ജി . എച്ച് . എസ് .എസ് മണലൂർ

ആരവം

തൃശ്ശൂർ താലൂക്കിലെ മണലൂർ വില്ലേജിൽ മണലൂർ ദേശത്ത് 3 .2 5 ഏക്കറോളം സ്ഥലത്ത് മണലൂർ സ്കൂൾ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന സാംസ്കാരിക തലസ്ഥാനമായ തൃശ്ശൂരിൽ നിന്ന് 15 കി മി പടിഞ്ഞാറുമായി വയലേലകളും പച്ച വിരിച്ച നെൽപ്പാടങ്ങളും സസ്യശ്യാമളമായ തെങ്ങിൻ തോപ്പുകളും നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്ന സുന്ദര ഗ്രാമമാണ് മണലൂർ. പണ്ടത്തെ കൊച്ചി രാജ്യത്തിന്റെ വടക്കേ അതിർത്തിയായ ഏനാമാവ് കായലും ഒരു കാലത്ത് കച്ചവട പ്രാധാന്യമുണ്ടായിരുന്ന വള്ളങ്ങളും കേട്ടുവള്ളങ്ങളും വഴി കൊച്ചി രാജ്യവുമായി കച്ചവട ബന്ധം പുലർത്തുന്നതിന് സഹായകമായിരുന്ന കാനോലി കനാലും കിഴക്ക പച്ചപ്പട്ടു പരവതാനി വിരിച്ച നെൽപ്പാടങ്ങളും സമുദ്ര നിരപ്പിൽ നിന്ന് 12 മീറ്റർ ഉയരത്തിൽ "ഉതിർക്കുന്ന് "എന്ന അപരനാമത്തിൽ അറിയപ്പെട്ടിരുന്ന"തൃക്കുന്നും "ഇതിന്റെ പ്രകൃതിയെ മനോഹരമാക്കുന്നു.പ്രകൃതി ക്ഷോഭത്തിന്റെ പ്രവാഹങ്ങളിൽ മണൽ തുരുത്തുകളായി മാറിയ ഈ ഭൂപ്രദേശത്ത് ജനവാസ കേന്ദ്രങ്ങൾ ഉടലെടുത്തു .മലകളും കാടുകളും ജലാശയങ്ങളും നിറഞ്ഞ കടൽത്തീര പ്രദേശമായിരുന്നു ഇവിടം.പ്രകൃതി ക്ഷോഭങ്ങൾ,മലകളിലെ മണ്ണിടിയാൽ,ജലാശയങ്ങൾ നികത്തൽ ,മലവെള്ളപ്പാച്ചിൽ എന്നിവയാൽ പ്രകൃതിയുടെ ഘടനയിൽ ഉണ്ടായ മാറ്റം നിമിത്തം ചില പ്രദേശങ്ങൾ ചതുപ്പായും മറ്റു പ്രദേശങ്ങൾ തുരുത്തായും രൂപാന്തരപ്പെട്ടു.ഇതിൽ മണൽ അടിഞ്ഞു കൂടിയ ഊര് മണലൂർ ആയി എന്നും അറിയപ്പെടുന്നു

മണലൂർ പഞ്ചായത്തിന്റെ പലഭാഗത്തുണ്ട് വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങൾ വളരാൻ തുടങ്ങിയപ്പോൾ തോപ്പിൽ ഉക്രു എന്നയാൾ 7 ഏക്കർ വരുന്ന കുടിയിരുപ്പ് സ്ഥലത്ത് ഒരു ഏക്കറിൽ ഒരു ഓലഷെഡ് ഉണ്ടാക്കി,1914 ൽ സ്കൂൾ ആരംഭിച്ചു .തോപ്പിൽ സ്കൂൾ എന്നാണു അതറിയപ്പെട്ടത്.സ്കൂളിലെ മുഴുവൻ ചെലവും അദ്ദേഹം വഹിച്ചിരുന്നു.വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് അന്ന് ഫീസ് നിർബന്ധമായിരുന്നു.അദ്ധ്യാപകർക്കു ചെറിയ വേതനവും നൽകിയിരുന്നു .1924 ശേഷം വെള്ളപ്പൊക്കത്തിൽ സ്ക്കോൾ നശിച്ചപ്പോൾ രണ്ടേക്കർ സ്ഥലത്ത് ഇപ്പോൾ സ്കൂൾ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന സ്ഥലത്ത് രണ്ടു നില കെട്ടിടം പണിത് സ്കൂൾ സർക്കാരിന് നൽകി .ആദ്യ ഹെഡ്മാസ്റ്റർ പുത്തേഴത്ത് മാധവമേനോനായിരുന്നു.1946 ൽ ഹൈസ്കൂൾ ആയി എന്നാണു രേഖകളിൽ കാണുന്നത്.കൃഷി മന്ത്രിയായിരുന്ന കൃഷ്ണൻ കണിയാം പറമ്പിലിന്റെയും എം എൽ എ ആയിരുന്നാക്കി എൻ ജയദേവന്റെയും പരിശ്രമഫലമായി രണ്ടായിരാമാണ്ടിൽ +1 ആരംഭിക്കാൻ സാധിച്ചു .

റവന്യൂ ജില്ല

തൃശ്ശൂർ

വിദ്യാഭ്യാസ ജില്ല

തൃശ്ശൂർ

ഉപജില്ല

തൃശ്ശൂർ വെസ്റ്റ്

പ്രധാന അദ്ധ്യാപിക

ജയശ്രീ

പി ടി എ പ്രസിഡന്റ്

സിന്ധു സുരേഷ്

ഉള്ളടകം

ക്രമനമ്പർ	പേര്	പേജ്
1	ഔഷധ സസ്യങ്ങൾ	3
2	വാർദ്ധക്യം	4
3	കൗമാരകാലഘട്ട പ്രശ്നങ്ങൾ	5
4	ലഹരിയിലമരുന്ന യുവത്വം	6
5	ചിരി	7
6	വേരുമാന്തി	8
7	തലക്കനം കൂട്ടുന്ന ബഹിരാകാശം	9
8	ആധുനിക കുഞ്ഞുണ്ണി മാഷ്	10
9	താജ് മഹൽ	11
10	ആഗോളതാപനം	12
11	ഏഴു ലോക മഹാദ്ബുദങ്ങൾ	13
12	എന്റെ കേരളം	14
13	നാട്ടുപക്ഷികൾ	15 - 17

ഔഷധ സസ്യങ്ങൾ

തുളസി

സസ്യകുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്ന ഔഷധസസ്യം. ആധുനിക ശാസ്ത്രീയ നാമം ഒസിമം സാങ്റ്റം എന്നാണ്. സംസ്കൃതത്തിൽ മാൻജരി, കൃഷ്ണതുളസി, സുരസാ, ഗ്രാമ്യാ, സുരഭി, ബഹുമഞ്ജരി, ഭൂതഘ്നി എന്നീ പേരുകളിൽ അറിയപ്പെടുന്നു. മലയാളത്തിൽ ഇതിനു നീറ്റുപച്ച എന്നും പേരുണ്ട്. ഇംഗ്ലീഷിൽ ഇതിനെ രാജകീയം എന്ന അർത്ഥത്തിൽ ബേസിൽ എന്നു വിളിക്കുന്നു.ഇന്ത്യയിൽ എല്ലായിടങ്ങളിലും കണ്ടുവരുന്ന തുളസി ഔഷധസസ്യമായും പുണ്യസസ്യമായും വീട്ടുമുറ്റത്തും ക്ഷേത്രപരിസരത്തും നട്ടുവളർത്താറുണ്ട്. പരക്കെ അറിയപ്പെടുന്ന വാസനയുള്ള സസ്യമാണ് തുളസി. തെക്കേ ഏഷ്യയിൽ ഇതൊരു ഔഷധ സസ്യമായി അറിയപ്പെടുന്നു. ചരകസംഹിതയിൽ പരാമർശമുള്ള തുളസി, പിരിമുറുക്കം കുറയ്ക്കാനുള്ള കഴിവുള്ള ഔഷധമാണ. കറുത്ത തുളസിക്കും വെളുത്ത തുളസിക്കും യഥാക്രമം കൃഷ്ണതുളസിയെന്നും, രാമതുളസിയെന്നും പറയുന്നു. ഇതിൽ കൃഷ്ണതുളസിക്കാണ് ഔഷധഗുണം കൂടുതലുള്ളത്ഒരു ആയുർവേദ ഔഷധം കൂടിയാണിത്.

ഉമ്മം

ഉമ്മം വേദനയെ ശമിപ്പിക്കുന്നതും മന്ദത ഉണ്ടാക്കുന്നതും ഛർദി ഉണ്ടാക്കുന്നതും ആണ് വിത്തിന് ഇലയേക്കാൾ മന്ദതയും ആലസ്യവും ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിവുണ്ട് ഉമ്മം വളരെ ശ്രദ്ധാപൂർവമേ ഉള്ളിൽ പ്രയോഗിക്കാവു പൂർവികർ പേപ്പട്ടി വിഷത്തിന് ഉമ്മത്തും കായ് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു നടു വേദന സന്ധിവാതം ഞരമ്പു വലി ഇടുപ്പു വാതം വേദനയുള്ള മുഴകൾ ഗ്രന്ഥി വീക്കം തെണ്ടവീക്കം അസ്ഥി കളിലെ മുഴ എന്നിവക്കെല്ലാം ഉമ്മം ഉപയോഗിച്ചു വരുന്നു ഉമ്മത്തിന്റെ വിത്ത് അരച്ച് നല്ലെണ്ണ കൂട്ടി കുഴമ്പിടുന്നത് മേൽ പറഞ്ഞ രോഗങ്ങളിൽ ഗുണകരമാണ്

പനിക്കൂർക്ക

പനി കൂർത്ത കുടിക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ തിളപ്പിക്കുന്നതും വളരെ നല്ലതാണ് . ആർക്കും എളുപ്പത്തിൽ നട്ട് പിടിപ്പിക്കാനാവുന്ന ഒരു ഔഷധ ഈ മാണിത് ഇതിന്റെ ശാസ്ത്ര നാം coleus ambonicus എന്നാണ്. പനി കൂർക്ക കമ്പുകളാണ് നടാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നത് . ചെടിയിൽ നിന്ന് പിറച്ചെടുത്ത തണ്ട് ഗോബാഗിലോ തറയിലോ ചട്ടിയിയിലോ നടാം .മണ്ണും ചാണകവളവും യോജിപ്പിച്ച് ചേർത്ത മണ്ണിത ഇത് നടാം .കീടബാധകൾ ഇതിന് തീരെ കുറവ് മാത്രമേ ഉണ്ടാവും .ജൈവ കീടനാശിനികൾ തളിച്ച് കിടബാധ അകറ്റാം .പനി കൂർത്ത ഒരു മരുന്നിന് മാത്രമായല്ല .അലങ്കാര ചെടിയായും തോട്ടങ്ങളിൽ വളർത്താം .മണ്ണില്ലാതെയും. പനിക്കൂർക്ക വളർത്താവുന്നതാണ് മണിപ്ലാന്റ് പോലെ വെള്ളം നിറച്ച് ഗ്ലാസ് ജാറിൽ ഇട്ടുവച്ചാൽ പനിക്കൂർക്ക വളർന്നു വരും.

മുത്തിൾ

പണ്ടു കാലത്ത് നമ്മുടെ കാരണവന്മാർ പലപ്പോഴും ആരോഗ്യത്തിനും അസുഖങ്ങൾക്കുമായി ആശ്രയിച്ചിരുന്നത് വളപ്പിലെ മരുന്നു ചെടികളാണ് യാതൊരു പ്രത്യേക ശ്രദ്ധയും കൊടുക്കാതെ തന്നെ വളപ്പിലും വേലിയ്ക്കലുമായി വളർന്നിരുന്ന പല ചെടികളും ആരോഗ്യപരമായ ഗുണങ്ങളാൽ മികച്ചവയാണ് എന്നാൽ കാലം മുന്നോട്ടു ചെല്ലുന്തോറും കൃത്രിമ വഴികൾ വർദ്ധിയ്ക്കുന്തോറും ഇത്തരം പല അറിവുകളും പുതു തലമുറയ്ക്ക് അന്യമായി എന്നു പറയാം കൈ മാറിക്കിട്ടിയ അറിവുകൾക്ക് കാര്യമായ വില കൽപ്പിയ്ക്കാത്തവരുമുണ്ട് എങ്കിലും ആയുർവേദം പോലെയുള്ള പരമ്പരാഗത വൈദ്യം ഇപ്പോഴും ഇത്തരം ഔഷധങ്ങളെ ആശ്രയിക്കുന്നുമുണ്ട്

ശംഖുപുഷ്പം

ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റെ പച്ചവേര് വെണ്ണ ചേർത്ത് രാവിലെ വെറും വയറ്റിൽ പതിവായി കഴിച്ചാൽ കുട്ടികൾക്ക് ബുദ്ധിശക്തി, ധാരണാശക്തി എന്നിവ കൂടും എന്നു വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റെ വേരിന് മൂർഖൻ പാമ്പിന്റെ വിഷം നിർവീര്യമാക്കാൻ ശക്തിയുണ്ട് എന്നും പറയപ്പെടുന്നു. നീല ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റെ ചെടി കഷായം കുടിച്ചാൽ ഉന്മാദം, ശ്വാസരോഗം, ഉറക്കമില്ലായ്മ എന്നിവ കുറയ്ക്കുന്നതാണ്. ഇതിന്റെ വേര് പശുവിൻ പാലിൽ അരച്ചുകലക്കി വയറിളക്കാൻ ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. തൊണ്ടവീക്കം ഇല്ലാതാക്കാനും ഇതിന്റെ വേര് ഉപയോഗിക്കുന്നു. പനി കുറയ്ക്കാനും ശരീരബലം ഉണ്ടാകാനും മാനസിക രോഗചികിത്സയ്ക്കും സ്ത്രീകൾക്കുണ്ടാകുന്ന ലൈംഗിക അസുഖങ്ങൾക്കും ശംഖുപുഷ്പം എന്ന ഔഷധസസ്യം ഉപയോഗിക്കുന്നു.[അവലംബം ആവശ്യമാണ്]

ദന്തപാല

ദന്തപാലൻ ചർമ്മത്തിന് ഏറെക്കുറെ മാന്ത്രിക സൂത്രവാക്യമാണ്. എണ്ണമറ്റ നൂറ്റാണ്ടുകളായി ആളുകൾ ഈ ഹെർബൽ പ്രതിവിധി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ജനപ്രിയ മെഡിക്കൽ ശാഖകൾ 42 ചികിത്സയ്ക്കായി ദന്തപാല എണ്ണ ഉപയോഗിക്കുന്നു. പുരാതന കാലം മുതൽ, ഇന്ത്യയിൽ, ആയുർവേദം, സിദ്ധാ, യുനാനി, പ്രകൃതി ചികിത്സാ രീതികൾ എന്നിവ ചർമ്മത്തെ സുഖപ്പെടുത്താൻ ദന്തപാല എണ്ണ ഉപയോഗിച്ചു.

തൊട്ടാവാടി

കേരളത്തിൽ സർവ്വസാധാരണമായി കാണപ്പെടുന്ന ഒരു ഔഷധ സസ്യമാണ് തൊട്ടാവാടി. എന്ന സസ്യകുടുംബത്തിൽപ്പെട്ട ഈ സസ്യം, ബ്രസീൽ ആണ് ജന്മദേശമെങ്കിലും ഇന്നു ഭൂമധ്യരേഖാപ്രദേശങ്ങളിൽ പരക്കെ കാണപ്പെടുന്നു. ഇല തണ്ടിനോട് ചേരുന്ന ഭാഗത്ത് സൂക്ഷിച്ചു നോക്കിയാൽ മുഴച്ചിരിക്കുന്നത് കാണാം. ഈ ഭാഗത്ത് കനം കുറഞ്ഞ കോശഭിത്തിയുള്ള ധാരാളം കോശങ്ങളുണ്ട്. അവ വെള്ളം സ്വീകരിച്ച് വീർത്തിരിക്കുന്നു. വെള്ളം വെളിയിൽ പോയാൽ അവ ചുരുങ്ങുന്നു. തൊട്ടാവാടിയുടെ ഇലകൾ സ്പർശനത്തിനു നേരെ പ്രതികരിക്കും. സ്പർശിക്കുമ്പോൾ ഭിത്തിക്ക് കനം കുറഞ്ഞ കോശങ്ങളിലെ ജലം തണ്ടിലേക്ക് കയറും. അതിന്റെ ഫലമായി കോശങ്ങൾ ചുരുങ്ങി ഉറപ്പുപോയി ചുരുളുന്നു. ഏത് വസ്തു തൊട്ടാലും ഇലകൾ അങ്ങനെ ചുരുളും. എന്തു വസ്തുവും ഈ പ്രവർത്തനത്തിനു കാരണമാകാം. ഈ ചുരുളൽ ഏതാനം സെക്കന്റുകൾ കൊണ്ട് പൂർണ്ണമാകും. പിന്നീട് അര മണിക്കൂറോളം കഴിഞ്ഞേ ഇലകൾ വിടർന്ന് പൂർണ്ണാവസ്ഥയിലാകൂ. ഒരു മീറ്ററോളം നീളത്തിൽ പടർന്ന് കിടക്കുന്ന രീതിയിലാണ് തൊട്ടാവാടി കാണപ്പെടുന്നത്. നൈസർഗികമായ

പരിതഃസ്ഥിതിയിൽ ചതുപ്പ്, മൈതാനം, റോഡുകൾ എന്നിവിടങ്ങളിൽ തൊട്ടാവാടി കണ്ടുവരുന്നു.