KARUVI - CENTRE FOR SOCIAL RESOURSE OF DIFFERENTLY ABLED
LET'S WIN THE WORLD WITH DIFFERENT ABILITIES

வலு

யூலை - செப்ரெம்பர் 2020 | **காலாண்டிதழ்** | இதழ் - 27

மாற்றுத்திறனாளிகள் தொடர்பான தகவல்களைத் தாங்கி வெளிவரும் காலாண்டுச் சஞ்சிகை

ரூபா 120/=

ISSN : 2513 - 2989
ISBN : 978 - 955 - 23 - 0019 - 3

04 இருட்டிலிருந்து வெளிச்சத்துக்கு... பிரவீன்

37 முற்றத்து மல்லிகை

திரு. செல்லையா மோகநாதன்
வலிகாமம் உடுவில் கோட்டக் கல்விப் பணிப்பாளர்

வியாழ மாற்றப் பலன்
15.11.2020

பக்கம் 22

ISSN 2513-2989

வெளியீடு :
கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையம்

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

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

ISSN : 2513 - 2989 ISBN : 978 – 955 – 23 – 0019 – 3

வலு

யூலை – செப்ரெம்பர் 2020 காலாண்டிதழ் இதழ் – 27

மாற்றுத்திறனாளிகள் தொடர்பான தகவல்களைத் தாங்கி
வெளிவரும் காலாண்டுச் சஞ்சிகை

பிரதம ஆசிரியர்

திரு. நா. கீதா கிருஷ்ணன்,
karuvivalu@gmail.com
Tel : 076 638 5563

நிர்வாக ஆசிரியர்

திரு. கணபதி சர்வானந்தா
(சிரேஷ்ட ஊடகவியலாளர்)

இதழ் குழு ஆலோசகர்

திரு. க. தர்மசேகரம்

ஆசிரியர் குழு

திரு. செ. சசிராஜ்,
திரு. ச.க. தேவதாசன்
திரு. செ. பிரிந்தாபரன்
திருமதி. சு. சுபோதினி
திருமதி. இ. ஸ்ரீரங்கநாயகி

வெளியீடு

கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூகவள நிலையம்
இல. 290, பருத்தித்துறை வீதி,
நீர்வேலி தெற்கு, நீர்வேலி.
தொலைபேசி : 021 205 4224

பொருளடக்கம்

எண்ணக்கிண்ணம் – கவிதை - 02
நழுவலும் தழுவலும் - 03
வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த உலக விருட்சங்கள் - 04
ஏ.ஜே. ஞானேந்திரன்
வலைவெளி ஓட்டிசம் (Autism) - 07
பாலபாரதி
செய்திச் சாளரம் - 11
தசரசம் - 12
எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள் - 34
முற்றத்து மல்லிகை - 37
வலுவிடம் கேளுங்கள் - 39
சிறுகதை
மனங்கள் மாற வேண்டும் - 40
வ.செல்வம்
மாற்று வலுவுள்ளோருக்கு உதவுவோம் - 43
செங்கதிர்செல்வன்

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

எண்ணக்கிண்ணம்

பாசம் வையுங்கள்

மாற்றானாய் நாங்கள் இங்கு பிறக்கவில்லை
மாற்றுத்திறனாளியாய் மண்ணில் ஏனோ
பிறந்துவிட்டோம்
காலமும் எங்கள் எதிரி போலே
காற்றையும் மாசாய் திருப்பி விட்டதேனோ...

உறவுகளை நாங்கள் என்றும் இழக்கவில்லை
உணர்வுகளை மட்டும் ஏனோ இழந்து விட்டோம்
சுயநலம் கொண்ட மனிதரிடையே
சுதந்திரம் இன்றி தவித்துப்போனோம்!..

காலில்லை என்று காண்பவர் பலரும்
கையில்லை என்று கொடுப்பவர் சிலரும்
கண்முன்னே வஞ்சிக்கும் நிலையில் நாங்கள்
கதிகலங்கி கண்ணீர் தானும் வடிக்கின்றோம்...

சமத்துவம் என்ற பெயர் எங்கோ
சாக்கடையில் புதைந்து சாவாகி விட்டதோ
சார்ந்தவரும் எங்களை சாதாரண மனிதனாக
சாகும் வரைக்கும் நினைக்கவில்லை என்று...

பொறுமை இழந்தும் எங்கள் உள்ளம்
பெருமை கொள்ளும் அந்த நேரம்
பேரும் புகழும் தேடும் எம்மை
பெரியார் பேச்சும் நாடும் எம்மை...

ஒதுக்கி வைக்க நாங்கள் ஒன்றும்
உயிரிழந்த வெறுங் கூடுகள் இல்லை
கனவுகளை நனவாக்க எங்கள்
உரிமைகள் மீதும் பாசம் வையுங்கள்.

திரு. இ. நவநிதன்,
சித்தாண்டி, மட்டக்களப்பு.

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

நழுவலும் தழுவலும்

கொரோனா என்னும் தொற்று எமக்குப் பெறுமதிமிக்க பழைய ஞாபகங்களை மீட்க உதவியிருப்பதாகவும் சொல்லலாம். நம் முன்னோர்கள் கடைப்பிடித்த பல பழக்க வழக்கங்களை நாம் இன்று கடைப்பிடிக்கத் தவறிவிட்டமையால் எமது ஆரோக்கிய வாழ்வு கேள்விக்குறியாகிவிட்டதாகவே எண்ணத்தோன்றுகின்றது. இதன் காரணமாக பல புதிய வைரசுகளும், நோய்களும் எமது சமூகத்தை முடக்கும் அளவிற்கு எமது சமூகம் நலிவடைந்து போயிருக்கின்றது.

முந்தைய காலங்களில், வாழ்ந்த எம் முன்னோர்கள் வெளியில் சென்று வீட்டிற்கு வரும் போதெல்லாம் கை,கால், முகம் கழுவிவிட்டு வீட்டுக்குள் வருவதைத் தமது வழக்கமாகக் கொண்டிருந்தனர். அத்துடன், வீட்டுச் சுற்றாடலை பசுச்சாணம் கரைத்துத் தெளித்து தூய்மைப்படுத்தினர். மேலும் வீட்டுக்குள் மஞ்சள் நீர் தெளித்து கிருமிகளிடமிருந்து பாதுகாப்புப் பெற்றனர். வீட்டு வாசலில் வேப்பிலை, மாவிலை போன்றவற்றைக் கட்டி ஆரோக்கியத்தைப் பேணினர். ஆரோக்கியமான உணவுகளை உட்கொண்டு உடல் ஆரோக்கியத்தைப் பேணினர். ஆரோக்கியத்தையும், நோய் எதிர்ப்பு சக்தியையும் தர வல்ல மூலிகைகள், இலை, காய், கனி என்பனவற்றையும் தமது அன்றாட உணவுடன் சேர்த்துக் கொண்டனர். சோர்வு இன்றிச் சுறுசுறுப்பாகத் தமது வேலைகளையும், அன்றாடச் செயற்பாடுகளையும் செய்து வந்தனர். இவ்வாறான பல நல்ல பழக்கவழக்கங்கள் அவர்களது வாழ்வைச் செழுமைப்படுத்திக்கொண்டன.

அபிவிருத்தி, முன்னேற்றம் என்ற நவீன வாழ்வியலுக்குள் சிக்குண்ட இன்றைய சமூகம் இவ்வாறான பழக்க வழக்கங்களில் நின்றும் நழுவிக் கொண்டமையால்தான் இன்று கொரோனா போன்ற நுண் கிருமிகள் உலகையே முடக்கும் அளவிற்குப் பலம் பெற்று விட்டன. இது போன்ற கிருமிகளின் பிடியிலிருந்து நாம் விடுபட்டு ஆரோக்கியமாக வாழ வேண்டுமாயின், முன்னோர்கள் கடைப்பிடித்த பழக்க வழக்கங்களின் பெறுமதிகளை உணர்ந்து அதன் வழி நின்று ஒழுக வேண்டும். ஆகையால் எம்மிடமிருந்து நழுவிப் போய்க் கொண்டிருக்கும் முன்னோர் கற்பித்த, மரபுரீதியான பழக்கவழக்கங்களை மீண்டும் நாம் தழுவிப் பற்றிக் கொள்வோமாக.

மாற்றுத்திறனாளிகளும் இயலாமையினைப் பின்தள்ளி வாழ்வில் முன்னேற இந்த பழமையான பழக்கவழக்கங்களில் கால்பதித்து, நவீன உலகில் ஆரோக்கியமாக வாழ கற்றுக் கொள்வோம்.

திரு. நா. கீதா கிருஷ்ணன்
பிரதம ஆசிரியர்

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

வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த உலக விருட்சங்கள்

இருட்டிலிருந்து வெளிச்சத்துக்கு....

பெற்றோர் மற்றும் தங்கையுடன் பிரவீன்

பிரவீன்

ஏ.ஜே. ஞானேந்திரன்

வீணாகக் கவலை கொள்ளாதீர்கள். உலகம் ஒரேயடியாக இருண்டு விட வில்லை.நம்பிக்கை உண்டானால் வாழ் வில் வெற்றி நிச்சயம் என்று சொல்வதாக இந்தப் பிரவீனின் கதை அமைகிறது.

நம்பிக்கை தரும் மனிதர்கள் என்ற தலைப்பில் எஸ்.பாலபாரதி எழுதிய "இது பிரவீன் கதை" என்ற விடயத்தை வலு இத ழின் "வலிகளை உரமாக்கி எழுந்த உலக விருட்சங்கள்" என்ற பகுதியில் தருகி றோம். நான் வாசித்து அனுபவித்த பல விடயங்கள் இதில் உண்டு. 'ஓட்டிசம்' என்ற நோயில் இருந்து மீண்ட ஒருவரைப் பற்றிய கதை என்றாலும் "ஓட்டிசம்" நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளுடைய பெற் றோர்களுக்கு மிகவும் நம்பிக்கை தருவ தாக இருப்பதால் இதனை உங்கள் வாசிப் புக்காகவும் மறு பிரசுரம் செய்கிறோம்.

பிரவீனுக்கு ஏதோ பிரச்சினை என்று கண்டுகொண்டபோது அவன் பிறந்து பதினொரு மாதங்கள் மட்டுமே ஆகியிருந் தது. குழந்தையின் வளர்ச்சிப் படிமுறை யிலே சில குறைபாடுகள் இருப்பதற்கு, மூளைவளர்ச்சியின்மை அல்லது காது கேட்பதில்லை என்பவற்றைக் காரணங் களாக மருத்துவர்கள் சொல்லிக்கொண்டி ருந்தார்கள்.பிரவீனின் தந்தை ஒரு சமூக சேவகர். தாய் ஒரு ஆசிரியை. அவர்க ளுக்குப் பிரவீன் உட்பட நான்கு குழந் தைகள் இருந்தனர். பிரவீனின் பெற்றோர் கள், தங்கள் பணிகள் போக மற்ற நேரத் தில் பல மருத்துவர்களை அணுகி பிரவீனுக்குரிய குறைபாட்டைக் கண்டறி வதிலே காலத்தைச் செலவிட்டனர்.

அக்குழந்தை நான்குவயதை நெருங் கியது. அப்போதுதான், அவனுக்கு ஓட்டிசப் பாதிப்புத்தான் இருக்கவேண்டும் என்று சேலம் அரசு மனநல மருத்துவர் சொல்லி இருக்கிறார். அதன் பிறகே, அக்குழந் தைக்குத் தெரபிகள் தொடங்கப்பட்டன. தான் பார்த்துக்கொண்டிருந்த, ஆசிரியர் வேலையை உதறிவிட்டு முழுமூச்சாகக் குழந்தையுடன் தன் முழு நேரத்தையும் தன் குழந்தைக்காகச் செலவழித்தார் அந்த தாய். குழந்தையின் நோய் ஒரு புறம், உறவுகளின் தொந்தரவு மறுபுறம் என்று மிகவும் இம்சைக்குள்ளானார்கள் அவர் கள். சொந்த பந்தம், அக்கம்பக்கத்தினர் களின் கேள்விகளுக்குப் பதில் சொல்ல முடியாமல் ஊரைவிட்டுப் போய்விடலாம் என்று அவர்கள் தீர்மானித்தனர்.

மருத்துவர் ஆலோசனைக்கு அமைய, நல்ல காற்றும், இயற்கைக்காட் சிகள் நிறைந்த இடம் ஒன்றைத் தேடினர்.

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

குழந்தை குணமாக இப்படியான இடங்களே அதிக நன்மை தரும் என்று மருத்துவர் சொன்னதுக்கு அமைய பிரவீனின் தாயார் தான் பார்த்துக்கொண்டிருந்த ஆசிரியப் பணியைத் துறந்துவிட்டுத் தன் கணவருடன் ஏற்காடு கிராமத்துக்குக் கீழ் இருக்கும் ஒரு சின்னஞ்சிறு ஊருக்கு இடம் பெயர்ந்தனர்.

தந்தை ஒரு சமூக சேவகர் என்பதால் அவர் ஊர் ஊராகச் சுற்றிக்கொண்டிருக்கும் பணியில் இருந்தாலும், ஓய்வு கிடைக்கும் போதெல்லாம் ஊருக்கு வந்துவிடுவார். ஊரில் வந்து குடும்பத்துடன் இருக்கும் நாட்களில் தனக்குப் பிடித்தமான ஓவியங்கள் வரைவதில் பெரும் பொழுதைப் போக்குவார்.

சிறுவனின் அம்மாவோ, அங்கே இருந்த தொண்டு நிறுவனப் பள்ளியில் பையனைச் சேர்த்துவிட்டு, ஆசிரியர் பணியைத் தொடர்ந்தார். மாதாமாதம் சேலம் சென்று ஓட்டிசம் என்று சொன்ன மருத்துவரிடம் சிறுவனைக் காட்டி, ஆலோசனைகளையும் மருந்துகளையும் பெற்றுக் கொண்டு வந்தனர். கொஞ்ச நாட்களிலேயே மருந்துகளினால் குழந்தை மேலும் முடங்குவதை உணர்ந்ததும் மருந்துகள் கொடுப்பதை நிறுத்திவிட்டனர். சிறுவன் வளரத்தொடங்கினான். கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் பேச்சும் வந்தது. ஆனால் அவனது பேச்சுத் தெளிவாகவும் இல்லை. தொடராக இல்லாது, கோர்வை அற்றுக் காணப்பட்டது. படிப்பில் அவனுக்கு ஆர்வம் இல்லை. அப்பாவின் ஓவியப் பொருட்களை எல்லாம் எடுத்து, படம் வரையத் தொடங்கினான். கண்ணில் பார்ப்பதை எல்லாம் படமாக வரையத்தொடங்கி, அந்த ஓவியப் பொருட்களுடனேயே பேசி விளையாடத்தொடங்கினான். மற்றப் பயிற்சிகள் தொடர்ந்து கொடுக்கப்பட்டு வந்தாலும், அவனின் வரையும் ஆர்வத்துக்கு அப்பாவோ, அம்மாவோ தடையாக இருந்ததில்லை. புதுப்புது "பிரஷ்" தொடங்கி,

"ஓயில்" பெயிண்ட் என எல்லாவற்றையும் வாங்கிக் கொடுத்துக் கொண்டே இருந்தார்கள். வீட்டின் உட்சுவர் தொடங்கி வெளிச் சுவர் வரை பிரவீன் படம் கீறாத இடமே இல்லை என்று சொல்லுமளவுக்கு அவன் தனது மனதுக்குப்பட்ட எல்லாவற்றையும் "கிறுக்கி" வைத்திருந்தான்.

அருகில் யாரோ இருப்பதாக நினைத்துக்கொண்டு, தனியாகப் பேசிக்கொள்வான். அவனது தாயின் விடா முயற்சியால் பதினொரு வயதில் தனித்துப், பேசுவதை விட்டு வெளியே மெல்ல மெல்ல வரத் தொடங்கினான்.

பன்னிரெண்டாம் வகுப்புக்குப் பின்பு, சென்னை ஓவியக்கல்லூரியில் சேர்ந்து, ஓவியம், சிற்பம் எல்லாம் கற்கத் தொடங்கினான். களி மண்ணில் பொம்மைகளை உருவாக்கினான். அனிமேசன் படத்தையும் தயாரித்து எல்லோருடைய கவனத்தையும் பெற்றான்.

அவனுடைய திறமையைக் கண்டு, புலமைப் பரிசிலில் மேற்படிப்புக்கு லண்டன் செல்வதற்கான சலுகையை பிரித்தானிய அரசாங்கம் அவனுக்கு வழங்கியது. அங்கே சென்று அவன் மாஸ்டர் பட்டம் பெற்ற பின், தமிழ்நாடு - சென்னைக்கு வந்து சில இடங்களில் வேலை பார்த்து

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

விட்டு, இன்று சொந்தமாக அனிமேசன் ஸ்டுடியோ அமைத்து, திறன்படச் செய லாற்றி வருகிறான். விளம்பரங்கள், திரைப்படங்கள் என்று அனிமேசன் துறை யில் மிகவும் 'பிஸி'யான நபராக அவன் இருக்கிறான்.

ஆனால், பிரவீன் குறைபாடு பற்றி அவ ரின் தாயார் யாருக்கும் சொன்னது கிடை யாது. சமூகத்தின் ஏளனப்பேச்சுக்குப் பயந் தும், குழந்தையின் எதிர்காலம் கருதியும் பழைய சம்பவங்கள் குறித்து, பேசுவதைத் தவிர்த்தே வந்திருக்கிறார். பிரவீன் ஓட்டிசத் தின் பிடியில் இருந்து மீண்டுவிட்ட போதி லும், அவர் குடும்பத்தினர் அது பற்றி வெளியே சொல்வதைத் தவிர்த்தே வந்தி ருக்கின்றனர். இருந்தும், சமீபத்தில் நிகழ்ந்த அவனது தாயாரின் மரணத் திற்குப் பின்தான் பிரவீனுக்கு ஓட்டிசம் பாதிப்பு இருந்துள்ள விபரமே சொல லப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால், பிரவீனால் சிறுவயது சம்பவங்கள் எல்லாவற்றையும் நினைவுகூர முடியவில்லை.

பத்தாயிரத்தில் ஒருவர் ஓட்டிசத்தின் பிடியில் இருந்து வெளியில் வருவதாக சொல்கிறார்கள். முறையான கணக்கு விப ரங்கள் இல்லை. அப்படி மீண்டு வந்தவர் களைப் பற்றிய செய்தி மேலைநாடுகளில் அதிகம் இருக்கிறது. நம் நாட்டில் அப்படியா னவர்கள் ஒன்றிரண்டு பேர் இருக்கலாம். ஆனால் ஓட்டிசத்திலிருந்து மீண்டு வந்ததை வெளியில் சொல்ல அவர்கள் முன்வருவார்களா தெரியவில்லை.

அத்தகைய எண்ணத்துடன் பத்திரி கையாளர் ஒருவர் பிரவீனிடம் "உங்கள் கதையைப் பிறருக்குச் சொல்வதில் தடை ஏதும் உள்ளதா?" என்று கேட்டாராம். அதற்குப் பிரவீன் "இல்லை, ஆனால் மறைந்த என் அம்மா வெளியில் சொல லாமலேயேதான் வைத்திருந்தார். ஆனால் நான் என் கதையைச் சொல்லு வதினால் ஓட்டிசத்துடன் இருக்கின்ற வர்களின் பெற்றோருக்கு நம்பிக்கை கிடைக்கும் என்று எண்ணுகிறேன். அதனால், தாராளமாக பதிவு செய்யலாம்." என்று அவர் சொல்லி இருக்கிறார். தற் போது ஓட்டிசத்தின் பாதிப்பு ஏதும் தனக்கு இல்லை என்று மருத்துவச் சான்றிதழ் பெற்று வைத்துள்ளார் பிரவீன்.

பிரவீன், தனக்கு நினைவில் உள்ள சிறுவயது நிகழ்ச்சிகளைச் சொல்லும் போதே நமக்குள் வியப்பு மேலிடுகிறது. ஓட்டிசக் குழந்தையின் ஒவ்வொரு செய் கைக்கும் ஒரு காரணம் இருக்கும் என்ப தும், மற்றக் குழந்தைகளைப் போல இல்லாமல் ஒரு கற்பனை உலகில் அவர்கள் எப்போதும் சஞ்சரித்துகொண்டே இருக்கிறார்கள் என்பதும் எளிதில் புரியும்.

பள்ளிக்காலங்கள் பற்றி அவர் குறிப் பிடும்போது, எப்போதுமே தனக்குப் பள்ளி வாழ்க்கை பிடித்ததில்லை என்று சொல் கிறார். மற்றவர்களின் நடுவில் தான் மட் டும் தனித்து இருப்பதைப் போன்றே உணர்ந்த கதையைச்சொல்லும்போது இன்று அவருக்கே சிரிப்பு வருகிறது. சாதாரண மாணவனாகத்தான் பள்ளி வாழ்க்கை வாழ்ந்துள்ளார். பாடங்களைப் புரிந்து படிப்பது போன்ற காரியங்கள் இயலாது இருந்ததையும் அவர் சுட்டிக் காட்டுகிறார். தான் படித்த காலங்களி லேயே ஓவியக்கல்லூரி காலம் மட்டும் தான் 'வசந்தகாலம்' என்று குறிப்பிட்டுச் சொல்கிறார்.

சின்னவயதில் தான் கண்ட கற்பனை உலகமே இன்று தன்னை சிறந்த படைப் பாளியாக உருவாக்கி உள்ளது என்று சொல்லும் போதே பிரவீன் முகத்தில் பெரு மிதம் தெரிகிறது. உண்மையில் பிரவீன், ஒவ்வொரு ஓட்டிசக்குழந்தையின் பெற் றோருக்கும் பெரிய நம்பிக்கை நட்சத் திரமாகத் திகழ்கிறார் என்று சொல்வதில் "வலு" பெருமைப்படுகிறது.

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

வலைவெளி

(கடந்த இதழின் தொடர்ச்சி)

ஓட்டிசம் பத்துக் கட்டளைகள்

ஓட்டிசம்

பாலபாரதி

ஓட்டிச குழந்தைகளின் பெற்றோர்களுக்குச் சொல்லுவதற்குப் பல விசயங்கள் உண்டு. முன்னமே பல முறை சொன்னது போல, ஒவ்வொரு ஓட்டிசக்குழந்தையும் ஒவ்வொரு ரகமாக இருப்பார்கள். அதனால் அக்குழந்தைகளைக் கையாள்வது என்பதற்கு எவரும் இதுதான் வழிகள் என்று உறுதியாகக் கூறிவிட முடியாது.

அதேசமயம், இன்னொரு ஓட்டிசக் குழந்தையின் பெற்றோரிடம் பேசும் போது, அவர்களின் வாயிலாக பல அனுபவங்களைப் பெறமுடியும். தமிழகத்தின் பல பகுதிகளுக்கும் சென்று ஓட்டிச பாதிப்புக்குள்ளான குழந்தைகளையும், அவர்களுக்கு என இயங்கிவரும் பல அமைப்புகளையும் பயிற்றுனர்களையும் பார்த்து விட்டு வந்திருக்கிறேன். என் அனுபவத்தில் எனக்குத்தெரிந்த ஓட்டிசப்பதிப்புக்குள்ளான ஒரு குழந்தையின் பெற்றோர் தம் அனுபவங்களை அடுத்தவர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ளத் தயாராகவே இருக்கின்றனர். இதுதான் இக்குழந்தைகளின் பெற்றோருக்குப் பெரிய ஆறுதலான விசயம்.

Jene Aviram என்ற மேலைநாட்டவர் ஓட்டிச பாதிப்புக்கு உள்ளான குழந்தையின் பெற்றோருக்குப் பத்துகட்டளைகளைக் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

இதே செய்தியினை நாம் முந்தைய கட்டுரைகளில் பார்த்திருக்கக்கூடும். அவை நான் பார்த்த பெற்றோர்கள், பயிற்றுனர்கள், மருத்துவர்கள் வழியாகக் கிடைக்கப்பெற்றவை. ஆனாலும், இக்கட்டளைகள் எனக்கு மிகவும் முக்கியமானதாக காணப்பட்டதனால், அதனை இங்கே தமிழில் பதிவு செய்கின்றேன்.

1. வருந்துவதில் தவறில்லை.

உங்கள் குழந்தைக்கு ஓட்டிசம் என்ற விஷயத்தைக் கேட்ட உடனேயே உங்கள் மனதைப் பயம் கவ்வக்கூடும். இந்தக் குழந்தையின் எதிர்காலம் என்னவாகும்? நண்பர்கள் இருப்பார்களா? திருமணமாகுமா? முதலில் பேச முடியுமா? என்றெல்லாம் அடுக்கடுக்கான கேள்விகள் எழும்பும். உங்கள் குழந்தையைப் பற்றிய கனவுகள் நொறுங்கும் நொடியில், ஏன்? என்ற ஒற்றைச் சொல் கதறலாய் உங்களிடமிருந்து வெளிப்படலாம்.

இப்படியெல்லாம் குமுறுவதில் தவறேயில்லை. ஆனால் அதற்கு ஒரு காலவரையறை செய்து கொள்வது நல்லது. உங்கள் ஆற்றலையெல்லாம் அழுகையில் வீணடிக்காது விரைவில் உங்கள் குழந்தையை வாழ்வுக்கு தயார் செய்ய ஆரம்பியுங்கள்.

2. உங்களை நீங்களே நம்புங்கள்.

ஓட்டிசத்திற்கான சிகிச்சையில் ABA, RDI, Son Rise, OT, PT பேச்சுப் பயிற்சி,

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

விற்றமின்கள், உணவுக் கட்டுப்பாடுகள் என பல்வேறு விஷயங்கள் உண்டு. எதிலிருந்து தொடங்குவது என்ற குழப்பம் இயல்பானதுதான். உங்களைப் போன்ற இதனால் பாதிக்கப்பட்ட பெற்றோருடன் கலந்து பேசுவது உங்களுக்குத் தெளிவைத் தரக்கூடும். உங்கள் முன்னாலிருக்கும் சிகிச்சை முறைகளைப் பற்றி ஆராயும் முன் ஒரு விஷயத்தை உங்கள் மனதில் பதித்துக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் அளவுக்கு உங்கள் குழந்தையைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளக் கூடியவர் வேறு யாரும் இல்லை. ஒரு சிகிச்சை முறை உங்கள் குழந்தைக்கு சரியான விளைவைத் தரவில்லை என்று தோன்றினால், அதை உடனடியாக நிறுத்த தயங்க வேண்டாம். அதுவரை அம்முறையில் செலவழித்த காலத்தையும், பணத்தையும் நஷ்டமாக எண்ண வேண்டாம். உங்கள் குழந்தைக்கு எது ஒத்து வரும் என்பதை அறிந்து கொள்வதில் ஒரு படி முன்னேறியிருப்பதாக எண்ணிக் கொள்ளுங்கள்.

3. பெருமையடையுங்கள்.

ஒரு பொது இடத்தில் வரிசையில் நிற்கையில், உங்கள் குழந்தை திடீரென அமைதியிழந்து கைகளைத் தட்டவோ குதிக்கவோ செய்யலாம். உடனடியாக நீங்கள் சுற்றியுள்ளோரை மன்னிப்புக் கேட்கும் வகையில் பார்க்காதீர்கள். ஏனெனில் சுற்றியுள்ளவர்கள் அதை வைத்தே உங்கள் குழந்தையைக் குறைத்து மதிப்பிடுவர். அது உங்கள் குழந்தையின் சுய மதிப்பைக் குறைக்கும். ஓட்டிசத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் நம்மைப் போல் நடந்து கொள்வதில்லை என்பதனாலேயே அவர்கள் செய்கை தவறானதல்ல. பொறுமையுடன் உங்கள் குழந்தையை நோக்கிப் புன்னகையுங்கள். அதுவே சுற்றியிருக்கும் மற்றவரின் செய்கையை மாற்றும். அவர்கள்

உங்கள் குழந்தையைக் கனிவோடும், உங்களை மரியாதையோடும் பார்க்கத் தொடங்குவார்கள். உங்கள் குழந்தை மற்றவர்களால் மதிக்கப்பட வேண்டுமென்றால் முதலில் நீங்கள் அதைச் செய்து காட்டுங்கள்.

4. நாட்கள் ஓடுவதை எண்ணிக் கவலை வேண்டாம்.

நிறையப் பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு சில மைல்கற்களை நிர்ணயம் செய்து கொண்டு அதன்படி நடக்காவிட்டால் கவலைப்படுகிறார்கள். ஐந்து வயதிற்குள் பேச வேண்டும், பத்து வயதுக்குள் படிக்க ஆரம்பித்துவிட வேண்டும் என்பது போன்ற இம்மாதிரியான பதட்டங்கள் தேவையில்லை. இன்று சகஜமான வாழ்வு வாழ்ந்து வரும் எத்தனையோ ஓட்டிச பாதிப்புக்குட்பட்ட மனிதர்கள் பத்து வயது வரை ஏன் அதற்கு மேலே கூட பேச்சு வராமலிருந்த

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

வர்கள்தான். இன்று அவர்கள் ஒரு பய னுள்ள வாழ்வை வாழ்வதோடு, உறவுக ளையும் பேணிக் கொள்கின்றனர்.

ஏதோ ஒரு நொடியில் திடீரென உங் கள் குழந்தை எல்லாவற்றையும் கற்றுக் கொள்ள ஆரம்பிக்கலாம் அல்லது நிதான மாகவும், படிப்படியாகவும் கற்றுக் கொள் ளலாம். உங்கள் கடமை எப்போதும் உங்கள் குழந்தைக்குத் துணை நிற்ப தும், தான் நினைக்கும் எதையும் தன் னால் அடைய முடியும் என்ற நம்பிக் கையை அந்தப் பிஞ்சு மனதில் விதைப் பதும்தான்.

5. தேவையில்லாத குற்றவுணர்வு.

வேலைக்குப் போவது, குழந்தையைப் பயிற்சிகளுக்கு அழைத்துப் போவது, வேறு பயிற்சிகளுக்கு மாற்ற வேண்டி யிருந்தால் முடிவு செய்வது, குழந்தையை குளிப்பாட்டுவது, சமைத்தல், குழந்தை யின் உணர்ச்சி வெளிப்பாடுகளைச் சமாளித்தல் என ஒரு சிறப்புக் குழந்தை யின் பெற்றோராக உங்கள் சுமை மிக வும் அதிகம். வேலைகளுக்கு நடுவில் சிறிது நேரம் ஓய்வெடுக்கும்போது உங்களைக் குற்றவுணர்வு வாட்டலாம். நான் இப்படி ஓய்வெடுக்கக் கூடாதோ, இந்த நேரத்திலும் கூட குழந்தைக்கு உப யோகமாக ஏதாவது செய்ய வேண்டும் என்றெல்லாம் யோசிக்கும் அதே நேரம் மற்ற பெற்றோர்கள் இதை எப்படிச் சமா ளிக்கிறார்கள் என்ற ஆச்சரியமும் உங்க ளுக்குள் எழும். சொல்லப் போனால் எல் லாப் பெற்றோருமே இப்படியான சிந் தனைகளோடுதான் போராடுகிறார்கள். இந்த தேவையற்ற குற்ற உணர்வை உதறுங்கள். உங்கள் வலிமிகுந்த, சிக்க லான வாழ்வில் சிறிது நேர ஓய்வு உங்க ளுக்கு அத்தியாவசியமானது. உங்களை நன்றாகப் பார்த்துக் கொண்டால்தான் உங்கள் குழந்தையையும் நன்றாகப் பார்த்துக் கொள்ள முடியும்.

6. பார்வைக் கோணத்தை மாற்றுங்கள்

நம்மில் பலரும் நல்ல படிப்பு, நல்ல வேலை, நிறையச் சம்பளம், திருமணம், குழந்தை என்பதுதான் ஒரு மகிழ்சியான வாழ்விற்கான சூத்திரம் என்று எண்ணு கிறோம். உண்மையில் இந்த பட்டியல் மட்டுமே மகிழ்சியான, நிறைவான வாழ்வு என்பதை வரையறுப்பதில்லை. இதே வரிசையில் நம் குழந்தையின் வாழ்வு அமையாமல் போய்விடுமோ என்றே ஓட்டிசத்தால் பாதிக்கப்பட்ட குழந் தையின் பெற்றோர் பெரும்பாலும் பயப் படுகின்றனர். நிச்சயமாக உங்கள் குழந்தை தான் விரும்பும் வாழ்வை வாழ முடியும் ஆனால் அது உங்கள் வரையறைக்குள் வரவேண்டும் என்ப தில்லை. நாம் எப்படி இருக்கிறோமோ அப்படியே நம்மை மற்றவர்கள் நேசிக்க வேண்டும் என்பது எல்லோருக்கும் பொதுவான எதிர்பார்ப்பு. ஓட்டிசத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்களும் அப்படியே எதிர் பார்ப்பார்கள் என்பதை உணர்ந்து, நம் கருத்துக்களை அவர்கள் மீது திணிக் காமல் அவர்கள் விரும்பும் வாழ்வை அமைத்துக் கொள்ள அவர்களுக்குத் துணை நில்லுங்கள்.

7. வாழ்வை அதன் போக்கில் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

ஒரு சில நாட்கள் உங்கள் குழந்தை மிக நட்புடன் எல்லோரிடமும் நடந்து கொண்டு, உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியூட்ட லாம். அன்றைய தருணங்களை ஒரு டைரியில் பதிந்து வைத்துக் கொள் ளுங்கள். என்றேனும் சில நாட்கள் உங் கள் குழந்தை மன அழுத்தத்தால் தாறு மாறாக நடந்து கொண்டு உங்களைச் சோர்வுறச் செய்யலாம். அத்தகைய நாளில் முன்னால் எழுதி வைத்த நாட்குறிப்பைப் படித்துப் பாருங்கள் உங்கள் சோர்வு பறந்து போகும்.

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

8.சுயமாக வாழக் கற்றுக் கொடுங்கள்.

உங்கள் குழந்தைக்குச் சுயமாக வாழக் கற்றுத்தர முயற்சியுங்கள். தன் உடையின் 'சிப்பை' போட குழந்தை தடுமாறும் போது நாமே அதைப் போட்டுவிட கை துறுதுறுக்கும்தான். ஆனால் பொறுமையாக எப்படிப் போடுவது என்பதைச் சொல்லித்தருவதே சரியான அணுகுமுறை. நீங்கள் எப்போதும் உதவிக்கொண்டே இருந்தால் தனித்து இயங்க முடியாத நிலையில் உங்கள் குழந்தை அவஸ்தைப்பட நேரிடலாம். தேவையான உணவுகளைத் தயாரித்துக் கொள்வதில் தொடங்கி எந்த ஒரு விஷயத்தையும் அதன் நுனி முதல் அடிவரை சரியான முறையில் உங்கள் குழந்தைக்குச் சொல்லிக் கொடுங்கள். தெரியாத விஷயத்தை மற்றவர்களிடம் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ள ஊக்கப்படுத்துங்கள். சுயமதிப்புடனும், தைரியமாகவும் உங்கள் குழந்தை வாழ வழி செய்யுங்கள்.

9.அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்

நிபந்தனையற்ற அன்பும், ஏற்றுக் கொள்ளுதலும்தான் நாம் தரக்கூடிய மிகச்சிறந்த பரிசாகும். உங்கள் குழந்தையின் பார்வையிலிருந்து யோசித்துப் பாருங்கள். தொடர்ந்து அதன் செய்கைகள் திருத்தப்படுகின்றன. குழந்தை பேசும் விதமும், பழகும் விதமும் தவறு என்று சொல்லப்பட்டு மாற்றியமைக்கப்படுவதனாலும் விரும்பும் செய்கைகள் அனைத்தும் தவறு என்று சொல்லப்பட்டுக் கொண்டே இருப்பதனாலும் உங்கள் குழந்தையின் தன்னம்பிக்கை என்னாவது? எனவே, இப்படி ஒவ்வொரு விஷயத்திலும் தான் மாற்றப்படுவது எதற்காக என்பதைக் குழந்தைக்குப் புரியவையுங்கள். குழந்தை செய்வது தவறு என்பதால் அல்ல அது மற்றவர்களுக்குப் புரியாது என்பதால்தான் அப்படிச் செய்ய வேண்டியிருக்கிறது என்று உணர்த்துங்கள். ஓட்டிசத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் ஒரு போதும் மற்றவர்களைப் பற்றி முன்முடிவுகள் கொள்வதில்லை. சுற்றியுள்ள மனிதர்களை அவர்கள் எப்படியிருந்தாலும் அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளுவார்கள். ஆனால் உலகம் அவர்களை அப்படி எடுத்துக் கொள்வது இல்லை என்பதுதான் எவ்வளவு துயரமானது.

10. வித்தியாசமாக இருக்கத் துணியுங்கள்.

உங்கள் குழந்தையின் வித்தியாசமான செய்கைகள் முதலில் அதிர்ச்சியூட்டலாம். ஆனால் போகப்போக அவர்களுக்குள் மறைந்திருக்கும் திறமையை நீங்கள் உணர முடியும். ஓட்டிசத்தால் பாதிப்புக்குள்ளானவர்கள் புதுமையான சிந்தனைகள் கொண்டவர்களாகவே பெரும்பாலும் இருப்பர். நீங்கள் கற்றுத் தரும் அதே அளவு விஷயங்களை அவர்களிடமிருந்து நீங்களும் கற்றுக் கொள்ள முடியும் என்பதை மறக்காதீர்கள். அவர்களோடு தொடர்ந்து பேசிக் கொண்டே இருங்கள். மிகப் பெரிய விஷயங்களைச் சாதித்த எல்லோருமே கூட்டத்தில் உள்ளவர்களைப் போலில்லாமல் வித்தியாசமாக இருந்தவர்கள் தான். நீங்கள் மிகச் சிறப்பான ஒரு குழந்தைக்குப் பெற்றோராகும் பேறு பெற்றிருக்கிறீர்கள் என உணருங்கள். உங்கள் குழந்தையின் திறமைகளுக்கு முக்கியத்துவம் தாருங்கள். அவர்கள் விரும்புவதைச் செய்யத் துணை நில்லுங்கள். ஒவ்வொரு சின்ன விஷயத்தையும் குழந்தை கற்றுக் கொள்ளும் போதும் மகிழ்வோடு கொண்டாடுங்கள்.

ஓட்டிசம் என்று கண்டறியப்படுவது முடிவல்ல; ஆரம்பம் என்று உணருங்கள்.

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

செய்திச் சாரம்

க.பொ.த சாதாரண தர பரீட்சையில் இரு மாற்றுத்திறனாளி மாணவிகள் சாதனை

2019 டிசம்பர் மாதம் நடைபெற்ற க.பொ.த சாதாரண தர பரீட்சையில் முள்ளந்தண்டு வடம் பாதிக்கப்பட்ட செல்வி.பவதாரணி கங்காதரன், செல்வி.விதுர்சிகா மதியழகன் ஆகிய இரு மாணவிகள் சிறந்த பெறுபேறுகளினைப் பெற்று சித்தியடைந்துள்ளனர். முல்லைத்தீவு கரைத்துறைப்பற்று பிரதேச செயலகப் பிரிவில் வதியும் இவ்விரு மாணவிகளும் முல்லைத்தீவு கலைமகள் வித்தியாலயத்தில் கல்வி பயின்று வருகின்றனர். யுத்தத்தினால் முள்ளந்தண்டு வடம் பாதிக்கப்பட்ட இவ்விரு மாணவிகளின் வாழ்க்கை சக்கரநாற்காலியில் முடக்கப்பட்ட போதிலும், தன்னம்பிக்கையைக் கையில் எடுத்தவர்களாய் உயரிய எதிர்கால இலட்சியத்தோடு கல்வியைப் பயின்று வெற்றி கண்டுள்ளனர். இவர்களில் பவதாரணி கங்காதரன் அவர்கள் 8ஏ,பி சித்தியினையும், விதுர்சிகா மதியழகன் அவர்கள் 6ஏ,பி,2சி சித்தியினையும் பெற்றுச், சாதனை படைத்துள்ளனர். இப் பெறுபேறு பற்றிக் கூறுகையில், பாதிப்புக்களில் இருந்து மீள்வதற்கு கல்வியினை நாம் தேர்ந்தெடுத்தோம் என்றும் தற்போது இதில் வெற்றியும் கண்டுள்ளோம் என்றும் இவ் வெற்றிக்கு உதவிய அதிபர்கள், ஆசிரியர்கள், நண்பர்கள், பெற்றோர் என அனைவருக்கும் நன்றியினையும் தெரிவித்துள்ளனர். இவ்விரு மாணவிகளுக்கும் 'வலு' தனது வாழ்த்துக்களைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறது.

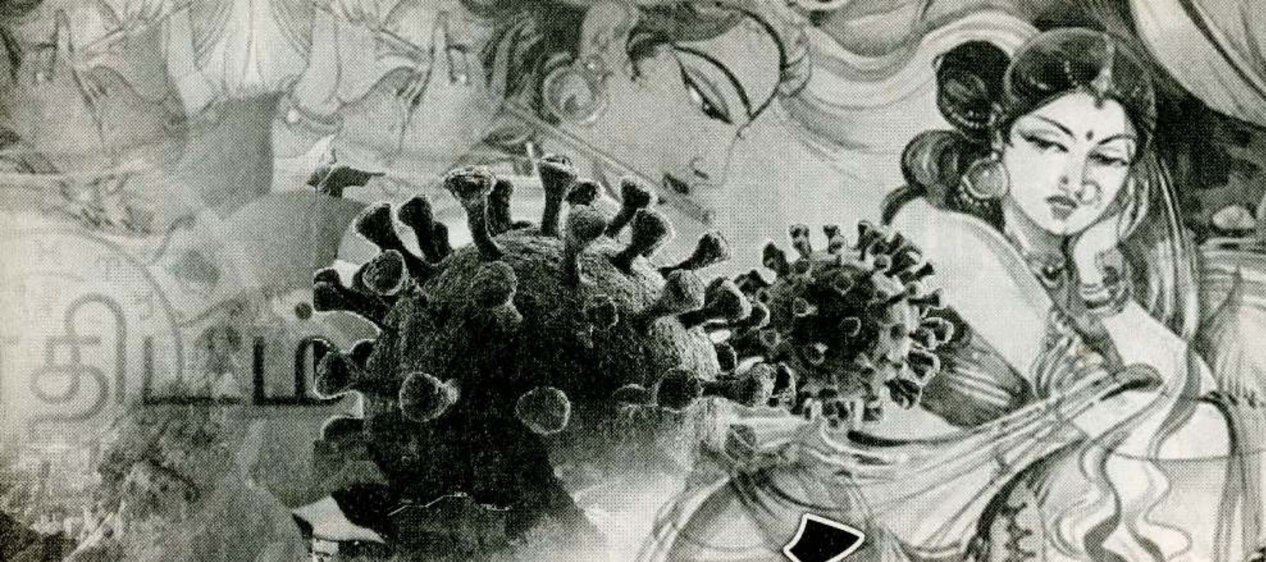
கருவியின் ஆண்டுவிழா- 2020

கருவி மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூக வள நிலையத்தின் 07ஆம் ஆண்டு நிறைவு விழா கடந்த ஜூன் 12. 2020 அன்று இலக்கம் 290, பருத்தித்துறை வீதி, நீர்வேலியில் உள்ள கருவி அலுவலகத்தில் இடம்பெற்றது. உலகில் ஏற்பட்டுள்ள வைரஸ் பாதிப்பின் காரணமாக சுகாதார நடைமுறைகளுக்கமைய மட்டுப்படுத்தப்பட்ட அங்கத்தவர்களுடன் இந் நிகழ்வு இடம்பெற்றது.

கருவியின் தலைவர் திரு.க. தர்மசேகரம் அவர்களின் தலைமையில் இடம் பெற்ற இவ் ஒன்றுகூடல் நிகழ்வின் சிறப்பு விருந்தினராக திரு.க.தேவராஜா அவர்கள் கலந்து சிறப்பித்திருந்தார். அத்துடன், கருவி நிர்வாக சபையினர், நலத்திட்ட இணைப்பாளர் மற்றும் கருவி நிறுவனப் பணியாளர்கள் ஆகியோர் கலந்து கொண்டனர்.

கருவி நிறுவனத்தின் தோற்றம், வளர்ச்சி, எதிர்கால நடவடிக்கைகள் பற்றி இவ் ஒன்றுகூடல் நிகழ்வில் எடுத்துக் கூறப்பட்டது. அத்துடன், அனைவரது கருவி உடனான அனுபவங்கள் பற்றியும் பகிர்ந்து கொள்ளப்பட்டது. செயலாளரின் நன்றியுரையுடன்,இவ் நிகழ்வானது மதியம் 01.00 மணியளவில் நிறைவுற்றது. தொடர்ந்து மதிய விருந்து உபசாரமும் நடைபெற்றது.

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



தசரசம்

தொகுப்பு : நா. கீதா கிருஷ்ணன்

01. இலக்கியச் சுவை
02. பாலகருக்கு ஒரு கதை
03. இலகு வழி English
04. நலம் தரும் மருத்துவம்
05. பலன் சொல்லும் யோதிடம்
06. மாணாக்கருக்கு ஒரு கட்டுரை
07. வெளிநாட்டுப் பயணம்
08. உலகப் புகழ் பெற்ற மனிதர்கள்
09. அதிசயிக்க வைக்கும் உண்மைகள்
10. விலங்கொன்றின் வாழ்க்கை

01. இலக்கியச் சுவை

இராமர் கதை கடந்த இதழ் 26ன் தொடர்ச்சி...

இராமாயனத்தில் பரதன் - இராமன் சந்திப்பு

பரதனும் தம்பி சத்துருக்கனும் அவர்களது சேனையும் இராமனைத் தேடிப் புறப்பட்டுச் செல்கின்றனர். வழியில் பரத்துவாச முனிவரின் ஆச்சிரமத்தை அடைகின்றனர். அவர்களை வரவேற்ற முனிவர் சுகம் விசாரித்தார். பின்னர் பரதன் முனிவரிடம், "எப்படி யாவது ராமனைச் சமாதானப்படுத்தி, அயோத்திக்கு அழைத்துச் சென்று, அவனை அரசனாக்கி, அவனுக்கு நான் ஆயுள் முழுவதும் அடிமையாக இருந்து சேவை செய்ய வேண்டும் என்று வந்துள்ளேன். இராமன் இருக்குமிடம் தங்களைக் கேட்டுத் தெரிந்து கொண்டு அவனைப் பிரார்த்தித்து அழைத்துப் போக வந்திருக்கிறேன்" என்றான்.

அதற்குப் பரத்துவாச முனிவர், "சக்கரவர்த்தித் திருமகன் சித்திரக் கூட மலையில் வசித்து வருகிறான். இன்று இங்கே தங்கி நாளை உன் சேனைகளுடன் அவ்விடம் போவாயாக.... எனவும், இந்த ஆச்சிரமத்தில் இன்று தங்குவதற்கு ஒப்புக் கொண்டு என்னை மகிழச் செய்வாய்!" எனவும் கூறினார்.

"சுவாமி, தாங்கள் எனக்குச் செய்த பாக்கியம் போதாதா? எல்லா அதிதி பூஜையும் பெற்றுப் பெரிய விருந்தும் உண்ட மாதிரி அடியேன் திருப்தியடைந்து விட்டேன்." என்றான் பரதன். வனத்தில் வசிக்கும் ஏழைத் தவசிக்குத் தொந்தரவு கொடுக்கக்கூடாது என்று

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

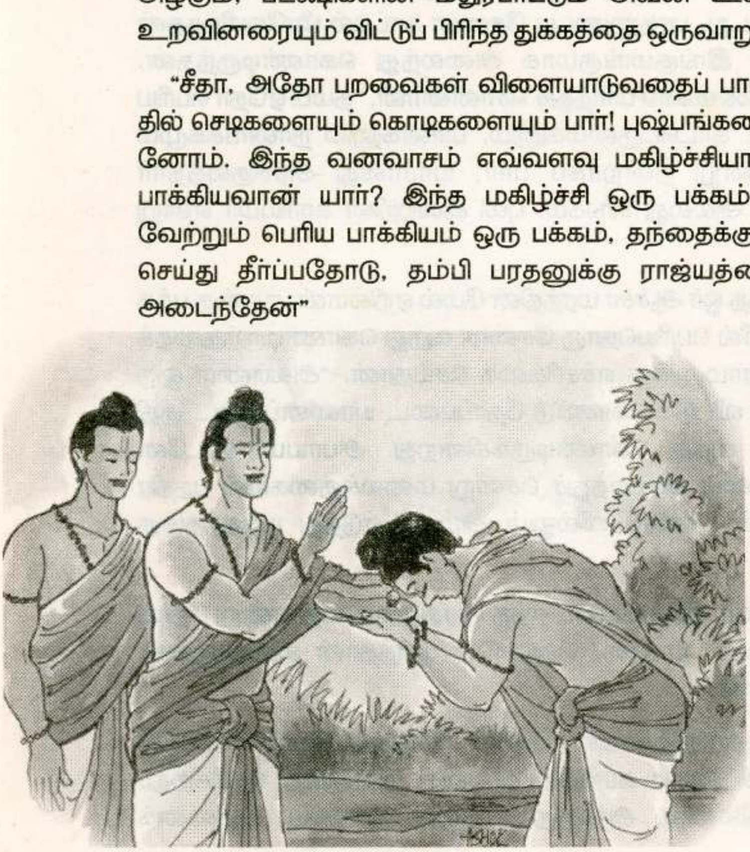
அரசகுமாரன் எண்ணுகிறான் என்பதைப் பரத்வாசர் தெரிந்து கொண்டு புன்சிரிப்புடன், "அப்படியில்லை. உன் பக்திக்கும், பதவிக்கும் தக்க உபசாரம் செய்யக் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன்" என்று சொன்னார். முனிவரின் கட்டளையை மறுக்க முடியாதவனாய் பரதனும் அவனது சேனைகளும் அன்றைய இராப் பொழுதை அங்கேயே கழித்தனர்.

மறுநாள் காலை முனிவர் "இவ்விடத்திலிருந்து இரண்டரை யோசனை தூரத்தில் மந்தாகினி நதி ஓடுகிறது. அதன் கரையில் சனசஞ்சாரமற்ற பெரிய காடு இருக்கிறது. தெற்கே சித்திர கூடமலை இருக்கிறது. மலைக்குக் கீழ் வனத்தில் ஒரு பர்ணசாலையில் ராம லக்ஷ்மணர்களும் சீதையும் வசித்து வருகின்றனர்." என்று சொல்லி அங்கிருந்து போகும் வழியை விளக்கிச் சொன்னார்.

பரதனும் அவனது பரிவாரங்களும் பரத்வாசர் சொன்ன வழியில் சென்றார்கள். சித்திர கூடமலையும் தெரிந்தது. ஓர் இடத்தில் இலேசாகப் புகை கிளம்புவதையும் கண்டார்கள். அதுவே சக்கரவர்த்தித் திருமகன் ஆச்சிரமம் என்று ஊகித்துக் கொண்டார்கள். அனைவரையும் அங்கேயே நிறுத்தி விட்டுச் சுமந்திரன், வசிட்டர், பரதன் மூவர் மட்டுமே புகை தெரிந்த இடம் நோக்கிச் சென்றார்கள்.

சித்திரகூடத்தில் இருந்த பர்ணசாலையில் ராம லக்ஷ்மணர்களும் சீதையும் சந்தோஷமாகவே காலத்தைக் கழித்து வந்தார்கள். லக்ஷ்மணனும் சீதையும் பக்கத்திலிருக்க எனக்கு என்ன குறை என்று எண்ணினான் ராமன். மலையின் கம்பீரமும், வனத்தின் அழகும், பட்க்ஷிகளின் மதுரபாட்டும் அவன் உள்ளத்தைக் கவர்ந்தன. ஊரையும், உறவினரையும் விட்டுப் பிரிந்த துக்கத்தை ஒருவாறு மறந்தான்.

"சீதா, அதோ பறவைகள் விளையாடுவதைப் பார்! மலைப்பாறைகளைப் பார்! வனத்தில் செடிகளையும் கொடிகளையும் பார்! புஷ்பங்களைப் பார்! நாம் என்னவோ எண்ணினோம். இந்த வனவாசம் எவ்வளவு மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது! என்னைப் போன்ற பாக்கியவான் யார்? இந்த மகிழ்ச்சி ஒரு பக்கம், தந்தையின் ஆணையை நிறைவேற்றும் பெரிய பாக்கியம் ஒரு பக்கம், தந்தைக்குச் செலுத்த வேண்டிய கடமையைச் செய்து தீர்ப்பதோடு, தம்பி பரதனுக்கு ராஜ்யத்தைக் கொடுக்கும் மகிழ்ச்சியையும் அடைந்தேன்"



இவ்வாறு சொல்லிக் கொண்டு ராமன் தன் துக்கத்தை அகற்றி, சீதைக்கு உற்சாகத்தை உண்டாக்கி வந்தான். இந்த நதிக்கரை எவ்வளவு மனோகரமாக இருக்கிறது! மிருகங்கள் இறங்கி, நீர் குடிக்கும் துறையில் ஜலம் சிவந்து எவ்வளவு அழகாக இருக்கிறது! ரிக்ஷிகள் நீராடுகிறார்கள். சிலர் சூரியனை உபாசித்து நிற்கிறார்கள். புஷ்பங்கள் மரக்கிளைகளினின்றும் நீரில் விழுவதைப் பார். அதோ முத்துக்களை வாரி எறிவது போல் மந்தாகினி துள்ளிக் குதித்து விளையாடி

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

வரும் அழகைப் பார். எவ்வளவோ இன்ப மாக இருக்கிறது. ஆற்றில் மிருகங்கள் ஒன்றையொன்று பார்த்து பயமின்றி நீர் குடித்து வருவதைப் பார்த்தால் எவ்வளவு ஆனந்தமாக இருக்கிறது! இந்த நதியில் நீராடி இங்கே கிடைக்கும் கிழங்குகளை யும், பழங்களையும் உண்டு மகிழ்வது டன், உன்னுடன் காடும் மலையும் சுற்றி மகிழ்ச்சியடையும்போது நான் அயோத்தி யையாவது ராஜ பதவியையாவது ஏன் நினைக்க வேண்டும்?

இவ்வாறு சக்கரவர்த்தித் திருமகன் ஜானகியுடனும் தம்பி லக்ஷ்மணனுட னும் ஆற்றங்கரையிலும் மலையிலும் வனத் திலும் சஞ்சரித்துக்கொண்டு சந்தோஷமா கக் காலங்கழித்து வந்தான்.

மலைச் சாரலில் ஓர் இடத்தில் நிம்மதியாக உட்கார்ந்திருந்தார்கள். திடீர் என்று தூரத் தில் தூசி கிளம்பி ஆகாயமளவிற்கு உயர்ந்து நின்றது. அத்துடன், பெரிய சன சமுத் திரத்தின் கம்பீரப் பேரொலியும் கேட்டது. பரதனுடைய சேனை காட்டில் பிரவேசித்ததன் காரணமாகப் பிராணிகள் பயந்து இங்குமங்குமாக அலைந்து கொண்டிருந்தன. இவற்றைப் பார்த்த இராமன் லக்ஷ்மணனைப் பார்த்துச் சொன்னான், “தம்பி ஏதோ பெரிய கோஷம் கேட்கிறது. யானைகளும், காட்டெருமைகளும், மான்களும் நாலாபக்கமும் ஓடுகின்றன. என்ன விஷயம் என்று நன்றாகப் பார்! யாராவது அரசகுலத்தார் வேட்டையாட வந்திருக்கிறார்களா? அல்லது சிங்கம், புலி இவற்றின் காரியமா என்று பார்த்துச் சொல்வாய்? என்றான்.

உடனே லக்ஷ்மணன் மிக உயர்ந்த ஓர் ஆச்சா மரத்தின் மேல் ஏறினான். நான்கு பக்க மும் நன்றாக பார்த்தான். வடதிசையில் பெரியதொரு சேனை வந்து கொண்டிருந்ததைக் கண்டான். மரத்தின் மேலிருந்தே ராமனுக்கு எச்சரிக்கை செய்தான். “அண்ணா ஒரு பெருஞ்சேனை கொடிகளைப் பறக்க விட்டுக் கொண்டு தேர்ப்படை, யானைப்படை, குதி ரைப் படை, காலாற்படை சகிதம் வந்து கொண்டிருக்கின்றது. அபாயம்! உடனே நெருப்பை அணைத்துவிட்டு, சீதையை அழைத்துச் சென்று மலைக்குகையில் பத்திர மாக இருக்கச் செய்துவிட்டு, கவசம் பூண்டு, வில்லும் அம்பும் எடுத்து யுத்தத்துக்கு ஆயத்தமாவோம்!” என்றான்.

“அப்பனே, நன்றாகப் பார்த்துச்சொல், இந்தப் படை எந்த அரசனுடையது என்று தேர்க் கொடியைக் கவனித்துப் பார்! என்றான் ராமன். அவ்வாறே பார்த்தான் லக்ஷ்மணன்; பார்த்துவிட்டு மிகுந்த கோபமடைந்தான்.

“அண்ணா ராஜ்யத்தைப் பெற்றதோடு நிற்காமல் நம்மை எதிர்த்துக் கொல்லவும் வரு கிறான் பரதன். தேரில் திருவாத்திக் கொடி காற்றில் ஆடுவது நன்றாகத் தெரிகிறது. பரதனை உயிருடன் விடப்போவதில்லை. அறநெறியிலிருந்து விலகிய இவனைக்

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

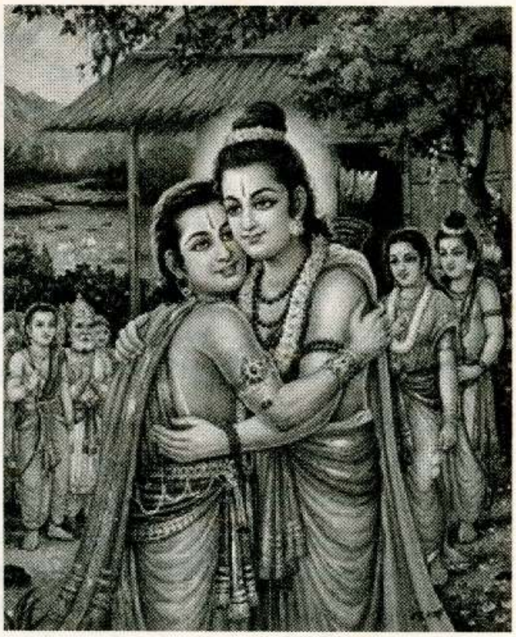
கொல்வதில் என்ன பாவம்? இந்தச் சேனையை இங்கிருந்து எதிர்க்கலாமா? அல்லது மலைமேல் ஏறி நின்று எதிர்ப்போமா? நமக்கு இவன் செய்த கொடுமைக்கு இன்று பழிவாங்கி விடலாம். நம்மைக் கொல்ல வரும் பகைவனைக் கொல்வதில் என்ன பாவம்? முதலில் இவனல்லவோ அதருமத்தில் இறங்கி இருக்கின்றான். அவனை எதிர்த்துக் கொல்வது தருமமேயாகும். இவனை வதம் செய்து விட்டு பேராசையில் வீழ்ந்த இவன் தாயின் எண்ணத்தை இன்று முற்றிலும் அழித்துத் தீர்ப்போம். இந்த வனத்தில் ரத்த வெள்ளம் ஓடச் செய்யப் போகிறேன். யானை ஒடித்த பெரிய மரம் போல் இன்று பரதன் வீழ்வான். இந்தச் சேனையை நிர்மூலமாக்குவோம். இந்தக் காட்டிலுள்ள பிணம் தின்னும் மிருகங்களுக்கு நிறைய உணவு கொடுப்போம்". இவ்வாறு லக்ஷ்மணன் கோபத்தில் தன்னையும் மறந்து பேசினான்.

"லக்ஷ்மணா, பரதனே நேரில் வருகிறான் என்கிறாய். அப்படியானால் நம்முடைய வில்லுக்கும், அம்புக்கும், கத்திக்கும் என்ன வேலை? தந்தையின் ஆணையை அழித்தும், பரதனைக் கொன்றும் ராஜ்யம் சம்பாதித்து நாம் என்ன பிரயோசனத்தைப் பெறுவோம்?. யாருக்குச் சுகமும் சந்தோஷமும் தந்து அதனால் நாமும் சந்தோஷம் அடையலாம் என்று சம்பாதிக்கிறோமோ அவர்களை அழித்துவிட்டு, அந்தப் பொருளை நாம் அடைவதில் என்ன பயன்? அதர்ம வழியில் சம்பாதிக்கும் ராஜ்யம் நமக்கு வேண்டாம். லக்ஷ்மணா, நீயும் பரதனும் சத்துருக்கனும் என்னுடன் அனுபவிக்க முடியாத சுகம் எனக்கு வேண்டாம். இது நிச்சயம்."

மேலும் சொன்னான்;"நான் சொல்வதைக் கவனித்துக்கேள்.பரதன்இப்போது இங்கே ஏன் வருகிறான்? என்பதை நான் அறிவேன். அவன் எள்ளளவும் தருமம் தவறாதவன். நம்மில் யாருக்காவது, அவன் எப்போதாவது தீமை செய்ததுண்டா? ராஜ்யத்தை எனக்குக் கொடுத்து விடுவதற்காகவே அவன் வருகிறான். கைகேயியைக் கோபித்துத் தந்தையை ஏதோ சொல்லிச் சமாதானப்படுத்திவிட்டு என்னைத் திருப்பி அழைத்துப் போவதற்காக வந்திருக்கிறான் என்பது நிச்சயம். பரதனை நான் அறிவேன்; நீ அவனைப் பற்றி ஆத்திரப்பட்டு ஆவேசமாகப் பேசியதெல்லாம் அதர்மம். அப்படிப் பேசலாகாது. ராஜ்யத்தைச் சம்பாதிக்கவா ஆசைப்படுகிறாய்? அப்படியானால் சொல், பரதன் வந்ததும் அவனுக்குச் சொல்கிறேன். "லக்ஷ்மணனுக்கு ராஜ்யம் வேண்டுமாம். அவனுக்குக் கொடுத்துவிடு" என்று. நான் இப்படிச் சொன்ன மாத்திரத்தில் பார், "எடுத்துக்கொள்" என்று உனக்கு உடனே தந்து விடுவான் சந்தேகமில்லை" என்று சொல்லிச் சிரித்தான் ராமன்.

லக்ஷ்மணன் வெட்கத்தால் உடல் குறுகிப் போனான். "ஒருவேளை நம்முடைய தந்தை சக்கரவர்த்தியே நம்மைப் பார்க்க வந்திருக்கலாம்" என்றான் லக்ஷ்மணன்.

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



லக்ஷ்மணன் வெட்கப்பட்டுப் போனான் என்பதையறிந்த ராமன் "அப்படியுமிருக்க லாம்! வனவாசத்தில் கஷ்டப்படுகிறோ மென்று எண்ணிச் சக்கரவர்த்தி நம்மை யும், முக்கியமாகச் சீதையையும் ஊருக்கு அழைத்துப்போக வந்திருக்கலாம். ஆனால் மன்னனுடைய வெண்கொற்றக் குடை யைக் காணவில்லையே! தந்தை வந்திருந் தால் அது இருக்குமே! எப்படியாயினும் சரி, நீ சாந்தமடைவாய்" என்றான். லக்ஷ் மணன் ராமச்சந்திரன் உட்கார்ந்திருந்த இடத்திற்கு அருகே போய்க் கைகூப்பிய வண்ணம் நின்றான்.

சேனையைத் தொலைவில் நிறுத்தி விட்டு, புகை கிளம்பிய இடத்தைச் சரியாகப் பார்த்துவரப் பரதன் சில ஆட்களை அனுப்பி னான். சற்று நேரம் கழித்து அவர்கள் பரத்வாசர் குறிப்பிட்ட இடம் இதுதான். இங்கே இருக்கும் பர்ணசாலைதான் முனிவர் குறிப்பிட்ட இராமனுடைய பர்ணசாலை என்று கூறியதும் பரதன் புறப்பட்டான்.

பரதன் தன் மேல் வந்த பழியை நினைத்துப் பயந்தவனாய், அண்ணாவிடம் என்ன சொல்வது, எப்படிச் சொல்வது? என்று யோசித்துக் கொண்டே போனான். அங்கே உட்கார்ந்திருந்த ராமனைக் கண்டதும் எல்லாவற்றையும் மறந்தவனாய் அண்ணன் இருந்த இடம் நோக்கி ஓடினான்.

துக்கம் மேலிட்டுக் கண்களில் நீர் பெருக, ஒன்றுமே பேச முடியாமல் "அண்ணா" என்று கதறிக்கொண்டு ராமன் காலடியில் விழுந்தான். "அண்ணா" என்ற வார்த்தைக்கு மேல் பேச முடியாமல் தொண்டை அடைத்துக் கொள்ள விம்மி அழுதான். இதற்குள் சுமந்திரனும் வசிட்டரும் வந்து சேர்ந்தார்கள். ஜடையும் மரவுரியும் தரித்துத் தன்முன் கைகூப்பிய வண்ணம் தரையில் விழுந்து கிடந்த பரதனைப் பார்த்தான் ராமன். துக்கத்தாலும் உபவாசத்தாலும் தேகம் மெலிந்து, நிறம் மாறிப்போய்க் கிடந்த பரதனை வாரியணைத்து உச்சிமோந்து, மடியின் மேல் உட்கார வைத்து, "குழந்தாய்! தந்தை சக்கரவர்த்தியைத் தனியாக விட்டுவிட்டு நீ இப்படி வெகுதூரம் வனத்துக்கு வந்து விடலாமா? ஏன் இந்த மாதிரி இளைத்துப் போயிருக்கிறாய்?" என்று ராமன் கேட்டான்.

பரதன் பேச்சிழந்து கிடந்தான்; பரதனுடைய நிலையைப் பார்த்து ராமன் மெதுவாக, ராஜ தர்மம் பற்றி வழக்கப்படி அரச குலத்தவர்கள் சந்திக்கும் சமயங்களில் கேட்பது போல் கேட்டான். கொஞ்ச நேரம் கழித்துச் சமாளித்துக் கொண்டு பரதன் பேசலானான்.

"ராஜ தர்மத்துக்கும் எனக்கும் என்ன சம்பந்தமிருக்கிறது அண்ணா? சிம்மாசனம் ஏறி ராஜ்ய பரிபாலனம் செய்ய வேண்டியவன் நீ இருக்க நான் எவ்வாறு அரசனாவேன்? அல்லது அரசனுக்குரிய தர்மத்தை அனுசரிப்பேன்? எனக்குரிய தருமம் உனக்கு நான் ஆயுள் முழுவதும் அடிமையாக இருந்து சேவை செய்வதுதான். மூத்தவன்

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

ராஜ்யப்பொறுப்பைத் தாங்க வேண்டியது என்பது ராஜகுலப் பொது தருமம். நம்முடைய குலத்திலும் இதுவே முறை. இம்முறைப்படி அயோத்திக்கு என்னுடன் வந்து முடி சூட்டிக் கொண்டு குலத்துக்கும் ஜனங்களுக்கும் மங்களம் அருள்வாய்" என்றான்.

அத்தோடு தந்தையின் நலம் விசாரித்த ராமனுக்கு, "மகாராஜாவான தந்தை தசரதன் அவர் செய்ய வேண்டிய வேள்விகளையெல்லாம் செய்து முடித்து சுவர்க்க லோகம் புகுந்தார். நான் கேகய தேசத்திலிருக்கும் போதே நீங்கள் அயோத்தி விட்டு வனம் சென்றுவிட்டீர்கள். இந்த துக்கத்தை தாங்கமாட்டாமல் உயிர் நீத்தார்" என்றான் பரதன். தந்தை இறந்தார் என்ற செய்தியைக் கேட்டதும் ராமன் கோடரியால் வெட்டப்பட்ட மரம் போல் கீழே விழுந்தான்.

நந்தா விளக்கனைய நாயகனே நானிலத்தோர்
தந்தாய் தனியறத்தின் தாயே, தயாநிலையே
எந்தாய் இகல்வேந்தர் ஏறே இறந்தனையே
அந்தோ வெனிவாய்மை(க்) கு ஆரளரே மற்றென்றான்.

இதைக் கேட்ட ராமனும், லக்ஷ்மணனும், சீதையும் மிகவும் துயருற்றனர். அவர்களுக்கு ஆறுதல் கூறிய பரதன் "நம் தந்தைக்குச் செய்ய வேண்டிய கிரியைக் கடனைச் செய்வாயாக" என்றான். "நானும் சத்ருக்கனும் செய்தாயிற்று அண்ணா! தந்தைக்கு மிகப் பிரியமாக வளர்ந்தாய். உன் ஞாபகமாகவே தந்தை உயிர் நீத்தார். நீ விடவேண்டிய எள்ளும், நீருமே அவருக்கு சாந்தி தரும்!" என்று சொன்னான்.

ராஜகுமாரர்களும் சீதையும் சுமந்திரனும் ஆற்றுக்குச் சென்றார்கள். அங்கே ஸ்நானம் செய்து கை நிறைய ஜலத்தைத் தியானித்து ஆற்றில் விட்டார்கள். பிறகு வழக்கப்படி செய்ய வேண்டிய சடங்குகளைச் செய்து விட்டுப் பர்ணசாலைக்கு வந்து ராஜகுமாரர்கள் ஒருவர் கையை ஒருவர் பிடித்து நின்று தந்தையை நினைத்துப் பெருங்குரலில் அழுது துக்கம் தீர்த்துக் கொண்டார்கள்.
(தொடரும்...)

02. பாலருக்கு ஒரு கதை
காகமும் மானும்

ஒரு காட்டில் காகமும் மானும் ஒற்றுமையாக வாழ்ந்து வந்தன. மானுக்கு எங்கு நல்ல உணவு இருக்கிறது என்று காகம் அறிந்து வந்து சொல்லும். அதே போல் மானும் காகத்திற்கு எங்கு நல்ல உணவு இருக்கிறது என அறிந்து வந்து சொல்லும். இவ்வாறு இவை இரண்டும் மகிழ்ச்சியாக இருந்தன.

இரவானதும் காகம் அந்தக் காட்டிலுள்ள ஆல மரக்கிளையில் வந்து தங்கும். மான் அம்மர அடியில் தங்கும். இரண்டும் கதைத்து மகிழ்ந்து அவ்விடத்திலேயே உறங்குவது வழக்கம்.

இதனை அக்காட்டில் உள்ள ஒரு நரி கண்டது. இம்மானை எப்படியாவது உண்ண வேண்டும் என எண்ணியது. அதற்காக அது தனது தந்திரப்புத்தியைப் பயன்படுத்த ஆரம்பித்தது.

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

அது மானிடம் சென்று "மானாரே! மானாரே! என்னை எல்லோரும் அடித்து விரட்டிவிட்டனர். எனக்குச் சொந்தமென்று சொல்லிக்கொள்ள யாருமே இல்லை. நான் உங்கள் கூட இருக்கப் போகிறேன்" என அழுதது.

நரியின் தந்திரத்தை அறியாத மான் காகத்திடம் நடந்தவற்றைக் கூறியது. காகத்திற்கு நரியின் தந்திரம் விளங்கிவிட்டது. அதை மானுக்குச் சொன்னது. ஆனால் மானின் பிடிவாதத்தினால் காகமும் சம்மதித்தது.

இப்போது காகத்திடமும் மானிடமும் நரி ஒற்றுமையாக இருப்பது போல் நடித்தது. நாட்கள் சில கழிந்தன.

ஒருநாள் மாலை காகம் மரத்தடிக்கு வழக்கம் போல் வந்தது. அங்கு மானும் நரியும் இல்லை. காகம் அங்குமிங்கும் தேடிப்பார்த்தது காணவில்லை. இரவானதால் அது கலக்கத்துடன் அம்மரத்தில் படுத்தது. நரிதான் மானை எங்கோ சதிவலையில் சிக்கவைத்துவிட்டது என உணர்ந்தது.

பொழுது விடிந்ததும் காகம் மானைத் தேடிப் பறந்தது. ஒரு விவசாயி போட்டிருந்த வலையில் மான் சிக்குண்டு கிடப்பதைக் காகம் கண்டது. அதன் அருகே இருந்த பற்றைக்குள் நரி பதுங்கி இருப்பதையும் காகம் கண்டது.

மானை எப்படிக் காப்பாற்றுவது என காகம் யோசித்தது. அப்போது அதற்குத் தந்திரமான ஓர் எண்ணம் உதித்தது.

அது மானுக்கு அருகே சென்று அதன் காதில், "மானாரே! நீ செத்தமாதிரிக் கிட நான் உன் கண்ணினைக் கொத்துவது போல் பாசாங்கு செய்கிறேன்.

"தோட்டக்காரன் வந்ததும் நீ இறந்ததாய் நினைத்து சிக்குகளை எடுத்து விடுவான். அப்போது நான் அருகில் உள்ள மரத்தில் இருந்து கா!கா!! எனக் கரைவேன் நீ எழுந்து ஓடிவிடு" எனச் சொன்னது.

அவ்வாறே தோட்டக்காரனும் வந்தான். மான் இறந்ததாய் எண்ணி சிக்குகளை எடுத்துவிட்டு தன்வேலையைப் பார்க்கத் தயாரானான்.

அப்போது காகம் கா! கா! எனக் கரைந்தது. மான் எழுந்து ஒரே ஓட்டமாக ஓடியது. கோபமுற்ற தோட்டக்காரன் அருகே கிடந்த ஒரு பெரிய கல்லை எடுத்து மான் ஓடிய திசையை நோக்கி எறிந்தான்.

அக் கல் பற்றைக்குள் மானின் இறைச்சியைத் தின்னப் பதுங்கி இருந்த நரியின் தலையில் பலமாகப் பட்டது. வேதனை தாங்க முடியாத நரி அதே இடத்தில் இறந்தது. மானும் காகமும் அந்த ஆலமரத்தடியில் ஒற்றுமையாகத் தொடர்ந்தும் வாழ்ந்தன.

"மற்றவர்களுக்கு நாம் தீங்கு செய்ய நினைத்தால் அது நம்மையே அழித்துவிடும்."

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

03. இலகுவழி ஆங்கிலம் English

My family
எனது குடும்பம்.

1. My name is Sana.
   எனது பெயர் சனா.
2. There are five members in my family.
   எனது குடும்பத்தில் ஐந்து உறுப்பினர்கள் இருக்கிறார்கள்.
3. They are my mother, my father, my sister Akshara, my brother Aarujan and me.
   அவர்களாவன எனது அம்மா, எனது அப்பா, எனது சகோதரி அக்ஷரா, எனது சகோதரன் ஆருஜன் மற்றும் நான்.
4. My father is Karan.
   எனது அப்பா கரன்.
5. He is a businessman.
   அவர் ஒரு வணிகர்.
6. My mother is Vahini.
   எனது அம்மா வாஹினி.
7. She is a teacher at a primary school.
   அவர் ஒரு ஆரம்ப பாடசாலையில் ஒரு ஆசிரியர்.
8. My sister Akshara is 4 years old.
   எனது சகோதரி அக்ஷராவிற்கு நான்கு வயது.
9. She is very intelligent.
   அவள் மிகவும் புத்திசாதுரியமானவள்.
10. She likes purple colour very much.
    அவளிற்கு ஊதா நிறம் மிகவும் பிடிக்கும்.
11. Aarujan is two years old.
    ஆருஜனிற்கு இரண்டு வயது.
12. He likes to colour the pictures.
    அவனிற்கு படங்களிற்கு வர்ணம் தீட்டுவதற்கு விருப்பம்.
13. His favourite colour is yellow.
    அவனிற்கு மிகவும் பிடித்த நிறம் மஞ்சள் ஆகும்.
14. The people in my family are very kind.
    எனது குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் மிகவும் இரக்கமானவர்கள்.
15. I like my family very much.
    எனக்கு என்னுடைய குடும்பத்தை மிகவும் பிடிக்கும்.

Mrs. Thashini Kirusanthan,
English Teacher,
J/Kalviyankadu H.I.M.School.

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

04. நலன்தரும் மருத்துவம்.

சித்த மருத்துவத்தினூடான கொரோனா நோய்த்தடுப்பு முறைகள்:

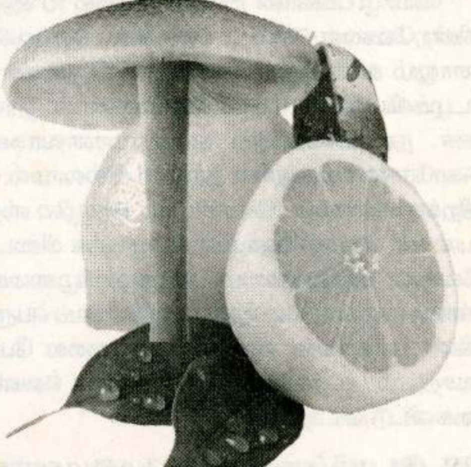
உலகை அச்சுறுத்தி வரும் கொரோனா நோயானது, வைரஸினால் பரவும் ஒரு தொற்று நோயாகும். இந்த வைரஸானது, மிக இலகுவாக தொற்றக்கூடியதாகவும் உயிராபத்தை ஏற்படுத்தக் கூடியதாகவும் உள்ளது. ஆனாலும் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி கூடிய ஒருவருக்கு தொற்று ஏற்படும் தன்மை குறைவாகக் காணப்படுகிறது. எனவே, உயிர்க்கொல்லி நோயுடன் போராடிக்கொண்டிருக்கும் நாம், உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிப்பதே நோயிலிருந்து எம்மைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்கான சிறந்த உக்தி முறையாகும். கொரோனா வைரஸ் தொற்று ஏற்பட்டால் காய்ச்சல், சளி, இருமல், மூச்சுவிடுவதில் கஷ்டம், தொண்டை நோ போன்ற பிரதான குணங்குறிகளுடன் வாந்தி, வயிற்றோட்டம், களைப்பு, மணம்,சுவை என்பனவற்றை உணருதல் குறைவடைதலும் காணப்படும். ஆனால் மேற்படி குணங்குறிகள் இல்லாமலும் கொரோனா வைரஸ் தொற்று ஏற்பட வாய்ப்புகள் உள்ளன.

இந்நோயினால் இலகுவாகப் பாதிக்கப்படக் கூடியவர்களாக முதியவர்கள், குழந்தைகள், நீண்ட காலமாக நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள், கர்ப்பிணித்தாய்மார்கள், தொற்றா நோயினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் நீரிழிவு, உயர்குருதியமுக்கம், இருதய நோயாளிகள், சுவாச நோயாளிகள், சிறுநீரக நோயாளிகள் மற்றும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்தவர்களும் காணப்படுகின்றனர். இந்நோய்க்கான மருந்து இன்னும் கண்டு பிடிக்கப்படவில்லை என்பதனாலும் தகுந்த வக்சின் (Vaccine) கண்டுபிடிப்பதில் தாமதம் ஏற்பட்டுள்ளதனாலும் நோய் ஏற்பட்ட பின்னர் சிரமப்படுவதிலும் பார்க்க நோய் வராமல் தடுத்தலே சிறந்ததாகும். நோய் பரவாமல் தடுக்கும் முறைகளாக முகக்கவசம் அணிதல், கைகளை அடிக்கடி கழுவுதல், (சவர்க்காரம், மஞ்சள் நீர், தொற்று நீக்கி திரவம் பயன்படுத்த முடியும்), சமூக இடைவெளியைப் பேணுதல், அணியும் ஆடைகளைக் கழுவி சூரிய ஒளியில் உலர விடல். முகம், வாய், கண், மூக்கு போன்றவற்றைக் கையால் அடிக்கடி தொடுவதை தவிர்த்தல். விற்றமின் சி சேர்ந்த பழங்கள், காய்கறிகளை அதிகமாகச் சாப்பிடுதல், அடிக்கடி இளஞ்சூடான நீரைப்பருகுதல் போன்ற முறைகள் காணப்படுகின்றன. வாய் கொப்பளிப்பதற்கு, உப்பு நீர், திரிபலா கசாயம் பயன்படுத்த முடியும். வீட்டுச்சுற்றுப்புற சூழலில் மஞ்சள் நீர் தெளித்தல், வேம்பு, காஞ்சாங்கோரை, நொச்சி இலை, ஆடாதோடை இலை, இலாமிச்சம்புல் போன்றவற்றால் தூபமிடலும் சிறந்த தொற்று நீக்கும் முறைகளாகும்.

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

எனவே, சுகாதார நடவடிக்கைகளைப் பின்பற்றுவதன் மூலமும் பாரம்பரியத்துடன் கூடிய ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையைப் பின்பற்றுவதன் மூலமும் இந்நோயிலிருந்து எம்மைப் பாதுகாத்துக்கொள்ள முடியும். சித்த மருத்துவத்தில் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையும் அவற்றினூடாக நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரிக்கும் வழிமுறைகளும் பின்வருமாறு கூறப்பட்டுள்ளது.

உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரித்துக்கொள்ள இஞ்சி, உள்ளி, மல்லி, மஞ்சள், எலுமிச்சை, தோடை, காளான், கீரை வகைகள் போன்றவற்றை உணவில் அதிகமாக சேர்த்துக் கொள்ளலாம். உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கும் மூலிகைகளாக அமுக்கரா, நிலவேம்பு, சாத்தாவாரி, வெள்ளைகரிசாலை, வல்லாரை, நெல்லி போன்றவை காணப்படுகின்றன. அத்துடன், எமது அன்றாட உணவினைப் பின்வருமாறு எடுத்துக்கொள்வதன் மூலம் உடலில் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அதிகரித்துக்கொள்ள முடியும். காலை உணவாக- உடல் பலத்தைக் கூட்டவும், உடல் கலங்களை வலுவூட்ட கூடியதுமான இலைக்கஞ்சி, பாற்கஞ்சி, தானிய உணவுகள், பொரியரிசி மா என்பவற்றைச் சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.



மதிய உணவாக - சோறுடன் வல்லாரை, பொன்னாங்காணி, முருங்கைக் கீரை, ஏனைய கீரை வகைகள், இஞ்சி, கொத்த மல்லி, மஞ்சள், நற்சீரகம், பெருங்காயம், மிளகு, உள்ளி, என்பனவற்றைச் சேர்த்துக்கொள்ளலாம். சூப் வகைகளாக காளான், கரட், உள்ளி, மஞ்சள், புதினா, துவரம்பருப்பு, கறிவேப்பிலை, கராம்பு, ஏலம் போன்றவற்றைச் சேர்த்துத் தயாரித்துக்கொள்ளலாம். இரவு உணவாக இலகுவானதும் நன்கு சமிபாடு அடையக் கூடியதுமான இடியப்பம் போன்ற இலகு ஆகாரங்களை எடுத்துக்கொள்ளலாம். உடல் கலங்களுக்கு புத்துயிர்ப்பு அளிக்ககூடிய இயற்கை முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட கற்றாளை பானம், நன்னாரி பானம், அறுகம்புல் பானங்களையும் அடிக்கடி உணவில் சேர்த்துக்கொள்ள முடியும். மற்றும் பாலுடன் மஞ்சள், மிளகு, சுக்கு, வேப்பம்பட்டை, சீந்தில்தண்டு, துளசி போன்றவற்றையும் சேர்த்துப்பருக முடியும்.

மேற்படி பொருத்தமான உணவு முறையுடன் போதியளவு உடற்பயிற்சி, யோகாசனம், மூச்சுப்பயிற்சி, தியானம், ஓய்வு (குறைந்தது 6-8 மணித்தியாலம் நித்திரை கொள்ளல்) என்பவற்றை மேற்கொள்வதன் மூலம் உடலின் நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றலை மேலும் வலுப்படுத்திக்கொள்ள முடியும். பருவகால மாற்றத்திற்கு ஏற்ப வாழ்க்கை முறையையும் உணவு முறையையும் பின்பற்றுவதன் மூலமே நோய் அணுகாத வாழ்வியலை அடைய முடியும். இதனையே, "உணவே மருந்து மருந்தே உணவு" என்று சித்த மருத்துவம் குறிப்பிடுகிறது.

Dr. விஜிதரன் வனிதா, ஆயுள்வேத வைத்தியர்

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

15.11.2020
வியாழமாற்றம்

V.A. சிவராசா B.A.B.Phil.Dip-in-EDU.
(ஜோதிடர் வித்யாரத்னா, சாமசிறீ தேசமானிய
மற்றும் M.G.R நூற்றாண்டு விழா விருதுகள் பெற்றவர்.)
56 அம்மன் றோட் கந்தர்மடம் யாழ்ப்பாணம்.
தொ.பே.இல: 021 222 8708

01. மேட ராசி (அஸ்வினி, பரணி, கார்த்திகை 1ஆம் கால்)

வியாழ பகவான் 15.11.2020இல் 10 ஆம் வீட்டுக்குச் சென்று ஒரு வருட காலம் தங்கியிருக்கின்றவேளை செய்யும் தொழிலே தெய்வமென்று போற்றிப் பாதுகாருங்கள். ஆரியக் கூத்தாடினாலும் காரியத்தில் கண்ணாக இருங்கள். "எழுதி வாழாதவன் வாழ்க்கை கழுதை புரண்டு உழக்கிய நிலம் போல இருப்பதனால்" நாளாந்த கணக்கு வழக்குகளை ஒழுங்காக எழுதுங்கள். நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமானவர்களை ஊழியர்களாகச் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள். கொரோனா வைரசின் தாக்கம் இல்லாமல் போகும் வரை மேலும் ஒரு கிளை நிறுவனத்தைத் திறக்க ஆசைப்பட வேண்டாம். தொழில் ஸ்தாபனத்தில் நடக்கும் தில்லுமுல்லுகளை அவதானியுங்கள். அரசுத் தொழில் சிலருக்குக் கிடைக்கும் வேளை வேறு சிலருக்கு ஊழல் முன்னிட்டு வேலை பறிபோகலாம். வியாழக்கிழமைகளில் "தெட்சணாமூர்த்திக்கு" சைவ மக்கள் அர்ச்சனை வழிபாடு செய்துவர, கிறிஸ்தவப் பெருமக்கள் பாம்பின் மேல் பள்ளி கொள்ளும் "மரியராக்கினி" மாதாவை வழிபட்டு வர மலை போல பெருஞ்சோதனைகள் பனிபோல நீங்கிவிடும். வசதியும் உதவியும் உடையோர் வெளியூர் செல்லும் பொன்னான சந்தர்ப்பத்தினைக் கைவிட்டு விடாதீர்கள்.

02. இடபம் (கார்த்திகை 2,3,4ஆம் கால்கள், ரோகினி,மிருகசீரிடம் 1,2ஆம் கால்கள்)

குருபகவான் உங்களை புகழின் உச்சிக்கு ஏற்றி வைக்க ஒன்பதாம் கோசர நிலைக்கு 15.11.2020 தொடக்கம் ஒரு ஆண்டுக்கு வருகின்றார். ஓடிப் போனவருக்கு 9ம் வீட்டு வியாழன் என்பார்கள். வெளிநாட்டுப் பலன் அதிரடி முடிவாக வெற்றி தரும். இடைத் தங்கல் நாடுகளில் உறைவோர் சகோதரங்கள் மற்றும் பிதாவின் உதவியால் எண்ணியிருந்த நாட்டை அடைவர். சிலரின் குடும்பத்தில் பட்ட கடனை அடைக்க சொத்தின் ஒரு பகுதியை விற்க நேரிடும். பொறுப்பில்லாமல் எவருக்கும் பணம்,நகை நட்டுக்களைக் கொடுத்து ஏமாற வேண்டாம். இரத்த உறவினர் வெளியூரிலிருந்து மனைக்கு வருவார்கள். "டெங்கு" நோய்த்தாக்கத்தில் கவனமெடுங்கள். சுகாதாரச் சீர்கேட்டால் உணவுச்சாலைக்கு "சீல்" வைக்க நேரிடலாம். புதிய வாகனம் எடுக்க வெளிநாட்டில் வதியும் மூத்த சகோதரி உதவி செய்வார். பரீட்சைச் சித்தியினால் உயர்கல்வி, உத்தியோகம், புலமைப்பரிசில், சம்பளம் ஏற்றம், பதவி உயர்வு என்பன கிட்டலாம். கொடுத்த கடனை மீளப் பெற தனித்துச் செல்ல வேண்டாம். வளர்ப்பு நாயின் தாக்கத்தினால் பாதிக்கப்படலாம். பென்சன் எடுத்த பிற்பாடும் மீள் நியமனம் பெற விண்ணப்பம் மேற்கொள்ளல். தம்பதியர் மத்தியில் ஏற்பட்ட சந்தேகப் பிணக்கு கைவிடப்பட்டு சந்தோசகர சூழ்நிலை ஏற்பட்டு விடும்.

03. மிதுனம் (மிருகசீரிடம் 3,4,திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3)

அட்டமத்து வியாழன் 15.11.2020 தொடக்கம் ஒரு ஆண்டு வரை நடைபெறுங்காலத்தில் காரியங்களில் மிகவும் கவனமாக முன்எச்சரிக்கையாக நடந்துகொள்ளுங்கள். குருவின் கெடுதல்களின் தீய பலாபலன்கள் தாக்காதவண்ணம் வியாழக்கிழமைகளில் தெட்சணாமூர்த்திக்கு அர்ச்சனை வழிபாடு செய்து வாருங்கள். புதியன கொள்வனவு செய்யும்போது காலாவதித் திகதிகள் நம்பகத்தன்மையை உற்றுக்கவனியுங்கள். புரியாத மொழியில் எழுதப்படும் கடிதங்களில் கையெழுத்திட்டு ஆபத்தை தேட வேண்டாம். இடைத்தங்கல் நாடுகளில்

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

இருப்போர் பயணத்தைக் கைவிட்டு மீண்டும் தாய் நாட்டுக்குத் திரும்பும் பரிதாபகரமான நிலைக்குத் தள்ளப்படல். பெற்றோரின் தேக நலக்கேட்டினை முன்னிட்டு விடுப்பில் நிற்க வேண்டி நேரிடல். மாற்றுப்பயிர்ச் செய்கையில் மனம் ஈடுபட நேரிடல். போலியான ஆபர ணங்கள், செல்லாத பண நோட்டுக்கள் திணிக்கப்படலாம். வங்கிக்கு பணம் வைப்புச் செய்யச் செல்கையில் பாதுகாப்பில் கூடிய கவனஞ் செலுத்துங்கள். பட்ட கடனைத் தீர்க்க முடியாத நிலை யில் மேலும் கடன்படும் சூழ்நிலை ஏற்படல். காணி உறுதியில் மோசடிகள் தக்க வைக்கப் படலாம். சிலருக்கு இதயம் சம்பந்தமான சத்திரசிகிச்சைக்கு நாள் குறிப்பிடலாம். கௌரவ பதவிகள் கிடைக்க பிரமுகர்களால் சிபார்சு செய்யப்படல்.

04. கற்கடகம் (புனர்பூசம் 4ஆம் கால், பூசம், ஆயிலியம்)

வச்சிரமா முனிவரை விலங்கிலே மாட்ட வைத்த 6இல் குரு நீங்கி 15.11.2020 தொடக்கம் வியாழன் ஒரு வருடம் வரை 7ஆம் கோசரத்தில் உலாவருங்காலத்தில் தடை தாமதப்பட்ட திரு மணம், வெளியூர் பயணம் என்பன அந்த மாதிரி நிறைவேறச் சந்தர்ப்பம் ஏற்படும். அரசு, தனி யார் துறைகளில் வேலை வாய்ப்புக்கள் கிடைத்துவிடும். குடும்பத்தில் புதிய ஜீவன் உருவாகும். நோய்கள் குணமடைந்து தேகம் இளமை பெயரும். பரீட்சைத் சித்தியினால் உயர்கல்வி புலமைப் பரிசில், சம்பள ஏற்றம், பதவி மாற்றம் என்பன கிடைக்கும் சந்தர்ப்பம் ஏற்படும். கறவைப்பசு பிறரால் கிடைக்கும் நிலைப்பாடு உண்டாகும். பிள்ளைகளின் பாதுகாப்பில் அதி விசேட கவனம் எடுக்கவும். சமாந்தர வாகன ஓட்டத்தைக் கைவிட்டு விடுங்கள். இயந் திரங்களுடன் கவனமாகப் பழகுங்கள். கால நிலையின் சீர்கேட்டினால் வேளாண்துறை பாதிக் கப்படலாம். கலைஞர்கள், விளையாட்டுத் துறையினர் கௌரவிக்கப்படுவதுடன் பணமும் பாராட்டும் பெற்றுக்கொள்வர். வெளியூர் பயணம், திருமணம் முன்னிட்டு குடும்பப் பிரிவு ஏற் படும். மூத்த சகோதரியின் கருணையால் வாகனயோகத்திற்கு அதிர்ஷ்டம் உண்டாகும். நோய் நீங்குவதற்கு தல யாத்திரைகள் மேற்கொள்ளல். சுகாதாரச் சீர்கேட்டினால் உணவுச்சாலைகள் மூட வேண்டிய நிலை ஏற்படலாம். விஷக்கடி ஏற்பட்டுக் குணமடையும்.

05. சிங்கம் (மகம், பூரம், உத்தரம் 1ஆம் கால்)

சூரிய நட்சத்திர வீடான சிங்கராசிக்கு 15.11.2020 தொடக்கம் வியாழன் 6ஆம் நிலைக்குப் பெயர்ந்து ஒரு வருட காலம் நின்று சுகமும் துக்கமும் ஏற்படுத்திய வண்ணம் இருப்பார். போதைவஸ்துப் பாவனை அமோக நிலையில் சந்தைப்படுத்தப்படும். கணவன் துணைவி மத்தியில் பாரதப் போர் நடந்த வண்ணம் இருக்கும். அறிவிக்கும் வேலை கொடுக்காது தற்கொலை முயற்சியை இளமட்டங்கள் நாட வெளிக்கிடல். திருடர் தொல்லை தாண்டவமாடும். வாகனப் பாதுகாப்பில் கவனமெடுங்கள். நேற்று இருந்தவர் இன்றில்லை என்னும் நிலைப்பாடு ஏற்படலாம். வயல் வரம்புகளில் திருட்டுத்தன்மை ஏற்படும். மணவிலக்கினை நாட வெளிக்கிடல். காதுடன் தொடர்பான நோய்கள் வருத்தும். இளைப்பாறிய பின்னரும் மீளவும் தொழில் பார்க்க விண்ணப்பித்தல். சட்டத்தினால் தடுக்கப்பட்ட விலங்குகளைக் கொலை செய்து தண்டனை பெறல். மின்னல் இடியினால் பாதிக்கப்படல். பிள்ளைகளைக் கடத்தி கப்பம் கேட்க முற்படல். கௌரவக் குறைவினால் விழாக்களைப் பகிஷ்கரித்தல். வளர்ப்புப் பிராணிகளால் கடிபட நேரிடல். ஞாபக இழப்பினால் பொருட்களைத் தவறவிடல். காதலில் ஏற்பட்ட பிரச்சினைகள் நீங்கிவிடலாம்.

06.கன்னி (உத்தரம் 2,3,4, அத்தம், சித்திரை 1,2)

குரு பகவான் 15.11.2020 தொடக்கம் 5ஆம் நிலையில் கன்னி ராசியில் ஒரு வருடம் நிலை கொண்டு கண்ணிற்கு வரும் துன்பத்தை புருவத்துடன் போக்கிவிடுவார். அரசு துறையில் உத்தியோக வாய்ப்புக்கள் கிடைத்து பொருளாதார முன்னேற்றம் காண வைப்பார். வெளிநாடுக ளில் வதியும் மணமக்கள் விவாக நோக்கில் தாயகம் வந்து செல்வார்கள். நோய்கள் குண மடையும். மேலும் ஒரு வர்த்தக கிளை நிறுவனம் திறக்க முயற்சி எடுத்தல். "வாஸ்து" முறைப்

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

படி புதிய மனை கட்ட சோதிடரை நாடுதல். விலங்குகள் குறுக்கே பாய்வதால் விபத்து ஏற்படுதல். எதிர்பாராதவிதமாக மங்கல நிகழ்வு வெளிநாட்டில் உண்டாதல். பிதாவின் தேகநலம் முன்னேற்றமடைதல். புதிய இணைப்புக்கள் அமைக்க கடிதம் வரல். நீண்ட கால நிலுவை பெற காவல் துறையை நாடி ஒரு பகுதி பெற்றுக் கொள்ளல். பெற்றோரின் முயற்சியினால் விரும் பியிருந்த பெண்ணை விவாகஞ் செய்ய சாதகமான சூழல் ஏற்படல். வங்கிக் கணக்கில் மோசடி ஏற்படல். சீட்டுப் பிடித்த நபர் தலைமறைவாகிவிடல். "கொரோனா" பீடிக்க முடியாதபடி கட்டுப்பாடு களை மேற்கொள்ளல். பிள்ளைகள் விடும் தவறுகளைப் பவ்வியமான முறையில் கண்டித்து திருத்த முயலுதல். தொலைபேசி உரையாடல் மூலம் காதலை வளர்த்துக் கொள்ளல். நீர்வழி மூலம் வெளிநாடு செல்லல். மனைவி பிள்ளையில்லாக் குறை வாட்டி வதைத்தல்.

07. துலாம் (சித்திரை 3,4, சுவாதி, விசாகம் 1,2, 3)

தர்மபுத்திரரை வனவாசஞ்செய்ய வைத்த 4இல் வியாழன் 15.11.2020 தொடக்கம் ஒரு வருடம் வரை துலாராசியில் நின்று ஈடுபடும் முயற்சிகளில் முன்னேற்றத்தைப் படிப்படியாக கொண்டு வரல். திசாபுத்தி நன்றாக இருப்பின் இலாபமும் முன்னேற்றமும் மகிழ்வினைக் கொண்டு வரும்.பிறர் உதவியினால் வெளியூர் செல்லும் பொன்னான வாய்ப்பினைக் கைவிட வேண் டாம். உங்கள் பிறந்த எண்ணுக்குப் பொருத்தமான எண்களைக் கொண்ட நபர்களைத் தொழிலில் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள். ஆலய பரிபாலன சபைகளில் பதவிகள் கிடைக்கப்பெறும். பாலியல் நடவடிக்கைகளில் பிள்ளைகள் ஈடுபடாதபடி பார்த்துக்கொள்ளுங்கள். இலட்சிய புருடர் களாக நீங்கள் வாழ்ந்து காட்டுங்கள். வாகனங்களில் ஓடிச் சென்று ஏறுவதையும் நிற்பாட்டுமுன் இறங்க முயற்சிப்பதையும் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள். சூதும் வாதும் வேதனை செய்யும் என்பதை மறந்து விடாதீர். அரசியல் வாக்குவாதத்தினால் நட்பினை இழக்க வேண்டியேற்பட லாம். சில பேருக்கு உயர் பதவி மாற்றம், வெளிநாடுகளில் தூதுவர் நிலைக்கு உயர்த்தப்பட லாம். கையூட்டுப் பெற்று கம்பி எண்ணும் கைங்கரியமும் உருவாகலாம். முதலைகள், சர்ப்பங்கள், மந்திகள், கருங்குளவிகள் முதலானவற்றின் தாக்கத்தில் எச்சரிக்கையாக இருங்கள். பணியிடங்களில் ஊழியர்களை அரவணைத்து கவின் நிலையை ஏற்படுத்துங்கள்.

08. விருட்சிகம் (விசாகம் 4, அனுசம், கேட்டை)

"தீதிலாதொரு மூன்றிலே துரியோதனன் படை மாண்டதாம்" 15.11.2020இல் குருபகவான் 3ஆம் கோசர நிலையில் ஒருவருடத்திற்கு நின்று துன்ப சாகரத்தினுள் உங்களை மூழ்கடிக்கப் போகிறாரெனினும் தெய்வ நம்பிக்கை மூலம் தப்பிப்பிழைக்க வழி ஏற்படும். சகோதரங்க ளுடன் எவ்வித கொடுக்கல் வாங்குதலும் செய்து வீடாதீர்கள். நோயினால் சீரபலம் இழக்கப் படும். வெளியூர் பயணங்கள் இடைத்தங்கல் நாட்டில் இறக்கி விடலாம். புதிய மனை கட்டி முடிக்கப்படாத நிலைப்பாட்டில் இழுபடும். கொடுத்த பணத்தைப் பெற முடியாத நிலையில் விசார ணைக்கு செல்லல். வியாபாரம் நட்ட நிலைக்குச் சென்று மூடப்பட வேண்டிய கட்டத்திற்குச் சென்று விடல். குடும்பத்தில் அங்கத்தவர்களுக்கிடையே சண்டை சச்சரவு எழுந்த வண்ணமிருக்கும். பொருட்களின் பாதுகாப்பில் தீவிரமாக இருங்கள். வெளியீடுகளில் ஆர்வமிருக்கும். வாகன விபத்துக்கள் ஏற்படலாம். நன்கு விசாரணை செய்த பின்னரே மணமக்களைத் தெரிவு செய்யுங்கள். பரீட்சை முடிவுகள் எதிர்கால முன்னேற்றத்திற்கு வழிவகுக்கும்.

09. தனு (மூலம், பூராடம், உத்தராடம் 1ஆம் கால்)

இன்ப சுகங்களை அள்ளி அனுபவிக்க, சென்ற இடமெல்லாம் புகழ்பெற கோசரரீதியில் 15.11.2020ஆம் ஆண்டு தொடக்கம் வியாழபகவான் 2ஆம் இடத்திற்கு ஒரு வருடம் வரை வீற்றிருப்பது உங்களை மகிழ்ச்சி வெள்ளத்தில் நீந்தவிடப் போகின்றார். ஜாதகத்தில் திசாபுத்தி சற்றுக் கெடுதலாக இருந்தால் நன்மையிலும் தீயபலன்கள் ஏற்படலாம். ஏழரைச்சனி நடைபெறுவதினால் ஆஞ்சநேயருக்கு வெற்றிலை மாலை சூடி வழிபட்டுவர மலை போல்

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

வருஞ்சோதனைகள் மணக்கட்டி போல சிதறித் தூளாகிவிடும். கைவிட்டிருந்த வெளிநாட்டுப் பிரயாணத்தில் பாதத்தை துணிந்து வையுங்கள். இழுபட்ட திருமணம் எந்தவித நிபந்தனையுமின்றி பச்சைக் கொடி காட்டப்படும். மதின் மேல் பூனை போல பரீட்சை முடிவு இருக்கும் என்ற கருத்தைக் கைவிட்டு வெற்றிமாலை சூடப்படும். மனையில் மழலையின் குவா குவா சத்தம் கேட்டு ஆனந்த தாண்டவம் ஆட வைக்கும். கொழும்பில் தவங்கிடக்கும் கன்னியர்கள் திருமண எழுத்து முடிந்ததால் மணமகனைச் சென்றடைய வாய்ப்புண்டாகும். சத்திரசிகிச்சை மேற்கொண்டால் தேகநலம் மேம்படும். பிள்ளைகளின் அழைப்பின் பிரகாரம் பெற்றோருக்கு வெளியூர் செல்லும் யோகமுண்டாகும். சுவீப்அதிர்ஷ்டமுண்டாகலாம்.

10.மகரம் (உத்தராடம் 2,3,4, திருவோணம், அவிட்டம் 1,2)

ஜென்மராமர் வனத்திலே சீதையைச் சிறை வைத்த வியாழன் 15.11.2020 தொடக்கம் ஒரு வருடத்திற்கு 1ஆம் நிலையில் நின்று சோக சம்பவங்களை ஏற்படுத்த முயல்வார். ஏழரைச் சனியும் உங்களை ஆட்டிப் படைப்பார். பிறரை நம்பி காரியங்களை ஒப்படைக்க வேண்டாம்.இறந்த பெற்றோரின் திதிகளைத் தவறாது செய்து வாருங்கள். புதிய நட்புக்கள் ஏற்படின் முளையிலேயே கிள்ளி விடுங்கள். சந்தேகக்கோடு சந்தோஷக்கேட்டினைக் கொண்டு வரலாம். வாகனப் பத்திரங்கள் இன்மையால் தண்டம் பெறும் நிலை ஏற்படும். குழந்தைப் பாக்கியத்திற்காக தமிழ்நாடு வைத்தியசாலைக்குச் சென்று பயன் பெறுதல். பரீட்சை முடிவு பாதிக்கப்பட்டதால் கல்விப் புலத்திற்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்து விட்டு திருமணம், வெளிநாட்டுப் பிரயாணம், தொழினுட்ப கற்கைகள், தனியார் துறைகளில் சேரமுற்படல், சொந்த வியாபாரத்தை நடத்தும் கைங்கரியத்தில் இறங்கிவிடலும் ஏற்படலாம். பங்குத் தொழிலைக் கைவிட்டு தனித்தியங்க முற்படல். நகைகளைச் சோடித்து திரிய முற்படுவதினால் ஆபத்தில் சிக்குப்படல். வாகன உரிமம் எடுப்பதற்கு முயற்சி எடுத்தல். பெற்றோரின் வற்புறுத்தலினால் காதலைக் கைவிட்டு பேச்சுத் திருமணத்தில் மனம் பதித்தல்.

11.கும்பம் (அவிட்டம் 3,4, சதயம், பூரட்டாதி 1,2,3)

இராவணன் முடி 12ஆம் வீட்டுக்கு வியாழன் வந்துற்ற போது வீழ்ந்ததை மறக்காதீர்கள். குருபகவான் 15.11.2020 இல் கும்பராசியில் ஒரு வருடத்திற்கு வருகை தந்து ஈடுபடும் துறைகளில் அவமானம், நட்டம், ஏமாற்றம், நம்பிக்கெடுதல். பேராசையினால் அழிவு, மாறாத நோய்கள் என்பவற்றைத் தக்க வைப்பார். விபத்துக்கள் பற்றி எச்சரிக்கையாக இருக்கவும். மாமன் மருமகன் உறவில் விரிசல் ஏற்பட்டு மணவிலக்குப் பெறும் நிலைக்கு வந்துவிடலாம். ஞாபகமறதியினால் பொருட்களை, பணத்தைத் தவறவிட்டுவிடலாம். பிரயாணத்தின்போது தலையை வெளியே காட்டுவதைத் தவிருங்கள். கால் நடைகள் களவு போகலாம். கடனை அடைக்க சொத்தினை விற்க முயலுதல். தேங்காய் தலையைப் பதம் பார்க்கலாம். சீதனப் பிரச்சினையால் திருமணம் இழுபடல். பூட்டியிருந்த வீட்டினை உடைத்து திருட்டு மேற்கொள்ளலாம். 26.12.2020 இல் 7 1/2ச் சனி ஆரம்பிக்கலாம். மஞ்சட்கோட்டுக் கடவையிலும், புகையிரத தண்டவாளத்திலும் விபத்துக்கள் ஏற்படலாம். பூர்வீகச் சொத்துப் பிரச்சினையைப் பங்கிடுவதில் சகோதரர் மத்தியில் பிடிவாதமும் சச்சரவும் தோன்றலாம். சின்னவீடுகளை நாடுவதன் மூலம் தம்பதியர் மத்தியில் பிளவு உருவாகும். செய்யாத குற்றத்திற்கு தண்டனை ஏற்படல். காணாமல் போனவர் பற்றிய தகவல் கிடைத்து மகிழ்வடைதல். விவசாயம் இலாபத்தை அள்ளித்தரல்.

12. மீனம் (பூரட்டாதி 4, உத்தரட்டாதி, ரேவதி)

அள்ளிக் கொடுக்க 11ஆம் வீட்டுக் குருபகவான் வருகின்றார். 15.11.2020 தொடக்கம் ஒரு வருடம் வரை நீங்கள் ஈடுபடும் முயற்சிகளில் வியாழபகவான் பக்க பலமாக நின்று இலாபத்தையும் பிறரின் புகழையும், சமூக மதிப்பையும் தரப்போகின்றார். கொடுத்த கடனை எவ்வித மறுப்புமில்லாது வாங்கியோர் தந்து நன்றிக்கடனையும் கூறப் போகின்றார்கள். பழைய வாக

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

னத்தை விற்று புதியதைக் கொள்முதல் செய்தல், வியாபாரத்தை மேலும் பெருக்குதல், ஆலயம் ஒன்றை ஸ்தாபிக்க முயற்சி எடுத்தல், தென்னிந்திய ஆலயங்களுக்கு விஜயஞ் செய்தல், பிள்ளைகளின் எதிர்காலத்தின் முன்னேற்றத்திற்கு சேமிப்புக் கணக்கினைத் திறத்தல், சனசமூக நிலையங்களுக்கு உதவுதல், சிறுவர்களின் கல்வி முன்னேற்றத்திற்கு இலவசமாக நூல்கள் அன்பளிப்புச் செய்தல், தானதர்ம காரியங்களில் ஈடுபடுதல் "வலுவிழந்தோரின்" நல்வாழ்விற்காக உதவ முன்வரல், கலைஞர்கள், விளையாட்டு வீரர்களின் செயற்பாடுகளை ஊக்குவித்தலும், பரிசில்கள் வழங்குதல் முதலான கைங்கரியங்களில் ஈடுபடல். வெளிநாட்டில் வதிவோர் சிலர் தாயக மண்ணில் குடியேறி வசிக்க வருகை தரல். சகோதர உறவு வலுப் பெறுதல்.

06. An Educational Essay for Students and Teachers

The Effectiveness of Teaching Approach leads every small child towards the competency level

Quality of teaching is an increasing importance of behaviourial change. Learners are considered as a precious team. Everything should be planned based on the learner center. There are different strategies and methods to direct the learners using with the teaching aids. Among them, the play-way or play-based method of education believes in the ability of children to learn by themselves or teachers can use them properly. It is a unique method of learning and can be customized as per the child's interests and requirements. The use of environment is expected to ensure the child explores questions and understands the world around them. Specially, the philosophical ideas should be applied to pre-school and primary school children between the ages of 2.5 to 10years.

In Sri Lanka, each school has a same curriculum and educational system. Schools even are combined different styles to come up with their own unique curriculum. It should be considered to direct every child to their promotion because of the core value, is always about letting the child learn through play. Child's learning is needed to relax and play-oriented up to ten years old. In the rural area schools take great care in selecting their learning material, Most of them are open-ended to encourage creativity and imagination which is available in the modern world also. In the classroom situation, some materials are designed by the teacher herself or guiding with children. At present, the schools also have plenty of opportunities for pretending play which is the great movement.

When the child starts working with the material, the teacher has to observe everything. And the teacher can ask inquiry-based questions; or she merely participates in the child's play because of the motivation. All activities and materials are aimed at helping the child develop age-appropriate skills and love for learning. This thing is more necessary expected by every scholar in the world. There are lot of benefits by using this method in the classroom such as;

- A practical approach helps in easy learning for the child.
- The complete atmosphere of freedom is conducted for learning.
- The customized method designing needs for the child.
- Learning methods used should be related to real life rather than books.
- This method provides a lot of opportunities for the child to express themselves.

So every Teacher in the classroom has to prepare their lesson to promote their children towards the competency level. Lets work together and promote our children successfully.

Reference:

Badger, R White G. 2000 A Process genre approach to teaching writing . Oxford University press.

Varatharasa Sasikumar,
Lecturer, Kopay Teachers' College.

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

07. வெளிநாட்டுப் பயணம்

ஐக்கிய அமெரிக்கா (USA)

ஐக்கிய அமெரிக்கா
United States of America
கொடி - **Great Seal**

உலக வல்லரசு, நிலவில் கால் பதித்த நாடு, உலக பொருளாதாரத்துறை, விண் வெளித்துறை ஆகியவற்றில் முன்னிலையிலுள்ள நாடு, அணுஆயுத பலம்மிக்க நாடு என பல சிறப்புக்களைக் கொண்டது ஐக்கிய அமெரிக்கா ஆகும். இந்நாடானது வட அமெரிக்கா கண்டத்தில் அமைந்துள்ளது. இதன் எல்லைகளாக வடக்கே கனடாவும், தெற்கே மெக்ஸிகோவும், கிழக்கே அட்லாண்டிக் கடலும், மேற்கே பசுபிக் கடலும் காணப்படுகின்றன.

98266675 சதுர கிலோ மீற்றர் பரப்பளவைக் கொண்ட இந்நாட்டில் ஏறத்தாழ 33 கோடி மக்கள் வாழ்கின்றனர். 1492 அக்டோபர் 12 இல் கொலம்பஸ்சால் இந்நாடானது முதன்முதலில் கண்டறியப்பட்டு உலகிற்கு அறிமுகமானது. இவர் இந்நாட்டில் கால் பதித்த பொழுது இங்கு அஸ்டெக் இன மக்களும், மாயன் இன மக்களும் வாழ்ந்து வந்தனர். இவர்கள் சிவப்பு நிறத்தவராய் இருந்தமையால் இவர்களைச் செவ்விந்தி யர்கள் என கொலம்பஸ் குறிப்பிட்டார். ஸ்பெயின் திரும்பிய கொலம்பஸ் இந்நாடு பற்றி ஐரோப்பியர்களுக்குத் தெரியப்படுத்த அவர்கள் இந்நாட்டின் மீது படையெடுத்தமையால் ஐரோப்பியர்களின் காலனித்துவ ஆட்சியின் கீழ் அமெரிக்கா சில நூற்றாண்டுகள் இருந்தது. இவ்வேளை 17ஆம் நூற்றாண்டில் பிரித்தானியா காலனித்துவத்தின் கீழ் 13 குடியேற்றங்கள் இங்கு நிறுவப்பட்டன. இக்குடியேற்றங்கள் பிரித்தானியாவின் அரசின் கீழ் இருந்தன. காலப்போக்கில் இம்மக்கள் தமக்கென ஒரு அரசை நிறுவும் நோக்குடன் பிரித்தானியாவுக்கு எதிராக ஒரு சுதந்திரப் போராட்டத்தில் ஈடுபட்டனர். இதன் விளை வாக ஐக்கிய அமெரிக்கா 1776 ஆம் ஆண்டு யூலை 4ஆம் திகதி சுதந்திரம் அடைந்தது.

உலகில் மிக நீளமான ஆறுகளில் நான்காவது பெரிய ஆறான மிசிசிபி-மிசௌரி ஆறு அமெரிக்காவில்தான் ஓடுகின்றது. 6275 கிலோ மீற்றர் நீளமான இவ் ஆறு அமெரிக்காவின் வடபகுதியிலிருந்து தென் பகுதி நோக்கி 10 மாநிலங்களை ஊடறுத்துச் செல்கிறது. இந்நாடானது கொதிக்கும் பாலைவனம், எப்போதும் பனிமூடிய பரந்த பிரதேசங்கள், மணற்பாங்கான தீவுகள் என அனைத்து சீதோஸ்ண நிலைகளையும், பல்வேறு மத கலாச்சார மற்றும் பன்நாட்டு மக்களையும் கொண்டுள்ளது. இங்கே கோதுமை, சோயா, உருளைக்கிழங்கு, மக்காச் சோளம், கரும்பு, பார்லி ஆகியவை பெருமளவில் விளைவிக்கப்படுகின்றன.

ஐக்கிய அமெரிக்க ஜனாதிபதி அதிகாரம் மிக்க ஒருவராக விளங்குகின்றார். இவரது வாசஸ்தலம் வெள்ளை மாளிகை. ஐக்கிய அமெரிக்கா 50 மாநிலங்களையும், ஒரு மாவட்டத்தினையும் (வாஷிங்டன் டி.சி) கொண்டுள்ளது. அமெரிக்க சட்டசபையானது பிரதிநிதிகள் சபை, செனற் சபை என இரு சபைகளைக் கொண்டுள்ளது. அமெரிக் காவின் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளைப் பெண்டகன் முன்னெடுக்கின்றது.

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

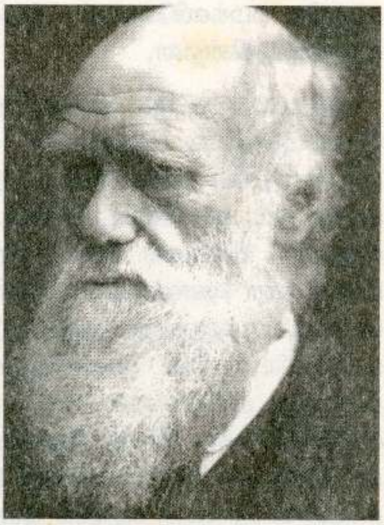
உலகில் மிகப் புகழ் பெற்ற விண்வெளி நிலையமான நாசா விண்வெளி நிலையம் அமெரிக்காவில்தான் அமைந்துள்ளது. இது தவிர பல பன்நாட்டு நிறுவனங்களும் உலக வர்த்தக மையம் உள்ளிட்ட பல வர்த்தக நிலையங்களும், பிரபலமான தொழில் ஸ்தாபனங்களும் அமெரிக்காவில் அமைந்துள்ளன.

ஐக்கிய அமெரிக்காவின் தலைநகரம் வாஷிங்டன். நாணயம் அமெரிக்க டொலர். இந்நாணயமானது உலக சந்தையில் பெருமளவில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

அமெரிக்க மக்களின் ஆயுட்காலம் 78 வருடங்கள். இந்நாட்டில் கல்வியறிவு வீதம் 99% உலகில் மிகவும் பலம் பொருந்திய நாடான இவ் அமெரிக்காவை, இன்று கொரோனா குடும்பத்தை சேர்ந்த 'கோவிட்-19' வைரஸ் மிகவும் அதிகளவில் தாக்கிப் பாதிப்பை ஏற்படுத்தியுள்ளது என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

08. உலகப் புகழ்பெற்ற மனிதர்கள்:

சாள்ஸ் டார்வின்



பிறப்பு:- 12 பெப்ரவரி 1809 சுரூஸ்பெரி, **UK**
இறப்பு:- 19 ஏப்பிரல் 1882 (வயது 73) கென்ற் **UK**
தேசியம்:- பிரித்தானியர்
துறைகள்:- இயற்கை சரித்திரம், புவிச்சரித்திரவியல்
கற்ற இடம்:- எடிம்பேக் பல்கலைக்கழக மருத்துவக் கல்லூரி, கேம்பிரிஜ் பல்கலைக்கழகம்

சாள்ஸ் டார்வின் இங்கிலாந்தில் சுரூஸ்பெரி என்னுமிடத்தில் 1809 ஆண்டு பெப்ரவரி 12ஆம் திகதி பிறந்தார். இவரோடு கூடப் பிறந்தவர்கள் ஐந்து பேர். இவரது தகப்பனாரான டொக்டர் றொபேட் டார் வின் மிகப் பிரபல்யமான வைத்தியராக இருந்தார்.

டார்வினின் பாட்டனார் இறாம்ஸ் டாவினும் மிகப் பிரபல்யம் வாய்ந்த வைத்தியர்தான். அவர் வைத்தியத் துறையில் முன்னோடியாக விளங்கியவர். அது மாத்திரமல்லாமல் அவர் தத்துவஞானியாகவும் இயற்கையை இரசிப்பவராகவும் இருந்தார். அவர் எழுதிய "zoonomia, the laws of organic life" என்னும் நூல் விஞ்ஞான உலகில் வாதப்பிரதிவாதங்களுக்குட்பட்டது.

சாள்ஸ் டார்வினும் தகப்பனாரையும் பாட்டனாரையும் போல வைத்தியத்துறை யிலேயே ஈடுபடுவார் என்று அவரது இளமைப்பருவத்தில் எதிர்பார்க்கப்பட்டது. டார்வின் ஒன்பதாவது வயதில் பள்ளிக்கு அனுப்பப்பட்டார். அவர் அங்கு திறமையுள்ள மாணவனாக விளங்கவில்லை. பிற மொழிகளைப் படிப்பது அவருக்கு மிகக் கஷ்டமாக இருந்தது. எழுத்துக் கூட்டுவதில் அவர் திறமையற்றவராக இருந்தார்.

பள்ளிக்கூடத்தில் எதுவும் அவரைக் கவரவில்லை. அவர் சிறு கற்களையும் கனிப் பொருட்களையும் சேகரிப்பதிலும், பறவைகளை அவதானிப்பதிலும் மிக ஆர்வமுள்ள வராயிருந்தார். விடுமுறைகளில் கிராமப் புறங்களினூடே நடப்பதிலும் அவருக்கு மிகுந்த விருப்பமிருந்தது.

பாடங்களில் கவனம் செலுத்த முடியாதிருந்த டார்வினுக்கு ஷேக்பியர் நூல்களை விளையாட்டாகப் படிப்பது எளிதாக இருந்தது. உலகில் மிகத் தூரமானதும் மிக அதி

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

சயமானதுமான பகுதிகளைக் கண்டு பிடித்தவர்கள் எழுதிய நூல்களையும் அவர் விரும்பிப் படித்தார்.

டார்வினுக்குப் பதினாறு வயதானபோதும் படிப்பில் நாட்டம் ஏற்படவில்லை. தாவரங்கள், பூச்சிகள், பறவைகள் போன்றவற்றைச் சேகரிப்பதிலேயே அவருக்கு ஆர்வமாயிருந்தது. டார்வினின் சிறு பிள்ளைத்தனமான ஆசைகளைக் கண்ட தகப்ப னார் டாக்டர் றொபேட் டார்வினுக்குக் கோபந்தான் வந்தது. எப்படியாயினும் அவரைக் கல்வியில் ஈடுபடுத்த வேண்டுமென்று அவர் விரும்பினார்.

தகப்பனார் மனம் விட்டுப் பேசி வற்புறுத்தியதன் பயனாக 1825 ஒக்டோபர் மாதம் டார்வின் எடின்பேக் பல்கலைக்கழகத்திற்குச் சென்றார். ஸ்கொட்டிஸ் மெடிக்கல் ஸ்கூலில் டார்வின் படிக்கத் தொடங்கினார். படிப்பில் தன்னை ஈடுபடுத்திக் கொள்வதாக அவர் தகப்பனாருக்கு வாக்குக் கொடுத்தார். ஆனால் டார்வினுக்கு அந்தச் சூழலும், விரிவுரைகளும் பிடிக்கவேயில்லை.

இரண்டு சத்திர சிகிச்சைகளைப் பார்த்த பின்னர் திரும்பவும் சத்திர சிகிச்சைகளின் பயங்கரங்களைக் காண அவர் விரும்பவில்லை. அப்போதெல்லாம் குளொரோபோமின் உதவியின்றியே சத்திர சிகிச்சைகள் நடைபெற்றன. ஒரு புழுவைத்தானும் குத்தி துன்புறுத்த விரும்பாத டார்வின் வைத்தியரின் கத்தியின் கீழே துன்புறும் மனித ஜீவன்களைக் காண விரும்பவில்லை.

ஒரு வைத்தியராக வேண்டுமென்ற ஆசையே டார்வினுக்கு இருக்கவில்லை. ஆனால் தகப்பனையும் ஏமாற்ற அவர் விரும்பவில்லை. ஆயினும் அவரது ஆர்வங்கள் புவிச்சரித்திரவியல் பற்றி நிறையக் கற்பதிலும் தாவரங்களையும் விலங்குகளையும் பாகுபடுத்துவதிலேயே இருந்தன.

இரண்டு வருடங்கள் எடின்பேக்கில் இருந்த பின்னர் டார்வின் தனக்கு இந்த வைத்தியப்படிப்பில் ஈடுபாடில்லை என்பதைத் தனது சகோதரர்களுக்கும், சகோதரிகளுக் கும் சொல்லும் வல்லமை பெற்றார். பின்னர் தகப்பனாரின் வற்புறுத்தலால் 1828ஆம் ஆண்டில் கேம்பிறிஜ் பல்கலைக்கழகத்தில் சேர்ந்து சமய சித்தாந்தம் படிக்கத் தொடங் கினார். அங்கும் அவருக்குக் கல்வி அலுப்பாகவும் நேர விரயமாகவும் தென்பட்டது.

ஜோன் எஸ்கெறன்லோ என்ற பேராசிரியரின் தாவரவியல் விரிவுரைகளை டார்வின் கேட்கத் தொடங்கினார். இருவரும் நண்பர்களாயினர். அவர்கள் இருவரும் நீண்ட களச் சுற்றுலாக்கள் சென்று அரிய தாவர வகைகளைச் சேகரித்து வருவார்கள். தனது B.A இறுதித் தேர்வின் போது சித்தியடையாமற் போய்விடுவோமோ என்ற பயம் டார்வினுக்கு ஏற்பட்டது. அப்போதுதான் முதன் முதலாக இவர் தனது படிப்பில் ஈடுபட்டார். அதன் பயனாக அவர் தேர்வில் வெற்றியுமடைந்தார்.

இதன் பின்னர் டார்வின் விஞ்ஞான நூல்களைப் படிக்கத் தொடங்கினார். வொன் கம்போல்டின் "personal narrative" என்ற நூலையும் கேர்செல் என்பவரின் "Study of natural philosophy" என்ற நூலையும் அவர் ஆழ்ந்து கற்றார். இந்த இரண்டு நூல்களும் தனது வாழ்வையும் சிந்தனையையும் வளப்படுத்தின என்று டார்வின் சொன்னார்.

சேடவிக் என்ற பேராசிரியரிடம் டார்வின் புவிச்சரித்திரவியல் பற்றி விரிவாகக் கற்றார். 1831 இல் டார்வின் எல்லாவற்றையும் விட்டு விட்டு வீட்டுக்குத் திரும்பி வந்தார். அப்போது

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

தான் அவருக்காக காத்திருந்த ஒரு கடிதத்தைக் கண்டார். இது பேராசிரியர் கென்வோவிடமிருந்து வந்திருந்தது. றோயல் நேவி எச்.எம்.எஸ் பீகிள் என்ற கப்பலை 5 வருடம் ஆராய்ச்சிக்காக உலகைச் சுற்றி அனுப்பப்போகின்றதென்றும் அதில் ஆராய்ச்சியாளராகச் செல்வதற்கு டார்வினின் பெயரைத் தாம் கொடுத்திருப்பதாகவும் கென்ஸ்லோ எழுதியிருந்தார்.

டார்வினுக்கு இந்தச் சந்தர்ப்பம் பெரிதும் மகிழ்ச்சியைக் கொடுத்தது. ஆனால் தகப்பனாரின் எதிர்ப்பை அவர் சமாளிக்க வேண்டியிருந்தது. 5 வருடம் வீணாக விரயமாகிவிடுமென்றே தகப்பனார் கருதினார். டார்வினின் மாமனார் ஒருவர் டார்வினுக்காகப் பேசி அனுமதி வாங்கிக் கொடுத்தார்.

எல்லா ஆயத்தங்களும் செய்யப்பட்டன. பிளைமவுத் எனுமிடத்திலிருந்து 1831 டிசம்பர் 27ஆம் திகதி பீகிள் தனது பிரயாணத்தைத் தொடங்கியது. கப்பலில் டார்வின் நோய்வாய்ப்பட நேர்ந்தது. அப்போதும் அவர் தனது ஆர்வத்தைக் கைவிடவில்லை. அரிய பொருட்கள் சிலவற்றைச் சேகரித்து அவற்றிற்குப் பெயரிட்டு அவற்றில் சிலவற்றை இங்கிலாந்தில் இருந்த விஞ்ஞான கழகங்களுக்கு அனுப்பினார். கப்பலில் அவர் "Principal of Geology" என்ற நூலைப் பல நாட்கள் படித்தார்.

டார்வின் மிகுந்த ஞாபக சக்தியுள்ளவராகவும், அவதானிப்புத்திறனுள்ளவராகவும் இருந்தார். இயற்கையின் விந்தைகளை இவர் இயல்பாகவும் திறந்த மனதோடும் கற்றார். இதனால் இவர் மற்றவர்கள் கவனிக்காது விட்ட, தவறவிட்டவற்றையெல்லாம் காணக்கூடியதாக இருந்தது. நல்ல கருத்துக்களை உருவாக்கக் கூடியதாக இருந்தது.

இந்தக் கடற் பிரயாணம் டார்வினுக்குப் பல தீவுகளுக்குச் செல்லும் சந்தர்ப்பத்தையும் அளித்தது. தென் அமெரிக்காவுக்கு மேற்கே பல மைல் தொலைவில் கலபகோஸ் தீவுகள் இருக்கின்றன. இங்கே அதிசயமான தாவரங்களையும் விலங்குகளையும் டார்வின் கண்டார். ஒரு தீவில் மூன்றடி நீளமான பெரிய பல்லிகள் போன்ற விலங்குகளைக் கண்டார். ஏழடி விட்டமுள்ள ஓடுகளையுடைய ராஜசத ஆமைகளையும் கண்டார். இந்தத் தீவில்தான் டார்வினுக்கு பரிணாமம் பற்றிய கருத்து தோன்றியிருக்கக் கூடும்.

ஒரே இனப் பறவைகள் வெவ்வேறு இயல்புகளையுடையனவாக இருப்பதைக் கண்டார். சிலவற்றின் சொண்டுகள் வளைந்திருந்தன. வேறு சிலவற்றின் சொண்டுகள் நேராக இருந்தன. இது அவை வெவ்வேறு உணவுகளை உண்கின்ற காரணத்தினாலா? பசுபிக் தீவுகளில் மக்களுக்கிடையில் காணப்பட்ட வேறுபாடுகள், சுற்றாடலுக் கேற்ற இசைவாக்கங்களின் விளைவுகளா? இந்தக் கேள்விகள் டார்வினின் மனதில் எழுந்து சிந்தனையைத் தூண்டின.

1835ஆம் ஆண்டு ஒக்டோபர் 2ஆம் திகதி பீகிள் இங்கிலாந்துக்குத் திரும்பியது. தான் கப்பலிலிருந்தபடியே சேகரித்து அனுப்பிய பொருட்கள் பற்றி நல்ல விளம்பரம் ஏற்பட்டிருப்பதையும் அப்பொருட்கள் தாவர விலங்கியல் அறிஞர்களிடையேயும் புவிச் சரித்திரவியல் ஆராய்ச்சியாளர்களிடையேயும் ஆச்சரியத்தை உண்டாக்கியிருக்கின்றன என்பதையும் அவர் அறிந்தார்.

1836 இல் டார்வின் தனது பிரயாணம் பற்றி "The voyage of the beagle" என்னும் ஒரு நூல் எழுதி வெளியிட்டார். இந்நூல் நன்றாக விற்பனையாகியதோடு அவருக்குப் பெரும் புகழையும் ஈட்டித் தந்தது.

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

1838 இல் டார்வின் புவிச்சரித்திரவியல் கழகத்தின் செயலாளராகத் தெரிவு செய்யப் பட்டார். 1839 இல் "எம்மா" என்ற தனது உறவுப் பெண்ணை மணந்து கொண்டார். எம்மா டார்வினின் ஆராய்ச்சிகளுக்கு உதவியாக இருந்தார்.

1859ஆம் ஆண்டு நவம்பர் 24ஆம் திகதி டார்வின் தனது "**Origin of species**" என்ற பரிணாம நூலை வெளியிட்டார். இது விஞ்ஞானிகளிடையேயும் சமயவாதிகளிடையே யும் பெருத்த வாதப் பிரதிவாதங்களை ஏற்படுத்தியது. பன்னிரண்டு வருடங்களின் பின் னர் 1871 இல் "The Descent of Man" என்ற நூலை வெளியிட்டார். இதில் அவர் மனிதனின் பரிணாமத்தை விளக்கியிருந்தார். 1882ஆம் ஆண்டு ஏப்பிரல் டார்வின் காலமானார்.

-நன்றி-
விந்தைகள் செய்த விஞ்ஞானிகள்

09. அதிசயிக்க வைக்கும் உண்மைகள்:

சில 100 ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் உலகில் பல நாடுகளில் மன்னர் ஆட்சி இடம் பெற்றது. இம் மன்னர்களில் பலர் நீதி நெறியில் சிறந்து விளங்கியதை நாம் அறிந்திருக் கின்றோம். இவ்வாறான மன்னர்களில் ஒரு மன்னனுடைய ஆட்சியில் இடம் பெற்ற சம்பவம் ஒன்றினை இங்கு பதிவு செய்கின்றோம்.

இந்தியாவின் இராமநாதபுரத்தினை ஆண்ட மன்னர்களுள் ஒருவர் விஜயரகுநாத சேதுபதி. இவருக்கு சிவகாமி நாச்சியார், இராஜலட்சுமி நாச்சியார் என இரு பெண் பிள்ளைகள் இருந்தனர். இவர்களுக்கு மாப்பிள்ளை முறையுடையவராகத் தண்ட பாணித் தேவர் இருந்தார். மன்னர் விஜயரகுநாத சேதுபதி இளைய மகளான இராஜலட் சுமி நாச்சியாரை தண்டபாணித்தேவருக்கு திருமணம் செய்து வைக்க விரும்பினார். அதற்கு அவள், அக்கா சிவகாமி நாச்சியார் அவரைக் காதலிப்பதாகத் தெரிவித்தார். இதனால் மன்னர் தன் இருபெண் பிள்ளைகளையும் தண்டபாணித்தேவருக்கே திருமணம் செய்து வைத்தார்.

திருமணத்தின் பின் மன்னர் விஜயரகுநாத சேதுபதி தனது மருமகனான தண்ட பாணித்தேவரை இராமேஸ்வர கவர்னர் பதவிக்கு நியமித்தார். அத்தீவையும், அங் குள்ள இராமேஸ்வர ஆலய நிர்வாகத்தினையும் பார்க்கப் பணித்தார். இதனால் தண்ட பாணித்தேவர் தன் இரு மனைவிகளுடன் அங்கு சென்று வாழ்ந்து வந்தார். அக்காலத் தில் இராமேஸ்வர ஆலயத்திற்கு செல்லும் அடியார்கள் படகில்தான் செல்ல வேண்டும். அரசாங்கம் அப்படகுச் சேவையினை இலவசமாக நடத்தி வந்தது. கோயில் வருமானத் தைப் பெருக்க வேண்டும் என்ற உயரிய நோக்குடன் தண்டபாணித்தேவர் அடியவர்கள் ஒவ்வொருவரிடமிருந்தும் படகுக் கட்டணமாக நாலணாவினை அறவிடப் பணித்தார்.

ஒரு நாள் காசியிலிருந்து யாத்திரை மேற்கொண்ட பிராமணன் ஒருவர் இராமேஸ் வரம் வந்தார். அவரிடம் படகுக் கட்டணம் கேட்கப்பட்டது. ஆனால் அவரிடம் அத்தொகை இல்லை. ஏற்கனவே வந்தவர்களில் தொகையில்லாதவர்கள் பலர் திரும்பிச் சென்று விட்டனர். ஆனால் இவரோ இராமேஸ்வரத்தைத் தரிசிக்க வேண்டும் என்ற நிலையில் இருந்து வழுவாது இதற்குரிய ஒரு ஏற்பாட்டைப் பெற்றுக் கொள்ளும் நோக்குடன் மன்னர் விஜயரகுநாத சேதுபதி அவர்களது அரண்மனைக்குச் சென்றார். அங்கு மன்னரிடம் நடந்தவற்றைக் கூறியதோடு இராமேஸ்வரத்தைத் தரிசிக்க நாலணாவினை வழங்கி இராமேஸ்வரத்தை வணங்க ஏற்பாடு செய்து தருமாறு வேண்டிநின்றார். கட்டணம் அறவிடப்படும் விடயத்தை மன்னர் அறிந்திருக்கவில்லை. கோபமடைந்த மன்னர் யார் கட்டணம் அறவிடப் பணித்தது? என பணியாளர்களிடம் கேட்டார். அதற்கு அவர்கள்

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

நடந்தவற்றைக் கூறினர். மன்னர் உடனே தண்டபாணித்தேவரை கைது செய்து வருமாறு கட்டளை இட்டார். இக்கட்டளைக்கு அமைய கைது செய்யப்பட்ட தண்டபாணித் தேவர் மன்னரிடம் அழைத்துச் செல்லப்பட்டார். தமது கணவர் தந்தையின் கட்டளைக்கு அமைய கைது செய்யப்பட்ட விடயத்தை அறிந்த சிவகாமி நாச்சியார், இராஜலட்சுமி நாச்சியார் ஆகிய இருவரும் இனி மேல் இவர் உயிருடன் திரும்பி வரப்போவதில்லை என்பதனை உணர்ந்தவர்களாய் கணவருக்கு தண்டனை நிறைவேற்றப்படுவதற்கு முன்பதாகவே அங்கு சென்றுவிட வேண்டும் என்ற நோக்குடன் புறப்பட்டனர்.

மன்னர் முன்னிலையில் தண்டபாணித்தேவர் நிறுத்தப்பட்டார். அவரிடம் நீ இராமேஸ்வரம் செல்லும் அடியவர்களிடம் நாலணா படகுக் கட்டணம் அறவிடப் பணித் தாயா? என்று கேட்டார். அதற்கு அவர் ஆம் எனப் பதிலளிக்கவே நீ சிவத் துரோகம் செய்துள்ளாய். இராஜ துரோகத்தைவிடவும் சிவத்துரோகம் கொடுமையானது. இதனைச் செய்தவர்களுக்கு சிரச் சேதமே தண்டனை. இவனுக்கும் இத்தண்டனையையே வழங் குங்கள் என தீர்ப்பளித்தார். தண்டனை வழங்கப்பட்டது. வழியில் வந்து கொண்டிருந்த இவரது மனைவியர்கள் இச்செய்தியினை அறிந்தனர். முதலில் சிவகாமி நாச்சியார் இச் செய்தியினை அறிந்தார். உடனேயே அவ்விடத்தில் தீக்குளித்து தன்னுயிரை நீத்துக் கொண்டார். இவ்விடம் அக்கா மடம் என்று அழைக்கப்பட்டது. பின்னர் இச்செய்தியினை அறிந்த இராஜலட்சுமி நாச்சியார் தான் வந்து கொண்டிருந்த இடத்தினிலேயே தீக்குளித்து மரணமானார். இவ்விடம் இப்போது தங்கச்சி மடம் என அழைக்கப்படுகிறது. மன்னன் விஜயரகுநாத சேதுபதியின் ஒரேயொரு மருமகன் தண்டபாணித்தேவர். இவருக்கு மரண தண்டனை வழங்கினால் தன் மகள்மார் இருவரும் விதவைகளாகி மரணிப்பார் என்பதை அறிந்திருந்த போதிலும் சிவத்துரோகம் செய்தமையினைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியாது சிரச்சேதம் அளித்து தண்டனை வழங்கினார். இவரது தீர்ப்பு சிவபக்தியினை யும் நாயன்மார்கள் நடந்த மண்ணின் சிறப்பினையும் எடுத்துக் காட்டுகின்றது.

10. ஒரு விலங்கின் வாழ்க்கை: வெளவால்

உயிரியல் வகைப்பாடு

திணை	:	விலங்கு
தொகுதி	:	முதுகுநாணி
வகுப்பு	:	பாலூட்டி
வரிசை	:	கைச்சிறகிகள்

வெளவால் (Bat) பறக்கும் திறன் கொண்ட முதுகெலும்புள்ள (முதுகெலும்பி) பாலூட்டி ஆகும். பாலூட்டிகளில் பறக்கவல்ல ஒரே விலங்கு வெளவால்தான். இவ்வெளவால் இனத்தில் 1000க்கும் மேற்பட்ட வகைகள் உள்ளன. கிட்டத்தட்ட 52 மில்லியன் வருடங் களுக்கு முன் வாழ்ந்த வெளவால்களின் தடயங்கள் கூட கிடைத்துள்ளன. பொதுவாக பறவைகள் தன் பலம் பொருந்திய இறக்கைகளை கீழ்நோக்கி உந்துவதன் மூலம் மேலெழும்பி பறக்கின்றன. சில வகை பறவைகள் தனது வேகத்தை அதிகரிக்க விமா னத்தை போல சிறிது தூரம் ஓடி வந்து பறக்கத் துவங்கும். ஆனால் வெளவால்களின் முன் மற்றும் பின் கால்கள் மிக மிருதுவானவை. அதன் மூலம் ஓடி வந்தோ அல்லது இறக்கைகளை உந்தியோ பறக்கும் அளவுக்கு பலம் இல்லை. இதனால் இவை மற்ற வேட்டை விலங்குகளுக்கு மிக சுலபமாக இரையாகிவிடும். எனவே, இவை தலைகீழாக

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

தொங்கி கீழே விமானம் போல இறங்கி பறக்கிறது. மிக உயரத்தில் தலைகீழாக தொங்குவதன் மூலம் அவை எதிரிகளுக்கு எளிதில் இரையாவதில்லை, அங்கு இடப்பற்றாக்குறையும் இல்லை. வௌவால்கள் பகல்பொழுது முழுவதும் தலைகீழாக தொங்கிக்கொண்டிருக்கும். சூரியன் மறைந்த பின்னர் இவை உலாவ ஆரம்பிக்கும். இரவு நேரங்களிலேயே இவை உணவு உண்ணும்.

உலகில் காணப்படும் வௌவால்களில் சிறிய வகையானவை 3Cm அளவைக் கொண்டதாகவும்,பெரிய வகையைச் சேர்ந்தவை 1.8 M வரையான அளவைக் கொண்ட தாகவும் காணப்படுகின்றன. உலகின் மிக பெரிய வௌவால் (பறக்கும் நரி) ஜாவா தீவில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. அதன் நீளம் 1.8 Meter(சுமார் 6 அடி), அகலம் 55 Cm, எடை 1.5 kg ஆகும். அதேபோன்று உலகின் மிக சிறிய வௌவாலை (Microbat) வண்டு வௌவால் என அழைக்கின்றனர். இவை மேற்கு தாய்லாந்தில் உள்ள Kwai நதிக் கரையில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது. இவை 3Cm நீளமும், 2.5 கிராம் எடையும் கொண்டவை. அமெரிக்காவில் இருக்கும் பெரிய அளவிலான பிரவுன் நிற வௌவால் 20 ஆண்டுகள் வரை உயிர் வாழும். மற்ற வௌவால் இனங்கள் 40 ஆண்டுகள் வரை உயிர் வாழும்.

வௌவால்கள் சிகப்பு கலந்த பழுப்பு நிறத்தை உடையனவாகவும் நரியின் முகத்தை ஒத்த முக அமைப்பைக் கொண்டதாகவும் காணப்படுகின்றன. இதன் இறக்கைகள் வழு வழுப்பாக காட்சியளிக்கும். வௌவால்கள் பழம், பூச்சிகள் என்பவற்றைத் தமது உணவாக உட்கொள்கின்றன. பழந்தின்னி வௌவால்கள் இரவு நேரங்களில் நாற்பத்து எட்டு கிலோமீட்டர் தூரம் வரை பயணிக்கும். இவை பழத்தின் சாறை மட்டுமே உறிஞ்சி குடித்துவிட்டு சக்கையை உமிழ்ந்து விடும். ஆனால் வாழைப்பழம் போன்ற மிருதுவான பழங்களை முழுதாகத் தின்றுவிடும். இவை மலர்களில் உள்ள தேனையும் குடிக்கும். வௌவால்கள் பயிர்களையும் உட்கொள்ளுகின்றன. இதனால் இவை விவசாயிகளின் எதிரியாகப் பார்க்கப்படுகின்றது.

சில வகை வௌவால்கள் (குருதியுறுஞ்சும் வௌவால்) விலங்குகளின் இரத்தத்தை உறிஞ்சிக் குடிக்கின்றன. சில மீன்களை உண்ணுகின்றன. அமெரிக்காவில் காட்டேரி வௌவால் என்று அழைக்கப்படும் ஒரு வகை வௌவால்கள் வாழ்கின்றன. அவை இரத்தம் குடிப்பவை ஆகும். இந்த வௌவால்கள் காட்டு விலங்குகள், ஆடு மாடுகள், சில நேரங்களில் மனிதர்களின் இரத்தத்தையும் குடிக்கும்.

வௌவால்கள் இருளில் பறக்கும் பொழுது முன்னிருக்கும் பொருட்களைக் கவனிக்க அவைகளுக்கு மீயொலி அலைகள் உதவுகின்றன. அதாவது, இவை பறக்கும்போது மீயொலி அலைகளை அனுப்பி அவை எதிரில் இருக்கும் சுவர் அல்லது பொருட்களின் மீது மோதித் திரும்ப வருவதைக் கொண்டு அதன் தொலைவைக் கணக்கிடும் தகவலமைப்பு அதற்கு உண்டு.

இத்தகவலமைப்பின் மூலம் எதிரில் இருக்கும் பொருட்கள் அல்லது உயிரினங்கள் இருக்கும் தூரத்தை மட்டுமல்ல அவற்றின் உடல் அளவைக்கூட கண்டுபிடித்து விடுகின்றது.

வௌவால்களுக்கு பார்வைத் திறன் உண்டு, ஆனால் அவற்றின் கண்கள் பெரிதாகப் பரிணாம வளர்ச்சி அடையாதவை. மேலும் அவை உணவிற்காகத்தான் மீயொலிகளை உபயோகிக்கின்றன. இனப்பெருக்கம் போன்ற மற்றச் செயல்களுக்கு அவை தம் கண்களையே பயன்படுத்துகின்றன.

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

வெளவால் தன் வாய் வழியாக உண்ட உணவு செரிமானம் அடைந்த பின், வாய் வழியாகவே கழிவை வெளியேற்றுகிறது.

வெளவாலின் கழிவுகள் குயானோ என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இதில் அதிக அளவு புரதச்சத்து இருப்பதால் நல்ல உரமாகப் பயன்படுகிறது. இவை அதிக அளவு இலாபத்திற்கும் விற்கப்படுகின்றன.

Desmodus rotundus, Diphylla ecaudata, Diaemus youngi இவ்வகை வெளவால் இனம் மட்டுமே, தாய் வெளவால்களுக்கு ஏதேனும் நேர்ந்தால் குட்டி வெளவாலை அதன் காலனியில் இருக்கும் மற்ற வெளவால்கள் பாதுகாக்கும்.

அதிசயம் என்னவென்றால், தன் காலனியில் இருக்கும் பிற வெளவால்கள் உணவு இல்லாமல் தவிக்கும் போது, மற்ற வெளவால் தனது இரத்தத்தை கொடுக்கும்.

இவ்வகை வெளவால் அமெரிக்கா, மெக்சிகோ, பிரேசில், சிலி, ஆர்ஜென்டினா போன்ற நாடுகளில் காணப்படுகின்றன.

பிறந்தவுடன் குட்டி வெளவால்கள் தனது தாயின் மார்பினை வாயால் கவ்விக் கொண்டிருக்கும். தனது காலினால் அதன் இடுப்பின் மீது பற்றிக்கொள்ளும். தனது குட்டியினை 4-5 வாரங்கள் இது போன்று பாதுகாக்கும். குட்டி வெளவால் முதலில் பறக்க ஆரம்பிக்க எடுக்கும் காலம் 8- 12 வாரங்கள். முழுவதுமாக தானே பறக்க சுமார் 12 வாரங்கள் ஆகும்.

உலகிலேயே ஆண் இனத்தின் மார்பில் பால் சுரக்கும் அதிசயம் தயாக் இன (DAYAK FRUIT BAT) வெளவால்களுக்கு மட்டுமே உள்ளது.

வெளவாலின் தாய் மற்றும் குட்டியிடையேயான பாசம் அளப்பரியது. குட்டியினை எதிரி விலங்குகள் தூக்கிச் சென்றுவிட்டால், தாயானது தனது குட்டியைக் கடைசியாக பார்த்த இடத்தில் வந்து அங்குமிங்கும் தேடும். இப்படியே சுமார் 7 நாட்கள் வரை கூச்சலிட்டுக் கொண்டிருக்கும்.

ஹாமர் ஹெட்(Hammerhead) இன வெளவால் வித்தியாசமான இனப்பெருக்க முறையைக் கையாளுகின்றன. ஆண் வெளவால்கள் ஒரு மரத்தில் வரிசையாக தொங்கி பெண் வெளவாலைக் கவர வித்தியாசமான ஒலி எழுப்புகின்றன. அவற்றில் வெற்றி பெற்ற வெளவால் இனப்பெருக்கத்திற்கு தயாராகின்றது.

பபுவா நியூகினியாவிலும்,பசுபிக் பெருங்கடல் பகுதியில் உள்ள தீவுகளிலும் உள்ளவர்கள் வெளவாலை உணவாக உண்கின்றனர். ஆசியாவின் சில பகுதிகளில் வெளவால்கள் உணவிற்காக வேட்டையாடப்படுகின்றன.

வெளவாலிடம் இருந்து இரு வகையான வைரஸ் விலங்குகளுக்குப் பரவுகிறது. Hendra or Equine Morbillivirus (EMV) மற்றும் Australian Bat Lyssavirus (ABLV). இதில் Hendra வைரஸ் மனிதர்களுக்குப் பரவாது. இவை சிறு விலங்குகளை தாக்குகின்றது. இருப்பினும் நாம் செல்லும் வழியில் ஏதேனும் வெளவால் காயமுற்றிருந்தால் அவற்றை தொடக் கூடாது. வெளவால் உங்களைத் தாக்கியிருந்தால் உடனே சவர்க்காரம் பயன் படுத்தி தாக்கிய இடத்தை நன்கு கழுவுங்கள். பின் உரிய மருத்துவ சிகிச்சை பெறவும்.

என்னதான் வெளவால் தீய சக்தியின் அடையாளமாகச் சித்திரிக்கப்பட்டாலும், நடைமுறையில் அவை உணவுச் சங்கிலியின் சம நிலையில் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது. உல

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

கின் பாலூட்டி இனங்களில் 25% வௌவால் இனங்களால் ஆனது. ஒருவேளை வௌவால்கள் புவியில் இல்லாமல் இருந்திருந்தால் பூச்சிகள், கொசுக்கள் மற்றும் பல சிறு உயிரினங்களின் தாக்கம் அதிகரித்து மனிதன் உட்பட பல விலங்கினங்கள் இன்று அழிவு நிலையைச் சந்தித்து இருக்கும்.

வௌவாலில் பல வைரஸ்கள் இருந்தாலும் அவற்றில் ஒன்று கூட அவற்றைத் தாக்காது என்ற தகவல் ஆய்வில் தெரிய வந்துள்ளது.

வௌவாலில் இருந்துதான் இதுவரை சார்ஸ், மெர்ஸ் போன்ற நோய்கள் உருவாகின்றன என்று ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. ஆனால், இதில் இருந்துதான் கொரோனா வைரஸ் பரவியது என்பதற்கான வலுவான ஆதாரம் இல்லை என்றாலும், ஆய்வாளர்கள் அதற்கான ஆய்வில் ஈடுபட்டுள்ளனர். இதன் முடிவில் கொரோனா எங்கிருந்து, எப்படிப் பரவியது என்பது தெரியவரும். எது எப்படி இருந்தாலும், இதுவரை அதிக வைரஸ் களை பரப்பியது வௌவால்தான்.

மனித குலத்தை அழிக்க வந்ததுதான் வௌவால் என்ற அச்சம் மக்களிடையே ஏற்பட்டுள்ளது. கடந்த ஆண்டுகளில் வெளியான வைரஸ்களும், இதில் இருந்துதான் வெளியானது என்பது ஆய்வில் உறுதி செய்யப்பட்டது.

தற்போதும் உலகை மரண பீதியில் வைத்திருக்கும் கொரோனா (கோவிட் - 19) வைரசும் வௌவாலில் இருந்து தோன்றியது என்று கூறப்படுகிறது. ஆனால், இன்னும் அதற்கான சரியான ஆய்வு முடிவுகள் வெளியாகவில்லை.

கொரோனா (கோவிட் - 19) வைரசும் வௌவாலில் இருந்துதான் உருவானது என்பது உறுதியானால், சார்ஸ், மெர்ஸ் வைரசுக்கு பின்னர் கொரோனாவும் வௌவாலிடம் இருந்துதான் உருவானது என்பது தெளிவாகும்.

வௌவாலினால் எந்த வகையிலும் தனக்கு வைரஸ் பாதிப்பு இல்லாமல், தனது உடலை வைரஸ்களின் கூடாரமாக வைத்து இருக்க முடியும். மர்பர்க் வைரஸ், நிபா வைரஸ், ஹென்ட்ரா வைரஸ் ஆகியவை வௌவாலிடம் இருந்துதான் ஆபிரிக்கா, மலேசியா, பங்களாதேஷ், அவுஸ்திரேலியா ஆகிய நாடுகளில் பரவியது.

இதன் உடம்பில் வைரஸ்கள் இருந்தாலும், அவை அதைத் தாக்காது. ஆனால், இதை உண்ணும் மற்ற விலங்குகள் அல்லது இதனிடம் இருந்து மற்ற விலங்குகளுக்கு வைரஸ் பரவும். அந்த விலங்குகளை மனிதன் சாப்பிடும்போது, மனிதனுக்கும் வைரஸ் பரவுகிறது. இதற்கான சான்றுகள்தான் மர்பர்க் வைரஸ், நிபா வைரஸ், ஹென்ட்ரா வைரஸ்கள்.

எப்படி வௌவாலுக்கு மட்டும் வைரஸ் எதிர்ப்பு சக்தி கிடைக்கிறது. அதை மட்டும் வைரஸ் ஒன்றும் செய்வதில்லை என்ற சந்தேகம் எழலாம்.

வௌவால் பறக்கும்போது அதற்கு சக்தி தேவைப்படுகிறது. அப்போது செல்களை உடைத்து தனக்குத் தேவையான ஆற்றலை எடுத்துக் கொள்கிறது. அப்போது வௌவாலின் உடலில் இருந்து டி.என்.ஏ. சிறு சிறு துகள்களாக வெளியேறுகிறது. அந்த துகள்களில் இருந்து வெளியாகும் வைரஸ்தான் மற்ற விலங்குகளைப் பாதிக்கிறது. ஆனால், இயற்கையாகவே பரிணாம வளர்ச்சியில் எதிர்ப்புச் சக்தியைக் கொண்ட வௌவாலுக்கு அந்த வைரஸ் பாதிப்பை ஏற்படுத்தாது என்கின்றனர் விஞ்ஞானிகள்.

கடந்த 2017ல் மருத்துவர் டஸ்ஸக் உள்பட பல்வேறு ஆராய்ச்சியாளர்கள் மேற்கொண்ட ஆய்வில், வௌவால்தான் அதிகளவில் வைரஸ் தொற்றுகளைப் பரப்பும் என்று தெரிவித்துள்ளனர்.

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

எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்

போட்டி இல. 27 வினாக்கள்

போட்டி இல.27 வினாக்கள்

01. வடமாகாணத்திற்குரிய மலர் எது?
02. சர்வதேச குறியீட்டில் பண்பாட்டு நாகரிகத்துக்குரிய குறியீடு எது?
03. பறவைகளில் நீண்ட ஆயுளுடைய பறவை எது?
04. பாரதியார் எப்போது பிறந்தார்?
05. அமெரிக்க சுதந்திர தேவி சிலை எங்கு உள்ளது?
06. டொரி பாக்ஸ் எங்கே, எப்போது, பிறந்தார்?
07. 2011 ஆம் ஆண்டு உலகில் உயரமான எவரெஸ்ட் சிகரத்தில் ஏறி சாதனை படைத்த மாற்றுத்திறனாளி பெண்மணி யார்?
08. சர்வதேச மனநலிவு தினம் எப்போது அனுஷ்டிக்கப்படுகிறது?
09. ஐ.நா.சபையின் மாற்றுத்திறனாளிகளின் தசாப்தமாகப் பிரகடனப்படுத்திய காலப்பகுதி யாது?
10. இலங்கையில் முதன் முதலாக எப்போது, எங்கே, கேட்டல் குறைபாடு உடைய மாணவர்களுக்கான பாடசாலை ஆரம்பிக்கப்பட்டது?

இவ்வினாக்களுக்குரிய சரியான விடைகளை எழுதி அனுப்பி வையுங்கள். விடைகள் எமக்கு கிடைக்க வேண்டிய இறுதிநாள் டிசம்பர் 31.2020. இவ்விடைகளுடன் உங்கள் சுயவிபரத்தையும்(முழுப்பெயர், முகவரி, தொலைபேசி இலக்கம், பிறந்த ஆண்டு, மாதம், திகதி, இணைத்து சரியான விடைகளை எழுதி அனுப்பி வையுங்கள். அனுப்புவர்களுக்கு பெறுமதிமிக்க பரிசில் வழங்கப்படும்.

எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்

போட்டி இல. 27 விடைகள்

01. ....
02. ....
03. ....
04. ....
05. ....
06. ....
07. ....
08. ....
09. ....
10. ....

போட்டி இல:26 விடைகள்

01. யாழ்ப்பாணம்
02. சக்கரம்
03. கினி
04. சுப்பிரமணியன் (சுப்பையா)
05. நேபாள ரூபா
06. அமெரிக்காவின் அலபாமா மாநிலத்தில் டஸ்கம்பியா நகரில்.1880 யூன் 27
07. வில்மா ரூடோல்ப்
08. ஒக்டோபர் 15
09. 10 வீதம்
10. 1912 இல் இரத்மலானை

1. முழுப் பெயர் : ....
2. தபால் முகவரி : ....
....
3. தொலைபேசி இல : ....
4. பிறந்த ஆண்டு மாதம் திகதி : ....

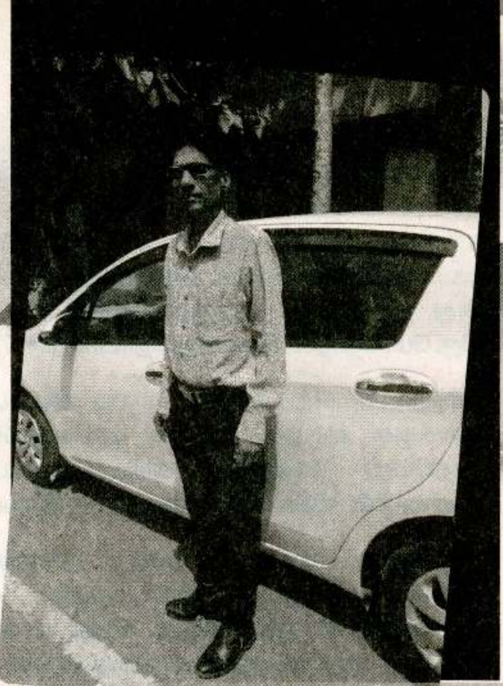
அனுப்பவேண்டிய முகவரி: எழுதுங்கள் வெல்லுங்கள்
கருவி, மாற்றுத்திறனாளிகளின் சமூக வள நிலையம்,
இல: 290, பருத்தித்துறை வீதி, நீர்வேலி தெற்கு, நீர்வேலி.

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

முற்றத்து மல்லிகை

நேர்காணல் : கணபதி சர்வானந்தா

முடியும்...! அது தான் என்னால் முடியும்!


செல்லையா மோகநாதன்

கடந்த 26 இதழ்களிலும் வலு சஞ்சிகையானது, வலுவான பல மனிதர்களை வாசகர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தியிருந்தது. அந்த வரிசையில், இம்முறையும் பல்துறை நிபுணத்துவப் புலமையாளர் ஒருவரை எமது வாசகர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்துவதில் பெருமையடைகிறோம்.

அந்த வகையில் வலு சஞ்சிகையின் இதழ் 27 இன் “முற்றத்து மல்லிகை” பக்கத்தை அலங்கரிப்பவர் ஒரு கல்வித்துறை அதிகாரி. அவர் பெயர் செல்லையா மோகநாதன். இவர் வலிகாமம் கோட்டக் கல்விப் பணிமனையில், உடுவில் கோட்டக் கல்விப் பணிப்பாளராகக் கடமையாற்றுகிறார். அவருடனான உரையாடல்களும், அவர் பற்றிய பதிவுகளும் எமது வாசகர்களாகிய உங்களை உற்சாகப்படுத்துவதோடு, உங்களைச் சிந்திக்கவும் வைக்கும் என்பதில் எதுவித ஐயமும் இல்லை என்பதே எமது கருத்து.

இலக்கியத்தில் இருந்த ஆர்வமும், அது தொடர்பான இரசனையும் தனது வாழ்க்கையை முன்கொண்டு செல்ல முன்னோடியாக இருந்ததெனச் சொல்லி இணையத்தில் உள்ள தனது எழுத்துகளையும் காட்டி மகிழ்ந்தார் மோகநாதன்.

அவரது வாழ்க்கை வன்னியில் ஆரம்பித்ததாகச் சொல்லுகிறார். கிளிநொச்சி மாவட்டம், வட்டக்கச்சியில் ஆரம்பக் கல்வியைக் கற்றுக் கொண்டவர். பின் மூன்றாம் ஆண்டு தொடக்கம் கரவெட்டி யார்க்கரு விநாயகர் வித்தியாலயத்தில் கல்வியைத் தொடர்ந்தார் என்றும், பின்பு நெல்லியடி மத்திய மகாவித்தியாலயத்தில் கற்றே பேராதனைப் பல்கலைக் கழகத்துக்குத் தெரிவானவர் என்றும் தனது கல்வி வாழ்க்கை பற்றிச் சுருக்கமாகச் சொன்னார் அவர்.

அங்கு தனது முதலாவது பட்டப்படிப்பை முடித்துக் கொண்டவர். இரண்டாவது பட்டத்தை யாழ்.பல்கலைக் கழகத்தில் முது தத்துவமாணித் துறையில் பெற்றுக் கொண்டதைத் தொடர்ந்து அதே பல்கலைக்கழகத்தில் முதுகல்விமாணிப் பட்டத்தையும் பெற்றுக் கொண்டார். தேசியக் கல்வி நிறுவனத்தில் பின் பட்டப்பின் கல்வி டிப்ளோமா பட்டத்தைப் பெற்றுக் கொண்டார். அதன் பின்னர் அதே தேசிய கல்வி நிறுவனத்தில் பாடசாலை முகாமைத்துவத்தில் டிப்ளோமா பட்டம்பெற்ற பின்னர் யாழ்.பல்கலைக் கழகத்தில் முது கல்விமாணித் துறையில் கற்று அதற்கான பட்டத்தையும் பெற்றார். அதே நேரம் ஊடகக் கற்கை நெறியையும் கற்றுத் தேர்ந்தவர் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

இவர் சிறுவயது தொட்டு விளையாட்டுத் துறையில் அதிக ஆர்வம் உள்ளவர். அந்த நேரத்தில் இவர் அபரீமிதமாகச் செயற்பட்டதாக அவரது ஆசிரியர் குறிப்பிடுவாராம். எதை எடுத்தாலும் மிகையாகச் செய்வது இவரது பழக்கம். உயரப் பாய்தல், கோல் ஊன்றிப்பாய்தல்

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

போன்றவற்றில் வயதுக்கு மீறிய வகையில் செயற்பட்டிருக்கிறார். அப்படிச் செயற்பட்ட பயற்சியின் போதுதான் அவருக்கு இந்த விபத்து ஏற்பட்டது. மூட்டில் ஏற்பட்ட விலகல் இடுப்புக்கு அருகில் தண்டு வடப்பகுதில் சிறு வெடிப்பு ஏற்பட்டதால் உடல் பகுதி சிறியதாய் விலகி அது தற்போது நிரந்தரமாகிவிட்டது என்று சொன்னார். திரு.மோகநாதன் இவ்வாறு தொடர்கிறார்:

"இருந்தும் அது எனக்கு பாரிய இழப்பாகத் தெரியவில்லை. எனக்குள் இருந்த மனோ வலிமையின் காரணமாக அதீத சக்தியோடு அனைத்துக் காரியங்களையும் முன்னெடுக்கிறேன். முன்பைவிட மிகவும் உற்சாகத்தோடு இருப்பதாக நான் உணர்கிறேன்.

எனக்கு இலக்கியம் பிடிக்கும். நான்காம், ஐந்தாம் வகுப்பிலேயே நான் இலக்கியத்தில் ஆர்வமாக இருந்தேன். நான் வாழ்ந்த சமூகச் சூழல், அதாவது வீட்டுச் சூழலே அதற்குக் காரணமாக இருந்திருக்கிறது. அத்துடன் எனது பெரிய அண்ணா ஒரு நல்ல கதைவல்லுநர். அப்போது சிறுவர்களுக்கான இதழாக வெளிவரும் அம்புலிமாமாவில் வரும் கதைகள் போல அவர் தானே புனைந்து பல புதிய கதைகளைச் சொல்லி இருக்கிறார். அதனைக் கேட்டு வளர்ந்ததன் விளைவு, இன்று ஒரு இலக்கியப் படைப்பாளியாக உங்கள் முன் நிற்கிறேன்.

நான் ஐந்தாம் வகுப்புப் படித்துக் கொண்டிருந்த காலப்பகுதியில் எனது அண்ணா "வட்ட நிலா" என்ற ஒரு கையெழுத்துச் சஞ்சிகையை நடத்தி வந்தார். அதில் நானும் எழுத்தாளராக இருந்திருக்கிறேன். அதில் நான் குட்டிக் குட்டி கவிதைகளை எழுதியதாக ஞாபகம். அன்று, அவை பிறர் கண்ணுக்குக் கவிதைகளாகத் தெரிந்ததோ இல்லையோ, எனக்குக் கவிதை களாகத் தென்பட்டன. ஆனால், அவற்றைத் தொடர்ந்து எழுதினேன். அவற்றை எழுத அண்ணா என்னை ஊக்குவித்தார்.

அந்தக் கையெழுத்துச் சஞ்சிகையிலே அண்ணா நெடுங்கதை ஒன்றினை எழுதிவந்தார். அது மட்டுமல்லாது என்னை ஒரு எழுத்தாளனாக ஊக்குவித்த விடயம், நான் ஆறாம் வகுப்பில் படித்துக் கொண்டிருக்கின்ற காலப்பகுதியில் நடைபெற்றது. அப்போது, விவசாயத் திணைக் களத்தால் வெளியிடப்படும் "கமத்தொழில் விளக்கம்" என்ற மாத சஞ்சிகையில் எனது கவிதை வெளிவந்தது. அச்சில் வந்த அந்தக் கவிதையைப் பார்த்து எனது பாடசாலை மாணவர்கள் உட்படப் பலர் எனக்கு வாழ்த்துத் தெரிவித்தனர். அது பற்றிய அவர்கள் பேச்சு எனக்கு மகிழ்ச்சியைத் தந்ததோடு, எனக்கு ஒருவகை உற்சாகத்தையும் தந்தது என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

இந்த இடத்தில் என்னை உருவாக்கிய ஆசிரியர்களைப் பற்றிச் சொல்ல வேண்டும். அவர்கள் எங்களை மதித்திருக்கிறார்கள். எங்களது வளர்ச்சி கண்டு பூரித்திருக்கிறார்கள். மனதாரப் பாராட்டி இருக்கிறார்கள். உற்சாகப்படுத்தி இருக்கிறார்கள். அதை என்னால் என்றும் மறக்க முடிவதில்லை. இன்றுவரை என்னை உற்சாகப்படுத்திவருகின்ற விடயமும் அதுதான்.

அதைவிட இன்னுமொரு சம்பவத்தையும் எப்பொழுதும் என்னால் மறக்க முடிவதில்லை என்று சொல்லலாம். எனக்கு நேர்ந்த விபத்துக்கு பின்னால் வைத்தியசாலையில் இருந்து வீடு வந்த சமயம், என்னை இயல்புக்குக் கொண்டு வர இலக்கியம் எனக்கு உதவியிருக்கிறது. எப்படியென்றால், அப்போது எனக்குப் பொழுது போவதில்லை. மாலையானதும் அக்கம்பக்கம் உள்ளவர்களை அழைத்து வைத்துக் கதை சொல்லத் தொடங்கினேன். அக் கதையை ஒரு தொடர்கதையாகச் சொல்லத் தொடங்கினேன். ஒரு நாள் அந்தக் கதையைக் கேட்க வந்த எனது உறவினர் ஒருவர் தனது அன்றாட வேலைகளையும் மறந்து இருந்து கதையைக் கேட்டு இரசித்ததை என்னால் என்றும் மறக்க முடிவதில்லை.

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

இருந்தும் அதில் எனக்குக் கிடைத்த அனுபவம் மிகவும் முக்கியமானது. அதாவது கதைகளைச் சொல்வதினூடாக நல்ல கருத்துக்களை விதைப்பதென்பது... கதை சொல்வதன் நோக்கமே அதுதான். அதே மாதிரி வாசிப்பினூடாக பயனடைவது எப்படி என்பதையும் எனது அனுபவ வாயிலாக அறிந்துகொண்டேன். முன்பு நகரத்திலுள்ளவர்கள் மட்டுமல்ல பிற்பட்ட கிராமங்களில் உள்ள மக்களும் வாசிப்பின் மகத்துவத்தை அறிந்திருந்தனர். எனக்கு நன்றாக ஞாபகமிருக்கிறது. எங்கள் பேப்பர் கடைக்கு வழமையாக ஒரு சிறுவன் வருவான். கடையில் பேப்பரை வாங்கிக் கையில் எடுத்ததும் வாசிக்கத் தொடங்கிவிடுவான். அப்படியே வாசித்துக் கொண்டே வீடு போய் சேர்வான். அன்று வாசிப்பதில் அத்தனை ஆர்வத்தோடு மக்கள் இருந்தார்கள் என்பதற்கு அவன் ஒரு உதாரணம். ஆனால் இன்று மக்கள் பெரும்பாலானவர்கள் தொடுதிரையில் தம்மை மூழ்கடித்துவிடுவதுதான் கொடுமையான விடயம். இன்று கல்வித் தராதரம் பின்னடைந்ததற்கு வாசிப்புத் திறன் குறைந்ததையே காரணம் எனலாம் என்று ஒரு நீண்ட கருத்தைச் சொல்லி முடித்தார் மோகநாதன்.

முடிவாக மாற்றுத் திறனாளிகளுக்கு உங்கள் அனுபவத்தைத் தொட்டு என்ன சொல்லலாம் என்று எண்ணுகிறீர்கள்? என்று மோகநாதன் அவர்களைக் கேட்டேன்.

சாதனைப்பட்டியலை எடுத்துப் பார்த்தோமானால், பூரண மனிதர்களால் நிகழ்த்தப்பட்ட சாதனைகளைவிட மாற்றுத் திறனாளிகளால் ஏற்படுத்தப்பட்ட சாதனைகள்தான் அதிகம் எனலாம். சோதனைகள் அதிகம் உள்ளவர்கள்..... அதாவது எவன் ஒருவன் நியமங்களுக்கு அப்பாற்பட்டு வாழ்ந்தானோ... அவனாலேயே சாதனைகளும் நிகழ்த்தப்பட்டிருக்கிறது.

நான் சிகிச்சை முடிந்து வைத்தியசாலையில் இருந்து வெளியே வருகின்றபோது, எனக்குச் சொல்லப்பட்டது, "சைக்கிள் ஓடக் கூடாது. நீண்ட தூரம் நடக்கக் கூடாது." என்று சில நிபந்தனைகளை அவர்கள் விதித்திருந்தனர். ஆனால், விமானத்தைத் தவிர தரையில் ஓடுகின்ற அத்தனை வாகனங்களையும் செலுத்தக் கூடிய வலிமையோடு நான் இருக்கிறேன். அதற்கான வாய்ப்பும் எனக்குக் கிடைத்திருக்கிறது.

"எங்களால் முடியாது" என்று எப்போது நாங்கள் மனதில் நினைக்கிறோமோ அப்போதே எம்மால் முடியாது போகிறது.

ஒரு ஊடகவியலாளர் என்னைப் பார்த்து "தினமும் சோதிட விடயங்களையும், அது சார்ந்த பலதையும் எழுதிவருகிறீர்கள். அது எப்படி முடிகிறது?" என்று கேட்டார். "முடியும்...அதுதான் என்னால் முடியும்" என்று பதில் கொடுத்தேன். நான் இன்றும் முடியாது என்ற சொல்லை எனது சித்தாந்தத்துக்குள் எடுத்ததில்லை. அதுவே எனது வெற்றிக்குக் காரணம்."

வலுவிடம் கேளுங்கள்

மாதங்கி, சுன்னாகம்.

கேள்வி: எனது நண்பி ஒருவர் கேட்டல் குறைபாடு உடையவர். இவரது குடும்பம் வறுமைக்கோட்டின் கீழ் வாழ்ந்து வருகின்றது. இவரால் காதுகேட்கும் திறனினை அதிகரிக்கும் கருவியினை எவ்வாறு இலவசமாகப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்?

பதில்: தாங்கள் தங்கள் நண்பி மீது கொண்டிருக்கின்ற அக்கறைக்கு வலு தலை வணங்குகின்றது. தாங்கள் தங்கள் நண்பியை அவரது பிரதேச செயலகத்தில் இயங்கும் சமூகசேவை பிரிவுக்குச் செல்ல வகை செய்யுங்கள். அங்கே சமூகசேவை உத்தியோகத்தரால் வழங்கப்படும் விசேட உபகரணங்களைப் பெறும் படிவத்தினைப் பெற்று உரிய முறையில் பூர்த்தி செய்து வைத்தியரின் சிபாரிசுடன் அவ்வுத்தியோகத்தரிடம் கையளியுங்கள். அவர் உங்கள் நண்பிக்கு இக்கருவியினைப் பெற்றுக் கொடுக்க உதவுவார்.

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

வ. செல்வம்
சாங்கானை

மனங்கள் மாற வேண்டும்

முகிலினங்கள் அலைகிறதே முகவரிகள் தொலைந்தனவோ
முகவரிகள் தவறியதால் அழுதுடுமோ - அது மழையோ

வைரமுத்துவின் வைர வரிகளில் இதுவரை லயித்திருந்த கோபிக்கு பாடல் இடையிலேயே நிறுத்தப்பட்டதும், பயணிகள் எழுந்து இறங்க ஆரவாரப்பட்டதும் யாழ்ப்பாணம் வந்துவிட்டது என்பதனை உணர்த்தியது.

தனியார் பஸ் என்பதனால் பிரதான வீதியின் ஓரத்திலே நிறுத்தப்பட, நீண்ட தூரம் ஓடிய களைப்பில் பஸ் ஒரு பெருமூச்சு விட்டு சிறு குலுக்கலுடன் நிற்கின்றது. பயணிகள் முண்டியடித்துக் கொண்டு அடுத்த பஸ்சைப் பிடிப்பதற்கும் தங்கள் தங்கள் வேலைக்குச் செல்லும் அவசரத்திலும் விழுந்தடித்து இறங்க முற்பட்டனர். "இடிக்காமல் ஒவ்வொருத்தரா கெதியா இறங்குங்கோ. காசு குடுக்காதவை தந்துட்டுப் போங்கோ. இதிலை கன நேரம் நிற்கேலாது" என்று பஸ் நடத்துனர் தனக்குரிய பாணியில் உரத்துக் கூறிக்கொண்டிருந்தார்.

இதுவரை பொறுமையாக நின்றிருந்த கோபி நிலைமையைப் புரிந்து கொண்டு இறங்க முன்னே செல்ல முயல்கின்றான். "ஐயா! உங்களுக்கென்ன பீக்கர் வைச்சே சொல்லவேணும் கெதியா இறங்குங்கோ" என்று அதட்டியவன், "இதுக்குத்தான் இதுகளை பஸ்சிலை ஏத்தக் கூடாது என்கிறது." என்று அவன் மெல்ல அலுத்துக்கொள்வது கோபிக்கு கேட்கத்தான் செய்கிறது. என்ன செய்ய, இதிலை சட்டம் கதைச்சு சண்டை போட இயலாது. கதைச்சால் நாளைக்கு ஏத்தாமலே போயிடுவான். காலம் கெட்டுப் போச்சு என்று மனதுக்குள் நொந்து கொண்டு தட்டுத் தடுமாறி இறங்குகின்றான். அவன் இறங்கிய வேகத்தில் பஸ் மீண்டும் உறுமிக்கொண்டு புறப்பட காபன் புகை அவன் மூக்கையும், நாசையும் அரிக்கிறது.

பயணம் செய்த களைப்பு,நடத்துனரின் திட்டல் எல்லாம் சேர்ந்து மனசு கனக்க கோபி ஓர் ஆட்டோவைப் பிடித்துக் கொண்டு பயிற்சி நடைபெறும் இடத்திற்குச் செல்ல ஆயத்தமானபோது, எங்கோ இருந்து ஓடி வந்த ஒருவன் தடாலென கோபியை இடித்துத் தள்ளி விட்டு ஓடுகின்றான். இதனைச் சற்றும் எதிர்பாராத கோபி தன்னைச் சுதாகரித்துக் கொண்டு எழுந்திருக்க முற்பட்டபொழுது அபாயச் சங்கொன்று ஒலிப்பது போல வாகனம் ஒன்றின் சடின் பிறேக் சத்தம் கிறீச்சென்று ஓங்கி ஒலித்து ஓய, 'ஐயோ அம்மா' என்ற அபயக் குரலுடன் பல திசைகளிலிருந்தும். 'ஐயோ அய்யய்யோ' என்று பல குரல்கள் கோஷங்களாய் கேட்பதும், சனங்கள் அங்கும் இங்கும் ஓடுவதும்.

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

அல்லோலப் படுவதும் ஒரு பெரிய விபத்து ஒன்று நடந்து விட்டது என்பதை மட்டும் கோபிக்கு உணர்த்தியது. காது குடுத்து கேட்கின்றான்.

'ஆள் செத்துப்போம் போலக் கிடக்கு. இல்லை கால்தான் முறிஞ்சு போச்சுப் போலை வெளியாலை தெரியாட்டிலும் உள் ளுக்குள்ளை என்ன நடந்ததோ....' இப்படி போறவர் வாறவர்கள் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொன்றைக் கூறிக்கொண்டு போனார் கள். இவர்களின் கதைகளில் இருந்து ஆளின்ர உயிருக்கு ஒண்டுமில்லை என் பதைப் புரிந்து கொண்ட கோபி, கடவுளே ஆர் பெத்த பிள்ளையோ அவனுக்கு ஒண்டும் ஆகாமல் இருக்க வேணும் எண்டு இறை வனிடம் பிரார்த்தித்துக் கொள்கின்றான்.

அங்கே எதிரே வந்த ஒருவர் "தம்பி கண் தெரிஞ்சவங்களையே அடிச்சுத் தள்ளிப் போட்டுப் போறாங்கள் நீங்கள் பார்த்துப் போங்கோ தம்பி" என்று அக்கறையுடன் கூறியது கோபிக்கு ஆறுதலாக இருந்தாலும் நடந்ததை அறியும் ஆவலில் "அண்ணை என்னண்ணை நடந்தது?" கோபியின் கேள்வியில் நடந்ததை அறியும் ஆர்வமும் பதட்டமும் தெரிந்தது. "அது தம்பி ஒராள் குறுக்காலை ஓடேக்கை பின்னாலை வந்த பஸ் அடிச்சுப் போட்டுது தம்பி". "ஆளுக்கு ஒண்டும் இல்லையே அண்ணை" அவசர மான கோபியின் இரண்டாது கேள்வியில் அவனுக்கு ஒண்டும் ஆகியிருக்கக் கூடாது என்ற தவிப்புத் தெரிந்தது.

"இல்லை தம்பி ஆஸ்பத்திரிக்குக் கொண்டு போட்டாங்கள். எனித்தான் தெரியும். அது சரி நீங்கள் எங்கை தம்பி போகவேணும் ஆட்டோ ஒண்டு நிக்குது கூப்பிடட்டோ". "ஓமண்ணை நான் உந்த பொது நூலகத் துக்கு ஒரு பயிற்சிக்குப் போகவேணும்". கோபி பதில் கூறமுன் அவன் முன் ஆட்டோ வந்து நின்றது. மண்டபத்திற்குச் சற்று நேரத்தோடை வந்தாலும் மண்டபத்தில் இருந்தவர்கள் குறைவாக இருந்ததாலும் பேச்சுத் துணைக்கு யாரும் இல்லை. அவன் சிந்தனையில் எல்லாம் அந்த சம்பவமே சுற்றிச் சுற்றி வந்து கொண்டிருந்தது. கோபிக்கு ஒரு குற்ற உணர்வு அவனுள் சில கேள்விகளை எழுப்பிவிட்டது. அவன் என்னோடு மோதியவனாய் இருக்குமோ? அப்படி மோதியதால்தான் தடுமாறி வீதியில் விழுந்தானா? அவன் விபத்துக்கு நானும் ஒரு காரணமா? இந்தக் கேள்விகள் அவனைக் குற்றவாளிக் கூண்டில் நிறுத்தி னாலும் சீச்சீ இருக்காது நான்தான் மாற்றுத் திறனாளி பார்வை இல்லாதவன். அவன் பார்த்து வந்திருக்கலாம்தானே! என்று தனக்குத் தானே சமாதானம் சொல்லிக் கொண்டாலும் எப்படியாவது அந்த ஆளை ஒருக்கால் போயப் பார்க்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் மட்டும் அவனுள் மேலோங்கி நின்றது.

பயிற்சிக்குரிய நேரம் வந்து பயிற்சி ஆரம்பமானது. முதலாவது தலைப்பே தற்பொழுது மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு ஏற்படும் பிரச்சினைகளும், தீர்வுகளும். விரிவுரையாளர் தனது அறிமுக உரை யிலேயே மாற்றுத்திறனாளிகளை விட மாற்றுத்திறனாளிகளாய் நடித்துச் சமூகத்தில் மக்களை ஏமாற்றுபவர்களால் ஏற்படும் பாதிப்புக்களைப் பட்டியலிட்டார். மாற்றுத் திறனாளிகள் தங்களுக்கு ஏற்படும் அவல நிலைகளில் மற்றவர்களிடம் உதவி கேட் கின்றபோது ஏமாற்றுபவர்களால் பாதிக்கப் பட்ட மக்கள் இவர்களையும் அதே தராசில் வைத்து, ஊனம் இல்லாமலே ஊனம் எண்டு சொல்லி பிச்சை எடுக்கிறியளா? உடம்பை வளைச்சு உழைச்சா என்ன?

மரம் மாதிரி உடம்பை வைச்சுக் கொண்டு எங்களை ஏமாத்திப் பிழைக்கிற பிழைப்பும் ஒரு கேடா? என்றெல்லாம் பேசி அவமானப்படுத்துவார்கள். மற்ற மாற்றுத் திறனாளிகளின் பணத்தைப் பறிப்பது சொத்துக்களைத் தவறான வழியில் தங்களுடையதாக்கிறது, கல்வி, தொழில் வாய்ப்பு மறுக்கப்படுகிறது, இப்படி எத்தனை பிரச்சினைகள். இதுக்கொல்லாம் தீர்வு மக்க ளின்ரை மனமாற்றம்தான். மாற்றுத் திற னாளிகளையும் தங்கடை பிள்ளைகளாக,

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

அண்ணன், தங்கையாக, தன்னுடைய உறவுக்காரனாகப் பார்க்கின்ற பக்குவநிலை ஏற்பட வேணும். அவர் தன் விரிவுரையில் தொடர்ந்து கொண்டிருக்க, கோபிக்கு அன்றொரு நாள் தான் ஒரு கள்வனிடம் தன் 'பேர்சை' பறி கொடுத்துவிட்டு மற்றவர்களிடம் உதவி கேட்டு அவமானப்பட்டு நின்ற காட்சி கண்முன் விரிகின்றது.

'ஐயா! நான் மன்னார், என்னுடைய பிள்ளை முந்தநாள் நடந்த விபத்திலை காயப்பட்டு இரண்டு நாள் மன்னார் ஆஸ்பத்திரியிலை வைச்சிருந்துட்டு ராத்திரி பிள்ளைக்கு இரண்டு கண்ணு தெரியேலை எண்டு இஞ்சை பெரியாஸ்பத்திரிக்கு அனுப்பி விட்டாங்கள். எனக்கு தேத்தண்ணி குடிக்கவே காசில்லை. அதுக்கை டொக்டர்மார் அதை வேண்டித்தா, இதை வேண்டித்தா எண்டு கேட்டு உயிரை வாங்கிறாங்க பிள்ளையும் பசியோடை இருக்கு ஒரு ஐந்நூறு ரூபா தந்தால் பிறகு நான் உங்கடை எக்கவுண்டுக்கு போட்டு விடுகிறன். மன்னாருக்கு போய் வந்தால் காணும்" என்று கையைப் பிடித்துக் கதறியவன் வார்த்தையில் உள்ள உண்மை பொய்யை ஆராயாமல் உதவி செய்யத் தன் 'பேர்சை' வெளியே எடுத்து காசைக் குடுக்க முற்பட அதில் இருந்த ஆயிரம்ரூபா நோட்டுக்கள் அவன் கண்ணை உறுத்த கணப்பொழுதில் பர்சை பறித்துக் கொண்டு ஓடியவன்தான்.

அதன்பின் அவன் வீடு போக பட்ட அவமானம் கொஞ்சமல்ல. இதெல்லாம் மாற்றுத்திறனாளிகளை ஏமாற்றுபவர்களுக்கு எங்கே தெரியப் போகின்றது. கோபியின் சிந்தனையைச் சிதறடிப்பது போல"டேய் கோபி என்ன யோசினை வகுப்பு முடிஞ்சுது உன்னை நான்கூட்டிக் கொண்டு போகலாம். கெல்மெற்றும் இருக்கு ஆனா ஆஸ்பத்திரிக்கு ஒருக்கால் போக வேணும்" நண்பன் சுரேசின் குரல் கேட்டு சந்தோசப்பட்ட கோபி "ஆஸ்பத்திரிக்கோ நானும் வாறன்மச்சான் நானும் ஒராளைப் பார்க்க வேணும்". "நீ ஆரை மச்சான் பார்க்க போறாய்". காலமை ஒராள் பஸ்சிலை அடிபட்டுப் போச்சு அவரைத்தான்". "அவர் உனக்கு ஆர் மச்சான்." "சொந்தமே இல்லையடா மச்சான் எனக்கு முன்னாலதான் நடந்தது. "ஆரா இருந்தாலும் உயிர்தானே மச்சான்" "எட கோபி அவனைத்தான் நானும் பார்க்கப் போறன். அவனும் எங்கடை ஊர்தான். ஆள் கொஞ்சம் குழப்படி. நிரந்தர தொழிலில்லை. என்ன செய்யிறானோ தெரியாது. எப்படியோ நல்லா உழைக்கிறான். சரியான குடி. நல்ல வசதியாய் இருக்கிறான் மச்சான். சரிசரி இனி பாக்கிற நேரம் முடிஞ்சிடும் வா மச்சான் கெதியாய் போவம்".

இருவரும் மருத்துவமனையில் சத்திர சிகிச்சைப் பிரிவில் சம்பந்தப்பட்டவரைத் தேடினர். சுரேசின் கண்களில் ரகு ஒரு கட்டிலில் தென்படுகின்றான். "கோபி வா மச்சான் ஆள் இஞ்சைதான் இருக்கு". சுரேஸ் கோபியின் கைகளைப் பிடித்து அழைத்துச் செல்கின்றான். ரகுவின் கட்டிலின் அருகில் சென்றதும் கோபியைக் கண்ட ரகு போர்வையால் முகத்தை மூடியவன், ஏதோ நினைத்தவனாகத் தன்னைச் சுதாகரித்துக்கொண்டு போர்வையை விலக்கிப் பார்க்கின்றான். ஒரு வகை பயம் அவன் கண்களில் தெரிந்தது. "என்ன ரகு ஒரு காலை எடுத்துப் போட்டாங்களே!" சுரேசின் கேள்வியில் ரகு விம்மி அழத்தொடங்கினான். நிலைமையைப் புரிந்துகொண்ட கோபி தட்டுத்தடுமாறி ரகுவின் கைகளைப் பற்றிக்கொண்டு ஆறுதல் சொல்கின்றான். "இப்ப இதெல்லாம் சின்ன விசயமையா. ஜெயப்பூர் காலைப் போட்டுக் கொண்டே ஒலிம்பிக்கிலை ஓடுறாங்கள் ஒண்டுக்கும் கவலைப்படாதையுங்கோ. முதல்ல காலைக் குணப்படுத்திக் கொண்டு வாங்கோ ஜெயப்பூரிலை Doctorரோடு நானே கதைக்கிறன் என்ன!", தன்னம்பிக்கையானவார்த்தை; இதைக் கேட்க கேட்க ரகுவின் கண்களிலிருந்து தாரை தாரையாக கண்ணீர் கொட்டியது. அதில் சில துளிகள் கோபியின் கைகளில் பட்டு, அந்த வெதுவெதுப்பான கண்ணீர்த்துளி, கோபியிடம், அன்றொரு நாள் உங்கள் பர்சை பறித்துக்கொண்டு ஓடியது வேறு யாருமில்லை நான்தான். என்னை மன்னித்து விடுங்கள் என்று பாவமன்னிப்புக் கேட்பது போல இருந்தது.

முற்றும். (யாவும்கற்பனை)

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

மாற்று வலுவுள்ளோருக்கு உதவுவோம்

"அரிது அரிது மானிடராகப் பிறத்தல் அரிது
அதிலும் கூன், குருடு, செவிடு, பேடு நீங்கிப் பிறத்தல் அரிது"

என அழகாக மானிடப் பிறவியின் மகத்துவம் பற்றி கூறியுள்ளார் ஔவையார். எமக்குக் கிடைத்த இந்த உடலானது எவ்வித குறைபாடுகளுமற்றிருப்பது சிறப்பான தொரு பேறு ஆகும். ஆனால் இன்று உடல் ரீதியாகவும், உள ரீதியாகவும் குறைபாடுகள் ஏற்படுவது தவிர்க்க முடியாததாகி வருகின்றது. எமது பிரதேசத்தில் ஏற்பட்ட யுத்த சூழ்நிலையானது உடல்ரீதியாகவும், உளரீதியாகவும் மக்களைப் பாதித்து வருவதுடன், பெறுமதிமிக்க உயிர்களையும் பலி கொண்டுள்ளது. இதன் விளைவாக ஊனமுற்ற ஒரு சமுதாயம் உருவாகி வருகிறது. இதற்கான ஒரு பொருத்தமான தீர்வைப் பெற்றுக் கொடுப்பது எமது கட்டாய கடமையாகும்.

"ஊனம் ஊனம் ஊனம் என்பது
ஊனம் இல்லைங்க
உடம்பில் உள்ள ஊனம் எல்லாம்
ஊனம் இல்லைங்க"

என்ற சினிமாப் பாடல் மாற்றுவலு என்பதை வாழ்வில் ஒரு தடைக்கல்லாகக் கருதாது அதையே தமது ஏணிப்படியாகக் கருதி முன்னேற வேண்டும் என்பதை உணர்த்துகின்றது. உலகில் பிறந்த ஒவ்வொரு மனிதனும் தன்னளவில் நிறைவுத்தன்மை கொண்டவன் எனக் கூறிவிட முடியாது. ஒரு மாற்றுவலு உள்ள குழந்தை தனது திறமையை வெளிக்கொண்டு வருவதற்கான பல்வேறு வகையான சூழலை இந்த உலகம் வழங்கிக் கொண்டிருக்கின்றது. அவர்கள் இதனைச் சரியாகப் பயன்படுத்துவார்களானால் அவர்களின் வாழ்வு ஒளிமயமானதாகும்.

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

குழந்தை பிறந்த பின் அது வாழுகின்ற காலத்தில் ஏற்படுகின்ற பாரிய நோய்கள், யுத்தம், விபத்துக்கள், மருந்து வகைகளின் தாக்கம், போசாக்கின்மை போன்ற காரணங்களால் உடற்குறைபாடுகளும் பரம்பரை அலகுகளாலும், வேலையின்மை, வறுமை, குடும்ப வன்முறைகள், வேலைத்தளத்தில் ஏற்படும் பிரச்சினைகள், அன்புக்குரியவரது இழப்பு, பிரிவு, மனஅழுத்தம், உடைமைகள் இழப்பு, மரணபயம், பாதுகாப்பற்ற நிலை, ஏமாற்றம், அதிர்ச்சி, அகதி வாழ்வு போன்ற காரணங்களால் உளப்பாதிப்பும் ஏற்படுகின்றது. எனவே, சமூகத்தில் இது சார்ந்த தடைக்கறகளை தகத்தெறியப் படுவது கட்டாய தேவையாகும்.

மேலும் இங்கு இன்று மாற்றுவலுவுள்ளவர்களுக்கு உதவிகளை வழங்கப் பல்வேறு சேவை நிறுவனங்கள் தயாராக உள்ளன. அதாவது, இவர்களைச் சிறந்த மனிதர்களாக்கப் பல தொண்டு நிறுவனங்கள் முன்வந்துள்ளன. வலுவிழந்தோர் அனைவரும் மாற்றுவலுவுள்ளோர் என்ற பெரும் உண்மையைப் மெய்ப்பித்த பெருமை இந்த நிறுவனங்களுக்கு உண்டு. யுத்தம், விபத்து, நோய் நிலைகளால் தமது அவயவங்களை இழந்தோருக்குச் செயற்கை அவயவங்களைத் தயாரித்து வழங்குதல், மனவளர்ச்சி குன்றிய மாணவர்களுக்கு ஊக்குவிப்பு வழங்குதல், பயிற்சிகளை வழங்குதல், வேண்டிய புனர்வாழ்வுச் சேவைகளை வழங்குதல், வேலை வாய்ப்பு வழங்குதல், கடன் உதவி வழங்கி ஊக்குவித்தல், போன்ற பல்வேறு நடவடிக்கைகள் மூலம் ஏனைய மக்களுடன் இவர்கள் சமமாக வாழ்வதற்கு வழி வகைகள் செய்து கொடுக்கப்படுகின்றன.

இன்று மாற்றுத்திறனாளிகளும் ஏனையவர்களைப் போல இயல்பாகச் செயற்பட விஞ்ஞானத் தொழில் நுட்பமும் தன்னாலான கொடைகளை வழங்கிக் கொண்டிருக் கின்றது என்பது யாராலும் மறுக்க முடியாத உண்மையாகும். மாற்றமடைந்து வரும் கல்வி அபிவிருத்தி இவர்களையும் சமுதாயத்திலுள்ள ஏனையவர்களோடு சமமாக்க வகை செய்துள்ளது. "மாற்றுத்திறன் என்பது வாழ்வின் முடிவல்ல" மாற்றுத்திறனாளி கள் பலர் இன்று உலக வரலாற்றுப் புத்தகத்தில் சாதனைகள் படைத்துள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது.

ஆகவே, யுத்தத்தின் பிடியாலும் பொருளாதார நெருக்கடியாலும் சிக்கியுள்ள எமது மக்கள் உடல் ரீதியாகவும், உள ரீதியாகவும் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு தம்மாலான உதவிகளை வழங்க முன்வர வேண்டியது கட்டாய தேவையாக உள்ளது. எனவே, மாற் றுத் திறனாளிகளும் வசதி வாய்ப்புக்களைச் சரியாகப் பயன்படுத்தி தமக்குள் ஒளிந் திருக்கும் ஆளுமைகளையும், திறமைகளையும் வெளிக் கொண்டு வந்து அனைவரும் போற்றும் படியாக வாழ வேண்டும்.

செங்கதிர்ச்செல்வன் சேந்தன்,
சாவகச்சேரி.

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

ANNA INDUSTRIES

அண்ணா தொழிலகம் இணுவில் தெற்கு, இணுவில்.

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

நியூ எவகிறீன் அச்சகம் (Pvt) Ltd. யாழ்ப்பாணம். 021 221 9893

ரூபா.20/- க்கு

உங்கள் குழந்தைக்கு
இனிப்பு வாங்கிக் கொடுப்பதைவிட...

ரூபா.20/- க்கு

அரிந்திரன்

சிறுவர் சஞ்சிகை

வாங்கிக் கொடுத்தால்
உங்கள் குழந்தையின்
வாழ்வு வளம்பெறும்.

- அறிவன் வெளியீட்டகம், இணுவில்.

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