ അടുകളിലെ പെണ്ണുങ്ങൾ എൻ.പി. മുരളീകൃഷ്ണൻ
- 12** മ്യൂസർമാരിന്റെ ഉരുക്കു വനിത ഡോ. ടെന്നി എബ്രഹാം പിടവൂർ

ഗ്രാമഭൂമി ദൈവാർഷിക വരിസംഖ്യ 24 രൂപ തപാലിൽ ലഭിക്കുവാൻ

ചീഫ് ഓഫീസർ, റൂറൽ ഇൻഫർമേഷൻ ബ്യൂറോ
ആറാം നില, സ്വരാജ് ഭവൻ, നന്തൻകോട്, കവടിയാർ.പി.ഒ,
തിരുവനന്തപുരം 695 003 എന്ന വിലാസത്തിൽ
മണിയോർഡർ അയയ്ക്കുക email : ribkerala@gmail.com

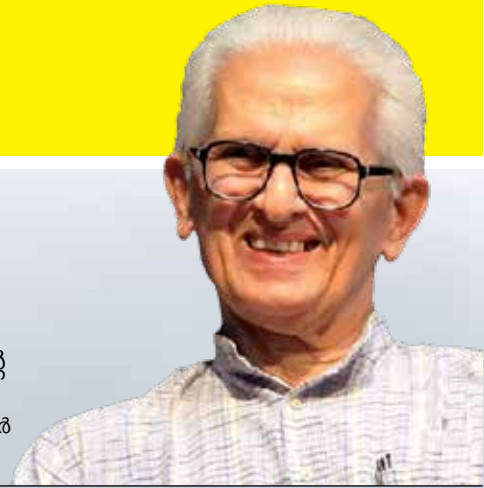
ഗ്രാമഭൂമിയിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന രചനകളിലെ ആശയങ്ങളും അഭിപ്രായങ്ങളും ഗ്രാമവികസന വകുപ്പിന്റേതായിരിക്കണമെന്നില്ല. അവയുടെ പൂർണ്ണമായ ഉത്തരവാദിത്വം ലേഖകർക്ക് മാത്രമായിരിക്കും.



വിഷു

22 മഞ്ഞപ്പൂക്കൾ
വിരിയുന്ന കാലം
ആര്യനാട് സത്യൻ

26 കവിത
വിഷു വരുമ്പോൾ
എൻ.എസ്. സുമേഷ്
കൃഷ്ണൻ



ആരോഗ്യം

14 കോവിഡാനന്തര
ലോകാരോഗ്യം
ഡോ. ബിപിൻ ഗോപാൽ

18 കോവിഡ്-19 ഉം
ഹോമിയോ ചികിത്സയും
ഡോ. നവനീത് കെ. ഉണ്ണി

29 മായങ്ങളുടെ
മായാലോകം
ശിഹു മേലാറ്റൂർ

അനുസ്മരണം

27 മലയാളത്തിന്റെ
കാവ്യപ്രസാദം
അജിത് വെണ്ണിയൂർ

20 ഫോട്ടോ ഫീച്ചർ

36 ശാസ്ത്രവെളിച്ചം

38 പൊതുവിജ്ഞാനം



വെല്ലുവിളികൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ



ആർ. ഷൈനി

U
സത്രീ ശാക്തീകരണത്തിന്റെ ഭാഗമായ മികച്ച ഒരു നാഴികക്കല്ലാണ് അന്താരാഷ്ട്ര വനിതാദിനം. സ്ത്രീത്വത്തെ ആദരിക്കുകയും സ്ത്രീകളുടെ കഴിവുകളെ അംഗീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ദിനം. സ്ത്രീകൾ മാറ്റി നിർത്തപ്പെടേണ്ടവരല്ല എന്നു തെളിയിക്കപ്പെടുന്ന ദിനം. അനുഭവങ്ങളിലൂടെ ഉണ്ടായ തിരിച്ചറിവുകൾ പൊതുസമൂഹത്തോട് ഉറക്കെ വിളിച്ചു പറയുവാൻ ഓരോ സ്ത്രീയ്ക്കും ലഭിക്കുന്ന അവസരം കൂടിയാണിത്. ലോകമെമ്പാടുമുള്ള സ്ത്രീകൾക്കായി ഐക്യരാഷ്ട്രസഭ അംഗീകരിച്ചു നൽകിയ സുദിനം.

2021 മാർച്ച് 8 അന്താരാഷ്ട്ര വനിതാദിനത്തിന്റെ പ്രമേയം 'തിരഞ്ഞെടുക്കാം വെല്ലുവിളികളെ' എന്നതായിരുന്നു. 'വെല്ലുവിളികളുടെ ലോകം ജാഗ്രതയുടെ ലോകമാണ്. വെല്ലുവിളികളെ അതിജീവിച്ചാൽ

മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാം'. പ്രസ്തുത പ്രമേയത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ സ്ത്രീകൾ നേരിടുന്ന സമകാലിക പ്രശ്നങ്ങളിലേക്ക് ഒന്നു കടന്നു നോക്കാം. ഉദ്യോഗസ്ഥമാരുടെയും സാധാരണ വീട്ടമ്മമാരുടെയും അന്നത്തെ അന്നത്തിനായി ചെറു ജോലികൾ ചെയ്ത് കുടുംബം പുലർത്തുന്ന സ്ത്രീകളുടെയും വെല്ലുവിളികൾ വ്യത്യസ്തപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഇവരെല്ലാം തന്നെ മകളും ഭാര്യയും അമ്മയും ആണെന്നതു മാത്രമാണ് പൊതുവായിട്ടുള്ള കാര്യം. സ്ത്രീകൾ നേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികൾ തന്നെ വിവിധ സംസ്ഥാനങ്ങളിലും, മതങ്ങളിലും അതതു സമൂഹത്തിന്റെ കാഴ്ചപ്പാടും സംസ്കാരങ്ങളുമനുസരിച്ച് വ്യത്യസ്തപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

സുഖവും സന്തോഷവും എന്നത് മനുഷ്യവർഗ്ഗത്തിന്റെ മഹനീയ അനുഭവങ്ങളിലൊന്നാണ്. ആഗോളജനസംഖ്യയുടെ പകുതി എന്നു

കണക്കാക്കപ്പെടുന്ന സ്ത്രീകളിൽ സസന്തോഷം കഴിയുന്നവരുടെ കണക്കെടുക്കുകയാണെങ്കിൽ അതിൽ മുൻപന്തിയിൽ നിൽക്കുന്നത് കുടുംബത്തിനുള്ളിൽ തന്റെ ശരീരത്തിനു മേൽ സർവ്വാധികാരമുള്ള അഭിപ്രായ സ്വാതന്ത്ര്യമുള്ള സാമ്പത്തിക സുരക്ഷിതത്വമുള്ള ആൺതുണയുള്ള സ്ത്രീയായിരിക്കും.

ശാന്തവും സുരക്ഷിതവുമായ തൊഴിലിടം സ്ത്രീകൾക്കു നൽകുന്ന ആത്മവിശ്വാസം തൊഴിൽ ചെയ്തു നേടുന്ന വരുമാനത്തേക്കാൾ വലുതാണ്. സ്വന്തം വരുമാനം താൽപര്യാനുസരണം വിനിയോഗിക്കുവാൻ (ഉദ്യോഗസ്ഥർക്കു പോലും) അനുവാദത്തിന്റെ ആവശ്യമുണ്ടെന്ന് സ്ത്രീകൾ പറയുന്നിടത്ത് അവൾ സാമ്പത്തിക സ്വാതന്ത്ര്യം അനുഭവിക്കുന്നില്ല എന്ന് അനുമാനിക്കാം. സമകാലിക വെല്ലുവിളികൾ കണക്കിലെടുക്കുമ്പോൾ അതിൽ സുപ്ര



ആഗോള ജനസംഖ്യയുടെ പകുതി എന്നു കണക്കാക്കപ്പെടുന്ന സ്ത്രീകളിൽ സസന്തോഷം കഴിയുന്നവരുടെ കണക്കെടുക്കുകയാണെങ്കിൽ അതിൽ മുൻപന്തിയിൽ നിൽക്കുന്നത് കുടുംബത്തിനുള്ളിൽ തന്റെ ശരീരത്തിനുമേൽ സർവ്വാധികാരമുള്ള അഭിപ്രായ സാമ്പത്തിക സുരക്ഷിതത്വമുള്ള ആൺ തുണയുള്ള സ്ത്രീയായിരിക്കും.

ഈ പെൺകുട്ടികൾ പ്രൈവറ്റ് കമ്പനികളിൽ ഉദ്യോഗം നേടുന്നു എന്ന് കാണാൻ കഴിയും. പഠനകാലത്ത് നേതൃനിരയിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന പെൺകുട്ടികൾ പോലും ഉദ്യോഗത്തിൽ തലപ്പത്ത് എത്തുന്നില്ല എന്നത് ചിന്തനീയമാണ്. ബാങ്കിംഗ്, ഇൻഷുറൻസ്, ഇൻഫർമേഷൻ ടെക്നോളജി എന്നീ മേഖലകളിലൊഴികെ ഇതു പ്രകടമാണ്. ഒരേ തൊഴിൽ മേഖലയിലുള്ള ആണിനെയും പെണ്ണിനെയും വ്യത്യസ്ത തലത്തിൽ കാണുന്നു എന്നതും ശമ്പള തുല്യത ലഭിക്കുന്നില്ല എന്നതും പ്രൊമോഷനുകൾ വരുമ്പോൾ സ്ത്രീകൾ തഴയപ്പെടുന്നു എന്നതും പ്രകൃതിദത്തമായി സംഭവിച്ചു പോകുന്നതായാണ് കമ്പനികളിൽ കണക്കാക്കപ്പെടുന്നത്. പെൺകുട്ടികൾ വിവാഹിതരാകുന്നതോടെയാണ് ഔദ്യോഗിക വിട്ടുവീഴ്ചകൾ വേണ്ടിവരുന്നതും മാറ്റി നിർത്തപ്പെടുന്നതും. പ്രസവ അവധി എടുത്ത് ആറുമാസം ഉദ്യോഗത്തിൽ നിന്നും മാറിനിൽക്കുന്ന സ്ത്രീക്ക് ഉദ്യോഗത്തിൽ വരുന്ന അന്തരം ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ഉദ്യോഗ ഉയർച്ച നിഷേധിക്കാൻ പര്യാപ്തമാണ്. ആറുമാസം ജോലിയിൽ നിന്നും മാറി

കാണിച്ചിരുന്ന അഭിലാഷവും തൻമൂലം മത്സര ചിന്താഗതിയും കുറയും. കുടുംബത്തെ കരുതി ജോലി ഉപേക്ഷിക്കുവാൻ തയ്യാറാകുന്നതും നിർബന്ധിതരാകുന്നതും സ്ത്രീകൾ തന്നെയാണ്. ഗവൺമെന്റ് സെക്ടറിൽ സ്ത്രീക്കും പുരുഷനും തുല്യത ഉറപ്പാക്കിയിരിക്കുന്നതിനാൽ ഇത്തരം വിവേചനം ഇല്ല. എന്നാൽ വളരെയധികം പ്രയത്നവും ഭാഗ്യവും കൂടി ഒത്തുചേർന്ന ചെറിയൊരു ശതമാനം സ്ത്രീകൾ മാത്രമേ സർക്കാർ മേഖലയിൽ ജോലിയിൽ പ്രവേശിക്കുന്നുള്ളൂ. മക്കളുടെ പരീക്ഷാ കാലങ്ങളിൽ ലീവെടുത്ത് അവരെ പിൻതുണക്കുന്നത് ഏറെയും അമ്മമാരാണ്. ഇതവരുടെ തൊഴിലിനെ ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ ബാധിക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് ആരും അഭിപ്രായം ആരായുക പോലും ചെയ്യുന്നില്ല. വീട്ടമ്മമാരുടെ പ്രശ്നം വ്യത്യസ്തമാണ്. മൊബൈൽ ഫോണുകൾ കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ ഉറ്റുനന്ത സഹചാരിയാകുമ്പോൾ ഏകാന്ത തടങ്കലിൽ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്ന ഉഴലുകയാണ് കുടുംബിനി മാത്രമായ സ്ത്രീ. പക്ഷേ നിയോജക ഭർത്താവിനും മക്കൾക്കും മറ്റുള്ളവർക്കും വേണ്ടി നെട്ടോട്ടമോടി

ധാനം എന്നു കരുതാവുന്നത് സ്ത്രീകൾക്ക് എവിടെയും അവസരങ്ങൾ നിഷേധിക്കപ്പെടുന്നു എന്നതാണ്. തേടിയെത്തിയ അവസരങ്ങളെ കുടുംബ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ ചിന്തിച്ച്, അവ ഏൽപ്പിക്കുവാൻ മറ്റൊരുമാർഗ്ഗം കണ്ടെത്താനാവാതെ വേണ്ട എന്നു വയ്ക്കേണ്ടിവരുന്നതും സ്ത്രീക്കാണ്. പൊതുകാര്യങ്ങളിലായാലും പ്രൊമോഷൻ അവസരങ്ങളിലായാലും, പരിശീലനപരിപാടികളിൽ പങ്കെടുക്കുന്നതിലായാലും വിനോദയാത്ര പോകുന്നതിലായാലും എന്തിന് ഒരു സിനിമ ആസ്വദിക്കുക എന്ന ചെറുകാര്യത്തിലായാൽ പോലും ധാരാളം സ്ത്രീകൾ മാറ്റിവെയ്ക്കുകയും വേണ്ടെന്നു വയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസം നേടിയ വളരെയധികം സ്ത്രീകൾ തൊഴിൽ തേടാതെ വീട്ടിൽ ഒതുങ്ങുമ്പോൾ ടെക്നിക്കൽ യോഗ്യത നേടിയ ധാരാ



നിൽക്കുമ്പോൾ ഔദ്യോഗിക വിലയിരുത്തൽ (Appraisal) നടക്കാതെ പോകുന്നതും അതുമൂലം പ്രൊമോഷൻ ലിസ്റ്റിൽ ഉൾപ്പെടാതെ ജൂനിയറായി തുടരേണ്ടി വരുന്നതും മൂലം മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളിൽ പെടുന്നു. കുടുംബജീവിതത്തിലേക്കു പ്രവേശിച്ച് മാതൃത്വം എന്ന ഉത്തരവാദിത്വം കൂടി വന്നുചേരുന്നതോടെ ജോലിയിൽ

അധാനിക്കുന്നവളാണ് അവൾ. രാവിലെ വീട്ടിൽ നിന്നിറങ്ങുമ്പോൾ കണ്ണിലെണ്ണയുമൊഴിച്ചു കാത്തിരിക്കുന്നവൾ. തിരികെയെത്തുന്നവരോടൊപ്പം കുടുംബാംഗങ്ങൾ ഒരുമിച്ചിരുന്ന് അന്താഴം ഉണ്ണുമ്പോഴും, സന്തോഷം പങ്കിടേണ്ട സമയത്തും, പാതിരാവോളവും ഭർത്താവും മക്കളും ജോലി സംബന്ധമായോ, വി

ദ്യാഭ്യാസപരമായോ, വിനോദപരിപാടികളിൽ മുഴുകിയോ വിരൽ തുമ്പിലെ വിപ്ലവം ആസ്വാദിക്കുമ്പോൾ വീട്ടമ്മമാർ ഏകാന്തതയും ഒറ്റപ്പെടലും അനുഭവിക്കുകയും അതു തീവ്രമായി രോഗങ്ങളിലും ഡിപ്രഷനിലും വരെ എത്തിനിൽക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യമാനസികസമ്മർദ്ദങ്ങളും ആർത്തവ അസ്വസ്ഥതകളും എന്നും അവഗണിക്കപ്പെടുന്നു.

മനസ്സു തുറന്നു സംസാരിക്കാൻ ആത്മാർത്ഥ ബന്ധങ്ങളും അയൽപക്ക സൗഹൃദങ്ങളും കൂടുംബ വ്യവസ്ഥിതിയും ഇല്ലാതായത് വഴിവിട്ട ബന്ധങ്ങൾ ഉടലെടുക്കുന്നതിന് പ്രേരണയാകുന്നുണ്ട്. ഏതാവശ്യത്തിനും മറ്റുള്ളവരെ ആശ്ര

മിക്കുന്നതും മൂലം ജീവിതാവസ്ഥ എത്ര മോശമായാലും അതു തുടരാൻ അവൾ നിർബന്ധിതയാകുന്നു.

കുടുംബത്തിൽ ഒരാൾക്കുണ്ടതു പിറക്കുമ്പോൾ അമ്മമാർ ഗൃഹമായി ആഹ്ലാദിക്കുകയാണ്. ഇന്നും ആൺകുട്ടിക്കു മാത്രം സ്വതന്ത്രമായി സഞ്ചരിക്കാം, രാത്രികാലങ്ങളിൽ ഭയപ്പെടേണ്ടതില്ല. സ്ത്രീയനം സ്വരൂപിക്കേണ്ടതില്ല; ആൺകുട്ടികളോടുള്ള താൽപര്യക്കൂടുതലിന് മുഖ്യപ്രേരകം പെൺകുട്ടിക്ക് നൽകേണ്ട ഭാരിച്ച സ്ത്രീയനം തന്നെയാണ്. മഞ്ഞലോഹത്തിനോടുള്ള ഭ്രമം ഉപേക്ഷിക്കാൻ സ്ത്രീകൾ തന്നെ തയ്യാറായാൽ പെൺകുട്ടിയോടുള്ള താൽപര്യം തനിയെ കൂടും എന്നത് തർക്കമറ്റ

ക്കാനായി മാത്രം പെൺകുട്ടിയെ പരുവപ്പെടുത്തുന്നു. ഇതൊക്കെ പെൺകുട്ടി വേണ്ട എന്ന മനോഭാവത്തിന് ആക്കം കൂട്ടുന്നവയാണ്. റിട്ടയർ ചെയ്ത സ്ത്രീകൾ കൊച്ചുമക്കളെ വളർത്താൻ ഊണും ഉറക്കവുമില്ലാതെ നെട്ടോട്ടമോടുന്ന കഥകളാണ് സഹപ്രവർത്തകർക്കു പറയാനുള്ളത്. തലമുറകളെ സൃഷ്ടിക്കുക എന്നത് തലവരയാക്കിയവളാണ് സ്ത്രീ. താൻ എത്ര മക്കളെ പ്രസവിക്കണം എന്നത് തീരുമാനിക്കുവാൻ എത്ര സ്ത്രീകൾക്കാണ് കഴിഞ്ഞിട്ടുള്ളത്. പല മക്കളുള്ള അമ്മമാർ വീണ്ടും വീണ്ടും അമ്മമാരായത് ആഗ്രഹിച്ചാണോ എന്നു ചോദിച്ചാൽ സത്യസന്ധമായ ഉത്തരം അല്ല എന്നാവും.

തുല്യത മാത്രല്ല സ്ത്രീകൾക്കു വശ്യം. സ്ത്രീയും പുരുഷനും ആരോഗ്യത്തിലും ചിന്തയിലും ഉത്തരവാദിത്വബോധത്തിലും ശാരീരിക ധർമ്മങ്ങളിലും പൂർണ്ണമായും വ്യത്യസ്തരാണ്. തങ്ങൾ സഹയാത്രികരാണ് എന്ന ബോധവും ജീവിതത്തിന്റെ നേർപകുതിയാണെന്ന തിരിച്ചറിവുമാണാവശ്യം.



യിക്കേണ്ടി വരുമ്പോൾ, വരുമാനം ഇല്ലാത്തതുമൂലമുള്ള ആത്മനിന്ദ സ്വയം ചുരുങ്ങി ഇല്ലാതാകുവാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. ആവശ്യങ്ങൾ വേണ്ടെന്നു വയ്ക്കാൻ ശീലിപ്പിക്കുന്നു. ആഹാരത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ പോലും അഡ്ജസ്റ്റ്മെന്റുകൾക്ക് തയ്യാറാകുന്നു. വസ്ത്രധാരണമാകട്ടെ വാങ്ങിനൽകുന്ന ആളിന്റെ ആജ്ഞയ്ക്കനുസരിച്ചും. കുടുംബാന്തരീക്ഷം സമാധാനപരമായി നിലനിർത്തുവാൻ എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും കീഴടങ്ങി ജീവിക്കേണ്ടി വരുന്നു. വീടിനായി രാപ്പകൽ അധാനിക്കുകയും ജോലിയില്ലാത്തവൾ എന്നു മുദ്രകുത്തുകയും ചെയ്യപ്പെടുമ്പോൾ വീട്ടമ്മ നേരിടുന്ന മാനസികവ്യഥ ആരും അറിയുന്നില്ല. സ്വതന്ത്രമായി ജീവിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന, ശ്രമിക്കുന്ന സ്ത്രീയെക്കുറിച്ച് മുൻവിധിയോടെ പെരുമാറുന്നതും മോശമായ കാഴ്ചപ്പാട് വച്ചുപുലർ

സംഗതിയാണ്. മകൾക്കു നൽകിയ തിനേക്കാൾ മകനു ലഭിക്കണം എന്നാഗ്രഹിക്കുമ്പോൾ, നാട്ടിലെല്ലാവരും അതു മാതൃകയാക്കുമ്പോൾ മാറ്റം എവിടെ തുടങ്ങണം എന്നു സ്വയം ചിന്തിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. വിവാഹിതയായ മകളുടെ ശാരീരിക മാനസിക ബുദ്ധിമുട്ടുകളിൽ താങ്ങും തണലുമായി നിൽക്കേണ്ടത് അവളുടെ അമ്മയും കുടുംബവുമായെന്ന ധാരണയ്ക്ക് യാതൊരു മാറ്റവും ഉണ്ടായിട്ടില്ല. അവളുടെ പ്രസവവും, പ്രസവാനന്തര ശുശ്രൂഷയും, കുഞ്ഞുവാവയെ പരിചരിക്കലും എല്ലാം സ്വന്തം മാതാവിന്റെ മാത്രം കടമയായി സ്ത്രീകൾ തന്നെ കരുതുന്നു. ഭർത്താവിന്റെ അമ്മയും ഒരു സ്ത്രീയാണെന്ന കാര്യം സൗകര്യപൂർവ്വം വിസ്മരിക്കുന്നു. പെൺകുട്ടികളെ പഠിപ്പിച്ച് ഉദ്യോഗം നേടി മറ്റൊരു വീട്ടിന്റെ വരുമാന സ്രോതസ്സായി മാറ്റുന്നു. വല്ല വീട്ടിലേക്കും കെട്ടിച്ചയ

വിവാഹജീവിതത്തിൽ നേരിടുന്ന ശാരീരിക ലൈംഗിക അതിക്രമങ്ങൾ പുറത്തുപറയാൻ സ്ത്രീകൾ ഇപ്പോൾ മടിക്കുന്നില്ല. ഗാർഹിക പീഡനങ്ങൾ കൂടുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. എങ്കിലും ഭയം മാറ്റിനിർത്താൻ, മിഥ്യാഭിമാനം ഉപേക്ഷിക്കാൻ കുറച്ചുപേരെങ്കിലും തയ്യാറാവുന്നത് ആശാവഹമാണ്. ആർഭാടഭ്രമവും സുഖലോലുപതയും കൗശല ബുദ്ധിയും ഒന്നുചേരുമ്പോൾ ചതിവും വഞ്ചനയും പതിവാകുന്നു. 'ഹണിട്രാപ്പ്' എന്ന പുതിയ തന്ത്രം മെനയുന്നതിൽ സ്ത്രീകൾ പങ്കാളികളാകുമ്പോൾ സ്വയം ട്രാപ്പിലാകുന്നു എന്ന യാഥാർത്ഥ്യം സ്ത്രീകൾ ഓർക്കാതെ പോകുന്നു. എങ്ങനെയെങ്കിലും പെട്ടെന്ന് അറിയപ്പെടുവാൻ വെമ്പൽ കൊള്ളുകയാണ് പെൺകുട്ടികൾ. മൊബൈൽ ഫോണുകളുടെ വ്യാപകമായ ഉപയോഗം ദുരുപയോഗപ്പെടുത്തി പല

അന്താരാഷ്ട്ര വനിതാദിനാഘോഷം

ഗ്രാമവികസന കമ്മീഷണറേറ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ അന്താരാഷ്ട്ര വനിതാദിനാഘോഷ പരിപാടി സംഘടിപ്പിച്ചു. 8-3-2021 നു രാവിലെ പത്തുമണിക്ക് സ്വരാജ്ഭവൻ കോൺഫറൻസ് ഹാളിൽ നടന്ന ചടങ്ങിൽ സ്റ്റേറ്റ് കോ-ഓർഡിനേറ്റർ ആർ.ഷൈനി സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. മഹാത്മാഗാന്ധി ദേശീയ ഗ്രാമീണ തൊഴിലുറപ്പു പദ്ധതി മിഷൻ ഡയറക്ടർ ഡോ.ദിവ്യ.എസ്.അയ്യർ ഉദ്ഘാടനം നിർവ്വഹിച്ച യോഗത്തിൽ ഗ്രാമവികസന കമ്മീഷണർ വി.ആർ.വിനോദ് ഐ.എ.എസ് മുഖ്യ പ്രഭാഷണം നടത്തി. സ്ത്രീകൾ നേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികളെക്കുറിച്ചും അതിനെയാക്കെ മറികടന്ന് മുന്നേറേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതകളെക്കുറിച്ചും അദ്ദേഹം സംസാരിച്ചു. അഡീഷണൽ ഡെവലപ്മെന്റ് കമ്മീഷണർ വി.എസ്. സന്തോഷ്കുമാർ അദ്ധ്യക്ഷപ്രസംഗം നടത്തി. തുടർന്ന് അജിതാദാസ് (ചീഫ് ആഫീസർ, റൂറൽ ഇൻഫർമേഷൻ ബ്യൂറോ) നജീബ് എച്ച് (സീനിയർ എ.ഒ), ഗീതമ്മ (സി.എ), ജെ.ബെന്നി (ജെ.ഡി.സി), ദിവ്യ.ജി (ഡി.ഡി.പി



ആന്റ് എം), പി.എൻ.ഗോപൻ (സീനിയർ സൂപ്രണ്ട്), പ്രസീദ ഗോപൻ (റിസർച്ച് അസിസ്റ്റന്റ്), കെ.ജയപ്രകാശ് (ഹെഡ് ക്ലർക്ക്) എന്നിവർ സംസാ

രിച്ചു. എ.എസ്.ഗോപകുമാർ (സീനിയർ ക്ലർക്ക്) നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തി. ചടങ്ങിനോടനുബന്ധിച്ച് നടന്ന വിവിധ കലാപരിപാടികളിൽ പി.എൻ. ഗോപൻ, എ.എസ്.ഗോപകുമാർ, റ്റി.ന. വി, കുമാരി ഭാവ്നി എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു. തുല്യമായ ലോകം, ശക്തമായ ലോകം എന്ന വിഷയത്തിൽ നടത്തിയ ലേഖന മത്സരത്തിൽ വിജയികളായ ഷീല. എൻ (എ.എസ്.ഒ), സീനാ മോൾ എം.പി. എന്നിവർക്ക് സമ്മാനങ്ങൾ വിതരണം ചെയ്തു. ഗായികയായ കുമാരി ഭാവ്നികൃഷ്ണയെ യോഗം അനുമോദിച്ചു.

പെൺകുട്ടികളും ജീവിതം തച്ചുടയ്ക്കുന്നതായി ക്രൈം റിപ്പോർട്ടുകൾ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു. രക്ഷിതാക്കൾ നൽകാത്ത സൗകര്യങ്ങൾ പുറത്തുള്ളവർ നൽകുമ്പോൾ അതൊരു തന്ത്രമായി കരുതാൻ പെൺകുട്ടികൾക്ക് കഴിയുന്നില്ല. പ്രായഭേദമന്യേ കുടുംബിനിയായ ഓരോ സ്ത്രീയുടെയും ജീവിതം അടുക്കള എന്ന അഗാധ ഗർത്തത്തിൽ മുങ്ങിക്കിടക്കുകയാണ്. നിത്യവും പാചകം ചെയ്യുകയും പാത്രങ്ങൾ കഴുകുകയും വീടുവൃത്തിയാക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിൽ സ്ത്രീ അനുഭവിക്കുന്ന വിഷമതകളും മുഷിച്ചിലും എന്നും അവഗണിക്കപ്പെട്ടിട്ടേയുള്ളൂ. അടുക്കളയിൽ നിന്നും ലീവെടുക്കുക എന്ന ആശയം വരെ ഇതിൽ നിന്നും ഉരുത്തിരിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ആയുസ്സിന്റെ നല്ലകാലം മുഴുവൻ കുടുംബത്തെ പോറ്റാനും മക്കളെ വളർത്താനും വിനിയോഗിച്ച് വാർദ്ധക്യത്തിലെത്തുമ്പോൾ നിത്യവൃത്തിക്കായി റേഷൻ വാങ്ങാൻ പോ

ലും തുണയില്ലാതെ ഏന്തിയും വലിഞ്ഞും നടന്നുപോകുന്ന പ്രായമുള്ള ധാരാളം അമ്മമാർ നമ്മുടെ ചുറ്റുമുണ്ട്. ഇപ്പോൾ വരാം എന്നു പറഞ്ഞ് സ്വന്തം അമ്മയെ അമ്പലനടയിലും റെയിൽവേ പ്ലാറ്റ് ഫോമിലും ഇരുത്തി കടന്നുകളയുന്ന മക്കളുടെ അമ്മമാർ, അവരും സമകാലീന വെല്ലുവിളിയാണ്. തികച്ചും അസാധാരണമായിരുന്നു കൊറോണ മഹാമാരിയുടെ പരിണതഫലങ്ങൾ. മഹാനഗരങ്ങളിൽ ചെറുതൊഴിലുകൾ തേടി കുടിയേറി പാർത്ത, അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങൾ പോലും അപ്രാപ്യമായ കുടുംബങ്ങളിലെ സ്ത്രീകളെ മഹാമാരിക്കാലംതകർത്തുകളഞ്ഞു എന്നത് ഓർമ്മിക്കേണ്ട സംഗതിയാണ്. കോടിക്കണക്കിന് ജനം തിങ്ങിപ്പാർക്കുന്നിടത്തെ ആയിരക്കണക്കിന് അപ്പാർട്ടുമെന്റുകളിൽ തുച്ഛവേതനത്തിന് വീട്ടുജോലികൾ ചെയ്തിരുന്ന വലിയൊരു വിഭാഗം സ്ത്രീകൾ ജോലി നഷ്ടപ്പെട്ട് നിത്യ ദാരിദ്ര്യത്തിലേക്ക് വഴുതി വീഴുകയുണ്ടാ

യി. നിസ്സഹായതയിൽ നട്ടംതിരിഞ്ഞ ഇവർക്ക് സർക്കാർ നൽകിയ റേഷനും സന്നദ്ധസംഘടനകളുടെ സേവനവും മാത്രമാണ് സഹായമായുണ്ടായത്. തികച്ചും അസംഘടിതരായ ഇവർക്ക് ഇടക്കാല ആശ്വാസം, പലിശരഹിത വായ്പ ഒക്കെ ലഭ്യമായിരുന്നുവെങ്കിൽ എന്നാശിച്ചു പോകുന്നു. തുല്യത മാത്രല്ല സ്ത്രീകൾക്കു വശ്യം. സ്ത്രീയും പുരുഷനും ആരോഗ്യത്തിലും ചിന്തയിലും ഉത്തരവാദിത്വബോധത്തിലും ശാരീരിക ധർമ്മങ്ങളിലും പൂർണ്ണമായും വ്യത്യസ്തരാണ്. തങ്ങൾ സഹയാത്രികരാണ് എന്ന ബോധവും ജീവിതത്തിന്റെ നേർപകുതിയാണെന്ന് തിരിച്ചറിവുമാണാവശ്യം. അവർ നേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികൾ ഏറ്റെടുത്തു വിജയിപ്പിക്കുവാൻ അവർക്ക് പിൻതുണയേകുകയാണ് വേണ്ടത്. • തിരുവനന്തപുരം ഗ്രാമവികസന കമ്മീഷണറേറ്റ് (വനിതാശിശു വികസനം) സംസ്ഥാന കോഓർഡിനേറ്ററാണ് ലേഖിക



മഹത്തായ ഭാരതീയ അടുകളയിലെ പെണ്ണുങ്ങൾ

എൻ.പി. മുരളീകൃഷ്ണൻ

സിനിമയെന്ന നിലയിൽ പ്രേക്ഷകരോടു സംവദിക്കുന്നതിനൊപ്പം വലിയ ചർച്ചകൾക്കു കൂടി അവരെ പ്രാപ്തമാക്കിയെന്നതാണ് ദി ഗ്രേറ്റ് ഇന്ത്യൻ കിച്ചണിന്റെ നേട്ടം. വലിയ രീതിയിൽ കാണപ്പെട്ട ഈ സിനിമയെ തുടർന്ന് വെർച്വാൽ ലോകത്തും അല്ലാതെയും ലിംഗനീതിയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ ചർച്ചകൾ രൂപപ്പെട്ടു.

കിടുംബത്തിന്റെ സകല മനുഷ്യ, ജന്തുജാലങ്ങൾക്കും രാവെളുക്കുമ്പോൾതൊട്ടുപാതി രാവെത്തുവോളം ദിനപ്രതി വെച്ചുവന്ന സ്ത്രീ, വീടിന്റെ ഐശ്വര്യമാണെന്നാണ് സമൂഹം ചർച്ചിക്കൊടുത്തിരിക്കുന്നപട്ടം. എന്നും ഒരേപടി പുലർന്നിരുന്ന അവളുടെ ജീവിതത്തെക്കുറിച്ച് കൂടുംബത്തിലെ ആണുങ്ങൾക്കോ സമൂഹത്തിനോ യാതൊരാശങ്കയും തോന്നാറില്ല. എല്ലാ ദിവസവും അതിരാവിലെ വീട്ടി

ലെ മറ്റുള്ളവർ എഴുന്നൽക്കുന്നതിനു മുൻപ് എണീറ്റ് പതിവുപടി അടുകളയിലേക്ക് പോകുന്നതിൽ തുടങ്ങുന്നു അവളുടെ ജീവിതം. ഒരുപോലെ തുടരുന്ന ഇങ്ങനെയുള്ളൊരു ജീവിതത്തെപ്പറ്റി പരാതിപ്പെടാത്തവരാണ് ഭൂരിഭാഗം സ്ത്രീകളും. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അവളുടെ ബുദ്ധിമുട്ടുകളെപ്പറ്റി ആരുമൊട്ടു ചിന്തിക്കാറുമില്ല. ഇങ്ങനെ സമൂഹം അപ്രസക്തമായി കണക്കാക്കുന്നൊരു ചിന്ത പങ്കുവയ്ക്കുന്നിടത്താണ് ജിയോ ബേബിയുടെ ദി ഗ്രേറ്റ് ഇന്ത്യൻ കിച്ചൻ എന്ന സി

നിമ പ്രസക്തമാകുന്നത്. ഒ.ടി.ടി. പ്ലാറ്റ്ഫോമിൽ റിലീസ് ചെയ്ത് ചുരുങ്ങിയ ദിവസങ്ങൾ കൊണ്ട് ഒരു സൂപ്പർതാര ബ്ലോക്ക്ബസ്റ്റർ സിനിമയ്ക്കു ലഭിച്ചേക്കാവുന്ന പ്രേക്ഷകശ്രദ്ധയാണ് ദി ഗ്രേറ്റ് ഇന്ത്യൻ കിച്ചൻ നേടിയെടുത്തത്. ഈ സിനിമ ചർച്ചചെയ്യുന്ന വിഷയത്തിന്റെ ഗൗരവം തന്നെയാണ് അതിനു കാരണം. ചെറിയ കാര്യമെന്നു കരുതി പുരുഷ സമൂഹവും ആൺകോയ്മയെ സാഷ്ടാംഗം അംഗീകരിച്ചുപോരുന്ന ഒരു വിഭാഗം സ്ത്രീജനങ്ങളും അവഗണി

ചൂപോരുന്ന ഒരു പ്രശ്നത്തിന്റെ നേർക്കാഴ്ചയിലേക്കാണ് ജിയോ വേബി വാതിൽ തുറന്നിടുന്നത്.

കെ.ജി. ജോർജ്ജ് ചിത്രങ്ങളായ ആദാമിന്റെ വാരിയെല്ലി, മറ്റൊരാൾ, അക്കു അക്ബറിന്റെ വെറുതേ ഒരു ഭാര്യ തുടങ്ങിയവ മറ്റൊരു സാമൂഹ്യ ബോധങ്ങളും നഷ്ടമായി അടുക്കളയിലൊതുങ്ങേണ്ടിവരുന്ന സ്ത്രീകളെ അടയാളപ്പെടുത്തിയവയാണ്. ഈ മൂന്നു സിനിമകളിലും ഒരു തരത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ മറ്റൊരു തരത്തിൽ അടുക്കളയിലെയും വീട്ടിലെയും അസാമത്യങ്ങളിൽ നിന്ന് സാമത്യ പ്രഖ്യാപനം നടത്തുന്ന സ്ത്രീകളെ കാണാം. ഈ പൊതുധാരയിൽ കൂടി തന്നെയാണ് ദി ഗ്രേറ്റ് ഇന്ത്യൻ കിച്ചനിലെ പേരില്ലാത്ത പ്രധാന സ്ത്രീകഥാപാത്രവും സഞ്ചരിക്കുന്നത്. നൂത്തം അഭ്യസിക്കുകയും അത് കരിയറാ

യി സ്വീകരിക്കണമെന്നും ആഗ്രഹിക്കുന്ന പെൺകുട്ടി വിവാഹത്തോടെ അടുക്കളയിൽ ഒരുക്കപ്പെടുകയാണ്. അവളെ ജോലിക്കു പറഞ്ഞയക്കാൻ ഭർത്താവിനും വീട്ടുകാർക്കും താല്പര്യമില്ല. കുടുംബത്തിന്റെ ഇച്ഛയ്ക്കനുസരിച്ച് അവൾ പരമാവധി സഹകരിച്ച് മുന്നോട്ടു പോകുന്നുണ്ടെങ്കിലും തിരിച്ച് അങ്ങനെയൊരു പരിഗണന ലഭിക്കുന്നില്ല. പകൽ മുഴുക്കെ വച്ചുണ്ടാക്കി വിളമ്പി കൊടുക്കുന്നവളും രാത്രിയിൽ കിടപ്പറയിൽ കിടന്നു കൊടുക്കുന്നവളും മാത്രമായി അവൾ ഒരുങ്ങുന്നു. സഹനത്തിന്റെ പരിധി വിട്ടുവോൾ മാത്രമാണ് അവൾ സാമത്യപ്രഖ്യാപനം നടത്തുന്നത്. ആ ഒരവസരത്തിൽ ഭർത്താവിന്റെയും അച്ഛന്റെയും നേർക്കാഴ്ചിക്കുന്ന അടുക്കളയിലെ അഴുക്കുവെള്ളം മഹത്തായ ഭാരതീയ കുടുംബ വ്യവസ്ഥിതിയിലെ കണ്ണികളായ എല്ലാ പുരുഷന്മാരുടെയും മുഖത്താണ്.

അടുക്കളയിൽ കറിക്കരിയുന്നതിന്റെയും തേങ്ങ ചിരകുന്നതിന്റെയും അരി തിളയ്ക്കുന്നതിന്റെയും പല ഹാരം വേവുന്നതിന്റെയും പല നേരങ്ങളിൽ വ്യത്യസ്ത ആഹാരങ്ങൾ ഒരുക്കുന്നതിന്റെയും വിളമ്പിക്കൊടുക്കുന്നതിന്റെയും എച്ചിലെടുക്കുന്നതിന്റെയും പാത്രം കഴുകുന്നതിന്റെയും അഴുക്കുവെള്ളത്തിന്റെയും ഇടയിൽ തനിച്ചായി ശ്വാസം മുട്ടിപ്പോകുന്ന പെണ്ണിനെയാണ് ജിയോ വേബി സിനിമയുടെ മുക്കാൽ പങ്കും അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. ഇത്തരമൊരു വിഷയം കൈകാര്യം ചെയ്യുമ്പോൾ മറ്റ് ഉദ്ബോധനങ്ങളേക്കാൾ അടുക്ക

ളയുടെ നേർക്കാഴ്ചയിലേക്കു ക്യാമറ വയ്ക്കാനുള്ള സംവിധായകന്റെ തീരുമാനം ഉചിതമാണ്. അടുക്കളയിലെ വേവും ചൂടും പുകയുമേറ്റ് തളരുന്ന പെണ്ണിന്റെ ശ്വാസംമുട്ടലുകൾ കാണികളിലേക്കു കൂടി പടരുന്നിടത്തു തന്നെയാണ് സംവിധായകന്റെ വിജയം.

ആണുങ്ങളുടെ വലിയ സ്വപ്നങ്ങൾ എളുപ്പത്തിൽ സാധ്യമാകുകയും പെണ്ണുങ്ങളുടെ ചെറിയ ആഗ്രഹങ്ങൾ പോലും സാധ്യമാകാതെ പോകുകയും ചെയ്യുന്ന സാമൂഹിക ക്രമമാണ് നിലനിന്നുപോരുന്നത്. ഗ്രേറ്റ് ഇന്ത്യൻ കിച്ചനിലെ കേന്ദ്ര കഥാപാത്രത്തിന് ഡാൻസ് റീച്ചർ ആയി ജോലി ചെയ്യണമെന്ന തീരെ ചെറിയ ആഗ്രഹം പോലും അംഗീകരിക്കപ്പെടുന്നില്ല. ഇതുപോലെ തുടർവിദ്യാഭ്യാസം നടത്താനോ ആഗ്രഹിച്ച ജോലിക്കു പോകാനോ സാധിക്കാത്ത നിരവധി പെൺകുട്ടികൾ നമുക്കു ചുറ്റിലുമുണ്ട്. വലിയ ആഗ്രഹങ്ങൾ സാധിക്കപ്പെടുന്ന അപൂർവ്വം പെൺകുട്ടികൾക്ക് ജീവിതത്തിൽ വെല്ലുവിളികൾ ഏറ്റെടുക്കേണ്ടി വരുന്നതായും കാണാം. അവർക്ക് വീട്ടുകാരുടെയോ ഭർത്താവിന്റെയോ സമൂഹത്തിന്റെയോ ഒക്കെ അസംതൃപ്തിക്കും ഇഷ്ടക്കേടിനും ഇരയാകേണ്ടിവരും. പുരുഷകേന്ദ്രീകൃത സമൂഹം സ്ത്രീക്ക് തീരുമാനിച്ചു വെച്ചിട്ടുള്ള അതിർവരമ്പുകൾക്ക് അകത്തുനിൽക്കുന്നവളെയാണ് നല്ല സ്ത്രീയായി കണക്കാക്കുന്നത്. പുറത്തുകടക്കുന്നവൾ സമൂഹത്തിന്റെ കണ്ണിൽ ശരിയല്ലാത്തവളും വഴിപിഴച്ച് സഞ്ചരിക്കുന്നവളുമായി മാറുന്നു.



കുടുംബത്തിന്റെ നല്ലതിനായി പ്രവർത്തിക്കുന്നവർ/കുലസ്ത്രീകൾ എന്ന വിശേഷണം ചാർത്തിക്കൊടുക്കപ്പെട്ടവർ സ്വയം മറിയാതെ കുടുംബത്തിനകത്ത് അകപ്പെട്ടുപോകുന്നവരാണ്. എല്ലാ ദിവസവും വെച്ചുണ്ടാക്കിക്കൊടുത്ത് എല്ലാവരെയും ഊട്ടുന്ന ഉത്തമസ്ത്രീ വീടിന്റെ ഐശ്വര്യമാണെന്നും നിലവിലുണ്ടാണെന്നുമുള്ള വിശേഷണത്തിൽ അവർ അറിയാതെയെങ്കിലും അഭിമുഖ്യം പേരുകൊടുക്കുന്നു. തങ്ങൾ ഒരു വലിയ കൈകൾ കൂടാത്തതാണെന്നും തിരിച്ചുകയറാനാവില്ലെന്നും അവർ തിരിച്ചറിയുന്നില്ല. ആണുങ്ങളുടെ സ്വതന്ത്രജീവിതത്തിനുവേണ്ടി ആണുങ്ങൾ തന്നെയാണ് ബോധപൂർവ്വം ഇത്തരം സ്ത്രീകൾക്ക് പാത്രങ്ങളെ സൃഷ്ടിച്ചുപോരുന്നത്. ഇത് തലമുറകളിലേക്ക് പ്രേഷണം ചെയ്യപ്പെടുന്നു. ആൺകുട്ടികളെക്കൊണ്ട് ചെറുപ്പം തൊട്ട് വീട്ടിലെ ഒരു പണിയും എടുപ്പിക്കാതിരിക്കുകയും പെൺകുട്ടികളുടെ കൈയിൽ പാത്രമോ ചുലോ എടുത്തുകൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നിടത്തു ലിംഗനീതിയുടെ ചരടു പൊട്ടിത്തുടങ്ങുന്നു. ഇരുവരും തുല്യരാണെന്ന ബോധം ചെറുപ്പത്തിലേ തല്ലിക്കൊടുത്തുനടന്നതോടെ കുട്ടികൾ ഈ സിസ്റ്റത്തിനകത്ത് ജീവിക്കാൻ പ്രാപ്തരാകുന്നു. ആൺകുട്ടികൾ അല്പം ഉന്നതരാണെന്നും തങ്ങൾക്ക് എന്തൊക്കെയോ കുറവുകളുണ്ടെന്നുമുള്ള ബോധം പെൺകുട്ടികളിൽ വളരുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇതിൽനിന്ന് തിരിച്ചറിവു നേടി സ്വതന്ത്രരാകുന്നവർ തുലോം തുച്ഛമാണ്.

സിനിമയെന്ന നിലയിൽ പ്രേക്ഷകരോടു സംവദിക്കുന്നതിനൊപ്പം വലിയ ചർച്ചകൾക്കു കൂടി അവരെ പ്രാപ്തമാക്കിയെന്നതാണ് ദിഗ്ഗേഹ് ഇന്ത്യൻ കിച്ചണിന്റെ നേട്ടം. വലിയ രീതിയിൽ കാണപ്പെട്ട ഈ സിനിമയെ തുടർന്ന് വെർച്വൽ ലോകത്തും അല്ലാതെയും ലിംഗനീതിയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ ചർച്ചകൾ രൂപപ്പെട്ടു. കലയെന്നത് സാമൂഹിക പ്രതിരോധം കൂടിയാണെന്ന തിരിച്ചറിവുള്ള സംവിധായകനാണ് ജിയോ ബേബി. സ്ത്രീകൾക്കെതിരായുള്ള സമൂഹത്തിന്റെ ഇരട്ടനീതിക്കു പിന്നിൽ ആൺകോയ്മ മാത്രമല്ല, മതവും ആചാരങ്ങളും കൂടി പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ടെന്നു പറഞ്ഞുവയ്ക്കാനും സംവിധായകൻ മടിക്കുന്നില്ല. •



മ്യാൻമാറിന്റെ ഉരുക്കു വനിത

ഡോ. ടെന്നി എബ്രഹാം പിടവൂർ

നൂഷ്യാവകാശ സംരക്ഷണത്തിനും ജനാധിപത്യത്തിനും വേണ്ടി അനവരതം പോരാടിയ മ്യൂൻസിപ്പലിലെ ശക്തയായ വനിതയാണ് ആൻസാൻസൂചി. മ്യൂൻസിപ്പലിലെ അക്രമങ്ങൾക്കും വംശീയതയ്ക്കും എതിരെ നീണ്ട പ്രക്ഷോഭങ്ങൾ നടത്തുകയും അതിൽ തന്റെ നേതൃത്വവും വിജയവും കണ്ടെത്തുകയും ചെയ്തതിന്റെ പേരിൽ സിറീഡിഷ് ഗവൺമെന്റ് 1991 ൽ ആൻസാൻസൂചിക്ക് നോബൽ സമ്മാനം നൽകി ആദരിച്ചു. അടിച്ചമർത്തലുകൾക്കും വംശീയതയ്ക്കുമെതിരെ പോരാടാൻ തുനിഞ്ഞിറങ്ങിയ പെൺകുറുത്ത് മ്യൂൻസിപ്പലിനെല്ലെ ഏഷ്യാഭൂഖണ്ഡത്തിനു തന്നെ അഭിമാനമാണ്. ഗാന്ധിജിയെ പോലെ സമാധാനമാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെയും അക്രമരാഹിത്യത്തിലൂടെയും ജനാധിപത്യത്തിനുവേണ്ടി പോരാടിയ വനിത എന്ന നിലയിലാണ് ആൻസാൻസൂചിയെ ലോകം അറിയുന്നത്.

1955 ൽ ലോക വനിതാസമ്മേളനം ബീജിംഗിൽ വെച്ചു നടക്കുമ്പോൾ സ്ത്രീസമത്വത്തിനുവേണ്ടി വാദിച്ച ജനശ്രദ്ധ നേടിയ ഏക വനിതയായിരുന്നു ആൻസാൻസൂചി. 'ബീജിംഗ് പ്ലാറ്റ്ഫോം ഫോർ ആക്ഷൻ' എന്ന സംഘടനയിലൂടെ തന്റെ പ്രവർത്തനം ആഗോളതലത്തിൽ വിപുലപ്പെടുത്താൻ ആൻസാൻസൂചിക്കു സാധിച്ചു എന്നത് വലിയൊരു നേട്ടം

സൂചിയെ പട്ടാളം വീട്ടുതടങ്കലിൽ ആക്കുകയും ചെയ്തു. പതിനഞ്ചു വർഷത്തോളം വീട്ടുതടങ്കലിൽ കഴിയേണ്ടി വന്ന ആൻസാൻസൂചി 2015 ൽ നടന്ന ഇലക്ഷനിൽ വിജയം കൈവരിക്കുകയും സ്റ്റേറ്റ് കൗൺസിലർ സ്ഥാനത്തേക്ക് തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തു. അന്നും മ്യൂൻസിപ്പലി പട്ടാളം സൂചിക്ക് എതിരായിരുന്നു.

2019 ൽ മ്യൂൻസിപ്പലി പട്ടാളത്തിനെതിരെ അന്തർദേശീയനീതിന്യായകോടതിയിൽ സൂചി ശബ്ദമുയർത്തുകയും രോഹിൻയവംശഹത്യയ്ക്കെതിരെ വാദിക്കുകയും നീതിക്കായി മുറവിളികൂട്ടുകയും ചെയ്തിരുന്നു. ബംഗ്ളാദേശിൽ നിന്നും മ്യൂൻസിപ്പലിലേക്ക്

ആൻസാൻസൂചി പ്രതികരിച്ചില്ല എന്ന വിമർശനവുമായി അമേരിക്ക ഉൾപ്പെടെ പല രാജ്യങ്ങളും മുന്നോട്ടുവന്നിരുന്നു.

ഇന്നും ലോകം അംഗീകരിക്കുന്ന മ്യൂൻസിപ്പലിലെ ഉറക്കു വനിതയായി തന്റെ കർത്തവ്യങ്ങൾ കൃത്യമായി ചെയ്യുന്നതിനിടയിൽ ഉണ്ടാകാവുന്ന ചില പാകപ്പിഴകൾ മാത്രമാണ് രാജ്യങ്ങളുടെ വിമർശനമെന്ന് സൂചി മനസ്സിലാക്കുന്നു. തന്റെ പോരാട്ടങ്ങളുടെ ഫലമായി രൂപംകൊണ്ട ജനാധിപത്യത്തിന് പട്ടാളം ഒരു വെല്ലുവിളിയാകരുത് എന്ന് ആത്മാർത്ഥമായും ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഒരു വനിതയാണ് അവർ. ഏതാനും ദിവസങ്ങൾക്കു



തന്റെ പോരാട്ടങ്ങളുടെ ഫലമായി രൂപംകൊണ്ട ജനാധിപത്യത്തിന് പട്ടാളം ഒരു വെല്ലുവിളിയാകരുത് എന്ന് ആത്മാർത്ഥമായും ആഗ്രഹിക്കുന്ന ഒരു വനിതയാണ് ആൻസാൻസൂചി.

തന്നെയാണ്. വിവിധ ലോകരാജ്യങ്ങളുടെ അംഗീകാരവും ആദരവും ഇതിനോടകം സൂചി കരസ്ഥമാക്കി കഴിഞ്ഞിരുന്നു.

1988 ൽ നാഷണൽ ലീഗ് ഓഫ് ഡമോക്രസി എന്ന സംഘടന രൂപീകരിക്കുകയും 1990 ൽ നടന്ന ഇലക്ഷനിൽ വൻ വിജയം കൈവരിക്കുകയും ചെയ്ത ആൻസാൻസൂചിക്ക് അധികാരം കൈമാറാൻ അന്നത്തെ പട്ടാള ഭരണകൂടം കൂട്ടാക്കിയില്ല. തുടർന്ന് രാജ്യത്ത് ഉടനീളം കലാപങ്ങൾ പൊട്ടിപ്പുറപ്പെടുകയും ആൻസാൻ

അഭയം പ്രാപിച്ചിട്ടുള്ള ഇസ്ലാം വംശത്തിൽപ്പെട്ട രോഹിൻയകൾ സ്വന്തമായി കിടപ്പാടം ഇല്ലാത്തവരായിരുന്നു. മ്യൂൻസിപ്പലിലെ റാക്കിൻ സംസ്ഥാനം കേന്ദ്രീകരിച്ച് കൂട്ടമായി കഴിഞ്ഞിരുന്നവരായിരുന്നു ഇക്കൂട്ടർ. മ്യൂൻസിപ്പലി പട്ടാളവും പോലീസും ചേർന്ന് രോഹിൻയകളെ കൂട്ടമായി മർദ്ദിക്കുകയും വംശഹത്യ നടത്തുകയും ചെയ്തിരുന്നു. തുടർന്ന് രോഹിൻയകൾ രാജ്യത്തു നിന്ന് പലായനം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങി. രോഹിൻയകൾക്കു നേർക്കുണ്ടായ വംശീയഹത്യയ്ക്കെതിരെ

മുമ്പ് ജനാധിപത്യത്തെ അട്ടിമറിച്ച് ഭരണം കൈക്കലാക്കാനുള്ള പട്ടാളത്തിന്റെ നിഗൂഢനീക്കത്തിനിടയിൽ ആൻസാൻസൂചിയും മറ്റു നേതാക്കളും അറസ്റ്റിലായിരിക്കുകയാണ്. ഇതും എൻ.ഒ യും മറ്റും സംഘടനകളും കയ്യുംകെട്ടി നോക്കിയിരിക്കുമെന്നു തോന്നുന്നില്ല. എന്തുതന്നെ ആയിരുന്നാലും മ്യൂൻസിപ്പലിന്റെ മുഖഛായ മാറ്റിയ ആൻസാൻസൂചി ചരിത്ര വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും ഗവേഷകർക്കും എന്നും ഒരു തുറന്ന പാഠപുസ്തകം തന്നെയാണ്. ●

ആ

രോഗം എന്നത് കേവലം രോഗങ്ങൾ ഇല്ലാത്ത അവസ്ഥ മാത്രമല്ല മറിച്ച് ഒരു വ്യക്തിയുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായിട്ടുള്ള ക്ഷേമമാണ് എന്ന് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന നിർവചിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇങ്ങനെ ആരോഗ്യമുള്ള വ്യക്തികൾ ഒന്നിക്കുന്ന ഒരു സമൂഹം, ആരോഗ്യമുള്ള സമൂഹങ്ങൾ ഒത്തുചേരുന്ന രാജ്യങ്ങൾ-നാം കെട്ടിപ്പടുക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന ആരോഗ്യമുള്ള ലോകത്തിന്റെ സ്വപ്നഘടനയുടെ രൂപരേഖയാണിത്. എന്നാൽ, ആരോഗ്യ രംഗത്ത് മനുഷ്യസാധ്യമായ വികസനങ്ങൾ നാം കൈവരിച്ചുവെന്ന് കരുതിയപ്പോഴാണ്

ഒരു മഹാമാരിയുടെ രൂപത്തിൽ വന്ന പൊതുജനാരോഗ്യവെല്ലുവിളിക്ക് മുന്നിൽ ലോകം പകച്ചു നിൽക്കുന്നതിന് നാം സാക്ഷ്യം വഹിച്ചത്. കൊറോണയ്ക്കു മുൻപും പിൻപും എന്ന് ചരിത്രവർഷങ്ങളിൽ രേഖപ്പെടുത്തേണ്ട രീതിയിൽ കൊറോണ വൈറസ് മനുഷ്യരാശിയിൽ ആഘാതം സൃഷ്ടിക്കുകയും, ലോക സമ്പദ്ഘടനയെ തന്നെ മാറ്റി മറിക്കുകയും ചെയ്തു.

അതുകൊണ്ട് തന്നെ 2021 ലെ ലോകാരോഗ്യ ദിനത്തിൽ ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ലോകത്തിനു നൽകുവാൻ പോകുന്ന സന്ദേശത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ആകാംക്ഷ ലോകജനതയുടെ മനസ്സിൽ നിറഞ്ഞു നിന്നു.

ലോകാരോഗ്യദിനം

അന്താരാഷ്ട്രതലത്തിൽ ഏപ്രിൽ ഏഴാം തീയതി ലോകാരോഗ്യ ദിനമായി ആചരിക്കുന്നതിന് 1948 ൽ ചേർന്ന ലോക ആരോഗ്യ അസംബ്ലി (World health assembly) തീരുമാനിക്കുകയും 1950 മുതൽ എല്ലാവർഷവും ആചരിച്ചു വരികയും ചെയ്യുന്നു. എല്ലാവർഷവും ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ആനുകാലിക പ്രാധാന്യമുള്ള ആരോഗ്യവിഷയങ്ങൾ ഒരു പ്രതിപാദ്യസന്ദേശമായി WHO അവതരിപ്പിക്കാറുണ്ട്. 2019 ഡിസംബർ മുതൽ ലോകരാജ്യങ്ങളെ ആശങ്കയുടെ മുൾമുനയിൽ നിർത്തിയ കോവിഡ് 19 എന്ന മഹാമാരിയെക്കുറിച്ചാവും ഈ വർഷത്തെ സന്ദേശം എന്ന് എല്ലാവരും കരുതി. എന്നാൽ പ്രതീക്ഷിച്ചതിന് അപ്പുറത്ത്

ലോകരാജ്യങ്ങൾ ഇനി നേരിടാൻ പോകുന്ന വലിയ വെല്ലുവിളിയാണ് കാലാവസ്ഥാവ്യതിനായവും ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളും. ആഗോള താപനില ഉയരുന്നതും പ്രകൃതിയെ വലിയ രീതിയിൽ ചൂഷണം ചെയ്യുന്നതും നിരവധിയായ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾക്ക് വഴി വയ്ക്കുന്നു.

കോവിഡാനന്തര ലോകാരോഗ്യം

ഡോ. ബിപിൻ ഗോപാൽ



തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായ ഒരു വിഷയമാണ് 2021 ലെ ലോകാരോഗ്യ ദിനസന്ദേശമായി പ്രഖ്യാപിക്കപ്പെട്ടത്.

Building a fairer and healthier world അഥവാ നീതിയുക്തവും ആരോഗ്യപരവുമായ ഒരു ലോകം പടുത്തുയർത്താം എന്നതാണ് ഈ വർഷത്തെ ലോകാരോഗ്യദിന സന്ദേശം. ലോകത്തെ മിക്ക രാജ്യങ്ങളിലും ജനങ്ങൾക്ക് ഒരേ പോലെയല്ല ആരോഗ്യ സേവനങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നത്. ആരോഗ്യരംഗത്ത് ഇന്ന് നില നിൽക്കുന്ന അസമത്വങ്ങളും നീതിരാഹിത്യങ്ങളും കുറച്ചുകൊണ്ട് എല്ലാ മനുഷ്യർക്കും തുല്യപ്രാധാന്യത്തോടെ ആരോഗ്യപരിരക്ഷ ഉറപ്പാക്കുക എന്നതാണ് 2021 ലെ ഈ സന്ദേശം കൊണ്ട് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്.

ഇന്ന് ഒട്ടുമിക്ക രാജ്യങ്ങളിലും ആരോഗ്യസേവനങ്ങൾ തത്തുല്യമായിട്ടല്ല സമൂഹത്തിൽ വിഭജിക്കപ്പെടുന്നത്. സ്വാധീനമുള്ള ജനങ്ങൾക്ക് ആരോഗ്യ വിഹിതത്തിന്റെ സിംഹഭാഗവും ലഭിക്കുമ്പോൾ ഒരു വലിയ വിഭാഗം ജനങ്ങൾ ആരോഗ്യ പരിരക്ഷയുടെ പരിധിയിൽ നിന്നും പുറം തള്ളപ്പെടുന്നതായോ, സേവനങ്ങൾ അവർക്ക് അപ്രാപ്യമായി പോകുന്നതായോ നമുക്ക് കാണുവാൻ സാധിക്കും. ആരോഗ്യമേഖലയിലെ ഈ അസമത്വം പകർച്ചരോഗങ്ങളുടെ വ്യാപനത്തിനും മരണനിരക്ക് ഉൾപ്പെടെയുള്ള സൂചികകളുടെ വർദ്ധനവിനും കാരണമാകുന്നുണ്ട്. ആപൽക്കരമായ ഈ അവസ്ഥയുടെ ദുരന്തചിത്രം നമുക്ക് വരച്ചുകൊടുത്ത് കോവിഡ് 19 എന്ന മഹാമാരിയാണ്.

കോവിഡ് 19 പഠിപ്പിച്ച പാഠം

2019 ഡിസംബറിലാണ് ചൈനയിലെ വുഹാൻ പ്രവിശ്യയിൽ കോവിഡ്-19 ആദ്യമായി സ്ഥിരീകരിക്കുന്നത്. ക്ഷിപ്രവേഗത്തിൽ ഈ വൈറസ് മറ്റു രാജ്യങ്ങളിലേക്ക് പടർന്നു പിടിക്കുകയും 2020 ജനുവരി 30 ന് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ഈ രോഗത്തെ ഒരു മഹാമാരി (pandemic) യായി പ്രഖ്യാപിക്കുകയുമുണ്ടായി. ആഗോളതലത്തിൽ ഏകദേശം പതിമൂന്ന് കോടി ജനങ്ങൾക്ക് കോവിഡ്-19 ബാധിക്കുകയും ഏകദേശം ഇരുപത്തിയെട്ട് ലക്ഷം വിലപ്പെട്ട ജീവനുകൾ ഈ രോഗം കവർന്നെടുക്കുകയുമുണ്ടായി.

വികസിതവും വികസ്വരവുമായ രാജ്യങ്ങളിൽ നടന്ന മരണങ്ങൾ പരിശോധിച്ചാൽ മരണനിരക്ക് കൂടുതലും വികസിത രാജ്യങ്ങളിൽ ആണെന്ന് കണ്ടെത്താൻ സാധിക്കും. അമേരിക്ക, ബ്രിട്ടൻ, ഇറ്റലി തുടങ്ങി വൈദ്യശാസ്ത്ര രംഗത്ത് അതിശക്തമായ മുന്നേറ്റങ്ങൾ നടത്തിയ രാജ്യങ്ങളിലാണ് മരണനിരക്ക് കൂടുതലെന്നത് ഏവരെയും അമ്പരപ്പിച്ച വസ്തുതയാണ്. അതിനുതന്നെ സാങ്കേതികതയും പഞ്ചനക്ഷത്ര ഭൗതിക സാഹചര്യങ്ങളും കൊണ്ട് സമ്പന്നമായ ഈ രാജ്യങ്ങൾ കോവിഡ്-19 ന് മുൻപിൽ നിസ്സഹായരായി പതറുന്നത് ലോകം സാക്ഷ്യം വഹിച്ച കാഴ്ചയാണ്. ഇതിന്റെ പ്ര

ലും വാഹനങ്ങളിലും ജനങ്ങൾ മരിച്ചു വീഴുകയും, വലിയ കുഴികൾ തോണ്ടി കൂട്ടത്തോടെ ശവശരീരങ്ങൾ മറവു ചെയ്തതും മനസാക്ഷിയെ മരവിപ്പിച്ച ദൃശ്യങ്ങളാണ്. അമേരിക്കയും ബ്രിട്ടനും ഇറ്റലിയും പോലെ വികസിതമായ രാജ്യങ്ങളിലാണ് ഈ കാഴ്ചകൾ അരങ്ങേറിയത് എന്നത് അവിശ്വസനീയമായ വസ്തുതയാണ്. എന്താണ് ഈ രാജ്യങ്ങൾക്ക് സംഭവിച്ചത്? വൈദ്യശാസ്ത്ര രംഗത്ത് അതിസാങ്കേതികതയ്ക്കോടെ വൻ വികസനക്കൂതിപ്പുകൾ നടത്തിയ ഈ രാജ്യങ്ങളിൽ പക്ഷെ പൊതുജനാരോഗ്യ സംവിധാനം അന്വേ പരാജയമായിരുന്നു. ഐക്യരാഷ്ട്ര സഭ



ധാന കാരണം ഈ രാജ്യങ്ങളിൽ ആരോഗ്യ പരിരക്ഷ നൽകുന്നതിലുള്ള വ്യക്തമായ അസമത്വമാണെന്ന് നമുക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കും. ഭീമമായ ഹെൽത്ത് ഇൻഷുറൻസ് ഉള്ളവർക്കും വലിയ ചികിത്സാ ചിലവുകൾ വഹിക്കുവാൻ കഴിയുന്ന സമ്പന്നർക്കും മാത്രമായി ചികിത്സാ മേഖല ചുരുങ്ങിയപ്പോൾ പാർശ്വവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട വലിയ ഒരു ജനവിഭാഗം ആശുപത്രികളിൽ പ്രവേശനം ലഭിക്കാതെ, വെന്റിലേറ്റർ ലഭിക്കാതെ ഓക്സിജൻ ലഭിക്കാതെ കൂട്ടത്തോടെ മരണത്തിന് കീഴടങ്ങുന്നത് ഈ കോവിഡ് കാലത്ത് നാം കണ്ടതാണ്.

ചികിത്സാലയങ്ങളിൽ പ്രവേശനം ലഭിക്കാതെ, വീടുകളിലും റോഡരികി

യുടെ 'എല്ലാവർക്കും ആരോഗ്യം' എന്ന പ്രഖ്യാപിത നയത്തിൽ നിന്നും പുറകോട്ട് പോയതും, പ്രാഥമിക ആരോഗ്യ രംഗം തീർത്തും അവഗണിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തതാണ് ഈ രാജ്യങ്ങളിൽ പൊതുജനാരോഗ്യ സംവിധാനം തകരാറിലാകുവാൻ കാരണമായത്. ഈ അവസ്ഥ മാറുന്നതിനും, സമൂഹത്തിലെ ഓരോ പൗരനും നീതിയുക്തമായ രീതിയിൽ അവസ്യ ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കുന്നതിനും ലോകരാജ്യങ്ങളെ ആഹ്വാനം ചെയ്യുകയാണ് WHO, fairer അഥവാ നീതിയുക്തം എന്ന വാക്കിലൂടെ. പഞ്ചനക്ഷത്ര ആശുപത്രികളും അത്യാധുനിക സാങ്കേതികതയും അതിനുതന്നെ ഗവേഷണങ്ങളും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതി

നോടൊപ്പം പ്രാഥമികാരോഗ്യതലം ശക്തിപ്പെടുത്തി പൊതുജനാരോഗ്യ രംഗം ശാക്തീകരിക്കുക എന്നതാണ് കോവിഡ്-19 ലോകത്തെ പഠിപ്പിച്ച പാഠം. ആ പാഠം ഏറ്റെടുക്കുന്ന ഉൾക്കൊണ്ട കേരളം ഒരു വ്യത്യസ്ത അനുഭവമായി നിലകൊണ്ടു.

വേറിട്ട കേരള മോഡൽ

വികസിത രാജ്യങ്ങൾ പോലും കോവിഡ് 19 നു മുൻപിൽ പകച്ചു നിന്നപ്പോഴും കോവിഡിനെതിരെ ഫലപ്രദമായ പ്രതിരോധം സൃഷ്ടിച്ച ഒരു സംസ്ഥാനമാണ് കേരളം. ഇൻഡ്യയിൽ ആദ്യമായി കോവിഡ് റിപ്പോർട്ട് ചെയ്ത ഈ കേരളത്തിൽ, കേസ് വരുന്നതിനു മുൻപു തന്നെ പൊതുജനാരോഗ്യ സംവിധാനം

	ലോകം	ഇന്ത്യ	കേരളം
ഇതുവരെയുള്ള കോവിഡ് കേസുകൾ	1304.2 ലക്ഷം	124.8 ലക്ഷം	11.35 ലക്ഷം
മരണം	28.42 ലക്ഷം	1.64 ലക്ഷം	4668
മരണനിരക്ക്	2.18%	1.32%	0.4%

പ്പോൾ കേരളം ആദ്യമാസങ്ങളിൽ ഇതിനെ ഫലപ്രദമായി നിയന്ത്രിക്കുന്നതിൽ വിജയം കണ്ടെത്തി. ആസന്നമായ കോവിഡ് വ്യാപനം മുന്നിൽ കണ്ടുകൊണ്ട് സംസ്ഥാനത്തിന്റെ ആരോഗ്യ മേഖലയെ സജ്ജമാക്കുന്നതിന് ഈ സമയം ഉപയോഗപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് ആവശ്യമായ കിടക്കകളും വെന്റിലേറ്ററുകളും ഓക്സിജൻ സിലിണ്ടറുകളും മറ്റ് അനുബന്ധ സൗകര്യങ്ങളും സജ്ജീകരിക്കുന്ന

മ്പോഴും കേരളത്തിലെ മരണനിരക്ക് ഒരു ശതമാനത്തിൽ താഴെ (0.4%) ആയി നിലനിർത്താൻ സാധിച്ചതും ഈ കേരള മോഡലിന്റെ സവിശേഷതയാണ്.

ആരോഗ്യ മേഖലയിലെ അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങൾ വികസിപ്പിക്കുന്നതിനും ആധുനികവൽക്കരിക്കുന്നതിനുമൊപ്പം സംസ്ഥാനത്തെ പ്രാഥമിക ആരോഗ്യതലം മുതൽ ചിട്ടയായി നടപ്പിലാക്കിയ വികേന്ദ്രീകൃത പൊതുജനാരോഗ്യ സംവിധാനത്തിന്റെ ശക്തിയാണ് കേരളത്തെ ഈ നേട്ടം കൈവരിക്കാൻ പ്രാപ്തമാക്കിയത്. നിപ്പാ വൈറസും കൊറോണയും കേരളത്തിനു സമ്മാനിച്ച ഏറ്റവും വലിയ അനുഭവ സമ്പത്ത് ചെറുത്തു നിൽപ്പിന്റെ ഈ ചരിത്രമാണ്.

പകർച്ചവ്യാധികൾക്കപ്പുറം

ആരോഗ്യമേഖലയിലെ അസമതം പകർച്ചവ്യാധികളിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങുന്ന ഒരു വിഷയമല്ല. ഐക്യരാഷ്ട്രസഭയിലെ പ്രമേയപ്രകാരം എല്ലാ മനുഷ്യർക്കും വീട്, ഭക്ഷണം, വെള്ളം, വായു എന്നിവയ്ക്കുള്ള തുല്യ അവകാശമുണ്ട്. എന്നാൽ ഇന്ന് ഒരു ചെറിയ വിഭാഗം മനുഷ്യരുടെ അത്യർത്തിക്കു മുന്നിൽ നമ്മുടെ അന്തരീക്ഷവും വെള്ളവും മണ്ണും ചൂഷണം ചെയ്യപ്പെടുകയും അതിവേഗം മലിനപ്പെടുകയും ഉപയോഗശൂന്യമാവുകയും ചെയ്യുന്നു. ശുദ്ധജലം ലഭിക്കാതെ, ശുദ്ധവായു ശ്വസിക്കാനാവാതെ, പാർപ്പിടമില്ലാതെ ദശലക്ഷങ്ങൾ ലോകത്തിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ കഴിയുന്നു. ഇത് പകർച്ചവ്യാധികളുടെയും ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങളുടെയും വ്യാപനത്തിന് കാരണമാവുകയും, മരണനിരക്കും രോഗാതുരതയും വർദ്ധിക്കുന്നതിന് ഇടയാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിന് ഏറ്റവും അത്യന്താപേക്ഷിതമായ സമീകൃത ഭക്ഷണവും ഒരു വലിയ വിഭാഗത്തിന് അനുമാണ്. രോഗാതുരതയിലേക്ക് മനുഷ്യസമൂഹത്തെ തള്ളിവിടുന്ന ഈ അസ



ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള നടപടികൾ സ്വീകരിച്ചു എന്നതാണ് വാസ്തവം. ആരോഗ്യ വകുപ്പും സർക്കാരും ഒരു ടീം വർഷമായി ഈ രോഗത്തെ നേരിടുന്നതിനുള്ള പദ്ധതിയും നടപടികളുമെല്ലാം ഈ മേഖലയിലെ വിദഗ്ധരുടെ സഹായത്തോടെ തയ്യാറാക്കുകയും ഉന്നതതലങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള ഇടവേളകളില്ലാതെയുള്ള നീരീക്ഷണങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തുകൊണ്ട് ഈ രോഗത്തിനെതിരെ ഒരു യുദ്ധ സന്നാഹം തന്നെ സംസ്ഥാനം ഒറ്റക്കെട്ടായി നടത്തുകയുണ്ടായി. ഇന്ത്യയിലെ ഇതര സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ കോവിഡ് വ്യാപനം രൂക്ഷമായി

തിന് നമുക്ക് സാധിച്ചു. അതുകൊണ്ട് തന്നെ തുടർ മാസങ്ങളിൽ രോഗികളുടെ എണ്ണം വർദ്ധിച്ചപ്പോഴും എല്ലാവർക്കും ചികിത്സ ഉറപ്പാക്കുന്നതിന് ആരോഗ്യവകുപ്പിന് കഴിഞ്ഞു. വിദേശീയരും മറുനാടൻ ഇന്ത്യാക്കാരും ഉൾപ്പെടെ ഒരാൾക്കു പോലും ചികിത്സ നിഷേധിക്കേണ്ട അവസ്ഥ വന്നില്ല എന്നു മാത്രമല്ല എല്ലാ ചികിത്സയും അനുബന്ധ സേവനങ്ങളായ ഭക്ഷണവും മരുന്നും സൗജന്യമായി നൽകി എന്നത് കേരളത്തിന്റെ പൊതുജനാരോഗ്യ സംവിധാനത്തിന്റെ കെട്ടുറപ്പിനെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. കോവിഡ് കേസുകൾ വർദ്ധിക്കു

മതങ്ങൾ തുടച്ചു നീക്കുന്നതിനും ഭക്ഷണത്തിനും ശുദ്ധമായ കുടിവെള്ളത്തിനും വായുവിനുമുള്ള എല്ലാ മനുഷ്യരുടെയും അവകാശങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കപ്പെടണമെന്നതും ലോകാരോഗ്യദിന സന്ദേശത്തിന്റെ ഉദ്ദേശലക്ഷ്യങ്ങളിൽ ഒന്നാണ്.

ലോകരാജ്യങ്ങൾ ഇനി നേരിടാൻ പോകുന്ന വലിയ വെല്ലുവിളിയാണ് കാലാവസ്ഥാവ്യതിയാനവും ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളും. ആഗോള താപനില ഉയരുന്നതും പ്രകൃതിയെ വലിയ രീതിയിൽ ചൂഷണം ചെയ്യുന്നതും നിരവധിയായ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾക്ക് വഴി വയ്ക്കുന്നു. പ്രകൃതിയിലെ ജീവജാലങ്ങളുടെ ആവാസ വ്യവസ്ഥിതിക്ക് ഉലച്ചിൽ തട്ടുമ്പോൾ പുതിയ രോഗങ്ങളുടെ വാഹകരായി അവ മാറുന്നു. നീപ്പ വൈറസിന്റെ ഉത്ഭവവും വുഹാൻ മാർക്കറ്റിലെ വന്യജീവി മാംസവിൽപ്പന കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നുള്ള കൊറോണ ഉത്ഭവ സിദ്ധാന്തവും ഇതിന് ഉദാഹരണങ്ങളാണ്. ഇങ്ങനെ പ്രകൃതിയുടെ സ്വാഭാവിക ഘടനയിൽ ആഴത്തിലുള്ള മാറ്റങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ച് പുതിയ ലോകം കെട്ടിപ്പടുക്കുമ്പോൾ ഇതിന്റെ പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ പല രോഗങ്ങളുടെ രൂപത്തിൽ നമുക്കു മുൻപിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടാവുന്നതാണ്.

പുത്തൻ ആരോഗ്യ സങ്കല്പം

തുടക്കത്തിൽ പ്രതിപാദിച്ചതുപോലെ ഒരു വ്യക്തിയുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായുള്ള ഭക്ഷണമാണ് ആരോഗ്യം. ആരോഗ്യപരമായ ഭക്ഷണക്രമത്തിലൂടെ, ചിട്ടയായ വ്യായാമത്തിലൂടെ, ലഹരിയോടുള്ള ആസക്തി വർജ്ജിക്കുന്നതിലൂടെ ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങളെ ചെറുക്കുന്നതിന് നമുക്ക് സാധിക്കും. സഹജീവികളോടുള്ള സമീപനം കൊണ്ടും, വിനോദ വിജ്ഞാനങ്ങളിലൂടെയും മാനസിക ആരോഗ്യം ശക്തിപ്പെടുത്തുവാൻ സാധിക്കും.

സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധത നാം ആർജ്ജിക്കേണ്ട ഒരു ശീലമാണ്. സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധത ഒരു ഉത്തമ പൗരന്റെ ഉത്തരവാദിത്വമായി കാണുകയാണെങ്കിൽ പരിസര മലിനീകരണത്തിൽ നിന്നും പ്രകൃതി വിഭവങ്ങൾ നശിപ്പിക്കുന്നതിൽ നിന്നും നാം സ്വയം പിൻവാങ്ങും. കാലാവസ്ഥയും പ്രകൃതിയുടെ ആവാസ വ്യവസ്ഥയും സം



വികസിത രാജ്യങ്ങൾ പോലും കോവിഡ് 19 നു മുൻപിൽ പകച്ചു നിന്നപ്പോഴും കോവിഡിനെതിരെ ഫലപ്രദമായ പ്രതിരോധം സൃഷ്ടിച്ച ഒരു സംസ്ഥാനമാണ് കേരളം.

രക്ഷിക്കുന്നതിലൂടെ പുതിയ രോഗങ്ങളുടെ വ്യാപനം തടയുന്നതിനും അതിലൂടെ പകർച്ച രോഗങ്ങൾ തടയുന്നതിനും സാധ്യമാവുന്നതാണ്. ഉള്ളവനും ഇല്ലാത്തവനും തമ്മിലുള്ള അന്തരം കുറച്ചുകൊണ്ട് നമുക്ക് ലഭിച്ച പ്രകൃതി സമ്പത്ത് എല്ലാ മനുഷ്യർക്കും തുല്യമായി ലഭിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പാക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കണം. ആരോഗ്യപരിരക്ഷ ഒരു രാജ്യത്തെ എല്ലാ പൗരൻമാർക്കും തുല്യമായി ഉറപ്പാക്കാൻ ഓരോ സർക്കാരും പ്രതിജ്ഞാബദ്ധമാവണം. എങ്കിൽ മാത്രമേ ഒരു രാജ്യത്തിന് ആരോഗ്യപരമായ പുരോഗതി കൈവരിക്കുന്നതിന് സാധ്യമാവുകയുള്ളൂ. അല്ലെങ്കിൽ ആരോഗ്യവിഹിതത്തിന്റെ സിംഹഭാഗവും ഒരു ചെറിയ ശതമാനം ജനസംഖ്യയുടെ കയ്യിൽ എത്തിപ്പെടുകയും

വലിയ ഒരു വിഭാഗം പുറം തള്ളപ്പെടുകയും ചെയ്യും.

ലോകാരോഗ്യ സംഘടന വിഭാവനം ചെയ്യുന്നത് എല്ലാവർക്കും നീതിയുക്തമായ രീതിയിൽ ലഭിക്കുന്ന ആരോഗ്യസേവനമാണ്. അത് മണ്ണിൽ ജീവിക്കുന്ന ഓരോ പൗരനും ലഭിക്കുന്നുവെന്ന് ഉറപ്പാക്കേണ്ടത് നാം ഓരോരുത്തരുടേയും കടമയും ഉത്തരവാദിത്വവുമാണ്. പൊതുജനാരോഗ്യ സംവിധാനം ശക്തിപ്പെടുത്തി പ്രകൃതിയോട് ഇണങ്ങി ജീവിക്കുന്ന ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു സമൂഹം-അതിന്റെ കണ്ണികളാകുവാൻ വേണ്ടി നമുക്കെല്ലാവർക്കും പരിശ്രമിക്കാം. ●

ആരോഗ്യ വകുപ്പ് അസിസ്റ്റന്റ് ഡയറക്ടറും ജീവിതശൈലി രോഗ നിയന്ത്രണ പദ്ധതിയുടെ സംസ്ഥാന നോഡൽ ഓഫീസറുമാണ് ലേഖകൻ

കോവിഡ്-19 ഉം ഹോമിയോ ചികിത്സയും

ഡോ. നവനീത് കെ. ഉണ്ണി

നൂ യം സുഖപ്പെടാനും ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കാനും ഉള്ള കഴിവ് എല്ലാ മനുഷ്യ ശരീരങ്ങൾക്കും ഉണ്ട്. അവയ്ക്ക് കൃത്യമായി മരുന്നുകളുടെ സഹായം കൂടെയുണ്ടെങ്കിൽ പെട്ടെന്ന് ഫലപ്രാപ്തിയിലേക്ക് എത്തുന്നു. അതായത് 'സിമിലിയ സിമിലിബസ് ക്യുറന്റർ' 'സമം സമേന ശാന്തി' ഈ തത്വത്തിലൂടെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന വൈദ്യശാസ്ത്രമാണ് ഹോമിയോപ്പതി. യഥാർത്ഥമായ തത്വങ്ങളും ശാസ്ത്രീയ അടിത്തറയുമുള്ള ചികിത്സ രീതിയാണ് ഹോമിയോപ്പതി. 18-ാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അവസാനത്തിൽ ലോകം അറിഞ്ഞുതുടങ്ങിയ ഈ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ ജനയിതാവായ ഡോ. ക്രിസ്റ്റൻ ഫെഡറിക് സാമുവൽ ഹാനിമാൻ ജർമ്മനിയിലെ അലോപ്പതി ഡോക്ടറായിരുന്നു. 1755 ഏപ്രിൽ 10 നു ജർമ്മനിയിലെ മെയ്സൺ എന്ന ഗ്രാമത്തിലാണ് ജനനം. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ജൻമദിനമായ ഏപ്രിൽ 10 നാണ് ഇപ്പോൾ ലോക ഹോമിയോപ്പതി ദിനമായി ആചരിക്കുന്നത്. അലോപ്പതി വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിൽ ഉന്നത ബിരുദം കരസ്ഥമാക്കിയ ശേഷം തന്റെ 24-ാം വയസ്സിൽ അദ്ദേഹം സ്വന്തമായി പ്രാക്ടീസ് ആരംഭിക്കുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ അക്കാലത്തെ ചികിത്സാരീതികളിലെ പാകപ്പിഴകൾ അദ്ദേഹത്തെ അലട്ടിക്കൊണ്ടിരുന്നു. പ്രാകൃതമായ ചികിത്സ രീതികളിൽ മാറ്റംവേണമെന്ന നിരന്തര ചിന്തയുടേയും പഠനത്തിന്റെയും ഫലമാണ് ഇന്നത്തെ ഹോമിയോപ്പതി വൈദ്യ

ശാസ്ത്രം. ജീവശക്തിയുടെ അസന്തുലിതാവസ്ഥയാണ് എല്ലാ രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമാകുന്നതെന്ന തിരിച്ചറിവാണ് ഈ നൂതന രീതിയിലേക്ക് അദ്ദേഹത്തെ എത്തിച്ചത്. പ്രകൃതിജന്യ വസ്തുക്കളുടെ സത്തുകളിലൂടെ നേർപ്പിച്ചെടുത്ത മരുന്നുകൾ ഫലപ്രാപ്തിയിലെത്തിയതോടെ പുതിയ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിനു തുടക്കമായി. ആരംഭത്തിൽ 10-60 വരെ മരുന്നുകൾ ഉണ്ടായ സ്ഥാനത്ത് ഇന്ന് ആറായിരത്തിലധികം മരുന്നുകളോടെ ലോകം അംഗീകരിക്കുന്ന വൈദ്യശാസ്ത്രമായി മാറി. 130 ൽ പരം രാജ്യങ്ങളിൽ വിജയകരമായി പ്രവർത്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഒരേ പോലെയുള്ള എന്ന അർത്ഥം വരുന്ന ഹോമിയോസ് അസുഖം, ബുദ്ധിമുട്ട് എന്നീ അർത്ഥത്തിലുള്ള 'പാതോസ്' എന്ന ഗ്രീക്ക്, പദങ്ങളിൽ നിന്നുമാണ് ഹോമിയോപ്പതി എന്ന് പേരു ഉണ്ടാകുന്നത്. 1839 ലാണ് ഇന്ത്യയിലേക്ക് ഹോമിയോ എത്തുന്നത്. വടക്കേ ഇന്ത്യയിലെ പഞ്ചാബ് പ്രവിശ്യയിലെ മഹാരാജ രജിത്ത് സിംഗാണ് ഹോമിയോപ്പതിയുടെ ഗുണങ്ങളെ ആദ്യം മനസ്സിലാക്കുന്നത്. ഇന്ത്യയിൽ ഹോമിയോപ്പതിയുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് തുടക്കമിട്ടുകൊണ്ട് 1943 ൽ ബംഗാളിൽ ഹോമിയോ പഠനവിഭാഗമാക്കി. ഇന്ന് ഇന്ത്യയിൽ ഒട്ടനവധി ഹോമിയോപ്പതി മെഡിക്കൽ കോളേജുകളും ഹോമിയോ ഡിസ്പെൻസറികളും ഉണ്ട്. ഇന്ത്യയിൽ ഹോമിയോപ്പതി വിദ്യാഭ്യാസസ്ഥാപനങ്ങളും അവയുടെ നിയന്ത്രണങ്ങളും Central Council of

Homeopathy (CCH) യുടെ കീഴിലാണ്. Department of Indian systems of medicines and Homeopathy എന്ന സംഘടന. 2003 ലാണ് ആയുഷ് എന്ന പ്രത്യേക വകുപ്പിന് കീഴിൽ വരുന്നത്. അതായത് ആയുർവേദ, യോഗ, യുനാനി, സിദ്ധ, ഹോമിയോപ്പതി ഇവയുടെ ചുരുക്കരൂപമാണ് 'ആയുഷ്' എന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കുന്നത്. ആരോഗ്യമേഖലകളെ സംയോജിപ്പിക്കുന്ന മന്ത്രാലയമാണ് ആയുഷ്. ഇരുപതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ തുടക്കത്തിലാണ് കേരളത്തിലേക്ക് ഹോമിയോ എത്തുന്നത്. ശ്രീമൂലം തിരുനാൾ മഹാരാജാവിന്റെ കാലത്താണ് ഈ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിനു കേരളത്തിൽ അംഗീകാരം ലഭിക്കുന്നത്. അന്ന് നാട്ടുരാജ്യമായിരുന്ന തെക്കൻ തിരുവിതാംകൂറിൽ 'കോളറ' എന്ന പകർച്ചവ്യാധി പടർന്നു പിടിച്ചു. ഈ വ്യാധിയെ പിടിച്ചുകെട്ടാനും ഫലപ്രദമായി പ്രതിരോധിക്കാനും ഹോമിയോ മരുന്നുകൾക്കായി. അതിനു ശേഷം 1928 ൽ ഹോമിയോപ്പതിയെ ഔദ്യോഗികമായി അംഗീകരിച്ച് കേരള ജനത വിശ്വാസമർപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. കേരള സംസ്ഥാനം രൂപപ്പെട്ടതിനുശേഷം ഹോമിയോപ്പതി ഡിസ്പെൻസറികൾക്കും തുടക്കമായി. ഇന്ന് കേരളത്തിലുള്ളവർ ആശ്രയിക്കുന്ന മികച്ച വൈദ്യശാസ്ത്ര വിഭാഗമായി വളർന്ന സാധാരണക്കാരന്റെ ചികിത്സ മാർ



ഗമെന്ന പേരാണ് ഹോമിയോയ്ക്ക് എപ്പോഴുമുള്ളത്. പാർശ്വഫലങ്ങളില്ലാത്ത ചികിത്സയായതിനാലാണ് ഹോമിയോ ജനപ്രിയമാകുന്നത്. കൂടാതെ പക്ഷിമൃഗാദികൾക്കും സസ്യങ്ങൾക്കും വരെ ഈ ചികിത്സ അത്യുത്തമമാണ്.

അശാസ്ത്രീയമായ ഒന്നാണെന്ന് വാദങ്ങൾ ഉയർന്നു വരാറുണ്ടെങ്കിലും അതെല്ലാം ഹോമിയോപ്പതിയെ വ്യക്തമായി മനസ്സിലാക്കാത്തതുകൊണ്ടാണെന്നു പറയാനാകും. മനുഷ്യ ശരീരത്തിനു ഹാനികരമല്ലാത്ത മരുന്നുകളിലൂടെയാണ് രോഗശമനത്തിലേക്ക് എത്തുന്നത്. രോഗമുണ്ടാകാനുള്ള കാരണങ്ങൾ കൂടികണക്കിലെടുത്താണ് എല്ലാ അസുഖങ്ങൾക്കും ചികിത്സ നൽകുന്നത്. അതിനാലാണ് വ്യക്തിധിഷ്ഠിത ചികിത്സാ സമ്പ്രദായമെന്ന് ഈ ചികിത്സയെ വിശേഷിപ്പിക്കുന്നത്. ഒരേ അസുഖവുമായി വരുന്ന രണ്ടു രോഗികൾക്കും രണ്ടുതരം മരുന്നായിരിക്കും നൽകേണ്ടത്. ഇതര ചികിത്സാ സമ്പ്രദായത്തിൽ രോഗത്തിനു ചികിത്സിക്കുമ്പോൾ ഹോമിയോയിൽ രോഗിയെയാണ് ചികിത്സിക്കുന്നത്. കഴിച്ച ഭക്ഷണം, ദിനചര്യകൾ, ഉറക്കം ക്ഷീണം അങ്ങനെ മാനസികവും ശാരീരികവുമായ എല്ലാ വിവരങ്ങളും ചോദിച്ചറിഞ്ഞതിനുശേഷമാണ് മരുന്നിൻ്റെ നിർണ്ണയിക്കുന്നത്. രോഗം ഉണ്ടായതിനു മുൻപുള്ള ശാരീരിക മാനസികമായ വിവരങ്ങൾ കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കണം. ചില സമയങ്ങളിൽ പാരമ്പര്യം, കുടുംബപശ്ചാത്തലം എന്നിവ കാരണങ്ങളാകാം.

ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ മാത്രമേ മാറുകയുള്ളൂവെന്ന് വിധിയെഴുതിയ പല അസുഖങ്ങളും ഹോമിയോ ചികിത്സ വഴി സുഖപ്പെടു

അനുഭവമുള്ളവർ ഇന്ന് ഏറെയുണ്ട്. പ്രായമായവരിൽ കാണുന്ന ഒട്ടുമിക്ക അസുഖങ്ങൾക്കും അൽഷിമേഴ്സ് പോലുള്ള ഗുരുതരാവസ്ഥയുമൊക്കെ രോഗശമനത്തിലെത്തിക്കുന്നതും ഹോമിയോയുടെ ജനപ്രീതികൂട്ടുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. മാനസിക പ്രയാസങ്ങൾ തുടക്കത്തിൽ തന്നെ രോഗനിർണ്ണയം നടത്തുകയാണെങ്കിൽ ഒരു പരിധിവരെ മാറ്റാൻ സാധിക്കും. രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കൂടുതൽ കാണിക്കുന്നവരിൽ അവയുടെ അളവു കുറച്ചുകൊണ്ട് ആരോഗ്യമുള്ള മനസ്സിലേക്ക് എത്തുകയും ചെയ്യും.

ഇന്ന് ഒരുപാടുപേരെ അലട്ടുന്ന ടൈറോയ്ഡ് സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾക്ക് ഉത്തമ പരിഹാരമാണ് ഹോമിയോയിലുള്ളത്. ജീവിതാവസാനം വരെ മരുന്നുകഴിക്കണമെന്ന് നിർദ്ദേശിച്ച പല രോഗികളിലും ഹോമിയോ ചികിത്സയിലൂടെ പൂർണ്ണ ശമനം നേടിയിട്ടുണ്ട്. അലർജി, ആസ്മ, ലിവർ സംബന്ധമായതും മാത്രമല്ല മനുഷ്യ ശരീരത്തെ അലട്ടുന്ന എല്ലാ വിധ അസുഖങ്ങൾക്കും ഹോമിയോപ്പതി മികച്ച ഉത്തരമാണ്.

ഇന്ന് നാടിനു തന്നെ ഭീഷണിയായ കോവിഡ്-19 മഹാമാരിക്ക് എതിരെ പടപൊരുതുന്നതിൽ ഹോമിയോപ്പതിക്ക് ഒട്ടു മോശമല്ലാത്ത പങ്കുതന്നെയുണ്ട്. ഒരിക്കലും കോവിഡ് വാക്സിൻ പോലെ കണക്കാക്കാൻ സാധിച്ചില്ലെങ്കിലും രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്ന മരുന്നുകളിലൂടെയാണ് ഹോമിയോ പൊരുതുന്നത്. അവയൊന്നും കോവിഡിനുവേണ്ടി വികസിപ്പിച്ചെടുത്തവയല്ല. മറിച്ച് കാലങ്ങളായി പകർച്ചവ്യാധിക്കും വൈറസുകൾക്കുമെതിരെ നൽകുന്ന മരുന്നുകളുടെ കൂട്ടാണ്. ഞങ്ങൾ ഡോക്ടർമാർ സ്ഥിരം കഴിക്കുന്ന മരുന്നുകളിലൊന്നു കൂടിയാണത്. പകർച്ചപനിയാണെങ്കിലും രോഗികൾ വന്നാൽ ഞങ്ങളും ഇതു കഴിക്കാറുണ്ട്. തുടക്കത്തിൽ കോവിഡ്-19 രോഗികളെ ചികിത്സിക്കാൻ ഉള്ള അവകാശം പൂർണ്ണമായും അലോപ്പതി ചികിത്സകർക്കായിരുന്നു. ഇന്ന് ആയുഷ് മന്ത്രാലയം ചികിത്സക്ക് ഭാഗീകമായി അംഗീകാരം നൽകിയിട്ടുണ്ട്. പൂർണ്ണമായും രോഗം പിടിപ്പെടുകയില്ലെന്ന ഉറപ്പു അവകാശപ്പെടാൻ സാധിച്ചില്ലെങ്കി

ലും പ്രതിരോധ മരുന്നും മാസ്കും, സാമൂഹിക അകലവും, സാനിറ്റൈസറും ശീലമാക്കുന്ന വ്യക്തികളിൽ രോഗത്തെ അകറ്റി നിർത്താൻ സാധിക്കുമെന്നാണ് വിശ്വാസം. പ്രതിരോധ മരുന്നുകൾ കഴിച്ച വ്യക്തികളിൽ രോഗം പിടിപെട്ടാൽ തന്നെ അതിൻ്റെ കാഠിന്യം കുറയ്ക്കുവാൻ സാധിച്ച അനുഭവങ്ങളുമുണ്ട്. കോവിഡ് രോഗലക്ഷണങ്ങളായ പനി, തൊണ്ടവേദന, ശ്വാസതടസ്സം എന്നിവയുള്ള രോഗിയുടെ സഭാവസവിശേഷതകൾ കൂടി മനസ്സിലാക്കുകൊണ്ടാണ് മരുന്നിൻ്റെ നൽകുന്നത്. പ്രതിരോധശേഷിക്കും നൽകുന്ന മരുന്നും കോവിഡ് പോസിറ്റീവിന് നൽകുന്ന മരുന്നും രണ്ടും രണ്ടുതരമാണ്. ശരീരത്തിനെ ആക്രമിക്കുന്ന വൈറസിനെ ശരീരത്തിൻ്റെ 'സെൽ മീഡിയറ്റ് 'Immunity' മുഖാന്തരം പ്രതിരോധിക്കുവാൻ സഹായിക്കുകയാണ് ആഴ്സനി ആൽബ പോലുള്ള മരുന്നുകൾ ചെയ്യുന്നത്. അവ കൂടാതെ മറ്റു മരുന്നുകളുടെ മിശ്രിതങ്ങളും ചേർത്ത കൂട്ടുകളുമുണ്ട്. പ്രതിരോധ മരുന്നിൻ്റെ കഴിച്ച വ്യക്തികളിൽ നല്ലൊരു ശതമാനം പേർക്കും രോഗം പിടിപ്പെട്ടില്ല എന്നാണ് നിഗമനം; വന്നവരിൽ തന്നെ നേരിയ ലക്ഷണങ്ങൾക്കുശേഷം ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുത്തിട്ടുമുണ്ട്. ഇക്കാര്യത്തിൽ ഏത് ചികിത്സാ മാർഗവും ഉപയോഗിക്കാം. രോഗവ്യാപനം തടയുക എന്ന ഒരു ലക്ഷ്യമേ ഞങ്ങൾക്കുള്ളൂ. കോവിഡ്-19 രോഗത്തിനു ഇതുവരെ മരുന്നുകൾ കണ്ടെത്തിയിട്ടില്ല. പ്രതിരോധ വാക്സിൻ കണ്ടുപിടിച്ചെങ്കിലും അതും പരീക്ഷണഘട്ടത്തിലൂടെ കടന്നുപോയി കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഈ വൈദ്യത്തെ മുറുകെ പിടിച്ചു പൊരുതുന്ന ഡോക്ടർമാർക്കും അതിലേറെ അതിൽ വിശ്വാസമർപ്പിക്കുന്ന ജനങ്ങൾക്കും ഹോമിയോപ്പതി ലക്ഷണമൊത്ത ഒരു വൈദ്യശാസ്ത്രം തന്നെയാണ്. ഒട്ടനവധി മഹാവ്യാധികളെ പിടിച്ചുകെട്ടിയ ചരിത്രത്തിൻ്റെ ഏടുകൾ ഇനിയും ഏറെയാണ്. പ്രതിരോധ മരുന്നും, മാസ്കും സാനിറ്റൈസറും സാമൂഹിക അകലവും ശീലമാക്കിയ ജനതയ്ക്ക് നല്ല നാളെ ഉണ്ടാകുമെന്നതു തന്നെയാണ് ഞങ്ങളുടെ പ്രതീക്ഷ. •

തുശ്ശൂർ പനേഷ്യ ഹോമിയോ ക്ലിനിക്കിലെ ഡോക്ടറാണ് ലേഖകൻ



▲ ഉരിയ
 ധാന്യങ്ങൾ അളക്കാൻ ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന അളവുപാത്രം 2 ഉഴക്ക് = 1 ഉരിയ
 ▼ ഉഴക്ക്
 ധാന്യങ്ങൾ അളക്കാൻ ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന അളവുപാത്രം. ഉഴക്ക് ധാന്യങ്ങളുടെ ഏറ്റവും ചെറിയ അളവ്



മരയ്ക്കൻ നാഞ്ചിനാട്ട് പ്രദേശങ്ങളിൽ നെല്ല് അളക്കാൻ ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന അളവുപാത്രം



ജലചക്രം ജലസേചനത്തിന് ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന ഉപകരണം. ഒരാൾക്ക് തനിയെ പ്രവർത്തിപ്പിക്കാവുന്ന ഈ ഉപകരണം ഉപയോഗിച്ച് ചവിട്ടിയാണ് കൃഷിയിടത്തിലേക്ക് വെള്ളം എത്തിച്ചിരുന്നത്.

ഇന്നലെകളിലെ കേരളം

പഴയകാല കാർഷികോപകരണങ്ങൾ

ഫോട്ടോ- വിൻസെന്റ് പീറ്റർ

പല്ല് ചെരുപ്പ് പൊടിയിൽ കൃഷി ചെയ്യുന്നതിന് മണ്ണിളക്കിയിടുന്ന ഉപകരണം



കലപ്പ് നിലം ഉഴാൻ ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന ഉപകരണം





റാവട്ടി (ഇറവട്ടി)
കൃഷിക്ക് വെള്ളം തേകാൻ
ഉപയോഗിക്കുന്ന ഇറുക്കുട്ട



തുറ്റ് മുറം
കൊയ്ത്തു സമയത്ത്
തുറ്റാൻ
ഉപയോഗിക്കുന്ന മുറം



പത്തായം
ധാന്യങ്ങൾ കേടുകൂടാതെ
സൂക്ഷിക്കാനുപയോഗിച്ചിരുന്ന
സംഭരണി. ഇത് നിൽക്കുന്ന മരം
ഉപയോഗിച്ചായിരുന്നു ഇവ
നിർമ്മിച്ചിരുന്നത്.



മഞ്ഞപ്പൂക്കൾ വിരിയുന്ന കാലം

ആര്യനാട് സത്യൻ

പ്രകൃതി തന്റെ പൊന്നാശാരിമാരെ പൊൻപൂക്കൾ ഉറപ്പിക്കാൻ ഉറപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടാകാൻ ചുമതലപ്പെടുത്തുന്ന മീനമാസം. വെയിൽച്ചൂടിൽ ഇലകൊഴിഞ്ഞ് മൃതപ്രായരായി നിൽക്കുന്ന കണിക്കൊന്ന മരങ്ങൾ. ഒരു മാന്ത്രികനൈപ്പോലെ നിശ്ശബ്ദമായി അന്തരീക്ഷത്തിൽ ഊളിയിട്ടിറങ്ങുന്ന വിഷുപ്പക്ഷിയുടെ സംഗീതം. പൊൻപൂക്കളൊരുക്കുന്ന തട്ടാൻമാർക്കുള്ള

കാഹളനാദമാണ് ആ കിളിഗീതം? മിഴിപ്പുട്ടി വിടർത്തുമ്പോഴേയ്ക്കും തട്ടാൻമാർ തങ്ങളുടെ ചെപ്പുതുറന്ന് പൊൻപൂക്കൾ അന്തരീക്ഷത്തിലേക്ക് വാരിവിതറിയിരിക്കും. പുലർവെട്ടം മിഴിതുറക്കുമ്പോൾ ഒറ്റസ്വരത്തിൽ വിളിച്ചുപറയും-
'ദേ മഞ്ഞക്കടലലതീർക്കുന്ന കണിക്കൊന്ന പുത്തേ'.
പ്രകൃതിക്കു പിഴയ്ക്കാത്ത ചിട്ടയാണ് മഞ്ഞപ്പൂക്കൾ വിരിയുന്നകാ

ലം. മീനമാസച്ചൂടിന് വിട പറഞ്ഞു മഞ്ഞതുളുമ്പുന്ന മേടപ്പുലരിയിലേക്ക് മനസ്സിറങ്ങുമ്പോൾ ആഘോഷകുളിർമഴയിൽ കുതിർന്നാസ്വദിക്കുന്ന വിഷുപ്പക്ഷികൾ. പിന്നങ്ങോട്ട് വിഷുക്കണിയായി വിഷുക്കൈനീട്ടവും വിഷുസദ്യയും വിഷുക്കോടിയും വിഷുപ്പടക്കവും അങ്ങനെ നീളുന്ന ആചാരങ്ങൾ. കാപട്യമില്ലാത്ത അനുഷ്ഠാനങ്ങളും.

വിഷുദിനം

മേടംഒന്ന് അഥവാ ഏപ്രിൽ പതിനാലോ പതിനഞ്ചോ ആണ് വിഷുദിനം. മലയാളി എത്രമേക്കാൾ ശ്രമിച്ചാലും ഓർമ്മകളെ തട്ടിയുണർത്തി കൊന്നമരം പൂത്തലയുന്നു. തെരുവോരങ്ങളിലും ഗൃഹപരിസരങ്ങളിലും കുലച്ചുതുങ്ങുന്ന കൊന്നപ്പൂക്കൾക്കുവേണ്ടി ആരും തന്നെ വെള്ളമോ വളമോ കൊടുക്കണമെന്ന് നിർബന്ധമില്ല. അങ്ങനെ ചെയ്യേണ്ടത് സ്വന്തം കടമയാണെന്ന് ഓരോ കൊന്നമരവും വിശ്വസിക്കുന്നു. കടമകൾ മറക്കുന്ന മനുഷ്യനുവേണ്ടിയുള്ള മറ്റൊരോർമ്മപ്പെടുത്തൽ.

മലയാളികളുടെ ഹൈന്ദവാരാധനാ രീതിയാണ് വിഷു. ആചാരസമുദായമാണ് ഈ ഉത്സവം. ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങൾ തലമുറകളിലേക്കു കൈമാറുമ്പോൾ ഐതിഹ്യങ്ങളെ കാലം കൂട്ടു പിടിക്കുന്നുണ്ട്. വിഷു ആരാധനയുടെ മുർത്തി കൃഷ്ണനാണ്. ധർമ്മപരിപാലനത്തിനായി ഭഗവാൻ കൃഷ്ണൻ നരകാസുരനെ വധിച്ചതിന്റെ ഓർമ്മദിനമാണിത്. തിൻമയുടെ നിഗ്രഹവും നൻമയുടെ പരിപാലനവും വിഷുസന്ദേശമായി കരുതുന്നു. അതുകൊണ്ടാണ് വിഷു



ാധാന്യം കൊടുക്കുന്നവരാണ് മലയാളികൾ. ചിലരെ കണി കണ്ടാൽ ആ ദിവസം അശുഭമായിരിക്കുമെന്നും മറ്റു ചിലരെ കണികണ്ടാൽ ശുഭകരമായിരിക്കുമെന്നും കണക്കുകൂട്ടിവയ്ക്കുന്നവർ ഇന്നും വിരളമല്ല. മാസാദ്യത്തെ കണിഫലം ആ മാസം മുഴുവനും, വർഷാരംഭ കണിഫലം വർഷാന്ത്യത്തോളവും അനുഭവിക്കുമെന്നും വിശ്വാസം. ആയതിനാൽ ചിലർ അതിരാവിലെ മറ്റുള്ളവരുടെ കാഴ്ചവട്ടത്തെത്തിപ്പെടാതിരിക്കാൻ പരമാവധി ശ്രമിക്കും. കാരണം താൻ അശ്രീകരമാണെന്നങ്ങ് സ്വയം തീരുമാനിക്കുന്നു. അത്തരക്കാരെ കണി ഒഴിവാക്കാൻ മറ്റുള്ളവരും ശ്രമിക്കും. എന്നാൽ ചിലരെ ശ്രീസാന്നിദ്ധ്യമായി സമൂഹം തന്നെ പറഞ്ഞുവയ്ക്കും. ശുഭകാര്യമുഹൂർത്തങ്ങളിൽ അത്തരക്കാർക്ക് എന്തെന്നില്ലാത്ത ഡിമാന്റായിരിക്കും.

ളിയിൽ വെച്ചൊരുക്കുന്നു. ഒപ്പം കൺമഷി, വാൽക്കണ്ണാടി, വിശുദ്ധ ഹിന്ദു മത ഗ്രന്ഥങ്ങൾ, നാണയം, കറൻസിനോട്ട്, നിലവിലുണ്ട് തുടങ്ങിയവയും ചേർത്തു വെച്ചു കഴിയുമ്പോൾ വിഷുക്കാഴ്ച ഒരുങ്ങിക്കഴിഞ്ഞു.

വിഷുക്കോടി

കോടി വസ്ത്രത്തോടുള്ള കുറിന് പൗരാണിക പഴക്കമുണ്ട്. ആഘോഷവേളകളിലും ജനനമരണ വിവാഹാദിചടങ്ങുകളിലും കോടി വസ്ത്രം നിർബന്ധവും ആചാരവുമാണ്. വിശേഷ ദിവസങ്ങളുടെ വരവിനായി കാത്തിരിക്കാൻ കുട്ടികൾക്കാണ് അധികാഭിനിവേശം. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ അന്ന് വീട്ടുകാരും ബന്ധുക്കളും പുതുവസ്ത്രം സമ്മാനിക്കും. പുത്തൻ വസ്ത്രങ്ങളുടെ തുണിമണം ആസ്വാദ്യകരമാണെന്ന് സാക്ഷിപരയാൻ ഇന്ന് മുതിർന്നവർക്കേ കഴിയൂ. കാരണം പുതുതലമുറ പുതുവസ്ത്രങ്ങൾക്ക് അമിത പ്രാധാന്യം നൽകുന്നില്ല. കുടുംബത്തിലെ വസ്ത്രസമൃദ്ധി തന്നെയാണിതിനു പിന്നിൽ. ഇരുട്ടിൽ മിന്നാമിനുങ്ങിനു തിളക്കം കൂടുന്നതുപോലെ ഇല്ലായ്മയിൽ കിട്ടുന്ന വസ്തുവിനു തന്നെയാണ് അധിക മഹത്വം.

വിഷുക്കണിയുടെ കാര്യത്തിൽ അലിഖിതമാണെങ്കിലും ഉറച്ചുപോയ ഒരു ചിട്ടവട്ടമുണ്ട്. വിഷുദിനത്തിൽ ആദ്യം കാണേണ്ട ചടങ്ങെന്നതിനാൽ കണിക്കൂട്ടിന്റെ ഒരുക്കങ്ങൾ തലേന്നു തന്നെ പൂർത്തിയാക്കുന്നു. കണിക്കോപ്പുകളുടെ എണ്ണത്തിലും ഇനത്തിലും പ്രാദേശിക വേർതിരിവിനൊത്ത് വ്യത്യാസമുണ്ടെങ്കിലും കണിക്കൊന്നപ്പൂക്കുലയും കൃഷ്ണചിത്രവും വിഷ്ണു വിഗ്രഹവും ആറൻമുള കണ്ണാടിയും നിർബന്ധം. അരി, കണിവെള്ളരി, ചെറുനാരങ്ങ, ഉടച്ചതേങ്ങ, ചക്കപ്പിള്ള, പാക്ക്, കണ്ണിമാങ്ങ, കശുവണ്ടിക്കുല, പുറുത്തിച്ചക്ക (പൈനാപ്പിൾ), വെറ്റില തുടങ്ങി കാർഷിക വിഭവങ്ങൾ ഉരു

സംഗതികൾ ഇങ്ങനെയാണെന്നിരിക്കെ ഇന്നും വിഷുക്കോടിയുടെ മഹത്വം മങ്ങിയിട്ടില്ല. നൻമയുള്ള ആചാരങ്ങൾക്ക് മരണമില്ലെന്നാണല്ലോ ചൊല്ല്. കിടക്ക മുറിയിൽ നിന്നും കണിയൊരുക്കിടം വരെ മുതിർന്നവർ കുട്ടികളുടെ കണ്ണുപൊത്തി ആഘോഷപൂർവ്വം നടത്തി കണിക്കുമുമ്പിൽ പൊത്തുകൈയ്യിളക്കി ദർശനസൗകര്യമൊരുക്കുന്നതിന്റെ ചേലു



കണി ഒരുക്കുമ്പോൾ കൃഷ്ണ വിഗ്രഹം നിർബന്ധമാകുന്നത്.

വിഷുക്കണി

വിഷുച്ചടങ്ങുകളിൽ ഏറ്റവും പ്രധാന ഇനമാണ് വിഷുക്കണി. ആദ്യം കാണുന്നതാണ് കണി. വിഷുക്കണിയെന്നാൽ വിഷുവിന് ആദ്യം കാണുന്നത് എന്ന് ധനി. ഓരോ പ്രഭാതത്തിലും ആദ്യം കാണുന്നതിനും പ്ര

മലയാളിക്കു മാത്രം സ്വന്തം. ചന്ത മുളള ആ ചടങ്ങിലൊളിപ്പിച്ച് പുതു തലമുറയ്ക്കു കൈമാറുന്ന രണ്ടുമുല്യങ്ങളുണ്ട്. കണിയുരുളിയിൽ നിരത്തിയിരിക്കുന്ന കാർഷിക സമൃദ്ധിയും കൃഷ്ണ-വിഷ്ണുഗ്രന്ഥാദികൾ ചൊരിയുന്ന ആത്മീയ സമൃദ്ധിയും. ഒരു വിഷു മുതൽ അടുത്ത വർഷം വരെയുള്ള ഒരു വർഷക്കാലമത്രയും ആത്മീയ സമൃദ്ധിയും ഭൗതിക സമൃദ്ധിയും നിലനിൽക്കുമെന്നതാണ് വിശ്വാസം.

വിഷുക്കൈനീട്ടം

‘കന്നിട്ടം’ കൊടുക്കലും കന്നിട്ടം വാങ്ങലും ഒരു ദൈനംദിന ആചാരമാണ്. കൈനീട്ടത്തിന്റെ ഗ്രാമ്യഭാഷ്യമാണ് കന്നിട്ടം. കച്ചവടത്തിലാണ് ഈ കന്നിട്ടത്തിനധിക പ്രാമാണ്യം. എത്ര പേർ സാധനം വാങ്ങാൻ ക്യൂ നിന്നാലും ഉദ്ദേശിച്ചയാൾ വന്ന് സാധനം വാങ്ങി കാശ്കൊടുക്കും വരെ കടക്കാരന് സുത്രത്തിൽ ഒഴിഞ്ഞു നിൽക്കുന്ന വിദ്യ എത്രപേർ ശ്രദ്ധി



ചെലവാക്കരുതെന്നാണ് നിയമം. അതു കൈവിട്ടുപോയാൽ വരാനിരിക്കുന്ന സമ്പദ് സമൃദ്ധിയും നഷ്ടമാകുമെന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നു. ആകയാൽ ആ പണം പൊതിഞ്ഞ് മേശയിലോ അലമാരയിലോ വസ്ത്രപ്പെട്ടിയിലോ ഒളിച്ചു സൂക്ഷിക്കുകയാണ് പതിവ്.

കൈനീട്ടക്കാൾ ഗൃഹാതുരത്വം നിറയുന്ന ഒരു വികാരമാണ്. മുതിർന്നവരെ മുലയ്ക്കു തള്ളുന്ന നവസംസ്കാരികൾ കൈനീട്ട ചടങ്ങിലെ അപ്പപ്പനമ്മമ്മമാരുടെ പ്രാധാന്യം ശ്രദ്ധിച്ചാൽ നന്ന്. കാരണവരുടെ അവകാശവും കടമയും ഇളം തലമുറയ്ക്ക് പണം കൈമാറുകയെന്നത്. ആ പണം സൂക്ഷിച്ചു വയ്ക്കുമ്പോൾ ഇളം മനസ്സിൽ അറിയാതെ ഉറയ്ക്കുന്നത് സമ്പാദ്യശീലം. കൈനീട്ടം കൊടുക്കുന്നതുപോലെ തന്നെ വിഷുക്കണികാണിക്കാനുള്ള അവകാശവും കൂട്ടുംബത്തിലെ കാരണവത്തിയായ മുതിർന്ന സ്ത്രീക്കു തന്നെ. ഇതുപോലെ വിഷു ദിനത്തിൽ ബന്ധങ്ങളുടെ പവിത്രത അരക്കിട്ടുറപ്പിക്കുന്ന എത്രയെത്ര അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ.

വിഷുസദ്യ

വിശേഷദിനങ്ങളിലെ മുഖ്യ ഇനങ്ങളിലൊന്നാണ് സദ്യയുണ്ണൽ. ഓണ സദ്യയെപ്പോലെ തന്നെ കൊതിയുറുന്ന വിഭവങ്ങൾ നിരന്നതാണ് വിഷുസദ്യയും. വീട്ടുകാർ മാത്രമല്ല വന്നുപോകുന്ന ബന്ധുമിത്രാദികളും ചേർന്നാണ് ഊണുകഴിക്കൽ. ഓണ സദ്യയിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമാണ് മലയാളികളുടെ വിഷുസദ്യ. വിഷുക്കണ്ണിയും വിഷുക്കട്ടയും ചേരുവകളുടെ വൈവിധ്യംകൊണ്ട്, വിശേഷപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അരിയും തേങ്ങയും പാലും സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങളും ചേർന്ന

വിഷുക്കണ്ണിക്ക് അതിന്റേതായ തനിമയുണ്ട്. പുണെല്ലരിപ്പൊടിയും തേങ്ങാപ്പാലും ശർക്കരയും ചേർത്താണ് വിഷുക്കട്ടയുണ്ടാക്കുന്നത്. ഊണിന് വേപ്പിൻപുരസവും മാമ്പഴപ്പുളിശേരിയുമാണ് മുഖ്യം. പാലട പ്രഥമനും പരിപ്പുപായസമോ ഗോതമ്പുപായസമോ നിർബന്ധം. പച്ചക്കറികൊണ്ടുള്ള വിഭവങ്ങൾ ലഭ്യതയ്ക്കും ഇഷ്ടത്തിനുമനുസരിച്ച് തയ്യാറാക്കുകയാണു പതിവ്. വിഷു, പച്ചക്കറി കൃഷിയുടെ വിളവെടുപ്പുസ്വവമാണെന്ന പ്രത്യേകതയുമുണ്ട്. സദ്യവട്ടത്തിന്റെ മട്ടും ചിട്ടയും പൊതുവേ മാറിയിട്ടുണ്ടെങ്കിലും വിഷുസദ്യയുടെ തനിമയും പൊലിമയും ഇനിയും അന്യം നിന്നിട്ടില്ല.

വിഷുപ്പടക്കം

ആഘോഷമേതായാലും പടക്കം പൊട്ടിക്കലും പൂത്തിരി കത്തിക്കലും അനിവാര്യം. അന്തരീക്ഷത്തിൽ പ്രകമ്പനമുണ്ടാക്കി ആകാശമുറ്റത്ത് വർണ്ണപ്പൂക്കൾ വാരി വിതറി പുകയും വെളിച്ചവുമായെത്തുന്ന വിഷുപ്പടക്കം കാഴ്ച കുട്ടികളേയും മുതിർന്നവരേയും ഒരുപോലെ സന്തോഷിപ്പിക്കുന്നു. ദേവീദേവൻമാരെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനാണ് പടക്കമെന്ന് ഈശ്വരവാദികൾ പറയുമ്പോൾ ഉത്സവക്കൂട്ടങ്ങളുടെ ഫലമായുണ്ടാകുന്ന അന്തരീക്ഷ മാലിനീകരണത്തിന്റെ ആഘാതമൊഴിവാക്കാനായി ഉത്സവാന്ത്യത്തിൽ വെടിക്കെട്ട് നടത്തുന്നു എന്ന് ഭൗതികവാദികളും പറയുന്നു. വാസ്തവവും ശാസ്ത്രവും എന്തു തന്നെ ആയാലും വിഷുപ്പടക്കത്തിനുമുണ്ട് അതിന്റേതായ പ്രത്യേക പദവി. ഓലപ്പടക്കം, മാലപ്പടക്കം കമ്പിത്തരി, പൂത്തിരി, മേശപ്പുത്തിരി, മത്താപ്പു എന്നിവയാണ് വിഷുപ്പടക്കങ്ങൾ.



ച്ചിട്ടുണ്ടാവുമോ ആവോ? അങ്ങനെ ഒരു സാധാരണ ചടങ്ങല്ല വിഷുക്കൈനീട്ടം. മുതിർന്നവർ പ്രായം കുറഞ്ഞവർക്കു കൈനീട്ടമായി കൊടുക്കുന്ന നാണയത്തുട്ടുകളാണിവ. കൊച്ചുകുട്ടികളാണ് കൈനീട്ടം പറുന്ന മുഖ്യ വിഭാഗം. ഒരു വർഷം കാത്തിരുന്നാണ് കുഞ്ഞുങ്ങൾ അപ്പപ്പനമ്മമ്മമാരിൽ നിന്ന് വിഷുക്കൈനീട്ടം സ്വീകരിക്കുന്നത്. വിഷുക്കണി കണ്ട് കുളിച്ചു കുറിയണിഞ്ഞ് വിഷുക്കോടിയിടുത്ത് വിഷുക്കൈനീട്ടത്തിനു വരുന്ന കുട്ടികൾക്ക് ആ വർഷം മുഴുവനും ഐശ്വര്യം നിറഞ്ഞു നിൽക്കുമെന്നാണ് വിശ്വാസം. കൈനീട്ടം കിട്ടുന്ന കാശ് എന്തത്യാവശ്യം വന്നാലും എടുത്തു

ചില സവിശേഷതകൾ

മേടമാസത്തിലെ വിഷുദിനം ഓരോ കേരളീയനും പുതുവർഷത്തിലേയ്ക്കുള്ള പ്രവേശനമാണ്. കാർഷിക സംസ്കാരത്തിന്റെയും ഐശ്വര്യത്തിന്റെയും പ്രതീകമായ വിഷു വരുംവർഷത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചുകൊണ്ടാണ് ആഘോഷിക്കുന്നത്. വിഷുവം എന്ന സംസ്കൃത വാക്കാണ് വിഷുവിന്റെ മൂലപദം. രാവുപകലും തുല്യം എന്നത്രേ ഇതിനർത്ഥം. സൂര്യൻ മീനം രാശിയിൽ നിന്ന് മേടം രാശിയിലേക്കു കടക്കുന്ന വിഷുദിനത്തിനു തൊട്ടുമുമ്പുള്ള ദിവസമാണ് കവികൾ വാഴ്ത്തുന്ന വിഷുസംക്രാന്തി അഥവാ വിഷുസംക്രമണദിനം. സൂര്യനുമായി ബന്ധപ്പെട്ടൊരു ഐതിഹ്യവും വിഷുവിനു പിന്നിലുണ്ട്. രാക്ഷസരാജാവായ രാവണന്റെ ലങ്കാരണകാലം. ഒരിക്കൽ സൂര്യന്റെ ശക്തമായ വെയിൽ കൊട്ടാരത്തിൽ കടന്ന് രാവണനെ അലോസരപ്പെടുത്തി. കോപാകുലനായ രാവണൻ സൂര്യനെ നേരായ മാർഗത്തിൽ ഉദിക്കാൻ അനുവദിച്ചില്ല. ഈ വിലക്ക് രാമൻ രാവണനെ വധിക്കുവോളം തുടർന്നു. രാവണവധത്തെ തുടർന്ന് വീണ്ടും സൂര്യോദയം പഴയപടിയാ യി. ഈ സംഭവത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്നതാണ് വിഷു.

പ്രകൃതീദേവിയുടെപൂജയ്ക്കുള്ള ദിവസമാണ് വിഷു. സൂര്യൻ മധ്യരേഖയിൽ വരുന്നതും രാപ്പകലുകൾ തുല്യമായതുമായ ദിവസം. വിഷുത്തലേന്ന് വീടു വൃത്തിയാക്കി ഉപയോഗശൂന്യമായവയൊക്കെ കത്തിച്ചുകളഞ്ഞ് ഐശ്വര്യദേവതയെ വീട്ടിലേയ്ക്കു ആവാഹിച്ച് കുടിയിരുത്തുന്നു. ഇത് രാവണ വധത്തോടനുബന്ധിച്ചു നടന്ന ലങ്കാദഹനവുമായി ബന്ധിപ്പിക്കുന്നവരുമുണ്ട്. ഇതൊക്കെ വിഷുവിന്റെ പൗരാണികത്വത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ആദി ദ്രാവിഡാഘോഷങ്ങളിൽപെട്ട വിഷു കാർഷികാഘോഷമാണെങ്കിലും ഓണത്തിൽ നിന്നും തികച്ചും വിഭിന്നമാണ്. ഓണത്തിന് മാംസാഹാരം നിഷിദ്ധമാണെന്നിരിക്കെ വിഷുവിനും മത്സ്യമാംസാദികൾക്ക് വിലക്കൊന്നുമില്ല. ആയതിനാൽ മനുഷ്യൻ വേട്ടയാടി ജീവിക്കുന്ന കാലം മുതൽ വിഷുവിന്റെ പ്രാഗ് രൂപം ഉണ്ടായിരുന്നതായി കരുതാം.

വിഷു ആചാരങ്ങൾ

വിളവെടുപ്പുസമയമാകയാൽ കൃഷിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ആചാരങ്ങൾ നിരവധിയാണ്. വിഷുനാളിൽ ആദ്യമായി നിലമുഴുത് വിത്തിടുന്ന 'ചാലിടീൽ' ഇവയിൽ പ്രാധാന്യം അർഹിക്കുന്നു. ഉഴവുമാടിനെ കുളിപ്പിച്ചൊരുക്കി കൊന്നപ്പുവുകൊണ്ടലങ്കരിച്ച് പുതിയ കാർഷികോപകരണങ്ങളുപയോഗിച്ച് നിലമുഴുത് അതിൽ അവിലും മലരും ഓട്ടടയും നിവേദിക്കുന്നതാണ് ഈ ചടങ്ങ്. വിഷുസദ്യക്കുമുമ്പു നടത്തുന്നതാണ് ഈ ആചാരം. എന്നാൽ



സദ്യകഴിഞ്ഞിട്ടുള്ള ആചാരമാണ് 'കൈക്കോട്ടുചാൽ'. പുതിയ കൈക്കോട്ടിനെ കഴുകി ശുദ്ധം വരുത്തി കുറിയിട്ട് കൊന്നപ്പുകൊണ്ടലങ്കരിച്ച് വീടിന്റെ കിഴക്കുപടിഞ്ഞാറു ഭാഗത്തുവച്ച് പുജിച്ചതിനുശേഷം കുറച്ചുനിലം കിളച്ചൊരുക്കുന്നു. അതിൽ കുഴിയെടുത്ത് നവധാന്യങ്ങളും പച്ചക്കറി വിത്തുകളും കലക്കി ഒരുമിച്ചു നടുന്നു. പറമ്പു കൃഷി അഥവാ കരകൃഷിക്കു തുടക്കമിടുന്നതാണ് കൈക്കോട്ടുചാൽ. 'വിഷു ഫലപ്രവചന'ത്തിനു വിഷു ആചാരങ്ങളിൽ പ്രാധാന്യം കൂടുതലുണ്ട്. വിഷുദിനത്തിൽ പണിക്കർ എന്നു വിളിക്കുന്ന കണിയാൻമാർ വീടുകളിൽ വന്ന് ഫലം പറയുന്ന രീതി പണ്ടു മുതൽക്കേയുണ്ട്. ആ വർഷത്തെ മഴയുടെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലിനനുസരിച്ചാണ് ഫലം നിശ്ചയിക്കുന്നത്. കിട്ടാൻ പേരുകുന്ന മഴയിൽ കാറ്റോ ഇടിയോ മിന്നലോ ഉണ്ടാവുമോ, എത്ര മഴ ലഭിക്കും

എന്നീ കാര്യങ്ങളൊക്കെ കൃത്യമായി ഗണിച്ചുപറയുന്നവരാണ് കണിയാൻമാർ. വിഷു സംക്രാന്തി നാളിലായിരിക്കും വിഷുഫല പ്രവചനം. ഇതിനായി പണിക്കർക്കു കൊടുക്കുന്ന പ്രതിഫലത്തിന് യാവന എന്നു പേർ. 'വിഷുമാറ്റമാണ്' മറ്റൊരാചാരം. സംഘകാലത്തോളം പഴക്കമുണ്ട്. കാർഷികോൽപന്നങ്ങളും കരകൗശല ഉപഭോഗവസ്തുക്കളും പരസ്പരം കൈമാറുന്ന ഏകദിന വ്യാപാരമെന്നു പറയാം. നാണയ സമ്പ്രദായം വരുന്നതിനുമുമ്പുള്ള ബാർട്ടർ സിസ്റ്റത്തിന്റെ ഭാഗമായാണ് ഈ രീതി

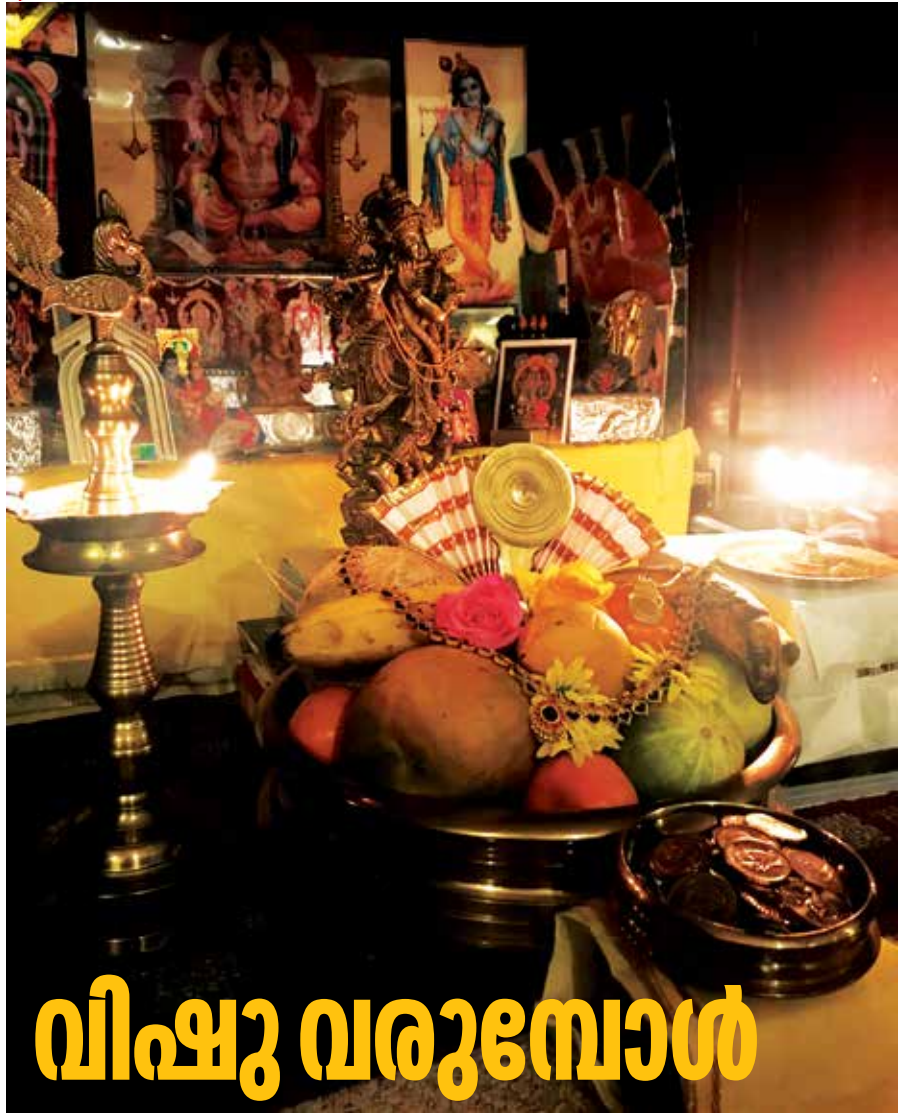
ഉണ്ടായത് എന്നും കരുതപ്പെടുന്നു. കാലദേശങ്ങൾക്കനുസരിച്ചും വിഷു ആചാരങ്ങൾ അസ്തമിക്കുകയും ഉദിക്കുകയും തുടരുകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളിൽ കാര്യമായ വ്യതിയാനങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ വിഷു സമാനമായ ഉത്സവങ്ങൾ ഭാരതത്തിലുടനീളം നടന്നു വരുന്നു. ഇന്ത്യയിൽ കാർഷിക പഞ്ചാംഗത്തിലെ ഒന്നാം ദിവസം വിഷുവായി മലയാളി ആഘോഷിക്കുമ്പോൾ അതേദിവസം തന്നെ അസമിലും ബീഹാറിലും ബെഹാർ എന്ന പേരിലും പഞ്ചാബിൽ വൈശാഖിയായും തമിഴ്നാട്ടിൽ പുത്താണ്ടായും കർണ്ണാടകയിലും ആന്ധ്രാപ്രദേശിലും ഉഗാദിയായും കാർഷികോത്സവം കൊണ്ടാടുന്നു. കൃഷിപൂജയും ഗോപൂജയും സമ്മാനക്കൈമാറ്റവും പൊലിപ്പാട്ടും സംഘനൃത്തവും വളർത്തുമൃഗങ്ങൾക്ക്

കണികാണിക്കലുമൊക്കെ വിഷുവിന്റെ ഭാഗമായി നടന്നുവരുന്നു.

വിഷുവും മഞ്ഞനിറവും

പ്രകൃതി ദേവിക്ക് ചന്തംകൊടുക്കുന്നത് നിറങ്ങളാണ്. വൈവിധ്യമാർന്ന വർണ്ണങ്ങൾ ചേരേണ്ടിടത്ത് ചേരുമ്പോൾ അത് കണ്ണുകൾക്ക് ഹരമായി മാറുന്നു. ഓരോ ഉത്സവങ്ങളും മോടിയാക്കുന്നത് വർണ്ണവസ്തുക്കൾകൊണ്ടാണല്ലോ. മഴവില്ലിന്റെ ചാരുതയും മയിൽപീലിയുടെ മനോഹാരിതയും അസ്തമയത്തിന്റെ ആകർഷണീയതയും ആഴിയുടെ അഗാധതയുമൊക്കെ വർണ്ണങ്ങൾകൊണ്ട് ചാലിച്ചൊരുക്കിയ വിസ്മയങ്ങൾ ആണ്.

മഞ്ഞവർണ്ണങ്ങളുടെ മഹോത്സവമാണ് വിഷു. ഇളംമഞ്ഞയും കടുംമഞ്ഞയും സുവർണ്ണമഞ്ഞയുമെല്ലാം കൊണ്ട് പ്രകൃതിയെ മഞ്ഞപുതപ്പിക്കുന്ന മനോഹര കാഴ്ച. പഴുത്തുകുനിയ നെൽക്കതിരുകൾകൊണ്ട് വയൽപാടങ്ങൾക്കു മഞ്ഞനിറം. അന്തിക്കതിരവന്റെ വൃദ്ധകിരണങ്ങളുടെ വിളറി മഞ്ഞ. സൂര്യകാന്തനെ നോക്കിച്ചിരിക്കുന്ന സൂര്യകാന്തിപ്പൂക്കളുടെ കടും മഞ്ഞ. ഇവയ്ക്കെല്ലാം മുകളിലാണ് കാശുമാലക്കൂട്ടം വാരികഴുത്തിലണിഞ്ഞ നവവധുവിനെപ്പോലെ നാടാകെ നാണം കുണുങ്ങി നിൽക്കുന്ന കൊന്നമരങ്ങൾ. ഈ മഞ്ഞക്കാഴ്ചകളൊക്കെ പറഞ്ഞു തരുന്ന ചില വിലയേറിയ സന്ദേശങ്ങളുണ്ടെന്ന കാര്യം മലയാളികളിലധികവും മനസിലാക്കുന്നില്ല. മഞ്ഞ സമാധാനത്തിന്റെയും സന്തോഷത്തിന്റെയും അടയാളമാണ്. മനസ്സിന്റെ ദൃഢതയ്ക്ക് അത് നിദാനമാകുന്നു. അറിവിന്റെയും മാനസികവികാസത്തിന്റെയും നിറവും മഞ്ഞ തന്നെ. സൂര്യന്റെ മൃദുഭാവത്തിനും മന്ദഹാസം ചൊരിയുന്ന മനുഷ്യ ഭാവത്തിനും അടയാളമായി മഞ്ഞയെ അംഗീകരിച്ചിരിക്കുന്നു. ഊഷ്മളമായ വികാരപ്രകടനത്തിന്റെ പ്രതീകമായും മഞ്ഞയെ കാണാം. ഇതിന്റെ സാന്നിദ്ധ്യം കൊണ്ട് കൂടുംബ ഐശ്വര്യം സാധ്യമാക്കാമെന്ന് കരുതുന്നവരുമുണ്ട്. ചുരുക്കത്തിൽ ശാന്തസുന്ദരവും ഐശ്വര്യപ്രദവും ക്ഷേമസമ്പൂർണ്ണവും സമ്പദ്സമൃദ്ധവും ആയ ജീവിതം സാധ്യമാക്കുകയാണ് മഞ്ഞനിറം. വിഷുപ്പൂവായി പുജാമുറിയിലെ കണിയുരുളിയിൽ നിറഞ്ഞ് നിൽക്കുന്ന കൊന്നപ്പൂക്കളെ കണികണ്ടാൽപിന്നെ ഒരു വർഷത്തേക്ക് ക്ഷേമജീവിതത്തിന് മറ്റൊന്നും വേണ്ടി വരുന്നില്ല. •



വിഷു വരുമ്പോൾ

എൻ.എസ്. സുമേഷ് കൃഷ്ണൻ

വീണ്ടും വരുന്നു വിഷുക്കാലം
വീണ്ടെടുക്കേണ്ട കതിർക്കാലം
കത്തുനൊരോർമ്മക്കനൽത്താളം
കൊത്തിക്കൂടാഞ്ഞ വെയിൽക്കാലം
കഷ്ടകാലത്തിൻ കടൽക്കോപം
നക്കിത്തുടച്ച വിഷക്കാലം
ഇത്തിരിയില്ലാത്ത ദുഷ്ടൻമാർ
കുത്തിക്കവർന്നമൃതിക്കാലം
നല്ലൊരുകാലം വരാനായി
നൻമകൾ പുത്തുലയാനായി
കാതിൽകനകക്കിനാക്കളിട്ട്
കാത്തുനിൽക്കുന്ന കണിക്കൊന്നേ
നാളെ നിന്നുത്സവം പൂക്കാനായ്
കാളുന്ന തീവെയിൽ മോന്തീ ഞാൻ
നിങ്ങളും ഞങ്ങളുമല്ലാതെ
നമ്മളൊന്നാകുന്ന നാളിനായ്
ഒത്തൊരുമിച്ചു നാം പൂഷ്പിക്കിൽ
കത്തും വെയിലും നിലാവല്ലോ.

മലയാളത്തിന്റെ കാവ്യപ്രസാദം

അജിത് വെണ്ണിയൂർ

ഇന്ത്യയെന്ന വികാരത്തെ എന്നും ഹൃദയത്തോട് ചേർത്തുപിടിച്ച ദാർശനിക കവിയായിരുന്നു വിഷ്ണുനാരായണൻ നമ്പൂതിരി. ‘ഹിമാലയ വെൺഭൂതി ധരിച്ച് ആസേതുഹിമാലയത്തിൽ മലയാളഭാഷയെ ധന്യമാക്കിയ ആചാര്യൻ’, മലയാള മനസ്സിനെയും മണ്ണിനെയും ഹൃദയത്തിലാവാഹിച്ച് കാവ്യപൂജ ചെയ്ത ഋഷിതുല്യനായ കവി. അതിലൊക്കെയുപരി സർവാദരണീയനായ ഗുരു, വാഗ്മി, പ്രഭാഷകൻ.

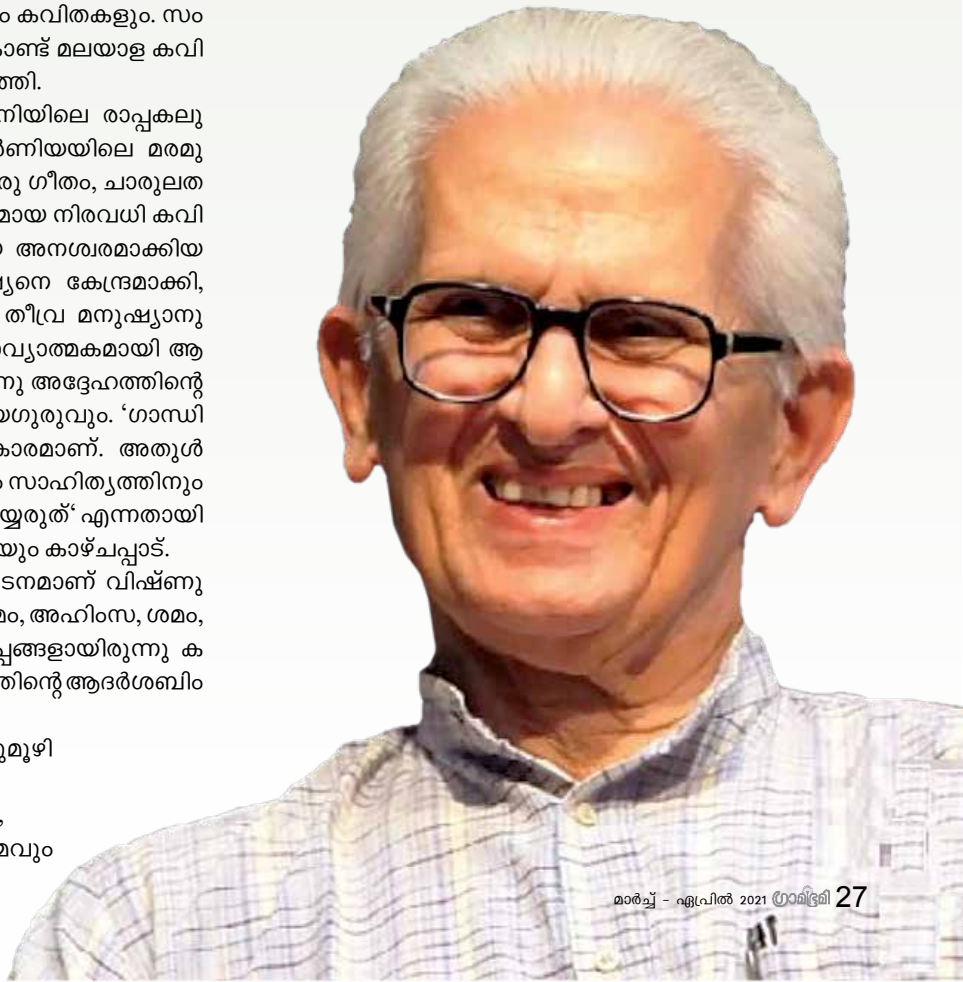
മലയാളത്തിന്റെ കാവ്യപ്രസാദമായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഓരോ കവിതയും. ഭാരതീയ തത്വചിന്തയുടെ എല്ലാ നന്മകളും ഉൾക്കൊണ്ട കവിയും കവിതകളും. സംശുദ്ധമായ ചിന്തയും വാക്കുകളും കൊണ്ട് മലയാള കവിതയിൽ അദ്ദേഹം നിത്യസുഗന്ധം പരത്തി.

ഇന്ത്യ എന്ന വികാരം, ഉജ്ജയിനിയിലെ രാപ്പകലുകൾ, പ്രണയഗീതങ്ങൾ, കാലിഫോർണിയയിലെ മരമുത്തപ്പന്മാർ, സ്വാതന്ത്ര്യത്തെക്കുറിച്ച് ഒരു ഗീതം, ചാരുലത തുടങ്ങി അതീവസുന്ദരവും ഗഹനവുമായ നിരവധി കവിതകളിലൂടെ മലയാള കാവ്യശാഖയെ അനശ്വരമാക്കിയ പ്രതിഭയായിരുന്നു അദ്ദേഹം. മനുഷ്യനെ കേന്ദ്രമാക്കി, പ്രകൃതിയിൽ ചുവടുറപ്പിച്ചുകൊണ്ട്, തീവ്ര മനുഷ്യാനുഭവങ്ങളെ ആഴത്തിലും പരപ്പിലും കാവ്യാത്മകമായി ആവിഷ്കരിച്ച കവി കാളിദാസനായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന്റെ കാവ്യഗുരു. മഹാത്മാഗാന്ധി ആത്മീയഗുരുവും. ‘ഗാന്ധിജി ഓരോ ഇന്ത്യാക്കാരന്റെയും വികാരമാണ്. അതുൾക്കൊള്ളാതെ ഭാരതത്തിൽ കലയ്ക്കും സാഹിത്യത്തിനും നിലനിൽപ്പില്ല, അതു മറന്നൊന്നും ചെയ്യരുത്’ എന്നതായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന്റെ എക്കാലത്തെയും കാഴ്ചപ്പാട്.

പൂർവകാലത്തിലേക്കുള്ള തീർത്ഥാടനമാണ് വിഷ്ണുവിന്റെ മിഴ കവിതകളും. സത്യം, ധർമം, അഹിംസ, ശമം, ദമം, കർമം, നന്മ തുടങ്ങിയ സങ്കല്പങ്ങളായിരുന്നു കവിതയിലും ജീവിതത്തിലും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആദർശബീജങ്ങൾ. അദ്ദേഹം കുറിച്ചു:

“ആവില്ലാഹിംസ, യ്ക്കധർമ്മത്തിനുമുഴി
വാഴുവാനേറെ; ഇതാര്യസത്യം
പോരും നമുക്കു ശമത്തിൻ പടച്ചട്ട,
എള്ളൊളമുന്നമ്പിഴയ്ക്കാത്ത കർമവും

നന്മയെവിടെ ജയമെവിടെ”
(ദലൈലാമയും തുമ്പിയും)
മനുഷ്യനെയും പ്രകൃതിയെയും കവി ഒന്നായിക്കണ്ടു. ഉള്ളഴിഞ്ഞ് സ്നേഹിച്ചു. അതിന്റെ കാവ്യരൂപമാണ് **ഭൂമി ഗീതങ്ങൾ**. ദേശത്തെയും അതിന്റെ സംസ്കാരത്തെയും കുറിച്ചുള്ള ആഴത്തിലുള്ള ദർശനമാണ് അതിലെ ഓരോ വരിയും.
ഭാരതീയ ആദ്ധ്യാത്മിക മൂല്യങ്ങളുടെ സമകാലിക പ്രസക്തിയെ പറ്റിയുള്ള നിരന്തരമായ അന്വേഷണമായിരുന്നു എന്നും അദ്ദേഹത്തിന്റെ സർഗസപര്യ. കാളിദാസന്റെ



കവീകുല പാരമ്പര്യം പിന്തുടർന്ന, കാളിദാസകവിയുമായി ആന്തരികമായ കവിയാശിരസ്സു വിഷ്ണുനാരായണൻ നമ്പൂതിരി. കവിതയെ സൗന്ദര്യാനുഭൂതിക്കപ്പുറം ദാർശനികാനുഭവമാക്കി മാറ്റിയ മഹാകവി.

ചങ്ങമ്പുഴയ്ക്ക് പ്രണയമെന്നതു പോലെയായിരുന്നു വിഷ്ണു നാരായണൻ നമ്പൂതിരിക്ക് കാളിദാസൻ. 'ഇന്ത്യയെന്ന വികാരം' എന്ന കവിത കാളിദാസനുമായുള്ള സംഭാഷണമാണ്. പ്രശസ്തനായ ഒരു നിരൂപകൻ വിലയിരുത്തിയതുപോലെ 'കവി കവിയോട് കവിതയിലൂടെ നടത്തുന്ന അപൂർവമായ സഞ്ചാരം വിഷ്ണുവിന്റെ കവിതകളിലൊക്കെ തെളിഞ്ഞുകാണാം'.

'ഉജ്ജയിനിയിലെ രാപ്പകലുക'ളിൽ കാളിദാസനൊപ്പം രാപ്പകലെയെന്നു നടന്ന കവികാളിദാസന്റെ മോളവത്തിൽ മഴ പെയ്യുന്നത് വർണ്ണിക്കുന്നതു നോക്കുക:

"മോളവത്തിൽ മഴ ചാറിയടങ്ങുന്നു, വെൺ പിറകൾ

രാവിൽ മട്ടുപ്പാവുകളിൽ ചേക്കേറുന്നു.
പഥികർ കെട്ടിറക്കുന്നു മരച്ചോട്ടിൽ,
കുടിലുകളിൽ
കഥകൾ തംബുരു പാട്ടും മുറിപ്പ മാനം
ശകന്മാരെത്തുരത്തുന്ന തമ്പുരാന്റെ

പരാക്രമം,
അകം നീറ്റം ഉദയന പ്രേമവൈ

വശ്യം,
എട്ടു ദിക്കും മുഴക്കുന്ന രഘു

വിന്റെ
ജൈത്രഘോഷം
കട്ടുവന്നു ചാക്കുകളിൽ
തീർകുടിമേളം!

നേരിയ തെന്നലിൽ തുകിൽ
മുടി എല്ലാം

നെടുരാവി-
ലാഴവേ ഒരോടലെണ്ണ വിള
ക്കുമാത്രം..."

കാലികമായ ജീവിതബോധം പങ്കുവയ്ക്കുമ്പോഴും ആത്മീയമായ ഒരു ചൈതന്യം അതിൽ നിറയുന്നത് കാണാനാകും. വേദങ്ങൾ, സംസ്കൃതസാഹിത്യം, പാശ്ചാത്യ കവിത, മലയാളകവിത എന്നിവയുടെ സർഗ്ഗസംഗമം അദ്ദേഹത്തിന്റെ പല കവിതകളിലും തെളിഞ്ഞുകാണാം.

ആത്മീയതയുടെ ആഴത്തിലുള്ള ദർശനങ്ങളും ഭാരതീയ പാരമ്പര്യത്തിന്റെ ചിന്താസരണിയുമാണ് വിഷ്ണുനാരായണൻ നമ്പൂതിരിയെ മറ്റ് കവികളിൽ നിന്ന് വേറിട്ട് നിർത്തുന്നത്. ആരണ്യകം, മുഖമെവിടെ, ഭൂമിഗീതങ്ങൾ, ഇന്ത്യയെന്ന വികാരം, അതിർത്തിയിലേക്ക് ഒരു യാത്ര തുടങ്ങിയ കൃതികളിൽ

ലെല്ലാം ഈ വൈദികസംസ്കൃതിയുടെ ദാർശനികശോഭ നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്നു.

തന്റെ കാവ്യസങ്കല്പങ്ങളെക്കുറിച്ച് പറയുമ്പോൾ അവകാശ വാദവും അദ്ദേഹം ഉന്നയിക്കുന്നില്ല. മറിച്ച് വിനയാന്വിതനായി അദ്ദേഹം പറയുന്നു:

"വഴികാട്ടിയല്ല ചെറുതുണമാത്രമേൻ കവിത,
പടകുട്ടുമാർപ്പുവിളിയോ
ഉയിർ കയ്ച്ചുപോം കൊടിയ നൈരാശ്യമോ
പുളകം അരഞ്ഞാണിടുന്ന രതിയോ
കൊതിയോടു തേടിയണയും പഴയചങ്ങാതി!
മൊഴിയിതലിവാൻ പൊറുകു:
എൻ കൈക്കൂടുന്നയിൽ നിനക്കു

തരുവാനുള്ളതെന്റെ മെയ്ച്ചുടുമാത്രം..."

1939 ജൂൺ 2ന് തിരുവല്ലയിൽ ഇരിങ്ങോലിലായിരുന്നു ജനനം. പിതാവ് വിഷ്ണുനമ്പൂതിരി, മാതാവ് അദിതി അന്തർജനം.

സാമ്പ്രദായിക രീതിയിൽ മുത്തച്ഛനിൽ നിന്ന് സംസ്കൃതവും വേദവും പുരാണങ്ങളും പഠിച്ചു. കൊച്ചുപെരിങ്ങര സ്കൂൾ, ചങ്ങനാശേരി എസ്ബി കോളേജ്, കോഴിക്കോട് ദേവഗിരി കോളേജ് എന്നിവിടങ്ങളിലായിരുന്നു വിദ്യാഭ്യാസം. പെരിങ്ങര സ്കൂളിൽ കുറച്ചുകാലം കണക്ക് അധ്യാപകനായിരുന്നു. എംഎയ്ക്ക് ശേഷം മലബാർ ക്രിസ്ത്യൻ കോളേജിൽ ഇംഗ്ലീഷ് അധ്യാപകനായി. കോഴിക്കോട്, കൊല്ലം, പട്ടാമ്പി, എറണാകുളം, തൃപ്പൂണിത്തുറ, ചിറ്റൂർ, തിരുവനന്തപുരം എന്നിവിടങ്ങളിലെ കോളേജുകളിൽ ഇംഗ്ലീഷ് അധ്യാപകനായി ജോലി നോക്കിയിട്ടുണ്ട്. യൂണിവേഴ്സിറ്റി കോളേജിൽ നിന്നും വകുപ്പ് അധ്യക്ഷനായി ജോലിയിൽ നിന്ന് പിരിഞ്ഞശേഷം കുടുംബക്ഷേത്രത്തിൽ ശാന്തിക്കാരനായി.

ശൈശവത്തിൽ തന്നെ കവിതകളെഴുതുമായിരുന്നു അദ്ദേഹം. അമ്പതു കളിലും അറുപതു കളിലുമായി ആദ്യകാല കവിതകൾ പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തി. എസ്ബി കോളേജ് മാഗസിനിലും വിദ്യാലോകം മാസികയിലുമാണ് ഏറെയും അച്ചടിച്ചുവന്നത്. ഭാരതീയ ദർശനങ്ങളിൽ നിന്നും വൈദികപാരമ്പര്യത്തിൽ നിന്നും ഉരുവം കൊണ്ട വിഷ്ണുനാരായണൻ നമ്പൂതിരിയുടെ രചനകൾക്ക് പക്ഷേ ആധുനികമായ ഭാവുകതം സന്നിവേശിപ്പിക്കാനായി. ഇതാണ് അദ്ദേഹത്തെ ഏറ്റവും ശ്രദ്ധേയനാക്കിയത്. എട്ടു തവണ ഹിമാലയപര്യടനം നടത്തിയിട്ടുള്ള അദ്ദേഹം അമേരിക്കൻ, യൂറോപ്യൻ ഭൂഖണ്ഡങ്ങളിലും യാത്രചെയ്തിട്ടുണ്ട്.

'ആരണ്യക'ത്തിന്റെ ആമുഖത്തിൽ കവി കുറിച്ചുവച്ചതുപോലെ,

'സത്യത്തിൽ, കവിതയെന്നും ജീവിതമെന്നും രണ്ട് അനുസന്ധാനങ്ങൾ കവിക്ക് ഇല്ലല്ലോ, കവിയുടെ ജീവിതം തന്റെ കവിതയുടെ വ്യാഖ്യാനം മാത്രം'. •



മായംചേർക്കൽ മായാലോകം

നാലാം ഭാഗം

ഗിഹു മേലാറ്റൂർ

കൈയിലിരിക്കുന്ന പണം കൊടുത്ത് വാങ്ങി ഭക്ഷിക്കുന്നത് വിഷമാണെന്ന തിരിച്ചറിവാണ് ആദ്യം വേണ്ടത്. മായംചേർക്കൽ നിരോധന നിയമം നിർദ്ദേശിക്കുന്നത് സുരക്ഷിത ഭക്ഷണം മാത്രം നൽകണമെന്നാണ്. എന്നാൽ അമിത ലാഭക്കൊതി പലപ്പോഴും നിയമം കാറ്റിൽ പറത്തുന്നു.



ശിക്ഷാനിയമത്തിലെ 272, 273 വകുപ്പുകളിൽ സംസ്ഥാന സർക്കാർ ചില ഭേദഗതികൾ വരുത്തിയാലേ കേരള പോലീസിന് ഈ വിഷയത്തിൽ നേരിട്ടിടപെടാനാവൂ. പശ്ചിമബംഗാളും ഉത്തർപ്രദേശും ഈ രീതിയിലുള്ള ഭേദഗതികൾ വരുത്തിയിട്ടുണ്ട്.

ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ മായം ചേർത്തുവെന്ന് സംശയിക്കപ്പെടുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ അതതിടത്തെ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാരെയാണ് വിവരം അറിയിക്കേണ്ടത്.

മായം ചേർക്കൽ നിരോധന നിയമം

മൂന്നു തലങ്ങളിലായാണ് മായം ചേർക്കൽ നിരോധന നിയമം നടപ്പാക്കുന്നത്.

- എൻഫോഴ്സ്മെന്റ് വിഭാഗം



ഫുഡ് സേഫ്റ്റി ഇല്ലാ ഡെസിഗ്നേറ്റഡ് ഓഫീസർമാർ

തിരുവനന്തപുരം

അലക്സ് കെ.ഐസക്: 8943346181
dotvpm@gmail.com

കൊല്ലം

പി.ബി.ദിലീപ് 8943346182
dfikollam@gmail.com

പത്തനംതിട്ട

രഘുനാഥ കുറുപ്പ്. ജി 8943346183
foodsafetyptaadoor@gmail.com

ആലപ്പുഴ

മുരളി.എൻ.പി 8943346184
alpdfi@gmail.com

കോട്ടയം

ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ നായർ.പി 8943346185
dfiktm@gmail.com

ഇടുക്കി

രമേശ്.കെ.പി 8943346186
districtiidukki@gmail.com

എറണാകുളം

ജേക്കബ് തോമസ് 8943346187
dfiernakulam@gmail.com

തൃശ്ശൂർ

സി.എ.ജനാർദ്ദനൻ 8943346188
dfithrissur@gmail.com

പാലക്കാട്

കെ.പി.രമേശ് 8943346189
dfipkld@rediffmail.com

മലപ്പുറം

ശ്രീകുമാർ.ജി 8943346190
dfsomlpm@gmail.com

കോഴിക്കോട്

എം.റ്റി.ബേബിച്ച്ൻ 8943346191
dfikde@gmail.com

വയനാട്

അനിലൻ.കെ.കെ 8943346192
distfoodwd@gmail.com

കണ്ണൂർ

വി.കെ.പ്രദീപ് കുമാർ 8943346193
designatedofficerkannur@gmail.com

കാസർഗോഡ്

ഉദയശങ്കർ.പി.യു 8943346194
distfood@gmail.com

സംസ്ഥാന ഓഫീസ്

സംസ്ഥാന ഫുഡ് സേഫ്റ്റി കമ്മീഷണർ, തൈക്കാട് പി ഒ, തിരുവനന്തപുരം - 695014
ഫോൺ: 04712322833 / 2322844.
ഫാക്സ്: 04712322855
foodsafetykerala@gmail.com

- പരിശോധനാ വിഭാഗം (ലബോറട്ടറി വിഭാഗം)
- ജുഡീഷ്യറി.

എൻഫോഴ്സ്മെന്റ് വിഭാഗം

ഓരോ ജില്ലയിലും ഓരോ ജില്ലാ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാരും പുറമെ ഏതാണ്ട് 20 പഞ്ചായത്തുകൾ അടങ്ങിയ ഓരോ സർക്കിളിലും സർക്കിൾ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാരുമുണ്ട്. കോർപ്പറേഷൻ, നഗരസഭകൾ എന്നിവയ്ക്കും ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാരുണ്ട്. പരിശോധിക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ മൂന്ന് സാമ്പിളുകളാണ് ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാർ ശേഖരിക്കുന്നത്. സീൽ ചെയ്ത സാമ്പിളുകളിൽ ഒരേണ്ണം അതത് മേഖലയിലെ പരിശോധനാശാലയിലേക്ക് അയയ്ക്കുന്നു. രണ്ടെണ്ണം ജില്ലാ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാർക്കാണ് അയയ്ക്കുക. പരിശോധനയിൽ മായമുണ്ടെന്നു തെളിഞ്ഞാൽ പബ്ലിക് അനലിസിസിന്റെ റിപ്പോർട്ടനുസരിച്ച് ജില്ലാ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർ നിയമനടപടികൾ ആരംഭിക്കും. കുറ്റത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ശിക്ഷ വിധിക്കുന്നത് കോടതികളാണ്. പ്രതിയാക്കപ്പെടുന്നയാൾക്ക് അപ്പീലിനുള്ള അവസരമുണ്ട്. ജില്ലാ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടറുടെ കൈയിലുള്ള സാമ്പിളുകൾ കോടതി മുഖേന കേന്ദ്ര പരിശോധനാശാലയിലേക്ക് അയച്ചുകൊടുക്കാൻ പ്രതിക്ക് അപേക്ഷിക്കാം. കേന്ദ്ര ലബോറട്ടറിയുടെ റിപ്പോർട്ട് അന്തിമമാണ്.

മായം ചേർക്കലിനെ പറ്റിയുള്ള പരാതികൾ ജനങ്ങൾക്ക് സർക്കിൾ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാരെയോ വിജിലൻസിനെയോ അറിയിക്കാം.

പരിശോധനാ വിഭാഗം

ഗവ. അനലിസ്റ്റ് ലാബ് തിരുവനന്തപുരം, റീജിയണൽ അനലിറ്റിക്കൽ

ലാബ് എറണാകുളം, കോഴിക്കോട് എന്നീ പരിശോധനാ ശാലകളിലാണ് പിടിച്ചെടുക്കുന്ന ഭക്ഷ്യസാമ്പിളുകൾ പരിശോധിക്കുന്നത്. പബ്ലിക് അനലിസ്റ്റ് അടക്കമുള്ള സാങ്കേതിക വിദഗ്ധരാണ് പരിശോധന നടത്തുന്നത്. പബ്ലിക് അനലിസ്റ്റിന്റെ റിപ്പോർട്ടാണ് തുടർനടപടികളുടെ ഗതി നിയന്ത്രിക്കുന്നത്.

ജുഡീഷ്യറി

ഒന്നാംക്ലാസ് ജുഡീഷ്യൽ മജിസ്ട്രേറ്റ് കോടതികളിലാണ് മായം ചേർക്കൽ സംബന്ധിച്ച കേസുകൾ ഫയൽ ചെയ്യുന്നത്. തടവുശിക്ഷയാണ് കുറ്റവാളികൾക്ക് ലഭിക്കുന്നത്. ചുരുങ്ങിയത് ആറുമാസത്തെ തടവ് നിർബന്ധമാണ്.

ഇവരോട് പരാതി പറയാം

ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ മായം ചേർന്നതായി കണ്ടെത്തുകയോ സംശയിക്കുകയോ ചെയ്താൽ ഫുഡ് സേഫ്റ്റി ഓഫീസർക്കാണ് പരാതി കൊടുക്കേണ്ടത് എന്ന് സൂചിപ്പിച്ചുവല്ലോ. എല്ലാ താലൂക്കുകളിലും സേഫ്റ്റി ഓഫീസർമാരുണ്ട്. അതല്ലെങ്കിൽ 14 ജില്ലകളിലുമുള്ള ജില്ലാ ഡെസിഗ്നേറ്റഡ് ഓഫീസർമാർ. ഫോൺ വഴിയോ രേഖാമൂലമോ പരാതിപ്പെടാം. ഉപഭോക്താവിന് നേരിട്ട് റീജ്യണൽ ലാബുകളിൽ കൊണ്ടുപോയി ഭക്ഷ്യവസ്തു പരിശോധിക്കുകയും ചെയ്യാം.

ആശ്വാസകരമായ ഒരു വാർത്ത

ന്യൂഡൽഹി: ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ മായം കലർത്തുന്നവർക്കുള്ള ശിക്ഷ കർശനമാക്കാൻ ലോകമ്മീഷൻ ശുപാർശചെയ്തു. മായം കലർന്ന ഭക്ഷണം കഴിച്ച് ആരെങ്കിലും മരിച്ചാൽ കുറ്റക്കാരെ ജീവപര്യന്തം ജയിലിലിടാനും പത്തുലക്ഷം

ബന്ധപ്പെട്ട വിലാസങ്ങളും ഫോൺനമ്പരുകളും

ചീഫ് ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർ
മൊബൈയിൽ വിജിലൻസ് സ്കാഡ്, റീജണൽ അനലറ്റിക്കൽ ലാബ്
ബിൽഡിങ്, കോഴിക്കോട് 673 009. ഫോൺ: 0495 2371101

ചീഫ് ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർ
മൊബൈയിൽ വിജിലൻസ് സ്കാഡ്, റീജണൽ അനലറ്റിക്കൽ ലാബ്
ബിൽഡിങ്, കാക്കനാട്, കൊച്ചി. ഫോൺ: 0484 2422218

ചീഫ് ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർ
മൊബൈയിൽ വിജിലൻസ് സ്കാഡ്, റെഡ് ക്രോസ് റോഡ്
തിരുവനന്തപുരം. ഫോൺ: 0471 2472192



രുപ പിഴ ചുമത്താനുമാണ് ശുപാർശ. നിലവിൽ പരമാവധി ആറുമാസമാണ് തടവുശിക്ഷ.

നിയമമന്ത്രാലയത്തിന് ലോ കമ്മീഷൻ സമർപ്പിച്ചക്രിമിനൽ നിയമ (ഭേദഗതി) ബില്ലിലാണ് (ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ മായം ചേർക്കുന്നതുസംബന്ധിച്ച്) ശിക്ഷ കർശനമാക്കാൻ ശുപാർശ ചെയ്തത്. ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ ചേർക്കുന്ന മായം നിർമ്മിക്കുന്നതും വിൽക്കുന്നതും സംബന്ധിച്ച ഇന്ത്യൻ ശിക്ഷാനിയമത്തിന്റെ 272, 273 വകുപ്പുകൾ ഭേദഗതി ചെയ്യണമെന്ന് ഇതിൽ ശുപാർശചെയ്യുന്നു.

മായം കലർന്ന ഭക്ഷണംകഴിച്ച് ഗുരുതരമല്ലാത്ത പ്രശ്നമുണ്ടായാൽ ഒരുവർഷം തടവും മൂന്നുലക്ഷം രൂപ പിഴയും ചുമത്തണം. ഗുരുതരമായ പ്രശ്നമാണെങ്കിൽ ആറുവർഷം തടവും അഞ്ചുലക്ഷം പിഴയും. കഴിച്ചയാൾ മരിച്ചാൽ കുറ്റക്കാരന് ജീവപര്യന്തം തടവും പത്തുലക്ഷം പിഴയും ചുമത്തണം. സുപ്രീംകോടതിയുടെ ഉത്തരവിനെത്തുടർന്നാണ് ഇന്ത്യൻ ശിക്ഷാനിയമത്തിന്റെ മേൽപ്പറഞ്ഞ വകുപ്പുകൾ ഭേദഗതിചെയ്യുന്നതുസംബന്ധിച്ച് ശുപാർശ സമർപ്പിക്കാൻ ആഭ്യന്തര മന്ത്രാലയം ലോ കമ്മീഷനോട് ആവശ്യപ്പെട്ടത്.

ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണത്തിലും മായം

ഇന്ന് ഇനി ഹോട്ടലിൽ നിന്നാകാം ഭക്ഷണം. മാസത്തിൽ ഒരു തവണ

നമ്മൾ വീട്ടിൽ എത്ര കൃത്യമായും ശുചിയായും വറുത്താലും ഹോട്ടലിൽ മേശപ്പുറത്ത് എത്തുന്ന ഇറച്ചിയുടെ നിറവും മണവും ഉണ്ടാവില്ലെന്നത് പൊതുവിൽ അടുക്കള കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന സ്ത്രീകളെ ബുദ്ധിമുട്ടിക്കുന്ന ഒരു സത്യമാണ്.

യെങ്കിലും ഇങ്ങനെ ചിന്തിക്കാത്ത കുടുംബങ്ങൾ ഉണ്ടാവില്ല. ഡയറ്റിംഗിന്റെ പേരിൽ ഭക്ഷണം ഉപേക്ഷിക്കുന്നവർപോലും ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണം കണ്ടാൽ സർവ നിയന്ത്രണങ്ങളും മറക്കും. ഫാസ്റ്റ്ഫുഡ് ശാലകളിലെ കൊതിപ്പിക്കുന്ന മണവും നിറവും നമ്മെ അവിടേക്ക് കൂട്ടിക്കൊണ്ട് പോകുന്നു. ഒരു തവണ കഴിച്ചാൽ വീണ്ടും വീണ്ടും കഴിക്കാൻ പാകത്തിന് രസമുകളങ്ങളെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്ന വിഭവങ്ങൾ. കീഴ് കാലിയാകുന്ന തറിയാതെ രുചിക്കു പിറകേയുള്ള പരക്കംപാച്ചിൽ. അതോടെ ഹോട്ടൽ വ്യവസായം വൻസാമ്പത്തിക ലാഭം നേടി. ചെറുതും വലുതുമായ നിരവധി ഹോട്ടലുകളാണ് ഇന്ന് കേരളത്തിന്റെ മുക്കിലും മൂലയിലുമുള്ളത്.

ഇതിൽ അംഗീകാരം ഉള്ളവയും ഇല്ലാത്തവയും ഉണ്ട്. രാത്രിയുടെ മറവിൽ വലിച്ചുകെട്ടിയ ടാർപോളിൽ ഒരുങ്ങുന്ന തട്ടുകടകൾ മുതൽ സ്പാർ ഹോട്ടലുകൾ വരെ. പഴകിയഭക്ഷണം പിടിച്ചെടുത്തു, മായം കലർന്ന ഭക്ഷണം കണ്ടെത്തി ഇങ്ങനെ ദിനംപ്രതി വാർത്തകൾ നിറഞ്ഞിട്ടും ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണംതന്നെ മതിയെന്ന പിടിവാശിയിലാണ് മലയാളികളായ നമ്മൾ. ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണം പൂർണ്ണമായി ഉപേക്ഷിക്കണമെന്നല്ല. ആരോഗ്യം കൈമോശം വരാതെ എങ്ങനെ ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കാമെന്നതാണ് നമ്മൾ ചർച്ച ചെയ്യുന്നത്.

സ്വാഭാവികതയിൽ കവിഞ്ഞ ആകർഷകത്വമുണ്ടോ, സൂക്ഷിക്കുക

നമ്മൾ വീട്ടിൽ എത്ര കൃത്യമായും ശുചിയായും വറുത്താലും ഹോട്ടലിൽ മേശപ്പുറത്ത് എത്തുന്ന ഇറച്ചിയുടെ നിറവും മണവും ഉണ്ടാവില്ലെന്നത് പൊതുവിൽ അടുക്കള കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന സ്ത്രീകളെ ബുദ്ധിമുട്ടിക്കുന്ന ഒരു സത്യമാണ്. വീട്ടിൽ ഭക്ഷ്യയോഗ്യമായ പദാർത്ഥങ്ങൾ മാത്രം കൈകാര്യംചെയ്യുമ്പോൾ ഹോട്ടലിൽ രാസവസ്തുക്കൾ കൂടി ഉപയോഗിക്കുന്നു എന്നതാണ് കാര്യം. ഏതൊരു ഭക്ഷ്യവസ്തുവിനും അതിന്റെ സ്വാഭാവികതയിൽ കവിഞ്ഞ ആകർഷകത്വം കണ്ടാൽ ഉറ



പ്പിക്കുക, അതിൽ രാസമാലിന്യമുണ്ട് അഥവാ മായമുണ്ട്.

മായം വരുന്ന വഴികൾ

കൈയിലിരിക്കുന്ന പണം കൊടുത്ത് വാങ്ങി ഭക്ഷിക്കുന്നത് വിഷമാണെന്ന തിരിച്ചറിവാണ് ആദ്യം വേണ്ടത്. മായംചേർക്കൽ നിരോധന നിയമം നിർദ്ദേശിക്കുന്നത് സുരക്ഷിത ഭക്ഷണം മാത്രം നൽകണമെന്നാണ്. എന്നാൽ അമിത ലാഭക്കൊതി പലപ്പോഴും നിയമം കാറ്റിൽ പറത്തുന്നു. വിൽക്കുന്ന ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ ഗുണനിലവാരം കുറഞ്ഞ പദാർഥങ്ങൾ ചേർക്കുന്നതും അവയുടെ ഗുണമേന്മ കുറയുന്നതും നിയമലംഘനമാണ്.

ചില പദാർഥങ്ങൾ അനുവദനീയമായ പരിധിയിൽ ചേർക്കുന്നതിന് വിധിക്കില്ല. എന്നാൽ അമിതമായ തോതിൽ നിറങ്ങൾ, രാസവസ്തുക്കൾ എന്നിവ ചേർത്തു തയാറാക്കിയ വിഭവങ്ങളാണ് മിക്ക ഹോട്ടലുകളിലും കണ്ടുവരുന്നത്. ഇത്തരം രാസവസ്തുക്കൾ അമിതമായി ശരീരത്തിലെത്തുന്നത് പലവിധ രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമാകുന്നു. ഇന്ന് കാൻസർ രോഗികളുടെ എണ്ണം ക്രമാതീതമായി വർദ്ധിക്കുന്നതിന്റെ ഒരു പ്രധാന കാരണവും ഇതുതന്നെ. ഗ്യാസ്‌ട്രൈറ്റിസ്, വന്ധ്യത, ദഹനക്കേട് തുടങ്ങിയ പ്രശ്നങ്ങൾക്കും ഇത് വഴിവയ്ക്കുന്നു.

ഏറ്റവും എളുപ്പത്തിൽ രുചികരഭക്ഷണമായി മലയാളി തിരഞ്ഞെടുത്ത ഫാസ്റ്റ് ഫുഡിൽ പല രാസപദാർഥങ്ങളും ചേർക്കുന്നുണ്ട്. ഇതിൽ പ്രധാനം അജിനോമോട്ടോയാണ്.

ലാഭക്കൊതിയുടെ കച്ചവടത്തരം ലാഭക്കൊതിയാണ് മായം ചേർക്കലിനു പിന്നിലെ പ്രേരകശക്തി. പഴകിയ ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ രാസപദാർഥം ചേർത്ത് പുതിയവയെന്ന് തോന്നുന്ന തരത്തിൽ വിൽക്കാനാണ് മിക്ക ഹോട്ടലുകാരും ശ്രമിക്കുന്നത്. ഫ്രീഡ്ജ്, കോൾഡ് സ്റ്റോറേജ് എന്നിവയെല്ലാം ഭക്ഷണം കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിച്ചു വയ്ക്കാനുള്ളതാണ്. എന്നാൽ ഭക്ഷണം സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുന്നതിന് ചില രീതികൾ ഉണ്ട്. ഓരോ

ഭക്ഷണസാധനത്തിനും അനുയോജ്യമായ താപനിലയിൽ ശരിയായ അളവിൽ വയ്ക്കണം. എന്നാൽ ഇതൊന്നും ആരും ശ്രദ്ധിക്കാറില്ല. മിച്ചം വരുന്ന ഭക്ഷണം കുത്തിനിറച്ച് ദിവസങ്ങൾ വയ്ക്കുമ്പോൾ അത് ഭക്ഷ്യയോഗ്യമല്ലാതാകും. ഉപഭോക്താക്കൾ ഇതൊന്നുമറിയാതെ നിറത്തിലും രുചിയിലും മയങ്ങി വഞ്ചിതരാകുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഭക്ഷ്യസുരക്ഷാ നിയമം

ഭക്ഷ്യസുരക്ഷയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പഴയ നിയമങ്ങൾ മാറി പുതിയ 'ഭക്ഷ്യസുരക്ഷാ ഗുണനിലവാര നിയമം 2006' പ്രാബല്യത്തിൽ വന്നു കഴിഞ്ഞു. ഇതനുസരിച്ച് ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണത്തിന് ഫുഡ് സേഫ്റ്റി ആന്റ് സ്റ്റാൻഡേർഡ്സ് അതോറിറ്റി ഓഫ് ഇന്ത്യ (എഫ്.എസ്.എസ്.എ.ഐ) ചില മാനദണ്ഡങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുന്നുണ്ട്. ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ ഗുണനിലവാരം ഉറപ്പാക്കി, ശേഖരണ, വിതരണ, വിൽപന മേഖല സുരക്ഷിതമാക്കുകയാണ് ലക്ഷ്യം. സുരക്ഷിത ഭക്ഷണമെന്നു പറയുമ്പോൾ പാചകം ചെയ്യുന്ന രീതി, അണുവിമുക്തമായ സ്ഥലമാണോ, കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന ആളുകളുടെ ആരോഗ്യസ്ഥിതി, പാചകം ചെയ്യാൻ ഉപയോഗിക്കുന്ന വസ്തുക്കളുടെ ഗുണനിലവാരം, സൂക്ഷിക്കുന്ന രീതി ഇവയൊക്കെ ഉറപ്പുവരുത്തുകയാണ്.

നിർച്ഛിത അളവിൽ മാത്രമേ പാടാുള്ളൂ..

ഗുണനിലവാരം കുറഞ്ഞതോ മായം കലർന്നതോ ആയ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ കണ്ടെത്തിയാൽ പിഴയും തടവും വരെ ലഭിക്കാവുന്ന കുറ്റമാണ്. ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ ചേർക്കുന്ന കൃത്രിമ നിറങ്ങളും പ്രിസർവേറ്റീവുകളുമാണ് ഭക്ഷണത്തിന് നിറവും രുചിയും പ്രദാനം ചെയ്യുന്നത്. ചേർക്കാൻ അനുവദനീയമായതും അല്ലാത്തവയുമായ നിറങ്ങൾ ഉണ്ട്. സൺസെറ്റ് യെല്ലോ, ടാർട്രാസിൻ, എറിത്രോസിൻ, ബ്രിലന്റ് ബ്ലൂ, ഫാസ്റ്റ് ഗ്രീൻ എന്നിവയൊക്കെ ചേർക്കാവുന്നതാണ്. എല്ലാ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിലും ഇവ ഉപയോഗിക്കാനാവില്ല. മൈദാ മാവ് ഉപയോഗിച്ചു തയാറാക്കുന്ന വിഭവങ്ങളിൽ ഒരു നിർച്ഛിത അളവിൽ മാത്രമേ നിറങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാവൂ.



അധികമായാൽ വിഷം

അധിക അളവിൽ പ്രിസർവേറ്റീവുകൾ ചേർക്കുന്നതും നിയമവിരുദ്ധമാണ്. ബിരിയാണി രുചികരമാക്കാൻ ചേർക്കാവുന്നതിലധികം ഫ്ളേവറുകൾ മിക്ക ഹോട്ടലുകളിലും ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. അതുപോലെ ചില്ലിചിക്കൻ, ഫ്രൈഡ്ചിക്കൻ, ചിക്കൻഫ്രൈ എന്നിങ്ങനെയുള്ള ചിക്കൻ വിഭവങ്ങളുടെ വായിൽ വെള്ളമുറിക്കുന്ന മണത്തിനു പിന്നിൽ പ്രിസർവേറ്റീവുകളാണ്. ഇവയുടെ തുടർച്ചയായ ഉപയോഗം ശരീരത്തെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കും. ഉപ്പ്, മധുരം, വിനാഗിരി പോലുള്ള പ്രിസർവേറ്റീവുകൾ നമ്മുടെ ഭക്ഷണത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്. എന്നാൽ അജിനോമോട്ടോ, നൈട്രേറ്റ്സ്, സൾഫൈറ്റ്സ് എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ നിശ്ചിത അളവിൽ അധികം ചേർക്കുന്നത് ഹാനികരമാണ്.

അജിനോമോട്ടോ: മായങ്ങളുടെ തമ്പുരാൻ

ഹോട്ടലിൽ നിന്നും ഭക്ഷണം കഴി



ലാഭക്കൊതിയാണ് മായം ചേർക്കലിനു പിന്നിലെ പ്രേരകശക്തി. പഴകിയ ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ രാസപദാർഥം ചേർത്ത് പുതിയവയെന്ന് തോന്നുന്ന തരത്തിൽ വിൽക്കാനാണ് മിക്ക ഹോട്ടലുകാരും ശ്രമിക്കുന്നത്.

ച്ചിട്ടില്ലാത്തവർ ഇന്ന് കാണില്ല. മാത്രമല്ല ദിവസത്തിൽ ഒരു പ്രാവശ്യമെങ്കിലും എന്തെങ്കിലും ഭക്ഷണം ഒരു ചായയെങ്കിലും വാങ്ങിക്കൂടിക്കാത്തവരും വിരളമായിരിക്കും. ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണത്തിന്റെ ചരിത്രം പരിശോധിച്ചാൽ നമുക്ക് അത്ഭുതം തോന്നും. റോക്കറ്റ് വേഗത്തിലായിരുന്നു ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണത്തിന്റെ വളർച്ച. ഒരു ചെറിയ ചായക്കടയെങ്കിലും കാണാത്ത മുക്കും മുലയും ഇന്ന് കാണില്ല. ഏറ്റവും കൂടുതൽ ലാഭം കൊയ്യാവുന്ന ബിസിനസാണ് ഇന്ന് ഹോട്ടൽ വ്യവസായം. തട്ട് കട മുതൽ ഫൈവ്സ്റ്റാർ വരെ വലുതും ചെറുതുമായ എല്ലാ തരത്തിൽപ്പെട്ടതും ലാഭം മാത്രം ലക്ഷ്യം വച്ചാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്.

ഹോട്ടലുകളിലെ അവിഭാജ്യ ഘടകം

ഏറ്റവും എളുപ്പത്തിൽ രുചികര

ഭക്ഷണമായി മലയാളി തെരഞ്ഞെടുത്ത ഫാസ്റ്റ് ഫുഡിൽ പല രാസപദാർഥങ്ങളും ചേർക്കുന്നുണ്ട്. ഇതിൽ പ്രധാനം അജിനോമോട്ടോയാണ്. അജിനോമോട്ടോ എന്ന പേര് പരിചയമില്ലാത്തവരായി ആരും ഉണ്ടാവില്ല. പഞ്ചസാര പോലുള്ള ഈ വെളുത്ത പൊടി ഹോട്ടലുകളിൽ ലഭിക്കുന്ന എല്ലാ ചൈനീസ് വിഭവങ്ങളിലും വറുത്ത മീനിലും ഇറച്ചിയിലും അവിഭാജ്യ ഘടകമാണ്. സ്ഥിരോപയോഗം മാരകമായ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളുണ്ടാക്കും. ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണത്തിലെ മായം സംബന്ധിച്ച വാർത്തകളിലും വിശേഷങ്ങളിലും ആദ്യം വരുന്ന പദം അതാണ്. കൃഷ്ണക്കാരനാണെന്ന് ഈ പേര് കേട്ടാൽ തോന്നുകയേയില്ല. വറുത്തതും പൊരിച്ചതുമായ മാംസ ഭക്ഷണത്തിന് ആകർഷകമായ നിറവും മണവും പകരുകയാണതിന്റെ ഉപയോഗം.

കൂടുതൽ ഏഷ്യയിൽ

അജിനോമോട്ടോ എന്ന പദം ഒരു ജാപ്പനീസ് ബ്രാൻഡ് പേരാണ്. ശരിക്കുള്ള പേര് മോണോ സോഡിയം ഗ്ലൂട്ടമേറ്റ്. എംഎസ്ജി എന്ന ചുരുക്കപ്പേരിലും അറിയപ്പെടും. ലോകമെങ്ങും ഇതിന്റെ സാന്നിധ്യമുണ്ട്. അമേരിക്ക ഇതിനെ “ഗ്രാസ്” ലെവലിലാണ് ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. ഗ്രാസ് എന്നാൽ ജനറലി റെക്കൾനെസ്ഡ് അസ് സേഫ്. ചൈനക്കാർ വെത്സിൻ എന്ന് വിളിക്കുന്നു. ഇത് അകത്തുചെന്നാൽ തലവേദന, നെഞ്ചുവേദന,

എരിച്ചിൽ, വിയർക്കൽ ഒക്കെയുണ്ടാകാം. ഈ രോഗത്തിന് പക്ഷേ സായ്പ് നൽകിയിരിക്കുന്ന പേര് ചൈനീസ് റെസ്റ്റോറണ്ട് സിൻഡ്രോം എന്നാണ്. ഏഷ്യയിലാണ് ഇത് പാചകത്തിനായി കൂടുതലും ഉപയോഗിക്കുന്നതെന്നാണ് ന്യായം.

മാരകരോഗങ്ങളിലേക്കുള്ള വാതിൽ

നാവിലെ രസമുകളങ്ങളെ ഉദ്ദീപിപ്പിച്ച് ഫാസ്റ്റ് ഫുഡിലേക്ക് വീണ്ടും വീണ്ടും ആകർഷിക്കുകയാണ് ഇതിന്റെ ലക്ഷ്യം. പഴകിയ ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾക്ക് പുതുമ തോന്നിക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെയും അജിനോമോട്ടോ ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഭക്ഷണം

കളിൽ ഭക്ഷണം വറുക്കുന്നതിനും പൊരിക്കുന്നതിനും ഒരേ എണ്ണ പല തവണ ഉപയോഗിക്കുന്നതായി കണ്ടുവരുന്നു. ഒരു തവണ പാചകത്തിന് ഉപയോഗിച്ച എണ്ണ വീണ്ടും ചൂടാക്കി തയ്യാറാക്കുന്ന വിഭവങ്ങൾ മാരകരോഗങ്ങളിലേക്കുള്ള വാതിൽ തുറന്നിടുകയായി.

പ്രതിവർഷം പത്ത് ലക്ഷം ടൺ

മാംസാഹാരങ്ങളിൽ രുചിയും മണവും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനു വേണ്ടി സ്ഥിരമായി ചേർക്കുന്ന മോണോസോഡിയം ഗ്ലൂട്ടമേറ്റ് എന്ന അജിനോമോട്ടോ തലച്ചോറിനെ മാരകമായി ബാധിക്കുന്ന വിഷവസ്തുവാണ്. ചെറിയ അളവിലാണെങ്കിലും നിരന്തരം

ങ്ങിയിരിക്കുന്ന അസിഡിറ്റി വയറെരിച്ചിലിനും നെഞ്ചെരിച്ചിലിനും കാരണമാകും.

ചില്ലിചിക്കൻ, ഗാർലിക് ചിക്കൻ, ഫ്രൈഡ് റൈസ് തുടങ്ങി സാമ്പാറിൽ വരെ വാരിവിതരുന്ന അജിനോമോട്ടോ ബി പി ക്രമാതീതമായി കൂടുകയും കുറയുകയും ചെയ്യുന്നതിനും മുഖം, കണ്ണ് എന്നിവിടങ്ങളിൽ നീർ വരുന്നതിനും ചർമം വലിയുന്നതിനും കാരണമാകുന്നു. ശരീരത്തിലെ കാൽസ്യം നഷ്ടപ്പെടുത്തി എല്ലുകൾ ദുർബ്ബലമാക്കുന്ന ഇത് വിട്ടുമാറാത്ത സന്ധിവേദനകൾക്കും ഇടവരുത്തുന്നു. ലോകത്ത് പ്രതിവർഷം പത്ത് ലക്ഷം ടൺ അജിനോമോട്ടോ ഉപ



ഭക്ഷണങ്ങളിലെ മധുരം, ഉപ്പ്, കൊഴുപ്പ് എന്നിവ ചേർക്കുമ്പോൾ അത് എല്ലാവർക്കും ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന ഒരു രുചിക്കൂട്ടായി മാറുമെന്നും ഇത് സ്ഥിരമായി കഴിക്കുന്നവർക്ക് കൊക്കോയ്ൻ പോലുള്ള മയക്കുമരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്ന അവസ്ഥയിലുള്ള ഒരു ഉന്മാദം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുമെന്നും അവർ ഇത്തരം രുചികൾക്ക് അടിമപ്പെടുമെന്നുമാണ് മൈക്കിൾ മോസിന്റെ വിലയിരുത്തൽ.



പഴകുന്ന ദുർഗന്ധം അകറ്റി രുചികരമാക്കുന്ന എളുപ്പവിദ്യ. മാംസഭക്ഷണത്തിലാണ് അജിനോമോട്ടോ കൂടുതലായി ചേർക്കുന്നതെന്ന ധാരണ മിക്കവർക്കും ഉണ്ട്. എന്നാൽ വെജിറ്റേറിയൻ വിഭവങ്ങളിലെയും അവിഭാജ്യ ഘടകമാണിത്. ഹോട്ടലിന്റെ പുറംമോടിയിൽ മയങ്ങുന്ന ഉപഭോക്താവ് ഒരിക്കലും അടുക്കളയുടെ ശുചിത്വം അറിയുന്നില്ല. ഹോട്ടലു

കഴിച്ചാൽ തലവേദന, നെഞ്ചുവേദന, ശ്വാസനപ്രശ്നങ്ങൾ, അടിവയർ വേദന, ജനനേന്ദ്രിയത്തിൽ വേദന, പ്രോസ്റ്റേറ്റ് ഗ്രന്ഥികൾക്കുള്ള വീക്കം, പൊണ്ണത്തടി, വൻകുടൽ, ആമാശയം എന്നിവിടങ്ങളിലെ ക്യാൻസർ, അൽഷിമേഴ്സ്, ആസ്ത്മ, ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളിലെ ക്രമരാഹിത്യം, പ്രമേഹം തുടങ്ങിയവയ്ക്കെല്ലാം ഇവ വഴിവയ്ക്കും. കൂടാതെ ഇതിലട

യോഗിക്കുന്നുണ്ടെന്നാണ് കണക്കുകൾ. ഓരോ വർഷവും 5000 ടൺ അജിനോമോട്ടോയാണത്രെ ഇന്ത്യയിലേക്ക് ഇറക്കുമതി ചെയ്യപ്പെടുന്നത്.

മധുരം, ഉപ്പ്, കൊഴുപ്പ്

2003 ൽ പുലിറ്റ്സർ സമ്മാന ജേതാവ് മൈക്കിൾ മോസ് വിവാദപരമായ ഒരു കണ്ടെത്തൽ നടത്തി. ന്യൂയോർക്ക് ടൈംസിൽ അദ്ദേഹം വിശദമായി പ്രസിദ്ധീകരിക്കുകയും ചെയ്തു. ഭക്ഷണങ്ങളിലെ മധുരം, ഉപ്പ്, കൊഴുപ്പ് എന്നിവ ചേർക്കുമ്പോൾ അത് എല്ലാവർക്കും ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന ഒരു രുചിക്കൂട്ടായി മാറുമെന്നും ഇത് സ്ഥിരമായി കഴിക്കുന്നവർക്ക് കൊക്കോയ്ൻ പോലുള്ള മയക്കുമരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്ന അവസ്ഥയിലുള്ള ഒരു ഉന്മാദം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുമെന്നും അവർ ഇത്തരം രുചികൾക്ക് അടിമപ്പെടുമെന്നുമാണ് മൈക്കിൾ മോസിന്റെ വിലയിരുത്തൽ.

നമ്മുടെ മിക്ക ഭക്ഷണങ്ങളിലും ഈ മൂന്നിനം ചേരുവകൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. അതുകൊണ്ടാണ് അത്തരം ഭക്ഷണങ്ങൾ വീണ്ടും കഴിക്കാ





നുള്ള ആസക്തി നമ്മിലുണ്ടാകുന്നത്. അജിനോമോട്ടോ ചേർത്ത ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതുപോലെതന്നെ ഈ മൂന്നിനം ചേരുവയും മനുഷ്യശരീരത്തിൽ ഭയാനകമായ അപകടം ക്ഷണിച്ചുവരുത്തുമെന്നുള്ള പുലിറ്റ് സർ സമ്മാന ജേതാവിന്റെ വെളിപ്പെടുത്തൽ പിൻക്കാലത്ത് ശരിയാണെന്ന് തെളിയിക്കപ്പെട്ടു.

ഹോട്ടൽജീവനക്കാരുടെ ശുചിത്വം

വൃത്തിഹീനമായസാഹചര്യങ്ങളാണ് മിക്ക ഫാസ്റ്റ്ഫുഡ് കടകളുടെയും പിന്നാമ്പുറങ്ങൾ. പരമ്പരാഗതമായി പഠിച്ചുവന്ന പാചകവിദഗ്ദ്ധരായിരിക്കും മിക്ക ഇടത്തരം ഹോട്ടലുകളിലും. അവർക്ക് പ്രിസർവേറ്റീവുകളെക്കുറിച്ചും നിറങ്ങളെക്കുറിച്ചും വ്യക്തമായ ധാരണ ഉണ്ടായിരിക്കുകയില്ല. അവയുടെ ദോഷങ്ങളറിയാതെ രുചിക്കൂട്ടുകളായി ഇവചേർക്കുന്നു. അതിനാൽ ഹോട്ടൽ ജീവനക്കാരെ ഇത്തരം കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാക്കാൻ പുതിയ ഭക്ഷ്യസുരക്ഷാ നിലവാരനിയമം (ഫുഡ് സേഫ്റ്റി ആന്റ് സുറ്റാൻഡേർഡ്സ്) അനുശാസിക്കുന്നു. കാര്യങ്ങൾ ബോധ്യമായതിനുശേഷവും അനുവർത്തിക്കാൻ തയ്യാറായില്ലെങ്കിൽ നിയമ നടപടികൾ സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ്.

പരാതി പറയാം

ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണം പഴകിയതോ മായം ചേർത്തുവെന്നോ സംശയിക്കപ്പെടുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിൽ ഫുഡ് ഇൻസ്പെക്ടർമാരെയാണ് വിവരം അറിയിക്കേണ്ടത്. പരാതി

വൃത്തിഹീനമായ സാഹചര്യങ്ങളാണ് മിക്ക ഫാസ്റ്റ്ഫുഡ് കടകളുടെയും പിന്നാമ്പുറങ്ങൾ. പരമ്പരാഗതമായി പഠിച്ചുവന്ന പാചകവിദഗ്ദ്ധരായിരിക്കും മിക്ക ഇടത്തരം ഹോട്ടലുകളിലും. അവർക്ക് പ്രിസർവേറ്റീവുകളെക്കുറിച്ചും നിറങ്ങളെക്കുറിച്ചും വ്യക്തമായ ധാരണ ഉണ്ടായിരിക്കുകയില്ല.

കൾ ഫോൺ വിളിച്ചോ എഴുതിയോ നൽകാം. പരാതി ലഭിക്കുന്ന ഹോട്ടലുകളിൽ ഉടൻ പരിശോധന നടത്തി നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുന്നു. പഴകിയതോ വൃത്തിഹീനമായതോ ആയ സാഹചര്യത്തിൽ പാചകം ചെയ്ത ഭക്ഷണം കണ്ടെത്തിയാൽ നശിപ്പിച്ചുകളയുന്നു. എന്തിനും ഏതിനും ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണമെന്ന ചിന്താഗതിമാറി ആരോഗ്യത്തിനു പ്രാമുഖ്യം നൽകുമ്പോൾ ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണമെന്ന മായാവലയത്തിൽ അകപ്പെടില്ല.

പഴകിയ ഭക്ഷണം തിരിച്ചറിയാൻ ചില സൂത്രങ്ങൾ

- ഒരു ഭക്ഷണപദാർഥം പഴകിയതാണോയെന്ന് മണത്തിലൂടെ തിരിച്ചറിയാം.
- ഭക്ഷണത്തിൽ വലപോലെ ഉണ്ടായാൽ അത് പഴകിയതാണ്.
- കഴിക്കുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന രുചി

- വ്യത്യസ്തമാണ് പഴകിയ ഭക്ഷണം തിരിച്ചറിയാനുള്ള മറ്റൊരു മാർഗം.
- വളരെ വില കുറച്ച് ഭക്ഷണം കിട്ടുന്ന ഹോട്ടലുകൾ തേടി പോകാതിരിക്കുക.
- വൃത്തിഹീനമല്ലെന്ന് ഉറപ്പുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽനിന്നു മാത്രം ഭക്ഷണം കഴിക്കുക.

അധികാരികൾ ഉണർന്ന് പ്രവർത്തിക്കണം

വീട്ടിൽ നമ്മൾ വാങ്ങുന്ന ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ മായം ചേർന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ (മുൻ അധ്യായങ്ങളിൽ വിവരിച്ചതുപോലെ) ചില ലൗലൂപരീക്ഷണങ്ങളിലൂടെ അവ കണ്ടെത്താൻ കഴിയും. പക്ഷേ, ഹോട്ടലിൽ മേശപ്പുറത്ത് എത്തുന്ന പാകംചെയ്ത ഭക്ഷണത്തിൽ എന്തുണ്ടായാലും നാം അറിയാൻപോകുന്നില്ല. അവയുടെ പഴക്കവും ശുചിത്വവും ഒന്നും അളക്കുക ഉപഭോക്താവിന് സാധ്യമല്ലല്ലോ. ഹോട്ടൽ ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുകയാണ് ഏറ്റവും സുരക്ഷിതമായ മാർഗം എന്നുപറയാം. പക്ഷേ, അങ്ങനെ പറയാനല്ലാതെ അത് നടപ്പാക്കാനാവില്ലല്ലോ. കേരളത്തിൽ സമീപകാലത്ത് ഉണ്ടായിരുന്ന ജാഗ്രത ആരും തല്ലിക്കൊടുത്താതിരിക്കട്ടെ എന്നും ഒപ്പം ഈ ജാഗ്രതയുടെ മറവിൽ ബഹുരാഷ്ട്ര ഭീമൻമാർ തീൻമേശയിൽ ആധിപത്യം നേടാതിരിക്കട്ടെ എന്നും ആഗ്രഹിക്കാം.

നമ്മൾ ജാഗരൂകരാകേണ്ടതുണ്ടേ..

ശക്തമായ നിയമനടപടികൾക്കും പഴുതുകളില്ലാത്ത നിയമങ്ങൾക്കും ഉദ്യോഗസ്ഥരുടെ നിരന്തരമായ അന്വേഷണങ്ങൾക്കും മാത്രമാണ് ഇനി സാധാരണക്കാരെ രക്ഷിക്കാൻ സാധിക്കുക. നിറം ചേർത്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ ഒഴിവാക്കിയും ജൈവകൃഷി നടത്തി ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്ന പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും ഉപയോഗിച്ചും പൊടിയുപ്പിനുപകരം കല്ലുപ്പ് ഉപയോഗിച്ചും മല്ലി, മുളക്, മഞ്ഞൾ എന്നിവയുടെ പൊടിപ്പാക്കറ്റുകൾക്കു പകരം അവ വാങ്ങിയോ, സ്വയം കൃഷിചെയ്തുണ്ടാക്കിയോ പൊടിച്ചും മറ്റു രീതികളിലും ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുടെ സുരക്ഷനാം ഉറപ്പുവരുത്തുക തന്നെ വേണം. •



ഭൂമിയിൽ ആദ്യം ജീവനുണ്ടായ അപൂർവ്വ പ്രതിഭാസം

ഭൂമിയിൽ എങ്ങനെയാണ് ജീവനുണ്ടായതെന്ന കാര്യത്തിൽ നിരവധി പഠനങ്ങൾ നടക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും പുതിയ പഠനമനുസരിച്ച് ആദ്യകാലത്ത് ഭൂമിയിൽ പതിച്ച കോടാനുകോടി ഇടിമിന്നലുകളാകാം കാരണമെന്നാണ്. ഭൂമിയിൽ എങ്ങനെ ആയിരിക്കാം ജീവികൾ ഉണ്ടായതെന്നും ഭൂമിയോടു സാദൃശ്യമുള്ള മറ്റു ഗ്രഹങ്ങളിൽ എങ്ങനെയായിരിക്കാം ജീവൻ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത എന്നിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഗവേഷണത്തിലാണ് ഇത്തരമൊരു ഉൾക്കാഴ്ച നമുക്ക് നൽകുന്നത്.

ജീവന്റെ നിർമ്മാണ വസ്തുക്കളായ ആർ.എൻ.എ, ഡി.എൻ.എ, മറ്റു ജൈവതന്മാത്രകൾ എന്നിവയ്ക്ക് ആവശ്യമായ മൂലക സാന്നിധ്യത്തിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനം ഫോസ്ഫറസ് എന്ന മൂലകമാണ്. ഫോസ്ഫറസ് ലഭിച്ചത് ചരിത്രഗ്രഹങ്ങൾ ഭൂമിയിൽ പതിച്ചതുവഴിയാകാമെന്നാണ് ഇതുവരെ ഗവേഷകർ കരുതിയിരുന്നത്. എന്നാൽ പുതിയ ഗവേഷണങ്ങളിലൂടെ ഏത്തിച്ചേർന്നനിഗമനത്തിൽ കാണാവുന്നത് 350-450 കോടി വർഷങ്ങൾക്കിടയിൽ ചരിത്രഗ്രഹങ്ങൾ കാര്യമായി ഭൂമിയിൽ പതിച്ചിട്ടില്ലെന്നാണ്. പക്ഷെ ഈ കാലഘട്ടത്തിലാണ് ഭൂമിയിൽ ജീവന്റെ സാന്നിധ്യം കണ്ടുതുടങ്ങിയതെന്നും പറയുന്നു. ആദ്യകാലത്ത് ഭൂമിയിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന ഫോസ്ഫറസിന്റെ വകഭേദം ഇടിമിന്നൽ മൂലം രൂപപ്പെടാമെന്നാണ് ഗവേഷണം പറയുന്നത്. ഇത്രയും കാലം കേടു വന്നതിന് പകരം വെയ്ക്കാവുന്ന മറ്റൊരു സാധ്യതയാണ് പുതിയ ഗവേഷണം മുന്നോട്ടു വയ്ക്കുന്നത്.

ചോലക്കുറുമ്പി തവള അഥവാ ഗാലക്സി ഫ്രോഗ്

ലോകത്തിൽ തന്നെ ചുരുക്കം ചിലയിടങ്ങളിൽ മാത്രം കണ്ടുവരുന്ന ചോലക്കുറുമ്പി തവളകൾ ഭംഗിയുടെ കാര്യത്തിൽ മറ്റു തവളകളേക്കാൾ മുന്നിലാണ്. കേവലം മൂന്നു സെന്റീമീറ്ററിനടുത്ത് മാത്രം വലിപ്പം വരുന്ന ഇവ വംശനാശ ഭീഷണി നേരിടുന്ന ജീവികളിൽ ചുവപ്പു പട്ടികയിൽ ഉൾപ്പെടുന്നവയാണ്. കേൾ

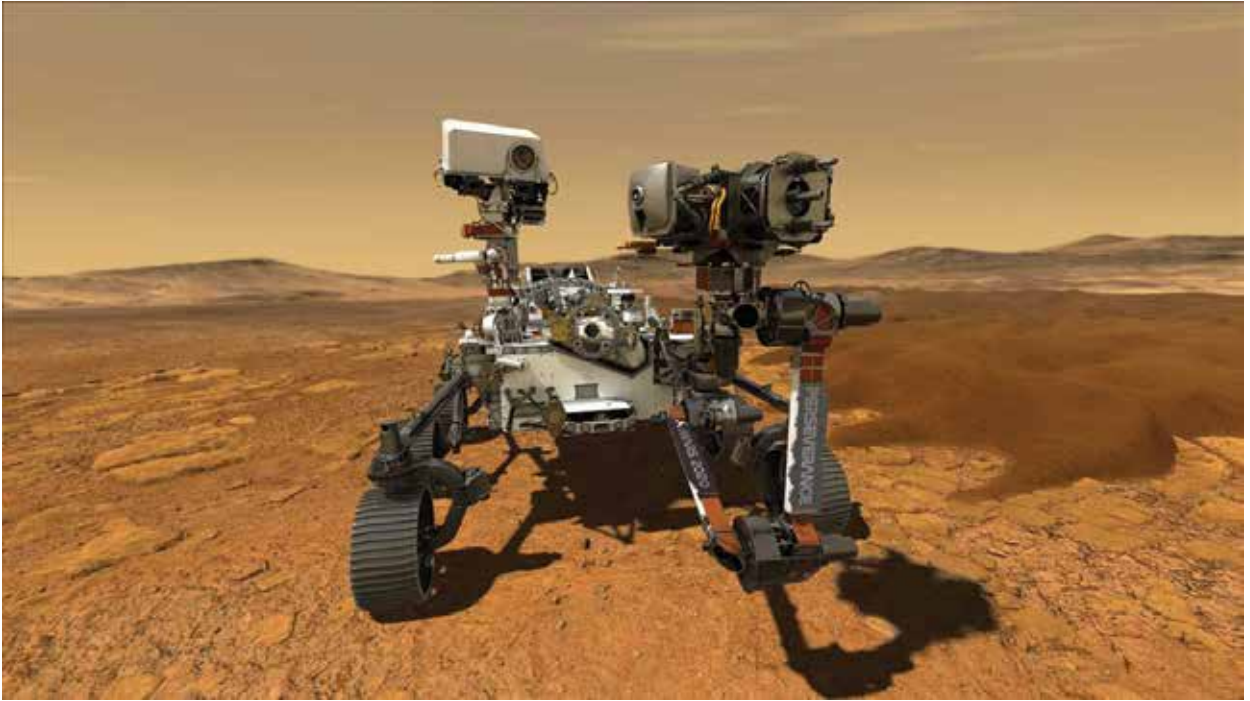
വിശക്തി ഇല്ല എന്നു കരുതപ്പെടുന്ന ഇവയുടെ ശരീരത്തിലെ ചെറിയ നീലകുത്തുകൾ ആകാശ ഗംഗയ്ക്ക് സമാനമായതുകൊണ്ട് ഇവയെ ഗാലക്സി ഫ്രോഗ് എന്നു വിളിക്കുന്നത്.

പശ്ചിമഘട്ടത്തിൽ മാത്രം കാണപ്പെടുന്ന ചോലക്കുറുമ്പി തവളകളെ സംരക്ഷിക്കാനായി മതികെട്ടാൻ ചോലയുടെ ദേശീയോദ്യാന പ്രധാനിയും ഔദ്യോഗിക ചിഹ്നവുമായി ഇവയെ വനംവകുപ്പ് പ്രഖ്യാപിച്ചത് രേകളത്തിൽ ആദ്യമായാണ് ഒരു വന്യജീവി സങ്കേതത്തിന്റെ ചിഹ്നമായി ഒരു ഉദയജീവിയെ പ്രഖ്യാപിക്കുന്നത്. ഇവയുടെ സംരക്ഷണ പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെ മതികെട്ടാൻ ചോല ദേശീയോദ്യാനത്തിലെ മറ്റു ജീവികളെയും ചെടികളെയും മുഴുവനായും സംരക്ഷിക്കുക എന്ന വലിയ ലക്ഷ്യവുമുണ്ട്.

ചൊവ്വയിലെ വിചിത്ര തടാകം

ചൊവ്വയിലെ ഹെല്ലാസ് ബേസിൻ എന്നറിയപ്പെടുന്ന വിചിത്രമായ മേഖലയിൽ ഏകദേശം 400 കോടി വർഷം പഴക്കമുള്ള തടാകം കണ്ടെത്തി. ഇപ്പോൾ വറ്റിവരണ്ടു കിടക്കുന്ന തടാകത്തിൽ പഴയകാലത്ത് നന്നായി ജലം നിറഞ്ഞിരുന്നെന്നു ശാസ്ത്രജ്ഞർ പറയുന്നു. ചൊവ്വയിൽ തടാകങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നത് ഇതാദ്യമല്ല, അവയിൽ ജലമൊഴുക്കിയിരുന്ന നദികളുടെ മായാത്ത പാടുകൾ ഇന്നും ചൊവ്വയു





ടെ ഉപരിതലത്തിലുണ്ടുതാനും. എന്നാൽ പുതുതായി കണ്ടെത്തിയ തടാകത്തിനു സമീപം ഇത്തരം അടയാളങ്ങളൊന്നും ഇല്ലാത്തതിനാൽ ആ തടാകത്തിലേക്ക് ജലമെത്തിയതിനെക്കുറിച്ചുള്ള കണ്ടെത്തലും രസകരമാണ്. ഒരു വലിയ ഹിമപ്പരപ്പ് അഥവാ ഗ്ലേസിയർ ഈ തടാകത്തിനു സമീപം ആദിമകാലത്ത് സ്ഥിതി ചെയ്തിരുന്നെന്നും ഇതിൽ നിന്നുള്ള മഞ്ഞുരുകിയ ജലമാണ് തടാകത്തിൽ നിറഞ്ഞിരുന്നതെന്നും ഗവേഷകർ പറയുന്നു. ഇന്ന് ചൊവ്വ തണുപ്പുകൂടിയ ഒരു മരുഭൂമിയാണെങ്കിലും ആദ്യകാലത്ത് ഇന്നത്തേതിനേക്കാൾ താപനില കൂടുതലായിരുന്നു. അതിനാൽ തന്നെ ഐസായും ദ്രാവകമായും ജലം ഇവിടെ സ്ഥിതി ചെയ്തിരുന്നു. ഇതിൽ നിന്നും ചൊവ്വയുടെ പഴയകാല കാലാവസ്ഥയെക്കുറിച്ചും ഗവേഷണങ്ങൾ നടത്താൻ ശാസ്ത്രജ്ഞർക്ക് കഴിയുമെന്നു കരുതപ്പെടുന്നു.

പെർസിവിയറൻസ് എന്ന ചൊവ്വ ദൗത്യം

നാസയുടെ ചൊവ്വാ ദൗത്യം പെർസിവിയറൻസ് വിജയകരമായി ലാൻഡ് ചെയ്തു. ചൊവ്വയിലെ വടക്കൻ മേഖലയായ ജെസീറോ ക്രേറ്ററിലാണ് ദൗത്യപേടകം ഇറങ്ങിയത്. 2012 ജൂലായ് 30-ന് വിക്ഷേപിച്ച ഈ പേടകം 7 മാസംകൊണ്ട് 48 കോടി കിലോമീറ്റർ സഞ്ചരിച്ചാണ് ചൊവ്വയിലെത്തിയത്. ജീവന്റെ സാന്നിദ്ധ്യം തിരിച്ചറിയുക, സൂക്ഷ്മജീവി പഠനം, ഭാവിയിൽ മനുഷ്യനെ ചൊവ്വയിലേക്ക് അയയ്ക്കുന്നതിന് സഹായകമായ കണ്ടെത്തൽ നടത്തുക എന്നിവയാണ് ലക്ഷ്യങ്ങൾ. വിജയകരമായി ചൊവ്വയിലെത്തിക്കുന്ന അഞ്ചാമത്തെ റോവറാണ് പെർസിവിയറൻസ്. സോജനർ, ഓപ്പർച്യൂണിറ്റി. സ്പിരിറ്റ്, ക്യൂരിയോസിറ്റി എന്നിവയാണ് മുൻ ദൗത്യങ്ങൾ.

സോഡിയാക്കൽ വെളിച്ചത്തിന് പിന്നിൽ ചൊവ്വ

ഭൂമിയുടെ ചക്രവാളത്തിൽ കാണപ്പെടുന്ന വെളിച്ചമാണ് സോഡിയാക്കൽ വെളിച്ചം. സൂര്യപ്രകാശം പ്രതിഫലിക്കുന്നതായാണ് നാമതിനെ മനസ്സിലാക്കുന്നത്. സൂര്യന് ചുറ്റും ചലിക്കുന്ന പൊടിപടലങ്ങളാണ് ഇതിന് കാരണമെന്ന് ശാസ്ത്രലോകം വിശ്വസിച്ചു പോരുന്നു. എന്നാൽ ഈ പൊടിപടലങ്ങൾക്ക് പിന്നിൽ ചൊവ്വാ ഗ്രഹമാണ് എന്ന് നമുക്ക് വെളിപ്പെടുത്തിത്തരികയാണ് നാസയുടെ ജൂനോ പേടകം.

സൗരയൂഥത്തിലെ പൊടിപടലങ്ങൾ ധാരാളമുള്ള ഗ്രഹമാണ് ചൊവ്വ. മുൻപ് സോഡിയാക് ലൈറ്റിന് കാരണമായി ശാസ്ത്രലോകം കരുതിയിരുന്നത് ഉൽക്കകളും ഛിന്നഗ്രഹങ്ങളും മൂലമാണ് പൊടിപടലങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത് എന്നായിരുന്നു. 2011 ൽ വ്യാഴത്തെക്കുറിച്ച് പഠിക്കാനാണ് നാസ ജൂനോ പേടകം വിക്ഷേപിച്ചത്. എന്നാൽ വ്യാഴത്തിലേക്കുള്ളയാത്രാ മധ്യേ ഇത് ചൊവ്വയുടെ ഭ്രമണപഥത്തിലെ പൊടിപടലങ്ങൾക്കിടയിലൂടെ യാത്ര ചെയ്യാനിടയായതാണ് ഇത്തരമൊരു നൂതനമായ കണ്ടെത്തലിൽ ശാസ്ത്രജ്ഞരെ എത്തിച്ചത്.

ഭൂമിയും, സൂര്യനും തമ്മിലുള്ള അകലം ഒരു അസ്ട്രോണമിക്കൽ യൂണിറ്റാണെന്ന് കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ സൂര്യനിൽ നിന്നും 1.5 അസ്ട്രോണമിക്കൽ യൂണിറ്റ് അകലെയാണ് ചൊവ്വ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നത്. ഈ ദൂരവ്യത്യാസമാണ് ചൊവ്വയും ഈ പൊടിപടലങ്ങളും തമ്മിൽ ബന്ധമുണ്ടെന്ന വസ്തുത ശാസ്ത്രജ്ഞർക്ക് ഉറപ്പിക്കാൻ ഒരു പ്രധാനഘടകമായത്.



ഫൈസർ വാക്സിൻ

ഫൈസർ-ബയോൺടെക് കോവിഡ് വാക്സിന്റെ അടിയന്തര ഉപയോഗത്തിന് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന അനുമതി നൽകി. ആദ്യമായാണ് ഏതെങ്കിലും വാക്സിന് ലോകാരോഗ്യസംഘടന ഇത്തരത്തിൽ അനുമതി നൽകുന്നത്. അടിയന്തിര ഇടപെടൽ ആവശ്യമുള്ള രാജ്യങ്ങളിൽ വിതരണം ചെയ്യാനാണ് ഇത്തരമൊരു അനുമതി. ലോകത്ത് ആദ്യമായി കോവിഡ് വാക്സിന് അംഗീകാരം നൽകുന്ന ആദ്യ രാജ്യമായി ബ്രിട്ടൻ മാറി.



ഡൊണാൾഡ് ട്രംപ്-രണ്ടു തവണ ഇംപീച്ച്മെന്റ് നേരിട്ട ആദ്യ പ്രസിഡന്റ്

തിരഞ്ഞെടുപ്പിലെ തോൽവി അംഗീകരിക്കില്ലെന്ന ഡൊണാൾഡ് ട്രംപിന്റെ പിടിവാശി യു.എസിൽ അനിഷ്ട സംഭവങ്ങൾക്ക് ഇടയാക്കുകയും ട്രംപിനെ അനുകൂലിക്കുന്നവർ ഭരണസിരാകേന്ദ്രമായ കാപ്പിറ്റോൾ ഹില്ലിലേക്ക് അതിക്രമിച്ച് കടക്കുകയും ചെയ്തു. അതിക്രമത്തിന് പ്രേരിപ്പിച്ചതിന്റെ പേരിൽ ട്രംപിനെ ഇംപീച്ച് ചെയ്യാൻ പ്രതിനിധിസഭ വോട്ട് ചെയ്തു. ഡൊണാൾഡ് ട്രംപിന്റെ പാർട്ടിയായ റിപ്പബ്ലിക്കൻ പാർട്ടിയിലെ പത്ത് അംഗങ്ങൾ നീക്കത്തെ പിന്തുണച്ചു. അമേരിക്കൻ ചരിത്രത്തിൽ രണ്ടു തവണ ഇംപീച്ച്മെന്റ് നടപടി നേരിടേണ്ടി വന്ന ആദ്യ പ്രസിഡന്റാണ് ട്രംപ്. 2019 ഡിസംബറിലാണ് ട്രംപ് ആദ്യം ഇംപീച്ച്മെന്റ് നേരിട്ടത്.

ചരിത്രം രചിച്ച് ക്ലെയർ

അന്താരാഷ്ട്ര തലത്തിൽ പുരുഷൻമാരുടെ ടെസ്റ്റ് ക്രിക്കറ്റ് നിയന്ത്രിക്കുന്ന ആദ്യ വനിതാ മാർച്ച് ഒഫീഷ്യലായി ഓസ്ട്രേലിയക്കാരി ക്ലെയർ പൊളാസ്ക്. സിഡ്നിയിൽ നടന്ന ഇന്ത്യ-ഓസ്ട്രേലിയ ടെസ്റ്റിലെ നാലാം അമ്പയറാ



യിരുന്നു ക്ലെയർ. 2019 ൽ ഒമാനും നമീബിയയും തമ്മിലുള്ള ഏകദിനമത്സരം നിയന്ത്രിച്ചതോടെ പുരുഷൻമാരുടെ അന്താരാഷ്ട്ര മത്സരം നിയന്ത്രിക്കുന്ന ആദ്യ അമ്പയർ എന്ന നേട്ടം സ്വന്തമാക്കിയിരുന്നു. മുപ്പത്തിരണ്ടുകാരിയായ ക്ലെയർ ഓസ്ട്രേലിയയിലെ ന്യൂ സൗത്ത് വെയ്ൽസ് സ്വദേശിയാണ്.



ജോ ബൈഡൻ

യുണൈറ്റഡ് സ്റ്റേറ്റ്സ് ഓഫ് അമേരിക്കയുടെ 46-ാം പ്രസിഡന്റായി ഡെമോക്രാറ്റിക് പാർട്ടി പ്രതിനിധി ജോ ബൈഡൻ അധികാരമേറ്റു. 49-ാം വൈസ് പ്രസിഡന്റായി ഇന്ത്യൻ വംശജയായ കമലാ ഹാരിസും ചുമലയേറ്റു. ജോർജിയയിൽ നിന്നുള്ള അംഗങ്ങൾ കൂടി ചുമതലയേറ്റതോടെ സെനറ്റിന്റെ നിയന്ത്രണവും ഡെമോക്രാറ്റിക് പാർട്ടിയ്ക്കായി.

അമ്പത്തൊന്നാം കടുവാ സങ്കേതം

രാജ്യത്തെ 51-ാം കടുവാ സങ്കേതമായി തമിഴ്നാട്ടിലെ മേഘമലയെ കേന്ദ്രസർക്കാർ അംഗീകരിച്ചു. കേരളത്തിലെ പെരിയാർ കടുവാ സങ്കേതത്തിന്റെ തമിഴ്നാട്ടിലെ തുടർച്ചയാണ് തേനി, മധുര ജില്ലകളിൽ വരുന്ന ഈ വനപ്രദേശം. മേഘമല വന്യജീവി സങ്കേതവും ശ്രീവില്ലി പുത്തൂർ ചാമ്പൽ-മലയണ്ണാൻ സങ്കേതവും സംയോജിപ്പിച്ചതാണ് പുതിയ കടുവാസങ്കേതം. പതിനാല് കടുവകളുടെ സാന്നിദ്ധ്യം കണ്ടെത്തിയ ഈ മേഖല കേരളവുമായി 1016.57 ചതുരശ്ര കിലോമീറ്റർ അതിർത്തി പങ്കിടുന്നുണ്ട്.

മാതൃകയാവാം ശരിയായ മാലിന്യസംസ്കരണ ശീലങ്ങളിലൂടെ

ജൈവമാലിന്യം

അടുക്കളമാലിന്യം, കാർഷിക അവശിഷ്ടം, ഇലയും പൂലും മുഗാവ ശിഷ്ടം തുടങ്ങിയവ

- ക്ഷേണസാധനങ്ങൾ പാഴാക്കാതെ, മിച്ചം വരുന്നത് വളർത്തുമൃഗങ്ങൾക്കും പക്ഷികൾക്കും ആഹാരമായി നൽകാം. അധികമുള്ളത് വളക്കൂഴിയിൽ നിക്ഷേപിച്ചോ, അതിന് സ്ഥലമില്ലെങ്കിൽ കിചുൺ ബിൻ, റിംഗ് കമ്പോസ്റ്റിങ്, പൈപ്പ് കമ്പോസ്റ്റിങ്, ബയോഗ്യാസ് പ്ലാന്റ് തുടങ്ങിയ ജൈവസംസ്കരണ ഉപാധികൾ വഴിയോ കമ്പോസ്റ്റ് ആക്കാം.
- കാർഷികാവശിഷ്ടങ്ങളും ഇലയും പൂലും കത്തിക്കാതെ അവ കൂഴി കമ്പോസ്റ്റിങ്, തുമ്പൂർ മുഴി കമ്പോസ്റ്റിങ് സംവിധാനത്തിലൂടെ കമ്പോസ്റ്റ് ആക്കി മാറ്റാം.

അജൈവ മാലിന്യങ്ങൾ

പ്ലാസ്റ്റിക്

- സാധനങ്ങൾ പായ്ക്ക് ചെയ്ത് കിട്ടുന്ന പ്ലാസ്റ്റിക്കുകൾ അഴുക്ക് കളഞ്ഞ് ചാക്കിൽ സൂക്ഷിക്കാം. അഴുക്കുള്ളവ 3 വശങ്ങൾ കീറി, കഴുകി വൃത്തിയാക്കി ഒരു കമ്പിയിൽ കൊരുത്ത് ഇടുക. ഉണങ്ങുമ്പോൾ ചാക്കിൽ സൂക്ഷിക്കുക
- പഴകിയ പ്ലാസ്റ്റിക് പേന, റീഫില്ലുകൾ, പല്ല് തേയ്ക്കുന്ന ബ്രഷ്, മരുന്ന് സ്ട്രിപ്പുകൾ, പഴകിയ ചീർപ്പ്, പാൽ കവറുകൾ, പ്ലാസ്റ്റിക് കുപ്പികൾ അടപ്പുകൾ ഫ്ളക്സ് ബോർഡുകൾ, പ്ലാസ്റ്റിക് ക്യാരിബാൾ, പഴകിയ പ്ലാസ്റ്റിക് കസേര, നിറമുള്ള പ്ലാസ്റ്റിക് കുപ്പികൾ, കപ്പ്, പ്ലേറ്റ്, അലുമിനിയം ഫോയിൽ പേപ്പർ, മറ്റ് പ്ലാസ്റ്റിക് ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ എന്നിവ വൃത്തിയാക്കി സൂക്ഷിച്ച് യഥാസമയം ഹരിത കർമ്മസേനയ്ക്കോ പാഴ്വസ്തു വ്യാപാരികൾക്കോ കൈമാറാം

പേപ്പർ

കാർഡ്ബോർഡുകൾ, ന്യൂസ് പേപ്പറുകൾ, ബുക്കുകൾ, മാസികകൾ, ബില്ലുകൾ, ടിക്കറ്റുകൾ, തുണ്ട് കടലാസുകൾ, പേപ്പർ ബാഗുകൾ, ബോക്സുകൾ, കാർഡുകൾ, എൻവലപ്പുകൾ തുടങ്ങിയവ പ്രത്യേകം സൂക്ഷിച്ച് ഹരിത കർമ്മസേനയെ ഏൽപ്പിക്കാം.

ഇ-മാലിന്യം

- ഫ്യൂസ് ആയ ട്യൂബ് ബൾബ്, കേടായ കാൽക്കുലേറ്റർ, റിമോട്ട്, മൊബൈൽ ഫോൺ, കമ്പ്യൂട്ടർ, ടി.വി, എൽഇഡി/സിഎഫ്എൽ ലാമ്പുകൾ, സി.പി.യു, മിക്സി, ബാറ്ററി തുടങ്ങിയവ തരം തിരിച്ച് യഥാസമയം ഹരിതകർമ്മസേന വഴിയോ അതത് കമ്പനികൾ സജ്ജമാക്കിയിട്ടുള്ള ശേഖരണ സംവിധാനത്തിലൂടെയോ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ അതത് കമ്പനിയിലേക്കോ അവർ തിരഞ്ഞെടുത്ത് ചുമതലപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള അംഗീകൃത പുനഃചംക്രമണക്കാരിലേക്കോ എത്തുന്നു എന്ന് ഉറപ്പാക്കുക
- ഇപിആർ നിയമപ്രകാരം ഇ-മാലിന്യങ്ങൾ സംസ്കരിക്കേണ്ടത് ഉൽപ്പാദകന്റെ ഉത്തരവാദിത്തമാണ്.

മറ്റുള്ളവ

- നമുക്ക് ഉപയോഗമില്ലാത്തതും എന്നാൽ മറ്റുള്ളവർക്ക് ഉപയോഗപ്പെടുത്താനുമായ വീട്ടുപകരണങ്ങൾ, തൂണികൾ തുടങ്ങിയവ സ്വാപ് ഷോപ്പുകൾക്ക് കൈമാറുക.
- ചിരട്ട, തൊണ്ട്, പ്ലൈവുഡ്, തടിക്കഷ്ണങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ പ്രത്യേകം സൂക്ഷിച്ച് ഹരിത കർമ്മസേനയ്ക്ക് കൈമാറുക. കരിയിലയും മറ്റ് ചവറുകളും കത്തിക്കാതെ വളമാക്കി മാറ്റുക.

തരം തിരിയ്ക്കാം വീടുകളിൽ
കൈമാറാം ഹരിതകർമ്മസേനയ്ക്ക്

ഹരിതകർമ്മസേനയുടെ സേവനത്തിന് തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനവുമായി ബന്ധപ്പെടുക

ഹരിതകർമ്മസേനയുടെ സേവനം ലഭ്യമല്ലാത്ത ഇടങ്ങളിൽ തരംതിരിച്ചവ പാഴ് വസ്തുക്കൾ വ്യാപാരികൾക്ക് കൈമാറുക



കത്തിക്കേണ്ട
വലിച്ചെറിയേണ്ട

പാഴ്വസ്തുക്കൾ ഇനം തിരിച്ച്
ഹരിത കർമ്മ സേനയ്ക്ക് നൽകുക

വിശദവിവരങ്ങൾക്ക് - ശുചിത്വ മിഷൻ
സ്വരാജ്ഭവൻ, ബേസ് ഫ്ളോർ (-1)
നന്തൻകോട്, കവഡിയാർ പി.ഒ, തിരുവനന്തപുരം -695003
0471-2319831, 0471-2316730/sanitation.sm@kerala.gov.in
iec.sm@kerala.gov.in/www.sanitation.kerala.gov.in
<https://www.facebook.com/SuchitwaMissionkerala/>

ഗ്രാമീണകേരളത്തിന്റെ
നേർക്കാഴ്ചയുമായി

ഗ്രാമഭൂമി



വായിക്കുക,
വരിക്കാരാകുക

ഗ്രാമഭൂമി

2 വർഷത്തേക്ക് ₹24 മാത്രം

മണിയോർഡർ അയയ്ക്കേണ്ട വിലാസം
ഷീഫ് ഓഫീസർ, റൂറൽ ഇൻഫർമേഷൻ ബ്യൂറോ, ആറാം നില, സ്വരാജ് ഭവൻ,
നന്തൻകോട്, കവടിയാർ.പി.ഒ, തിരുവനന്തപുരം 695 003