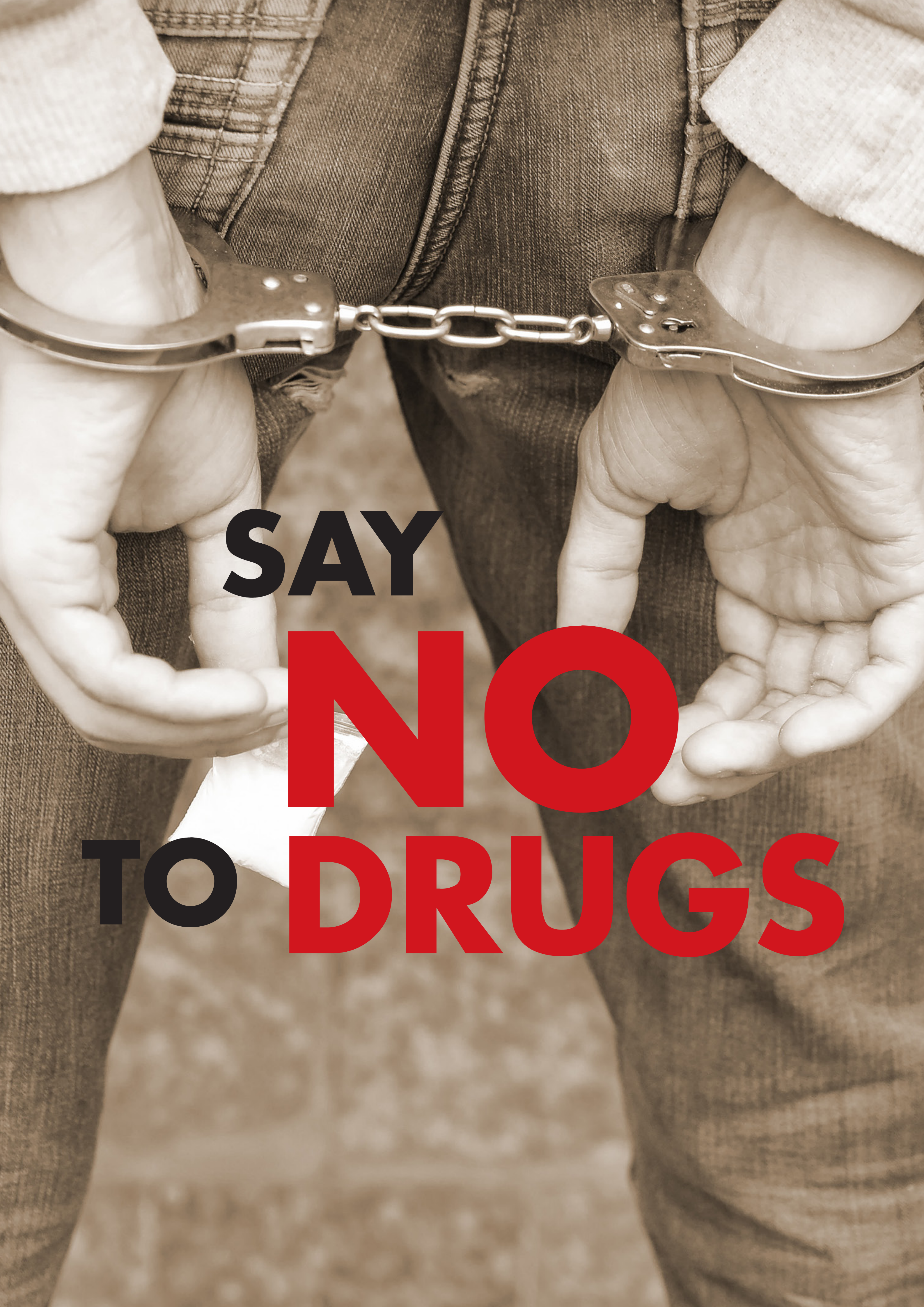
January 2023

ഉണർവ്

SREE SANKARA COLLEGE, KALADY

Compiled and Edited by Sri Abhinava Vidya Theertha Learning Resource Centre,
Sree Sankara College, Kalady


SAY
NO
TO DRUGS

മനുഷ്യരാശിയെ കാർന്നുതിന്നുന്ന ലഹരിയെന്ന മഹാവിപത്തിനെതിരെ നമുക്കൊന്നിച്ച് അണിചേരാം. ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ദുരുപയോഗവും അതിനോടുള്ള ആസക്തിയും ഒരു ജനതയുടെ മുഖമുദ്രയായ യുവതലമുറയെ നാശത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്ന സാഹ ചര്യമാണ് നാം ഇന്നു കണ്ടുവരുന്നത്. വ്യക്തിയെയും സമൂഹത്തെയും തകർക്കുന്ന ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ദൂഷ്യവശങ്ങളെക്കുറിച്ചു പൊതുജനങ്ങളെ, പ്രത്യേകിച്ച് യുവജനങ്ങളെ, അവബോധരാക്കുന്നതിനായി ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജിന്റെ പരിശ്രമമാണ് "ഉണർവ് " എന്ന ലഘുലേഖ.. ഈ മഹാവിപത്തിനെ ചെറുത്തുനിൽക്കാൻ, സമൂഹത്തിൽനിന്നും തുടച്ചു നീക്കാൻ, യുവതലമുറയ്ക്കു പുത്തൻ ഉണർവ്വേകാൻ ഈ ലഘുലേഖയ്ക്ക് സാധിക്കും എന്ന വിശ്വാസത്തോടെ....

ഉണർവ്....

ശ്രീ. പിണറായി വിജയൻ

മുഖ്യമന്ത്രി

കേരള സർക്കാർ

പിണറായി വിജയൻ

മുഖ്യമന്ത്രി

നം. 834/പ്രസ്/സി.എം.ഒ/22. 25 നവംബർ, 2022.

സന്ദേശം

കേരളസമൂഹത്തെയാകെ ദോഷകരമായി ബാധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന അനിയന്ത്രിതമായ ലഹരി ഉപയോഗം എന്ന മഹാവിപത്തിനെതിരെ അതിവിപുലമായ ഒരു ക്യാമ്പയിനിനാണ് സംസ്ഥാനത്ത് തുടക്കമായിട്ടുള്ളത്. ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജും ഇതിന്റെ ഭാഗമാകുന്നുവെന്ന് അറിഞ്ഞതിൽ സന്തോഷം.

ലഹരിവസ്തുക്കൾ മനുഷ്യരെ വിവേകവും തിരിച്ചറിവും ഇല്ലാത്തവരാക്കും. അതിനാൽ മാരകമായ ലഹരിവസ്തുക്കളിൽ നിന്ന് സ്വയം അകന്നുനിൽക്കുവാനും കൂട്ടുകാരും സഹോദരങ്ങളും അവയുടെ പിടിയിൽ വീഴാതിരിക്കുന്നതിന് കാവലും കരുതലുമായി മാറാനും വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് കഴിയണം. ലഹരിവിരുദ്ധ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ മുന്നണിപ്പോരാളികളായി വിദ്യാർത്ഥികൾ മാറണം. അറിവും വിവേകവുമുള്ള ഒരു തലമുറയ്ക്കു മാത്രമേ നാടിനെ പുരോഗമനപരമായി മുന്നോട്ടു നയിക്കാനാവൂ.

ലഹരി എന്ന വിപത്തിനെതിരെയുള്ള ബോധവത്ക്കരണത്തിന് ഈ കൈപ്പുസ്തകം തികച്ചും ഉപകാരപ്രദമാകുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

എല്ലാ ഭാവുകങ്ങളും നേരുന്നു.

പിണറായി വിജയൻ

The Principal
Sree Sankara College
E-mail : info@sreesankaracollege.org

141, മൂന്നാം നില, നോർത്ത് ബ്ലോക്ക്
ഗവണ്മെന്റ് സെക്രട്ടേറിയറ്റ്
തിരുവനന്തപുരം പിൻ 695 001

ഫോ 0471 2333241, 2333812, 2333610 ഫാ 0471 2333489
ഇ chiefminister@kerala.gov.in
facebook.com/cmokerala twitter.com/cmokerala
www.keralacm.gov.in

വസതി
ക്ലിഫ് ഹൗസ്
ഫോ 0471 2318406, 2314853

ഡോ. ആർ. ബിന്ദു

ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസം
സാമൂഹ്യനീതി - വകുപ്പ് മന്ത്രി

ഡോ. ആർ. ബിന്ദു
ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസവും
സാമൂഹ്യനീതിയും വകുപ്പ് മന്ത്രി
കേരള സർക്കാർ

തിരുവനന്തപുരം
തീയതി 28-12-22

ലഹരിക്കെതിരെ ഒരുമിച്ച് കൈകോർക്കാം

സമൂഹത്തിനും ജീവിതത്തിനും വിപത്താകുന്ന ലഹരിയിൽ നിന്നും വിദ്യാർത്ഥികളെ രക്ഷിക്കാനും ലഹരിയുടെ ദോഷവശങ്ങൾ വിദ്യാർത്ഥികളെയും സമൂഹത്തെയും അറിയിക്കാനും അവരെ ബോധവാന്മാരാക്കാനും ലക്ഷ്യമിട്ട് കാലടി ശ്രീ ശങ്കര കോളേജ് ലഘുലേഖ തയ്യാറാക്കുന്നതിൽ നിറഞ്ഞ അഭിമാനം.

ലഹരിക്കെതിരെ സംസ്ഥാനമൊട്ടാകെ വ്യാപക ബോധവത്ക്കരണം നടക്കുന്ന ഈ വേളയിൽ ഇത്തരത്തിലൊരു മുൻകൈ എത്രയും അർത്ഥവത്താണ്. ലഹരിമുക്ത കേരളത്തിനായി ലഹരി വിപത്തടക്കമുള്ള ദുഷ്പ്രവണതകൾക്കെതിരെ സാമൂഹിക - സാംസ്കാരിക പ്രതിരോധമുയർത്തേണ്ടത് പുതുതലമുറയുടെ ഉത്തരവാദിത്തമാണ്.

മാരക ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെടുന്ന സ്കൂൾ കുട്ടികളടക്കമുള്ള പുതുതലമുറയ്ക്ക് ലഹരിയുടെ അപകടകരമായ യാഥാർത്ഥ്യം മനസ്സിലാക്കി അവരെ രക്ഷിക്കാനും ജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് തിരികെ കൊണ്ടുവരാനും ഇത്തരം മുന്നിട്ടിറങ്ങലുകൾ മാതൃകയാകട്ടെ.

നാടിന്റെയും സമൂഹത്തിന്റെയും നിലനിൽപിനും അതിജീവനത്തിനും വേണ്ടി ലഹരിക്കെതിരെ ശ്രീ ശങ്കര കോളേജ് നടത്തുന്ന പോരാട്ടത്തിന് എല്ലാ ഭാവുകങ്ങളും.

ഡോ. ആർ. ബിന്ദു

ഓഫീസ് : റൂം നമ്പർ 301, അനക്സ്-2
ഗവൺമെന്റ് സെക്രട്ടേറിയറ്റ്, തിരുവനന്തപുരം-695 001
ഫോൺ-ഓഫീസ് : 0471-2327574 വസതി : 0471-2334133 മൊബൈൽ : 9447741385
ഇ-മെയിൽ : r.bindu@kerala.gov.in minhednsjd@gmail.com

ശ്രീ. എം.ബി. രാജേഷ്

തദ്ദേശസ്വയംഭരണം,
ഗ്രാമവികസനം, എക്സൈസ്- വകുപ്പ് മന്ത്രി

M. B. RAJESH
MINISTER FOR
LOCAL SELF GOVERNMENT,
EXCISE DEPARTMENTS
GOVERNMENT OF KERALA

THIRUVANANTHAPURAM

Date 29.11.2022

സന്ദേശം

ലഹരിക്കെതിരെ കേരളം ഒറ്റക്കെട്ടായി നടത്തുന്ന പോരാട്ടത്തിന്റെ ഭാഗമായി കാലടി ശ്രീശങ്കരാ കോളേജ് ഒരു ലഘുലേഖ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നു വെന്നറിഞ്ഞതിൽ സന്തോഷം. ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെടാത്ത ഒരു യുവ തലമുറയെ വളർത്തിയെടുക്കാൻ കൂട്ടായ പരിശ്രമം ആവശ്യമാണ്. ഇത്തരം ബോധവത്കരണ ശ്രമങ്ങൾ വലിയ ഗുണഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുമെന്നുറപ്പാണ്. ലഘുലേഖക്ക് എല്ലാ ആശംസകളും നേരുന്നു.

സ്നേഹപൂർവ്വം

എം ബി രാജേഷ്

Office : Secretariat Annexe-I, Vth Floor, Room No. 501 C
Government Secretariat, Thiruvananthapuram-695 001
Res. : "NEST", Cliff House Compound, Nanthancode, Thiruvananthapuram
Phone-Office : 0471-2332700 Mobile : 9446343499
E-mail : min.lsgd@kerala.gov.in

ശ്രീമതി വീണാ ജോർജ്

ആരോഗ്യം
വനിത-ശിശു വികസനം - വകുപ്പ് മന്ത്രി

വീണാ ജോർജ്
ആരോഗ്യവും
വനിതാ ശിശുവികസനവും
വകുപ്പ് മന്ത്രി
കേരള സർക്കാർ

തീയതി........29.11.2022

സന്ദേശം

കാലടി ശ്രീ ശങ്കര കോളേജ് ലഹരിവിരുദ്ധ പ്രചാരണങ്ങളുടെ ഭാഗമായി ഒരു ലഘുലേഖ പ്രസിദ്ധീ കരിക്കുന്നു എന്നറിഞ്ഞതിൽ സന്തോഷം. ലഹരിയുടെ ദോഷ വശങ്ങൾ വിദ്യാർത്ഥികളേയും സമൂഹത്തേയും അറിയിക്കാനും അവരെ ബോധവത്ക്കരിക്കാനും ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെ കഴിയും. ഈയൊരു സംരംഭത്തിന് എല്ലാവിധ ആശംസകളും നേരുന്നു.

Veena
വീണാ ജോർജ്

ഓഫീസ് : സെക്രട്ടേറിയറ്റ് അനക്സ്-2, ഏഴാം നില, റൂം നമ്പർ 701
ഗവൺമെന്റ് സെക്രട്ടേറിയറ്റ്, തിരുവനന്തപുരം-695 001
ഫോൺ (ഓഫീസ്) : 0471-2327876, 2327976 ഫാക്സ് : 0471-2327016 മൊബൈൽ : 9400066111
ഇ-മെയിൽ : min.hlth@kerala.gov.in

മാനസികമായും ശാരീരികമായും മനുഷ്യനെ തകർക്കുന്ന, സാംസ്കാരിക അധഃപതനത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്ന സാമൂഹിക വിപത്താണ് ലഹരി. കുടുംബം, കലാലയങ്ങൾ, കച്ചവടസ്ഥാപനങ്ങൾ തുടങ്ങിയ സാമൂഹിക ഇടങ്ങളിലെല്ലാംതന്നെ ലഹരി ഉപയോഗം സൃഷ്ടിക്കുന്ന പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ നിരവധിയാണ്. സമൂഹത്തെ, പ്രത്യേകിച്ചും യുവതലമുറയെ, വഴിതെറ്റിക്കുന്ന ഈ മഹാവിപത്തിനെ പ്രതിരോധിക്കേണ്ടത് അനിവാര്യമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. ഈ വേളയിൽ ലഹരിക്കെതിരായുള്ള സന്ദേശം വിദ്യാർത്ഥികളിലെത്തിക്കുക എന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടെ 'ഉണർവ്' എന്ന പേരിലുള്ള ലഘുലേഖ ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നു എന്നറിഞ്ഞതിൽ ഏറെ അഭിമാനമുണ്ട്. ഒപ്പംതന്നെ ഈ ഉദ്യമത്തിൽ പങ്കാളിയാകാൻ കഴിഞ്ഞതിലുള്ള സന്തോഷവും അറിയിക്കുന്നു.

ലഹരി ഉപയോഗത്തിനും വിതരണത്തിനുമെതിരെ നമുക്ക് ഒന്നായി അണിചേരാം....

ശ്രീ. കെ. ആനന്ദ്
മാനേജിങ് ഡയറക്ടർ

സമൂഹത്തിന്റെ സമാധാനപരമായ നിലനിൽപ്പിനെ ആഴത്തിൽ ചൂഴ്ന്നുതിന്നുന്ന വിപത്താണ് ലഹരി. മനുഷ്യരാശിയ്ക്ക് നാശംവിതയ്ക്കുന്ന ലഹരി എന്ന മാരകവിപത്തിനെക്കുറിച്ച് സമൂഹത്തെ അവബോധരാക്കാൻ നാം ഓരോരുത്തരും പ്രതിജ്ഞാബദ്ധരാണ്. ഈ വിപത്തിന്റെ അടിമകളാകുന്നവരിൽ ഏറെയും യുവതലമുറയാണ്. അവരെ രക്ഷിക്കേണ്ടത് നമ്മുടെ കടമയാണ്. ഈ മഹാവിപത്തിനെതിരെ കലാലയസമൂഹത്തെ ഉണർത്തുകയെന്ന ലക്ഷ്യത്തിലെത്താൻ "ഉണർവ്" എന്ന ഈ ലഘുലേഖയ്ക്ക് സാധിക്കട്ടെ. എല്ലാ ഭാവുകങ്ങളും...

ശ്രീ. സി. പി. ജയശങ്കർ
ചീഫ് ഓപ്പറേഷൻസ് ഓഫീസർ

അകപ്പെടരുതേ....
അഴിയാക്കുരുക്കിൽ

വെറുമൊരു കൗതുകത്തിനാകാം തുടക്കം. ലഹരിക്ക് അടിപ്പെടുന്ന പല കൗമാരങ്ങളുടെയും തുടക്കം അവിടെയാണ്. കൂട്ടുകാരുമൊക്കെയായി തമാശയ്ക്കായി, എന്താണെന്നറിയാനുള്ള ആകാംക്ഷയിലാകാം ലഹരിയുപയോഗത്തിലേക്കുള്ള ആദ്യ വഴി. സാഹസികത മറ്റുള്ളവരെ ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്താൻ ഇത്തരം 'ഗുണ'ങ്ങൾ വേണമെന്ന വിചാരിക്കുന്നതും കൗമാരത്തിന്റെ ചാപല്യമാണ്.

ഏതുവിധത്തിലെങ്കിലും തുടങ്ങിക്കിട്ടുകയെന്നതാണ് ലഹരിമാഫിയയുടെ ലക്ഷ്യം. കാരണം ഒന്നു രണ്ടു തവണ ഇതിന്റെ അനുഭവമുണ്ടായാൽ പിറ്റേ ദിവസം മുതൽ ആ 'സുഖം' തേടി വന്നോളുമെന്ന് അവർക്ക് നന്നായറിയാം. വല വിരിച്ചിരിക്കുന്ന ചിലന്തിയെപ്പോലെയാണവർ. ഇത്തരം ലഹരിവലകൾ ഇന്ന് വ്യാപകമാണെന്നതാണ് പ്രശ്നം. സ്വാതന്ത്ര്യവും സ്വയം നിർണയാവകാശവും പലപ്പോഴും ഇത്തരം അബദ്ധങ്ങളിലേക്ക് ചാടാനുള്ള സാഹചര്യമൊരുക്കുന്നുണ്ടെന്നത് നിഷേധിക്കപ്പെടാനാകാത്ത യാഥാർത്ഥ്യവുമാണ്.

പ്രലോഭനങ്ങളെ അതിജീവിക്കുകയെന്നതാണ് കൗമാര-യൗവ്വന കാലഘട്ടത്തിന്റെ ഏറ്റവും വലിയ അനിവാര്യത. സ്വന്തം ജീവിതത്തെ നിർണയിക്കാനുള്ള അവകാശം മറ്റാർക്കും വിട്ടുകൊടുക്കാതിരിക്കുവാനാണ് ഓരോരുത്തരും ശ്രമിക്കേണ്ടത്. അതിൽ വിജയിക്കുന്നവരാണ് യഥാർത്ഥജീവിതത്തിൽ വിജയിക്കുക. അബദ്ധങ്ങളിൽ അകപ്പെടാതെ സൂക്ഷിക്കുവാനും കഴിയേണ്ടതുണ്ട്.

ലഹരിവലയിലാകുന്നതോടെ ഒരു വ്യക്തിയുടെ ജീവിതം തന്നെയല്ല തകരുക, അയാളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു നിൽക്കുന്ന വ്യക്തികൾ, കുടുംബങ്ങൾ എന്നിവയുടെയൊക്കെ അടിത്തറ അതിളക്കും. സമൂഹത്തിന്റെ സ്വസ്ഥതയും സമാധാനവും ആരോഗ്യവുമൊക്കെ അതില്ലാതാക്കും. മറ്റൊരുവിധത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ ഒരുതരത്തിലുമുള്ള പ്രയോജനമില്ലാത്ത ഒരു പ്രവൃത്തിയാണ് ലഹരിയുപയോഗം. ദോഷങ്ങളാകട്ടെ എമ്പാടുമുണ്ടുതാനും. മനുഷ്യൻ എന്നത് മനോഹരമായ ഒരു നിയോഗവും ജീവിതവുമാണ് പ്രകൃതി നൽകിയിരിക്കുന്നതെന്ന മറക്കാതിരിക്കുക. അതിന്റെ സന്തോഷം, സമാധാനം, സംതൃപ്തി എന്നിവ ആവോളം ആസ്വദിക്കുക. അതാകണം ഈയവസരത്തിലെ പ്രതിജ്ഞ, അതാകട്ടെ നമ്മുടെ ദൃഢപ്രതിജ്ഞ.

എല്ലാവർക്കും നല്ലതുമാത്രം
ആഗ്രഹിച്ചുകൊണ്ട്

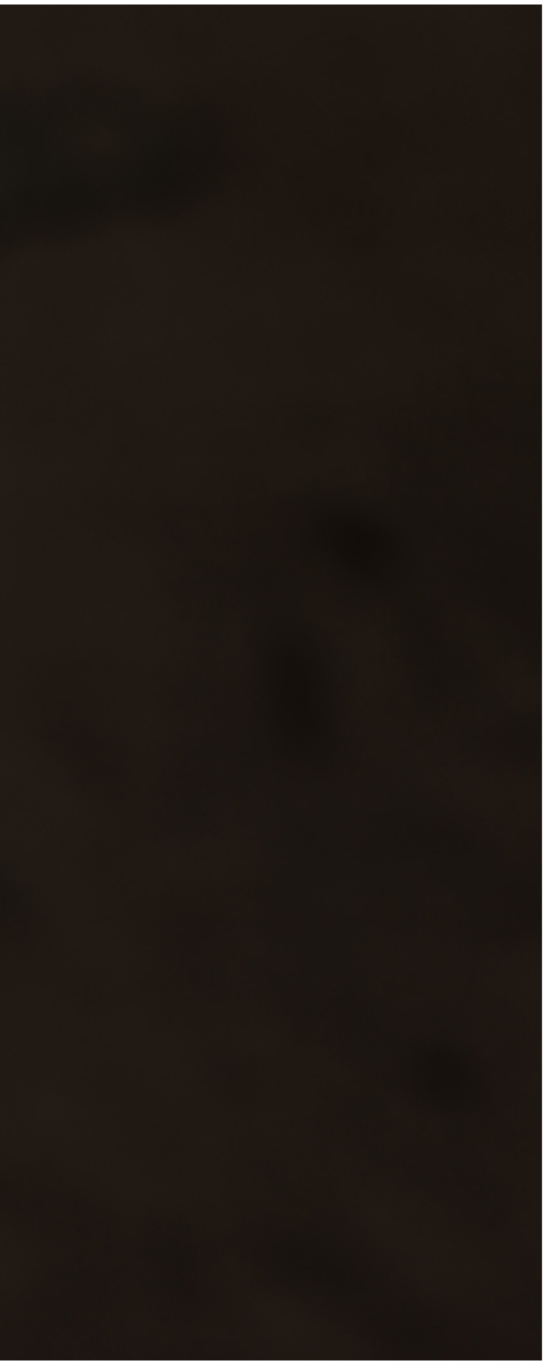
ഡോ. പ്രീതി നായർ
പ്രിൻസിപ്പാൾ
ശ്രീ ശങ്കരാ കാളേജ്
കാലടി

ജീവിതമാകട്ടെ ലഹരി

ഡോ. മഞ്ജു. റ്റി

IQAC കോർഡിനേറ്റർ
ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജ്
കാലടി

മയക്കമരുന്നുകളും അതുപോലെയുള്ള മറ്റു മാരകമായ ഉപഭോഗ വസ്തുക്കളും ഇന്ന് നമ്മുടെ ക്യാമ്പസുകളെ മുമ്പില്ലാത്തവിധം ഭീകരമായി കാർന്നുതിന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. രാജ്യത്തിന്റെ ഏറ്റവും വിലപിടിച്ച സമ്പത്തും പ്രതീക്ഷയുമായ നമ്മുടെ യുവതലമുറ മാഫിയകളുടെ കരാളഹസ്തങ്ങളിൽ ദയനീയമായി ഇല്ലായ്മ ചെയ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. പഠനത്തിൽ ശോഭിക്കാൻ കഴിയാതെ വരിക, കുടുംബപ്രശ്നങ്ങൾ, പ്രേമ നൈരാശ്യം എന്നിവപോലെയുള്ള കാരണങ്ങളാണ് മുൻ കാലങ്ങളിൽ വിദ്യാർത്ഥികളെയും യുവാക്കളെയും ഈ വിപത്തിലേക്ക് കൊണ്ടെത്തിച്ചിരുന്നതെങ്കിൽ ഇന്ന് സ്ഥിതി വ്യത്യസ്തമാണ്. പ്രത്യേകിച്ച് കാരണങ്ങൾ ഒന്നുംതന്നെ വേണമെന്നില്ല. എന്നു മാത്രമല്ല, മയക്കമരുന്ന് ഉപയോഗം ഒരു ഫാഷനായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. കോളേജ് ക്യാമ്പസുകളിൽനിന്നും സ്കൂൾ ക്യാമ്പസുകളിലേക്കും വലിയ തോതിൽതന്നെ ഈ മാരകവിഷം പടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. പല രൂപത്തിലും പല ഭാവത്തിലും



ഇവ ലഭിക്കുന്നു. സൈക്കോട്രോപിക് ഡ്രഗ്സ് എന്നറിയപ്പെടുന്നവ നമ്മുടെ കുട്ടികളെ മനുഷ്യനെന്ന ഭാവം വെടിഞ്ഞ് അക്രമവാസനയിലേക്കും തിരിച്ചറിവില്ലായ്മയിലേക്കും എത്തിക്കുന്നു. ഈ വസ്തുതകളെല്ലാം ഈ സാമൂഹിക വിപത്തിന്റെ ആഴവും പരപ്പും എത്രകണ്ടു കൂടിയിരിക്കുന്നു എന്നത് നമ്മോടു ഭയാനകമായി വിളിച്ചോതുകയാണ്. ഇത് അതീവ ജാഗ്രതയോടുകൂടി നോക്കിക്കാണേണ്ടതും പരിഹാരമാർഗങ്ങൾ അവലംബിക്കേണ്ടതുമായ ഒരു വിഷയംതന്നെയാണ്.

പരിഹാരം സുഗമമല്ല; എന്നാൽ ഉത്തരവാദിത്തമുള്ള ഒരു പൗരനും ഇതിൽനിന്നും ഒളിച്ചോടാനും സാധ്യമല്ല. പരിഹാരമാർഗങ്ങളിലേക്ക് എത്തിച്ചേരാൻ ഉതകുന്ന ചില ജാഗ്രതാ നടപടികൾ നമുക്ക് അവലംബിക്കാവുന്നതാണ്.

1. വിദ്യാർത്ഥികൾ, രക്ഷിതാക്കൾ, അധ്യാപകർ എന്നിവർ അടങ്ങിയ ഒരു കൂട്ടായ്മ രൂപീകരിക്കുകയും ആ കൂട്ടായ്മ ഉപയോഗിച്ച് സമൂഹത്തിനു ലഹരിവസ്തുക്കളെക്കുറിച്ചും, അവയുടെ ഉപയോഗമാർഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും ദൂഷ്യവശങ്ങളെക്കുറിച്ചും അവബോധം നൽകുകയും ചെയ്യാം.

2. കാമ്പസുകളിൽ സർക്കാർ നിർദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്ന "യോദ്ധാവ്"പോലെയുള്ള സംഘങ്ങൾ രൂപീകരിച്ചു പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്താം. മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്നവരെക്കുറിച്ചും വില്പനയും കൈമാറ്റവും ചെയ്യു ന്നവരെക്കുറിച്ചുമുള്ള സൂചനകൾ അധികൃതരിൽ രഹസ്യമായി എത്തിക്കുവാൻ ഈ സംഘങ്ങളെ ചുമതലപ്പെടുത്താം. ഈ സംഘങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ രഹസ്യസ്വഭാവം സൂക്ഷിക്കപ്പെടേണ്ടതാണ്.

3. ഈ വിപത്തിലേക്ക് അറിഞ്ഞോ അറിയാതെയോ വീണുപോയ യുവാക്കളെ രക്ഷപ്പെടുത്തിയെടുക്കുവാൻ കാമ്പസുകളിൽ കൗൺസിലർമാരുടെ സേവനം ഉറപ്പു വരുത്തുക.

4. കൗൺസിലിങ്ങും മറ്റുംവഴി സാധാരണ ജീവിതത്തിലേക്ക് മടങ്ങിവരുന്ന യുവാക്കളെ അംഗീകരിക്കാനും മാന്യമായും ഉത്തരവാദിത്തത്തോടുകൂടിയും ജീവിതം നയിക്കുവാനുമുള്ള പിൻബലം ഉറപ്പു വരുത്തുക.

5. ഇതിലൊക്കെ ഉപരി അധ്യാപകരും രക്ഷിതാക്കളും തങ്ങളുടെ മക്കളെയും വിദ്യാർത്ഥികളെയും നിരന്തരം കൗശലബുദ്ധിയോടെ നിരീക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക. അവരിൽ ഉണ്ടാകുന്ന സ്വഭാവ വ്യത്യാസങ്ങൾ, ആഹാരകാര്യത്തിലും പഠനകാര്യത്തിലും പെരുമാറ്റരീതികളിലും ഉണ്ടാ കുന്ന മാറ്റങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക.

6. രക്ഷിതാക്കളും അധ്യാപകരും തമ്മിൽ നിരന്തരസമ്പർക്കം സൂക്ഷിക്കുക.

കൂട്ടായ ആത്മാർത്ഥമായ ഒരു യത്നത്തിലൂടെ നമുക്ക് ഈ വിപത്തിനെ സമൂഹത്തിൽനിന്ന് എന്നെന്നേക്കുമായി തുടച്ചുനീക്കാനും വരും തലമുറയെ നാടിനും നാട്ടുകാർക്കും പ്രയോജനമുള്ള പൗരന്മാരായി വളർത്തിയെടുക്കാനും നമുക്ക് സാധിക്കുമാറാകട്ടേയെന്ന് ആശംസിക്കുന്നു.

കേരളീയസമൂഹം ഇന്നു നേരിടുന്ന ഏറ്റവും ഗുരുതരമായ സാമൂഹികപ്രശ്നമാണ് വിദ്യാർത്ഥികൾക്കിടയിലെ ലഹരി ആസക്തി. ഭൂമിയിൽ മനുഷ്യാരംഭം മുതൽ അവൻ ആസക്തിക്ക് അടിപ്പെട്ടിരുന്നു. ജീവൻ ബയോ കെമിക്കൽ തന്മാത്രകളുടെ പരിണാമത്തിലൂടെ ആവിർഭവിച്ചിട്ടുള്ളതാണെന്ന് ഒപ്പാറിയൻ തിയറി (Oparian's theory) പറയുന്നു. അപ്രകാരമാണ് മനുഷ്യൻ ആസക്തിക്ക് വിധേയമായ കെമിക്കലുകളുടെ അധീനതയിൽ പെട്ടുപോകുന്നത്. ആൺ പെൺ വ്യത്യാസമില്ലാതെ യുവജനങ്ങൾ, ആദർശമില്ലാത്ത, കാര്യപ്രാപ്തി കുറഞ്ഞ ലക്ഷ്യബോധമില്ലാത്ത യുവതലമുറ ഇവിടെ വളർന്നുവരുന്നു.

ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ വിഭ്രമിപ്പിക്കുകയും ചിന്തകളെ മാറ്റിമറിക്കുന്ന സൈക്കഡെലിക്ക് അവസ്ഥയിലേക്ക് എത്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. സർക്കാരും രക്ഷിതാക്കളും സമൂഹവും നിയമപാലകരും ഒരുമിച്ച് ഈ സാമൂഹികവിപത്തിനെതിരെ രംഗത്തിറങ്ങേണ്ട സമയം അതിക്രമിച്ചിരിക്കുന്നു അതല്ലെങ്കിൽ നാളെ നമ്മുടെ യുവതലമുറ ഒന്നാകെ ലഹരിക്കെണികളിൽ പെട്ടുപോകും.

മയക്കുമരുന്നുകൾ കേരളത്തിൽ പകർച്ചവ്യാധിപോലെ പടരുകയാണ്. കേരളീയ സമൂഹം ഒന്നാകെ ഇതിനെതിരെ യോജിച്ചൊരു പോരാട്ടം ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ലഹരിക്കെതിരെയുള്ള പോരാട്ടം കുറ്റവാളികൾക്കെതിരെയുള്ള നടപടി എന്ന ഒരു ഏകമുഖ പ്രവർത്തനത്തിൽ ഒതുങ്ങിക്കൂടാ. മറിച്ച് മൂലകാരണങ്ങളെ പരിഹരിക്കുന്ന വിധത്തിൽ ബഹുമുഖ സ്രോതസ്സുകളെ ഉൾപ്പെടുത്തി ലഹരി വിമുക്തസമൂഹം എന്ന യഥാർത്ഥ പരിഹാരം സാധ്യമാക്കുക എന്നതാണ്.

തിരക്കുപിടിച്ച ജീവിതത്തിനിടയിൽ മക്കൾക്കായി സമയം കണ്ടെത്താൻ മാതാപിതാക്കൾക്കു കഴിയണം. ലഹരിയുടെ കയത്തിലേക്ക് വീണുപോയവരെ കൈപിടിച്ചുയർത്താൻ സുഹൃത്തുക്കൾക്ക് കഴിയണം.

വിദ്യാർത്ഥികളുടെ തെറ്റുകളെ സ്നേഹത്തോടെ ചേർത്തുനിർത്തി തിരുത്തുവാൻ അധ്യാപകർക്കും കഴിയണം.

നിയമത്തെയോ പോലീസ് സംവിധാനങ്ങളെയോ കുറ്റംപറഞ്ഞ് ഒഴിഞ്ഞുനിൽക്കാതെ സമൂഹമൊന്നാകെ ലഹരിമുക്ത സമൂഹസൃഷ്ടി ക്കായി ഉത്തരവാദിത്വത്തോടെ ഉണർന്നു പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതുണ്ട്. കേര ളീയ യുവതയുടെ ബൗദ്ധികസ്വത്തിനെ സംരക്ഷിക്കാൻ ഏവർക്കും ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ടെന്ന് ഓർമ്മപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട് കാലടി ശ്രീശങ്കരാ കോളേജ് ഒരു ലഹരിവിരുദ്ധ കാമ്പസ് ആയിത്തീരട്ടെയെന്ന് ആശംസിക്കുന്നു.

ലഹരി

ആധുനിക സമൂഹം നേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികൾ

ശ്രീ. രാമപ്രസാദ്
എക്സൈസ് ഇൻസ്പെക്ടർ

ലഹരിച്ചങ്ങലകൾ

ഡോ. ശ്രീദേവി എൻ. നമ്പൂതിരി

മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ
ഗവ. ആയുർവ്വേദ ഡിസ്പെൻസറി
മെഴുവേലി
പത്തനംതിട്ട

വിവിധ തരത്തിലുള്ള ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം ഇന്ന് കേരളത്തിൽ വളരെയധികം വർദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ട്. തിരിച്ചുപിടിക്കാനാവാത്തവണ്ണം ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യത്തെ കാർന്നുതിന്നുന്ന ഇവ സമൂഹത്തെ ഒന്നടങ്കം ബാധിക്കുന്ന വിപത്താണ്.

മാനസിക സ്വാധീനവും ആശ്രയത്വവും ഉണ്ടാക്കുന്ന കെമിക്കലുകൾ, സസ്യങ്ങളിൽനിന്ന് ലഭിക്കുന്ന എക്സ്ട്രാക്ട്സ് എന്നിവയെയാണ് ലഹരി വസ്തുക്കളെന്ന് പൊതുവെ പറയാറ്. കുറഞ്ഞ അളവിൽ മരുന്നായിപ്പോലും തെറ്റായ അളവിലും രീതിയിലും ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ ശാരീരികവും മാനസികവും വൈകാരികവും സാമൂഹികവുമായ പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ കെൽപ്പുള്ളവയാണ് ഇവ.

ലഹരി വസ്തുക്കളെ അവ എങ്ങനെ പ്രവർത്തിക്കുന്നു എന്നതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ വിവിധങ്ങളായി തരം തിരിച്ചിട്ടുണ്ട്. തലച്ചോറിനെയും നാഡീവ്യൂഹത്തെയും മന്ദീഭവിപ്പിക്കുന്നവ, അവയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്നവ, വേദന സംവേദനത്തെ മരവിപ്പിക്കുന്നവ എന്നിവ ഉദാഹരണം.

മാനസിക പിരിമുറുക്കം കുറയ്ക്കും എന്ന തെറ്റിദ്ധാരണയിലാണ് പലരും ഇതു തുടങ്ങുന്നത്. കൂട്ടുകാരുടെ പ്രേരണയ്ക്കു വഴങ്ങി കൗതുകത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്നവർ ക്രമേണ ഇതിന് അടിമകളാകുന്നു. കൗമാരപ്രായത്തിൽത്തന്നെ പുകയില, മദ്യം എന്നിവ ഉപയോഗിക്കുന്നവർ ലഹരി വസ്തുക്കൾക്ക് അടിമയാകാനുള്ള സാധ്യത വളരെ കൂടുതലാണ്. നേരത്തേ തന്നെ ഇക്കൂട്ടരെ കണ്ടെത്തുകയെന്നത് വളരെ പ്രധാന്യം അർഹിക്കുന്നു.

ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെട്ടവർക്ക് വൈദ്യസഹായവും കൗൺസലിങ്ങും നല്കി തിരികെ കൊണ്ടുവരാൻ രക്ഷകർത്താക്കളും അദ്ധ്യാപകരും ഒപ്പം നില്ക്കേണ്ടതാണ്.

കണ്ടെത്താം നേരത്തേ

- പെരുമാറ്റത്തിൽ വരുന്ന മാറ്റങ്ങൾ
- അമിതമായ ദേഷ്യം, സങ്കടം
- അലസത, ഉത്സാഹക്കുറവ്
- ഉറക്കത്തിൽ വ്യതിയാനങ്ങൾ
- കൂടുതൽ സ്വകാര്യത പാലിക്കുക
- പഠനനിലവാരം കുറയുക
- ഭക്ഷണത്തോട് താത്പര്യമില്ലായ്മ
- പണം കൂടുതൽ ആവശ്യപ്പെടുക
- കണ്ണുകൾ വികസിച്ച് ചുവന്ന നിറത്തിൽ കാണപ്പെടുക
- ശരീരഗന്ധം മാറുക, ഇരിക്കുന്ന മുറിയിലും പ്രത്യേക ഗന്ധം അനുഭവപ്പെടുക
- ശരീരത്തിൽ അസ്വാഭാവികമായ പാടുകൾ ഉണ്ടാവുക

എങ്ങനെ പ്രതിരോധിക്കാം

കൃത്യമായ ബോധവത്ക്കരണം മാത്രമാണ് ഇതിനുള്ള പോംവഴി. അച്ഛനമ്മമാരുമായി തുറന്ന രീതിയിലുള്ള ആശയവിനിമയം അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. അത്തരത്തിലൊരു ഗൃഹാന്തരീക്ഷം ഉണ്ടാകേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്. രക്ഷകർത്താക്കളും അധ്യാപകരും പരസ്പരം ആശയവിനിമയം നടത്തേണ്ടതു് വളരെ ആത്യാവശ്യമാണ്. കുട്ടിയുടെ ഹാജർ, അക്കാദമിക നിലവാരം എന്നിവ രക്ഷകർത്താവ് സ്കൂൾ / കോളേജുമായി കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ ബന്ധപ്പെട്ട് പരിശോധിക്കേണ്ടതാണ്. അധ്യാപകരും രക്ഷകർത്താക്കളും കുട്ടികൾക്ക് റോൾ മോഡലുകൾ ആയിരിക്കണം.

പഞ്ചശീലങ്ങൾ ആരോഗ്യത്തിന്

1. നല്ല ഭക്ഷണം
2. ചിട്ടയായ വ്യായാമം
3. നല്ല ഉറക്കം
4. പാഠ്യേതര കലാകായിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ
5. ധ്യാനം

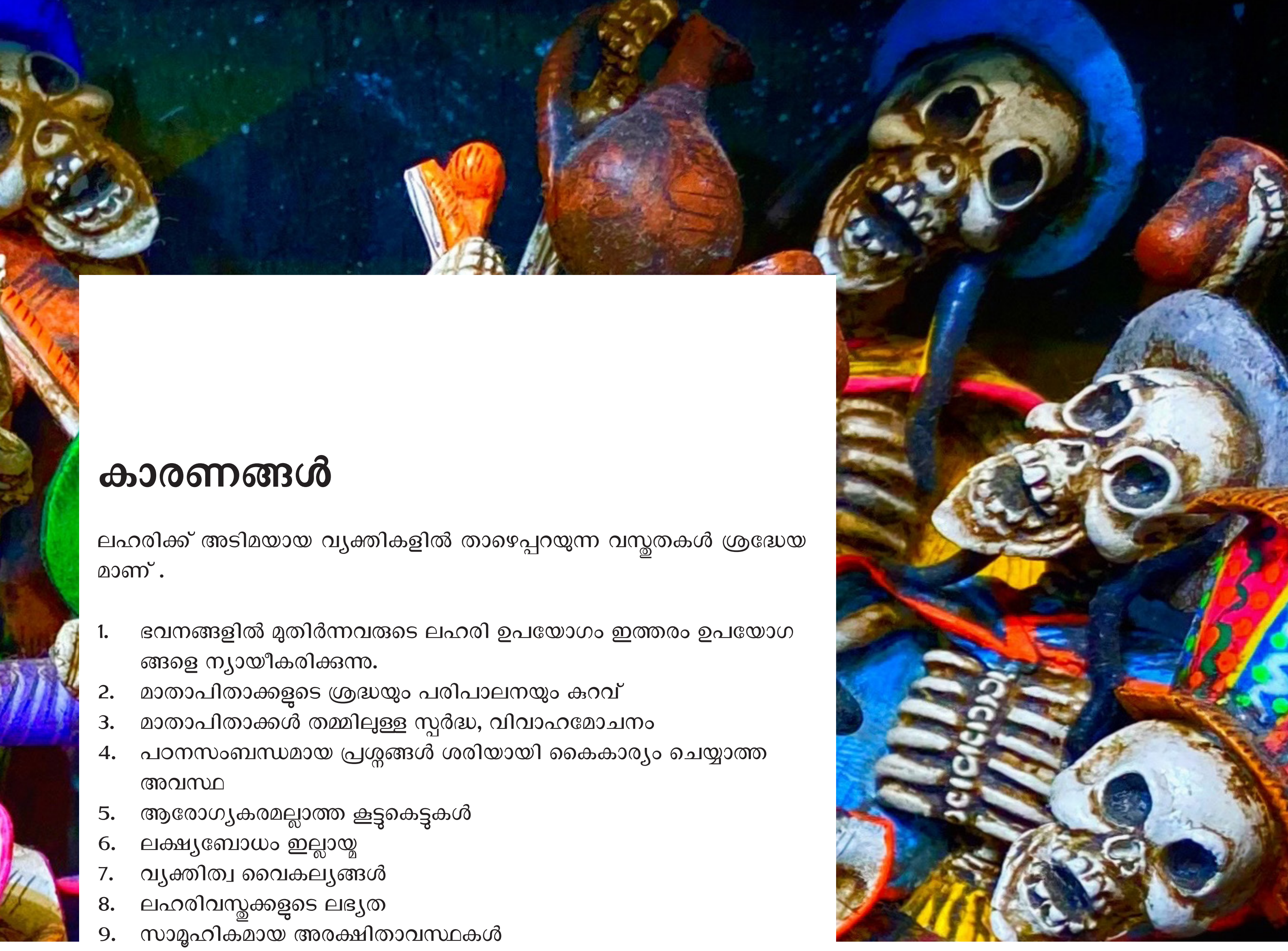
രോഗം വന്ന് ചികിത്സിക്കുന്നതിനേക്കാൾ വരാതെ നോക്കുന്നതാണ് നല്ലത് എന്നു പറയുന്നതുപോലെ ഒരു ലഹരിക്കും അടിമയാവാതെ ശ്രദ്ധിക്കുന്നതു തന്നെയാണ് ഏറ്റവും പ്രധാനം. അത് അവനവന്റെതന്നെ ഉത്തരവാദിത്തമാണ്. സ്വന്തം ലക്ഷ്യങ്ങളും സ്വപ്നങ്ങളും സ്വപരിശ്രമത്തിലൂടെ നേടുമ്പോൾ കിട്ടുന്ന ആനന്ദംതന്നെയാണ് യഥാർത്ഥ ലഹരി.

മനോലഹരി

ഡോ. മില്ലു മറിയ ആന്റോ

MPhil (Clinical Psychology), PhD
അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ & ഹെഡ്
ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് സൈക്കോളജി,
പ്രാജ്യോതി നികേതൻ കോളേജ്, പുതുക്കാട്, തൃശ്ശൂർ

ലഹരികൾ പലവിധമാണ്. അതൊരു വസ്തുവോ വ്യക്തിയോ അതോ പദാർത്ഥമോ മൂലമാകാം. ഏതു ലഹരിയുടെയും അനന്തരഫലം സമാനമാണ്. ആസക്തിയെന്നത് ലഹരിക്കടിമപ്പെടുമ്പോൾ തലച്ചോറിലുള്ള രൂപാന്തരീകരണത്തിൽനിന്നും ഉത്ഭവിക്കപ്പെടുന്ന അവ സ്ഥയാണ്. മദ്യവും മയക്കുമരുന്നുകളും ഇന്ന് വ്യാപകമായി ലഭിക്കുന്ന ലഹരി വസ്തുക്കളാണ്. ഇവയോടുള്ള ആസക്തിമൂലം ഇന്നത്തെ യുവജനങ്ങളുടെ ചിന്തയും പ്രവൃത്തിയും സ്വന്തം കൈപ്പിടിയിൽനിന്നും നഷ്ടപ്പെട്ട് യാന്ത്രികവും അക്രമാസക്തവുമായൊരു അവസ്ഥയിലേക്ക് ചെന്നെത്തിയിരിക്കുന്നു. 22-കാരനായ ഒരു പ്രൊഫഷണൽ കോളേജ് വിദ്യാർത്ഥിയെ അടുത്തിടെ കാണാനിടയായി ആദ്യമാദ്യം ഹാൻസ് പോലുള്ള എളുപ്പത്തിൽ കുറഞ്ഞ ചെലവിൽ ലഭ്യമായ ലഹരിവസ്തു കൂട്ടുകാരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങിയ ഇയാൾ പിന്നീട് വെറും ആറുമാസത്തിനുള്ളിൽ പരീക്ഷിക്കാത്ത ഒരു ലഹരിയും ഇല്ലെന്നുതന്നെ പറയാം. മാതാപിതാക്കളുടെ ബാഗിൽ നിന്നും അല്ലറചില്ലറ മോഷണത്തോടൊപ്പം ചില ബന്ധുക്കളെ അവരുടെ ബലഹീനതകൾ മനസ്സിലാക്കി വലിയ തുക ബ്ലാക്ക്മെയിൽ ചെയ്തു തട്ടിയെടുക്കാനും തുടങ്ങി. അതോടൊപ്പം പഠിക്കുന്ന വിദ്യാലയത്തിൽ പരീക്ഷ തോൽവികളുടെ പെരുമഴയുമായി. ആവശ്യത്തിനും അനാവശ്യത്തിനും നുണപറഞ്ഞ് പല ഉത്തരവാദിത്വത്തിൽനിന്നും രക്ഷപ്പെടാൻ ശ്രമങ്ങൾ. ലഹരിയുടെ പിൻബലത്തിൽ പല അവിഹിതബന്ധങ്ങളും തുടർന്ന് അമിത മായ മൊബൈൽ ഉപയോഗങ്ങളും. ഈ യുവാവിനെ പിന്നീട് വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനത്തിൽനിന്നും പുറത്താക്കുകയും അവസാനം ആരോഗ്യം ക്ഷയിച്ചയാളെ ചികിത്സയ്ക്ക് വിധേയനാക്കേണ്ടി വരികയും ചെയ്തു.



കാരണങ്ങൾ

ലഹരിക്ക് അടിമയായ വ്യക്തികളിൽ താഴെപ്പറയുന്ന വസ്തുതകൾ ശ്രദ്ധേയ മാണ് .

1. ഭവനങ്ങളിൽ മുതിർന്നവരുടെ ലഹരി ഉപയോഗം ഇത്തരം ഉപയോഗ ങ്ങളെ ന്യായീകരിക്കുന്നു.
2. മാതാപിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധയും പരിപാലനയും കുറവ്
3. മാതാപിതാക്കൾ തമ്മിലുള്ള സ്പർദ്ധ, വിവാഹമോചനം
4. പഠനസംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ശരിയായി കൈകാര്യം ചെയ്യാത്ത അവസ്ഥ
5. ആരോഗ്യകരമല്ലാത്ത കൂട്ടുകെട്ടുകൾ
6. ലക്ഷ്യബോധം ഇല്ലായ്മ
7. വ്യക്തിത്വ വൈകല്യങ്ങൾ
8. ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ലഭ്യത
9. സാമൂഹികമായ അരക്ഷിതാവസ്ഥകൾ
10. മാനസികരോഗങ്ങൾ
11. അലസത
12. കൂടുതൽ സന്തോഷംതേടിയുള്ള പ്രവൃത്തികൾ തുടങ്ങിയവ ഏതാനും ചില കാരണങ്ങളാണ്.

പരിഹാരങ്ങൾ

ലഹരിക്ക് അടിമയായവരെ കണ്ടെത്തുകയും സഹായിക്കുകയും വേണം. മാതാപിതാക്കളും അധ്യാപകരും സാമൂഹ്യരംഗത്തുള്ളവരും ഒറ്റ ക്കെട്ടായി ചെയ്യേണ്ട പ്രവർത്തനമായിരിക്കണം അത്.

* **മരുന്നുചികിത്സ:** ആസക്തി കുറയ്ക്കാൻ, ശാരീരിക ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഒഴിവാക്കാനും സഹായിക്കുന്നു.
* **സൈക്കോ തെറാപ്പി:** കാരണങ്ങളെ കണ്ടെത്തി ചികിത്സിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.
* **പുനരധിവാസം:** സാമൂഹികമായ കാരണങ്ങളെ കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ പ്രാപ്തരാക്കുന്നു. ദീർഘകാല ചികിത്സ ഇത്തരക്കാർക്ക് കരുതലോടെ നൽകാൻ കുടുംബങ്ങളെ പ്രാപ്തരാക്കണം. അതിന് സൈക്യാട്രിസ്റ്റ്, ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റ്, സൈക്യാട്രിക് സോഷ്യൽ വർക്കർ, എന്നിവർ അടങ്ങുന്ന ഒരു സംയുക്ത മാനസിക ആരോഗ്യസേവകരുടെ സഹായം എടുക്കാവുന്നതാണ്.

ലഹരിയും സമൂഹവും

ശ്രീ. കെ.പി. സുനി

അസോസിയേറ്റ് പ്രൊഫസർ
ഡിപ്പാർട്മെന്റ് ഓഫ്
ഫിസിക്കൽ എഡ്യൂക്കേഷൻ
കോർഡിനേറ്റർ, ആന്റി ഡ്രഗ്
&നർകോട്ടിക് സെൽ
ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജ്

പുരാതനകാലം മുതൽക്കേ വൈദ്യശാസ്ത്ര ആവശ്യങ്ങൾക്കുവേണ്ടി മനുഷ്യർ ലഹരിമരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ മുമ്പൊരിക്കലും ലഹരിമരുന്നുകളുടെ ദുരുപയോഗം വ്യാപകമായി ഇത്ര വലിയ ഉൽക്കണ്ഠയും സമൂഹത്തിന് ഭീകരമായ ഭീഷണിയും ഉയർ ത്തിയിട്ടില്ല. ലഹരിമരുന്നുകളുടെ ഉപയോഗം ഭാവിതലമുറയ്ക്ക് വലിയ ഭീഷണി യാണുയർത്തുന്നത്. ലഹരിമരുന്ന് ഉപയോഗിക്കുന്ന ആൾ മറ്റൊരുവനെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുന്നതേയില്ല. ഓർമ്മശക്തിയും വിവേചനബുദ്ധിയും ഏകാഗ്രതയും നഷ്ടമാകുന്നു. പണത്തിന് ആവശ്യം വരുമ്പോൾ മോഷ്ടിക്കാനും സാമൂഹ്യ വിരുദ്ധപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാനും ഇത്തരക്കാർ ഒരു മടിയും കാണിക്കു ന്നില്ല. ഇത്തരക്കാർ സ്വന്തം മാതാപിതാക്കളെ ഉപദ്രവിക്കാനും കൊല്ലാനുംവരെ തയ്യാറാവുന്നത് ഇന്ന് സമൂഹത്തിൽ നമുക്ക് കാണാൻ സാധിക്കും. പുതുതായി ലഹരിമരുന്നിന് അടിമയാകുന്നവർ ലഹരിമരുന്നു ഉപയോഗിക്കുന്ന മറ്റുള്ളവരുമായി സൗഹൃദം സ്ഥാപിക്കുകയും പിന്നെ ഒരു സംഘമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നതു കാണാം. ഒരാൾ ലഹരിമരുന്നു ഉപയോഗിച്ച് തുടങ്ങുന്നത് വേദന മാറാനോ സുഹൃത്തുക്കളുടെ നിർബന്ധത്തിന് വഴങ്ങി ഒരു രസത്തിനു വേണ്ടിയോ ആണ്, എന്നാൽ മറ്റു ചിലർ നിരാശയിൽനിന്ന് രക്ഷപ്പെടാനും മാനസിക പിരിമുറുക്കത്തിൽനിന്നും രക്ഷനേടാനും ലഹരിമരുന്നുകളെ ആശ്ര യിക്കുന്നു. പരസ്പരം വഴക്കടിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കളുടേയും ശിഥിലമായ കുടും ബങ്ങളിലെയും മക്കൾ വളരെ എളുപ്പത്തിൽ ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെടാൻ സാധ്യത വളരെ കൂടുതലാണ്. ആരോഗ്യകരമായ വിദ്യാഭ്യാസത്തിന്റെ അഭാവവും ധാർ മ്മികമൂല്യങ്ങളുടെ തകർച്ചയും ലഹരിമരുന്നുകളുടെ ഉപയോഗത്തിന് ആക്കം കൂട്ടുന്നു.

ലഹരിമരുന്നിന്റെ ഉപയോഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് ജനങ്ങളെ ബോധവാന്മാരാക്കാൻ യുവജനങ്ങളുടെ സ്വമേധയാ ഉള്ള ഇടപെടൽ അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. സാഹചര്യത്തിൻ്റെ ഗൗരവം കണക്കിലെടുത്ത് ലഹരിയുടെ ഉപയോഗത്തിനെതിരെ സർക്കാർ ശക്തമായ നിയമനിർമ്മാണം നട ത്തണം. അതോടൊപ്പം അധികാരികളും ജനങ്ങളും സർക്കാർ സ്ഥാപ നങ്ങളും പുനരധിവാസകേന്ദ്രങ്ങളും കൈകോർത്ത് പ്രവർത്തിക്കണം. ലഹരിവിരുദ്ധസമൂഹമെന്നത് സുന്ദരമായ ഒരു ആശയമാണ്, സ്വപ്നമാണ്. അതു പ്രാവർത്തികമാക്കുവാനുള്ള ചുമതല നമ്മളോരോരുത്തരിലും നിക്ഷി പ്തമാണെന്നത് ഓർക്കുക. നാം തീർച്ചയായും ഈ സാമൂഹ്യവിപത്തുകളിൽ നിന്നും ഒഴിഞ്ഞുനിൽക്കണം. ഒരു ദുഃശീലം ആരംഭിക്കവാൻ ദുർബലനായൊരു വ്യക്തിക്ക് എളുപ്പം സാധിക്കും. എന്നാൽ ശക്തനായ ഒരാൾക്ക് മാത്രമേ അതിൽനിന്ന് ഒഴിഞ്ഞുമാറാനും അതിനെതിരെ പോരാടാനും സാധിക്കുകയുള്ളൂ.വിദ്യാർത്ഥികൾ ശക്തരാകാനാണ് പ്രയത്നിക്കേണ്ടത്. ഒരിക്കലും ഇത്തരം ദോഷവസ്തുക്കൾ ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കില്ലെന്ന് നമുക്ക് പ്രതിജ്ഞയെടുക്കാം.

ഡോ. മിനി കെ.ഡി.

അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ
ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ്
സുവോളജി
മെമ്പർ, ആന്റി ഡ്രഗ് &
നർകോട്ടിക് സെൽ,
ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജ്

എല്ലാവർക്കും നമസ്കാരം, ഞാൻ ഡോ മിനി കെ.ഡി, കാലടി ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജിലെ സുവോളജി വിഭാഗം അധ്യാപികയും ആന്റി ഡ്രഗ് & നാർക്കോട്ടിക് സെൽ അംഗവുമാണ്. ലഹരിവിരുദ്ധപ്രവർത്തനങ്ങൾ വളരെ ഊർജിതമായി നാടൊട്ടുക്ക് നടന്നു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന കാര്യം നമുക്കെല്ലാവർക്കും അറിയാമല്ലോ. ഇത്രയേറെ കർമപദ്ധതികൾ ആവിഷ്കരിക്കപ്പെടുമ്പോഴും ലഹരിയുടെ വില്പനയും ഉപയോഗവും അനുസ്യൂതം തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ലഹരി നമ്മുടെ കലാലയങ്ങളേയും ഗ്രസിച്ചുകഴിഞ്ഞു.. പ്രിയ വിദ്യാർത്ഥികളേ ഈ വിഷയത്തിൽ നിങ്ങൾക്കു എന്തു ചെയ്യാൻ കഴിയുമെന്നു ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ? നിങ്ങളുടെ ഓരോരുത്തരുടെയും ഉത്തരവാദിത്തമെന്താണ്? വളരെ ഗൗരവപൂർവം ആലോചിച്ചു പ്രവർത്തിക്കേണ്ട വിഷയംതന്നെയാണിത്. നിങ്ങളുടെ പ്രിയ കൂട്ടുകാർ, വേണ്ടപ്പെട്ടവർ ഇവരിലാരെങ്കിലുമാണ് ലഹരിക്കടിമയാകുന്നതെങ്കിലോ? നിങ്ങൾക്കറിയാവുന്നവർ, നിങ്ങളോടടുപ്പമുള്ളവർ, നിങ്ങളുടെ പ്രിയകൂട്ടുകാർ - അവരുടെ സ്വഭാവത്തിൽ പെരുമാറ്റത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾ, അതായത് നിങ്ങളിൽനിന്നെല്ലാം അകന്നുമാറി ഒറ്റയ്ക്കിരിക്കാനുള്ള പ്രവണത, അപരിചിതരുമായുള്ള പുതിയ കൂട്ടുകെട്ടുകൾ, ഒന്നിലും താല്പര്യമില്ലാതെയുള്ള അശ്രദ്ധമായ നടത്തം, അകാരണമായി ക്ലാസ്സിൽ വരാതിരിക്കുക തുടങ്ങിയവ ശ്രദ്ധയിൽ പെട്ടാൽ തീർച്ചയായും ബന്ധപ്പെട്ടവരെ വിവരം അറിയിക്കാൻ മടികാണിക്കരുത്. അവസരോചിതമായ നിങ്ങളുടെ ഇടപെടൽ വിലപ്പെട്ട പല ജീവിതങ്ങളും രക്ഷിച്ചെന്നുവരാം. കേരള സർക്കാരിന്റെ ലഹരിവിരുദ്ധ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ആത്മാർഥമായി, ഊർജസ്വലതയോടെ നമുക്ക് അണിചേരാം... ലഹരിമുക്ത സമൂഹം പടുത്തുയർത്താൻ നമുക്ക് കൂട്ടായി യത്നിക്കാം.

നന്ദി

അനന്ദു സജി

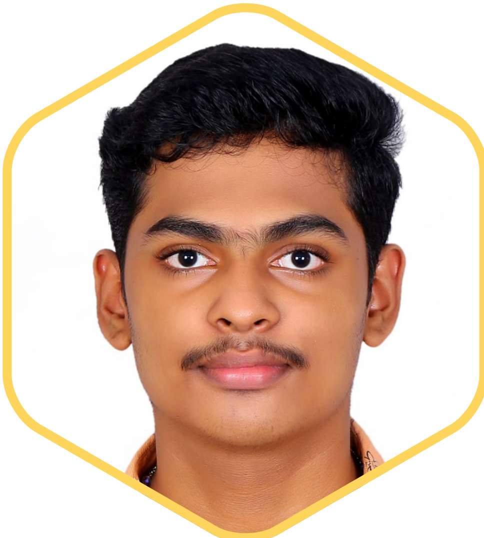
II DC ബോട്ടണി
സ്റ്റുഡന്റ് കോർഡിനേറ്റർ,
ആന്റി ഡ്രഗ് & നർകോട്ടിക് സെൽ
ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജ്

നമ്മുടെ നാട്ടിലേക്കുള്ള ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളുടെ ഒഴുക്ക് നാം ഊഹിക്കുന്നതിലും വളരെ കൂടുതലാണ്. ഈ ഒഴുക്ക് ഒരിക്കലും നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയുന്നതല്ലെന്ന് നാം തിരിച്ചറിഞ്ഞേ മതിയാവൂ. വേണ്ട തരത്തിലുള്ള കൗൺസിലിങ് ക്ലാസുകൾ സംഘടിപ്പിച്ച് ലഹരിപദാർത്ഥങ്ങളുടെ ഉപയോഗം പൂർണമായും ഉപേക്ഷിക്കാൻ ആളുകളെ പ്രാപ്തമാക്കുക എന്നതാണ് ഏക പോംവഴി.

ജീവിതത്തെ നനയ്ക്കാനും നിറക്കാനും സ്വപ്നങ്ങളെ ലഹരിയാക്കുക... സ്വപ്നങ്ങളുടെ ചിറകിലേറി ഉയരെ പാറുക... ലഹരിയാവാം ജീവിതത്തോട്, ലഹരിയാവാം സ്വപ്നങ്ങളോട്!!

പ്രീത് ജോണി

I D C സുവോളജി
ശ്രീ ശങ്കരാ കോളേജ്



വലിച്ചെറിയുന്ന പുകച്ചുരുളുകൾക്കൊപ്പം കത്തിയെരിയുന്ന ജീവിതങ്ങളും നാം കാണണം. മത്തുപിടിപ്പിക്കുന്ന മദ്യത്തെക്കാളും കൂടെ നിൽക്കുന്ന കുടുംബങ്ങളെ നാം ചേർത്ത് പിടിക്കണം. ലഹരിക്ക് അടിമപ്പെട്ട് ജീവിക്കുന്ന തലമുറയെയല്ല, ലഹരിയെ ചെറുത്തു തോൽപിച്ച് സ്വപ്നങ്ങളുടെ പിന്നാലെ പായുന്ന യുവതലമുറയെ നാം വാർത്തെടുക്കണം. ഇതിനായി നമുക്ക് ഒന്നിച്ചു മുന്നേറാം.

അണി ചേരാം...
പ്രതീക്ഷയോടെ...
ലഹരിമുക്ത
നാളേയ്ക്കായ്...

ANTI-DRUGS & NARCOTIC CELL

SREE SANKARA COLLEGE, KALADY

Anti-Drug and Narcotic Cell of Sree Sankara College was constituted by the Principal Dr. Preethi Nair on 10/8/2022. Sri. K P Suni of Physical Education department was nominated as the Convener of the cell and three other faculty members, Dr. Mini K D, Dr. Ratheesh C Nair and Dr. Sinitha B Nair as the members.

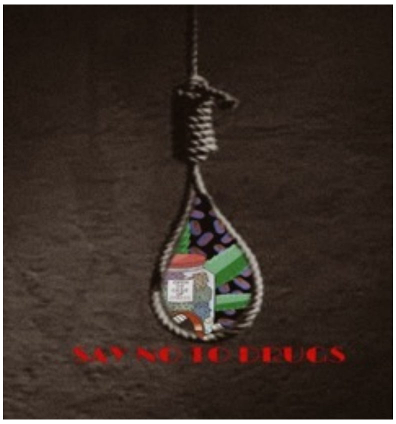
PROGRAMS ORGANISED

On 11/8/2022 a Consciousness Class on Addiction, Substance Abuse & Prevention was jointly organized by ADNC and NSS unit of our college. The session was taken by Sri. Shibin Shaji Varghese, District Coordinator, DREAM KOCHI Childline, Kochi.

Shibin Shaji Varghese taking class

E Poster Competition

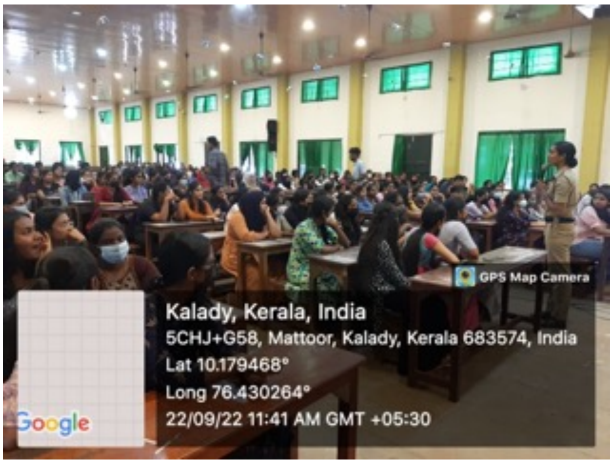
Based on the theme 'Say no to Drugs 'an E poster competition was organized. Vinayak Reji od I Dc Zoology got the Best poster award.



Award winning Poster

Anti – Drug Awareness program

The program was organized by ADNC on 22/9/2022 in the seminar hall at 11 am inaugurated by the Principal Dr. Preethi Nair. Kumari Janaki of I year Zoology did the prayer song. Sri. K P Suni, the Convenor of ADNC welcomed the gathering. Smt. Dhanya K J, Civil Excise Officer engaged the students of first year from all disciplines. The class was very informative, and students were enlightened by listening her experiences in the field. She narrated real stories experienced in her career. The session extended up to 1.15 pm which was concluded with the Vote of Thanks by Dr. Mini K D.



Anti drug Awareness Rally, Students holding placards highlighting the slogans conducted a rally in the campus which was flagged off by the Principal.

Anti drug Awareness song by Students

Slogan Writing Competition

Organised by ADNC of Sree Sankara College in which many students participated. Meekashi m of I DC Zoology bagged the First Prize followed by Aneeta P S (I D C Zoology) and Rajalakshmi Shaji (I D C Botany) shared II prize and Devika B & Nikhila K Of I D C Zoology secured III Prize.

Anti Drug – *Manushya Changala*

In order to create awareness among the students regarding the ill effects of drugs, a human chain was formed participating all the staff and students of the institution. Principal recited the antidrug pledge which was repeated by all.

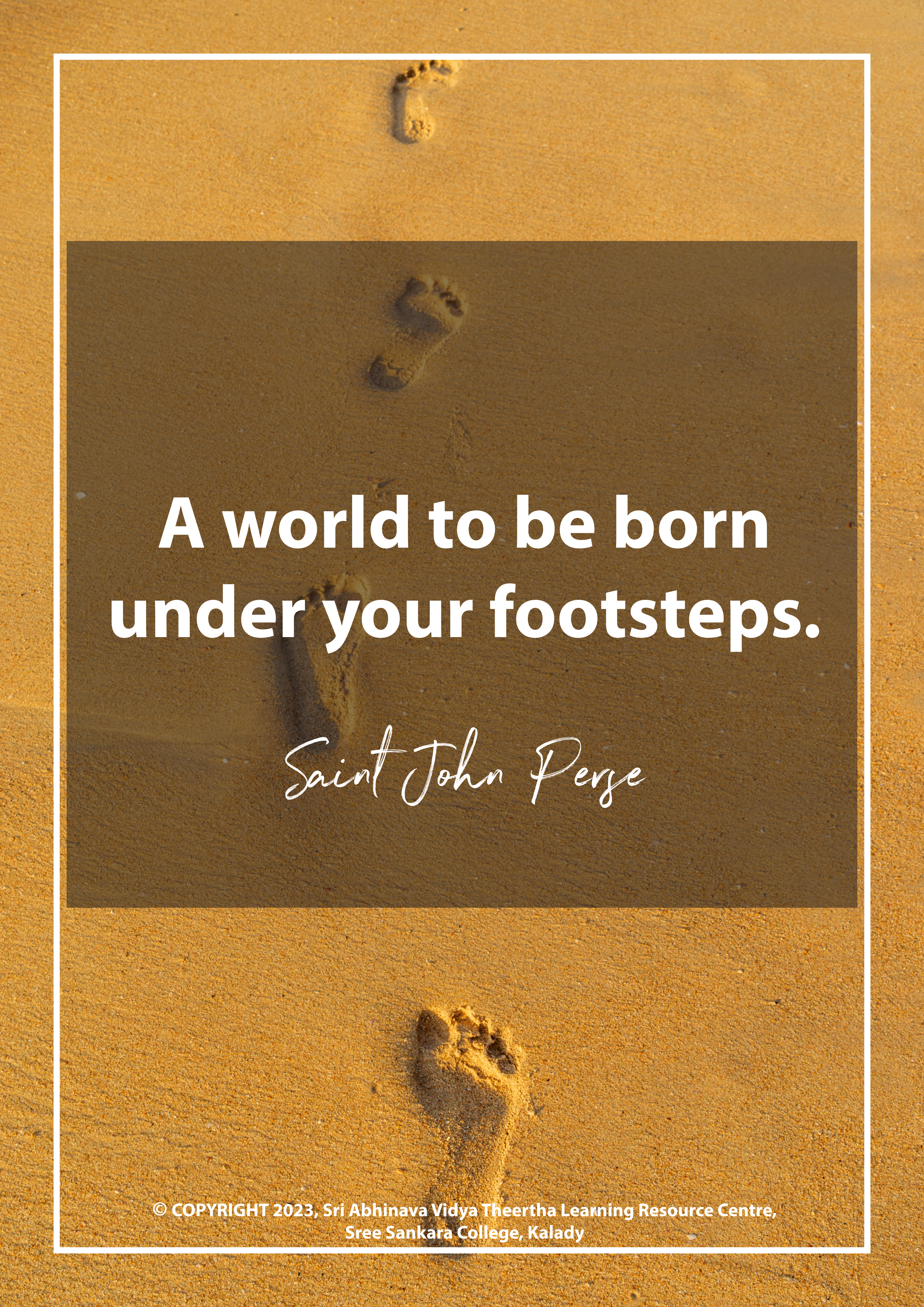
Goal Challenge Campaign

The 'Goal Challenge' campaign (25/11/2022), as part of the third phase of the State Government's 'No to drugs' campaign against drug menace and substance abuse the Anti- drug & Narcotic cell of Sree Sankara College Kalady organized goal against drugs foot ball in which a total of 450 goals were netted by the Staff and Students. Principal Dr. Preethi Nair inaugurated the campaign. secured III Prize.

Principal netting the first goal

ലഹരി വിരുദ്ധ പ്രതിജ്ഞ

മദ്യം, മയക്കുമരുന്ന്, പുകയില, പാൻ മസാല തുടങ്ങിയ ലഹരി പദാർത്ഥങ്ങൾ വ്യക്തികളെയും കുടുംബങ്ങളെയും ആരോഗ്യപരമായും സാമ്പത്തികപരമായും സാമൂഹികപരമായും സാംസ്കാരികമായും നശിപ്പിക്കുന്ന സാമൂഹ്യ വിപത്താണ് എന്ന് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു ആയതിനാൽ ഏതെങ്കിലും ലഹരി പദാർത്ഥങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുകയോ അത് ഉപയോഗിക്കുവാൻ മറ്റുള്ളവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുകയില്ലെന്നും ലഹരി വിരുദ്ധ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കെടുത്ത് എന്റേതായ കടമ നിറവേറ്റും എന്നും ലഹരി വിമുക്ത സമൂഹത്തിനായി പ്രയത്നിക്കും എന്നും ഞാൻ പ്രതിജ്ഞ ചെയ്യുന്നു.



© COPYRIGHT 2023, Sri Abhinava Vidya Theertha Learning Resource Centre,
Sree Sankara College, Kalady