

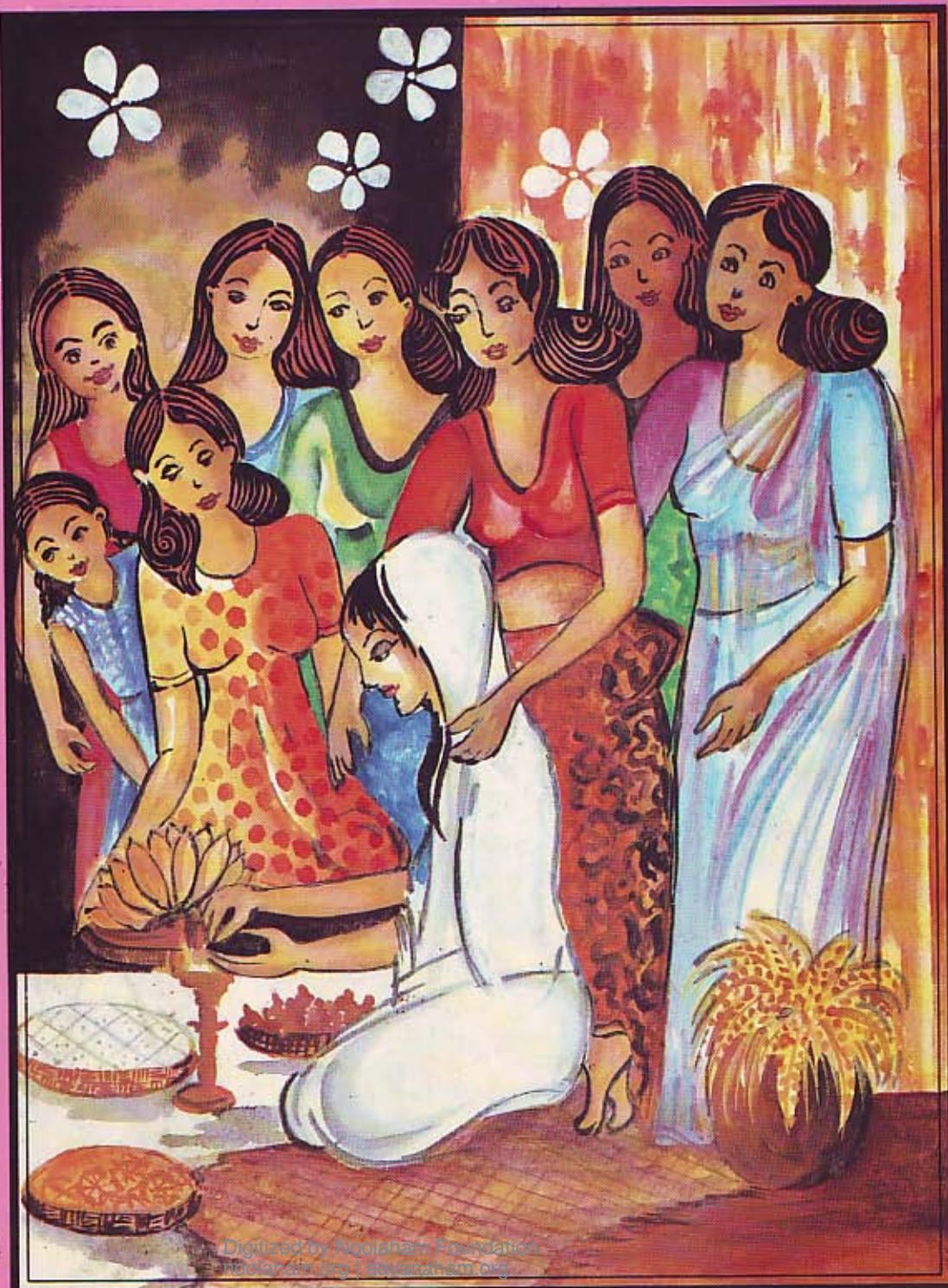


# பெண்ணின் குரல்

ஜூன் 1997 □ இதழ் 15 □ ISBN 1391 - 0915 □ விலை ரூபா 20/-

பெண்களின் உரிமைக்கான இலங்கைச் சஞ்சிகை

விரோத இதழ் : பெண்களேற், சுகாதாரமும்



## பொருளாட்கம்

- பால் நிலைச் சமத்துவத்தில் பெண் ககாதாரத்தின் முக்கியத்தும் 2
- தாய்ப்பாலூட்டுதல் 7
- குறைந்த பிறப்பு நிறையும், தாயின் ககாதாமும் 11
- ச. வ. வலயத்தில் மாறுதலைடைந்துவரும் ககாதார விடயங்கள் 16
- கருணை உள்ளத்துடன் ஒர் அன்னை 20
- பால்நிலை - ககாதார இடைவெளி 21
- எல்லாமே எங்கள் மனம் தான் 24
- மாற்றத்துக்கான பிரேரணைகள் 25
- போஷாக்கிலும், உணவற் பத்தியிலும் பெண்களின் பங்கு 26
- பெண்ணமையின் மென்றை 28



- முகப்புச் சித்திரம்: கல்ஹாரி சதுரிகா விதாரண
- சித்திரங்கள்: ஜானகி சமந்தி ஆர். பிரசன்னா
- அச்கப் பதிவு: வெறுடெக் பிரின்ட்ஸ்
- வெளியீடு: பெண்ணின் குரல் Voice of Women 21/25, Polhengoda Gardens Colombo 05, Sri Lanka Tel: 074 517879



இந்த இதழில்

## இனப்பெருக்க உரிமைகள்

பெண்கள் சம்பந்தப்பட்ட ககாதாரத்தின் சகல அம்சங்களையும் கருத்திற்கு எடுத்த போதும், முன்னுரிமைகளைப் பட்டியல்படுத்திய போதும் எமது இனப்பெருக்க உரிமைகள் இன்ஸாமையே மிகவும் பிரசித்தமான இடத்தை வகித்தது. பெண்களான எமது எதிர்கால சகாதார நிலைமைகளை மட்டும் இது தீர்மானிக்கவில்லை. ஆனால், மனித இனத்தின் பாருப்புத்தப்பட்ட ஒரு பாகுமாக நாம் முகம் கொடுக்கும் யால் சார்பான மறுப்புக்களில் முன்னணி இடத்தையும் எடுக்கின்றது.

எமது உடல்கள், எமது ககாதாரம், பெருமளவிலான சகல பெறுமதியிக்க மனித உரிமைகள் போன்றவை இந்த உரிமையில் தான் தங்கியுள்ளன. இது கர்ப்பங்களுக்கு இடையிலான இடைவெளி, குடும்பமொன்றைக் கொண்டிருப்பதற்கான சரியான நேரமும், அவசியமும், பொருளாதாரக் காரணிகளுக்கும், தனிப்பட்ட தேவைகளுக்கும் ஏற்ப அதை அதிகரித்தல் ஆகியவற்றை உள்ளடக்குகின்றது.

இது தொடர்பில் இனப்பெருக்க உரிமைகளுக்க் கான பெண்கள் பூலோக வலைப்பின்னலினால் வெளியிடப்பட்ட முக்கியமானதோரு ஆவணத்தை நாம் மீன் பிரகரம் செய்கின்றோம்.

"சமூக, பொருளாதார, அரசியல் நிலைமைகள் ஆகியவற்றில் தேசியம், வகுப்பு, இனம், சாதி, வயது, மதம், அங்கீணம், பாலியல் அல்லது திருமண அந்தஸ்து ஆகியவற்றுக்குத் தொடர்பில்லாமல், எதுவாயினும் ஒன்று, எப்பொழுது, எப்படி குழந்தைகளைக் கொண்டிருப்பது என்பதைத் தீர்மானிப்பதற்கான பெண்களின் உரிமையே இனப்பெருக்க உரிமைகளின் கருத்தாகும்.

உலகத்தில் எந்த ஒரு இடத்திலாவது இனப்பெருக்க உரிமைகளை - இந்த உரிமைகள் எமக்கு மறுக்கப்படுவதில் உள்ள நிலைமைகள் மாறினாலும் - பெண்கள் கொண்டிருக்க வில்லை.

- \* பாலியல், இனப் பெருக்கம் பற்றி, இனப் பெருக்கச் சகாதாரம், ககாதாரப் பிரச்சினைகள் பற்றி மருந்துகள், கருவிகள், மருத்துவச் சிகிச்சைகள், கண்டு பிழப்புகள் ஆகியவற்றின் நன்மைகள், அபாயங்கள்;
  - \* பெண்களின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வ துடன், சகல பெண்களுக்கும் கிடைக்கும் சிறந்த தரமானதும் விரிவானதுமான இனப்பெருக்க ககாதாரச் சேவைகள்;
  - \* பாதுகாப்பானதும், செயற்றிறநானதுமான கருத்தடை, கருவளமழித்தல், பாதுகாப்பான சட்டபூர்வ கருக்கலைப்படி;
  - \* பாதுகாப்பான, பெண்கள் கட்டுப்படுத்தும் கர்ப்பம், பிரசவம், கருவள மாற்றத்திற்கான காரணிகளுக்கான பாதுகாப்பான, செயற்றிறநான சிகிச்சை;
- ஆகியன பற்றிய முழுமையான தகவலுக்கு பெண்கள் உரிமையையும், வழிவகைகளையும் கொண்டிருக்கவில்லை."

# பால் நிலைச் சமக்குவத்தில் பெண் சுகாதாரத்தின் முக்கியத்துவம்

எம்.எஸ். பி கௌரி சங்கர்

இன்று உலக சனத்தொகையை உற்று நோக்கின் கமார் 50 சதவீதத்தினர் பெண்கள் ஆவர். ஆனால், இவர்கள் பெறும் வருமானம் உலக வருமானத்தில் பக்தில் ஒரு பங்கு மட்டுமே. மேலும் உற்று நோக்கின் உலக வேலை நேரக் கணிப்பிள் படி, உலக மொத்த வேலை நேரத்தின் மூன்றில் இரண்டு பங்கு பெண்களின் பங்களிப்பாக உள்ளது. அத்துடன் இவர்களின் உடமைகளைக் கருத்திற் கொண்டால், உலக உடமைகளில் நூற்றில் ஒரு பகுதியே பெண்களின் உடமையாக உள்ளது. இந் நிலை மிகவும் கவலையளிக்கக் கூடிய ஒரு தோற்றுப் பாட்டைபே உருவாக்குகின்றது.

உலக சனத்தொகையில் கமார் அடரப்பங்கு பெண்களாக இருந்தும், அவர்கள் பெறும் வசதிகள், வாய்ப்புகள், மற்றும் உரிமைகள் மிகவும் குறைவாகவே உள்ளன. இவ்வாறான ஒரு நிலை அபிவிருத்தி அடைந்த நாடுகளை விட, வளர்முக நாடுகளிலேயே அதிகம் காணப்படுகின்றது. இவ்வித ஒரு குழலில் பெண்கள் விழிப் புணர்ச்சின்பது மிகவும் அத்தியாவசியமான ஒரு நிகழ்வாகவே கணிக்க வேண்டியுள்ளது. எனவே, பெண்கள் மத்தியில் விழிப்புணர்ச்சி ஏற்படுத்தப்பட வேண்டியது அவசியம் ஆயின் அது எவ்வகைகளில், எத்துறைகளில், எவ்வாறு ஏற்படுத்தல் வேண்டும் என நாம் ஆராய்தல் வேண்டும்.

உலகில் விவசாய நடவடிக்கைகளிற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டு அது சம்பந்தமான அபிவிருத்தி நடவடிக்கைகள் தீட்டப்படும் போது, பெண்களின் பங்களிப்பு எவ்விதத்தில் கருத்திற் கொள்ளப்பட்டுள்ளது என நாம் உற்று நோக்கின், எமக்கு ஏமாற்றபே மிஞ்களின்றது. அநேகமான விவசாய அபிவிருத்தி நடவடிக்கைகளின் கடந்த பத்து, அல்லது இருபது வருட வரலாற்றை நாம் ஆராய்ந்து பார்த்தால், ஆண்களின் ஆதிக்கமே இவற்றில் மேலோங்கி வந்துள்ளமை தெரிய வருகின்றது. ஒரு சில நாடுகள் இதற்கு விதி விஸக்காக ஒன்றிணைந்து, பெண்கள் பங்கு பற்றுதலுடன் கூடிய விவசாய அபிவிருத்தி நடவடிக்கைகளை அமுல் செய்திருப்பினும், பல்வேறு நாடுகளில் நினைவை நாம் மேற் கூறியவாறே நிலவிவருகின்றது.

இலங்கையைப் பொறுத்த வரையில் 1995ம் ஆண்டின் தற்காலிகக் கணக்கெடுப்பின்படி மொத்தச் சனத்தொகையான 1.8 கோடியில் கமார் 89 இலட்சம் பேர் பெண்கள் ஆவர். இது மொத்தச் சனத்தொகையின் 49 சதவீதம் ஆகும். ஆனால், மொத்தச் சனத்தொகையில் தொழிலாளர் கமார் 48 சதவீதம் ஆவர். ஆனால்,

இதில் பெண்களின் பங்கு கமார் 31 சதவீதம் மட்டுமேயாகும். இதன் மூலம் வேலையாற்றுவோரில் கமார் 65 சதவீதத்தினர் ஆண்களாகவே இருப்பதை அவதானிக்க முடிகின்றது.

உலக நாடுகளில் கைத்தொழிற் துறையை உற்று நோக்கின் கடின வேலைகளைச் செய்யும் தொழிலாளர் களாக பெண்களே இருக்கக் காணப் படுகின்றனர். இதன் மூலம் விரைவில் நோய்வாய்ப்படும் நிலையைப் பெண்கள் அடைந்து வருவது ஒர் அதிர்ச்சிகரமான நிலைப்பாடாகவே நிலவுகின்றது.

கடினமான தொழில்களில் ஈடுபடும் பெண்களின் உடல் நிலையை நாம் உற்று நோக்கின், அவர்களின் தாய்மை அடையும் செயற்பாடுகள், மற்றும் அதனை ஒத்த இதா செயற்பாடுகள் ஆகியன பாதிப் படத்தவது தெரிகின்றது. அத்துடன் இவ்வாறான தொழிற்சாலைகளில் பெண் தொழிலாளர்களிற்குச் செப்ப வேண்டிய சகல வசதிகளும் செய்யப்பட்டுள்ளதா என பரிசீலனை செய்தல் சம்பந்தப்பட்ட

அயைப்புகளின் கடமையாகும். உதாரணமாக பின்வரும் சம்பவத்தை நாம் கவனத்திற் கொள்வோம்.

1993ம் ஆண்டு மோதும் பாங்கோக்

நகரிலுள்ள தொழிற்சாலை ஒன்றில் ஏற்பட்ட தீவிப்தினால் குறைந்தபட்சம் 240 தொழிலாளர்கள் மரணமடைந்தனர். இவர்களில் அதிகமானோர் பெண்களும், சிறுவர்களும் ஆவர். மேலும் நூற்றிற்கும் அதிகமானோர் காயமடைந்தனர்.

யிர் பிழைத்தோரின் கூற்றுகளின்படி தொழிற் சாலை நிர்வாகம் தொழிற்சாலையில் இடம் பெறும் திருட்டுக்களைத் தவிர்க்கும் முகமாக ஆவசர வெளியேறும் வாயில்

களை மூடி வைத்துள்ளமை தெரியவந்துள்ளது. பத்திரிகைச் செப்தி களின் படி 1993ம் ஆண்டு

வரையுமான மூன்று வருட வருட காலப்பகுதியில் இத் தொழிற்சாலையில் ஏற்பட்ட மூன்றாவது தீவிப்து இதுவாகும். ஆசிய பெண்கள் அயைப்பி இச் சம்பவம்

தொடர்பாக சர்வதேச நிபுணர்களைக் கொண்ட சுதந்திரமான விசாரணைகள் நடைபெற வேண்டும் எனவலியுறுத்தியுள்ளன. இவ்வாறான ஒரு கடின குழலில் வேலையில் ஈடுபட்டு வரும் பெண்களின் உடற் சுகாதாரம் மிகவும் நலவிலைட்டந்து வருவது தற்போது பல்வேறு நிறுவனங்களினாலும், சர்வதேச சமூக அயைப்புகளதும் கரிசனையை ஈர்த்துள்ளது.

எமது முன்னைய கூற்றின்படி பெண்களின் உடற் சுகாதாரத்தை, நோயற்ற வாழ்வை நாம் கருத்திற் கொள்ளலிழுன்



உலக சனத்தொகையின் அரைப் பங்கு ஆரோக்கியமற்ற பகுதியாகவே மாற நேரிடும் எனவே, பெண்களின் ககாதாரத்திலும் உடல் ஆரோக்கியத்திலும் நாம் கவனம் செலுத்துதல் இன்றிய மையாததாகும்.

பால் நிலைச் சமத்துவம் பற்றி நாம் அதிக கவனம் செலுத்தும் அதே வேளையில் பெண்களின் ககாதார நலன்களிலும் நாம் கவனம் செலுத்துவதற்கு நமக்கு பல்வேறு காரணங்கள் உள்ளன. எமது வருங்காலச் சந்ததியினரை உருவாக்கும் பாரிய பொறுப்பு பெண்களிடம் உள்ளது. அந்துடன் ஒரு குடும்பத்தை எடுத்துக் கொண்டால், அக்குடும்பத்தின் அன்றாட வேலைகளில் பெண்களின் பங்கு மிகவும் அதிகமானது. ஆசிய நாடுகளின் சமூக, கலாசார அமைப்புகளிற்கு மிகவும் கட்டுப்பட்டவர்களாகவே பெண்கள் இருக்கின்றனர். பொதுவில் இலங்கை, இந்தியா, நேபாளம், மற்றும் பங்களாதேஷ் போன்ற நாடுகளில் கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வரும் கலாசார விழுமியக்களின் அடிப்படையில் உற்று நோக்கும் போது, மேற்கு நாடுகளில் கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வரும் பெண் சுதந்திரத்திலும் பார்க்க கட்டுப்பாடுகள் கூடிய ஒரு நிலையிலேயே ஆசிய நாட்டுப் பெண் சுதந்திரம் இருந்து வருவதை நாம் அவதானிக்க முடிகின்றது.

பெரும்பாலான குடும்பங்களின் தலைவராக ஆண்களே இருக்கின்றனர். அத்துடன் குடும்பத்தில் தீர்மானங்களை எடுக்கும் பொறுப்பும் ஆண்களைச் சார்ந்துள்ளதால் சில பாதகமான, பெண்களைப் பாதிக்கக்கூடிய முடிவுகள் நடைமுறைப்படுத்தப்படும் போது அதனை எதிர்க்கும் சக்தியற்றவர்களாகவே பெண்கள் இருக்கக் காணப்படுகின்றனர். மனைவி எனும் நிலையிலுள்ள பெண்கள் தமது கலாசார விழுமியக்களிற்கு அமைய கணவனிற்கு அடங்கி நடக்கவேண்டிய சாத்தியப்பாடுகள் நிறையே காணப்படுகின்றன. உதாரணமாக, தமது ஆடை, அணிகளங்கள், பொழுதுபோக்கு அம்சங்கள், கல்வி மற்றும் சில வேளைகளில் தமது உணவு முறைகள் என்பனவற்றிலும் ஆண் ஆதிக்கம் நிறைந்திருக்கவே காணப்படுகின்றது. அத்துடன், குடும்பத்தில் ஆண்கள் சாப்பிட்ட பின்னரே பெண்கள் சாப்பிட வேண்டியிருப்பதால், தமக்கு போதுமான போஷாக்கான உணவை சாப்பிட முடியாமலுள்ளது. ஆண்களுடன் ஒப்பிடும் போது, பெண்களின் உடல் நிலை அமைப்பின்படியும் அவர்களின் உடல் நிகழ்த்தும் இயற்கைச் செயற்பாடுகளிற்கு அமைவாகவும் பெண்கள் உள்ளெடுக்கப்பட வேண்டிய கலோரிப் பெறுமானம் அதிகமாகின்றது.

உதாரணமாக, நன்கு ஆரோக்கியமான பெண் பருவமடைவதிலிருந்து அவளின் உடற் செயற்பாடுகளில் ஒரு அந்த வேகம் காணப்படும். அவ் வேகமான மாற்றங்களிற்கும், செயற்பாடுகளிற்கும் அதிகமான கலோரிச் சக்தி தேவைப்படுவதால், அவசியமாக போஷாக்கான உணவுகளை உட்கொள்வது மட்டுமன்றி, பெண்களின் உணவு முறைகளும் சீரான சீரமான கடைப்பிடித்தலிற்கு உட்படுத்தப்பட வேண்டும். மேலும், ஒரு பெண் தாய்மை அடையும் போது கருவில் வளரும் குழந்தையின் சீரான, போஷாக்கான வளர்ச்சியை உறுதி செய்வதற்கும், தாய்ப்பால் ஊட்டும் தாய்மாரின் ஆரோக்கியத்திற்கும் அவசியமாக சீரானஆகார முறைகளைப் பெண்கள் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

## பெண்ணவளின் பெருமை

பெண் என்ற ஓர் பிறவி

பூமிதனில் இல்லையெனின்

தன் என்ற நிலவு இல்லை

தண்ணீரிலும் குளீர்மையில்லை

விண்ணீலிருந்து மன் வரைக்கும்

வெறுமையன்றி வேறில்லை

எண்ணிறைந்த கடமை செய்து

ஏற்ற முறப் புலிவாழு

தன்னிலிருந்து குருதி முதல்

தர முடிந்த அனைத்தினையும்

தந்தருஞும் தெய்வமலன்

தரணி புகழ் பிறவியவன்

பெண்ணவளின் பெருமையினை

பேரீசனும் தான் அறிந்ததனால்

தன்னிலைஞு பாகுமெனத்

தாயவளைத் தான் கொண்டான்

இப் பெண்ணவளின் பெருமையினை

பேரருளீன் தன்மையினை

உணர்வீருந்தும் தாமறியா

பெண்ணாடியை கொள்கின்ற

கண்ணுள்ள குருடரீனை

கருத்தறிந்த முடரீனை

என்ன செல்லி எழுத இங்கு

இறைவாரீ பதில் சொல்லு

விஷயப்பாடு சுற்றுமொரை

ஆனால், இன்றைய குழுமிலையில் குடும்பத்தில் ஏற்படும் வாழ்க்கைச் செலவுகளை ஈடுகட்ட பெண்களும் உழைக்கவேண்டிய கட்டாயத்திற்கு உள்ளாவதால், நாம் மேற்கூறிய நடைமுறை எவ்வளவு தூரத்திற்கு சாத்தியப்படுகின்றது என்று எம்மால் உறுதியாகக் கூற முடியாதுள்ளது. பால் நிலைச் சமத்துவம், மற்றும் பெண்கள் விழிப்புணர்ச்சி பற்றி பெண்கள் அமைப்புகள் ஆராயும் போது, மேற்கூறப்பட்ட விடயங்களும் விவாதத்திற்கு உட்படுத்தப்படுதல் அவசியமாகும்.

## தேக ஆரோக்கியம்

பெண்களின் உடல்நிலைச் சுகாதாரம் கடந்த இரு தசாப்த காலத்தில் சரியான முறையில் கவனத்திற்கு உட்படுத்தப் படாமையால், அபிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளிலுள்ள பெண்களின் தேக ஆரோக்கியம் மிகவும் நலவிவடைந்து வந்துள்ளது.

வளர்முக நாடுகளில் நிலவி வரும் போர்ச் குழல் பெண்களின் நலத்தை வெகுவாகப் பாதித்து வருகின்றது. உதாரணமாக ஆசிய, ஆபிரிக்க, லத்தீன் அமெரிக்க நாடுகளில் போர்ச் குழலில் வாழும் பெண்களின் உடல், மனநிலை பாதிக்கப்படக் கூடிய சாத்தியக் கூறுகள் அதிகமாகவே உள்ளன. உடல், மன நிலைப் பாதிப்புகளால் கருவில் வளரும் குழந்தை மட்டுமன்றி, தாய்ப்பால் ஊட்டும் தாய்மார்களும், தாய்ப்பால் அருந்தும் குழந்தைகளும் பாதிக்கப்படுகின்றார்கள். எனவே, வியாபித்து வரும் போர் மேகங்களின் சேர்க்கை நிச்சயமாக பெண்களின் ஆரோக் கியத்தை வெகுவாகப் பாதிக்கின்றது.

இதனையடுத்து போர்ச் குழலால் பெருகிவரும் அகதி வாழ்க்கையும் பெண்களின் தேக ஆரோக்கியத்தை வெகுவாகப் பாதிக்கின்றது. அகதி முகாம்களில் நிலவும் சமூக-பொருளாதார நிலவரங்கள், குறைந்த சுகாதார வசதிகள், ஒரு சில அடக்கு முறைகள், மற்றும் பெண்களிற்கு எதிரான வன்முறைகள், அடிப்படை வசதிகள் இன்மை, சுதந்திரமான நடைமுறை இன்மை என்பன ஆண்களை விட பெண்களையே வெகுவாகப் பாதிக்கின்றன.

இவற்றிற்கு மேலதிகமாக பெருகிவரும் 'எயிட்ஸ்' நோயின் தாக்கமும் பெண்களின் சுகாதார நிலைகளிற்கு பெரும் அங்கூரித்தலை விடுக்கின்றன. உதாரணமாக, தாய்லாந்து, இந்தியா போன்ற நாடுகளில் 'எயிட்ஸ்' நோயின் தாக்கத்திற்கு ஆளாகியுள்ள பெண்களின் விகிதம் ஆண்களை விட அதிகமாகும். இது மட்டுமன்றி 'எயிட்ஸ்' நோய் காவிகளாக இருந்து வருவோரின் சதவிகிதமும் நோய் கண்டறியப்பட்டவரின் தொகையோடு ஒப்பிடும் போது அதிகமாகும்.

இந்தியா, தாய்லாந்து போன்ற நாடுகளில் சட்டப்படி அங்கீகரிக்கப்பட்ட விபச்சார நிலையங்களில் உள்ள பெண்களே இவ்வாறான பிரச்சனைகளிற்கு உள்ளாகியுள்ளனர். மேலும் கவனத்திற் கொள்ளப்படும் போது இப்பிரச்சனையின் தாக்கம் எவ்வாறு வறுமை மட்டத்தின் கீழ் வாழும் மக்களைப் பாதித்துள்ளது என்பது புரிய வரும். வறுமைக் கோட்டிற்கு கீழ் வாழும் பெண்களே பெரும்பாலும் 'எயிட்ஸ்' நோயின் தாக்கத்திற்கு உள்ளாகி உள்ளனர்.

இவற்றுடன் பெண்களின் ஆரோக்கியம் நலவிவடை வதற்கான காரணங்களாக கிராமிய, மற்றும் நகர்ப்புற வறுமை, திட்டமிடப்படாத கைத்தொழில்மயமாக்கல், அதிகரித்து வரும் சனத்தொகை, ஆண்களுடன் ஒப்பிடும் போது பெண்களின் எழுத்தறிவு குறைந்து காணப்படுதல், வீட்டின் உள்ளும், வெளியேயும் பெண்கள் செய்யவேண்டிய வேலைப்பளு, மற்றும் சுற்றாடல் மாசடைதல் என்பன குறிப்பிடத்தக்க காரணிகளாகும். மேலும் இக்காரணிகள் பலவும் ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்படையதாகக் காணப்படுகின்றன. கிராமிய மட்டத்தில் வறுமையில் வாழும் குடும்பங்களே அவர்களின் சுற்றாடல் அழிக்கப்படுவதற்குக் காரணமாகின்றன. இவ்வாறான சுற்றாடல் அழிப்பு மூலம் பெண்களிற்கு வேலைப்பளு அதிகமாகின்றது. அத்துடன் திட்டமிடப்படாத கைத்தொழில் மயமாக்கல் மூலம் மாசடையும் குழலும் தாய்மை அடையும் பெண்களின் உடல் நலத்தையும் கருவிலுள்ள சிகிவையும் பெரும்பாலும் பாதித்து வருகின்றது. திட்டமிடப்படாத சனத்தொகைப் பெருக்கம் குடும்பச் சுகாதாரம் நலவிவடையக் காரணமாக அமைகின்றன. ஒரு குடும்பத்தின் நல்வாழ்வு அக்குடும்பப் பெண்களின் ஆரோக்கிய வாழ்வில் தங்கியுள்ளது. எனவே, தமது குடும்பத்தின் சிறப்பிற்கு பெண்களின் சுகவாழ்வு இன்றியமையாததாகும்.

உள்வியல் 'ரீதியிலும் பெண்கள் மிகவும் பாதிக்கப்பட்டு வருவதை நாம் காணமுடியும். கலாசார விழுமியங்களைப் பெரிதும் கடைப்பிடிக்கும் நாடுகளில் பெண்கள் உள்வியல் 'ரீதியில் ஆண்களை விட பலத்தில் குறைந்தவர்கள், ஆண்கள் செய்யும் வேலைகள் பெண்களால் செய்யப்பட முடியாது என்னும் கருத்தை எமது முன்னோர்கள் பெண் குழந்தைகளிற்குப் புகட்டி வந்துள்ளனர். நீண்ட கால நோக்கில் தவறான அறிவுறுத்தல்கள் பெண்களை தாழ்வு மனப்பான்மையுடைய ஒரு பகுதியினராக மாற்றியுள்ளதை. எவ்வும் மறுக்க முடியாது. மேலும் பருவ வயதை எட்டிய பெண்கள் ஆண்களுடன் பேசுவதையும், பழகுவதையும் தவறான நோக்கில் நோக்கும் சமூகக் கட்டமைப்பும் பெண்களை உள்வியல் 'ரீதியில் பலவீணப்படுத்தக்கூடிய ஓர் அம்சமாக உள்ளது.

பெற்றோர்கள் மற்றும் முதாதையர்கள் பருவ வயதை அடைந்த பெண் குழந்தைகளிற்கு ஆண் - பெண் உறவு பற்றிய உண்மைகளை சரியான முறையில் எடுத்தியம்பாமையும் பாடசாலைகளில் உரிய முறையில் திட்டமிடப்பட்ட பாலியற் கல்வி நெறிகள் பெரும்பாலான வளர்முக நாடுகளில் இல்லாமையும் பெண்கள் தவறான முறையில் வழி நடத்தப்படுவதற்கும், பாலியல் 'ரீதியில் துன்புறுத்தலிற்கு ஆளாவதற்கும் காரணமாக அமைகின்றன. பெண்களின் மனநிலைப் பாதிப்பிற்கு பாலியல் 'ரீதியான துன்புறுத்தல், மற்றும் பாலியல் வல்லுறவுகள் என்பனவும் காரணமாக அமைகின்றன.

பல பெண்கள் இவ்வாறான துன்புறுத்தல்களால் மனநிலை பாதிப்படைந்துள்ளதுடன், கட்டாயக் கர்ப்பத்திற்கும் ஆளாகியுள்ளனர். இவ்வாறு கர்ப்பமுறும் பெண்கள் சமூகத்தில் எவ்வாறு நோக்கப்படுகின்றனர் என நாம் விளக்க வேண்டியதில்லை. எமது சமூகக் கட்டமைப்பில் இவர்கள் தனிமைப்படுத்தப்படுவதால் உள்,

உடல் ரீதியில் பாதிக்கப்படும் பெண்கள் சமூகத்திற்கு தீண்டப்பட முடியாத ஒருவராகவே நோக்கப்படும் அவல நிலையும் பெண்கள் விழிப்புணர்ச்சிக்கு தடைக்கல்லாக அமைகின்றன.

மேலும் தாய்ப்பால் அருந்தும் குழந்தைப் பறுவும் முதல் வயதாகும் வரையிலும் குடும்பத்தில் ஆண் குழந்தைகளிற்கே முன்னுரிமை வழங்கப்படுகின்றது. சமத்துவக் கல்வி, ஆண், பெண் இரு பாஸரிற்கும் அவசியமாகும். முக்கியமாக பெண் கல்வி பெண் தன்னைத் தானே புரிந்து கொள்வதற்கு மிக அவசியமாகும். குறிப்பாக எமது பழங்காலச் சமூக முறையில் பெண்ணா பிறப்பதே பாவும், பெண்களின் உடலில் ஏற்படும் இயற்கையான மாதாந்த நிகழ்வுகள் மூலம் பெண் சமீக்கப்பட்டவள், மற்பிறப்பின் பாவத்தின் சாபமாகவே இப்பிறப்பில் பெண்கள் பிரசவ வேதனையை அனுபவிக்க நேரிடுகின்றன போன்ற அறிவுற்ற கோட்டாடுகளும் பெண்களின் உடல், உள் ஆரோக்கியம் நிலிவடைவதற்கான காரணமாகவும் இருந்து வருகின்றன. இவற்றுடன் கட்டாயக் கருக்கலைப்பு மற்றும் கருத்தடை என்பனவும் சுகாதாரக் கேட்டை விளைவிக்கின்றன.

ஆபிரிக்க நாடுகளில் பழங்குடி மக்கள் மத்தியில் இன்றும் அமுலிலுள்ள கட்டாயக் கருத்தடை முறைகள் பெண்களிற்கு பல்வேறு விதமான நோய்களையே பெற்றுக் கொடுக்கின்றன. இவ்வாறான கருத்தடை முறைகளில் உபயோகிக்கப்படும் முறைகள் உடல் ஆரோக்கியத்திற்குக் கேடு விளைவிப்பது மட்டுமன்றி சில வேளைகளில் மரணமடைவதற்கும் காரணமாகின்றன.

இது மட்டுமன்றி இந்தியா போன்ற நாடுகளில் சில பகுதிகளில் தற்போதும் அமுலில் உள்ள பால்ய விவாக முறை மூலம் பெண்களின் பிற்கால வாழ்க்கை சிறுவயதிலேயே அப் பெண்ணின் அனுமதி இன்றியே தீர்மானிக்கப்படுகின்றது. அறியா வயதில் ஒரு பெண்ணின் மீது தினிக்குப்படும் இக் கட்டாயக் திருமணம் மூலம் சிறு வயதிலேயே தாய்மையடைய வேண்டிய நிர்ப்பந்தத்திற்கும் உள்ளாக நேருவதால் அவர்களின் உடல் ஆரோக்கியம் மிகவும் பாதிக்கப்படுகின்றது. சிகிவைச் சுமக்கக்கூடிய தன்மையை, சக்தியை ஒரு பெண்ணின் உடல் பெறும் வயதெல்லையின் அடிப்படையில் திருமணங்கள் நிச்சயிக்கப்படுவதில்லை. இப்பால்ய விவாக முறையின் பின் தூதிர் ஷ்டாவசமாக விதவையாகும் பெண்கள் சமூகத்தின் பார்வையில் தூதிர் ஷ்டம் பிடித்தவளாக நோக்கப்படுகின்றமை நிச்சயமாக இளம் விதவைகளின் உள் ஆரோக்கியத்தை பாதிக்கச் செய்கின்றது. பொதுவில் இந்தியா, நேபாளம் போன்ற இந்து மதத்தினரை பெரும்பான்மையாகக் கொண்ட நாடுகளில் இந்நடைமுறை இன்றும் ஆதிக்கம் செலுத்தி வருவதை நாம் காணமுடிகின்றது.

இன்று உலகம் பூராவும் பெண் விடுதலை மற்றும் பால் நிலைச் சமத்துவம் பற்றி பலரும் பேசி வருகின்றனர். எனினும், நடைமுறைச் சாத்தியமான அனுகுமுறைகள் இன்னும் சரியாகத் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவதில்லை என்பதே உண்மையாகும். நாம் மேலே விபரித்த ஒரு சில பிரச்சனைகள் பெண்கள் சுகாதாரம், மற்றும் போஷாக்கு போன்றவற்றை உட்படுத்திய செயற்றிட்டங்கள் உருவாக்கப்படுவதற்கு அவசியமாகும்.

## முடிவரை:

பெண் சுகாதாரம் பால் நிலைச் சமத்துவத்தில் எத்தனைய பங்கு வகிக்க முடியும் என்பதை நாம் மேற்கூறிய பகுதிகளில் அலசியுள்ளோம். இருப்பினும் இவற்றை நிவாரத்தில் செய்வதற்கு வகுக்கப்பட வேண்டிய உபாயங்கள் எவை என நாம் கலந்துரை யாடுவது அவசியமாகும்

பால் நிலைச் சமத்துவத்தில் பெண் உரிமைகள் மிகவும் முக்கியமான பங்கை வகிக்கின்றன. 1993ம் ஆண்டு யூன் மாதம் ஆஸ்திரியா நாட்டுத் தலைநகரான வியன்னாவில் நடைபெற்ற ஐ.நா. வின் மனித உரிமைகள் பற்றிய உலக மகாநாட்டில் சுமார் 170 அரசாங்கங்களும் மற்றும் பல்வேறு அரச சார்பற்ற நிறுவனங்களும் பங்கு பற்றினார்கள். இதில் விவாதிக்கப்பட்ட முக்கிய அமசங்களினுள் ஒன்றாக பெண்களின் உரிமைகளும் மனித உரிமைகளும் ஒன்றாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட வேண்டும் என்பதும் ஒன்றாகும். பல்வேறு தரப்பு பிரதிநிதிகளுடனும் பெண்கள் அமைப்பின் பிரதி நிதிகளுடனும் நடைபெற்ற இருவார கால கலந்துரையாடவின் பிரகாரம் வியன்னா பிரகடனம் ஒன்றை எட்டையது.

பெண்களின் மனித உரிமைகள் சம்பந்தமான சர்வதேச உடன்படிக்கை, 2000ம் ஆண்டளவில் பெண்களிற் கெதிரான சகல ஏற்றத்தாழ்வுகளையும் கலைத்தல், சகல ஐ. நா செயற்பாடுகளிலும் பெண்கள் ஒருங்கிணைக்கப்படுதல், தனிப்பட்ட மற்றும் பொது வாழ்வில் ஈடுபட்டுள்ள பெண்களிற்கு எதிரான சகல இமிசைகளையும், இன்னல்களையும் களைவதற்காக உழைக்க வேண்டியதன் அவசியம் போன்றவற்றை வலியுறுத்தும். இவ் வியன்னாப் பிரகடனம் திட்டமிடப்பட்ட கற்பழிப்பு, பாலியல் ரீதியான அடிமைத்தனம், கட்டாயக் கர்ப்பம் போன்றவையும், பெண்களிற்கு எதிரான ஆயுத கலாசாரம் பெண்களிற்கான மனித உரிமைகளை மீறுவது மட்டுமன்றி இவை சர்வதேச மனிதாபிமான சட்டங்களையும் மனித உரிமைகளையும் மீறுவதாகும் என்னும் கருத்தையும் இப்பிரகடனம் ஐ.நா. மட்டத்திலும் பெண்கள் உரிமைகள் அடையாளம் காணப்படும் நிலைக்கு இன்று பெண்கள் மத்தியில் எழுச்சி ஏற்பட்டுள்ளது எனில் அது மிகையில்லை. ஆனால், வளர்முக நாடுகளில் வாழும் பெண்களின் கலாசார நிலையில் குறிப்பிடத்தக்க முன்னேற்றத்தைக் காண முடியவில்லை என்பது கண்கூடாகும். குறிப்பாக ஆசிய, ஆபிரிக்க நாடுகளில் வாழும் பெண்களின் சுகாதார மட்டத்தைப் பேணவும் அபிவிருத்தி செய்யவும் ஐ.நா. வின் WHO, UNICEF, UNFPA போன்ற நிறுவனங்கள் பெண்களைக் குறிக் கொண்டு திட்டமிட்டு பல்வேறு செயற் திட்டங்களை அமல் செய்து வருகின்றன. பல்வேறு நாடுகளில் பல்வேறு மட்டங்களில் இச் செயற்திட்டங்கள் அமுல் செய்யப்பட்டு வருகின்றன. தெற்காசிய நாடுகள் (SAARC) பலவற்றுடன் ஒப்பிடும் போது இலங்கையில் சுகாதார நிலைமை முன்னேற்றம் கண்டுள்ளது. சனத்தொகை அதிகரிப்பு வீதம் மிகவும் குறைவாகவும் உள்ளது. தீவிர குடும்பத்திட்ட அமுலாக்கம் மற்றும் சுகாதார வசதிகள் மூலமே இவை சாத்தியமாகியின்னன. அத்துடன் பின்வரும் அனுகு முறைகளும் இவ்வாறான திட்டங்களுடன் செயற்படுத்தல் அவசியமாகும்.

- (i) ஆண்களிற்கு முக்கியத்துவம் தரும் பல்வேறுபட்ட கலாசார், சமூக, மத ரீதியான நடவடிக்கைகளில் பெண்கள் ஒதுக்கப் படுதல், அல்லது இம்சைப்படுத்தப்படுதல் தவிர்க்கப்படுவதை உறுதி செய்தல் மிக மிக அவசியமாகும். பாலியல் ரீதியான ஏற்றத்தாழ்வுகள் களையப்படும் வகையில் பெண்களின் பங்களிப்புகள் அபிவிருத்தித் திட்டங்களில் உறுதி செய்யப்படுதல் வேண்டும்.
- (ii) சமூகத்தில் இன்னும் நடைமுறையில் உள்ள பெண்களை இரண்டாம் தர பிரஜையாக நோக்கப்படும் அனுஞ் முறைகளை மாற்றி ஆண்-பெண் சமத்துவத்தையும், பங்களிப்பையும் ஊக்குவிக்கப்படக் கூடிய வகையில் வேண்டிய பயிற்சி வகைகளையும், கருத்தரங்குகளையும் நடைமுறைப் படுத்தப்படுதல் வேண்டும். பூராதன் வைத்திய முறைகளில் சுகாதாரம் அற்ற, நோய்க் கிருமிகள் பரவக் கூடிய முறைகளில் பெண்கள் மிகு நடாத்தப்படும் வைத்திய முறைகள் அடியோடு களையப்படுதல் அவசியமாகும். மூடு நம்பிக்கைகளின் அடிப்படையில் பெண்கள் சமூக, பொருளாதார நடவடிக்கைகளில் புறக்கணிக்கப்படுதல் முற்றாக தடைசெய்யக்கூடிய வகையில் எழுச்சி நடவடிக்கைகள் நடாத்தப்படுதல் அவசியமாகும்.
- (iii) பெண் கல்வி கட்டாயமாக்கப்படுதல் வேண்டும். அத்துடன் பாலியல் கல்வி குறிப்பாக ஆண்டு 8 அல்லது 9 இற்கு மேல் பாடசாலைகளில் போதிக்கப்படுவது அவசியமானதாகும். பெண்கள் தமது உடல் அமைப்பைப் பற்றி நன்கு அறிந்திருப்பின் மட்டுமே பெண் சுகாதாரம் மேம்படுத்தப்பட முடியும். இவற்றுடன் பாடசாலை மட்டங்களில் சுகாதார வாரங்கள் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் ஏற்படுத்தப்படுதலுடன் இவ்வகையானவற்றில் பெண்களைப் பாதிக்கக்கூடிய விடயங்கள், மற்றும் நோய்கள் பற்றிய விழிப்புணர்ச்சிகள் ஏற்படுத்தப்படுதல் அவசியமாகும். 'எயிட்ஸ்' நோய் சம்பந்தமான விழிப்புணர்ச்சிக் கருத்த தரங்குகள் பாடசாலை மட்டத்தில் மட்டுமல்லது, பல்வேறு சமூக மட்டங்கள், நிறுவனங்கள், தொழிற்சாலைகள் என்பவற்றிலும் நடாத்தப்படுதல் அவசியமாகும்.
- (iv) பெண்கள் பாலியல் ரீதியான துன்பபறுத்தவிற்கு உள்ளாவதைத் தடுப்பதற்கு கடுமையான சட்ட நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படுதல் வேண்டும். பெண்கள் நீண்ட நேரம் வேலை செய்ய நிர்ப்பந்திக்கப்படல், தவறான வழிமுறைகளிற்கு உடன்படாத பெண்களின் உரிமைகள் மேல் அதிகாரிகளால் மறுக்கப்படல், உடல் உள் ரீதியான இம்சை என்பவற்றிற்கு எதிராகப் பெண்கள் நடந்து கொள்ள வேண்டிய முறைகள், மற்றும் இவ்வாறான குழந்தைகளில் அவர்களிற்கு ஆதாராகச் செயற்படும் சட்ட மூலம் என்பன பற்றி பெண்கள் அறிவுடைப்படுதல் மிக மிக அவசியமாகும். அரச நிறுவனம் மட்டுமள்ளி இதர அரச சார்பற்ற, மற்றும் தனியார் நிறுவனங்களும் இவ்விடயங்களில் போதிய ஆர்வமெடுத்தல் அவசியமாகும் மகளிர் அமைப்புகள் இவற்றில் போதிய கவனம் செலுத்துதல் அவசியமாகும்.
- (v) பெண்களிற்கு எதிரான பாலியல் வல்லுறவு போன்ற, பிரத்தியேக முக்குகளை விசாரிக்க தனி நீதிமன்றங்கள் அமைத்தல் வரவேற்கப்பட கூடிய ஒரு அம்சமாகும் இவ்வகையான விசேட நீதிமன்றங்களில் கடமையாற்றும் நீதிபதி முதல் வழக்கரிஞர்கள் வரை பெண்களே கடமைபுரிதல் அவசியமாகும். இந்தியா போன்ற ஒரு சில நாடுகளில் தனியான பெண் பொலிஸ் நிலையங்கள் உருவாக்கப்பட்டுள்ளன. இவ்வகையில் பெண்களிற்கு எதிரான முக்குகள் பெண்களாலேயே விசாரிக்கப்படுதல் வழக்கு விசாரணைகளை இலகுவாக்குவது மட்டுமன்றி, தேவையற்ற தர்மசங்கடமான நிலைகளையும் தவிர்ப்பதற்கும் உதவும்.
- (vi) மாற்றவரும் உலக பொருளாதார அமைப்பில் கைத்தொழில் மயமாக்கல் அதிகரித்து வருவதால் தொழில் துறையில் பெண்களின் பங்கு அதிகரித்து வருகின்றது. எனவே, கைத்தொழில்சார் நடவடிக்கைகளில் பெண்களின் சுகாதாரம் மேம்படுத்தப்படுதல் அவசியமாகும். அத்துடன் இவ்வாறான வேலைத்தளங்களில் பெண்களிற்கெதிரான வளமுறைகள் களையப்படுவதற்கு ஏதுவான நடவடிக்கைகள் மேற் கொள்ளப்படுதல் அவசியமாகும்.
- (vii) ACFFTU போன்ற அமைப்புகளினால் அமுல் செய்யப்பட்டு வரும் பெண்கள் மத்தியில் தலைமைத்துவத்தை ஏற்படுத்தும் நடவடிக்கைகள் மற்றும் பெண் சுகாதாரம் சம்பந்தமான கருத்தரங்குகள், சமூக அபிவிருத்தித் திட்டங்கள் என்பன மூலம் பெண்கள் மத்தியில் விழிப்புணர்ச்சி ஏற்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. இவ்வாறான நடவடிக்கைகள் மேலும் சிறப்பான பங்களிப்படுன் கிராமிய மட்டத்தில் பெண்கள் மத்தியில் விழிப்புணர்ச்சி ஏற்படுத்தப்படுவதால் அவர்களின் ஆரோக்கிய நிலை மற்றும் போதாக்கு நிலை அபிவிருத்தியடைய முடியும். கர்ப்பினிப் பெண்களிற்கான அறிவுறுத்தல்கள், சிகிச்சை நிலையங்கள் என்பனும் கிராமிய மட்டத்தில் அதிகரிக்கப்படுவதுடன், குழந்தைப் பராமரிப்பு சிறப்பாக நடைபெறுவதையும், உறுதி செய்தல் அவசியமாகும். குழந்தை பிறந்து முதல் 4 மாதங்கள் வரையும் குழந்தைக்கு தாய்ப்பாலே போதுமானது. எனவே, சகல நோய் எதிர்ப்புச் சக்திகளையும் உயிர்ச்சத்து, கணியுப்பு என்பவற்றையும் உள்ளடக்கிய தாய்ப்பால் முடிந்த வரையும் குழந்தைக்கு ஊட்டப்படுதலை ஊக்குவிக்க நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படுதல் மிக அவசியமாகும்.
- (viii) இலங்கையில் பெண் சுகாதாரம் மற்றும் பெண் உரிமைகள் போன்றவற்றிற்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுவதனால் அதிக முக்கியத்துவங்களிற்கு பொறுப்பாக தனி அமைச்சு ஒன்று செயற்பட்டு வருகின்றது. இவ்வமைச்சு மூலம் நடைமுறைப்படுத்தப்படும் பால் நிலைச் சமத்துவ நிகழ்ச்சிகளில் பெண் சுகாதார மேம்பாடு முக்கியத்துவம் பெற்று வருவது கண்கூடாகும். எனவே, நாம் கிராமிய மட்டத்தில் பெண் சுகாதாரத்தையும் போதாக்கான உணவு உட்கொள்ளலையும் உறுதி செய்ய முடியுமாயின் நாடளாவிய ரீதியில் பெண் சுகாதார மேம்படுத்தலை உறுதி செய்ய முடியும். பெண்கள் வீட்டின் கண்கள் மட்டுமல்ல அவர்கள் நாட்டின் கண்களும் கூட எனும் கோட்பாட்டின் தாரப்பரியம் பெண் சுகாதார மேம்பாடு, பால் நிலைச் சமத்துவம் என்பவற்றில் தங்கியுள்ளது. இவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்ட நிகழ்ச்சிகளை உள்ளடக்கிய பெண் எழுச்சித் திட்டங்களே இன்று எமக்குத் தேவையாகும்.

# தாய்ப்பாலூட்டுதல்

வல்ஸ் ஜேராஸ் ஜேனன்



Photo : UNICEF

பெண்களுக்கு, குழந்தைகளுக்கு, தேசங்களுக்கு, என் உலகத்திற்கே தாய்ப்பாலூட்டுதல் சிறந்ததொரு செயலாகும். இது இயற்கையானது, சிக்கலானது, காலநிலையியலானது தாய்ப்பாலூட்டுதல் பெண்களின் உரிமையாகும். அத்துடன் தாய்ப்பாலூட்டப்படுவது குழந்தையின் உரிமையாகும்.

தாய்ப்பாலூட்டுதல் ஒரு முக்கியமான பெண்களின் விவகாரமாகும். சுகாதார ரீதியில் மட்டுமென்றி, ஆனால் மனித உரிமைகள் விவகாரமாகவும், பெண்ணியல் விவகாரமாகவும் இது விளங்குகின்றது. ஏனெனில் தாய்ப்பாலூட்டுதல் பெண்களைப் பால் ரீதியான சமத்துவத்திற்கான பங்களிப் பிற்கு அதிகாரமளிக்கின்றது.

தமது உற்பத்தித் திறன், இனப்பெருக்கம் ஆகிய இரண்டின் பெறுமதியை உறுதிப்படுத்துவதற்கான அதி காரத்தைப் பெண்கள் கொண்டுள்ளார்கள். தாய் - தொயில் மற்றும் ஏனைய பணி ஆகியவற்றுக்கு இடையிலான விருப்பத்தினைத் தெரிவு செய்வதற்கு அவர்களை ஒரு போதும் கட்டாயப்படுத்தக் கூடாது. தாய்ப்பாலூட்டுதல் உட்பட வெற்றிகரமான பேணுதல்களுக்கு ஆதரவளிக்கும் நிலைமைகள் பெண்களின் மறுதலையான பிரதிமைகளை

மறுதலிப்பது மூலம் பொதுவாக பால் கீழ்ப்பாடுதலைக் குறைத்து பெண்களின் இனப்பெருக்க வேலையின் பெறுமதியை வலி யுறுத்தும் நிலைமைகளாக விளங்குகின்றன. பாலூட்டுவதென்றால் உங்கள் சொந்த உடலை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பதாகும். பாலூட்டுவதன் மூலம் ஒரு பெண் தனது சொந்தக் கருக்கட்டலை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க முடிவதுடன், அது அவளினதும், அவளது பிள்ளையினதும் சுகாதாரத்தையும் மேம்படுத்துகின்றது.

சுமார் 6 மாதங்களுக்கு தாய் பாலூட்டப்படுதல் மட்டுமே மேற்கொள்வதை உலக சுகாதார தாபனம் ஆதரிக்கின்றது. வேறு எந்த ஒரு திருவோமோ, உணவோ வழங்கக் கூடாது. இதில் நீரும் கூட சேருகின்றது. தற்போதைய ஆராய்ச்சி களினாடி ஒரு பெண் தொடர்ந்தும் பாலூட்டினால் முதல் ஆறு மாதங்களுக்குள் கர்ப்பமடையும் சந்தர்ப்பத்தில் இருந்து அவள் 98 வீதத்தினால் பாதுகாக்கப்படுகிறாள். அதே வேளை, ஆறு மாதங்களின் பின் இது 96 வீதமாக விளங்கும். இந் நிலைமை அவளுக்கு மாதவிடாய் மீள ஏற்படும் வரை நிலவுகின்றது.

கர்ப்பத்தைத் தடுக்கும் சாதனங்கள் கட்டுப் படியாகாது, கிடைக்காது, அல்லது ஏற்றுக் கொள்ள முடியாது என்ற நிலையில் உள்ள பெண்களுக்கு, தாய் பாலூட்டுவதன் மூலம் குழந்தை பிறக்கும் இடைவெளியை அதிகரிக்க முடியும்.

அபிவிருத்தி அடைந்த நாடுகளிலும், கைத் தொழில் மய நாடுகளிலும் தாய் பாலூட்டுதல் குழந்தையினதும், தாயினதும் சுகாதாரத்திற்குப் பங்களிக்கின்றது. அபிவிருத்தி அடைந்த நாடுகளில் உள்ள நல்ல நிலையில் உள்ள சேரிப் புறங்களிலும், கிராமங்களிலும் உள்ள தாய்ப்பாலூட்டப்படும் குழந்தைகள், முதல் ஆறு மாதங்களின் போது ஐரோப்பாவில், அல்லது வட அமெரிக்காவில் உள்ள குழந்தைகளுடன் ஒப்பிடும் போது, சிறந்த போஷாக்குடன் விளங்குகின்றன. ஏனெனில் அவர்களுக்கு கிடைக்கும் உணவு சிறந்ததாகும். எவ்வளவு பணம் இருந்தாலும் தாய்ப்பாலை விட வேறொன்றும் இல்லை. தாய்ப்பாலை மட்டும் அருந்தும் குழந்தைகள் மற்றைய வர்த்தக ரீதியான குழந்தைப் பாலை அருந்தும் குழந்தைகளை விட, நோய்க்குத் தாக்குப் பிடிக்கும் சக்தியைக் கொண்டுள்ளன. போஷாக்கின்மை, தீவிர மூச்செடுத்தல், தொற்று நோய்கள், வயிற்றோட்டம், நீரிழிவு, ‘அலர்ஜிகள்’ போன்றவற்றுக்கு எதிராக மேலதிக பாதுகாப்பினை இக் குழந்தைகள் கொண்டிருக்கின்றன.

பெண்களின் சுகாதாரத்திற்கும் தாய்ப்பாலூட்டுதல் பங்களிக்கின்றது. தாய்ப்பாலூட்டும் பெண்கள் மார்பக, கர்ப்பப்பை புற்று நோய்களினால் குறைந்தளவே பீடிக்கப்படுவதுடன், வாழ்க்கையின் பிற்காலத்தில் தலைப் பீடிப்பைப் புறைவாகவே கொண்டிருப்பார்கள். ஆகக் குறைந்தது மூன்று மாதங்களுக்காவது தாய்ப்பாலூட்டுவதன் மூலம் இறுதி மாதவிடாய்க்கு முன்னரான மார்புப் புற்றுநோய்

எற்படும் அபாயத்தை அரைவாசியால் குறைக்கலாம். குழந்தைக்கு ஆகக்குறைந்தது இரண்டு மாதங்களுக்கு தாய்ப்பாலுட்டுவது கருப்பை புற்றுநோம் ஏற்படும் ஆபத்து 25 வீத்தினால் குறைவடையும். 65 வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்களில் ஏற்படும் இடுப்பு முறிவின் அபாயம் அவர்கள் தாய்ப்பாலுட்டி இருந்தால், அரைவாசியினால் குறைவடையும். ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் 9 மாதங்களுக்கு தாய்ப்பாலுட்டுவதனால் இந்த அபாயம் 25 வீத்தினால் குறைவடையும்.

## தவறான தகவல்

தனது குழந்தைக்கு எவ்வாறு சிறந்த வகையில் உணவுட்டுவது என்ற பெண்ணின் விருப்பமானது அவளின் தனிப்பட்ட விடயமாகும். எனினும், அவளது தீர்மானம் பெருமளவு காரணிகளினால் ஆதிக்கம் செலுத்தப் படுகின்றது. குடும்ப உறுப்பினர்கள், சுகாதார உயர் தொழிற்றுறையினர், வெகுஜன ஊடகம், மத நிறுவனங்கள், சமூகப் பாரம்பரியங்கள், தொழில் குழ்நிலை ஆகியன தாய்ப்பாலுட்டுவதா, இல்லையா, அல்லது எவ்வளவு காலத்திற்கு தாய்ப்பாலுட்டுவது போன்றவை ஒரு பெண்ணின் தீர்மானத்தில் தங்கியிருக்கும் காரணிகளாக விளங்குகின்றன.

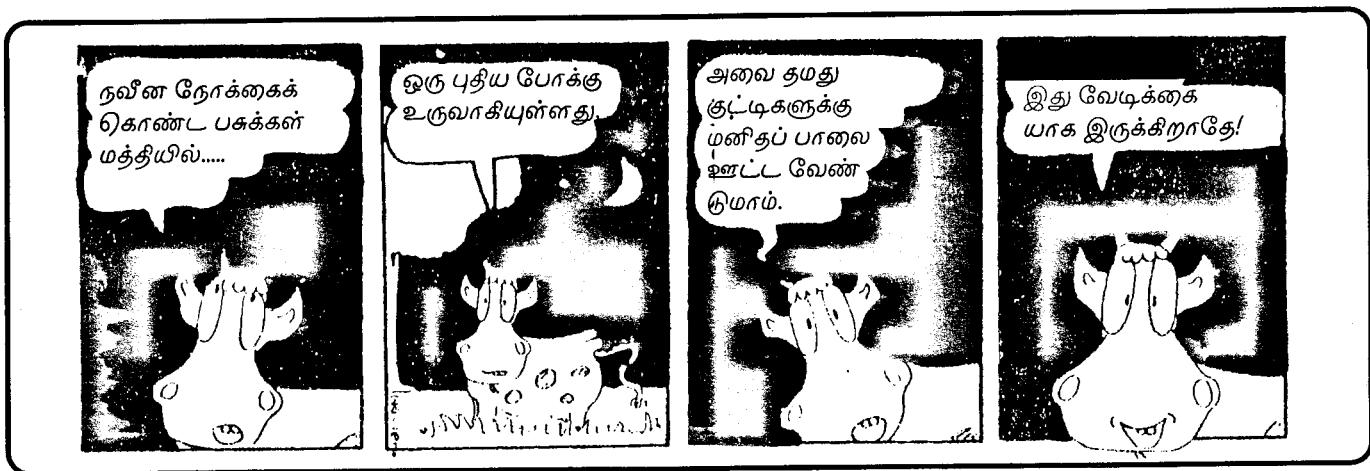
தாய்ப்பாலுட்டுவதற்கான அனுசூலங்கள் பற்றி பல வருடங்களாக அறியப்பட்டுள்ளன. ஆனால், அண்மையில் உயிரியல் இரசாயன உடற்றொழிலியல் ஆராய்ச்சி அந்த உண்மையைச் சரிவர நிருபித்துள்ளது. எனினும், கைத் தொழில்மய நாடுகளில் தாய்ப்பாலுட்டும் வீதங்கள் மீண்டும் அதிகரிக்கும் அதே வேளை, பெருமளவு அபிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளில் இது எதிர்மாறானதாகும். தாய்ப்பாலுட்டுவதற்கு எதிரான காரணங்களில் ஒன்றாகத் தவறான தகவல் விளங்குகின்றது. உதாரணமாக முன் கூட்டியே தாய்ப்பாலுட்டுவதை இடை நிறுத்தும் பெருமளவு

பெண்கள் "போதியளவு பால் இல்லை" என்ற கரிசனையின் காரணமே அவ்வாறு செய்கின்றார்கள்.

இலங்கையின் கிராமியப் பகுதிகளில் கூட இவ்விதமான பிரச்சனைகள் அதிகரித்து வருவதுடன், பெரும்பாலும் தாய்ப்பாலுட்டுதல் "பழை ஃபாஷன்" எனக் கருதப்படுவது வேதனைக்குரிய விடயமாகும். சில இலங்கைத் தாய்மார்கள் ஒரு மாதத்திற்கு மேல் தாய்ப்பாலை மட்டும் தொடர்ந்தும் ஊட்டுகின்றார்கள். பிறப்பில் இருந்து மேலதிக நீர் குழந்தைக்கு தேவை என அவர்கள் நம்புகிறார்கள். பெருமளவு குழந்தைகள் வார்த்தக ரீதியான பால் உணவுகளை இரண்டாவது மாதத்தில் இருந்து பெறுகின்றன. எனினும், இது தாய்ப்பாலின் சுரத்தலில் ஒரு மறுதலையான தாக்கத்தைக் கொண்டிருக்கின்றன.

தாய்மார்களுக்கான (அத்துடன் குடும்பத் தினருக்கும், சுகாதார உயர்தொழிற்றுறையினருக்கும்) தொடர்ச்சியான சுகாதாரக் கல்வியானது, பிரத்தியேகமாக தாய்ப்பாலுட்டலின் சித்தாந்தத்தை முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்வதற்காக அவசியமானதாகும். இந்த சுகாதாரக் கல்வி மேற்கொள்ளப்படும் முறையில், தாய்ப்பாலுட்டும் காலத்தைக் குறைப்பதா, அல்லது நீடிப்பதா என்பதை தகவல் ஏற்படுத்துமா என்பதைத் தீர்மானிக்கும் சில சமுதாயங்களில் தாய்ப்பாலுட்டும் காலத்தின் மீதான மறுதலையான தாக்கத்தை சில ஆய்வுகள் வெளிப்படுத்தியுள்ளன. தாய்ப்பாலுட்டுதல், செயன் முறையான ஆதரவு ஆகியவற்றையிட்டு செம்மையான தகவலைப் பெறும் தாய்மார்கள் தாய்ப்பாலுட்டும் போது ஆர்வங்களை அனுபவிப்பது பெருமளவில் குறைவாகும் என வேறு ஆய்வுகள் காட்டுகின்றன. வட அமெரிக்காவில் நீண்ட காலத்திற்கு வெற்றிகரமாகத் தாய்ப்பாலுட்டும் பெண்கள் உயர்ந்த சமூக - பொருளாதார அந்தஸ்தையும், உயர்ந்த கல்வியையும் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

இலங்கையில் காலம் காலமாகத் தாய்ப்பாலுட்டுதலின் வலிமையான பாரம்பரியம் ஒன்று இருந்தது ஆனால், கடந்த இரு தசாப்தங்களின் போது இது பார



தூரமான அளவு வீழ்ச்சி அடைந்துள்ளது. நகாமயமாக்கலில் இருந்து வேலை செய்வது வரையிலான பல காரணங்களை இதற்குக் கூறலாம். எனினும், உலகம் பூராவும் குழந்தை உணவு வகைகளின் பாந்த ரீதியான சந்தைப்படுத்தலும், வர்த்தக ரீதியான மேம்படுத்தலும், அந்துடன் இந்த உணவு வகைகளில் தங்கியுள்ள பெண் பிரசவ செயற்பாடுகளும் ஒரு பாரிய தாக்கத்தைக் கொண்டுள்ளன.

விளம்பரப்படுத்தல் மற்றும், உற்பத்தி மேம்படுத்தலின் ஏனைய வகைகள் ஆகியன மிகவும் பொதுவானதாகும். இவ்வித சந்தைப்படுத்தலின் தாக்கம் பற்றி மக்கள் பெரிதும் சிந்திப்பதில்லை. எனினும், தமது குழந்தைகளுக்கு எவ்வாறு பாலுட்டுவது என்பது பற்றி பெண்களின் போக்குகள், தீர்மானங்கள் ஆகியன மீதான தாக்கத்தைக் கொண்ட டிருக்கும் வகையில் குழந்தைகள் உணவை விற்பனை செய்வதற்கான தொழில்நுட்பங்கள் வடிவமைக்கப் படுகின்றன. பெண்களின் மனதில் சந்தேகம் என்ற விதையை நாட்டுவதே முதலாவதும், மிகவும் செயற்றிறநானதுமான சந்தைப்படுத்தல் தொழில்நுட்பமாகும்.

இலங்கையில் வர்த்தகக் குழந்தை உணவுகளின் நேரடி விளம்பரப்படுத்தல் நின்றுள்ள போதிலும், தமது பொருட்களைச் சந்தைப்படுத்துவதை கம்பெனிகள் நிறுத்தவில்லை. அவைகள் தமது இலக்கு குழுவை மாற்றியுள்ளன. அது முதல் சுகாதார உயர் தொழிற்றுறையினர் மீது அவர்கள் கவனம் திரும்பியுள்ளது. பெண்கள் மீது நேரடியானதும், அதிகார பூர்வமானதுமான ஆதிக்கத்தைக் கொண்டுள்ள நிபுணத்துவம் வாய்ந்த உயர் தொழிற்றுறைக்கான அடைதலை அது கம்பெனிகளுக்கு வழங்கியுள்ளதால், அது அதிகளுக்கு செயற்றிறநானது என்பதை நிருபித்துள்ளது. தமது உற்பத்திகளின் சாத்தியமான நன்மைகளை வலியுறுத்துவதற்காகப் புத்திக்கூர்மையான சந்தைப்படுத்தல் உபாயங்கள் உபயோகிக்கப்படுகின்றன. ஆனால், தாய்ப்பால் ஊட்டாத்தினால் ஏற்படுகின்ற பிரதிக்கலங்களை, அல்லது இழக்கப்படும் நன்மைகளை ஒருபோதும் வெளிப்படுத்துவதில்லை. தாய்மார்களினதும், குழந்தைகளினதும் நலன்களை விட ஸாபத்தையே நோக்கமாகக் கொண்டுள்ள இவ் வர்த்தக ரீதியான நலன்களுக்கு எதிராகப் பாவனையாளர்கள் என்ற முறையில் பெண்கள் எதிர்ப்புத் தெரிவிக்க வேண்டும்.

தாய்ப்பாலுடன் குழந்தைப் பால்மாவின் உள்ளடக்கம் ஒரு போதும் ஈடாகாது. போலூக்குகளைத் தவிர பக்பாலில் கிடைக்காத ஒரு பாரிய அளவிலான கூறுகளை தாய்ப்பால் அடக்கியுள்ளது.

## வேலையில்

இந் நாட்களில் குழந்தையைப் பெற்றெடுக்கும் நிலையில் உள்ள பெண்கள் நீண்ட நேரத்திற்கு வீட்டில் இருந்து வெளியே இருக்கும் வகையிலான வேலையில் ஈடுபடுகின்றார்கள். பெண்கள் தம்மைத் தாமே கவனிப் பதுடன், தமது சொந்தப் பொருளாதார வாழ்தலுக்கும், நலனுக்கும் பொறுப்பான குயேச்சையான பொருளாதாரக் கூறுகளாக சமூகத்தினால் நோக்கப்படுவது அதிகரித்து வருகின்றது. தொழில்படையில் பொருளாதார ரீதியில் தீவிரமாகவுள்ள பெண்களின் தொகை வருடந்தோறும் அதிகரித்து வருவதாக உத்தியோகபூர்வ மதிப்பீடுகள் தெரிவிக்கின்றன. ஆனால், குழந்தை பராமரிப்பு போன்ற வேலைகளில் ஈடுபடுவோரின் தொகை எப்பொழுதும் சேர்த்துக் கொள்ளப்படாத்தினால், வேலையில் ஈடுபடும் பெண்களின் உண்மையான தொகை மிகவும் உயர் வானதாகும். ஒவ்வொரு தாயும் வேலை செய்யும் பெண்ணாவாள். வேலையாட்களாகவும், தாய்மார்களாகவும் பெண்களின் இரட்டைப் பங்கு கூட்டு மொத்தமாக நோக்கப்பட வேண்டும். பெண்களின் உற்பத்தித் திறன், இனப் பெருக்க பங்குகளையிட்டு சமூகம் கொரவும் அளிப்பதுடன் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். குழந்தையைப் பெற்றெடுப்பது ஒரு உயிரியல் தொழிற்பாடாகும். இருந்தும், பெருமளவு பெண்களின் தாய்மைப்பேற்றினைச் சமூகம் மறுக்கின்றது.

தாய்மைப் பேறுகள் பெண்களுக்கான மனித உரிமைகளாகும். தொழில்புரியும் பெண்கள் சம்பளத்துடன் பிரசவ லீவுக்கு உரித்துடையவர்களாவர். ஏனையில் இது கார்ப்பத்தின் இறுதி நாட்களிலும், பிரசவத்தின் பின்னர் பாலுட்டும் நாட்களிலும் தாய்மார்களையும், குழந்தைகளையும் பாதுகாப்பதற்கான சுகாதார வழி முறையாகும். பிரசவத்தில் இருந்து தாய்மார் சுகமடையவும், தனது குழந்தைக்கு தாய்ப்பால் ஊட்டவும், புதிய சூழ்நிலைக்கு குழந்தை ஒத்துப் போவதற்காக தமது குழந்தைக்கு பாதுகாப்பையும், பராமரிப்பையும் அளிப்பதற்கும், குழந்தையுடன் நேரத்தைச் செல்வழிப்பதற்கும் பிரசவகால லீவு அத்தியாவசியமானதாகும். வருமானத்தின் தொடர்ச்சியான மூலத்திற்கும், பிரசவத்தின் பின் தொழில் பாதுகாப்புக்கும் சம்பளத்துடனான பிரசவ லீவு உத்தரவாதமளிக்கின்றது. பிரசவ லீவைப் பெறும் பெண்கள் வேலைப்படையில் தொடர்ந்தும் இருப்பர். இது தொழிற் தருளர்களுக்குப் பொருளாதார நன்மைகளையும், பெண்களுக்கும், குடும்பங்களுக்கும், சமூகத்திற்கும் சமூக நன்மைகளையும் கொண்டிருக்கும். பெண்களின் உற்பத்தித் திறன், மற்றும் இனப்பெருக்க வேலை ஆகியவற்றை மதித்து

பெண்கள் காவும் இரட்டைச் சுமைகளைக் குறைக்கும் தொழில் படையிலும், ஏனைய வேலையிலும் தொழிலுக்காகப் பெண்ணை மையமாகக் கொண்ட அனுகுழறையை நாம் உருவாக்க முடியுமா?

இவ்விதமான அனுகுழறையானது சமூக ரீதியில் கருத்துள்ளதாகவும், உற்பத்தித்திறன் வேலையாகவும் கார்ப் பத்தையும், தாய்ப்பாலூட்டலையும், குழந்தைப் பராமரிப்பையும் ஏற்றுக் கொள்வதுடன், உச்ச தாய்ப்பாலூட்டலுக்கு அவசியமான சமூக ஆதாவை அங்கீரிக்கும். வீட்டிலும், வேலைத் தளத்திலும் இந்த ஆதாவை வழங்குவதற்கான பொறுப்பை ஆண்கள் ஏற்கின்றார்கள். சில பெண்ணியல்வாதிகள் தாய்ப்பாலூட்டுதல் மேம்படுத்தப்படுவதை விமர்சித்துள்ளனர். இது பெண்களைக் கட்டுப்படுத்தி வைப்பதுடன், குழந்தைகளுக்குப் பாலூட்டுவதற்கு அவர்களை வீட்டுக்குள் அடைத்து வைக்கும் என அவர்கள் வாதாடுகிறார்கள். 'யுனிசெப்பின் முன்னாள் நிறைவேற்று பணிப்பாளர் ஜேம்ஸ் கிராண்ட் பின்வருமாறு கூறுகின்றார்: "தாய்ப்பாலூட்டுதலை மேம்படுத்தல் தொழில் படையில் இருந்து பெண்களை விலக்குவதற்கான சாக்குப் போக்காக நோக்கப்படக்கூடாது. தாய்ப்பாலூட்டுவதா? வேலை செய்வதா? என்பதைத் தெரிவு செய்தல் பெண்கள் மீது இனியும் சமத்தப்படவில்லை. தாய்ப்பாலூட்டுவதற்கும், குழந்தையை பராமரிப்பதற்குமான வசதியை அளித்தல் சமூகத்தின் மீதே சமத்தப்பட்டுள்ளது."

தமது குழந்தைக்கு தாய்ப்பாலூட்டுவதைத் தெரிவு செய்துள்ள வேலை செய்யும் பெண்கள் தாய்ப்பாலூட்டுவதற்கான தமது உரிமையைக் கோரியுள்ளதுடன், பிள்ளைகளுக்குப் போஷாக்கு உணவுட்டும் பிரத்தியேக பொறுப்புகள் கொண்டுள்ளவர்களாக பெண்களை பிரதிநிதிப்படுத்தும் சித்தாந்தங்களுக்கு சவால் விடுகின்றனர். பாவனையாளர்களாகப் பெண்களை சித்தரிக்கும் வெகுசன ஊடக இயல்புக்கு தாய்ப்பாலூட்டுதலும் சவால் விடுகின்றது. வர்த்தக ரீதியான குழந்தை உணவுகளில் பண்தைச் செலவழிக்கக் கூடாது என்ற தீர்மானம் செலவான கைத் தொழில் ரீதியில் உற்பத்தியாகும் உணவுகள் மீது தங்கியிருக்கும் பெண்களைத் தள்ளும் பாவனை முறைகளின் நிராகரிப்பாகும்.

வெற்றிகரமான தாய்ப்பாலூட்டுதல் மருத்துவர்கள் மீது பெண்கள் தங்கியிருத்தலைக் குறைக்கின்றது.

## பாலியல் காட்சிப் பொருளாகப் மார்பகங்கள்

குழந்தைகளின் உணவினதும், சௌகரியத்தினதும் மூலமாவதை விட ஆண்களின் மகிழ்ச்சிக்கான பாலியல் காட்சிப் பொருள்களாக மார்பகங்கள் எவ்வாறு வந்துள்ளன? பெண்களின் மார்பகங்களை வெளிப்படுத்துவதில் பாலியல் கைத் தொழிலும், அழகுக்கலைக் கைத் தொழிலும் வெற்றி

யீட்டியுள்ளன. இது பொது இடங்களில் சில பெண்கள் தாய்ப்பாலூட்டுவதில் கஸ்டாங்களை விளைவிக்கின்றது. மார்பகங்களைப் பொது இடங்களில் வெளிப்படுத்த அஞ்சி பாலூட்டும் போத்தல்கள் உபயோகிக்கப்படும் போது அல்லது, தாய்ப்பாலூட்டும் போது தமது மார்பகங்கள் உருமாற்றமடையும் என்ற அச்சத்தினால் பாலூட்டும் போத்தல்களைப் பெண்கள் தெரிவு செய்யும் போது பெண்கள் ஒரு பாலியல் காட்சிப் பொருளாக கருதப்படுவார்கள். தாய்ப்பாலூட்டும் தாய்மார்கள் தமது உடலில் தமது மார்பகங்களைப் பெறுமதியிக்கவை எனக் கருதுவதுடன், பாலியல் காட்சிப் பொருளாக கருதப்படுவதற்கு மறுகின்றனர்.

குழந்தையின், அவற்றின் தாய்மார்களின் ககாதாரத்திற்காகத் தாய்ப்பாலூட்டுதலைப் பாதுகாப்பதுடன், மேம்படுத்துவது முக்கியமானதாகும். தீவிர போஷாக்கின்மை நிலைமையின் கீழ் கூட பால்சாக்கும் தாய் குழந்தைக்கு தேவையானவு பாலை உற்பத்தி செய்யும் விதத்தில் அவளது இழையங்கள் செயல்படும். பால் சுரக்கும் போது பெண்கள் நிறையை இழப்பார்கள். பால் சுரப்பின் போஷாக்கு அழுத்தத்திற்கு குறைந்தளவில் தயாராகவுள்ள பெண்கள் குறைவான தெரிவுகளைக் கொண்டிருப்பது துக்கரமான தாகும். வறுமையின் காரணமாக, ஏதாவது பாதுகாப்பு முறையில் பால்மாவைக் கொள்வனவு செய்யும் அல்லது உபயோகிக்கும் நிலைமை அவர்கள் விளங்கமாட்டார்கள். அத்துடன் தாய்ப்பாலூட்டத் தவறும் போது அது குழந்தைக்கு ஒரளாவு மரண தண்டனையாக விளங்கும். பால் சுரக்கும் தாய்மார்களுக்கும் குறை நிரப்பு உணவை வழங்குதற்கும் பூப்பெய்யவுள்ள வயதினைக் கொண்ட இளம் பெண்களுக்கு போதியளவு போஷாக்கை வழங்குவதற்கும் அதிகளவு கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டும்.

தாய்க்கான மேலதிக உணவு குழந்தையின் செயற்கை உணவின் செலவினத்தின் பத்தில் ஒன்றாக விளங்கும்.

உண்மையில் திரிபோஷா என்ற திறமையான உள்ளுநர் உற்பத்தி ஒன்று உபயோகிக்கப்பட முடியும். தாய்மார்களுக்கு (கர்ப்பினி, பால்சாக்கும்) போஷாக்கு குறைநிரப்பி உணவாகவும், 6 மாதங்களுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைக்கு முழுமையான உணவாகவும், இந்த உற்பத்தியைச் சகல குடும்பத்திற்கும் நியாயமான விலையில் வழங்குவதற்கு இலங்கை அரசாங்கம் நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.

அவசியப்பட்டோருக்கு 'திரிபோஷா' இலவசமாக கையளிக்கப்படுதற்குப் புற்பாக, நியாயமான விலையில் வர்த்தக ரீதியான உற்பத்தியாக இலகுவில் செய்யமுடியும்.

ஏனெனில் -

"கசாதாரம் எல்லாமே அல்ல. ஆனால் சகாதாரம் இன்றி, ஏனையவை ஒன்றுமே இல்லை".

## குறைந்த பிறப்பு நிறையும், தாயின் கூகாதாரமும்

டாக்டர் திருமதி காமினி அழகாக்கோன் (நிறைவேற்றும் பணிப்பாளர், ரூடும்பப் புரைமைப்பு நிலையம்)

பெண்ணின் பாரிய தொழிற்பாடுகளில் ஒன்றாக இனப்பெருக்கம் விளங்குகின்றது. ஒரு குழந்தையின் ஆரோக்கியை தாயின் ஆரோக்கியத்தில் தங்கியின்னது. ஆரோக்கியமான தாய் ஓர் ஆரோக்கியமான குழந்தையைப் பெற்றெடுப்பாள். எனவே, இனப்பெருக்கக் காலத்தின் போது ஒரு பெண்ணின் ஆரோக்கியம் எதிர்காலச் சந்ததியில் ஒரு பாரிய தாக்கத்தையே கொண்டுள்ளது.

பெண்களின் கூகாதார அந்தஸ்தை கணிப்பதற்கு, அல்லது மதிப்பிடுவதற்கு தாய்மார் இறப்பு வீதங்கள், குழந்தை இறப்பு வீதங்களை போன்ற கட்டிகள் உபயோகிக்கப்படுகின்றன.

இலங்கையில், கர்ப்பினி இறப்பு வீதங்கள் 1945 இல் 16.5 / 100 உயிர் பிறப்புக் களாக இருந்து 1990 இல் 0.6 / 100 என வீழ்ச்சி அடைந்துள்ளது. கர்ப்பினி சுகாதாரத்தை மறைமுகமாகப் பிரதி பலிக்கும் குழந்தை இறப்பு வீதங்கள் 1960 இல் 90 / 100 இல் உயிர் பிறப்புக்களாக இருந்து, 1993 இல் 15 / 1000 என வீழ்ச்சி அடைந்துள்ளது.

இலங்கையின் குழந்தை இறப்பு வீதத்தை ஏனைய நாடுகளுடன் ஒப்பிடுகையில் (அட்டவணை 1 ஜப் பார்க்கவும்) இந்தியா, நேபாளம், பங்களாதேஷ் போன்ற பிராந்தியத்தில் உள்ள ஏனைய அபிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளை விட குழந்தை இறப்பு வீதம் குறைவாகும் என்பதை நாம் காண முடியும். இது லூதானியா, பல்கேரியா, பணாமா, கொலம்பியா போன்ற நாடுகளின் வீதங்களுடன் ஒராவுட ஒத்திருக்கின்றது. எனினும், பெண்மார்க், ஜப்பான், கவீன், பின்லாந்து போன்ற அபிவிருத்தி அடைந்த நாடுகளில் குழந்தை இறப்பு வீதம் இலங்கைப் பிடி மிகக் குறைவாகும்.

கடந்து போன வருடங்களில் குழந்தையினதும் கர்ப்பித் தாய்மாரினதும் இறப்பு வீதத்தில் ஏற்பட்டுள்ள திருப்பமான வீழ்ச்சியும், இந்தியா போன்ற பிராந்தியத்தில் உள்ள ஏனைய அபிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளை விட இலங்கையில் குழந்தை இறப்பு வீதம் குறைவாக என்ற உண்மையும் எழ்முன் தவறான திருப்தியையும், தன்னிறைவையும் செலுத்த முடியும். எனினும், உயிர் வாழ்வது மட்டும் நோக்கு அல்ல என்பதை நாம் விளங்கிக் கொண்டுள்ளோம். தாய்மார்களினதும், குழந்தைகளினதும் வாழ்க்கைத் தாழும், சுகாதாரமும் சமீதியில் முக்கியமானதாகும். பெண்கள் ஆரோக்கியத்துடன் திகழ்வதை நாம் உறுதி செய்ய வேண்டும். அப்பொழுதே அவர்களுக்கு பிறக்கும் குழந்தைகளும் ஆரோக்கியத்துடன் விளங்குவதுடன், சிறந்த வாழ்க்கையை ஆரம்பித்து, வளர்ச்சி, விருத்தி ஆகியன தொடர்பில் உச்சமான ஆற்றலாலை அவர்களால் அடைய முடிகின்றது. இதன் மூலம்

மட்டுமே அவர்கள் நாட்டின் எதிர்கால அபிவிருத்திக்கும், முன்னேற்றத்திற்கும் முழுமையாகப் பங்களிக்க முடியும்.

ஒரு குழந்தை ஆரோக்கியத்துடன் பிறந்துள்ளதா, இல்லையா என்பதை எவ்வாறு நாம் அறிவது? பிறக்கும் குழந்தைகளின் பிகவும் முக்கியமான கட்டிகளாகப் பிறப்பு நிறை விளங்குகின்றது. கர்ப்பினிப் பெண்ணின் சுகாதார, போவாக்கு அந்தஸ்தையும், புதிதாகப் பிறக்கும் குழந்தை உயிர் வாழும் சாத்தியங்களையும் பிரதிபலிக்கும் பிகவும் முக்கியமான சமூகப் பொருளாதார பூகோள கட்டிகளில் ஒன்றாக குறைந்த பிறப்பு நிறை

உலக சுகாதாரத் தாபனத் தினால் இனங்காணப்பட்டுள்ளது. உண்மையில், நாட்டின் சுகாதார அந்தஸ்தின் மிகவும் கட்டுரணர்வுள்ள கட்டியாக குறைந்த பிறப்பு நிறை விளங்கி என்கு கு வதாகச் சொல்லப்படுகிறது.

இலங்கையில் குறைந்த பிறப்பு நிறை 25 / 1000 என அட்டவணை 2 இல் காட்டப் பட்டுள்ளது. குழந்தை இறப்பு வீதத்தைப் போலன்றி, இந்தியா போன்ற ஏனைய அபிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளுடன் இந்த எண்ணிக்கை ஒயிடிக் கூடியதாகும். அபிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளில் குழந்தை இறப்பு வீதம் மிக அதிகபாகும். லூதானியா, பணாமா, பல்கேரியா, கொலம்பியா போன்ற நாடுகளில் நிறை குறைந்த பிறப்பு வீதம் இலங்கையை விட குறைவாக உள்ள போதிலும், இந்நாடுகளில் குழந்தை இறப்பு வீதம் இலங்கையை ஒத்திருக்கின்றது.

இலங்கையான நாம் தன்னிறைவு அடையமுடியாது என்பதை இந்த அதிர்ச்சியூட்டும் வெளிப்படுத்துகை கட்டிக்காட்டுகின்றது. அத்துடன் பொதுவாகப் பெண்களினதும் விசேடமாக கர்ப்பினிப் பெண்களினதும், எதிர்காலத் தாயாக விளங்கப் போகும் சிறுமிகளினதும் ஆரோக்கியத்தை பேம்படுத்துவதற்கு நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்பட வேண்டும் என்பதையும் இது கட்டிக் காட்டுகின்றது.

**குறைந்த பிறப்பு நிறை என்பதன் கருத்து என்ன?**

2,500 கிராம்களுக்கு, அல்லது 2.5 கிலோ கிராமுக்குக் குறைந்த பிறப்பு நிறையே குறைந்த பிறப்பு நிறையாக உலக சுகாதாரத் தாபனம் வரையறைக்கின்றது.

2,500 கிராம்கள் என்ற வெட்டுப் புள்ளியில் உள்ள ஆட்பட்டைக் கோட்பாடு என்ன வெளில், குழந்தையில் இறப்பின் அபாயம் 2,500 கிராம்களுக்கு குறைந்த பிறப்பு நிறையைக் கொண்டுள்ள குழந்தைகளில் அண்ணளவாக இரட்டைமடங்காகும்.

### குழந்தை இறப்பு விதங்கள் - 1993

நேபாளம்	81 / 1000	இலங்கை	15 / 1000	டென்மார்க்	6 / 1000
பங்களாதேஸ்	94 / 1000	லுதானியா	17 / 1000	ஐப்பான்	6 / 1000
நேபாளம்	90 / 1000	பன்மா	18 / 600	சீவீடன்	5 / 1000
		பல்கோரியா	16 / 1000	பின்லாந்து	6 / 1000
		கொலம்பியா	16 / 1000		

*மூலம் : உலக குழந்தைகளின் நிலை, 1993, முனிசெப்'*

#### பிறப்பு நிறை எதைப் பிரதிவிதிப்படுத்துவின்றது?

குழந்தைகளின் நிறையைக் கிரமமாக நிறுப்புதடன், வளர்ச்சி அட்டவணையில் அவர்களின் நிறையின் வளர்ச்சியை அவதானிப்பதே குழந்தைகள் ஆரோக்கியத்துடன் உள்ளனவா, இல்லையா என்பதை உறுதிப்படுத்துவதற்கான ஓர் இலகுவான முறையாகும். இதே போல, தாயின் கருப்பையில் உள்ள குழந்தையின் வளர்ச்சியையும், கர்ப்பத்தின் போது தேறும் தாயின் நிறையையும், பிறப்பில் குழந்தையின் நிறையையும் அறிவுதன் மூலம் மதிப்பிட முடியும்.

குழந்தை ஒன்று பிறப்பின் போது 40 கிழமைகளாக விளங்கும். மிக நூட்பமான தனித்த கலத்தில் இருந்து, இக் காலத்தின்போது இடம்பெறும் வளர்ச்சி சமச்சௌரானது அல்ல. கர்ப்பத்தின் கடைசி 3 மாதங்களின் போது நிறையின் உச்ச அதிகரிப்பு வீதம் இடம்பெறுகின்றது. இக் காலம் சிறிதளவு குறைந்தாலும், குழந்தையின் நிறையில் கணிசமான வீழ்ச்சி

வழையான காலமிருந்தும் நிறை குறைவாகவும் குழந்தைகள் பிறக்கின்றன. இவ்வித முழுக் கால குழந்தைகளின் நிறையில் ஏற்படும் குறைவுகளுக்கு காரணம் கருவரு போஷாக் கிண்மையாகும். இக் குழந்தைகளின் தாய்மார் கர்ப்பத்தின் போது போஷாக்கின்மையினால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதே பிறக்கும் குழந்தைகள் இவ்வாறு பிறப்பதற்குக் காரணமாகும். இக் குழந்தைகள் "திகதிகளுக்கு சிறியவை" எனப்படுகின்றன. எனவே, பின்வருவனவற்றில் எதாவது ஒன்று பிறப்பு நிறை குறைவுக்கு காரணமாகவுள்ளது.

1. கர்ப்பக் காலம் குறைவடைந்திருத்தல்  
(37 வாரங்களுக்கு குறைவாக) அல்லது;
2. கர்ப்பக் காலத்தைக் குறைக்காமல், கருப்பையில் வேகமற்ற வளர்ச்சி;
3. (1) மற்றும் (2) ஆகிய இரண்டும் இணைந்து நிகழக்கூடும்.  
37 வாரங்களுக்குக் குறைந்த பிறப்பு நிறையைக் கொண்ட குழந்தைகள் 24 வீதம் மட்டுமே என்றும், "திகதிகளுக்குச்

### குறைந்த பிறப்பு நிறையின் மீக்ர்-வா - 1990

இந்தியா	33 / 100	பன்மா	10 / 100	டென்மார்க்	6 / 100
பங்களாதேஸ்	50 / 100	பல்கோரியா	6 / 100	ஐப்பான்	6 / 600
இலங்கை	25 / 100	கொலம்பியா	10 / 100	சிங்கப்பூர்	7 / 100
				சீவீடன்	5 / 100
				பின்லாந்து	4 / 100

*மூலம் : உலகக் குழந்தைகளின் நிலை, 1993, முனிசெப்'*

இடம்பெறும் என்பதே இதன் கருத்தாகும். எனவே, கர்ப்பத்தின் காலமே பிறப்பு நிறையில் ஆதிக்கம் செலுத்தும் காரணிகளில் ஒன்றாகும். முன்கூட்டிய பிரசவம் (37 வாரங்கள் முடிவடையும் முன்) குறைவான பிறப்பு நிறையை விளைவிக்கும். கர்ப்பக் காலம் குறையும் போது, நிறைக் குறைவும் அதிகரித்துக் கொண்டே செல்கிறது. 37 வாரங்களை முடித்துக் கொள்ள முன் பிறக்கும் இக் குழந்தைகள் குறைப் பிரசவக் குழந்தைகள் எனப்படும். கர்ப்பத்தின்

"சிறியவை" எனப்படும் பிறப்பு நிறை குறைந்த முழுக் காலக் குழந்தைகள் 74 வீதம் என்றும் இலங்கையில் நடத்தப்பட்ட ஓர் ஆய்வு காட்டியுள்ளது.

### குறைந்த பிறப்பு நிறையின் தாக்கங்கள்

குறைந்த பிறப்பு நிறையின் தாக்கங்களை நிர்ணயிப்பதற்காகப் பெருமளவு முற்போந்த, எதிர்காலத்திற்குரிய

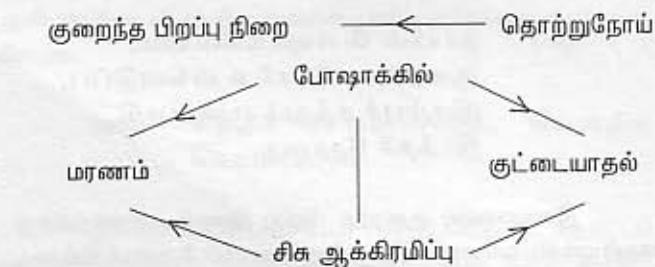
ஆய்வுகள் நடத்தப்பட்டுள்ளன. குழந்தையின் பிறப்பு நிறையே அது உயிர் வாழ்வதற்கான சந்தர்ப்பங்கள், ஆரோக்கியமான வளர்ச்சி, விருத்தி ஆகியவற்றை நிர்ணயிக்கும் தனித்த, மிகவும் முக்கியமான காரணியாகச் சொல்லப்படுகிறது.

குறைந்த பிறப்பு நிறைக் குழந்தைகளில் தொற்றுதலுக்கு பாதிப்புப் பதிலிறுப்பானது ஒரு குறிப்பிடத்தக்க ஆற்றல் குறைவினைக் காட்டியது. இது கருவின் பாதிக்கப்படா அமைப்பின் விருத்தியின் நெருக்கடியான தருணத்தில் போஷாக்குத் தலையிட்டின் காரணமாக பெரும்பாலும் இருக்கலாம். இது குறைந்த பிறப்பு நிறைக் குழந்தைகளைக் கொற்றுதல், போஷாக்கின்மையின் அதிகரிப்பு, இறப்பு ஆகியவற்றுக்கு அதிகளில் பாதிக்கத் தக்கதாகச் செய்கிறது.

குறைந்த பிறப்பு நிறையுள்ள குழந்தைகள், வளர்ச்சி அட்டவணையில் சிவப்பு கோட்டின் கீழே தமது பிறப்பு நிறைகளில் ஒரு குறைபாட்டுடன் தமது வாழ்க்கையை ஆரம்பிப்பதுடன், பெரும்பாலும் சிவப்புக் கோட்டின் கீழே நிறையை ஈட்டுவதைத் தொடர்வார்கள். இதன் மூலம் தமது வயதைப் பொறுத்தளவில் உயர்த்தின் வளர்ச்சி குறைவதுடன், நிறை குறைபாடுகளினால் பாதிக்கப்படுவார்கள்.

"திகதிகளுக்குச் சிறியவை" குழந்தைகளுடன் ஒப்பிடுகையில், ஆரம்பத்தில் சிறிதனவு குறைபாட்டுடன் விளங்கும் முன் கூட்டிப் பிறந்த குழந்தைகள், 6-9 மாதங்களுக்குள் "திகதிகளுக்குச் சிறியவை" குழந்தைகளைப் படிப்படியாக எட்டிப் பிடித்து விடுவதுடன், வளர்ச்சியின் சகல 3 பழங்களிலிலும் அவர்களைத் தாண்டி விடுவார்கள்.

இந்து வயது குழந்தைகளில் 2/3 பங்கினர் (குறைந்த பிறப்பு நிறையுள்ளவர்கள்) வழுமையான விருத்தியையும், நாம்பியலுக்குரிய அந்தஸ்தையும் கொண்டிருந்தனர் என்ற நிராம்பியலுக்குரிய ஆய்வுகள் காட்டியுள்ளன. எனினும், இவர்களில் 27.3 வீதத்தினருக்கு தாமதித்தே நரம்பு வளர்ச்சி அடைந்ததுடன், வழுமையான நிறையுள்ள குழந்தைகளை விட குறைந்த புத்திக் கூர்மையைக் கொண்டிருந்தனர்.



உயர்ந்த பாதிப்புக்குள்ளாகும் குழந்தைகளில் 36 வீதத்தினர் கல்விரீதியில் பிள்ளைடைந்த நிலையில் விளங்குவார்கள் என 1979இன் பிரிட்சில் தேசிய அபிவிருத்தி ஆய்வு வெளிப்படுத்தியுள்ளது. குறைந்த பிறப்பு நிறை, குறுகிய காலக் காலப்பம், ஐந்தாவதும், அதுக்குப் பின்தியதுமான பிறப்புக்கள், குறைந்த சமூக வகுப்பு, அசாதாரண பிரசங்கங்கள் என உயர்ந்த பாதிப்புக் காரணிகள் வரையறைக்கப்பட்டுள்ளன.

76 குறைந்த பிறப்பு நிறையுள்ள குழந்தைகளில் 89.5 வீதம் பழுதனடந்த கொழுப்பு உறிஞ்சலைக் கொண்டிருந்ததாக இந்தோனேவியாவில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வொன்றில் அறிவிக்கப்பட்டது.

எனவே, குறைந்த பிறப்பு நிறையுள்ள குழந்தைகள் நோயினால் பீடிக்கப்படுவது அதிகம் என்றும், தொற்று



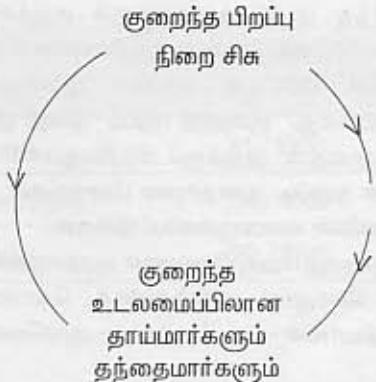
Photo : UNICEF

நோய்களினால் மரணமடைகின்றன என்றும், அல்லது அவைகள் உயிர் வாழ்வதென்றால், அவற்றின் உடற்கூறு வளர்ச்சி, மனோ ரீதியான அபிவிருத்தி ஆகியன தொடர்பாக உச்ச ஆற்றலைவை அடையாட்டா என்றும் தெளிவாகத் தெரிகின்றது.

பெரும்பாலும் பிறக்கும் குழந்தைகளில் 25 வீதம் குறைந்த பிறப்பு நிறையை கொண்டுள்ளன என்பதையிட்டு இலங்கையில் உள்ள நாம் கரிசனன் கொள்ள வேண்டும். இது எமது தாய்யாரின் மோசமான சுகாதாரத்தையும், போஷாக்கு அந்தஸ்தையும் பிரதிபலிக்கின்றது. எனவே, பிறப்பு நிறை, குழந்தை உயிர் வாழ்வத், விருத்தி ஆகியன மீதான தாயின் சுகாதாரம், போஷாக்கு ஆகியனவற்றின் தாக்கம் அதிகளில் வலியுறுத்தப்பட முடியாது.

### குறைந்த பிறப்பு நிறையின் காரணிகள்

குறைந்த பிறப்பு நிறையின் காரணிகளின் அறிவானது, குறைந்த பிறப்பு நிறையின் நிகழ்வினைக் குறைப்பதில் உதவும்.



கடந்த சில தசாப்தங்களில் குறைந்த பிறப்பு நிறையின் காரணமான பாதிப்பு மீது ஒரு பாரிய தொகையிலான ஆய்வுகள் செய்யப்பட்டுள்ளன. இதன் விளைவாகப் பாதிப்பானது பல காரணங்களாக கொண்டுள்ளது எனப் பரந்த ரீதியில் ஒப்புக் கொள்ளப்பட்டுள்ளது. குறைந்த பிறப்பு நிறையின் 40க்கு மேற்பட்ட தீர்மானிக்கும் கூறுகள் இனங்காணப்பட்டுள்ளன.

WHO/SEARO ஆகியவற்றின் கூட்டு முயற்சியிடன் குறைந்த பிறப்பு நிறை மீதான பல்நிலைய ஆய்வொன்றில் இலங்கை பங்குபற்றியது. இதில் இந்தியா, நேபாளம் ஆகியனவும் கலந்து கொண்டன.

குறைந்த பிறப்பு நிறையின் நிகழ்வினை குறைப்பதற்கு மேற்கொள்ளப்படும் சாத்தியமான கண்டு பிடிப்புக்களுக்குத் தொடர்பான குறைந்த பிறப்பு நிறையின் தீர்மானிக்கும் கூறுகள் பற்றியே இக் கட்டுரையில் கருத்துப் பரிசாரப்படும்.

### (அ) தாயின் உயரமும், நிறையும்

### (ஆ) தகப்பவின் உயரமும், நிறையும்

குறைந்த பிறப்பு நிறை ஏதிர்கால தாய்மார்களினதும், தந்தைமார்களினதும் குள்ளமான வளர்ச்சிக்கு வித்திடுகின்றது. இதைத் தொடர்ந்து இவர்கள் குறைந்த பிறப்பு நிறைக் குழந்தையைப் பிரசவிப்பார்கள். இதன் மூலம் ஒரு நங்கூச் குழலை உருவாக்கி விடுவார்கள்.

பிறப்பியல் காரணிகள் மீது உயரம் குறிப்பிட்ட அளவுக்கு தங்கியுள்ள போதிலும், சிறுவர்களினதும், சிறுமிகளினதும் போதாக்கு அந்தஸ்தை மேம்படுத்துவதைச் சாதிப்பதன் மூலம் உச்சமான உயரம் சாதிக்கப்படமுடியும்.

பிறப்பின் பின் அரை மணித்தியாலத்திற்குள் தாய்ப்பாலுட்டுவதை ஆரம்பிப்பதன் மூலம் பிறப்பின் பின் இதை ஆரம்பிக்கலாம். இதை அடைவதற்கு 'யனிசெப்பின் (UNICEF) கூட்டுமுயற்சியிடன் 1991 ஜூனில் "குழந்தை நட்புவு ஆஸ்பத்திரி" திட்டத்தை இலங்கை ஆரம்பித்தது. இலங்கையில், 80 வீதுப் பிறப்பு ஆஸ்பத்திரிகளில் இடம் பெறுகின்றது. தாய்ப்பாலுட்டல் தாய்க்கும், குழந்தைக்கும் நிறைய அனுகூலங்களாக கொண்டுள்ளன. தாய்ப்பால் குழந்தைகளுக்கு போதாக்கு ரீதியில் பொருத்தமானது, பெருமளவு தொற்று நோய்களுக்கு எதிர்ப்புச் சக்தி கொண்டது, விளைவாகவும், இலகுவாகவும் சமிபாட்டையும், குழந்தைக்கு தயார் நிலையில் கிடைக்கின்றது, தாய்க்கும், குழந்தைக்கும் இடையில்

உள்ள பாசப் பிணைப்பை வலிமைப்படுத்துகின்றது, கருக்கட்டுவதற்கு திரும்புவதும் தாமதமடைகின்றது. இதன் மூலம் குழந்தைகளுக்கு இடையிலான இடைவெளியை செதிப்படுத்துகின்றது.

குழந்தைக்கு முதல் 4-6 மாதங்களுக்கு தேவையான சகல போதாக்குகளும் தாய்ப்பாலில் ஆடங்கியுள்ளன. எனவே, முதல் 4 மாதங்களுக்கு தாய்ப்பாலை மட்டும் ஊட்டுதலை அதிகரித்தல் அவசியமாகும். சரியான பால் குடி மற்றதல் செயன்முறைகள் பிது தாய்மார்களுக்கு அறிவுறுத்த வேண்டும்.

சிறுவருக்கு போதாக்கு எவ்வளவு அவசியமோ, அவ்வாறே சிறுமிக்கான போதாக்கும் அவசியமானது என்பதைத் தாய்மாருக்கு அறிவுறுத்த வேண்டும். சிறுமியின் வளர்ச்சிக்கும், விருத்திக்கும் உறு விளைவிக்கும் உணவு வகைகளை மாதவிடாய் நாட்களில் வழங்குவது நிறுத்தப்பட வேண்டும்.

### (இ) திருமண வயது

19 வயதுக்கு குறைவானதும், 39க்கு மேற்பட்டதுமான வயதைக் கொண்ட தாய்மார்கள் குறைந்த பிறப்பு நிறையைக் கொண்ட குழந்தைகளைப் பிரசவிப்பதற்கான சந்தர்ப்பம் அதிகமாகும். 'ஈன்ஜீ' தாய்மார்கள் குறைந்த பிறப்பு நிறை கொண்ட குழந்தைகளைப் பிரசவிப்பதனால், அவர்கள் தமது முதலாவது பிரசவத்தை 20 வயதுக்குப் பின் மேற்கொள்வது சாலச் சிறந்ததாகும்.

### (ஈ) ஒப்புமையும், பிறப்பு இடை வெளியும்

இலங்கை போன்ற ஆயிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளில் மூன்றாவது பிரசவத்தின் பின் குறைந்த பிறப்பு நிறையின் நிகழ்வு அதிகரிக்கின்றது. மூன்றாவது பிரசவத்தின் பின் தாப்க்குரிய வளர்கள் வற்றிவிடுவதே இதற்கான காரணமாகும்.

குறைந்த பிறப்பு நிறையில் பிறப்பு இடைவெளியும் தாக்கமொன்றைக் கொண்டிருக்கிறது. பாரிய இடைவெளியானது சிறந்த பிறப்பு நிறைக்கு பங்களிக்கும் அதே வேளை, கர்ப்பம், பால் காத்தல் ஆகியவற்றுக்கு வலுவை அதிகளால் உட்டுகின்றது. பின்னாலையும் பொருத்தளவில் தாய்க்குரிய வளர்கள் தக்கவைக்கப்படுவதுடன், சிறந்த பிறப்பு நிறை, போதியாலு தாய்ப்பால் ஆகியன உறுதியாகின்றன. எனவே, குடும்ப இடைவெளியினதும், மட்டுப்படுத்தலினதும் முக்கியத்துவத்தை மிகக்கப்படுத்தி வலியுறுத்த முடியாது.

### (ஊ) தாயின் போதாக்கின்கை, குறைந்த கலோரி உள்ளேடுப்பு, இரும்புச் சத்துக் குறைபாடு, இரத்தச் சோகை

இலங்கையில் குறைந்த பிறப்பு நிறைக் காரணத்திற்கு மிகவும் முக்கிய காரணங்களில் ஒன்றாக தாயின் போதாக்கின்கை,

குறைந்த கலோரி உள்ளெடுப்பு, இரும்புச் சத்துக் குறைபாடு, இரத்தச் சோகை ஆகியன விளங்குகின்றன.

கர்ப்பினித் தாம் சரியான போஷாக்கின்மை கொண்டிருப்பதற்கு கர்ப்பத்தின் போது அவன் நிறை அதிகரிப்பதே அறிகுறியாகும்.

உலக சுகாதார தாபனத்துடன், சுகாதார அமைச்சு செய்த ஆய்வொளரின் பிரகாரம் இலங்கைப் பெண்களில் கர்ப்பத்தின் போது சராசரி நிறை அதிகரிப்பு 6.5 கிலோ கிராமாகும். பிறப்பு நிறை குறைந்த குழந்தைகளைப் பிரசித்த பெண்களில் சராசரியாக கமார் 4.5 கிலோ கிராம் நிறையே அதிகரிக்கின்றது.

இலங்கை வீடுகளில் பெண் களே கடைசியாகச் சாப்பிடுகிறார்கள். அதுவும் குடும்பத்தினர் சாப்பிட்டு முடித்த பின் எஞ்சியதையே சாப்பிடுகிறார்கள். தாம்மார்கள், விசேடமாக அவர்கள் கர்ப்பமாக இருக்கும் போது மேலதிகமாக சோற்றையும், உள்ளுரில் கிடைக்கும் புதங்களையும், மரக்கறி வகைகளையும் சாப்பிடும்படி தந்தைமார் வற்புறுத்த வேண்டும். இலங்கையில் செய்யப்பட்ட ஆய்வுகளின்படி, கமார் 60 வீதமான கர்ப்பினித் தாம்மார்கள் 11 க்கும் குறை வான் ஹீமோகுளோபின் மட்டங்களைக் கொண்டிருப்பதாக அறியப்பட்டுள்ளது.

தாயின் போஷாக்கின்மைக்கு முக்கிய காரணி இரத்தச் சோகை நோயாகும். இந்நோய் இரும்புச்சத்து குறைபாட்டாலும், வேறு சில காரணி களாலும் ஏற்படுகின்றது.

உயிர்ச்சத்து 'சி', இறைச்சி, முட்டைகள், மின் போன்ற புதங்கள் ஆகியன இரும்புச்சத்து உறிஞ்சலை அதிகரிக்கும் அதே வேளை, அரிசி உணவில் உள்ள பைடேட்ஸ், பொஸ் பேட்கள் ஆகியன இரும்புச்சத்து உறிஞ்சலை மேலும் குறைக்கின்றது. கொருக்கிப் பழ நோய், மலேரியா ஆகியவற்றினால் இரத்தச் சோகை அதிகரிக்கின்றது.

கர்ப்பத்தின் போது இந்த இரு நிலைமைகளுக்கான சிகிச்சையளிப்பு, உணவு உள்ளெடுப்பு ஆலோசனை, குறைநிரப்பு இரும்புச் சத்தினதும், உயிர்ச் சத்துக்களினதும் உள்ளெடுப்பு ஆகியன இடையீட்டு திட்டங்களின் பாரிய அம்சங்களாக விளங்குகின்றன.

### (ஊ) சுக்திச் செலவினமும், போதிக செயற்பாடும்

இலங்கையின் கிராமப் பகுதிகளிலும், தோட்டப் பகுதிகளிலும் தமது நாளாந்து வேலைகளின் போது மிகவும்

கடுமையான செயற்பாடுகளில் தாம்மார்கள் ஈடுபடுகிறார்கள். இதன் விளைவாக அவர்கள் நிறைய சுக்தியை செலவழிக்கிறார்கள். இதனுடன் குறைந்த கலோரி உள்ளெடுப்பின் காரணமும் சேர்ந்து குறைந்த பிறப்பு நிறையின் நிகழ்வுக்கு வலிமையான தாக்கத்தை அளித்துவிடுகின்றது. கர்ப்பத்தின் கடைசி சில மாதங்களின்போது கடுமையான வேலைகளாக செய்ய வேண்டாம் என்று தாம்மார்களை அறிவுறுத்த வேண்டும். அவர்கள் ஆகக் குறைந்தது 2 மணித்தியாலங்களுக்கு ஒய்வெடுக்க வேண்டும். அவர்கள் தட்டையான நிலையில் இருக்கும் போது அதிகளும் இரத்தத்தை சிக பேறக் கூடியதாக இருக்கும்.

### (எ) கர்ப்பத்தின் போது பராமரிப்பின் தரமும், அளவும்

பேறுகால 'கிளினிக்' குகளுக்கு செல்லும் அளவு இக் 'கிளினிக்' குகளில் வழங்கப்படும் பராமரிப்பின் தாம்குழந்தைகளின் பிறப்பு நிறையில் நோடி தாக்கத்தைக் காட்டியுள்ளன.

குறைந்த பிறப்பு நிறைக்கு காரணிகளான கருப்பை, சிறுநிரப்பை தொற்று நோய்கள், அதிபர அழுக்கம், அபோதின் குறைபாடு ஆகியனவற்றை இக் 'கிளினிக்' குகளில் கண்டுபிடித்து முடித்தவுடன், சிகிச்சையும் அளிக்கப்பட முடியும். இலங்கையில் மூலாயிரம் மக்களை உள்ளடக்கும் ஒரு பொது சுகாதார மருத்துவத்தாதி கர்ப்பினி தாம்மார்களை அவர்களது வீடுகளில் சந்தித்து, அவர்களைப் பேறுகால 'கிளினிக்' குகளுக்கு அனுப்புகின்றார்.

### (ஏ) புகை

மதுபானமும், சிகிரெட் புகையும் குறைந்த பிறப்பு நிறையை ஏற்படுத்துகின்றது என்பது நன்கு அறியப்பட்டுள்ளது. இலங்கையில் தாம்மார்களின் முன்னால் அவர்களது கணவர்மான்கள் சிகிரெட் புகைத்தால், தாம்மார்களும் மென்மையான புகை பிடிப்பார்களாகக் கருதப்படுவார்கள். குறைந்த பிறப்பு நிறைக்கும், சமையலறையின் காற்றோட்டத்திற்கும் இடையில் மாறாத தொடர்பு இருப்பதை இலங்கையில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வொன்று வெளிப்படுத்தியுள்ளது. சமையல் அறையில் தான் தாம்மார்கள் நிறைய நோத்தைக் செலவழிக்கிறார்கள். காற்றோட்டம் இல்லாத சமையலறையில் இருந்த தாம்மார்களில் குறைந்த பிறப்பு நிறை நிகழ்வு அதிகமாகும். சிகிரெட் புகையைப் போலவே கர்ப்பத்தில் இருக்கும் குழந்தையையும் சமையலறை புகை தாக்குகின்றது இதில் இருந்து தெரியவருகிறது.



# க.வ. வலயத்தில் மாறுதலடைந்து வரும் சுகாதார விடயங்கள்

## காரா ஸியா ஸியானோ

“சிறந்த உடற்றுவத்திற்கான போராட்டமானதுவறுவை, பாட்டி, அபிஷாஸம் மற்றும் ஏற்றக்கார் வள்ள சமூக பொருளாதாரக் கார்க்கமேப்படி என்பன ஏற்றவிருந்து விடுபட நடாத்தும் போராட்டமாகும்.” (கலாநிதி காதரின் அகிளி லோர் கமருண் நாட்டு தீவிர சேவையாளர்)

இலங்கையில் உள்ள பெரும் பகுதி பெண் தொழிற்சாலை ஊழியர்களின் சுகாதார நலன்களை ஆய்வுதற்கான பொருத்தமான சூழ்நிலையை இலங்கையின் சுதந்திர வர்த்தக வலயங்களும், அதனை அண்டிய பிரதேசங்களாகிய பியகம், கொக்கல, மற்றும் கட்டுநாயக்க வழங்குகின்றது. சுமார் 95 வீதமான தொழிலாளர்கள் பெண் தொழிலாளர்களாகவே உள்ளனர். அத்துடன் இவர்கள் யாவரும் கிராமப்புறங்களில் இருந்து வருபவர்களாகவும், இளமையானவர்களாகவும், திருமணம் செய்யாதவர்களாகவுமே உள்ளனர். மேலும், இப் பெண் தொழிலாளர்கள் வேலை முன் அனுபவம் அற்றவார்களாகவும் உள்ளனர். இச் சுதந்திர வர்த்தக வலயத்திலுள்ள தொழிற்சாலைகளில் காணப்படும் வேலைச் சூழ்நிலையும், இப் பெண் தொழிலாளர்கள் தங்கியிருக்கும் விடுதிகளின் நிலைமைகளும் பெண்கள் நலத்தில் அக்கறை உள்ளோர், அரசாங்க அதிகாரிகள், மற்றும் ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் என்போரிற்கு மிகுந்த சிரமத்தையும், சிக்கலான வேலைப்பளுவையும் கொடுக்கக் கூடியதாகவே உள்ளன. அதுமட்டுமன்றி, இந்நிலைமை இப் பெண் தொழிலாளர்களின் உடல், உள் நலத்தைப் பல்வேறு வழிகளில் பாதிக்கும் விடயங்களாகவுமே உள்ளது.

என்னுடைய பிரத்தியேக நேர்காணல்கள் மூலம் சுதந்திர வர்த்தக வலயப் பெண்கள் தமது குறிக்கோள்களில் வெற்றியடைந்துள்ளனரா, அல்லது தோல்வி அடைந்துள்ளனரா எனத் தெளிவகக் கூற முடியவில்லை. ஒரு புறம் நோக்கின் சுதந்திரம், மற்றவர்களில் தங்கியிராமை, மற்றும் வருமான அதிகரிப்பு என்பன அவர்களின் கிராமங்களை விடவும் அதிகமாகும். அதே வேளையில் பாதகமான விடயங்களாக வேலைத்தளத்தில் காணப்படும் குறைபாடுகள், வேலை ஸ்திரமின்மை, சீரற்ற மற்றும் நலவிடைந்த வாழ்க்கைச் சூழல், அத்துடன் அதீத வேலைப்பளு என்பனவற்றைக் கொள்ள முடியும். இக் கருத்தின் அடிப்படையில் பல அரசு சார்பற்ற தாபனங்களும், தொழிற்சங்கங்களும் தொழிலாளர்களின் நலத்திற்காக வாதாடக்கூடிய ஒரு குறிப்பொருளாக பெண்கள் நலத்தை உபயோகிக்கக் கூடியதாக உள்ளது. பெண்களின் சுகவாழ்வு பற்றி ஆராயுமிடத்து அத்துடன் சம்பந்தப்பட்ட குறுகிய கால தேவைகளையும், சுகாதார குறைவிற்கான மூலகாரணங்களையும் பற்றி ஆராய வேண்டியள்ளது. இம் மூலகாரணங்கள் பெண் தொழிலாளர்களிற்கான மேலதிக வேலை நேரக் கொடுப்பனவு முதற் கொண்டு அவர்களின் விடுதிகளில் போதிய கழிப்பறைகள் இன்மை வரையும் விரிவுபடுத்தப்படக் கூடியதாகவும் உள்ளது. சுதந்திர வர்த்தக வலயத்தில் மாற்றத்தை விரும்பும் முகவர்களிற்க

சவால்களாக குறுகிய, மற்றும் நீண்டகால விடயங்களை இணைத்தல் மற்றும் உள்ளூர் அாச அதிகாரிகள், சமூக அலுவலர்கள், தொழிற்சாலை முகாமைத்துவ அலுவலர்கள் என்பவர்களிடையே ஒரு இணைப்பை ஏற்படுத்தல் என்பன முதன்மை பெறுகின்றன. இவ்வடிப்படை இணைப்புகள் முழுமை பெறாமல் சுகாதார அபிவிருத்தி, மற்றும் வாழ்வில் எதிர்நோக்கப்படும் சவால்களிற்கு ஏற்ப அடித்தளங்களை அமைத்தல் போன்ற முயற்சிகள் முழுமையான பலனைத் தராது.

## மேல் நோக்கு

பின்வரும் மூன்று காரணிகளும் பிரதானமாக சுதந்திர வர்த்தக வலயப் பெண் தொழிலாளர்களின் சுக வாழ்வைப் பாதிப்பனவாக உள்ளன. (1) வேலைத்தளச் சூழல், (2) உணர்ச்சியூப்பவரான அழுத்தங்கள் - இவை பெரும்பாலும் வீட்டுச் சூழ்நிலையில் இருந்து பல காலம் விலகி இருந்தல் மற்றும் வேலைப்பளுவுடன் கூடிய வேலைத் தளச் சூழ்நிலை என்பவற்றால் ஏற்படுவனவாகும். (3) பெண்களை அடிமைத்தளத்தில் வைத்து நோக்கும் எதிர்மறையான சமூகக் கட்டமைப்பில் இடம்பெறும் பெண்களிற்கு எதிரான வன்முறைகள் வேலை செய்யும் பெண்களின் நிலைமைகளை முன்னேற்றுவதற்காகப் பாடுபடும் பெண்களின் அமைப்புகளும் அவர்களால் தீட்டப்படும் திட்டங்களிலும் இக் காரணங்கள் கருத்திற் கொள்ளப்படுதல் அவரியமாகும். என்னில் இவை சமூக விழிப்புணர்ச்சி, பால்நிலைச் சமத்துவம் இன்மை, மற்றும் மனித உரிமைகள் மறுக்கப்படுதல் எனும் கரணிகளை மாற்றவும் சரியாக நடைமுறைப்படுத்துவதற்குமான ஊக்கப் பகுதிகளைக் கொண்டுள்ளன.

இவற்றிக்கு மேலதிகமாக ஸ்திரமற்ற, தற்காலிக வேலைத் தன்மையினால் சுதந்திர வர்த்தக வலயத்தில் வேலை செய்யும் பெண்கள் தமது சிறிய வருமானத்தின் பெரும் பகுதியைச் சேமிப்பதற்கும் தமது குடும்பத்தினரின் பொருளாதார நலன்களைக் கவனிப்பதற்கும் செலவிடுகின்றனர். இதன் மூலம் தமது உணவுத் தேவையை அலட்சியப்படுத்துகின்றனர். போஷாக்குள்ள உணவுகளை அவர்களால் உட்கொள்ள முடிவதில்லை. குறுகிய காலத்தில் அதிகளவு சேமிக்க முயற்சி செய்வதினாலேயே இப் பெண் தொழிலாளர்கள் தமது உடல் நீண்ட கால திட்டமிடல் விரிவுபடுத்தப்பட்ட நோக்கில் பெண் சுகாதாரம் கருதப்படுகின்றது. பெண்களைச் சுக்திமிக்கவர்களாக மாற்றுவதிலும், தீர்மானங்களை எடுக்கும் நடவடிக்கைகளில் அவர்களை முக்கிய பங்கெடுக்க வைப்பதிலும் இவை மிகவும் அத்தியாவசியப்படுகின்றன. தமது திருமண விடயங்கள், வாழ்க்கைத் துணைவரைத் தோந்தெடுத்தல், தமக்கு எதுவான வேலை ஒன்றைத் தெரிவு செய்தல், குடும்பக் கட்டுப்பாடு, அல்லது குழந்தை பெறுதலைத் தீர்மானித்தல் போன்ற முக்கிய நடவடிக்கைகள் பெண்களே பிரதானமாக தீர்மானங்களை எடுக்க

சூடியவர்களாக அவர்களை மாற்றும் நடவடிக்கைகளில் இத் தொழிற்சாலைப் பெண்கள் மீதான நீண்டகாலத் திட்டங்கள் கரிசனை செலுத்த வேண்டும். தற்போதைய, எதிர்காலத் திட்டங்களின் பிரகாரம் இத் தொழிற்சாலைப் பெண்கள் ஒரு குறுகிய கால நன்மைக்கு பாரிய அளவில் முகாமைத்துவ மானியக்கு அடிப்படையிய வேண்டியுள்ளது.

### வேலைத் தளத்தில்

தொழிற்சாலைகளில் நடைபெறும் தினசரி வேலைகள் மனிதத் தன்மை அற்றவையாகவும், இயந்திரமானவையாகவும் முன்னேற்றங்களிற்கான எதுவித வழிமுறைகளும் அற்றவையாகவுமே காணப்படுகின்றன. எனவே, இவை பெண்களின் நிலைகளையும், ஆற்றல்களையும் விருத்தி செய்வதற்கு எவ்வித வாய்ப்புக்களையும் வழங்குவதில்லை. பெரும்பான்மையான பெண்கள் தமது ஐந்து வருட 'போனஸ்' கொடுப்பனவைப் பெற்றுக் கொள்ளும் நோக்கிலேயே வேலை செய்கின்றனர்.

1993 ஆம் ஆண்டு பெண்களின் மத்திய நிலையத்தால் நடாத்தப்பட்ட கருத்தாய்வின்படி, வேலைச் சூழலிற்கும், பெண்களின் உடல் நலத்திற்கும் தொடர்பு இருப்பதை எடுத்துக் காட்டுகின்றது. சரியான நேரத்திற்கு கடமைக்குச் சமூகமளிக்கும் படி வற்புறுத்தப்படுதல், நிதி இழப்புகள் மூலமே சுகமீனவிடுமுறை எடுக்கக்கூடிய குழல் என்பன பெண் தொழிலாளர்களின் உடல், மன அழுத்தங்களை அதிகரிக்கின்றன. இது மட்டுமன்றி, பெண் தொழிலாளர்கள் வேலை நேரங்களில் இயற்கைக் கடன்களைக் கழிப்பதற்கு அனுமதிப் பத்திரம் பெற்றே செல்ல வேண்டியுள்ளதால், அவர்களிற்கு சிறுநீர்த் தொகுதியில் நோய்க் கிருமிகளின் தாக்கம் ஏற்படுகின்றது. பெண்களின் உடல் அமைப்பின் பிரகாரம் அவர்கள் மிகவும் குறைவாகவே நீர் அருந்துவதால், இப்படியான அழுத்தங்களின் கீழ் அவர்களிற்கு சிறுநீரகப் பிரச்சனைகள் ஏற்படும் வாய்ப்பு அதிகமாகும். நீண்ட வேலை நேரம், காலந்தவறிய மேலதிக் வேலை நேரக் கொடுப்பனவு, குளறுபடியான ஊழியர் நம்பிக்கை நிதியம்/ஊழியர் சேமலாப நிதியம் என்பவற்றிற்கான கொடுப்பனவுகள், வழங்கப்பட்ட விடுமுறைகளை உபயோகிக்க முடியாமை, மற்றும் விசேடபண்டிகை விடுமுறைகளை உபயோகிக்க முடியாமை என்பன வேலைத் தளத்திலுள்ள பெண்களை மிகவும் களைப்படையச் செய்கின்றன. இதன் மூலம் முறை தவறிய மாதவிடாய்க் கூழாசி, ஆஸ்துமா, மற்றும் ஒற்றைத் தலைவலி போன்ற பல்வேறு உடல் உபாதைகளிற்கு அவர்கள் ஆளாகின்றனர்.

1984ம் ஆண்டிலிருந்து இலங்கை அரசாங்கம் வெளிநாட்டுத் தேவைகளைச் சமாளிக்கும் நோக்கத்துடன் உற்பத்தியை அதிகரித்தினாலும், பெண்கள் இரவு நேர வேலை செய்வதில் இருந்த கட்டுப்பாடுகளை நீக்கியதினாலும் இவ்வாறான உடன்படிக்கை பிலிருந்து இலங்கை விலகிக் கொண்டமை



யினாலும் மேற்கூறப்பட்ட பிரச்சனைகள் 1984ம் ஆண்டிலிருந்து அதிகரித்துள்ளன. மேலும் வேலைத் தளத்திலுள்ள கடமைப்பிக்கப்பட வேண்டிய சுகாதார நடைமுறைகள் பற்றிய தற்போதைய தேசிய நடைமுறைகள் நவீன காலத்திற்கு ஒவ்வாதனவாகவும் உள்ளன.

### வேலைச் சூழலிற்கமைவான தொழிற் திறனியல் சம்பந்தமான பிரச்சனைகள்

இலங்கையின் மூன்று சுதந்திர வர்த்தக வலயங்களிலும், (ச.வ.வ.) கடமை புரியும் பெண்கள் ஓரளவிற்கு முழுமையாக ஆடைத் தொழிற்சாலைகளிலேயே முடக்கப்பட்டுள்ளனர். ஆடைத் தொழிற்சாலைகளில் வேலை செய்யும் பெண்கள் மொத்த சதவீதத்தில் 97 வீதம் ஆவர். அத்துடன் உடுதுணி உற்பத்தித் துறையில் பெண்களின் பங்களிப்பு 59 வீதமாகும். இவை இரண்டுமே இன்று தொழிற்துறை உற்பத்தியில் பாரிய பங்களிப்பு வழங்கும் தனித்தனியான பிரிவுகளாகும். ச.வ.வ.இல் உள்ள ஆடை உற்பத்தி மற்றும் தொழிலாளர் பங்களிப்பு அதிகமாகவுள்ள இதர உற்பத்தி என்பவற்றில் கடமைப்பிரியும் பெண்களிற்கு மனிக்கட்டு வலி, கைவிரல்களிலும் கைகளிலும் அடிக்கடி ஏற்படும் உபாதைகள், குறைந்த ஒளி காரணமாக கண் சம்பந்தமான உபாதைகள், உற்பத்திக்கான மூலப் பொருட்கள் மற்றும் இதர உற்பத்தியில் இருந்து எழும் தூசி முதலியன மூலம் எழும் சுவாசத் தொகுதி சம்பந்தமான பிரச்சனைகள் அடிக்கடி ஏற்படுகின்றன. ஆசிய பெண் வேலையாளர்களின் பத்திரிகையில் கட்டுராயக்காலில் உள்ள ஒரு சில தொழிற்சாலைகளில் ஆபத்தான இரசாயனத் தீரவியங்களின் பாவனை பற்றியும் கலந்துரை யாடப்பட்டுள்ளது.

சஹாசினி ரஸன்ஜா பெரோா என்பவர் தமது ஆய்வுக் கட்டுரையில் கொழும்பு மாவட்டத்திலுள்ள ஆடைத் தொழிற்சாலையில் வேலை பார்க்கும் பெண்களின் மத்தியில் வேலைத்தள பெளத்துக் கட்டமைப்பின் பிரகாரம் ஏற்படும் வேலைச் சூழலிற்கமைவான தொழிற் திறனியல் பிரச்சனைகள் பற்றி குறிப்பிட்டுள்ளார். ஐந்து வகையான வேலை சார்ந்த காரணிகள் ஆடை உற்பத்தி தொழிலாளர்கள் மத்தியில் பிரதானமாக மீன் எழும் உடல் அழுத்தங்களிற்கு, அல்லது களைப்படைய வைக்கும் உபாதைகளிற்கு காரணமாகின்றன. தொடர் இயக்கம், கடுமையான இயக்கம், இயந்திரவியல் அழுத்தங்கள் விசேடமாக கை, கால் மூட்டுக்களில் ஏற்படுவன, மற்றும் தொடர்ந்து பல மனிநேரம் ஒரே நிலையில் இருந்தலினால் ஏற்படக்கூடிய உபாதைகள் என்பனவற்றை ஆடைத் தொழிலுடன் இணைந்த பகுதிகளாகக் குறிப்பிட முடியும். கட்டசியான காரணியாக உள்ள அதிர்வு பெரும்பான்மையான இயந்திர இயக்குள்களிற்கு, குறிப்பாக வெட்டும் இயக்குனர்களிற்கு, இயக்குனர்களிற்கு ஒரு பிரச்சனையாக உள்ளது. எலவே ஆடைத் தொழிற்சாலைகளில் பல்வேறு வகையான தொழில்கள் இருப்பினும் ஆய்வுக்குப்படுத்தப்பட்டோரில் 15

வீதமானோரே தமது வேலைகளை மாற்றத்திற்கு உட்படுத்தி உள்ளனர். கஹாசினி பெரோராவின் ஆய்வின்படி சுமார் 47 வீதமானோர் தொழிற்சாலை வேலை தமது வேலைத் திறனிற்கு உட்பட்டதாக உள்ளது எனக் கூறியுள்ள போதிலும் முன்னர் ஸ்தவித உடல் உபாதை அற்ற சுமார் 40 வீதமானோர் இவ் வேலைகாரணமாக தமது கைகால்களில், மூட்டுக்களில் தொடர் வலி ஏற்படுவதாகக் கூறியுள்ளனர். இறுதியில் "ஆடைகளின் தாழும் தொழிற்சாலையின் அதிகரிக்கப்பட்ட உற்பத்தித்திறனும் தொழிலாளர்களின் நலத்தை விலையாகக் கொடுத்தே பெறப்படுகின்றது" என கஹாசினி பெரோரா தமது ஆய்வில் முடிவுரையில் கூறியுள்ளார்.

மேற்கூறப்பட்ட உண்மைகள் யாவும் வேலைச் சமூர்ச்சி முறை, முறையான ஆசனங்கள் மற்றும் போதிய இயந்திர வசதிகள் என்பவற்றின் அவசியத்தை வலியுறுத்துகின்றன. இவற்றின் மூலம் வேலை பற்றிய திருப்பதி, வேலைச் சூழலில் ஏற்படுத்தப்பட்டக்கூடிய முன்னேற்றங்களும் அதன் மூலமான வேலைத் தளக் கட்டுப்பாடும், அமைதி, மற்றும் மகிழ்ச்சி என்பவற்றையும் ஏற்படுத்த முடியும். இப் பிரச்சனைகளை விசாரித்து தீர்வு கூறக்கூடிய வகைகளில் தொழில் அதிகாரிகளுடன் இணைந்து தொழிற்சங்கங்களும், அரசு சார்பற்ற தாபனங்களும் வேலைத்தன ஆய்வுகளை நடாத்த வேண்டும்.

## பாலியல் ரீதியான வகைகள்

சுதந்திர வர்த்தக வலயப் பெண் தொழிலாளர்கள் சிறிது காலத்திற்காவது தமது கட்டுப்பாடான கிராமிய குடும்பக் கட்டடமைப்பில் இருந்து விலகி, சுதந்திரமான கட்டுப்பாடற் ஒரு வாழ்க்கை முறையைக் கட்டப்பிடிக்கின்றனர். எப்படியாயினும் தொழிற்சாலையைப் பொறுத்தவரை இவர்கள் தமது மேல் அதிகாரிகளிற்கு (பெரும்பாலும் ஆண்கள்) கட்டுப்பட்டும், நிருவாகத்தின் அடிமைத்தனத்திற்கு அடங்கியுமே இருக்க வேண்டியுள்ளது. நிருவாகத்தைத் தட்டிக் கேட்க இவர்களால் முடிவுதில்லை. கட்டுநாயக்கா, பியகம, கொக்கல போன்ற ச.வ.வ. இல் உள்ள பெண்களின் தலைவிகளுடன் மாதாந்தம் அகில இலங்கை சுதந்திரவார்த்தகத் தொழிற்சங்கங்களின் சம்மேளனம் (ACFFTU) நடாத்தி வரும் கூட்டங்களில் இப் பெண்களின் பிரச்சனைகள் கலந்துரையாடப்பட்டு, அவற்றிற்குத் தீர்வான உபாயங்கள் பற்றியும் ஆராயப்படுகின்றது. இக் கூட்டங்களில் இப் பெண்களில் சிலர் தமது மேல் அதிகாரிகளின் வதி விடங்களைத் துப்பரவு செய்ய வற்புறுத்துவதாகவும், அதிகாரிகளின் குழந்தைகளை பாடசாலைகளிற்கு அழைத்துச் செல்ல கட்டாயப்படுத்துவதாகவும், இவற்றை வெளியே கூறின் அல்லது செய்யாவிடின் மேலதிக வேலைகள் கொடுக்கப்படுவதாகவும், அத் தொழிலாளர்களின் மேலதிக கொடுப்பனவுகள் நிறுத்தப்படுவதாகவும் புகார் செய்துள்ளனர். இப் பெண்கள் தலைவிகளும் தொழிற்சாலை நிருவாகம் அழைய பெண்களிற்கு முன்னுரிமை, மற்றும் சலுகைகள் வழங்குவதையும், திறமை அடிப்படையில் ஊக்குவிப்புகள் நடைபெறுதல்லை என்பதையும் ஏற்றுக் கொண்டுள்ளனர்.

அரசு சார்பற்ற தாபனங்களிற்கும் தொழிற்சங்கங்களிற்கும் ஏற்பட்டுள்ள சவால் யாதெனில் பாலியல் ரீதியான ஏற்றத்

தாழ்வுகளைக் களைவதற்கும் பாலியல் விருப்புகளிற்கு அமைய உத்தியோக நடைமுறைகளை நீக்குவதற்குமான வழிமுறைகளைக் கண்டறிதல் ஆகும். இலங்கைப் பெண்களின் பிரகடனத்திற்கு அமைய வேலைத் தளத்தில் பெண்கள் நடத்தப்பட வேண்டும் என்பதை வலியுறுத்தும் உடன்படிக்கையில் தொழிற்சாலைகள் கையெழுத்திட வேண்டும் என இலங்கை முதலீட்டுச் சபையும், தொழில் அமைச்சம் அழுத்தம் கொடுக்க வேண்டும் எனும் ஆலோசனையை நடைமுறைப்படுத்துவதினால் இப் பிரச்சனைகளை ஓரளவிற்குத் தீர்க்கலாம். இவ்வுடன்படிக்கை தொழிற்சாலையினுள் சகலருக்கும் அனுப்பப்படுதல் வேண்டும்.

## சமூக காதாரம்

எமது இன்றைய சமூகத்தில் பெண்கள் பல்வேறு விதமான தாக்கங்களிற்கு உள்ளாகி வருகின்றனர். கடை முதலாளிகள் பெண்களிடம் விற்பனை செய்யும் பொருட்களிற்கு அதிக விலை வசூலிக்கின்றனர். பெண்களின் பலவீன மான நிலையைப் பயன்படுத்தி கொள்ள இலாபம் சம்பாதிக்கும் முதலாளிகளால் பெண்கள் தமது உணவுத் தேவைகளை முழுமையாக நிறைவேற்ற முடிவுதில்லை. அத்துடன் இப் பெண்கள் தங்கியிருக்கும் விடுதி உரிமையாளர்கள் அவர்களின் உடமைகளிற்கு திருடர்களிடமிருந்து உரிய பாதுகாப்பு வழங்குவதில்லை. இக் காரணிகள் அதைத்தும் உடல், உள அழுத்தங்களுடன் கூடிய ஒரு வேலைச் சூழலிற்கு வழிவகுக்கின்றன. இது மட்டுமன்றி இராபு நேர வேலையின் பின் தங்குமிடங்களை நோக்கிய தனியாகப் பிரயாணம் செய்யும் பெண்களும் மாதாந்த சம்பளப் பணத்துடன் தமது அத்தியாவசிய தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய நகரங்களிற்கு வரும் பெண்களும் பல்வேறு விதமான துண்புறத்தல்களுக்கும் குறையாடல்களிற்கும் உள்ளாகுகின்றனர். இப் பெண் தொழிலாளர்கள் மிகவும் நெருக்கம் மிகுந்த அறைகளில் போதிய சமையல் அறை, மற்றும் கழிப்பறை வசதிகள் அற்ற நிலையில் அதிக மாத வாடகையில் வாழ்ந்து வருகின்றனர். கொழும்பிலும், இச் சுதந்திர வர்த்தக வலயப் பகுதிகளிலும் பாதுகாப்பற்ற தவறான பாலியல் நடைமுறைகள் காரணமாக, அதிகளை கருக்கலைப்புக்கள், மற்றும் பாலியல் நோய்கள் என்பன குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

கடந்த 10 வருட காலத்திற்கும் மேலாக சுதந்திர வர்த்தக வலயப் பெண்களிற்காக "தாபிந்து" எனும் பத்திரிகை வெளியிடப்பட்டுள்ளது. இப்பத்திரிகை வல்லுறவுச் சம்பவங்கள், மற்றும் வன்முறைகள் பற்றி குறிப்பிட்டு வந்துள்ளது. இதைத்தவிரும்புவதற்காக சுதந்திர வர்த்தக வலயச் சமூகத்திலுள்ள பெண்களிற்கு எதிரான வன்முறைகள் மீதான பூர்வாங்க ஆய்வுகள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டிய அவசியத்தை உணர்த்துகின்றன. பல்வேறு தங்கும் விடுதிகள் புதிதொகை உருவாவதால் இவை பொதுஜன சுகாதாரப் பரி சோதகர்களின் பரிசோதனைக்கு உள்ளாவதில்லை. எனவே, இவ்வாறான புதிய வதிவிடங்களும் பதிவு செய்யப்பட்டு அவையும் கிரமமான பரிசோதனைக்கு உட்பட்டுத்தப்பட வேண்டும். பல்லாயிரக்கணக்கான இளம் பெண் தொழிலாளர்களின் நலன்களைக் கருத்திற் கொண்டு அவர்களிற்கும் போதிய

வசதிகளும் குழ்நிலையும் உடைய வதிவிட வசதிகளை மேற்கொள்வதற்கான ஒன்றுபட்ட முயற்சியில் இத் துறையில் ஈடுபாடுள்ள சகல குழுக்களும் ஒன்றுபட வேண்டியது அவசியமாகும். இதன் மூலமே அவர்களின் உடற் ககாதாரம் முன்னேற்றமடைவதுடன், அவர்களின் தொழிற் திறனும் விருத்தி அடையும்.

## உள்நலம்

இரத்மலானை தொழிற்பேட்டையிலுள்ள தொழிலாளர்களின் நலனைக் கருத்திற்கொண்டு தொழில் நலத்திற்கும், பாதுகாப்பிற்குமான நிறுவகத்தால் நடாத்தப்படும் வைத்திய சேவையின் கீழ் ஸ்ரீ ஜெயவர்த்தனபுர பல்கலைக்கழக மருத்துவ பீட சமூக மருத்துவ சீரேஷன் விரிவுரையாளர் டாக்டர் சிவயோகன் வாராந்தம் கமார் 50 வேலையாளர்களைப் பரிசோதனை செய்து வருகின்றார். இவருடைய கணிப்பின்படி உடல் ரீதியில் கணிக்க முடியாத நிலையில் ஏற்பட்டுள்ள வலி, உபாதைகள் பெரும்பாலும் உள்ரீதியில் ஏற்படுவனவாகும். பெரும்பாலும் பெண்களில் ஏற்படும் இந் நிலைக்குக் காரணமாக அவர்களுடைய வீட்டுச் குழ்நிலையில் இருந்து விலகி இருத்தல், நீண்ட வேலை நேரங்கள், வசதி குன்றிய வதிவிடங்கள், பாலியல் விடயங்களினால் ஏற்படும் மனக் குழப்பங்கள் என்பவற்றைக் கூற முடியும். பாலியல் உறவு பற்றிய மனக் குழப்பங்கள் அவர்களின் புதிய வாழ்க்கைச் சூழல், மற்றும் பாலியல் கட்டுப்பாடுகள் பாரம்பரிய வாழ்க்கைமுறை என்பவற்றின் காரணமாகவே ஏற்படுகின்றன. உணர்ச்சி வசப்படக் கூடிய குழ்நிலை மற்றும் இன்வாறான அழுத்தங்கள் காரணமாக தன்னை நாடுவரும் பெண் நோயாளர்களிற்கு உடனடியாகவே மருத்துவ ஆலோசனைகளை டாக்டர் சிவயோகன் மாதம் ஒரு முறை, அல்லது இருமுறை மேற்கூறப்பட்ட நிறுவகத்தால் நடாத்தப்பட்டு வரும் மருத்துவ சேவை நிலையத்தில் வழங்கி வருகின்றார்.

மனோவியல் சுகாதாரம், பாலியல் வகை விடயங்கள் வலயங்களைச் சூழுவார்கள் சமுதாயங்களில் உள்ள ச.வ.வ.பெண்களின் குறைந்த, ஊறுபடக்கூடிய நிலையுடன் நேரடி தொடர்பினைக் கொண்டுள்ளன. இது குறிப்பாக கட்டுநோயக்காலில் கண்கூடு. இரக்கமுள்ள சமுதாயத் தலைவர்களுடன் பாலங்களைக் கட்டுவதன் மூலம் அ.ச. தாபனங்களும், தொழிற்சங்கங்களும் இப்பெண்களுக்கு எதிராகத் தோற்றுவிக்கப்படும் அழுத்தங்களை களைவதற்கு உதவ முடியும். ச.வ.வ.பெண்களைச் சுற்றியிருக்கும் தடைகளை உடைக்குமுகமாக, சமுதாய மட்டத்தில் வேலையாட்களுக்கும், சமுதாய உறுப்பினர்களுக்கும் இடையிலான கலந்தாய்வானது போக்குவரத்து, குழல், வீதி நிலைமைகள், வீதியில் வெளிச்சமேற்றல் போன்ற பொதுவான பிரச்சனைகள் மீது உபாயங்களைத் தூண்ட முடியும்.

கட்டுநோயக்காவைச் சூழுவார்கள் சமுதாயத்தினருக்கு அவர்களது தாக்கம் பெரிதாக விளங்கும் போது, பெண் வேலையாட்கள் இன்றைய நவீன சமூகத்தில் மறுதலையாக இருக்கும் சகலவற்றையும் சித்தரிக்கின்றார்கள். அவர்கள் 'எயிட்ஸை' பரப்புகின்றவர்களாக, விபசாரிகளாக, சட்டத்திற்கு கட்டுப்படாதவர்களாக, பலதாப்பட்ட பாலியல் செய்கையில் ஈடுபடும் பெண்களாக, குடிப்பிரியர்களாக விளங்குகின்றார்கள். எனவே, பெண்களின் சுகாதாரத்தைப் பாதிக்கும் உணவு விலைகள்,

போக்குவரத்து ஆகியவற்றை மேம்படுத்தி அவர்களது வாழ்க்கைத் தரத்தை உயர்த்துவதற்கு நடவடிக்கை எடுக்கப்பட வேண்டும்.

## சுகாதார சேவைகள்

தொழிற்சாலைகள் தமது வேலையாட்களுக்கு போதியளவு சுகாதார வசதிகளை வழங்க வேண்டும் என முதலீட்டுச் சபை குறிப்பிட்டுள்ளது. எனினும், விரிவான ஒழுங்கு விதிகள் இல்லை என்பதுடன், மு.ச. தொழிற்சாலைகளினால் வழங்கப்படும் வசதிகளைக் கண்காணிப்பதற்கு நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்படுகின்றனவா என்பது கேள்விக்குரியதாகும். கட்டுநோயக்கா, பியகம் ச.வ.வலயத்தில் மெடிகெயர் சேர்விசஸ் பிரைவேற் (விமிற்றெற்ற) என்று ஓரேயொரு வைத்திய தாபனமே உள்ளது. இது வைத்தியர் ஒருவரினால் நிருவகிக்கப்படுகின்றது. இரு வலயங்களினதும் 90 வீதமான கேலையாட்கள் இந்த மருத்துவ சேவைகளின் கீழ் உள்ளடக்கப்படுவதுடன், அவர்களினால் இலவச மருத்துவ சேவை, மருந்துச் சிட்டைகள், மற்றும் அண்மைய ஆஸ்பத்திரிக்கான 'அம்புள்ளீ' சேவையைப் பெற முடியும்.

எனினும், தொழிற்சாலைகளுக்குள் சுகாதாரச் சீர்கேடுகளைப் பற்றி விசாரிக்க வலய வைத்தியர்களுக்கு அதிகாரம் இல்லை என்பதை குறிப்புக்கு எடுப்பது பெறுமதியானதாகும். தொழில் சார்பு சுகாதாரத்தில் வைத்தியர்கள் பயிற்று விக்கப்படவில்லை. அவர்கள் வலிக்கு நிவாரணிகளையே குறித்துக் கொடுக்கிறார்கள். உடற்கூறு சிகிச்சையையோ, அல்லது வேலைத்தள மாற்றத்தையோ அவர்கள் குறிப்பிடுவதில்லை. வலய இடப்பரப்புகளுக்கு வெளியே சுகவீனம் அடைவர்களை அவர்கள் ஏற்றுக் கொள்ளாததினால் இச் சேவைகள் முழுமை அடையவில்லை என்றே பெண்கள் கூறுகின்றார்கள். இப் பெண்கள் உள்ளூர் வைத்தியர் நாடு வேண்டும் என்பதுடன், பெருமளவு சந்தர்ப்பங்களில் மருத்துவச் சான்றிதழ்கள் பல்வேறு காரணங்களுக்காக தொழிற்சாலை நிருவாகிகளினால் நிராகரிக்கப்படுகின்றன. ACFFTU பின்வரும் முறைப்பாடுகளைப் பதிவு செய்துள்ளது. ஒரு பெண் வேலையாள் ஆழமான குழி ஒன்றினுள் விழுந்ததினால் அவரது கணுக்காலில் காயம் ஏற்பட்டது. இது வலய இடப்பரப்புக்கு வெளியே நடந்தது என்று கூறப்படுவலயச் சுகாதார வசதியினால் சிகிச்சை மறுக்கப்பட்டது. இன்னொரு பெண் டெங்கு காய்ச்சலினால் பீடிக்கப்பட்டார். அவரது மருத்துவச் சான்றிதழ் நிராகரிக்கப்பட்டது. காரணம்: அது செல்லுபடியாகாதாம். பியகமவையில் வேலையாளின் சொந்த ஊரில் இருந்து வைத்தியரினால் வழங்கப்படாவிட்டால் மருத்துவச் சான்றிதழ் நிராகரிக்கப்படும்.

## நடைமுறை ஒழுங்கமைத்தலும் எதிர்காலத் திசைகளும்

ச.வ.வலயங்களில் உள்ள அந்தியின் ஆழமான வேர்கள் மீதான கட்டமைப்பு மாற்றத்திற்கான போராட்டத்தினுள் பள்மையான சுகாதார அபாயங்களின் இச் சூழ்நிலையை மாற்றுவதற்கு அ.ச.தாபனங்களும், தொழிற்சங்கங்களும் எடுக்கக்கூடிய வழிவகைகள் குறித்த ஆராய்வது முக்கியமானதாகும். "தற்காலிக" வேலையாட்களாகச் சுதந்திர வர்த்தக வலயங்களில் பெண்கள் மோசமான நிலையில்

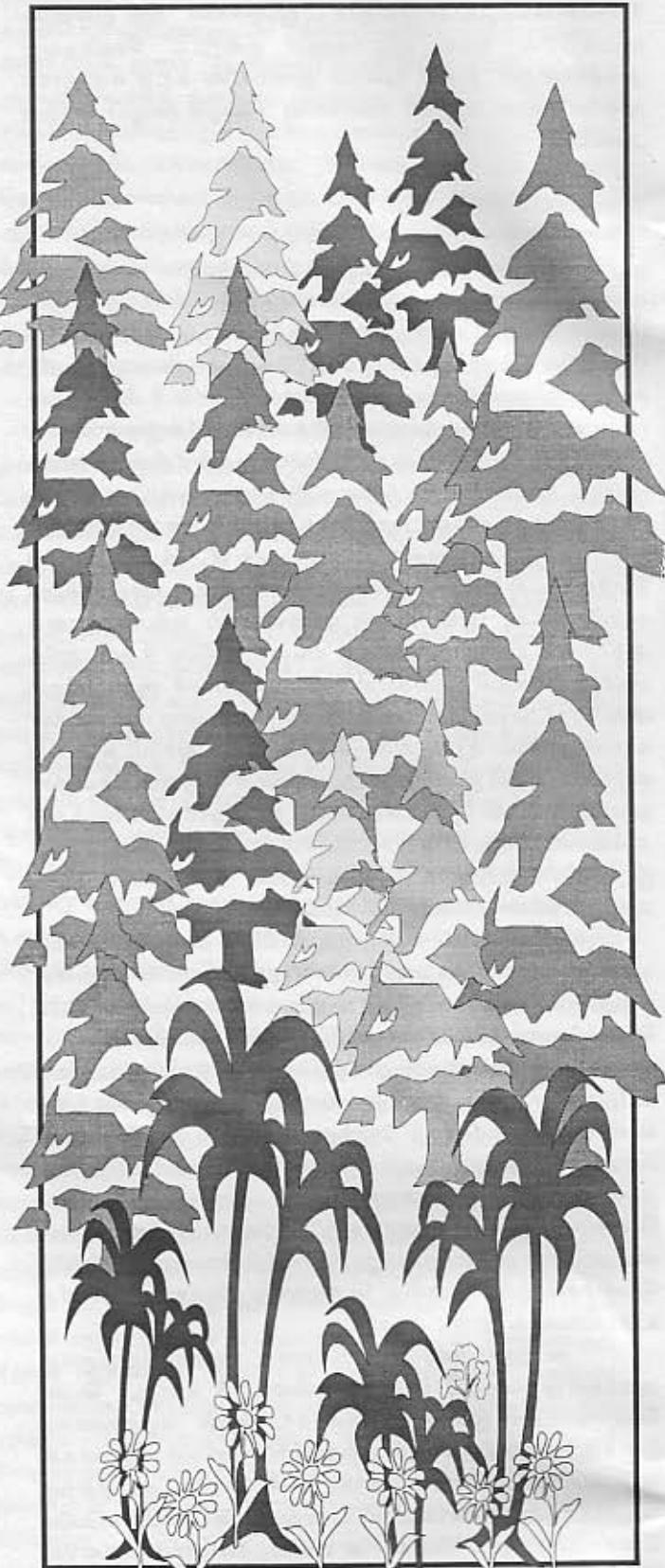
வாழ்கின்றார்கள். அவர்களுக்குச் சமுதாயத்தில் குறைந்த அந்தஸ்தே உள்ளது. வலயத்தில் வேலையாட்களுக்குரிய உரிமைகள் மிகவும் குறைந்தளவிலேயே வழங்கப்படுகின்றன. அவர்கள் தமது மேலதிகாரியுடன் பிரச்சனைப்படும் போது, அல்லது தொழிற்சங்கத்தில் இணையும் போது ஒரளவு நல்ல சம்பளத்துடனான வேலையை இழந்து விடுவோமே என்ப பயப்படுகிறார்கள். அழுத்தங்களினதும், ஊறுபடுதல்களினதும் பல் அடுக்குகளின் காரணமாக க.வ. வலயத்தின் பெண்களுக்கான ககாதாரப் பிரச்சனைகள் அடிமட்டத்தில் இருந்து நீண்டகால நோக்கில் அனுகப்படவேண்டும்.

ACFFTU போன்றவற்றினால் மேற்கொள்ளப்படும் தலைமைத்துவ அபிவிருத்தித் திட்டங்கள் பெண்களின் ககாதாரத்தில் நீண்ட கால மேம்படுத்தல்களுக்கு பாரிய அளவிலான ஆற்றலாவுள்ளது. குருத்தாங்குகள், சமுதாய ஒன்று கூடல்கள், இயக்கங்கள், ககாதார சிகிச்சையளிப்புக்கள் ஆகியன மூலம், இவற்றுக்கு செயற்றிறநுடன் தீர்வுகளைக் காண முடியும்.

ஜாஸல், கட்டுநாயக்க, பியகம், கொட்டுகொடு ஆகியவற்றில் உள்ள பெருமளவு அ.சா.தாபளங்கள் மாதாந்தக் குடும்பத் திட்டமிடல், பொது ககாதார சிகிச்சையளிப்புக்களை தங்கு விடுதிகளில் நடத்துவதுடன், இவற்றில் பல பெண்களுக்கு கலந்து கொள்கின்றனர். பெண் வேலையாட்களின் நம்பிக்கையையும், தன்னம்பிக்கையையும் பெற்றுள்ள அ.சா.தா. அனுபவங்களில் இருந்து தமது சேவைகளை எவ்வாறு செயற்றிறநுடன் வழங்குவது என்பதை உள்ளூர் அதிகாரிகள் கற்க முடியும். பொதுவாக அ.சா.தாபளங்களும், தொழிற்சங்கப் பிரதிநிதிகளும், கரிசனையுள்ள அதிகாரிகளும் வலயங்களுக்குள் பிரவேசிக்க அனுமதிக்கப்படுவதில்லை. அந்துடன், பெண்களில் நீண்ட நேர ஒழுங்கற்ற வேலை செய்யும் நிலைமைகளில் நியித்தம் பெண்களைக் கந்திப்பது அவர்களுக்கு கட்டமாகவுள்ளது.

#### முடிவுரை

க.வ.வலயத்தில் உள்ள பெண்கள் உடல் ரீதியாகவும், மனோநிலை ரீதியாகவும் மோசமான ககாதாரத்தினால் பாதிக்கப்படுகின்றார்கள். இது அவர்களது பால்நிலை, அவர்களது விருப்பு, பொருளாதார அந்தஸ்து, வலயங்களின் ஓரம் சார்ந்த தன்மை, தொழில் எதிர்காலம் இல்லாமை ஆகியவற்றுக்கு நேரடியாகப் பங்களிக்கின்றது. பெண்களின் ககாதாரத்தில் நேரடியாகச் சம்பந்தப்படும் அதாவது சம்பாதிக்கும் சக்தி, சம்பளங்கள் மீதான கட்டுப்பாடு ஆகிய கடுமையான துறைகளில் ஆராய்ச்சியினால் க.வ.வலயத்தில் உள்ள பெண் வேலையாட்களின் குழந்தையை மேம்படுத்துவதற்கான முயற்சிகள் வலிமைப் படுத்தப்பட வேண்டும். பெண்களின் வேலை தற்காலிகமானது என்ற சித்தாந்தம் பற்றி விளா எழுப்பப்பட வேண்டும் என்பதுடன், சம்பள அமைப்பிலான பதவியேற்றங்கள், சம்பள அதிகரிப்புகள், நன்மைகள், தொழிற்சங்க அமைப்பு, வேலை செய்யும், வாழும் நிலைமைகள், தொழில் ரீதியான ககாதாரம் ஆகியன மீதான நோக்கினைக் கொண்ட கைத்தொழில் ரீதியான தொழில்வாய்ப்பில் ஆண்கள், பெண்கள் ஆகியோர் மீது ஒப்பிட்டு ரீதியான ஆராய்ச்சிக்கான அவசியம் உள்ளது. பெண்களின் ககாதாரம் மீதான க.வ.வலய வேலையின் நீண்ட கால தாக்கங்கள் மீதான முக்கியமான கட்டுகளை இது வழங்கும்.



## பால்விலை - சுகாதார இடைவெளி

விஜிதா பேர்னான்டோ

சிறந்த சுகாதாரத்தின் உள்ளக பாகமாக சுற்றாடல் சுகாதாரத்தின் முக்கியத்துவம் தற்போது ஏற்றுக் கொள்ளப் பட்டுள்ளது. ஆயினும், சுகாதார வசதிகளை உபயோகப் படுத்துவதில் ஆதிக்கம் செலுத்தும் சமூக, கலாசாரக் காரணிகள் பற்றி அதிகளவு தெரிந்துள்ள போதிலும், நீர் துறையில் புறக்கணிக்கப்பட்டதாகவே சுகாதாரம் இன்னும் விளங்குகின்றது.

சர்வதேச நீர் விநியோக, சுகாதாரத் தசாப்தத்தின் போது (1981 – 1990) நீர் விநியோக நிலைமைகள் உலகம் பூராவும் திருந்தின, ஆணால், பிரதானமாக அபிவிருத்தி அடைந்து வரும் நாடுகளில் சுகாதாரம் இன்னும் பின்னணிந்த நிலையிலேயே உள்ளது.

தசாப்தத்தின் இறுதியில் 1.7 பில்லியன் மக்கள் போதியளவு சுகாதார வசதிகளைக் கொண்டிருக்கவில்லை. ஒரு பில்லியன் மக்கள் போதியளவு நீர் விநியோகத்தைப் பெற முடியாத நிலையில் உள்ளனர். தொடர்ந்தும் சனத்தொகை வளர்ச்சி அடைந்து வருவதன் காரணமாக, இந்த இடைவெளி தொடரும் என்பதுடன், 2000ஆம் ஆண்டுக்குள் சுகாதாரத்திற்குள் உட்படுவோரின் தொகையானது, தசாப்தம் ஆரம்பிக்கப்பட்ட போது, அதாவது 1981 ஆம் ஆண்டை விட மோசமான நிலையில் இருக்கும் என மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

நீர், மற்றும் ஆரோக்கியம் ஆகியவற்றில் சம்பந்தப்பட்டுள்ள ஆராய்ச்சியாளர்களும், எண்மொரும், குறிப்பாக நீர், சுகாதாரக் கூட்டு முயற்சிக் சபையினரும் இச் சூழ்நிலை குறித்து ஆராய்ந்துள்ளதுடன், சுகாதார இடைவெளிக்கான பெருமளவு காரணங்களை இனங்கள்டுள்ளனர். அவை வருமாறு:

- \* அரசியல் மனவறுதி இல்லாமை
- \* சுகாதாரப் பிரச்சினைகளில் குறைந்த கெளரவு மளிப்பும், அங்கீகாரமும்
- \* சகல மட்டங்களிலும் கொள்கைகள் போதாமை
- \* ஒரு நவீந்த நிறுவக ரீதியினான் கட்டமைப்பு போதியளவற்றும், வேண்டுமானவில்லாததுமான உபயோகிக்கப்படும் வளங்கள்
- \* பொருத்தமற்ற அனுகுமுறைகள்
- \* செயற்றிறந்ற மேம்படுத்தல்
- \* பெண்களினதும், சிறுவர்களினதும் அக்கறை களைக் குறைந்த பொதுசன விழிப்பியலாக வைத்திருத்தல். (உலக சுகாதார தாபனம், 1994)

1982 முதல் சுகாதாரம், நீர் ஏற்பாடு ஆகியவற்றின் இரு கட்டங்களிலும் பெண்களைச் சம்பந்தப்படுத்துவதற்கு முன்னெல்லைப்போதுமில்லாத இயக்கம் இருந்துள்ளது. இன்னும்,

பெரும்பாலும் ஒவ்வொரு மட்டத்திலும் பெண்களின் முக்கியத்துவத்தின் இந்த அங்கீகாரம் செயற்படுத்தப் படவில்லை. பெண்களின் பங்கு பற்றி இன்னும் குறைத்தே மதிப்பிடப்படுகின்றது.

இது சமுதாய மட்டத்தில், விசேடமாக சுகாதார இடைவெளி தொடர்பில் கண்கூடு. பெரும்பாலும் ஒவ்வொரு கலாசாரத்திலும் – எமது சொந்தத்தில் உறுதியாக – வீடு, மற்றும் மற்றும் அவர்கள் வாழும் சமுதாயத்தில் சுகாதாரம், மற்றும் சுற்றாடல் சுகாதாரம் தொடர்பில் பாரிய வேலைச் சுமையைப் பெண்கள் கொண்டுள்ளார்கள். மனிதக் கழிவை ஒழிப்பதில் அந்தாங்கங்கள், மற்றும் பாதுகாப்பு ஆகிய பிரச்சினைகளுக்குப் பெண்கள் முகம் கொடுக்கிறார்கள். பெண்கள் தாங்கள் விரும்பும் நோத்தில் கழிவை வெளியகற்றவும், சிறுநீர் கழிக்கவும் முடியாமல், அந்தாங்க த்தைப் பேணுவதற்காக இரவு நேரங்களில், இவற்றை பேற்கொள்ளும் போது, நோயினால் பீடிக்கப்படும் சந்தர்ப்பங்களை உலக சுகாதாரத் தாபனம் ஆவணப் படுத்தியுள்ளது.

இவ்வாறான காரியங்களை அகதி முகாம்களில், வேலைத் தளங்களில், பின்தங்கிய கிராமங்களில் உள்ள பெண்கள் இரவு வேளைகளில் மேற்கொள்ளும் போது, நச்சுத்தன்மை வாய்ந்த பாம்புகளினால் தீண்டப்பட்ட சம்பவங்களும் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளன.

பெருமளவு பெண்கள், இவ்விதமான குழ்நிலைகளை விசேடமாக தமது சொந்தச் சமுதாயங்களில் மாற்ற விரும்புகின்றனர். ஆணால், பொதுவாக ஆண்களுக்கே இதற்கான வழிமுறைகளும், செயற்படுத்தும் சக்தியும் உள்ளன. அவர்களுக்கு சுகாதாரத்தின் தேவைகள், அதாவது



Photo : UNICEF

நாளாந்தம் துப்பரவுபடுத்தல், நோயாளிகளைக் கவனித்தல், பெண்களின் அந்தாங்கத் தேவைகள் ஆகிய பெண்களுக்கான வழிமுறைகள் போன்று கடுமையானவை அல்ல. சுகாதார கல்வி திட்டங்களில் திட்டமிடல், வடிவமைத்தல், அமுலாக்கம் ஆகியவற்றின் முழுமையான செய்முறையில் பெண்கள் அதிகளவில் சம்பந்தப்பட்டிருக்காவிட்டால், இக்காரணிகள் வழுமையாக சுகாதாரத்திற்கான தேவை களை மட்டுப்படுத்துகின்றன.

இந்தத் தாக்கங்கள் வீட்டு மட்டத்தில் மட்டும் நிலவிலில்லை. சுகாதாரத்தைச் சரிவர மேற்கொள்ளா விட்டால், அது பொது சுகாதாரத்திற்கு பாரிய இடர்களாக விளங்குவதுடன், நீரின் தரத்திற்கு ஒரு பயமுறுத்தலாகவும் விளங்கும். நீர் வாங்கள் மாச்சைவதால், வயிற்றோட்டம், புழுக்களினால் ஏற்படும் தொற்று நோய்கள் போன்றவை ஏற்படுவதற்கான பாரிய காரணமாக விளங்குகின்றது. இவை இன்றும் கூட சிறுவர்களைப் பலியெடுப்பவையாக விளங்குகின்றன.

பொது மேலாண்மைக்கு ஆண்கள் மட்டுமே பொறுப்பாக இருக்க முடியும். பெண்களுக்கு வீட்டில் மட்டுமே பங்கு இருக்க முடியும் என்ற சித்தாந்தம் தவறானது என்பதைப் பெருமளவு ஆராய்ச்சியாளர்கள் கண்டுபிடித்துள்ளார்கள். உதாரணமாக டொங்காவில் சுகாதாரக் கருத்திட்டம் ஒன்று தோல்வி அடைந்தது. ஏனெனில் கருத்திட்ட முகாமைத் துவத்தில் இருந்து சுற்றாடல் சுகாதாரத்திற்கான பெண்கள் குழு தவிர்க்கப்பட்டதே இதற்கான காரணமாகும். ஆனால், முகாமைத்துவம் ஆண்களுக்கும், பெண்களுக்கும் இடையில் பிரிக்கப்பட்ட போது, அது முழுமையான நோக்கத்தைச் சாதிப்பதில் வெற்றி அடைந்தது. இதை வேறு பதினெட்டு கிராமங்கள் பின் தொடர்ந்தன.

ஆண்களை மீறிக் கெல்லல் ஆகாது. ஆண்களும் இந்த வசதிகளை உபயோகிக்கிறார்கள். அவர்கள் பாத்திரமேற்று நடிப்பவர்களாக விளங்குகிறார்கள். குழந்தைகளின் பராமரிப்பிலும், பயிற்சியிலும் அவர்கள் உதவுகிறார்கள். சுகாதாரம், ஆரோக்கியம் ஆகியவற்றில் தீர்மானம் எடுக்கிறார்கள். சுகாதாரம் தொடர்பான வேலை, பொறுப்புகள், நன்மைகள் ஆகியன அதிகளவில் பெண்களுக்கும், ஆண்களுக்கும் இடையில் கூட்டுப் பங்காண்மையில் சமமான நிலையில் உள்ளதைப் பால் கூருணர்வுள் அனுகுமுறை உறுதிப்படுத்துகின்றது. இவ்வித கூட்டுப் பங்காண்மை கருத்திட்டத்திற்கும், பங்காளர்களுக்கும் இடையில் நன்மைகளை ஏற்படுத்தும்.

கென்யாவில் ஒரு ஆரோக்கியக் கருத்திட்டத்தில் உள்ள பயிற்சித் திட்டம் பெண்களில் மட்டுமே கரிசனையைக் கொண்டிருந்தது. தமது சொந்தக் கருத்திட்டங்களைத் திட்டமிடுவதற்கும், அமைப்பதற்கும், அமுலாக்கத்தின் பின்

அவர்களாகவே கண்காணித்தலையும், மதிப்பாய்வையும் செய்வதற்கும் பெண்களைப் பயிற்சி ஊக்கப்படுத்தியது. பயிற்சி தொடர்ந்து மேற்கொள்ளப்பட்டதுடன், ஒரு தொகை கருத்திட்டங்களும் அமைக்கப்பட்டன.

எனினும், பல வருடங்களின் பின் ஆண்களும் சமமான ரீதியில் சம்பந்தப்பட வேண்டும் எனப் பெண்கள் உணர்ந்தனர்.

"எமது கணவன்மார்களும் பங்கெடுத்தால் என்ன?" என அவர்கள் வினா எழுப்பினார்கள்.

"எமது கணவன்மார்களுடன் இணைந்து நாம் பயிற்சியைப் பெற்றிருந்தால், கிராமங்களில் எமது கருத்துக்கள், திட்டங்கள், அபிவிருத்திச் செயற்பாடுகள் ஆகியவற்றைப் பகிர முடியும். இதனால் விளைவுகள் இன்னும் மேலும் பிரமிக்கத்தக்கதாக விளங்கும்" என்று அவர்கள் கூறினார்கள்.

இக் கருத்து ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டதுடன், தற்போது பெண்களுடன் ஆண்களும் பணிபுரிகிறார்கள். பங்கெடுப்பு அனுகுமுறைகள் மீதான பாலினப் பயிற்சி ஒன்று இக் குழுவுக்காக 1994 இல் ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

சிறுவர்களையும் மீறிச் செல்லக்கூடாது. இது மீண்டும் பெண்களின் பங்கின் ஒரு பாகமாகும். ஏனெனில் வீட்டில் தமது குழந்தைகளின் ஆரோக்கியத் தேவைகளைக் கவனிக்கிறார்கள். வகுப்பில் கற்பிக்கப்படும் செயன்முறை குறித்து பெரும்பாலான பிள்ளைகள் அறிந்து வைத்திருக்கிறார்கள். சாப்பிடுவதற்கு முன்னரும் மலசல கூடங்களைப் பாவித்த பின்னரும் கைகளைக் கழுவ வேண்டும் என்பது பற்றியெல்லாம் அவர்களில் சிலர் தமது பெற்றோருக்கு அறிவுறுத்துகிறார்கள். எமது கிராமிய பாடசாலைகளில் சிறுவர்களுக்கென மலசல கூடம் இல்லாதது வேதனைக்குரியதாகும்.

இரத்தினபுரி மாவட்டத்தில் மடொல்ல என்ற பின்தங்கிய கிராமம், அரசு சார்பற் தாபனமான நீர், சுகாதார தசாப்த சேவை என்ற தாபனம், ஊடாகத் தமது சமூகத்திற்கு மலசல கூடங்களைப் பெற்றது. மலசல கூடங்களைச் சிரிவர உபயோகிப்பது குறித்து சுகாதாரக் கல்வி திட்டத்தை நடத்துவதற்காக தாபனத்தின் உத்தியோகத்தாக அங்கு சென்ற போது ஒரு கிராமச் சந்தை நடந்து கொண்டிருப்பதைக் கண்டனர்.

விற்பனைக்காக உடன் மரக்கறிகள், பழங்கள், அரிசி, தேங்காய்கள் மலை போல் குவிக்கப்பட்டிருந்தன. அங்குள்ள ஆரம்பப் பாடசாலை மாணவர்களாலேயே இச் சந்தை ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டிருந்ததாக அவர்கள் தமது விசாரணைகளின் போது அறிந்தார்கள். தமது பாடசாலையில் ஆண்களுக்கு ஒன்று, பெண்களுக்கு ஒன்று என இரு மலசல கூடங்களைக் கட்டுவதற்குப் பணத்தைச் சம்பாதிக்க

வேண்டியிருப்பதாக அவர்கள் தெரிவித்தனர்.

இச் சமூகம் முதலில் மலசல கூடங்களை முதல் தடவையாகப் பெற்றபோது, இச் சின்னஞ்சிறார்கள் தமது பாடசாலையிலும் சில மலசல கூடங்களைக் கொண்டிருக்க வேண்டும் என அறிந்தார்கள். மலசல கூடங்களை அமைத்துத் தருவதாக மேற்படி தாபனம் வாக்குறுதி அளித்ததுடன், தற்போது மலசல கூடங்கள் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

மனிதக் கழிவை ஒழிப்பதில் மட்டும் முழு சுகாதாரமும் தங்கியிருக்கவில்லை. வீட்டில் சேரும் கழிவுகளை ஒழிப்பதே நகர வாசிகள் எதிர்நோக்கும் பிரச்சனையாகும். குறைந்த வருமானச் சமுதாயங்களிலும், சேரிக் குடியிருப்புத் தோட்டங்களிலும் மலைபோல் குப்பை, கூழங்கள் குவிந்திருப்பதுடன், இது இங்கு வாழும் ஆண்களினதும், பெண்களினதும், மிக முக்கியமாக சிறுவர்களின் சுகாதாரத்திற்கு விபரிக்க முடியாது கேடுகளை விளைவிக்கும்.

வீட்டைமைப்பு அமைச்சின் சுத்தமான குடியேற்றத் திட்டத்தினால் தெரிவ செய்யப்பட்ட அபிவிருத்திக் கருத்திட்டத்திற்கான அமைவிடங்களில் ஒன்று தான் ஹவ்லோக் வீதி வழியே (கவர்ணா வீதியின் இறுதியில்) உள்ள சேரிப்புறமான சித்தார்த்தபுர. இதில் இருந்த சமூகத்தினர் பெருமளவு பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுத்தனர். ஆனால், மலைபோல் குவிந்திருந்த குப்பை கூழங்களைச் சேரிப்புறத்தில் இருந்து அகற்றுவதே அங்கிருந்த பெண்களின் முன்னுரிமையாக விளங்கியது. இது நிறைவேற்றப்பட்டவுடன், கழிவுப் பொருட்களை அள்ளிச் செல்வதற்காகப் பொருத்தமான வடிகாலைக் கட்டித் தர வேண்டும் என்று அவர்கள் கோரிக்கை விடுத்தார்கள். இவை யாவும் மேற்கொள்ளப்பட்ட பின்னரே சமூக அடிப்படையிலான தாபனத்தை அமைப்பதற்கும், சமூக அபிவிருத்தி பற்றிக் கடைப்பதற்கும் முன்வந்தார்கள். இதில் ஆண்களும், பெண்களும் சம்பந்தப்பட்டிருந்த போதும், பெண்களே அதிகளவில் ஆக்ரோஷமாகச் செயல்பட்டனர்.

வசதியுள்ள நகர வாசிகளும் பெருமளவு சுகாதாரப் பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுக்கின்றனர்.

குப்பை, கூழங்களை ஒழிக்கும் அரசாங்கச் சேவைகள் ஒரு போதுமே திருப்தியானதல்ல. குப்பை, கூழங்களைச் சூழியில் போடுவதென்றால் சில அடி நிலமாவது இருக்க வேண்டும். நகரத்தை அண்டியுள்ள பிரதேசங்களில் இது ஒரு தீர்வாக விளங்கலாம். பிளாத்திக் பைகள் குறிப்பாக 'ஷோப்பிங் பேக்'களைப் பொறுத்து என்ன செய்வது என்று நீங்கள் கேட்பீர்கள். முற்றத்தின் ஒரு இடத்தில் ஒரு குழியைக் கிண்டி, அவற்றை அதனுள் போட்டு மூடுவதன் மூலம் பிரச்சினையை சில அரச சார்பற்ற தாபனங்கள் தீர்த்துள்ளன. ஆனால், இடப்பரப்பு இல்லாதவர்களுக்கு இவற்றை மனம் போன போக்கில் உபயோகிக்கக்கூடாது என்பது மட்டுமே

தீர்வாக விளங்கும்.

இது போன்ற சுமார் இருபது பைகளை வீட்டுக்கு நவீன சந்தையில் இருந்து ஓருவர் கொண்டு வருவார். இவற்றை அப்புறப்படுத்தும் பிரச்சனை பின்னர் தான் எழும். நெதர்லாந்தில் கடைக்கு வருபவர்களுக்கு பைகள் வழங்கப்படமாட்டா. இவர்கள் தமது சாமான்களைப் போடுவதற்கு தாமே பைகளைக் கொண்டு செல்ல வேண்டும். எல்லோருமே தமது கார் 'டிக்கி'யில் கூடை ஒன்றைப் பொருத்தியுள்ளார்கள். கடையில் இருந்து தள்ளுவண்டியில் கொண்டு செல்லப்படும் சாமான்கள் கூடைக்குள் போடப்படும். பை ஒன்றில் சாமான்களை அவர்கள் கொண்டுவர வேண்டும் என்றால், அவர்கள் தமது சொந்தப் பைகளை - இவை பெரும்பாலும் சீலைப் பைகளாக அல்லது தோல் பைகளாக விளங்கும் - கொண்டு வரவேண்டும். இந்தப் பைகளை எறியத் தேவை இல்லைதானே?

வழமையாக இம் மாதிரியான "பிரச்சினைகளுக்கு" எங்கேயோ தீர்வுகள் உள்ளன.



என் பெற்றாய்?

பிரசவ ஆஸ்பத்திரியில்  
பெண் குழந்தை அழுதது  
அம்மா எனை என் பெற்றாய்?

கல்வி பயிலும் காலங்களில்  
கடைக்கண் பார்வையால்  
கற்பழிக்கப்படுவதற்கா

கல்யாணம் என்னும் போர்வையில்  
கொள்ளையரிடம் அகப்பட்டு  
கண்ணீர் விடவா  
பின் காஸ் அடுப்பினால்  
எம் முடிவைத் தேடவா  
என் பெற்றாய் என்னை?

த. அருள்குமரன்

# எல்லாமே எங்கள் மனம் தான்

## பெண்களின் கருத் திட்டத்திற்கு எல்லை இல்லை

பொதுவாக ஆண்களிலும் பார்க்க பெண்கள் தங்களுக்குள்ள உணர்ச்சியைப்பட்ட ககப்படுத்தும் இயல்பான செய்முறைகளை (அழுதல், சிரித்தல், நடுங்குதல், பேசுதல், கொட்டாவி விடுதல் போன்றன) பயன்படுத்த கொட்டாவி விடுதல் அனுமதிக்கப்படுகின்றனர். இதன் விளைவாக, அனேகமான பெண்கள் ஆண்களிலும் பார்க்க நீண்ட காலம் வாழும், எங்களது உணர்ச்சிகளுடன் தொடர்பு கொள்ளவும் முடிகிறது. இப்படி இருந்தபோதிலும், மிகவும் இலகுவாக அழுக் கூடியவர்களாக இருப்பதனால், நாங்கள் துன்பத்துக்கு ஆளாகிறோம். சமூகத்தில் பெரும்பாலோரால் நாங்கள் 'பலவீரர்', 'ஆளுமிகுந்த உணர்ச்சி படைத்தோர்' என்றெல்லாம் அனேகமாக நோக்கப்படுகிறோம். ஏனெனில் நாங்கள் மேலே குறிப்பிட்ட இயற்கைச் சுகப்படுத்தும் செய்முறைகளைக் கடைப்பிடிக்க அனுமதிக்கப் படுகிறோம் என்பதாலேயே ஆகும். எங்களால் உணர்வுறுத்தல், அழுதல், சிரித்தல், மக்களோடு அணைந்து வாழ்தல், எங்களது குழந்தை பெறும் பெண்ணியல்பு ஆகியன அனேகமாக எங்களை "ஸ்திரமற்றவர்கள்" என நம்பவைக்கின்றன.

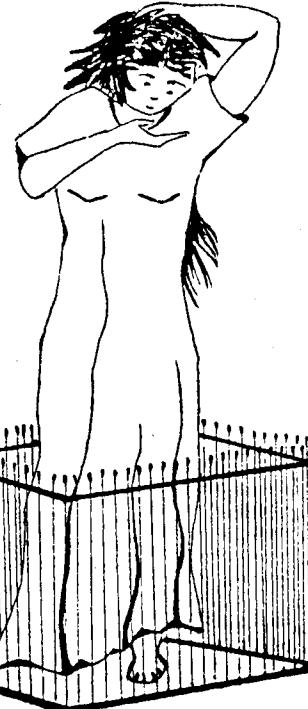
"உள்ச்சுகாதார" ஏற்பாட்டின் கீழ் மட்டங்களில் பணிபுரிவோரில் பெரும் பாலானவர்கள் பெண்களேயாவர். ஆயினும், பெரும்பாலான முடிவுகளை மனநோய் மருத்துவர்களே எடுக்கின்றனர். இவர்களுள் ஏறக்குறைய எல்லாருமே ஆண்களாகவே இருக்கின்றனர். இது ஒர் ஏறுபடிமுறை ஏற்பாடாகும். அது, ஆணாக இருப்பதோ, அல்லது ஆண்கள் எவ்வாறு நடப்பார்களோ அவ்வாறு நடப்பதே தான் "உள்சுதோகாதாரம்", சுபாவநிலையும் என்ற கருத்தை வளர்க்கிறது. "உள்ச்சுகாதாரப்" பணியாளர்கள் இந்த ஏற்பாட்டினால் ஒடுக்கப்படுவதோடு, பெண்களுக்குப் பழக்கமான தடவுடல், ஆற்றல் சொல்லி ஆற்றுதல், மற்றும் எல்லாவிட இயற்கை உணர்ச்சிப் படிமுறைகள் போன்ற இயல்பு வழிகளைக் கைவிடுமாறும் வற்புறுத்தப்படுகின்றனர். இவை யாவும் "சீவியத்தொழிலின் உயாமுறையல்ல" எனக் கருதப்படுகின்றன.

"உள்ச்சுகாதார" ஏற்பாட்டில் பெண்களே பெரும்பாலான நோயாளராவர். கொடுக்கப்படும் மின் அதிர்ச்சிச் "சிகிச்சையில்" எழுபது சதவீதம் பெண்களுக்கே ஆகும். மனோநோய் மருத்துவர்களால், அல்லது பொது மருத்துவர்களால் எழுதிக்கொடுக்கப்படும் மனோநோய் மருந்துகளில் எழுபது சதவீதம் பெண்களுக்கே குறிப்பிடப்படுகின்றன. (மனோநோய் மருந்து

உற்பத்தியாளர்கள் கோடிக் கணக்கான டொலர்களை முடக்கி இயங்குகின்றனர். அத்துடன் அவர்கள் தற்போது புதிய சந்தைகளை நாடித் திரிவதோடு, வளரும் நாடுகளிலும் துரிதமாக விரிவுபடுத்தி வருகின்றனர்). வரையறுப்பதற்குக் கஷ்டமான உண்மை உடற் கொதார பிரச்சனைகளுக்குப் பொது மருத்துவவ உதவிவை நாடிச் செல்லும் பெண்களுக்கு "எல்லாமே உங்கள் மனதில் தான்" என அடிக்கடி சொல்லிவிடுகிறார்கள். அதன் பின்னார் அவர்களுக்கு மன நோய்க்கான மருந்துகளைக் கொடுத்தோ, கொடுக்காதோ "உள்சுகாதார" ஏற்பாட்டுக்கு அனுப்பி விடுகிறார்கள். மருத்துவ சுகாதார" என்பதோடுக்கு அனுப்பி விடுகிறார்கள். மருத்துவ பிரச்சனைகள் கண்டு பிடிக்கப்படாதும், சிகிச்சை அளிக்கப்படாதும் இருக்கையில் சிலசமயம் அவர்கள் இறந்தும் போகிறார்கள்.

சிறைச்சாலைகளும், இராணுவமும் ஆண்கள் மீது சமூகரீதியான கட்டுப்பாட்டினை நிலை நாட்டும் அதே விதத்தில் பெண்களுக்கும் "உள்சுகாதார" மறை பயமுறுத்தலாகிவிடுகிறது. சில பெண்கள் சிறை செல்வதும், சில ஆண்கள் "உள்சுகாதார" ஏற்பாட்டுக்கு ஆளாவதும் ஏதோ உண்மை என்றாலும், சிறைத்தண்டனைக்கோ, இராணுவ சேவைக்கோ போகாத விதத்தில் பெண்கள் தலை குளியும் நிலைக்கு உள்ளாக்கப்படுகிறார்கள். அத்துடன் பெண்களைச் சிறைக்கு அனுப்புதல் சமூகரீதியில் தாழ்வாகவே ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகிறது. ஒர் ஆண் தேவையை நாடுவதோ, கண்ணீர் சிந்திக் "கலங்குவதோ", அல்லது ஒரு மனநோய் வைத்தியசாலையில் தள்ளப்பட்டுவிடக் கூடிய விதத்தில் நடந்து கொள்வதோ சமூக ரீதியில் ஏற்றுக் கொள்ளப்படக் கூடியதொன்றல்ல. மனோ வைத்தியசாலையைச் சென்றடையும் ஆண்கள் பலவீரர்களாக, அல்லது ஆண்மை யற்றவர்களாக, அதாவது பெண்களாகவே கருதப்படுகிறார்கள்.

பாலுணர்வு ஒடுக்கத்தினால் அடிக்கடி எழும் வேதனை உணர்வுகளுக்காகப் பெண்கள் மீது பழிக்குமத்தி, "உள்சுகாதார" ஏற்பாட்டில் நோயாளர்களாகத் தண்டிக்கப்படுகிறார்கள். உதாரணமாக, கற்பழிக்கப்பட்ட, அல்லது வேறு ஏதேனும் விதத்தில் பாலரீதியாகத் துன்புறுத்தப்பட்ட பெண்கள், குறிப்பாகக் கோபமாகவோ, குழம்பியோ இருந்தால், "மனநோயாளி" என நாமம் குட்டிவிடுகிறார்கள். அத்துடன் சமூகம் குறிப்பிடும் பாத்திரங்களுக்குப் புறத்தே செல்லும் பெண்கள், திருமணங்குசெய்ய, அல்லது குழந்தைகள் பெற விரும்பாத பெண்கள் ஒரினச் சேர்க்கையை விரும்பும் பெண்கள், அல்லது பெண்கள் உரிமைகளுக்காக வாதாடும் பெண் "நோயாளர்" எனவும் கருதப்படலாம். தங்களுக்குரிய பாத்திரங்களுக்குப் புறத்தே விலகிச் செல்லும் பெண்கள் "விதியின் கோளாறாக" உணர அல்லது கெல்லை விடுக்கத்தை முறைப்படுத்துகிறது. "உள்சுகாதார" ஒடுக்கம் பாலுணர்வு ஒடுக்கத்தை முறைப்படுத்துகிறது.



## மாற்றத்தும்கால ரிரேவேஷன்

- (1) எல்லாப் பெண்களுக்கும் முக்கியமான, பெண்களது உள்கூகாதார விடயங்கள், பொதுவான பெண்கள் இயக்கத்தினால் கவனத்தில் கொள்ளப்பட வேண்டும். ஆதன் பின்னரே பெண்களின் விடுதலை முழுமை பெற முடியும்.
- (2) மனநோயிலிருந்து விடுபட்ட பெண்கள்/முன்னைய நோயாளர்கள் பின்வரும் நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளலாம்:
- பெண்களது இயக்கத்தில் அதிகம் கறுகறுப்பாகவும், வெளிப்படையாகவும் பங்குபற்றுதல்.
- மனநோயிலிருந்து விடுபட்ட பெண்கள் முன்னைய நோயாளர்களுடன் பொதுப்பட்ட விடயங்களைக் கொண்ட நலிவற்ற பெண்கள், பாலியல் கொடுமையிலிருந்து தப்பியவர்கள், கற்பழிப்புப் பாதிப்புக்கு உள்ளானவர்கள் போன்றவர்களுடன் இணைப்புக்களை ஏற்படுத்தல்.
- பால்ரீதியான ஒடுக்குதலை நீக்குதல் தொடர்பாக மனநோயிலிருந்து விடுபட்ட பெண்களுக்கு ஆதாவ வழங்கும் குழுக்களை நிறுவுதல்.
- (3) "கூட்டு அறிவுட்டல் - அதிகாரத்தையும் விவேகத்தையும் மீட்டெடுத்தற்குச் செவியடுக்கும் தேர்ச்சிகளைப் பயன்படுத்தல்" என்ற துண்டுப் பிரகாத்தில் விளக்கியவாறு, சிகிச்சையாளர்கள், சமூகப் பணியாளர்கள், குடும்பங்கள் முதலான வர்களுக்காக வெவ்வேறு, ஒத்த குழுக்களைத் தோற்றுவித்தல்.
- (4) மின் அதிர்ச்சி, மனோவியல் சத்திர சிகிச்சை, மனநோய்க்கான மருந்துகள், மடக்கிவைத்தல், தனிப்படுத்தி வைத்தல், பூட்டிய 'வார்டுகள்' போன்றவற்றை பாலிப்பதற்கு எதிராகக் குரல் கொடுத்தலும், அவற்றை நிறுத்துதலும்.
- (5) மேற்கண்டவாறு ஆதாவக் குழுக்களுடன் இணைந்து ஒரு வழிச் சிகிச்சை மனிதத் தன்மைக்கு ஒவ்வாத நோய்காண் முறைகள், நாமந்திட்டல் ஏணைப் பதறான சிகிச்சைகளை நீக்கியமைத்தல். அத்தோடு, "பாதுகாப்பான இலங்கள்", நெருக்கடியில் சிக்கிய பெண்களுக்கு குழந்தைகளைக் கவனிக்கும் நிறுவனாதியற் வதிவிடங்கள் மற்றும் துண்ணச் சாதனங்களுடன் கூடியதும், உணர்ச்சிரீதியில் பாதுகாப்பான துமான சுகமடையும் இடங்களைத் தோற்றுவித்தல்.
- (6) "உள்கூகாதார" ஏற்பாட்டில் ஏறுபடி முறையை நீக்குதல்.
- (7) "சிகிச்சையாளர்கள்" "சிகிச்சை" அளித்தற்குப் பதிலாக போதனையாளர்களாக வருவதற்கும், குடியிருப்புக்களைக் கண்டறியவும், வேலை போன்றவற்றைத் தேடிக் கொடுக்கும் சமூக தலைவர்களாக வருவதற்கும் துணைப்பிதல்.
- (8) பெண் நோயாளர்களை மனிதர்களாகக் கருதாது பண்டங்களாக நினைத்துச் சிகிச்சை அளிப்பதை நிறுத்துவிக்கள்.
- (9) "உள்கூகாதார" பணியாளர் பயிற்றப்படும் இடங்களில் எல்லாம், "பாலியல் உணர்வையும் உள்கூகாதார ஒடுக்கத்தையும் நீக்கும்" கற்கை நெறிகளைப் புகட்டுங்கள். பாலியல் உணர்வை வலியுறுத்தும் "சிகிச்சையை" நிறுத்துவிக்கள்.
- (10) "மாதவிடாம்க்கு முந்திய அறிகுறிகள்" போன்ற பெண்களுக்கான இயற்கைப் படிமுறைகளை நோய்களாக வரையறுத்தலை நிறுத்துவிக்கள்.
- (11) "பசியின்மை" (அறைஏக்சியா), கொடும்பசி (பலிமியா) போன்ற தன்மைகளுக்கு அடிப்படையாக இருப்பது பாலியல் உணர்வினை ஒடுக்குதல் என்பதை மக்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லிப் புகட்டுங்கள். பாலியல் உணர்ச்சிகளின் ஒடுக்கத்தை நீக்குவதன் மூலம் அத்தகைய கஷ்டங்களைப் போக்கிலிடலாம்.
- (12) பெண்கள் தொடர்பான விடயங்களில் முகவர் தாபனங்கள், வைத்தியசாலைகள் போன்றவற்றிற்கு ஆலோசனை கூறி உதவ நோயாளர்களினால் நடத்தப்படும் மாதர் மன்றங்களைத் தோற்று விழுங்கள். "உள்கூகாதார" சபைகள் எல்லா வற்றிலும் உள்நோயிலிருந்து விடுபட்ட பெண்களை நிபமியுங்கள்.
- (13) பெண்களுக்குச் செவியடுக்க எங்கும் இடங்கள் எற்படுத்துவதுடன், பாலியல் உணர்வுக்கு முடிவுகாணவும் ஒருவருடன் ஒருவர் சேரவும் ஒழுங்கு செய்யுங்கள்.

## போஷாக்கிலும், உணவற்பத்தியிலும் பெண்களின் பங்கு சசிகலை

பாரம்பரியமாக ஒரு குடும்பத்தில் உணவு தயாரிப்பதில் பெரும்பாலும் பெண்களே ஈடுபெடுகின்றனர். குழந்தைகள், வளர்ந்த பிள்ளைகள், கணவன், பெற்றோர் என பல்வேறுபட்ட வயதுடையவர்களுக்கு பெண்களே விதம் விதமான உணவு வகைகளை தயாரிக்கிறார்கள். இதை விட நோய்வாய்ப்பட்ட குடும்ப அங்கத்தினர்களுக்கும் தேவைக்கேற்ப விசேட உணவுகளைத் தயாரிப்பது பெண்களையே சார்ந்தது. எனவே, பெண்கள் உணவு, போஷாக்கு என்பன பற்றிய அறிவுடையவர்களாக இருத்தல் வேண்டும்.

பெறுமதியான உணவு வகைகள் தவறான தயாரிப்பு முறைகளால் பூரண சத்துக்களை இழக்கின்றன. நீரில் அதிக நேரம் கொதிக்க வைத்தல், அதிக உயர்ந்த வெப்ப நிலைக்கு உட்படுத்தல் போன்ற முறைகள் இயலுமான அளவு தவிர்க்கப்பட வேண்டும். குடும்ப பெண்களுக்கு உயிர்ச்சத்து பற்றிய அடிப்படை அறிவு நன்மை பயக்கும். எனவே, இதனைச் சற்று கவனிப்போம்.

உயிர்ச்சத்துக்கள் ஏ.பி. சீ. டி. ஈ. கே எனப் பகுக்கப் பட்டுள்ளன. இவற்றில் பி. சீ என்பன நீரிலும் ஏ. டி. ஈ. கே என்பன கொழுப்பிலும் கரையக்கூடியன. உயிர்ச்சத்து 'ஏ' கண், தோல் ஆகியவற்றின் ஆரோக்கியத்திற்கு இன்றியமையாததாகும். இது பால், வெண்ணெய், தயிர், முட்டை மஞ்சட்கரு, கீஸர் வகைகளில் அதிகம் காணப்படுகின்றது. உயிர்ச்சத்து 'ஏ' கர்ப்பவதிகளுக்கும், பாலுட்டும் தாய்மார்களுக்கும் கூடிய அளவில் தேவைப்படுகின்றது. சாதாரண சமையல் முறைகளால் இந்த உயிர்ச்சத்து அதிகம் பாதிக்கப்படுவதில்லை.

உயிர்ச்சத்து 'பி' தவிடு, தானிய வகைகள், நிலக்கடலை ஆகியவற்றில் போதிய அளவு காணப்படுகின்றது. இது நாம்பு விருத்திக்கு இன்றியமையாததாகும். உயிர்ச்சத்து 'சீ' மாக்கறி, இலைவகைகளிலும், பழங்களிலும் கணிசமான அளவு காணப்படுகின்றது. நெல்லிக்காயிலும், முளைக்க வைத்த பாசிப்பயிற்றிலும் உயிர்ச்சத்து 'சீ' கூடியாலில் காணப்படுகின்றது. குடாக்குவதாலும், அல்லது மரக்கறி பழ வகைகளை உலர் விடுவதாலும் பெருமளவு உயிர்ச்சத்து 'சீ' அழிக்கப்படுகின்றது. உயிர்ச்சத்து 'டி' யானது சால், முட்டை மஞ்சள்கரு, பால், வெண்ணெய் என்பனவற்றில் பெருமளவு காணப்படுகின்றது. கருவற்றிருக்கும் பெண்களுக்கு இவ்வுயிர்ச்சத்தானது பெருமளவில் தேவைப்படுகின்றது. 'ஈ', 'கே' என்பன புத்தம் புது இலைக்கறி, மரக்கறி வகைகளில் தேவையான அளவு காணப்படுகின்றன.



சாதாரண சமையல் முறைகளில் கொதிக்க வைத்தல், ஆவியில் அவித்தல் என்னும் இருமுறைகளும், பொரித்தல், வறுத்தல், வேக வைத்தல் என்னும் உலர் முறைகளும் கையாளப்படுகின்றன. மேற்கூறிய முறைகளால் புரதம், கொழுப்பு, மாப்பொருள் என்பனவற்றில் அதிக இழப்பு ஏற்படுவதில்லை. மாக்கறி வகைகளை உட்பட்சேர்த்து அவித்து, வரும் நீரை வெளியேற்றுவதால் முக்கியமான கனியூப்புக்கள் வெளியேற்றப்படுகின்றன. எனவே, மாக்கறி வகைகளைக் குறைந்த அளவு நீரில் முடி அவிப்பதுடன் நீரை வெளியேற்றுவதல் தவிர்க்கப்படல் வேண்டும்.

ஆவியில் அவிப்பதாலும் உயிர்ச்சத்துக்களின் இழப்பு குறைக்கப்படுகின்றது. அரிசியிலுள்ள உயிர்ச்சத்துக்களில் பெருமளவு நீரில் பல தடவை கழுவுவதாலும், கொதிக்க வைத்து கஞ்சியை வெளியேற்றுவதாலும் இழுக்கப்படுகின்றன. எனவே, ஓரிரு முறை தாமதிக்காது கழுவுவதும், கஞ்சி வடிக்காமல் போதியளவு நீரில் அவிப்பதும் சிறந்த முறைகளாகும். மேற்கூறியவற்றை மனதில் கொண்டு பெண்கள் உயிர்ச்சத்துக்களின் தேவையற்ற இழப்பைத் தவிர்க்கலாம்.

### உணவுப் பங்கீடு

நாளாந்த உணவு வகைகளை வீட்டுத் தோட்டங்களிலோ, சந்தைகளிலோ சேகரிப்பது, பதப்படுத்துவது, குடும்ப அங்கத்தினர் மத்தியில் பங்கிடுவது என்பனவும் பெண்களால் செய்யப்படும் சாதாரண காரியங்களாகும். சாதாரண சோறுடன் உழுந்து, பயறு வகைகள், இலை வகைகள், மாக்கறி, பழங்கள் என்பனவற்றைச் சேர்ப்பதால் உடலிற்குத் தேவையான சக்தி மற்றும் புரதம், உயிர்ச்சத்துக்கள், அழினோ அமிலங்கள் என்பன கிடைக்கின்றன. பெண்கள் சில குறிப்பிட உயிர்ச்சத்துள்ள பொருட்களை வாங்குவதால் சந்தையில் அவற்றின் தேவையை அதிகரிப்பதன் மூலம் நாட்டில் அவற்றின் உற்பத்தியை அதிகரிக்க வழிவகுக்கலாம்.

நாளாந்த உணவில் தீடிய அரிசி, யா என்பனவற்றை மட்டுமே முக்கியமாகவும், பெருமளவிலும் உட்கொள்ளாமல் மலிவான சத்துக்கூடிய பொருட்களைச் சரிக்குச்சரி சேர்த்துக் கொள்ளலாம். உழுந்து, பாசிப்பயறு யற்றும் சிறு அவை, சோயா போன்ற அவை வகைகளைச் சேர்த்துக் கொள்வதால் உடம்பிற்குத் தேவையான புரதத் தேவையைப் பூர்த்தி செய்யலாம்.

விலங்குப் பூரதங்களான மாட்டிறைச்சி, ஆட்டிறைச்சி, கோழி இறைச்சி, முட்டை, மீன், பால், வெண்ணென்று என்பன விலைகூடியதாக இருப்பதால் இத் தேவைகளை ஒரு சாதாரண குடும்பத் தலைவியால் மாதம் முழுவதும் பூர்த்தி செய்ய முடியாமல் இருக்கும். இதனை உணர்ந்து பல பெண்கள் தங்கள் வீட்டிலேயே ஆடு, மாடு, கோழி என்பனவற்றைக் குறைந்த எண்ணிக்கையிலாவது வளர்க்கிறார்கள். இதனால் நாளாந்த தேவைகள் பூர்த்தியாவதுடன் மேலதிக வருமானமும் பெறக் கூடியதாக இருக்கின்றது.

நாட்டின் முன்னேற்றம் கருதி விவசாயத் திணைக்களம், மாதர் முன்னேற்றக் சங்கங்கள் என்பன போஷாக்கு, மரக்கறி, ஆடு, மாடு, கோழி வளர்த்தல் போன்ற பயிற்சி நெறிகளைப் பெண்களுக்காக ஒழுங்கு செய்கின்றன. இதனால் பெண்கள் பெரிதும் நன்மையடைகின்றனர்.

## குழந்தையின் போஷாக்கு

குழந்தையின் போஷாக்கிலும் பெண்ணின் பங்கு நன்கு அறியப்பட்டுள்ளது. குழந்தையின் போஷாக்குப் பற்றிய அறியுட்டும் நூல்களும், சஞ்சிகைகளும் குவிந்து கிடக்கும் இன்றைய உலகில் தாய்ப்பாலிற்கு பெருமளவு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றது. தாய்ப்பாலினை நிறுவனங்களே முன்னின்று விளம்பரப்படுத்துகின்றன. தாய்ப் பால் பூரண உணவாக இருப்பதாலும் அதனுள் அந்நிய கிருமிகள் உட்புகும் சந்தர்ப்பங்கள் மிகக் குறைவாக இருப்பதாலும், அது குழந்தைக்கு அதிகிறந்த உணவாக விளங்குகிறது. இதனால் வேலைக்குப் போகும் பெண்களுக்கும் சிரமம் பாராமல் குழந்தைக்கட்டு தாய்ப்பாலை ஊட்டுவதில் ஊக்கம் செலுத்தவேண்டும்.

பெண்கள் கருவற்றிருக்கும் நாள் தொடக்கம் குழந்தைக்குப் பாலுட்டும் இறுதிக்காலம் வரை நல்ல சத்தான உணவுகளை உட்கொண்டு உடல் நலத்தைப் பேண வேண்டும். தாயின் உடல் நலம் குழந்தையின் விருத்தியை மட்டுமன்றி கூர்க்கும் பாலின் தன்மையையும், அளவையும் நிர்ணயிக்கின்றது. உயர்க உணவுவகைகளை வாங்கிச் சாப்பிட வசதியில்லாத கருவற்றிருக்கும் பெண்கள் முக்கியமாக பால், கீரை, இலை வகைகள், அந்தந்தக் காலங்களில் பெருமளவில் கிடைக்கும் பழ வகைகள் என்பனவற்றை உணவுடன் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். தங்களது உடல் நிலையைப் பாதுகாத்து குழந்தைக்கட்டு பாலுட்ட தகுதியானவர்களாகப் பேணிக் கொள்வது பெண்களின் தலைசிறந்த கடமைகளில் ஒன்றாகும்.

இன்றைய உலகில் பெண்கள் தாய்மார்களாக மட்டும் இல்லாமல் பஸ்வேறு துறைகளில் ஈடுபட்டு நாட்டின் பொருளாதார முன்னேற்றத்திலும் பெரிதும் பங்கு பெறுகின்றனர். உணவுற்பத்தியில் பெண்களின் பங்கு என்று கருதும் போது கிராமங்களில் தோட்டங்களிலும், வயல்களிலும் வேலை பார்க்கும் பெண்கள் தொடக்கம் பெரிய திணைக்களங்களையும், விவசாய ஆராய்ச்சி நிலையங்களையும் இயக்கும் பொறுப்புள்ள

இயக்குநர்களாகவும் பணியாற்றுகிறார்கள்.

ஒரு கிராமத்தில் பயிர்ச் செய்கை அல்லது விவசாயத்தை எடுத்துக் கொண்டால் ஆண்களுடன் சரிக்குச்சரி பெண்கள் வேலை செய்வது அவதானிக்கக் கூடியதாக இருக்கின்றது. தொடக்கம், நெல்லைப் பதப்படுத்தி அரிசியாக்கும் வரை பெண்கள் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றனர். நாற்று நடுகை போன்ற பொறுமையைச் சோதிக்கும் வேலைகளையும், களைபிடுங்குதல், தூற்றுதல் போன்ற வேலைகளையும் பெண்களே செய்கின்றனர்.

மரக்கறி, பழவகைச் செய்கைகளிலும் பயிர்ச் செய்கை, பராமரித்தல், அறுவடை போன்றவற்றிலும் பெண்கள் ஈடுபடுகின்றனர். கிராமங்களில் பெரும்பான்மையான பெண்கள் தோட்டச் செய்கையில் ஈடுபட்டு உற்பத்தியை சொந்த தேவைகளுக்கு எடுப்பதுடன் மிகுதியை அயலவார்களுக்கோ வார்த்தகர்களுக்கோ விற்பதன் மூலம் மேலதிக வருமானத்தைச் சம்பாதிக்கின்றார்கள்.

வீட்டுப் பாவனைக்கு புத்தம் புதிய மரக்கறி, பழ வகைகள் குறைந்த செலவில் கிடைப்பது ஒரு பாக்கியம் என்றே நான் கருதுகின்றேன். எனவே நில நீர் வசதியுடைய பெண்கள் வேறு பயிர்ச் செய்கையாளர்களில் தங்கியிராமல் இதனில் மேலும் கவனம் செலுத்துவதால் நாட்டின் முன்னேற்றத்திற்கு பெரிதும் உதவலாம் என்பது எனது முழு நம்பிக்கை.

பெண்கள் உணவு சம்பந்தப்பட்ட பல்வேறு தொழிற்சாலைகளிலும் வேலை செய்கின்றனர். முக்கியமாக பழச்சாறு, தகரத்தில் அடைக்கப்பட்ட உணவுவகைகள், ஜாம், அச்சாறு, ஊறுகாய் என்பன தயாரிக்கும் தொழிற்சாலைகளில் அதிகமான பெண்கள் வேலை செய்கின்றனர். பெண்களுக்கு இயற்கையாகவே போஷாக்குப் பற்றிய ஆர்வமும், ஊக்கமும் இருப்பதால் அந்தந்தத் துறைகளில் பெண்கள் கடமையாற்றுவதும், தலைமை தாங்குவதும் எங்கள் நாட்டிலும், மேல் நாடுகளிலும் ஒரு சாதாரண நிகழ்ச்சியாக இருக்கின்றது.

விவசாய உற்பத்தி முன்னேற்றத்திற்கு ஆராய்ச்சி முதுகெலும்பாக இருக்கின்றது. தற்போது பல்கலைக் கழகங்களுக்கு செல்லும் பெண்களின் எண்ணிக்கை பெருகிவருகிறது. பட்டத்துடன் நில்லாமல் உயர் பட்டப் படிப்பிலும், உயர்மட்ட ஆராய்ச்சிகளிலும் பெண்கள் ஈடுபட்டு புதுப்புது கண்டு பிடிப்பை விவசாயத் துறையில் ஏற்படுத்தி உணவுற்பத்தியில் பங்கு கொள்கின்றனர். இது போன்ற சாதனைகள் மேலும் ஊக்கப்படுத்தப்பட வேண்டும்.

எந்தவித முன்னேற்றத் துறையில் பெண்கள் ஈடுபட்டாலும் குடும்ப நிர்வாகமும், குடும்ப நலமும் பெண்களின் ஈடுபாட்டிலும், ஆர்வத்திலுமே தங்கியிருக்கின்றன. இதனையுணர்ந்து பெண்கள் தங்களுடைய கடமையை மறவாது பொறுப்புணர்ச்சியுடன் நடந்து, குடும்ப நலத்தையும் சந்தோஷத்தையும் பேணி அதன் மூலம் நாட்டின் முன்னேற்றத்திற்கு வழி கோல வேண்டும்.

# பெண்மையின் மென்மை



'நூட் டியுட்டி' முடித்து விட்டு, வீடு திரும்பிய வசந்தனின் உடலும், மனமும் களைத்து விட்டன.

உடல் உழைப்பைப் பன்னிரண்டு மணித்தீயாலும் களைகள் வரை அந்த இராட்சத இயந்திரஸ்கஞ்சு அர்ப்பணித்திருந்தான். அதீகாலவேளை, இயந்திரத்தில் சிறிய தலை ஏற்பட, பத்து மீட்டர் துணி கழிவாகி விட்டது. அதை 'நூட் சப்பவைஸர்' கண்டு விட்டான். எவ்வளவு 'பிளாடிகளை' உபயோகித்து வசந்தனை ஏசினான்? வசந்தன் ஒரு வார்த்தை கூட எதிர்த்துப் பேசவில்லை. தலை குனிந்தவன், ஏச்சுக்களைச் சொலியடுத்தபடி மனத்துறை பொருமினான்.

தளர்ந்த நடையுடன் வீடு வந்தவன், முன் கதவைத் தட்டினான். அது தீரப்படவில்லை. நேரத்தைப் பார்க்க, எட்டு எனக் காட்டியது.

ஜானகி வேலைக்குப் போயிருப்பார். வழுமை யாக இந்த நேரத்தில் அவன் வீட்டை விட்டு வெளியேறுவான். மாற்றுக் காலியை உபயோகித்து கதவைத் தீர்ந்தான். நேரே சமையல் அறைக்குச் சென்றான். 'பிளாஸ்கை' எடுத்து தேநீரை கோப்பையில் ஊற்ற முற்பட, 'பிளாஸ்க்' வெறுமையாகக் கிடக்கிறது.

அவனைச் சினம் பற்றியது. ஏரிச்சலும் வந்தது. மனத்துறை ஜானகியைத் தீட்டியபடி, கேத்தலில் நீரை நிரப்பி, 'கள்ளுக்களீல்' வைத்தான்.

மேசையைக் கண்களால் அலசினான். மூலையில் ஒரு 'ஷாப்பிங் பாக்' கில் அரை இராத்தல் பாண் தெரிந்தது. ஜானகி வைத்து விட்டுப் போயிருக்கிறான்.

கறியைத் தேடினான். மேசையின் மீது எதுவுமே தெரிய வில்லை. 'பரிஜ்ஜை' தீர்ந்து பார்த்தான். அது வெறுமையாகக் கிடந்தது.

சே! என அலுத்தவனின் கண்களை 'பரிஜ்ஜைல்' ஒட்டப்பட்டிருந்த 'நோட்' கவர்ந்தது. 'இண்டைக்கு மத்தியான சாப்பாட்டை ஹூாட்டேலில் சாப்பிடுவதோ. மாலையில் சந்திப்போம், ஜானகி' என்று 'நோட்'ல் எழுதப்பட்டிருந்தது.

அதை வாசித்து முடிக்க, மனத்துறை உருவகித்திருந்த சினமும், ஏரிச்சலும் ஒரு படி மேலேறியது. கோபத்தின் தடயம் மனத்துறை பதிந்தது.

'சமைச்ச வைக்காமல் போயிருக்கிறானே! பின்னேரம் வரட்டும். ஒரு கை பார்க்கிறன்'. மனத்துறை கறுவியபடி, முட்டை ஒன்றை எடுத்து பொரித் தெடுத்தான்.

தண்ணீர் கொதித்தது. தேநீரைக் கலக்குவேஙம் என்று முற்படுகையில், கதவு தட்டப் பட்டது. ஆவலுடன் சென்று கதவைத் தீர்க்க, வெளியே அறிமுகம் இல்லாத ஒர் இளம் பெண், தன் உடல் எங்கும் அழகையும், அழகிய வர்ணங்களையும் பரப்பியவன்னைம் நின்றாள். அவன் கண்களில் ஆனந்தமான வியப்பு, சுவாரஷ்யம், ஒரு வித பரபரப்பு.....

"மிலிஸ்" பெண்சேகாவின் வீடு எங்கு இருக்கிறது?" அப் பெண் ஆஸ்கிலத்தில் கேட்கிறாள்.

பக்கத்து வீட்டைக் காட்டினான் வசந்தன்.

(அக்கரைப்பற்றில் இயங்கும் பாதிப்பற்ற பெண் கள் அரங்கம் 1996இல் நடத்திய சர்வதேச மகளிர் தினா சிறு கதைப் போட்டியில் இரண்டாம் பரிசுக்குரியதாக இச் சிறு கதை தெரிவு செய்யப்பட்டது. முதலாம் பரிசுக்குரியதாக எச் சிறுகதையும் தெரிவு செய்யப் படவில்லை என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.)

அவள் அசையவில்லை. "நாய் இருக்கிறதா?" எனக் கேட்டாள்.

"இல்லை." அவள் அழகை அவன் அநாகீகரித்துடன் மேய்கிறாள்.

மிலிஸ் பொன்சேகா பற்றிய சில தகவல்களைப் பரிசீலித்தாள். கலந்தையையிட்டு குறைப்பட்டாள். அரசியலை அரை குறையகப் பரிமாறினாள்.

வசந்தனின் மனத்துறை இறுகி இருந்த சினம், ஏரிச்சல், கேபம் என்று எல்லாமே கறைந்து விட்டன. அவளைம் நயத்துடன், நளைந்ததுடன் தன் கருத்துக்களை வெளியிடுகிறான். அளவுக்கு மீறிச் சீரிக்கிறான். கண் களின் மேய்ச்சலை முன்னேற்றுகிறான்.

வீட்டின் முன்புறத்தில் குடியிருக்கும் மிலிஸ் சாம்பசிலம் இரு தடவைகள் ஜன்னல் தீரைச்சீலையை விலக்கி, வசந்தனைப் பார்த்து கண்மணிகளைச் சுழற்றி நாள். அதை வசந்தன் அவதானித்த போதும், தன் செயலுக்கு முற்றுப்புள்ளியிடவில்லை. அதைத் தொடர்ந்தான்.

இளம் பெண் மறைந்து விடுகிறாள். அவனை மீண்டும் பார்க்க வேண்டும் என்ற துடிப்பு.....

சோர்வுடன் சமையல் அறைக்குள் பிரவேசிக்க, 'காஸ் குக்கரீஸ்' இருந்த கேத்தல் பொசுக்கிக் கிடந்தது.

'பூராடி ஷிட்' என்று கத்தியவன், நிலத்தை இரண்டு, மூன்று தடவைகள் உடைத்தான். மேசையில் ஓங்கி ஒரு குத்தும் விட்டான்.

ஆத்திரம் அடங்க மறுத்தது. அது எக்காளமிடத் தவித்தது. வாய்க்கீழிய ஜானகியை ஏச வேண்டும் என்ற வெறி மனதினுள் துளிர் விட்டு, படிப்படியாக விகார மடைந்தது. தூய சிற்கனை தடைப்பட்டது. வீட்டைப் பூட்டிவிட்டு, 'விறு, விறு' என்று நடந்து சென்று, 'பெலி பேரன் பூத்தை அடைந்தான். ஜானகியுடன் தொடர்பு கொண்டான்.

அவன் 'ஹலேஸ்' என்று சொல்ல சுற்றுத் தாமதிக்க, ஆத்திரத்தை எல்லாம் கொட்டி ஏசினான். 'இவ்வளவு நேரமாக என்ன செய்தீர்?', 'என் மத்தியான சாப்பாட்டை சமைக்க இல்லை?', 'உமகு தீமிரா?' என்றால்லாம் கேட்டு மிரட்டினான். அவன் பதில் அளிக்க முற்பட்ட போ தெல்லாம், அவனே தொடர்ந்தும் பேசினான். அவனுக்கு விளக்கம் அளிக்கச் சந்தர்ப்பம் கிட்டவில்லை. 'ரிஸீவரை' 'பொது' தென்று வைத்து விட்டு அவன் வெளியேற, பின்னால் நின்ற பறங்கிக் கீழவி அவனை ஒரு தினுசாக நேரக்கினான்.

வீடு வந்தவன் குளித்தான். பாணைச் சாப்பிட்டான். நித்திரை கண்களைச் சுழற்ற, படுத்துவிட்டான். மீண்டும் கண்களைத் தீர்க்க, மூன்று மணியாகிவிட்டது.

பசி வயிற்றைப் பிறாண்டியது. ஏதாவது 'ஹூட்டேலுக்கு' சென்று பசியை அடக்க சோம்பலாக இருந்தது. காலையில் மீதம் வைத்திருந்த இரு துண்டுப் பாணை விழுங்கவிட்டு, மீண்டும் படுத்துவிட்டான்.

தூக்கம் தழுவ மறுத்தது. வயிறு புடைக்கந்தது. 'ரிஸீஜ்ஜை' தீர்ந்து 'ஜஸ் வோட்டரை' வாய்க்குள் ஊற்றினான். வயிறு நிரம்பியது. ஆனால், அரை மணித்தி யாலம் கழிய மீண்டும் பசித்தது. ஜானகி யீது அளவுக்கு மீறிய கோபமும், ஆத்திரமும் மீண்டும் ஏற்பட்டு, அவன் இருத்த நாள்களைப் புடைக்க வைத்தன.

காரியாலயத்தில் ஜானகியின் மேசை மீதிருந்த 'இன் ட்ரே' யில் நிறைய 'பைஸ்'கள் கிடந்தன.

"மிலிஸ் வசந்தன், முப்பத்திரன்டாம் 'நம்பர் எக்ஸ்போட், பைலை' எப்படியாலும் 'கிளீயர்' பண்ணி விட்டுத்தான் இண்டைக்கு வீட்டுக்கு போகவேணும்" என்று காலையில் 'எக்குவண்டன்' கனகசபை கண்டிப்பான உத்தரவைப் போட்டு விட்டார்.

அந்த 'பைலை' முழுகினால், மாலைக்குள் கணக்கைச் சரி பார்க்க முடியாது. ஆனால், அவரது உத்தரவை நிறைவேற்றாலிட்டால் நேரே 'எம்.டி.'யிடம் போய் முறைப்பாடு செய்வார். 'எம்.டி.'அதை 'ஜி.எம்.' மிடம் விட்டுவிடுவார். 'ஜி.எம்.' ஒரு முசுறு அவன் பெண் என்று சுற்றேணும் சிந்திக்காமல், தரக்குறைவான வார்த்தைகளை எல்லாம் கொட்டி ஏசி விடுவார். அது அவர் சுபாவும்.

ஒரு முறை அவர்கள் சிக்கி விட்டாள். முன் அனுமதி பெறாமல் வீவு எடுத்து விட்டு காரியாலயம்

சென்றவளை, 'ஜி.எம்' கூப்பிட்டனுப்பினார். போனாள். 'என் வரலில்லை' என்று காரணத்தைக் கேட்காமல், அவளைத் தாறுமாறாக ஏசினார். தப்பான ஆஸ்கில் வார்த்தைகள் இரண்டை உதிர்த்தார். ஜானகி அவமானத்தினால் கூசினாள். ஒரு வார்த்தை கூட உதிர்ப்பதற்குத் தயங்கினாள்.

ஜயாக்கிரம் ரூபா சொக்கச்சுதை உழைப்பதற்கு இவ்வாறு மரியாதையீனப்படவேண்டுமா என எண்ணை னாள். அன்றே ராஜீனாமா செய்தால் என்ன என்றும் யோசித்தாள். ஆனால், வீட்டு வாடகை, 'வைட்', தண்ணீ 'பீல்', வீட்டுச் செலவுக்கு விரயமாகும் பணம்..... என்று யாவற்றையும் யோசித்தபோது, மரனம், மரியாதை, கெளரவும் ஆகியவற்றை இழுக்க வேண்டிய நிலையில் தான், தான் நிறுத்தப்பட்டிருப்பதை அவன் உணர்ந்தாள். தன்மனத்தினில் புதைந்திருந்த எண்ணங்களைப் பொசுக்க



கினாள். சுற்று சௌகரியமாக வாழ்வதென்றால் இப்படியான அவமானங்களைச் சமக்கத்தான் வேண்டும் என்று முடிவுக்கு வந்தாள்.

ஜானகி 'எக்ஸ்போர்ட்', 'பைலை' எடுத்தாள். நான்கு பக்கங்களைப் புரட்ட, 'என்ரியை' 'சப்லைஜ்க்ட் கிளார்க்' சரிவரச் செய்யலில்லை என்பதைக் கண்டு பிடித்தாள். அவனை அணுகி ஒவ்வொன்றாக விளக்கம் கேட்கும் போது, வயிறு உளைந்தது. அப்பொழுதே காலையில் சாப்பிடாதது ஞாபகத்தைக் கொட்டது. 'கன்ரீனுக்கு' போய் 'ரீ' குடிப்போம் என்று நினைக்கையில் வசந்தனிடம் இருந்து தொலைபேசி அழைப்பு வந்தது.

அவன் எடுத்த எடுப்பில் அவனை ஏசினான். அவன் விளக்கம் அளிக்க முற்படுகையில் 'ஷட் அப், ஷட் அப்' என்று கத்தி, தனது ஏச்சைத் தொடர்ந்தான். பின் தொடர்பைத் துண்டித்துவிட்டான்.

ஜானகி தீரைக்குத் தேவே போய் விட்டாள். அவமானம் அவளை அழுத்தமாகத் தழுவிலிட்டது. ஏன், எதற்காக இப்படி அவதாறு செய்யும் வகையில் ஏசினான் என எண்ணினாள். அவனுக்கு காரணம் புரியவில்லை.

சில நிமிடங்கள் வரை இயல்பு நிலைக்குத் தீரும்ப முடியவில்லை. வியப்பு மாறி ஆத்தீரம், கோபம் என்று பல்வகை உணர்ச்சிகள் அவனுள் வட்டமிட்டன. வசந்த னின் கர்ணக்ரீ வர்த்தைகள் மீண்டும், மீண்டும் காதுகளில் எதிரொளித்தன.

அவன் இவ்வாறு எரிமலை நிலையில் செயல் பட்டதற்கு என்ன காரணம் என முளையைப் போட்டுக் கழுப்பினாள். மதியச் சாப்பாடு சமைத்து வைக்கவில்லை.

ஒரு நேரச் சாப்பாடு - வழுமை போல் மேனையில் வைத்து விட்டு வராததீர்கு இப்படி கோபப்பட வேண்டுமா? அவன் செய்வகை அவளைப் பொறுத்தளவில் அவுக்கு மீறியதாகத் தென்பட்டது.

அவள் சமைக்காததீர்கு நியாயமான காரணம் இருந்தது. கடந்த ஒரு வாரமாக காலையில் தலைச் சுற்று. ஒரு தடவை வாந்தியும் எடுத்தாள். இன்று காலையில் எழுந்த நேரம் தொடக்கம் தலையை நிமிஸ்த் தழுமிய வில்லை. பற்களைக் கடித்தபடி சமையலை ஆரம்பிக்க முற்பட்ட போதும், முடியவில்லை. ஏழைரை மணிக்கு தலையை ஓரளவு தூக்க முடியவே, முன் கடையில் அரை இராத்தல் பாணை வாஸ்கி வைத்துவிட்டு, வீட்டை விட்டு வெளியேறி இருந்தாள்.

எல்லாவற்றையும் மனதினுள் அலசி, ஆராய துயரம், அவள் மனதைக் கெளவியது. கண்கள் கலங்கின. கைவேஞ்சியை எடுத்து கண்களைத் துடைத்தாள்.

அவள் நிலை மஞ்சளாவுக்கு புரிந்திருக்க வேண்டும் “ஹஸ்பண்ட்” ஏசினாரா? என நேரீடையாகவே கேட்டாள்.

ஜானகி வெறுமனே தலையாட்டினாள்.

காரணத்தைக் கேட்டாள் மஞ்சளா. ஒரு வரியில் அதைச் சொன்னாள் ஜானகி.

“பு! இது தானா?” மஞ்சளா சிரித்தாள். “இதுக்கு இப்படி ஏசுறதோ? நல்ல மனிசன் தான்.”

ஜானகி ஒன்றும் கூறவில்லை.

“நீரும் அவரைப் போலத் தானே வேலை பார்க்கிறீர்? ஒரு நாளைக்கு சமைச்சு சாப்பாடு வைக் காட்டால் இப்படி ஏசுறதோ? என்ற மனிசன் இப்படி ஏசி இருந்தால், அவரினர் தொண்டையை கீழ்ச்சிருப்பன். நீர் உம்மட மனிசனுக்கு நிறைய செல்லும் குடுத்திருக்கிறீர். அது தான் இப்படி உம்மில குற்றம், குறை பார்க்கிறார். ஒரு கீழ்மைக்கு சமைக்காமல் அவரை கடையில் சாப்பிடச் சொன்னால் தான் அவச்ரமை கொழுப்பு கரையும்.”

“அப்படி செய்யுறது சரி இல்லை. அவர் பாவும்.”

“நீர் அவரை பாவும் பார்க்கிறீர். அவர் உம்மில பாவும் பார்க்கிறாரோ? நீர் ‘டே டியூட்டி’ செய்யுறீர். அவர் ‘நைட் டியூட்டி’ செய்யுறார். நீர் காலமை, மத்தியான சாப்பாட்டை கவனிக்கிறாரோ? நீர் தான் வீட்டுக்குப் போய் பாட்டைக் கவனிக்கிறாரோ?”

இரவுச் சாப்பாட்டையும் சமைச்சு அவருக்கு குடுக்கிறீர்.”

“மஞ்ச, அவருக்கு சமைக்கத் தெரியாது.”

“ஓ! அப்படியோ? இந்த ஆம்பிளையனுக்கு இது ஒரு சாட்டு. பொம்பனையளினர் தலையில் சமையலைப் போட்டு விடுவினம். ஆனால், அந்தப் பொம்பனை தன்னைப் போல வேலைக்குப் போரானே, சமையலையும், வேலையையும் செய்யுறது கஷ்டம். எண்டபடியால நானும் கூடமாட சமையலை உதவி செய்ய வேணுமே எண்டு நினைக்கிறதில்லை.”

“நான் இதை ஒத்துக் கொள்ள மாட்டன். காலாதி காலமாக பொம்பனையள் தான் சமையலுக்குப் பொறுப்பு. ஆம்பிளையள் எண்டால் இப்படித்தாள் இருக்க வேணும் எண்டு ஒரு வரைவிலக்கணம் இருக்குது. அதே மாதிரி பொம்பனையளுக்கும் ஒரு வரைவிலக்கணம் இருக்குது. இதை இரண்டு சாராரும் மீறக் கூடாது.”

“அப்படி எண்டால் நாஸ்கள் ஆம்பனையளுக்கு அடங்கி நடக்க வேணுமோ?”

“நான் அப்படி சொல்ல இல்லை. அவையளுக்கு நாஸ்கள் சரி சமம் எண்டாலும், பெண்மைக்கு உரைய பண்புகளை நாஸ்கள் மறக்கக்கூடாது. உதாரணமாக எஸ்கட பாதுகாப்புக்கெண்டு சமயம், கலாச்சாரம், ஒழுக்கம், பார்ம்பரியம் எண்டு ஒரு சின்ன வேலி போடப்பட்டிருக் கிறது. நாஸ்கள் அதை உடைக்கக் கூடாது. அதோடு சமூகப் பெறுமதியளையும் மதிச்சு நடக்க வேணும்.”

“இதால் தான் அவையள் நாஸ்கள் பலவீனமானவையள் எண்டு நினைச்சு எங்களை அடிமையாக காட்டத்தப் பார்க்கினம். நீர் கொஞ்சம் கடுமையாக நடக்கால் அவர் பெட்டிப் பார்ம்பரிய விடுவார். அதுக்குப் பிறகு சமையலைக் கூட அவரினர் தலையில் கட்டிட்டு நீர் ‘ஹாயக்’ இருக்கலாம்.”

“சம உரைமையை மீறச் சொல்லுவாரோ? மஞ்ச, பார்ம்பரியமாக பொம்பனையள் தான் சமையலைக் கவனிச்சு வருகினம். பொம்பனையள் வேலைக்குப் போனாலும் அவையள் தான் அதைச் செய்ய வேணும். ஆம்பிளையள் கூடமாட உதவி செய்யுறது அவையினர் இஷ்டம்.”

“நீர் எல்லாத்தையும் ஆம்பிளையளுக்கு விட்டுக் குடுத்திடுவீர் போவ....”

“நீர் பிழையா விளங்கிக் கொள்ளுறீர். பொதுவாகப் பொம்பனையள் எண்டால் அவையள் மென்மையானவையள்; பொறுமைசாலியள். எண்ட படியால நாஸ்கள் மென்மையாகவும், வல்மையாகவும் இருக்க வேணுமே தவிர முரட்டுத்தனமாகவும், நல்லவாகவும் இருக்கக் கூடாது. நாஸ்கள் பிள்ளை பெறுகிற தொழிற்சாலை இல்லை எண்டு ஆம்பிளையள் நினைக்க வேணும். அதே மாதிரி, நாஸ்கள் தாய்மையை மறக்கிற ஜட்ஸ்களும் இல்லை எண்டதையும் அவையள் மறக்க வேணும்.”

மஞ்சளா ஒன்றும் கூறாயல் போய்விட்டாள். கொஞ்சமாக ஜானகி யின் மனதில் அமைதி

பிறந்தது. வேலையைத் தொடர்ந்து மேற்கொண்டாள். ‘எம்.டி’ கூப்பிட்டு அனுப்பினார்.

பக்குவமரக அவர் முன்னால் போய் நின்றார்.

“இண்டைக்கு ‘லஞ்சு’ கொண்டு வந்தீரா?”

‘எம்.டி’யின் கேள்வி ஜான்கியைப் பிரமிக்க வைத்தது. எந்த அர்த்தத்தில் கேட்கிறார்? நடந்தவற்றை மஞ்சளா அவரிடம் ஒப்புவித்தாளா? “இல்லை” என்று உண்மையை வெளிப்படுத்தினார்.

“குட். இண்டைக்கு நான் பெரிய ஒரு ‘பார்ட்டி’க்கு ‘லஞ்சு’ குடுக்கிறான். கலதாரி ‘ஹூரட்டேலில்’..... அவங்கட ‘சைட்டில் ஒரு பொம் பளையும் வராறாவார். ‘ஸோ’ நீர் வந்தால் அவங்கு ஒரு ‘கொம்பனி’யாக இருக்கும். அது தான் ‘மெனேர்ஸ்’.”

‘எம்.டி’யின் வேண்டுகோளுக்கு இணக்கம் தெரிவிக்க ஜான்கி விரும்பவில்லை. அதன் எதிரொலியாக, நடந்தாலும் நடக்கக்கூடிய சம்பவங்களை எதிர்நோக்க அவள் தயாராக இருக்கவில்லை.

“ஸோரி சேர். எனக்கு இண்டைக்கு ஒரே வயித்துக் குத்து. மத்தியாளம் சாப்பிடாமல் விடலாம் எண்டு இருக்கிறன். அதோடு ‘எக்ஸ்போர்ட் பைலை’ முடிச்சு பின்னேரம், ‘எக்கவுண்டனிட்டை’ குடுக்க வேணும்.”

“ஓ.கே, ஓ.கே”, நான் ரோஸ்மேரியை கூட்டிக்கொண்டு போறன். அவள் எனக்கும் ‘கொம்பனி’ தருவாள்.” ‘எம்.டி’ கண்கியிட்ட, ஜான்கி அவரை மனதினுள் ஏசியபடி வெளியேறினாள்.

‘இந்த ஆம்பிளையர் பொம்பளையனை விற்பனைப் பண்டமாகத் தான் நினைக்கினம். இந்த நிலை எப்பத் தான் மாறுமேரும்’ என்று எண்ணியபடி வந்தவனை, மஞ்சளா கண்களால் அழுத்தாள். ‘எம்.டி’யின் அறைக்குப் போன காரணத்தை அவள் கேட்க, ஜான்கி அதை வினக்கினாள்.

“நல்ல ஒரு ‘சான்ஸை’ நீர் ‘மிஸ்’ பண்ணிட்டார். உம்மில் ‘எம்.டி’ வைச்சிருந்த அபிமானத்தை ஒரு நிமிஷத்தில் கிடைக்கப் போட்டார்.”

“உண்மை தான். ஆனால், ‘ஹஸ்பண்டுக்கு’ விருப்பம் இல்லாததை செய்ய விரும்ப இல்ல. அவர் கொஞ்சம் சந்தேகப் பேர் வழி. நான் ‘எம்.டி.’யோட ஒண்டாகப் போகக்கினை கண்டால் அவருக்கு எண்ணில சந்தேகம் வந்தாலும் வரும். அதுக்குப்பிறகு என்ற எல்லா நடமாட்டத்தையும் கவனிக்கத் தொடர்க்கீ விடுவார். நான்கதைக்கிற எல்லா ஆம்பிளையானும் அவரின்ற கண்ணுக்கு என்ற ‘போய் ஃபிரெண்ட்’டாகத் தான் தெரியும். அதால் ஏன் வீணாக வழிபை விலைக்கு வாஸ்க வேணும்?”

“ஒரு ஆம்பிளையோட போனால் ஏன் தான் இந்த ஆம்பிளையானுக்கு சந்தேகம் வருதோ தெரிய இல்லை.”

“பாரதுவாக ஆம்பிளையர் வேறை பொம்பளையோட போகக்கினை தவறாக நடக்கினம். இல்லாட்டால் நடக்கப் பார்க்கினம். தங்கட பெஞ்சாதீமாரும் இப்படியான ஒரு சூழ்நிலைக்குள்

அகப்பட்டு விடுவினம் எண்டு நினைக்கிறதால் அவையானுக்குள்ள கண்டிரியாக சந்தேகம் வந்திடுது. எண்டபடியால் இந்த மாதிரி சந்தேகம் வராத மாதிரி நடந்திட்டால் ஒரு பிரச்சனையையும் எதிர்நோக்கத் தேவை இல்லைத் தானே?”

“நீர் உம்மட சுதந்திரத்தை வீணாக விட்டுக் குடுக்கிறீர். உம்மட ‘ஹஸ்பண்ட்’ ஒரு பொம்பளை யோடைபோறதைக் கண்டால் நீர் சந்தேகப்படுவீரோ?”

“அது சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையைப் பொறுத்தது. ஆனால், வீணாகச் சந்தேகப்பட்டு எனக்கே படுகுழி பறிக்க மாட்டன்.”

மாலையில் ஆறு மணிக்குத் தான் வேலையை முடிக்கக் கூடியதாக இருந்தது. கனகசபையிடம் ‘ஏக்ஸ்போர்ட் பைலை’ நீட்ட “செய்து முடிச்சீட்டிரா?” என்று கேட்டார்.

“ஓமேரத்.”

“இருட்டாகிக் கொண்டு வருது. உம்மை வீட்டில் ‘ட்ரோப்’ பண்ணட்டுமா?”

“வேண்டாம்” என்று சொல்லி விட்டு அலுவலகத்தை விட்டு வெளியேறினாள்.

பஸ் தரிப்பிடத்தில் நிற்கிறாள். எதிரே கிருஷ்ணா ‘வொட்ஜ்’ தெரிய, அவள் உள்ளத்தில் மெல்லியதொரு ஆனந்தம் துளிர்விடுகிறது. ‘கவீட்ஸ்’ வாஸ்கீக் கொண்டு போய் வசந்தனிடம் நீட்டி, அந்த ‘இனிப்பான செய்தியை’ சொன்னால் என்ன என்ற நினைப்பு நிறுத்தில் ஊறுகிறது.

தீருமணமாகி இரண்டு வருடங்கள் கழிந்து விட்டன. ஒரு மாதத்தின் முன் அவளைக் குழுவுடன் நோக்கி, ‘ஜானு, எனக்கு எப்பு ‘புரமோஷன்’ தரப்போரீஸ்’ எனக் கேட்கிறான் வசந்தன்.

புரிந்தும் புரியாத மாதிரி, “என்ன ‘புரமோஷன்?’” என கண்கள் துடித்துடிக்க கேட்கிறாள்.

“அப்பாவாகிற ‘புரமோஷன்’.”

“என்ன அவசரம்?”

இப்போது அவள் தாய்மைப் பேற்றை அடைந்து விட்டாள். அந்த உண்மையை அவனிடம் அவள் பரிமாறவில்லை. அதை உறுதிப்படுத்த விரும்பினாள். கடந்த ஒரு வாரமாக காலையில் அவளை நிலை தளைக்கற்று, வாந்தி அதை உறுதிப்படுத்தின. இனிச் சொல்லவாய். ஆனால், அவள் காலையில் நடந்த விதம்..... அவன் அவளுடன் சமூக உறவு கொண்ட பின் தான் சொல்ல வேண்டும் என நினைக்கிறாள். ஆனால், சில வினாக்களுக்குள் அதைச் சொல்ல வேண்டும் என்று ‘ஏதோ’ ஒன்று அவள் மனதை அழுத்த, அவள் ஒரு முடிவுக்கு வருகின்றாள்.

இதயத்தின் விரைவான ஓட்டத்துடன், வீதியைக் கடந்து சென்று கிருஷ்ணா ‘வொட்ஜை’ அடைகிறாள். சுசியம், வட்டு, அல்லா என்று இனிப்புப் பண்டங்களை வாஸ்கீக் கொண்டு பஸ்சில் ஏறுகிறாள்.

வீட்டிட அடைகிறாள். உள்ளே செல்ல வசந்தன் கோபத்தை முகத்தில் பரப்பிய வண்ணம் நீர்க்கிறான்.

“வாரும், வாரும், உம்மைத் தான் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறன்” என்று ஆரம்பித்தவன், அவளைக்

கண்டபடி ஏசினான்.

பொறுமையின் எல்லைக்கே போன போதும், அவள் பற்களைக் கடித்தபடி நின்றாள். வாயைத் தீர்ந்து ஒரு வார்த்தை கூட பேசவில்லை. மனதில் சமந்து கொண்டு வந்த மகிழ்ச்சியை, அந்த ‘இனிப்பான செய்தியை’ மறந்தாள்; மறைத்தாள்.

வசந்தன் வார்த்தைகளால் அர்ச்சிக்க, அவள் அறைக்குச் சென்று உடுப்புக்களை மாற்றிவிட்டு சமையலறைக்குள் புகுந்தாள்.

இரவுச்சாப்பாட்டைச் சமைத்துவிட்டு அவனைச் சாப்பிடக் கூப்பிட்டாள். “எனக்கு பசிக்க இல்லை” என்றாள் அவள்.

அவள் அவனை வற்புறுத்தவில்லை. அவனுடன் வாக்குவாடுப்படவும் இல்லை. தன்பாட்டில் சாப்பிட்டு விட்டு படித்து விட்டாள்.

காலையில் எழுந்தாள் ஜானகி. வசந்தன் கட்டி வில் கீடந்தான். அவள் நேரே சமையல் அறைக்குச் சென்றாள். தலை சுற்றியது. வாந்தி வருவது போல இருந்தது. எனினும், பற்களைக் கடித்தபடி சமையலை மேற்கொண்டாள்.

காரியாலயத்தை அடைந்த ஜானகி சிறிது நேரம் வரை வசந்தனின் செயல்களையிட்டு மனதினுள் அலசி னாள். அவன் ஏன் தன் மீது இந்த மாதிரி சின்ன விஷயங்களுக்கெல்லாம் ஆத்திரம் கொள்கிறான் என ஆராய்ந்தாள். விட்டுக் கொடுத்து வாழ்வதில் பிடித்தம் அற்றவனா? இவ்வாலிடில் ஆணாதிக்கத்தைச் சிறிது சிறிதாக நிலைநாட்ட முயற்சிக்கிறானா?

கடந்த இரு வருடங்களில் நடந்த சின்னஞ்சிறு சக்சரவுகள், அதன் எதிரொலியாக ஏற்பட்ட கோபதாபங்கள் எல்லாமே அவனின் ஆணாதிக்க உணர்வைத் தான் உறுதிப்படுத்தின. ஒவ்வொரு முறையும் அவள் தான் அவனுக்கு விட்டுக் கொடுத்து, பழியை தானே கமந்தாள். ஆனால், இழுமுறை அவள் அவனுக்கு விட்டுக் கொடுப்பதை தவிர்க்கவே விரும்பினாள். அவனுள் ஆணாதிக்க உணர்வு வளர்ந்தால், அது எதிர்காலத்தில் அவனை அடிமைச் சீலியத்திற்கு இடுகுச் சென்று விடும். இவ்விவகாரம் மூலம் ஒரு புதிய திருப்பத்தைக் கொண்டு வரவேண்டும் என நினைத்தாள். அவனாகவந்து மனிப்பு கோரும் வரை பேசுவதில்லை எனத் தீர்மானித்தாள்.

மதியம் ‘கன்னினுக்கு’ போகும் ‘போது’ ‘ஹாண்ட் பாக்கைத் தீர்க்க, அதில் முதல் நாள் வாஸ்கிய இனிப்புப் பண்டங்கள் தென்படுகின்றன. ஒருவருக்கும் தெரியாமல் அதை அப்படியே எடுத்து கழிவுக் கடதாசிக் கூடைக்குள் போட்டு விடுகிறாள்.

ஜானகி வேலைக்குப் போன பின் மனதினுள் ஒரு வெறுமை உணர்வு பிறக்க வசந்தன் அமர்ந்திருக்கிறான். சாப்பிடக்கூட அவனுக்கு மனம் வரவில்லை. ஏதோ தவறு செய்துவிட்ட பிரமை அவனுள் நுழைகின்றது. முதல் நாள் காலையில் இருந்து நடந்தவற்றை அசைப்பாட.... தன் மீதே குற்றம் இருப்பதை அவன் மனம் ஒப்புக் கொள்கிறது. ‘ஜானுவை அப்படி ஏசி இருக்கக் கூடாது. ஏதோ காரணத்தினால் அவள் சமைக்காமல்

இருந்திருக்கலாம். அந்தக் காரணத்தைக் கேட்காமல் அவனை ஏசிவிட்டேனே. அவள் பாவும்’ என எண்ணுகிறான்.

பல தடவைகள் கடுமையாக ஏசியும் அவள் ஒரு வார்த்தை கூட எதிர்த்துப் பேசாததையிட்டு அவன் அதிசயப்பட்டான். பெண் என்பவள் பொறுமையின் பொக்கிஷும் என்பதை அவள் நிருபித்துவிட்டாள்; பெண்மைக்கு இலக்கணம் வகுத்துவிட்டாள் என்ற நினைப்பே அவனுள் மேலோங்கி இருந்தது.

இப்படிப்பட்ட உயர்ந்த குணத்தைக் கொண்ட வளை அநியாயமாக ஏசிவிட்டேனே என வருந்தினான். நடந்ததை மறந்து விடும்படி அவளீடம் கேட்க வேண்டும் என்ற உத்வேகம் அவனுள் உருவகித்தது.

ஒரு தீர்மானத்துக்கு வந்தான். ‘டெலிபோன் பூத்துக்குப் போனாள். ஜானகியிடுன் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொள்ள முற்பட்டான். ஆனால், அவள் வேலை விஷயமாக வெளியே போய்விட்டதாக மஞ்சளா பதில் அளித்தாள்.

“‘மிஸ்டர்’வசந்தன், உங்களோட ஒரு ‘பேர்சனல்’ விஷயம் பேச வேண்டும். பேசலாமா?” என மஞ்சளா பீடிகை போட, “தெரியும். நீங்கள் என்ன சொல்லப் போர்ந்க என்னுடைய தெரியும். அதை உணர்ந்த படியால் தான் நான் இப்ப ‘ஃபோன்’ பண்ணினான்“ என்கிறான் வசந்தன்.

“இப்பத்தான் நீங்கள் உண்மையிலேயே ஒரு ஆம்பிளை.” மஞ்சளா உற்சாகத்துடன் கூறினாள்.

சிறிது நேரத்தில் வசந்தன் தொலை தொடர்பை அறுக்கிறான்.

ஜானகி வந்த பின்னர் வசந்தன் ‘ஃபோன்’ பண்ணியதைச் சொல்ல வேண்டும் என்று மஞ்சளா நினைத்திருந்தாள். ஆனால், வேலைப்பறஞ்சின் காரணமாக மறந்தே விட்டாள்.

மாலையில் கனத்த மனதுடன் ஜானகி வீடு சென்றாள்.

கதவைத் தட்ட வசந்தன் கதவை முழுமையாகத் தீர்ந்தான். அவன் இதழ்களில் ஒரு தயக்கமான புன்னைக் கூடான ஜானகி எதிர்பார்க்கவில்லை. அவனுள் மலர்ச்சி புத்தது.

“ஜ ஆம் ஸெர்கி” ஜானு. வசந்தன் அவளீன் கரத்தைப் பற்றுகிறான்.

ஜானகி மெய்சிலிர்த்துப் போகிறான். அவளீடம் அடஸ்கி இருந்த கோப உணர்ச்சி, ஓடி விடுகின்றது.

“ஸெர்கி, ஸெர்கி....” அவள் பிதற்றுகிறான்.

அந்த ‘இனிப்பான செய்தியை’ அவளீடம் பரிமாறு கிறாள்.

அவன் முகமெல்லாம் பூரிப்பு.... மனைவியை மகிழ்ச்சியுடன் நோக்குகிறான்.

அவனுக்கு நீட்ட இனிப்புப் பண்டம் எதுவுமே இல்லையே என்ற கவலை ஜானகியை வாட்ட, அவள் கண்களில் இருந்து நீர் சர்க்கிறது.\*\*\*\*

(யாவும் கற்பனையே)

# பெண்ணீர் குாஸ்

ஜூன் 1997 □ இதழ் 15 □ ISBN 1391 - 0915 □ விலை ரூபா 20/-

விழித்தெழு பெண்ணே!

அடுக்களையில் அடைந்து கிடக்கும்  
அப்பலையே  
உனக்காக் உலகெங்கும்  
விடுதலை கோஷம்  
இடப்பட்டிருக்க  
இங்கு அடைந்து கொண்டு  
என்ன செய்கிறாய்?

பாரதியின் புதுமைப் பெண்ணாய்  
தலைநிமிர்ந்து நடக்க வேண்டிய நீ – ஏன்  
தலை குனிந்து நிலம் பார்க்கிறாய்?  
உலகை நிமிர்ந்து பார்!  
பரந்து கிடக்கும் உலகில்  
உனக்காக காத்துக் கிடக்கும் சாதனைகள்  
பார்!

உன்னுள்ளே  
ஒரு அன்னை தெரேசா  
ஒரு புளைராண்ஸ் நெற்றியிங்கேல்  
ஒரு இந்தியா காந்தி  
உறங்குவதைப் பார்!  
உன்னுள்ளே வினையாய் ஓளிந்திருக்கும்  
உன் திறமையை  
ஆவவிருட்சமாக்கு  
கனவுகளால் கவிஞரு செய்!

கற்பணாயில் பட்டிமன்றம் நடத்து  
கேள்விகளால் ஒரு வேள்வி செய்!

உன்னுள்ளே  
ஓளிந்திருக்கும் அக்கினிக்குஞ்சகளை  
வெளியேற்றி  
மூநம்பிக்கைகளையும்  
பத்தாம் பசலித் தனத்தையும் பொக்கி விடு!  
இருபதாம் நூற்றாண்டில்  
புக இருக்கும் மனித சமுதாயத்திற்கு  
நீ ஒரு எடுத்துக் காட்டாய் அமைந்து விடு!  
இனி வருவதெல்லாம்  
உனது திறமை  
உனது முயற்சி  
உனது வெற்றி

ஆனாஸ் பெண்ணே!  
பெண்மை இருக்கட்டும்!  
பாசம் இருக்கட்டும்!  
தாய்மை வாழ்டும்!  
அன்பு நிலைக்கட்டும்!  
விழித்தெழு பெண்ணே  
உனக்காவே இன்று  
காலை புலர்கிறது.

வானதி தர்மகுலசிங்கம்