மன் கி பாத்

பகுதி 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

TAMIL

ISBN – 978-81-19596-61-4

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**.

அன்புள்ள குழந்தைகளே,

'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்' என்ற பழமொழியை நீங்கள் அனைவரும் கேள்விப்பட்டிருப்பீர்கள். உண்மையில், உலகம் கோவிட்-19 தொற்றுநோயிலிருந்து மீண்டு வந்தது எவ்வளவு உண்மை என்பதை நாம் அனைவரும் அறிவோம். ஆனால், நல்ல ஆரோக்கியமத்திற்கு நமக்கு ஆதரவு தேவை. அந்த ஆதரவு உங்கள் குடும்பத்தினரிடம், அண்டை வீட்டாரிடம், மருத்துவர்களிடம், அல்லது அந்நியர்களிடம் இருந்து கூட வரலாம். அது உங்கள் வாழ்க்கையின் தரத்தை மாற்றலாம்.

குழந்தைகளாக இருக்கும் போது சஞ்சனா கோயல் மற்றும் அவரது சகோதரர்கள் தசைநார் சிதைவு நோயால் பாதிக்கப் பட்டிருந்தனர். சஞ்சனாவின் பெற்றோர் தங்கள் தலைவிதியை நினைத்து புலம்புவதற்கு பதிலாக, தங்கள் குழந்தைகளுக்கு ஆதரவாக இருந்தனர். இது அவர்களுக்கு நேர்மறை உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது. இதன் விளைவாக, சஞ்சனா மானவ் மந்திர் என்ற தசைநார் சிதைவுக்கான ஆசியாவின் மிகப்பெரிய மருத்துவமனையை நிறுவினார்.

நிக்ஷய் மித்ரா காசநோயாளிகளுக்கு ஆதரவாக இருக்கிறார்கள். 8 வயது நளினி சிங்கில் இருந்து உத்தராகாண்டில் உள்ள ஒரு கிராமத்தைச் சேர்ந்த பிரதான் வரை, சாதாரண மக்கள் காசநோயாளிகளுக்கு ஆதரவாகவும் அவர்களின் வாழ்க்கையை மேம் படுத்துவதற்கும் உதவியாக உள்ளனர்.

மேலும், சிலர் இலவச சிகிச்சை அளிக்கின்றனர் மற்றும் சுகாதார முகாம்கள் அமைக்கின்றனர்.

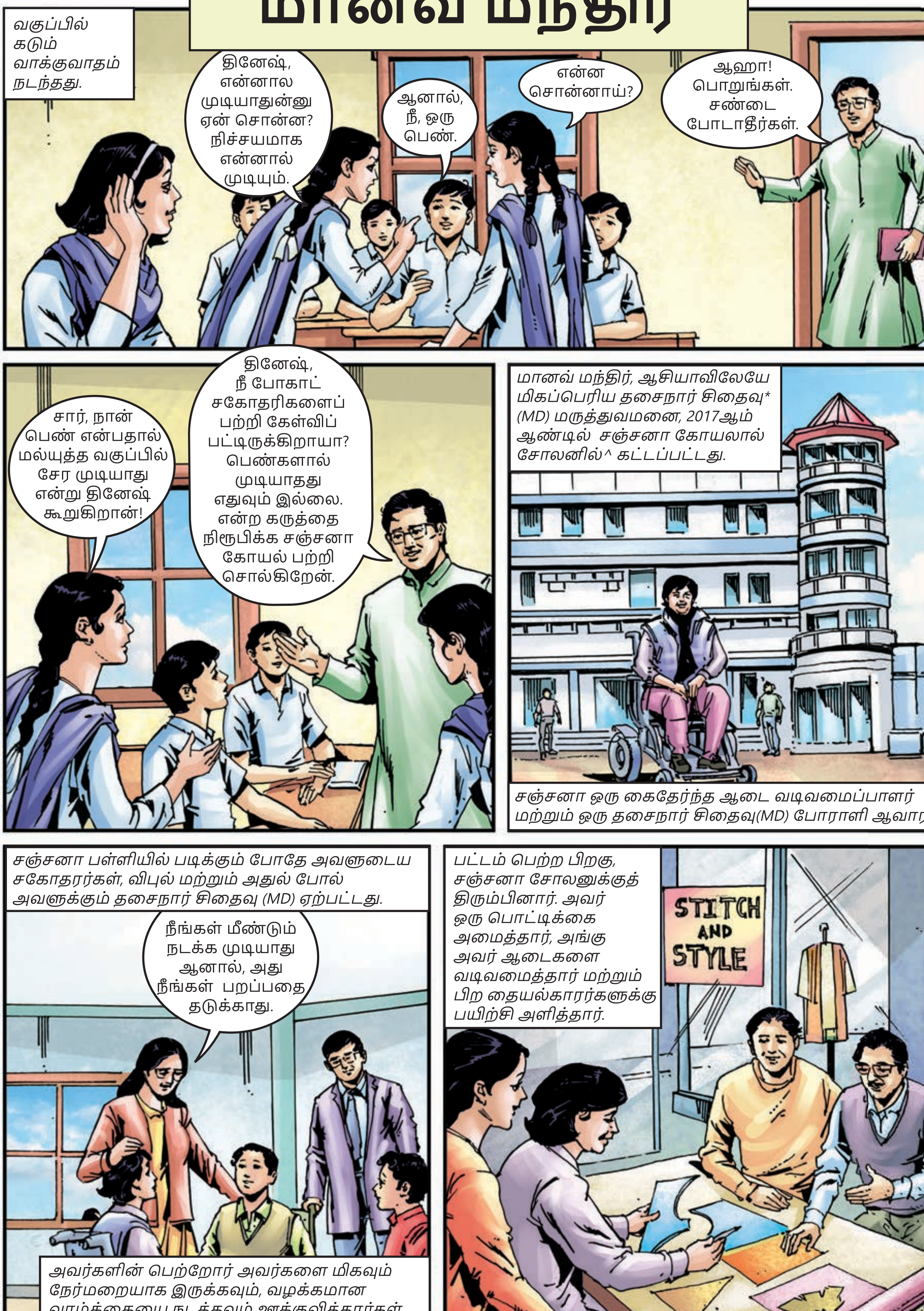
இந்த மக்கள் அனைவருக்கும் இடையே ஒரு பொதுவான இணைப்பு உள்ளது வாழ்க்கையில் அவர்கள் பெற்ற சிரமங்கள் மற்றும் பரிசுகள் மற்றும் அதே சவால்களை எதிர்கொள்ளும் மற்றவர்களை ஆதரிக்க விருப்பத்துடன் உள்ளனர்.

உங்களுக்கு வாழ்க்கையில் கிடைத்த ஆதரவைபோல் சமுதாயத்திற்கு மீண்டும் ஆதரவை வழங்குவதற்கான உந்துதலை நீங்களும் கண்டறிய வேண்டும் என்பதே எனது உண்மையான விருப்பம்.

உள்ளடக்கம்

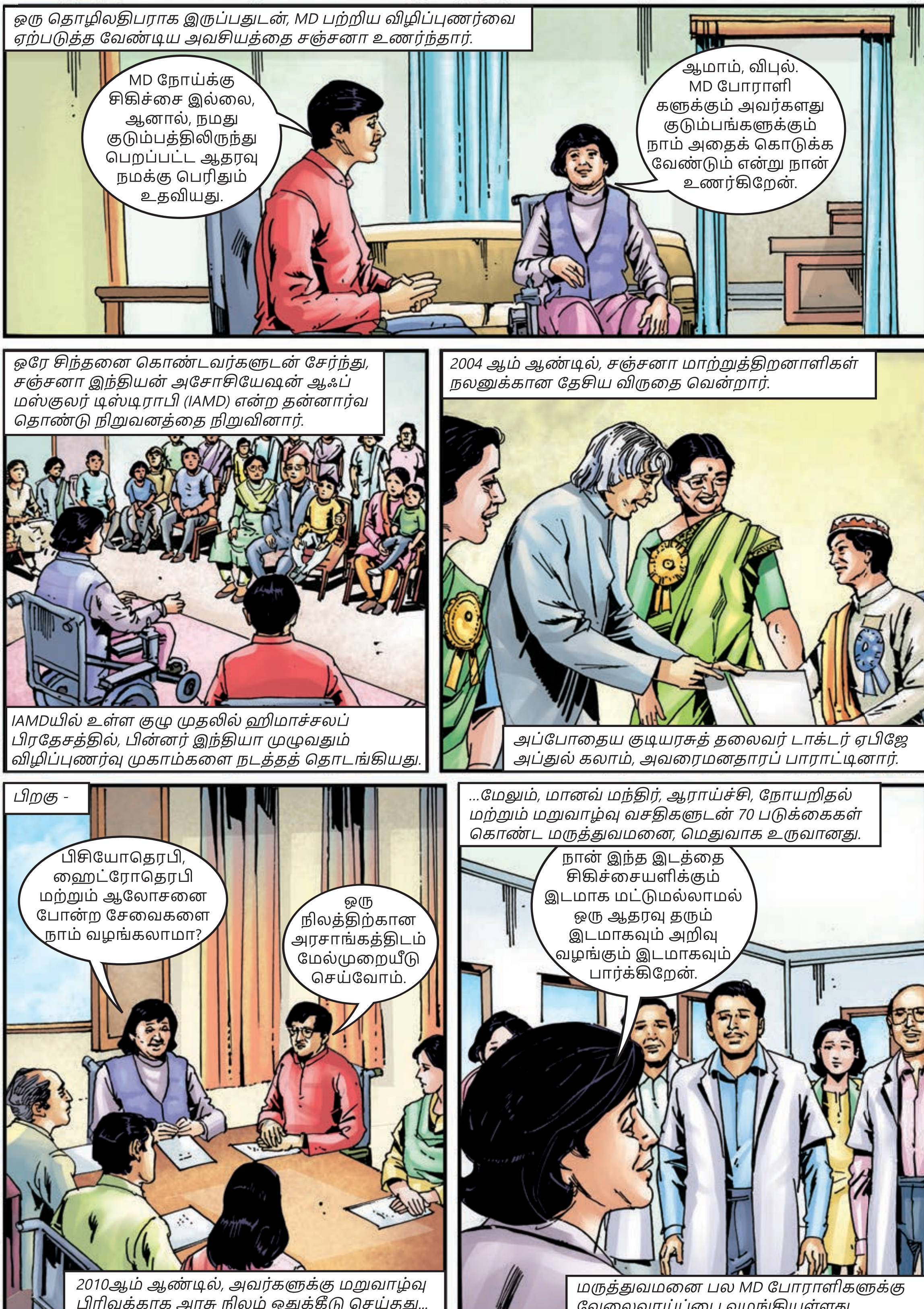
1	மானவ் மந்திர்	3
2	திகார் சிங் மேவாரி	6
3	பூனம் நாட்டியல்	9
4	சங்கல்ப் 95	12
5	சர்பஞ்ச் பல்பீர் கௌர்	15
6	அஜித் மோகன் சௌத்ரி	18
7	மில்லட்ஸ் கஃபே	21
8	சைதுல் லஸ்கர்	23
9	நளினி சிங்	26
10	லட்சுமிக்குட்டி	28
11	ராம சுப்பா ரெட்டி	31

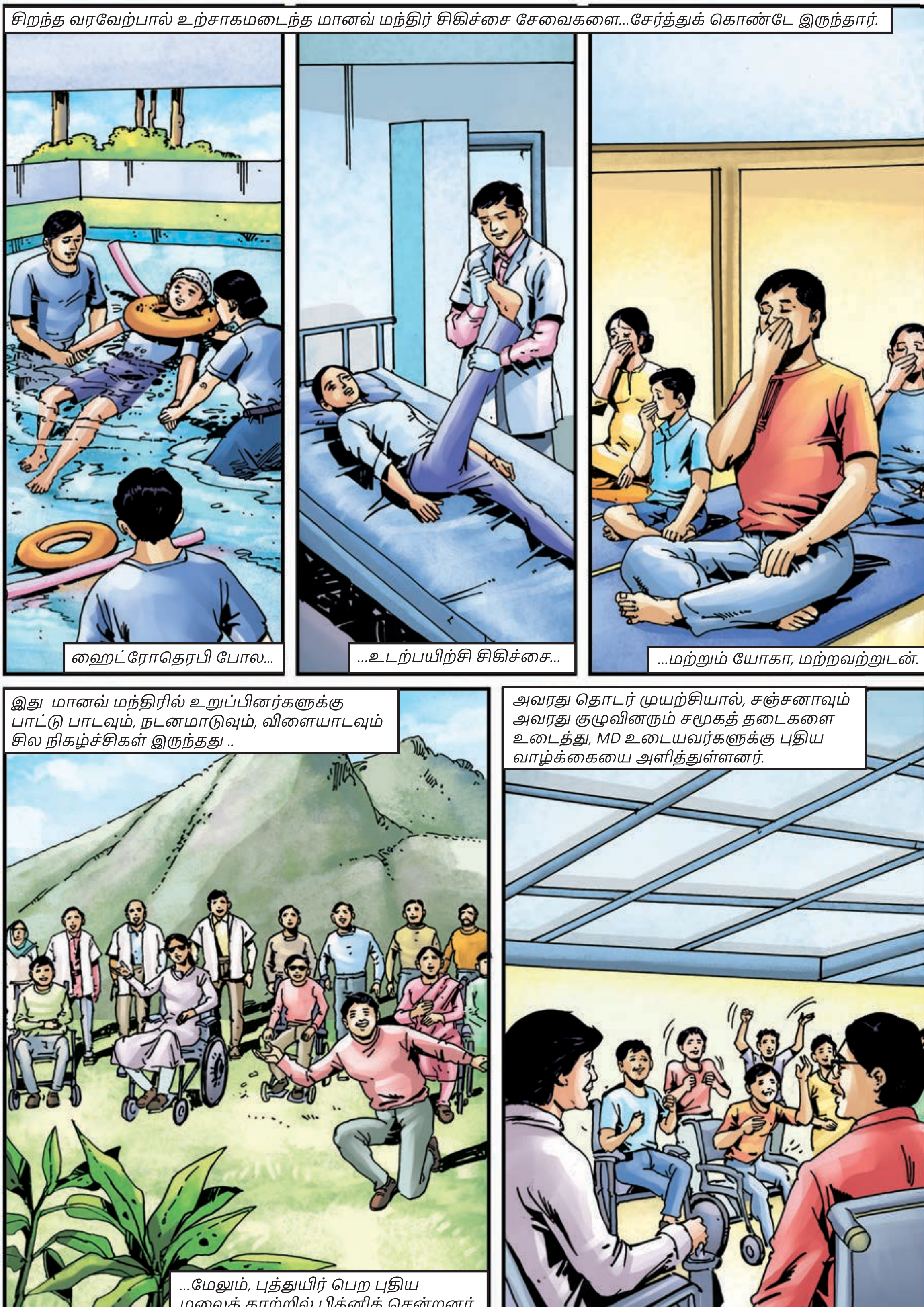
மானவ் மந்திர்



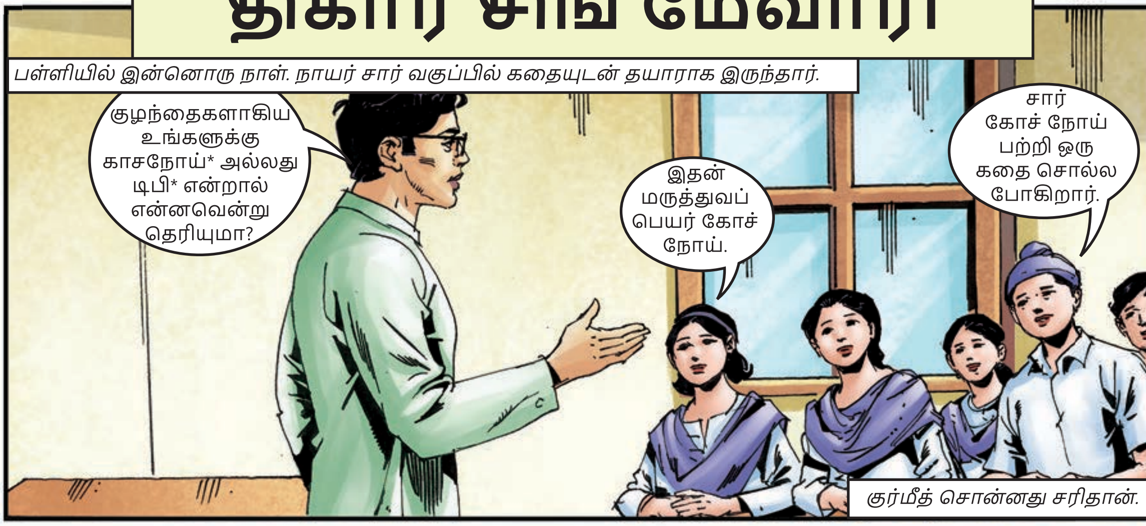
* பலவீனம் மற்றும் தசைச் சிதைவை ஏற்படுத்தும் மரபணு நோய்களின் ஒரு குழு

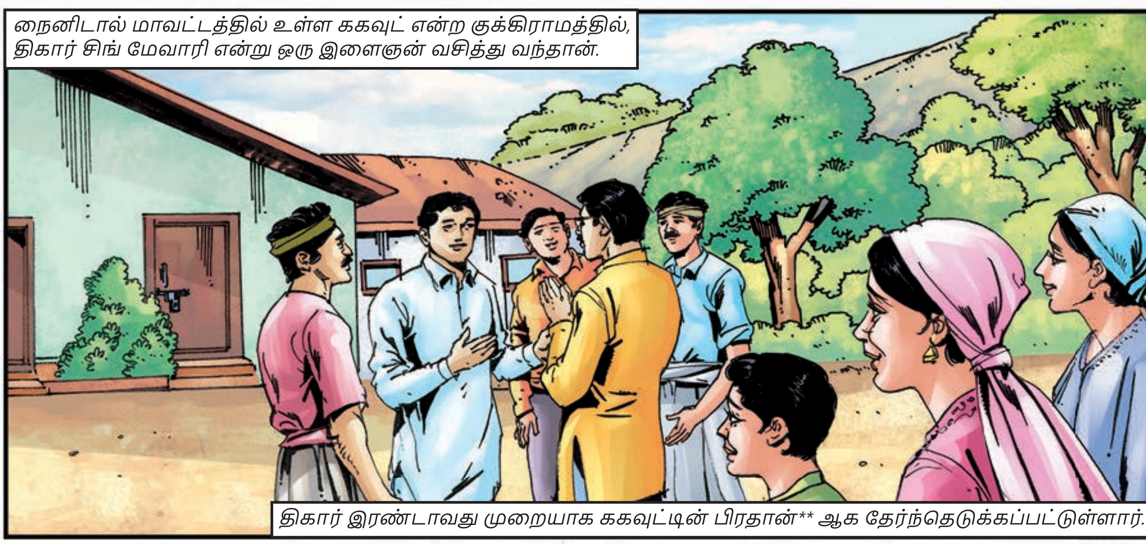
^ஹிமாச்சல பிரதேசத்தில்

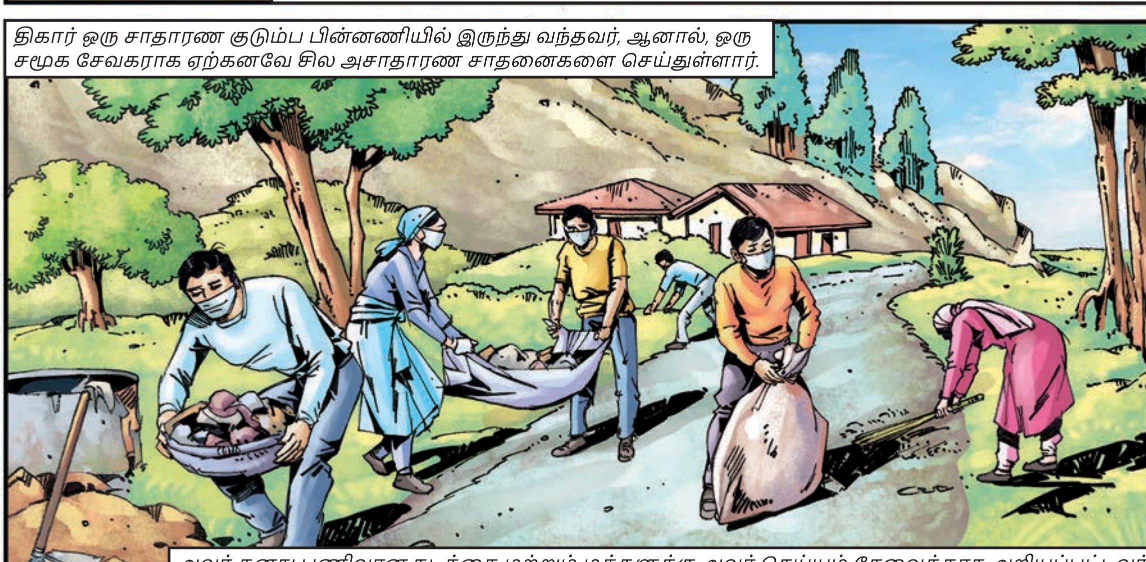

ஒரு தொழிலதிபராக இருப்பதுடன், MD பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த வேண்டிய அவசியத்தை சஞ்சனா உணர்ந்தார்.
MD நோய்க்கு சிகிச்சை இல்லை, ஆனால், நமது குடும்பத்திலிருந்து பெறப்பட்ட ஆதரவு நமக்கு பெரிதும் உதவியது.
ஆமாம், விபுல். MD போராளி களுக்கும் அவர்களது குடும்பங்களுக்கும் நாம் அதைக் கொடுக்க வேண்டும் என்று நான் உணர்கிறேன்.
ஒரே சிந்தனை கொண்டவர்களுடன் சேர்ந்து, சஞ்சனா இந்தியன் அசோசியேஷன் ஆஃப் மஸ்குலர் டிஸ்டிராபி (IAMD) என்ற தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனத்தை நிறுவினார்.
IAMDயில் உள்ள குழு முதலில் ஹிமாச்சலப் பிரதேசத்தில், பின்னர் இந்தியா முழுவதும் விழிப்புணர்வு முகாம்களை நடத்தத் தொடங்கியது.
2004 ஆம் ஆண்டில், சஞ்சனா மாற்றுத்திறனாளிகள் நலனுக்கான தேசிய விருதை வென்றார்.
அப்போதைய குடியரசுத் தலைவர் டாக்டர் ஏபிஜே அப்துல் கலாம், அவரைமனதாரப் பாராட்டினார்.
பிறகு -
பிசியோதெரபி, ஹைட்ரோதெரபி மற்றும் ஆலோசனை போன்ற சேவைகளை நாம் வழங்கலாமா?
ஒரு நிலத்திற்கான அரசாங்கத்திடம் மேல்முறையீடு செய்வோம்.
2010ஆம் ஆண்டில், அவர்களுக்கு மறுவாழ்வு பிரிவுக்காக அரசு நிலம் ஒதுக்கீடு செய்தது...
...மேலும், மானவ் மந்திர், ஆராய்ச்சி, நோயறிதல் மற்றும் மறுவாழ்வு வசதிகளுடன் 70 படுக்கைகள் கொண்ட மருத்துவமனை, மெதுவாக உருவானது.
நான் இந்த இடத்தை சிகிச்சையளிக்கும் இடமாக மட்டுமல்லாமல் ஒரு ஆதரவு தரும் இடமாகவும் அறிவு வழங்கும் இடமாகவும் பார்க்கிறேன்.
மருத்துவமனை பல MD போராளிகளுக்கு வேலைவாய்ப்பை வழங்கியுள்ளது.


சிறந்த வரவேற்பால் உற்சாகமடைந்த மானவ் மந்திர் சிகிச்சை சேவைகளை...சேர்த்துக் கொண்டே இருந்தார்.
ஹைட்ரோதெரபி போல...
...உடற்பயிற்சி சிகிச்சை...
...மற்றும் யோகா, மற்றவற்றுடன்.
இது மானவ் மந்திரில் உறுப்பினர்களுக்கு பாட்டு பாடவும், நடனமாடுவும், விளையாடவும் சில நிகழ்ச்சிகள் இருந்தது ..
...மேலும், புத்துயிர் பெற புதிய மலைக் காற்றில் பிக்னிக் சென்றனர்.
அவரது தொடர் முயற்சியால், சஞ்சனாவும் அவரது குழுவினரும் சமூகத் தடைகளை உடைத்து, MD உடையவர்களுக்கு புதிய வாழ்க்கையை அளித்துள்ளனர்.

திகார் சிங் மேவாரி

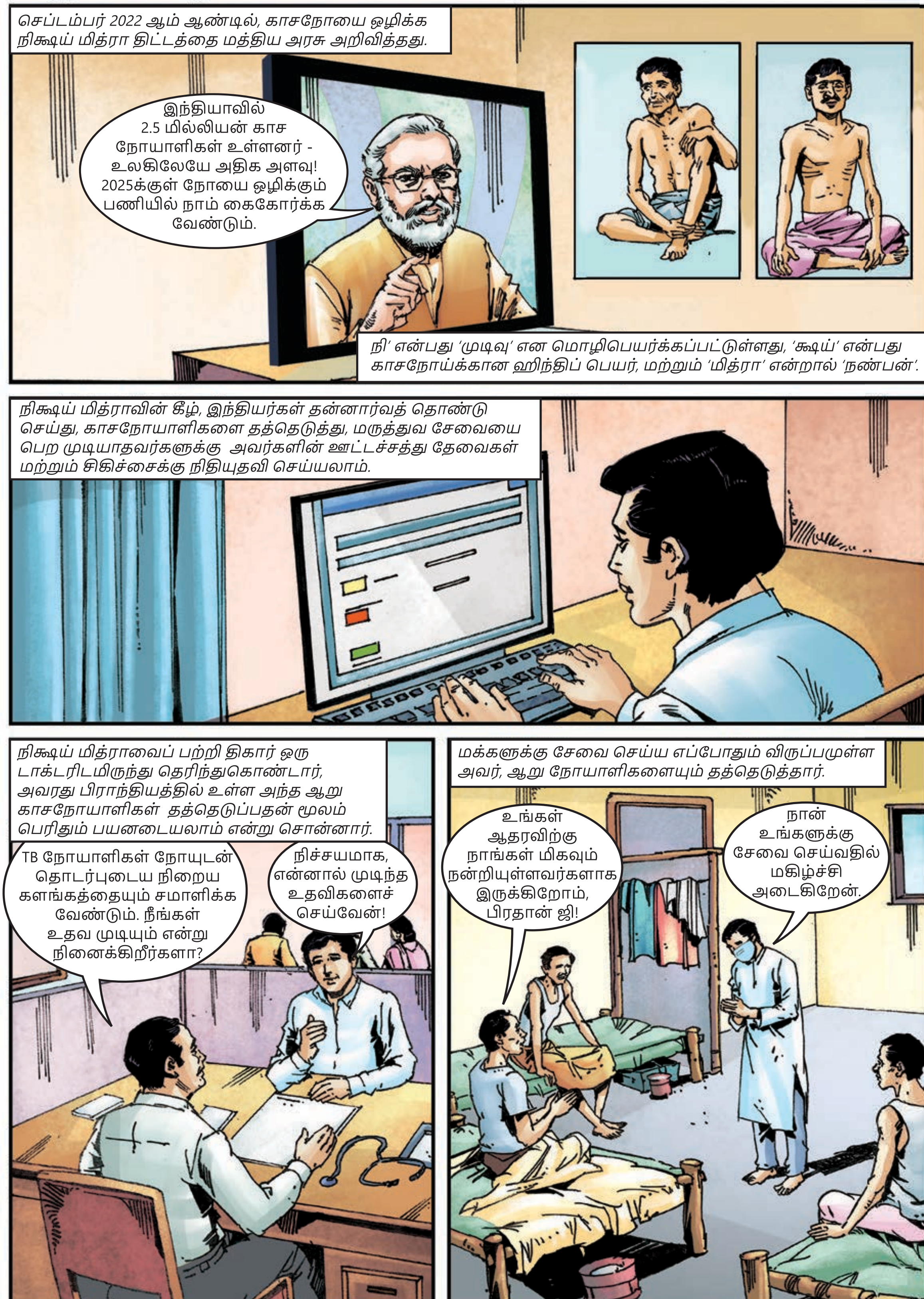


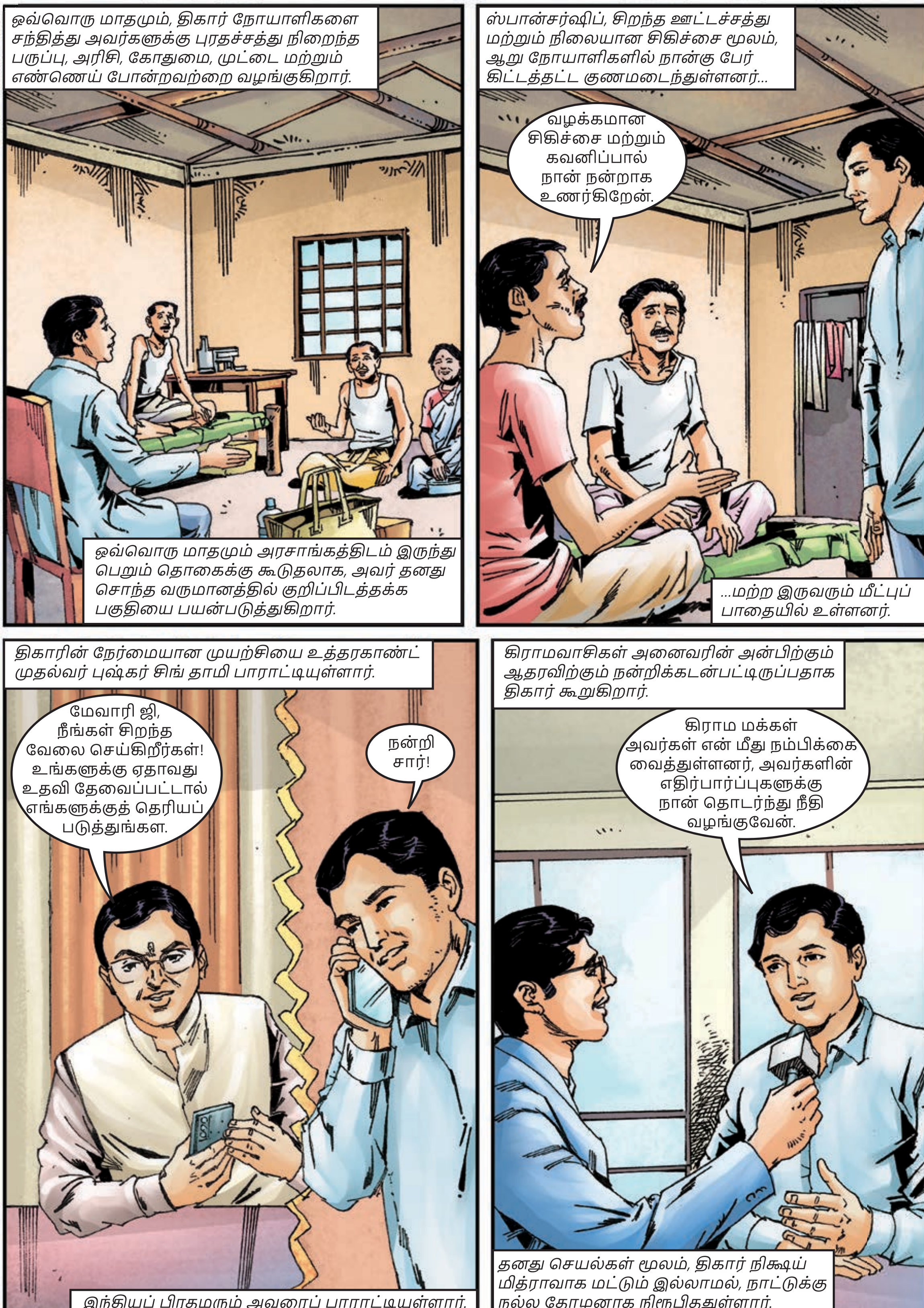




குணப்படுத்தக்கூடிய ஒரு தொற்று நோய்
^ உத்தராகாண்டில்

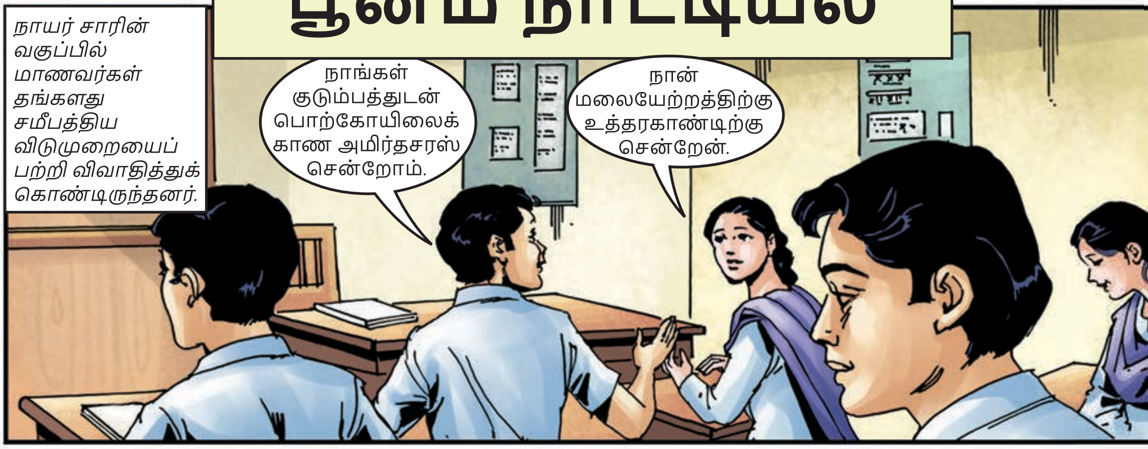
**தலைவர்


செப்டம்பர் 2022 ஆம் ஆண்டில், காசநோயை ஒழிக்க நிக்ஷய் மித்ரா திட்டத்தை மத்திய அரசு அறிவித்தது.
இந்தியாவில் 2.5 மில்லியன் காச நோயாளிகள் உள்ளனர் - உலகிலேயே அதிக அளவு! 2025க்குள் நோயை ஒழிக்கும் பணியில் நாம் கைகோர்க்க வேண்டும்.
நி' என்பது 'முடிவு' என மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளது, 'க்ஷய்' என்பது காசநோய்க்கான ஹிந்திப் பெயர், மற்றும் 'மித்ரா' என்றால் 'நண்பன்'.
நிக்ஷய் மித்ராவின் கீழ், இந்தியர்கள் தன்னார்வத் தொண்டு செய்து, காசநோயாளிகளை தத்தெடுத்து, மருத்துவ சேவையை பெற முடியாதவர்களுக்கு அவர்களின் ஊட்டச்சத்து தேவைகள் மற்றும் சிகிச்சைக்கு நிதியுதவி செய்யலாம்.
நிக்ஷய் மித்ராவைப் பற்றி திகார் ஒரு டாக்டரிடமிருந்து தெரிந்துகொண்டார், அவரது பிராந்தியத்தில் உள்ள அந்த ஆறு காசநோயாளிகள் தத்தெடுப்பதன் மூலம் பெரிதும் பயனடையலாம் என்று சொன்னார்.
TB நோயாளிகள் நோயுடன் தொடர்புடைய நிறைய களங்கத்தையும் சமாளிக்க வேண்டும். நீங்கள் உதவ முடியும் என்று நினைக்கிறீர்களா?
நிச்சயமாக, என்னால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்வேன்!
மக்களுக்கு சேவை செய்ய எப்போதும் விருப்பமுள்ள அவர், ஆறு நோயாளிகளையும் தத்தெடுத்தார்.
உங்கள் ஆதரவிற்கு நாங்கள் மிகவும் நன்றியுள்ளவர்களாக இருக்கிறோம், பிரதான் ஜி!
நான் உங்களுக்கு சேவை செய்வதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.



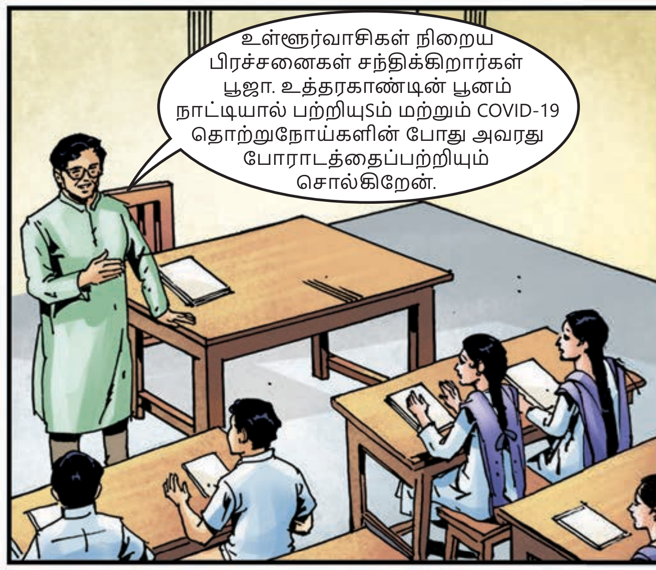
ஒவ்வொரு மாதமும், திகார் நோயாளிகளை சந்தித்து அவர்களுக்கு புரதச்சத்து நிறைந்த பருப்பு, அரிசி, கோதுமை, முட்டை மற்றும் எண்ணெய் போன்றவற்றை வழங்குகிறார்.
ஒவ்வொரு மாதமும் அரசாங்கத்திடம் இருந்து பெறும் தொகைக்கு கூடுதலாக, அவர் தனது சொந்த வருமானத்தில் குறிப்பிடத்தக்க பகுதியை பயன்படுத்துகிறார்.
ஸ்பான்சர்ஷிப், சிறந்த ஊட்டச்சத்து மற்றும் நிலையான சிகிச்சை மூலம், ஆறு நோயாளிகளில் நான்கு பேர் கிட்டத்தட்ட குணமடைந்துள்ளனர்...
வழக்கமான சிகிச்சை மற்றும் கவனிப்பால் நான் நன்றாக உணர்கிறேன்.
...மற்ற இருவரும் மீட்புப் பாதையில் உள்ளனர்.
திகாரின் நேர்மையான முயற்சியை உத்தரகாண்ட் முதல்வர் புஷ்கர் சிங் தாமி பாராட்டியுள்ளார்.
மேவாரி ஜி, நீங்கள் சிறந்த வேலை செய்கிறீர்கள்! உங்களுக்கு ஏதாவது உதவி தேவைப்பட்டால் எங்களுக்குத் தெரியப் படுத்துங்கள.
நன்றி சார்!
இந்தியப் பிரதமரும் அவரைப் பாராட்டியுள்ளார்.
கிராமவாசிகள் அனைவரின் அன்பிற்கும் ஆதரவிற்கும் நன்றிக்கடன்பட்டிருப்பதாக திகார் கூறுகிறார்.
கிராம மக்கள் அவர்கள் என் மீது நம்பிக்கை வைத்துள்ளனர், அவர்களின் எதிர்பார்ப்புகளுக்கு நான் தொடர்ந்து நீதி வழங்குவேன்.
தனது செயல்கள் மூலம், திகார் நிக்ஷய் மித்ராவாக மட்டும் இல்லாமல், நாட்டுக்கு நல்ல தோழனாக நிரூபிதுள்ளார்.

பூனம் நாட்டியல்



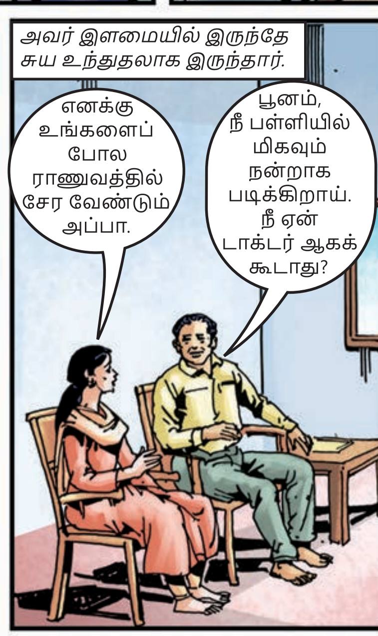
நாயர் சாரின் வகுப்பில் மாணவர்கள் தங்களது சமீபத்திய விடுமுறையைப் பற்றி விவாதித்துக் கொண்டிருந்தனர்.
நாங்கள் குடும்பத்துடன் பொற்கோயிலைக் காண அமிர்தசரஸ் சென்றோம்.
நான் மலையேற்றத்திற்கு உத்தரகாண்டிற்கு சென்றேன்.

ஆஹா! அது மிகவும் கடினமாக இருந்ததா?
ஆமாம். நிலப்பரப்பு மிகவும் கடினமாக இருந்தது. உள்ளூர் அங்கு எப்படி இருக்கிறார்கள் என்று எனக்கு ஆச்சரியமாக இருந்தது.

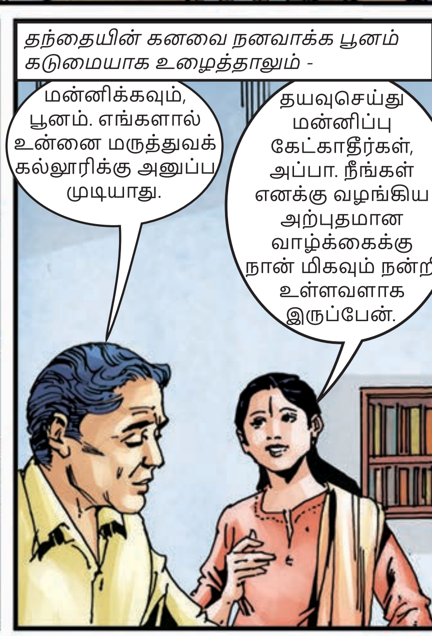


உள்ளூர்வாசிகள் நிறைய பிரச்சனைகள் சந்திக்கிறார்கள் பூஜா. உத்தரகாண்டின் பூனம் நாட்டியால் பற்றியுSம் மற்றும் COVID-19 தொற்றுநோய்களின் போது அவரது போராடத்தைப்பற்றியும் சொல்கிறேன்.

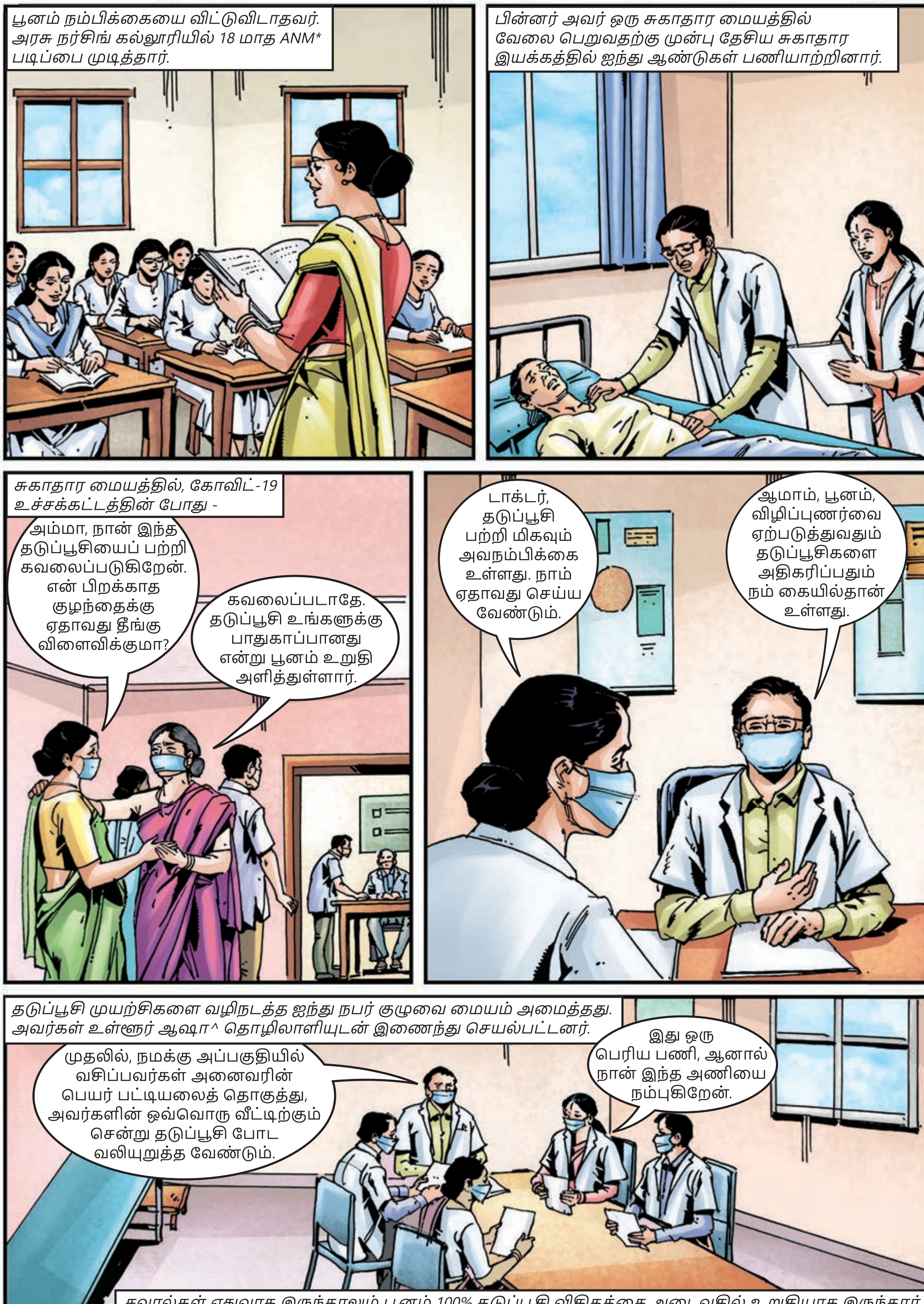
பூனம் நாட்டியால் பாகேஷ்வர், உத்தரகாண்ட், சானி கோராளி மையம் சுகாதாரப் பணியாளர். அவரது அணியுடன் ஒன்றாக இணைந்து அவரது பகுதியில் 100% தடுப்பூசியை அடைய முடிந்தது.



அவர் இளமையில் இருந்தே சுய உந்துதலாக இருந்தார்.
எனக்கு உங்களைப் போல ராணுவத்தில் சேர வேண்டும் அப்பா.
பூனம், நீ பள்ளியில் மிகவும் நன்றாக படிக்கிறாய். நீ ஏன் டாக்டர் ஆகக் கூடாது?

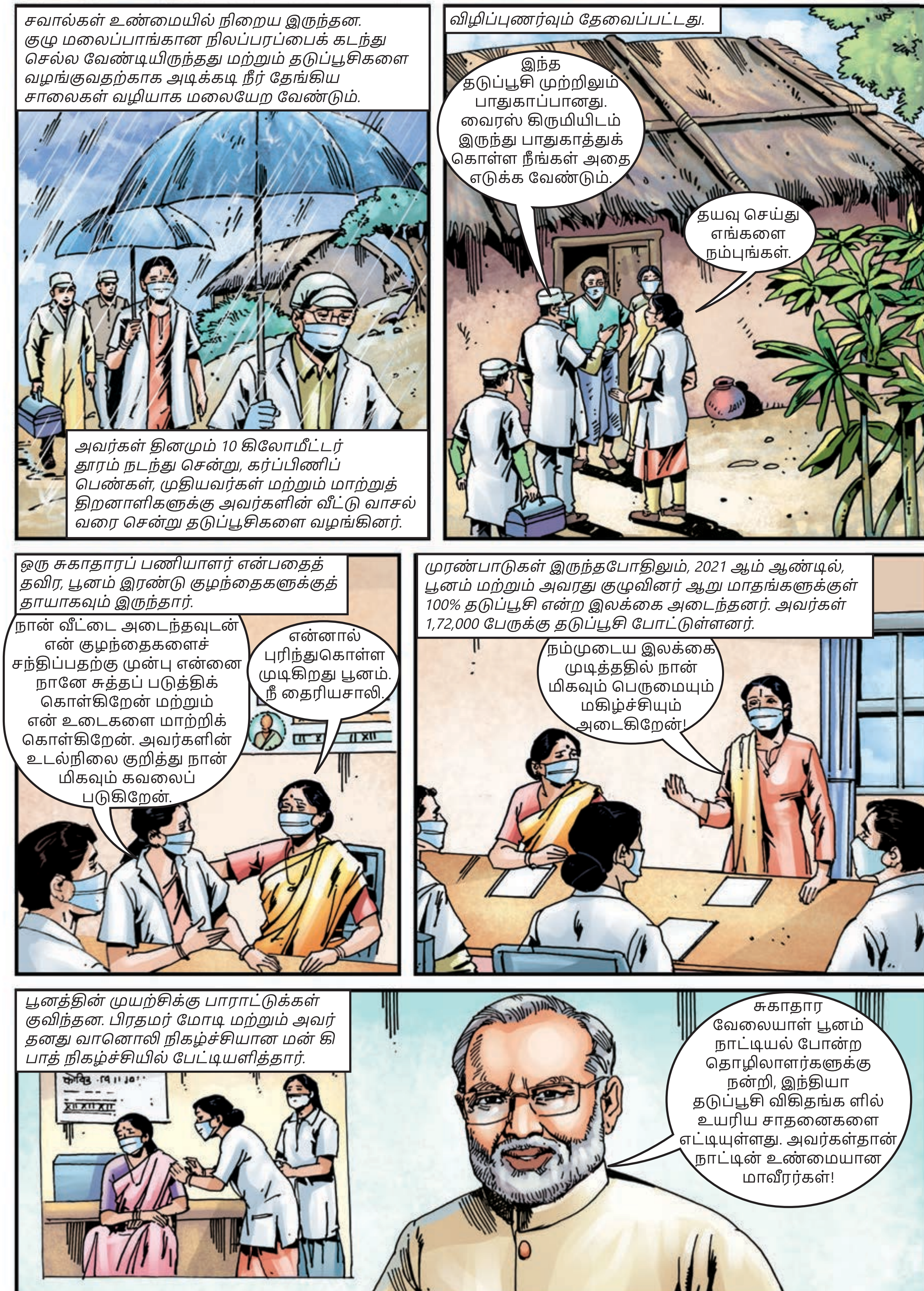


தந்தையின் கனவை நனவாக்க பூனம் கடுமையாக உழைத்தாலும் -
மன்னிக்கவும், பூனம். எங்களால் உன்னை மருத்துவக் கல்லூரிக்கு அனுப்ப முடியாது.
தயவுசெய்து மன்னிப்பு கேட்காதீர்கள், அப்பா. நீங்கள் எனக்கு வழங்கிய அற்புதமான வாழ்க்கைக்கு நான் மிகவும் நன்றி உள்ளவளாக இருப்பேன்.



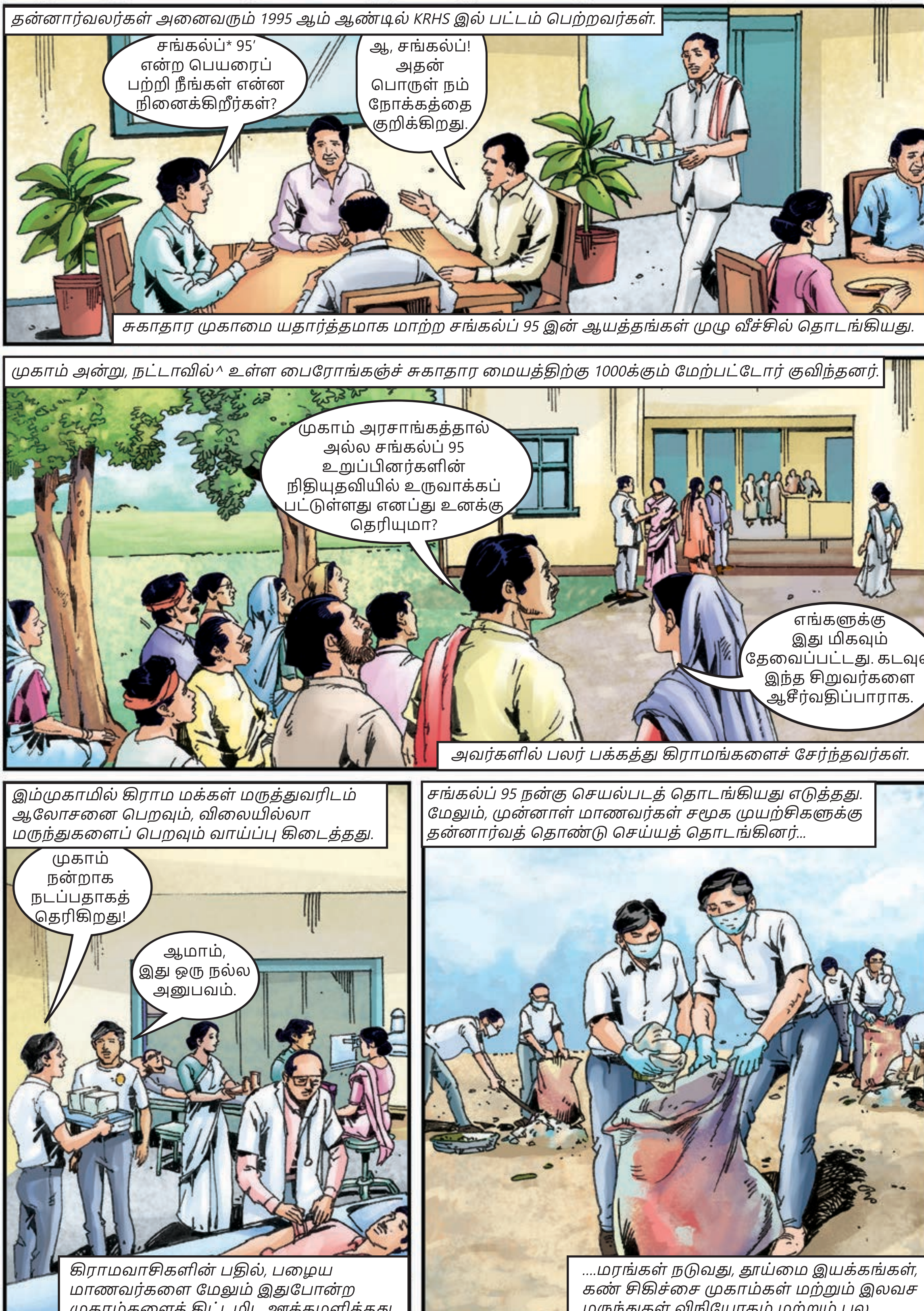
* துணை செவிலியர் மருத்துவச்சி

^அங்கீகாரம் பெற்ற சமூக நல ஆர்வலர்


சவால்கள் உண்மையில் நிறைய இருந்தன. குழு மலைப்பாங்கான நிலப்பரப்பைக் கடந்து செல்ல வேண்டியிருந்தது மற்றும் தடுப்பூசிகளை வழங்குவதற்காக அடிக்கடி நீர் தேங்கிய சாலைகள் வழியாக மலையேற வேண்டும்.
அவர்கள் தினமும் 10 கிலோமீட்டர் தூரம் நடந்து சென்று, கர்ப்பிணிப் பெண்கள், முதியவர்கள் மற்றும் மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கு அவர்களின் வீட்டு வாசல் வரை சென்று தடுப்பூசிகளை வழங்கினர்.
விழிப்புணர்வும் தேவைப்பட்டது.
இந்த தடுப்பூசி முற்றிலும் பாதுகாப்பானது. வைரஸ் கிருமியிடம் இருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ள நீங்கள் அதை எடுக்க வேண்டும்.
தயவு செய்து எங்களை நம்புங்கள்.
ஒரு சுகாதாரப் பணியாளர் என்பதைத் தவிர, பூனம் இரண்டு குழந்தைகளுக்குத் தாயாகவும் இருந்தார்.
நான் வீட்டை அடைந்தவுடன் என் குழந்தைகளைச் சந்திப்பதற்கு முன்பு என்னை நானே சுத்தப் படுத்திக் கொள்கிறேன் மற்றும் என் உடைகளை மாற்றிக் கொள்கிறேன். அவர்களின் உடல்நிலை குறித்து நான் மிகவும் கவலைப் படுகிறேன்.
என்னால் புரிந்துகொள்ள முடிகிறது பூனம். நீ தைரியசாலி.
முரண்பாடுகள் இருந்தபோதிலும், 2021 ஆம் ஆண்டில், பூனம் மற்றும் அவரது குழுவினர் ஆறு மாதங்களுக்குள் 100% தடுப்பூசி என்ற இலக்கை அடைந்தனர். அவர்கள் 1,72,000 பேருக்கு தடுப்பூசி போட்டுள்ளனர்.
நம்முடைய இலக்கை முடித்ததில் நான் மிகவும் பெருமையும் மகிழ்ச்சியும் அடைகிறேன்!
பூனத்தின் முயற்சிக்கு பாராட்டுக்கள் குவிந்தன. பிரதமர் மோடி மற்றும் அவர் தனது வானொலி நிகழ்ச்சியான மன் கி பாத் நிகழ்ச்சியில் பேட்டியளித்தார்.
சுகாதார வேலையாள் பூனம் நாட்டியல் போன்ற தொழிலாளர்களுக்கு நன்றி, இந்தியா தடுப்பூசி விகிதங்க ளில் உயரிய சாதனைகளை எட்டியுள்ளது. அவர்கள்தான் நாட்டின் உண்மையான மாவீரர்கள்!

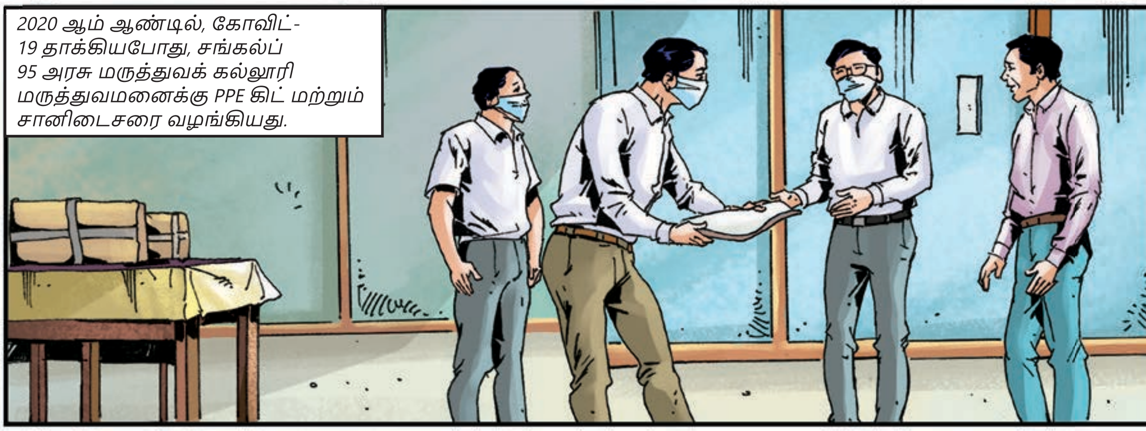
சங்கல்ப் 95

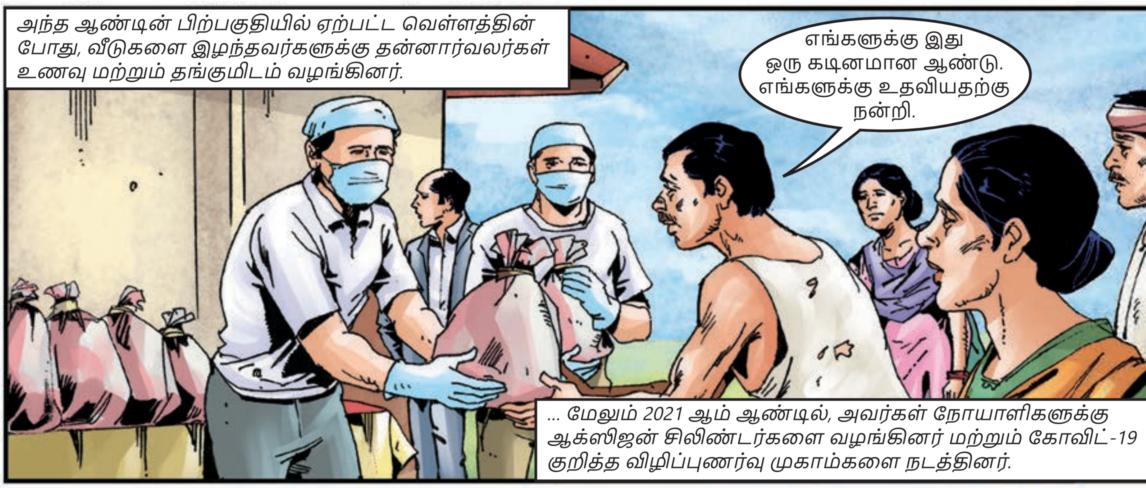
*மூத்த சகோதரி

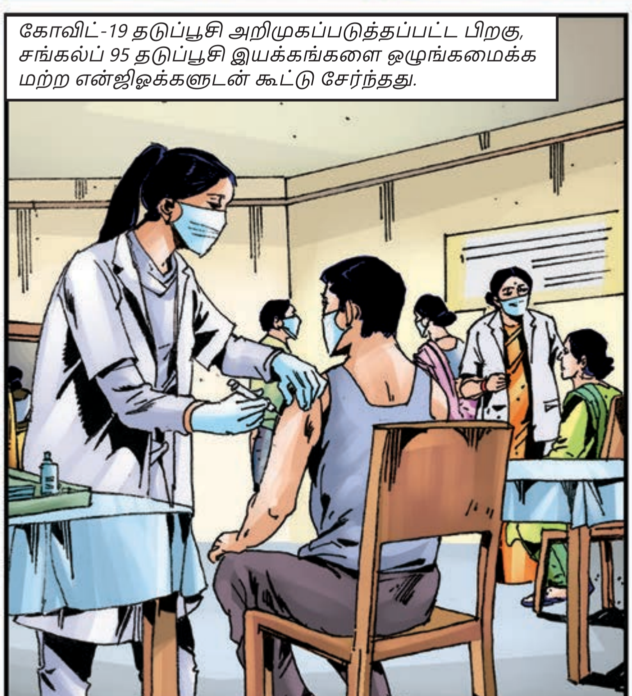


* இந்தியில் 'உறுதியான தீர்மானம்'

^பீகாரில் உள்ள மேற்கு சம்பாரண் மாவட்டத்தில் ஒரு கிராமம்

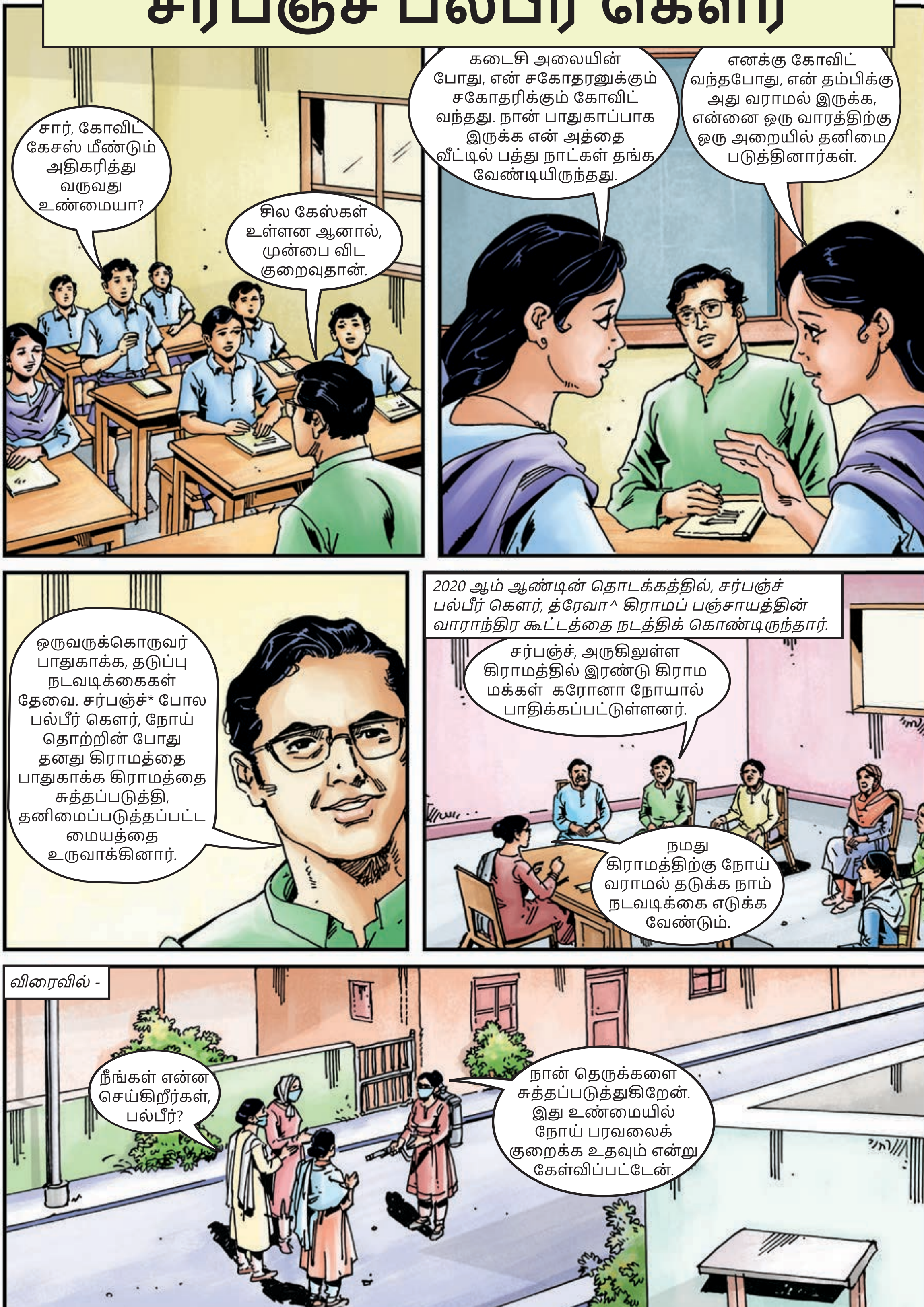

2020 ஆம் ஆண்டில், கோவிட்-19 தாக்கியபோது, சங்கல்ப் 95 அரசு மருத்துவக் கல்லூரி மருத்துவமனைக்கு PPE கிட் மற்றும் சானிடைசரை வழங்கியது.


அந்த ஆண்டின் பிற்பகுதியில் ஏற்பட்ட வெள்ளத்தின் போது, வீடுகளை இழந்தவர்களுக்கு தன்னார்வலர்கள் உணவு மற்றும் தங்குமிடம் வழங்கினர்.
எங்களுக்கு இது ஒரு கடினமான ஆண்டு. எங்களுக்கு உதவியதற்கு நன்றி.
... மேலும் 2021 ஆம் ஆண்டில், அவர்கள் நோயாளிகளுக்கு ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர்களை வழங்கினர் மற்றும் கோவிட்-19 குறித்த விழிப்புணர்வு முகாம்களை நடத்தினர்.


கோவிட்-19 தடுப்பூசி அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பிறகு, சங்கல்ப் 95 தடுப்பூசி இயக்கங்களை ஒழுங்கமைக்க மற்ற என்ஜிஓக்களுடன் கூட்டு சேர்ந்தது.

அவர்களின் பணிக்கு பிரதமர் மோடியின் பாராட்டைப் பெற்றது.
இலவச மருத்துவ பரிசோதனையாக இருக்கட்டும், இலவச மருந்துகள் விநியோகம் அல்லது விழிப்புணர்வை பரப்புவதாக இருக்கட்டும், சங்கல்ப் 95 அனைவருக்கும் கலங்கரை விளக்க மாறியுள்ளது.

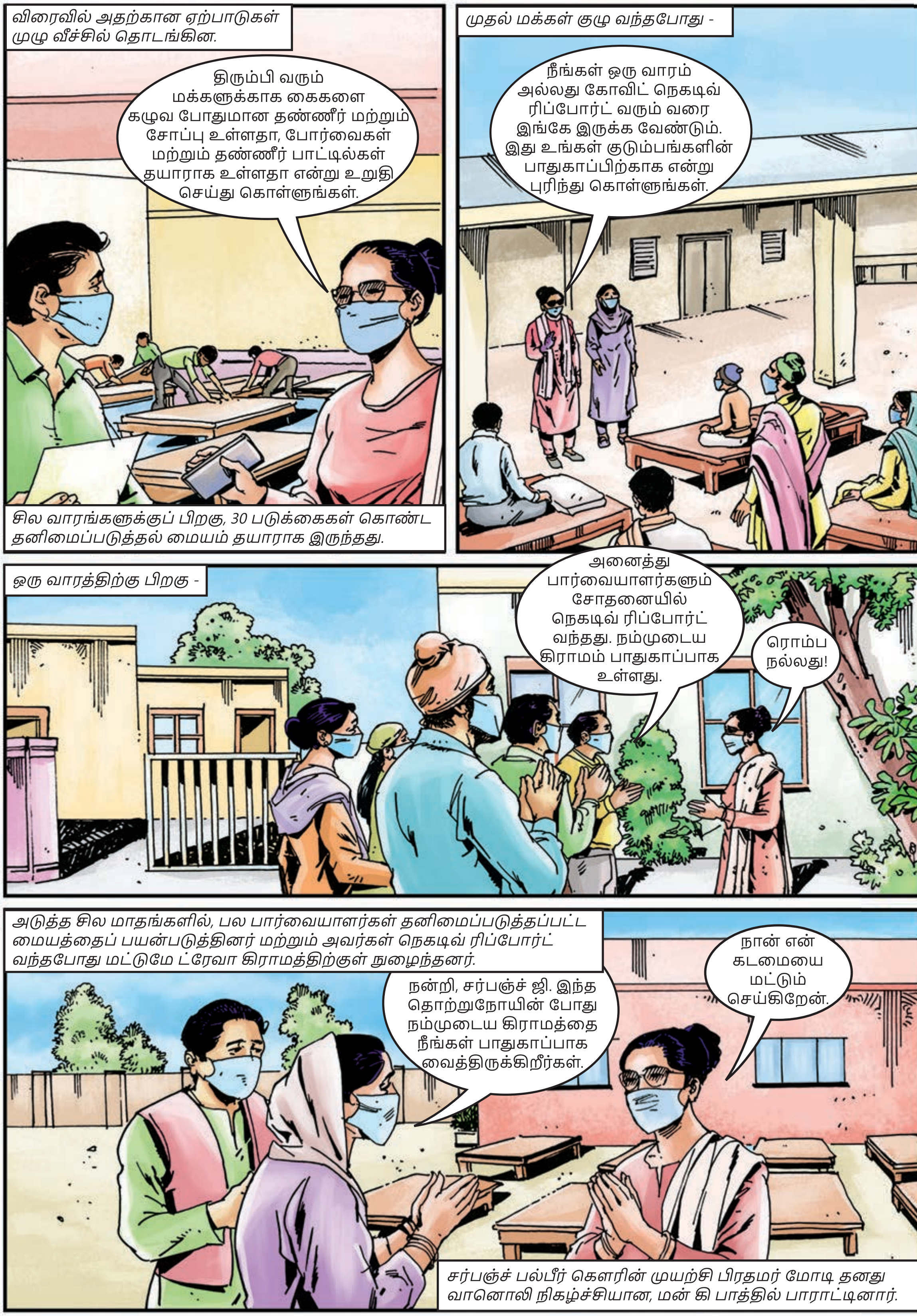
சர்பஞ்ச் பல்பீர் கௌர்



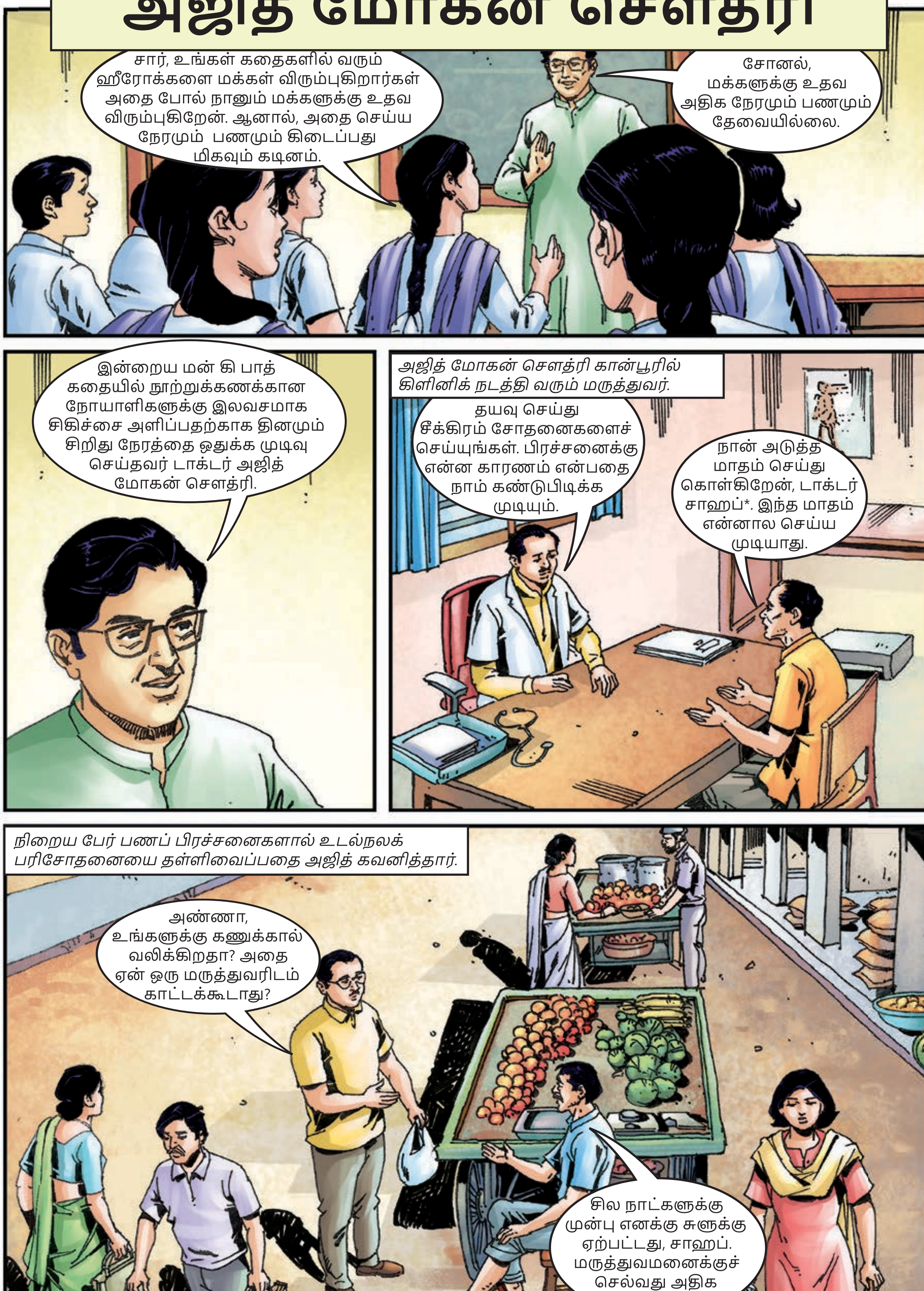
*கிராம தலைவர்

^ஜம்முவில் உள்ள ஒரு கிராமம்

பல்பீர் கௌரின் முயற்சி பற்றி கிராம மக்கள் அறிந்ததும் -
தலைவரே, நாங்கள் உங்களுக்கு உதவ வந்துள்ளோம்.
நன்றி!
சில நாட்களுக்கு பின்னர் -
நாம் நம்முடைய கிராமத்தில் உள்ள எல்லா தெருக்களையும் சுத்தப்படுத்தி விட்டோம்.
அடுத்த கட்டமாக வெளியாட்கள் உள்ளே வருவதையும், மக்களுக்கு தொற்று ஏற்படுவதையும் தடுக்க வேண்டும்.
PANCHAYAT TREVA
பல்பீர் கௌர் விரைவில் பஞ்சாயத்தை கூட்டினார்.
ஒரு லாக்டவுன் அறிவிக்கப்படலாம் என்று நினைக்கிறேன் மற்றும் நம்முடைய கிராமவாசிகள் நகரங்களில் இருந்து வீடு திரும்புவார்கள் என்று நான் எதிர்பார்க்கிறேன். நாம் ஒரு தனிமைப்படுத்துதல் மையம் உருவாக்க வேண்டும். அவர்களை ஒரு வாரம் அந்த மையத்தில் தனிமைப்படுத்த வேண்டும்.
ஆனால், எங்கே அமைப்பது? ஊராட்சி மன்றம் மற்றும் சமுதாயக் கூடம் புதுப்பிக்கப்பட்டு வருகிறது.
நம்முடைய கிராமத்திற்கு வெளியே அர்னியா செக்டரில் ஒரு இடம் உள்ளது, அங்கே தனிமைப்படுத்துதல் மையம் அமைக்கலாம்.

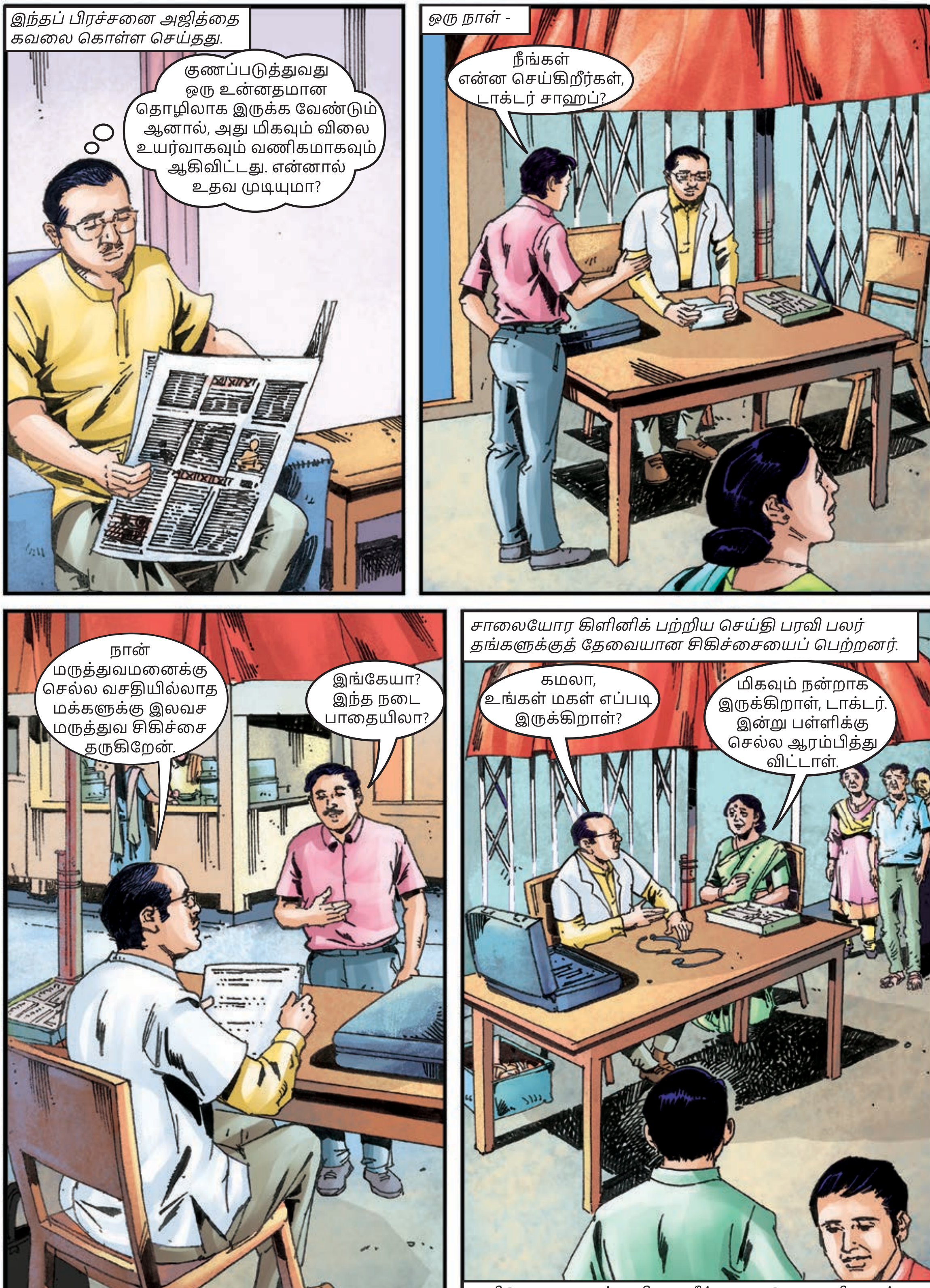

விரைவில் அதற்கான ஏற்பாடுகள் முழு வீச்சில் தொடங்கின.
திரும்பி வரும் மக்களுக்காக கைகளை கழுவ போதுமான தண்ணீர் மற்றும் சோப்பு உள்ளதா, போர்வைகள் மற்றும் தண்ணீர் பாட்டில்கள் தயாராக உள்ளதா என்று உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.
சில வாரங்களுக்குப் பிறகு, 30 படுக்கைகள் கொண்ட தனிமைப்படுத்தல் மையம் தயாராக இருந்தது.
முதல் மக்கள் குழு வந்தபோது -
நீங்கள் ஒரு வாரம் அல்லது கோவிட் நெகடிவ் ரிப்போர்ட் வரும் வரை இங்கே இருக்க வேண்டும். இது உங்கள் குடும்பங்களின் பாதுகாப்பிற்காக என்று புரிந்து கொள்ளுங்கள்.
ஒரு வாரத்திற்கு பிறகு -
அனைத்து பார்வையாளர்களும் சோதனையில் நெகடிவ் ரிப்போர்ட் வந்தது. நம்முடைய கிராமம் பாதுகாப்பாக உள்ளது.
ரொம்ப நல்லது!
அடுத்த சில மாதங்களில், பல பார்வையாளர்கள் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட மையத்தைப் பயன்படுத்தினர் மற்றும் அவர்கள் நெகடிவ் ரிப்போர்ட் வந்தபோது மட்டுமே ட்ரேவா கிராமத்திற்குள் நுழைந்தனர்.
நன்றி, சர்பஞ்ச் ஜி. இந்த தொற்றுநோயின் போது நம்முடைய கிராமத்தை நீங்கள் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்கிறீர்கள்.
நான் என் கடமையை மட்டும் செய்கிறேன்.
சர்பஞ்ச் பல்பீர் கௌரின் முயற்சி பிரதமர் மோடி தனது வானொலி நிகழ்ச்சியான, மன் கி பாத்தில் பாராட்டினார்.

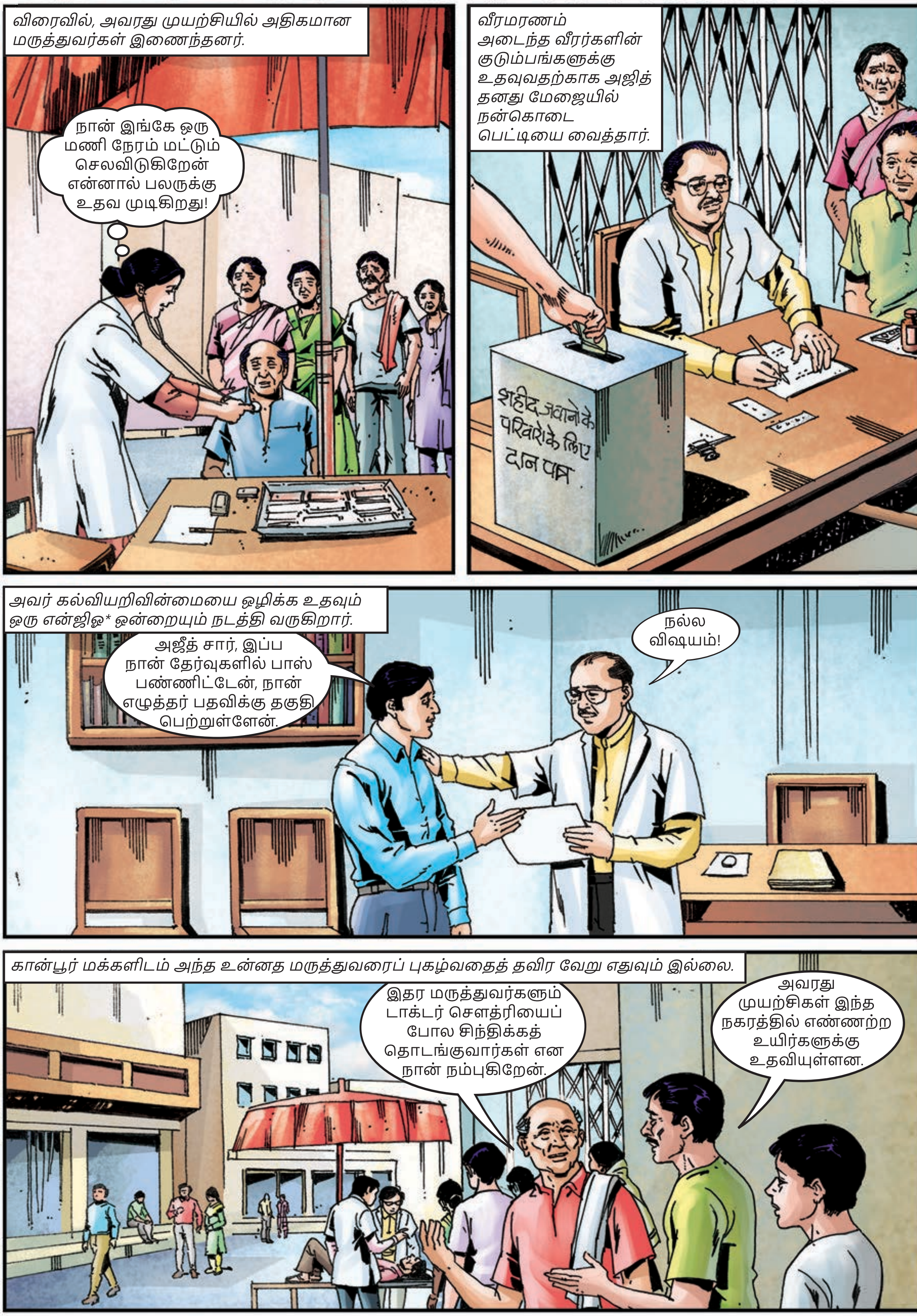
அஜித் மோகன் சௌத்ரி



* மூத்தவர்களிடம் பேசும் போது மரியாதைக்குரிய வார்த்தை

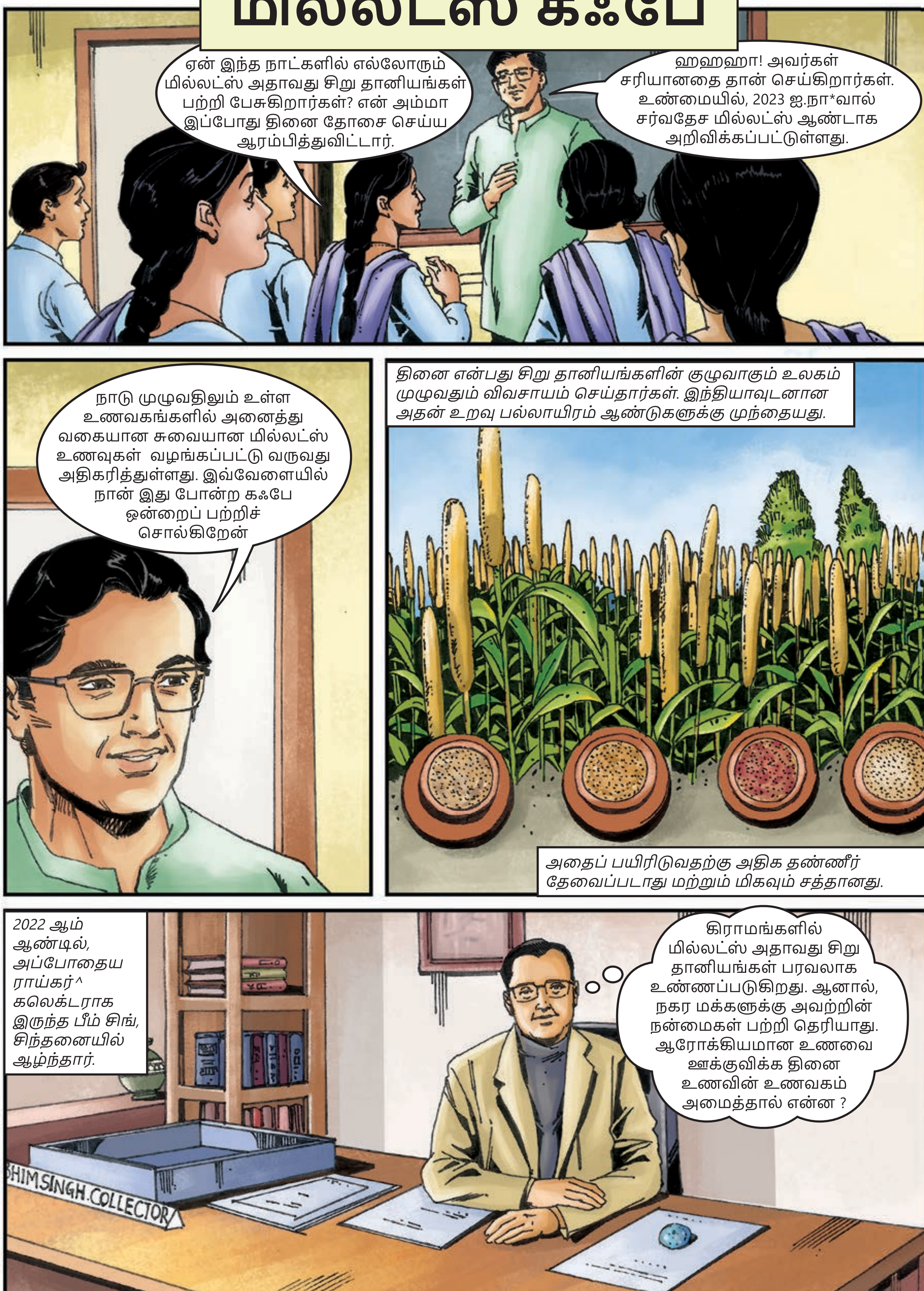
^சகோதரன்


இந்தப் பிரச்சனை அஜித்தை கவலை கொள்ள செய்தது.
குணப்படுத்துவது ஒரு உன்னதமான தொழிலாக இருக்க வேண்டும் ஆனால், அது மிகவும் விலை உயர்வாகவும் வணிகமாகவும் ஆகிவிட்டது. என்னால் உதவ முடியுமா?
ஒரு நாள் -
நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள், டாக்டர் சாஹப்?
நான் மருத்துவமனைக்கு செல்ல வசதியில்லாத மக்களுக்கு இலவச மருத்துவ சிகிச்சை தருகிறேன்.
இங்கேயா? இந்த நடை பாதையிலா?
சாலையோர கிளினிக் பற்றிய செய்தி பரவி பலர் தங்களுக்குத் தேவையான சிகிச்சையைப் பெற்றனர்.
கமலா, உங்கள் மகள் எப்படி இருக்கிறாள்?
மிகவும் நன்றாக இருக்கிறாள், டாக்டர். இன்று பள்ளிக்கு செல்ல ஆரம்பித்து விட்டாள்.
பரிசோதனைகள் தவிர, அஜீத் தனது நோயாளிகளுக்கு மருந்துகளையும் இலவசமாக வழங்குகிறார்.


விரைவில், அவரது முயற்சியில் அதிகமான மருத்துவர்கள் இணைந்தனர்.
நான் இங்கே ஒரு மணி நேரம் மட்டும் செலவிடுகிறேன் என்னால் பலருக்கு உதவ முடிகிறது!
வீரமரணம் அடைந்த வீரர்களின் குடும்பங்களுக்கு உதவுவதற்காக அஜித் தனது மேஜையில் நன்கொடை பெட்டியை வைத்தார்.
शहीद जवानो के परिवारो के लिए दान पत्र
அவர் கல்வியறிவின்மையை ஒழிக்க உதவும் ஒரு என்ஜிஓ* ஒன்றையும் நடத்தி வருகிறார்.
அஜீத் சார், இப்ப நான் தேர்வுகளில் பாஸ் பண்ணிட்டேன், நான் எழுத்தர் பதவிக்கு தகுதி பெற்றுள்ளேன்.
நல்ல விஷயம்!
கான்பூர் மக்களிடம் அந்த உன்னத மருத்துவரைப் புகழ்வதைத் தவிர வேறு எதுவும் இல்லை.
இதர மருத்துவர்களும் டாக்டர் சௌத்ரியைப் போல சிந்திக்கத் தொடங்குவார்கள் என நான் நம்புகிறேன்.
அவரது முயற்சிகள் இந்த நகரத்தில் எண்ணற்ற உயிர்களுக்கு உதவியுள்ளன.

*அரசு சாரா அமைப்பு

மில்லட்ஸ் கஃபே

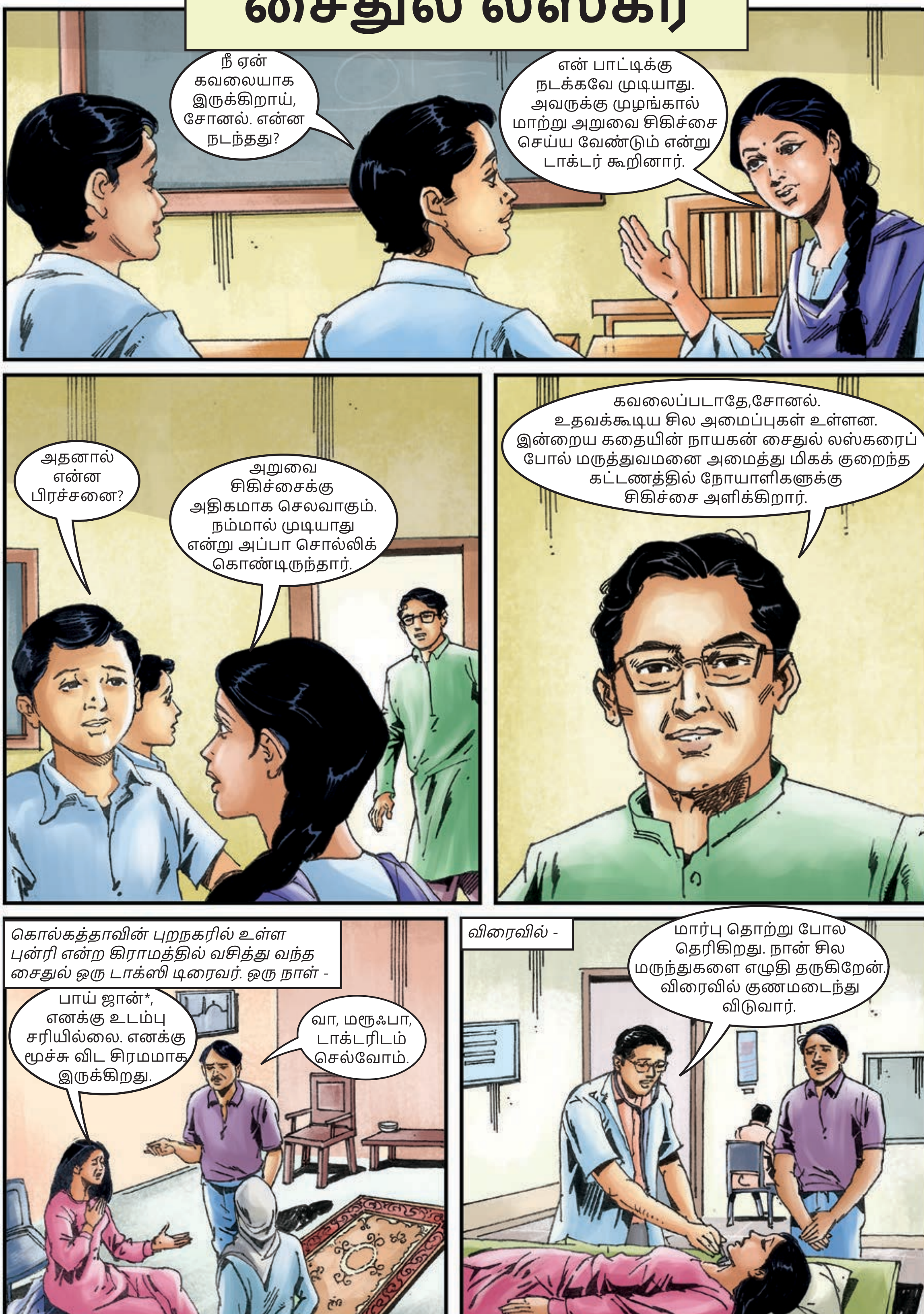


*ஐக்கிய நாடுகள்

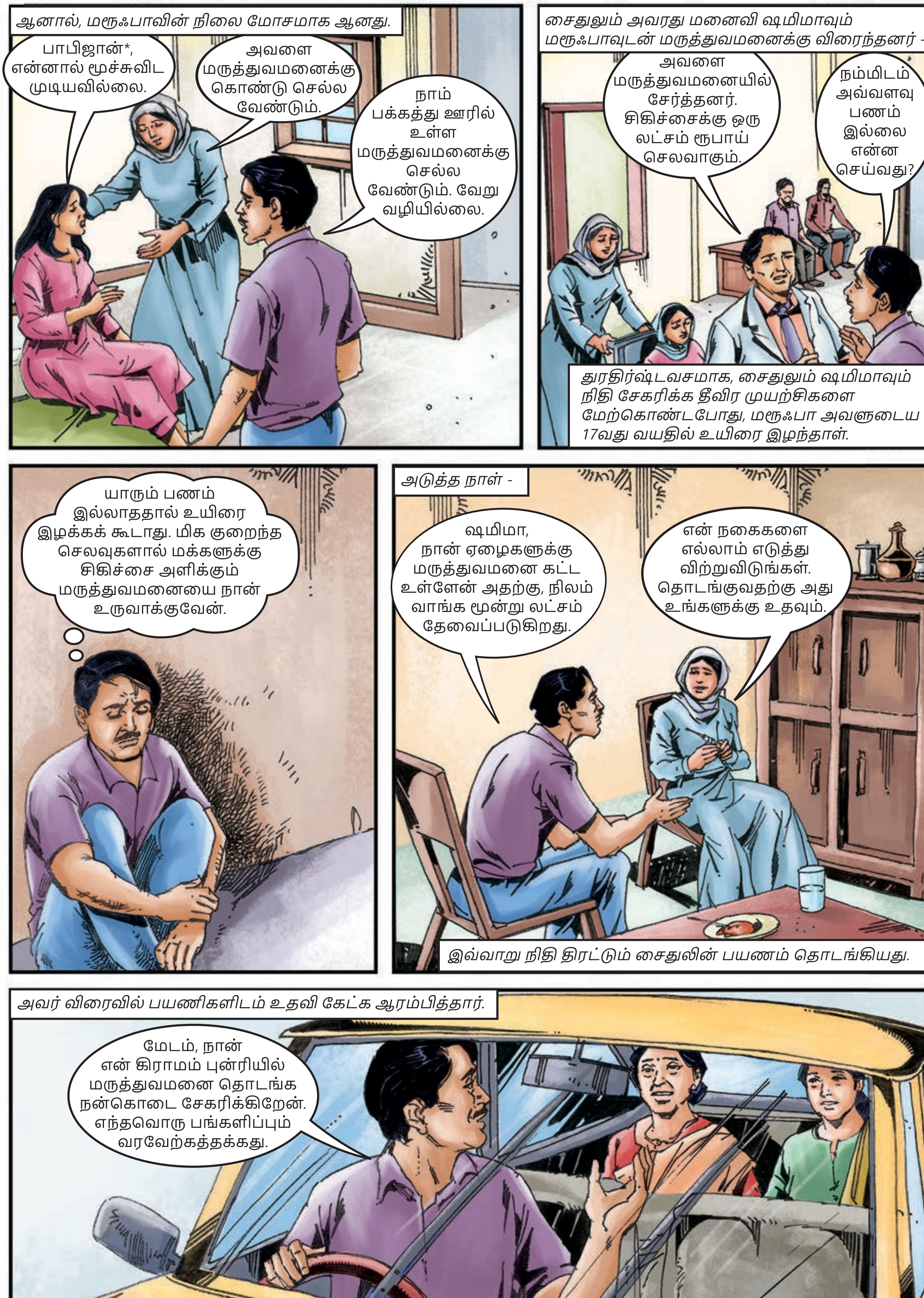
^சத்தீஸ்கரில் உள்ள நகரம்

*நகர்ப்புற வாழ்வாதாரத்திற்காக அர்ப்பணிக்கப்பட்ட சுயஉதவி குழு

சைதுல் லஸ்கர்



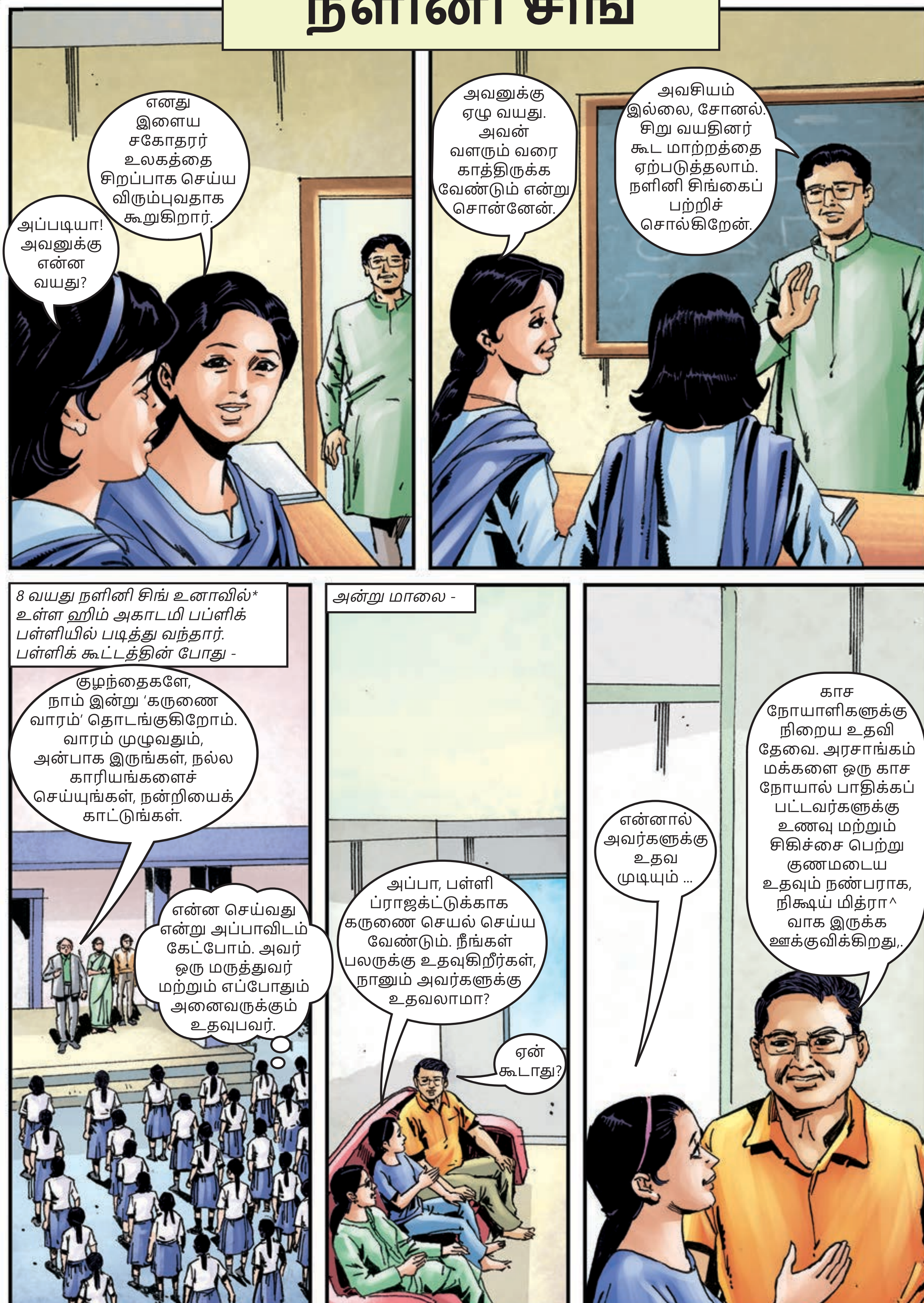
**மூத்த அண்ணன்*


ஆனால், மரூஃபாவின் நிலை மோசமாக ஆனது.
பாபிஜான்*, என்னால் மூச்சுவிட முடியவில்லை.
அவளை மருத்துவமனைக்கு கொண்டு செல்ல வேண்டும்.
நாம் பக்கத்து ஊரில் உள்ள மருத்துவமனைக்கு செல்ல வேண்டும். வேறு வழியில்லை.
சைதுலும் அவரது மனைவி ஷமிமாவும் மரூஃபாவுடன் மருத்துவமனைக்கு விரைந்தனர் -
அவளை மருத்துவமனையில் சேர்த்தனர். சிகிச்சைக்கு ஒரு லட்சம் ரூபாய் செலவாகும்.
நம்மிடம் அவ்வளவு பணம் இல்லை என்ன செய்வது?
துரதிர்ஷ்டவசமாக, சைதுலும் ஷமிமாவும் நிதி சேகரிக்க தீவிர முயற்சிகளை மேற்கொண்டபோது, மரூஃபா அவளுடைய 17வது வயதில் உயிரை இழந்தாள்.
யாரும் பணம் இல்லாததால் உயிரை இழக்கக் கூடாது. மிக குறைந்த செலவுகளால் மக்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கும் மருத்துவமனையை நான் உருவாக்குவேன்.
அடுத்த நாள் -
ஷமிமா, நான் ஏழைகளுக்கு மருத்துவமனை கட்ட உள்ளேன் அதற்கு, நிலம் வாங்க மூன்று லட்சம் தேவைப்படுகிறது.
என் நகைகளை எல்லாம் எடுத்து விற்றுவிடுங்கள். தொடங்குவதற்கு அது உங்களுக்கு உதவும்.
இவ்வாறு நிதி திரட்டும் சைதுலின் பயணம் தொடங்கியது.
அவர் விரைவில் பயணிகளிடம் உதவி கேட்க ஆரம்பித்தார்.
மேடம், நான் என் கிராமம் புன்ரியில் மருத்துவமனை தொடங்க நன்கொடை சேகரிக்கிறேன். எந்தவொரு பங்களிப்பும் வரவேற்கத்தக்கது.

*அண்ணி

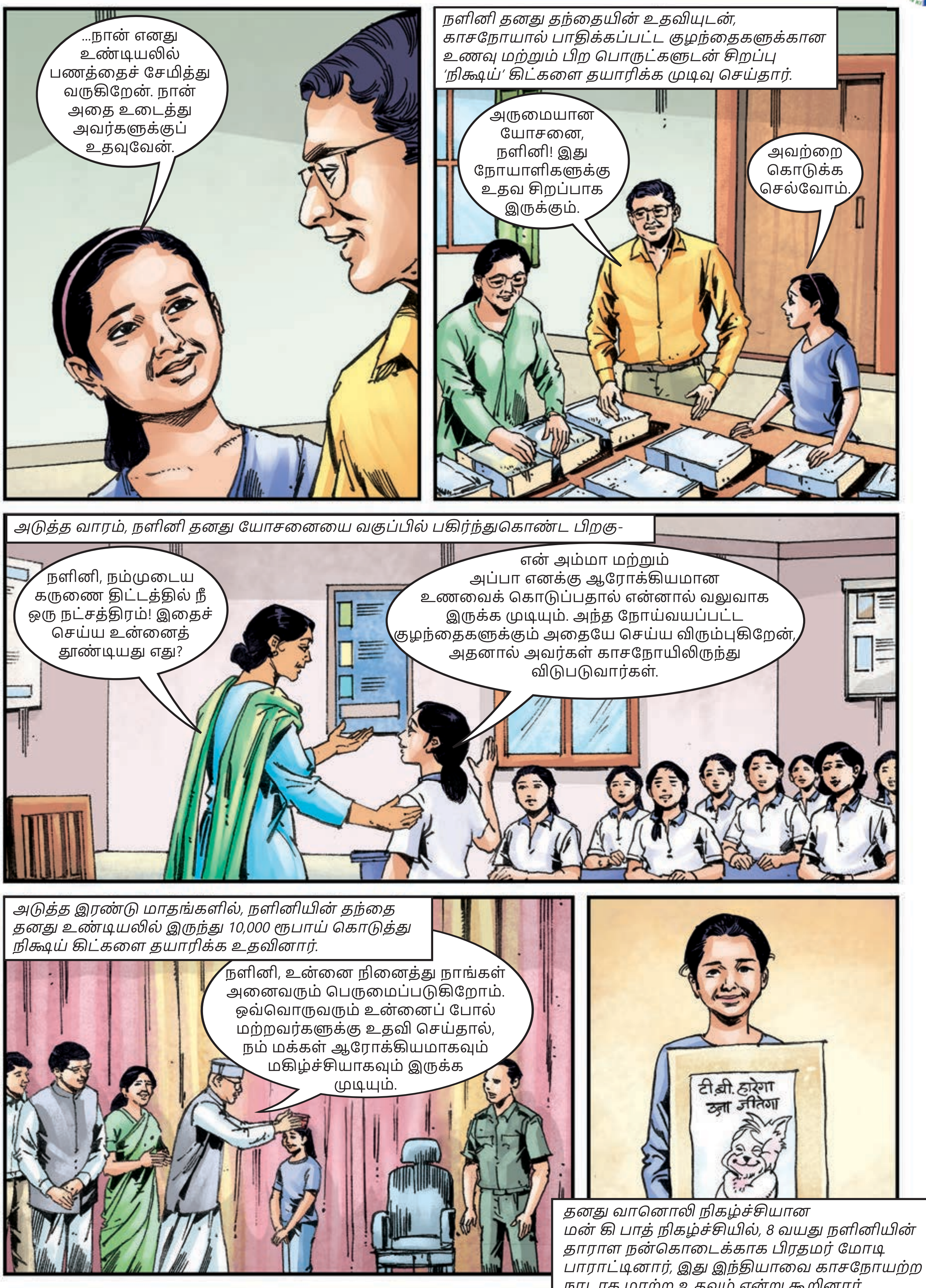
இதோ, இப்போதைக்கு இந்த 100 ரூபாய் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள் மற்றும் உங்களுடைய எண்ணைக் கொடுங்கள். எனக்கு வேலை கிடைத்தவுடன் உங்களை தொடர்பு கொள்கிறேன்.
நன்றி, மேடம்!
அந்த பயணி 23 வயதான ஷ்ரிஷ்டி கோஷ், சில ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு, சைதுலுக்கு தனது முதல் மாத சம்பளமான ரூ.25,000 கொடுத்தார்.
சைதுல் அடுத்த 12 ஆண்டுகளாக பயணிகள், கிராமவாசிகள் மற்றும் சில தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்களிடம் இருந்து தொடர்ந்து நிதி சேகரித்தார். இறுதியாக 2018 இல், மரூஃபா ஸ்மிருதி நல அறக்கட்டளை ஷ்ரிஷ்டியால் திறக்கப்பட்டது.
தட் தட் தட்
இது ஒரு மரியாதை!
நீங்கள் எங்கள் மரூஃபாவின் இடத்தைப் பிடித்துள்ளீர்கள்.
சைதுல் இதுவரை 36 லட்சம் ரூபாய் செலவில் மருத்துவமனை கட்டினார்.
தரைத்தளம் புறநோயாளிகளுக்கானதாக இருக்கும். முதல் தளத்தில் நோயியல் ஆய்வகங்கள் இருக்கும்.
ஒரு பொதுநல அமைப்பிடம் இருந்து எக்ஸ்ரே மற்றும் EEG இயந்திரம் நமக்கு கிடைத்தது.
ஆச்சரியமாக இருக்கிறது! எத்தனை பேர் உதவி செய்ய முன்வருகிறார்கள்.
சைதுல் ஒரே ஒரு குறிக்கோளுடன் தனது மருத்துவமனையில் அதிக வசதிகளை உருவாக்க நிதி சேகரித்து வருகிறார்.
புன்ரியைச் சுற்றியுள்ள 100 கிராமங்களைச் சேர்ந்த மக்களுக்கு மலிவு விலையில் மருத்துவச் சேவை கிடைக்க வேண்டும் என்பதே அவரது எண்ணம்.
பிரதமர் மோடியின் வானொலி நிகழ்ச்சியான மன் கி பாத் நிகழ்ச்சியிலும் அவரது முயற்சிகள் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன.

நளினி சிங்

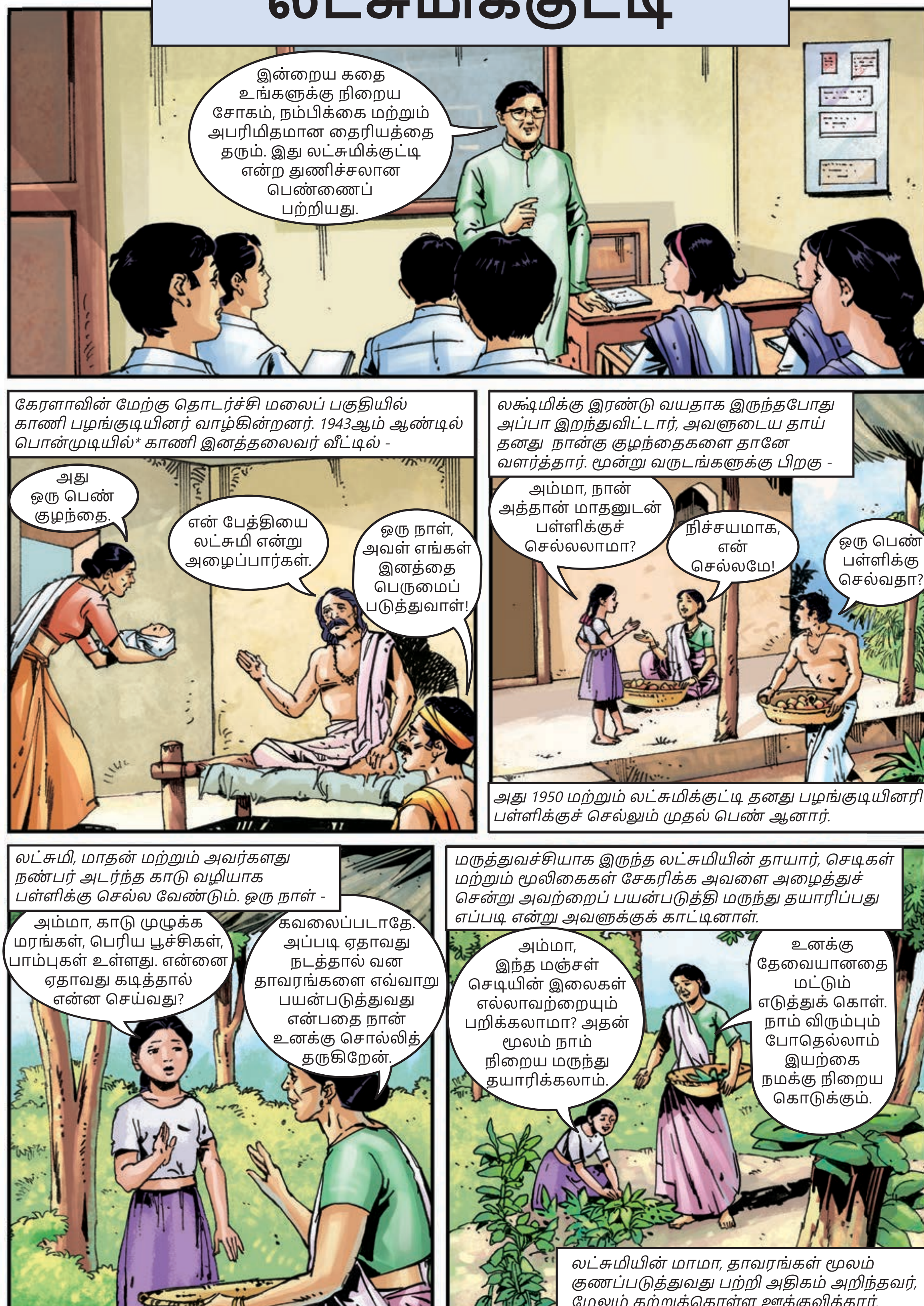


* ஹிமாச்சல பிரதேசத்தில் உள்ள மாவட்டம்

^நி-எண்ட், க்ஷே-டிபி, மித்ரா-நண்பர்

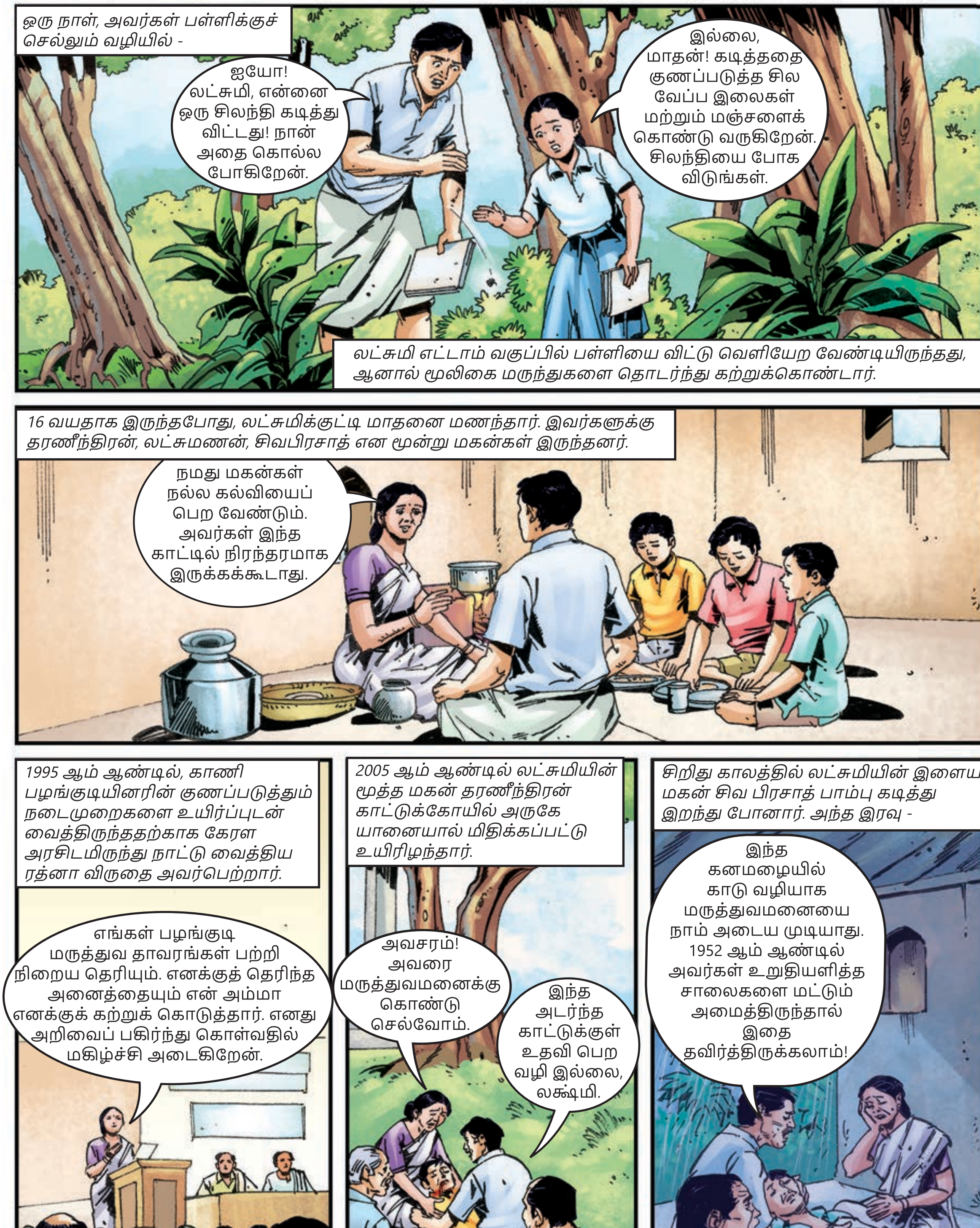

...நான் எனது உண்டியலில் பணத்தைச் சேமித்து வருகிறேன். நான் அதை உடைத்து அவர்களுக்குப் உதவுவேன்.
நளினி தனது தந்தையின் உதவியுடன், காசநோயால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கான உணவு மற்றும் பிற பொருட்களுடன் சிறப்பு 'நிக்ஷய்' கிட்களை தயாரிக்க முடிவு செய்தார்.
அருமையான யோசனை, நளினி! இது நோயாளிகளுக்கு உதவ சிறப்பாக இருக்கும்.
அவற்றை கொடுக்க செல்வோம்.
அடுத்த வாரம், நளினி தனது யோசனையை வகுப்பில் பகிர்ந்துகொண்ட பிறகு-
நளினி, நம்முடைய கருணை திட்டத்தில் நீ ஒரு நட்சத்திரம்! இதைச் செய்ய உன்னைத் தூண்டியது எது?
என் அம்மா மற்றும் அப்பா எனக்கு ஆரோக்கியமான உணவைக் கொடுப்பதால் என்னால் வலுவாக இருக்க முடியும். அந்த நோய்வயப்பட்ட குழந்தைகளுக்கும் அதையே செய்ய விரும்புகிறேன், அதனால் அவர்கள் காசநோயிலிருந்து விடுபடுவார்கள்.
அடுத்த இரண்டு மாதங்களில், நளினியின் தந்தை தனது உண்டியலில் இருந்து 10,000 ரூபாய் கொடுத்து நிக்ஷய் கிட்களை தயாரிக்க உதவினார்.
நளினி, உன்னை நினைத்து நாங்கள் அனைவரும் பெருமைப்படுகிறோம். ஒவ்வொருவரும் உன்னைப் போல் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்தால், நம் மக்கள் ஆரோக்கியமாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் இருக்க முடியும்.
टी.बी. हारेगा
தனது வானொலி நிகழ்ச்சியான மன் கி பாத் நிகழ்ச்சியில், 8 வயது நளினியின் தாராள நன்கொடைக்காக பிரதமர் மோடி பாராட்டினார், இது இந்தியாவை காசநோயற்ற நாடாக மாற்ற உதவும் என்று கூறினார்.

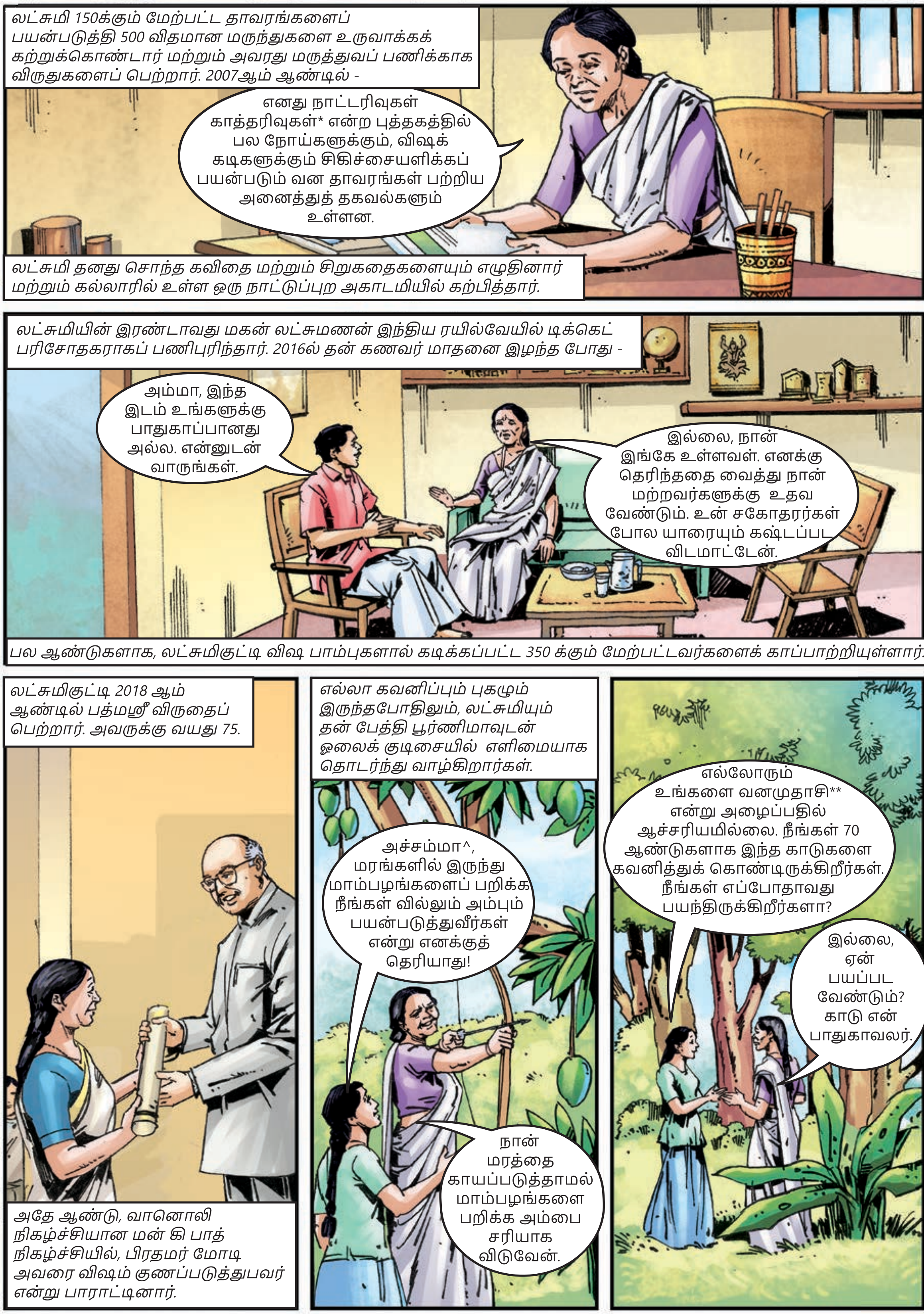
லட்சுமிக்குட்டி



* தங்க சிகரம் என்று பொருள்படும் கிராமம்

^பிரசவத்திற்கு உதவ பயிற்சி பெற்றவர்

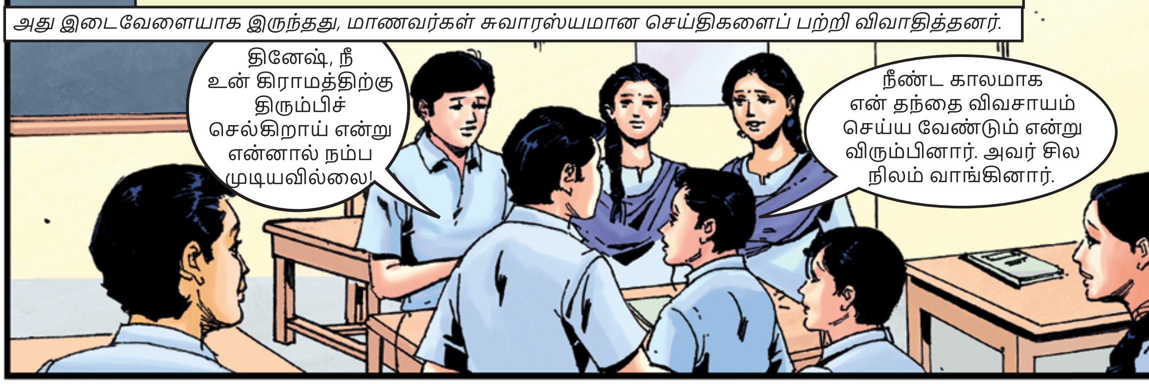

ஒரு நாள், அவர்கள் பள்ளிக்குச் செல்லும் வழியில் -
ஐயோ! லட்சுமி, என்னை ஒரு சிலந்தி கடித்து விட்டது! நான் அதை கொல்ல போகிறேன்.
இல்லை, மாதன்! கடித்ததை குணப்படுத்த சில வேப்ப இலைகள் மற்றும் மஞ்சளைக் கொண்டு வருகிறேன். சிலந்தியை போக விடுங்கள்.
லட்சுமி எட்டாம் வகுப்பில் பள்ளியை விட்டு வெளியேற வேண்டியிருந்தது, ஆனால் மூலிகை மருந்துகளை தொடர்ந்து கற்றுக்கொண்டார்.
16 வயதாக இருந்தபோது, லட்சுமிக்குட்டி மாதனை மணந்தார். இவர்களுக்கு தரணீந்திரன், லட்சுமணன், சிவபிரசாத் என மூன்று மகன்கள் இருந்தனர்.
நமது மகன்கள் நல்ல கல்வியைப் பெற வேண்டும். அவர்கள் இந்த காட்டில் நிரந்தரமாக இருக்கக்கூடாது.
1995 ஆம் ஆண்டில், காணி பழங்குடியினரின் குணப்படுத்தும் நடைமுறைகளை உயிர்ப்புடன் வைத்திருந்ததற்காக கேரள அரசிடமிருந்து நாட்டு வைத்திய ரத்னா விருதை அவர்பெற்றார்.
எங்கள் பழங்குடி மருத்துவ தாவரங்கள் பற்றி நிறைய தெரியும். எனக்குத் தெரிந்த அனைத்தையும் என் அம்மா எனக்குக் கற்றுக் கொடுத்தார். எனது அறிவைப் பகிர்ந்து கொள்வதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.
2005 ஆம் ஆண்டில் லட்சுமியின் மூத்த மகன் தரணீந்திரன் காட்டுக்கோயில் அருகே யானையால் மிதிக்கப்பட்டு உயிரிழந்தார்.
அவசரம்! அவரை மருத்துவமனைக்கு கொண்டு செல்வோம்.
இந்த அடர்ந்த காட்டுக்குள் உதவி பெற வழி இல்லை, லக்ஷ்மி.
தரணீந்திரன் காலமானார்.
சிறிது காலத்தில் லட்சுமியின் இளைய மகன் சிவ பிரசாத் பாம்பு கடித்து இறந்து போனார். அந்த இரவு -
இந்த கனமழையில் காடு வழியாக மருத்துவமனையை நாம் அடைய முடியாது. 1952 ஆம் ஆண்டில் அவர்கள் உறுதியளித்த சாலைகளை மட்டும் அமைத்திருந்தால் இதை தவிர்த்திருக்கலாம்!

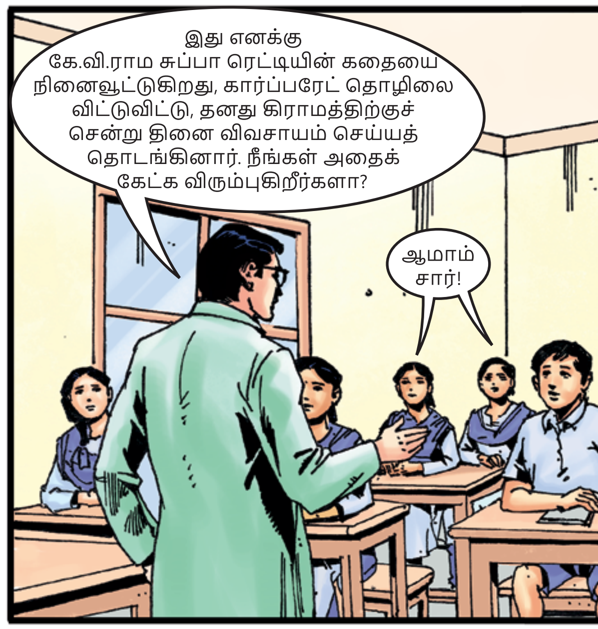


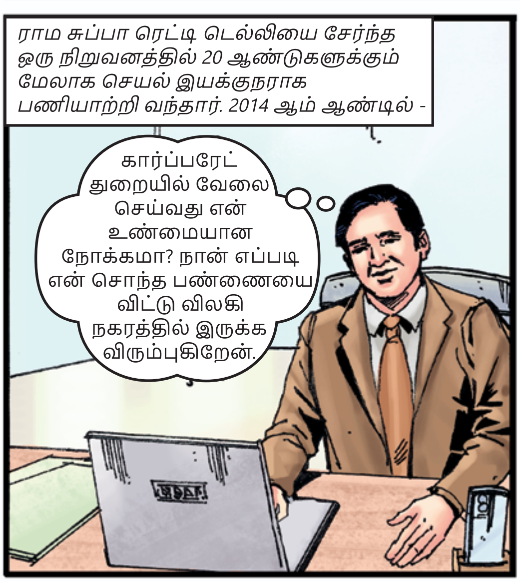
*'பாரம்பரிய அறிவு, வன அறிவு'
^ மலையாளத்தில் தந்தைவழி பாட்டி"

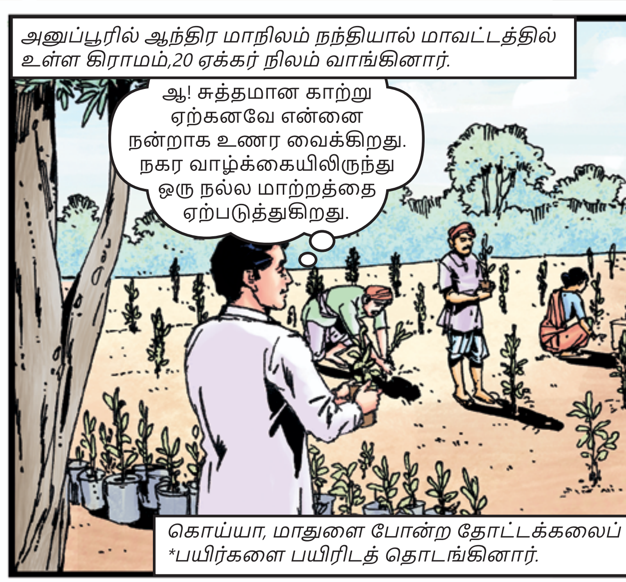
**காட்டுப் பாட்டி

ராம சுப்பா ரெட்டி

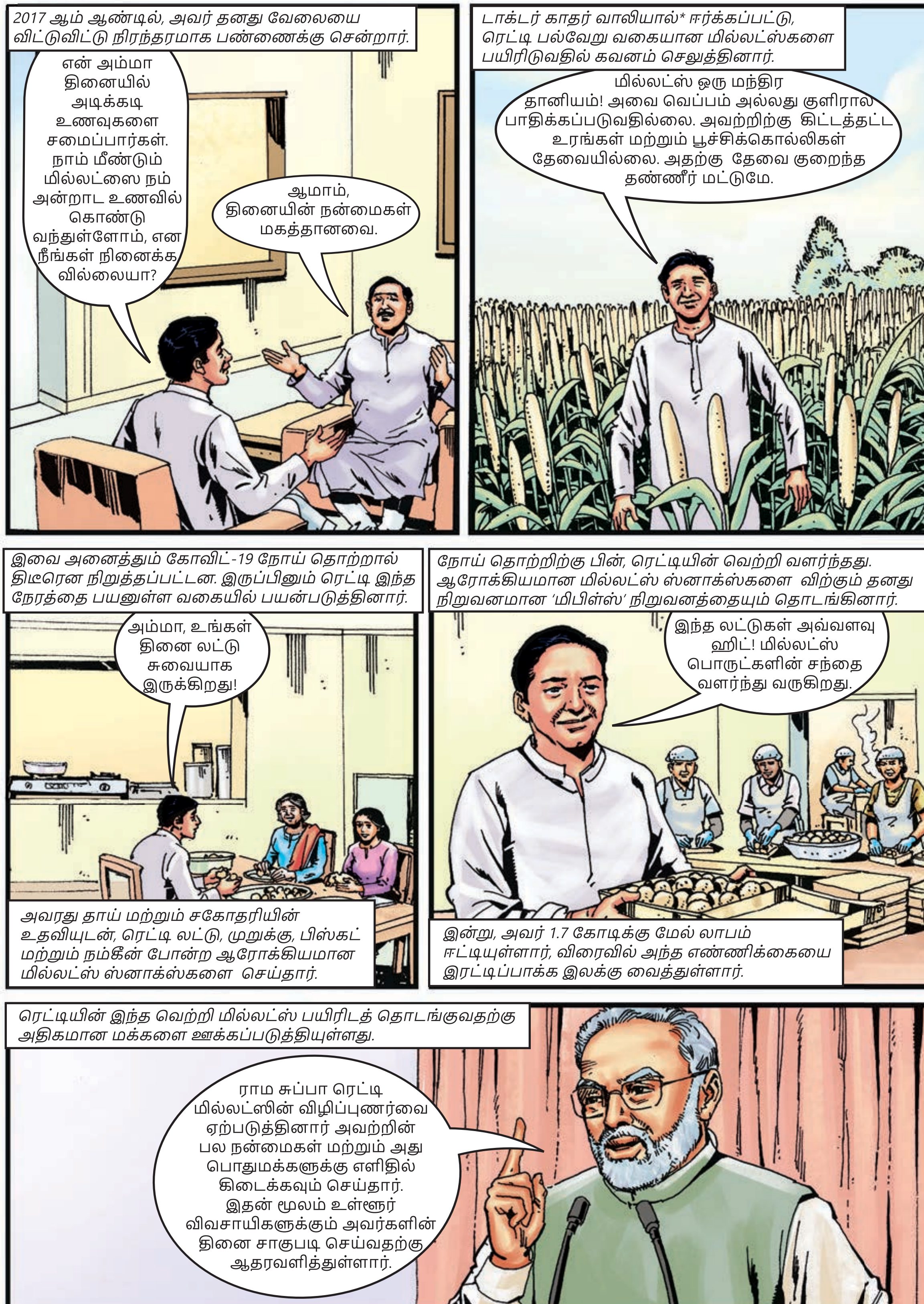








* விவசாயத்தின் கிளை முக்கியமாக பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளைக் கையாள்கிறது.



* ஐந்து தினைகளை குணப்படுத்தும் பண்புகளுடன் உயிர்ப்பித்த உணவு விஞ்ஞானி

मन की बात 100
MANN KI BAAT 100

மன் கி பாத்

பகுதி 7

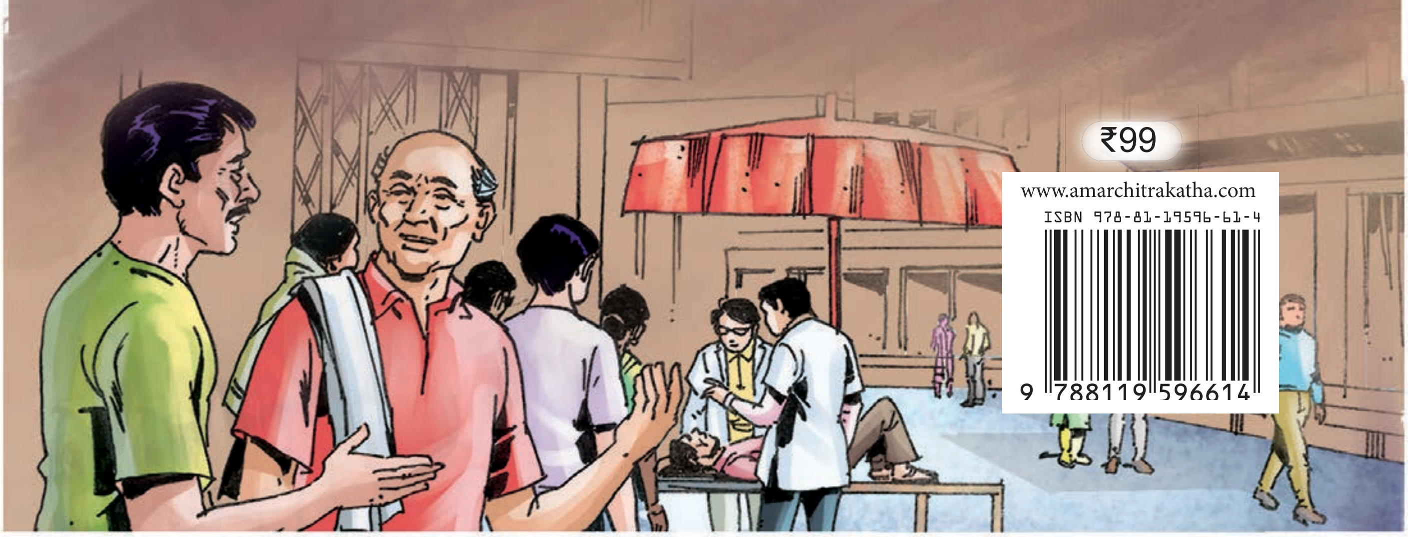
ஒரு தேசத்தின் செழிப்பு மக்களின் ஆரோக்கியத்தை சார்த்தது. ஏழாவது *மன் கி பாத்* பகுதியில் குடிமக்களின் சிறிய முயற்சிகள் அவர்களைச் சுற்றியுள்ளவர்கள் நல்வாழ்வில் பெரும் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தியதைப் பற்றிய கதைகளை நமக்குத் தருகிறது.

உத்தராகாண்ட் மாநிலத்தைச் சேர்ந்த பூனம் நாட்டியல் என்ற செவிலியர், கோவிட்-19-ன் போது தடுப்பூசி மையங்களைச் சென்றடைய முடியாதவர்களுக்குச் சென்று தனது பகுதியை 100% தடுப்பூசி விகிதத்தைப் பெற்றார்.

லட்சுமிக்குட்டி, கேரளாவின் காணி பழங்குடியினர். தன் பாரம்பரிய மருத்துவ அறிவைப் பயன்படுத்தி 350 பேரின் உயிரை பாம்புக்கடியில் இருந்து குணப்படுத்தியுள்ளார்.

நளினி சிங் மற்றும் திகார் சிங் மேவாரி காசநோயால் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளிகளுக்கு உதவ 'நிக்ஷய் மித்ரா' ஆனார்கள்.

நாடு முழுவதும் சுற்றிய இந்த பதினொரு கதைகளும் ஒருவரின் பொறுப்பான முயற்சியால் நம் அனைவரின் வாழ்விலும் பெரிய மாற்றத்திற்கு வழிவகுக்கிறது என்பதை பற்றியது.



₹99

www.amarchitrakatha.com
ISBN 978-81-19596-61-4
9 788119 596614