



## MAR GREGORIOS COLLEGE OF LAW THIRUVANANTHAPURAM



Eco Club Newsletter

# paryavaran mitra

'Seven Billion dreams. One planet. Consume with care.'

Vol. 1

October 2018

Issue: 1



**His Beatitude Baselios Cardinal Cleemis**  
Major Archbishop - Catholicos  
Patron, Mar Gregorios College of Law

### Blessings from our Patron

It gives me immense pleasure to understand that the students of Mar Gregorios College of Law, having formed the ECO CLUB, are now coming out with a news letter. The motive behind this club of creating environmental awareness especially among the younger generation, who are the pillars of this Nation, is really commendable. At a time when nature and its values are facing neglect from every corner, such an initiative is laudable. My best wishes and prayers are always with your endeavor and I hope that you shall be successful in reaching out to the masses with the message that you intend to convey through this news letter.

May the Almighty Lord bless you all.

### ECO PLEDGE

We take an eternal oath for generations to come that we shall endeavour towards a toxin free life through sustainable, preventive and restorative measures. We shall strive together to revive the long lost goodness of our earth and make it habitable ad nauseum. We pledge our wholehearted effort in rebuilding the environment for the sustenance of all forms of life and thereby maintaining the equilibrium of nature.



### From Principal's desk

Today, the role of a college is not only to pursue academic excellence but also to motivate and empower its students to be lifelong learners, critical thinkers, and productive members of an ever-changing global society. The talents, skills, and abilities of each student need to be identified, nurtured, and encouraged so that he / she is able to reach greater heights. Students need to be provided with a platform to think, express, and exhibit their skills. It is indeed an achievement for the students of MGCL in forming an Eco Club with effective efforts in converting every individual into a self-reliant and independent citizen by inculcating strong values combining with academics and eco-friendly activities in the campus.

I hereby expressing my sincere gratitude to all those hands behind the publication of the News Letter and wishing a greater success for all the upcoming activities.



## Director Speaks

**Rev. Fr. Jinoy Mathew**

According to the book of Genesis, it makes clear that there is a creation order established by God. There is a close bond between humankind and the rest of creation. There are physiological similarities between humankind and the rest of creation (Gen 18:27). Humankind shares in creation's dependence on God's goodness for its continuance.

India is a large and diverse country. Its land area includes regions with some of the world's highest rainfall to very dry deserts, coast line to alpine regions, river deltas to tropical islands. But the present century is witnessing an unmanageable boost in population, placing a tremendous burden on the available natural resources. Mother Nature has offered all she had, the earth itself is dog-eared due to disproportionate excessive cultivation, use of harsh chemicals and pesticides and excessive use of ground water.

It is better late than never to bring back the beauty of our nature which we have damaged. My sincere gratitude towards the faculties and student representatives of Paryavaran Mitra for all their initiatives and concern towards the protection of our surroundings.



## COLLEGE PRAYER

Lead, Kindly Light  
Lead, Kindly Light, amid th'encircling gloom;  
Lead thou me on!  
The night is dark, and I am far from home ;  
Lead thou me on!  
Keep thou my feet; I do not ask to see  
The distant scene-one step enough for me .

I was not ever thus, nor pray'd that thou  
Shouldst lead me on.  
I loved to choose and see my path; but now,  
Lead thou me on !  
I loved the garish day, and, spite of fear,  
Pride ruled my will. Remember not past years.

Written By: John Henry Newman



**Rahul V R**  
Treasurer



**Jewel Anna Alex**  
Joint Secretary



**Gautham T Koshy**  
Panachamoottil  
Joint Secretary



**Swathy Nair A**  
Secretary



**Jithin J Prakash**  
Vice President



**Maghna Praseeda G S**  
President



**Prof.(Dr.) K.Vikraman Nair**  
(Academic Advisor)

I am glad that the ECO club of Mar Gregorios College of Law is bringing out a news letter manifesting their commitment to protect the Mother Nature. I wish the club all success.

OCTOBER EVENTS	
MON 1	World Habitat Day
TUE 2- MON 8	National Wildlife Day
THU 4	World Animal Welfare Day
SAT 13	International Day For Natural Disaster Reduction
WED 24	Sustainability Day, International Day Of Climate Action



# പ്രകൃതിസമ്പത്തുകൾക്ക് കാവലാളാവുക



-അഡ്വ. കെ.രാജു (വനംവകുപ്പുമന്ത്രി)

മനുഷ്യനും പ്രകൃതിയും തമ്മിലുള്ള പരസ്പരാശ്രിതത്വത്തിലൂന്നിയ ജൈവബന്ധത്തിലൂടെയാണ് നമ്മുടെ ജീവമണ്ഡലം നിലനിന്നു പോരുന്നത്. ആ ബന്ധത്തിലെ ഏതൊരു വിള്ളലും മാനവരാശിയുടെ നിലനിൽപ്പിനെ പോലും ഭാഷകരമായി ബാധിക്കുമെന്ന കാര്യം നിസ്തർക്കമാണ്. മനുഷ്യ - പ്രകൃതി നാദിനാള ബന്ധത്തിന് മനുഷ്യാൽപ്പത്തിയോളം തന്നെ പഴക്കമുണ്ടെന്ന് പറയാം. പുരാണേതിഹാസങ്ങളും, പ്രാചീനസാഹിത്യത്തിലെ ഉൽകൃഷ്ടകൃതികളുമെല്ലാം ആ പാരമ്പര്യത്തിന്റെ മഹനീയത ആവോളം വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്. പ്രാചീന മനുഷ്യസംസ്കാരങ്ങളെല്ലാം പിറവി കൊണ്ട് നദീതടങ്ങളിലായിരുന്നു. സിന്ധുനദീതട സംസ്കാരവും, ഗ്രീക്ക്, മെസപ്പൊട്ടേമിയൻ സംസ്കാരങ്ങളും മഹാനദികളുടെ തീരങ്ങളിൽ, അതിന്റെ ഫലഭൂയിഷ്ടതയിൽ വളർന്നു വന്നവയാണ്. മനുഷ്യൻ സാമൂഹ്യജീവി എന്ന നിലയിൽ ക്രമേണ വളർന്ന് ആധുനികതയിലേക്ക് പ്രവേശിച്ചപ്പോഴും പ്രകൃതി വിഭവങ്ങളെ പരിഗണിച്ചും, സംരക്ഷിച്ചുമാണ് മുന്നേറിയത്. ഫലഭൂയിഷ്ടമായ മണ്ണിന്റെ ഉർവരതയിലാണ് നാം ഒരു കാർഷിക സംസ്കൃതി തന്നെ പടുത്തുയർത്തിയത്. ക്രമാനുഗതമായ മനുഷ്യമുന്നേറ്റത്തിന്റെ ഏത് ദശാസന്ധിയിലാണ് പ്രകൃതിയും മനുഷ്യനും തമ്മിലുള്ള ആത്മബന്ധത്തിന് വിള്ളൽ സംഭവിച്ചത്?

പാരിസ്ഥിതിക രംഗത്ത് സാർവ്വദേശീയമായി തന്നെ ഉയർന്നു കേൾക്കുന്ന ആശങ്കകൾ നാം ഏവരെയും ഇരുത്തി ചിന്തിപ്പിക്കേണ്ടതാണ്. ആഗോളതാപനവും, അതിന്റെ തന്നെ ദാശയായ കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനവും ലോകജനതകളുടെയിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന ആശങ്ക ഛെറുതല്ല. സമുദ്രജലനിരപ്പിലെ ക്രമാതീതമായ ഉയർച്ച ജനവാസ കേന്ദ്രങ്ങൾ ഉൾപ്പെടെയുള്ള ഭൂഭാഗങ്ങളെ കടലെടുക്കുമെന്ന സ്ഥിതിയുമുണ്ട്. ആഗോളതാപനത്തിന് മുഖ്യകാരണമാവുന്ന കാർബൺഡൈഓക്സൈഡും മീഥേനും ഉൾപ്പെടെയുള്ള ഹരിതഗൃഹവാതകങ്ങളുടെ അളവ് അന്തരീക്ഷത്തിൽ വർദ്ധിച്ച തോതിൽ നിലനിൽക്കുകയാണ്. ഇവയുടെ നിയന്ത്രണത്തിനായി അന്താരാഷ്ട്രതലത്തിൽ തന്നെ കാര്യക്ഷമമായ ഇടപെടലുകൾ അടിയന്തിരമായി ഉണ്ടാവേണ്ടതുണ്ട്.

പ്രകൃതിവിഭവങ്ങളുടെ സമൃദ്ധിയാൽ അനുഗ്രഹിതമായിരുന്നു നമ്മുടെ കേരളം. ജലസമൃദ്ധമായിരുന്ന 44 നദികളും, വർഷത്തിൽ രണ്ടുതവണ കൃത്യമായി ലഭിച്ചിരുന്ന കാലവർഷവും കേരളീയ ജീവിതക്രമത്തെ തന്നെ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്ന ഘടകങ്ങളാണ്. ജൈവവൈവിധ്യങ്ങളുടെ കലവറയായ പശ്ചിമഘട്ടവും, ദുവിസ്തൃതിയുടെ 29 ശതമാനം വരുന്ന വനമേഖലയും കേരളത്തിന്റെ ഹരിതാഭയ്ക്ക് മാറ്റു കൂട്ടി. എന്നാൽ മനുഷ്യസഹജമായ ദുരാഗ്രഹങ്ങളും, സ്വാർത്ഥചിന്തയും ആ വശ്യസൗന്ദര്യത്തിന് മണലേൽപ്പിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു എന്നതാണ് യാഥാർത്ഥ്യം. അതിന്റെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തലായിരുന്നല്ലോ നമ്മുടെ നാട് കടന്ന് പോയ സമാനതകളില്ലാത്ത പ്രളയക്കെടുതികൾ. കാലാവസ്ഥാ വ്യതിയാനവും പരിസ്ഥിതി പ്രശ്നങ്ങളുമെല്ലാം കേവലം അക്കാദമിക വിഷയങ്ങൾ മാത്രമായി കരുതിയിരുന്ന നമ്മിൽ ഭൂരിപക്ഷംപേരെയും അവയുടെ ആഴം ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തിയത് നിയന്ത്രണങ്ങൾ ഭേദിച്ച് കൂതിച്ചുയർന്ന ജലനിരപ്പും ഉരുൾപ്പൊട്ടലും എല്ലാമായിരുന്നു. പ്രളയദുരീതം പെയ്തിറങ്ങിയ മേഖലകളിൽ ഒരു മനുഷ്യൻ ആയുഷ്കാലം മുഴുവൻ സ്ഥാിച്ച് മലവെള്ളപ്പാച്ചിലിൽ ഒഴുകിപ്പോകുന്നതും നാം കണ്ടു. കേരളത്തെ കെടുതികളിൽ നിന്ന് കരകയറ്റുന്നതിനായി നാടിന്റെ നാനാഭാഗങ്ങളിൽ നിന്ന് സഹായങ്ങൾ ലഭിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഒഴുകിയെത്തിയ സഹായങ്ങളും ഇനിയും സഹായിക്കുമെന്ന വാഗ്ദാനവും നന്മയുടെ നിരൂപകൾ പൂർണ്ണമായും വറ്റിപ്പോയിട്ടില്ലെന്ന ഓർമ്മപ്പെടുത്തൽ കൂടിയാണ്. പ്രകൃതിദുരന്തങ്ങളിൽ തകർന്നുപോയ മേഖലകളിൽ കേവല പുനരധിവാസമല്ല, സമഗ്രമായ പുനർനിർമ്മാണമാണ് സർക്കാർ ലക്ഷ്യം വയ്ക്കുന്നത്. അതിനായുള്ള ചർച്ചകൾ സൂക്ഷ്മതലത്തിൽ തന്നെ നടന്നു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. പാരിസ്ഥിതിക സംരക്ഷണത്തിന്റെ വൈവിധ്യമാർന്ന തലങ്ങൾ കൂടി പരിഗണിച്ചുകൊണ്ടേ ഇനിയൊരു പുനർനിർമ്മാണം സാധ്യമാവുകയുള്ളൂ. പ്രളയവും മണ്ണിടിച്ചിലും ഉരുൾപ്പൊട്ടലുമുണ്ടാവാൻ കൂടുതൽ സാധ്യതയുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങളും ജനവാസവും അനുവദിക്കേണ്ടതുണ്ടോ എന്ന് ആലോചിക്കേണ്ട വിഷയമാണ്. നിർമ്മാണപ്രവർത്തനങ്ങൾ കൂടുതൽ പരിസ്ഥിതി സൗഹൃദമായി നടപ്പിലാക്കാൻ നമുക്ക് കഴിയണം.

ഇത്തവണത്തെ പ്രകൃതിക്ഷോഭത്തോടൊപ്പം ഭൂമിക്കടിയിലെ മണ്ണടങ്കുകളുടെ തെന്നിമാറലും സോയിൽ പൈപ്പിംഗ് പോലുള്ള പ്രതിഭാസങ്ങളും സംഭവിച്ചതായി വിദഗ്ധർ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നു. തത്വദീക്ഷയില്ലാതെ നാം നടത്തിയ അമിത പ്രകൃതിചൂഷണത്തിന്റെ പ്രത്യാഘാതങ്ങളാണ് ഇത്തരം അപായസൂചനകളെന്ന് നാം ഇനിയെങ്കിലും തിരിച്ചറിയേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. മഴക്കെടുതികളിൽ നിന്ന് കരകയറി ആഴ്ചകൾ പിന്നിടുമ്പോഴേക്കും വരൾച്ചയുടെ ലക്ഷണങ്ങളാണ് കാണാൻ കഴിയുന്നത്. ഭൂക്ഷമായ ചൂട് സമ്മാനിക്കുന്ന വേനലും, വറ്റിവരണ നദികളും കുളങ്ങളും കിണറുകളും, കുടിവെള്ളത്തിനായി പാതയോരങ്ങളിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്ന വീട്ടുകാരുടെ നീണ്ടവരികളും ചിലതെല്ലാം നമ്മെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നുണ്ട്. അമിതമായ പ്രകൃതി ചൂഷണം കാരണം നാം അഭിമാനത്തോടെ കണ്ടിരുന്ന നമ്മുടെ എല്ലാ പാരിസ്ഥിതിക സൗഭാഗ്യങ്ങളും ഭീഷണി നേരിട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ജലക്ഷാമം ഭൂക്ഷമായതു പോലെ അന്തരീക്ഷ മലിനീകരണം കാരണം ശുദ്ധവായുവും കിട്ടാക്കുറിയിായി മാറുന്ന കാലം അതിവിദൂരമല്ല. കേരളത്തിലുൾപ്പെടെ ഭൂഗർഭജലനിരപ്പ് ഗണ്യമായി താണുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതായി പഠനങ്ങൾ പറയുന്നു. മഴപെയ്യുമ്പോൾ ഉൾനീറിറങ്ങുന്ന വെള്ളമാണ് ഭൂഗർഭജലമായി സംഭരിക്കപ്പെട്ടിരുന്നത്. എന്നാൽ മണ്ണ്, ജലസംരക്ഷണ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ നാം കാട്ടിയ അലംഭാവം ശക്തമായ മണ്ണൊലിപ്പിന് കാരണമാവുകയും, കിട്ടിയ വെള്ളം പാഴായിപോകുന്ന സാഹചര്യമാണ് സൃഷ്ടിച്ചത്. ഏറ്റവും വലിയ ജലസംഭരണികളായിരുന്നു നമ്മുടെ വയലുകളും, തണ്ണീർത്തടങ്ങളും. അവയെല്ലാം നികത്തി കെട്ടിട സമുച്ചയങ്ങൾ പടുത്തുയർത്തുക വഴി നാം ഇരിക്കുന്ന കൊമ്പ് മുറിക്കുകയായിരുന്നു. ഒരിഞ്ച് മണ്ണ് രൂപപ്പെടാൻ അഞ്ഞൂറിലധികം വർഷങ്ങളെടുക്കുമെന്നാണ് കണക്ക്. പാരിസ്ഥിതിക ഘടനയിൽ കണ്ണികളായ അനേക ജീവജാലങ്ങൾക്ക് ആവാസവ്യവസ്ഥയൊരുക്കുന്ന മണ്ണ് ലിച്ച് പോകുന്നതിന്റെ ഭവിഷ്യത്ത് വളരെ വലുതാണ്. മണ്ണിന്റെ പരിപാലനം മറന്നാൽ നാം സ്വയം മറക്കുന്നതിന് തുല്യമാണെന്ന് ഗാന്ധിജി പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. തത്വദീക്ഷയില്ലാതെ നാം പുറന്തള്ളുന്ന വ്യവസായ മാലിന്യങ്ങളും, വനനശീകരണവുമെല്ലാം മണ്ണിന്റെ ജൈവഘടനയെ തകർക്കുന്നതാണ്. വിഷമയമായ മണ്ണും അതിൽ വിളയുന്ന ഫലങ്ങളും ദുരവ്യാപകമായ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നവയാണ്.

പാരിസ്ഥിതിക അബോധം വളർത്തിയെടുക്കാനുള്ള പരിശ്രമങ്ങളിൽ രാഷ്ട്രീയ പ്രസ്ഥാനങ്ങൾ, സാംസ്കാരിക സംഘടനകൾ, മതസ്ഥാപനങ്ങൾ തുടങ്ങി എല്ലാ തരത്തിലുമുള്ള ബഹുജന കൂട്ടായ്മകളുടെയും പങ്കാളിത്തം വേണം. പ്രകൃതി സമ്പുഷ്ടതയുടെ താളഭംഗങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വേവലാതികൾ പകുവെക്കുന്നതിനുമപ്പുറം സാർത്ഥകമായ ഇടപെടലുകളും, ബോധവൽക്കരണവുമാണ് വേണ്ടത്. മനുഷ്യനും പ്രകൃതിയും തമ്മിലുണ്ടാകേണ്ട ജൈവബന്ധം പുനഃസ്ഥാപിച്ചു കൊണ്ടേ മനുഷ്യസമൂഹത്തിന്റെ സുഗമ പ്രയാണം സാധ്യമാവുകയുള്ളൂ.



## SECRETARY'S RECAP

*"It's all about attitudinal transformation."*

With increasing environmental issues there is a need of hour for sustainable and greener future. Eco clubs of an educational institution plays a pivotal role in transforming the attitudes of the younger generation towards the environment. In order to ensure this transformation and with a vision of raising social awareness regarding environmental issues and protection, significant environmental related laws and changing students attitude towards the environment by ensuring their active participation in club's activities. **The Eco Club of Mar Gregorios College of Law was formally inaugurated on the World Environment Day, 5th June 2018 by the internationally famous Conservational & Wildlife Photographer Mr. Balan Madhavan, who is also a recipient of UN awards.**



## ACTIVITIES



### World Environment Day (June 5)

The logo and poster designing competition was held. The logo for Eco club is designed by Mr. Rahul Krishnan (VI sem B.BA LL.B) and Ms. Maghna Praseeda G S (VI sem B.com LL.B) won first prize in poster designing competition.



### International Yoga Day (June 21)

The International Yoga day was inaugurated by Rev. Dr. Philip Neri, former director of Bethany College of Physiotherapy, Nalanchira who is a great exponent of yoga. The function began with a detailed speech on yoga and it was followed by a performance, around 50 students participated in the event.



### International Day for the Preservation of Ozone Layer (Sept 16)



In association with International day for the preservation of Ozone layer various literary activities such as poster designing, elocution and quiz were held.

The mission of the club is to have a transformation in the mind-set of each student towards the environment which will enable them to be more sensitive while tackling environmental issues. Let's come together and save our planet before it is too late.





## Preserve our mother planet

### President's desk...

**G.S. Maghna Praseeda**

It is with great pride that the Eco Club is footing ahead for rejuvenating a Clean, Green and a Safe Environment (CGSE) for which we have to disseminate first the seeds of Green Mind Set (GMS) in the depths of our minds with proper preparation. Again, for its smooth germination and growth we need to provide proper manuring also. Being the most important and powerful bead in this ecosystem, it is our, the mankind's duty to protect all other species along with ourselves to ensure their existential rights. Unfortunately Man himself is becoming the greatest threat.

We can replenish our environment simply by being a good friend of nature and by contributing abundantly. Recognizing the threat that the environment faces, the United Nations (UN) has developed environment protection programmes like promoting environment friendly policies, catalysing environment awareness, providing environment capacity building and technology support etc. These environmental protection policies and plans have to be implemented at all levels; international, national, state, district, local body, organization, family and at individual level. Of course there are and should be efforts from the part of governmental and non-governmental bodies. It is under these context, the Eco Club, MGCL came into being. The ideas sprouted in the young minds of the MGCL community, may be understood, are contributing to the environment protection efforts even up to International level. So we are on the move taking the great challenge for preserving our mother planet, ensuring an environment friendly healthy living.



### Dr. P. Gopinadhan Pillai

യോഗയുടെ ഉൽപ്പത്തിയും പ്രാധാന്യവും

യോഗ, ഭാരതം ലോകജനതയ്ക്കു നൽകിയ വിലമതിക്കാനാവാത്ത സമ്മാനമാണ്. ആഗോളതലത്തിൽ യോഗ നിത്യജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമായി മാറിയിരിക്കുന്നു. ലോക രാഷ്ട്രങ്ങൾ ഇന്ന് യോഗയുടെ പ്രാധാന്യം പരക്കെ അംഗീകരിച്ചിട്ടു്. യോഗയുടെ പരക്കെയുള്ള പ്രാധാന്യം കണക്കിലെടുത്താണ് ഐക്യരാഷ്ട്രസഭ ജൂൺ 21 അന്താരാഷ്ട്ര യോഗദിനമായി പ്രഖ്യാപിച്ചത്.

ശരീരത്തിലെ ആന്തരിക - ബാഹ്യ അവയവങ്ങളുടെ താളാത്മകമായ ഒത്തുചേരലാണ് യോഗ. യോഗ ശരീരത്തെയും മനസ്സിനേയും ചിന്തകളേയും പ്രവർത്തികളേയും രൂപപ്പെടുത്തുന്നു. നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തിനും ക്ഷേമത്തിനുമുള്ള ഉത്തമമായ സമീപനമാണ് യോഗ. സമഗ്രമായ

ജീവിതത്തിനുള്ള ശാസ്ത്രമാണ് അത്. Yoga is the art and science of healthy living.

ആയിരക്കണക്കിന് വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് ഇന്ത്യയിൽ രൂപപ്പെട്ട പരിശുദ്ധവും പരിപാവനവുമായ ഒരു ജീവിത ശൈലിയാണ് യോഗ. യോഗിക് ലോർ അനുസരിച്ച് ഭഗവാൻ ശിവനെ ആദ്യയോഗിയും ആദ്യഗുരുവുമായി കരുതപ്പെടുന്നു. അദ്ദേഹം യോഗശാസ്ത്രം (Powerful Yogic Knowledge) സ്വതർശികൾക്ക് പകർന്നു നൽകി എന്നു വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. സ്വതർശികളാണ് യോഗശാസ്ത്രം മറ്റുള്ളവരിലേക്ക് പകർന്നത്. സ്വതർശികളിൽ പ്രധാനിയായ അഗസ്ത്യമഹർഷി ഇന്ത്യമുഴുവൻ സഞ്ചരിച്ച് യോഗ പ്രചരിപ്പിക്കുകയും യോഗ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള ഒരു ജീവിത ശൈലി വികസിപ്പിച്ചെടുക്കുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ യോഗശാസ്ത്രവും അതിന്റെ അനുഷ്ഠാനവും ആദ്യമായി പുസ്തകരൂപത്തിൽ എഴുതിയുകാക്കിയത് പതഞ്ജലി മഹർഷി അദ്ദേഹത്തിന്റെ Yoga Sutra യിലൂടെയാണ്. അതുകൊണ്ട് അദ്ദേഹത്തെ യോഗയുടെ പിതാവ് എന്നറിയപ്പെടുന്നത്. പതഞ്ജലി മഹർഷിയുടെ യോഗസൂത്രയാണ് യോഗയുടെ അടിസ്ഥാന ഗ്രന്ഥം. യോഗ ആയിരക്കണക്കിന് മഹർഷിമാരിലൂടെയും ഗുരുവര്യന്മാരിലൂടെയും കൈമാറിയാണ് ഇന്നത്തെ രൂപത്തിൽ എത്തിയത്. യോഗയുടെ സ്വീകാര്യത നാൾക്കുനാൾ ഏറിവരികയാണ്. മതം, ജാതി, വർഗ്ഗം, ദേശീയത, പ്രദേശം എന്നിങ്ങനെ ഒരു നിയന്ത്രണവും യോഗയ്ക്ക് ബാധകമല്ല. യോഗ പരിശീലനം ലളിതവും നമ്മുടെ ജീവിതചര്യവുമായി എളുപ്പത്തിൽ സംയോജിപ്പിക്കാവുന്നതുമാണ്. യോഗ 8 വയസ്സിന് മുകളിലുള്ള ആർക്കും സ്ത്രീ-പുരുഷ വ്യത്യാസമില്ലാതെ പരിശീലിക്കാവുന്നതാണ്. മനുഷ്യജീവിതത്തിൽ നാം നേരിടേ വരുന്ന എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങൾക്കും ശാശ്വത പരിഹാരം കാണുവാൻ യോഗശാസ്ത്രത്തിന് കഴിയും. ആത്മാർത്ഥമായ പരിശ്രമം, നിരന്തരമായ പരിശീലനം, കൃത്യനിഷ്ഠ, ദൃഢനിശ്ചയം എന്നീ സ്വഭാവ ഗുണങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിൽ യോഗ നിങ്ങളുടെ ജീവിത വിജയത്തിന് ഒരു വലിയ അനുഗ്രഹമായിരിക്കും.





## PROUDLY PRESENTS

### Elocution – English

#### First Prize

Merilin Jacob (VIII<sup>TH</sup> Sem BA)  
Shilpa Sanjeevan (II<sup>ND</sup> Sem BBA)

#### Second Prize

Nikshita Annie Thomas (VI<sup>TH</sup> Sem BBA)

#### Third prize

Easwary Anil Kumar (VI<sup>TH</sup> Sem BA)  
Vaishnavi (II<sup>ND</sup> Sem BA)

### Elocution – Malayalam

#### First Prize

Jesna. H (VIII<sup>TH</sup> Sem BBA)

#### Second Prize

Geethu. L (II<sup>ND</sup> Sem BA)

#### Third Prize

Nirla R. U. (VIII<sup>TH</sup> Sem)

### QUIZ

#### First Prize

Kavya Suresh (VI<sup>TH</sup> Sem BA)  
Aswathi S. Nair (VI<sup>TH</sup> Sem BA)

#### Second Prize

Jithin (II<sup>ND</sup> Sem BA)  
Giridhar (II<sup>ND</sup> Sem BA)

#### Third Prize

Sara (II<sup>ND</sup> Sem BBA)  
Arundhathi (II<sup>ND</sup> Sem BBA)



## POSTER COMPETITION



## MAKING A MARK...

By Evugine







*Take me anywhere...*

**Chitharal Jain Temple** is a famous Jain Temple. It is located in the Marthandam town of kanniyakumari district, Tamilnadu. Chitharal is historically known as Thirucharanathupalli, the abode of Jain monks belonging to Digambara sect.

It is famous for the hillock which has a cave containing rock-cut sculptures of Thirthankaras and attendant deities carved inside and outside dating back to the 9th century. Jain influence in this region was due to the King Mahendra Verman-I (610-640). It was converted into a Bagavathy Temple in the 13th Century AD.

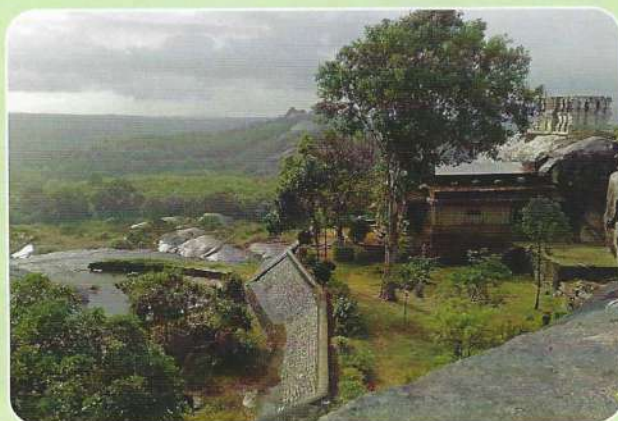
The temple is a protected monument under Archeological Survey of India (ASI). At the foot of the Thirucharanmalai hillock, one can see a stylish Kerala Style Arch made of rocks. It was built thousands of years ago, but the Jain temple was overtaken by Hindus in the 425 AD.

The cave was converted into a goddess temple during the 13th century. Another main attraction at the top hill is two large rocks facing each other, and one can explore whole beauty of the foot through the small window created by these rocks.

The approximate driving distance to this destination from Trivandrum is 50kms.

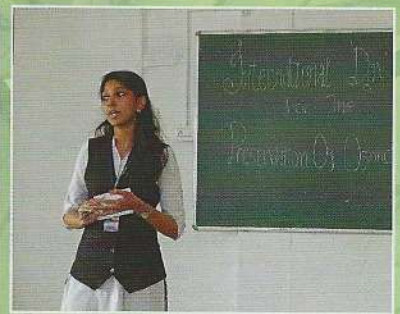


## CHITHARAL JAIN TEMPLE





## MEMORABLE MOMENTS



Coming Soon



**Notice : Join us ! share your experiences and make space yourself in our columns on environment**

**Editorial Board :** Owned by : Director

Advisor : Principal

Managing Editor : Ms. Jincy P Babu

Staff Editors : Prof. K. V. Jayanthi, Prof. Vinulal V. V

Student Editors : Executive Members and Newsletter Committee

Published by : **Eco Club** Mar Gregorios College of Law, Trivandrum-695015.

www.mgcl.ac.in, E-mail: mgcltvmeco18.in@gmail.com, +91-9497505387

St. Mary's Press, Pattom, Trivandrum. Ph: 0471-2446116