മഴവില്ല്
ST THOMAS HIGH SCHOOL
THOTTUMUKKAM

ആശംസകൾ

നമ്മുടെ വിദ്യാലയത്തിന് അഭിമാനമാകുന്ന തരത്തിൽ(മഴവില്ല്) എന്ന ഡിജിറ്റൽ മാഗസിൻ പുറത്തിറക്കുവാൻ ലിറ്റിൽ കൈറ്റ്സിലെ കുട്ടികൾ തയ്യാറായതിൽ സന്തോഷിക്കുന്നു. നിങ്ങളുടെ കർമ്മോത്സുകതയേയും നല്ല ചിന്തകളേയും അഭിനന്ദിക്കുന്നു. ഭാവിയിലും വിജയം നേടട്ടെ.

സ്നേഹപൂർവ്വം
നിങ്ങളുടെ ഹെഡ്മാസ്റ്റർ

ഉള്ളടക്കം

1.രക്ത നക്ഷത്രങ്ങൾ........................ 4

2.MAN POWER............... 5

3.അമ്മയ്ക്കുവേണ്ടി..................... 7

4.FLOOD........................ 9

5.MY DREAM..................... 10

6.ഏകാന്തബാല്യം....................... 11

7.അന്ധകാരം 12

8.ഇരുൾ.............................. 13

9.ഉറുമ്പ്....................... 14

10.കുട്ടികളുടെ മാനസികാരോഗ്യം.. 15

11.DRAWINGS......................... 17

12.THOUGHTS........................ 19

രക്ത നക്ഷത്രങ്ങൾ

ഇത്തിരി പോന്നൊരാ ഓമൽകിടാവിനെ
ഇത്രയും നേരമായ് കാണ്മാനില്ല
ഇന്നതിരാവിലെ പുത്തനുടുപ്പിട്ട്
പുഞ്ചിരിതൂവിക്കൊണ്ടമ്പലത്തിൽ
അമ്മയോടൊത്തുന്നു "എൻ പിറന്നാളല്ലെ
പായസം കൂട്ടീട്ട് ചോറുണ്ണണം
എൻ പ്രീയ കൂട്ടർക്കു നൽകുവാനായ്
നേരത്തെ ക്ലാസിൽതന്നെത്തവേണം"
വീടിനയൽപക്കത്തൊക്കെ തിരിഞ്ഞു
കൊണ്ടമ്മയുമച്ഛനും നാട്ടുക്കാരും
ഇത്തിരി പോന്നൊരാ ഓമൽകിടാവിനെ
ഇത്രയും നേരമായി കണ്ടതില്ല.....
നേഴ്സറി ക്ലാസിൽ പോകുവാൻ നേരത്ത്
നൽമിഠായി തിന്നുകൊണ്ടെന്നെരികിൽ
കയ്യിൽ കളിപ്പാട്ടം-ഞെക്കിയാൽ
കരയുന്ന പാവയുമായി-പുഞ്ചിരിതൂകവേ
ഓതുന്നു "തന്നതെനിക്കമ്മേ..... നിത്യവും
മുത്തം തരുന്ന വിരുന്നുക്കാരൻ ...."
ഓർമ്മകളമ്മയെ ഞെക്കിഞെരുക്കവേ....
നിലവിളിച്ചോടുന്നു വീട്ടിലെങ്ങും....
"എൻ പൊന്നു കിടാവിനെ കണ്ടതില്ലല്ലോ......
എൻ പൊന്നു മകൾക്കിതെന്തു പറ്റി? "
ഉച്ചത്തിൽ നീട്ടി കരഞ്ഞുകൊണ്ടമ്മ
വീടിന്റെ പിന്നിലേക്കോടിപ്പോയി
ഇന്നലെ വേവിച്ചെടുത്ത മണ്ണപ്പം

മൂന്നുപാത്രത്തിലായ് നിരത്തിയതും
അതിലൊന്നമ്മയ്ക്കാണെന്നോതി
അമ്മയെ മെല്ലനെ ഊട്ടിയതും
കുഞ്ഞായി മാറിയ അമ്മതൻ കവിളിൽ
അമ്മ നടിച്ചു നല്ലുമ്മ നൽകിയും.......

- ഷൈജി. എ

Man Power

Humanity today is regressing. Whatever steps are take forward, they takes us back human beings.

We live in a world that, although it has borders, experience experience every feeling that ever excited, but we are not satisfied. We try to impose borders on ourselves, we fight today to be recognised as not belonging to ‘their community’, to be labelled as part of a smaller group.

We live in a world that has invented the telephone, internet, social media so that people can communicate easier. But we have never felt so alone and out of touch as we do today. Hidden behind the screens of 0ur computers, tablets and smartphones we have stopped looking at nature a long time ago and we have started destroying it without thinking about the consequences.

We live in a world that gives birth to great leaders. But we let ourselves be ruled by a small group of politicians that take the vote of many and make it insignificant. They have the power to change our lives, but they don’t. And we continue to support them considering that we have no alternative.

We live in a world that holds both beauty and ugliness, both joy and sorrow. We live in a world there not every person thinks alike where this freedom and thought makes us happy. We live in a world that shows us small miracles each day, either through the beauty of nature or through the beauty of those walking through our lives.

We live in a limitless, world which has granted us the right to be free and equal and has given as the opportunity to learn from one another. It tried to teach us the difference between human beings and the fact that they make us equal, not tear us apart. It has tried to teach us what is important in the world and what is the right thinking to fight for in our lives.

While technology and democracy has given us the power to move the world in which we live in, it has also corrupted us. It has given us the sense of absolute power and knowledge that makes a person feel like god. No, we are not gods, and we cannot decide on the fate of others. They only have that right. But we can and must change ourselves by taking knowledgeable decisions, making the right choices in life and not letting others decide for us.

-RICKSON K SOJAN
CLASS;9A

അമ്മയ്ക്കുവേണ്ടി.......

നി ഒരു അനാഥയാണ് ....

ഇന്നും അവൾക്കിത് കേൾക്കേണ്ടി വന്നു. എന്തെങ്കിലും ഒരു കാരണത്താൽ അവളുടെ കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അത് അനാഥയെന്ന പേര് കാരണമാണ്. വലിയ സമ്പന്നമായ ഒരു കുടുംബത്തിൽ ആയിരുന്നു ലിസയുടെ ജനനം. അമ്മക്കും അച്ചനും ഒരു മകൾ. എല്ലാ കാര്യത്തിലും വളരെ സമർഥയായിരുന്നു. അതുകൊണ്ട് തന്നെ ഉന്നത വിജയങ്ങളായിരുന്നു അവളെ തേടിവന്നത്. അവളെ ഇഷ്ടമില്ലാത്ത ഒരാളുപോലും ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. പത്താംക്ലാസും പ്ലസ്ടും കഴിഞ്ഞ് അവൾ എം. ബി.ബി.എസിന് ചേർന്നു. സർജറികളുടെയും മറ്റും നോട്ട്സ് ഒറ്റ തവണ കേട്ടാൽ മതി ലിസയ്ക്ക് അത് കാണപ്പാടമാവും. വീട്ടിൽ കല്യാണ കാര്യം പറയുമ്പോൾ ജോലി കിട്ടട്ടെ എന്ന് അവൾ പറയുമായിരുന്നു. ഡോക്ടറായി കുറച്ച്ദിവസങ്ങൾക്കു ശേഷം കല്യാണം നടത്താമെന്ന് തീരുമാനിച്ചു. അവരുടെ കല്യാണം വളരെ ആഡംബരത്തോടയും ആ നാട്ടിൽ ഇതുവരെ ആരും കാണാത്തതു പോലെയും ആയിരുന്നു. രണ്ടുമാസങ്ങൾക്കുശേഷം തന്റെ ഭർത്താവ് കാർ ആക്സിഡന്റിൽ മരണപ്പെട്ടു എന്ന് ഒരു കോൾ അവൾക്കു വന്നു. ചുറ്റും എല്ലാം കറങ്ങുന്നതുപോലെ അവൾക്കുതോന്നി. അടുത്തനിമിഷം അവൾ തറയിൽ വീണു. എല്ലാവരും കൂടി ചേർന്ന് അവളെ ആശുപത്രിയിലെക്കു കൊണ്ടുപോയി. പെട്ടന്നുള്ള ഷോക്കാണെന്നാണ് എല്ലാവരും വിചാരിച്ചത്. എന്നാൽ അതുമാത്രമായിരുന്നില്ല. ലിസ ഒരു അമ്മയാകാൻ പോകുന്നുവെന്ന് ഡോക്ടർ പറഞ്ഞു. എല്ലാവർക്കും സന്തോഷമായി. പക്ഷെ തന്റെ മകൾ വളരെ ചെറുപ്പമാണ്. ചെറുപ്രായത്തിൽ തന്നെ അവൾ വിധവയായിരുന്നു. അത് അവളുടെ മാതാപിതാക്കളെ ആശയക്കുഴപ്പത്തിലാക്കി. ലിസയുടെ ഭർത്താവിന്റെ മരണാനന്തരക്രിയകൾക്കുശേഷം എല്ലാവരും ഒത്തുകൂടി. എല്ലാവരുടെയും ചിന്ത ലിസയുടെ ഭാവിയായിരുന്നു. അവളുടെ ഭർത്താവിന്റെ മരണാനന്തരക്രിയകളുടെ സമയത്തോ, ഇന്നപ്പഴോ ലിസ കരഞ്ഞിട്ടില്ല, ആരോടും മിണ്ടിയില്ല. ഒരു ജീവചവത്തെപോലെ കണ്ണുകൾപോലും ചിമ്മാതെ ഇരിക്കുകയാണ്.അവളുടെ ഈ ഇരിപ്പ് എല്ലാവരേയും പേടിപ്പെടുത്തികൊണ്ടിരുന്നു. അവൾ കുറച്ച് ആലോചനത്തിനശേഷം അവളുടെ കണ്ണുകൾ നിറയുന്നത് അവർ കണ്ടു. അവളുടെ അമ്മ അവളുടെ അടുത്തു ചെന്നിരുന്നു പറഞ്ഞു. അമ്മ പറയുന്നത് മോള് കേൾക്കണം. മോളിപ്പോൾചെറുപ്പമാണ്. അമ്മയ്ക്ക് നിന്നോട് പറയുന്നതിൽ വിഷമമുണ്ട്. മോൾക്ക് ഇനിയും ഒത്തിരി ജീവിതം ഭാഗിയുണ്ട്. അതുകോണ്ട് നിന്റെ കുഞ്ഞ് നിനക്ക് തടസമാവരുത്. അതിനെ വേണ്ടെന്നുവെക്കാം. ഇത്രയും കേട്ടപ്പോൾലിസയ്ക്ക് അവളുടെ ....

സമനിലതെറ്റുന്നതുപോലെ തോന്നി. അവൾ ഒരു ഭ്രാന്തിയെപോലെ അലറിവിളിച്ചു. ഒരു മാനസികരോഗിയായി മാറി. അവളോട് എല്ലാവർക്കും സഹതാപമായിരുന്നു. പത്തു മാസങ്ങൾക്കു ശേഷം അവൾ ഒരു പെൺകുഞ്ഞിന് ജീവൻ നൽകി. ഉണർന്നതിനു ശേഷം അവൾ അവളുടെ കുഞ്ഞിനെ തിരക്കി. ഡോക്ടറുടെ മറുപടി അവളെ ഞെട്ടിച്ചിരുന്നു. മോള് പ്രസവിച്ചത് ജീവനില്ലാത്ത ഒരു കുഞ്ഞിനെ ആയിരുന്നു. അവളുടെ മാനസിക നില വീണ്ടും അവതാളത്തിലായി. അവളുടെ മാതാപിതാക്കൾ മകളുടെ ഭാവിയേക്കുറിച്ചോർത്ത് ആകുഞ്ഞിനെ ഒരു മഠത്തിലാക്കിയിരുന്നു. അവൾക്ക് ബെല്ല എന്ന പേരും നൽകി. ലിസയുടെ മാനസികനില കുറച്ച് മാസങ്ങൾക്ക് ശേഷം ശരിയായി തുടങ്ങി. അവൾ എല്ലാതിനേയും ഉൾക്കൊള്ളാൻ തുടങ്ങി. അവളുടെ കല്യാണം കഴിഞ്ഞു. തന്റെ മകൾ അനാഥയായി വളരുന്നു എന്നറിതാതെ അയാളോടൊത്ത് അവൾ സന്തോഷമായി ജീവിച്ചു. അവർക്ക് രണ്ടു കുഞ്ഞുങ്ങൾ ഉണ്ടായി. അവളുടെ മാതാപിതാക്കൾ ബെല്ലയെ കാണാൻ ഓർഫണെജിൽ പോകാറുണ്ട്, അവളുടെ എല്ലാവശ്യങ്ങളും നടത്തികൊടുക്കും. അവൾ ഒരു കുറവും വരാതെ അവളെ നോക്കണമെന്ന് പറഞ്ഞിട്ടുപോകും. അവൾക്ക് ലിസയുടെ തനിപകർപ്പായിരുന്നു.ലിസയുടെ കഴിവുകളും ലിസയുടെതായ എല്ലാ ഭാവപ്രകടനങ്ങളും അവളിലും പ്രകടമായിരുന്നു. ബെല്ലയെ എല്ലാവർക്കും വളരെ അധികം ഇഷ്ടമായിരുന്നു. അവൾ പ്ലസ് വണ്ണിന് ചേർത്തു. ആഡംബരത്തോടെ കഴിയുന്ന കൂട്ടുകാർക്കൊപ്പം അവളും ഒട്ടും കുറവില്ലാതെ സ്കൂളിൽ പോയി.അവളുടെ ആകെ വിഷമം തന്റെ കൂട്ടുക്കാർ തന്നെ അനാഥയെന്ന് വിളിച്ച് പരിഹസിക്കുന്നതാണ്.ലിസയുടെ മാതാപിതാക്കൾ തന്റെ ആരാണെന്ന് പോലും ബെല്ലക്കറിയില്ല. അവൾ അവരെ അപ്പച്ചാ, അമ്മച്ചി എന്നാണ് വിളിക്കുന്നത്. അവളെ കാണാൻ അപ്പച്ചൻ വന്നപ്പോൾ അവർ അവളുടെ അമ്മയെയും അച്ഛനേയും കുറിച്ച് ചോദിച്ചു. അപ്പച്ചൻ അവളോട് പറഞ്ഞ മറുപടി ഇങ്ങനെയായിരുന്നു. "മോളെ അനാഥയല്ല , മോൾക്ക് ഒരു അമ്മയുണ്ട് ". അപ്പോൾ എന്റെ അച്ഛൻ എവിടെ എന്നവൾ ചോദിച്ചു. ഇപ്പോൾ ജീവിച്ചിരിപ്പില്ല എന്ന് പറഞ്ഞു. എനിക്ക് എന്റെ അമ്മയെ കാണണം എന്ന് പറഞ്ഞപ്പോൾ, അവൾ നിന്റെ അടുത്തേക്ക് വരുമെന്ന് പറഞ്ഞ് അപ്പച്ചൻ പോയി. അവൾ എം.ബി.ബി എസിന് ചേർന്നു. അവളെ പഠിപ്പിക്കുന്നവരിൽ ഒരാൾ അവളുടെ അമ്മയായ ഡോ. ലിസയായിരുന്നു. പക്ഷെ അതൊന്നും അറിയാതെ അപ്പച്ചൻ പറഞ്ഞത് വിശ്വസിച്ച് ഓരോ ദിവസവും അവൾ അവളുടെ അമ്മക്കുവേണ്ടി
കാത്തിരുന്നു,കാത്തിരിക്കുന്നു.................

-ട്രീസ ജോജി

FLOOD

I saw you today
and the memories
came flooding back

It was as if your voice
turned on a foucet
within me

My heart began pumping
water through my vains

Untill my whole
body
was
drowning

Water powered fromy mind
and began to drip out of my eyes

My soul swam and swam
But eventually I was no more
than
a drop in the ocean

It was than that I realised
you don’t need water
to drown

CHRISTO ABY
9A

MY DREAM

I wish I could fly as a free bird
fly high and travel across the world
enjoy the beauty of the sea
watching from the sky
fly over valleys, hills and mountains
submerging in the immortal beauty.

I wish I could fly high and high
without limits in the sky
fly high close to the clouds
and with chirping birds
more along with airplanes
That always makes me curious.

I wish I could fly at night
Over the sky and far away
Talking and playing with
million little friends, scattered on the sky
and took care by big bright friend.

Playing with fireflies glowing at night
watching flowers that blooms at night
keeps me calm and makes me smile
persuade me to conquer heights
All these makes my dream so strong
Makes me feel it will come true.

-EMMANUVAL

- ഏകാന്തബാല്യം

. എല്ലാരുമെന്നുടെ ചുറ്റിലുണ്ടെങ്കിലും
ഏകാന്തമായ് ഞാൻ കേണിടുന്നു ഏറെ
കളിപ്പാട്ടമുണ്ടെനിക്ക് എങ്കിലും കൂടെ
കളിക്കുവാൻ ആര്യമില്ല

അച്ഛനും അമ്മയും ജോലി തിരക്കിനാൽ
അവരുടെ ഇഷ്ട്ങ്ങൾ നോക്കിനടത്തുന്നു
എന്നിഷ്ട്മെന്ന് എന്നിൽ മാത്ര
എന്നേക്കുമായി ചുരങ്ങിടുന്നു.

മത്സരപരീക്ഷാരുക രോന്നുമെന്നെ പിടിച്ചു
വലിച്ചിടുന്നു. ആകുലചിന്തകളാൽ ഇമമ
ചിത്തം വേവലാധികടലിൽ മുങ്ങിടുന്നു

കാത്തിരിക്കുന്നു നല്ല നാളേക്കായി
അവസാനിക്കുന്നൊരുക നാളേക്കായ്
കാത്തിരിക്കുന്നു..

-ഗ്ലോറിയ ജിബിൻ

അന്ധകാരം

അന്ധകാര യുഗത്തിൽ വാതിൽതുറന്ന് അശാന്തിതൻ ദീകര
മന്ത്രവുമായ് അണുബോംബുകൾ, ആറ്റം ബോംബകർ
അറുതിയില്ലാതെ വിനാശം വര്യത്തി

തേങ്ങിക്കരയുന്നു കിടാങ്ങൾ. തൻ പ്രിയരെ ഓർത്തോർന്ന്
അൻ പ്രിശേശാന്തിതൻ അണഞ്ഞ ദീപവുമേന്തി
ആദാരാഞ്ജലിതൻ സ്മരണങ്ങൾ

തകർന്നിടുന്നു കെട്ടിട സമുച്ചയങ്ങൾ വീടുകൾ അശാന്തിതൻ
ദീപങ്ങൾ അണഞ്ഞിടുന്നു. അ നോക്കിനിൽക്കുന്നു
ഭരണാധികാരികൾ. തേങ്ങിക്കരയുവാൻ അമ്മമാകർ മാത്രം

എന്ത് നേടിടുന്നു നമ്മൾ നഷ്ടങ്ങൾ മാത്രം ബാക്കിയാക്കിടും
എത്രമാത്രം ചിന്തിച്ചിട്ടും എന്നുത്തരം കിട്ടി

കാത്തിരിക്കുന്നു നല്ല നാളേക്കായ് അശാന്തിതൻ വിത്തും
തകർന്നീടുവാനായ്, പ്രതീക്ഷതൻ നാമ്പുകൾ പൊട്ടിമുളപ്പിച്ച്
നല്ല നാളേക്കായ് കാത്തിരിക്കുന്നു.

-അഷിന സിബി

ഇരുൾ

പകലിനേക്കാൾ ഇരുളാണെനിക്കിഷ്ടം പകലിൽ
നാം കാണുന്ന പലകാഴ്ച്ചയും ഇരുളിൽ നാം
കാണേണ്ടതില്ല

പകലിന്റെ മാന്യതയ്ക്കുള്ളിൽ മർത്യനിരുളിൻ
പുതപ്പൊന്ന ടുക്കി വെച്ചിരിക്കുന്നു അറിയില്ല
എന്തിനെന്ന് ആർക്കു വേണ്ടിയെന്ന്

വെണ്മതൻ സുന്ദര്യമൂറിതുടി ക്കുന്ന പാലയും മുല്ലയും
പൂക്കുന്നു രാത്രിയ്ക്ക് നന്മതൻ ഗന്ധവും അഴക
മിന്നുണ്ടെന്ന് തോന്നുന്നു.

കറുപ്പാണെനിക്കിഷ്ടം കറുപ്പിന്റെ മറവിൽ നന്മതൻ
വെളുപ്പൊളിഞ്ഞി രിക്കുന്നുണ്ടെനിക്കിന്ന്
തോന്നുന്നു. അറിയില്ല അറിയില്ല എന്ത്
കൊണ്ടെന്ന്

ഇരുളിന്നൊറ്റക്കിരിക്കുവാൻ എന്തിനെന്ന്
തോന്നുന്നു ഇരുളിൽ അഗാധമാം കറുപ്പിൽ
ഇത്തിരി വെട്ടം പരത്തുവാൻ തോന്നുന്നു

-ദയ മരിയ

ഉറുമ്പ്

ഞാൻ എന്റെ വീടിൻ്റെ മുറ്റത്തെ പുല്ലു കൾക്കിടയിൽ ഇരുന്ന് പുസ്തകം വായിക്കുകയായിരുന്നു. അപ്പോൾ പെട്ടെന്ന് ഞാൻ ഒരു ശബ്ദം കേട്ടു. 'ഹലോ' ഞാൻ ചുറ്റും നോക്കി, ഒന്നും കണ്ടെത്താൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ഞാൻ എൻ്റെ വായന തുടർന്നു. അപ്പോൾ വീണ്ടും ആ ശബ്ദം കേട്ടു; ഹലോ, ഇവിടെ താഴോട്ട് നോക്ക്. ഞാൻ നോക്കി. അത് എന്റെ പുസ്തകത്തിൽ നിന്നിരുന്ന ഒരു ഉറു

ഇതിലെ ഈ കറുപ്പ് എന്താണ് എന്ന് ചോദിച്ചു. ഞാൻ പറഞ്ഞു; ഇതാണ് അക്ഷരങ്ങൾ അക്ഷര ങ്ങളോ? അതെന്താ. അക്ഷരങ്ങൾ എന്നാൽ ചില ചിഹ്നങ്ങളാണ്. അത് ഉപയോഗിച്ചാണ് നാം സം സാരിക്കുന്നത്.

മ്പായിരുന്നു. ഞാൻ ചിന്തിച്ചു. എന്ത്, ഒരു ഉറുമ്പിന് എ ന്നോട് സംസാരിക്കാൻ സാധിക്കുമോ? പെട്ടെന്ന് അത് എന്നോട് ചോദിച്ചു; ഇത് എന്താണ്? ഞാ നം ചോദിച്ചു. എന്ത്? അത് എൻ്റെ പുസ്തകത്തെ കാണിച്ചു. ഞാൻ പറഞ്ഞു ഇത് പുസ്തകമാണ് അപ്പോൾ അത് എന്നോട് വീണ്ടും ചോദിച്ചു; പു സ്തകമോ? അത് എന്താണ്. എനിക്ക് ദേഷ്യം

വന്നു. ഇതൊക്കെ അറിഞ്ഞിട്ട് നിനക്കെന്താണ്.

അത് എന്നോട് വീണ്ടും ചോദിച്ചു. 'ഈ ചിഹ്നങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് എങ്ങനെയാ സംസാരിക്കുക' എനിക്ക് ദേഷ്യം വന്നു; ഞാൻ പറഞ്ഞു. അതൊന്നും നിനക്ക് പറഞ്ഞാൽ മനസ്സിലാവില്ല. ആ എനിക്കറിയാം. നിങ്ങൾ മനുഷ്യരെപ്പോലെ

എല്ലാം അറിയാനുള്ള ബുദ്ധിയൊന്നും എനിക്കില്ല. എന്ന്. എങ്കിലും ഈ ലോകം വിടുന്നതിനു മുമ്പ്. എന്തെങ്കിലും അറിയണമെന്ന് തോന്നി. ഈ അറി വുകൾ തന്നെ എനിക്ക് വലുതാണ്. നന്ദി. നിനക്ക് ഞാൻ നല്ലൊരു ദിവസം ആശംസിക്കുന്നു. എന്ന് പറഞ്ഞ് ഉറുമ്പ് മാഞ്ഞു.

അത് മറുപടി പറഞ്ഞു: സുഹൃത്തെ ദേഷ്യപ്പെ ടല്ലെ. ഒന്നും ഉണ്ടായിട്ടല്ല. എനിക്കുള്ളത് ഒരു കൊ ച്ചു ജീവിതമാണ്. മരിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് ഇതെല്ലാം അറിയാനുള്ള ഒരു ആഗ്രഹം.

ഞാൻ പറഞ്ഞു. നീ നിൻ്റെ ചുറ്റും നോ ക്കിയാൽ ഒരുപാട് മരങ്ങൾ കാണാം. അതിൻ്റെ തടി കൊണ്ടാണ് ഈ നേർത്ത വെള്ള താളുകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. അത് കുറേ കൂട്ടിവെച്ചാണ് ഒരു പു സ്തകം ഉണ്ടാക്കുന്നത്. അപ്പോൾ അത് എന്നോട്

കുറച്ച് കഴിഞ്ഞ്, ഞാൻ ഒന്നു നോക്ക് യപ്പോൾ ദൂരെ സൂര്യൻ മറയുന്നതു കണ്ടു, ക ിളികൾ പറന്ന് അകലുന്നതു കണ്ടു, കാറ്റ് അനുഭവപ്പെട്ടു. ഞാൻ വിളിച്ചു ചോദിച്ചു.. ഇതെല്ലാം എന്തുകൊണ്ട്? അപ്പോൾ ഒരു ശബ്ദ പറ പറഞ്ഞു; നിനക്കിതൊന്നും പറഞ്ഞാൽ മന സ്സിലാവില്ല. അത് എന്നോട് പറഞ്ഞു തുടങ്ങി, ഞാൻ അത് കേട്ടിരിക്കുന്നു.....

-മീവൽ മേരി

കുട്ടികളുടെ മാനസികാരോഗ്യം

ഏതൊരു കുട്ടിയുടെയും സാമൂഹികവും വൈജ്ഞാനികവുമായ വികസനത്തിന്റെ ഏറ്റവും പ്ര ധാനപ്പെട്ട തലമാണ് മാനസികാരോഗ്യം. കുട്ടികൾ അവരുടെ മുഴുവൻ കഴിവിനനുസരിച്ച് ജീവിക്കാനും നല്ല അനുഭവങ്ങൾ നിറഞ്ഞ ഒരു ജീവിതം നയിക്കാ നും തങ്ങൾക്കും ചുറ്റുമുള്ള ആളുകൾക്ക് ഏറ്റവും മികച്ചത് ചെയ്യാനുള്ള സന്നദ്ധത നേടാനും അവർക്ക് നല്ല മാനസികാരോഗ്യനിലയായിരിക്കണം.

ഒരു കുട്ടിയുടെ മാനസികാരോഗ്യ നിലയെ ഗു ണപരമായും പ്രതികൂലമായും സ്വാധീനിക്കുന്ന നിരവ ധിഘടകങ്ങളുണ്ട്. സ്നേഹം, അനുകമ്പ, വിശ്വാസം, ധാരണ എന്നിവ പ്രകടമാക്കുന്ന ഒരു അന്തരീക്ഷം കുട്ടികൾക്ക് നൽകുന്നത് ഒരു കുട്ടിയെ വളരെയാ ധികം സ്വീധീനിക്കും അതിലൂടെ അവർക്ക് ആരോ ഗ്യപരമായ ജീവിതശൈലി ലഭിക്കുന്നതിന്/രൂപീ കരിക്കുന്നതിന് ഇടയാക്കുന്നു. പല കുട്ടികൾക്കും ഇത്തരം ജീവിത ശൈലി ലഭിക്കുന്നില്ല. ചില കുട്ടി കൾ ഭീതിയും, നീരസവും, വിദ്വേഷവും, വിശ്വാസ വും, നിരന്തരമായ നിഷേധാത്മകതയും നിറഞ്ഞ ഒരു ബാല്യകാലത്തെ നേരിടേണ്ടി വരുന്ന അവരുടെ വി കാരങ്ങളെ നേരിടാൻ അവർക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടാണ്.

ചില കുട്ടികൾ മാനസികാരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങ ളുമായി ജനിച്ചേക്കാം. ഈ കുട്ടികൾക്ക് വ്യത്യസ്ത സാഹചര്യങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടാൻ ബുദ്ധിമുട്ടാ യിരിക്കും. ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ കണക്കനു സരിച്ച്, ആഗോളതലത്തിൽ 50 ശതമാനം മാനസികാ രോഗ്യങ്ങളും 14 വയസ്സിനകം ആരംഭിക്കുന്നു.

വിവിധങ്ങളായ കാരണങ്ങളാൽ കുട്ടികളുടെ ബുദ്ധി വളർച്ച മുരടിച്ചു പോകുന്നു. മാതാപിതാക്കന്മാ രിൽ നിന്നും കിട്ടിയ പാരമ്പര്യഘടകങ്ങൾ അവരുടെ ലഹരി വസ്തുക്കളുടെ അമിതമായ ഉപയോഗം, പു ർണ്ണവളർച്ചയില്ലാത്ത പ്രസവം, ഗർഭകാലത്തെ പോഷ കാഹാരക്കുറവ് മുതലായവ ഇതിന് കാരണമാകാം ബുദ്ധിമാന്ദ്യം തീരുമാനിക്കുന്നത് ഐ.ക്യൂ (Intell- gent Quotient)ഉം സാമൂഹിക കഴിവുകളും അളന്നാണ്

ലക്ഷണങ്ങൾ

ആംഗ്യ വിക്ഷേപങ്ങൾ വഴി കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാ ക്കുന്നു.

ശാരീരിക ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുന്നതിനായി മറ്റു ള്ളവരും വരെ ആശ്രയിക്കേണ്ടതായി വരുന്നു.

ബുദ്ധിമാന്ദ്യത്തെ കുറിച്ചുള്ള ചില തെറ്റിദ്ധാരണകൾ

ബുദ്ധിമാന്ദ്യം ഒരു പാരമ്പര്യരോഗമാണ് പകരുന്ന ഒരു രോഗമാണ്.

മുൻ ജന്മപാപങ്ങളുടെ ഫലമാണ്

വിറ്റാമിൻ, ടോണിക്കുകൾ തുടങ്ങിയ ഉപയോ

ഗിച്ച് ബുദ്ധിമാന്ദ്യം മാറ്റിയെടുക്കാവുന്നതാണ്.

കല്യാണം കഴിപ്പിച്ചാൽ സുഖപ്പെടുന്നതാണ്.

പ്രായം കൂടുന്നതനുസരിച്ച് ഭേതമാകുന്നു.

ബുദ്ധിമാന്ദ്യം എപ്പോൾ തിരിച്ചറിയാം

കടുത്ത ബുദ്ധിമാന്ദ്യം
നേരിയ ബുദ്ധിമാന്ദ്യം

പ്രതിവിധികൾ

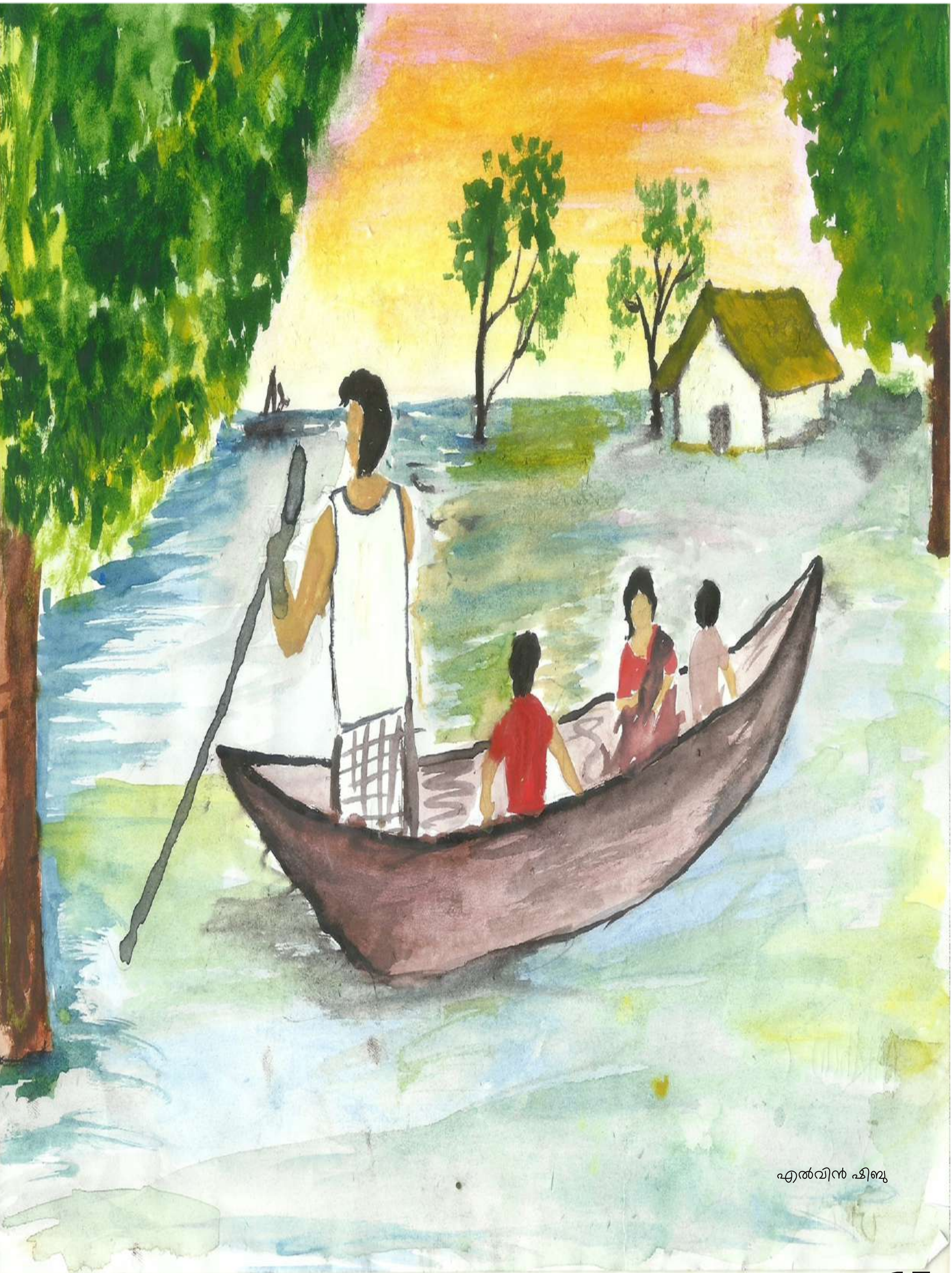
ബുദ്ധിമാന്ദ്യം ചികിത്സയിലൂടെ ഭേദപ്പെടുത്താൻ കഴിയില്ല.

ബുദ്ധിമാന്ദ്യമുള്ളവരിലെ ശാരീരികവും മാനസിക

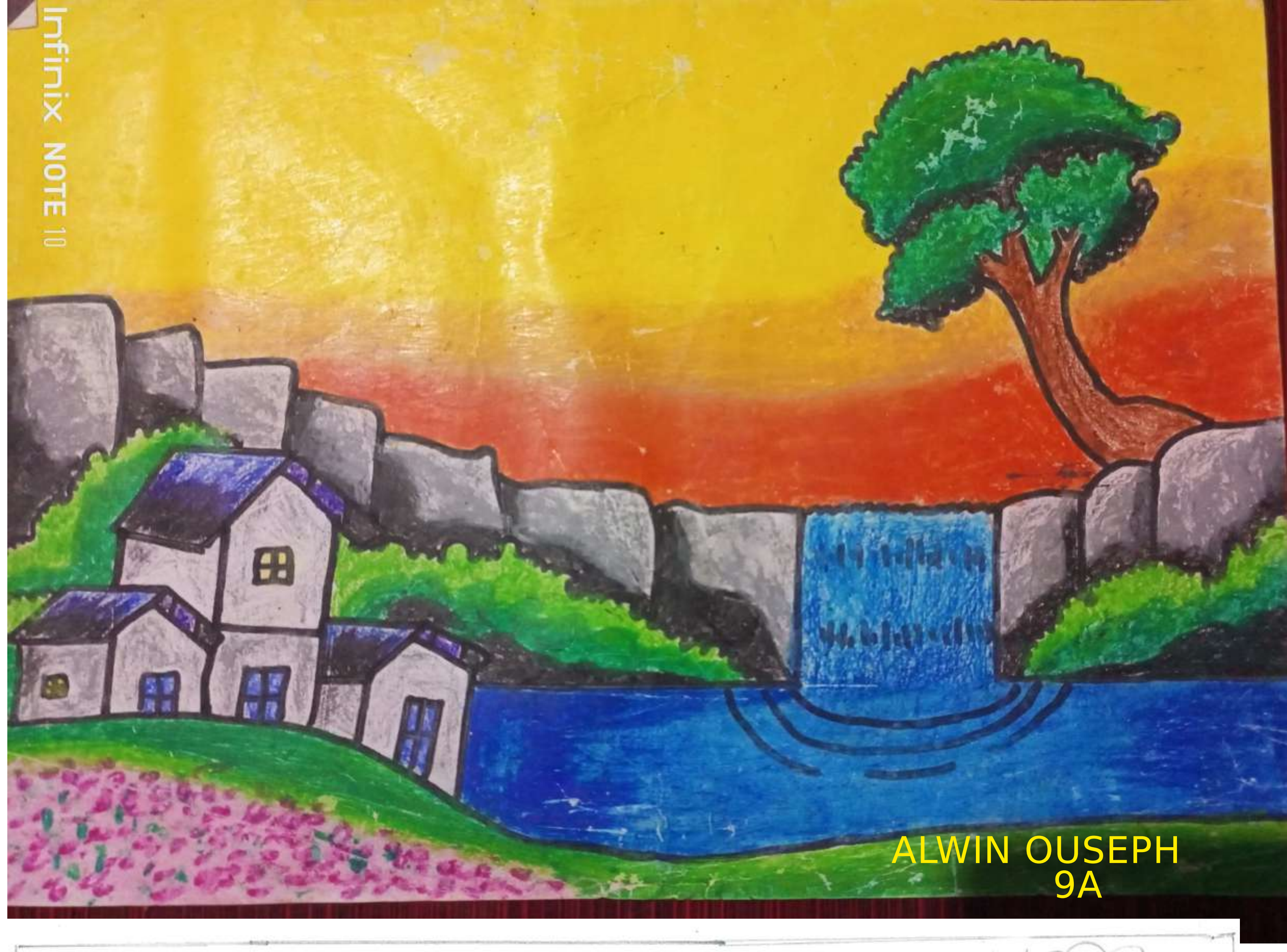
വുമായ മിക്ക പ്രശ്നങ്ങളും തക്കതായ പരിചരണ

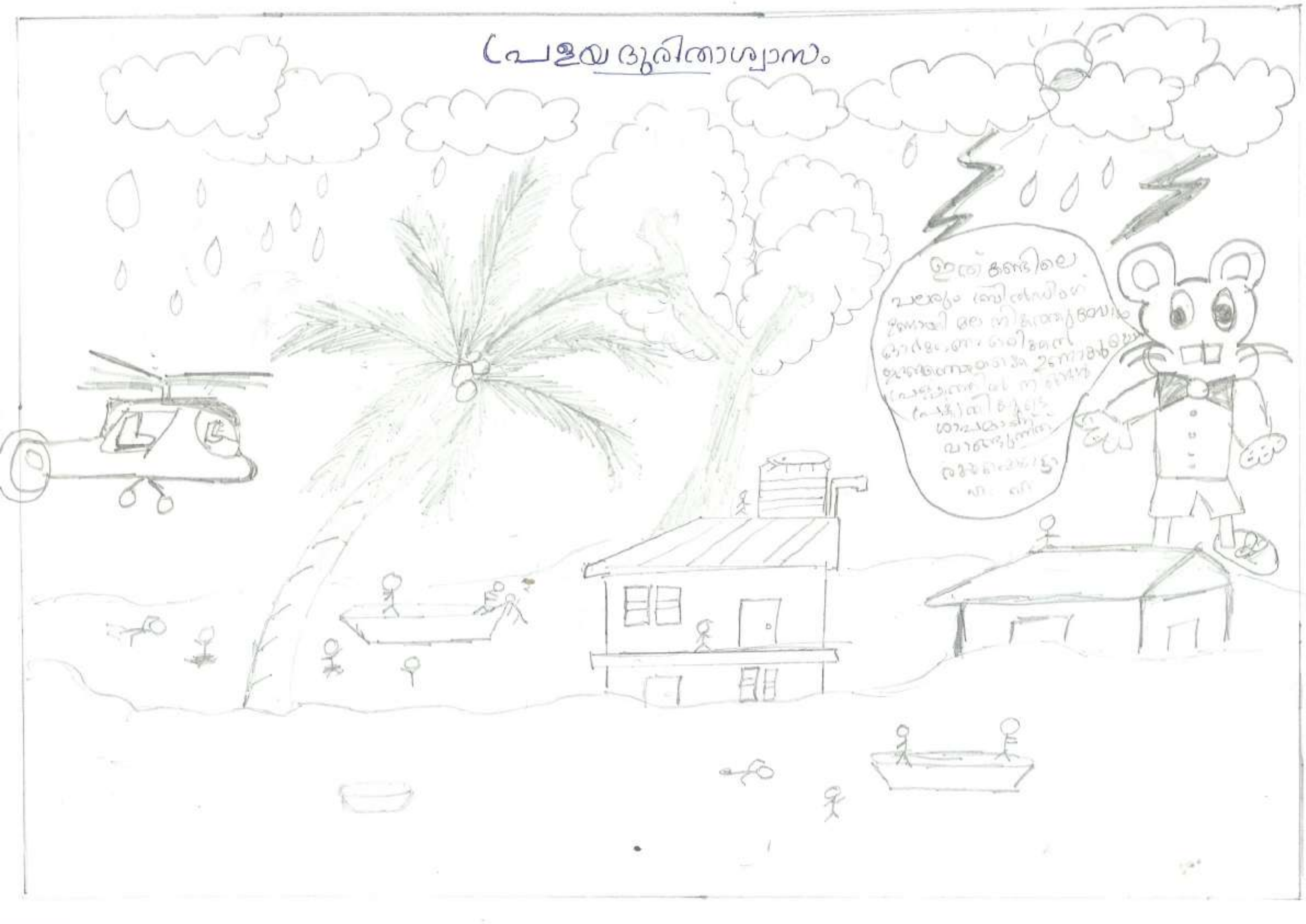
ത്തിലൂടെ തടയാവുന്നതാണ്.

-ദേവിക ശാലു



എൽവിൻ ഷിബു


Infinix NOTE 10
ALWIN OUSEPH
9A


പ്രളയ ദുരിതാശ്വാസം

THOUGHTS

Good friends will make you good
St. Chavara

If you want shine like a sun
first burn like a sun
DR. Abdul Kalam

Don’t count the days that makes the day count
Muhammed Ali

.......................നന്ദി........................

ഞങ്ങളെ ഈ മാഗസിൻ പൂർത്തീകരിക്കാൻ സഹായിച്ച എല്ലാ അധ്യാപകർക്കും സഹകരണം നൽകിയ സഹപാഠികൾക്കും സൃഷ്ടികൾ നൽകിയവർക്കും............