



അക്ഷരശ്രീ

സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ

പട്ടം പി.ഒ., തിരുവനന്തപുരം 695 004

ഫോൺ : 0471 - 2554239, ടെലിഫാക്സ് : 0471 - 2554394

ഇ-മെയിൽ : srckerala@asianetindia.com Website : www.srckerala.org

ചീഫ് എഡിറ്റർ

ഡോ. എം.എ. കരീം

എഡിറ്റർ

ആർ. ജയശ്രീ

എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

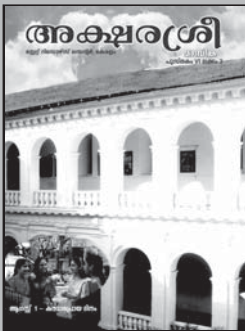
ലിസാ ജേക്കബ്, ഐ.എ.എസ്

ഡോ. എം.കെ. ജോർജ്ജ് (എസ്.ജെ)

ഡി. ജയചന്ദ്രൻ

കോന്നി ഗോപകുമാർ

ഡോ. എം.എ. കരീം



കവർ

ഹരീഷ്

ലേൔട്ട് & ടൈപ്പ്സെറ്റിംഗ്

അക്ഷര ഗ്രാഫിക്സ്,

തിരുവനന്തപുരം

അക്ഷരശ്രീയിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന

ലേഖനങ്ങളിലെ ആശയങ്ങളും

അഭിപ്രായങ്ങളും ലേഖകരുടേതു

മാത്രമായിരിക്കും.

ഉള്ളടക്കം

കുടുംബജീവിത വിദ്യാഭ്യാസം കൗമാരപ്രായത്തിൽ ഡോ. എം.കെ.സി. നായർ	3
കൗമാരാരോഗ്യ വിദ്യാഭ്യാസം - പ്രസക്തി ഡോ. എസ്.എസ്. ജഗ്നായക്	6
കളിയും ചിരിയും മാറുന്ന കൗമാരം പ്രസന്നകുമാർ. ആർ	9
കൗമാരപ്രായത്തിലെ മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ ഡോ. ഗിരീഷ്	14
ഇന്ത്യൻ ദേശീയ പതാകയുടെ പരിണാമചരിത്രം ഡോ. ആർ. രാധാകൃഷ്ണൻ	17
ഉത്സാഹം ബി.എസ്. വാരിയർ	21
പ്രേരകമാർ അറിയാൻ ടി. സുന്ദരേശൻ നായർ	23
കട്ടേത്തട്ടി കുടവട്ടൂർ ചാടി ഡോ. പി. സേതുനാഥൻ	24
ആശയക്കൈമാറ്റത്തിന്റെ കൈവഴികൾ എ. പ്രഭാകരൻ	26
ടീട്ടി മാമൻ കഥ പറയുന്നു ഡോ. എഴുമറ്റൂർ രാജരാജവർമ്മ	29
വാർത്തകൾ	31
കാർട്ടൂൺ സോമനാഥൻ	36



എഡിറ്റോറിയൽ ...

ശാസ്ത്ര സാങ്കേതിക രംഗത്ത് നാം കൈവരിച്ച പുരോഗതി ഒട്ടനവധി മാറ്റങ്ങൾക്ക് വഴിതെളിച്ചു. നേട്ടങ്ങൾ വെട്ടിപ്പിടിക്കുന്നതിനിടയിൽ നമുക്ക് പലതും നഷ്ടപ്പെടുത്തേണ്ടതായും വന്നു. അതിലേറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ടത് സാംസ്കാരിക മൂല്യത്തകർച്ചയാണ്. ഭാരതത്തിന് ഒരു സാംസ്കാരിക പൈതൃകമുണ്ട്. തലമുറകളായി നാം കാത്തുസൂക്ഷിച്ചു പോന്ന അമൂല്യ സമ്പത്ത്. ശക്തിയും അധികാരവും കൊണ്ട് അവയൊക്കെ കാറ്റിൽ പറത്തുവാൻ കഴിയുന്ന ഒരു കാലഘട്ടത്തിലാണ് നാം ഇന്നു ജീവിക്കുന്നത്.

വളർന്നു വരുന്ന പ്രായത്തിൽ വീട്ടിൽ നിന്നും വേണ്ടത്ര സംരക്ഷണവും സ്നേഹവാത്സല്യങ്ങളും കിട്ടാതെപോകുന്ന കുട്ടികളും, ബാല്യത്തിൽ അമിതമായി ശിക്ഷിക്കപ്പെടുന്ന കുട്ടികളും കൗമാരപ്രായത്തിലെത്തുമ്പോൾ രക്ഷിതാക്കളുടെ നിയന്ത്രണ വലയത്തിൽ നിന്നും രക്ഷപ്പെട്ട് തെറ്റായ കൂട്ടുകെട്ടിൽ ചെന്ന് എത്തുന്നു. മാതാപിതാക്കൾക്കകട്ടെ ജീവിതത്തിന്റെ തന്ത്രപ്പാടിൽ ഈ വക കാര്യങ്ങൾ അന്വേഷിക്കാനുള്ള സമയവും സൗകര്യവും കുറയുന്നു. യാഥാർത്ഥ്യങ്ങൾ അറിയുന്നത് പലപ്പോഴും ഏറെ വൈകിയായിരിക്കും. പ്രലോഭനങ്ങളെ വേണ്ടത്ര തിരിച്ചറിയാനുള്ള സാമാന്യബോധം കൗമാരപ്രായക്കാർക്ക് എത്രമാത്രം ഉണ്ട് എന്ന് നമ്മുടെ ദിനപ്പത്രങ്ങളിൽ കാണുന്ന വാർത്തകളിൽ നിന്ന് അറിയാം.

ഇവയിൽ നിന്നെല്ലാം നാം പാഠം പഠിക്കണം. നമ്മുടെ കൗമാരപ്രായക്കാർക്ക് കുടുംബജീവിതത്തെക്കുറിച്ചും, അവരുടെ പ്രായത്തിന്റെ പ്രത്യേകതകളെക്കുറിച്ചും, പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ചും കൈയുള്ള ശരിയായ അവബോധം നൽകണം. കാരണം സാഹചര്യങ്ങളുടെ സമ്മർദ്ദങ്ങളിൽ അടിപതറാത്ത ജീവിതവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാൻ കഴിവുള്ള കുട്ടികൾക്കു മാത്രമേ വലിയ നേട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ.





കുടുംബജീവിത വിദ്യാഭ്യാസം കൗമാരപ്രായത്തിൽ

ഡോ. എം.കെ.സി. നായർ

സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ അൻപതാം വാർഷികം ആഘോഷിച്ചു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ മാത്രമാണ് ജനസംഖ്യയുടെ 30 ശതമാനത്തോളം വരുന്ന കൗമാരപ്രായക്കാർക്ക് ശ്രദ്ധയും സംരക്ഷണവും ആവശ്യമാണെന്ന് നമുക്ക് ബോധ്യം വന്നത്. ലോകമെങ്ങുമുള്ള കണക്കുകൾ പരിശോധിക്കുകയാണെങ്കിൽ അഞ്ചുപേരിൽ ഒരാൾ കൗമാരപ്രായക്കാരനായിരിക്കും. നിർണ്ണായകമായ ഈ കാലഘട്ടത്തിന് പല പ്രത്യേകതകളും ഉണ്ട്.

(1) ബുദ്ധിയും ശക്തിയും ഉപയോഗിച്ച് ലോകത്തിലുള്ള എന്തും നേടിയെടുക്കാമെന്ന് സ്വയം കരുതുന്ന പ്രായം.

(2) ഭാവിയിൽ താൻ ആരായിത്തീരണമെന്ന്, പലരേയും എതിർത്തു കൊണ്ടോയാൽ പോലും വാശിയോടെ തീരുമാനമെടുക്കുന്ന സമയം. (3) വൈകാരികമായ അസ്ഥിരതയും ആത്മനിയന്ത്രണക്കുറവും പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്ന കാലഘട്ടം. (4) ശാരീരിക മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമ്പോൾ മാനസികമായി അതിനോടു പൊരുത്തപ്പെട്ടുപോകുവാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട് പലരിലും അസ്വസ്ഥതകൾ ഉണ്ടാകുന്ന പ്രായം. (5) കുട്ടിത്തം വിട്ടു മാറുന്നേയില്ല, വലിയവരോടും കുട്ടികളോടും ഇടപെടാൻ വയ്യാത്ത അവസ്ഥ.

ഈ അവസ്ഥയിൽ കൗമാര

പ്രായത്തിലുള്ള കുട്ടികളുടെ ചിന്താഗതികൾക്കും കാഴ്ചപ്പാടിനും വേണ്ടത്ര ഊന്നൽ നൽകാൻ ശ്രമിച്ചുകൊണ്ട് അവർക്ക് ഭാവിയിൽ ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതം നയിക്കാൻ ഉതകുന്ന കുടുംബജീവിതവിദ്യാഭ്യാസം നൽകേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. കഴിയുന്നിടത്തോളം കൗമാരപ്രായക്കാരായ കുട്ടികളുടെയും അവരുടെ രക്ഷിതാക്കളുടെയും ആകാംക്ഷ ഉൾക്കൊണ്ടുകൊണ്ട് കുടുംബജീവിത വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ പ്രായോഗികതലങ്ങളിലേക്ക് കുട്ടികളെ നയിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യം തന്നെ. ഇതിന്റെ ഗുണങ്ങൾ അച്ഛനമ്മമാർക്കും കുട്ടികൾക്കും ഒരിക്കൽ ബോധ്യമായാൽ ഭാവിയിൽ കുടുതൽ അറി

വുമ്പോൾ അവർതന്നെ മുന്നോട്ടുവരും.

കൗമാരപ്രായത്തിൽ പോഷകാഹാരങ്ങളുടെ പ്രത്യേക പ്രാധാന്യം

ഒരു കുഞ്ഞിന്റെ ബുദ്ധി വികാസത്തെ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ബാധിക്കുന്നത് ജനനസമയത്തെ തൂക്കക്കുറവാണ്. ഇതിന് ഒരു പ്രധാന കാരണം അമ്മയുടെ തൂക്കക്കുറവും ഉയരക്കുറവുമാണെന്ന് പല പഠനങ്ങളും തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ വളർച്ചയുടെ ഏറ്റവും പ്രധാന കാലഘട്ടമായ കൗമാരപ്രായത്തിലും അതിന് തൊട്ടുമുമ്പും കുട്ടികളുടെ ആഹാരക്രമത്തിൽ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. കൗമാരപ്രായക്കാരെ ഏറ്റവും അധികം ബാധിക്കുന്ന പ്രശ്നമാണ് വിളർച്ച. നാം കഴിക്കുന്ന ആഹാരത്തിൽ ഇരുമ്പിന്റെ അംശം കുറയുമ്പോഴാണ് വിളർച്ച ഉണ്ടാകുന്നത്. മാത്രമല്ല പെൺകുട്ടികളിൽ മാസമുറയിലൂടെ ധാരാളം രക്തം നഷ്ടപ്പെടുന്നതും വിളർച്ചയ്ക്ക് ഒരു കാരണമാകുന്നു. അതുകൊണ്ട് ആഴ്ചയിലൊരിക്കൽ IFA (Iron Folate) ഗുളിക കഴിക്കേണ്ടതാണ്.

പോഷകാഹാരക്കുറവ് - ചില കാരണങ്ങൾ

- ജനനസമയത്തെ തൂക്കക്കുറവ്.
- കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിന്റെ അളവിലുള്ള കുറവ്.

- കഴിക്കുന്ന ആഹാരത്തിലെ പോഷക ഘടകങ്ങളുടെ അപര്യാപ്തത.
- ഫാസ്റ്റ് ഫുഡിനോടും, കമ്പനികൾ നിർമ്മിക്കുന്ന പാനീയങ്ങളോടുംമുള്ള അമിത താത്പര്യം വിശപ്പു കുറയ്ക്കുന്നു.
- അമിതവണ്ണം ഉണ്ടാകും എന്നു കരുതി വേണ്ടത്ര ആഹാരം കഴിക്കാതിരിക്കുക. (പ്രത്യേകിച്ചും പെൺകുട്ടികൾ)
- വിരശല്യം

വ്യക്തി ശുചിത്വം

കൗമാരപ്രായക്കാർ പ്രത്യേകം പ്രാധാന്യം നൽകേണ്ട ഒരു കാര്യമാണ് വ്യക്തി ശുചിത്വം. വ്യക്തിശുചിത്വത്തിൽ പ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നത് ചർമ്മ സംരക്ഷണമാണ്. കാരണം നമ്മുടെ ത്വക്കിൽ ധാരാളം ചെറുസുഷിരങ്ങളുണ്ട്. അതിലൂടെയാണ് സ്നേഹഗ്രന്ഥികൾ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്ന എണ്ണമയമുള്ള സീബം പുറത്തുവരുന്നത്. ഈ സീബം അന്തരീക്ഷത്തിലുള്ള പൊടി പടലങ്ങളുമായി ചേർന്ന് ബാക്ടീരിയയുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നു. മുഖക്കുരു ഉണ്ടാകുന്നതിനും കാരണം ഇതുതന്നെ. അതുകൊണ്ട് ശരീരം എപ്പോഴും വൃത്തിയാക്കി സൂക്ഷിക്കണം. ദിവസവും രണ്ടുനേരം കുളിക്കണം. വൃത്തിയുള്ള അടി

വസ്ത്രം ധരിക്കേണ്ടതും വളരെ ആവശ്യമാണ്.

ദന്തശുചിത്വക്കുറവിന്റെയും മോണരോഗത്തിന്റെയും പ്രധാന ലക്ഷണമാണ് വായ്നാറ്റം. അതുകൊണ്ട് ദിവസവും രാവിലെയും രാത്രിഭക്ഷണം കഴിച്ചതിനുശേഷവും പല്ലുതേയ്ക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. നല്ല രീതിയിൽ വൃത്തിയുള്ള കക്കൂസ് ഉപയോഗിക്കുന്നതുവഴി പകർച്ചവ്യാധികളും അണുബാധയും വിരശല്യവും വലിയ തോതിൽ തടയാൻ സാധിക്കും.

മൂത്രത്തിലുണ്ടാകുന്ന അണുബാധ എങ്ങനെ തടയാം?

- ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുക.
- മൂത്രശങ്ക തോന്നുമ്പോഴെല്ലാം മടികാണിക്കാതെ മൂത്രമൊഴിക്കുകയും വൃത്തിയാക്കി ശുചിയാക്കുകയും ചെയ്യുക.
- മലമൂത്ര വിസർജ്ജനത്തിനുശേഷം മൂന്നിൽ നിന്ന് പുറകിലോട്ട് കഴുകുന്നത് മൂത്രനാളിയിലെ അണുബാധ ഒഴിവാക്കാൻ സഹായിക്കും.
- ആർത്തവശുചിത്വം വേണ്ട വിധത്തിൽ ശീലിക്കുക.

വ്യക്തിത്വവികസനം: കൗമാരപ്രായത്തിൽ

ഏതൊരു വ്യക്തിയേയും ഏറ്റവുമധികം ആകർഷണീയ

നാക്കുന്നത് വ്യക്തിത്വമാണ്. വ്യക്തിത്വ വികസനം രൂപം കൊള്ളുന്നത് കൗമാരപ്രായത്തിലാണ്. ശാരീരികവും മാനസികവും ആത്മീയവുമായ കാര്യങ്ങളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന തിരിച്ചറിവ് വ്യക്തിത്വ വികസനത്തിന് സഹായിക്കുന്നു. യൗവ്വനാവസ്ഥയിലാകുമ്പോഴേക്കും കൗമാരപ്രായത്തിൽ മാതാപിതാക്കളോടു തോന്നിയിരുന്ന എതിർപ്പു കുറഞ്ഞുവരികയും ക്രമേണ അവരെ വീണ്ടും അംഗീകരിക്കാനുള്ള പ്രാപ്തി നേടുകയും ചെയ്യുന്നു. എടുത്തുചാടുന്ന പെരുമാറ്റമൊക്കെ മാറി കുറെയൊക്കെ ആത്മനിയന്ത്രണവും സഹനശക്തിയും കൈവരിക്കുന്നു. ഇന്നലെ വരെ ചില വിശ്വാസപ്രമാണങ്ങളിൽ അടിയുറച്ചു വിശ്വസിച്ചിരുന്നവർക്ക് പ്രായോഗികമായി ചിന്തിക്കാൻ കഴിയുന്നു. (കൗമാരപ്രായത്തിലെ കുട്ടികൾ അവരുടെ ശരീരസൗന്ദര്യത്തിൽ വളരെയധികം ശ്രദ്ധാലുക്കളാണ്. ആ ഉത്കണ്ഠ വെറുതെയായിരുന്നു എന്ന തിരിച്ചറിവ് യൗവ്വനത്തിൽ ഉണ്ടായിത്തുടങ്ങുന്നു.) കൗമാരത്തിൽ സഹപാഠികളുടെ എല്ലാ ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾക്കും അനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കുവാൻ ശ്രമിച്ചിരുന്നവർ പിന്നീടങ്ങോട്ട് ചുരുക്കം ചിലരിൽ മാത്രം നല്ല സുഹൃത്തുക്കളെ കണ്ടെത്തുന്നു. വ്യക്തിത്വ വികസനത്തിന് അടിത്തറ

നൽകാൻ കൗമാരപ്രായത്തിൽ തന്നെ നൽകുന്ന കുടുംബജീവിത വിദ്യാഭ്യാസം ഉതകുമെന്നതിൽ സംശയമില്ല.

ലഹരി പദാർത്ഥങ്ങളുടെ ഉപയോഗം

പുകവലി, മദ്യം, മയക്കുമരുന്ന് മുതലായവയ്ക്ക് അടിമപ്പെടുപോകാൻ ഏറെ സാധ്യതയുള്ള ഈ സമയത്ത് അവയിൽ നിന്ന് വിട്ടുനിൽക്കാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം.

കൗൺസലിംഗ് എന്തിന്? എപ്പോൾ?

കൗമാരപ്രായക്കാർക്ക് കൗൺസലിംഗ് നൽകുന്നതു വഴി ജീവിത സാഹചര്യങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെട്ടു പോകുവാനും, സംഘർഷങ്ങളെ നേരിടുവാനും സഹായിച്ചേക്കും. വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ആത്മഹത്യാ പ്രവണത കുറയ്ക്കാൻ ഇത് ഏറെ സഹായിച്ചേക്കും.

‘പറ്റിപ്പ്’ എന്നു പറയുവാനുള്ള ശീലം

പ്രലോഭനങ്ങളെ തിരിച്ചറിയുവാനുള്ള സാമാന്യബോധം ഉണ്ടാവേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. നമുക്കോരോരുത്തർക്കും നമ്മുടേതായ ഒരു സ്വകാര്യതയുണ്ട്. അനുവാദമില്ലാതെ ശരീരത്തിലെ ചില പ്രത്യേക ഭാഗങ്ങളിൽ തൊടാനുള്ള അവകാശം

മറ്റാർക്കുമില്ലല്ലോ. വേണ്ടാത്തത് ‘വേണ്ട’ എന്നു തന്നെ പറയാൻ പഠിപ്പിക്കുക - ‘വേണ്ട’ എന്നു പറഞ്ഞതുകൊണ്ട് മാത്രം നിങ്ങൾ അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ, അങ്ങനെ പറയാതിരിക്കുമ്പോൾ വരുന്നതിനേക്കാൾ ഒട്ടും ഭീകരമാവില്ല. പറയേണ്ടിടത്ത് ധൈര്യത്തോടെ ‘വേണ്ട’ എന്നു പറയാൻ ശീലിക്കണം.

തനതായ വ്യക്തിത്വം ഉള്ളവർ (സാഹചര്യങ്ങളുടെ സമ്മർദ്ദത്തിന് വഴങ്ങാത്തവർ) ജീവിതത്തിൽ തന്റെ മൂല്യങ്ങൾക്കും തത്ത്വങ്ങൾക്കും വിലകല്പിക്കുന്നവർ, ചുഷണവിധേയരാകാതിരിക്കാൻ സാഹചര്യങ്ങളെ നേരത്തെ തന്നെ തിരിച്ചറിയുകയും ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുന്നവർ. ഇവയിൽ ചില ഗുണങ്ങളെങ്കിലും ഉള്ള ആളാണോ നിങ്ങൾ എന്ന് സ്വയം പരിശോധിക്കുക. പക്ഷേ ഇതിനൊരു മറുവശവുമുണ്ട്. തത്ത്വങ്ങളെയും മൂല്യങ്ങളെയും ആവശ്യത്തിൽ കൂടുതൽ മുറുകെ പിടിച്ച് നമ്മളിൽ പലരും ജീവിതം ദുസ്സഹമാക്കുന്നുണ്ട്.

കുടുംബജീവിത വിദ്യാഭ്യാസം നൽകുന്നതുവഴി മുകളിൽ പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങളിൽ നല്ല അവബോധമുണ്ടാക്കി കൗമാരപ്രായക്കാരെ ഒരു പരിധിവരെ നേരായ മാർഗ്ഗത്തിലേക്ക് നയിക്കാൻ നമുക്കു കഴിയും. ❖

കടപ്പാട്: കൗമാര വിദ്യാഭ്യാസം

കൗമാരാരോഗ്യ വിദ്യാഭ്യാസം - പ്രസക്തി

ഡോ. എസ്.എസ്. ജഗ്നായക്

വെറു ക്യാഷ്ട്ര സംഘടനയുടെ കീഴിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന അന്തർദ്ദേശീയ ഫണ്ടിങ്ങ് ഏജൻസിയായ യുണൈറ്റഡ് നേഷൻസ് പോപ്പുലേഷൻ ഫണ്ട് (UNFPA) സമൂഹത്തിൽ ആരോഗ്യകാര്യങ്ങളിൽ പ്രത്യേക പരിരക്ഷ ആവശ്യമുള്ള വിഭാഗങ്ങളിൽ ഒരു കൂട്ടരായി കാണുന്നത് കൗമാരപ്രായക്കാരെയാണ്.

ലോകാരോഗ്യ സംഘടന 10 വയസ്സിനും 19 വയസ്സിനും ഇടയിൽ ഉള്ളവരെയാണ് കൗമാരപ്രായക്കാരായി പരിഗണിക്കുന്നത്. ലോകജനസംഖ്യയിൽ പകുതിയിലധികം പേർ 25 വയസ്സിനു താഴെയുള്ളവരാണ്. കൂടാതെ 29 ശതമാനം പേർ 10-നും 25-നും ഇടയിലുള്ളവരാണ്. ഇവരിൽ 80 ശതമാനവും വികസ്വരരാജ്യങ്ങളിലാണ് ജീവിക്കുന്നത്. ശാരീരികവും ബൗദ്ധികവും വൈകാരികവുമായ വിക

സനം നടക്കുന്നത് കൗമാരത്തിലാണ്. കുട്ടിത്തം വിട്ട് യുവത്വത്തിലേക്കുള്ള ചുവടുവയ്പ്പ്. ഈ ഘട്ടത്തിലാണ് അവർ അവരുടെ തനതായ വീക്ഷണവും ജീവിതശൈലിയും ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുന്നത്.

നമ്മുടെ കുട്ടികളെയും കൗമാരപ്രായക്കാരെയും നന്നായി വളർത്തിയെടുക്കേണ്ടത് ഒരു സമൂഹത്തിന്റെ ഭാഗ്യമായിട്ടാണ്. ഭാവിയിൽ അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. കുടുംബം കഴിഞ്ഞാൽ കൗമാരപ്രായക്കാരെ യുവത്വത്തിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളിലേക്ക് കൂടുതൽ ശക്തിയായി

കടത്തിവിടുന്നത് വിദ്യാഭ്യാസസ്ഥാപനങ്ങളാണ്. ആരോഗ്യവും വിദ്യാഭ്യാസവും തമ്മിൽ അഭേദ്യമായ ബന്ധമുണ്ടെന്നുള്ളത് ഇന്ന് പരക്കെ അംഗീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആരോഗ്യമില്ലാത്ത കുട്ടികളിലാണ് പഠന പിന്നോക്കാവസ്ഥ കാണുന്നത്. ആരോഗ്യകരമായി ജീവിക്കാൻ പഠിക്കാത്ത കുട്ടികൾക്ക് ഒരിക്കലും ഒരു സമൂഹത്തിന്റെ ഉല്പാദനക്ഷമതയുള്ള അംഗങ്ങളാകാൻ കഴിയില്ല.

കൗമാരം

കൗമാരം ബാല്യത്തിനും



യൗവ്വനത്തിനും ഇടയിലുള്ള കാലഘട്ടമാണ്. ശാരീരിക-മാനസിക വളർച്ച, വ്യക്തിത്വ വികസനം, വൈകാരിക-സാമൂഹിക വളർച്ച മുതൽ സർഗ്ഗാത്മക കഴിവുകൾ വരെ ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ വികസിക്കുന്നു.

ഈ ഘട്ടത്തിൽ അധിക ഊർജ്ജവും ഓജസ്സും ഉണ്ടാകുന്നു. ഇത് നേരായ വഴിയിൽ

തിരിച്ചു വിട്ടാൽ ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു സമൂഹം കെട്ടിപ്പടുക്കാൻ കഴിയും.

കൂട്ടുകെട്ടിൽ കുടി നല്ലതും ചിത്തയുമായി ഒട്ടേറെ കാര്യങ്ങൾ അറിയുന്നതും അനുഭവിക്കുന്നതും കൂടാതെ, മദ്യം, മയക്കുമരുന്ന്, പുകവലി, ലൈംഗിക ബന്ധങ്ങൾ, സാമൂഹ്യ വിരുദ്ധശീലങ്ങൾ, പ്രേമവും പ്രേമനൈരാശ്യങ്ങളും വരെ സംഭവിക്കുന്ന ഒരു ഘട്ടമാണ് കൗമാരകാലം.

കൗമാരത്തിന്റെ പ്രത്യേകതകൾ

1. ശാരീരിക വളർച്ചയിലെ മാറ്റങ്ങൾ
2. ലൈംഗികാവയവങ്ങളുടെ വളർച്ച
3. മാനസികനിലയിലെ മാറ്റങ്ങൾ

മാനസികനിലയിലുണ്ടായ മാറ്റങ്ങൾ വ്യക്തിത്വവികസനത്തിൽ നിർണ്ണായകമായ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നു. ഈ വിഷയങ്ങളിൽ വളരെ സമ്പന്നമായ അറിവ് പകരുക വഴി അവരിലുണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കാൻ കഴിയുന്നതു കൂടാതെ സമൂഹത്തിലെ കരുത്തുറ്റ പൗരന്മാരാകാൻ സഹായിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

എല്ലാത്തരം ചുഷണങ്ങൾക്കും വിധേയരാകുന്നത് കൗമാരപ്രായക്കാരാണ്. ഈ പ്രായത്തിൽ കുട്ടികൾ തെറ്റും

ശരിയും വേർതിരിച്ചറിയാൻ കഴിയാതെ ദുഷിച്ച കൂട്ടുകെട്ടിനാൽ സ്വാധീനിക്കപ്പെട്ട് പലതരം കെണികളിൽ വീണുപോകുന്നു. ഇന്ന് കുട്ടികളിൽ പുകവലി, മദ്യം, മയക്കുമരുന്ന്, എന്നിവയുടെ ഉപയോഗം വളരെ കൂടുതലായി കണ്ടുവരുന്നുണ്ട്. ഇതു കൂടാതെ ലൈംഗിക പീഡനങ്ങൾക്കും കുട്ടികൾ വിധേയരാകുന്നു. ഇത് അവരുടെ മാനസികവും ശാരീരികവും വ്യക്തിപരവുമായ വികാസത്തെ കടുത്ത സമ്മർദ്ദത്തിൽ പ്പെടുത്തുന്നു.

കൗമാരപ്രായക്കാരുടെ ശാരീരിക വൈകാരിക മാനസിക മാറ്റങ്ങളും, വേവലാതികളും സംശയങ്ങളും, ചിന്താപരമായ വ്യതിയാനങ്ങളും സമപ്രായക്കാരുടെ സ്വാധീനങ്ങളും കൂടാതെ മൂല്യബോധത്തിൽ നിന്നുടലെടുക്കുന്ന സംഘർഷങ്ങളും ഇവരെ പ്രശ്നസങ്കീർണ്ണമായ ഒരവസ്ഥയിൽ കൊണ്ടെത്തിക്കുന്നു. പത്രമാദ്ധ്യമങ്ങളിൽ നിന്ന് ഇത് പലപ്പോഴും വഴിതെറ്റിയ ജീവിതത്തിലേക്ക് അവരെ നയിക്കുന്നു. ദൃശ്യമാദ്ധ്യമങ്ങളിൽ നിന്നും അനാരോഗ്യകരമായ പല പ്രവണതകളും കുട്ടികളിലേക്ക് സംക്രമിക്കുന്നു.

എൻ.സി. ഇ. ആർ. ടി. കൗമാരാരോഗ്യവിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ ലക്ഷ്യങ്ങൾ ഇപ്രകാരം വിവരിക്കുന്നു.

1. കൗമാരക്കാർക്ക് അവരുടെ ശാരീരിക-മാനസിക, വൈ

കാരിക പ്രജനന ലൈംഗിക ആരോഗ്യങ്ങളെപ്പറ്റി ആധികാരികവും ശാസ്ത്രീയവുമായ വിവരങ്ങൾ നൽകൽ

2. ആരോഗ്യപരമായ ലൈംഗികമനോഭാവം, എതിർലിംഗക്കാരോടു ബഹുമാനം വളർത്തുക എന്നിവയ്ക്ക് കഴിവുണ്ടാക്കൽ
3. എയ്ഡ്സിന്റെ കാരണങ്ങൾ പ്രത്യഘാതങ്ങൾ ഇവയെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാക്കൽ
4. മദ്യം, മയക്കുമരുന്ന് ഇവയുടെ ഉപയോഗത്തിന്റെ പ്രത്യഘാതങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധവൽക്കരണം.

മുകളിൽ പറഞ്ഞ നാലു ലക്ഷ്യങ്ങളെ മുൻനിർത്തിയായിരിക്കണം കൗമാരാരോഗ്യ വിദ്യാഭ്യാസം പ്രചരിപ്പിക്കേണ്ടത്. ഈ വിദ്യാഭ്യാസം വിദ്യാലയത്തെ മാത്രം കേന്ദ്രീകരിച്ചല്ല നടത്തേണ്ടത്. കുടുംബവും സമൂഹവും ഇത് നൽകാൻ ബാധ്യസ്ഥരാണ്.

കൗമാരാരോഗ്യവിദ്യാഭ്യാസം പ്രത്യേകിച്ച് താഴെപ്പറയുന്ന കാര്യങ്ങളെ സംബന്ധിച്ചായിരിക്കണം.

1. പ്രജനനാരോഗ്യം

ഇതിൽ സ്ത്രീ-പുരുഷ ലൈംഗികാവയവ വ്യവസ്ഥ മുതൽ ലൈംഗികബന്ധം വരെയുള്ള വിവിധ വിഷയങ്ങളിൽ അറിവു നൽകേണ്ടതാണ്.

2. കുടുംബ ജീവിതം

ഈ വിഷയത്തിൽ വളരെയധികം കാര്യങ്ങൾ കൗമാരക്കാർ മനസ്സിലാക്കാനുണ്ട്. അതായത് പോഷകാഹാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം, വ്യക്തിശുചിത്വം, ലൈംഗികരോഗങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള അറിവ്, ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളുടെ ദുരുപയോഗം, പോഷകാഹാരക്കുറവിലുള്ള കാരണങ്ങൾ, മറ്റു ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ, കർണ്ണസംരക്ഷണം, നേത്രസംരക്ഷണം, ചർമ്മസംരക്ഷണം, ദന്തസംരക്ഷണം, എയ്ഡ്സിനെപ്പറ്റിയുള്ള വിവരങ്ങൾ, ലൈംഗിക ചൂഷണം, കുടുംബസുത്രണ മാർഗ്ഗങ്ങൾ, വ്യക്തിത്വവികസനം, സ്ത്രീ പുരുഷ ബന്ധങ്ങൾ, കുടുംബജീവിതത്തിൽ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട മറ്റു കാര്യങ്ങൾ എന്നിവ മുതൽ നല്ല പൗരനായി ജീവിക്കാനുള്ള അറിവുവരെ ഇതിൽ ഉൾപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

കൗമാരാഭിരുചി വിദ്യാഭ്യാസം - സ്വാധീനിക്കാവുന്ന സ്ഥാപനങ്ങൾ

1. വിദ്യാലയം

വിദ്യാലയത്തിൽ നിന്ന് കൗമാരപ്രായക്കാർക്ക് വളരെയധികം അറിവ് ലഭിക്കും. മാതാപിതാക്കൾക്ക് നൽകാൻ കഴിയാത്ത ധാരാളം അറിവുകൾ അദ്ധ്യാപകർക്ക് നൽകാൻ കഴിയും. കൂടാതെ വിദ്യാലയത്തിന്റെ ഭൗതികാന്തരീക്ഷം,

സാമൂഹിക-സാംസ്കാരിക നിലവാരം എന്നിവയും കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്ന ശക്തമായ ഘടകങ്ങളാണ്. ഈ ഘട്ടത്തിൽ അദ്ധ്യാപകർ കുട്ടികൾക്ക് ഒരു 'മാതൃക' ആണ്.

2. കുടുംബം

മാതാപിതാക്കൾക്കും സഹോദരങ്ങൾക്കും കൗമാരപ്രായക്കാരുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കാനും പരിഹരിക്കാനും സാധിക്കും. മാതാപിതാക്കൾക്ക് അവരുടെ കുട്ടികളിൽ മറ്റാർക്കുമില്ലാത്ത അധികാരവും സ്വാധീനവുമുണ്ട്. കൂടാതെ കുടുംബാന്തരീക്ഷത്തിന്റെ ഉറപ്പ്മളത കുട്ടികളിൽ വളരെ നല്ല സ്വാധീനം ചെലുത്തും. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മാതാപിതാക്കൾ കുട്ടികളിൽ കുടുംബത്തിന്റെ സ്വാധീനം മനസ്സിലാക്കുകയും അതിന്റേതായ രീതിയിൽ കുടുംബം സജ്ജമാക്കുകയും വേണം.

മുതിർന്നവരുടെ പ്രവൃത്തികൾ അവർ അനുകരിക്കുക സ്വാഭാവികമാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മാതാപിതാക്കളും മറ്റു കുടുംബാംഗങ്ങളും കൗമാരക്കാരുടെ ആരോഗ്യവിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം.

3. സർക്കാർ സംവിധാനങ്ങൾ

സർക്കാർ സംവിധാനങ്ങൾക്ക് കൗമാരക്കാരുടെ ആരോഗ്യവിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ

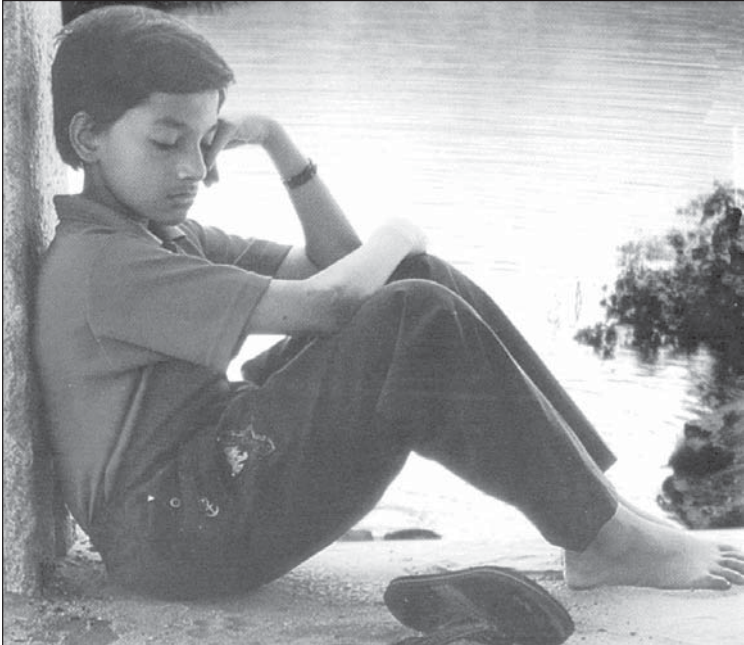
പ്രത്യേകപങ്കുണ്ട്. പലതരത്തിലുള്ള പകർച്ചവ്യാധികളിൽ നിന്നും സാംക്രമികരോഗങ്ങളിൽ നിന്നും അപകടങ്ങളിൽ നിന്നും കൗമാരക്കാരെ രക്ഷിക്കുന്നതു കൂടാതെ അവർക്കുവേണ്ട കൗൺസലിങ്ങ് സംഘടിപ്പിക്കാനും ഇതുവഴി സാധിക്കും.

4. സമുദായം

സ്കൂൾ - കുടുംബം - സമുദായം ഇവ ഒരുമിച്ചു ചേർന്ന് കുട്ടികളുടെ ആരോഗ്യപരിരക്ഷയ്ക്കായി ധാരാളം കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ സാധിക്കും. കുട്ടികൾക്കുവേണ്ടി പ്രത്യേകം ആരോഗ്യപരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിക്കാൻ അതതു സമുദായങ്ങൾക്കു കഴിയും. സമുദായത്തിന്റെ സേവനം സ്കൂളുകളിലെ കൗമാരപ്രായക്കാരുടെ ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിനായി കൂടി ഉപയോഗിക്കണം.

മുകളിൽ പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ മുഖേന കൗമാരപ്രായക്കാരുടെ ആരോഗ്യസംരക്ഷണം ഉറപ്പാക്കാം. കൗമാരപ്രായക്കാരുടെ ആരോഗ്യവിദ്യാഭ്യാസം അതിപ്രധാനമായ ഒന്നാണ്. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ഇന്നത്തെ കൗമാരക്കാർ നാളത്തെ യുവാക്കളും രാഷ്ട്രത്തിന്റെ ശക്തരായ പൗരന്മാരുമാകേണ്ടവരാണ്. ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു ജനതയ്ക്കു മാത്രമേ രാഷ്ട്ര പുരോഗതിക്കായി പ്രവർത്തിക്കാനും സംഭാവന നൽകാനും സാധിക്കൂ. ❖

ജീവിതത്തിലെ വസന്ത കാലമായാണ് കൗമാരത്തെ കരുതപ്പെടുന്നത്. വസന്തകാലത്ത് പ്രകൃതി സസ്യലതാദികളിൽ തളിരണിയിക്കുകയും പൂമൊട്ടുകൾ വിരിയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതുപോലെ തന്നെ മനുഷ്യശരീരത്തിലും അതിന്റെ കരവിരുത് പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു. ഇക്കാലത്ത് ശാരീരികവും മാനസികവുമായ അസംഖ്യം മാറ്റങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നു. അതുവരെ അനാകർഷകമായിരുന്ന മേനി പെട്ടെന്ന് മൃദുലവും അഴകൊഴുകുന്നതുമാകുന്നു. തിളങ്ങുന്ന കണ്ണുകളും വിടർന്ന പുഞ്ചിരിയും ഊർജ്ജസ്വലതയും കൗമാരത്തിന്റെ പ്രത്യേകതകൾ തന്നെ. ബാല്യത്തിനും യൗവ്വനത്തിനുമിടയിലുള്ള (12 വയസ്സു മുതൽ 20 വയസ്സുവരെ) ഈ ചെറിയ കാലഘട്ടം മാനസികമായ പരിക്കുകളൊന്നുമില്ലാതെ കടന്നുകിട്ടാൻ വളരെ പ്രയാസമാണ്.



കളിയും ചിരിയും മാറുന്ന കൗമാരം

പ്രസന്നകുമാർ. ആർ

കൗമാര കുതുഹലങ്ങളെ ജീവിതത്തിന്റെ വസന്തമെന്ന് കാല്പനിക കവികൾ വിശേഷിപ്പിക്കുമ്പോൾ ജീവിതത്തിലെ മറ്റേതു ഘട്ടങ്ങളേക്കാളും വൈഷമ്യമേറിയ ഘട്ടമാണിതെന്ന് മാതാപിതാക്കളും മനുശാസ്ത്രജ്ഞരും സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു. പരിഷ്കൃത രൂപമാർജ്ജിക്കാത്ത സഹജവാസനകളാണ് കൗമാര

ത്തെ നയിക്കുകയെന്ന് അറിസ്റ്റോട്ടിൽ പറയുമ്പോൾ, വൈകാരികമായ പ്രക്ഷുബ്ധാവസ്ഥയെയാണ് പ്ലേറ്റോ നോക്കിക്കാണുന്നത്.

മാറുന്ന രൂപവും ഭാവവും
പെട്ടെന്നുള്ള ശാരീരിക മാറ്റങ്ങളോടെയാണ് കൗമാരത്തിന്റെ കടന്നുവരവ്. അതുവരെയുണ്ടായിരുന്ന കുട്ടിത്തം പോയ്

മറയുന്നു. ആ സ്ഥാനത്ത് ഉൾ വലിയലിന്റെയും ചിന്തയുടെയും നാണത്തിന്റെയുംമൊക്കെ വിഭിന്ന ഭാവങ്ങൾ പ്രകടമാകുന്നു. ശാരീരിക മാറ്റങ്ങളിൽ, ഉയരവും തൂക്കവും ഗണ്യമായ രീതിയിൽ വർദ്ധിക്കുന്നു. അതോടൊപ്പം ഒരു തരം ആകർഷണീയത കൈവരുന്നു. ആൺകുട്ടികളിൽ ഈ മാറ്റം പെൺകുട്ടികളുടേതിലും രണ്ടുരണ്ടു വർഷം താമസിച്ച് സാധാരണ കാണുന്നത്. ശാരീരിക മാറ്റങ്ങൾ സംഭവിച്ചു കഴിയുന്നതോടെ കൗമാരത്തിൽ നിന്നും യൗവ്വനത്തിലേക്കുള്ള മാറ്റം പ്രായേണ ദീപ്തമാകുന്നു. ചിന്തയിൽ വീടും സ്കൂളും പഠനവും മാത്രം നിറഞ്ഞുനിന്നിരുന്ന കുട്ടികളിൽ സമൂഹത്തിന്റെ വിവിധ മണ്ഡലങ്ങൾകൂടി സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്നതായി അവരറിയാറുണ്ട്. അങ്ങനെ സാമൂഹ്യവൽക്കരണത്തിന്റെ മാറ്റങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്നതോടെ മാതാപിതാക്കളോടും സഹോദരങ്ങളോടുമുള്ള ബന്ധത്തിൽ പ്പോലും കാതലായ വ്യതിയാനം ദൃശ്യമാകുന്നു. കാറ്റും കോളും നിറഞ്ഞ, തികച്ചും സംഘർഷഭരിതമായ വളർച്ചയുടെ ഈ ഘട്ടത്തിൽ ശരിയായ അറിവും മാനസിക പിന്തുണയും മുതിർന്നവരും അധ്യാപകരും നൽകേണ്ടതുണ്ട്.

കൗമാരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ശരിയായ അറിവ്

ശാരീരിക മാറ്റങ്ങളും ലൈംഗികവും മാനസികവുമായ മാറ്റങ്ങളും ഈ ഘട്ടത്തിൽ താരതമ്യേനയിലാണെങ്കിലും ഇവയെക്കുറിച്ചുള്ള ശാസ്ത്രീയമായ അറിവോ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങളോ ഇവരിൽ പലർക്കും ലഭിക്കുന്നില്ല. തനിക്കെന്തോ അസാധാരണമായി സംഭവിക്കുന്നുവെന്നും, മറ്റുള്ളവർ സ്നേഹിക്കുന്നില്ലെന്നും മൊക്കെയുള്ള അബദ്ധജടിലമായ തോന്നലുകളിൽ നിന്നും ഉയിർക്കൊള്ളുന്ന ആശങ്കയും ആധിര്യം പേറുന്ന ഇവർ മിക്കപ്പോഴും സംശയ നിവാരണത്തിന് ആശ്രയിക്കുന്നത് ഇതേ അവസ്ഥയിലുള്ള സുഹൃത്തുക്കളെ മാത്രമാണ്. കുട്ടുകാരുടെ സ്വാധീനം ഏറ്റവും കൂടുതൽ കാണപ്പെടുന്ന കാലഘട്ടം കൂടിയാണിത്.

വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങൾ

വൈകാരികമായ അസ്ഥിരത കൗമാരത്തിന്റെ മറ്റൊരു മുഖമാണ്. ശാരീരികവും, മാനസികവും, സാമൂഹ്യവുമായി കൈവന്ന മാറ്റങ്ങളോടു പൊരുത്തപ്പെട്ട് സ്വന്തം അസ്ഥിത്വം സ്ഥാപിച്ചെടുക്കാനാണ് കൗമാരക്കാരുടെ ശ്രമം. വൈകാരിക ഭാവങ്ങൾ ഇവരുടെ മനസ്സിൽ മാറിമറിഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കും. ഒരു നിമിഷ

ത്തിലെ സന്തോഷം അടുത്തനിമിഷം സന്താപവും അരക്ഷിതബോധവുമായി മാറിയേക്കാം. വിദ്വേഷവും ആശങ്കകളും കൂടിക്കൂഴത്തുള്ള ഒരു മാനസികലോകത്തിലാണ് മിക്കപ്പോഴും കൗമാരപ്രായക്കാർ.

നിയന്ത്രണങ്ങൾ മറികടക്കുന്ന കാലം

അനിയന്ത്രിതമായ വികാരവായ്പ് - ആൺകുട്ടികൾക്കും പെൺകുട്ടികൾക്കും തോന്നുമെങ്കിലും ഒന്നും പ്രകടിപ്പിക്കാനാവാത്ത സാമൂഹ്യചലനങ്ങൾ. അങ്ങനെ മുതിർന്നവരുടെ നിയന്ത്രണങ്ങളിൽ നിന്നും വഴുതിപ്പോകുന്ന ഇവർ സമപ്രായക്കാരുടെ കൊച്ചുസംഘങ്ങളിലേക്ക് തിരിയുന്നു. വീട്ടിലും മുതിർന്നവരിൽ നിന്നും ലഭിക്കാത്ത അത്രയും അംഗീകാരവും പിന്തുണയും ആശയപ്രകടന സ്വാതന്ത്ര്യവും അവർക്കവിടെ ലഭിക്കുന്നു. മുതിർന്നവരുടെ മൂല്യബോധവും ചിന്താധാരകളും ഒരു വശത്തും കൗമാരത്തിന്റെ ചിന്തകളും ജീജ്ഞാസകളും മറുവശത്തുമാണ്. ഈ സാഹചര്യത്തിൽ മാതാപിതാക്കളുമായുള്ള ഉരസലിനുവരെ ഇതു കാരണമാകുന്നു.

ഒളിച്ചോട്ടം എന്ന ഭീരുത്വം

കുടുംബത്തിലോ സ്വന്തം ജീവിതത്തിലോ ഉണ്ടാകുന്ന

അത്യപ്തികരമായ ചെറിയ സംഭവം പോലും ചില കുട്ടികളെ എന്നെന്നേക്കുമായി വീട് വിട്ടുപോകാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. പ്രശ്നങ്ങൾ താൽക്കാലികമാണെന്നും ഒളിച്ചുപോകുന്നതിലൂടെ കൂടുതൽ പ്രശ്നങ്ങളിൽ എത്തിപ്പെടുമെന്നും മനസ്സിലാക്കാൻ ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ഇവർക്ക് കഴിയുന്നില്ല.

ഒറ്റപ്പെടൽ എന്ന നൊമ്പരം

കൗമാരത്തിലെ മറ്റൊരു പ്രത്യേക അവസ്ഥയാണ് ഒറ്റപ്പെടൽ. ഇന്ത്യയിൽ ഏതാണ്ട് 70 ശതമാനത്തോളം പെൺകുട്ടികളും 55 ശതമാനം ആൺകുട്ടികളും കൗമാരപ്രായത്തിൽ ഒറ്റപ്പെടൽ അനുഭവിക്കുന്നു എന്നാണ് സ്ഥിതിവിവരക്കണക്കുകൾ വെളിപ്പെടുത്തുന്നത്. കേരളത്തിൽ അടുത്തിടെ സാമൂഹ്യക്ഷേമ വകുപ്പ് നടത്തിയ ഒരു സർവ്വേയിൽ വെളിവാക്കപ്പെട്ടത് 14.32 ശതമാനം പേർ ഒറ്റപ്പെടലിന്റെ വിഷമം അനുഭവിക്കുന്നുവെന്നാണ്. ഇതിന്റെ മാനസിക കാരണങ്ങൾ നിരവധിയാണ്. പെട്ടെന്ന് പൂർത്തീകരിക്കാനാവാത്ത കൗമാരമോഹങ്ങളാണ് ഇതിൽ പ്രധാനം. സങ്കോച സ്വഭാവവും ആത്മബോധത്തിന്റെ കുറവുമുള്ള കുട്ടികളിൽ ഒറ്റപ്പെടാനുള്ള പ്രവണത കൂടിയിരിക്കുന്നതായി പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പി

ക്കുന്നു. കൗമാരത്തിന്റെ അനിവാര്യമായ മാറ്റങ്ങൾക്കൊപ്പം പൊരുത്തപ്പെട്ടു പോകുവാൻ ഈ ഏകാന്തത ഒരളവുവരെ സഹായിക്കുമെന്നാണ് മനുഃശാസ്ത്രമതം. എന്നാൽ പലപ്പോഴും ഗുണകരമായ ഈ മാർഗ്ഗത്തിലേക്ക് ഒറ്റപ്പെടൽ ഇവരെക്കൊണ്ടെത്തിക്കുന്നത്.

തെറ്റായ അനുകരണശീലം

സാമൂഹ്യ ബന്ധങ്ങൾ വികസനമാകുന്നതോടെ പുതിയ പ്രസ്ഥാനങ്ങൾ, പ്രവർത്തനമേഖലകൾ, ആശയങ്ങൾ എന്നിവയോട് ആഭിമുഖ്യം വരുന്നു. ഇതിലൂടെ അനുകരണവും സാഹസികതയും പലരുടേയും മുഖമുദ്രയാകുന്നു. പ്രത്യാഘാതങ്ങളെക്കുറിച്ചു ചിന്തിക്കാതെ എന്തിനേയും ഏതിനേയും അനുകരിക്കുന്ന ഇവർ വളരെ വേഗം ചൂഷണങ്ങൾക്കു വിധേയരാകുന്നു.

ദുരന്തം വിതയ്ക്കുന്ന മയക്കുമരുന്നുകൾ

പുകവലി, മദ്യപാനം, പാൻമസാലകൾ, മറ്റുതരത്തിലുള്ള മയക്കുമരുന്നുകൾ എന്നിവ പലരും ആരംഭിക്കുന്നത് ഈ കാലഘട്ടത്തിലാണ്. കൂട്ടുചേരുമ്പോൾ തമാശയ്ക്കോ അല്ലെങ്കിൽ സമ്മർദ്ദങ്ങൾക്കു വഴങ്ങിയോ ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങുന്നവർ പിന്നീട് ഇത്തരം ദുഃശീല

ങ്ങൾക്ക് അടിമകളായി മാറുകയാണ് പതിവ്. പതിനെട്ടുവയസ്സിനു താഴെയുള്ള കുട്ടികൾക്ക് പുകയിലയുൽപ്പന്നങ്ങൾ വിൽക്കാൻ പാടില്ല, എന്ന നിയമം നിലവിലുണ്ടെങ്കിലും അടുത്ത കാലത്തായി പാൻമസാലയുടെ ഉപയോഗം കൗമാരപ്രായക്കാരായ സ്കൂൾ കുട്ടികളിൽ ക്രമാതീതമായി വർദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നതായി കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. മറ്റു മയക്കുമരുന്നുകളെ അപേക്ഷിച്ച് തുച്ഛമായ തുകയ്ക്ക് സുലഭമായി എവിടെയും ലഭിക്കുമെന്നതും സൗകര്യപൂർവ്വം കൊണ്ടു നടന്ന് ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയുമെന്നതും കൗമാരക്കാർക്കിടയിൽ ഇതിനെ ആകർഷകമാക്കുന്നു. ആൺകുട്ടികൾക്കൊപ്പം ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെടുന്ന പെൺകുട്ടികളുടെ എണ്ണവും കൂടി വരുകയാണ്.

കുറ്റവാസന കൂടിയേറുന്ന കാലം

ഇപ്പോൾ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന കുറ്റകൃത്യങ്ങളിലും അക്രമപ്രവർത്തനങ്ങളിലും കൗമാരപ്രായക്കാരുടെ പങ്ക് ഭീതിജനകമാണ്. കൊലപാതകം, കവർച്ച, കുലിത്തല്ല്, വാഹനമോഷണം, തട്ടിക്കൊണ്ടുപോകൽ എന്നിവയിലെല്ലാം ഇവർ ഉൾപ്പെട്ടുകാണുന്നു. ഏറ്റവും അവസാനം

ഇത് സൈബർ കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ വരെ എത്തി നിൽക്കുന്നു.

സാമൂഹ്യവിരുദ്ധ പ്രവണതകൾ നിലനിൽക്കുന്ന കുടുംബസാഹചര്യങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള കുട്ടികളാണ് പൊതുവെ സംഘം ചേരലിനും മറ്റു ക്രൂരകൃത്യങ്ങൾക്കും നേതൃത്വം നൽകുന്നത്. പെൺകുട്ടികൾക്കിടയിലെ കുറ്റകൃത്യങ്ങളും വർദ്ധിച്ചുവരുന്നതായാണ് റിപ്പോർട്ടുകൾ വെളിപ്പെടുത്തുന്നത്.

ശിഥിലമായ കുടുംബ ഘടനകൾ

കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയിലും സ്വഭാവ രൂപീകരണത്തിലും കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ പങ്ക് വളരെ നിർണ്ണായകമാണ്. മദ്യപിച്ചെത്തി ബഹളം കൂട്ടുന്ന അച്ഛനും ശിഥിലമായ കുടുംബഘടനകളും കുട്ടികളുടെ യഥാർത്ഥ കഴിവിനെ നശിപ്പിക്കുകയും വഴിമാറ്റി വിടുകയുമാണ് ചെയ്യുന്നത്. നിരാശയിൽ വീഴുന്ന ഇവരെ ആധിയും ഏകാന്തതയും ഗ്രസിക്കുന്നു.

അച്ചടക്കമില്ലായ്മയും അവഗണനയും

അച്ചടക്കമില്ലായ്മ കൗമാരകാലത്തെ മറ്റൊരു പ്രധാന സ്വഭാവ വ്യതിയാനമാണ്. അച്ഛനമ്മമാരേയും മുതിർന്നവരേയും അനുസരിക്കാതിരിക്കുക, പ്രവൃത്തികളിലെ എടുത്തുചാട്ടം, കള്ളം പറയൽ, മറ്റുള്ളവരെ

കളിയാക്കലും ഉപദ്രവിക്കലും, സ്വകാര്യ ആവശ്യത്തിനായി ചെയ്യുന്ന ചെറിയ ചെറിയ മോഷണങ്ങൾ തുടങ്ങി നിസ്സാരമെന്നു തോന്നിക്കുന്നതും എന്നാൽ ഭാവിയിൽ ഗുരുതരമായ സ്വഭാവ വൈകല്യങ്ങളിലേക്കു നയിക്കുന്നതുമായ പ്രവൃത്തികൾ കൗമാരകാലത്ത് പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു. കുടുംബത്തിന്റെയും സമൂഹത്തിന്റെയും കുട്ടികൾക്കു നേരെയുള്ള അവഗണന ഇത്തരം പ്രവൃത്തികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാൻ പോന്നതാണ്. കേരളത്തിൽ ഇത്തരത്തിൽ അവഗണിക്കപ്പെടുന്ന കുട്ടികൾ 13.6 ശതമാനമാണെന്ന് സർവ്വേകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

ചതിക്കുഴികളാകുന്ന സൗഹൃദങ്ങൾ

കൗമാര ചാപല്യങ്ങളിൽപ്പെടുന്ന ഒന്നാണ് വിട്ടുപിരിയാനാവാത്ത സൗഹൃദം. ഈ വിധമുള്ള വൈകാരികമായി ഇഴുകിച്ചേർന്ന സൗഹൃദങ്ങൾ സാധാരണയായി പെൺകുട്ടികളിലാണ് കാണുന്നത്. മുതിർന്നവർ തടസ്സം നിന്നാൽ മിക്കവാറും വീടുവിട്ടുപോകലോ ഒരുമിച്ചുള്ള ആത്മഹത്യയോ ആയിരിക്കും ഫലം. വൈകാരികമായ പകതയില്ലായ്മയാണ് ഇതിനൊക്കെ കാരണം എന്നഭിപ്രായപ്പെടാമെങ്കിലും കൗമാരം കടക്കുന്നതോടെ യഥാർത്ഥ്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി

ജീവിതം ശരിയായ രീതിയിൽ ചിട്ടപ്പെടുത്തുന്നവരാണ് ഇവരിൽ അധികവും. അതുപോലെ തന്നെ കൗമാരസൗഹൃദങ്ങൾ എല്ലായ്പ്പോഴും പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചുകാണുന്നില്ല. സാമൂഹ്യവും വൈകാരികവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ഒറ്റയ്ക്കു നേരിടാൻ കഴിയാതെ വരുമ്പോഴും മനോസംഘർഷങ്ങൾ വരിഞ്ഞു മുറുകുമ്പോഴും നല്ല സൗഹൃദങ്ങളുള്ളതിനാൽ വിഷാദത്തിലേക്കും ആത്മഹത്യയിലേക്കും വഴുതി വീഴാതെ അവരിൽ നിന്നും ശക്തി നേടുന്നു. നല്ല സൗഹൃദങ്ങൾ ജീവിതത്തിന് ദിശാബോധവും സംരക്ഷണവും നൽകുന്നുവെന്നത് യാഥാർത്ഥ്യം തന്നെ.

പഠനത്തിലെ പിന്നോക്കാവസ്ഥ

കൗമാരകാലഘട്ടം എന്നത് സ്കൂൾ, കോളേജ്, വിദ്യാഭ്യാസകാലം തന്നെയാണ്. ഈ കാലഘട്ടത്തിലെ പഠന നേട്ടങ്ങൾ ഭാവി ജീവിതത്തെ കരുപ്പിടിപ്പിക്കാൻ പോന്നതാണ്. പഠനത്തിലെ പിന്നോക്കാവസ്ഥ പല കുട്ടികളിലും ഒരു പ്രശ്നമായിത്തന്നെ കാണാറുണ്ട്. പ്രത്യേകിച്ചും ബാല്യകാലത്ത് വളരെ ഉയർന്ന നിലവാരം പുലർത്തുകയും കൗമാരത്തിൽ അതിന് വിപരീതമായി സംഭവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരുടെ കാര്യത്തിൽ. ഇവരെ സംബന്ധിച്ച് പഠനവും

പരീക്ഷയും അഗ്നിപരീക്ഷകൾ തന്നെ. പരീക്ഷാ കാലം അടുക്കുന്നോടൊപ്പം മാനസികപ്രശ്നങ്ങളോടൊപ്പം ശാരീരികാസ്വസ്ഥതകളും ഇവരിൽ തലപൊക്കുന്നു. കേരളത്തിൽ പഠനത്തിന്റെ പേരിൽ 60 ശതമാനം കുട്ടികൾ മാനസികമായും 29.74 ശതമാനം കുട്ടികൾ ശാരീരികമായും പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്നതായാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

വഴിതെറ്റിക്കുന്ന ടി.വി ചാനലുകൾ

ടി.വി ചാനലുകൾ കടന്നു ചെല്ലാത്ത ഉൾ നാടൻ ഗ്രാമങ്ങൾ പോലും ഇന്ന് കാണാൻ പ്രയാസമാണ്. ടി.വി. നിത്യജീവിതത്തിൽ ചെലുത്തുന്ന സ്വാധീനം ചെറുതല്ല. കൗമാരപ്രായക്കാർ മുതിർന്നവരോടൊപ്പമിരുന്ന് സാധാരണ പരിപാടികൾ കാണുമെങ്കിലും ഒറ്റയ്ക്കായിരിക്കുമ്പോഴാണ് ഇവരുടെ യഥാർത്ഥ മുഖം വെളിവാകുന്നത്. വിജ്ഞാനം പകരുന്ന പരിപാടികളേക്കാൾ കൗമാരക്കാർക്കിഷ്ടം അശ്ലീലച്ചുവയുള്ള നൃത്ത-ഗാന രംഗങ്ങളാണ്. ഇത് തെറ്റായ മൂല്യബോധത്തിലേക്കും അധർമ്മിക പ്രവർത്തനങ്ങളിലേക്കും ഇവരെ നയിക്കുന്നു.

ദുരുപയോഗം ചെയ്യുന്ന മൊബൈൽ ഫോൺ, കമ്പ്യൂട്ടർ, ഇന്റർനെറ്റ്

വിവരസാങ്കേതിക വിദ്യ

യുടെ അത്ഭുതകരമായ കടന്നുവരവ് കൗമാരക്കാരിൽ ഉണ്ടാക്കിയിരിക്കുന്ന മാറ്റങ്ങൾ ചെറുതല്ല. വേഗതയേറിയ ജീവിതരീതിയിലേക്ക് അറിയാതെ മാറ്റപ്പെടുകയാണ് മിക്കവരും. പക്ഷാതകൈവന്നിട്ടില്ലാത്ത കൗമാരക്കാരുടെ കൈയിൽ മൊബൈൽ ഫോണും ഇന്റർനെറ്റും മിക്കപ്പോഴും ദുരുപയോഗം ചെയ്യാനുള്ള ഉപാധിയായി മാറുന്നു. സ്കൂൾ, കോളേജ് കാമ്പസുകളിൽ ഇതുണ്ടാക്കുന്ന ദുരന്തങ്ങൾ നിരവധിയാണ്. ഇന്റർനെറ്റ് ചാറ്റിംഗും, എസ്.എം.എസ് സന്ദേശങ്ങളും വഴി സൗഹൃദത്തിന്റെ പുതിയ മേച്ചിൽപ്പുറങ്ങൾ തേടിപ്പോകുന്ന ഇവർ അതിലൈംഗികതയുടെയും സൈബർ കുറ്റകൃത്യങ്ങളുടെയും ചതിക്കുഴികളിലാണ് മിക്കപ്പോഴും എത്തിപ്പെടുന്നത്.

പരസ്യം വിരിക്കുന്ന കെണി

ഒരു ഉൽപ്പന്നം ഉപഭോക്താവിൽ എത്തിക്കുന്നതിൽ പരസ്യത്തിന്റെ പങ്ക് വളരെ നിർണ്ണായകമാണ്. കൗമാരപ്രായക്കാരെ ലക്ഷ്യമാക്കി നിർമ്മിക്കുന്ന ധാരാളം ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ ഇന്ന് വിപണിയിൽ സജീവമാണ്. ഇവയുടെ മാസ് മരീക പരസ്യങ്ങളിൽ മനസ്സുടക്കി വഞ്ചിതരാകുന്നവർ വിരളമല്ല.

തീവ്രവാദികളുടെ ഇര

വിചിത്രമായ ആശയങ്ങൾ

വെച്ചുപുലർത്തുന്ന ലോകത്തിലെ പല തീവ്രവാദി ഗ്രൂപ്പുകളും കൗമാരക്കാരെയും കുട്ടികളേയും അവരുടെ സ്വാർത്ഥ താൽപ്പര്യത്തിനായി ദുരുപയോഗം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. ചഞ്ചല ചിത്തരും സ്വതബോധം പ്രാപിക്കാത്തവരുമാണ് ഇവരുടെ യഥാർത്ഥ ഇരകൾ.

മാഫിയാ സംഘങ്ങളുടെ കളിപ്പാവ

മാഫിയാ സംഘങ്ങൾ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന കേരളത്തിൽ, അവർ ഇരകളാക്കുന്നതും കൗമാരപ്രായക്കാരെയാണ്. മാഫിയാ-പെൺവാണിഭ സംഘങ്ങളുടെ തെട്ടിപ്പിക്കുന്ന യാഥാർത്ഥ്യങ്ങൾ ചിലപ്പോഴൊക്കെയെങ്കിലും പുറത്തു വരാറുണ്ട്. ഇവരുടെ ചതിക്കുഴികളിൽ കൗമാരക്കാരായ ആൺകുട്ടികളും പെൺകുട്ടികളും വീണുപോകുന്നു. സംസ്ഥാനത്ത് 18 വയസ്സുവരെയുള്ള കുട്ടികളിൽ 15.17 ശതമാനം പേർ ലൈംഗിക പീഡനത്തിന് ഇരയാകുന്നുവെന്നാണ് സാമൂഹ്യക്ഷേമ വകുപ്പ് നടത്തിയ സർവ്വേ കണ്ടെത്തൽ.

മൂല്യബോധവും സ്വതബോധവും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിലൂടെയും അനുഭാവപൂർണ്ണമായ സമീപനത്തിലൂടെയും കൗമാരക്കാരെ നേരിന്റെ പാതയിലേക്ക് മടക്കിക്കൊണ്ടു വരേണ്ടതുണ്ട്.



**കൗമാരപ്രായത്തിലെ
അപകടസാധ്യതയുള്ള
സ്വഭാവങ്ങൾ**

ലോകത്തെ കുറിച്ച് സ്വയം മനസ്സിലാക്കുന്നതും തന്റെ സ്ഥാനം കണ്ടെത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നതും കൗമാരദശയിലാണ്. ഇത് പല പുതിയ അനുഭവങ്ങൾക്കും നാനി കുറിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു തന്നെ പലപ്പോഴും അപകടങ്ങളിൽ ചെന്നു ചാടുകയും ചെയ്യുന്നു. പുകവലിയോ മദ്യപാനമോ മയക്കുമരുന്നിന്റെ ഉപയോഗമോ ഒക്കെ സമപ്രായക്കാരുടെ സാന്നിധ്യത്തിലാണ് പലപ്പോഴും നടക്കാനുള്ളത്.

പൊതുപ്രശ്നങ്ങൾ

1. വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങൾ

കൗമാരപ്രായക്കാരിൽ പൊതുവെ എല്ലാവരിൽ നിന്നും ഒഴിഞ്ഞു നിൽക്കണമെന്ന തോന്നലുണ്ടാവുകയും അകാരണമായ ദുഃഖങ്ങൾക്ക് അവർ വിധേയരാവുകയും ചെയ്യുന്നു. അവരിൽ ഒരു ചെറിയ ശതമാനമെങ്കിലും ജീവിതം അർത്ഥശൂന്യമാണെന്നും അത് അവസാനിപ്പിക്കുന്നതാണ് നല്ലതെന്നും ചിന്തിക്കുന്നു. പലപ്പോഴും ഈ വിഷാദഭാവങ്ങൾ മറ്റുള്ളവർക്ക് വ്യക്തമാവാറില്ല. കൂടുതലായി ഭക്ഷിക്കുക, കൂടുതൽ സമയം ഉറങ്ങുക, തന്റെ രൂപത്തെക്കുറിച്ച്

കൗമാരപ്രായത്തിലെ മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ

ഡോ. ഗിരീഷ്



അമിതമായി പ്രയാസപ്പെടുക ഇവയൊക്കെ വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങളുടെ പ്രതിഫലനമാണ്.

2. ലൈംഗിക പ്രശ്നങ്ങൾ

ഒരു കുട്ടർ ലൈംഗികതയെക്കുറിച്ച് നിശ്ശബ്ദത പാലിക്കുന്നു. മറ്റൊരു കുട്ടർ വാചാലരാകുന്നു. ലൈംഗികാനുഭവങ്ങളും ഗർഭധാരണത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഭയവും പലരിലും കാണുന്നു. എച്ച്.ഐ.വിയുടെയും എയ്ഡ്സിന്റെയും പുതിയ ഭീഷണികൾ കൗമാരക്കാർക്ക് വെല്ലുവിളികളാണ്. രക്ഷിതാക്കളും അധ്യാപകരും വിദഗ്ധരുമൊക്കെ ലൈംഗികതയെ കുറിച്ചുള്ള ശാസ്ത്രീയ വിവരവും പിൻബലവും കൗമാരക്കാർക്ക് നൽകേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്.

പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങൾ

രക്ഷിതാക്കൾ ഉണ്ടാക്കുന്ന മതിൽകെട്ടുകളെ പൊട്ടിക്കുന്നതിനുള്ള വ്യഗ്രത പലപ്പോഴും കുടുംബാന്തരീക്ഷത്തിൽ പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നു. വീട്ടിൽ നിന്നു മാറി നിൽക്കുവാനും വിദ്യാലയങ്ങളിൽ ശിക്ഷണം സ്വീകരിക്കുവാനുമുള്ള താല്പര്യക്കുറവ്, തലവേദന, വയറുവേദന തുടങ്ങിയ രോഗലക്ഷണങ്ങളിലൂടെ ചിലർ പ്രകടമാക്കാം. വിദ്യാലയങ്ങളിൽ പോകാതെ ഒളിച്ചു നടക്കുന്നതും

സ്ഥലം വിട്ടോടുന്നതും ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ സംഭവിക്കുന്നു. പരീക്ഷയ്ക്കു വേണ്ടിയും കൂടുതൽ നിർബന്ധിക്കുന്നത് പലപ്പോഴും വിരുദ്ധ ഫലങ്ങൾ ഉളവാക്കുന്നു.

നിയമങ്ങൾ അനുസരിക്കാതിരിക്കുക. ക്രമീകരണമില്ലാത്ത ഭക്ഷണശീലം, മദ്യത്തിനോടും മയക്കുമരുന്നിനോടും ഉള്ള താല്പര്യം ലൈംഗിക ദുരുപയോഗത്തിന് ഇരയാവുക തുടങ്ങിയവയും സംഭവിക്കുന്നു.

വിഷാദം കൗമാരപ്രായക്കാരിൽ

നഷ്ടബോധത്തിൽ നിന്നും ഉണ്ടാകുന്ന ദുഃഖവും നിരാശയും സാധാരണയാണ്. എന്നാൽ നീണ്ടകാലം നിൽക്കുന്ന തീവ്രമായ വിഷാദ അനുഭവം ചില കൗമാരപ്രായക്കാരിലെങ്കിലും കാണുന്നു. ഇത് ഒരു രോഗമാണ് ഉടനടി ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കേണ്ടതുമാണ്.

സഹായം തേടുക

വിഷാദ രോഗം ഉണ്ടായാൽ മാനസികാരോഗ്യ സേവനം നിർബന്ധമായും സ്വീകരിക്കേണ്ടതാണ്. സൂഹൃത്തുക്കളോടോ ബന്ധുക്കളോടോ മാത്രം പ്രശ്നങ്ങൾ ചർച്ച ചെയ്താൽ തീരുന്നതല്ല വിഷാദം.

ലക്ഷണങ്ങൾ

- വിട്ടുമാറാത്ത ദുഃഖം.

- ജീവിത താല്പര്യം കുറയുക.
- തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാനുള്ള കഴിവ് കുറയുക.
- അമിതമായ ക്ഷീണം.
- ആഹാരത്തോടുള്ള താല്പര്യം കുറയുക.
- ഉറക്കത്തിന് ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാവുക.
- ലൈംഗിക ചിന്തയിൽ താല്പര്യം കുറയുക.
- ആത്മവിശ്വാസം നഷ്ടപ്പെടുക.
- ഭാവിയിലെ പ്രതീക്ഷ നഷ്ടപ്പെടുക.
- പെട്ടെന്ന് ദേഷ്യം വരുക.
- മറ്റുള്ളവരെ ഒഴിവാക്കുക.
- ആത്മഹത്യാചിന്ത ആവർത്തിച്ച് ഉണ്ടാവുക.

കാരണങ്ങൾ

വ്യത്യസ്ത കാരണങ്ങളാൽ വിഷാദം ഉണ്ടാകാം. മാനസിക സമ്മർദ്ദം ഉണ്ടാകാവുന്ന സംഭവങ്ങൾ, പരസഹായമില്ലാത്ത സാമൂഹികാവസ്ഥ, ചില പ്രത്യേക വ്യക്തിത്വങ്ങൾ മുതലായവ.

ചികിത്സ

മനശ്ശാസ്ത്ര പരമായ മാർഗ്ഗങ്ങളും മരുന്നുകൊണ്ടുള്ള ചികിത്സയും യോജിച്ചു നൽകുന്ന ചികിത്സാ സമ്പ്രദായത്തിന്റെ ഫലപ്രാപ്തി കൂടുതലായിരിക്കും

മെന്ന് പറഞ്ഞു. തെളിയിക്കുന്നു.

എങ്ങനെ സ്വയം സഹായിക്കാം?

(1) പ്രയാസങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി നുള്ളിയിട്ടുള്ളതിൽ (2) കൃത്യമായ വ്യായാമവും ഭക്ഷണവും ഉറക്കവും നിഷ്ഠയോടെ (3) ഉറക്കം വന്നില്ലെങ്കിൽ ദുഃഖിക്കരുത്, പകരം സംഗീതമോ സാഹിത്യമോ ആസ്വദിക്കുക (4) സുഹൃത്തുക്കളും ബന്ധുക്കളുമൊത്ത് സമയം ചെലവിടുന്നതും നന്നായിരിക്കും.

ലൈംഗിക പീഡനം

പ്രായപൂർത്തിയായ ഒരു വ്യക്തി ലൈംഗിക ആവശ്യത്തിനായി കൗമാരപ്രായക്കാരെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയോ, നിർബന്ധിക്കുകയോ, ബലം പ്രയോഗിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നതിനെ ലൈംഗിക പീഡനമായി കണക്കാക്കാം.

ഇരകൾ

സാമൂഹിക സാമ്പത്തിക വർണ്ണ വർഗ്ഗവ്യത്യാസമില്ലാതെ കുട്ടികളും കൗമാരപ്രായക്കാരും ലൈംഗിക പീഡനത്തിന് വിധേയരാകുന്നു. പെൺകുട്ടികളെയാണ് കൂടുതലും പീഡിപ്പിക്കുന്നത്.

ആരാണ് പീഡിപ്പിക്കുന്നത്?

കുടുംബാംഗങ്ങളോ, അറിയാവുന്നവരോ അല്ലാത്തവരോ

ആയ മറ്റു വ്യക്തികൾ.

പീഡനത്തിന്റെ അനന്തര ഫലങ്ങൾ

വിഷാദം, ഉത്കണ്ഠ, കുറ്റബോധം, ഭയം, ലൈംഗിക പ്രശ്നങ്ങൾ തുടങ്ങി പല മാനസിക പ്രശ്നങ്ങളും ഇതുമൂലം ഉണ്ടാകാറുണ്ട്.

കുട്ടിയുടെ പ്രായത്തിന് യോജിക്കാത്ത വിധത്തിലുള്ള ലൈംഗിക വിവരങ്ങൾ, ലൈംഗിക താല്പര്യം, ലൈംഗികമായ പെരുമാറ്റങ്ങളൊക്കെ ലൈംഗിക പീഡനത്തിന്റെ സാധ്യത വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഒരിക്കൽ ലൈംഗിക പീഡനം നേരിട്ടാൽ, ആവർത്തിച്ച് പീഡനത്തിന് വിധേയമാവുന്നതും ബലാൽസംഗത്തിന് ഇരയാകുന്നതും സാധാരണമാണ്.

എങ്ങനെ സഹായിക്കാം?

ലൈംഗിക പീഡനത്തിന് ഇരയായ കുട്ടിക്ക് കിട്ടുന്ന കുടുംബ പിന്തുണയും സാമൂഹിക പിൻബലവും ഉയർന്ന ആത്മാഭിമാനവും ആത്മീയ ബോധവും ഒക്കെ പീഡനത്തിന്റെ കാഠിന്യം ചെറുക്കുന്ന ഘടകങ്ങളാണ്.

പീഡനത്തിനിരയായ കുട്ടികളെ എങ്ങനെ സംരക്ഷിക്കാം?

1. 'അപരിചിതരോട് സംസാരി

ക്കരുത്' എന്ന തത്ത്വം ഇവിടെ ഫലപ്രദമല്ല.

2. കുട്ടികളുടെ പ്രായത്തിന് അനുയോജ്യമായ വിധം ലൈംഗിക വിദ്യാഭ്യാസം നൽകുക.
3. സ്വന്തം ശരീരഭാഗങ്ങൾ മറ്റുള്ളവർക്ക് തൊടുവാൻ അവകാശം ഇല്ലെന്നുള്ള ബോധം ജനിപ്പിക്കുക.
4. ഇഷ്ടമില്ലാത്ത കാര്യങ്ങളെ എതിർക്കുവാനും അതിനെതിരായി മാനുഷമായി സംസാരിക്കുവാനുമുള്ള ആത്മധൈര്യം കുട്ടികൾക്ക് നൽകുക.
5. ആശയവിനിമയ അഭിരുചി കുട്ടികളിൽ വളർത്തിയെടുക്കുക. ഏതു കാര്യവും ധൈര്യമായും മാനുഷമായും സംസാരിക്കുവാൻ പ്രോത്സാഹനം നൽകുക.
6. കുട്ടിയുടെ അടുത്ത കുട്ടുകാരെയും അവരുടെ കുടുംബത്തെയും കുറിച്ച് രക്ഷിതാവ് മനസ്സിലാക്കിയിരിക്കുക.
7. രക്ഷിതാക്കളുടെ അനുവാദം ഇല്ലാതെ അന്യരുടെ വാഹനങ്ങളിൽ സഞ്ചരിക്കുവാൻ പാടില്ല എന്ന നിർദ്ദേശം കുട്ടികൾക്കു കർശനമായി നൽകുക. ❖



ഇന്ത്യൻ ദേശീയ പതാകയുടെ പരിണാമചരിത്രം

ഡോ. ആർ. രാധാകൃഷ്ണൻ

ഭലംകത്തുള്ള എല്ലാ സ്വതന്ത്ര രാഷ്ട്രങ്ങൾക്കും അവരുടെ പരമാധികാരത്തിന്റെ പ്രതീകമായി ഓരോ അംഗീകൃത ചിഹ്നം ഉണ്ട്. ആ ചിഹ്നം ആ രാജ്യത്തിന്റെ ബിംബം കൂടിയാണ്. ഇന്ത്യ സ്വാതന്ത്ര്യം നേടിയപ്പോൾ, ഒരു ദേശീയ ചിഹ്നവും നിലവിൽ വന്നു. ഇന്ത്യയുടെ ദേശീയചിഹ്നത്തിന്റെ പരിണാമ ചരിത്രം അന്വേഷിക്കുമ്പോൾ, അതിന് ഒരു സാംസ്കാരിക അടിത്തറയും, ദേശീയ സമര ചരിത്രത്തിന്റെ ചട്ടക്കൂടും ഉണ്ട് എന്ന് കാണാം.

പുരാതന ഇന്ത്യാചരിത്രത്തിൽ പതാക എന്ന് അർത്ഥം വരുന്ന 'ധജം' എന്ന പദമാണ് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. ഗോത്രങ്ങളുടെ ഉത്ഭവമാണ് ധജ

ആദ്യമായി ഒരു അന്തർദ്ദേശീയ വേദിയിൽ ഇന്ത്യൻ പതാക പ്രദർശിപ്പിച്ച വ്യക്തി എന്ന ഖ്യാതി 'മാഡംകാമ' എന്ന ഭാരതീയ വനിതയ്ക്കാണ്. 1907 ആഗസ്റ്റ് 22-ന് ജർമ്മനിയിലെ സ്റ്റുട്ട്ഗാർട്ടിൽ വച്ച് രണ്ടാം അന്തർദ്ദേശീയസോഷ്യലിസ്റ്റ് കോൺഗ്രസ്സുമേളനം നടന്നു. ഈ സമ്മേളനത്തിൽ പങ്കെടുത്ത മാഡംകാമ തന്റെ പ്രസംഗത്തിന്റെ അവസാനം ഒരു ത്രിവർണ്ണ പതാക നിവർത്തി പിടിച്ചുകൊണ്ട്, ഇത് ഇന്ത്യയുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ പ്രതീകമാണെന്ന് പ്രഖ്യാപിച്ചു.

ത്തിന്റെയും ഉത്ഭവം. ഓരോ ഗോത്രത്തലവന്, ഓരോ ധജം ഉണ്ടായിരുന്നു. ഗോത്രങ്ങൾ അപ്രത്യക്ഷമായി, രാജവംശങ്ങൾ നിലവിൽ വന്നപ്പോൾ, ഓരോ സാമ്രാജ്യത്തിനും ഒരു സ്വതന്ത്ര ധജം ഉണ്ടായി. ചരിത്രത്തിൽ ഗുപ്തരാജാക്കന്മാരാണ് ആദ്യമായി 'പതാക' എന്ന പദം

സ്വീകരിച്ചത്. മദ്ധ്യകാലഘട്ടത്തിൽ ഇന്ത്യയിൽ മുസ്ലീം സാമ്രാജ്യം നിലവിൽ വന്നപ്പോൾ, ഇസ്ലാമുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പതാകകളാണ് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. മുഗൾഭരണകാലത്ത് ഉപയോഗിച്ചിരുന്ന പതാകയെ 'ആലം' എന്ന് വിളിച്ചിരുന്നു. പച്ച നിറത്തിലുള്ള തൂണിയിൽ ഉദയ

സൂര്യന്റെയും, സിംഹത്തിന്റെയും ചിത്രങ്ങൾ ആലേഖനം ചെയ്തിരുന്നു. 1600-മാണ്ട് ഇംഗ്ലീഷ് ഈസ്റ്റ് ഇന്ത്യാ കമ്പനി ഇന്ത്യയിൽ ആധിപത്യം സ്ഥാപിച്ചപ്പോൾ, ബ്രിട്ടീഷ് പതാകയായ യൂണിയൻ ജാക്ക്, അവരുടെ അധിനിവേശ പ്രദേശങ്ങളിൽ പതാകയായി കണക്കാക്കിയിരുന്നു. ബ്രിട്ടീഷ് ഇന്ത്യയിൽ 600-ൽപരം നാട്ടുരാജ്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. ബ്രിട്ടീഷ് മേൽക്കോയ്മ സ്വീകരിക്കാത്ത നാട്ടുരാജ്യങ്ങൾക്ക്, പ്രത്യേക പതാകകൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. അതിനാൽ പത്തൊൻപതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ അന്ത്യംവരെയും പൊതുവായ ഒരു പതാക നമുക്ക് അസാധ്യമായിരുന്നു.

ദേശീയപ്രസ്ഥാനത്തിന്റെയും, സാമൂഹിക മതപ്രസ്ഥാനങ്ങളുടെയും ഉണർവ്, ഇന്ത്യൻ ദേശീയ പതാകയുടെ ഉത്ഭവത്തിന്റെ ഉണർവു കൂടിയായിരുന്നു. ഒരു ത്രിവർണ്ണ പതാകയുടെ കീഴിൽ ഇന്ത്യാക്കാർ സംഘടിക്കുന്ന കാലം വിദൂരമല്ല എന്ന് ആദ്യമായി പറഞ്ഞത് ഇന്ത്യൻ നവോത്ഥാനത്തിന്റെ പിതാവായ രാജാരാംമോഹൻ റോയി ആണ്. 1905-ൽ സ്വാമി വിവേകാനന്ദന്റെ ശിഷ്യയായിരുന്ന സിസ്റ്റർ നിവേദിത ഒരു ദേശീയ പതാക രൂപകല്പന ചെയ്തു. സമചതുരാകൃതിയി

ലുള്ള ഈ പതാകയ്ക്ക് ഓറഞ്ചു നിറമായിരുന്നു. പതാകയുടെ നാലരികിലുമായി നൂറ്റിയെട്ടു ദീപങ്ങളുടെ ചിത്രവും, മദ്ധ്യത്തിൽ ഇന്ദ്രന്റെ വജ്രായുധം ലംബാകൃതിയിലും ആലേഖനം ചെയ്തിരുന്നു. വജ്രചിഹ്നത്തിന്റെ ഇടതുവശത്തായി 'വന്ദേ' എന്നും വലതുവശത്തായി 'മാതരം' എന്നും മഞ്ഞനിറത്തിൽ എഴുതിയിരുന്നു. 1906-ൽ കല്ക്കത്തയിൽ കൂടിയ കോൺഗ്രസിന്റെ വാർഷിക സമ്മേളനത്തിൽ ഈ പതാക പ്രദർശിപ്പിച്ചു.

1905-ൽ കഴ്സൺ പ്രഭുവിന്റെ ബംഗാൾ വിഭജന തീരുമാനം, ദേശീയപ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ ശക്തി കൂട്ടി. ബംഗാൾ വിഭജനത്തിനെതിരെ, ബംഗാളിലെ ജനങ്ങൾ 1906-ൽ കൽക്കത്തയിലെ ഗ്രീൻപാർക്കിൽ ഒരു പ്രതിഷേധ റാലിയും സമ്മേളനവും നടത്തി. സമ്മേളനത്തിൽ ഉപയോഗിക്കുവാൻ, സുരേന്ദ്രനാഥ ബാനർജിയുടെ ശിഷ്യനായ സചീന്ദ്ര പ്രസാദ് ബോസ് ഒരു പതാകയ്ക്ക് രൂപം കൊടുത്തു. പച്ച, മഞ്ഞ, ചുവപ്പ് എന്നീ വർണ്ണങ്ങൾ. മുകളിലെ പച്ചനിറത്തിൽ പകുതി വിടർന്ന എട്ടു താമര പൂക്കളുടെ ചിത്രം നൽകിയിരുന്നു. മദ്ധ്യഭാഗത്തെ മഞ്ഞയിൽ 'വന്ദേമാതരം' എന്ന് നീലനിറത്തിൽ ബംഗാളിഭാഷയിൽ എഴുതിയിരുന്നു. താഴെ ചുവപ്പ് നിറ

ത്തിൽ സൂര്യന്റെയും ചന്ദ്രന്റെയും ചിത്രങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു.

ആദ്യമായി ഒരു അന്തർദ്ദേശീയ വേദിയിൽ ഇന്ത്യൻ പതാക പ്രദർശിപ്പിച്ച വ്യക്തി എന്ന ഖ്യാതി 'മാഡംകാമ' എന്ന ഭാരതീയ വനിതയ്ക്കാണ്. 1907 ആഗസ്റ്റ് 22-ന് ജർമ്മനിയിലെ സ്റ്റുട്ട്ഗാർട്ടിൽ വച്ച് രണ്ടാം അന്തർദ്ദേശീയ സോഷ്യലിസ്റ്റ് കോൺഗ്രസ് സമ്മേളനം നടന്നു. ഈ സമ്മേളനത്തിൽ പങ്കെടുത്ത 'മാഡംകാമ' തന്റെ പ്രസംഗത്തിന്റെ അവസാനം ഒരു ത്രിവർണ്ണ പതാക നിവർത്തി പിടിച്ചുകൊണ്ട്, ഇത് ഇന്ത്യയുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ പ്രതീകമാണെന്ന് പ്രഖ്യാപിച്ചു. ഈ പതാകയ്ക്ക് കൽക്കത്താപതാകയുടെ സാമ്യം ഉണ്ടായിരുന്നു. പച്ച, മഞ്ഞ, ചുവപ്പ് എന്നിവയായിരുന്നു പതാകയിലെ വർണ്ണങ്ങൾ. മദ്ധ്യഭാഗത്തുള്ള മഞ്ഞ നിറത്തിൽ 'വന്ദേമാതരം' എന്ന് ദേവനാഗരി ലിപിയിൽ രേഖപ്പെടുത്തിയിരുന്നു. ഈ പതാകയും വഹിച്ചുകൊണ്ട് 'മാഡംകാമ' പാശ്ചാത്യരാജ്യങ്ങൾ മുഴുവനും സഞ്ചരിച്ചു. ഇന്ത്യൻ ദേശീയപതാകയുടെ പരിണാമചരിത്രത്തിൽ മാഡംകാമ വഹിച്ച പങ്ക് ശ്ലാഘനീയമാണ്.

ഇന്ത്യൻ നാഷണൽ കോൺഗ്രസിന്റെ വിഭജനവും,

ഒന്നാംലോക മഹായുദ്ധവും, ഇന്ത്യൻ ദേശീയ പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ ശക്തി കുറച്ചു. ആനി ബസന്റിന്റെയും, ലോകമാന്യതിലകന്റെയും 1916-ലെ ഹോംറൂൾ പ്രസ്ഥാനം മരവിച്ച ദേശീയ പ്രസ്ഥാനത്തിന് ഉണർവ് നൽകി. ഹോംറൂൾ പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ പ്രചാരത്തിന് വേണ്ടി അവർ ഒരു പതാകയ്ക്ക് രൂപം നൽകി. നെടുക്കെ ചുവപ്പുനാടകളും പച്ചനാടകളും ഇടകലർത്തിയാണ് പതാക നിർമ്മിച്ചിരുന്നത്. പതാകയിൽ ഏഴു നക്ഷത്രങ്ങളുടെ ചിത്രവും ഉണ്ടായിരുന്നു. വലതുവശത്ത് മുകളിലായി ഒരു ചന്ദ്രക്കലയും നക്ഷത്രവും, ഇടതുഭാഗത്ത് മുകളിലായി യൂണിയൻ ജാക്കിന്റെ ചിത്രവും ഉണ്ടായിരുന്നു. 1917-ൽ നടന്ന കോൺഗ്രസിന്റെ കൽക്കത്താ സമ്മേളനത്തിന്റെ പ്രസിഡന്റായ ആനി ബസന്റ് സമ്മേളനത്തിൽ ഈ പതാക ഉയർത്തുകയുണ്ടായി.

നിസ്സഹകരണ പ്രസ്ഥാനത്തെ തുടർന്നാണ് ഇന്ത്യൻ നാഷണൽ കോൺഗ്രസ് ഒരു പതാകയ്ക്ക് രൂപം നൽകുന്നത്. “എ നാഷണൽ ഫ്ലാഗ് ഫോർ ഇന്ത്യ” എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ കർത്താവായ പിംഗാലവെങ്കയ്യ ഒരു ദേശീയ പതാകയ്ക്ക് രൂപം നൽകി മഹാത്മാഗാന്ധിയുടെ മുമ്പിൽ അവതരിപ്പിച്ചു. പതാകയ്ക്ക് ചുവപ്പ്, പച്ച, വെള്ള എന്നീ

മൂന്ന് വർണ്ണങ്ങൾ വേണമെന്നും, നടുക്കായി ചർക്കയുടെ ചിഹ്നം വേണമെന്നും ഗാന്ധിജി നിർദ്ദേശിച്ചു. ചുവപ്പ് ഹിന്ദുക്കളെ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നുവെന്നും, പച്ച മുസ്ലീങ്ങളെ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നുവെന്നും, വെള്ള മറ്റു മതക്കാരുടെയും പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നുവെന്നും, ചർക്ക, ഇന്ത്യൻ ദേശീയതയുടെ പ്രതീകമാണെന്നും, ഗാന്ധിജി വാദിച്ചു. 1921-ൽ അഹമ്മദാബാദിൽ ചേർന്ന കോൺഗ്രസിന്റെ വാർഷിക സമ്മേളനത്തിൽ ഈ പതാക ഉയർത്തി. ബ്രിട്ടീഷ് ഗവൺമെന്റ് ഈ പതാകയെ നിരോധിച്ചുകൊണ്ട് ഉത്തരവിറക്കി. ഇതിനെതിരെ കോൺഗ്രസ് നേതാക്കളായ സി. രാജഗോപാലാചാരിയും, ഡോ. രാജേന്ദ്രപ്രസാദും സത്യഗ്രഹത്തിന് ആഹ്വാനം ചെയ്തു. അഞ്ചുമാസം നീണ്ടുനിന്ന ‘പതാക സത്യഗ്രഹ’ സമരം ദേശീയപതാക പരിണാമചരിത്രത്തിന്റെ നാഴികക്കല്ലാണ്.

1929-ലെ കോൺഗ്രസിന്റെ ലാഹോർ സമ്മേളനം ദേശീയ സമരചരിത്രത്തിന്റെ സുപ്രധാന സംഭവമായിരുന്നു. അന്ന് കോൺഗ്രസ് പ്രസിഡന്റായിരുന്ന ജവഹർലാൽ നെഹ്റു ത്രിവർണ്ണ പതാക സമ്മേളനസ്ഥലത്ത് ഉയർത്തിക്കൊണ്ട് പൂർണ്ണസ്വരാജ് എന്ന മുദ്രാവാക്യം പ്രഖ്യാപിച്ചു. അടുത്ത വർഷം മുതൽ ജനുവരി

26 ഇന്ത്യയുടെ സ്വാതന്ത്ര്യദിനമായി ആചരിക്കുവാൻ തീരുമാനം കൈക്കൊണ്ടു. മതാടിസ്ഥാനത്തിൽ ഒരു പതാക നിർമ്മിച്ചതിനെ, കോൺഗ്രസിലെ മതനിരപേക്ഷകരായ നേതാക്കൾ വിമർശിച്ചു തുടങ്ങി.

1931 - ഏപ്രിൽ മാസത്തിൽ കറാച്ചിയിൽ (ഇപ്പോൾ പാകിസ്ഥാനിൽ) ചേർന്ന കോൺഗ്രസ് വർക്കിംഗ് കമ്മിറ്റി യോഗം ഇക്കാര്യം ചർച്ചചെയ്തു. ദേശീയ പതാകയിൽ വരുത്തേണ്ട മാറ്റങ്ങളെക്കുറിച്ച് പഠിക്കുവാൻ പട്ടാഭിസീതാരാമയ്യരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഒരു ഏഴംഗ സമിതിയെയും കോൺഗ്രസ് വർക്കിംഗ് കമ്മിറ്റി നിയമിച്ചു. തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായ ഒരു പതാകയ്ക്കാണ് സമിതി രൂപം നൽകിയത്. ത്രിവർണ്ണ പതാകയ്ക്കുപകരം, ഓറഞ്ചുനിറം മാത്രമുള്ള പതാകയും, അതിന്മേൽ തവിട്ടുനിറത്തിലുള്ള ഒരു ചർക്കയുടെ ചിത്രവുമാണ് അവർ നിർദ്ദേശിച്ചത്. എന്നാൽ കോൺഗ്രസിലെ ഭൂരിപക്ഷ അംഗങ്ങളും ഒരു ത്രിവർണ്ണപതാക തന്നെ വേണമെന്ന തീരുമാനത്തിൽ ഉറച്ചു നിന്നു. ഏറ്റവും മുകളിൽ ചുവപ്പ്, മധ്യത്തിൽ വെള്ള, ഏറ്റവും താഴെ പച്ച എന്നീ ക്രമത്തിലുള്ള നിറങ്ങളാണ് വേണ്ടതെന്നും, വെള്ളയുടെ മധ്യത്തിൽ നീല നിറത്തിലുള്ള ഒരു ചർക്ക ഉണ്ടാ

യിരിക്കണമെന്നും, തീരുമാനമുണ്ടായി. പതാകയുടെ നിറങ്ങൾക്ക് ജാതി-മതാടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള വ്യാഖ്യാനങ്ങൾ വേണ്ട എന്നും വർക്കിംഗ് കമ്മിറ്റി തീരുമാനിച്ചു. ചുവപ്പ് ത്യാഗത്തെയും ധൈര്യത്തെയും, വെള്ള സത്യത്തെയും സമാധാനത്തെയും, പച്ച വിശ്വസ്തതയെയും സാഹസികതയെയും പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നതായി കോൺഗ്രസ് വർക്കിംഗ് കമ്മിറ്റി വ്യാഖ്യാനം നൽകി. 1931 ആഗസ്റ്റ് 30 പതാകദിനമായി ആചരിക്കുവാനും തീരുമാനിച്ചു.

രണ്ടാം ലോകമഹായുദ്ധത്തെ തുടർന്ന് ലോകരാഷ്ട്രീയത്തിൽ അനവധി മാറ്റങ്ങൾ വന്നു. യുദ്ധത്തിൽ ബ്രിട്ടണെ നയിച്ച വിൻസ്റ്റൺ ചർച്ചിൽ ബ്രിട്ടന് വിജയം നേടിക്കൊടുത്തുവെങ്കിലും, തുടർന്നു നടന്ന തെരഞ്ഞെടുപ്പിൽ അദ്ദേഹം പരാജയപ്പെടുകയും, ക്ലീമന്റ് ആറ്ലിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ലേബർ പാർട്ടി ബ്രിട്ടനിൽ അധികാരത്തിൽ വരുകയും ചെയ്തു. 1948 ജൂലായ് മാസത്തിന് മുമ്പ് ബ്രിട്ടീഷ് ഭരണം ഇന്ത്യയിൽ അവസാനിപ്പിക്കുന്നതാണെന്ന് ആറ്ലി ബ്രിട്ടീഷ് പാർലമെന്റിൽ പ്രസ്താവിച്ചു. ഭരണം ഏറ്റെടുക്കുമ്പോൾ തനതായ ഒരു ദേശീയ പതാക ഇന്ത്യയ്ക്ക് ഉണ്ടായിരിക്കണമെന്ന് ദേശീയ നേതാക്കൾക്ക് നിർബന്ധം ഉണ്ടായിരുന്നു.

സ്വതന്ത്ര ഭാരതത്തിന്റെ ദേശീയപതാകയുടെ സ്വഭാവം നിർദ്ദേശിക്കുവാൻ 1947 ജൂൺ മാസം 23-ാം തീയതി ഒരു കമ്മിറ്റി രൂപീകരിച്ചു. വിശദമായ പഠനത്തിനും ചർച്ചകൾക്കും ശേഷം ജൂലായ് 14-ന് കമ്മിറ്റി റിപ്പോർട്ട് സമർപ്പിച്ചു. സ്വതന്ത്ര ഇന്ത്യയുടെ ദേശീയ പതാക ത്രിവർണ്ണ പതാക ആയിരിക്കണമെന്നും, ഏറ്റവും മുകളിൽ കുങ്കുമ നിറവും, മധ്യത്തിൽ വെള്ളനിറവും, ഏറ്റവും താഴെ പച്ച നിറവും, വെള്ളനിറത്തിന്റെ മധ്യഭാഗത്ത് സാരാനാമിലെ അശോകസ്തംഭത്തിലെ ചക്രം നീലനിറത്തിൽ രേഖപ്പെടുത്തുവാനും നിർദ്ദേശിച്ചു. പുതിയ പതാകയുടെ നീളവും വീതിയും 3:2 എന്ന അനുപാതത്തിലുള്ളതായിരുന്നു.

ഇക്കാര്യം കോൺസ്റ്റിറ്റ്യൂവന്റ് അസംബ്ലിയിൽ ചർച്ചചെയ്യപ്പെട്ടു. സ്വതന്ത്ര ഭാരതത്തിന്റെ ദേശീയ പതാകയുടെ സ്വഭാവം നിർദ്ദേശിക്കുവാൻ 1947 ജൂൺ മാസം 23-ാം തീയതി ഒരു കമ്മിറ്റി രൂപീകരിച്ചു. വിശദമായ പഠനത്തിനും ചർച്ചകൾക്കും ശേഷം ജൂലായ് 14-ന് കമ്മിറ്റി റിപ്പോർട്ട് സമർപ്പിച്ചു. സ്വതന്ത്ര ഇന്ത്യയുടെ ദേശീയ പതാക ത്രിവർണ്ണ പതാക ആയിരിക്കണമെന്നും, ഏറ്റവും മുകളിൽ കുങ്കുമനിറവും, മധ്യത്തിൽ വെള്ളനിറവും, ഏറ്റവും താഴെ പച്ച നിറവും, വെള്ളനിറത്തിന്റെ മധ്യഭാഗത്ത് സാരാനാമിലെ അശോകസ്തംഭത്തിലെ ചക്രം നീലനിറത്തിൽ രേഖപ്പെടുത്തുവാനും നിർദ്ദേശിച്ചു. പുതിയ പതാകയുടെ നീളവും വീതിയും 3:2 എന്ന അനുപാതത്തിലുള്ളതായിരുന്നു.

പുതിയ ദേശീയപതാകയുടെ മാതൃക കോൺസ്റ്റിറ്റ്യൂവന്റ് അസംബ്ലിയിൽ ജവഹർലാൽ നെഹ്റു അവതരിപ്പിച്ചു. പതാകയുടെ വർണ്ണങ്ങൾ ഇന്ത്യയിലെ ദേശീയ സത്തയുടെ സംയോജനമാണെന്നും, അശോകചക്രം ഭാരതത്തിന്റെ സാംസ്കാരിക പൈതൃകത്തിന്റെ പ്രതീകമാണെന്നും നെഹ്റു തന്റെ പ്രസംഗത്തിൽ പറഞ്ഞു. 1947 ആഗസ്റ്റ് 15-ന് പുതിയ മന്ത്രിസഭയുടെ സ്ഥാനാരോഹണത്തോടൊപ്പം ഇന്ത്യൻ ദേശീയ പതാക പാർലമെന്റ് മന്ദിരത്തിന്റെ മുകളിൽ ഉയർത്തപ്പെട്ടു. ദേശീയപതാകയുടെ പരിണാമ ചരിത്രത്തിൽ നടത്തപ്പെട്ട ഓരോ സംഭവവും ഇന്ത്യൻ സ്വാതന്ത്ര്യ സമര ചരിത്രത്തിന്റെ ഭാഗം തന്നെയാണ്. ❖

ഉത്സാഹശീലരെ ഐശ്വര്യം തുണയ്ക്കുമെന്ന് അർത്ഥം വരുന്ന പ്രശസ്തമായൊരു ചൊല്ല് സാഹസികതയിലുണ്ട്. ഭാഗ്യം ആകാശത്തുനിന്ന് പൊട്ടി വീഴുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിച്ച് അലസരായിരിക്കുകയല്ല, ലക്ഷ്യബോധത്തോടെ ഉത്സാഹപൂർവ്വം പ്രയത്നിക്കുകയാണ് വിജയത്തിലേക്കുള്ള വഴി.

“എനിക്ക് ഇന്ന് ഒന്നിനും മുഡില്ല” എന്നു പറയുന്നവർ ആലസ്യത്തിന്റെ കൈനിയൽ വീണു കിടക്കുകയാണെന്നു തീർച്ച. ജോലി ചെയ്യുന്നതിൽ നിന്ന് ഒഴിവാക്കാൻ മുടന്തൻ ന്യായങ്ങൾ കണ്ടെത്താൻ ആർക്കും കഴിയും. പക്ഷേ, ഉന്മേഷത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കുന്നവർ അലസരെ പിൻതള്ളി മുന്നേറുമെന്ന് മറക്കരുത്. മത്സരത്തിന്റെ യുഗമാണിത്.

മനസ്സിൽ ഒരു ചിട്ട വേണം. അതനുസരിച്ച് മടി കൂടാതെ പ്രവർത്തിക്കുകയും വേണം. Plan your work, and work your plan: ഏവർക്കും സ്വീകരിക്കാവുന്ന തത്വമാണ്. പക്ഷേ, ഇതിൽ അലസതയ്ക്ക് പഴുതില്ലെന്നതു ശ്രദ്ധിക്കുക.

ചിട്ട പഠിക്കേണ്ടത് സൂര്യനിൽനിന്നാണെന്നു പറയാറുണ്ട്. “ഇന്നെനിക്ക് ശരിയായ മുഡില്ല; അല്പം താമസിച്ചേ ഉദിക്കൂ” എന്ന് സൂര്യൻ ഒരിക്കലും ചിന്തിക്കുന്നില്ല. സൂര്യൻ ഇവിടെ

ഉത്സാഹം



ജീവിത വിജയത്തിന്

ബി.എസ്. വാരിയർ

പ്രതീകമാണ്. പ്രകൃതിനിയമങ്ങളെല്ലാം വിഘ്നം കൂടാതെ നടക്കുന്നു. മനുഷ്യനാണ് നിയമം ഉണ്ടാക്കുകയും, അതു ലംഘിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത്.

അസാധാരണമായ ഉന്മേഷമുള്ളവരെ നാം ശ്രദ്ധിക്കണം. നമ്മുടെ പ്രധാനമന്ത്രി ആയിരുന്ന മൊറാർജി ദേശായിയുടെ കാര്യം നോക്കുക. 1977 മാർച്ചിൽ അദ്ദേഹം ഇന്ത്യൻ പ്രധാനമന്ത്രിയായി ചാർജെടുത്തു. ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും ക്ലേശകരമായ ജോലികളിലൊന്നാണ് അതെന്ന് നമുക്കറിയാം. അന്ന് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രായം എത്രയായിരുന്നു? 82-ാം വയസ്സ്. ഒട്ടുമിക്കവരും കഷ്ടതയിന്റെയോ, കൃഷ്മിന്റെയോ, സ്പെഷ്യലിസ്റ്റ് ഡോക്ടറുടെയോ വിവരങ്ങൾ നിരത്തി, സ്വന്തം കാര്യം പറഞ്ഞ് അന്യരെ ബോധിപ്പിക്കുന്ന പ്രായം. അദ്ദേഹം

ത്തിന്റെ രാഷ്ട്രീയനീക്കങ്ങൾ ശരിയോ തെറ്റോ എന്നതു നമ്മുടെ ചർച്ചാവിഷയമല്ല. നിസ്തന്ദ്രമായ പ്രയത്നത്തിന് 82-ാം വയസ്സിൽ തുനിഞ്ഞിരുന്നെന്നതു നിസ്സാരമല്ല. അധികാരമോഹംകൊണ്ട് സ്ഥാനങ്ങൾക്കുവേണ്ടി ചിലർ വാർദ്ധക്യത്തിലും പരക്കം പായുന്നുവെന്ന് ആക്ഷേപിക്കുന്നവരുണ്ട്. പക്ഷേ, വാർദ്ധക്യത്തിലെ അസാധാരണ ഉന്മേഷം ഒരിക്കലും വിഗണിക്കാൻ കഴിയില്ല.

ഉത്സാഹം വളർത്താൻ ചില വഴികളുണ്ട്. ഉത്സാഹത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കുക എന്നതാണ് ഏറ്റവും പ്രധാനമായ മാർഗ്ഗം. സ്വയം പ്രചോദനം നൽകാൻ ഈ രീതി നിശ്ചയമായും ഉപകരിക്കും. ഉത്സാഹപൂർണ്ണമായ പ്രവർത്തനം പല നേട്ടങ്ങളിലും നമ്മെ കൊണ്ടെത്തിക്കും. അത്തരം നേട്ടങ്ങളെ മുൻകൂട്ടി

ക്കണ്ട് ആരോഗ്യകരമായി സ്വന്തം കാണുക, കൈവരിച്ച നേട്ടങ്ങളിൽനിന്ന് തുടർപ്രവർത്തനത്തിന് ആവേശംകൊള്ളുക എന്നിവ നമ്മെ കൂടുതൽ ഉത്സാഹത്തിലേക്ക് നയിക്കും. വിജയത്തിൽ വിശ്വാസം അർപ്പിച്ചുവേണം പ്രയത്നം.

ഇടയ്ക്ക് ഉറക്കെ സംസാരിക്കുക. എവിടെയും കയറി ഏതു സമയത്തും ഉറക്കെ സംസാരിക്കുന്നതു ഭംഗിയല്ല എന്നതു ശരി. പക്ഷേ, ഉറക്കെ സംസാരിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ പ്രവർത്തനം തണുപ്പൻ രീതിയിലല്ല എന്നോർക്കുക. വേഗം സംസാരിക്കുന്നതും ഉത്സാഹത്തെ പോഷിപ്പിക്കും. കേൾക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടാകുന്ന തരത്തിൽ ഇഴച്ച് ഇഴച്ച് എപ്പോഴും സംസാരിക്കുന്ന തണുപ്പന്മാരെ മിക്കവരും ഇഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല.

സംഭാഷണത്തിലെ വൈചിത്ര്യവും വൈവിധ്യവും ഉത്സാഹത്തെ ഒരു പരിധിവരെ പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്നു. ചിലതൊക്കെ ശക്തമായി ഊന്നിപ്പറയുക, ഇടയ്ക്ക് അല്പമൊന്നു നിർത്തി കേൾവിക്കാരുടെ ശ്രദ്ധയാകർഷിച്ച് ഉദ്ദേശിച്ച കാര്യത്തിന് ഏറെ ഊന്നൽ നൽകുക എന്നിവ ഉത്സാഹമുള്ളവർക്കേ കഴിയൂ. ശബ്ദവിതാനം ആവശ്യാനുസരണം ഏറ്റിയും കുറച്ചും പറയുന്നതും, അല്പം നാടകീയത ചേർക്കുന്നതും ഉത്സാഹത്തെ ദ്രോതിപ്പിക്കുന്നു.

ഇടയ്ക്കൊരു പുഞ്ചിരി നൽകി നോക്കൂ. ഉന്മേഷവും പ്രസരിപ്പും താൽപര്യവും എല്ലാം സൂചിപ്പിക്കാൻ അനന്യമായ ശക്തി ചെറുപുഞ്ചിരിക്കുണ്ട്, പുഞ്ചിരിയിൽ എപ്പോഴും ഒരു സന്ദേശമുണ്ട്. മുഷിഞ്ഞ മുഖത്തുമുണ്ട് സന്ദേശം; പക്ഷേ, അത് ഉത്സാഹത്തിന് നേർവിപരീതമാണെന്നു മാത്രം.

ഏതു കാര്യമായാലും ഉടൻ ചെയ്യുക എന്നതാവണം സമീപനം. ചില കാര്യങ്ങൾ ഉടൻ തുടങ്ങുക അസാധ്യമാവാം. അങ്ങനെയൊക്കുമ്പോൾ കഴിയുന്നത്ര വേഗത്തിൽ തുടങ്ങുക എന്ന രീതി സ്വീകരിക്കാം. ആദ്യത്തെ അവസരംതന്നെ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നതാണ് അഭികാമ്യം.

ഉത്സാഹം അതിവേഗം അന്യരിലേക്ക് പകരുമെന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടോ? നാം ഉത്സാഹശീലരാണ്, ഉന്മേഷത്തോടെ പ്രവർത്തിക്കുകയാണ് എന്നു വരികിൽ നമുക്കു ചുറ്റുമുള്ളവരും ഉത്സാഹത്തിരകളിലേക്ക് വീഴാൻ സാധ്യതയേറെ. വലിയ ഏതു നേതാവിന്റെയും കഥയിൽ ഉത്സാഹത്തിന് ഗണ്യമായ സ്ഥാനമുണ്ടെന്നു കാണാം. സൂര്യൻ അസ്തമിക്കാത്ത സാമ്രാജ്യത്തിന്റെ ഭാഗമായി അടിമത്തത്തിൽ കഴിഞ്ഞ ഭാരതീയരെ ഒന്നടങ്കം പ്രവർത്തനനിരതരാക്കാൻ അസാമാന്യ പ്രചോദനം നൽകിയ ഗാന്ധിജി സ്ഥിരോത്സാഹത്തിന്റെ മാതൃകയായിരുന്നു.

അദ്ദേഹത്തിന്റെ സ്വാധീനവലയത്തിലെത്തിയവരിലേക്ക് ഉത്സാഹം പകർന്നു നൽകുക വഴി ദേശീയ സ്വാതന്ത്ര്യസമരത്തിന് ആക്കം കൂട്ടി. ഒടുവിൽ ഐതിഹാസികമായ ആ സമരം വിജയത്തിലെത്തിക്കാനും അദ്ദേഹത്തിനു കഴിഞ്ഞു. നോക്കൂ, ഉത്സാഹത്തിന്റെ വില.

ഗാന്ധിജി മാത്രമല്ല, ഏതു രാജ്യത്തെയും സാമൂഹികപരിഷ്കർത്താക്കൾ ഉത്സാഹം വിതരണവരായിരുന്നു. പ്രവർത്തനങ്ങൾ നയിക്കുന്നവർ ഉത്സാഹശീലരായിരിക്കണം. നേതൃഗുണങ്ങളിൽ മുഖ്യമാണ് സ്വാഭാവികമായ ഉത്സാഹം.

ഉത്സാഹപൂർവമായ പ്രയത്നത്തിന് ഗുണമേന്മ കൈവരുത്താൻ ഇടയ്ക്ക് അല്പം വിശ്രമവും വിനോദവും വേണം. All work and no play makes Jack a dull boy എന്ന ചൊല്ലിനുമുണ്ട് പ്രസക്തി.

ഉത്സാഹശീലരുടെ നേട്ടങ്ങൾ നമുക്ക് ആവേശമാകണം. പേർക്കളത്തിൽ മരിച്ചുവീണ ലക്ഷ്മണനെയും കൂട്ടരെയും ജീവിപ്പിക്കാൻ മൃതസഞ്ജീവനികൊണ്ടുവരാനായിപ്പോയ ഹനുമാൻ മരുന്നുചെടി കാണാത്തപ്പോൾ മല മുഴുവനും എടുത്തു കൊണ്ടുവന്ന കഥയുടെ സാരസ്യം ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടോ? (തുടരും)

കടപ്പാട്: വിജയത്തിന്റെ പടവുകൾ, ഡി.സി. ബുക്സ്

പ്രേരകമാർ അറിയാൻ - 13

വ്യക്തിഗത താല്പര്യ പോഷണ പരിപാടി

ടി. സുന്ദരേശൻ നായർ

ചില പ്രത്യേക മേഖലകളിൽ വ്യക്തികൾക്ക് കൂടുതൽ പഠിക്കാനും പങ്കെടുക്കുവാനും മുള്ള അവസരങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുക എന്നതാണ് ഈ പരിപാടിയുടെ പ്രധാന ഉദ്ദേശ്യം. വ്യക്തികൾക്ക് സാമൂഹികം, സാംസ്കാരികം, ആത്മീയം, ആരോഗ്യം, ഭൗതികം, നൈപുണിപരം തുടങ്ങിയ മേഖലകളിലാണ് കൂടുതൽ പഠനം ആവശ്യമുള്ളത്. ജനങ്ങളുടെ ഹോബികളും അവരുടെ ഒഴിവുസമയ പ്രവർത്തനങ്ങളും അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള പരിപാടികളാണ് ഇതിൽ മുൻതൂക്കം നൽകുന്നത്.

വ്യക്തികളുടെ ചില ഒഴിവുകാല പരിപാടികൾക്ക് കൂടുതൽ നൈപുണി ആവശ്യമുള്ളവയായിരിക്കും. ഉദാഹരണമായി തയ്യൽ, വസ്ത്രനിർമ്മാണം, ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ തയ്യാറാക്കൽ, ഗൃഹോപകരണ റിപ്പയറുകൾ, കൗതുക വസ്തുക്കളുടെ നിർമ്മാണം, കാർഷിക


കോല്പന്ന നിർമ്മാണം ഒക്കെ ഇതിൽപ്പെടുന്നു. ഇവയിൽ കൂടുതൽ നൈപുണി ആർജ്ജിക്കുമ്പോൾ അവ ആദായ വർദ്ധന പരിപാടിയുടെ കീഴിൽ കൊണ്ടുവരാവുന്നതാണ്.

പഠിതാക്കളുടെ താല്പര്യമാണ് ഇതിൽ പ്രധാനം. പ്രേരകമാർ ഇങ്ങനെ പ്രത്യേക കഴിവുള്ളവരെ കണ്ടെത്തി അവരുടെ നൈപുണി പരിപോഷിപ്പിക്കാനുള്ള പരിപാടികൾ ചെയ്യണം. തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പരിപാടിയിലെ ഒരു തുടർ പ്രക്രിയയായി ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കണം. താല്പര്യമുള്ള പഠിതാക്കളുടെ ഗ്രൂപ്പ് യോഗങ്ങൾകൂടി അവർ തന്നെ പരിപാടികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്ത് സംഘടിപ്പിക്കുന്ന രീതിയാണ് അഭികാമ്യം.

ഒരേസമയം വിവിധ പരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിക്കുമ്പോൾ റിസോഴ്സ് പേഴ്സൺമാരുടെ സഹായവും സഹകരണവും

ആവശ്യമായി വരുന്നു. പ്രാദേശിക തലത്തിലും ബ്ലോക്ക് തലത്തിലും ജില്ലാതലത്തിലും ഓരോ പരിപാടിക്കും അനുയോജ്യരായവരെ കണ്ടെത്തി പരിശീലിപ്പിക്കണം.

വിവിധ ഏജൻസികളുടെ സഹകരണം വിവിധ തലത്തിൽ തേടണം. സഹകരണ സ്ഥാപനങ്ങൾ, പഞ്ചായത്തുകൾ, പ്രാദേശിക വ്യവസായശാലകൾ, വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങൾ ഒക്കെ ഇതിനായി പ്രയോജനപ്പെടുത്തണം.

കൂടുതൽ ചെലവുവരുന്ന പരിപാടികൾക്ക് പഠിതാക്കളിൽ നിന്നും ഒരു വിഹിതം ഫീസ് ഈടാക്കാം. ഇതിലൂടെ പഠിതാക്കൾക്ക് കൂടുതൽ താല്പര്യവും ആവശ്യബോധവും ഉണ്ടാകും. പ്രാദേശിക സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്നും വ്യക്തികളിൽ നിന്നും ഇതിനായി കൂടുതൽ ഫണ്ട് സ്വരൂപിക്കാവുന്നതാണ്. 



നഗരപ്പഴമ

ഇളയിടത്തുനാട്ടിലെ പഴവന്മാർ പറഞ്ഞു പഴകി കൈമാറിയ ഒരു നാടൻ വഴക്കമാണ് 'കട്ടേത്തട്ടി കുടവട്ടൂർ ചാടി' എന്നത്. 'കട്ട' ഇളയിടത്തെ ഒരു ഗ്രാമമാണ്. സ്ഥലത്തെ ചരിത്ര ഗവേഷകന്മാർ ഇപ്പളാർക്കെ അതു മെയിന്റനൻസ് നടത്തി 'കട്ടയിൽ' എന്നാക്കി. തൊട്ടാണ് കുടവട്ടൂർ. 'കുടവട്ടൂർ മുരളി' എന്ന് പാഠപുസ്തകങ്ങളുടെ പുറംചട്ടയിൽ എഴുതിപ്പിടിപ്പിച്ചിരുന്ന ഒരു കലാകാരൻ ഇളയിടത്തെ തൃക്കണ്ണമംഗൽ സ്കൂളിലും അനന്തപുരിയിലെ മഹാത്മാഗാന്ധി കോളേജിലും പഠിച്ചിരുന്നു. ആ കുടവട്ടൂർക്കാരൻ മുരളിയാണ് ഇന്നത്തെ പ്രശസ്തനായ ചലച്ചിത്രനടൻ മുരളി.

കട്ട, കുടവട്ടൂർ, മുട്ടൂർ, ഓടനാവട്ടം, ചെപ്പറ, വിലങ്ങറ, തുറവൂർ, നെടുമൺകാവ്, കൊട്ടറ തുടങ്ങിയ പഴഞ്ചൻ ഗ്രാമങ്ങൾ ഇളയിടത്തിന്റെ നിറവായിരുന്നു. ഇളയിടത്തെ വെളിയം പഞ്ചായത്തിന്റെ എലുകയിൽ നിന്നു കിടക്കുന്ന ഈ കുഗ്രാമങ്ങൾ ഇപ്പോൾ പട്ടണങ്ങളായിരിക്കുന്നു. മാനും മാഞ്ചാദിയും വണ്ടിയും വള്ളവും ഒന്നുമില്ലാത്ത കാലത്ത് ഇവിടങ്ങളിൽ സൈബരവിഹാരം ചെയ്തിരുന്ന വഴിയോരപഥികന്മാരാണ് 'കട്ടേൽത്തട്ടി കുടവട്ടൂർ ചാടി'

കട്ടേത്തട്ടി കുടവട്ടൂർ ചാടി

ഡോ.പി. സേതുനാഥൻ

യത്. അത്രകണ്ട് അടുത്ത സ്ഥലങ്ങളാണെന്നു ചുരുക്കം.

നല്ലപോലെ കിളച്ചുമരിച്ചിട്ട് നിലങ്ങളിൽ ചെളി ഉണങ്ങി കട്ടപിടിക്കും. കട്ടതട്ടിക്കൊണ്ട് കട്ട തട്ടിപ്പൊടിച്ച് പൊടി തുളാക്കിയാണ് 'പൊടിവിത്' എന്ന കൃഷി. വിത്തുനുള്ളി ഇടൽ. അത്തരമൊരു കാർഷികമേള കട്ടയിൽ ഉണ്ടെങ്കിലും സ്ഥലത്തിന്റെ പേരു വന്നവഴി വേറൊന്നാണ്. 'കട്ട' എന്നാൽ സമചതുര സ്ഥലം. ഓടനാവട്ടത്തെ പരന്നു നീണ്ട ഗ്രാമങ്ങളിൽ സമചതുരമായത് 'കട്ട' എന്ന 'കട്ടയിൽ.'

തൊട്ടു കിടക്കുന്ന മുട്ടൂർ മലയോരമാണ്. മൊട്ടക്കുന്നുകൾ നിറഞ്ഞ ഇടം. മുട്ട് എന്നാൽ മല. മുട്ടുള്ള അറ മുട്ടൂർ. അറ എന്നാൽ ദേശം. അല്ലാതെ കഞ്ഞിക്കു മുട്ടുള്ള ഇടം എന്ന് പൊരുൾ തേടി പോകേണ്ടതില്ല. തെക്കു മാറിയുള്ള കൊട്ടറ കൊടിയ അറയാണ്. കടുപ്പമുള്ള ഉറച്ച ദേശം. വെട്ടിയാൽ മുറിയായ മല. നെടിയതും വലുതുമായ കാവാൻ

നെടുവൻകാവ്. അതുപിന്നെ 'നെടുമൺകാവ്'യി. തൊട്ടടുത്ത കുടവട്ടൂർ 'കുടവട്ടം' മാത്രമുള്ള ഇടം. ചെറിയ ഗ്രാമം എന്നു ചുരുക്കം. കിഴക്കനോരത്തെ വിലങ്ങറനെയുള്ള അറ വിലങ്ങറ. ചെമ്മുള്ള അറ ചെപ്പറ. തുറവൂർ ഇതിൽ നിന്നു വ്യത്യസ്തമാണ്. തുറ എന്നാൽ കടവ്, തുണി അലക്കുന്ന സ്ഥലം എന്നൊക്കെ പൊരുൾ. ഗ്രാമത്തിലെ കുളിക്കടവുള്ള ഇടം തുറവൂർ ആയതെന്നു വഴക്കം. തുറസ്സായ ഇടം തുറവൂർ എന്ന നിഗമനവും ശരിയാകും.

മുട്ടൂറയ്ക്കു വടക്കാണ് അന്നുരും ചാത്തുരും. ഇളയിടത്തരചൻ കാര്യക്കാരായ അമ്പനാട്ടു പത്മനാഭപിള്ളയ്ക്കു ചാർത്തിക്കൊടുത്ത ഊരാണ് 'ചാർത്തുരും' പിന്നെ 'ചാത്തുരു' മായത്. കാര്യക്കാർക്ക് അന്നമുണ്ണാൻ നൽകിയ ഊർ അന്നൂർ.

ഓടനാവട്ടത്തിനു തെക്ക് പരുത്തിക്കുന്നുകൾ നിറഞ്ഞ അറയുണ്ട്. അത് പരുത്തിയറ. പരുത്തിയറയിൽ കേൾവിപ്പെട്ട

കാളച്ചന്തയുണ്ട്. പരുത്തിയറയ്ക്കു കിഴക്കുള്ള മറവൻകോട് ഒരു കാലത്ത് മറവന്മാർ താമസിച്ചിരുന്ന മലയാണ്. കോട് എന്നാൽ മല. പരുത്തിയറയ്ക്കു തെക്കാണ് വെളിയം. വെളിയൻ അലക്കുകാരനാണ്. വെളിയന്മാരുടെ ഊരാണ് വെളിയം. വെളിയൻ എന്ന അറചൻ ഭരിച്ചിരുന്ന ഗ്രാമമായതിനാൽ വെളിയം പ്രസിദ്ധമായി എന്നു ചരിത്രവഴിയുമാണ്. വെളിയം വെളിമ്പ്രദേശമാണെന്നു ഭൂമിശാസ്ത്രവഴിയും.

വെളിയത്തിനു തെക്കുള്ള മരുതമൺപള്ളി വിളഭൂമിയാണ്. മരുതം എന്നാൽ വിളഭൂമി. ഉഴുതു മറിച്ച നിലം. കൃഷിഭൂമിയുടെ നാടാണ് മരുതമൺ. ചേർന്നുള്ള പുയപ്പള്ളി 'പുവൽപ്പള്ളി'യാണ്. 'പുവൽ' ചെമ്മണ്ണാണ്. പുവൽ നിറഞ്ഞ ഇടം എന്നു സാരം. ഓയൂർ ഓതിക്കോന്റെ ഊരാണ്. വേദപഠനം നടത്തുന്ന ആൾ. വേദപാഠശാല ഉണ്ടായിരുന്ന സ്ഥലം.

വെളിയം ഫർക്കായിലെ ചെപ്പറ ഗ്രാമത്തിലാണ് മുതുവപ്പാറ. മുതുവന്മാർ താമസിച്ചിരുന്ന ഇടം. ഉയർന്നു വലിപ്പം കൂടിയ ഈ പാറയുടെ അടിവാരത്ത് മുതുവന്മാരുടെ അനന്തര ഗാമികളായ വേടരാണ് ഇപ്പോൾ താമസം.

വെളിയത്തിന് ഏറെ തെക്കായി വെളിനെല്ലൂരുണ്ട്. വിലാദ്രിനാഥൻ എന്ന് കൊട്ടാരക്കര

ത്തമ്പുരാൻ രാമനാട്ടത്തിൽ പ്രകീർത്തിച്ച കുലദൈവം. വെളിനെല്ലൂർ ഇളയിടത്തിന്റെ തെക്കേ പ്രാന്തത്തിലുള്ള ഊരാണ്. വെളിയിലുള്ള ഊർ. വെളിയൻ എന്ന രാജാവിന്റെ ചരിത്ര വഴിയിലും വെളിനെല്ലൂർ തെളിയും. വെളിച്ചവും തെളിച്ചവുമുള്ള ഊർ. ഇവിടത്തെ ശ്രീരാമക്ഷേത്രത്തിൽ നാനാജാതിമതസ്ഥർക്കും പ്രവേശനം നൽകുന്ന വാർഷികോത്സവമുണ്ട്. ആ ദിവസം ക്ഷേത്രനടയിൽ നടക്കുന്ന മത്സ്യവ്യാപാരമുണ്ട്. ആയിരാജവംശത്തിന്റെ സാംസ്കാരികത്തനിമയിലേക്കു നയിക്കുന്ന ആചാരങ്ങളുണ്ട്. ശ്രീരാമസന്നിധിയിലെ ഇണ്ടിളയപ്പനാണ്. ഹൈന്ദവപുരാണ പ്രകാരം യുദ്ധത്തിൽ സമർത്ഥനാണ് ഇണ്ടിളയപ്പൻ എന്ന ശിവാംശ സാദവൻ. ചരിത്രത്തിന്റെ ഇഴകൾ പിരിഞ്ഞു നോക്കിയാൽ തിരുവാങ്കോട്ടെ പ്രബലമായ ഒരു സാംസ്കാരിക കേന്ദ്രമായിരുന്നു വെളിനെല്ലൂർ എന്നു കാണാം. ഒന്നായിക്കിടന്ന കിളിമാനൂരെ കുന്നുമ്മേൽ ഇളയിടത്തിന്റെ ഓരം ചാരി ഇത്തിക്കരയാറ്റിലെ കുളിർകാറ്റേറ്റ് മയങ്ങി ഉണർന്ന ഗ്രാമം. ഇളയിടത്തുനാട് വികാസം പ്രാപിച്ചപ്പോൾ ഇളയിടത്തു സ്വരൂപത്തിന്റെ തെക്കേ ഓരമായി വെളിനെല്ലൂർ പ്രസിദ്ധി പെറ്റു. അതുകൊണ്ടാണ് 'രാമനാട്ടകാരൻ' 'വഞ്ചിവിരകേരള ഹൃദയാംബുജനിവാസി'യായി വെളിനെല്ലൂരിലെ ശ്രീരാമചന്ദ്രനെ കാണുന്നത്. "ആയിവംശജ

രായ വെളിയന്മാരിൽ ചിലർ വേണാടിന്റെ പല ഭാഗങ്ങളിലും താമസിച്ചിരുന്നതായും അതിൽ ഒരു രാജാവ് താമസിച്ചിരുന്ന സ്ഥലമാണ് കൊട്ടാരക്കര താലൂക്കിലെ വെളിയനെല്ലൂർ" എന്നും ചരിത്രകാരനായ കെ. ശിവശങ്കരൻ നായർ നടക്കുന്ന വഴിയും ഓർമ്മിക്കുക.

വെളിയനെല്ലൂർ എന്ന 'ആയ്ക്കോട്ട'യിൽ നിന്നും കിഴക്കോട്ടു വച്ചടിച്ചാൽ വഴിയാത്രക്കാരൻ മെയിൻ സെൻട്രൽ റോഡ് എന്ന എം.സി. റോഡിലെത്തും. ഈ ആയുരും ആയിരാജവംശവും ചരിത്രവഴിയിൽ കുറുകേ കേറിനിൽക്കും. ആയി ഊരാണ് ആയൂർ. ആയൂരിന്റെ സാമന്ത മേഖലകളിൽ തേവന്റെ ഊരായ തേവന്നൂരും ഉമ്മന്റെ ഊരായ ഉമ്മന്നൂരും ചരിത്രകാരന്റെ വഴി മുടക്കും. ഉണ്ണയുടെ ഊരായ അവിടെ നരസിംഹമൂർത്തിയുടെ ശക്തമായ പ്രതിഷ്ഠയും ഉണ്ട്. ഉമ്മന്നൂരിനു ചേർന്ന് പാറമലയുണ്ട്. അതാണ് പാറക്കോട്. തൊട്ട അണ്ടൂർ അണ്ടന്റെ ഊരാണ്. 'അണ്ടർ' എന്നാൽ ദേവൻ. വഴി ഇറങ്ങിയാൽ പുലിമലയായ പുലിക്കോടും വയൽക്കരയായ വയയ്ക്കലും ഉണ്ട്. ഇതുവഴി ഒന്നു ചുറ്റിത്തിരിഞ്ഞാൽ ചരിത്രകാരൻ നിമ്മതിയോടെ മടങ്ങാം. പഴമ്പൊരുൾ തേടുന്ന പണ്ഡിതന്മാർക്കും ഇവിടം വളക്കൂറുള്ള മണ്ണാണ്. ❖



“ആശയക്കൈമാറ്റത്തിന്റെ കൈവഴികൾ”

3

എ. പ്രഭാകരൻ

ഭാഷയിലൂടെ ഉച്ചരിത വാക്കുകളിലൂടെ, ആലേഖനവിദ്യയിലൂടെ ഫലവത്തായി ആശയവിനിമയം സാധ്യമാണെന്നിരിക്കിലും പൗരാണിക കാലഘട്ടത്തിൽ ഈ ആശയങ്ങൾ സ്രോതസ്സിൽ നിന്നു ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് വേണ്ടവിധത്തിൽ പ്രവഹിച്ചിട്ടില്ല. പ്രാഥമികമായും ആശയവിനിമയത്തിന്റെ ധാര ഈ പ്രവാഹമാണല്ലോ. പണ്ഡിതന്മാരുടേയും, വരേണ്യവർഗ്ഗത്തിന്റേയും അകത്തളങ്ങളിൽ നിന്ന് പുറത്തുപോകാൻ അവയ്ക്ക് ഗത്യന്തരമില്ലാത്ത കാലവും ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. ബ്രാഹ്മണൻ മാത്രമേ അറിവു നേടാവൂ എന്ന സാമൂഹ്യ നിബന്ധന കൊടികുത്തിവാണപ്പോഴോ

ഭൂമിശാസ്ത്രപരമായി ആദ്യകാലത്ത് ആശയവിനിമയത്തിന്റെ വേഗത പരിമിതമായിരുന്നു. മനുഷ്യശബ്ദം ഏറ്റവും കരുത്തേറിയ ഒരുപാധിയായി പരിഗണിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ അതിനു പരിമിതമായ ദൂരത്തു മാത്രമേ എത്താൻ കഴിയുള്ളൂ എന്നറിയാമല്ലോ. ‘ലിഖിതരൂപം’ എങ്ങിനെയാണ് ഒരു സ്ഥലത്തു നിന്ന് മറ്റൊരു സ്ഥലത്തേക്ക് എത്തിച്ചേരുക. അതിന്റെ വേഗത എന്താണ്? ഒരു കുതിരയുടെ അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ‘സന്ദേശപക്ഷിയുടെ,’ ഒരു അഞ്ചൽക്കാരന്റെ അത്ര തന്നെ.

ണല്ലോ അക്ഷരം കേൾക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന കീഴ്ജാതിക്കാരനെ അതിൽ നിന്ന് വിലക്കിയ ചരിത്രം.
ഭൂമിശാസ്ത്രപരമായി ആദ്യകാലത്ത് ആശയവിനിമയ

ത്തിന്റെ വേഗത പരിമിതമായിരുന്നു. മനുഷ്യശബ്ദം ഏറ്റവും കരുത്തേറിയ ഒരുപാധിയായി പരിഗണിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ അതിനു പരിമിതമായ ദൂരത്തു മാത്രമേ എത്താൻ കഴിയുള്ളൂ എന്നറിയാ

മല്ലോ. 'ലിഖിതരൂപം' എങ്ങിനെയാണ് ഒരു സ്ഥലത്തു നിന്ന് മറ്റൊരു സ്ഥലത്തേക്ക് എത്തിച്ചേരുക. അതിന്റെ വേഗത എന്താണ്? ഒരു കുതിരയുടെ അല്ലെങ്കിൽ ഒരു 'സന്ദേശപക്ഷിയുടെ,' ഒരു അഞ്ചൽക്കാരന്റെ അത്ര തന്നെ. എല്ലാം സാവധാനത്തിലായിരുന്നു അന്ന് സംഭവിച്ചത് എന്നതൊഴിച്ചാൽ ആശയങ്ങൾ പ്രചരിക്കുന്നതിന് വിഘാതങ്ങളൊന്നും ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. അപകടകരമായ ദുരൂഹതകളായ യാത്രാസൗകര്യങ്ങൾ മാത്രം നിലവിലുണ്ടായിരുന്ന കാലത്താണ് മുഹമ്മദ് നബിയുടെയും, യേശുക്രിസ്തുവിന്റെയും, ശ്രീബുദ്ധന്റെയും ആശയങ്ങളും സന്ദേശങ്ങളും വിദൂരസ്ഥങ്ങളായ പ്രദേശങ്ങളിൽ സ്ഥിരപ്രതിഷ്ഠ നേടിയത്.

ഇന്ന് ആശയ രൂപീകരണത്തിനും അതിന്റെ വിതരണത്തിനും വ്യവസ്ഥാപിതമാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉരുത്തിരിഞ്ഞതുപോലെ അന്നത്തെ പരമ്പരാഗത സമൂഹത്തിനകത്തും ഒരു വ്യവസ്ഥകൈവരിക്കാൻ സാധ്യമായിരുന്നു എന്നു വേണം കരുതാൻ. വ്യക്തികൾ തമ്മിലും, പൊതുവ്യവസ്ഥകൾ തമ്മിലും ആശയവിനിമയം ക്രമീകരിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. 'സാമൂഹ്യസ്മരണ'യുടെ സംരക്ഷകർ രംഗത്തുവന്ന കാലമായിരുന്നു അത്. ഒരു പ്രൊഫ

ഇന്ന് കോടിക്കണക്കിന് മനുഷ്യരുടെ അഭിഭാവ രൂപീകരണത്തിനുതകുന്ന ആധുനിക മാധ്യമങ്ങൾ, ആശയവിനിമയം സൈക്കൻ്റുകൊണ്ടു സാധിക്കുന്ന വേളയിൽ പരമ്പരാഗത സമൂഹത്തിലെ തുലോം സാവധാനത്തിലുള്ള വലിയ സംഘടിത രൂപമല്ലാത്ത പരമ്പരാഗത രീതിയിൽ സമൂഹം മുന്നോട്ടുപോയ കാലം കൗതുകമുണർത്തും.

ഷണൽവിഭാഗം തന്നെ ഉണ്ടായി. ഗായകകവികൾ, മന്ത്രവാദി, ഗോത്രത്തലവൻ, നർത്തകർ, ഗുമസ്തന്മാർ തുടങ്ങിയവർ ഒരു കാലത്ത് ആശയങ്ങളുടെ നൈരന്തര്യം സൂക്ഷിപ്പുകാരായിരുന്നു.

ഇന്ന് കോടിക്കണക്കിന് മനുഷ്യരുടെ അഭിഭാവരൂപീകരണത്തിനുതകുന്ന ആധുനിക മാധ്യമങ്ങൾ, ആശയവിനിമയം സൈക്കൻ്റുകൊണ്ടു സാധിക്കുന്ന വേളയിൽ പരമ്പരാഗതസമൂഹത്തിലെ തുലോം സാവധാനത്തിലുള്ള വലിയ സംഘടിത രൂപമല്ലാത്ത പരമ്പരാഗത രീതിയിൽ സമൂഹം മുന്നോട്ടുപോയ കാലം കൗതുകമുണർത്തും. എങ്കിലും

അന്ന് വാർത്തയും അതിന്റെ വിതരണവും ഒരു ബഹുസ്പർശിയായ സവിശേഷഘടകമായി വർത്തിച്ചു. വാർത്താവിതരണമില്ലാതെ ഭരണവും വാണിജ്യവും വിദ്യാഭ്യാസവും സാമ്പത്തികസൈനിക വികാസവും സാധ്യമല്ലാതായിത്തീർന്നിരുന്നു. സമൂഹത്തിന്റെ നിലനില്പും ഭദ്രതയും കാത്തു സൂക്ഷിക്കുന്നതിനും, കീഴ്വഴക്കം, വിശ്വാസം എന്നിവ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിനും അക്കാലത്ത് ആശയപ്രവാഹങ്ങൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു.

ആശയവിനിമയത്തിന്റെ ഒരു നാഴികക്കല്ലായി കണക്കാക്കുന്നത് ഗുട്ടൻബർഗ്ഗിന്റെ അച്ചടിയുടെ ആവിർഭാവം ആണ്. രണ്ടായിരത്തഞ്ഞൂറു വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പുതന്നെ ആലേഖനവിദ്യ രംഗത്തുണ്ടെന്ന് നാം ഓർക്കണം. അച്ചടിയന്ത്രം രംഗത്തുവന്നിട്ടുതന്നെ 500 വർഷങ്ങളായി. അത് പൊതുവായ ആശയവിനിമയത്തിനുള്ള ഒരു മാർഗ്ഗം എന്നതിലുപരി അറിവിന്റെ (പുസ്തകം വഴി) വ്യാപനത്തിനുള്ള ഒരു മാർഗ്ഗമായാണ് പരിഗണിച്ചിരുന്നത്. ചൈന, ഇന്ത്യ, ഗ്രീസ്, റോം, ഈജിപ്ഷ്യൻ സംസ്കാരങ്ങളുടെ കാലത്ത് ചിന്തയുടേയും അതുവഴിയുള്ള അറിവിന്റേയും കേന്ദ്രബിന്ദു ആദ്യകാല ഗ്രന്ഥങ്ങളായിരുന്നു.

പതിനേഴാം നൂറ്റാണ്ട് ആയപ്പോഴേക്കും പുസ്തകങ്ങളെ പിൻതുടർന്ന് കാലിക പ്രാധാന്യമുള്ള ലഘുലേഖകളും വൃത്താന്തപത്രങ്ങളും പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടു. വാണിജ്യം വ്യവസായോല്പന്നങ്ങൾ, കപ്പലുകളുടെ പോക്കുവരവ് മുതലായവയെക്കുറിച്ച് വിവരങ്ങൾ പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെടുന്നതിനുവേണ്ടിയാണ് ചില ആദ്യകാലപത്രങ്ങൾ ആരംഭിച്ചത്. വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന മുതലാളിത്ത വ്യവസ്ഥിതിക്ക് ആവശ്യമായ സേവനം നൽകുക എന്നതായിരുന്നു അവയുടെ ലക്ഷ്യം. മറ്റു ചിലവ ചെയ്തത് ദുരാരോപണങ്ങളും, ഹാസ്യ വിമർശനങ്ങളും പ്രസിദ്ധീകരിക്കുക എന്ന കർമ്മമാണ്. ജനകീയവും ജനാധിപത്യപരവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് അനുകൂലമായ പൊതുജനാഭിപ്രായം രൂപീകരിക്കുവാനുള്ള ശ്രമമാണ് ഇനിയും ചിലവ നടത്തിയത്. ആ വീക്ഷണത്തിൽ നോക്കുമ്പോൾ ബിസിനസ് പത്രങ്ങൾ സന്തോജനയുമായ (Sensational) പ്രചരണ (Campaign) പത്രങ്ങൾ, പൊതുജനാഭിപ്രായം അതേപടി പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്ന പത്രങ്ങൾ എന്നു തുടങ്ങി എല്ലാ പത്രങ്ങളുടേയും ആദ്യരൂപം കണ്ടെത്താം.

പത്രങ്ങൾ ജനഹിതത്തിന്റെ വക്താക്കളായി മാറുക പതിവാണു്; പ്രത്യേകിച്ചും വ്യവസ്ഥാപിത ഭരണക്രമത്തിന്

വെല്ലുവിളിയുണ്ടാകുമ്പോൾ. ഇതിനു നല്ലൊരുദാഹരണം ചരിത്രത്തിന്റെ പഴയ ഏടുകളിൽ നിന്ന് എടുത്തുകാട്ടാനുണ്ട്. അതാണ് തോമസ് പെയിനിന്റെ സാമാന്യബുദ്ധി (Common sense) ബ്രിട്ടീഷ് ഭരണത്തിന് എതിരെ അമേരിക്കൻ കോളണികളിൽ നടന്ന വിപ്ലവത്തിന് നൽകിയ പിന്തുണ. അതുപോലെ തന്നെ സ്പാനിഷ് മേധാവിത്വത്തിനെതി

പത്രങ്ങൾ ജനഹിതത്തിന്റെ വക്താക്കളായി മാറുക പതിവാണു്; പ്രത്യേകിച്ചും വ്യവസ്ഥാപിത ഭരണക്രമത്തിന് വെല്ലുവിളിയുണ്ടാകുമ്പോൾ. ഇതിനു നല്ലൊരുദാഹരണം ചരിത്രത്തിന്റെ പഴയ ഏടുകളിൽ നിന്ന് എടുത്തുകാട്ടാനുണ്ട്. അതാണ് തോമസ് പെയിനിന്റെ സാമാന്യബുദ്ധി (Common sense) ബ്രിട്ടീഷ് ഭരണത്തിന് എതിരെ അമേരിക്കൻ കോളണികളിൽ നടന്ന വിപ്ലവത്തിന് നൽകിയ പിന്തുണ. അതുപോലെ തന്നെ സ്പാനിഷ് മേധാവിത്വത്തിനെതിരായ ലാറ്റിനമേരിക്കൻ വിമോചന സമരത്തെ സഹായിച്ച പത്രപ്രവർത്തനവും പ്രസിദ്ധമായിരുന്നു.

രായ ലാറ്റിനമേരിക്കൻ വിമോചന സമരത്തെ സഹായിച്ച പത്രപ്രവർത്തനവും പ്രസിദ്ധമായിരുന്നു. ഈ കഴിഞ്ഞകാല പ്രവണതയുടെ അനുരണനം ഇന്നും ആ പ്രദേശങ്ങളിൽ പത്രപ്രവർത്തക ലോകത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്. ആദ്യകാലത്ത് പത്രങ്ങൾക്ക് മിക്കതിനും ഒരു അന്യസാധാരണമായ വ്യക്തിപ്രഭാവം തന്നെ ഉണ്ടായിരുന്നു. പ്രസിദ്ധീകരണത്തിന് അസാധാരണമായ വ്യക്തിത്വം കാത്തുസൂക്ഷിക്കാൻ കഴിയുമായിരുന്ന കാലമായിരുന്നു അത്. പത്രപ്രവർത്തകർ പൊതുജനനന്മയ്ക്കു വേണ്ടി സദയര്യം പ്രവർത്തിച്ചവരായിരുന്നു. മാത്രമല്ല അധികാരത്തെ അവഗണിച്ചവരുമായിരുന്നു അവർ. ആശയപ്രകടനത്തിനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം കാത്തുസൂക്ഷിക്കാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധവെച്ച ഒരു പൊതുജീവിതധാര 18-ാം നൂറ്റാണ്ടിൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. അച്ചടിവിദ്യ കൈപ്പിടിയിലാക്കിയപ്പോൾ അധികാരവർഗ്ഗത്തിന്റെ ഗർവ്വ് ശമിപ്പിക്കാൻ ആശയദാതാക്കൾക്ക് സാധിച്ചു. 1780-ൽ ഫ്രാൻസിൽ നടന്ന മനുഷ്യാവകാശപ്രഖ്യാപനത്തിലെ വാക്കുകൾ ഉദ്ധരിച്ചു പറയുകയാണെങ്കിൽ ആശയങ്ങളും അഭിപ്രായങ്ങളും പ്രകടിപ്പിക്കാനും പ്രചരിപ്പിക്കുവാനും ഉള്ള സ്വാതന്ത്ര്യമായിരുന്നു അന്ന് ഉന്നയിക്കപ്പെട്ടിരുന്ന മുഖ്യമായ ആവശ്യം.

(തുടരും)



ഡോ. എഴുമറ്റൂർ രാജരാജവർമ്മ

കുരങ്ങനെനല്ല, മനുഷ്യനായാലും ബുദ്ധിയില്ലാത്തവൻ എന്തു കിട്ടിയാലും ഒരു പ്രയോജനവുമില്ല. ദൈവം അറിഞ്ഞു സഹായിച്ചിട്ടുപോലും രക്ഷപ്പെടാത്ത ഒരു വിവരദോഷി ഒരിടത്തുണ്ടായിരുന്നു. പേര് ഗോവിന്ദൻ. ഗോവിന്ദന്റെ അടു

ത്തുതന്നെ താമസക്കാരനായിരുന്നു കൂടെപ്പിറച്ച കൃഷ്ണൻ. അയാളുടെ വീട്ടിൽ എന്നും പട്ടിണിയാണ്. എങ്കിലും അയാളാരോടും പരാതിയോ പരിഭവമോ പറയാറില്ല. ഉള്ളതുകൊണ്ട് ഓണംപോലെ കഴിച്ചുകൂട്ടും. കൃഷ്ണൻ തന്റെ കഷ്ടപ്പാടുകൾ മാറ്റിത്തരണമെന്ന് എന്നും ഭഗവാനോടു പ്രാർത്ഥിക്കും.

അങ്ങനിരിക്കെ ഒരിക്കൽ കൃഷ്ണൻ ഉറക്കത്തിൽ ഒരു സ്വപ്നം കണ്ടു. ഭഗവാൻ തന്റെ മുമ്പിൽ വന്നു നില്ക്കുന്നു. “എന്നോടു നീ എത്ര നാളായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. നിന്റെ ആവശ്യം ഞാനറിയുന്നു. ഇതാ, ഞാൻ മൂന്ന് തേങ്ങ തരും. നിനക്ക് ആവശ്യമുള്ളതു പറഞ്ഞുകൊണ്ട് നീ തേങ്ങ ഉടച്ചാൽ മതി. ഉടൻതന്നെ നിനക്കതു കിട്ടും. നിനക്കു നല്ലതു വരട്ടെ.” ഭഗവാൻ അപ്രത്യക്ഷനായി. കൃഷ്ണൻ കണ്ണു

തുറന്നു നോക്കി. വെറും സ്വപ്നമല്ല, തന്റെ മുമ്പിൽ ഇതാ മൂന്നു തേങ്ങ കിടക്കുന്നു. അയാൾ ഉടൻ തന്നെ ഭാര്യയെയും കുട്ടികളെയും വിളിച്ചുണർത്തി വിവരങ്ങളെല്ലാം പറഞ്ഞുകേൾപ്പിച്ചു.

കൃഷ്ണൻ ഒരു തേങ്ങ കയ്യിലെടുത്ത് ‘എനിക്കു നല്ല ഒരു വീടു വേണം എന്നു പറഞ്ഞ് അതുടച്ചു. അത്ഭുതം! കൃഷ്ണനും ഭാര്യയും കുട്ടികളും മണിമാളികയിൽ ഇരിക്കുന്നു.’ കൃഷ്ണൻ രണ്ടാമത്തെ തേങ്ങ എടുത്തു. ‘എനിക്കു ഭാര്യയ്ക്കും കുട്ടികൾക്കും ആവശ്യത്തിന് ആഹാരങ്ങൾ കഴിക്കാൻ വേണ്ട നെല്ലുതരുന്ന പാടങ്ങൾ വേണം.’ ഹാവും! മണിമാളികയ്ക്കു മൂന്നു വശവും നെല്ലുവിളഞ്ഞുകിടക്കുന്ന പാടങ്ങൾ. ‘ഇനി ഞങ്ങൾക്കു വൃത്തിയായി നടക്കാൻ വസ്ത്രങ്ങളും ആഭരണങ്ങളും ധനവും വേണം.’ പറഞ്ഞു തീർ



ന്നില്ല, അതിനു മുമ്പുതന്നെ വസ്ത്രങ്ങളും ആഭരണങ്ങളും പണവും മാളികയിൽ നിറഞ്ഞു. അപ്പോഴേക്കും നേരം വെളുത്തു.

രാവിലെ ഗോവിന്ദൻ ഉണർന്നെണീറ്റു മുറ്റത്തിറങ്ങി നോക്കിയപ്പോൾ അത്ഭുതപ്പെട്ടു പോയി. ചെറുകുടിൽ ഇരുന്നിടത്തു മണിമാളിക. പുല്ലുപോലുമില്ലാതിരുന്ന സ്ഥലത്ത് നെൽപ്പാടങ്ങൾ. കീറത്തുണി പുതച്ചു നടന്നിരുന്ന കൃഷ്ണനും ഭാര്യയും കുട്ടികളും നല്ല വസ്ത്രങ്ങളും ആഭരണങ്ങളും അണിഞ്ഞ് മാളികയുടെ പുമുഖത്തിരുന്നു പൊട്ടിച്ചിരിക്കുന്നു. അസൂയക്കാരനായ ഗോവിന്ദൻ ഇതിന്റെ രഹസ്യം അപ്പോൾ തന്നെ അറിയണം. അയാൾ വീട്ടുവേലക്കാരിയെ വിളിച്ച് കൃഷ്ണന്റെ വീട്ടിൽ പോയി വിവരങ്ങൾ തിരക്കി വരാൻ പറഞ്ഞു. കൃഷ്ണനും കള്ളത്തരമൊന്നുമറിയില്ലല്ലോ. അയാൾ എല്ലാ വിവരങ്ങളും വേലക്കാരിയോടു പറഞ്ഞു.



ഗോവിന്ദൻ ഇരിക്കപ്പൊറുതിയില്ലാതായി. അയാളും ഭഗവാനെ പ്രാർത്ഥിച്ചു തുടങ്ങി. രാവു പകലും ധ്യാനം തന്നെ. ഭക്ഷണമില്ല, ഉറക്കമില്ല, ഒടുവിൽ ഭഗവാൻ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടു.

“എന്താ വേണ്ടത്?”

“എനിക്കു മൂന്നു തേങ്ങ വേണം.”

“എന്തിനാണ്?” ഭഗവാൻ കള്ളച്ചിരിയോടെ ചോദിച്ചു.

“തേങ്ങ കിട്ടിയാൽ എന്തു ചെയ്യണമന്ന് എനിക്കറിയാം.” ഉരുളയ്ക്കുപ്പേരി പോലെ ഗോവിന്ദന്റെ മറുപടി.

“ഓഹോ! എങ്കിൽ ഇതാ മൂന്നു തേങ്ങ. ബുദ്ധിമോശമൊന്നും കാണിക്കരുത് കേട്ടോ.” തേങ്ങ കൊടുത്തിട്ടു ഭഗവാൻ മറഞ്ഞു. മൂന്നു തേങ്ങയും കയ്യിലെടുത്ത് ഗോവിന്ദൻ അട്ടഹസിച്ചു മുറ്റത്തിറങ്ങി നിന്നു.

ഈ സമയം ഗേറ്റിനു സമീപം ഒരു ഭിക്ഷക്കാരൻ വന്നു. “അമ്മേ വല്ലതും തരണേ” അയാൾ വിളിച്ചു പറഞ്ഞു. തേങ്ങ ഉടയ്ക്കാൻ തുടങ്ങുവോഴാ അവന്റെ ഒരു കിന്നാരം. ഗോവിന്ദൻ അരിശം കൊണ്ടു കലിതുളളി. അയാൾ ദേഷ്യപ്പെട്ട് ഒരു തേങ്ങ എടുത്തു ഭിക്ഷക്കാരന്റെ നേരെ ഒറ്റ ഏറ്, ‘നിന്റെ തല’ എന്നു പറഞ്ഞുകൊണ്ട്, തേങ്ങപൊട്ടി.....

അയ്യയ്യോ! പിന്നത്തെക്കാ

ര്യമൊന്നും പറയണ്ട. ഗോവിന്ദനു ഭിക്ഷക്കാരന്റെ വൃത്തികെട്ട തല. ഭിക്ഷക്കാരനോ ഗോവിന്ദന്റെ തലയും. ഗോവിന്ദന്റെ ദേഹത്തു മുഴുവൻ കൊച്ചു കൊച്ചു തലകൾ. ചേമ്പിനു വിത്തുപൊട്ടുന്ന പോലെ. അയാൾക്കൊക്കെ വിഷമമായി. ഇനി എന്തു ചെയ്യും? രണ്ടാമത്തെ തേങ്ങയെടുത്ത് പൊട്ടിച്ചത്. ‘ഈ തലയെല്ലാം പോണേ’ന്നു പറഞ്ഞുകൊണ്ടായിരുന്നു. കഷ്ടം ഗോവിന്ദന്റെ തലമുഴുവൻ പോയി. എന്തൊരു വൃത്തികേട്! മൂന്നാമത്തെ തേങ്ങയും അയാൾ എറിഞ്ഞുടച്ചു. ‘എന്റെ തല എനിക്കു തിരിച്ചു തരണേ’ എന്നു പ്രാർത്ഥിച്ചു കൊണ്ട് ഹാവു! രക്ഷപ്പെട്ടു. ഗോവിന്ദൻ അയാളുടെ തല തിരിച്ചു കിട്ടി.

തനിക്കു പറ്റിയ മണ്ടത്തരമോർത്ത് അയാൾ ദുഃഖിച്ചു. അഹങ്കാരത്തിന്റെ ഫലം ആപത്താണെന്ന് അയാൾക്കു മനസ്സിലായി. മറ്റുള്ളവരുടെ ഉയർച്ചയിൽ അസൂയയല്ല, സ്നേഹമാണുണ്ടാകേണ്ടതെന്ന് ഗോവിന്ദൻ അനുഭവിച്ചറിഞ്ഞു.

മറ്റുള്ളവർ എന്തെങ്കിലും കാണിക്കുന്നതുകണ്ട് അതുപോലെ കാണിക്കാൻ തുടങ്ങിയാൽ കാക്ക ഏകാദശി നോറ്റതുപോലെയെ വന്നു ഭവിക്കൂ! ആകഥ മണിക്കൂട്ടനറിയാമല്ലോ. മാമ്മൻ പണ്ടൊരിക്കലെയുതിർത്തില്ലേ -ഉം - പാടിയാട്ടെ....

(തുടരും)

വ്യാർത്തകാർ

ജനസംഖ്യയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അന്വേഷണങ്ങൾ ഒരുപാടായിരുന്നെങ്കിലും മാത്രമൊതുങ്ങരുതെന്നും സമൂഹം ഒന്നടങ്കം ഇത്തരം കാര്യങ്ങളിൽ ജാഗ്രത പുലർത്തണമെന്നും വനം-വന്യജീവിസംരക്ഷണ വകുപ്പുമന്ത്രി ബിനോയ് വിശ്വം പ്രസ്താവിച്ചു. ലോകജനസംഖ്യാദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്ററും, ജില്ലാ സാക്ഷരതാ മിഷനും, തിരുവനന്തപുരം ജൻശിക്ഷൺ സൻസ്ഥാനുമായി ചേർന്നു സംഘടിപ്പിച്ച സെമിനാർ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു സംസാരിക്കുകയായിരുന്നു മന്ത്രി. യുവപങ്കാളിത്തം എല്ലാ മേഖലകളിലും ഉറപ്പാക്കുകയെന്നതാണ് ഈ വർഷത്തെ ജനസംഖ്യാദിനത്തിന്റെ പ്രതിപാദ്യ വിഷയം. ഇന്നത്തെ യുവത്വം സംഘർഷഭരിതമാണ്. സാമൂഹികവും വൈകാരികവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്കൊണ്ട് നീറിപ്പുകയുന്ന മനസ്സും ശരീരവുമായാണ് നമ്മുടെ തലമുറ ജീവിക്കുന്നത്. ഈ അവസ്ഥ മാറണം. യുവതലമുറയ്ക്കുവേണ്ടി ഒരു പുതിയ സമീപനം തന്നെ ഉണ്ടാ

- ദേശീയ / അന്തർദേശീയ ദിനങ്ങൾ (ആഗസ്റ്റ്)**
- 1 കൗമാരപ്രായ ദിനം
 - 3 അന്തർദേശീയ സൗഹൃദ ദിനം
 - 6 ആണവായുധ വിരുദ്ധ ദിനം
 - 9 കിറ്റിന്ത്യാദിനം
 - 15 സ്വാതന്ത്ര്യദിനം
 - 19 ലോക ഫോട്ടോഗ്രഫി ദിനം
 - 20 സദ് ഭാവനാ ദിനം
 - 29 ദേശീയ സ്പോർട്സ് ദിനം

ജനസംഖ്യാ പ്രശ്നങ്ങളിൽ പുതിയ സമീപനം അനിവാര്യം

- ബിനോയ് വിശ്വം



ലോകജനസംഖ്യാദിനത്തോടനുബന്ധിച്ച് സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ, ജില്ലാ സാക്ഷരതാ മിഷൻ, തിരുവനന്തപുരം ജൻശിക്ഷൺ സൻസ്ഥാൻ എന്നിവയുടെ സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിൽ സംഘടിപ്പിച്ച സെമിനാർ വനം-വന്യജീവി സംരക്ഷണ വകുപ്പുമന്ത്രി ബിനോയ് വിശ്വം ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു സംസാരിക്കുന്നു

വണം. മാനവികതയുടെ നല്ല മൂല്യങ്ങൾ യുവജനങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കാനുള്ള സംവിധാനങ്ങളാണ് ഇനി ഉണ്ടാവേണ്ടത്. യുവജനങ്ങൾക്ക് കുറച്ചുകൂടി പരിഗണനയും പരിരക്ഷയും നൽകണം. അവർക്ക് പറയാനുള്ളത് കേൾക്കുവാൻ വേദി യുണ്ടാകണം. കൗൺസലിംഗിന് ഇക്കാര്യത്തിൽ വളരെ പ്രാധാന്യമുണ്ട്. നൈതികതയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ മുന്നോട്ടു പോകാൻ കൂട്ടിക്കുന്ന യുവത്വത്തിന്റെ

മുന്നിൽ ആഗോളവൽക്കരണത്തിന്റെ ലക്ഷ്യമാറ്റി സഹിഷ്ണുതയോടെ പെരുമാറാൻ സമൂഹം ശ്രമിക്കണം. ഈ വർഷത്തെ ദിനാചരണം അതിനു തുടക്കം കുറിക്കണമെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

ചടങ്ങിൽ സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ ഡയറക്ടർ ഡോ. എം.എ. കരീം അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. സംസ്ഥാന സാക്ഷരതാ മിഷൻ

ഡയറക്ടർ കോന്നി ഗോപകുമാർ മുഖ്യ പ്രഭാഷണം നടത്തി. എസ്.ആർ.സി. ഗവേണിംഗ് ബോഡി അംഗം ഡി. ജയചന്ദ്രൻ, തിരുവനന്തപുരം ജൻശിക്ഷൺ സൻസ്ഥാൻ ഡയറക്ടർ ആർ. ഗോപകുമാർ എന്നിവർ ആശംസ നേർന്നു.

എസ്.ആർ.സിയുടെ ജനസംഖ്യാ വികസന വിദ്യാഭ്യാസ

വിഭാഗം പ്രോഗ്രാം കോ-ഓർഡിനേറ്റർ ഡോ. എൻ.ബി. സുരേഷ് കുമാർ സ്വാഗതവും ജില്ലാ സാക്ഷരതാമിഷൻ അസിസ്റ്റന്റ് കോ-ഓർഡിനേറ്റർ അഞ്ജന വി.ആർ. ചന്ദ്രൻ നന്ദിയും പറഞ്ഞു.

തുടർന്ന് 'യുവാക്കളും മാനസികാരോഗ്യവും' എന്ന വിഷയത്തിൽ ഡോ. ഗിരീഷ് ക്ലാസെടുത്തു.

റിപ്പോർട്ട് : ആർ. ജയശ്രീ

യുവാക്കളെ ലക്ഷ്യബോധമുള്ളവരാക്കാൻ പറ്റിയ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഉണ്ടാകണം

- കെ. രാധാകൃഷ്ണൻ

ജനസംഖ്യ നിയന്ത്രിക്കാൻ ബോധവൽക്കരണം നടത്തുന്നതോടൊപ്പം യുവജനങ്ങളെ ലക്ഷ്യബോധമുള്ളവരാക്കുവാൻ വേണ്ടിയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളും ഉണ്ടാകണമെന്ന് കേരള നിയമസഭാ സ്പീക്കർ കെ. രാധാകൃഷ്ണൻ പ്രസ്താവിച്ചു. ഇക്കാര്യത്തിൽ സാക്ഷരതാ - തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പ്രവർത്തകർക്കാണ് കൂടുതൽ പ്രവർത്തിക്കാനാവുക. ലോകജനസംഖ്യാ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി നടന്ന പൊതുസമ്മേളനം ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു സംസാരിക്കുകയായിരുന്നു അദ്ദേഹം.

സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ, ജില്ലാ സാക്ഷരതാ മിഷൻ, തിരുവനന്തപുരം ജൻശിക്ഷൺ

സൻസ്ഥാൻ എന്നിവയുടെ സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിൽ സംഘടിപ്പിച്ച പരിപാടിയിൽ ജില്ലാ പഞ്ചായത്ത് വൈസ് പ്രസിഡന്റ് ബി.പി. മുരളി അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു.

തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പരിപാടിയിലൂടെ 7-ാം തരവും 10-ാം

തരവും പാസായ പഠിതാക്കൾക്ക് സാക്ഷരതാ മിഷൻ ഡയറക്ടർ കോന്നി ഗോപകുമാർ സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ വിതരണം ചെയ്തു. കെ.പി.യു. അലി (വൈസ് ചെയർമാൻ, എസ്.ആർ.സി.) ആർ. ശശികുമാർ (ജോയിന്റ് ഡയറക്ടർ, കെ.എസ്.എൽ.എം.എ.) എന്നിവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു. ഡോ. എം.എ. കരീം (ഡയറക്ടർ എസ്.ആർ.സി) സ്വാഗതവും ആർ. രമേഷ്കുമാർ കൃതജ്ഞതയും രേഖപ്പെടുത്തി.

റിപ്പോർട്ട് : ഹരീഷ്കുമാർ



സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ, ജില്ലാ സാക്ഷരതാ മിഷൻ, തിരുവനന്തപുരം ജൻശിക്ഷൺ സൻസ്ഥാൻ എന്നിവയുടെ സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിൽ സംഘടിപ്പിച്ച ലോകജനസംഖ്യാദിനാചരണം പൊതുസമ്മേളനം കേരള നിയമസഭാ സ്പീക്കർ കെ. രാധാകൃഷ്ണൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു

കണ്ണൂർ റിസോഴ്സ് സെന്റർ 2004-2005-ലെ മികച്ച തുടർവിദ്യാഭ്യാസകേന്ദ്രങ്ങളെ തിരഞ്ഞെടുത്തു. ഒന്നാം സ്ഥാനം കണ്ണൂർ ജില്ലയിലെ പാമ്പൂരുത്തി തുടർവിദ്യാഭ്യാസകേന്ദ്രം കരസ്ഥമാക്കി.

കണ്ണൂർ ജില്ലയിലെ ഇരിക്കൂർ ബ്ലോക്കിൽ കൊളച്ചേരി പഞ്ചായത്തിലെ ഒന്നാം വാർഡ് പാമ്പൂരുത്തി ദ്വീപിലാണ് കേന്ദ്രം പ്രവർത്തിക്കുന്നത്.

മികച്ച പ്രവർത്തനം കാഴ്ചവയ്ക്കുന്ന കേന്ദ്രത്തിൽ ആയിരത്തി അഞ്ഞൂറിലധികം പുസ്തകങ്ങളുള്ള ലൈബ്രറി, വായനശാല, കമ്പ്യൂട്ടർ പരിശീലന കേന്ദ്രം, അക്ഷയ-ഇ-കേന്ദ്രം, ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾ, തൊഴിൽ പരിശീലനം, സാക്ഷരതാ പ്രവർത്തനം, തുല്യതാ ക്ലാസ് എന്നിവ കൂടാതെ വളരെയധികം രീതിയിൽ ഒരു ജനസേവന കേന്ദ്രവും പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്നു.

എസ്. എസ്. എൽ. സി പരീക്ഷ എഴുതുന്നവർക്കു വേണ്ടി സംഘടിപ്പിച്ച 'നെറ്റ് ക്ലാസ്' പ്രദേശത്തെ എസ്.എസ്.എൽ.സി. പരീക്ഷാഫലം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനു സഹായകമായെന്ന് വിദ്യാർത്ഥികൾ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു.

പത്താംതരം തുല്യത 'ഒ' ലവൽ കോഴ്സിലൂടെ മുപ്പതു പഠിതാക്കൾ പരീക്ഷ പാസായി.

ദ്വീപിന്റെ പ്രത്യേക സാഹചര്യം കണക്കിലെടുത്ത് പരിസ്ഥിതി സംരക്ഷണം മുൻനിർത്തി

സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ 2004-05-ലെ മികച്ച തുടർവിദ്യാഭ്യാസകേന്ദ്രങ്ങളെ തിരഞ്ഞെടുത്തു



പാമ്പൂരുത്തി തുടർവിദ്യാഭ്യാസകേന്ദ്രത്തിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ നടത്തുന്ന കമ്പ്യൂട്ടർ പരിശീലന കേന്ദ്രം

ത്തി ബന്ധപ്പെട്ട വകുപ്പുകളുമായി സഹകരിച്ച് ധാരാളം പരിപാടികൾ കേന്ദ്രത്തിൽ സംഘടിപ്പിച്ചുവരുന്നു. www.pampuruthi.com എന്നൊരു വെബ്സൈറ്റ് കേന്ദ്രത്തിനുണ്ട്. ദ്വീപിന്റെ ചരിത്ര പശ്ചാത്തലം, പരിസ്ഥിതിപരമായ പ്രത്യേകതകൾ, ടൂറിസം സാദ്ധ്യതകൾ, തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പ്രവർത്തനം എന്നിവയെല്ലാം സൈറ്റിൽ ഉണ്ട്. വിവിധ പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെ പ്രദേശത്തെ എല്ലാ തലത്തിലുള്ള ആൾക്കാരെയും കേന്ദ്രവുമായി സഹകരിപ്പിക്കാൻ പ്രവർത്തർ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കുന്നു.

വിദ്യാഭ്യാസകേന്ദ്രത്തിനു സ്വന്തം കെട്ടിടം പണിയുന്നതിനുവേണ്ടി പഞ്ചായത്ത് ഒരുലക്ഷത്തിമുപ്പതി

നായിരം രൂപ വകയിരുത്തിക്കഴിഞ്ഞു. പ്രേമൻ വി.ടി. മുഹമ്മദ് മൻസൂറും, അസിസ്റ്റന്റ് പ്രേമൻ എം. മുഹമ്മദ് അനീസുമാണ് കേന്ദ്രത്തിനു ചുക്കാൻ പിടിക്കുന്നത്.



വി.ടി.മുഹമ്മദ് മൻസൂർ



എം. മുഹമ്മദ് അനീസ്

പാമ്പൂരുത്തിയിലെ ജനങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമായി കഴിഞ്ഞിരിക്കുകയാണ് ഈ തുടർവിദ്യാഭ്യാസകേന്ദ്രം.

IOണ്ടാം സമ്മാനം കോഴി കോട് ജില്ലയിലെ രണ്ടു കേന്ദ്രങ്ങൾ പങ്കിട്ടു. ഫറോക്ക് ഗ്രാമപഞ്ചായത്തിലെ കൈരളി വിദ്യാകേന്ദ്രവും കൂടരഞ്ഞി ഗ്രാമപഞ്ചായത്തിലെ മഞ്ഞക്കടവു തുടർവിദ്യാകേന്ദ്രവും. തുടർവിദ്യാകേന്ദ്രങ്ങളിലെ സാധാരണ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കു പുറമേ തൊഴിൽ പരിശീലനങ്ങൾക്കു പ്രാധാന്യം നൽകിക്കൊണ്ട് സ്വയംതൊഴിൽ യൂണിറ്റുകൾ ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുണ്ട്. കൈരളി വിദ്യാകേന്ദ്രത്തിന്റെ കീഴിൽ ഏഴ് സോപ്പ് നിർമ്മാണ യൂണിറ്റും അഞ്ച് കൂട നിർമ്മാണ യൂണിറ്റും അഞ്ച് ക്ലീനിംഗ് പൗഡർ നിർമ്മാണ യൂണിറ്റും, സാരി ഡിസൈനിംഗ് യൂണിറ്റും പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്നു. ലൈബ്രറി, വായനശാല, ഇൻഫർമേഷൻ സെന്റർ, തൊഴിൽ പരിശീലനകേന്ദ്രം, വിപണനകേന്ദ്രം, ജനസേവനകേന്ദ്രം എന്നീ നിലകളിൽ കൈരളി വിദ്യാകേന്ദ്രം ജനശ്രദ്ധ പിടിച്ചുപറ്റിക്കഴിഞ്ഞു. ഗ്രാമീണ ജനതയുടെ ക്ഷേമം ലക്ഷ്യമാക്കി പ്രവർത്തിക്കുന്ന കേന്ദ്രത്തിന്റെ സാരഥ്യം വഹിക്കുന്നത് പ്രേരക് ടി. ഉഷാകുമാരിയും, അസിസ്റ്റന്റ് പ്രേരക് ടി. ശാരദയുമാണ്.

കൂടരഞ്ഞി ഗ്രാമപഞ്ചായത്തിലെ മഞ്ഞക്കടവ് തുടർവിദ്യാകേന്ദ്രം വൈവിധ്യമാർന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ കൊണ്ട് ശ്രദ്ധേയമാണ്. വിവിധതരം തൊഴിൽ പരിശീലനങ്ങളാണ് കേന്ദ്രത്തിലൂടെ നടത്തിവരുന്നത്. കൂട നിർമ്മാണം, പപ്പട നിർമ്മാണം, കയർ നിർമ്മാണം, പേപ്പർ ബാഗ് നിർമ്മാണം, സോപ്പ് നിർമ്മാണം



കൈരളി വിദ്യാകേന്ദ്രം - നല്ലൂർ ഫറോക്ക് ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത് പ്രേരക് ടി. ഉഷാകുമാരി, അസിസ്റ്റന്റ് പ്രേരക് ടി. ശാരദ (ഇൻസെറ്റിൽ)



കൂടരഞ്ഞി ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത് സാക്ഷ്യതാമിഷൻ സെക്ഷൻ ക്ലർക്ക് (ഇടതുനിന്ന്) ജിനചന്ദ്രൻ, പഞ്ചായത്ത് സെക്രട്ടറി എ.പി. സനൽകുമാർ, പ്രസിഡന്റ് അനമ്മ മംഗരയിൽ, മഞ്ഞക്കടവ് വിദ്യാകേന്ദ്രം പ്രേരക് ചന്ദ്രൻ വേളംകോട് എന്നിവർ

എന്നിവ കൂടാതെ തയ്യൽ, എംബ്രോയിഡറി, ഡ്രൈവിംഗ് എന്നിവയിൽ പരിശീലനവും നൽകി വരുന്നു.

പരിസ്ഥിതി സംരക്ഷണം, ആരോഗ്യം എന്നീ മേഖലകളിൽ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസുകളും

നടത്തുന്നുണ്ട്. ആദിവാസി മേഖലകൾ കേന്ദ്രീകരിച്ച് പ്രത്യേകം സാക്ഷരതാ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസുകളും പരിശീലന പരിപാടികളും സംഘടിപ്പിച്ചുവരുന്നു. പ്രേരക് ചന്ദ്രൻ വേളംകോട് കേന്ദ്രത്തിന്റെ ചുക്കാൻ പിടിക്കുന്നു.

എറണാകുളം ജില്ലയിലെ കൈതാരം തുടർവിദ്യാഭ്യാസവും, തിരുവനന്തപുരം ജില്ലയിലെ പടിപ്പോട്ടുപാറ തുടർവിദ്യാഭ്യാസവും പ്രോത്സാഹന സമ്മാനം നേടി. എറണാകുളം ജില്ലയിലെ കൈതാരം തുടർവിദ്യാഭ്യാസത്തിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകുന്നത് പ്രേരക് ഇ.ആർ. ലിസി ആണ്. തിരുവനന്തപുരം ജില്ലയിലെ പടിപ്പോട്ടുപാറ അക്ഷര തുടർവിദ്യാഭ്യാസത്തിലെ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ സാരഥ്യം പ്രേരക് എൻ. ഗിരിജ ശ്രദ്ധയോടെ നിർവഹിക്കുന്നു.

റിപ്പോർട്ട് : ആർ. ജയശ്രീ



സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്ററും റൂറൽ ഡവലപ്മെന്റ് സൊസൈറ്റി ചെറുവടിയും ചേർന്നു സംഘടിപ്പിച്ച "വൈധവ്യത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങൾ" ശില്പശാല എസ്.ആർ.സി. വൈസ് ചെയർമാൻ കെ.പി.യു. അലി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുന്നു

പുരാറേഖ ശേഖരണത്തിൽ പ്രസന്നകുമാരിക്ക് ഒന്നാം സ്ഥാനം



മാത്രീക താളിയോല മുതൽ വേദങ്ങൾ വരെ യുള്ള പുരാറേഖ ശേഖരണത്തിൽ പാറശ്ശാല ഗ്രാമ പഞ്ചായത്ത് തുടർ വിദ്യാഭ്യാസം പ്രേരക് പ്രസന്നകുമാരി ഒന്നാം സ്ഥാനം കരസ്ഥമാക്കി. അഞ്ചു ദിവസത്തെ സർവ്വേയിൽ 3967 താളിയോലഗ്രന്ഥങ്ങളും 1803 പേപ്പർ ഗ്രന്ഥങ്ങളുമാണ് അവർ കണ്ടെത്തിയത്.

പുരാവസ്തു രേഖകൾ കണ്ടെത്തി സംരക്ഷിക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യവുമായി കേരള സംസ്ഥാന പുരാറേഖ വകുപ്പും, ദേശീയ മാനുസ്ക്രിപ്റ്റ് മിഷൻ, സംസ്ഥാന സാക്ഷരതാ മിഷൻ എന്നിവയുടെ

സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിലായിരുന്നു സർവ്വേ. തിരുവനന്തപുരം ജില്ലയിലെ തുടർവിദ്യാഭ്യാസ കേന്ദ്രത്തിലെ പ്രവർത്തകരെയാണ് പുരാവസ്തു രേഖകൾ കണ്ടെത്തുന്നതിന് നിയോഗിച്ചിരുന്നത്.

പഴയ തറവാടുകളിലെ മാത്രീകന്മാരെയും വൈദ്യന്മാരെയും നേരിൽകണ്ട് അന്വേഷിച്ചു കണ്ടെത്തിയതാണ് ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ. വേദങ്ങൾ, ആയോധനകല, സിദ്ധവൈദ്യം, വൈദ്യശാസ്ത്രം, വിഷവൈദ്യം എന്നിങ്ങനെ നിരവധി വിഷയങ്ങളുടെ ഏടുകൾ

കണ്ടെത്തുകയുണ്ടായി. ഇവയെല്ലാം തന്നെ മലയാളത്തിലും തമിഴിലും ഉള്ളതാണ്.

ഇനിയും ആയിരക്കണക്കിന് ഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഉണ്ടെന്ന് പ്രസന്നകുമാരി പറഞ്ഞു. അമൂല്യമായ പല ഗ്രന്ഥങ്ങളും പുറത്തു കാണിക്കുവാൻ പലരും താൽപര്യപ്പെടുന്നില്ലെന്നും അവർ കൂട്ടിച്ചേർത്തു. പാറശ്ശാല വി.ഇ.ഒ. ജോൺ, പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് ആർ. ബിജു എന്നിവർ പുരാവസ്തു അന്വേഷണത്തിന് തന്നെ സഹായിച്ചതായി പ്രസന്നകുമാരി പറഞ്ഞു.

സി.ലേ.

‘മനുഷ്യാവകാശങ്ങൾ - അർത്ഥവും വ്യാപ്തിയും’ എന്ന പരമ്പര ഈ ലക്കത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടില്ല



അക്ഷരശ്രീ

തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പ്രവർത്തകർക്ക് ഒരു വഴികാട്ടി

വായിക്കുക!

വരിഞ്ഞാവുക!!



വാർഷിക വരിസംഖ്യ

100 രൂപ

കോപ്പി ഒന്നിന്

10 രൂപ

മണി ഓർഡർ രേഖയ്ക്കോണ്ട വിലാസം

ഡയറക്ടർ

സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ

പട്ടം പി.ഒ., തിരുവനന്തപുരം-4

അക്ഷരശ്രീയിലേക്ക് രചനകൾ ക്ഷണിക്കുന്നു

തുടർവിദ്യാഭ്യാസവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കഥ, കവിത, ലേഖനം, കാർട്ടൂൺ, മാതൃകാപരമായ പ്രവർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള കുറിപ്പുകൾ തുടങ്ങിയവയെന്തുമാകാം. സൂഷ്ടികൾ മികച്ചതും ചെറുതുമാകാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.

എഡിറ്റർ

അക്ഷരശ്രീ മാസിക, സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ,

പട്ടം. പി.ഒ., തിരുവനന്തപുരം-4

സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ, കേരളം

സഹലമി അക്ഷരഭൗത്യം

തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പരിപാടി



2006 ജൂലായ് 16 മുതൽ 25 വരെ ഉച്ചയ്ക്ക് 2.45ന്

അനന്തപുരി എഫ്.എം-ൽ പ്രക്ഷേപണം ചെയ്യുന്നു

ശ്രോതാക്കളുടെ മികച്ച പ്രതികരണങ്ങൾക്ക് സമ്മാനങ്ങൾ

പ്രതികരണങ്ങൾ അയയ്ക്കേണ്ട വിലാസം:

ഡയറക്ടർ

സ്റ്റേറ്റ് റിസോഴ്സ് സെന്റർ

കേരളം, തിരുവനന്തപുരം. 695004

“കേൾക്കുക, കേൾക്കാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുക”