



விலை - 100/=

இதழ் - 55

04.02.2024

### மரக்கறிகளின் மலைபோன்ற விலை அதிகாரிப்பு எதனால்?



இலங்கையின்  
தற்சார்பும்  
விவசாயமும்

10



இயற்கை உணவுகள்  
ஆயுளை கூட்டி தரும்  
என்கிறார்  
சிவகாமி

12



குடிதண்ணி

14



# மரக்கறிகளின் மலைபோன்ற விலை அதிகாரிப்பு எதனால்?



அகிலன்

அதிகரித்து வரும் காய்கறிகளின் விலை கள்தான் இலங்கை தற்போது எதிர்கொள்ளும் பிரதான பொருளாதார - வாழ்வாதார சவால். அண்மைக்காலத்தில் மரக்கறிகள், உணவுப் பொருட்களின் விலைகள் சூதியாகவும், தீவிரமாகவும் அதிகரித்திருப்பது நடுத்தர மக்களை கடுமையாகப் பாதித்துள்ளது. ஆயிரம் ரூபாவைக் கொண்டு சந்தைக்குச் சென்றால், நான்கு போரைக் கொண்ட ஒரு குடும்பத்துக்கு அன்றாடம் தேவையான காய்கறிகளை வாங்க முடியாது. அந்தளவுக்கு மரக்கறிகளினதும், பழங்களினதும் விலைகள் அதிகரித்துள்ளன.

உணவு விலையில் ஏற்பட்டுள்ள இந்த ஏற்றம், அத்தியாவசிய மற்றும் சத்தான உணவுகளை வாங்கும் திறனை பாதிக்கிறது. நடுத்தர குடும்பங்களின் மீது நேரடி தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. இந்தக் கட்டுரையில், இலங்கையில் காய்கறிகளின் விலைகள் அதிகரித்து வருவதற்குப் பின்னால் உள்ள காரணங்களை ஆராய்வோம், வீடுகளுக்கு அவற்றின் தாக்கங்களை விவாதிப்போம். மேலும் பாதிப்பைக் குறைப்பதற்கான நடவடிக்கைகளை முன்

மொழிவோம்.

## மூல காரணங்கள்

இலங்கையில் மரக்கறி விலைகள் அதிகரிப்பதற்கு பல காரணிகள் பங்களிக்கின்றன. காலநிலை மாற்றத்தால் ஏற்படும் வானிலை முறைகள், ஏற்ற இறக்கமான உலகளாவிய பொருட்களின் விலைகள் மற்றும் விநியோகச் சங்கிலியில் ஏற்படும் இடையூறுகள் ஆகியவை முக்கிய பங்களிப்பாகும். கூடுதலாக, அதிகரித்த உற்பத்தி செலவுகள், போதிய உள்கட்டமைப்பு மற்றும் விநியோக சேனல்களில் உள்ள திறமையின்மை ஆகியவை நிலைமையை மேலும் மோசமாக்கியுள்ளன.

இன்று வீதியில் இருவர் சந்திக்கும் போது பேசிக்கொள்ளும் முக்கிய விவகாரமாக இந்த விலைவாசி மாறிவிட்டது. இது அனைவருக்கும் தாங்க முடியாத ஒரு சூழலையே கொடுக்கின்றது. சாதாரண வருடானத்தைப் பெறக் கூடியவர்கள் தமது உணவில் கராட்டை சேர்த்துக்கொள்ளக் கூட முடியாதவர்களாகிவிட்டனர்.

## குடும்பங்கள் பாதிப்பு

காய்கறிகளின் விலை உயர்வு, வீட்டு பட்ஜெட் மற்றும் உணவுப் பாதுகாப்பில்

ஆழமான தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. குறைந்த வருமானம் கொண்ட குடும்பங்கள், குறிப்பாக, அவர்களின் வருமானத்தில் கணிசமான பகுதி அடிப்படத்தேவைகளை வாங்குவதற்கு ஒதுக்கப்படுவதால், விகிதாச்சாரத்தில் பாதிக்கப்படுகின்றனர். மாறுபட்ட மற்றும் சத்தான உணவுகளுக்கான வரையறுக்கப்பட்ட அணுகல் ஊட்டச்சத்து குறைபாடுகளுக்கு வழிவகுக்கும், பாதிக்கப்படக்கூடிய குடும்பங்களின் ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியம் மற்றும் நல்வாழ்வை பாதிக்கலாம்.

## வீட்டுத்தோட்டங்கள்

வீட்டுத் தோட்டம் மூலம் தங்கள் சொந்த காய்கறிகளை பயிரிட குடும்பங்களை ஊக்குவிப்பது ஒரு நிலையான தீர்வாக இருக்கும். இது புதிய விளைபொருட்களின் நேரடி ஆதாரத்தை வழங்குவதோடு மட்டுமல்லாமல், சமூகங்கள் தங்கள் உணவு விநியோகத்தைக் கட்டுப்படுத்தவும் உதவுகிறது. விதைகளை விநியோகித்தல், பயிற்சி அளிப்பது மற்றும் சமூகத் தோட்டங்களை உருவாக்குதல் போன்ற அரசாங்க முயற்சிகள் மற்றும் சமூகத் திட்டங்கள் ஆதரவை வழங்க முடியும். உள்ளூர்



நலன் விரும்பிகளின் ஆதரவுடன் சமூக மையங்கள் மற்றும் உழவர் சங்கங்கள் முக்கியப் பங்காற்ற முடியும். அரசு சார்பற்ற நிறுவனங்கள், சனசமூக நிலையங்களில் இவ்விடயத்தில் அதிகளவு பங்களிப்பை வழங்க முடியும்.

இலங்கையின் மாறுபட்ட காலநிலையைக் கருத்தில் கொண்டு, பருப்பு வகைகள் மற்றும் கிழங்கு சாகுபடிக்கு மண்ணில் கிடைக்கும் ஈரப்பதத்தைப் பயன்படுத்துவது ஒரு சாத்தியமான விருப்பமாகும். இந்தப் பயிர்கள் சில சுற்றுச்சூழல் நிலைமைகளுக்குத் தாக்குப் பிடிக்கும் தன்மை கொண்டவை மற்றும் குறைந்த நீர் தேவையுடன் வளர்க்கலாம். நிலையான விவசாய நடைமுறைகள் குறித்து விவசாயிகளுக்குக் கற்பித்தல் மற்றும் அவர்களுக்குத் தேவையான வளங்களை வழங்குவதன் மூலம் உள்ளூர் உணவு உற்பத்தியை அதிகரிக்க முடியும்.

### உணவு முறைகளை மாற்றுதல்

உணவு நுகர்வு முறைகளை உள்ளூரில் கிடைக்கும் மற்றும் காலநிலைக்கு ஏற்ற பயிர்களை நோக்கி மாற்றத்தை ஊக்குவிப்பது விலைவாசி உயர்வின் தாக்கத்தை குறைக்க உதவும். பொது விழிப்புணர்வு பிரச்சாரங்கள் மாற்றுப் பயிர்களின் ஊட்டச்சத்து நன்மைகளைப் பற்றி நுகர்வோருக்குக் கற்பிக்கவும், அவர்களின் உணவில் இவற்றைச் சேர்ப்பதை ஊக்குவிக்கவும் முடியும். வாழைப்பழ முதல் பாரம்பரிய இலை காய்கறிகள் வரை வளமான ஆதாரமாக இருக்கலாம். இவற்றில் பெரும்பாலானவை மக்களால் பயன்படுத்தப்படாமல், வீணாக்கப்படுகின்றன என்பதும் கவனிக்கத்தக்கது.

### ஊட்டச்சத்து விழிப்புணர்வு

சிறு வயதிலிருந்தே ஆரோக்கியமான உணவுப் பழக்கத்தை ஏற்படுத்துவதற்கு ஊட்டச்சத்து விழிப்புணர்வு திட்டங்களை பாடசாலை பாடத்திட்டங்களில் ஒருங்கிணைப்பது அவசியம். சமச்சீரான உணவின் முக்கியத்துவம், வெவ்வேறு உணவுகளின் ஊட்டச்சத்து மதிப்பு மற்றும் உள்ளூரில் கிடைக்கும் விளை பொருட்களின் நன்மைகள் ஆகியவற்றைப் பற்றி குழந்தைகளுக்குக் கற்பிப்பது, நிலையான உணவுத் தேர்வுகளைப் புரிந்துகொண்டு மதிப்புமிக்க ஒரு தலைமுறையை உருவாக்க பங்களிக்கும். பாதிக்கப்படக்கூடிய இடங்களில் உள்ள பாடசாலைகள் இடைவிடாத தீர்வாக இவற்றை ஊக்குவிக்கலாம்.

### மீள்தன்மை உருவாக்கம்

பாதிக்கப்படக்கூடிய குடும்பங்களில் பின்னடைவைக் கட்டியெழுப்புவதற்கு சமூக ஈடுபாட்டை வளர்ப்பது முக்கியமானது. சமூக ஆதரவு அமைப்புக்களை நிறுவுதல், நிலையான விவசாயம் பற்றிய அறிவைப் பகிர்ந்துகொள்வது மற்றும்



கூட்டுறவுகளை உருவாக்குதல் ஆகியவை பொருளாதார அதிர்ச்சிகள் மற்றும் உணவு நெருக்கடிகளைத் தாங்கும் வகையில் சமூகங்களை மேம்படுத்துதல்.

இலங்கையில் அதிகரித்து வரும் மரக்கறிகளின் உணவு விலைகள் குடும்பங்களுக்கு, குறிப்பாக குறைந்த வளங்களைக் கொண்டவர்களுக்கு குறிப்பிடத்தக்க சவாலாக உள்ளது. வீட்டுத் தோட்டம், குறிப்பிட்ட பயிர்களுக்குக் கிடைக்கும் ஈரப்பதத்தைப் பயன்படுத்துதல் மற்றும் உணவு முறைகளில் மாற்றத்தை ஊக்குவித்தல் போன்ற நிலையான நடைமுறைகளை ஊக்குவிப்பதன் மூலம், இலங்கையானது மிகவும் நெகிழ்ச்சியான மற்றும் உணவு-பாதுகாப்பான எதிர்காலத்தைக் கட்டியெழுப்புவதற்கு உழைக்க முடியும்.

அரசாங்க அமைப்புகள், உள்ளூர் சமூகங்கள் மற்றும் கல்வி நிறுவனங்களின் ஒருங்கிணைந்த முயற்சிகள் இந்த நடவடிக்கைகளை செயல்படுத்துவதற்கும், உணவுப் பாதுகாப்பின்மையை எதிர்கொள்ளும் அனைத்து குடிமக்களின் நல்வாழ்வை உறுதி செய்வதற்கும் முக்கியமானதாகும்.

### சமூக பாதிப்புகள்

குறைந்த பட்ஜெட்டில், மக்கள் மருந்து போன்ற அத்தியாவசிய பொருட்களை வாங்குவது அல்லது தங்கள் குடும்பங்களுக்கு சத்தான உணவை தியாகம் செய்வது ஆகியவற்றுக்கு இடையே தேர்வு செய்ய வேண்டிய கட்டாயத்தில் உள்ளனர். இது ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டிற்கு வழிவகுக்கும், குறிப்பாக குழந்தைகள் மற்றும் மிகவும் ஒதுக்கப்பட்ட சமூகங்கள் மத்தியில்.

புதிய விளைபொருட்களை வாங்க முடியாமல் சிலர் ஆரோக்கியமற்ற, கலோரிகள் அதிகம் உள்ள, மற்றும் அதிக பதப்படுத்தப்பட்ட தின்பண்டங்கள் அல்லது பாண்போன்ற குறைந்த விலை விருப்பங்களுக்குத் திரும்புகின்றனர், இது நீண்டகால உடல்நலப் பிரச்சினைகளுக்கு பங்களிக்கிறது.

பல குடும்பங்கள் ஏற்கனவே பொருளாதார நெருக்கடியின் காரணமாக கடனில் சிக்கித் தவிக்கின்றன, மேலும் அதிக உணவு விலைகளின் கூடுதல் அழுத்தம் மேலும் நிதி நெருக்கடி மற்றும் மனநலப் பிரச்சினைகளுக்கு வழிவகுக்கும்.

புதிய பொருட்களை விற்பனை செய்

வதை நம்பியிருக்கும் சிறு விற்பனையாளர்கள் மற்றும் உள்ளூர் சந்தைகள் குறைந்த தேவை மற்றும் லாப வரம்புகள் காரணமாக குறிப்பிடத்தக்க வருமான இழப்பை அனுபவிக்கின்றன.

அதிக உணவு விலைகள் பிற பொருட்கள் மற்றும் சேவைகளுக்கான தேவை குறைவதற்கு வழிவகுக்கும், போக்குவரத்து, சேமிப்பு மற்றும் உணவு பதப்படுத்துதல் போன்ற தொடர்புடைய துறைகளில் வணிகங்கள் மற்றும் வேலை வாய்ப்புகளை பாதிக்கும்.

அதிக உணவு விலைகளால் ஏற்படும் விரக்தி மற்றும் கஷ்டங்கள் சமூக அமைதியின்மை மற்றும் சமூகங்களுக்குள் பட்டடங்களுக்கு வழிவகுக்கும், குறிப்பாக அடிப்படைத் தேவைகளுக்கான அணுகல் இல்லாமை போன்ற பிற சவால்களை ஏற்கனவே எதிர்கொள்பவர்கள்.

ஊட்டச்சத்து குறைபாடு மற்றும் நிதி நெருக்கடியின் மன அழுத்தம் ஆகியவை குழந்தைகளின் கவனம் செலுத்தும் மற்றும் பள்ளியில் கற்கும் திறனை எதிர்மறையாக பாதிக்கலாம், மேலும் அவர்களின் எதிர்கால வாய்ப்புகளை மேலும் பாதிக்கும்.

அதிக உணவு விலைகளின் தாக்கம் பெரும்பாலும் குறைந்த வருமானம் கொண்ட குடும்பங்களால் மிகவும் தீவிரமாக உணரப்படுகிறது, மேலும் பணக்காரர்களுக்கும் ஏழைகளுக்கும் இடையிலான இடைவெளியை மேலும் விரிவுபடுத்துகிறது மற்றும் சமூக ஏற்றத்தாழ்வுகளை அதிகரிக்கிறது.

### சாத்தியமான தீர்வுகள்

அரசாங்க மானியங்கள் மற்றும் விலைக் கட்டுப்பாடுகள் போன்றவற்றை அமுல் செய்யலாம். இந்த நடவடிக்கைகள் குறுகிய கால நிவாரணத்தை அளிக்கும் அதே வேளையில், சந்தைச் சிதைவுகள் மற்றும் நீண்ட கால எதிர்மறை விளைவுகளைத் தவிர்க்க அவை கவனமாக வடிவமைக்கப்பட்டு கண்காணிக்கப்பட வேண்டும்.

உள்ளூர் சமூகம் சார்ந்த உணவு உற்பத்தி மற்றும் விநியோக முறைகளை ஆதரிப்பதன் மூலம் புதிய விளைபொருட்களுக்கான அணுகலை அதிகரிக்க முடியும் அதே வேளையில் வருமான வாய்ப்புகளை வழங்குவதோடு மேலும் நெகிழ்ச்சியான உணவு முறைக்கு பங்களிக்கும்.

அதிகரித்துவரும் உணவு விலைகளின் தாக்கம் சிக்கலானது மற்றும் பன்முகத் தன்மை கொண்டது என்பதை நினைவில் கொள்வது முக்கியம், மேலும் பயனுள்ள தீர்வுகளுக்கு உடனடி நிவாரணம் மற்றும் நீண்ட கால தீர்வுகளுடன் இணைந்து அனைவருக்கும் மிகவும் சமமான மற்றும் நெகிழ்ச்சியான உணவு அமைப்பை உருவாக்க பல முனை அணுகுமுறை தேவைப்படுகிறது.

மின்மடல் : tamilseconomy@gmail.com  
தொலைபேசி : 0764438620

## அரசின் பொறுப்பு

இலங்கையில் அண்மைக்காலமாக அதிகரித்த விலைகள், குறிப்பாக காய்கறிகள் போன்ற அத்தியாவசியப் பொருட்களுடன் தொடர்புடையது. அரசாங்கத்தின் பொறுப்புகள் மற்றும் இவ்வாறானதார நெருக்கடியை நிவர்த்தி செய்வதில் அதன் பங்கு பற்றிய மூக்கியமான கேள்விகளை மூன்னிலைப்படுத்தியுள்ளது. இவ்விடயத்தில் மக்களின் கவனங்களைத் துடையதற்கு அரசாங்கம் எதுவும் செய்யாமல், வெறுமனே பார்வையாளராக இருங்குவிட முடியாது.

பொருத்தமான நிதி மற்றும் பணவியல் கொள்கைகள் மூலம் பணவீக்கத்தை நிர்வகிப்பதில் அரசாங்கம் மூக்கிய பங்கு உள்ளது. அதிகப்படியான அரசாங்க செலவினங்களைக் கட்டுப்படுத்தும், கடன் விலைகளை நிர்வகித்தல் மற்றும் நிலையான மாற்று விகிதத்தைப் பேணுதல் ஆகியவை பணவீக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதில் மூக்கியமானவை.

உள்ளூர் விவசாயிகளுக்கு ஆதாரங்கள், உள்கட்டமைப்பு மற்றும் நியாயமான சந்தை அணுகல் ஆகியவற்றை வழங்குவதன் மூலம் காய்கறிகள் போன்ற அத்தியாவசிய பொருட்களின் உள்ளாடல் உற்பத்தியை அதிகரிக்கவும், இறக்குமதியின் மீதான நம்பிக்கையை குறைத்து விலையை நிலைப்படுத்தவும் அவசியம். அரசாங்கம் உடனடியாகக் கவனம் செலுத்த வேண்டிய விடயங்களில் இதுவும் ஒன்று!

திறமையான விநியோக வழிகளை நிறுவுதல், தேவையற்ற இடைத்தரகர்களைக் குறைத்தல் மற்றும் சந்தையில் நியாயமான போட்டியை உறுதி செய்தல் ஆகியவை விலைகளை ஒழுங்குபடுத்தவும் நுகர்வோருக்கு மலிவு விலையை உறுதிப்படுத்தவும் உதவும். கடினமான காலங்களில், இலக்கு மானியங்கள், உணவு உதவி திட்டங்கள் மற்றும் பிற சமூக பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள் மூலம் பாதிக்கப்பட்டவர்களை பாதுகாக்கும் பொறுப்பு அரசாங்கத்திற்கு உள்ளது.

விலைவாசி உயர்வுக்கு அரசின் நடவடிக்கை மெதுவாகவும், போதுமானதாகவும் இல்லாததால், மக்களுக்கு மேலும் சிரமம் ஏற்படும் என சிலர் வாதிடுகின்றனர்.

உள்ளூர் விவசாயிகளுக்கு அரசாங்கப்போதுமான ஆதரவை வழங்கவில்லை என்று விமர்சகர்கள் கூறுகின்றனர், இது உற்பத்தி குறைவதற்கும் இறக்குமதியை நம்பியிருப்பதற்கும் வழிவகுத்தது, இது உலகளாவிய விலை ஏற்ற இறக்கங்களுக்கு ஆளாகிறது.

மூன்னோக்கி நகர்வது, விலைவாசி உயர்வு பிரச்சனையை திறம்பட தீர்க்க அரசு, தனியார் துறை, விவசாயிகள் மற்றும் சிவில் சமூகத்தை உள்ளடக்கிய ஒரு கூட்டு அணுகுமுறை மூக்கியமானது.

வெளிப்படைத்தன்மை, பொறுப்புக்கூறல் மற்றும் பொதுவளங்களின் பொறுப்பான பயன்பாடு ஆகியவை நம்பிக்கையை வளர்ப்பதற்கும் பயனுள்ள பொருளாதார நிர்வாகத்தை உறுதி செய்வதற்கும் அவசியம்.

இலங்கையில் விலை அதிகரிப்பு என்ற சிக்கலான பிரச்சினை அரசாங்கத்தின் பொறுப்புகள், சாத்தியமான குறைபாடுகள் மற்றும் உடனடி நிவாரணம் மற்றும் நீண்ட கால பொருளாதார ஸ்திரத்தன்மை ஆகிய இரண்டையும் நிவர்த்தி செய்யும் கூட்டுத் தீர்வுகள் பற்றிய நுணுக்கமான திட்டங்களே இன்றைய தேவை.

## அன்புள்ள ஆசிரியருக்கு...



### பயனுள்ள கட்டுரை



தொடர்ச்சியாக விவசாய தகவல்களை தந்து கொண்டிருக்கும் ஆனந்தன் பிரேமநாதத்தின் கட்டுரைகளில் கடந்த வாரம் வந்த அசோலா பற்றிய கட்டுரை மிகவும் பிரயோசனமாக இருந்தது. நாட்டில் இருக்கின்ற பொருளாதார நிலையை கருத்தில் கொண்டு கால்நடைகளையும் பறவைகளையும் வளர்க்கின்றவர்களுக்கு அவைகளுக்கான உணவை கொள்வனவு செய்வதிலே பல இடர்கள் உருவாகின்றது. அதனை நிவர்த்தி செய்யும் பொருட்டு இந்த அசோலா உற்பத்தி மிகவும் கைகொடுக்கும் என்று நம்புகிறேன்.

### க. மோகன்

வார வாரம் சுவாரஸ்யமாகவும், பயனுள்ளதாகவும் பல தமிழர் பொருண்மியம் பத்திரிகைக்கு எமது வாழ்த்துக்கள். குறிப்பாக தமிழ் கவி அவர்களின் கட்டுரைகள் ரசிக்கவும் யோசிக்கவும் வைக்கிறது.

### சந்திரமதி ஞானம்

## தமிழர் பொருண்மியம் உங்கள் வீடு தேடி வர ...

### சந்தாதாரராகுங்கள்!

\* மூன்று மாதங்களுக்கு 1900 ரூபா தபால் செலவு உட்பட

\* ஆறு மாதங்களுக்கு 3800 ரூபா தபால் செலவு உட்பட

சந்தாத் தொகையை Green media House (Pvt) Ltd என்ற பெயரில், HNB Bank - Jaffna Metro branch - 016010023281 கணக்கு இலக்கத்துக்குச் செலுத்தி, அதற்கான பிரதியுடன் கீழேயுள்ள படிவத்தையும் நிரப்பி வாட்ஸ்அப் மூலமாகவோ தபால் மூலமாகவோ அனுப்பி வைப்புங்கள்.

மறு வாரத்திலிருந்து தமிழர் பொருண்மியம் உங்கள் வீடு தேடி வரும்! அனுப்பிவைக்க வேண்டிய முகவரி -

Green media House (Pvt) Ltd,  
68, crossette lane, Jaffna.

வாட்ஸ் அப், வைபர் இலக்கங்கள் - 0777 276 949

தமிழர் பொருண்மியம் - சந்தாப் படிவம்

பெயர் - .....

முகவரி - .....

தொலைபேசி இலக்கம் - .....

சந்தாக் காலம் - .....

செலுத்திய தொகை - .....

செலுத்திய திகதி - .....





இலங்கையில் 22 கரட் (ஒரு பவுன்) தங்கத்தின் சந்தை விலை 1,67,350 ரூபா.

24 கரட் தங்கம் 1,82,550 ரூபாவுக்கு நேற்றைய தினம் விற்பனை செய்யப்பட்டது.



கத்தரிக்காய்	- 400/=
உருளைக்கிழங்கு	- 200/=
பச்சைமிளகாய்	- 1200/=
தக்காளி	- 800/=
மரவள்ளிக்கிழங்கு	- 120/=
கோவா	- 700/=
கரட்	- 1600/=
பூசணி	- 180/=
புடோல்	- 300/=
வாழைக்காய்	- 350/=
சின்ன வெங்காயம்	- 400/=
பெரிய வெங்காயம்	- 300/=
பாகற்காய்	- 650/=
வெண்டிக்காய்	- 600/=
கருணைக்கிழங்கு	- 120/=
பயற்றங்காய்	- 600/=
லீக்ஸ்	- 460/=
கறிமிளகாய்	- 800/=
போஞ்சி	- 550/=
கீரை - 1 பிடி	- 60/=
தேசிக்காய்	- 200/=



**கேள்வி -** இலங்கையில் விடுமுறையைக் கழிப்புங்கள் என்று இந்திய மக்களிடம் இலங்கைக்காகப் பிரசாரம் செய்திருக்கின்றார் இந்திய வெளிவிவகார அமைச்சர் எஸ்.ஜெய்சங்கர். இந்திய அமைச்சர் எதற்காக இலங்கைக்காக இவ்வாறான பிரசாரத்தை முன்னெடுக்க வேண்டும்? இது அதிகளவு சுற்றுலாப் பயணிகளை இலங்கைக்குக் கொண்டுவருமா?

**மலர்விழி தர்மகுலசின்கம்.**

**கொள்ளுப்பிட்டி, கொழும்பு**

**பதில் -** ஆம். மும்பையில் நடந்த நிகழ்வொன்றில் பேசியபோதுதான் ஜெய்சங்கர் அச்சமயம் இதனை எடுத்துரைத்தார். சீனா இந்தியாவின் அண்டைய நாடு என்பதால் இயற்கையாகவே இரு நாடுகளுக்கும் இடையில் போட்டி அரசியல் நிலவும் எனவும் எஸ். ஜெய்சங்கர் தெரிவித்தார்.

எரிபொருள் தட்டுப்பாடு, உணவுப் பற்றாக்குறை மற்றும் அத்தியாவசியப் பொருட்களுக்கான தட்டுப்பாடு என பல்வேறு நெருக்கடிகளை இலங்கை எதிர்கொண்டிருந்தது. உலகமே பின்வாங்கிய போது இந்தியா 4.5 பில்லியன் டொலர் உதவிகளை இலங்கைக்கு வழங்கியது. இது சர்வதேச நாணய நிதியத்தின் உதவிப் பொதியை விட ஐம் பது வீதம் அதிகமாகும் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இந்தவகையில், இலங்கை இன்று பொருளாதார நெருக்கடியிலிருந்து மீண்டு வருவதற்கு இந்தியாவின் உதவிக

ளும் காரணமாக இருந்திருக்கின்றது. இப்போது கூட, இலங்கைக்கு அதிகளவுக்கு வரும் உல்லாசப் பயணிகளாக இந்தியர்களே உள்ளனர். அமைச்சர் ஜெய்சங்கரின் அறிவிப்பு இதனை மேலும் ஊக்குவிக்கலாம்.

“உங்களுக்கு எனது முதல் அறிவுரையானது அடுத்த முறை நீங்கள் விடுமுறை எடுக்க விரும்பினால், இலங்கைக்குச் செல்லுங்கள். அங்குள்ள சராசரி மனிதர்களிடம் பேசுங்கள். இந்தியாவைப் பற்றி அவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்று கேளுங்கள். அந்தப் பதிலைக் கொண்டு இந்தியாவளர்வதை உணர்வீர்கள்” எனவும் அவர் தெரிவித்தார்.

சீனாவின் வளர்ந்து வரும் செல்வாக்கு உட்பட, பிராந்தியத்தின் புவிசார் அரசியல் யதார்த்தங்களையும் அவர் ஒப்புக்கொண்டார். “சீனா எமது அண்டை நாடு, மற்றும் போட்டி அரசியலில் இயற்கையாகவே பாங்கு வகிக்கும். ஆனால் நாம் பயப்படக் கூடாது. உலகளாவிய அரசியல் ஒரு போட்டி விளையாட்டு. நீங்கள் உங்களால் முடிந்ததைச் செய்யுங்கள். நாங்கள் எங்களால் முடிந்ததைச் செய்வோம்” எனவும் ஜெய்சங்கர் சுட்டிக்காட்டினார்.

இந்திய அமைச்சர் ஜெய்சங்கரின் இந்த அறிவிப்பு எமது அண்டை நாடான மாலை தீவுக்கு சீற்றத்தை ஏற்படுத்துகின்றதா என்பதைப் பொறுத்திருந்துதான் பார்க்க வேண்டும். அந்தமான் தீவுகளுக்கு இந்திய உல்லாசப் பயணிகள் செல்ல வேண்டும் என்று இந்தியப் பிரதமர் மோடி தெரிவித்தது அண்மையில் மாலை தீவுக்கு சீற்றத்தை ஏற்படுத்தியது.

இந்திய உல்லாசப் பயணிகளின் மூலமாகக் கிடைக்கும் வருமானத்தான் மாலை தீவுக்கு அதிகளவு வெளிநாட்டுச் செலாவணியைப் பெற்றுக்கொடுக்கின்றது. ஜெய்சங்கரின் அறிவிப்பு அதனைப் மேலும் பாதிக்கலாம் என்ற அச்சம் மாலை தீவுக்கு ஏற்படாவிட்டால் சரி!

### கேள்விகள் தருகின்றோம்

தமிழர் பொருண்மியம் வாசகர்கள் பொருளாதாரம் உட்பட, அதனுடன் தொடர்புடைய தங்களுடைய கேள்விகளை - சந்தேகங்களை எமக்கு அனுப்பி வைக்கலாம். அடுத்த வாரம் முதல் அதற்கான கனம் திறக்கப்படுகின்றது. உங்கள் கேள்விகளை அனுப்பிவைக்க வேண்டிய மின்னஞ்சல் முகவரி -

tamilseconomy@gmail.com



வாங்கும் விலை	
அவுஸ்திரேலியன் டொலர்	- 203/=
கனடா டொலர்	- 231/=
சீன யுவான்	- 43/=
யுரோ	- 336/=
ஜப்பான் யென்	- 2.1/=
சிங்கப்பூர் டொலர்	- 231/=
ஸ்ரோலிங் பவுன்	- 394/=
சுவீஸ் பிராங்	- 358/=
அமெரிக்க டொலர்	- 312/=

விற்கும் விலை	
அவுஸ்திரேலியன் டொலர்	- 213/=
கனடா டொலர்	- 241/=
சீன யுவான்	- 46/=
யுரோ	- 350/=
ஜப்பான் யென்	- 2.1/=
சிங்கப்பூர் டொலர்	- 241/=
ஸ்ரோலிங் பவுன்	- 410/=
சுவீஸ் பிராங்	- 376/=
அமெரிக்க டொலர்	- 322/=

# உலக நாடுகளின் நாணய வலிமை

அ. ராஜன் பழனிக்குமார்



சர்வதேச அளவிலான வர்த்தக நடவடிக்கைகளின் உயிர்நாடி நாணயம். இது, ஒரு நாட்டின் பொருளாதார ஆற்றலை பிரதிபலிப்பதுடன், வலிமை, ஸ்திரத்தன்மை வலுவான நிதி ஆரோக்கியத்துக்கு தக்க சான்று. நாணயம் மீதான மதிப்பு உயரும் போது அந்த நாட்டின் பொருளாதாரத்தின் மீதான நம்பிக்கையும் உயருகிறது.

இதனால், முதலீடுகளை எளிதாக ஈர்க்கவும், சர்வதேச கூட்டாண்மையை வலுப்படுத்தவும் முடியும். அந்தவகையில், ஐக்கிய நாடுகள் சபை உலகெங்கிலும் உள்ள 180 நாடுகளின் நாணயங்களை சட்டப் பூர்வமாக அங்கீகரிப்பு செய்துள்ளது. அதில் சில நாணயங்கள் பிரபலமானவை என்பதுடன் அதன் பயன்பாடு என்பது பரவலாக உள்ளது.

## ஃபோர்ப்ஸ் பட்டியல்:

உலகின் வலிமையான நாணயங்களின் பட்டியலை சமீபத்தில் ஃபோர்ப்ஸ் இதழ் வெளியிட்டது. இந்தப் பட்டியலில் குவைத் தினார் முதலிடத்தில் உள்ளது. 1961-ம் ஆண்டு அறிமுகப்படுத்தப்பட்டதிலிருந்து உலகின் மதிப்புமிக்க நாணயமாக தினார் தொடர்ந்த வண்ணம் உள்ளது.

இதற்கு, குவைத்தின் பொருளாதார ஸ்திரத்தன்மை, கச்சா எண்ணெய் வளம் ஆகியவை முக்கிய காரணங்களாக கூறப்படுகிறது.

அறிமுகத்தின் போது 1 தினாருக்கு 13ஆக இருந்த இந்திய ரூபாயின் மதிப்பு தற்போது ரூ.270 -ஆக உயர்ந்துள்ளது. அதேபோன்று தினார் என்பது அமெரிக்க மதிப்பில் 3.35 டாலராக உள்ளது.

இதற்கு அடுத்தபடியாக, பஹ்ரைன் தினார் (2.65 டாலர்), ஓமன் ரியால் (2.60 டாலர்), ஜோர்டான் தினார் (1.41 டாலர்),



ஜிப்ரால்டர் பவுண்ட் (1.27 டாலர்), பிரிட்டன் பவுண்ட் (1.27 டாலர்), கேமன் தீவு டாலர் (1.20 டாலர்), ஸ்வீஸ் பிராங்க் (1.17 டாலர்), யூரோ (1.09 டாலர்) உள்ளன.

சுவாரஸ்ய நிகழ்வாக, உலகளவில் எல்லோரும் விரும்பும் அமெரிக்க டாலர் ஃபோர்ப்ஸ் பட்டியலில் 10ஆவது இடத்தில் உள்ளது. இந்திய ரூபாய் இந்த பட்டியலில் 15-வது இடத்தில் உள்ளது. சர்வதேச நிதியத்தின் வலைதளத்தில் அமெரிக்க டால

**ஏற்றுமதிக்கான தேவையை உலகளவில் அதிகரிப்பதன் மூலம் ஒரு நாட்டின் வருவாய் உயரும். இது, நாணயத்துக்கான தேவையை அதிகரிக்கும் என்பதுடன் அதன் மதிப்பையும் சர்வதேச அளவில் உயர்த்தும்**

ருக்கான ஒரு ,ந்திய ரூபாயின் மதிப்பு என்பது 83.13-ஆக (ஜன.17 நிலவரம்) பட்டியலிடப்பட்டுள்ளது.

## கரன்சி பலம்:

ஏற்றுமதிக்கான தேவையை உலகளவில் அதிகரிப்பதன் மூலம் ஒரு நாட்டின் வருவாய் உயரும். இது, நாணயத்துக்கான தேவையை அதிகரிக்கும் என்பதுடன் அதன் மதிப்பையும் சர்வதேச அளவில் உயர்த்தும்.



**வரி விளம்பரம்**

பாடசாலை மாணவர்களுக்கான புத்தகப் பைகளை மிகத் தரமானதாகவும் குறைந்த விலையிலும் பெற்றுக்கொள்ள அழையுங்கள். - 0772034807

கிளிநொச்சியில் நியாயமான கட்டணத்தில் வடிவக வாகனத்தை வாடகைக்கு அமர்த்தலாம். - தொடர்புகளுக்கு - 0776199969

ஆரோக்கியமான சிறந்த சருமத்தையும் அழகையும் முகப்பொலிவையும் பெற்றுக்கொள்வதற்கு மூலிகை மூலம் தயாரிக்கப்பட்ட சுவர்க்காரங்களைப் பெற்றுக் கொள்ள எங்களை அழைக்கலாம். எங்களது உற்பத்திகளுக்கு நாங்களே உத்தரவாதம். 0763352782

நீங்கள் ஒரு தொழிலைத் தொடங்குவதற்கு ஆர்வமாக இருக்கிறீர்களா? எப்படி தொழிலை ஆரம்பிப்பது என்ற குழப்பம் உங்களுக்கு இருக்கிறதா? இன்றே எங்களை நாடுங்கள். உங்களது முதலீட்டிற்கு ஏற்ப சிறந்த வியாபாரத் திட்டத்தினை உருவாக்கித் தருவதோடு தொழில் தொடர்பான ஆலோசனைகளையும் உங்களுக்கு வழங்க முடியும். - 0753780530

வெளிநாடுகளுக்கு ஏற்றுமதி செய்யக் கூடிய தரத்திலான கருவாடுகளைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு அழைக்கவும். 0778412785

சித்த ஆயுர்வேத முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்ட சிறந்த ஔடதங்களைப் பெற்றுக் கொள்ள எங்களை அழைக்கவும் 0766996628

இந்தியாவிலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட மிகச்சிறந்த குரூரிய (கிரைண்டர்) பாட்களும் (Parts), சைக்கிள் (Cycle) உதிரிப்பாகங்களும் (Parts) மொத்தமாக விற்பனைக்குள்ளான. தொடர்புகளுக்கு - 077 6566508.

**காணி விற்பனைக்கு**

A9 வீதியில் இருந்து 1km தூரத்தில் எழுதுமட்டுவாழ் - நாகர்கோவில் வீதியில் 2 பரப்பு, 4 பரப்புக் காணிகள் விற்பனைக்கு. இயற்கையான சூழலில் உங்களின் ஓய்வுக் காலத்தினை அமைதியாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் வாழ்வதற்கு ஏற்ற இடம். தொடர்புகளுக்கு 0779789177



மூலிகைத் தோட்டம் ஒன்றை மேற்பார்வை செய்வதற்கு ஓரளவு மூலிகைகளைப் பற்றிய அறிவும் தேக ஆரோக்கியமும் உள்ள ஒருவர் தேவை - 0772034807

**தேவை**

யாழ்ப்பாணத்தில் இயங்கும் பிரபலமான பத்திரிகை நிறுவனத்திற்குச் சந்தைப்படுத்தல் முகாமையாளர் தேவை - 0773078799

திருநெல்வேலியில் உள்ள அப்பக்கடை ஒன்றிற்கு அப்பம் சுடுவதற்கு ஒருவர் தேவை. சம்பளம் பேசித் தீர்மானிக்கலாம். 077 118 1590

பண்ணை வேலைக்கு ஆள் தேவை. சம்பளமாகச் சுமார் 55,000/= வீடுகொண்டு செல்லக்கூடியதாகவும் EPP&ETF முழுவதும் எம்மால் கட்டப்படுவதுடன் உணவும் எம்மால் வழங்கப்படும். (தூங்கி நின்று வேலைசெய்வதுடன் மாத விடுமுறையில் வீடு சென்று வரலாம்) தொடர்புக்கு 0773024473

இயந்திர மூலம் குழாய்க் கிணறு அமைத்துத் தரப்படும். 0775652282

**classified advertisement**

கிளிநொச்சி - அக்கராயனில் சோளன் பொத்திகளைச் சந்தைப்படுத்த முடியாமல் விவசாயி, கிருஸ்ணபிள்ளை கரன் என்பவர் அவதிப்படுகிறார். இன்னும் ஐயாயிரம் (5000) பொத்திகள் அவரிடம் உண்டு. தேவைப்படுபவர்கள் உடனடியாகத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

Krishnapillai Karan - 0773853765

Kkorganic farm Pvt Ltd பணிச்சங்குளம். மாங்குளம். வவுனியா. பண்ணை வேலை வாய்ப்பு இப்பண்ணையில் கால்நடைகள், நெல் வயல், மரக்கறிகள், தேனீ வளர்ப்பு, மீன் வளர்ப்பு போன்ற செயற்பாடுகள் நடைபெற்ற வண்ணம் உள்ளது. இங்கு வேலை செய்வதற்கு ஆண்வேலையாட்கள் தேவை. வேலையாட்களுக்கு ரூபாய் 40,000/= சம்பளம் மற்றும் தங்குமிட வசதி மூன்று வேளை உணவு மற்றும் மாதத்திற்கு மூன்று நாட்கள் விடுமுறையும் வழங்கப்படும்.

தொடர்புக்கு - 0775789342 முகாமையாளர், KK organic farm Pvt Ltd.

திருமகள் நாட்காட்டி 2024 புதிய ஆண்டுக்குரிய நாட்காட்டிகள் (தினம், மாதம்) மிகவும் குறைந்த விலையில் அச்சிட்டுத் தருகிறோம். நீங்கள் விரும்பும் வடிவங்கள் மற்றும் படங்களை அமைத்து பெறலாம். தொடர்பு: திருமகள் நாட்காட்டி 0777101894.

கிளிநொச்சியில் ஆரிக்கலையினைக் கற்றுக் கொள்வதோடு உங்களுக்குத் தேவையான (design) ஆடைகளுக்கு ஆரிவேலைகளும் செய்து கொடுக்கப்படும். தொடர்புகளுக்கு - 0769395457

**குறிஞ்சி மலை நகர் Kurinchi Hill City**  
கொழும்பு - மட்டக்களப்பு A4 வீதியில் 190 ஆவது km இல் 800 m தூரத்தில்  
புதுகன மாவட்டம் ஹழ்துமலை பிரதேச செயலர் ரிஜிவு  
15 பேர்ச் முதல் 40 பேர்ச் வரையான காணித்துண்கள் விற்பனைக்கு!  
கற்றுணா வித்தி, விடுமுறை வீடு ஆகியவற்றுடன் தேயிலை, கோப்பி ஆகிய பயிற்செய்தகையும்

**அருகில் உள்ள கற்றுணா மையங்கள்**  
(10000 கி.மீ.² அளவில்)  
மல்புரத்த, திபுலு, தூங்கித்த, கோவணா, ரம்பலா, உடல் 10 கி.மீ.² க்குள் கைப்பட்டுத் தீர்வீடுச்சிகள்  
தேசிய சரணாலயங்கள் மற்றும் பூங்காக்கள்  
Horion Plains National Park, Hakgala Botanical Gardens  
Victoria Park, Kande Ela Educational Forest Park  
Lunugamvehera National Park, Yala National Park  
Udawalawe National Park

கத்திரகால் குருகல் கோயில், சீதா கல்வல் ஆலயம், ரம்பலா, ஆதிசேனாயர் கோயில்

தனியான வாகன தரிப்பிட வசதி  
முழுமையான 24 மணிநேர பாதுகாப்பு சேவை  
தொடர்ச்சியான பராமரிப்பு ஏற்பாடு  
மின்சார இணைப்பு ஏற்பாடு - குடிதண்ணீர் வசதி  
உணவுகம் - உள்ளக விளையாட்டுத்திட்டம்  
தேயிலை, கோப்பி, கறுவா தொழிற்சாலைகள்  
கற்றுணா ஏற்பாடுகள்

ரூபிற் 200,000/- (USD 550)  
ரூபிற் 20 லட்சம் (USD 5,500)

5<sup>th</sup> Project  
கற்பகவனம்  
செய்திட்டம்  
Good Gift Property Developers (Pvt) Ltd

தொடர்புகளுக்கு: 0777 43 5557



க.தில்லைக்குமரன்



யாழ்ப்பாணத்தில் நடைபெற்ற தொழில் முனைவோர் மாநாடு

35 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு நியூயார்க், நியூ செர்சி, ஹாரிஸ்பர்க், டெலவர் பகுதித் தமிழ்ச் சங்கம் ஆகிய சங்கங்களுடன் இலங்கைத் தமிழ்ச் சங்கமும் இணைந்து வட அமெரிக்கத் தமிழ்ச் சங்கப் பேரவையைத் துவங்கினர். துவங்கிய காலத்திலிருந்து தாயகத்திலும் பேரவையின் நிகழ்வொன்றை நடத்த வேண்டுமென்பது பல ரது கனவு. 2009 ஆம் ஆண்டு தமிழினப் படுகொலைக்கு பின்பாவது ஒரு விழா நடத்த வேண்டும் என்று ஏங்கியவர்களின் நானும் ஒருவன்.

2006-2008 காலங்களில் நான் தலைமைப் பணியை பொறுப்பேற்ற நாள் முதல் நான் கண்ட கனவு 2024 ஜனவரி 19-ம் நாள் யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகத்தின் சிறப்பு மிக்க கைலாசபதி அரங்கத்தில் நிறைவேறியது.

போருக்குப் பின்னர் 15 ஆண்டுகள் ஏதும் செய்ய இயலவில்லை என்பது என் போன்றோர் அனைவரின் நெஞ்சத்தையும் உறுத்திவந்தது உண்மைதான். இப்போது, முனைவர் பாலா சுவாமிநாதன் அவர்களின் தலைமையில் முதன் முறையாக பேரவையின் தொழில் முனைவோர் மாநாடு யாழ்ப்பாணத்தில் நடந்தேறியது என்பது ஒரு வரலாற்றுச் சிறப்பு வாய்ந்த நிகழ்வு. பேரவையுடன் யாழ்ப்பாணம் யாழ்ப்பாண பல்கலைக்கழகமும் இணைந்து இந்நிகழ்வை ஒழுங்கு செய்தது மேலும் சிறப்பு. யாழ்ப்பாண பல்கலைக்கழகம் 50ஆவது

ஆண்டு இது. 50 ஆண்டுகளில் ஒருநாள் கூட விடுமுறை விடாமல் தொடர்ந்து மாணவர்களுக்கு அருந்தொண்டாற்றி வருகிறது இப்பல்கலைக்கழகம்.

பெருமைவாய்ந்த இப்பல்கலையுடன் இணைந்து இவ்விழாவை நடத்தியது பேரவையின் பல சாதனைகளில் ஒரு பொன்மகுடம். பேரவையின் 3ஆவது தொழில் முனைவோர் மாநாடு இது. இம் மாநாடு போரினாலும் அதற்கு பின்பும்

யும் தந்தது என்பது மிகையல்ல, உண்மை.

அமெரிக்கா, கனடா, இலண்டன், தமிழ்நாடு போன்ற இடங்களிலிருந்து தமிழர்கள் பலர் வந்து சிறப்பு செய்தது மட்டுமல்லாமல் தமிழ் மண்ணிற்காக தம் இன்னுயிரையும் அர்ப்பணித்த மாவீரர்களுக்கும், அங்கு அடக்குமுறைக்குள் வாழும் மக்களுக்கும் இம்மாநாடு நல்லதொரு நம்பிக்கையைத் தந்துள்ளது என்று மாநாட்டில் கலந்து கொண்டவர்கள் கூறியது மனதை நெகிழ்ச்சியு செய்தது.

நாதசுரம், தவில் இசையுடன், குத்து விளக்கேற்றி, தமிழ்த்தாய் வாழ்த்துடன் இம்மாநாட்டைத் துவக்கி வைத்து தலைவர் பாலா சுவாமிநாதன் அவர்கள் உரையாற்றியபோது, இன்றைய பேரவைக்



சொல்லொண்ணா துன்பம் அனுபவித்து வரும் ஈழத் தமிழர்களின் மனதிற்கு ஒத்த டம் கொடுத்து, அவர்களின் வலிக்கு மருந்தளித்து, நம்பிக்கையையும், ஊக்கத்தினை

கூட்டும் ஒரு நிகழ்வு மட்டுமல்ல. இது தமிழர் ஒருமைப்பாட்டின் கொண்டாட்டம் - மனங்களையும் இதயங்களையும் ஒன்றிணைக்கும் நோக்கத்துடன் நமது அன்புக்



குரிய தமிழ்ச் சமூகத்தின், குறிப்பாக வடக்கு- கிழக்கு பிராந்தியத்தின் பொருளாதாரத்தை புத்துயிர் பெறச் செய்யும் சீரிய முயற்சி" என்று கூறி அனைவரது எண்ணங்களையும் பிரதிபலித்தார்.

தொடர்ந்து முன்னாள் தலைவர் க. தில்லைக்குமரன் பேரவையின் ஈழத் தமிழர்களுடனான உறவை குறித்து விரிவாக உரையாற்றுகையில் ஈழத் தமிழர்களுக்கும், ஈழச்சிக்கலுக்கும் பேரவை 2009 முதல் 'உலகத் தமிழர் நேரம்' நிகழ்ச்சியின் மூலம் செய்து வரும் பணிகளைச் சுட்டிக்காட்டினார்.

மாநாட்டின் சிறப்பு விருந்தினராக ராஜ் ராஜ்ரட்ணம் பங்கேற்று உணர்ச்சிமிக்க உரையாற்றியது இம்மாநாட்டின் சிறப்பு.



அவர் பேசுகையில் விவசாயிகளுக்கு நிதியளித்து அவர்களுக்கு உதவுவதாகவும், அரிசி அரைக்கும் தொழிற்சாலை அமைத்து விவசாயிகளுக்கு அதிக இலாபம் ஈட்ட வழி வகுக்கவுள்ளதாகவும் கூறினார்.

ராஜ்ரட்ணம் அவர்களின் 'சமனற்ற நீதி' என்கிற புத்தகவெளியீடு மறுநாள் மற்றொரு விழாவில் நடைபெற்றது. மாநாட்டில் ராஜ் பேசும் போது அவரின் தமிழுணர்வு நன்கு தெரிந்தது. ஈழத்திற்குப் பல உதவிகளை அவர் செய்து வருகிறார். குறிப்பாக விவசாயத்துறையில் அவர் பல முன்னேற்பாடுகளை செய்யப் போவதாகக் கூறியது அனைவரையும் கவர்ந்தது.

தொடர்ந்து யாழ்ப்பல்கலையின் துணை வேந்தர் சிறீசற்குணராஜா தமிழரின் அறிவுத்திறனையும், வாணிகத் திறமையையும், கடலோடும் வன்மையையும் விளக்கியது அனைவருக்கும் உத்வேகத்தை கொடுத்தது. தொடர்ந்து பல உரையாடல்கள், உரைகள், பட்டறைகளும் நடந்தது.

அறிஞர் கைலாசபதி உள்ளராங்கம் முழுதும் மாணவர்கள் மற்றும் தொழில் முனைவோர், பேராசிரியர்கள் போன்றோரினால் நிரம்பி வழிந்தது.

University Business Linkage (UBL) அமைப்பை தலைமையேற்றி நடாத்தி வரும் பேராசிரியர் ஈசுவர மோகன் அவர்கள் வடக்கின் நிலையை விரிவாக எடுத்துக்கூறி என்னென்ன தேவை என்பது குறித்து பேசினார். அவருடன்

பேரவை இணைந்து பெரிய உதவிகளை செய்வது அம்மக்களால் பெரிதும் வரவேற்கப்படும் என்பது உண்மை. யாழ்ப்ப



மண்ணில் இந்த நிகழ்வை வெற்றிகரமாக நடத்துவதற்கு அரும்பாடுபட்டு சாத்தியமாக்கிய ஷான் நந்தகுமார், பார்த்திபன் பரஞ்சோதி, சயந்தன் போன்றோர் என் நெஞ்சில் உயர்ந்து நிற்கின்றனர்.

பேரவைத்தலைவர்பாலா சுவாமிநாதன், பெருமதிப்பிற்குரிய ராஜ் ராஜ்ரட்ணம், முன்னாள் தலைவர் கால்டு வெல் வேள்நம்பி, தில்லைக்குமரனாகிய நான் ஆகியோர் எடுத்திருக்கும் இந்த முயற்சிக்கு எத்தடை வரினும் தளராது செய்துமுடிக்க திடசங்கற்பம் பூண்டு நிற்கிறோம்.

இந்த மாநாட்டின் நோக்கங்கள் - தமிழ் நாட்டிற்கும் ஈழத்திற்குமுள்ள பண்பாட்டு, மொழித் தொடர்பு நாம் நன்கறிவோம். பேரவை 35 ஆண்டுகளாக உலகெங்கும் வாழும் தமிழர்களை நாடு, மதம், சாதி, அரசியல் சார்பற்று இணைத்து வந்துள்ளது. ஈழத்தமிழர்கள் தமக்கு உடை எடுப்பது சென்னையிலும், காஞ்சியிலும்தான். ஈழம் சைவம் வளர்த்த மண், அம்மக்கள் போகாத தமிழ்நாட்டு கோவில்களே இல்லை. பேரவை ஈழத்தமிழர்களை பண்பாடு, மொழி ரீதியாக அரவணைத்து வந்தாலும், பொருளாதார ரீதியாக ஈழமும் தமிழ்நாடும் சற்று விலகியே இருந்து வருகின்றன. தாய்த்தமிழ்நாட்டையும், தமிழீழத்தையும் தொழில் முறையாக இணைப்பது இம்மாநாட்டின் முதன்மைக் குறிக்கோள். அதை இந்த மாநாடு சாதித்துள்ளது என்றே கூறவேண்டும்.

தமிழ்நாட்டு தொழிலதிபர்கள் ஈழத்தில் தமது அலுவலகத்தின் கிளைகளைத் துவங்கி ஈழத்தமிழர்களுக்கு வேலை வாய்ப்பை ஏற்படுத்துவது எப்படி என்று இம்மாநாடு விவாதித்தது. தமிழ்நாட்டிலிருந்து வந்த சில தொழிலதிபர்கள் அது குறித்து விரிவாக பேசினர். நாம் அவ்விவாதத்தை தொடர வேண்டும்.

- உணவுப்பொருட்கள் பதப்படுத்துவதில் தமிழ்நாடு முன்னணியிலுள்ளது. ஈழத்து உணவு வகைகள் தமிழ்நாட்டில் பலருக்கு தெரிவதில்லை. மேலும் தமிழ்நாட்டு உணவு உற்பத்தி நிபுணர்கள் ஈழத்தில் அந்த வசதிகளை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்கிற நோக்கில் ஒரு பட்டறை நடந்தது. இம்மாநாட்டின் மற்றொரு சிறப்பு, முனைவர் பாலா சுவாமிநாதன், முன்னாள் தலைவர் கால்டுவெல் வேள்நம்பி, சென்னையில் வாழும் தொழிலதிபர் ரவி சுந்தரம் ஆகிய

மூவரும் இணைந்து 300,000 வெள்ளிகள் வடகிழக்கு பகுதிகளில் அமெரிக்கத் தமிழர் நிதி அமைப்பின் மூலமாக சிறு தொழில்களில் முதலீடு செய்வோம் என்று அறிவித்தது மாநாட்டிற்கு வந்த அனைவரையும் நெகிழ்ச்சியுடையது.

இந்த பெரும் முயற்சியை முன்னெடுக்கும் கால்டுவெல் அவர்களை நெஞ்சாரப் பாராட்டுவது நமது கடமை. அன்றிரவு நடந்த இரவு உணவு விருந்தில் இம்முயற்சியை கால்டுவெல் மற்றும் முனைவர் பாலா வந்திருந்த சிலரிடம் விவரித்துக் கூறியவுடன், ஆர்வத்துடன் கவனித்துக் கொண்டிருந்த ஈழத்தமிழ்த்

தொழிலதிபர் ஒருவர் உடனேயே சிறுதும் தயக்கமின்றி நானும் அம்முயற்சியில் பங்கேற்பேன் என்று தானும் 300,000 வெள்ளிகள் நிதியளிப்பதாக உறுதியளித்தது அனைவரையும் வியப்பிலும், மகிழ்ச்சிக் கடலிலும் ஆழ்த்தியது. நல்லவர்கள் உள்ளவரை நல்லது தொடர்ந்து நடந்தேறும் என்பது வட அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த பெயர் வெளியிட விரும்பாத அந்நல்லுள்ளத்தின் மூலம் தமிழர்கள் அனைவர்க்கும் ஓர் எடுத்துக்காட்டு. இந்த நிதி அமெரிக்கத் தமிழர் நிதி மூலம் முதலீடு செய்யப்படும்.

**மாநாட்டின் சிறப்பு விருந்தினராக ராஜ் ராஜ்ரட்ணம் பங்கேற்று உணர்ச்சிமிக்க உரையாற்றியது இம்மாநாட்டின் சிறப்பு. அவர் பேசுகையில் விவசாயிகளுக்கு நிதியளித்து அவர்களுக்கு உதவுவதாகவும், அரிசி அரைக்கும் தொழிற்சாலை அமைத்து விவசாயிகளுக்கு அதிக இலாபம் ஈட்ட வழி வகுக்கவுள்ளதாகவும் கூறினார்.**

# இலங்கையின் தற்சார்பும் விவசாயமும்

## நிஷாந்தி பிரபாகரன்



கௌபீயின் தேவை 15,000 மெட்ரிக் தொன். ஏற்கனவே சுமார் 13,740 மெற்றிக் தொன் கௌபீ உற்பத்தி செய்யப்பட்டுள்ளதாக விவசாய திணைக்களம் தெரிவித்துள்ளது. உளுந்து - நாட்டின் ஆண்டு உளுந்து தேவை 20,000 மெட்ரிக் டன். அதே நேரத்தில் உற்பத்தி 2023 ஆம் ஆண்டில் 17,866 மெட்ரிக் டன்னாக உள்ளது. நிலக்கடலை - இலங்கையில் நிலக்கடலையின் வருடாந்தத் தேவை 35,000 மெட்ரிக் தொன் மற்றும் இந்த ஆண்டு அறுவடை சுமார் 36,498 மெட்ரிக் தொன் ஆகும்.

குரக்கன் (விரல் திணை) - ஆண்டுத் தேவையான 10,000 மெட்ரிக் டன்களை பூர்த்தி செய்வதற்காக இந்த ஆண்டு சுமார் 6,408 மெட்ரிக் டன் குரக்கன் ஏற்கனவே உற்பத்தி செய்யப்பட்டுள்ளது. இந்த ஆண்டு அரிசி, பச்சைப்பயறு, உளுந்து, குரக்கன் (விரல் திணை), கௌபீ மற்றும் நிலக்கடலை போன்றவற்றில் இலங்கை தன்னிறைவு பெற்றுள்ளதாகவும், அதற்கமைய, இந்த ஆண்டு இந்தப் பொருட்களை இறக்குமதி செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை என விவசாயத் திணைக்களம் தெரிவித்துள்ளது. விவசாயிகளை பச்சைப்பயறு, கௌபீ மற்



றும் உளுந்து பயிரிட ஊக்குவிப்பதுடன், இம்முறை பருவத்தில் அறுவடை செய்த பின் நடுப்பருவச் செய்கைக்கு முன்னுரிமை அளித்து அவர்களுக்குத் தேவையான வசதிகளை செய்து கொடுக்குமாறு விவசாய அமைச்சர் திரு.மஹிந்த அமரவீர விவசாயத் திணைக்களத்திற்கு பணிப்புரை வழங்கினார்.

இந்த சாதனை விவசாயிகளின் அர்ப்பணிப்பு முயற்சிகள் மற்றும் உள்நாட்டு அரிசி உற்பத்தியை உயர்த்துவதற்கான அரசாங்க முயற்சிகளின் விளைவாகும். இது தேசத்தின் உணவுப் பாதுகாப்பிற்கு நல்வழி காட்டுவது மட்டுமின்றி, வெளி நாட்டு இறக்குமதியை நம்பியிருப்பதைக் குறைப்பதற்கும், விவசாயத் துறையை வலுப்படுத்துவதற்கும் ஒரு முக்கியமான படையை பிரதிபலிக்கிறது.

கமத்தொழில் மற்றும் பெருந்தோட்ட கைத்தொழில் அமைச்சினால் 2023 ஆம் ஆண்டில் அரிசி, பச்சைப்பயறு, உளுந்து, குரக்கன் (விரல் திணை), கௌபீ மற்றும் நிலக்கடலை ஆகியவற்றை இலங்கை இறக்குமதி செய்யத் தேவையில்லை என விவசாயத் திணைக்களம் தெரிவித்துள்ளது. விவசாய அமைச்சர் திரு.மஹிந்த அமரவீர, விவசாயத் திணைக்களத்திடம் நெல் மற்றும் உணவுப் பயிர்களின் அறுவடை தொடர்பான தகவல்களைக் கோரியிருந்ததுடன், அது தொடர்பான அறிக்கையையும் அவர்கள் அமைச்சரிடம் சமர்ப்பித்துள்ளனர்.

இலங்கையின் விவசாயத் துறையின் குறிப்பிடத்தக்க மைல்கல்லாக, நாடு தற்போது அரிசி உற்பத்தியில் தன்னிறைவு அடைந்துள்ளதாக விவசாய மற்றும் பெருந்தோட்ட கைத்தொழில் அமைச்சர் மஹிந்த அமரவீர அறிவித்துள்ளார்.

அதாவது 2024 ஆம் ஆண்டில் இலங்கை எந்த அரிசியையும் இறக்குமதி செய்யும் என்று எதிர்பார்க்கப்படவில்லை என்று ஜனாதிபதியின் ஊடகப் பிரிவு (PMD) தெரிவித்துள்ளது.

2021 இல் விதிக்கப்பட்ட இரசாயன உரங்கள் தடை செய்யப்பட்டதன் மூலம் அரிசி மற்றும் பிற உள்நாட்டு உணவுப் பயிர்களின் உற்பத்தி வீழ்ச்சியின் காரணமாக 400 மில்லியன் அமெரிக்க டொலர் செலவில் 2022 ஆம் ஆண்டில் 800,000 மெட்ரிக் தொன் அரிசி இலங்கைக்கு இறக்குமதி செய்யப்பட்டது.

அதே முறையில் இறக்குமதி செய்யப்படும். 2022 ஆம் ஆண்டு முதல் இரசாயன உரங்களை மீண்டும் விவசாயிகளுக்கு அறிமுகப்படுத்தியதன் மூலம் அரிசி மற்றும் பிற உணவுப் பொருட்களில் இலங்கை தன்னிறைவு அடைந்துள்ளதாக விவசாயத் திணைக்களம் தெரிவித்துள்ளது. அதன்படி, இந்த ஆண்டு வரை அரிசியை இறக்குமதி செய்ய வேண்டிய அவசியம் அரசுக்கு இல்லை. அரிசி - 2023 ஆம் ஆண்டில் 300,000 மெட்ரிக் டன் அரிசி உபரியாக இருக்கும். நாட்டில் அரிசியின் ஆண்டுத் தேவை 2.4 மில்லியன் மெட்ரிக் டன் ஆகும்.

கடந்த மகா பருவம் மற்றும் இம்முறையலா பருவ அறுவடை மூலம் இலங்கையில் 2.7 மில்லியன் மெற்றிக் தொன் அரிசியை உற்பத்தி செய்ய முடியும். அதன்படி இந்த ஆண்டு அரிசியை நாட்டிற்கு இறக்குமதி செய்ய வேண்டிய அவசியம் இல்லை. பச்சைப்பயறு - இலங்கையில் வருடாந்த பச்சைப்பயறு தேவை 20,000 மெட்ரிக் தொன்.

இந்த ஆண்டு ஹம்பாந்தோட்டை மாவட்டத்தில் பச்சைப்பயறு சாகுபடி பரவலாகப் பரவி வருகின்ற அதேவேளை, மத்தியப் பருவத்தில் பச்சைப்பயறு பயிரிடுவதற்குத் தேவையான வசதிகள் பல மாவட்டங்களில் உள்ள விவசாயிகளுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளன. இந்த ஆண்டு 13,439 மெட்ரிக் டன் பச்சைப்பயறு அறுவடை செய்யப்பட்டுள்ளது.

கௌபீ - இலங்கையில் வருடாந்த



இலங்கையின் நாடாளுமன்றம் அண்மையில் ஆன்லைன் பாதுகாப்பு சட்ட மூலத்தை நிறைவேற்றியது. இது நாட்டின் டிஜிட்டல் பரப்பிலும், மற்றும் முக்கியமாக அதன் பொருளாதாரத்தில் அதன் சாத்தியமான தாக்கங்கள் குறித்து சூடான விவாதத்தைத் தூண்டியது. இணைய வெளித் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் வெறுக்கத்தக்க பேச்சு ஆகியவற்றைக் கட்டுப்படுத்த இது ஒரு அவசியமான நடவடிக்கை என்று இதன் ஆதரவாளர்கள் பாராட்டுகிறார்கள்.

அதே நேரத்தில் விமர்சகர்கள் இது சுதந்திரமான வெளிப்பாட்டைத் தடுக்கலாம் மற்றும் வளர்ந்து வரும் டிஜிட்டல் பொருளாதாரத்திற்கு இடையூறு விளைவிக்கும் என்று அஞ்சுகின்றனர். எனவே, இந்த மசோதா இலங்கையின் பொருளாதார அபிவிருத்திக்கு வரமாகவோ அல்லது தடையாகவோ இருக்குமா? இது சுருக்கமாக இந்த வாரம் ஆராய்வோம்!

### சாத்தியமான நன்மைகள்

இணையத்தள மோசடிகள் மற்றும் ஏமாற்றும் செயற்பாடுகள், நிதி மோசடிகள் மற்றும் வெறுப்புப் பேச்சு போன்ற ஒன்லைன் அச்சுறுத்தல்களைச் சமாளிக்க, குடிமக்கள் மற்றும் வணிகங்களுக்கு பாதுகாப்பான நிகழ்நிலை சூழலை வளர்க்க இந்த மசோதா அதிகாரிகளுக்கு அதிகாரம் அளிக்கிறது என்று ஆதரவாளர்கள் வாதிடுகின்றனர். அண்மைக்காலமாக அதிகரித்து வரும் ஒன்லைன் நம்பிக்கை வெளிநாட்டு முதலீடு மற்றும் சுற்றுலாவை ஈர்க்கும், பொருளாதாரத்திற்கு பயனளிக்கும்.

ஒன்லைன் துன்புறுத்தல் மற்றும் தவறான தகவல்களை நிவர்த்தி செய்வது டிஜிட்டல் பாதுகாப்பிற்கான இலங்கையின் நற்பயரை அதிகரிக்கலாம். உலகளாவிய தொழில்நுட்ப நிறுவனங்களை ஈர்க்கும் மற்றும் பொருளாதார வளர்ச்சியின் முக்கிய உந்துதலான தகவல் தொழில்நுட்பத் துறையை மேம்படுத்தும்.

ஒன்லைன் பாதுகாப்பிற்கான சர்வதேச தரங்களை கடைபிடிப்பது உலகளாவிய டிஜிட்டல் சுற்றுச்சூழல் அமைப்புகளுடன் மென்மையான ஒருங்கிணைப்பை எளிதாக்கும், புதிய வணிக வாய்ப்புகள் மற்றும் கூட்டாண்மைகளுக்கான கதவுகளைத் திறக்கும்.

### குறைபாடுகள்:

கருத்து வேறுபாடுகளை மெளனமாக்குவதற்கும் நியாயமான விமர்சனங்களை கட்டுப்படுத்துவதற்கும், சுதந்திரமான வெளிப்பாட்டைக் குளிர்விப்பதற்கும், ஜனநாயகப் பேச்சுக்கு இடையூறாகவும், மசோதாவின் பரந்த மற்றும் தெளிவற்ற வரையறைகளான "தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கம்" தவறாகப் பயன்படுத்தப்படலாம் என்று விமர்சகர்கள் அஞ்சுகின்றனர். இது வெளிநாட்டு முதலீடு மற்றும் புதுமைகளைத் தடுக்கலாம். இறுதியில் பொருளாதாரத்திற்கு தீங்கு விளைவிக்கும் என்ற



## நிகழ்நிலை காப்பு சட்டம் பொருளாதாரத்துக்கு வரமா? அல்லது சாபமா?

கருத்தை எதிர்க்கட்சிகள் முன்வைக்கின்றன.

கடுமையான கட்டுப்பாடுகள் மற்றும் சாத்தியமான தணிக்கை ஆகியவை இணைய அடிப்படையிலான பொருளாதாரத்தில் தொடக்கங்கள் மற்றும் புதுமைகளை ஊக்கப்படுத்தலாம், ஈ-கொமர்ஸ் எனப்படும் இணையத்தள வர்த்தகம், டிஜிட்டல் மார்க்கெட்டிங் மற்றும் சமூக ஊடகங்கள் போன்ற துறைகளை பாதிக்கலாம். இது இலங்கையின் பொருளாதாரத்தை பன்முகப்படுத்துவதற்கும் வேலைவாய்ப்பை உருவாக்குவதற்கும் மேற்கொள்ளும் முயற்சிகளுக்கு இடையூறு விளைவிக்கும் என்ற கருத்தும் முன்வைக்கப்படுகின்றது.

மசோதா எவ்வாறு செயல்படுத்தப்படும் என்பதில் தெளிவின்மை மற்றும் தன்னிச்சையான அமலாக்கம் வணிகங்கள் மற்றும் முதலீட்டாளர்களுக்கு நிச்சயமற்ற தன்மையை உருவாக்கலாம், இது ஒன்லைன் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடத் தயங்குகிறது, பொருளாதார வளர்ச்சியைக் குறைக்கிறது.

### இருப்பைக் கண்டறிதல்

ஒன்லைன் பாதுகாப்புக்கும் கருத்துச் சுதந்திரத்துக்கும் இடையே சரியான சமநிலையைக் கண்டறிவது மிகவும் முக்கியமானது. இதனை அரசு உறுதி செய்ய வேண்டும்.

"தீங்கு விளைவிக்கும் உள்ளடக்கத்தை" குறிப்பிட்ட எடுத்துக்காட்டுகளுடன் தெளிவாக வரையறுப்பது, முறையான விமர்சனம் மற்றும் நையாண்டிகளைத் தவிர்த்து, பேச்சு சுதந்திரத்தைப் பாதுகாப்பதில் முக்கியமானது.

உள்ளடக்க அளவீட்டு முடிவுகளை மறுபரிசீலனை செய்வதற்கும் தன்னிச்சையான தணிக்கையைத் தடுப்பதற்கும் ஒரு சுயாதீன அமைப்பை நிறுவுவது நம்பிக்கையையும் வெளிப்பாட்டைத் தன்மையையும் வளர்க்கும்.

குற்றத்தின் தீவிரத்திற்கு ஏற்றவாறு அபராதங்களைச் செயல்படுத்துதல், முழுத் தளங்கள் அல்லது தனிநபர்கள் மீதான போர்வைத் தடைகளைத் தவிர்ப்பது, முறையான ஆன்லைன் செயல்பாட்டைப் பாதுகாப்பதற்கு அவசியம்.

சீவில் சமூகம், தொழில்நுட்ப நிறுவனங்கள் மற்றும் ஊடக நிறுவனங்களுடனான தொடர்ச்சியான உரையாடல், பாதுகாப்பு மற்றும் சுதந்திரமான வெளிப்பாடு ஆகிய இரண்டிற்கும் முன்னுரிமை அளிக்கும் வகையில் மசோதா செயல்படுத்தப்படுவதை உறுதிசெய்வதற்கு முக்கியமானது.

இலங்கையின் பொருளாதாரத்தில் நிகழ்நிலை பாதுகாப்பு சட்டமூலத்தின் தாக்கம் நிச்சயமற்றதாகவே உள்ளது. ஒன்லைன் பாதுகாப்பை மேம்படுத்துவதிலும் முதலீட்டை ஈர்ப்பதிலும் இது சாத்தியமான பலன்களைக் கொண்டிருந்தாலும், பேச்சு சுதந்திரம் மற்றும் டிஜிட்டல் கண்டுபிடிப்பு புற்றிய கவலைகளை புறக்கணிக்க முடியாது. இந்த சட்டமூலம் டிஜிட்டல் யுகத்தில் இலங்கையின் பொருளாதார மற்றும் ஜனநாயக அபிவிருத்திக்கு சேவையாற்றுவதை உறுதிப்படுத்த தெளிவான வரையறைகள், சுயாதீன மேற்பார்வை மற்றும் பங்குதாரர்களின் ஈடுபாடு ஆகியவற்றின் மூலம் சமநிலையை ஏற்படுத்துவது அவசியமாகும்.

# இயற்கை உணவுகள் ஆயுளை கூட்டி தரும் என்கிறார் சிவகாமி



இயற்கை முறையில் பப்பாளித் தோட்டம் ஒன்றை உருவாக்கி வெற்றிகரமாக நடத்தி வரும் மாரிமுத்து சிவகாமி என்கின்ற சிறந்த இயற்கை விவசாயியை தமிழர் பொருண்மியம் வார இதழ்க்காகாக செவ்விகண்டது.

எழுல் கொஞ்சம் மலையகத்தை பூர்வீகமாகக் கொண்டிருந்தாலும், வடக்கே விவசாயத்திற்குப்பேர் போன பூர்வீக கிராமமான நெடுங்குளம் கிராமத்தில் வெற்றிகரமான தனது பயணத்தை மேற்கொள்ளும் சிவகாமியை சந்திக்கும் ஒவ்வொருவரும் இயற்கை நமக்கு அளித்திருக்கும் வரப்பிரசாதங்கள் பற்றி உணராமலும் பேசாமலும் கடந்து செல்ல முடியாது. சமூகத்தின் மீதான அக்கறையோடும் பெரும் ஆதங்கத்தோடும் இவ்வாறு தனது உரையாடலை ஆரம்பிக்கிறார் சிவகாமி.

தற்காலத்தில் அதிக நோய்களுக்கு நிவாரணியாகவும் விளங்கும் நாட்டு ரக பப்பாளியின் வருகை இப்போது நலிவடைந்து இருக்கின்றது. வாய்க்குள் நுழையாத பல பெயர்களில் பல்வேறு ரக பப்பாளி பழங்கள் சந்தைகளில் இப்போது விற்பனையாகிக் கொண்டிருக்கின்றது, விதைகளே அற்ற ஒரு பப்பாளி பழத்தை விலைகொடுத்து வாங்கி உண்பதில் எமது மக்கள் ஆர்வம் காட்டுவதை பார்க்கும் போது கவலையாக இருக்கின்றது.

தற்போது அதிக அளவில் பரவிக்கிடக்கும் மலட்டுத்தன்மைக்கும், அநேக நோய்களுக்கும் இந்த விதைகளற்ற பழங்களும், காய்கறிகளும் பெரிய காரணமாகி விட்டிருக்கின்றது என்ற உண்மையை வைத்தியர்களும் பெரியோர்களும் சொல்லிக் கொண்டுதான் இருக்கிறார்கள். ஆனால் நாங்கள் இலகுவாக கிடைக்கக்

கூடிய, அல்லது மலிவாக கிடைக்கக்கூடியது என்றுதான் தேடிக்கொண்டு இருக்கிறோம். அந்த வந்த காலப்பகுதிகளில் கிடைக்காத பழங்களுக்கும் காய்கறிகளுக்கும் பேராசைப்பட்டு இயற்கைக்கு மீறி நாங்கள் உற்பத்தி செய்யும் அனைத்தும் எங்களுக்கு வினையை தான் உண்டு பண்ணும் என்று ஒரு கைதேர்ந்த வைத்தியரை போல நமக்கு அறிவுரை சொல்கிறார் மாரிமுத்து.

தொடர்ந்து பப்பாளியை நடவு செய்வது தொடர்பாக கூறங்கள்? என்று கேட்போது மிகவும் ஆர்வமாக விவரிக்க தொடங்குகிறார்.

களிமண் நிலம் தவிர்ந்த வேறு எவ்வகை நிலத்திலும் வளர்ந்து பயன் தரக்கூடியது பப்பாளி. இதனை நடுகை செய்யும்போது குறிப்பிடத்தக்க சில விடயங்களை நேர்த்தியாக செய்ய வேண்டி இருக்கிறது. முதலில் சட்டிக்கலப்பையால் ஒரு தடவை நிலத்தை உழவு செய்துவிட்டு, 15 நாட்கள் நிலத்தை காயவிட வேண்டும். பிறகு, டிரில்லரால் ஒரு உழவு செய்து விட்டு, அடுத்த நாள் அரை அடி ஆழத்தில், செடிக்குச் செடி 10 அடி, வரிசைக்கு வரிசை 10 அடி இடைவெளி விட்டு அரையடி ஆழத்தில் குழிகள் எடுக்க வேண்டும்.



## - பூங்குழலி -

ஒரு ஏக்கருக்கு 436 குழிகள் வரை எடுக்கலாம். குழி எடுத்த மறுநாள் ஒரு குழிக்கு அரை கிலோ தொழுவரம் போட்டு, நடுவிரல் அளவு குழி எடுத்து, பப்பாளிகன்றை வைத்து, மேல் மண் கொண்டு குழியை மூடிவிட வேண்டும். நடவு செய்த உடனே பாசனம் செய்ய வேண்டும். அதன் பிறகு மண்ணின் ஈரப்பதத்தைப் பொறுத்த தண்ணீர் பாய்ச்சி வந்தால் போதும்.

ஏக்கருக்கு அரை கிலோ விதை

பப்பாளியை கன்றாக வாங்காமல், விதையை வாங்கி நாமே நாற்று உற்பத்தி செய்து நடவு செய்வதுதான் சிறந்தது. 20 அடி நீளம், 20 அடி அகலத்தில் நாற்றங்கால் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு ஏக்கருக்கு தேவையான அரை கிலோ விதையை எடுத்து, ஒரு பாத்திரத்தில் ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் அரை லிட்டர் பஞ்சகவ்யா ஊற்றி அதில் விதையைப் போட்டு மூன்று மணி நேரம் ஊற வைத்து, பிறகு, ஓலைப்பாய் விரித்து, அதில் விதையை கொட்டி, அரை மணி நேரம் நிழலில் உலர்த்த வேண்டும். விதையை நாற்றங்காலில் தூவிவிட்டு 50 கிலோ மட்கிய தொழுவரத்தைத் தூவிவிட்டு ஒரு முறை கிளறினால் விதையும் தொழுவரமும் கலந்துவிடும். தண்ணீர் பாய்வதற்கு வசதியாக 4 அடிக்கு ஒரு பாத்திர வீதம் 5 பாத்திகள் எடுத்துக் கொள்ளலாம். விதைத்ததில் இருந்து 8 முதல் 10 நாட்களில் முளைப்பு தெரியும். 30 நாளில் அரை அடி உயரமும் 60 நாளில் ஓர் அடி உயரமும் வரும். 30-ம் நாளிலேயே எடுத்து நடவு செய்யலாம். ஆனால், ஓர் அடி உயரம் வந்தால் நடவு செய்ய வசதியாக இருக்கும்.

15 நாள் இடைவெளியில் பஞ்சகவ்யா பப்பாளியை நடவு செய்ததில் இருந்து, 20-ம் நாள் மட்டும் ஒரு களை எடுத்து விட்டு, 10 லிட்டருக்கு 300 மில்லி பஞ்சகவ்யா என்ற கணக்கில் கலந்து தெளிக்க வேண்டும். தொடர்ந்து, ஒவ்வொரு 15 நாள் இடைவெளியிலும், இதே அளவில் பஞ்சகவ்யா தெளிக்க வேண்டும். 40 நாளுக்கு ஒருமுறை 10 லிட்டர் தண்ணீருக்கு 150 மில்லி மீன் அமிலம் கலந்து தெளிக்க வேண்டும்.

பூ பூக்கும் நேரத்தில் பிண்ணாக்குக் கரைசல்

6-ம் மாதம் பூ பூக்க ஆரம்பிக்கும். அந்த நேரத்தில் 5 கிலோ பாசிப்பயறு, 5 கிலோ தட்டைப்பயறு, 5 கிலோ கொள்



எந்ப்பயறு, 5 கிலோ கொண்டைக்கடலை ஆகியவற்றை மாவாக திரித்து இதனுடன் கடலைப் பிண்ணாக்கு 80 கிலோ, வேப்பம் பிண்ணாக்கு 10 கிலோ ஆகியவற்றை 200 லிட்டர் கொள்ளவுள்ள டிரம்மில் போட்டு தண்ணீர் ஊற்றி கலக்க வேண்டும். டிரம் நிரம்பும் அளவுக்கு தண்ணீர் ஊற்றி இரண்டு நாள் வைத்திருக்க வேண்டும். பிறகு அந்தக் கரைசலை ஒவ்வொரு தூரினும் 500 மில்லி ஊற்றி, மண் அணைக்க வேண்டும். இதனால் பூக்கும் பூக்கள் உதிராமல் காய் பிடித்து நன்கு வளரும்.

பூ பூக்கும் நேரத்தில்தான் பப்பாளியில் ஆண், பெண் அடையாளம் காணமுடியும் கிளைகளுக்கும் தண்டுக்கும் இடையே ஒரே பூ மட்டும் பூத்தால் அது பெண் பப்பாளி



எனவும், கொத்தாக பூ காணப்பட்டால் அது ஆண் பப்பாளி எனவும் அடையாளம் தெரிந்து கொள்ளலாம். 400 பப்பாளி மரங்களில் குறைந்தது 20 ஆண் பப்பாளியாவது இருந்தால் காய்ப்புத்திறன் அதிகமாக இருக்கும். சில விவசாயிகள் ஆண் பப்பாளி மரங்களை மொத்தமாக பிடுங்கிவிடுகிறார்கள். இதனால் அயல்மகரந்தச் சேர்க்கை நடைபெறாமல் காய்ப்புத்திறன் குறைய வாய்ப்புள்ளது. 7-ம் மாதம் காய் காய்க்கத் தொடங்கும். 8-ம் மாதம் காய் பறிக்கலாம். 9-ம் மாதத்தில் இருந்து மகசூல் அதிகரிக்கும். 12-ம் மாதம் வரை நல்ல மகசூல் கிடைக்கும். 13-ம் மாதத்தில் மகசூல் படிப்படியாக குறைய ஆரம்பிக்கும். பிறகு, மரம் உயரமாக வளர்ந்து விடும். காய்களும் தரமில்லாமல் இருக்கும். ஆகவே குறித்த காலங்களில் ஏற்ற வழிமுறைகளை சரியாக செய்வதன் மூலம் நீடித்த பயனை பெறலாம்.

நாங்கள் எவ்வளவுதான் எடுத்துச் சொன்னாலும் இந்த இயற்கை விவசாயத்தை நம்பி வியாபாரம் செய்ய முடியாது என்கின்ற ஒரு காரணம் இருந்து கொண்டே தான் இருக்கின்றது .

ஆனால் இயற்கையையும் இயற்கை தந்த மண்ணையும், காற்றையும், நீரையும் நம்பித்தான் எமது முன்னோர்கள் வாழ்ந்தார்கள் .எம்மை வாழ வைத்தார்கள் என்பதை நாங்கள் மறந்து போகிறோம் இங்கே அளவுக்கு மிஞ்சி நாங்கள் ஆசைப்படுவதால்தான் இயற்கையோடு இணைந்த வாழ்க்கையை எங்களால் மேற்கொள்ள முடியாமல் இருக்கிறது.

நாங்கள் ஒவ்வொருவரும் எங்களுக்கு தேவையானவற்றை மட்டுமாவது நஞ்சில்லாமல் பயிர் செய்து உணவுக்கு பயன்படுத்த ஆரம்பித்தால் படிப்படியாக சமூகத்தில் மாற்றம் வரத்தானே வேண்டும்? என்று அவருடைய ஆதங்கமான கேள்விக்கு பதிலாக நாங்கள் இருப்போமா?



# குடிதண்ணீர்

எங்கள்

வாழ்வும்  
வளமும்



- தமிழ்க்கவி -

“அகழ்வாரைத் தாங்கும் நிலம்போல தம்மை இகழ்வாரைப் பொறுத்தல் தலை”  
ஒரு விவசாயி ஓய்வின்ற உழைக்கும் விவசாயி இப்படி கவலைப்பட்டார் நானு ஏக்கரிலும் கச்சான் போட்டிருந்தால் விளைச்

சலும் அப்பிடி இருந்திருக்கும். கஸ்டமும் குறைவாக இருந்திருக்கும். நிலமும் வளமாக இருந்திருக்கும் நெல்லை விதைத்து நிம்மதியே போச்சு”

“இன்னுமொருவர் சொல்லும் போது குளத்திலிருந்து தண்ணீர் திறக்காமலே நெல் விளைகிறது பதமாக மழை பொழிந்து நீர் பாய்கிறது. ஆனாலும் கையும் கணக்கும் நடத்திலதான் ஓடுது”

என்றைக்கு தமது உடல் உழைப்பையும் இயற்கை உரத்தையும் கைவிட ஆரம்பித்தார்களோ அன்றைக்கே இது நடக்கும் என்பதை அன்று வாழ்ந்த முதியவர்கள் சொல்லத்தான் செய்தார்கள். ஆனால்

அன்றைய இளைய தலைமுறை அதாவது இன்றைய பழைய தலைமுறையினர் அதை காது கொடுத்து கேட்கவில்லை. அதே போல இவர்கள் சொல்லும் விதிமுறைகளை இன்றுள்ள இளைய தலைமுறை கேட்கவில்லை. ஆக பிழைகள் பெரும் பிழைகளாகி நாடு நடுத்தெருவுக்கு வந்துவிட்டது என்று சொல்லும்படி இருக்கிறது.

வருடந்தோறும் நாம் வளர்க்கும் வளர்ப்புப்பிராணிகள் எமக்கான பெரும் வளத்தையும் உழைப்பையும் தந்து கொண்டிருந்தன. பால் முட்டை இறைச்சி என்பவையும் உபரியாக கிடைத்தது. இன்று நாம் எல்லோருமே இவற்றில் ஏதோ ஒன்றிற்கோ அல்லது பலவற்றுக்கோ விலை கொடுக்கும் நிலையில் இருக்கிறோம்.

குடிக்கிற தண்ணீரை விலைக்கு வாங்கிப் போகிறோம் என்று ஒரு ஜம்பது வருடங்களுக்கு முன் யாராவது சொல்லியிருந்தால் கை கொட்டிச் சிரித்திருப்போம். இன்று அப்படியான நிலை வந்திருக்கிறது. பல



வகை அழுக்குகளால் நிரம்பியுள்ள குளத்தை சுத்தம் செய்து குழாய்வழியாக வழங்கும் நீரும் காசுதான்.

உங்களுக்கு தெரியுமா? நாங்கள் சின்ன வயதில் எமது பெரிய படலையும் கண்டாயமும் வைத்த முன்வேலிக்கு முன்னால் நின்ற பாலைமர நிழலில் பெரிய மண்பானையை வைத்து நீர் நிரப்பி விடுவோம் அதை மூடி ஒரு மூக்குப் பேணியும் வைப்போம். பெரும்பாலும் கால்நடையாகவே பயணிக்கும் வழிப்போக்கர்கள் அந்த மரநிழலில் தண்ணீர் குடித்தபின் உட்கார்ந்து களைப்புத் தீர்ந்தபின் நடையை தொடர்வார்கள். மாடுகள் கன்று போட்டிருந்தால் பக்கத்திலேயே ஒரு சின்னப் பானையில் மோர் கரைத்து வைப்போம். பச்சை மிளகாய் வெங்காயம் ஊறுகாய் என அதில் பக்குவமாக அம்மா கலந்து தருவார். இன்றுள்ள மக்களில் இந்த மோர் கரைசலை எங்காவது கோவில் தண்ணீர்ப் பந்தலில்தான் குடித்த அனுபவமுடைய வர்களாக காணலாம். மற்றப்படி வீடுகளில் தயிர் கடைதல் கிடையவே கிடையாது.

இன்னும்பொரு வகைப் பானம் கடும் கோடையில் வீடுகளில் கிடைக்கும் அதை நீச்சத்தண்ணி என்பார்கள். இதற்காகவே முதல்நாள் இரவுக்கு வைக்கும் உலையில் ஒரு சுண்டு அரிசி அதிகமாக போடுவார்கள். காலையில் அந்த சோற்றை நீர்விட்டுக் கரைத்து அதில் பச்சைமிகாய் உப்பு வெங்காயம் சேர்த்து மோரும் விட்டு கரைத்து வைப்பார்கள். வேர்க்க விறுவவிறுக்க தோட்டம் கொத்திவிட்டு வந்து அந்த நீச்சத்தண்ணியை வயிறார குடித்துவிட்டு ஆசுவாசமாக கை கால்களை பரப்பி விரித்து வெறுந்தரையில் படுத்தால் வருமே ஒரு சுகம். எத்தனை கோடி கொடுத்தாலும் எங்கும் பெற முடியாத சுகம். அது அனுபவித்தவர்களுக்குத்தான் தெரியும்

அடுத்த கோடைப் பானம் தேசிக்காய்த் தண்ணி. எலுமிச்சம் பழத்தை பிழிந்து சர்க்கரை கரைத்த நீரில் விட்டு குளிராக குடிப்பது. ஒரு ரகசியமான விசயம். முக்கில் சளி வெறும் நீராக கொட்டிக் கொண்டிருக்கும் தடிமல். குணயவும் வடியும் நிமிரவும் வடியும். தலையிடி ஒருபக்கம் இருக்கும் சோர்வா சொல்ல முடியாது. அப்படியே கண்களை மூடிப்படுக்க வெண்டும் போல இருக்கும். கண்கள் வேறு சிவந்து நீர்கசியும். ஏவ்வளவு அவஸ்தையை இருக்கும். அப்ப பார்த்து யாராவது என்னப்பா விடயம் என்று கேட்டால் தடிமன் என்று சொல்வீர்களா? அடச்சீ தடிமனுக்கே உந்த எடுவை எடுக்கிறாய் என்று சிரிப்பார்கள்.

அதாவது எவ்வளவு அவஸ்தையை தந்தாலும், தடிமலை வருத்தம் என்று சொல்ல முடியாது. அது ஒரு சொகம். சரி இப்படி தடிமல் ரெண்டுங் கெட்டானாக வருத்தும் போது, சிறிது வெதுவெதுப்பான நீலில் சீனியை தேவையான அளவு கரைத்து விட்டு ஒரு சிட்டிகை உப்பும



போட்டுக் கரைக்கவும். இப்போது உங்கள் கரண்டியை தூர வைத்து விடுங்கள். நன்கு பழுத்த எலுமிச்சம் பழத்தை வெட்டி நீங்கள் கரைத்து வைத்திருக்கும் கலவைக்குள் பிழிந்து விடுங்கள். அதை ஆட்டவோ குலுக்கவோ கூடாது பழுத்தை பிழிந்ததும் நீரில் சிறு துள்ளல் தெரியும். அப்படியே எடுத்து மடமடவென குடித்து விடுங்கள். குப்பகமிருக்கட்டும் கலக்கக் கூடாது. இரண்டுமணி நேரத்தில் தடிமல் இறுகி பழுத்துவிடும்.

இது வயிற்றுக்கடுப்பு சலக்கடுப்பு என்பவற்றையும் குணமாக்கும் என்பது பேலதிக தகவல். குடிக்கிற பானங்களின் பிரதான ஊடகங்கள். குளங்கள்தான். இவற்றின் ஆதரவில்தான் கிணறுகள் ஆறுகள் என ஏனைய ஊடகங்கள் இருக்கிறது. இவை களிலாவது நாம் சரியான பயனைப் பெறுகிறோமா? என்றால் இல்லை.

இன்று வயல்களை மூடிப்பரந்த இந்த பெரு வெள்ளத்திலும் வருமானந் தேடியவர்கள் நாங்கள். பெருவெள்ளம் ஓடும் நாட்களில் மக்கள் உறங்க மாட்டார்கள் கையிலே ஒரு சூழ் கொளுத்தி பிடித்தபடி வெள்ளத்தில் மேலேறும் மீன்களை வாள்கொண்டு வெட்டி கறியாக்குவார்கள். நீரை எதிர்த்தேறும் மீன்களும் உணவாகும். இப்போதுதான் அயிரை மீன்களை அதிகமாக கைப்பற்றலாம். ஒரு குளமும் குளத்தின் வளமும் இன்றைய மக்களால் முழுதும் நுகரப்படவில்லை. வெறுமனே வயலுக்குப் பாயும் நீரும் தூண்டிலும் வலையிலும் சிக்கும் மீன்களும் மட்டுமே வருமானமாகிறது. அதையும் எல்லா குளப்பங்களாரும் அனுபவிப்பதில்லை. குளத்திலிருந்து எமது உணவாக்கக்கூடிய தாவரங்கள் எத்தனையை நாம் அறிந்திருக்கிறோம். வெறுமனே பொன்னாங்காணி, ஆரை, வல்லாரை, சேம்பு, கொட்டி,

ஒலுத்தண்டு என சேகரித்து வரும் மக்களைக்கூட குளங்களில் கொட்டப்படும் மோசமான குப்பைகள் தள்ளிநிற்க வைத்துள்ளது.

வவுனியா நகரத்தில் ஒரு குளம் இருக்கிறது எல்லோரும் அறிந்த விடயம் அந்த குளத்திலிருந்து ஒருகாலத்தில், பார ஊர்திகளில் தென்னிலங்கைக்கு ஏற்றுமதியாகிய பொருள் தாமரைக் கிழங்கு. சீறிமாவோ அம்மையாரின் அரைக் கொத்தரிசித்திட்டம் அமுலில் இருந்த போது தாமரைக் காய்களை ஆய்ந்து வெயிலில் உலர வைத்து பருப்புகளை அரைத்து மாக்கி பிட்டு ரொட்டி என செய்தவர்கள். ஏராளமான வன்னி மக்கள். தாமரைக்கிழங்கு எமது உடலில் ஏராளமான நோய்களை குணமாக்க வல்லது. அதை நாம் உணவாக பயன்படுத்துவது குறைவு.

ஆனால், தென்னிலங்கை மக்கள் வெகுவாக அதை விரும்பி உண்கின்றனர். கிளிநொச்சியிலும் ஏராளமான குளங்கள் தாமரைக்குளங்கள்தான். ஆனால் எத்தனை குளங்கள் அதன் பயனை மக்களுக்கு தருகின்றன. என்றால் வேதனையாக இருக்கும். எமது மண்ணில் நீரைத்தரும் குளங்களும் ஆறுகளும் கிணறுகளும் நிரம்ப இருக்கிறதே ஆயினும் நாங்கள் தண்ணீரை விலை கொடுத்து வாங்கி குடிக்க வேண்டிய நிலையில் இருக்கிறோம்.

காலையிலோ மாலையிலோ நீர் கலயங்களுடன் கிணறுதேடிச் செல்வோர் அதிகமாக உள்ளனர். சுத்தமாக வேண்டின் நீரை கொதிக்க வைத்து ஆறியபின் பருகலாம். ஆனால் சோம்பல் அதை எமக்கு கற்பிப்பதில்லை. எதற்கெடுத்தாலும் பணத்தை வீசினால் நடந்து முடிந்து விடும் என்பதாகவே எமது மனநிலை உள்ளது.

# எந்தப் பயிரை எப்போது செய்வது?

எந்தப் பயிர்களை நடுவதாக இருந்தாலும் பயிர்களுக்கு இடையிலான இடை வெளியின் அளவீட்டினை விவசாயிகளாகிய நாங்கள் மிக மிக முக்கியமாக கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

அதாவது ஒரு பயிருக்கு அதிகளவான நீரினை வழங்கினாலும், அதிகளவான உரத்தினை வழங்கினாலும் இரு பயிர்களுக்கு இடையிலான இடைவெளிகள் மற்றும் பயிரிடப்படும் காலங்கள் மற்றும் மண்ணின் தன்மை போன்றவை தான் அந்தப் பயிரின் வளர்ச்சி வீதத்தினையும் காய்ப்புத் திறனையும் நிர்ணயிக்கும்.

என்பதில் மாற்றுக் கருத்து இல்லை.

எமது முன்னோர்கள் சும்மா கூறவில்லை தென்னைக்கு தேரோடும் இடை வெளி வேண்டும். வாழைக்கு வண்டி யோடும் இடை வெளி வேண்டும். நெல்லுக்கு நண்டு ஓடும் இடைவெளி வேண்டும் என்று.

ஏட்டுப் படிப்பை காட்டிலும் அனுபவம் என்பது மிக மிக முக்கியமாகும்.

ஏனென்றால் விவசாயம் சார்ந்த தொழில் களில் மாத்திரம் அல்ல அனைத்து தொழில்களிலும் நிச்சயம் தோல்வியை தரும்.

- வாழை மரம் 8 x 8
- தென்னை மரம் 24 x 24
- ப்பாளி மரம் 7 x 7
- மாமரம் உயர் ரகம். 30 x 30
- மாமரம் சிறிய ரகம் 15 x 15
- பலா மரம் 22 x 22
- கொய்யா மரம் 14 x 14
- மாதுளை மரம் 9 x 9
- சப்போட்டா மரம். 24 x 24
- அன்ன மீனா மரம். 10 x 10
- தோடை மரம். 15 x 15
- எலுமிச்சை மரம் 12 x 12
- திராட்சை. 9 x 6
- நெல்லி மரம் 14 x 14
- முந்திரிகை மரம். 16 x 16
- கறிவேப்பிலை மரம். 7 x 8
- முருங்கை மரம். 12 x 12
- கரம்பு மரம். 18 x 18
- கறுவா மரம். 10 x 10
- கோபி மரம். 7 x 7
- கொக்கோ மரம். 24 x 24
- வேப்பமரம். 15 x 15



- பனைமரம். 10 x 10
- கமுகமரம். 7 x 7
- தேக்கு மரம் 10 x 10
- மலைவேம்பு மரம். 10 x 10
- சந்தன மரம். 15 x 15
- நாவல் மரம். 30 x 30
- கற்றாழை 2 x 2
- பச்சை மிளகாய் 1 x 2
- கத்தரி 1.5 x 2.5
- வெண்டி 1 x 2
- பைத்தங்காய் 1 x 2
- அவரைக்காய் 1 x 2
- கறிமிளகாய் 1.5 x 2
- குடைமிளகாய் 2 x 3
- தக்காளி 1.5 x 2
- வெங்காயம். 10 x 10 (cm)
- வெள்ளைப் பூண்டு 15 x 15 (cm)
- உருளைக்கிழங்கு. 1 x 1.5
- கேரட். 10 x 10 (cm)
- பீட்ரூட். 15 x 15. (cm)
- கோவா. 1 x 1.5
- லீட்ஸ். 10 x 12.5. ( cm )
- போன்ஞ். 1 x 2
- முள்ளங்கி. 12.5 x 15. ( cm )
- பாவை 4 x 6
- புடலங்காய். 2 x 6
- பீக்கங்காய் 4 x 6
- பூசணிக்காய். 6 x 6

## ஆனந்தன் பிரேம்நாந் லக்ஷி பண்ணை



- சுரக்காய் 8 x 8
- கொடி அவரை. 3 x 3
- கறிவேப்பிலை. 7 x 8
- பாசிப்பயறு. 1 x 1.5
- கௌப்பி. 1 x 1.5
- உளுந்து. 1 x 1
- எள்ளு. 1 x 1.5
- பட்டுமரம் 2 x 4
- கோதுமை. 20 x 20 ( cm )
- நிலக்கடலை. 0.5 x 1
- சோலன். 1.5 x 2
- சோயா 0.5 x 1
- மரவள்ளி. 3 x 3
- வற்றாளை. 20 x 60. ( cm )
- இராசவள்ளி 1.5 x 2
- கருணைக்கிழங்கு 2 x 2
- இஞ்சி. 1 x 1
- மஞ்சள். 20 x 20 ( cm )
- வசம்பு. 1 x 1
- கரும்பு. 2 x 5

இந்த அளவீடுகள் குறையாது கட்டாயம் இருக்க வேண்டிய அடி அளவுகள் ஆகும்.

அதாவது நீண்ட கால பயிராக இருக்கட்டும். குறுகிய கால பயிராக இருக்கட்டும்.

ஒரு பயிரின் பக்கவெராணது பக்கவாட்டில் நிலத்தினுள் ஊடுருவிச் செல்லும் வட்டத்தின் விட்டத்தினையும் அம்மரத்தின் கிளைகளின் பரப்பின் விட்டத்தினையும் அடிப்படையாகக் கொண்டே இரு மரங்களுக்கு இடையிலான இடைவெளியில் அளவீடுகள் கணக்கிடப்படுகின்றது.

ஒருவேளை விவசாயிகள் தங்கள் நிலத்திற்கு ஏற்ப பயிர்களுக்கு இடையிலான இடைவெளியில் நிச்சயம் மாற்றம் செய்ய வேண்டும் என்ற பட்சத்தில்

பயிர்களுக்கு இடையிலான இடைவெளியில் நீளத்தை குறைத்தால் நிச்சயம் அகலத்தை கூட்ட வேண்டும்.

அதோடு இரு செடிகளுக்கு இடையிலான இடைவெளிகள் குறைவாக இருந்தால் மட்டுமே செடிகளின் வளர்ச்சியும் காய்ப்புத்திறனும் பாதிக்கும். மாறாக செடிகளுக்கு இடையிலான இடைவெளிகள் அதிகமாக இருந்தால் எந்த ஒரு பிரச்சினையும்



இல்லை. அவ்விடத்தில் இடப்படும் உரத்தின் அளவு குறைவடைந்து அதிக அளவில் லாபம் கிடைக்கும்.

இவ்வாறு இடைவெளி இருந்தால் அவற்றின் இலைகள். ஓலைகள் மற்றும் தண்டுகள் நன்கு பரப்பி வளர முடிகிறது. இதனால் பயிரின் கிளைகளின் விஸ்திரம் சிறப்பாக இருக்கும்.

இந்த இடைவெளிகளையும் விட குறைவாக இருந்தால் மரங்கள் காய்க்காமலும். கிழங்கு சிறிதாக பிடிப்பதோடு நீண்டு ஒல்லியாக வளர்ந்து கொண்டு போகும்.

இதன்பின் காய்த்தாலும் காய்கள் திரட்சி இல்லாமல். காய்கள் சிறிதாக இருக்கும்.

இடைவெளிகள் அதிகமானால் மரங்கள் குறைந்த உயரத்தில் காய்க்க ஆரம்பிக்கும் அதோடு காய்கள் நன்கு பெருத்து திரட்சியாக காய்க்க ஆரம்பிக்கும்.

மரத்தின் சுற்றளவு நன்கு விருத்தியடையும்.

#### குறிப்பு

இதில் பாத்தி அமைத்து பயிரிடும் பயிர்களும் உள்ளன. பாத்தி பயிர்களை பாத்தி முறைக்கு ஏற்றவாறு நட வேண்டும்.

பொதுவாக குறுகிய கால பயிர்கள் தவிர்ந்து நீண்டகால பயிர்களை நடுவதாக இருந்தால் அவ்விடத்தில் நீர் கட்டமைப்பு சரியாக இருக்கும் பட்சத்தில் அனைத்து காலங்களிலும் நடுகை செய்யலாம்.

மேற்குறிப்பிட்ட இடைவெளிகளில் பயிர்களை நடுகை செய்யதாலும். எந்தெந்த காலங்களில் பயிர்களை நடுகை செய்ய வேண்டும் என்பதும் மிக மிக முக்கியமான ஒன்றாகும்.

இருப்பினும் இந்தந்த காலங்களில் தான் நடுகை செய்ய வேண்டும் என்று இருந்தாலும் கோடை காலங்கள் தவிர்ந்து ஏனைய காலங்களில் தாழ்வான பகுதிகளில் நடுகை செய்வதை முடிந்தவரை தவிர்க்க வேண்டும்.

அதிலும் நீண்டகால பயிர்களை தாழ்வான நிலங்களில் நடுகை செய்வதை முற்றாக தவிர்க்க வேண்டும் காரணம் காலநிலை மாற்றம் ஏற்பட்டு அதிக மழை வீழ்ச்சி கிடைக்கும் பட்சத்தில் அவ்விடத்தில் நீர் தேங்கி நின்று வேர் அழுகல் போன்ற நோய் ஏற்பட்டு மரம் இறந்து போக அதிக வாய்ப்புள்ளது.

அதாவது.

ஜனவரி: (மார்கழி - தை)

1) கத்தரி, 2) மிளகாய், 3) பாகல், 4) தக்காளி, 5) பூசணி, 6) சரை, 7) முள்ளங்கி, 8) கீரைகள்.

பிப்ரவரி: (தை - மாசி)

1) கத்தரி, 2) தக்காளி, 3) மிளகாய், 4) பாகல், 5) வெண்டை, 6) சரை, 7) கொத்தவரை, 8) பீர்க்கன், 9) கீரைகள், 10) கோவைக்காய்.

மார்ச்: (மாசி - பங்குனி)

1) வெண்டை, 2) பாகல், 3) தக்காளி, 4)



கோவை, 5) கொத்தவரை, 6) பீர்க்கன்.

ஏப்ரல் : (பங்குனி - சித்திரை)

1) கொத்தவரை, 2) வெண்டை.

மே: (சித்திரை - வைகாசி)

1) கத்தரி, 2) தக்காளி, 3) கொத்தவரை.

ஜூன் : (வைகாசி - ஆனி)

1) கத்தரி, 2) தக்காளி, 3) கோவை, 4)

பூசணி, 5) கீரைகள், 6) வெண்டை, 7)

செடி முருங்கை

ஜூலை: (ஆனி - ஆடி)

1) மிளகாய், 2) பாகல், 3) சரை, 4)

பூசணி, 5) பீர்க்கன், 6) முள்ளங்கி, 7)

வெண்டை, 8) கொத்தவரை, 9) தக்காளி.

ஆகஸ்ட்: (ஆடி - ஆவணி)

1) முள்ளங்கி, 2) பீர்க்கன், 3) பாகல்,

4) மிளகாய், 5) வெண்டை, 6) சரை..

செப்டம்பர்: (ஆவணி - புரட்டாசி)

1) கத்தரி, 2) முள்ளங்கி, 3) கீரை, 4)

பீர்க்கன், 5) பூசணி.

அக்டோபர்: (புரட்டாசி - ஐப்பசி)

1) கத்தரி, 2) முள்ளங்கி.

நவம்பர் : (ஐப்பசி - கார்த்திகை)

1) செடி முருங்கை, 2) கத்தரி, 3) தக்

காளி, 4) முள்ளங்கி, 5) பூசணி.

டிசம்பர் : (கார்த்திகை - மார்கழி)

1) கத்தரி, 2) தக்காளி.

மேற்குறிப்பிட்ட இரு விடயங்களையும் ஒரு பண்ணையாளர் கவனத்தில் எடுத்து பயிர்செய்கையில் ஈடுபடுவாராக இருந்தால் அவரின் வெற்றியானது 60 வீதம் ஆரம்ப கட்டத்திலேயே உறுதிப்படுத்தப்பட்டு விடும்.

மாறாக அவர்களுடைய விருப்பம்போல் செடிகளையோ அல்லது மரங்களையோ நெருக்கமாக நடுகை செய்திருந்தால். அவர்கள் எவ்வளவு முயற்சி செய்தாலும். பயிரின் வளர்ச்சியும் குறைவாக இருக்கும். பயிரின் விளைச்சலும் குறைவாக இருக்கும்.

காரணம் அருகருகே அதாவது சரியான இடைவெளிகள் அல்லாமல் நெருக்கமாக நடப்பட்டால் ஒரு செடியில் வேர்ப்பகுதி மற்ற செடியின் கட்டுப்பாட்டிற்குள் ஊடுருவிச் செல்லும் போது அவ்விடத்தில் உள்ள

நிலத்தின் வளத்தினை உறிஞ்சி எடுப்பதில் இரு செடிகளுக்கு இடையில் போட்டி ஏற்பட்டு வளர்ச்சி முற்றாக தடைப்பட்டு காய்பித்திறன் குறைவடைகின்றது.

**எந்தெந்த காலங்களில் பயிர்களை நடுகை செய்ய வேண்டும் என்பதும் மிக மிக முக்கியமான ஒன்றாகும். இருப்பினும் இந்தந்த காலங்களில் தான் நடுகை செய்ய வேண்டும் என்று இருந்தாலும் கோடை காலங்கள் தவிர்ந்து ஏனைய காலங்களில் தாழ்வான பகுதிகளில் நடுகை செய்வதை முடிந்தவரை தவிர்க்க வேண்டும்.**



# கீழிருந்து மேல் வரை பயன் தரும் கீரைகள்



**யேமிகா பொன்னுத்துரை விவசாய பீடம், யாழ். பல்கலைக்கழகம்**

இன்றைய காலகட்டத்தில் நமது உடலுக்கு சத்து மிக தேவைப்படுகிறது. கீரை மற்றும் காய்கறிகள் அதிகம் சாப்பிட வேண்டும் என்று மருத்துவர்களும் வலியுறுத்துவார்கள். ஆனால் காய்கறிகளை விட கீரைகள் கிடைப்பது அரிதாகி விட்டது. காரணம் நீர்ப்பற்றாக்குறை. எனவே எளிய முறையில் வீட்டுத்தோட்டம் போட்டு அதில் நமக்கு தேவையான கீரைகளைப் பறித்துக் கொள்ளலாம். நட்டும் பல மாதங்கள் வரை பலன் கொடுக்கக்கூடிய கீரைகள் சில இருக்கின்றன.

## புதினா வளர்ப்பு

மணமும் குணமும்மிக்க ஒரு கீரை புதினா (அவை). நகரங்களிலும் கிராமங்களிலும் புதினாவை எளிதாக வளர்க்கலாம். தொட்டிகளில் வளர்ப்பதாயின்



மண் அல்லது சீமண்ட் தொட்டி, இயற்கை உரமும் மண்ணும் கலந்த கலவை, இலைகள் கிள்ளிய புதினா கீரையின் காம்பு என்பன தேவை. முற்றிய கீரைகளை தண்டுகள் முளைப்புதிறன் உள்ளவை.

நிலத்தில் வைக்கும் முன் நிலத்தை கொத்தி சீர் செய்ய வேண்டும். பிறகு இயற்கை உரத்தை தூவி விடுங்கள். சீர் செய்த மண்ணில் புதினா காம்புகளை 2 அங்குலத்திற்கு நட்டுவிட்டு முளைப்பதற்கு ஏதுவாக நீர் தெளித்து விடுங்கள். பராமரிப்பு என்று பெரிதாக நீங்கள் செலவிடத் தேவையில்லை. காலை, மாலையில் நீர் ஊற்றி வந்தால் போதுமானது.

சரியான நிழலும் சூரிய ஒளியும் தண்ணீரும் கிடைக்கும் பட்சத்தில் மூன்று வார காலத்தில் புதினாவை அறுவடை செய்ய முடியும். 4 தொட்டிகளில் வைத்தால் 2 வாரத்துக்கு ஒரு முறை, 2 கட்டு கீரைகள் அறுவடை செய்யலாம். நிலத்தில் நட்டால் அறுவடை இன்னும் கூடுதல் ஆகும்.

## பொன்னாங்காணி

பொன்னாங்காணி வளர தண்ணீர் அதிகமாகத் தேவை என்பதால், மழைக் காலத்தில் நிரம்பி வழியும், ஏரிக்கரைகளில் இந்தக் கீரை வளர்ந்திருப்பதை பார்க்கலாம். கிராமங்களில் கிணற்றை

சுற்றிலும் இந்த கீரை வளர்ந்திருக்கும். மிகுந்த மருத்துவகுணம் உள்ளது. கண் பார்வைக்கும் மலச்சிக்கல் பிரச்சினை உள்ளவர்களுக்கும் இது நல்லது.

பொன்னாங்காணி கீரை வாங்கி, கீரைகளை கிள்ளிக் கொண்டு, தண்டை மட்டும் எடுத்து வைப்புகள். சற்றே பெரிய தண்டுகளைத் தேர்ந்து எடுத்து மண்நிரப்பிய தொட்டிகளில் நட்டு வைப்புகள். 3 நாட்களில் தண்டுகளில் வேர் பிடித்து இலைகள் துளிர்க்க ஆரம்பிக்கும்.

சற்று கூடுதலாக தண்ணீர் விடுங்கள். சூரிய ஒளி நன்றாக விழுந்தால் தண்டு நன்றாக துளிர்க்கும். ஒரு மாதத்தில் கீரைகளை கிள்ளி சமைக்க பயன்படுத்தலாம். கீரைகள் கிள்ளி கிள்ளி துளிர்ந்துக்கொண்டே இருக்கும். குறைந்தது 10 முறை இப்படி பயன்படுத்தலாம். இதுவே நிலத்தில் நட்டால் இன்னும் நீண்ட நாட்களுக்குப் பயன்படுத்தலாம்.

## தண்டுக்கீரை வளர்ப்பு

கீரைகளில் தண்டும் கீரையும் தனித் தனியாக சமையல்களில் பயன்படுத்துவது தண்டுக்கீரையில் மட்டும் தான். ஆனால் தண்டுக்கீரை ஆடி மாதங்களில் மட்டுமே சந்தைகளில் கிடைக்கும். மற்ற கீரைகளை 1 முதல் 2 மாதங்களில் அறுவடை செய்யலாம். தண்டுக்கீரை அறுவடைக்கு கூடுதலாக சில நாட்கள் பொறுத்திருக்க வேண்டும். அதனால் வியாபார நோக்கத்தில் அது பயன்படாது. அதனால் தான் ஆடி மாதங்களில் கூழ் சமைக்கும் போது கூட சமைக்கப்படும் காரக்குழம்புகளில் போடுவதற்காக தண்டுக்கீரை விற்பனை செய்கிறார்கள். ஆனால் வீடுகளில் தொட்டிகளில் வளர்க்க ஏற்ற கீரை வகைகளில் இதற்கு முதலிடம் தரலாம்.

சிறுகீரை, முளைக்கீரை உள்ளிட்ட கீரைகள் முளைத்து வளர்ந்தவுடன் அறுவடை செய்து பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். அதாவது இவற்றின் பயன்பாடு ஒரே ஒரு





முறை மட்டுமே. இலைகளை கிள்ளிக் கொண்டு தண்டை விட்டால் பெரிதாக இலைகள் முளைத்து பயன்தராது. ஆனால் நன்கு வளர்ந்த தண்டுக்கீரை இலைகளை பறித்துக் கொண்டு தண்டை மட்டும் விட்டால் ஒரே வாரத்தில் இலைகள் முளைத்து செழித்து வளர்ந்து நிற்கும். இப்படி ஒரே செடியில் ஆறு முறைக்கும் குறையாமல் இலைகளை பறிக்கலாம்.

தண்டுக் கீரையின் இலைகள் பெரிதாக இருக்கும் என்பதால் நான்கைந்து செடிகள் வைத்தாலே போதுமானது. மூன்று பேர் அடங்கிய குடும்பத்திற்கு வாரம் ஒரு முறை தண்டுக்கீரை சமைப்பதற்கு ஏற்ற அளவு தண்டுக்கீரைச் செடியில் அறுவடை செய்யலாம்.

தண்டுக்கீரை விதைகளை வாங்கி, நல்ல மண் உரமிட்ட தொட்டிகளில் விதைத் தால் இரண்டு நாட்களில் விதைகள் முளைவிட ஆரம்பித்திருக்கும். காலை, மாலை மிதமான தண்ணீர் ஊற்றினால் போதுமானது. போதிய வெளிச்சம் இருப்பது நலம். முதல் மாதத்திலிருந்து இலைகளை மட்டும் பறிக்கலாம். அடுத்த இரண்டு மாதத்திற்கு வாரம் ஒரு முறையென இலைகளைப் பறிக்கலாம்.

#### பாலைக்கீரை

பாலைக்கீரை, கீரை வகையைச் சேர்ந்த மூலிகைச் செடியாகும். இதுவும் வீட்டில் வளர்க்கக்கூடிய கீரை ஆகும். இந்த பாலைக்கீரை வளர வளமான மண் தேவையாகும். இது மணலிலும், வண்டல் மண்ணிலும் நன்கு வளரும்.

பாலைக்கீரை வளர எப்போதும் ஈரம் இருந்து கொண்டே இருக்க வேண்டும். பாலைக்கீரை ஒரு அடி முதல் இரண்டு அடி வரை வளரக் கூடியது. தவிர 0.75 அடி முதல் 1.5 அடி வரை பக்கவாட்டிலும் வளரும். வீட்டில் ஒரு தொட்டியில் கீரையை விதைத்து மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறை தண்ணீர் ஊற்றினால் போதுமானது. இதை விதைத்து பத்தாவது நாளில், கீரை நாற்றுக்கள் வளரத் தொடங்கும். பின் 30

வது நாளில் இந்த இலைகளைப் பறித்து சமையலுக்கு பயன்படுத்தலாம்.

இவ்வாறு அறுவடை ஆறு அல்லது எட்டு முறை செய்யலாம். இந்த இலைகளைப் பூ விடும் முன்பு பறித்து விட வேண்டும். விதை தேவை என்றால் பூ விட்டு விதை வரும் வரை சில செடிகளை விட்டு வைத்து அதிலிருந்து விதைகளை சேகரித்து கொள்ளலாம். பாலைக்கீரை விதை மூலம் இனவிருத்தி செய்யப்படுகிறது.

பாலைக்கீரை தலைவலியை குணப்படுத்தும். மூளை வளர்ச்சிக்கு உதவும். குடல்புண்களைக் குணப்படுத்தும். தலைமுடி உதிர்வதையும், வழுக்கையையும் தடுக்கும். புற்றுநோயையும் இதன் சாறு குணப்படுத்தும் தன்மை கொண்டது.

#### பருப்புக் கீரை

செம்மண் நிரம்பிய மண் தொட்டியில் பருப்புக் கீரை விதைகளையோ அல்லது இக்கீரைத் தண்டை நட்போ வளர்க்கலாம். இக்கீரை வளர நன்கு நீர் தேவைப்படும்.

இக் கீரையின் இலைகள் நீள்வட்ட வடிவத்தில் பசுமை நிறமுடையதாகவும் தணிப்பானதாகவும் இருக்கும். இந்தக் கீரைச் செடி நட்டு 20 நாளில் 15cm உயரம் வரை வளரும் தன்மை கொண்டது. மாட்டுச்சாணத்தை உரமாகப் பயன்படுத்தினால் நன்கு வளர்ச்சி அடையும். நட்டு ஒரு மாதத்தில் மூன்று முறை அறுவடை செய்து சமைக்கலாம்.

இக் கீரை கல்லீரல் வீக்கத்தைப் போக்கும். பித்தக் கோளாறுகளைத் தீர்க்கும். இதன் இலை, விதைகளை அரைத்துப் பூசினால் நீர்ப்புயல் குணமாகும். இக்கீரை வயிற்றுக் கிருமிகளை அழிக்கும். பெண்களுக்கு தாய்ப்பால் சுரப்பதோடு மாதவிடாய் கோளாறுகளை குணமாக்கும்.

#### பசலைக் கீரை

செம்மண் மணல் கலந்த கலவை மண்ணை ஒரு மண் தொட்டியில் வைத்து நிரப்பிக் கொள்ள வேண்டும். இதன் மேற்புறத்தில் சாணத்தைப் பரப்பி விட்டு பசலைக்கீரைச் செடியினை நட்டு விட வேண்

டும். மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறை தண்ணீர் ஊற்றினால் போதுமானது. இவ்வாறாக செய்து வர 25ம் நாளில் பசலைக் கீரையைப் பறித்து பயன்படுத்தலாம். அதிலிருந்து 15வது நாளில் மீண்டும் பறிக்கலாம். 3 விரல் அளவு விட்டுக் கீரைகளை செடியிலிருந்து அறுவடை செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு ஒரு முறை நட்டு விட்டால் இதிலிருந்து எட்டு முறை அறுவடை செய்து பயன்பெறலாம்.

பசலைக் கீரையில் இரு வகை உண்டு. ஒன்று கொடிப்பசலை இன்னொன்று தரைப் பசலை. கொடிப்பசலை இளம் சிவப்பாகவும் பச்சை நிறத்திலும் காணப்படும். இலை பெரியதாக இருக்கும். இது கொடியாகப் படரும். தரைப்பசலை தரையில் படரும் பச்சை நிறம் உடையது. இதன் இலை சிறியதாக இருக்கும்.

உடலின் சூட்டைக் குறைத்து பித்தத்தை தணிக்கும். நல்ல பணியைத் தரும். குழந்தைகளின் தேகபலன் வளர்ச்சிக்கு இது நல்ல உருவாகும். தலைவலி, இரத்தச் சோகையைப் போக்கும். கண் பார்வை பொலிவு பெறும்.

#### மணித்தக்காளிக் கீரை

கடைகளில் விற்கும் மணித்தக்காளி விதைகளை வாங்கி உதிர்த்து நன்கு காயவைத்து எடுத்து கொள்ளலாம். தொட்டியில் மொத்தமாக தூவி தண்ணீர் தெளித்து வந்தால் மூன்று நாட்களில் முளைத்து வளர்ந்து வரும். ஓரளவு வளர்ந்ததும் வேருடன் எடுத்து தனிதனி தொட்டியில் வைத்து வளர்க்க வேண்டும். இலைகளை சிறு காய்க்காய்களாக வளர்த்து சாப்பிடலாம்.

**காய்கறிகளை விட கீரைகள் கிடைப்பது அரிதாகி விட்டது. காரணம் நீர்ப்பற்றாக்குறை. எனவே எளிய முறையில் வீட்டுத்தோட்டம் போட்டு அதில் நமக்கு தேவையான கீரைகளைப் பறித்துக் கொள்ளலாம்.**

எங்கடை ஆச்சி ஒரு சின்னப் பிழை விட்டாலும் திட்டு திட்டு எண்டு திட்டுவா .

சனியனே மூதேவி உப்ப என்ன கோதாரிக்கு விழுந்து கட்டிக்கொண்டு உந்த வேலையைச் செய்தனி..ஆரும் உன்னை உதைச் செய்யெண்டு கேட்டவையோ?

திண்டது சமீக்காமல் சேமெறியிலை திரியிறாய் எண்டு கிழியக் கிழியப் பேசுவா.

பேசுறதும்பும்இல்லை.செத்தையிலை செருகியிருக்கிறபோயிலைக்காம்பை

இல்லாட்டில் இறப்பிலை செருகியிருக்கிற புவரசந்தடியை எடுத்து முதுகில் விளாச விளாச எண்டுவிளாசுவ.

பொழுதுபடப் பாடம் படிக்கேல்லை எண்டாலும் கூரைக்கும் குந்துக்குமா குதி குதி எண்டு குதிப்பா.

எருமை மாடு படி படி எண்டா படிக்கிறதை விட்டுப்போட்டு ஆற்றையும் கதைக்கிற ஆக்களின்ரை வாய் பாத்து மிளாந்தாமல் படி. படிக்காமல் இருந்து போட்டுப்பேந்தென்ன ஆற்றையும் கடை வழியை போய் நிண்டு சட்டி பெட்டி கடிவப்போறியோ? எண்டு திட்டுவா.

அதுமட்டும் இல்லை ஒழுங்காப் படிக்கேல்லை எண்டால் வாத்திமாரிட்டையும் போய் கண்ணையும் மூக்கையும் தவித்துப்போட்டு நல்ல வெளுவை வெளுங்கோ அப்பதான் உவன் ஒழுங்காப் படிப்பான் எண்டு ஏத்திவிடுவா.

எங்கட அப்பு ஆச்சியோ இல்லாட்டில் எங்கட வாத்திமாரோ பேசினாலும் அடிச்சாலும் அவை எங்கட நன்மைக்குத்தான் அப்பிடிச் செய்யினம் எண்ட விளக்கம் எங்களிட்டை கனபேரிட்டை இருந்தது . உண்ணான அவை அப்பிடித் திட்டின தாலைதான் நாங்கள் வாழ்க்கையிலை முன்னேறினாங்கள் எண்ட எண்ணம் எங்களிட்டை இப்பவும் இருக்குது.

அவை எங்கடை அப்பு ஆச்சி எங்களை அப்பிடித் திட்டேக்கை பேசேக்கை நாங்கள் நாசமாப் போவேணும் எண்டு நெச்சு



நிறைஞ்ச உலகத்திலை வாற பிரச்சினைகளைச் சவால்களை அதுகளாலை எதிர்கொள்ள ஏலாமல் இருக்கும் எண்டுவா ஆச்சி. அரசியல், சமூக, பொருளியல், பண்பாட்டியல் வெளிகளில் வாற கருத்து மோதல்களை வாற பிரதி வாறங்களை அதனால் வரக்கூடிய திட்டக்கள் பேச்சுக்களை தாங்க முடியாமல் இருப்பினம் எண்டுவார் அப்பு.

கீழைத் தேசமோ மேலைத் தேசமோ பிழை விடுகிற பிள்ளையளை தாய் தேப்பன் திட்டித் திருத்திறுது ஒண்டும் பெரிய விசயமில்லை. உப்பியான திட்டிகள் அந்தப் பிள்ளையளின்ரை மன அழுத்த முகாமைத்துவத்துக்கு உதவி செய்யும் எண்டு வார் அப்பு. உண்ணான தாய் தேப்பனிட்டை இல்லாட்டில் வாத்திமாரிட்டை திட்டு வாங்கிற பிள்ளையள் தங்கட பிழையளாலை வாற தோல் வரியளிலை இருந்து மீளறதுக்கான திறன்களையும் மனப்பாங்குகளையும் வளத்துக்கொள்ளுங்கள். உப்பியான கன பிள்ளையள நான் என்றை

வாங்கி வளருகிற பிள்ளையளிட்டை இருக்கும் எண்டுவா ஆச்சி.

பிள்ளையளைத் தாய் தேப்பனும் வாத்திமாரும் திட்டிறுது எண்டது பவுனைச் சுட்டுப் புடம் போட்டு எடுக்கிறமாதிரி எண்டு சொல்லுற ஆச்சி இண்டைக்கு இருக்கிற பிள்ளையள் வலு கெட்டிக்காரர் அதுகளுக்கு அறிவு நல்லா இருக்குது அதுகளைப் புழுகிக் கொண்டாடேக்கை கொண்டாட வேணும் பிழை விடேக்கை திட்டி வளக்க வேணும். அப்பேக்கைதான் அதுகள் ஒழுங்கா வளந்து பெரிய சாதனையாளர்களாக வருவினம் எண்டுவா.

தை விட்டுப்போட்டு நான்தான் என்றை அப்பன் ஆத்தையிட்டை வாத்திமாரிட்டை திட்டு வாங்கி வளந்தன் என்றை பிள்ளையளை நானும் திட்டமாட்டன் வாத்திமாரையும் திட்டவிடமாட்டன் எண்டு வீண் பெருமை பேசுறவை தங்கடை பிள்ளையளை நல்ல ஆளுமை உள்ளவையா வளர விடமாட்டினம். உப்பிடி வளர்பட்டதுகள்தான் கனக்க மனசளவில் ஒரு வளத்தியும் இல்லாமல் உங்கை வைரவருக்கு நேந்து விட்ட கிடாயள் மாதிரி ஒருத்தருக்கும் பிரயோசனம் இல்லாமல் தெருவ

## எங்கட ஆச்சி

செய்யிறேல்லை.

இண்டைக்கு கன தாய் தேப்பன் நாங்கள் எங்கடை பிள்ளையைத் திட்டு நேல்லை பொழியிறேல்லை எண்டு பெருமையாச் சொல்லுவினம்.

ஆனால் இப்பிடிக்கொத்த திட்டி வழக்காத பிள்ளையள்தான் ரீச்சர் திட்டினா. அப்பா திட்டினார். அம்மா திட்டினா எண்டு தற்கொலைவரை போகங்கள்.

உப்பிடித் தற்கொலைக்குப் போகாட்டிலும் அதுகள் சமூகமயப்படாத இல்லாட்டில் சமூக முதிர்ச்சி குறைஞ்ச பிள்ளையளாதான் வளருங்கள்.

பேந்து வளந்த பிறகும்போட்டிபொறாமை



## - காரைக்கவி கந்தையா பத்மான்ந்தன் -

அனுபவத்திலை கண்டிருக்கிறன் எண்டுவா ஆச்சி.

உண்ணான ஒருத்தரை அனுசரிக்கிறது, அவையை அவையிட்டை இருக்கிற குற்றம் குறைகளோட ஏற்றுக்கொள்ளுறது, அடுத்தவைக்கு விட்டுக் குடுக்கிறது, தான் விடுகிற பிழையளுக்கு மன்னிப்புக் கேக்கிறது. பிழை விடுகிற மற்றவையை மன்னிக்கிறது. தான் அடம்பிடிச்சு கேக்கிறது எல்லாம் கிடைக்கும் எண்ட மனப்பான்மையிலிருந்து விடுபடுகிறது மாதிரியான குணங்கள் எல்லாம் திட்டுப் பொழிவு

ளியை திரியுதுகள் எண்டுவா ஆச்சி.

உண்ணான ஒரு மரம் இளஞ்செடியா இருக்கேக்கை வேலி போடுறதுதான் கெட்டித்தனம் மரமா வளந்த பிறகு வேலி போடுவம் எண்டது முட்டாள்த்தனம். எண்டபடியாலை பிழை விட்டா அம்மா திட்டுவா அப்பா திட்டுவார் வாத்தியார் திட்டுவார் எண்ட மனநிலையைப் பிள்ளையளிட்டை வளக்க வேணும். அப்பதான் அதுகள் சரி எது பிழை எது எண்டு விளங்கித் தங்கட எதிர்காலத்தை சிறப்பா உருவாக்குங்கள் எண்டுவா ஆச்சி.



# இலங்கையின் நிதி நெருக்கடி: சமாளிப்பதற்கான உத்திகள்!



AGS. சுவாமிநாதன் சர்மா  
பட்டயக்கணக்காளர்,  
வரி முகாமத்துவ ஆலோசகர்

- உங்கள் சவால்கள் மற்றும் தேவைகளைப் பற்றி குறிப்பிட்டதாக இருங்கள். ஆனால் எதிர்மறையில் வசிப்பதைத் தவிர்க்கவும்.
- தீர்வுகளைக் கண்டறிவதிலும் விருப்பங்களை ஒன்றாக ஆராய்வதிலும் கவனம் செலுத்துங்கள்.
- வழங்கப்படும் எந்த ஆதரவு அல்லது ஆலோசனைக்கும் பாராட்டு தெரிவிக்கவும்.
- நிதி ஆலோசனை அல்லது மனநலச் சேவைகள் போன்ற தொழில்முறை உதவியைப் பெறத் தயங்காதீர்கள்.

குடும்பத்தினருடனும் நண்பர்களுடனும் பேசுவது பலவீனத்தின் அடையாளம் அல்ல, ஆனால் கடினமான காலங்களில் ஆதரவைத் தேடுவதற்கான வலிமை மற்றும் விருப்பத்தின் வெளிப்பாடாக அமைகின்றது.

திறந்த தொடர்பு மற்றும் வலுவான சமூக தொடர்புகள் இலங்கையில் உள்ள மூத்த குடிமக்களுக்கு பொருளாதார நெருக்கடியை வழிநடத்துவதற்கும் நல்ல வாழ்க்கைத் தரத்தைப் பேணுவதற்கும் விலைமதிப்பற்ற சொத்துகளாக காணப்படும்.

சர்வதேச நாணய நிதியத்தின் உதவியைப் பெறுதல் மற்றும் கடனை மறுசீரமைத்தல் போன்ற நெருக்கடிகளைத் தீர்ப்பதற்கான நடவடிக்கைகளை இலங்கை அரசாங்கம் மேற்கொண்டு வருகிறது. இருப்பினும், பொருளாதாரம் மீண்டு வருவதற்கு சிறிது காலம் ஆகலாம். இதற்கிடையில், இலங்கை மக்கள் கடினமான பொருளாதார நிலைமைகளை சமாளிப்பதற்கான வழிகளைக் கண்டுபிடிக்க வேண்டும். வருமானத்திற்கான மாற்று வழிகளைக் கண்டறிதல், செலவுகளைக் குறைத்தல் மற்றும் அரசாங்க உதவியைப் பெறுதல் ஆகியவை இதில் அடங்கும். பொருளாதார நெருக்கடி என்பது எளிதான தீர்வுகள் இல்லாத ஒரு சிக்கலான பிரச்சினை என்பதை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். மேலே குறிப்பிட்டுள்ள மூலோபாயங்கள் ஒரு ஆரம்ப புள்ளியாகும், மேலும் இலங்கையை மீட்டெடுக்க இன்னும் பலவற்றைச் செய்ய வேண்டியிருக்கும்.

(கடந்த வார தொடர்ச்சி)

குடும்பம் மற்றும் நண்பர்களுடன் பேசுவது இலங்கையில் உள்ள மூத்த குடிமக்கள் எவ்வாறு பயனடையலாம் என்பதற்கான சில பொதுவான எடுத்துக்காட்டுகள் பின்வருமாறு:

1. கவலைகளைப் பகிர்ந்துகொள்வது மற்றும் ஆலோசனையைப் பெறுதல்: நம்பகமான குடும்ப உறுப்பினர்கள் அல்லது நண்பர்களுடன் நிதிக் கவலைகள் மற்றும் சவால்களைப் பற்றி வெளிப்படையாக விவாதிப்பது உணர்ச்சிபூர்வமான ஆதரவை வழங்குவதோடு அவர்களின் சொந்த அனுபவங்களின் அடிப்படையில் பயனுள்ள ஆலோசனைகள் அல்லது பரிந்துரைகளுக்கு வழிவகுக்கும்.

2. ஆதரவு விருப்பங்களை ஆராய்தல்: குடும்பம் மற்றும் நண்பர்கள் அரசாங்க உதவி திட்டங்கள், மானிய சேவைகள் அல்லது உள்ளூர் தொண்டு நிறுவனங்கள் குறிப்பாக நிதி நெருக்கடியை எதிர்கொள்ளும் மூத்த குடிமக்களுக்கு வழங்குவது பற்றி அறிந்திருக்கலாம்.

3. பகிரப்பட்ட தேவைகள் மற்றும் ஆதாரங்களைக் கண்டறிதல்: அன்புக்குரியவர்களுடன் தேவைகளைப் பற்றி விவாதிப்பது, பகிரப்பட்ட உணவுத் திட்டங்கள், குழந்தை பராமரிப்பு ஏற்பாடுகள் அல்லது போக்குவரத்து போன்ற வளங்களைப் பகிர்ந்துகொள்வது அல்லது ஒன்றிணைக்கக்கூடிய

பகுதிகளை அடையாளம் காண உதவும்.

4. சமூக தனிமைப்படுத்தலைக் குறைத்தல்: குடும்பம் மற்றும் நண்பர்களிடமிருந்து சமூக தொடர்பு மற்றும் உணர்ச்சிபூர்வமான ஆதரவு ஆகியவை தனிமை மற்றும் தனிமை உணர்வுகளை எதிர்த்துப் போராடலாம், குறிப்பாக நிதிச் சிக்கல்களுடன் தொடர்புடைய தனியாக வாழும் மூத்த குடிமக்களுக்கு.

5. திட்டமிடல் மற்றும் முடிவெடுத்தல்: விருப்பங்கள் மற்றும் சவால்கள் மூலம் அன்புக்குரியவர்களுடன் பேசுவது, வாழ்க்கை ஏற்பாடுகள், நிதி மேலாண்மை அல்லது கூடுதல் ஆதரவைத் தேடுவது தொடர்பான தகவலறிந்த முடிவுகளை எடுப்பதில் பல்வேறு முன்னோக்குகள் மற்றும் உதவிகளை வழங்கும்.

6. சமூக உணர்வை வளர்ப்பது: குடும்பம் மற்றும் நண்பர்களுடன் வழக்கமான தொடர்பு மற்றும் பகிரப்பட்ட செயல்பாடுகள் சவாலான காலங்களில் மன மற்றும் உணர்ச்சி நல்வாழ்வுக்கு முக்கியமானதாக இருக்கும், சொந்தம் மற்றும் சமூகத்தின் உணர்வை உருவாக்கலாம்.

பயனுள்ள தகவல் தொடர்புக்கான சில கூடுதல் குறிப்புகள் இங்கே பின்வருமாறு:

• உங்கள் கவலைகளைப் பகிர்ந்து கொள்ள உங்களுக்கு வசதியாக இருக்கும் நம்பகமான மற்றும் ஆதரவான நம்பிக்கையாளரைத் தேர்வு செய்யவும்.

# நேரத்தை இப்படிச் செலவிட்டால் வெற்றியை தடுக்கவே முடியாது



மன அழுத்தம் என்பது இன்றைய வாழ்க்கையில் தவிர்க்க முடியாத ஒன்றாகி விட்டது. எதனால் மன அழுத்தம் உருவாகிறது? நேரப்பற்றாகக் குறையால் தான். இவ்வளவு நேரம் செலவழித்தும் இன்னும் கொஞ்சம்கூட வேலையில் முன்னேற்றம் இல்லையே... இவ்வளவு நாள்கள் பாடுபட்டும் வாழ்க்கையில் முன்னேற்றம் இல்லையே... எப்போதும் வேலை, வேலை என்றே இருக்கிறோமே... நமக்கு ஓய்வே கிடைக்காதா என்பது போன்ற உணர்வுகளே நம்மை ஸ்ட்ரெஸ் என்னும் மன அழுத்தத்துக்கு ஆளாக்குகின்றன.

ஸ்ட்ரெஸைக் குறைக்க மிகவும் பிராக்கடிகலான திட்டமிடுதல் என்பது வேண்டும். அதற்கு மிக முக்கியமான ஒன்று, நேர மேலாண்மை. அதற்கான வழிமுறைகளைச் சொல்லித் தருகிறது 'ரைம் மனேஜ்மென்ட் சீக்ரெட்ஸ்' (Time Management Secrets) என்னும் புத்தகம். லண்டனில் வசிக்கும் மார்ட் டின் மனேசர் என்பவர் இந்தப் புத்தகத்தை எழுதியுள்ளார். இவர், லண்டன் காலேஜ் ஆஃப் கம்யூனி கேஷனில், கம்யூனிகேஷன் ஸ்கிள்ஸ் குறித்த பாடம் எடுப்பவர்.

“நேர மேலாண்மை என்பது வெறுமனே வேலையைச் செய்வது என்ற அளவில் பார்க்கப்பட வேண்டிய விஷயம் இல்லை. வெற்றிகரமாக வேலையைச் செய்து முடிக்க வேண்டும் என்ற அளவில் பார்க்கப்பட வேண்டிய விஷயம். இதற்கு முதலில் நாம் செய்ய வேண்டியது, சாத்தியமாகும் அளவிலான அட்டவணை ஒன்றைத் தயாரிப்பதுதான். பலரும் நிச்சயமாக சாத்தியமில்லாத ஒன்று என்று தெரிந்தே

அது போன்ற அட்டவணையைத் தயாரித்து வைத்துக் கொண்டு, வேலை நடக்கவில்லை என்று அங்கலாய்ப்பார்கள்.

இப்படிச் செய்வதன் மூலம் மீண்டும் மீண்டும் திட்டமிடலைச் செய்வதற்கான நேரம்தான் வீணாகிக்கொண்டிருக்கும். குறிப்பாகச் சொன்னால், நேரத்தைச் சேமிக்க நாம் சரியான நேரத்தை ஒதுக்க வேண்டும் என்பதுதான் நிதர்சனமான உண்மை. அதிலும் அவசியமான மற்றும் உடனடியாக முடிக்க வேண்டிய விஷயங்களுக்குச் சரியான நேரம் ஒதுக்குவது மிக மிக அவசியமாகும்.

நான் சிறுபிள்ளையாக இருக்கும்போது என்னுடைய வீட்டில் நேரம் குறித்து ஒரு விஷயத்தை அடிக்கடி கூறுவார்கள். இந்த உலகத்தில் எவ்வளவு பெரிய ஆளாக இருந்தாலுமே அனைவருக்கும் பொதுவாக இருக்கும் ஒரே ஒரு விஷயம், ஒரு நாளுக்கு 24 மணி நேரம் மட்டுமே என்பதுதான் அந்த விஷயம். நேரம் அனைவருக்கும் ஒரே மாதிரியாக இருந்தாலும், நாம் அனைவரும் ஒரே மாதிரியாக அதை உபயோகிப்பதில்லை.

நேர மேலாண்மை என்பதை இரண்டு வகையாகக் கடைப்பிடிக்கலாம். நேரத்தைச் சிறப்பாகக் கையாள அதற்கேற்ப நடைமுறைகளை வடிவமைத்து, அவற்றைத் தவறாமல் சிறப்பாகச் செயல்படுத்தும் அளவுக்குப் பார்த்துக்கொள்வது ஒருவகை.

வேலை மற்றும் வாழ்க்கை என்கிற இரண்டையும் சிறப்பாக அமைத்துக்கொள்ள வேண்டும் வாழ்வில் இந்த விஷயங்களை எல்லாம் இந்தக் காலகட்டங்களில் செய்து முடித்து, இவர் போல் உண்டோ என்று

பலரும் சொல்வதுபோல் வாழ வேண்டும் என்று நினைப்பது மற்றொரு வகை. இந்த இரண்டாவது வகை நேர மேலாண்மை பற்றி சொல்லித் தருவதே இந்தப் புத்தகத்தின் நோக்கம்” என்கிறார் புத்தக ஆசிரியர்.

## 50 ரகசியங்கள்

நேர மேலாண்மை குறித்த 50 ரகசியங்களைக் கண்டறிந்து அவற்றை ஏழு அத்தியாயங்களாக வகைப்படுத்தி இந்தப் புத்தகத்தில் தந்துள்ளார் ஆசிரியர். “முதலில் நீங்கள் என்ன மாதிரியான நபர் என்பதையும் உங்கள் வாழ்வில் எதை நீங்கள் சாதிக்க விரும்புகிறீர்கள் என்பதையும் தெளிவாக நீங்கள் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். இதைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொண்டால் மட்டுமே எது உங்களுக்கு முக்கியம், எது முக்கியம் இல்லை என்பதை நீங்கள் வரிசைப்படுத்த முடியும்.

தனிமனித வாழ்வில் வேலை என்பது பெரிய அளவிலான இடத்தை ஆக்கிரமித்துக் கொள்கிறது. இதனால் வேலை என்பது குறித்தும் அதன் மூலம் நாம் எதைச் செய்ய விரும்புகிறோம் என்பதையும் நாம் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். இதன் மூலம் நம்முடைய நேரத்தை எவ்வளவு சிறப்பாகப் பணி குறித்த நடவடிக்கைகளுக்காக உபயோகிக்கலாம் என்பதை நாம் தெளிவு படுத்திக்கொள்ளலாம்.

மேலே சொன்ன இரண்டு விஷயங்களையும் நாம் தெளிவாகத் தீர்மானித்து விட்டால், எது நம்மை நகர்த்துகிறது, நம்முடைய இலக்குதான் என்ன, எதில் நம்முடைய விருப்பம் (Passion) அதிகமாக இருக்கிறது என்பது குறித்த சரியான தொகுபரிதல் நம்மிடம் உருவாகிவிடும். ஏனென்றால், நம் நேரத்தை எப்படி செலவிடப் போகிறோம் என்று திட்டமிட நம் இலக்கு என்ன என்பதைத் தெளிவு செய்வதில் மிகவும் அவசியமான ஒன்றாக இருக்கிறது. இவற்றை சரிவர புரிந்துகொண்டால், எது நம்மை மோட்டிவேட் செய்கிறது என்பதை நாம் தெளிவாகக் கண்டுபிடித்துவிடுவோம். எது நம்மை மோட்டிவேட் செய்கிறது என்று நாம் கண்டுபிடித்துவிட்டால் அதிலிருந்து நாம் சுலபமாக நேரமேலாண்மை குறித்த திட்டங்களைத் தீட்டிக்கொண்டுவிடலாம்.

அதே போல, பணி மற்றும் குடும்பம் சார்ந்த இலக்குகளையும் நாம் தெளிவாக நிர்ணயித்து செயல்பட வேண்டியது அவசியம். வேலை பார்க்கும் நிறுவனத்தில் பங்குதாரர் ஆவது, புதிதாக ஒரு நிறுவனத்தைத் தொடங்குவது, குடும்பத்துடன் இப்போது செலவிடுவதைவிட 50% நேரத்தை





அதிக அளவில் செலவிடுவது, ஆதரவற்ற குழந்தைகளுக்கு சேவை செய்வது என எதுவாக இருந்தாலும் சரி... இலக்கு என்பதைத் தெளிவாக நிர்ணயித்துக் கொண்டால் மட்டுமே அதற்கான நேரம் ஒதுக்குதல் சிறப்பான முறையில் நடைபெறும்.

வெறுமனே இலக்குகளை நிர்ணயிப்பதுடன் மட்டும் நின்றுவிடாமல், அந்த இலக்குகளை அடைய நாம் செய்ய வேண்டிய காரியங்கள் அனைத்தையும் கற்பனை செய்து திட்டம் தீட்டிக்கொள்வதும் அவசியமான ஒன்றாகும்.

நாம் ஒவ்வொருவரும் ஒரு நாளின் ஒவ்வொரு காலகட்டத்தில் சிறப்பாகச் செயல்படும் ஆற்றல் கொண்டிருப்போம். உதாரணத்துக்கு, சிலர் காலையிலும், சிலர் பகலிலும், சிலர் மாலையிலும் தாங்களடைய சிறப்பான செயல்பாட்டைத் தரும் ஆற்றலை இயல்பாகவே பெற்றிருப்போம். உங்களுடைய சில நாள்களின் செயல்பாட்டை நீங்கள் கூர்ந்து நோக்கினால் சலபத்தில் இதைக் கண்டறிந்துகொள்ள முடியும்.

இது போன்ற சிறப்பான செயல்பாடுகளைக் கொண்டிருக்கும் நேரத்தில் நாம் முக்கியமான விஷயங்களைச் செய்வதற்கு ஒதுக்க வேண்டுமே தவிர, அன்றாடம் செய்ய வேண்டிய வழக்கமான காரியங்களுக்காக ஒதுக்கக் கூடாது. இந்தச் சிறப்பு செயல்பாட்டு நேரம் என்பது சிக்கலான மற்றும் மேம்பாட்டுக்கான பணிகளுக்காக மட்டுமே ஒதுக்கப்பட வேண்டும். அப்படி ஒதுக்கப்பட்டால் நாம் நம்முடைய இலக்குகளை அடையும் பாதையில் பெரிய அளவிலான முன்னேற்றம் காண முடியும்.

நேர மேலாண்மையை சரிவர செய்ய முதலில் நாம் எங்கே நேரம் செலவிடுகிறோம் என்பதைக் கணக்கில் எடுத்துப் பார்க்க வேண்டும். இதை நாம் தோராயமாக மதிப்பீடு செய்தும் பார்க்கலாம். அல்லது நிஜமாக எவ்வளவு நேரம் செலவிடுகிறோம் என்பதைக் குறித்து வைத்துக் கொண்டும் பார்க்கலாம். இதில் இரண்டாவது வகையே சிறந்தது. ஏனென்றால், குறித்து வைத்துக்கொண்டு பார்க்கும்போது நாம் அதிர்ச்சியடையும் அளவிலான விஷயங்களை நமக்குத் தெரியவரும்.

இப்படி அளவீடு செய்து பார்த்த பின் நமக்கு பின்வரும் விஷயங்கள் புலப்படும். எந்த வேலைகள் நம்முடைய நேரத்தில்

அதிக அளவை எடுத்துக்கொள்கிறது, எந்த வேலைகளை நாம் பிறரிடம் ஒப்படைத்து விடலாம், எந்த வேலைகளை இன்னும் குறைந்த நேரத்தில் இன்னும் சிறப்பாகச் செய்ய வழிவகைகள் உள்ளன, எந்த வேலைகளை செய்யவே கூடாது என்பவையே அவை” என்று சொல்லும் ஆசிரியர், வேலைகளைத் திட்டமிட்டுச் செய்யும் வழிகளைச் சொல்கிறார்.

“நேரத்தை சிறப்பாக மேலாண்மை செய்ய வேண்டும் என்று நினைப்பவர்கள் முதலில் தாங்கள் செய்யும் வேலைகளைப் புதுப்புது வழிகளில் செய்து பார்த்து பழக வேண்டும்.

முதலில் நீங்கள் செய்யும் வேலை குறித்து உங்களுக்கு முழுமையாகத் தெரியாது என்ற மனநிலைக்கு வாருங்கள். அந்த மனநிலையே உங்கள் மனதில் புதிய கேள்விகளை உருவாக்கும்.

உங்களுடைய வேலை குறித்த அனைத்து விஷயங்களையும் உள்ளளவும் விட்டு வைக்காமல் தெரிந்துகொள்ளுங்கள். இப்படித் தெரிந்து வைத்துக்கொண்டால் மட்டுமே உங்களுடைய வேலையில் இருக்கும் மிகவும் முக்கியமான விஷயங்களில் நீங்கள் அதிக நேரமும் அதிக கவனமும் செலுத்தி செயல்பட முடியும். இதுவே உங்களை உங்களுடைய இலக்கை நோக்கி நகர வைக்கும்.

#### தள்ளிப்போடாதீர்கள்

எந்த வேலையையும் தள்ளிப்போட நினைக்காதீர்கள் என்று சொல்லும் ஆசிரியர், வேலைகளைத் தள்ளிப்போடுவதற்கான காரணங்களை வரிசைப்படுத்துகிறார்.

போரடிக்கும் விஷயங்கள் அல்லது மறுபடி மறுபடி செய்ய வேண்டியிருக்கும் தின்படி விஷயங்கள், இந்த நேரத்தில் கட்டாயம் செய்து முடிக்க வேண்டும் என்கிற நிலையில் இல்லாத விஷயங்கள், இலக்குகள் தெளிவாக இல்லாத விஷயங்கள், நிறைய வேலைகள் செய்ய வேண்டிய சூழலில் எங்கே ஆரம்பிப்பது என்பது தெரியாத விஷயங்கள், செய்ய முயலும்போது ஏற்படும் தோல்வியையோ, அந்தத் தோல்வியால் வரும் அவமானத்தையோ விரும்பாத விஷயங்கள் போன்றவற்றை நாம் சலபத்தில் தள்ளிப்போட்டுவிடுகிறோம்.

இப்படி தள்ளிப்போடுவதால் விளையும் முக்கியமான ஆபத்து என்ன தெரியுமா? தள்ளிப்போடப் போட அந்த வேலையைச் செய்வதற்கான எண்ணம் மிகவும் குறைந்து போகும்.

மேலும், ஒரு விஷயத்தை தள்ளிப்போடுவதால் வரும் விளைவுகளைவிட அதைத் தள்ளிப்போட தள்ளிப்போட நமக்குள் அதைச் செய்ய எதிர்ப்பு உருவாகும்” என்று எச்சரிக்கிறார் ஆசிரியர்.

நம்முடைய டேினை சுத்தமாக வைத்திருப்பதன் அவசியத்தை விளக்கும் ஆசிரியர், “அடிக்கடி தேவைப்படாத விஷயத்தை

முதலில் டேபிளில் இருந்து எடுத்து விடுங்கள். அதுவே உங்களுடைய பார்வை தேவையானவற்றின் மீது படர உதவும்” என்கிறார்.

“டிஜிட்டல் உலகில் இன்னும் பேப்பர்களை முழுமையாகத் தவிர்க்க முடியவில்லை என்பதால், அலுவலக பேப்பர்களை அவ்வப்போது சரிவர ஃபைல் செய்து வைப்புகள். ஏனென்றால், செய்யும் வேலையை ஒரு முறை சரியாகச் செய்து விட்டாலே அது எக்கச்சக்கமான நேரத்தை சேமிக்க உதவும் என்பதற்கு சிறந்த உதாரணம் ஃபைலிங் செய்வதுதான். ஃபைலிங் செய்யாமல் பேப்பரைத் தேடுவதற்கு செலவிடும் நேரம் முழுக்க முழுக்க வீணான ஒன்றுதானே...” என்று கேட்டு, நேரத்தின் அவசியத்தை உணர்த்துகிறார் ஆசிரியர்.

“எல்லாம் சரியாகச் செய்தாலுமே ஒவ்வொரு நாளும் உங்களுக்குப் பிடித்த மற்றும் நீங்கள் மகிழ்ச்சி அடைகிற விஷயத்தை செய்யத் தவறாதீர்கள்” என்று சொல்லும் ஆசிரியர், “நேரத்தை சிறப்பாகக் கையாள்வதுதான் வாழ்க்கையை சிறப்பாக நடத்திச் செல்வதற்கான வழி” என்று கூறி புத்தகத்தை நிறைவு செய்கிறார்.

நேரத்தை சரியாகப் பயன்படுத்த நினைப்பவர்கள் அவசியம் படிக்க வேண்டிய புத்தகம் இது!

**நேரத்தைச் சேமிக்க  
நாம் சரியான  
நேரத்தை ஒதுக்க  
வேண்டும்  
என்பதுதான்  
நிதர்சனமான  
உண்மை. அதிலும்  
அவசியமான  
மற்றும் உடனடியாக  
முடிக்க வேண்டிய  
விஷயங்களுக்குச்  
சரியான நேரம்  
ஒதுக்குவது மிக  
மிக அவசியமாகும்.**

# முல்லை ஓய்வு நகர் Mullai Rest City

எழுதும்ட்டுவாழ் நகரில்  
2 யர்ப்பு, 4 யர்ப்பு காணிகள் விற்பனைக்கு!

இயற்கையான சூழலில் உங்களின் ஓய்வுகாலத்தினை மகிழ்ச்சியாகவும் ஆரோக்கியத்தோடும் வாழ்வுங்கள்!

உங்களுக்கு விரும்பியவாறு வீடுகளை அமைத்துக்கொள்ளலாம்.  
மாசற்ற இயற்கையான சூழல் - பாரம்பரிய முறையிலான வாழ்க்கை - ஆரோக்கிய நிலையங்கள்  
அத்தியாவசிய தேவைகள் அனைத்தும் அருகில் - பொழுதுபோக்கு அம்சங்கள்

முதியோர் பராமரிப்பு வசதி - தியான மண்டபம் - மூலிகைத்தோட்டத்துடன் மூலிகைக் குளியல்

அறிவார்ந்த நூல்கள் அடங்கிய நூலகம் - உள்ளூர் வானொலிச் சேவை

ஒன்றுசூடல் நிலையம் - பாரம்பரிய உணவகம் - பல்பொருள் அங்காடி



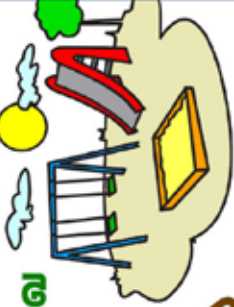
விருந்தினர் விடுதி - சிறுவர் பூங்கா

ஆயுள்வேத சிகிச்சை நிலையம்

மன்பிடி குளம் - தாரா பண்ணை

பூங்கா - நடைபயிற்சிப் பாதை - உடற்பயிற்சிக் கூடம்

உள்ளக விளையாட்டுத் தொகுதி - விளையாட்டு மைதானம்



கீது ஓடு

**கற்பகவமை**

செயற்திட்டம்

Good Gift Property Developers (Pvt) Ltd

4th Project

தொடர்புகளுக்கு: 0777 43 5557