முத்தமிழ் கலசம்

ISSN 2719 - 2520
இருமாதத்திற்கொருமுறை
ஜனவரி – பிப்ரவரி 2022
ஆண்டு 2 ▲ இதழ் 04

ஆளுமை அறிமுகம்

ஸைத்தூன் நஹார்

ஆசிரியர் பக்கம்

அன்பின் வாசகர்களுக்கு வணக்கம்!

இப்புத்தாண்டில், கடந்த ஆண்டைவிட உறுதியுடன் தடம் பதித்து சுகதேகியாய் வாழ உறுதி பூணுவோம். இன்னும் நுண்ணுயிரியின் ஆட்டம் தணியாத நிலையில் எம் பாதுகாப்பைப் பலப்படுத்திக் கொண்டுபயணிப்போம்.மேலும், தேவையான வழிமுறைகளைப் பேணினால் மட்டுமே எல்லா நோய்த்தொற்றுகளில் இருந்தும் தப்பலாம். புதிய ஆண்டில், புதிய உத்வேகத்துடன் நம் இலக்குகளை அடைய விடா முயற்சியுடன் உழைப்போம்.

அனைவருக்கும் புத்தாண்டு நல்வாழ்த்துகளோடு, முன்கூட்டிய பொங்கல் நல் வாழ்த்துகள்!

நன்றி!

– சித்தி வஃபீரா

முத்தமிழ் கலசம்

இருமாதத்திற்கொருமுறை

ஜனவரி – பிப்ரவரி 2022

ஆண்டு 2 ▲ இதழ் 04

ஆசிரியர் : சித்தி வஃபீரா
editor & publisher : Sithy Wafeera

கௌரவ ஆசிரியர் : தமிழ்நெஞ்சம் அமின்
Hon. editor : Tamilnenjam Amine

படைப்புகளின் கருத்துக்களுக்கு ஆக்கதாரரே பொறுப்பு. ஆக்கங்களை சுருக்கிட, திருத்தியமைக்க ஆசிரியருக்கு உரிமையுண்டு. நூல்கள் அறிமுகம், மதிப்புரை, விமர்சனங்களுக்கு 2 நூல்கள் அனுப்புதல் அவசியம்.

படைப்புக்கள் அனுப்பவேண்டிய முகவரி:

email :
muththamizh.kalasam@gmail.com

The editor of "Muththamizh kalasam",

23, Amarasekara Mawatha,
Colombo 05., Sri lanka

ஆளுமை அறிமுகம்

ஸைத்தூன் நஹார்

கொழும்பை பிறப்பிடமாகவும் கனடாவை வசிப்பிடமாகவும் கொண்ட ஸைத்தூன் நஹார் இந்தப் புத்தாண்டு இதழை அலங்கரிக்கிறார். இவர் மர்ஹூம்களான முஹமட் ஜௌஃபர், ஷகீலா தம்பதிகளின் புதல்வியாவார். இவர் கொழும்பு அல்-நாஸர் கல்லூரியில் உயர்தரம்(கலைப்பிரிவு) வரை கற்றவர். சமையலிலும் கைவினைப் பொருட்கள் செய்வதிலும் கைதேர்ந்தவர். பல மொழிகளைக் கற்பதிலும் ஆர்வம் காட்டி வருபவர். சிறந்த குரல் வளமும் ஆற்றல்களும் கொண்டு மிளிரும் இவர் பல நாடகங்களில் நடித்திருப்பதுடன், பாடல், கவிதைகளென கலைகளுடன் சங்கமித்தவர். சன்மார்க்கக் கல்வியையும் கற்றொழுகும் இவர் பேர், புகழை விரும்பாத நல்லுள்ளம் படைத்தவர். தற்போது ரிதம் தொலைக்காட்சியில் 'பொக்கிஷம்' எனும் நிகழ்ச்சியின் மூலம் ஆளுமை மிக்க பல பெண்களை மிகச் சிறப்பான முறையில் நேர்காணல் செய்து வருவதும் குறிப்பிடத்தக்கதாகும். இவரின் சமூகசேவையானது இலங்கை உட்பட, உலகின் பல பாகங்களிலும் உள்ள வாழ்வாதாரமற்ற பல்லாயிரம் ஏழைகளை வாழ்வித்து வருகிறது. இவரின் சிறுவயதிலிருந்தே இல்லாதோருக்கு உதவவேண்டுமென்றிருந்த கனவு மெய்ப்பட இவரின் உழைப்பும் விடாமுயற்சியும் கைகொடுத்துள்ளன. அதோடு (உதவும் கரங்கள்) helping hand Zaithoon Nhar foundation எனும் தொண்டு நிறுவனத்தை 2017 ஆம் ஆண்டு நிறுவி, உலகளாவிய ரீதியில் உதவி தேவைப்படுவோருக்கெல்லாம்

தன் நேசக்கரங்களை நீட்டி அரவணைத்து வருவதும் குறிப்பிடத்தக்கது. இவரின் இந்த வெற்றிகரமான முயற்சிக்குப், பல தாராள மனப்பான்மையுள்ள பொதுநல சேவை மனப்பான்மை கொண்ட பலரும் கரம் கோர்த்து உதவி வருவதும் பாராட்டுக்குரிய விடயமாகும். இவரில் துளிர்த்த மனிதநேயம், பல்லாயிரம் மக்களின் மனங்களிலும், அவர்களின் இருகரமேந்திய பிரார்த்தனைகளிலும் இவரை இருத்தியுள்ள தென்றால் மிகையாகாது.

இவரின் அன்புக் கணவரும் மூன்று பிள்ளைகளும் இவரின் மனித நேயத் தொண்டுக்கு உறுதுணையாக இருந்து வருவதையும் இங்கு குறிப்பிட்டாகவேண்டும். வாழ்வில் எதிர்கொண்ட இன்னல்களை எல்லாம் தன்னம்பிக்கையும், துணிவும் கொண்டு வென்று,தன் இலக்குகளை நோக்கி வீறுநடை போடும் மனிதநேயமிக்க பன்முகத் திறமையுள்ள சாதனைப்பெண் ஸைத்தூன் நஹார் சகோதரிக்கு முத்தமிழ் கலசம் நல்வாழ்த்துகளையும், பாராட்டுகளையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறது.

வாழ்தல் இனிது

– நிஷா ரஹ்மான்

ஒரு புத்தம் புதிய வருடத்தை, புத்துணர்வுகளோடு ஆரம்பித்திருப்பீர்கள்.

சமீபத்திய வருடங்கள், பற்பல போராட்டங்களுடன் நகர்ந்தன என்றால், அது மிகையல்ல. அதன் தாக்கங்கள் இன்றும் கூட பலரது வாழ்க்கையில் அழியாத ரணமாக தொடர்ந்து கொண்டே இருப்பதும் மறுக்க முடியாத ஒன்று.

நகர்ந்து போன நாட்களை ஞாபகப் படுத்தி பார்ப்பதால், எந்த ஒரு பயனையும் உங்களால் பெற முடியாது. ஆனால், அவற்றின் மூலம் நீங்கள் கற்றுக் கொண்ட பாடங்கள், நிச்சயமாக இனிவரும் காலங்களில் உங்களுக்கு சிறப்பான வாழ்க்கை வாழ, வழி வகுக்கும் என்பதில் துளி கூட சந்தேகமில்லை.

ஆம்! அனுபவம் கற்றுத் தரும் பாடத்தை விட சிறந்த பாடம் வேறெதுவும் இருக்க முடியாது. ஒவ்வொருவருக்கும் வாழ்வில் பல கனவுகள் இருக்கிறது. கனவுகள் காண்பதால் மட்டுமே அவை நிஜமாகி விடுவதில்லை. கனவுகளை நோக்கி ஓட வேண்டும். கனவுகள் மெய்ப்பட கடுமையாக உழைக்க வேண்டும். பல அர்ப்பணிப்புகளை மேற் கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் வெற்றி பெற வேண்டுமானால், அதற்கான முயற்சி உங்களிடம் இருக்க வேண்டும். கனவுகளோடு விடாமுயற்சியும் கொண்டு போராடிப் பெறுவதே உண்மையான வெற்றியாகும். காலம், தேவை இரண்டிலும் கவனம் கொள்வது வெற்றியின் முதல் படி.

சில வேளை, உங்கள் முயற்சிகள் தோல்வியில் முடியக்கூடும். அதற்காக, உடனே சோர்ந்து போய் உட்கார்ந்து விடாதீர்கள். ஏனெனில், வெற்றியின் உச்சம் தொட்டவர்கள் எல்லாம் தோல்விகள் என்னும் பல படிகளை கடந்து வந்து தான் வெற்றிச் சிகரத்தை தொட்டிருக்கிறார்கள். எந்த ஒரு காரியத்தை தொடங்கும் போதும் “இது நடக்குமா”, “என்னால் இதை செய்து முடிக்க முடியுமா” என்னும் சந்தேகங்களை மனதில் வைத்து கொண்டு தொடங்காதீர்கள். அப்படியான எதிர்மறையான எண்ணங்களை ,உங்கள் மன உறுதியால் தகர்த்தெறியுங்கள். நேற்றைய சோதனைகள் தான், நாளைய சாதனைகளாக சரித்திரத்தில் பேசப்படப் போகிறது. உங்கள் குறிக்கோளில், லட்சியத்தில் பெரிதும் கவனம் செலுத்துங்கள். ஏனென்றால் அவை தான் உங்களை வெற்றிப் பாதைக்கு வழிநடத்திச் செல்லும்.

ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்திறன் இருக்கிறது. உங்கள் திறன்களை திறனாய்வு செய்து கொள்ளுங்கள். அவை உங்கள் செயல் திறனை ஊக்குவிக்கக் கூடியதாக அமையும். மாறாக இன்னொருவரைப் போல் பிரதிபலிக்க முயலாதீர்கள்! இன்னொருவரை உங்களுக்கு முன் மாதிரியாக எடுத்துக் கொண்டு, அவரை விட திறமையாக செயல்பட முனைவது தான் சாதுரியம். வெற்றிக்கான மற்றொரு ரகசியம், கடமைகளை ஒழுங்காக செய்து முடிப்பது. ஒரு செயலை முழுமையாக பூர்த்தி செய்யாமல், இன்னுமொரு செயலை தொடங்காதீர்கள். அப்படிச் செய்தால்,

இறுதியில் பூர்த்தியாக்கப்படாத பற்பல கடமைகள் உங்கள் முன் குவியலாக கிடக்கும் தடைக்கற்களாக.! ஆக, உங்கள் நோக்கம் எந்தளவு நேர்த்தியாக இருக்கிறதோ..அதை விட நேர்த்தியாக உங்கள் செயல்பாடுகள் அமைய வேண்டும்....

உங்கள் செயல்திறனை வளர்த்துக் கொள்ள, நேர்த்தியான உங்கள் செயல்பாடு பெரிதும் உதவும். அடுத்து, எதையும் ஒத்திப் போடாதீர்கள்.நாளை செய்யலாம் என்று ஒத்திப் போடப்படும் பல நல்ல காரியங்கள் நிறைவேற்றப் படாமலே போய்விடுவது நிதர்சனமான உண்மையாகும். ''இன்றே செய்தல் நன்று. அதையும் நன்றே செய்தல் மிக மிக நன்று''

நேற்று என்பது இறந்தகாலம் அது திரும்ப வராது. நாளை என்பது எதிர்காலம். அது நம் கையில் இல்லை. நம்பிக்கை மட்டுமே நம் கையில் உள்ளது. அதனால், உங்களால் முடிந்தவரை நாளைய நாளுக்காக எதையும் ஒத்தி வைக்காமல், இன்று செய்து முடிக்கப்பட வேண்டிய காரியங்களை இனிதாக செய்து முடியுங்கள். வெற்றி என்பது கணப் பொழுதில் கிடைப்பதில்லை இன்று விதையூன்றி, நாளை கனி பறிக்க முடியாது. விடாமுயற்சியுடன் கூடிய செயல் திட்டம் தான் நிலையான வெற்றியைப் பெற்றுத்தரும்.ஒருதோல்வியானது,உங்களுக்கு பல பாடங்களைக் கற்றுத் தரும். அதைக் கற்றுக் கொள்ள, உங்களுக்கு பொறுமையும் பணிவும் வேண்டும். அன்பு, கருணை, பண்பு, பணிவு, விடாமுயற்சி, பொறுமை, நேர்மை, உண்மை, இவையெல்லாம் வெற்றி எனும் உயர்ந்த கட்டிடத்தின் அஸ்திவாரமாக அமையப் பெறுகிறது. அதில் எது குறைந்தாலும் கட்டிடம் பலமிழக்கும். நீங்கள் வெற்றிச் சிகரத்தை தொட, உங்கள் கட்டிடத்திற்கான அஸ்திவாரம் உறுதியாக போடப்பட வேண்டும். அதில் நீங்கள் மிகவும் கவனமாக இருப்பது அவசியம்.

எரிதல் உயிரி

தூக்கத்தை
சாறு பிழிந்து
தீ மூட்டுகிறேன்

உன் நினைவுகள்
பக்கம் பக்கமாய்
எரிகின்றன

ஆ.லெ.மு.இர்ஷாத்

கனவு காணுங்கள்! அதை நனவாக்க கஷ்டப்பட்டு உழையுங்கள்! உங்களுக்கென்று ஒரு லட்சியக் குறிக்கோளை உருவாக்கிக் கொள்ளுங்கள்! விடா முயற்சியுடன் தன்னம் பிக்கையோடு செயல் பட்டு, அதைப் பூர்த்தி செய்யுங்கள்! தோல்விகளை சேகரித்து வெற்றிப்பாதைக்கு படிக்கற்களாக மாற்றுங் கள்! இன்று செய்து முடிக்கப்பட வேண்டிய காரியங்களை. இன்றே செய்து முடியுங்கள்! ஒவ்வொன்றையும் நேர்த்தியாகவும், திறம் படவும் செய்யுங்கள்! உங்கள் தனித்தன்மையை எப்போதும் எதற்காகவும் இழந்து விடாதீர்கள்! உங்கள் அடையாளம் தான் அது. யாரோ ஒருவரைப் போல மாற எண்ணி உங்கள் அடையாளத்தை இழந்து விடாதீர்கள்!

பலர் பல விமர்சனம் செய்தாலும், பல அறிவுரை சொன்னாலும், இறுதியில் உங்கள் அறிவு சொல்லும் முடிவுகளை எடுப்பதே உங்களுக்குப் பொருத்தமாக இருக்கும். யாருக்கும் எதற்கும் பயப்படாதீர்கள்! பயம் என்பது உங்களைப் பலமிழக்கச் செய்து விடும் பயங்கர ஆயுதமாகும். உண்மையும், நேர்மையும் உங்களுடன் இருந்தால், பயம் எப்போதும் உங்களை நெருங்காது. உயர்ந்த நிலையிலும் பணிவு, நெருக்கடியான சூழ்நிலையிலும் துணிவு, எந்த ஒரு நிலையிலும் பொறுமை, மனிதநேயம் மறக்காத மகத்துவம், தன்னம்பிக்கை யுடன் கூடிய தைரியம் இவை தான் உங்கள் வெற்றிப் பாதைக்கு உறுதுணை யான வழிகாட்டிகள். அவை அத்தனையும் உங்களிடம் இருந்தால் "வெற்றிச் சிகரம்" உங்கள் கை தொடும் தொலைவில் தான்.

இனிது! இனிது ! வாழ்தல் இனிது!
நற்சிந்தனைகள்
இனியும் தொடரும்.!

மஞ்சக் காட்டு மைனா கொஞ்சிப் பேசிப் போனா

ஏரிக்கரை ஓரத்திலே
ஏம்மனசப் பறிச்சவளே
எழிலோடு ஒயிலாக
உரசித்தான் போறவளே

மஞ்சள் பட்டுடுத்தி
மனசத்தான் மயக்கிப்புட்ட
மயக்கும் விழியாலே
மாமனத்தான் சாச்சுப்புட்ட

பைந்தமிழ் மொழியால
பைத்தியமாப் போனேன்டி
பளபளக்கும் இதழால
பரிதவிக்க வெச்சிட்டியே

கோலமயில் பேரழகே,
கொடியிடையின் நூலழகே
அன்னநடை நடந்து
அழகுராணி போகையிலே

அண்ணாந்தே நானும்
அசந்துபோயிப் பாக்கிறேனே
அலையாத மனசுக்குள்ள
அலையடிச்சு போறபுள்ள

செக்கச் செவேலென்று
சிவந்திருக்கும் முகத்தழகி
செங்கரும்பு வாயாலே
சொக்கத்தான் வைக்கிறியே

ஜலீலா முஸம்மில்
(ஏறாவூர், இலங்கை)

எந்நிலையும் மாறுமிங்கே!

துன்பமது தொடரும் போது
துவளாமல் இருக்க வேண்டும்
தன் நிலையும் மாறு மென்று
தனக்குள்ளே நினைக்க வேண்டும்

இன்னல்கள் இன்னும் எனக்கு
இருமடங்காய் உயரும் என்றே
இன்றுமேநீ வருந்தி நின்றால்
ஏற்றங்கள் இல்லை கண்ணா!

கண்ணீரைத் தினமும் நீயும்
கடல்அலைபோல் கரைப்ப தாலே
புண்பட்ட மனமும் மேலும்
புண்பட்டே நோகும் தானே!

பன்னீரைத் தெளிப்ப தாலே
பசலைகளும் நீங்கி டாதே!
எண்ணமது தாழ்ந்து விட்டால்
எதுவுமிங்கே சாத்தி யமில்லை!

வந்தஇன்பம் வரவாய் மாற
வலிமறந்து உழைத்து விட்டால்
வந்தஇன்பம் ஒட்டிக் கொள்ளும்
வசந்தமது வளர்ந்து நிற்கும்!

எந்ததுன்பம் வந்த போதும்
எதிர்த்துநிற்கும் துணிச்சல் பெற்றே
எந்தநிலை யுமாறு மிங்கே
எப்போதும் சுகமே கிட்டும்!

நா.பாண்டியராசா

கூடவே கூடாது

என் இறுதி நிழலை யாருக்குப் பரிசளிக்கும் வெளிச்சம்.
ஆதியிலிருந்தே வானின் நீலத்தைத்
தின்று ஜீரணிக்கிறது கடல்.
பச்சை நிறத்தை மொத்தமாய்ப்
பூமிக்குப் பரிசளித்து விட்டது இயற்கை.
ஒவ்வொரு நாளும் மாறி மாறி பிறப்பெடுக்கிறது
பிரபஞ்சத்தின் காலங்கள்.
புலியின் பசிக்கு என்றும் இரையாவதில்லை புற்கள்.
அனைத்து உயிர்களிடத்துமுண்டு அன்பின் வாசம்.
தீயை எடுத்து இன்னொருத்
தீயைத் தான் செய்யப் போகிறாய்.

பூமியில் வசந்தம் வந்தால்
பூக்களுக்கு மட்டும் கொண்டாட்டமில்லை.
மாரி பயனற்று போனால்
எல்லோருக்கும் திண்டாட்டம்தான்.

உடலில் ஓடத்தான் செங்குருதி
மண்ணில் வீணாய் மிதிபட்டு போக அல்ல.
ஒரு விதையின் பயணம்
துளி குருதியிலும் உயிர்த்தெழலாம்

ஒருநாளுமது கூடவே கூடாது தோழனே!

பாரியன்பன் நாகராஜன்
குடியாத்தம்

தெளிவு

ஷப்ரா இல்முத்தீன்
அட்டாளைச்சேனை

விலை உயர்ந்த கட்டிலின் மீது பளபளவென்ற போர்வை கண்களை வெட்ட அதிலே குப்புற படுத்தவாறே தன் உயர் ரக தொலைபேசியை தட்டிக் கொண்டிருந்தாள் மஹாறா...

அவளது பேச்சுக்கு மறுபேச் சின்றி தலையசைத்துக் கொண்டிருந்த தொலைபேசியிலிருந்து ஒரு அழைப்பு வரவே தன் இதழ்களை சுழித்தவள் அதனை துண்டிக்க எத்தனித்த தன் கரங்களை சிரமப்பட்டு தடுத்துக் கொண்டாள்...

மறுமுனையில்,

"அஸ்ஸலாமு அலைக்கும் மஹாறா... வர்ற கிழமை இருக்கிற கட்டுரைப் போட்டிக்கு நீங்க ஆக்கம் எழுதிட்டீங்களா?"

"அ...அது வந்து... ஓ... சாச்சி. இன்னும் ரெண்டு நாளைக்குள்ள முடித்திடுவேன்.." பல்லை கடித்து க்கொண்டு தொலைபேசி அழைப்பை துண்டித்தவள் மீண்டும் முகநூலில் தன் கவனத்தைத்திருப்பினாள்..

சனி ஞாயிறுகளில் போடப் பட்டிராத நாடகத்தின் தொடரை முழு எதிர்பார்ப்புடன் அப்போதுதான் பதிவிறக்கம் செய்தவளுக்கு கதவு தட்டும் ஓசை மீண்டும் எரிச்சலை யூட்ட,

"யாரது?" என்றாள் கோபமாக..

"மகள் மஹாறா... உம்மம்மா உங்களை பார்க்க வந்திக்கிற... கீழே வாங்க..."

"சரிமா நான் கொஞ்சம் லேட்டா வாரேன்..."

என்றவள் மீண்டும் படத்தில் மூழ்கிப் போனாள்... மஹாராவை நினைத்து அவளது தாய்க்கு பெரிய தொரு கவலை இருந்துக் கொண்டே வந்தது.. முன்னரெல்லாம் வீட்டுக்கு யார் வந்தாலும் தாயை விட அவளே முன்சென்று கவனிப்பாள்..

ஆனால் இப்போதெல்லாம் யாருடனும் அவள் முந்தியது போல பேசுவதில்லை.. சிறுவயதி லிருந்தே ரிழா - ஆதிராவின் செல்லக் குழந்தை யான மஹாராவிற்கு கஷ்டம் என்றால் என்னவென்று தெரியாமல் வளர்த்தனர் பெற்றோர் இருவரும்... அதனால் மஹாறாவும் நாளொரு மேனியும் பொழுதொரு வண்ணமுமாக வளர்ந்து வந்தாள்.

அவளுக்கு தந்தையென்றால் கொள்ளை பிரியம்... இருப்பினும் ரிழா தன்னிடம் எவ்வளவுதான் வசதி வாய்ப்புக்களிருந்தும் தன் மகளுக்கு தேவையற்ற சமூகவலைத்தளங்களின் பாதிப்புக,அதனுடனான அதிகளவிலான நேர வீண் விரயம் போன்றவை எப்போதுமே அவளை பாதித்து விடக் கூடாது என்பதில் அவரது முழு கவனமும் இருந்தது..

அதனாலோ என்னவோ அவர் களது வீட்டில் ஒரு ஸ்மார்ட் போன் ஒன்றுகூட ஆசைக்கும் இல்லாதிருந்தது.. வசதி வாய்ப்புகள் சிறிதுமற்ற தன் நண்பிகளின் தந்தைமாரிடமெல்லாம் விலை உயர்ந்த தொலைபேசிகள் இருப்பதாகவும் தன்னிடம் மட்டும் அப்படியான ஒன்று கூட இல்லாததையும் பெற்றோரிடம் கூறி அடிக்கடி புலம்பிக்

கொள்வாள் மஹாறா...

"தேவை இருந்தா தான் மகள் எதையும் பயன்படுத்தணும்... அதை விட்டுட்டு எதுக்கு நேரத்தை சும்மா வீண்விரயம் செய்யனும்?" என்ற தந்தையின் பதிலை கேட்டு கேட்டு சலித்துப் போனவள் சிறிது நேரத்தில் அமைதியாகிப் போவாள்..

இவ்வாறான ஒரு கட்டத்தில் தான் கொரோனா எனும் அழையா விருந்தாளி நாட்டுக்குள் புகுந்து ஆட்சி செய்து கொள்ள, பிள்ளைகளின் கற்றல் எல்லாம் தொலைபேசிக்குள் சுருங்கிப் போக,

ஸ்மார்ட் ஃபோன் ஒன்றை வாங்கியே தீர வேண்டிய தேவை ரிழாவிற்கு ஏற்பட சில அறிவுரைகளைக் கூறிவிட்டு மஹாறாவிற்கு புது ரக தொலைபேசியொன்றை வழங்கினார் ரிழா...

அன்றிலிருந்து தன்னையே மறந்து தொலைபேசிக்குள் மூழ்கிப் போனாள் மஹாரா... அவளது மொத்த நாளும் தொலைபேசியுடன் மட்டுமே சுருங்கிப் போனது...

ரிழா தன் வேலை நிமித்தமாக வெளியூர் சென்றதனால் அவரால் மகளின் நடவடிக்கைகளை ஊகிக்க முடியவில்லை..

ஆதிராவும் செய்வதறியாது திகைத்தாள்.. நாட்கள் செல்லச் செல்ல இது ஒரு போதை ஆகி விடுமோ எனும் அளவுக்கு மாறியது மஹாராவின் செயற்பாடுகள்...

அன்றும் வழமைபோல தந்தை யின் அழைப்பு வரவே, முன்ன ரெல்லாம் மணிக்கணக்கில் பேசுபவள் அன்றைக்கு ஓரிரு நிமிடங்கள் பேசிவிட்டு நகர முற்பட, ரிழாவிற்கு அவளது செயற்பாடுகளில் மாற்றங்கள் விளங்க ஆரம்பித்தன... சில நாட்களாகவே அவர் அவதானித்த அந்த விடயங்களை அன்றைக்கு வெளிப்படையாகவே வினவினார்..

"மகள் நீங்க ஏன் முந்தி

மகிழ்ச்சி

வான் மட்டும் மகிழ்ச்சி
என்னுள்....
என்ன கூறினேன் அப்படி?
நீ வந்து வந்து போகிறாய்
அடிக்கடி என் பாதையில்..

இதைத்தானே கேட்டேன்
வேறொன்றுமில்லையே
அதனால் தானோ
வானம் இருண்டு கொட்டுகிறது
பேய் மழையாய்..

இனி இந்த நிலம்
பூ பூக்கும்..
கவலையில்லை
செழுமை கொண்டு
உயிர் காக்கும்.

- தென்றல் கவி

இயற்கையும் என் இனியவளும்

நீரும் நிலமும்
வாரி வழங்கிய
நெல் மணிகளை
அறுவடை செய்து
ஒன்று குவித்தால்
நல்சுவை விருந்து
பல படைத்திடலாம்

உள்ளக் கிடங்கிலிருந்து
பொங்கி வழிந்த
என் கண்மணி அவளின்
வார்த்தை முத்துகளை

இலக்கிய மெருகூட்டி
இலக்கண நார்களில்
சரம் தொடுத்தால்
நித்தமும்
கவிதை படைத்திடலாம்
கவியரங்கமும் நடத்திடலாம்

- கவி ரசிகன்
மலேசியா

மாதிரி இல்ல?"

"அ... அது ஒன்னும் இல்ல வாப்பா..."

அவளது பேசும் முறையை வைத்தே அவளது மனநிலையை புரிந்து கொண்டவருக்கு இத்தனை நாட்களில் தன்னுடைய அன்பு மகளின் உள்ளம் புரிந்து விடாமலா இருக்கப் போகிறது?

"மகள் எங்கட வாழ்க்கையில எதுவுமே ஒரு அளவோடு தான் இருக்கணும்... எப்போ எங்கட உணர்வுகள் எங்கட சிந்தனைகளை மீறி ஆதிக்கம் செலுத்துமோ அப்ப நாங்க நாங்களாகவே இருக்க மாட்டோம்.

சமூக வலைத்தளங்கள் என்பது எங்கட வாழ்க்கையில ஒரு அங்கம் தான்... ஆனா அதையே எங்கட முழு வாழ்க்கையாகவும் ஆக்கிவிடக்கூடாது..

அதில் முழுசாவே கெடுதிகள் தான் என்று நான் சொல்லவில்லை... ஆனால் தேவைக்கு மட்டும் அதை பயன்படுத்தனும்.. மகள் நீங்க இப்ப பழைய மாதிரி பேசுற இல்ல... அதுட காரணம் நீங்க மனுஷனோட பேசி, சிரிக்கிற நேரத்தை எல்லாம் இந்த போஃன்லயே கழிக்கிறீங்க...

இந்த நிலை மாறனும்.. ஒங்கட ப்ரண்ட்ஸயும் நீங்க தான் மாற்றோனும்.. கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இந்த நிலைமையை மாற்ற பாருங்க"

தந்தையின் அன்பான, நிதான மான அறிவுரை இதுவரை மாசு பட்டிருந்த மஹாராவின் மூளைக்கு சென்று அம்பாய் தாக்க உண்மையை புரிந்து கொண்டவள் தொலைபேசியை ஒரு பக்கமாய் வைத்துவிட்டு தன் உம்மம்மாவைப் பார்க்க கீழே இறங்கினாள் தன் மனதிலிருந்த பெரியதொரு பாரத்தைக் கீழிறக்கிய மகிழ்வில்....

விடியல் தேடும் இதயம்

வாழப் பிறந்தேன்
வாழத் துடித்தேன் - அதை
வாழ முடியவில்லை

இலட்சியங்கள் பல மனத்திரையில்
பயணிப்பதோ ஓர் இலக்கில்

நீண்ட பயணம் - நிலைத்திருக்க
முடியவில்லை

ஆசை என்ற அடங்காப்பிடாரி
ஆட்டிப் படைக்கிறது
அலைந்து திரிகின்றேன்
அரவணைப்பார் யாருமின்றி

விடியல் தேடும் இதயம் - ஒன்று
உடைந்து கொண்டிருப்பது
யாருக்கும் தெரியவில்லையோ

ஷஹ்னா ஸப்வான்
தர்கா நகர், இலங்கை

ஏங்கே ஏனது கவிதை

கவிதை போட்டி
விதவிதமான தலைப்புகளில்
வெவ்வேறு தளங்களில்
எழுதிடும் முனைப்போடு
காகிதத்தோடு அமர்ந்தேன்

கற்பனைக் குதிரையைத்
தட்டிவிட்டுக் காத்திருந்தேன்
முத்தான கவிதை
வருமென்று பார்த்தால்
சிந்திக்க மறுக்கிறது மனது

உள்ளத்தை அமுக்கிடும்
இல்லத்து பிரச்சினைகளையே
சுற்றிவருகிறது
செக்குமாடாய்
கடும் போராட்டத்திற்குப் பிறகு
எழுதினேன் காகிதத்தில்
கரைந்து போனது
கண்களின் கண்ணீரால்

ஜனனிகுமார்

போயிட்டு வா தாயி

நல்லாயிருக்கத்தானே
நாங்க உன்ன கூப்பிட்டோம்
விருந்தாளியாக
வேண்டித்தானே கூப்பிட்டோம்

கண்ணுக்கு மையாக
கைகூப்பி கூப்பிட்டோம்
கண்ணையே குருடாக்கி
கைகொட்டி சிரிக்கிறயே

தலை மட்டும் நுழைய கேட்ட
ஒட்டகத்து கதகணக்கா
உள்ள வந்து நீயும்
ஒய்யாரமா படுத்திருக்க

நடுத்தெருவில நாங்க
இப்ப நாதியத்து கிடக்கறமே
அழகுதான் நீ அம்மணி
சீதேவியாக நீ வந்திருந்தா
சீர் செஞ்சு பாத்திருப்போம்

மூதேவியாக வந்து வாழ்க்கையே
முழுகடிச்சது போதுமம்மா
போயிட்டு வாம்மா தாயி
பொழச்சுக்கறோம்
நாங்க கொஞ்சம்

நேசமுடன் ஈசு

அழுக்கு சித்தர்கள்

கசப்பு நேற்றுகளை விழுங்கி
கார நாளைகளை உமிழ்ந்து
இனிப்பு இன்றைகளை
ருசிக்கும் அழுக்கு ஞானிகளை
அவ்வப்போது கண்டதுண்டா?

பாம்புகளை யெண்ணி பயம் கொள்ளாது
தேள்களைக் கண்டு தள்ளி நில்லாது
ஊறு விளைவிக்கும் உயிர்களையும்
நேசிக்கும் ஞானிகளை கண்டதுண்டா?

காக்கை குருவி நாய் நரியென்று
ஆவதும் அழிவதும் அதுவாகவே வாழும்
அற்புதர்களை நீங்கள் அறிந்ததுண்டா?

மருத்துவமனைகளின்
நாற்றமறியா நாகரீகமற்ற
அழுக்குச் சித்தர்களை நீங்கள்
அன்றாடம் தரிசிப்பதுண்டா?

வெயில் மழை பனி குளிர் என
இயற்கையை ஏற்று
இரும்பு மனிதர்களாகயிருக்கும்
அவர்களை இதுவரையில்
கண்டதில்லையா?

இல்லையெனில்
நாளை கவனியுங்கள்
நரிக்குறவ ஞானிகளை

நேசமுடன் ஈசு

இக்காலம்

அந்தி வானம் பார்த்து
அழகாய் ஆகாச
நடை போட்டு
மணல் வெளியில்
ஓவியம் வரைந்து
இயற்கையின் மடியில்
கவிதை வடித்து
உன் கன்னங்களில்
அதை சமைத்து
இதழ்களில் சுவைத்து
இனிய சொற்கள் மொழிய
பல இன்பங்கள் வழிய
இனிய இசைகளை
செவிகளுக்கு ஊட்டி
விருந்தோம்பல் செய்த
காதல் காலம் கரையேறிய
இந்த காலம்

ச. இராஜ்குமார்
திருப்பத்தூர் மாவட்டம்

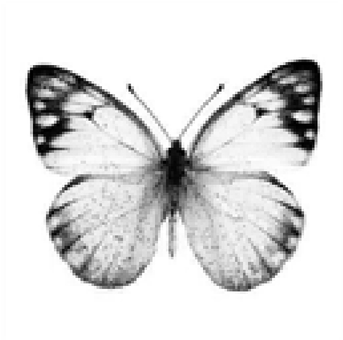
ஹைக்கூ

●
யாருமற்ற சாலையில்
தனித்து பயணித்துகொண்டிருக்கிறது
மழை வெள்ளம்

●
அதிகாலை வேளை
மரக்கிளை நுனியில் இளைப்பாறுகிறது
இரவெல்லாம் கொட்டிய மழை

●
பிளவுற்ற மண்
ஒன்று சேர்த்து வைக்கிறது
விழுந்த மழைத்துளி

ச. இராஜ்குமார்
திருப்பத்தூர் மாவட்டம்



கறுப்பு வெள்ளை நாட்கள்

கறுப்பு வெள்ளைக் கால வாழ்வினிலே
வெறுப்பு இல்லை மக்கள் மனதினிலே

வண்ணம் பலவும் வந்த உலகத்திலே
எண்ணம் யாவும் மாறும் வேகத்திலே

முன்னர் வாழ்ந்த மக்கள் உண்மையிலே
மன்னர் போல வாழ்ந்தனர் தரணியிலே

நாட்டம் மிகவும் நல்லதாய்க் கொண்டு-பிறர்
தேட்டம் அறிந்து உதவும் நல்லவர்கள்

பொறாமை குணம் சிறிதும் இல்லாமல்
பொறுமையுடன் வாழ்ந்து சென்றவர்கள்

படைத்தோன் மீது பக்தி கொண்டு
பக்குவ வாழ்வில் முக்தி பெற்றவர்கள்

இயற்கை மீது அன்பு கொண்டு
இயல்பாய் வாழ்வை வென்று கண்டவர்கள்

எல்லாம் இருந்தும் எளிமையாய் வாழ்ந்து
பொல்லாப் பகையை ஒதுக்கி நின்றவர்கள்

உலகின் நிலையாமை உணர்த்திச்
சென்ற-இவர்களை
உணர்ந்தால் நாளை நாமும் நல்லவர்கள்.

- மக்கொனையூராள்

புத்தாண்டே!

புத்தாண்டே புறப்பட்டுவா
புண்ணான பலநெஞ்சை
புதிதாக புதுப்பிக்க
புத்தாண்டே புறப்பட்டுவா

எச்சினியின் சதியாலே
ஏவிவந்த கொரோனாவோ
கோரத் தாண்டவமாடி
குலைநடுங்க வைத்ததிங்கே

கோடானகோடி மகவை
கொன்றுகுவித்தது போதாதென
அலையாக அலையுதிங்கே
அழித்தே தீர்க்கவென

இருபதில் பாதம்வைக்க
இடரதுதான் வந்ததுவோ
இன்னும் முடியவில்லை
இருட்டறையில் நாங்களிங்கே

சுதந்திரமாய் சுற்றி நாங்கள்
சுழன்று திரிந்த காலமெல்லாம்
கனவாக போயிடிச்சே
கரையேற்ற நீ வருவாய்

அதிகரிக்கும் விலைவாசி
அதற்கென்ன நல்ல வாசி
அன்றாட சீவனத்தில்
அல்லாடும் அடிமட்டம்

அடிவயிறு எரிந்திங்கே
அலைகிறதே யாரறிவார்
உலைவைக்க அரிசியில்லை
உடைவாங்க பணமில்லை

உள்நாட்டில் தொழிலில்லை
உயிர்வாழ வழியில்லை
உன்னையே உயிர்த்துணையாய்
உருகியே அழைக்கின்றோம்

உயிர் காக்க வருவாயா?
உரமாக விழுவாயா ?
மடிந்திடும் கழனியெல்லாம்
மலர்ச்சியுற வருவாயா?

மாய்கின்ற மாந்தருக்கு
மறுவாழ்வு தருவாயா?
புலர்கின்ற விடியலையே
புதுப்பிக்க வருவாயா?

பூலோகம் பூரிக்க
புத்தாண்டே வருவாயா?

ஜெயவதி நித்தியானந்தன்
கல்லடி, மட்டக்களப்பு

மணம்வீசும் மலர்!

சுந்தரமூர்த்தியிடம் கடனாய் வாங்கிய பணத்திற்கு இன்னும் இரண்டு நாளில் வட்டியும் கட்டணும். அடுத்தவாரம் பொங்கலும் வருகிறது. குழந்தைகளுக்காவது புதிய துணி எடுத்துக் கொடுக்கணும் என்ற கவலையில் மோவாயைத் தடவினான் பிரசாத்.

“அப்பா... என் பிரண்டு ரோகிணி புதிய பட்டுப்பாவாடை எடுத்திருக்காப்பா. பொங்களுக்கு எல்லோருக்கும்நேற்றேதுணியெல்லாம் எடுத்தாங்களாம். எனக்கு எப்போது எடுத்துத் தருவீங்கப்பா...” என்று மகள் வீணா கேட்டாள்.

‘‘ஞாயிற்றுக்கிழமை எடுக்கலாம் வீணா...’’

ஞாயிற்றுக்கிழமை வந்தது.

ஜவுளிகக்கடையில் மனைவி, மகளுடன் சென்றேன். நியாயமான விலையில் இருவருக்கும் துணி எடுத்துக் கொண்டேன். பர்ஸில் மீதி இருந்தது நூற்றி பத்து ரூபாய் மட்டும்.

‘‘அப்பா... உங்களுக்கு துணி எடுக்கலையா...?’’ மகள் கேட்டாள்.

‘‘எனக்கு போனவருசம் எடுத்த துணியைத் தைக்காமல் தான் வச்சிருக்கேன். நான் அதையே போட்டுக் கிறேன்...”

‘‘நீங்கள் எனக்கு தந்த போனவருசம் சுற்றுலா போக தந்த ரூபாயை எடுத்து வந்திருக்கேன். கொரோனாவினால் போன வருசம் ஸ்கூல் இல்லை. அந்த பணம்தான் இது. இந்தாங்ப்பா... இதில் நானூறு ரூபாய் இருக்குது...’’ பணத்தை என் கைகளில் இறுக்கி வைத்தாள் வீணா.

கண்ணீர் துளி எட்டிப்பார்க்க; ஒரு ரெடிமேட் சட்டையை எடுத்தேன். அதன் விலையைப் பார்த்தேன். முன்னூற்றி அறுபது ரூபாய் என்ற பில் இருந்தது.

- நாகர்கோவில் கோபால்

வீட்டுத்தோட்டம் செய்வோம்

குறைந்த செலவில் ஒரு பூச்சி கொல்லி தயாரிப்பது எப்படியெனப் பார்ப்போம்.

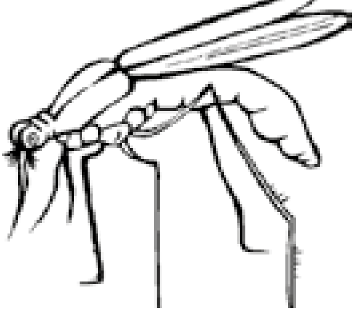
7, 8 கறிமிளகாயின் உள்ளிருக்கும் விதைகள்
வெள்ளைப்பூடு தோல் சிறிதளவு
இஞ்சித்தோல் சிறிதளவு

இவ்வளவையும் ஒரு லிட்டர் நீரில் 24 மணிநேரம் ஊறவிட்டு, வடிகட்டிக் கொள்ளுங்கள்! 200 ml க்கு முக்கால் லிட்டர் நீர், ஒரு தே.கரண்டியளவு வேப்பெண்ணெய்,அரை தே.க அளவு சோப் தூள் அல்லது ஷாம்பு ஏதும் கலந்து ஒரு ஸ்ப்ரே போத்தலிலிட்டு மரங்களுக்கு தெளிக்கலாம். இது மிக இலகுவாக தயாரிக்கக் கூடிய ஒரு பூச்சிகொல்லியாகும்.

அடுத்து,செடிகள் செழிப்பாக வளர கொம்போஸ்ட் டீ எனச்சொல்லப் படும் சேதனப் பசளை டீ தயாரிக்கும் முறையைப் பார்ப்போம்.ஒரு 5 லிட்டர் கொள்ளளவுள்ள காலி தண்ணீர் போத்தலின் மேற்பாகத்தை வெட்டிக் கொள்ளுங்கள்! அதன்மேல் ஒரு காலி பிளாஸ்டிக் பூந்தொட்டியை வைத்து சமையலறைக் கழிவுகளை அதனுள் போட்டு வெட்டிய போத்தலின் மூடியால் மூடி விடுங்கள். 4,5 நாட்களில் போட்ட குப்பை அழுகி போத்தலினுள் கறுப்பான திரவம் சொட்ட ஆரம்பிக்கும்.தினமும் சேரும் குப்பைகளை இதில் சேருங்கள். கழிவுநீர் சேர்ந்ததும் சற்று நீர் கலந்து செடிகளுக்கு ஊற்றி வந்தால் மிகச் செழிப்பாக வளர்வதை காணலாம். பிளாஸ்டிக் பூந்தொட்டிக்குப் பதிலாக 6 அங்குல விட்டமுள்ள சுமார் மூன்றடி நீளமான நீர்க்குழாயையும் பயன்படுத்தலாம். அதன் உட்புறம் கீழ்ப்பகுதியில் ஒரு கம்பிவலையை மடித்து வைத்தால் அதனூடாக குப்பையின் கழிவுநீர் போத்தலில் சேரும். இதைப் பயன்படுத்தி நல்ல விளைச்சலைப் பெறமுடியும்.

- தமிழ்நிலா

ஆட்கொல்லும் டெங்கு நோயைத் தடுப்போம்



டாக்டர் ஜலீலா முஸம்மில்
வைத்திய அதிகாரி
போதனா வைத்தியசாலை மட்டக்களப்பு
இலங்கை

தற்காலத்தில் உலகில் எங்கு பார்த்தாலும் நோய்கள் பரவிக் கோரதாண்டவம் ஆடுகின்றன. கொறோணாவின் உச்சத்திலிருந்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உலகம் மீண்டு கொண்டிருக்கிறது. ஆயினும் அதன் திரிபான «ஓமிக்ரோன்» வழியாக அச்சம் கூடிக் கொண்டுதான் இருக்கிறது.

கொறோணாவின் தாக்கத்துக்கு மத்தியில் தற்போதைய காலகட்டத்தில் டெங்குநோயின்வீரியம்அதிகரித்துவருகிறது. இந்த நோயை அலட்சியப்படுத்தாமல் மக்கள் அனைவரும் மிகவும் அவதானத்துடன் செயற்படுவது அவசியமான ஒன்றாகும்.

தொற்று நோய்களும் தொற்றா நோய்களும் இந்தக் காலகட்டத்தில் விரவிக் கிடக்கின்றன. இன்றைய நவீன உலகம் எதிர்கொள்கின்ற மிகப்பெரிய சவாலாக இந்த தொற்றுநோய்கள் (Infections Disease) அமைகின்றன. 17 வீதத்திற்கும் அதிகமான நோய்கள் உலகிலே காவிகள் மூலம் தொற்றும் நோய்களாகும். இதனால் உலகில் வருடாந்தம் ஒரு மில்லியனுக்கும் அதிகமான மக்கள் உயிரிழக்கிறார்கள்.

வரலாற்றை நாம் பின்னோக்குகையில் தொற்றுநோய் மனித வாழ்வில் பாரிய தாக்கத்தை செலுத்தியுள்ளதை அவதானிக்கலாம்.

265 – 420 கி.பி காலத்தில் சீன மருத்துவர்கள் அவர்களது ‘என்சைக்லோபீடியாவில்’ முதன் முதலில் டெங்கு நுளம்பு தொடர்பாகக் குறிப்பிட்டுள்ளார்கள். டெங்கு பரவக்கூடிய தொற்றுகள் தொடர்பாக 1635 இல் மேற்கிந்திய தீவுகளில் நில நிகழ்வுகள் பதிவாகியுள்ளன. மேலும் 1779 – 1780 ஆம் ஆண்டு கால கட்டங்களில் ஆசியா, வட அமெரிக்கா, ஆபிரிக்கா போன்ற பகுதிகளில் ஏறத்தாழ ஒரே நேரத்தில் டெங்கு நிகழ்வுகள் ஏற்பட்டதாக பதிவுகள் காணப்படுகின்றன. எனவே ஆரம்பகாலம் முதலே இந்நோயின் பரவல் இருந்திருப்பதனைக் காண முடிகிறது. அதேபோன்று 1820களின் முற்பகுதியில் கிழக்கு ஆபிரிக்காவில் டெங்கு இருந்தமைக்கான சில நிகழ்வுகள் பதிவாகியுள்ளன. இதனை சுவாகிலி மொழியில் கெட்ட ஆவியால் திடீரென உண்டாகும் எனப் பொருள்படும் (ki denga pepo) என்பதாக அழைத்தார்கள். 1827- 28 இல் கரிபியன் தீவுகளில் நிகழ்ந்த தொற்று நிகழ்வின் பின்னர்

இசுப்பானிய கரிபியர்களால் டெங்கு என அழைக்கப்பட்டது. எனவே குறிப்பாக 2ம் உலகப்போருக்கு பின்னர் அதிகளவாக டெங்கு நோய் பரவியிருப்பதாக வரலாறு தெரிவிக்கின்றது.

டெங்கு நோய்

டெங்கு நோய் என்பது ஒரு தொற்றும் நோயாகும்.நுளம்பே இதற்கான காவியாக செயற்படுகிறது.இந்தக் கொடூர மான ஆட்கொல்லி நோய் இன்று நம் சமூகத்தைப் பாரியளவில் அச்சுறுத்தி வருகிறது. குழந்தைகள், சிறுவர்கள் என சகலரையும் பாரபட்சமில்லாமல் தாக்கி வரும் இந்த நோயினால் எமது மக்கள் பல்வேறுதுயரங்களைஅனுபவிக்கிறார்கள். டெங்கு தொடர்பான விழிப்புணர்வை பெற்றுக்கொள்வதற்காக அது சம்பந்தமான தகவல்களை அறிந்திருப்பது நம் எல்லோ ருடையதும் கடமையாகும். இந்நோய் பற்றிய அடிப்படை அறிவை சகலரும் பெற்றிருப்பதும் அதன் அடிப்படையில் செயற்படுவதும் நம்மையும் நமது நாட்டு மக்களையும் பாதுகாக்க உதவும் என்ற அடிப்படையில் டெங்கு நோய் தொடர்பான அடிப்படை விடயங்களை அறிந்து கொள்ளுதல் மிக அவசியமாகிறது.

டெங்குக் காய்ச்சலுக்கான காரணி

வைரஸ் வகையைச் சேர்ந்த ஆபோ வைரஸ் (Arbo Virus) வகை நுண்ணங்கி டெங்கு நோய்க்கான காரணி ஆகும். இந்த நுண்ணங்கியைக் காவிக் கொண்டு மனிதர்களுக்குப் பரப்புவது ஈடிஸ் ஏஜிப்டி (Edis Egypti-primary Vector), ஈடிஸ் அல்போபிக்டஸ் (Edis Albopictus-secondary Vector) எனப்படும் இரண்டு வகையான காவிப் பெண் நுளம்புகள் ஆகும். கறுப்பு நிறக் கால்களில் வெள்ளை வரிகள் காணப்படுவதை அவதானிப்பதன் மூலம் இந்த நுளம்புகளை அடையாளம் காணலாம். ஆபோ வைரஸ் பல வகைப்படும். இந்த வைரஸில் DEN1, DEN2, DEN3, DEN4 என 4 வகைகள் (Serotype) உண்டு. ஒரு வகை வைரஸினால் பாதிக்கப்பட்டு சுகமான ஒருவருக்கு, மற்ற வைரஸ் வகை தொற்றலாம்.

நுளம்புகளின் பெருக்கம்

நுளம்புப் பெருக்கத்திற்குச் சிறிய அளவு நீரே போதுமானதாக இருக்கிறது. குறிப்பிட்டுச் சொல்லப் போனால் ஒரு நிலக்கடலை கோதுக்குள் தேங்கியிருக்கும் சிறிய அளவு நீரிலேயே இந்த நுளம்புகள் முட்டையிடக் கூடிய திறனைக் கொண்டி ருக்கின்றன.இவை தெளிவான சுத்தமான, மாசடையாத நீர்தேங்கியுள்ள இடங்களில் உற்பத்தியாகும். டயர், சிரட்டை, யோக ட்கோப்பை, கூரை பீலிகள், திறந்த போத்தல்கள், டின்கள், பொலிதீன் பைகள், பிளாஸ்டிக் போத்தல்கள், குளிர்சாதன பெட்டிகளின் பின்புறம்-நீர் சேரும் தட்டு, நீர்த் தாங்கிகள், வாழை மர இலை அடியிலுள்ள இடைவெளி, திறந்த தயிர் சட்டி, ஓடாத சலனமில்லாத நீர் நிலைகள் போன்ற நீர் தேங்கி நிற்கும் எல்லா இடங்களிலும்பெண் நுளம்பு முட்டை இட்டு இனப்பெருக்கம் செய்யும்.

ஒரு ரூபாய் நாணயத்தின் தடிப்பும் அகலமும் உள்ள நீர் தேங்கு மிடமே நுளம்புகள் உற்பத்தியாக போது மானதாகும்.

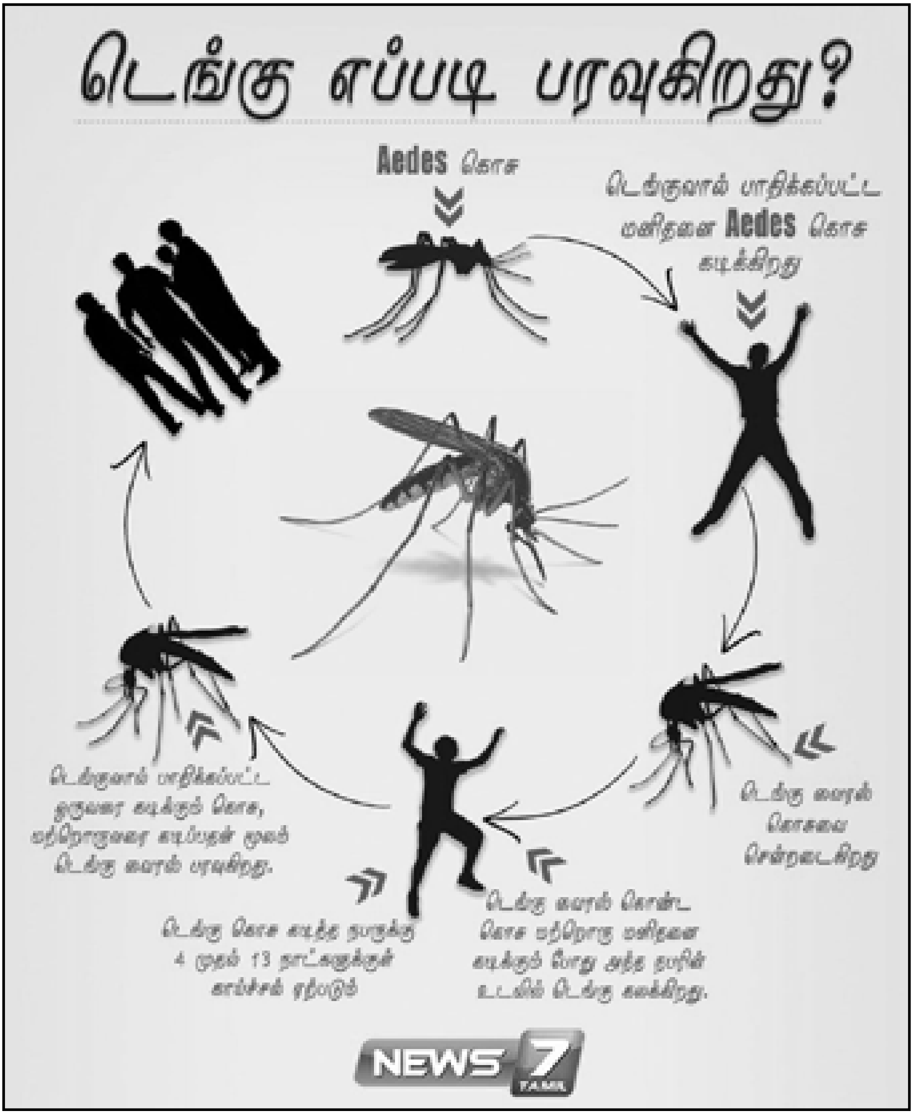
இவை அனேகமாக நகர்ப்புறங் களிலுள்ள குடியிருப்புக்களிலும் சுற்றுப் புறங் களிலும் மனிதனினால் உருவாக்கப்பட்ட நீர் தேங்கும் இடங்களில் உருவாகின்றன. கோடைக் காலநிலை மாறி மாரிக் காலநிலை வரும்போது டெங்கு நோயின் தாக்கம் அதிகமாக இருக்கிறது.

இந்நுளம்பின் வாழ்கை வட்டம்

அவையாவன முட்டை, குடம்பி, கூட்டுப்புழு, நிறையுடலி. முதல் 3 பருவங்களும் நீரில் காணப்படும்.

முட்டை :

ஒரு முறையில் பெண் நுளம்பு 100-200 வரையான முட்டைகள் இடும். இம்முட்டைகள் நீர் மட்டத்திற்கு சற்று



மேலால் நீர்த் தாங்கியின் சுவரில் ஒட்டிய வாறு காணப்படும். இவை 12 மாதங்கள் உயிர் பிழைக்ககூடியது. முட்டையிலிருந்து நுளம்பு விருத்தியடைந்து வெளிவர சுமார் 7 நாட்கள் செல்லும். அதாவது இனப்பெருக்கக் காலம் ஏறக்குறைய 6 – 7 நாட்கள். இந்த ஈடிஸ் நுளம்பு மற்றையவை போல்இரவிலல்லாமல்பகலில்செயற்படும். இந்த நுளம்பு பெருகுமிடங்களிலிருந்து 4 கி.மீ வரை செயற்படும்.

நுளம்பு மனிதனை கடிக்கும் நேரங்கள்

இவை பொதுவாக மனிதர்களை பகல் பொழுதிலேயே கடிக்கின்றன. பிற்பகல், விடியற்காலை வேளைகளில்

அதிகமாக இரத்தத்தை உறிஞ்சுகின்றன. (Day time biters) காலையில் 7 – 10 மணி வரையும் , மாலையில் 3– 5 மணி வரையும் இதன் கடிக்கும் தன்மை உச்சமாகும். இவை 3- 4 வாரங்கள் உயிர் வாழும்.

நுளம்புகள் தங்குமிடங்கள் ஆவன.

- வீட்டினுள்(Indoor)
- தளபாடங்களுக்குகீழால்,
- தொங்கும் பொருட்களில் (ஆடைகள்), வீட்டின் திரைகள்,
- சுவர்கள். வீட்டின் வெளியே (Out-door):
- மரம், செடி, தாவரங்கள், மற்றும்
- பாதுகாப்பான இடங்கள் பறக்கும் தூரம் :ஏறத்தாழ 500மீற்றர் பறக்ககூடியது

3.
நோயின் தன்மை

ஒரு தடவை நுளம்பு கடிப்பதே நோய் உண்டாவதற்கு வழிகோலும். நோயுற்ற ஒருவரைக் கடித்த உடனேயே நோயற்ற ஒருவரை அதே நுளம்பு கடிக்குமாயின் நுண்ணங்கிகள் அதன் மூலம் அவருக்குப் பரவிச் செல்கின்றன.

நோயின் பாரதூரம்

சிறுவர்களிலும் குழந்தைகளிலும் கடுமையான தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. ஆண்களை விடவும் பெண்கள் கூடுதலாகப் பாதிப்படைகிறார்கள். நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குன்றிய இளவயதினர் மற்றும் வயோதிபர்களிடையே இன் நோயின் தீவிரத்தன்மை அதிகமாக காணப்படுகிறது. நீரிழிவு ஆஸ்துமா நோய் போன்ற நீண்ட கால நோய்கள் உள்ளவர்களுக்கு நோய் உக்கிரம் அடையும்போது உயிராபத்தை ஏற்படுத்துகிறது. அதிக சனச் செறிவுள்ள இடங்களிலேயே இந்நோய் வேகமாக பரவுகின்றமை குறிப்பிடத்தக்கது.

நோயின் பருவங்களை நான்காகப் பிரிக்கலாம்

1. சாதாரண காய்ச்சல்(undifferentiated fever)
2. டெங்குக் காய்ச்சல் (dengue fever)
3. குருதிப் பெருக்குக் காய்ச்சல் (Dengue hemorrhagic fever-DHF)
4. டெங்கு அதிர்ச்சி நோய் (Dengue shock syndrome-DSS

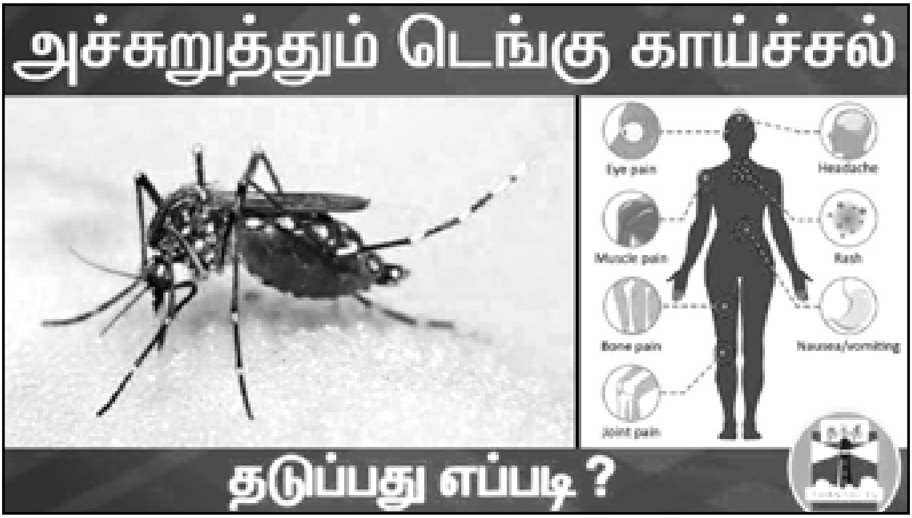
1. முதலாவது பருவம்
சாதாரண காய்ச்சலோடு உடம்பு வலி இருக்கும்.2-3 நாட்கள்.

2. டெங்குக் காய்ச்சல் நோய் அரும்பு காலப்பகுதியை அடுத்து இது உருவாகும். கடுமை யான காய்ச்சல் 104 °F/40°C வரை வெப்பநிலை எகிறும். இதனுடன் கடுமையான தலைவலி, குறிப்பாக கண்களின் பின்புறத்தே வலி தோன்றும். காய்ச்சல் பொதுவாக இரண்டு தொடக்கம் ஏழு நாட்களுக்கு நீடிக்கும்.

அறிகுறிகளாவன.

1. தலைவலி
2. கண்ணின் பின்புறம் தீவிர வலி(Retro orbital pain)
3. தசை வலி (Muscle pain)
4. மூட்டு வலி (Joint pain)
5. குமட்டலும் வாந்தியும்
6. வயிற்றில் வலி
7. தோல் அரிப்பு(Rash)
8. பல் ஈறுகளிலிருந்து குருதி வடிதல்
9. மூக்கிலிருந்து குருதி வடிதல்
10.)மாதவிடாய் மிகைப்பு
11. சிறுநீரில் குருதி போதல்
12. நிணநீர்க் கணுக்கள் வீக்கம்
13. குருதியில் வெள்ளை அணுக்கள், குருதிச் சிறுதட்டுக்கள் குறைதல்(FBC எனும் இரத்த பரிசோதனை மூலம் கண்டறியப்படுகிறது)

இவ்வாறான அறிகுறிகள் தென்படும் போது உடனடியாக வைத்தியரை அணுக வேண்டும். டெங்கு அன்டிஜன்ட் டெஸ்ட் இப்போது உள்ளது (NS1 Antigen Test). முதல் நாளிலேயே அப்பரிசோதனையின் மூலம் டெங்குவை உறுதிப்படுத்தலாம். வயது முதிர்ந்தவர்கள் மற்றும் சிறுவர்களே



இந்நோய்க்கு அதிகம் உட்படுகின்றார்கள். டெங்கு நோய் தாக்கப்பட்டவர்களுக்கு திரவங்களைக் கொடுக்க வேண்டும். அதிக மாக நீர் கொடுக்க வேண்டும். பானங்கள், கஞ்சி போன்றவற்றை கொடுக்க வேண்டும். வீட்டிலிருந்தே அவர்களுக்கு சிறந்த முறையில் சிகிச்சையளிக்கலாம். அவர்களுக்கு அதிக ஓய்வு கொடுக்க வேண்டும்.

சாதாரண காய்ச்சலும் டெங்குக் காய்ச்சலும் முடியும் தறுவாயில் நோய் குணமடைய வாய்ப்பு உண்டு. ஆனால் அதுவே குருதிப் பெருக்கு டெங்குக் காய்ச்சலாக மாறும் வாய்ப்பும் உள்ளது.

குருதிப்பெருக்கு டெங்குக் காய்ச்சல். கடுமையான காய்ச்சல், வலிப்பு , தோலில் சிவப்பு, ஊதா நிற புள்ளிகள் அல்லது அடையாளங்கள், வாய், மூக்கு, முரசு என்பவற்றில் இரத்த கசிவு, இரத்த வாந்தி அல்லது, கோப்பி மண்டி நிற வாந்தி, கருப்பு நிற மலம் வெளியாதல் போன்றவை. இந்த நிலை வரும்போது குருதிக் குழாய்களின் ஊடுபுகவிடும்திறன் (vascular permeability) வழமை யானதை விட அதிகரிக்கிறது. இதனால் நெஞ்சறை, வயிற்றுப் பகுதியில் குருதிப்பெருக்கு ஏற்பட்டு உயிருக்கு ஆபத்தை விளைவிக்கிறது. பெரும்பாலும் காய்ச்சல் விட்ட நொடியிலிருந்து இந்த விளைவு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். இதனால் வயிறு புடைத்தல் ,சுவாசச்சிக்கல் மற்றும் உறுப்புகள் செயலிழத்தல் போன்ற பாரதூரமான விளைவுகள் ஏற்படலாம். இதைக் கண்டுபிடித்து சரியான முறையில் சிகிச்சை அளிக்கப்படாவிட்டால் டெங்கு அதிர்ச்சி நோய்க்கு ஆளாகும் நிலைமை ஏற்படும் .

4. டெங்கு அதிர்ச்சி நோய். (DSS)

டெங்கு அதிர்ச்சி நோயானது உயிரிழப்பு ஏற்படுத்தும் அபாயத்தை தருகின்றது. நீர்ம அதிகரிப்பினால் மூளை பாதிக்கப்பட்டு சுய நினைவு இழத்தல், வலிப்பு ஏற்படுதல் போன் றவை நிகழும். டெங்கு கல்லீரல் அழற்சியும் இன்னுமொரு பாரதூரமான விளைவாகும்.சிகிச்சைப் பலனின்றி போனால் மரணம் சம்பவிக்கும். இரத்த அழுத்தமும். இதயத் துடிப்பு வீதமும் குறைந்து விடுகிறது.நோய் உக்கிரமடைந்து குருதிச் சுற்றோட்டம் செயலிழந்து DSS நிலைக்குச் செல்லும். இந்நிலை ஏற்பட்டு 12-

24 மணித்தியாலங்களில் நோயாளி இறந்து விடுவார்.

இவ்வாறான பாரதூரமான விளைவை ஏற்படுத்தக்கூடிய ஆட்கொல்லி டெங்கு நோயை நாம் சாதாரணமாக நினைத்துக் கொள்ளக்கூடாது. அதை தடுப்பதற்கும் வராமல் காப்பதற்குமுரிய வழிமுறைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

நோய் ஏற்படும் போது எவ்வாறான நடவடிக்கைகளைக் கடைபிடிக்கவேண்டும்?

இந்த நோயின் அறிகுறி கண் டவுடன் தகுந்த வைத்தியரின் ஆலோசனை பெறுதல் வேண்டும். காய்ச்சல் ஏற் பட்டால் அருகிலுள்ள வைத்தியரிடம் உடனடியாகச் செல்லுங்கள். சுயமாக வைத்தியம் செய்வதைக் கண்டிப்பாக தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

டெங்கு நோயாளி என சந்தேகிக் கப்படுபவரை எவ்வாறுவீட்டில் பராமரிக்க வேண்டும்?

- ஓய்வாக இருக்க செய்யவும் (Bed rest)
- அதிகளவானநீர் பானங்கள் வழங்க வும்
- சிவப்பு,கருமை நிற பானங்களைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
- Aspirin / Disprin அல்லது Aspirin உள்ளடங்கிய மருந்துகள், டைக்லோஃபெனாக்(Diclofenac), இபியோபுரூபன் (Ibioprufen) மாத்திரைகளைக் கொடுக்க வேண்டாம். இவ்வாறான மருந்துகள் குருதிப் பெருக்கை அதிகமடையச் செய்வதால் அவற்றை தவிர்க்க வேண்டும்.

வைத்தியசாலையை கண்டிப்பாக எப்போது நாடவேண்டும்?

- டெங்கு குருதிக் கசிவு நோய்க்கான ஏதும் அடையாளங்கள், அறிகுறிகள் தென்படுதல்.
- காய்ச்சல் குறைந்த பின்பும் சுகயீன மாக உணர்தல்.
- காய்ச்சல் 3 நாளைக்கு மேல் இருத்தல். ஆதலால் ஆரம்பத்திலேயே மருத்துவமனையில் சேர்ந்து இரத்தச் சுற்றோட்டம், உடலின் நீர்ம நிலையைப் பேணி உடல் வறண்டு (Dehydration) போகாமல் பாதுகாக்க வேண்டும். இரத்த அழுத்தத்தைச் சீராக்கி இறப்பு வீதத்தை குறைப்பதே ஒரே வழியாகும்.

நோயைத் தடுக்க, நோயை அறிய, நோயின்றி வாழவே எல்லோரும் ஓடோடிக் கொண்டிருக்கிறோம். உங்கள் உடல்நலம் வேறெங்கும் இல்லை. உங்கள் உள்ளங் கைகளில்தான் தங்கியிருக்கிறது. சுற்றுப்புறச் சூழல் சுத்தமே டெங்கை ஒழிப்பதற்கான முக்கியமான ஒரு செயற்பாடாகும். "சுத்தம் சுகம் தரும்" என்ற பழமொழிக்கு அமைய சுகம் கிடைப்பது சுத்தத்தின் அடிப்படையிலேயே என்பதை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். நோயில்லா வாழ்க்கையின் ஆரம்பம் சுத்தமே. அதே போன்று "சுத்தம் ஈமானில் பாதியாகும்" என்ற நபிகளாரின் கூற்றையும் இந்த இடத்தில் நினைவுபடுத்த விளைகிறேன்.

நோய்ப் பெருக்கத்தைத் தடுக்க, நுளம்பு பெருகும் இடங்களை அழிப்பதே ஒரே வழி. இந்த நோயைப் பரப்பும் நுளம்பை யொழிப்பதே முக்கியமான முறையாகும்.

இந்த நுளம்புகள் சுவரில் அமர்வ தில்லையாதலால் மலேரியா நுளம்பினை அழிக்க உதவும் கிருமிநாசினிகளை தெளித்தல் இதைக் கட்டுப்படுத்தக்கூடிய முறையாக அமைவ தில்லை. நுளம்புவலை, சுருள் ஆகியவையும் இந்நுளம்புகள் பகலில் கடிப்பதால் பிரயோசனமற்று போகிறது.

ஆகையால் எல்லா மக்களும் தொடர்ந்து ஒத்துழைப்பை வழங்கி நுளம்பு பெருகுமிடங்களை அழித்தொழிக்க வேண்டும். உயிர் கொல்லும் நோயின் தாக்கத்தைத் தடுக்க வேண்டும்.

நுளம்பு பெருக்கத்தை தடுக்கும்

சில வழிமுறைகள்.

நோய் பரவுவதை கட்டுப் படுத்த தினமும் பத்து நிமிடமாவது ஒதுக்குங்கள். வீட்டையும் சூழலையும் சுத்தமாக வைக்கவும். நமது வீட்டைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பதால் மாத்திரம் டெங்கிலிருந்து தப்பிக்க முடியாது. இது கூட்டுப் பொறுப்பாகும். எனவே அனைவரும் பொறுப்புடன் செயற்பட வேண்டும்.

1. குப்பைகளை எரித்து அல்லது புதைத்து விடவும். அல்லது சூழலுக்கு பாதுகாப்பான வேறு முறையில் அகற்றவும். பாதை ஓரங்களில் வீச வேண்டாம்.

2. நுளம்பு உற்பத்தியாகும் இடங்களை சுத்தம் செய்து உருவாக்கத்தைத் தடுக்கவும். கூரைப்பீலிகளை தேய்த்து சுத்தம் செய்யவும், கொங்ரிட் தட்டில்நீர் தேங்காதவாறு அவதானித்து கொள்ள வும்.

3. நீர்த்தாங்கிகளை (Water Tank) நுளம்பு உட்புகமுடியாதவாறு மூடி வைக்கவும்.

4. நீர்த் தேக்கங்களில் நுளம்பின் குடம்பிகளை உண்ணும் மீன்களை வளர்க்கவும்.

5. சிரட்டைகள், வெறும் ரின்கள், சாடிகள் மழை நீர் தேங்காமல் மண்ணில் புதைத்து விட வேண்டும். அல்லது மீள்பயன்பாடு செய்ய வேண்டும்.

6. கூரையிலுள்ள வெற்று டயர்களை ஓட்டையாக்கல் அல்லது மண் நிரப்புதல்.

7. வீட்டிலுள்ள குடிநீர்ச் சாடிகள், பூச் சாடிகளில் நீரை மாற்றுதல், அவற்றை கவனித்து சுத்தம் செய்தல்.

8. வெற்று மீன் தொட்டிகளை கவிழ்த்து வைத்தல் அல்லது மூடிவிடவும்.

9. மேசையடியில் உள்ள பாத்திரத்தின் நீரை மாற்றவும் அல்லது உப்பைச் சேர்க்கவும்.

10. அடைக்கப்பட்ட கூரைக் குழாய்களை மற்றும் கான்களை சுத்தம் செய்யவும்.

11. உங்கள் தோட்டத்தில் நுளம்பு பெருகாமல் பற்றைகளையும், அடர்ந்து வளரும் செடிகளையும் சுத்தம் செய்வதோடு நீர் தேங்கும் இடங்க ளையும் மூட வேண்டும் அல்லது நீரை வடிந்தோடச் செய்ய வேண்டும் .

12. நண்பர்களையும் அயலவர்களையும் அவ்வாறு செயற்படவும் வலியுறுத்தலாம்.

13. சுகதேகிகள் மற்றும் டெங்கு நோயாளிகள், நுளம்புக் கடிக்குள்ளாவதை தடுக்கவும். ஏனெனில் இந்த நுளம்புகள் தொற்றுதலுக்குள்ளான ஒருவரைக் கடித்து அவரிடமிருந்தே டெங்கு வைரஸை நுளம்பு பெற்றுக் கொண்டு சுகதேகிகளுக்கு தொற்றச் செய்கிறது.

நுளம்பில் இருந்து பாதுகாப்பு பெறுவதற்கு

- நுளம்பு வலைகளை பாவிக்கலாம்.
- நுளம்புச் சுருள் பாவிக்கலாம்
- நுளம்புகளை வெளியேற்றும் மின்குமிழ்களை பயன்படுத்தலாம் (Mosquito repellent light)
- Android மற்றும் iPhone களில் நுளம்பு விரட்டும் Apps கள் உள்ளன. இவற்றையும் செயற்படுத்தலாம். (உரிய அலைவரிசை எது வென மாற்றி மாற்றி கண்டு பிடித்துக் கொள்ளவும்)
- வீட்டு ஜன்னல்கள் மற்றும் ஜன்னல்களுக்கு மேலுள்ள லூாகஸ்களுக்கு நுளம்பை உட்புகவிடாத வலைகளை பொருத்தலாம்.
- வீட்டை மூடிவிட்டுப் பிரயாணம் செல்லுமுன் அனைத்து நீர் தேங்கும் இடங்களையும் கவனித்து அகற்றி விடவும்.
- சிறுபிள்ளைகளுக்கு ஆடை அணிவிக்கும் போது தடித்த ஆடைகளை உடலின் பெரும்பகுதி மூடுமாறு அணிவிக்கலாம்.

டெங்கு நோயிலிருந்து பாதுகாப்பு பெற சுற்றுப்புறச்சூழலை சுத்தமாக வைத்துக்கொள்ளவதோடு மட்டுமல்லாமல் பாரம்பரிய அடிப்படையிலான சில முகாமைத்துவ ஒழுங்குகளையும் பின்பற்ற வேண்டும்.

1. 4 மணிக்கு பிறகு கதவு, யன்னல்களை மூடி விட வேண்டும்.
2. அதிகாலை 8 மணி வரையில் பிள்ளைகளை நுளம்பு கடிக்காமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். குறிப்பாக புள்ளெண்ணெய் என்று சொல்லக் கூடிய ‘பங்கிரி தெல்’லை (Citronella oil) அனைவரும் தடவிக் கொள்ள வேண்டும். அவ்வெண்ணெயின் வாடைக்கு நுளம்புகள் நெருங்காது.
3. நுளம்பு வலைகளை பகல் நேரங்களில் பயன்படுத்துவதன் மூலமும் நுளம்புக் கடியிலிருந்து பாதுகாப்பை பெற முடியும்.
4. தினமும் காலை மாலை வேளைகளில் சாம்பிராணி வாசனைப் புகை இடுவதன் மூலமும் நுளம்புகளை விரட்டலாம்.

டெங்கு நோய் ஏற்படுவதனால் சமூக ரீதியில் பல்வேறு தாக்கங்கள் ஏற்படுகின்றன. பாடசாலை செல்லும் பிள்ளைகளையும் சிறுவர்களையும் டெங்கு அதிகமாக தாக்குவதனால் சுமார் மூன்று வார காலம் அவர்களுக்கு பாடசாலை செல்ல முடியாமல் போகும். பரீட்சைகளுக்கு உரிய முறையில் சமூகமளிக்க முடியாமல் போகும். அத்தோடு ஏனையவர்களின் தொழில்கள் பாதிக்கப்படும். விளையாட்டுக்களில் ஈடுபட முடியாமல் போகும். எனவே இந்நோய் எதிர்கால முன்னேற்றத்திற்கு தடையாக அமைகிறது. டெங்குவினால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு அதிகம் பழவகைகள், நீராகாரங்கள் கொடுக்குமாறு வைத்தியர்கள் அறிவுறுத்துவார்கள். வறுமைக் கோட்டுக்கு கீழுள்ளவர்களுக்கு அவ்வாறான வசதிகளை ஏற்படுத்தி கொடுக்க முடியாதிருக்கும். எனவே டெங்கு சமூக பொருளாதார உடலியல் ரீதியில் பாரிய தாக்கங்களை ஏற்படுத்தும் நோயாக உள்ளது. டெங்கு நோய்க்கான தடுப்பூசிகளும் இதுவரையில் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை.

கியுபா, சிங்கப்பூர் ஆகிய இரு நாடுகளும் உலகத்திலேயே டெங்கு குருதிப்பெருக்க காய்ச்சல் (DSS), டெங்கு அதிர்ச்சி நோய் ஓரளவுக்கு முற்றாக ஒழிப்பதில் வெற்றியை கண்டிருக்கின்றது.

டெங்குக் காய்ச்சல் கடந்த நூற்றாண்டின் ஆரம்பித்திலிருந்தே இலங்கையில் பரவத்தொடங்கி விட்டது. இலங்கையைப் பொறுத்தவரையில் பருவ மழைக் காலங்களில் இந்நோயின் தாக்கம் அதிக வீச்சில் காணப்படுகிறது. இலங்கையில் டெங்கு நோயினால் வருடத்தின் முதல் ஆறு மாதங்களில் 12500 பேர் பாதிக்கப்படுவதாக அறிக்கைகள் தெரிவிக் கின்றன. அத்தோடு வாராந்தம் 500 பேர் டெங்கு நோயாளர்களாக அடையாளம் காணப்படுகிறார்கள். பல உயிரிழப்புக் களும் நேர்கின்றன.

பல்வேறுபட்ட நோய்த்தடுப்பு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்பட்டாலும் இந்நோயின் தாக்கத்திலிருந்து நாம் விடுபட்ட பாடில்லை. அரசின் சுகாதார அமைச்சு மட்டுமல்லாது பல்வேறு தரப்பினர் இந்நோயின் தாக்கத்திலிருந்தும் தமது அன்புக்குரியவர்களை இந்நோய்க்கு காவு கொடுப்பதிலிருந்தும் பாதுகாக்க பல முயற்சிகளில் ஈடுபட்டு வருகின்றனர். ஆயினும் நாம் அனைவரும் எமது பங்களிப்பையும் பொறுப்புணர்வோடு நிறைவேற்றவேண்டியகடமைப்பாட்டினை மறந்துவிடக் கூடாது. நாம் சுத்தத்தைப் பேணுவதோடு மட்டுமல்லாமல் சுற்றுச் சூழல் சுத்தத்தையும் பேணி பெறுதற்கரிய செல்வமான நம் குழந்தைச் செல்வங்களையும் ஏனைய உயிர்களையும் காப்பதற்கு உரிய நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

அதற்காக மேற்கூறப்பட்ட விடயங் களை கருத்தில் கொண்டு எம்மையும் எமது சமுகத்தையும் டெங்கின் அபாயத் திலிருந்து பாதுகாப்போம். சுகமான வாழ்க்கையை வாழ்வோம்.

அழகு

உச்சி நுகர் மூக்கில்
விழும் துவாரத்தில்
நுழையும் மூக்குத்தி
அழகு

பின்னலிடும் கூந்தலில்
மணங்களை தூவிடும்
பூக்களின் சிரிப்பு அழகு

அஞ்சனம் தீட்டிய
புருவங்களில் வரிசையாய்
விழும் வரிகள் அழகு

கொவ்வை செவ்வாய்
இதழ் விரிக்க
முத்துக்களாய் விழும்
வார்த்தைகள் அழகு

புலராத காலையில்
பனிகள் கோர்க்கும் வேளையில்
மார்கழியாய் நனைக்கும்
வாசல்வரும் கோலம் அழகு

பட்டுடை உடுத்தி
பருவத்தை மறைத்தே
பருவங்களை இழுக்கும்
மென்னடை அழகு

கோலவிழியாளே
தீனிகள் போட்டு
இதயத்தில் நுழையும்
சுவாசமே அழகு...

ஈரங்கள் கோர்த்த
கருங்கூந்தலை உலர்வித்து
மென்விரலால் பின்னலிடும்
கூந்தல் அழகு..

அந்திவானத்தில்
தீட்டிய சிவப்பும்
நுதல்மீதமர்ந்து
அலங்கரிப்பதுஅழகு...

கருவறை சுமந்தே
தொப்புள்கொடி அறுக்கும்
தாய்மை பேறு அழகு..

மென்மையில்
தன்மையாய் ஒலிக்கும்
பெண்மை
உலகெங்கும் அழகு..

ஞா.முனிராஜ்
அருப்புக்கோட்டை

மழை வெள்ளம்

மழை நீரைச் சேமிக்காததால்
மக்களின் கையிருப்போ
கரைந்தது

நீர்நிலைகள்
தூர்வாரப்படாததால்
மக்களின் வாழ்க்கை
தூர்ந்து போனது

வீடுகள் ஓட்டை
ஓடங்களாகி
வெள்ளத்தில் மிதந்து மூழ்கின

வாழ்க்கைப் படகுகள் திசைமாறி
வறட்சியில் முட்டி
தரைத்தட்டின

வயல்களில் முளைத்த வீடுகளை
இயந்திரத்தனமாய்
அறுவடை செய்தது

கரையோரம் கட்டிய
மாளிகைகள்
மணல்வீடுகளாய்
இடிந்தன

ஆர்ப்பரித்த நதிகள்
ஆணவ ஆக்கிரமிப்புகளை
அகற்றின

பாவத்தை சுமந்த
நதிகள் சுயம்புவாய்
மூழ்கியே புனிதநீராடின

எல்லோரையும்
ஏழையாக்கி இல்லாதவராய்
கையேந்த வைத்தது

பொல்லாதவரையும்
இரங்கவைத்து
புதுஜென்மம் கொடுத்தது

மதங்களைக் கடத்திச் சென்று
மனிதநேயத்தை
கற்றுக்கொடுத்தது

மானிடக்கூட்டுக்குள்
ஒன்றுபட்டு
கூட்டுக்குடும்பமாய்
வாழவைத்தது

பணமாற்று உலகத்தை பண்டமாற்று
வழக்கமாக்கியது

பண பரிவர்த்தனை
நடக்காததால்
மனபரிவர்த்தனை
நடந்தது

பள்ளிக்கூடங்கள்
விடுமுறையால்
மக்களுக்கு தங்கும்
விடுதிகளாயின

மழைக்கு ஒதுங்காதவர்களுக்கும்
கட்டாயக் கல்வி புகட்டியது

சிறுதுளிப் பெருவெள்ளம் தான்
பெருமழை மனிதரைச் சிறுதுளி
ஆக்கியதே

சிறுகக்கட்டிப் பெருக
வாழ்ந்தாரை
சிதறடித்து சிதைத்து
உருக்கியதே

வெள்ளம் நின்று
வடிந்தாலும் துயரம்
தின்று முடியவில்லை

பொழுது மீண்டும்
விடிந்தாலும் அழுது
மாண்டு முடியவில்லை

கவிஞர் கவி நிலா மோகன்

தஞ்சாவூர், தமிழ்நாடு, இந்தியா.

இனியொரு விதி செய்வோம்

மலர்விழி மணியம்

“அப்புறம் என்ன ரெண்டு வீட்டுக்கும் சம்மதம்னா தட்ட மாத்திக்க வேண்டியது தான்” என்று அக்ஷராவின் தாய் மாமன் கூறினார்.

இரு மணமக்களின் பெற்றோர் எழுந்து நின்று தட்டை மாற்ற முற்படும் பொழுது,

“ஒரு நிமிஷம். நான் கொஞ்சம் பேசனும்.” என்றாள் அக்ஷரா.

ஒரு கணம் இரு குடும்பத்தாரும் வெடிக்கக்காத்திருக்கும் எரிமலையென கதிர்களை அக்ஷராவின் பக்கம் வீசினர்.

“ஹீம்ம்.... எல்லாரும் இப்புடி முறைக்கிற அளவுக்கு ஒன்னும் நடக்கல, எனக்கு மனசுல இருக்குறத சொல்லனும் அவ்வளவுதான்.” என்று தொடர்ந்தாள்,

“எனக்கு சமைக்க தெரியுமா, ஆடுவியா, பாடுவியான் னெல்லாம் பல கேள்வி கேட்டீங்களே, அதெல்லாம் உங்களுக்கும் தெரியுமான்னு எனக்குத் தெரியனும்.” என்றாள் மணமகன் வீட்டாரைப் பார்த்து.

“அடி வெளுத்துப் புடுவேன் அக்ஷரா. இப்படி எல்லாம் பேச உனக்கு எவ்வளவு தைரியம்” என்று பாய்ந்தார் அக்ஷராவின் தந்தை.

“இப்படி பேசவா உன்ன வக்கீலுக்குப் படிக்க வச்சோம்” என்று மூக்கை சிந்தினார் அக்ஷராவின் தாய்.

“அப்பா.... நான் நல்லா இருக்கிற வரையும் எல்லா வேலையும் செய்வேன், எனக்கு உடம்பு முடியலைன்னா என்னய என் கணவர் தான பாத்துக்கணும். அதான் கேட்டேன்.” என்றாள்.

“என்ன தான்மா சொல்ல வர” என்றார் மணமகனின் தாய்.

“இங்க பாருங்க.... நானும் வேலைக்குப் போறேன். சோ ரெண்டு பேரும் சமமா எல்லா வேலையையும் பிரிச்சிக்கணும்....ஐ வான்ட் ஈகுவாலிட்டி!” என்று உரக்கக் கத்தினாள், தன் முன் இருந்த மேஜையை தட்டியபடி.

தட்டிய சத்தத்தில் உறக்கத்திலிருந்து திடுக்கென முழித்தார் அமுதா.

“கனவா!!!: என்று வேர்த்திருந்த முகத்தைத் துடைத்தபடி, ஏதோ ஞானம் பெற்ற புத்தரைப் போல எழுந்து சமையலைறையை நோக்கிச் சென்றார்.

மலை போலக் குவிந்திருந்த அழுக்குப் பாத்திரங்களை கழுவத் துவங்கினார். காப்பி கொதிக்கும் பொழுது தன்னுள் ஏதோ ஒரு உணர்வு பொங்கக் கண்டார்.

அமைதியாக காப்பியை எடுத்துக் கொண்டு வெளியே வராண்டாவில் செய்தித்தாள் வாசித்துக் கொண்டிருந்த தன் மாமனார் மாணிக்கத்திடம் சென்று, காப்பியைக் கொடுத்தார்.

வாசல் தெளித்து, கோலம் போட்டு, தோட்டத்திற்குத் தண்ணீர் பாய்ச்சி, வீட்டைக் கூட்டித் துடைத்து, குடி தண்ணீர் பிடித்து நிரப்பி விட்டு, காலை டிபனை செய்யத் துவங்கினார்.

மணி எட்டு ஆனது.... மெதுவாக அமுதாவின் மாமியார் பார்வதி வெளியே வந்தார் தன் அறையிலிருந்து.

“ஏய் என்ன இப்புடி தண்ணி தொட்டி நெறஞ்சு கீழ போறது தெரியாம என்ன செஞ்சுட்டு இருக்க?" என்று கேட்டார்.

பதில் எதுவும் பேசாமல் மோட்டரை ஆப் செய்தார் அமுதா.

காதலின் வித்தை

கனவிலும் காதலிலும் எனை களவாடி
வேடிக்கை பார்க்கிறது உனது அன்பு
உயிர் மூச்சில் இழையோடுகிறாய்
உன் பாசத்தாலும் நேசத்தாலும்
எனை திணறடிக்கிறாய்
உன் காதலின் வித்தைகளோ
ஒரு மாயக் கண்ணாடியாய்
என் உருவம் தீண்டிச் செல்கிறதடா

என் சுவாசக் காற்றே
உன் அபரிமிதமான அன்பு எனை
சல்லடையாய் துளையிடுகிறது
நானோ நேசத்தால் உறைகிறேன்.
உனதன்பின் பரிமாணங்கள்
எனை முல்லைக் கொடியாய் சுற்றிட
உனதன்பின் பிடிமானம் எனை
பற்றிப் பிடிக்கின்றன பூந்தென்றலாக...

- ஃபாயிஸா சஷ்மா

"டிபன் ரெடியா?" என்று மாமியார் கேட்க,

"ம்" ஐ இறக்கி வைத்தார்.

"அம்மாாாாா.... என் ஷூ எங்க?" என்று கத்திக்கொண்டே வந்தான் அமுதாவின் பன்னிரண்டாம் வகுப்புப் படிக்கும் இளைய மகன் விக்னேஷ்.

கையில் போனோடு கேம் விளையாடிக் கொண்டே அமர்ந்திருந்த அவனின் தலையை தடவிக் கொடுத்து, காலை டிபனை ஊட்டினார் பார்வதி.

அவன் பள்ளிக்குக் கிளம்பியதும், கல்லூரியில் நான்காம் வருடம் இன்ஜினியரிங் படிக்கும் அமுதாவின் மகள் ரீனா வந்தாள். போன் பேசிக் கொண்டே சாப்பிட அமர்ந்தாள். என்ன சாப்பிடுகிறாள் என்று கூட தெரியாமல், பேசிக்கொண்டே சாப் பிட்டாள். பேச்சு சுவாரஸ்யத்தில்

யாரிடமும் எதுவும் கூறாமல் பேக்கை எடுத்துக் கொண்டு கல்லூ ரிக்குக் கிளம்பினாள்.

அடுத்து ஐ. டி. கம்பனியில் வேலை செய்யும் மூத்த மகன் சூர்யா வந்தான். இவன் கையில் லேப்டாப். பெற்ற குழந்தையைப் போல எந்நேரமும் அதைத் தாங்கிக் கொண்டே அலைவான் வீட்டில்.

"அம்மா.... டிபன் ரெடியா?" என்றான்.

"குளிச்சியா டா?" என்று அமுதா கேட்டார்.

மண்டையில் பல்ப் எரிய, தடதடவென ஓடி, குளித்துத் தயாராகி திரும்பி வந்தான்.

"ஈ. ஈ. ஈ...." என்று பல்லைக் காட்டினான்.

"ஐயோ" என்று தலையில் அடித்துக் கொண்டு உணவைப் பரிமாறினார் அமுதா.

சூர்யா கிளம்பியதும் பாத்திரங் களைக் கழுவ சமையலறைக்குச் சென்றார்.

அதற்குள் அமுதாவின் கணவர் முத்துவேல் டைனிங் டேபிளில் அமர்ந்து குரல் கொடுத்தார், "சாப்பாடு கிடைக்குமா" என்று.

அமுதா உணவைப் பரிமாற வரும் முன், "சர்ர்ர்ர்...." என்று மின்னல் பாய்ச்சலில் வந்து நின்றார் பார்வதி டைனிங் டேபிள் அருகில்.

"என்னப்பா இப்புடி எளைச் சுட்டே போற. நல்லா சாப்பிடு" என்று தன் மகனுக்கு உணவை பரிமாறினார்.

"புஸ்ஸ்ஸ்ஸ்...." என்று ரயில் வண்டி போல புகை வந்தது அமுதாவிற்கு, காதிலும் மூக்கிலும்.

"தொப்ப டேபிள இடுச்சுக்கிட்டு இருக்கு, துரும்பா எளைச்சுட்டானாமா மவன்" என்று முணுமுணுத்துக் கொண்டே தன் கோபத்தை பாத்திரங் களின் மேல் கொட்டினார்.

முத்துவேல் உணவருந்திவிட்டு, பேக்கை எடுத்துக் கொண்டு கிளம்பி னார். பின்னாலேயே சென்றார் பார்வதி. கேட்டிலிருந்து முத்துவேல் திரும்பிப் பார்க்க, சமையலறையில் இருந்து அமுதா எட்டிப் பார்க்க, பார்வதி அதை முறைத்துப் பார்க்க, இப்படி பார்வையிலேயே விடையைப் பரிமாறிக் கொண்டு கிளம்பினார்

முத்துவேல்.

மகனை வழியனுப்பி விட்டு, வராண்டாவைக் கடக்கையில்,

“என்னங்க வாங்க சாப்பிடலாம்” என்று தன் கணவரை அழைக்க, படித்துக் கொண்டிருந்த செய்தித்தாளை வைத்து விட்டு ஓடி வந்தார்.

“ஏய்...., போயி கேட்ட சாத்திட்டு, நியூஸ்பேப்பர் எல்லாம் கரக்ட்டா வச்சிட்டு, சாப்பிட வா” என்றார் பார்வதி.

பல்லைக் கடித்துக் கொண்டு சொன்ன வேலையை செய்து விட்டு திரும்பி வரும் பொழுது, எல்லோரும் உண்ட பிறகு கடைசியாக மீதி இருந்த உணவை சாப்பிட அமர்ந்தார் அமுதா. இந்த வீட்டின் மருமகள் போல அல்ல நாய் போல உணர்வு தோன்றிற்று. வாயில் போட்ட உணவை விழுங்க முடியாமல் துக்கம் தொண்டையை அடைக்க, காம்பவுண்ட் சுவரைத் தாண்டி கொட்டிவிட்டு, அடுத்த கட்ட வேலையைத் துவங்கினார்.

நாள் முடியும் பொழுது, கை கால்கள் விடுதலை, விடுதலை என்று கொடி பிடிக்க, மெத்தையில் தலை சாய்த்தார். அருகில் படுத்திருந்த முத்துவேல்,

“அமுதா அந்தத் தண்ணியக் கொஞ்சம் எடுத்துக்குடு” என்று கூற

“ஆ ஆ....” என்று கத்தி எட்டி உதைப்பது போல மனதில் காட்சி மட்டும் எழ, தண்ணீரைக் கொடுத்து விட்டு அமைதியாக கண் மூடினார்.

உறங்கினார்.

விடிந்தது....

“ஐ வான்ட் ஈகுவாளிட்டி” சத்தம் கேட்க திடுக்கென முழித்தார்.

அன்று ஞாயிற்றுக்கிழமை....

தனக்கு மட்டும் காபி போட்டுக் குடித்துவிட்டு, ஒரு பெரிய வெள்ளை போர்டில் ஏதோ எழுதிவிட்டு, தன் மகளின் வாக்கிங் ஷூவைப் போட்டுக் கொண்டு கிளம்பினார்.

எட்டு மணிக்கு வீடு திரும்பினார்....

அலங்கோலமாக இருந்த தன் வீட்டு வாசலைக் கடக்கும் பொழுது பார்வதியின் சத்தம் தன்னைத் தாண்டி தெருமுனை வரை போவது கண்டார்.

வராண்டாவில் பயத்தோடு மாமனார் செய்தித்தாளில் முகத்தைப் பொதித்திருந்தார். தலைகீழாகப் பிடித்திருந்த செய்தித்தாளை நேராகத் திருப்பிக் கொடுத்தார் அமுதா.

ஷூவைக் கழட்டி விட்டு உள்ளே செல்லும் பொழுது,

“எங்க டீ போன?” என்று பார்வதி கத்த,

பார்வதிக்கு மேல் சத்தத்தை உயர்த்தி,

“வாக்கிங் போனேன் “டீடீ” ன்னு சொல்ல எனக்கு ரொம்ப நேரம் ஆகாது. எனக்கு அமுதா ன்னு ஒரு பேரு இருக்கு. அத சொல்லிக் கூப்பிடுங்க இனிமே” என்று நிதானமாக பதில் அளித்தார் அமுதா.

வாய் பிளந்து நின்ற பார்வதியைக் கடந்து சென்று கால் கை அலம்பி விட்டு வந்தார் அமுதா. பார்வதி சமைத்திருந்த உணவை உண்ண ஆரம்பித்தார்.

இவர்கள் சத்தம் கேட்டு

முத்துவேல் - ரீனா- சூர்யா மூவரும் கீழே வந்தனர்.... அமுதா சாப்பிட்டுவிட்டு தான் எழுதிய வெள்ளை போர்டை எடுத்து வந்தார்.

அனைவரையும் ஹாலில் அமரச் செய்தார்....

"இது டெய்லி ஷெட்யூல், இதுல யார்யார் என்னென்ன வேலை என்னென் னைக்கு செய்யனும்னு எழுதியிருக்கேன். வாசல் கூட்டுறதுல இருந்து கக்கூஸ் கழுவுற வரை எல்லாரும் எல்லா வேலையும் இனிமே செய்யனும். எனக்கும் வயசாகுது. என்னால இனிமே கஷ்டபட முடியாது." என்றார்.

"நீ ஏன் கஷ்ட படுற? சூர்யாவுக்கு கல்யாணத்தைப் பண்ணி வச்சா உன் மருமக, வந்து எல்லாத்தயும் பாத்துக்கப்போறா" என்றார் பார்வதி.

"மருமகள்களுக்கு வேற வேலையே இல்லயா?. மருமகளுங்க என்ன செக்கு மாடா? நான் படுற கஷ்டம் பத்தாது. என் மருமக வேற வந்து கஷ்ட படனுமா? என்னோட ஒழியட்டும் உங்க விதி. என் வீட்டுல இனிமே எல்லோரும் சமம். சகல வீட்டு வேலையும் செய்யத் தெரிஞ்சா மட்டும் தான் என் பிள்ளைகளுக்கு கல்யாணம் பண்ணி வைப்பேன். ஐ வாண்ட் ஈக்குவாலிட்டி" என்று முடித்தார்.

மீட்டிங்கின் நடுவில் போனில் கேம் விளையாடிக் கொண்டே வந்தான் விக்னேஷ். வந்தவன் அமுதாவின் முன் நின்றான். நிமிர்ந்து பார்த்தான். "பளார்" என்று ஓங்கி அவன் கன்னத்தில் தன் ஐவிரலயும் பதித்தார். அடி விழுந்த வேகத்தில் போன் பறந்து கீழே விழுந்து நொறுங்கியது.

"இனிமே போனத் தொட்ட கைய நசுக்கிருவேன். அந்த போர்டுல நீ செய்ய வேண்டிய வேலை இருக்கு. எப்போ என்ன பண்ணனும்னு பாத்து செய்" என்று கூறிவிட்டுத் திரும்பும் பொழுது, மீதி அனைவரும் அவரவர் கன்னங்களில் கை வைத்து நின்று கொண்டிருந்தனர், அடி அவர்களுக்கு விழுந்தது போல.

மீட்டிங் முடிந்ததும் மாணிக்கம்

நினைவுகளில் நீ

நாம் இருந்த அதே இடத்தில்
இருக்கிறேன்
தனியாக

எதிரில் கதிரை கதைக்கிறது
நாம் பரிமாறிய
வார்த்தைகள்தான்
பகிர்கிறது.

முத்த சத்தங்கள் கேட்டு
உதிர்ந்த இலை ஒன்றை
பத்திரமாய் பாதுகாத்து
காட்டுகிறது
உனக்கு பிடித்த மரம்.

அணிலும் ஏமாற்றத்துடன்
வந்து போகின்றது
அடிக்கடி

நினைவுகளை நினைத்து
பார்க்கிறேன்
சிரிக்கிறேன்
நீயும் நானும் யார் என்று

காரையன் கதன்

அமுதாவிடம் சென்று,

"ஏன்மா இந்த திடீர் புரட்சி?" என்று கேட்டார்.

"என்னைக்காவது நிலைமை மாறாதா, யாராவது மாத்த மாட்டாங்களான்னு காத்திருந்தா ஒன்னும் நடக்காது மாமா. மாற்றத்த நாம தான் உண்டாக்கனும். கெட்டது செய்யத்தான் பயப்படனும். நல்லது செய்ய இல்ல." என்றார்.

அன்றிலிருந்து எல்லாரும் வேலையை சமமாக செய்தனர். அவரவர் வேலைகளை அவர்களே செய்தும் கொண்டனர்.

இரண்டு மாதங்களில் அவர்களுக்கு எல்லா வேலையும் பழகி விட்டது.

விக்னேஷிற்கு ஊட்டி விட வந்த பார்வதியிடமிருந்து உணவுத் தட்டை வாங்கிக் கொண்டு,

"பாட்டி.... நானே சாப்பிட்டுக்குறேன்." என்றான்.

தோட்டத்திற்கு தண்ணீர் பாய்ச்சி விட்டு, செய்தித்தாளை வாசித்து விட்டு அதை மடித்து ஒழுங்காக வைத்தார் மாணிக்கம்.

காலை உணவை உண்டு விட்டு, உண்ட தட்டைக் கழுவி வைத்துவிட்டு, அனைவரிடமும் சொல்லிவிட்டு வெளியே கிளம்பினாள் ரீனா.

வீட்டிற்குத் தண்ணீர் பிடித்து விட்டு, தொட்டி நிறைந்தவுடன் மோட்டரை நிறுத்தி விட்டு உள்ளே வந்தார் பார்வதி.

காலை நேரம் விழுந்த பாத்திரங்களைக் கழுவி வைத்துவிட்டு, மனைவியிடம் நின்று நான் கிளம்புறேன் என்று கூறிவிட்டு விடைபெற்றார் முத்துவேல்.

மதிய உணவை செய்ய சூர்யா உதவி செய்து கொண்டிருந்தான்.

"இன்னைக்கு ஆபீஸ் போகலயாடா?" என்று அமுதா கேட்டார்.

"இல்லம்மா.... லீவ் போட்டிருக்கேன். உங்களுக்கு ஹெல்ப் பண்ண" என்றான்.

"யாரு நீயா? காரணம் இல்லாம இருக்காதே. யாருடா அந்தப் பொன்னு?" என்று கேட்டார்.

"ஈ. ஈ. ஈ...." என்று பல்லைக் காட்டி "அம்மா.... ரெண்டு பேரும் ஸ்கூல்ல ஒன்னா படிச்சோம். ஷி இஸ் அ லாயர் நவ்" என்றான்.

"ம். குட், பொண்ணு பேரு என்ன?" என்று கேட்டார்.

"அக்ஷரா" என்றான்.

ஆச்சர்யமும் அதிர்ச்சியுமாய் பார்த்தார் அமுதா.

"அம்மா. அவ உங்கள மாதிரியே. ஐ வாண்ட் ஈக்குவாலிட்டினு தான் எப்பயும் பேசுவா" என்றான்.

ஆனந்தக் கண்ணீருடன், "அவ என்ன மாதிரி இல்லப்பா. நான் தான் அவள மாதிரி" என்றார் அமுதா.

புரியாமல் முழித்தான் சூர்யா.

திருமணம் நிச்சயிக்கப்பட்டது.

நாடோடிப் பறவை நான்

நான் ஒரு நாடோடிப்பறவை.
எனக்கு சொந்தமாய்க் கூடு கிடையாது.
போகின்ற வழியில் ஏதேனும்
மரங்கள் இருந்தால்
அமர்ந்து கொள்வேன்
களைப்பு தீர்ந்தால்
மீண்டும் பறந்து விடுவேன்

இப்போது மரங்களைக் கூட
அவ்வளவாகக் காணக்கிடைப்பதில்லை
கற்பாறையில் தான் கால்கள் சுடச்சுட
களைப்பாற வேண்டிருக்கிறது..

நட்பான பறவைகள் என்று
யாரும் சம்பாதிக்கவில்லை
ஏற்கனவே சம்பாதித்து வைத்த
நட்புக்கள் செலவாகிவிட்டன

சமபறவைகளைக் கண்டால்
தள்ளி நின்று
சைகை காட்டுவதோடு மட்டும்
சினேகிதத்தை முடித்து விடுகிறேன்
உறவாட ஆசைதான்
என்ன பண்ணுவது
உள்ளம் கேட்கிறது
பட்டது போதாதா என்று

எதற்காக இந்தப் பயணம் என்று
தெரிய வில்லை என்னிடம்நானே
கேட்டபோதிலும் சரியான பதில்
எனக்கும் கிடைக்கவில்லை
போலியான உறவுகளுடன்
பயணிப்பதை விட
தனிமையில் பயணிப்பது
சிறந்தது என்கிறது உள்ளம்

ஆம் நான் ஒரு நாடோடிப்பறவை தான்
எந்த இடத்திலும் நிரந்தரமாகத்
தங்கிவிடவும் மாட்டேன்
எவருடைய மனதிலும்
நினைவுகளாகக் கூட
வாழவும் மாட்டேன்

எப்போதாவதுதான் சிரிப்பேன்
சிரிப்பின் இடையில் நான்
சிணுங்கி அழுவது கூட
யாருக்கும் தெரிய வாய்ப்பில்லை

காற்றுக்கிடையில்
கனத்துக் கொண்டிருக்கும்
என் கதறல்களை கேட்க
எந்தச் செவிகளும்
தயாராக இல்லை
உற்சாகப்படுத்தி
ஊக்குவித்த
வாய்கள் எல்லாம்
இப்போது ஊமையாகிவிட்டன

கனவுக் கோட்டை கட்டும் போதெல்லாம்
எங்கிருந்தோ ஒரு மேகம் வந்து
மறைத்து விடுகிறது

தினம் தினம் என்
கனவுக் கோட்டையில்
அடிக்கும் அடை மழைக்கு
எவர் காரணமோ தெரியவில்லை
அணைகட்டுவதற்கு சிறுக சிறுக
கற்களை சேமித்து வைத்தேன்
அது என் கல்லறை கட்டுவதற்கு மட்டுமே
போதுமானதாக இருக்கிறது

வேண்டாம் உடைந்த கனவுக்கோட்டை
உடைந்த தாகவே இருக்கட்டும்
மீண்டும் கட்டி மீண்டும்
அடைமழை உடைப்பதை விட...
கிடைத்த மரங்களிலும்
பாறைகளிலும் உக்கார்ந்து நாடோடிப்
பறவையாகவே மடிந்து விடுகிறேன்

அம்னா சஷிது
நிந்தவூர்

சமையல் டிப்ஸ்

- ● வடகத்தை வெறும் வாணலியில் வறுத்த பின் எண்ணெயில் வறுத்தால் நன்றாக பொரிந்து மொறுமொறுப்பாக இருக்கும்.
- ● வேப்பம் பூவை நெய்யில் வறுத்து சிறிது உப்பு சேர்த்து சாதத்தில் பிசைந்து பயன்படுத்தினால் ஜுரம், வரவே வராது. வேப்பம்பூவிற்கு எங்கே போவது என நினைக்க வேண்டாம். கடைகளில் கிடைக்கிறது.
- ● அருகம்புல் சாறு எடுத்து சப்பாத்தி மாவில் கலந்து ரொட்டி செய்து சாப்பிடுவது நல்லது. தாது உப்புக்களும், வைட்டமின்களும் அருகம்புல்லில் அதிகம்.
- ● ஓமப்பொடி செய்யும் பொழுது கடலைமாவு, மூன்று பங்கு, அரிசி மாவு ஒரு பங்கு சிறிது மைதா கலந்து செய்தால் எண்ணெய் குடிக்காமலும், தூள் அதிகமாகமாகவும், நன்றாக எடுக்க வரும்.
- ● கறிவேப்பிலைச் செடி நன்கு வளர புளித்த மோருடன் நீர் கலந்து ஊற்றி வரலாம்.
- ● மைசூர் பாகு செய்வதற்குக் கடலை மாவை டால்டாவில் கரைத்து பின் சர்க்கரைப் பாகில் கிளறினால் கட்டியில்லாமல் மென்மையாக வரும்.
- ● ஜாடியில் ஊறுகாயைப் போடும் முன் கொதிக்கும் எண்ணெயில் நனைக்கப்பட்ட துணியால் ஜாடியின் உட்புறத்தை துடைத்த பின் ஊறுகாயைப் போட்டு மூடி வைத்தால் பூசனம் பிடிக்காமல் இருக்கும்..
- ● பாயாசத்திற்கு திராட்சைக்கு பதிலாக பேரிச்சம் பழத்தை பொடியாக நறுக்கி வைத்து நெய்யில் பொரித்து போட்டால் சுவையாக இருக்கும்.
- ● வெங்காய பக்கோடா செய்ய மாவு பிசையும் போது வறுத்த நிலக்கடலையை பொடி செய்து மாவுடன் சேர்த்து பிசையவும். இதனால் பக்கோடா மொறு மொறுவென்று ருசியாக இருக்கும்.
- ● சப்பாத்தி செய்து எண்ணெய் வடிகட்டியில் போட்டு மூடி வைத்தால் அடியில் உள்ள சப்பாத்தி வேர்த்து ஈரமாகாமல் இருக்கும்.
- ● சக்கரைப் பொங்கல் செய்யும்போது அரை கப் தேங்காய் பால் ஊற்றிக் கிளறி இறக்கினால், பொங்கல் மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.
- ● தேங்காய்த் துருவல் மீதியானால், அதை லேசாக வதக்கி சிறிது உப்பு சேர்த்து வைத்தால் மறுநாள் சமையலுக்குப் பயன் படுத்திக் கொள்ளலாம்.
- ● உளுந்துவடை செய்யும் போது மாவுடன் வேகவைத்த உருளைக்கிழங்கை மசித்து கலந்து வடை செய்தால், வடை எண்ணெய் குடிக்காமல் மொறு மொறுவென்று ருசியாக இருக்கும்.
- ● கேசரி, பால்கோவா, தேங்காய் பர்பி போன்ற இனிப்புகள் நான்ஸ்டிக் பாத்திரத்தில் செய்தால் அடி பிடிக்காமல், எளிதாக கிளறலாம்.
- ● ரவா தோசை செய்யும் போது இரண்டு ஸ்பூன் கடலை மாவு சேர்த்து செய்தால் தோசை நன்கு சிவந்து மொறு மொறுவென்றிருக்கும்.
- ● தோசை மாவு, பொங்கல், போன்றவற்றில் சீரகத்தை கைகளால் சிறிது தேய்த்துப் போட்டால், சுவையுடன் மணமாக இருக்கும்.
- ● பாகற்காயுடன் உப்பு, மஞ்சள்தூள், வெல்லம், எலுமிச்சை சாறு ஆகியவை சேர்த்து, கலந்து அரை மணி நேரம் வைத்திருந்தால், கசப்பு காணாமல் போய்விடும்.
- ● இட்லி பொடி தயாரிக்கும் போது ஒரு ஸ்பூன் மல்லியை வறுத்து மற்ற சாமான்களுடன் பொடி செய்தால் இட்லி பொடி வாசனையாக இருக்கும்.

- ● தேங்காய் பர்பி செய்யும் போது சிறிது முந்திரி பருப்பு, பாதாம் பருப்பு இரண்டையும் ஊற வைத்து தேங்காயுடன் அரைத்து பின்னர் பர்பி செய்தால் பர்பி நன்றாக இருப்பதோடு, வில்லை போடும்போது தேங்காயும் உதிராமல் இருக்கும்.
- ● மிளகாய் வறுக்கும் போது ஏற்படும் நெடியைத் தவிர்க்க சிறிது உப்பை சேர்த்து வறுக்கவும்.
- ● பூரிக்கு மாவு பிசையும் போது தண்ணீருக்கு பதிலாக ஒரு கப் பாலைச் சேர்த்து பிசைந்தால் பூரி ருசியாக இருப்பதோடு மிருதுவாகவும் இருக்கும்.
- ● வாழைக்காய் மற்றும் வாழைப்பூவை நறுக்கும் போது கைகளில் பிசுபிசுவென ஒட்டாமலிருக்க கைகளில் உப்பை தடவிக்கொண்டு நறுக்கவேண்டும்.
- ● தோசைக்கு மாவு ஊறவைக்கும் போது சிறிது ஜவ்வரிசியையும் சேர்த்து ஊற வைத்தால் தோசை நன்றாக வருவதோடு மொறு மொறுவென இருக்கும்.
- ● எலுமிச்சை, தேங்காய், புளி, தக்காளி சாத வகைகள் செய்யும் முன் சாதத்தை ஒரு பெரிய தாம்பாளத்தில் போட்டு நல்லெண்ணெய் விட்டுக் கிளறி ஆற வைத்து பின்னர் செய்தால் உதிரி உதிரியாக சுவையாக இருக்கும்.
- ● உருளைக்கிழங்கு வேகவைக்கும் போது அவை வெந்ததும் வெடிக்காமல் இருக்க சிறிது உப்பையும் சேர்த்து வேக வைக்கவேண்டும். இதனால் உருளைக்கிழங்கு வெடிக்காமல் நல்ல பதத்துடன் இருக்கும்.
- ● தக்காளி குருமா செய்யும் போது சிறிது வெங்காயத்தை பச்சையாக அரைத்து ஊற்றவும், குருமா வாசனையுடன் சுவையாகவும் இருக்கும்.
- ● துவரம் பருப்புக்கு பதிலாக பொட்டுக்கடலையுடன், காய்ந்த மிளகாய், பூண்டு கொப்பரை தேங்காய் சேர்த்து பருப்புப் பொடி செய்தால், பொடி மிகவும் ருசியாகவும் வாசனையாகவும் இருக்கும்.
-

மாளவிகா தாசன்
ஸ்ரீபெரம்புத்தூர்

Raphic
Brand strategy agency.
BRAND IDENTITY
GRAPHIC DESIGN
DIGITAL MARKETING
PRINTING
Contact us 0755 332 808 raphiclk@gmail.com
Portfolio www.be.net/raphiclk | Follow us on Raphiclk

நூறாவது பூவே

நூல் மதிப்புரை : வஃபீரா வஃபி

இலக்கியமெனும் பிரபஞ்ச வெளியில் கவிதைகளின் சஞ்சாரம் அதிக மாக இருப்பதைக் காணலாம். நெடுங் கவிதைகள் நினைவில் கண்ணா மூச்சி ஆட, குறுங்கவிதைகளோ மன ஊஞ்சலில் சம்மணமிட்டமர்ந்தபடி ஆடிக் கொண்டி ருக்கும். அதிலும் நம் மனதை ஈர்க்கும் கவிதைகளோ சிந்தைக்குள் கோலோச்சும்.அந்த வகையில் கவிஞர் செல்வம் பெரியசாமியின் 'நூறாவது பூவே' கவிதை நூலும் பல அழகிய கவிப்பூக்களைக் கொண்டு மனதில் மகரந்தம் தூவிச் செல்ல நினைவெங்கும் நறுமணம் கமழக் காண்கிறேன்.

இந்த நந்தவனத்தில் இணையைப் பிரிந்த குயில் பாடும் சோக கீதங்களும் உண்டு. காதல் சிட்டுகள் பாடும் காதலிசை யும் உண்டு.

நிறைவேறாக் காதலையும் சிலாகித்துப் பண்ணிசைப்பது கவிஞனால் மாத்திரமே சாத்தியமாகிறது. இதோ இந்தக் கவிஞரும் தன் வரிகளால் கற்பனை நெய்து தருகிறார் நாம் ரசிக்க. நாமும் கொஞ்சம் ரசித்து மெய்மறப்போம்.

'உன்னை எட்டாவது அதிசயம் என்றல்லவா நினைத்திருந்தேன். இப்படி எட்டாத அதிசயமாய் இருப்பாய் என்று கனவிலும் நினைக்கவில்லையே காதல் தேவதையே' வரிகள் அடடா என வியக்க வைக்கின்றன.

இங்கு கொரோனாவை விடக் கொடியதாய் காதலியின் மௌனத்தை குறிப்பிடுவதைப் பார்க்கையில் பல சினிமா பாடல் வரிகளும் கண்முன் மின்னி மறையக் காண்கிறேன்.

'கொடிது கொடிது கொரோனாக் கொடிது
அதனினும் கொடிது
உனது மௌனம் கொடிது
இனிது இனிது உன் நினைவுகள் இனிது
அதனினும் இனிது உன் திமிர் இனிது'

'உன் மௌனத்திற்குக் கூட பொருள்
புரிகிறது எனக்கு
ஆனால் உன் புன்னகைக்குத் தான்
அகராதியில் கூட அர்த்தங்கள்
கிடைப்பதில்லை
மோனாலிசா ஓவியமா நீ'
மோனாலிசாவின் மர்மப் புன்னகை, இக்கவியின் அழகுக்கு அணிகலனாய் வந்து ஒளிர்கிறது.

'கவிதையில் வாழும் கருப்பொருள் அவள்
உவமை இல்லாக் கவிதைக்கு
உருவகம்.........
....
எதுகை மோனையாய் பார்ப்பாள் அவள்
இயைபென உறவில் கலந்து மணப்பாள்'

கவிநயமிக்க வரிகளில் தானும் சிறந்த கவிஞரெனத் தடம் பதிக்கும் கவிஞர் செல்வம் பெரியசாமி, எதிர்கால இலக்கிய வரலாற்றில் தனக்கென ஒரு தனியிடத்தை முன்பதிவு செய்து செல்கிறார். இவர் இது போன்ற பலநூறு நன்னூல்களை தமிழ் இலக்கியத்துக்காக படைக்க வேண்டுமென வாழ்த்துகிறேன். 'நூறாவது பூவே' இவரின் முதல் பூவாக மலர்ந்தாலும், பல நூற்றாண்டுகள் கடந்தும் மணம் வீசும்.

மஞ்சிகை பதிப்பக வெளியீடாக
வெளிவந்திருக்கும் இந்நூலின் விலை
100/- (INR) ஆகும்.
நூல் தேவைகளுக்கு
தொலைபேசி 9791221970
மின்னஞ்சல்- selvampnkl@gmail.com

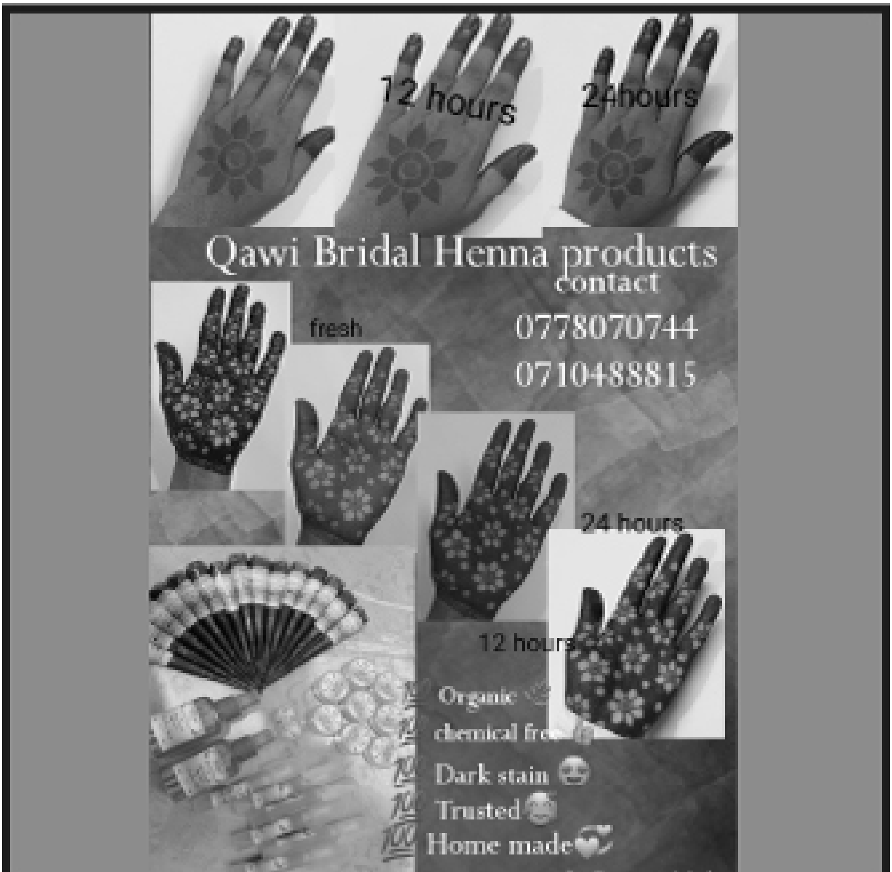
தமிழ்நெஞ்சம்

அமின்

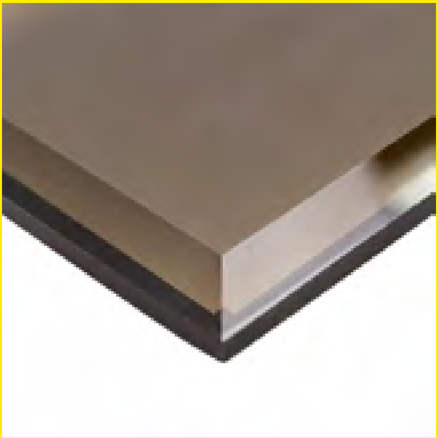
சேற்று வயலோரம்

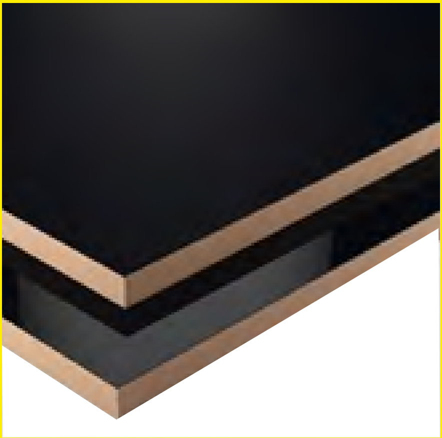
சேற்று வயலில் சிந்திய புன்னகை
நாற்று போலவே நட்டாயே கண்ணே
நேற்று இரவு நினைத்துக் கொண்டேன்
நெற்றி முத்தம் நெஞ்சில் நிற்கவே
காற்று அடித்து கதைகள் கூற
தோற்றுப் போனேன் துடித்து நானே
மாமன் நெஞ்சில் மயிலே வந்தாய்
காமம் கொண்டேன் கன்னி உன்னால்

நெல்லும் வெளஞ்சி நெருங்கி நிக்குது
வில்லுப் புருவம் மிளிர்ந்து வளையுது
வள்ளி முருகன் வருவான் என்றே
துள்ளி நீயும் தூரம் போகாதே
அள்ளி வந்தே அணைத்து மகிழ
கள்ளி நீயும் கண்ணைக் காட்டு
தள்ளி நில்லாது சட்டுனு வாடி
பள்ளி கொள்வேன் பைங்கிளி உனையே


12 hours
24hours
Qawi Bridal Henna products
contact
0778070744
0710488815
fresh
24 hours
12 hours
Organic
Dark stain
Trusted
Home made

QHB
Qawi Bridal Henna
Shazna Zawahir
International Certified Professional Henna Artist
Qualified Diploma Holder in Bridal Henna Art & Mastering Henna Mixology
Henna Art For All Your Favourite Occassions
Natural Henna Cones & Product Supplies (Wholesale & Retail)
Henna Art Certificate Course
Henna Art Advance Certificate Course
Henna Art Diploma Course
Natural Henna Mixology Course
Advanced Henna Mixology Course
077 8070 744
071 0488 815
Qawi Henna
qawi_henna
Qawi Bridal Henna





KANDY HARDWARE (PVT) LTD.

Importers & Dealers in Formica, Plywood, MDF, Aluminium Extensions Etc.

No.359, D.S.Senanayake Vidiya, Kandy, Sri Lanka

Tel / Fax : 081-2222598 / 2233195 / 2203757

சுட்டு விரல் நூல் வெளியீடும்
முஸ்லிம் பெண் எழுத்தாளர் மாநாடும்

கடந்த 18.12.2021 அன்று ''சுட்டு விரல் நூல் வெளியீடும் முஸ்லிம் பெண் எழுத்தாளர் மாநாடும்'' கிழக்கிலங்கை மண்ணின் நிந்தவூர் பிரதேசத்தில் அமைந்த தோம்புக்கண்டம் (village resort) இல் இடம்பெற்றது.

63 பெண் கவிஞர்கள் எழுதிய கவிதைத் தொகுப்பான 'சுட்டுவிரல்' நூல், Srilanka pen club இன் ஸ்தாபகத் தலைவி மஷூரா சுஹூறுதீன், மற்றும் அதிதிகள் முன்னிலையில் அன்று வெளியிடப்பட்டது.

Srilanka pen club மற்றும் கிழக்கிலங்கை இளைஞர்கள் அமைப்பும் (EYO) ஒருங்கிணைந்து நடத்திய இவ்விழா, மிகக் கோலாகலமாக இடம்பெற்றது. விழாவை கிராத் உடன் மௌலவியா சில்மியா தாரிக் ஆரம்பித்து வைக்க, வரவேற்பு கீதத்தை பென்கிளப் அங்கத்தவர்கள் பாட, தலைமையுரையை தலைவி மஷூறா சுஹூர்தீன் நிகழ்த்தினார். நூல் பற்றிய ரசனைக் குறிப்பை கலாநிதி எஸ்.எம். அய்யூப் அவர்கள் வழங்கிச் சிறப்பிக்க, நூல் பற்றிய விமர்சனத்தை ஆய்வாளர் சிறாஜ் மஷ்ஹூர் அவர்கள் முன்வைத்தார்.

மேலும், ஸ்ரீலங்கா பென் கிளப்பின் உத்தியோகபூர்வ சின்னமும் இவ் விழாவில் வெளியிடப்பட்டது குறிப்பிடத் தக்கது. பென்கிளப் அங்கத்தவர்களால் ஒழுங்கு செய்யப்பட்டிருந்த கவியரங்கமும் மிகச் சிறப்பாக நடந்தேறியது.

நூலுக்காக கவிதை பங்களிப்புச் செய்தவர்களுக்கும், மற்றும் பலருக்கும் விருதுகள், நினைவுச் சின்னங்கள், சான்றிதழ் கள் மற்றும் நூல்கள் வழங்கி கௌரவிக்கப் பட்டது. நிர்வாகக் குழு அங்கத்தவர்களின் பணியைப் பாராட்டி மெடல்களும் வழங்கப் பட்டன. விழாவுக்கு வந்திருந்த அதிதிகளும் சிறப்பான முறையில் கௌரவிக்கப் பட்டனர். நன்றியுரையுடன் விழா இனிதே நிறைவுற்றது.

வஃபீரா வஃபி

THE ROYAL
MENU

#314D, Havelock Road, Col-05.
TP - 0112 50 60 90 / 0117 020 720

#85, Elvitigala Mawatha, Col-08.
TP - 0112 69 6009/0112 69 6007

#123, Deans Road, Col-10.
TP - 0112 056410 / 0112 056411

royalburger2014@gmail.com

@royalburger2014

Royal burger

Submarine, burger, pasta,
Rice, hot dogs
Delivery hotline

0112-50 60 90