Talented Bankers Literary Panel
പുസ്തക പരിചയം 289.

മിനിമലിസം
രാധിക പത്മാവതി.

പരിചയപ്പെടുത്തുന്നത്,
കിരൺ വി
സ്റ്റേറ്റ് ബാങ്ക് ഓഫ് ഇന്ത്യ
RBO 1, കൊല്ലം.

ആവശ്യങ്ങൾ പരിമിതപ്പെടുത്തി വാങ്ങി കൂട്ടലുകളും ശേഖരിച്ചു വയ്ക്കലും ചുരുക്കുക, ജീവിതത്തിന്റെ മേൽ ഏറ്റിവയ്ക്കുന്ന ഭൗതികവും മാനസികവുമായ ഭാരങ്ങൾ കുറയ്ക്കുക ഇതാണ് രാധിക പത്മാവതി രചിച്ച മിനിമലിസം എന്ന പുസ്തകത്തിന്റെ വായനയിലൂടെ നമുക്ക് കിട്ടുന്ന പാഠം. ജീവിതത്തിൽ മാത്രമല്ല, കലയിൽ, സാഹിത്യത്തിൽ സംഗീതത്തിൽ സമൂഹമാധ്യമങ്ങളുടെ ഉപയോഗത്തിൽ ഇവയിലെല്ലാം ഈ രീതി പ്രയോജനപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്.

കേവലം 80 പേജ് മാത്രമുള്ള ഈ പുസ്തകത്തിൽ decluttering ആണ് ആദ്യം പ്രതിപാദിക്കുന്നത്. സന്തോഷം തരാത്ത വസ്തുക്കളെയും ഉപയോഗമില്ലാത്ത വസ്തുക്കളെയും വീട്ടിൽ നിന്ന് പുറത്താക്കലാണ് ഈ പ്രക്രിയ. അടുക്കള ഇവിടെ പ്രാധാന്യത്തോടെ പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ട്. എങ്ങിനെ വീട് നമുക്ക് പ്രശാന്തവും ലളിതവും ആക്കി മാറ്റാം, ആവശ്യങ്ങൾ മാത്രം മുൻനിർത്തി എങ്ങനെ വീട് നിർമ്മിക്കാം,വേസ്റ്റ് മാനേജ്മെന്റ് എന്നിവ ഈ അധ്യായത്തിൽ വിശദമായി പറഞ്ഞു പോകുന്നുണ്ട്.

യാത്രകളിൽ എങ്ങനെ luggage കുറയ്ക്കാം, വേഗം കുറഞ്ഞ ജീവിതരീതി പിന്തുടർന്ന് എങ്ങിനെ മനസമാധാനം കണ്ടെത്താം ഇത്തരം കാര്യങ്ങളൊക്കെ നമ്മുക്ക് ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ്.
സെൻ ബുദ്ധിസത്തെ അനുകരിച്ച് ഒന്ന് രണ്ട് അധ്യായങ്ങൾ അവസാനം ചേർത്തിട്ടുണ്ട്. പ്രഭാതത്തിൽ നേരത്തെയുള്ള എഴുന്നേൽപ്പ്, വൃത്തിയുള്ള ലളിതമായ വീടും പരിസരവും എന്നീ കാര്യങ്ങളാണ് ഈ അധ്യായങ്ങളിൽ വിശദമാക്കുന്നത്.

പുസ്തകത്തിന്റെ ആദ്യഭാഗത്ത് സൂചിപ്പിക്കുന്നത് പോലെ ആടയാഭരണങ്ങൾ ഇല്ലാത്ത ഭാഷ പോലെ, തെളിഞ്ഞ പുഴ പോലെയുള്ള ജീവിതരീതി ഇതാണ് മിനിമലിസം. നാം ഓരോരുത്തരും തീർച്ചയായും വായിച്ചിരിക്കേണ്ട പുസ്തകം.

മനോരമ ബുക്സ്
വില 160 രൂപ