നല്ല പെരുമാറ്റം മികച്ച വ്യക്തിത്വം

കിരൺ ബേദി
പവൻ ചൗധരി

158.1 BED/N
CASMTVK BKS
528

BROOM & GROOM

ദീപേഷ് കെ. രവീന്ദ്രനാഥ്

കോഴിക്കോട് ജില്ലയിലെ പുതിയറയിൽ ജനിച്ചു. അച്ഛൻ: രവീന്ദ്രനാഥ്, അമ്മ: പുഷ്പ. കോഴിക്കോട് സെന്റ് ജോസഫ് ബോയ്സ് സ്കൂളിൽ നിന്ന് ഹൈസ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസം. സെന്റ് ജോസഫ് ദേവഗിരി കോളജിൽനിന്നും സാമ്പത്തികശാസ്ത്രത്തിൽ ബിരുദം. *ധ്യാനം, ബുദ്ധൻ: ദർശനങ്ങളുടെ പുസ്തകം, രാജകുമാരനും ദരിദ്രനും, ലോകത്തിന്റെ നെറുകയിൽ ചുംബിക്കുവാൻ* മുതലായ കൃതികൾ പരിഭാഷപ്പെടുത്തി.

കിരൺ ബേദി

പവൻ ചൗധരി

നല്ല പെരുമാറ്റം മികച്ച വ്യക്തിത്വം

ഡി സി ബുക്സ്

Malayalam Language
Original English Title
Broom and Groom
Self help
by **Kiran Bedi-Pavan Chowdhari**
Malayalam Title
Nalla Perumāttam Mikacha Vyakthitvam
Translated by **Deepesh K. Raveendranath**
Rights Reserved
First Published October 2011
2nd Impression December 2012

Cover Design
Art Tricks (Mumbai)

Publishers
D C Books, Kottayam 686 001
Kerala State, India
Blog: www.dcbooks.com/blog
e-mail: info@dcbooks.com
Online Bookstore: www.dcbookshop.net

Distributors
D C Books-Current Books

Export Sales D C Press (P) Ltd., Kottayam, Kerala

D C Books Library Cataloguing in Publication Data
Kiran Bedi,
Nalla perumāttam mikacha vyakthitvam/ Kiran Bedi
Malayalam translation/Deepesh K. Raveendranath
168 p., 18 cm.
ISBN 978-81-264-3281-3
Malayalam translation of 'Broom and Groom'
1. Self Help 2. Malayalam translations.
I. Title II. Title -2 English III. Deepesh K. Raveendranath
158.1- dc 22.

No part of this publication may be reproduced, or transmitted in any form
or by any means, without prior written permission of the publisher.

ISBN 978-81-264-3281-3

Printed in India
at D C Press (P) Ltd., Kottayam 686 012

D C BOOKS - The first Indian Book Publishing House to get ISO Certification

₹ 85.00

265/12-13-Sl.No.12038-dcb 4879-(2) 2000-2210-07-12-Sir. 18.1-p sv-r sd-d ga

College of Avian Sciences & Management
528
LIBRARY
KVASU Thiruvazhamkunnu-678 601

ഉള്ളടക്കം

എ.പി.ജെ. അബ്ദുൾ കലാമിന്റെ സന്ദേശം 7
കൃതജ്ഞത 9
ആമുഖം 11
മുൻകുറിപ്പ് 13
ഭാഗം 1
പെരുമാറ്റഗുണത്തിന്റെ ഇരുപത്തിനാല് വഴികൾ
ആകർഷകമായ അഭിവാദ്യം 17
മേലധികാരികളോട് പെരുമാറുമ്പോൾ 22
ഫലപ്രദമായ സംഭാഷണത്തിന് 28
വർത്തമാനം ആകർഷകമാക്കുവാൻ 35
സമൂഹത്തോട് ഇടപഴകുമ്പോൾ 40
നല്ല ആതിഥേയനും അതിഥിയും ആകുവാൻ... 45
തീൻമേശയ്ക്കു മുന്നിൽ ഇരിക്കുമ്പോൾ... 52
ലിഫ്റ്റുകളിൽ കയറുമ്പോൾ... 58
മൊബൈൽ/ഇന്റർനെറ്റ് –
നിർബന്ധമായ ചില മര്യാദകൾ 62
ഹോട്ടലുകളിൽ തങ്ങുമ്പോൾ 67
ഭക്ഷണശാലകളിൽ ചെല്ലുമ്പോൾ 71
രോഗികളെ സന്ദർശിക്കുമ്പോൾ 74

ദയവായി 'ക്യൂ' പാലിക്കുക...! 78
ഓഡിറ്റോറിയത്തിലും വിമാനത്തിലും 82
പൊതുസ്ഥലങ്ങളിൽ വാഹനങ്ങൾ
പാർക്കുചെയ്യുമ്പോൾ... 86
ചില ട്രാഫിക് മര്യാദകൾ 90
ഫ്ളാറ്റുകളിൽ താമസിക്കുമ്പോൾ 95
ചില മത്സരമര്യാദകൾ 100
ബഹുമാന്യ അതിഥിയായി മാറുമ്പോൾ... 104
ചില ദാമ്പത്യമര്യാദകൾ 109
വീട്ടുജോലിക്കാരോടു പെരുമാറുമ്പോൾ... 113
വിദേശികളോട് ഇടപഴകുമ്പോൾ 117
നല്ല വിദ്യാർത്ഥിയും നല്ല അധ്യാപകനും 122
നല്ല സർക്കാർ ജീവനക്കാരനെന്ന നിലയിൽ 128
ഭാഗം 2
ശുചിത്വബോധം
ശരീരശുചിത്വം 137
ദൈനംദിനമര്യാദകൾ 141
ജോലിസ്ഥലത്തെ വൃത്തി 146
പൊതുസ്ഥലങ്ങളിലെ പൗരബോധം 150
കുളിമുറിയിലെ ശുചിത്വം 154
അടുക്കള ശുചിത്വം 158
ഉപസംഹാരം 165

എ.പി.ജെ. അബ്ദുൾ കലാമിന്റെ സന്ദേശം

കിരൺ ബേദിയും പവൻ ചൗധരിയും സംയുക്തമായി രചിച്ച 'നല്ല പെരുമാറ്റം, മികച്ച വ്യക്തിത്വം' എന്ന പുസ്തകം വായിച്ചു. അതിലെ ഓരോ പേജുകളും എന്നെ അതിശയിപ്പിച്ചു. സമൂഹജീവിയെന്ന നിലയിൽ മനുഷ്യന്റെ ജീവിതശൈലിയിൽ ആവശ്യമായ ഒരുകൂട്ടം മര്യാദകളാണ് ഇതിൽ നിറഞ്ഞുനിൽക്കുന്നത്. പൗരബോധമുള്ള നല്ലൊരു സമൂഹത്തെ വാർത്തെടുക്കുവാൻ ഈ കൊച്ചു പുസ്തകത്തിനാവും. അത്രത്തോളം അർത്ഥവത്തും ലളിതവുമാണിത്. ഏതൊരു മനുഷ്യനും നിത്യജീവിതത്തിൽ ഒഴിച്ചു കൂടാനാവാത്ത ഒന്നാണ് പൗരബോധം. വേഗംകൂടിയ ജീവിതയാത്രയിൽ പലപ്പോഴും നാം മറന്നുപോവുന്ന അടിസ്ഥാനപരമായ അത്തരം സാമൂഹികമര്യാദകളെ രണ്ടു രചയിതാക്കളുംകൂടി സമാഹരിച്ച് നമുക്കു സമ്മാനിച്ചിരിക്കുന്നു. പൊതുശുചിത്വവും പെരുമാറ്റഗുണവും ഈ പുസ്തകത്തിലെ മുഖ്യ വിഷയങ്ങളാവുന്നു. എങ്ങനെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യണം, ആശയവിനിമയം നടത്തണം, സെൽഫോൺ/എലിവേറ്റർ മുതലായ സൗകര്യങ്ങൾ എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കണം, ക്യൂവിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ പാലിക്കേണ്ട മര്യാദകൾ, ട്രാഫിക് മര്യാദകൾ, സഹപ്രവർത്തകരോടുള്ള സഹകരണം, എങ്ങനെ നല്ല അധ്യാപകരും വിദ്യാർത്ഥികളുമാവണം തുടങ്ങി പ്രസക്തവും പൊതുവേ വിസ്മരിക്കപ്പെടുന്നതുമായ കുറെ വിഷയങ്ങളെ ആറ്റിക്കുറുക്കിയ ഈ പുസ്തകം നമ്മെ വീണ്ടും ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു.

വായനക്കാരുടെ ചില നിർദ്ദേശങ്ങൾ

- ആംബുലൻസ്, ഫയർ എഞ്ചിൻ എന്നിവയ്ക്ക് വഴി കൊടുക്കുക. ഇരുചക്രവാഹനങ്ങൾ ഒരിക്കലും ഫുട്പാത്തിലൂടെ ഓടിക്കരുത്. അത് കാൽനടക്കാർക്കുള്ളതാണ്

— സി.എസ്.എൻ. മൂർത്തി

- കൈവിരൽകൊണ്ട് ആഹരിക്കാവുന്ന ഇന്ത്യൻ വിഭവങ്ങൾ കഴിക്കവേ വിരലുകളുടെ ആദ്യമടക്കിനു മുകളിലേക്ക് അവ പറ്റാതെ നോക്കണം.

ഭക്ഷണവേളയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന നാപ്കിനുകൾ ചുണ്ടുകൾ ഒപ്പിയെടുക്കാൻ മാത്രമുള്ളതാണ്. അതുപയോഗിച്ച് കൈയും മുഖവും തുടയ്ക്കരുത്. ഒരു ഭവന സത്കാരസ്ഥലത്താണെങ്കിൽ അവ വൃത്തിയായി മടക്കി ഉപയോഗിക്കണം. ഹോട്ടലിലും റെസ്റ്റോറന്റിലുമാണെങ്കിൽ ഉപയോഗിച്ചശേഷം അവ ഉപേക്ഷിക്കുക.

—ലയിഖ് ഫത്തേ അലി

- നടക്കുന്ന നേരത്ത് മൊബൈലിൽ ടൈപ്പ് ചെയ്യരുത്. മറ്റുള്ളവർ നമ്മെകണ്ട് വഴിമാറി നടന്നോട്ടേ എന്ന നിലപാട് ശരിയല്ല.

അത്താഴം കഴിച്ച പാത്രങ്ങൾ ഒരുമിച്ചു മാത്രം നീക്കം ചെയ്യണം. ഒരാൾ ഇരിക്കവെ അന്യരുടെ പാത്രം എടുത്തുമാറ്റുമ്പോൾ ഇരിക്കുന്നവരിൽ അതൊരു അസ്വസ്ഥതയുണ്ടാക്കും.

—ചാരുശീല നരൂല—

College Of Avian Sciences & Management
528
LIBRARY
KVASU Thiruvazhamkunnu-678 601

നല്ല പെരുമാറ്റം മികച്ച വ്യക്തിത്വം

കിരൺ ബേദി

പവൻ ചൗധരി

"പൗരബോധമുള്ള നല്ലൊരു സമൂഹത്തെ വാർത്തെടുക്കുവാൻ ഈ കൊച്ചുപുസ്തകത്തിനാകും. വേഗംകൂടിയ ജീവിതയാത്രയിൽ പലപ്പോഴും നാം മറന്നുപോകുന്ന അടിസ്ഥാനപരമായ സാമൂഹികമര്യാദകളെ രണ്ട് രചയിതാക്കളും കൂടി സമാഹരിച്ച് നമുക്കു സമ്മാനിച്ചിരിക്കുന്നു. എങ്ങനെ അഭിവാദ്യം ചെയ്യണം, സെൽഫോൺ എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കണം, ട്രാഫിക് മര്യാദകൾ, സഹപ്രവർത്തകരോടുള്ള സഹകരണം, എങ്ങനെ നല്ല അധ്യാപകരും വിദ്യാർത്ഥികളുമാകണം തുടങ്ങി പ്രസക്തവും പൊതുവെ വിസ്മരിക്കപ്പെടുന്നതുമായ കുറെ വിഷയങ്ങളെ ആറ്റിക്കുറുക്കിയ ഈ പുസ്തകം നമ്മെ വീണ്ടും ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു."

-എ. പി. ജെ. അബ്ദുൾ കലാം

വിവർത്തനം: ദീപേഷ് കെ. രവീന്ദ്രനാഥ്

ഡിസി ബുക്സ്

സെൽഫ് ഹെൽപ്പ്

ISBN 978-81-264-3281-3

00002

9 788126 432813

₹ 85.00