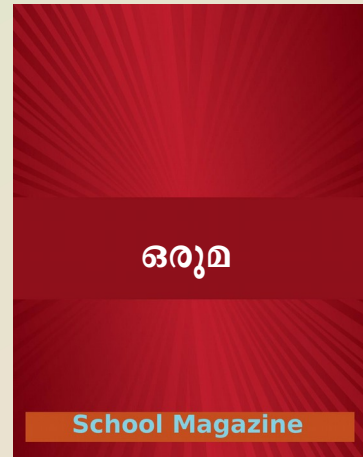


ഒരുമ

School Magazine



V. J. H. S. S
NADVATH NAGAR

Digital Magazine

Little kites club

ഉള്ളടക്കം

മലയാളനാട്.....6

അരക്കുറ്റി : ഒരു ലഘു ചരിത്രം.....7

നിരുപണം.....9

എന്റെ നാട്.....10

ഭാവാത്മകമാം നീലാകാശം.....12

മദ്യം മയക്കു മരുന്നു വെല്ലുവിളികൾ.....13

അനന്ത വിശാലിനി.....16

പ്ലാസ്റ്റിക് വിമുക്ത കേരളം.....18

ഈ സായാഹ്നത്തിൽ.....19

ആഹാരരീതികൾ.....20

നാട്.....24

ആനന്ദമോഹിനി.....26

കടങ്കഥ.....28

PERSONALITY MATTERS FAR MORE THAN BEAUTY.....31

ഇല്ലെണ്ണം.....32

അക്കപ്പാട്ട്.....33

വരാഹമിഹിരൻ.....34

പാവ.....35

വിദ്യാലയം.....36

സന്ദേശം

വടുതല ജമാഅത്ത് ഹയർ സെക്കണ്ടറി സ്കൂളിലെ 'ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സ്' പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന 'ഒരുമ' എന്ന മാഗസിൻ കുട്ടികളുടെ വിവരസാങ്കേതിക വിദ്യയിൽ ഉള്ള കഴിവുകൾ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്നതിനും പാഠ്യേതരമായ അവരുടെ കഴിവുകൾ വളർത്താൻ പ്രോത്സാഹനം നൽകുന്നതുമാകട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു .

എല്ലാ നന്മകളും വിജയങ്ങളും നേരുന്നു .

എന്ന്
ബി. ചന്ദ്രലേഖ
(പ്രധാന അധ്യാപിക)

മുഖപ്രസംഗം

ആമുഖമായി, മാഗസിനുവേണ്ടി നിങ്ങളുടെ വിനീതമായ പ്രർത്ഥനയും ആസ്വാദനവും

. ഞങ്ങൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു

നാം ജീവിക്കുന്നത് ഒരു കമ്പ്യൂട്ടർ യുഗത്തിലാണ്. വിവരസാങ്കേതിക വിദ്യ നമ്മുടെ

ജീവിതത്തിൽ ഒഴിച്ചുകൂടാൻ പറ്റാത്ത ഒന്നാണ്. ഈ മാഗസിൻ അതിലേക്ക് ഒരു

ചുവടുവയ്പ്പായി മാറും എന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു . ഇതിന്റെ പിന്നിൽ പ്രയത്നിച്ച ലിറ്റിൽ

കൈറ്റ്സിന്റെ അദ്ധ്യാപകർക്കും വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും ഹൃദയം നിറഞ്ഞ നന്ദി

.അറിയിക്കുന്നു. ഈ സൂജിനുവേണ്ടി ഞങ്ങൾ ഈ മാഗസിൻ സമർപ്പിക്കുന്നു

എന്ന്

പത്രാധിപസമിതി.

മലയാളനാട്



ഞാനൊരു മലയാളി കേരളത്തിൽ വാഴും മലയാളി ,
 എന്റെ കേരളമാണെന്റെ ഏറ്റവും വലിയ സ്വത്ത് ,
 കേരങ്ങൾ നിറഞ്ഞൊരു നാട് എന്റെ കേരളനാട് ,
 എന്റെ കേരളനാടിൻ ഭാഷയാം മലയാളം ,
 പാടവും , പറമ്പും , പുഴകളും നിറഞ്ഞൊരീ കേരളം .
 പച്ചപ്പാർന്നൊരീ കേരളം
 ഇളം കാറ്റ് വീശുന്നൊരീ കേരളം .
 കൃഷിഭൂമിയിൽ നാടൻ പാട്ടുകൾ പാടിപ്പാടി
 ഞാൻ നടുനൊരീ കർഷകരുള്ളൊരീ കേരളം.
 ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാടായ കേരള നാട് എത്ര സുന്ദരം.

അപർണ്ണ

അരൂക്കുറ്റി: ഒരു ലഘു ചരിത്രം



വേമ്പനാട്ടുകായലിൽ മൂന്ന് വശങ്ങളും ചുറ്റപ്പെട്ടു കിടക്കുന്ന പഴയ കരപ്പുറത്തിന്റെ(ചേർത്തല) വടക്ക്,കിഴക്ക്,പടിഞ്ഞാറ് ദിക്കുകൾ വേമ്പനാട്ടുകായലും തെക്ക് പാണാവള്ളി പഞ്ചായത്തുമാകുന്നു. 11 ചതുരശ്ര കിലോമീറ്ററാണ് വിസ്തീർണ്ണം. ഏകദേശം 260 വർഷങ്ങൾക്ക് മുൻപ് ഈ പ്രദേശം കൊച്ചി രാജാവിന്റെ അധീനതയിൽ ആയിരുന്നു. എ.ഡി.1750 ൽ മാർത്താണ്ഡവർമ്മ മഹാരാജാവിന്റെ ദളവയായിരുന്ന രാമയ്യൻ ദളവയാണ്,തിരുവിതാംകൂറിന്റെ അതിർത്തിയായിരുന്ന ഇവിടെ ഒരു അതിരുകുറ്റി സ്ഥാപിച്ചത്. ഈ അതിരുകുറ്റിയുടെ നാമപരിണാമമാണ് അരൂക്കുറ്റി എന്ന് കരുതുന്നു.എ.ഡി.1799 ൽ കരപ്പുറം പ്രദേശം കൊച്ചിരാജാവിന് തിരിച്ചുനൽകാൻ അന്നത്തെ മഹാരാജാവ് തയ്യാറായെങ്കിലും ദിവാനായിരുന്ന രാജാകേസവദാസിന്റെ ഭാഗമായി തന്നെ നിലനിന്നു. തിരുവിതാംകൂറിന്റെ വടക്കേ അതിർത്തിയായതിനാൽ അരൂക്കുറ്റി മർമ്മ പ്രധാനമായ ഭരണസിര കേന്ദ്രമായിരിന്നു. ഭരണാധികാരികൾക്ക് താമസിക്കാൻ എട്ട് കെട്ടോട്ടുകൂടിയ കൊട്ടാരം, ചുങ്കം പിരിക്കാൻ ചൗക്ക, എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ ഓഫീസ്, ജയിൽ, മജിസ്ട്രേറ്റ്, കച്ചേരി, പോലീസ്റ്റേഷൻ, ട്രഷറി, ആശുപത്രി തുടങ്ങി

അനവധി സ്ഥാപനങ്ങൾ ഇവിടെ സ്ഥാപിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. രാജഭരണം അവസാനിച്ചതോടെ ആശുപത്രി, വില്ലേജ് ഓഫീസ്, എന്നിവ ഒഴികെ എല്ലാ ഓഫീസുകളും ഇല്ലാതായി . 2002 ൽ അരുർ-അരൂർ പാലം നിർമ്മിച്ചതോടെ അരൂർ-അരൂർയിലെ ബസ്സ്റ്റാന്റും ഇല്ലാതായി . പഴയ പ്രതാപത്തിന്റെ ചില അവശിഷ്ടങ്ങൾ ഇന്നും ഇവിടെയുണ്ട് .വളരെ പഴക്കമുള്ള അരൂർ-അരൂർയിലെ പ്രഥമികാരോഗ്യ കേന്ദ്രം ഇതുവരെ നല്ല ആശുപത്രി ആക്കാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. അരൂർ-അരൂർ പെരമ്പലവും ഉൾപ്പെടുന്ന മറ്റത്തിൽ ഭാഗം പഞ്ചായത്താണ് ആദ്യം നിലവിൽ വന്നത്. പിൻകാലത്ത് വേർപെട്ട് പെരമ്പലവും അരൂർ-അരൂർയും രണ്ട് വ്യത്യസ്ത പഞ്ചായത്തുകളായി മാറി അങ്ങനെയാണ് അരൂർ-അരൂർ നിലവിൽ വന്നത്.

സുനൈന വി.എ.

നിരൂപണം

സർവലോകത്തിലും ഏറ്റവും ശ്രേഷ്ഠമായ സംസ്കാരം ഉള്ള ഭാരതദേശത്തിന്റെ മഹദ്ഐക്യമാണ് മഹാഭാരതം. വ്യാസപ്രതിഭയുടെ അനശ്വരമായ ഈ സൃഷ്ടിയിൽ നിന്നും അടർത്തിയെടുത്ത ഒരു മഹദ്ഗ്രന്ഥമാണ് എം . ടി. വാസുദേവൻനായരുടെ "രണ്ടാമുഴം". പാണ്ഡവരിൽ രണ്ടാമനും വായുപുത്രനുമായ ഭീമസേനന്റെ കഥയാണ് ദ്വാപരയുഗത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ എം.ടി അവതരിപ്പിക്കുന്നത്.

വ്യാസേതിഹാസത്തിൽ അജയ്യമായ ഒരു ശരീര പ്രത്യക്ഷത മാത്രമായി തോന്നിക്കുന്ന ഭീമന്റെ ആത്മഗതങ്ങളാണ് ഈ നോവലിന്റെ രൂപവും ഭാവവും നിർണ്ണയിക്കുന്നത്. അത്യുജ്വലമായ വാക്കുകൾ കൊണ്ട് എം.ടി. തീർക്കുന്ന വിസ്മയം നമ്മെ ദ്വാപരയുഗത്തിലെ ഭീമസേനനാക്കി മാറ്റുന്നു . കുട്ടിക്കാലവും, വനവീഥികളും , യുദ്ധവും യുഗാന്ത്യവുമെല്ലാം ഭീമന്റെ നേത്രങ്ങളിലൂടെ നാം കാണുന്നു , അനുഭവിക്കുന്നു . വ്യാസപ്രതിഭ നെറുകയിൽ തൊട്ടുനഗ്രഹിച്ച ഒരേഴുത്തുകാരനേ ഇത് സാധിക്കൂ .ധർമ്മ പുനസ്ഥാപനത്തിലൂടെ നേടിയ എല്ലാ വിജയങ്ങൾക്കും പിന്നിൽ ഭീമൻ മാത്രം അവകാശപ്പെട്ട മിഴിനീരിന്റെ ഒരഭവിയുണ്ട് .

ഇതിഹാസത്തിന്റെ മന്നിലേക്ക് നടക്കാൻ അധികമൊന്നും അവസരം ലഭിക്കാത്ത ഭീമന്റെ ഏകാന്ത വ്യഥകൾക്ക് എം.ടി വാക്കുകൾ കണ്ടെത്തിയപ്പോൾ നമ്മുക്ക് പരിചിതമായ പല നന്മകളും തിന്മകളായിരുന്നുവെന്നും, നീതിയുടെ വേരുകൾ ശരിയാകുന്നത് അനീതിയുടെ ചതുപ്പിലാണെന്നും നമുക്ക് മനസ്സിലാകുന്നത്. ധർമ്മം , സത്യം , എന്നത് സദാ നിലകൊള്ളുമെന്നും നമ്മുക്ക് മനസ്സിലാകുന്നു .

ഈ പുസ്തകം വായിക്കുന്നതിലൂടെ ഇതിഹാസത്തിന്റെ അതിർവരമ്പുകളില്ലാതെ സത്യത്തെ നാം കാണുന്നു . രണ്ടാമുഴം വായിച്ച് ഏവരും നമ്മുടെ പൂർവ്വികരെപറ്റി അറിയുക . നമ്മുടെ ഐതിഹ്യം മനസ്സിലാക്കി സദാ സത്യത്തിന്റെ പാതയിലൂടെ മുന്നേറുക.

വിസ്മയ

എന്റെ നാട്



കൊച്ചുരവി ഒഴുകും പച്ചപ്പ് കുതിച്ച് ഉയരം
നിലകളിൽ നിന്നുയരും എൻ നാട്
കായലാൽ വാർന്നൊഴുകും പുഴകളും
കേരങ്ങൾ തിങ്ങും മലർകനികളും

സുപ്രഭാത ഭക്തിതൻ പാട്ടിന്റെ-
ഈണമാർന്ന വരികൾ മനസ്സിലും
കൊച്ചു കൊച്ചു കുന്നിൻ ചെരിവിൽ-
ജീവിതമാർന്ന പൊൻ കുടിലും.

കാലക്രമേണ പച്ചപ്പയർന്നു-
നിൽക്കുന്നു എന്റെ സ്വന്തം നാട്
കൊച്ചു വയിലിൻ ചെരുവിലും
കായലുകളിലും തോടുകളിലും
കനികൾ തൂങ്ങി കിടക്കും മരച്ചില്ലയിലും.

ഉണ്ടെൻ പ്രിയ കൂട്ടുകാർ
താമരപ്പ തലയുയർത്തി നിൽക്കും
മഹത്വം വിളിച്ചോതിടും നാടൻ പാട്ട്
പൊട്ടിപ്പറപ്പെട്ടത് എന്റെ നാട്ടിൽ

വയലാൽ കൊയ്തെടുത്ത
പുഞ്ചപ്പാടവും
അതിന്റെ വക്കിൽ അതിമനോഹരമായ്
ആർത്തുല്ലസിക്കും പൂങ്കാറ്റും
മാനസ സരസ്സിൽ മതിമറന്നു.

ചൈതാനിസ

ഭാവാരമകമാം നീലാകാശം



ആകാശമേ, ഭാവാരമകം നിൻ കൃതികൾ
 എന്തിന് നീലിമേ നീ എന്നെ നോക്കി
 പുൻചിരി തൂകി ?.....
 നന്മകൾ പൂക്കും നിൻ വെള്ളിവെളിച്ചത്തിൽ
 ഒരു സൂര്യനായിട്ടെന്തിന് എന്നെ ഉരിക്കി...
 വിശ്വമാം നിൻ സൗന്ദര്യം നോക്കി
 കിണങ്ങുന്നു തൈകൾ . വരുവാൻ
 കഴിഞ്ഞെങ്കിൽ ഒന്നറിയാൻ
 കഴിഞ്ഞെങ്കിലെന്നു നിന്നെയെന്നപോലെ

ആരുനിൻ മേനിയിൽ ഈ ശ്യാമം വിതറി...?..
 ആരു നിന്നെ കുപിതയാക്കി?.....
 എന്തിന് ശോഭമായി നീ എന്നെ ശപിച്ചു?.....
 എന്തിന് നീ എന്നെ നോക്കി
 കണ്ണുനീർ പൊഴിച്ചു?.....
 അറിയില്ലെന്നിരിക്കുന്നെന്ത് കൊണ്ട്
 നിൻ കണ്ണുനീരിലലിഞ്ഞു

ഫാത്തിമ

മദ്യം മയക്കുമരുന്നും വെല്ലുവിളികൾ

കേരളം ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാട്. പ്രകൃതി രമണീയതയും വിദ്യാഭ്യാസ പുരോഗതിയുമെല്ലാം കൈകോർക്കുന്ന സുലഭസുന്ദരമായ- നാട്. കേരളീയരിലാ-രെയും പുളകം കൊള്ളിക്കുന്ന, മാലോ-കർക്കുന്ന മുന്നിൽ കേരളത്തിന്റെ യശസ്സുയർത്തിക്കാട്ടുന്ന വികസ്വര രാഷ്ട്രത്തിലെ വികസിത സംസ്ഥാനമെന്ന് കേരളത്തിന് സ്ഥാനം നൽകുന്ന ഇത്തരം വിശേഷണങ്ങൾ എല്ലാം ഇന്ന് കുറവുപോയിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാട്ടിലെ വിദ്യാഭ്യാസസ്ഥലങ്ങളും സാക്ഷരരായും തോറും കൂടുതൽ രാക്ഷസരാകുന്ന തെറ്റിലേക്ക് നയിക്കപ്പെടുന്ന വേദനാജനകമായ കാഴ്ച കാണേണ്ട ഒരവസ്ഥയിലാണിന്ന് നാം. കേരളത്തിന്റെ മാത്രമല്ല, ലോകത്തിലെ ഒട്ടുമിക്ക പ്രദേശങ്ങളുടേയും ഭാവിനാശം ഉറപ്പുവരുത്തുന്ന വിധത്തിൽ ആധുനിക തലമുറ മദ്യത്തിലൂടെയും, മയക്കുമരുന്നിലൂടെയും മെല്ലെ മെല്ലെ തിന്മകൊണ്ടുള്ള സർവ്വനാശത്തിലേക്ക് നടന്ന് കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാടിന് "കുടിയന്മാരുടെ സ്വന്തം നാട്" എന്ന വിശേഷണം ഈയിടെയായി കേട്ടുവരുന്നത് ഇതിന്റെ ഏറ്റവും പ്രത്യക്ഷമായ ഒരു ദാഹരണമാണ്.

ഇന്ന് വെറും നാലാം തരത്തിലും മൂന്നാം തരത്തിലും പഠിക്കുന്ന കേവലം പിഞ്ചുകുഞ്ഞുങ്ങൾ പോലും 'ഹരിശ്രീ' കുറിക്കുന്ന ലാഘവത്തോടെ മയക്കുമരുന്നിന്റെയും ലഹരികളുടെയും മായാലോകത്തിലേക്ക് കാലെടുത്ത് വെക്കാൻ സൗകര്യമൊരുക്കുന്ന സംവിധാനങ്ങളാണ് ഇന്ന് നമുക്ക് ചുറ്റുമുള്ളത്. ഇതൊന്നും സർക്കാർ നിർത്തലാക്കുന്നതിനുള്ള നടപടികൾ സ്വീകരിച്ചിട്ടില്ല. ഹാൻസും, പാൻമസാലയും, പരസ്യമായി തൂക്കിയിട്ട് വിൽക്കുന്ന കടകൾക്ക് ഇന്ന് വിദ്യാലയങ്ങൾക്കു മുന്നിൽ നിന്നും അപ്രതീക്ഷിതമായത്ര ലാഭം കൊയ്യാനാകുന്നു. കൂട്ടുകാരായി ബറ്റുവച്ചും തന്റെ റകരുത്ത് തെളിയിക്കാനുള്ള ഒരു വെല്ലുവിളി എന്ന നിലയിലും പിഞ്ചുകുഞ്ഞുങ്ങൾ

അത്തരം ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങൾ വാങ്ങി നന്നെന്ന് ഒരുവലിയ ചൂഷണത്തിന് പാത്രങ്ങളായി മാറുന്നു .

നാളയുടെ വാഗ്ദാനങ്ങളായ , ഭാവിസമൂഹത്തിന്റെ നേതാക്കളാവേണ്ട ഇന്നിന്റെ മക്കൾ ഇത്തരത്തിൽ ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളുടെ രൂപീകരണം കഴിഞ്ഞാൽ അവരുടെ യുവത്വത്തിലെത്തുമ്പോൾ നാടിനും നാട്ടുകാർക്കും ശാപമായി മാറുകയും ചെയ്യുന്നു.

മയക്കുമരുന്നിനോടൊപ്പം മദ്യത്തിന്റെ രൂപിയും ഇന്നത്തെ തലമുറയെ അത്യന്തം ആകർഷിക്കുന്നതും തെറ്റിലേക്ക് നയിക്കുന്നതുമാണ് . ആദ്യമൊക്കെ ഒരു തമാശക്ക് ആദ്യിച്ച

പാനീയത്തിന്റെ രൂപിയറിഞ്ഞ് കഴിഞ്ഞാൽ പിന്നെ അതില്ലാതെ ഒരുനിമിഷം പോലും ജീവിതം മുന്നോട്ട് തള്ളിനീക്കാനാവില്ലെന്ന ഒരുവസ്ഥയിലേക്ക് നീങ്ങുകയായി

യുവതലമുറ . ആസ്വാദനത്തിന്റെ അടിച്ചപൊളിയുടെ ലോകത്ത് ജീവിക്കാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന യുവതലമുറ നിയമം മൂലം അനധികൃത വില്പന നിരോധിക്കപ്പെട്ടിട്ടും ഇത്തരത്തിൽ പൈശാചികതയുടെ ഒരർത്ഥത്തിൽ സാമ്രാജ്യത്വ അധിനിവേശത്തിന്റെ

തിക്ത ഫലമായി തങ്ങൾക്ക് ചുറ്റും വന്ന് നിറയുന്ന മദ്യത്തിലേക്ക് മയക്കുമരുന്നിലേക്കും

സ്വയം തിരി- ചുരിയാതെ തന്നെ, ആരുടെ യൊക്കെ- യോ ചതിക്കുകയുടെ ഫലമായി ചെന്നു വീണു പോവുകയാണ് . വീണുകഴിഞ്ഞാൽ, അതിലകപ്പെട്ടുകഴിഞ്ഞാൽ ഒരിക്കലും

രക്ഷപ്പെടാൻ കഴിയാത്തത്ര ബലി- ഷുമായ ചങ്ങലകൾ കൊണ്ട് മദ്യവും മയക്കുമരുന്നും അതിന്റെ ലോകത്തിൽ ആ യുവത്വങ്ങളെ തള്ളിപ്പറയുന്നു . യഥാർത്ഥത്തിൽ യുവ തലമുറയെ അലട്ടുന്ന ഒരു ഭയങ്കര വെല്ലുവിളി തന്നെയാണിത് .

ഇന്ന് ലോകത്തിൽ വർദ്ധിച്ചു വരുന്ന അക്രമ സംഭവങ്ങളിലെല്ലാം ;കളവ് , കൊല , സ്ത്രീ ജനങ്ങൾക്കു നേരെയുള്ള വ്യത്യസ്തങ്ങളായ രീതിയിലുള്ള പീഡനങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയെല്ലാം യുവതലമുറയുടെ വലിയ ഒരു പങ്കാളിത്തം നമുക്ക്

ദർശിക്കാനാവും . ഇതിന്റെയെല്ലാം അടിസ്ഥാനം മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നിന്റെയും വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ഉപയോഗം തന്നെയാണ് . ഇത്തരം വസ്തുക്കൾ യുവതലമുറയുടെ

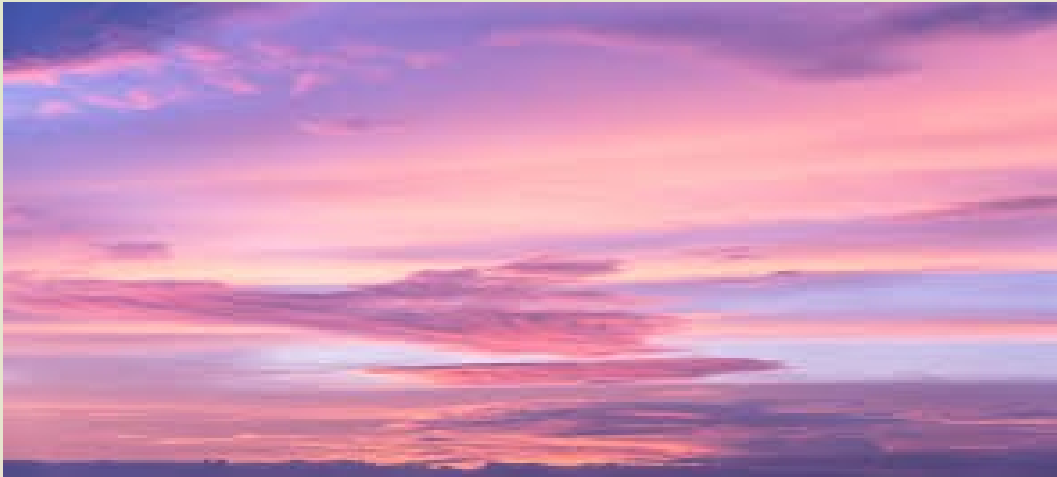
ആരോഗ്യത്തോടൊപ്പം അവരുടെ ധാർമിക മൂല്യങ്ങളെയും കൊല്ലുന്നു. തന്മൂലം സ്നേഹം ,

ദയ, അനുകമ്പ ദർശിക്കാനാവും . ഇതിന്റെയെല്ലാം അടിസ്ഥാനം മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നിന്റെയും വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ഉപയോഗം തന്നെയാണ് . ഇത്തരം വസ്തുക്കൾ യുവതലമുറയുടെ ആരോഗ്യത്തോടൊപ്പം അവരുടെ ധാർമിക മൂല്യങ്ങളെയും കൊല്ലുന്നു. തന്മൂലം സ്നേഹം , ദയ, അനുകമ്പ തുടങ്ങിയവ അവരിൽ നിന്നകന്ന പകരം ഈ ലോകത്തോട് തന്നെയാകമാനം പകയും , വിദ്വേഷവും അവരുടെ മനസ്സുകളിൽ നിറയുന്നു. ഇത് നാടിന്റെ പുരോഗതിക്ക് മാത്രമല്ല തടയിടുന്നത്. ഒപ്പം മുഴുവൻ പൈശാചികത നിറഞ്ഞ ക്രമ സമാധാനമെന്നൊന്നില്ലാതെ ഒരുലോകത്തിന്റെ സൃഷ്ടിപ്പിലേക്ക് തുടങ്ങിയവ അവരിൽ നിന്നകന്ന പകരം ഈ ലോകത്തോട് തന്നെയാകമാനം പകയും , വിദ്വേഷവും അവരുടെ മനസ്സുകളിൽ നിറയുന്നു. ഇത് നാടിന്റെ പുരോഗതിക്ക് മാത്രമല്ല തടയിടുന്നത്. ഒപ്പം മുഴുവൻ പൈശാചികത നിറഞ്ഞ ക്രമ സമാധാനമെന്നൊന്നില്ലാതെ ഒരുലോകത്തിന്റെ സൃഷ്ടിപ്പിലേക്ക് കൂടിയാണ് വഴി തെളിയിക്കുന്നത്.

ഇതെല്ലാം നാം തിരിച്ചറിയണം. അങ്ങനെ നമ്മുടെ യുവതലമുറയുടെ രക്ഷക്കായി ഈ മദ്യത്തിനും മയക്കുമരുന്നിനു മൊക്കെ- യെതിരായി ഇനി ഫലപ്രദമായ നിയമങ്ങൾ കൊണ്ടുവരുകയും അവ നടപ്പിലാക്കുകയും വേണം. 'ലോക മയക്കുമരുന്ന് വിരുദ്ധ ദിനം ' പോലുള്ളവയെ വെറും പേരുകളിൽ മാത്രം ഒതുക്കി നിർത്താതെ മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നിന്റെയും ഉപയോഗം പാടെ വർജ്ജിക്കുന്ന തരത്തിൽ ബോധവൽക്കരണങ്ങളും മറ്റും സംഘടിപ്പിച്ച് കൂടുതൽ അർത്ഥവ- ത്താക്കി മാറ്റണം. ഈ വെല്ലുവിളിയെ ശരിയായ രീതിയിൽ നേരിടാൻ യുവതലമുറയെ പ്രാപ്തമാക്കണം. അതേ യുവതലമുറയെ ഈ മുദ്രാഗീതം ഏറ്റെടുക്കാൻ പ്രാപ്തരാക്കണം .

സുമയ്യ

അനന്ത വിശാലിനി



പൊൻമാനിൻ ചേലുളൊരാകാശം
മയിലിന്റെ വർണ്ണത്തിലാകാശം
കടലിന്റെ വിസ്തൃതി പുൽക്കുമ്പോൾ
പ്രകൃതിതൻ അമ്മയാം ആകാശം

ഓരോദിനത്തിനാരംഭം
മേഘക്കിടക്കയിലുണരമ്പോൾ
മിന്നിതിളങ്ങുന്നൊരാസൂര്യൻ
സദ്യമയങ്ങുമ്പോൾമാഞ്ഞപ്പോക്കിൽ

സൂര്യന്റെ ഉഷ്ണത്താൽ പുകയുമ്പോൾ
ദുഃഖത്താൽ നീറുന്നൊരാകാശം
ഏഴ് വർണ്ണങ്ങൾ കാണിക്കുന്നാശ്വാസം
വർണ്ണത്താൽ കുട്ടികൾക്കാഹ്ലാദം

ധനോഷത്താൽ നിന്ന് ഹൃദയങ്ങൾ
നിറയുന്നുവോ?പൊട്ടിയൊഴുകുന്നുവോ?
സന്തോഷത്തിൽ നീ മഴവില്ലായി
സങ്കടത്തിൽ നീ മഴയുമായി

ആകാശപഞ്ഞിക്കെട്ടുകൾ
നിൻ വർണ്ണകലകളായി മിന്നുന്നു
പിന്നെ നിയന്തിന് കരയുന്നു
ഈ കേരളത്തിൽ സ്ഥിതിയോർത്തിട്ടോ.....

വരളുന്ന വർഗത്താൽ കേരളം
നിൻ മുന്നറിപ്പാണോ ഈ പ്രളയം
നിന്റെ നീലചായമാണെന്നിരിക്കിഷ്ടം
നിന്റെ നിറപകിട്ടാണെന്നിരിക്കിഷ്ടം

അൻഫാൽ ശാഹിദ്

പ്ലാസ്റ്റിക് വിമുക്ത കേരളം

നമ്മൾ ഇന്ന് ഏറ്റവും അധികമുപയോഗിക്കുന്ന ഒരു വസ്തുവാണ് പ്ലാസ്റ്റിക്. ഒരു ദിവസം ഒരു പ്ലാസ്റ്റിക് കവരുകിലും ചെല്ലാത്ത വീടുകളില്ല. എന്നാൽ, നേരത്തെ ഇതായിരുന്നില്ല സ്ഥിതി. പ്ലാസ്റ്റിക് കണ്ടുപിടിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് ആളുകൾ കഴിഞ്ഞതെങ്ങനെയാണ്? അന്ന് സാധനങ്ങൾ പൊതിയാൻ കടലാസ്, ഇല മുതലായവയാണ് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. അതെല്ലാം നമ്മുടെ പ്രകൃതിക്ക് യോജിച്ചതായിരുന്നു. അന്ന് രോഗങ്ങൾ കുറവായിരുന്നു.

എന്നാൽ, പ്ലാസ്റ്റിക് കണ്ടുപിടിച്ചതോടെ നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ മേഖലകളിലും അതിന്റെ ആധിപത്യം കൂടി വരുകയാണ് ഉണ്ടായത്. സാധനങ്ങൾ എളുപ്പത്തിൽ വിറ്റഴിക്കാൻ വേണ്ടി കടക്കാർ പ്ലാസ്റ്റിക് ഉപയോഗിച്ച് തുടങ്ങി. സാധനങ്ങൾ വീട്ടിലെത്തിച്ച് കഴിഞ്ഞാൽ കവർ നമ്മുടെ പരിസരത്ത് വലിച്ചെറിയുകയാണ് പതിവ്. അതേ നമ്മുടെ പരിസരത്ത് പ്ലാസ്റ്റിക്കിന്റെ കൂമ്പാരമാണ് കാണുന്നത്. മണ്ണിൽ ലയിക്കാത്ത പ്ലാസ്റ്റിക് ഭൂമിക്ക് ദോഷം വരുത്തുന്നു. ഇങ്ങനെ പ്ലാസ്റ്റിക് എന്ന വിലുന്റ ഭൂമിക്ക് ഭീഷണിയായി മാറിയിരിക്കുകയാണ്.



നഗരങ്ങളിലും ഗ്രാമങ്ങളിലുമെല്ലാം ഇന്ന് പൊതുജന സഹകരത്തോടെ പ്ലാസ്റ്റിക് നിർമ്മാജനയജ്ഞം ആരംഭിച്ചിരിക്കുകയാണ്. എന്തുകൊണ്ട് നമ്മുടെ വിദ്യാലയം പ്ലാസ്റ്റിക് വിമുക്തമാക്കി കൂടാ? മൂപ്പത് മൈക്രോണിൽ താഴെയുള്ള പ്ലാസ്റ്റിക്കിന്റെ വിൽപ്പനയും ഉപയോഗവും സർക്കാർ നിരോധിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുമാത്രമല്ല, നാമൊത്തൊരുമിച്ച് പ്രവർത്തിച്ചാലെ നമുക്ക് ലക്ഷ്യത്തിലെത്താനാകും. നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തിന് ഭീഷണിയായിരിക്കുന്ന വിലുനെ ഒഴിവാക്കുന്നതോടെ പ്ലാസ്റ്റിക് വിമുക്ത വിദ്യാലയം എന്നത് യാഥാർത്ഥ്യമാക്കാം. ഓരോ കുട്ടിയും ദിവസവും ഉരുവിടേണ്ടത് പ്ലാസ്റ്റിക് വിമുക്ത വിദ്യാലയം എന്നാകട്ടെ. അങ്ങനെ എളിയ പ്രവർത്തിയിലൂടെ രാജ്യത്തെ വലിയ യജ്ഞത്തിൽ നമുക്കും പങ്കുചേരാം.

ഹാജറ

ഈ സായാഹ്നത്തിൽ

സൂര്യൻ അസ്തമിക്കുമ്പോൾ സായാഹ്നത്തിൽ,
പൂവേ നീയും വാടുകയാണോ,
എന്നെ തനിച്ചാക്കി പോവുകയാണോ,
പൂവേ നീ ഈ സായാഹ്നത്തിൽ,



സൂര്യൻ അസ്തമിക്കുമ്പോൾ സായാഹ്നം,
കിളിയേ നീയും പോവുകയാണോ,
എന്നെ നീയും തനിച്ചാക്കുകയോ,
കിളിയേ നീയും തനിച്ചാക്കുകയോ,

ഈ സായാഹ്നത്തിൽ എന്നെ തനിച്ചാക്കി,
നിങ്ങളെങ്ങു പോകുന്നു.....അമ്മേ-
നീയും എന്നെ പിരിയുന്നു,
ഈ മനോഹര സായാഹ്നത്തിൽ,

ഈ സായാഹ്നസന്ധ്യയുടെ വെളിച്ചത്തിൽ
ഏകയായി ഞാൻ നിൽക്കുന്നു,
ദൈവമേ, നീ എൻ അരികിലുണ്ടാകണേ,
നിന്നിലേക്ക് ഞാനിതാ വരുന്നു,
ഈ സായാഹ്നത്തിൽ

നസ്രിൻ

ആഹാരരീതികൾ



ഭൂമിയിലെ ജീവജാലങ്ങളുടെ നിലനിൽപ്പിന് അന്നപൂർണ്ണശ്വരി കനിഞ്ഞു നൽകിയ വരദാനമാണ് ഭക്ഷണം.ജീവന്റെ നിലനിൽപ്പിനായി അരുളിയ വരം ഇന്ന് മനുഷ്യരുടെ ജീവനുദീഷണിയായി മാറിയിരിക്കുകയാണ്.

“ എങ്ങനെയാണ് ആഹാരം നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നത്?”

ആവശ്യത്തിനു കഴിക്കുമ്പോൾ ആവശ്യമുള്ളതും,ആവശ്യമില്ലതെ കഴിക്കുമ്പോൾ അനാവശ്യവുമായ ഒന്നാണ് ആഹാരം. ഇന്നത്തെ തലമുറക്ക് വീട്ടിലുണ്ടാക്കുന്നതിലേക്കാൾ പുറത്തുപോയി ഭക്ഷണശാലകളിൽ നിന്നും വാങ്ങിക്കഴിക്കുന്നതാണ് പ്രിയം, എന്നാൽ,ഇതുകൊണ്ടുണ്ടാവുന്ന ദുഷ്യഫലങ്ങളെപ്പറ്റി അവർ ചിന്തിക്കുന്നില്ല. ഭക്ഷണശാലകളിൽ നിന്നും വാങ്ങിക്കുന്ന ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങളിൽ എന്തൊക്കെ മായം കലർത്തിയാണ് അവർ നൽകുന്നതെന്ന ബോധം ആർക്കും തന്നെയില്ല. അവയിൽ ചെർത്തിരിക്കുന്ന അജ്നോമോട്ടോ പോലുള്ള രാസവസ്തുക്കളും, മനുഷ്യനിർമ്മിത നിറംനൽകുന്ന പദാർത്ഥങ്ങളും ക്യാൻസർ പോലുള്ള മാർകരോഗങ്ങൾക്ക് നമ്മെ ഇരയാക്കുന്നു.

ഈ സാധനങ്ങളൊക്കെ വാങ്ങിക്കുന്ന നാം ഓരോരുത്തരും അറിയുന്നില്ല,അവ എങ്ങനെ ഉണ്ടാക്കിയതാണെന്നും. ഭക്ഷണശാലയുടെ വലിപ്പവും,രൂചിയുടെ മേന്മയുമാണ് നാം നോക്കുന്നത്. അവകൾ ആണ് നാം ഓരോരുത്തരെയും അവയിലേക്ക് ആകർഷിക്കുന്നത്.രൂചിക്കുപിന്നിൽ ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്ന ശത്രുവിനെ നാം കാണുന്നില്ല. കാണുന്നുണ്ടെങ്കിൽ കണ്ടില്ല എന്ന് നടിക്കും.ഓരോ ഭക്ഷണശാലകളിലെയും അടുക്കളകളിൽ ചെന്നു നോക്കിയാലറിയാം നമ്മുടെ ആയുസ് എത്ര ബാക്കിയുണ്ടെന്ന്.“

ഹുഡ് ആൻ്റ് സേഫ്ഫി' അധികൃതർ വന്നു പൂട്ടിച്ച ഭക്ഷണശാലകളിൽ ഭൂരിഭാഗവും അടുത്തദിവസം തന്നെ പ്രവർത്തനം ആരഭിക്കുന്നത് കാണാം.നാം തന്നെ അവിടെ ചെന്ന് ഭക്ഷണം കഴിക്കുകയും ചെയ്യും.കയറുന്ന എല്ലാ ഭക്ഷണശാലയിലും കാണാം " ഹുഡ് ആൻ്റ് സേഫ്ഫി' യുടെ അംഗീകാരം ലഭിച്ച ഒരു ഫോട്ടയും പത്രികയും എന്നാൽ അതിലും നാം ചതിക്കപ്പെട്ടേക്കാം.പണ്ട് ദൂരദേശങ്ങളിൽ നിന്നു വരുന്ന ദേശാടകർക്കും,വിദേശർക്കും

ആശ്വസത്തിനായി തുടങ്ങിയതാണ് ചെറുകിടചായക്കടകളും, തട്ടുകടകളും. എന്നാൽ, ഇന്ന് അടുപ്പിച്ചടുപ്പിച്ച് റോഡുകളിൽ നിരന്നിരിക്കുകയാണ് ഭക്ഷണശാലകളുടെ പരസ്യം. അത് ഇന്ന് വലിയൊരു സംരംഭമായി മാറിയിരിക്കുകയാണ്. പണ്ട് ദുരഭോഗങ്ങളുടെ വിശപ്പിനുപരിഹാരമായിവന്ന ഭക്ഷണശാലകൾ ഇന്ന് മറ്റുള്ളവരുടെ വിശപ്പും ദാഹവും വിറ്റ് പണമുണ്ടാക്കുകയാണ്.

ഭക്ഷണശാലകൾ മാത്രമല്ല, ഇന്നത്തെ തലമുറയുടെ ശാപം വീട്ടിൽ പാചകാവശ്യത്തിനായി മേടിക്കുന്ന പച്ചക്കറികളും ഇന്നുണ്ടാകുന്ന പല ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾക്കും കാരണമാണ്. എഡോസൽഫാൻ പോലെയുള്ള രാസവസ്തുക്കൾ നിരോധിച്ചെങ്കിലും ഇന്നും അതുപയോഗിച്ചു വളർത്തിയ പച്ചക്കറികളാണ് നമ്മുക്ക് ലഭിക്കാറുള്ളത്. അന്യസംസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്ന് കയറ്റുമതി ചെയ്തവരുന്ന പച്ചക്കറികളിൽ എന്തൊക്കെ ഒളിച്ചിരിക്കുന്നുവെന്ന് നാം അറിയുന്നില്ല.

“ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാടായിരുന്ന കേരളം” പണ്ട് കൃഷിയിലും, പച്ചപ്പിലും, സമ്പൽ സമൃദ്ധിയിലും അഹങ്കരിച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ ഇന്ന് കൃഷിനാശത്തിലും വറ്റിവരണ്ട പാടങ്ങൾക്കുമൊപ്പം, ഭക്ഷണരീതി കൊണ്ടാവുന്ന അസുഖങ്ങളിലും അഭിമാനിക്കാവുന്ന അവസ്ഥയിലാണ്. ഇന്ന് ഉപ്പുമുതൽ കർപ്പൂരം വരെ അന്യസംസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്നും വരുത്തേണ്ട ഗതികേടാണ്. നമ്മുടെ വീട്ടിലുള്ള അപ്പപ്പനും അമ്മമ്മയുമെല്ലാം ഉന്മേഷത്തോടെ ഓടിച്ചാടിനടക്കുമ്പോൾ നാം മാത്രം രോഗക്കിടക്കയിലാണ്. അവർ പണ്ട് പറമ്പിൽ അധ്വാനിച്ചു ഉണ്ടാക്കിയ ആഹാരം കഴിച്ചാണ് വളർന്നത്. എന്നാൽ, ഇന്ന് നാം ബഗളികളുടെയും തമിഴരുടെയും കനിവിനായി അടുപ്പുകയ്ലാൻ കാത്തിരിക്കുന്നു. ചുരുക്കിപറഞ്ഞാൽ അധ്വാനിക്കാനുള്ള മടിയാണ് ഇന്ന് പലരുടെയും രോഗകാരണം. ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാട്ടിൽ നിന്ന് അദ്ദേഹം പണ്ട് മുതലേ പിൻവാങ്ങിക്കഴിഞ്ഞു. ഇന്ന് ഇത് പിശാചിന്റെ സ്വന്തം നാടാണ്. ഓണത്തിനു പോലും ഭക്ഷണം കടയിൽ നിന്നും വരുത്തിയതാണ് കഴിക്കുന്നത്. പണ്ട് അന്യസംസ്ഥാനങ്ങളും പട്ടണങ്ങളും നമ്മെ ആശ്രയിച്ചിരുന്നു. ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണത്തിന് എന്നാൽ നാം അവരെ ആശ്രയിക്കുന്നു.

ഗാന്ധിജി പറയാറുള്ളത് “രാജ്യത്തിന്റെ ആത്മാവ് ഗ്രാമങ്ങളിലാണ് വസിക്കുന്നത്”. എന്നാൽ ഇന്ന് ഗ്രാമങ്ങൾ വികസനം തേടി സ്വന്തം ആത്മാവും, ആരോഗ്യവും നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നു. പട്ടണത്തിൽ താമസിക്കുന്നവർ ഫാസ്റ്റ് ഫുഡ് ഉപേക്ഷിച്ച് നാടൻ ഭക്ഷണരീതി ശീലമാക്കിയപ്പോൾ, ഗ്രാമത്തിലുള്ളവർ ഭക്ഷണശാലകൾക്കടിമയായി. വിദേശികൾ പോലും നിരോധിച്ച ഭക്ഷണരീതി നാം

ശീലമാക്കി.വീട്ടിലുണ്ടാക്കുന്ന പച്ചക്കറികൾ ഭക്ഷണശാലയിലെ രാസവസ്തുക്കൾക്ക് സമമാണ്.അതുപോലെ തന്നെ ഇന്ന് കടയിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന ന്യൂഡിൽസ് പോലുള്ളവയും ആരോഗ്യത്തിനു ഭീഷണിയായി മാറിയിരിക്കുകയാണ്.അവ പലപ്രാവശ്യം നിരോധിച്ചതാണെങ്കിലും,മാർക്കറ്റുകളിൽ ഇപ്പോഴും സുലഭമായി ലഭിക്കുന്നു.

ഇന്നത്തെ നമ്മുടെ രാജ്യത്തിന്റെ കണക്കെടുത്താൽ നൂറിൽ തൊണ്ണൂറ്റൊമ്പതു ശതമാനവും രോഗബാധിതരായിരിക്കും.ഇന്നത്തെ നമ്മുടെ മിക്ക രോഗങ്ങളും നമ്മുടെ ജീവിതശൈലിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതായിരിക്കും. ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങളിൽ പ്രധാനിയാണ് ക്യാൻസർ.ഒരു വീട്ടിൽ ഒരാൾക്കെങ്കിലും ക്യാൻസർ ഇല്ലെന്ന് പറയുന്നത് അതുഭൂതമാണ്.അതുപോലെതന്നെ, ഹൃദയത്തിനുണ്ടാകുന്ന ബ്ലോക്ക്, അൾസർ, ഗ്യാസ് ട്രബിൾ, അമിതമായ വണ്ണം, ഇവയെല്ലാം ഭക്ഷണരീതികളുടെ തകരാറുമൂലം ഉണ്ടാകുന്നവയാണ്. ഇവയ്ക്കുപുറമേ കൊളസ്ട്രോൾ പോലുള്ള വേറെ. കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിലെ കൊഴുപ്പിന്റെ കൂടിയാണ് കൊളസ്ട്രോളും ബ്ലോക്കുകളും ഉണ്ടാകുന്നത്. എന്നാൽ അവയിലെ വിഷമാണ് ക്യാൻസർ, അൾസർ, ഗ്യാസ് ട്രബിൾ തുടങ്ങിയവക്ക് കാരണമായി ഉടലെടുക്കുന്നത്.

ഭക്ഷണശാലകൾക്കും വിഷപ്പച്ചക്കറികൾക്കും പുറമെ കല്യാണ ചടങ്ങുകൾക്കും മോഡി കൂട്ടാൻ ഒരുക്കുന്ന വിഭവസമൃദ്ധമായ ഭക്ഷണവിരുന്നും ഇന്ന് രോഗങ്ങളെ ക്ഷണിച്ചു വരുത്തുന്നു. ആവശ്യമില്ലെങ്കിലും ആവശ്യത്തിലേറെ കഴിക്കുകയെന്നത് ശീലമായി കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അധികമായാൽ അമൃതം വിഷം എന്നാണ് ചൊല്ലൂ. അതു സത്യം തന്നെയാണ്. ജീവിക്കാൻ വേണ്ടി കഴിക്കണം, കഴിക്കാൻ വേണ്ടി ജീവിക്കരുത്. അല്ലെങ്കിൽ, പിന്നെ രോഗക്കിടക്കയിൽ ദുഃഖം മാത്രമായിരിക്കും തുണ. ഇന്നത്തെ ആരോഗ്യം കണ്ടും രുചി ആസ്വദിച്ചും ആവോളം ഭക്ഷണം കഴിക്കുമ്പോൾ, നാളെയിലെ ജീവിതം നാം മുന്നിൽ കാണണം.ആഹാരം മാത്രമല്ല രോഗങ്ങൾക്ക് കാരണം, ആയുസുകറവാണു്. ഭക്ഷണവുമായി ടി.വിയുടെയോ കമ്പ്യൂട്ടറിന്റെയോ മുമ്പിൽ ഇരിക്കാത്ത ദിവസമില്ല ഇന്നത്തെ തലമുറക്ക്.

എങ്കിലും ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണരീതി ഇന്നും നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്. പട്ടണങ്ങളിൽ താമസിക്കുന്നവരാണ് കൂടുതലും ജൈവകൃഷിരീതിയും അതിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന പച്ചക്കറികളുടെയും വില മനസ്സിലാക്കുന്നത്. പ്ലാറ്റിലെ ടെറസുകളിൽ അവർ അവർ ക്ഷവേണ്ടത് കൃഷി ചെയ്യുന്നു. രാത്രികളിൽ അവർ നമ്മുടെ നാടൻ രീതിയിലുള്ള കഞ്ഞിയും പയറും പോലുള്ളവ ശീലമാക്കുന്നു. ആ തിരിച്ചറിവാണ് ഗ്രാമവാസികൾക്കില്ലാതെ പോയത്. ആഴ്ചയിൽ അഞ്ചുദിവസവും ആശുപത്രി കയറിയിറങ്ങി മരന്ന് വാങ്ങാൻ ചിലവാക്കുന്ന

പണമുണ്ടെങ്കിൽ നമുക്കുമുണ്ടാക്കാം ഒരു അടുക്കളത്തോട്ടം. സ്വന്തം ആവശ്യങ്ങൾക്കുള്ളത് ധാരാളമായി അതിൽ നിന്ന് ലഭിക്കും.

അസുഖങ്ങളുടെ പേരിൽ കുട്ടിയെയും കൊണ്ട് ശിശുരോഗ വിദഗ്ധന്റെ സമീപമെത്തുന്ന അച്ഛനമ്മമാർ തിരിച്ചറിയണം, ഭക്ഷണശാലകളിലെ ഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങളുടെ ദൃഷ്ടാന്തം. എല്ലാ ഭക്ഷണശാലകളും ഒരു പോലെയാണെന്ന് ഞാൻ കരുതുന്നില്ല. എങ്കിലും നാം എടുക്കേണ്ട മുൻകരുതലുകൾ എടുക്കുക തന്നെ വേണം. ഇങ്ങനെയൊക്കെ ചിന്തിച്ചാലും വല്ലപ്പോഴുമൊക്കെ നാം ഭക്ഷണശാലകൾ സന്ദർശിക്കും, എന്നിരുന്നാലും അതിൽ കുറവുണ്ടാവുകയും ചെയ്യാം. കടയിലായാലും വീട്ടിലായാലും ഈസൂജൻ കുത്തിവെച്ച കോഴി തന്നെ നമ്മുടെ ഭക്ഷണം. അതിലും നല്ലതാണ് അടുക്കളത്തോട്ടത്തിലുണ്ടാകുന്ന പച്ചക്കറികൾ. കാഴ്ച നൽകിയിരുന്ന ക്യാരറ്റും, രക്തം നൽകിയിരുന്ന ബീറ്റ്റൂട്ടുമെല്ലാം ഇന്ന് അവയവങ്ങളുടെ ശത്രുവാണ്.

അതുകൊണ്ട് നമ്മുക്ക് മാറ്റി വെക്കാം ഈ ശീലങ്ങൾ , കേരളത്തിന്റെ നെല്ലറകൾ എന്ന് വിശേഷിപ്പിച്ച കട്ടനാടിനെയും പാലക്കാടിനെയും നമ്മുക്ക് തിരിച്ച് കൊണ്ട് വരാം.

ആരോഗ്യമുള്ള ജനതയാവട്ടെ ഭാരതത്തിന്റെ ഭാവി സമ്പാദ്യം, അതാവട്ടെ നമ്മുടെ സേവനവും.

നജാ ഫാത്തിമ

നാട്



നോക്കടാ നമ്മുടെ നാടിന്റെ ഈ ഗതി
പച്ചപ്പുമാറി കരിഞ്ഞുണങ്ങുന്നത്

കണ്ടില്ലേ വേറിട്ട പൈതൃകം
കണ്ടില്ലേ കെട്ടിയുയരുന്ന കെട്ടിടം

പാടം മറയുന്നു കാട് മറയുന്നു
തോട് മറയുന്നു എല്ലാം മറയുന്നു

പാടങ്ങൾ ശൂന്യം നാടിന് ശൂന്യം
വെള്ളമാഹാരവുമെല്ലാമുല്യം

നോക്കടാ നമ്മുടെ നാട്ടിലെ മാലിന്യം
കെട്ടുകളായിട്ട് വഴിയിൽ കിടക്കുന്നു

കെട്ടുകളങ്ങനെ ചീഞ്ഞളിയുന്നത്
വേറിട്ടകാക്കകൾ കൊത്തി വലിക്കുന്നു

കാക്കകൾ മാത്രമല്ലായിരമായിരം
നായിക്കൾ കൂടുന്നു ഇന്നീ സമൂഹത്ത്

രോഗം പടരുന്നു ജീവൻ കുറയുന്നു
എങ്കിലും മാരാത്ത ശീലമെന്നാലിത്

നാട്ടിലും റോട്ടിലും കാട്ടിലും വീട്ടിലും

കൂടി കിടക്കുന്നു കെട്ടുകളായിട്ട്

ഈ രണ്ടു കാര്യങ്ങൾ കേരള നാടിന്റെ
വേറിട്ട രണ്ടു പ്രശ്നങ്ങൾ മാത്രം

കൂട്ടുന്ന ജനസംഖ്യ കൂട്ടുന്ന രോഗങ്ങൾ
എങ്കിലും മാരാത്ത ശീലമെന്നാലിത്

കെട്ടുകളായിട്ട് വഴിയിൽ നിക്ഷേപിച്ച്
കൂസലില്ലാതെ നടക്കുന്ന മാനുഷ്യർ

നോക്കട്ടാ നമ്മുടെ നാടിന്റെ ഈ ഗതി
രോഗം പടരുന്നു കുന്നുകളായിട്ട്

വിദ്യ

ആനന്ദമോഹിനി

അനന്തമാം നിൻ മേനി
അതിർത്തിയില്ലാ ശില
താരാഗണങ്ങൾ ഭവനമോ നി,അതോ
ചന്ദ്രരാജാവിന്റെ കൊട്ടാരമോ?!



ഭൂമിതൻ സന്തതസഹചാരിയായ നീ,നിൻ
കണ്ണീരിനാൽ അവനെ പുണരുന്നവോ
നിൻ കണ്ണൊന്നു ചിമ്മിയാൽ വീഴും....
മാണിക്യരത്നങ്ങൾ
മാനുജർക്കത് സമൃദിതൻ തുള്ളികൾ

നീലിമയാർന്ന നിൻ തിരുമേനിയിൽ
അതാ പൊട്ടുപോൽ തത്തിക്കളിക്കുന്നു
ആരത്?!. അതെ അതവൻ തന്നെ
വീടിന്റെ അതിർത്തിയെവിടെയെന്നാറാണത്
ഉഗ്രനാം ഗരുഡരാജൻ

കടലിൽ നിന്നുയർന്ന ഭാഷ്മമോനീ,അതോ
എങ്ങുനീനോ പറന്ന് വന്ന പഞ്ഞി കെട്ടുകളോ
ആനന്ദമോഹിനി നിൻ പാവാടത്തുവ്
എവിടെയെന്ന് ഞാൻ ആരാഞ്ഞോട്ടെ

നീലത്തിൽ മുങ്ങിയ നീലക്കുറുക്കന്റെ
നീലം പടർന്നതോ നിൻ മേനിയിൽ,അതോ
ആരോ എറിഞ്ഞരു ഇരുന്നീലക്കല്ലിനാൽ
പടർന്നതോ നിൻ നീലിമ.

നിൻ പിറവി എവിടെനിന്ന്?
നിൻ മാതാവ് ആര്?
ഉത്തരമില്ലാ ചോദ്യങ്ങൾ തൻ
ഉത്തരമോ നീ.

നിന്റെ പ്രിയ കൂട്ടുകാരനാം
ഭൂമിയിൽ അതാ വയലുകൾ
അവർ നിന്നെ മാടിവിളിക്കുന്നു
സുഹൃത്തേ ഒന്നു കരയൂ നീ...
അതാ ഭൂമി നിന്നോടാവശ്യപ്പെടുന്നു
ഒന്നു കരയൂ നീ.....

നിന്റെ ബലിഷ്ഠമാം കരങ്ങളെവിടെ
നിന്റെ സുന്ദരമാം പൂമുഖം
ഞാൻ കണ്ടില്ലല്ലോ.....
എന്നാൽ നിൻ നീലിമയാർന്ന്
മേനി കണ്ടെൻ നയനങ്ങൾ പുഞ്ചിരിക്കുന്നല്ലോ.

ഇർഫാൻ

കടങ്കഥ

കൈയ്യിൽ വടി വായിൽ മധുരം
കരിവ്

കാൽ കുറുപ്പൻ മുക്കാൻ ചോപ്പൻ
കുന്നിക്കുരു

വീട്ടിൽ കയറാത്ത കൂട്ടുകാരൻ
നിഴൽ

പൊക്കിളിൽ തൊട്ടാൽ കണ്ണിൽ പുത്തിരി
ടോർച്ച്

ആരു ചെന്നാലും അടയുന്ന വാതിൽ
വായ

അമ്മ പരന്ന് പരന്ന്, മകൾ ഉരുണ്ടുരുണ്ട്
അമ്മിയും അമ്മിക്കല്ലും

മോതിരതലയൻ , കോടാലിത്തലയൻ
താക്കോൽ

തിന്നാൽ ദഹിക്കില്ല , വെച്ചാൽ വേലില്ല
തലമുടി

അകത്തു രോമം പുറത്ത് ഇറച്ചി
മുക്ക്

നന്ദികാട്ടാനാടും പുല്ലരിയാത്തരിവാൾ
പട്ടിയുടെ വാൽ

വെള്ളത്തിലോടുന്ന മീൻ കരയ്ക്കിട്ടാലും ചാവില്ല
വഞ്ചി

അടപ്പുള്ള വെള്ളിക്കിണ്ണത്തിന്റെ അകത്തുണ്ടായൊരു കരിമുത്ത്
കണ്ണ്

വെള്ളമൊഴിക്കാം ചോറു നിറയ്ക്കാം കറികൾ പലതും കൊള്ളിക്കാം
വയറ്

കാലുപിടിച്ചാൽ വായ തുറക്കും വായ തുറന്നാൽ കച്ചറ കച്ചറ

കത്രീക

ഇങ്ങേലെ ചെമ്പ് അങ്ങോട്ടു കൊണ്ടു പോകാനും വയ്യ,

അങ്ങേലെ ചെമ്പ് ഇങ്ങോട്ടു കൊണ്ടു വരാനും വയ്യ

കിണർ

എങ്ങും നീങ്ങി നടക്കും അർക്കം പിടി കൊടുക്കില്ല

വായു

കാണാത്തവൻ കാണുമ്പോൾ കണ്ടവർക്കാഹ്ലാദം

കാറ്റ്

ഇമ്പിക്കെയ്യില്ലാത്ത ആന

കഴിയാന

അങ്ങു ദൂരത്തുണ്ടൊരു പാൽക്കിണ്ണം

ചന്ദ്രൻ

കലുകലെ കൊമ്പത്തായിരം രസക്കടുക്ക

നെല്ലിക്ക

മെലിഞ്ഞൊരാളിന് തലയിലും കാലിലും തൊപ്പി

ഉലക്ക

നന്നേ ചെറിയൊരു സന്യസി താടി നരച്ചൊരു സന്യസി

കാലും കൈകളുമില്ലാത്ത ഉലകും ചുറ്റും സന്യസി

അപ്പപ്പൻ താടി

തിന്നില്ല, കുടിക്കില്ല, തല്ലുകൊള്ളാതിവൻ മിണ്ടില്ല

ചെണ്ട

നാലുകാലുണ്ട്, നടുവുണ്ട്, മുതുകുണ്ട് നായക്ക് തിന്നാൻ ഇറച്ചിയില്ല

കസേര

ഞെട്ടില്ലാത്തൊരു വെള്ളച്ചുക്ക

മുട്ട

പൊന്നുതിന്ന് വെള്ളിതുപ്പി

ചക്കച്ചുള

ആരും അടിക്കാത്ത നലിയ മുറ്റം

ആകാശം

ഓടിനടക്കും തീപ്പന്തം

മിന്നാമിനുങ്ങ്

ശ്ര...ശീ...ണ്ടൊച്ച എടുത്തു നോക്കിയാൽ നൂറോട്ട

ദോശ

കണ്ടാൽ വെളുമ്പി തൊട്ടാൽ പൊള്ളം

ചുണ്ണാമ്പ്

ജോലിയുണ്ട് കൂലിയില്ല ,തൊപ്പിയുണ്ട് പോലീസല്ല

മരംകൊത്തി

കണ്ടാൽ കൊമ്പുണ്ട് തൊട്ടാൽ കൊമ്പില്ല

ഒച്ച്

ഉടുതണിയില്ലാത്തവൻ കുടച്ചുടി നടക്കും

പന

വാലുകൊണ്ട് കുടപിടിച്ചു

മയിൽ

ഒരാളെയേറ്റാൻ നാലാളു്

കട്ടിൽ

കത്തുന കാളയ്ക്ക് പിന്നിൽ കണ്ണ്

സൂചി

മണിയടിച്ചിൽ മലമ്പാനോടും

തീവണ്ടി

വടിയെടുത്താൽ പോത്തോടും

വള്ളം

അഭിരാമി

PERSONALITY MATTERS FAR MORE THAN BEAUTY

“It wealth is lost nothing is lost, if health is lost something is lost but if character is lost everything is lost”

Personality classifies a person into good and bad. We don't classify a person by looking into the beauty.

Beauty is a coat of a person, not the coat of behaviour.

A person with personality, is one of fully conscious of his duties and aware of his responsibilities. He paves the way for the younger generations to tried on. students are the leaders of tomorrow. A nation can only prosper and reach the zenith of glory, when it has a disciplined army of students. The person who is an owner of a good personality, thinks positive and motivate everyone. He is a man of good personality. His positive words all his beauty. A person with good personality will win his life.

Beauty is external appearance and it will not reflect in behaviours of a person. No one can classify persons by only looking in its beauty. Personality reflects only innocence character. personality is far more than beauty.

A person who is the owner of good personality can create more good thinks in the world. A person will became an owner of good personality if he has the abilities like helping others, considering every one if it is neighbours as his own brothers, by protecting our mother like nature. society divides all persons according to the personality. If one person is an owner of good personality our society will give good opportunities and care. it one is bad, society wouldn't give any opportunities and care.

Aaliya

ഇലഞ്ഞം

പത്തു പത്തിരി ചുട്ടിട്ട്

ചട്ടിയിലിട്ടു കുട്ടപ്പൻ

അച്ചനെടുത്തു രണ്ടെണ്ണം

പിന്നെ ചട്ടിയിലെട്ടെണ്ണം

അമ്മയെടുത്തു രണ്ടെണ്ണം

പിന്നെ ചട്ടിയിലാരെണ്ണം

ചേട്ടനെടുത്തു രണ്ടെണ്ണം

പിന്നെ ചട്ടിയിൽ നാലെണ്ണം

ചേച്ചിയെടുത്തു രണ്ടെണ്ണം

പിന്നെ ചട്ടിയിൽ നാലെണ്ണം

കുട്ടൻകഴിച്ചു രണ്ടെണ്ണം

പിന്നെ ചട്ടിയിലെണ്ണം

അക്ഷരാർത്ഥം

ആദ്യത്തെയാക്കം ഒന്നാണ്
 ഒന്നേ ദൈവം എല്ലാർക്കും
 ഒന്നും ഒന്നും രണ്ടാണ്
 കാളയ്ക്ക് കൊമ്പുകൾ രണ്ടല്ലോ
 രണ്ടും ഒന്നും മൂന്നാണ്
 തേങ്ങയ്ക്ക് കണ്ണുകൾ മൂന്നാണ്
 മൂന്നും മൂന്നും നാലാണ്
 മേശയ്ക്ക് കാലുകൾ നാലാണ്
 നാലും ഒന്നും അഞ്ചാണ്
 ഒരു കൈവിരലുകൾ അഞ്ചാണ്
 അഞ്ചും ഒന്നും ആറാണ്
 വണ്ടിന് കലുകളാറാണ്
 ആറും ഒന്നും ഏഴാണ്
 ഏഴാഴ്ചയിൽ ദിവസങ്ങൾ
 ഏഴും ഒന്നും എട്ടാണ്
 ചിലന്തിക്ക് കാലുകൾ എട്ടാണ്
 എട്ടും ഒന്നും ഒമ്പതാണ്
 നവരത്നങ്ങൾ ഒമ്പതാണ്
 ഒമ്പതും ഒന്നും പത്താണ്
 കൈവിരലാകെ പത്താണ്

വരാഹമിഹിരൻ

ഭാരതീയ ഗണിതശാസ്ത്രജ്ഞൻ ജനനം എ.ഡി . 6-10 ശതകമാറ്റം അവന്തിരൂത്തിലാണ് ജ്യോതിശാസ്ത്ര ഗവേഷണം നടത്തിയത്. ഏറ്റവും പ്രശസ്ത കൃതി പഞ്ചസിദ്ധാന്തിക,ബ്രാഹ്മം, സൂര്യം, വസിഷ്ഠം രോമതം, പുലിശം എന്നീ 5 ജ്യോതിശ്ശാസ്ത്ര സിദ്ധാന്തങ്ങൾ ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങളും സംക്ഷേപിച്ചിരിക്കുന്നു. പല വിഷയങ്ങളിലും അന്നുണ്ടായിരുന്നു വിജ്ഞാനത്തെ സംഗ്രഹിക്കുന്ന വിജ്ഞാനകേശമാണ് ബൃഹത്സംഹിത എന്ന മറ്റൊരു കൃതി രോമകം പുലിശം എന്നീ വാക്കുകൾ റോമിനോടും paulusalexanelriuns എന്ന് ശ്രീക്ക് ജ്യോതിഷിയും ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു എന്ന് ശ്രീക്ക് എന്നുമാനിക്കപ്പെടുന്നു. പഞ്ചമഹാസിദ്ധാന്തികയിൽ ശ്രീകോണമിതി ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിച്ചിട്ടുള്ളതായി കാണാം

പാവ

കടയിലിരിക്കും പാവക്കുട്ടി
കീ കീ കേൾക്കും പാവക്കുട്ടി
പിച്ചനടക്കും പാവക്കുട്ടി
സുന്ദരമായൊരു പാവക്കുട്ടി

ചന്ദ്രമുഖമാരുടെപ്പിട്ട്
നെറ്റിയിലൊരു പൊട്ടും തൊട്ട്
ഓടിനടക്കും പാവക്കുട്ടി
സുന്ദരിയായൊരു പാവക്കുട്ടി

കയ്യിലൊരു വളയുമിട്ട്
കാലിലൊരു കൊല്ലുമിട്ട്
കൂടെ നടക്കും പാവക്കുട്ടി
സുന്ദരിയായൊരു പാവക്കുട്ടി



ഫർസാന

വിദ്യാലയം

ഓളങ്ങൾ ഓടിക്കുന്ന ഒരു കൊച്ചു
 മലർത്തോപ്പാണ് എന്റെ വിദ്യാലയം.
 ഓർമ്മതൻ താളിലെ അക്ഷര പൂവുകൾ
 ഒരുവട്ടം കൂടി ഞാൻ ചേർത്തുവെക്കും.
 എന്റെ കൊച്ചു വിദ്യാലയത്തിൽ
 അറിവെന്ന മുത്തിൽ നിന്ന്
 ഒരു പിടി ഓർമ്മകൾ കോർത്തുതന്ന വിദ്യാലയം
 പൂവുകൾ പൂത്തുനിടരുന്ന കൊച്ചു
 പൂന്തോപ്പാണെന്റെ വിദ്യാലയം.

അലീഡ ഫാത്തിമ

നന്ദി

എഴുതിയത് ഞങ്ങൾക്ക് എടുത്തു തന്ന കൂട്ടുകാർക്ക്...
ഇങ്ങനെയൊരവസരം തന്ന അധ്യാപകർക്ക്...
ഞങ്ങളെ ഞങ്ങളാക്കിയ വിദ്യാലയത്തിന്...
നന്മ നിറഞ്ഞ ഈ നാടിന്...
ഒടുവിലായി..
ഞങ്ങൾക്കു തന്നെയും..
നിറഞ്ഞ മനസ്സോടെ...

നന്ദി.