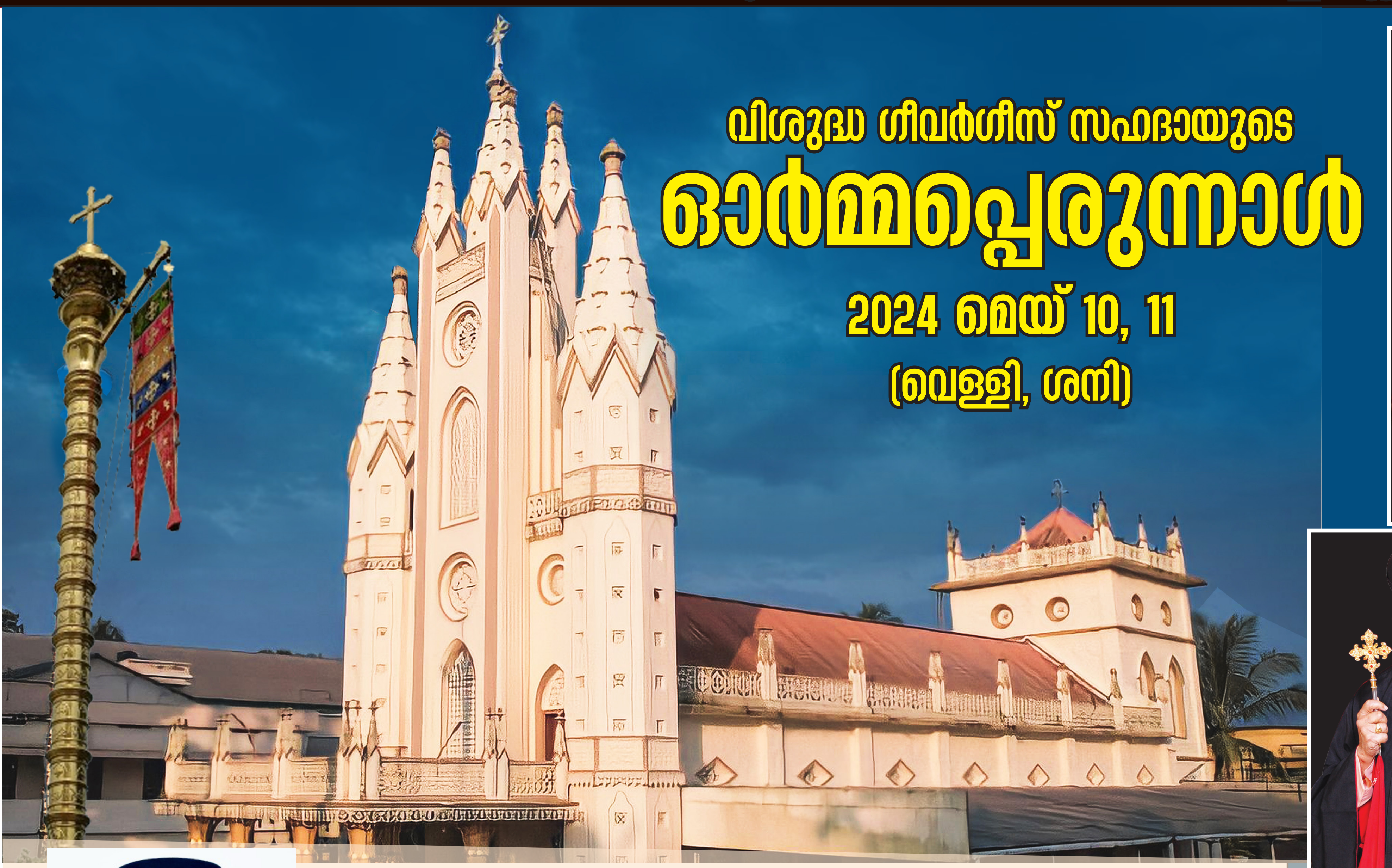
യുവദർശനം

യുവജനപ്രസ്ഥാനം

2024 മെയ് 11 | ലക്കം 20 | സെന്റ് മേരീസ് ഓർത്തഡോക്സ് ചർച്ച്, മല്ലശ്ശേരി | പെരുന്നാൾ സപ്ലിമെന്റ്



വിശുദ്ധ ഗീവർഗീസ് സഹദായുടെ
ഓർമ്മപ്പെരുന്നാൾ
2024 മെയ് 10, 11
(വെള്ളി, ശനി)

‘മേടത്തിൽ നിൻ സ്മൃതി ചെയ്‌വോർ’

ഫാ. സാം കെ.ഡാനിയേൽ (വികാരി)

വിശുദ്ധ ഗീവർഗീസ് സഹദായുടെ രക്തസാക്ഷിത്വത്തിന്റെ ഓർമ്മ സഭയാകമാനം ആചരിക്കുന്നത് ഏപ്രിൽ 23നാണ്. എന്നാൽ നമ്മുടെ മിക്ക ദേവാലയങ്ങളിലും സൗകര്യാർത്ഥം മെയ് മാസത്തിലാണ് (മേടം) സഹദായുടെ പെരുന്നാൾ ഭക്തിനിർഭരമായി ആചരിക്കുന്നത്. ലോകത്തിന്റെ പല ഭാഗങ്ങളിലും ആചരിക്കുന്ന ഈ പെരുന്നാളിൽ നാനാജാതി മതസ്ഥർ ഭക്തിയോടും വിശ്വാസത്തോടും പങ്കു ചേരുന്നു. വി.ഗീവർഗീസ് സഹദാ നമ്മുടെ മനസ്സിൽ ഇടം നേടിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതിന്റെ കാരണം ക്രിസ്തുവിനെ അദ്ദേഹം രക്ഷകനായി സ്വീകരിച്ചതിനാലാണ്. നഷ്ടപ്പെട്ട ആടുകളാകുന്ന പാപികളെ രക്ഷിപ്പാൻ വന്ന യേശു മനുഷ്യന്റെ വിവിധ ആവശ്യങ്ങളിൽ ഇടപെട്ട് പരിഹാരം നൽകിയവനാണ്. ആ നല്ല ഇടയനുമായി സൗഹൃദം സ്ഥാപിച്ച് അവന്റെ ആലോചന അനുസരിച്ച് ജീവിച്ച് ഇഹലോകത്തിലെ സ്ഥാനമാനങ്ങളും ധനവും എല്ലാം ചേതമെന്ന് എണ്ണി ക്രിസ്തുവിനു വേണ്ടി ധീരനായ രക്തസാക്ഷിയായ സഹദാനമുക്ക്മാതൃകയാകണം.നമ്മുടെജീവിതം പരിശോധിച്ചാൽ നമ്മിൽ എത്രപേർ മറ്റുള്ളവരുടെഹൃദയങ്ങളിൽ ഇടം നേടിയിട്ടുണ്ടെന്ന് മനസിലാക്കാൻ സാധിക്കും.ക്രിസ്തുവിൽ നാം എല്ലാം സഹോദരീ സഹോദരങ്ങളാണ്. അത് മനസിലാക്കിയ സഹദാ ഒരു സമൂഹത്തെ ഭയപ്പെടുത്തിയ വിപത്തിൽ നിന്ന് അവരെ രക്ഷിക്കാൻ ധൈര്യം കാണിച്ചവനാണ്. ഇന്ന് നമ്മുടെ സമൂഹത്തിലെ ആളുകളെ ബുദ്ധിമുട്ടിക്കുന്ന വിപത്തുകളിൽ നിന്ന് അവരെ രക്ഷിക്കുവാനും സഹായിക്കുവാനും ശ്രമിക്കുമ്പോൾ നാം സഹദായുടെ പാത പിന്തുടരുകയാണ്. അപ്രകാരം സഹദായുടെ ക്രിസ്തുവിലുള്ള ഭക്തി മുറുകെ പിടിച്ചും സഹോദരങ്ങളെ സഹായിച്ചും ജീവിക്കുവാൻ ഈ പെരുന്നാളുകൾ നമുക്ക് സഹായകമാകട്ടെ.

ന്യായപ്രമാണത്തിന്റെ പുതിയ മാനങ്ങൾ

ഫാ. ലിജിൻ ഏബ്രഹാം (സഹവികാരി)

പഴയനിയമ കാലത്ത് ജനങ്ങൾ നേർവഴിയിൽ നടക്കുന്നതിനും, തെറ്റുകളിൽ നിന്നും പാപങ്ങളിൽ നിന്നും ഒഴിഞ്ഞ് ജീവിക്കുന്നതിനുമായി ദൈവം മോശയിലൂടെയും മറ്റ് പൂർവ്വ പിതാക്കന്മാരിലൂടെയും ന്യായപ്രമാണങ്ങൾ നൽകി. ജനങ്ങൾ ന്യായപ്രമാണമാർഗ്ഗത്തിൽ സഞ്ചരിക്കുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ പുതിയ നിയമ കാലത്തിലേക്ക് വന്നപ്പോൾ ജനങ്ങളെ നേർവഴിക്ക് നടത്തേണ്ടവരും, ന്യായപ്രമാണത്തെ വ്യാഖ്യാനിച്ചു കൊടുക്കേണ്ടവരുമായ ശാസ്ത്രി പരീശന്മാർ ന്യായപ്രമാണത്തെ സ്വന്ത താൽപ്പര്യത്തിനു വേണ്ടി, അവരുടെ നേട്ടത്തിന് വേണ്ടി അതിനെ ദുർവ്യാഖ്യാനിക്കുകയും, പഠിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു. അതാകട്ടെ ന്യായപ്രമാണത്തിന്റെ ധർമ്മത്തിൽ നിന്ന് വളരെ അകന്ന് പോകുകയും ചെയ്തു.

ഇവിടെയാണ് യേശുതമ്പുരാൻ ഗിരിപ്രഭാഷണ സമയത്ത് ന്യായപ്രമാണത്തിന് പുതിയ മാനം നൽകുന്നത്. വി.മത്തായി ശ്ലീഹായുടെ സുവിശേഷം 5 മുതൽ 7 വരെ അധ്യായങ്ങൾ ഗിരിപ്രഭാഷണം (Sermon on the Mount)എന്നാണറിയപ്പെടുന്നത്. യേശുവിന്റെ ഉപദേശങ്ങളാണ് ഇതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്. പ്രത്യേകിച്ചു നീതിയെക്കുറിച്ചുള്ള ദൈവിക തത്വങ്ങളുടെ വെളിപാടാണ് പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഇതിലൂടെ യേശുതമ്പുരാൻ പരീശന്മാരുടെയും ശാസ്ത്രിമാരുടേയും നീതിശാസ്ത്രത്തെ വിമർശിക്കുകയും, ന്യായപ്രമാണം നീക്കുവാനല്ല, നിവർത്തിക്കുവാനാണ് താൻ വന്നത് എന്ന ന്യായപ്രമാണ യാഥാർത്ഥ്യം അവർക്ക് വെളിപ്പെടുത്തിക്കൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. വി. മത്തായി 5:21-48 വരെ വാക്യങ്ങളിൽ ഒന്ന് രണ്ട് കാര്യങ്ങൾ അദ്ദേഹം എടുത്തു കാട്ടുന്നു.

കൊല ചെയ്യുക എന്നത് നമ്മുടെയെല്ലാം മനസ്സിലുള്ളത് ഒരാളുടെ ജീവൻ നഷ്ടപ്പെടുത്തുക എന്നതാണ്. എന്നാൽ യേശുതമ്പുരാൻ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു വി.മത്തായി 5:21. മുതലുള്ള വാക്യങ്ങളിലൂടെ കൊല ചെയ്യുക എന്നത് അന്യന്റെ ജീവൻ അപഹരിക്കുന്നത് മാത്രമല്ല, മറ്റുള്ളവരെ/അന്യരെ നിന്ദിക്കുന്നതും അവരോട് കോപിക്കുന്നതും എല്ലാം ഈ ഗണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുന്നതാണ്. നാം ചെയ്യുന്ന പ്രവൃത്തികൾ മാത്രമല്ല, നമ്മുടെ സംസാരവും, ചിന്തകളും എല്ലാം പാപത്തിന് കാരണമാകുന്നു എന്ന് യേശുതമ്പുരാൻ വ്യക്തമാക്കുന്നു.

വീണ്ടും യേശുതമ്പുരാൻ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നു. വി.മത്തായി 5:33 മുതലുള്ള വാക്യങ്ങളിലൂടെ. “നീ കള്ളസത്യം ചെയ്യരുത് എന്നും നീ ചെയ്ത സത്യം യഹോവയ്ക്ക് നിവർത്തിക്കേണം എന്നും പൂർവ്വികന്മാരോട് അരുളിച്ചെയ്തതും നിങ്ങൾ കേട്ടിട്ടുണ്ടല്ലോ”. ശാസ്ത്രി പരീശന്മാർ ഇതിനെയും ദുർവ്യാഖ്യാനം ചെയ്യുന്നു. സത്യം ചെയ്യൽ രണ്ട് വിധമുണ്ട്. ഒന്ന്, ദൈവത്തെക്കൊണ്ട് സത്യം ചെയ്യുക. അത് പാലിച്ചേ മതിയാകൂ. കാരണം ആ സത്യം ചെയ്യലിൽ കർത്താവ് പങ്കാളിയാകുന്നു. അത് പാലിക്കാതെയിരുന്നാൽ കുറ്റകരമാണ്. കർത്താവ് കാഴ്ച നൽകിയ കുരുടനെ പുരോഹിതന്മാർ ചോദ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ ദൈവനാമത്തിൽ ചോദിക്കുന്നത് ഈ അർത്ഥത്തിലാണ്. സത്യം ചെയ്യലിന് അവർ നൽകുന്ന രണ്ടാമത്തെ വ്യാഖ്യാനം എന്നത് സ്വർഗ്ഗത്തെക്കൊണ്ടോ, ഭൂമിയെക്കൊണ്ടോ യരൂശലേമിനെക്കൊണ്ടോ, തലയെക്കൊണ്ടോ സത്യം ചെയ്താൽ അത് പാലിക്കണമെന്ന് നിർബന്ധമില്ല എന്നതാണ്. കാരണം ദൈവം അതിനു പങ്കാളിയാകു ന്നില്ല; അതിനാൽ ആ സത്യം പാലിക്കാതിരുന്നാലും ശിക്ഷാർഹമായ കുറ്റമാകുന്നില്ല. കർത്താവ് പറയുന്നു, അതും പാലിക്കപ്പെടേണ്ടവയാണ്. കാരണം അതെല്ലാം ദൈവത്താൽ ഉളവായതാണ്. നമ്മുടെ ലൗകീക ജീവിതത്തിലെ ഒന്നിനെയും ദൈവത്തിന്റെ, മനുഷ്യന്റെ എന്നിങ്ങനെ വിഭജിക്കുവാൻ കഴിയുകയില്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ യേശുതമ്പുരാൻ പറയുന്നു “അശ്ലേഷം സത്യം ചെയ്യരുത്” ഇതിലൂടെയും യേശു തമ്പുരാൻ ന്യായപ്രമാണത്തിന് പുതിയ മാനം നൽകുന്നു. ഒന്ന് ശ്രദ്ധിച്ചാൽ ഇവിടെയെല്ലാം ഒരു കാര്യം മറഞ്ഞിരിക്കുന്നതായി മനസ്സിലാക്കാം. “നീതിയോടു കൂടിയ നമ്മുടെ പ്രവൃത്തി”. വി. വേദപുസ്തകത്തിൽ പറയുന്നു “പ്രവൃത്തിയില്ലാത്ത വിശ്വാസം വ്യർത്ഥമത്രേ”. അഞ്ചാം അധ്യായത്തിന്റെ അവസാനത്തേക്ക് വരുമ്പോൾ യേശു തമ്പുരാൻ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. “ദുഷ്ടനോട് എതിർക്കരുത്, ശത്രുവിനെ സ്നേഹിക്കുക” എന്നെല്ലാം (5:38 മുതൽ) ഇവിടെ ദുഷ്ടനെ ന്യായീകരിക്കുക എന്നല്ല, അവർക്കെതിരെ നീതി നടത്തരുത് എന്നുമല്ല ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ശത്രുവിനെ സ്നേഹിക്കുകയും, നമ്മെ ദ്രോഹിക്കുന്നവർക്കു വേണ്ടിയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യണമെന്നാണ് പഠിപ്പിക്കുന്നത്. മഹാത്മാഗാന്ധി ആകൃഷ്ടനായതും യേശുതമ്പുരാന്റെ ഈ പഠിപ്പിക്കലുകളിലാണ്.

നമ്മോട് തെറ്റ് ചെയ്യുന്നവരോട് വെറുപ്പിന്റെ ആത്മാവിൽ നാം പ്രതികരിക്കരുത്. ക്രിസ്തുവിലും അവന്റെ രാജ്യത്തിലും കേന്ദ്രീകൃതമായ മൂല്യങ്ങൾ നമ്മിൽ ഉണ്ട് എന്ന് നാം വെളിപ്പെടുത്തണം. നമ്മോട് ദയയില്ലാതെ ഇടപെടുന്നവരോടുള്ള നമ്മുടെ പ്രതികരണം അവരെ ക്രിസ്തുവിലേക്ക് നയിക്കുവാൻ സഹായമായിരിക്കണം. യേശു തമ്പുരാൻ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു “നിങ്ങളെ ഉപദ്രവിക്കുന്നവർക്കു വേണ്ടി പ്രാർത്ഥിപ്പിൻ” (5: 44). സ്നേഹത്തിന് ഒരു പുതിയ മാനം നൽകുന്നു. സ്നേഹം സ്വാർത്ഥതയോടെയും, സ്വാർത്ഥതയ്ക്കുവേണ്ടിയും ആവരുത്. എങ്കിൽ മാത്രമേ അത് ദൈവസ്നേഹം ആകുകയുള്ളൂ. സ്നേഹത്തിനപ്പുറം ഒരു ന്യായപ്രമാണമില്ല. അത് നമ്മെ ദൈവത്തോട് ചേർക്കുന്നതാണ്. മനുഷ്യനെ മനുഷ്യനോട് അടുപ്പിക്കുന്നതാണ്.

സ്നേഹിക്കുന്നവരെ സ്നേഹിക്കുന്നത് സാർവ്വലൗകികമാണ്. അത് മാനുഷികമാണ്. ദ്രോഹിക്കുന്നവരെ ദ്രോഹിക്കുക - അത് മൃഗങ്ങളുടെ സ്വഭാവമാണ്. സ്ഹേിക്കുന്നവരെപ്പോലും വഞ്ചിച്ചു ദ്രോഹിക്കുക - അത് പൈശാചികമാണ്. ദ്രോഹിക്കുന്നവരെപ്പോലും നാം സ്നേഹിക്കുന്നു എങ്കിൽ അത് ദിവ്യ സ്വഭാവമാണ്. സാധാരണക്കാർക്കില്ലാത്ത സ്വഭാവം ക്രിസ്തുവിന് ഉണ്ടായിരുന്ന സ്വഭാവം. ക്രൈസ്തവന് ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ട സ്വഭാവം. ആ സ്വഭാവം ശീലിക്കുവാൻ നമുക്ക് ഇടയാകട്ടെ.■

- ENGINEERS
- CONTRACTORS
- DESIGNERS
- BUILDING PLAN
- ESTIMATE
- SUPERVISION

ആശംസകളോടെ.....
ANN
BUILDERS & DEVELOPERS
Stadium Road, Poomkavu.
Mob : 7510483406, 9400241580

എഡിറ്റോറിയൽ

ജോബി മാത്യു
ചീഫ് എഡിറ്റർ

ഏറ്റവും മോശം അവസ്ഥകളിലൂടെ നമ്മൾ കടന്നുപോകുമ്പോഴാണ് നല്ല നിമിഷങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കുന്നതും നല്ല മനുഷ്യരെ തിരിച്ചറിയുന്നതും. തീയിൽ തൊടുമ്പോഴാണ് വെളിച്ചം മാത്രമല്ല വേദനയും തരുമെന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്നത്. ഓരോ സങ്കടങ്ങളും നമുക്ക് സമ്മാനിക്കുന്നത് വേദനകൾ മാത്രമല്ല മുന്നോട്ടു ജീവിക്കാനുള്ള തിരിച്ചറിവുകൾ കൂടിയാണ്. യുവദർശനം ത്രൈമാസിക 20-ാം വർഷത്തിങ്കലേക്ക് കടന്നിരിക്കുന്ന ഈ അവസരത്തിൽ ഇതുവരെയും ഈ സംരംഭത്തിനായി അകമഴിഞ്ഞ് സഹായിക്കുകയും പ്രയത്നിക്കുകയും ചെയ്ത ഏവരോടുമുള്ള നന്ദി ദൈവനാമത്തിൽ ആദ്യമെ അറിയിച്ചുകൊള്ളുന്നു. ഞങ്ങളുടെ ശ്രമങ്ങൾക്ക് പിന്തുണ നൽകുന്ന ബഹു. ഇടവക വികാരിയോടും സഹവികാരിയോടും ഭരണ സമിതിയോടുമുള്ള ഒരായിരം നന്ദി അറിയിക്കുന്നു. യുവദർശനത്തിന്റെ പൂർണ്ണതയിലേക്ക് എത്തിക്കുവാൻ കൂടെ നിന്ന യുവജനപ്രസ്ഥാന അംഗങ്ങൾ, പരസ്യവും മറ്റു കൈത്താങ്ങലുകളും നൽകി അനുഗ്രഹിച്ചവർ ഏവർക്കും ഒരിക്കൽകൂടി ഒരായിരം നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തുന്നു. മാസികയുടെ മുന്നോട്ടുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഇടവക ജനങ്ങളോട് എല്ലാവിധ സഹായസഹകരണങ്ങളും അഭ്യർത്ഥിച്ചുകൊള്ളുന്നു. ഒപ്പം വിശുദ്ധ ഗീവറുഗീസ് സഹദായുടെ ഓർമ്മപ്പെരുന്നാൾ കൊണ്ടാടുന്ന ഈ അവസരത്തിൽ യുവജന പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ ആശംസകൾ ഏവർക്കും നേർന്നുകൊള്ളുന്നു.

നൂതന സാങ്കേതിക വിദ്യയും കൗമാരക്കാരിൽ ഉയർത്തുന്ന വെല്ലുവിളികളും

അഡ്വ. ആദിഷ പി. അലക്സാണ്ടർ

ആദ്യം തന്നെ ഒരു ചെറുകഥയിൽ നിന്ന് ആരംഭിക്കാം. ‘‘ഞായറാഴ്ച ആരാധനാ മധ്യേയുള്ള പ്രസംഗം ശ്രദ്ധിക്കാൻ കൂട്ടാക്കാത്ത ഒരു ഇടവകയിൽ ഒരു അച്ചൻ ചെന്നുപെട്ടു. സഹികെട്ട അച്ചൻ ഇടവക ജനങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധയെ ഉണർത്താൻ ഒരു പരിപാടി പറ്റിച്ചു. പ്രസംഗം മധ്യേ തന്റെ പോക്കറ്റിൽ കരുതിയിരുന്ന വിസിൽ പുറത്തെടുത്തു ഊതി. തീർച്ചയായും വിസിലടി കേട്ട ജനം ഉറക്കത്തിൽ നിന്നുണർന്ന് അച്ചൻ പറയുന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചു. അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. ‘‘നിങ്ങൾ അത്ഭുതപ്പെട്ടേക്കാം, ഞാൻ ബൈബിളിൽ നിന്നും പ്രസംഗിച്ചപ്പോൾ ഭൂരിഭാഗവും ഇരുന്ന് ഉറങ്ങി. എന്നാൽ ഞാനൊരു മണ്ടൻ കളി കളിച്ചപ്പോൾ നിങ്ങളെല്ലാവരും ഉണർന്നിരുന്നു കേൾക്കുന്നു.....’’ ഇന്നു ഞാൻ ഈ ഇടവക ജനങ്ങളുടെ സ്ഥാനത്തു കാണുന്നത് നാളത്തെ വാഗ്ദാനങ്ങളായി മാറേണ്ടവരായ കുട്ടികളെയാണ്. എന്നാൽ ഇന്നു പുരോഗമനത്തിന്റെ പാതയിൽ നിൽക്കുന്ന സമൂഹം കാണാതെ പോകുന്ന ഒന്നുണ്ട് ഈ കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ഭാവിയെ ഇരുട്ടിലാക്കുന്ന കരവലയങ്ങൾ അവരെ ചുറ്റി വളഞ്ഞിരിക്കുന്നുവെന്ന് നാം മനസ്സിലാക്കണം.

ഭൂമിമണ്ഡലത്തെ ചുറ്റി ഇരിയ്ക്കുന്ന ഓസോൺ പാളികൾ സൂര്യന്റെ അൾട്രാവയലറ്റ് രശ്മികളിൽ നിന്നും രക്ഷിക്കുന്നതുപോലെ ഇന്നത്തെ നൂതന സാങ്കേതിക വിദ്യകളിൽ പലതും അവരുടെ ഭാവി ജീവിതത്തെ ഭദ്രമാക്കുന്നതിനു പകരം കാർന്നു തിന്നു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന കാൻസർ പോലെയാണ്. ആദ്യം ഒരു സംരക്ഷണവലയം തീർക്കുമെങ്കിലും പിന്നീട് ആയിരിക്കും അവർക്ക് എതിരെ തന്നെ ആഞ്ഞടിക്കുന്ന ഒരു കൊടുങ്കാറ്റായി മാറുന്നത്. ഈ കൊടുങ്കാറ്റിന്റെ ശക്തിയെ ചെറുത്തു നിൽക്കാൻ സാധിക്കാതെ ചിലപ്പോൾ ആ ജീവൻതന്നെ പൊലിഞ്ഞേക്കാം. അങ്ങനെയുള്ള അദൃശ്യ ശക്തികളിൽ അകപ്പെടാതെ ഇരിക്കണമെങ്കിൽ ചില സമയത്ത് നമ്മുടെ പ്രാസംഗികനായ അച്ചനെപ്പോലെ ഒരുനിമിഷം എങ്കിലും മണ്ടനായി നിന്നുകൊണ്ട് അവരുടെ ചിന്തിക്കാനുള്ള മാനസിക കഴിവിനെ ഉണർത്തിയെടുക്കേണ്ട ഉത്തരവാദിത്വം മാതാപിതാക്കൾക്കാണ്. എന്നാൽ ലോകം തന്നെ വെട്ടിപ്പിടിക്കാൻ ഉള്ള ഓട്ടത്തിനിടയിൽ ഓരോ കുട്ടിയുടെയും ബാല്യമായേക്കാം അറ്റുപോകുന്നത്.

മനുഷ്യവികാസത്തിന്റെ ഒരു സവിശേഷ ഘട്ടമാണ് കൗമാരം. 10 മുതൽ 19 വയസ്സു വരെയുള്ള കുട്ടിക്കാലത്തിനും പ്രായപൂർത്തിയായതിനുമിടയിൽ ഉള്ള ജീവിതത്തിന്റെ ഘട്ടംകൂടെയാണ്. എന്നാൽ കൗമാരക്കാർ ദ്രുതഗതിയിലുള്ള ശാരീരികവും വൈജ്ഞാനികവും മാനസികവുമായ വളർച്ച അനുഭവിക്കേണ്ട കാലഘട്ടത്തിൽ മയക്കുമരുന്നിനും മറ്റു കുൽസിത പ്രവൃത്തികളിൽ ഏർപ്പെട്ടുകൊണ്ട് അവർക്ക് ദാനമായി കൊടുത്ത ജീവിതത്തെ അവർ ലാഘവത്തോടെ എടുക്കുകയും വളരെ മോശമായ പ്രവൃത്തികളിൽ ഏർപ്പെടുകയും, അവനവനു വേണ്ടിതന്നെ സ്വയം ഒരു കല്ലറ തോണ്ടിക്കൊണ്ട് ഇരിക്കയാണ് എന്ന സത്യം മനസ്സിലാക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. നാളെ ശവപ്പറമ്പിലെ ശവനാറിപ്പൂക്കൾക്ക് വളമായിതീരാൻ ഉള്ളതാണ് നാം ഓരോരുത്തരും എന്നു മറന്നു പോകുന്നു.

വി.വേദപുസ്തകത്തിൽ പറയുന്നുണ്ട് ‘‘അവനവൻ ശരീരത്തിൽ ഇരിക്കുമ്പോൾ ചെയ്ത നല്ലതാകിലും തീയതാകിലും അതിനുതകത്തക്കവണ്ണം പ്രാപിക്കേണ്ടതിനു നാം എല്ലാവരും ക്രിസ്തുവിന്റെ ന്യായാസനത്തിന്റെ മുൻപാകെ വെളിപ്പെടേണ്ടതാകുന്നു’’.(2 കോരി 5:10)

പണ്ടൊക്കെ കർത്താവിന്റെ വരവും ന്യായവിധി ദിവസം ചെയ്തതിന് എല്ലാത്തിനും കണക്കു പറയണമെന്ന് ഓർത്തു പേടിച്ചിരുന്ന കാലഘട്ടം ഉണ്ടായിരുന്നു. കണ്ണുനീരോടെ ചെയ്ത തെറ്റുകളെ ഏറ്റു പറഞ്ഞ് പശ്ചാത്തപിക്കുമായിരുന്നു. കാലത്തിന്റെ ഗതി മാറുന്നത് അനുസരിച്ചു എല്ലാം മാറി മറിഞ്ഞിരി ക്കുന്നു. ഇന്നു കണ്ണിൽ നിന്നും കണ്ണീരു വരുന്നുണ്ടേൽ അത് മമ്മി മൊബൈൽ റീചാർജ്ജ് ചെയ്യാൻ വേണ്ടീട്ട് ആയിരിക്കും. എല്ലാം പോട്ടെ ഒരു ദൂരയാത്ര പോകുമ്പോൾ യേശുവേ വഴിയാത്ര ചെയ്യുമ്പോ എന്നെ രക്ഷിക്കണമേ എന്ന് പറയുന്നതിന് പകരം കർത്താവേ പോകുന്ന വഴിക്ക് ഫോണിൽ റേഞ്ച് പാകരുതേ എന്നായിരിക്കും.

ഇന്നത്തെ യുവത്വങ്ങൾ ഒരു യാന്ത്രിക ലോകത്താണ്. അവർക്കു ചുറ്റും നടക്കുന്നത് എന്ത് എന്നു തിരിച്ചറിഞ്ഞു പ്രവർത്തിക്കുവാൻ പോലും ഉള്ള ശേഷി ഇല്ലാതായിരിക്കുന്നു. അതിൽ ഒന്നാണ് സൈബർ അക്രമം. സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിൽ കൂടെ ഉടലെടുക്കുന്ന പ്രണയങ്ങൾ.

‘‘നിങ്ങളുടെ സ്നേഹത്തെ അതിനെ വിലമതിക്കാത്ത ഒരാളിൽ കൊണ്ടുപോയി തുലയ്ക്കരുത്’’ ഷേക്സ്പിയറിന്റെ വരികളാണിവ....

എന്നാൽ പത്രം തുറന്നാൽ ഒന്ന് മാത്രം വായിക്കാം. സമൂഹമാധ്യമത്തിൽ കൂടെ പരിചയപ്പെട്ട പതിനേഴുകാരി അല്ലെങ്കിൽ പതിനഞ്ചുകാരി മുപ്പത്തിയഞ്ചുകാരന്റെ ഒപ്പം പോയിരിക്കുന്നു. ആരാന്റെ അമ്മയ്ക്ക് ഭ്രാന്ത് എന്നു കാണുമ്പോ കാണാൻ നല്ല ചേല് എന്നു പറയുന്ന പോലെ മാധ്യമങ്ങളും അയൽവാസികളും അതിന്റെ മറ്റൊരു തലത്തിൽ എത്തിക്കുന്നു. ‘‘അവൻ ഫ്രീക്കനാടീ അവൾ ഫ്രീക്കത്തിയാടീ എന്നു പറഞ്ഞു എനിക്ക് അവൾ മതി ഞങ്ങടെ ആ വെബ് ഉണ്ടല്ലോ അത് സെറ്റ് ആണെടാ എന്നും പറഞ്ഞ് പത്തനംതിട്ടയിൽ നിന്നും യാത്ര തിരിച്ചു. കൂടി പോയാൽ എറണാകുളം. അവിടെയെത്തുമ്പോൾ കീശയിലെ കാശും തീർന്ന ആംബുലൻസിന്റെ നിലവിളി ശബ്ദം ഇട്ടു വരുന്നതുപോലെ വരുന്നതും കാണാം. എനിക്ക് ഇനി അവളെ വേണ്ട എന്ന് അവൻ പറയും. എനിക്ക് ഇനി അവനെ വേണ്ട എന്ന് അവളും പറയും. ആ ബന്ധം ഇവിടെ അവസാനിച്ചിരിക്കുന്നു. എല്ലാം ഒരു സ്വിച്ച് ഇട്ട സ്പീഡിൽ തീരും.

സൈബർ ക്രൈമുകൾ ഏറിവരുന്ന ഒരു സമയമാണ്. സൈബർ ഭീഷണി നേരിടുന്ന യുവ കൗമാ രക്കാർക്ക് ആത്മഹത്യാ ചിന്തകളോ ശ്രമങ്ങളോ ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത വളരെ കൂടുതലാണ്. ഫിലാഡൽഫിയയിലെ ചിൽഡ്രൻസ് ഹോസ്പിറ്റലിൽ ഡോ. റാൻബർ സീലയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ 2022ൽ ഒരു പഠനം ആരംഭിച്ചു. അതിൽ ശരാശരി 12 വയസ്സുള്ള കൗമാരക്കാരിൽ നിന്നുള്ള ഡാറ്റ ഉപയോഗിച്ചു. അതിൽ 9% കൗമാരക്കാർ സൈബർ ഭീഷണിയുടെ ലക്ഷ്യമെന്ന് റിപ്പോർട്ട് ചെയ്തു. എന്നാൽ ഈ 2024 9% എന്നുള്ളത് മാറി 70 ഉം 80 ഉം % ആയി മാറിയിരിക്കുന്നു.

ഇന്നത്തെ തലമുറ ഇൻസ്റ്റഗ്രാം തരംഗത്തിലാണ് ജീവിക്കുന്നത്. മുല കുടി മാറാത്ത കുഞ്ഞു മുതൽ വൃദ്ധരായ അപ്പച്ചനും അമ്മച്ചിക്കും വരെ ഇൻസ്റ്റഗ്രാം മതി. ഇൻസ്റ്റഗ്രാം ഉൾപ്പെടെയുള്ള സോഷ്യൽ നെറ്റ്‌വർക്കിംഗ് ഫ്ളാറ്റ്ഫോമുകളുടെ അമിത ഉപയോഗവും ഓൺലൈൻ ബന്ധത്തിന്റെ സമ്മർദ്ദവും മൂലം മരണത്തിന് കീഴടങ്ങിയ വയനാട്ടിലെ ഒൻപതാം ക്ലാസുകാരിയാണ്. അതിനു കാരണം ഒരു ഇരുപതു വയസ്സുകാരനും. ആർക്ക് എന്ത് സന്തോഷം കിട്ടി? നഷ്ടമായത് ഓമനിച്ചു വളർത്തിയ മാതാപിതാക്കൾക്കും. നികത്താനാവാത്ത നഷ്ടം..... ഒരുപക്ഷേ ഒന്നു ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നേൽ ഇന്നു നമ്മളോട് ഒപ്പം അവരും ഉണ്ടായിരുന്നേനേ.....

അധികമായാൽ അമൃതും വിഷം എന്ന് പറയുന്നതു പോലെ എല്ലാം ആകാം ഒരു പരിധിവരെ. അതിനപ്പുറം കടന്നാൽ പിന്നെ ഇരുമ്പഴിക്കുള്ളിലും ഭീതിയിലെ വർണ്ണചില്ലുകൾക്കുള്ളിൽ പടമായി ചിരിച്ചുകൊണ്ട് ഇരിക്കാം.

ഇതൊക്കെ വായിക്കുമ്പോ ഒരുപുഞ്ചിരി ആയേക്കാം നമ്മുടെ മനസ്സിൽ. എന്നാൽ ഇന്നത്തെ തലമുറ ഇതിൽ നിന്ന് ഒരു പാഠം പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. അതാണ് ‘‘ഇന്നത്തെ സമൂഹം ബന്ധങ്ങൾക്കു കൊടുക്കുന്ന വില’’. ഇങ്ങനെ സംഭവിക്കുന്നത് എന്തുകൊണ്ട് എന്ന് നാം ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ? ഇല്ല എന്നതാണ് സത്യം. ഈ പ്രായത്തിൽ അവർക്കു വേണ്ടത് ചേർത്ത് പിടിക്കാനും അവരെ കേൾക്കാനും ഒരാളാണ്. അങ്ങനെ ചേർത്ത് പിടിക്കാനോ കേൾക്കാനോ അച്ഛനോ അമ്മയ്ക്കോ സാധിക്കില്ലെങ്കിൽ അവിടേക്കു പുറത്തുനിന്നും ഫ്രീക്കൻ ബാക്ടീരിയകളുടെയും ഫ്രീക്കത്തി വൈറസുകളുടെയും ആക്രമണം ഉടലെടുക്കുകയും അച്ഛൻ അമ്മ മക്കൾ ബന്ധം വിച്ഛേദിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. സന്ധ്യാസമയത്ത് പ്രാർത്ഥനയ്ക്കായി അമ്മച്ചി കൊച്ചുമക്കളെ വിളിക്കുമ്പോൾ അവിടെ അമ്മ ഇന്ത്യയും അച്ഛൻ പാകിസ്ഥാനും ആയിരിക്കും. പിന്നീട്അങ്ങോട്ട് ഒരു ലോകവേൾഡ് കപ്പ് മത്സരം തന്നെ ആയിരിക്കും. ഇതിൽ അകപ്പെട്ടു പോകുന്നതോ കുഞ്ഞുങ്ങളും. സന്ധ്യാ സമയത്ത് അവരുടെ ഒപ്പം അൽപം സമയം ഇരുന്നു സംസാരിക്കാനും അവരുടെ കൊച്ചുകൊച്ചു കാര്യങ്ങൾ കേൾക്കാനും നേരമില്ല. അതിനു പകരം എടുത്താൽ പൊങ്ങാത്ത ഒരു മൊബൈൽ കൊടുത്തിട്ട് കളിച്ചോ പിന്നെ ശല്യം തീർന്നല്ലോ. എന്നാൽ അതിൽ കുട്ടികൾ എന്താ ചെയ്യുന്നത് എന്നു പോലും നോക്കാൻ സമയം കാണില്ല. അതുമല്ലെങ്കിൽ തെറ്റ് കണ്ടാൽ ഒന്ന് ശാസി ക്കാൻ പോലും അവർക്കു സമയമേയില്ല. പിന്നീട് അവരെ ശാസിക്കാൻ പോയാൽ ഒരു കയറിൽ കുരുക്കിയോ അല്ലെങ്കിൽ പടുകൂറ്റൻ സമുച്ചയത്തിന്റെ മുകളിൽ നിന്നും ചാടിയോ എന്നെ ആർക്കും വേണ്ട എന്ന തോന്നലിൽ അവരുടെ ജീവനെ തന്നെ അവർ ബലികൊടുക്കുന്നു.

‘‘ബാലൻ നടക്കേണ്ട വഴിയിൽ അവനെ അഭ്യസിപ്പിക്കുക; അവൻ വൃദ്ധനായാലും അത് വിട്ടുമാറുകയില്ല’’.

ചെറു പ്രായത്തിൽ തന്നെ തെറ്റുകളും ശരികളും പറഞ്ഞു പഠിപ്പിക്കണം. തന്റെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ നേർവഴിക്ക് നടത്തേണ്ടത് അവരുടെ മാതാപിതാക്കൾ തന്നെയാണ്. ഒരു കൈകൊണ്ട് തലോടൽ മാത്രം ആകരുത് തെറ്റു കണ്ടാൽ മറുകൈ കൊണ്ട് ശിക്ഷിക്കാനും സാധിക്കണം. എങ്കിൽ മാത്രമേ അവർക്ക് അവരുടെ തെറ്റുകളെ തിരുത്തി ജീവിതത്തിൽ മുന്നേറാൻ സാധിക്കൂ. അല്ലെങ്കിൽ പിന്നെ ചുമരിൽ തൂക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരു ചില്ല് ഫ്രെയിം മാത്രമായിത്തീരും അവരുടെ ജീവിതം.■

മോണരോഗങ്ങളും പ്രതിവിധിയും

ലേയ സൂസൻ മാത്യു
(ഫൈനൽ ഇയർ ബി.ഡി.എസ്. സ്റ്റുഡന്റ്)

- പല്ലിന് ചുറ്റുമുള്ള ടിഷ്യൂസിനെ ബാധിക്കുന്ന ഒരു കൂട്ടം കോശജ്വലന അവസ്ഥയാണ് (Inflamatory Condition) മോണരോഗം/പെരിയോഡോന്റൽ രോഗം. മോണരോഗത്തിന്റെ തീവ്രത അനുസരിച്ച് ഇവയെ രണ്ടായി തിരിക്കാം.
- ജിംഗിവൈറ്റിസ് (Gingivitis) പെരിയോഡോൺഡൈറ്റിസ് (Periodontitis). Gingivitis മോണ രോഗത്തിന്റെ പ്രാരംഭ ഘട്ടമാണ്, എന്നാൽ Periodontitis അതിന്റെ ഗുരുതര രൂപമാണ്.

ലക്ഷണങ്ങൾ

- ചുവന്ന അല്ലെങ്കിൽ വീർത്ത മോണകൾ (Red/Swollen Gums)
- മോണയിൽ നിന്നുള്ള രക്തസ്രാവം (Bleeding gums)
- വിട്ടുമാറാത്ത വായനാറ്റം (Chronic halitosis)
- അയഞ്ഞ പല്ലുകൾ (loose teeth)
- മോണയിറക്കം (Receding gums)
- പല്ലുകൾ നഷ്ടപ്പെടുന്നു (teeth loss)

കാരണങ്ങൾ

- പുകയില വസ്തുക്കളുടെ അമിത ഉപയോഗം
- അമിത മദ്യപാനം
- പല്ലിനെയും ചുറ്റുമുള്ള ടിഷ്യൂസിനെയും നന്നായി പരിപാലിക്കാത്തതു കൊണ്ട് മോണരോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാവാം.
- ഡെന്റൽ പ്ലാക്ക്, കാൽക്കുലസ് എന്നിവയാണ് മോണരോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകുവാനുള്ള പ്രധാന കാരണങ്ങൾ.
- പ്രമേഹം, കിഡ്നി ബന്ധപ്പെട്ട രോഗങ്ങൾ, ക്യാൻസർ, മാനസിക സമ്മർദ്ദം

മോണരോഗങ്ങളുടെ ചികിത്സകൾ

- സ്കെയിലിംഗും റൂട്ട് പ്ലാനിംഗും (Scaling and root planning)
- ഗം റീകോണ്ടറിംഗ് (Gum recontouring)
- പെരിയോഡോന്റൽ ഫ്ളാപ്പ് സർജ്ജറി (Periodontal Flap Surgery)

മോണരോഗങ്ങൾ എങ്ങനെ തടയാം

- ദിവസങ്ങൾ 2 തവണ എങ്കിലും ബ്രഷ് ചെയ്യുക
- ദിവസേന ഡെന്റൽ ഫ്ളോസിംഗ് ചെയ്യുക, ഫ്ളോസിംഗ് ചെയ്യുന്നത് പല്ലുകൾക്ക് ഇടയിലുള്ള സ്ഥലം വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.
- ആന്റിസെപ്റ്റിക് മൗത്ത് വാഷ് ഉപയോഗിക്കുക.
- 6 മാസം കൂടുമ്പോൾ ദന്ത പരിശോധനയ്ക്കായി ദന്തഡോക്ടറെ സമീപിക്കുക.
- ശരിയായ ഓറൽ ഹൈജീൻ നിലനിർത്തുക.

REFERENCES:

Essentials of Clinical Periodontology and periodontics - 5th edition - Shantipriya Reddy.

പുകയില എന്ന മഹാവിപത്ത്

ഡോ. റിൻസി റോസ് യൂജിൻ
(പ്രസിഡന്റ്, ഇന്ത്യൻ ഡെന്റൽ അസോസിയേഷൻ, പത്തനംതിട്ട ബ്രാഞ്ച്)

മെയ് 31 ലോക പുകയില വിരുദ്ധ ദിനമാണ്. ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയിലെ അംഗരാജ്യങ്ങൾ 1987-ൽ ലോക പുകയില വിരുദ്ധ ദിനം രൂപീകരിച്ചത് പുകയില പകർച്ച വ്യാധിയിലേക്കും തടയാവുന്ന മരണത്തിലേക്കും രോഗങ്ങളിലേക്കും ആഗോള ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കുന്നതിനാണ്. ഭാവി തലമുറകൾപുകയില ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്റെ അപകടങ്ങൾ, പുകയില കമ്പനികളുടെ വ്യാപാര രീതികൾ, പുകയില പകർച്ചവ്യാധിയെ ചെറുക്കാൻ ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ചെയ്യുന്ന കാര്യങ്ങൾ, ലോകമെമ്പാടു മുള്ള ആളുകൾക്ക് അവരുടെ ആരോഗ്യത്തിനും ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതത്തിനും അവകാശം ഉന്നയിക്കാനും സംരക്ഷിക്കാനും എന്തുചെയ്യാനാകുമെന്ന് ഈ വാർഷിക ആഘോഷം പൊതുജനങ്ങളെ ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നു.പുകവലിക്കുന്നത് മൂലം വായിലെ കാൻസർ, ഹൃദ്രോഗം, പക്ഷാഘാതം, ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങൾ, പ്രമേഹം, എംഫിസെമ, ക്രോണിക് ബ്രോങ്കൈറ്റിസ് എന്നിവ ഉൾപ്പെടുന്ന ക്രോണിക് ഒബ്സ്ട്രക്റ്റീവ് പൾമണറി ഡിസീസ് (സിഒപിഡി) എന്നിവയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നു. പുകവലിക്കുന്നത് മൂലം ക്ഷയം, ചില നേത്ര രോഗങ്ങൾ, റൂമറ്റോയ്ഡ് ആർത്രൈറ്റിസ് ഉൾപ്പെടെയുള്ള രോഗപ്രതിരോധവ്യവസ്ഥയുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ എന്നിവയ്ക്കുള്ള സാധ്യതയും വർദ്ധിക്കുന്നു. പുകവലി ശീലമാക്കിയവരിൽ കുറഞ്ഞത് 30% പേരെങ്കിലും പുകവലിയുമായി മാത്രം ബന്ധപ്പെട്ട ഗുരുതരമായ രോഗവുമായി ജീവിക്കുന്നു. ശ്വാസകോശ അർബുദങ്ങളിൽ 80 ശതമാനവും ശ്വാസകോശ അർബുദ മരണങ്ങളിൽ 80 ശതമാനവും പുകവലി മൂലമാണ്. ശ്വാസകോശ അർബുദമാണ് ക്യാൻസർ മരണത്തിന്റെ പ്രധാന കാരണം.

പുകവലിയുടെ പുക ആയിരക്കണക്കിന് രാസവസ്തുക്കൾ ചേരുന്നതാണ് അതിൽ കുറഞ്ഞത് 70 എണ്ണം ക്യാൻസറിന് കാരണമാകുന്നു. ക്യാൻസറിന് കാരണമാകുന്ന ഈ രാസവസ്തുക്കളെ കാർസിനോജൻ എന്ന് വിളിക്കുന്നു. പുകയിലയുടെ പുകയിൽ കാണപ്പെടുന്ന ചില രാസവസ്തുക്കൾ നിക്കോട്ടിൻ മസ്തിഷ്കത്തിൽ സ്വാധീനം ചെലുത്തുന്ന ആസക്തി ഉണ്ടാക്കുന്ന ഘടകം, ഹൈഡ്രജൻ സയനൈഡ്, ഫോർമാൽഡിഹൈഡ്, ആഴ്സനിക്, അമോണിയ, കൂടാതെ പൊളോണിയം 210 പോലുള്ള റേഡിയോ ആക്ടീവ് മൂലകങ്ങൾ, ബെൻസീൻ, കാർബൺ മോണോക്സൈഡ്, നൈട്രോസാമൈൻസ് (ഠടചഅ) പോളിസൈക്ലിക് ആരോമാറ്റിക് ഹൈഡ്രോകാർബണുകൾ എന്നിവയാണ്. ഈ പദാർത്ഥങ്ങളിൽ പലതും ക്യാൻസറിന് കാരണമാകുന്നു. ചിലത് ഹൃദ്രോഗം, ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങൾ അല്ലെങ്കിൽ മറ്റ് ഗുരുതരമായ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ എന്നിവയ്ക്കും കാരണമാകും. മിക്ക വസ്തുക്കളും കത്തുന്ന പുകയില ഇലകളിൽ നിന്നാണ് വരുന്നത്. സിഗരറ്റിൽ (അല്ലെങ്കിൽ മറ്റ് പുകയില ഉൽപന്നങ്ങൾ) ഉൾപ്പെടുത്തിയി ട്ടുള്ള മറ്റു ചേരുവകളിൽ നിന്നല്ല.പുകയിലയല്ല, ഭക്ഷണം വളർത്തുക എന്നതാണ് ഈ വർഷത്തെ പുകയില വിരുദ്ധ ദിനത്തിലെ പ്രമേയം. പുകയില കർഷകർക്ക് ഇതര വിള ഉൽപ്പാദനത്തെക്കുറിച്ചും വിപണന സാധ്യതകളെക്കുറിച്ചും അവബോധം വളർത്താനും സുസ്ഥിരവും പോഷകസമൃദ്ധവുമായ വിളകൾ വളർത്താൻ അവരെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ആഗോള പ്രചാരണം നടത്തുന്നതിനും ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ലക്ഷ്യമിടുന്നു.

പുകവലി ഉപേക്ഷിക്കുന്നത് ഒരു ത്യാഗമല്ല; ശോഭനമായ ഭാവിയിലേക്കുള്ള നിക്ഷേപമാണ്. ‘‘ഇന്ന് നിങ്ങൾ ശ്വസിക്കുന്ന പുക നാളെ നിങ്ങളുടെ സ്വപ്നങ്ങളെ ശ്വാസം മുട്ടിച്ചേക്കാം. സ്വതന്ത്രരാവുക, നിങ്ങളുടെ സ്വപ്നങ്ങളെ ശ്വസിക്കാൻ അനുവദിക്കുക’’. പുകവലി ഉപേക്ഷിക്കുന്നത് പോരാടേണ്ട ഒരു യുദ്ധമാണ്. എല്ലാ ദിവസവും നിങ്ങൾ പുകവലി രഹിതരായി തുടരുന്നത് ഒരു വിജയമാണ്’’.

With best compliments from
ANNAMOL
EARTHMOVERS
Mallassery, Poomkavu
Mob : 9074543247
എല്ലാവിധമായ ബിൽഡിംഗ് മെറ്റീരിയൽസും ഉത്തരവാദിത്തത്തോടെ സൈറ്റിൽ എത്തിച്ചുകൊടുക്കപ്പെടും