GRADE 11 BOOK 14

# ആരോഗ്യം

363

(ബാലപാഠം)

ഗ്രന്ഥകർത്താ:

വൈദ്യശാസ്ത്രനിപുണ: ഗവേഷകതിലക

ഡാക്ടർ എൽ. ഏ. രവിവർമ്മ

M. B. C. M. D. O. M. S. (London)

ബാലൻ പ്രസിദ്ധീകരണങ്ങൾ

തിരുവനന്തപുരം.

PRICE 75 NP.

BALAN CHILDREN'S SERIES
GENERAL EDITOR:- MATHEW M. KUZHIVELIL

# AROGYAM

By


Vaidyasastranipunah, Gaveshakatilaka.
DR. I. A. RAVI VARMA
M. B. C. M., D. O. M. S., (LONDON)


RIGHTS RESERVED BY THE PUBLISHERS


1958

BALAN PUBLICATIONS
TRIVANDRUM.

Price nP. 50

363

# അറിയിപ്പ്

ഈ പുസ്തകം തീരെച്ചെറിയ കുട്ടികൾക്കുവേണ്ടി എഴുതിയിട്ടുള്ളതാണ്. ഇതിലേ ഉള്ളടക്കം മേലാൽ സമ്പാദിക്കാവുന്ന അറിവുകൾക്കു നല്ല ഉറപ്പുള്ള ഏണിയായിരിക്കും. കാര്യങ്ങൾ വളരെ വളരെ എളുപ്പപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടെങ്കിലും പരമമായ തത്വങ്ങളെ ഒട്ടും തന്നെ വിട്ടുമാറിയിട്ടില്ല. ഇതിൽ ഉപയോഗിച്ചിട്ടുള്ള ഭാഷയും ശൈലിയും ഏതു കുട്ടിക്കും പരിചയമുള്ള വീട്ടുഭാഷ തന്നെയാണ്; വായിച്ചുകേൾപ്പിച്ചാൽ അഞ്ചുവയസ്സായ കുട്ടിക്കും കുറെ ഒക്കെ മനസ്സിലാവും.

ഗ്രന്ഥം സംവാദരൂപമാണ്; വാദ്ധ്യാരു പറഞ്ഞുകൊടുക്കുന്ന കാര്യങ്ങളിലായിട്ട് ഒരു ഇരുപത്തഞ്ചു പുതിയ വാക്കിൽ അധികം വരുകയില്ല. കുട്ടികൾക്ക് ഓർമ്മനില്ക്കാനും അവർക്കുത്സാഹം ജനിപ്പിക്കാനും വേണ്ടി, പറഞ്ഞുതീർന്നടത്തോളമുള്ള സംഗതികളെ അവിടവിടെയായി വഞ്ചിപ്പാട്ടിലും മററും സമാഹരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെയും ഭാഷാപരമായി ഒട്ടും കാഠിന്യം വരാതിരിക്കുവാൻ പ്രത്യേകം മനസ്സിരുത്തിയിട്ടുണ്ട്.

കാണിച്ചു ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്താനുള്ള ചില പരീക്ഷണങ്ങൾ കൂടെ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടു്. വാദ്ധ്യാന്മാർക്കോ, മാതാപിതാക്കന്മാക്കോ നിഷ്പ്രയാസം കാണിച്ചുകൊടുക്കാവുന്നതേയുള്ളു. അവയേ കാണിച്ചുകൊടുക്കുക തന്നെ വേണം. ഒരിക്കൽ കണ്ടാൽ ആ സംഗതി കല്ലിൽ കൊത്തിയവിധം കുട്ടികളുടെ മനസ്സിൽ എന്നെന്നേക്കുമായി പതിഞ്ഞുകൊള്ളും, ചെപ്പടിവിദ്യയും മററും കാണാൻ എന്നതുപോലെ കുട്ടികൾ കൗതുകഭരിതരായി ഉററു നോക്കുകയും ചെയ്യും.

ഈ പാഠങ്ങൾ പള്ളിക്കൂടങ്ങളിൽ വച്ചു് നിഷ്പ്രയാസം സാധിക്കാം; റേഡിയോയിൽ കൂടിയും ഇവ സുഖമായിപ്പറഞ്ഞു ഫലിപ്പിക്കാം; കുട്ടികൾക്കു് ഇതിലെ രംഗങ്ങൾ അഭിനയിക്കാനും കൊള്ളാം.

ഇതിൽപറഞ്ഞിട്ടുള്ള പരീക്ഷണങ്ങൾ ചെയ്യുവാൻ വേണ്ടുന്നതു്.

1. രണ്ടോ മൂന്നോ സ്ഫടിക ടംബ്ളർ.

2. ഒരു വാവട്ടമുള്ള സ്ഫടിക ചിമ്നി.

(ഇല്ലെങ്കിലും കഴിക്കാം.)

3. ഒരു നല്ല ലെൻസ് (+ 13 or 14)

4. ഒരു കത്തിരിയോ, പേനാക്കത്തിയോ

5. തീപ്പെട്ടി, ഒരു കഷണം മെഴുകുതിരി, ഒരു ചെറുനാരങ്ങ, അല്പം പാലു് കുറച്ചു ചുണ്ണാമ്പു്, കുറച്ചു നല്ല തുണി ഇത്രയേയുള്ളു. ഇവയിൽ ലെൻസൊഴിച്ചു മറ്റെല്ലാം, സാധാരണ വീടുകളിലും കാണും. ലെൻസു കിട്ടാൻ വിഷമമാണെങ്കിൽ ശക്തികൂടിയ 'വെള്ളെഴുത്തു കണ്ണാടി' കൊണ്ടും മിക്കവാറും സാധിക്കാം.

തിരുവനന്തപുരം,
10—9 52' } എൽ. ഏ. രവിവർമ്മ

സംവാദം 1

# രോഗം

[പത്തുവയസ്സിനു താഴെയുള്ള കുറെ കുട്ടികളും അദ്ധ്യാപകനും]

അദ്ധ്യാപകൻ:- മണിയടിക്കാൻ പത്തിരുപതു മിനിട്ടുണ്ടു്; ഇന്നത്തേയ്ക്കുള്ള പാഠം കഴിയുകയും ചെയ്തു.

കുട്ടപ്പൻ:-സാർ, ഒരു പുത്തൻ പാഠം തുടങ്ങണ്ട സാർ.

കൊച്ചുകുഞ്ഞു്—സാർ ഒരു നല്ല കഥ പറഞ്ഞാൽ മതി.

അദ്ധ്യാ:-എന്നാൽ നമുക്കു വെടിപറയാം; എന്താ?

കുട്ടികൾ:-ഹുറേ-സാർജിക്കു കീജേ! കീജേ!

അദ്ധ്യാ:- ഒച്ച വയ്ക്കരുതു്. മററു ക്ലാസുകൾക്കുപദ്രവമാകും. ആട്ടെ, എല്ലാത്തിലും വച്ചു വലിയ ദുഃഖമെന്താണു്? ആർക്കു പറയാം, കേൾക്കട്ടെ.

കുട്ടപ്പൻ:-ഞാൻ പറയാം—ചാവുക.

കൊച്ചുകുഞ്ഞു്:- അല്ല സാർ; പഞ്ഞം എനിക്കറിയാമല്ലൊ!

വിജ:-അതിനെല്ലാം പൊതുവരുത്തമുണ്ടു്. ദീനമുണ്ടല്ലൊ സാർ, ദീനം, അതാ വലിയ ദുഃഖം.

അദ്ധ്യാ:- എല്ലാത്തിലും വച്ചു് വലിയ ദുഃഖം ദീനം പിടിക്കുന്നതുതന്നെ. അതെന്താണെന്നു പറയാമോ?

കുട്ട:-അതാ—ഒന്നാമതുവേദന; പിന്നെ ഒന്നും തിന്നാൻ തരികയില്ല.—കുളിക്കാനും വയ്യ.

കൊച്ചുക:-ദീനമില്ലെങ്കിൽ വല്ല കൂലിവേലയ്ക്കെങ്കിലും പോയി പിഴയ്ക്കാമല്ലോ. ഇന്നാൾ അച്ഛൻ പത്തിരുപതു ദിവസം കിടപ്പായപ്പോൾ, അയ്യോ, ഞങ്ങൾ ചുററിപ്പോയി.

വ.ജ:-അവനൊന്ന വേദന, മററുള്ളോർക്ക ബുദ്ധിമുട്ടം, ചെലവും—

അദ്ധ്യാ:-ദീനം പിടിക്കുന്നതു് എന്തുകൊണ്ടാണെന്നറിയാമോ ?

കൊച്ചുക:-അങ്ങതിലേ കൊച്ചിന ദീനം പിടച്ചപ്പോൾ തലേലെഴുത്തുകൊണ്ടാണെന്നു് അമ്മൂമ്മ പറഞ്ഞു.

കുട്ട:അല്ലേയല്ല! സൂക്ഷിക്കാഞ്ഞിട്ടാണെന്നു് അച്ഛൻ പറഞ്ഞല്ലോ. ഞങ്ങടെ അച്ഛന് വൈദ്യമറിയാം.

അദ്ധ്യാ:—സൂക്ഷിക്കുക എന്നു പറഞ്ഞാൽ എന്താണെന്നറിയാമോ ?

കുട്ട:-ഓഹോ കണ്ടതും കിട്ടിയതും ഒന്നും തിന്നരുതു്. പിന്നെ കാററും വെയിലുമൊന്നും കൊള്ളരുതു്, ഒരുപാടുണ്ടു സാർ.

കൊച്ചുക:-അങ്ങനെയല്ല സാർ. നല്ല ആഹാരങ്ങൾ കഴിക്കണം. പാലും നെയ്യും പഴവുമൊക്കെ എന്നും തിന്നണം; ധാരാളം ഓടിച്ചാടിക്കളിക്കണം; വൃത്തിയായിരിക്കണം; ദീനം പിടിക്കാതിരിക്കാൻ കുത്തിവയ്പിക്കണം: എന്നൊക്കെയാണു് അമ്മ പറഞ്ഞുതന്നതു്.

അദ്ധ്യ:–ആട്ടെ, ഇതുപോലെ എടകിട്ടമ്പോഴൊക്കെ നമുക്ക ദീനം പിടിക്കാതിരിക്കാനുള്ള വഴികളെപ്പററി പറയാം, ദീനം പിടിച്ചാലെന്തു വേണം എന്നറിയാമോ ?

കുട്ട:–അതാർക്കാ അറിയാൻ വയ്യാത്തതു്–ചികിത്സിപ്പിക്കണം.

അദ്ധ്യാ:–ആരെക്കൊണ്ടു ചികിത്സിപ്പിക്കണം അങ്ങേതിലേമൂപ്പിന്നും ഇങ്ങേതിലേ വല്യമ്മയും പറയുന്നതുപോലെയൊക്കെ ചെയ്താൽ മതിയോ ?

കുട്ട:–പോര സാർ, നല്ല വൈദ്യനെക്കൊണ്ടുവേണം ചികിത്സിപ്പിക്കാൻ.

അദ്ധ്യാ:–വേണ്ടവിധം പഠിച്ചിട്ടുള്ളവരെക്കൊണ്ടേ ചികിത്സിപ്പിക്കാവൂ. അതിന്ന ശരിയായി പഠിച്ച ഡാക്ടർമാരായിരിക്കും നല്ലതു്.

വിജ:–ദീനമൊന്നും ഇല്ലെങ്കിലും ഞങ്ങടെ അമ്മ രണ്ടും മൂന്നും തവണ ഞങ്ങളെ ഡാക്ടരുടെ അടുക്കൽകൊണ്ടുപോകും. അങ്ങനെ ആയാൽ ദീനമൊന്നും വരികയില്ലെന്നാ പറയുന്നതു്. ഏതായാലും ഞങ്ങടെ വീട്ടിലാർക്കും ഒരു ദീനവും വരാറില്ല.

അദ്ധ്യാ–:ശരിയാണതു്. ദീനം പിടിച്ചു ചികിത്സിപ്പിക്കുന്നതിലും നല്ലതു് ദീനം വരാതെ നോക്കുകയാ

362

ണ്. കേട്ടിട്ടുണ്ടോ:—

കാലിൽ ചളി പുരണ്ടെന്നാൽ
കഴുകിക്കളയാം-ശരി
പുരളാനിടയാകാഞ്ഞാ
ലതല്ലേ നല്ലതേററം ?

കുട്ടു:—വഞ്ചിപ്പാട്ടായിട്ടുമതി,

അദ്ധ്യാ:—ഓ! എന്നാലങ്ങനെ തന്നെ നിങ്ങളേററു പാടണം, കേട്ടോ.

ദീനക്കാർക്കോ പറയേണ്ട, വേണ്ടപ്പെട്ടവർക്കും കഷ്ടം
കാണുന്നോൎക്കുപോലും കണ്ണുനീരൊലിച്ചിടും.
ദീനംപോലെ ഭയങ്കരമായി മനുഷ്യൎക്കുപാർത്താൽ
ന്യൂനം, മററൊന്നിന്നില്ലാവക്കും സമ്മതം.
ഭിത്തിയില്ലാതെ ചിത്രങ്ങളെഴുതുവാൻ സാധിക്കുമോ
ചത്തതിലും കഷ്ടമല്ലേ, കിടപ്പിലായാൽ
ആരോഗ്യമില്ലെന്നുവന്നാൽ ജീവിച്ചതുകൊണ്ടെന്തു കാൎയ്യം
ഭാരംമാത്രം തനിക്കും തൻവീട്ടിലുള്ളോർക്കും.
അതിനാലാദ്യമായാരുമറിയേണ്ടകാൎയ്യം, ജീവി-
പ്പതുകാലം ദീനം കൂടാതിരിപ്പാനത്രേ.
കാലിൽ ചളിപുരണ്ടീട്ടു കഴുകീടുന്നതിൽഭേദം
കാലേ പുരളാതെതന്നെ നോക്കുകയല്ലേ.
ഏട്ടിൽനിന്നുമിതിനുള്ള വഴി പഠിക്കാമെന്നാലും
ചിട്ടയായിട്ടു ശീലിച്ചാലേ ഫലം വന്നീടൂ.

ശർക്കരയെന്നെഴുതിയ കടലാസു ചവച്ചെന്നാ-
ലാർക്കെങ്കിലും നാക്കിന്നുണ്ടോ മധുരം തോന്നും
ചൊട്ടയിങ്കൽ തുടങ്ങുന്ന മട്ടു പിന്നെന്തുചെയ്താലും,
വിട്ടുമാറാ, കൂടെവരുംചുടല യോളം.
ആകയാൽ പിറവിതൊട്ടേ, ശരിയായവഴിക്കുതാൻ
പോകുവാനായ് ശീലിപ്പിച്ചേ കാര്യമൊത്തിടൂ.
പിന്നെയാവട്ടെന്നുവച്ചാൽ പിന്നിലാവുകയേയുള്ളൂ.
മുന്നിൽവരുകില്ല, കാര്യമേതൊന്നായാലും
ആദ്യം കുറേ ബുദ്ധിമുട്ടു സഹിച്ചല്ലാതാർക്കും സുഖം
ചോദ്യംവേണ്ട, വരുകില്ല, സംശയമില്ല.
കുട്ടികൾ—തൈ തൈതൈ മണിയടിച്ചേ

ഇണ്ണോ ഇണ്ണോ ഇണ്ണോണ്ണോ.

അദ്ധ്യാ—: എന്നാലങ്ങനെ നില്ക്കട്ടെ.

സംവാദം 2

# ആഹാരം

അദ്ധ്യാ:-കഴിഞ്ഞതവണ നിങ്ങളിലൊരാൾ, ദീനം പിടിക്കാതെയിരിക്കാൻ നല്ല നല്ല ആഹാരങ്ങൾ കഴിക്കണമെന്നു പറഞ്ഞല്ലോ - നല്ല ആഹാരങ്ങളെന്തെല്ലാമാണു്?

കുട്ടി:-പായസം, ലാഡു, ബോളി - മധുരമുള്ളതെല്ലാം കൊള്ളാം.

കൊച്ചു:-അതൊക്കെ വല്ലപ്പോഴുമല്ലാതെ എന്നും കിട്ടുമോ?

വിജ:-പാലു്, നെയ്യു്, എറച്ചി, മുട്ട, മീനു്, പഴം ഇതൊക്കെയാ നല്ല ആഹാരങ്ങൾ.

അദ്ധ്യാ:-ശരി, ആഹാരസാധനങ്ങളെ എത്ര എനമായിട്ടു തിരിക്കാമെന്നറിയാമോ?

വിജ:-അറിഞ്ഞുകൂട.

അദ്ധ്യാ:-ആകട്ടെ, ഞാൻ നിങ്ങളെ കൊണ്ടുതന്നെ പറയിക്കാം.

ആഹാരം കഴിക്കുന്നതെന്തിനാണു്?

കൊച്ചുക:-വേലയെടുക്കാൻ.

കു:-ദേഹം നല്ലതാവാൻ-വളരാൻ.

അദ്ധ്യാ:-ദേഹമെന്നു പറഞ്ഞാലെന്താണു്?

കുട്ടി:-ഇക്കാണുന്ന മേലേ, മേലു്.

അദ്ധ്യാ:-ഈ കാണുന്ന ദേഹത്തിലെന്തെല്ലാമുണ്ട്?

കുട്ട:-തൊലി, ചത, എറച്ചി, ചോര, എല്ല് - പിന്നെ അകത്തു കുടലും പണ്ടവുമൊക്കെ. അറുക്കുമ്പോൾ കണ്ടിട്ടുണ്ട്.

വിജ:-സാർ, ബുദ്ധിയോ സാർ.

അദ്ധ്യാ:-ബുദ്ധിയും ദേഹത്തിൽപെട്ടതു തന്നെ പക്ഷെ, ദേഹമല്ല.

വിജ:-എന്നു പറഞ്ഞാൽ.

അദ്ധ്യാ:-വിളക്കു കത്തുമ്പോൾ വെളിച്ചം ഉണ്ടാകുന്നു. വിളക്കാണോ വെളിച്ചം? അല്ല. പക്ഷേ വിളക്കില്ലെങ്കിൽ വെളിച്ചമുണ്ടോ? ഇല്ല. ഇവിടെ ദേഹം വിളക്കും, ബുദ്ധി വെളിച്ചവുമാണെന്നു വയ്ക്കുക. വിളക്കിലെ എണ്ണയും തിരിയുമൊക്കെ വേണ്ടവിധമുണ്ടെങ്കിലേ വെളിച്ചം തെളിയൂ. അതുപോലെ ശരീരം നല്ല സ്ഥിതിയിൽ ഇരുന്നാലേ ബുദ്ധിക്കും തെളിവു കാണൂ. മനസ്സിലായോ?

വിജ:-ഉവ്വ്.

അദ്ധ്യാ:-ആഹാരം കഴിക്കാഞ്ഞാൽ എന്തുവരും?

കൊ. കുഞ്ഞ്:-അങ്ങുതളന്നുപോകും-പിന്നെ കളിക്കാൻ പോലും തോന്നുകേല.

അദ്ധ്യാ:-നിങ്ങളെല്ലാരും കാറും ബസ്സും കണ്ടിട്ടില്ലേ. കാറ് എന്തുകൊണ്ടോടുന്നു, അറിയാമോ?

വിജ:-പെട്രോൾ എരിയുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന ശക്തികൊണ്ടാണെന്നു് ഇന്നാൾ പഠിച്ചു. അതാണു പെട്രോൾ തീൎന്നാൽ പിന്നെ കാറു് അനങ്ങാത്തതു്.

അദ്ധ്യാ:-കാറിനു് എന്നതുപോലെ മനുഷ്യരുടെ ശരീരത്തിനും ഓടുക, നടക്കുക, വേലചെയ്യുക, എന്നിങ്ങനെ പലവിധം അനക്കങ്ങളില്ലേ? അവ എങ്ങനെ നടക്കുന്നു എന്നറിയാമോ?

അദ്ധ്യാ:-ഒന്നാമതു, കാറിനു വളരണോ?

വിജ:-വേണ്ട.

കൊ. കു:-വളരണം - മനസ്സിലായി സാർ, മനുഷ്യൎക്കു വളരാൻകൂടെ ആഹാരം വേണം, കാറിനതുവേണ്ട. പക്ഷെ, സാർ, വയസ്സുചെന്നവർ വളരാറില്ലല്ലോ. കുട്ടികളല്ലേ വളരൂ. എങ്കിലും വയസ്സുചെന്നവൎക്കു കുട്ടികളേക്കാൾ കൂടുതൽ ചോറു വേണംതാനും. അതെന്താണങ്ങനെ?

അദ്ധ്യാ:-കൂടുതൽ വേണോ? കുട്ടിക്കെത്ര ഘനമുണ്ടു്; അറിയാമോ?

വിജ:-കഴിഞ്ഞ ഞായറാഴ്ച, അമ്മ ഞങ്ങളെ ഡാക്ടരുടെ അടുക്കൽ കൊണ്ടുപോയിരുന്നു. അപ്പോൾ തൂക്കിനോക്കി, എനിക്കു നാല്പത്തിരണ്ടു റാത്തലുണ്ടു്.

അദ്ധ്യാ:-അച്ഛനോ?

വിജ:- അതറിഞ്ഞുകൂടാ. കണ്ടാൽ സാറിനേക്കാളും വലുതാ.

വിജ:–കാറിനു പെട്രോൾ പോലെയാണോ സാർ നമ്മക്കാഹാരം ?

അദ്ധ്യാ!–ഏകദേശമതേ–പക്ഷേ, ചില വലിയ വ്യത്യാസങ്ങളുണ്ട്–എന്തെന്നു പറയാമോ ?

അദ്ധ്യാ:–എനിക്ക് 160 റാത്തലുണ്ട്. അപ്പോൾ അദ്ദേഹത്തിന് 170–ഓ 180–ഓ കാണുമെന്നു വയ്ക്കാം. കുട്ടിയുടെ നാലിരട്ടിക്കുമേൽ കുട്ടി ഉണ്ണുന്നതിൻെറ നാലിരട്ടിച്ചോറ് അദ്ദേഹം ഉണ്ണാറുണ്ടോ ?

വിജ.–ഇല്ലേയില്ല. കഷ്ടിച്ചിരട്ടി ഉണ്ണുമായിരിക്കും. അത്രയേയുള്ളു. മനസ്സിലായി–വല്യോക്ക് വളരാൻ വേണ്ട; കുട്ടികൾക്ക വളരാൻകൂടെ വേണം, അല്ലേ സാർ.

അദ്ധ്യാ:–കാറിൽ പെട്രോൾ എരിയുന്നതുപോലെ, ശരീരത്തിലെ അംശങ്ങൾ എരിയുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന ശക്തികൊണ്ടാണു ശരീരം വേലചെയ്യുന്നത്.

കുട്ടി:–ശരീരം എരിയുന്നുണ്ടോ സാർ–കള്ളം !

അദ്ധ്യാ:–ആട്ടെ, ഈ മേശപ്പുറത്തു കയ്യൊന്നു വച്ചു നോക്കു. (കുട്ടി കൈ വച്ചു നോക്കുന്നു)

അദ്ധ്യാ:–തണുപ്പോ ചൂടോ ?

കുട്ടി:–തണുപ്പ്.

അദ്ധ്യാ:–ഇനി ആ വിരൽ വായ്ക്കകത്തു വച്ചു നോക്കു. (കുട്ടി അപ്രകാരം ചെയ്യുന്നു.)

362

അദ്ധ്യാ:-ഇപ്പോഴോ ?

കുട്ടി:-കുറച്ചു ചൂടുണ്ടു്.

അദ്ധ്യാ:-ജീവനുള്ള ജന്തുക്കളിൽ കൂടുതൽ ചൂടുകാണുന്നതു് ശരീരാംശം എരിയുന്നതുകൊണ്ടാണു്. ശരീരത്തിലെ അംശങ്ങൾ നിമിഷംപ്രതി എരിഞ്ഞുപോകുന്നുണ്ടു്.

കൊ. കു:-എരിയുന്നെങ്കിൽ തീ കാണാത്തതെന്താ?

അദ്ധ്യാ:-എരിയുക എന്നുപറഞ്ഞാൽ തീ കാണത്തക്കവിധം കത്തുകയാണെന്നു വിചാരിക്കരുതു്. ഇരുമ്പും മററും തുരുമ്പെടുക്കാറില്ലേ-അതുപോലെ പതുക്കെപ്പതുക്കെ നീറുകയാണു ചെയ്യുന്നതു്. ഇങ്ങനെ നിമിഷംതോറും നീറിനശിക്കുന്ന അംശത്തിനു പകരം പുതിയതുണ്ടാക്കാൻ വേണ്ടിവരുന്നതേ .പ്രായമായവക്കു ആഹാരമായി വേണ്ടു-കുട്ടികൾക്കു് ഇതിനും വേണം, വളരാനും വേ ണം. മനസ്സിലായോ ?

കുട്ടി:-ആയി.

അദ്ധ്യാ:-ശരീരത്തിലെന്തെല്ലാമുണ്ടെന്നു പറഞ്ഞു ?

വിജ:-എല്ലു്, മാംസം, ചോര.

അദ്ധ്യാ:-മൂത്രം കണ്ടാലെന്തുപോലെയിരിക്കും.

കൊ. കു:-വെള്ളം പോലെ.

അദ്ധ്യാ:-വിയർപ്പോ ?

വിജ:-അതും വെള്ളം പോലെ.

അദ്ധ്യാ:-ഇതുരണ്ടും എവിടെനിന്നു വരുന്നു ?

വിജ:-ശരീരത്തിൽനിന്നു്-നമ്മൾ കുടിക്കുന്ന വെള്ള മാണോ ഇതു് ?

അദ്ധ്യാ:-അതെ-അല്പം വ്യത്യാസമുണ്ടു്. അതു് പിന്നെ പ്പറയാം. ഇപ്പോൾ ശരീരത്തിൽ വെള്ളമുണ്ടു് എന്നു് മനസ്സിലായാൽ മതി-അതു മനസ്സി ലായോ ?

കുട്ട:-ആയി.

അദ്ധ്യാ:-(ഒരു തടിച്ച കുട്ടിയേയും ഒരു ചടച്ച കുട്ടിയേ യും ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചിട്ടു്) ഇവർ തമ്മിൽ കണ്ടാ ലെന്തു വ്യത്യാസമുണ്ടു്.

കുട്ട:-പിണുപിണാ നാണുനെ കണ്ടാൽ ക്രവകുവുക്കി വച്ചതുപോലെയിരിക്കുന്നു. — എല്പൻ ചെല്ലപ്പൻ ഈക്കിലീടെ അററത്തൊരു വെള്ളയ്ക്കാ വച്ചതു പോലെ.

അദ്ധ്യാ:-(ചിരിച്ചിട്ടു്) ഈ പിണുപിണുപ്പു് എന്താണെ ന്നറിയാമോ.

വിജ:-ചത.

അദ്ധ്യാ:-ചതയെന്നു പറഞ്ഞാൽ ?

വിജ:-ചത തന്നെ.

അദ്ധ്യാ:-ചതയെന്നുപറയുന്നതു് നെയ്‌വലയാണു്. നി ങ്ങളാരെങ്കിലും നെയ്‌വല കണ്ടിട്ടുണ്ടോ ?

കുട്ട:-എറച്ചി കൊണ്ടുവരുമ്പോൾ അതിൽ കണ്ടിട്ടുണ്ടു്. വെളുത്തു വെളുത്തു മണിമണി പോലെയിരിക്കും.

അദ്ധ്യാ:-അതെന്താണു സാധനമെന്നറിയാമോ ?

കുട്ടി:-വെട്ടുനെയ്യ്-പട്ടിക്ക് കൊടുക്കാൻ വീട്ടിൽ കൊണ്ടു വന്നു ഉരുക്കി കണ്ടിട്ടുണ്ടു്.

അദ്ധ്യാ:-അതെ, നെയ്യുതന്നെ-പട്ടിക്കു മാത്രമല്ല, വൃത്തിയായി ഉരുക്കി എടുത്താൽ മനുഷ്യർക്കും കൊള്ളാം.

കുട്ടി:-ആഹ്ാ !

അദ്ധ്യാ:-അപ്പോൾ ശരീരത്തിൽ നെയ്യും — ഒരു വക കൊഴുപ്പും-ഉണ്ടു് ഇല്ലേ ? നിങ്ങൾ ചിലപ്പോൾ കരയാറില്ലേ.

കൊച്ചുകുഞ്ഞു്:-പിന്നില്ലേ.

അദ്ധ്യാ:-കണ്ണുനീരു വല്ലപ്പൊഴും വായിൽ വീണിട്ടുണ്ടോ? രുചി എന്താ ?

കൊ.കുഞ്ഞു:-ഉണ്ടു് സാർ-ഉപ്പുരുചി. പിന്നെ, സാർ വെശർപ്പു മേത്തിരുന്നുണങ്ങിയാൽ ഉപ്പു പൊരിയുമല്ലോ-അച്ഛൻെറ മേത്തു കണ്ടിട്ടുണ്ടു്.

അദ്ധ്യാ:-ശരി ഉപ്പും ഉണ്ടു്. അപ്പോൾ, മാംസം, കൊഴുപ്പു്, വെള്ളം, ഉപ്പു് ഇവയൊക്കെയാണു ശരീരത്തിലുള്ളതു്.

വിജ:-എല്ലും-

അദ്ധ്യാ:-അതേ, എല്ലും ഇരിക്കട്ടെ.
പാലിലെന്തെല്ലാമുണ്ടു് ?

വിജയൻ:-നെയ്യുണ്ടു്-തയിരു കലക്കുമ്പോൾ വെണ്ണ കിട്ടും.

കൊച്ചുകുഞ്ഞു്:-തയിരാകുമ്പോഴല്ലാതെ വെണ്ണയുണ്ടോ?

കുട്ടി:-പാലിൽതന്നെ വെണ്ണയുണ്ടു്. അച്ഛൻ മരുന്നു ണ്ടാക്കാൻ പച്ചപ്പാലു കലക്കി വെണ്ണയെടുക്കുന്നതു ഞാൻ കണ്ടിട്ടുണ്ടല്ലൊ.

അദ്ധ്യാ:(കുറച്ചു പാലും ഒരു ചെറുനാരങ്ങയും രണ്ടുമൂന്നു ടംബ്ളറും വരുത്തി മേശപ്പുറത്തു വയ്ക്കുന്നു. ഒരു സ്ഫൂൺ പാലു ഒരു കുട്ടിയുടെ വായിൽ ഒഴിച്ചു കൊടുക്കുന്നു) എന്താണു സ്വാദു്?

വിജയൻ:-മധുരം-പാലിൽ പഞ്ചസാരയുണ്ടോ സാർ?

അദ്ധ്യാ:-ഉണ്ടു്-ഒരു മാതിരി പ്രത്യേകം പഞ്ചസാര യാണതു്.

(കുറച്ചുപാലു ഒരു സ്ഫടിക ടംബ്ളറിൽ എടുത്തു അതിൽ അല്പം ചെറുനാരങ്ങയുടെ നീരു പിഴിഞ്ഞു ചേർത്തിളക്കുന്നു) ഇപ്പോഴെന്തുണ്ടായി.

കുട്ടി:-പാലു പിരിഞ്ഞുപോയി.

അദ്ധ്യാ:-പിരിഞ്ഞ പാലു് മൂന്നാലുമടക്കു തുണിയിൽ കൂടി മറെറാരു സ്ഫടിക ടംബ്ളറിലേയ്ക്കു അരി ക്കുന്നു. അരിച്ചുകിട്ടിയ വെള്ളമിരിക്കുന്ന ടംബ്ളർ എടുത്തു കാണിച്ചുകൊണ്ടു) ഇതെന്താണു്?

വിജ:-വെള്ളംപോലെ ഇരിക്കുന്നു. പാലിലേ വെള്ളം.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-വല്ലോരും ചേർത്ത വെള്ളമാണോ സാർ?

അദ്ധ്യാ: അല്ല, പാലിൽതന്നെയുള്ളതാണു്.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-അപ്പോൾ സാർ, പാലിൽ പഞ്ചസാര കൊഴുപ്പു് വെള്ളം ഇവ മൂന്നുമുണ്ടല്ലോ.

അദ്ധ്യാ:-(അരിച്ച പിശിട്ട അല്പമെടുത്തു തുണിയിൽ ഞെക്കി വെള്ളമയം കളഞ്ഞശേഷം അതിൽ നിന്നും ഒരുതരി, ഒരീക്കിലിൻെറയോ മററൊ അററത്തുവച്ചു ഒരു തീപ്പെട്ടിക്കോലുരച്ചു ആ തീയിൽ കാണിച്ചു കത്തിക്കുന്നു-പിശിട്ട കരിഞ്ഞു നാറുന്നു)

കുട്ടി:-രോമം കരിഞ്ഞ നാററം.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-മീൻ കരിഞ്ഞപോലെ.

അദ്ധ്യാ:-അതെ. പാലിലുള്ള മാംസം കരിഞ്ഞ നാററമാണതു്.

വിജയൻ:-അപ്പോൾ പാലിൽ മാംസമുണ്ടോ ?

അദ്ധ്യാ:-ഉണ്ടു്. ഈ പിശിട്ട മാംസത്തിൻെറ അംശമാണു്.

വിജയൻ:-അപ്പോൾ സാർ, ഉപ്പും എല്ലുമൊഴിച്ചു ശരീരത്തിലുള്ളതെല്ലാം പാലിലുമുണ്ടല്ലോ.

അദ്ധ്യാ:-പാലിൽ ഉപ്പുമുണ്ടു്-എല്ലുമുണ്ടു-എല്ലു പക്ഷെ ഒരുവക ഉപ്പായിട്ടാണു പാലിൽ ഉള്ളതു്. അതു പിന്നെ പറഞ്ഞുതരാം.

കുട്ടി:-ഉപ്പുണ്ടെങ്കിൽ പാലു പിരിഞ്ഞു പോകുകില്ലേ സാർ.

അദ്ധ്യാ:-അധികമായാലേ പിരിയൂ, പാലിൽ ഉള്ളതു വളരെ വളരെ കുറച്ചേ ഉള്ളൂ-പിരിയാൻമാത്രമില്ല.

വിജ:-എല്ലു പാലിൽ ഒരുപ്പായിട്ടാണെന്നു പറഞ്ഞല്ലോ. അതെന്താണു സാർ.

അദ്ധ്യാ:-എല്ലുപൊടി, കൊഞ്ചിൻതോട്ട, കക്കാ ഇതെല്ലാം തെങ്ങിൻെറയും മററും മൂട്ടിൽ വളമായിട്ടിടുന്നതു കണ്ടിട്ടുണ്ടോ?

കൊ. കുഞ്ഞു്:-ഉവ്വ്.

അദ്ധ്യാ:-ഈ വക വളങ്ങളിൽനിന്നും-നമ്മുടെ വെററിലും കുമ്മായമില്ലേ, കുമ്മായം-അതിൻെറ അംശമുള്ള ഒരു വക ഉപ്പു തെങ്ങു നെല്ല് മുതലായ ചെടികളിൽ കയറുന്നു. ഇനി ഇവയുടെ കായ്, എല, പഴം മുതലായവ നാം തിന്നുമ്പോൾ ആ കുമ്മായത്തിൻെറ അംശം ചേൎന്ന ഉപ്പു നമ്മുടെ ശരീരത്തിനു കിട്ടുന്നു. ഈ വക കുമ്മായംചേൎന്ന ഉപ്പിൽനിന്നുമാണു് എല്ലുണ്ടാകുന്നതു്. എല്ലു മിക്കവാറും കുമ്മായത്തിൻെറ ഉപ്പുതന്നെ.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-അപ്പോൾ പലമാതിരി ഉപ്പുണ്ടോ ?

കുട്ട:-പിന്നില്ലേ-അച്ഛൻ മരുന്നുണ്ടാക്കാൻ മേടിച്ചുകൊണ്ടു വരാറുണ്ടല്ലോ-ഇന്തുപ്പു, വെടിയുപ്പു പിന്നേം പല ഉപ്പുമുണ്ടു്.

അദ്ധ്യാ:-ഇന്തുപ്പു നമ്മുടെ കറിയുപ്പു തന്നെ-ശരീരത്തിലുള്ള മററുപ്പുകൾ വെടിയുപ്പും മററുമല്ല. വേറെ പലതരം ഉപ്പുകളാണു്. പല ജാതി ഉപ്പുണ്ടെന്നു മാത്രം ഇപ്പോൾ അറിഞ്ഞാൽ മതിയാവും. അതിരിക്കട്ടെ, നിങ്ങളാരെങ്കിലും അരിയോ ഗോതമ്പോ

വായിലിട്ടു കുറച്ചുനേരം ചവച്ചുനോക്കിയിട്ടുണ്ടോ? (അല്പം അരിയോ ഗോതമ്പോ കുട്ടികളുടെ കയ്യിൽ കൊടുക്കുന്നു)

കുട്ടി:-(കുറച്ചുനേരം ചവച്ചിട്ടു) നല്ല മധുരം!

അദ്ധ്യാ:-അരി മുതലായ ധാന്യങ്ങൾ വായിലും വയററിലുംവച്ചു ദഹിക്കുമ്പോൾ പഞ്ചസാരയായിത്തീരുന്നു.

കൊച്ചുകുഞ്ഞു:-പച്ച മരച്ചീനി ചവച്ചാലും മധുരിക്കുമല്ലോ.

അദ്ധ്യാ:-മരച്ചീനി മുതലായ മിക്കവാറും എല്ലാ കിഴങ്ങുകളും അരിയും മററും പോലെതന്നെ ദഹിക്കുമ്പോൾ പഞ്ചസാര ആയിത്തീരും. ഇങ്ങനെ, ഇവ പഞ്ചസാരയായ ശേഷമേ ദേഹത്തിൽ പിടിച്ചു ശരീരത്തിൻെറ അംശമായിത്തീരൂ.

വിജ: ശരീരത്തിലെ മാംസത്തിൻെറ അംശം എരിയുന്നതിനുപകരം പുത്തനുണ്ടാകുവാനാണോ എറച്ചി തിന്നുന്നതു് ?

അദ്ധ്യാ:-അതേ.

കുട്ടി:-അപ്പോൾ, സാർ—എറച്ചിയും മീനുമൊന്നും തിന്നാത്തവരോ ?

അദ്ധ്യാ:—പാലിൽ മാംസത്തിൻെറ അംശമുണ്ടെന്നിപ്പോൾ കണ്ടില്ലേ-അവക്കു പാലും തൈരുമൊക്കെയാകാമല്ലോ. കൂടാതെ പയറ, ഉഴുന്നു, കടല,

തുവര, മുതിര മുതലായ പയറുവകകളിലും മാംസ ത്തിൻെറ അംശം ധാരാളമുണ്ടു്; അതുമൊക്കെ അവക്കു കഴിക്കാമല്ലൊ.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-അരിയിലുണ്ടോ സാർ.

അദ്ധ്യാ:-അരി ഗോതമ്പു മുതലായ ധാന്യങ്ങളിൽ ഇല്ലെ ന്നു പറയാം: അത്ര കുറച്ചേയുള്ളു.

കൊ. കുഞ്ഞു:-മര്ച്ചീനിയിലോ ?

അദ്ധ്യാ:-ഒട്ടുമേയില്ല.

കുട്ട:-അപ്പോൾ സാർ പരിപ്പുംമററും പോരെ - എറച്ചി യും മീനംതന്നെ വേണമെന്നുണ്ടോ?

അദ്ധ്യാ:-മീനം എറച്ചിയുംതന്നെ വേണമെന്നു നിർബ ന്ധമില്ല. പയറു മുതലായതായാലും മതി. പക്ഷേ അപ്പോൾ പാലോ തൈരോ ഒന്നുകൂടെ ഒരു മാതിരി ധാരാളം വേണം ?

കുട്ട.-പിന്നെ പാലു കൂടെ എന്തിനാണു സാർ ?

അദ്ധ്യാ:-ജന്തുക്കളിൽനിന്നും കിട്ടുന്ന മാംസാംശം കൂടെ കുറച്ചെങ്കിലും വേണം. അതിനാണു് പാലു്. എന്നാലേ ശരീരത്തിനു മതിയാവൂ.

വിജ:-കൊഴുപ്പിൻെറ അംശം എരിഞ്ഞു പോകുന്നതിനു പകരം എന്തൊന്നു സാർ.

അദ്ധ്യാ: നെയ്യാണുത്തമം; നല്ലെണ്ണ, വെളിച്ചെണ്ണ, നിലക്കടലഎണ്ണ, കൊഴുപ്പുനീക്കി എടുത്ത വെട്ടു നെയ്യു്, ഇതുമെല്ലാം കൊള്ളാം.

362

കുട്ടി:-നെയ്യും വെളിച്ചെണ്ണയും കഴിക്കാം. നല്ലെണ്ണയും മററും ഛർദ്ദിക്കാൻ വരും.

അദ്ധ്യാ:-ഈ സ്വഭാവം നമ്മുടെ ആളുകൾക്കുള്ള ഒരു വലിയ ദോഷമാണ്. നെല്ലരിച്ചോറേ തിന്നൂ, വെളിച്ചെണ്ണയേ ആകാവൂ എന്നു തുടങ്ങും. ഈ സ്വഭാവം മാറണം. നല്ലെണ്ണ മുതലായവയാകട്ടെ, ചോളം, കമ്പം പഞ്ഞപ്പുല്ല് മുതലായ ധാന്യങ്ങളാകട്ടെ എല്ലാം തിന്നാൻ പഠിക്കണം. എല്ലാം നല്ലതാണ്. മററു മനുഷ്യർ തിന്നാറുള്ളതല്ലേ? പിന്നെ നാക്കിൻെറ രുചി-അഞ്ചെട്ടു ദിവസത്തേക്കേ വല്ലാഴിക കാണൂ. പത്തു ദിവസത്തിനകം ഏത്തും എണങ്ങിക്കൊള്ളും.

കുട്ടി:-അതെല്ലാം ശരീരത്തിനു കേടാണെന്നു പറയുന്നല്ലോ.

അദ്ധ്യാ:-ഒരു കേടുമില്ല. മററു ദിക്കുകാരിതൊക്കെയല്ലേ കഴിക്കുന്നതു്? അവരെ കണ്ടിട്ടുണ്ടോ. ഇവിടുത്തുകാരേക്കാളെത്ര മുട്ടന്മാരാണെന്നറിയാമോ?

കുട്ടി:-അവരുടെ ദേഹത്തിനു പിടിക്കും, നമുക്കു പിടിക്കുകയില്ല എന്നാ പറയുന്നതു്.

അദ്ധ്യാ:-അതു തെററായ വിചാരമാണ്. വലിയ വലിയ ഡാക്കുർമാർ നല്ലവണ്ണം പരീക്ഷിച്ചിട്ടുള്ളതാണ്. ഒരു കേടുമില്ല, പിടിക്കാഴികയുമില്ല.

കുട്ടി:-എന്നാൽ ശരിയായിരിക്കും.

അദ്ധ്യാ:-അപ്പോൾ ആഹാരങ്ങൾ എത്രവിധമുണ്ടു്?
പഞ്ചസാര, മാംസം, കൊഴുപ്പു്, വെള്ളം, ഉപ്പു്
അങ്ങനെ അഞ്ചു്. മറക്കാതിരിക്കാൻ—

അരി, ധാന്യം. കാ, കിഴങ്ങു, പഞ്ചസാര മുതലാ
യവ മധുരത്തിൻെറ രൂപംതാൻ പേരിവയ്ക്കുഥ
'ധാന്യകം' (1)

എറച്ചി, മുട്ട, മീൻ, പാലു്, പരിപ്പുവകയൊക്കെയൽ
മാംസത്തിൻ സ്ഥാരുമാകുന്ന "മാംസ്യം" എന്നഥ
പേരുമാം. (2)

എണ്ണ, വെണ്ണ, കൊഴുപ്പെന്നീവക
തേങ്ങായിൽ പെട്ടം-
കൊഴുപ്പിൻ സ്ഥാനമിവതാൻ, പേരോ
"സ്നേഹകം" എന്നുമാം. (3)

ഉപ്പും വെള്ളവുമില്ലാഞ്ഞാലപ്പൊഴേ ചത്തുപോം നാൻ
എപ്പോഴുമീയഞ്ചും ആരും സാപ്പിട്ടേ മതിയായിട്ടു. (4)
എന്നു നാലു ചെറിയ ശ്ലോകമാക്കാം.
ഇനി അടുത്ത ദിവസമാവട്ടെ.

സംവാദം 3.

# ആഹാരത്തിലെ ഔഷധാംശങ്ങൾ

അദ്ധ്യാ:-നമുക്കു്, ഇന്നാൾ പറഞ്ഞു നിറുത്തിയതിന്റെ ശേഷം പറയാം.

കുട്ടി:-അതാ രസം

അദ്ധ്യാ:-നിങ്ങൾ 'വൈററമിൻ' എന്നൊന്നു കേട്ടിട്ടുണ്ടോ?

വിജ:-ഓ, ഹോ, ഇന്നതു കേൾക്കാത്തവരുണ്ടോ?

കൊ. കുഞ്ഞു്:-ഞാൻ കേട്ടിട്ടില്ല. അതെന്തൊരു മീനാണു സാർ.

അദ്ധ്യാ:-മീനല്ല, ഒരു വക മരുന്നാണെന്നു വേണം പറയാൻ.

വിജ:-വെളുത്ത ഒരു ഗുളികയല്ലേ?

അദ്ധ്യാ: കുട്ടി വിചാരിക്കുന്ന ഗുളിക, പല വൈററമിനുകളും ചേർത്തുണ്ടാക്കിയ ഒരു ഗുളികയാണു്. വൈററമിൻ പല തരത്തിലുണ്ടു്. അവ പാലു്, വെണ്ണ, തൈരു, ഇലക്കറികൾ, പഴങ്ങൾ, തവിടു മുതലായവയിൽ ഉള്ള ചില വസ്തുക്കളാണെന്നു വേണം വിചാരിക്കുവാൻ. ഈ വക മരുന്നുകൾ എന്നും കുറെശ്ശെ എങ്കിലും ചെല്ലാഞ്ഞാൽ പല ദീനങ്ങളും വരും.

കുട്ടി:-അപ്പോൾ സാർ പാലിലും പഴത്തിലുമൊക്കെ മരുന്നുണ്ടോ അതുകൊള്ളാം, പാലും പഴവുമൊക്കെ മരുന്നാണെങ്കിൽ ഞാനെത്രവേണമെങ്കിലും കഴിക്കാം. കഷായവും മററുമാണെങ്കിൽ—എന്തു കയ്പ്. (മുഖം ചുളിക്കുന്നു.)

വിജ:-വൈററമിൻ പലമാതിരി ഉണ്ടെന്നു സാർ പറഞ്ഞല്ലോ. എത്ര മാതിരി ഉണ്ടു സാർ?

അദ്ധ്യാ:-പത്തുപന്ത്രണ്ടോളം ഇപ്പോൾ അറിയാം; അവയിൽ പ്രധാനം നാലെണ്ണമാണ്. എണ്ണം കിടക്കട്ടെ—നിങ്ങളാരെങ്കിലും കയ്യും കാലും തേമ്പി, ഉന്തളവയറും ചാടി, കണ്ടാൽ കിഴവന്മാരെപ്പോലെ ചൊക്കിച്ചുളിഞ്ഞു്, രാത്രിയിൽ കണ്ണും കാണാതെ, മേലെല്ലാം താമരമുള്ളുമായിട്ടുള്ള കുട്ടികളെ കണ്ടിട്ടുണ്ടോ ?

കുട്ടി:-ഓഹോ കഴിഞ്ഞതിന്റെ അങ്ങേയാണ്ടിൽ എനിക്കുതന്നെ വന്നിരുന്നു. വയററിളക്കോം കൂടെയുണ്ടായിരുന്നു. ശൂലയല്യോ സാറത്തു്? പിന്നെ ഞങ്ങടെ അച്ഛൻ മങ്കാരത്തെണ്ണയും കോഴിപ്പൊടിയും തന്നാണു പൊറുപ്പിച്ചതു്.

അദ്ധ്യാ:-മങ്കാരത്തെണ്ണ എന്നുവച്ചാൽ എന്താണെന്നറിയാമോ ?

കുട്ടി:-വയ്യ-പക്ഷേ; അയ്യോ; അതിന്റെ നാററം—ഇപ്പഴും മൂക്കീന്നു പോയിട്ടില്ല—വള്ളത്തിനിടുന്ന മീൻനെയ്യേക്കാളും കഷ്ടം !

അദ്ധ്യാ:—ഇന്നു് ഷാക്ക്-ലിവർ-ആയിൽ എന്നു പറയുന്ന സ്രാവിൻെറ കരളെണ്ണതന്നെ മങ്കാരത്തെണ്ണ. അതിനു തിരുവാങ്കോട്ടെണ്ണ * എന്നും പറയും. കാഡ്-ലിവർ-ആയിൽ എന്നു പറയുന്നതു് കാഡ് എന്നൊരു മത്സ്യത്തിൻെറ കരളെണ്ണയാണു്. ഇന്നു വേണ്ട വിധത്തിലും വൃത്തിയായും എടുക്കുന്ന സ്രാവിൻെറ കരളെണ്ണയ്ക്കു മങ്കാരത്തെണ്ണയേക്കാൾ ഫലം കൂടും. നാററം കുറവുമാണു്. ഈ വക കരളെണ്ണകളിൽ "എ" എന്നു പേരിട്ടിരിക്കുന്ന വൈററമിൻ ധാരാളമുണ്ടു്. ഈ മരുന്നു കരളു്, കരളെണ്ണ; വെണ്ണ; പാലു്; മുട്ടയുടെ മഞ്ഞക്കരു എന്നിവയിൽ ഉണ്ടു്. ഈ മരുന്നിൻെറ തന്നെ വകഭേദം കറിവേപ്പില; ചീര; മുതലായ പല കറിക്കോപ്പുകളിലും ഉണ്ടു്. ഈ മരുന്നിൻെറ കുറവുകൊണ്ടാണു് മുമ്പു പറഞ്ഞ ദീനം—ശൂല, കണ, പക്ഷിബാധ—എന്നെല്ലാം പറയുന്ന ദീനം വരുന്നതു്.

കൊ. കു:—സാർ, താളിലും, തകരേലും, കപ്പച്ചീരേലും, ഒക്കെയുണ്ടോ സാർ.

---

F t Note:

മീൻ + കാരീരൽ + എണ്ണ= മീങ്കാരീരത്തെണ്ണ=മീങ്കാരത്തെണ്ണ= മങ്കാരത്തെണ്ണ. പത്മനാഭപുരത്തിനു സമീപമുള്ള തിരുവാൻകോട്ട് എന്ന സ്ഥലത്തുണ്ടാക്കുന്നതിനാൽ തിരുവാങ്കോട്ടെണ്ണ.

അദ്ധ്യാ:-ഉണ്ട്. പച്ചനിറമുള്ള എല്ലാ ഇലകളിലും ഉണ്ടെന്നുതന്നെ പറയാം. കുപ്പച്ചീരയിലും മുള്ളൻ ചീരയിലും ധാരാളമുണ്ട്. ഈ മരുന്നിന് നമുക്ക് "പ്രഥമരസ്യം" എന്നു പേരിടാം.

കൊ. കു:-'പ്രഥമൻ' എന്നു മതിസാർ. എന്നാൽ പ്രഥമൻെറ ഓർമ്മകൂടെ വരും.

അദ്ധ്യാ:-എന്നാൽ പ്രഥമൻ ആകട്ടെ. ഇതിൻെറ കുറവുകൊണ്ടാണ് ശൂല മുതലായ ദീനങ്ങൾ വരുന്നതു്. ഈ ദീനം വന്നാൽ ചാവാനും മതി. ചിലപ്പോൾ കണ്ണുരണ്ടും പൊട്ടിപ്പോയെന്നുംവരും.

കൊ. കു:-കണ്ണു രണ്ടും പോയേച്ചിരിക്കുന്നതിലും ഭേദം ചാവുകയാണ്.

അദ്ധ്യാ:-ഈ പ്രഥമനെപ്പററി ഒരു പാട്ടുപാടാം-വഞ്ചിപ്പാട്ട്-ഏററു പാടാമോ-

കുട്ടികൾ:-ഭേഷ്—

തൈതെ തൈതെ, തൈതെ, തൈതെ, തൈതെ, തൈതെ, തോം
ധീതോ ധിത്തോ ധാതരാ ധിമിതോ ധീം

അദ്ധ്യാ:-കയ്യും കാലും തേമ്പിത്തീരെ വണ്ണമായി
നടക്കാനും
മെയ്യിലെല്ലാം പരുപരെ ത്താമര മുള്ളും

അയ്യോ കഷ്ടം മുളവയർചാടി, മാലക്കണ്ണും വന്നു
പൊയ്യല്ലയ്യോ കണ്ടാൽ മരമാക്രിയെന്നോക്കും
ഈ വിധമാവരുതെങ്കിൽ പ്രഥമനേ, സേ-
വിക്കേണ-
മാവും വണ്ണമെല്ലാവരു മെന്നു മെന്നോപ്പിൻ
കുട്ടികൾക്കു വിശേഷിച്ചും വിശേഷമീപ്രഥ
മൻ കേ-
ളൊട്ടുമേ കള്ളമില്ലിതിലെന്നു കാണുവിൻ—
പകരുന്ന ദീനമൊന്നും പിടിക്കാതെയിരിക്കുവാൻ
മികച്ചൊരു ശക്തിക്കൂടെ യിതു തന്നീടും—
പാലു വെണ്ണ കരൾ, മീൻ നെയ്യെലക്കറി-
ക്കോപ്പൊക്കെയും
ചേലെഴുന്ന മുട്ടയിലെ മഞ്ഞക്കരുവും—
മാലകററിടും പ്രഥമനുള്ളവയാണതിൽവച്ചൊ
ന്നേലും മാക്കും കിട്ടാവുന്നതാണെന്നു കാണ്മിൻ
എന്താ ? ഇന്നങ്ങനെ നില്ക്കട്ടെ, അല്ലേ.

# ആഹാരത്തിലെ ഔഷധാംശം

[ തുടർച്ച ]

അദ്ധ്യാ:—കഴിഞ്ഞതവണ നാം ആഹാരസാധനങ്ങളിലുള്ള ഔഷധവീര്യങ്ങളിൽ ഒന്നിനെപ്പററി പറഞ്ഞു; ഇന്നു് ശേഷമുള്ളവയേപ്പററി പറയാം.

(അദ്ധ്യാപകൻ ചില കുട്ടികളുടെ മുഖത്തു സൂക്ഷിച്ചു നോക്കിയശേഷം അതിൽ ഒരു കുട്ടിയെ വിളിച്ചു് അടുത്തുനിറുത്തിക്കൊണ്ടു്)

ഇതാ—ഈ കുട്ടിയുടെ കടവായ് നോക്കിൻ എന്തു വിശേഷം കാണാം.

വിജ:—(എഴുന്നേററുചെന്നു് നല്ലവണ്ണം നോക്കിയശേഷം.)—ഒരു വെളുപ്പു്—പൂപ്പുപോലെ — തോന്നുന്നു—ഇതാ ഒന്നു രണ്ടു ചെറിയ വിള്ളലും ഉണ്ടു്.

അദ്ധ്യാ:—ഇതു രണ്ടാമത്തേ വിററാമിൻെറ—മരുന്നിൻെറ — കുറവുകൊണ്ടുവരുന്ന രോഗമാണു്. ഈ രണ്ടാമത്തെ മരുന്നിനു് "ബി" എന്നാണു പേർ. മേലാൽ, വിററമിൻ എന്ന വാക്കിനു പകരം, "രസ്യ" എന്നാണു് ഞാൻ പറയാൻ പോകുന്നതു്. ഈ ബി എന്നതു് വാസ്തവത്തിൽ ഒററ മരുന്നല്ല—ഇതിൽ ആകെ പത്തുപന്ത്രണ്ടെണ്ണമു

ണ്ടു്. ഇവയുടെ കുറവുകൊണ്ടു് വായുടെ കോണവിയുക മാത്രമല്ല പല ചീത്ത രോഗങ്ങളും വരാം. അവയെപ്പററി വിസ്തരിച്ചു പറഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്കു മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല. ഈ ഇനം മരുന്നു്-അതായതു് രസ്യം—തൈരു്, മോരു്, തവിട്ടു് മുതലായതിൽ ധാരാളമുണ്ടു്. അരിയും ഉഴുന്നുംകൂടെ അരച്ചുവച്ചു പുളിപ്പിച്ചാൽ അതിൽ ഈ രസം ഒരു മാതിരി ധാരാളം ഉണ്ടാകും. അപ്പോൾ ദോശയിലും ഇഡ്ഡലിയിലും ഒക്കെ ഇതു ധാരാളം കാണും. ഉണക്കലരി നന്നാ വെളുപ്പിച്ചു മിനുക്കിയാൽ ഈ രസ്യം തീരെ ഇല്ലാതാകും. എന്താണെന്നു പറയാമോ.

വിജ:—എന്താണതു്.

അദ്ധ്യാ:—തവിടിലാണിരിക്കുന്നതു്. തവിടു തീരെ പോയാലിതും പോകും.

വിജ:—പുഴുക്കലരിയിലോ?

അദ്ധ്യാ:—പുഴുക്കലരി ഒരു മാതിരി വെളുപ്പിച്ചതുകൊണ്ടും ദോഷമില്ല. പക്ഷേ, ഏതരിയായാലും തവിടു മുഴുക്കെ കളയാതിരിക്കുന്നതാണു് എല്ലാംകൊണ്ടും നല്ലതു്. തവിടു് ഒട്ടുമേ കളയാഞ്ഞാൽ എത്രയും നല്ലതാണു്.

കുട്ട:—തവിടു കളയാഞ്ഞാൽ ചോറു കാക്കച്ചുണ്ടുപോലെയിരിക്കും. അതോ പോകട്ടെ—പിന്നെ, സാർ,

തവിട്ട തിന്നാൽ പിത്തം പിടിക്കുമെന്നു പറയുന്നല്ലോ.

അദ്ധ്യാ:-തവിട്ട് ഒട്ടുമേ ചെല്ലാഞ്ഞാലാണു പിത്തം പിടിക്കുക. വെളുപ്പിച്ച ഉണക്കൽചോറുതന്നെ എന്നും ഉണ്ണുന്നവർ മേലൊക്കെ നീരും വന്നു വിളറി ചത്തുപോകാറുണ്ട്. നാം പുഴക്കൽ ഉണ്ണുന്നവരായതുകൊണ്ടു ദീനം വളരെ അപൂർവ്വമാണു്.

വിജ:-ആ ദീനത്തിൻെറ പേരെന്താണു സാർ.

അദ്ധ്യാ:-ബെറിബെറി.

ഇനി മൂന്നാമത്തേ മരുന്നിനെപ്പററിപ്പറയാം. അതിൻെറ പേർ "സി" എന്നാണ്. ഇതു് എല്ലാ പഴങ്ങളിലും ഉണ്ട്. വിശേഷിച്ചും അല്പം പുളികൂടെയുള്ള മധുരനാരങ്ങ, കൈതച്ചക്ക (പിറുത്തിച്ചക്ക) പച്ചമുന്തിരിങ്ങാപ്പഴം മുതലായതിൽ. തേനിൽ ഇതു ധാരാളമുണ്ട്. നെല്ലിക്കയിൽ ഉണ്ട്. ഇതു കുറച്ചൊക്കെ മിക്ക ചെറു കറിക്കോപ്പുകളിലും ഉണ്ട്.

വിജ:-ഇതില്ലെങ്കിലെന്തു ദീനം വരും?

അദ്ധ്യാ:-ആദ്യമായി ഊനിൽനിന്നു ചോര വന്നുതുടങ്ങും-പിന്നെ കണ്ണ്, മൂക്ക്, മലം, മൂക്ക്, മലം മൂത്രം ഇവയിൽ നിന്നെല്ലാം ചോരവന്നു തുടങ്ങും. പല്ല പകരുന്ന രോഗവും വഴിയേ പോയാൽ മതി ഇവരെ പിടി കൂടാൻ.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-എന്നാമിപ്പോൾ പഴം കിട്ടുമോ?

അദ്ധ്യാ:-കിട്ടേണ്ടതാണു്. ഇല്ലാത്തപക്ഷം ചെറുകറിക്കോപ്പുകളിലുമുണ്ടു്. പക്ഷേ, ഒന്നറിഞ്ഞിരിക്കണം. ഈ മരുന്നു, വേവിക്കുകയോ ഉണക്കുകയോ ചെയ്താൽ നശിച്ചു പോകും. നെല്ലിക്കമാത്രം ഉണക്കിയാലും വേവിച്ചാലും വലിയ ദോഷം വരികയില്ല.

കുട്ടി:-അപ്പോൾ പിന്നെ കറിസ്സാമാനം വേവിക്കാതെ എങ്ങനെ തിന്നും ?

അദ്ധ്യാ:-പലതും ചമ്മന്തിയും ചട്ട്ണിയും ആക്കി കഴിക്കരുതോ ?

പക്ഷേ, പഴങ്ങളാണുത്തമം.

കുട്ടി:-ഏത്തപ്പഴം പുഴുങ്ങിയാലിതു പോകുമോ ?

അദ്ധ്യാ:-ഏത്തപ്പഴം വരട്ടുക, പുഴുങ്ങുക, വരട്ടുവാഴയ്ക്കായായി ഉണക്കുക ഒക്കെച്ചെയ്താൽ ഇതു വളരെ നഷ്ടപ്പെടും.

കൊ. കു:-വാഴയ്ക്കാ കൂട്ടാൻ വച്ചാൽ മതിയോ?

അദ്ധ്യാ:-പോരാ-പഴമായാലേ മതിയാവൂ.

ഇനി നാലാമത്തേതു്. അതിനു് "ഡി" എന്നു പേരു്.

കുട്ടി:-കൊള്ളാം സാർ, ശാപ്പാടിൻെറ "എ, ബി, സി, ഡി"!

അദ്ധ്യാ:-"ഡി" ഇല്ലെങ്കിൽ എല്ലിനു കട്ടിവരികയില്ല. അപ്പോൾ നെഞ്ചു കൂട്ടുകെട്ടുക കൊട്ടുകാലു, വളകാലു മുതലായതൊക്കെ വരും.

വിജ:-ഇതെന്തിലെല്ലാമുണ്ട്.

അദ്ധ്യാ:-മീൻനെയ്യ്, പാല്, വെണ്ണ, മുട്ടയിലേ ഉണ്ണി ഇതിലൊക്കെയുണ്ട്. എന്തിനാ, ധാരാളം സൂര്യ്യ വെളിച്ചം തട്ടിയാൽ നമ്മുടെ മേത്തേ തൊലിയിൽതന്നെ ഇതു വേണ്ടതുണ്ടായിക്കൊള്ളും.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-അപ്പോൾ പിന്നെ പ്രയാസമില്ല.

അദ്ധ്യാ:-സൂര്യ്യവെളിച്ചം ധാരാളമുള്ള നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ഈ മരുന്നിൻെറ കുറവ് അധികമത്ര കാണുകയില്ല. ആകട്ടെ, നിങ്ങളാരെങ്കിലും പഞ്ചാമൃതം എന്നൊന്നു കേട്ടിട്ടുണ്ടോ ?

കുട്ടി:-ഇല്ല. അതെന്താണുസാർ.

അദ്ധ്യാ:-ദേവൻ കദളിപ്പഴം വട്ടത്തിൽ കനംകുറച്ചു നുറുക്കിയതും അതിൽ പാതി നല്ല മണൽതരിയൻ ശക്കര,ശക്കരയോളം തേന്, അതിൽ പാതി നെയ്യ്, ശക്കരയോളം നല്ല പച്ചപ്പാല് ഇതെല്ലാം കൂട്ടി എളക്കിയാൽ പഞ്ചാമൃതമായി. പാലിനും നെയ്യും പകരം ക്രീം എന്നു പറയുന്ന സാധനമായാൽ ഉത്തമം.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-അതു കിട്ടാത്തപ്പൊഴോ.

അദ്ധ്യാ:-പച്ചപ്പാലു് ഒരു നീളമുള്ള സ്ഫടിക ടംബ്ളറിൽ ആക്കി കുറച്ചുനേരം വച്ചിരുന്ന ശേഷം അതിൻെറ മുകളിലത്തേതായി കുറേ എടുത്താലും മതി. ഈ പഞ്ചാമൃതത്തിൽ ഈ പറഞ്ഞ നാലു ഔഷധവുമുണ്ടു്. നല്ല സ്വാദുമുണ്ടു്.

അപ്പോൾ നാലു് ഔഷധങ്ങളും—നമുക്കു് പാടാം.

കണ്ണും കടവായുമളിഞ്ഞണ്ണാക്കിലും നാക്കിലുമായ്
പുണ്ണും വന്നുപിത്തം പിടിച്ചീടാതിരിക്കാൻ
മോരുകൊള്ളാം തൈരുകൊള്ളാം മലക്കറി-
യൊക്കെക്കൊള്ളാ-
മേറെ നിസ്സാരമായുള്ള തവിടും കൊള്ളാം
അവൽകൊള്ളാം മലർകൊള്ളാം ദോശമുതലാ-
യ് പുളിച്ച
മാവുകൊണ്ടുണ്ടാക്കിയുള്ളതൊക്കെയും കൊള്ളാം
രണ്ടാമത്തെ രസ്യമിവയിങ്കലുണ്ടു-പണക്കാർക്കു
വേണ്ടുകിലോ "മാർമൈററ"ന്ന മരുന്നുമാകാം
ഊനിൽനിന്നും മററും ചോരവരുന്നതാം രക്തപിത്തം
താനേപോകുമേതെങ്കിലും പഴങ്ങൾ തിന്നാൽ
നെല്ലിക്കായും നല്ലതാണു ചെറുകറിക്കോപ്പും കൊള്ളാ-
മില്ലിതിൽ വച്ചൊന്നു നേടാനാർക്കും പ്രയാസം.
മൂന്നാമത്തേമരുന്നങ്ങുനശിച്ചുപോം വേവച്ചെന്നാ
ലെന്നകാര്യം മറക്കൊല്ലാ ഉണക്കുമാകാ.
നെഞ്ചുക്കൂടുകെട്ടി കൊട്ടകാലുമായ്ത്തീരാതിരിപ്പാ
നഞ്ചാതെ മീനെണ്ണ വെണ്ണയിവകൾകൊള്ളാം.
ഒന്നുംവേണ്ടീനാട്ടിലെന്നും കുറച്ചുനേരമെങ്കിലും
തന്നുടലിൽ വെയിൽവെട്ടമടിച്ചാൽ പോരും.

നാലാമത്തെ മരുന്നതിൽ നിന്നുകിട്ടും വേണ്ടുവോളം
നാലുമിപ്പോളോർമിക്കാമോ മറന്നീട്ടുമോ
അഞ്ചുക്രൂട്ടം പാൽപഴംതേൻശർക്കരനെയ്യിവ ചേത്താൽ
പഞ്ചാമൃതമാകുമതിൽ മരുന്നു നാലും
ശാപ്പാടിൻെറ ഏ ബീ സീ ഡി, കിട്ടമിത്തു
കഴിച്ചേറുണ്ടാ-
ലെപ്പൊഴും സുഖമായ്ത്തന്നെ കഴിഞ്ഞുക്രൂടാം.

കു:—ഇയാണ്ടത്തെ വള്ളംകളിക്കിതാണു പാടാൻ ഭാവം.

അദ്ധ്യാ:—കൊള്ളാം ഇന്നങ്ങനെ നിൽക്കട്ടെ.

സംവാദം

# പകരുന്ന രോഗങ്ങൾ

വിജയൻ:-ഞങ്ങടെ ചുററും അങ്ങുമിങ്ങും വസൂരിയുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് അച്ഛൻ ഇന്നലെ എന്നെ കൊണ്ടു പോയി അച്ചുകുത്തി.

അദ്ധ്യാ:–നന്നായി. അങ്ങനെയാണു വേണ്ടതു്. എന്തിനാണ് അച്ചുകുത്തുന്നതെന്നു് അറിയാമോ?

വിജ:–വസൂരി വരാതിരിക്കാൻ.

കുട്ടി:–വസൂരി പകരും.

അദ്ധ്യാ:-ഉവ്വ്, പകരുക എന്നു വച്ചാലെന്താണെന്നറിയാമോ?

കൊ. കു:-ചോറും കൂട്ടാനും മററും പകരുന്നതുപോലെ ഒന്നിൽനിന്നും മറെറാന്നിലേക്കു മാററുക ആണോ സാർ?

അദ്ധ്യാ:-ഓ-കഷ്ടിച്ചു ശരിയാണു്. പല ദീനങ്ങളും വരുന്നതു് കണ്ണിനു കാണാൻ വയ്യാത്തവിധം അത്ര ചെറുതായ-എന്നു വച്ചാൽ, ഒരു കടുകു് ആയിരമായിട്ടു മുറിച്ചാലെത്ര കാണുമോ അതിലും ചെറുതായ-ജീവനുള്ള ചില അണുക്കൾ കേറാനിടവരുന്നതുകൊണ്ടാണു്.

കുട്ടി:-കാണാനേ വയ്യെങ്കിൽ പിന്നെ എങ്ങനെയാണത്തരം-എന്തോന്നാ സാർ-ഉണ്ടെന്നറിയുന്നതു്.

അദ്ധ്യാ:-വെറും കണ്ണിനു കാണാൻ വയ്യെന്നേ ഉള്ളു; ഭൂതക്കണ്ണാടിയിൽക്കൂടി നോക്കിയാൽ കാണാം. അങ്ങനെ കണ്ടറിഞ്ഞു തന്നെയാണു പറഞ്ഞിട്ടുള്ളതു്. ഇത്ര ചെറുതായ ജീവികൾക്കുള്ള പേരാണു് അണു—എന്താണു് അണു എന്ന വാക്കു?—

കൊ. കു:-ദേവിയുടെ കോപമാണെന്നു പറേന്നെല്ലോ.

അദ്ധ്യാ:-അതു കാര്യംമുഴക്കെ തെററിദ്ധരിച്ചു പറയുന്നതാണു്. കാര്യം ശരിയായിട്ടു മനസ്സിലാക്കിത്തരാം. ദണ്ഡം, ദീനം വരാതിരിക്കാൻ സേവിക്കുന്ന മൂത്തിയെക്കുറിച്ചെന്തറിയാം?

കൊ. കു:-ഒന്നും അറിയാൻ വയ്യ.

അദ്ധ്യാ-:ആ മൂത്തിയുടെ പേരു് 'ശീതളാ' എന്നാണു്. അതിൻെറ വേഷം വളരെ നേരമ്പോക്കാണു്-ഒരു കയ്യിൽ ചൂലു്, മറേറ കയ്യിൽ ഒരു മൊന്ത വെള്ളം. തലയിൽ കിരീടത്തിനു പകരം ഒരു മുറം—ഇതാ

ണ വേഷം. ഈ വേഷംകൊണ്ടു നിങ്ങൾക്കെന്തു തോന്നുന്നു? ചൂലും മുറവും വെള്ളവും—

വിജ:-തുത്തുവാരിത്തളിക്കാൻ ആണോ?

അദ്ധ്യാ:-തുത്തുവാരിത്തളിക്കുന്നതെന്തിനാണ്.

വിജ:-വൃത്തിയാക്കാൻ.

അദ്ധ്യാ:-അതേ, ഈ മൂർത്തി വൃത്തിയേയാണു ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നതു്. ഇതിനെ സേവിക്കുക എന്നു വച്ചാൽ വൃത്തിയായിരിക്കണം എന്നർത്ഥം. അതായതു് ദണ്ഡദീനം വരാതിരിക്കുവാൻ വൃത്തി ഒന്നാണു വഴി എന്നർത്ഥം. ഇതു മറന്നു പകരമാണു കണ്ട വിഡ്ഢിത്തമൊക്കെ പറയുന്നതു്. അവ മനുഷ്യശരീരത്തിലകപ്പെട്ടു് അവിടെ കിടന്നു പെററു പെരുകിയാലോ?

വിജ:-അവയുടെ മലവുംമറവും കൊണ്ടു ശരീരം മറയുമായിരിക്കും—ആണോ?

അദ്ധ്യാ:-അതേ, ഈ അണുക്കൾ എത്ര വേഗം പെററു പെരുകുമെന്നറിയാമോ? ഒരൊററ അണു ഒരു ദിവസംകൊണ്ടു പെററുപെരുകി വളരെ ലക്ഷമാകും—അപ്പോഴോ?

കൊ. കു:-അയ്യോ നേരാണോ സാർ.

അദ്ധ്യാ:-അതെ. അപ്പോൾ ഇതിന്റെയെല്ലാം മലം കുറച്ചെങ്ങാനുമാണോ? ഈ മലങ്ങളാണു ദീനങ്ങളുണ്ടാക്കുന്നതു്. ഈ അണുക്കൾ ശരീരത്തിൽ കയറി

പെററു പെരുകിയില്ലെങ്കിൽ മലമുണ്ടാകുന്നില്ല, ദീനവുമില്ല,–മനസ്സിലായോ.

കുട്ടി:–ഈ അണുക്കൾ എങ്ങനെയാണു ശരീരത്തിൽ കേറുന്നതു്?

അദ്ധ്യാ:പറയാം–ദീനം പിടിച്ചവരുടെ ശരീരത്തിൽ അണുക്കൾ പെററു പെരുകുമ്പോൾ ഒട്ടേറെ അണുക്കൾ അയാളുടെ ദേഹത്തിൽനിന്നും വരുന്ന കഫം, മലം, വിയർപ്പു് മുതലായവയിൽക്കൂടെ പുറത്തേക്കു പോരുകയില്ലേ?

കുട്ടി:–ഉവ്വായിരിക്കും.

അദ്ധ്യാ:–ഉവ്വ് എന്നു കണ്ടുതന്നെ അറിയാവുന്നതാണു്. സംശയമൊന്നുമില്ല.

കുട്ടി:–എന്നാൽ ശരി.

അദ്ധ്യാ:–ഒരാൾ ചുമയ്ക്കുമ്പോൾ എന്താണുണ്ടാകുന്നതു്, പറയാമോ.

കൊ. കു:–അയാളുടെ അകത്തു നിന്നും കാററു വായിൽ കൂടി ബലമായി പുറത്തേക്കു വരുന്നു.

അദ്ധ്യാ:–കാററുമാത്രമല്ല–ആ കാററിൽക്കൂടെ കഫത്തിന്റെയും തുപ്പലിന്റെ നേരിയ തരികളും കാണും ഇല്ലേ? ഈ തരികളിൽ ധാരാളം രോഗാണുക്കളും കാണും ഇല്ലേ? ഈ അണുക്കളെല്ലാം ചുററുമുള്ള കാററിൽ പരക്കുന്നു. അപ്പോൾ അടുത്തുനിൽക്കുന്ന ഒരാൾ അകത്തേക്കു ശ്വാസം വലിക്കുകയാണെങ്കിൽ–

വിജ:-മനസ്സിലായി. ആ കാററുവഴി കുറെ അണുക്കൾ അയാളുടെ അകത്തേക്കു കടക്കും; അല്ലേ സാർ.

അദ്ധ്യാ:-അതെ ഇതാണു് അണുക്കൾ. അകത്തേക്കു കടക്കുന്ന ഒരു വഴി.

വിജ:-അപ്പോഴേ സാർ, ശ്വാസം വലിക്കാൻ പേടിക്കേണ്ടതല്ലൊ.

അദ്ധ്യാ:-അത്ര വളരെ പേടിക്കേണ്ട. ഒരു വലിയ പുണ്യമുണ്ടു്—ഈ അണുക്കൾ കുറച്ചുനേരം കാററും വെയിലും കൊണ്ടാൽ ചത്തുപോകും. പോരാത്തതിനു കാററിൽ പരന്നു കഴിയുമ്പോൾ ഒരു പറയിൽ കൊള്ളത്തക്ക കാററിൽ വല്ലതും ഒന്നോ രണ്ടോ അണു കാണു എന്നവിധം നേർത്തുപോകും. അതു കൊണ്ടു ചുമക്കാരുടെ അടുത്തു കാററുവാക്കിനു നിന്നു ശ്വാസം വലിക്കാനേ പേടിക്കേണ്ടു. ചുമയ്ക്കുന്നവർക്കെല്ലാം വിവരമുണ്ടെങ്കിലതിനും ഭേദമുണ്ടു്.

കുട്ടി-:അതെന്തോന്നാണുസാർ.

അദ്ധ്യാ:-ചുമയ്ക്കുമ്പോഴും തുമ്മുമ്പോഴും ഒരു തോർത്തോ കൈലേസോ രണ്ടാം മുണ്ടോ ഒന്നുമില്ലെങ്കിൽ വെറും കയ്യ് എങ്കിലുമോകൊണ്ടു മൂക്കും മറച്ചാലും മതി, എന്നാൽ കഫത്തിൻെറയുംമററും തരി അതിൽ തങ്ങിക്കൊള്ളും കാററിൽ പരക്കുകയില്ല.

കുട്ടി:-ഇനി എനിക്കു ചുമയ്ക്കണമെന്നു തോന്നിയാൽ ഞാൻ അങ്ങനെയേ ചെയ്യൂ.

അദ്ധ്യാ.-അങ്ങനെയാണു് വേണ്ടതു്. അതു് അത്യാവശ്യമായ മര്യാദയാണു്—ഒരു ധർമ്മവ്യവസ്ഥയാണു്. ദീനക്കാരുടെ മലത്തിലും മൂത്രത്തിലും വിയർപ്പിലും എല്ലാം ധാരാളം അണുക്കൾ കാണും.

അതുകൊണ്ടു് ആററിൻെറയും മററും കരയ്ക്കിരുന്നു കടവിറങ്ങുക, ആററിലും കുളത്തിലും ഒക്കെ ശൗചിക്കുക, ദീനക്കാരുടെ തുണിയും മററും നനയ്ക്കുക മുതലായതു ചെയ്താൽ—

വിജ:-അണുക്കൾ ആ വെള്ളത്തിൽ പരക്കും; ആണോ?

അദ്ധ്യാഃ-അതെ ആ വെള്ളം ആരെങ്കിലും കുടിക്കുകയോ വായിലൊഴിക്കുകയോ ചെയ്താൽ—

വിജ:-അണുക്കൾ അവരുടെ അകത്തു കേറും.

അദ്ധ്യാ-അതേ-അതാണു് പണ്ടുള്ളവർ—

"വെള്ളത്തിൽ മുള്ളിടൊല്ലാരും തുപ്പൊല്ലാ
തൂറിടൊല്ല കേൾ
എന്നല്ല വൃത്തികേടൊന്നുമാരും വെള്ളത്തിലാക്കൊലാ"
എന്നു പറഞ്ഞതു്.

വിജ:അപ്പോൾ അന്നിതൊക്കെ അറിയാമായിരുന്നോ?

അദ്ധ്യാ:-പണ്ടു്, എന്നു വച്ചാൽ വളരെപ്പണ്ടു് നമ്മുടെ ആളുകൾക്കു പല കാര്യങ്ങളും ഒട്ടേറെ അറിയാമായിരുന്നു. ഞാനിപ്പോൾ ചൊല്ലിയ ശ്ലോകം മനുവിൻെറ ഒരു ശ്ലോകത്തിൻെറ തർജ്ജമയാണു്. ഇതു തന്നെ വേദത്തിലുണ്ടു്.

കുട്ടി:-ഇതൊക്കെ ഞങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കുമോ?

അദ്ധ്യാ:— പള്ളിക്കൂടത്തിൽ പഠിപ്പിക്കുമോ എന്നു പറയാൻ എനിക്കു വയ്യ. പക്ഷേ, നിങ്ങൾ സംസ്കൃതം കൂടെ പഠിച്ചാൽ നിങ്ങൾക്കുതന്നെ വായിച്ചു മനസ്സിലാക്കാറാകും.

കുട്ടി:-അച്ഛനെന്നെ സിദ്ധരൂപം പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ടു്. കഴിഞ്ഞപൂജയെടുപ്പിനു തുടങ്ങിയേയുള്ളു. കുണ്ഡം, കുണ്ഡേ, കുണ്ഡാനി എന്നു വരെ ആയി.

അദ്ധ്യാ:-അതുകൊള്ളാം. അപ്പോൾ രണ്ടു വഴിയായി ഇനിയുമുണ്ട്. വല്ലടിക്കിലും കഫമോ മലമോ മററോ വീണുകിടന്നാൽ അതിൽ ഈച്ച വന്നിരിക്കുന്നതു കണ്ടിട്ടുണ്ടോ?

കൊ. കു:-ഓഹോ--ഈച്ച വന്നങ്ങു പൊതിയും.

അദ്ധ്യാ:-ഈച്ചയുടെ കാലു കണ്ടിട്ടുണ്ടോ?

വിജ:-ഇല്ല സാർ.

അദ്ധ്യാ:-കാണിച്ചുതരാം—നിങ്ങളെ കാണിക്കാനായി ഞാൻ ഒന്നിരണ്ടീച്ചയെ കൂടെ കൊണ്ടുവന്നിട്ടുണ്ട്. (പാക്കററിൽനിന്നും ഒരു തീപ്പെട്ടിക്കൂടെടുത്തു തുറന്ന് അതിൽനിന്നും മൊട്ടുശൂചിയിൽ തറച്ചിട്ടുള്ള ചത്ത ഈച്ചയെ എടുത്ത് ഒരു ലെൻസിൽ കൂടി കാണിച്ചുകൊടുക്കുന്നു)

കൊ. കു:-(നോക്കിയിട്ട്) അമ്പേ! തടിയൻ! ഇതിൻെറ കാലുകണ്ടോ, ഉറുത്താൻപുഴവിനെപ്പോലെ അപ്പടി രോമം.

അദ്ധ്യാ:-അതേ, അതിൻെറ കാലും മേലുമെല്ലാം ധാരാളം പൂപോലെയുള്ള രോമമുണ്ട്. ഇതു മലത്തിലും മററും ചെന്നിരിക്കുമ്പോൾ ഈ പൂടയിലെല്ലാം മലവും അതോടുകൂടി അണുക്കളും പററും. പിന്നെ അവിടുന്നു പറന്നുവന്നു നിങ്ങൾക്കുണ്ണാനുള്ള ചോററിൽ വന്നിരിക്കുമ്പോൾ--

വിജ:-അയ്യോ, സാർ, ഓർത്തിട്ടു ഛർദ്ദിക്കാൻ വരുന്നു. ഇനി ഈച്ച തൊട്ടതൊന്നും ഞാൻ തിന്നുകയില്ല തീർച്ചതന്നെ.

അദ്ധ്യാ:-അങ്ങനെ ഈച്ചയുടെ കാലിൽ പററി ആ വഴിക്കു തീററിസാധനങ്ങളിൽവന്ന് ഒടുവിൽ ഈ

അണുക്കൾ മനുഷ്യരുടെ വയററിൽ എത്തും. ഇതു മൂന്നാമത്തെ വഴി. ഇനിയും ഒരെണ്ണം കൂടി

വിജ:-അതു സാർ?

അദ്ധ്യാ:-നിങ്ങളുടെ മേത്തെങ്ങാൻ—എത്ര ചെറുതായാലും മതി—വല്ല മുറിവോ, തൊലിപൊട്ടലോ ഉണ്ടെന്നിരിക്കട്ടെ; അണുക്കളുള്ള വല്ല വൃത്തികേടും തൊട്ടോ പിടിച്ചോ അവിടെ പുരളാനിടവരുമെന്നും വയ്ക്കുക. അണുക്കൾക്കു് അപ്പോൾ ആ മുറിവു വഴി ദേഹത്തിൽ കടക്കത്തതോ?

വിജ:-ആകാമായിരിക്കും.

അദ്ധ്യാ:-ആകാം. അതുപോലെ, വല്ല മുള്ളിലോ, കല്ലിലോ, ആണിയിലോ മറേറാ അണുക്കളുള്ള വൃത്തികേടു പുരണ്ടിട്ടുണ്ടെന്നു വയ്ക്കുക. ആ മുള്ളോ ആണിയോ മേത്തുകൊണ്ടു കീറിയാലോ.

വിജ:-അണുക്കൾ അകത്തു കേറും.

അദ്ധ്യാ:-നിങ്ങളെ കൊതുകു കടിച്ചിട്ടുണ്ടോ?

കൊ. കുഞ്ഞു്:-പിന്നില്ലേ!

അദ്ധ്യാ:-കൊതുകിനെ സൂക്ഷിച്ചു നോക്കിയിട്ടുണ്ടോ?

കൊ. കുഞ്ഞു്:-ഇല്ല.

അദ്ധ്യാ:-കാണിച്ചു തരാം-നിങ്ങളെ കാണിക്കാനായി ഒന്നുരണ്ടു കൊതുകിനെയും ഞാൻ കൊണ്ടുവന്നിട്ടുണ്ടു്. (തീപ്പെട്ടിക്കൂട്ടിൽനിന്നും മൊട്ടുശൂചിയിൽ ഉറപ്പിച്ച കൊതുകിനെ എടുത്തു ലെൻസിൽ കൂടി കാണിച്ചുകൊടുക്കുന്നു)

ഇതാ ഇതിൻെറ മുഖത്തുള്ള കൊമ്പുകണ്ടോ-ഒററക്കൊമ്പു്—അതു നടുവേക്കൂടെ ഓട്ടയുള്ള ഒരു കുഴലാണെന്നു കണ്ടോ?

വിജ.-ഉവ്വ്.

അദ്ധ്യാ:-ഈ കൊമ്പു മനുഷ്യരുടെ ശരീരത്തിൽ കുത്തിയിറക്കി ആ കൊമ്പിലേ ചാലുവഴി ചോര ഉറുഞ്ചി കുടിക്കും. ഇങ്ങനെ കുത്തുന്നതു കൊണ്ടാണു്, കൊതുക എന്നു പേർ വന്നതു്. അപ്പോൾ ആ മനുഷ്യൻെറ ചോരയിൽ വല്ല രോഗാണുക്കളുടെ അണുക്കൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ അവയും കൊതുകിൻെറ അകത്തു കേറുകില്ലേ?

വിജ:-ഉവ്വ്;

അദ്ധ്യാ:-പിന്നീടു് ഈ കൊതുക ദീനമില്ലാത്ത ഒരാളേ കുത്തിയാലോ?

വിജ:-കുറെ അണുക്കൾ അയാളിൽ കേറുമായിരിക്കും.

അദ്ധ്യാ:-ഇങ്ങനെയാണ മലമ്പനി, മന്തു മുതലായ ദീനങ്ങൾ പകരുന്നതു്.

കുട്ടി:-മലമ്പനിയും വാതപ്പനിയും വരുന്നതു വെള്ളത്തിൽെറ ദോഷം കൊണ്ടാണെന്നു പറഞ്ഞല്ലൊ.

അദ്ധ്യാ:-കെട്ടിനില്ക്കുന്ന വെള്ളത്തിലാണ കൊതുക മുട്ടയിടുന്നതു്. അപ്പോൾ അങ്ങനെയുള്ള ദിക്കിൽ കൊതുക ധാരാളം ഉണ്ടാകും. കൊതുക പെരുകുമ്പോൾ മലമ്പനിയും വാതപ്പനിയും വരാൻ വളരെ എളുപ്പമാകും. ഇങ്ങനെ വളച്ചുകെട്ടിയാണ വെള്ളവും ഈ പനികളും തമ്മിലുള്ള ഏർപ്പാട്ടു്.

കു:-അതുകൊള്ളാം!

അദ്ധ്യാ:-ഈ നാലുമാണു് ദീനങ്ങൾ പകരുന്ന വഴികൾ.

വിജ:-ഇതിൽ ഓരോ വഴിക്കും ഏതെല്ലാം ദീനങ്ങളാണ സാർ പകരുന്നതു്?

അദ്ധ്യാ:-അതു മുഴുവൻ പറഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾക്കു് ഓർമ്മ

നില്ലുയില്ല. പ്രധാനപ്പെട്ടവയേ മാത്രം പറയാം ഓർമ്മയ്ക്കുവേണ്ടി ശ്ലോകമാക്കിയേക്കാം.

ജലദോഷം, ക്ഷയം, മററു ചുമയുള്ളവയൊക്കയും
ശ്വാസം വലിക്കും കാററിൽക്കൂടാണല്ലോപകരുന്നതു്. (1)
വയറുകടി, ടയ്ഫോയിഡ്, കാളറ മുതലായവ
ആഹാരംവഴിയാണല്ലോ പകരുന്നതു പാക്കുകിൽ (2)
ആഹാരങ്ങളിലീജാതി അണുക്കൾ കലരുന്നതു
മുഖ്യമായീച്ചയും ചീത്തവെള്ളവും വഴിയാണുകേൾ (3)
പ്ലേഗു്, വാതപ്പനി, പരം മലമ്പനിയുമെന്നിവ
കുത്തിവച്ചു പകത്തുന്ന കൊതുകും മററുമോക്കെടോ (4)
പഴുപ്പെല്ലാമൊന്നുപോലെയണുവാലുള്ളതാണെടോ
തൊലിപൊട്ടീട്ടാവഴിക്കാണിതെല്ലാം പകരുന്നതു്. (5)

കു:-സാർ, വസൂരിയുടെ കായ്യം പറഞ്ഞില്ലല്ലൊ.

അദ്ധ്യാ:-പറയാം, അതിനു ചില പ്രത്യേകതകളുള്ളതു കൊണ്ടൊടുക്കം പറയാമെന്നു വച്ചതാണു്. വസൂരിയുടെ അണുക്കൾ ദീനക്കാരുടെ മേത്തേ പുരള, പഴപ്പു്, കഫം മുതലായവയിൽ ധാരാളം കാണും. ഇവ ഉണങ്ങി കാററിൽക്കൂടി പകന്നു മററുള്ളവരുടെ ശരീരത്തിൽ ചെന്നു പററുന്നു.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-കണ്ടുപേടിച്ചാൽ വസൂരി വരുമോ?

അദ്ധ്യാ:-അങ്ങനെയല്ലതു്. കണ്ടതുകൊണ്ടോ പേടിച്ചതുകൊണ്ടോ അല്ല രോഗം വരുന്നതു്-പകന്നിട്ടു മാത്രമാണു്?

കുട്ടി:-അച്ചു കുത്തുന്നതെന്തിനാണു്?

അദ്ധ്യാ:-പറയാം നിങ്ങൾ പട്ടാളക്കാരെ കവാത്തുചെയ്യിക്കുന്നതു കണ്ടിട്ടുണ്ടോ?

കൊ. കുഞ്ഞു്:-ഉവ്വ്

അദ്ധ്യാ:-എന്തിനാണങ്ങനെ ചെയ്യിക്കുന്നതു്.

കു:-യുദ്ധം ചെയ്യാൻ പഠിക്കാൻ.

അദ്ധ്യാ:-എന്തിനാണു് യുദ്ധം ചെയ്യാൻ പഠിക്കുന്നതു്?

കു:-പഠിച്ചാലേ വല്ല ശത്രുക്കളും കേറി വന്നാൽ വേഗമവരേ തോല്പിച്ചോടിക്കാനൊക്കു; പഠിച്ചില്ലെങ്കിൽ പിന്നീടു് അവരു നമ്മളേ കൊന്നുകളയും.

അദ്ധ്യാ:-ഇതുതന്നെ ശരീരത്തിലേയുംകഥ. രോഗാണുക്കൾ ശരീരത്തിന്റെ ശത്രുക്കളാണു്. അവററ വന്നാൽ അതുകളോടു യുദ്ധംചെയ്യാൻ ഒരുവക പട്ടാളക്കാർ നമ്മുടെ ശരീരത്തിലുണ്ടു്.

കു:-ഏ്! നമ്മുടെ അകത്തു പട്ടാളക്കാരോ?

അദ്ധ്യാ:-ഇവയും രോഗാണുക്കളെപ്പോലെ തന്നെ കണ്ണുകൊണ്ടു കാണാൻ വയ്യാത്തവിധം അത്ര ചെറുതാണു്. ഇവ നമ്മുടെ ശരീരത്തിലെ അംശം തന്നെയായ ഒരു വക അണുക്കൾ ആണു്. ഇവ രോഗാണുക്കളോടു യുദ്ധംചെയ്തു് അവരേ കൊന്നുകളയുന്നു. കൊല്ലുക മാത്രമല്ല കൊന്നു തിന്നുകളയുന്നു.

കുട്ടി:-പണ്ടത്തേ രാക്ഷസരേപ്പോലെ! കൊള്ളാം.

അദ്ധ്യാ:-യുദ്ധംചെയ്യാൻ പഠിച്ചുപഴകിയ പട്ടാളക്കാക്കു് പഠിക്കാത്തവരേക്കാൾ മിടുക്കു കൂടുകയില്ലേ? അച്ചുകുത്തു മുതലായ വിദ്യകൾ നമ്മുടെ ശരീരത്തിലേ പട്ടാളക്കാരെ രോഗാണുക്കളോടു യുദ്ധം ചെയ്യാൻ പഠിപ്പിച്ചു പഴക്കുന്ന സൂത്രമാണു്.

കുട്ടി:-ആ സൂത്രമെന്താണു സാർ.

അദ്ധ്യാ:-ഒരിക്കൽ വസൂരിവന്നവക്കു പിന്നെ വരാറുണ്ടോ?

വിജ:-ഇല്ല.

അദ്ധ്യാ:-വസൂരി വന്നപ്പോൾ അയാളുടെ ശരീരത്തിലെ പട്ടാളക്കാർക്കു വസൂരിയുടെ അണുക്കളോടു യുദ്ധം ചെയ്യേണ്ടിവന്നു. അങ്ങനെ. യുദ്ധം ചെയ്തതുകൊണ്ടു് അവയ്ക്കു വസൂരിയുടെ അണുക്കളോടു യുദ്ധംചെയ്യാൻ വേണ്ടുന്ന സാമത്ഥ്യം കിട്ടി. പിന്നീടൊരിക്കൽ വസൂരിയുടെ അണുക്കൾ ആ ശരീരത്തിൽ വന്നു കേറിയാൽ ആ സാമത്ഥ്യം കിട്ടിയ പട്ടാളക്കാർ പെട്ടെന്നവയെ കൊന്നു തിന്നുകളയും. അപ്പോൾ അയാൾക്കു വസൂരി വരികയേ ഇല്ല. ഇതാണു അച്ചുകുത്തിലെ സൂത്രം.

കുട്ടി:-നല്ല വിദ്യ.

അദ്ധ്യാ-പശുക്കൾക്കു വസൂരി വരാറുണ്ടെന്നറിയാമോ?

കൊ. കുഞ്ഞു്:-ഒഹോ—ഞങ്ങളുടെ വെളുമ്പിക്കു ഇന്നാളു വസൂരി വന്നു. അമ്മയാ അതിനെ കറക്കുന്നതും മററും-എന്നിട്ടമ്മേടെ കയ്യിലുമൊക്കെ അതു പകർന്നു-പക്ഷേ, അത്ര സാരമില്ലപോലും.

അദ്ധ്യാ:-ശരിയാണു്-പശുവിനു വരുന്ന വസൂരി മനുഷ്യക്കും പകരും. അതും മനുഷ്യനു വരുന്ന വസൂരിയും ഒരേനംതന്നെ; പശുക്കൾക്കു വരുന്നതു ശക്തി വളരെ കുറഞ്ഞതും നിസ്സാരവുമാണെന്നേ വ്യത്യാസം ഉള്ളൂ.

കുട്ടി:-ആഹാ!

അദ്ധ്യാ-പശുവിൻെറ വസൂരിയിലെ ചലമെടുത്തു മനുഷ്യരുടെ മേത്തു കുത്തിവച്ചാലോ?-അതായതു മാട്ടുവസൂരിയുടെ അണുക്കളെ മനുഷ്യശരീരത്തിൽ കേററിവിട്ടാലോ—എന്തുവരും? ഉടനേ മനുഷ്യ

ശരീരത്തിലേ പട്ടാളമണങ്ക്കരം അവയേ എതിൎത്തു തോല്പിച്ചുകളയും. ഇങ്ങനെ മാട്ടുവസൂരിയേ തോല്പിക്കാൻ പഠിച്ചാൽ പിന്നീട്, അതേ എനത്തിലുള്ള മനുഷ്യവസൂരിയുടെ അണുക്കരം വന്നാലും അവയേ തോല്പിക്കാനുള്ള കഴിവു നമ്മുടേ ശരീരത്തിലേ പട്ടാളമണുക്കരംക്കു കിട്ടും.

വിജ.-മനസ്സിലായി.

അദ്ധ്യാ:-ഇതു വസൂരി വരാതിരിക്കാനുള്ള വിദ്യ-ഇതുപോലെ മററു പകരുന്ന രോഗങ്ങളുടെ അണുക്കളോടു യുദ്ധംചെയ്യാനും ശരീരത്തിലേ പട്ടാളമണുക്കളേ പഠിപ്പിക്കാം. ഈ വകയ്ക്കുള്ള കുത്തിവയ്പുകരം പലതും ഉണ്ടാക്കീട്ടുണ്ടു്, പലതിനും ഉണ്ടാക്കിവരുന്നുമുണ്ടു്.

വിജ:-ഏതെല്ലാത്തിനും കുത്തിവയ്പുണ്ടു്?

അദ്ധ്യാ-ഇപ്പോരം വസൂരി, കാളറ, പ്ലേഗ്, പേപ്പട്ടിവിഷം എന്നിത്യാദി പലതിനുമുണ്ടു്. ക്ഷയത്തിനു-പുതുതായി തുടങ്ങിയിട്ടുള്ള ബി. സി. ജി. കുത്തിവയ്പ് ഈ എനത്തിൽ പെട്ടതുതന്നെയാണു്.

വിജ:-ഇതിനെല്ലാം പശുവിനു വരുന്ന ദീനത്തിൽ നിന്നെടുത്താണോ കുത്തിവയ്ക്കുന്നതു്.

അദ്ധ്യാ:-അല്ല, അങ്ങനെ വസൂരി മാത്രമേ ഉള്ളൂ. ഓരോന്നിനും വഴി ഓരോന്നാണു്.

കു:-ഇപ്പോരം കാര്യം മനസ്സിലായി-ഞാൻ നാളെത്തന്നെ പോയി അച്ചു കുത്തിവയ്ക്കും.

അദ്ധ്യാ:-ശരി. അങ്ങനെയാണുവേണ്ടതു്.

കൊ. കുഞ്ഞു്:-ഇതാ മണി അടിക്കുന്നു.

അദ്ധ്യാ:-എന്നാലങ്ങനെ നില്ക്കട്ടെ.

Printed at the Kerala Press, Trivandrum.