കരയോഗ സൗഹൃദം

സത്യം പരം ധീമഹി — Rs. 6

മാസിക : എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ മുഖപത്രം — Pages - 52

വാല്യം - 17 | ലക്കം - 07 | മിഥുനം - 1200 | ജൂലൈ - 2025

ERNAKULAM KARAYOGAM

Centenary Celebrations

Curtain raiser programmes

ആദ്ധ്യാത്മിക മാസാചരണം

July & August 2025

2025 ജൂലൈ 17 – വ്യാഴം

സമ്പൂർണ്ണ രാമായണ പാരായണം

രാവിലെ 6.30 മുതൽ വൈകുന്നേരം 6.30 വരെ

ശ്രീ. കാർത്തികേയന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ

2025 ജൂലൈ 18 വെള്ളി മുതൽ 27 ഞായർ വരെ

ഗരുഢ പുരാണം

വൈകുന്നേരം 6.00 മുതൽ 8.30 വരെ

ആചാര്യൻ ശരത് എ. ഹരിദാസ്

2025 ജൂലൈ 28 മുതൽ ഓഗസ്റ്റ് 05 ചൊവ്വ വരെ

ദേവീ ഭാഗവത നവാഹയജ്ഞം

രാവിലെ 6.30 മുതൽ വൈകുന്നേരം 6.30 വരെ

ശ്രീകണ്ഠേശ്വരം സോമവാര്യർ

2025 ഓഗസ്റ്റ് 06 ബുധൻ മുതൽ 16 ശനി വരെ

ശിവപുരാണം

രാവിലെ 6.30 മുതൽ വൈകുന്നേരം 6.30 വരെ

വിമൽ വിജയ് കന്യാകുമാരി

എഡിറ്റോറിയൽ...

സുംബാ ഡാൻസ്

വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പ് നടപ്പാക്കിയ സുംബാ ഡാൻസിനെതിരേയും അനുകൂലിച്ചും ചർച്ചകൾ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണല്ലോ,? കായിക മേഖലയിലും കലാവേദികളിലുമെന്ന പോലെ കുട്ടികളുടെ ശാരീരിക മാനസികോല്ലാസത്തിനും, ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിനും ഉതകും വിധം ചിട്ടപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ളതാണ് ഇപ്പോൾ വിദ്യാലയങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്ന സുംബാഡാൻസ്, പെൺകുട്ടികളും, ആൺകുട്ടികളും ഒരേ വേദിയിൽ ഒന്നിച്ച് അണിനിരന്നും ഈ നൃത്തരൂപം അവതരിപ്പിക്കാറുണ്ട്. അല്ലാതെ ആൺകുട്ടികൾ മാത്രമായും പെൺകുട്ടികൾ മാത്രമായും ഇത് അഭ്യസിക്കുകയും അവതരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യാം. അതുപോലെ തന്നെ പ്രായഭേദമന്യ ആർക്കും ഇത് ചെയ്യാവുന്നതുമാണ്.

ആരോഗ്യപ്രദായകമായ ഈ നൃത്തരൂപത്തിന്റെ ആവിർഭാവം തന്നെ വളരെ രസാവഹമായ ഒരു സംഭവത്തിലൂടെയാണ്. ഇതിന്റെ ഉപജ്ഞാതാവായ കൊളംബിയൻ ഡാൻസർ ആയ ആൽബർട്ടോ ബറ്റോ പെരേസ് താൻ അക്കാലങ്ങളിൽ അവതരിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന ഒരു നൃത്തം വേദിയിൽ അവതരിപ്പിച്ചുക്കൊണ്ടിരിക്കെ അതിലെ ചില ചുവടുകൾ മറന്നുപോയി. പെട്ടന്ന് തന്നെ അദ്ദേഹം എയ്റോബിക് വർക്ക്ഔട്ട് രൂപത്തിൽ മാറ്റി നൃത്തം തുടരുകയും ചെയ്തു. ഇതിനെ 1990 കളിൽ മനസികോല്ലാസത്തിനും ശാരീരികാരോഗ്യത്തിനും ഒരുപോലെ പ്രയോജനപ്പെടും വിധം ചിട്ടപ്പെടുത്തി അവതരിപ്പിക്കുകയും അത് ലോകം മുഴുവൻ അംഗീകരിക്കുകയും

വാല്യം 17 ✧ ലക്കം – 7 ✧ ജൂലൈ – 2025

ഉള്ളടക്കം

എഡിറ്റോറിയൽ	03
സെക്രട്ടറിയുടെ പംക്തി	05
ബാലലോകം	08
വാസ്തു ശാസ്ത്രം	09
ക്ഷേത്രങ്ങളിലൂടെ	10
സുഭാഷിതം	13
നമഃശിവായ	14
അതിതീവ്രകാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളും	18
അറിയാതെ....... അറിയാതെ.......	23
കൂവളം (വിൽവം)	29
ജീവിതം സന്തോഷപ്രദമാക്കേണ്ടത്	32
ഉൽകണ്ഠ എന്തിനോ ? ഉൽകണ്ഠ എന്തിനോ ?	34
കേരളത്തിന്റെ ശാക്തേയ പാരമ്പര്യം-15	36
ആദ്യ കാഴ്ചയുടെ നൊമ്പരം	39
കർക്കിടക സംക്രമം	42
ദൃഗ് ദൃശ്യ വിവേകം	45
മാസഫലം	49
മാട്രിമോണിയൽ.	50

പത്രാധിപസമിതി

ആലപ്പാട്ട് മുരളീധരൻ
(മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ)

എം. ശ്രീവല്ലഭൻ നായർ
(എഡിറ്റർ)

പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)

കെ.ടി. മോഹനൻ

അനുകരിക്കുകയും ചെയ്തു. ഇതിനെ ഡാൻസ് എന്ന് വിളിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഒരു നൃത്തരൂപം എന്നതിലുപരി ഇതൊരു ഫിറ്റ്നസ് പ്രോഗ്രാം കൂടിയാണ്. ഇന്ന് 200 ഓളം രാജ്യങ്ങളിലായി രണ്ടു ലക്ഷത്തിൽപ്പരം കേന്ദ്രങ്ങളിലായി 15 മില്യണിലധികം ആളുകൾ ഈ ഫിറ്റ്നസ് പ്രോഗ്രാം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നുണ്ട്. ഇപ്പോൾ ഇതുകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന ഏറ്റവും വലിയ ഗുണം കുട്ടികളിലുണ്ടാകുന്ന ടെൻഷൻ ഇല്ലാതാവുകയും അതുവഴി ലഹരിയുടെ വഴിയിലേക്കുള്ള അവരുടെ യാത്ര ഇല്ലാതാവുകയും ചെയ്യുമെന്നുള്ളതാണ്. എന്നിട്ടും ലിംഗഭേദമില്ലാതെ കുട്ടികൾ ഒന്നിച്ച് ഇത് അഭ്യസിക്കുന്നതിനെ ചിലർ എതിർക്കുന്നത് കാണുമ്പോൾ അതിശയമാണുണ്ടാകുന്നത്. ലിംഗഭേദമില്ലാതെ കുട്ടികൾ ഒന്നിച്ചണിനിരക്കുന്നതാകാം എതിർപ്പിന്റെ കാരണം. ഇത്ര നല്ല ഒരു ഫിറ്റ്നസ് പ്രോഗ്രാമിനെ എതിർക്കുന്ന പിന്തിരിപ്പൻ ആശയങ്ങളെ സർക്കാർ തള്ളിക്കളയും എന്നുതന്നെയാണ് പ്രതീക്ഷ.

സ്ത്രീയും പുരുഷനും സമൂഹത്തിലെ അവിഭാജ്യഘടകങ്ങളാണ്. ജനനം മുതൽ മരണം വരെയുള്ള എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും ഒന്നിച്ച് പ്രവർത്തിക്കേണ്ടവർ. ഇന്ന് വിദ്യാഭ്യാസ മേഖലയിൽ മാത്രമല്ല, മനുഷ്യ ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ മേഖലകളിലും സ്ത്രീയും പുരുഷനും ഒരുപോലെ പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്ന കാലമാണ്. അത് അദ്ധ്യാപകവൃത്തിയായാലും ശരി, രാഷ്ട്രീയമായാലും ശരി, കലാരംഗത്തായാലും ശരി എല്ലായിടത്തും സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ ഒന്നിച്ചാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ഇവിടെയെങ്ങും ഒരു കുഴപ്പവും സംഭവിക്കുന്നില്ല. കലാരംഗത്ത് എത്രയോ കാലം മുൻപ് മുതൽ ആൺകുട്ടികളും പെൺകുട്ടികളും ഒന്നിച്ച് പരിപാടികൾ അവതരിപ്പിച്ചു വരുന്നുണ്ട്. സംഗീതമായാലും, നൃത്തമായാലും, നാടകമായാലും എല്ലാം അവർ ഒന്നിച്ച് അഭ്യസിക്കുകയും അവതരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക പതിവാണല്ലോ? മത്സരവേദികളിലും, ഒന്നിച്ചുള്ള ടീമുകൾ കാലങ്ങളായി മത്സരിക്കാറുമുണ്ടല്ലോ? ഇത്രയും കാലം ഇങ്ങനെയൊക്കെ നടന്നിട്ടും ഒരു അപകടവും സാംസ്കാരികാധപതനവും ഉണ്ടായിട്ടില്ലെങ്കിൽ പിന്നെ ഈ ഒരു നൃത്തരൂപം കൊണ്ട് എന്ത് സംഭവിക്കാൻ? മറിച്ച്, അബലകളെന്ന് പറഞ്ഞ് മാറ്റിനിറുത്തിയിരുന്ന സ്ത്രീ പലപ്പോഴും പല മേഖലകളിലും പുരുഷന്മാരേക്കാൾ കൂടുതൽ പ്രാഗൽഭ്യം തെളിയിച്ചിട്ടുമുണ്ട്. ഗോളാന്തരയാത്രകളിൽ വരെ അവർ കഴിവ് തെളിയിച്ചു കഴിഞ്ഞു.

ഭരണരംഗത്തും കഴിവ് തെളിയിച്ച എത്രയെത്ര ധീരവനിതകളാണ് നമ്മുടെ ചരിത്രത്തിലുള്ളത്. പഴയ കാലത്ത് റാണി ലക്ഷ്മീബായ്, റാണി അഹല്യബായി ഹോൽക്കാർ തുടങ്ങിയവരിലൂടെ പുതിയ ഇന്ത്യയിൽ അരുണ അസഫലി, ഇന്ദിരാഗാന്ധി, സുഷമ സ്വരാജ്, കെ. ആർ. ഗൗരിയമ്മ, നിർമ്മല സീതാരാമൻ തുടങ്ങിയ സ്ത്രീരത്നങ്ങളിലൂടെ അവർ അവരുടെ കഴിവുകൾ തെളിയിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇവരെല്ലാവരും പുഷന്മാരോടൊത്താണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നതും. പിന്നെ ശരീരത്തിനും മനസ്സിനും ഒരുപോലെ ഉത്സാഹവും ഉന്മേഷവും പകരുന്ന ഒരു നൃത്തരൂപം ആൺകുട്ടികളും പെൺകുട്ടികളും ഒന്നിച്ച് അഭ്യസിക്കുകയും അവതരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കേണ്ടത് തന്നെയാണ്. ഇതുകൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്ന ഏറ്റവും വലിയ പ്രയോജനം തന്റെ എതിർലിംഗത്തിലുള്ളവരോട് എങ്ങനെ മാന്യമായി പെരുമാറണമെന്ന് പഠിക്കുവാൻ കുടി ഉള്ള ഒരു അവസരമാണിത് എന്നുള്ളതാണ്. വിദ്യാർത്ഥികൾ യൂണിഫോമിട്ടാണ് വിദ്യാലയങ്ങളിൽ ഈ നൃത്തം അഭ്യസിക്കുന്നതും. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഇതിൽ യാതൊരുവിധമായ അപാകതകളും ഇല്ലായെന്ന് മാത്രമല്ല ഗുണങ്ങൾ ഒട്ടേറെയും. അതിനാൽ, വിദ്യാഭ്യാസ രംഗത്ത് സർക്കാർ വരുത്തിയിരിക്കുന്ന ഈ പരിഷ്കാരം അഭിനന്ദനാർഹ മാണ്. കുട്ടികളുടെ നല്ല ഭാവിക്കായി ഇത് തുടരുക തന്നെ വേണം.

ജയ് ഹിന്ദ്

ജനറൽ സെക്രട്ടറിയുടെ പംക്തി

പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു)

എല്ലാ കരയോഗാംഗങ്ങൾക്കും എറണാകുളം കരയോഗത്തിന്റെ ആശംസകൾ

പ്രിയ കരയോഗാംഗങ്ങളെ,

അങ്ങനെ നമ്മുടെ പ്രസ്ഥാനവും ചരിത്രത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമാകുന്നു. ജൂൺ 29ന് കൂടിയ വാർഷികപൊതുയോഗം അംഗികരിച്ച പല പദ്ധതികളും പുനരാവിഷ്കരിച്ച് സമയബന്ധിതമായി നടപ്പിലാക്കുവാനും പൂർത്തീകരിക്കേണ്ടവ പൂർത്തീകരിക്കുവാനും ഉള്ള ബാദ്ധ്യത നാം ഏറ്റെടുക്കുകയാണ്. ആയതിനാൽ നിങ്ങൾ ഓരോരുത്തരും ഈ പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ കൂടെ സജീവമായി ഉണ്ടാവണമെന്ന് ആദ്യമായി അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

2025 ഏപ്രിൽ മുതൽ ആരംഭിച്ച എറണാകുളം കരയോഗം ശതാബ്ദിയാഘോഷത്തിന്റെ പ്രാരംഭപരിപാടികൾ എന്ന നിലയിൽ എല്ലാമാസവും വിവിധ പരിപാടികൾ നടന്നു വരികയാണ്. ജൂലൈ 17-ാം തീയതി രാവിലെ 6 മണി മുതൽ വൈകുന്നേരം 6 മണി വരെ സമ്പൂർണ്ണ രാമായണപാരായണവും 18 മുതൽ 27 വരെ വൈകുന്നേരം 6 മുതൽ 8.30 വരെ ആചാര്യൻ ശരത് എ. ഹരിദാസിന്റെ ഗരുഡപുരാണവും, 28 മുതൽ ഓഗസ്റ്റ് 5 വരെ രാവിലെ 6.30 മുതൽ വൈകുന്നേരം 6.30 വരെ ശ്രീകണ്ഠേശ്വരം സോമവാര്യർ ആചാര്യനായി നടത്തുന്ന ദേവീഭാഗവത നവാഹയജ്ഞവും, 6 മുതൽ 16 വരെ രാവിലെ 6.30 മുതൽ വൈകുന്നേരം 6.30 വരെ വിമൽ വിജയ് കന്യാകുമാരി ആചാര്യനായി നടത്തുന്ന ശിവപുരാണവും നടത്തുന്നു. ശതാബ്ദിയാഘോഷത്തിന്റെ ഭാഗമായി കർക്കിടകമാസം ആദ്ധ്യാത്മികമാസാചരണമായി നടത്തപ്പെടുന്നു.

കഴിഞ്ഞ പൊതുയോഗതീരുമാനമെന്ന നിലയിൽ കുട്ടികളുടേയും അമ്മമാരുടേയും ഒരു അതിഥി മന്ദിരം എന്ന നിലയിൽ അവരെ സംരക്ഷിച്ച് പോറ്റി വളർത്തുന്നതിന് സാമൂഹ്യ പ്രതിബന്ധതയോടെ കരയോഗം ഏറ്റെടുത്തിരിക്കുന്ന പദ്ധതിക്കായുള്ള കെട്ടിടത്തിന്റെ നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ചെറായിയിൽ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.

അതുപോലെ തന്നെ എറണാകുളം കരയോഗം സ്വപ്നപദ്ധതിയെന്നു പറയുന്ന 'വസുധൈവകുടുംബകം' ഭവനപദ്ധതിയും സാധുക്കൾക്കായി തുടർചികിത്സ ഹോസ്പിറ്റൽ എന്ന പദ്ധതിയും ആണ് നമുക്ക് ആവിഷ്ക്കരിച്ച് നടപ്പാക്കേണ്ടത്. വലിയ സാമ്പത്തിക ചിലവ് വരുന്ന ഈ പദ്ധതികൾ സ്ഥലവും ധനവും സമാഹരിക്കാൻ കഴിയുന്ന മുറയ്ക്ക് അടിയന്തിരമായി നടപ്പാക്കേണ്ട പദ്ധതികളാണ് എന്ന് തന്നെയാണ് ഭരണസമിതിയുടെ വിശ്വാസം. തീർച്ചയായും അതിനുവേണ്ടിയുള്ള അശ്രാന്ത പരിശ്രമം ഭരണസമിതി നടത്തുമെന്ന് ഉറപ്പ് നൽകുന്നു.

മറ്റൊരു സുപ്രധാന തീരുമാനം നിലവിൽ എറണാകുളം കരയോഗം ആജീവനാന്ത അംഗത്വം ലഭിക്കുന്നതിന് (ലൈഫ് മെമ്പർ) നിയമാവലി പ്രകാരം ചില നിബന്ധനകൾ നിലവിലുണ്ട്. എന്നാൽ 100-ാം വാർഷിക പൊതുയോഗം ശതാബ്ദിയോടനുബന്ധിച്ച് എറണാകുളം കരയോഗം അംഗങ്ങളായിരുന്നവരുടെ അച്ഛൻ, അമ്മ, ഭാര്യ, ഭർത്താവ്, മക്കൾ എന്നിവർക്ക് 2025 ഡിസംബർ 31 വരെ കരയോഗത്തിന്റെ നിയമാവലിക്ക് വിരുദ്ധമാകാതെ, 25000 രൂപ എന്ന അംഗത്വഫീസിൽ നിന്ന് 10000 രൂപ കുറച്ച്, 15000 രൂപയ്ക്ക് അംഗത്വം നൽകുവാൻ പൊതുയോഗം തീരുമാനിച്ച വിവരം അറിയിച്ചു

കൊള്ളുന്നു.

99-ാമത് വാർഷികപൊതുയോഗം നിലവിലുള്ള അംഗങ്ങളുടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കും ഇതുപോലെ സൗജന്യ നിരക്ക് പ്രഖ്യാപിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആയതും 2025 ഡിസംബർ 31 വരെ മാത്രമാണെന്ന് ഒരിക്കൽ കൂടി ഓർമ്മിപ്പിച്ചുകൊള്ളുന്നു. മേൽപ്പറഞ്ഞ 2 വിഭാഗത്തിൽപെട്ട അംഗങ്ങളുടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ എത്രയും വേഗം ഈ ആനുകൂല്യം ഉപയോഗപ്പെടുത്തണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

എറണാകുളം കരയോഗം 2024-25 ലേക്കുള്ള ക്യാപിറ്റൽ ബഡ്ജറ്റിൽ 1,33,75,00,000 രൂപയും റവന്യു ബഡ്ജറ്റിൽ 4,70,00,000 രുപയും അടക്കം 138,45,00,000 രൂപയുടെ ബഡ്ജറ്റാണ് വാർഷിക പൊതുയോഗം അംഗീകരിച്ചത്. നടപ്പു വർഷം പൂർത്തിയാക്കേണ്ട ആദ്യത്തെ പദ്ധതി ചെറായി തൃക്കടക്കാപ്പിള്ളിയിലെ പെൺകുട്ടികളുടെ ഭവനവും തുടർന്ന് അമ്മമാർക്കുള്ള ഭവനവും ആണ് രണ്ട് സ്വപ്നപദ്ധതികളായ വസുധൈവകുടുംബകവും ഫോളോഅപ്പ് ചികിത്സാകേന്ദ്രവും സ്ഥലത്തിന്റേയും സാമ്പത്തികത്തിന്റേയും ലഭ്യതയനുസരിച്ച് ആവിഷ്ക്കരിക്കുന്നത്.

എറണാകുളം കരയോഗം ശതാബ്ദിയാഘോഷം 2025 ഡിസംബർ 19 മുതൽ 25 വരെ വളരെ വിപുലമായി ആഘോഷിക്കുന്നതിന് പൊതുയോഗം അംഗീകാരം നൽകി.

എറണാകുളം കരയോഗം സാഹിതീയോഗം പരിപാടി, **കെ. ജയചന്ദ്രന്റെ കവിതകൾ, അവതരണം: പി. ജി. രാമചന്ദ്രൻ,** ജൂലൈ 27 ഞായറാഴ്ച രാവിലെ 10.30 ന് ടി.ഡി.എം. ഹാളിൽ

കരയോഗത്തിന്റെ എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും നിങ്ങളുടെ വിലയേറിയ നിർദ്ദേശങ്ങളും ഉപദേശങ്ങളും സഹകരണവും ഉണ്ടാവണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിച്ചുകൊണ്ട്.

ജനറൽ സെക്രട്ടറി

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

2025 ജൂലൈ 10 മുതൽ ഓഗസ്റ്റ് 10 വരെ

1.	12-07-2025 19-07-2025 26-07-2025 02-08-2025 09-08-2025	ശനി	വേദാന്ത പഠന ക്ലാസ്സ് ആചാര്യൻ കെ. ആർ . നമ്പ്യാർ	10.00 a.m - 12.00 p.m
2.	14-07-2025	തിങ്കൾ	വിമൻസ് ഫോറം	3.00 p.m - 5.00 p.m.
3.	16-07-2025 23-07-2025 30-07-2025 06-08-2025	ബുധൻ	ദേവിഭാഗവത ക്ലാസ്സ് – വത്സല.പി.പി	3.00 p.m - 4.30 p.m.
4.	17-07-2025 23-07-2025 31-07-2025 07-08-2025	വ്യാഴം	എറണാകുളം കരയോഗം എൽഡർ സിറ്റിസൺസ് ഫോറം	4.00 p.m. - 6.00 p.m.
5.	20-07-2025 03-08-2025	ഞായർ	വേദപഠന കളരി	10.30 a.m
6	27-07-2025	ഞായർ	എറണാകുളം കരയോഗം സാഹിതീ യോഗം **കെ. ജയകുമാറിന്റെ കവിതകൾ,** അവതരണം – ശ്രീ. പി. ജി. രാമചന്ദ്രൻ	10.30 a.m

അറിയിപ്പ്

ശതാബ്ദി ആനുകൂല്യ ആജീവനാന്ത അംഗത്വം

അംഗങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്

അംഗത്വത്തിനുള്ള അപേക്ഷാഫാറം
കരയോഗം ഓഫീസിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്നതാണ്

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

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

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

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

✸ ✸ ✸

എറണാകുളം കരയോഗം ശതാബ്ദിയാഘോഷഫണ്ട് സമാഹരണം

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

✦ ✦ ✦

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

☞ **8281588833**

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

എറണാകുളം കരയോഗം

ബാലലോകം

പറവൂർ രാജഗോപാൽ – 9847291483

ഒന്നുകൊണ്ടുതന്നെ

പ്രിയ ബാലലോകം കൂട്ടുകാരേ,

എല്ലാവരും ഉത്സാഹവാന്മാരായിരിക്കുന്നല്ലോ, ഇല്ലേ? ചുറുചുറുക്കും ഉത്സാഹവുമൊക്കെ ചെറുപ്രായത്തിൽ പ്രത്യേകിച്ച് അൽപം കുടുതലുണ്ടാവണം. അറിവു നിറയുന്ന പ്രായമാണിത്. അകം അറിവുകൾകൊണ്ട് നിറയണം, സമ്പന്നമാകണം. അതിന് നിങ്ങൾ അന്വേഷണ കുതുകികളാവണം. കണ്ടും, കേട്ടും, തൊട്ടും, രുചിച്ചുമൊക്കെ അറിവുകൾ ആർജ്ജിക്കണം. ഏതിൽ നിന്നും നമുക്ക് പഠിക്കാൻ കാണും. ഒക്കെ മനസ്സിലാക്കി മിടുക്കൻമാരും മിടുക്കികളുമാകണം കൊച്ചുമക്കൾ.

അറിവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടൊരു കഥ പറയാം

അറിവുകൾ തേടി നടന്നൊരാൾ അലഞ്ഞു തിരിഞ്ഞു വന്ന് ഒരു വഴിവക്കിൽ നിന്ന മരത്തിന് കീഴെ ഇരുന്ന് അൽപ്പം വിശ്രമിച്ചു. അപ്പോൾ അതുവഴി മഴുവുമായെത്തിയ ഒരു മരം വെട്ടുകാരൻ ആ മരത്തിന് സമീപം വന്ന് ഏറെ നേരം ആ മരത്തെതന്നെ നോക്കിനിന്നു. പിന്നെ തന്റെ മഴുവുമായി ചെന്ന് തൊട്ടടുത്തുള്ള മറ്റൊരു മരം മുറിക്കാൻ തയ്യാറായി. മരച്ചുവട്ടിൽ തണൽ കൊണ്ടിരുന്നയാൾക്ക് അതൊരു കൗതുക കാഴ്ചയായി. അയാൾ എഴുന്നേറ്റുചെന്ന് മരംവെട്ടുകാരനോട് ചോദിച്ചു.

നിങ്ങൾ എന്തിനാണ് വന്ന് ഏറേ നേരം ആ മരത്തെതന്നെ നോക്കി നിന്നത്? മരംവെട്ടി പറഞ്ഞു. ഓഹ്. അതോ, പണിക്കു പറ്റുന്ന മരമാണോന്ന് നോക്കിയതാ! ‘എന്നിട്ട്?’ ‘പണിക്ക് പറ്റുന്ന മരമല്ലെന്ന് മനസ്സിലായി. അതെന്തേ, അത് പണിക്ക് പറ്റാത്തത്? ‘കാണുന്ന പോലെയല്ല സുഹൃത്തേ, അതിന്റെ അകം പൊള്ളയാണ്.’ അപ്പോൾ ഇതോ? ‘ഇത് പണിക്കുപറ്റും’ അതു ശരി.

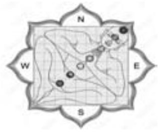
മരംവെട്ടിയുടെ വാക്കുകൾ കേട്ട് അയാൾ അവിടെനിന്നു പോയി. ചെന്നെത്തിയത് ഒരു പരിചയക്കാരന്റെ വീട്ടിലായിരുന്നു. ‘ആരിത്? വരു വരു ഏറെ നാളായല്ലോ കണ്ടിട്ട്? പരിചയക്കാരൻ കാര്യമായിതന്നെ അയാളെ ക്ഷണിച്ചിരുത്തി. കഴിക്കാനും കുടിക്കാനുമൊക്കെ പലതും കൊണ്ടുവെച്ചു. അവർ ഏറെനേരം പലതും സംസാരിച്ചു.

ഇടയ്ക്ക് പരിചയക്കാരന്റെ ഭാര്യ വന്നുതിരക്കി. വൈകിട്ടേക്ക് കോഴിയൊന്നിനെ കറിക്കു വേണമെന്നു പറഞ്ഞില്ലേ? ‘ആഹ്’ ഏതിനെ വേണം കറിക്ക്? ആ വീട്ടിൽ രണ്ടു കോഴികൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. ഒന്ന് നന്നായി കൂവുന്നതും മറ്റേത് തീരെയങ്ങ് കൂവാത്തതും. ഗ്രഹനാഥൻ പറഞ്ഞു.

ഒന്ന് നന്നായി കൂവുന്നുണ്ടല്ലോ അതിനെ വേണ്ട, കൂവാതെ കൊക്കികൊക്കി നിൽക്കുന്നതിനെ മതി കറിക്ക്. കുറച്ചെടുത്ത് മസാലയൊക്കെ ചേർത്ത് പൊരിക്കുകയും ചെയ്യാം. അയാളോടായി ഗ്രഹനാഥൻ കൂട്ടിചേർത്തു. ‘കെട്ടികൊടുത്ത മോളും മരുമകനും വരുന്നുണ്ട് വൈകിട്ട്’

അവിടെനിന്ന് ഇറങ്ങി നടക്കുമ്പോൾ അയാൾ വിചാരിച്ചു. ഉപയോഗമില്ലാത്തതുകൊണ്ട് മരത്തിന് ജീവൻ വീണുകിട്ടി. അതേ കാരണം കൊണ്ടുതന്നെ കോഴിക്ക് ജീവൻ നഷ്ടപ്പെട്ടു. വല്ലാത്ത വൈരുദ്ധ്യം തന്നെ! അയാൾക്ക് കുറച്ചറിവുകൂടിയായി.

■



വാസ്തു ശാസ്ത്രം

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

കഴിഞ്ഞ ദിവസം പോയ ഒരു വീട്ടിലെ പ്രധാന പ്രശ്നം വീടുപണി കഴിഞ്ഞ് രണ്ടു കൊല്ലം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ ഒരു കാരണവുമില്ലാതെ വീട്ടുടമസ്ഥന്റെ (ഗ്രഹനാഥൻ) ജോലി പോയി. വീടു നിൽക്കുന്നത് ഒരേക്കർ സ്ഥലത്താണ്. Plote ന്റെ തെക്കുവശത്താണ് റോഡ്. വീടും തെക്കോട്ടുമുഖമായാണ് പണിഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. വീടു നിൽക്കുന്നത് Plote ന്റെ ഏകദേശം മദ്ധ്യത്തിലാണ്. ഒഴിഞ്ഞസ്ഥലം തെക്കിനെക്കാൾ കൂടുതൽ വടക്കും, പടിഞ്ഞാറിനെക്കാൾ കൂടുതൽ കിഴക്കുമുണ്ട്. അടുക്കള കിഴക്കുവടക്കും, കിടപ്പുമുറികൾ പടിഞ്ഞാറുമാണ്. താഴത്ത് രണ്ട് കിടപ്പുമുറികളും, മുകളിൽ മൂന്ന് കിടപ്പുമുറികളുമുണ്ട്. വീടിന്റെ കിഴക്ക് മദ്ധ്യത്തിന് വടക്കാണ് കിണറ്. കിണറിന്റെ കിഴക്കുവശത്തായി സാമാന്യം വലിയ ഒരു ഷെഡ് വീടുപണിക്കുമുമ്പ് സിമിന്റും മറ്റു സാധനങ്ങളും സൂക്ഷിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി പണിതതാണ്. അതിപ്പോഴും അവിടെയുണ്ട്. അത് നിറയെ ആവശ്യമില്ലാത്ത സാധനങ്ങൾ സൂക്ഷിച്ചിട്ടുണ്ട്.

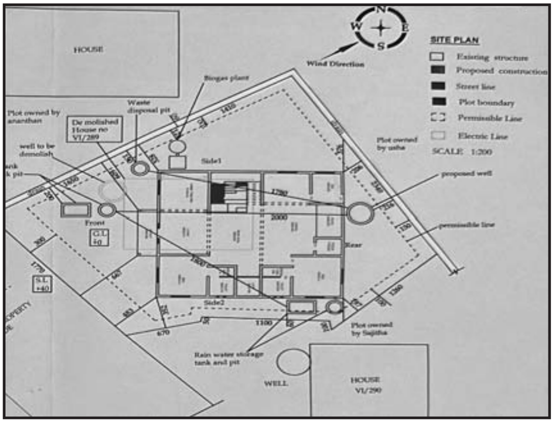
ഉദ്ദേശം ഒരേക്കർ സ്ഥലത്തതാണ് വീടുനിൽക്കുന്നത്. നല്ല ഗാർഡനും, പട്ടിക്കുട്, തൊഴുത്ത് എന്നിവയും ഉണ്ട്. ദുബായിൽ ജോലി ചെയ്യുന്ന സമയത്താണ് സ്ഥലം വാങ്ങിച്ചതും, വീടുപണിതതും. ദുബായ് ജോലി പോയപ്പോൾ നാട്ടിൽ ഒരു പലചരക്കുകട തുടങ്ങിയിരുന്നു. അതും പൂട്ടേണ്ടതായി വന്നു.

വീടും സ്ഥലവും പരിശോധിച്ചപ്പോൾ വടക്കുകിഴക്കെ ഭാഗത്തുള്ള Store Room കിണറിന്റെ കിഴക്കും, വീടിന്റെ വടക്കുകിഴക്കുമാണ്. വീടിന്റെ വടക്കുവശത്ത് ഏതു തരത്തിലുള്ള നിർമ്മിതി വന്നാലും വീടിന്റെ കിഴക്കെ അതിരുവിട്ട് കിഴക്കോട്ട് തള്ളരുത്. വടക്കുവശത്ത് നടക്കാനുള്ള സ്ഥലവും വിടണം. ഇവിടെ വടക്കുകിഴക്കുള്ള കെട്ടിടം പൊളിച്ചുമാറ്റുന്നതിനുള്ള ഏർപ്പാട് ചെയ്തു.

ഇന്നലെ പോയ മറ്റൊരു വീട്ടിൽ പടിഞ്ഞാറോട്ടാണ് മുഖം. രണ്ട് കാറുണ്ട്. പടിഞ്ഞാറുഭാഗം തെക്കുനിന്ന് വടക്കുവരെ Sliding Gate ആണ്. എല്ലാവെള്ളവും തെക്കുപടിഞ്ഞാറെ മൂലയിൽക്കൂടി പുറത്തേക്ക് പോകുന്നു. രണ്ട് കാറുള്ളതുകൊണ്ട് തെക്കുപടിഞ്ഞാറെമൂല യാതൊരു കാരണവശാലും അടച്ചിടാൻ പറ്റില്ല. ആയതിനാൽ വീട്ടിൽനിന്നും 60 cm മാറ്റി പടിഞ്ഞാറുവശത്ത് Car Porch-ന് അകത്ത് തെക്കുനിന്നും വടക്കെഅറ്റം വരെ ചെറിയൊരു അതിര് (18 cm ഉയരത്തിൽ കുട്ടിമതിൽ) വീട്ടിലേക്ക് കടക്കുന്ന Step ഒഴുവാക്കി കെട്ടണം.

മറ്റൊരു വീട്ടിൽ വീട് പണിതിരിക്കുന്നത് വടക്കിന് സമാന്തരമായാണ്. Plote - ന് അകത്ത് വീടുപണി കഴിഞ്ഞാൽ വടക്കും, കിഴക്കും, തെക്കും ഒഴിഞ്ഞ സ്ഥലം ത്രികോണകൃതിയിലാണ്.

പല പ്രാവശ്യം പറഞ്ഞിട്ടുള്ളതാണ് വീടിന് കുറ്റിയടിക്കുമ്പോൾ റോഡിന് സമാന്തരമായി വീടു പണിയുകയും, വീടിനു സമാന്തരമായി തെക്കും, പടിഞ്ഞാറും അതിരുകൾ ഇടണം. കിഴക്കും, വടക്കും പുഴയുണ്ടെങ്കിൽ വീടിന്റെ മുഖം പുഴയുള്ള ഭാഗത്തേക്ക് ആക്കിയാൽ നല്ലതാണ്. ഇതിനോടൊന്നിച്ച് വച്ചിട്ടുള്ള Sketch നോക്കുക. വീടിന്റെ വാസ്തു ശരിയാക്കാൻ വേണ്ടി വീടിനു സമാന്തരമായി AB, BC, CD, DA ചിത്രത്തിൽ കാണുന്നതുപോലെ അതിരുകൾ ഇടണം.



ക്ഷേത്രങ്ങളിലൂടെ

ഇരിങ്ങോൾക്കാവ് ശ്രീ ഭഗവതി ക്ഷേത്രം

ഇന്ദിരാഭായി – 8078552892

ഭാരതം ദേവസാന്നിദ്ധ്യം നിറഞ്ഞ പുണ്യഭൂമിയാണ്. ഈ ഭൂമിയെ സ്നേഹിച്ചാരാധിച്ച് ഇവിടെ നിലനിന്നിരുന്ന ആചാരങ്ങൾക്കും വിശ്വാസസങ്കല്പങ്ങൾക്കും അനുസരിച്ച് ജീവിച്ചിരുന്ന ഒരു ജനതയുടെ സംസ്കാരമാണ് ഹിന്ദു സംസ്കാരം. പ്രകൃതിക്കും ജൈവവ്യവസ്ഥക്കും പ്രാധാന്യം നൽകുന്ന ലോകത്തിലെ ഏക ജീവിതരീതിയാണ് ഹൈന്ദവധർമ്മം. അതൊരു ജീവിതചര്യയാണ്. എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളും പ്രകൃതിക്കും പരിസ്ഥിതിക്കും അനുയോജ്യമായ നിലയിലാണ് കഴിയുന്നത്. എന്നാൽ മനുഷ്യൻ സ്വന്തം ചിന്തകൾക്കും കാഴ്ചപ്പാടിനും വിശ്വാസപ്രമാണങ്ങൾക്കും ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങൾക്കും അനുസൃതമായി ജീവിക്കുന്നു. ഹൈന്ദവധർമ്മാനുഷ്ഠാനങ്ങളെല്ലാം പ്രകൃതിയെ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നവയാണ്. വൃക്ഷങ്ങളും സസ്യങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഒട്ടേറെ സങ്കൽപ്പങ്ങൾ ഹൈന്ദവ വിശ്വാസങ്ങളിലടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. പക്ഷിമൃഗാദികളിലും, സസ്യജാലങ്ങളിലും, പ്രകൃതിയിലും ഈശ്വരീയത സങ്കൽപ്പിക്കുകയും പൂജകൾ ചെയ്തു സായൂജ്യമടയുകയും ചെയ്യുന്ന പ്രകൃതിസ്നേഹത്തിലധിഷ്ഠിതമായ ഒരു ജീവിത രീതിയാണ് ഭാരതത്തിലേത്. പ്രകൃതിയുടെ സന്തുലിതാവസ്ഥ നിലനിർത്തുന്നതിൽ കാവുകളും, കുളങ്ങളും മുഖ്യപങ്ക് വഹിക്കുന്നു. കാവുകളിലെ വൃക്ഷലതാദികളും ഔഷധസസ്യങ്ങളും മനുഷ്യരുടെയും മറ്റു ജീവജാലങ്ങളുടേയും ജീവൻ നിലനിർത്തുന്നതിന് സഹായിക്കുന്നു. ഈ പുണ്യഭൂമിയിലെ കാവുകളും കാവുകളോടനുബന്ധിച്ചുള്ള ക്ഷേത്രങ്ങളും പ്രകൃതിയുടെ ജീവവായുശ്രോതസ്സുകളാണ്. അതിപുരാതനവും അതിവിശാലവുമായ ഒരു കാവിനേയും കാവിനാൽ ചുറ്റപ്പെട്ട ഭഗവതിക്ഷേത്രത്തെയുമാണ് ഇവിടെ പരിചയപ്പെടുത്തുന്നത്.

മഹാവൃക്ഷങ്ങൾ ഉപദേവരൂപം പൂണ്ട് തപസ്സനുഷ്ഠിക്കുന്ന പുണ്ണ്യസങ്കേതം. മഹർഷിവര്യന്മാരുടെ തപസ്ഥലം. കാർഷികമുദ്രയുള്ള പല പഴയകാലക്ഷേത്രാചാരങ്ങളും ഇന്നും നിലനിൽക്കുന്ന ക്ഷേത്രം. വില്വമംഗലം സ്വാമിയാർ, ആദിശങ്കരാചാര്യ സ്വാമികൾ, ചട്ടമ്പി സ്വാമികൾ, ശ്രീ നാരായണ ഗുരുദേവൻ തുടങ്ങിയ നവോത്ഥാന നായകനാമങ്ങൾ ക്ഷേത്ര ചരിത്രത്തിന്റെ സുപ്രധാന ഏടുകളായി നിലനിൽക്കുന്ന ക്ഷേത്രം. ഗോത്ര സംസ്കൃതിയും ഗ്രാമീണ സുകൃതങ്ങളും നവോത്ഥാന ചരിത്രങ്ങളും സംയോജിച്ചുള്ള പുരാഘോഷങ്ങൾ കൊണ്ടാടുന്ന ഒരു പുണ്ണ്യപുങ്കാവനവും ക്ഷേത്രവും, അതാണ് ഇരിങ്ങോൾക്കാവ് ശ്രീ ഭഗവതിക്ഷേത്രം.

സുഗന്ധ പുഷ്പങ്ങളോ, സുഗന്ധ ദ്രവ്യങ്ങളോ പാടില്ലാത്ത ക്ഷേത്രം. രാമായണപാരായണം, കെട്ടുനിറ, വിവാഹം ഇതൊന്നും നടത്താൻ പാടില്ലാത്തതുമായ ക്ഷേത്രം. സുഗന്ധപുഷ്പമായ മുല്ലപ്പൂ ചൂടിയ സ്ത്രീകൾക്ക് പ്രവേശനം ഇല്ലാത്ത ക്ഷേത്രം. ചന്ദനത്തിരി കത്തിക്കുവാൻ പാടില്ലാത്ത ക്ഷേത്രം. കൊമ്പനാനകൾക്ക് പ്രവേശനമില്ലാത്ത ക്ഷേത്രം. താന്ത്രികവിധി പ്രകാരം പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന പ്രത്യേക വസ്തുക്കൾ പൊടിച്ചുള്ള പൊടിയാണ് അഷ്ടഗന്ധമായി ഇവിടെ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. മായാഭഗവതി ധ്യാനം, കഥകളി, തിരുവാതിരക്കളി എന്നിവ നടത്തുവാൻ പാടില്ലാത്ത ക്ഷേത്രം. ജൈവവൈവിദ്ധ്യങ്ങളുടെ കാലവറയെന്നു വിശേഷിപ്പിക്കാവുന്നതും, ദൈവീകത തളംകെട്ടി നിൽക്കുന്നതുമായ ഒരു കാവും, കാവിനുള്ളിലെ ക്ഷേത്രവും. പ്രകൃതിയെ

ഈശ്വരനായി ആരാധിക്കുന്ന ഒരു കാനന ക്ഷേത്രം. അമ്പത്തിയാറ് ഏക്കറോളം വിസ്തൃതിയുള്ള ഇരിങ്ങോൾക്കാവ് സൂര്യപ്രകാശം നിലത്തുപതിക്കാത്തവിധം ഇടതൂർന്ന വന പ്രതീതിയിലാണ് കാണപ്പെടുന്നത്. വളരെയധികം കാലപ്പഴക്കമുള്ള വൻവൃക്ഷങ്ങളും വള്ളിപ്പടർപ്പുകളും, കുറ്റിച്ചെടികളും, ഔഷധ സസ്യങ്ങളും നിറഞ്ഞ ഈ കാവിനുള്ളിൽ ഒരു കുളവും, തെളിനീർ ചോലയുമുണ്ട്. കാട്ടിനുള്ളിലൂടെ ക്ഷേത്രത്തിന് പ്രദക്ഷിണം വച്ചുകൊണ്ട് ഈ ചോലയിലെ ജലം ഒഴുകുന്നു. ക്ഷേത്ര ശ്രീകോവിലിലെ ഓവിലൂടെ വരുന്ന വെള്ളവും ഈ കുളത്തിലേക്കെത്തുന്നു. ഈ കാവിലെ വൃക്ഷങ്ങളെ ആരും മുറിക്കാറില്ല. ഉണങ്ങി ഒടിഞ്ഞു വീഴുന്ന ശിഖരങ്ങളേയോ, വൃക്ഷത്തടികളേയോ, പൊഴിഞ്ഞു വീഴുന്ന ഇലകളെയോ കത്തിക്കുവാനോ മറ്റാവശ്യങ്ങൾക്കുപയോഗിക്കുവാനോ പാടില്ല. അവ കാടിനുള്ളിൽ തന്നെ വീണ് ജീർണ്ണിച്ച് മണ്ണിനോട് ചേരുന്നു. ഈ കാടിനുള്ളിൽ ഇഴജന്തുക്കളില്ല എന്നത് ഒരത്ഭുതമാണ്.

ഭഗവതിയെ നാം വിവിധ ഭാവങ്ങളിൽ ആരാധിക്കുന്നു. ഭൂമിയിലെ പല പ്രധാന സ്ഥലങ്ങളിലും പല കാലങ്ങളായി നമ്മുടെ പുർവ്വികർ ആരാധനാലയങ്ങൾ നിർമ്മിച്ച് പ്രപഞ്ചമാതാവായ ജഗദീശ്വരിയെ കുടിയിരുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ജഗദീശ്വരിയും ആദിപരാശക്തിയുമായ ദുർഗ്ഗാദേവി പ്രധാന ആരാധനാമൂർത്തിയായി വിരാജിക്കുന്ന ഒരു പുണ്യപുരാതന ക്ഷേത്രമാണ് ഇരിങ്ങോൾക്കാവ് ശ്രീ ഭഗവതിക്ഷേത്രം. 56 ഏക്കർ സ്ഥലത്തായി വൻവൃക്ഷങ്ങൾ കാവലായി നിൽക്കുന്ന കാനനക്ഷേത്രമാണിത്. ദേവഗണങ്ങൾ വടവൃക്ഷങ്ങളായി ദേവിക്ക് കാവൽ നിൽക്കുന്നുമുണ്ട്. കാവിനുള്ളിലെ വൃക്ഷങ്ങൾ ദേവതാംശമുള്ളവയായതിനാൽ വൃക്ഷങ്ങൾ മുറിക്കുകയോ കത്തിക്കുകയോ ചെയ്യാറില്ല. കാവിനുള്ളിലെ വൃക്ഷങ്ങൾക്ക് ഉപദേവസ്ഥാനമാണ് കല്പിച്ചിരിക്കുന്നത്.

പരശുരാമ പ്രതിഷ്ഠിതമായ 108 ദുർഗ്ഗാ ക്ഷേത്രങ്ങളിലൊന്നാണ് ഇരിങ്ങോൾക്കാവ്. കംസവധവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഐതീഹ്യമാണ് ഇരിങ്ങോൾക്കാവ് ക്ഷേത്രത്തിനുള്ളത്. ദ്വാപര യുഗത്തിൽ ദേവകിയുടെയും വാസുദേവരുടെയും 8-ാം മത്തെ പുത്രൻ കംസനെ വധിക്കുമെന്ന് അശ്ശരീരിയുണ്ടായപ്പോൾ കംസൻ ദേവകിവസുദേവന്മാരെ തുറങ്കിലടച്ചു. അവർക്കുണ്ടായ പുത്രന്മാരെ വധിച്ചു. 8-ാം മത്തെ പുത്രൻ ജനിച്ചതറിഞ്ഞ് കാരാഗ്രഹത്തിലെത്തിയ കംസന് പുത്രന് പകരം പുത്രിയെയാണ് കാണുവാൻ കഴിഞ്ഞത്. കംസൻ അതിശയിച്ചുവെങ്കിലും ആ പെൺകുഞ്ഞിനെ കൊല്ലാനായി കൈയ്യിലെടുത്തപ്പോൾ ആ കുഞ്ഞു കൈയ്യിൽനിന്നും വഴുതി വാനിലേക്കുയർന്ന് നക്ഷത്രം പോലെ പ്രകാശം ചൊരിഞ്ഞ് തിളങ്ങി നിന്ന് 'നിന്റെ അന്തകൻ ഭൂമിയിൽ ജനിച്ചിട്ടുണ്ട്. അത് ഞാനല്ല' എന്ന് വെളിപ്പെടുത്തി അപ്രത്യക്ഷയായി. ദേവകി വാസുദേവ പുത്രനായ ശ്രീകൃഷ്ണൻ ഭൂമിയിൽ ജീവിച്ചിരിക്കുന്നു എന്ന് കംസനെ അറിയിച്ച ദേവിയാണ് ഇരിങ്ങോൾക്കാവിൽ വിരാജിക്കുന്ന ഭഗവതി എന്നാണ് സങ്കൽപ്പം. ദേവി കന്യകാഭാവത്തിലാണ് ഇവിടെ കുടികൊള്ളുന്നത്. ശ്രീകൃഷ്ണ സഹോദരിയായ മായാദേവിയെന്നും സങ്കൽപ്പം. പ്രകാശം ചൊരിഞ്ഞ് പ്രത്യക്ഷയായ സ്ഥലത്ത് ദേവി ഇരിക്കുവാൻ വന്നു എന്ന വിശ്വാസത്താൽ ഇരിന്തോൾ എന്ന പേര് വന്നു. ദേവി വന്നിരുന്ന സ്ഥലം കാലാന്തരത്തിൽ ഇരിങ്ങോൾ എന്നറിയപ്പെട്ടു. ഈ ക്ഷേത്രത്തിന് 2700 ലേറെ വർഷങ്ങളുടെ പഴക്കമുണ്ട്. പണ്ട് ഈ പ്രദേശങ്ങൾ ബ്രാഹ്മണ കുടുംബങ്ങളുടെ അധീനതയിലായിരുന്നു. കാടുപിടിച്ചുകിടന്ന സ്ഥലത്ത് പുല്ലരിയാൻ വന്ന സ്ത്രികൾ അരിവാൾ മൂർച്ചക്കൂട്ടുവാൻ കല്ലിലുരച്ചപ്പോൾ കല്ലിൽ രക്തം കണ്ടു ഭയന്നു. അവർ ഈ വിവരം അടുത്തുള്ള ഇല്ലത്തുചെന്ന് അറിയിച്ചു. അവിടെയുള്ളവർ ദേവിസാന്നിദ്ധ്യം മനസ്സിലാക്കുകയും ദേവിക്ക് ചിരട്ടയിൽ ശർക്കര നി

വേദിക്കുകയും ചെയ്തു. ഇന്നും ഈ ക്ഷേത്രത്തിൽ ശർക്കരനിവേദ്യം പ്രധാനമാണ്. ദേവിക്ക് ശർക്കരനിവേദ്യം വഴിപാട് നടത്തുന്നത് അത്ഭുതഫലസിദ്ധി നൽകും എന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നു.

ഇരിങ്ങോൾ കാവിലെ ഒരു വൃക്ഷത്തിൻ മുകളിൽ ഹനുമത് സാന്നിദ്ധ്യം ഉണ്ട്. ഇവിടെ ഹനുമാൻ തന്റെ അത്ഭുത ശക്തികളെല്ലാം മറന്ന ഭാവത്തിലാണ് എന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നു. തൃണബിന്ദു മഹർഷി ഇവിടെ തപസ്സനുഷ്ഠിച്ചിരുന്നപ്പോൾ ഹനുമാൻ അദ്ദേഹത്തിന്റെ തപസ്സിന് ഭംഗം വരുത്തുകയും പലവിധ ശല്യമുണ്ടാക്കുകയും ചെയ്തു. മഹർഷി തന്നെ ശല്യം ചെയ്ത ഹനുമാനെ 'നിന്റെ ശക്തിയെപ്പറ്റി നിനക്ക് മറവിയുണ്ടാകട്ടെ' എന്ന് ശപിച്ചു. ഇതാണ് ഇരിങ്ങോൾക്കാവിലെ എല്ലാ ശക്തിയും മറന്ന ഹനുമൽ സാന്നിദ്ധ്യത്തിന്റെ ഐതീഹ്യം. ഹനുമാൻ ശാപഗ്രസ്ഥനായതറിഞ്ഞ് വരുണദേവൻ അവിടെയെത്തി. എല്ലാം മറന്ന പോലെ ഒരു ഇലവുമരത്തിൽ ഹനുമാൻ ഇരിക്കുന്നത് കണ്ടു. ഈ കാവിലേക്ക് അഹങ്കാരത്തോടെ ആരും വരാൻ പാടില്ല. കാറ്റുപോലും മൃദുവായി വീശണം എന്നാണ്. ഹനുമാൻ ഇരുന്നത് എന്നു വിശ്വസിച്ചിരുന്ന ഇളവുമരം ഈ അടുത്തകാലത്ത് കടപുഴകിവീണ് മണ്ണോടു ചേർന്നു.

ബ്രാഹ്മണ കുടുംബങ്ങളുടെ അധീനതയിലായിരുന്ന ഇരിങ്ങോൾക്കാവും, ഭഗവതി ക്ഷേത്രവും ഇന്ന് തിരുവിതാംകൂർ ദേവസ്വം ബോഡിന്റെ അധീനതയിലാണ്. വൃശ്ചികമാസത്തിലെ തൃക്കാർത്തിക ഇവിടെ അതിവിശേഷമാണ്. അന്നേദിവസം ഇവിടെയെത്തി ദേവിയെ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നവർക്ക് ഉദ്ദിഷ്ഠകാര്യഫലപ്രാപ്തിയുണ്ടാകും എന്നാണ് വിശ്വാസം. പ്രഭാതത്തിൽ സരസ്വതിയായും, ഉച്ചക്ക് വനദുർഗ്ഗയായും, വൈകിട്ട് ശ്രീ ഭദ്രകാളിയായും ആദിപരാശക്തിയായ അമ്മയെ ഇവിടെ ആരാധിക്കുന്നു. ചൊവ്വ, വെള്ളി, പൗർണ്ണമി, അമാവാസി, നവമി, അഷ്ടമി, നവരാത്രി, വിദ്യാരംഭം, തൃക്കാർത്തിക, മലയാളമാസം ഒന്നാം തിയതി എന്നി ദിവസങ്ങൾ ഇവിടെ പ്രധാനമാണ്. അഞ്ചു പൂജയും ശീവേലിയുമുള്ള ക്ഷേത്രമാണിത്. ഈ കാനനക്ഷേത്രത്തിന്റെ നിർമ്മിതികളിൽ നിന്നു തന്നെ കാലപ്പഴക്കം മനസ്സിലാക്കാം. ഇവിടെ ചെമ്പുമേഞ്ഞ വട്ട ശ്രീകോവിലിൽ ദേവി വിഗ്രഹം കാണാം. നമസ്കാരമണ്ഡപവും, നാലമ്പലവും, തിടപ്പള്ളിയും, മണിക്കിണറും അതിവിശാലമായ ക്ഷേത്രാങ്കണവും അടങ്ങുന്ന ഒരു പുണ്ണ്യക്ഷേത്രം. കാട്ടിനുള്ളിലെ ഈ ക്ഷേത്ര ദർശനം ഒരു ആനന്ദാനുഭൂതി തന്നെയാണ്. ഈ കാവും ക്ഷേത്രവും എറണാകുളം ജില്ലയിലെ പെരുമ്പാവൂരിനടുത്താണ് സ്ഥിതിചെയ്യുന്നത്. പ്രകൃതിയെ ഈശ്വരനായി ആരാധിക്കുന്നവർക്ക് ഈ ക്ഷേത്രദർശ്ശനവും ഇവിടുത്തെ കാഴ്ചകളും വിലമതിക്കാനാവാത്ത അനുഭവമാകും.

കണ്ണിനാനന്ദകരവും മനം കുളിർപ്പിക്കുന്നതുമായ കാഴ്ചകളും കണ്ട് ഇരിങ്ങോൾക്കാവിൽ വാഴുന്ന ശ്രീകൃഷ്ണ സഹോദരി വിഷ്ണുമായ ഭഗവതിയെയും കണ്ടു വണങ്ങി ദേവിയുടെ അനുഗ്രഹാശ്ശിസ്സുകൾക്ക് പാത്രിഭൂതരാകുവാൻ എല്ലാ ദേവി ഭക്തരെയും ഇരിങ്ങോൾക്കാവിലമ്മ അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ. ■

ക്ഷീണിക്കാത്ത മനീഷയും മഷിയുണ-
ങ്ങീടാത്ത പൊൻപേനയും
വാണിക്കായ് തനിയേയുഴിഞ്ഞു വരമായ്
നേടീ ഭവാൻ സിദ്ധികൾ;
കാണിച്ചു വിവിധാത് ഭൂതങ്ങൾ വിധിദൃ-
ഷ്ടാന്തങ്ങളായ്, വൈരിമാർ
നാണിച്ചു, സ്വയമംബ കൈരളിതെളി-
ഞ്ഞീക്ഷിച്ചു മോക്ഷത്തെയും.

– പ്രരോദനം, കുമാരനാശാൻ.

സുഭാഷിതം

വിദ്വൽപ്രഭ . ജെ. എസ് – 9847537007

ചിക്കാഗോയിലെ ലോകസമ്മേളനത്തിലെ വിഖ്യാത പ്രസംഗത്തിൽ സ്വാമി വിവേകാനന്ദൻ പറഞ്ഞൊരു കഥയുണ്ട്. "ഒരു കിണറ്റിൽ ഒറ്റക്കൊരു തവള, ഒരു ദിവസം കടലിൽ നിന്നും മറ്റൊരു തവള കിണറ്റിലെത്തി. ആദ്യത്തെ തവള ചോദിച്ചു" എവിടെ നിന്നാ?,

'ഞാൻ കടൽ എന്ന വിശാലമായ ലോകത്തുനിന്നാണ്' ഉടൻ ഒന്നാമത്തെ തവള ആ കിണറ്റിൽ ഒന്ന് ഉയർന്നു ചാടി എന്നിട്ട് രണ്ടാമത്തെ തവളയോടു ചോദിച്ചു "ഇത്രയും വലുതാണോ നിന്റെ കടൽ" രണ്ടാമത്തെ തവള ചിരിച്ചുകൊണ്ട് പറഞ്ഞു ഇതിലുമൊക്കെ ഒരു പാട് വലുതാണ് കടൽ"

ഒന്നാമത്തെ തവള സർവ്വശക്തിയും സംഭരിച്ച് കിണറ്റിന്റെ ഒരറ്റത്തുനിന്ന് മറ്റൊരറ്റത്തേക്ക് എടുത്തുചാടി. "എന്തായാലും ഇത്രയും വലുതാകില്ല നിന്റെ കടൽ" കടൽ ഒരിക്കലും കാണാത്ത കിണറ്റിലെ തവളയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം കിണർ തന്നെയാണ് വലിയലോകം.

ഞാനാണ് വലിയവൻ, എന്നെ എല്ലാവരും ബഹുമാനിക്കണമെന്ന ചിന്തയ്ക്കു പകരം നാം ഇടപഴകുന്ന ഓരോ ആളുകളുടെയും വ്യക്തിത്വത്തെ അംഗീകരിക്കുക. മറ്റുള്ളവരെ ബഹുമാനിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ വ്യക്തിത്വമാണ് ഉയരുന്നത്.

സമൂഹത്തിലെ ഉന്നതരോ, സാധാരണക്കാരോ, ബാലനോ, വൃദ്ധനോ ആരുമാകട്ടെ അവരിൽ നിന്നെല്ലാം നമുക്ക് പുതിയ പുതിയ പല അറിവുകളും ലഭിക്കാം,

ആൽബർട്ട് ഐൻസ്റ്റീൻ മരണക്കിടക്കയിലായിരുന്നപ്പോൾ ഒരു പത്രലേഖകൻ ചോദിച്ചു അറിവിന്റെ കുലപതിയായി മരിക്കാനൊരുങ്ങുമ്പോൾ അങ്ങേക്ക് എന്താണ് തോന്നുന്നത്? (ആവികാരം) ഒരു നിമിഷം ആലോചിച്ചു. എന്നിട്ട് സൗമ്യമായി ചിരിച്ചിട്ട് ഐൻസ്റ്റീൻ പറഞ്ഞു. "വർണ്ണശബളമായ അനേകായിരം മുത്തകളും പവിഴങ്ങളും നിറഞ്ഞ സമുദ്രത്തിൽ നിന്ന് ഏതാനും പൊടിഞ്ഞ കക്ക പറക്കിയെടുത്ത വ്യക്തിയുടെ മാനസികാവസ്ഥയാണ് എനിക്കുള്ളത്" ഇതാണ് മഹാന്മാരുടെ സമീപനവും, കാഴ്ചപ്പാടും.

വിവരവും, വിദ്യാസമ്പന്നരുമായ മഹാന്മാർ എപ്പോഴും കരുതുന്നത്. "പഠിച്ചത് വെറും കൈയ്ക്കുള്ളിലൊതുങ്ങുന്നതും പഠിക്കാനുള്ളത് ലോകം മുഴുവനുമെന്നാണ്" ഈ മഹത് ചിന്ത കൂടുതൽ അറിവ് നേടാനുള്ള വഴികൾ തെളിക്കും.

ലോകം ഒരു ആഗോള ഗ്രാമമായി വളരുമ്പോൾ മനോഭാവം സങ്കുചിതമായാൽ നമ്മുടെ സ്ഥാനം താഴെത്തട്ടിലായിരിക്കും. കാലത്തിനനുസരിച്ച് വളരുക സമൂഹത്തിന്റെ ആവശ്യമാണെന്ന് ചിന്തിക്കുന്നവർക്കേ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താനുള്ള മനസ്സുണ്ടാകൂ. അറിവിന്റെ അനന്തസാഗരത്തിലെത്താൻ ഇടതടവില്ലാതെ ശ്രമിക്കുക മാത്രമേ മാർഗ്ഗമുള്ളു. ■

ഭജന പഠന ശിബിരം

ശ്രീമതി ലക്ഷ്മി മോഹന്റെ ശിക്ഷണത്തിൽ 6 വയസ്സ് മുതൽ 15 വയസ്സുവരെയുള്ള കുട്ടികൾക്കായി ഭജന പഠന ശിബിരം ആരംഭിക്കുന്നു.

Day : Saturday (Once in a month)
Time : 4 pm to 5 pm
Venue : TDM Hall

കുടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്

ശുഭ വിജയകുമാർ : 9446357315

നമഃശിവായ

ഡോ. കെ. ഹരിഹരൻ – 9847313322

(തുടർച്ച.....)

ഋഗ്വേദം തുടങ്ങി നാലു വേദങ്ങളുണ്ട്. മഹാഭാരതം തുടങ്ങിയ ഇതിഹാസങ്ങൾ, ശ്രീമദ് ഭാഗവതം തുടങ്ങിയ പുരാണങ്ങൾ, ദേവ ജനവിദ്യ, സർവ്വജനവിദ്യ തുടങ്ങിയ വിദ്യകൾ, ഈശാവാസ്യാദി ഉപനിഷത്തുകൾ, പഞ്ചദശി തുടങ്ങിയ ശ്ലോകങ്ങൾ, ബ്രഹ്മസൂത്രാദി സൂത്രങ്ങൾ. ശാരീരഭാഷ്യം തുടങ്ങിയ വ്യാഖ്യാനങ്ങൾ. പഞ്ചപാദിക തുടങ്ങിയ അനുവ്യാഖ്യാനങ്ങൾ. ഇവയുടെ അദ്ധ്യായനവും അദ്ധ്യാപനവും സത്സംഗമാണ്. സംഗ്രഹവാക്യമാണ് സൂത്രം ബ്രഹ്മണങ്ങൾ വ്യാഖ്യാനമാണ്. ബ്രഹ്മണഗതമായ ശ്ലോകങ്ങളുടെ വ്യാഖ്യാനമാണ് അനുവ്യാഖ്യാനം. ഇവയെല്ലാത്തിന്റെയും അദ്ധ്യായനമാണ് സ്വാദ്ധ്യായം. മറ്റുള്ളവന്റെ മനസ്സിലേക്ക് കാര്യങ്ങൾ എത്തിക്കാൻ കഴിവുള്ളവൻ പ്രവക്താവ്. ഓരോ കാര്യവും വിശാലമായി മനസ്സിലാക്കി കൊടുക്കുന്നയാളായിരിക്കണം, പ്രവക്താവ്. അദ്ദേഹം ജീവിതമേ മാറ്റിമറിക്കുന്നവനായിരിക്കും. കപില ഭഗവാൻ പറയുന്നു-സത്പുരുഷന്മാരുടെ പ്രസംഗമുള്ളിടത്ത് ഹൃത്കർണ്ണരസായന കഥയുമുണ്ട്. രസായനമെന്നാൽ ഔഷധ വിശേഷണമാണത് ഭഗവത് കഥാരസായനമുണ്ട്. ഭക്തി രസായനവും പ്രസിദ്ധമാണ്. അത് ഹൃദയത്തെയും കർണ്ണത്തെയും ജരാവ്യാധികളിൽ നിന്നും മുക്തമാക്കും, ചിന്താശക്തിരാഹിത്യത്തിൽ നിന്നും മോചനം നൽകും ദർശനശക്തിയും വർദ്ധിപ്പിക്കും, ബലവർദ്ധകവുമാണ് ഈ രസായനസേവയാൽ അപവർഗ്ഗമാർഗ്ഗത്തിൽ ശ്രദ്ധയും, ഭക്തിയും, രതിയും ഉണ്ടാകും. വിവേകാദിയിൽ തുടങ്ങി ശ്രവണം വരെയുള്ളതാണ് അപവർഗ്ഗമാർഗ്ഗം. ധർമ്മം, അർത്ഥം, കാമം, മോക്ഷം ഇവയിൽ വിപര്യയമില്ലാതെ 'ഇത് ഇങ്ങനെ തന്നെയാണ്' എന്ന ബുദ്ധിയാണ് ശ്രദ്ധ.

'ശ്രദ്ധ സംപ്രത്യയഃസ്പൃഹാ' സംപ്രത്യയം എന്നാൽ ആദരം. അതുപോലെ സ്പൃഹയും, രണ്ടും ശ്രദ്ധയാണ്. ഇവ രണ്ടിന്റേയും സമ്മിളിതസ്വരൂപം സത്സംഗത്തിൽ നിന്നുണ്ടാകുന്നു. ശ്രദ്ധയുണ്ടെങ്കിൽ അസ്സൽ അഗ്നി ജ്വലിക്കും. ശ്രദ്ധയൊന്നുകൊണ്ടുമാത്രമാണ് ഹവിർഹോമം. ശ്രദ്ധയെ, ഭഗഃ = ഭാഗധേയം = ഭാഗ്യം = ധർമ്മമസ്തകം എന്ന് നാം പറയുന്നു. രതി എന്നാൽ അപവർഗ്ഗമാർഗ്ഗത്തിലുള്ള രമണമാണ്. അതിൽ ആനന്ദമുണ്ടാകും. ബാക്കിയുള്ള സകല വസ്തുക്കളും തുച്ഛം, തുച്ഛമായി തോന്നും.

ഭഗവാനിൽ ഭക്തിയുണ്ടായാൽ ഇന്ദ്രിയവിഷയങ്ങളിൽ വൈരാഗ്യവും ഉണ്ടാകാൻ തുടങ്ങും. പ്രാകൃത ഗുണങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തനാകും. വൈരാഗ്യത്താൽ ജ്ഞാനം ആർജ്ജിക്കും. യോഗവും ഭക്തിയും സമ്പാദിച്ചാൽ പിന്നെ പ്രത്യാഗാത്മാരൂപിയായ പരമാത്മാവിനെ പ്രാപിക്കാൻ ഒട്ടും വൈകുകയില്ല ഇതിന് മൂലകാരണം സത്സംഗം തന്നെയാണ് സത്സംഗം ചെയ്യുമ്പോൾ സത്യം തെളിഞ്ഞുവരും, നിർഭയനാകും സാധാരണയായി ആളുകൾക്ക് യൗവനത്തിൽ മരണഭയം കുറവായിരിക്കും, എന്നാൽ വയസാകുന്തോറും ഭയചകിതരാകുന്നു, നിരാശയുണ്ടാകുന്നു.

വാർദ്ധക്യം വന്നു ചേർന്ന്. ശരീരം ശുഷ്ക്കിച്ച്, കൂനും വന്നു. പണ്ട് എത്ര ഓടി നടക്കുമായിരുന്നു, ഇപ്പോൾ ഒരടി നടക്കണമെങ്കിൽ പോലും അതീവ ശ്രദ്ധ വേണം. കാലും വിറയ്ക്കുന്നുണ്ട്. കുറച്ച് അശ്രദ്ധയുണ്ടായാൽ വീണുപോകും. കോണിപ്പടി കയറുമ്പോൾ കാൽ അങ്ങോട്ടോ ഇങ്ങോട്ടോ ഒന്ന് തെറ്റിയാൽ വീഴും, പല്ലും

പോയി, കാഴ്ചയും കേൾവിയും കുറഞ്ഞു. പണ്ട് ഞാനൊന്നു വിളിച്ചാൽ ഭാര്യയും, പുത്രനും, ഭൃത്യനും ഓടിവന്നിരുന്നു. ഇപ്പോൾ അതും നിലച്ചു, കുറെ നേരം വിളിച്ചാലേ വിളി കേൾക്കുകയുള്ളു. ഇങ്ങനെയാണ് മനുഷ്യൻ നിരാശനാകുന്നത്. മരണത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ ഭയമുണ്ടാകും. സത്സംഗത്തിൽ ഇത് തന്നെയാണ് കേൾക്കുന്നത്. മരണം കേവലം വസ്ത്രം മാറലാണ്. പഴയ വസ്ത്രം മാറ്റി പുതിയത് ഉടുക്കുന്നതു പോലെ. ആളുകൾ അവരവരെ ബുദ്ധിമാന്മാരായി കരുതുന്നു. ഇത് വല്ലാത്ത ജഡതയാണ്. ദംഭവും അഹങ്കാരാദികളുമാണ് ആ ജഡതയുടെ പരിണാമം. സത്സംഗം അതിനെയകറ്റും വാക്കുകളിൽ സത്യസന്ധത ഉണ്ടാകും. കള്ളം കൊണ്ടും കാപട്യം കൊണ്ടും നിങ്ങൾ എത്ര ധനം സമ്പാദിച്ചാലും അതിന്റെ സാരം കാപട്യജന്യമായ പാപം മാത്രമായിരിക്കും നിങ്ങൾ കൂടെ കൊണ്ടുപോകുന്നത്. ധനാദികൾ ഇവിടെ ഉപേക്ഷിച്ചും പോകും. ഈ വക കാര്യങ്ങൾ സത്സംഗത്തിൽ നിന്നും മാത്രമേ കേൾക്കാൻ സാധിക്കൂ. ദാനം, പുണ്യം, യജ്ഞം ഇവയും സാരാംശമായ പുണ്യഫലരൂപിയായ ജലാംശത്താൽ വേഷ്ടിതനായി മനുഷ്യൻ പോകും. സത്സംഗം മനുഷ്യനെ പാപത്തിൽ നിന്നും അകറ്റി നിർത്തും കർമ്മഫലം കിട്ടുക തന്നെ ചെയ്യും ഇന്നല്ലെങ്കിൽ നാളെ, വൈകിയാലും കിട്ടാതിരിക്കില്ല. ഉയർന്ന ചിന്തവേണം. വിചാരവും ചിന്തനവും തമ്മിൽ വ്യത്യാസം ഉണ്ട്. വിചാരം കാര്യവിഷയകമാണ്. എന്ത് ചെയ്യണം, ആർക്കുവേണ്ടി ചെയ്യണം, എങ്ങനെ ചെയ്യണം തുടങ്ങിയവയാണ് വിചാരം. എന്നാൽ ചിന്തനമെന്നത് പരമാർത്ഥചിന്തനത്തെയാണ്. പരദോഷ ചിന്തയ്ക്കായി സമയം കളയുകയില്ല. പരദോഷ ചിന്തനഫലം അസ്വസ്ഥതയാണ് പരമാത്മചിന്തയാൽ ശാന്തി ലഭിക്കും.

'ദീക്ഷു തതോതി കീർത്തിം'

മഹാപുരുഷന്മാർക്ക് കീർത്തിയുണ്ടാകണമെന്ന് അഭിലാഷമുണ്ടാകില്ല, പക്ഷെ ഇത്തരം മഹാപുരുഷന്മാർ ഈ ലോകത്ത് തുലോം ദുർലഭമാണ്. എന്റെ പേര് എന്നും നില നിൽക്കണം എന്ന അഭിലാഷം ചീത്തയൊന്നുമല്ല. എന്നാൽ ചീത്തപ്പേരിനോട് ഭയവും വേണം. ശ്രദ്ധ, രതി, ഭക്തി ഇവ ഭാഗവതോക്തമായ അസാധാരണമായ ഫലങ്ങളാണ്. സത്യധാരണ ആരിലാണോ ഉള്ളത്-ഇങ്ങനെയുള്ള സംപ്രത്യയമായ ആദരയുക്തമായ പ്രേമഭാവം തന്നെയാണ് ശ്രദ്ധ. സത്യധാരണയില്ലാത്തത് അന്ധശ്രദ്ധയാണ്. സത്യാർത്ഥ പ്രാപ്തി സത്സംഗം കൊണ്ടേ ഉണ്ടാവുകയുള്ളു.

പാരികാംഷി എന്നൊരു ശബ്ദം ഉണ്ട്. അതിന്റെ രൂഢി വന്ന അർത്ഥം തപസ്വി അല്ലെങ്കിൽ മസ്കരി എന്നാണ്. തപസ്വിയും, മസ്കരിയും പാരികാംക്ഷികളാണ്. പാരമെന്നതിനർത്ഥം മോക്ഷം, രക്ഷണം, ബ്രഹ്മം-ഇവയെ ആഗ്രഹിക്കുന്നവനാണ് പാരികാംഷി അഥവ പാരകാംഷി. പരമപാരം-രക്ഷണം എവിടെയാണോ, അത് പാരി. അത് ബ്രഹ്മത്തിലുണ്ട്, മോക്ഷത്തിലുണ്ട് അതിന്റെ ആകാംഷ രണ്ട് പേർക്കുണ്ട്, തപസ്വിക്കും മസ്കരിക്കും. തപസ്വിയെന്ന് വാനപ്രസ്ഥനെയാണ് പറയുന്നത്. പരിവ്രാജകസന്യാസിയാണ് മസ്കരി. വിഹിതമായി നാല് ആശ്രമങ്ങളുണ്ട്. ഉപനിഷത്തുക്കളിൽ അവയുടെ വർണ്ണന വന്നിട്ടുണ്ട്.

ഇരുപതുകൊല്ലം ആദ്യം എല്ലാവരും ബ്രഹ്മചാരിയായി കഴിയേണ്ടതുണ്ട്. അപ്പോൾ വിദ്യാഗ്രഹണം ചെയ്യേണ്ടതാണ് - വേദ വിദ്യ, ശില്പ വിദ്യ , ഗണിത വിദ്യ ഇത്യാദി, ഇതിൽ വേദ വിദ്യയാണ് വിശിഷ്ടം. അതിനുശേഷം ഇരുപത്തിയഞ്ചുമുതൽ അൻപതു വയസ്സുവരെ ഗൃഹസ്ഥാശ്രമിയാകണം. പഠിച്ച വിദ്യകൾ ഉപയോഗിക്കാനുള്ള സമയമാണിത്. ഗൃഹസ്ഥനാണ് സംസാരവൃദ്ധി ചെയ്യുന്നത്. ഇതിനാണ് ഗ്രഹസ്ഥാശ്രമം. അതിനുശേഷം പരികാംക്ഷിയാകണം. എന്തെന്നാൽ ഇത്രയും ആകുമ്പോഴേക്കും അവൻ സംസാരത്തിന്റെ തനിസ്വരൂപം മനസ്സിലാക്കും. ഭഗവാൻ സംസാരം

വളരെ വിലക്ഷണമായാണ് സൃഷ്ടിച്ചിരിക്കുന്നത്. എല്ലായിടത്തും എന്തെങ്കിലും പോരായ്മകളും ബാക്കിവെച്ചിട്ടുണ്ട്. സംസാരം ദ്വന്ദ്വാത്മകമാണ്. സർവ്വത്ര സകാരാത്മകവും, നകാരാത്മകവും – പോസിറ്റീവും നെഗറ്റീവും. ആചാര്യന്മാർ കുറച്ചു വിശേഷതകളോടെ ഇത് സ്പഷ്ടമാക്കിയിട്ടുണ്ട്.

ബ്രഹ്മചര്യം പാലിച്ചു വേദാദ്ധ്യായനം ചെയ്യണം. വിദ്യകളെല്ലാം പഠിക്കണം. എല്ലാ വിദ്യകളുടേയും സമാവേശമുള്ളതിനാൽ വേദമെന്ന് പറയുന്നു 'വിദ്യന്തേ ജ്ഞായന്തേ സർവ്വേവിഷയായൈസ്തേ വേദാ' സർവ്വ വിഷയങ്ങളും ഏതിനെക്കൊണ്ട് അറിയാൻ കഴിയുന്നുവോ അതാണ് വേദം.'അനന്താ വൈ വേദാ' വേദം അനന്തമാണ്. ബ്രഹ്മചര്യത്തിലാണ് വേദം പഠിക്കേണ്ടത്. ഗ്രഹസ്ഥാശ്രമത്തിൽ വിദ്യാദ്ധ്യായനം നടത്തുകയും വിദ്യയെ പ്രാപല്യത്തിൽ വരുത്തുകയും ചെയ്യണം. ഈ കർമ്മങ്ങളാൽ ഈശ്വരപൂജയും, യജ്ജവും, ദാനവും ചെയ്യണം. ഓരോ കർമ്മവും ഈശ്വരസേവയാകണം. ഭോജനവും പൂജനമാണ്, യജ്ഞമാണ്. വൈശ്വാനരനായി ഭഗവാൻ സമസ്ത പ്രാണികളുടേയും ദേഹത്തിൽ കുടികൊള്ളുന്നുണ്ട്. വിശപ്പുള്ളവന് ഭക്ഷണം കൊടുക്കുക. ഇത് ഈശ്വരപൂജനമാണ്. സ്വയം കഴിക്കുകയും വേണം. അന്യർക്കു നൽകി, സ്വയം കഴിക്കാതിരുന്നു. അതും ശരിയല്ല. അവനവന്റെ വയറ്റിലും ഭഗവാൻ വൈശാനന്റെ രൂപത്തിൽ ഇരിപ്പുണ്ട്. വിശക്കുന്നവന്റെ ഉദരത്തിൽ ഭഗവാൻ കുടുതലായുണ്ട്, എന്നത് തീർച്ചയാണ്.

ഈ സംസാരത്തെ ഭഗവാൻ ദ്വന്ദ്വാത്മകമായി സൃഷ്ടിച്ചു എന്ന് നാം മുൻപ് പറഞ്ഞു. ജനനം സന്തോഷമുണ്ടാക്കുന്നെങ്കിൽ, മരണവും കൂടെത്തന്നെയുണ്ട് എന്ന് മനസ്സിലാക്കണം. ആരോഗ്യത്തോടൊപ്പം രോഗവുമുണ്ട്. എന്തെല്ലാം വികടങ്ങളാണ്. ഭോജനമുണ്ടെങ്കിൽ ദഹനത്തിനായി പിത്തരസവും സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ടു. ഏറെക്കുറെ തുല്ല്യതയിലാണ് സൃഷ്ടി, ആദ്യം കുറച്ചു മെച്ചപ്പെട്ട സൃഷ്ടികൾ. പിന്നെ അതിൽ ചില കുറവുകൾ. ചിലപ്പോൾ അളവ് കൂടുതൽ, ചിലപ്പോൾ കുറവ് , കിഡ്നി രണ്ടെണ്ണം. എന്നാൽ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ അത് പ്രവർത്തിച്ചെന്നു വരില്ല. ഇങ്ങനെയെല്ലാം സൃഷ്ടിച്ച് അൽപം കുറവുകളും ബാക്കി വെച്ചു. കണ്ണുകൾ രണ്ടും ആദ്യമെത്ര തീക്ഷ്ണമായിരുന്നു? പതുക്കെപ്പതുക്കെ പ്രകാശം മങ്ങി വന്നു, ക്ലേശവും തുടങ്ങി. 'ഭവസുഖേ ദോഷ' സംസാര സുഖത്തിൽ തന്നെ ദോഷം ഒളിഞ്ഞിരിപ്പുണ്ട്. ഇത് ശ്രദ്ധിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാൽ മോഹ ഭംഗമുണ്ടാകും, ചിലപ്പോൾ പനി, ചിലപ്പോൾ ചുമ, ചിലപ്പോൾ നടുവേദന മറ്റുചിലപ്പോൾ തലവേദന. ആർക്കും ഇതെല്ലാം സുഖപ്പെടുത്താൻ സാധിക്കില്ല. ശാസ്ത്രജ്ഞർ പുതിയ മരുന്നുകൾ ഗവേഷണം ചെയ്തു കണ്ടുപിടിക്കുമ്പോഴേക്കും പരമാത്മാവ് പുതിയ രോഗങ്ങളെയും സൃഷ്ടിച്ചുവിടും. ഭവസുഖത്തിൽ ദോഷങ്ങളുണ്ടെന്നു മനസ്സിലാക്കണം. അതിനാൽ ഭവസുഖത്തിലാവശ്യമായതിൽ കവിഞ്ഞ പ്രാധാന്യം നൽകരുത്. ഇതെല്ലാം ഗാർഹസ്ത്യധർമ്മത്തിൽ തന്നെയുള്ളതാണ്.

മേൽകാര്യങ്ങളിൽ ഉപേക്ഷാഭാവമുണ്ടായി ആത്മേച്ഛയുണ്ടാവുകയും വേണം. ഈ ആത്മേച്ഛ തന്നെയാണ് പാരികാംക്ഷ ആത്മാവെന്ന് പരമാത്മാവിനേയും വിളിക്കാറുണ്ട്. സ്വആത്മാവിന്റെ വാസ്തവിക സ്വരൂപമാണ് പരമാത്മാവ്. പരമാത്മാവിന്റെ ഇച്ഛ പരമാത്മാ പ്രാപ്തിക്കായുള്ള ഇച്ഛ ഭഗവത് പ്രാപ്തിക്കായുള്ള ഇച്ഛ പാരികാംക്ഷ ഇവയെല്ലാം സമാന അർത്ഥപദങ്ങളാണ്. പരമാത്മാവിനെ പ്രാപിക്കുക തന്നെ വേണമെന്ന നിശ്ചയാത്മികമായ ഇച്ഛയാണ് 'ആത്മേച്ഛാ വ്യവസീയതാം'. മുന്നോട്ട് ഇതിന് ഇനിയും പരിണാമമുണ്ട് . വീടിനോടും, കുടുംബത്തോടും ബന്ധിച്ചിട്ടുള്ള ചങ്ങല പൊട്ടിക്കേണ്ടതുണ്ട്. അപ്പോഴേ പാരികാംക്ഷിയാവുകയുള്ളു. വാനപ്രസ്ഥനാകണം, തപസ്വിയല്ലെങ്കിൽ മസ്കരിയാകണം. അതിന് പണ്ടൊക്കെ

ബന്ധങ്ങളുപേക്ഷിച്ച് വനത്തിലേക്ക് പോയിരുന്നു.

ഭവസുഖവും ദോഷവും സന്ധാനം ചെയ്താൽ അയാൾ വിഷയ വ്യാവൃത്താത്മാവാകും. പിന്നെ വിഷയങ്ങളിൽ മനസ്സ് വ്യാപരിക്കില്ല. ധനസമ്പത്തുകളിലൊന്നും ആസക്തിയുണ്ടാകില്ല. ജീവിതാവസാനകാലത്തെ ഇതിന്റെ ആസക്തി പാപപരിണിതമാണ്. വാർദ്ധക്യത്തിൽ തൃഷ്ണ വളരും ഭോജനേശ്ചയും ഭോഗേച്ഛയും കൂടും. പക്ഷെ ദഹനവും ബലവുമില്ല. ഈ പാപങ്ങളെ ആദ്യകാലത്തുതന്നെ സത്കാര്യങ്ങൾ ചെയ്ത് കഴുകിക്കളയണം. അപ്പോൾ മാത്രമേ സമയമാകുമ്പോൾ വിഷയ വ്യാവൃത്താത്മാവാകാൻ സാധിക്കുകയുള്ളു. പണ്ട് രാജസിംഹാസനം മക്കൾക്കായി ഒഴിഞ്ഞു കൊടുത്തിരുന്നു. ശ്വേതഛത്രം യോഗ്യനായ പുത്രന്റെ സിരസ്സിലേറ്റി വനത്തിലേക്ക് പ്രസ്ഥാനം ചെയ്യുമായിരുന്നു. അപ്പോൾ അയാൾ പാരികാംക്ഷിയായ തപസ്വിയായിത്തീരുന്നു. ഇന്ന് വാനപ്രസ്ഥരെ കാണാൻ കിട്ടില്ല. അപ്പോൾ വാനപ്രസ്ഥത്തിന്റെ അഭിനവ അർത്ഥം വേണ്ടിവരും.

'വനഷണ സംഭക്തൗ'. വൻ ധാതുവിന് സംഭജനം എന്നർത്ഥം. എവിടെയാണോ സമ്യക്കായ ഭജനം ചെയ്യുന്നത് അതുതന്നെ വനം. ബ്രഹ്മത്തേയും വനമെന്ന് വിളിക്കാറുണ്ട്. എന്തെന്നാൽ അത് വനനീയമാണ്, അതായത് ഭജനീയമാണ്. ഭജനാർത്ഥം പ്രസ്ഥിതനാകുക എന്നതാണ് വാനപ്രസ്ഥ പദത്തിന്റെ ശരിയായ അർത്ഥം. അതാകട്ടെ എവിടെയും ചെയ്യാം. വീട്ടിലിരുന്നും ചെയ്യാം. പക്ഷെ അത് ഭജനം മാത്രമേ ആകു, സംഭജനമാകില്ല, കാരണം അവിടെ മറ്റുള്ള ഭജനവും നടക്കുന്നുണ്ടല്ലോ. വാനപ്രസ്ഥാശ്രമം ഭജനത്തിനുവേണ്ടിയാണ്. തപസ്സ് എന്നാണതിനർത്ഥം. അഥവാ തപസ്വിയെന്നാൽ വാനപ്രസ്ഥർ എന്നറിയുക. പാരികാംക്ഷി എന്നതിന്റെ ഒരർത്ഥം ഇതാണ്. വ്രത്യഗാത്മാവായ പരമാത്മാവിനെ പ്രാപിക്കാനുള്ള ഉൽക്കടമായ ആകാംഷയാൽ തപസ്സു ചെയ്യുന്നവനെയാണ് പാരികാംക്ഷി എന്ന് പറയുന്നത്.

രണ്ടാമത്തെ അർത്ഥമാണ് 'മസ്കരി'. സർവ്വാരംഭ പരിത്യാഗി, ശുഭാശുഭ പരിത്യാഗി എന്ന് ഗീതയിൽ പറയുന്നുണ്ട് . സമസ്ത ധർമ്മങ്ങളെയും പരിത്യജിക്കുക. ധർമ്മത്തെ മാത്രം പരിത്യജിച്ചാൽ പോരാ, അധർമ്മവും എല്ലാവരും പരിത്യജിക്കുക തന്നെ വേണം. മസ്കരിയുടെ അർത്ഥമിതു തന്നെ.

പാരികാംക്ഷിക്കുശേഷം പാരിജാതരാണ. പാരി എന്നതിന്റെ അർത്ഥം നേരത്തെ സ്പഷ്ടമാക്കിയിട്ടുണ്ട്, സംസാരത്തിന്റെ പാരം അതിര് എവിടെയോ, അത് പാരി. അതിനായി ഉൽപ്പന്നമാകുന്നവർ പാരിജാതർ. കർമ്മം ഉപാസന എന്നിവയ്ക്കൊപ്പം എപ്പോഴുമുള്ള സാമാന്യ ജ്ഞാനവും സത്സംഗവും ചേർക്കുമ്പോൾ സാധനാചതുഷ്ടയം ഉൽപ്പന്നമാകും. അന്തഃ രംഗ സാധനയുണ്ടാകും. ഇതു തന്നെ പാരിജാതൻ. ആദ്യം പാരികാംഷിയായിരുന്നെങ്കിലും അതിൽ തീവ്രതയുണ്ടാകുമ്പോൾ പാരിജാതനാകുന്നു. ആദ്യം സ്ഥായിയായ വിവേകം പ്രാപ്തമാക്കണം, അതിൽ നിന്നും തീവ്ര വൈരാഗ്യമുണ്ടാകും. ശ്മശാന വിവേകം - ശ്മശാന വൈരാഗ്യമുണ്ടായിട്ടു കാര്യമില്ല, ഒരു മൃതുവ്യക്തിയെ കാണുമ്പോൾ, യഥാർത്ഥത്തിൽ രാമനാമം മാത്രമാണ് സത്യം എന്ന് മനസ്സിൽ തോന്നും. ജഗത് പൊതുവെ അസത്യമാണെന്നും തോന്നും. ശ്മശാന യാത്രയിലെ ഇത് പറയുകയുള്ളൂ. ചിത കാണുമ്പോൾ ഈ ജഗത്തിന്റെ ക്ഷണഭംഗുരതയും അറിവാകും. പക്ഷെ ശ്മശാനത്തിൽ നിന്നും മടങ്ങിയാൽ ഈ വിവേകവും വൈരാഗ്യവും അദൃശ്യമാകും. അതിനാൽ തീവ്രവൈരാഗ്യമാണ് വേണ്ടത്. ശമ - ദമാദി സമ്പത്തിനുള്ള പുരുഷൻ ആത്മാവിൽ ആത്മാവിനെ ദർശിക്കുന്നു.

തുടരും......

അതിതീവ്രകാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളും തകർന്നടിയുന്ന സമ്പദ്‌വ്യവസ്ഥകളും

എൻ. രാജശേഖരൻ – 9895550719

തീവ്രകാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളിൽ നിന്ന് അതി തീവ്രകാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളിലേക്ക് ലോകം കടന്നു കഴിഞ്ഞു. കഴിഞ്ഞ അഞ്ച് വർഷങ്ങൾക്കിടയിൽ കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങളെ അതിജീവിക്കാനാകാതെ മരണമടഞ്ഞത് 21000 പേരാണ്. 42260 കോടി രൂപയുടെ വസ്തുവഹകൾക്ക് നാശവും സംഭവിച്ചു. മരണങ്ങൾ ഒട്ടുമുക്കാലും ചുഴലിക്കാറ്റുകളും, അതിതീവ്രമഴയെ തുടർന്നുള്ള വെള്ളപ്പൊക്കവും കൊണ്ടാണ് സംഭവിച്ചത്. ലോക അന്തരീക്ഷപഠനകേന്ദ്രം പുറത്തുവിട്ട ഇന്ത്യൻ കാലാവസ്ഥാ റിപ്പോർട്ടിലാണ് ഇക്കാര്യം പ്രത്യേകം പറഞ്ഞിട്ടുള്ളത്. 1901–ന് ശേഷം ഏറ്റവും കൂടുതൽ ചൂട് അനുഭവപ്പെട്ടത് ഇന്ത്യയിലാണ്, അതും 2023 ഫെബ്രുവരി-മാർച്ച് മാസങ്ങളിൽ. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ട് ദുരിതമനുഭവിക്കുന്ന ലോകരാജ്യങ്ങളിൽ 7–ാം സ്ഥാനം ഇന്ത്യക്കാണ്.

അതിതീവ്രമഴ

ഇപ്പോൾ ലോകമൊട്ടാകെ തന്നെ, അതിതീവ്രകാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ പ്രവചിക്കാൻ കഴിയാതെയായി കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. മൺസൂൺ മഴ, തുലാമഴ, എന്തിന് വേനൽമഴക്ക് പോലും തീവ്രത വർദ്ധിച്ച് വരുന്ന ഒരു രീതിയാണ് കാണുന്നത്. 24 മണിക്കൂറിനിടെ 400 മില്ലിമീറ്റർ മഴ പെയ്തു എന്നത് നിശ്ചയമായും മഴയുടെ തീവ്രതയാണ് കാണിക്കുന്നത്. ഒരു മാസം കൊണ്ട് ലഭിക്കേണ്ട മഴ ഒരാഴ്ച കൊണ്ട് ലഭിച്ചാലുള്ള സ്ഥിതി ഒന്നാലോചിച്ച് നോക്കുക.

ഇത്തരത്തിലുള്ള അതിതീവ്രമഴ, അണക്കെട്ടുകൾ കൂടുതലുള്ള സ്ഥലങ്ങളിലാണ് കണ്ടുവരുന്നത്. കേരളത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ധാരാളം അണക്കെട്ടുകളുള്ള സ്ഥലമാണ്. കേരളത്തിൽ ഇത് വലിയ പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നുണ്ട്. വൃഷ്ടിപ്രദേശങ്ങളിൽ ഇത്തരം അതിതീവ്ര മഴ പെയ്യുന്നതിന്റെ ഫലമായി, അണക്കെട്ടുകളുടെ സംഭരണശേഷിക്ക് മുകളിൽ മിക്കപ്പോഴും എത്തുകയും, സംഭരണശേഷി കഴിഞ്ഞുള്ള ജലം പുറത്തേക്ക് ഒഴുക്കേണ്ടിയും വരുന്നു. 2018–ലെ മഹാപ്രളയ കാലത്ത് ഇത് വൻ ദുരന്തങ്ങളാണ് സൃഷ്ടിച്ചത്. സംഭരണശേഷി കഴിഞ്ഞുള്ള ജലം പുറത്തേക്ക് ഒഴുക്കുമ്പോൾ പുഴയുടെ തീരങ്ങളിൽ താമസിക്കുന്നവരുടെ ജീവനും സ്വത്തിനും ഭീഷണിയായി തീരുന്നുണ്ട്. അങ്ങനെയുള്ള സന്ദർഭങ്ങളിൽ, മുൻകൂട്ടി തന്നെ പുഴയുടെ തീരങ്ങളിൽ താമസിക്കുന്നവരെ "ഫ്ളഡ് മാപ്പിംങ്ങ്" തയ്യാറാക്കി അപകടം മുൻകൂട്ടി അറിയിക്കേണ്ടതാണ്. പക്ഷേ, നാം അതൊന്നും ചെയ്യാറില്ല.

ചൂടും ഈർപ്പവുമുള്ള സംവഹന പ്രക്രിയയിലൂടെയാണ് കൂമ്പാരമേഘങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത്. ഇവ അനുകൂല സാഹചര്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ ഉയർന്ന ഇടിയോട് കൂടിയ തീവ്രമഴ ഉണ്ടാകുകയാണ്. മേഘവിസ്പോടനത്തിനു കാരണമാകുന്നതും ഇത്തരം മേഘങ്ങളാണ്.

കാരണങ്ങൾ

ഈ കഴിഞ്ഞ തീവ്രമഴക്കാലത്ത് 400 മീറ്ററിലും കുടുതൽ മഴ പെയ്തത് മേഘവിസ്പോടനം പോലുള്ള തീവ്രമഴ തന്നെയായിരുന്നു. വയനാട്ടിൽ 2024 ജൂലൈ 30–ാം തീയതിയുണ്ടായ അതിതീവ്രമഴയാണല്ലോ മഹാദുരന്തത്തിൽ കലാശിച്ചത്.

അതിതീവ്ര കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ട് അന്ന് അന്തരീക്ഷത്തിൽ ചുട് ഉയർന്ന് കൊ

ണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നു, പാലക്കാട് 51.5 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസ് വരെ അന്തരീക്ഷതാപം ഉയർന്നിരുന്നു, അന്തരീക്ഷത്തിലെ ഊഷ്മാവ് ഇപ്രകാരം വർദ്ധിക്കുമ്പോൾ, ഒരോ ഡിഗ്രി വർദ്ധനവിനും, ഈർപ്പത്തെ വലിച്ചെടുക്കാനുള്ള കഴിവ് 7 (ഏഴ്) ശതമാനം വരെ വർദ്ധിക്കുന്നു. ഇപ്രകാരം അതീവ സമ്പന്നമായ ഈർപ്പത്താൽ, മേഘങ്ങളിൽ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതിൽ കൂടുതൽ ജലാംശം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതും, തീവ്രമഴക്ക് കാരണമാകുന്നതുമാണ്.

അതിതീവ്രമഴയുടെ മറ്റൊരു കാരണം ബംഗാൾ ഉൾക്കടലിലെ ന്യൂനമർദ്ദ സാന്നിദ്ധ്യമാണ്. കേരളത്തിൽ കാലവർഷമഴയെ സമ്പന്നമാക്കുന്നത് ഈ ന്യൂനമർദ്ദസാന്നിദ്ധ്യമാണ്. ന്യൂനമർദ്ദങ്ങളുടെ എണ്ണം വർദ്ധിക്കുമ്പോൾ മഴയുടെ അളവും കൂടാനിടയാകുന്നു.

ശുദ്ധജലക്ഷാമം

ശുദ്ധജലത്തിന്റെ കുറവ് ദൂരവ്യാപകമായ അനന്തരഫലങ്ങൾ സ്രഷ്ടിക്കുമെന്ന് ഗവേഷകർ അഭിപ്രായപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഇതിനെ തുടർന്ന് ക്ഷാമം, സംഘർഷങ്ങൾ, ദാരിദ്ര്യം എന്നിവയെല്ലാം എത്തിയേക്കാം.

ഭൂമി, നീണ്ട വരണ്ട ഘട്ടത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുകയാണെന്നാണ് "സർവേസ് ഇൻ ജിയോഫിസിക്സിൽ" പ്രസിദ്ധികരിച്ച ഗവേഷണപ്രബദ്ധത്തിൽ സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. 2015 മുതൽ 2023 വരെയുള്ള ഉപരിതലവും, ഭൂഗർഭജലവും ഉൾപ്പെടെ കരയിൽ സംഭരിച്ചിരിക്കുന്ന ശുദ്ധജലത്തിന്റെ ശരാശരി അളവ് 2002 മുതൽ 2014 വരെയുള്ള ശരാശരിയെക്കാൾ 290 ക്യൂബിക് കുറവായിട്ടാണ് കാണുന്നത്. ബ്രസീലിലെ കടുത്ത വരൾച്ചയോടെയാണ് ഈ ഇടിവ് ആരംഭിച്ചത്. തുടർന്ന് ഒന്നിലധികം ഭൂഖണ്ഡങ്ങളിലാകെ കടുത്ത വരൾച്ച അനുഭവപ്പെട്ടു.

നിരന്തരമായ ഈ ശുദ്ധജലക്ഷാമത്തിന് ഒരു പ്രധാന കാരണമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കപ്പെടുന്നത് ആഗോള താപനവും, അതിതീവ്ര കാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളുമാണെന്ന് വിദഗ്ധർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ആഗോളതാപനം അന്തരീക്ഷത്തിലെ ജലബാഷ്പത്തിന്റെ അംശം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. ഇതാകട്ടെ, കൂടുതൽ തീവ്രമായ മഴക്ക് കാരണമാകുന്നു. മഴക്കിടയിലുള്ള വരണ്ട കാലങ്ങൾ മണ്ണിനെ വെള്ളം ആഗിരണം ചെയ്യുന്നതിൽ നിന്ന് തടയുകയും ഇത് ഭൂഗർഭ ജലനിരപ്പ് കുറയുന്നതിനിടയാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ജലപ്രതിസന്ധിയെ തുടർന്ന് ലോകത്തിലെ ജലസംവിധാനങ്ങൾ ഒന്നാകെ കടുത്ത പ്രതിസന്ധിയിലായിരിക്കുന്നു. ജനങ്ങൾക്ക് അവരുടെ അടിസ്ഥാനപരമായ ജീവിതത്തിന്, ശുചിത്വത്തിനും മറ്റുമായി 50-100 ലിറ്റർ ജലം ആവശ്യമാണ്, എന്നാൽ മതിയായ പോഷകാഹാരം ഉൾപ്പെടെ പ്രതിദിനം 4000 ലിറ്റർ ജലം ആവശ്യമാണ്. കടുത്ത പ്രതിസന്ധിയിലാണ് ലോകം. 2 ബില്യൺ ആളുകൾക്ക് സുരക്ഷിതമായ കുടിവെള്ളത്തിന്റെ കുറവുണ്ട്, അതുപോലെ ഒരോ ദിവസവും 1000 കുട്ടികളാണ് അപര്യാപ്തമായ ജല ലഭ്യത മൂലം മരണമടയുന്നത്. ഈ ജലക്ഷാമം 2030-ആകുമ്പോഴേക്കും ശുദ്ധജലത്തിന്റെ ആവശ്യം 40% കവിയും. അനിയന്ത്രിതമായാൽ 2050-ഓടെ ജലക്ഷാമം അതിരൂക്ഷമായിത്തീരും. ആഗോള ഭക്ഷ്യ ഉൽപ്പാദനത്തിന്റെ പകുതിയിലേറെയും, ജലലഭ്യത ഉറപ്പില്ലാത്ത പ്രദേശങ്ങളെ ആശ്രയിച്ചാണുള്ളത്. ഇത് ഭക്ഷ്യസുരക്ഷക്കും വൻഭീഷണിയായി തീരും. എന്തായാലും ഒരു കാര്യം സത്യമാണ്. മനുഷ്യകുലം മുടിയുന്നതിന്റെ ഒരു കാരണം ശുദ്ധജല ലഭ്യത ഇല്ലായ്മ കൊണ്ടായിരിക്കുമെന്ന് കരുതുന്നു.

കേരളത്തിലെ അവസ്ഥ

കേരളത്തിൽ മഴയും, നദികളും കുടുതലായി ഉള്ളതിനാൽ ജലത്തിന്റെ വില ജനങ്ങൾ

അറിഞ്ഞിട്ടില്ല. എന്നാൽ ഇനി കാലാവസ്ഥാ മാറ്റങ്ങളുടെ മാറിവരുന്ന സാഹചര്യങ്ങളാണ് വരാൻ പോകുന്നത്. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങളുടെ ഈ ഘട്ടത്തിൽ ജലം ശരിയായി സംരക്ഷിച്ചേ കഴിയു.

ഇന്ത്യയിലെ സംസ്കാരമെന്നാൽ കാർഷിക സംസ്കാരമാണ്. പ്രകൃതിയെയും സംസ്കാരത്തെയും ഉൾക്കൊണ്ടുകൊണ്ടുള്ള പരമ്പരാഗത ജലസംസ്കാര രീതികളാണ് വേണ്ടത്. ബാഷ്പീകരണത്തിന്റെ നഷ്ടം ഉണ്ടാകാതെ ജലം ഭൂമിക്കടിയിൽ സൂക്ഷിക്കാൻ കഴിയണം.

ജല സംരക്ഷണത്തിന് മഴവെള്ള കൊയ്ത്ത് ഏറ്റവും വലിയ ഉപാധിയായി ചൂണ്ടികാണിക്കപ്പെടുന്നു. മണ്ണിൽ പ്ലാസ്റ്റിക് ഷീറ്റുകൾ വിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് വലിയൊരു പ്രയോജനം സിദ്ധിക്കുന്നില്ല. മലനിരകളിൽ നിന്ന് വരുന്ന ജലം സംരക്ഷിക്കാൻ കഴിയണം. പക്ഷേ കേരളത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ജലമലിനീകരണമാണ് പ്രധാന പ്രശ്നമെന്ന് തോന്നുന്നു. ജൈവകൃഷിയിലേക്ക് മാറിയാൽ ജലമലിനീകരണം വലിയ തോതിൽ തന്നെ കുറയ്ക്കാൻ കഴിഞ്ഞേക്കും. കാലാവസ്ഥാമാറ്റങ്ങൾ അതിരൂക്ഷമായി തുടരുന്നതോടെ, സമുദ്രജലത്തിന്റെ തീരപ്രദേശങ്ങളിലേക്കുള്ള കടന്നുകയറ്റം ഈ മേഖലകളിൽ കടുത്ത പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചേക്കും.

ഇപ്പോൾ തന്നെ, ഏറ്റവും വലിയ ജലസ്രോതസ്സായ ഭൂഗർഭജലത്തിന് കാര്യമായ കുറവുണ്ടായി കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഈ ഒരു പ്രതിസന്ധി ആത്യന്തികമായ മരുഭൂമികളുടെ വളർച്ചയ്ക്കാണ് ഇടവരുത്തുക. നഗരവത്കരണം, മഞ്ഞുമലകളുടെ അതിശീഘ്രമുള്ള ഉരുകൽ എന്നിവയും ഭൂഗർഭജലത്തിന്റെ കുറവിന് കാരണങ്ങളാണ്. ബഹ്റൈൻ, സൈപ്രസ്, കുവൈറ്റ്, ലബനൻ, ഒമാൻ എന്നീ രാജ്യങ്ങൾ ഇപ്പോൾ തന്നെ കടുത്ത ജലക്ഷാമം നേരിടുന്ന രാജ്യങ്ങളാണ്.

മറ്റൊരു വലിയ പ്രശ്നം ഇന്ത്യയിലെ ജനസംഖ്യാവർദ്ധനവാണ്, ജനസംഖ്യ വർദ്ധിക്കും തോറും ശുദ്ധജലത്തിന്റെയും ആഹാരസാധനങ്ങളുടെയും ആവശ്യകതയും വർദ്ധിക്കുകയാണ്. കേരളത്തിൽ ശുദ്ധജലമെത്തുന്നത് മഴ കൊണ്ടുമാത്രമാണ്. ഏപ്രിൽ അവസാനം മുതൽ സെപ്റ്റംബർ വരെ ലഭിക്കുന്ന കാലവർഷം, ഒക്ടോബർ മുതൽ നവംബർ വരെ പെയ്യുന്ന ഇടവപ്പാതിയും മൂലമാണ് കേരളത്തിൽ മഴ ലഭിക്കുന്നത്. ഗവൺമെന്റിന്റെ കണക്ക് പ്രകാരം തന്നെ 3000 മി.മീറ്റർ മഴ ലഭിക്കുന്നുണ്ട്. പക്ഷേ ഈ മഴയിൽ ലഭിക്കുന്ന ജലത്തിൽ കുടുതലും സമുദ്രത്തിലേക്ക് എത്തുകയാണ്. കേരളത്തിലെ വ്യത്യസ്ഥമായ ഭൂപ്രകൃതി കൊണ്ടാവാം ഇങ്ങനെ സംഭവിക്കുന്നത്. ഇതിനാൽ മണ്ണിലേക്ക് ജലം വാർന്നിറങ്ങി ഭൂഗർഭജലമാകുന്നതിന് കഴിയുന്നില്ല.

ശുദ്ധജലത്തിന്റെ അളവ് കുറയുന്നു

ഭൂമിയിലെ ശുദ്ധജലത്തിന്റെ അളവ് ഒരിക്കലും വീണ്ടെടുക്കാനാവാത്ത വിധം കുറഞ്ഞു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണെന്ന് പറഞ്ഞല്ലോ? അതീവ ഗുരുതരമായപ്രശ്നമാണിതെന്ന് ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരുടെ ആവർത്തിച്ചുള്ള മുന്നറിയിപ്പ്, 2014 മേയ് മുതൽ ഭൂമിയിലെ മൊത്തം ശുദ്ധജലത്തിന്റെ അളവ് കുറഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണെന്നും അന്ന് മുതൽ ഇപ്പോഴും താഴ്ന്ന നിലയിലാണെന്നും ശാസ്ത്രജ്ഞർ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു. ഭൂമിയിലെ ഭൂഖണ്ഡങ്ങൾ വരണ്ട ഘട്ടത്തിലേക്ക് പ്രവേശിച്ചുയെന്നതിന് തെളിവാണ് ഈ മാറ്റമെന്നാണ് വിലയിരുത്തൽ.

നാസ-ജർമ്മൻ ഉപഗ്രഹങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള നിരീക്ഷണങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലാണ് ശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ ഈ വെളിപ്പെടുത്തൽ. നാസയുടെയും, ജർമ്മനിയുടെയും സംയുക്തപദ്ധതിയായ ഗ്രെയ്സ് (ദ ഗ്രാവിറ്റി റിക്കവറി ആന്റ് ക്ലൈമറ്റ് എക്സ്പിരിമെന്റ്) നിരീക്ഷിച്ച ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും തീവ്രമായ 30 വരൾച്ചകളിൽ 13 എണ്ണ

വും 2015 ജനുവരി 8 മുതലാണ് ഉണ്ടായതെന്ന് ഗവേഷകരുടെ സംഘം റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യുന്നു. നിലവിലുണ്ടാകുന്ന ശുദ്ധജലത്തിന്റെ കുറവിന് പിന്നിൽ ആഗോളതാപനം തന്നെയാകാമെന്നും പഠനങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു.

വരാനിരിക്കുന്ന വരൾച്ചയുടെ സൂചനകളാകാമിതെന്ന് നാസയുടെ ഗൊദാർഡ് സ്പേസ് ഫ്ളൈറ്റ് സെന്ററിലെ ജലശാസ്ത്രജ്ഞനായ മാത്യൂ റോഡെൽ പറയുന്നു.

2015– മുതൽ നമ്മുടെ ഗ്രഹത്തിന് 290 ക്യൂബിക് മൈൽ ജലം നഷ്ടമായിട്ടുണ്ട്. സാധാരണ ഗതിയിൽ കാലാവസ്ഥാ ആന്ദോളനം അവസാനിച്ചതിനുശേഷം ശുദ്ധജലം വീണ്ടെടുക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ, 2023– വരെയുള്ള സമീപകാല ഉപഗ്രഹ ചിത്രങ്ങൾ അനുസരിച്ച് ശുദ്ധജലനിരപ്പ് ഇനിയും വീണ്ടെടുക്കാനുണ്ടത്രേ. എന്നാൽ ഇനിയൊരിക്കലും വീണ്ടെടുക്കാനാകില്ലെന്ന് പഠനങ്ങൾ പറയുന്നുണ്ട്.

Water Commission Org. നടത്തിയ മറ്റൊരു പഠനത്തിൽ വിനാശകരമായ ഭൂവിനിയോഗവും, ജലസ്രോതസ്സുകളുടെ ദുരുപയോഗവും മൂലം 300 കോടി ജനങ്ങൾ ശുദ്ധജലത്തിനായി ബുദ്ധിമുട്ടുകയാണ്. കൂടാതെ, ആഗോളതാപനം കൂടുതൽ ജലബാഷ്പീകരണത്തിനും, തീവ്രമഴക്കും കാരണമാകുകയും ചെയ്യുന്നുയെന്നാണ് നാസ ഗോസ്സാർഡ് കാലാവസ്ഥാ നിരീക്ഷകൻ മൈക്കൽ ബോസിലോവിച്ച് പറയുന്നു.

വടക്കൻ, മധ്യബ്രസീലിലെ വരൾച്ചയോടെ ആഗോളതലത്തിൽ ശുദ്ധജലത്തിന്റെ അളവ് കുറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഇതേ സംഭവങ്ങൾ ഓസ്ട്രേലിയ, തെക്കെ അമേരിക്ക, വടക്കേ അമേരിക്ക, യൂറോപ്പ്, ആഫ്രിക്ക എന്നിവിടങ്ങളിലും കണ്ടെത്തിയതായി പഠനറിപ്പോർട്ടുകൾ പറയുന്നുണ്ട്.

ഭൂമിയുടെ അച്ചുതണ്ടിന്റെ ചരിവ് – പുതിയ പഠനങ്ങൾ

ഭൂമിയുടെ അച്ചുതണ്ടിന് അപകടകരമായ വിധത്തിൽ ചരിവ് കണ്ടെത്തിയിരിക്കുന്നു. അച്ചുതണ്ടിൽ ഇതിനോടകം 31.5 (എകദേശം 80 സെന്റി മീറ്റർ) ചരിവാണ് ഉണ്ടായിരിക്കുന്നത്.

ഭൂഗർഭജലം ഉപരിതലത്തിലേക്ക് വലിച്ചെടുക്കുന്നതാണ് ഇതിന് കാരണമെന്ന് ഗവേഷകരുടെ നിഗമനം. അച്ചുതണ്ടിന് സംഭവിച്ചിട്ടുള്ള ചരിവ് ഭൂമിയുടെ ഭ്രമണത്തിൽ വ്യത്യാസം വരുത്തുകയും, സമുദ്രജലനിരപ്പ് ഉയരുന്നതിന് ഇടയാക്കുമെന്നും ഗവേഷകർ പറയുന്നു. ജിയോഫിസിക്കൽ റിസർച്ച് ലെറ്റേഴ്സ് ജേർണലിൽ ഈ പഠന റിപ്പോർട്ട് പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. സിയോൾ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ ഗവേഷകരാണ് പഠനത്തിന് നേതൃത്വം നൽകിയത്.

ഭൂമിയുടെ അച്ചുതണ്ടിൽ സംഭവിച്ചിട്ടുള്ള ഈ ചരിവ്, ഗ്രഹത്തിലുടനീളമുള്ള പിണ്ഡത്തിന്റെ (ഇവിടെ ഭുമിയിലെ ജലം) വിതരണത്തിൽ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നതാണ്. മഞ്ഞ് കുടുതലായി ഉരുകുന്നതോടെ ജലം ഭൂമധ്യരേഖയിലേക്ക് ഒഴുകുന്നു. ഇത് ഭൂമിയുടെ സന്തുലിതാവസ്ഥയിൽ വ്യതിയാനമുണ്ടാക്കുകയും, അച്ചുതണ്ടിൽ സ്വാധീനം ചെലുത്തുകയും ചെയ്യും.

1993 മുതൽ 2010 വരെയുള്ള കാലയളവിൽ ഭൂമിയിൽ നിന്ന് വലിച്ചെടുത്തത് ഏകദേശം 2150 ഗിഗാടൺ ഭൂഗർഭജലമാണെന്നും ഇതാണ് ഭൂമിയുടെ അച്ചുതണ്ടിൽ 31.5 ഇഞ്ച് (ഏകദേശം 80 സെന്റീമീറ്റർ) ചരിവുണ്ടായിരിക്കുന്നതിന്റെ കാരണമെന്നാണ് പഠനത്തിൽ കണ്ടെത്തിയിരിക്കുന്നത്. ജലസേചനത്തിനും, മറ്റ് മാനുഷികാവശ്യങ്ങൾക്കുമാണ് ഭൂഗർഭജലം ഉപയോഗിക്കുന്നത്. 1993 മുതൽ 2010 വരെയുള്ള കാലയളവിൽ വലിച്ചെടുത്തത് ഏകദേശം 2150 ഗിഗാടൺ ഭൂഗർഭജലമാണ് ഇതാണ് ഭൂമിയുടെ അച്ചുതണ്ടിൽ 31.5 ഇഞ്ച് ചരിവിന് കാരണമായതെന്നാണ് പഠനത്തിൽ കണ്ടെത്തിയിരിക്കുന്നത്.

കുഴൽകിണറുകളാണ് പ്രധാനമായും ഭൂഗർഭജലത്തിന്റെ സ്രോതസ്സ്. 2023–ൽ പഠന റിപ്പോർട്ട്

പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിരുന്നതാണ്. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ പ്രസ്തുത റിപ്പോർട്ട് പരിഷ്കരിച്ചിരിക്കുകയാണ്. പഠന റിപ്പോർട്ടിലെ മാതൃകകൾ വ്യക്തമാക്കുന്നത് ഭൂഗർഭജലത്തിന്റെ അളവിൽ വൻതോതിൽ കുറവുണ്ടായിരിക്കുന്നു എന്നാണ്.

വടക്കെ അമേരിക്കയിലെ പടിഞ്ഞാറൻ മേഖലയിലും, ഇന്ത്യയുടെ വടക്ക് പടിഞ്ഞാറൻ പ്രദേശങ്ങളിലുമാണ് പ്രധാനമായും ഭൂഗർഭജലത്തിന്റെ ഊറ്റിയെടുക്കൽ സംഭവിച്ചിരിക്കുന്നതെന്നുമാണ് പഠനങ്ങൾ പറയുന്നത്. ഈ മധ്യ അക്ഷാംശപ്രദേശങ്ങൾ അവയുടെ ഭൂമിശാസ്ത്രപരമായ സ്ഥാനവും, വലിച്ചെടുക്കുന്ന ജലത്തിന്റെ അളവും കാരണം ധ്രുവീയ ചലനത്തെ സ്വാധിനീകരിക്കുന്നതിൽ നിർണ്ണായക പങ്ക് വഹിക്കുന്നു.

അതേ സമയം അച്ചുതണ്ടിലെ നിലവിലെ ചരിവ് കാലാവസ്ഥാ വിന്യാസങ്ങളിലോ, ഋതുക്കളിലോ പൊടുന്നനേ ബാധിക്കാനിടയില്ല. എന്നാൽ, ഭൂഗർഭജലത്തിന്റെ അമിതമായ വലിച്ചെടുക്കൽ തുടർന്നാൽ ഭാവിയിൽ വലിയതോതിലുള്ള കാലാവസ്ഥാ പ്രതിഫലനങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചേക്കാമെന്ന് ഗവേഷകർ മുന്നറിയിപ്പ് നൽകുന്നു.

കൂടുതൽ മുൻകരുതലുകൾ സ്വീകരിക്കാൻ രാഷ്ട്രതലവൻമാർക്കും, പരിസ്ഥിതി പ്രവർത്തകർക്കും ഈ റിപ്പോർട്ട് പ്രചോദകമാകുമെന്നാണ് ഗവേഷകർ കരുതുന്നത്.

ജല സംരക്ഷണം

കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന ഏറ്റവും വലിയ ദുരിതം ജലക്ഷാമമാണ്. കെട്ടിടനിർമ്മാണ രംഗത്ത് വളരെയധികം ജലമാണ് പാഴായി പോകുന്നത്. അതിനാൽ വാസ്തുവിദ്യാ വിദഗ്ദ്ധർ വലിയതോതിൽ ജലസംരക്ഷണ സംവിധാനങ്ങൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തിയാൽ, ജലസംരക്ഷണം നേടാൻ കഴിയുന്നതാണ്. അതിൽ, ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു മാർഗ്ഗമാണ് മഴവെള്ള സംഭരണം. ഇന്ത്യയിൽ മൊത്തം ലഭിക്കുന്ന മഴയുടെ രണ്ടിരട്ടി മഴ ലഭിക്കുന്ന കേരളത്തിൽ മഴവെള്ള സംഭരണികൾ, എല്ലാ വീടുകളിലും, വ്യവസായശാലകളിലും, വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങളിലും, ഓഫീസ് സമുച്ചയങ്ങളിലും ഏർപ്പെടുത്തേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. ഉപരിതല ജലസ്രോതസ്സുകളായ കുളങ്ങൾ, ജലാശയങ്ങൾ, തടാകങ്ങൾ എന്നിവയിലെല്ലാം ജലനിരപ്പ് താണുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഇന്ത്യയൊട്ടാകെയുള്ള ഉപരിതല ജലസ്രോതസ്സുകളിൽ ഭൂരിഭാഗവും മുൻസിപ്പാലിറ്റികൾ, കോർപ്പറേഷനുകൾ തുടങ്ങി മലിന ജലം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നവർ വേണ്ടവണ്ണം പരിപാലിക്കാത്തതിനാൽ ജലം മലിനമാകുന്നു.

(തുടരും ....)

എറണാകുളം കരയോഗം

അഖണ്ഡ രാമായണ പാരായണം

ശ്രീ. എൻ.ടി. കാർത്തികേയന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ 2025 ജൂലൈ മാസം 17-ാം തീയതി വ്യാഴാഴ്ച രാവിലെ 6.30 മുതൽ ടി. ഡി. എം. ഹാളിൽ അഖണ്ഡ രാമായണ പാരായണം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാണ്.

അറിയാതെ.... അറിയാതെ....

പത്മജ മേനോൻ – 8289887472

വൈശാഖസന്ധ്യയിൽ ഇളം തണുപ്പുള്ള കാറ്റ് തന്നിൽ സുഖമുള്ള അനുഭൂതിയായി മാറി. കാറ്റിന്റെ ഗതിക്കനുസരിച്ച് ഇടമുറിഞ്ഞു കേൾക്കുന്ന ഭക്തിഗാനം, അടുത്തുള്ള കാവിൽ നിന്നും ഒഴുകിയെത്തുന്നു. അസ്ഥിത്തറയിൽവെച്ച കൽവിളക്കിലെ തിരിനാളം കാറ്റത്ത് ആടിയുലയുന്നുണ്ട്. അകത്തു നിന്ന് ഉറക്കെ പറയുന്നു ആരാ .....? പോകുന്നില്ലേ, 7.30 നാണ് ലാസ്റ്റ് ബസ് അത് കഴിഞ്ഞാൽ പട്ടണത്തിലേക്ക് ബസ്സില്ല. മോളെ കല്യാണി വിളക്ക്വെച്ച് നാമം ജപിക്കു. എന്താ നിങ്ങൾ പോകുന്നില്ലേ .... ഇനി ഇത് കുറച്ച് സമയം ആവർത്തിച്ചു കൊണ്ടരിക്കും..... പപ്പാ എന്ന് വിളിച്ചുകൊണ്ട് ഇഷിതയും, ദഷിതയും ഓടിവന്ന് തന്റെ മടിയിൽ കയറിയിരുന്നു. കാവിലെ ദേവിയെ കാണാൻ എന്തു ഭംഗിയാ പപ്പാ.... അതെയോ.... എന്ന് അയാൾ ചോദിച്ചു. പപ്പയെന്താ അമ്പലത്തിൽ വരാത്തത് പപ്പക്ക് ദൈവത്തിനെ ഇഷ്ടമല്ലേ.... ഇനി ആ കുരുന്ന് വായിൽനിന്ന് ചോദ്യശരങ്ങളായിരിക്കും. അല്ലാ.... നിങ്ങളെ കൊണ്ടുപോയ കാർത്തിയാനിച്ചേച്ചി എവിടെ...? കാർത്തിയാനിയമ്മുമ്മ അവിടെ ആരോടൊക്കെയോ സംസാരിച്ചു നിൽക്കുകയാണ് ഞങ്ങൾ ഓടി പപ്പയുടെ അടുത്ത് വന്നതാണ്. പപ്പാ .... അതെ ഇന്ന് മഴക്കാറില്ലല്ലോ ഞങ്ങളുടെ അമ്മയെ ആകാശത്ത് നക്ഷത്രമായി കാണുമോ... സയൻസിൽ മാത്രം വിശ്വസിക്കുന്ന ഒരു ശാസ്ത്രജ്ഞനായ താൻ എപ്പോഴെക്കെയോ വഴിതെറ്റി മക്കൾക്കുവേണ്ടി സഞ്ചരിക്കുന്നു. കാർത്തിയാനിചേച്ചിയുടെ പണിയാണ് കുട്ടികൾക്ക് ഓരോന്ന് പറഞ്ഞു കൊടുക്കുന്നത്. പപ്പാ അകത്ത് അമ്മുമ്മ ഉറക്കെ കരയുന്നു എന്റെ അമ്മയെ കാണാഞ്ഞിട്ടാണോ..? ആയിരിക്കും കുറച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ അവർ സ്വയം സമാധാനിച്ചോളും. അതെയോ..? അമ്മുമ്മക്ക് ഞങ്ങളെ ഒട്ടും ഇഷ്ടമല്ല. ഞങ്ങളെ നോക്കുന്നതു പോലുമില്ല. അമ്മുമ്മക്ക് കല്യാണിയമ്മയെ മാത്രമേ ഓർമ്മയുള്ളു മക്കള് പോയി പഠിക്കു എന്ന് പറഞ്ഞ് അയാൾ ചാരുകസേരയിൽ മലർന്നു കിടന്നു.

തന്റെ ആരുമല്ലാത്ത, ഒരു രക്തബന്ധവുമില്ലാത്ത കുറച്ചു പേർ തനിക്കു ചുറ്റും, തനിക്കും കുടുംബജീവിതം വേണമെന്ന് ആഗ്രിച്ച തന്റെ അച്ഛനും അമ്മയും, ഒരു ബന്ധത്തിലും അടിമപ്പെടാതെ സ്വതന്ത്രനായി ജീവിക്കാൻ കൊതിച്ച ഞാൻ അറിയാതെ... ഒരിക്കലും അറുത്തുമുറിച്ച് കളയാൻപ്പറ്റാത്ത ബന്ധത്തിലെർപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ്. ഒരു പെണ്ണിനോടും തനിക്ക് ഭ്രമം തോന്നിയിരുന്നില്ല .... കല്യാണി അവൾ എപ്പോഴാണ് തന്റെ ജീവിതത്തിലേക്ക് കയറി വന്നത്. അതൊരു നി യോഗമായിരുന്നു. ‘ഗയ’ യിൽ പോയി അവരുടെ ബലിതർപ്പണം നടത്തണമെന്ന് അമ്മയുടെ വല്യമോഹമായിരുന്നു. തനിക്ക് ഇതിലൊന്നും വിശ്വാസമില്ലെങ്കിലും അമ്മയുടെ ആഗ്രഹം സാധിച്ചുകൊടുക്കാനാണ് താൻ ‘ഗയ’ക്ക് പുറപ്പെട്ടത്. അത് ജീവിതത്തിന്റെ വഴിത്തിരിവായി മാറുമെന്നത് താൻ അറിഞ്ഞതേയില്ല. ‘ഗയ’യിലേക്കുള്ള ബസ്സ് യാത്രയിൽ തന്റെ അടുത്തുള്ള സീറ്റിലായിരുന്നു കല്യാണി, മൗനത്തിന്റെ മുഖംമൂടിയും അണിഞ്ഞിരിക്കുന്ന തന്നോട് അവളാണ് കയറി സംസാരിക്കാൻ തുടങ്ങിയത്. അവളുടെ ഭർത്താവിന്റെ ബലിതർപ്പണത്തിനായിട്ടാണ് അവൾ എത്തിയിരിക്കുന്നത്. യു.പി ക്കാരനായ മുകേഷ്, അവരുടെ വിവാഹം ലവ്മര്യേജായിരുന്നു. ഡൽഹിയിലുള്ള ഒരു കമ്പിനിയിൽ വെച്ച് പരിചയപ്പെട്ടതാണത്രെ. അത് വിവാഹത്തിൽ കലാശിച്ചു. ഒരിക്കൽ അവൾ മുകേഷുമായി അവളുടെ നാടായ ‘അങ്ങാടിപീ

ടികയിൽ' വന്നിരുന്നുവത്രെ. അച്ഛൻ നേരത്തെ മരിച്ചു, അവളുടെ അമ്മയായിരുന്നു പിന്നെ എല്ലാം. വിവാഹത്തിനെപ്പറ്റി പറഞ്ഞപ്പോൾ അമ്മ മനസ്സില്ലാമനസ്സോടെ സമ്മതിച്ചു. പക്ഷേ മുകേഷിനോട് അമ്മ വല്യ അടുപ്പമൊന്നും കാണിച്ചില്ല മാത്രമല്ല ബന്ധുക്കളെല്ലാം മുകേഷിനെ ശരിക്കും അവഗണിച്ചു, പിന്നെ ഭാഷാപ്രശ്നവും ഒരു വെല്ലുവിളിയായി മാറി. തിരിച്ചു മടങ്ങുപ്പോൾ അവൾ ഉറച്ചുവത്രെ ഇനിയൊരു യാത്ര ഇങ്ങോട്ടില്ലെന്ന്. പക്ഷേ കണ്ണെത്താദൂരത്തുള്ള നെൽപ്പാടങ്ങളും, തെങ്ങിൻ തോപ്പുകളും, മയിലുകളും, കുരുവികളും, താറാവ്ക്കൂട്ടങ്ങളും, കാവും, കുളവും എല്ലാമുള്ള ആ ഗ്രാമത്തെ മുകേഷിന് ഒത്തിരി ഇഷ്ടമായി.

അഞ്ചു വർഷം മാത്രം നീണ്ടു നിന്ന അവളുടെ ദാമ്പത്യ ജീവിതത്തിൽ അവൾ രണ്ടു പെൺമക്കൾക്ക് ജന്മം നൽകി ഇരട്ടകളായ ആ ഓമനകളെ അവർ ലാളിച്ചു വളർത്തുമ്പോഴാണത്രെ മുകേഷിന് വിദേശത്ത് ജോലി ശരിയായത്. രണ്ട് പെൺകുട്ടികളല്ലേ അവരെ നന്നായി സംരക്ഷിക്കണം എന്ന് പറഞ്ഞ് മുകേഷ് വിദേശത്തേക്ക് യാത്ര തിരിച്ചു. ഒരു വർഷം തികയുന്നതിന് മുമ്പുതന്നെ ഒരപകടത്തിൽ അയാൾ മരിച്ചുവത്രെ. അപകടമരണമായതിനാൽ ഒരുപാടു പണം ലഭിച്ചുവെന്നും പറഞ്ഞു. കുട്ടികളെയും കൊണ്ട് നാട്ടിലേക്ക് പോയാലോ എന്ന് ചിന്തിച്ചു, പിന്നെ വേണ്ടായെന്ന് വെച്ചു. ബന്ധുക്കളുടെയും, നാട്ടുകാരുടെയും പരിഹാസശരം ഏൽക്കാൻ വയ്യ. ഒടുവിൽ കുട്ടികൾക്ക് 7 വയസ്സായപ്പോൾ അവരെ ഊട്ടിയിലുള്ള ബോഡിങ്ങിൽ ആക്കി അവൾ ചെന്നൈയിലേക്ക് മാറ്റം വാങ്ങി വന്നു. ഇനി മുകേഷിന് ബലിതർപ്പണം നടത്തണം എന്നിട്ട് കുട്ടികളെയും കൊണ്ട് ഒരിക്കൽക്കൂടി 'ഗയ' യിൽ വന്ന് അവരെ കൊണ്ടും ചെയ്യിപ്പിക്കണം. അവരോട് അവരുടെ പപ്പ വിദേശത്താണെന്നുമാത്രമേ പറഞ്ഞിട്ടുള്ളു. അവർ പപ്പയെ കാണണമെന്നും ഫോട്ടോ കാണണമെന്നുമൊക്കെ പറയുമ്പോൾ വെളുത്തുയർന്ന താടിയുള്ള ഒരാളാണെന്നും, ഒരിക്കൽ സർപ്രൈസ് ആയി നിങ്ങളുടെ അ ടുത്ത് എത്തുമെന്നും പറയും. തിരിച്ച് പോയിട്ടുവേണം അവരെ യഥാർത്ഥ വിവരങ്ങൾ അറിയിക്കുവാൻ ഇപ്പോൾ അവർക്ക് മനസ്സിലാക്കാനുള്ള പ്രായമായല്ലോ... ഒരു നീണ്ട കഥ പറയുന്നതു പോലെ കല്യാണി തന്റെ ജീവിത ചരിത്രം വിവരിച്ചു. തന്നോട് ഫാമിലിയെ പറ്റി ചോദിച്ചപ്പോൾ എനിക്ക് ആരും ഇല്ല, അച്ഛനും അമ്മയും മരിച്ചു. അവർക്ക് ബലിയിടാനാണ് താൻ പോകുന്നതെന്ന് ചുരുങ്ങിയ വാചകത്തിൽ പറഞ്ഞു. 'ഗയ' എത്തി ഞങ്ങൾ രണ്ടുപേരുംകൂടി ബലിതർപ്പണം ഭംഗിയായി നടത്തി. താൻ കല്യാണിയെനോക്കിയപ്പോൾ അവൾ വിങ്ങിപൊട്ടുന്നുണ്ടായിരു ന്നു. ഇത്രനേരം വാതോരാതെ സംസാരിച്ച കല്യാണിയുടെ മറ്റൊരു മുഖം താൻ കാണുകയായിരുന്നു. തിരിച്ചു വരുമ്പോൾ കല്യാണി വളരെ മൂഡിയായിരുന്നു, താൻ ഒന്നും ചോദിക്കാൻ പോയില്ല തന്റെതായ വേദനകൾ അത് അനുഭവിക്കുന്നവർക്ക് മാത്രം സ്വന്തമാണല്ലോ... താൻ പുറത്തെ കാഴ്ചകൾ കണ്ടുകൊണ്ടിരുന്നു. പെട്ടന്നാണ് കല്യാണി തന്റെ മടിയിലേക്ക് തളർന്നു വീണത്. കല്യാണി..., കല്യാണി... എന്ന് വിളിച്ചുകൊണ്ട് താൻ തന്റെ കൈയിലുള്ള കുപ്പിയിൽനിന്നും വെള്ളമെടുത്ത് കല്യാണിയുടെ മുഖത്ത് തളിച്ചു, പക്ഷെ അവൾ ഉണർന്നില്ല പെട്ടന്ന് വണ്ടി ഒരു ഹോസ്പിറ്റലിലേക്ക് തിരിച്ചുവിട്ടു. ഡോക്ടർ പരിശോധിച്ചപ്പോൾ സൈലന്റ് അറ്റാക്ക് എന്നാണ് പറഞ്ഞത്. ഇനി ഇപ്പോൾ ഒരു യാത്ര വേണ്ടായെന്നും പറഞ്ഞു. ബസ്സിലുള്ളവരെല്ലാം കല്യാണി തന്റെ ഭാര്യയാണെന്നാണ് വിചാരിച്ചിട്ടുള്ളത്. ബസ്സിലുള്ളവർ അവിടെ നിന്നും യാത്ര തിരിച്ചു. താൻ കല്യാണിയോടൊപ്പം ഹോസ്പിറ്റലിലും. കുറച്ചു സമയം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ അവൾ കണ്ണ് മിഴിച്ച് അവളുടെ അരികിലിരിക്കുന്ന തന്നെ നോക്കി നിഷ്കളങ്കമായി ചിരിച്ചു. നടന്ന കാര്യങ്ങൾ അവൾ ചോദിച്ചപ്പോൾ താൻ എല്ലാം വിശദമായി പറഞ്ഞു.ഒരു തേങ്ങൽ അവളിൽ നിന്നും

ഉയർന്നു. ഇഷിത, ദഷിദ എന്റെ പൊന്നോമ ന്നോമനകൾ അവരെ തനിച്ചാക്കി ഞാൻ പോകു മോ എന്ന് ചോദിച്ചപ്പോൾ വേണ്ടാത്തത് ഒന്നും ചിന്തിക്കേണ്ട രോഗം ഒരു കുറ്റമല്ല അതിനെ മറി കടക്കണം മനുഷ്യനായാൽ രോഗം വരും അത് സ്വഭാവികം മാത്രമാണ് എന്ന് പറഞ്ഞു ആശ്വ സിപ്പിച്ചു. ഞാൻ കാരണം സാറിന് ബുദ്ധിമുട്ടാ യി അല്ലെ എന്ന് അവൾ ചോദിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു. ഇതെല്ലാം ഒരു മാനുഷ്യകത മാത്രമാണെന്നും അതിനെ ഓർത്ത് വിഷമിക്കേണ്ടയെന്നും പറ ഞ്ഞു. എന്തോ ഒരാശ്വാസം പോലെ അവളുടെ മുഖത്ത് ഒരു പുഞ്ചിരിവിടർന്നു. പിന്നീട് എപ്പോ ഴൊ താൻ മയക്കത്തിലേക്ക് വഴുതി വീണു.

ഒരു പ്രത്യേക ശബ്ദം കേട്ടാണ് താൻ ഉണ ർന്നത് അപ്പോൾ കല്യാണി ശ്വാസം കിട്ടാതെ ബുദ്ധിമുട്ടുന്നു. താൻ വേഗം ബെല്ലടിച്ച് ഡോ ക്ടറെയും, നേഴ്സിനെയും വരുത്തി. ശ്വാസം കിട്ടാതെ ബുദ്ധിമുട്ടുന്നതിനിടയിലും അവൾ അവ്യക്തമായി പറയുന്നുണ്ടായിരുന്നു എന്റെ കുട്ടികൾ, എന്റെ കുട്ടികൾ എന്ന്, എന്തോ ഒരു ഉൾപ്രേരണപോലെ താൻ പറഞ്ഞു കുട്ടി കൾ തനിച്ചാവില്ല ഞാനുണ്ടാകും അവർക്കെ ന്ന്, എന്താണ് താൻ പറഞ്ഞതെന്ന് തനിക്ക് ഒരു ബോധവുമുണ്ടായിരുന്നില്ല അത് കേട്ടമാത്ര യിൽ അവളുടെ കണ്ണുകളിൽ നിന്ന് നീർമുത്തു കൾ ഒഴുകിയെത്തി. തന്റെ മുഖത്ത് നോക്കി, ആ മുഖം വളരെ ശാന്തമായി തോന്നി. പിന്നീ ട് ആ കണ്ണുകൾ ഒരിക്കലും ചിമ്മി പോയില്ല, മുഖത്തെ പുഞ്ചിരിയും മാഞ്ഞുപോയില്ല. പി ന്നീടെല്ലാം പെട്ടന്നായിരുന്നു തന്റെ കൂട്ടുകാരനെ വിളിച്ച് കല്യാണിയുടെ ബോഡി ഒറ്റപ്പാലത്തുള്ള ഒരു ഹോസ്പിറ്റലിലെ മോർച്ചറിയിൽ സൂക്ഷി ക്കാൻ ഏർപ്പാട് ചെയ്യിപ്പിച്ചു. താൻ പെട്ടന്ന് ഊട്ടിയിലേക്ക് തിരിച്ചു, കല്യാണി പറഞ്ഞിരുന്ന ബോഡിങ്ങിലേക്ക് പോയി അധികൃതരെ വിവ രം അറിയിച്ചു. മരണ സർട്ടിഫിക്കറ്റ്, അവളുടെ കൈയിലുണ്ടായിരുന്ന സാധനങ്ങളുമെല്ലാം കാണിച്ചപ്പോൾ അവർക്ക് വിശ്വാസമായി. അതിശയിപ്പിക്കുന്ന മറ്റൊരു കാര്യം തന്റെ പേ രും മുകേഷ് എന്നതായിരുന്നു. കുട്ടികൾ പപ്പാ എന്ന് പറഞ്ഞ് തന്നെ കെട്ടിപിടിച്ചു. എനിക്ക് അതിർവചനീയമായ ഒരു അനുഭൂതിയാണ് അപ്പോൾ അനുഭവപ്പെട്ടത്. അമ്മ പറഞ്ഞിരു ന്നു, വെളുത്തുയർന്ന താടിയുള്ള ഒരാളാണ് പപ്പയെന്ന്. അതും പറഞ്ഞ് അവർ രണ്ടുപേ രും കവിളിൽ ഉമ്മവെച്ചു. അപ്പോൾ തന്റെ കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞൊഴുകിയത് എന്തിനായി രുന്നുയെന്ന് ഇന്നും തനിക്ക് അജ്ഞാതമാണ്. കുട്ടികളെയും കൊണ്ട് താൻ പടിഞ്ഞാറേ അങ്ങാടിയിലുള്ള കല്യാണിയുടെ വീട്ടിലെത്തി. അവളുടെ അമ്മ കുട്ടികളെക്കണ്ട് സന്തോ ഷിച്ചു. കല്യാണി എവിടെ...? നിങ്ങളാരാണ് എന്നൊക്കെ ചോദിച്ചപ്പോൾ കല്യാണി ഇപ്പോൾ വരും എന്നുപറഞ്ഞ് താൻ മുറ്റത്തേക്ക് ഇറങ്ങി. കൂട്ടുകാരൻ താമസിയാതെ കല്യാണിയുടെ ബോഡിയുമായി എത്തി അവളുടെ ചേതനയറ്റ ശരീരം കണ്ട് അമ്മ വിറങ്ങലിച്ച് നിന്നു. പിന്നീട് പറയുകയുണ്ടായി, കല്യാണി.. വിളക്കുവെച്ച് നാമം ജപിക്കു, നിങ്ങളാരാണ്.. രാത്രി 7.30 നാണ് ലാസ്റ്റ്ബസ്സ്, പിന്നെ പട്ടണത്തിലേക്ക് ബസ്സില്ലായെന്ന്. അതിപ്പോഴും ഇടയ്ക്കിടക്ക് പറഞ്ഞുക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. കുട്ടികൾ കരഞ്ഞു കൊണ്ട് അമ്മയെ വിളിച്ച് പപ്പയെ കെട്ടിപ്പിടിച്ച് കർമ്മങ്ങൾ ചെയ്തു. വീട്ടിലെ പറമ്പിൽത്തന്നെ അടക്കം ചെയ്തു. അങ്ങനെ ഞാൻ കല്യാണം കഴിക്കാതെ ഭർത്താവും, ജന്മം നൽകാതെ അച്ഛനുമൊക്കെയായി മാറി... കൽവിളക്കിലെ തീനാളം അണഞ്ഞിരിക്കുന്നു. പുറത്ത് ചാറ്റ ൽമഴ പെയ്യുന്നുണ്ട് അതിനോടൊപ്പം ആലി പ്പഴവും വീഴുന്നു. കുട്ടികൾ കാർത്തിയായിനി ചേച്ചിയോടൊപ്പം ആലിപ്പഴം പെറുക്കുന്നത് താൻ കൗതുകത്തോടെ നോക്കിയിരുന്നു. പ്രതീക്ഷിക്കാത്ത എന്തെല്ലാം സംഭവങ്ങളാ ണ് തന്നെ തേടിയെത്തിയത്, ജീവിതത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ തിരക്കഥാകൃത്ത് 'ഈശ്വരൻ' എന്നു വിളിക്കുന്ന ആൾ തന്നെയാണെന്ന് അയാൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞു, കണ്ണുകൾ പതിയെ ചിമ്മിക്കിടന്നു. ■

Ernakulam Karayogam

TDM Hall Complex, D.H.Road, Cochin-682016
Ph: 0484-2361160, 9447171160

NAVARATHRI COMPETITIONS 2025

Date	Time	Items	Section
27 - 07 Sunday	9.30 am	Lalitha Sahasranamam Vishnu Sahasranamam Bhagavath Geetha, Narayaneeyam Harinamakeerthanam, Ramayanam, Njanappana, Krishnagatha	Sub Juniors & Juniors " " "
	1.00 pm	Lalitha Sahasranamam, Vishnu Sahasranamam Bhagavath Geetha, Narayaneeyam, Harinamakeerthanam, Ramayanam, Devimahatmyam, Krishnagatha, Bharatham	Seniors " " "
	4.00 pm	Namavali (Bhajan- Malayalam only) (Single) Namavali (Bhajan- Malayalam only) (Single & Group) Patriotic Song (Single & Group)	Sub Juniors Juniors & Seniors Combined
03 - 08 Sunday	9.30 am	Carnatic Music	Sub Juniors & Juniors
	1.30 pm	Carnatic Music	Seniors
	4.00 pm	Veena, Violin, Mridangam Ottamthullal, Kathakali, Cholliyattom Kathakalipadam, Sopanasangeetham (Ashtapathi)	Combined "
10 - 08 Sunday	9.30 am	Light Music	Sub Juniors, Juniors & Seniors
	3.00 pm	Recitation in Malayalam Karayogam Smaranikageetham	Sub Juniors, Juniors & Seniors Sub Juniors, Juniors & Seniors
15 - 08 Friday	11.00 am	Painting Floral arrangement (Pookalam)	Sub Juniors, Juniors & Seniors Combined
17 - 08 Sunday	10.00 am	Essay (English, Malayalam, Hindi) Handwriting (English, Malayalam & Hindi)	Juniors & Seniors Juniors & Seniors
	2.00 pm	Purana - Quiz (Oral) Purana Quiz (Written Test)	Sub Juniors Juniors & Seniors
	3.00 pm	Speech (English & Malayalam)	Juniors & Seniors
24 - 08 Sunday	10.00 am	Thiruvathirakali	Combined
	11.00 am	Bharathanatyam, Kuchippudi, Mohiniyattom Folk Dance (Single & Group)	Juniors Sub Juniors & Juniors
21 - 09 Sunday	10.00 am	Bharathanatyam, Kuchippudi, Mohiniyattom Folk Dance (Single & Group)	Seniors Seniors
	10.30 am	Aksharaslokam	Juniors, Seniors & Super Seniors

മത്സരങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച നിബന്ധനകൾ

1. പ്രായപരിധി

a) **സബ് ജൂനിയർ:** 8 വയസ്സു വരെ, **ജൂനിയർ:** 8 വയസ്സു മുതൽ 12 വയസ്സു വരെ
സീനിയർ: 12 വയസ്സു മുതൽ 16 വയസ്സു വരെ

b) **2025 ജൂൺ 30** നുള്ള വയസ്സാണ് മത്സരാർത്ഥികളുടെ പ്രായം നിശ്ചയിക്കുന്നതിന് കണക്കാക്കുക. മത്സരാർത്ഥികൾ അപേക്ഷയോടൊപ്പം പ്രായം തെളിയിക്കുന്നതിന് ജനന സർട്ടിഫിക്കറ്റ് /ആധാർ കോപ്പി ഹാജരാക്കേണ്ടതാണ്.

c) വീണ, വയലിൻ, മൃദംഗം ഓട്ടൻതുള്ളൽ, കഥകളിപദം, കഥകളി ചൊല്ലിയാട്ടം, ദേശഭക്തിഗാനം എന്നീ ഇനങ്ങളിലുള്ള മത്സരങ്ങളിൽ 18 വയസ്സുവരെയുള്ളവർക്കും പങ്കെടുക്കാവുന്നതാണ്.

d) തിരുവാതിരകളി മത്സരങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കുന്നവർക്ക് പ്രായപരിധിയില്ല.

2. a) തിരുവാതിരകളി മത്സരങ്ങളിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന ഓരോ ടീമിനും 10 അംഗങ്ങളിൽ കൂടുവാൻ പാടുള്ളതല്ല. പിന്നണിയിൽ പാട്ടുമാത്രവും കൈമണിയും ഉപയോഗിക്കാം. പാട്ടുകാർ രണ്ടു പേരിൽ കൂടരുത്.

b) ഭരതനാട്യം, കുച്ചിപ്പുടി, മോഹിനിയാട്ടം നാടോടിനൃത്തം, ഓട്ടൻതുള്ളൽ, കഥകളി ചൊല്ലിയാട്ടം എന്നിങ്ങനെയുള്ള മത്സരങ്ങൾക്ക് ആവശ്യമായ പിന്നണി വാദ്യസംഘങ്ങളെ സ്വന്തം ചിലവിൽ മത്സരിക്കുന്നവർ തന്നെ കൊണ്ടു വരേണ്ടതാണ്. നൃത്ത ഇനങ്ങളിൽ CD, Pen Drive,Mobile Phone എന്നിവ ഉപയോഗിക്കുന്നവർ കളിക്കുന്ന പാട്ട് മാത്രം റിക്കാർഡ് ചെയ്തു നൽകേണ്ടതാണ്.

c) ആൺകുട്ടികളുടെയും, പെൺകുട്ടികളുടെയും വ്യക്തിഗത മത്സരവിഭാഗങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഇനത്തിൽ മത്സരാർത്ഥികളുടെ എണ്ണം 5 ൽ കുറഞ്ഞാൽ ടി ഇനം ആൺകുട്ടികൾക്കും പെൺ കുട്ടികൾക്കും ഒന്നായിട്ടായിരിക്കും (Combined) നടത്തപ്പെടുക.

d) ഗ്രൂപ്പായുള്ള മത്സരങ്ങളിൽ **3 ഗ്രൂപ്പിൽ** കുറഞ്ഞാൽ ആ ഇനത്തിൽ മത്സരം നടത്തുന്നതല്ല.

e) അക്ഷരശ്ലോക മത്സരം 3 വിഭാഗങ്ങളായി തരം തിരിച്ചിരിക്കുന്നു.
ജൂനിയർ വിഭാഗം – 10 വയസ്സു മുതൽ 16 വയസ്സു വരെ, **സീനിയർ വിഭാഗം** – 17 വയസ്സു മുതൽ 25 വയസ്സു വരെ, **സൂപ്പർ സീനിയർ** – പ്രായപരിധി 26 വയസ്സിന് മുകളിൽ

3. **2025 ജൂലൈ 16–ാം** തിയതി മുതൽ കരയോഗം ഓഫീസിൽ നിന്ന് അപേക്ഷാഫോറങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നതാണ്. ഓരോ ഫോറത്തിനുമുള്ള **അപേക്ഷാഫീസ്സ് 30**/രൂപയാണ്. എന്നാൽ ഡാൻസ് ഇനങ്ങൾക്ക് (ഭരതനാട്യം, കുച്ചുപ്പുടി, മോഹിനിയാട്ടം, നാടോടിനൃത്തം) **100** രൂപയാണ് അപേക്ഷാഫീസ്.

4. പൂരിപ്പിച്ച അപേക്ഷാഫോറങ്ങൾ **2025, ജൂലൈ 30–ാം** തിയതി വരെ സ്വീകരിക്കുന്നതാണ്. 30–ാം തിയതിക്കു ശേഷം ലഭിക്കുന്ന ഓരോ അപേക്ഷാ ഫോറത്തിനും late fee അടക്കം 50 രൂപ വീതം ഈടാക്കുന്നതാണ്. late fee അടക്കം ലഭിക്കുന്ന അപേക്ഷകൾ മത്സരത്തിന് **24 മണിക്കൂർ മുമ്പ് വരെ** മാത്രമേ സ്വീകരിക്കുകയുള്ളു. (ഭരതനാട്യം, കുച്ചുപ്പുടി, മോഹിനിയാട്ടം, നാടോടിനൃത്തം എന്നീ നൃത്തമത്സരങ്ങൾക്കുള്ള അപേക്ഷഫോറങ്ങൾ ജൂലൈ 30–ാം തീയതിയ്ക്കുശേഷം യാതൊരു കാരണവശാലും നൽകുകയോ, സ്വീകരിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നതല്ല)

5. മത്സരങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വിശദമായ നിയമങ്ങളും നിബന്ധനകളും നോട്ടിസ് ബോർഡിൽ പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നതാണ്.

6. മത്സരങ്ങൾ നോട്ടീസിൽ കാണിച്ചിരിക്കുന്നതുപോലെ കൃത്യസമയത്ത് തന്നെ ആരംഭിക്കുന്നതാണ്.

7. എറണാകുളം കരയോഗം നവരാത്രി **ആഘോഷമത്സരങ്ങളിലെ വിജയികൾ** സമ്മാനം സ്വീകരിക്കുന്നതിന് **വിജയദശമിനാൾ (02–10–2025) വൈകുന്നേരം 5.00 മണിക്ക് ടി.ഡി.എം ഹാളിൽ** എത്തിച്ചേരണമെന്ന് ഇതിനാൽ അറിയിച്ചു കൊള്ളുന്നു.

നവരാത്രിയാഘോഷ മത്സരങ്ങളിൽ ചൊല്ലേണ്ട ഭാഗങ്ങൾ

സബ് ജൂനിയർ വിഭാഗം

			പേജ്
1.	ലളിതാ സഹസ്രനാമം	– മനുവിദ്യാ ചന്ദ്രവിദ്യാ................................വിജ്ഞാനഘനരൂപിണി	– (59 to 61)
2.	വിഷ്ണുസഹസ്രനാമം	– മഹർഷിഃ കപിലാചാര്യഃ..........................പുഷ്കരാക്ഷോ മഹാമനാഃ	– (70 to 72)
3.	ഭഗവദ്ഗീത	– നവമോƒദ്ധ്യായ – അശ്രദ്ദധാനാഃ പുരുഷാ.............മമത്മാ ഭൂതഭാവനഃ	– (03 to 05)
4.	നാരായണീയം	– ഏഴാം ദശകം – തത്രൈവം..........................മദ്രോഗമുദ്വാസയേൽ	– (07 to 08)
5.	ഹരിനാമകീർത്തനം	– ഒന്നായ നിന്നെയിഹ.................തോന്നേണമേ വരദ നാരായണായനമ	– (02 to 03)
6.	അദ്ധ്യാത്മരാമായണം	– അയോദ്ധ്യാകാണ്ഡം – ശ്രീരാമാഭിഷേകാരംഭം എങ്കിലൊരാജാ..........................ചെയ്യേണമെന്നു ഞാൻ	– (269 to 280)
7.	ജ്ഞാനപ്പാന	– ഭുവനങ്ങളെ..കളിക്കുന്നതിങ്ങനെ	– (07)
8.	കൃഷ്ണഗാഥ	– കൃഷ്ണോത്പത്തി – പാരാതെ പോകേണം.................പിറക്ക നിയും	– (164 to 168)

ജൂനിയർ വിഭാഗം

1.	ലളിതാ സഹസ്രനാമം	– തത്ത്വാധിക തത്ത്വമയി................................മഹേശീ മംഗളാകൃതി	– (168 to 172)
2.	വിഷ്ണുസഹസ്രനാമം	– ഭഗവാൻ ഭഗഹാനന്ദീ................................ശ്രീപതിഃ ശ്രീമതാംവരഃ	– (73 to 77)
3.	ഭഗവദ്ഗീത	– നവമോƒദ്ധ്യായ – സർവ്വഭൂതാനി........................ഭൂതമഹേശ്വരം	– (07 to 11)
4.	നാരായണീയം	– പന്ത്രണ്ടാം ദശകം – കഷ്ടം പ്രജാഃ സൃജതി..........സഹ സുനന്ദിസ്സ്യൈ	– (02 to 04)
5.	ഹരിനാമകീർത്തനം	– എൻപാപമൊക്കെയറിവാൻ..............ഗ്രഹിക്ക ഹരിനാരായണായ നമഃ	– (11 to 13)
6.	അദ്ധ്യാത്മരാമായണം	– അയോദ്ധ്യാകാണ്ഡം – ലക്ഷ്മണസാന്ത്വനം വത്സ സൗമിത്രേ..........................ഭോഗങ്ങൾ തേടുന്നു	– (1061 to 1080)
7.	ജ്ഞാനപ്പാന	– വിശ്വനാഥന്റെ..ഭാരതഭൂതലം	– (10 to 11)
8.	കൃഷ്ണഗാഥ	– രാസക്രീഢ – അച്യുതന്തന്നുടെ........................പിമ്പേ ചെന്നാൽ	– (233 to 240)

സീനിയർ വിഭാഗം

1.	ലളിതാ സഹസ്രനാമം	– ഛന്ദസ്സാരാ ശാസ്ത്രസാരാ......................സ്വാത്മാരാമാ സുധാസ്രുതിഃ	– (158 to 163)
2.	വിഷ്ണുസഹസ്രനാമം	– ശ്രീദഃ ശ്രീശഃ ശ്രീനിവാസഃ...................ബ്രഹ്മജ്ഞോ ബ്രാഹ്മണപ്രിയാഃ	– (78 to 84)
3.	ഭഗവദ്ഗീത	– നവമോƒദ്ധ്യായ – മഹാത്മാനസ്തു മാം പാർത്ഥ.....നിധാനം ബീജമവ്യയം	– (13 to 18)
4.	നാരായണീയം	– ഇരുപതാം ദശകം – പ്രിയവ്രതസ്യ..................കിലാനന്ദപദം പദം തേ	– (01 to 04)
5.	ഹരിനാമകീർത്തനം	– യാതൊന്നു കാണ്മതതു.....................ഭവിപ്പതിനു നാരായണായ നമഃ	– (57 to 60)
6.	അദ്ധ്യാത്മരാമായണം	– സുന്ദരകാണ്ഡം – ഹനുമാൻ രാവണസന്നിധിയിൽ ദശവദന.........................പ്രത്യർത്ഥിവർഗ്ഗത്തിനെല്ലാമൊരന്തകൻ	– (911 to 942)
7.	ദേവീമാഹാത്മ്യം	– പ്രഥമോƒദ്ധ്യായ – മധുകൈടഭവധവർണ്ണനം തസ്യ പാലയത...................................പ്രസാദധന ഭോജനൈ	– (05 to 14)
8.	കൃഷ്ണഗാഥ	– ഗുരുദക്ഷിണ – കഞ്ചനായുള്ളൊരു........................നൽകവേണം	– (01 to 11)
9.	ശ്രീമഹാഭാരതം	– സംഭവം – ശ്രീരാമ രാമ...................................ദുരിതവിനാശനം	

കൂവളം (വിൽവം) Aegle Marmelos

ഡോ. ദേവീദാസ് വെള്ളോടി – 9747480903

കൂവളത്തിന്റെ വിശേഷത

ശിവക്ഷേത്രങ്ങളിൽ കൂവളമരത്തിനു ദിവ്യവും പ്രധാനവുമായ സ്ഥാനമാണ് നൽകിയിരിക്കുന്നത്. ശിവപാർവ്വതിമാർക്ക് പ്രി യപ്പെട്ട ഈ വൃക്ഷത്തിന്റെ മുള്ളുകൾ ശക്തി സ്വരൂപവും ശാഖകൾ വേദവും, വേരുകൾ രുദ്രരൂപവുമാണെന്നും സങ്കൽപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ കൂവളം 'ശിവമല്ലി' എന്നും അറിയപ്പെടുന്നു. കൂവളത്തിന്റെ ഓരോ ഇതളും മൂന്നായി പിരിഞ്ഞാണിരിക്കുന്നത്. മൂന്ന് ഭാഗങ്ങളേയും പരമശിവന്റെ തൃക്കണ്ണുകളായിട്ടാണ് വിശ്വസിച്ചുപോരുന്നത്. ജന്മപാപങ്ങളെ ഇല്ലാതാകുന്ന ദിവ്യസസ്യമായി ഇതിനെ കരുതുന്നു. അമാവാസി, പൗർണ്ണമി തിങ്കളാഴ്ച, മാസപിറവി, അഷ്ടമി, നവമി, ചതുർഥി എന്നീ ദിവസങ്ങളിൽ കൂവളത്തിന്റെ ഇല പറിക്കാൻ പാടില്ലെന്നാണ് വിശ്വാസം ഈ ദിവസങ്ങൾക്കു തലേദിവസം ഇല പറിച്ചുവെച്ച് പൂജക്ക് ഉപയോഗിക്കാം.

ഒരു കൂവളം നട്ടാൽ ഒരു അശ്വമേധയാഗത്തിന്റെ പുണ്യമാണെന്ന് പഴമക്കാർ പറയാറുണ്ട്. ശിവക്ഷേത്രങ്ങളിൽ അർച്ചനക്കും, മാലക്കും ഉപയോഗിക്കുന്ന കൂവളമരത്തിന്റെ ഇലകൾക്ക് സനാതന സംസ്കാരത്തിൽ അത്രത്തോളം പ്രസ്കതിയുണ്ട്. ശിവദ്രുമം എന്നും ഈ പുണ്യ വൃക്ഷത്തിന് പേരുണ്ട്.

കൂവളത്തിൽ അടങ്ങിയ രാസഘടകങ്ങൾ

ഫലമജ്ജയിൽ മാർമെസിൻ (Marmesin), ഇമ്പറട്ടോറിൻ (Imperatorin), ഐസോ ഇമ്പറട്ടോറിൻ (Iso-imperatorin), മാർമെലൈഡ് (Marnelide), മാർമെലിൻ, പെക്റ്റിൻ, അമരിൻ എന്നിവയും ഇലയിൽ എജിലിൻ, എജിലാനിൻ എന്നീ ആൽകലോയ്ഡുകളും കാണുന്നു.

അജിലിൻ

കൂവളത്തിന്റെ ഇലയിൽ അജിലിനെന്ന രാസഘടകം ധാരാളം അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. മനുഷ്യരുടെ കരളിനെ ഏറ്റവും ഹാനികരമായ രാസഘടകങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് കൂവളത്തിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന അജിലിൻ. അതിനാൽ കൂവളത്തിന്റെ ഇല വൈദ്യ നിർദ്ദേശപ്രകാരം നിശ്ചിത അളവിൽ നിശ്ചിത കാലയളവിൽ മാത്രമേ കഴിക്കാവൂ

ആയുർവേദത്തിൽ കൂവളം

കൂവളം ഒരു ഔഷധമായി ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. വേരും, തടിയും ആണ് ഉപയോഗിക്കുക. കൂവളത്തിന്റെ ഇല അധികം തുടർച്ചയായി കഴിക്കുന്നത് നല്ലതല്ല. കൂവളം പ്രമേഹത്തിനുള്ള ഔഷധങ്ങളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നു. വിഷഹാരിയാണ്. പ്രത്യേകിച്ച് ഭക്ഷണത്തിലൂടെ വരുന്ന അസുഖങ്ങൾക്ക് വിൽവാദി ഗുളിക നല്ലൊരു പരിഹാരമാണ്. വയറുവേദനക്ക് വിൽവാദി ലേഹ്യം വളരെ നല്ല ഔഷധമാണ്. ഗ്രഹണിക്ക് (ഇറിറ്റബിൾ ബൊവെൽ സിൻഡ്രോം) നല്ല ഗുണം ചെയ്യുന്നു

കൂവളം ചേർത്ത് ഉണ്ടാക്കുന്ന ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ

ഇത് അനേകം രോഗങ്ങൾക്ക് ഔഷധമാണ്. കൂവളത്തിന്റെ കായ പച്ചയോ, പഴുത്തതോ എടുത്ത് പൊട്ടിച്ച് അതിനുള്ളിലെ കാമ്പ് എടുത്ത് വെയിലിൽ ഉണക്കി പൊടിച്ചു കഴിച്ചാൽ പനി മാറുന്നു. കൂടാതെ ഉദര സംബന്ധമായ എല്ലാ അസുഖങ്ങൾക്കും നല്ലൊരു പരിഹാരമാണിത്. കൂവള കായയുടെ പൊടി ഒരു ടീസ്പൂൺ എടുത്ത് വെറുതെയോ, പഞ്ചസാര ചേർത്തോ, വെള്ളത്തിലോ പാലിലോ മോരിലോ കലക്കിയോ കഴിച്ചാൽ വയറ്റിൽ വരുന്ന കുരുക്കൾ,

കുടലിൽ വരുന്ന അൾസറേറ്റീവ് കൊളയിറ്റിസ്, ക്രോൺസ് രോഗം, അതിസാരം, ഉദരകൃമികൾ, വയറിളക്കം, ഗ്രഹണി തുടങ്ങിയവയെല്ലാം ഇല്ലാതാകുന്നു.

കൂവളത്തിന്റെ ഔഷധപ്രാധാന്യമാണ് അതിന്റെ മേന്മ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നത്. നാരക കുടുംബത്തിലെ ഒരു വൃക്ഷമാണ് കൂവളം. ആയുർവേദത്തിലെ ദശമൂലകങ്ങളിലൊന്നാണ് കൂവളം. ഇതിന്റെ മാഹാത്മ്യത്തിനെ പറ്റി വിശദമായി തന്നെ ആയുർവേദത്തിൽ പരാമർശിക്കുന്നുണ്ട്. വിഷഹരങ്ങളായ പല വസ്തുക്കളും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഇതിന്റെ തൊലി, വേര്, പഴം, വിത്ത് ഇവക്ക് ആന്റിബയോട്ടിക് ഗുണമുണ്ടെന്ന് ശാസ്ത്രീയമായി തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്.

നന്നായി പഴുത്ത പഴം മലശോധന വർദ്ധിപ്പിക്കുമ്പോൾ മൂപ്പെത്താത്ത കായ, അതിസാരം, വയറിളക്കം ഇവയെ ശമിപ്പിക്കാൻ സമർഥമായിട്ടുള്ളതാണ്. മരപ്പട്ടച്ചാറ്, അല്പം ജീരകവും ചേർത്തു കഴിക്കുന്നത് ശുക്ലവർദ്ധകമാണ്. വേരിന്റെ മേൽ തൊലി കൊണ്ടുള്ള കഷായം ഹൃദ്രോഗത്തിന് ഉത്തമമാണെന്നു കാണുന്നു. ഇലയിൽ നിന്നും വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്ന എണ്ണക്ക് ഏതുതരം പുഴുക്കടിയെയും ശമിപ്പിക്കാനാവും. കൂവളവേര് മുഖ്യചേരുവയായി ഉണ്ടാക്കുന്ന വില്വാദി ഗുളിക എന്ന ആയുർവേദ ഔഷധം വിഷഹരമായി സർവാംഗീകാരം നേടിയിട്ടുള്ളതാണ്.

വിഷം ഉള്ളിൽ ചെന്നതിനെ നിർവീര്യമാക്കാൻ കൂവളവേരും മുത്തങ്ങകിഴങ്ങും പാലിൽ അരച്ചു കുടിക്കാൻ നിർദേശിച്ചുകാണുന്നു. പ്രമേഹത്തിനും കൂവളം ഔഷധമാണ്. കൂവളത്തിന്റെ ഇലയുടെ ചാറെടുത്ത് എണ്ണ കാച്ചി ചെവിയിൽ ഒഴിച്ചാൽ ചെവിവേദന, പഴുപ്പ് എന്നിവ മാറിക്കിട്ടും. കൂവളത്തിന്റെ ഇലയുടെ എണ്ണക്ക് കുമിൾ ആക്രമണത്തെ ചെറുക്കാൻ കഴിയും.

വില്വാദിലേഹ്യം, വില്വാദി ഗുളിക, വില്വപത്രാതൈലം, ദശമൂലരാസായനം, ദശമൂലാരിഷ്ടം, മുസ്തകരഞ്ജാദി കഷായം, ദശമൂലകടുത്രയം കഷായം എന്നീ ആയുർവേദ മരുന്നുകൾ കുവളം ചേർന്നവയാണ്.

അധികമായാൽ അമൃതും വിഷം

പഴഞ്ചൊല്ലിൽ പതിരില്ല
അധികമായി കൂവളം കഴിക്കരുത്, ഏതു രൂപത്തിലായാലും. പ്രത്യേകിച്ച് ഇല വൈദ്യനിർദ്ദേശാനുസരണം മാത്രമേ കഴിക്കാവൂ. മരുന്നുകൾ ആവശ്യമുള്ള സമയത്ത് ആവശ്യമുള്ള മാത്രയിൽ വൈദ്യന്റെ നിർദ്ദേശാനുസരണം വേണം കഴിക്കാൻ. യുട്യൂബ്, ഫേസ് ബുക്ക് എന്നിവയിൽ ധാരാളം ലേഖനങ്ങൾ കൂവളത്തെ പറ്റി ഉണ്ട് . ദിവസേന കഴിക്കാൻ പറയുന്നുണ്ട്. ഈ വക സോഷ്യൽമീഡിയ ഉപദേശങ്ങൾ ചെവി കൊള്ളരുത്. വാട്സ്ആപ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ നിന്ന് ബിരുദമെടുത്ത കുറെ വിദ്വാന്മാർ ഉണ്ട്. അവരെ ശ്രദ്ധിക്കരുത്. ■

എറണാകുളം കരയോഗം

എൽഡർ സിറ്റിസൺ ഫോറം 27-ാമത് വാർഷികം-2025

എറണാകുളം കരയോഗം എൽഡർ സിറ്റിസൺ ഫോറത്തിന്റെ 27-ാമത് വാർഷികം 2025 ജൂലൈ മാസം 23-ാം തിയതി (10.00 am - 4.00 pm) താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പരിപാടികളനുസരിച്ച് ആഘോഷിക്കുകയാണ്.

പരിപാടികൾ

1. സ്മരണാഞ്ജലി –
2. അനുശോചനം –
3. സ്വാഗതം – കൺവീനർ
4. ഭദ്രദീപം തെളിയിക്കൽ – ശ്രീ. അഡ്വ. എ. ബാലഗോപാൽ (പ്രസിഡന്റ് ഇൻ ചാർജ്)
5. അധ്യക്ഷൻ – ശ്രീ. ആലപ്പാട്ട് മുരളീധരൻ (പ്രസിഡന്റ്, എറണാകുളം കരയോഗം)
6. മുഖ്യപ്രഭാഷണം – ശ്രീ. പി. രാമചന്ദ്രൻ (വേണു) (ജനറൽസെക്രട്ടറി, എറണാകുളം കരയോഗം)
7. റിപ്പോർട്ട് അവതരിപ്പിക്കൽ – കൺവീനർ
8. സ്ഥാപക അംഗങ്ങളേയും, മുൻ കൺവീനർമാരെയും ആദരിക്കുന്ന ചടങ്ങ്
9. ഇ.സി.എഫ് അംഗങ്ങളുടെ കുട്ടികളിൽ മികച്ചവിജയം കൈവരിച്ച വിദ്യാർത്ഥികൾക്കുള്ള ക്യാഷ്പ്രൈസ്.
10. ആശംസാപ്രസംഗം – ശ്രീ. ടി. എൻ. ടി. നായർ
11. കൃതജ്ഞത – ശ്രീ. എം. ശ്രീവല്ലഭൻ നായർ
12. കോമ്പയർ – പ്രൊ. സി. സുമംഗലാദേവി

രാവിലെ ഉദ്ഘാടനത്തിന് ശേഷം ഇ. സി. എഫ് അംഗങ്ങളും കുടുംബാംഗങ്ങളും വിവിധ കലാപരിപാടികൾ അവതരിപ്പിക്കുന്നതായിരിക്കും. എല്ലാ അംഗങ്ങളും കുടുംബസമേതം എത്തിച്ചേരണമെന്നും നമ്മുടെ ഈ ആഘോഷപരിപാടികൾ വിജയിപ്പിക്കണമെന്നും സവിനയം അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

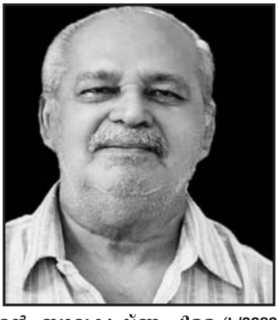
എല്ലാവരുടെയും സഹായസഹകരണങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിച്ചുകൊണ്ട്

എസ്. ശ്രീകുമാർ
കൺവീനർ, ഇ. സി. എഫ്

എറണാകുളം കരയോഗം ചാരിറ്റി പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് 2025 ജൂൺ മാസം സംഭാവന നൽകിയത്

1	ഇ. വിജയലക്ഷ്മി, 37/949, No-20, സാനിയ ഹൗസ്, ഫാത്തിമ ചർച്ച്, എളംകുളം	5,000

2025 ജൂൺ മാസം അന്തരിച്ച കരയോഗാംഗങ്ങൾക്ക് ആദരാഞ്ജലികൾ



എൻ. ബാലകൃഷ്ണ്ണ പിള്ള (L/2283),
H.No.39/483, മൊണാസ്റ്റെറി റോഡ്,
കാരിക്കാമുറി, കൊച്ചി-682011

ദേവയാനി (മാളു) (L/5422),
പത്മാലയം, Apts. ZA, മൊണാസ്റ്റെറി റോഡ്,
കാരിക്കാമുറി, കൊച്ചി-682011

രാജേശ്വരി മേനോൻ (L/5433),
2 B, Asset, തേജോമയ,
പാലിയം റോഡ്, കൊച്ചി-682016

ജീവിതം സന്തോഷപ്രദമാക്കേണ്ടത് മദ്ധ്യവയസ്സിനുശേഷം

ഡോ. രാജേശ്വരി കുഞ്ഞമ്മ – 9388382009

ഒരു മനുഷ്യന് ബാഹ്യമായും ആന്തരികമായും മാറ്റങ്ങൾ സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. പലതും നമ്മൾ അറിയുന്നു, പലതും അറിയുന്നില്ല. ശരീരത്തിന് വരുന്ന മാറ്റങ്ങൾ മറ്റുള്ളവർക്ക് പ്രത്യക്ഷത്തിൽ പെട്ടന്ന് മനസ്സിലാകും ശാരീരിക ക്ഷമത പ്രായം കുടും തോറും വ്യത്യാസപ്പെടുമ്പോൾ നാം പ്രായമായി വരുന്നുവെന്ന് പറയും. യന്ത്രങ്ങൾക്ക് കാലപ്പഴക്കം വരുമ്പോൾ പരിരക്ഷ ചെയ്യുന്നതുപോലെ മനുഷ്യനും ചെയ്യേണ്ടിവരുന്നു.

മുതിർന്ന പൗരന്മാരുടെ രക്ഷക്കായി നിരന്തരം നിയമങ്ങൾ ഭരണകൂടം കൊണ്ടുവരുന്നു. ചികിത്സാചെലവ്, ബാങ്കിൽ പ്രത്യേകം പലിശ നിരക്ക്, പണമടക്കാൻ പ്രത്യേകം ക്യൂ തുടങ്ങി മാതാപിതാക്കളുടെ സംരക്ഷണം വരെ നീണ്ടുപോകുന്ന നിയമങ്ങൾ. ഈ നിയമങ്ങളെല്ലാം വിജയമാണോ? എന്ന് ചോദിച്ചാൽ അതിനുത്തരമില്ല.

പ്രായമായവരുടെ പ്രധാന പ്രശ്നം ആരോഗ്യവും സാമ്പത്തികവും, കണ്ണിന് കാഴ്ചക്കുറവ്, ചെവികേൾക്കാൻ പ്രയാസം, എല്ലുകൾക്ക് ബലക്ഷയം ഇങ്ങനെ നീണ്ടുപോകുന്ന ശാരീരിക പ്രശ്നങ്ങൾ. രോഗം ഭേദമാക്കണമെങ്കിൽ ഉണ്ടാകുന്ന സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ട് ഏകാന്തത പ്രായമായവരെ ഭയപ്പെടുത്തുന്നു. ഒരിടത്തുനിന്നും മറ്റൊരിടത്തേക്ക് നീങ്ങുവാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്, കാലാവസ്ഥ വ്യതിയാനം ഇങ്ങനെ നീളുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ. മറുവശത്ത് മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നുള്ള അവഗണന എന്തിനേറെ പറയുന്നു ഏതുതരത്തിലുള്ള പെൻഷനായാലും അവിടെ ചെല്ലുമ്പോൾ അവജ്ഞയോടെ പെരുമാറുന്നവർ. 'പഴുത്തില വീഴുമ്പോൾ പച്ചില ചിരിക്കും'. ശരിക്കും ഒരു സീനിയർ സിറ്റിസൺ എന്ന ഓമനപ്പേരിലറിയപ്പെടുന്ന ഈ വ്യക്തിക്ക് എന്താണാവശ്യം? രോഗങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മോചനം, മറ്റുള്ളവരെ തിരിച്ചറിയാനുള്ള കഴിവ് , ഉറക്കം, മാനസികാരോഗ്യം, ബന്ധുക്കളും സുഹൃത്തുക്കളുമായുള്ള കൂടിക്കാഴ്ച, അംഗീകാരം, തരക്കേടില്ലാത്ത ആഹാരം, കുറച്ചു സാമ്പത്തിക സ്വാതന്ത്ര്യം, പെൻഷനെങ്കിലും സ്വന്തംകൈകൊണ്ടു ചിലവാക്കണം, പരിചിതമായ ചുറ്റുപാട്, എക്സർസൈസ് ചെയ്യാനും, പുറമേ നടക്കാനുമുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം, എപ്പോഴും പ്രായത്തേക്കുറിച്ച് ഓർമ്മിപ്പിക്കാതിരിക്കുക, സ്വാഭിമാനം കാത്തുസൂഷിക്കാനുള്ള അവകാശം ഇങ്ങനെ പ്രായമായവരുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിസ്സാരമാണെന്ന് മറ്റുള്ളവർക്ക് തോന്നും. പക്ഷേ അവരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഇത്രയും നാൾ അടക്കിഭരിച്ച സാമ്രാജ്യത്തിൽ തനിക്കു മുകളിൽ മറ്റൊരു രാജാവോ എന്ന ചിന്ത ഉണ്ടാകുമെന്നുള്ളതിൽ സംശയമില്ല.

ഇവിടെ മുതിർന്ന വ്യക്തികൾ മാറ്റം ഉൾക്കൊള്ളാനുള്ള മാനസിക നില കൈവരിക്കണം. സാമുഹ്യമായി, സാങ്കേതികമായി ഉണ്ടാകുന്ന ഓരോ മാറ്റവും തനിക്കുകൂടി ഉള്ളതാണെന്നും അതാസ്വദിക്കുവാനുള്ള കഴിവും അവകാശവും കടമയും തനിക്കുണ്ട് എന്ന് മനസ്സിനെ പറഞ്ഞു പഠിപ്പിക്കണം. കാരണം ഈ പ്രായം കടന്നു വരാൻ നിങ്ങൾക്ക് സാധിച്ചതുപോലെ നിങ്ങൾക്കൊപ്പമുണ്ടായിരുന്ന എത്ര പേർക്ക് സാധിച്ചു. മെട്രോയും, വാട്ടർ മെട്രോയും കാണാൻ കഴിഞ്ഞു. ഭാരതത്തിന്റെ ബഹിരാകാശ സ്വപ്നങ്ങൾ സാക്ഷാത്കരിക്കുന്നതും കൊച്ചുമക്കൾ ഇതിന്റെയൊക്കെ ചുക്കാൻ പിടി

ക്കുന്നതും കണ്ടില്ലേ? നേട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ കുറച്ചു കോട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. പക്ഷെ കുറച്ചുപേർക്ക് കുറച്ചുകാലം കിട്ടുന്ന ഭാഗ്യമല്ലേ വലുത്. വീണുകിട്ടുന്ന ഭാഗ്യത്തെ പ്രയോജനപ്പെടുത്തണം. ഇവിടെ അനാരോഗ്യകരമായ അവസ്ഥയെ തള്ളിക്കളയുക. ഇതിനിടയിൽ കൂടി വരുന്ന ചെറിയ പ്രകാശമാണ് കാണേണ്ടത്. വിമാനാപകടത്തിൽ നിന്നും രക്ഷപ്പെട്ട വ്യക്തി പറഞ്ഞത് അവിടെ ഒരു വെളിച്ചം കണ്ടിടത്തു കൂടി അദ്ദേഹം തെറിച്ച് പുറത്തേക്ക് വന്നുവെന്നാണ്. ഗവൺമെന്റ് പ്രഖ്യാപിക്കുന്ന എല്ലാ ആനുകൂല്യങ്ങളും സ്വീകരിക്കണം. എനിക്കിതൊന്നും വേണ്ടായെന്നു പറയുന്നവരെ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. നമ്മുടെ അവകാശം നാം വാങ്ങിക്കണം. ഇവിടെ എന്റെ സെന്ററിൽ ഒരമ്മ പരാതിയുമായി വന്നു. അവരുടെ മക്കളുമായി ജീവിക്കുന്ന അവർക്കു ഒന്നുരണ്ടു ദിവസം മക്കൾ കൊണ്ടുവന്ന പഴങ്ങൾ ഇഷ്ടപ്പെടാതെ വേണ്ടാന്ന് പറഞ്ഞു. പിന്നീട് എന്ത് വാങ്ങിയാലും ഇവർക്കില്ലാതെ ബാക്കിയുള്ളവർക്കായി പങ്കിടും. അമ്മക്കിതൊന്നും വേണ്ടായെന്നവർ അനുമാനിച്ചതിൽ കുറ്റം പറയാൻ പറ്റില്ല. വേണ്ടെങ്കിലും വാങ്ങണം. മറ്റാവശ്യക്കാർക്ക് നമ്മൾ പങ്കിട്ടുകൊടുക്കണം. നമ്മുടെ സുഖത്തിനും ദുഃഖത്തിനും കാരണം നമ്മുടെ ചിന്തയാണ്. പ്രായമാകൽ അപരാധമാണെന്നും കഴിവുകൾ നശിച്ചുപോയെന്നുമുള്ള ധാരണയുടെ തടവറയിലാണ് പലരും. ഈ തടവറയെ പൊളിക്കണം. സർക്കസ് കൂടാരത്തിലെ പുലികളല്ല നമ്മൾ. അതുപോലെ കുടത്തിലിട്ട കുമ്പളങ്ങപോലെ പല വിശ്വാസപ്രമാണങ്ങളിലും, പലരുടെ വാക്കുകളിലും കുടുങ്ങി ചെറുതായി മാറുന്നു. പ്രായമാകുമ്പോൾ തലച്ചോറുകൊണ്ട് ചിന്തിക്കാതെ ഹൃദയം കൊണ്ടുള്ള പ്രവർത്തി ചെയ്യണം. അതായത് യുക്തിയേക്കാൾ വികാരങ്ങൾക്കും സ്നേഹപ്രകടനകൾക്കും മുൻതൂക്കം കൊടുക്കണം. ഇടുങ്ങിയ ചിന്തകളെ ബാഹ്യശക്തിയാക്കുന്ന വലിയ തടാകത്തിൽ കലക്കണം നാം തിരയല്ല, കടലാണ്.

നാവു കൈകളേക്കാൾ ചുടു സഹിക്കും ആ നാവു ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ സൂക്ഷിക്കണം. തിരിച്ചുകിട്ടുന്ന അമ്പ് കൊടുക്കുന്നതിനേക്കാൾ മൂർച്ചയുള്ളതായിരിക്കുമെന്ന് കരുതണം. പ്രായമാകുമ്പോഴേക്കും ഏതെങ്കിലും ഒരു ഹോബി, ചെടി നനയ്ക്കുക, പൂക്കൾ ആസ്വദിക്കുക തുടങ്ങി എന്ത് മനസ്സിന് സന്തോഷം തരുന്നുവെന്ന് ധാർമ്മികമായി ചിന്തിക്കണം. ഒരേ ചിന്താഗതിയുള്ളവരുമായി സത്സംഗത്തിന് സാധ്യത അന്വേഷിക്കണം. ഇതല്ലാതെ ഇനി എന്നെ അങ്ങ് വിളിച്ചാൽ മതിയെന്ന് വിചാരിക്കാതെ കർമ്മം ചെയ്താൽ, ഡോ. അബ്ദുൾ കലാമിനെപോലെ കർമ്മം ചെയ്യുന്നതിനിടയിൽ മരിക്കാം.

മനസ്സ് ഒരു പൂന്തോട്ടമാണ്. നിങ്ങൾ പൂന്തോട്ടക്കാരനും. നല്ല ചിന്തകൾ പരിപോഷിപ്പിക്കുക . സാഹചര്യത്തെയും തലമുറ മാറ്റത്തെയും കുറിച്ചാലോചിക്കാതെയിരിക്കുക. ഒരു കാര്യം ഓർമ്മിക്കണം. നീതി ബോധവും ധാർമ്മികതയും മറ്റും നല്ല കാലങ്ങൾക്കുവേണ്ടി മാത്രം ഉണ്ടാക്കിയതല്ല. നല്ലതും മോശവുമായ കാലങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയാണ് നമ്മുടെ സേവനം സമൂഹത്തിനും, മക്കൾക്കും ആവശ്യമാണെന്നു കരുതി ചിരിക്കുക ചിരി നിറുത്തരുത് , ചിരി നിറുത്തിയാൽ വയസ്സാകും. നിങ്ങൾക്കെത്ര വയസ്സെന്നല്ല പ്രാധാന്യം നിങ്ങൾ എത്രമാത്രം പ്രായമുള്ളവരാണെന്നതാണ് അതായത് എത്രമാത്രം പക്വതയുള്ളവരാണെന്നാണ്. സന്തോഷത്തിന്റെയും സമാധാനത്തിന്റെയും ദിവസങ്ങൾ നിങ്ങൾക്കുള്ളതാണ്. താൽക്കാലിക ബുദ്ധിമുട്ട് കർക്കിടകമാസത്തിലെ മഴ പോലെ ഇനി ചിങ്ങം വരും എന്ന് ചിന്തിക്കു. പ്രകൃതി സുന്ദരമാകും. മനക്കണ്ണുകൊണ്ടു വസ്തുക്കളെ കാണുകയും വേണ്ടവിധത്തിൽ വ്യാഖ്യാനിക്കുകയും ചെയ്യുക വിജയം സുനിശ്ചിതം. ■

ഉൽകണ്ഠ എന്തിനോ? ഉൽകണ്ഠ എന്തിനോ....?

യു. എസ്. രവീന്ദ്രൻ - 9496120978

കഴിഞ്ഞ കുറെ വർഷങ്ങളായി ജനങ്ങളിൽ ഉൽകണ്ഠ (Anxiety disorder) എന്ന മാനസികാവസ്ഥ, ഉന്മാദം (depression) എന്ന മാനസികാവസ്ഥയേക്കാൾ ഏറിവരികയാണ്. ലോകാരോഗ്യസംഘടന (WHO) യുടെ കണക്കുകൾ അനുസരിച്ച് ലോക ജനതയുടെ 4 ശതമാനം, ഏകദേശം 30 കോടി ജനങ്ങൾ ഉൽകണ്ഠ എന്ന മാനസികാവസ്ഥക്ക് അടിമപ്പെട്ടവരാണ്. ചിലർക്ക് ചെറിയ തോതിലുള്ള വ്യാകുലത ആണെങ്കിലും മറ്റു ചിലർക്ക് സ്വന്തം ശക്തി പൂർണ്ണമായും ക്ഷയിച്ചു പോകുന്നു എന്ന ദയനീയമായ മാനസികാവസ്ഥയാണ്.

ഉൽകണ്ഠയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ ഒരിക്കലും സ്വസ്ഥതയില്ലായ്മയും ശ്രദ്ധ ഒട്ടും കേന്ദ്രീകരിക്കാൻ പറ്റാത്ത അവസ്ഥയുമാണ്. കൂടാതെ തളർച്ച, ഉറക്കമില്ലായ്മ, പേശീവലിവ് തുടങ്ങിയവയും.

എല്ലാവർക്കും ചിലപ്പോഴൊക്കെ എന്തെങ്കിലും കാര്യത്തിൽ ഉൽകണ്ഠ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. എന്നാൽ ഇത് ദൈനംദിന ജീവിതത്തെ ബാധിക്കുകയും സന്തോഷം എന്ന മാനസികാവസ്ഥ ഒട്ടും ഉണ്ടാകാതിരിക്കുമ്പോഴുമാണ് ഉൽകണ്ഠ രോഗമായി മാറുന്നത് മാനസിക സമ്മർദ്ദം ഉണ്ടാകുന്നു, കുറേശ്ശെയായി ശരീരാരോഗ്യത്തെ ബാധിച്ചു തുടങ്ങുന്നു. നെഞ്ചിടിപ്പ് കൂടി വരുന്നു. മനസ്സിന്റെ സന്തുലിതാവസ്ഥയുടെ താളം തെറ്റുന്നു. എന്തൊക്കെയോ എവിടെയെയോ കുഴപ്പങ്ങളുണ്ടെന്നു മനസ്സിൽ തോന്നുകയും അതിന്റെ ഫലങ്ങൾ വാക്കുകളിലൂടെയോ, പ്രവർത്തികളിലൂടെയോ പുറത്തുവരാനും തുടങ്ങുന്നു.

ഉൽകണ്ഠയെ എങ്ങനെ നേരിടാം

ഉൽകണ്ഠ എന്നത് സാധാരണ ജീവശാസ്ത്രപരമായ ഒരു പ്രതികരണം മാത്രമാണ്. എന്തൊക്കെയോ ശരികേടുകൾ സംഭവിക്കുന്നുവെന്നും അത് ആർക്കും ഉപദ്രവകരമല്ലാത്ത രീതിയിൽ നേരിടാൻ തയ്യാറെടുക്കണമെന്നും ഉള്ള മനസ്സിന്റെ നിർദ്ദേശമാണ് ഉൽകണ്ഠ. എന്നാൽ ഉൽകണ്ഠയുടെ അതിപ്രസരത്താൽ ഒരു വ്യക്തിയുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തെ ബാധിച്ചുതുടങ്ങുപ്പോഴാണ് അത് രോഗമായി മാറുന്നത് (Anxiety disorder). ജീവിതത്തിൽ സന്തോഷിക്കുവാനുള്ള അവസരങ്ങൾ ഉൽകണ്ഠ മൂലം നഷ്ടപ്പെടുന്നു എന്ന് തോന്നി തുടങ്ങുമ്പോൾ അത് മനസ്സിലാക്കി അതിനെ കുറച്ചുകൊണ്ടുവരാൻ ശ്രമിക്കുക. ഉൽകണ്ഠയോടുകൂടി ജീവിതം മുന്നോട്ട്കൊണ്ടുപോകാൻ ശ്രമിക്കരുത്. അതിനെ വേണ്ട വിധം കൈകാര്യം ചെയ്യാവുന്നതേയുള്ളൂ. ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് അമേരിക്കയിലെ Anxiety And Depression Association(AADA) നൽകുന്ന ചില നിർദ്ദേശങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക

1) ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണക്രമം ശീലിക്കുക.

സമീകൃതാഹാരം ശീലമാക്കുകയാണെങ്കിൽ അത് ഉൽകണ്ഠക്ക് നല്ലൊരു പ്രതിവിധിയാണ്. ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുകയും മദ്യം, കാപ്പി എന്നിവ ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് ആദ്യത്തെ ചികിത്സ. കൃത്യസമയത്ത് ഭക്ഷണം കഴിച്ചില്ലെങ്കിൽ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അംശം വർദ്ധിക്കും. തൻമൂലം അസ്വസ്ഥതയും, ഉൽകണ്ഠയും വർദ്ധിക്കും.

2) വ്യായാമം ശീലമാക്കുക

വ്യായാമം ശാരീരികാരോഗ്യത്തെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുന്നതാണ്. ശാരീരികാരോഗ്യം മാനസികാരോഗ്യത്തെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുന്നു. ഉൽകണ്ഠ ഉണ്ടാകാനുള്ള സാഹചര്യത്തെ കുറയ്ക്കുന്നു. ഓടുമ്പോഴും മറ്റുമൊക്കെ തലച്ചോറിൽ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന രാസപദാർത്ഥങ്ങൾ, ഹോർമോണുകൾ ഉൽകണ്ഠ കുറയ്ക്കുന്നു. ഉൽകണ്ഠ എന്ന അവസ്ഥ സ്വയം തോന്നുകയാണെങ്കിൽ മനസ്സിനേയും ശരീരത്തേയും നിയന്ത്രിക്കാൻ പ്രാപ്തമായ യോഗയും തായ്ചി എന്ന ചൈനീസ് വ്യായാമത്തെയും പരിശീലിക്കാവുന്നതാണ്. ശരീരത്തിന് ധാരാളം ഓക്സിജൻ ലഭിക്കുന്ന എയ്റോബിക് (Aerobic) വ്യായാമവും ധാരാളം ഊർജ്ജം ഉപയോഗിക്കേണ്ട അനാറോബിക് (Anaerobic) വ്യായാമവും ഉൽകണ്ഠ കുറയ്ക്കുന്ന വ്യായാമങ്ങളാണ്.

3) നന്നായി ഉറങ്ങുക

എല്ലാ ദിവസവും ഒരു നിശ്ചിത സമയത്ത് ഉറങ്ങാൻ കിടക്കുകയും വേണ്ടത്ര സമയം ഉറങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നത് ഉൽകണ്ഠ കുറയ്ക്കാനുള്ള ഒരു പോംവഴിയാണ്. ഉറക്കത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ പിശുക്ക് കാണിച്ചാൽ അത് മാനസികാവസ്ഥയെ ബാധിക്കുകയും അതുമൂലം സമ്മർദ്ദങ്ങളെ (Stress) ചെറുക്കാനുള്ള കഴിവ് കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. കൂടാതെ ശരീരത്തിൽ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന ഹോർമോണുകളുടെ സന്തുലിതാവസ്ഥ തെറ്റി അഡ്രിനാലിൻ എന്ന ഉൽകണ്ഠയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്ന ഹോർമോണിന്റെ ഉൽപ്പാദനം കൂട്ടുകയും ചെയ്യും.

4) എനിക്കിതു ചെയ്യാം അതിനുള്ള കഴിവുണ്ട്

എന്ന വിശ്വാസം വളർത്തിയെടുക്കുക. മനസ്സിനകത്തെ കെട്ടുപിണഞ്ഞു കിടക്കുന്ന പല പല ചിന്താവലകളായ ആശങ്കകളാണ് ഉൽകണ്ഠയുടെ ഉറവിടം. ആ വലകൾ പൊട്ടിച്ച് പുറത്തു വരാൻ നമുക്ക് തന്നെ സാധിക്കും 'ഓം ശാന്തി ശാന്തി ശാന്തി' മന്ത്രങ്ങളും 'എനിക്കിതു ചെയ്യാം അതിനുള്ള കഴിവുണ്ട് ' എന്ന് ഉരുവിട്ടുകൊണ്ട് മനസ്സിന് ശക്തി നൽകി എല്ലാ ചിന്തകളെയും അകറ്റി നിറുത്തുക.

5) സ്നേഹിക്കുന്നവരുമായി കൂടുതൽ സമയം ഇടപഴകുക

മാനസിക സമ്മർദ്ദവും ഉൽകണ്ഠയും തരുന്ന വ്യക്തികളും പ്രശ്നങ്ങളുമായി ഇടപെടാനുള്ള സമയം കുറഞ്ഞുപോകുന്നതുകൊണ്ട് ഒരു നല്ല സാമൂഹ്യ ജീവിതം ഉള്ളവർക്ക് ഉൽകണ്ഠയും ഉന്മാദവും കുറവായിരിക്കും.

6) ആവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽ സഹായം തേടുക

ഉൽകണ്ഠ എന്ന മാനസികാവസ്ഥ ദൈനംദിന ജീവിതത്തെ അലട്ടുന്നു എങ്കിൽ പരിശീലനം കിട്ടിയ ഒരു മാനസിക വിദഗ്ധന്റെ ഉപദേശം തേടാവുന്നതാണ്. അഥവാ അതിന് മടിയാണെങ്കിൽ വേണ്ടാത്ത ചിന്തകളെ നേരിടാനുള്ള വഴികൾ ഒരു തെറാപ്പിസ്റ്റിന് നിർദ്ദേശിക്കാൻ സാധിക്കും. ഉൽകണ്ഠയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമാകുമ്പോൾ പ്രതിവിധിയായി ചില മരുന്നുകളും നിർദ്ദേശിച്ചേക്കാം 'എല്ലാവർക്കും പല പല പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ട്; എനിക്കും എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നം വന്നാൽ എന്തുചെയ്യും' എന്നാലോചിച്ച് സ്വയം പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നവരുമുണ്ട്. ചില മരുന്നുകളുടെ പാർശ്വഫലങ്ങളായി ഉൽകണ്ഠ എന്ന മാനസികാവസ്ഥ ഉണ്ടാകുകയും അതിന് വേറെ ചികിത്സ തേടുന്നവരും ഉണ്ടാകാറുണ്ട്.

ശാരീരികമായുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ വരുത്തി തീർക്കുന്നതിന് മുൻപ് തന്നെ ഉൽകണ്ഠ എന്ന മാനസികാവസ്ഥ തോന്നി തുടങ്ങുന്നവർ ചികിത്സ തേടേണ്ടതാണ്. ■

കേരളത്തിന്റെ ശാക്തേയ പാരമ്പര്യം-15

എം.ആർ.എസ് മേനോൻ – 9037126220

(തുടർച്ച.....)

കുമാരനല്ലൂർ കാർത്യായനിക്ഷേത്രം

കോട്ടയത്തിന് സമീപം മീനച്ചിലാറിന്റെ തീരത്ത് നിന്ന് കുറച്ച് മാറിയാണ് കുമാരനല്ലൂർ ക്ഷേത്രം. ദുർഗ്ഗ, മഹാലക്ഷ്മി, മഹാകാളി, മഹാസരസ്വതി എന്നിങ്ങനെ പരാശക്തിയുടെ വിവിധ ഭാവങ്ങളിൽ ഇവിടെ ദേവിയെ ആരാധിക്കപ്പെടുന്നു. ചേരമാൻ പെരുമാൾ കുമാരനല്ലൂരിലെ ക്ഷേത്രം സുബ്രഹ്മണ്യനും ഉദയനാപുരത്ത് ഭഗവതിക്കുമായി പണി തീർത്തതായിരുന്നു. എന്നാൽ ഭഗവതിയുടെ വെളിപാടനുസരിച്ച് കുമാരനല്ലൂരിൽ ഭഗവതിയേയും ഉദയനാപുരത്ത് സുബ്രഹ്മണ്യനേയും പ്രതിഷ്ഠിക്കുകയാണുണ്ടായത്.

ഈ ക്ഷേത്രത്തെപ്പറ്റി പ്രചാരത്തിലുള്ള കഥ ഇപ്രകാരമാണ്. ഒരിക്കൽ മധുരമീനാക്ഷിക്ക് ചാർത്തിയ മുക്കൂത്തി മോഷണം പോയി. മോഷണം കണ്ടു പിടിക്കാൻ മധുരയിലെ പാണ്ഡ്യരാജാവ് അന്വേഷണത്തിന് ഉത്തരവിട്ടെങ്കിലും കണ്ടുപിടിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ശാന്തിക്കാരൻ അറിയാതെ മുക്കൂത്തി പോവില്ലെന്ന് ധരിച്ച രാജാവ് ശാന്തിക്കാരനെ ചോദ്യം ചെയ്തു. വാസ്തവത്തിൽ ശാന്തിക്കാരൻ നിരപരാധിയായിരുന്നു. നാൽപ്പതു ദിവസത്തിനകം മുക്കൂത്തിയുമായി വന്നില്ലെങ്കിൽ തലയറുത്ത് കൊല്ലുമെന്ന് ഉത്തരവ് ഇറക്കി. ശാന്തിക്കാരൻ പലേടത്തും അന്വേഷിച്ച് നടന്നിട്ടും ഒരു വിവരവും കിട്ടിയില്ല. അങ്ങിനെ മുപ്പത്തി ഒമ്പതാമത്തെ ദിവസം വന്നുചേർന്നു ഒരു ദിവസം കൂടി കഴിഞ്ഞാൽ തന്റെ ജീവിതാന്ത്യമായെന്ന് അയാൾ ഭയന്നു. അന്ന് ഉറങ്ങുന്ന സമയത്ത് അതിസുന്ദരിയായ ഒരു യുവതി ഇനിയിവിടെ താമസിച്ചാൽ ആപത്താണെന്നും കാവൽക്കാരൊക്കെ ഉറക്കമായതിനാൽ എവിടെയെങ്കിലും പോയി രക്ഷപ്പെടാൻ പറയുന്നതുമായി സ്വപ്നം കണ്ടു. പുറത്തിറങ്ങി ഓടി രക്ഷപ്പെടാൻ നോക്കുമ്പോൾ യുവതി മുന്നിൽ വന്നിട്ട് താനും കൂടെ വരുന്നതായി പറഞ്ഞു ശാന്തിക്കാരന്റെ മുന്നിൽ ഓടിത്തുടങ്ങി എവിടെയോ എത്തിയപ്പോൾ അവർ അപ്രത്യക്ഷയായതോടെ വഴി ഇരുട്ടിലായി. ഒരു ഇടിമിന്നലിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ ഒരു വഴിയമ്പലം കണ്ട് അവിടെ കിടന്ന് ഉറങ്ങി. പിറ്റേന്ന് ഉണർന്നത് കുമാരപുരം എന്ന സ്ഥലത്തായിരുന്നു. ചേരമാൻ പെരുമാൾ വൈക്കത്തിനടുത്ത ഉദയനാപുരത്ത് ഭഗവതിക്കും കുമാരപുരത്ത് സുബ്രഹ്മണ്യനും ക്ഷേത്രങ്ങൾ പണിത് കൊണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നു ശാന്തിക്കാരൻ ഉണർന്നത് കുമാരപുരത്ത് പണിത് കൊണ്ടിരിക്കുന്ന സുബ്രഹ്മണ്യസ്വാമി ക്ഷേത്രത്തിലാണ്. ശ്രീകോവിലിൽ മധുരമീനാക്ഷിയെ കണ്ട് തന്റെ കൂടെ വന്നത് സാക്ഷാൽ ദേവിയാണെന്ന് അദ്ദേഹം മനസ്സിലാക്കി. 'കുമാരനല്ല ഊരിൽ' എന്ന് അദ്ദേഹം ഉറക്കെ വിളിച്ച് പറഞ്ഞു. പക്ഷേ മറ്റുള്ളവർക്ക് ദേവിയെ കാണാൻ സാധിച്ചില്ല. വിവരമറിഞ്ഞ് എത്തിയ ചേരമാൻ പെരുമാൾക്കും ദേവിയെ കാണാൻ സാധിച്ചില്ല. തന്നെ തൊട്ട് കൊണ്ട് നോക്കാൻ ശാന്തിക്കാരൻ പറഞ്ഞു. ആ സമയത്ത് പെരുമാൾക്കും ശ്രീലകത്ത് ദേവിയെ കാണാൻ കഴിഞ്ഞു. തുടർന്ന് ശാന്തിക്കാരൻ തന്റെ അനുഭവങ്ങൾ വിവരിച്ചു. പക്ഷേ താൻ ദേവിയെ മുമ്പ് തീരുമാനിച്ചത് പോലെ ഉദയനാപുരത്ത് തന്നെ പ്രതിഷ്ഠിക്കാൻ പോകുകയാണ് എന്ന് പറഞ്ഞ് മടങ്ങി പോയി. പക്ഷേ വഴിയിൽ കനത്ത മൂടൽ മഞ്ഞ് മൂലം മുന്നോട്ട് പോകാൻ സാധിക്കാതായി. ദേവീകോപം മൂലമായിരിക്കുമെന്ന് ചില സേവകന്മാർ പറഞ്ഞെങ്കിലും അദ്ദേഹം വിശ്വസിക്കാൻ തയ്യാറായില്ല.

മഞ്ഞ് മാറിയാൽ താൻ വിശ്വസിക്കാമെന്ന് പറഞ്ഞു. ഉടനെ മഞ്ഞു മുഴുവൻ മാറി. (ഈ സ്ഥലമാണ് മാഞ്ഞൂർ) തിരികെ കുമാരപുരത്തെത്തിയ അദ്ദേഹം അവിടെ പ്രതിഷ്ഠക്ക് തയ്യാറാക്കിയ സുബ്രഹ്മണ്യവിഗ്രഹം ഉദയനാപുരത്തേക്ക് കൊണ്ട് പോകുകയും ഉദയാനപുരത്ത് നിന്ന് കൊണ്ടു വന്ന വിഗ്രഹം കുമാരനല്ല ഊരിൽ (കുമാരപുരം) പ്രതിഷ്ഠിക്കുവാൻ തീരുമാനിക്കുകയും ചെയ്തു. പക്ഷേ ഉദയനാപുരത്ത് നിന്ന് ദേവീവിഗ്രഹം മുഹൂർത്തസമയത്ത് എത്തിച്ചേരുകില്ലെന്ന് മനസ്സിലായി പെരുമാൾ ദുഃഖിതനായിത്തീർന്നു. അന്ന് രാത്രി പെരുമാൾക്ക് 'ഇവിടന്ന് രണ്ട് നാഴിക വടക്കു കിഴക്കായി വേദഗിരി എന്ന സ്ഥലത്ത് മലയിലുള്ള കിണറിൽ എന്റെ ഒരു വിഗ്രഹം കിടക്കുന്നുണ്ട് അതെടുത്ത് പ്രതിഷ്ഠിച്ചാൽ മതി' എന്ന് ഒരു സ്വപ്നദർശനമുണ്ടായി. പിറ്റേന്ന് കാടൊക്കെ വെട്ടിത്തെളിച്ച് നോക്കിയപ്പോൾ കിണറ്റിൽ ലക്ഷണമൊത്ത ഒരു വിഗ്രഹം കണ്ട് അതുകൊണ്ട് വന്ന് പ്രതിഷ്ഠിച്ചത് മുതൽ ഈ നാട് കുമാരനല്ലൂർ എന്നായി. ആ ക്ഷേത്രം ദേശക്കാരായ നമ്പൂതിരിമാർക്ക് വിട്ട് കൊടുത്തിട്ട് നിത്യനിദാനത്തിനാവശ്യമായ വസ്തുക്കളും മാഞ്ഞൂർ ദേശവും കുമാരനല്ലൂർ ക്ഷേത്രത്തിന് നൽകുകയും ചെയ്തു. അന്ന് ദേവിയോടൊപ്പം വന്ന ശാന്തിക്കാരൻ അവിടത്തെ പുരോഹിതനായി ത്തീർന്നു. മധുര ഇല്ലം എന്നാണ് ഇന്നും അവരുടെ ഇല്ലപ്പേര്.

ദാരുശിൽപ്പങ്ങളും ചുവർ ചിത്രങ്ങളും കൊണ്ട് മനോഹരമാണ് ഈ ക്ഷേത്രം. ക്ഷേത്രത്തിന്റെ തെക്ക്ഭാഗത്ത് കിഴക്കോട്ട് ദർശനമായി ശിവക്ഷേത്രവും ഉണ്ട്. രണ്ട് നിലകളോടു കൂടിയ വലിപ്പമേറിയ വട്ടശ്രീകോവിലാണ് ഈ ക്ഷേത്രത്തിന്റെ പ്രത്യേകത. ചേരമാൻ പെരുമാളുടെ കാലത്ത് ഇരുപത്തിയെട്ട് ദിവസത്തെ ഉത്സവമായിരുന്നു ഉണ്ടായിരുന്നത് എന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നു. ഇന്ന് വൃശ്ചികത്തിൽ രോഹിണി നാളിൽ ആറാട്ട് വരത്തക്കവിധത്തിൽ എട്ടു ദിവസത്തെ ഉത്സവമാണ് ഇവിടെ നടക്കുന്നത്. ഉത്സവത്തിനിടയിൽ വരുന്ന തൃക്കാർത്തികയാണ് ഏറ്റവും വിശേഷപ്പെട്ട ദിനം. അഭീഷ്ടവരദായികയായ കുമാരനല്ലൂർ ഭഗവതിയെപ്പറ്റി നിരവധി അനുഭവകഥകളും ഭക്തന്മാരുടെയിടയിൽ പ്രചാരത്തിലുണ്ട്.

പനച്ചിക്കാട് ഭഗവതി

കോട്ടയത്തിനും ചങ്ങനാശ്ശേരിക്കും മദ്ധ്യേയാണ് പനച്ചിക്കാട്. ഇവിടുത്തെ പ്രധാന ക്ഷേത്രം വിഷ്ണുവിന്റെതാണെങ്കിലും സരസ്വതി ക്ഷേത്രം എന്നാണ് പ്രശസ്തി. വിഷ്ണുക്ഷേത്രത്തിന്റെ കുളത്തിന്റെ മദ്ധ്യത്തിൽ വറ്റാത്ത നീരുറവുയുടെ സമീപത്ത് വള്ളിപ്പടപ്പിനുള്ളിലാണ് മൂലവിഗ്രഹം. മൂല വിഗ്രഹം കാണാൻ സാധ്യമല്ല. മൂലവിഗ്രഹത്തിന് അഭിമുഖമായി മറ്റൊരു വിഗ്രഹത്തിലാണ് പൂജ ചെയ്യുന്നത്. മൂകാംബിക സാന്നിദ്ധ്യമുള്ള സരസ്വതി ക്ഷേത്രമായാണ് പനച്ചിക്കാട് അറിയപ്പെടുന്നത്. യഥാർത്ഥ പ്രതിഷ്ഠ കാട്ടുവള്ളികളാൽ മറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന മറ്റൊരു കുഴിയിലാണ്. മലമുകളിൽ നിന്ന് ഒഴുകി വരുന്ന ഒരു നീർച്ചാലിൽ നിന്നാണ് വെള്ളം കുഴിയിലേക്ക് വരുന്നത്. ഉച്ചപ്പൂജ മാത്രമേ ഇവിടെ പതിവുള്ളു. സരസ്വതിക്കാണ് പ്രശസ്തിയെങ്കിലും ആദ്യം വിഷ്ണുവിനെ വന്ദിക്കണമെന്നാണ് ഇവിടുത്തെ നിയമം

ദേവിയെ ഉപാസിച്ചതിന്റെ അത്ഭുതകരമായ പല അനുഭവങ്ങളും ഭക്തന്മാർക്കിടയിൽ വിശ്വസിച്ചു വരുന്നു. ഏ ആർ രാജരാജവർമ്മക്ക് ഇവിടെ ഭജിച്ചതിന് ശേഷമാണ് മൂകത വിട്ടു പിരിഞ്ഞതെന്നാണ് ഒരു വിശ്വാസം. തിരുവിതാംകൂർ രാജകുടുംബം ചന്ദ്രഹാരം നടക്ക് വച്ചിട്ടുണ്ട്. കേരള വർമ്മ വലിയകോയിത്തമ്പുരാനും ഉള്ളൂരും ഇവിടെ താമസിച്ച് ഭജനമിരുന്നിട്ടുണ്ട്. ഇവിടുത്തെ സാരസ്വതഘൃതം ബുദ്ധിശക്തിക്കും ഓർമ്മശക്തിക്കും വിശേഷപ്പെട്ടതാണ് എന്നും ഭക്തന്മാർ കരുതുന്നു.

നവരാത്രിക്കാലമാണ് ഈ ക്ഷേത്രത്തിലെ വലിയ ആഘോഷം. ഇക്കാലത്ത് രാജ്യത്തിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ നിന്ന് നിരവധി കലാകാരന്മാർ ദേവിയുടെ സന്നിധിയിൽ കലോപാ

സന നടത്തുന്നു. മുകാംബികയെ ഉപാസിച്ചിരുന്ന കിഴുപ്പുറം നമ്പൂതിരിയാണ് മൂകാംബിക ദേവിയെ കൊല്ലൂരിൽ നിന്ന് ഇവിടെക്ക് ഭജിച്ച് കൊണ്ടുവന്നത് എന്നാണ് ഒരു വിശ്വാസം. അടുത്ത വനത്തിൽ നിന്ന് ഇവിടെ കൊണ്ട് വന്ന് പ്രതിഷ്ഠിച്ചതായാണ് ഐതിഹ്യം. തൊട്ടടുത്ത വിഷ്ണുക്ഷേത്രത്തിൽ ശ്രീകോവിലും നാലമ്പലവും ഉണ്ടെങ്കിലും സരസ്വതി ക്ഷേത്രത്തിൽ ഇതൊന്നുമില്ല. വിദ്യാരംഭത്തിന് കുട്ടികളെ എഴുത്തിനിരുത്താനായി ആയിരക്കണക്കിന് ആളുകൾ ഇവിടെ എത്തിച്ചേരുന്നു.

ചക്കുളത്ത് കാവ്

തിരുവല്ലക്കടുത്ത ചക്കുളത്ത് കാവ് ഈ അടുത്ത കാലത്താണ് പ്രസിദ്ധമായത്. ഇപ്പോൾ കേരളത്തിലെ പ്രധാന ദേവീക്ഷേത്രങ്ങളിലൊന്നായി മാറിക്കഴിഞ്ഞു. വനദുർഗ്ഗയാണ് പ്രതിഷ്ഠയെങ്കിലും മഹാകാളി, മഹാസരസ്വതി, ഭദ്രകാളി എന്നീ സങ്കൽപ്പങ്ങളിലും ദേവിയെ ആരാധിക്കുന്നു.

കാട്ടിൽ വിറക്വെട്ടാൻ പോയ ഒരു വേടന് ഒരു പുറ്റിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച വിഗ്രഹമാണ് ഇവിടുത്തേതെന്നാണ് വിശ്വാസം ഏറെക്കാലത്തേക്ക് വേടനും കുടുംബവുമാണ് ദേവിയെ പൂജിച്ചിരുന്നത്. പിൽക്കാലത്ത് ക്ഷേത്രാവകാശം ഒരു നമ്പൂതിരി കുടുംബത്തിന്റെ കൈവശം വന്നു ചേർന്നു. (കേരളത്തിലെ പല പഴയ കാവുകളിലും ഈയൊരു ആദിവാസി പുലയ ബന്ധം കാണാം). തെക്കും വടക്കുമായി പമ്പയാറും മണിമലയാറും ഒഴുകുന്നു.) 1981 ൽ നവീകരണത്തിന് ശേഷം അഷ്ടബാഹുക്കളോട് കൂടിയ ദേവിയുടെ പുതിയ വിഗ്രഹം പ്രതിഷ്ഠിച്ചതിന് ശേഷം ക്ഷേത്രത്തിന് അത്ഭുദകരമായ വളർച്ചയാണ് ഉണ്ടായിരിക്കുന്നത്.

ചക്കുളത്ത് കാവിലെ പൊങ്കാലയാണ് പ്രധാന ആഘോഷം. വൃശ്ചികമാസത്തിലെ കാർത്തിക നാളിൽ ലക്ഷക്കണക്കിന് ജനങ്ങളാണ് ദേവിക്ക് പൊങ്കാലയർപ്പിക്കാൻ ഇവിടെ എത്തിച്ചേരുന്നത്. അന്നേ ദിവസം നടക്കുന്ന കാർത്തികസ്തംഭം കത്തിക്കലാണ് മറ്റൊരു ആഘോഷം. ഏറെ ഉയരത്തിലുള്ള ഒരു തൂണിൽ വാഴക്കൂമ്പ്, പഴയ ഓലകൾ, പടക്കം, ദേവിയുടെ ഉടയാടകൾ എന്നിവ പൊതിഞ്ഞ് കെട്ടി സർവ്വ തിന്മകളെയും ആവാഹിച്ച് ഇല്ലാതാക്കുന്നുവെന്ന സങ്കൽപ്പത്തിൽ കത്തിക്കുന്നതോടെ സകല ദുരിതങ്ങളും തീരുമെന്നാണ് വിശ്വാസം.

ചക്കുളത്ത് കാവിലെ മറ്റൊരു അനുഷ്ഠാനമാണ് നാരീപൂജ. ജാതിവ്യത്യാസം കൂടാതെ സമൂഹത്തിൽ സമാദരണീയരായ സ്ത്രീകളെ ക്ഷണിച്ച് പീഠത്തിലിരുത്തി പൂജ നടത്തുകയാണ് നാരീപൂജയുടെ ചടങ്ങ്. സ്ത്രീകളെ ആദിമാതാവായ പരാശക്തിഭാവത്തിലാണ് ഇവിടെ ആദരിക്കുന്നത്. ലഹരിവസ്തുക്കൾക്ക് അടിമപ്പെട്ടവരെ ദേവീ സന്നിധിയിൽ പ്രതിജ്ഞയെടുപ്പിക്കുനതോടെ അവർ അതിൽ നിന്ന് മുക്തരാകുന്നുവെന്നാണ് വിശ്വാസം

മദ്ധ്യതിരുവിതാം കൂറിൽ ഏറ്റവുമധികം ഭക്തന്മാർ എത്തിച്ചേരുന്ന ഒരു ക്ഷേത്രമാണിത്.

(തുടരും ....)

4–ാം ചരമവാർഷികം

31.07.2025

തങ്കം പണിക്കർ

കല്യാൺ, കെ.വി. 44, കൃഷ്ണവിഹാർ കോളനി,
പനമ്പള്ളി നഗർ, കൊച്ചി–682036

സന്തപ്ത കുടുംബാംഗങ്ങൾ

ആദ്യ കാഴ്ചയുടെ നൊമ്പരം

മന്മഥൻ വിജയൻ നായർ - 9447650600

ഈയം പൂശാനുണ്ടോ.....,ഈയം പൂശാനുണ്ടോ.........'ഈ'..... എന്ന അക്ഷരം കുറച്ച് നീട്ടിയാണ് വിളിക്കുന്നത് കഴിഞ്ഞ പത്ത് നാൽപത് വർഷമായി ആരും കേട്ടിട്ടുണ്ടാവാനിടയില്ലാത്ത ഒരു ശബ്ദം.... പഴയ കാലത്തിൽ നിന്നുള്ള ഒരു മാറ്റൊലി.....എന്റെ കുട്ടിക്കാലത്ത് ഞാൻ ഏറെ ഇഷ്ടപ്പെട്ടിരുന്ന പല ശബ്ദങ്ങളിൽ ഒന്നായിരുന്നു അത്. ഈയം പൂശുകാരൻ ഹരിഹരന്റെ പാതി അടഞ്ഞ ശബ്ദം. ഹരിഹരൻ വന്നാൽ പിന്നെ അന്നത്തെ ആറ് വയസ്സുകാരൻ അന്ന് സ്കൂളിൽ പോവില്ല. ആറ് മാസത്തിലൊരിക്കലാണ് പെരുമ്പിള്ളിലെ പിച്ചള പാത്രങ്ങൾ മുഴുവൻ ഈയം പൂശുന്നത്. ഈയം പൂശൽ മാത്രമല്ല ഹരിഹരൻ ചെയ്യുന്നത്, ഓട്ടു പാത്രങ്ങളുടെയും ചെമ്പ് പാത്രങ്ങളുടെയും മറ്റും ഓട്ട അടക്കുക, പൊട്ടിയ ഒട്ടു പാത്രങ്ങൾ മൂശയിലിട്ടുരുക്കി പുതിയ പള പള എന്ന് തിളങ്ങുന്ന വിളക്കും ഉരുളിയും മറ്റും ഉണ്ടാക്കുക. അങ്ങിനെ എന്തെല്ലാം.

അന്നും പതിവ് പോലെ സ്കൂളിൽ പോകാനൊരുങ്ങുമ്പോഴാണ് ഹരിഹരന്റെ വിളി കേൾക്കുന്നത്, വേഗം യൂണിഫോം അഴിച്ചിട്ട് വള്ളി നിക്കറെടുത്തിട്ടു. 'നീ എന്താ സ്കൂളിൽ പോകുന്നില്ലേ' മുറ്റത്തിന്റെ ഇറമ്പിൽ നിന്നും പറിച്ച പാണലില കൈയിലിട്ടുരച്ച് കൊണ്ട് വന്ന പാപ്പൻ ചോദിച്ചു, പാപ്പൻ എന്റെ കോച്ച് മുത്തശ്ശനാണ്, വൈദ്യൻ, വലിയ ശുണ്ഠിക്കാരൻ.കൈ കൊണ്ട് ചാണകം എടുത്തിട്ടുണ്ടാകും അതിന്റെ മണം പോകാനാ പാണലില തൂക്കുന്നത്. എന്റെ പഠിത്തത്തിന്റെ കടിഞ്ഞാൺ പാപ്പന്റെ കൈയിലാണ്. 'ഉം... ഉം...' "വേഗം സ്കൂളിൽ പോകാൻ നോക്ക്, ഒത്തിരി പഠിക്കാനുള്ളതാ" സ്വരസ്ഥാനം ശരിയാക്കി കരയാനുള്ള വട്ടം കൂട്ടലുകൾ ആരംഭിച്ചപ്പോഴേക്കും അച്ഛമ്മ സാഹചര്യത്തിന്റ നിയന്ത്രണം സ്വയം ഏറ്റെടുത്തു. 'പിന്നേ എന്നു വെച്ചാൽ അവനെമ്മെയ്ക്ക് പഠിക്കുവല്ലേ..... നീ എങ്ങും പോണ്ടടാ' അച്ഛമ്മക്ക് ആരും പഠിക്കണമെന്ന് യാതൊരു നിർബന്ധവുമില്ല .'എച്ചിലും വറ്റും' നോക്കണം ആ ഒരു കാര്യത്തിലെ നിർബന്ധമുള്ളൂ. 'ഈ ചേട്ടത്തിയാ അവനെ ചീത്തയാകുന്നത്' പാപ്പൻ നേരെ ഹരിഹരന്റെ അടുത്തേക്ക് പോയി പുറകെ കണ്ണും മൂക്കും തുടച്ച് നിക്കറിൽ തേച്ച് കൊണ്ട് ഞാനും.

ഹരിഹരന്റെ തലയിൽ ഹാർമോണിയ പെട്ടിയുടെ വലുപ്പത്തിലുള്ള ഒരു പെട്ടിയുണ്ടാവും, അതാണ് ഹരിഹരന്റെ സ്ഥാവര ജംഗമ സ്വത്ത്. ഹരിഹരന്റെ പണിക്കാവശ്യമായ എല്ലാ സാധനങ്ങളും അതിനുള്ളിലുണ്ടാവും. പാത്രങ്ങൾക്കിട്ട് മേടാനുള്ള ചുറ്റിക, കൊടില്, ഇരുമ്പ് തകിടുകൾ, മരകട്ടകൾ, അടുപ്പിൽ കാറ്റടിക്കാനുള്ള ഉല, അലൂമിനിയത്തിന്റെയും ചെമ്പിന്റെയും ഓടിന്റെയും മറ്റും ചെറിയ കഷണങ്ങൾ,കൽക്കരി, ഈയ കട്ടകൾ, നവസ്സാരം, പഴംതുണികൾ എന്നിങ്ങനെ എണ്ണിയാൽ ഒടുങ്ങാത്തത്ര സാധനങ്ങൾ. ഞാൻ ചെല്ലുമ്പോൾ പെട്ടി താഴെയിറക്കി വെച്ച് മിറ്റത്തിന്റെ കിഴക്കേ അതിരിലുള്ള റോഡിനോട് ചേർന്നുള്ള ഭാഗം മുഴുവൻ വൃത്തിയാക്കി കഴിഞ്ഞു, വൃത്തിയാക്കാനുപയോഗിച്ച മരപ്പലക മുറ്റത്തിന്റെ അരികിൽ നിൽക്കുന്ന കറിവേപ്പ് മരത്തിൽ ചാരി വെച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇനി ഒരു ചെറിയ അടുപ്പിന്റെ വലുപ്പത്തിലുള്ള കുഴി കുഴിച്ച് വാല് പോലെ നീട്ടി, നടുക്ക് കൽക്കരി നിറച്ച്, അതിന്റെ പുറത്ത് മണ്ണ് കുഴച്ച് കട്ടിയിൽ തേച്ച് പിടിപ്പിക്കും വാല് പോലെയുള്ള ഭാഗത്ത് ഒരു

ഉലയും മുകൾ ഭാഗത്ത് ഒരു തുറന്ന ഭാഗവും , അത് വാഴപ്പിണ്ടി വെച്ചാണ് ഉണ്ടാക്കുന്നത്, മണ്ണുണങ്ങുമ്പോൾ പിണ്ടി എടുത്ത് കളയും. അടുപ്പിന്റെ പണി കഴിഞ്ഞു. ഈ പണിയൊക്കെ ഹരിഹരൻ നിമിഷനേരം കൊണ്ട് തീർക്കും.

കറുത്ത് മെലിഞ്ഞ ശരീരം, കീറിയ കൈലി മുണ്ടും വലിപ്പം കൂടിയ ഷർട്ടും ആണ് വേഷം. മെലിഞ്ഞ കൈ കാലുകൾക്ക് യോജിക്കാത്ത വലിപ്പം കൂടിയ തഴമ്പ് വടു കെട്ടിയ കൈപ്പത്തികൾ. പുക പിടിച്ച കണ്ണുകൾ, കറുത്ത ചുണ്ട്, നെറ്റിയിലേക്ക് വീണ് കിടക്കുന്ന നര വീണ, എണ്ണ കണ്ടിട്ടില്ലാത്ത, ഒതുക്കമില്ലാത്ത തലമുടി. നാല് ദിവസം പ്രായമായ നരച്ച കുറ്റിത്താടി. മീശയില്ലാത്തത് കൊണ്ട് മൂക്കിന്റെ വലിയ തുളകൾ ദൂരെ നിന്ന് നോക്കിയാലും കാണാം. കാതിൽ ചുവന്ന കല്ല് വെച്ച കടുക്കൻ. ചുണ്ടിന്റെ അറ്റത്ത് എപ്പോഴും എരിഞ്ഞ് കൊണ്ടിരിക്കുന്ന കുറ്റി ബീഡി. പാപ്പൻ ദൂരെ നിന്ന് വരുന്നത് കാണുമ്പോൾ ബീഡി മണ്ണിൽ കുത്തി കെടുത്തി ചെവിക്കിടയിൽ തിരുകി വെക്കും. എന്നിട്ട് ഇളം തിണ്ണയിൽ കുത്തിയിരിക്കുന്ന എന്നെ നോക്കി മഞ്ഞ പല്ലുകൾ കാട്ടി ചിരിക്കും. സ്നേഹം പൂത്തുലയുന്ന ചിരി.

മെലിഞ്ഞ ശരീരമാണെങ്കിലും ഹരിഹരന് എന്തൊരു ആരോഗ്യമാണെന്നോ. മൂന്ന് പേര് പിടിച്ചാൽ പൊങ്ങുകേലാത്ത ഉരുളിയൊക്കെ ഹരിഹരൻ ഒറ്റയ്ക്കാ മരുന്ന് പൊരേന്ന് പുറത്തേക്ക് കൊണ്ടുവരുന്നത്. ഒരൂസം 'ഐലേസ മാലി' എന്നും പറഞ്ഞ് എത്ര വട്ടമാ കുഞ്ഞൂട്ടനെ ആകാശത്തേക്ക് പൊക്കിയിട്ട് പിടിച്ചതെന്നോ. അവസാനം ഒന്ന് നിർത്തി കിട്ടാൻ'അമ്മ അടുക്കളേന്ന് ഓടി വരേണ്ടി വന്നു. വേദനിച്ചെങ്കിലും കുഞ്ഞൂട്ടൻ കരഞ്ഞില്ല അറിയാവോ..... ഇഷ്ടമുള്ളത് കൊണ്ടല്ലേ അങ്ങിനെ ഒക്കെ ചെയ്യുന്നെ,അത് കുഞ്ഞൂട്ടനറിയാം.

അടുപ്പിന്റെ പണി കഴിഞ്ഞാൽ ഹരിഹരൻ തന്നെ വീടിന് ചുറ്റും നടന്ന് ഈയം പൂശാനുള്ളതും ഒട്ടയടക്കാനുമുള്ള പാത്രങ്ങൾ മുഴുവൻ തപ്പിയെടുത്തോണ്ട് വന്ന് മുറ്റത്തു നിരത്തും അടുക്കളേലുള്ളതൊക്കെ തപ്പിയെടുക്കേണ്ടത് അമ്മേടേം പേരമ്മേടേം ജോലിയാണ്. ചെവികേക്കാനോ വർത്തമാനം പറയാനോ പറ്റാത്ത പേരമ്മക്ക് ഇത്തരം പണികൾ ഏറ്റെടുക്കാൻ വലിയ ഇഷ്ടമാണ്. പശൂന് കാടി കൊടുക്കുന്ന പാത്രം വരെ ഹരിഹരൻ മുറ്റത്ത് നിരത്തിയിട്ടുണ്ടാവും.'ഇതൊക്കെ എന്തിനാ കൊണ്ടന്നെ' അമ്മ തലയിൽ കൈ വെച്ച് കൊണ്ട് ചോദിക്കും .'അല്ലബ്രാട്ടിയെ അതിന് ഒരോട്ടയൊണ്ടോന്നൊരു തമിശയം, അതാ' അൽപനേരം സൂക്ഷിച്ച് നോക്കി നിന്നിട്ട് 'ആ ശരി, വന്ന് കാപ്പി കുടിക്ക് 'എന്നും പറഞ്ഞ് അമ്മ അടുക്കളേലേക്ക് പോകും. രാവിലത്തെ കാപ്പിക്ക് വീട്ടിലെല്ലാവർക്കും ചൂട് കഞ്ഞിയിൽ ഉരുക്ക് നെയ്യൊഴിച്ചതും ചുട്ട പപ്പടവും പയറ് മെഴുക്ക് പുരട്ടിയതും ആവും.കുഞ്ഞൂട്ടന് പപ്പടം കൂട്ടി കുഴച്ച നെയ്യുരുളയാവും എന്നും. ഹരിഹരനും മറ്റ് പണിക്കാർക്കും വേണ്ടി പുട്ട് ഉണ്ടാക്കി വെച്ചിരിക്കും വേണ്ടത്ര പഴവും കൊടുക്കും. ഇന്ന് വിശേഷായിട്ട് ഹരിഹരന്റെ കൂടെ വേറെ ഒരാളും കൂടിയുണ്ട്.

ഇരു നിറത്തിൽ മെലിഞ്ഞ ഒരു ചെറിയ പെൺകുട്ടി, മുട്ടറ്റം ഇറക്കമുള്ള ഒരു പാവാടയാണ് വേഷം. ഗ്രഹണി പിടിച്ച പോലെ അൽപം വീർത്ത വയറ്, ഇടതൂർന്ന മുടി കെട്ടി വെക്കാതെ ചപ്രം ചിപ്രം കിടക്കുന്നു. നെറ്റിയിൽ ചാന്തിന്റെ ഒരു പൊട്ട് ഭംഗിയില്ലാതെ തൊട്ടിരിക്കുന്നു. കണ്ണ് തട്ടാതിരിക്കാൻ എന്ന പോലെ. ഞാനൊന്ന് ശങ്കിച്ചു നിന്നു, എന്നെ കണ്ടതും നിലത്ത് കുത്തിയിരുന്നിരുന്ന ഹരിഹരൻ തന്റെ തോളിൽ ചാരി നിന്നിരുന്ന പെൺകുട്ടിയെ മുന്നോട്ട് പിടിച്ച് നിർത്തിക്കൊണ്ട് പറഞ്ഞു 'കണ്ണൻ കുട്ടിയേ ന്റെ മോളാ'. എന്നെ കണ്ണൻ കുട്ടീന്ന് വിളിക്കരുതെന്നും എന്റെ പേര് കുഞ്ഞൂട്ടനെന്നാണെന്നും എത്ര വട്ടം പറഞ്ഞി

രിക്കുന്നു ആര് കേൾക്കാൻ.ആ പെൺകുട്ടി വിഹ്വലമായ മിഴികളോടെ എന്നെ ഒന്ന് നോക്കി. ഞാനും ഒരു കുട്ടിയാണെന്ന് കണ്ടത് കൊണ്ടാവണം വിഹ്വലത പതുക്കെ നാണത്തിന് വഴി മാറി .ഇടത് കൈ ഉയർത്തി കൈപ്പത്തിയുടെ പുറം കൊണ്ട് വായ പൊത്തി, വലം കൈ ഉയർത്തി മടക്കി പിടിച്ച് മുഖത്തിന് ഒരു കോട്ട കെട്ടി, കോട്ടക്കുള്ളിലൂടെ കാണാനാവുന്ന വലത്തെ കണ്ണ് കൊണ്ട് എന്നെ നാണത്തോടെ നോക്കി അച്ഛനെ ചാരി നിന്ന് പാതി മടങ്ങിയ ഇടം കാലിന്റെ മുന്നിൽ വെച്ച വലം കാൽ വിരലുകൾ മുറ്റത്തെ പൂഴി മണ്ണ് ഇളക്കി മറിച്ചു. അന്ന് കാപ്പിക്ക് ഹരിഹരന്റെ കൂടെ ആ പെൺകുട്ടിയും അടുക്കളപ്പുറത്തെ പൂഴി മണ്ണിൽ ചമ്രം മടിഞ്ഞ് ഇരുന്നു. പേരമ്മ വെച്ച് കൊടുത്ത പുട്ടും പഴവും ആർത്തിയോടെ തിന്ന് തീർത്തു പൊട്ടും പൊടിയും ശേഷിക്കാതെ.

കാപ്പികുടി കഴിഞ്ഞ് ഹരിഹരൻ പണി തുടങ്ങി അടുപ്പത്ത് വെച്ച പാത്രം നന്നായിട്ട് ചൂടാവുമ്പോൾ ഒരു ചെറിയ കട്ട ഈയം അതിലേക്കിടും എത്ര പെട്ടന്നാണെന്നോ ഈയം ഉരുകി ചെറിയ പന്തുകളായി പാത്രത്തിനുള്ളിൽ ഓടി നടക്കാൻ തുടങ്ങുക. അപ്പോൾ ഒരു കൊടില് കൊണ്ട് പാത്രം പിടിച്ച് മറ്റേ കൈയിലുള്ള പഴംതുണി നവസാരത്തിൽ മുക്കി അത് കൊണ്ട് ഉരുകിയ ഈയം പാത്രത്തിനുള്ളിൽ ഒരുപോലെ തേച്ച് പിടിപ്പിക്കും. അപ്പോഴുണ്ടാകുന്ന പുക മൂലം കണ്ണ് കാണാണ്ടാകും. ഹരിഹരനാവട്ടെ ഒരു കൂസലുമുണ്ടാവില്ല.

അടുത്ത് ചേർന്നിരിക്കുന്ന കുട്ടിയോടായി ഹരിഹരൻ പറഞ്ഞു 'കൊച്ചെ, പൊഹ കൊള്ളേണ്ടാട്ടാ' കണ്ണൻ കുട്ടീന്റെ കൂടെ പോയി
കളിച്ചോ, അച്ചേ പണി കഴിയുമ്പ വിളിക്കാം പെങ്കുട്ട്യോളുടെ കൂടെ കളിക്കാനോ, ഞാനോ അയ്യേ ഞാനില്ല. സ്കൂളിൽ പോലും പെങ്കുട്ട്യോള് വേറെയും ആങ്കുട്ട്യോള് വേറെയുമാ കളി ഞാനെന്തെങ്കിലും പറയുന്നതിന് മുൻപ് ആ കുട്ടി എഴുന്നേറ്റ് എന്റെ മുൻപിൽ വന്ന് നിന്ന് വീണ്ടും നാണിച്ച് മുഖം മറച്ച് നിന്നു. ഇതിനിടക്കെപ്പൊഴോ അമ്മ കൊടുത്ത എന്റെ ഒരു പഴയ ഷർട്ടും ഇട്ടാണ് ഇപ്പോഴത്തെ കുണുങ്ങൽ. വയറിന്റെ ഭാഗത്തെ രണ്ട് ബട്ടൻസ് വിട്ട് കിടക്കുന്നു. എന്ത് കളിക്കാൻ, എനിക്കറിയാവുന്നത് കുട്ടീം കോലും, കുഴിപ്പന്ത്, ഒറ്റം പെട്ടേം, ഗോലി കളി അതൊക്കെയാ എല്ലാം ആൺകുട്ടികളുടെ കളികൾ, പെൺകുട്ടികളുടെ കളികളായ 'കക്ക്' കളിക്കാനും 'ഞൊണ്ടി' കളിക്കാനും എനിക്കറിയാം.

പക്ഷെ അത് പരസ്യമായി കളിക്കുന്ന കാര്യം, ഹോ .....ചിന്തിക്കാൻ കൂടി വയ്യ.അവസാനം കക്ക് കളിക്കാമെന്നും ആരും കാണാതെ പുറക് വശത്തെ മുറ്റത്താകാമെന്നും തീരുമാനമായി. എന്ന് വെച്ചാൽ ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. ഞങ്ങൾ നടന്ന് പോകുന്നത് കണ്ടപ്പോൾ അച്ഛമ്മ ഉറക്കെ പിറുപിറുത്തു 'അശ്രീകരം, അശ്രീകരം കലികാല വൈഭവം അല്ലാണ്ടെന്താ' കളം വരച്ചുള്ള കക്ക് കളി വളരെ വേഗം മടുത്തു.
എന്നാലിനി ഞൊണ്ടി തൊടൽ കളിക്കാമെന്നായി, അതിനിടയ്ക്കാണ് അതുണ്ടായത്. ഞാൻ ഞൊണ്ടി ചെന്ന് തൊട്ടപ്പോൾ ആയം അൽപം കൂടി പോയി, ആ കുട്ടി പുറകോട്ട് മലർന്നടിച്ച് വീണു, ഉടുത്തിരുന്ന പാവാടയുടെ മുൻവശം പറന്നുയർന്ന് ഗ്രെഹണി പിടിച്ച വയറിന്റെ മേലെ ഒരു കവചം പോലെ വീണ് കിടന്നു. താഴെ കവചങ്ങളൊന്നും ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. ഒന്നേ നോക്കിയുള്ളൂ, എനിക്കുള്ളതൊന്നും അവിടെ കാണാനില്ല മുറിപ്പാട് മാത്രം. മുറിവിൽ രക്തം കിനിഞ്ഞൊ?തള്ളിയിട്ടത് കൊണ്ടാണോ ...എന്തോ തെറ്റ് ചെയതത് പോലെ... കുഞ്ഞൂട്ടൻ ഉറക്കെ വിളിച്ച് കൊണ്ട് ഓടി .....അമ്മേ .... കുഞ്ഞൂട്ടൻ ഉറക്കെ വിളിച്ച് കൊണ്ട് ഓടി ..... അമ്മേ ....വിളി കേട്ട് അടുക്കളയിൽ നിന്ന് 'അമ്മ ഓടി വന്നു' അമ്മ ഓടുന്നത് കണ്ട് പേരമ്മയും പുറകെ ഓടി

(തുടരും ....)

കർക്കിടക സംക്രമം

കല്പകം സോമരാജൻ - 9895453072

സംക്രമം എന്ന വാക്കിന് അർത്ഥം ഒന്നിൽ നിന്നും മറ്റൊന്നിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നു എന്നാണ്. ഗ്രഹപകർച്ച എന്നതിനും ഈ വാക്ക് ഉപയോഗിച്ച് കാണുന്നു. സൂര്യന്റെ സഞ്ചാരപഥത്തെ ആസ്പദമാക്കിയാണ് സംക്രമണങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത്. ഭൂമി തന്റെ സാങ്കല്പിക അച്ചുതണ്ടിൽ ദൈനംദിന ചലനത്തോടൊപ്പം സൗരയൂഥത്തിൽ സൂര്യന് ചുറ്റും ഒരു വർഷം കൊണ്ട് ഒരു പരിക്രമണം പൂർത്തിയാക്കുന്നു എന്ന് വിവക്ഷ. ഭൂമിയിൽ നിന്ന് വീക്ഷിക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് സൂര്യനും മറ്റു നക്ഷത്രങ്ങളും സഞ്ചരിക്കുന്നതായി തോന്നുന്നു. ഭൂമിയുടെ ഈ പരിക്രമണം 23 .5 ഡിഗി ചരിവോടുകൂടിയാണ്. ആയതിനാൽ സൂര്യൻ ചില സമയങ്ങളിൽ ഭുമിയോടടുത്തും ചില സമയങ്ങളിൽ അകന്നും സഞ്ചരിക്കുന്നു. ഇത് കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനകൾക്ക് കാരണമാകുകയും കൊല്ലത്തിൽ രണ്ടു പ്രാവശ്യം മാത്രം സൂര്യൻ ഭൂമദ്ധ്യരേഖയിൽ എത്തുമ്പോൾ ഭൂമിയിൽ രാവും പകലും തുല്ല്യമായി വരികയുള്ളു എന്നും പറയുന്നു. ഇത് മേടം ഒന്നും തുലാം ഒന്നുമാണ് എന്ന് ജ്യോതിഷ ശാസ്ത്രത്തിൽ പറയുന്നു. പ്രത്യക്ഷത്തിൽ സൂര്യന്റെയും മറ്റു നക്ഷത്രങ്ങളുടെയും സഞ്ചാരപഥം തെക്കു വടക്കായി മാറികൊണ്ടിരിക്കുന്നതായി കാണാം. ഇങ്ങനെ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന സഞ്ചാരപഥത്തിന് ക്രാന്തിക വൃത്തം (ക്രാന്തിക പഥം) എന്ന് പറയുന്നു. സൂര്യൻ വാർഷിക ചലനം നടത്തുന്ന ഖഗോളത്തിലെ മഹാവൃത്തം എന്നുകൂടി ക്രാന്തിക വൃത്തത്തെ പറയുന്നു.

ക്രാന്തിക വൃത്തത്തിന് ഇരുവശത്തും 8 ഡിഗി വീതം വ്യാപിച്ചു കിടക്കുന്ന നക്ഷത്ര വ്യൂഹങ്ങളെ ഒരു ചക്രത്തിന്റെ രൂപത്തിൽ സങ്കല്പിച്ചു രാശി ചക്രം എന്ന് പറയുന്നു. ഇവയെ 30 ഡിഗി വീതമുള്ള 12 ഭാഗങ്ങളാക്കി ഭാഗിച്ചിരിക്കുന്നു. ഓരോ ഭാഗത്തുമുള്ള നക്ഷത്രങ്ങളുടെ രൂപത്തിനനുസരിച്ച് ഇവക്ക് ഓരോ പേരുകളും കൊടുത്തിരിക്കുന്നു. സൂര്യൻ ഭൂമിക്കുചുറ്റും തിരിയുമ്പോൾ മുപ്പത് ദിവസത്തോളം (ഒരു മാസം) ഈ പന്ത്രണ്ട് രാശികളിൽ ഒന്നിനുള്ളിൽ ആയിരിക്കും. അപ്പോൾ നമ്മൾ ആ മാസത്തെ ആ രാശിയുടെ പേര് ചൊല്ലി വിളിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെയുള്ള സൂര്യന്റെ സഞ്ചാരപഥത്തിനിടെ സൂര്യൻ ഇടവം രാശിയിൽ നിന്ന് കർക്കിടകം രാശിയിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നതിനെയാണ് കർക്കിടക സംക്രമം എന്ന് പറയുന്നത്. ഇത് സൂര്യന്റെ ആറ് മാസത്തെ ഉത്തരായന സഞ്ചാരത്തിന്റെ അവസാനവും ദക്ഷിണായന സഞ്ചാരത്തിന്റെ തുടക്കവുമാണ്. ഉത്തരായനകാലം മകരം, കുംഭം, മീനം, മേടം, ഇടവം, മിഥുനം എന്നീ മാസങ്ങളും ദക്ഷിണായനം കർക്കിടകം, ചിങ്ങം, കന്നി, തുലാം, വൃശ്ചികം ധനു എന്നി മാസങ്ങളുമാണ്. മരണത്തെ വരിക്കുവാനായി ശുഭഅയനം കാത്ത് ശരശയ്യയിൽ കിടക്കുന്ന ഭീഷ്മ പിതാമഹനെ സ്മരിച്ചുകൊണ്ട് ഞാൻ ഉദ്ദേശിച്ച കാര്യത്തിലേക്കു സംക്രമിക്കട്ടെ.

കർക്കിടക സംക്രാന്തിയേയും അതിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെയും കുറിച്ച് പറയുവാനാണ് ഞാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഉത്തരായനം കഴിഞ്ഞ് ദക്ഷണായനത്തിലേക്ക് സൂര്യൻ പ്രവേശിക്കുന്ന സമയമാണ് കർക്കിടക സംക്രമമായി (സംക്രാന്തിയായി) ഗണിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. വളരെ കണിശമായി ഇത്ര നാഴിക ഇത്ര വിനാഴികക്ക് സംക്രമം നടക്കുന്നു എന്ന് വിദുഷികൾ ഈ സമയത്തെ കണക്കാക്കി പറയുന്നുണ്ട്. സംക്രാന്തിയോടനുബന്ധിച്ചുള്ള വിശേഷാൽ ചടങ്ങുകൾ കേരളത്തിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങി നിൽ

ക്കുന്നതായി കാണുന്നു. ചിങ്ങം തുടങ്ങി നാം എണ്ണുന്ന എല്ലാ മാസങ്ങളിലും ഇങ്ങനെ സംക്രാന്തി വരുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ മേടം, കർക്കിടകം, മകരം എന്നി സംക്രാന്തികൾക്കാണ് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം കൊടുത്തു കാണുന്നത്. ക്ഷേത്രങ്ങളിൽ വിശേഷാൽ പൂജകളും നൈവേദ്യങ്ങളും ഈ ദിവസങ്ങളിൽ നടത്തി വരുന്നു. കേരളത്തിൽ എല്ലാ ഭാഗങ്ങളിലും ഈ രീതിയിൽ ആചരിക്കപ്പെടുന്നു. ആധുനികസംസ്കൃതിയുടെ സങ്കലനം ഇത്തരം ആചാരാനുഷ്ഠാനകൾക്ക് മങ്ങലേൽപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഈ അവസ്ഥ മാറ്റി നമ്മുടെ പൈതൃകാചരങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് നല്ലതാണെന്ന് ചിന്തിക്കുക.

മലയാള മനസ്സിനെയും മണ്ണിനെയും ഒരുപോലെ കുളിർമയിൽ കുതിർത്തുകൊണ്ടാണ് പണ്ടൊക്കെ കർക്കിടകത്തിന്റെ തിരുപുറപ്പാട് പട്ടിണിയും പരിവട്ടവുമായി രാമായണപാരായണത്തിലൊതുങ്ങുന്ന ആ കാലങ്ങളെ കള്ള കർക്കിടകം എന്ന് പൂർവ്വികർ പേരുചൊല്ലി വിളിച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ ഇന്നോ കാലം മാറി, കോലം മാറി പ്രകൃതി വ്യതിയാനങ്ങളും മാറി വരുന്നു. തോരാത്ത മാരിയോ, കോടയോ, പഞ്ഞമോ ഒന്നും ഇക്കാലത്തില്ല. ഇന്നത്തെ തലമുറക്കിതൊന്നും മനസ്സിലാകുകയുമില്ല. കഴിഞ്ഞുപോയ കാലത്തിലെ ജീവസുറ്റ കഥകളായി ഇക്കാര്യങ്ങൾ ഇളം തലമുറയെ പറഞ്ഞു കേൾപ്പിക്കാം. വർണ്ണനക്കവസാനം ഹോ! ഇന്ന് കർക്കിടക സംക്രാന്തിയല്ലേ. അമ്പലത്തിൽ പോയില്ലല്ലോ എന്നെല്ലാം അവരോടു ധൂരിശം ഭാവിക്കാം. സംക്രാന്തിയാണ്, ഒന്നാം തീയതിയാണ്, ചില അനുഷ്ഠാനകൾ വേണം ക്ഷേത്ര ദർശനം വേണം എന്നെല്ലാം അവരും ചിന്തിക്കട്ടെ.

കർക്കിടക സംക്രാന്തിക്കുമുൻപ് വീടും പരിസരവും ശുചീകരിക്കുക പണ്ടൊക്കെ നിർബന്ധപതിവായിരുന്നു. ഇതിൽ വീട്ടിലെ എല്ലാ അംഗങ്ങളും സജീവപങ്കാളിത്തം വഹിക്കുന്നു. കർക്കിടകത്തിൽ ഗണപതി ഹോമവും ലക്ഷ്മീപൂജയും തറവാടുകളിൽ നടത്താറുണ്ട്. വീടുകൾ നാലുകെട്ടും എട്ടുകെട്ടുമായി നിലകൊണ്ടിരുന്ന അക്കാലത്ത് നാലുകെട്ടിൽ പടിഞ്ഞാറ്റ എന്ന് പറയുന്ന സ്ഥലത്ത് 'ശിവോദി വെക്കൽ' എന്നൊരു ചടങ്ങ് അക്കാലത്ത് നിലനിന്നിരുന്നു. ചില വീടുകളിൽ ചുമരിൽ പീഠം പോലെയൊന്ന് പണിത് അതിലാണ് ശീവോദി വെച്ചിരുന്നത്. വെള്ളോട്ടുകിണ്ടിയിൽ അലക്കിയ പുടവ ഭംഗിയായി ഞൊറിഞ്ഞുവെയ്ക്കും. വാൽകണ്ണാടിയും കത്തിച്ച നിലവിളക്കും വെച്ച് അതിനു മുന്നിൽ ആവണിപലകയിൽ നിറനാഴിയും വക്കുന്നു. ഇടങ്ങഴിയിൽ നെല്ലും, നാഴിയിൽ അരിയും നിറച്ച് ദശപുഷ്പങ്ങളും വെയ്ക്കലാണ് ഈ ചടങ്ങ്. അതിനുശേഷം സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങൾ കൊണ്ട് ധൂമിക്കും. ഇത് കർക്കിടകം മുഴുവനും ചെയ്യുന്ന ഭവനകൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ ചില സ്ഥലങ്ങളിൽ ഇത് ഏഴ് ദിവസവും മറ്റു ചിലയിടങ്ങളിൽ ഒരു ദിവസവും ചെയ്തു പോന്നിരുന്നു. രാമായണഗ്രന്ഥം വിളക്കത്തുവക്കലും രാമായണം പാരായണവും അന്ന് പതിവായിരുന്നു.

സംക്രാന്തിത്തലേന്ന് ചേട്ടയെ പുറത്തുകളയുക എന്നൊരു ചടങ്ങ് അന്ന് ആചരിച്ചു വന്നിരുന്നു. വീടും പരിസരവും ശുചീകരിക്കുന്ന സമയം പുറത്തുകളയുന്ന ഉപയോഗശൂന്യമായ കീറകൊട്ടയിൽ അല്ലെങ്കിൽ പഴയമുറത്തിൽ പൊട്ടിയ പിഞ്ഞാണം, കലച്ചട്ടി കഷ്ണം, പൊട്ടക്കലത്തിന്റെ കഷ്ണം ഒടിഞ്ഞ കയിൽ എന്നിവയും പഴന്തുണി കഷ്ണം, പഴഞ്ചൂല്, പ്ലാവില, കരിക്കട്ടചേർത്ത ചോറ് തുടങ്ങി അമംഗളവസ്തുക്കളെന്നു കരുതുന്നവയെല്ലാം എടുത്തുവക്കുന്നു. എന്നിട്ട് വീട്ടിലെ ഒരാൾ ഈ കൊട്ട കൈയിലെടുത്ത് വീടിനു ചുറ്റും മുന്ന് പ്രദക്ഷിണം വെച്ച് ചേട്ട പുറത്ത് ശീവോദി അകത്ത് എന്ന് ആവർത്തിച്ച് പറഞ്ഞു കൊണ്ട് മാലിന്യങ്ങളെ പടിക്ക് പുറത്തെറിയുന്നു. തുടർന്ന് അദ്ദേഹം കുളിച്ചു ശുദ്ധനായി വീട്ടിൽ പ്രവേശിക്കുന്നു.

ക്ഷേത്രങ്ങളിലും വീടുകളിലും ഇന്നും നിലനിൽക്കുന്ന ഒരാചാരമാണ് ഇല്ലംനിറ കറ്റ കൊ →

യ്ത് വീട്ടിൽ കയറ്റുന്നതിന് മുന്നോടിയായി നല്ല മുഹൂർത്തം നോക്കി കതിർകറ്റ വീട്ടിലേക്ക് ആനയിക്കുന്ന ചടങ്ങാണ് ഇല്ലം നിറ. ഈ കതിർകറ്റ മാവണിഞ്ഞ പീഠത്തിൽവെച്ച് പൂജിച്ച് മാവില, മുക്കുറ്റി, പൂവാംകുരുന്നില എന്നിവയും കുട്ടി 'ഇല്ലം നിറ വല്ലം നിറ നിറ' നിറയോ നിറനിറ എന്നുപറഞ്ഞുകൊണ്ട് കുടുംബ കാരണവർ വീടിനു മുന്നിലും അറക്ക് മുന്നിലും കതിർക്കുല കെട്ടിത്തൂക്കുന്നു. നെൽക്കതിർ ചാണകം പതിച്ച് അടുക്കള വാതിലിലും തുക്കുന്നു. ഇത് കഴിഞ്ഞാൽ കൊയ്ത്തായി. പുത്തരി കൊണ്ട് ശർക്കര പായസം ഉണ്ടാക്കി ഗണപതിക്ക് നിവേദിച്ച് വീട്ടുകാരും കഴിക്കുന്നു. നിറപുത്തരി തുടങ്ങിയ ഈ ചടങ്ങുകൾ പണ്ടുകാലത്ത് വളരെ ഉത്സാഹപൂർവ്വം ആചരിച്ചു പോന്നിരുന്നു. എന്നാൽ കാലത്തിന്റെ വ്യതിയാനത്തിന് അനുസരിച്ച് ഈ ചടങ്ങുകൾ എല്ലാം ഇന്ന് ക്ഷേത്ര മതിൽകെട്ടിനകത്ത് ഒതുങ്ങി നിൽക്കുന്നു.

ദശപുഷ്പങ്ങൾ എല്ലാം തന്നെ ഔഷധഗുണപ്രധാനങ്ങളാണ്. ദശപുഷ്പങ്ങൾ മാത്രമല്ല ലഭ്യമായ മറ്റു പല ഔഷധ സസ്യങ്ങളും ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ ചാറിലാണ് ഔഷധകഞ്ഞി തയ്യാറാക്കുന്നത്. ഇത് തുടർച്ചയായി ഏഴ് ദിവസം കഴിക്കുകയാണ് പതിവ്. ഇതിന്റെ ഔഷധവീര്യം പല രോഗങ്ങളേയും തടുത്തു നിർത്തുന്നതിനുള്ള പ്രധിരോധ ശക്തി ശരീരത്തിന് നൽകുന്നു എന്നുള്ളതാണ് നിസ്തർക്കമായ കാര്യം.

ദശപുഷ്പങ്ങൾ എല്ലാവർക്കും അറിയാവുന്നവയാണെങ്കിലും അവയുടെ പേരുകൾ സാന്ദർഭികമായി ഇവിടെ സുചിപ്പിക്കുന്നു. പൂവാംകുരുന്നില, മുയൽചെവിയൻ, കൃഷ്ണക്രാന്തി, കയ്യുണ്യം, വള്ളി ഉഴിഞ്ഞ, തിരുതാളി, നിലപ്പന, മുക്കുറ്റി, ചെറൂള, കറുക. ഇവ ഔഷധമൂല്യമുള്ള ഒറ്റമൂലികളാണ്. അങ്ങനെ നമ്മുടെ പൂർവ്വികർ ജീവിതം ആരോഗ്യപൂർണ്ണവും, ആനന്ദപ്രദവും, പരിപാവനവുമായിത്തീരുവാൻ ആചരിച്ചിരുന്ന പല ചടങ്ങുകളും കാല വിശേഷത്താൽ ഇന്ന് വിസ്മൃതമായി കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. എങ്കിലും അവയെ നമുക്കിങ്ങനെ ഇടയ്ക്കിടെ വിചിന്തനം ചെയ്ത്, ഓർമ്മ പുതുക്കാം. ■

ദൃഗ് ദൃശ്യ വിവേകം (*26*)

സി. നാരായണൻ – 9819456012

"അവച്ഛിന്നസ്യ ജീവസ്യ
പൂർണ്ണേന
ബ്രഹ്മണൈകതാം
തത്വമസ്യാദി വാക്യാനി
ജഗുർനേതരജീവയോഃ " (34)

തത്വമസ്യാദി വാക്യാനി = "തത്വമസി" മുതലായ മഹാവാക്യങ്ങൾ
അവിച്ഛിന്നസ്യ = അവിച്ഛിന്നം എന്നു പറയപ്പെട്ട
ജീവസ്യ = ജീവന്റെ
പൂർണ്ണേനബ്രഹ്മണാ = പൂർണ്ണബ്രഹ്മവുമായുള്ള
ഏകതാം = ഏതത്വം
ജഗുഃ = പ്രസ്താവിക്കിന്നു
ഇതരജീവയോഃ ന = മറ്റു ജീവന്മാരുടെയല്ല

("തത്വമസി" മുതലായ മഹാവാക്യങ്ങളാൽ, ബ്രഹ്മവുമായി ഉണ്ടെന്നു പ്രഖ്യാപക്കപ്പെടുന്ന ഐക്യം "അവിച്ഛിന്നം" എന്നിവിടെ വിളിക്കപ്പെടുന്ന സാക്ഷി ചൈതന്യവുമായാണ്, അല്ലാതെ മറ്റു രണ്ടു ജീവന്മാരുമായല്ല)

അദ്വൈതവേദാന്തം

ഉച്ചൈസ്തരം പ്രഖ്യാപിക്കുന്ന വസ്തുത, ജീവനും ബ്രഹ്മവും ഒന്നാണെന്നാണ്. ഇതിനെ ദ്വൈതസിദ്ധാന്തത്തിന്റെ പല വകഭേദങ്ങളിൽ ഒന്നുപോലും അംഗീകരിക്കുന്നില്ല. സാധാരണക്കാരായ നമുക്കും, തത്ത്വമസിയുടെ യഥാർത്ഥ അർത്ഥമായ, ഞാനും ഈശ്വരനും ഒന്നു തന്നെയാണെന്നുള്ള പ്രസ്താവന വിശ്വസിക്കാൻ പ്രയാസം തോന്നും. അതിനു കാരണം, ഞാനെന്നാൽ ശരീരവും അതിലുള്ള മനോബുദ്ധികളുമാണെന്ന വിശ്വാസം ജന്മജന്മാന്തരങ്ങളായി രൂഢമൂലമായിട്ടുള്ളതിനാലാണ്. ശരിക്കും ഞാൻ എന്നാൽ എന്താണെന്നന്വേഷിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

നാമെല്ലാം ഞാൻ എന്ന സത്തയെ മൂന്നു വിധത്തിൽ അറിയുന്നുണ്ട്. ഒന്ന്, ഞാൻ കാണുന്നു, ഞാൻ കേൾക്കുന്നു, ചിന്തിക്കുന്നു, ആഗ്രഹിക്കുന്നു, നടക്കുന്നു, എടുക്കുന്നു എന്നിവയിലെ ഞാൻ. പിന്നെ, നാട്ടിലൊരിടത്ത് കട്ടിലിൽ കിടന്നുറങ്ങുകയാണെങ്കിലും ന്യൂയോർക്കിലെ വീഥികളിലൂടെ നടക്കുന്ന സ്വപ്ന പുരുഷനായ ഞാൻ. പക്ഷേ ഇതു കൂടാതെ, ആദ്യം പറഞ്ഞ ജാഗ്രത്തിലെ കാണുന്നവനേയും പ്രവർത്തിക്കുന്നവനേയും ചിന്തിക്കുന്നവനേയുമൊക്കെ, അവരിൽ നിന്ന് വേറിട്ട് നിന്ന് അവർക്കു സാക്ഷിയായ ഒരു ഞാനുമുണ്ട്. കാണുന്നതിനോടും കേൾക്കുന്നതിനോടുമൊക്കെ പ്രതികരിക്കുന്നതിൽ അങ്ങേയറ്റം വ്യാപൃതരായതിനാൽ നാം ആ സത്തയെ ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല യെന്നേയുള്ളൂ. അറിവുതന്നെ അതിന്റെ സ്വരൂപമായതിനാലും, അത് എല്ലാത്തിനും സാക്ഷി ആയതിനാലും നാമതിനെ അറിയാത്ത അവസ്ഥ ഉണ്ടാവുന്നതേയില്ല. നാമതിന്റെ ശരിയായ സ്വരൂപം അറിയാതെ, അതിനെ ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ലയെന്നേയുള്ളൂ.

കഴിഞ്ഞ രണ്ടു ശ്ലോകങ്ങളായി ആചാര്യൻ ജീവന്റെ ഇപ്പറഞ്ഞ മൂന്നു ഭാവങ്ങളിൽ സത്യമായിട്ടുള്ളത്, അവച്ഛിന്നം അല്ലെങ്കിൽ സാക്ഷി മാത്രമാണെന്നാണ് ആണയിടുന്നത്. മറ്റേതു രണ്ടും അനൃതമാണ്. ശരിക്കും പറഞ്ഞാൽ ഈ ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ ആദ്യത്തെ ശ്ലോകത്തിൽ തന്നെ ഈ വസ്തുത വെളിവാക്കുന്നുണ്ട്. ആ ശ്ലോകം ഇതാണ്

"രൂപം ദൃശ്യം ലോചനം ദൃഗ്
തത് ദൃശ്യം ദൃഗ് തു മാനസം
ദൃശ്യാ ധീവൃത്തയാ സാക്ഷീ
ദൃഗേവ ന തു ദൃശ്യതേ"

എന്താണീ ശ്ലോകത്തിൽ പറയുന്നത്? രൂപം ദൃശ്യമാണ്. ദൃശ്യമായ രൂപത്തിന്റെ ദ്രഷ്ടാലോചനമാണ്. ലോചനവും മനസ്സിന് ദൃശ്യമാണ്. എന്നാൽ മനസ്സ് ആത്യന്തികമായ ദ്രഷ്ടാവാണോ? അല്ല. മനസ്സിനെയും കാണുന്ന ഒരു ദ്രഷ്ടാവുണ്ട്. അതാണ് സാക്ഷി. അത് ഒരിക്കലും ഒന്നിനും ദൃശ്യമാകുന്നില്ല. ദൃശ്യമായ ഒന്നിനും സ്വതന്ത്രസത്തയില്ല. അത് ചില അനുയോജ്യമായ സന്ദർഭങ്ങളിൽ കാണപ്പെടുന്നുവെന്നു മാത്രം.

അതായത്, ലോചനം, മാനസം സാക്ഷി എന്നിങ്ങനെ മൂന്ന് ദൃഗ് തത്വങ്ങളെപ്പറ്റി പറഞ്ഞെങ്കിലും, യഥാർത്ഥത്തിൽ ദ്രഷ്ടാവായത് സാക്ഷി മാത്രമാണ്. ബാക്കി രണ്ടും പേരിനു മാത്രം ദ്രഷ്ടാക്കളാണ്. പാചകസമയത്ത്, ഒരു പാത്രത്തിൽ ചേനകഷണങ്ങൾ വേവിക്കയാണെന്നിരിക്കട്ടെ. അപ്പോൾ ചേനക്കു ചൂടുണ്ടാവും, അതിട്ടവെള്ളത്തിന് ചൂടുണ്ടാവും, അവ രണ്ടും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന പാത്രത്തിന് ചൂടുണ്ടാവും, എല്ലാത്തിനും അടിയിലുള്ള തീനാളത്തിനും ചൂടുണ്ടാവും. പക്ഷേ സ്വഭാവതാ ചൂടുള്ളത് തീനാളത്തിനു മാത്രമാണ്. ബാക്കിയെല്ലാം താൽക്കാലികമായി തീനാളത്തിന്റെ ചൂട് അതിൽനിന്ന് വായ്പയെടുക്കുന്നതാണ്. തത്ത്വമസി മഹാവാക്യത്തിൽ 'ത്വം' എന്ന പദത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ അർത്ഥം ശുദ്ധ ഉപാധിരഹിതമായ ചൈതന്യമാണ്. അതായത്, നീ ഈശ്വരനാവുന്നു എന്നു പറയുമ്പോൾ, ആ നീ എന്നുള്ളത് ദേഹം, അന്തഃകരണം എന്നീ ഉപാധികളെ വിട്ടു നിൽക്കുന്ന ചൈതന്യമാണ്. പാചകശാലയൽ തീയിനും, പാത്രത്തിനും, വെള്ളത്തിനും, ചേനക്കുമെല്ലാം ചൂടുണ്ടെങ്കിലും 'നീ ഊർജ്ജമാണ്' എന്ന പ്രസ്താവന, തീയുടെ കാര്യത്തിൽ മാത്രമാണ് സത്യം

ഈ യുക്തിപ്രകാരം കാണുന്നവൻ, നടക്കുന്നവൻ, ഓർമ്മിക്കുന്നവൻ എന്നിവരെല്ലാം ചേതനന്മാരെന്നു തോന്നപ്പെടുമെങ്കിലും, ആ സത്തകളുടെ ചൈതന്യം അവയ്ക്കു സ്വന്തമായിട്ടുള്ളതല്ല. അതു കടമെടുക്കപ്പെട്ടതാണ്. ശരിയായ ചൈതന്യം ആരുടേതെന്നു പറയാൻ ശ്രുതി മാത്രമാണ് സമർത്ഥ. ശ്രുതി പറയുന്നതു നോക്കൂ

' സർവ്വാനി ഏതാനി
പ്രജ്ഞാനസ്യ നാമധേയാനി ഭവന്തി'

സർവ്വാനി ഏതാനി (ഇവയെല്ലാം) എന്നു പറയുന്നത് കാണുന്നവൻ, ലോചനങ്ങൾ, ശ്രോത്രങ്ങൾ, മുതലായ കർത്താക്കളും കരണങ്ങളും. അവക്കൊന്നും സ്വന്തമായ ചൈതന്യമില്ല. അവ പ്രജ്ഞാനമായ ആത്മാവിന്റെ പ്രച്ഛന്നരാണ്.

ആചാര്യസ്വാമികൾ ഇതു കൃത്യമായി വിശദീകരിക്കുന്നുണ്ട്. ആത്മാവിന്റെ സാമീപ്യം മൂലം ബുദ്ധി ആത്മചൈതന്യം ഉൾക്കൊണ്ട പോലെ കാണപ്പെടുന്നു. പിന്നീട് ബുദ്ധിയിൽ പ്രതിബിംബിക്കുന്ന ചൈതന്യം മനസ്സും, മനസ്സിൽ നിന്ന് ഇന്ദ്രിയങ്ങളും ഇന്ദ്രിയങ്ങളിൽ നിന്ന് ദേഹവും സന്ദർഭവശാൽ ഏറ്റെടുക്കുന്നു. ഗുരുദേവൻ തുടരുന്നു.

'സർവ്വത്ര ഹി ബുദ്ധ്യാദി ദേഹാന്തേ
ആത്മചൈതന്യാഭാസതാ
ആത്മഭ്രാന്തി കാരണം'

(ബുദ്ധി മുതൽ ദേഹം വരെ ആത്മപ്രതിബിംബം അവഭാസിക്കുന്നതിനാലാണ്, അവയെല്ലാം ആത്മാവാണെന്ന ഭ്രാന്തി ഉണ്ടാവുന്നത്)

നാം നിരൂപിക്കുന്ന ശ്ലോകത്തിന്റെ രണ്ടാമ ത്തെ വരിയിൽ പറയുന്ന തത്ത്വമസി മഹാവാക്യം സാർത്ഥകമാവണമെങ്കിൽ ആ മഹാവാക്യത്തിലെ ത്വം പദം, അവച്ഛിന്നം എന്നു പറയപ്പെടുന്ന സാക്ഷിമാത്രനായിരിക്കുന്ന ജീവനെ കുറിക്കുന്നതായിരിക്കണം. ശ്ലോകത്തിൽ പറയപ്പെട്ട മറ്റു രണ്ടു ജീവന്മാരുമാവാൻ സാദ്ധ്യതയില്ല. കാരണം, മറ്റു രണ്ടു ജീവന്മാരും അന്തഃകരണവിശിഷ്ടന്മാരാണ്. 32-ാ മത്തെ ശ്ലോകത്തിൽ, അവച്ഛിന്നം, ചിദാഭാസൻ, സ്വപ്നകല്പിതൻ എന്നിങ്ങനെ

മൂന്നു തരത്തിലുള്ള ജീവന്മാരാണല്ലോ പ്രതിപാദിക്കപ്പെട്ടത്. അതിൽ ആദ്യം പറഞ്ഞ അവച്ഛിന്നം സാക്ഷിരൂപനായ ആത്മാവാണെന്നു കണ്ടു. പിന്നെ പറയപ്പെടുന്ന ചിദാഭാസനും സ്വപ്നപുരുഷനും അന്തഃകരണവിശിഷ്ടമാണ്. ചിദാഭാസനെന്നാൽ അന്തഃകരണത്തിൽ പ്രതിബിംബിച്ച ആത്മചൈതന്യമാണ്. അതിനു സ്വതന്ത്രമായോരു അസ്തിത്വമില്ലെന്നുള്ളത് സ്പഷ്ടമാണല്ലോ. പിന്നെയുള്ള സ്വപ്നപുരുഷ ജീവൻ. അതിനും സ്വന്തമായൊരു നിലനില്പില്ല.

എല്ലാ മഹാവാക്യങ്ങളും ബ്രഹ്മവുമായുള്ള ജീവന്റെ ഐക്യത്തെയാണ് പ്രസ്താവിക്കുന്നത്. മഹാവാക്യത്തില ജീവൻ, ഉപാധിരഹിതനായ ജീവനാണ്. ഉപാധിരഹിതനായ ജീവനും ഉപാധിരഹിതനായ ഈശ്വരനും ഒരുപോലെ ശുദ്ധ ചൈതന്യമാത്രമാണെന്നാണ് മഹാവാക്യങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യാർത്ഥം.

ശ്രീ വിദ്യാരണ്യമുനി അനുഭൂതി പ്രകാശത്തിൽ ഈ ആശ്രയം ഇങ്ങനെ പറയുന്നു

'പ്രജ്ഞാനം കർത്തൃദേഹാദി
സാക്ഷിഭൂതം യദസ്തി തത്
ജീവസ്യ വാസ്തവം രൂപം
ഇത്യേവം നിർണ്ണയോ ഭവേത്'

(കർത്താവിനേയും കരണങ്ങളെയും പ്രകാശിപ്പിക്കുന്ന തത്വമാണ് പ്രജ്ഞാനം. അതാണ് ജീവന്റെ യഥാർത്ഥമായ രൂപം.) പ്രജ്ഞാനം എന്നാൽ നിരുപാധിക ചൈതന്യം. അതിനെ സാക്ഷിയെന്നും പറയും. 'അവച്ഛിന്നം' എന്നു പറയുന്നതു കൊണ്ടു ചൈതന്യത്തിന്റെ പ്രഭാവത്തിന് ഒരു കുറവും സംഭവിക്കുന്നില്ല. ഒരു കുടത്തിനുള്ളിലെ ആകാശവും (സ്പേസ്) പുറത്തുള്ള ആകാശവും തമ്മിൽ വ്യത്യാസം ഇല്ലെന്ന് പ്രത്യേകം സ്ഥാപിക്കേണ്ടതില്ലല്ലൊ. അഖണ്ഡമായ ആകാശത്തിനു പരിച്ഛിന്നത യഥാർത്ഥത്തിൽ ഉണ്ടാക്കാനാവില്ല. സങ്കല്പിക്കാൻ മാത്രമേ ആവൂ. അതുപോലെ, അഖണ്ഡമായ ബ്രഹ്മം നമ്മുടെ അന്തക്കരണത്തിന് സാക്ഷിയാവുമ്പോൾ അതിനെ സാക്ഷിചൈതന്യം എന്നു വിളിക്കുന്നു എന്നു മാത്രം.

ബ്രഹ്മണ്യവസ്ഥിതാ മായാ
വിക്ഷേപാവൃതിരൂപിണീ
ആവൃത്യാഖണ്ഡതാം
തസ്മിൻ
ജഗജ്ജീവൗ പ്രകല്പയേത് (35)

വിക്ഷേപാവൃതിരൂപിണി = വിക്ഷേപശക്തിയോടും ആവരണശക്തിയോടും കൂടിയതായ.

മായ	=	മായാശക്തി
ബ്രഹ്മണി	=	ബ്രഹ്മത്തിൽ
അവസ്ഥിതാ	=	സ്ഥിതിചെയ്യുന്നു
ബ്രഹ്മണഃ	=	ബ്രഹ്മത്തിന്റെ
അഖണ്ഡതാം	=	അഖണ്ഡതയെ
ആവൃത്യ	=	മറച്ചുകൊണ്ട്
തസ്മിൻ	=	അതിൽ
ജഗജ്ജീവൗ	=	ലോകത്തേയും ജീവന്മാരേയും
പ്രകല്പയേത്	=	സൃഷ്ടിക്കുന്നു.

(ബ്രഹ്മത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന മായ എന്ന ശക്തിക്ക്, ആവരണം വിക്ഷേപം എന്നീ രണ്ടു ഭാവങ്ങളുണ്ട്. ആദ്യത്തെ ഭാവം കൊണ്ട് ബ്രഹ്മത്തിന്റെ അദ്വയാവസ്ഥയെ മറച്ച്, രണ്ടാമത്തെ ഭാവം കൊണ്ട് ആ ശക്തി, ജഗത്തിനേയും ജീവനേയും സൃഷ്ടിക്കുന്നു)

യഥാർത്ഥ അസ്തിത്വം ബ്രഹ്മത്തിനു മാത്രമേ ഉള്ളൂ എന്നാണ് വേദാന്തമതം. ബ്രഹ്മം അദ്വയവുമാണ്. പിന്നെയെങ്ങനെ നാം ഈ അസ്തിത്വത്തിന്റെ ബാഹുല്യത്തെ കാണുന്നു? അതിനുള്ള വേദാന്തത്തിന്റെ ഉത്തരം, നാം കാണുന്നത്, ബഹുലമായ അസ്തിത്വങ്ങളല്ല. ഒരേയൊരസ്തിത്വത്തിൽ ബ്രഹ്മശക്തിയായ മായ ആരോ പിക്കുന്ന സത്തയില്ലാത്ത നാമരൂപങ്ങളെയാണ്. ഒരു കടലിൽ അനേകായിരം വലുപ്പത്തിൽ തിരകളെ കാണുമ്പോൾ നാം അനേകായിരം വെള്ളത്തെയല്ല കാണുന്നത്. വെള്ളമെന്ന

മാറ്റമില്ലാത്ത ഒരേയൊരു പദാർത്ഥം അനേകായിരം രൂപങ്ങളെടുക്കുന്നുവെന്നേയുള്ളൂ.

മായയുടെ ഘടകങ്ങൾ, സത്വം, രജസ്സ്, തമസ്സ് എന്നീ മൂന്നു ഗുണങ്ങളാണ്. അവയിൽ തമോഗുണപ്രധാനമായ ഘടകങ്ങളെ ഉപയോഗിച്ച് മായ ജഗത്തിനേയും, മലിനസത്വപ്രധാനമായ ഘടകങ്ങളെ ഉപയോഗിച്ച് മായ ജീവന്റെ ഉപാധികളേയും സൃഷ്ടിക്കുന്നു. നാം മറക്കരുതാത്ത ഒരു വസ്തുത, അസ്തിത്വം എന്ന ധർമ്മം ബ്രഹ്മത്തിന്റേതു മാത്രമാണ്. അതായത് ജഗത്തായും ജീവനായും പ്രശോഭിക്കുന്നത് ബ്രഹ്മം തന്നെ.

മായാശക്തിയെ നാമറിയുന്നത്, അതിന്റെ കാര്യങ്ങൾ അല്ലെങ്കിൽ ഫലങ്ങൾ പ്രകടമാകുമ്പോൾ മാത്രമാണ്. അല്ലാതെ മായ എന്ന അവ്യാകൃതത്തിനെ അറിയാനാവില്ല. മായക്കു ആവരണശക്തിയെന്നും വിക്ഷേപശക്തിയെന്നും രണ്ടു ഭാവങ്ങളുണ്ടെന്ന് വേദാന്തത്തിൽ പ്രസിദ്ധമാണ്. അതിൽ ആവരണശക്തി യാഥാർത്ഥത്തെ അതായി വെളിപ്പെടാനനുവദിക്കില്ല. വിക്ഷേപശക്തി യഥാർത്ഥത്തെ മറ്റൊന്നായി കാണിക്കുന്നു. കയറിനെ പാമ്പായി കാണുമ്പോൾ അതാണല്ലോ സംഭവിക്കുന്നത്. കയറിനെ കയറായി കാണാത്തത് ആവരണശക്തി മൂലമാണ്. പിന്നീട് ആ കയറ് പാമ്പായി പ്രതീതിപ്പെടുന്നത് വിക്ഷേപശക്തി മൂലവും. ഈ രണ്ടു ശക്തികളിൽ കൂടുതൽ അനർത്ഥകരം ഏതെന്നു നിർണ്ണയിക്കുക വിഷമകരമാണ്. ആവരണശക്തി അപകടകരമല്ല എന്നു വാദിക്കുന്നവരുണ്ട്. കാരണം, സുഷുപ്തി വെറും ആവരണമാണ്. അതിൽ എല്ലാവരും സുഖിക്കുന്നതേയുള്ളൂ. സ്വപ്നജാഗ്രത്തുകളായ വിക്ഷേപങ്ങളിലാണ് ദുഃഖാത്മകമായ സംസാരം.

എന്നാൽ മറ്റൊരു വീക്ഷണകോണിൽ, ആവരണമാണ് കൂടുതൽ അനർത്ഥകരം. ആവരണമെന്നാൽ സത്യാവസ്ഥ മറയ്ക്കലാണല്ലോ. അതല്ലേ എല്ലാ അപകടങ്ങളുടേയും അടിസ്ഥാനം? വെറും വിക്ഷേപം അത്ര അനർത്ഥകരമൊന്നുമല്ല. ഉദാഹരണത്തിന്, മരുഭൂമിയിലൂടെ നടക്കുമ്പോൾ ചില സ്ഥലത്ത് മരീചിക കാണാറുണ്ടല്ലോ. പക്ഷേ അത് മരീചികയാണെന്ന അറിവുണ്ടെങ്കിൽ പിന്നെയെന്ത പകടം? സൃഷ്ടി പൂർണ്ണമായും മായാവിക്ഷേപമാണ്.

വിവേകത്തോടെ സമീപിച്ചാൽ സൃഷ്ടിയിലെ ആകാശവും, മഹാസമുദ്രങ്ങളും , പർവ്വതനിരകളും സംഗീതവും, മറ്റും ആനന്ദപ്രദായകങ്ങളല്ലേ? ■

മിനിക്കഥ

ഉണ്ണി വാരിയത്ത് - 9867179480

പ്രാർത്ഥന

ഒരു ദിവസം ടീച്ചർ ഒരു കുട്ടിയോട് ചോദിച്ചു; "നീ എന്നും പ്രാർത്ഥിക്കാറുണ്ടോ?" "ഉണ്ടല്ലോ ടീച്ചർ" കുട്ടി പറഞ്ഞു. "എന്താ പ്രാർത്ഥിക്കുക?" "ദൈവമേ എന്നെ രക്ഷിക്കണേ, എനിക്ക് നല്ലത് വരുത്തണേ, എന്ന്" "എന്നുവെച്ചാൽ, പ്രാർത്ഥന നിനക്കുവേണ്ടിയാണല്ലേ? അതിനു പകരം, നീ മറ്റുള്ളവർക്കുവേണ്ടിയാണ് പ്രാർത്ഥിക്കേണ്ടത" "പക്ഷേ, അവർ എനിക്കുവേണ്ടി പ്രാർത്ഥിച്ചില്ലെങ്കിലോ?" "സാരമില്ല. നീ മറ്റുള്ളവർക്കുവേണ്ടി സന്മനസ്സു കാണിച്ചാൽ പിന്നെ നിനക്കുവേണ്ടി പ്രത്യേകിച്ചു പ്രാർത്ഥിക്കേണ്ടിവരില്ല" ടീച്ചർ പറഞ്ഞു.

കുട്ടി ആലോചിച്ചു. പിന്നെ, ടീച്ചറെ വിശ്വാസമുള്ളതുകൊണ്ട് അനുസരിച്ചു.

ॐ

ജ്യോതിഷാചാര്യൻ: ജി. കെ. മേനോൻ

(2025 – ജൂലൈ 17 മുതൽ ഓഗസ്റ്റ് 16 വരെ)

1200 – കർക്കിടക മാസഫലം

ഹരി ശ്രീ ഗണപതയെ നമഃ അവിഘ്നമസ്തു

Ernakulam Karayogam : ☎ 0484 - 2361160 📱 8848036518, 9645683491

(**മേടക്കൂർ:** അശ്വതി, ഭരണി, കാർത്തിക ആദ്യ പാദം) കലാരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്കും, ആയുധകലകൾ പഠിക്കുന്നവർക്കും മികവ് പുലർത്താൻ സാധിക്കും. ചെറിയ യാത്രകൾ ചെയ്യും. വാഹനം വാങ്ങുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്ക് ആഗ്രഹം സഫലമാകും. കിട്ടാതിരുന്ന ധനം കൈവശം വന്ന് ചേരാം. ആഗസ്റ്റ് 4, 5 തീയതികൾ അഷ്ടമ രാശി നക്ഷത്രങ്ങളായതിനാൽ പുതിയ സംരംഭങ്ങളുടെ ആരംഭം ഒഴിവാക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. ദേവീ പ്രീതികരങ്ങളായ ജപവും ദേവീക്ഷേത്ര ദർശനവും നടത്തണം.

(**ഇടവക്കൂർ:** കാർത്തിക അവസാന മൂന്ന് പാദം, രോഹിണി, മകയിരം ആദ്യപകുതി) സാമ്പത്തിക പ്രതിസന്ധികൾക്ക് പരിഹാരങ്ങൾ ഉണ്ടാകും വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് മത്സരങ്ങളിൽ വിജയം നേടാൻ കഴിയും സർക്കാരിൽ നിന്നും അനുകൂല നിലപാട് ഉണ്ടാകുവാൻ കാത്തിരിക്കുന്നവർക്ക് ആഗ്രഹസാഫല്യം ഉണ്ടാകും. ആഗസ്റ്റ് 6, 7 തീയതികൾ അത്ര അനുകൂലമായിരിക്കില്ല. ആയതിനാൽ മാറ്റി വെക്കാൻ പറ്റുന്ന പ്രധാനകാര്യങ്ങൾ ഈ ദിവസങ്ങളിൽ ഒഴിവാക്കുന്നത് നല്ലതാണ് സർപ്പ പ്രീതിയും വിഷ്ണുക്ഷേത്ര ദർശ്ശനവും നടത്തുക.

(**മിഥുനക്കൂർ:** മകയിരം അവസാന പകുതി, തിരുവാതിര, പുണർതം ആദ്യ മൂന്ന് പാദം) ശാസ്ത്ര സാഹിത്യ വിഷയങ്ങളിൽ നിന്നും നേട്ടമുണ്ടാകും. മാധ്യമ രംഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടവർക്കും, കമ്മീഷൻ ഏജൻസിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടവർക്കും വിജയവും നേട്ടവും പ്രതീക്ഷിക്കാം. ആഗസ്റ്റ് 8, 9 ദിവസങ്ങൾ പുതിയ കര്യങ്ങൾക്ക് സ്വീകരിക്കാതിരിക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. ദേവീ, വിഷ്ണു ക്ഷേത്രദർശ്ശനം നടത്തി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്

(**കർക്കിടക്കൂർ:** പുണർതം അവസാന പാദം, പൂയം, ആയില്യം) കായിക വിദ്യാരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്കും, വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും, റിയൽ എസ്റ്റേറ്റ് രംഗത്തും കലാരംഗത്തും പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്കും ധനലാഭം പ്രതീക്ഷിക്കാം. ദാമ്പത്യ ജീവിതത്തിൽ ചില പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. ആഗസ്റ്റ് 10, 11 ദിവസങ്ങൾ ശുഭകരമായിരിക്കില്ല. ഭദ്രകാളി, ദുർഗ്ഗാക്ഷേത്ര ദർശ്ശനം നടത്തുന്നതും യഥാശക്തി വഴിപാടുകൾ നടത്തുന്നതും നല്ലതാണ്.

(**ചിങ്ങക്കൂർ:** മകം, പൂരം, ഉത്രം ആദ്യ കാൽ ഭാഗം) സാഹിത്യ കലാരംഗത്തും, ചിത്രകലാരംഗത്തും പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് അംഗീകാരവും, ആദരവും, ലഭിക്കും. മറ്റുള്ളവരുടെ സഹകരണത്തോടെ നേട്ടങ്ങൾ കൈവരിക്കുവാൻ കഴിയും. ഊർജസ്വലതയും ധൈര്യവും ആത്മവിശ്വാസവും പ്രകടിപ്പിക്കും. ആഗസ്റ്റ് 12, 13 തിയതികൾ അഷ്ടമ രാശിക്കുറിലെ നക്ഷത്രങ്ങളായതിനാൽ നല്ല സംരംഭങ്ങൾക്ക് സ്വീകരിക്കാതിരിക്കുക. ഭദ്രകാളി, ദുർഗ്ഗാ ദേവീ ക്ഷേത്ര ദർശ്ശനം നടത്തുകയും യഥാശക്തി വഴിപാടുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്യാം.

(**കന്നിക്കൂർ:** ഉത്രം അവസാന മൂന്നാം പാദം, അത്തം, ചിത്തിര ആദ്യപകുതി) വിദേശത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്കും, വിദേശവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്കും മെച്ചപ്പെട്ട അനുഭവങ്ങളും, ധനലാഭവും പ്രതീക്ഷിക്കാം. സ്ഥാനലബ്ധി, കച്ചവടത്തിൽ വിജയം. തൃപ്തികരമായ ആരോഗ്യം എന്നീ ഗുണങ്ങളും, കാൽപാദത്തിന് പരിക്ക്, ഉഷ്ണസംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾ എന്നിവയ്ക്കും സാധ്യത ഉണ്ട്. ആഗസ്റ്റ് 14,15 ദിവസങ്ങൾ അനുകൂലമല്ല. ഗണപതി ഹോമം, ഭഗവതി സേവ എന്നിവ ക്ഷേത്രത്തിൽ നടത്തുക.

(**തുലാക്കൂർ:** ചിത്തിര അവസാന പകുതി, ചോതി, വിശാഖം ആദ്യ മൂന്ന്പാദം) സൗഹൃദങ്ങളിലൂടെ വിജയം നേടും. സാമ്പത്തിക സാമൂഹിക രംഗങ്ങളിൽ കഴിവ് തെളിയിക്കാർ കഴിയും സാഹിത്യ കലാരംഗത്തും പ്രവർത്തിക്കുനവർക്കും. യാത്ര ചെയ്യാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്കും ഗുണപരമായ അനുഭവങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കാം. എല്ലാ രംഗത്തും മികവ് പുലർത്താനും അഭിനന്ദനങ്ങൾ ലഭിക്കാനും സാധ്യത ഉണ്ട്. ജൂലൈ 21, 22 ദിവസങ്ങൾ പ്രായേണ ഗുണം കുറഞ്ഞതായിരിക്കും. ദേവീപ്രീതി വരുത്തുക.

(**വൃശ്ചികക്കൂർ:** വിശാഖം അവസാന പാദം, അനിഴം, തൃക്കേട്ട) ധനാഗമനം ഉണ്ടാകുമെങ്കിലും ഗൃഹനിർമ്മാണം, വാഹനങ്ങളുടെ കേടുപാടുകൾ തീർക്കൽ, ഭൂമി വാങ്ങുക തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളിലൂടെ ധനംവ്യയവും ഉണ്ടാകും. അതുമൂലം സാമ്പത്തിക ഞെരുക്കം അനുഭവിക്കുകയും ചെയ്യും. പല കാര്യങ്ങളിലും വിശാലമനസ്കത പ്രകടിപ്പിക്കും. ജൂലൈ 23, 24 തിയതികൾ ശുഭകരമല്ല ശ്രീകൃഷ്ണ ക്ഷേത്ര ദർശ്ശനവും ഭഗവാന് പ്രതികരമായ വഴിപാടുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്യുക.

(**ധനുക്കൂർ:** മൂലം, പൂരാടം, ഉത്രാടം ആദ്യപാദം) സഹായികളിൽ നിന്നും സഹോദര സ്ഥാനിയരിൽ നിന്നും പ്രതീക്ഷിച്ച രീതിയിൽ സഹായങ്ങൾ ലഭിച്ചില്ലെങ്കിലും സഹാനുഭൂതിയും ചെറിയ തോതിലുള്ള സഹായങ്ങളും പ്രതീക്ഷിക്കാം. ബിസിനസ്സ് പാട്ണർമാർ വിട്ടു നിൽക്കുകയും ചില നിർഭാഗ്യങ്ങൾ കർമ്മവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടും ഉണ്ടാകാം. കമിതാക്കൾ തമ്മിൽ അഭിപ്രായ വ്യത്യാസം ഉണ്ടാകും. ജൂലൈ 25, 26, തിയതികൾ ശുഭകാര്യാരംഭത്തിന് സ്വീകരിക്കരുത്. ശങ്കരനാരായണ ക്ഷേത്ര ദർശ്ശനവും യഥാശക്തി വഴിപാടുകൾ നടത്തുന്നത് നല്ലതാണ്.

(**മകരക്കൂർ:** ഉത്രാടം അവസാന മൂന്ന്പാദം, തിരുവോണം, അവിട്ടം ആദ്യപകുതി) സ്ത്രികൾ നിമിത്തം ചില ഭാഗ്യങ്ങൾ ലഭിക്കുമെങ്കിലും സ്ത്രികൾ തന്നെ ശത്രുക്കളായും ഭവിക്കും. വാഹനത്തിനോ വീടിനോ വേണ്ടി പണം ചിലവഴിക്കേണ്ടിവരും. ചെറിയ തോതിലാണെങ്കിലും വാഹന അപകടങ്ങൾക്ക് സാധ്യത ഉള്ളതിനാൽ ശ്രദ്ധയോടെ വാഹനങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യണം. ജൂലൈ 27, 28 ദിവസങ്ങൾ അനുകൂലമായിരിക്കില്ല. ദേവീ പ്രീതികരങ്ങളായ വഴിപാടുകളും മന്ത്രജപവും നടത്തുന്നത് നല്ലതാണ്.

(**കുംഭക്കൂർ:** അവിട്ടം അവസാന പകുതി, ചതയം, പൂരുരുരുട്ടാതി ആദ്യ മൂന്ന്പാദം) എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും ഊർജസ്വലത പ്രകടിപ്പിക്കും നഷ്ടപ്പെട്ട പലതും കഠിനപ്രയത്നത്തിലൂടെ നേടിയെടുക്കാൻ കഴിയും രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിക്കുന്നതിനാൽ രോഗങ്ങളിൽ ആശ്വാസം ലഭിക്കും ഇൻഷ്വറൻസിൽ നിന്നും ധനം ലഭിക്കാം. ജൂലൈ 29, 30 തീയതികൾ പ്രായേണ ഗുണം കുറയും. ദേവീ ക്ഷേത്രദർശ്ശനവും ദേവീപ്രീതികരങ്ങളായ വഴിപാടുകളും നടത്തുക.

(**മീനക്കൂർ:** പൂരുരുട്ടാതി അവസാന പാദം, ഉത്രട്ടാതി, രേവതി) പൊതു കാരങ്ങളിൽ താൽപര്യം വർദ്ധിക്കുന്നത് മൂലം ജനശ്രദ്ധ നേടും. മാതൃപിതൃ ഗുരുജനങ്ങളുടെ അനുഗ്രഹം ലഭിക്കും. സ്ഥിരോൽസാഹം കൊണ്ട് പല കാര്യങ്ങളും അനുകൂലമാക്കി മാറ്റാൻ കഴിയും ജൂലൈ 31, ആഗസ്റ്റ് 1, തിയതികൾ പൊതുവേ അനുകൂലമായിരിക്കില്ല. ഗണപതി ക്ഷേത്രദർശ്ശനം നടത്തുന്നതും കറുകമാല സമർപ്പിക്കുന്നതും ഗണപതി ഹോമം നടത്തുന്നതും തടസ്സങ്ങൾ മാറികിട്ടാൻ നല്ലതാണ്.

ശുഭമസ്തു ശംഭോമഹാദേവ! എറണാകുളത്തപ്പൻ തുണ!

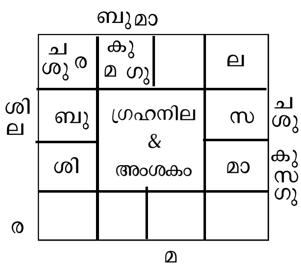
MANGALYAM MATRIMONIAL

for the better half of your life....

വരനെ ആവശ്യമുണ്ട്

Nair Girl, 25 yr/170cm, Pooruruttathi, 1/4 (Meenam), BA, LLB (NUALS), LLM Arbitration (NUS) Lawyer, Mob :9847036332, 9497681693

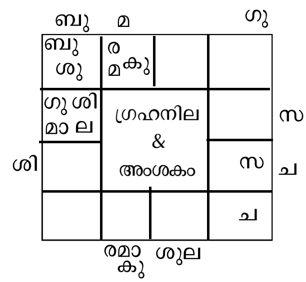
Email : revidevika1994@gmail.com
Date of Birth:3-4-2000(12.03pm)
Sishta Dasa:2-6-12



Contact Address:
MR.RAVIKUMAR
NJRA -140, SREELAKAM
SURYA LANE,
KARAMA ROAD
ELAMAKKARA
ERNAKULAM

Nair Girl, 27yr/152cm, Chithira 1/2 (kanni), MD Anesthesia, Undergoing PG Pref : Professionals, Mob: 8547868519

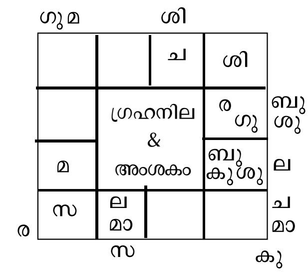
Email:vjr.rbi@gmail.com
Date of Birth:9-5-1998(1.17am)
Sishta Dasa:



Contact Address:
MR.V JAYARAJ
PRASANTHY PBRA 93
NEAR SASTHA TEMPLE
PERUMBAVOOR

Nair Girl, 33yrs /167cm, Makayiram 1/2 (Edavam), MBBS MRC Psych, Doctor NHS United Kingdom , Mob : 9447465222

Email:sobhachandramenon@gmail.com
Date of Birth : 6-8-1991(1.30pm)
Sishta Dasa : Mars- 4-11-10



Contact Address:
MR.CHANDRA MENON
FLAT 13 B, YESKAY REGALIA
JAWAHAR NAGAR
KADAVANTHRA P O
ERNAKULAM - 682020

TO LIVE & LET LIVE

ചൈത്രം

മാനസിക സംഘർഷം, ഏകാന്തത, ആത്മഹത്യാപ്രേരണ തുടങ്ങിയ നിങ്ങളുടെ വിഷമങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കുവാൻ ഒരു കൗൺസിലിങ്ങ് കേന്ദ്രം. സേവനം തികച്ചും സൗജന്യവും സ്വകാര്യവുമാണ്.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്
Ph: 0484- 2361161

പ്രവർത്തന സമയം : ഉച്ചയ്ക്ക് 2 മണി മുതൽ 5 മണി വരെ

എറണാകുളം കരയോഗം മാംഗല്യം

www.karayogammangalyam.com
എന്ന വെബ്സൈറ്റ് വഴി മാംഗല്യത്തിൽ രജിസ്ട്രർ ചെയ്യൂ, ഉത്തമ ജീവിത പങ്കാളിയെ കണ്ടെത്തൂ...

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് – 0484 - 2361160

എറണാകുളം കരയോഗം 100–ാമത് വാർഷിക പൊതുയോഗത്തിൽ നിന്ന്...

ശ്രീരുദ്രവിലാസം എൽ. പി. സ്കൂളിലെ 2025–2026 അദ്ധ്യായന വർഷത്തിലെ പ്രവേശനോത്സവം

07–06–2025–ൽ നടന്ന ശതാബ്ദി ആഘോഷസമതിയുടെ യോഗം

DATE OF PUBLICATION: 10-07-2025

RNI NO. KERMAL/2008/23515
REGISTERED NEWSPAPER

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

Volume No. 17 | JULY- 2025 | Issue No. 07

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

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

Printed by M. Sreevallabhan Nair. Published by M. Sreevallabhan Nair on behalf of Ernakulam Karayogam, TDM Hall complex, Durbar Hall Road, Kochi-682016, Ph : 0484 -2361160, E mail : ekmkgm@gmail.com, Website : www.ernakulamkarayogam.com and Printed at Sterling Print House (P) Ltd., Door.No.49/1849, AIMS Ponekkara P.O, Kochi-682041, Ph: 0484-2802522, 2800406 for Murali Industries, Babu Cottage, Alappat extn.Road, Behind Ravipuram Temple, Kochi-682016 and Published at Ernakulam Karayogam, TDM Hall Complex, Durbar Hall Road, Kochi-682016. Editor: M. Sreevallabhan Nair- Mob: 9947736071.

സേവനം ജീവിതസാഫല്യം