മൻ കി ബാത്ത്

വാല്യം – 7

MANN KI BAAT
VOL.7

Authors
Sarda Mohan and Tanushree Banerji

Illustrations and Cover Art
Dilip Kadam

Assistant Artist
Ravindra Mokate

Production
Amar Chitra Katha

Colourists
Prakash Sivan and Prajeesh V. P.

Layout Artist
Akshay Khadilkar

Published by
Amar Chitra Katha Pvt. Ltd

MALAYALAM

ISBN – 978-81-967344-6-6

Amar Chitra Katha Pvt. Ltd, November 2023

© Ministry of Culture, Govt of India, November 2023
All rights reserved. This book is sold subject to the condition that the publication may not be reproduced, stored in a retrieval system (including but not limited to computers, disks, external drives, electronic or digital devices, e-readers, websites), or transmitted in any form or by any means (including but not limited to cyclostyling, photocopying, docutech or other reprographic reproductions, mechanical, recording, electronic, digital versions) without the prior written permission of the publisher, nor be otherwise circulated in any form of binding or cover other than that in which it is published and without a similar condition being imposed on the subsequent purchaser.

You can now get ACK stories as part of your classroom with **ACK Learn**, a unique learning platform that brings these stories to your school with a range of workshops. Find out more at **www.acklearn.com** or write to us at **acklearn@ack-media.com**.

പ്രിയപ്പെട്ട കുട്ടികളേ,

'ആരോഗ്യമാണ് യഥാർത്ഥ സമ്പത്ത്' എന്ന ചൊല്ല് നിങ്ങളെല്ലാവരും കേട്ടിട്ടുണ്ടാകും. ലോകം കോവിഡ് -19 പാൻഡെമിക്കിൽ നിന്ന് കരകയറുന്ന സമയം ഇത് എത്രമാത്രം ശരിയാണെന്ന് നമുക്കു തീർച്ചയായും ബോധ്യപ്പെട്ടു. പക്ഷെ, നല്ല ആരോഗ്യമുണ്ടാകുവാൻ ചില കരുതലുകൾ ആവശ്യമുണ്ട്. ആ കരുതൽ ഒരുപക്ഷെ നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിൽ നിന്നോ അയൽക്കാരിൽ നിന്നോ ഡോക്ടർമാരിൽ നിന്നോ അപരിചിതരിൽ നിന്നുപോലുമൊ ആകാം; അതിന് നിങ്ങളുടെ ജീവിത നിലവാരം ഉയർത്താൻ സാധിക്കും.

സഞ്ജന ഗോയലിനും സഹോദരന്മാർക്കും കുട്ടിക്കാലത്ത് മസ്കുലർ ഡിസ്ട്രോഫി ബാധിച്ചിരുന്നു. സഞ്ജനയുടെ രക്ഷിതാക്കൾ അവരുടെ വിധിയിൽ വിലപിക്കുന്നതിനുപകരം, കുട്ടികളിൽ ശുഭാപ്തി വിശ്വാസം വളർത്തിയെടുത്തു. തൽഫലമായി, മസ്കുലർ ഡിസ്ട്രോഫിക്കായുള്ള ഏഷ്യയിലെ ഏറ്റവും വലിയ ആശുപത്രിയായ മാനവ് മന്ദിർ സ്ഥാപിക്കാൻ സഞ്ജനയെ പ്രാപ്തയാക്കി.

നിക്ഷയ് മിത്രകൾ ക്ഷയരോഗികൾക്ക് സമാശ്വാസമേകുന്നവരാണ്. 8 വയസ്സുകാരി നളിനി സിംഗ് മുതൽ ഉത്തരാഖണ്ഡിലെ ഒരു ഗ്രാമത്തിലെ ഗ്രാമമുഖ്യൻ വരെയുള്ള സാധാരണ മനുഷ്യർ ക്ഷയരോഗികൾക്ക് പിന്തുണ നൽകുകയും അവരുടെ ജീവിതം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തു വരുന്നു. സൗജന്യ ആതുര ശുശ്രൂഷ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നവരും ആരോഗ്യ ക്യാമ്പുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നവരും നമുക്കിടയിലുണ്ട്.

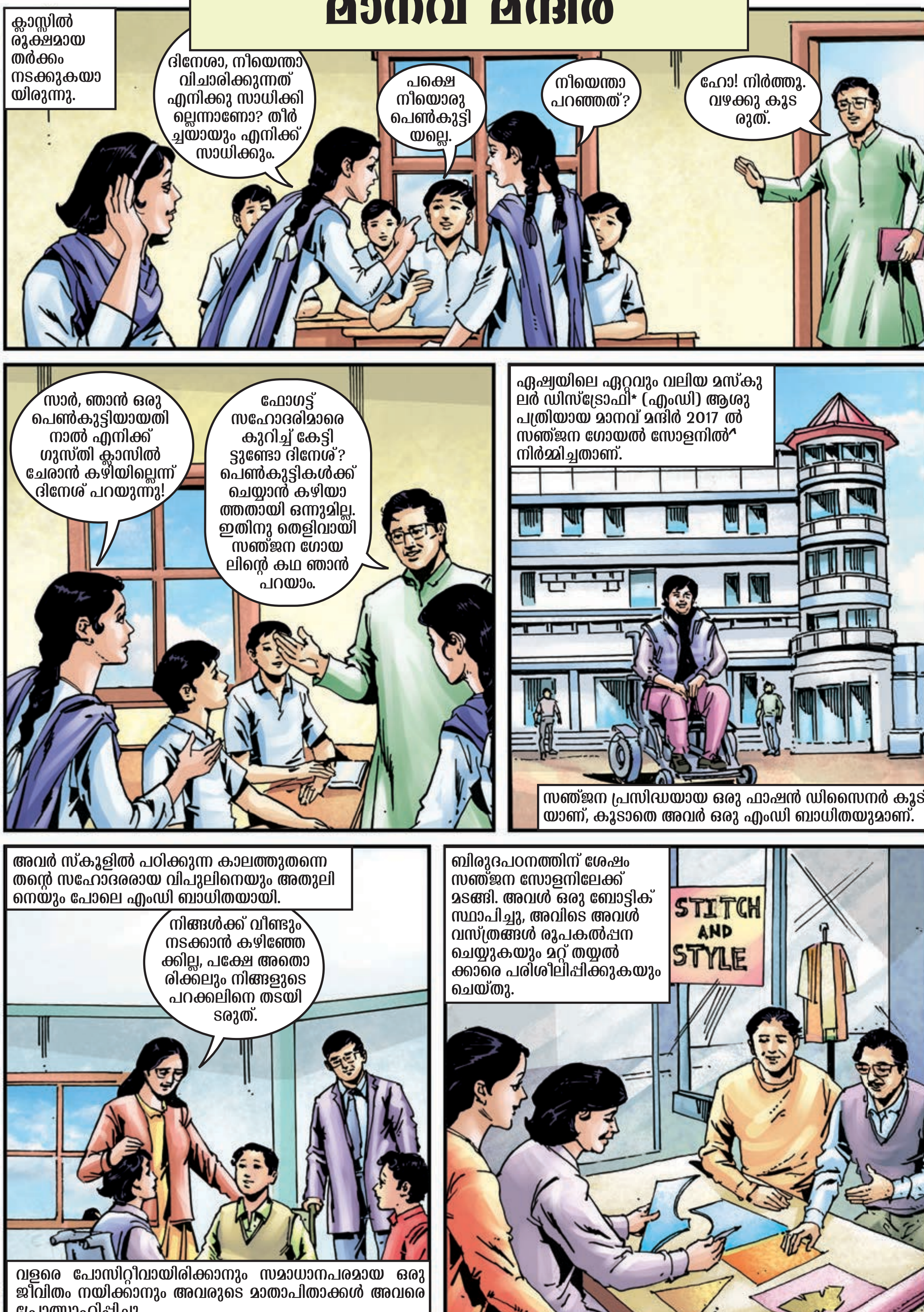
ഈ മനുഷ്യരിലൂടെ കടന്നുപോകുമ്പോൾ മനസ്സിലാകുന്ന ഒരു പൊതുവായ കാര്യം, ഇവരൊക്കെ ജീവിതത്തിൽ പല ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ നേരിടേണ്ടി വന്നിട്ടും, സമാനമായ രീതിയിൽ വെല്ലുവിളികളെ അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന മറ്റുള്ളവരെ പിന്തുണയ്ക്കാൻ കാണിക്കുന്ന ഇച്ഛാശക്തിയാണ്.

ജീവിതത്തിൽ നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്ന നന്മകൾ സമൂഹത്തിനു തിരികെ നൽകാനുള്ള ഇച്ഛാശക്തി നിങ്ങളും പ്രകടിപ്പിക്കണമെന്നാണ് എന്റെ ആത്മാർത്ഥമായ ആഗ്രഹം.

ഉള്ളടക്കം

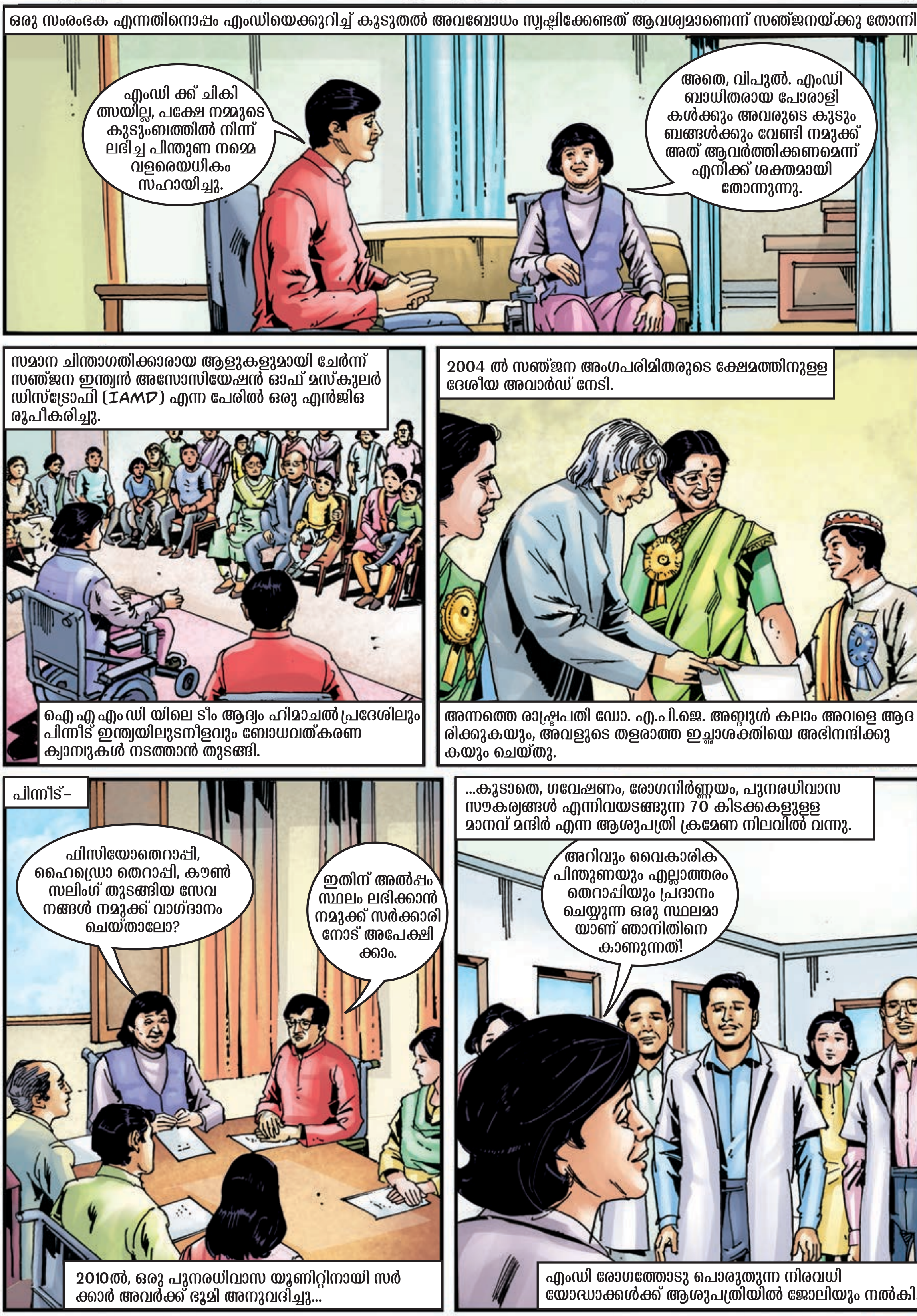
1	**മാനവ് മന്ദിർ**	3
2	**ദികർ സിങ് മേവാരി**	6
3	**പൂനം നൗതിയാൽ**	9
4	**സങ്കൽപ് 95**	12
5	**സർപഞ്ച് ബൽബിർ കൗർ**	15
6	**അജിത്ത് മോഹൻ ചൗധരി**	18
7	**മില്ലെറ്റ്സ് കേഫ്**	21
8	**സയ്ദുൾ ലസ്കർ**	23
9	**നളിനി സിങ്**	26
10	**ലക്ഷ്മിക്കുട്ടി**	28
11	**രമ സുബ്ബ റെഡ്ഡി**	31

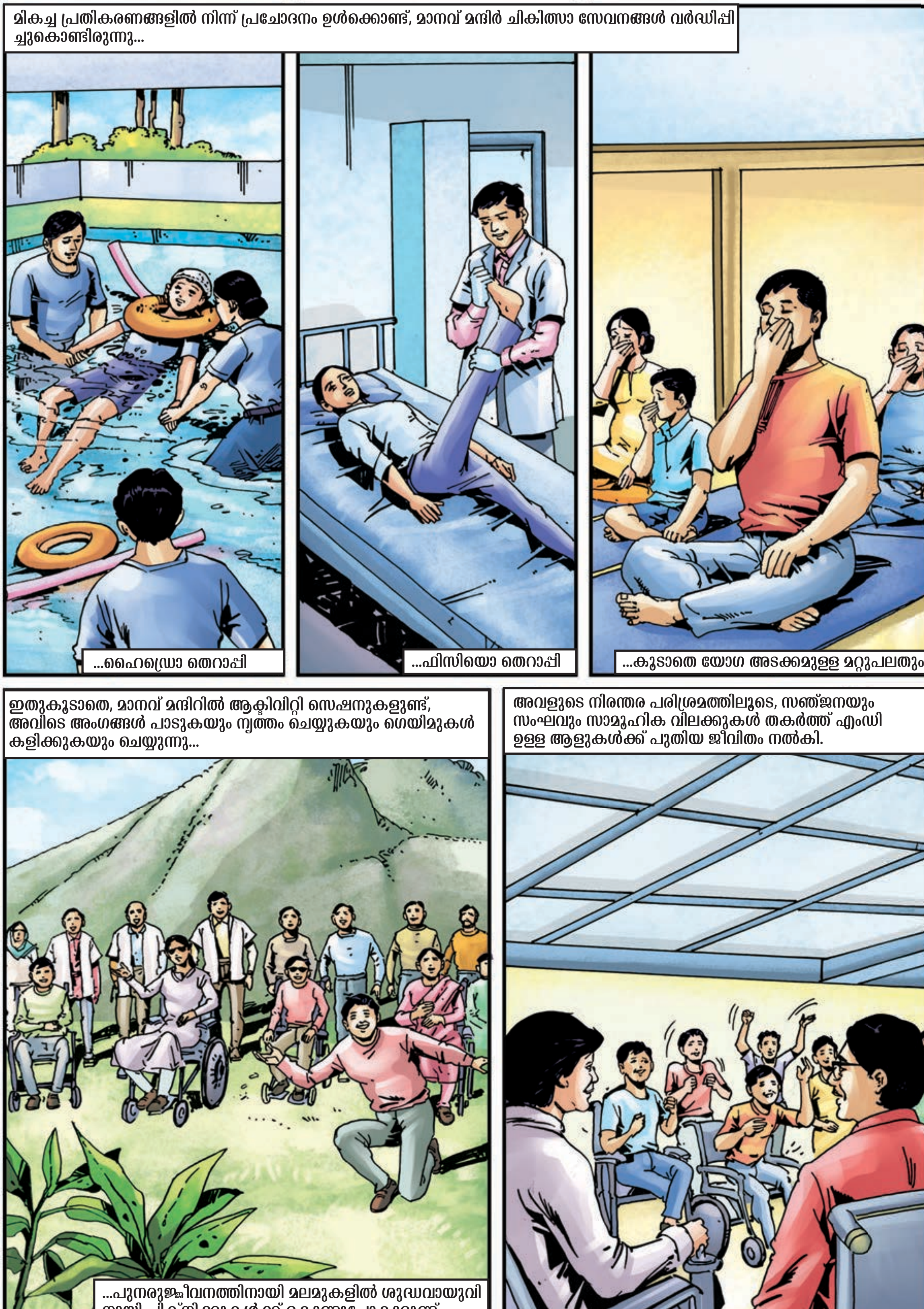
മാനവ് മന്ദിർ



* കൂടിവരുന്ന ബലഹീനതയ്ക്കും ഒരു കൂട്ടം പേശികളുടെ അപചയത്തിനും കാരണമാകുന്ന ജനിതക രോഗം.

^ഹിമാചൽ പ്രദേശിലെ ഒരു നഗരം.

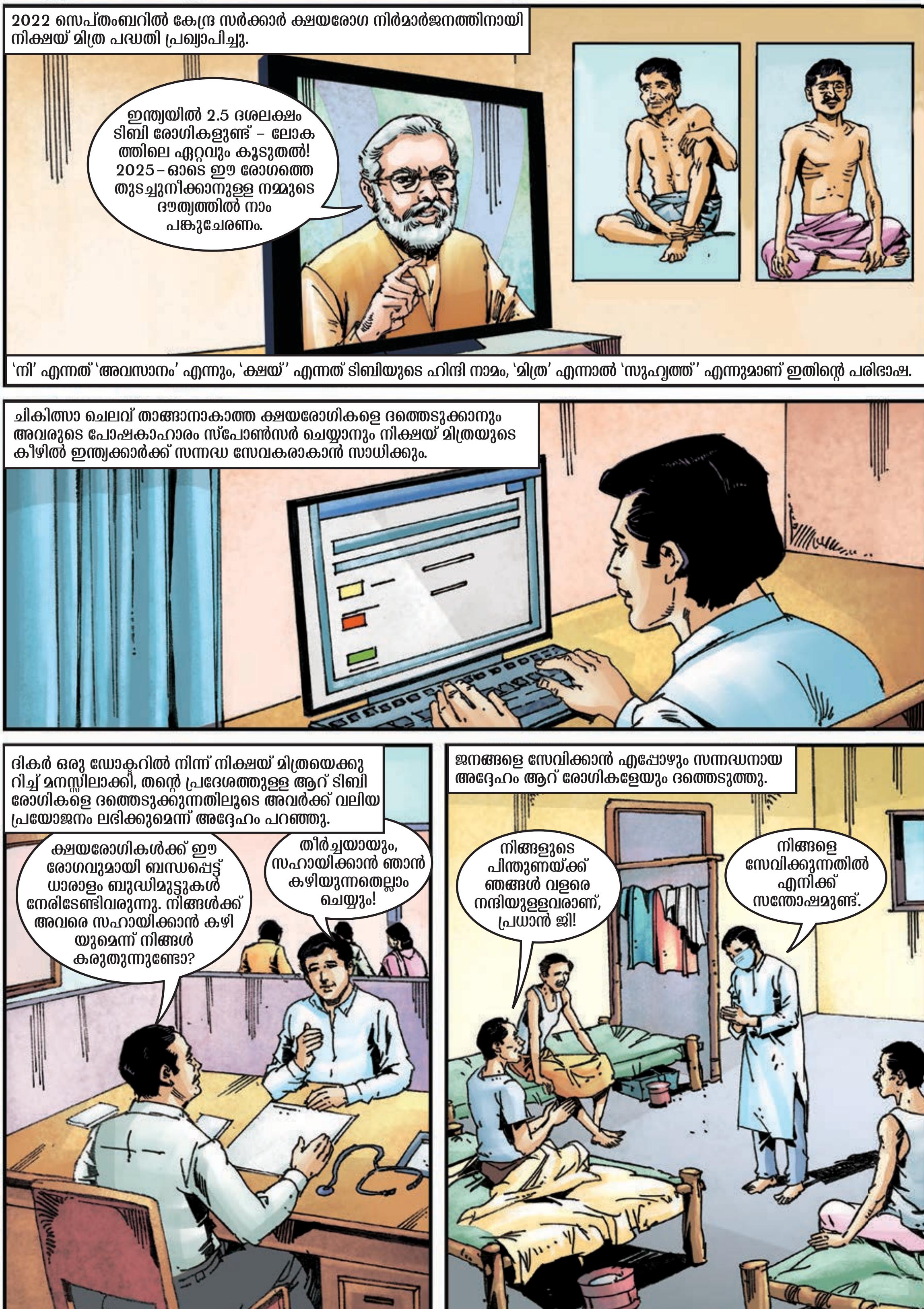

ഒരു സംരംഭക എന്നതിനൊപ്പം എംഡിയെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണെന്ന് സഞ്ജനയ്ക്കു തോന്നി.
എംഡി ക്ക് ചികിത്സയില്ല, പക്ഷേ നമ്മുടെ കുടുംബത്തിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച പിന്തുണ നമ്മെ വളരെയധികം സഹായിച്ചു.
അതെ, വിപുൽ. എംഡി ബാധിതരായ പോരാളികൾക്കും അവരുടെ കുടുംബങ്ങൾക്കും വേണ്ടി നമുക്ക് അത് ആവർത്തിക്കണമെന്ന് എനിക്ക് ശക്തമായി തോന്നുന്നു.
സമാന ചിന്താഗതിക്കാരായ ആളുകളുമായി ചേർന്ന് സഞ്ജന ഇന്ത്യൻ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് മസ്കുലർ ഡിസ്ട്രോഫി (IAMD) എന്ന പേരിൽ ഒരു എൻജിഒ രൂപീകരിച്ചു.
ഐ എ എം ഡി യിലെ ടീം ആദ്യം ഹിമാചൽ പ്രദേശിലും പിന്നീട് ഇന്ത്യയിലുടനീളവും ബോധവത്കരണ ക്യാമ്പുകൾ നടത്താൻ തുടങ്ങി.
2004 ൽ സഞ്ജന അംഗപരിമിതരുടെ ക്ഷേമത്തിനുള്ള ദേശീയ അവാർഡ് നേടി.
അന്നത്തെ രാഷ്ട്രപതി ഡോ. എ.പി.ജെ. അബ്ദുൾ കലാം അവളെ ആദരിക്കുകയും, അവളുടെ തളരാത്ത ഇച്ഛാശക്തിയെ അഭിനന്ദിക്കുകയും ചെയ്തു.
പിന്നീട്–
ഫിസിയോതെറാപ്പി, ഹൈഡ്രോ തെറാപ്പി, കൗൺസലിംഗ് തുടങ്ങിയ സേവനങ്ങൾ നമുക്ക് വാഗ്ദാനം ചെയ്താലോ?
ഇതിന് അൽപ്പം സ്ഥലം ലഭിക്കാൻ നമുക്ക് സർക്കാരിനോട് അപേക്ഷിക്കാം.
2010ൽ, ഒരു പുനരധിവാസ യൂണിറ്റിനായി സർക്കാർ അവർക്ക് ഭൂമി അനുവദിച്ചു...
...കൂടാതെ, ഗവേഷണം, രോഗനിർണ്ണയം, പുനരധിവാസ സൗകര്യങ്ങൾ എന്നിവയടങ്ങുന്ന 70 കിടക്കകളുള്ള മാനവ് മന്ദിർ എന്ന ആശുപത്രി ക്രമേണ നിലവിൽ വന്നു.
അറിവും വൈകാരിക പിന്തുണയും എല്ലാത്തരം തെറാപ്പിയും പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന ഒരു സ്ഥലമായാണ് ഞാനിതിനെ കാണുന്നത്!
എംഡി രോഗത്തോടു പൊരുതുന്ന നിരവധി യോദ്ധാക്കൾക്ക് ആശുപത്രിയിൽ ജോലിയും നൽകി.

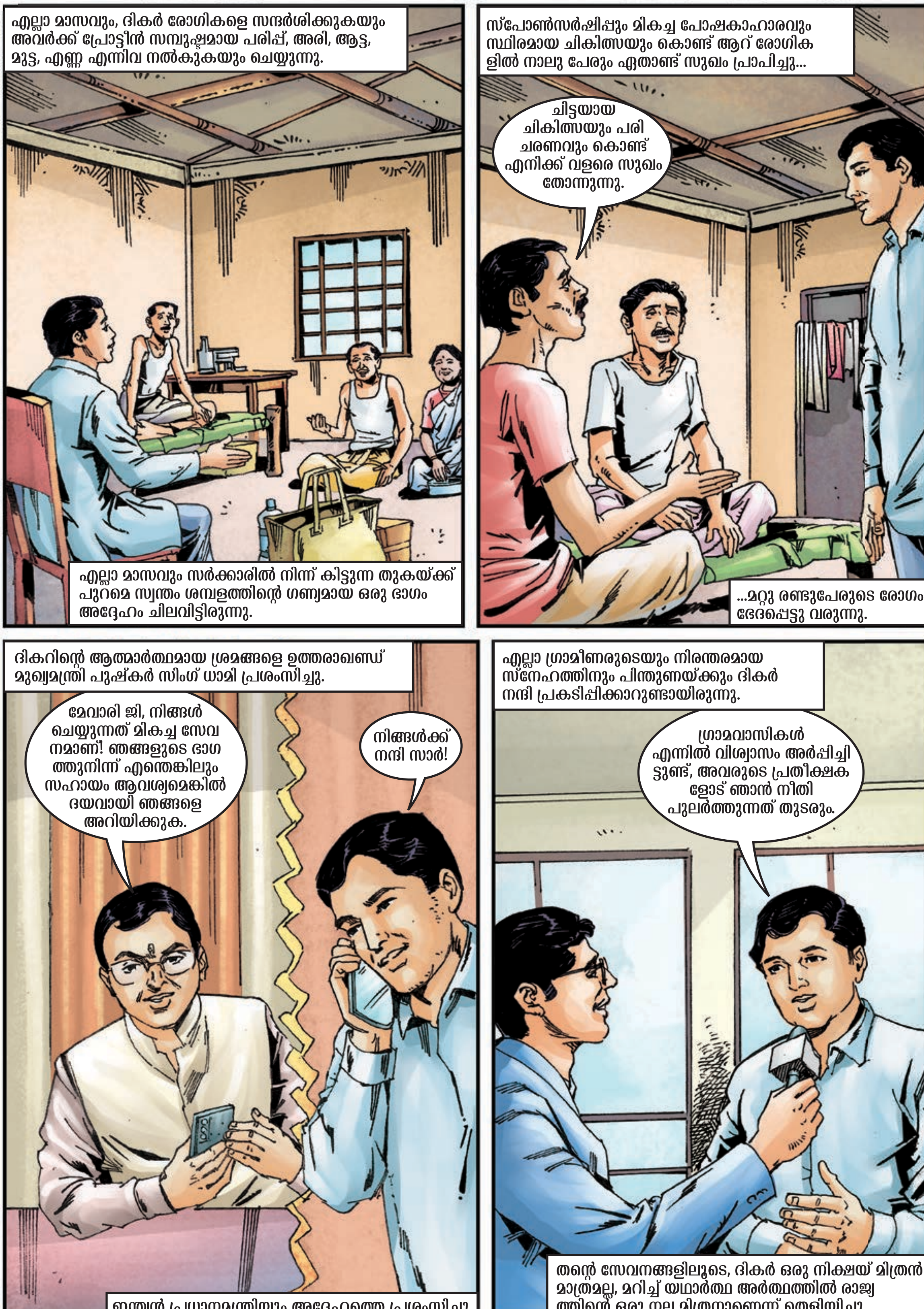

മികച്ച പ്രതികരണങ്ങളിൽ നിന്ന് പ്രചോദനം ഉൾക്കൊണ്ട്, മാനവ് മന്ദിർ ചികിത്സാ സേവനങ്ങൾ വർദ്ധിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു...
...ഹൈഡ്രോ തെറാപ്പി
...ഫിസിയൊ തെറാപ്പി
...കൂടാതെ യോഗ അടക്കമുള്ള മറ്റുപലതും.
ഇതുകൂടാതെ, മാനവ് മന്ദിറിൽ ആക്ടിവിറ്റി സെഷനുകളുണ്ട്, അവിടെ അംഗങ്ങൾ പാടുകയും നൃത്തം ചെയ്യുകയും ഗെയിമുകൾ കളിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു...
...പുനരുജ്ജീവനത്തിനായി മലമുകളിൽ ശുദ്ധവായുവിനായി പിക്നിക്കുകൾക്ക് കൊണ്ടുപോകാറുണ്ട്.
അവളുടെ നിരന്തര പരിശ്രമത്തിലൂടെ, സഞ്ജനയും സംഘവും സാമൂഹിക വിലക്കുകൾ തകർത്ത് എംഡി ഉള്ള ആളുകൾക്ക് പുതിയ ജീവിതം നൽകി.

ദികർ സിങ്ങ് മേവാരി

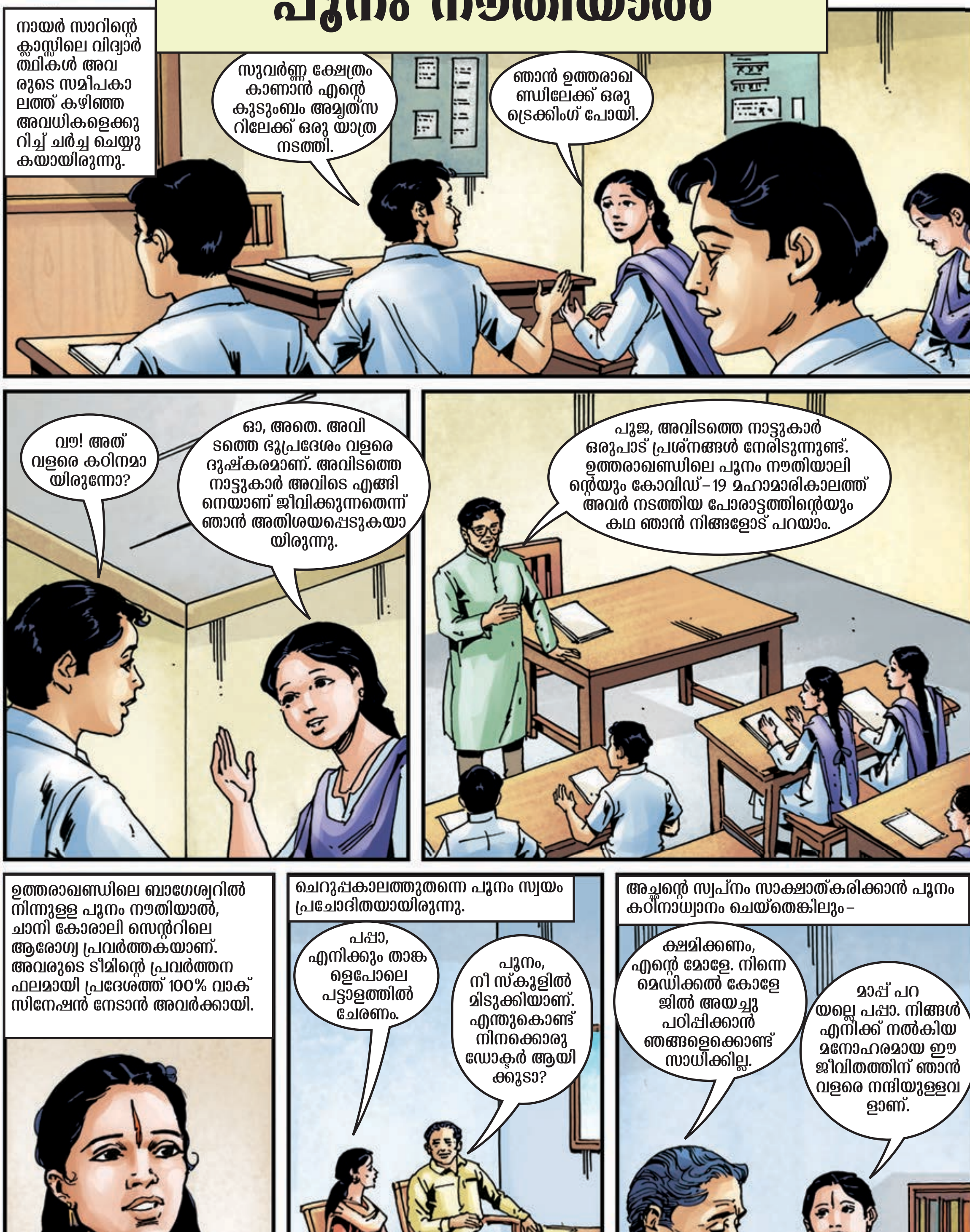
*ഹിമാചൽ പ്രദേശിലെ ഒരു ജില്ല

** തലവൻ

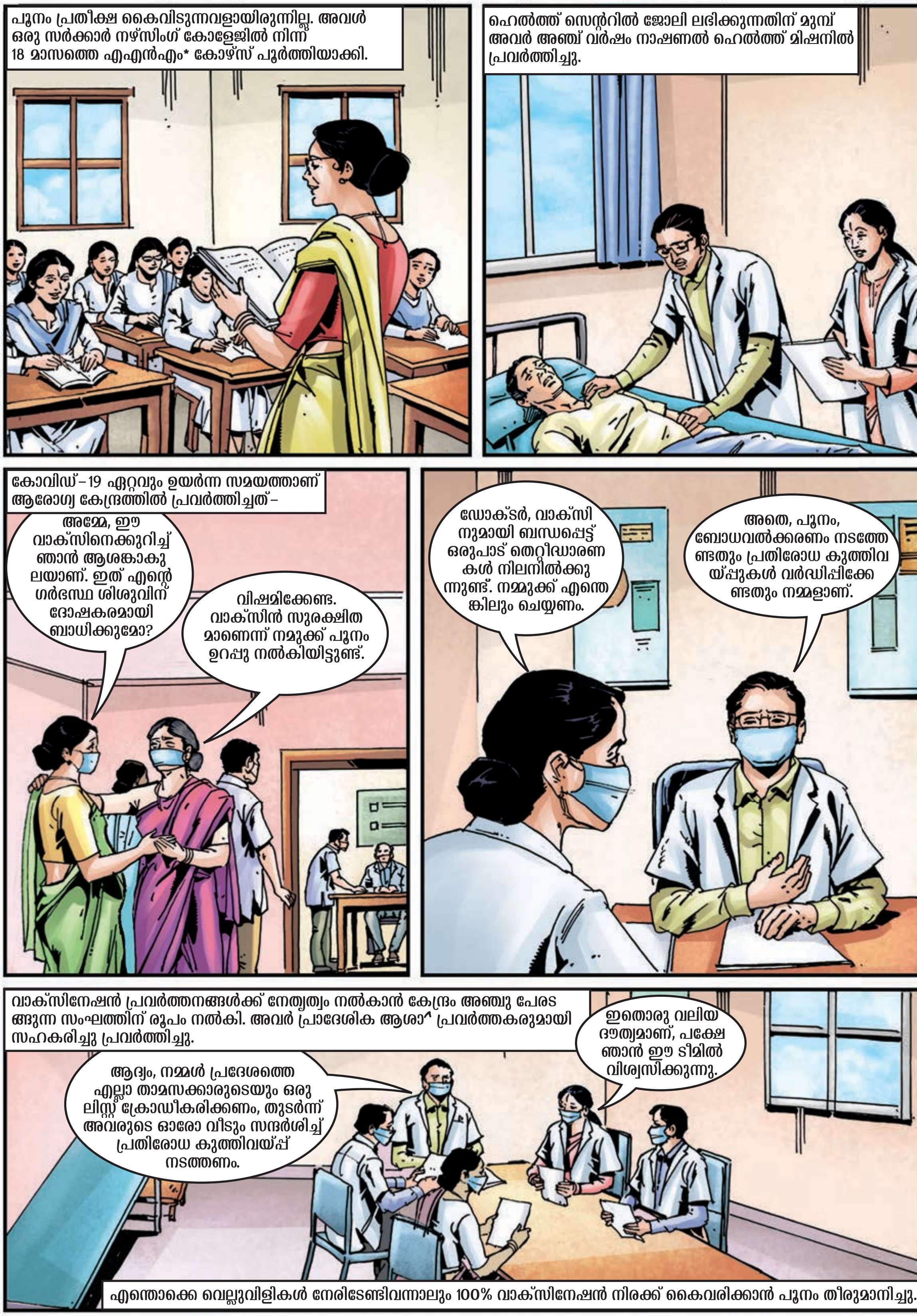

2022 സെപ്തംബറിൽ കേന്ദ്ര സർക്കാർ ക്ഷയരോഗ നിർമാർജനത്തിനായി നിക്ഷയ് മിത്ര പദ്ധതി പ്രഖ്യാപിച്ചു.
ഇന്ത്യയിൽ 2.5 ദശലക്ഷം ടിബി രോഗികളുണ്ട് – ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും കൂടുതൽ! 2025–ഓടെ ഈ രോഗത്തെ തുടച്ചുനീക്കാനുള്ള നമ്മുടെ ദൗത്യത്തിൽ നാം പങ്കുചേരണം.
'നി' എന്നത് 'അവസാനം' എന്നും, 'ക്ഷയ്' എന്നത് ടിബിയുടെ ഹിന്ദി നാമം, 'മിത്ര' എന്നാൽ 'സുഹൃത്ത്' എന്നുമാണ് ഇതിന്റെ പരിഭാഷ.
ചികിത്സാ ചെലവ് താങ്ങാനാകാത്ത ക്ഷയരോഗികളെ ദത്തെടുക്കാനും അവരുടെ പോഷകാഹാരം സ്പോൺസർ ചെയ്യാനും നിക്ഷയ് മിത്രയുടെ കീഴിൽ ഇന്ത്യക്കാർക്ക് സന്നദ്ധ സേവകരാകാൻ സാധിക്കും.
ദികർ ഒരു ഡോക്ടറിൽ നിന്ന് നിക്ഷയ് മിത്രയെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കി, തന്റെ പ്രദേശത്തുള്ള ആറ് ടിബി രോഗികളെ ദത്തെടുക്കുന്നതിലൂടെ അവർക്ക് വലിയ പ്രയോജനം ലഭിക്കുമെന്ന് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.
ക്ഷയരോഗികൾക്ക് ഈ രോഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ധാരാളം ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ നേരിടേണ്ടിവരുന്നു. നിങ്ങൾക്ക് അവരെ സഹായിക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് നിങ്ങൾ കരുതുന്നുണ്ടോ?
തീർച്ചയായും, സഹായിക്കാൻ ഞാൻ കഴിയുന്നതെല്ലാം ചെയ്യും!
ജനങ്ങളെ സേവിക്കാൻ എപ്പോഴും സന്നദ്ധനായ അദ്ദേഹം ആറ് രോഗികളേയും ദത്തെടുത്തു.
നിങ്ങളുടെ പിന്തുണയ്ക്ക് ഞങ്ങൾ വളരെ നന്ദിയുള്ളവരാണ്, പ്രധാൻ ജി!
നിങ്ങളെ സേവിക്കുന്നതിൽ എനിക്ക് സന്തോഷമുണ്ട്.


എല്ലാ മാസവും, ദികർ രോഗികളെ സന്ദർശിക്കുകയും അവർക്ക് പ്രോട്ടീൻ സമ്പുഷ്ടമായ പരിപ്പ്, അരി, ആട്ട, മുട്ട, എണ്ണ എന്നിവ നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു.
എല്ലാ മാസവും സർക്കാരിൽ നിന്ന് കിട്ടുന്ന തുകയ്ക്ക് പുറമെ സ്വന്തം ശമ്പളത്തിന്റെ ഗണ്യമായ ഒരു ഭാഗം അദ്ദേഹം ചിലവിട്ടിരുന്നു.
സ്പോൺസർഷിപ്പും മികച്ച പോഷകാഹാരവും സ്ഥിരമായ ചികിത്സയും കൊണ്ട് ആറ് രോഗികളിൽ നാലു പേരും ഏതാണ്ട് സുഖം പ്രാപിച്ചു...
ചിട്ടയായ ചികിത്സയും പരിചരണവും കൊണ്ട് എനിക്ക് വളരെ സുഖം തോന്നുന്നു.
...മറ്റു രണ്ടുപേരുടെ രോഗം ഭേദപ്പെട്ടു വരുന്നു.
ദികറിന്റെ ആത്മാർത്ഥമായ ശ്രമങ്ങളെ ഉത്തരാഖണ്ഡ് മുഖ്യമന്ത്രി പുഷ്കർ സിംഗ് ധാമി പ്രശംസിച്ചു.
മേവാരി ജി, നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്നത് മികച്ച സേവനമാണ്! ഞങ്ങളുടെ ഭാഗത്തുനിന്ന് എന്തെങ്കിലും സഹായം ആവശ്യമെങ്കിൽ ദയവായി ഞങ്ങളെ അറിയിക്കുക.
നിങ്ങൾക്ക് നന്ദി സാർ!
ഇന്ത്യൻ പ്രധാനമന്ത്രിയും അദ്ദേഹത്തെ പ്രശംസിച്ചു.
എല്ലാ ഗ്രാമീണരുടെയും നിരന്തരമായ സ്നേഹത്തിനും പിന്തുണയ്ക്കും ദികർ നന്ദി പ്രകടിപ്പിക്കാറുണ്ടായിരുന്നു.
ഗ്രാമവാസികൾ എന്നിൽ വിശ്വാസം അർപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്, അവരുടെ പ്രതീക്ഷകളോട് ഞാൻ നീതി പുലർത്തുന്നത് തുടരും.
തന്റെ സേവനങ്ങളിലൂടെ, ദികർ ഒരു നിക്ഷയ് മിത്രൻ മാത്രമല്ല, മറിച്ച് യഥാർത്ഥ അർത്ഥത്തിൽ രാജ്യത്തിന്റെ ഒരു നല്ല മിത്രനാണെന്ന് തെളിയിച്ചു.

പൂനം നൗതിയാൽ

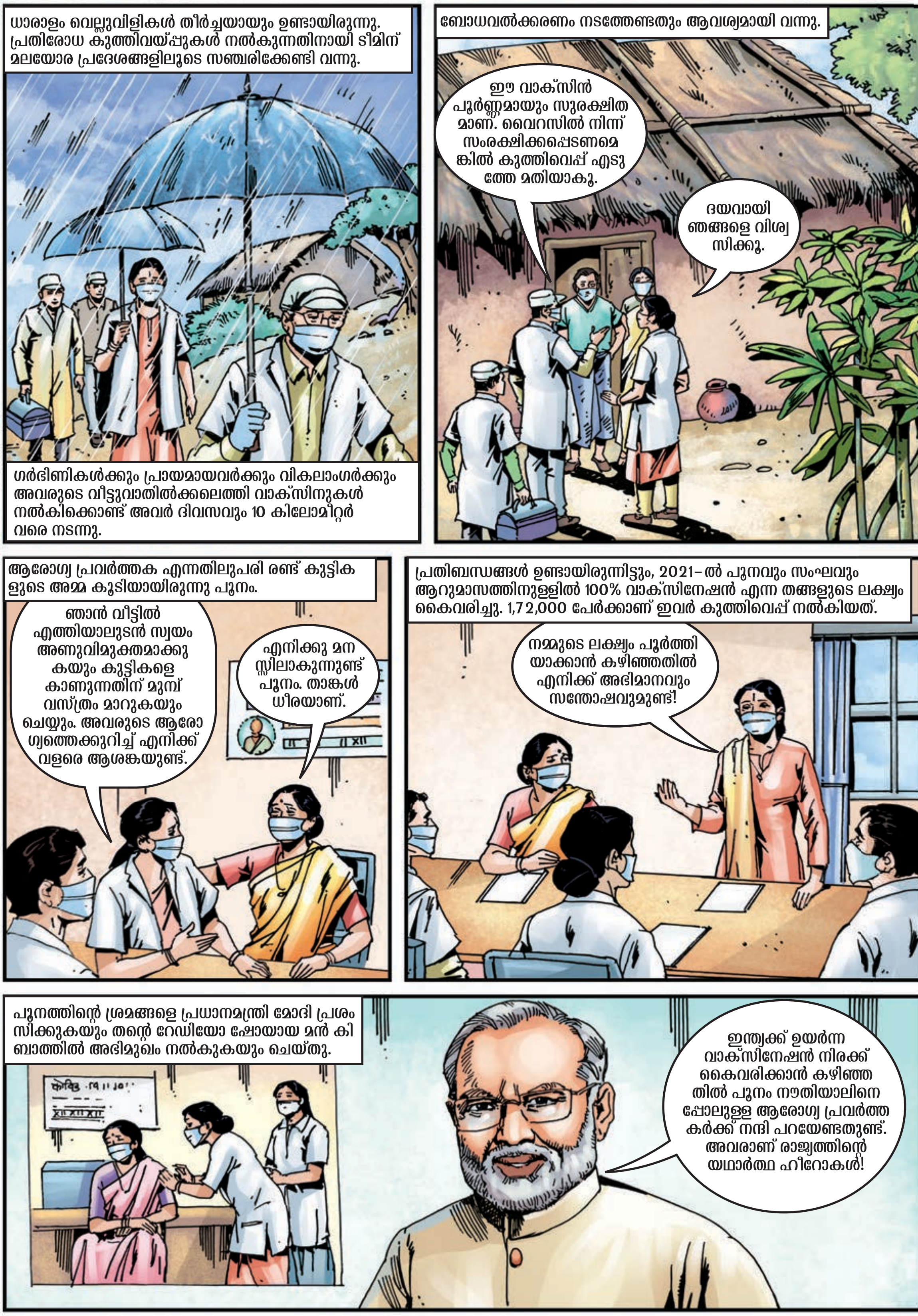


നായർ സാറിന്റെ ക്ലാസ്സിലെ വിദ്യാർത്ഥികൾ അവരുടെ സമീപകാലത്ത് കഴിഞ്ഞ അവധികളെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യുകയായിരുന്നു.
സുവർണ്ണ ക്ഷേത്രം കാണാൻ എന്റെ കുടുംബം അമൃത്സറിലേക്ക് ഒരു യാത്ര നടത്തി.
ഞാൻ ഉത്തരാഖണ്ഡിലേക്ക് ഒരു ട്രെക്കിംഗ് പോയി.
വൗ! അത് വളരെ കഠിനമായിരുന്നോ?
ഓ, അതെ. അവിടത്തെ ഭൂപ്രദേശം വളരെ ദുഷ്കരമാണ്. അവിടത്തെ നാട്ടുകാർ അവിടെ എങ്ങിനെയാണ് ജീവിക്കുന്നതെന്ന് ഞാൻ അതിശയപ്പെടുകയായിരുന്നു.
പൂജ, അവിടത്തെ നാട്ടുകാർ ഒരുപാട് പ്രശ്നങ്ങൾ നേരിടുന്നുണ്ട്. ഉത്തരാഖണ്ഡിലെ പൂനം നൗതിയാലിന്റെയും കോവിഡ്–19 മഹാമാരികാലത്ത് അവർ നടത്തിയ പോരാട്ടത്തിന്റെയും കഥ ഞാൻ നിങ്ങളോട് പറയാം.
ഉത്തരാഖണ്ഡിലെ ബാഗേശ്വറിൽ നിന്നുള്ള പൂനം നൗതിയാൽ, ചാനി കോരാലി സെന്ററിലെ ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകയാണ്. അവരുടെ ടീമിന്റെ പ്രവർത്തന ഫലമായി പ്രദേശത്ത് 100% വാക്സിനേഷൻ നേടാൻ അവർക്കായി.
ചെറുപ്പകാലത്തുതന്നെ പൂനം സ്വയം പ്രചോദിതയായിരുന്നു.
പപ്പാ, എനിക്കും താങ്കളെപോലെ പട്ടാളത്തിൽ ചേരണം.
പൂനം, നീ സ്കൂളിൽ മിടുക്കിയാണ്. എന്തുകൊണ്ട് നിനക്കൊരു ഡോക്ടർ ആയിക്കൂടാ?
അച്ഛന്റെ സ്വപ്നം സാക്ഷാത്കരിക്കാൻ പൂനം കഠിനാധ്വാനം ചെയ്തെങ്കിലും–
ക്ഷമിക്കണം, എന്റെ മോളേ. നിന്നെ മെഡിക്കൽ കോളേജിൽ അയച്ചു പഠിപ്പിക്കാൻ ഞങ്ങളെക്കൊണ്ട് സാധിക്കില്ല.
മാപ്പ് പറയല്ലേ പപ്പാ. നിങ്ങൾ എനിക്ക് നൽകിയ മനോഹരമായ ഈ ജീവിതത്തിന് ഞാൻ വളരെ നന്ദിയുള്ളവളാണ്.



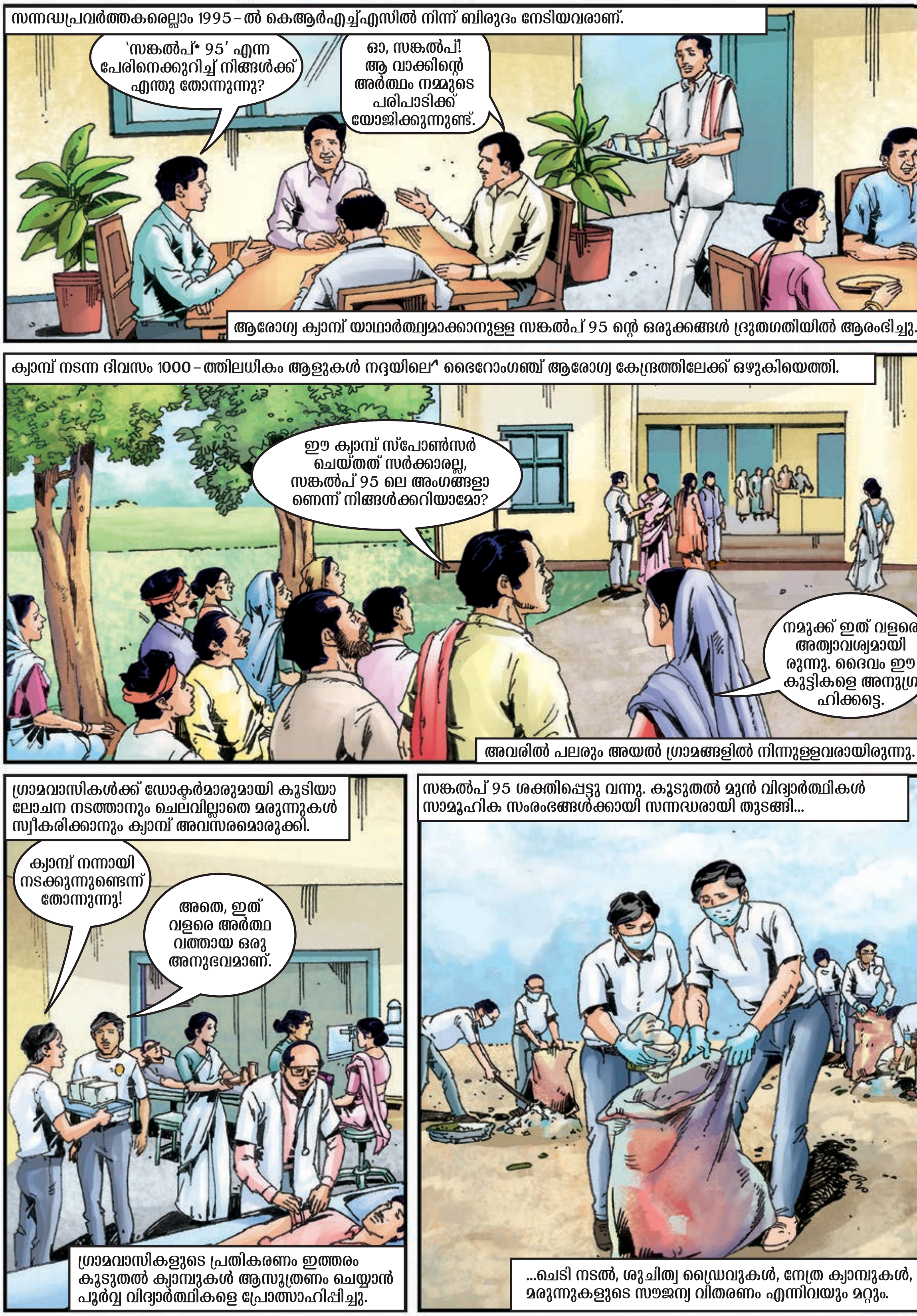
* ഓക്സിലറി നഴ്സ് മിഡ്‌വൈഫറി

^അക്രെഡിറ്റഡ് സോഷ്യൽ ഹെൽത്ത് ആക്ടിവിസ്റ്റ്


ധാരാളം വെല്ലുവിളികൾ തീർച്ചയായും ഉണ്ടായിരുന്നു. പ്രതിരോധ കുത്തിവയ്പ്പുകൾ നൽകുന്നതിനായി ടീമിന് മലയോര പ്രദേശങ്ങളിലൂടെ സഞ്ചരിക്കേണ്ടി വന്നു.
ഗർഭിണികൾക്കും പ്രായമായവർക്കും വികലാംഗർക്കും അവരുടെ വീട്ടുവാതിൽക്കലെത്തി വാക്സിനുകൾ നൽകിക്കൊണ്ട് അവർ ദിവസവും 10 കിലോമീറ്റർ വരെ നടന്നു.
ബോധവൽക്കരണം നടത്തേണ്ടതും ആവശ്യമായി വന്നു.
ഈ വാക്സിൻ പൂർണ്ണമായും സുരക്ഷിതമാണ്. വൈറസിൽ നിന്ന് സംരക്ഷിക്കപ്പെടണമെങ്കിൽ കുത്തിവെപ്പ് എടുത്തേ മതിയാകൂ.
ദയവായി ഞങ്ങളെ വിശ്വസിക്കൂ.
ആരോഗ്യ പ്രവർത്തക എന്നതിലുപരി രണ്ട് കുട്ടികളുടെ അമ്മ കൂടിയായിരുന്നു പൂനം.
ഞാൻ വീട്ടിൽ എത്തിയാലുടൻ സ്വയം അണുവിമുക്തമാക്കുകയും കുട്ടികളെ കാണുന്നതിന് മുമ്പ് വസ്ത്രം മാറുകയും ചെയ്യും. അവരുടെ ആരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ച് എനിക്ക് വളരെ ആശങ്കയുണ്ട്.
എനിക്കു മനസ്സിലാകുന്നുണ്ട് പൂനം. താങ്കൾ ധീരയാണ്.
പ്രതിബന്ധങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നിട്ടും, 2021-ൽ പൂനവും സംഘവും ആറുമാസത്തിനുള്ളിൽ 100% വാക്സിനേഷൻ എന്ന തങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യം കൈവരിച്ചു. 1,72,000 പേർക്കാണ് ഇവർ കുത്തിവെപ്പ് നൽകിയത്.
നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം പൂർത്തിയാക്കാൻ കഴിഞ്ഞതിൽ എനിക്ക് അഭിമാനവും സന്തോഷവുമുണ്ട്!
പൂനത്തിന്റെ ശ്രമങ്ങളെ പ്രധാനമന്ത്രി മോദി പ്രശംസിക്കുകയും തന്റെ റേഡിയോ ഷോയായ മൻ കി ബാത്തിൽ അഭിമുഖം നൽകുകയും ചെയ്തു.
ഇന്ത്യക്ക് ഉയർന്ന വാക്സിനേഷൻ നിരക്ക് കൈവരിക്കാൻ കഴിഞ്ഞതിൽ പൂനം നൗതിയാലിനെ പോലുള്ള ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്ക് നന്ദി പറയേണ്ടതുണ്ട്. അവരാണ് രാജ്യത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ ഹീറോകൾ!

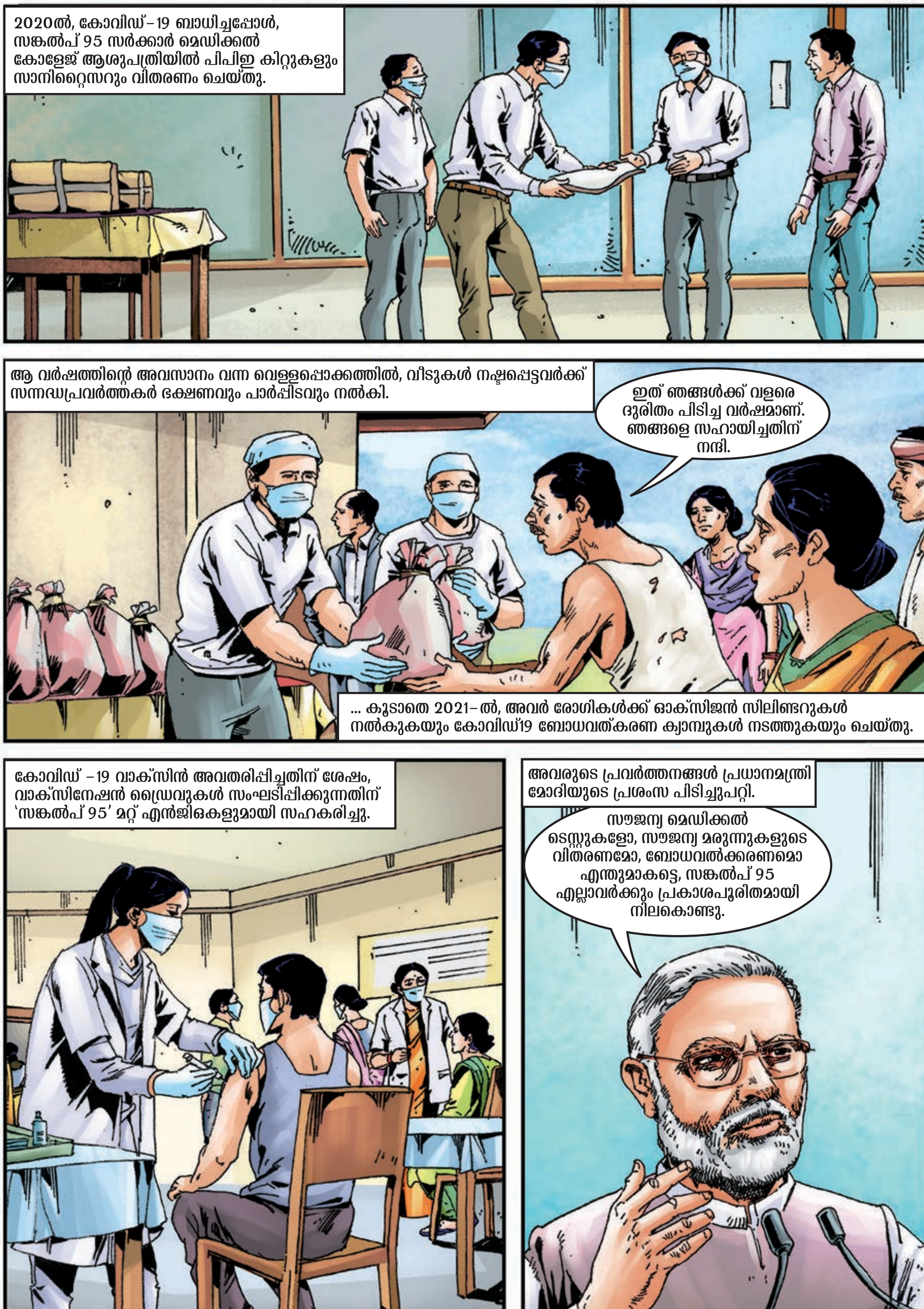
സങ്കൽപ് 95

* മുതിർന്ന സഹോദരി

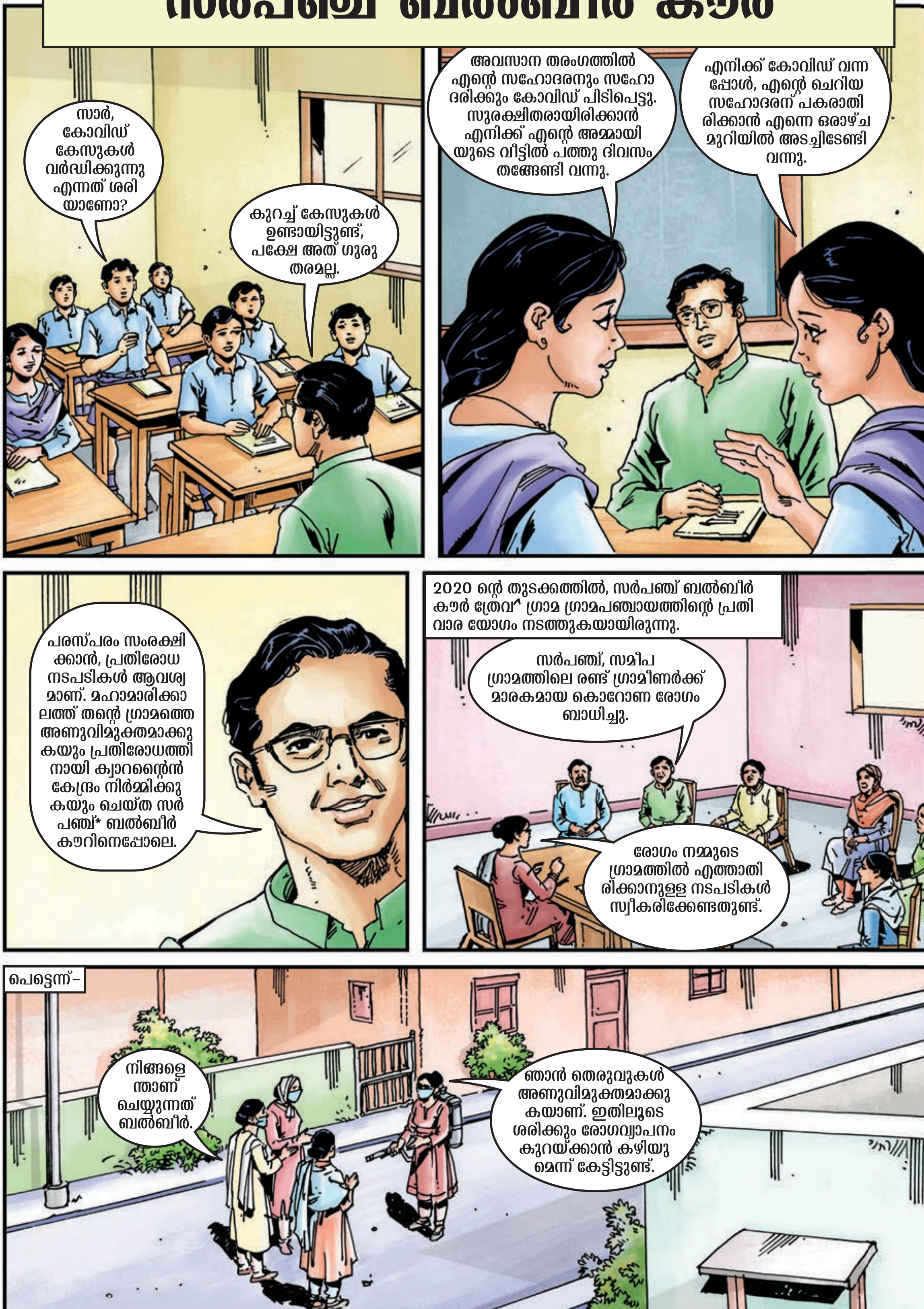


*ഹിന്ദിയിൽ ദൃഢനിശ്ചയം എന്ന് അർത്ഥം.

^ ബീഹാറിലെ ചമ്പാരൻ ജില്ലയിലെ ഒരു ഗ്രാമം


2020ൽ, കോവിഡ്–19 ബാധിച്ചപ്പോൾ, സങ്കൽപ് 95 സർക്കാർ മെഡിക്കൽ കോളേജ് ആശുപത്രിയിൽ പിപിഇ കിറ്റുകളും സാനിറ്റൈസറും വിതരണം ചെയ്തു.
ആ വർഷത്തിന്റെ അവസാനം വന്ന വെള്ളപ്പൊക്കത്തിൽ, വീടുകൾ നഷ്ടപ്പെട്ടവർക്ക് സന്നദ്ധപ്രവർത്തകർ ഭക്ഷണവും പാർപ്പിടവും നൽകി.
ഇത് ഞങ്ങൾക്ക് വളരെ ദുരിതം പിടിച്ച വർഷമാണ്. ഞങ്ങളെ സഹായിച്ചതിന് നന്ദി.
... കൂടാതെ 2021–ൽ, അവർ രോഗികൾക്ക് ഓക്സിജൻ സിലിണ്ടറുകൾ നൽകുകയും കോവിഡ്19 ബോധവത്കരണ ക്യാമ്പുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്തു.
കോവിഡ് –19 വാക്സിൻ അവതരിപ്പിച്ചതിന് ശേഷം, വാക്സിനേഷൻ ഡ്രൈവുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിന് 'സങ്കൽപ് 95' മറ്റ് എൻജിഒകളുമായി സഹകരിച്ചു.
അവരുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പ്രധാനമന്ത്രി മോദിയുടെ പ്രശംസ പിടിച്ചുപറ്റി.
സൗജന്യ മെഡിക്കൽ ടെസ്റ്റുകളോ, സൗജന്യ മരുന്നുകളുടെ വിതരണമോ, ബോധവൽക്കരണമൊ എന്തുമാകട്ടെ, സങ്കൽപ് 95 എല്ലാവർക്കും പ്രകാശപൂരിതമായി നിലകൊണ്ടു.

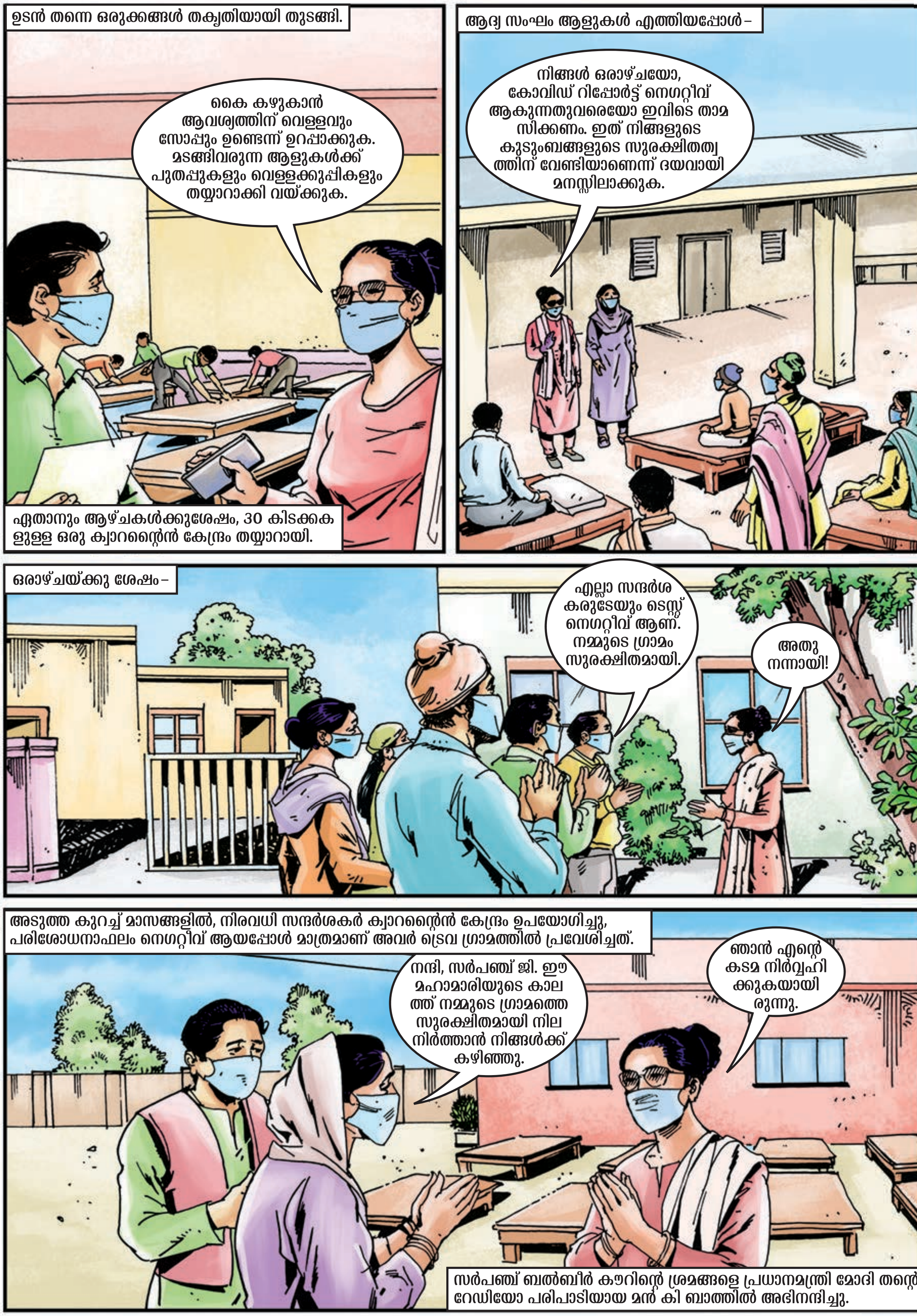
സർപഞ്ച് ബൽബീർ കൗർ



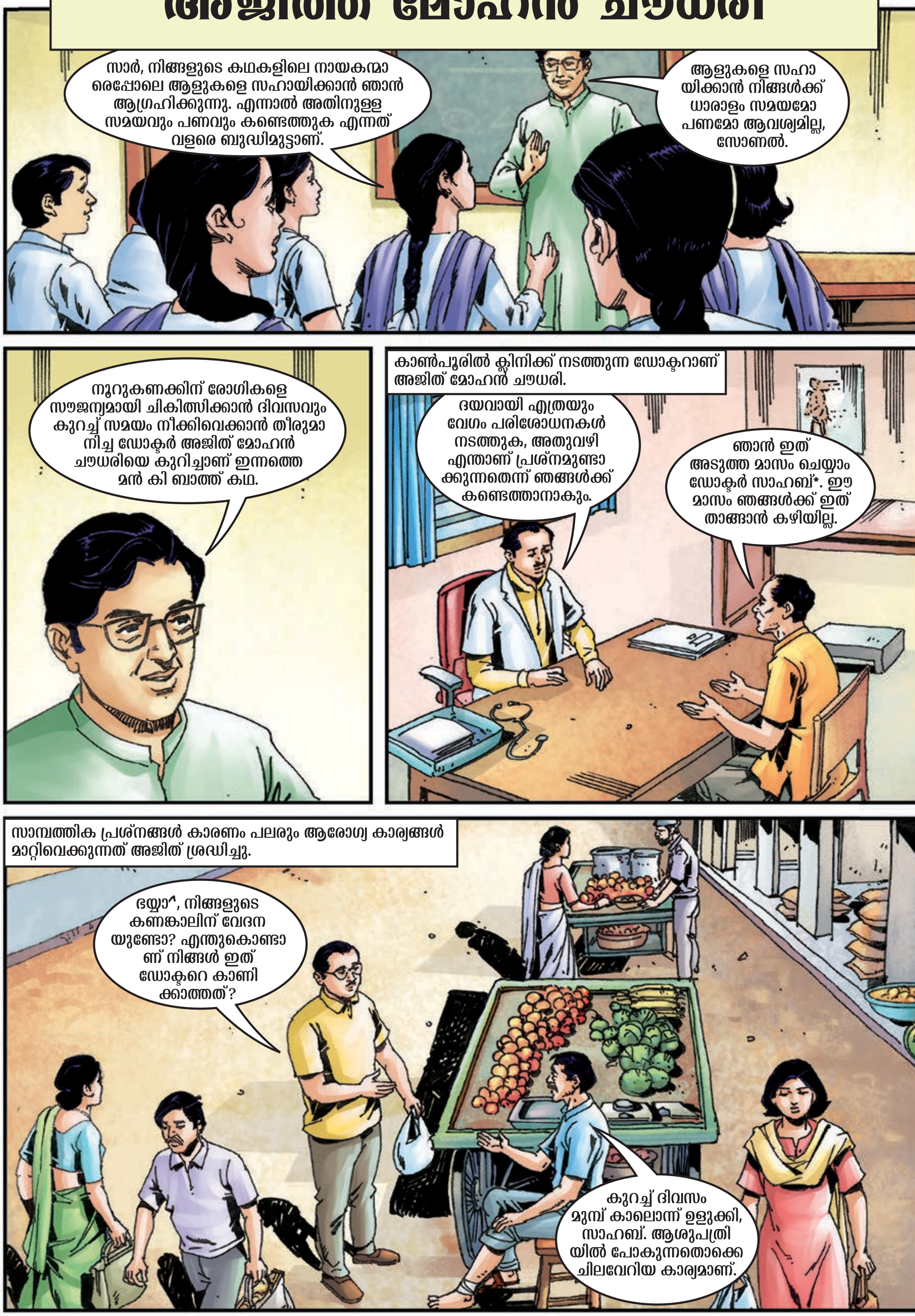
* ഗ്രാമത്തിലെ മുഖ്യൻ

^ജമ്മുവിലെ ഒരു ഗ്രാമം

ബൽബീർ കൗറിന്റെ ശ്രമങ്ങളെ കുറിച്ച് ഗ്രാമവാസികൾ അറിഞ്ഞപ്പോൾ –
സർപഞ്ച് ഞങ്ങൾ നിങ്ങളെ സഹായിക്കാൻ വന്നതാണ്.
നിങ്ങൾക്ക് നന്ദി!
കുറച്ചു ദിവസങ്ങൾക്കു ശേഷം –
നമ്മുടെ ഗ്രാമത്തിലെ മിക്ക തെരുവുകളും നമ്മൾ അണുവിമുക്തമാക്കിയെന്നു തോന്നുന്നു.
പുറത്തുനിന്നുള്ളവർ ഗ്രാമത്തിലേയ്ക്ക് കടന്നുവരുന്നത് തടയുകയും രോഗവ്യാപനം നിയന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് അടുത്ത ഘട്ടം.
PANCHAYAT TREVA
ബൽബീർ കൗർ ഉടൻ പഞ്ചായത്ത് യോഗം വിളിച്ചു.
ഒരു ലോക്ക്ഡൗൺ പ്രഖ്യാപിച്ചേക്കാം, നമ്മുടെ ഗ്രാമവാസികൾ നഗരങ്ങളിൽ നിന്ന് വീട്ടിലേക്ക് മടങ്ങുമെന്ന് ഞാൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. അവരെ ഒരാഴ്ചത്തേക്ക് ക്വാറന്റൈൻ ചെയ്യാൻ നമുക്ക് ഒരു ക്വാറന്റൈൻ കേന്ദ്രം നിർമ്മിക്കേണ്ടതുണ്ട്.
പക്ഷെ എവിടെ? പഞ്ചായത്ത് ഹൗസും കമ്മ്യൂണിറ്റി സെന്ററും നവീകരണ പ്രവർത്തനത്തിലാണ്.
നമ്മുടെ ഗ്രാമത്തിനു പുറത്ത് അർണിയ സെക്ടറിൽ ഒരു സ്ഥലമുണ്ട്, അത് ഒരു ക്വാറന്റൈൻ കേന്ദ്രമാക്കി മാറ്റാം.

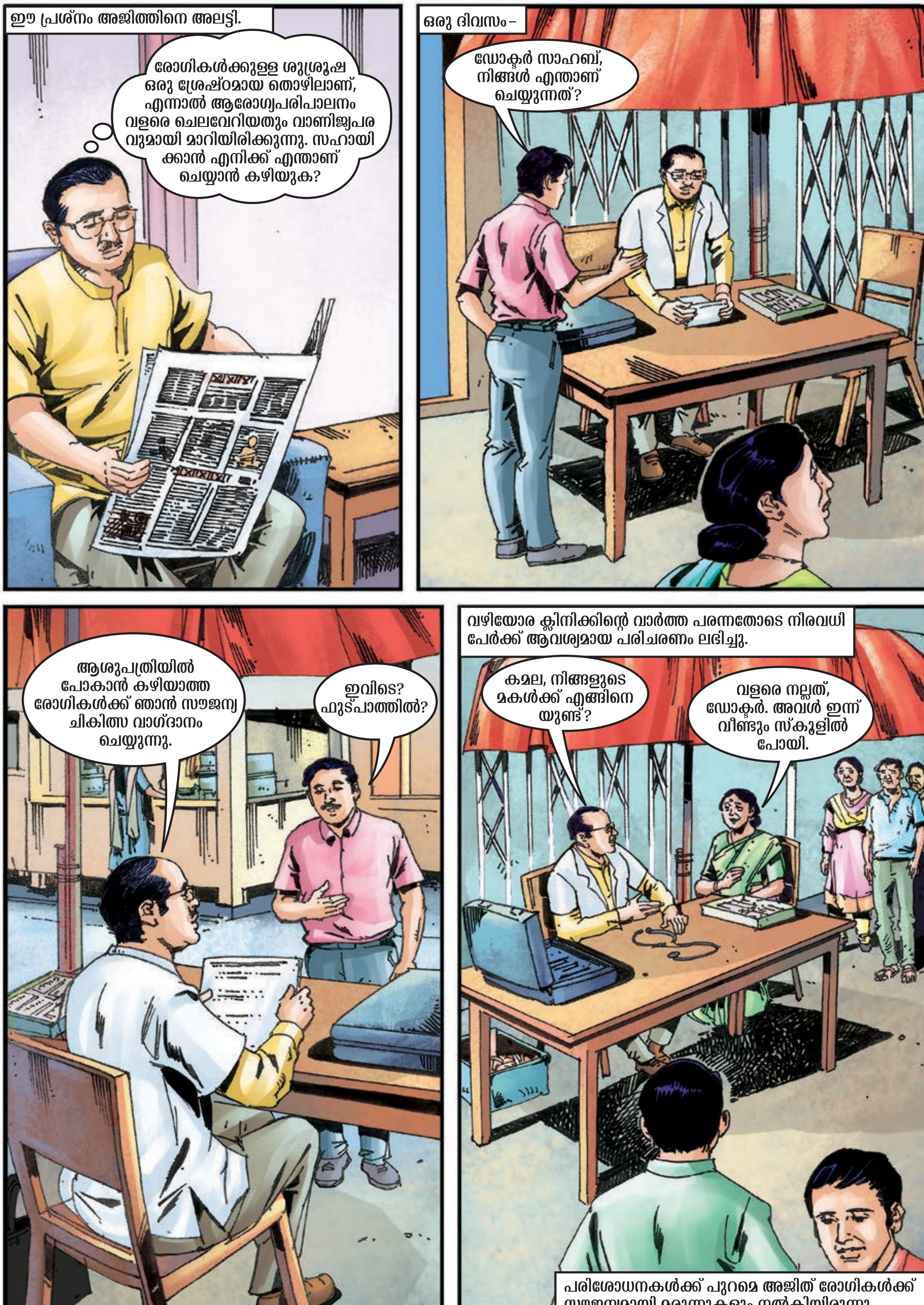

ഉടൻ തന്നെ ഒരുക്കങ്ങൾ തകൃതിയായി തുടങ്ങി.
കൈ കഴുകാൻ ആവശ്യത്തിന് വെള്ളവും സോപ്പും ഉണ്ടെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക. മടങ്ങിവരുന്ന ആളുകൾക്ക് പുതപ്പുകളും വെള്ളക്കുപ്പികളും തയ്യാറാക്കി വയ്ക്കുക.
ഏതാനും ആഴ്ചകൾക്കുശേഷം, 30 കിടക്കകളുള്ള ഒരു ക്വാറന്റൈൻ കേന്ദ്രം തയ്യാറായി.
ആദ്യ സംഘം ആളുകൾ എത്തിയപ്പോൾ–
നിങ്ങൾ ഒരാഴ്ചയോ, കോവിഡ് റിപ്പോർട്ട് നെഗറ്റീവ് ആകുന്നതുവരെയോ ഇവിടെ താമസിക്കണം. ഇത് നിങ്ങളുടെ കുടുംബങ്ങളുടെ സുരക്ഷിതത്വത്തിന് വേണ്ടിയാണെന്ന് ദയവായി മനസ്സിലാക്കുക.
ഒരാഴ്ചയ്ക്കു ശേഷം–
എല്ലാ സന്ദർശകരുടേയും ടെസ്റ്റ് നെഗറ്റീവ് ആണ്. നമ്മുടെ ഗ്രാമം സുരക്ഷിതമായി.
അതു നന്നായി!
അടുത്ത കുറച്ച് മാസങ്ങളിൽ, നിരവധി സന്ദർശകർ ക്വാറന്റൈൻ കേന്ദ്രം ഉപയോഗിച്ചു, പരിശോധനാഫലം നെഗറ്റീവ് ആയപ്പോൾ മാത്രമാണ് അവർ ട്രെവ ഗ്രാമത്തിൽ പ്രവേശിച്ചത്.
നന്ദി, സർപഞ്ച് ജി. ഈ മഹാമാരിയുടെ കാലത്ത് നമ്മുടെ ഗ്രാമത്തെ സുരക്ഷിതമായി നിലനിർത്താൻ നിങ്ങൾക്ക് കഴിഞ്ഞു.
ഞാൻ എന്റെ കടമ നിർവ്വഹിക്കുകയായിരുന്നു.
സർപഞ്ച് ബൽബീർ കൗറിന്റെ ശ്രമങ്ങളെ പ്രധാനമന്ത്രി മോദി തന്റെ റേഡിയോ പരിപാടിയായ മൻ കി ബാത്തിൽ അഭിനന്ദിച്ചു.

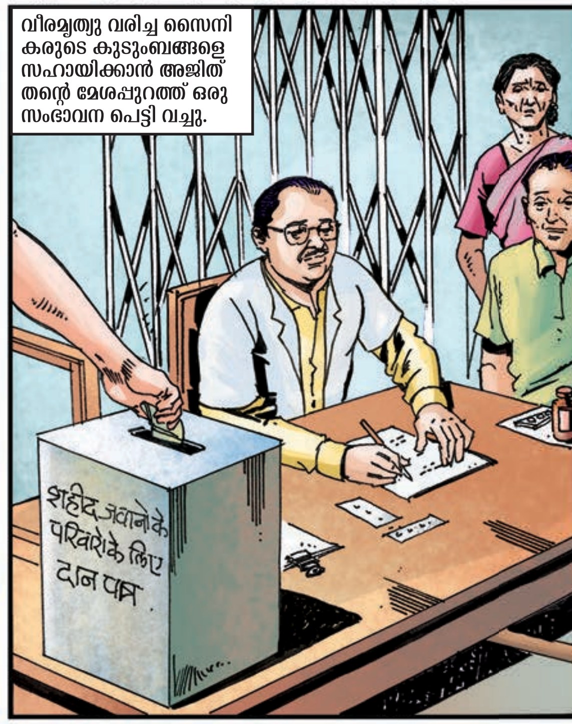
അജിത്ത് മോഹൻ ചൗധരി

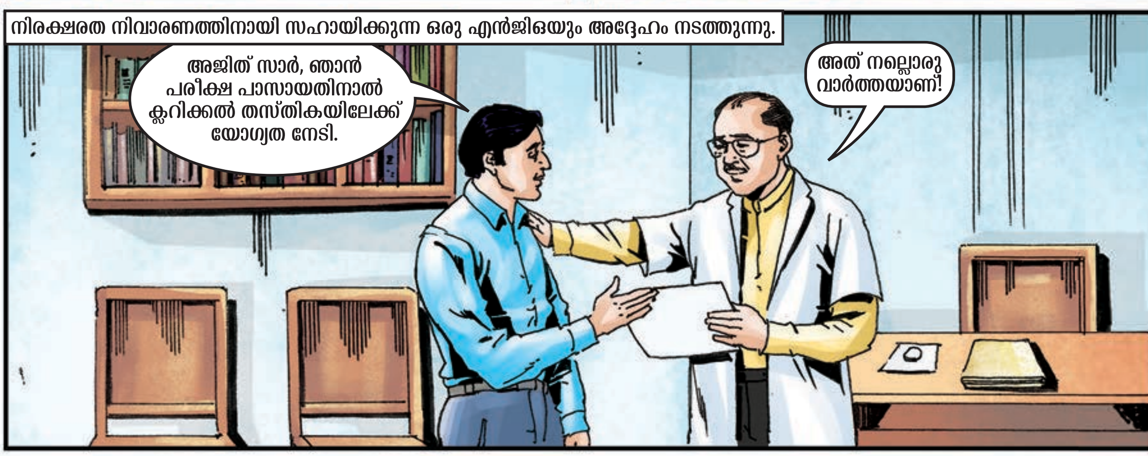


* ഒരു മുതിർന്ന വ്യക്തിയെ അഭിസംബോധന ചെയ്യാൻ ഉപയോഗിക്കുന്ന മാന്യമായ പദം

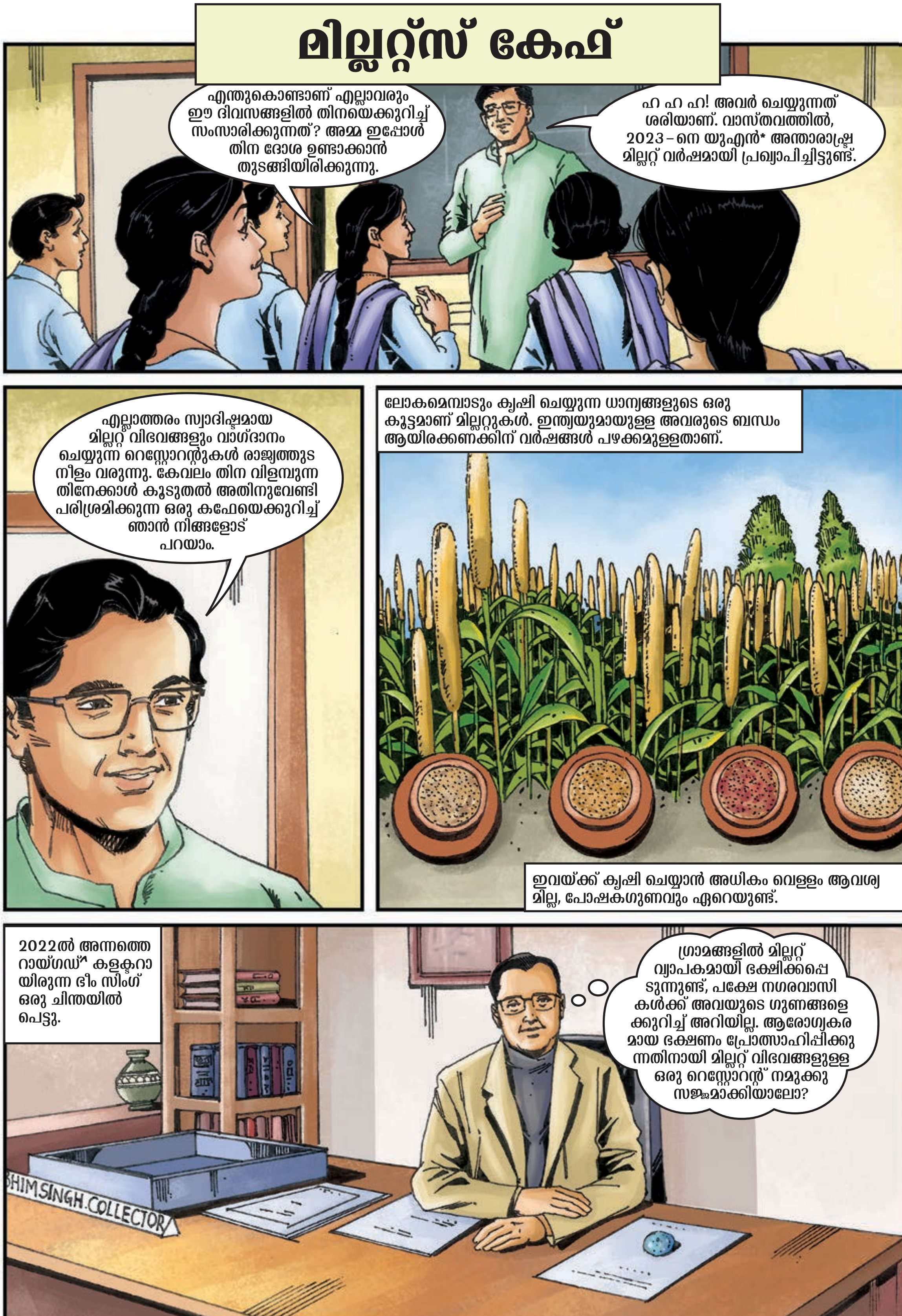
^സഹോദരൻ


ഈ പ്രശ്നം അജിത്തിനെ അലട്ടി.
രോഗികൾക്കുള്ള ശുശ്രൂഷ ഒരു ശ്രേഷ്ഠമായ തൊഴിലാണ്, എന്നാൽ ആരോഗ്യപരിപാലനം വളരെ ചെലവേറിയതും വാണിജ്യപര വുമായി മാറിയിരിക്കുന്നു. സഹായി ക്കാൻ എനിക്ക് എന്താണ് ചെയ്യാൻ കഴിയുക?
ഒരു ദിവസം–
ഡോക്ടർ സാഹബ്, നിങ്ങൾ എന്താണ് ചെയ്യുന്നത്?
ആശുപത്രിയിൽ പോകാൻ കഴിയാത്ത രോഗികൾക്ക് ഞാൻ സൗജന്യ ചികിത്സ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു.
ഇവിടെ? ഫുട്പാത്തിൽ?
വഴിയോര ക്ലിനിക്കിന്റെ വാർത്ത പരന്നതോടെ നിരവധി പേർക്ക് ആവശ്യമായ പരിചരണം ലഭിച്ചു.
കമല, നിങ്ങളുടെ മകൾക്ക് എങ്ങിനെയുണ്ട്?
വളരെ നല്ലത്, ഡോക്ടർ. അവൾ ഇന്ന് വീണ്ടും സ്കൂളിൽ പോയി.
പരിശോധനകൾക്ക് പുറമെ അജിത് രോഗികൾക്ക് സൗജന്യമായി മരുന്നുകളും നൽകിയിരുന്നു.





*നോൺ ഗവൺമെന്റൽ ഓർഗനൈസേഷൻ

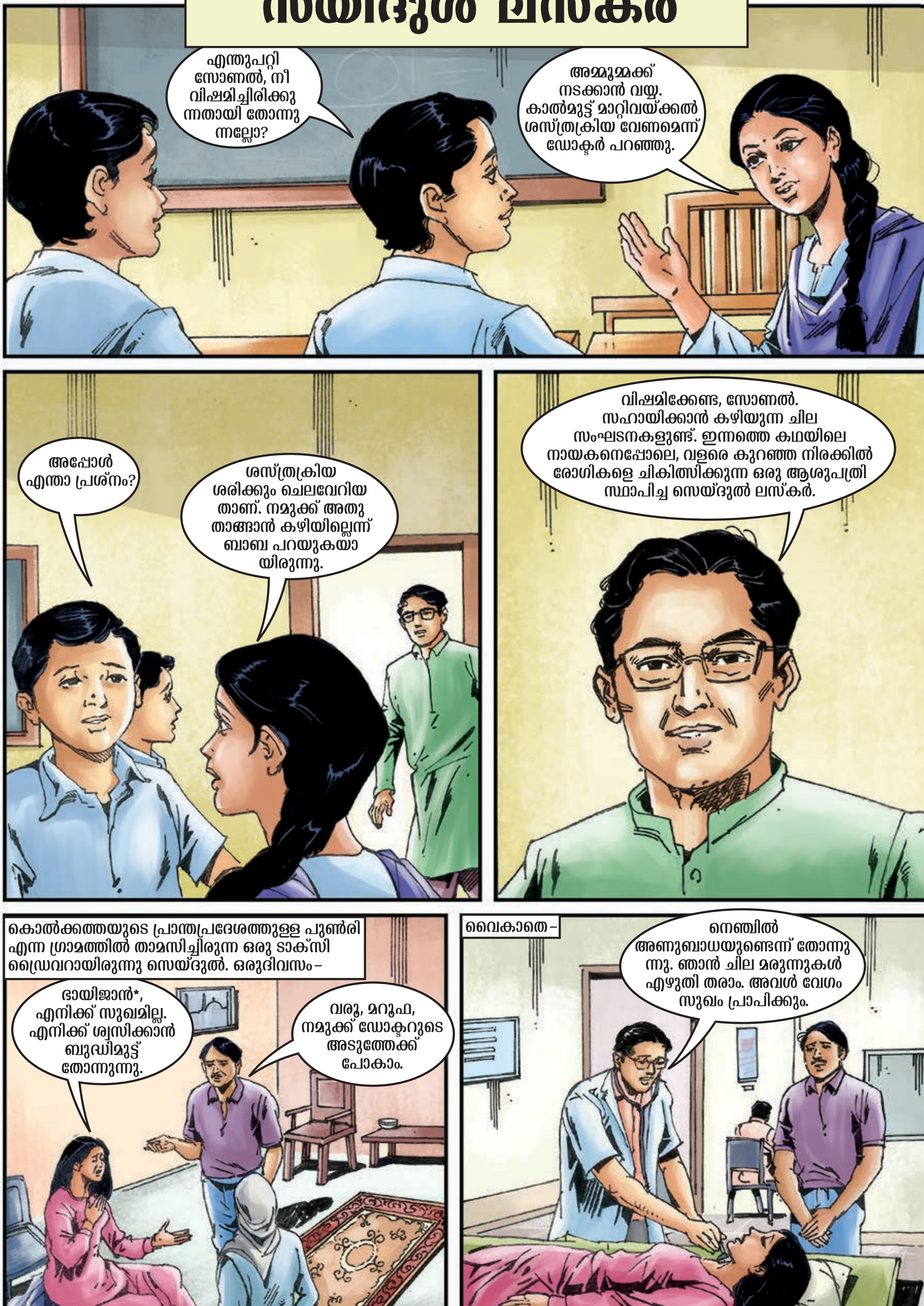


*യുണൈറ്റഡ് നേഷൻ

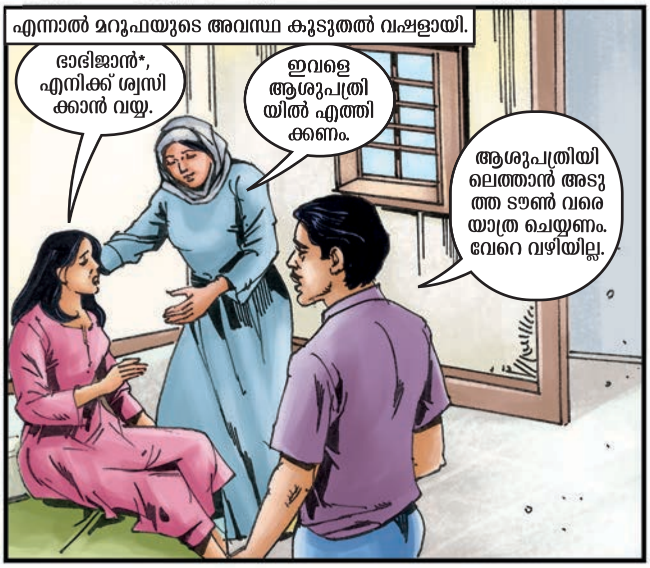
^ചത്തിസ്ഘഢിലെ ഒരു നഗരം

*നഗര ഉപജീവനത്തിനായി പ്രതിജ്ഞാബദ്ധമായ ഒരു സ്വയം സഹായ സംഘം

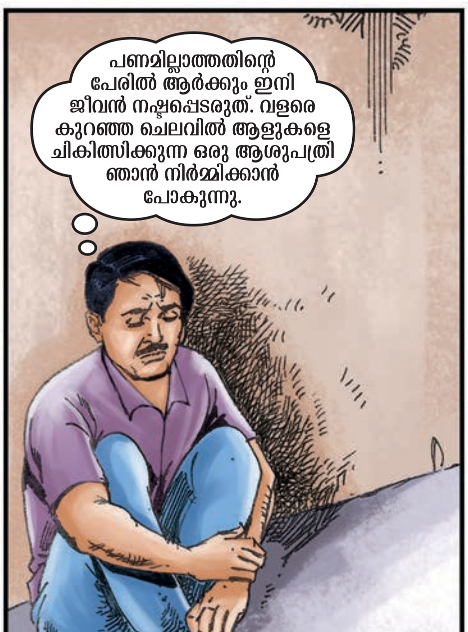
സയിദുൾ ലസ്കർ

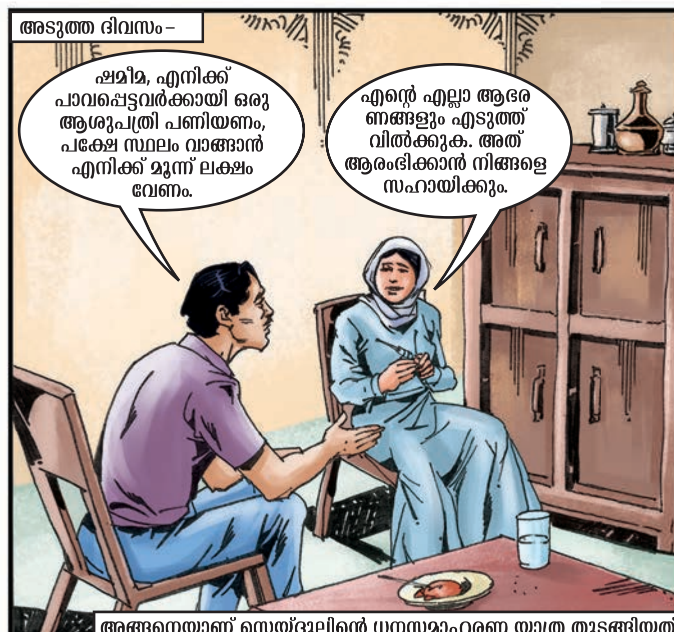


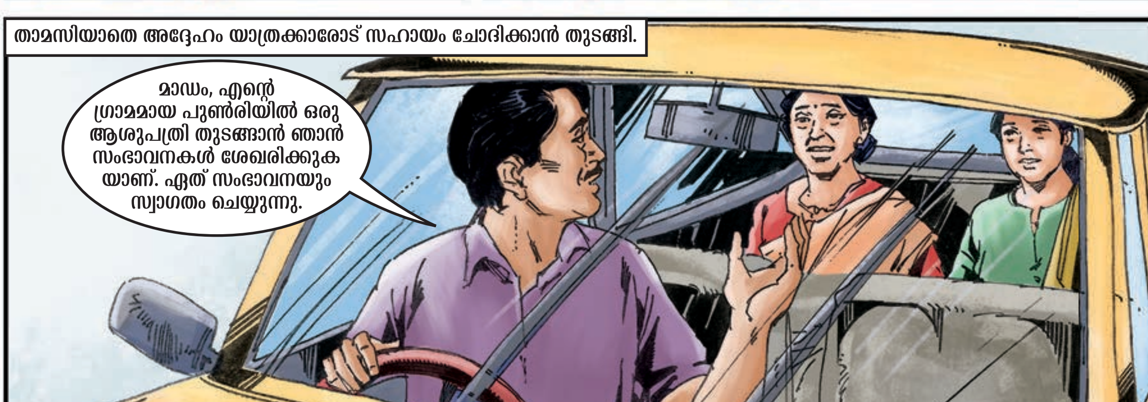
*മൂത്ത സഹോദരൻ


എന്നാൽ മറൂഫയുടെ അവസ്ഥ കൂടുതൽ വഷളായി.
ഭാബിജാൻ*, എനിക്ക് ശ്വസിക്കാൻ വയ്യ.
ഇവളെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കണം.
ആശുപത്രിയിലെത്താൻ അടുത്ത ടൗൺ വരെ യാത്ര ചെയ്യണം. വേറെ വഴിയില്ല.

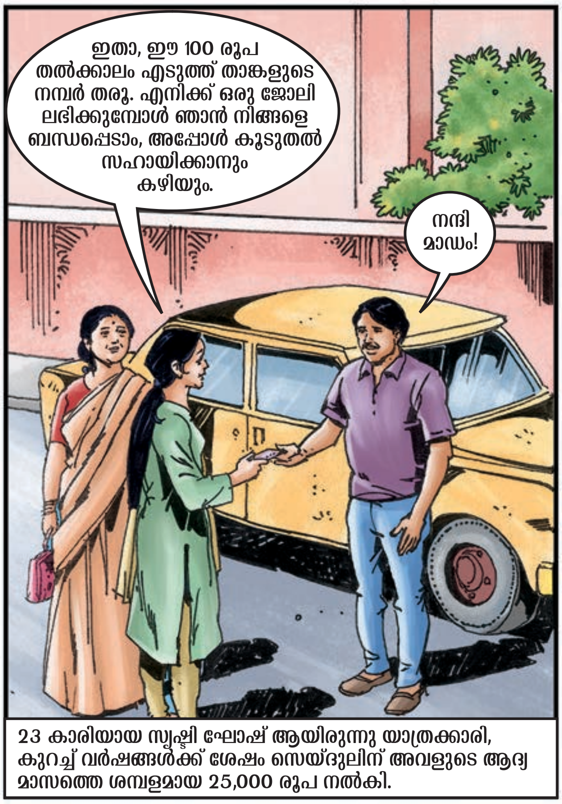
സൈദുലും ഭാര്യ ഷമീമയും മറൂഫയോടൊപ്പം ആശുപത്രിയിലേക്ക് പാഞ്ഞു –
അവളെ അഡ്മിറ്റ് ചെയ്യണം. ചികിത്സയ്ക്ക് ഒരു ലക്ഷം രൂപ ചിലവു വരും.
ഞങ്ങൾക്ക് അത് താങ്ങാൻ കഴിയില്ല. എന്തു ചെയ്യും?
ഖേദകരമെന്നു പറയട്ടെ, സൈദുലും ഷമീമയും ഫണ്ട് ശേഖരിക്കാൻ തീവ്രശ്രമം നടത്തുമ്പോഴേക്കും, 17 –ാം വയസ്സിൽ മറൂഫയുടെ ജീവൻ നഷ്ടപ്പെട്ടു.


പണമില്ലാത്തതിന്റെ പേരിൽ ആർക്കും ഇനി ജീവൻ നഷ്ടപ്പെടരുത്. വളരെ കുറഞ്ഞ ചെലവിൽ ആളുകളെ ചികിത്സിക്കുന്ന ഒരു ആശുപത്രി ഞാൻ നിർമ്മിക്കാൻ പോകുന്നു.

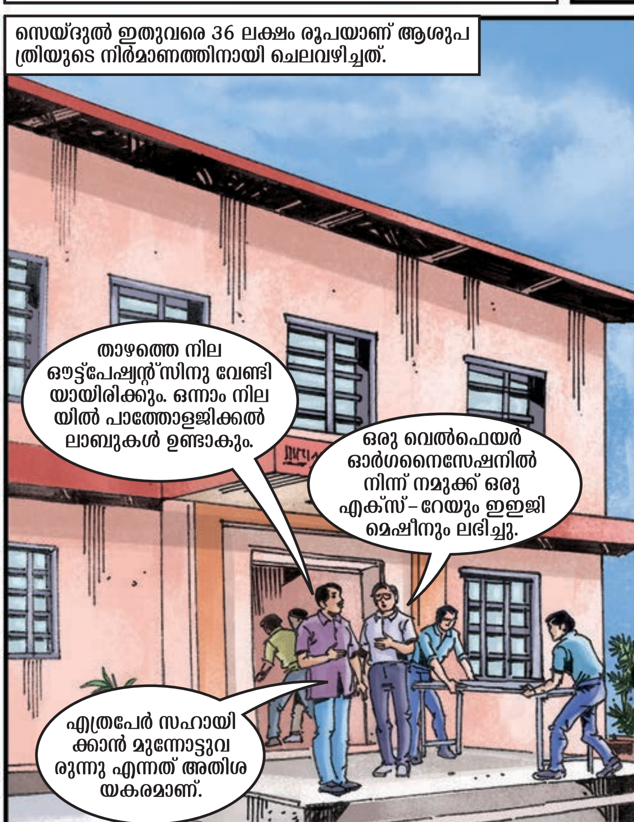

അടുത്ത ദിവസം –
ഷമീമ, എനിക്ക് പാവപ്പെട്ടവർക്കായി ഒരു ആശുപത്രി പണിയണം, പക്ഷേ സ്ഥലം വാങ്ങാൻ എനിക്ക് മൂന്ന് ലക്ഷം വേണം.
എന്റെ എല്ലാ ആഭരണങ്ങളും എടുത്ത് വിൽക്കുക. അത് ആരംഭിക്കാൻ നിങ്ങളെ സഹായിക്കും.
അങ്ങനെയാണ് സെയ്ദുലിന്റെ ധനസമാഹരണ യാത്ര തുടങ്ങിയത്.


താമസിയാതെ അദ്ദേഹം യാത്രക്കാരോട് സഹായം ചോദിക്കാൻ തുടങ്ങി.
മാഡം, എന്റെ ഗ്രാമമായ പുൺരിയിൽ ഒരു ആശുപത്രി തുടങ്ങാൻ ഞാൻ സംഭാവനകൾ ശേഖരിക്കുകയാണ്. ഏത് സംഭാവനയും സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

*സഹോദരന്റെ ഭാര്യ

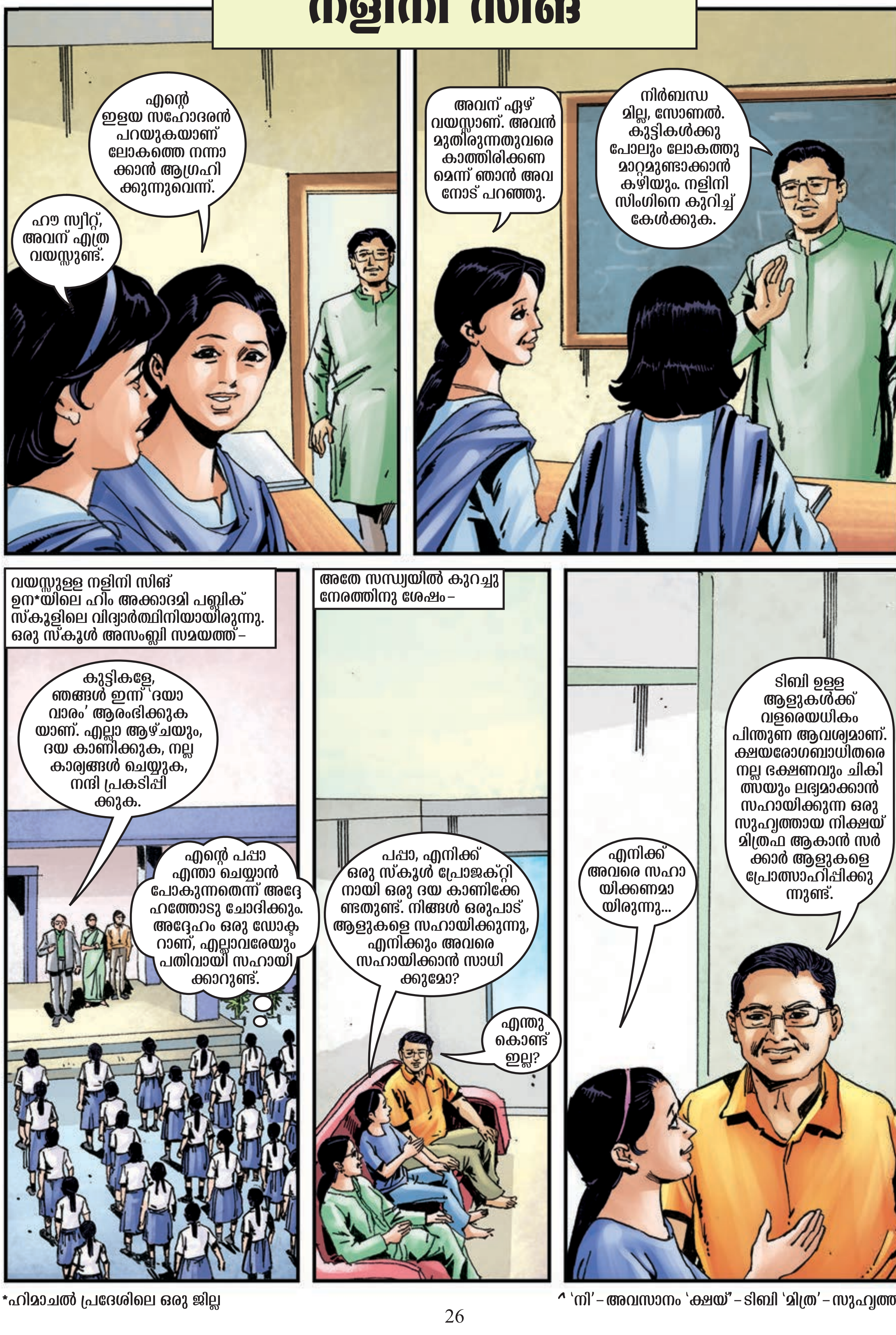

ഇതാ, ഈ 100 രൂപ തൽക്കാലം എടുത്ത് താങ്കളുടെ നമ്പർ തരൂ. എനിക്ക് ഒരു ജോലി ലഭിക്കുമ്പോൾ ഞാൻ നിങ്ങളെ ബന്ധപ്പെടാം, അപ്പോൾ കൂടുതൽ സഹായിക്കാനും കഴിയും.
നന്ദി മാഡം!
23 കാരിയായ സൃഷ്ടി ഘോഷ് ആയിരുന്നു യാത്രക്കാരി, കുറച്ച് വർഷങ്ങൾക്ക് ശേഷം സെയ്ദുലിന് അവളുടെ ആദ്യ മാസത്തെ ശമ്പളമായ 25,000 രൂപ നൽകി.

അടുത്ത 12 വർഷത്തേക്ക് സെയ്ദുൽ യാത്രക്കാരിൽ നിന്നും ഗ്രാമീണരിൽ നിന്നും ചില എൻജിഒകളിൽ നിന്നും ഫണ്ട് ശേഖരിക്കുന്നത് തുടർന്നു. ഒടുവിൽ 2018 – ൽ മരുഫ സ്മൃതി വെൽഫെയർ ഫൗണ്ടേഷൻ, സൃഷ്ടി ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു.
ഇത് വലിയൊരു ബഹുമതിയാണ്!
ക്ലാപ്പ്
ക്ലാപ്പ്
ക്ലാപ്പ്
നിങ്ങൾ ഞങ്ങൾക്കു വേണ്ടി മറൂഫയുടെ സ്ഥാനം ഏറ്റെടുത്തു.


സെയ്ദുൽ ഇതുവരെ 36 ലക്ഷം രൂപയാണ് ആശുപത്രിയുടെ നിർമാണത്തിനായി ചെലവഴിച്ചത്.
താഴത്തെ നില ഔട്ട്പേഷ്യന്റ്സിനു വേണ്ടിയായിരിക്കും. ഒന്നാം നിലയിൽ പാത്തോളജിക്കൽ ലാബുകൾ ഉണ്ടാകും.
ഒരു വെൽഫെയർ ഓർഗനൈസേഷനിൽ നിന്ന് നമുക്ക് ഒരു എക്സ്–റേയും ഇഇജി മെഷീനും ലഭിച്ചു.
എത്രപേർ സഹായിക്കാൻ മുന്നോട്ടുവരുന്നു എന്നത് അതിശയകരമാണ്.

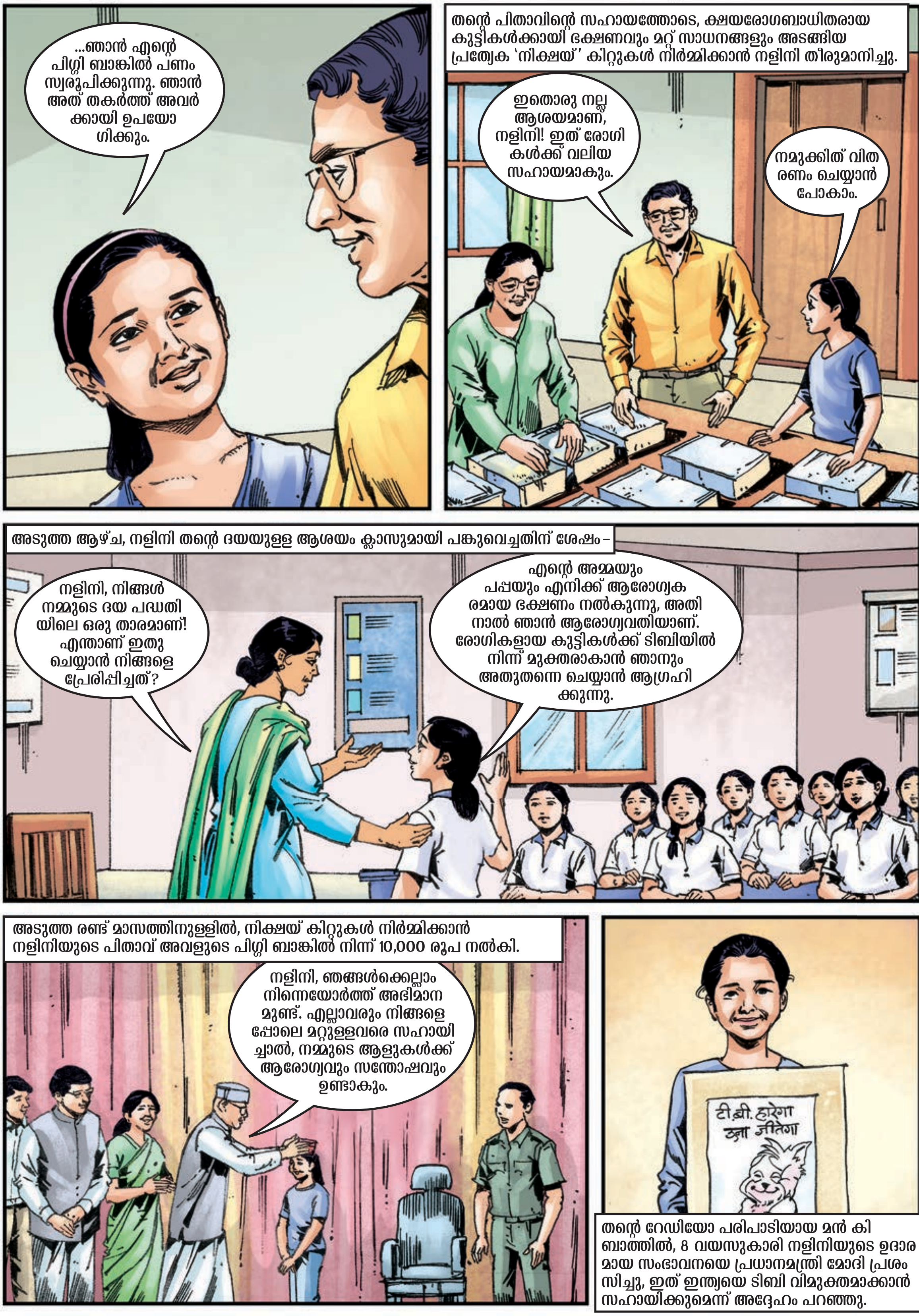
സെയ്ദുൽ തന്റെ ആശുപത്രിയിൽ കൂടുതൽ സൗകര്യങ്ങൾ ഒരുക്കുന്നതിനായി ഫണ്ട് ശേഖരിക്കുന്നത് ഒരേയൊരു ലക്ഷ്യത്തോടെയാണ്–
പൂനെയ്ക്ക് ചുറ്റുമുള്ള 100 ഗ്രാമങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള ആളുകൾക്ക് താങ്ങാനാവുന്ന ആരോഗ്യ പരിരക്ഷ നൽകാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.
പ്രധാനമന്ത്രി മോദിയുടെ റേഡിയോ പരിപാടിയായ മൻ കി ബാത്തിൽ പോലും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ശ്രമങ്ങൾ പരാമർശിക്കപ്പെട്ടു.

നളിനി സിങ്

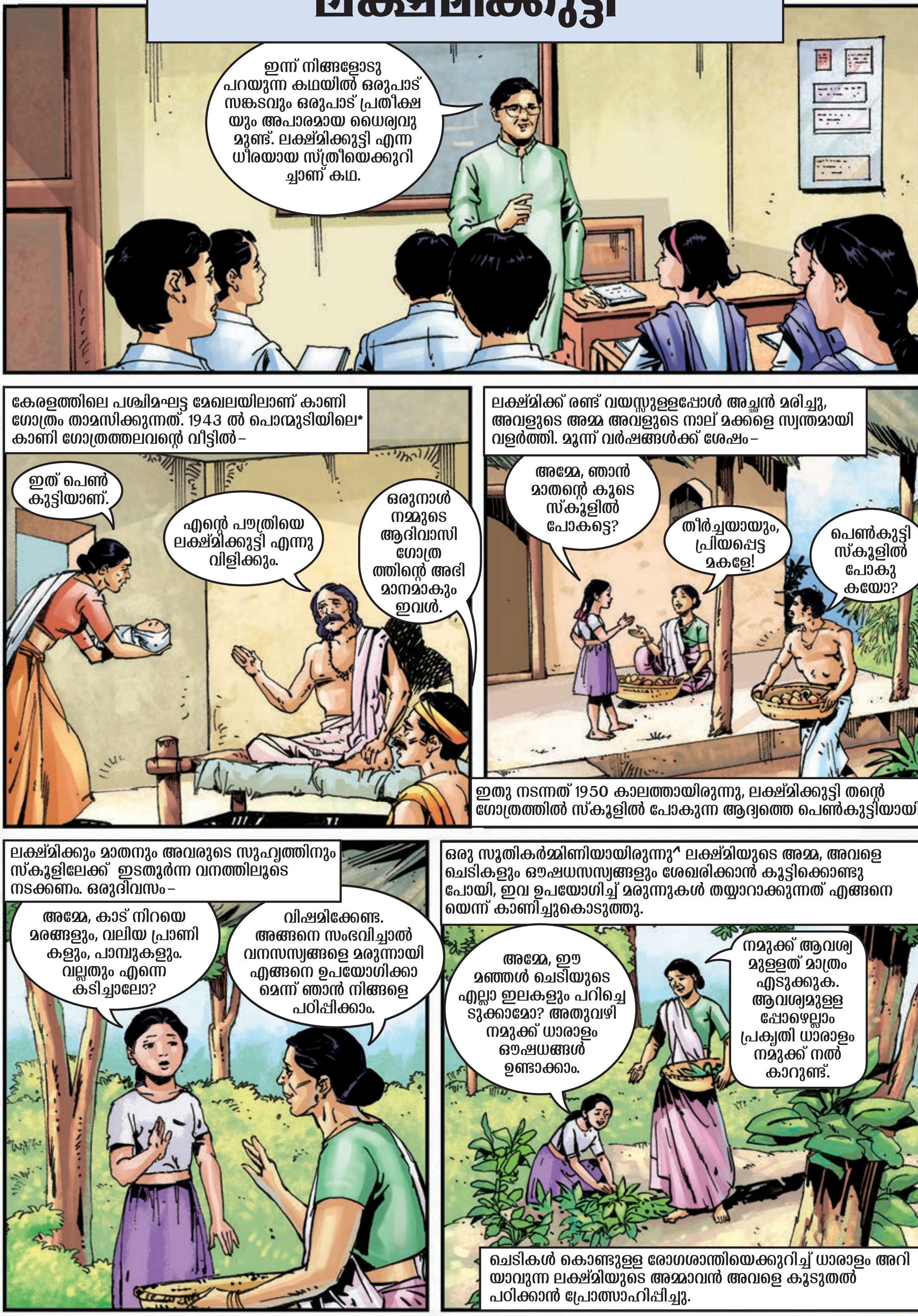


*ഹിമാചൽ പ്രദേശിലെ ഒരു ജില്ല

^ 'നി' – അവസാനം 'ക്ഷയ്' – ടിബി 'മിത്ര' – സുഹൃത്ത്

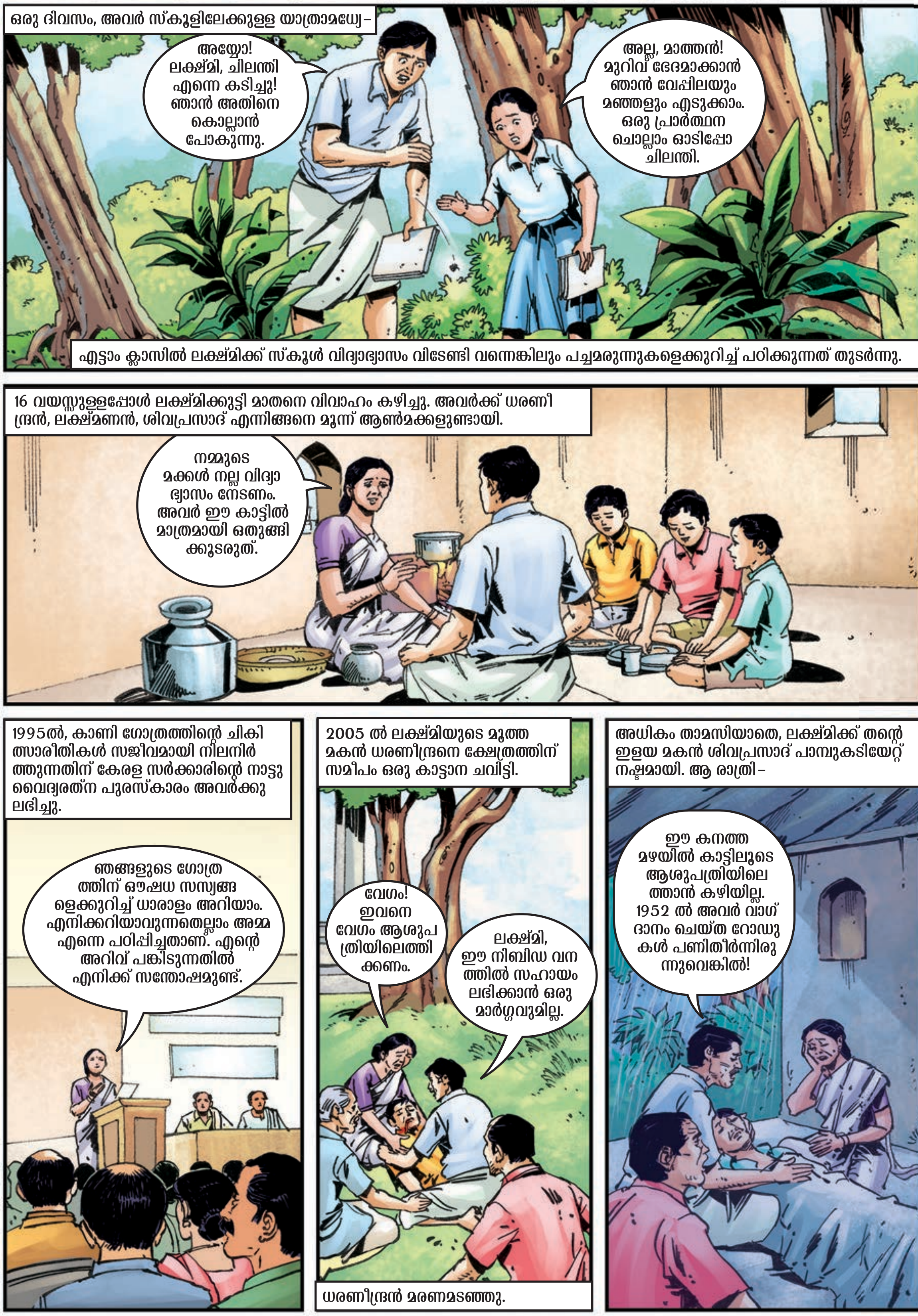

...ഞാൻ എന്റെ പിഗ്ഗി ബാങ്കിൽ പണം സ്വരൂപിക്കുന്നു. ഞാൻ അത് തകർത്ത് അവർക്കായി ഉപയോഗിക്കും.
തന്റെ പിതാവിന്റെ സഹായത്തോടെ, ക്ഷയരോഗബാധിതരായ കുട്ടികൾക്കായി ഭക്ഷണവും മറ്റ് സാധനങ്ങളും അടങ്ങിയ പ്രത്യേക 'നിക്ഷയ്' കിറ്റുകൾ നിർമ്മിക്കാൻ നളിനി തീരുമാനിച്ചു.
ഇതൊരു നല്ല ആശയമാണ്, നളിനി! ഇത് രോഗികൾക്ക് വലിയ സഹായമാകും.
നമുക്കിത് വിതരണം ചെയ്യാൻ പോകാം.
അടുത്ത ആഴ്ച, നളിനി തന്റെ ദയയുള്ള ആശയം ക്ലാസുമായി പങ്കുവെച്ചതിന് ശേഷം–
നളിനി, നിങ്ങൾ നമ്മുടെ ദയ പദ്ധതിയിലെ ഒരു താരമാണ്! എന്താണ് ഇതു ചെയ്യാൻ നിങ്ങളെ പ്രേരിപ്പിച്ചത്?
എന്റെ അമ്മയും പപ്പയും എനിക്ക് ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണം നൽകുന്നു, അതിനാൽ ഞാൻ ആരോഗ്യവതിയാണ്. രോഗികളായ കുട്ടികൾക്ക് ടിബിയിൽ നിന്ന് മുക്തരാകാൻ ഞാനും അതുതന്നെ ചെയ്യാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.
അടുത്ത രണ്ട് മാസത്തിനുള്ളിൽ, നിക്ഷയ് കിറ്റുകൾ നിർമ്മിക്കാൻ നളിനിയുടെ പിതാവ് അവളുടെ പിഗ്ഗി ബാങ്കിൽ നിന്ന് 10,000 രൂപ നൽകി.
നളിനി, ഞങ്ങൾക്കെല്ലാം നിന്നെയോർത്ത് അഭിമാനമുണ്ട്. എല്ലാവരും നിങ്ങളെപ്പോലെ മറ്റുള്ളവരെ സഹായിച്ചാൽ, നമ്മുടെ ആളുകൾക്ക് ആരോഗ്യവും സന്തോഷവും ഉണ്ടാകും.
टी.बी. हारेगा
देश जीतेगा
തന്റെ റേഡിയോ പരിപാടിയായ മൻ കി ബാത്തിൽ, 8 വയസുകാരി നളിനിയുടെ ഉദാരമായ സംഭാവനയെ പ്രധാനമന്ത്രി മോദി പ്രശംസിച്ചു, ഇത് ഇന്ത്യയെ ടിബി വിമുക്തമാക്കാൻ സഹായിക്കുമെന്ന് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

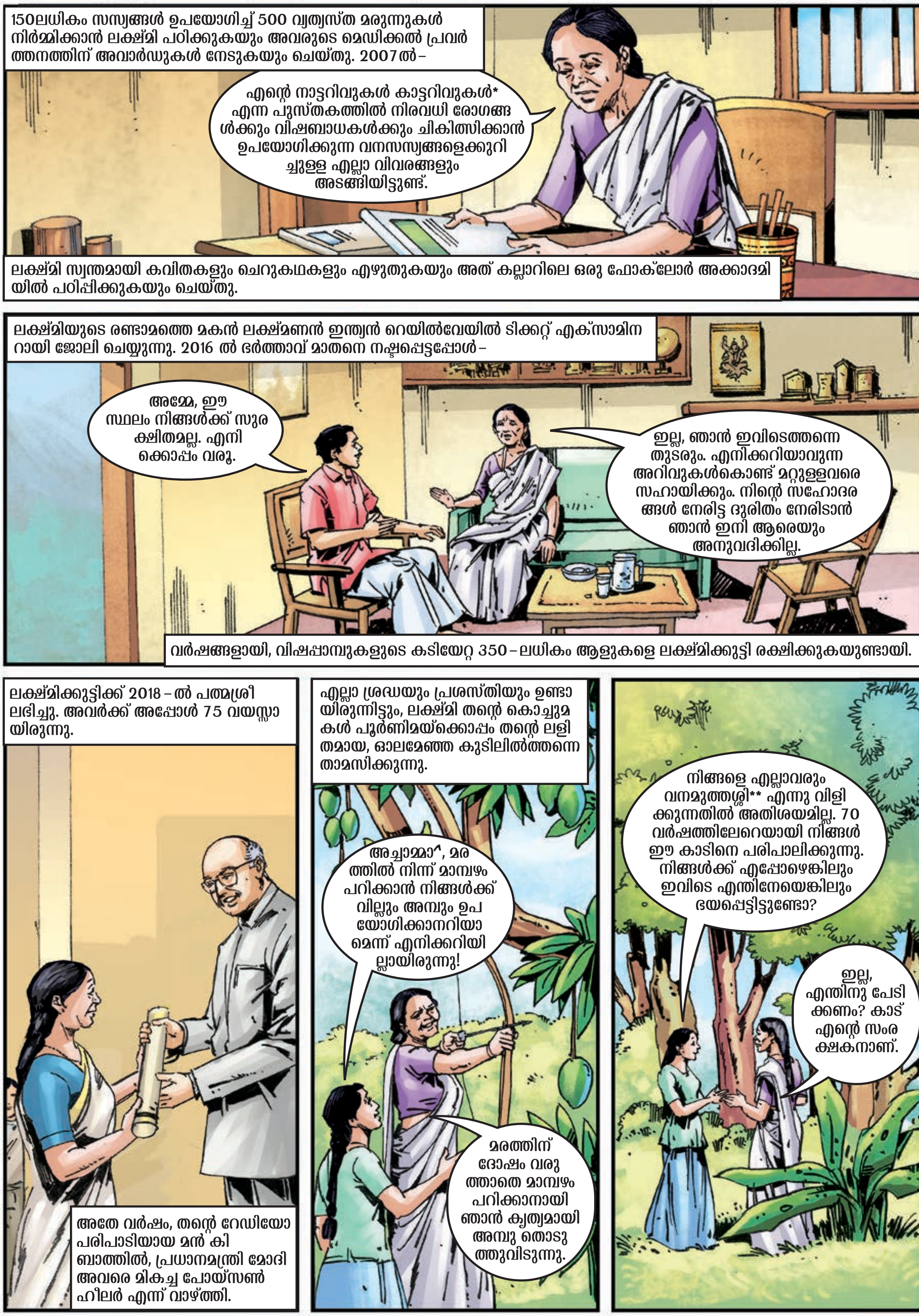
ലക്ഷ്മിക്കുട്ടി



* സ്വർണംകൊണ്ടുള്ള മുടി എന്നർത്ഥം വരുന്ന ഒരു ഗ്രാമം (ഗോൾഡൻ പീക്ക്)

^ സ്ത്രീകളുടെ പ്രസവമെടുക്കുന്ന സ്ത്രീ (വയറ്റാട്ടി)

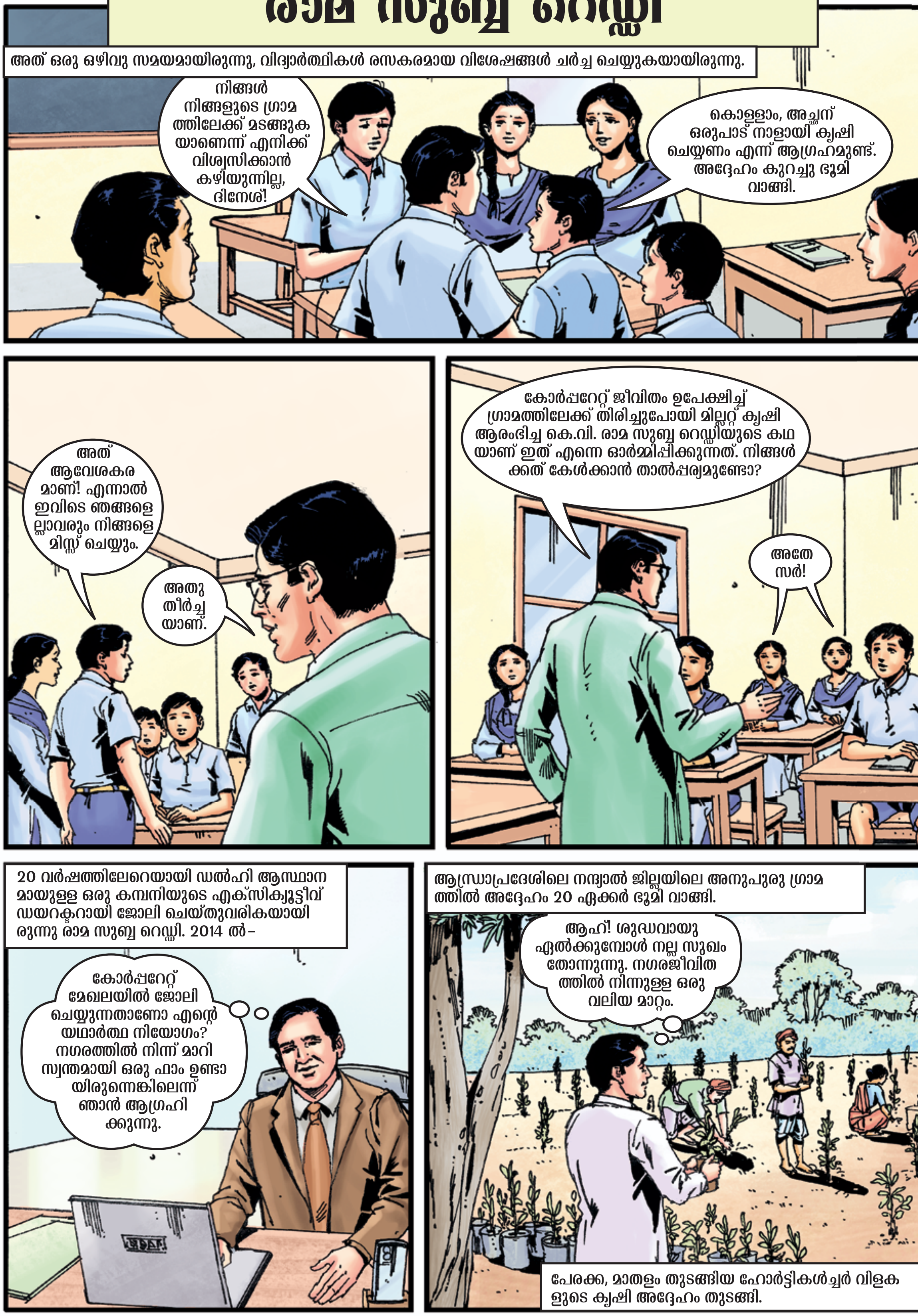

ഒരു ദിവസം, അവർ സ്കൂളിലേക്കുള്ള യാത്രാമധ്യേ–
അയ്യോ! ലക്ഷ്മി, ചിലന്തി എന്നെ കടിച്ചു! ഞാൻ അതിനെ കൊല്ലാൻ പോകുന്നു.
അല്ല, മാത്തൻ! മുറിവ് ഭേദമാക്കാൻ ഞാൻ വേപ്പിലയും മഞ്ഞളും എടുക്കാം. ഒരു പ്രാർത്ഥന ചൊല്ലാം ഓടിപ്പോ ചിലന്തി.
എട്ടാം ക്ലാസിൽ ലക്ഷ്മിക്ക് സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസം വിടേണ്ടി വന്നെങ്കിലും പച്ചമരുന്നുകളെക്കുറിച്ച് പഠിക്കുന്നത് തുടർന്നു.
16 വയസ്സുള്ളപ്പോൾ ലക്ഷ്മിക്കുട്ടി മാതനെ വിവാഹം കഴിച്ചു. അവർക്ക് ധരണീന്ദ്രൻ, ലക്ഷ്മണൻ, ശിവപ്രസാദ് എന്നിങ്ങനെ മൂന്ന് ആൺമക്കളുണ്ടായി.
നമ്മുടെ മക്കൾ നല്ല വിദ്യാഭ്യാസം നേടണം. അവർ ഈ കാട്ടിൽ മാത്രമായി ഒതുങ്ങിക്കൂടരുത്.
1995ൽ, കാണി ഗോത്രത്തിന്റെ ചികിത്സാരീതികൾ സജീവമായി നിലനിർത്തുന്നതിന് കേരള സർക്കാരിന്റെ നാട്ടുവൈദ്യരത്ന പുരസ്കാരം അവർക്കു ലഭിച്ചു.
ഞങ്ങളുടെ ഗോത്രത്തിന് ഔഷധ സസ്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് ധാരാളം അറിയാം. എനിക്കറിയാവുന്നതെല്ലാം അമ്മ എന്നെ പഠിപ്പിച്ചതാണ്. എന്റെ അറിവ് പങ്കിടുന്നതിൽ എനിക്ക് സന്തോഷമുണ്ട്.
2005 ൽ ലക്ഷ്മിയുടെ മൂത്ത മകൻ ധരണീന്ദ്രനെ ക്ഷേത്രത്തിന് സമീപം ഒരു കാട്ടാന ചവിട്ടി.
വേഗം! ഇവനെ വേഗം ആശുപത്രിയിലെത്തിക്കണം.
ലക്ഷ്മി, ഈ നിബിഡ വനത്തിൽ സഹായം ലഭിക്കാൻ ഒരു മാർഗ്ഗവുമില്ല.
ധരണീന്ദ്രൻ മരണമടഞ്ഞു.
അധികം താമസിയാതെ, ലക്ഷ്മിക്ക് തന്റെ ഇളയ മകൻ ശിവപ്രസാദ് പാമ്പുകടിയേറ്റ് നഷ്ടമായി. ആ രാത്രി–
ഈ കനത്ത മഴയിൽ കാട്ടിലൂടെ ആശുപത്രിയിലെത്താൻ കഴിയില്ല. 1952 ൽ അവർ വാഗ്ദാനം ചെയ്ത റോഡുകൾ പണിതീർന്നിരുന്നുവെങ്കിൽ!



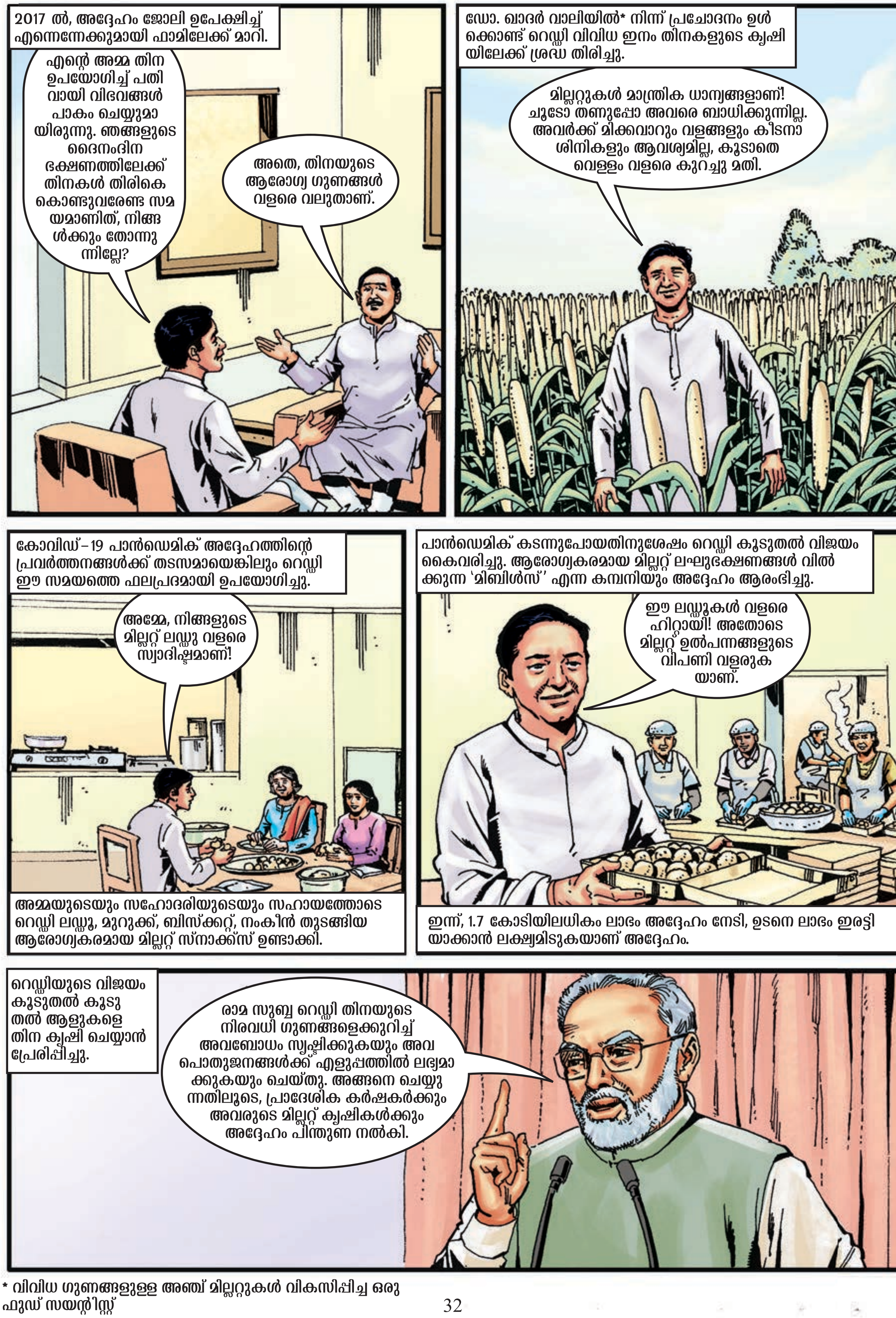
*നാട്ടറിവ്, കാട്ടറിവ്
^പിതാവിന്റെ അമ്മയെ അങ്ങിനെ വിളിക്കുന്നു.

** കാട്ടിലെ മുത്തശ്ശി

രാമ സുബ്ബ റെഡ്ഡി



*കൃഷിയിലെ മറ്റൊരു ശാഖ, മുഖ്യമായും പഴവും പച്ചക്കറി കൃഷിയും ഇതിൽ പെടുന്നു.



* വിവിധ ഗുണങ്ങളുള്ള അഞ്ച് മില്ലറ്റുകൾ വികസിപ്പിച്ച ഒരു ഫുഡ് സയന്റിസ്റ്റ്

മൻ കി ബാത്ത്

വാല്യം – 7

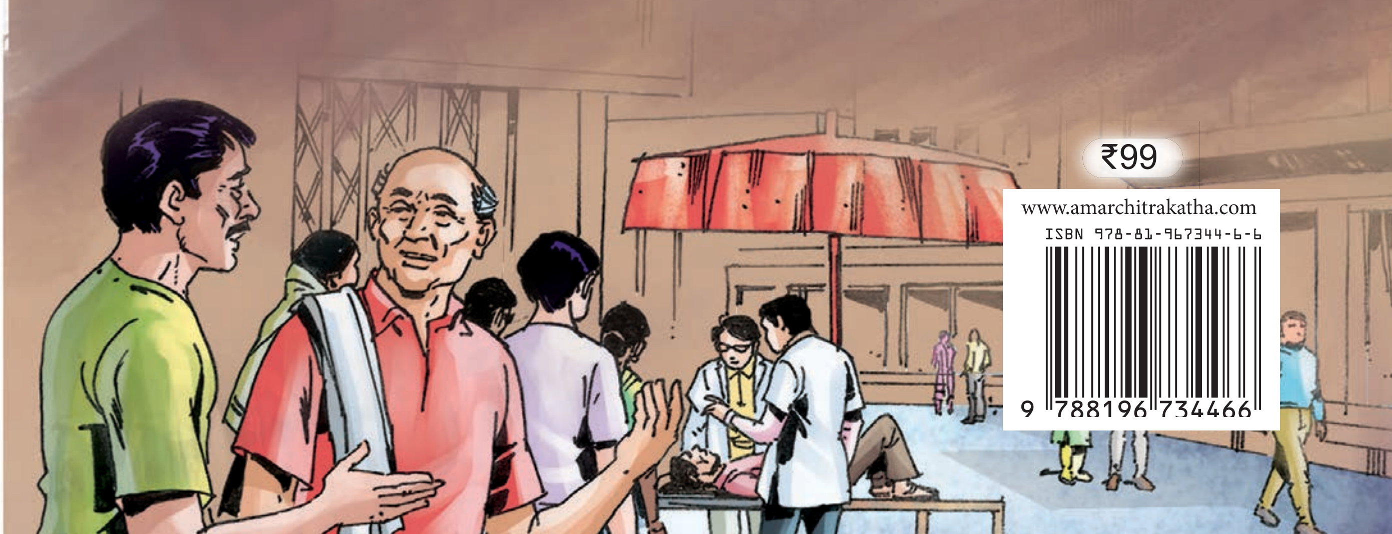
ഒരു രാജ്യത്തിന്റെ അഭിവൃദ്ധി അതിന്റെ ജനങ്ങളുടെ ആരോഗ്യത്തെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. പൗരന്മാരുടെ ചെറിയ സംരംഭങ്ങൾ ചുറ്റുമുള്ള മനുഷ്യരുടെ ക്ഷേമത്തിൽ വലിയ മാറ്റമുണ്ടാക്കിയ കഥകൾ മൻ കി ബാത്തിന്റെ ഏഴാം വാല്യം നമുക്ക് നൽകുന്നു.

ഉത്തരാഖണ്ഡിൽ നിന്നുള്ള, നഴ്സായ പൂനം നൗതിയാൽ, കോവിഡ്-19 സമയത്ത് വാക്സിനേഷൻ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ എത്താൻ കഴിയാത്തവരുടെ അടുത്തേയ്ക്കു ചെന്ന് തന്റെ പ്രദേശത്ത് 100% വാക്സിനേഷൻ നിരക്ക് എന്ന നേട്ടത്തിലെത്തിച്ചു.

കേരളത്തിലെ കാണി ഗോത്രത്തിൽപ്പെട്ട ലക്ഷ്മിക്കുട്ടി, പരമ്പരാഗത വൈദ്യശാസ്ത്രത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തന്റെ അറിവ് ഉപയോഗിച്ച് പാമ്പുകടിയേറ്റ 350-ലധികം ആളുകളുടെ ജീവൻ രക്ഷിച്ചു.

ക്ഷയരോഗബാധിതരായ രോഗികളെ സഹായിക്കാൻ നളിനി സിങ്ങും ദികർ സിംഗ് മേവാരിയും 'നിക്ഷയ് മിത്ര'യായി.

രാജ്യത്തുടനീളമുള്ള പതിനൊന്ന് കഥകൾ, ഉത്തരവാദിത്തത്തോടെയുള്ള ഒരോ ചുവടുവെപ്പും എങ്ങനെ നമ്മുടെയെല്ലാം ജീവിതത്തെ വലിയ മാറ്റത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്നുവെന്ന് പറയുന്നു.



₹99

www.amarchitrakatha.com
ISBN 978-81-967344-6-6