

# മലബാർ



# വിഷൻ

താമരശ്ശേരി രൂപതാ മുഖപത്രം

● 2021 ● മേയ് - ജൂൺ ● പുസ്തകം: 04 ● ലക്കം: 03 ● RNI Regn No: KERMAL/2017/73545 ● Registered No: KL/CT/230/2019-2021



പൈൽസ്, ഫിഷർ, ഫിസ്സുല, പൈലോനിഡൽ സൈനസ്  
എന്നിവയ്ക്ക് ഏറ്റവും മികച്ചതും ഏറ്റവും ചെലവ് കുറഞ്ഞതും **ലേസർ ചികിത്സ**

- ആശുപത്രി വാസം ആവശ്യമില്ല
- എല്ലാ പ്രായക്കാർക്കും അനിയോജ്യം
- വേദന കുറവ്, രക്തസ്രാവം കുറവ്
- ചെറിയ മുറിവ്, വേഗത്തിലുള്ള ഭേദമാകൽ
- ദീർഘകാല കൺസൾട്ടേഷൻ, ചികിത്സ എന്നിവ വേണ്ട

മെഡിക്കൽ ഇൻഷുറൻസ് ഇല്ലാത്തവർക്കായി സാമ്പത്തിക സൗകര്യം സൗകര്യം സൗകര്യം സൗകര്യം

**വിളിക്കുക 8086668317 / 9745027417**

എൻ.എച്ച് ബൈപ്പാസ്, തൊണ്ടയാട് ജങ്ഷനു സമീപം, കോഴിക്കോട് 673017 Follow us



www.starcareshospitals.com

# എഡിറ്റോറിയൽ

● പുസ്തകം: 4 ● ലക്കം: 3

## സ്ത്രീയോ ധനം സ്ത്രീധനമോ ധനം?

വിസ്തൃത എന്ന പെൺകുട്ടിയുടെ മരണം സാംസ്കാരിക കേരളത്തിനു മുന്നിൽ വലിയൊരു ചോദ്യം അവശേഷിപ്പിക്കുകയാണ്. ഭർത്താവീട്ടിലെ പീഡനങ്ങളുടെ പേരിലുള്ള ആത്മഹത്യകളും സ്ത്രീധനത്തിന്റെ പേരിലുള്ള കൊലപാതകങ്ങളും തുടർക്കഥയാകുകയാണ്. സ്വന്തം ഭാര്യയെ സ്വന്തം കൈക്കലാക്കുന്നതിനായി പാമ്പിനെക്കൊണ്ട് കടിപ്പിച്ച് കൊന്ന സംഭവം മലയാളക്കരയ്ക്ക് ഏൽപ്പിച്ച അപമാനം ചെറുതല്ല. ലോകത്തിന് മുന്നിൽ സാംസ്കാരിക കേരളം അപമാനിയായ സംഭവമാണ് ഇവയോരോന്നും.

ഇത്തരത്തിലുള്ള ഓരോ ദുരന്തത്തിനുശേഷവും അതിലും വലിയ ദുരന്തമായി സ്ത്രീ സംരക്ഷകരെന്നു ഭാവിക്കുന്നവരുടെ ചാനൽ ചർച്ചകളും അഭിപ്രായ പ്രകടനങ്ങളും. സ്ത്രീ സുരക്ഷയ്ക്കു വേണ്ടി നില കൊള്ളുന്ന കമ്മീഷൻ പോലും ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾക്കു മുമ്പിൽ നോക്കുകയൊന്നുമില്ല. സ്ത്രീധന പീഡനങ്ങളും കൊലപാതകങ്ങളും ആത്മഹത്യകളും തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരിക്കുമ്പോഴും കേരള മൊന്നാകെ പറയുന്നു: സ്ത്രീധനം വാങ്ങരുത്, സ്ത്രീധനം കൊടുക്കരുത്, അത് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കരുത്.

എവിടെയാണ് നമുക്ക് പിഴയ്ക്കുന്നത്? എങ്ങനെയാണ് ഈ വ്യവസ്ഥിതിക്ക് മാറ്റം സൃഷ്ടിക്കേണ്ടത്? സ്ത്രീധനത്തിനെതിരെ കർശനമായ നിയമ വ്യവസ്ഥകളുള്ള നാടാണ് ഇന്ത്യ. 1961 ൽ സ്ത്രീധന നിരോധന നിയമം നിലവിൽ വന്നു. പിന്നീട് സ്ത്രീകൾക്ക് കൂടുതൽ സുരക്ഷയും സംരക്ഷണവും നൽകുന്നതിനായി 1985 ൽ ഇന്ത്യൻ ശിക്ഷാ നിയമത്തിൽ 498 (എ) എന്ന വകുപ്പുകൂടി കൂട്ടിച്ചേർത്തു. സ്വന്തം വീട്ടിൽ സ്ത്രീകളും പെൺകുട്ടികളും നേരിടുന്ന പീഡനങ്ങൾ തടയാൻ ഗാർഹികപീഡന നിരോധനനിയമവും ശക്തമാണ്. പക്ഷെ, വിവാഹത്തെ ധനസമ്പാദന മാർഗ്ഗമായി കാണുന്ന നാണക്കേട് പ്രവണതയ്ക്ക് അന്ത്യംകുറിക്കാൻ നമുക്ക് ആകുന്നില്ല. പെൺകുട്ടികളെ മാന്യമായി വിവാഹം കഴിപ്പിച്ചയക്കാൻ പാടുപെടുന്ന മാതാപിതാക്കളുടെ നൊമ്പരവും ആരും കാണുന്നില്ല. വിവാഹത്തിന് ഒരുങ്ങുന്ന ഓരോ പുരുഷനും അവശ്യമായ 'തന്റെ ജീവിതസഖിയായി കടന്നു വരുന്നവൾ കൊണ്ടുവരുന്ന സ്ത്രീധനമല്ല, അവൾ തന്നെയാണ് ധനം' എന്ന ബോധ്യമാണ്. ഈ പുതുസംസ്കാരത്തിലേക്ക് കേരളം വളരട്ടെ.

## ആത്മാവിൻ നാരായം കൊണ്ട് അമരാക്ഷരം രചിക്കാം



ഇടയശബ്ദം

മാർ റമീജിയോസ് ഇബ്രാഹിമിൻ

പുതിയൊരു അദ്ധ്യയന വർഷം കൂടി ആരംഭിച്ചിരിക്കുകയാണല്ലോ. വാനോളമുയരുന്ന പ്രതീക്ഷകളുമായി പഠനത്തിന്റെയും അറിവിന്റെയും പുതിയ മേച്ചിൽ പുറങ്ങളിലേക്ക് കാലൊടുത്തു വെക്കുന്ന എല്ലാ കുട്ടികൾക്കും, മാതാപിതാക്കൾക്കും അദ്ധ്യാപകർക്കും നന്മ നിറഞ്ഞ ഒരു വർഷം ആശംസിക്കുന്നു.

കോവിഡ് 19 എന്ന മഹാമാരി ലോകത്തിൽ വരുത്തിയ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട മാറ്റങ്ങളിലൊന്ന് ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ മേഖലകളെയും ഓൺലൈൻ പ്ലാറ്റ്ഫോമിലേക്ക് പരിവർത്തിച്ചു എന്നതാണ്. വിദ്യാഭ്യാസരംഗത്തും തൊഴിൽ മേഖലകളിലും ആത്മീയ മേഖലയിലുമെല്ലാം മുമ്പ് കണ്ടിട്ടില്ലാത്ത തരത്തിലുള്ള മാറ്റങ്ങൾക്ക് നാം സാക്ഷ്യം വഹിച്ചു. അറിവിന്റെ കൈമാറ്റം ഇന്ന് മൊബൈൽ ഫോണുകളിലൂടെയും, കമ്പ്യൂട്ടറുകളിലൂടെയും, ടെലിവിഷനിലൂടെയുമൊക്കെയായി മാറിയിരിക്കുന്നു. അതിന്റെ ഫലമായി, കുടുംബ ബന്ധങ്ങളിലും, പേരന്റീങ്ങ് രീതികളിലും കാര്യമായ പല മാറ്റങ്ങളും വന്നിട്ടുണ്ടെന്നതും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്. കുട്ടികൾക്ക് മൊബൈൽ ഫോൺ നൽകരുത് എന്നു കരുതിയിരുന്ന സ്ഥാനത്ത് ഇന്ന് ഓരോരുത്തരുടെ കൈയിലും മൊബൈൽ കൂടിയേ തീരൂ എന്ന സ്ഥിതിവിശേഷമാണുള്ളത്.

മാധ്യമങ്ങളും, ആശയ വിനിമയോപാധികളുമെല്ലാം അതിന്റെ എല്ലാ നന്മകളോടും കൂടിത്തന്നെ ഉപയോഗിക്കുമ്പോഴും അതിലടങ്ങിയിരിക്കുന്ന അപകടങ്ങളെക്കുറിച്ച് കൂട്ടി

കളും മാതാപിതാക്കളുമെല്ലാം അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഒരു മുറിക്കുള്ളിലെ വിർചൽ ലോകത്തേക്ക് ചുരുങ്ങിപ്പോകാനിടയുണ്ടെന്നതാണ് ഓൺലൈൻ വിദ്യാഭ്യാസ സമ്പ്രദായത്തിന്റെ ഏറ്റവും വലിയ വിപത്തും ന്യൂനതയും. അതിനെ ഫലപ്രദമായി മറികടക്കാനുള്ള വഴികൾ തേടുകയും, മൊബൈൽ ഫോണുകൾ സൃഷ്ടിക്കുന്ന സാങ്കല്പിക ലോകത്തിനു പുറത്തുള്ള വിശാലവും, യഥാർത്ഥവുമായ ലോകത്തിലേക്ക് കടന്നു ചെല്ലാൻ വിദ്യാർത്ഥികളെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന നല്ലൊരു അദ്ധ്യാപന സമീപനം ഇക്കാലത്ത് കൂടിയേ തീരൂ.

അറിവിന്റെ വിശാലമായ ലോകത്തോടൊപ്പം നല്ല ബന്ധങ്ങളുടെ അക്ഷരക്കൂട്ടുകളും അവർക്കു പകർന്നു നൽകേണ്ടത് മാതാപിതാക്കളാണ്. അത് മനുഷ്യരുമായി മാത്രമല്ല, പ്രകൃതിയോടും, മണ്ണിനോടും, മരങ്ങളോടും, കിളികളോടും, മൃഗങ്ങളോടുംമെല്ലാം ചങ്ങാത്തം കൂടാൻ ഈ കോവിഡ് കാലം നല്ലൊരു അവസരം നൽകിയിരിക്കുകയാണ്. പച്ചക്കറി നട്ടുന്നതും, പൂച്ചെടികൾ വളർത്തുന്നതും പരിപാലിക്കുന്നതുമെല്ലാം ഈ കോവിഡ് കാലത്ത് കുട്ടികൾക്കു നൽകാവുന്ന നല്ല പാഠങ്ങളാണ്. സ്വയം പര്യാപ്തതയുടെ പരിശീലനങ്ങളിലൂടെ നമ്മുടെ ഭവനങ്ങളെ മാറ്റാം. സാമൂഹിക അകലത്തിന്റെ അതിർവരമ്പുകളെ സ്നേഹം കൊണ്ടു ഭേദിക്കാൻ നമ്മുടെ കുട്ടികളെ നമുക്ക് പരിശീലിപ്പിക്കാം.

“മകനേ, നിന്റെ പിതാവിന്റെ പ്രബോധനം ചെവിക്കൊള്ളുക; മാതാവിന്റെ ഉപദേശം നിരസിക്കരുത്” എന്ന പ്രഭാഷകന്റെ വചനം കുട്ടികൾ ഹൃദയത്തിൽ സൂക്ഷിക്കണം. ജ്ഞാനത്തിന്റെ വഴികളിൽ സഞ്ചരിക്കാൻ അദ്ധ്യാപകരെയും മാതാപിതാക്കളെയും അനുസരിക്കണം. അനുഭവങ്ങളാണ് അവരുടെ കരുത്ത്. ആ അനുഭവങ്ങളുടെ വെളിച്ചം നമ്മുടെ മാർഗ്ഗങ്ങളെ പ്രകാശിപ്പിക്കട്ടെ.

# അകത്തേക്ക് തുറക്കുന്ന വാതിലുകൾ



അകം പുറം

കെ. എഫ്. ജോർജ്ജ്

ഗുരു യാത്രയിലായിരുന്നു. രാത്രി തങ്ങളാൽ ഇടം തേടി നടക്കുമ്പോൾ കണ്ണിടപ്പെട്ടത് രാജകൊട്ടാരം. രാജാവിനെ കാണാൻ വന്നതാണെന്ന് പറഞ്ഞപ്പോൾ കാവൽക്കാരൻ കടത്തിവിട്ടു.

കവാടം പിന്നിട്ടു കടന്നു ചെല്ലുമ്പോൾ രാജാവ് സിംഹാസനത്തിൽ ആസനസ്ഥനാണ്. രാജാവിനെ മുഖം കാണിച്ചു വണങ്ങി.

എന്താണ് ആവശ്യമെന്ന് രാജാവിന്റെ ചോദ്യം 'ഈ സത്രത്തിൽ രാത്രി ഉറങ്ങാൻ ഇടം തേടിവന്നതാണ്'.

'ഇത് സത്രമല്ല എന്റെ കൊട്ടാരമാണ്. കണ്ടാൽ അറിഞ്ഞുകൂടെ?' അധികാര ഗർവ്വം അനിഷ്ടവും രാജാവിന്റെ വാക്കുകളിൽ നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നു.

'ഞാൻ ഒന്നു ചോദിച്ചോട്ടേ' ഗുരു തുടർന്നു 'അങ്ങേയ്ക്കു മുമ്പ് ഈ കൊട്ടാരം ആരുടേതായിരുന്നു?'

എന്റെ അച്ഛന്റേത്. അദ്ദേഹം മരിച്ചു പോയി.'

'അതിനു മുമ്പ് ആരുടെ ഉടമസ്ഥതയിലായിരുന്നു?'

മുത്തച്ഛന്റേത്. അദ്ദേഹവും മരിച്ചു പോയി'

'ഓരോരുത്തർ കുറച്ചു കാലം താമസി

ക്കുകയും പിന്നീട് കടന്നു പോവുകയും ചെയ്യുന്ന ഈ കെട്ടിടം സത്രമല്ലാതെ പിന്നെന്താണ്?' ഗുരുവിന്റെ മറുപടിയിൽ രാജാവിന്റെ ഗർവ്വം ആവിതായി.

കൊട്ടാരമാണെങ്കിലും കുടിലാണെങ്കിലും ഫലത്തിൽ സത്രമാണെന്നും എല്ലാവരും ഹ്രസ്വകാലതാമസക്കാർ മാത്രമാണെന്നും മഹാമാരിക്കാലം ദിവസവും എല്ലാവരെയും ആഴത്തിൽ ബോധ്യപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

ആർക്കിയോളജിക്കൽ സർവ്വേ ഓഫ് ഇന്ത്യ റീജനൽ ഡയറക്ടറായി വിരമിച്ച കൊടുവള്ളിക്കാരനായ പ്രശസ്ത പുരാവസ്തു ഗവേഷകൻ കെ. കെ. മുഹമ്മദ് ഇന്ത്യയുടെ ചരിത്രപഠനത്തിനായുള്ള നിരവധി ഉത്ഖനന പരിപാടികൾക്ക് നേതൃത്വം കൊടുത്തിട്ടുണ്ട്.

വളരെ ആദരവോടെ മാത്രമേ മണ്ണിൽ ചവിട്ടാവൂ എന്ന് ഒരു അഭിമുഖത്തിൽ അദ്ദേഹം പറയുകയുണ്ടായി. എത്രയോ സംസ്കാരങ്ങളും മനുഷ്യരുടെ ശവകുടീരങ്ങളും അടങ്ങിക്കിടക്കുന്ന മണ്ണിന് മുകളിലൂടെയാണ് നമ്മെല്ലാവരും ജീവിതത്തിന്റെ തേരു പായിക്കുന്നത്. അതിനാൽ മണ്ണിൽ എന്തു ചെയ്യുമ്പോഴും ഈ ബോധ്യമുണർത്തുന്ന വിനയമുണ്ടാകണമെന്ന് അദ്ദേഹം സൂചിപ്പിക്കുകയായിരുന്നു.

ജീവിതം ആടിത്തീർക്കുമ്പോൾ പുറത്തേക്കുള്ള വാതിലുകൾ മലർക്കെ തുറന്നിടുന്നതാണ് പ്രിയങ്കരം. കാരണം പുറത്താണ് കൂടിച്ചേരലുകളും വിരുന്നുകളും ഉല്ലാസങ്ങളും. അതിനാൽ സമയം



കിട്ടിയാൽ പുറത്തുചാടും. സഞ്ചാരിയാകും. അലഞ്ഞു നടക്കും.

എന്നാൽ പുറത്തേക്കുള്ള വാതിലുകൾ കൊട്ടിയടയ്ക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. രോഗവ്യാപനം കുറഞ്ഞെന്നു കരുതി ഇടയ്ക്ക് അൽപം തുറക്കാൻ ശ്രമിച്ചപ്പോൾ മഹാമാരി പൂർവാധികം ശക്തിയോടെ വാതിലടച്ചു താഴിടുന്നു.

പുറത്തേക്കുള്ള വാതിലുകൾ അടഞ്ഞപ്പോഴാണ് അകത്തേക്ക് തുറക്കുന്ന വാതിലുകളെ കാര്യമായി ഗൗനിക്കാൻ തുടങ്ങിയത്. പുറം കാഴ്ചകളെക്കാൾ വർണശബളിയും വൈവിധ്യവും ആഴവും അകക്കാഴ്ചകൾക്കുണ്ട്. ഈ പ്രതിസന്ധിക്കാലം അതിലേക്ക് ലോകത്തെ നയിച്ചു.

വൈറസ് ലോകത്തെ ഒറ്റച്ചരടിൽ മു

റുക്കിയപ്പോൾ സർവ ചരാചരങ്ങളും തമ്മിലുള്ള ആശ്രിതത്വമാണ് കൂടുതൽ തെളിയാൻ വന്നത്. ഇത് കാഴ്ചപ്പാടുകളെ പുതുക്കി.

വീടിനകത്തു കയറിയാൽ മനസിലാകും മുറികളുടെ വാതിലുകളും അകത്തേക്കാണ് തുറക്കുന്നതെന്ന്. മനസിന്റെ, മനുഷ്യ ബന്ധത്തിന്റെ, പരസ്പര സഹകരണത്തിന്റെ സൗഹൃദത്തിന്റെ വാതിലുകൾ ഒന്നൊന്നായി തുറക്കുക. പുറത്തേക്കുള്ള വാതിലുകൾ എത്ര അടഞ്ഞാലും ഉള്ളിലേക്കു തുറക്കുന്ന വാതിലുകൾ മറ്റാർക്കും അടയ്ക്കാനാവില്ല, നമുക്കല്ലാതെ.

ഉൾവാതിലുകൾ തുറന്നിടുന്നവർക്ക് കൂടുംബ ബന്ധങ്ങളുടെ കരുതലും സ്നേഹവും കൂടുതൽ ഊഷ്മളമായി അനുഭവപ്പെടും. പ്രതിസന്ധികൾക്കുള്ള മറുമരുന്നാണ്. തുറന്ന ആശയവിനിമയം പരിമിതികൾ പരസ്പരം മനസിലാക്കാൻ വഴിയൊരുക്കും.

വാതിൽ അനേകം അർത്ഥങ്ങളുള്ള രൂപകമാണ്. ഞാനാണ് വാതിലെന്നും എന്നിലൂടെ പ്രവേശിക്കുന്നവൻ അകത്തു വരുകയും പുറത്തു പോവുകയും മേച്ചിൽ സ്ഥലം കണ്ടെത്തുകയും ചെയ്യുമെന്ന് യേശു പ്രഖ്യാപിക്കുമ്പോൾ അത് പരിവർത്തനത്തിന്റെ പാതയിലേക്കുള്ള കവാടമായി പ്രശോഭിക്കുന്നു. ആ വാതിൽ അകത്തു കടക്കാനും പുറത്തു പോകാനുമുള്ള വെറും ഇടം മാത്രമല്ല, വളർച്ചയ്ക്കുള്ള പുതിയ മേച്ചിൽ പുറങ്ങളിലേക്ക് ക്ഷണിക്കുന്ന സ്വാഗത കവാടം കൂടിയാണ്.

# വെല്ലുവിളിയായി ഓൺലൈൻ പഠനം

കോവിഡ് -19 അടിച്ചേൽപ്പിച്ച നിർബന്ധിത മാറ്റത്തിന് ഏറ്റവും അധികം വിധേയരായത് മാതാപിതാക്കളും അധ്യാപകരും വിദ്യാർത്ഥികളുമാണ്. സ്കൂളും ക്ലാസ് മുറികളും ഓർമ്മച്ചിത്രങ്ങളായി മാറി. സഹപാഠികളെയും അധ്യാപകരെയും നേരിട്ടു കാണാൻ കഴിയാതെ വീർപ്പുമുട്ടിയിരിക്കുകയാണ് കുട്ടികൾ. 65 ശതമാനം മാതാപിതാക്കളും മക്കളെക്കുറിച്ചും അവരുടെ തുടർപഠനത്തെക്കുറിച്ചും ഉത്കണ്ഠാകുലരാണ് പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു.



ഡോ. സിബി സിബി SABS (സൈക്കോളജിസ്റ്റ്)

മുന്നറിയിപ്പില്ലാതെ, മാറ്റത്തിനായി നിർബന്ധിക്കപ്പെടുമ്പോൾ മനുഷ്യർ ഉത്കണ്ഠാകുലരും പരിഭ്രാന്തരുംമാകും. കോവിഡ് -19 എന്ന മഹാമാരി ഒരു മുന്നറിയിപ്പും നൽകാതെ നമ്മെ വലിയൊരു മാറ്റത്തിലേക്കാണ് എടുത്തൊഴിഞ്ഞത്. സർവ്വ സാമൂഹ്യവും അനുഭവിച്ച് ജീവിച്ച മനുഷ്യർ വീടിന്റെ നാലു ചുവരുകൾക്കുള്ളിലേക്ക് ചുരുങ്ങേണ്ടി വന്നു. സ്വയം സുരക്ഷയ്ക്കും അതുവഴി സമൂഹത്തിന്റെ സുരക്ഷയ്ക്കുമാണ് ഇതെന്ന് എല്ലാവർക്കും അറിയാമെങ്കിലും എത്രമാത്രം വീർപ്പുമുട്ടലുകളാണ് ഇതിന്റെ പേരിൽ നാം അനുഭവിക്കുന്നത്.

2019 അവസാനം മുതൽ ലോകത്തെ പിടിച്ചുലച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന കൊറോണ വൈറസ് ഒരു ദാക്ഷിണ്യവും കാണിക്കാതെ വിരാജിക്കുകയാണ്. മാസ്ക് ധരിച്ച്, പരസ്പരം അകലം പാലിച്ച്, സാമൂഹിക മാധ്യമങ്ങളിലൂടെ പ്രിയപ്പെട്ടവരുമായുള്ള ഒത്തുചേരൽ നടത്തി, ബന്ധങ്ങൾ പുതുക്കി വീടുകളിൽ കഴിയുമ്പോഴും മിക്കവാറും മനസ്സുകൾ അസ്വസ്ഥമാണ്. മുന്നറിയിപ്പില്ലാതെ കോവിഡ് -19 അവതരിച്ചതുകൊണ്ട് ആർക്കും ഒന്നും കരുതി വയ്ക്കാവാനോ ഒരുങ്ങിയിരിക്കാനോ ആയില്ല.

കോവിഡ് വാക്സിനുകൾ വികസിപ്പിച്ചതും വിതരണം ആരംഭിച്ചതുമാണ് ഇപ്പോഴത്തെ സന്തോഷ വാർത്ത. ഭയപ്പെടാതെ പഴയ സാമൂഹ്യതയോടെ ഇനിയും പുറത്തിറങ്ങാമെന്ന് ലോകം സ്വപ്നം കാണുന്നു. എങ്കിലും പലരും ഉള്ളിന്റെയുള്ളിൽ അറിയാതെ പറഞ്ഞു പോകുന്നുണ്ട് 'എല്ലാം ദൈവത്തിന് മാത്രം അറിയാം'.

## ഉയരുന്ന വെല്ലുവിളികൾ

കോവിഡ് -19 അടിച്ചേൽപ്പിച്ച നിർബന്ധിത മാറ്റത്തിന് ഏറ്റവും അധികം വിധേയരായത് മാതാപിതാക്കളും അധ്യാപകരും വിദ്യാർത്ഥികളുമാണ്. സ്കൂളും ക്ലാസ് മുറികളും ഓർമ്മച്ചിത്രങ്ങളായി മാറി. സഹപാഠികളെയും അധ്യാപകരെയും നേരിട്ടു കാണാൻ കഴിയാതെ വീർപ്പുമുട്ടിയിരിക്കുകയാണ് കുട്ടികൾ. 65 ശതമാനം മാതാപിതാക്കളും മക്കളെക്കുറിച്ചും അവരുടെ തുടർ പഠനത്തെക്കുറിച്ചും ഉത്കണ്ഠാകുലരാണ് പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു.

നഴ്സറി മുതൽ കോളേജ് വരെ ഓൺലൈൻ പഠനത്തിലേക്ക് മാറി. ഒന്നാം ക്ലാസിന്റെ വാട്സാപ്പ് ഗ്രൂപ്പിൽ നിന്നും രണ്ടാം ക്ലാസിന്റെ വാട്സാപ്പ് ഗ്രൂപ്പിലേക്ക് തന്റെ കുട്ടി ജയിച്ചെന്നു പറയുമ്പോൾ ചെറിയൊരു നെടുവീർപ്പ് മാതാപിതാക്കളിൽ നിറയുന്നുണ്ട്. കാരണം അവർക്ക് അറിയാം എങ്ങനെയാണ് തന്റെ കുട്ടി ഓൺലൈൻ ക്ലാസിൽ ഇരുന്നതെന്ന്. പലപ്പോഴും അവർക്കുവേണ്ടി ക്ലാസ് കുടിയേറ്റം പഠിച്ചതും മാതാപിതാക്കളാണ്. വിവിധ

## മൊബൈൽ ഉപയോഗത്തെക്കുറിച്ച് ഇന്ത്യൻ സൈക്യാട്രിക് സൊസൈറ്റിയുടെ നിർദ്ദേശങ്ങൾ



2 വയസിൽ താഴെയുള്ള കുട്ടികൾക്ക് മൊബൈൽ നൽകുന്നത് പൂർണ്ണമായും ഒഴിവാക്കണം.

2 മുതൽ 5 വയസു വരെ	6 മുതൽ 18 വയസു വരെ
<ul style="list-style-type: none"> <li>മുതിർന്നവരുടെ നിരീക്ഷണത്തിലും മേൽനോട്ടത്തിലും മാത്രം മൊബൈൽ ഉപയോഗിക്കുക</li> <li>ദിവസം അരമണിക്കൂറിൽ അധികം ദീർഘിക്കാത്ത 2 സെഷനുകളായി ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളിൽ പങ്കെടുക്കാം അല്ലെങ്കിൽ വിദ്യാഭ്യാസ ആപ്പുകളിൽ ചെലവഴിക്കാം.</li> <li>ഉറങ്ങുന്നതിന് ഒരു മണിക്കൂർ മുൻപായി മൊബൈൽ ഫോണിന്റെ ഉപയോഗം അവസാനിപ്പിക്കുക.</li> <li>ബെഡ്റൂമിൽ കുട്ടികൾക്ക് മൊബൈൽ നൽകരുത്.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>മൊബൈൽ നൽകുന്നതിന് മുമ്പ് എത്രസമയം വരെ മൊബൈൽ ഉപയോഗിക്കാമെന്നും എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കണമെന്നും പറഞ്ഞുകൊടുക്കണം.</li> <li>രക്ഷിതാക്കളുടെ കണ്ണുകളെത്തുന്ന പൊതുവായൊരു മുറിയിലിരുന്ന് മൊബൈൽ ഉപയോഗിക്കാൻ നിർദ്ദേശിക്കുക.</li> <li>പാരന്റൽ കൺട്രോൾ സോഫ്റ്റ് വെയറുകളും കൺട്രോൾ ഫിൽറ്ററുകളും പിൻ/പാസ് വേഡ് സെക്യൂരിറ്റിയും മൊബൈലിലുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പു വരുത്തണം</li> </ul>

## ഗെയിം അധിക്ഷേപവും സ്ക്രീൻ അധിക്ഷേപവും അപകടം

വെറുതെ നേരമ്പോക്കിനായി ഗെയിം കളിച്ചു തുടങ്ങി. ഒടുവിൽ കരകയറാനാവാത്ത വിധം അധിക്ഷേപിന്മേൽ വഴുതി വീഴുന്ന കുട്ടികൾ നമുക്കു ചുറ്റും ധാരാളം. കുട്ടികളുടെ മാനസികനിലയുടെ താളം തെറ്റിക്കാനും അക്രമവാസന വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനും ഇത്തരം അധിക്ഷേപങ്ങൾ വഴി വയ്ക്കുന്നു. കൂടാതെ അവരുടെ ദേഷ്യവും വാശിയും കൂട്ടുന്നു. പഠനത്തിലുള്ള ശ്രദ്ധ കുറയുന്നു. തലവേദന, കഴുത്തു വേദന, കണ്ണിനൂണ്ടാകുന്ന കുഴപ്പങ്ങൾ തുടങ്ങിയ ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളിലേക്ക് നയിക്കുന്നു. ചുറ്റുമുള്ളവരുമായി അടുപ്പം കുറയുന്നു. ക്രമേണ വിഷാദത്തിലേക്ക് വഴുതിവീഴുന്നു.

**അധിക്ഷേപ ലക്ഷണങ്ങൾ:** ഭക്ഷണം പോലും ഉപേക്ഷിച്ചു ഗെയിം കളിക്കാൻ തുടങ്ങുന്ന അവസ്ഥ • എപ്പോഴും ഗെയിം കളിക്കാനുള്ള വ്യഗ്രത • കളിക്കേണ്ട എന്നു തീരുമാനിച്ചാലും അതിനു സാധിക്കാത്ത അവസ്ഥ • ഗെയിം നിർത്താൻ മറ്റൊരാളിലും ആവശ്യപ്പെടുമ്പോൾ ദേഷ്യം തോന്നുക • മുൻപുണ്ടായിരുന്ന ഹോബികളിൽ പോലും മനംമടുപ്പ് • മറ്റൊന്നിലും ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കാനാകാത്ത അവസ്ഥ • എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നമുണ്ടാകുമ്പോഴോ കൂട്ടുകാരുമായി വഴക്കിടുമ്പോഴോ മാനസികസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാൻ ഗെയിം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന അവസ്ഥ.

**മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കാൻ:** കുട്ടികളുടെ ഫോൺ ഉപയോഗം നിരീക്ഷിക്കുക. • സേർച്ച് ഹിസ്റ്ററി പരിശോധിക്കുക. • കുട്ടികളോടൊപ്പം സമയം ചെലവഴിക്കുക • ക്ലാസ് സമയം എപ്പോഴാണെന്നു കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കുക; അല്ലാത്ത സമയം ഫോൺ നൽകാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക • കഴിയുന്നതും അവരെ ഗെയിമുകളിൽ നിന്നും പിന്തിരിപ്പിക്കുക • മൊബൈൽ ഫോൺ ഉപയോഗം പരമാവധി കുറച്ച് മറ്റു പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കു കൂടുതൽ സമയം കണ്ടെത്തുക • കുട്ടികൾ ഓൺലൈൻ ക്ലാസിൽ പങ്കെടുക്കുന്നുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക.



പ്രായക്കാരായ മൂന്നു മക്കളുള്ള മാതാപിതാക്കളാണെങ്കിൽ മുവറുടെയും പഠനം ഫലപ്രദമായി നടത്തിയെടുക്കുവാൻ കഠിന പരിശ്രമം തന്നെ ചെയ്യണം. മൂന്നുപേർക്കും ക്ലാസിൽ പങ്കെടുക്കുവാനുള്ള മൊബൈൽ കണ്ടെത്തണം. ഒരേ സമയം ക്ലാസ് വന്നാൽ മാതാപിതാക്കളുടെ സാന്നിധ്യം അവർ മുവരോടുമൊപ്പം ഉണ്ടാകണം, പ്രത്യേകിച്ച് ഇളയ കുട്ടിക്കൊപ്പം. സാമ്പത്തിക പ്രശ്നങ്ങൾ വേറെ.

കുട്ടികളുടെ ഓരോ ചലനവും മനസിലാക്കി, അവരെ സ്നേഹിച്ചും ശിക്ഷിക്കേണ്ടവരെ ശിക്ഷിച്ചും വഴക്ക് പറയേണ്ടവരെ വഴക്ക് പറഞ്ഞും അടക്കിയിരുത്തുന്ന അധ്യാപകർക്ക് പകരം ടിവിയിലോ കമ്പ്യൂട്ടറിലോ മൊബൈലിലോ തെളിയുന്ന അധ്യാപകർക്ക് മുൻപിൽ കുട്ടികളെങ്ങനെ അച്ചടക്കമുള്ളവരായിരിക്കും?

## 'ക്ഷ' വരയ്ക്കുന്ന രക്ഷിതാക്കൾ

ഇക്കഴിഞ്ഞ സ്കൂൾ പ്രവേശനോത്സവ ദിനത്തിൽ ഒരമ്മ ഫോണിൽ രണ്ടു ചിത്രങ്ങളായിരുന്നു. പുത്തനുടുപ്പിട്ട് ബലൂണും പിടിച്ചു നിൽക്കുന്ന കുട്ടിയുടെ ചിത്രമായിരുന്നു ഒന്ന്. ടിവിയിലെ ക്ലാസിലേക്ക് ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം നോക്കിയിരിക്കുന്ന അതേ കുട്ടിയുടെ ചിത്രമായിരുന്നു രണ്ടാമത്തേത്. കൊള്ളാലോ, ഇത്രയും ഒരുക്കത്തോടെ കുട്ടി പ്രവേശനോത്സവത്തിൽ പങ്കെടുക്കുകയും ക്ലാസിൽ ശ്രദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടല്ലോ, ആ അമ്മയെ വിളിച്ച് അഭിനന്ദിക്കാൻ എന്ന് മനസിൽ തോന്നി. അവരെ ഫോണിൽ വിളിച്ചു. അഭിനന്ദനങ്ങൾ അറിയിച്ചപ്പോൾ അൽപ്പം അലോസരത്തോടെ അമ്മയുടെ മുറുപ്പി ഉടൻ വന്നു. 'ഞാനാണ് ഇപ്പോൾ ക്ലാസിൽ ഇരിക്കുന്നത്. അവൻ മുറ്റത്തുപോയി ഉറുമിനെ പിടിച്ചു കുപ്പിയിലാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്.'

ഇക്കഴിഞ്ഞ പിതൃദിനത്തിൽ വന്ന പത്രവാർത്താചിത്രം: കർണ്ണാടകയിലെ ഉൾഗ്രാമത്തിൽ മൊബൈൽ റേഞ്ചുള്ളിടത്ത് തകർത്തു പെയ്യുന്ന മഴയെ അവഗണിച്ച് കൂട്ടനിവർത്തി മകളെ ഓൺലൈൻ ക്ലാസിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുന്ന പിതാവ്. മൊബൈൽ റേഞ്ച് അന്വേഷിച്ച് കഷ്ടപ്പെടുന്ന ധാരാളം മാതാപിതാക്കളും കുട്ടികളും നമുക്ക് ചുറ്റുമുണ്ട്. അതൽപക്കൊരുടെ ടെറസിയിലും മരങ്ങൾക്ക് മുകളിലും പറമ്പിലെ ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങളിലും മൊബൈൽ റേഞ്ച് കിട്ടാനായി കയറിയിരിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളെ പലപ്പോഴും കണ്ടിട്ടുണ്ട്. വീട്ടിലെ സുരക്ഷയിൽ നിന്ന് ഇപ്രകാരമുള്ള പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് കുട്ടികളെ പറഞ്ഞയക്കുമ്പോൾ ഉത്കണ്ഠയുടെ മുൾമുനയിലായിരിക്കും മാതാപിതാക്കൾ.

ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ വിജയപ്രദമാകണമെങ്കിൽ സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാനുള്ള കഴിവും വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ ആവശ്യകത മനസിലാക്കാനുള്ള പക്ഷതയും കുട്ടികൾ ആർജ്ജിച്ചെടുക്കണം. സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസ കാലഘട്ടത്തിൽ ഈ രണ്ടു ഗുണങ്ങളും വളരെ കുറച്ച് കുട്ടികളിൽ മാത്രമാണ് കാണപ്പെടുന്നത്. ഓൺലൈൻ ആകുമ്പോൾ അവരുടെ എണ്ണം പിന്നെയും കുറയും.

# വീട്ടുകളിലെ വേവും നോവും

പേജ് മുനിൽ നിന്നു തുടർച്ച

ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളുടെ പാർശ്വ ഫലങ്ങളായി മാനസിക, ശാരീരിക അസ്വസ്ഥതകൾ കടന്നു വരുന്നുണ്ട്. സ്ഥിരമായി ഹെഡ്ഫോണുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്റെ ഫലമായി ചെവികൾക്കും തലയ്ക്കും അനുഭവപ്പെടുന്ന വേദനയും മരവിപ്പും ദീർഘനേരം ഒരേ ഇരുപ്പ് ഇരിക്കുന്നതിനാലുള്ള നടുവേദനയും ഇവയിൽ ചിലതാണ്.

ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളുടെ ആവർത്തന വിരസത കുട്ടികളിൽ പഠനത്തോടും ക്ലാസുകളോടും വിരക്തി സൃഷ്ടിക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. ക്യാമറ ഓഫാക്കിയും ഓണാക്കിയും മറ്റ് ആപ്ലിക്കേഷനുകൾ തുറന്നും അവർ വിരസത അകറ്റാൻ ശ്രമിക്കാം. അത് പഠനത്തിൽ പിന്നോക്കം പോകാനും വഴിവച്ചേക്കാം. ക്ലാസിന്റെ ഇടവേളകളിൽ ഫേസ്ബുക്കിലും വാട്സാപ്പിലും മറ്റ് സോഷ്യൽ മീഡിയ ആപ്ലിക്കേഷനുകളിലും കയറിയിറങ്ങുന്ന കുട്ടികളുണ്ട്. പക്ഷതയോടെ ഇത്തരം ആപ്ലിക്കേഷനുകളിലെല്ലെങ്കിൽ ചതിക്കുഴിയിൽ വീഴാനും സാധ്യതയുണ്ട്.

കുറച്ചു ദിവസങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് ഒരു രക്ഷിതാവ് ഫോണിൽ വിളിച്ചു. അവരുടെ മകളുടെ സ്വഭാവത്തിൽ പെട്ടെന്ന് മാറ്റങ്ങൾ വന്നതായി പറഞ്ഞു. വല്ലാത്ത ദേഷ്യം, വിശപ്പില്ലായ്മ, ഉറക്കമില്ലായ്മ, മുഖത്ത് ദുഃഖവും ഭയവും, എപ്പോഴും വിഷാദത്തോടെയുള്ള ഇരിപ്പ്. എത്ര ചോദിച്ചിട്ടും അവൾ അതിന്റെ കാരണങ്ങളെക്കുറിച്ച് പറയുന്നില്ല. ഞാൻ അവളോട് സംസാരിച്ചു. അവൾ പതിയെ മനസ്സു തുറന്നു. ഓൺലൈൻ ക്ലാസുമായി മൊബൈലിൽ ചില വഴിക്കുന്നതിനിടെ ഒരു കൗതുകത്തിന് തുടങ്ങിയതാണ് ഫേസ്ബുക്ക് അക്കൗണ്ട്. ഫേസ്ബുക്കിലൂടെ പരിചയപ്പെട്ട സുഹൃത്ത് അവളോട് പല കാര്യങ്ങളും ആവശ്യപ്പെട്ടു. പിന്നീടയാൾക്ക് ഭീഷണിയുടെ സ്വരമായി. അത് അവളെ മാനസിക സമ്മർദ്ദത്തിലേക്ക് തള്ളിവിട്ടു. ആ സമ്മർദ്ദമാണ് അവളുടെ സ്വഭാവത്തെ മാറ്റി മറിച്ചത്.

കുട്ടികളുടെ സ്വഭാവരൂപീകരണവും വ്യക്തിത്വവികാസവും പ്രധാനമായും നടക്കുന്നത് സ്കൂളുകളിലാണ്. കുട്ടികളുടെ വൈകാരിക പക്ഷതയിൽ അധ്യാപകരും സഹപാഠികളും സമൂഹവും പ്രധാന പങ്ക് വഹിക്കുന്നുണ്ട്. അധ്യാപകരുടെ



ഭാവവ്യത്യാസങ്ങൾ വായിച്ചറിഞ്ഞ് തങ്ങളുടെ പ്രവൃത്തികളിലെ ശരിതെറ്റുകൾ മനസ്സിലാക്കി തിരുത്താനുള്ള കഴിവും സഹപാഠികളുമായും ഉറ്റസുഹൃത്തുക്കളുമായും ഉണ്ടാകുന്ന ഇണക്കങ്ങളും പിണക്കങ്ങളും രമ്യതയിൽ പരിഹരിക്കാനുള്ള പക്ഷതയും സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങളെ ഉറപ്പി ഉറപ്പിക്കാനുള്ള പരിശീലനവും നൽകുന്ന വേദിയാണ് വിദ്യാലയം. ഭാവിയിലെ അവരുടെ പക്ഷമായ പെരുമാറ്റത്തിനും ദുഃഖമായ കുടുംബബന്ധങ്ങൾക്കുമെല്ലാം ചുക്കാൻ പിടിക്കുന്നത് സ്കൂൾതലത്തിലെ ഈ പരിശീലനങ്ങളാണ്. കുട്ടുകാരെ കാണാതെയും അവരുമായി സംവദിക്കാതെയും വീട്ടിലിരിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് ഈ മാനസിക ആരോഗ്യ വളർച്ച നഷ്ടമാകുന്നുണ്ട്. സമപ്രായക്കാരുമായുള്ള സമ്പർക്കം കുട്ടികളിൽ ആത്മാഭിമാനം വളർത്തുന്നതിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണെന്ന് ബ്രിട്ടീഷ് മനഃശാസ്ത്രജ്ഞയും ടിവി അവതാരകയുമായ സു ആറ്കിൻസ് പറയുന്നുണ്ട്.

### അധ്യാപകരെയും കുഴക്കി

കോവിഡ് വിഷമത്തിലാക്കിയത് അധ്യാപകരെക്കൂടിയാണ്. സ്കൂളിൽ കുട്ടികളോടൊപ്പമിരുന്ന് ഓരോരുത്തരെയും മനസ്സിലാക്കി, തല്ലി പഠിപ്പിക്കേണ്ടവരെ അപ്രകാരവും വഴക്കു പറഞ്ഞാൽ ശരിയാകുന്നവരെ അങ്ങനെയും സ്നേഹിച്ചാൽ നേരെയാകുന്നവരെ ആ രീതിയിലും പ്രോത്സാഹനം നൽകിയാൽ മുന്നോട്ട് കുതിക്കുന്നവർക്ക് അത്തരത്തിലുമുള്ള പരി

ശീലനം നൽകി ആനന്ദത്തോടെ അവരുടെ മാറ്റങ്ങൾ നോക്കിക്കണ്ട് ആത്മനിർവൃതിയടയുന്ന അധ്യാപകർക്ക് ഇത് പരീക്ഷണ കാലഘട്ടമാണ്. കുട്ടികൾക്ക് പകരം മുന്നിലുള്ള കാമ്പ്യൂട്ടറിലോ മൊബൈലിലോ നോക്കി കുട്ടികൾക്ക് മനസ്സിലാക്കുന്നുണ്ടോ, അവർ കേൾക്കുന്നുണ്ടോ, ശ്രദ്ധിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നൊന്നും കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കാതെ പഠിപ്പിക്കുമ്പോഴുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട് ചില്ലറയല്ല.

ആരും മനഃപൂർവ്വം സൃഷ്ടിച്ചതല്ല ഈ അവസ്ഥയെന്ന് ഓർക്കണം. ഇതിൽ നിന്ന് കരകയറാൻ നമ്മെത്തന്നെ എങ്ങനെ സഹായിക്കാമെന്ന് ചിന്തിക്കണം. ഈ പ്രതിസന്ധിയെ വെറുപ്പോടും ഭയത്തോടും വീക്ഷിക്കാതെ ധൈര്യത്തോടും ദൈവാശ്രയ ബോധത്തോടും നേരിടാൻ നമ്മൾ പഠിക്കണം. കുട്ടികളെ അതിനായി നാം പരിശീലിപ്പിക്കണം.

### എന്തൊക്കെ പരിഹാരങ്ങൾ?

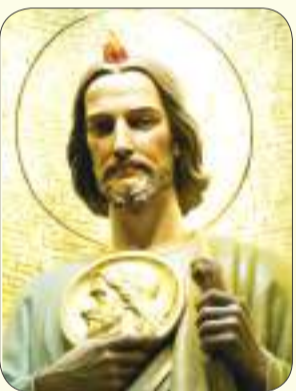
- മൊബൈൽ സമ്മാനിക്കുന്ന ഏകാന്തതയിലേക്ക് കുട്ടികളെ തള്ളിവിടാതെ സാധിക്കുന്ന സമയങ്ങളിലെല്ലാം അവരോടൊപ്പമിരിക്കാനും സംസാരിക്കാനും മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം.
- ഓൺലൈൻ ക്ലാസിലെ രസകരമായ അനുഭവങ്ങളും അസ്വസ്ഥപ്പെടുത്തുന്ന സംഗതികളുമെല്ലാം ചോദിച്ചറിയാനും അവരെ പ്രചോദിപ്പിക്കുവാനും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുവാനും മാതാപിതാക്കൾ പരിശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം.

- കുടുംബത്തിലെ എല്ലാവരും ഒന്നിച്ചിരുന്ന് ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത് ശീലമാക്കണം.
- സാധാരണ ക്ലാസ് മുറികളെ ഇഷ്ടപ്പെടാൻ നാം കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കുന്നതു പോലെ ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളെയും ഇഷ്ടപ്പെടാൻ പഠിപ്പിക്കണം.
- ഓൺലൈൻ ക്ലാസിനെക്കുറിച്ച് വീട്ടിൽ സംസാരിക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ ഗുണവശങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ ഊന്നൽ നൽകി സംസാരിക്കണം. എത്രമാത്രം പ്രയാസമുള്ളതാണെങ്കിലും ഇഷ്ടത്തോടെ ഒരുകാര്യം ചെയ്യുമ്പോൾ മനസ്സും ശരീരവും അതിനോട് സഹകരിച്ചു തുടങ്ങും. ഈ ശൈലി പിന്തുടർന്നാൽ മാനസിക സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കുവാൻ സാധിക്കും.

മനസ് കൈവിട്ടു പോകുന്നു എന്നു തോന്നിയാൽ നമ്മുടെ അസ്വസ്ഥതകളെ തുറന്നു വയ്ക്കാൻ കൗൺസിലിങ് വിദഗ്ധർ നമുക്ക് ചുറ്റുമുണ്ട്. അവരുടെ സഹായം തേടുന്നതിൽ മടി വിചാരിക്കേണ്ടതില്ല.

ഏണസ്റ്റ് ഹെമിങ്വേയുടെ വൃദ്ധനും കടലും എന്ന നോവലിൽ തന്റെ അദ്ധ്യാപനം മുഴുവൻ തട്ടിയെടുത്ത കടലിനെ നോക്കി വൃദ്ധൻ ധീരതയോടെ പറയുന്ന വാചകം നമുക്കും ഈ കോവിഡ് കാലത്തെ നോക്കി ഏറ്റു പറയാം - 'നിങ്ങൾക്ക് എന്നെ നശിപ്പിക്കാൻ കഴിയും. പക്ഷെ, നിങ്ങൾക്ക് ഒരിക്കലും എന്നെ പരാജയപ്പെടുത്താൻ കഴിയില്ല.'

**ഉദ്ദിഷ്ടകാര്യത്തിന് ഉപകാരസ്മരണ**



- ഒരു വിശ്വാസി

**41-ാം ചരമദിനം**  
(12-06-2021)



**തോമസ് കട്ടക്കയം**  
പുതംപാറ  
പ്രാർത്ഥനയോടെ, കടടുംവൊംഗങ്ങൾ

**1-ാം ചരമവാർഷികം**  
02-05-2021



**ടോമി തോമസ്**  
ഓണാട്ട്, പുല്ലൂരാംപാറ  
ഞാനാണ് പുനരുജ്ജ്വാനവും ജീവനും. എന്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നവർ മരിച്ചാലും ജീവിക്കും (അന്ത്യം-11:25)  
പ്രാർത്ഥനയോടെ കൂടുംബാംഗങ്ങൾ

**10-ാം ചരമവാർഷികം**  
(16-06-2021)



**ജോൺ കട്ടക്കയം**  
ഇസ്സപ്പിൽ  
പ്രാർത്ഥനയോടെ, കടടുംവൊംഗങ്ങൾ

# ന്യൂനപക്ഷ വികസന ധനകാര്യ കോർപ്പറേഷനിലൂടെ വിദ്യാഭ്യാസ ലോണുകൾ 3% മുതൽ

വിവിധ ആവശ്യങ്ങൾക്കായുള്ള ലോണുകൾ താരതമ്യേന കുറഞ്ഞ പലിശനിരക്കിൽ കേരള സംസ്ഥാന ന്യൂനപക്ഷ വികസന ധനകാര്യ കോർപ്പറേഷനിലൂടെ ലഭ്യമാക്കുന്നുണ്ട്. വിദ്യാഭ്യാസ ആവശ്യങ്ങൾക്കായുള്ള ലോണുകളെ പരിചയപ്പെടുത്തുകയാണ് ഈ ലക്കത്തിൽ.



ജോൺ ജോൺ പാറയ്ക്കൽ  
 ജനറൽ മാനേജർ, KSMDFC

ക്രിസ്ത്യൻ, മുസ്ലിം, സിഖ്, ബുദ്ധ, പാഴ്സി, ജൈൻ എന്നീ ന്യൂനപക്ഷ വിഭാഗങ്ങളുടെ സാമ്പത്തിക, വികസന പ്രവർത്തനങ്ങളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിനായി കേരള സർക്കാർ രൂപീകരിച്ച നോൺ ബാങ്കിങ് ധനകാര്യ സ്ഥാപനമാണ് കേരള സംസ്ഥാന ന്യൂനപക്ഷ വികസന ധനകാര്യ കോർപ്പറേഷൻ (KSMDFC). ദേശീയ ന്യൂനപക്ഷ വികസന ധനകാര്യ കോർപ്പറേഷന്റെ (NMDFC) ചാനലിലൂടെ ഏജൻസിയായാണ് KSMDFC പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്നത്. ന്യൂനപക്ഷക്ഷേമ വകുപ്പിന്റെ നിയന്ത്രണത്തിലാണ് KSMDFC പ്രവർത്തിക്കുന്നത്.

വിവിധ ആവശ്യങ്ങൾക്കായുള്ള ലോണുകൾ താരതമ്യേന കുറഞ്ഞ പലിശനിരക്കിൽ എല്ലാ ക്രിസ്ത്യൻ വിഭാഗങ്ങളുമടങ്ങുന്ന ന്യൂനപക്ഷ വിഭാഗങ്ങൾക്ക് കോർപ്പറേഷനിലൂടെ ലഭ്യമാക്കുന്നുണ്ട്. വിദ്യാഭ്യാസ ആവശ്യങ്ങൾക്കായുള്ള ലോണുകളെ പരിചയപ്പെടുത്തുകയാണ് ഈ ലക്കത്തിൽ.

NMDFC വഴി നടപ്പിലാക്കുന്ന ക്രെഡിറ്റ് ലൈൻ -1, ക്രെഡിറ്റ് ലൈൻ -2 എന്നീ പദ്ധതികളും KSMDFC വഴി നടപ്പിലാക്കുന്ന പാരന്റ് പ്ലസ് പദ്ധതിയുമടക്കം മൂന്ന് തരം വിദ്യാഭ്യാസ ലോണുകളാണ് KSMDFC അനുവദിക്കുന്നത്. അപേക്ഷിക്കേണ്ട വിധം, തുകയുടെ വിനിയോഗം, തിരിച്ചടവ് കാലാവധി എന്നിവ ഒരേ പോലെയാണെങ്കിലും വരുമാന പരിധി, പലിശ നിരക്ക്, ലോൺ തുക, തിരിച്ചടവ് ആരംഭിക്കുന്ന തീയതി എന്നിവയിൽ മാറ്റങ്ങളുണ്ട്.

### ക്രെഡിറ്റ് ലൈൻ പദ്ധതികൾ

ന്യൂനപക്ഷ വിഭാഗത്തിൽ ഉൾപ്പെടുന്ന വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ഒരു വർഷം മുതൽ അഞ്ചു വർഷം വരെ ദൈർഘ്യമുള്ള ടെക്നിക്കൽ, പ്രൊഫഷണൽ, സ്കിൽ ഡെവലപ്മെന്റ് കോഴ്സുകൾ പഠിക്കാനാണ് ക്രെഡിറ്റ് ലൈൻ -1, ക്രെഡിറ്റ് ലൈൻ -2 എന്നീ പദ്ധതികളിലൂടെ ലോൺ അനുവദിക്കുന്നത്. വിദ്യാർത്ഥിയുടെ പേരിലാണ് വായ്പ അനുവദിക്കുക. രക്ഷിതാവ് സഹവായ്പക്കാരനായിരിക്കും. കോഴ്സിന് ചിലവാകുന്ന തുകയുടെ 95 ശതമാനമോ അല്ലെങ്കിൽ ഉദ്യോഗാർത്ഥി ആവശ്യപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന തുകയോ ഏതാണോ കുറവ് അത്രയുമാണ് ലോൺ ലഭിക്കുക. ഒരു വർഷം ലഭിക്കാവുന്ന പരമാവധി വായ്പാ തുക നാലു ലക്ഷം രൂപയാണ്.

ഓരോ വർഷവും വിദ്യാർത്ഥി അടയ്ക്കേണ്ട അഡ്മിഷൻ ഫീസ്, ട്യൂഷൻ ഫീസ്, പരീക്ഷാ ഫീസ്, ഹോസ്റ്റൽ ചിലവുകൾ എന്നീ ചിലവുകൾക്ക് മാത്രമേ വായ്പ അനുവദിക്കുകയുള്ളൂ.

ഫുൾടൈം റെഗുലർ കോഴ്സ് പഠിക്കുന്നവർക്കു മാത്രമേ ധനസഹായം ലഭിക്കുകയുള്ളൂ/ സംസ്ഥാന സർക്കാർ അംഗീകാരമുള്ള വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ പഠിക്കുന്നവർക്കു മാത്രമേ ലോൺ ലഭിക്കുകയുള്ളൂ. എഐസിടിഇ/ എംസിഐ തു

**ക്രെഡിറ്റ് ലൈൻ -1**

- കുടുംബത്തിന്റെ വാർഷിക വരുമാനം - ഗ്രാമ പ്രദേശങ്ങളിൽ 98,000 രൂപയിൽ കുറവും നഗര പ്രദേശങ്ങളിൽ 1,20,000 രൂപയിൽ കുറവുമായിരിക്കണം.
- പരമാവധി 20 ലക്ഷം രൂപ വരെ ഈ സ്കീമിലൂടെ ലോൺ ലഭിക്കും.
- പലിശ നിരക്ക് 3%
- തിരിച്ചടവ് കാലാവധി 60 മാസം
- ഉദ്യോഗാർത്ഥിയുടെ പ്രായപരിധി 16 - 32.

**ക്രെഡിറ്റ് ലൈൻ -2**

- കുടുംബത്തിന്റെ വാർഷിക വരുമാനം ആറു ലക്ഷം രൂപയിൽ കുറവായിരിക്കണം.
- 20 ലക്ഷം രൂപ വരെ വായ്പ അനുവദിക്കും.
- ആൺകുട്ടികൾക്ക് എട്ടു ശതമാനവും പെൺകുട്ടികൾക്ക് അഞ്ചു ശതമാനവുമാണ് പലിശ.
- 60 മാസമാണ് തിരിച്ചടവ് കാലാവധി.
- 16-32 വരെയാണ് പ്രായപരിധി.

**പാരന്റ് പ്ലസ്**

- വരുമാന പരിധിയില്ല.
- 10 ലക്ഷം രൂപ വരെ ലോൺ ലഭിക്കും.
- 7 ശതമാനമാണ് വാർഷിക പലിശ നിരക്ക്.
- 60 മാസമാണ് തിരിച്ചടവ് കാലാവധി.
- രക്ഷിതാവാണ് അപേക്ഷ സമർപ്പിക്കേണ്ടത്. അപേക്ഷിക്കുമ്പോൾ 55 വയസ് തികയാൻ പാടില്ല.

ടങ്ങിയ ഏജൻസികളുടെ അംഗീകാരമുള്ള സ്ഥാപനങ്ങളിൽ പഠിക്കുന്നവർക്കും ലോൺ ലഭിക്കും. മെറിറ്റിൽ അഡ്മിഷൻ ലഭിച്ചവർക്കു മാത്രമേ ഈ ലോൺ സ്കീമുകൾക്ക് അർഹതയുള്ളൂ.

സ്ഥാപനത്തിന്റെ പേരിലേക്ക് നേരിട്ട NEFT ആയോ ചെക്കായോ ആണ് വായ്പ വിതരണം ചെയ്യുക. ഓരോ വർഷവും പഠനം വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കിയാൽ മാത്രമേ തുടർന്നും പണം അനുവദിക്കുകയുള്ളൂ. ഇക്കാര്യം വ്യക്തമാക്കുന്ന സ്ഥാപന മേധാവിയുടെ സർട്ടിഫിക്കറ്റും നാളിതുവരെ വിതരണം ചെയ്ത തുകയുടെ വിനിയോഗം സംബന്ധിച്ച രേഖകളും സമർപ്പിച്ചാൽ മാത്രമേ തുടർന്നുള്ള ഗഡുക്കൾ അനുവദിക്കുകയുള്ളൂ.

കോഴ്സ് പൂർത്തിയാക്കി ആറു മാസം കഴിയുമ്പോൾ മുതലോ അല്ലെങ്കിൽ ജോലി ലഭിക്കുന്നതു മുതലോ ഏതാണോ ആദ്യം എന്ന രീതിയിലാണ് തിരിച്ചടവ് ആരംഭിക്കുക. അവസാന പരീക്ഷയിൽ ഉദ്യോഗാർത്ഥി തോൽക്കുകയോ അല്ലെങ്കിൽ ഉന്നത പഠനത്തിനു ചേരുകയോ ചെയ്താലും തിരിച്ചടവ് തുടങ്ങണം.

എൻഎംഡിഎഫ്സി നൽകുന്ന മറ്റ് വിദ്യാഭ്യാസ സ്കീമുകൾ ലഭിക്കുന്നവരോ മറ്റു ധനകാര്യ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്ന് സഹായം ലഭിക്കുന്നവരോ ആയവർക്ക് ഈ വിദ്യാഭ്യാസ വായ്പയ്ക്ക് അർഹതയില്ല.

### പാരന്റ് പ്ലസ് വായ്പ പദ്ധതി

പാരന്റ് പ്ലസ് വായ്പയ്ക്ക് അപേക്ഷ നൽകേണ്ടത് രക്ഷിതാവാണ്. വിദ്യാർത്ഥി സഹവായ്പക്കാരനാണ്. ഒരു വർഷം മുതൽ 5 വർഷം വരെ ദൈർഘ്യമുള്ള ടെക്നിക്കൽ, പ്രൊഫഷണൽ, സ്കിൽ ഡെവലപ്മെന്റ് കോഴ്സുകൾക്കാണ് ലോൺ അനുവദിക്കുക. ഇന്ത്യയ്ക്കകത്തും വിദേശത്തും പഠിക്കാൻ വായ്പ ലഭിക്കും. കോഴ്സ് ഫീസിന്റെ 90 ശതമാനമോ, 10 ലക്ഷം രൂപയോ ഏതാണോ കുറവ് അത്രയുമാണ് ലോണായി നൽകുക. തുക ഒറ്റത്തവണയായും ഗഡുക്കളായും ലഭിക്കും. വിദേശപഠനത്തിനായി അപേക്ഷിക്കുന്നവർക്ക് വിദേശ സ്ഥാപനത്തിൽ അഡ്മിഷൻ ലഭിച്ചിരിക്കണം. വിദൂര വിദ്യാഭ്യാസം, പാർട്ട്ടൈം കോഴ്സുകൾ എന്നിവയ്ക്ക് ലോൺ ലഭിക്കില്ല. അവസാന ഇൻസ്പെക്ഷൻ ലഭിച്ചു കഴിഞ്ഞ് 3 മാസങ്ങൾക്ക് ശേഷം തിരിച്ചടവ് തുടങ്ങണം.

ഓരോ വർഷവും പഠനം വിജയകരമായി പൂർത്തിയാക്കിയാൽ സംബന്ധിച്ച സ്ഥാപന മേധാവിയുടെ സാക്ഷ്യപത്രവും നാളിതുവരെ വിതരണം ചെയ്ത തുകകളുടെ വിനിയോഗം സംബന്ധിച്ച രേഖകളും അടച്ചാൽ മാത്രമേ തുടർന്നുള്ള ഗഡുക്കൾ അനുവദിക്കുകയുള്ളൂ.

### എങ്ങനെ അപേക്ഷിക്കണം?

- വായ്പ സംബന്ധിച്ച അപേക്ഷകൾ കോർപ്പറേഷൻ സൈറ്റായ [www.ksmdfc.org](http://www.ksmdfc.org) നിന്ന് ഡൗൺലോഡ് ചെയ്ത് പ്രിൻ്റ് എടുത്തു നേരിട്ടോ തപാലിലോ അയയ്ക്കണം.
- അപേക്ഷയോടൊപ്പം കോളജിൽ നിന്നുള്ള ഓഫർ ലെറ്റർ, ഫീസ് ഘടന, യൂണിവേഴ്സിറ്റി അഫീലിയേഷൻ, വിദ്യാർത്ഥിയുടെയും രക്ഷിതാക്കളുടെയും ആധാർ കാർഡ്, റേഷൻ കാർഡ്, തെരഞ്ഞെടുപ്പ് തിരിച്ചറിയൽ കാർഡ്, എസ്എസ്എൽസി സർട്ടിഫിക്കറ്റ് / പാസ്പോർട്ട്/ പാൻ കാർഡ് എന്നിവയുടെ പകർപ്പും ഹാജരാക്കണം.
- കുടിക്കാഴ്ച സംബന്ധിച്ച തീയതി, സമയം ഈ അപേക്ഷകരെ തപാൽ വഴിയോ ടെലിഫോൺ വഴിയോ അറിയിക്കുന്നതാണ്. കുടിക്കാഴ്ചയ്ക്ക് വരുമ്പോൾ മേൽപ്പറഞ്ഞ രേഖകളുടെ ഒറിജിനൽ കരുതണം.

### വസ്തു, ഉദ്യോഗസ്ഥ ജാമ്യം

എല്ലാ വായ്പകൾക്കും ജാമ്യം നിർബന്ധമാണ്. വസ്തു ജാമ്യം കുറഞ്ഞത് 4 സെന്റിൽ കുറയാത്ത വസ്തുവിന്റെ മതി

പ്പ് വിലയുടെ 80% വരെ. അതത് വില്ലേജ് ഓഫീസിൽ നിന്നും വില നിശ്ചയിച്ചുകൊണ്ടുള്ള സർട്ടിഫിക്കറ്റ് ഹാജരാക്കണം.

- സർക്കാർ / അർദ്ധ സർക്കാർ / പൊതു മേഖല സ്ഥാപനങ്ങൾ / പഞ്ചായത്ത് / മുനിസിപ്പാലിറ്റി / യൂണിവേഴ്സിറ്റി / സഹകരണ ബാങ്കുകൾ / എയ്ഡഡ് സ്കൂൾ - കോളേജ് എന്നീ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ജോലി ചെയ്യുന്ന സ്ഥിര ജീവനക്കാരുടെ ശമ്പള സർട്ടിഫിക്കറ്റ് ജാമ്യമായി സ്വീകരിക്കും.
- ജാമ്യക്കാരന് വായ്പാ കാലാവധിക്ക് ശേഷം ചുരുങ്ങിയത് ഒരു വർഷമെങ്കിലും സർവീസ് ഉണ്ടായിരിക്കണം.
- നെറ്റ് ശമ്പളം മൊത്ത ശമ്പളത്തിന്റെ 40 ശതമാനത്തിൽ കുറയാൻ പാടില്ല.
- വായ്പയുടെ പ്രതിമാസ തവണ തുകയുടെ 3 ഇരട്ടിയിൽ കൂടുതൽ നെറ്റ് ശമ്പളം ഉണ്ടായിരിക്കണം.
- 2.5 ലക്ഷം രൂപ വരെയുള്ള വായ്പകൾക്ക് ഒരു ഉദ്യോഗസ്ഥന്റെ ജാമ്യം മതിയാകുന്നതാണ്. 5 ലക്ഷത്തിന് മുകളിലുള്ള വായ്പകൾക്ക് വസ്തു ജാമ്യം നിർബന്ധമാണ്.

[www.ksmdfc.org](http://www.ksmdfc.org)  
 0495 2368366

**3-ാം ചരമവാർഷികം**  
 11-04-2021



**സി. എം. ഫിലിപ്പ്**  
 (കുഞ്ഞുണ്ണി)

**ചേമ്പ്ലാകിൽ,**  
**തേക്കുംകുറ്റി**

പ്രാർത്ഥനയോടെ,  
 കുടുംബാംഗങ്ങൾ

# തുടരും ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ

കോവിഡ് പ്രതിസന്ധി തുടരുകയാണ്. വാക്സിനേഷൻ മുഴുവൻ ജനങ്ങളിലും എത്തിക്കാൻ സമയമെടുക്കും. അതിനാൽ ഈ അധ്യയന വർഷവും സ്കൂൾ, കോളേജ് ക്ലാസുകൾ ഓൺലൈനായി തുടരാനാണ് സാധ്യത. കഴിഞ്ഞ വർഷത്തെ അനുഭവത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ എങ്ങനെ കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെടുത്താമെന്നു നോക്കാം



പ്രഫ. ചാർലി കട്ടയെ

മാർച്ച് മാസം പരീക്ഷ അടുത്തതോടെ കുട്ടികളുടെ നിരവധി ഫോൺ കോളുകൾ തുടർച്ചയായി വന്നുകൊണ്ടിരുന്നു. ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ സമ്മാനിച്ച തലവേദനയും, കണ്ണുവേദനയും മാനസിക പിരിമുറുക്കവുമായിരുന്നു പ്രധാന പരാതികൾ. പരീക്ഷ എഴുതാൻ സാധിക്കില്ല എന്നു പറഞ്ഞ കുറേപേരെങ്കിലും കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞ് ബോധ്യപ്പെടുത്തി പരീക്ഷയ്ക്ക് ഒരുക്കിയെങ്കിലും പരീക്ഷ എഴുതാൻ കഴിയാത്ത വിധം മാനസിക സംഘർഷത്തിലായവരും അടുത്തത്തിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളെ അഭിമുഖീകരിച്ചിട്ടുള്ള പാകപിഴവുകളാണ് ഇതിനു കാരണമെന്നു തോന്നുന്നു. ക്ലാസ്സും ക്ലാസുകൾക്ക് ഒരുതരത്തിലും പകരം വെയ്ക്കാവുന്നതല്ല ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ. എങ്കിലും ഒന്നു ശ്രമിച്ചാൽ ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളും ഫലപ്രദമാക്കാം.

ഓൺലൈൻ ക്ലാസിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന കുട്ടികളെ രണ്ടായി തിരിക്കാം : ടിവി ചാനലുകൾ വഴി നൽകുന്ന ക്ലാസുകൾ ഉപയോഗിച്ച് പഠനം തുടങ്ങുന്ന ഒരു വിഭാഗം, സ്കൂൾ/കോളേജുകളിലെ അധ്യാപകർ നേരിട്ട് നൽകുന്ന ക്ലാസുകൾ വഴി പഠനം നടത്തുന്ന രണ്ടാം വിഭാഗം. ഇതിൽ രണ്ടാം വിഭാഗക്കാരെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ് ഈ ലേഖനം.

ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ വിജയക്കണമെങ്കിൽ സ്ഥാപനങ്ങൾ, അധ്യാപകർ, രക്ഷിതാക്കൾ, കുട്ടികൾ എന്നീ നാല് വിഭാഗക്കാരുടെയും സഹകരണം അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. ഓരോ കുട്ടർക്കുമുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ വേവ്വേറയായി ചർച്ച ചെയ്യാം.

### സ്ഥാപനങ്ങൾ

നെറ്റ് വർക്ക് കണക്റ്റിവിറ്റി, ക്ലാസെടുക്കുന്നതിനുള്ള പ്ലാറ്റ്ഫോം, ടൈംടേബിൾ, ഹാജർ രേഖപ്പെടുത്തൽ, ഇന്റേണൽ എക്സാമ്സും എന്നീ കാര്യങ്ങളിലാണ് സ്ഥാപനത്തിന്റെ പങ്ക് ആവശ്യമായി വരുന്നത്.

● **നെറ്റ് വർക്ക്:** ലോക്ഡൗൺ അല്ലാത്ത സമയങ്ങളിൽ അധ്യാപകർ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ഹാജരാവുകയും അവിടെ നിന്ന് ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ എടുക്കുകയും വേണം. ഇതിനുള്ള സൗകര്യം സ്ഥാപനങ്ങൾ ഉറപ്പുവരുത്തണം. ഒരേ സമയം കൂടുതൽ അധ്യാപകർ ക്ലാസെടുക്കുമ്പോൾ അതിന് ഉതകുന്ന നെറ്റ് വർക്ക് കണക്ഷൻ സ്ഥാപനത്തിനുണ്ടായിരിക്കണം. കഴിയുന്നിടത്തോളം ക്ലാസ്സുകളിൽ തടസം കൂടാതെയുള്ള ഇന്റർനെറ്റും, സ്കാർട്ട് ബോർഡ് ഉൾപ്പെടെയുള്ള സംവിധാനങ്ങളും ഒരുക്കണം.

● **പ്ലാറ്റ്ഫോം:** മൈക്രോസോഫ്റ്റ് ടീംസ്, സ്കൂൾ, ഗൂഗിൾ മീറ്റ്, ഗൂഗിൾ ക്ലാസ്റൂം തുടങ്ങി നിരവധി പ്ലാറ്റ്ഫോമുകൾ ലഭ്യമാണ്. സ്ഥാപനം ഏതെങ്കിലും ഒരു പ്ലാറ്റ്ഫോം പൊതുവായി ഉപയോഗിച്ചാൽ കാര്യങ്ങൾ കൂടുതൽ എളുപ്പമാക്കാം.

● **ടൈം ടേബിൾ:** റെഗുലർ ക്ലാസുകളുടേത് പോലെ നിശ്ചിത ടൈംടേബിൾ വച്ച് ക്ലാസെടുക്കുന്നതാണ് എന്തുകൊണ്ടും ഉ

ചിതം. ഒരു ദിവസം മൂന്നു മണിക്കൂറിൽ കൂടാത്ത രീതിയിലും, ഓരോ ക്ലാസു കഴിഞ്ഞ് 10 മിനിറ്റ് ഇടവേളകിട്ടുന്ന തരത്തിലുമായിരിക്കണം ക്ലാസുകൾ. സ്കൂൾ തലത്തിൽ 30-40 മിനിറ്റിലും കോളേജിൽ 50-60 മിനിറ്റിലും ഒരു ക്ലാസിന്റെ ദൈർഘ്യം കൂടാൻ പാടില്ല.

● **ഹാജർ:** കുട്ടികളുടെ ഹാജർ ക്ലാസെടുക്കുന്ന പ്ലാറ്റ്ഫോമിൽ അവർ ജോയിൻ ചെയ്യുമ്പോൾ തന്നെ രേഖപ്പെടുത്തുന്ന സംവിധാനം ഉപയോഗിക്കാം. മാസാവസാനം കുട്ടികളെയും രക്ഷിതാക്കളെയും ഇത് അറിയിക്കാനുള്ള സംവിധാനവും ഒരുക്കാം.

● **ഇൻറേണൽ എക്സാമ്സും:** ക്ലാസുകൾക്കൊപ്പം വിവിധ രീതികളിൽ കുട്ടികളെ വിലയിരുത്തി മൂല്യനിർണ്ണയം നടത്തുവാനുള്ള സംവിധാനങ്ങൾ ഈ പ്ലാറ്റ്ഫോമുകളിൽ ലഭ്യമാണ്. അതുപയോഗിച്ച് ഇടയ്ക്കിടെ മൂല്യനിർണ്ണയം നടത്തിയാൽ കുട്ടികൾ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധയോടെ ക്ലാസുകളിൽ പങ്കെടുക്കും.

### അധ്യാപകർ

● **ലാപ്ടോപ്പും നെറ്റും:** കോളേജിൽ നിന്നോ അത്യാവശ്യ ഘട്ടങ്ങളിൽ വീട്ടിൽ നിന്നോ ക്ലാസെടുക്കാൻ സ്വന്തമായി ഒരു ലാപ്ടോപ്പ്/ടാബ് കരുതണം. കുറഞ്ഞത് ദിവസേന 2 ജിബി ലഭിക്കുന്ന ഡോംഗിൾ, നെറ്റ് സ്റ്റിക്ക് തുടങ്ങി ഏതെങ്കിലും ഒരു വൈ ഫൈ കണക്ഷനും ആവശ്യമാണ്.

● **ക്ലാസ്റൂം:** ക്ലാസ് റൂമിൽ ബോർഡിന് (ബ്ലാക്ക്, ഗ്രീൻ, വൈറ്റ്) മൂന്നിൽ ഏകദേശം ഒരു മീറ്റർ മുന്നിലായി ലാപ്ടോപ്പ് സെറ്റ് ചെയ്താൽ ഓൺലൈൻ ക്ലാസ് ഏതാണ്ട് ഓഫ്ലൈൻ ക്ലാസുപോലെയാക്കാം. ശബ്ദം മെച്ചപ്പെടുത്താൻ ഇയർ/ഹെഡ് ഫോൺ ഉപയോഗിക്കണം. ഇന്റർആക്ടിവ് സ്കാർട്ട് ബോർഡ് ഉണ്ടെങ്കിൽ ക്ലാസ് കൂടുതൽ ആകർഷകമാക്കാം. വീട്ടിൽ നിന്നും ക്ലാസ് എടുക്കേണ്ടി വന്നാൽ അതിനായി ക്ലാസ് റൂമിന് തുല്യമായ സംവിധാനം വീട്ടിൽ നേരത്തെ തന്നെ ഒരുക്കേണ്ടതാണ്.

● **സമയക്രമം:** കുട്ടികൾക്ക് നൽകിയിരിക്കുന്ന ടൈംടേബിൾ അനുസരിച്ച് തന്നെ വേണം ക്ലാസെടുക്കാൻ. ക്ലാസ് തുടങ്ങുന്നതിന് പതിനഞ്ച് മിനിറ്റ് മുമ്പ് അധ്യാപകൻ ലോഗിൻ ചെയ്ത് നെറ്റും ഓഡിയോയും വീഡിയോയും ഒക്കെ ശരിയാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം.

● **മുന്നൊരുക്കം:** വളരെ വ്യത്യസ്തവും ഏറെ ശ്രമകരവും കൂടുതൽ മുന്നൊരുക്കവും ആവശ്യമുള്ളതാണ് ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ. ക്ലാസിനോടൊപ്പം പവർപോയിന്റ്, വീഡിയോ, ഇമേജ്, ചാർട്ടുകൾ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തിയാൽ ക്ലാസ് കൂടുതൽ ആകർഷകമാകും. ഉപയോഗിക്കുന്ന പ്ലാറ്റ്ഫോമിൽ ലഭ്യമായിട്ടുള്ള വൈറ്റ് ബോർഡും, ലാപ്ടോപ്പുമായി കണക്ട് ചെയ്ത് ഉപയോഗിക്കുന്ന ഡിജിറ്റൽ സ്ക്രീനും എഴുതി വിവരിക്കുവാൻ തീർച്ചയായും ഉപയോഗിക്കണം.

● **ബാക്ഗ്രൗണ്ട്:** ബോർഡിലേക്കും, മുഖത്തേക്കും പ്രകാശം വീഴുന്ന ലൈറ്റ് സൗകര്യം ഉറപ്പുവരുത്തണം. ക്ലാസ്റൂം ക്ലാസുകളെക്കാൾ കൂടുതലായി മുഖചലനങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടും. ഡ്രസ് അടക്കമുള്ള ഒരുക്കങ്ങൾക്ക് ആവശ്യമായ ശ്രദ്ധനൽകണം. ഒറ്റ

കളർ ഡ്രസുകളാണ് കൂടുതൽ നന്നാവുക. (ഡിസൈൻ ഡ്രസും ചലനങ്ങളും ക്യാമറയുടെ ഫോക്കസിന് മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കാൻ കാരണമായേക്കാം.) അധ്യാപകന്റെ തുടർച്ചയായ ചലനങ്ങളും ഒഴിവാക്കേണ്ടതുണ്ട്.

● **ഐ കോൺടാക്ട്:** ക്ലാസ്റൂം ക്ലാസുകളുടെ ഏറ്റവും വലിയ വിജയമായ ഐ കോൺടാക്ട് ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളിലും ഒരു പരിധിവരെ സാധ്യമാകും. ഇതിന് അധ്യാപകർ നോട്ട് ലാപ്ടോപ്പിന്റെ ക്യാമറയിൽ പതിപ്പിച്ചാൽ മതി.

● **ഇന്ററാക്ഷൻ:** ക്ലാസ് എടുക്കുന്ന സമയത്ത് എല്ലാ കുട്ടികളുടെയും ഓഡിയോയും വീഡിയോയും മ്യൂട്ട് ചെയ്യിക്കണം. (അല്ലെങ്കിൽ അത് ക്ലാസിന് അലോസരമാകും) എന്നാൽ ഓരോ പത്തുമിനിറ്റ് കൂടുമ്പോഴും ഏതെങ്കിലും ഒന്നോ രണ്ടോ കുട്ടികളെ ഇന്റർആക്ട് ചെയ്യിക്കണം. ഇങ്ങനെ ചെയ്താൽ കുട്ടികൾ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധയോടെ ക്ലാസിലിരിക്കുകയും അവരുടെ സാന്നിധ്യം ഉറപ്പുവരുത്തുകയും ചെയ്യാം. മാത്രമല്ല തുടർച്ചയായി ക്ലാസ് കേൾക്കുന്ന ബുദ്ധിമുട്ട് കുട്ടിക്ക് ഒഴിവാക്കി കിട്ടും. കൂടാതെ ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ ആർക്കും ലൈവായി വന്ന് ഇന്ററാക്ട് ചെയ്യാൻ അനുവദിക്കുകയും അത് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും വേണം. ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളുടെ മാനസിക പിരിമുറുക്കം ഒഴിവാക്കാനുള്ള ഒരെയൊരു മാർഗ്ഗം ഈ ഇന്റർആക്ഷനാണ്.

● **സ്റ്റഡി മെറ്റീരിയൽസ്:** ആവശ്യമുള്ള പുസ്തകങ്ങൾ മേടിക്കുവാനും ലൈബ്രറിയും മറ്റും ഉപയോഗിക്കുവാനും സാധിക്കാതെ വരുന്നതിനാൽ സ്റ്റഡിമെറ്റീരിയൽസും ആവശ്യമെങ്കിൽ ക്ലാസ് നോട്ടും കുട്ടികൾക്ക് ഷെയർ ചെയ്യണം.

### രക്ഷിതാക്കൾ

ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകളുടെ വിജയത്തിന് മാതാപിതാക്കളുടെ പങ്ക് അനിവാര്യവും ഏറെ നിർണായകവുമാണ്. ഒരു ക്ലാസ് റൂമിന് സമാനമായ അന്തരീക്ഷവും സൗകര്യങ്ങളും നെറ്റ് കണക്ഷനും വീട്ടിൽ ഒരുക്കിക്കൊടുക്കേണ്ട ഉത്തരവാദിത്വം മാതാപിതാക്കളുടേതാണ്. കുട്ടികളുടെ ടൈംടേബിളിന്റെ ഒരു കോപ്പി മാതാപിതാക്കളുടെ കയ്യിലും ഉണ്ടായിരിക്കണം. ക്ലാസ് സമയത്ത് വീട്ടിൽ മറ്റ് ശബ്ദങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത് (ടിവി, ഫോൺ, മോട്ടോർ, അടുക്കള) ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിക്കണം. അന്നന് നടന്ന ക്ലാസുകളെക്കുറിച്ച് ചോദിച്ച് മനസിലാക്കുന്നതും അധ്യാപകരുടെ നിർദ്ദേശങ്ങൾ കൂട്ടി പാലിക്കുന്നുണ്ട് എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതും നല്ലതാണ്. ക്ലാസെടുക്കുന്ന അധ്യാപകരുടെ ന്യൂനതകൾ കണ്ടെത്തി അവരെ പറ്റി കുട്ടികളോട് മോശമായി പറയുന്നത് ഗുണത്തേക്കാളേറെ ദോഷം ചെയ്യും.

### കുട്ടികളോട്

● **പഠനസ്ഥലം:** ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ അറ്റന്റ് ചെയ്യാൻ നെറ്റ് കണക്റ്റിവിറ്റി ഏറ്റവും കൂടുതലുള്ള സൗകര്യപ്രദമായ ഒരു സ്ഥലം കണ്ടെത്തുക. നല്ല വെളിച്ചമുള്ള ഏതെങ്കിലും മുറിയോ, ബാൽക്കണിയോ, ടൈംടേബിൾ ഒക്കെയാകാം. മേശ, കസേര, പേന, പെൻസിൽ, നോട്ടുബുക്കുകൾ, കൂടിവെള്ളം ഒക്കെ ഉണ്ടായിരിക്കണം. ലൈറ്റ് മൂന്നിൽ നിന്നും വരുന്ന തരത്തിലായിരിക്കണം. ചുരുങ്ങിയത് 2 ജിബി ഡാറ്റാ ദിവസവും കിട്ടുന്ന നെറ്റ് വർക്കും, മൊബൈൽ/ലാപ് ചാർജ്ജ് ചെയ്യാനുള്ള സൗകര്യവും

പഠനസ്ഥലത്ത് ഉണ്ടായിരിക്കണം.

● **ലാപ്ടോപ്പ്:** മൊബൈലിൽ അധികസമയം ക്ലാസുകൾ അറ്റന്റ് ചെയ്യുമ്പോഴാണ് കണ്ണ് വേദനയും തലവേദനയും ഉണ്ടാകുന്നത്. അതുകൊണ്ട് സാധിക്കുമെങ്കിൽ ലാപ്ടോപ്പോ, ടാബോ സംഘടിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കാം. കൂടുതൽ സ്റ്റഡി മെറ്റീരിയൽസും, ഡൗൺലോഡ് ചെയ്ത വീഡിയോകളും വിവിധ ഫോൾഡറുകളിലായി സൂക്ഷിക്കാനും ലാപ്ടോപ്പാണ് നല്ലത്.

● **സമയ നിഷ്ഠപാലിക്കുക:** ക്ലാസിന് അഞ്ച് മിനിറ്റ് മുമ്പ് എങ്കിലും ലോഗിൻ ചെയ്ത് നെറ്റ് കണക്ഷനും ഓഡിയോ വീഡിയോ സംവിധാനങ്ങളും ശരിയാണോ എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം. ഇടയ്ക്ക് വച്ച് ക്ലാസിൽ കയറുന്നത് ടീച്ചർ തുടങ്ങിവെച്ച പാഠഭാഗങ്ങൾ മനസിലാക്കാതിരിക്കാനും ക്ലാസിന് മൊത്തം അലോസരമാകാനും കാരണമാകും.

● **ശ്രദ്ധ പതറാതിരിക്കാൻ:** ക്ലാസിൽ ആയിരിക്കുന്നസമയത്ത് ചുറ്റുപാടുകളിൽ നിന്നുമുള്ള അപശബ്ദങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാൻ മുൻകരുതൽ നേരത്തെ എടുക്കണം. കൂടാതെ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഫോണിൽ/ടാബിൽ വരുന്ന നോട്ടിഫിക്കേഷൻ അടക്കമുള്ളവ ക്ലാസ് തുടങ്ങുന്നതിന് മുൻപ് ഓഫ് ആക്കുക.

● **നോട്ടെടുക്കുക:** ക്ലാസെടുക്കുന്ന സമയത്ത് ആവശ്യമായ കുറിപ്പുകളും ക്ലാസ് കഴിഞ്ഞ് അന്ന് തന്നെ വിശദമായ നോട്ടുകളും എഴുതണം. നോട്ട് തയ്യാറാക്കുമ്പോൾ പഠിപ്പിച്ച ഭാഗങ്ങൾ ഒരാവർത്തികൂടി പഠിക്കുകയും പിന്നീട് പരീക്ഷകൾക്ക് മുന്നോടിയായി പഠിക്കാൻ എളുപ്പം കിട്ടുകയും ചെയ്യും. ഇത്തരത്തിൽ നോട്ടുകൾ തയ്യാറാക്കാത്തവരാണ് പരീക്ഷ അടുക്കുമ്പോൾ മാനസിക സംഘർഷത്തിലേക്ക് വഴുതിവീഴുന്നത്.

● **റിക്കോഡിംഗ്:** ആവശ്യമുള്ള ക്ലാസുകൾ റെക്കോഡ് ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ഇങ്ങനെ റെക്കോഡ് ചെയ്യുന്ന ക്ലാസുകൾ അന്നു തന്നെയോ തൊട്ടടുത്ത ദിവസമോ വീണ്ടും കേട്ട് പഠിക്കേണ്ട ഭാഗം മനസിലാക്കി എടുക്കേണ്ടതാണ്. റിക്കോഡ് ചെയ്ത വീഡിയോ ഉണ്ടെന്ന ധാരണയിൽ ക്ലാസ് നഷ്ടപ്പെടുത്തുകയും, വീഡിയോ പിന്നീട് കേൾക്കാമെന്ന് കരുതുന്നതും ഒട്ടും പ്രായോഗികമല്ല.

● **സംശയനിവാരണം:** പഠിപ്പിക്കുന്ന പാഠഭാഗങ്ങളുടെ സംശയനിവാരണം അപ്പപ്പോൾ നടത്തി പോകണം. അടുത്ത ക്ലാസിൽ, പഠിപ്പിച്ച അധ്യാപകരോടോ, അല്ലെങ്കിൽ കൂട്ടുകാരുമായി ചാറ്റ് ചെയ്തോ ഇത് ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

● **ഇന്റർവെൽ:** ഓരോ ക്ലാസും കഴിഞ്ഞ് പത്ത് മിനിറ്റ് ഇന്റർവെൽ എടുക്കണം. ഈ സമയം ചെറിയ ഒരു നടത്തമോ വ്യായാമമോ ചെയ്ത് ഉന്മേഷം വീണ്ടെടുക്കണം.

● **മുന്നൊരുക്കം:** ക്ലാസ് ദിവസങ്ങളിൽ ക്ലാസിന് രണ്ട് മണിക്കൂർ മുമ്പ് എങ്കിലും ഉണർന്ന്, കുളിച്ച് പൂർണ്ണമായും ഫ്രഷ് ആയി റെഗുലർ ക്ലാസിൽ പോകുന്ന രീതിയിൽ ഡ്രസ് ചെയ്ത് ഉന്മേഷത്തോടെ വേണം ക്ലാസിൽ കയറാൻ. ഇങ്ങനെ ഫ്രഷ് ആകുമ്പോൾ ക്ലാസ് മനസിലാക്കാനുള്ള നമ്മുടെ മാനസികതലം വളരെയധികം ഉയർന്നിരിക്കും എന്നത് മനസിലാക്കുക.

# തൈറോയിഡ്, ഇനി ആശങ്കകളില്ലാതെ!

തൈറോയിഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ തകരാറുകൾ മൂലം രക്തത്തിൽ തൈറോയിഡ് ഹോർമോണിന്റെ അളവ് വളരെ കുറയുകയോ കൂടുതലായോ കൂടുകയോ ചെയ്യാം. തൈറോയിഡ് ഹോർമോണിലെ ഈ ഏറ്റക്കുറച്ചിലുകൾ സങ്കീർണ്ണമായ പല ശാരീരികപ്രശ്നങ്ങൾക്കും വഴിവയ്ക്കുന്നു



**ഡോ. എം. കെ. മുനീർ**  
ENT വിഭാഗം സീനിയർ കൺസൾട്ടന്റ് & സർജൻ  
സ്റ്റാർകെയർ ഹോസ്പിറ്റൽ, കോഴിക്കോട്

കുഴപ്പമില്ലാതെ തൊഴിയുന്ന ചെറിയ ഒരു ഗ്രന്ഥിയാണ് തൈറോയിഡ്. ഈ ഗ്രന്ഥിയാണ് തൈറോയിഡ് ഹോർമോൺ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നത്. ഹൃദയമിടിപ്പിന്റെ വേഗത, കലോറികളുടെ ജലനം തുടങ്ങി ശരീരത്തിന്റെ ഭൗതികപ്രവർത്തനങ്ങളെയും നിയന്ത്രിക്കുന്നത് തൈറോയിഡ് ഹോർമോൺ ആണ്. തൈറോയിഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ തകരാറുകൾ മൂലം രക്തത്തിൽ തൈറോയിഡ് ഹോർമോണിന്റെ അളവ് വളരെ കുറയുകയോ കൂടുകയോ ചെയ്യാം. തൈറോയിഡ് ഹോർമോണിന്റെ ഈ ഏറ്റക്കുറച്ചിലുകൾ സങ്കീർണ്ണമായ പല ശാരീരികപ്രശ്നങ്ങൾക്കും വഴിവെക്കുന്നു.

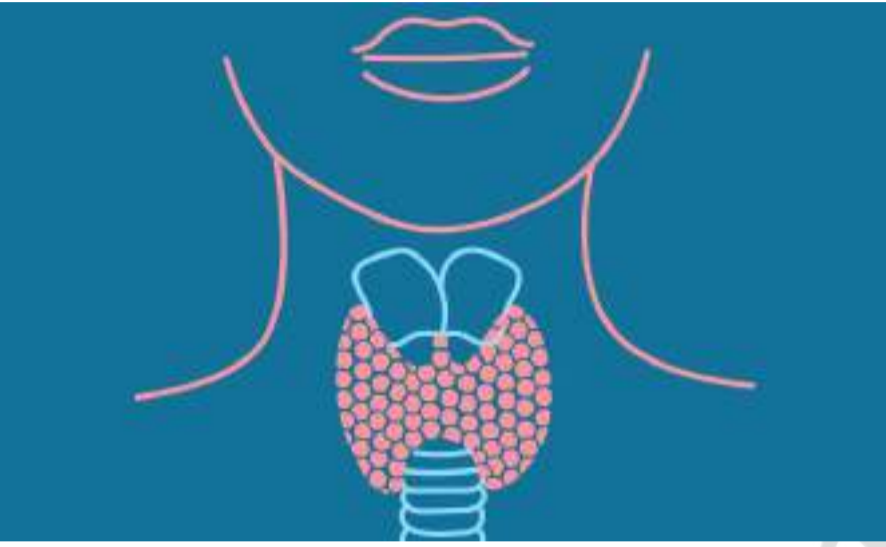
തൈറോയിഡ് രോഗങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുള്ള പൊതുവായ സംശയങ്ങളും അവയ്ക്കുള്ള മറുപടിയുമാണ് ഈ ലക്കത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്.

**?** രക്തപരിശോധനയിൽ തൈറോയിഡ് ഹോർമോൺ ലെവൽ നോർമൽ ആണെങ്കിലും തൈറോയിഡ് രോഗസാധ്യതയുണ്ടോ?

● രക്തപരിശോധനയിൽ T3, T4, TSH എന്നിവയിലൂടെ രക്തത്തിൽ തൈറോയിഡ് ഹോർമോൺ കുടിയോ കുറഞ്ഞോ എന്ന് മാത്രമേ മനസിലാക്കാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ. തൈറോയിഡ് മുഴുകളുടെ സാന്നിധ്യമോ മുഴുകൾ സാധാരണ മുഴയാണോ കാൻസർ മുഴയാണോ എന്തെന്നും കണ്ടുപിടിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല.

**?** രക്തപരിശോധനയിൽ TSH കൂടുതലാകുന്നത് എന്തിന്റെ സൂചനയാണ്?

● TSH എന്നത് പിറ്റ്യൂട്ടറി ഗ്രന്ഥി ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്ന ഹോർമോൺ ആണ്. T3 യും T4 യും ആണ് തൈറോയിഡ് ഗ്രന്ഥി ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നത്. തൈറോയിഡിന്റെ പ്രവർത്തനം കുറഞ്ഞ് T3, T4 ഉത്പാദനം കുറയുമ്പോൾ (അതായത് ഹൈപ്പോ തൈറോയിഡിസം എന്ന അവസ്ഥ) പിറ്റ്യൂട്ടറി ഗ്രന്ഥി



കൂടുതൽ TSH ഉത്പാദിപ്പിച്ച് തൈറോയിഡിനെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. അത് കൊണ്ടാണ് TSH രക്തത്തിൽ കൂടുന്നത്. തൈറോയിഡ് ആവശ്യത്തിലധികം ഹോർമോൺ ഉത്പാദിപ്പിക്കുമ്പോൾ (ഹൈപ്പർ തൈറോയിഡിസം എന്ന അവസ്ഥ) ഇത് നേരെ തിരിച്ചും സംഭവിക്കുന്നു.

**?** തൈറോയിഡ് മുഴകൾ സാധാരണ ഗോയിറ്റർ മുഴകളാണോ കാൻസർ മുഴകളാണോ എന്ന് എങ്ങനെ നിർണ്ണയിക്കാം?

● അൾട്രാസൗണ്ട് സ്കാനിംഗ് (USG) ആണ് ഇതിന് ആദ്യം ചെയ്യേണ്ടത്. ഇതിലൂടെ മുഴകളുടെ സ്വഭാവം പഠിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു. മുഴകളിലെ നീർ കുത്തിയെടുത്തുള്ള (FNAC) പരിശോധനയാണ് മറ്റൊരു രീതി. കുത്തിയെടുക്കുന്ന നീരും കോശങ്ങളും മൈക്രോസ്കോപ്പിക്ക് പരിശോധനയ്ക്ക് വിധേയമാക്കി കാൻസർ കോശങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യം പരിശോധിക്കാനും കഴിയുന്നതാണ്.

**?** തൈറോയിഡ് മുഴകൾ എപ്പോഴാണ് സർജിക്കിന് വിധേയമാക്കേണ്ടത്? സർജിക്കിന് പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഉണ്ടോ?

● ഭക്ഷണം വിഴുങ്ങുന്നതിനും ശ്വാസനത്തിനും തടസമുണ്ടാക്കുന്ന മുഴകൾ, വലിപ്പം മൂലം പ്രയാസമുണ്ടാക്കുന്ന മുഴകൾ, കാൻസർ മുഴകൾ എന്നിവ സർജിയിലൂടെ നീക്കം ചെയ്യേണ്ടതാണ്. ശബ്ദരൂപീകരണം, ശരീരത്തിലെ കാൽസ്യത്തിന്റെ അളവ് ക്രമീകരണം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നാഡികളും ഗ്രന്ഥികളും തൈറോയിഡുമായി ബന്ധപ്പെട്ടാണ് നിലകൊള്ളുന്നത്.

**?** റേഡിയോ അയഡിൻ പരിശോധനയും ചികിത്സയും എപ്പോൾ ആണ് ചെയ്യേണ്ടത്?

● ആവശ്യത്തിൽ കൂടുതൽ തൈറോയിഡ് ഹോർമോൺ ഉത്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന അവസ്ഥ, തൈറോയിഡ് കാൻസർ, സർജറി ചെയ്ത് തൈറോയിഡ് നീക്കം ചെയ്ത ശേഷം കാൻസർ കോശങ്ങളെ നശിപ്പിക്കൽ എന്നീ അവസരങ്ങളിൽ റേഡിയോ അയഡിൻ ചികിത്സ നടത്താം.

**?** തൈറോയിഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ സുഗമമായ പ്രവർത്തനത്തിന് എന്തെല്ലാം വിഭവങ്ങളാണ് നിയോഗിക്കേണ്ടത്? ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ടത്?

● തൈറോയിഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ പ്രവർത്തനത്തിന് ആവശ്യമായ അയഡിൻ പ്രധാനമായും കടലിൽ നിന്നുള്ള കരിയൂപ്പ്, മത്സ്യം എന്നിവ വഴിയാണ് ലഭിക്കുന്നത്. ഇവ ഭക്ഷണത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കേണ്ടതാണ്. അയഡിന്റെ കുറവുമൂലമുള്ള തൈറോയിഡ് രോഗങ്ങൾ ഒരു പരിധിവരെ അയഡിൻ ചേർന്ന ഉപ്പ് ഉപയോഗിക്കുന്നതുവഴി തടയാം. കാബേജ്, ക്വാളിഫ്റ്റ് വർ എന്നിവയിൽ ഗോയിറ്ററിനു കാരണമാകുന്ന വസ്തുക്കൾ അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. തൈറോയിഡ് രോഗികൾ ഇവ ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്.

**ക്രിസ്ത്യൻ വിവാഹങ്ങൾക്ക്**  
**Amala Matrimony**  
For Free registration  
visit [www.amalamatrimony.com](http://www.amalamatrimony.com)  
call **9446 428 567**  
Run by CMI Fathers  
Director: Fr. John Mannarathara CMI  
Executive Director: Salomy George Chali

**1-ാം ചരമവാർഷികം**  
(13-06-2021)

**ജോസ് (ചാണ്ടി)**  
കുളത്തികൽ, വാലില്ലാപ്പുഴ  
പ്രാർത്ഥനയോടെ കടുടുംചൊംഗങ്ങൾ

**9-ാം ചരമവാർഷികം**  
23-06-2021

**ബിനോയ് പുതിയാമം**  
പുല്ലൂരംപാറ  
പ്രിയ മേയ്ക്കൻ ഓർമ്മയിൽ... ഉരുകുന്ന മനവും ഒഴുകുന്ന മിഴിനീരും നാഥാ കനിവോടെ സ്വീകരിക്കേണമേ...പ്രാർത്ഥനയോടെ പ്രിയപ്പെട്ടവർ

**2-ാം ചരമവാർഷികം**  
(18-06-2021)

**വി.ജെ ജോയി**  
വടക്കേൽ, വാലില്ലാപ്പുഴ  
പ്രാർത്ഥനയോടെ കൂടുംചൊംഗങ്ങൾ

### സിറോ മലബാർ മാതൃവേദി: പ്രവർത്തന വർഷ ഉദ്ഘാടനം

താമരശ്ശേരി: സിറോ മലബാർ മാതൃ വേദിയുടെ രൂപതാതല പ്രവർത്തന വർഷ ഉദ്ഘാടനം മാർ മകുഴിക്കരി മെമ്മോറിയൽ പാസ്റ്ററൽ സെന്ററിൽ നടന്നു. ബിഷപ്പ് മാർ റെമീജിയോസ് ഇഞ്ചനാനിയിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു.

2020 പ്രവർത്തന വർഷം നടത്തിയ വിവിധ മത്സരങ്ങളുടെ സമ്മാനദാനവും ബിഷപ്പ് നിർവ്വഹിച്ചു. രൂപതാ പ്രസിഡന്റ് ദീപ റെജി അധ്യക്ഷതയായിരുന്ന യോഗത്തിൽ ഡയറക്ടർ ഫാ. ജേക്കബ് കപ്പലുമാക്കൽ സ്വാഗതവും, ആനിയമ്മ തോമസ് നന്ദിയും പറഞ്ഞു.

സെക്രട്ടറി ട്രീസ സെബാസ്റ്റ്യൻ റിപ്പോർട്ടും ട്രഷറർ ആൻസി തോമസ് കണക്കും അവതരിപ്പിച്ചു. അസി. ഡയറക്ടർമാരായ ഫാ. തോമസ് മലപ്രവനാൽ, ഫാ. ജോസഫ് ചിറത്തലക്കൽ എന്നിവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു.

## ഇലക്ഷൻ പ്രവചന മത്സരം: 99/41 പ്രവചിച്ച് റിറ്റോ

കോഴിക്കോട്: മലബാർ വിഷനും ലണ്ടൻ ആസ്ഥാനമായി പ്രവർത്തിക്കുന്ന WERWING കൺസൾട്ടൻസിയും ചേർന്നൊരുക്കിയ ഇലക്ഷൻ പ്രവചന മത്സരത്തിൽ മുന്നണികളുടെ സീറ്റുകൾ കൃത്യമായി പ്രവചിച്ച് കോട്ടയം കടുത്തുരുത്തി സ്വദേശി റിറ്റോ മാത്യു മേൽവട്ടം സമ്മാനാർഹനായി. താഴത്തുപള്ളി സെന്റ് മേരീസ് ഫൊറോനാഗമാണ്. റിറ്റോയ്ക്ക് 5,000 രൂപയുടെ ക്യാഷ് അവാർഡ് സമ്മാനിച്ചു.

ഗൃഹീത ഫോമിലൂടെ നടത്തിയ മത്സരത്തിൽ തിരഞ്ഞെടുത്ത 15 മണ്ഡലങ്ങളിലെ വിജയികളെയും സംസ്ഥാനത്തെ ഓരോ മുന്നണിയും നേടുന്ന സീറ്റുകളുടെ എണ്ണവുമാണ് പ്രവചിക്കേണ്ടിയിരുന്നത്. സ്ഥാനാർത്ഥികളെ കൃത്യമായി പ്രവചിക്കുന്നതിൽ ആരും വിജയികളായില്ല. മത്സരത്തിൽ പങ്കെടുത്തവരിൽ 70 ശതമാനവും യുഡിഎഫിനാണ് തുടർഭരണം പ്രവചിച്ചത്. ചുരുക്കം ചിലർ എൽഡിഎഫിന് 100ന് മുകളിൽ സീറ്റുകിട്ടുമെന്നും പ്രവചിച്ചു. താമരശ്ശേരി രൂപത വികാരി ജനറൽ മോൺ. ജോൺ ഒറവുകര ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത പ്രവചന മത്സരത്തിൽ സംസ്ഥാനത്തിന് അകത്തും പുറത്തും നിന്നുമായി നിരവധിയാളുകളാണ് പങ്കെടുത്തത്.



റിറ്റോ മാത്യു

### അൽഫോൻസ കോളജിൽ സൗജന്യ ടെലികൗൺസിലിങ്

തിരുവനന്തപുരം: കോവിഡ് രണ്ടാം തരംഗത്തിലും മാനസിക ആരോഗ്യ പരിപോഷണത്തിനായി സൗജന്യ സേവനമൊരുക്കി അൽഫോൻസ കോളജ്. കോളജിലെ മനഃശാസ്ത്ര വിഭാഗമാണ് സൗജന്യ കൗൺസിലിങ് സെൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ചുക്കാൻ പിടിക്കുന്നത്. മനഃശാസ്ത്രവിഭാഗം മേധാവി ഡോ. വി. ജി. ഗിതിൻ നേതൃത്വം നൽകുന്നു. ദിവസവും വൈകുന്നേരം നാലു മുതൽ ഏഴു വരെ സേവനം ലഭിക്കും. വിളിക്കേണ്ട നമ്പർ: 9567774405



### നല്ലിടയൻ പദ്ധതി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു

താമരശ്ശേരി: കുടുംബ കുട്ടായ്മയും, മാതൃവേദിയും, മദ്യവിരുദ്ധ സമിതിയും ചേർന്ന് നടപ്പാക്കുന്ന നല്ലിടയൻ പദ്ധതി ആരംഭിച്ചു. ഓരോ ഇടവകയിലെയും അർഹതയുള്ള കുടുംബങ്ങൾക്ക് സൗജന്യമായി ആടിനെ നൽകുന്നതാണ് പദ്ധതി. ആടിനെ ലഭിക്കുന്ന കുടുംബം ആടിനെ വളർത്തി ആദ്യം ഉണ്ടാകുന്ന ആടിൻകുട്ടിയെ ഇടവകയിലെ ഈ പദ്ധതിയിലേക്ക് തന്നെ നൽകും. അതിനെ അർഹതപ്പെട്ട അടുത്ത കുടുംബത്തിന് കൈമാറും. ഇങ്ങനെ തുടർന്നു പോകുന്ന പദ്ധതി ആണ് നല്ലിടയൻ.

ബിഷപ്പ് മാർ റെമീജിയോസ് ഇഞ്ചനാനിയിൽ പദ്ധതി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. അർഹതപ്പെട്ടവരിൽ സഹായം എത്തിക്കാൻ കഴിയുമ്പോഴാണ് ക്രൈസ്തവ ജീവിതം അർത്ഥപൂർണ്ണമാകുന്നതെന്ന് ബിഷപ്പ് പറഞ്ഞു.

മത്തക്കടവ് ഇടവകയിലെ ഒരു കുടുംബത്തിന് പദ്ധതിയിലെ ആദ്യ ആടിനെ ബിഷപ്പ് കൈമാറി. സ്പോൺസർമാരെ കണ്ടെത്തിയാണ് ആടുകളെ ഈ പദ്ധതിയിലേക്ക് സംഘടിപ്പിക്കുന്നത്. വ്യക്തികൾക്കും കുട്ടായ്മകൾക്കും ഇതിൽ പങ്കാളികളാകാം.

രൂപത ഡയറക്ടർ ഫാ.ജേക്കബ് കപ്പലുമാക്കൽ അധ്യക്ഷത വഹിച്ച യോഗത്തിൽ കുടുംബ കുട്ടായ്മ രൂപതാ പ്രസിഡന്റ് തോമസ് വലിയപറമ്പിൽ, മദ്യവിരുദ്ധ സമിതി രൂപതാ പ്രസിഡന്റ് കുര്യൻ ചെമ്പനാനിയിൽ, മാതൃവേദി രൂപതാ പ്രസിഡന്റ് ദീപ റെജി, ഫാ. തോമസ് മലപ്രവനാൽ, ഫാ. ജോസഫ് ചിറത്തലക്കൽ സണ്ണി കൃഷ്ണമല, ട്രീസ സെബാസ്റ്റ്യൻ, എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

## രൂപതാ വൈദികരുടെ സ്ഥലംമാറ്റം

താമരശ്ശേരി രൂപതയിലെ വൈദികരുടെ സ്ഥലം മാറ്റം (2021 ജൂൺ ഒന്നു മുതൽ പ്രാബല്യത്തിൽ). പേരിനൊപ്പം ചേർത്തിരിക്കുന്നത് ചുമതലയേൽക്കുന്ന ഇടവക/ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ്/സ്ഥാപനം: ●ഫാ. ഫിലിപ്പ് ചക്കോമുട്ടിൽ (ഡയറക്ടർ പിഎംസി, ഫാമിലി അപ്പസ്തോലേറ്റ് & പോപ് ബനഡിക്റ്റ് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്) ●ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ ചിരമുറ്റത്തിൽ (വളയം, പാലൂർ) ●ഫാ. ജോസഫ് ചുണ്ടയിൽ (പ്രിൻസിപ്പൽ സെന്റ് അൽഫോൻസ സ്കൂൾ ഉരുകം) ●ഫാ. ജോസഫ് ഏഴാനിക്കാട്ട് (താഴേക്കോട്) ●ഫാ. തോമസ് കടപ്പാക്കൽ (മത്തക്കുന്ന്) ●ഫാ. ജോസഫ് കളരിക്കൽ (പാറോപ്പടി) ●ഫാ.

ഇടവക ശുശ്രൂഷയിൽ നിന്ന് വിരമിച്ച ഫാ. മാത്യു മറ്റക്കോട്ടിൽ. വിശ്രമ ജീവിതം ഈ രൂട്ട് വിതാനി പ്രിസ്റ്റ് ഹോമിൽ.



തോമസ് കളരിക്കൽ (ഗുഡ് ഷെപ്പേർഡ് മേജർ സെമിനാരി, കുന്നോത്ത്) ●ഫാ. ജോസഫ് കളത്തിൽ (അസോസിയേറ്റ് ഡയറക്ടർ, ഇൻഫാം) ●ഫാ. ജേക്കബ് കപ്പലുമാക്കൽ (അൽഫോൻസ സ്കൂൾ താമരശ്ശേരി) ●ഫാ. ജോസഫ് കാപ്പിൽ (ചുണ്ടത്തുപൊയിൽ) ●ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ കാരക്കാട്ട് (വിലങ്ങാട്) ●ഫാ. അബ്രഹാം കൊച്ചിലാത്ത് (കോട്ടയ്ക്കൽ, അഡ്മിനിസ്ട്രേറ്റർ സെന്റ് അൽഫോൻസ സ്കൂൾ ഉരുകം) ●ഫാ. കുര്യാക്കോസ് കൊച്ചുകൈപ്പയിൽ (കാറ്റുളളമല) ●ഫാ. മാത്യു കൊല്ലംപറമ്പിൽ (ഇറസ്സ് ഹിൽ) ●ഫാ. ജേക്കബ് കുത്തൂർ (ചേവായൂർ) ●ഫാ. മാത്യു കോട്ടയ്ക്കൽ (പീടികുപ്പാറ, കോമ്പൂർകണ്ടി) ●ഫാ. ഡൊമിനിക്കു കൃഷി വേലിൽ (അസി. ഡയറക്ടർ, ആൽഫാ) ●ഫാ. ആന്റോ ജോൺ മൂലയിൽ (തോട്ടു മൂക്കം) ●ഫാ. വിൽസൺ മുട്ടത്തുകുന്നേൽ (മാവൂർ) ●ഫാ. ജോസഫ് പാലക്കാട്ട് (കാക്കവയൽ & കോർപ്പറേറ്റ് മാനേജർ) ●ഫാ. വർഗ്ഗീസ് പനയ്ക്കൽ (കരിങ്ങാട്) ●ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ പനമറ്റംപറമ്പിൽ

(വാണിയമ്പലം) ●ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ പാട്ടശ്ശേരിൽ (അസി. മതിയൻ പ്രോ-ലെലർ മുവ്വമെന്റ്) ●ഫാ. ജോസ് പെണ്ണാപറമ്പിൽ (ഡയറക്ടർ, ഗുഡ് ഷെപ്പേർഡ് പ്രിസ്റ്റ് ഹോം, മേരിക്കുന്ന്) ●ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ പുരയിടത്തിൽ (മരിയാപുരം) ●ഫാ. മാത്യു തകിടയേൽ (പെരുവണ്ണാമുഴി) ●ഫാ. തോമസ് തേവടിയിൽ (ഡയറക്ടർ, മാതൃവേദി) ●ഫാ. മാത്യു തിട്ടയിൽ (പന്തല്ലൂർ) ●ഫാ. ജോസ് വടക്കോട് (ചെമ്പുകടവ്) ●ഫാ. ജോസഫ് വടക്കേൽ (ഡയറക്ടർ, കുടുംബക്കുട്ടായ്മ) ●ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ വടക്കേൽ (തിരുർ) ●ഫാ. ജെയിംസ് വള്ളിക്കുന്നേൽ (അസി. ഡയറക്ടർ, ആൽഫാ) ●ഫാ. ജോസഫ് വണ്ടന്നൂർ എംഎസ്സി (മത്തക്കടവ്) ●ഫാ. ജോർജ്ജ് വരിക്കാശ്ശേരി (കുണ്ടുതോട്) ●ഫാ. ജോസഫ് അത്തിനാട്ട് (അസി. വികാരി, കുരാച്ചുണ്ട) ●ഫാ. ജോസഫ് കിളിയൻപറമ്പിൽ (പഞ്ചാബ് മിഷൻ, ഡെൽഹി-ഫരീദാബാദ് രൂപത) ●ഫാ. മാത്യു പനച്ചിക്കൽ (ബിഷപ്പ്സ് സെക്രട്ടറി & അസി. വികാരി താമരശ്ശേരി) ●ഫാ. സെബാസ്റ്റ്യൻ പുളിയൻതൊട്ടിയിൽ എസ് എസി (അസി. വികാരി കുടരഞ്ഞി) ●ഫാ. അബ്രഹാം സ്രാമ്പിക്കൽ (അസി. വികാരി കോടഞ്ചേരി) ●ഫാ. സൈമൺ വള്ളോപ്പിള്ളി (തേഞ്ഞിപ്പുലം) ●ഫാ. ഡൊമിനിക്കു തുകുഴി (കണ്ണോത്ത്) ●ഫാ. അബ്രഹാം വള്ളോപ്പിള്ളി (പഞ്ചാബ് മിഷൻ, ഡെൽഹി-ഫരീദാബാദ് രൂപത).

**പ്രീ-കാനാ കോഴ്സ്**  
താമരശ്ശേരി രൂപത ഫാമിലി അപ്പോസ്തലേറ്റ് സംഘടിപ്പിക്കുന്ന ഓൺലൈൻ പ്രീ-കാനാ കോഴ്സ് ജൂലൈ 9 മുതൽ 11 വരെയും ആഗസ്റ്റ് 13 മുതൽ 15 വരെയും നടക്കും. ഓൺലൈനായാണ് ക്ലാസുകൾ. [www.dioceseofthamarassery.org/Precana](http://www.dioceseofthamarassery.org/Precana) എന്ന വെബ്സൈറ്റ് മുഖേന ബുക്ക് ചെയ്യാം. ഇടവക വികാരിയുടെ കത്ത്, പങ്കെടുക്കുന്നയാളുടെ പാസ് പോർട്ട് സൈസ് ഫോട്ടോ എന്നിവ സൈറ്റിൽ അപ്ലോഡ് ചെയ്യണം. വിവരങ്ങൾക്ക്: 8547191056

**വേർപാടിന്റെ 3 വർഷങ്ങൾ**  
04-04-2018 24-03-2018



ജോസഫ് തെങ്ങുംപിള്ളിൽ കുടരഞ്ഞി അന്നക്കുട്ടി തെങ്ങുംപിള്ളിൽ വയലിൽ കുടുംബാംഗം ആനക്കൊമ്പെയിൽ

എന്നേയും സന്ദേശം മാത്രം എഴുതുക! നന്ദിയെ എഴുതുക! പ്രിയപ്പെട്ട ചാച്ചന്മാരും അമ്മച്ചിയുടെയും കാർഡുകൾക്ക് മുനിക്ക് പ്രാർത്ഥനയോടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ

**സ്വർഗത്തിൽ നാലാം പിറന്നാൾ**  
(19-04-2021)



സാവിയോ വിനു കാലായിൽ, ചക്രിട്ടപറ

ജനനം: 02-04-2009 മരണം: 19-04-2017  
തന്റെ വിശുദ്ധരുടെ മരണം കർത്താവിന് അമൂല്യമാണ് (സങ്കീർത്തനം: 116-15)  
പ്രാർത്ഥനയോടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ

**20-ാം ചരമ വാർഷികം**  
(08-05-2021)



റോയി മുരിങ്ങയിൽ പുള്ളുരാംപറ

പ്രാർത്ഥനയോടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ



# 'പെനുവേൽ' മദേർസ് ബൈബിൾ ക്വിസ്: കുന്നമംഗലം ജേതാക്കൾ

**പെനുവേൽ:** സിറോ മലബാർ മാതൃ വേദിയും ശാലോം ടിവിയിലും സംയുക്തമായി സംഘടിപ്പിച്ച പെനുവേൽ ബൈബിൾ ക്വിസിൽ കുന്നമംഗലം ഇടവക ഒന്നാം സ്ഥാനം നേടി. മുക്കം, തിരുവമ്പാടി, കൂടരഞ്ഞി ഇടവകകൾ യഥാക്രമം രണ്ട്, മൂന്ന്, നാല് സ്ഥാനങ്ങൾ കരസ്ഥമാക്കി. താമരശ്ശേരി രൂപതയിലെ വിവിധ ഇടവകകളിൽ നിന്നായി 60 ടീമുകളാണ് ഒന്നര വർഷത്തോളം നീണ്ട ക്വിസ് മത്സരത്തിൽ പങ്കെടുത്തത്.

വിജയികൾക്ക് ബിഷപ്പ് മാർ റെമീജിയസ് ഇഞ്ചനാനിയിൽ സമ്മാനങ്ങൾ വിതരണം ചെയ്തു. 25000 രൂപയും സർട്ടിഫിക്കറ്റും മെമെന്റോയുമായിരുന്നു ഒന്നാം സ്ഥാനം.

നിമ്മി ഷാജി വടക്കേപറമ്പിൽ, മിനി ജോസഫ് തടത്തിൽ, ഷൈജ ഷാജു അനന്തക്കാട്ട്, റോസി ജോൺ പടിഞ്ഞാറെ തൊട്ടിയിൽ, ബിന്ദു ജോസഫ് പള്ളിക്കാ

വയലിൽ, ജിജി ജോസഫ് വലിയ വീട്ടിൽ, മേരി ജോണി കുളങ്ങരതൊട്ടിയിൽ എന്നിവരാണ് കുന്നമംഗലം ഇടവക ടീമിനായി പങ്കെടുത്തത്.

മുക്കം ഇടവകയ്ക്കു വേണ്ടി ലൂസി ആന്റണി മത്തക്കുന്നേൽ, ജാൻസി ജിനേഷ് കല്ലറക്കൽ, മഞ്ജു ആംസ്ട്രോങ്ങ് തടത്തിൽ, ജാകിലിൻ ജെയ്സൺ ചാത്തംകണ്ടത്തിൽ, നിർമ്മല ജോഷി കണ്ടത്തിൽ, പിഞ്ചു ജോൺസൺ പള്ളിക്കാമാലിൽ, ഷീല സണ്ണി പാലക്കൽ എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

തിരുവമ്പാടി ഇടവകയ്ക്കു വേണ്ടി ലിസ്സി ജോളി ചേന്നംകുളം, ആലിസ് വെള്ളാരംകുന്നേൽ, മോനി സേവ്യർ തൈക്കത്തൊട്ടിയിൽ, ലീലാമ്മ ജോസ് ഇളംതുരുത്തിയിൽ, ഷൈനി ജെയിംസ് മറ്റത്തിൽ, ലൂസി കുര്യക്കോസ് പുത്തപുരയിൽ, അൽഫോൻസ വർഗ്ഗീസ് ചാലിയേടത്ത് എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

ഷൈല വർഗീസ് മാധവത്ത്, ജീജ

ജോസഫ് ചിറയിൽപറമ്പിൽ, ബിൻസി ഷിജു പ്ലാത്തോട്ടത്തിൽ, മോളി ജോസ് മറ്റം, ലീലാമ്മ അഗസ്റ്റിൻ കുരുമ്പേൽ, ആലിസ് വർഗീസ് ഓലിക്കൽ, മേരി ജോസഫ് തുപ്പൂംകര എന്നിവരായിരുന്നു കൂടരഞ്ഞി ഇടവക ടീമിലെ അംഗങ്ങൾ.

**പുസ്തക പരിചയം**

• റിട്ട. അധ്യാപകനും സാഹിത്യകാരനുമായ ജോസഫ് പുതക്കുഴി രചിച്ച 53 കവിതകളുടെ സമാഹാരം. ഭാഷാശ്രീ പുസ്തക പ്രസാധകസംഘം പ്രസിദ്ധീകരിച്ചിരിക്കുന്നു. കെ. ടി. സുപ്പിയുടെ അവതാരിക. സാമൂഹിക വിമർശനങ്ങളും പ്രകൃതി പാഠങ്ങളും സമം ചേരുന്ന കവിതകൾ. വില: 100 രൂപ. കോഡ്: 8086913135



## കാലിക്കറ്റ് സർവകലാശാല ക്രിസ്ത്യൻ സ്റ്റഡീസിൽ ഡിഗ്രി ആരംഭിക്കുന്നു

**തേഞ്ഞിപ്പലം:** കേരളത്തിൽ ആദ്യമായി ക്രിസ്ത്യൻ സ്റ്റഡീസിൽ (ദൈവശാസ്ത്രം) ബിഎ പഠനത്തിന് കാലിക്കറ്റ് സർവകലാശാലയിൽ വഴിയൊരുങ്ങുന്നു. ബോർഡ് ഓഫ് സ്റ്റഡീസ് യൂണിവേഴ്സിറ്റി രൂപീകരിച്ചു.

കണ്ണൂർ യൂണിവേഴ്സിറ്റി പരീക്ഷാ കൺട്രോളറായ ഡോ. പി. ജെ. വിൻസെന്റ് ആണ് ബോർഡിന്റെ അധ്യക്ഷൻ. ഡോ. പോൾ പൂളിക്കൽ (ക്രിസ്ത്യൻ ചെയർ ഡയറക്ടർ) ഫാ. രാജു ചക്കനാട്ട് (ഡോൺ ബോസ്കോ കോളജ് മണ്ണൂർ), സിസ്റ്റർ ഡോ. ഷൈനി ജോർജ്ജ് (ഹോളിക്രോസ് കോളജ്, കോഴിക്കോട്), ഡോ. മാർട്ടിൻ കൊളമ്പ്രത്ത് (സെന്റ് തോമസ് കോളജ്, തൃശ്ശൂർ), ഡോ. ജോളി ആൻഡ്രൂസ് (ക്രൈസ്റ്റ് കോളജ്, ഇരിങ്ങാലക്കുട), ഡോ. പോളച്ചൻ കൈത്തോട്ടുങ്ങൾ (നെപ്യൂണ്യ കോളജ്, കൊരട്ടി), ഡോ. ജോഷി മാത്യു (പഴശിരാജാ കോളജ്, പുൽപ്പള്ളി), ഡോ. ഗാസ് പർ കടവിപ്പറമ്പിൽ (ഗവ.കോളജ്, തിരുവനന്തപുരം), ഡോ. മിലു മരിയ (പ്രജ്യോതി കോളജ്, പുതുക്കാട്) എന്നിവരാണ് ബോർഡ് അംഗങ്ങൾ.

## മിഷൻ ലീഗ് പ്ലാറ്റിനം ജൂബിലി വർഷം

**താമരശ്ശേരി:** ചെറുപുഷ്പ മിഷൻ ലീഗിന്റെ 2021-2022 പ്രവർത്തനവർഷ ഉദ്ഘാടനവും മാർഗ്ഗരേഖ പ്രകാശനവും ബിഷപ്പ് മാർ റെമീജിയോസ് ഇഞ്ചനാനിയിൽ നിർവഹിച്ചു. 2021 ഒക്ടോബർ മുന്നിന് പ്ലാറ്റിനം ജൂബിലിയിലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്ന ചെറുപുഷ്പ മിഷൻ ലീഗിന്റെ 75 ദിന പ്രോഗ്രാമുകൾക്ക് ജൂലൈ 20 ന് കൗണ്ട് ഡൗൺ ആരംഭിക്കും. ഓൺലൈൻ പ്രോഗ്രാമുകൾ നടക്കുന്ന ഒക്ടോബർ വരെയുള്ള മാർഗരേഖ പ്രകാശനമാണ് ഇപ്പോൾ നടത്തിയിരിക്കുന്നത്.

## നഴ്സുമാരെ ആദരിച്ചു

**തിരുവമ്പാടി:** അൽഫോൻസ കോളജിലെ കൊമേഴ്സ് വിഭാഗവും പിടിഎയും ചേർന്ന് നഴ്സുസ് ദിനം ആചരിച്ചു. പിടിഎ അംഗങ്ങളായ നഴ്സുമാരെ ആദരിച്ചു. മാനേജർ ഫാ. സ്കറിയ മങ്ങരയിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. കെ. വി. ചാക്കോ അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. വൈസ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഫാ. ഷൈനീഷ് അഗസ്റ്റിൻ, ഫാ. ജിയോ മാത്യു, സാനി തോമസ്, ദീപ രാജി, ജെസി റോബി, ഷേർളി സിബി, ഷാരോൺ തങ്കച്ചൻ, ടി. കെ. ആദിത്യ, ലിയ ജെ. മരിയ എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.



**DE PAUL FIRST GRADE COLLEGE, MYSURU**

പ്രവേശനം ആരംഭിച്ചു

**വിൻസെന്റ് ജോൺ വൈദികരുടെ റെസിഡൻഷ്യൽ സ്ഥാപനം**

**+2 വിനു ശേഷം തുടർവിദ്യാഭ്യാസം മൈസൂരിൽ**

**വൈദികരുടെയും സിസ്റ്റേഴ്സിന്റെ മേൽനോട്ടത്തിൽ ക്രമീകരിക്കപ്പെട്ട ഹോസ്റ്റൽ സൗജന്യീകരണം**

B.COM

B.B.A

B.C.A

B.A

**COURSES**



**ADD- ON COURSES**

- \* Chartered Accountant (CA)
- \* Association of Certified Chartered Accountant (ACCA)
- \* Civil Services
- \* Aviation (IATA Recognized)
- \* Company Secretary (CS)
- \* Supply Chain and Logistics Analytics
- \* Digital Marketing & Data Analytics
- \* Cyber Security with Ethical Hacking
- \* Artificial Intelligence (Machine Learning)
- \* Animation, Graphic Designing & Web Designing
- \* Organizational Psychology
- \* Communication Skills in English

CONTACT US

8971397489

8123178030

www.depaulcollege.in

SCAN FOR LOCATION



**De Paul Attractions:** Student Club & Associations, Placement and Internships, Individual Mentoring, 24X7 Security, International Standard- Food & Accommodation, Indoor Badminton Courts, Football, Hockey and Cricket Stadium, Basketball, Volley Ball, Tennis etc., Gym, Swimming Pool & Many More.....

**Address:** Belagola P.O, Srirangapatna Taluk Mandya Dist., Karnataka- 571606  
**Email:** dpdcmysore@gmail.com





**നവമ്പതികൾക്ക് ആശംസകൾ**

**SANOJ & MERIN**

ഇരുസ്സഹിൾ ഇടവക വണ്ടാനത്ത് ഡോ. ജോസ് - ഡോ. ഷാസ്റ്റി ജോസ് മകൻ സനോജ് ജോസും പുതംപാറ ഇടവക കരിന്തോളിൽ ജെയ്സൺ - ജയ ദമ്പതികളുടെ മകൾ ഡോ. മെറിനും വിവാഹിതരായി

**ആശംസകളോടെ : വണ്ടാനത്ത് ഫാമിലി**



**നവമ്പതികൾക്ക് ആശംസകൾ**

**TONY & AMALDA**

ഇരുസ്സഹിൾ ഇടവക കാരാടിയിൽ ജേക്കബ് - സെലിൻ മകൻ ടോണിയും മാനന്തവാടി രൂപത അടയ്ക്കാത്തോട് ഇടവക മുക്കാട്ടുകാവുകൾ മാത്തുക്കുട്ടി - എൽസി മകൾ അമൽഡയും വിവാഹിതരായി

**ആശംസകളോടെ : കാരാടിയിൽ ഫാമിലി**



# 'വാചിക പ്രാർത്ഥനയെ നിസ്സാരമാക്കുകയോ പുച്ഛിക്കുകയോ അരുത്'

മനുഷ്യന്റെ ആദ്യത്തെ പ്രാർത്ഥന എപ്പോഴും വാചികമാണ്. അതിനാൽ അധാരം കൊണ്ടുള്ള വാചിക പ്രാർത്ഥനയെ നിസ്സാരമാക്കി പുച്ഛിക്കരുതെന്ന് ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ ഉദ്ബോധിപ്പിച്ചു.

“വാചികമായ പ്രാർത്ഥന കുട്ടികൾക്കുള്ളതാണ്, വിവരമില്ലാത്തവർക്കുള്ളതാണ് എന്നല്ലാതെ ചിലർ പറഞ്ഞേക്കാം. ദൈവത്തിന്റെ ആഗമനത്തിനായി തങ്ങൾ മാനസിക പ്രാർത്ഥന, ധ്യാനം, ആന്തരിക ശൂന്യത എന്നിവ നേടുകയാണെന്നും അവർ പറഞ്ഞേക്കാം എന്നാൽ വാചിക പ്രാർത്ഥനയെ പുച്ഛിക്കുന്ന ഗർവ്വിൽ നാം നിപതിക്കരുത്”- മാർപാപ്പ ഓർമ്മിപ്പിച്ചു.

ദൈവവുമായുള്ള സംഭാഷണമാണ് പ്രാർത്ഥന. എല്ലാ സൃഷ്ടികളും ഒരർത്ഥത്തിൽ ദൈവവുമായി സംഭാഷണം നടത്തുന്നു.

മനുഷ്യരിൽ പ്രാർത്ഥന വചനവും അപേക്ഷയും ഗാനവും കവിതയുമായി ഭവിക്കുന്നു. പ്രാർത്ഥനയിലെ വാക്കുകൾ ഇരുണ്ട താഴ്വരകൾ സൂര്യക്ഷിതമായി താങ്ങാൻ നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കുകയും ജലസമൃദ്ധമായ പച്ചപ്പുൽതകിടകളിലേക്ക് നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

വാചിക പ്രാർത്ഥന ക്രിസ്തീയ ജീവിതത്തിലെ ഒഴിച്ചു കൂടാനാകാത്ത ഘടകമാണ്. തങ്ങൾ കുഞ്ഞുങ്ങളായിരിക്കുമ്പോൾ പഠിച്ച പ്രാർത്ഥനകൾ ഒരു പക്ഷേ തങ്ങളുടെ കേൾവികുറവുമൂലം പാതിശബ്ദത്തിൽ ചൊല്ലുന്ന വ്യഭജനത്തിന്റെ വിനയം നമുക്കുണ്ടാകണം. ഒരിക്കലും വീഴ്ചവരുത്താതെ ജീവിത കാലം മുഴുവൻ അഭ്യസിച്ചു പ്രാർത്ഥിക്കുക എന്ന കടമയോടുള്ള വിശ്വസ്തതയ്ക്ക് ഈ പ്രാർത്ഥനകൾ സാക്ഷ്യം വഹിക്കുന്നു.



## ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കൾ ലഭ്യമാക്കാൻ കന്യാസ്ത്രീസമൂഹം

പട്ടാള അട്ടിമറിയും അതേതുടർച്ചയുമായ പ്രക്ഷോഭങ്ങളും മൂലം പട്ടിണി പിടിമുറക്കുന്ന മ്യൂൻചാർ ജനതയ്ക്ക് സഹായമേകാൻ ഭക്ഷ്യകിറ്റകളുമായി കന്യാസ്ത്രീ സമൂഹം. രാജ്യത്തെ ക്രൈസ്തവ, ബുദ്ധ, മുസ്ലീം, ഹിന്ദു മതവിശ്വാസികളുടെ പിന്തുണയോടെ നടത്തുന്ന ഭക്ഷ്യകിറ്റ് വിതരണത്തിന് 'സിസ്റ്റേഴ്സ് ഓഫ് സെന്റ് ജോസഫ് ഓഫ് അപ്പാരിഷൻ' (എസ്.ജെ.എ) എന്ന സന്യാസസമൂഹത്തിലെ അംഗങ്ങളാണ് നേതൃത്വം നൽകുന്നത്. മ്യൂൻചാറിലെ രണ്ടാമത്തെ വലിയ നഗരമായ മാൻഡെലയിൽ ഏറ്റവും ദുരിതത്തിലായ 300 കുടുംബങ്ങൾക്ക് ഇവർ ഭക്ഷ്യകിറ്റ് വിതരണം ചെയ്തു. ഭക്ഷ്യക്ഷാമം, പണപ്പെരുപ്പം, തൊഴിലില്ലായ്മ തുടങ്ങിയവ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ രാജ്യത്തിനകത്തുനിന്ന് വിഭവസമാഹരണം ഇവർക്ക് ദുഷ്കരമായിരിക്കുകയാണ്.

ഇതോടൊപ്പം ജനാധിപത്യം പുനസ്ഥാപിക്കപ്പെടാൻ നിരന്തരകൃതിൽ പ്രാർത്ഥനാ ജപമാല റാലികളും ഇവർ സംഘടിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. പ്രക്ഷോഭകർക്കുനേരെ വെടിയുതിർക്കാൻ ഒരുങ്ങിയ പട്ടാളക്കാരുടെ മുമ്പിൽ മുട്ടുകുത്തി അവരെ വെറുതെവിടണമെന്ന് യാചിച്ച സിസ്റ്റർ ആൻ റോസ തവാങ് എന്ന സന്യാസിനിയുടെ സാക്ഷ്യം പൊതുസമൂഹത്തിൽ കത്തോലിക്ക സഭയോടുള്ള അദരവ് വർദ്ധിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ഇതുവരെ മ്യൂൻചാർ കാലപത്തിൽ 750ൽ അധികം ആളുകൾ കൊല്ലപ്പെട്ടതാണ് അനുദ്ദേശ്യ ഗിക റിപ്പോർട്ടുകൾ.

ആനാക്കിയത്: ഫാ. ജോസഫ് കളത്തിൽ

## ശ്രീലങ്കയിലെ ഈസ്റ്റർ സ്മോടനം: നിർണായക അറസ്റ്റ്

2019-ലെ ഈസ്റ്റർ ദിനത്തിൽ ശ്രീലങ്കയിലെ മൂന്ന് ദൈവാലയങ്ങളിലുണ്ടായ ചാവേർ ഭീകരാക്രമണ കേസിൽ മുസ്ലീം നേതാവും പാർലമെന്റ് അംഗവുമായ റിഷാദ് ബദിയുദീൻ, സഹോദരനായ റിയാജ് ബദിയുദീൻ എന്നിവരെ ശ്രീലങ്കൻ പോലീസ് അറസ്റ്റു ചെയ്തു. ചാവേറുകളുമായി ഇവർക്ക് ബന്ധമുണ്ടെന്ന് കണ്ടെത്തിയതായി പോലീസ് വക്താവ് അറിയിച്ചു.

'ഓൾ സിലോൺ മക്കൾ' എന്ന രാഷ്ട്രീയ പാർട്ടിയുടെ നേതാവാണ് റിഷാദ് ബദിയുദീൻ. തീവ്രവാദവിരുദ്ധ നിയമപ്രകാരമുള്ള കുറ്റമാണ് ഇവരുടെ മേൽ ചുമത്തിയിരിക്കുന്നത്. സ്മോടനം നടത്തിയവരുമായി ഇവർക്കുള്ള ബന്ധം വ്യക്തമാക്കുന്ന ശാസ്ത്രീയ തെളിവും സാഹചര്യതെളിവുമാണ് ലഭിച്ചതായ് പോലീസ് വക്താവ് പറഞ്ഞു.

സ്മോടനങ്ങളിൽ 269 പേരാണ് കൊല്ലപ്പെട്ടത്. 500ൽ പരം ആളുകൾക്ക് പരുക്കേറ്റിരുന്നു.

## മൂൻ ഫുട്ബോളറും സംവിധായകനും പൗരോഹിത്യം സ്വീകരിച്ചു

റോം രൂപതയ്ക്കുവേണ്ടി ഏപ്രിൽ 25ന് ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പയിൽ നിന്ന് പൗരോഹിത്യം സ്വീകരിച്ച ഒമ്പതു പേരിൽ മൂൻ ഫുട്ബോൾ താരവും സിനിമ സംവിധായകനും. ഇറ്റലിയിലെ ഡി സോക്കർ അസോസിയേഷനു വേണ്ടി ബുട്ടണിഞ്ഞിരുന്ന 28 വയസ്സുകാരൻ സാമുവേൽ പിയർ മാരിനിയാണ് കളിക്കളം വിട്ട് ഈശോയുടെ ബലിപീഠത്തിലേക്ക് ആഗതനാകുന്നത്. 40 വയസ്സുകാരനായ റിക്കാർഡോ സെൻഡാമോയാണ് വെള്ളിത്തിരയിലെ താരപ്പകിട്ട് ഉപേക്ഷിച്ച് പൗരോഹിത്യം സ്വീകരിച്ചത്.

അൽപ്പം കൂടി ഉയർന്ന രീതിയിൽ എന്തൊക്കെയോ ചെയ്യാൻ ദൈവം തന്നെ ക്ഷണിക്കുന്നുണ്ടെന്ന തിരിച്ചറിവാണ് പൗരോഹിത്യവിളി സ്വീകരിക്കുവാൻ പ്രചോദനമായതെന്ന് കളിക്കാരനായിരുന്ന സാമുവേൽ പിയർ മാരിനി വെളിപ്പെടുത്തി. 2011 ലാണ് ദൈവവിളി തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അദ്ദേഹം റിഡംപ്റ്ററിസ്റ്റ് മാത്തർ എന്ന സെമിനാരിയിലേക്ക് പ്രവേശിച്ചത്.

സിനിമയെ അഗാധമായി സ്നേഹിച്ചിരുന്ന റിക്കാർഡോ സെൻഡാമോ തന്റെ



റിക്കാർഡോ സെൻഡാമോ



സാമുവേൽ പിയർ മാരിനി

ലക്ഷ്യം സിനിമയല്ല, മിശിഹായുടെ പൗരോഹിത്യമാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞത് മൂപ്പതാമത്തെ വയസ്സിൽ ശേഷമാണ്.

ഏപ്രിൽ 25ന് വത്തിക്കാണിലെ സെന്റ് പീറ്റേഴ്സ് ബസലിക്കയിൽ നടന്ന തിരുപ്പട്ടശുശ്രൂഷയിൽ ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പയിൽ നിന്നാണ് ഈ ഒമ്പതു പേരും പൗരോഹിത്യം സ്വീകരിച്ചത്. നവവൈദികരിൽ 26 മുതൽ 43 വയസ്സുവരെ പ്രായമുള്ളവരുണ്ട് ഇതിൽ ആറു പേർ ഇറ്റലിയിൽ നിന്നും മറ്റുള്ളവർ റൊമാനിയ, കൊളംബിയ, ബ്രസീൽ എന്നീ രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നുമുള്ളവരാണ്.

**പാവനസ്മരണയ്ക്ക്**  
 2-ാം ചരമവാർഷികം 116-ാം ചരമദിനം  
 18-5-2021 18-5-2021

**ജേക്കബ് (ചാക്കോച്ചൻ) (ബിജിത്ത ജേക്കബ്)**  
 പറമ്പുകാട്ടിൽ, ചെന്നന്നോട  
 പ്രാർത്ഥനയോടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ

**2-ാം ചരമവാർഷികം**  
 02-05-2021

**ജോർജ് കൊല്ലിയിൽ**  
 കൂടരഞ്ഞി  
 പ്രാർത്ഥനയോടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ

**20-ാം ചരമ വാർഷികം**  
 (15-05-2021)

**ബ്രദർ. ഷിനു വള്ളിപ്പറമ്പിൽ**  
 ചക്കിട്ടപാറ  
 പ്രാർത്ഥനയോടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾ

# Top 5 Countries For Students to Study Abroad

UK

AUSTRALIA

CANADA

NEW ZEALAND

USA

# Werwing

CONSULTANTS



- FREE CONSULTATION
- FREE IELTS COACHING
- FREE AIRPORT PICKUP
- UNIVERSITY INTERVIEW TRAINING AND FREE ORIENTATION
- FREE & SAFE ACCOMMODATION
- PART TIME JOB ASSISTANCE

**300+ Universities**  
**5000+ Courses**  
**100+ Students**

  [werwingconsultants](#)

 +91 7510592740, +917510591741

 [werwingconsultants@gmail.com](mailto:werwingconsultants@gmail.com)

# തലതൊടുന്നവരും വിവാഹവും

മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തിയും തലതൊടുന്നവരും തമ്മിൽ രൂപപ്പെടുന്നത് ഒരു ആത്മീയബന്ധമാണെന്നു നിയമം വ്യക്തമാക്കുന്നു. മാമ്മോദീസയ്ക്കു യോജിച്ച ക്രിസ്തീയജീവിതം നയിക്കുവാൻ മാമ്മോദീസാർത്ഥിയെ സഹായിക്കുന്നത് ഒരു ആത്മീയ ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. മാമ്മോദീസായിലൂടെ രൂപപ്പെടുന്ന ആത്മീയബന്ധം വിവാഹത്തിന് ഒരു തടസമാണെന്നു പൗരസ്ത്യസഭകൾക്കായുള്ള നിയമം വ്യക്തമാക്കുന്നു. അതേസമയം, ഇത്തരമൊരു വിവാഹതടസം ലത്തിൽ സഭാനിയമത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്നില്ല എന്നതും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്.



റവ. ഡോ. ഏബ്രഹാം കാവിൽപുരയിടത്തിൽ

മാമ്മോദീസയുടെ അവസരത്തിൽ തലതൊടുന്നവരും (Godparents), മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തിയും തമ്മിൽ വിവാഹബന്ധം പാടില്ല എന്നു സഭാനിയമം പറയുന്നുണ്ടെന്നറിഞ്ഞു. ഇങ്ങനെ യൊരു നിയമത്തിന്റെ പ്രസക്തി എന്താണ് എന്നു വിശദീകരിക്കാമോ?

- ജോബി തുക്കുപാലം



ഇനി ചോദ്യത്തിൽ പരാമർശിച്ചിരിക്കുന്ന വിവാഹതടസം (Impediment) തെക്കുറിച്ചു പറയാം. മാമ്മോദീസായിലൂടെ രൂപപ്പെടുന്ന ആത്മീയബന്ധം വിവാഹത്തിന് ഒരു തടസമാണെന്നു പൗരസ്ത്യസഭകൾക്കായുള്ള നിയമം വ്യക്തമാക്കുന്നു. അതേസമയം, ഇത്തരമൊരു വിവാഹതടസം ലത്തിൽ സഭാനിയമത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്നില്ല എന്നതും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്. എന്താണ് പൗരസ്ത്യസഭാ നിയമം പറയുന്നത് എന്നതു പരിശോധിക്കാം.

'മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തിയും അതുപോലെതന്നെ അയാളുടെ മാതാപിതാക്കളും തലതൊടുന്ന വ്യക്തിയുമായി വിവാഹബന്ധത്തിലേർപ്പെടുന്നത് അസാധ്യമാക്കുന്ന ഒരു ആത്മീയബന്ധം മാമ്മോദീസായിൽ നിന്നുളവാകുന്നു.' (CCEO c. 811 §1). ഇവിടെ ഏതാനും കാര്യങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കുന്നുണ്ട്. മാമ്മോദീസയിലൂടെ രൂപപ്പെടുന്ന ആത്മീയബന്ധം വിവാഹത്തെ അസാധ്യമാക്കുന്ന ഒരു തടസമാണ്. ആരൊക്കെ തമ്മിലാണു വിവാഹതടസം രൂപപ്പെടുന്നത് എന്നതും പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്. ഒരു ഉദാഹരണത്തിലൂടെ നമുക്ക് ഇതു മനസ്സിലാക്കാൻ പരിശ്രമിക്കാം. മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന

വ്യക്തിയെ നമുക്കു ജോസുകുട്ടി എന്നു വിളിക്കാം. ജോസുകുട്ടിയുടെ മാതാപിതാക്കളാണ് തോമാച്ചനും മേരിക്കുട്ടിയും. മാമ്മോദീസയിൽ തോമാച്ചന്റെ സുഹൃത്തായ മാത്യുവും മേരിയുടെ സുഹൃത്തു ക്രിസയുമാണു ജോസുകുട്ടിയുടെ തലതൊടുന്നവർ. മേൽപ്പറഞ്ഞ നിയമമനുസരിച്ച്, ജോസുകുട്ടിയുടെ അപ്പനായ തോമാച്ചനും ഭാര്യ മേരിയുമായുള്ള വിവാഹം ഇല്ലാതാകുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ ജോസുകുട്ടിയുടെ തലതൊട്ട ക്രിസയെ വിവാഹം ചെയ്യാൻ നിയമപരമായ തടസമുണ്ട്. അതേപോലെ മേരിക്കുട്ടിയും മാത്യുവും തമ്മിലും വിവാഹം നടത്താൻ അനുവാദമില്ല. അതുപോലെ, മാമ്മോദീസ സ്വീകരിച്ച ജോസുകുട്ടിയെ തന്റെ തലതൊട്ട ക്രിസയുമായി വിവാഹത്തിലേർപ്പെടാൻ നിയമം അനുവദിക്കുന്നില്ല.

ഉടൻ ഒരു ചോദ്യം മനസ്സിൽ ഉയർന്നു വരുന്നുണ്ട്. മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന ശിശുപ്രായത്തിലുള്ള ജോസുകുട്ടിയും തലതൊടുന്ന ക്രിസയും തമ്മിൽ വിവാഹം നടക്കാൻ യാതൊരു സാധ്യതയുമില്ല. അവർ തമ്മിൽ പ്രായത്തിന്റെ വലിയ വ്യത്യാസമുണ്ട്. പിന്നെ എന്തിനാണു നിയമം ഇങ്ങനെ പറയുന്നത്? നമ്മൾ

സാധാരണ ചിന്തിക്കുന്നത് ശിശുമാമ്മോദീസയുടെ പശ്ചാത്തലത്തിലാണ്. ജോസുകുട്ടി തന്റെ കോളേജുപഠനശേഷമാണു മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്നതെന്നു വിചാരിക്കുക. പലകാരണങ്ങളാൽ നേരത്തെ മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കാതിരുന്ന ജോസുകുട്ടിയുടെ തലതൊടുന്ന ക്രിസ ജോസുകുട്ടിയുടെ സഹപാഠിയാണെന്നും കരുതുക. ക്രിസ ജോസുകുട്ടിയുടെ മാമ്മോദീസാകാര്യത്തിൽ വളരെ താൽപര്യമെടുത്തത്, മാമ്മോദീസയ്ക്കുശേഷം ജോസുകുട്ടിയുമായി വിവാഹം നടത്താനുള്ള ആഗ്രഹം ഉള്ളിൽ വെച്ചുകൊണ്ടാണെന്നു കരുതുക. സഭാനിയമത്തെപ്പറ്റി ഒന്നും അറിയില്ലാത്ത ക്രിസ തീക്ഷ്ണതകൊണ്ടു തലതൊട്ടമയുടെ സ്ഥാനം ഏറ്റെടുത്താൽ ജോസുകുട്ടിയും ക്രിസയും തമ്മിൽ വിവാഹതടസം രൂപപ്പെടും. ഇതാണു നിയമനിർമ്മാതാവു മുന്നിൽ കാണുന്ന സാഹചര്യം. ശിശുമാമ്മോദീസയിലൂടെ ആത്മീയബന്ധത്തിലേർപ്പെടുന്നവർ പിന്നീടു വിവാഹിതരാകാനുള്ള സാധ്യതയും ചില സംസ്കാരങ്ങളിലും സാഹചര്യങ്ങളിലും (പ്രായ വ്യത്യാസം പരിഗണിക്കാത്ത സാഹചര്യത്തിൽ) തള്ളിക്കളയാനാവില്ലല്ലോ.

ലത്തിൽ സഭയിൽ ഇല്ലാത്ത ഈ വിവാഹതടസം പൗരസ്ത്യസഭകളുടെ നിയമത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത് പൗരസ്ത്യ പാരമ്പര്യങ്ങളോടു യോജിച്ചുപോകുന്നതിനു വേണ്ടിയാണ്. 1983-ൽ നിലവിൽവന്ന ലത്തിൽ സഭാനിയമം ഈ വിവാഹതടസം ഉപേക്ഷിച്ചപ്പോൾ 1990-ൽ നടപ്പിലാക്കിയ പൗരസ്ത്യ സഭാനിയമം ഈ നിയമം നിലനിർത്തിയത് ഇക്കാരണത്താലാണ്. ലത്തിൽ സഭയുടെ 1917-ലെ നിയമസംഹിതയിൽ c. 1079 അനുസരിച്ച് ഈ വിവാഹതടസം മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തിയും തലതൊടുന്നവരും തമ്മിൽ മാത്രമായിരുന്നു. മാമ്മോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ മാതാപിതാക്കളും തലതൊടുന്നവരും തമ്മിൽ വിവാഹതടസം ഈ നിയമമനുസരിച്ച് ഉണ്ടായിരുന്നില്ല.

ആത്മീയബന്ധത്തിൽ നിന്നു രൂപപ്പെടുന്ന ഈ വിവാഹതടസത്തിൽ നിന്ന് ഒഴി വുകിച്ചുമോ എന്നതാണ് അടുത്ത കാര്യം. ഒഴിവു (Dispensation) കിട്ടും എന്നതാണ് അതിന്റെ ഉത്തരം. തക്കതായ കാരണങ്ങൾ ഉള്ളപ്പോൾ ബന്ധപ്പെട്ടവർ സമർപ്പിക്കുന്ന അപേക്ഷയിന്മേൽ രൂപതാലയക്ഷൻ ഈ വിവാഹതടസത്തിൽ നിന്നു വിടുതൽ/ ഒഴിവു നൽകാവുന്നതാണ്.

മാമ്മോദീസ എന്ന കുദാശയുടെ പ്രാധാന്യവും കുദാശസ്വീകരണത്തിൽ അവസാനിക്കാത്ത ബന്ധങ്ങളും വിശ്വാസജീവിതയാത്രയിൽ രൂപപ്പെടുന്ന ആത്മീയബന്ധങ്ങളും അവയുടെ പ്രാധാന്യവും ഉത്തരവാദിത്വവും ഈ നിയമത്തിന്റെ പിന്നിലെ പ്രേരകഘടകങ്ങളാണ്.

**സഭാ സംബന്ധമായ നിങ്ങളുടെ സംശയങ്ങൾക്ക് ഞങ്ങൾ മറുപടി നൽകാം.**  
ചോദ്യങ്ങൾ അയയ്ക്കേണ്ട വിലാസം: എഡിറ്റർ, മലബാർ വിഷൻ, പിഎംഒസി, മേരിക്കുന്ന് പിഒ, കോഴിക്കോട് -12 വാട്സാപ്പ്: 97 44 99 5553

**41-ാം ചരമദിനം (27-05-2021)**

**തോമസ് കൊച്ചിത്ര മാലാപനമ്പി**  
(പ്രാർത്ഥനഭയോടെ, കിടപ്പുമരണം)

**വീട്ടിലിരുന്നും മലബാർ വിഷനിൽ പരസ്യം നൽകാം**

ജന്മദിനം, വിവാഹം, വിവാഹവാർഷികം, ചരമ പരസ്യങ്ങൾ ബാപ്റ്റിസം, കുർബ്ബാന സ്വീകരണം, ജൂബിലി

പരസ്യങ്ങൾ വാട്സാപ്പ് വഴി നൽകുവാനുള്ള സൗകര്യം മലബാർ വിഷൻ ഒരുക്കുന്നു. ഓഫീസിലേക്കു വരാതെ തന്നെ വായനക്കാർക്കു നിമിഷനേരം കൊണ്ട് തങ്ങളുടെ പരസ്യങ്ങൾ മലബാർ വിഷനിൽ പ്രസിദ്ധീകരണത്തിനായി നൽകാം. ആദരാഞ്ജലികൾ, വിവാഹ ആശംസ, വിവാഹവാർഷികം, വിവാഹ വുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അറിയിപ്പുകൾ, ജന്മദിന ആശംസകൾ തുടങ്ങിയ പേഴ്സണൽ പരസ്യങ്ങളാണ് വാട്സാപ്പ് വഴി നൽകാവുന്നത്.

വിവരങ്ങൾക്ക്: 9497564558, 9745967733 വാട്സാപ്പ്: 9744995553

മലബാർ വിഷൻ

# സിംഹരാജൻ്റെ ചങ്ങാതി



**കുട്ടീസ് കോർണർ**  
ജെയിംസ് വെങ്ങിണിക്കൽ

സിംഹരാജൻ കൊട്ടാരത്തിലൂടെ ഉലാത്തുകയാണ്. വനത്തിലെ ഏഷണിവിരൻ കുറുക്കച്ചൻ വനരാജനെ വന്ന് വണങ്ങി. “സിംഹരാജൻ വനപാലകൻ പ്രജാസംരക്ഷകൻ മഹരാജാവ് നീണ്ടാൽ വാഴട്ടെ”- എന്നു വിളിച്ചു പറയുന്നു. മഹരാജാവ് ഉരിയാടി - “കുറുക്കച്ച, നാട്ടിലൊക്കെ എന്ത് സമാചാരി!” “നാട്ടിലപ്പിടി ഇലക്ഷൻ ചൂടാണ് തിരുമേനി. ആരു ജയിച്ചാലും ആരു തോറ്റാലും നമുക്ക് എല്ലാം ഒരു പോലെ തന്നെ” - കുറുക്കച്ചൻ അറിയിച്ചു.

“തിരുമേനിയെ കണ്ട് ഒരു പ്രധാന കാര്യം അറിയിക്കാനാണ് അടിയൻ വന്നത്.”

“എങ്കിൽ പറഞ്ഞുകൊള്ളൂ.”

“അതായത് തിരുമനസിന് തിരുവുള്ളക്കേട് വരരുതല്ലോ! അങ്ങയുടെ ഇപ്പോഴത്തെ കുട്ടുകാരനുള്ളപ്പോൾ, ആ ചീറ്റം അവനുമായുള്ള ചങ്ങാത്തം നല്ലതല്ല. അത് വിട്ടുകളയുന്നതാണ് നല്ലത്.”

സിംഹം അലറി, “എന്തുപറഞ്ഞോടാ...”

“അടിയൻ അറിഞ്ഞ കാര്യം ഉണർത്തിച്ചില്ലെങ്കിൽ... ഉണ്ട ചോറിന് നന്ദി കാണിക്കണമല്ലോ... അങ്ങേക്ക് ഓട്ടത്തിന് പറ്റാത്തത് കൊണ്ടാണ് ആ ഓട്ടക്കാരനെ കൂടെ കുട്ടിയിരിക്കുന്നത് എന്നാണ് നാടുപരക്കെയുള്ള സംസാരം. ഈ സംശയങ്ങൾക്കുറിയി വരുത്തണമെങ്കിൽ അങ്ങ് ചീറ്റയെ പിരിച്ചുവിടണം...”

രാജാവ് ആത്മഗതം ചെയ്തു, “ശരി



യാണ് അവൻ ഈയിടെയായി അൽപം അധികം അധികാര ദുർവിനിയോഗം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. കഴിഞ്ഞ തവണ ഒരു മാന്റിനെ നാം ഓടിച്ചിട്ട് കിട്ടാതിരുന്ന സമയത്ത് അവൻ ഓടിച്ചു വീഴ്ത്തി. അത് നമുക്ക്

ക്ഷീണമായി. എങ്കിൽ അവനെ നമ്മുടെ സംരക്ഷക സമിതിയിൽ നിന്നു രാജിവെയ്പ്പിക്കാം.”  
“ആരവിടെ... ചീറ്റയെ ഹാജരാക്കൂ...” സിംഹരാജൻ അലറി. കുറുക്കൻ വണങ്ങി

പ്പോയി ചീറ്റയുമായി വരുന്നു.  
സിംഹരാജൻ ഉത്തരവിട്ടു: “ചീറ്റം, നീ ഇന്നു മുതൽ ഇവിടെ സേവനം ചെയ്യേണ്ട, രാജി വെച്ച് പുറത്തു പോകൂ.”

ചീറ്റയ്ക്ക് സങ്കടമായി ഒന്നും പറയാതെ അവൻ പോയി. സിംഹം അലറി “ഹ... ഹ... ഹ... നമുക്കാരുടെയും സംരക്ഷണം ആവശ്യമില്ലാ... നമ്മെ ജയിക്കാൻ ഇവിടെ ആരുമില്ല... ഹ... ഹ... ഹ...”

അടുത്ത ദിവസം സിംഹരാജൻ വേട്ടയ്ക്കിറങ്ങി. ചീറ്റയെ പുറത്താക്കിയ വിവരം കാട്ടിലെങ്ങും പാട്ടായി. ഇന്നു കൂശാലായി പോത്തിറച്ചിയാവാം. സിംഹരാജൻ പോത്തിന്റെ പിന്നാലെ ഓടി കിട്ടിയില്ല.

സിംഹം ഇളിഭ്യനായി നിൽക്കുമ്പോൾ കൂറേ കഴുതപ്പുലികൾ പാഞ്ഞു വരുന്നു. “ഛേ, ഇവർക്കുള്ള കണ്ടാൽ അറപ്പാകുന്നു. അവയോട് പടവെട്ടാൻ നമ്മുടെ അന്തസ്സമതിക്കുന്നില്ല.” പറഞ്ഞ നേരം കൊണ്ട് അവ സിംഹരാജനെ പൊതിഞ്ഞു. രക്ഷപ്പെടാൻ സിംഹം പടപൊരുതി രക്ഷയില്ല. അവസാനം അലറി - “ചീറ്റേ... ചീറ്റേ...”

ഉടൻ തന്നെ തന്റെ പഴയ സുഹൃത്ത് ഓടിയെത്തി. ചീറ്റ പാഞ്ഞെത്തിയപ്പോഴേക്കും കഴുതപ്പുലികൾ ഓടി മറഞ്ഞു. സിംഹരാജൻ ചീറ്റയോടു പറഞ്ഞു: “നിന്നെപ്പോലുള്ള ഒരു നല്ല കുട്ടുകാരനെ നാം ആട്ടിയോടിച്ച് തെറ്റായിപ്പോയി.”

എത്ര ശക്തനാണെങ്കിലും ചില സമയം സുഹൃത്തുക്കളുടെ ആവശ്യംവരും.

സിംഹരാജൻ പറഞ്ഞു: “ആപത്ത് കാലത്ത് കൂടെ നിൽക്കുന്നവനാണ് സുഹൃത്ത്.” കുറുക്കച്ചൻ ഇതെല്ലാം കണ്ട് സ്ഥലത്തു നിന്നു മുങ്ങി. ശരിയാണ് നല്ല സുഹൃത്തുക്കൾ എല്ലാവർക്കും വേണം, എല്ലാക്കാലത്തും.

## കുട്ടീസ് കോർണർ 2021

### 2021 മേയ് - ജൂൺ ലക്കം ചോദ്യങ്ങൾ

- ഒന്നാം സമ്മാനം, 1000 രൂപ  
**ജിൽവിൻ സന്തോഷ് പുലിമലയിൽ, ചെമ്പുകടവ്**
- രണ്ടാം സമ്മാനം, 500 രൂപ  
**ജോമോൻ മനോജ് പി. പരത്തനാൽ, വെറ്റിലപ്പാറ**
- മൂന്നാം സമ്മാനം, 250 രൂപ  
**നിയ ബിനോയ് ചിറപ്പുറത്ത്, കോട്ടക്കൽ**
- പ്രോത്സാഹന സമ്മാനം  
**ആഷാ വർഗ്ഗീസ് കാഞ്ഞിരക്കൊമ്പിൽ, പാതിരിക്കോട്**

ഉത്തരങ്ങൾ അയയ്ക്കേണ്ട വാട്സാപ്പ് നമ്പർ **9744 99 5553**

സമ്മാനങ്ങൾ സ്‌പോൺസർ ചെയ്യുന്നത് **ബിഷപ്പ് മാർ റെമീജിയോസ് ഇഞ്ചനാനിയിൽ**

**ഈ ലക്കത്തിൽ നിന്നുമാണ് ചോദ്യങ്ങൾ തയ്യാറാക്കിയിരിക്കുന്നത്**

1. ഹൃദയമിടിപ്പിന്റെ വേഗത നിയന്ത്രിക്കുന്ന ഹോർമോൺ ഏത്?
2. ന്യൂനപക്ഷ വിഭാഗങ്ങളുടെ ഉന്നമനത്തിനായി കേരള സർക്കാർ രൂപീകരിച്ച നോൺ ബാങ്കിങ് ധനകാര്യ സ്ഥാപനത്തിന്റെ പേര് എന്ത്?
3. ഫ്രാൻസിസ് പാപ്പ അസീസിൽ വച്ച് പ്രകാശനം ചെയ്ത ചാക്രിക ലേഖനം ഏത്?
4. ‘എന്തു സംഭവിക്കും’ എന്ന ചോദ്യത്തിനുള്ള ക്രിസ്തീയ ഉത്തരം എന്താണ്?
5. മാമോദീസ സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തിയും തലതൊടുന്നവരും തമ്മിൽ രൂപപ്പെടുന്നത് എന്ത് തരം ബന്ധമാണ്?
6. എന്താണ് പ്രാർത്ഥന?
7. തലതൊടുന്ന വ്യക്തിയുടെ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?
8. ചിറ്റപ്പുട്ടി ഗ്രന്ഥി ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്ന ഹോർമോൺ ഏത്?
9. കുട്ടികളുടെ സ്വഭാവ രൂപീകരണവും വ്യക്തിത്വ വികാസവും പ്രധാനമായും നടക്കുന്നത് എവിടെ?
10. ക്രിസ്തീയ ജീവിതത്തിലെ ഒഴിച്ചു കൂടാനാവാത്ത ഘടകം ഏത്?

തയ്യാറാക്കിയത്: ഫാ. സായി പാറൻകുളങ്ങര

**ഉത്തരങ്ങൾ 2021 ജൂലൈ 15ന് മുൻപ് ലഭിക്കണം**

### മാർച്ച് - ഏപ്രിൽ ലക്കം ഉത്തരങ്ങൾ

1. തിരുവുമ്മനം 2. എഫേസോസ് (6:11) 3. ദാനയർമ്മം 4. നല്ല അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ 5. അഭ്യസ്തവിദ്യരായ ചെറുപ്പക്കാർ കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ രാഷ്ട്രീയ പ്രവേശനം നടത്തിയാൽ 6. ജസ്റ്റിസ് ജെ. ബി. കോശി 7. അല്ല 8. നോമ്പുകാലം 9. ദ ഗ്രേറ്റ് ഇന്ത്യൻ കൊള്ള 10. സൗമോ

### ചൊതുനിർദ്ദേശങ്ങൾ

● മലബാർ വിഷൻ കിസ് കോർണറിൽ പങ്കെടുക്കുന്നവർ ഈ പേജിന്റെ വലതു വശത്ത് നൽകിയിരിക്കുന്ന സ്ഥലത്ത് ഉത്തരങ്ങൾ എഴുതി, പേരും വിലാസവും രേഖപ്പെടുത്തി അയയ്ക്കേണ്ടതാണ്. ● വാട്സാപ്പിലൂടെ ഉത്തരങ്ങൾ അയയ്ക്കുന്നവർ ഉത്തരങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തിയ കിസ് കോർണർ ഭാഗം മാത്രം ഫോട്ടോ എടുത്തോ സ്കാൻ ചെയ്തോ അയയ്ക്കണം. ഉത്തരങ്ങൾ വായിച്ചെടുക്കാൻ പാകത്തിനു വേണം ഫോട്ടോയെടുത്ത് അയയ്ക്കാൻ. അവ്യക്തമായ ഉത്തരങ്ങളുള്ളവ പരിഗണിക്കില്ല. ● നിർദ്ദിഷ്ട കോളത്തിലല്ലാതെ പേപ്പറുകളിൽ എഴുതിയോ വാട്സാപ്പിൽ ടൈപ്പ് ചെയ്ത അയയ്ക്കുന്ന ഉത്തരങ്ങൾ മത്സരത്തിനായി പരിഗണിക്കുന്നതല്ല. ● സംശയങ്ങൾക്ക് വിളിക്കുക: 97 44 99 5553

ഉത്തരങ്ങൾ ഇവിടെ എഴുതുക

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

പേര്: .....

വീട്ടുപേര്: .....

ഇടവക: .....

ഫോൺ: .....

# വിശ്വാസത്തിന്റെ മാനത്ത് പ്രത്യാശയുടെ നക്ഷത്രങ്ങൾ

നാം എല്ലാവരും ആകുലരാണ്. കോവിഡ് മഹാമാരി നമ്മുടെ മുകളിൽ അനിശ്ചിതത്വത്തിന്റെയും സങ്കീർണതകളുടെയും ഒരു ലോകം വരച്ചിട്ടു. 'എന്ത് സംഭവിക്കും?' എന്ന ചോദ്യത്തിനുള്ള ക്രിസ്തീയമായ ഉത്തരം 'എന്തും സംഭവിക്കാം' എന്നതാണ്. എന്നാൽ, ആ ഉത്തരത്തോടൊപ്പം നാം ചേർത്തുവായിക്കേണ്ട ദൈവപരിപാലനയുടെ പാഠങ്ങൾ അറിയാതെയൊന്നെങ്കിലും ഇന്ന് വിസ്മയമാകുന്നുണ്ടോ?



ചിന്തയും ചർച്ചയും ആന്റണി ചടയംമുറി

നാം ആയിരിക്കുന്ന കുടുംബത്തിനും ഇടവകദേവാലയത്തിനും വികാരിയെപ്പോലെയും കത്തോലിക്കാസഭയുടെ ഏറ്റവും സമീപസ്ഥമായ അടയാളങ്ങളായി നാം കാണുന്നു. രൂപതാ മെത്രാന്മാരും സിനഡ് പിതാക്കന്മാരും മേജർ ആർച്ച്ബിഷപ്പും മാർപാപ്പയുമെല്ലാം ഈ അടയാളശ്രേണിയുടെ പടവുകളാണ്. എന്നാൽ കത്തോലിക്കാസഭയുടെ പ്രബോധനങ്ങളിലൂടെ നാം ചരിക്കേണ്ട ഭാവിയുടെ സഞ്ചാരപഥങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കപ്പെടുമ്പോൾ, ഓരോ മാർപാപ്പമാർക്കും നാം നൽകേണ്ട പ്രാധാന്യം കൂടുതലായി നാം തിരിച്ചറിയുന്നു. 2020 ഒക്ടോബർ മുന്നിനാണ് ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പ 'എല്ലാവരും സഹോദരർ' എന്ന ചാക്രികലേഖനം ഒപ്പുവെച്ച അസീസിൽ പ്രകാശനം ചെയ്യുന്നത്. കോവിഡ് മഹാമാരിയുടെ അതിഭീകരമായ വാർത്തകൾ അന്ന് പുറത്തുവന്നിട്ടില്ല. ഓക്സിജൻ കിട്ടാതെ അന്ന് ആളുകൾ മരിച്ചു തുടങ്ങിയിട്ടില്ല. എന്നിട്ടും ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പ അന്നെഴുതി.



എന്നതാണ്. നാം എല്ലാവരും ആകുലരാണ്. കോവിഡ് മഹാമാരി നമ്മുടെ മുകളിൽ അനിശ്ചിതത്വത്തിന്റെയും സങ്കീർണതകളുടെയും ഒരു ലോകം വരച്ചിട്ടുണ്ട് 'എന്ത് സംഭവിക്കും?' എന്ന ചോദ്യത്തിനുള്ള ക്രിസ്തീയമായ ഉത്തരം 'എന്തും സംഭവിക്കാം' എന്നതാണ്. എന്നാൽ, ആ ഉത്തരത്തോടൊപ്പം നാം ചേർത്തുവായിക്കേണ്ട ദൈവപരിപാലനയുടെ പാഠങ്ങൾ അറിയാതെയൊന്നെങ്കിലും ഇന്ന് വിസ്മയമാകുന്നുണ്ടോ?

വിണ്ടും നമുക്ക് ഫ്രാൻസിസ് മാർപാപ്പയുടെ ചാക്രികലേഖനത്തിലേക്ക് മടങ്ങാം: വ്യക്തികൾ എന്ന നിലയിലുള്ള നമ്മുടെ തനിമ നഷ്ടപ്പെടാതെ നമ്മുടെ വിഭാഗീയതകളെ അതിജീവിക്കാനുള്ള പരിശ്രമത്തിന് മൗലികമായ ഒരു ബന്ധബോധം എല്ലാവരിലും സന്നിഹിതമാണ് എന്ന നിഗമനത്തിന്റെ ആവശ്യമുണ്ട്. യഥാർത്ഥത്തിൽ ഓരോ വ്യക്തിയും ഓരോ സാമൂഹിക ഗ്രൂപ്പും സ്വസ്ഥത അനുഭവിക്കുമ്പോൾ സമൂഹമാണ് ഗുണം നേടുന്നത്. ഒരു കുടുംബത്തിൽ മാതാപിതാക്കളും മക്കളും സ്വസ്ഥത അനുഭവിക്കുന്നു. ആരും ഒഴിവാക്കപ്പെടുന്നില്ല. ഒരാൾക്ക് ഒരു പ്രശ്നമുണ്ടെങ്കിൽ അത് ഗൗരവപൂർണ്ണമാണെങ്കിലും, അവർ തന്നെയാണ് അതിന്റെ കാരണക്കാരനെന്നെങ്കിലും കുടുംബത്തിലെ മറ്റുള്ളവർ അവനെ സഹായിക്കാൻ വരുന്നു. അവർ അവനെ പിന്തുണയ്ക്കുന്നു. അവന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ അവരുടേതാണ്. കുടുംബങ്ങളിൽ ഓരോ വ്യക്തിയും പൊതുനന്മയ്ക്കുവേണ്ടി അധാനിക്കുന്നു. ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും വ്യക്തിത്വത്തെ നിഷേധിക്കാതെ അതിനെ പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചുകൊണ്ടും അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നു. അവർ വഴക്ക് കൂടിയേക്കാം, പക്ഷേ മാറ്റമില്ലാത്ത ഒന്നുണ്ട്. കുടുംബ ബന്ധം. കുടുംബപ

രമായ തർക്കങ്ങൾ എന്നും പിന്നീടും പരിഹരിക്കുന്നുണ്ട്. അതിലെ ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും സന്തോഷങ്ങളും ദുഃഖങ്ങളും എല്ലാവരും അനുഭവിക്കുന്നു. അതാണ് ഒരു കുടുംബമായിരിക്കുക എന്നതിന്റെ അർത്ഥം. നാം നമ്മുടെ കുട്ടികളെയോ തുണയയോ, അപ്പനെയോ, അമ്മയെയോ കാണുന്ന അതേരീതിയിൽ നമ്മുടെ രാഷ്ട്രീയ എതിരാളികളെയും അല്ലെങ്കിൽ അയൽക്കാരെയും കാണാനെങ്കിലും കഴിഞ്ഞെങ്കിൽ! നാം നമ്മുടെ സമൂഹത്തെ സ്നേഹിക്കുന്നുണ്ടോ? അതോ അത് നമ്മിൽ നിന്ന് അകലെയുള്ള ഒന്നാണോ? നമ്മെ ഉൾപ്പെടുത്താത്ത പേരിറയത്ത ഒന്നാണോ? നമ്മളിൽ അന്തർഭവിക്കാത്ത ഒന്നാണോ? (എല്ലാവരും സഹോദരർ, നമ്പർ 230)

### സ്നേഹത്തിന്റെ സാമൂഹിക പാഠങ്ങൾ

കോവിഡാനന്തരകാലത്ത് നാം തന്നെ സമൂഹിക്കേണ്ട ക്രിസ്തീയ ആത്മീയതയുടെ ഏകദേശ ചിത്രം പാപ്പ പ്രവാചകത്വലയം നമുക്ക് മുന്നിൽ വരച്ചിട്ടു കഴിഞ്ഞു. ഇനി നമുക്ക് ഒരു ഇടവകയെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഇതിനായുള്ള പ്രായോഗിക നടപടികൾ ആവിഷ്കരിക്കേണ്ടതുണ്ട്. എല്ലാം ഓൺലൈനിൽ ആയിക്കഴിഞ്ഞു. എന്നാൽ, സമൂഹത്തിൽ ഓഫ് ലൈൻ ആയിരിക്കുന്നവരെ, അരികുവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട ഏറ്റവും ചെറിയവരെ കണ്ടെത്താൻ ഓരോ ഇടവകസമൂഹവും ജാഗ്രത പാലിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ക്രിസ്തീയതയുടെ പരമ പ്രധാനമായ സർവ്വതല സ്പർശിയായ സ്നേഹത്തിന്റെ സാമൂഹിക പാഠങ്ങൾ ഈ നാളുകളിൽ നമുക്ക് ഹൃദിസ്ഥമാക്കാൻ കഴിയുന്നുണ്ട്.

കുടുംബത്തിന്റെ ജീവിത പ്രശ്നങ്ങൾ, ദൈനംദിന ആവശ്യങ്ങൾക്കായുള്ള നെട്ടോട്ടം എന്നിവയെല്ലാം തന്നെ ചിലപ്പോൾ നമുക്ക് മുന്നിൽ അടഞ്ഞ വാതിലുകളായി മാറാം. ഈ അടഞ്ഞ വാതിലുകൾക്കപ്പുറം തുറന്ന സാധ്യതകൾ അന്വേഷിക്കാനും കണ്ടെത്താനും ക്രിസ്തീയ കൂട്ടായ്മയ്ക്കു കഴിയേണ്ടതുണ്ട്. ഉദാഹരണം പറയാം: ഇത്തവണ ഒരാൾ കപ്പയാണ് നട്ടത്. നല്ല വിളവുണ്ടായി കപ്പലിൽക്കാൻ നിവൃത്തിയില്ല. ഇടവക യൂണിറ്റിൽ ഒരു കോളജ് അധ്യാപകൻ ഈ പ്രശ്നത്തിന് ഒരു പരിഹാരം നിർദ്ദേശിച്ചു. വാട്സാപ്പ് ഗ്രൂപ്പിൽ കപ്പയുണ്ട് വേണോ എന്നൊരു ചോദ്യമിട്ടു. നിരവധി പേർ പ്രതികരിച്ചു. കപ്പ മൂന്ന് ദിവസം കൊണ്ടു വിറ്റുതീർന്നു.

മറ്റൊരു ഇടവകയിൽ നടന്ന കാര്യം പറയാം: ഓൺലൈൻ ക്ലാസുകൾ ചിലപ്പോൾ പല വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും പൂർണ്ണമായി പ്രയോജനപ്പെടാതെ പോയപ്പോൾ ഇടവകയിലെ യുവജന സംഘടനകൾ ഇടപെട്ടു. ക്ലാസുകൾ തിരിച്ച് റിവിഷൻ നടത്താൻ വിവിധ ഗ്രൂപ്പുകളെ അവർ നിയോഗിച്ചു.

### വികാരിയെപ്പോലെയും പൂർണ്ണമായും പരസ്യമാക്കുക

ഡിജിറ്റൽ ഡിവൈഡ് നമ്മുടെ സമൂഹ

ത്തെ ബാധിക്കാതിരിക്കാനുള്ള സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകരുടെ ടീമുകളെ രൂപപ്പെടുത്താനും ഇടവകകളിൽ നടപടികൾ വേണം. ഈയിടെ ഒരു വികാരിയെപ്പോലെയും ഫോണിൽ സംസാരിച്ചപ്പോൾ ഇടവകയിലുള്ള എല്ലാവരുടെയും ജന്മദിനം, വിവാഹവാർഷികം തുടങ്ങിയ ഓർമ്മിക്കേണ്ട തീയതികളെല്ലാം പള്ളി രജിസ്റ്ററിൽ നിന്ന് കമ്പ്യൂട്ടറിലേക്ക് മാറ്റിയ കാര്യം പറഞ്ഞു. അന്നേ ദിവസങ്ങളിൽ വികാരിയെപ്പോലെയും അവരെ ആശംസയറിയിക്കും. ജീവിത പങ്കാളികൾ നഷ്ടപ്പെട്ടവരുടെയും മാതാപിതാക്കൾ മരിച്ചുപോയവരുടെയും ഓർമ്മദിനങ്ങളിലും വികാരിയെപ്പോലെയും വിളിയെത്തും. അന്നത്തെ ദിവ്യബലിയിൽ ആത്മാവിനു വേണ്ടി പ്രാർത്ഥിച്ചുവെന്ന് വികാരിയെപ്പോലെയും അവരോടു പറയും ഇതെല്ലാം തന്നെ കരുതലിന്റെ സ്നേഹത്തിന്റെ ക്രിസ്തീയ പാഠങ്ങൾ തന്നെയാണ്.

### പ്രത്യാശയുടെ നക്ഷത്രങ്ങൾ

ഗ്രാമങ്ങളിലെ പള്ളി പരിസരങ്ങളും അമ്പലങ്ങൾക്കും മുന്നിലെ ആൽത്തരകളും പുതിയ കാലത്തെ പൈപ്പിൻ ചുവടുകളുമെല്ലാം ഇന്ന് സൈബർ സ്പേസ് ആയി രൂപാന്തരപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞു. സൈബർ സ്പേസ് ഇന്ന് സോഷ്യൽ സ്പേസ് ആണ്. അടുത്തും അകന്നുമിരിക്കുന്നവരെ സ്ഥലകാലഭേദമന്യേ ഓരോ ശൃംഖലയിൽ എത്തിച്ചു കഴിഞ്ഞു സോഷ്യൽ മീഡിയ.

ഡിജിറ്റൽ ഡിവൈഡ് എന്ന പ്രശ്നത്തിനു മുന്നിൽ നാം പതിവുപോകരുത്. പഴയ എസ് റ്റി ഡി ബുത്തുകൾ നാം എത്ര വേഗത്തിലാണ് ഉപേക്ഷിച്ചത്? ഡിജിറ്റൽ ഡിവൈഡ് ഒരു സാധ്യതയാകാനുള്ള കൂട്ടായ ശ്രമങ്ങൾ നമ്മുടെ ഇടവകകളിൽ നടപ്പാക്കണം.

സാമൂഹിക സമ്പർക്ക മാധ്യമങ്ങൾക്കായുള്ള പൊന്തിഫിക്കൽ കൗൺസിൽ ഇതിനായി ചില സൂചനകൾ നമുക്ക് നൽകിയിട്ടുണ്ട്:

- നന്മതിന്മകൾ തിരഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള വിവേകവും ക്രിയാത്മകമായി പ്രതികരിക്കലും.
- അറിവിൽ സമ്പന്നരും അറിവിൽ ദരിദ്രരുമെന്നതിലെ അന്തരം കുറയ്ക്കണം.
- സത്യത്തിനുവേണ്ടി നിലകൊള്ളണം.
- മിതത്വം അത്യാവശ്യമാണ് ഇതിനായി കുട്ടികൾതന്നെ ക്ലാസുകളെടുക്കുന്ന പഠനകളിനകിലൂടെ അവരെ സ്വയം ശിക്ഷിതരാക്കണം.
- ക്രിസ്തുവാണ് പൂർണ്ണ സംവാദകൻ.

ഓരോ ഇടവകയിലും പ്രശ്നങ്ങൾ വ്യത്യസ്തമാണ്. ആവശ്യങ്ങൾ ഭിന്നമാണ്. ലോക്ഡൗൺ നമ്മുടെ വാതിലുകൾ കൊട്ടിയടച്ചേക്കാം. എങ്കിലും നമ്മുടെ സാധ്യതകൾ കൊട്ടിയടയ്ക്കാൻ ദൈവത്തിനുമത്രമേ സാധിക്കൂ എന്ന ചിന്ത കൈമോശം വരരുത്. എല്ലാം അവസാനിക്കുമെന്നു കരുതുന്ന പൂർണ്ണമായ നൈരാശ്യത്തിന്റെ ചക്രവാളത്തിലാണ് യേശു എന്ന പ്രത്യാശയുടെ നക്ഷത്രം ഉദിക്കുക. അത് മറക്കരുത്.

### മതിലുകൾക്കപ്പുറത്ത് പുനർജനിക്കണം

മതിലുകൾക്കപ്പുറത്ത് പുനർജനിക്കുകയെന്നാൽ അടഞ്ഞവാതിലുകൾക്കപ്പുറം തുറന്നുകിടക്കുന്ന സാധ്യതകൾ കണ്ടെത്തുക



Institution run by  
Palakkad Diocese



## ST. MARY'S POLYTECHNIC COLLEGE

(Approved by AICTE, Affiliated to SBTE Kerala)

### 3 YEAR DIPLOMA

- MECHANICAL ENGINEERING
- AUTOMOBILE ENGINEERING
- COMPUTER ENGINEERING
- CIVIL ENGINEERING
- ELECTRICAL & ELECTRONICS ENGG.

## ST. MARY'S GULF ORIENTED COURSES

### SHORT TERM COURSES

- Advanced Welding Courses  
SMAW+GTAW, FCAW

Now 3 Year  
Diploma Courses in  
**2 Years (Lateral Entry)**  
(Eligibility :  
Minimum 50%marks in  
+2 Science/ITI)

## ST. MARY'S PRIVATE ITI

(Affiliated to NCVT)

### 2 YEAR NCVT

- MECHANIC (Motor Vehicle)
- FITTER
- ELECTRICIAN

**100% PLACEMENT**

web : [www.sitsindia.org](http://www.sitsindia.org)  
e-mail : [admission@sitsac.in](mailto:admission@sitsac.in), [smpcpkd@gmail.com](mailto:smpcpkd@gmail.com)



# ST. MARY'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY & SCIENCE



Valliyode, Mudappallur P.O., Palakkad-678705

Ph: 04922-256240

Mob: 9544200103-107, 8547280102