

வாராந்த சஞ்சிகை
 வாராந்த சஞ்சிகை
 வாராந்த சஞ்சிகை

வாராந்த சஞ்சிகை

ஒகஸ்ட் 12 - 18, 2015

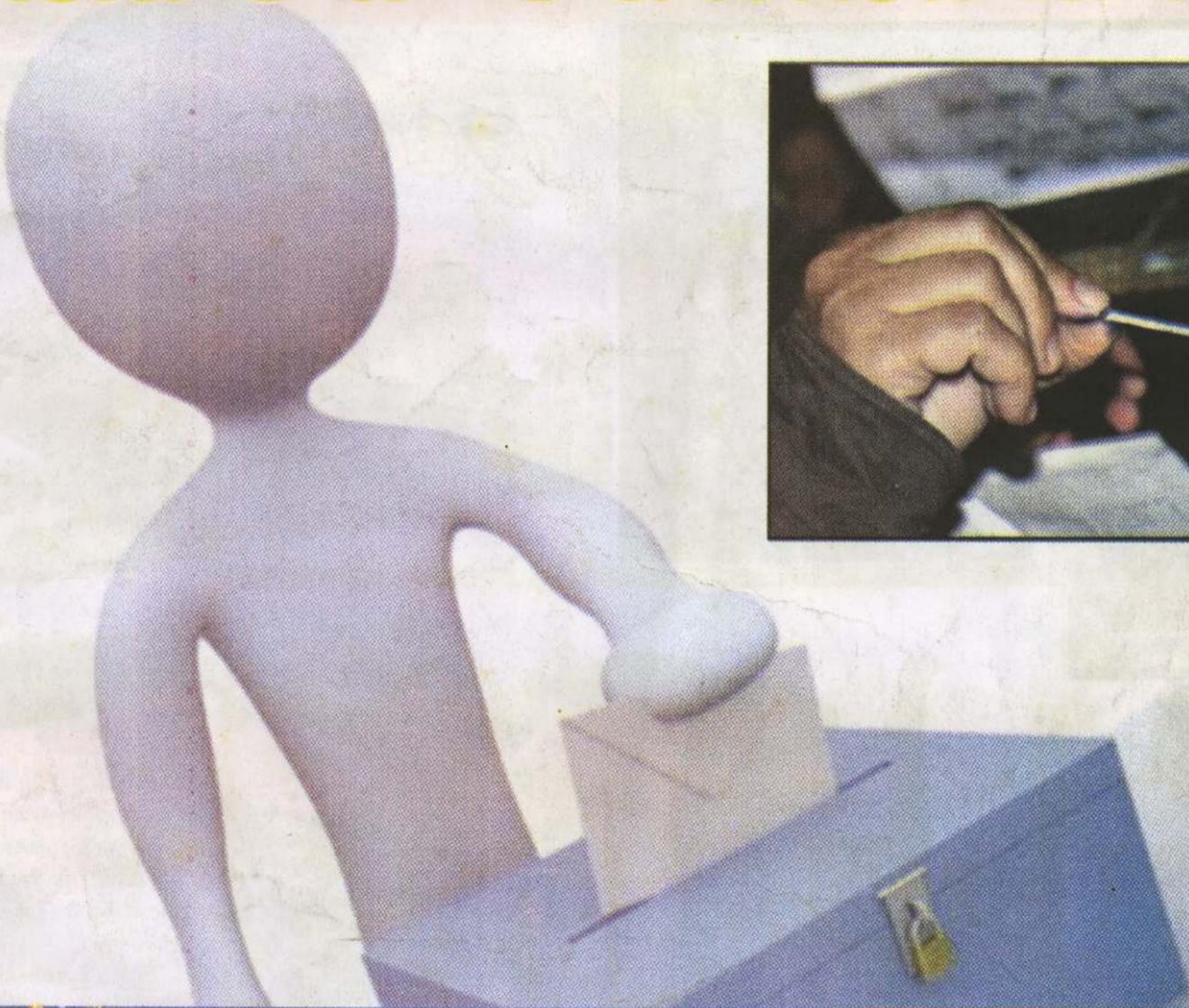
சுடர் ஒளி

பக்கம் 24

விலை 30/-



இனவாதமாக்கப்படும் உரிமைக் கோரிக்கைகள்



1717 FOLLOW US

LIFE இன் SPEED இற்கு
 செட்டராகும் INTERNET

மொபிடெல் இன்டர்நெட்
 அதிவேகமான இன்டர்நெட் அனுபவம் உட்கொடுக்கிறது

- 2.5GB - ரூ.279**
 (மு.ப. 09:00 - மு.ப. 11:59) - 1.5GB | (மு.ப. 12:00 - மு.ப. 08:59) - 1GB
 D1999 வரையில் 7678 டி.என்.எம்.எஸ்.டி
- 4.5GB - ரூ.399**
 (மு.ப. 09:00 - மு.ப. 11:59) - 2GB | (மு.ப. 12:00 - மு.ப. 08:59) - 2.5GB
 D399 வரையில் 7678 டி.என்.எம்.எஸ்.டி
- 8GB - ரூ.699**
 (மு.ப. 09:00 - மு.ப. 11:59) - 4GB | (மு.ப. 12:00 - மு.ப. 08:59) - 4GB
 D1999 வரையில் 7678 டி.என்.எம்.எஸ்.டி
- 12GB - ரூ.999**
 (மு.ப. 09:00 - மு.ப. 11:59) - 6GB | (மு.ப. 12:00 - மு.ப. 08:59) - 6GB
 D3999 வரையில் 7678 டி.என்.எம்.எஸ்.டி
- 28GB - ரூ.1,999**
 (மு.ப. 09:00 - மு.ப. 11:59) - 14GB | (மு.ப. 12:00 - மு.ப. 08:59) - 14GB
 D19999 வரையில் 7678 டி.என்.எம்.எஸ்.டி



Digitally Enabled Foundation
 noolaham.org | aavanaham.org

TRE/M/Promo/14-01-05 *விலைமாதிரி 2.000



சூவிமாட காணி வீடுகள்

இந்த காலனியில் உள்ள 70 சூவிமாட வீடுகளுக்கும் ஐக்கிய அமெரிக்காவால் கட்டப்பட்டது.

இந்தோனேசியாவின் பழைய நகரமான யோக்யாகர்தாவுக்கு அருகில் உள்ள சம்பர்ஹர்ஜோ கிராமத்தில் உள்ளது. அங்குள்ள மக்கள் புகழ்ப்பத்தில் வீடுகளை இழந்து தவித்தபோது அரசால் கட்டிக்கொடுக்கப்பட்டது.

ஒவ்வொரு துறைகளுமே புதுமையை நோக்கிப் பயணிக்கின்றன என்பதைவிட பறந்து கொண்டிருக்கின்றன. ஐந்து வருடங்களுக்கு முன்னால் புதுமை, அற்புதம் என்று புகழ்ந்து தள்ளியதைத்தான் இப்போது பழமை என்று உதறித் தள்ளுகிறோம்.

ஒவ்வொரு துறையிலும் அதன் ஜாம்பவான்கள் தங்கள் திறமைகளால் புதுமைகளை உருவாக்கி மக்கள் அனுபவிக்க விருந்தாக்குகின்றனர்.

கட்டடக்கலையும் தனது புதிய வளர்ச்சியில் புதிரான வீடுகளை உருவாக்கி மக்களுக்கு ஆச்சரியத்தையும் மகிழ்ச்சியையும் கொடுத்திருக்கிறது. அந்த புதிரான வினோத வீடுகள் சிலவற்றுக்கு செல்வோம்.



பங்கேரியாவின் நத்தை வீடு

சோலீபியா என்ற இடத்தில் நத்தைகளை போன்ற அமைப்பு கொண்ட இந்த வீடு உள்ளது. நத்தைகளின் வசிப்பிடத்திலேயே கட்டப்பட்டுள்ளது இன்னும் விசேஷம் என்னவென்றால் இதை கட்டி முடிக்க 10 ஆண்டுகள் ஆனது.

இதில் பயன்படுத்திய கான்கிரீட்டின் எடை தண்ணீரின் எடையில் நாலில் ஒரு பங்கு. இந்த வினோத வீடு கட்டடத் திறமைக்கு சவாலானதுதான்.

மனதைக் கவரும் வீடுகள்



விமான ஹோட்டல்

பறக்கும் 727 ஹோட்டல் என்று அழைக்கப்படும் இது, பார்ப்பதற்கு விபத்துக்குள்ளான விமானம் மரத்தில் கிடப்பது போல காட்சியளிக்கும்.

உண்மையிலேயே இந்த ஹோட்டல் விமானம் முன்பு தென்னாபிரிக்காவிலிருந்து பயணிகளை ஏற்றிக்கொண்டு கொலம்பியாவுக்கு பறந்து சென்றதுதான். பிறகு விமானம் விலைக்கு வாங்கப்பட்டு அதன் கூடு ஹோட்டலாக மாற்றப்பட்டது. இந்த பறக்கும் ஹோட்டல் கோஸ்டாரிகாவில் உள்ளது.



பறக்கும் வண்டி வீடு

நாம் புல்வெளிகளில் பார்ப்பதற்கு ஒரு வட்டம் போன்ற உடலமைப்பு கொண்ட வண்டின் வடிவத்தில் இந்த வீடு உள்ளது.

இது பின்லாந்தைச் சேர்ந்த கட்டட நிபுணர் மட்டி சர்ரோனென் என்பவரால் 1968 ஆம் ஆண்டு வடிவமைக்கப்பட்டது. எட்டு பேர் வசிக்கும் அளவிலான இந்த வண்டு (வீடு) டெக்ஸாசில் உள்ள ஒரு கடினமான தரையில் அமைந்துள்ளது.



தேநீர் குடுவை வீடு

வொஷிங்டனில் உள்ள ஷில்லா என்ற இடத்தில் 1922 ஆம் ஆண்டில் கட்டப்பட்டது. ஜனாதிபதி வாரென் ஹிட்லர் நினைவாக இந்த அற்புதமான தேநீர் குடுவை போன்ற சூவிமாட வீடு கட்டப்பட்டது. இந்த சிறிய வீடு வசிப்பதற்கு ஆபத்தான இனிய அனுபவத்தை தரும் வீடு.

அண்மையில் தேர்தல் பிரசார நடவடிக்கைகளுக்காக யாழ்ப்பாணத்துக்கு விஜயம் செய்துள்ள ஜே.வி.பியின் தலைவர் அனூர குமார திசநாயக்க ஒரு அற்புதமான கண்டுபிடிப்பை வெளியிட்டுள்ளார். அதாவது தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு உட்பட வடபகுதியில் செயற்படும் தமிழ்க்கட்சிகள் இனவாதம் பேசுகின்றன என உட்கவியலாளர் சந்திப்பின் போது அவர்கண்டனம் செய்துள்ளார்.

இது மஹிந்த ராஜபக்ஷவாலும் அவரின் ஆதரவாளர்களாலும் கூட அடிக்கடி முன்வைக்கப்படும் குற்றச்சாட்டுத் தான். அவர்கள் சொல்வதில் ஆச்சரியப்படவில்லை.

உலகப் புரட்சிவாதிகளில் மக்களால் மிகவும் நேசிக்கப்படும் சேகுவேராவே தங்கள் வழிகாட்டியெனவும் கூறி வருகின்றனர்.

தேசிய இனங்களின் சுய நிர்ணய உரிமை தொடர்பாக மார்க்ஸியம் மிகவும் தெளிவான பார்வையைக் கொண்டுள்ளது. ஒவ்வொரு தேசிய இனத்துக்கும் ஒரு மொழி, ஒரு பொதுப் பொருளாதாரம், ஒரு வரலாற்று ரீதியாக நிலைபெற்ற ஒரு கலாசாரம், ஒரு தொடர்ச்சியான வாழ் நிலப்பகுதி உண்டு என்பதைத் திட்டவாட்டமாக ஏற்றுக் கொள்கிறது. இந்த நான்கு அம்சங்களும் ஒரு தேசிய இனத்தின் தனித்துவ அடையாளங்கள் எனவும்,

சுதந்திரமான நபர்களாக வாழப் போராட வேண்டிய நிலைக்குத் தள்ளப்பட்டோம். ஜனநாயக வழிகளில் தொடங்கிய எமது போராட்டம் ஆயுதப் போராட்டமாக வளர்ச்சியடைந்து மீண்டும் ஜனநாயக வழிக்குத் திரும்பியுள்ளது.

இன்று மாக்ஸிஸ சிந்தனையால் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட தேசிய இனத்துக்கான சுய நிர்ணய உரிமைக்கான எமது கோரிக்கை ஜே.வி.பிக்கு இனவாதமாகப்படுகிறது. சொங்கொடிகளை ஏற்றிக் கொண்டு அரசியல் செய்யும் இவர்கள் இன்னொரு புறத்தில் எல்லா ஒடுக்குமுறைகளிலிருந்தும் விடுதலை பெறுவோம் என்ற மாக்ஸிஸக் கோசத்தை

வல்லரசின் ஆதிக்க விஸ்தரிப்பின் பிரதிநிதிகளே மலையகத் தொழிலாளர்கள் என தோட்டத் தொழிலாளர்களுக்கு எதிராக பிரசாரம் செய்தவர்கள் இவர்கள். இலங்கையிலேயே மிகக் கொடுமையாக சுரண்டப்பட்டு வறுமையினும், துன்பத்தினும் வாடும் மலையக மக்களை எதிரிகளாக்கி ஆரம்பத்தில் அரசியல் செய்தவர்கள் தான் இந்த ஜே.வி.பியினர். இவர்களின் ஐந்து அரசியல் வகுப்புக்களில் ஐந்தாவது இந்திய விஸ்தரிப்பு வாதத்துக்கு எதிரானது எனக் கூறப்பட்டு மலையக மக்களை இலங்கையின் இறைமைக்கு எதிரானவர்கள் எனச் சித்தரித்தது.

மக்களின் வாக்குரிமை பறிக்கப்பட்டு அவர்கள் நாடற்றவர்களாக மாற்றப்பட்ட போதே தமிழரசுக்கட்சி உருவானது. தனிச்சிங்களச் சட்டம் கொண்டு வரப்பட்ட போது அது வலுப்பெற்று தமிழ் மக்கள் மத்தியில் வலிமையான சக்தியாக உருவெடுத்தது. தமிழ் மக்கள் மீது ஆயுத அடக்கு முறைகள் கட்டவிழ்த்து விடப்பட்ட போது ஆயுதப் போராட்ட அமைப்புக்கள் தோன்றின. விடுதலைப் புலிகளின் ஆயுதப் போராட்டம் இடம்பெற்ற போது அவர்களின் ஜனநாயகப் பிதிநிதிகளாகவே தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு உருவாகியது. அதன் ஒரு பகுதியே இன்று தமிழ் தேசிய மக்கள் முன்னணியாக விளங்குகிறது.

எனவே தமிழ் மக்கள் மத்தியில் உள்ள அனைத்து அமைப்புக்களும், கட்சிகளும் இன ஒடுக்குமுறைகளுக்கு எதிராக உருவானவையே. எனவே அவை இனத்தின் தனித்துவத்தைப் பாதுகாப்பதிலும், இனத்தின் பறிக்கப்பட்ட உரிமைகளைப் பெறவும் போராடுவது என்பது இயல்பானதே.

இன ஒடுக்குமுறை என்பது அரங்கேற்றப்படாவிட்டால் இன அடிப்படையிலான உரிமைக் குரல்களின் தேவைகள் எழுவாய்ப்பில்லை என்பதை ஜே.வி.பி மட்டுமல்ல சகல போரினவாதக் கட்சிகளும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு இனம் தனது தனித்துவத்தைப் பாதுகாத்து தனது மொழியுரிமை, தன் பொருளாதார வளம், தனது வாழிடம் என்பவற்றின் உரிமைகளை அனுபவித்து வாழ்வது இனவாதமல்ல. ஐக்கிய நாடுகள் மனித உரிமைகள் சட்டங்களால் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட உரிமைகள்.

ஆனால் ஒரு இனம் இன்னொரு இனத்தின் மீது மேலாதிக்கம் செலுத்துவது என்பதே அப்படிமான இனவாதமாகும். ஜே.வி.பியும் கூட சம உரிமைகள் பற்றிப்



இனவாதமாக்கப்படும் உரிமைக் கோரிக்கைகள்

ஏனெனில் அவர்கள் இன ஒடுக்குமுறையையும், இன அழிப்பையும் கொள்கையாகக் கொண்டவர்கள் மட்டுமன்றி அதைத் தீவிரமாக நடைமுறைப்படுத்தி வருபவர்கள். அவர்கள் அதை நியாயப்படுத்துவது மட்டுமன்றி இன அழிப்புக்கு எதிரான எந்த ஒரு தற்காப்பு நடவடிக்கைக்கும் பயங்கரவாத வர்ணம் பூசி வருபவர்கள்.

ஆனால் ஜே.வி.பி ஒரு புறம் சிங்கள தமிழ், முஸ்லிம், மக்களின் உரிமைகள் வழங்கப்பட்டு அனைவரும் சம அந்தஸ்துடன் வாழ வேண்டும் என கூறிக் கொண்டு பறிக்கப்பட்ட உரிமைகளை மீட்கக் குரல் கொடுக்கும் கட்சிகளை இனவாதம் பேசுவதாகச் சித்தரிக்கப்பட்டது தான் வியப்பு.

ஜே.வி.பியினர் தாங்கள் இடது சாரிகள் எனவும் மார்க்ஸியக் கொள்கைகளைப் பின்பற்றுபவர்கள் எனவும்

இவற்றில் எந்த ஒரு அம்சத்தை சீர்குலைக்க முயன்றாலும் அது ஒரு இன அழிப்பு முயற்சி என்றே மாக்கிஸம் தெளிவாக விளக்கியுள்ளது. இலங்கையில் தமிழினத்தின் மொழியுரிமை பறிக்கப்பட்டது. பொருளாதாரத்தை அழிக்கும் முயற்சிகள் தொடர்கிறது; மேற்கொள்ளப்படுகின்றன. திட்டமிட்ட வகையில் தமிழ் மக்களின் பாரம்பரிய கலாசாரத்தின் மேல் போர் தொடுக்கப்பட்டுள்ளது. சிங்களக் குடியேற்றங்கள் மூலமும், போர் மூலமும் எமது நிலங்கள் ஆக்கிரமிக்கப்படுகின்றன. ஒட்டு மொத்தத்தில் உயிர் வாழும் உரிமையும், சுதந்திரமாக நடமாடும் உரிமையையும் கூடக் கேள்விக்கு உட்படுத்தப்பட்டு விட்டன. அதாவது ஒரு அழிப்பு நடவடிக்கை தமிழ் மக்கள் மீது கட்டவிழ்த்து விடப்பட்டுள்ளது.

எனவே நாம் எமது இனத்தைப் பாதுகாக்கவும்,

முற்றாகவே நிராகரிக்கின்றனர்.

இப்படியான இவர்களின் நடவடிக்கைகள் புதியவையோ அல்லது ஆச்சரியத்துக்குரியனவோ அல்ல. ஏனெனில் இவர்களின் ஆரம்ப காலமே இந்திய விஸ்தரிப்பு வாதத்துக்கு

இப்போது அதே மலையகத்தைச் சேர்ந்த சந்திரசேகரன் வடக்கில் ஜே.வி.பி சார்பில் தேர்தலில் போட்டியிடுகிறார்.

அடிப்படையில் இன்று தமிழ் மக்கள் மத்தியில் நிலைபெற்றுள்ள கட்சிகள் அனைத்

எதிரான போராட்டம் என்று கூறி இனவாதத்தை முன் வைத்து வளர்ந்தது.

அதாவது இந்திய பிராந்திய

துமே இன ஒடுக்குமுறை நடவடிக்கைகளுக்கு எதிராக எழுந்தவை என்பது வரலாறாகும். மலையக

பேசினாலும் அவர்களும் அடிப்படையில் இனவாதிகளே என்பது அசைக்க முடியாத உண்மையாகும்.

தீயில் வெந்த நகரம்

உருத்திரா

அழகழகான சிற்பங்கள் மிக வித்தியாசமான அமைப்புகளில் தான் அந்த நகரத்தில் நிறைந்து கிடக்கிறது. நேப்பிள்ஸ் நகரின் அருங்காட்சியகங்களிலும் கூட. நன்றாக உற்றுப் பார்த்தால் அவை செதுக்கப்பட்ட சிலைகள் போன்றும் இல்லை என்றே கூறலாம். மிக தத்ரூபமான வடிவங்கள். முக அமைப்புகள், உடல் மொழிகள். ஒரு மனிதனே எதிரில் நிற்பது போன்றதொரு வடிவு. ஆம் அவர்கள் மனிதர்கள் தான். இயற்கையின் சீற்றத்தில் சிலையாகிப்போனவர்கள். இயற்கையை எதிர்க்கும் துணிவற்று தலை தாழ்த்தி மரணத்தை சுவீகாரம் செய்து கொண்டவர்கள். அந்த நகரம் பொம் பெயி. என்ன நடந்தது அங்கு? சற்றுப் பின்னோக்கிச் சென்று தான் பார்க்க வேண்டும்.

இயற்கை எழில் சூழ்ந்த பண்டைய ரோமாபுரியின் ஒரு நகரம் தான் பொம்பெயி. பொம்பெயி என்றால் ஒஸ்கன் மொழியில் ஐந்து என்று அர்த்தமாம். ஐந்து கிராமங்கள் உள்ளடக்கியது அல்லது ஐந்து குடும்பங்கள் குடியேறிய பகுதி என்ற ரீதியில் இந்த பெயர் வைக்கப்பட்டிருக்கலாம் என்று தியோடர் க்ரெளஸ் என்ற ஆராய்ச்சியாளர் கூறியிருக்கிறார்.

வெசுவியஸ் மலையிலிருந்து சுமார் 8 கிலோமீற்றர் தொலைவில் சர்னோ ஆற்றின் கரையில் அமைந்திருக்கிறது பொம்பெயி. இன்று சற்று தனித்த தீவாக காணப்படும் இந்த நகரம் முன்பு கரையோரத்தில் அமைந்திருக்கலாம் என்றும் கருதப்படுகிறது.

ஒரு சிறந்த நகருக்கான கட்டமைப்பு வசதிகளோடு காணப்படுகிறது பொம்பெயி. இத்தாலியின் ஒரு பகுதியில் அமைந்துள்ள பொம்பெயி ரோமானியர்களால் வெற்றி கொள்ளப்பட்டு அந்த பேரரசின் பகுதியாக இருந்துள்ளது. பல ரோமானியர்கள் அங்கு தங்களை பண்ணை வீடுகளையும் ஓய்வு இல்லங்களையுமே அமைத்திருந்தனர்.

நகரின் சுற்றுப்பகுதியில் உள்ள கிராமப்பகுதிகள் மற்றும் வயல் வெளிகளில் இருந்து பார்வி, கோதுமை மற்றும் பல தானியங்கள் விளைவிக்கப்பட்டு நகருக்கு அனுப்பப் பட்டுள்ளது. முறையான தெருக்களையும், சாலையின் இருமருங்கிலும் பலவித கடைகளையும் கொண்டு பொம்பெயி சிறந்த இளைப்பாற்றும் நகரமாக இருந்துள்ளது.

ஓயின் தயாரிப்பில் மிக்க தேர்ச்சிபெற்ற நகரமாக இருந்த பொம்பெயி தனது வருமானத்தின் முக்கிய பங்கை வைன் ஏற்றுமதியின் மூலமாக பெற்றுள்ளது. பொம்பெயி தனது தொடக்க கால வாழ்வில் இரண்டு முக்கிய பேரழிவுகளை சந்தித்துள்ளது.

பெப்ரவரி 5 இல் உருவான நிலநடுக்கம்.

நவீன ரிக்டர் அளவுகோலின்படி 5 முதல் 6 புள்ளிகள் வரை நிலநடுக்கம் வந்திருக்கலாம் என்று கணிக்கப்பட்டுள்ளது.

இதனால் பல கட்டிடங்கள் இடிந்தும், ஏற்றி வைக்கப்பட்ட விளக்குகள் கீழே விழுந்து தீ விபத்து உருவானதிலும் குறிப்பிடத்தக்க அளவு அழிவு நிகழ்ந்திருக்கலாம் என்றும் கணிக்கப்பட்டுள்ளது. அவற்றை புனரமைத்து மக்கள் வாழ தொடங்கிய நிலையில் தான் வெசுவியஸ் தனது கோரமுகத்தை காட்டிற்று. கி.மு. 79 ஆம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் 24 ஆம் திகதி வெசுவியஸ் தனது எரிமலைக் குழம்பை கொட்டி பொம்பெயி நகரை சாம்பல் மேடாக்கியது. இதற்கு ஒரு நாள் முன்பு தான் அந்த நகர மக்கள் நெருப்பு கடவுளுக்கு விழா எடுத்து கொண்டாடியுள்ளனர். கிட்டத்தட்ட 250 டிகிரி செல்சியஸ் வெப்பம் சுமார் ஆறு மைல் சுற்றளவுள்ள பகுதியை கபளீகரம் செய்துகொண்டது. அங்கிருந்த மக்களை காப்பாற்ற முயன்று இறந்து போன ஒரு இராணுவ அதிகாரியான மூத்த பிளினி என்பவரது உறவினரான இளைய பிளினி இந்த நிகழ்வை தூரத்தில் இருந்து பார்த்து எழுதிய கடிதங்கள் அந்த நகருக்கு சாட்சியாக விளங்குகின்றன. கி.பி ஐந்தாம் ஆண்டுவாக்கில் புதையுண்டு போன இந்த நகரை கண்டுபிடித்திருக்கின்றனர். மீண்டும் நூற்றைம்பது வருடங்கள் கழித்து சில ஆராய்ச்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு கிடப்பில் போடப்பட்டன. மீண்டும் மூன்றாவது முறையாக கிட்டத்தட்ட ஆயிரத்து ஐநூறு வருடங்கள் கழித்து சாம்பல் தூசி தட்டப்பட்டு இந்நகரில் ஆராய்ச்சிகள் முழு பற்பல



தடைகளுக்கிடையே மேற்கொள்ளப்பட்டது. விளைவு கடந்த இருநூற்றைம்பது வருடங்களாக இத்தாலியின் முக்கியமான சுற்றுலா நகரமாக பொம்பெயி மீண்டும் மாறியிருக்கிறது. வருடத்தில் சுமார் இரண்டரை மில்லியன் மக்கள் வந்து செல்கின்றனர். எரிமலைக்குழம்பில் சிக்கி உயிரிழந்த மக்கள் எந்த நிலையில் மரணத்தை தழுவினரோ அதே நிலையில் சிலையாக இருந்தவாறு தங்கள் கதைகளை பரப்பிக்கொண்டிருக்கின்றனர். கட்டியணைத்த நிலையில் இறந்துபோன காதலர்கள், தாய் மற்றும் குழந்தையின் உருவங்கள் கண்கள் பனிக்கச் செய்கின்றன. இயற்கைக்கு முன்னர் எப்போதும் மனிதன் நிராயுதபாணி தான்.



SINGER



டெல் கணினிகளுக்கு சரியான தெர்வு சிங்கர்

**No.1
Partner**

3 வருடங்கள் வரை
நீடித்துக்கொள்ளக் கூடிய உத்தரவாதம்



வட்டி இன்றி

DELL-NB-I3 (DELL Inspiron 3543)

- ★ Intel i3 - 5005U (3MB Cache, 2.0GHz)
- ★ Digital MIC, Spill - resistant Keyboard
- ★ Intel HD Graphics 5500
- ★ 4GB, 500GB, HD Webcam
- ★ 15.6" HD Display, DVD Writer
- ★ Ubuntu Linux

ரூ. 77,999/- மாதாந்தம் ரூ. 3,800/-



காசு
கொள்வனாமிற்கு,
Huawei
எம்மட்டுமே
இலவசம்
அல்லது
ரூ. 8000
கழிவு



வட்டி இன்றி

5th Gen

DELL - NB - DCSG (Dell Inspiron 3543)

- ★ Intel Celeron 3205U (2MB Cache, 1.5GHz)
- ★ 4GB, 500GB, HD Webcam
- ★ Digital MIC, Spill-resistant Keyboard
- ★ 15.6" HD Display, DVD Writer
- ★ Intel HD Graphics, Ubuntu Linux
- ★ McAfee Virus Guard

விலை ரூ. 56,999/-

ரூ. 60,999/-

மாதாந்தம் ரூ. 2,999/-



வட்டி இன்றி

5th Gen

DELL - NB - I3WB (DELL Inspiron 3543)

- ★ Intel i3 (3MB Cache, 2.0GHz)
- ★ 4GB, 500GB, HD Webcam, Digital MIC
- ★ Spill-resistant Keyboard
- ★ 15.6" HD Display
- ★ DVD Writer, Intel HD Graphics Windows 8.1

விலை ரூ. 77,999/-

ரூ. 82,999/-

மாதாந்தம் ரூ. 3,867/-



வட்டி இன்றி

5th Gen

DELL - NB - I5 (DELL Inspiron 5558)

- ★ Intel i5-5205U (3MB Cache 2.2GHz up to 2.7GHz)
- ★ 4GB, 1TB, HD Webcam
- ★ Digital MIC
- ★ Spill-resistant Keyboard
- ★ 15.6" HD Display, DVD Writer
- ★ Intel HD Graphics 5500, Ubuntu Linux McAfee Virus Guard

விலை ரூ. 89,999/-

ரூ. 99,999/-

மாதாந்தம் ரூ. 4,999/-



5th Gen

DELL - NB - I5WB (DELL Inspiron 5558)

- ★ Intel i5-5200U (3MB Cache 2.2GHz up to 2.7GHz)
- ★ 4GB, 1TB, HD Webcam
- ★ Digital MIC, Spill-resistant Keyboard
- ★ 15.6" HD Display, DVD Writer, Intel HD Graphics 5500
- ★ Windows 8.1, McAfee Virus Guard

விலை ரூ. 96,999/-

ரூ. 107,799/-

மாதாந்தம் ரூ. 7,094/-



5th Gen

DELL - NB - ISSVGA (DELL Inspiron 3543)

- ★ Intel i5-5200U (3MB Cache 2.2GHz up to 2.7GHz)
- ★ 4GB, 500GB, HD Webcam, Digital MIC
- ★ Spill-resistant Keyboard
- ★ 15.6" HD Display, DVD Writer NVIDIA GeForce 820M 2GB DDR3L (Dedicated VGA), Ubuntu Linux, McAfee Virus Guard

விலை ரூ. 89,999/-

ரூ. 99,999/-

மாதாந்தம் ரூ. 6,580/-



5th Gen

DELL-NB-I7WB (DELL Inspiron 5558)

- ★ Intel i7-5500U (4MB Cache 2.4GHz up to 3.0GHz)
- ★ 8GB, 1TB, HD Webcam
- ★ Digital MIC
- ★ Spill-resistant Keyboard
- ★ 15.6" HD Display, DVD Writer

விலை ரூ. 121,999/-

ரூ. 131,999/-

மாதாந்தம் ரூ. 8,923/-

யாழ்ப்பாணம் 021-2225408 | சங்கரணை 021-2251100 | சாவகச்சேரி 021-2270197 | கொழும்பு 077-6433888
 நெல்லைப்படி 021-2264937 | சவனகமம் 021-5100280 | மானப்பாடி 021-2263411 | கிளிநொச்சி 021-2280199
 புருத்தித்துறை 021-2263411 | முல்லைத்தீவு 021-2290180 | 011 5 400 400 | www.singerl.com

கிடைக்கும் இடங்கள்
SINGER Plus உங்களுக்கு உதவக்கூடியது

உங்கள் புள்ளடிகள் இலட்சம் பொன் பெறுமதி

அடுத்த வாரத்தில், இன்னும் நான்கு நாட்களில், நாடாளுமன்றத் தேர்தலுக்கான வாக்களிப்பு, நாடளாவிய மட்டத்தில் நடைபெறப் போகிறது. நாட்டின் ஒன்பது மாகாணங்களிலும் அவற்றின் சகல மாவட்டங்களிலும் எதிர்வரும் திங்கட்கிழமை அது இடம்பெறும். இந்தச் சிறிய இடைவெளியில் எத்தனை வாக்காளர்களைத் தமது பக்கம் ஈர்த்து இழுக்கலாம் என்று வேட்பாளர்கள் வேக நடைநடப்பார்கள். தேர்தல் காலத்தில் அது புதுமை அல்ல.

மொத்தத்தில், இந்த மாதம் பதினேழாம் திகதியன்று நடைபெறவுள்ள பொதுத்தேர்தல், முந்தியவற்றை விடவும் மிகமிகச் சூடாக இருக்கப் போகிறது. தமிழ்த் திரைப்படம் ஒன்றில் ஒலித்தது போன்று, சபாஷ் சரியான போட்டி தான் என்ன வகையில் நடைபெறப் போகிறது.

தேர்தல் சமாச்சளத்தில் - அமாச்சளத்தில் - அடிபிடி சண்டைகளுக்கும், வன்செயல்களுக்கும் குறைவு இருக்காது. தேர்தலுக்கு முந்திய நாட்களில், வேட்பாளர்கள், அரசியல் கட்சிகள், ஆதரவாளர்கள் இடையே வேண்டத்தகாத கருத்து மோதல்கள் மட்டுமன்றி, வன்செயல்களும் பொங்கி எழுவது இந்த நாட்டின் நீரந்தர சாபக்கேடு.

முன்னர் எப்போதும் இல்லாத வகையில், இந்தத் தேர்தலில், தெற்கின் இரண்டு பிரதான அரசியல் வட்டகைகளும் மோதிக்கொள்ளும் போக்கு மின்னித் தெறிக்கிறது.

அதனால் தேர்தல் நாளன்று அரசு பாதுகாப்பை அதிகரித்து, மக்கள் அச்சம் இன்றியும், தமது தெரிவுக்கும், விருப்புக்கும் வாக்களிக்கும் சூழலை உருவாக்க வேண்டும். அதற்குத் தேவையான பணிகளை முன்னெடுக்க ஏற்பாடு செய்வது அவசியம். அது தட்டிக்கழிக்க முடியாத பிரதான கடைமையும் ஆகும்.

தமது தேர்தல் தொகுதியில் போட்டியிடும் வேட்பாளர்களில், மக்கள் நலனுக்கும், அரசியல் உரிமைகளுக்கும் உள்ளார்ந்த மனதுடன் செயலாற்ற வல்லவர்கள் யார் என்பதை இனம் கண்டு, புள்ளடி இடுவது வாக்காளர்களின் கடமையாகும்.

தத்தமது தொகுதிகளுக்கு முன்னுரிமை கொடுத்து செயற்பட வல்லவர்களை, அரசியல் ஆற்றல் நிறைந்தவர்களை ஆதரிப்பதே இன்றைய காலத்தின் கட்டாயம் என்பதையும் மனதில் ஆழ இருத்த வேண்டும்.

வாக்குச் சீட்டுக்களில் நீங்கள் இடும் புள்ளடிகள் இலட்சம் பொன் பெறுமதியானது. அதனை மனதில் இருத்திச் செயற்படுங்களேன்.

துருக்கிப்படைகள் சிரியாவில் ஐ எஸ் எனப்படும் இஸ்லாமிய அரசுப் போராளிகள் மீதும் ஈராக்கில் குர்திஷ்தான் தொழிலாளர்கள் கட்சியின் போராளி அமைப்பினர் மீதும் தாக்குதல் நடத்தத் தொடங்கியமை மேற்காசியாவில்

அமைப்பினருக்கு எதிராக துருக்கி தாக்குதல் தொடங்கியது ஐக்கிய அமெரிக்காவிற்கு ஒரு வெற்றி எனச் சொல்லாம். அமெரிக்கப் படைகள் தரையில் இறங்கிப் போர் புரியாமல் ஐ எஸ் அழிக்கப் பட முடியாது எனப் பல படைத்துறை நிபுணர்கள் தொடர்ந்து

ஐக்கிய அமெரிக்காவின் நட்பு நாடும் நேட்டோப் படைத்துறைக் கூட்டமைப்பில் ஒரு உறுப்பு நாடு மான துருக்கி இதுவரை காலமும் தனது விமானப் படைத் தளங்களை ஐ எஸ் அமைப்பினருக்கு எதிரான தாக்குதலுக்குப் பயன்படுத்த அமெரிக்காவிற்கு அனுமதி மறுத்திருந்தது. தற்போது அந்த அனுமதி வழங்கப்பட உள்ளது. துருக்கியில் நடந்த தீவிரவாதத் தாக்குதல் கள் துருக்கியின் நிலைப்பாட்டை மாற்றியுள்ளது.

ஏற்பட்டுள்ள குழப்ப நிலையில் பெரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்துமா என்ற கேள்வியை உருவாக்கியுள்ளது. ஐக்கிய அமெரிக்காவின் நட்பு

சொல்லிக் கொண்டிருக்கையில் நேட்டோப் படைத்துறைக் கூட்டமைப்பில் ஆளணி எண்ணிக்கை அடிப்படையில் இரண்டாவது பெரிய

களத்தில் குதித்த துருக்கியும் கால்வாரப்படும் குர்திஷ் மக்களும்

நாடும் நேட்டோப் படைத்துறைக் கூட்டமைப்பில் ஒரு உறுப்பு நாடு மான துருக்கி இதுவரை காலமும் தனது விமானப் படைத்தளங்களை ஐ எஸ் அமைப்பினருக்கு எதிரான தாக்குதலுக்குப் பயன்படுத்த

படைத்துறையைக் கொண்ட துருக்கி தாக்குதல் செய்வது அமெரிக்காவிற்கு ஆறுதல் அளிப்பதாக அமைகின்றது. இஸ்லாமியத் தீவிரவாதிகளுக்கு எதிராக அமெரிக்கா நேரடிப் போரில் ஈடுபட்டால் அது ஆளணி



அமெரிக்காவிற்கு அனுமதி மறுத்திருந்தது. தற்போது அந்த அனுமதி வழங்கப்பட்டுள்ளது. துருக்கியில் நடந்த தீவிரவாதத் தாக்குதல்கள் துருக்கியின் நிலைப்பாட்டை மாற்றியுள்ளது.

**அமெரிக்காவிற்கு
இரட்டை நன்மை**

யேமனில் சவுதி அரேபியா களமிறங்கி இஸ்லாமியத் தீவிரவாதிகளுக்கு எதிராகப் போர் புரிகையில் சிரியாவில் ஐ எஸ்

இழப்புக்களையும் பணச் செலவையும் உருவாக்கும். சவுதி அரேபியாவும் துருக்கியும் தாக்குதல் செய்வது அந்த இரண்டும் அமெரிக்காவிற்கு நடக்காமல் செய்யும். அத்துடன் அமெரிக்காவிடமிருந்து இரு நாடுகளும் படைக்கலன்களை வாங்கும் போது அமெரிக்காவின் ஏற்றுமதி வருமானம் அதிகரிக்கும். மேலும் ஒரு இரட்டை நன்மையாக ஒரு புறம் ஆப்கானிஸ்தானில் அல் கெய்தாவின் தற்கொலைத் தாக்குதல் போராளிகளின்

பிரிவின் தலைவர் அபு காகில் அல் சுதானி அமெரிக்க விமானத் தாக்குதலில் கொல்லப்பட்ட சிரிய அதிபர் பஷார் அல் அசாத் தனது படையில் ஆளணிப் பற்றாக்குறை ஏற்பட்டுள்ளது எனப் பகிரங்கமாக ஒப்புக் கொண்டுள்ளார்.

குர்திஷ் அமைப்புகள்

1. பிகேகே (PKK) - இது துருக்கியில் குர்திஷ்தான் தொழிலாளர் கட்சியின் போராளி அமைப்பு. 1978ஆம் ஆண்டு உருவாக்கப்பட்ட தீவிர இடதுசாரிக் கொள்கையைக் தொழிலாளர் கட்சி துருக்கிய அரசுக்கு எதிராக கரந்தடிப் போரைச் செய்து கொண்டிருக்கின்றது.

2. வைபிஜி/ வைபிஜே (YPG/YPJ) - இவை இரண்டும் சிரியாவில் செயற்படும் மக்களாட்சி ஐக்கியக் கட்சியின் போராளிப் பிரிவுகளாகும். YPG ஆண் போராளிகளையும் YPJ பெண் போராளிகளையும் கொண்டவை. YPJ தான் எல்லாக் குர்திஷ் போராளி அமைப்புகளிலும் போரிடும் திறன் மிக்கது. இது சிரியாவின் தனது கட்டுப்பாட்டின் கீழ் ஒரு நிலப்பரப்பை வைத்திருக்கின்றது. அமெரிக்காவுடன் இது இணைந்து செயற்படுகின்றது.

3. பெஷ்மேர்கா - இது 1920களில் இருந்து ஈராக்கில் உரிமைக்காகப் போராடிவரும் குர்திஷ் மக்களின் அமைப்பாகும். 2003ஆம் ஆண்டு அமெரிக்கப் படைகள் ஈராக்கை ஆக்கிரமித்த போது அவற்றுடன் பெஷ்மேர்கா இணைந்து போராடியது. தற்போது இது ஈராக்கில் பெரு நிலப்பரப்பை தனது கட்டுப்பாட்டின் கீழ் வைத்து ஒரு நிழல் அரசை நடாத்தி வருகின்றது.

குடையைக் குழப்பிய துருக்கி

இதுவரை அமெரிக்காவுடன் இணைந்தும் அமெரிக்காவிடமிருந்து படைக்கலன்களைப் பெற்றுக் கொண்டும் ஐ எஸ் அமைப்பினருக்கு எதிராக போராடிக் கொண்டிருக்கும் குர்திஷ் மக்களின் போராளிகளுக்கு எதிராக துருக்கியப் படைகள் தாக்குதல் நடாத்தியமை இன்னும் ஒரு குழப்பத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளது. எழுபதுகளில் சதாம் ஹுசைன் சோவியத் ஒன்றியத்துடன் தனது உறவுகளை நெருக்கமாக்கிய போது ஈராக்கில் உள்ள குர்திஷ் மக்களுக்கு அமெரிக்கா மட்டுப்படுத்தப்பட்ட அளவில்படைக்கலன்களை ஈரானுடாக வழங்கியது. பின்னர் ஈரானில் மதவாதப் புரட்சி

ஏற்பட்டு ஆட்சி மாற்றம் ஏற்பட்ட பின்னர் அமெரிக்கா ஈராக்குடன் தனது உறவை வளர்த்தது. பின்னர் சதாம் ஹுசைன் குர்திஷ் மக்களுக்கு எதிரான ஓர் இன அழிப்புத் தாக்குதல் செய்யும் போது குர்திஷ் மக்கள் அமெரிக்கா தமக்கு உதவி செய்யும் என நம்பி ஏமாந்தனர். அந்த ஏமாற்றத்தின் இரண்டாவது கட்டமாக இப்போது துருக்கி குர்திஷ் மக்களை அழிக்கப் போகின்றதா? துருக்கி தாக்குதலைத் தொடங்கிய

மூன்று நாட்டு ஆட்சியாளர்களாலும் இன அழிப்பிற்கு உள்ளாக்கப்பட்டவர்கள். 2014 ஆம் ஆண்டில் ஈராக்கில் ஐ எஸ் ஐ எஸ் அமைப்பினர் ஈராக்கிய அரசபடைகளை பல பிராந்தியங்களில் இருந்து விரட்டிய போது குர்திஷ் மக்கள் அதை வாய்ப்பாகப் பயன்படுத்தி ஈராக்கில் உள்ள பெஸ்மேரா எனப்படும் குர்திஷ் போராளி அமைப்பு தமக்கு என ஒரு பிராந்தியத்தை தமது கட்டுப்பாட்டின் கீழ் கொண்டு வந்தது. அதே போல் துருக்கியில்

தால் அவர்களால் இதைச் சாதிக்க முடிந்தது. மேலும் அவர்கள் துருக்கியில் வாழும் யஷ்திரியர்கள், ஆர்மீனியர்கள், கிறிஸ்தவர்கள் ஆகியோருடன் தேர்தலில் இணைந்து செயற்பட்டனர். தேர்தல் முடிவுகள் அறிவிக்கப்பட்டதும் 1970ஆம் ஆண்டில் இருந்து தமது சுதந்திரத்திற்காக 40,000 உயிரிழப்புக்களுடன் போராடிவரும் குர்திஷ் மக்கள் தியர்பக் கிர் நகரில் வாணவேடிக்கை களுடன் தமது வெற்றியைக் கொண்டாடினர். ஆனால் ஈராக்கில் குர்திஷ் போராளிகளின் நிலைகளைத் துருக்கிய விமானங்கள் தாக்கியதுடன் துருக்கியில் வாழும் குர்திஷ் மக்களின் கட்சியான குர்திஷ் தொழிலாளர் கட்சி துருக்கியுடன் நடாத்தி வந்த சமாதானப் பேச்சுவார்த்தை முறிவடைந்து விட்டதாக அறிவித்தது. துருக்கியில் தமக்கு சுய நிர்ணய உரிமை வேண்டும் என முப்பது ஆண்டுகளாக குர்திஷ் மக்கள் போராடி வருகின்றனர். சிரியாவில் செயற்படும் குர்திஷ் போராளிகள் மீது துருக்கி தாக்குதல் நடாத்தியது. ஐக்கிய அமெரிக்காவுடன் இணைந்து செயற்படும் குர்திஷ் போராளிகள் இது தொடர்பாக அமெரிக்காவிடம் விளக்கம் கோரியுள்ளனர்.

கேந்திர முக்கியத்துவம் மிக்க துருக்கி

துருக்கி குர்திஷ் மக்களுக்கு எதிராகச் செய்யும் நடவடிக்கைகளை தட்டிக் கேட்கும் நிலையில் அமெரிக்கா இல்லை. உலகின் புவிசார் கேந்திர முக்கியத்துவம் வாய்ந்த நாடுகளில் ஒன்றாக துருக்கி இருக்கின்றது. உலக எரிபொருள் வளத்தின் நடைபாதையில் இருக்கும் துருக்கி, கிழக்கையும் மேற்கையும் இணைக்கக் கூடிய



முதல் இரண்டு நாட்களிலும் ஐ எஸ் அமைப்பினர் மீது நடாத்திய தாக்குதலிலும் பார்க்க ஈராக்கில் உள்ள குர்திஷ் நிலைகள் மீதே அதிக தாக்குதல்களை நடாத்தியது. ஐ எஸ் இற்கு எதிராக ஒரு விமானப் பறப்பும் பெஷ்மேர்காவிற்கு எதிராக 185 பறப்புக்களும் மேற்கொள்ளப்பட்டிருந்தன. குர்திஷ் மக்களின் விடுதலைப் போராட்டத்தை துருக்கி ஐ எஸ் அமைப்பிற்கு இணையான பயங்கரவாதமாகப் பரப்புரை செய்து கொண்டிருக்கின்றது. ஈராக்கின் காந்தில் மலைப்பிரதேசத்தில் உள்ள குர்திஷ் போராளிகளின் தலைமைச் செயலக முகாம்களிலும் படைக்கலக் களஞ்சியங்கள் மீதும் துருக்கிய விமானப் படைகள் தாக்குதல் நடாத்தின. பதிலடியாக துருக்கியப் படையினர் மீது தற்கொடைத் தாக்குதல்கள் நடாத்தப்படுகின்றன.

சுய நிர்ணய உரிமையற்ற குர்திஷ் மக்கள்

ஈராக்கின் வடக்கில் ஏர்பில் நகரை ஒட்டிய பிரதேசத்திலும் துருக்கியின் தெற்கில் தியர்பக் கிர் நகரை ஒட்டிய பிரதேசத்திலும் ஈரானின் வடமேற்குப் பிராந்தியத்திலும் செறிந்து வாழும் குர்திஷ் இன மக்கள்

கடும் போட்டிக்கு இடையில் நடந்த தேர்தலை வாய்ப்பாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டனர். விகிதாசாரப் பிரதிநித்துவப்படி துருக்கியில் நடக்கும் தேர்தலில் ஒரு கட்சி குறைந்த அளவு 10 விழுக்காடு வாக்குகளையாவது பெற வேண்டும். இதுவரை

குர்திஷ் போராளிகளின் நிலைகளைத் துருக்கிய விமானங்கள் தாக்கியதுடன் துருக்கியில் வாழும் குர்திஷ் மக்களின் கட்சியான குர்திஷ் தொழிலாளர் கட்சி துருக்கியுடன் நடாத்தி வந்த சமாதானப் பேச்சுவார்த்தை முறிவடைந்து விட்டதாக அறிவித்தது. துருக்கியில் தமக்கு சுய நிர்ணய உரிமை வேண்டும் என முப்பது ஆண்டுகளாக குர்திஷ் மக்கள் போராடி வருகின்றனர். சிரியாவில் செயற்படும் குர்திஷ் போராளிகள் மீது துருக்கி தாக்குதல் நடாத்தியது. ஐக்கிய அமெரிக்காவுடன் இணைந்து செயற்படும் குர்திஷ் போராளிகள் இது தொடர்பாக அமெரிக்காவிடம் விளக்கம் கோரியுள்ளனர்.

காலமும் குர்திஷ் மக்களுக்கு அப்படிக்கிடைக்கவில்லை. குர்திஷ் மக்களின் கட்சியான மக்கள் மக்களாட்சிக் கட்சி 13 விழுக்காடு வாக்குகளை முதன் முறையாகப் பெற்று 80 பாராளுமன்ற உறுப்புரிமையைப் பெற்றுள்ளது. சரியான முறையில் இடதுசாரிகளுடன் கூட்டணிகள் அமைத்துப் போட்டியிட்ட

ஒரு தேசமாகத் திகழ்கின்றது. தென் கிழக்கு ஐரோப்பா, மேற்கு ஆசியா, வட ஆபிரிக்கா ஆகியவற்றின் நடுவில் துருக்கி இருக்கின்றது. புவியியல் ரீதியாக மட்டுமன்றி அரசியல் மற்றும் கலாச்சார ரீதியாகவும் ஆசியா, ஐரோப்பா, ஆபிரிக்கா (22 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

ரத்னாகர் ஒரு கொள்ளைக் காரன். அவன் நாரதரிடமே கொள்ளையடிக்க முற்பட்ட போது மாட்டிக் கொண்டான். இந்தப் பாவத்தில் பங்கெடுக்க உன் குடும்பத்தினருக்கு சம்மதமா?" என்று கேட்டார் நாரதர். ரத்னாகர் குடும்பத்தில் கேட்க, அவர்கள் யாரும் சம்மதிக்க வில்லை. அன்று மனம் திருந்திய ரத்னாகர், நாரதர் சொல்லித் தந்த மந்திரத்தை ஜெபித்து தவம் இருந்தான். உடல் மறையும் அளவுக்கு ஏறம்பு கோபுரமாகப் புற்று கட்டியது. வரம் கிடைத்தது. அவர்தான் இராமாயணத்தை எழுதிய வால்மீகி.

வெவ்வேறு பெயர்களில் புதுப் புது அடையாளங்களில் பல நிறுவனங்களை சாமர்த்தியமாக ஏமாற்றினான்.

'பான் ஆம்' என்கிற பிரபலமான விமான நிறுவனத்தில் ஆரம்பித்தது இந்த ஆள் மாறாட்ட விளையாட்டு. போலி அடையாள அட்டை தயாரித்து, தன் சீருடை தொலைந்து போனதாகச் சொல்லி, உடைப் பிரிவில் இருந்து சீருடை பெற்று, பயிற்சி விமானி என்கிற போர்வையில் விமானங்களில் பறக்கத் தொடங்கினான். அப்படி 26 நாடுகளுக்கு 250 பயணங்களை மேற்கொண்டான்.

நியமிக்கப்பட்ட காவல் அதிகாரி, பலவிதமாக பொறி வைத்துக் கொண்டிருந்தார். ஆனால், இவன் அவருடன் தொடர்பில் இருந்தபடி அவருக்குப் போக்குக் காட்டி ஊர் ஊராக தப்பித்துச் சென்றான். பிறகு, பிடிபட்டு சுவீடன் நாட்டிலும், ஃபிரான்ஸ் நாட்டிலும் தலா ஆறு மாதங்கள் சிறைகளில் இருந்தான்.

அமெரிக்காவில் இவன் மேல் இருந்த வழக்குகளுக்காக அதிகாரி இவனைக் கைது செய்து விமானத்தில் அமெரிக்காவுக்கு அழைத்து வந்தார். விமானம் ரன்வேயில் நிறுத்தத்துக்கு வரும் சமயம், விமானத்தின் அத்தனை

வழக்குகளில் இவனிடம் ஆலோசனை கேட்டார் அவர். சிறைத் தண்டனையை 5 வருடங்களோடு முடித்து, இவனை தன் கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக்கொண்டு மோசடி வழக்கு களைத் தீர்க்க உதவி செய்ய வைத்தார்.

விடுதலையான அபாக்கேல் சில வேலைகளில் சேர்ந்தான். ஆனால், இவனுடைய குற்றப் பின்னணி தெரிந்ததும் உடனே வேலையைவிட்டு நிறுத்தினார்கள். மனம் நொந்துபோன அபாக்கேல் தன் புத்திசாலித்தனத்தையே ஆக்கபூர்வமாகப் பயன்படுத்தினால் என்னவென்று யோசித்தான்.

அபாக்கேல் ஒரு வங்கியின் உயர் அதிகாரியிடம் தன் குற்ற வரலாறு முழுதும் சொல்லிவிட்டு, உங்கள் வங்கி ஊழியர்கள் மத்தியில் ஒரு மணி நேரம் நான் பேசுகிறேன். காசோலை மோசடிகளை ஏப்படி தடுக்க முடியும் என்று விளக்குகிறேன். என் பேச்சு உபயோகமாக இருந்தால், எனக்கு 500 டாலர்கள் தாரூங்கள்" என்றான். அனுமதி அளிக்கப்பட்டது. அற்புதமாகப் பேசினான் அபாக்கேல். பணம் தந்ததுடன் மற்ற வங்கிகளுக்கும் சிபாரிசு செய்தார் அந்த அதிகாரி.

காசோலை மோசடிகளுக்கு எதிரான வழிமுறைகளை வங்கிகளுக்கும், நிதி நிறுவனங்களுக்கும் வழங்குவதையே தொழிலாக மேற்கொண்டான். காவல் துறைக்கும் ஆலோசகராக பணியைத் தொடர்ந்தான். 67 வயதான அபாக்கேல் இன்று மிகப் பெரிய இடத்தில் இருக்கிறார். தவறு இருக்கிறார் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

அபாக்கேல் தொடங்கி வெற்றி கரமாக நடத்தி வரும் இந்த நிறுவனம் இப்போது 14,000 நிறுவனங்களுக்கு ஆலோசனை



(சமஸ்கிருதத்தில் வால்மீகம் என்றால் ஏறம்பு புற்று என்று ஒரு பொருள்)

இன்று அமெரிக்காவில் வாழும் ஒரு ரத்னாகர்தான் ஃபிராங்க் அபாக்கேல். ஒரு சமயம் அமெரிக்கா, சுவீடன், பிரான்ஸ் என்று 12 நாடுகளில் தேடப்படும் குற்றவாளியாக இருந்தவன். அமெரிக்காவின் குற்றப் புலனாய்வுத் துறையான எஃப்.பி.ஐக்குப் பெரிய சவாலாக இருந்த இவன், இப்போது அதே துறையால் ஒரு ஹீரோவாக மதிக்கப்படுபவன்.

வில்லன் எப்படி ஹீரோ?

அபாக்கேலுக்கு 12 வயதான போது பெற்றோருக்குள் விவாகரத்து நடந்தது. அப்பாவிடம் பாசமாக வளர்ந்த அபாக்கேல், தன்னுடைய 16ஆவது வயதில் முதன்முதலில் அப்பாவின் கிரெடிட் கார்டு மூலம் 3,400 டாலர்கள் மோசடி செய்தான். அதில் சுவை கண்டு, பல வங்கிகளில் பொய்யான பெயர்களில் கணக்குகள் தொடங்கி போலிக் காசோலைகளைத் தயாரித்து, புத்திசாலித்தனமாக கிட்டத்தட்ட 25 லட்சம் டாலர்களுக்கு மோசடிகள் செய்தான்.

அபாக்கேலுக்கு பிடித்த விஷயம் ஆள் மாறாட்டம் செய்வது. விமானியாக, வைத்தியராக, வக்கீலாக, சிறை அதிகாரியாக, காவல்துறை அதிகாரியாக, கல்லூரி விரிவுரையாளராக

ஒருமுறை 30 ஆயிரம் அடி உயரத்தில் 140 பயணிகளுடன் பறந்த விமானத்தை இயக்க இவன் அனுமதிக்கப்பட்ட போது பதற்றம் வந்தது. தன் உயிரையும் சேர்த்து இத்தனை பேரின் உயிர்களைப் பணயம் வைக்கிறோமே என்கிற பயத்தின் காரணமாக, அந்த வேடத்தைக் கலைத்தான். அதுவரை ஒரு விமானிக்கு உரிய சம்பளம் மற்றும் அத்தனைச் சலுகைகளையும் அனுபவித்தான்.

அடுத்து வைத்தியச் சான்றிதழ் தயாரித்துக் கொண்டான். மேலதிகாரி வேலையில் ஒரு பெரிய மருத்துவமனையில் சேர்ந்தான். அந்த வேலையில் நோயாளிகளுக்கு மருத்துவம் பார்க்கத் தேவையில்லை. அதிலும் ஒருநாள் சிக்கல் வந்தது. ஓர் இரவு அவசர நோயாளியாகச் சேர்க்கப்பட்ட ஒரு குழந்தைக்கு இவனை வைத்தியம் பார்க்கச் சொல்லி விட்டார்கள். புரியாமல் விழித்த அபாக்கேல் அந்த சமயம் பயிற்சிக்கு வந்திருந்த மருத்துவ மாணவர்களை அழைத்து, அவர்களுக்கு இது பயிற்சி என்று உத்தரவிட்டு வைத்தியம் பார்க்க வைத்தான். மனசாட்சி உறுத்தவே அந்த வேலையில் இருந்தும் விலகினான்.

இவனை கைது செய்வதற்காக

வழிகளும் இவனுக்கு அத்துப்படி என்பதால் கழிவறையில் இருந்து நைசாக நழுவி வேறு வழியில் தப்பித்து, விமான நிலையத்தை விட்டு ஓடிவிட்டான்.

ஆனால், பொலிஸின் இடைவிடாத துரத்தலில் மாட்டிக் கொண்டான். அமெரிக்காவின்

இன்று அமெரிக்காவில் வாழும் ஒரு ரத்னாகர்தான் ஃபிராங்க் அபாக்கேல். ஒரு சமயம் அமெரிக்கா, சுவீடன், பிரான்ஸ் என்று 12 நாடுகளில் தேடப்படும் குற்றவாளியாக இருந்தவன். அமெரிக்காவின் குற்றப் புலனாய்வுத் துறையான எஃப்.பி.ஐக்குப் பெரிய சவாலாக இருந்த இவன், இப்போது அதே துறையால் ஒரு ஹீரோவாக மதிக்கப்படுபவன்.

கோர்ட் இவனுக்கு 12 வருடங்கள் சிறைத் தண்டனை கொடுத்தது. அந்தச் சிறையில் இருந்தும் சாமர்த்தியமாக தன்னை சிறைத்துறை அதிகாரியாக நம்பவைத்து தப்பித்தான். மீண்டும் பிடித்து சிறையில் அடைத்தார்கள்.

இவனைக் கைது செய்த காவல் துறை அதிகாரிக்கு இவன் மேல் கோபம் இருந்தாலும் இவனுடைய அபாரமான புத்திசாலித்தனத்தின் மீது மிகுந்த மரியாதை இருந்தது. பல காசோலை மோசடி

களை வழங்கி வருகிறது. மூன்று புத்தகங்கள் எழுதியுள்ளார். நிறைய விருதுகள் பெற்று, பல தொலைக்காட்சிகளுக்கு பேட்டிகள் கொடுத்துள்ளார். ஒரு தொண்டு நிறுவனம் நிதி திரட்டுவதற்காக ஒரு நிகழ்ச்சியை ஏற்பாடு செய்தது. அதில் அபாக்கேலின் சிறப்புரைக்கும் அவருடன் ஒரு இரவு விருந்து சாப்பிடவும் 250 டாலர்கள் என்று

(22ஆம் பக்கம் பார்க்க)

“நான் அவளை அடித்தேன். உண்மைதான் ‘சேர்’ அன்று காலை ஏற்பட்ட வாய்த்தர்க்கம் முற்றிய நிலையிலேயே அவளை நான் அடித்தேன். அவளது அடிவயிற்றிலும் முதுகிலும் பல அடிகள் விழுந்தன”.

“அவ்வாறு தாக்கி அவளை தள்ளிவிட்ட போது அவள் கட்டிலிலே மேல் நோக்கி பார்த்தவாறு விழுந்தாள். ‘சேர்’ விழுந்தவள் மீண்டும் எழவே இல்லை. இதுதான் சேர் நடந்தது.

கடந்த ஜூலை 29 ஆம் திகதி புதன்கிழமை புறக்கோட்டை பெஸ்டியன் மாவத்தை தனியார் பஸ் நிலையத்தில் பயணப் பொதியில் அடைக்கப்பட்டு

சில்வாவின் நேரடிக் கண்காணிப்பில் இந்த விசாரணைகள் இடம்பெற்றன. பொலிஸ் பரிசோதகர்களான ரஜீவ் ஹெட்டி ஆர்ச்சி, எஸ்.ராங்கநாதன், இந்திகா தீபால், சார்ஜன்களான ரோஹன்

காண்பதற்காக பிரசரிக்கப்பட்டுள்ள படத்திலுள்ள பெண் எமது லொஜ்ஜில் தான் தங்கியிருந்தார்” என புறக்கோட்டை செட்டியார் தெருவிலுள்ள ‘லொஜ்’ ஒன்றின் முகாமையாளர் தொலைபேசியில் தெரிவிக்க ‘லொஜ்’க்கு படையெடுத்த பொலிஸார் அங்கு பதிவு புத்தகத்தில் இருந்து முதலில் தகவல் பெற்றனர்.

பின்னர் அந்த ‘லொஜ்’ஜின் சீ.சீ.ஈ. வி கண்காணிப்பு கமரா பதிவுகளையும் பொலிஸார் பெற்று பரிசோதித்தனர். அத்துடன் அவர்கள் தங்கியிருந்ததாக கூறப்படும் அறையை குற்றப்பிரதேசமாக பிரகடனம் செய்து பொலிஸ் தடயவியல் பிரிவினரும் அழைக்கப்பட்டு தடயங்கள் தேடப்பட்டன.

இந்த நிலையில் ‘லொஜ்’ஜில் இருந்த பதிவு புத்தகத்தில் பதிவாகியிருந்த முகவரி, அடையாள அட்டை இலக்கத்தை

செலவிலேயே இறுதிக் கிரியைகள் இடம்பெற்றிருந்தன.

சடலம் தொடர்பான நடவடிக்கைகள் அவ்வாறு ஒரு புறமிருக்க சீ.சீ.ஈ.வி. கமரா பதிவுகளை கார்த்திகாவின் தாயாரான கலைவாணியிடம் காண்பித்து விசாரணைக்கான தகவல்களை பொலிஸார் சேகரித்தனர்.

இதனை தொடர்ந்து கொழும்பு மேலதிக நீதிவான் திலின கமகே முன்னிலையில் மரண விசாரணைகள் இடம்பெற்ற போது கார்த்திகாவின் தாயார் இப்படி சாட்சியமளித்தார்.

எனக்கு இரு மகள்மார் உள்ளனர். இங்கு இறந்திருப்பவர் எனது மூத்த மகள். அவருக்கு 33 வயதாகிறது. அவள் 2003 ஆம் ஆண்டு கொக்குவில்லை சேர்ந்த அருமைராசா ரங்கன் என்பவரை திருமணம் செய்தார். அவர்களுக்கு ஒரு பிள்ளையும் உள்ளது.

மகளின் கணவர் மதுவுக்கு அடிமையானவர். அதனால் நித்தம் பிரச்சினையேற்பட்டது. அதன் எதிரொலியாக எனது மகளை விட்டு அவர் பிரிந்து வேறு ஒருவரை திருமணம் செய்துகொண்டு வெளிநாடு சென்றார்.

இந்நிலையில் எனது மகள் 2011 ஆம் ஆண்டு கிருஷ்ணா என அறியப்படும் நபருடன் தொடர்பினை ஏற்படுத்திக் கொண்டார். அவர்கள் இருவரும் ஒன்றாகவே வாழ்ந்தனர்.

சில வருடங்களுக்கு முன் மகளுடன் காதல் தொடர்பினை ஏற்படுத்திக் கொண்டவர் கொழும்புக்கு சென்றார். அவர் மகளை அங்கு வருமாறு பின்னர் அழைத்தார். கிருஷ்ணாவின் உண்மை பெயர்/முழுப் பெயர் அவரது முகவரி என எதுவும் எனக்குத் தெரியாது.

மகள் என்னுடன் இறுதியாக கடந்த ஜூலை 28 ஆம் திகதி கதைத்தார். தொலைபேசியிலேயே அவர் கதைத்தார். அம்மா நான் தங்க சங்கிலி ஒன்றினையும் தங்க மோதிரம் ஒன்றினையும் செய்து கொண்டேன். இப்போது எனது பிரச்சினை எல்லாம் தீர்ந்துவிட்டது என அவர் என்னிடம் கூறினார்.

மகளின் சடலம் இருந்த பெட்டியை ஒருவர் தூக்கிச் செல்வதை சீ.சீ.ஈ.வி பதிவுகளில் பார்த்தேன். அந்தப் புகைப்படங்கள் ஊடாக அவ்வாறு தூக்கிச் செல்பவர் கிருஷ்ணா என்பதை நான் அடையாளம் கண்டேன் என நீதிவான் திலின கமகே முன்னிலையில் கார்த்திகாவின் தாயார் சாட்சியமளித்திருந்தார்.

இந்த நிலையில் தான் கொழும்பு குற்றத் தடுப்புப் பொலிஸார் மேலும் பல தகவல்களை வெளிப்படுத்தினர்.

அதாவது கார்த்திகாவும் அவரைக் கொலை செய்ததாக நம்பப்படும் நபரும் இரகசிய காதல் தொடர்பினை பேணி வந்திருப்பதே அதுவாகும்.

அதனை விட செட்டியார் தெரு ‘லொஜ்’ஜிற்கு அவர்கள் கடந்த ஜூலை 22 ஆம் திகதியே வந்துள்ளதும் வரும் போது ‘காள்’ அடுப்பு, சமையலறை உபகரணங்கள், பலசரக்கு பொருட்களையும் அவர்கள் கொண்டுவந்துள்ளமையும் ஒரு நாளைக்கு 700 ரூபா என்ற வாடகை அடிப்படையிலேயே அவர்கள் தங்கியிருந்துள்ளமை தொடர்பிலும் பொலிஸார் உறுதிப்படுத்திக் கொண்டனர்.

அப்படியானால் 22 ஆம் திகதிக்கு முன்னர் அவர்கள் எங்கிருந்தனர் என பொலிஸார் தேடிய போது ஆமர் வீதி, கந்தாணை உள்ளிட்ட இடங்களில் அவர்கள் வாடகைக்கு இருந்துள்ளமை தொடர்பில் பொலிஸாருக்கு தகவல்கள் கிடைத்துள்ளன.

(16ஆம் பக்கம் பார்க்க)



- வசந்தா அருள்ரட்சணம்

வட்டுக் கோட்டைப் பெண்ணின் கொலை : விரைவாகத் துலக்கப்பட்ட மர்மம்

கைவிடப்பட்டிருந்த 34 வயதான ஆர்.கார்த்திகாவின் காதலன் கொழும்பு குற்றத்தடுப்புப் பிரிவு பொலிஸாருக்கு வழங்கிய வாக்குமூலத்தின் ஒரு பகுதியே அது.

44 வயதுடைய யாழ். நல்லூர் பிரதேசத்தைச் சேர்ந்த சந்தேக நபரான கார்த்திகாவின் காதலன் பெட்டிக் சின்னராசா கடந்த ஆகஸ்ட் 05 ஆம் திகதி புதன்கிழமையன்று மன்னார் பொலிஸ் பிரிவுக்குட்பட்ட மாந்தை மேற்கு இலுப்பக் கடவை கோவில் குளத்தில் வைத்து கொழும்பு குற்றத் தடுப்புப் பிரிவின் சிறப்பு பொலிஸ் குழுவினரால் கைது செய்யப் பட்டு கொழும்புக்கு கொண்டுவரப்பட்டு விசேட விசாரணைக்குட்படுத்தப்பட்டார்.

இதன் போது புறக்கோட்டை தனியார் பஸ் நிலையத்தில் பயணப் பொதியில் இருந்து மீட்கப்பட்ட சடலம் குறித்த அனைத்து மர்மங்களும் துலக்கப்பட்டுள்ளன.

மேல் மாகாணத்துக்குப் பொறுப்பான சிரேஷ்ட பிரதிப் பொலிஸ் மா அதிபர் யூஜித்த ஜயசந்திர, கொழும்புக்குப் பொறுப்பான பிரதிப் பொலிஸ் மா அதிபர் காமினி மத்தூரட்ட ஆகியோரின் மேற்பார்வையில் கொழும்பு குற்றத் தடுப்புப் பிரிவின் பதில் பணிப்பாளர் உதவி பொலிஸ் அத்தியட்சகர் நுவன் வெத்சிங்கவின் ஆலோசனைக்கமைய குற்றத்தடுப்புப் பிரிவின் பொறுப்பதிகாரி பிரதான பொலிஸ் பரிசோதகர் நெவில் டி

(50070), ஜயநெத்தி (31065) ஆகியோருடன் காண்ஸ்டிபிள்களான ருவன் (69987), விசுரமநாயக்க (84333), ஜயலத் (349493) ஆகியோர் அடங்கிய குழுவே மன்னாருக்கு சென்று சந்தேக நபரை கைது செய்து பயணப் பொதியினுள் இருந்த சடலம் தொடர்பான அத்தனை மர்மங்களையும் துலக்கியுள்ளது.

கடந்த ஜூலை 29 ஆம் திகதி முற்பகல் 9.30 மணியளவில் புறக்கோட்டை பஸ் நிலையத்தில் 3 அடி நீளம், 2 அடி அகலம், 1 அடி உயரம் கொண்ட கறுப்பு நிற பயணப் பெட்டியில் இருந்து பெண்ணொருவரின் சடலம் மீட்கப்பட்டது.

அந்தச் சடலம் யாருடையது என்பதை அடையாளம் கண்டுக்கொள்ள பொலிஸாருக்கு சுமார் 24 மணி நேரம் தேவைப்பட்டது.

சடலம் மீட்கப்பட்டு சில மணி நேரங்களிலேயே விசாரணைகள் புறக் கோட்டை பொலிஸாரிடம் இருந்து கொழும்பு குற்றத்தடுப்புப் பிரிவினாரிடம் ஒப்படைக்கப்பட்டது.

அதனைத் தொடர்ந்தே மீட்கப்பட்ட சடலத்தை அடையாளம் காண பொலிஸார் ஊடகங்களின் உதவியைப் பெற்றுக் கொண்டனர். இதன்பலன் மறுநாள் அதாவது ஜூலை 30 ஆம் திகதி வியாழக்கிழமை பொலிஸாருக்கு சடலம் குறித்த முதல் தகவல் கிடைத்திருந்தது.

சேர் ஊடகங்களில் அடையாளம்

வைத்து பெட்டிக்குள் சடலமாக இருந்த பெண் வட்டுக்கோட்டையை சேர்ந்த ஆர். கார்த்திகா என்பதை பொலிஸார் அடையாளம் கண்டுகொண்டனர்.

இதனைத் தொடர்ந்து பொலிஸாரின் விசாரணைகளில் கார்த்திகா கல்யாண மாசி, ஏழு வயது மகளின் தாய் என்றும் கணவன் 2010 ஆம் ஆண்டு முதல் வெளிநாட்டில் இருந்து வருவதும் தெரியவந்தது.

இதனைவிட கார்த்திகாவின் மகள் கார்த்திகாவின் தாயாரின் அரவணைப்பில் இருப்பதும் கடந்த 3 வருடங்களாக கார்த்திகா கொழும்பிலேயே வசித்து வருவதாகவும் பொலிஸார் தகவல்களைப் பெற்றுக் கொண்ட போது விசாரணைகள் பல கோணங்களை நோக்கி நகர்த்தப்பட்டன.

இந்த நிலையில் கடந்த ஜூலை 31 ஆம் திகதி வெள்ளியன்று கொழும்பை வந்தடைந்த கார்த்திகாவின் தாயார் தனது மகளின் சடலத்தை அடையாளம் காட்டியதை அடுத்து பிரேத பரிசோதனைகள் நடத்தப்பட்டன.

எனினும் அந்த பரிசோதனைகளில் மரணத்துக்கான காரணம் துல்லியமாக கண்டறியப்படாத நிலையில் சடலத்தின் பாகங்கள் மேலதிக ஆய்வுக்கு எடுக்கப்பட்டதன் பின்னர் சடலத்தை அடக்கம் செய்ய வேண்டும் என்ற நிபந்தனையுடன் தாயிடம் கையளிக்கப்பட்டது.

எனினும் ஏழ்மை காரணமாக அரசு

இலங்கையில் நாடாளுமன்றத் தேர்தல் ஓகஸ்ட் 17ஆம் தேதி நடைபெறுகிறது. இந்தத் தேர்தலில் 225 உறுப்பினர்கள் தெர்வு செய்யப்படவுள்ளனர்.

அதற்கான பிரச்சாரங்கள் 14ஆம் தேதி நள்ளிரவுடன் முடிவடைகின்றன.

மற்ற தெற்காசிய நாடுகளுடன் ஒப்பிடுகையில் இலங்கை நாடாளுமன்றத் தேர்தல் சற்றே வித்தியாசமானது.

இந்தியா, பாகிஸ்தான், வங்கதேசம், போன்ற நாடுகளில் தொகுதிகளின் அடிப்படையில் தேர்தல் நடைபெற்று நாடாளுமன்றத்துக்கு உறுப்பினர்கள் தேர்தெடுக்கப்படுவார்கள்.

இந்தியாவில் ஒவ்வொரு தொகுதியிலும் அதிக வாக்குகளை வாங்கியவர் யாரோ அவரே தேர்வு செய்யப்படுவார்.

பாகிஸ்தானிலும் இதே போல தொகுதிவாரித் தேர்தலில் உறுப்பினர்கள் தேர்தெடுக்கப்பட்ட பிறகு சில உறுப்பினர்கள் நியமன முறையில் நியமிக்கப்படுகிறார்கள்.

நேபாளத்தில் பெரும்பாலும் நேரடியாகத் தொகுதிவாரியாகவும், சில உறுப்பினர்கள் விகிதாசார அடிப்படையிலும் தேர்தெடுக்கப்படுவார்கள்.

ஆதரித்த கட்சியின் சார்பில் குறிப்பிட்ட அந்தத் தேர்தல் மாவட்டத்தில் போட்டியிடும் வேட்பாளர்களில் ஒருவர் அல்லது இருவர் அல்லது மூவர் என தாம் விரும்பும் வேட்பாளர்களுக்கூரிய இலங்கைகள் உள்ள கட்டத்தில் 'மு' எனக் குறித்து தமது விருப்ப வாக்கை வழங்குவார்கள்.

எனினும் வாக்காளர்கள் தனது விருப்ப வாக்கை வழங்காமலும் விடலாம்.

தேர்தல் மாவட்டங்கள்

இலங்கை நாடாளுமன்றத் தேர்தல் தொகுதிவாரியாக இல்லாமல், விகிதாசார அடிப்படையில் நடைபெற்றாலும்) நாடு முழுவதும், பல தேர்தல் மாவட்டங்களால் பிரிக்கப்பட்டு ஒவ்வொரு மாவட்டத்துக்கும் அங்குள்ள மக்கள் தொகைக்கு ஏற்ப உறுப்பினர்கள் எண்ணிக்கை தேர்தல் ஆணையத்தால் முடிவு செய்யப்படும்.

அந்த வகையில் இலங்கை முழுமையும் 22 தேர்தல் மாவட்டங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

ஒவ்வொரு தேர்தல் மாவட்டத்திலிருந்தும் கட்சிகள் பெறும் வாக்குகளின் அடிப்படையில் உபரி(போனஸ்) இடங்களும் வழங்கப்படும்.

மொத்தமாக 22 தேர்தல் மாவட்டங்களில் இருந்து

தொடங்கும். முதலில் கட்சிகள் பெற்ற வாக்குகள் எண்ணப்படும்.

ஒவ்வொரு மாவட்டத்திலும் கூடுதலாக வாக்குகளைப் பெறும் கட்சி அல்லது சுயேச்சைக் குழுவுக்கு அந்தத் தேர்தல் மாவட்டத்துக்கான போனஸ் இடம் அளிக்கப்படும்.

பின்னர் பதிவான வாக்குகளில் ஐந்து சதவீதத்துக்கும் குறைவான வாக்குகளைப் பெற்ற கட்சிகள்/சுயேச்சைக் குழுக்கள் போட்டியிலிருந்து விலக்கப்படும். அவர்கள் சார்பில் யாரும் நாடாளுமன்றம் செல்ல முடியாது.

இதையடுத்து ஐந்து சதவீதத்துக்கும் குறைவான வாக்குகளைப் பெற்ற கட்சிகள்/சுயேச்சைக் குழுக்களின் கூட்டு வாக்குகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட மொத்த வாக்குகளில் இருந்து கழிக்கப்படும். மீதமிருக்கும் வாக்குகளே உறுப்பினர்களைத் தேர்தெடுக்க செல்லுபடியான வாக்குகளாகக் கருதப்படும்.

இந்தக் கணக்கீட்டுக்கு பிறகு அந்த மாவட்டத்துக்குண்டான உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கையில் ஒன்று குறைக்கப்பட்டு, அந்த எண்ணிக்கையால் செல்லுபடியான வாக்குகள் வகுக்கப்படும்.

இதில் கீடைக்கும் எண்ணிக்கையே ஒரு உறுப்பினரைத் தேர்வு செய்ய தேவையான வாக்காகக் கருதப்படும்.

அந்த எண்ணிக்கையின் அடிப்படையில், கட்சிகள் பெற்ற வாக்குகளை வைத்து அவர்களுக்கு எவ்வளவு இடங்கள் என்பது முடிவாகிறது.

விருப்ப வாக்குகள் மற்றும் உறுப்பினர்கள் தேர்வு

ஒவ்வொரு உறுப்பினரும் தேர்வாக அந்தந்த தேர்தல் மாவட்டத்தில் எவ்வளவு வாக்குகள் தேவையோ, அது முடிவான பிறகு, அம்மாவட்டத்தில் போட்டியிட்ட ஒவ்வொரு கட்சி/சுயேச்சைக் குழு பெற்றுள்ள வாக்குகளால் அது வகுக்கப்படும்.

அதன் அடிப்படையில் கட்சிகளுக்கு உறுப்பினர்கள் ஒதுக்கப்பட்டுக் கொண்டே வரப்படும்.

பின்னர் ஒரு உறுப்பினரை தேர்வு செய்ய தேவைப்படும் வாக்குகளைப்

பெறாத கட்சி விலக்கப்படும்.

இதையடுத்து களத்தில் இருக்கும் கட்சிகளிடம் மீதமுள்ள வாக்குகளின் அடிப்படையில் கூடுதல் வாக்குகளை பெற்றவர்களுக்கு, இன்னும் அந்தத் தேர்தல் மாவட்டத்தில் இடங்கள் எஞ்சியிருக்குமாயின் அது ஒதுக்கீடு செய்யப்படும்.

இறுதியாக ஒவ்வொரு தேர்தல் மாவட்டத்திலும் எந்தக்கட்சிக்கு எவ்வளவு இடங்கள் என்று முடிவான பிறகு, அந்தக் கட்சிகளின் சார்பில் விருப்ப வாக்குகள் யாருக்கு அதிகம் என்று தீர்மானிக்கப்படும்.

அந்தப் பட்டியலின் அடிப்படையில், அந்தக் கட்சிக்கு எவ்வளவு இடங்கள் கிடைத்துள்ளனவோ அதற்கேற்ற வகையில் மேலிருந்து கூடுதலாக வாக்குகள் பெற்றவர்கள் நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்களாகத் தேர்தெடுக்கப்படுவார்கள்.

செல்லாத வாக்குகள்

வாக்குச் சாவடியில் வாக்குச் சீடையைப் பெற்றுக் கொண்டவுடன் முதலவாதாக தாம் விரும்பும் கட்சி/சுயேச்சைக் குழுவுக்கான வாக்கைச் கட்டாயம் குறியிட்டு செலுத்த வேண்டும்.

இல்லையெனில் அந்த வாக்கு செல்லாத வாக்காகிவிடும்.

அதேபோன்று விருப்ப வாக்கு என்று வரும்போது, மூன்றுக்கு மேற்பட்ட வேட்பாளர்களுக்கு எதிராக குறியிட்டு வாக்கைப் பதிவு செய்தால் அந்த வாக்கும் உறுப்பினர் தேர்வுக்கு செல்லாத வாக்கு என அறிவிக்கப்படும்.

ஆனாலும் அதுகட்சி அல்லது சுயேட்சைக் குழுவுக்கு மட்டும் கிடைத்த வாக்காக கருதப்பட்டு எண்ணிக்கையில் சேர்த்துக் கொள்ளப்படும்.

(நன்றி வி.வி.சி தமிழ்)



பங்களாதேஷ் மற்றும் பாகிஸ்தானில் தொகுதிவாரியான தேர்தல்களை நடைபெற்ற பிறகு சில உறுப்பினர்கள் விகிதாசார அடிப்படையில் தேர்வு செய்யப்படுவார்கள்.

பங்களாதேச நாடாளுமன்றத்துக்கு 300 உறுப்பினர்கள் தொகுதி அடிப்படையில் தேர்தெடுக்கப்பட்ட பின்னர் 30 பெண் உறுப்பினர்களை அந்த 300 உறுப்பினர்கள் தேர்தெடுப்பார்கள்.

விகிதாசார முறை

இலங்கையில் 1978 ஆம் ஆண்டில் புதிய அரசியல் சாசனம் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பிறகு அதன் ஒரு பகுதியாக தேர்தல் நடைமுறைகளும் மாறின.

அந்தப் புதிய அரசியல் சாசனத்தின்படி நாடாளுமன்றம், மாகாண சபை மற்றும் உள்ளூராட்சி சபைத் தேர்தல்கள் விகிதாசார அடிப்படையில் நடைபெற ஆரம்பித்தன.

நாடாளுமன்றத் தேர்தலில் போட்டியிடும் கட்சிகள் மற்றும் சுயேச்சைக் குழுக்கள் பெறும் வாக்குகளின் அடிப்படையில் அவர்களுக்கு இடங்கள் கிடைக்கும்.

அந்தத் தேர்வும் இரண்டுக்கடமாக நடைபெறும்.

தேர்தல் நாளன்று வாக்காளர்க்கு ஒரு வாக்குச் சீட்டு வழங்கப்படும்.

அதில் போட்டியிடும் பிரதான கட்சிகளும் அவர்களின் சின்னங்களும் இருக்கும்.

அதற்குக் கீழே வேட்பாளர்களுக்கூரிய இலக்கங்களும் காணப்படும்.

முதலாவதாக, வாக்காளர்கள் தாங்கள் விரும்பும் கட்சியின் சின்னத்துக்கு அருகிலுள்ள கட்டத்தில் குறியிட்டு தமது வாக்கை பதிவு செய்வார்கள்.

பின்னர் அதே வாக்குச் சீட்டின் கீழ் பகுதியில், தாம்

160 உறுப்பினர்களும், 36 உறுப்பினர்கள் போனஸ் இடங்களில் அடிப்படையிலும் தேர்வு செய்யப்படுவார்கள்.

இப்படி தேர்வு செய்யப்பட்ட 196 பேர் தவிர மீதமுள்ள 29 பேர் தேசியப் பட்டியலின் அடிப்படையில் நியமனம் பெறுவார்கள்.

தேர்தலில் நாடுதழுவிய அளவில் கட்சிகள் பெறும் வாக்குகளின் எண்ணிக்கைக்கு ஏற்றவகையில் விகிதாசார அடிப்படையில் தேசியப் பட்டியல் இடங்கள் வழங்கப்படும்.

ஒவ்வொரு தேர்தல் மாவட்டத்திலும் போட்டியிடும் கட்சிகளும், சுயேச்சைக் குழுக்களும், அந்த மாவட்டத்திலிருந்து தேர்தெடுக்கப்படும் உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை பத்துக்கு குறைவாக இருந்தால், தேர்தெடுக்கப்படவுள்ள உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கையை விட மூன்று உறுப்பினர்களை கூடுதலாக போட்டியிட நியமிக்க வேண்டும்.

அதேவேளை தேர்தெடுக்கப்படவுள்ள உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை பத்துக்கும் இருபதுக்கும் இடைப்பட்டு இருக்குமாயின், தேர்வாகவுள்ள உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கையை விட கூடுதலாக ஆறு பேரை போட்டியிட நியமிக்க வேண்டும்.

ஒட்டுமொத்த இலங்கையிலும் கொழும்பு மாவட்டத்திலிருந்து அதிகபட்சமாக 19 உறுப்பினர்களும், (தமிழ், முஸ்லிம் மற்றும் சிங்கள மக்கள் சிறிவாக வாழும்) திருகோணமலை மாவட்டத்திலிருந்து மிகக் குறைந்த அளவில் 4 உறுப்பினர்களும் தேர்தெடுக்கப்படவுள்ளனர்.

வாக்கு எண்ணப்படும் முறை

தேர்தல் முடிந்தவுடன் வாக்குகளை எண்ணும் பணி

30 வருடங்கள் கழித்து

சிம்புதேவன் இயக்கத்தில் விஜய், ஹன்சிகா, ஸ்ரீதிராசன், திரைக்கதை வசனம், பாடல்கள் என விஜய் நிறந்ததான் சிறப்பி வெளியாகும் என அறிவிக்கப்பட்ட நிலையில் படத்துக்கு இன் தொழில்நுட்பங்களிலும் விளையாடும் கேம் உதவாக்கப்பட்ட ஸ்டூடியோஸ் தான் புலி படத்துக்கான கேமையும் உதவாக்கி ஸ்டூடியோஸ் கேம் எனப்படும் , ஒரு கிராமம், போர் கருவிகள் இவ்வளவு நானாக ரேல் அல்லது சண்டை கேமாக ஒவ்வொரு அடிப்படையாகக் கொண்ட கேம்கள் உதவாக்கப்பட்டன. குறையாக அரசர் கால கதையையும் உள்வாக்கிய புலி படத் விளையாட்டு கவாரன்யம் நிறைந்த கேமாக உதவாக உள்வ

ராஜமௌலியின் க...

இந்தியாவின் டாப் இயக்குநர் வரிசையில் முக்கிய இடம் மகாபாரதம் இதிகாசத்தை படமாக எடுப்பதுதான் ராஜமௌலி எடுப்பது அவ்வளவு கலயமல்ல. மூன்று மணி நேரத்தில் ஒரு என மகாபாரதத்தை எடுத்துவிட முடியாது. மகாபாரதத்தின் எடுக்கப்பட வேண்டியவை. கடைசியாக ஒவ்வொரு பாத்திரம் படமாக எடுப்பதே எனது கனவு என அந்த பேட்டியில் கூறியுள்ளார். அந்த அளவுக்கு சிறம் பான கதாபாத்திரங்களும் ராஜமௌலி.

பாகுபாலிக்கு மிகப் ப...

பாகுபலி படத்தின் வில் பற்றி மிகைப்படுத்தப்பட்ட அந்தப்படம் தமிழகத்தில் சுமார் அறுபது கோடி வரை வசூலித்தது. ஆனால் அதில் உண்மையில்லை என்று தமிழகஉரிமையை சுமார் 14 கோடிக்கு வாங்கிய நிறுவனம் இன்னொரு நிறுவனத்துக்கு விற்றுவிட்டது. அந்த நிறுவனம் கோடிகள் இலாபம் கிடைத்திருக்கலாம் என்றும் ஆனால் அதில் செய்துவிட்டதாகச் சொல்லப்படுவதற்குக் காரணம்? பாகுபலி படத்தின் இரண்டாம்பாகத்துக்கான விலையையும் உயர்த்துவதற்குத்தான் இவ்வளவு வேலை செய்துவிட்டது. இந்தப்படம் இலாபம் சம்பாதித்ததில் எந்த மாற்றம் களில் வேறுபாடு இருக்கலாம், அதற்குக் காரணம் அது கிவிட்டதுதான் என்றும் சொல்கிறார்கள்.

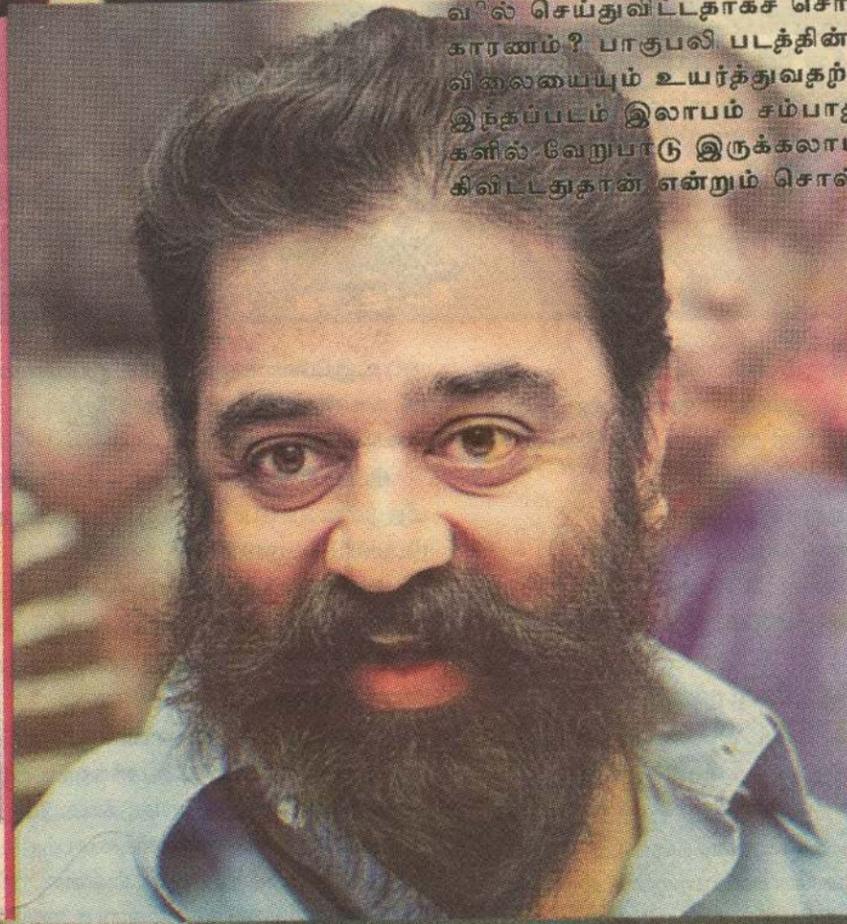
தீய...

இந்தியாவின் மூன்றாம் நாடே சோகத்தில் ஆட்சி செலுத்தினார்கள். ராமேஸ்வரத்தில் தலைவர்கள், பிரயலம் செலுத்தினர். மேலும் ந செலுத்தினர். அப்போது பேசிய வாய்ப்பெயர் வைக்கப் படாத செய்து, தமிழர் அனை இளைஞர் களுக்கெல்லாம் ஐயா, அப்துல்கலாம் அவர்களது உறவுக் மிகப்பெரிய வேதனை. அவர்போலவே எல்லா எனக் கேட்டுக் கொள்கி



புலி படத்துக்குக் கிடைத்த ஊராய்ப்பு

சிம்புதேவன் இயக்கத்தில் விஜய், ஹன்சிகா, ஸ்ரீதிராசன், ஸ்ரீதேவி, கதீப், தம்பி ராமையா நடிப்பில் உதவாக்கப்பட்ட படம் புலி படத்தின் திரைக்கதை வசனம், பாடல்கள் என விஜய் நிறந்ததான் சிறப்பாக வெளியாகி வைரல் ஆகியுள்ளது. படம் விநாயகர் சதுர்த்தி அன்று சிறப்பாக வெளியாகும் என அறிவிக்கப்பட்ட நிலையில் படத்துக்கு இன்னொரு சிறப்பாக ஆண்ட்ராய்டு, லிண்டோஸ், மற்றும் ஐஓஎஸ் என அனைத்து தொழில்நுட்பங்களிலும் விளையாடும் கேம் உதவாக்கப்பட்ட உள்ளது. ஏற்கனவே கதீப் படத்துக்கு ஆண்ட்ராய்டு கேம் வெளியீடு செய்த ஸ்கைடென் ஸ்டூடியோஸ் தான் புலி படத்துக்கான கேமையும் உதவாக்கி வசூலித்தார்கள். இந்தியாவிலேயே முதல் குறையாக படத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஸ்டூடியோஸ் கேம் எனப்படும் , ஒரு கிராமம், போர் கருவிகள் உதவாக்கம், மற்றும் போர் களம் அமைத்தல் என உதவாக்கப்பட்ட உள்ளது புலி கேம். இவ்வளவு நானாக ரேல் அல்லது சண்டை கேமாக ஒவ்வொரு லெவலாக மூன்றேறி வித்யாசமான பின்னணி என மட்டுமே இந்தியாவில் படங்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட கேம்கள் உதவாக்கப்பட்டன. கதீப், கப்பர் என இதில் பல கேம்கள் அடக்கம். இப்போது இந்தியப் படங்களில் முதல் குறையாக அரசர் கால கதையையும் உள்வாக்கிய புலி படத்தின் கேம் போர்களம் அமைத்தல் அதில் நாயகனாக விஜய் அரசனாக செயல்படுதல் என விளையாட்டு கவாரன்யம் நிறைந்த கேமாக உதவாக உள்ளது. இதற்கான அறிமுகமும் விரைவில் வெளியிட உள்ளனர்.



சுத்தியராஜ் உடன் ரஜனி

சாசன், ஸ்ரீதேவி, கதிர், தம்பி ராமையா நடிப்பில் உருவாகிவரும் படம் புலி படத்தின் சிறப்பாக வெளியாகி வைரம் ஆகியுள்ளது. படம் விநாயகர் சதுர்த்தி அன்று சிறப்பாக இன்னொரு சிறப்பாக ஆன்ட்ராபீடு, விண்டோஸ், மற்றும் ஐஓஎஸ் என அனைத்து படம் உள்ளது. ஏற்கனவே கதிர் படத்துக்கு ஆன்ட்ராபீடு கேம் வெளியீடு செய்த ஸ்கைடென்சு கிளப் வகுப்பினர்கள். இந்தியாவிலேயே முதல் குறையாக படத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட கதிர் உருவாக்கம், மற்றும் போர் களம் அமைத்தல் என உருவாக்கப்பட உள்ளது புலி கேம். வெவ்வேறு வெவ்வேறு முன்னேறி வித்யாசமான பின்னணி என மட்டுமே இந்தியாவில் படங்களை கதிர், கதிர், கதிர் என இதில் பல கேம்கள் அடக்கம். இப்போது இந்தியப் படங்களில் முதல் படத்தின் கேம் போர்களம் அமைத்தல் அதில் நாயகனாக விஜய் அரசனாக செயல்படுதல் என உள்ளது. இதற்கான அறிமுகமும் விவரவில் வெளியிட உள்ளனர்.

கனவு

படம் மிகுந்த ராஜமௌலியின் கனவுப் படம் பிரம்மாண்ட பாகுபலி கூட இல்லையாம். ராஜமௌலியின் கனவாம். இதுகுறித்து அவர் கூறுகையில் மகாபாரதம் இதிகாசத்தை படமாக திரைப்படம் ஒரு படமாக எடுத்து முடிவு கொடுப்பதோ, அல்லது மூன்று மணி நேரம் இரண்டு படங்களாகவோ திரைப்படம் ஒவ்வொரு கதாயாத்திரத்துக்கும் ஒரு கதை இருக்கும். ஒவ்வொரு கதாயாத்திரமும் ஒரு படமாக திரைப்படம் கட்டிவிட்டு விடுவதை மையப் படுத்தி சொல்லப்படுகிறது இந்த இதிகாசத்தை தென்னிந்தியாவில் கட்டியுள்ளார் ராஜமௌலி. இதை படமாக எடுத்தால் உலக படங்களின் மத்தியில் நாம் போர் படங்களும், அவைகளின் முக்கியத்துவமும் இருக்கின்றன. ஆனால் அது ஒரு கட்டில் என தெரிந்துகொள்ளுங்கள்.

பிபெரிய வில்

பட்ட செய்திகள் வருவதாகச் சொல்லப்படுகிறது. வரை எல்லாம் செய்துவிட்டதாகச் சொல்லப்பட்டுள்ளது சொல்கிறார்கள். அந்தப்படத்தின் மைய நிறுவனம் மேலும் ஒரிருகோடி இலாபம் வைத்து கதிர் நிறுவனத்துக்கு இந்தப்படத்தின் மூலம் சுமார் சில ஆனால் அதைத்தாண்டி பலமடங்கு அந்தப்படம் காரணம் இருக்கிறது என்று சொல்கிறார்கள். என்ன துக்கான எதிர்பார்ப்பை அதிகரிப்பதோடு அதன் மூலம் வேலைகளும் நடக்கின்றன என்கிறார்கள். நன்றும் இல்லை, ஆனால் சொல்லப்படுகிற தொகை மட்டும் ஆளாளுக்கு ஒரு தொகையைச் சொல்லத்தொடங்கியுள்ளது.

பாவனையைக் குறி வக்கும் கமல்

என்னாள் ஜனாதிபதியும், அறிவியலாளருமான அ.க.ஓ.அப்துல்கலாம் மறைவையொட்டி ஆழ்ந்து உள்ளது. மேலும் அமைதியான வழியில் மக்கள் அனைவரும் அஞ்சலி

யில் பொது மக்கள் அஞ்சலிக் காக வைக்கப்பட்டிருந்த போது அரசியல் கட்சித் தலைவர்கள், பொது மக்கள், ஏராளமான பள்ளி மாணவர்கள் அவரது உடலுக்கு அஞ்சலி வழங்கும் நடிப்புகள் சிவகார்த்திகேயன், வடிவேலு உள்ளிட்டோரும் நேரில் சென்று அஞ்சலி வழங்கினர். வடிவேலு, உலகத்தின் அனைத்து வல்லரசு நாடுகளையும், சர்வசா தாரணமாக படாத வல்லரசு நாடு இந்தியா எனப் பதிகையைக் கிளப்பி, இந்தியாவைத் தலைநிமிர்ச் செய்து அதன் வகுக்கும் பெருமையைச் சேர்த்த தமிழ்த் தங்கம், ஒரு மாபெரும் விஞ்ஞானி. கல்லாம் அவர் ஒரு கல்வி விளக்கு. கல்லாம் பிரிந்த நாள் நமக் கல்லாம் ஒரு கறுப்பு தினம். இந்தியா வின் ஒவ்வொரு வீட்டிலும் வடிவேலு காரர் இறந்தது போல் உணர்ச்சி நேன் நாள். அவர் நம்மை விட்டு பிரிந்தது தினம். கல்லாம் தினங்களும், மாணவர்களும் ஒவ்வொரு அப்துல் கலாமாக மாறவேண்டும் என்று கிழைகள் என வகுத்ததைப் பதிவு செய்து விடை பெற்றார் வடிவேலு.

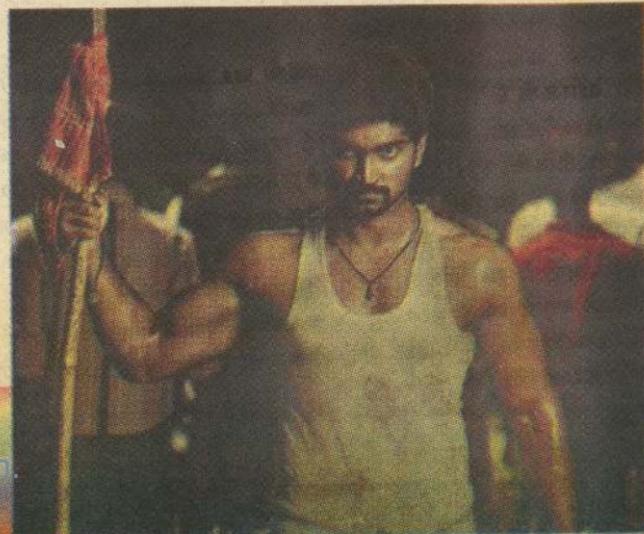
ஒகஸ்ட் 14 வாலு வெளியீடு

சிம்புவின் வாலு படத்துக்கு இருந்த எல்லாச்சிக்கல்களும் சரி செய்யப்பட்டுவிட்டனவாம். அந்தப்படத்துக்கு எதிராக வறுக்குத் தொடுத்த மேஜிக்ரேஸ் உட்பட அனைவருக்குமான சிக்கல்கள் பேசித் தீர்க்கப்பட்டுவிட்டன என்று சொல்லப்படுகிறது. இதைத் தீர்க்கப் பெரும்தொகை தேவையப்பட்டபோது, டி.ராஜேந்தர் பெருமளவில் பொறுப்பெடுத்துக்கொண்டதாகச் சொல்லப்படுகிறது. அப்போதும் சிக்கல் நீடித்ததால் விஜய் உதவிக்கரம் கொடுத்திருக்கிறார். அதனால் எல்லாச்சிக்கல்களும் சரி செய்யப்பட்டுவிட்டன என்று சொல்லப்பட்டது. இதனால் இன்றைக்கு அதிவிவரவில்.. என்று போட்டு வாலு படத்தின் விளம்பரங்கள் வந்தன.



சண்டி வீரன் எப்படி?

பக்கத்து வகுக்குத் தன்னார் தரமாட்டோம் என்று விம்பு பிடிக்கும் ஒரு கிராமம், அந்தக் கிராமத்திலேயே இருக்கும் நாயகன் அதை எதிர்த்தார் என்கிற கதை யை வைத்துக்கொண்டு, தஞ்சை வட்டார வாழ்விய லையும், இன்றையது அவசியத் தேவையான ஒரு சமூகக்கருத்தையும் சொல்லிவிடுக்கும் படம். அனை வகுக்குமான சிக்கல்கள் பேசித் தீர்க்கப் பட்டுவிட்டன என்று சொல்லப்படுகிறது. இதைத் தீர்க்கப் பெரும்தொகை தேவையப்பட்டபோது, டி.ராஜேந்தர் பெருமளவில் பொறுப்பெடுத்துக்கொண்டதாகச் சொல்லப்படுகிறது. அப்போதும் சிக்கல் நீடித்ததால் விஜய் உதவிக்கரம் கொடுத்திருக்கிறார். அதனால் எல்லாச்சிக்கல்களும் சரி செய்யப்பட்டுவிட்டன என்று சொல்லப்பட்டது. இதனால் அதிவிவரவில்.. என்று போட்டு வாலு படத்தின் விளம்பரங்கள் வந்து கொண்டிருக்கின்றன.



என்னிடம் உளவியல் ஆலோசனைக்கு வரும் பலரும் தன் குடும்பத்தினர் ஒருவரை மாற்ற முயற்சித்து அதில் தோல்வி அடைந்து பின்னர் உளவியல் ஆலோசகராக என்னால் அவர்களை மாற்றமுடியும் என நினைத்து வருகிறார்கள்.

அன்பின் மூலம் மாற்றவர்களை மாற்ற முடியும் என்று பலர் நம்புகிறார்கள், ஆனால் உண்மை என்னவெனில் அன்பிற்காக மாறுவது என்பது அவ்வளவு எளிதாக நடந்துவிடுவது கிடையாது. அன்பிற்காக மாற வேண்டும் என்ற கட்டாயம் உறவில் திணிக்கப்படும் போது, உறவு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக கசக்கத் தொடங்குகிறது. அன்பு என்பது கட்டாயங்களற்றது. உள்ளதை உள்ள படியே

மாற்றமுடியாது. அவரவர் தாங்களாகவே தன் குண நலன்களை மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும் என்று நினைத்தால் மட்டுமே, அவர்கள் மாற நாம் உதவி செய்ய முடியும். குண நலன்களில் மாற்றம் என்பது குழந்தை பருவத்தில் மட்டுமே அதிகபட்சம் சாத்தியம். சிக்மண்ட் பிராய்ட் முதல் இன்னும் பல உளவியல் அறிஞர்கள் குண

வேண்டும், அதன் காரணமாக அவர்களுக்கு தங்கள் மீதும், மற்றவர்கள் மீதும், இந்த உலகின் மீதும் ஏற்கனவே இருந்த பார்வை மாறி இருக்க வேண்டும். உளவியல் ஆலோசனையின் போது, அவர்களின் வாழ்க்கை அனுபவங்களை வேறு வகையில் பார்க்க உதவி செய்வதன் மூலம் மாற்றத்திற்கான விதையை விதைக்கிறோம். அந்த விதை வளர

நடத்தையில் மாற்றம் செய்ய வேண்டியதே இல்லை என்ற எண்ணம் இருக்கும் நிலை. சிந்தனை நிலை: நடத்தையில் மாற்றம் செய்தால் நன்றாக இருக்கும் என்ற எண்ணம் ஏற்படும் நிலை.

தயார்படுத்தும் நிலை: நடத்தையில் மாற்றம் செய்ய தன்னை தயார்படுத்திக் கொள்ளும் நிலை. மாற்றம் செய்யும் நிலை: நடத்தை மாற்றத்தை உண்மையில் செய்யும் நிலை. மாற்றத்தை தக்க ன்வத்துக் கொள்ளும் நிலை: செய்துள்ள நடத்தை மாற்றத்தை வாழ்க்கை முழுவதற்குமாக



மாற்ற முடியுமா?

அல்லது மாற முடியுமா??

ஏற்றுக்கொள்வதுதான் உண்மையான அன்பு. கட்டாயங்கள் திணிக்கப்பட்ட அன்பு, வியாபாரமயமாகிறது. நீ இப்படி மாறினால் மட்டுமே என் அன்புக்கு உரியவன்/ள் என்று கூறுவது நியாயமற்றது. அன்பிற்காக மாறுவது என்று நினைத்துக்கொண்டு, தன்னைத்தானே கட்டாயப்படுத்தி மாறுவது என்பது தன்னை இழந்து, தன்னம்பிக்கையை இழந்து, அதனால் தன் மீதும், மற்றவர்கள் மீதும் உள்ள பார்வை மாறி, உங்களை விரக்தி அடையச் செய்யும். வேண்டுமானால் அன்பு, உங்களை நீங்களே மாற்றிக் கொள்ள ஒரு தூண்டுகோலாய், தொடக்கமாய் இருக்கலாம். அப்போது உங்கள் உள்ளூர்வாழ் மாற்றத்திற்கான தேவையை உங்களுக்கு உணர்த்தி உங்களை வழிகாட்டும். அப்படி நீங்கள் உங்களுக்குள் செய்யும் மாற்றமே நிரந்தரமாய் இருக்கும். உளவியல் என்ன சொல்கிறது என்றால், பெரியவர்களாக வளர்ந்து விட்ட யாருடைய குண நலன்களையும் மாற்ற யாரும்

நலன்கள் என்பவை அதிகமாக குழந்தைப்பருவத்தில் உருவாகிவிடுகின்றன என்று

வளர, அவரவர் மாற, அவர்களது வேண்டுகோளின் பேரில் உதவி செய்கிறோம்.

தக்க வைத்துக்கொள்ளும் நிலை.

“ முக்கிய குறிப்பு: அவரவர் வழியில் வாழ அவர வருக்கு உரிமை உண்டு. ஒருவர் மாற வேண்டுமானால் அவரது அனுபவம் மாற வேண்டும். மற்றவர்களை மாற்ற வேண்டும் என்று நீங்கள் நினைத்து அதற்காக மனக்கெட்டு ஏதாவது செய்து கொண்டே இருந்தால், கடைசியில் நீங்கள் தான் விரக்திக்கு ஆளானீர்கள். மாற வேண்டிய விஷயங்களில் ஒருவர் மாறவில்லை என்று நீங்கள் கருதினால், வாழ்க்கையும் உலகமும் தக்க அனுபவம் கொடுத்து அவர்களை மாற வைக்கும் என்பதை மனதில் கொள்ளுங்கள். மாற்றவர்கள் மாற வேண்டும் என்று நினைத்து உதவி கேட்டால் மட்டுமே நீங்கள் அவர்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும். ”

இந்த கோட்பாட்டின் படி, உளவியல் ஆலோசனைக்கு வரும் ஒருவர் எந்த படி நிலையில் இருக்கிறார் என்பதை கண்டுபிடித்து, அதற்கு தகுந்த ஆலோசனை அளிக் கப்பட்டு ஒரு படி நிலையிலிருந்து, அடுத்த படி நிலைக்கு கொண்டுவர உதவி செய்கிறோம். ஒரே ஒரு சந்திப்பின் மூலம் ஒருவரை 'சிந்தனைக்கு முந்தைய நிலையிலிருந்து', மாற்றம் செய்யும் நிலைக்கு' கொண்டுவர முடியாது. ஒரு சந்திப்பில் சிந்தனைக்கு முந்திய நிலையில் இருக்கும் ஒருவரை, சிந்தனை நிலைக்கு கொண்டுவர உதவி செய்தால் அதுவே வெற்றி தான். பல நேரங்களில் மாற்றம் செய்யும் நிலைக்கு பிறகு, அதற்கு முந்தைய படி நிலைகளுக்கு சிலர் சென்று விடுவது உண்டு. அப்படிப்பட்ட வர்களை மீண்டும் ஒவ்வொரு படி நிலையையும் தாண்ட உதவி செய்து, தக்க வைத்து கொள்ளும் நிலைக்கு' அவர் வந்த பிறகு தான், நடத்தை மாற்றம் உண்மையில் நிகழ்கிறது. எனவே மாற்றம் நிகழ கொஞ்ச காலம் பிடிக்கும். பொறுமை தேவை.

கூறுகிறார்கள். எனவே அவரவர் குழந்தைப்பருவ அனுபவங்களைப் பொறுத்து அவரவர் குண நலன்கள் உருவாகியிருக்கின்றன. ஒருவரின் குணநலன் மாறவேண்டுமானால், அவர்களது குழந்தைப்பருவ அனுபவங்களை மிஞ்சும் அளவிற்கு, அவர்களின் புதிய வாழ்க்கை அனுபவங்கள் இருக்க

குண நலன்கள் மாற வேண்டுமானால், நடத்தையில் மாற்றம் ஏற்பட வேண்டும். நடத்தையில் ஏற்படும் மாற்றம் என்பது 5 படி நிலைகளில் நடப்பதாக ப்ரொச்சஸ்கா டிகிளமண்ட் ஆகிய புகழ் பெற்ற உளவியலாளர்கள் கூறுகிறார்கள். சிந்தனைக்கு முந்திய நிலை:

முதுகில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளில் முக்கியமானது, கீழ் முதுகு வலி (Low back pain). மனித வாழ்க்கையில் ஏதேனும் ஒரு நேரத்திலாவது கீழ் முதுகு வலியால் அவதிப்படாமல் இருக்க முடியாது. நாற்பது வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள் வலிகளுக்காகச் சிகிச்சை பெறும் பிரச்சினைகளில், கீழ் முதுகு வலி இரண்டாம் இடத்தில் உள்ளது.

காரணம் என்ன?

காய்ச்சல் என்பது ஒரு நோயின் அறிகுறி என்பது போலவே, கீழ்

இருக்கலாம்.

சூன் விழுந்த நிலையில் உட்காருவது, வேலை நிமித்தமாகத் தொடர்ச்சியாக கணினி முன்னால் உட்கார்ந்தே இருக்க வேண்டிய சூழல், தினமும் இருசக்கர வாகனங்களில் நெடுந்தொலைவு பயணிப்பது, குண்டும் குழியுமாக உள்ள வீதிகளில் அடிக்கடி பயணம் செய்வது, அதிக எடையைத் தூக்குவது, உடற்பயிற்சி இல்லாதது, ஊட்டச் சத்துக்குறைவு, தரையில் வழக்கி

காயங்கள், தசைப்பிடிப்பு, தசைநார் வலி, மன அழுத்தம், நீரிழப்பு போன்றவற்றாலும் முதுகு வலி வரும்.

வயதானாலும் இந்த வலி தொல்லை கொடுக்கும். காரணம்? முள்ளெலும்புகளுக்கு இடையில் உள்ள வட்டில் ஏற்படும் முதுமைப் பிரச்சினை. இதற்கு ஒரு உதாரணம் சொல்லலாம். புதிதாக வாங்கிய பந்தைக் கீழே எறிந்தால் நன்கு துள்ளியபடி மேலெழும்பும். நாளாக ஆக, அந்தப் பந்துக்கு

முள்ளெலும்புகளின் (Vertebrae) பின்புறமுள்ள அசையும் மூட்டுகளில் வீக்கம் ஏற்படுவது. இந்தக் காரணங்களால் தண்டுவட நரம்பு செல்லும் பாதை குறுகிவிடுகிறது. இதனால் தண்டுவட நரம்பு அழுத்தப்படுகிறது. இதைச் சுற்றியுள்ள ரத்தக் குழாய்கள் நெரிக்கப்பட்டு, ரத்த ஓட்டம் குறைந்து நரம்பு முறையாக



வெங்கி

முதுகு வலியும் ஏதோ ஒரு நோயின் அறிகுறியே தவிர, இதுவே ஒரு தனிப்பட்ட நோயல்ல! இந்த வலிக்குப் பல காரணங்கள் உண்டு. முதுகுப் பகுதியைச் சார்ந்த எலும்புகள், தசைகள், தசைநாண்கள், இடைவட்டு (Inter vertebral Disc) ஆகியவற்றில் ஏற்படுகிற பிரச்சினைகளை இதற்கு முதன்மைக் காரணங்களாகச் சொல்லலாம்.

சில நேரம் வயிற்றில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளாலும் கீழ் முதுகில் வலி உண்டாகலாம். உதாரணத்துக்கு, சிறுநீரகம் மற்றும் சிறுநீர்ப் பையில் கல் உள்ளவர்களுக்குக் கீழ் முதுகில் வலி ஆரம்பித்து, முன் வயிற்றுக்குச் செல்லும். வெள்ளைபடுதல் பிரச்சினை உள்ள பெண்களுக்குக் கீழ் முதுகில்தான் முதலில் வலி ஆரம்பிக்கும். பொதுவாக, கீழ் முதுகு வலிக்கு 90 சதவீதம் முதுகெலும்பில் பிரச்சினை இருக்கும். மீதி 10 சதவீதம் வயிற்றுப் பகுதி தொடர்பாக

விழுவது, உயரமான இடத்திலிருந்து குதிப்பது, திடீரெனக் குனிவது அல்லது திரும்புவது, உடல்பருமன் போன்ற காரணங்களால் முதுகெலும்பு இடைவட்டில் அழுத்தம் அதிகமாகிக் கீழ் முதுகில் வலி ஏற்படும்.

'ஆஸ்டியோமைலிட்டிஸ்' (Osteomyelitis), 'ஸ்பாண்டிலிட்டிஸ்' (Ankylosing spondylitis), காச நோய் போன்றவற்றின் பாதிப்பாலும் கீழ் முதுகில் வலி வரும். வாகன விபத்துகள் அல்லது விளையாடும்போது ஏற்படுகிற விபத்துகள் காரணமாக எலும்பு முறிந்து இந்த வலி ஏற்படலாம். சிலருக்குப் பிறவியிலேயே தண்டுவடம் செல்லும் பாதை குறுகலாக (Spinal canal stenosis) இருக்கும். இவர்களுக்குச் சிறு வயதிலேயே முதுகு வலி ஏற்படும். முதுகெலும்பில் கட்டி அல்லது புற்று நோய் தாக்குவது காரணமாகவும் இந்த வலி வரும். கார்ப்பக் காலம், விபத்துக்

மேலெழும்பும் தன்மை குறைந்துவிடும். அதுபோலவே வயதாக ஆக இடைவட்டில் நீர்ச்சத்து குறைந்துவிடுவதால் 'குஷன்' போல இயங்குகிற தன்மையும் குறைந்துவிடுகிறது. அதிர்ச்சியைக் கிரகித்துக்கொள்ளும் தன்மை குறைகிறது. இதனால் முதிய வயதில் கீழ் முதுகில் வலி வருகிறது.

எலும்பின் உறுதிக்கும் ஆரோக்கியத்துக்கும் கல்சியம் சத்து தேவை. வயது அதிகமாக அதிகமாகக் கல்சியத்தின் அளவு குறைந்து எலும்பு மெலிந்துவிடும். இதற்கு 'எலும்பு வலுவிழப்பு நோய்' (ஆஸ்டியோபோரோசிஸ்) என்று பெயர். இது கீழ் முதுகில் வலியை ஏற்படுத்தும்.

சியாட்டிகா என்பது என்ன?

முதுகு வலிக்குப் பல காரணங்கள் சொல்லப்பட்டாலும், அடிப்படைக் காரணங்கள் இரண்டு மட்டுமே. ஒன்று, இடைவட்டு விலகுவது (Disc prolapse). அடுத்தது, முதுகு

இயங்க வழி இல்லாமல், வலி ஏற்படுகிறது. பொதுவாக, காலுக்கு வரும் சியாட்டிக் நரம்பு இவ்வாறு பாதிக்கப்படும். இதனால்தான் இதற்கு 'சியாட்டிகா' (Sciatica) என்று பெயர் வந்தது.

ஆரம்பத்தில் இந்த வலியானது, அவ்வப்போது கீழ் முதுகில் ஏற்படும். பெரும்பாலானோர் இதை வாய்வு வலி என்று தாங்களாகவே தீர்மானித்துக்கொண்டு, சிகிச்சை செய்யாமல் இருப்பார்கள். திடீரென்று ஒரு நாள் இந்த வலி கடுமையாகித் தொடைக்குப் பின்புறத்திலோ, காலுக்கோ மின்சாரம் பாய்வதைப்போல 'சாரீ' என்று பரவும். படுத்து உறங்கும்போது இந்த வலி குறைந்து, பிறகு நடக்கும்போது வலி அதிகமாகும். கால் குடைச்சல் தூக்கத்தைக் கெடுக்கும். காலில் உணர்ச்சி குறையும். நாளாக ஆக மரத்துப்போன உணர்வும் ஏற்படும். முதுகைப் பின்னாலோ,

(22ஆம் பக்கம் பார்க்க)

எய்ட்ஸ் அற்ற குழந்தைகள்:

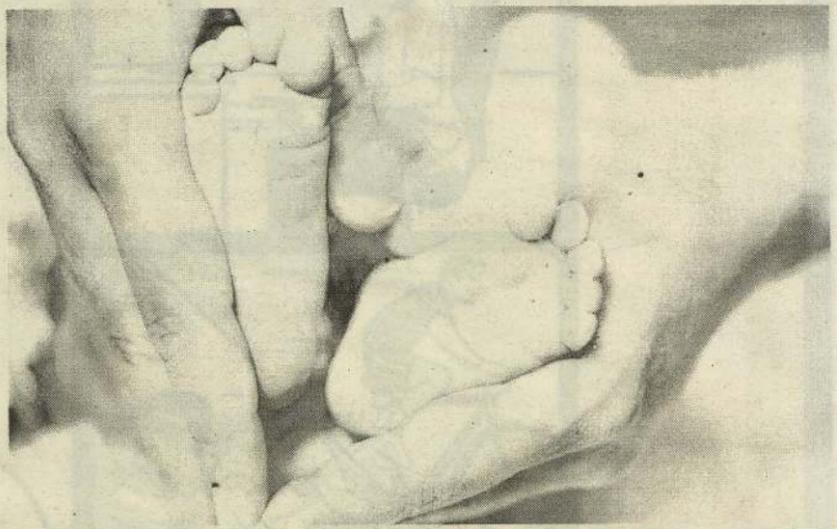
கியூபாவின் சாதனை

பாதிப்புள்ள தாயின் கருவறையிலிருக்கும் சிசுவுக்கு எய்ட்ஸ் பாதிப்பு மற்றும் பிற பால்வினை நோய்கள் பரவுவதை முற்றிலுமாக அகற்றி, மருத்துவ உலகில் சாதனை படைத்திருக்கிற கியூபா. உலக சுகாதார நிறுவனம் இதை அறிவித்திருக்கிறது. எய்ட்ஸ் அகற்றப்பட்ட ஒரு புதிய தலைமுறை உருவாகும் வாய்ப்பை இந்த மருத்துவக் கண்டுபிடிப்பு சாத்தியமாக்கியுள்ளது. 2013 இல் கியூபாவில் இரண்டு குழந்தைகள் மட்டுமே எச்.ஐ.வி. பாதிப்புடன் பிறந்தன. ஐந்து குழந்தைகள் மட்டுமே பால்வினை நோய்க்கூறுகளோடு பிறந்தன. அப்படியிருக்க எய்ட்ஸ் அற்ற சமூகத்தை கியூபா 2013 இலேயே உருவாக்கிவிட்டது. ஆனால், உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் அங்கீகாரத்தைப் பெற கடந்த ஒரு வருடம் கியூபா பல முயற்சிகளைச் செய்ய வேண்டியிருந்தது. எய்ட்ஸ் பாதிப்புகளைக் களைவது சர்வதேச அமைப்புகளின் குறிக்கோளாக இருந்தாலும் கடந்த 2010இல்தான் வட அமெரிக்காவில் மட்டுமல்லாமல் தென் அமெரிக்காவிலும் முற்றிலுமாக எய்ட்ஸ் அகற்று வதற்கான செயல்திட்டங்கள் முடுக்கிவிடப்பட்டன. அதன் பிறகு உலக சுகாதார நிறுவனம், ஐக்கிய நாடுகள் சபையுடன் இணைந்து 2015இல் எய்ட்ஸ் பாதிக் கப்பட்ட தாய்மார்களை உயிருடன் காக்க வேண்டும் என முடிவெடுத்தது. அதன் ஒரு கட்ட நடவடிக்கை யாகக் கர்ப்பிணிப் பெண்களும் அவர்களுடைய கணவர்களும் பால்வினை நோய் சோதனைக்கு உட்படுத்தப்பட்டனர். நோய் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட பெண் களுக்குக் கட்டாயம் அறுவைச் சிகிச்சை மூலம் பிரசவம் செய்யப்பட்டது. அவ்வாறு பிறந்த குழந்தைகளுக்குத் தாய்ப்பாலுக் காண

மாற்று உணவு பரிந்துரைக் கப்பட்டது. அனைவருக்கும் சமமான, அனைவரையும் சென்றடையக் கூடிய சுகாதார அமைப்பை ஏற்படுத்தினால் மட்டுமே இது சாத்தியம். இந்தக் கோணத்தில் பார்க்கும்போது கியூபாவின் சுகாதாரத் துறை பிற நாடுகளுக்கு முன்னோடியாகத் திகழ்கிறது. அண்டை நாடான கயானாவில் பால்வினை நோய்களை அகற்ற அதன் அரசு தீவிர நடவடிக்கை களை எடுத்தபோதும் பயனில்லை என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. பால் வினை நோயால் பாதிக்கப்பட்ட கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு 80% சிறப்பான மருத்துவச் சேவைகளை வழங்கும் தென் அமெரிக்க நாடுகள் பார்படோஸ், ஜமைக்கா மற்றும் கியூபா மட்டுமே என்று 'யுஎன்எய்ட்ஸ்' (UNAIDS) மற்றும் உலக சுகாதார நிறுவனத்தோடு இணைந்து 'யுனிசெவ்' நிறுவனம் கடந்த 2008இல் அறிவித்தபோது, அன்றைய கயானாவின் சுகாதாரத் துறை அமைச்சர் டாக்டர் லெஸ்லீ ராம்சாமி அதை முற்றிலுமாக மறுத்தார். சர்வதேச நிறுவனங்கள் எதற்காக கயானாவை அவமதிக்கின்றன என்பது புரியவில்லை என்று வெளிப்படையாக எதிர்த்தார். அதன் விளைவாக அவர் சுகாதார அமைச்சர் பதவியிலிருந்து நீக்கப் பட்டு, வேளாண்மை அமைச்சராக நியமிக்கப்பட்டார். அதுமட்டுமல்ல

லாமல், பால்வினை நோய்களை அகற்றச் சர்வதேச நிறுவனங்கள் கயானாவில் அளித்துவந்த சேவைகள் அதிரடியாகக் குறைக்கப்பட்டன. அதேசமயம், டாக்டர் லெஸ்லீ ராம்சாமி ஒப்புகொள்ள வேண்டிய உண்மையும் உள்ளது. உள்ளூர் மக்கள்தொகை பல மடங்கு அதிகரித்துவரும் நாடான கயானாவில் 80% பால்வினை நோய்களைத் தீர்ப்பது எளிதல்ல. அதிலும் ஜோர்ஜ்டவுன் அரசு மருத்துவமனை தவிர, கயானாவின் பிற ஊர்களில் உள்ள பொது மருத்துவமனைகளில் போதிய மருத்துவர்களோ, மருந்தோ, மருத்துவ உபகரணங்களோ இல்லாத நிலை உள்ளதால் ஜோர்ஜ்டவுன் அரசு மருத்துவமனை நோயாளிகளால் நிரம்பிவழிகிறது. இந்த நிலையில், கயானா மற்றும் பிற நாடுகள் கியூபாவிடமிருந்து கற்றுக்கொள்ள வேண்டியது சமத்துவமான சுகாதாரச் சேவை அளிப்பதன் மூலமாக இவ்வுலகை மாற்ற முடியும் என்பதே. 'யுஎன்எய்ட்ஸ்' நிர்வாக இயக்குநர் மிஷேல் சிடிபே கூறியதைப் போல இது கியூபாவின் வெற்றி மட்டுமல்ல; உலகெங்கிலும் உள்ள குழந்தைகளும் குடும்பங்களும் கொண்டுவேண்டிய மருத்துவச் சாதனை.

ம.சசித்ரா



வட்டுக்கோட்டை...

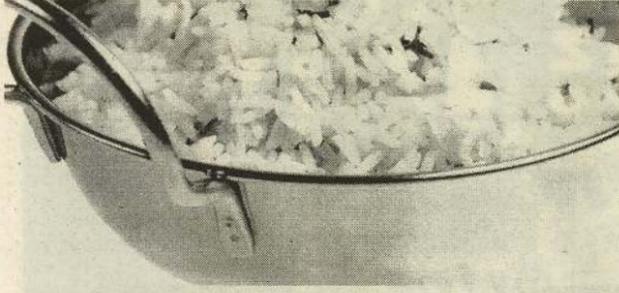
(10ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)
இந்த தகவல்களை வைத்துக் கொண்டு குற்றத் தடுப்புப் பிரிவின் விசேட பொலிஸ் குழு சி.சி.ஐ.வி ஊடாக அடையாளம் கண்ட நபரை சல்லடை போட்டு தேடிது. தலைநகர் கொழும்பிலுள்ள 127க்கு மேற்பட்ட சி.சி.ஐ.வி கமரங்களின் உதவியும் இதன் போது பெற்றுக் கொள்ளப்பட்டது. அத்துடன் குறித்த நபரின் தொலைபேசி இலக்கத்தை ஒருவாறு கண்டறிந்து அதனுடைய விசாரணைகள் இடம்பெற்றன. அதன் பலனாக குறித்த சந்தேக நபர் கொழும்பில் இல்லை என்பதை உறுதி செய்து கொண்ட குற்றப்பலனாய்வு பிரிவு அவரைத் தேடி வடக்கிற்கு படையெடுத்தது. அங்கு சென்ற பொலிஸார் முதலில் யாழ். நல்லூர் பகுதிக்கு சென்று விசாரித்த போதும் பயன் ஏதும் கிடைக்காமையால் வவுனியாவிலும் தகவல் சேகரித்தனர். இந்த நிலையில் தான் மன்னார் கோவில் குளத்தில் சந்தேக நபர் மேசன் வேலை செய்வதாக குற்றத் தடுப்பு பொலிஸ் குழுவுக்கு தகவல் கிடைத்துள்ளது. விரைந்து செயற்பட்ட விசேட பொலிஸ் குழு வேலை செய்துகொண்டிருக்கும் போதே அவரை கையும் மெய்யுடாக பிடித்தது. குறித்த நபரை கைது செய்த நிலையில் அவர் 44 வயதுடைய பெடரிச் சின்னராசா என்ற இயற்பெயரை உடையவர் என்பதையும் அவர் 3 பிள்ளைகளின் தந்தை என்பதையும் கண்டறிந்த பொலிஸார் கிருஷ்ணா என்பது அவரே என்பதையும் உறுதிப்படுத்திக் கொண்டனர். கடந்த 5 ஆம் தக்கதி புதனன்று கைது

செய்யப்பட்ட குறித்த சந்தேக நபர் அன்றைய தினமே கொழும்புக்கு அழைத்து வரப்பட்டதுடன் தடுத்து வைத்து விசாரிக்கப்பட்டார். இதன் போது மேலும் பல தகவல்கள் வெளிச்சத்துக்கு வந்தன. குற்றத்தடுப்புப் பொலிஸாருக்கு சந்தேக நபர் வழங்கிய வாக்கு மூலத்தை சுருக்கமாக நாம் தருகிறோம். "சேர். சம்பவம் இடம்பெற்ற தினம் எங்கள் இருவருக்கும் இடையில் வாய்த்தாக்கம் ஏற்பட்டது. அது தொடரவே அவளை நான் அடித்தேன். நான் அடித்த அடி அவளது அடிவயிற்றையும் முதுகையும் பலமுறை பதம் பார்த்தது. அடித்தவாரே நான் அவளை தள்ளிவிட்ட போது அவள் கட்டிலில் விழுந்தாள். சுமார் ஒரு மணி நேரம் வரை அவள் அசைவற்று கிடந்தாள். அதனால் அவள் உயிரிழந்துவிட்டதை நான் உணர்ந்தேன். சடலத்தை பெட்டியில் போட்டு வவுனியா கொண்டு செல்லும் நோக்கோடு தனியார் பஸ் நிலையத்துக்கு சென்றேன். "நான் மூன்று வருடமாக கார்த்திகாவுடன் ஒன்றாக வாழ்ந்துள்ளேன். ஆமாம் வீதி, கந்தாணை பிரதேசங்களில் நாம் வசித்துள்ளோம். "கந்தாணையில் கோழிப் பண்ணை ஒன்றில் வேலை செய்த போது எங்களுக்கு ஒரு குழந்தை ராகம வைத்தியசாலையில் பிறந்தது. அந்த குழந்தையை வைத்தியசாலையிலேயே விட்டுவிட்டு நாம் தப்பிச் சென்றோம். "அதன் பின்னர் திவுலப்பிட்டி பிரதேசத்தில் ஒரு பண்ணையில் இருவரும் தங்கியிருந்து வேலை செய்தோம். "இந்த நிலையில் திவுலப்பிட்டி பண்ணையில் ஏற்பட்ட சிறு பிரச்சினையால் அங்கிருந்து நாம்

இருவரும் மீண்டும் கடந்த ஜூன் 22 ஆம் திகதி கொழும்பு வந்து செட்டியார் தெருவில் உள்ள 'லொஜ்ஜில்' தங்கினோம். "அங்கு நாம் இருவரும் சந்தோசமாக இருந்தோம். இந்த நிலையில் கையில் இருந்த காசு அனைத்தும் செலவானது. அதனால் மீண்டும் திவுலப்பிட்டி பண்ணைக்கு போக நான் அவளை அழைத்தேன். அவள் மறுத்தாள். வாய்த்தாக்கம் ஏற்பட்டது. இந்த சம்பவம் இடம்பெறும் போது நேரம் காலை 6.00 மணி இருக்கும். "வாய்த்தாக்கம் முற்றவே நான் அவளை அடித்து தள்ளி விட்டேன். எனது அடி அவளது அடி வயிறு முதுகை பதம் பார்க்கவே கட்டில் மீது அவள் மயக்கமுற்று விழுந்தாள். "கட்டிலில் விழுந்த அவளிடமிருந்து எந்த அசைவும் இருக்கவில்லை. நான் தண்ணீர் தெளித்தும் பார்த்தேன் பயனில்லை. அவளது மூச்சு அப்போது நின்றுவிட்டது. "அவள் நினைவு திரும்புவாள் என எண்ணி ஒரு மணி நேரம் காத்திருந்தேன். பிரயோசனம் இல்லை. நினைவு திரும்பவில்லை. அவள் இறந்துவிட்டதாக நினைத்தேன். அவளது சடலத்தை அவளது பயணப் பெட்டியில் வைத்து வவுனியா கொண்டு செல்ல நினைத்தேன். "அவளது சடலத்தை பயணப் பொதியில் போட்டு மிக சிரமத்துக்கு மத்தியில் லொட்ஜிலிருந்து முச்சக்கர வண்டிக்கு ஏற்றினேன். முச்சக்கர வண்டியில் சடலத்துடன் கூடிய பெட்டியை பெஸ்டியன் மாவத்தை பஸ் நிலையத்துக்கு கொண்டு வந்தேன். "அனுராதபுரம் பஸ் தரிக்கும் இடத்தில் பெட்டியை வைத்துவிட்டு வவுனியா பஸ் தொடர்பில் விசாரித்து வர சென்றேன். "வவுனியா பஸ் தொடர்பில் விசாரித்து விட்டு பெட்டியை எடுத்துச் செல்லும்

நோக்கில் அனுராதபுரம் பஸ் தரிக்கும் இடத்துக்கு வந்தேன். "அப்போது அந்த இடத்தில் பொலிஸாரும் பொது மக்களும் கூடியிருந்தனர். எனக்கு பயம் ஏற்பட்டது. நான் பெட்டியை கைவிட்டு விட்டு தப்பிச் சென்றேன். "முதலில் வவுனியாவில் உள்ள சகோதரியின் வீட்டுக்கு எனது கையில் இருந்த மேலும் இரு பொதிகளுடன் சென்றேன். "அங்கு வைத்து சிகை அலங்காரங்களையெல்லாம் மாற்றிக் கொண்டு மன்னாரில் உள்ள உறவினர் வீட்டொன்றுக்குச் சென்றேன். அங்கிருந்தவாறு மேசன் வேலை செய்யும் போதே நீங்கள் கைது செய்தீர்கள் என சந்தேக நபர் தனது வாக்கு மூலத்தில் குறிப்பிட்டுள்ளார்." எவ்வாறாயினும் சந்தேக நபரின் வாக்கு மூலமானது நீதிமன்றின் முன்னிலையில் பெறுமதியற்றது என குறிப்பிடும் பொலிஸ் ஊடக பேச்சாளர் உதவி பொலிஸ் அத்தியட்சகர் ருவன் குணசேகர சாட்சியங்கள் ஊடாக அவ்வாக்கு மூலத்தை பொலிஸார் உறுதி செய்ய வேண்டிய தேவையிருப்பதாக சுட்டிக் காட்டினார். சன நடமாட்டம் கூடிய புறக்கோட்டை பஸ் நிலையத்தில் இருந்து இவ்வாறு சடலம் மீட்கப்பட்டது. நாடளாவிய ரீதியில் பாரிய அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தியிருந்த நிலையில் அதன் மாமத்தை ஒரே வாரத்தில் துலக்கிய பொலிஸார் உண்மையில் பாராட்டப்பட வேண்டியவர்கள். இதனைவிட அண்மைக் காலமாக இலங்கையில் பதிவான பல கொலைகளுக்கு தகாத உறவு அல்லது இரகசிய காதல் என்பன காரணமாக உள்ளதை அவதானிக்கும் போது சமூக மட்டத்தில் இன்னும் பாரிய பொறுப்பு உள்ளதை உணர முடிகிறது.

மாங்காய் சாதம்



செய்முறை

தேவையான பொருட்கள்:

1. அரிசி - 200 கிராம்
2. மாங்காய் - 1
3. மிளகாய் வற்றல் - 4 எண்ணம்
4. வெந்தயத்தூள் - 1/4 தேக்கரண்டி
5. மஞ்சள்தூள் - சிறிது
6. கடுகு - 1/4 தேக்கரண்டி
7. உளுத்தம்பருப்பு - 1/2 தேக்கரண்டி
8. கடலைப்பருப்பு - 1/2 தேக்கரண்டி
9. பெருங்காயத்தூள் - 1/4 தேக்கரண்டி
10. நிலக்கடலைப் பருப்பு - 25 கிராம்
11. நல்லெண்ணெய் - 25 கிராம்
12. உப்பு - 1 தேக்கரண்டி
13. கறிவேப்பிலை - சிறிது.

1. அரிசியைக் கழுவி 2 1/2 கிண்ணம் தண்ணீர் விட்டுக் குழையாமல் வேக வைத்து ஒரு தட்டில் ஆற வைத்துக் கொள்ளவும்.
2. மாங்காயைத் துருவிக்கொள்ளவும். நிலக் கடலையை நெய்யில் வறுத்துக் கொள்ளவும்.
3. ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றிக் காய்ந்ததும், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு போட்டு தாளித்து பின் கறிவேப்பிலை, மிளகாய் வற்றல், பெருங்காயம், வெந்தயத்தூள், மஞ்சள் தூள் போட்டு வதக்கவும்.
4. துருவிய மாங்காயைப் போட்டு நன்றாக வதக்கவும். பின்பு உப்பு சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து இறக்கவும்.
5. இதில் ஆறிய சாதம், வறுத்த நிலக் கடலைப்பருப்பு போட்டு, சாதம் குழையாமல் கிளறி வைக்கவும்.



குடும்பத்தின் மகிழ்ச்சிக்கு....

குடும்பத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு உறுப்பினர்களின் எண்ணமும் எங்கள் குடும்பம் அமைதியான ஒற்றுமை மிக்கது என்று அனைவரும் உணர்ந்திருந்தாலே ஒரு பெரிய மகிழ்ச்சி. நாங்கள் எல்லோரும் என்றும் பிரியாமல் இணைந்து வாழ்வோம்- என்று உறுதி கொள்ள வேண்டும். இதனை எப்படி உருவாக்குவது?

1. குடும்பத்தில் ஒரு வேளையாவது, அனைத்து உறுப்பினர்களும் சேர்ந்து உணவு உண்ண வேண்டும்.
2. குடும்பத்துடன் வாரம் ஒரு முறையாவது வெளியில் சென்று வர வேண்டும்.
3. விடுமுறைகளில் வெளியூர் பயணம் சென்று குடும்பத்துடன் தங்கி மனம் விட்டுப்பேசி மகிழ்ந்து சிரித்துக் கொண்டாடி வர வேண்டும்.
4. ஒவ்வொரு நாளும் குடும்பத்துடன் எல்லோரும் சிறிது நேரமாவது இணைந்திருத்தல் வேண்டும்.
5. ஒருவர் வெற்றியை எல்லோரும் கொண்டாட வேண்டும். வாழ்த்துக்களைப் பரிமாற வேண்டும்.
6. நிறைய புகைப்படங்கள் எடுத்து ஆல்பம் தயாரிக்க வேண்டும்.
7. ஒருவருக்கு சங்கடமோ, தோல்வியோ வந்தால் அனுதாபத்துடன் தனித்தனியாகச் சென்று பேசி ஆதரவு கொடுக்க வேண்டும். பேச்சுசொல்லி, மன உணர்வுகளைக் கேட்டு அவர்கள் சுமையை இறக்கி வைக்கத் துணை புரிய வேண்டும்.
8. விழா நேரங்களில் எங்கிருந்தாலும் வந்து கூடிக் கொண்டாட வேண்டும்.
9. மனதளவில் குடும்ப உறுப்பினர் ஒவ்வொருவரையும் நினைத்துத் தினமும் வாழ்த்த வேண்டும்.
10. உறவில் 'தான்' என்ற எண்ணம் வேண்டாம். போலிக் கௌரவம், மானம், ரோசம் குடும்பத்தில் வேண்டாம்.
11. எவர் என்னைத் திட்டினாலும், கோபித்தாலும், என்னை அவமதித்தாலும், எனக்கு உதவி செய்ய மறுத்தாலும், நான் அன்பு செய்வேன். உங்கள் மேல் நான் கொண்டுள்ள அன்பே பேரானந்தம் என்று கூற வேண்டும்.
12. தினசரி ஐந்து நிமிடமாவது அனைவரும் இணைந்து மன அமைதிக்கான நமஸ்காரம் தியானம் செய்ய வேண்டும்.



தன்னம்பிக்கை உள்ள

குழந்தையை எப்படி

வளர்ப்பது?

தன்னம்பிக்கை என்பது மனித வாழ்க்கைக்கு ஒரு நெம்புகோல் போன்றது. அது இல்லையெல் வாழ்க்கை இல்லை. இதனைப் பெற்றோர் தம் குழந்தைகளிடம் வளர்க்க வேண்டும். சுயமாகச் சிந்திக்க, சுயமாகச் செயல்பட குழந்தைகளுக்குக் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். படிப்பில், அதோடு கூட வீட்டு வேலைகளில் குழந்தைகளுக்குப் பெற்றோர் போதிய பயிற்சி அளிக்க வேண்டும். குழந்தைகளை அச்சுறுத்தி அடித்துக் கண்டிக்கக் கூடாது. ஆனாலும் அதன் போக்கில் எதேச்சையாக விட்டுவிடக் கூடாது. குழந்தைகளுக்கு அன்புப்பால் உண்டி, அரவணைத்துப் பெருமைப் படுத்த வேண்டும். 'நீ ராசா அல்லவா? ராசாத்தி அல்லவா?' என்கிற வாசகங்கள் பெற்றோர் வாயிலிருந்து வர வேண்டும். 'மக்கு, மண்டு, மண்டுகம் - போன்ற வாசகங்கள் மலையேற வேண்டும். பயம், கூச்சமின்றி, உறுதியான நெஞ்சம், உண்மையான பேச்சு, உயர்வான பண்பு இவை குழந்தைகளுக்கு அமைய முயற்சிகள் மேற்கொள்ள வேண்டும்.



கொழும்பில் தமிழர்கள் வெல்ல முடியுமா?

என். ஜனகா

பொதுத் தேர்தல் தொடர்பிலான தமிழ் மக்களின் கருத்தாடல்கள் வடக்கு-கிழக்கு மற்றும் மலையகத்தின் நுவரெலியா மாவட்டத்துடன் ஒப்பீட்டளவில் மட்டுப் படுத்தப்பட்டுள்ளது. குறிப்பாக, ஊடகங்கள் மற்றும் சமூக ஊடகங்களில் தமிழ் மக்கள் பெரும்பான்மையாக வாழும் பிரதேசங்கள் தொடர்பி் வேயே அதிகமாக கவனம் செலுத்தப்படுகின்றது. அது, அவசியமானதும் கூட. ஆனால், வடக்கு-கிழக்கு-நுவரெலியா ஆகிய பகுதிகளுக்கு வெளியே வாழும் தமிழ் மக்கள் தமது நாடாளுமன்றப் பிரதிநிதித்துவத்தை காப்பாற்றுவது-கைப்பற்றுவது தொடர்பிலான அக்கறையை கொள்வதற்கான உந்துதல்களையும் ஊடகங்களும்-சமூக ஊடக கருத்தியலாளர்களும் பெருமளவு முன் வைக்க வேண்டும். ஏனெனில், இருப்பதில் சரியானதை தேர்வு செய்வது தொடர்பில் வடக்கு-கிழக்கு-நுவரெலியா தேர்தல் களங்கள் தமிழ் மக்களிடம் வாதப் பிரதிவாதங்களை ஏற்படுத்தியிருக்கின்றது. அது, அவசியமானது. அது போல, தமிழ் பிரதிநிதித்துவங்கள் காக்கப்பட-கைப்பற்றப்பட வேண்டிய பகுதிகளையும் நாம் அக்கறையோடு அணுக வேண்டும். குறிப்பாக, பதுளை, கண்டி, கொழும்பு உள்ளிட்ட பகுதிகளில் தமிழ்

வாக்காளர்கள் ஒருங்கிணைந்தும், புத்திசாலியத்துடனும் வாக்களிக்க வேண்டும். அதுதான், எமக்கான தமிழ்ப் பிரதிநிதித்துவத்தைக் காப்பாற்ற-கைப்பற்ற உதவும். கடந்த மேல் மாகாண சபைத் தேர்தலில் தமிழ் வாக்காளர்கள் அசமந்தப் போக்கில் செயற்பட்டு மேலும் ஒரு பிரதிநிதித்துவத்தை பெறும் வாய்ப்பினைப் கோட்டை விட்டதைச் சுட்டிக்காட்ட முடியும். இந்த முறை கொழும்பிலிருந்து இரண்டு நாடாளுமன்ற பிரதிநிதித்துவத்தைப் பெறுவது தொடர்பில் அக்கறையோடு வாக்களியுங்கள். அது, மிகவும் அவசியமானது. அதைவிடுத்து, உட்கட்சி பூசல் மாதிரி பிரதேசவாதம் பேசி தமிழ்ப் பிரதிநிதித்துவத்தைக் கோட்டை விட்டு விட்டு பின்னர் குமுறிக் கொண்டிருக்காதீர்கள். ஏறத்தாழ 11 இலட்சம் மக்கள் வாக்களிக்கப்போகும் கொழும்பு மாவட்டத்தில் ஆசனப் பிரிப்புக்குத் தகுதி பெற 5 வீத வாக்குகளை அதாவது 55,000 வாக்குகளைப் பெறவேண்டும். இல்லாவிட்டால் ஆசனப்பிரிப்பில் அந்தக் கட்சி சேர்த்துக் கொள்ளப்படமாட்டாது. உதிரிக் கட்சிகளுக்கும் சுயேச்சைகளுக்கும் வாக்களித்து வாக்கு சிதறுவதை தவிர்ந்துக்கொள்ள வேண்டும். கொழும்பில் ஒரு லட்சத்துக்கும் அதிகமான தமிழ் வாக்காளர்கள் உள்ளனர். ஆனால் தனித் தமிழ்ப் பிரதிநிதித்துவத்தை கொழும்பில் அடைவது என்பது முயற்கொம்பாகவே இன்னுமுள்ளது. இதற்குக் காரணங்கள் இரண்டு. ஒன்று, கொழும்பு வாழ் தமிழ்

வாக்காளர்களின் அசட்டையீனம். தேர்தல் நாளை தமக்கான ஒரு விடுமுறை தினம் போலவே இவர்கள் கருதுகிறார்கள். நாம் வாக்களித்து என்ன மாற்றம் வந்துவிடப்போகிறது என்ற எண்ணமும் இத்தகைய மனோநிலைக்கு ஏதுவாக இருக்கலாம். அதனால் தேர்தலுக்கு முதல் நாளே தங்களின் சொந்த ஊரான யாழ்ப்பாணத் துக்கோ, மட்டக்களப்புக்கோ, வவுனியாவுக்கோ, மலையகத்துக்கோ சென்று விடுவார்கள். அங்கு கூட இவர்கள் வாக்களிப்பதில்லை. ஏனெனில் இவர்களின் வாக்குப்பதிவு கொழும்பு மாவட்டத்துக்கு உரியதே. எனவே தேர்தல் நாளில் சொந்த ஊருக்குச் செல்லும் மனோபாவம் கொழும்புவாழ் தமிழர்கள் மட்டும் தொடரவே செய்கின்றது. இரண்டாவது காரணம், தமிழ் மக்களைப் பிரதிநிதித்துவம் செய்யும் கட்சிகள் கொழும்பில் போட்டியிடத் தயங்குகின்றமை. இந்த முறை கூட தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு கொழும்பில் போட்டியிடுவதாக இருந்தது. ஆனால் கடைசி நேரத்தில் அந்தத் திட்டம் கைவிடப்பட்டிருந்தது. எனவே பெரும்பான்மையினக் கட்சிகளுக்கு வாக்களிக்க வேண்டிய நிலைக்கோ அல்லது வாக்களிக்காமல் ஒதுங்க வேண்டிய நிலைக்கோ மக்கள் தள்ளப்படுகின்றனர். இந்த முறையாவது கொழும்புவாழ் தமிழ் வாக்காளர்கள் சிந்தித்து நல்ல முடிவை எடுப்பார்களா?

“கடந்த மேல் மாகாண சபைத் தேர்தலில் தமிழ் வாக்காளர்கள் அசமந்தப் போக்கில் செயற்பட்டு மேலும் ஒரு பிரதிநிதித்துவத்தை பெறும் வாய்ப்பினைப் கோட்டை விட்டதைச் சுட்டிக்காட்ட முடியும். இந்த முறை கொழும்பிலிருந்து இரண்டு பாராளுமன்ற பிரதிநிதித்துவத்தைப் பெறுவது தொடர்பில் அக்கறையோடு வாக்களியுங்கள். அது, மிகவும் அவசியமானது. அதைவிடுத்து, உட்கட்சி பூசல் மாதிரி பிரதேசவாதம் பேசி தமிழ்ப் பிரதிநிதித்துவத்தைக் கோட்டை விட்டுவிட்டு குமுறிக் கொண்டிருக்காதீர்கள்.

அச்சுவினி, பரணி, கார்த்திகை 1ஆம் பாதம்
வாகனத்தில் மிதவேகம் பின்பற்றவும். புத்திரர்கள், நண்பர்கள் போல் உங்களிடம் சுமுக உறவு கொள்வர். கடன்களை செலுத்துவீர்கள். எதிர்பார்த்த சப செய்தி வந்து சேரும். மனைவியின் அன்பும், பாசமும் மகிழ்ச்சி தரும். தொழில், வியாபாரத்தில் லாபம் அதிகரிக்கும். பணியாளர்களுக்கு, சலுகை கிடைக்கும். பிள்ளைகள், புத்தாடை, அணிகலன் வாங்க யோகம் உண்டு. மாணவர்கள், படிப்பில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

கார்த்திகை 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிடம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்
உடல்நிலையில் பின்னடைவு நிலை தொடர வாய்ப்புண்டு. மனைவியின் ஒவ்வொரு செயலும், மனதிற்கு நிம்மதி தரும். எதிர்பார்த்த சப செய்தி வந்து சேரும். மனைவியின் அன்பும், பாசமும் மகிழ்ச்சி தரும். தொழில், வியாபாரம் மந்த கதியில் இயங்கலாம். பணியாளர்கள், வேலையில் குளறுபடி வராமல் செயல்பட வேண்டும். பெண்கள், வீட்டுச்செலவுக்கு சற்று திட்டாடலாம்.

மிருகசீரிடம் 3, 4ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்யூசம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்
சீரான ஓய்வு, உடல் ஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்கும். பணியாளர்கள் நிர்வாகத்தின் சட்டதிட்டம் தவறாமல் பின்பற்றினால், பிரச்சனைகளில் இருந்து தப்பலாம். இல்லறத்துணை நல்ல ஆலோசனை சொல்லி முன்னேற உதவுவார். தொழில், வியாபாரம் செழிக்க, தேவையான திட்டங்களை நல்லமுறையில் செயல்படுத்துவீர்கள்.

புனர்யூசம் 4ஆம் பாதம், யூசம், ஆயிலியம்
புத்திரர்களின் எதிர்காலம் வளமாக அமைய உதவுவீர்கள். உடல் நலத்திற்கு மருத்துவ சிகிச்சை தேவைப்படலாம். இல்லறத்துணை, உங்களின் கௌரவம் அதிகரிக்கும் வகையில் செயல்படுவார். தொழில், வியாபாரம் மந்த கதியில் இயங்கலாம். பணியாளர்கள், வேலையில் குளறுபடி வராமல் செயல்பட வேண்டும். பெண்கள், வீட்டுச்செலவுக்கு சற்று திட்டாடலாம்.

மகம், யூரம், உத்திரம் 1ஆம் பாதம்
புத்திரர்கள் நல்ல முறையில் நடந்து பெருமை தேடித் தருவர். வழக்கு, விவகாரத்தில் சாதகமான தீர்வு கிடைக்கும். இல்லறத்துணை இணக்கமான போக்குடன் நடந்து கொள்வார். தொழில், வியாபாரம் செழித்து வளரும். பணியாளர்களுக்கு சம்பள உயர்வு, சலுகைகள் கிடைக்கும்.

உத்திரம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், அத்தம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்
சீரான ஓய்வு, உடல் ஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்கும். இல்லறத்துணை விரும்பிய பொருள் வாங்கித் தருவீர்கள். தொழில், வியாபாரத்தில் போட்டி இருக்கும். பணியாளர்கள் நிர்வாகத்தின் சட்டதிட்டம் தவறாமல் பின்பற்றினால், பிரச்சனைகளில் இருந்து தப்பலாம். பெண்கள், புண்ணியத் தலங்களுக்கு சென்று வருவர்.

சித்திரை 3, 4ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்
பூர்வ சொத்தில் வருகிற பணவரவு கூடும். புத்திரர் உங்கள் சொல் கேட்டு நடப்பார். உடல் ஆரோக்கியம் பலம் பெறும். இல்லறத்துணை நல்ல ஆலோசனை சொல்லி முன்னேற உதவுவார். தொழில், வியாபாரத்தில் அபிவிருத்தி பணிகள் நிறைவேறும். பணியாளர்கள் நிறைந்த சலுகை பெறுவார். பெண்கள், உறவினர் வீட்டின் மாங்கன நிகழ்ச்சிக்கு உதவுவார்.

விசாகம் 4ஆம் பாதம், அனுஷம், கேடகை
புத்திரர்களின் நல்ல சிந்தனைகளை செயல்படுத்த வழி காட்டுவீர்கள். இல்லறத்துணையுடன் கருத்து வேறுபாடு வரலாம். வீட்டுக் கொடுத்து செல்வம். எதிர்ப்பாளர்கள் விலகுவார். தொழில், வியாபாரத்தில் அளவான லாபம் கிடைக்கும். பணியாளர்கள் தொழில் நுட்பங்களை அறிவதில் ஆர்வம் கொள்வார்.

மூலம், யூராடம், உத்திராடம் 1ஆம் பாதம்
வீடு, வாகன பாதுகாப்பில் கூடுதல் கவனம் வேண்டும். புத்திரர்களின் குறையை கண்டிப்பதில் இதமான அணுகுமுறையை பின்பற்றவும். விருந்து, விழாவில் கலந்து கொள்வீர்கள். மனைவி, அத்த அன்புடன் நடந்து கொள்வார். தொழில், வியாபாரம் செழிக்க, தேவையான திட்டங்களை நல்லமுறையில் செயல்படுத்துவீர்கள். பணியாளர்களுக்கு, வேலைப்பளு கூடும்.

திருவோணம், அவிடம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்
வாகன பராமரிப்பு செலவு அதிகரிக்கும். புத்திரர்கள், சிந்தனை மற்றும் செயலில் சிறந்து விளங்குவார். உடல்நிலையில் பின்னடைவு நிலை தொடர வாய்ப்புண்டு. மனைவியின் ஒவ்வொரு செயலும், மனதிற்கு நிம்மதி தரும். தொழில், வியாபாரத்தில் உற்பத்தி, விற்பனை சுமாராக இருக்கும். பணியாளர்களுக்கு, வேலைப்பளு அதிகரிக்கும்.

அவிடம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள்
கடன் கொடுத்த பணம் வசூலாகும். தெய்வ திருப்பணிக்கு உதவுவீர்கள். புத்திரர்கள், பிடிவாத குணத்துடன் நடந்து கொள்வர். நோய் தொந்தரவு குறைந்து, உடல்நிலை பலம் பெறும். தொழில், வியாபாரம் வியத்தகு முன்னேற்றம் பெறும். பணியாளர்கள், அதிக சலுகை பெறுவார். பெண்கள், பிறர் விஷயத்தில் தலையிட வேண்டாம். மாணவர்களுக்கு, படிப்பில் முன்னேற்றம் ஏற்படும்.

புரட்டாசி 4ஆம் பாதம், உத்திரட்டாசி, ரேவதி
வாகன பராமரிப்பு செலவு அதிகரிக்கும். புத்திரர்கள், சிந்தனை மற்றும் செயலில் சிறந்து விளங்குவார். உடல்நிலையில் பின்னடைவு நிலை தொடர வாய்ப்புண்டு. மனைவியின் ஒவ்வொரு செயலும், மனதிற்கு நிம்மதி தரும். தொழில், வியாபாரத்தில் உற்பத்தி, விற்பனை சுமாராக இருக்கும். பணியாளர்களுக்கு, வேலைப்பளு அதிகரிக்கும்.



சிநீலங்கா இராணுவம் வடமராட்சியை ஆக்கிரமித்த பின், அது நடத்திய தேடுதல்களும், சுற்றிவளைப்புக்களும், இளைஞர்களைக் கைது செய்து சிங்களத் தெற்கில் உள்ள வெவ்வேறு சிறைகளுக்குப் பிரித்து அனுப்பி வைப்பதும், அச்சம் தரும் நடவடிக்கைகளாகவே அமைந்தன. இராணுவத் தாக்குதல் பொதுமக்களையே இலக்காகக் கொண்டிருந்தது என்பதை நிரூபித்தது. இராணுவச் சுற்றி வளைப்புக்களின் போது தமிழ் இளைஞர்கள் காணாமற் போயிருக்கிறார்கள். அவ்வாறே சிங்களத் தெற்கில் உள்ள வெவ்வேறு தடுப்பு முகாம்களிலும் சிறைகளிலும் தமிழ் இளைஞர்கள் காணாமற் போயிருக்கிறார்கள். இவற்றை மனித உரிமை அமைப்புகள் விளக்கமாக பதிவு செய்திருக்கின்றன.

வடமராட்சியை ஆக்கிரமித்த சிநீலங்கா இராணுவப் படைகள் யாழ்ப்பாணத் தீபகற்பத்திலும் மேலும் அடர்த்தியாக மக்கள் வாழ்ந்த பகுதியான வலிகாமம் மீதும் தனது நடவடிக்கையைத் தொடங்கியது. விடுதலைப்புலிகளும் தங்கள் பங்குக்கு வடமராட்சிக்குள் ஊடுருவினார்கள். ஆக்கிரமிக்கும் இராணுவம் மீது கெரில்லாத் தாக்குதல்களை நடத்தி பலத்த உயிர்ச் சேதத்தையும் விளைவித்தார்கள். ஆக்கிரமிப்பாளருக்கு எதிரான ஒரு முக்கிய பதிலடித் தாக்குதலில் விடுதலைப்புலிகள் முதற் தடவையாக கரும்புலித் தாக்குதல் அணியையும் பயன்படுத்தினார்கள். வடமராட்சி இராணுவத் தலைமைப் பணிமனை மீது நிகழ்த்தப்பட்ட இந்தத் தீக்லூட்டும் தாக்குதலில் கப்டன் மில்லர் தாமாகவே முன் வந்து தமது உயிரைக் கொடைபுரிந்து விடுதலைப்புலிகளின் முதல் கரும்புலியானார். வடமராட்சி கரவெட்டி வாசியான கப்டன் மில்லர் சிநீலங்கா இராணுவத்தின் புதிய தலைமைப் பணிமனைகளை உள்ளடக்கியிருந்த நெல்லியடி மத்திய கல்லூரிக்குள் வெடிபொருள் நிரப்பிய ஹெரி வண்டி ஒன்றை வேகமாக ஓட்டி மோதினார். அதனால் ஏற்பட்ட வெடி கட்டடத்தை தரைமட்டமாக்கியது. நூற்றுக்கணக்கான அரசு படையினரைக் கொன்றது. அந்தப் பகுதியில் இராணுவ ஆக்கிரமிப்பையே நிலை குலையைச் செய்தது. விடுதலைப்புலிகளின் போராட்டப் பதிவேட்டில் 1987 ஜூலை 5 ஒரு வரலாற்று முக்கியத்துவம் வாய்ந்த நாளாகும்.

சிநீலங்கா இராணுவ நடவடிக்கையின் தாக்கத்தை அங்கலாய்ப்போடு புதுடில்லி பார்த்துக் கொண்டிருந்தது. தமிழ்ப் பொதுமக்களுக்கு எதிரான வன்முறைகள் வளர்ந்து செல்வதும், மக்கள் மீது பொருளாதாரத் தடையை ஏற்படுத்தும் கொடிய தாக்கங்களுக்கும் புதுடில்லியில் அச்சத்தை தோற்றுவித்தன. யாழ்ப்பாணக் குடாநாடு மீது கொழும்பு நடத்தும் இராணுவ நடவடிக்கை தொடர்பாகப் புதுடில்லி வெளியிட்ட கண்டன அறிக்கையில் சிநீலங்கா பாதுகாப்புப் படைகளால் இன அழிப்பு மேற்கொள்ளப்படுகிறது என்ற தொனி காணப்பட்டது. பெருந்தொகையான தமிழ்ப் பொதுமக்கள் உயிர்ச்சேதத்துக்கு ஆளாகி வருவது தொடர்பாக இந்தியா தெரிவித்த ஆழ்ந்த கவலைக்கு சிநீலங்கா அரசு பதிலளிக்கத் தயங்கிக் கொண்டிருந்தது. ஈழத்தமிழர்கள் மீது இழைக்கப்பட்ட கொடுமைகளுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்க இந்தியா தலையிட வேண்டும் எனப் பரந்து பட்ட இந்திய மக்களிடமிருந்து எழுந்த நெருக்குவாரமும் புதுடில்லியை நிரப்ப்ந்தித்தது.

(பதிவு தொடரும்)

உணவுப் பொருளை வீணாக்கலாமா?

வீட்டில் அரிசி தீர்ந்து விட்டது என்றும் வாங்கி வரும்படி அம்மா சொன்னார். அப்பா அரிசி வாங்கக் கடைக்குச் சென்றபோது சிறுமியான நங்கையும் அப்பாவுடன் சென்றார். அப்பா கடையிலிருந்து அரிசியை பையில் வாங்கி வந்து அம்மாவிடம் கொடுக்க... அம்மா அதை அரிசி டப்பாவில் கொட்டினார். அப்போது சில அரிசி மணிகள் கீழே சிந்தின. அம்மா பையை மடித்து வைத்து... அதற்குரிய இடத்தில் வைக்கச் சென்றார். அம்மாவுக்கு உதவி செய்ய நினைத்த சிறுமி நங்கை துடைப்பத்தை எடுத்து அங்கே சிந்திக் கிடந்த அரிசியைக் குப்பையில் தள்ளப் பெருக்கினாள். அதைப்பார்த்து வேகமாக ஓடி வந்த அம்மா, அவளிடமிருந்து துடைப் பத்தை வாங்கிப் போட்டுவிட்டு அரிசி மணிகளைப் பொறுக்கி னாள். "அப்பா... அவ்வளவு அரிசி வாங்கி வந்திருக்கிறார்... நீங்கள் சில அரிசிகள் சிந்தியதைப் பொறுக்கி எடுக்கிறீர்களே..." என்றாள் நங்கை. அம்மா, "நங்கை, கடவுள் பூமியில் நம்மை போன்ற பல உயிரினங்களைப் படைத்திருக்கிறார். நம்மைப் போன்று அந்த உயிரினங்களுக்கும் அவர் உணவளித்துக் காப்பாற்ற வேண்டும். நம்மிடமிருந்து இதுபோன்று கீழே விழுந்து விடும் உணவுப்பொருள்களை நாம் பயன்படுத்தா விட்டாலும், பிற உயிரினங்களுக்கு அதைப் பயன்படுத்தலாம். எந்த உணவுப் பொருளையும் சிறிதளவும் வீணாக்கக்கூடாது..." கீழே விழுந்த அரிசி நமக்கு வேண்டாமென்றால் அதை எடுத்துப் பறவைகளுக்கும், எறும்புகளுக்கும் போடலாம். அவைகளுக்கு அது உணவாகி விடும் என்றார். அம்மா சொன்னது நங்கைக்குப் பிடித்திருந்தது. உங்களுக்கு...?

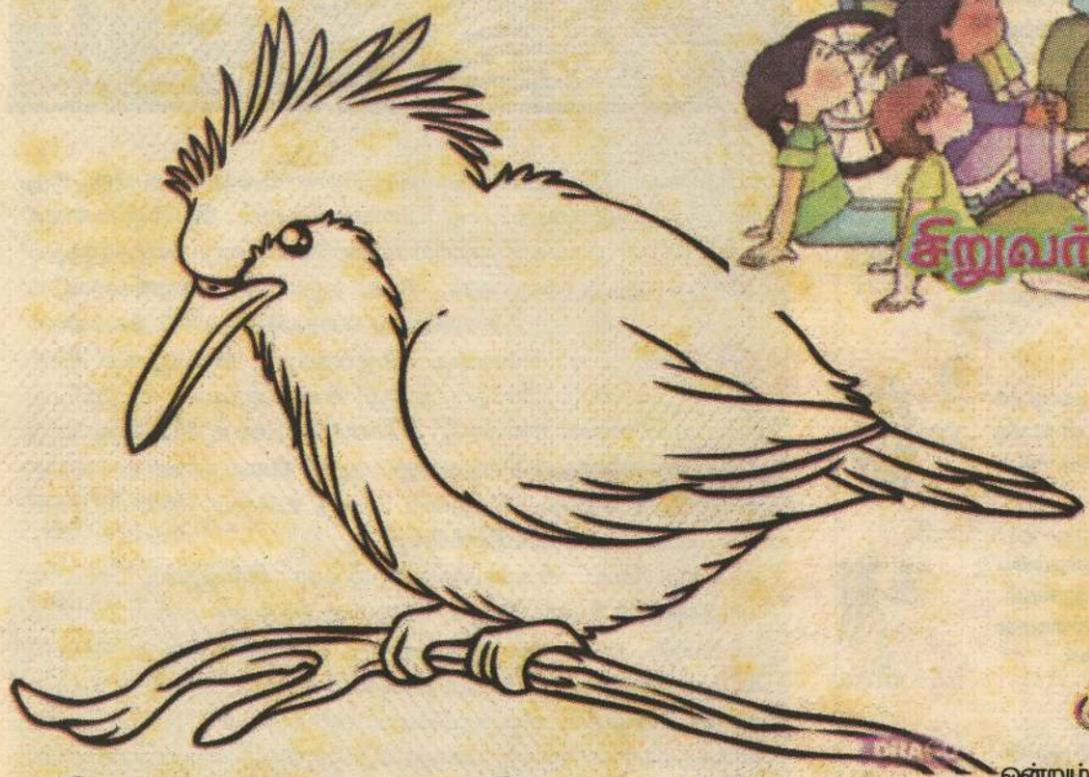
பட்டாப் பூச்சி

சின்னச் சிறகை விரித்தே
சீராய் பறக்கும் பூச்சி
பட்டுப் போல அழகாய்
பறக்கும் பட்டாப் பூச்சி
வண்ணப் பூக்கள் தேடி
தாழ்ந்து பறக்கும் பூச்சி
பூக்கள் மீது அமர்ந்தே
தேனை உறிஞ்சும் பூச்சி
சிறுவர் விரும்பும் பூச்சி
தீமை செய்யாப் பூச்சி
தொட்டுப் பார்க்கப் போனாலே
எட்டப் போகும் பூச்சி
தூரப் பறந்து போனாலும்
மனம் போகும் பின்னாலே
தேடி நாடிச் செல்வேனே
நல்ல பட்டாப் பூச்சியை!

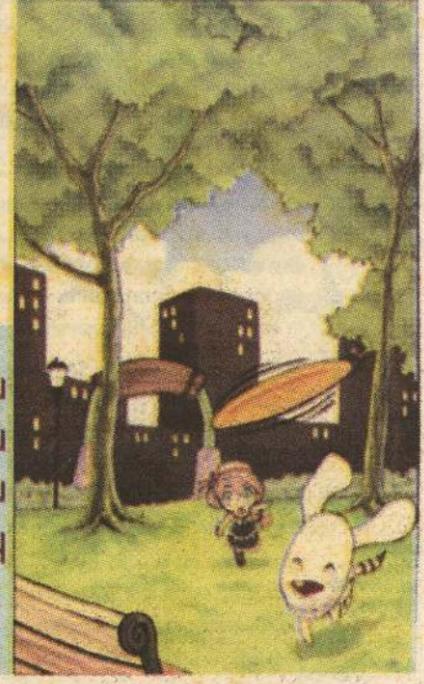
வாணம் கீட்டலாம்



சிறுவர் உலகம்



இந்த இரு படங்களுக்கு இடையே உள்ள வித்தியாசங்களைக் கண்டு பிடியுங்கள்.



குழந்தைகளை

ஒன்றும் ஒன்றும் இரண்டு ஒன்றுமில்லாததற்கு செய்யாதே முரண்டு இரண்டும் இரண்டும் நாலு இருக்கணும் வாழ்க்கையில் சவால் மூன்றும் மூன்றும் ஆறு முன்னேறிப் படைக்கணும் வரலாறு நான்கும் நான்கும் எட்டு நல்லது அல்லாததை விரட்டு

ஐந்தும் ஐந்தும் பத்து ஐம்புலன் அடக்கினால் இல்லை ஆபத்து ஆறும் ஆறும் பனிரண்டு ஆறுவது சினம் எனப் பழகிவிடு ஏழும் ஏழும் பதினான்கு ஏழைக்கு என்றும் மனமிராங்கு எட்டும் எட்டும் பதினாறு எட்டும் வரையில் எதிலும் போராடு ஒன்பதும் ஒன்பதும் பதினெட்டு உண்பதில் வாயை நீ கட்டு பத்தும் பத்தும் இருபது தித்திக்கும் திருப்புகழ் தினமோது

- சரஸ்வதி ராசேந்திரன்



குருவைச் சந்தித்து ஞானோதயம் பெறுவது எப்படி என்ற தம் சந்தேகத்தைக் கேட்டார் அறிஞர் ஒருவர். மழை பெய்யும் போது இரு கைகளையும் உயரத் தூக்கியவாறு நில்லுங்கள்; ஞானோதயம் கிடைக்கும், என்றார் குரு. குருஜி! நீங்கள் சொன்னவாறே நேற்று மழையில் நின்றேன். தண்ணீர் என் கழுத்து வழியாக கீழே இறங்கி ஓடிய போது, நான் ஒரு முட்டாளைப் போல உணர்ந்தேன் என்றார் அந்த நபர். முதல் நாள் உங்களுக்குக் கிடைக்க வேண்டிய ஞானோதயம் அது தான், என்றார் குரு.

விருகதைகளும் விடைகளும்

1. அடி மலர்ந்து நுனி மலராத பூ எது?
2. காக்கித்தைக் கண்டால் கண்ணீர் விடும் அது என்ன?
3. காக்கைப் போலக் கருப்பானது, கையால் தொட்டால் ஊதா நிறம், வாயால் மென்றால் நீல நிறம் அது என்ன?
4. தாடிக்காரன், மீசைக்காரன். கோயிலுக்குப் போனால் வெள்ளைக்காரன் அது என்ன?
5. சிவப்புப் பைக்குள் சில்லறை கொட்டிக் கிடக்குது அது என்ன?
6. காற்றிலே பறக்கும் கண்ணாடி குண்டு, தொட்டுவிட்டால் பார்க்க முடியாது அது என்ன?
7. ஐந்து அடுக்கு நான்கு இடுக்கு அது என்ன?
8. ஒற்றைக் காலில் ஓய்யாரமாய் ஆடுவான். ஓய்ந்து விட்டால் படுத்துவிடுவான் அவன் யார்?
9. பச்சை வீட்டுக்கு சிவப்பு வாசல் அது என்ன?
10. நடைக்கு உதாரணம் சொல்வார்கள். ஆனால் குறுக்கே நடந்தால் சிலருக்கு பிடிக்காது. அது என்ன?



விடைகள்

1. வாழைப்பழ
2. பேனா
3. நாவல் பழம்
4. தேங்காய்
5. காய்ந்த மிளகாய்
6. நீர்க்குமிழி
7. விரல்கள்
8. பம்பரம்
9. கிளி
10. புனை

சிந்தித்து கொள்ள....

ஆந்தையால் ஒரே நேரத்தில் இரு கண்களாலும் இரு வேறு காட்சிகளைக் காண முடியும். பெண் சிலந்திப் பூச்சிகள், ஆண் சிலந்திபுடனான உறவுக்குப் பின் அதைக் கொண்டு விடுகின்றன. மனிதனுக்கு இணையான அறிவாற்றல் டொல்பினுக்கு உண்டு. பூனைகள் ஒரு நாளைக்கு 16 மணி நேரம் தூங்குகின்றன.

மூட நம்பிக்கையில் மூடநம்பும் முயற்சிகள்

அருவி

வெழுமூப்பான பட்டு மெத்தையில் தூவியிருக்கும் கமகமவென்ற வாசனையுள்ள மலர்களின் இதழ்களுடைய பாதையில் பயணிக்கின்ற மனிதனுடைய வாழ்க்கைப் பாதங்கள், சுட்டெரிக்கும் பாலவனத்து மணலின் மீது தானாகத் தோன்றிய முள் புதர்களைக் கொண்ட கள்ளிச் செடியையும் பாதையாக்கிக் கொள்கிறது. ஒரு காலகட்டத்தில் கரடுமுரடான பாதையைக் கடந்து செல்லுகிற மனிதனுடைய வாழ்க்கை இன்னொரு காலகட்டத்தில் தடுமாற்றம், தடைகளில்லாத பாதையிலும் பயணிக்க ஆசைப்படுகிறது. இந்த இருவகையான பாதையில் பயணிக்கும் மனிதனுடைய வாழ்க்கை அந்தந்த காலகட்டத்தின் தாக்கத்தை அனுபவிக்கிறது. ஒரு சமயம் வாழ்க்கையின் இனிப்பை சுவைக்கும் மனிதன் மறுகணம் அதனுடைய கசப்பையும் விழுங்குகிறான். இனிப்பும் கசப்பும் கலந்த சுவை மனிதனுடைய வாழ்க்கை பாடப்புத்தகத்தை சுவாரஸ்யமாக்குகிறது. அவ்வப்போது வாழ்க்கையில் பிரச்சினைகள் முளைக்கிறது. இது ஒரு சாதாரண மனிதனின் சாதாரண வாழ்க்கையாகும். பிரச்சினைகள் சூழ்ந்து கொள்ளும் போது, அவன் பல யுக்திகளைக் கையாளுகிறான். தைரியம், விடாமுயற்சி, உழைப்பு, கடவுள் நம்பிக்கை, தன்னம்பிக்கை ஆகிய வழிகளைக் கையாளுகிற மனிதன் மூடநம்பிக்கையையும் கைப்பற்று கிறான். படிக்காதவர்கள், படித்தவர்கள் என்று வித்தியாசமில்லாமல் மூடநம்பிக்

கையில் விழுகிறார்கள் என்ற செய்தி விசித்திரமாகத் தோன்றுகிறது. பெண் குழந்தையைப் பெற்று, வளர்த்து, படிக்கவைத்து, திருமணம் செய்து கொடுப்பதோடு பெற்றோர்களின் கடமை முடிந்து விடுவ தில்லை. இனிமேல் தான் அவர்களுடைய கடமைகள் தொடங்குகிறது. பெண்ணுடைய திருமண வாழ்க்கை எப்படி அமைகிறதென்று கண்காணிப்பதும் பெற்றோர்களின் தலையாய கடமையாகும். வயிற்றையும் வாயையும் ஒடுக்கி சேமித்த பணத்தில் திருமணம் செய்து கொடுக்கும் பெற்றோர்கள், மகளுடைய சந்தோஷத்தை உயிருக்கும் மேலாகக் கருதுகிறார்கள். தோன்றுதொட்டு நிலவிவரும் வரதட்சணையென்ற வியாபாரம் இன்றைய திருமணத்திலும் இருந்து வருகிறது. குடும்பக் கௌரவத்தை மையமாகக் கருதும் பெற்றோர்கள், தகுதிக்கும், அந்தஸ்துக்கும் மீறி மணமகனோடு வீடு, உயர்தர வாகனம், தங்க நகைகள், வெள்ளிப் பொருள்கள், பணம் போன்றவைகளைப் வரதட்சணையாகக் கொடுத்து அனுப்பி வைக்கிறார்கள். இத்தனையும் திரென்று

கிடைத்தவுடன், சித்தம் பேதலித்த பிள்ளை வீட்டார்கள் வீட்டுக்கு வந்த மருமகளை ஒரு கற்பக விருட்சமாகப் பார்க்கிறார்கள். பல துன்பங்களுக்கு ஆளாகும் அந்தப் பெண் உடலாலும், உள்ளத்தாலும் வேதனையை அனுபவித்து, அதனுடைய வலியைத் தாங்க முடியாமல் மீண்டும் பிறந்த வீட்டுக்கு திரும்புகிறாள். வாழ வேண்டிய பெண் வாழாவெட்டியாக இருப்பதைப் பார்த்துக் கண்கலங்கிய வண்ணம், எதைச் சாப்பிட்டால்

புழங்கிக் கிடக்கும் குடும்பங்கள் விவசாயத்தை மறந்து விட்டு, உழைக்கும் கரங்கள் ஓய்வெடுத்துக் கொண்டும், மூடநம்பிக்கையில் வயிற்றை நிரப்பிக் கொண்டிருக்கிறது. பரந்து கிடக்கும் உலகின் ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் பல அதிர்ச்சி தரும், மெய்சிலிர்க்க வைக்கும் மூடநம்பிக்கையான சம்பவங்கள் நம்முடைய கண்களுக்குத் தெரியாமல் அதிக அளவில் நடந்து கொண்டோன் இருக்கின்றன. மூடநம்பிக்கையில் நம்பிக்கையை வளர்க்கும் மக்களின் கூட்டம் பெருகப் பெருக,



பித்தம் தெளியும் என்ற நிலைக்கு தள்ளப்பட்ட பெற்றோர்கள் செய்வதறியாமல் மூடநம்பிக்கை என்ற வலையில் விழுகிறார்கள். படித்தவர்களும் இத்தகைய மூடநம்பிக்கையில் சிக்கிக் கொள்ளும் செய்தி அதிர்ச்சியை தருகிறது. ஏமாறுபவர்கள் இருப்பதால் தான் ஏமாற்றுகிறவர்கள் வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். பணத்தில்

இத்தகைய சம்பவங்களும் உலகின் ஒவ்வொரு பகுதியிலும் வளர்ந்து கொண்டு வருகிறது. மூடநம்பிக்கை என்ற கதவுகளுக்குப் பின்னால் ஒளிந்து கொண்டிருக்கும் போலியான செய்கைகளைத் தூக்கி வீசுங்கள். மூடநம்பிக்கையின் பின்னால் நம் முயற்சிகளைத் தொலைத்து ஏமாற்றத்தைத் தவிர்க்க அனைவரும் முன்வரவேண்டும்.

எனக்குள்ளேயும் புலம்பல்கள்

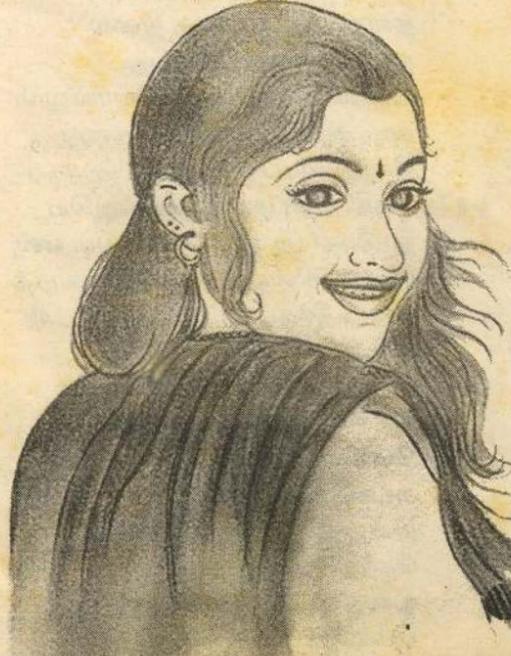
ஒரு ராஜாவின் வீதியிலே ரோஜாப்பு போகையிலே எத்தனை இதங்களை அது உணர்ந்திருக்கும்

அவளின் கன்னத்து முகப்பரு தெருவழியெல்லாம் தேவதையாய் தேடும் போது ஒரு அகராதிக்குள்ளே அவள் அடங்கியிருந்தாள்

யாரும் தேடாத முகவரிக்குள் அவளை நான் தேடியதுண்டு செய்தித்தாள்களைப் புரட்டுகிறேன் எத்தனை நபர்களைக் கேட்கிறேன் ஒன்றிலும் அவளில்லை எங்கிருக்கிறாள்

தொலைபேசி சினுங்கியது மௌனமாகப் பேசினேன் எடுத்தது அவள் தோழி மணமாகிப் போய் இரு நாளாகிவிட்டது இனி அவளை தேடாதீங்கள்

சிம்மாசனக் கன வெல்லாம் கண்ணீரானது நானும் ஓர் ஏழை எனக்குள்ளேயும் புலம்பல்கள்



அன்பில்லா வாழ்வது அலையில்லா கடல் போன்றது உணர்வில்லா உறவது உப்பில்லா உணவு போன்றது நினைவில்லா மனமது நிறமில்லா வானம் போன்றது

அறமில்ல உழைப்பது அர்த்தமில்லா சொல் போன்றது பண்பில்லா வாழ்வது படியில்லா வீடு போன்றது

துணைவில்லாப் பயணமது துடுப்பில்லா ஓடும் போன்றது பணிவில்லாப் பதவியது பற்றில்லா மரம் போன்றது

கொடையில்லா செல்வமது கொடியில்லாக் கம்பம் போன்றது கனிவில்லாக் கடைமையது கருவில்லாக் கவிதை போன்றது

தன்னடக்கமில்லா தலைமை தண்டில்லா மலர் போன்றது நம்பிக்கையில்லா நட்பு நடுக்குளத்தில் தாமரைஇலை போன்றது தோல்வியில்லா வெற்றியது தோலில்லா மேளம் போன்றது

அ. அஜந்தன், கந்தர்மடம்.

இல்லா வாழ்வு...

முதுகவலி ஏற்படுவது...

(15 ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

முன்னாலோ வளைப்பதில் சிரமம் உண்டாகும். பலமாகத் தும் மினாலோ சிறுநீர் / மலம் கழிக்க முக்கினாலோ வலி கடுமையாகும்.

பரிசோதனையும் சிகிச்சையும்

கீழ் முதுகு வலிக்குப் பல காரணங்கள் இருப்பதால், முதுகு 'எக்ஸ்-ரே', 'சி.டி.ஸ்கேன்', 'எம்.ஆர்.ஐ. ஸ்கேன்', ரத்தப் பரிசோதனைகள் செய்து, காரணம் தெரிந்து சிகிச்சை பெற வேண்டியது முக்கியம். சவ்வு விலகுவதன் காரணமாக ஆரம்பத்தில் ஏற்படுகிற கீழ் முதுகு வலிக்கு வலி நிவாரணிகளும் தசைகளைத் தளர்த்தும் மாத்திரை / ஊசிகளும் பலன் தரும். அத்தோடு குறைந்தது 3 வாரம் முழுமையாக ஓய்வு எடுப்பது, இடுப்பில் பெல்ட் அணிவது, பிசியோதெரபி சிகிச்சையில் குணமாக அதிக வாய்ப்புகள் உள்ளன.

தொடர்ந்து பல வாரங்களுக்கு வலி இருக்குமானால், நடக்கவோ - நிற்கவோ முடியவில்லை என்றால். கால் மரத்துப்போனால் அறுவை சிகிச்சை செய்ய வேண்டியவரும். இப்போது 'லம்பார் எண்டோஸ்கோபிக் டிஸ்கெக்டமி' (Lumbar Endoscopic Discectomy) எனும் நவீன அறுவை சிகிச்சையில் விலகியிருக்கும் இடைவட்டை அகற்றித் தண்டுவிட நரம்புப் பகுதியில் இருக்கிற அழுத்தத்தை நீக்கிவிடும்போது, கீழ் முதுகு வலியும் கால் குடைச்சலும் சரியாகிவிடும்.

முதுகு வலியைத் தடுக்க

- ♦ அலுவலகத்தில் வேலை செய்யும்போது முதுகை நிமிர்த்தி உட்கார்ந்து வேலை செய்ய வேண்டும். நாற்காலியில் அதிக நேரம் உட்காரும்போது, கீழ் முதுகுக்குச் சிறிய தலையணை வைத்துக்கொள்ளலாம்.
- ♦ கூன் விழாமல் நிமிர்ந்து நடக்க வேண்டும்.
- ♦ ஒரே மாதிரியான நிலையில் வேலை செய்யும்போது, அவ்வப்போது உடலின் நிலையை மாற்றிக்கொள்ளுங்கள்.
- ♦ எந்த வேலையையும் தொடர்ந்து மணி கணக்கில் ஒரே நிலையில் உட்கார்ந்த வாறு செய்யாதீர்கள். வேலைக்கு நடுவில் சிறிதளவு ஓய்வு அவசியம்.
- ♦ அமர்ந்திருக்கும்போது கூடக் கால்களின் நிலைகளை மாற்றுங்கள்.
- ♦ சிறு வயதிலிருந்தே உடற்பயிற்சி, நடைப்பயிற்சி, மெல்லோட்டம், நீச்சல், சைக்கிள் ஓட்டுதல், யோகாசனம் போன்றவற்றில் ஏதாவது ஒன்றைச் செய்வது, முதுகு வலி வராமல் தடுக்கும்.
- ♦ காற்றடைத்த பானங்கள், குளிர் பானங்கள், மென் பானங்கள், கோக் கலந்த பானங்கள், பதப்படுத்தப்பட்ட உணவு வகைகள் போன்றவற்றில் பொஸ்பாரிக் அமிலத்தைச்

சேர்ப்பார்கள். கல்சியம் சத்தைக் குடல் உறிஞ்சுவதை இது தடுக்கும். இதனால் இளமையிலேயே எலும்புகள் வலுவிழந்து விடும். எனவே, இந்தப் பானங்களை அருந்தக் கூடாது.

- ♦ எலும்பையும் தசையையும் வலுப் படுத்தும் கல்சியம் மற்றும் புரதம் மிகுந்த பால், முட்டை வெள்ளைக் கரு, சோயா, உளுந்து. கொண்டைக் கடலைப் போன்ற உணவு வகைகளை உணவில் அதிகம் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
- ♦ முதுகு வலி உள்ளவர்கள் சுயிற்றுக் கட்டிலில் படுத்துத் தூங்கக் கூடாது. சரியான மெத்தைவில் ஒருக்களித்துப் படுக்க வேண்டும். கால்களைச் சிறிது மடித்த நிலையில், கால்களுக்கு இடையில் தலையணையை வைத்துப் படுத்துக்கொள்ளலாம்.
- ♦ அதிக எடையைத் தூக்கக் கூடாது. அப்படியே தூக்க வேண்டி இருந்தால், எடையைத் தூக்கும் போது இடுப்பை வளைத்துத் தூக்காமல், முழங்காலை முன்புறம் மடக்கித் தூக்க வேண்டும். சுமையை மார்பில் தாங்கிக் கொள்வது இன்னும் நல்லது.
- ♦ முதுகை அதிகமாக வளைக்கக் கூடாது. திடீரெனத் திரும்பக் கூடாது.
- ♦ குனிந்து தரையைச் சுத்தம் செய்வதற்குப் பதிலாக, நீளமான துடைப்பத்தைக் கொண்டு நின்றுகொண்டே சுத்தம் செய்வது நல்லது.

- ♦ மேற்கத்தியக் கழிப்பறையைப் பயன்படுத்தினால் நல்லது.
- ♦ உயரமான காலணிகளை அணியக் கூடாது.
- ♦ மருத்துவரின் ஆலோசனை இல்லாமல் முதுகில் சுடுநீர் ஒத்தடம் கொடுப்பது, மசாஜ் செய்வது விபரீதங்களை விலைக்கு வாங்குவதற்குச் சமம்.
- ♦ இருசக்கர வாகனங்களில் கரடு முரடான பாதைகளில் செல்வதைக் குறைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- ♦ நான்கு சக்கர வாகனங்களை ஓட்டும்போது, நிமிர்ந்து ஸ்டியரிங் அருகில் அமர்ந்து ஓட்ட வேண்டும்.
- ♦ ஏற்கெனவே, முதுகு வலி உள்ளவர்கள் பேருந்தில் பயணம் செய்யும்போது நடுவிலுள்ள இருக்கையில் உட்கார்ந்து பயணிப்பது நல்லது.
- ♦ முதுகுத் தசைகளை வலுப்படுத்தும் உடற்பயிற்சிகளைத் தினமும் மேற்கொள்ளுங்கள்.
- ♦ உடல்பருமன் ஆவதைத் தவிருங்கள்.
- ♦ புகை பிடிக்காதீர்கள். மது அருந்தாதீர்கள். போதை மாத்திரை சாப்பிடாதீர்கள்.
- ♦ முதுகு வலி உள்ளவர்கள் குதித்து ஓடுதல், டென்னிஸ், இறகுப் பந்து, கூடைப் பந்து ஆகிய விளையாட்டுகளை விளையாடக் கூடாது. மன அழுத்தத்தைத் தவிருங்கள்.

களத்தில் குதித்த...

(09 ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

நிர்ணயித்து டிக்கெட்டுகளை விற்று, 4 லட்சம் டாலர்களை நிதியாக திரட்டியது என்றால் ஒரு பேச்சாளராக இவரின் பிரபல்யத்தைப் புரிந்துகொள்ளலாம்.

அபாக்கேலின் மூன்று மகன்களில் ஒரு மகன் இன்றைக்கு காவல்துறையில் ஓர் அதிகாரியாக இருக்கிறார். அபாக்கேலின் வாழ்க்கையை அடிப்படையாக வைத்து ஹாலிவுட் டைரக்டர்

ஸ்டீபன் ஸ்பீல்பெர்க் எடுத்த 'கேட்ச் மி இஃப் யூ கேன்' திரைப்படம் வசூலில் சாதனை புரிந்தது.

அபாக்கேல் ஒரு பேட்டியில், "நான் செய்த குற்றங்கள் மிகவும் மோசமானவை. ஒழுக்கமற்றவை. நியாய மற்றவை. அதனால்தான் மூன்று ஜனாதிபதிகள் எனக்கு

பொது மன்னிப்பு வழங்க முன்வந்தபோதும் நான் அதை ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை. மோசடி குற்றங்களைப் பொறுத்தவரையில்.. மோசடிகள் நடக்காமல் இருக்க என்ன செய்யலாம் என்று யோசிப்பதுதான் சிறந்ததாக நான் கருதுகிறேன்" என்றார்.

களத்தில் குதித்த...

(07 ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி)

ஆகிய கண்டங்களை இணைக்கும் ஒரு நாடாக துருக்கி இருக்கின்றது. இஸ்லாமிய மார்க்கத்தின் முக்கிய இனங்களாக இருப்பவர்கள் அரபுக்களும் துருக்கியர்களும் ஈரானியர்களும் தான். சீன அரசு 'ஈரானையும் துருக்கியையும் தன் மத்திய கிழக்குக் கேந்திரோபாயத்தில் இணைத்து ஒரு சீன மத்திய கிழக்குச் சுழற்சி மையத்தை (China's Middle Eastern pivot) உருவாக்க முயல்கின்றது.

நேட்டோவைக் கூட்டிய துருக்கி

தமது நாட்டில் ஐ எஸ் அமைப்பினர் தாக்குதல் செய்ததாக ஐயப்பட்ட துருக்கிய அரசு நேட்டோப் படைத்துறைக் கூட்டமைப்பின் அவசர கூட்டத்தைக் கூட்டியது. சிரியாவில் இருந்து ஏவுகணைகள் துருக்கி

மீது வீசப்பட்டது எனச் சொல்லி துருக்கியில் நேட்டோப்படையினரின் ஏவுகணை எதிர்ப்புக் கணைகள் நிறுத்தப்பட்டுள்ளன. நேட்டோவின் உறுப்பு நாடுகள் துருக்கிக்கு தமது ஆதரவைத் தெரிவித்த வேளை குர்திஷ் போராளிகளுக்கு எதிரான தாக்குதலை மட்டுப்படுத்தப்பட்ட அளவில் நடாத்துமாறு வேண்டிக் கொண்டன.

அரபு வசந்தமும் துருக்கியும்

2011ஆம் ஆண்டு அரபு வசந்தம் தொடங்கியதில் இருந்து துருக்கிக்கும் ஐக்கிய அமெரிக்காவிற்கும் இடையிலான உறவில் நெருக்கடி ஏற்பட்டது. லிபியாவில் கடாஃபியின் ஆட்சியை அகற்றியது போல் சிரியாவிலும் ஒரு விமானப் பறப்பற்ற ஒரு பிரதேசம் பிரகடனப்படுத்தி பஷார் அல் அசாதை சிரிய ஆட்சிப் பீடத்

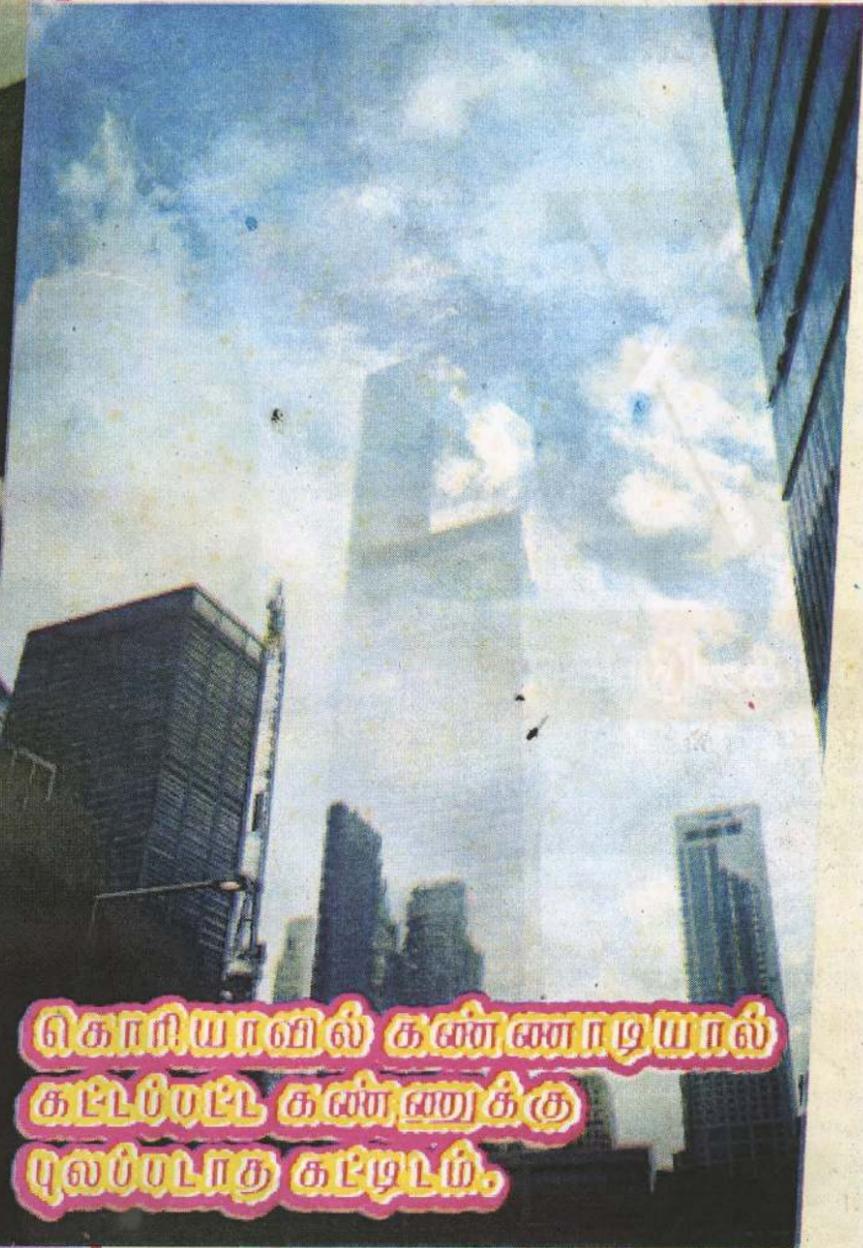
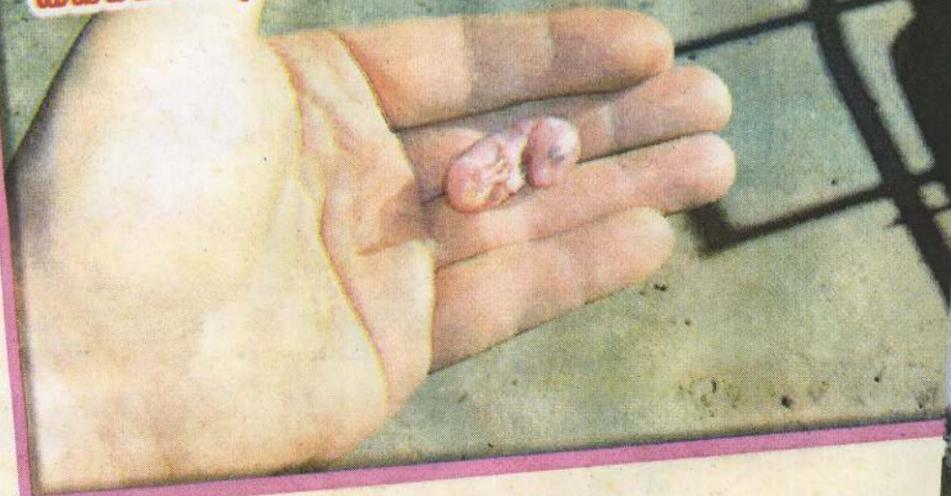
தில் இருந்து அகற்ற வேண்டும் என துருக்கி வற்புறுத்தி வருகின்றது. மேலும் அசாதிற்கு எதிராகப் போராடும் கிளர்ச்சிக்காரர்களிற்கு படைக்கலங்கள் வழங்கப்பட வேண்டும் என்றும் துருக்கி அமெரிக்காவை வேண்டி இருந்தது. எகிப்தில் இஸ்லாமிய சகோதரத்துவத்தின் ஆட்சி நீடிப்பதை துருக்கி விரும்பியது. சவுதி அரேபியா இஸ்லாமிய சகோதரத்துவ அமைப்பை ஒழித்துக் கட்ட விரும்பியது. அமெரிக்கா நடுநிலை வகிப்பது போல் காட்டிக் கொண்டது.

கேந்திரோபாயப் போட்டி

ஈராக்கின் வட பகுதியையும் சிரியாவின் வட பகுதியையும் தன்னுடன் இணைக்க துருக்கி விரும்புகின்றது. சியா முஸ்லிம் களைப் பெரும்பான்மையாகக் கொண்ட ஈராக்கில் சவுதி சுனி முஸ்லிம்கள் ஆட்சி நடத்த வேண்டும் எனக் கருதுகின்றது. ஈரான் அங்கு சியா முஸ்லிம்

களின் ஆட்சி நடப்பதை விரும்புகின்றது. இவற்றால் சவுதி அரேபியா, ஈரான், எகிப்து, துருக்கி ஆகிய நாடுகளின் ஆட்சியாளர்களிடையே ஒரு பிராந்திய ஆதிக்கப் போட்டி நிலவுகின்றது. ஈரானைப் போல் ஒரு அரபு நாடு அல்லாத துருக்கி அரபுப் பிரதேசத்தின் வடக்கில் தனது ஆதிக்கத்தை நிலை நாட்ட விரும்புகின்றது. அமெரிக்கா மேற்காசியாவிலும் வட ஆபிரிக்காவிலும் தனது கேந்திரோபாயத் தரகர்களாக சவுதி, எகிப்து, துருக்கி ஆகிய நாடுகள் இருக்க வேண்டும் என விரும்புகின்றது. பொருளாதாரத் தடை நீக்கப்பட்ட ஈரானுடன் ஒரு புதிய கேந்திரோபாய உறவை உருவாக்கவும் அமெரிக்கா முயல்கின்றது. ரஷ்யா மேற்காசியாவில் தனது ஆதிக்கத்தை மீள நிலை நாட்ட முயல்கின்றது. இந்த பல்முனைக் கேந்திரோபாயப் போட்டியில் வதை படப் போவது குர்திஷ் மக்களே.

புதிதாக பிறந்த கங்காரு குட்டி
ஒரு மோசைக்கரண்டியில்
வைக்கக்கூடிய அளவிற்கு சிறியதாகும்...



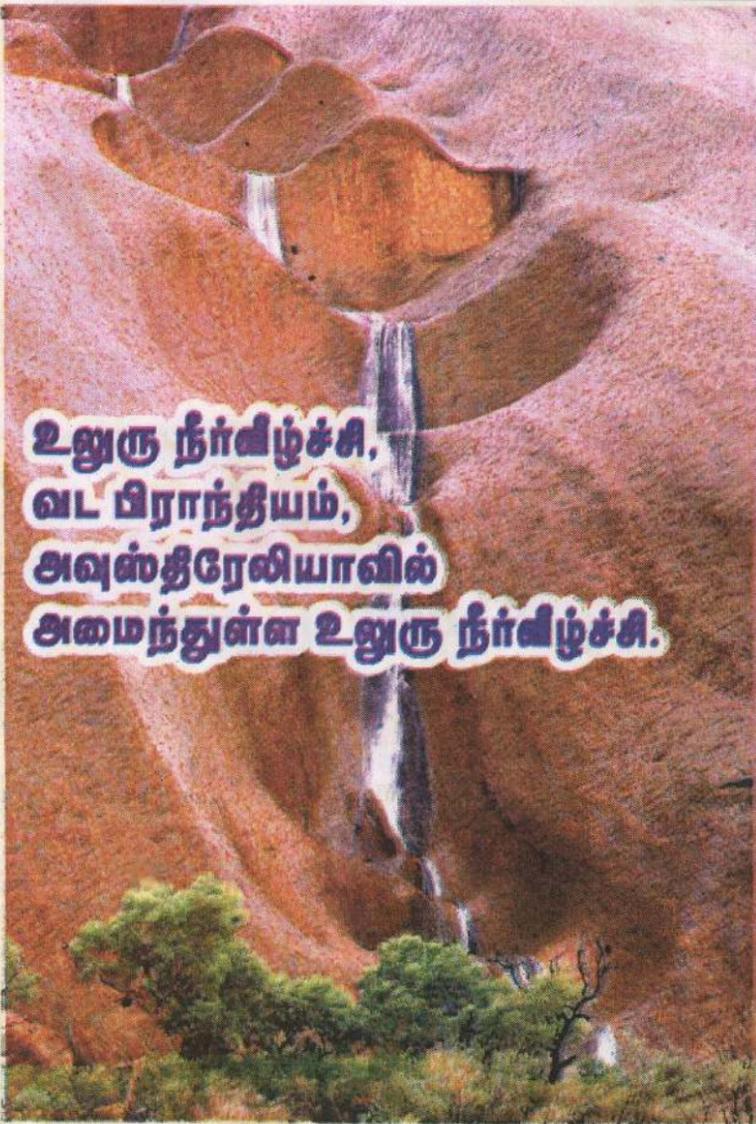
கொரியாவில் கண்ணாடியால்
கட்டப்பட்ட கண்ணாடிக்
புரட்சி கட்டிடம்.



கனடா மற்றும் யு.எஸ்.எல்.யில்
செயின்ட் லாறன்சு நதியில் அமைந்த ஏறத்தாள
1,864 தீவுகளை கொண்ட பிரதேசம்.



ஹிமாலய மலையில் உள்ள
பெய்ஜிங் படிக்கட்டுக்கள்.



உலூசு நீர்வீழ்ச்சி,
வட பிராந்தியம்,
அவுஸ்திரேலியாவில்
அமைந்துள்ள உலூசு நீர்வீழ்ச்சி.

மொழிகள் நூலகம்
மாண்புமிகு உயர்நிலை
புத்தக அமைச்சு, சென்னை

55

வாக்கிடுங்கள்



30

வருடங்களாக
ஓயாத
விலைபோகாத
தலைமை

ஸ்ரீஸ்வரபாதம் சுரவணைபவன்

[முன்னாள் நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்]

இலங்கைத் தமிழ் அரசுக் கட்சி
(தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு)



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org