

# நூன்



உளவியல் சுஞ்சிகை

## அலை அதிர்வுகள்



மலர்:30

கைவகாசி - மூன்றி 2005

கிடம்:03

உள்ளே.....  
 ஆசீரியர் அரும்புகள்  
 குற்றப்படியுணர்வீல்ருந்து  
 விடுதலை வேண்டும்.  
 அலை அதீர்வுகளையே  
 அதிர் வைப்போம்.  
 சனாமியின் உடனடித்தேவவா?  
 நீயா சீரியெழுந்தாய்?  
 ஆழிப்பேரவையின் அதீர்வுகள்  
 பேரவை அனர்த்த உள அதீர்ச்சிக்கு  
 ஓர் ஆருதல்  
 வால்ப வசந்தம்  
 வேறுராடிய தழும்புகள்  
 அலை அதீர்வீல் அவர்கள்...  
 அம்மாவுக்கு அலை அதீர்வுகள்  
 ஆழிப்பேரவையின் பின்னதான  
 ஆற்றப்படித்தலின் தேவைப்பாடு  
 சீறுவர் உள்ளங்களில்

அலையின் அதீர்வுகள்  
 ஆழிப்பேரவையில் ஆழப்பத்நிதவை  
 கவிச்சோலை  
 சனாமிக்கோர் வேண்டுகோள்...  
 9.0 ஏற்படுத்திய அதீர்வலைகள்  
 சினேகமுள்ள சீரோக்தனே சீரோக்தியே

ஆசீரியர்:  
 போல் நடசத்திரம் O.M.I, B.Th., M.A.

இணையாசீரியர்:  
 பொன்சியன் O.M.I, B.Th., B.A. (Hons).

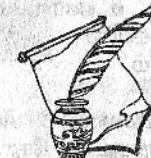
இருங்கிளைன்ப்பாளர்:  
 சில்லெஸ்டர் O.M.I. STL.

நிர்வாகக் குழு:  
 அ.ம.தி. இறையியல் சகோதரர்கள்,  
 ஜோசப் பாலா.

ஆலோசகர் குழு:  
 பேமியன் O.M.I, M.A.  
 பானியல் O.M.I, M.A.  
 செல்வர்ட்னம் O.M.I, Ph.D.  
 N. சண்முகவிங்கன் Ph.D.  
 Dr. R. சிவசங்கர் M.B.B.S.  
 ரீனா H.C. Dip. in Counselling, Kent.  
 ஜீவனதாஸ் O.M.I, B.A.(Hons), B. Th., Dip. Ed  
 ஜீவாபோஸ் O.M.I, M.Phil.

## ஆசீரியர் அரும்புகள்...

வாசக அன்பர்களுக்கு வணக்கங்கள்.



சுனாமி அனர்த்தங்கள் ஓய்ந்து சில மாதங்கள் கடந்துவிட்ட நிலையிலும் கூட அது விட்டுச் சென்ற தாக்கங்கள், ஆழிவுகள், மன அதீர்வுகள், உள்நெருக்கிடுகள், அங்கலாய்ப்புக்கள், நம்பிக்கையின்மைகள், இருப்பிடியின்மை; தொழில் வாய்ப்புகளற்ற நிலை, வாழ்விடங்களை நிரந்திரமாகத் தொலைத்த ஏக்கம் போன்ற அழிவு அனுபவங்கள் தொடர்ந்து கொண்டே இருக்கின்றன. சோகக் கதைகளும், கண்ணீர் பதிர்வுகளும் பல்லாயிரக்கணக்கான மக்களின் நாளாந்த நிகழ்வுகளாகிவிட்டன. ஏதிலிகளாக அலைவது மட்டுமன்றி அடுத்தவர்களுக்கு எத்தனை நாட்களுக்குத் தான் நாம் கூமையாக இருக்க வேண்டும் என்ற அசென்காரிய உணர்வுகளும், எத்தனை காலம் அவர்கள் நம்மை சகித்துக் கொள்வார்கள் என்று தங்களையே நொந்து கொள்கின்ற மண்ப்யாங்கும் பாதிக்கப்பட்டவர்களது உடனைச்சலாகவுள்ளது.

எதுவாயினும் இம்மக்கள் தமது முந்திய யெல்லுவாழ்வுக்குத் திரும்ப வேண்டும். அவர்கள் மனித மாண்புள்ள சகல அடிப்படை வசதிகளை அனுபவிக்க வேண்டும். உடல் உள் அவைங்கள் தீர்க்கப்பட ஆயுத செய்யப்பட வேண்டும்.

பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு எவ்வாறு உதவ முடியும் என்னும் போது எங்கு அவர்களை குடியமர்த்துவது, எத்தனை கிலோமீற்றர் தூரத்தில் வீடுகள் கட்டுவது, யார் கட்டுவது, எவ்வாறு உதவிகளை பகிரந்துளிப்பது, யார் கண்காணிப்பது போன்ற மட்டுமல்ல சிந்தனைகள், தேவையற்ற இழுத்துப்புக்கள், துணிவெற்ற தலைமைகள், செயற்றிவருந்த திட்டங்களை மாத்திரம் கொள்ளியுந்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்களினுடைய உள்பொதுப்புக்கள் எவ்வாறு அமையும்?

விரக்தி உணர்வுகள் அதிகரித்து தங்களையே நோன்று சில சமயங்களில் தற்கொலையைக் கூட செய்யத் தூண்டி விடலாம்.

மேலாக, சில தருணங்களில் பாதிக்கப்பட்டவர்களை பரிதாபத்துடன் நோக்குபவர்களும், அவர்களுக்கு பிச்சை போட முன்வருபவர்களும், அகதிகள் அனாதைகள் போன்று அவர்களை நடத்தி, ஆழமற்ற, உண்மையற்ற உறவுகளை அவர்களுடன் ஏற்படுத்துகின்றவர்களும், நம்மிடையே இல்லாமலில்லை. இது மிகவும் தவறானது மட்டுமல்ல கொடுரமானதும் ஆகும். இயற்கையின் சீற்றும் நேற்று அவர்களை தீண்டியது. நான்கள் நம்மையும் காவு கொள்ளலாம் என்பதை எவரும் மறந்து விடக் கூடாது. அலை அதிர்வுகளின் அதிர்ச்சியிலிருந்து மீளமுடியாமல் வேதனைப்படும் நமது உறவுகளை நன்பர்களை சகோதரர்களை குறிப்பாக சிறுவர்கள், மாணவர்கள், வயோதிபர்கள், விதவைகள் போன்றோர் மட்டில் அற்றுப்படுத்துங்கள் விசேஷ கவனம் செலுத்தவேண்டும். வாழ்வையே வெறுத்தப்பார்க்கும் அவர்களது உணர்வுகள் மீண்டும் காயப்படுத்தப்படாமல் மதிக்கப்படவேண்டும். வெங்வேறு திட்டங்கள், புனருத்தாரணப் பணிகள், பயிற்சிமுறைகள், பட்டறைகள், அற்றுப்படுத்துதல்கள் மூலம் அவர்களது முந்திய இயல்பு நிலைகளை உருவாக்க வேண்டும். துன்பபடுகின்றவர்களுக்கு இருக்கம் காட்டுவதைவிட அவர்களுக்கு வாழ்வையும், அதற்குரிய வழிகளையும் காட்டுவதுதான் மேலானது.

“அலை அதிர்வுகள்” என்னும் கருவில் விரிகின்ற இவ்விதம் பல அனுயங்கள் நிறைந்த கட்டுரைகளையும், கவிதைகளையும், சிந்தனைத் தனுக்குகளையும் கமந்து வருகின்றது. படியுங்கள்- சிந்தியாக்கள்- மற்றவர்கள் வாழ்விலும் நம்பிக்கையின் ஒளியை ஏற்றுங்கள்.

தோழமையுள்ள வாழ்த்துக்களுடன்  
- ஸ. பொன் நட்சத்திரிச் அ. ம. தி.

## குற்றப் பழியுணர்விலிருந்து விருத்தை வேண்டும்!

வி. பி. தனேந்திரா  
யாழ். பல்கலைக்கழகம்

எமது சமூக வாழ்வில் ஒருவர் இறந்துவிட்டால் அவருக்கு சமய சடங்குகள் பல செய்தே, அந்த உடல்கள் தகனம் செய்யப்படுகின்றது, அல்லது புதைக்கப்படுகிறது. ஆனால், கடந்த ஆண்டு மார்க்கி 26ம் திகதி ஏற்பட்ட சுணாமி தாக்கத்தினால் ஏராளமான உயிர்கள் சிதறியும், அழுகியும் குவியலாக இருந்தன.

இந்த வெற்று உடல்கள் உறவுகளைத் தேடியும் அவ்வாறு தேடுகின்ற போது எதிர்பார்ப்புக் கதறி அழும் காட்சிகளும் முன்னே வந்து வேளையில் யாரை, யார் நிலைப்பாடுகளே விஞ்சி

மத்தியில் தமது உறவுகளை கலந்த முகத்துடன், இன்னும் எம் கண செல்கின்றன. இவ் தேற்றுவது? என்ற இருந்தது.

தொலைக் காட்டும் மீள் மீளக் காட்டும் யெற்றிலும் அமிலத்தினைத் தேவை காணப்பட்டது என்பது உண்மை. இந்த காட்சிகள் இன்னும் மனதை விட்டகலாத ஒன்றாகவே இருக்கின்றது.

கரையோரப் பகுதியில் வாழ்ந்த மக்கள் கொடுமையான போரினால் கூட கண்டு அனுபவிக்காத சடலக் குவியுக்களை கண்டு அதிர்ந்து போனார்கள். இதனால் இவர்களில் பலர் நித்திரையின்றி தலிக்கிறார்கள். அலை போன்ற பேரிரைச்சல் கேட்பதாக பிரமை கொண்டு பயப்பீதியில் வாழ்கின்றார்கள். தம்மை அண்டி வாழ்வர்களின் அழுகுரல்களும், தினமும் ஒலித்துக் கொண்டே இருப்பதாக கூறுகின்றார்கள்.

இத்தகைய நிலைப்பாடுகள் அடிமாதில் பதிந்து விட்டன. இந்த எண்ணப் படிமங்கள் மனிதனை வாட்டிக் கொண்டே இருக்கின்றன. இவர்களை மீட்க வேண்டிய பொறுப்பு, சமூகத்தில் வாழும் எம் ஒவ்வொருவரின் பொறுப்பு ஆகும்.

அம்பாந்தோட்டை மாவட்டத்தில் ஒரு இளம் பெண் தனது ஏனைய குடும்ப அங்கத்தவர்கள் அனைவரையும் இழந்துவிட்டார். தன்னிர் அடித்துச் சென்று வேகத்தில் ஒரு மூலையில் ஒதுக்கியதன் காரணமாக அவர் தப்பி விட்டார். எனினும், அவரது உடை கிழிந்து விட்டதால், அவரால் எழுந்து செல்ல முடியவில்லை. எனவே, இவரைக் காப்பாற்ற வந்த இவரது சகோதரன் இறந்த உடலில் இருந்த உடையைக் கழற்றி எடுத்து இவரிடம் கொடுத்தே வைக்கியசாஸையில் அனுமதித்திருக்கிறார். இதனால், தற்போது இந்தப் பெண் தான் இறந்தவரின் உடையை எடுத்துப் போட்டதை என்னி மிகவும் பயந்து போய் இருக்கிறார். தற்போது இவரது என்னம் எல்லாம், தான் இறந்தவரது உடையைய் போட்டு விட்டோமே! ஏதாவது நடந்து விடுமோ! என்று கருதி மிகவும் மனதுளவில் சோர்ந்து போய் இருக்கிறார். இதைப் போன்று பல துனியில் அனுபவத்தைக் கூறும் மக்கள் இருக்கிறார்கள். தமக்கு ஏற்பட்ட நிலையில் இருந்து மீளாது வேதனை அடைகிறார்கள்.

சனாமி அனர்த்தத்தின் அதிர்வினால் பாதிக்கப்பட்டவர்களில் அநேகம் பெண்கள் ஆவர். இதற்கு காரணம் அவர்களது தலைமுடியும் உடையம் ஆகும். ஏனையில் தலைமுடி மரச் செஷ்டிளிலும் மற்றும் முடக்கியிலும் செருகிக் கொண்டத்தினால் இறந்து போனார்கள். மேலும் பெண்கள் அனிந்திருந்த உடைகள் உடலைவிட்டு அகன்று போனது. இதனால் நிர்வாணமார்கள். வெளியில் ஒடிச்சென்று தபிக்க வழிதெரியாது அலையில் அடித்துச் செல்லப்பட்டவர்களும் இருக்கின்றார்கள்.

இருந்தும் நிர்வாணமாக காப்பாற்றப்பட்டவர்கள் தாம் கற்பை இழந்து விட்டோமே, இனி சமூகத்தில் எப்படி வாழவது என்ற குற்றப்பழியுணர்வினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள பெண்களும் இருக்கிறார்கள்.

இன்னும் சிலர் தமது உறவினர்களின் சடலங்களை கண்டுபிடிக்காமையால் பெறியும் துக்கப்படுகின்றார்கள். மேலும் அந்த சடலங்களுக்குரிய சமய சடங்குகளை செய்யாது போனதுள்ள, அவர்கள் ஆத்ம சாந்திக்கு எதுவும் செய்யவில்லை, அவை எமக்கு எதையாவது உண்டாக்கி விடுமோ என்ற குற்றப்பழியுணர்வுடன் தினமும் வாழ்கின்றவர்கள் இருக்கின்றார்கள்.

அலை அடித்துச் செல்லும் போது, காப்பாற்ற சந்தர்ப்பம் இருந்த போதிலும், அதற்குரிய குழல் பொருந்திவராததனால் காப்பாற்ற முடியாமல் போனதும், கண்முன்னே உறவுகளை அலை இழுத்துக் கொண்டு சென்ற போது ஜேயோ காப்பாற்ற முடியவில்லையே என்ற உணர்வுகளும் குற்றப்பழியுணர்வுகளாக நினமும் வகைக்கின்றது. இறந்து போனவர்கள் அவர்கள் கண்முன்னே

கூக்குரல் இடுகின்ற காட்சிகளும் உறுத்திக்கொண்டே இருக்கின்றது. இவையெல்லாமே சேர்ந்து மன அதிர்வகளாக வெளிப்படுவதை அவதானிக்க முடியும்.

இந்த அலை தந்த அதிர்வகள் அநேகமாக இருந்தாலும், அவர்களை ஆற்றுப்படுத்தும் பொறுப்பு எம் ஓவ்வொருவரிடமும் உண்டு. அந்தவகையில் முதலில் அந்த மக்களுடன் நன்றாக கதைக்க வேண்டும். அதேநேரம் அவர்களை கதைக்கச் சொல்லி வற்புறுத்திக் கொள்ளவும் கூடாது. மற்றும் அவர்கள் சொல்லி விரும்பாத அந்தங்க விடயங்களை சொல்லுமாறு தொந்தரவு கொடுக்கவும் கூடாது. முதலில் எம்து அவர்களுக்கு நம்பிக்கை பிறக்க வைக்க வேண்டும். அதற்கு ஏற்றது போன்று எமது முக பரவனை - செவிகொடுக்கும் தன்மைகள் - ஒத்துப்போகும்விதம் அமைதல் வேண்டும். மேலும் அவர்கள் கேட்கும் கேள்விகளுக்கு எம்மால் ஒழுங்கான மறுமொழி கொடுக்க முடியாவிட்டால் அவ்விடத்தில் அமைதி காப்பது தான் சிறந்தது. எமது ஆற்றுப்படுத்தும் வழி முறைகள் அவர்களை வாழ்விப்பதாக இருந்தல் வேண்டும். உடன்து போன நம்பிக்கையை மீளவும் கட்டியெழுப்ப கூடியதாக அமைதல் வேண்டும்.

சனாமி அனர்த்தத்தினால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு நம்பிக்கையூட்டும் நிறுவனங்களாக சமய நிறுவனங்கள் காணப்படுதல் வேண்டும். பாதிக்கப்பட்டவர்கள் எந்த சமயத்திற்காக இருந்தாலும் சிரி, அவரை சமய வழிபாடுகளிலும், இறை நம்பிக்கையிலும் வளர்த்தல் அவசியம்.

இறைவன் மீது நம்பிக்கை வைத்தால், அவர் கட்டாயமாக தன் வாழ்வை வளப்படுத்தவும், தன் மீது நம்பிக்கை கொண்டு வாழவும் முடியும் என்பது உறுதி.

இந்த இறை நம்பிக்கை தான் குற்றப்பழியுணர்வில் இருப்பவர்களை வழிப்படுத்தும். குற்றப்பழியுணர்வு இரண்டு வகைப்படும். ஒன்று உண்மையான குற்றப்பழியுணர்வு, இரண்டாவது போலிக் குற்றப்பழியுணர்வு.

சனாமி அனர்த்தத்தினால் பாதிக்கப்பட்ட மக்கள் போலி குற்றப்பழியுணர்விலேயே பீடிக்கப்பட்டு இருக்கிறார்கள். இயற்கையினால் நடந்தது. தவறுதலாக நடந்தது. அவர்கள் எவ்விதத்திலும் குற்றுமிழுக்காமல் நடந்தது. உண்மையாகவே இவை தம் தவறு என்று கருதி துண்பப்படுதல், இவற்றில் இருந்து விடுதலை கொடுப்பது இறை நம்பிக்கை. இதனை நாம் அவர்கள் மத்தியில் வளர்க்க முயற்சிக்க வேண்டும்.

## அலை அதிர்வுகளையே அதிரவைப்பீரம்!

யா. கிருஷ்ணதேவி  
காவையர்

மார்கழி மாதும் இருபத்தாறும் திகதி முழு உலகையுமே ஒரு கணம் உறைய வைத்தது இந்தக் கொடிய அலை அதிர்வுகள். பல்லாயிரக் கணக்கான பெறுதற்கிய உயிர்களையும், பெறுமதியான சொத்துக்களையும் இந்த அலை அதிர்வுகள் அடித்துச் சென்றாலும், ஏனையவர்களின் தன்னம்பிக்கையையும், மனிதாபிமானத்தையும் இவற்றால் என்றைக்குமே எதுவுமே செய்ய முடியாது.

வாழ்க்கையில் பல தடைவை விழுவது வெட்கமல்ல வீழ்ந்த போதெல்லாம் எழுவதே பெருமை. கொடிய யுத்தத்திலும் தலை நிமிர்ந்திருந்த எங்களை இவ்விருக்கமற்ற அலை சிறிது ஆட்டம் காண வைத்தாலும் எமது எழுச்சி இதைவிடப் பெரிதாக இருக்கப் போவதை இவ் அலை தெரிந்திருக்க நியாயமில்லை. அலை அதிர்வுகளை அதிருமாறு புதிய சமுதாயம் சமைக்க அனைவரும் இன்றே ஆயத்தமாவோம். நாம் ஓவ்வொருவரும் எழுச்சியடையும் போது சமுதாயம் தானாகவே எழுச்சியடையும்.

விதி தனிடம் உள்ள எல்லா அம்புகளையும் பாய்ச்சட்டும் எல்லாவற்றையும் தாங்கிக் கொண்டு, இன்னும் எத்தனைவரினும் அத்தனையும் தாங்கக்கூடிய சக்தி என்னிடமிருக்கிறது. விதி எனக்கு கட்டுப்பட்டதேயன்றி நான் விதிக்கு கட்டுப்பட்டவனால்ல, என்கிறார் ட்ரெடன் எனும் அறிஞர். ஆகவே நாம் நடந்தது, இழந்தது எல்லாம் என் விதியிட என்று மனம் சோராமல் புதுச் சமுதாயம் படைக்க இன்றே ஆயத்தமாவோம்.

இழந்து போன வாழ்க்கையை நினைத்து கவலைப்பட்டுக் கொண்டிராமல் இன்றே புது வாழ்க்கையின் நோக்கத்தை தீர்மானித்து, அதை வலுவாக்கி, உழைப்பை அதில் கொட்டி, காலத்தை முறையாக பயன்படுத்தி, வெற்றி, தோல்வி பற்றி கவலைப்படாது, நம்பிக்கையுடன் செயலாற்றுவோம். எப்படி நீர் 100°C வெப்பநிலையை அடைந்தால் தன்னிர் கொதிப்பதை யாரும் நிறுத்த முடியாதோ,

அதே போல் நமது உழைப்பு, நோக்கம், சடுபாடு முயற்சி போன்றவை இணைந்து 100°C ஆகும் போது நாம் வெற்றி பெற்று புதிய சமுதாயம் உருவாகுவதை உலகிலுள்ள எந்த சக்தியாலும் நிறுத்த முடியாது.

‘உலகிலுள்ள எல்லா சக்தியாலும் ஜெயிக்க முடியாத ஒரு சக்தியுள்ளது. அதுவே மனிதனின் மனோ சக்தி’ என்ற ஸ்டாலினின் கூற்றை அறியாத அலை அதிர்வுகளிற்கு அவற்றை மெய்யபித்துக் காட்டுவோம். மீண்டும் பழைய வாழ்க்கைக்கு திரும்ப வேண்டும், துயரங்கள் அகன்று இன்பங்கள் வர உழைக்க வேண்டும் எனும் ஓவ்வொரு மனிதனுது மனோசக்தியையும் அலையால் நிச்சயம் ஜெயிக்கமுடியாது.

**போராட்டம் உனக்கே**  
தெரியாமல் உனக்குள் ஒளிந்திருக்கும் ஆழ்றலை வெளிப்படுத்துகிறது. போராட்டத்தினால் தான் நீ தருப்பிடியாதிருக்கிறாய். ஓவ்வொரு போராட்டத்தின் போதும் ந் புதிது புதிதாகப் பிறக்கிறாய்! உன்னிலிருந்து உதித்த நீ, உன்னை விட உயர்ந்த நீ, புதிய நீ முன்னிலும் வலிமை மிகக் குன்னைப் போராட்டமே புதையலைத் தோண்டி எடுக்க வைக்கிறது என்கிறார் கவுஞர் அப்துல் ரகுமான். ஆயும் சுனாமிய் போராட்டமே புதிய வாழ்க்கை எனும் புதையலைத் தரப்போகிறது என்பதை உறுதியாக நம்புவோம்.



ஓவ்வொரு இழுப்புக்களும், தோல்விகளும் எம்மையும் எம்குணம், நடத்தையை செம்மைப்படுத்தும் சவாலாக எடுத்துக்கொள்வோம். தோல்விகளும், இழுப்புக்களும் எம்மெடிருந்து எதையும் எடுத்துக் கொண்டு விடாது. மாறாக அது எங்களை முன்னரை விட தீர்மானவுள்ளவராக, அறிவு நிறைந்தவராக, உறுதியானவராக மாற்றும் என்பதை நாம் அனைவரும் அலை அதிர்வுகளிற்கு அறியப்படுத்த வேண்டும்.

எனவே நாம் எம்மை அழித்த அலை அதிர்வுகளுக்கு எதிராக எதிர்கால சவால்களை ஏற்கத் தயாராகவோம். உறவுகள் மீதும் ஆண்டவன் மீதும் நம்பிக்கை கொள்வதுமட்டுமின்றி உங்கள் மீதும் நம்பிக்கை கொண்டு வெற்றி எனும் கனி நிரம்பிய புதிய வாழ்க்கைப் புந்தோட்டத்தை நோக்கி எமது ஓவ்வொரு கணமும் அமைய்க்கும்.



ஓர் அனுபவம் பகிரியு:

## கணாமியின் உடனடித் தேவை!!!

அருட்டங்கத ம.டேவின்.



2004ம் ஆண்டு மார்கழி மாதம் 26ம் திகதி எமது குரல்வளைகளை அழுக்கிய ஓர் நாள். கணாமி அலைகளின் அதிர்வுகள் மக்களின் மனங்களை சிதற வைத்தன. நான் கடந்த இருபது வருடப் போரின் யெங்கந்களைப் பார்த்துள்ளேன். இந்தப் போரின் இழப்புக்களைச் சந்தித்த மனிதர்களுடன் பேசியுள்ளேன். வாழ்ந்துள்ளேன். ஆனால் கணாமி தந்த அவலம் வார்த்தைகளால் வாடிக்க முடியாது. இந்தப் போரில் பல இழப்புக்களைச் சந்தித்துள்ளோம் ஆனால் அது நீண்ட ஓர் வரலாற்றுப்பாதையில் நாம் கணாமி சோகம், அவலம். ஆனால் இந்த கணாமியின் அதிர்வுகள் ஒரு சில நிபிடங்களுக்குள் நிகழ்ந்தன. எனவே குறுகிய நேரத்துக்குள் பாரிய இழப்பை சந்தித்தது எம் அனைவருக்கும் ஓர் புதிய அனுபவமேயாகும். எனவே இப்படியான ஓர் இழப்பை எப்படி எதிர் கொடுவது என்பது மட்டில் பெரிய குழப்பமே முதலில் எல்லோரிடையும் காணப்பட்டது. எனினும் தென்பகுதி இந்தப் பேரழிவைக் கையாண்ட விதத்தை விட வடக்கிழக்குப் பகுதிகள் இதனை கையாண்ட விதம் பாரட்டுக்குரியது.

கடந்த கால போர் அனர்த்தங்களின் போது இடப்பெயர்வுகள் இழப்புக்கள் என்பன எம் மக்களின் நாளாந்த அனுபவங்கள். ஆனால் அந்த இடப்பெயர்வுகளின் போது மக்கள் கைகளில் அகப்பட்டதை எடுத்துச் சென்றார்கள். ஆனால் இந்த கணாமி அவலத்தின் போது மக்கள் எதனையும் எடுக்க முடியவில்லை. அதிலும் கவலைக்குரிய விடயம் தாங்கள் போட்டிருந்த உடுப்புகளைக் கூட இழந்து வந்த அனுபவம் மக்களின் மனதில் பாரதாரமான வடுக்களை ஏற்படுத்தியது. பலர் தாம் கண்ட காட்சிகள், தம் அனுபவங்கள் ஓர் கணவா என்று கூட நினைக்கின்ற அளவுக்கு அவலங்கள் பாரதாரமானதாக அமைந்தன.

இந்த நிலையிலேயே நான் மக்களைச் சந்திக்கச் சென்ற போது அவர்களில் பல புதிய உணர்வுகளைக் கண்டேன். முதல் இவர்களில்

பலர் வாய் திறந்து பேசமாட்டார்கள். கேள்விகள் கேட்கப்பட்டால் மட்டுமே பதில் சொல்லுவார்கள். எப்போதும் தனிமையையே நாடுவார்கள். முகாம் பொறுப்பாளர்களுடன் பேசிய போது அவர்கள் தங்கள் அனுபவங்களைக் குறிப்பிட்டார்கள். “இந்த மக்களிடம் இவர்களின் குடும்பங்களில் இறந்தவர்கள் பற்றிய விபரம் கேட்க முடியாது. பெரிதாக விடை சொல்லமாட்டார்கள். உணவு சமைத்த பின்னால் இவர்களுக்கு உணவு கொடுப்பது மிகவும் கல்லர். காரணம் உணவில் அவர்களுக்கு அக்கறை இல்லை. இவர்கள் எல்லோரும் மிகவும் பெரிய அதிர்ச்சியில் உள்ளார்கள்”.

இப்படியாக இந்த மக்களின் இந்த இழப்புக்களின் தாக்கம் மிகவும் கொடியது. இதனை வார்த்தைகளினால் வடிக்க முடியாது. இந்த நிலையில் இருந்த மக்கள் எதனை உடனடியாக எதிர்பார்த்தார்கள். நிவாரணங்களை அல்ல மாறாக வேறு ஏதோ ஒன்றை எதிர்பார்த்தார்கள். இந்த நிலையில் எம் மக்கள் பல்வேறு குழுக்களை இன், மத, வர்க்க பேதமின்றி இந்த மக்களோடு ஒன்றிணைந்து செயல்பட்டார்கள். இந்த வகையில் புலோப்பளைப் பகுதியில் குருக்கள் துறவியர்களை ஒரு குழுவாக பணி புரிந்தோம். காலையில் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு முகாமுக்குச் சென்று இந்த மக்களோடு உரையாடுவோம். இதுவே மக்கள் அந்த வேளையில் அதிகம் எதிர் பார்த்ததோன்று. இது மக்களுக்கு பெரும் ஆறுதலைக் கொடுத்தது மாத்திரம் அல்ல அவர்களுக்கு வாழ்வில் நம்பிக்கையையும் கொடுத்தது. எம் குழுவில் இருந்தவர்கள் பெரிய “ஆற்றுப்படுத்தல்” பயிற்சி பெற்றவர்கள் அல்ல. ஆற்றுப்படுத்தவின் முதல் முக்கிய முன்று கட்டங்களை நன்றாகச் செய்தார்கள்.

1. அவர்கள் மக்களைச் சென்று சந்தித்தார்கள் (Interview)
2. இரண்டாவது இவர்களின் உள்ளக் கிடக்கைகளை தங்கள் இதயச் செவிகளால் கேட்டார்கள் (Listening)
3. அவர்கள் தங்கள் உள் உணர்வுகளோடு பதிலளித்தார்கள் (Rasponding)

இப்படியாக எளிமையாக முதல் முன்று பாடகளையுமே ஆற்றுப்படுத்தவின் தொடக்கம் என்ற விஞ்ஞான பூர்வமான அறிவு இல்லா விட்டாலும் சாதாரண மனிதர்களை ஒருவர் இழப்பில் மனிதர்களையின் நாம் செய்யக்கூடிய இந்தப் பாடகளைச் செய்தார்கள். இவாகிளின் சந்திப்பு அந்த மக்களுக்கு ஓர் உறுதியை ஊட்டியது. “நாம் தனியாக இல்லை எம் உடன்பிறப்புக்கள் எம்முடன் உள்ளனர்” என்ற உறுதியை அவர்களுக்கு கொடுத்தது. இப்படியாக இரண்டு முன்று நாட்கள் முடிய முகாம் பொறுப்பாளர் மைக்குச் சொன்ன விடயம் “இப்படியாக நீங்களும் உங்களைப் போன்று

நூலா கொட்டு  
மாநாட்டு மாதிரி  
யாழிப்பாணம்?

## ந்யா சீரியெழுந்தாய்?

மேரி ஜூசீடா செதா

முல்லைக்கடலில் முல்லைச் சிரிப்புடன் ஒடி விளையாடி, நீந்தி, மட்டி பொறுக்கிய நீங்கா நினைவுகள் நிழலாக நினைத்திருக்க அப்பொ, அமைதியான நீயா சீரியெழுந்தாய் - உன் அழகை ரசித்து, மதியில் தவழ்ந்த நாளை உன் அருகே வரப்பயப்பட்டு தள்ளி நிற்கின்றோம்?

ஜங்கு நிமிடம் ஆட்யடஸ்கினாய் ஆழியலையே ஜங்கு வருடம் இல்லை ஜம்பது வருடம் ஆகும்? எம் இழப்புக்களை மறக்க? யார் நிகுஞ்சதார் மரணம் மார்கழி இருபத்தாறு என்று யாரையும் விட்டு வைக்கவில்லையே - இக் கொடுரேம் புரிந்ததன் புதிர் தான் என்ன?

உடைத்தெறியவோ பொங்கியெழுந்தாய் - உன் உக்கிர உணர்வினால் மரணித்தன எம் மனங்கள் உடைத்தது எம் உறவுகளை மட்டுமா? - பவளின் எலும்புகளையும் தானே நொறுக்கினாய் - நீ பறித்தெடுத்தது எம் உடைமைகளை மட்டுமா மசந்தளிர், பச்சிளம் குழந்தைகளைப்புல்லவா?

யாரை விட்டு வைத்தாய்? - எம் காலத்தில் சாதி பார்த்தோம், சண்டை பிழுத்தோய் - ஒன்றியிருக்க வெட்கப்பட்டோய் சாதிக்கொடுக்காமல் கடிணோம் நொடிப்பொழுதில் சமத்துவம் - வேறுபாட்டைச் சுதாங்கல்லறை தகரிக்கல்லறை கவர்கள் தகரிந்து - ஒரு குழியில் அகைவரும் சங்கமம். (சிலருக்கு குழியிழில்லை)

யார் யாரைத் தேர்றுவார் யாருக்கும் தெபிபவில்லை கொடுக்கையிலும் கொடுக்கையிலு - ந கோண்ட கொடுரைக்கோலம் - உன் கோலம் கண்டவர் கனவிலும் கநறும் காட்சி கற்பகளையில் கூட வடிக்க முழுயில்லை - அவர்கள் களைபிறந்த, சோகக்காட்சி.

ஆழியலையாய் வந்து, கோர முகம் காட்டி, முயியை அசைத்து, ஓடி ஏளிந்த அலை அதிரவே - ஆழி

பலரும் வந்து சந்தித்த பின்னர் தான் இந்த மக்களின் முகத்தில் ஒரளவு நம்பிக்கையின் ஒளிக்கீற்றுக்கள் பிறக்க ஆரம்பித்துள்ளன”.

இவ்வாறாக சுனாமி அதிர்வுகள் எம்மில் பல இதய அதிர்வுகளை ஏற்படுத்தி உள்ளது. நாம் நிச்சயமாக பல மக்களை இந்த ஆற்றுப்படுத்தும் பயிற்சி கொடுத்து ஆயுதத் தினையில் வைத்திருக்க வேண்டும். இது ஒரு பெரும் இயற்கை அல்லது போர் அனர்த்தங்களைச் சந்தித்தவர்களை ஆற்றுப்படுத்த மட்டுமல்ல மாறாக நாளாந்த வாழ்வின் சுமைகளில் தனிமரமாக தற்கொல்லவின் விளிம்புகளில் நிற்பவர்களுக்கு நம்பிக்கை கொடுக்க நாம் ஆற்றுப்படுத்துவாகளாக பயிற்சி பெற வேண்டும். இந்த ஆற்றுப்படுத்தலின் அடிப்படை நுட்பங்களை (Basic skills) நாம் கற்றுக் கொள்ள இது இக்காலத்தின் மிக முக்கியமாக தேவை.

## தலை அறிவில் உல்லாசம் கூடிய நிலைகள்...

“உறவு இல்லை உடலையில்லை  
உடலீலும் பலையில்லை  
வீட்டில்லை நிலமில்லை  
நிழம் கூட புரியவில்லை.....”

- பி. வாரல்காரன்

“வீடு வாசல் தரைமட்டமாயின  
உடமைகளோ கடலோடு போயின  
வெள்ளம் போனின் உறவைத் தேட நினைக்குதேய்  
ஆளால் உடித்திய உண கூட உடலை இல்லையே”  
- வி. ஜெனர்

“அதிகாலை நேரமாறு அருக்கவைன  
இது என்ன ஆண்வனே யாரைத் தான் கோவி கேட்போம்?  
கத்தினேன் கதறினேன்  
வரண்டு போன தொன்னடியிலோ தொனியில்லை  
பார் குலை யார் கேட்பார்?”

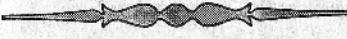
- பி. இப்புண் நிவேதா

அடங்குமா உன் அலை அதிர்வுகள்? இல்லை  
தொடருமா உன் கோரத்தாண்டவெம்?  
மாதங்கள் மூன்று ஆயின் வாயினும் ஆழவில்லை,  
மாறவில்லை இன்னும் எம் மன அதிர்வுகள்.

எல்லோர் வாயிலும் உன் பேச்சு - “நீ

மீண்டும் வருவாயாம்” - ஏன்  
காவு கொண்டது காணாதென்றா  
மீண்டும் பொங்கியெழுத்துடிக்கிறாய்!  
ஆறிலிட்டாய் அடங்கிலிட்டாய் - என  
நினைத்தால் “இல்லையில்லை அழக்கடி வருவேன்”  
என அடம்பிடிக்கிறாய்.

விருந்தினரை வரவேற்றி மழகிய எம் மனங்கள்  
வேண்டாம், வேண்டாம் சனாமியே எம்மிடை  
வேண்டா விருந்தாளியாய் மீண்டும் வந்து - உன்  
கோரக்காட்சியின் சாட்சிகளாய் நிற்கும்  
ஏஞ்சியோரையும் பறித்துச் செல்லாதே - என்று  
ஏந்திய கரங்களுடன் நிற்கின்றோம் கடற்தாயே.

  
**நில சிற்றாலை பல்ளை உணர்வுகள்  
நீலவரியில்...**

பேரவை என்னை பந்து போல உருடிடி விளையாடி  
அனைத்து திக்குகளிலும் என்னை தூக்கி ஏற்றது  
எனக்களை இருந்த ஒரே மொரு துக்கிலையும்  
பாறைகளும் வேலிக் கழிக்களும்

தங்களுக்கென பறித்துக் கொண்டன் - சி. அனந்தசியா

“சொந்தமிழந்து பந்தமிழந்து  
சோலலியம் சோந்து தவிக்கின்றேன்  
பாவமியம் பாவசெப்பின்னைகள்  
பரிதவிக்குது பெற்றோரிழந்து  
பேசும் தெய்வமே நீ பேசாதிருந்தால்  
நான் என்ன செய்வேன்?”

ச.ந.ந.ந.ந.

## ஆழிப்பேரவையின் அதிர்வுகள்

சிருமதி ஸ்ரீ.சாந்தி  
(Diploma in Psychology)  
வெள்காசி

2004 மார்ச்சி 26 என்றுமே மறக்க முடியாத துறுதிர்ஷ்டமான நாள். மனிதன் அறிவியலின் உச்சிக்கே சென்றிருந்தாலும் இயற்கை சீரிளால் இயலாமை அடைவான் என்பதை நிருபித்த நாள். பொங்கி எழுந்து தனது பெயரையும் பொறித்து விட்ட சனாமியை பலரும் அறிவியற் பார்வையில், ஆண்மீகப் பார்வையில் நோக்கி பல கேள்விகளை எழுப்பிற்கிறார்கள். எது எவ்வாறிருப்பினும் பாதிக்கப்பட்ட பிரதேசங்களில் வசித்தவர்களுடைய வசிக்காத பலரும் சனாமியால் ஏதோ ஒரு விதத்தில் தீவிர, அதி தீவிர நெருக்கடியிற்கு உட்பட்டவர்களாகவே காணப்படுகின்றனர்.

ஆழிப்பேரவையின் கோரத்தாண்டவத்திற்குப்பின் கிழக்கு மாகாணத்தில் ஓர் உள்ளாத் துணையாளராகப் பணியாற்றும் சந்தர்ப்பம் எனக்கும் கிடைத்தது. சிதைந்து போன கிராமங்கள், சிதறிலிட்ட மக்கள், இழுந்து போன உயிர்கள், அழுந்து போன சொத்துக்கள், வறுமை தொழிலின்மை, எதிர்கால நம்பிக்கையற்ற, பீதி கலந்த வாழ்வு போன்றன வாழ்வின் நிஜங்களையிடுள்ளன.

அம்மக்கள் கூறும் ஒவ்வொரு சம்பவங்களும் உணர்வு பூர்வமானவை. உள்ளத்தைத் தொடுபவை. ஐந்து பிள்ளைகளையும் இழுந்த பெற்றோர், மூன்று பிள்ளைகளையும், மனைவியையும் இழுந்து தலிக்கும் ஆண். பெற்றோரையும் சுகோதார சுகோதாரிகளையும் இழுந்து நிற்கும் தலை மகன். வறுமை காரணமாக விட்டுப்பணிப்பெண்ணாக மத்திய கிழக்கு நாடு சென்று கணவன் மறு கல்யாணங்கு செய்ய பிள்ளைகளைச் சுனாமி காவு கொண்ட துயரங்களும் பெண். இனக்கலவரத்தில் கணவனை இழுந்து கடல்லையிற் பிள்ளைகளையும் கொடுத்த விதவைத்தாய். இவ்வாறு ஏராளம் கொடுரோங்கள், துண்பங்கள். பாண்டிருப்புப்பிரதேசத்தை நோக்கினால் 90ம் ஆண்டுகளில் பெரும்பால்மையான குடும்பத் தலைவர்கள் கட்டுக கொல்லப்பட்டவர்களாகவும் கைத்தறி, கலி வேலையென்ப பெண்களே காப்பாற்றி வந்த குடும்பங்கள் இன்று சுனாமியில் மீண்டும் சின்னா பின்னமாக்கப்பட்டுள்ளது. அம்பாறையிற் குருந்தையடி, மருதமுனை, கல்முனை என்பனவும் சிதைக்கப்பட்டிருப்பதை அவுதானிக்க முடிந்தது. அம்மக்கள் தம் மன்னில் அமைத்தியின்மையும் அழிவுகளும் அழக்கடி நிகழ்வதற்குச் சாபக்கேடு காரணமோ என அங்கலாயக்கின்றனர். இனக்கலவரம், வர்த்தி, வெள்ளம், புயல், குழுக்களின்

உள்ளப்பிறழ்வுகள், அரசியல் ஆதரவுகள், சுயலாபச்சுரண்டல்கள், பிரபல்யத்தன்மைகள், சாதி, அந்தஸ்து என்னவும் செல்வாக்குச் செலுத்துவதாக மக்கள் கூறுகின்றனர்.

இச்சூழ்நிலையில் மக்களுக்குப் பல உள்ளவியற் பிரச்சனைகளும் காணப்படுகின்றன. கவலை, கோபம், பயம், விரக்தி, தனிமை, நம்பிக்கையற்ற தன்மை, தன்னம்பிக்கையின்மை, வெறுமை, வெறுப்பு, ஏமாற்றம், தற்கொலை என்னம், தற்கொலை முயற்சி, பாலியலில் நாட்டமின்மை, தூக்கமின்மை, நிதிதிரைக் குழப்பம், நிதிதிரையிற் திடுக்கிடல், வாய்பிதற்றல், அதிக யோசனை, தலைவலி, உடல் நோ, தனியாகவே கதைத்தல், அதிகரித்த ஆஸ்மா நோய், பசியின்மை, அதிகப் பசி, கணப்பு, சோம்பல், மனச்சோவு, படபடப்பு, பதற்றம், நடுக்கம், விளையாட விருப்பமின்மை, பாடங்களைக்கிரகிக்க முடியாமை, மனதைச் சந்தோஷ குழலுக்குள் கொண்டு செல்ல முடியாமை, எரிச்சல், அமைதியின்மை, பயங்கரக்கனவுகள், குற்றவுணர்வு, சுயமதிப்புக்குறைவு, இயலாமை, மாதவிடாய் ஒழுங்கீனம் என்பவற்றையும் ஆரோக்கியமற்ற சமாளிப்பு முறைகளையும் காணக்கூடியதாகயுள்ளது. (தமிழைச் சார்ந்திருப்போரை வன்முறைக்கு உள்ளாக்குவது, மதுபாவனை, புகைத்தல், அயலவருடன் சண்டை, சுயகவனிப்பின்மை)

இவ்வாறான உள்ளவியற் பாதிப்புக்களோடு இருக்கும் மக்களுக்கு நாம் உள்ளீட்யாக ஆதரவு வழங்கி வழிப்படுத்த வேண்டிய கடப்பாடு உள்ளது. நாம் அவர்களுடன் எந்த வகையிற் பணியாற்ற வேண்டும் என்பது மிக முக்கியமானதாகும். அவர்கள் அத்தியாவசியப் பொருட்களை அவசியமாகக் கருதுவது போல் சில வேளைகளில் அதற்கு மேலாகவும் உள்ளீட்யான ஆதரவையும், வழிப்படுத்தலையும் தம் கதைகளை கேட்போரையும் எதிர்பார்க்கிறார்கள். வரவேற்கிறார்கள். அவர்களது தேவைகளை மதிப்போன். ஒரு சமூக சேவையாளராக, பயிற்றப்பட்ட உள்ளாத் துணையாளராகப் பின்வருவனவற்றில் இயலுமானதை ஒவ்வொருவரும் செய்வோம், கடைப்பிடிப்போம்.

- ★ அவர்கள் கூறுவதை உற்றுக்கேட்போம்.
- ★ ஆதரவு வழங்குவதே எம் தலையாய நோக்கம் என்பதை உடல் மொழியிலும், வார்த்தையிலும் புலப்படுத்துவோம்.
- ★ அவர்களின் பிரச்சனைகளுக்கு நாமே அர்த்தம் கொடுத்து பெரிதாக, சிறிதாக நோக்காமல் அவர்களின் மதிப்பிட்டை மதித்துப்பதிலுரைப்போம்.
- ★ அவர்கள் தங்கள் உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தக் களம் அமைத்துக்கொடுப்போம்.
- ★ அவற்றை நல்ல முறையில் சமாளிக்க உதவுவோம்.

- ★ அவர்களின் முடிவுகள் விவேகமற்றவையென்றோ, முட்டாள் தனமானவையென்றோ தீர்ப்பிடோம்.
- ★ எமக்குத் தெரிந்த தளர்வாக்கற் பயிற்சிகளைச் செய்து காட்டுவோம்.
- ★ சுனாமி பற்றிய உண்ணமயான தகவல்களை வழங்குவோம்.
- ★ நிறுவனங்களுக்கிடையில் “வலைப்பின்னல்” அமைத்துத் தகவல் அறிந்து அவர்கள் தம் தேவைகளைப் பெற உதவுவோம்.
- ★ தங்கள் பிரச்சனைகளுக்கு அவர்களே தீவுகாண, மாற்று வழி காண, தம் ஆற்றல்களை வளர்க்க, எஞ்சியிருக்கும் உறவுகளின் ஆதரவைப் பெற, வழங்க, உள்ள வளங்களைப்பயன்படுத்த வழிப்படுத்தி உதவுவோம்.
- ★ எமது சேவையை அனைவரும் மனிதர்கள் என்ற முறையில் இன, மத, வர்க்க, பேதமின்றி நடுவுநிலைமையோடு வழங்குவோம்.

## கால நீண்ட உலகை மற்றும் மாதாண்டி தலைவரியில்

“கொழு கொர அலையின பிளில சிக்கி  
அமைதியிழந்து அலைக்கிறேன்  
தாபின் பிரிவுகு அளானேன்  
ஒருவினரின் கருக்குலைந்த நானாவுகள்  
ஏனைன களாவழுச் செய்கிறது  
பூப்ளை இல்லாக கடலை  
பூதந் திணையியாகக்கிறேன்  
அலைதிபழந்து அலைக்கிறேன்  
ஷுண் வளே ந் எங்கே இருக்கிறாய்”

D. - 2004

நல்லூர் தினா நாளை  
மொந்தாடி மன்றம்  
யாழிப்பாணம்!

## பேரலை அளிர்த்து உள் அதிர்ச்சிக்கு ஸ்ரீ ஆறுநால்

I.S விஜேந்திரன்

பல இலட்சம் உயிர்களைக் கடந்த ஆண்டு இறுதியில் ஏற்பட்ட அழிப் பேரலை அழித்தது. அது எமது நாட்டிலும் நாற்பதாயிரத்திற்கும் அதிகமான எம் உடன் பிறப்புக்களைப் பலி கொண்டது. என்னிற்ற பெரும் சொத்துக்களையும் கடல் அலை அள்ளிச் சென்றது. கடற்றொழிலைப் பறம்பரை பரம்பரையாக செய்து வந்த மக்களை, கடலே தங்கள் வாழுக்கை என நினைத்த மக்களை, கடற்கரையிலே படுத்துங்கிய மக்களை, கடற்கரையில் மன் விளையாடிய மழலைகளை ஒரு சில நிமிட அலை அழித்துச் சென்றவிடது. அள்ளிக் கொடுத்த கடல் அழிவை ஏற்படுத்தியது. தாய் தந்தையை இழந்து தவிக்கும் பிள்ளைகள், பிள்ளைகளின் இழப்பால் தவிக்கும் பெற்றோர்கள், கணவர்களை இழந்த மனைவிகள், மனைவிகளை இழந்த கணவர்கள், உறவினர்களை இழந்த சகோதர சகோதரிகள் என்று பரிதாப நிலையால் உள் அதிர்ச்சிக்கு ஆளாகி பலர் இன்று காணப்படுகின்றார்கள்.

இப் பேரலை உள் அதிர்ச்சியும், சோகத்தையும், மன விரக்தியையும், உளத்தாக்கத்தையும் ஏற்படுத்தியது. உயிர் வாழுந்து என்ன பயன் என்ற உணர்வு, யாருக்காக உயிர் வாழ வேண்டும் என்ற எண்ணம், ஏக்கம், மக்கள் மத்தியில் இருக்கின்றது. இன்னும் சிலர் அழுது அழுது கண்ணிற்ற நிலையில் வாழ்கிறார்கள். அனர்த்தத்தினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் பலர் அழுகையை அடக்கி வைத்துக்கொண்டு இருக்கலாம். அவர்கள் தங்கள் கவலைகளை, இழப்பின் பிரிவை, சோகத்தை வெளிக் கொண்ட நடந்த கோர அழிவை சொல்லி கதறி வாய்விட்டு அழுவதன் மூலம் மனப் பார்த்ததை, மன அழுத்ததை, கவலையை குறைக்கலாம். இதற்கு நேரடி உதாரணமாக பல அனர்த்த அனுபவங்கள் உள்ளன.

  
அவ்வாறு உயிர்களை இழந்ததினால் யாரிடமும் சொல்லி அழுப்புக்கின்றேன். குறிப்பிட நபர் தன் மனைவியையும், இரு பிள்ளைகளையும் தன் கண் முன்னால் அலையின் அனர்த்தத்திற்கு பறி கொடுத்தார். ஒரு பிள்ளை மட்டுமே மின்சீ இருந்தார். அவர்கள் தன் கண் முன்னால் கொண்டு செல்லப்பட்ட பொழுது அவர்களைக் காப்பாற்ற முடியாமல் போனதால் ஏற்பட்ட குற்ற உணர்வு ஒரு பக்கம் அவர்களை இழந்த கவலை ஒரு பக்கம் அந்த ஊரில் பலர் அளிக்க முயற்சிக்க வேண்டும்.

முடியாமல் கவலையின் கொடுத்தால் நான்கு ஜந்து நாட்கள் சாப்பிடாமல் கவலையில் மூழ்கி இருந்தார்.

நான் அவரை அன்போடு நாடி கதைத்தபொழுது முதலில் அவர் கதைக்கவில்லை. ஏனெனில் அவர் மன விரக்தியில், மன அதிர்வில் இருந்து மீள் முடியாமல் இருந்தார். பல நேரம் கடந்து சென்றும் அவர் மெளனம் சாதித்தார். அதன் பின் அனைத்தையும் கூறி மனம் விட்டு அழுதார். ஒ... என்று என்னை கட்டிய பிழித்து அழுதார். நான் இனி யாருக்காக வாழ வேண்டும். ஏன் வாழ வேண்டும் என்ற உணர்வு தன் மற்றும்பிள்ளையையும் மறந்த நிலை. கவலை தீர் கதறி அழுதன் மூலம் தன் சோகத்தை அலையின் அதிர்வினால் ஏற்பட தாக்கத்தை, அதிர்ச்சியைக் குறைத்ததன் மூலம் அன்று அவரால் உணவு உண்ண முடிந்தது. மனக் கவலை, சோகம், அதிர்வு குறைந்ததாக அவர் கவினார்.

இவ்வாறு உயிர்களை இழந்த எம் சகோதரங்கள் இருக்கின்றார்கள். மனவேதனையால் அழு முடியாமல் உள்ளம் மரத்தும் போனவர்களை வெவ்வேறு வழிகளைக் கைபாண்டு அழுகை வரச் செய்ய வேண்டும். அனர்த்தம் நடை பெற்று இன்று நான்கு மாதங்களுக்கு மேலாகவிட்டாலும் உறவினர்களை இழந்தவர்கள், சொகத்துக்களை இழந்தவர்கள் அவர்கள் அநுபவத்தை எவ்வாறு அவர்களின் உறவினர்களை இழந்தார்கள் என்று சொல்ல பாதிக்கப்பட்டவர்களைத் தூண்டுவது நல்லது. திரும்பத் திரும்ப அவர்கள் தங்கள் இழப்பின் அழுபவத்தைச் சொல்லி அழும் போழுது தடுக்காமல் அழு விடல் வேண்டும்.

எனவே அதிர்வுக்கு உள்ளானவர்கள் எம்முடன் தமது முழுப்புக்கள், கவலைகள் போன்றவற்றை பகிழும் போது அவர்களோடு மீது பிரச்னத்தை உறுதிப் படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். மீண்டும் மீண்டும் அழுவதன் மூலம் இழப்பின் கவலை, மன விரக்தி படிப்படியாக குறைவதன் மூலம் அவர்கள் உள் அதிர்ச்சியில் இருந்து விடுதலை பெறுவார்கள்.

இன்னும் பலவேறு உள், வெளி காயங்களுடன், முறிவுகளுடன் இனி தங்களால் ஒன்றும் செய்ய முடியாது என மனவேதனைப்படுவோர் தங்களின் மாற்று வெளுவினை இணங்கண்டு தங்களாலும் வாழ முடியும் என முயற்சிக்க வேண்டும்.

அன்பானவர்கள், உறவினர்கள், சொந்தக்காரர்கள் இறந்ததை உள்ளர்ச்சி ரீதியாக ஏற்றுக்கொண்டு இனி இருப்பவர்களுக்காக வாழவும், புது நம்பிக்கை, தெம்ஜை, உற்சாக்த்தை, சந்தோஷத்தை, மகிழ்ச்சியை, அண்பை அவர்கள் வாழ்வில் உணர்த்தி புது வாழுவ அளிக்க முயற்சிக்க வேண்டும்.

## வாலிப் வசந்தம்



இளவெல்

### அழுத்தில் ஓடம்

ஒரு பெரிய இயற்கை அனூத்தத்தின் பின் கட்டுமானப்பணிகள் நடந்து கொண்டிருக்கின்றன. கனமி (துறைமுக அலை) அழிப்பேரலை என்ற சொற்கள் எமக்கு புதியதல்ல. அலையினுடைய தாக்கம் கரையில் தான் தெரியவருகின்றது. அழுக்கவில் அலையின் சிற்றம் பெரிதாக இருப்பதில்லை கரையைத் தான் அலை சீரழிக்கின்றது. இது இயற்கையின் நியதி.

வாழ்க்கையை கடலில் பயணம் செய்யும் ஓடத்திற்கு ஒப்பிடுவார்கள். ஓடம் கரையில் இருக்கும் வரை அலையின் தாக்கத்தை எதிர்கொள்ளத்தான் வேண்டியின்து. அழுத்திற்கு சென்று விட்டால் அமைதியை அனுபவிக்கிறது. அழுத்தில் தான் கடலின் செல்வங்கள் எல்லாம் இருக்கின்றன. இளையோரே, இதில் இருந்து எதை நீங்கள் கற்றுக்கொள்கிறீர்கள்? வாழ்க்கைப் படகு எப்போதும் அழுத்தில் இருக்க வேண்டும்.

**“வெள்ளத்தனைய மலர்நீட்டம் மாந்தர் தம் உள்ளத்தனைய உயர்வு”**

தாமரைத் தண்டின் நீளம் தண்ணீரின் அழுத்தைப் பொறுத்தது. அதேபோல் உள்ளத்தின் அழுத்தைப் பொறுத்தே மாந்தரின் உயர்வும் அமைந்திருக்கும். உள்ளத்தை அழுப்புத்துபவை என்ன? உயர்ந்த சிந்தனை, நல்லவற்றை விரும்பும் இதுயம், உயர்ந்த இலட்சியம், பொது நல நோக்கு, உணர்வுகளுக்கு அடிமையாகாத ஒழுக்கம் எனப்பலவற்றைக் கூறலாம். மேற்கூறப்பட்ட விழுமியங்களால் உங்கள் வாழ்க்கைப் படகை அலங்கரியங்கள். எவ்வித சஞ்சலங்களுமின்றி அழுக்கவில் அமைதியாக பயணம் செய்யும் படகைப்போல நீங்கள் இருப்பீர்கள். வாழ்வின் செல்வம் என்ற முத்துக்களை அங்கே நீங்கள் பெற்றுக் கொள்வீர்கள். உங்களுக்கு எனது வாழ்த்துக்கள்.

இறுக்கூட

## “வேறோடு தூழும்புகள்”



வ. வெள்ளத்தனை

அந்தி வானம் செக்கச் சிவந்து அந்த கடற்கரையையும் தன் அழிக்குள் ஈர்க்க, அங்கே ஒரு தனி அழகு. அந்த அழிக்குள் தன்னையும் மறந்து, இனம்புரியா ஒர் உள்ளார்ந்த மகிழ்வில் திளைத்திருந்தான் மதன்.

மதன் ஒரு அனாதை என்று தான் சொல்ல வேண்டும். அவன் பிறப்பதற்கு முன்னமே தன் தந்தையை இழந்தவன். தாயோடு மட்டும் வாழ்ந்து வந்தவன். ஏறக்குறைய அவனுக்கு பத்து வயதிற்குக்கும் மத்திய கிழக்கு நாடொன்றுக்கு வேலைதேடி அவனுடைய தாய் சென்ற போது. ஆரம்பத்திலே பாசப்பினைப்பின் பந்தத்திலே பல அன்புக் கடிதங்கள் பறந்து பரிமாறின. ஆனால் சில வருடங்களுக்குப் பின் அவனுடைய தாய்க்கும் என்னவாயிற்று என்று தெரியவில்லை.

பாவம் மதன், சமுகத்தின் பார்வையில் அவன் அனாதையாகி விட்டான். அவனை அவனின் தாய் மாயனே தத்தெடுத்தாற் போல வளர்க்கலானார். அன்று தொடங்கி இந்த பாழாயப் போன சனாயி வரைக்கும் தன்னுடைய அந்த மாமன் குடும்பத்துடன் தான் வளர்ந்து வந்தான். இப்போது அவன் சிறுவனல்ல. ஒரு சராசரி அழகு பொருந்திய மீளவு இளைஞர், கிட்டத்தட்ட 22 வயதிற்கும்.

அந்த மாலைப்பொழுதின் கடற்கரை அழிக்கிலே தன்னையுமியாமல் நன்றியுணர்வு ததும்ப நின்ற அவனுடைய எண்ண அலைக்குள் ஒரு சில மனிதர்களின் நிலைவு நிழல்கள் நிஜுங்களாகத் தெரிந்தன.

அவனுடைய இந்த நாட்களில் அவன் எதிர் கொண்ட கனமியையும், இந்த சனாயியால் அவனுடைய வாழ்வில் நுழைந்த சில மனிதர்களையும் அவன் எண்ணி தனக்குள் சிறிது புனரைக்கத்துக் கொண்டான்.

அவனவரையும் முந்திக்கொண்டு அவனுடைய முகத்திரைக்கு வருகிறாள் குழுதினி குழுதினி வேறு யாருமல்ல, அவனோடு ஒரே வகுப்பில் பஸ் காலம் படித்தவள். சூழ்சியாய் வந்த சனாமி அவனையும் விட்டு வைக்கவில்லை. மதனைக் காயங்களோடு விட்டு வைத்த சனாமி அவனுடைய ஒரு காலையும் சிதைத்து அவனை அங்கவீஸ்மாகவே ஆக்கிவிட்டது.

ஆரம்பத்தில் கண்ணீர் விட்டு கதறி அழுதவள் தான். ஆனாலும் அவள் தானாகவே தன் உணர்வுகளை பக்குவப்படுத்திக் கொண்டவள். வாழ்க்கையை நம்பிக்கைத் துவிரிகளோடு அனுக ஆரம்பித்தவள். அவனுடைய மனதை அந்த சனாமி அவனவாக சிதைத்து விடவில்லை.

இப்படிப்பட்ட ஒரு நாளில் தான் அவள் மதனையும் சந்தித்தாள். அந்த நாளை மதனால் மறக்க முடியாது. அவனுடைய அந்த கசப்பான நாளில் தான் குழுதினி முதன்முறை ஆறுதல் மொழி கூறி அன்பில் அவனை அரவணைத்தாள்.

பொருது சாயத் தொடங்கியதையும் உணராமல் அவனுடைய அந்த நினைவிலே நின்ற மதனுக்கு கிராமத்தின் ஆலய மணி ஒசை அது பிற்பகல் ஆறு முப்பதையும் தாண்டி விட்டது என்பதை சுட்டிநிற்றது. அவனுடைய உள் உணர்வுகளும், மன அலைகளும் திசை திருப்பு, தன் மாமா வீட்டார் இருந்த அந்த தற்காலிக கொட்டிலை நோக்கி நடக்க எண்ணியவனாய் திரும்பினான்.

அவன் தன் முன்னே இப்போது தெரிவதெல்லாம் கலையிழுந்த காவியமாக, நரம்பறுந்த வீணையாக நாதியற்றுக் கிடக்கும் அந்த மீவைக் கிராமம் தான். முழுமையான வீடுகள் இல்லை, முறிந்து விழாத பூவரச மரங்களில்லை, எல்லைக் கதியாலுமில்லை, எள்ளளவேறும் பறைய அமைப்புமில்லை, பந்து விளையாடி மகிழும் இளைஞர் கூட்டுமில்லை, சந்தி வந்து கதைக்கும் சம்மாட்டுமாருமில்லை.

ஏறத்தான் இருநாறு குடும்பங்கள் வாழ்ந்த அந்த அழகிய கிராமத்தின் தலையெழுத்தையே இந்த சனாமி மாற்றி விட்டிருந்தது. பொருளாதாரத்தில் ஒரளவு முன்னேறி நின்ற ஒரு கிராமம் அங்கே இருந்தது என்பதற்கான சான்று ஒரு துளியும் இல்லை என்றே கூறலாம். அந்தலவிற்கு வீடுகள், கட்டடங்கள் எல்லாம் தரையை தொட்டுக் கிடந்தன.

இடிபாடுகளுடு நடந்து, அழிந்து போன தனது கிராமத்தை கடந்து வருகின்ற போது ஊரார் அனைவரதும் சோகச் சுவடுகளில் அவனும் நடந்து கொண்டிருந்தான்.

‘இது தான் எங்கட கிராமத்தினர் விதி’ என்று இந்த இயற்கை அளர்த்தத்தை சிறிது ஏற்றுக் கொள்வது போல் தனக்குள்ளே அடிக்கடி சொல்லி வந்தான். அவன் தற்காலிக கொட்டுவகள் போட்டுக் கொடுக்கப்பட்டிருந்த அந்த இடத்திற்கு வந்த போது மணி எட்டரையை எட்டிவிட்டிருந்தது.

“எங்கயா சுத்திப் போட்டு வாறு?” கேட்டாள் கோபம் போற பறக்கும் குரவில் அவனது மாமி.

“ஒரு இடமுமில்லை” என சுருக்கமாகவே பதில் கொடுத்து விட்டிருக்குள் நுழைந்தான் மதன். மாமியாரின் கோபம் அடுத்து வந்த முன்முனுப்பிலும் தெளிவாயிப்பற்று.

“தண்ணியை கிண்ணியை எடுத்து வைப்பம் என்டு இல்லை தரித்திரம் எங்கையோ போயிற்று வருகுது..... விறகால வந்த களைப்போட நிற்கிறன் நான், அந்த விளக்கை கொழுத்து”

மாமியாரின் இப்படியான வெறுப்புனர்வு கொண்ட வற்றுக் குரலை கேட்கிற போதெல்லாம் அவனுக்குள் ஒரு மன உடைவு ஏற்படும். அவனுடைய வார்த்தைகளை அடியோடு வெறுத்தான். அவனுடைய கோபம் கொதிக்கும் பார்வையை காணுகின்ற பொழுதெல்லாம் மதனுக்கு அந்த மார்கழி 26ம் திகதி நடந்த அலையின் கோரத் தாண்டவ அனுபவம் தான் அவனுக்கு ஞாபகம் வரும். அது அவனுக்குள் ஒரு பெரும் அதிர்வையே ஏற்படுத்தும்.

மதன் மேல் மாமிக்கு இருக்கும் வெறுப்புணர்வுக்கு காரணம் இருக்கலாம். ஆளால் அவனுடைய கோப, வெறுப்பு உணர்வுகளும் வார்த்தைகளும் மதனுக்குள் ஒர் குற்றப்பறியுணர்வை மென்மேலும் ஆழமாக உருவாக்கிக் கொண்டிருந்தது.

அது அவனுடைய மாமா மகள் வனிதாவைப் பற்றித் தான்... “சீ..... நான் அவனை வடிவாகக் காப்பாற்றியிருக்கலாம். மதன் அத்தான் என்னைக் காப்பாற்று என்று தனர் கையை நீட்டி கத்தின போது என்னால் ஏலாமல் போயிற்றே.....” என்று அடிக்கடி அவன் தனக்குள் முன்முனுத்துக் கொள்வார்.

வனிதா அவனுடைய தாய் மாமாவின் ஒரேயோரு பிள்ளை. கடந்த வருடம் தான் O/S பர்ட்சையை செய்து முடித்திருந்தான். நீற்மையாகப் படிப்பாள், பாடுவாள். ஊரார் அனைவரும் அவனை பாராட்டுவார்கள். சிறந்த பெறுபேறுகளையும் எதிர்பார்த்திருந்தான் அவள்.

அந்த அரக்க அலையிலே அவனும் அடித்துச் செல்லப்பட்டதைக் கண்ட அந்த கொடுரைக் காட்சியே மதனுக்குள் திரும்பத் திரும்ப வந்து கொண்டிருந்தது.

“சீ... அவனை கை நழுவ விட்டுவிட்டேனே” என நொந்து பலமுறை தன் தலையணையை நடைத்தே விட்டான் அவன். கண் முடித் தூங்குகின்ற போதெல்லாம் அலை நந்த சோக அனுபவம் தான் அவனை வாட்டி விரட்டியது.

சம்பவ தினத்திற்கு முதல் நாள் தான் வனிதாவின் பெற்றோர் கொண்டாட்டம் ஒன்றிற்காக வவுனியா போயிருந்தார்கள்.

“மதன், தொழிலால் வந்து அங்க இஞ்ச எண்டு திரியாம வீட்டில இரு வனிதா கவனம். நாளைக்கெல்லாம் நாங்க வந்து விடுவோம்” என்று தான் கூறி சென்றிருந்தார்கள் அவனுடைய மாமியும் மாமாவும்.

அவனுடைய பொறுப்பில் விடப்பட்டிருந்த வனிதா இன்று உயிரோடு இல்லை.

“ஜேயோ, ஒடுங்க கடல் வருது” என்று யாரோ தூராத்தில் கத்திக் கொண்டு வரும் அபாயக்குரல் கேட்டு அவனும் தலை கால் தெறிக்க ஒடுகிறான்.

“வனிதாவும் ஒடி வந்து விடுவாள்” என்று தான் அவனும் ஆதங்கப்பட்டு ஒடிக் கொண்டிருந்தான். அதற்குள் அந்த அலை அரக்கன் அவனையும் வளைத்துப் பிடித்து அங்குமிங்குமாய் அவனையும் தூக்கி ஏறிந்தது. பனை வடலியோடு மோதிக் காயப்பட்டுக் கிடந்தான். சுயநினைவை இழப்பது போல் மங்கிக் கொண்டு போன அவனுடைய கண்களில், அலைகளிலே அடிப்பட்டு அந்தரிக்கும் வனிதா தெரிகிறாள்.

“மதன் அத்தான் என்னைக் காப்பாற்று.....” என்று கத்திக் கதறும் சத்தும் கேட்பதையும் அவன் உணர்ந்தான். இதற்கு பிறகு என்ன ஆயிற்று என்று அவனுக்கு தெரியவில்லை.

அவனுடைய கை கால்களில் பனை மட்டைகளின் கருக்குகள் தமது பலத்தைக் காட்டியிருந்தன. காயக்கட்டுகெளுந்தன தன் சுய நினைவை அவன் பெற்று வைத்தியசாலையில் கண் திறந்த போது கத்திக் குழுறி மாரடித்துக்கொண்டிருந்த மாமியும் மாமாவையும் தான் காண்கிறான்.

**தூராகுஞ்..**

## இலை திரிச்வில் இவர்கள்...

குட்ணல் மில்ரஸ் ஜோகு. மங்கார்



அவர்கள் கடலோடு உரையாடி உறவாடியவர்கள்; கடலலையில் சரளமாக சவாரி போனவர்கள்; சிறியோர் முதல் பெரியோர் வரை பெரும்பாலான ஆடவர்கள் நீச்சலில் விண்ணர்கள்; உப்புக்காற்றை சவாசிக்காமல் உறங்காதவர்கள்; சேமிக்கும் பழக்கத்தை பெரிதாக கொள்ளாது மின்பாடு காலத்தில் மிகுந்தயாகச் செலவழிக்கும் மகிழ்ச்சிப் பிரியர்கள்; எளிகாலத்தை பெரிதாக அலட்டிக் கொள்ளாது நாளாந்த வாழ்க்கையில் திருப்தி காண்பவர்கள்; தகராறு ஏதுமென்றால் அடிதடிக்கு அஞ்சாதவர்கள்; இலகுவில் உணர்ச்சி வசப்பட்டு வாய்த்தகராறு புரியும் வனிதைகளுக்கு பஞ்சமில்லாதவர்கள்; “ஆடவர்கள் அழுவதா?” என்ற மனநிலையில் மிகுந்தவர்கள். தமிழர் தாயகத்தின் வடக்கிழக்காகவுள்ள கரையோரக்கிராமமாம் முல்லை வாழ மக்களின் இயல்பு வாழ்விலே ஒரு பேரனாத்தம். சுனாமி எனும் பேரவை அவர்களுடைய வாழ்வையே தலைகழாக மாற்றி அழுத வகுக்களை ஆழப்பதித்துவிட்டது.

இன்று அவர்கள், தாம் உரையாடி, உறவாடி, சவாரி போன கடலுக்கு மிகவும் அஞ்சிகிறார்கள்; உப்புக்காற்று என்றாலே உறைந்து போகிறார்கள்; சத்தம் சந்ததி இல்லாது முலைக்குள் சுருண்டு போகிறார்கள்; ஆண்கள் உட்ட அழுகிறார்கள்; எளிகாலம் என்ன...? எப்படி....? யோசிக்கிறார்கள்; விடை அறியாது விரக்தியுறுகிறார்கள். இன்று அவர்களுக்கு படுக்க பாய், உடுக்க உடை, உண்ண உணவு, இருக்க இடம் அனைத்தும், பலவேறு நிறுவனங்கள், அமைப்புக்கள், ஆட்கள் மூலமாக தாராஸமாக வழங்கப்பட்டுக்கொண்டிருக்கின்றன. அவர்களின் அடிப்படைத்தேவைகள் அனைத்தையும் பூர்த்தி செய்ய ஆர்வமாக மனிதாபிமானிகள் அனைவரும் அயராது உழைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். எனினும் ஆழ்மன ஏக்கத்தினின்று, உள்ளார்ந்த உணர்வினின்று எழும் விளாக்களுக்கு என்ன பதில் உரைப்பது? என்பதில் ஆர்வலர்கள் அதிக அக்கறை எடுக்க வேண்டும்.

அள்ளித் தந்த கடல் அள்ளிச் சென்றதேயென சொல்லியமும் அவர்களுக்கு என்ன பதில் உரைப்பது? துள்ளித் திரிந்த மொட்டுக்கள் தூட்டுட்டதுச் சென்றதேயென விம்மியமும் அவர்களுக்கு என்ன பதில் உரைப்பது? ஒட்டு மொத்த குடும்பத்தவரை ஒரேயடியாய் கொற்ற அலை என விட்டு விட்டு சென்றதேயென விக்கியமும் பேதைக்கு என்ன பதில் உரைப்பது? அம்மா எங்கே? அப்பா எங்கே? யாரிடத்தில் நான் இங்கே? என வினவும் விடலைக்கு என்ன பதில் உரைப்பது? தன்னுடைய மனைவிமக்கள் அனைவரையும் பேரலைக்கு பலி கொடுத்து ஆறாத்துயாரில் அன்றாடம் குடித்து விட்டு ‘சர்வதயாபர இயேகவே’ என்று சதா ஒப்பாரி வைத்து கதறும் அப்பு ஜூயாவின் வாழவில் எப்படி ஓளி ஏற்றுவது? அடையாக பெற்று வளர்த்த மகன், மகள் இருவரையும் கணமிக்கு காவு கொடுத்து மன அழுத்தத்தால் மருத்துவமனை ஏறி இறங்கும் மேரி அக்காவையும், தன் மனைவியின் துயரில் துவஞும் ராஜன் அண்ணாவையும் எப்படி தேற்றுவது? அம்மா, அய்யா, உடன் பிறப்புக்கள் அனைவரையும் இழந்து ஒருக்கண்ணில் சோகம் அப்பி சோந்து கிடக்கும் சிறுவன் ஜெகதீஸ் வாழவில் எப்படி தீபம் ஏற்றுவது? பெற்றோரை கணமிஅன்ஸிப்போக அண்ணன், தமிழ் இருவரோடும் தானும் சேந்து திகைத்து நிற்கும் சிறுமி தாலோவின் கவலையை எவ்வாறு தணிப்பது? இப்படி பலவற்றை பார்த்து, கேட்டு, அனுபவித்த இத்தகைய நபர்களின் எதிர்கால வாழுவு பற்றி என் எண்ணத்தில் பலவித கேள்விகள், இத்தகைய கேள்விகளுக்கும், இத்தகைய ஏக்கங்கள், மனநிலைகளுக்கும் சொற்களால், உடனிருப்பால், சூழலால் உள்ள துணையாளர்கள் பதில் உரைக்க வேண்டிய அவசிய நிலைமை நிலவுகிறது. தொப்பச்சியான ஆற்றுப்படுத்தல் அவசியமாகிறது.

கடந்த கால போரின் தாக்கம், இடப்பெயர்வுகள், பொருளாதாரத்தடை அனைத்திற்கும் முகம் கொடுத்த அவர்களின் உறுதி இன்று தளர்ந்து கணப்படுகிறதென்பது எதார்த்தமாகின்றது. ஆனாலும் அதை அப்படியே விட்டுவிடலாகாது. பேரலையின் அன்றத்துதில் சிக்கி சிதைந்த அவர்களின் மன உறுதியை உசப்பிலிட வேண்டும். “சென்றவர் கனவுகளை இருப்பவர் நாம் கூம்போம்,” “சாம்பலில் நின்றும் சரித்திரம் படைப்போம்” என்ற உதவேகத்தை அவர்களுக்கு அளிக்க வேண்டும். “உற்பை இழந்தோம், உடைமையை இழந்தோம் இருந்தும் நல்வாழ்விகள் உணர்வை இழக்க மாட்டோம்” என்ற தற்றுணியும் தன்னம்பிக்கையும் அவர்களுக்கு அளிக்கப்பட வேண்டும்.

அறுகம் பல அடியோடு தீயந்து போனாலும் தன் வேரினின்று மீண்டும் எழும். பீனிக்ல் பறவை சாம்பலினின்று எழுந்து பறக்கும். ஆழிப்பேரலைக்கு அகப்பட்ட மண்ணும் சாம்பல் மேடுகளிலிருந்து

மாண்புடன் ஏழுந்து நிற்கும். அவர் குரவில் இனி விரக்தி இல்லை எனும் அந்நாளை நாம் விரைவு படுத்துவோம். அவர் குரவில் இனி ஒளிமயமான எதிர்காலத்திற்கான எழுச்சியே உண்டு எனும் நிலையை உருவாக்குவோம். அத்தகைய நிலையை உருவாக்கும் பணியை உளநல் ஆற்றுப்படுத்தினர், சமூக ஆர்வலர், நிவாரண தொண்டர்கள், துறவிகள், மதகுருமார்கள், இன்னும் பலர் கயநலம் கருதாது தொடர்ச்சியாக ஆற்ற வேண்டுமென்பது இக்காலத்தின் தேவையாகிறது.

**நால்லூரிலிருந்து பல்லியை வெளியிடுவதை நிறுவுப்போக**

பேய் என வந்த அலை ஏற்றகா? பாறப்பட உல்லில் குழந்தைகள் தேவையில்லை அதுவா? போ. நிறைவே

“கதியிழந்த நடையாக கலைப்பிழந்த காலப்பிழாக அழகிழந்த வெளியாக மரமாந்த கருவிப்பக நடவிழப்பு அலைக்குவே”

மகந்தான்

தெஞ்சில் அலைக்கு பிள்ளையை பிறக்குவே அன்போடு வாழுந்த குடும்பத்தை பிரத்துக்கவே சொந்தம் சொன்ன உடைகளை உடைத்துக்கவே செல்காது பாசம் கட்டே கு மாண்துகவே”

அ. சுமந்

“கொடிய அரக்களை சுனமி இவன பக்சிம் பாலகாதான் இன்னுபிரியர் பரித்துக்கான பாசுகு இளம் உள்ளக்களை பலிவிடுதூன்”

நால்லூரிலிருந்து பல்லியை வெளியிடுவதை நிறுவுப்போக

## “அம்மாவுக்கு அலை அதிர்வுகள்”

மாஜ் கிளோயா



பிறந்த திகதிக்கும் இறந்த திகதிக்கும் இடைப்பட்ட காலம் தான் வாழ்க்கையா? என்ற தத்து வார்த்தைக் கேள்வி இவ்வளவு தான் நம் வாழ்க்கை என்ற தீர்க்கமான முடிவைத் தருகின்றது. வாழ்க்கைக்கு அப்பால் பிறப்புக்கு முன்னரும் இறப்புக்கு பின்னரும் ஒரு வாழ்க்கை உண்டு என விஞ்ஞான ரீதியில் ஆய்வு செய்து நிருபிக்கப்படாதிருக்கின்ற போதிலும் மதம் சார்ந்த கருத்துக்கள் இவற்றுக்கு சார்பான கருத்துக்களையே முன் வைத்துக்கொள்ள. ஆனால் தாயின் வயிற்றிலிருந்து வெளிவந்து இந்த உலகைக்கானும் தருநைத்திலிருந்து மனதினின் வாழ்க்கை ஆரம்பிக்கவில்லை என்றும் பிறப்புக்கு முன்னரும் அதாவது தாயின் கருவிலையே மனதிர்களின் வாழ்க்கை ஆரம்பித்து இருக்கின்றது என்றும் அண்மைக்கால மருத்துவ விஞ்ஞான ஆய்வுகள் வியக்கத்தக்க வகையில் நிருபித்துள்ளன.

கருவுக்கு ஏற்படும் வெளி அதிர்வுகள் குழந்தையின் நீரிர்காலத்தை நிர்ணயிக்கின்றன

கருவாக உருவான நாள் தொடக்கம் அது ஒரு தசைப்பின்டமாகயன்றி, உணர்வுகள் உள்ள மனிதரைப் ‘போன்று விருப்பு வெறுப்பை வெளிக்காட்டும்’ இயல்லை அக்கரு கொண்டிருக்கின்றது. உலகில் பிறந்த பின் குழந்தை உள்வாங்கும் விடயங்களைப் போன்று ஒரு கருவாக இருந்து கொண்டு அவ்வுயிர் உள்வாங்கும் விடயங்களும் அநேகம் என்று ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. இவ்வாறு உள்வாங்கும் விடையங்களே அக்குழந்தையின் நீரிர்காலத்தை, நற்பண்புகளை, தீயகுணங்களைத் தீர்மானிக்கும் சக்தியாக விளங்குகின்றன.

குழந்தையின் அசைவும் உணர்வை வெளிப்படுத்தலும்

தாயின் வயிற்றில் பாதுகாப்பாக இருக்கும் குழந்தை பொதுவாக கருவில் அசைந்து கொண்டும், செவியமடுத்துக் கொண்டும், எச்சிலை விழுங்கிக் கொண்டும், தாயின் உணர்வுகளுக்கேற்ப எதிர் விளைவுகளை வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருப்பதாக பரிசோதனைகள்

வெளிக்காட்டியுள்ளன. பன்னிரண்டாம் வாரத்தில் விரல் குப்புகல், தொப்புள் கொடியை பிடித்து விளையாடுதல், கால்களால் உதைத்தல், டோச் வெளிச்சம், தாய் தன வயிற்றை இறுக்குதல் போன்ற விடயங்களுக்கு எளிச்சலை வெளிக்காடுதல் போன்ற உணர்வுகளைக் கருவில் உள்ள குழந்தை வெளிப்படுத்துவின்றது. வயிற்றில் உள்ள குழந்தைக்கு தாய் வழங்கும் விடயங்களே அவர்களின் எதிர்காலத்தை நிர்ணயிக்கின்றன. விடயங்களை புரிந்து கொண்டு உள்வாங்கும் திறனை குழந்தைகள் பெற்றுள்ளன.

ஆழிப்பேரலையின் அதிர்வு.....?

குழந்தையை பெற்று வளர்ப்பது தான் மிகப் பெரும் பேறு என்று தாய்மார்கள் தற்போது கருத முடியாது. கருத்தரித்த காலம் முதல் ஒவ்வொரு தாயும் யிக அவதானமாக நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்கிறது விஞ்ஞான அவதானிகள் கூட்டம். கருவில் உள்ள குழந்தை தாயின் உணர்வுகளை நன்கு புரிந்து கொள்கின்றது. தாய் கோபப்படும் போது அதிகரிக்கும் இதயத்துடிப்பு வேகத்தை உணர்ந்து குழந்தை திகைக்கின்றது.

அதிகம் கோபப்படும் தாய் கோபம் கொள்ளும் குழந்தையையே பெற்றெடுக்க முடியும். அதேவேளை சந்தோஷமான, திருப்தியான, அழகான குழவில் கருத்தரித்து குழந்தை பெற்றுக் கொள்ளும் தாய்மார்கள் சமுகத்திற்கு சிறந்த சந்ததிகளையே வழங்குகிறார்கள். கர்ப்பினிகள் மெல்லிய இசையை செவியமடுத்து வன்முறை மற்றும் திகிலுாட்டும் திரைப்படங்களைத் தவிர்க்க வேண்டும். நல்ல எண்ணங்களை தாய்மார்கள் வளர்த்துக் கொண்டு உளச் சமநிலையை பேண வேண்டும்

மேற்குறிப்பிட அறிவுறுத்தல்களும் செயற்பாடுகளும் ஆழிப்பேரலையால் பாதிக்கப்பட்ட கர்ப்பினித்தாய்மாருக்கு ஒரு விதிவிலக்ககவே அமைந்து விடுகின்றது. அவர்கள் விரும்பியோ விரும்பாமலோ ஓர் திகிலுாட்டும் அனுபவத்தை பெற்றிருக்கிறார்கள். அப்பேர்ப்பட் அதிர்ச்சி அனுபவம் அவர்களைவிட அவர்களின் கருவில் உள்ள குழந்தையை அதிகம் பாதித்துள்ளது. இவற்றை நினைத்து மேலும் சோவு அடைவதாலோ அல்லது கவலை கொள்வதாலோ இப்பிரச்சனைக்கு பரிகாரம் காண முடியாது.

கனாமி குழலை மட்டுமல்ல குலகத்தையும் பாதித்துள்ளது என்பதற்கு எமது கண்களே சாட்சி. கனாமி நலன்புரி நிலையமொன்றில் ஆழிப்பேரலையால் பாதிக்கப்பட்ட தாயொருவர் தனது மூன்று குழந்தைகளை இழந்த நிலையில் தனது இரண்டாவது குழந்தையை பெற்றெடுத்திருக்கிறார். இக் குழந்தை ஆழிப்பேரலை

அனார்த்ததின் இரு வாரங்களின் பின் பிறந்தது. அத்தாயின் கண்களில் தவணூம் ஆதங்கழும், குற்றப்பழியனர்வும், சோகமும் கண்ணாடி போல பிரதிபலிக்கின்றது அக்குழந்தையின் அகத்திலும் முகத்திலும். அக்குழந்தைக்கு குளிரும் தெரியவில்லை. வெப்பமும் தெரியவில்லை. உள்ளத்திலே பாரியானவில் பாதிப்புற்ற தாயின் பாலை உட்கொள்ளும் அக்குழந்தை குற்றப்பழியனர்வுடன் தோற்றுமளிப்தாக ஓர் உளவியல் ஆற்றப்படுத்தினார் தனது சிந்தனைகளை பகிர்ந்துள்ளார். இதற்கு காரணம் தாய்ப்பால் மட்டுமல்ல மாறாக அக்குழந்தை பிறக்கும் முன்னரே ஓர் பாரிய ஏமாற்றத்தையும், இழப்பையும் உணர்ந்திருக்கின்றது.

வயிற்றில் வளரும் அல்லது ஏற்கனவே பிறந்துவிட்ட குழந்தையின் எதிர்காலத்தைக் கருத்தில் கொண்டு அதற்கேற்ப முன் எச்சரிக்கைகளை கையாள வேண்டும். பாதிக்கப்பட்ட கருவில் சிகவாக வளர்ச்சியடைகின்ற குழந்தையின் எதிர்காலத்தை இருள் நிறைந்த, சோகம் தவழுகின்ற ஓர் வாழ்வாக மாறவிடாமல் காப்பது அக்குழந்தையை கூடக்கும் தாயினது கடமை மாத்திரமல்ல, மாறாக எம் ஒவ்வொருவரதும் தலையாய கடமை. காப்பினி தாய்மாருக்கு சந்தோஷமான குழ்நிலையை ஏற்படுத்திக் கொடுத்து, ஆறுதலான வார்த்தைகளைக் கூறி மலர இருக்கும் எதிர்கால சந்ததிக்கு ஓளி வண்டுவோம். எதிர்காலத்தை கட்டியெழுப்பும் தூண்களுக்கு அத்திவாரமாவோம்.

பெற்றோர்களே உங்கள் குழந்தை எதிர்காலத்தில் இசை மேதையாக வரவேண்டுமா? சிறந்த இசையைக் கேட்டுக் கொண்டிருங்கள். சிறந்த அறிவு ஜீவியாக வர வேண்டுமா? சிறந்த நூல்களைத் தேர்தெடுத்து வாசியுங்கள். ஒரு கருவை கூடக்கும் 280 நாட்களும் தாய் திருப்தியடனான ஒரு வாழ்க்கையை வாழ வேண்டும். சந்தோஷத்தின் போது வெளிப்படும். ‘என்டோ’ மின் (Endoinfo) என்ற ஆராய்னம் ஒட்சிசனுடன் கலந்து வயிற்றில் உள்ள குழந்தையை சென்றடைந்து குழந்தையின் சந்தோஷத்திற்கு வழி வகுக்கின்றது என்பது விஞ்ஞான அறிவு ஸ்ட்ரைஸ் ஓமோன் சவால்களை வெற்றி கொள்ளும் பக்குவத்தை, பொறுமை, வேதனைகளை தாங்கும் இயல்புகளைத் தருகின்றது. இதனால் தான் பல சவால்களையும் வேதனைகளையும் பெண்கள் தாங்கிக் கொண்டு ஒரு உயிரை உலகிற்கு வழங்குகின்றார்கள். இந்த கடமையுடன் மேலதிகமாக கருவிலே குழந்தையின் உளவியலை நிர்ணயிப்பதும் பெண்களுக்கு கிடைத்த பொறுப்பாகும்.

## குழந்தையையின் பாதுகாப்பு மற்றும் குழந்தையின் தொழில்கள்

தீர். பிரதீ  
நிமுக்கல்

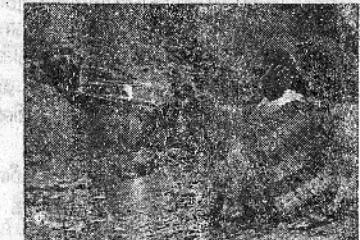
இன்று மக்கள் அனைவரையும் பேச்சத்திலும் ஆற்றோணாத் துயரத்திலும் ஆழத்தியிருப்பது “களாமி” என்ற பேரை அனாத்தமாகும். இவ்வாழிப் பேரையால் பல்லாயிரக்கணக்கான மனித உயிர்களும் சொத்துக்களும் காவு கொள்ளப்பட்டன. கடல்னெளையை ஜீவனோபாயமாக நம்பியிருந்த பலனின் உயிர்களும் சொத்துக்களும் அழிக்கப்பட்டு புதுவூல் சிறையுகளுமே கவுக்களாக விட்டுச் செல்லப்பட்டிருக்கின்றன. தும் உறவினர்கள், பிள்ளைகள், தாய், பாசப் பிள்ளையுக்கள் என்று எல்லோரையும் பரிசுத் தீர்த்து இன்று தயரத்தில் தத்தளிக்கின்றனர்.

இவ் வேளையில் இவர்களின் மனதிலை பற்றி நூம் இலகுவாக எதனையும் கூறிவிட முடியாது. இம் மன வேதனை அவர்களை நிரந்தர மன நோயாளிகளாக்கி மரணத்தின் விரீமிபுக்கு இட்டுச் செல்லும் எப்பதில் எவ்வித ஜயமுமில்லை.

எனவே உடனடியாக இவற்றை தடுப்பதற்கு தேவைப்படுவது திறந்த உள்ளை ஆற்றப்படுத்தலாகும். இதன் மூலமே அவர்களை ஒரளவுக்கொனும் இயல்பு நிலைக்கு திருப்பலாம். இவர்கள், நாந்து முடிந்த சம்பவத்தை என்னி வருந்துபவர்களாகவே போரிதும் காணப்படுவர் (Post Traumatic incident).

முதலில் எவ்வாறு உளவியல் நீதியான தாக்கத்துக்கு உட்பட்டனர் என்பதை இனாவ்காண வேண்டும். இவ்வாறு பாதிப்படைந்தவர்கள் பின்வருவனவற்றிற்கு உட்பட்டு காணப்படுவர்.

- \* நடந்தவற்றை நினைத்து புலம்புதல்
- \* களவில் அதனை காணுதல்



- \* ஆரோக்கியமான நித்திரையின்மை
- \* முனைமுனைத்தல்
- \* தமது உணர்ச்சிகளை அடக்க முற்படுதல்
- \* எனிலீல் கோபப்படுதல்
- \* சுயநினைவு இழந்தவர்களாக காணப்படுதல்
- \* கவலையுடனும் சோர்வுடனும் காணப்படுதல்
- \* மனவிரக்தியும் வெறுப்புற்றும் காணப்படுதல்

இது போன்ற பல்வேறுபட்ட முரண்பட்ட அறிகுறிகள் தென்படின் அவர் உள்ளியான தாக்கத்திற்கு உள்ளாகியுள்ளார் என நாம் முடிவு செய்யலாம்.

இதன் பிற்பாடு நாம் எவ்வாறு இத்தாக்கத்திலிருந்து அவர்களை வெளிக் கொண்ட காத்திரமான நடவடிக்கைகள் எடுக்கலாம். முதலில் பாதிக்கப்பட மனதினை சிறிது சிறிதாக வழக்கம் நிலைக்கு மாற்ற உதவலாம். அதாவது இவ்வாறான நிகழ்வு மீள் நடைபெறாது அவர்களின் குற்ற உணர்வை காண் பித்து “நிங்களும் வாழ வேண்டும்” எனும் திடத்தை அளிக்க வேண்டும். அவர்களின் வாழ்க்கைக்கு மீள் அர்த்தத்தை கொடுக்கும் வகையில் எது அழறுப்படுத்தல் இருக்க வேண்டும் (Reassurance).

பாதிப்புக்குள்ளானவரின் மனதில் உள்ளவற்றை வெளிக் கொண்ட உரையாடல், எழுதுதல், வரைதல் போன்ற முறைகளைப் பயன்படுத்தி அவர்களின் மனப்பாங்கினை அறிந்து கொள்ளல். சிலர் கடவினை பார்ப்பதற்கே பயப்படுவார்களாக காணப்படுவர். அவர்களுக்கு இலகு முறையிலிருந்து கடின முறைக்கான செயன் முறையை கற்றுக் கொடுக்கலாம் (Easiest to hardest).

அதாவது அவர்களை அழைத்துச் சென்று கடல்லைச் சத்துத்தைக் கேட்க வைத்தல், பிள்ளைகளை கடல் மணவில் கால் பதிய வைத்து மெல்ல அடியெடுத்து தண்ணீரை தொட்டுப் பார்க்கச் செய்து தொடுகை முறை உணர்த்தல் மூலம் அவர்களை இயல்பு வாழ்க்கைக்குள் கொண்டாலாம். படிமுறையாக மனதில் உள்ள பீதியை இதன் மூலம் அகற்றச் செய்யலாம். மேலும் கோபம் மற்றும் நச்சிப்புக்கள், நித்திரையினைம் என்பவற்றுடன் காணப்படுவார்களுக்கு உடல் ரீதியாக சில பயிற்சிகளையும் செயல் முறைகளையும் அளிப்பதன் மூலம் பாதிக்கப்பட்டவர்களை அப்பாதிப்பிலிருந்து வெளிக் கொண்ட முடியும்.

இவற்றை விடுத்து சிலர் கவலையற்று மதுவிற்கு அடிமைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றனர். இவர்களை நன்றாக மனம் விட்டு

அழவிடல் வேண்டும். ஏனெனில் அழுவதினால் கவலையிலிருந்து ஆற்றல் பெறலாம். அதன் பிற்பாடு அவர்களை தீசை திருப்பும் செயற்பாடுகளில் விளையாட்டுக்கள், பொழுதுபோக்கு அம்சங்கள் போன்ற இன்னோரன்ன செயல்களில் ஈடுபடுத்துவதன் மூலம் ஒரளவுக்கேற்றும் ஆழறுப்படுத்தலாம். இவ்வாறாக மனீதியான தாக்கத்துக்குட்பட்டவர்களை அவர்களின் சமூக நிலைக்கு ஒரளவேனும் கொண்டுவர முயற்சி செய்யலாம்.

எனவே, எம் மத்தியில் இவ்வாறு பாதிப்புற்றவர்களை கண்ணற்று எம்மாலான ஆழறுப்படுத்தல்களை செல்வனே செய்ய முயற்சி செய்யவோம்.

## ‘நான்’ இல் மாணவர்களும்

மாணவர்களே!

தவற விடாதீர்கள்!

உங்கள் எழுத்தாற்றலை வளர்ப்பதற்கு “நான்” உங்களுக்கு ஒரு அரிய சந்தர்ப்பத்தை தருகிறது. உங்கள் சிந்தனைகளை கட்டுரைகளாகவோ, கவிதைகளாகவோ அல்லது சிந்தனை தொழுப்புகளாகவோ எமக்கு அனுப்பி வையுங்கள். உங்கள் ஆக்கங்கள் உளம் சாந்தவையாக அமைத்து ஏனைய மாணவர்களின், வாசகர்களின் உள வளர்ச்சிக்கும் உறுதுணையாக இருக்கட்டும்.

உங்கள் ஆக்கங்களுடன் உங்கள் பொர், தறக் போன்ற விபரங்களோடு பாடசாலையின் பெற்றையும் குறிப்பிடத் தவறுாதீர்கள்.

விலாசம்: ஆசிரியர்

‘நான்’ உளவில் சஞ்சீலக  
“பாணவர் மனதீவிழுந்து”  
ஒய்சன்ட் குருமடம்  
கொழுப்புத்துறை  
பாற்பாணம்.

ஆசிரியர்

# சிறுவர் உள்ளங்களில் அலையில் வாழும்கள்

திருமதி.எஸ்.தேவிகா  
வனியா

மனிதனின் கட்டுப்படுத்தும் சக்தியை மீறி, சடுதியாக ஏற்பட்ட பாரிய உயிர், உடமை, உறைவில் அழிவுகளை நாங்கள் அனாத்தம் என்று கொள்ளலாம். கனாமி அலைகள், வெள்ளப் பெருக்கு, நில நடுக்கம், எமிலை போன்றன இயற்கையின் கீற்றுத்தால் ஏற்படுகின்ற அனாத்தங்கள், விசுவாயுக்கசிவு, அனுக்குண்டுத்தாக்கம் மற்றும் ஏனைய போர் அழிவுகள் மனிதனால் ஏற்படுகின்ற அனாத்தம் ஆகும்.



அனாத்தங்கள் எவ்வாறு ஏற்படுத்தும் இவற்றின் கடுதித்தன்மை, பாரிய அழிவுகளை ஏற்படுத்தும் இயல்பு போன்றன அந்தக் காலங்களில் தப்பிப் பிழைத்தவர்களின் மனங்களில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. மனித மனங்களிலே ஏற்படுகின்ற தாக்கம் நெருக்கீடாக உணரப்படும்.

தாக்கங்கள் பெரியவர்களை மட்டும் தான் பாதிக்கும் என தப்புக்கணக்கு போடக் கூடாது. எமது சிறுவர்களின் உள்ளங்களிலும் இது பெரிய காயங்களை ஏற்படுத்தும். சிறுவர்களின் உள்ளங்களிலே காயங்களை ஏற்படுத்திய காரணிகளாக கீழ்வருவன அமைந்திருக்கலாம்.

- \* உயிரிழப்பு
- \* காயங்கள்
- \* பேரழிவுகளை நேரடியாக காணுதல்
- \* இடப்பெயர்வு
- \* தனித்துப் போதல்
- \* அகதி வாழ்க்கை
- \* நிச்சயமற்ற நிலமை

சிறுவர்களை இவ்வாறான காலங்களில் பெற்றோர், உறவினர்கள், ஆசிரியர்கள் மிகவும் கவனமாக கவனிக்க வேண்டும்.

உடனடியாக அந்த நேரங்களில் முதல் உதவியாக செய்யக் கூடியவை.

- \* அவர்களின் உடனடித்தேவைகளை நிறைவு செய்தல் (உணவு, உடை, உறையுள்)
- \* அவர்களுடன் இருத்தல் (தனித்து விடாது)
- \* உணர்ச்சிகளை வெளியிழுத்த விடுதல் (அழுதல்)
- \* அவர்களின் விருப்பத்திற்கு ஏற்ப செயற்பாடல் (பாடசாலைக்கு போக மறுத்தால் அதை வந்திருத்தாது விடல்)
- \* அனாத்தம் எவ்வாறு ஏற்பட்டது என்பதற்கு விண்ணான ரிதியாக விளக்கம் கொடுத்தல்.
- \* பெற்றோரை இழந்த சிறுவர்களை அவர்களின் நெருங்கிய உறவினர்களோடு சேர்ந்து இருக்கச் செய்தல்.

பிள்ளைகள் மிகவும் கடுமையாக பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் போது அவர்களிடம் சிறிய காலத்திற்கு வழுமைக்கு மாறான செயற்பாடுகள் காணப்படும்.

- ◆ பயங்கர கனவு காணுதல், நித்திகூரக்குழப்பம் அடைதல்.
- ◆ பழை விடயத்தை அனுபவிப்பது போல் இருத்தல். (கனமியில் அகப்படுவது போல்)
- ◆ அழுவது, கோபப்படுவது, ஒதுங்கி இருத்தல்.
- ◆ மலசலக் கட்டுப்பாட்டை இழுதல்.
- ◆ மழுவைச் சொல் பேசுதல்.
- ◆ உணவில் விருப்பம் காட்டாமை.
- ◆ உடல் முறைப்பாட்டு நோய்கள் கூறுதல் (தலையிழி, வயிற்று வலி உணவைக்காத நோய் இருக்காது ஆனால் அவர்களுக்கு அப்படி இருக்கும்).
- ◆ பெற்றோரை இறுக்கப்பிடித்தல் (தனித்து போக விருப்ப இல்லை).
- ◆ அனாத்தம் நடை பெறுவது போல மீன் விளையாடுதல் (பல தடவைகள்).

இவை அசாதாரண குழிலையில் சாதாரண சிறுவர்களுக்கு ஏற்படும் அசாதாரண நிலை. இதை வைத்து குழந்தைகளுக்கு நோய்களின் பெயரை குட்டத் தேவையில்லை. இவை சில காலங்களின் பின் படிப்படியாக குறைவடையும். இதற்காக நாம் சில செயற்பாடுகளை செய்ய வேண்டி இருக்கிறது. அது பிள்ளைக்கு உடனடியாக வளியை தந்தாலும் பின்னர் பின்னள் குணமடைய இது நிச்சயம் உதவும்.

- \* பிள்ளைகளுக்கு இழப்பின் உண்மை நிலையை கவுதல்.  
(அம்மா இரந்து இருந்தால் எப்படி இறந்தார் என நேரம் திக்தியோடு கூறுதல்)
- \* இழப்புக்களைப் பற்றி பிள்ளைகளோடும் கதைத்தல்.  
(அவர்களைக் கதைத்துக்கும் இடத்தில் வைத்திருத்தல்)
- \* சமயக் கிரிகைகளை நடாத்துதல் (இறந்தவர்களின்)
- \* உடனிருந்து அவர்களின் கதைகளை உற்றுக் கேட்டல்.  
(பிள்ளை விரும்பும் போது)
- \* கவர்ச்சியான விளையாட்டு உபகரணங்களை பாவித்து விளையாடச் செய்தல் (வெற்றி தோல்வியற்ற விளையாட்டுக்கள்)
- \* அக அமைதிப் பயிற்சிகள் செய்தல் (தியானம், சுவாசப் பயிற்சி)
- \* உணவுகளைச் சமநிலைப் படுத்தும் வெளிப்பாட்டு முறை சிகிச்சை செய்தல் (பாடுதல், ஆடுதல், கதை சொல்லல், சித்திரம் வரைதல்)

இவற்றைச் செய்யும் போது பிள்ளைகளிடம் தாங்கும் சக்தி ஏற்பட நிறைய சர்ந்தப்பம் கிடைக்கின்றது. சிறிய காலத்தின் பின் சிறுவர்கள் இயல்பு நிலைக்கு வந்து விடுவார்கள். சில சிறுவர்கள் அதில் இருந்து விடுபட முடியாது மிகவும் பதகளிப்படுன், மனச்சோர்வு உள்ளவர்களாக, கல்வியில் ஆர்வம் காட்ட முடியாது இருந்தால் அவர்களை ஒரு உளவுத்துணையாளரோடு கதைக்க சந்தர்ப்பத்தை ஏற்படுத்தி கொடுப்பது மிகவும் நல்லது.

### வாசக நெஞ்சங்களே

ஆழாக கண்ணார்வமுடியும் கொட்ட அவர்களை உணவுக்கவும் கூடுவது அனுபவம் மீது உண்டு சீர்த்தின் தேவை அறிந்து “நான்” சுலைக்கூடும் முதல் மீண்டும் கடமூன்பண்பில் பாக்கூறுக்கொள்கின்றன. ஆதாவது நார் நோக்கு கொண்டு இதை காலத்துக்கூறு வகுக்குவதான் ஒக்கு ஆட்கங்களை இச் தலைப்பகுதியில் அடிப்படையில் அனுபவிக்குவதற்கு கேட்கின்றார்கள்.

2005 ஆம் ஆண்டு → மனம் சுயாந்தரால்...

2005 பிட்டாசி - சுயா → சிறப்பந்தி

### ஆழிப்பேரலையில் ஆழப்பதிந்தவை...

நான் யேதாசன் கவனம்

ஓர் உளவியலாளரின் பார்வையில் உணர்வுகளினதும் வார்த்தைகளினதும் முழு வடிவம் தான் மனிதன். மனிதனின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் இவ்விடு எண்ணக்கருத்துக்களும் வளர்க்கப்பட வேண்டும், பாதுகாக்கப்பட வேண்டும். எம் நாடில் மட்டுமன்று ஆசியப் பிராந்தியத்தின் பெரும் பகுதியைத் தூக்கிய கணாமியால் பெரும் பொருட்சேதத்தை விட மனித உயிர் சேதம் அதிகமானதாக இருப்பது நம் எல்லோரும் அறிந்த உண்மை. இதிலும் உயிர் தயிரோர் பல பக்கங்களாலும் குழப்பப்பட்ட நிலையில் இருப்பதும் நாம் தெரிந்த ஒன்றே. இது ஒரு வழமைக்கு மாறான நிகழ்வு, அசாதாரணமான ஒரு நிகழ்வு, எதிர்பார்க்கப்படாத ஓர் நிகழ்வு, எதிர்வு கூற முடியாமல் போன ஒரு சம்பவம். எனவே இதை எதிர் கொண்டதில் மன வடு (Mental Trauma) தவிர்க்கமுடியாத ஒன்றாகும்.

“கடலப் பாக்க என்னவோ செய்யுது”

“கடல்ல கால் வைக்க கூசுது”

“இந்தக்கடலா இப்படி செய்து”

“இனி யார் நம்பி வாழுறது”

ஆழிப்பேரலையின் ஆழமாகப் பதிந்த மனவடுக்களின் ஏதிரொலி தான் இவைகள். இவர்களின் இந்த நயக்கத்திலே, அதிர்ச்சியிலே, பயத்திலே ஏக்கத்திலே நாம் இரண்டு வகையான உண்மைகளைக் காண்கின்றோம். ஒன்று இயலாமை (Inability) மற்றும் மன அழுத்தம் (Depression). உளவியலாளர்களின் கருத்தப்படி இவ் மன வடு ஆனது ஓர் உறவுசார்ந்த உணர்வு சார்ந்த குழப்பமாகும். இது உயிரிழக்காக போராடும் ஒருவரை நேர் கண்ணால் பார்க்கும் போது ஏற்படுகின்றது. அநேகமானோர் ஆழிப்பேரலையில் சிக்குண்டு தவித்ததைக் கண்டிருக்கிறார்கள். தந்தை பிள்ளைகளையும், மகன் தாயையும் அவை அடித்துச் செல்வதை கண்டுள்ளார்கள். எனவே தான் ஆழிப்பேரலையில் இது ஓர் ஆழப் பதிந்த உளவியல் நாக்கம் எனலாம்.

இன்னும் மேலாக ஆழிப் பேரவையில் அகப்பட்டவர்களோடு உரையாடுகின்ற போது அவர்கள் தங்களது பரிதாபக் கதையை சொல்லும் போது நாம் அவதானிப்பது என்னவென்றால் அது குற்றப்பழியனர்வாகும் (Guilt feelings).

“என்னக் காப்பாற்ற வந்ததால் நான் அவர்.....(அழுகை)

“என்ற பிள்ளையள் இரண்டையும் வீட்டுக்குமேல் ஏத்தியிராவிட்டால்.....

“என்ன பெத்த அம்மா என்ன பாத்து காப்பாத்து என்டு அழேக்க.....

“என்ற மகன் நான் தானே வீட்ட நிக்க சொல்லிட்டு கோயிலுக்கு போனான்....



அதற்கு உள்ளியல் நீதியாக ஓர் காரணமாகும்.

ஆழிப்பதிந்தவற்றிலிருந்து மீண்டும் நாம் சிலவற்றை கடைப்பிடிக்கவேண்டும், சில இப்பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு கிடைக்கவும் ஆவன செய்ய வேண்டும்.

- \* பாதுகாப்பு:- இனி இப்படியான ஒரு அனர்த்தம் எமக்கு இல்லை என்ற அளவிற்கு ஓர் உத்தரவாதும் ஓர் உறுதிமொழி அவற்றிற்கான ஏற்பாடுகள்.
- \* ஆதரவு:- இவர்களுக்கு எங்காவது ஆதரவு தேவை. அது நபா அல்லது உறவாகவோ சமய சமூக உறவாகவோ ஆதரவாகவோ இருக்கலாம்.
- \* சமய சமூக கலாச்சார ஈடுபாக்கள்:- இப்படியான நிகழ்வுகளை நடாத்துவதும் அவற்றில் இப்படியான மக்களை உள்ளவாங்குவதும் சிறந்ததாக அமையும்.

இவை இப்படியாக ஆழிப்பதிந்துள்ள தாக்கங்களில் இருந்து மேல் வர உதவும் என்பதில் சந்தேகம் இல்லை. இவற்றை அனுசரிப்பதில் முக்கியமாக நான்கு காரணிகள் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

- (1) சூழல் (Environment)
- (2) சமூகம் (Society)
- (3) மதமும் அதன் சடங்குகளும் (Religion and its practices)
- (4) உள்ளியல் ஆற்றுப்படுத்தல் (Psychological counselling)

இவ் நான்கு காரணிகளதும் செயற்பாடுகள் அப்படியான ஒரு நிலையில் தேவையானதும் அவசியமானதுமாகும். எனவே காலத்தின் தேவைக்கேற்ப எம் சேவையை வழங்கி தளாந்து போன கைகளை நிடப்படுத்தி தள்ளாடும் முறங்கால்களை உறுதிப்படுத்தி எங்கே இவர்கள் வாழ்வுப் பயணம் தடம் புரண்டதோ அங்கேயிருந்து ஆரம்பிக்க பாதிக்கப்பட்டவர் என்றாலும் சரி பாதிக்கப்படாதவர் என்றாலும் சரி முயல்வோம். அந்த முயற்சி திருவினையாக்கும்.

## உதவகாரகவீட்டமிருந்து...

“நான்” உள்ளியல் சஞ்சிகமானது சமூகத்தில் உள்ளியல் வழிப்படுவகளை ஏற்படுத்துவின்றது. இவ்வாறான முயற்சிகளிலே மக்களை அழிப்பதுக்காலி அலுப்பமிக்கவாக முன்னேற்றுகின்றது. அது வருவாருக்கத்தகது. சோகவாங்காயும் அவலங்களையும் சொத்துக்களைக்க கொண்டு எந்து இனக்குள பயணப்படுவதையீல் ஆழிப்படுத்தல் என்பது ஓர் மிக முக்கிய தேவையாகும். எனாமியின் தரக்குதலின் உடனடித் தேவையாக ஆழிப்படுத்தல் கற்ற பல்லை நாம் தேவேனாம் என்னில் பயற்றுவிசைது எம் மக்களின் துயாங்களில் தலைப்பிய “நான்” இந்த சஞ்சிகம் மூலமும் பாசனங்கள் மூலமும் துணைப்பிய முயற்சிகள் மே.

அருடதநைத் த. ம. ஜேவீர்

“கிடத்தட்ட ஜின்டு வருடங்களாக நான்” உள்ளியல் சஞ்சிகையை வாசித்து வருகின்றேன். ‘நான்’ தாங்கி வரும் எல்லா முக்கங்களும் சிறபாகவும் பயன் உள்ளதாகவும் அமைந்திருக்கின்றது. என்பதில் சங்கேதமில்லை. நூல்கள் பயன் மிகக் கூடியில் கடிக்குங்கண்டத் தாய்கள் வருப் போன் சஞ்சிகை செலுவும் பயன் மிகக் கூடுதலாக பாதுகாப்பாக உள்ளியல் அக்கங்களைப் படித்தும் என் நம்பிக்கோன்.”

திரு. ஜேவீர்  
பிரைஸ்

# கவிச்சேரலை

இன்னாரு கணாமி  
வேண்டாம்

அதிர்வுகள்

அதிர்வுகள்  
அதிர்வுகள்  
அழிப்புகளையே  
எம்மியினா அழுகுறவுகள்  
உங்கு கேட்கறதா?

கணாமி என்ற பெயரில்  
பொஷக ஏழந்த ந  
நானுகீ நியித்தில்  
பல்லியிரும் உயர்களை  
பல்களை ஏயிப்

மக்களிடம் அழுகுறவுகள்  
ஒன்றாக ஏழந்த போதும்  
உங்குறவுகள்  
குறைக்கத் தான்  
முயன்றலை

உங்குறவுகளை  
உடன் பொப்புகளை  
இழந்த எழிப்புகளைத்  
உங்குறவுகளை  
தா புறுப்பும்

உள்ளத்திலும்  
எம்மியினா புறுப்பும்  
அவைகளை  
போதுமென்று  
எண்ணுகின்றோம்

கடல்ஸ்ஸையே உள்ளிடம்  
மண்ணிட்டு நாம்  
வேண்டுகின்றோம்  
எம் வாழ்வில் இன்னொரு  
கணாமி வேண்டாம்

க.மேரி அருள்மதி  
யார். மல்கலைக்குழும்.

விழியலீல ஏந்த போலை  
மனித விழியாலை சொகுகுது  
குடு முயல் வழியாலை  
கோரக் கொல்வதகளைப் புக்கிடு.  
வேங்கும் காஞ்சாத் தெஞ்சாவாக்களை  
வேதங்கைப் படுத்தியது  
சாதனை பட்டக வெள்ளுமிகுக்கதை  
சோதனைக்குள்ளாகவியல்  
சொங்க பந்தம் சொல்லி  
வாழந்து நிலமெல்லாம்  
வேந்த சூகாடுகளியது  
கோரக் கொடும் அதிர்வுகளை  
போன்றியாய் வாந்த பெரும் தனப்பம்  
நாதன்

போஷப் பேரலை காவு கொண்ட  
கோரக் காய் உயரிப் பறிபைப்  
நேராய் பத்தக வழித்திரோயோ  
ஒரமாகக் கெல்லும் ஒரு காலம்.  
துன்பியாகு காலை துமியல்வநும்  
வேந்தங்குத் தோல்வதெநும் இவர்.  
போஷப் பேரலை போதும்  
கோரக் காய்கள் பார்ப்பது போல  
வேங்கும் வேந்தங்கும்  
நல்மனமுட்டோர் கிளர்  
சொல்லும் சொல்லுக்கு உண்டு  
பொருள்.  
பலதுப்பட்ட கண்கள் எல்லாம்  
தொலைக்கப்பட்ட மக்களுக்கு  
வலிந்து துன்பம் தருவது  
தவிர்த்திடுவோம்.

வூ. நீவேநாலீன்

கணாயிக்கொரு வேங்குநோள்...

ந. மின்சா



2004 ஆம் ஆண்டு மார்க்கி மாதம் 26 ஆம் திகதி ஞாயிற்றுக்கிழமை காலை ஒன்பது முப்பத்தியாறு மணியளவில் கடலன்னை வயிற்றிலிருந்து பெரும் அதிர்ச்சியுடன் பிரந்த அறக்களே! கணாமியே!

நீ பிறந்தது இந்த உலகத்தின் உயிர்களைக் காவு கொள்ளத்தான் என்பது எமக்குத் தெரியும். ஆனால் ஒரு சில நிமிடங்களில் அதிர்வெனும் உயிர்கொடுத்து அவையரக்கணை வந்து எம்மவரை காவு கொண்டதுடன் உன் வாழ்நாளும் அழிந்துவிட்டது. ஆனால் அன்று நீ தந்த அவைகளின் அதிர்வுகள் இன்னும் வடக்களாக எம்மோடு தொடர்கின்றன.

நீ வந்ததன் விளைவு நிலமகள் தன் வளத்தினை இழந்தாள், களையிழந்தாள், அவள் காத்து வந்த செல்வங்கள் எல்லாவற்றையும் காவு கொண்டு போனாய், இன்னும் ஒடைக்குள், ஒலை மட்டைக்குள், கவருக்குள், பாறைக்குள் என பல இடங்களிலும் உயிரினின்று விடுதலைபெற்றுக்கொண்ட மனித சடலங்களின் ஏச்சங்களைக் காண முடிகின்றது. இன்று எத்தனையோ குழந்தைகள், தந்தையை, தாயை, அண்ணனை, தங்கையை, என்று பலி கொடுத்து அந்த ஏக்கம் தாங்காமல் வாழ்கின்றார்கள். எத்தனையோ தாய்மார்கள் கணவனை இழந்து, குழந்தைகளை இழந்து, உள்ளத்தனைப் பறிகொடுத்து, உள்நோயாளிகளாகி தெருத்தெருவாய் அவைகின்றார்கள்.

இப்படி உறவுகளை இழந்து உண்ண உணவின்றி, அகதிகளாக அகதி முகாம்களில் வாழ்க்கை நடாத்தும் சோகக்கதைகள் சொல்லில் அடங்காதவை. அதைவிடப் பொருளாதாரம், கலை, அரசியல், கல்வி, கலாச்சாரம், ஆஸ்மீகம், என பல்கிப் பெருகியிருந்த அத்தனை துறைகளையும் அழித்துச் சென்றாயே. எத்தனையோ ஆலயங்களை இருந்த இடம் தெரியாமல் அள்ளிக்கொண்டு சென்றாய். மீணவர்களின் படகுகள், மற்றும் சொத்துக்களை அழித்தொழித்தாய். உல்லாசப் பயணத் துறையை நிலைகுலைத்தாய். அழிகிய கலைச் சிற்பங்களை சிதைத்தெரிந்தாய். இன்னும் எத்தனை! எத்தனை! அத்தனையும் எம்மவர் மனங்களில்

அழப்பதிந்துள்ளன. அன்றைய அழகுரல்கள் எத்தனை நெஞ்சங்களை நிலைகுலையச் செய்தன.

அதன் விளைவாக இன்னும் உன்பெயரால் வதந்திகள் பரவிக்கொண்டேயிருக்கின்றன. வாழ்வின் பல பிரச்சனைகளுக்கு மத்தியில் எங்களைத் தாலாட்டி இளைப்பாற்றிய கடற்கரையையும், நாங்கள் கால்கள் நடையைக் குதித்து கும்மாளம் போட்ட கடல் அன்னையையும் பார்க்கும் போது இன்னும் எமக்கு சொல்ல முடியாத பயப்பிராந்தியை ஊட்டுகின்றது.

உத்தம குணம் படைத்த கடல்னை வயிற்றில் நீ உதித்தகளால் அவ்வள்ளுக்கே அவப்பெயர் உண்டாக்கிவிட்டாயே. உன் நினைவு இரவில் நித்திரையில் வந்து பயமுறுத்துவதால் எம்மில் பலர் தூக்கத்தை தொலைத்துவிட்டு தவிக்கின்றனர். உன் பெயரைக் கேட்டாலே குழந்தைகள் பயந்து நடுங்குகின்றனர்.

இந்நிலையில் நிவாரணங்கள், புனர்வாழ்வு நடவடிக்கைகள் என மக்களின் அடிப்படைத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்தாலும், அவர்களின் உள்தினை மேம்படுத்துவது எவ்வளவு கடினம் என்பது உனக்கே புரியும். உளவள ஆற்றுப்படுத்தலும், பயிற்சிகளும் அவர்களை பழைய நிலைக்கு கொண்டு வர முடியுமா என்ற கேள்வியுடன் நாட்கள் நகருகின்றன.

எனவே சனாமியே! உனக்கொரு வேண்டுகோள் விடுக்கின்றேன், கேள்! நீ மீண்டும் கடல்னை வயிற்றில் கர்ப்பம் தரிப்பதாய் இருந்தால் எமக்கொரு முன்னறிவியுச் செய். உலகுக்கு ஒளி காட்ட வந்த பாலன் யேகவே எம்மக்களுக்கு நட்சத்திர வடிவில் முன்னறிவிப்புச் செய்திருந்தார். அவர் பிறந்த மறுநாள் எம்மையெல்லாம் அழிக்க பிறந்து நீ எமக்கோர் அறிவிப்புச் செய்யக்கூடாதா? உன்னை நாம் கவாபியாக நினைத்துக் கேட்கின்றோம். மீண்டும் எம் நாட்டுக்கு வந்து எம்மையெல்லாம் அழித்து விடாதே. வருவதாயினும் முன்னறிவிப்புச் செய்யாமல் எம்மை வந்து கொல்லாதே.

## ‘ஓ.ஓ’ ஏற்படுத்திய அதிர்வகைகள்

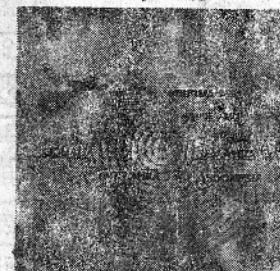


26.12.2004 அன்று ஏற்பட்ட அழிப்பேரலை அழுபவம் எமக்கு முற்றிலும் ஒரு சுதிதான ஒன்றாகும். எவ்ருமே எதிர்பாராத ஒரு நேரம் அது. ஒரு சிறு நொடிப் பொழுதிற்குள் பல்லாயிரக்கணக்கான உயிர்கள் பறித்துச்செல்லப்பட்டன; உறவுகள் பிரிக்கப்பட்டன; குழந்தைகள் யாரும் இல்லா ஜீவங்கள் ஆக்கம்பட்டன; உடமைகள் பறிக்கப்பட்டன; வீடுகள், ஏனைய கட்டடங்கள் இருந்த இம் தெரியாமல் அழிந்து போயின; மீனவர்களின் தொழில்கள் பாதிக்கப்பட்டன; மாணவர்களின் கல்வி ஊசலாட்டம் கண்டது; நேரில் கண்டவர்கள்; அதற்குள் முழுகி உயிர் விழைத்தவர்கள் பலவாறில்லாம் இதனைப்பற்றி பேசுவதையும் மற்றவாகானுடன் பகிர்ந்து கொள்வதையும் நாம் அறிவோம்.

இத்தைய அழிவுகளை ஏற்படுத்திய இந்த அழிப்பேரலை எவ்வாறு ஏற்பட்டது என்பதை அறிய புவியியல் ஆராய்வாளர்கள் பல விளக்கங்களை முன் வைத்தார்கள். கமாத்திரா தீவுகளில் ஏற்பட்ட பூமி அதிர்ச்சியின் விளைவாக இந்த அழிப்பேரலை உருபெற்றதென நாம் அறிவோம். சில மணித்தியால் இடைவெளிகளுக்குள் இந்த அழிப் பேரை இலங்கையையும் யிகுவும் கொடுருமாக தாக்கியது. கமாத்திரா தீவில் ஏற்பட்ட இந்த பூமி அதிர்ச்சி ‘9.0’ றிக்டர் அழிவு அலகாக உரைப்பட்டது.

எம் ஒவ்வொருவர் மத்தியிலும் இந்த 9.0 என்ற இலக்கம் அறிமுகமான ஒன்றாக இப்போது உள்ளது. ஏனெனில் அந்த ‘9.0’ புவியதிர்வு எம் மக்களின் வாழ்க்கையிலும் சொல்லமுடியா தாக்கத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளது. நாம் மறக்க முடியாத ஒரு வரலாறாக இந்நிகழ்வு மாறிவிட்டது. என்பது தான் உண்மை.

இதுவரைக்கும் உலக வரலாற்றிலே இத்தகைய பெரிய தாக்கங்களை ஏற்படுத்திய புவியதிர்வு பற்றிய தகவல்கள் இக்கே தொகுத்து தரப்படுகின்றது. இவையைனத்தும் இயற்கை அன்றதங்களே. இவற்றால் உடைந்து போன உள்ளங்களுக்கு மன்பலத்தை, வாழ்க்கைக்கு நம்பிக்கை கொடுக்கும் எமது கரங்களைக் கொடுப்போம். இது எமது கடமையாகும்.



இல	தீக்தி	இடம்	அதிர்வ வீதம்	இறப்பு
1	18.04.1960	சன் பிரான்சஸ்கோ, அமெரிக்கா	7.8	3,000
2	17.08.1906	வல்பராய்சோ, சில்லி	8.2	20,000
3	28.12.1908	மெசினா, இத்தாலி	7.2	70,000
4	16.12.1920	நிங்சியா, சீனா	8.6	200,000
5	01.09.1923	கன்றோ, யப்பான்	7.9	143,000
6	07.03.1927	ராஷ்கோ, யப்பான்	7.6	3,020
7	22.05.1927	சிங்காய், சீனா	7.9	200,000
8	15.01.1934	பிகார், இந்தியா	8.1	10,700
9	26.12.1939	அறிசிங்கன், ரேர்க்கி	7.8	32,700
10	29.02.1960	அஜமர், மொறாக்கோ	5.7	10,000
11	22.05.1960	சில்லி	9.5	5,700
12	31.03.1970	பேரூ	7.9	66,000
13	04.02.1975	கய்ஜென், சீனா	7.0	10,000
14	04.02.1976	கோட்டமால	7.5	23,000
15	27.07.1976	ரங்சன், சீனா	7.5	255,000
16	19.09.1985	மிக்கோக்கன், மெட்சிகோ	8.0	9,500
17	07.12.1988	பிற்ரக் ஆர்மோனியா	6.8	25,000
18	29.09.1993	லூாந்தார், இந்தியா	6.2	9,748
19	16.06.1995	கோப், யப்பான்	6.9	5,502
20	17.08.1999	சிமித், ரேர்க்கி	7.6	17,118
21	26.01.2001	குயராத், இந்தியா	7.7	20,085
22	26.12.2004	சுமாத்திரா, இந்தோனேசியா	9.0	150,000?

## சிநைக்குமிழவர்கள் சிநைக்குமிழை சீர்மைத்துப்பை

சிநைக்குமிழவர்கள் வீதம்

என் அன்பான சிநைக்குமிழவர்/ சிநைக்குமிழை

அவன்மையில் வெளிவந்த ‘காதல்’ என்ற திரைப்படத்தை பார்க்க நேர்ந்தது. மெக்கானிக்காக நோயில் பிரியம் முருகனும் கல்லூரியில் கல்வி கற்றின்ற ஜக் என்கின்ற இளம் பெண்ணும் காதலித்து விட்டை விட்டு வெளிபோறி முகம் கொடுக்கும் அவல்த்தைகளையும் நன்பனின் உதவியோடு திருமண பந்தத்துறையையும் முற்படுவதையும் அதன் பிற்பாடு அவாகளில் பெற்றோரால் கொடுரோமாக பிரிக்கப்பட்டு குண்டுத்தப்படுவதையும் ‘ஜக்’ வேலோருவருக்கு மனமுழுத்து கொடுக்கப்பட முருக்க பூந்தியமாக அலைவதை பிருந்த அவல்ச் கவுப்பியோடு ‘காதல்’ என்கின்ற திரைப்படம் யிந்த தத்துப்பாக எடுத்துக் காட்டியது. நியக்குளா கூட்டு இது ஒர் உண்மைச்சம்பவம் என கடிக்கூடியமையால் திரையாங்கை விட்டு வெளியேறிய போது அல்லது T.V இல் படம் பார்த்து முந்த போது இரசிகர்கள் நங்களும் அடைக்கும் துக்கத்தோடு கணக்கில் அருமியிப் கண்ணியைத் துடுத்திட இருப்பார்கள் என்று நம்புகின்றேன்.



காதல் தவறா? காதல் தவற என்று மார்க்காரி சொன்னா? காதல் தவறாயால் இவ்வுணர்ச்சி உயிர்கள் நோயாறுவது எப்படி? என் அன்பான சிநைக்குமிழ காதல் ஒரு வகை உணர்வு. அது பெயரேது எங்கு மாரிச் உருங்குமென்று யாருக்கும் தெரியாது. காதல் என்ற சின்சாரம் வயது, சாதி, அழகு, வாழ்வு நிலைகள் அவைத்தையும் தாண்டி பாயக்கவுயினு. காதல் யாரிலும் வரலாம், யாருக்கும் வரலாம். காதல் உணர்வு உக்குள் ஊற்றிட்டால் நீடிய ஒர் வித்தியாசத்தை உணக்கும் உயர்வாய்.

சுரல்வதி' வந்தவர் போல் நீ கவிதைகள் புனையக்கூடும். அழகனாய், அழகியாக மாற அடிக்கடி கண்ணாடி தரிசிக்கக் கூடும். சினிமா பாடல் வரிகளை உன் வாய் முறைமுனைக்கக் கூடும். உன் எதிரான வில்லன்களை வில்லிகளை உன் மனம் சபிக்கக் கூடும். தனிமைக்குள் இனிமையைத் தேடக் கூடும். கற்பனை உலகுஞ் அடிக்கடி புகுந்து கொள்வாய். உன் காதலனுக்கு/காதலிக்கு என்ன பரிசு கொடுக்கலாம் என அடிக்கடி என்னத் தொடாங்குவாய். உன் காதலன்/காதலியுண்டைய வார்த்தைகளே 'வேதநாக' உனக்குத் தோன்றும்.

காநல் வயப்பட்ட சிஞ்சுகேமே சில சிந்தனைகள்

தெரிவு உள்ளகயில்

காதல் ஒரு வகை உணர்வு. நீ பருவமடைந்து வளர்ச்சியடைகின்ற போது அதன் வேகம் அதிகரிக்க கூடும். நீ முன்பு கற்பனை செய்திராத ஒருவரை நீ காதலிக்க கூடும். அவர்/அவள் இல்லாமல் நீ வாழ முடியாது என்று என்னி தவிக்கக்கூடும். இருப்பினும் நீ காதலிக்கப் போகிறாயா, அல்லது காதலை பிற்போடப் போகிறாயா, அல்லது உனக்கு சரியான வாழ்க்கைத்துணையை தேர்ந்துவிட்டாயா என நீ தான் மிகத் தெளிவாக நிதானமாக பக்குவமாக சிந்திக்க வேண்டும். ஏனென்றால் வாழப்போகிறவர் நீ. எனவே தெரிவு உன்கையில்.

யாரையாவது ஆலோசிக்கலாமே

சிலவேளை ஏற்கனவே நீ காதல் வயப்பட்டிருக்கக் கூடும். ஆதலால் நிதானமாக உள்ளால் சிந்திக்க முடியாமல் இருக்கலாம். ஆகையால் நீ மதிப்புவைத்திருக்கின்ற, நம்புகின்ற அழுவைம் மிகக் கூடும் உதவக் கூடிய யாரிடமாது உண்ணுடைய மனக்கள்டங்களை சொல்லி ஆலோசனை பெற முயற்சிக்கலாமே. இது சில வேளை நிதானமற்ற, பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடிய உன் முடிவுகளை மாற்ற உதவக்கூடும்.

கவியங்கள் கட்ட ஓழப்போவாரா?

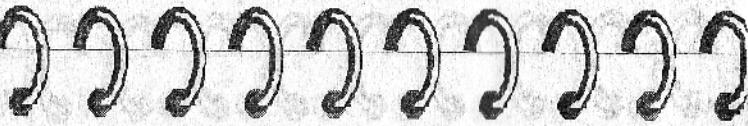
எம்முடைய சமூகமும் சில மதங்களும் இத்தைகைய நிலைகளை இதுவரை முழுமனதாக ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை. இருப்பினும் இத்தைகைய நிலைகள் தொடர்ந்தவன்னாமே இருக்கின்றன. இந்த 'ஓழப் போகின்ற' நிகழ்வினை நான் முற்று முறுதாக குற்றம் சாட்டவில்லை. மாறாக வேறு அனுகு முறைகளை யண்டாடுத்தனவை

இப்பிரச்சனைக்கு சமூகமாக முடிவை எடுக்கவார். சிலவேளை 'ஓழப் போகின்ற' நிகழ்வினால் (சிலவேளை ஓழப்போகாமல் நடந்தோ, பஸ்ஸிலோ அல்லது சைக்கிளிலே செல்லக்கூடும்) சில பின் விளைவுகள் ஏற்படலாம். உன் பெற்றோருக்கு அவமானம், அவர்களுடைய திருமணம் கூட தடைப்படக்கூடும், உன் பாடசாலைக்கு அவப்பெயர், பணிபுரிகின்ற இடத்துக்கு அவப்பெயர், உன் பெற்றோருடைய வளர்ப்புமறைக்கை கூறி நான்கு பேர் கடைக்கக்கூடும். நாக்கிலே நரம்பில்லாதவர்கள், தலை இருந்தும் பாவிக்காதவர்கள், கொஞ்சக் காலத்துக்கு உன் பெயரை தங்கள் உரையாடவுக்குள்ளே அடிக்கடி இருந்துக்கொண்டிருப்பார்கள். ஆக உனது ஓழப்போகின்ற நிகழ்வை ஆமோதிப்பார்கள் ஒரு சிலராகவும் அது பற்றி வேறுபட்ட கருத்துக்கள் வைத்திருப்போர் பெரும்பான்மையாகவும் இருப்பர்.

"ஓழப்போக" தீர்மானித்து விட்டாயா?

அவராது (காதலன்) குடும்ப நிலவரம் தெரியுமா? உன்னைக் காப்பாற்க கூடிய தகைமையில் (வேலை) அவர் இருக்கிறாரா? அவரது குடும்பத்தில் அதிகமான மொறுப்புக்கள் (அதாவது கரை சேர்க்கப்படாத பெண்கள், அவர் உழைத்து காப்பாற்ற வேண்டிய பெற்றோர், கல்லிக்கு உதவி செய்யப்படவேண்டிய தமிழி, தங்கையர்) உன்னைவாரா? ஏனென்றால் நிதானமற்ற உங்கள் முடிவினால் மேற்கொல்லப்படவேர்கள் கூட பாதியப்படையக்கூடும். திருமணத்திற்கு ஏற்ற உள் ஆன்மீக முதிர்ச்சியை அவா பெற்றிருக்கிறாரா? சீரியஸாக உன்னைக் காதலிக்கிறாரா? (ஏனென்றால் ஏனந்தப்பட்ட பெண்களையும், குழந்தைகளோடு தளித்து வாழும் பெண்களையும், தற்கொலை செய்ய முனைந்த பெண்களையும் நான் சந்தித்திருக்கிறேன்)

உனது காதலியை, அவளது குடும்ப நிலவரங்களை தெரியுமா? அவளது குடும்பம் ஊரிலே மரியாதை நிறைந்த குடும்பமா? (ஏனென்றால் உங்களது முயற்சியால் அவர்களது குடும்பமானமே கப்பலேறிவிடும்) அவள் திருமண பந்தத்துள் நுழையக்கூடிய உடல் உள் ஆன்மீக முதிர்ச்சியை வளர்ச்சியை பெற்றிருக்கிறானா? நல் மனைவியாக உன் தேவைகளைக் கவனித்து உனது குடும்பத்தோடு ஒத்துப்போகக் கூடியவளா? நிருமணம் பற்றி அவனுக்கு ஏதாவது தெரியுமா? உண்மையிலேயே அவள் உன்னைக் காதலிக்கிறானா?



காதல் வயப்பட்டவர்களே நீங்கள் சிந்திக்க வேண்டிய விடயங்கள் நிறையவே உள்ளன. அதனை விடுத்து உங்கள் காதலர் ஒடுகின்ற புதுரகமோட்டார் சைக்கிளிலோ, மூாண்ட் போனிலோ, எஃறைலிலோ, கவாச்சியான பேச்சுகளிலோ. உங்களை பின்னால் தூரத்துகின்ற பாணிகளிலே கவரப்பட்டு விடாதீர்கள். உங்கள் காதலிகள் அனிகின்ற விதமில்தமான சுடிதாரிலோ, எஃகட்டிகளிலோ மந்திரப்புன்னகையிலோ மயங்கி விடாதீர்கள்.

#### ஞஞ் தாக்காதுர்கள்

உங்கள் காதல் தோற்றால் தற்கொலைக்கு துணியாதீர்கள். நீங்கள் சாவதற்கு துணிகின்ற உங்கள் துணிச்சலை உங்கள் வாழ்வதற்கு காட்டுங்கள். வாழ்வதற்கு வெவ்வேறு முறைகள், பாதைகள் இருக்கின்றன. ஒரு வாசல் மூடி மறு வாசல் திறப்பான் இறைவன். நான் காதலை எதிர்க்கும் வில்லன் அல்ல. காதலித்து திருமணம் முடித்து சந்தோஷமாக வாழுவின்ற குழுமபங்களைப் பாரத்திருக்கரேன். அதே வேறை காதலால் சீரமிந்து, பிரிந்து, கையில் குழந்தையோடும், விரக்தியோடும், தாடுயோடும் நடமாடுகின்றவர்களையும் சந்தித்திருக்கிறேன். இவை உங்களுக்கு நேரக்கூடாதென்றே விரும்புகிறேன்.

கல்லூரிப் பெண்ணே/ஆணே - உள்

கல்வியியக் காதலி

கல்வி தலைத்து காதலில் ஈடுபட்டு - உன்  
கல்வி தொலைத்து காதலையும் இழக்காதே

உடன்கொண் ஒருவன்/ ஒருங்கி - இந்த

உலகத்துள் திற்திருக்கிறான்/ள்

உன்னை உருவாக்கிய இறைவனுக்கு  
உன்னை கரை சேர்க்க சந்தர்ப்பம் கொடு

நடந்தலை அகைத்தும் நங்கைக்கே  
நடக்கப் போகிறவை அகைத்தும் நங்கைக்கே  
நடக்க வைப்பவர் இறைவன்  
நடக்க வேண்டியது உன் பொறுப்பு.

சினேகமுள்ள சினேகமே சிந்தனை செய்  
பக்காரப்பற்ற நிலையில் சிந்தனை செய்  
நல்ல சிந்தனைகள் உன்னை நல்வழிப்படுத்தும்  
உன் வாழ்வில் ஒளிக்கீற்றுக்கள் உதயமாகும்  
நற்சிந்தனை தர உள்ளோடு நான் நடக்கின்றேன்.

அடுத்து “நான்” நாங்கி வருவது

## மனம் சாய்ந்தால்...

**உங்கள் ஆக்கங்கள் எதுவாயினும்  
உளவியல் சார்ந்ததாக அமையட்டும்**

**அவற்றை 20.06.2005 க்கு முன்னர்  
அஞ்சலிடுங்கள்.**

# நான்

கிரண்டு மாதங்களுக்கு ஒரு தடவையும்  
வருடத்திற்கு ஒறு தடவையும்  
உங்களிடம் வந்துகொண்டிருக்கின்றேன்.

என்னில் உங்களுக்குத்தேவையான  
உளவியற் கருத்துக்கள்  
குவிந்து கிடக்கின்றன.

என்னுடைய தனிப்பிரதி 25/-

என்னுடைய ஆண்டுச்சந்தா

உள்ளுரில் 180/-

வெளியூரில் 7US\$

“நான்”

டி மசன்ட் குருமடம்,  
கொழும்புத்துறை,  
யாழ்ப்பாணம்,  
இலங்கை.

Tel. 021 -222 5359

J. S. Printers  
Pandatheruppu