ஒளி : 2 கதிர் : 3 2023 ஜூலை – செப்டம்பர்

அவரி

07

கலை இலக்கிய முத்திங்கள் இதழ்

350/-

ஆற்றலுள்ள பெண்கள் அமைப்பான Sri Lanka Pen Club வெளியீடு

22 கரட் தங்க நகைகள் நியாயமான விலையில் திருகோணமலையில் **அதிஷ்டம்** நகை மாளிகை.
நவீன டிசைன்கள், பெறுமதியான வாடிக்கையாளர் சேவை, கனிவான கவனிப்புடன் உங்களுக்கு தேவையான அனைத்து நகைகளுக்கும் நீங்கள் நம்பிக்கையுடன் நாட வேண்டிய ஒரே இடம்,
திருகோணமலை, என் சி.வீதி 75ம் இலக்கத்தில் அமைந்திருக்கும் “அதிஷ்டம்” நகை மாளிகை.

அனைத்து விதமான வீட்டுப் பொருட்களுக்கும் நம்பிக்கையுடன் நாடவேண்டிய ஒரே இடம் திருகோணமலை என்.சி. வீதி இல 125ல் அமைந்திருக்கும் **ஹஸ்ஸான்ஸ்**. இங்கே வீட்டுக்கு தேவையான தரமான பொருட்களை நியாயமான விலையில் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள்!

அவரி 7

ஆற்றலுள்ள பெண்கள் அமைப்பான SRI LANKA PEN CLUB
முத்திங்கள் வெளியீடு

ஒளி - 2 கதிர் - 3 ஜூலை - செப்டம்பர் 2023

ஆசிரியர் குழு

நிர்வாக ஆசிரியர்
சம்மாந்துறை மஷூறா

சஞ்சிகை ஆசிரியர்
அறபா மன்சூர் - கண்டி

செயற்குழு
ஷாமென் நிஸாம்டீன் - கட்டுகஸ்தோட்டை
என்.எம். ஆரிபா - ஏறாவூர்
லைலா அக்ஷியா - மொரட்டுவ
ஜலீலா முஸம்மில் - ஏறாவூர்
வபீரா வாபீ - கொழும்பு
எம்.பி. பர்சானா - நிந்தவூர்
முப்லிஹா பிர்தௌஸ் - காத்தான்குடி
சுசானா முனாஸ் - மூதூர்
அஸ்மா தீன் - கம்பளை
பாரா தாஹிர் - மாவனெல்ல
மர்ளியா சக்காப் - திருகோணமலை
ஹகீமா அமீனுத்தீன் - வாழைச்சேனை

நிர்வாக அலுவலகம்
மஷூறா மஹால்,
4/C/5/லேக் வீதி,
மருதமுனை 4.

0765363434 / 0770696559 / 0672261044

ISSN: 2961-5194

தூரநோக்கு

கலாசாரத்தினூடாக கலையிலக்கியங்களைக் கட்டியெழுப்புவதும், ஆற்றலுள்ள பெண்களை ஆற்றலுலகில் சஞ்சரிக்கச் செய்வதும்.

நோக்கக் கூற்று

முஸ்லிம் பெண் எழுத்தாளர்களுக்கும், கலைஞர்களுக்கும் களங்கள் அமைத்து அவர்தம் ஆற்றல்களை மேம்படுத்தல்.

Sri Lanka Pen Club கீதம்

ஆற்றலும் அறிவும் ஆளுமைச் செறிவும்
அனைத்துயர் பெண்களே நாங்கள்.
Sri Lanka pen club ///

பொறுமையில் பூமி கருணையில் மாரி
கருவினில் திருவை சுமந்திடும் மாதா...
வெறுமையில் கூட செழுமையாய் நேசம்
வளர்த்திடும் ஜீவன் சுமைதாங்கி...

கலைகளும் செய்வோம்
சமையலும் செய்வோம்
கரங்களில் எழுதுகோல் உண்டு...
சிலைகளாய் எம்மை எண்ணிடும் கூட்ட
சிந்தனைக் கிளர்வில் தளைப்போம்...

உலகம் எங்கும் துயருறும் நாங்கள்
உயிர்த்திடும் பீனிக்ஸ் பறவை...
கலாசார மீறல்களற்ற தோருயர்வில்
களித்திடும் இலக்கில் நிறைவோம்...

அகமெனும் கடலின் கரையே விழியாய்
ஆனதெம் வாழ்வு உலகில்..
சிதைத்திடும் போதும் ஒருதுளி மழையில்
தளைத்திடும் புல்லென நிமிர்வோம்...!!!

நிர்வாக ஆசிரியரிடமிருந்து.....

அவரி ஏழாவது இதழில் உங்களைச் சந்திப்பதையிட்டு பேருவகையடைகிறேன். ஆற்றலுள்ள பெண்களின் அமைப்பான Sri Lanka Pen Club பெண்களுக்கு களம் தருவதில் இறும்பூதெய்துகிறது.

ஒவ்வொரு இதழ்களும் ஒவ்வொருத்தரை ஆசிரியர்களாகக் கொண்டு வெளிவருவதில் அவரியின் வளர்ச்சிப்பாதை புத்தூ க்கமடைகிறது என்பதில் ஐயமில்லை. ஒருவரைவிட அடுத்தவர் திறம்படச் செய்வதிலேயே முனைப்புக் காட்டுவர்.

இந்த ஏழாவது வெளியீட்டின் ஆசிரியராக கண்டி அறபா மன்சூர் பொறுப்பேற்றுக் கொண்டார். பொறுப்பேற்ற மறுதினமிருந்து எனக்கு தொல்லை கொடுக்கவும் ஆரம்பித்திருந்தார். இவையெல்லாம் செய்யலாமா.... இதை பெற்றுக் கொடுங்கள் இத்தகைய ஆக்கங்கள் பெறுவோம் யாரிடமிருந்தெல்லாம் பெறலாம் என உரையாட ஆரம்பித்தார். அவரி என் நெடுங்காலக் கனவுதான். பெண்களுக்கு மட்டுமேயாக ஒரு சஞ்சிகை தரவேண்டுமென்று. ஆனால் ஏழாம் அவரியிலிருந்து அந்தக்கனவு அறபாவையும் தொல்லை கொடுக்கலாயிற்று. தூக்கமும் தொலைத்திருப்பார். கனவுகள் மெய்ப்படுதலென்பது தூக்கத்தை தொலைப்பதுதானே.

தோழி அறபா என் சமகால எழுத்தாளர். போன் வசதிகளில்லாத காலத்தில் எங்கள் தொடர்பாடலும் குறைவுதான். எனினும் கடந்த வருட இறுதியில் அறபாவை தேடிக் கண்டு பிடித்து எம்மோடு இணைத்துக் கொண்டேன். மிக விரைவில் எங்களுள் மிகுந்த பொருத்தப்பாடும் ஆயிற்று.

அவரியை அறபா பொறுப்பேற்றதிலிருந்து அவரிடம் நான் தெளிவாக அறிந்து கொண்ட விடயம் எந்த வேலையையும் அவர் பிற்போடுவதில்லை என்பது. நானும் இவ்வாறேதான். எனவே அறபாவின் முயற்சியில் நேர்த்தியும் காத்திரமுமிருக்கும் என முழுதாய் நம்புகிறேன்.

அறபா சிறந்த சிறுகதை எழுத்தாளராவார். பாடசாலை சஞ்சிகைகளுக்கு ஆசிரியராக இருந்து வழிநடத்திய அனுபவங்களுமுண்டு. என் எதிர்பார்ப்பிற்கு இவையும் காரணங்களாம்.

பத்திரிகைத்துறை சார்ந்தவர்களுக்கே தெரியும் அவற்றை வெளியிடுவதிலுள்ள சவால்கள். இந்த ஏழாவது இதழ்வரை சவால்களை சமாளிக்க கற்றிருக்கிறோம் என்பதே மகிழ்ச்சியான விடயம். இம்முறை அமைப்பிற்கு வெளியேயிருந்து இருவருடைய ஆக்கங்கள் இணைத்திருக்கிறோம். இனி அது வியாபிக்கும்.

வாசித்து விட்டு தூக்கிப் போட்டுவிடாமல் குறைகளை கூறிவிடுங்கள். அவரியின் வளர்ச்சிக்கு அது உதவும். இன்ஷாஅல்லாஹ் மீண்டும் சந்திப்போம்.

நன்றி!

சம்மாந்துறை மஷூறா J.P
நிர்வாக ஆசிரியர்.

இதழாசிரியர் இதயத்திலிருந்து.....

அளவே அற்ற அருளாளா
நிகரே அற்ற அன்பாளா
உந்தன் திருப் பெயராலே
எந்தன் பேனா அசைகிறது

ஆற்றல் மிகு அரிவையர்
அமைப்பிது ஸ்ரீலங்கா பெண்கிளப்பின்
முத்திங்கள் மலராய் முகிழ்க்கும்
அவரி ஏழுக்கு ஆசிரியை யான்
அகமகிழ்வு புகழ் யாவும் இறைவனுக்கே!

திறன்களை திறனறிந்து தேடி
திடமாய் கரங் கோர்த்து
தடம் பதிக்க வைப்பதில்
திறமையானவர் தலைவி
தூரங்கள் தோழமைக்கு இல்லை

பேசும் பேனாக்களை வட்சப்பில்
பொதிந்தே பயனுறு விருட்சமாக்கிய
வித்தகி சம்மாந்துறை மஷூறா
சஞ்சிகை அவரி ஏழு பொறுப்பாய்
சாற்றினாரே தலைவி என்மீது

சுழலவிட்டார் என்னை நிதம்
சஞ்சிகை சிறப்பாய்த் தவழ
தலைவியவர் தலைமையிலே
சஞ்சிகைக் குழுக் கூட்டம்
சந்திப்புக்கள் சிந்திப்பூக்களாய்

பல்சுவை ஆக்கங்கள் பரவியே
அவரிக்கு அவரி புத்தாக்கம்
நிர்வாக ஆசிரியர் அனுமதியோடே
நிறைவான ஆக்கமெலாம்
நிகழும் அவரிக்குள் அடக்கம்

அவரிமீது ஆர்வமுள்ளோரை
கோரினோம் ஆக்கமெலாம் நியதியிட்டு
காத்திரமானவை அடைக்கலமாயின
காலம் தாமதித்தவை சேர்ப்பிட
கோர்ப்பிலே இடமீய முடியவில்லை

சரவையில் கண்ணாடி தோழிசுசானா
விளம்பர வார்ப்பில் தோழியர்
அஸ்மாதீன் சுசானாமுனாஸ் பாராதாஹிர்
விளம்பரதாரர்கள் காலவரைக்குள்
ஆக்கங்களீந்துதவிய நல்லிதயங்கள்

நிர்வாகக் குழுமத்து உறவுகள்
நம்பி பாரிய பொறுப்பினை
நீட்டிய நிர்வாக ஆசிரியர்
மஷூறா சுஹூறுதீன் தலைவி
அனைவர் ஒத்துழைப்புடனே

எடுத்த வேலை தொடுத்துமுடிக்க
இராப் பகலாய் இடர்பல தாங்கி
அவரி ஏழு சுடர்விடுகிறது
இந்த ஏழாம் அவரி
இதயங்களை ஈர்ப்பதற்காய்

ஆர்வமாய் ஆக்கமளித்தோர்
உற்சாகமாய் ஊக்கமிட்டோர்
உதவிக் கரம் கொடுத்தோர்
அள்ளியெடுத்து வாசிப்போர்
அனைவருக்கும் வாழ்த்துக்கள்!!!

திருமதி. அரபா மன்சூர்
ஆசிரியர் - அவரி ஏழு

உள்ளே...

இளமை (பத்தி) - எஸ்.எச் மும்தாஜ் பேகம்	06
உம்மா (சிறுகதை) - அஸ்மா தீன்	08
பெண்ணுளம் (கவிதை) - சுஸானா முனாஸ்	11
சமையலும் பெண்களும் - பொபிட்டா மிஸ்ரியா	12
கதவு (சிறுகதை) - பாரா தாஹிர்	14
உனக்கான உலகம் (கவிதை) - ஜெனிதா மோகன்	16
பெண்களும் தற்காப்புக் கலையும் - றமீஸ் நிஸா	17
நூலாய்வு (நதிகளின் தேசிய கீதம்) - மிஸ்ரியா அமீன்	18
உதிர்ந்திட்ட நட்சத்திரம் (கவிதை) - யு.ஜெஸ்மின்	19
இஸ்லாம் பகரும் குடும்ப வாழ்க்கை - முப்லிஹா பிர்தௌஸ்	20
இறுதிக்கட்ட சிறுநீரக செயலிழப்பு - DR.எம்.வை.எம்.எச் பஸ்மியா	22
தாய் மண்ணே வணக்கம் (கவிதை) - சம்மாந்துறை மஷூறா	25
முன் அட்டையை அலங்கரிப்பவர் - ஷாமென் நிஸாம்டீன்	26
கவிதை படைப்போம் நயப்போம் - அரபா மன்சூர்	28
கிராமிய மணம் (நாட்டார் பாடல்) - ஷர்புன்னிஸா	30
கைப்பணியும் காரிகையும் - லரீபா பதுர்தீன்	31
நூல்களை பாதுகாப்பது எப்படி - எஸ்.யூ கமர்ஜான் பீபீ	32
திண்மக் கழிவு முகாமைத்துவம் - முர்ஷிதா ஷிரீன்	34
மனங்களை வெல்வோம் - ஹாஜறா கலீலுர் ரஹ்மான்	36
தையல் இயந்திரமும் பயன்களும் - றஹீமா இன்சார்	39
புகழ் பெற்ற கடிதம் - ஜுவைரியா ஸதீக்	42
Cyber Crime - ஹகீமா அமீனுதீன்	44
அடுத்தது என்ன (சிறுகதை) - பாரதிப் பிரியா	48
தோழிக்கோர் மடல் - ஷிஹானா நௌபர்	51
தத்துவ முத்துக்கள்	52

இளமை

இளமைக் காலம் இனிமையானது. பழகும் தமிழ்ப் பாவைப் போன்றது. தென்னையிளம் ஓலையிலே ஊஞ்சலாடும் பச்சைக் கிளியைப் போல பசுமையானது. அவை எழுப்பும் ஒலிகளைப்போல இளமை மனம் மகிழ்ச்சி ஒலி எழுப்புகிறது தத்தை மொழிகளாய். சுற்றுச் சூழல் மறந்து உலகை இரசிக்கும் பருவம் இளமை.

உலகின் சூதுவாதுகள் புரியாது. உலகின் கொடூரங்கள் புரியாது. வெழுத்ததெல்லாம் பால். என்று எண்ணும் பருவம். அழகானவைகளின் பின்னே ஒளிந்து கிடக்கும் அவலட்சணங்களைக் கண்டுகொள்ளாதது இளமைப் பருவம்.

இளமை காற்று மாதிரி. மனசுக்கு வேலியில்லை. மகிழ்ச்சி ததும்பும் பருவம். குளிர்ச்சி ததும்பும் உருவம். இந்த உலகமே தனக்கானதென்ற நம்பிக்கை. கட்டுப்பாடுகளில் வெறுப்பு. கட்டற்றவைகளில் மிகுந்த விருப்பு. ஆசைகளின்பால் மனம் அலை பாயும். அவற்றையடைய மொழி சிணுங்கும். நினைத்ததை சாதிக்க மனசு துடிக்கும்.

மனசுக்குப் பிடித்தவை போல தன்னைப் பாவனை செய்யும். அவர்களை ரோல் மொடல்களாக்கி உள்ளம் வாழும். சினிமா இசை போன்றவற்றில் இளமை மனம் லயிக்கும். சதா மனசுக்குள் பட்டாம்பூச்சி பறக்கும். அற்ப விசயங்களில்கூட அற்புத மகிழ்ச்சியைக் கனாக் காணும். சிரிப்புத்தான் இளமையின் தேசிய கீதம்.

எதிர்பார்ப்புகள் நிறைந்த பருவம் இளமை. நிலைக் கண்ணாடியின் முன்னே மணிக் கணக்கில் செலவளிக்கும் பருவம் அது. உலகின் நிலையாமை பற்றிய சிந்தனைகளே இல்லை. அழகை ஆராதிக்கும் பருவம் இளமை. அன்பின்பால் தலைசாயும் பருவம். அன்பு கிடைக்கிற திசைகளெல்லாம் மனசு திரும்பும். அன்பிற்கும் காதலுக்கும் வித்தியாசம் புரியாமல் தடுமாறும் இளமை உள்ளம். எதிர்ப்பாலாரின் கரிசனை மிக்க அன்பை காதலாக நினைத்துக் குழப்பிக்கொள்ளும். இளமையில் துன்பம் என்ற ஒன்றை எதிர் நோக்கினால் அது காதல் சார்ந்ததாகவே இருக்கும். எதிர் பாலார் கவர்ச்சியே பிரதானம்.

ஏற்றத்தாழ்வு இயலுமைகள் பற்றி எல்லாம் சிந்திக்காமல் காதலில் வீழும். காதலாலேயே வாழும். காதலாலேயே மாளும். காதலின் கீதம் அரசோச்சுவது இளமையில்தான். எதிர்விளைவுகளைப் பற்றிய சிந்தனையே இராது. பின் விளைவுகள் பற்றியும் சிந்தனையில்லை. பெற்றவர்கள்கூட எதிரிகளாவர். காதலை அடைந்தபின் வரும் அல்லல்கள் பற்றி எல்லாம் இளமைக்குக் கவலையில்லை.

சுறுசுறுப்பும் பெருவிருப்பும் நிறைந்தது இளமை. காணும் திசைகளெல்லாம் கவர்ச்சி. பார்க்கும் நிகழ்வெல்லாம் மகிழ்ச்சி. தேடும் சுவையெல்லாம் இனிமை. கண்டதே காட்சி கொண்டதே கோலமென்னும் மனோபாவம். தீமை, எதிர்ப்புச் சக்தி கிடையாது. அதனால் தான் வலைத்தளங்களில் வீழ்ந்து சீரழிவதும். போதையில் மிதந்து வாழ்வையே தொலைப்பதும்.

இளமையை முதுமை காக்க வேண்டும். இளமையை முதுமை வழிப் படுத்த வேண்டும். முள்ளில் விழுந்த சேலை எனக்கருதி நூதனமாக தீயதின் பாலிருந்து அகற்ற வேண்டும். தற்காலம் அனர்த்தமானது. ஆபத்தானதும் கூட. பெற்றவர்களே இளமைப் பருவத்தினரின் சாரதிகள். வழிகாட்டிகள் சரியாக வழிநடத்தாவிட்டால் ஆசிரியர்களாலும் சரிப்படுத்த முடியாது. உணர்வோமாக. முறையாக வழிப்படுத்துவோமாக.

எஸ். எச். மும்தாஜ் பேகம்.
ஒலுவில்.

மண்ணானவன்

மனித யாக்கையில் மண்ணின் வாசம்
சுவாசிப்பதும் மண்ணின் வாசம்
மனிதன் விசுவாசிப்பதோ மண்ணின் நேசம்
மண்ணிற்காய் மன்றாடுகின்றான்
மற்றவர்களுடன் சண்டையிடுகின்றான்
மண்ணாகிப் போ வசை பாடுகின்றான்
மண்ணாலானவன். மண்ணிலே வாழ்கின்றவன்
மரணித்தால் மண்ணுக்குள் அடங்க
மிச்சமின்றி எச்சமின்றி மண்ணோடு
மண்ணாகிறவனே மனிதன்
தாயின் கருவறையோ பத்து மாதங்கள்
பிறந்தது முதலாய் இறந்த பின்பும்
தன்மேல் தாங்கிதன்னுள் சுமப்பதும் மண்ணே
மனிதன் தன்னிலிருந்து உருவானதால்
மண்மாதாவின் மன்னிப்பு விசாலமானது
மனிதனைக் காணும் மனிதன்
அவனில் மண்ணைக் காண்பதில்லை
மண்தான் மனிதன் மண்தான்
மண்ணை ஆள மாய்கின்றான் மாள்கிறான்
மழலையிடம் “பச்ச மண்ணு”
கொஞ்சுகிறார்கள்
புரியாதவனிடம் “தலையில்
களிமண்ணா?” திட்டுகின்றார்கள்
சோம்பியவனிடம் “புற்று மண் மாதரி”
அதட்டுகின்றார்கள்
போற்றும் போது “மண்ணின்
மைந்தன்” பாராட்டுகிறார்கள்
தூற்றும் போது “மண்ணாய் போவாய்”
சபிக்கிறார்கள்.
மனிதன் மண்ணாலானவன்
அவன் மண்ணானவன்.!

செல்வி. அன்வர்ஷா

சிறுகதை

உம்மா

"ஆன்டி... ஆன்டி... அஸ்ஸலாமு அலைக்கும்" கதவைத் தட்டியவாறே அடுத்த வீட்டு ரிஸ்லா குரல் கொடுத்தாள்.

"ரிஸ்லா கதவ தொறந்திட்டு வாங்கம்மா சும்மா தான் கதவ சாத்தி வெச்சேன்" உள்ளே வந்த ரிஸ்லா, மரியம் பீபீ சோபாவில் சாய்ந்திருப்பதைக் கண்டாள்.

"என்ன ஆண்டி சுகமில்லயா. ஒரு நாளும் இந்த நேரம் ரெஸ்ட் எடுக்க மாட்டீங்களே" என்றாள்.

அவள் ஒரு கையில் குழந்தையை தூக்கிக்கொண்டு மற்ற கையிலிருந்த கறிடப்பாக்களை மேசையில் வைத்தாள்.

"இல்ல மகள் வெல்லனயில் இருந்து கைவலி இப்ப தல வலி"

"ஆ! ஆண்டி இருங்க. சுக்கு கோப்பி கொஞ்சம் ஊத்திட்டு வர்ரேன். ரெண்டு பெனடோல் குடிங்க." ரிஸ்லா பதறினாள்.

"இல்ல மகள் வாணாம். நா இப்பத்தான் அதெல்லாம் குடிச்சேன் நீங்க வேற கைப்புள்ளையோட கஷ்டப்பட்டு, கறியும் ஆக்கிட்டு, வந்திருக்கிறீங்க".

"இல்ல ஆன்டி இன்டைக்கி நா மகன கூட்டிட்டு வர ஸ்கூல் போகல. இவரே நேரத்தோட வரதா சொல்லிட்டு புள்ளையையும் கூட்டிட்டு வாரார்?"

"ஆஹ்.. அப்ப இன்டைக்கு ஒங்களுக்கு வேல லேசி போல மகள் நா அடுப்படிய சுருக்கா சுருக்கா ஒதுக்கினேன். சோறு மட்டும் ஆக்கினேன். அதுக்கிடையில் கை வலி". "ஏதாவது வேல செஞ்சி தரணுமா ஆன்டி". "இல்ல மகள், ம்ஹூம் நீங்க கறிகொணந்து இருக்கிறீங்களே ரம்லா வந்ததும் மத்த வேலைகள் பாக்கட்டும்."

மரியம் பீபீக்கு இரண்டு ஆண்பிள்ளைகளுக்கு பிறகு கடைசியாக பிறந்தவள் தான் ரம்லா. மகன்கள் இருவரும் வெளிநாட்டில் இருந்தார்கள். நாள் தவறினாலும் தாயுடன் பேசுவதில் தவற மாட்டார்கள். அடிக்கடி அவளுக்கு பணம் அனுப்பி வைப்பார்கள். அவளது சுகநலங்களை விசாரித்துக்கொண்டே இருப்பார்கள்.

ரம்லா திருமணம் முடிந்த நாளிலிருந்தே தாயுடனேயே இருக்கிறாள். ரம்லாவின் கணவர் தலைநகரில் வேலைப்பார்ப்பவர். வார இறுதி நாட்களில் வீட்டுக்கு வருபவர். அதனால் ரம்லாவிற்கு துணையாக மரியம் பீபீயும் அவளது கணவர் ரஹீமும் இருந்தார்கள்.

ரம்லாவை இளவயதிலேயே திருமணம் செய்து கொடுத்தார்கள். அதனால் அவளது அத்தனை வேலைகளையும் "சின்னப்புள்ள",

“சின்னப்புள்ள” என்று சொல்லிச்சொல்லியே மரியம் பீபீ செய்து கொடுத்தாள் இது வாடிக்கையாகி ரம்லாவின் வாழ்வில் பழகிவிட,

இன்று ஒரு பெரிய மனுஷியாக இரண்டு பிள்ளைகளின் தாயாக இருந்தும் அவளுக்கு எதிலுமே பொறுப்பிருக்கவில்லை.
ரஹீமுக்கு காலம் செல்ல மரியம் பீபீயைப் பார்க்க கவலை ஏற்பட்டது.

“மரியம் நீங்க புள்ளையையும் வளத்து புள்ளட புள்ளையையும் வளக்குறீங்களா”
“என்ன செய்ய அவள்தான் ஒண்டும் செய்ய மாட்டாளே”

“புள்ளைய வளக்கிறது புள்ளட உம்மாடவேல. உம்மாமாரும், வாப்பாமாரும் பேரப்பிள்ளைங்கள மடியில் வெச்சி திக்ர், ஸலவாத், கத, பாட்டுன்னு சொல்லிக்கொடுத்து கொஞ்சி சந்தோசப்படனும்”

மரியம் பீபீ அப்பாவியாய்ப் பார்த்தாள். “இல்லப்பா புள்ள எதக்கேட்டாலும் ரம்லா எரிஞ்சி விழுறா”.

“இங்க பாருங்க மரியம். பிறகு நா சொல்லல்லண்டு நீங்க நெனக்கக் கூடாது. எங்கட புள்ளேகள நாங்க வளத்திட்டம். அவங்கட புள்ளேகள அவங்க வளக்கட்டும். நாங்க ஒதவியா வழி காட்டுவோம்”.

ரஹீம் தொடர்ந்தார், “இங்க பாருங்க நீங்க ஆயா.. நீங்க நேர்ஸ், நீங்க சமையல்காரி, நீங்க வேலக்காரி...” மேலே பேச முடியாது ரஹிமின் தொண்டை துக்கத்தால் அடைத்துக் கொண்டது.

கண்கள் கலங்க மரியம் பீபீ அவரை சமாதானப் படுத்தினாள்.

“உம்மம்மா.... உம்மம்மா...” பேரன் ஆதில் ஸ்கூலில் இருந்து வந்து பேசிய போது தான் மரியம்பீபீ விழித்துக்கொண்டாள்.

“ஆ”! அஸ்ஸலாமு அலைக்கும் வந்துட்டீங்களா ஆதில் மவன். நா... தூங்கிட்டேன்டா.

எப்பொழுதுமே மரியம்பீபீயைப் பற்றி கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருந்த ரஹிம் இறந்து ஒரு வருடத்திற்குப் பிறகு கனவில் வந்து கவலையுடன் இப்படி தொண்டையக்க புலம்பித் தவித்ததை நினைக்க அவளுக்கு சொல்லியழ முடியாத அளவு கவலை ஏற்பட்டது.

வீட்டு வேலை... ஆதிலை மத்ரஸாவிற்கு அனுப்புவது.... பாடசாலையின் வீட்டு வேலை ....என அத்தனையும் அவளை அயர்ந்து தூங்கவிடவில்லை.

ரம்லா “ஒன்லைன்” வேலை என்று சொல்லி போனை குடைந்து கொண்டிருந்தாள். கண்ட பலன் எதுவுமில்ல. “வாட்சப்பில்” “ஸ்டேடஸ்” போடுவதில் மட்டும் குறையிருக்கவில்லை.

மஃரிப் நேரம் பிந்தியும் மரியம்பீபீ கட்டிலை விட்டு எழும்பாமல் வாய் உளறிக்கொண்டிருக்க... ரம்லாவிற்கு பயம் ஏற்படத்தொடங்கியது.

எப்பொழுதும். லேசான ஒரு முறுவல், ஒரு ஸலாம் என்று தான் ஒதுங்கிக்கொள்ளும் ரிஸ்லாவிடம் போய் விடயத்தை கூறி பிள்ளைகளை அவளிடம் ஒப்படைத்தாள்.

ரிஸ்லா ஓடி வந்து உதவி ஒத்தாசை புரிந்தாள். ரம்லா முச்சக்கர வண்டியில் மரியம்பீபீயை மருந்துக்கு

கூட்டிக்கொண்டுப் போனாள்.

மரியம் பீபீ ஓய்வு இல்லாமல் வேலை செய்ததாலும் ஒழுங்காக சாப்பாடு உட்கொள்ளாததாலும் சோர்வடைந்துள்ள தாகவும் கூறிய வைத்தியர் அவளை ஓய்வாக வைக்கச் இருக்கச் சொன்னார்.

மருந்து,... நேரத்திற்குச் சாப்பாடு... ஓய்வு... என அத்தனையும் இந்த வயதில் தேவைப்படுவதாக வைத்தியர் சொன்னார். அவர் அங்கேயே வைத்து மரியம் பீபீக்கு சேலைன் கொடுத்தார்.

இரவு பத்து மணி பிந்திய நிலையில் ரிஸ்லாவும் அவளது கணவரும் பிள்ளைகளுடன் காரில் வந்து அவர்களை அழைத்துச் சென்றார்கள்.

சோர்ந்து அயர்ந்து போயிருந்த தன் தாயைப் பார்த்த ரம்லாவை குற்ற உணர்வு பொசுக்கியது. குர்ஆன், முஸல்லா, தஸ்பிஹ் என்று இருக்க வேண்டிய வயது நான் அவங்கள... மேற்கொண்டு சிந்திக்க முடியாது உள்ளம் அழுதது.

இன்று காலை வானொலியை திருகும்போதே "இறுதிக் காலத்தில் ஒவ்வொரு பெண்ணும் தனது எஜமானியை பெற்றெடுப்பாள்" என்ற ஹிதீஸ் அவளது காதில் கேட்டது.

இப்பொழுது அவளது இதயத்தை குடைந்தது. உம்மாவை தன்னுடன் சேர்த்து இறுக அணைத்து, தோளில் சாய்த்துக்கொள்கிறாள்.

உம்மா..... உம்மா......

அஸ்மா தீன்.
கம்பளை.

பொன்மொழிகள்

- இனிப்புக்குத் தேன், அன்புக்கு மனைவி.
- ஆண்கள் சட்டங்களை அமைக்கிறார்கள், பெண்கள் நன் நடத்தையை உண்டாக் கிறார்கள்.
- ஒரு பெண்ணால் அறிவாளியை முட்டாளாக்க முடியும், முட்டாளை அறிவாளியாக்கவும் முடியும்.
- மார்க்கபப்பற்று இல்லாத அழகிய பெண்கள். நறுமணமில்லாத மலர்களைப் போன்றவர்கள்.
- உலகம் எனும் ஓவியம் பெண்ணினால் எழில் பெறுகிறது.
- தாயை யாருடனும் ஒப்பிடலாகாது. அவள் ஒப்பற்றவள்.
- கல்வியிலும் செல்வத்திலும் ஆசை கொண்டோர் ஒரு போதும் திருப்தியடைவதில்லை.
- ஆயிரம் நாவுகள் தரக்கூடிய கருத்துக்களை ஒரேயொரு புத்தகத்தை ஆழ்ந்து படிப்பதனாலப் பெறலாம்.
- கலக்கம் ஒவ்வொரு வீட்டிலும் உள்ளது. கவலை ஒவ்வொரு நெஞ்சிலும் உள்ளது. அவற்றின் நிறம் வேறு நிலை வேறு.
- மூடிவைத்த புத்தகம் எப்போதும் திறக்கப்படலாம். முடிந்துவிட்டதாகக் கருதும் நினைவுகள் எப்போதும் ஆரம்பமாகலாம்.

கவிதை

பெண்ணுளம்

மேகத்துகள்களுக்குள்
புகுந்து தொலைந்துபோக ஆவல்
ஆனால்
முதுகில்
இறுகக் கட்டப்பட்டிருக்கிறது
கனமான மூட்டை .....

அண்டசராசரமெங்கும்
சிறகடித்துப் பறந்திட ஆசை
ஆனால்
அடிபட்டுப்போன சிறகுகளில்
குருதி கசிகிறது ....

ஆழிப் பெருவெளியெங்கிலும்
அலைகளுக்கு மேல்
ஆடித்திரிய ஆசை
ஆனால்
துடுப்பிழந்த படகில்
முறிக்கப்பட்ட கால்களுடன் நாம் .....

ஆவல் மட்டுமே எமக்குள்
நிஜங்கள் வாய் பிளந்து
நம்மைப் பார்த்து நகைக்கின்றன.

அடக்குமுறைக்குள் இருந்து
மீண்டு தான் விட்டோம்.....
உண்மை....
ஆனால்
அன்பெனும் தளைக்குள்
அகப்பட்டுத் தவிக்கிறோம்.....
பாசவலைக்குள்
விரும்பியே சிறைப்பட்டோம்.....
பந்தத்தின் வேலிக்குள்
விலங்கிடப்பட்டோம்....
சுயத்தை இழந்து
சுற்றத்துக்காய்
வாழத்தலைப்பட்டோம்.....

விளைவு....
ஆவல்களும்.....ஆசைகளும்
அகத்தினுள்ளே அடங்கிப் போயின ....

தியாகம் என்று
பீற்றிக் கொள்ள முடிகிறது வெளியே
உற்சாகமாய் ....
ஆயினும்
முடங்கிப்போன
சுதந்திரம்
உள்ளே ரணமாகிப்போகிறது......

சுஸானா முனாஸ்
மூதூர்

சமையலும் பெண்களும்

சமையல் என்பது ஒரு தனிக் கலை என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். காலங்காலமாக நம் பெண்கள் சமையல் செய்து கொண்டு தான் இருக்கிறார்கள். நம் இல்லத்தரசிகளின் வேலைகளுள் பலருக்கும் மிகவும் பிடித்தமானது சமையலும் அன்பான மரிமாறலும் தானே. வீட்டிலுள்ள ஒவ்வொரு நபருக்கும் பிடித்தமாதிரி உணவு சமைத்துப் பரிமாறுவதில் நம் பெண்கள் மிகவும் கைதேர்ந்தவர்கள். முக்கியமாக அன்பும் ஆரோக்கியமும் நிறைந்து காணப்படும் வீட்டு சமையலுக்கு என்றுமே தனியிடம் தான்.

வித விதமான சமையல் செய்து குடும்பத்தவர்கள் மனதினில் நீங்கா இடம் பிடித்துவிடும் பெண்கள் தான் நம் மத்தியில் அதிகமாக இருக்கிறார்கள். எங்கம்மா சமையல் போல் வருமா? என் மனைவியோட சமையல் கைப்பக்குவம் போல் வருமா? என கணவரும் பிள்ளைகளும் தரும் அன்பான பின்னூட்டங்கள், நம்மை மேலும் மேலும் ஏதாவது புது ரெசிபிகளாக செய்து அசத்தவே தோன்றும்.

இன்றைய அவசர யுகத்தில் ஆண்களுடன் பெண்களும் வேலைக்குச் செல்வதால் நேரமின்மை ஒரு முக்கியமான பிரச்சினையாகவே உள்ளது. சமையலை இலகுவாக்கிக் கொள்ள இன்று நவீன உபகரணங்கள் மலிந்து போயுள்ளன. இருந்தாலும் நாமும் சமையலை இலகுவாக்கிக் கொள்ள சில உத்திகளை கையாண்டு, ஒழுங்கு படுத்தல்களை மேற்கொண்டு, சமையலை இன்னும் இலகுவாக்கிக் கொள்ளலாம்.

சமையலை இலகுவாக்கிக் கொள்ள முதலில் பொருட்கள் கொள்வனவு மிக முக்கியமானது. மாதாந்திர கொள்வனவு, வாராந்த கொள்வனவு, நாளாந்த கொள்வனவு என தரம்பிரித்து பொருட்கள் கொள்வனவு செய்து தரம் பிரித்து சுத்தம் செய்து கொள்கலன்களில் பக்குவப்படுத்தி வைத்துக் கொள்ளல் வேண்டும்.

மாவு, மசாலா வகைகள் அரைத்து பக்குவப்படுத்தல். வாராந்தம் கறிகள் மரக்கறிகள், கறிவேப்பிலை, கொத்த மல்லி வாங்கி வெட்டி சுத்தம் செய்து பிரிஜ்ஜில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளல். இஞ்சி பூண்டு பேஸ்ட் அரைத்து பிரீஸரில் வைத்தல்.

ஒரு வாரத்திற்கு தேவையான தேங்காயைத் துருவி வெண் பகுதி வேறாக (பிட்டு, ரொட்டிக்கு) மற்ற பகுதி வேறாகத் துருவி கொள்கலன்களில் போட்டு பிரீஸரில் வைத்தல். சமைக்க அரைமணிநேரம் முன் எடுத்து சிறிது சுடுநீர் விட்டு அரைத்து பால் எடுக்கலாம்.

நாளாந்த வேலையாக சயமயலுக்கு முதல் நாள் இரவே கீரைகள் சுத்தம் செய்து வைத்தல். மரக்கறிகள், வெங்காயம், தக்காளி வெட்டி வைத்தல். சப்பாத்தி மாவு பிசைந்து உருண்டைகள் போட்டு வைத்தல்.பொரியல் வகைகளுக்கு மசாலா உப்பு பிரட்டிவைத்தல்.

இப்படியான சிறு சிறு வேலைகளில் வீட்டிலுள்ளவர்களையும் சந்தோசமாக இணைத்துக் கொள்ளுமிடத்து, அடுத்த நாள் வேலைகளுக்கு நேரம் குறைந்து நமக்கு சமையல் மிகவும் இலகுவாகி விடும். சமையல் வேலை சிரமம் என நினைப்பவர்கள் கூட குஷியாக சமைக்க ஆரம்பித்து விடுவர்.

சமயலை மேலும் இலகுவாக்கிக் கொள்ள கடினமான இறைச்சி வகைகள், கிழங்குகள், பருப்பு, கடலை வகைகள் வேக வைக்க பிரஷர் குக்கர் பயன் படுத்துமிடத்து சமையல் இலகுவாகி விடும். அரிசி, பருப்பு முன் கூட்டியே ஊற வைத்து சமைக்கும்போது விரைவில் வெந்து விடும். புளிக்கரைசல் கொஞ்சம் உப்பிட்டுகரைத்து பிரிஜ்ஜில் வைக்கலாம். இப்படியாக திட்டமிட்டு சமையலை இலகுவாக்கிக் கொண்டு வித விதமாக சமைத்து உண்டு பரிமாறி மகிழலாமே..

சிற்றுண்டிகளையும் செய்து டப்பாவில் அடைத்து பிரிஜ்ஜில் வைத்துக் கொள்ளலாம்.
காலையில் எழுந்ததும் இன்று என்ன சமைக்கலாம்...? என்று தலையை போட்டு பிய்த்துக்கொண்டு சிந்திக்காமல் இருக்க ஒரே வழி, ஒரு வாரத்துக்குரிய உணவுப் பட்டியலை சமையலறையில் ஒரு வைட்போடில் குறித்து வைத்துக் கொண்டால் திட்டமிட்டவாறு முதல் நாளே, அடுத்த நாளுக்கான சமையல் வேலையைத் தொடர இலகுவாக இருக்கும்.

சமைப்பதோடு மாத்திரம் பெண்களின் வேலை முடிந்துவிடுவதில்லை. பரிமாறுவதம் ஒரு கலைதான். சாப்பாட்டு மேசையில் அழகாக, அலங்காரமாக வைத்திருப்பதைப் பார்க்கும்போதே பாதி வயிறு நிரம்பிவிடும். இல்லத்தரசிகளின் கரங்களிலேயே அந்த இரகசியம் தங்கியுள்ளது.

வாருங்கள் சகோதரிகளே நாமும் சிக்கனமாகவும் சுவையாகவும் சமைத்து அழகாகப் பரிமாறி ஒன்றாக இருந்து அன்போடு சுவைத்து மகிழ்வோம்.

பொபிட்டா மிஸ்ரியா

(மகாகவி பாரதியாரை பலரும் கவிஞராகத்தான் அறிந்து வைத்துள்ளோம். அவர் ஒரு கதாசிரியருமாவார். பாரதியார் வாழ்ந்த காலத்திலே "கதாமாலிகா" என்ற நூலில் வெளியான கதை கல்கி இதழில் கண்டெடுத்தது.)

கதவு

ஒரு தேசத்தில் ஒரு ராஜா இருந்தான். அவன் தன் மந்திரியிடம் "மூலம் எது?" என்று கேட்டான். மந்திரி யோசனை பண்ணிப் பண்ணிப் பார்த்தான். ராஜா எதனுடைய மூலத்தை விசாரணை செய்கிறான் என்பதே மந்திரியின் புத்திக்குப் புலபடவில்லை. அந்த ராஜாவிடம் திரும்ப விளக்கச் சொல்லி கேட்கக் கூடாது. அவனிடம் குறிப்பறிந்து வேலை செய்ய வேண்டும்.

ஆதலால் மந்திரி சிறிது நேரம் யோசனை செய்து விட்டு, "நாளை வந்து சொல்கிறேன்" என்று சொல்லி விட்டு விடை பெற்றுக் கொண்டு போனான்.

அன்று மந்திரி தன் வீட்டுக்கு வந்து, இரவில் போஜனம் செய்யாமல் உட்கார்ந்து யோசனை செய்து கொண்டு இருந்தான். அவனுடைய பத்தினி ஒரு பொற்கிண்ணத்தில் பாலும், சோறும் பிசைந்து கொண்டு வந்தாள். இரண்டு கொய்யாப்பழங்களும் கொண்டு வந்தாள். அவற்றை அவன் கவனியாமல் யோசனை செய்து கொண்டு இருந்தான். "என்ன யோசனை செய்கிறீர்கள்?" என்று மந்திரியின் பத்தினி கேட்டாள். "ராஜா ஒரு கேள்வி கேட்டான். எனக்கு ஜவாப் தெரியவில்லை. திகைத்து கொண்டு இருக்கிறேன்".

மந்திரியின் பத்தினி "அது என்ன கேள்வி?" என்று வினவினாள்.. "மூலம் எது?" என்று மந்திரி ராஜாவின் வினாவை திருப்பி சொன்னான்.

மந்திரியின் மனைவி "எதன் மூலம்?" என்று கேட்டாள். "அதை ராஜா குறிப்பிடவில்லை" என்றான் மந்திரி. அப்பொழுது மந்திரியின் பத்தினி உலகத்துக்கு மூலம் ஓம் என்றாள். சரியென்று சொல்லி அவள் கொண்டு வந்த உணவை உண்டு மகிழ்வெய்தி அன்றிரவு நித்திரை செய்தெழுந்து மறுநாள் ராஜாவிடத்தில் போய் உலகத்திற்கு மூலம் ஓம் என்று சொன்னான்.

"ஓம் என்பது யாது?" என்று ராஜா கேட்டான். அது பரப்ரஹ்மஸ்வரூபத்துக்குப் பெயர் என்று மந்திரி சொன்னான்.

சரி ஓம் என்ற மந்திரத்தை முதலாவது கண்டு பிடித்தது யார்? என்று ராஜா கேட்டான்.
மந்திரி, "இதென்னடா பைத்தியம் கொண்டவன் கேட்கிற கேள்வி போல் இருக்கிறதேயன்றி, சமர்த்தவனுடைய கேள்வியாக தோன்றவில்லை.

ஓம் என்ற மந்திரத்தை ஆரம்பத்தில் எவன் கண்டு பிடித்தானோ!

எவன் கண்டான்? இந்த மூடன் நம்மை கேட்கிறானே! நாம் எப்படி விடை சொல்லக் கூடும்?" என்று மனசில் சஞ்சலப்பட்டு விட்டுக் கடைசியாக முன் போலவே "நாளை வந்து சொல்கிறேன்" என்று சொல்லி விட்டுப் போனான். வீட்டுக்கு வந்து தன் மனைவியிடம் ராஜனுடைய கேள்வியைச் சொல்லி, "இந்த சங்கடத்துக்கு என்ன செய்யலாம்?" என்று கேட்டான்.

அப்போது மந்திரியின் மனைவி "நம்முடைய நகரத்துக்கு மேற்கே இரண்டு காத தூரத்தில் ஒரு மலை இருக்கிறது அந்த மலையில் ஒரு குகையில் மௌன சுவாமிகள் என்பதாக ஒரு பரதேசி இருக்கிறார். அவரிடம் போய் கேட்டால் இதற்கு விடை எழுதிக் காட்டுவார்" என்று சொன்னாள்.

மறு நாள் பொழுது விடிந்தவுடனே, மந்திரி பல்லக்கில் ஏறி மலைக்கு போய் மேற்படி மௌனஸ்வாமியிடம் "ஓம் என்ற மந்திரத்தை ஆரம்பத்தில் கண்டு பிடித்தது யார்?" என்று கேட்டான்.

அவர் பின்வருமாறு ஆணியினால் மணல் மேல் எழுதிக் காட்டினார்.

இந்த மந்திரம் ஆதியில் உபதேசம் செய்யப்பட்டது. அதன் குறிப்பே இது. எவன் இறை நாமம் உபாசனை செய்கிறானோ அவனுக்கு மூலாதாரத்தில் இறைதுதி மந்திரம் தெரியும் படி கடவுள் கருணை செய்வார். இது அநாதியான மந்திரம். இங்ஙனம் மௌன சுவாமி கையால் எழுதிக் காட்டியதை மந்திரி ஓர் ஏட்டில் எழுதிவித்துக் கொண்டு ராஜனிடம் கொடுத்தான்..

ராஜா "அந்த மௌன சுவாமி இருக்கும் இடத்துக்கு நான் நேரில் போய் அவனிடம்

சில கேள்விகள் கேட்க வேண்டும்" என்று சொல்லி மந்திரியையும் அழைத்துக் கொண்டு இருவருமாக மௌன சுவாமி இருக்கும் குகைக்கு வந்து சேர்ந்தார்கள். ராஜா மௌன சுவாமியிடம் கேட்டான், மூலம் எது என்று! அப்பொழுது மந்திரியை நோக்கி மௌன சுவாமி கண்ணை காட்டினார். மந்திரி "உலகத்துக்கும் இறைதுதியே வேர் என்றான்."

அதற்கு ராஜா "உம்மைக் கேட்கவில்லை, நீர் சும்மா இரும் நான் மௌன சுவாமியிடம் இன்னும் தெளிவான மறுமொழியை எதிர் பார்க்கிறேன்" என்றான். அப்பொழுது மௌன சுவாமி எழுதிக் காட்டுகிறார் "இறைதுதியே சிருஷ்டியின் காரணம்.

இறைதுதியானது காதல் ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் உள்ள தொடர்பு. அதனால் படைப்புண்டாகிறது அந்தக் காதலைச் சாமானிய மனுஷ வியாபாரமாக் கருதி நடப்போர் மிருகங்கள். தேவ வியாபாரமாக அதாவது ஆத்ம சம்பந்தமாக அதாவது சதியாகிய பத்தினியைச் சதியாகவும் தானேயாகவும் எண்ணி நடப்போர் தேவர்.

இந்த அறிவு ஞானம் அன்பை தவிர வேற ஞானம் கிடையாது. அதாவது அன்பு தான் கதவு. அதனை திறந்தால் விடுதலை ஆகி மாளிகைக்குள்ளேயே பிரவேசிக்கலாம்" என்று மௌனசு வாமி எழுதிக் காட்டினார்.

இன்பத்தை அடைய வேண்டும் ஆனால் அதற்குத்தானாகிய கதவை அகலத் திறந்து, அன்பு வடிவமாக நிற்பதே உபாயம். மந்திரியேயாயினும் மனைவியின்ஆலோசனையும்வெற்றிய ளிக்கும்என்பதுகதையின் தாத்பரியம். இறைவன் துணை.

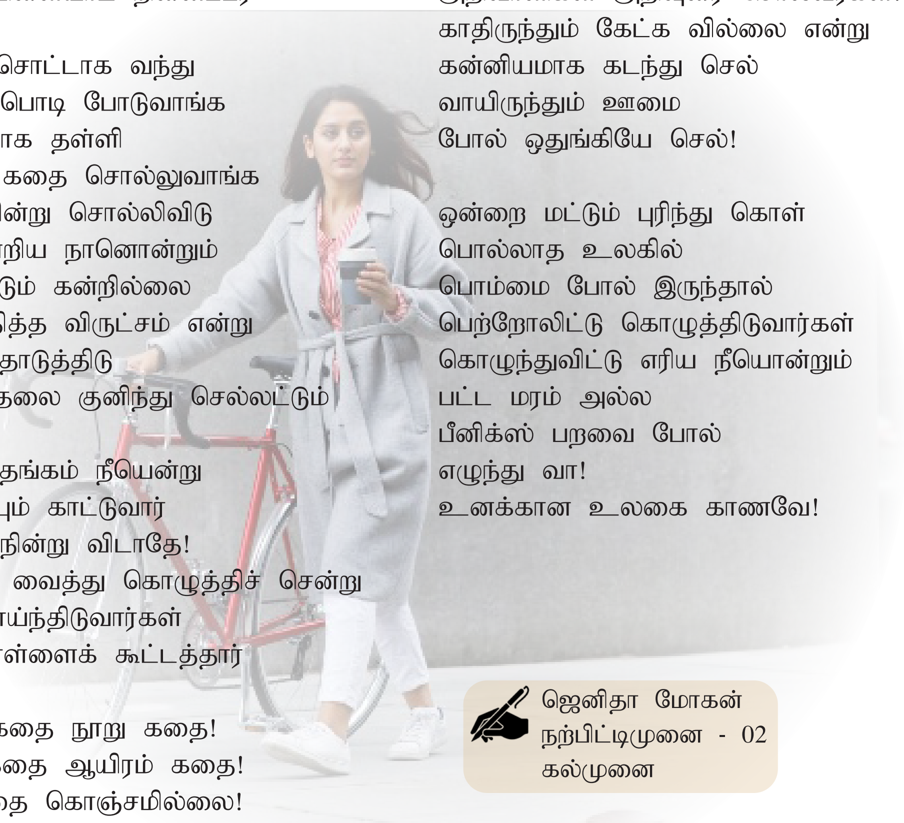
பாரா தாஹிர்
மாவனல்ல.

கவிதை

உனக்கான உலகம்

கவரிமான் நீயென்று
கல்விமான் சொல்ல தேவையில்லை
புள்ளிமான் நீயென்று
துள்ளி வா பெண்மானே!

அந்தமான் இந்தமான்
எந்தன்மான் இந்த பொன்மான் என்று
சுள்ளிமான் கூட்டமெல்லாம்
புள்ளிமான் உன்னை
கிள்ளி விளையாட நினைப்பர்



சொட்டு சொட்டாக வந்து
சொக்குப்பொடி போடுவாங்க
மொத்தமாக தள்ளி
மொக்கு கதை சொல்லுவாங்க
தள்ளி நின்று சொல்லிவிடு
கிள்ளி எறிய நானொன்றும்
தளிர் விடும் கன்றில்லை
தடம் பதித்த விருட்சம் என்று
விடை தொடுத்திடு
வெட்கி தலை குனிந்து செல்லட்டும்

சொக்கத்தங்கம் நீயென்று
சொல்லியும் காட்டுவார்
சொக்கி நின்று விடாதே!
கொள்ளி வைத்து கொழுத்திச் சென்று
குளிர் காய்ந்திடுவார்கள்
சில கொள்ளைக் கூட்டத்தார்

சொன்னகதை நூறு கதை!
கேட்ட கதை ஆயிரம் கதை!
பட்ட கதை கொஞ்சமில்லை!
பள்ளி செல்ல தேவையில்லை!
சொல்லித்தந்த கதை
நெஞ்சை கிள்ளி விட்டது
மீதி கதை சொல்ல
எஞ்சி இருப்பது எந்தன் கதை
எட்டிச்செல்லுங்கள் என
எகத்தாளமாக எடுத்துரை
ஏணி போல் ஏறிடு!
ஏழுலோகம் பார்த்திடு!
ஏனிந்த வாழ்வென்று ஓடிடாதே!
எல்லாம் முடியும் என்று
வாழ்ந்திடு!

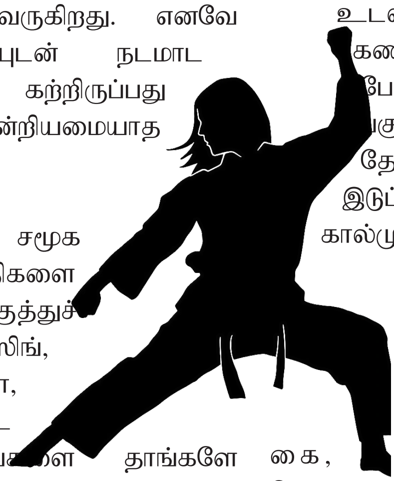
பொட்டைக்கோழி கூவி
பொழுது விடியாது என்று
பொய்கதை பேசி
பொத்திற்று இரு என்று
பெண்ணியம் அறியாத
அறிவாளிகள் அறிவுரை சொல்வர்கள்!
காதிருந்தும் கேட்க வில்லை என்று
கன்னியமாக கடந்து செல்
வாயிருந்தும் ஊமை
போல் ஒதுங்கியே செல்!

ஒன்றை மட்டும் புரிந்து கொள்
பொல்லாத உலகில்
பொம்மை போல் இருந்தால்
பெற்றோலிட்டு கொழுத்திடுவார்கள்
கொழுந்துவிட்டு எரிய நீயொன்றும்
பட்ட மரம் அல்ல
பீனிக்ஸ் பறவை போல்
எழுந்து வா!
உனக்கான உலகை காணவே!

ஜெனிதா மோகன்
நற்பிட்டிமுனை - 02
கல்முனை

பெண்களும் தற்காப்புக் கலையும்

இன்றைய சூழலில், பெண்கள் தம்மைத்தாமே பாதுகாத்துக்கொள்ள தற்காப்புக் கலைகளை கற்க வேண்டியது அவசியம். சமூகம், தொழில், கல்வி என ஒவ்வொரு துறையிலும் பெண்களின் பங்கு அதிகரித்துவருகிறது. எனவே பெண்கள் பாதுகாப்புடன் நடமாட தற்காப்புக்கலை கற்றிருப்பது சமூகத்தில் இன்றியமையாத தேவையாக உள்ளது.



இதனால், சமூக விரோத சக்திகளை எதிர்கொள்ள முடியும். குத்துச் சண்டை, கிக் பொக்ஸிங், கராத்தே, கபோயிரா, கைக்கு கை சண்டை முதலானவற்றை தங்களை தாங்களே பாதுகாத்துக் கொள்ளக் கூடிய தற்காப்பு கலைகளாக குறிப்பிடலாம். அவற்றில் மிக முக்கியமான ஒன்று கராத்தே.

இதனை கற்பதன் மூலம் பெண்கள் தங்களுக்கு வரும் பிரச்சனைகளை தாமே சமாளிக்க முடியும். துணிச்சலோடு எதிர்கொள்ளக்கூடிய ஆற்றல் பிறக்கும். தம்மைப் போல் வேறு ஒரு பெண்ணுக்கும் ஏற்படும் பிரச்சனைகளிலும் உதவலாம். பெண்கள் தனியாக வெளிச் செல்லும் சந்தர்ப்பங்களிலும், வீட்டிலிருக்கும் சந்தர்ப்பங்களிலும் தற்காப்புக் கலை அருமருந்தாக விளங்குகின்றது.

குத்துதல், உதைத்தல், முழங்கால் மற்றும் முழங்கைத் தாக்குதல்கள், திறந்த கை உத்திகள் இக்கலையில் பயன்படுகின்றன. இறுகப் பிடித்தல், பூட்டுப் போடுதல், கட்டுப்படுத்துதல், எறிதல், முக்கியமான இடங்களில் தாக்குதல் என்பனவும் சில கராத்தேப் பாணிகளில் உள்ளன.

தன்னை விட அதிக பலம் கொண்டவர்களை திறமையாக வீழ்த்துவ தற்காக வடிவமைக்கப்பட்ட தற்காப்பு வடிவம் தான் கராத்தே.

உடலின் பலவீனமான பகுதிகளாக கண்கள், காதுகள், தொண்டை போன்றவை உள்ளன. பலமான பகுதிகளாக முன் நெத்தி, தோள்பட்டைகள், கால், கைமுஷ்டி, இடுப்பு, பின்பகுதி, குதிகால், கால்முன்பகுதி உள்ளன.

சமூகவிரோதிகள் பெண்களிடம் நகைகளை பறிக்கவோ, தவறாக நடக்க முற்படும் போதோ இவர்களை கை, கால்களால் தாக்கினால் போதும். அலறாமலும் விலகி ஓடாமலும் அவர்களின் கையை பிடித்து காதுகளை தாக்க வேண்டும்.

பிடியில் இருந்து விடுபட, உடலில் "ஜாயின்ட்" உள்ள இடங்களை தாக்க வேண்டும். பின்னால் வந்து செயின் பறிப்போர், தவறாக நடக்க முயல்வோரை பின்னங்கால்களால் தாக்கலாம். கைப் பையை பறித்து செல்வோரை விரட்டி கண்கள், காதுகளில் தாக்க வேண்டும். சில நேரங்களில் சாவியை பயன்படுத்தியோ, துப்பட்டாவில் கற்களை கட்டியோ தாக்கலாம். கழுத்தை நெரிப்பவரிடம் தப்பிக்க அவரது காது, கண்களில் தாக்க வேண்டும் என மனதில் திட்டம் கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறு பெண்களின் வாழ்வில் தற்காப்புக் கலைப் பயிற்சி இரண்டறக் கலப்பது அவசியமாகும்

கிராமிய அமுது கவியாள்
றமீஸ் நிஸா

நூலாய்வு (நதிகளின் தேசிய கீதம்)

இன்று நாம் பகிர்ந்து கொள்வது எழுத்துலகில் சுமார் நாற்பது வருட கால அனுபவமிக்க எழுத்தாளரான சம்மாந்துறை மஷூறா சுஹூறுதீன் அவர்களின், "நதிகளின் தேசிய கீதம்" என்ற அருமையான கவிதைத் தொகுப்பு நூலினைப் பற்றியதாகும்

அவர்களின் நீண்ட கால எழுத்துக் களின் முதிர்வு அவர்களின் படைப்புகளில் மிக அழகாக பிரதிபலிக்கின்றன. 1982 களில் "நிறைமதி" என்ற கையெழுத்துச் சஞ்சிகையுடன் தன் இலக்கியப் பயணத்தை ஆரம்பித்து இருக்கும் இவர், இன்றுவரை பல்வேறு நூல்கள், சிறப்பு மலர்கள் வெளியிட்டமை மட்டுமல்லாமல், பல சஞ்சிகை களுக்கு ஆசிரியராகவும், பொறுப்பாளராகவும் பங்களித்துள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது.

152 பக்கங்கள் கொண்ட இந்த நூலில் 89 தலைப்பு களில், உணர்ச்சி பூர்வமான, புதிய படைப்பாற்றல்களை தன்னகத்தே கொண்ட கவிதைகள் நிரம்பப்பெற்றுள்ளன.

இந் நூலில் காணப்படும் பெரும்பாலான கவிதைகள் பெண்களின் வாழ்வியல் சிக்கல்களை புடம் போட்டுக் காட்டியிருக்கும் நம் கவிஞர், தாயாய், தாரமாய், மாமியாராய், மருமகளாய், தாதியாய், வேலைக்காரியாய் எத்தனை எத்தனை பாத்திரமேற்று நடித்தாலும், பெண்ணை காயப்படுத்திக் காண்பதில் தான் பெருமை கொள்கிறது இவ்வுலகம் என்பதனை தம் கவிவரிகளில் அழகாக கூறியிருக்கிறார்.

பெண்கள் பற்றிய வலியின் இரணத்தின் வடுக்களே, "நதிகளின் தேசிய கீதமாக" அவர்கள் எழுத்தில்

தெரிகிறது. கற்பனைகளைக் கவிதையாக்கும் கவிஞர்கள் மத்தியில் தன் உள்ளுணர்வுகளின் அனுபவங்களில் நீந்தி எழுதப்பட்டிருக்கும் இக்கவிதைகளை படிக்கும் போதே தெரிகின்றது.

ஒரு பெண்ணின் வாழ்வு கடலளவு விரிந்தது என்பது தெளிவு. உறவுகள் இருந்தும் தனிமையாக்கப்படுவது வெறுமை.

காத்திருப்புகளின் மத்தியில் தனிமையில் காலத்தை உதிர்த்தவள்......

என்ற வரிகளில் பெண்களின் உணர்வுகளை சரியான முறையில் பதிவு செய்திருப்பது இக்கவிதைத்தொகுப்பின் சிறப்பெனவே கூறலாம்.

"கலாசார மீறல்களில் குளிர் காய்ந்து பேருக்கும் புகழுக்கும் என்னால் எழுத முடியாது. பெண்மையின் வரைவிலக்கணத்தை மீறி எழுதுதலில் எனக்கு எப்போதும் உடன் பாடில்லை. என் படைப்புகளை வழி நடாத்த எனக்கெந்த

சாரதியும் தேவையில்லை. நான் தனித்துவமானவள். ஆனால் எதார்த்தவாதி,”

எனக்கூறும் நூலாசிரியர், எழுத்துலகில் தனக்கென ஒரு தனியிடத்தை பிடித்திருப்பதின் துணிவும், அர்த்தமும் நமக்கெல்லாம் தெளிவாகிறதல்லவா?

சுயமரியாதை சுரண்டப்படும் போதெல்லாம் ஆக்ரோஷம் கொள்ளும் புயலாய், அமெரிக்காவை அடித்து நொறுக்கிய “கத்ரீனாவாய்” சுழன்றடி பெண்ணே!
என்ற வரிகள் மூலம்
“பூவாய் இருக்கும் பெண்கள் நாங்கள். சமயத்தில் புயலாய் மாறவும் தயங்க மாட்டோம்.” என்பதை தன் கவி வரிகளில் தெளிவாக கூறியிருக்கிறார் நம் கவிஞர்.

துருவேறிய துயர உணர்வுகளை மொழியின் வழி கடத்தும் இவரது தார்மீக சிந்தனைகளுக்கு ஒரு சபாஷ்..

சொற்களால் நெய்யும் கலை அவரது விரல்களில் தாராளமாகவே பொதிந்துள்ளது.

அழகிய அட்டைப்படம் தலைப்புக்ககு ஏற்பவே அமைந்துள்ளது. தனது ஆரம்பக் கல்வி ஆசிரியருக்கே நூலினை சமர்ப்பணம் செய்துள்ளமை போற்றுதற்குறியதாகும்.

வாழ்வின் பல்வேறு நிலைகளிலும் பெண்மையின் மன உணர்வுகளைப் பாதித்த எண்ணங்களை சொற்களென்ற அழகிய மணிகளாய்க் கோர்த்து கவிதைகள் யாத்து புத்தகமாய் பதிவு செய்திருக்கும் இவரை வாழ்த்துவோம்.

இவரின் இந்த அருமையான இலக்கிய நூல் கொண்டு நம் புத்தக அலுமாரிகளை அலங்கரிப்போமே.

சித்தி மிஸ்ரியா அமீன்
கிண்ணியா

உதிர்ந்திட்ட நட்சத்திரம்...

வாழ்க்கை எனும் மேடையில்...
இறைவன் நடத்துகின்ற
நாடகங்களில் கதாபாத்திரங்களே
“விதவை” என்பதுவும்
“தபுதாரன்” என்பதுவும்....
நிலைமாறும்இவ்வுலகில்
இதுவே இயற்கையின் நியதி....
தெய்வீக பந்தங்களில்....

நடந்ததை நினைத்து.... உன் உதயத்தை
நிறுத்தி விடாதே..
வானமது உதிர்ந்திட்ட நட்சத்திரங்களை
நினைத்து வருந்தியதுண்டா...
எத்தனையோ...
சூரியோதங்களையும்,
சந்திரோதங்களையும்...
ஏற்படுத்தி... தன்னை அழகுபடுத்தி...
எம்மையும்.... மகிழ்விக்கின்றது...!!!

இன்றிலிருந்தே கண்விழித்து
இருக்கும்போதே...
நீங்கள் கனவுகளை காணுங்கள்....
நிமிடத்திற்குநிமிடம்...
அவைகளைநிறைவேற்றவும்
தவறாதீர்கள்...!!!

உங்கள் கண்களில்...வெப்பம் பறக்க
வார்த்தைகளில்தீப்பொறி...
இருக்க வேண்டும்..
புதிய அத்தியாயம்
ஒன்றை எழுத புறப்படுங்கள்...
அங்கே உங்களுக்கென்று
ஒரு வானம் பிறக்கும்...
நீங்கள் புதிய சிறகுகளை தேடிக்கொண்டு
பறப்பதற்குமுயற்சி செய்யும்போது...!!!

யு. ஜெஸ்மின்
ஹப்புத்தளை

இஸ்லாம் பகரும் குடும்ப வாழ்க்கை

உண்மையில் ஏனைய மார்க்கங்களுடன் ஒப்பிடும்போது இஸ்லாம் பல்வேறு வகையான வழிகாட்டுதல்களை வழங்குகிறது. அந்த வகையில் குடும்ப வாழ்க்கையும் ஒன்றாகும்.

அல்லாஹ் மனிதர்களில் ஆணையும் பெண்ணையும் படைத்து அதில் அவர்களில் ஒருவரை மற்றவருக்குத் துணையாகவே ஆக்கியுள்ளான்

அல்குர்ஆனில் சூரத்துந் நிஷா என்ற அத்தியாயத்தில் "மனிதர்களாகிய உங்களை ஆணுக்கு ஆடையாக பெண்ணையும் பெண்ணுக்கு ஆடையாக ஆணையும் படைத்துள்ளோம்" என்று அல்லாஹ் கூறுகிறான்.

சுதந்திரத்துடன் ஆணும் பெண்ணும் சந்தோசமாக வாழாமல் பொருத்தமான வாழ்க்கையில் செல்ல வேண்டும் என்பதற்காகவே இஸ்லாம் திருமணத்தை கடமையாக்கியுள்ளது. முதல் மனிதன் ஆதம் அலைஹிஸ்ஸலாம் அவர்களை படைத்த இறைவன் அவர்களுடன் சேர்த்து ஹவ்வா அலைஹிஸ்ஸலாம் அவர்களையும் படைத்தது குடும்பம் என்ற ஒன்றை கட்டி எழுப்பவேயாகும்.

திருமணம் இன்றி துறவறம் கொண்டு வாழ்வதும் ஒருவகையில் சைத்தானின் துண்டுதலாகும். இதனால் தான் திருமணம் செய்ய வசதியற்றவர், அதற்குரிய தகுதியை பெறாதவர் நோன்பு நோற்றுத் தனது ஆசைகளை அடக்கி கொள்ளட்டும் என நபி ஸ ல்லல்லாஹு அலைஹி வஸல்லம் அதை கூறியுள்ளார்கள். இல்லறம் என்ற ஒன்று ஒவ்வொரு ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் மிகவும் அவசியமானது

என்பதை இஸ்லாம் வலியுறுத்துகின்றது. உண்மையில் துறவறம் என்பது மனிதனின் கட்டுக்கோப்பான வாழ்க்கையை பாதிக்க கூடிய ஒன்றாகும்.

அல்குர்ஆனில் ஏழாம் அத்தியாயம் 189 ஆம் வசனத்தில் அவனே உங்களை ஒரே ஒருவரிலிருந்து படைத்தான் அவரிலிருந்து அவரது மனைவியை மன அமைதி பெறுவதற்காக படைத்தான் என்று கூறப்பட்டுள்ளது. மன அமைதி என்பது குடும்பவாழ்வு மூலம் மட்டுமே கிடைக்கும் ஒன்றாகும்.

குடும்பம் என்பது அன்பு, கருணை, பாசம், விட்டுக்கொடுப்பு, சகிப்புத்தன்மை, பாதுகாப்பு ஆகிய அத்திவாரங்களில் கட்டப்பட்டுள்ளது.இவை குடும்ப வாழ்வுக்கு இன்றியமையாத விடயங்களாகும்.

கணவனையும் மனைவியையும் ஆடைக்கு உதாரணமாகக் கூறுவதன் மூலம் அல்லாஹ் மனிதருக்கு பல்வகையான விளக்கங்களை முன்வைக்கின்றான்.

பொருத்தமான ஆடை, அளவான ஆடை, ஆடையின் அழகை ரசித்தல், ஆடையில் படும் கறைகளை மறைத்தல்,

அதை பொருத்தமாக கழுவுதல் என்பது ஆடைக்கான விதிமுறைகள். அதேபோன்றுதான் பொருத்தமான வாழ்க்கைத்துணை, அத்துணையுடனான வாழ்வை இரசித்தல், துணையின் குறைகளை மறைத்தல், அக்குறைகளை மறைமுகமாகத் தீர்த்தல், அத்துணையுடன் சந்தோஷமாக நடந்து கொள்ளல் என்பன குடும்ப வாழ்வின் அம்சங்களாகும்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் இயல் பிலேயே மற்றவர்களுடன் சேர்ந்துவாழும் இயல்பை உடையவனாக இருக்கிறான். அந்த இயல்பே மனிதனை திருமணம், குடும்பம், குழந்தைகள் என்ற இறுக்கமான பிணைப்பிற்கு இட்டுச் செல்கிறது. குடும்பம் என்பது மூன்று வழிகளினால் உருவாகின்றது.

முதலாவது வம்சாவழி, இரண்டாவது திருமணம், மூன்றாவது பால்க்குடி உறவு இம்மூன்று வழிகளால் மட்டுமே குடும்ப அமைப்பு உருவாகுவதாக இஸ்லாம் சொல்கிறது.

ஆணையும் பெண்ணையும் அல்லாஹ் ஒருவரில் ஒருவர் சார்ந்து வாழக்கூடியவர்களாகவே அமைத்துள்ளான். இல்லறமாயினும் சரி ஏனைய விடயங்கள் ஆயினும் சரி ஆண் பெண்ணிலும் பெண் ஆணிலும் தங்கியே வாழ்கின்றனர்.

திருமணம் செய்து தமது வாழ்க்கையை நிறைவு செய்யாதவர் ஏதோ ஒரு குறைபாடு உள்ளவராகவே கருதப்படுவார். திருமணம் என்பது நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹி வஸல்லம் அவர்களின் வழிமுறைகளில் ஒன்றாகும்.

இல்லறத்தில் ஈடுபடும் ஒருவர் தனது ஆசைகளை கட்டுப்படுத்தும் மனோபக்குவத்தை பெற்றுக் கொள்கிறார். இதனால் அவரது நாளாந்த நடவடிக்கைகளில் எந்தவிதமான வித்தியாசமான கண்ணோட்டங்கள் இருக்காது. ஹலாலான குடும்ப வாழ்க்கையில் ஈடுபடும் ஒருவர் தன்னை த்தானே கட்டுப்படுத்திக் கொள்கின்ற மனோநிலையை உருவாக்கிக் கொள்கிறார். இது குடும்ப வாழ்க்கை மூலம் கிடைக்கும் ஒரு வித்தியாசமான நன்மையாகும்.

திருமணம் ஆகாத இல்லற வாழ்க்கையைத் துறந்த துறவு வாழ்க்கையானது, வெற்றிகரமான ஒன்றாக கருதப்பட மாட்டாது.ஒரு ஆண் எவ்வளவு தான் கட்டுப்பாடு உடையவராக இருந்தாலும் ஒரு கட்டத்தில் தன்னையும் மீறி உணர்ச்சி வசப்படும் நிலைக்கு தள்ளப்படுகிறார். பொதுவாக செய்யப்பட்ட பல்வேறு ஆய்வுகளின் படி துறவறம் என்பது தோற்றுப் போன ஒரு விடயமாக கருதப்படுகின்றது. தங்களை மகான்களாகவும் கடவுள் போன்ற அந்தஸ்துக்கும் பிரகடனப் படுத்திக் கொண்டவர்கள் ஒரு கட்டத்தில் பாலியல் ரீதியான பல்வேறு பிரச்சினைகளில் சிக்கியிருப்பதை நாம் கண்ணூடாகக் காண்கின்றோம்.

ஒருவருக்குப் பசி, தாகம், துக்கம் என்பன எவ்வளவு முக்கியமோ அது போலவே பாலுணர்வு என்பதும் அதை தீர்த்துக் கொள்வதும் மிகவும் அவசியமான ஒன்றாகும். தாகம் ஏற்பட்ட ஒருவர் தண்ணீர் அருந்துவது போன்றே பாலுணர்வால் தூண்டப்படும் ஒருவான் தன் வாழ்க்கைத் துணையை நாடுவது இயல்பாகும். துறவறம் இஸ்லாத்தில் வெறுக்கப்பட்ட ஒன்று.
ஆகவே இஸ்லாம் கூறும் குடும்பவியல் விடயங்களைப் பேணி ஈருலகிலும் வெற்றி பெற்றோராய் மாறுவோம். அந்த நல்வழியில் வாழ்ந்து சுவனம் செல்வோம்.

முப்லிஹா பிர்தவ்ஸ்
காத்தான்குடி

இறுதிக்கட்ட சிறுநீரக செயலிழப்பு
(End Stage kidney Disease)

நான் இந்தக் கட்டுரையில், சிறுநீரகம் சம்பந்தமாகவும் அதன் செயலிழப்பு, அதனால் ஏற்படும் பக்க விளைவுகள் என்பவை பற்றி, சுருக்கமாக, பெண்களுக்கு ஏற்ற வகையில், எனது அனுபவங்களை வைத்து எழுதுகின்றேன்.

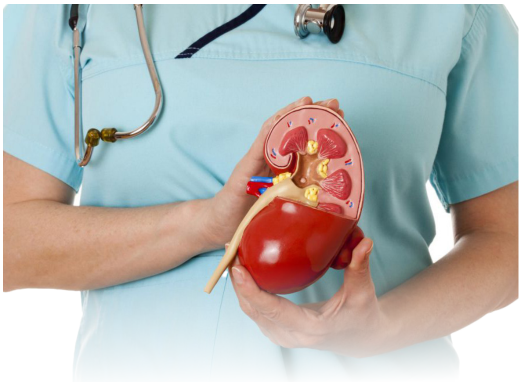
சிறுநீரகம் என்றால் என்ன ...?

சிறுநீரகம் என்பது எமது உடலிலுள்ள மிக முக்கியமான உறுப்புகளுள் ஒன்றாகும். இது எமது இரத்தத்தை சுத்திகரித்து, அதிலுள்ள கழிவுகளையும், நச்சுக்களையும், மேலதிகமான நீரையும் அகற்றி, உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்ள உதவும் உறுப்பாகும். எமது இடுப்புப் பகுதியின் பின்புறமாக, வலது, மற்றும் இடது பக்கங்களில் இரண்டு சிறுநீரகங்கள் அமைந்துள்ளன. ஒரு ஆரோக்கியமான உடலில் இவ்விரண்டு சிறுநீரகங்களும், சமநிலையில் இயங்கி, உடலின் நீர்ச்சமநிலையைப் பேணுவதுடன், இரத்த அழுத்தத்தையும் பேணி, இரத்தக் கலங்கள் உற்பத்தியையும் மேற்கொள்ள உதவும்.

சிறுநீரகம் பழுதடையும் காரணிகள்.

- நீரிழிவு நோய்
- அதியுயர் இரத்த அழுத்தம்
- சிறுநீரகக் கற்கள்
- தொடர்ச்சியான கிருமித்தொற்று
- பரம்பரை நோய்கள்
- சிறுநீரக நோய்க்கட்டிகள்
- புற்றுநோய்
- இன்னும் பல காரணிகள் உள்ளன.

சிறுநீரக செயலிழப்பானது இரண்டு வகைப்படும்.



1. Acute kidney Illness (AKI)
   திடீர் சிறுநீரக செயலிழப்பு
2. Chronic kidney Illness (CKI or CKD)
   நாள்பட்ட நீண்ட கால செயலிழப்பு

இதில் திடீர் சிறுநீரக செயலிழப்பானது மீளக்கூடியது. உரிய நேரத்தில், உரிய முறையில் சிகிச்சை வழங்கப்பட்டால் சிறுநீரகம் சீரடையும். ஆனால் நாள்பட்ட சிறுநீரக செயலிழப்பானது, மீளமுடியாத இறுதிக்கட்டத்தை அடையும். இது ஐந்து கட்டங்களை உடையது.
CKD 1, CKD 2, CKD 3, CKD 4, CKD 5

stage l, 2, 3ல் உடலில் பெரியளவான நோய் அறிகுறிகள் தென்படாது. ஆனால் தொடர்ச்சியான வைத்திய ஆலோசனைகளையும், மருத்துவ பரிசோதனைகளையும், மேற்கொண்டு வருபவர்கள் , அதாவது நீரிழிவு நோயாளிகள் இரத்தத்தில் சீனியின் அளவு, சிறுநீரகத்தின் செயற்பாடுகள் தொடர்பான பரிசோதனைகளை ஒழுங்குமுறையில் செய்து வரும்போது, அதன் மாற்றங்களை ஆரம்பத்திலேயே கண்டுபிடித்து சிகிச்சையளிக்கலாம். சிறுநீர் நுரையுடன் கூடியதாக வெளியேறுவது இதில் முக்கியமான நோய் அறிகுறியாகும். அது Albumin எனும் புரதம் வெளியேறுவதாகும்.

stage 4, 5 ஆனது முற்றாக சிறுநீரகம் செயலிழந்த கட்டமாகும். இது இறுதிக்கட்ட சிறுநீரக செயலிழப்பாகும். இதன்போது உடலிலிருந்து சிறுநீர் வெளியேறும் வீதம் படிப்படியாக குறைவடையும். உடலில் வீக்கம் ஏற்படும். குறிப்பாக முகம், வயிறு, இரு பாதங்கள், கணுக்கால்களுக்கு கீழாக வீங்கும். இந்நிலையில் மூச்சுத்திணறல்கள் ஏற்படும். எனவே உடலில் நீர்த்தேக்கம் அதிகரிப்பதுடன், நச்சுப் பதார்த்தங்களும் தேங்கும் நிலை ஏற்படும்.

இதன் போது Haemo Dialysis எனும் இரத்த சுத்திகரிப்பு மேற்கொள்ளப்படும். இது உண்மையில் மிகவும் வேதனைக்குரியதும், வருந்தத்தக்கதுதுமான நிலையாகும். இந்த நிலையில்தான் நாம் சர்வசாதாரணமாக தினம் தினம் கழிவறைக்கு சென்று கழித்துக்கொண்டிருந்த சிறுநீரானது எம்மைப்படைத்த அந்த அல்லாஹ்வினால் அருளப்பட்ட மிகப்பெரும் பாக்கியம் என்பதை உணரமுடியும். ஒருவிதமான செலவுமின்றி, இலாவகமாக சிறுநீரைக் கழித்து விட்டு, வெளியேறும் சுகத்துக்கு நன்றி செலுத்தி, கழிவறையைவிட்டு வெளியேறும்போது ஓதும் துஆவான "என் கஷ்டத்தை நீக்கி சுகத்தைத் தந்த அல்லாஹ்வுக்கே எல்லாம் புகழும்...." என்பது எவ்வளவு முக்கியமானது என்பதை, அதை வெளியேற்ற முடியாமல் அவதிப்பட்டுக்கொண்டு, தம் கைகளிலும், கழுத்துப்பகுதிகளிலும், வயிற்றிலும் அதற்கான இரத்த நாடி நரம்புகளை செயற்கை இயந்திரங்களுடன் இணைத்துக்கொண்டு வாரத்துக்கொருமுறை அல்லது இரண்டு, மூன்று முறைகள் தன் இரத்தத்தை சுத்திகரிக்கும் நோயாளியை கேட்டால் புரியும்.

அது மட்டுமல்ல, அதற்கான அலைச்சல்களும், காத்திருப்புகளும், நேரத்தின் விரயமும், தம்மை சுற்றியிருப்பவர்களுக்கு ஏற்படும் சங்கடங்களும், பொருளாதார செலவும் சொல்லொணாத் துயரங்கள். இந்த நோயானது, தனது சிறுநீரை வெளியேற்றுவதற்கான செலவானது, எந்தவொரு பணக்காரனையும் ஏழ்மை நிலைக்கு கொண்டு வந்துவிடும்.

இதன் அடுத்த கட்ட சிகிச்சை தான் சிறுநீரக மாற்று சத்திர சிகிச்சை. இதற்கு பொருத்தமான நபரை தேர்வு செய்து பல கட்டமான பரிசோதனைகளின் பின்னர் சிறுநீரகம் மாற்றப்படும். ஆனால் அப்படி மாற்று சிகிச்சையின் பின்னரும் நாம் பலவிதமான பேணுதல்களுடனும், உரிய மருந்துகளுடனும் இருக்க வேண்டும்.

பெண்களைப் பொறுத்தவரை, பொதுவாக, நீரிழிவு நோய், அதியுயர் இரத்த அழுத்தம் போன்ற காரணிகள் இதில் தாக்கம் செலுத்துகின்றன.
உரிய முறையில் பரிசீலனை செய்யாமை, உரிய முறையில் மருந்துகள் பாவிக்காமை ,
உடற்பருமன், ஆரோக்கியமற்ற உணவுப் பழக்கம், அதிக கவலை, யோசனை முதலானவை இதில் தாக்கம் செலுத்துகின்றன. மேலும் முக்கியமாக பெண்கள் விடும் தவறு (இது நான் என் அனுபவத்தில் அறிந்த உண்மை) என்னவென்றால், சில பெண்களுக்கு கர்ப்ப காலத்தில் இரத்தத்தில் குளுக்கோஸ் அதிகரித்து நீரிழிவு நோய் ஏற்படும். இது GDM எனப்படும். அல்லது, இரத்த அழுத்தம் அதிகரிக்கும் PTH. அப்போது அவர்களுக்கு உரிய சிகிச்சை வழங்கப்படும். பிரசவத்தின் பின்னர் சிலருக்கு அது வழமைக்குத்

திரும்பி, சாதாரண நிலையை அடையும். அல்லது சிலருக்கு அது தொடர்ச்சியாகவும் இருக்கும். அப்படி தொடர்ச்சியாக இருக்கும் போது அதற்குரிய முறையில் மருந்துகள் எடுக்கப்பட்டு, வைத்திய ஆலோசனையுடன் இருக்க வேண்டும். சாதாரண நிலையில் திரும்பியவர்களும் இடைக்கிடை அதாவது ஆறுமாதம் அல்லது ஒரு வருட இடைவெளியில் தம்மை மீள்பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். ஆனால் அப்படிச் செய்யத் தவறும் பட்சத்தில் நீண்ட காலத்தின் பின்னர், உடலில் நோய் அறிகுறிகள் தென்படும்..அதாவது தலைச்சுற்று, தலைவலி, உடற் சோர்வு, வாந்தி போன்றவை.

இப்போது நீண்ட கால அதியுயர் இரத்த அழுத்தம், அல்லது நீரிழிவு நோய் மெதுமெதுவாக சிறுநீரகத்தைப் பாதித்து இறுதிக்கட்டத்தை அடைந்திருக்கும். இது மீள முடியாத நிலை. எனவே இவர்கள் சிறுநீரக மாற்று சத்திர சிகிச்சைக்கு உள்ளாவார்கள். இதுதான் பெண்களாகிய நாம் விடும் மிகப்பெரிய தவறு.

எனவே, நாம் கட்டாயம் நமது உடல் ஆரோக்கியத்தில் கவனம் செலுத்த வேண்டும். அது மட்டுமல்ல நாம் எப்போதும் எம்மைப் படைத்த இறைவனிடம், காலை , மாலை உடல் ஆரோக்கியத்துக்காக “ஆபியத்” எனும் பரிபூரண சுகத்தை வேண்டிப் பிரார்த்திக்க வேண்டும்.

நன்றி

Dr.M.Y. M. H . Basmiya.
National Institute for Nephrology Dialysis Transplant (NINDT)
Colombo-10.

இல்லத்தரசிகள் கவனத்திற்கு

- தேங்காய்த் தண்ணீரை வீணாக்காமல், ரசத்தில் சேர்த்தால் ரசம் மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.

- எந்தக் கறை ஆடையில் பட்டாலும் சிறிது வினிகர் போட்டு துவைத்தால் கறை இருந்த இடம் தெரியாது.

- கொதிக்கவைத்து ஆறிய நீரில் சீரகப் பொடியை போட்டு பன்னிரண்டு மணிநேரம் ஊற வைத்திருந்து குடித்தால் இரத்தக் கொதிப்பு சீராகும்.

- புதிதாக மண்பாத்திரம் வாங்கினால் அதில் சிறிது எண்ணெய் தடவி அடுப்பில் சிறிது நேரம் சூடேற்றி பின்னர் கழுவினால் மண்வாசனையும் வராது. விரிசலும் விடாது. பாத்திரம் நீண்ட காலம் உழைக்கும்.

- பொரித்த அப்பளம் மீதமாகி விட்டால் அதனை பொலித்தீன் பையில் நன்றாக சுற்றி குளிர்சாதப் பெட்டியில் வைத்துவிட்டால் ஒரு வாரமானாலும் மொறு மொறுப்பு மாறாமல் இருக்கும்.

- வாஷ்பேசினில் ஒரு கற்பூர வில்லை போட்டு வைத்தால் துர்நாற்றம் வராது.

- சாப்பாட்டு மேசையை துடைக்கும் துணியில் சிறிதளவு உப்பும் கற்பூரமும் போட்டுத் துடைத்தால் பூச்சிகள் அண்டாது.

கவிதை

தாய் மண்ணே வணக்கம்

நிகழ்வுகளாலும் நினைவுகளாலும்,
ததும்பிக் கிடக்கிறாய்
என் தாயக மண்ணே.

இந்த நதிபாயும் திசையெல்லாம்
பள்ளமாகி ஏந்திக் கொண்டாய்.
சொந்த மண்ணின் தவப்புதல்வியாய்,
மகுடம் சூட்டி மகிழ்ந்தாய்.

பெற்ற பிள்ளைகளெல்லாம்,
பெயர் சொல்லும் பிள்ளைகளல்ல.
இந்த தேசத்திற்கப்பாலும்,
உன்பெயர் கொண்டு சென்ற
செல்லப்பிள்ளை நான்.

திரும்பும் திசைகளெல்லாம்,
என் பெயர் கூவும் பாக்கியங்கள்.
உன் விலாசத்தின்,
ஒரு வரியாயேனும் நான்
உன்னை அலங்கரித்திருந்தவள்.

இந்த நதியைக் குடித்த நிலம் நீ.
உன் வரலாறின் சிறு பகுதியிலேனும்
உனக்குள் நான்
நிலைத்திருக்கத் தக்கவள்.
என்னைக் குடித்தும் நீ, ததும்பி நி-
ற்பாய்.

என்னைச் செதுக்கிய பள்ளிக்
கூடமும்,
மனதைச் சிதைத்த விசச் சிலந்திக-
ளும்,
நான் பாய்ந்து குதித்து
நீச்சலடித்த சிற்றாறுகளும்,

இறக்கையடித்த காலத்து
தோழமைப் பட்டாம் பூச்சிகளும்...
எண்ணிலடங்காத இராகங்களையும்,
உன்னிடம்தான் கையளித்துப் போகிறேன்.

உன் நினைவுகள்,
கண்ணீர் வங்கியின் திறவுகோலாகி,
என் கை பிடித்திழுக்க,
இங்கு நான் கவிதை புனைகிறேன்.

பிடுங்கி நட்ட செடி, நிலைத்தூன்ற
நெடுநாட்களாகலாம்.
பிரிவுச் சூரியனின் கதிர்கள் பட்டு,
வாடியும் போகலாம்.
செத்துப் போகாமல் தளைக்க,
இங்கு யார் நீரூற்றவரோ?

வித்தூன்றி நான் முளைத்த
என்தாயக மண்ணே, சம்மாந்துறையே,
நான் சென்று வருகிறேன் வணக்கம்.
நான்வென்று வருவேன் வணக்கம்.
என்னை வழியனுப்பி, வாழ்த்துவாயாக.!

சம்மாந்துறை மஷூறா.
மருதமுனை.

முன் அட்டையை அலங்கரிப்பவர் - எஸ்.எச். மும்தாஜ் பேகம்

திருமதி. எஸ்.எச்.மும்தாஜ் பேகம், அம்பாறை மாவட்டத்தின் சம்மாந்துறையைச் சேர்ந்த சாகுல் ஹமீது, சலாமத்து பீவி தம்பதிகளின் மூத்த புதல்வியாவார்.

இவர் சம்மாந்துறை தேசிய பாடசாலையில் கல்வி கற்றவர். 1968ம் ஆண்டு தனது சிறு பராயத்திலேயே இலக்கியத் துறையில் அடியெடுத்து வைத்துள்ளார்.

1974இல் இவர் ஒலுவிலைச் சேர்ந்த மர்ஹூம் மு.ஆ. அப்துல் ஹமீட் கணித ஆசிரியரை மணமுடித்தார். இவர்களுக்கு முகம்மட் பௌமி(ஆசிரியர்), பஸ்மினா பேகம்(ஆசிரியை) ஆகிய இரு பிள்ளைகள் உள்ளனர்.

இவர் மேடை நாடகங்களில் நடித்துள்ளதோடு, ஹஹயார். ஹமீட் என்ற பெயரிலும் எழுதியுள்ளார். மும்தாஜ் பேகம் 1979இல் வாழைச்சேனை அந்நூ ர் மகா வித்தியாலயத்தில் ஆசிரியையாக கடமை புரிந்தார். அதன்பின் 1968இல இவர் ஓட்டமாவடி பாத்திமா பலிகா மகா வித்தியாலயத்தில் பாடசாலை நூலகராக நியமனம் பெற்று சேவை புரிந்தார். அதன்பின் சம்மாந்துறை தேசிய பாடசாலையிலும், ஒலுவில் அல்-ஹம்றா தேசிய பாடசாலையிலும் கடமை புரிந்து ஓய்வு பெற்றார்.

இவர் மாணவர்களுக்கு கலை உணர்வை ஊட்டி கலைவிழா, தமிழ்த் தின விழா போன்ற போட்டிகளில் மாணவர்களை வெற்றி பெறச் செய்துள்ளார். இவர் தற்போது கலை இலக்கியப்பணிகளில் தன்னை அர்ப்பணித்துக் கொண்டு இயங்குவதுடன் அவ்வப்போது கலை இலக்கியப் போட்டிகளில் பங்குபற்றிப் பரிசில்களும் பெற்றுவருகிறார்.

இவரது ஆக்கங்கள் மும்தாஜ் பேகம், மும்தாஜ் ஹமீட் என்ற பெயரிலும் பேகம், தாஜ், ஹமீட், பிரியா என்ற புனை பெயர்களில் தினகரன், வீரகேசரி, மீள் பார்வை, சுடர் ஒளி, ஒளி அரசி, மித்திரன், மெட்ரோ நியூஸ் போன்ற பத்திரிகைகளில் பிரசுரமாகியுள்ளன. இவரது படைப்புக்கள் தினபதி, சிந்தாமணி, பத்திரிகைகளில் வெளிவந்தன. வானொலியில் பூவும் பொட்டும் நிகழ்ச்சியில் மும்தாஜ் பேகம் என்ற பெயரில் ஒலிபரப்பானதுடன் தற்போது வர்த்தக சேவை ஒலி மஞ்சரியிலும் ஒலிபரப்பாகின்றது.

இவர் சம்மாந்துறை எழுத்தாளர் சங்கம், நிறைமதி கலை இலக்கிய சங்கம் ஸ்ரீலங்கா பென் கிளப், கடல் பறவை போன்ற அமைப்புக்களில் முக்கியஸ்தராக இருந்து இன்றும் கலை இலக்கியப் பணிகளை ஆற்றிக் கொண்டு இயங்குகின்றார்.

இவர் 02.12.2017ஆம் ஆண்டு அட்டாளைச்சேனை கலாசாரப் பிரிவினால் கலை இலக்கியத்துறையில் சிறந்த பங்களிப்பை நல்கியமைக்காக விருது வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டார். 21.12.2017இல் அட்டடாளைச்சேனை கலாசாரப் பிரிவினால் சிறந்த கலைஞராக கௌரவிக்கப்பட்டார். 10.12.2018ல் அட்டடாளைச்சேனை கலாச்சாரப் பிரிவினால் "சுவதம்" விருது வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டார். மேலும் மகளிர் தினத்தை முன்னிட்டு 08.03.2020இல் கிழக்கு இளைஞர் அமைப்பினால்

சிறந்த கலைஞரென விருது வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டார். 03.03.2019இல் தமிழ் ஊடக வலையமைப் பினால் சம்மாந்துறை "பெண்கள் முதன்மைகளும் எழுத்தாளர்களும்" என்று பொன்னாடை போர்த்தி கௌரவிக்கப்பட்டார்

2020இல் நூருன்ஜன் நஜ்முல் ஹுசைன் தொகுத்து வெளியிட்ட "மின்னும் தாரகைகள்" நூலிலும் பதிவாகியுள்ளார். எமது நாட்டில் மட்டுமன்றி இந்தியாவிலும் கெப்டன் பதிப்பகத்தில் "உடைந்த கப்பல்" கவிதைத் தொகுதியிலும் இவரது கவிதைகள் இடம் பெற்றன. 08.04.2020ல் அட்டாளைச்சேனை பிரதேச சபையால் கலை இலக்கியத்துறையில் சிறந்த பங்களிப்புச் செய்தமைக்காக விருது வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டார். அகில இலங்கை கலாசாரப் பிரிவினால் 2021இல் "கலாபூஷணம்" அரச விருது வழங்கி கௌரவிப்பப்பட்டார். தற்போது முகநூல் குழுமங்களில் நடத்தும் கவிதைப் போட்டிகளிலும் பங்குகொண்டு சான்றிதழ்கள் பெற்று வருகின்றமை குறிப்பிடத்தக்கது.

2021 Srilanka Pen club இன் நிந்தவூர் தோம்புக் கண்டத்தில் நடைபெற்ற முதலாவது மாநாட்டில் வெளியிடப்பட்ட சுட்டு விரல் கவிதைத் தொகுதியில் இவரது கவிதையும் இடம்பெற்றுள்ளது.

2022 இல் தென்கிழக்கு பல்கலைக்கழகத்தில் நடைபெற்ற இரண்டாவது முஸ்லிம் பெண் எழுத்தாளர் மாநாட்டில், கௌரவிக்கப்பட்ட, அரசவிருது பெற்ற ஐவரில் இவரும் ஒருவராவார். அவரி ஏழு அட்டைப் படத்தை அலங்கரித்த ஸ்ரீலங்கா பென் கிளப்பின் ஆளுமைகளுள் ஒருவரான மூத்த பெண் எழுத்தாளர் எஸ். எச். மும்தாஜ் பேகம் நீண்டகாலம் எழுத்துலகில் பிரகாசிக்க வாழ்த்துக்கள்!

ஷாமென் நிஸாம்டீன்
கட்டுகஸ்தோட்டை

மில்க் புடிங்க்

டின்பால் 1
விரும்பிய ஒரே கலரில் ஜெலி பக்கட் 2
சுகர் 2 ஸ்பூன்.
யோகப் 2 கப்.
தேவைக்கு பிளம்ஸ் முந்திரி பாதாம் பிஸ்தா நொறுக்கியது ஏதேனும் ஒன்றாவது.
வெனிலா அல்லது ஏலக்காய் பவுடர்.

செய்முறை

ஜெலட்டினை இளம் சுடுநீரில் கரைத்துக் கொள்க. நன்கு ஆறியதும் அதே பாத்திரத்தில் டின் பாலையும் ஊற்றுக. வெனிலா அல்லது ஏலக்காய் பவுடர் சேர்க்க.
சீனியும் சேர்க்க. நன்கு மிக்ஸ் பண்ணி குளிரூட்டியில் வைக்க. அரைமணி நேரத்தில் அதன் மேல் பாதாம் அல்லது முந்திரி ஏதேனும் தூவி மீண்டும் குளிரூட்டியில் வைத்து பரிமாறுக.
மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

அன்னாசி பப்பாளி ஜேம்

அன்னாசி பப்பாளி இரண்டையும் தனித்தனியாக கிரைண்டரில் அரைத்து ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு அதில் ஏலம் கருவாபட்டை இட்டு நன்றாக கொதிக்க விடவும். உப்பு சேர்க்கவும். இறுகி வரும் போது சீனி, உங்கள் சுவைக்கேற்ப பார்த்து சேர்க்கவும். சரியான பதத்தில் அடுப்பில் இருந்து இறக்கி வைக்கவும்.
அன்னாசி, பப்பாளியை விட கூடுதலாக இருக்க வேண்டும்.

கவிதை படைப்போம் நயப்போம்

இலக்கிய வடிவங்களில் காலத்தால் முந்தியது கவிதை / பாடல் என்பன. மிகப்பழங் காலத்திலே இயற்கையை தன்வசப்படுத்த விரும்பிய மனிதன், அதனை ஏவல்கொள்வது போலவும், அதற்கு கட்டளை இடுவது போலவும் சுருங்கிய செறிவான சொற்களில் பாடினான்.

புராணப் பாடல்கள் இறைவழிபாட்டுட னும் சமயச் சடங்குகளுடனும் நெருங்கிய தொடர்புடையன. கவிதையானது அறநெறி களை எடுத்துரைப்பதற்கான சாதனமாகவும் பயன்படுத்தப்பட்டது. பிறிதொரு காலத்தில் பக்தி உணர்ச்சியை வெளிப்படுத்தும் சாதனமாகவும் கருதப்பட்டது.

வைத்தியம், வரலாறு, போர்க்கலை, தத்துவம் முதலான அறிவுத்துறைகள் பலவற்றை செய்யுள்களில் எழுதி வைத்திருந்தனர். கவிதையிலே ஓசைச்சிறப்பு உண்டு. கவிதையானது சொல், பொருள், ஓசை, அலங்காரம், உணர்வு ஆகிய பல்வேறு அம்சங்களை தன்னுள் அடக்கியுள்ளது. ஒரு சொல்லிற்கு பொருளாற்றலும், ஒலியாற்றலும் உள்ளது. இத்தகைய தன்மைகளை சிறந்த வகையில் புலப்படுத்துவது கவிதையேயாகும்.

சொல்லுக்குள் எளிதாக நிற்காத பொருளையெல்லாம் சொல்லிலே வசப் படுத்தி பல உத்திகளைக் கையாண்டு புலப்படுத்துகின்றான்கவிஞன். உயர்கவிதை களிலே உவமை உருவகங்கள் வெறும் உத்திகளல்ல. அவையே அடிப்படை களும் ஆகிவிடுகின்றன. கவிதை என்பது வாசகருக்குப் புதிய அனுபவ உணர்வை வாழ்க்கை பற்றிய புதிய தரிசனத்தை வழங்குகிறது.

கவிஞர் இக்பால் பூவைப் பார்க்கிறார். மின்மினியையும் பார்க்கிறார். அந்த கவிஞரின் பார்வையில் ஓர் அற்புதமான உண்மை புலப்படுகிறது.

மின்மினியில்
ஒளியாக இருப்பதே
மலர்களில்
மணமாக இருக்கிறது

என்ற அற்புதமான கவிதை பிறக்கிறது.

உவமை வேறுபட்ட பொருட்களிடையே யான ஒற்றுமையை மட்டுமே காட்டிட உருவகமோ இரண்டையும் ஒன்றாக்கி விடுகிறது. மரபுக்கவிதை உவமையையும், உருவகத்தை யும் கையாளுகிறது. புதுக்கவிதை படிமத்தையும், குறியீட்டையும் கையாளுகிறது. படிமம் உள்ளார்ந்த தன்மையினை காட்டக்கூடியது. மனது, கண்ணுக்கு புலப்படும் உருவங்களையே பதிவு செய்கிறது. புலப்படாதவற்றை உருவமாக்கிச் சொல்வதுதான் உண்மை யான கவிதைப் படிமமாகும்.

"மனம் நொந்துவிட்டது.
அவள் உருகிவிட்டாள்"

இவை படிமங்களாகும்.

வெறுமனே உவமை உருவ கங்களை கையாள்வதைவிட படிமம் குறியீடுகளை கையாள்வதால் கவிதைக்கு ஆழமும் நிரந்தரத்துவமும் கிடைக்கும்.

கவிதைக்கு உயிர் அதன் உள்ளுறை அல்லது உரிப் பொருளாகும். உரிப் பொருளானது ஓர் எண்ணமாகவோ, உணர்ச்சியாகவோ அல்லது இரண்டும் கலந்ததாகவோ இருக்கலாம். கவிஞனின் நோக்கம் ஒன்றை அறிவிப்பதல்ல. உணர்த்தி வைப்பதாகும்.

புதுக்கவிதை படிமத்தையும்,

குறியீட்டையும் கையாளுகிறது. படிமம் உள்ளார்ந்த தன்மையினை காட்டக்கூடியது. உவமை, உருவகம், குறியீடு இம்மூன்றும் எண்ணப்படங்களை எழுப்புகின்றன. இவற்றை சிலர் படிமம் என அழைப்பர். படிமங்களுக்கான படைப்புச் செயலே கற்பனைதான். அதாவது சொல்ல வேண்டிய கருத்தை விளக்கமாகவும், விரும்பத்தக்கவிதத்திலும் சொல்வதற்கு உதவுகின்ற கருவியே படிமம் ஆகும்.

கவிதையிலே ஒலிநயம் தோன்றுவது கவிஞன் சொற்களை கையாலும் வகையிலே தங்கியுள்ளது. கவிதையில் ஆர்வமும், இரசனையும் உள்ளவர்கள் கவிதைக் கலையினை அறிந்து கொண்டால் உயர்ந்த கவிஞராகலாம்.

வேற்றுமையில் ஒளிந்திருக்கும் ஒற்றுமையைக் கண்டறியும்போதே அற்புதமான கவிதை பிறக்கிறது. கவிஞன் காணுகின்ற விடயத்தை கேட்பவர் உணர்ச்சிகளைக் கிளறி இதயத்தில் ஆழமாகப் பதியும்படி அழகாகச் சொல்வான்.

கவிஞன் தனது கவிதையில் கையாளும் குறியீடுகள் செயல்படும் முறையினை நோக்கினால் அவன் எந்த நோக்கத்தோடு அவற்றைக் கையாண்டுள்ளான் என்பதை அறியலாம்.

கவிஞர் அப்துல் ரஹ்மான் படிமம் பற்றி “கருத்துக்களும், உணர்வுகளும் அருவமானவை. அவற்றை கண்ணுக்கப் புலப்படும் உருவங்களாக ஆக்கிச் சொல்வது உயர்வான கவிதைப் படிமமாகும்”. என்றார்

நாமும் கவிதை படைப்போம் நயப்போம்!

அரபா மன்சூர்
கண்டி

மின் அழுத்தியும் மின்சார சேமிப்பும்

- தினமும் உடைகளை அழுத்துவதை விடுத்து, வாரத்திற்கு ஒருமுறை உடைகளைச் சேர்த்து வைத்து அழுத்துவது நல்லதாகும்.

- மின்னழுத்தியை சூடாக்கி, முதலில் கனமான துணிகளை அழுத்தியபின் பருத்திபோன்ற துணிகளை அழுத்தவும். அழுத்தியின் மின்னிணைப்பை துண்டித்து மிக மெல்லிய பட்டுத்துணிகளை அழுத்தவும்.

- அழுத்தும் போது உடைக்கு கீழே அலுமினியம் பலகையொன்றை வைத்து அழுத்துவதால் வெப்ப இழப்பைத் தவிர்க்கலாம். இதனால் மின்விரயம் குறைக்கப்படுகிறது.

- அழுத்தியபின் அழுத்தியை ஓய்வாக வைக்கும்போது நிமிர்த்தி வைப்பதால் வெப்ப இழப்பு தவிர்க்கப்படுகிறது.

- வெப்பத்தின் அளவைக் காட்டும் ஒளிச்சமிச்சைகளைக் கொண்ட மின்னழுத்திகளைப் பாவிப்பதே சிறந்தது.

- ஈரமான உடைகளை அழுத்துவதை தவிர்த்துக் கொள்வது நன்று.

- உடைகளை ஒன்றின் மேலாக ஒன்றை வைத்து அழுத்துவதனால் சிக்கனத்தைப் பேண முடியும்.

இஸ்மாலிஹா
புஸல்லாவ

நாட்டார் பாடல்

கிராமிய மணம்

புளிய உரல் நாட்டி
புதுச்சுளகு கிட்ட வச்சி
புளியம்பூ நிறத்தாள் இப்போ
புழுங்கநெல்லோ குத்துறது....

நாவ உரல்நாட்டி
நற்சுளகை கிட்டவச்சி
பலாப்பழநிறத்தாள் இப்போ
பச்சை நெல்லோ குத்துறது......

முத்தால முத்தருள
முகத்தால வியர்வை சிந்த
தங்கப்பொன் முகத்தழகி நீங்க
தனிஉலக்கை போர்ரயளோ....

சந்தியில நின்று
சத்தமிட்டு பேசாதீங்க
ஊரார்அறிந்தாக்கா உங்கள
கள்ளனென்று சொல்லுவினம்.....

தாழக் கிணற்றில்
தடதடெண்டு பட்டையுட்டு
தண்ணீர் அள்ளிவந்து
தடுமலாகிக் கொள்ளாதடி....

தந்திரம் போட்டு
தனகாட்டி ஒங்களுக்கு
பத்தியமில்லை
பார்கிளியே வேறவழி....

முந்தானை முக்காட்டில்
முழு மூச்சாய் நடந்துவரும்
முக்குலுத்தும்மா ஒங்கட
முகந் தொறங்க பேச்சுவரும்

தந்திரம் போட்டுத்
தனகாட்டி ஒங்களுக்கு
பத்தியமில்லை
பார்கிளியே வேறவழி
கீழக் கரைக்குப் போய்
கிதாபு ஓதி வந்தீரெண்டால்

கும்பகோண ஆலாத்தி நான்
குலவையோட ஏத்திடுவேன்....

ஊருவிட்டுப் போன பின்னே
ஒங்க முகம் காணாம என்ர
தாரையிட்ட கண்ணால
சலஞ் சலமா ஓடுதுங்க.....

ஐந்து திங்கள் ஐந்து செவ்வாய்
ஐயாறு முப்பது நாள் என்ர
பஞ்சவர்ணக் கிளியார்ர
கஞ்சி தண்ணி எப்படியோ....

கண்டி கொழும்போ
கண் காணாத் தேசமல்லோ
கீழக்கரையல்லோ என்ர
கிளியிருந்து ஓதுறது.....

ஓதக் குர்ஆனும்
ஒழுவெடுக்கும் செம்பும்
பாடுங் கிதாபும் மச்சான்
பார்த்தெடுக்கப் போனாரோ....

நூல் - கிராமிய மணம்
கிழக்கிலங்கைப் பெண்
தமிழ் ஒளி பேராதனை
ஷர்புன்னிஸா

கைப்பணியும் காரிகையும்

தேவைக்கு உதவாது என கழித்துவிடப்படும்பொருட்களை உற்பத்திக்க பயன்படுத்தலாம். பொழுது போக்காகவும் பொருளாதார வாய்ப்பையும் ஏற்படுத்தும் கைப்பணிகள் நிறையவே உள்ளன.

சந்தைவாய்ப்புடன் கூடிய குழந்தைபொம்மை, காசு சேமிக்கும் உண்டியல், வீட்டு அலங்காரப் பொருட்கள் என்பவற்றை தயாரித்து விற்பனை செய்வதனால் வீட்டிலிருந்தபடியே பணம் சம்பாதிக்க முடியும்.

கடதாசி பொம்மை தயாரித்தல்

தேவையான பொருட்கள்

- கடதாசி
- கோதுமை மாவு
- பைண்டர்கம்
- வைபிங் பவுடர்
- சான் பேப்பர்
- சிறு கம்பி
- வர்ணம்

செய்முறை

கடைகளில் வாங்கக்கூடிய பொம்மை அச்சு அல்லது பிளாஸ்டிக் பொம்மை ஒன்றை இரண்டாக வெட்டிக் கொள்ளவும்.

கடதாசியை ஒருநாள் பூராக நீரில் ஊறவைத்து எடுக்க வேண்டும். கடதாசித்துண்டுகளை ஈரமாக இருக்கம் போதே அச்சில் ஒட்டி கோதுமைப் பசையை பூசி கடதாசித் துண்டுகளை மேலும் ஒட்டி, மேலும் பசையும் நீரும் கலந்து ஐந்து படையாக வருமளவும் ஒட்ட வேண்டும்.

நிழலில் ஒருநாள் வைத்து ஒட்டப்பட்ட தாள்கள் தடித்து வரும் போது அதனை அச்சிலிருந்து முழுவதுமாக கலட்டி எடுத்து உலரவிட வெண்டும்.

காய்ந்த பின்னர் ஓரங்களை கத்தரிக்கோலால் வெட்டிவிட வேண்டும். இவ்வாறே இரண்டு பாதிகளையும் செப்பனிட வேண்டும். பின்னர் இரண்டு பாதிகளையும் பொருத்தி பைண்டர் கம் கொண்டு ஒட்ட வேண்டும்.

பொருத்தப்பட்டவை மறையுமாறு நீரில் ஊறிய கடதாசியையும் பசையும் கலந்து ஒட்டி செம்மைப் படுத்த வேண்டும். உலர்ந்த பின்னர் ஏற்றவாறு வர்ணம் தீட்டிக் கொள்ள வேண்டும்.

இப்போது உங்கள் கைகளில் அழகிய பொம்மை தயாராகி இருப்பதைக் காணலாம்.

இது போல வேண்டிய உருவங்கள், பாத்திரங்கள் முதலானவை தயாரிக்கலாம். இவற்றை அன்பளிப்பாகவும் வழங்கலாம்.

லரீபா பதுர்தீன்.
கலேவல

நூல்களைப் பாதுகாப்பது எப்படி?

ஒரு நூலகத்தை உருவாக்கினால் எத்தனையோ சிறைச்சாலைகளை மூடலாம்.என்ற உண்மையான கருத்தை நாம் ஒவ்வொருவரும் ஏற்றாக வேண்டும்.

முக்கியமாக ஒவ்வொரு வீட்டிலும் நுல்களை சேகரித்து தமது பிள்ளைகளுக்கோ எம்மை சார்ந்தோருக்கோ பயன் தரக்கூடிய வழிகள் வகுத்து கொடுப்பதனால் பயன்கள் நிறையவே உண்டு.

வாசிக்கும் ஆற்றல் இயல்பாகவே வரக்கூடிய வழிகள் காத்துக்கிடக்கின்றது. பெற்றார்களாகிய நாம் குழந்தை பருவத்திலே அவர்களுக்கு சிறிய நூ ல்களை கொடுத்து வாசிக்கத் தூண்ட வேண்டும். இல்லையேல் வளர்ந்ததும் நூ லார்வம் அற்றுப் போய்விடும்.வாசிப்புப் பழக்கம் இல்லாத மாணவர்களிடத் தில் கல்வியறிவு குறைந்து வகுப்பில் பின்தங்கிய நிலையில் தள்ளப்பட்டிருப்பதை கண்கூடாகக் காணலாம்.

இக்காரணத்தை முன்வைத்தே பாடசாலைகளிலும் பொது இடங்களிலும் நூலகங்களின் அளப்பரிய பணி இன்றியமையாததாகின்றது.
அறிவுத்துறையில் ஆதிக்கம் செலுத்தி பிள்ளைகளின் வருங்காலம் சுபீட்சத்திற்கு அத்திவாரமிடுகிறது.

ஆகவே பயன்தரும் நூலகங்கள். கண்டது கற்க பண்டிதனாவான். என்ற முதுமொழிக்கொப்ப, பள்ளிப்படிப்பை தொடராதவர்கள் கூட நூல்களை வாசித்து ஆளுமைத்திறன் களை தனதாக்கியவர்கள் நம்முன்னே மின்னுகின்றனர்.

ஆகவேதான் நூல்களை நிறையவே வாசிக்க வேண்டும். வாசிப்பே நம் சுவாசம் என்போம். ஆகவே ஒவ்வொரு வீட்டிலும் பாடசாலைகளிலும் பொது இடத்திலும் நுலகங்களை அமைப்போம்.

அமைத்த நூலகங்களை எவ்வாறு பாதுகாப்பது என்ற விளக்கத்தை இங்கு தரலாம் என்று நினைக்கிறேன்.

நூல்களை பாதுகாக்க கூட்டு தயாரிக்கும் முறை:

கிராம்பு, கருவப்பட்டை, கரிஞ்சிரகம், மஞ்சல் போன்ற வற்றை சற்று வறுத்து அல்லது வெயிலில் உலர்த்தி இடித்து தூளாக்கியப்பின் கற்பூரம் அளவாய் எடுத்து தூளாக்கி அதையும் சேர்த்து நன்றாக கலந்து சுத்தமான வெள்ளைத் துணியில் ஒரு மேசைக்கரண்டி அளவிட்டு சிறிய சிறிய பொட்டலங்களாகக் கட்டி புத்தக அடுக்குகளுக்கிடையில் வைக்க வேண்டும்.

இவ் வாசனைக்கு கரையான், கரப்பான் போன்றவை புத்தகத்தின் பக்கமே வராது புத்தகங்களை சேகரிப்பது மட்டுமல்ல பாதுகாக்கவும் தெரிந்திருக்க வேண்டும்.

அதிகமாகப் பயன்படுத்தும் நூல்கள் விரைவில் பழுதடைந்து விடுகின்றன. அதுமட்டுமன்றி பாவிக்காது விட்டாலும் எலியாலும் பூச்சிகளாலும் ஊறு நேர்ந்து விடுகிறது. இயற்கையாகவே குறிப்பிட்ட காலத்தின் பிறகு நூலின் பக்கங்கள் உக்கி உடைந்து போகின்றன. கோர்த்துக் கட்டிய நூல் உக்கிவிடும் போது மீள மட்டைகட்டி வைக்கலாம்.

குளிர் காலங்களில் பூஞ்சணம் நூலில் படர்ந்து அதன் பக்கங்களை கறுப்பாக்கி வாசிக்க முடியாதவாறு செய்கின்றன. சூரியஒளி படக்கூடிய இடங்களிலேயே புத்தக இராக்கைகள் வைக்கப்பட வேண்டும்.

நூல்களை அடுக்கிவைத்துள்ள மர அலுமாரிகளில் உள்ள ஈரப்பதன் காரணமாக கரையான் தாக்கம் அதிகரிக்கும். இதனைப் பாதுகாக்க அடிக்கடி புத்தக இராக்கைகளை சுத்தப் படுத்த வெண்டும். மரத்தினாலான புத்தக அலுமாரியை சுவறிலிருந்து ஒரு அடி தள்ளியே வைக்கவேண்டும்.

நூலகத்தையும் சுற்றாடலையும் தூய்மையாக வைத்திருப் பதனால் கரப்பான் பூச்சிகளை அப்புறப்படுத்தலாம். கறியுப்பு கரப்பான் பூச்சிகளை விரட்டும் சக்தி வாய்ந்தது. நூல்களை காலத்துக்கு காலம் பிரித்து பக்கங்களை விசிறிவிட்டு அடுக்குவதன் மூலம், நூலினை குறுக்காக துளையிட்டுச் செல்லும் குடம்பிப் புழுக்கள் நசிந்து அழியக் கூடியதாக உள்ளது.

புத்தகங்களை பழுதுபடச் செய்யும் வெள்ளிமீன் எனப்படும் தட்டையான மினுங்கல் நிறம் கொண்ட பூச்சிகளை அழிக்க கற்பூரவில்லைகளை பயன்படுத்தலாம்.

நூல்களில் குறிப்பு எழுதல், தாள்களை மடித்தல், கிழத்தல், படங்களை, வெட்டுதல், குறிப்புக்களை வெட்டியெடுத்தல், மட்டையை பிடித்து அவதானமின்றி தூக்குதல், அழுக்கான கைகளால் நூல்களைப் பிடித்தல், பக்கங்களை அவசரமாகப் புறட்டுதல், புத்தகங்களை வீசியெறிதல், புத்தகத்தின் மேல் தலைசாய்த்தல், புத்தகத்துள் கனமான பொருட்களைத் திணித்து வைத்தல். எச்சில் தொட்டு புறட்டுதல் முதலானவற்றை தவிர்ப்பதன் மூலம் நுல் களை பாதுகாக்கலாம். அதனால் நூல கங்கள் பிரகாசமடையும்.

நூல்களை பாதுகாப்போம் பயன் பெறுவோம்.

எஸ்.யூ.கமர்ஜான் பீபீ (J.P)

திண்மக் கழிவு முகாமைத்துவம்

தற்போது பொருளாதார நெருக்கடிகளுக்கு மத்தியில் வாழ்ந்து வரும் நாம் எம் சுற்றாடலையும் பாதுகாக்க வேண்டிய கடப்பாடு உடையவர்கள். இதற்காக சூழலில் உள்ள திண்மக் கழிவுகளை சிறந்த முறையில் முகாமை செய்ய வேண்டியது அவசியமாகும். இந்த உலகத்தில் நல்ல சூழலை அமைத்து நாங்களும் வாழ்ந்து, எதிர்கால சந்ததியினருக்கும் நல்ல முறையில் வாழக் கூடிய நிலைபேறான சூழலை அமைத்துக் கொடுப்பது எமது தலையாய கடமையாகும்.

எமது சூழலில் காணப்படும் குப்பை கூலங்களால் நாம் அனைவருமே பாதிப்புக்குள்ளாகின்றோம். எனவே எமது சூழலில் உள்ள திண்மக் கழிவுகளை முறையாக கையாளுவதனால் பணம் சேகரிக்கப்படுவதுடன், ஆரோக்கியமான சூழலையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும். இதற்காக குப்பைக் கழிவுகளை எவ்வாறு கையாளுவது, உணவுக் கழிவுகளை என்ன செய்வது, மீள் பாவனைக்கு உட்படுத்தக் கூடியதான கழிவுகள் எவை என்பனவற்றை கண்டறிதல் வேண்டும்.

இதற்காக வீடுகளில் காணப்படும் திண்ம கழிவுகளை சரியான முறையில் அடையாளப்படுத்தலாம். அதாவது,

- சமையல் அறைக் கழிவுகள்
- தோட்டக் கழிவுகள்
- பிளாஸ்டிக் கழிவுகள்
- கண்ணாடிக் கழிவுகள்
- கற்கள்
- பொலித்தீன் கழிவுகள்
- உலோகக் கழிவுகள்
- டின்கள்
- பெம்பஸ் கழிவுகள்
- அச்சிடப்பட்ட தாள்கள்

என வேறுபடுத்தலாம்.

அதே போன்று உக்கும் கழிவுகள், உக்காத கழிவுகள் என்றும் பிரதானமாக இரு வகையாக பிரிக்கப்படும். உக்கும் கழிவுகளாக தோட்டக் கழிவுகள், சமையலறைக் கழிவுகள், பண்ணைக்

கழிவுகளை கொள்ளலாம். உக்காத கழிவுகளாக பிளாஸ்டிக் பொருட்கள், கண்ணாடிப் பொருட்கள், பொலித்தீன் கழிவுகள், பெம்பஸ் கழிவுகள், டின்கள், அச்சிடப்பட்ட தாள்கள், உலோகக் கழிவுகளை கொள்ளலாம்.

இவற்றை முகாமை செய்ய பிளாஸ்டிக் பைகளுக்கு பதிலாக துணியினாலான பைகளை பயன்படுத்தல்.
குறைவான பொதியிடல் கொண்ட பொருட்களை கொள்வனவு செய்தல்.
மனைக் கழிவுகளை பயன்படுத்தி மண்புழு உரம், சேதன உரம் தயாரித்தல்.
பேப்பர் பாவனையை முடியுமான அளவு குறைத்து வாழை இலை, தேக்கு இலை போன்ற பதிலீட்டு பொருட்களை பயன்படுத்தல்.

உங்கள் வீடுகளில் பயன்பாடு அற்றுக் காணப்படும் பொருட்களை முடிந்த வரை ஏனையோருக்கு நன்கொடையாக வழங்க முயற்சி செய்யுங்கள்.
நீடித்த பாவனை உள்ள பொருட்களை மீள பாவனைக்கு உட்படுத்தல்.
அபாயகரமான கழிவுகளை உரிய முறையில் அகற்றுதல்.
வீட்டிலுள்ள சமையல் கழிவுகள் மற்றும் வீட்டு முற்றத்தில் உள்ள கழிவுகளை சேதன பசளை உற்பத்திக்கு பயன்படுத்தல்.
இயற்கை உரம் தயாரிப்புக்காக ஒரு தளத்தை உருவாக்குதல்.

போன்ற செயற்பாடுகள் மூலம் எமது சுற்றுச்சூழலில் உள்ள திண்ம கழிவுகளை முகாமை செய்து எமது சந்ததியினருக்கு மாசற்ற இயற்கையை பரிசளிப்போம்.

முஹம்மது ஹனீபா முர்ஷிதா ஷிரீன்
சம்மாந்துறை.
விவசாயப் போதனாசிரியர்,
விவசாயத் திணைக்களம், ஏறாவூர்.

சிந்தனைத் துளிகள்

- எல்லாம் அறிந்தவனுமில்லை ஏதும் அறியாதவனுமில்லை.
- அன்புக்கு அன்னை அறிவுக்குத் தந்தை.
- கண்ணால் காண்பதும் பொய் காதால் கேட்பதும் பொய் தீர விசாரித்தறிவதே மெய்.
- தோல்வியே வெற்றி மாளிகையின் படிக்கற்கள்.
- பிறர் குறையைக் காண்பவன் அரை மனிதன் தன்குறையை காண்பவன் முழு மனிதன்.
- எதிலும் நம்பிக்கை வை அதிலும் உன் கை நம்பி வை.
- அறிவை அறிவால் அறிவதே அறிவு.
- போர் வீரனின் வாளை விட எழுத்தாளனின் பேனா முனை வலிமையானது.
- பலர் அறிய வாழும் பெண்ணுக்கு பலிச் சொற்கள் அதிகம்.
- தாயின் அன்பை வெளியிட உலகில் எந்த மொழியிலும் வார்த்தை இல்லை.
- பெண் இல்லா வீடு பேய்கள் வாழும் இல்லம்.
- மனிதனின் உண்மையான மதிப்பு அவன் வழங்குவதில் உள்ளது பெறுவதில் அல்ல.
- அமைதியான உள்ளமே மகிழ்ச்சிக் கடலின் எல்லை.

மனங்களை வெல்வோம்

"மனம்" என்பது சிந்தனை, நோக்கு, உணர்ச்சி, மன உறுதி, கற்பனை போன்றவற்றில் வெளிப்படுகின்ற அறிவு மற்றும் உணர்வு நிலை சார்ந்த அம்சங்களின் தொகுப்பை குறிக்கிறது. ஒருவருடைய எண்ணங்களுக்கு நிலைக்களனாக விளங்குவது அவருடைய மனம் ஆகும். ஒவ்வொரு மனிதனுடைய செயல்பாடும் அவனது மனதின் அடிப்படையிலேயே தான் இயக்கம் பெறுகிறது.

எண்ணம் போல் வாழ்வு!, "மனம் கொண்டதே மாளிகை" என்றெல்லாம் அன்றாட வாழ்வில் நாங்கள் பல பொன்மொழிகளை பரிமாறிக் கொள்கின்றோம். ஒவ்வொருவருடைய உள்ளத்தை வைத்தே அவருடைய அனைத்து விடயங்களும் மதிப்பிடப் படுகின்றன. "நல்ல உள்ளத்தில் தான் நல்ல சிந்தனை பிறக்கிறது" என்பது யதார்த்தபூர்வமான உண்மையாகும். "நிச்சயமாக செயல்கள் அனைத்தும் எண்ணங்களை பொறுத்ததே" என்பது நபி மொழியாகும். இஸ்லாமிய கண்ணோட்டத்திலும் சரி உளவியல் கண்ணோட்டத்திலும் சரி உள்ளமும் அதில் உருவாகும் பரிசுத்த எண்ணங்களும் ஒரு மனிதனுடைய நடத்தைகள் பண்பாடுகள் செயற்பாடுகள் அத்தனையையும் புடம் போடுகின்றன. எதிர்மறை எண்ணங்களை விடுத்து நேர்மறை எண்ணங்களை உள்ளங்களில் விதைப்பதன் மூலம் மனிதனுடைய செயல்பாடுகளும் நேர்மறை யானதாக வெளிப்படுகின்றன. அவ்வாறாயின் எவ்வாறு உள்ளங்களை வெல்வது ?

அன்பினால் மட்டுமே மனித மனங்களை வெல்ல முடியும். இந்த உலகை வெல்லவும் முடியும். அன்புக்கு கட்டுப்படாத எந்த உயிரும் இந்த உலகத்தில் இல்லை என்றே சொல்ல வேண்டும் அன்போடும் ஆதரவோடும் பரிவோடும் பாசத்தோடும் நாங்கள் அணுகும் போதும், கையாளும் போதும் எந்த ஒரு பயங்கர விலங்கு கூட வசப்பட்டு போகும். அத்தோடு மூர்க்க குணம் கொண்ட மனிதனும் வசப்பட்டு போவான்.

அன்பு ஒரு மனிதனின் அடிப்படைத் தேவை. அன்பு, காப்பு, கணிப்பு போன்ற தேவைகள் ஒரு பிள்ளைக்கு மாத்திரமன்றி வளர்ந்த பெரியவருக்கும் அவசியப்படுகின்றது. அன்பினை உரியவருக்கு உரிய நேரத்தில் வழங்க வேண்டும். அவ்வாறு வழங்கும்போது அது பூரண நிறைவு பெறுகின்றது.

தொட்டில்க் குழந்தை முதல் வயோதிபத்தை அடைந்துவிட்ட முதியவர்கள் வரை அன்பையே ஆசிக்கிறார்கள். எந்த முரண்பாடான பிள்ளைகளாக இருந்தாலும் கூட அன்பினால் அவர்களை கட்டிப் போட முடியும்.

ஆத்திரம் அழுகை கோபம் விரத்தி போன்ற இந்த மோசமான மன வெழுச்சி நிலைகளிலும் கூட அந்த உணர்ச்சிகளை கையாளும் சிகிச்சை முறை அன்பு தான் குழந்தை என்றாலும் பெரியவர்கள் என்றாலும் அன்போடு பேசி, அவர்களுக்கு அக்கறை காட்டும் பொழுது, அவர்களை அரவணைக்கும் போது அவர்கள் எம்மை சுற்றி சுற்றி வந்து எமது அன்புக்காக ஏங்குவதை காண முடியும். அன்புக்கு அத்தனை பெரிய ஈர்ப்பு சக்தி உண்டு.

மனங்களை வெற்றி கொள்ளும் முறைகளாக நாங்கள் பின்வருவனவற்றை நோக்க முடியும்.

- **ஒருவரை இன் முகத்தோடு அன்போடு உற்றுநோக்குதல்.**

முகம் அகத்தினைக் காட்டுகின்ற கண்ணாடியாகும். எனவே அந்த முகம்

தெளிவாக, மலர்ச்சியாக இருக்கும் போது எவரும் அன்போடு நெருக்கத்தோடு பழகி புரிந்துணர்வோடு வாழ முன்வருவார்கள். அடுத்தவரை இன்முகத்துடன் நோக்குதல் அவருடைய மனதை ஈர்க்கும் வழிமுறையாகும். மலர்ந்த முகத்துடன் இருக்கும் போது அந்த முகம் அனைத்து உள்ளங்களிலும் ஆழப் பதிவதுடன் இலகுவில் மறக்க முடியாததாகவும் ஆகிவிடும்.

- **பாசத்தோடு புன்னகை ஒன்றை பரிமாறுதல்.**

புன்னகை செய்வதும் ஒரு தர்மமாகக் கருதப்படுகிறது புன்னகை எனும் பொன்நகை சூடிக் கொள்வதன் மூலம் மனித மனங்களை வசீகரிக்கவும் வசப்படுத்த முடியும் வசியப்படுத்த முடியும். புன்னகை இருளான இடத்தையும் ஒளிமயமாக மாற்றி விடும். எனவே புன்னகைப்பதன் மூலம் மனிதன் மனங்களை வெல்ல வேண்டும்.

- **பாராட்டுதல்.**

பாராட்டுக்களுக்கு பரவசப்படாத உள்ளங்கள் உலகில் இல்லை என்றே சொல்ல வேண்டும். எந்த எதிர்பார்ப்புகளும் இல்லாமல் நாம் ஒருவரை பாராட்டும் போது அவரது உள்ளத்தில் நாங்கள் ஆழமாக பயந்து விடுகின்றோம் எமது பாராட்டு வார்த்தைகளை கேட்கும் அவரது உள்ளம் மலர்ந்து விடுகின்றது போட்டி பொறாமை விரோதம், குரோதம் போன்ற தீய குணங்கள் இல்லாமல் போகின்றன பாராட்டைப் பெறுபவருக்கு மீண்டும் மீண்டும் முன்னேற வேண்டும் உயர்வடைய வேண்டும் என்ற உத்வேகம் பிறக்கிறது.

நாம் ஒருவரை பாராட்டும் போது நமது உள்ளம் விரிவடைகிறது. நமது உயர் பண்பு வெளிப்படுகிறது. சந்தோஷம் பரிமாறப்படுகின்றது. சிறந்த மனப்பாங்கு வெளிப்படுகிறது. பாராட்டு பெறுபவரின் உள்ளத்தில் நமக்கு ஒரு தனி இடம் கிடைக்கிறது. எம்மை அறியாமலேயே ஒருவரின் உயர்வுக்கும் வளர்ச்சிக்கும் முன்னேற்றத்திற்கும் காரணமாகி விடுகின்றோம். எனவே அடுத்தவரைப் பாராட்டுவதும் மனங்களை வெல்ல வழிவகுக்கிறது..

- **ஒத்துணர்ந்து உடனிருந்தனர்**

ஒரு மனிதன் கைவிடப்பட்டு ஒதுக்கப்பட்டு ஓரங்கட்டப்பட்டு, புறக்கணிக்கணிக்கப்பட்டுத் தனிமைப்படுத்தப்படும் போது அந்த தனிமையை போக்கி ஒத்துணர்ந்து, உடனிருந்து, ஆறுதல்படுத்தி, அன்பினை பரிமாறும் போதும் அந்த மனத்தை வெல்ல முடியும்.

எமது குடும்பத்தில் சரி அயற் சூழலில் சரி பிள்ளைகள் உறவினர்கள் நண்பர்கள் கணவன் மனைவி தாய் தந்தை இவர்கள் ஒவ்வொருவரின் தேவைகளையும் அறிந்து அவர்களது எதிர்பார்ப்புகள், எண்ணங்கள், விருப்பு வெறுப்புகளுக்கு ஏற்ற வகையில் நாங்கள் தேவைகளை நிறைவேற்றும் போதும் அவர்களின் உள்ளத்தில் சிம்மாசனம் போட்டு உட்கார்ந்து கொள்ள முடியும்.

- **தொடுகை ஸ்பரிசம்**

எம்மைச் சார்ந்த ஒருவர் துக்கப்படும் போது, துயரப்படும்போது, வாழ்வில் விரக்தி அடையும் போது அவர்களைத் தொட்டு ஸ்பரிசித்து அமைதிப்படுத்தி ஆறுதல் படுத்தி அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கும் போதும் அவர்களது மனங்களை வெல்ல முடியும்.

- **ஆறுதல் வார்த்தைகள் கூறுதல்**

நோய்வாய்ப் பட்ட ஒருவர் பாய் படுக்கையில் தவிக்கும் போது அவரை நோய் விசாரித்து ஆதரவளித்து ஆறுதல் வார்த்தைகள் கூறுவதும், பிரச்சினைக்கு உட்பட்ட ஒருவர் உளநெருக்கடிக்கு உள்ளாகி தவிக்கும் போதும் அவருக்கு ஆறுதல் வார்த்தைகளை கூறுவது மனதை வெல்வதுக்கு ஏற்ற வழிமுறையாகும்.

- **உதவி செய்தல்**

அடுத்தவர்களுக்கு நாங்கள் உதவி செய்ய கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். உதவி தேவைப்படுபவர்களுக்கு உடனடியாக அவர்களது தேவைகளை அறிந்து அந்த தேவைகளை நிறைவேற்றும் போதும் அவர்களின் மனங்களை நாங்கள் வெல்ல முடியும்.சரியான நேரத்தில் ஒருவருக்குச் செய்யும் உதவி அவரின் உள்ளத்தின் உச்சத்தில் எம்மை உட்கார வைத்து விடும்.

- **முகமன் கூறுதல்**

ஒருவரை ஒருவர் சந்திக்கும்போது எந்த மொழியிலாவது எந்த வகையிலாவது முகமன் கூறுவது உள ரீதியான மாற்றங்கள் ஏற்படுத்தும் வழிமுறையாகும். ஒருவரை ஒருவர் சந்திக்கும்போது முகமன் கூறுவதன் மூலம் அவர்களது இயல்பு நிலையை மாற்றி அவர்கள் உள்ளங்களை வசப்படுத்த முடியும். இஸ்லாமிய கண்ணோட்டத்தில் முகமன் கூறுவது ஒரு சிறந்த வணக்கமாகவும், நன்மை தருகின்ற செயலாகவும் இருக்கின்றது.ஒருவரை காணும் போதெல்லாம் அவருக்கு சலாம் கூறுவது மிகவும் உயரிய செயலாகும். "உங்கள் மீது சாந்தியும் சமாதானமும் உண்டாவதாக" என்று கூறும் போது ஒருவர் என்ன பிரச்சனையுடன் வந்தாலும் எந்த மனநிலையில் இருந்தாலும் அந்த நொடிப் பொழுதில் அவர் இயல்பு நிலையை மாற்றி புன்னகை செய்து மறுமொழி பகர்கின்ற போது அவரது உள்ளத்தில் ஒரு சிறந்த மாற்றம் ஏற்படுகின்றது. எனவே சலாம் என்பது மிகப்பெரிய உளவியல் மந்திரமாகும். "உங்களிடையே சலாம் சொல்வதை பரப்புங்கள்" என்று இஸ்லாம் தூர நோக்கான சிந்தனையை கற்றுத் தந்திருக்கிறது. மனித மனங்களை மாற்றம் செய்வதற்கான சிறந்த யுக்தியை சொல்லித் தந்திருக்கின்றது.

- **பணிவாக நடத்தல்**

எப்போதும் அடுத்தவர் முன் பணிவாக நடந்து கொள்ளவது பெருமையை தேடித் தருகின்ற மந்திரமாகும். தற்பெருமை கர்வம் செருக்கு இத்தகைய இழிகுணங்கள் ஒரு மனிதனை இன்னொரு மனிதனை விட்டும் தூரப்படுத்தும். எனவே பணிவோடு, அமைதியோடு பேசும் தன்மையினால் அகங்காரமான உள்ளத்தையும் வெல்ல முடியும்.

எமது வாழ்வில் அன்றாடம் நாம் அநேகமானவர்களுடன் பழக வேண்டி இருக்கின்றது. பெற்றோர் பிள்ளைகள் கணவன் மனைவி உறவினர் நண்பர்கள் என்று நாங்கள் பழகுகின்ற ஒவ்வொருவரிடமும் நாங்கள் பழகும் விதத்தைப் பொறுத்தே அவர்களின் மனங்களில் ஆழமாக இடம்பிடித்துவிடுறோம்.

மகிழ்ச்சியான மனம் உடையவர்களால் தான் மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கையை வாழ முடியும் மற்றவர்களின் மனங்களை வெல்வது மிகப்பெரிய சாதனையாகும். துக்கம் சோகம் விரக்தி சோர்வு முதலான மனப்பாங்குகளை களைந்து மகிழ்ச்சியான சூழலை உருவாக்குவதுடன் மகிழ்ச்சியை மனதெங்கும் நிரப்ப வேண்டும். பரஸ்பரம் புரிந்துணர்வு விட்டுக் கொடுப்பு, அன்பு, அரவணைப்பு, பிறரை மதித்தல், நல்லெண்ணம் வைத்தல் போன்ற நல்லுணர்வுகள் மூலம் நாங்கள் மற்றவர் மனங்களை வென்று எமது வாழ்வையும் சந்தோசமாக மாற்றிக்கொள்ள முடியும் வாழ்க்கை என்பது வாழ்வதற்கே இன்றும் நாளையும் நமக்கே. மனங்களை வெல்வோம் மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்வோம்

ஹாஜறா கலீலுர் ரஹ்மான்
காத்தான்குடி.

தையல் இயந்திரமும் பயன்களும்

தையல் இயந்திரம் என்பது மனித வாழ்க்கையுடன் பின்னி பிணைந்த ஒன்றாகும்.ஆண்,பெண் என இருபாலாரின் கைகளிலும் தவழ்ந்து வருகின்றது.

“கைத்தையல்” எனும் கலை வடிவமே தையல் உலகில் முதலில் உருவாகியது. இதற்கான ஊசியை விலங்குகளின் எலும்புகளிலும், கொம்புகளிலும் இருந்து தயாரித்தனர். அதற்கான நுலினை விலங்கிலிருந்தே ஸ்னிவ் செய்து எடுத்தார்கள்.

1814 இல் ஆஸ்திரிய தையல் நிபுணரான “ஜோசப்மடர்ஸ்பெகர்” தையல் இயந்திரத்தை கண்டுபிடித்தார். தோமஸ் ஸ்டோன், ஜேம்ஸ்ஹெனடர்ஸன, ஸ்காட்ஜான் போன்றவர்கள் பல ஊசிகள் கொண்ட எம்பிராய்டரி தையல் இயந்திரத்தை கண்டுபிடித்தனர். எலியாஸ்ஹோவே, சிங்கர், ஜோன் பிசர் என கண்டுபிடிப்பு பட்டியல் தொடர்ந்தன. தையல் இயந்திரங்கள் ஆடைத்தொழிற்சாலைகளிலேயே பயன் படுத்தப்பட்டன. மக்கள் இதன் மூலம் தொழிலையும், வருமானத்தையும் பெற்றுப் பெரும் பயன் அடைந்தனர்.

1889 இல் தான் வீட்டுப் பாவனைக்கான முதல் தையல் இயந்திரம் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு விற்பனை செய்யப்பட்டது. 1905 ஆம் ஆண்டு மின்சாரத்தில் இயங்கும் தையல் இயந்திரம் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அதனால் தையல் கலையும், தையல் இயந்திரமும் பாரிய வளர்ச்சி அடையத்தொடங்கின.சாதாரண லொக் தையல் இயந்திரத்திலிருந்து கொம்பியுட்டர் நுட்ப எலக்ரோனிக் வரை வளர்ச்சி அடைந்தன.

எலக்ரோனிக் தையல் இயந்திர வருகை “பைப்பிங், பைண்டிங், ரப்ள்ஸ், பிளீடிங், டார்னிங், ஹொம்மிஸ்க், பட்டன் துளை போடல் போன்ற செயற்பாடுகளை நேர்த்தியாகவும், விரைவாகவும் செய்ய தையல் கலைஞர்களுக்கு துணைபுரிகின்றது.

உலகப் பெண்கள் மத்தியில் அதிகமாக லொக் தையல் இயந்திரமே பயன்படுத்தப்படுகின்றது. இது சங்கிலித் தையல், ஓவர்எட்ஜ் தையல், பின்னல் வேலைகள் என்பனவற்றை மிகத்துல்லியமாக தைக்க உதவுகிறது.

இன்றைய தையல் வேலைகளில் ஈடுபடும் பெண்கள், ஈடுபட விரும்பும் பெண்கள் ஆகியோர் தையல் இயந்திரத்தை எவ்வாறு இயக்குவது? அதன் பாகங்கள் எவை? போன்ற அடிப்படைத் தகவல்களை தெரிந்து கொண்டால் தையலில் எதிர்நோக்கும் பிரச்சினைகளை தவிர்த்து பாரிய தொழில் வெற்றியைப் பெறலாம்.

லொக் தையல் இருபுறமும் ஒரே

மாதிரியாகவே அமையும். தட்டையாகவும், பாதுகாப்பாகவும் இருக்கும். மேலே ஸ்பூலில் இருந்து வரும் ஊசி நூலும் கீழே பபினில் இருந்து வரும் பபின் நூலும் இணைந்து லொக் ஆகின்றது. இதுவே "லாக் தையல்" ஆகும். நாம் ஆடை தைக்கும் இயந்திரமே லொக் தையல் மெசின் ஆகும். இது இரு வகைப்படும்.

1. சாதாரணமாக காலால் இயக்கும் கறுப்பு தையல் இயந்திரம்.

2. லொக் ஸ்டிட்ச் பவர் வெள்ளை தையல் இயந்திரம்.

பவர் மெசின் மிகவும் விரைவானது. இதனையே தையல் கலைஞர்கள் தெரிவு செய்தல் சிறந்தது. நிமிடத்திற்கு 5000 தையல்களை போடும்.

நீடில் பவர் மூலம் பிரசர் பூட் கட்டுப்படுத்தி இலகுவாக தையல் போட உதவும். பிரசர் பூட்டுக்கும் இரண்டு பெருவிரல்களுக்கும் இடையே குறுக்கலான திறப்பு உள்ளது இது துணியை உறுதியாகவும், இறுக்கமாகவும் தைக்க உதவுகிறது.இங்குள்ள த்ரோட் பிளேட்டில் சிறிய உருண்டையான ஊசி துளை உள்ளதால் தையல் பிரச்சினைகள் ஏற்படாது.

தையல் இயந்திரத்தின் பாகங்கள்

1. ஹேண்ட் வீல்

இயந்திர வலது புறம் உள்ளது. பெல்டினால் இயங்குகிறது. ஊசியின் இயக்கத்தை கட்டுப்படுத்தி மெசினை சீராக இயக்கும்.

2. ரவுண்ட் இயக்க நிறுத்தம்.

இது மெசினின் வலம் சுற்றும் சக்கரத்தை ஒட்டி உள்ளது.சக்கரம் சுற்றி தைக்க உதவும்.இதில் நூலையும சுற்றலாம்.

3. பிரசர் புட்

துணியை பற்றிப் பிடிப்பதற்கு பயன்படும்.இது பல வகையில் உள்ளன.

4. நீடில் பிளேட்

அரைவட்டதகடு. இதில் உள்ள துளை வழியாக நூல் சென்று தையல் தைக்க வழிகாட்டுகிறது.

5. நீடில் கிளாம்ப் ஸ்குரு

இது ஊசி பொருத்தப்பட்டுள்ள தண்டு. இங்கு ஒயில், அறுந்த நூல், கிழியும்துணி என்பன கேரிக்கும் உலோகத்தட்டு உள்ளது.

6. நூல் டெண்சண்ட் யுனிட்

மேல்நூலின் இறுக்கத்தையும்,தையல் தரத்தையும் சரி செய்யலாம்.

7. நூல் கைடு

ஊசி பெருத்தப்படும் ஒரு முனையாகும். ஊசியை சரியான அளவு திட்டத்தில் பொருத்தும் போதுதான் தையல் இறுக்கமாக அமையும்.

8.திரேட் டேக் அப்லீவர்

இதன் வழியாக நூல் கோர்த்து தைக்கும் போது நூலை மேலும், கீழுமாக அசைத்து தைக்க உதவும்.

9. பீட்டர்

பிரசர் புட்டுக்கு கீழுள்ள சிறிய உலோகத் தட்டு இது. இதில் உள்ள பல் தைக்கும் போது துணியை உள்ளே இழுத்துச் செல்கிறது.தையல் முடிந்ததும் ஒரு தையல் நீளத்திற்கு துணியை முன்னோக்கி நகர்த்துகிறது.

தையல் கலையின் பயன்கள்

"சித்திரமும் கைப்பழக்கம் செந்தமிழும் நாபழக்கம்" என்பதற்கு இணங்க தையல் கலையை பழகும் போதுதான் இயந்திரத்தை கையாளும் திறன், நுட்பம் என்பன வளர்ந்து வரும் பெண்களிடையே ஆர்வத்தை ஏற்படுத்தும்.

இதன் மூலம் மகளிர் சிறந்த தையல் கலை நிபுணராய் மிளிர்வார்கள்.

தையல் தைக்கும் பெண்கள் முதலில் தெரிந்து கொள்ளவேண்டியது யாருக்கு துணியை தைக்கப் போகிறோம் என்பதை அதாவது ஆணிற்கா, பெண்ணிற்கா, குழந்தைகளிற்கா என்பதை நிச்சயித்த பின்னர் உடல் அமைப்பு, அளவுத்திட்டம் என்பனவற்றிற்கு ஏற்ப வடிவமைத்தால் நிச்சயம் வெற்றி பெறலாம். பெண்களின் சுயதொழில், பகுதிநேரத்தொழில் என குடும்ப வருமானத்தை கௌரவமாக பெருக்க துணைபுரிகிறது. நேரம் கிடைக்கும் போதெல்லாம் காலை ஆட்டினால் பணம் வந்து உங்கள் வீட்டை தட்டும்.

ஒரு கல்லில் மூன்று மாங்காய்” என்பது போல குறைந்த வருமானம் பெறும் குடும்பங்களின் தலைவிகள் தங்களின் வருமானத்தை வீட்டில் இருந்தபடியே தையல் செய்து பெருக்கலாம். நேரத்தை பயனுள்ள வழியில் கழிக்கலாம். உடல், உள ஆரோக்கியத்தை அதிகரிக்கலாம்.

இன்று பெண்கள் வெளியில் செல்வது ஆபத்தான ஒன்றாக இருப்பதால் வீட்டில் பாதுகாப்பாக இருந்தபடி ஒரு வேலையை பெற்றுக் கொடுக்கிறது தையல் இயந்திரம். ஏனைய வேலைகள் ஆண், பெண் கலப்பு காணப்படும் நிலையில் இஸ்லாமிய வரம்பிற்குள் நின்று வீட்டிற்குள் அமர்ந்தபடியே அதிக வருமானத்தை பெற்றுத் தரும். வீட்டிற்கு ஒரு தையல் இயந்திரம் வைப்போம்.நமக்கும், நாட்டிற்கும் வருமானத்தை ஈட்டித்தரும் பெண்களாய் மிளிர்வோம்.

றஹிமா இன்சார்
மீராவோடை.

தனது மகனின் ஆசிரியருக்கு லிங்கன் எழுதிய புகழ் பெற்ற கடிதம்

அனைத்து மனிதர்களும் நேர்மை யானவர்கள் அல்ல, அனைத்து மனிதர்களும் உண்மையானவர்கள் அல்ல என்பதை எனது மகன் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஆனாலும், மனிதர்களில் அயோக்கிய மானவர்களுக்கு இடையில் உண்மையான நல்ல கதாநாயகர்களும் இருக்கிறார்கள் என்பதையும், சுயநல அரசியல்வாதிகளுக்கு இடையில் அர்ப்பணிப்பு மிக்க தலைவர்களும் இருக்கிறார்கள் என்பதையும் பகைவர்களுக்கு இடையில் நண்பர்களும் இருக்கிறார்கள் என்பதையும் அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள்

அவனுக்குப் பொறாமைக் குணம் வந்துவிடாமல் கவனமாகப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். மௌனமாக இரசித்துச் சிரிப்பதன் ரகசியத்தை அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள். எதற்கெடுத்தாலும் பயந்து சுருங்கிக்கொள்வது கோழைத்தனம் என்பதைப் புரியவையுங்கள்.

புத்தகங்கள் என்ற அற்புத உலகத்தின் வாசல்களை அவனுக்குத் திறந்து காட்டுங்கள். அதே வேளையில், இயற்கையின் அதிசயத்தை ரசிக்கவும் அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள் வானில் பறக்கும் பறவைகளின் புதிர் மிகுந்த அழகையும், சூரிய ஒளியில் மின்னும் தேனீக்களின் வேகத்தையும் பசுமையான மலை அடிவார மலர்களின் வனப்பையும் ரசிப்பதற்கும் அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள்.

ஏமாற்றுவதைவிடவும் தோல்வி யடைவது எவ்வளவோ மேலானது என்பதைப் பள்ளியில் அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள். மற்றவர்கள் தவறு

என்று விமர்சித்தாலும், தனது சுயசிந்தனை மீது அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை வைக்க அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள்.

மென்மையான சுபாவமுள்ள மனிதர்களிடம் மென்மையாகவும், முரட்டுக் குணம் கொண்டவர்களிடம் கடினமாகவும் அணுகுவ தற்கு அவனுக்குப் பயிற்சி கொடுங்கள்.

கும்பலோடு கும்பலாய்க் கரைந்து போய்விடாமல் எந்தச் சூழ்நிலையிலும் தனது சொந்த நம்பிக்கையின்படி சுயமாகச் செயல்படும் தைரியத்தை அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கஅனைத்து மனிதர்களின் குரலுக்கும் அவன் செவிசாய்க்க வேண்டும். எனினும் உண்மை என்னும் திரையில் வடிகட்டி நல்லவற்றை மட்டும் பிரித்து எடுக்க அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுக்க வேண்டும்.

துயரமான வேளைகளில் சிரிப்பது எப்படி என்று அவனுக்குக்

கற்றுக்கொடுங்கள். கண்ணீர்விடுவதில் தவறில்லை என்றும் அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்களபோலியான நடிப்பைக் கண்டால் எள்ளி நகையாடவும், வெற்றுப் புகழுரைகளைக் கண்டால், எச்சரிக்கையாக இருக்கவும் அவனுக்குப் பயிற்சி கொடுங்கள்.

தனது செயல்திறனுக்கும், அறிவாற்றலுக்கும் மிக அதிக ஊதியம் கோரும் சாமர்த்தியம் அவனுக்கு வேண்டும். ஆனால், தனது இதயத்திற்கும், தனது ஆன்மாவிற்கும் விலை பேசுபவர்களை அவன் ஒருபோதும் அனுமதிக்கக்கூடாது.

பெருங்கும்பல் திரண்டு வந்து கூச்சலிட்டாலும், நியாயம் என்று தான் நினைப்பதை நிலைநாட்ட தொடர்ந்து போராடுவதற்கு அவனுக்கு நம்பிக்கை கொடுங்கள்.

அவனை அன்பாக நடத்துங்கள். ஆனால் அதிக செல்லம்காட்டி சார்ந்திருக்க வைக்க வேண்டாம். ஏனென்றால் கடுமையான தீயில் காட்டப்படும் இரும்பு மட்டும்தான் பயன்மிக்கதாக மாறுகிறது.

தவறு கண்டால் கொதித்து எழும் துணிச்சலை அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள். அதே வேளையில் தனது வலிமையை மௌனமாக வெளிப்படுத்தும் பொறுமையை அவனுக்குக் கற்றுக்கொடுங்கள்

அவன் தன்மீதே மகத்தான நம்பிக்கை வைக்க வேண்டும். அப்போதுதான் மனித குலத்தின் மீது அவன் மகத்தான நம்பிக்கைகொள்இது ஒரு மிகப்பெரிய பட்டியல்தான், இதில் உங்களுக்குச் சாத்தியமானதையெல்லாம் கற்றுக்கொடுங்கள். அவன் மிக நல்லவன், எனது அன்பு மகன்.

ஜுவைரியா ஸதீக்
தம்பாளை

அல்லாமா இக்பாலின் சரிதத்திலிருந்து

அல்லாமா இக்பாலின் கல்விப் பயிற்சியில் தந்தையாரின் பங்கை விட தாயாரின் பங்களிப்பே அதிகமாக இருந்தது.

“தாயாரின் நினைவில்” என்ற தலைப்பில் தனது கவிதைத் தொகுப்பு “பாங்கேதரா”(அறிவிப்பு மணி) வில் ஓர் இரங்கங் பாவில்,

உன் வார்ப்பினாலும் வளர்ப்பினாலும் நான் வானத்தில் மின்னும் தாரகையினைப் போலானேன்.

என் இல்லமோ மூதாதையரின் கண்ணியமிகு சொத்தாக மாறியது

உலக வாழ்வின் ஆன்மீக வாழ்வின் அனுபவப் பாடமாக உனது வாழ்க்கை இருந்தது.

வாழ்வென்னும் நூலின் அரிதான பக்கங்களாக உனது வாழ்க்கை இருந்தது....

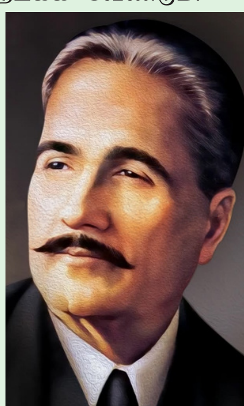
அல்லாமா இக்பால் தன் மகன் ஜாவீதுக்கு செய்த போதனை

மகனே, உலகில் கண்ணியத்துடனும், அமைதி, பொறுமையுடனும் வாழ்க்கையை கழிக்க வேண்டும்.

உறவினர்களோடு சிறந்த முறையில் தொடர்புகளை நீடிக்க வேண்டும்.

புதிய யுகத்தை, புத்தம் புதிய விடியலை, புத்துணர்ச்சி மிக்க மாலைப் பொழுதுகளை உருவாக்கிக் கொள்.

அருள் மறையையும் நபி வழியையும் பின்பற்றி நடக்க வேண்டும்.



எனது நண்பர்களை எப்போதும் நீ மதித்து நடந்து கொள்ள வேண்டும். நடைமுறை வாழ்வில் அவர்களின் ஆலோசனைகளைப் பெற வேண்டும்.

தற்கால உலகில் Cyber என்ற சொல்லானது நிச்சயம் அனைவரும் கேள்விப்பட்ட சொல்லாகத் தான் இருக்கும். ஏன் அந்த சொல்லால் பாதிக்கப்பட்டவர்களும் இங்கு ஏராளமாகவே இருக்கலாம்.

01. சைபர் குற்றம் என்றால் என்ன?
(What is cyber crime?)

Cyber = "சைபர்" என்ற சொல்லானது "இணையம்" என்பதைக் குறிக்கப் பயன்படும்.

அதே போல் Crime என்ற சொல்லும் நாளுக்கு நாள் அனைவரின் செவிகளிலும் விழும் ஒரு சொல்லாகத் தான் இருக்கும். ஏனெனில் இன்றைய யுகத்தில் நாளுக்கு நாள் நடந்து கொண்டிருக்கும் கொடுமைகளில் ஒரு நாளைக்கு ஒரு தடவையாவது இந்த சொல் நம்மை வந்தடையாமல் இருப்பதில்லை.

Crime = குற்றம். சைபர் குற்றம் என்பதன் மற்ற வார்த்தைகள்:

- இணைய குற்றம்
- இன்டர்நெட் குற்றம்
- இணைய தகவல்களை திருடுதல்
- டிஜிட்டல் வடிவில் உள்ள ஆவணங்களை களவாடுதல்
- இணையத்தில் உலவும் தகவல்களை இடைமறித்து பெறுதல்
- இணையத்தின் மூலம் குற்ற செயல்களில் ஈடுபடுதல்
- தொழில்நுட்ப தகவல் திருட்டு

cyber crime என்பது, மற்றவர்களுக்கு தீங்கிழைக்கும் நோக்கத்துடன் கணினி, இணையம் மூலமாக நடைபெறும் குற்றச் செயலாகும். இந்த சைபர் குற்றங்கள் கிரிமினல்களின் இலாபத்திற்காகவும், கணினிகளை சேதப்படுத்த அல்லது செயலிழக்க வைக்க நடத்தப்படுகிறது. சிலர் தீங்கிழைக்கும் நச்சு நிரல்களை (Virus) இணையத்தில் பரப்பி பாதிப்பை ஏற்படுத்துகின்றனர்.

02. சைபர் குற்றத்தின் நோக்கங்கள்.
(Purpose of cyber crime)

சைபர் குற்றங்களை செய்யும் கிரிமினல்களுக்கு பின்வரும் சில நோக்கங்கள் இருக்கும்.

- தனிப்பட்ட நபர்களின் அந்தரங்கத்

தகவல்களை அவரின் அனுமதி இல்லாமல் இணையம் வழியே திருடுதல்.

- அந்த தகவல்களை கொண்டு அவர்களை மிரட்டுதல், பணிய வைத்தல்.
- இன்டர்நெட் பேங்கிங் Login தகவல்களை, டெபிட் கார்ட், கிரெடிட் கார்ட் தகவல்களை திருடி அதன் மூலம் வங்கிக் கணக்கில் இருக்கும் பணத்தை எடுத்தல்.
- சில நபர்களின் புகைப்படங்களை ஆபாசமாக சித்தரித்து அதை இணையத்தில் பரப்புதல்.
- கணினி அல்லது சாதனங்களை சேதப் படுத்துதல் அல்லது செயலிழக்க செய்தல்.
- ஒருவரின் அனுமதி இல்லாமல் சட்டத்திற்கு புறம்பாக ஆன்லைன் வழியாக அவரை கண்காணித்தல்.
- சட்டவிரோதமாக இலாபத்தை பெரும் நோக்கில் தகவல்களை மாற்றுவது, சேதப்படுத்துவது, அழிப்பது.

03.சைபர் குற்றத்தின் வகைகள்.

(Types of cyber crime)

தொழில்நுட்பக் குற்றங்கள் பல்வேறு வகைகளிலும் வடிவங்களிலும் செயல்படுத்தப் படுகின்றன.

கணிணியினால் ஏற்படும் குற்றங்களை பின்வருமாறு பிரிக்கலாம்:

01.கணினியை குறிவைத்து ஏற்படுத்தப்படும் குற்றங்கள்

- கணினி நச்சு நிரல் (virus)

இது ஒரு வகை கணினி நிரலாகும், இது செயல்படுத்தப்படும்போது, பிற கணினி நிரல்களை மாற்றியமைப்பதன் மூலமும், அதன் சொந்த குறியீட்டைச் செருகுவதன் மூலமும் தன்னைப் பிரதிபலிக்கிறது. இந்த பிரதி வெற்றிபெறும் போது, பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகள் கணினி வைரஸ ால் "பாதிக்கப்பட்டுள்ளன" என்று கூறப்படுகிறது.

- சேவை மறுப்புத் தாக்குதல் (Denial of service attacks)

சேவை மறுப்புத் தாக்குதல் (Denial of Service attack - DoS attack, Distributed Denial of Service - DDoS attack) என்கிற சொற்றொடர் கணினியியலில், ஒரு கணினியோ(பெரும்பாலும் வழங்கிக்கணினி) அல்லது வலையமைப்போ(Network) தரும் சேவையை(Service)/ வளங்களை(Resource) அதன் உண்மையான பயனர்கள் அணுகாவண்ணம் முடக்க மேற்கொள்ளப்படும் தீய முயற்சியாகும்.

இந்த முயற்சியை செய்பவர் பல்வேறு காரணங்களுக்காக இதைச் செய்தாலும், பொதுவான நோக்கம் ஒரு கணினியோ அல்லது வலையமைப்போ தரும் சேவைகளை தற்காலிகமாகவோ அல்லது சேவை தரும் நிறுவனம் இதைக் கண்டறிந்து நீக்கும் வரையோ இடைமறிப்பது அல்லது முழுவதுமாக தடுத்து நிறுத்துவதே ஆகும்.

- தீப்பொருள் (Malware)

தீங்கிழைக்கும் மென்பொருள் என்பதன் சுருக்கம். இது கணினியின் செயல்பாட்டை கெடுக்கவும், முக்கியமான தகவல்கள் மற்றும் விவரங்களை சேகரிக்கவும், அல்லது தனியார் கணினிகளை அவர்களின் அனுமதி இன்றி அணுகவும் இணைய குறும்பர்களால் (ஹேக்கர்கள்) வடிவமைக்கப்பட்ட ஒரு மென்பொருள் ஆகும். விரோதமான, ஆக்கிரமிக்கின்ற அல்லது நிராகரிக்கின்ற மென்பொருள் அல்லது நிரல் குறியீட்டு வடிவங்களின் வகையைக் குறிக்க கணினி வல்லுநர்களால் பயன்படுத்தப்படும் சாதாரண சொல்லின் வெளிப்பாடே இதுவாகும்.

02.கணிணி மூலம் ஏற்படுத்தப்படும் குற்றங்கள்

- தொகு இணைய பின் தொடர்தல் (Cyberstalking)

இன்றைய கால கட்டத்தில் இடம்பெறும்

மிகப்பெரும் இணைய மோசடி இதுவாகும். அதாவது ஒருவரின் தனிப்பட்ட கணக்கை கணினி மூலமாகவோ, கண்காணிப்பு உத்திகள் மூலமாகவோ களவாடி அவர்களின் அத்தனை செயற்பாடுகளையும் அத்து மீறி பின் தொடர்வதை இது குறிக்கும்.

- இணைய மோசடி (Cyber Fraud)

இணையம், மின்னஞ்சல் அல்லது ஏனைய மின்னணு தகவல் தொடர்புகளை பயன்படுத்தி தனிநபர்கள் குழுவையோ அல்லது ஒரு நிறுவனத்தையோ மிரட்டல் அல்லது துன்புறுத்தலை குறிக்கும். பொதுவாக அச்சுறுத்தும் அல்லது தீங்கிழைக்கும் நடத்தைகளின் வடிவத்தை இது குறிக்கிறது.

- அடையாள திருட்டு (Identity theft)

ஒருவரின் தனிப்பட்ட தகவலை மோசடி செய்து நிதி நன்மைகளைப் பெற பயன்படுத்துவதாகும்.

- இணைய தகவல் போர் (Information warfare)

இணையப் போர் (cyberwarfare) என்பது கணினிகள், பிணையம் (networks) ஆகியவற்றை இலக்காகக் கொண்டு செயல்படுகிறது.

- மின்-தூண்டிலிடல் (Phishing)

மின்னணு தகவல் தொடர்புகளின் போது பயனர்பெயர்கள், கடவுச்சொற்கள் மற்றும் கடனட்டை விவரங்கள் (மற்றும் சில நேரங்களில், மறைமுகமாக, பணம்) போன்ற தகவல்களை நம்பகமான நபராக காட்டி தந்திரமாக ஏமாற்றுவதன் மூலமாக பெற முயற்சிக்கும் செயலாகும்.

04. சைபர் குற்றங்களுக்கான தீர்வுகள் (Cyber crime attacks and solutions)

இணைய தாக்குதல்களை முழுமையாக ஒழிக்க முடியாது என்றாலும், சில தற்காப்பு முறைகளை பின்பற்றுவதன் மூலம் அதிலிருந்து நம்மை தற்காத்துக்கொள்ளலாம். அவை மின்னஞ்சல்கள், SMS, சமூக வலைத்தளங்கள் ஆகியற்றில் வரும் தேவையற்ற இணைப்புகளை கிளிக் செய்யக்கூடாது. ஏனெனில் அவ்வாறு கிளிக் செய்வதால் நம்முடைய சாதனத்தை ஹேக் செய்ய வாய்ப்புள்ளது.

- அனைத்து பயன்பாடுகளிலும் Two-Factor Authentication (2FA) யை ஆன் செய்ய வேண்டும்.

- உங்களின் வங்கிக்கணக்கு தகவல்கள், ATM Card தகவல்கள், Credit Card பற்றிய விவரங்கள் போன்றவற்றை யாரிடமும் சொல்லக்கூடாது.

- ஹோட்டல்கள், பெட்ரோல் பங்குகள் போன்ற பல்வேறு இடங்களில் டெபிட் கார்டு அல்லது கிரெடிட் கார்டுகளை பயன்படுத்தி ஸ்வைப் செய்து பணத்தை செலுத்துவதை விட, QR Code> UPI அடிப்படையிலான செயலிகளின் மூலம் செலுத்தலாம்.

- மொபைல் மற்றும் கணினிகள் அவ்வப்போது செயலிகள், சாப்ட்வேர்களை அப்டேட் செய்ய வேண்டும்.

- உங்களின் சாதனத்தில் முக்கியமான தகவல்கள் இருந்தால், அதை Backup எடுத்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதன் மூலம் உங்களின் சாதனம் செயல் இழந்தாலும், தகவல்கள் பாதுகாப்பாக இருக்கும்.

05.Cyber Laws **(தொழில்நுட்ப சட்டங்கள்)**

இன்றைய கணினி மயப்படுத்தப்பட்ட உலகில் இணையப் பயன்பாடு என்பது இன்றியமையாத ஒரு விடயமாகும். இந்த இணையப் பயன்பாடு எந்தளவுக்கு எமக்கு பயனளிக்கக் கூடியதாக இருக்கிறதோ அந்த அளவிற்கு ஆபத்தானதாகவும் இருக்கின்றது.

நாளுக்கு நாள் சைபர் க்ரைம் என்ற பெயரில் பல இணைய குற்றங்கள் உலகளாவிய ரீதியில் இடம்பெற்று வருகின்றன. அதற்கெதிராக ஒவ்வொரு நாடும் பல சட்டங்களை கொண்டுள்ளன.

இலங்கையை பொறுத்தவரையில் இணைய குற்றங்கள் ஏற்படுமிடத்து அதனை மேற்கொண்டது யார் என்பதை கண்டு பிடிப்பதற்காக இலங்கையில் பின்வரும் அமைப்பு தொழிற்பட்டு வருகின்றது.

- அமைப்பின் பெயர்:
SRILANKA CERT | CC
- தொலைபேசி இலக்கம்: +94112691692,
  +94112695749
  +94112679888
- தொலைநகல் (Fax): +94112691064
- மின்னஞ்சல் (E-mail):
- General inquiry:
  cert@cert.gov.lk
- Security incidents:
  incidents@cert.gov.lk
- Social media incidents:
  report@cert.gov.lk
- முகவரி:
  Room-04-112
  BMICH
  Bauddhaloka Mawatha,
  Colombo-07.
  Srilanka

06.நிகழ்நிலையில் இணைய குற்றம் சம்பந்தமாக புகார் கொடுப்பது எப்படி?
(HOW TO FILE A COMPLAINT ABOUT CYBER CRIME IN ONLINE?)

இலங்கையில் இணைய குற்றம் சம்பந்தமாக நேரடியாக எந்த பொலிஸ் நிலையத்திலும் புகார் கொடுக்க முடியுமான அதே வேளை நிகழ்நிலையிலும் புகார் கொடுக்கலாம்.

நிகழ்நிலை மூலமாக புகாரளிக்கும் போது முதலில் கூகுளில் சென்று SRILANKA POLICE என்று தேடல் பகுதியில் கொடுக்கும் போது அதற்குரிய வலைத்தளம் திறக்கப்படும். அதில் CYBER COMPLAINTS என்ற பகுதியில் குறித்த புகாரை கொடுக்க முடியும்.

அந்த வகையில் இன்றைய தொழில்நுட்ப உலகில் ஒவ்வொரு தொழில்நுட்ப பயன்பாட்டின் போதும் சைபர் குற்றத்தின் விளைவுகளை அனைவரும் உணர்ந்து நம்மை நாமே பாதுகாத்துக் கொள்ள முயற்சிப்போமாக.

பாத்திமா ஹகீமா அமீனுதீன்
ஓட்டமாவடி

அடுத்தது என்ன ?

டிவியில் அழகான தையல் முறையொன்றை மலர்விழி சொல்லித் தந்து கொண்டிருக்கிறார். ஒலிக்கும் டெலிபோன் மணி எரிச்சலூட்டுகிறது. எடுக்க விருப்பமில்லாமல் நிகழ்ச்சியில் ஆழ்ந்திருக்கிறேன். மீண்டும் மீண்டும் ஒலிக்கிறது.அதே எரிச்சல் குறையாமல் போய் ரிசீவரைத் தூக்குகிறேன்.

"ஹலோ...நான் சஹானா பேசுறன். நீங்க யாரு.?"

"நான் யூஸுப் லெவ்வை சேர் பேசுறன் புள்ள".....

"சரி. சொல்லுங்க சேர்"

"அதென்னது சபீக் வந்து புலம்புறான்... நீங்க ஒத்துழைக்கிறல்லியாம்?"
என்ன ஒத்துழைப்பு சேர்?

"தெரியாதமாதிரி கேட்காத புள்ள... நம்ம அமைப்பால வெளியாகவிருக்கிற மலர் பற்றிதான் சொல்றன். ஞாபகமிருக்கா இல்லயா"?

"நல்லா ஞாபகமிரிக்கி. ஆவலோட எதிர்பார்த்திருக்கன்" ...

"என்ன பேய்க்கத புள்ள கதைக்காய்? நீயும் குழுவில ஒருத்தியில்லவா? என்ன ஒத்துழைப்பு வழங்கின நீ?"

"குழுவில உள்ள மத்தவங்க என்ன ஒத்தழைப்பு வழங்கினாங்களோ அதமாதிரி நானும் செஞ்சிருக்கன்..."

"நீ மற்ற ஆக்கள் மாதிரி இருக்கலாமா? ஒன்ன நம்பித்தானே களத்தில எறங்கின....?"

எனக்குப் பொறி தட்டியது. எதிர்பார்த்த விசயம் சேரின் வாயாலயே வந்து விட்டது. கிளைமாக்ஸ் ஆரம்பமாகிறது.

"ஹலோ...ஹலோ...."

"லைன்லதான் இருக்கேன் சேர் சொல்லுங்க..."

"பிரஸுக்குப் போனா அடுத்தது என்னனு கேக்கானுகளாம். நான் இப்ப சபீக் வந்தா என்ன சொல்ல...."

"நீங்க ஒண்டும் சொல்ல வாணாம் சேர் பின்னேரம் கூட்டம் இரிக்கிதானே. அதுக்கு வாறப்ப சொல்றன். இப்ப போன வக்கிறன்."

தொடர்பைத் துண்டித்து விட்டு செட்டியில தொப்பென விழுகிறேன்.

உம்மா எட்டிப் பார்த்து டீவியை ஓப் பண்ணிவிட்டு செல்கிறா. எங்கள் அமைப்பின் வெள்ளி விழாவை முன்னிட்டு ஞாபகார்த்த மலர் வெளியிடுவதாக தீர்மானித்திருந்தோம். தீர்மானித்து ஏழு மாதங்களாகிவிட்டது. இன்னும் ஆசியுரைகளைவிட வேறெதுவும் பிரிண்ட்டுக்கு போகல்ல. பத்திரிகை ஆசிரியர் சபீக் நிறையப் புகைப்படங்களோடு பல்தரப்பட்ட குப்பை ஆக்கங்களை கையோடு சுமந்து திரியிறதனூடா தான் செயற்படுவதாக காட்டுறார். வெள்ளிவிழாவிற்கு இன்னும் இருமாதங்களுக்கு குறைவாகவேயுள்ளன.

ஏழு மாதங்களுக்கு முன் நடைபெற்ற பத்திரிகைக்குழுத் தெரிவு ஞாபகம் வருகிறது. எமது அமைப்பின் தலைவர், எங்கள் ஓய்வு பெற்ற தமிழாசிரியர் யூசுப் லெவ்வை சேர் பேசுகிறார்.

"நமது அமைப்பின் ஒரு ஆவணமாக மலர் வெளியிடுவதென ஏலவே தீர்மானித்திருந்தோம். அன்று தெரிவான பதினொரு பேரும் வந்திருக்கீங்க. மகிழ்ச்சி. மலர்க்குழு ஆலோசகரா நானிருப்பன்.

நிர்வாக சபையினரும் வந்திருக்கீங்க. இந்தப் பதினொரு பேருக்குள்ள ஒருவர மலராசிரியராவும் இன்னொருவர் உதவியாசிரியராவும் தெரிவு செய்ங்க. சரி சொல்லுங்க....”

யூசுப் லெப்பை சேர் அமர்ந்துகொள்ள சபை அமைதியாகிறது. அமைப்பின் செயலாளர் ஜெஸீல் எழுந்து நிற்கிறார்.

“அனைவருக்கும் நல் வாழ்த்துக்கள். நான் நினைக்கிறன் சஹானா மெடம்தான் பொருத்தமெண்டு. பத்திரிகை பலவற்றின் ஆசிரியராவும் குழு உறுப்பினராவும் இருந்த அனுபவம் அவங்களுக்கு மட்டுந்தானிருக்கு. சஹானா மெடத்த பிரேரிக்கன்”.

யூசுப் லெவ்வை சேர் இடைமறிக்கிறார்.
“ச்சேய்...பொம்புள செரிப்படாது... ஓடனும் ஆடனும்.. பிரஸ்லயே இருபத்தி நாலுமணி நேரமும் இருக்கனும். ஒரு ஆம்புளட பேரச் சொல்லுங்க”.

குறைஷா டீச்சர் எழும்புகிறார்.
“சேர் மன்னிக்கனும். இருபத்து நாலுமணி நேரமும் பிரஸ் திறந்திருக்காது. அவ ஒரு பொம்புளயா இருந்து தான் பல மலர்கள வெளியிட்டிருக்கா. இங்க உள்ள ஆக்களுக்க ஆற்றலும் அனுபவமுமுள்ள ஆள் அவதான். அவவே இருக்கட்டும்.”

யூசுப்லெவ்வை சேரால் அதை ஜீரணிக்க முடியவில்லை.
“குறைஷா விதண்டாவாதம் பண்ணப்படா. ஒரு ஆம்புளதான் செரி. ஒரு பொம்புளட தலைமைத்துவத்துக்கு கீழ இரிக்க எந்த ஆம்புளயும் விரும்ப மாட்டான்.”

யூசுப்லெவ்வை சேரின் ஆணாதிக்க ஹீரோயிஸம் தாண்டவமாட ஆரம்பிக்கிறது. இன்னொருவர் எழுகிறார்.

“நீங்க சொல்றது உங்கட காலத்துக்கு பொருத்தம்தான். இப்பய காலம் மாறிட்டு. எங்கட முடிவுகளுக்கு மதிப்புக் குடுங்க. நாங்கதான் தீர்மானிக்கனும்.”

தீர்மானிங்க இல்லாட்டி...... சேர் ஆத்திரப்படுகிறார்.

“சேர் பொறுமையாயிரிங்க. சஹானா மெடம் உங்க அபிப்பிராயத்த சொல்லுங்களன்.” சேர் என்னிடம் என்ன பதிலை எதிர்பார்க்கிறார் என்று எனக்குத் தெரியும்.

“சேர் எனக்கு படிப்பிச்சவர். நான் சேரின் முடிவுக்கு கட்டுப்பர்ரன்.”

அவர் முகத்தில் மகிழ்ச்சி கரை புரள்கிறது. அதே முகத்தோடு சபையை பெருமிதத்தோடு பார்க்கிறார். ஆனால் சபை அமைதியில்.

“சரி. இனி சொல்லுங்க யாரப் போடலாம்”

சபையில் பதில் வரவில்லை. பொறுமையிழந்து சேர் கேட்கிறார். “நான் செய்ரனெண்டு யாராச்சும் முன் வந்தாலும் நல்லது.வாய்க்க என்ன. பேசுங்களன்”

“சேர் நான் முன்வாறன். யாரும் வராட்டி என்னப்போடுங்க...” சபீகின் வாக்குமூலமிது.

“எல்லாருக்கும் சம்மதமா?”

“நான் இத்தெரிவை ஆமோதிக்கிறேன்” என்று குரல் கொடுக்கிறேன். சபை தலையசைக்கிறது. யூசுப்சேர் தலை கவிழ்கிறார். சபீக் எழுந்து,

“எனக்கு உதவியாசிரியரா என் மனைவிய நியமிச்சித் தரணும்...”

யூசுப் லெவ்வை சேர் அதிர்ந்து போகிறார். சபை மௌனிக்கிறது. மீதிப்பேர் அங்கத்தவர்களாயிருப்பர் என்ற தீர்மானத்தோடு சபை கலைகிறது.

“ஏன் மெடம் நீங்க குழுவில இருக்கப் போறீங்களா?” ஜெசீல் ஓடிவந்து ரகசியமாய் கேட்கிறான்.

“பேசாம அமைதியாயிருந்து நடக்கிறத

கவனிப்பம்” என்கிறேன்.

“புள்ளேய்... சாப்பிடலயா....” உம்மா கவனத்தைக் கலைக்கிறார்.

இன்று போயா தினம் எமது அமைப்பின் செயலகத்தில் பத்திரிகைக்குழு கூட்டம். பத்திரிகை ஆசிரியர் இதுவரை தான் எடுத்துக் கொண்ட முயற்சிகளை எடுத்துரைக்கிறார். புகைப்படங்களுடன் ஆக்கங்களைத் தூக்கிக் காட்டுகிறார்.

“அதென்னது ஒராள்ற மூணு நாலு ஆக்கங்கள்?” ஒருத்தர்டய நாலுதரம் போட்டா பத்திரிகை குப்பையாயிருமே? இது ஜெஸீலின் குரல்.

“என்ன சபீக் இது கவிதைத் தொகுதியா? எல்லாமே கவிதையாக் கெடக்கு. ஒரு சிறுகதைகூட இல்ல. ஒரேயொரு கட்டுரை.” இது இன்னொரு குரல்.

“ நம்மட அமைப்பிட வளர்ச்சி, வரலாறுபற்றி போடுறதில்லயா”. அடுத்த குரல்....

“பத்திரிகையா குப்பைத் தொட்டியா? யூசுப் லெவ்வை சேர்தானே ஆலோசகர்.. அவர் பார்க்கலயா?”யூசுப் லெவ்வைசேர் வாயடைத்துப் போகிறார்.

சபீக், “சேரும் நானும் முயற்சி எடுக்காமயில்ல. சஹானா ரீச்சர் பத்திரிகை விசயத்தில நல்ல அனுபவசாலினு எல்லாரும் சொன்னீங்க. ஆனா அவங்கட ஆற்றலும் அனுபவமும் இநதப் பத்திரிகைக்கு உதவல. எனக்கு முன்னப் பின்ன அனுபவமில்ல. சஹானா மெடம் உதவியிருந்தா பத்திரிகை கையில வந்திருக்கும்.”

“எக்ஸ்யூஸ்மீ... .நான் உங்களமாதிரி ஒரு உறுப்பினர்தான். ஒரு உறுப்பினர் செய்ற வேலைகள கரெக்ட்டா செஞ்சிருக்கன். பத்திரிகை ஆசிரியருக்கு நான் வழி காட்டணுமெண்டா ஆலோசகரா யூசுப் லெவ்வை சேர் எதுக்கு? பத்திரிகைப்பணி தெரியாத ஒருத்தர் யார நம்பி இத பொறுப்பெடுத்தார். உதவியாசிரியரான மிஸிஸ் சபீக் என்ன செஞ்சிருக்காங்க? யூசுப் லெவ்வை சேர் சொன்ன மாதிரி. பொறுப்ப ஒரு ஆம்பிளகிட்டதானே குடுத்தம். ஏன் வேல நடக்கல.” என்றேன்.

இடைமறித்த யூசுப்லெப்பை சேர். “நடந்தது நடந்திட்டு. இனி அடுத்தது என்ன”? .சஹானா சொல்லனும்.

“சேர், பத்திரிகை பற்றி எந்த அனுபவமும் தகுதியுமல்லாத ஒருவர்ட தலைமைல இயங்க நான் சம்மதமில்ல. பத்திரிகைக் குழு உறுப்பினர் பதவிலயிருந்து நான் விலகிக்கிறன்”. சபை ஸ்தம்பிக்கிறது.

“சேர் பத்திரிகை பதவிய அவக்கே குடுங்க..” இரைந்தவாறு பைலைத் தூக்கி எறிந்தார் சபீக். .

“இந்தா நான் யூசுப் லெவ்வை சேரோட மாணவி. இந்த பதவிக்கு நான் பொருத்தமில்லண்டு சேருக்கு தெரியும். புதிய ஒரு ஆம்பிளைய சேர் போடுவார்.”

சபீக் சிவந்த கண்களுடன் வெளியேறுகிறார். ஒவ்வொருவராக வெளியேறுகின்றனர். யூசுப் லெவ்வை சேர் இடிந்து போய் இருந்த இடத்திலேயே இருக்கிறார்.

“சேர் நாங்களும் போய்வாறம். இன்னொரு ஆம்பிளயப் போட்டா மலர் அப்பிடித்துள்ளும்..”

குறைஷா, சேரின் காதுபட கூறிவிட்டு, என் கைகளைப் பிடித்திழுக்கிறாள். நாங்கள் கேட்டைத் தாண்டுகிறோம். சேரோ தாண்டமுடியாமல் சுவருக்கு உட்புறம் பதியமாகியிருக்கிறார்.

பாரதிப் பிரியா

தோழிக்கோர் மடல்

அன்புள்ள அமீனா,

நலத்தோடு நல்ல சேதி தாங்கி வந்த மடல், மற்றற்ற மனமகிழ்வை த்தருகிறது.

ஆனாலும் நீ ஏன் கவலைப்படவேண்டும்? முடிந்தவை முடிந்தவைதான். “பட்டவர் களுக்குத் தானே அந்த வலியும் வேதனையும்”

என்று மனசுக்குள் நீ பொருமுவது என் மனக்கண்முன் தெரியாமல் இல்லை. காலம் யாருக்காகவும் காத்திருக்கப் போவதில்லை. காத்திரமான முடிவொன்றை எடுக்க வேண்டிய தருணமிது. நீ சொல்லாமல் சொல்லும் வார்த்தைகள் உன் ஸ்டேடஸ்கள் காட்டிக் கொடுக்கத் தவறவில்லை.

ஒழுக்கம் கெட்டவன உட்டுத் தள்ளும்மா. என்ற வாப்பாவிடம், என் பிள்ளைகளுக்கு வாப்பா வேணும். எந்த கடையில போயி வாப்பா வாங்குறதாம். பிள்ளைகளுக்காக வாழ்ந்துதானே ஆகனும். கல்லானாலும் கணவன் புல்லானாலும் புருஷன். பிள்ளைகளுக்காக என்று வாழ்க்கையை தொலைப்பது சரிதானா..?

தந்தை சொல் மிக்க மந்திரம் இல்லைன்னு சும்மாவா சொன்னாங்க. நம்ம பெத்து வளர்த்தவங்களுக்கு நம்மை பற்றிய அக்கரை இல்லாமலா போகும். அதுவும் அவங்க அனுபவத்தில பழுத்தவங்க.

அமீனா. நீ நிம்மதியா இரும்மா. பெத்த மனம் பித்து புள்ள மனம் கல்லு. எப்ப அவன் உன்னய கை கழுவிட்டு போறானோ அப்ப இந்த உசுரு இருந்தா தேடிவா. “ஆமா வரிசைல காத்திருக்கிறாங்க. கரம் புடிக்க”...

உன் அழகைப் பருகி, உடைமைகளை அழித்து ஒழித்து, இரண்டு பிள்ளைகளை இல்லறத்தின் ஆதாரமாக வழங்கிவிட்டு உன்னை விதவையாக்கி, பிள்ளைகளை அனாதைகளாக்கி.. மற்றொருத்தி வாழ்வையும் சிதைக்கப் போனபின்னால்... வட்டி போட்ட குட்டியினால் இருந்த வீடும் இழந்து போய்... காழிக் கோடு போய் உன் வாழ்க்கையும் காலியான பிறகு...

வாப்பா சொன்னதுபோல உடுத்திய துணியோடு குழந்தைகளை அரவணைத் தவளாக வாப்பாவின் முகத்தை நிமிர்ந்து பார்க்க முடியாமல்... பள்ளித் தோட்டத்தில் குடிசைவீட்டில் வெளியே வர வெட்கத்தில் தலை குனிந்து நின்றாயே...

ஒரு தரித்திரம் தொலைந்ததாக நினைத்துக்கொள். அல்லாஹ் கைவிட மாட்டான். தோல்விகளால் சரிந்துவிடாதே என்றுதான் நானும் சொன்னேன். இப்போதும் சொல்கிறேன்.

உயிரினும் இனிய தோழி அமீனா, உன் வாப்பா சொல்வது சரி இப்போதாவது வாப்பாவின் பேச்சுக்கு மதிப்புக்கொடு. அந்த கயவன் உன்னை கை விட்டதற்காக நல்ல ஆண்களை தவராக எடை போடாதே. நல்ல குணங்கள் நிரம்பிய ஹலாலாக தொழில் செய்கின்ற அஹமத் உனக்கு ஏற்ற துணைவன்தான். உம்மா வாப்பா இல்லாத அனாதையாக இருந்தாலும் மானம் மரியாதையோட வாழ்ற பொடியன்.

உன் பிள்ளைகளையும் தன் பிள்ளைகளாக பொறுப்பேற்க தயாராக உள்ள மனோபாவம் யோசித்துப்பார். மறுமணம் செய்யக்கூடாதென்று யார் சொன்னது... அண்ணல்நபி ஸல் அவர்கள் விதவையான கதீஜா பிராட்டியாரை மணமுடிக்கவில்லையா..? நபிகளாரின் மீலாதைக் கொண்டாடும் இந்த ரபீஉல் அவ்வல் மாதத்தில நபிகளாரின் வழிமுறையை பின்பற்றும் நல்ல இதயமொன்று நிகாஹின் மூலம் உன்னோடு இணைந்து வாழ முற்படும் செய்தி சந்தோஷத்தை அள்ளித் தருகிறது.

கடந்த கால கசப்பான அனுபவங் களை எரித்து சாம்பலாக்கிவிடு. முன்மாதரி இல்லறத்தை அமைத்து நல்லறம் காண வாழ்த்துக்கள். உன்னை நேரில் சந்திக்கும் வரை விடை பெறும்

அன்புத் தோழி

ஷிஹானா நௌபர்

தத்துவம்

எல்லாம் சரியல்ல
நான் முடிவு செய்தால்
சரியாகத்தான் இருக்கும். என்று
நினைப்பது சரியான முடிவல்ல.

அடைவு
செல்ல வேண்டிய இடத்தை
தெரிந்து கொண்டு செல்வதே
சிறந்த அடைவு.

சந்தோஷ இழப்பு
இறந்த கால வருத்தமும் எதிர்கால
கவலையும் சந்தோஷத்தை
பறிக்கும்.

தோல்வி
எதைச் செய்தாலும் தோல்வி
என்பதைவிட எதையும்
செய்யாமலிருப்பதே பெருந் தோல்வி.

எச்சரிக்கை
ஒருவனைப் பார்த்து சுட்டுவிரலை
நீட்டும்போது மூன்று விரல்கள்
தன்னையே சுட்டும். பெருவிரல்
அடுத்தாரைச் சுட்டும்.

பொய்யும் மெய்யும்
கண்ணால் காண்பதுவும் பொய்
காதால் கேட்பதுவும் பொய் தீர
விசாரித்து அறிவதே மெய்.

அளவே இல்லை
ஆழ்கடலையும் அளவிடலாம். பரந்த
உலகையும் அளவிடலாம். மனித
மனத்தை அளவிட முடியாது.

ஆசை
ஆசைப் பெருக்கினால் ஆள்வவதும்
தாழ்வதும் மாள்வதவதும் உண்டு
துறவிகளையும் துறவறத்து ஆசை
துறத்தவே செய்யும்.

நெருப்பு
முள்ளை முள்ளால் எடுக்கலாம்.
ஆனால் நெருப்பை நெருப்பால்
அணைக்க முடியாது.

சோம்பேறி
எதுவுமே செய்யாமல் இருப்பவன்
மட்டும் சோம்பேறி அல்ல,
தன்னால் முடிந்ததை செய்யாமல்
இருப்பவனும் சோம்பேறி தான்.

ஏமாற்று
சிலரை சில நாள் ஏமாற்றலாம்
பலரை பல நாள் ஏமாற்றலாம்
எல்லோரையும் எந்நாளும்
ஏமாற்ற முடியாது

Sri Lanka Pen Club நிர்வாகக் குழு 2023

ஸ்தாபகத் தலைவி
சம்மாந்துறை மஷூறா J.P

உப தலைவி
ஷாமென் நிஸாம்டீன்
கட்டுகஸ்தோட்டை

செயலாளர்
என்.எம்.ஆரிபா
ஏறாவூர்

உப செயலாளர்
முப்லிஹா பிர்தௌஸ்
காத்தான்குடி

உப செயலாளர்
அஸ்மா டீன்
கம்பளை

பொருளாளர்
எம்.பி. பர்ஸானா
நிந்தவூர்

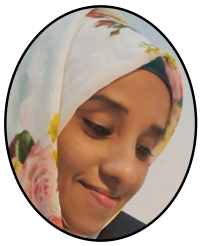
கணக்காய்வாளர்
றிப்கா அன்ஸார்
சாய்ந்தமருது

இணைப்பாளர்
ஜெஸீமா முஜீப்
மருதமுனை

இணைப்பாளர்
றமீஸ்நிஸா நௌஷாத்
சம்மாந்துறை

இணைப்பாளர்
வாட்சப் பணிப்பாளர்
ஜுவைரியா சதீக்
தம்பாளை

வாட்சப் நிகழ்ச்சி
கட்டுப்பாட்டாளர்
அரபா மன்சூர்
கண்டி

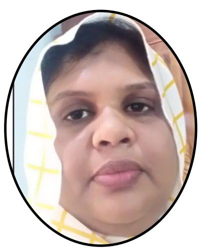


அங்கத்தவர்
லைலா அக்ஷியா
மொறட்டுவ

அங்கத்தவர்
மஹீஷா பானு ஜெஸூர்
சம்மாந்துறை

அங்கத்தவர்
ஜெஸீனா நிஸ்ரீன்
சாய்ந்தமருது

அங்கத்தவர்
ஜலீலா முஸம்மில்
ஏறாவூர்



அங்கத்தவர்
ரமீனா ஜயூப்
எருக்கலம்பிட்டி

அங்கத்தவர்
றமீஸா யாஸீன்
நீர் கொழும்பு

Srilanka Pen Club இன் 2வது தேசிய மாநாடும் அவரி சஞ்சிகை வெளியீடும்

ISSN 2961-5194

9 772961 519006