

ചിരിച്ച...ചിരിച്ച...ചിരിച്ച...

തൃശൂർ: അനുബന്ധങ്ങളുടെ സാക്ഷ്യങ്ങളുമായി ഒരു ഗ്രാമം ലോകത്തിനോട് ആഹ്വാനം ചെയ്യുകയാണ്: ചിരിക്കുക... ചിരിക്കുക... മാനസികസൗഖ്യം ജീവിക്കുക. പുതിയ ആകാശം എത്തിപ്പിടിക്കുക.

ഇരിങ്ങാലക്കുടക്ക് സമീപമുള്ള അന്നമനട ഗ്രാമമാണ് ചിരിച്ചട്ടം എന്ന ആശയത്തിന്റെ പരീക്ഷണവുമായി മുന്നോട്ടുപോകുന്നത്. നൂറിലേറെ അംഗങ്ങളുള്ള ചിരിക്ലബ്ബ് ഇവിടെ ദിവസവും രാവിലെയും വൈകീട്ടും വ്യായാമ പരിശീലനത്തിനായി ഒത്തുചേരുന്നു. രാവിലെ 6 മുതൽ 7 വരെ അന്നമനട ജംഗ്ഷൻ സമീപമുള്ള പഞ്ചായത്ത് ഗ്രാണ്ടിൽ പുരുഷന്മാരും വൈകീട്ട് 4 മുതൽ 5 വരെ മഹാദേവക്ഷേത്രത്തിന് സമീപമുള്ള പാടത്തെ സ്കൂൾ ഗ്രാണ്ടിൽ സ്ത്രീകളുമാണ് ചിരിവ്യായാമത്തിനായി സമ്മേളിക്കേണ്ടതാണ്.

ദിവസം മുഴുവൻ ഉണർവും ഉന്മേഷവും ലഭിക്കാൻ ചിരി തങ്ങളെ സഹായിക്കുന്നതായി ക്ലബ്ബംഗങ്ങൾ പറയുന്നു. മരുന്നുകൾ പരാജയപ്പെട്ട പല രോഗങ്ങൾക്കും പരി

ഹാരമാകാനും ചിരിക്കുക കഴിയുമെന്ന് ബോധ്യപ്പെട്ടതായി ചിലർ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു. ശാരീരിക

തലമെന്തും മാനസിക ലക്ഷണമുള്ള 2 രീതികൾ ഇവിടെ പരീക്ഷിക്കുന്നുണ്ട്.

40ൽ പരം ഇനങ്ങളുള്ള ഈ പ്രക്രിയയെ 5 പ്രധാന ഇനങ്ങളായി വിഭജിക്കുന്നു.

താളാത്മക കൈപ്പോ-പ്പോ ഹാ-ഹാ ഹോ ഹോ

ഹോ ഹോ ഹോ, ദീർഘശ്വാസനം, മൂല്യാത്മക ഹാസ്യയോഗം, വിനോദാത്മകമായ ഹാസ്യവിഭാഗം എന്നിവയാണ് അവ.



ബോംബെയിൽ 40 വർഷത്തോളമായി ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ജീവിക്കുന്ന അന്നമനട സ്വദേശി വി. വി. പത്മനാഭനാണ് ഗ്രാമത്തിൽ ഇങ്ങനെയൊരു ആശയത്തിന് രൂപം നൽകിയത്. സെപ്റ്റംബർ 1ന് പ്രഥമ വാർഷികം സമുചിതമായി ആഘോഷിച്ച ക്ലബിന് അന്തർദേശീയ അംഗീകാരം പോലും ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. ടി. എ. ശ്രീധരൻ മാസ്റ്റർ പ്രസിഡണ്ടും ഡോ. ഷിബു പണ്ടാല സെക്രട്ടറിയുമാണ്. എം. ആർ. ഭവൻ കി പേപ്പുണ്ണയും എം. ആർ. പത്മനാഭൻ ഫിസിക്കൽ ട്രെയിനിംഗ് ഡയറക്ടറായും പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

"മനുഷ്യനായ് ജന്മം കിട്ടിയ വ്യക്തിക്ക് ജീവിതകാലത്ത് ചെയ്യാവുന്ന ഏറ്റവും ലളിതവും ഉദാത്തവുമായ കാര്യമാണ് ചിരി. നിഷ്കളങ്കമായ ചിരിയിൽ നന്മയുണ്ട്. നന്നായി ചിരിച്ചാലേ നന്നായി ചിന്തിക്കാനാകൂ. മാനവലോകത്തെ അറിവന്റെ പുതിയ ലോകത്തേക്ക് തുട്ടിക്കൊണ്ടു പോകാൻ ചിരിക്കുക"- ക്ലബ്ബ് പ്രസിഡണ്ട് ടി. എ. ശ്രീധരൻമാസ്റ്റർ പറയുന്നു.