தளம்
THALAM

விருட்சம்

கிளை: ௨௦௨௪ - ௨௦௨௫

தளை: 11

தளம்
THALAM

விருட்சம்

கிளை: ௨0௨௪ – ௨0௨௫

தளை: 11

உள்ளடக்கம்

- ஆசிரியர் உரை

1. கட்டுரை – மாணவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகளும், தீர்வுகளும்.
௨. கவிதை – சுதந்திர கல்வி.
3. கட்டுரை – பாடசாலைக்கால அத்துமீறல்களும் தீர்வுகளும்
௪. கவிதை – எமது மனம்
௫. கவிதை – பல்கலைக்கழகம்
6. குறுக்கெழுத்துப்புதிர்
7. நரம்பியல் மருத்துவத்தில் புதிய யுகம்: நியுராலிங்க்சிப்
8. வர்மக்கலை
9. பாடசாலை மாணவர்களுக்கு நடைபெறும் வன்கொடுமைகள்
10. திறன் விருத்தி கட்டுரை – நிமிர்ந்து நில்லுங்கள்
11. தொடர்கதை – கண்ணியவான் – ௨
1௨. கவிதை – சமூகத்தின் சீகரம், யார் அவள்?
13. கவிதை – வன்முறையற்ற சமூகத்தை உருவாக்குவோம்
1௪. அவசர உதவிமைய திட்டங்கள்
1௫. என் வாழ்வில் நான் கண்ட சமூக சீர்கேட்டின் அடையாளமும் அதன் மறுசீர்வழித்தடங்களும்
16. பெண்களுக்கான சுய பாதுகாப்பு
17. தளத்தின் பயணங்கள்
18. அடுத்த மாத இதழுக்கான தலைப்பு
19. பின்னூட்டங்கள்
௨0. தளத்தின் திட்டங்கள்

ஆசிரியர் உரை!

என் அன்பார்ந்த தோழமைகளே!

கடந்த 6 வருடங்களாக சமூகத்தோடு பயணித்து வரும் தளம் அமைப்பின் ஒருங்கிணைப்பில் 2024 முதல் இன்றுவரை வெளிவந்து கொண்டிருக்கும் விருட்சம் மாத இதழின் ஆசிரியராக உங்களுடன் பயணிப்பதில் பெரும் மகிழ்ச்சி அடைகின்றேன். முற்றும் முழுதாக இளையோரின் கை வண்ணத்தில், இளையோர் மற்றும் மாணவர்களுக்காக வெளியாகி வரும் விருட்சம் சஞ்சிகை கடந்த மாத இதழ்களை விட முற்றிலும் மாறுபட்ட வகையில் "சிறுவர் துஷ்பிரயோகம்" என்னும் கருப்பொருளினை கொண்டு உங்கள் கைகளில் சிறப்பிதழாக தளை 11 தவழவிருக்கின்றது.

சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் என்பது நம் சமூகத்தில் ஒரு பெரும் புண். இது உடல், உளவியல், பாலியல் மற்றும் புறக்கணிப்பு என பல வடிவங்களில் நிகழ்கிறது. இத்தகைய செயல்கள் ஒரு குழந்தையின் வாழ்க்கையை நிரந்தரமாக பாதித்து, அவர்களின் எதிர்காலத்தை இருளில் ஆழ்த்திவிடும்.

* சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தின் சமூகப் பாதிப்புகள்
* சிறுவர் துஷ்பிரயோக பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு ஆதரவு அளித்தல்
* சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தைத் தடுக்க குடும்பங்கள் எடுக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகள்
* சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் குறித்த சட்டங்கள் மற்றும் கொள்கைகள்.
* சிறுவர் பாதுகாப்பு தொடர்பான அரசு அமைப்புகளின் இணையதளங்கள்.

மேல்கண்ட தலைப்புகளினை மையமாகக் கொண்டு இந்த சிறப்பிதழ் உங்கள் முன் சமர்ப்பிக்கப்படுகின்றது.

இந்த சிறப்பிதழ் மூலம், சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தின் தீவிரத்தை, அதன் காரணங்களை, விளைவுகளை மற்றும் தடுப்பு நடவடிக்கைகளை ஆழமாக ஆராய நாம் அனைவரும் அழைக்கப்படுகின்றோம். அத்துடன், இதை ஒழிக்க ஒவ்வொருவரும் தங்கள் பங்களிப்பை அளிக்க வேண்டும். குழந்தைகள் நம் நாட்டின் எதிர்காலம். அவர்களை பாதுகாப்பது நம் அனைவரின் கடமை. எனவே, சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் குறித்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தி, இந்த பிரச்சனையை ஒழிப்பதற்கான முயற்சிகளில் பங்களிக்க உங்கள் ஒத்துழைப்பையும் சமூகத்தில் எதிர்பார்க்கின்றோம்.

விருட்சமானது கோணேசர் மண்ணில் மேலும் பல கிளைகள் விட்டு துளிர்க்க இளையோர் உங்கள் ஆதரவினை படைப்புகளாக எதிர்பார்க்கின்றோம்.

நம் விருட்சம் இதழைப் பற்றிய உங்கள், கருத்துக்கள், விமர்சனங்கள், உங்கள் தனித்திறமையான படைப்புக்களை எங்களுக்கு அனுப்பிவையுங்கள். தொடர்புகளுக்கு 0776243212

தலைமை ஆசிரியர்,
நோ . மேரி ரஜனட்

1 மாணவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகளும், தீர்வுகளும்.

பொதுவாக பாடசாலையில் கல்வி கற்போர் மாணவர்கள் என்ற பகுதிக்குள் அடக்கப்படுகின்றனர். அண்மைக்காலத்தில் மாணவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகள் தொடர்பான பதிவுகள் அதிகரித்து வருவதை பல்வேறு தகவல்கள் மூலம் அவதானிக்க முடிகின்றது.

ஐக்கிய நாடுகள் சிறுவர் உரிமைச் சமவாயத்தின் உறுப்புரை 1 இன்படி 18 வயதுக்கு குறைந்த ஆண், பெண் இருபாலாரும் சிறுவர்கள் என வரைவிலக்கணப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.
இந்த வகையில் மாணவர்கள் பெரும்பாலும் சிறுவர்களாவர். மாணவர்களுக்கு எதிராக இடம்பெறும் வன்முறைகளுக்கெதிரான நடவடிக்கைகள் பெரும்பாலும் சிறுவர் உரிமைகள் ஊடாகவே முன்னெடுக்கப்படுகின்றன.

உடலியல் ரீதியான துன்புறுத்தல் உளவியல் ரீதியான துன்புறுத்துல், பாலியல் துஷ்பிரயோகம், போதைவஸ்துக்கு அடிமையாக்குதல், ஓரங்கட்டப்படுதல், தொழிலுக்கு உட்படுத்துதல், பாரபட்சம் காட்டுதல், குடும்ப வன்முறைக்கு உட்படுத்தல் எனப் பல துன்புறுத்தல்கள் மாணவர்களுக்கெதிராக இடம்பெற்று வருகின்றன.

இலங்கையில் இந்த வன்முறைகளைத் தடுக்க பல்வேறு நடவடிக்கைகள் முன்னெடுக்கப்பட்டு வருகின்றன. சிறுவர்கள் நலனை கருத்திற்கொண்டு மகளிர் மற்றும் சிறுவர் விவகார அமைச்சென தனி அமைச்சொன்று ஸ்தாபிக்கப்பட்டுள்ளமை விசேடமாக குறிப்பிடக்கூடியது.

இந்த அமைச்சின் கீழ் சிறுவர்களின் நலன்களைக் கவனிக்கவென முன்பிள்ளை அபிவிருத்திக்கான தேசிய செயலகம், தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகாரசபை, சிறுவர் நன்னடத்தை மற்றும் பராமரிப்புத்திணைக்களம் என்ற அதிகார அமைப்புகள் இயங்கி வருகின்றன. இதற்கு மேலதிகமாக சிறுவர்களுக்கு உதவுவதற்கென 1929 என்ற விரைவு தொலைபேசி எண் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. மாணவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகள் ஏதும் இடம்பெறின் இந்த தொலைபேசி இலக்கத்திற்கு தொடர்பு கொண்டு முறைப்பாடு செய்ய முடியும்.

இதனைவிட 1998ம் ஆண்டின் 50ம் இலக்க தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகார சபைச் சட்டம், 2005ம் ஆண்டின் 34ம் இலக்க குடும்ப வன்முறைகளைத் தடுப்பதற்கான சட்டம், 2006ம் ஆண்டின் 16ம் இலக்க சுனாமி விசேட ஏற்பாடுகள் சட்டம் மற்றும் குற்றவியல் நடபடிக்கோவை என்பனவற்றின் ஊடாகவும் மாணவர் வன்முறைகளுக்கெதிராக நடவடிக்கைகள் எடுக்கக் கூடிய வாய்ப்புகள் உள்ளன.

மாணவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகள் ஆசிரியர்கள் மூலமும் இடம்பெறுவது அறிக்கைகள் மூலம் வெளிப்படுகின்றது. ஆசிரியர்களுக்குத் தேவையான விழிப்புணர்வுகளை வழங்குவதன் மூலம் இது போன்ற வன்முறைகளைக் குறைக்கலாம்.

பாடசாலைகளில் தண்டனை வழங்கும் ஆசிரியர்கள் நீதிமன்றத்தின் மூலம் தண்டிக்கப்பட்ட சம்பவங்களும் உள்ளன. இதற்குக் காரணம், குறித்த ஆசிரியர்கள் வழங்கிய தண்டனை மாணவர் செய்த குற்றத்திற்கும் அதிகமானதாகும். இங்கு ஆசிரியர் அதிக கோபத்துடன் மாணவர்களைத் தண்டிப்பதால் உடலியல் ரீதியான பாதிப்புகள் ஏற்பட்டு சட்டத்தின் பார்வையில் சித்திரவதையாக அது மாறுகின்றது.

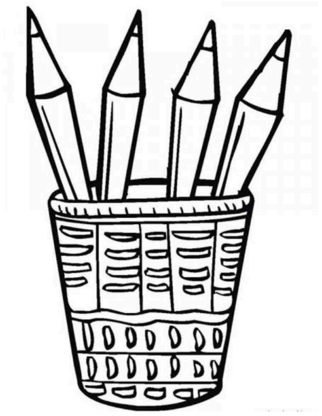
எனவே, ஆசிரியர் மாணவர் தவறு செய்கின்ற போது உடன் தண்டிக்கும் முடிவுக்கு வராமல் விசாரணையின் பின் தண்டிக்கும் முடிவுக்கு வரும்போது கோபத்தினால் தண்டிப்பதை விட மாணவரின் தவறுக்கு தண்டிப்பதற்கான வாய்ப்பு உருவாகும். இது வன்முறையாக அன்றி மாணவரைத் திருத்துகின்ற நடைமுறையாகக் கருதப்படும்.

இந்த விடயங்களைக் கருத்தில் கொண்டு செயற்படும் போது மாணவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகளைக் குறைக்க முடிவதோடு அவற்றுக் கெதிரான தேவையான நடவடிக்கைகளை எடுக்க முடியும்.

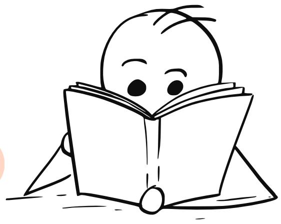
-ஏ.ஸீ.எம்.முஸ்இல்-

மார்ச் 3:
உலக வனவிலங்கு தினம்

மார்ச் 30:
உலக பென்சில் தினம்



2



சுதந்திர கல்வி

சுதந்திர பறவை போல
பறந்து திரியும் நாங்கள்
இயந்திர வலையில் சிக்கி
எரிந்து போவது சரியோ?

பறந்து திரியும் சிட்டாய்..
பால் வடியும் முகமாய்..
வளர்ந்து நிற்கும் கனவுகள்
வதை படுதல் தகுமோ?

எண்ணில்லா வலிகள் தந்து
கண்ணீரையும் பரிசில் ஆக்கி
வன்கொடுமை செய்து நீங்கள்
வாழ்வழித்தல் என்றும் முறையோ?

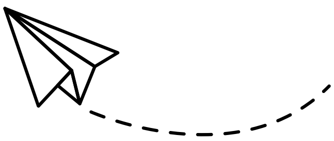
பெற்றோர் கனவுகள் எல்லாம்
அற்றுப் போகும் நிலையே
வற்றாத ஆசைகள் எல்லாம்
வீணாய் ஆதல் பிழையே!

எட்டாக் கனிகள் போன்றே
எங்கள் கனவுகள் மாளும்.
பட்டங்கள் எல்லாம் வெறும்
பேச்சினில் நின்று போகும்!

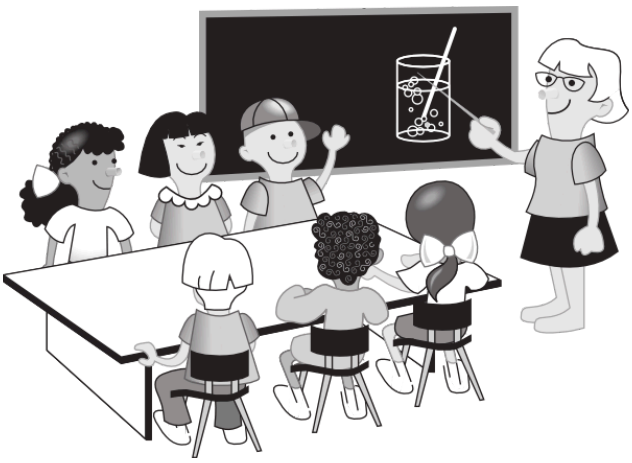
அன்பாய் பேசிப் பாருங்கள்
பண்பாய் பழகிச் சிரியுங்கள்
பார்வைகள் அப்பாவாய் இருக்கட்டும்
பாசமோ அம்மாவாய் அமையட்டும்!

பிழைகளை தடுக்கக் கண்டியுங்கள்
பழிகளை தவிர்க்கச் சிந்தியுங்கள்
வழிகளைச் சொல்லித் தாருங்கள்
மொழிகளை சரியாய் பேசுங்கள்!

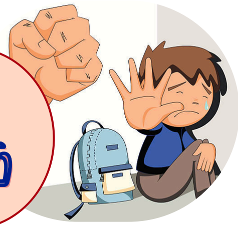
ஆசிரியம் என்பது அறப்பணியாம்
அன்பின் பண்பின் அணிகலனாம்
கூறுபோடும் எண்ணத்தில் எமை
பேரம் பேச வேண்டாமே!!!



வசு நிர்மல்
(ஆதிரையாள்)



3 பாடசாலைக்கால அத்துமீறல்களும்: தீர்வுகளும்



வன்முறை என்பது ஒருவருக்கோ, மற்றவருக்கோ அல்லது ஒரு குழுவுக்கோ உடல்ரீதியாக அல்லது உளரீதியாக தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் முகமாக நிகழ்த்தப்படுவதாலும் உடல்ரீதியான வன்முறைகளைக் கருதுகையில் மற்றவர்களை கட்டுப்படுத்தல், அவர்களை காயப்படுத்தும் நோக்கத்துடன் நிகழ்த்தப்படுபவையாகும்.

வன்முறைகள் வீடுகளில், பள்ளிக்கூடங்களில், வேலைத்தளங்களில் இணையத்தளங்களில், நிறுவனங்களில் என்று எல்லா இடங்களிலும் மலிந்து கிடக்கின்றன. வன்முறைகள் எங்கும் நிகழக்கூடும். இவ் வன்முறைகளுக்கான காரணங்கள் எதுவாகவும் இருக்கக்கூடும். ஆனால், இவ் வன்முறைகளால் பாலர்பாடசாலை செல்லும் மாணவர்கள் தொடங்கி பல்கலைக்கழகம் செல்லும் மாணவர்கள் வரை பெருஞ்சவால்களை எதிர்நோக்கி வருகின்றனர்.

மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகளைக் கருதுமிடத்து பாலியல் வன்முறைகள், இணையத்தளங்களில், சமூகவலைத்தளங்களில் மாணவர்களுக்கு எதிரான மிரட்டல்கள், மாணவர்களின் நலன் மற்றும் உணர்ச்சிகளுக்கு பெற்றோர், பாதுகாவலர்கள் முன்னுரிமை கொடுக்காமை, அடிக்கடி மன அழுத்தங்களுக்கு உள்ளாகச் செய்தல் என்று பலவற்றை அடுக்கிக் கொண்டே போகலாம்.

மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகள் என்பது இலங்கையில் மட்டுமல்ல உலகம் பூராகவும் தற்போது பாரிய பிரச்சினையாக உருவெடுத்துள்ளது. இலங்கையை பொறுத்த வரையில் அடிப்படை உரிமைகளில் அத்தியாயம் 3இல் பதினோராவது அடிப்படை உரிமையாக "சித்திரவதைக்கு உள்ளாகாமல் இருப்பதற்கான சுதந்திரம்" (Freedom From Torture) காணப்படுகிறது.

"ஆள் எவரும் சித்திரவதைக்கு அல்லது கொடூரமான மனிதாபிமானமற்ற அல்லது இழிவான நடாத்துகைக்கு அல்லது தண்டனைக்கு உட்படுத்தப்படலாகாது" என இலங்கையில் சட்டமியற்றப்பட்டுள்ள போதும் மாணவர்கள் இச்சவால்களுக்கு முகங்கொடுக்க காரணம் என்ன?

அரசாங்கமா? சமூகமா? அல்லது மாணவர்களேயா? 2025ம் ஆண்டிற்கு முற்பட்ட ஆண்டுகளில் பல அறிக்கைகள் மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகளை எடுத்துக்காட்டுகின்றன. உதாரணமாக, 2018ம் ஆண்டின் ஒரு அறிக்கையின் படி, சில பள்ளிகளில் சொற்போக்குகள்/ சண்டைகளை போக்குவதற்காக அசௌகரியமான தண்டனைகள், மிரட்டல்கள் பயன்படுத்தப்பட்டு வந்துள்ளன. மற்றும் அதே அறிக்கையில் சில பள்ளி மாணவர்களுக்கு Sexual Abuse இடம்பெற்று வந்துள்ளமையும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. இந்த சம்பவங்கள் பெரும்பாலும் மறைக்கப்பட்டு வந்துள்ளன. 2019ம் ஆண்டில் சர்வதேச ஆய்வொன்றின் படி, இலங்கையில் இணையத்தளங்களில் மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகள் மற்றும் பலத்த செயற்பாடுகள் அதிகரித்துள்ளதாக தெரிவிக்கப்படுகின்றன.

இதன் மூலம் மாணவர்கள் தனிமையிலும் வெறுப்பு மற்றும் மன அழுத்தங்களை எதிர்கொள்கின்றார்கள்.

பல ஊடகங்களில் இவ் வன்முறைகள் வெளியிடப்பட்டிருந்தும் இப் பிரச்சினைக்கான முற்றுமுழுதான தீர்வு கிடைத்து விட்டதா? அல்லது இப்பிரச்சினைகள் எள்ளளவேனும் குறைந்திருக்கின்றதா? மாணவர்களுக்கெதிரான வன்முறைகள் ஆலமரமளவிற்கு விசாலமாகியல்லவா உள்ளது. சமுகத்திலொரு மாற்றத்தை கொண்டுவரமுதல் நம் ஒவ்வொருவரிலும் மாற்றத்தை கொண்டு வர வேண்டும். மாற்றம் ஒன்றே மாறாதது.

பூட்டுக்கள் தயாரிக்கப்படும் போதே சாவிகளும் தயாரிக்கப்படுகின்றன. இவ் வன்முறைகளுக்கு தீர்வாக எனது கருத்தாவது கல்வி நிறுவனங்கள் (பாடசாலை, Tuition classes, University and ect) மாணவர்களின் பாதுகாப்பை உறுதி செய்ய துரித நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும். பாடசாலை நிர்வாகம் மற்றும் ஆசிரியர்கள் மாணவர்களின் நலனில் அக்கறை காட்ட வேண்டும். பெற்றோரும் சமூகமும் மாணவர்களின் உணர்ச்சிகளுக்கும் கருத்துக்களுக்கும் முன்னுரிமை கொடுக்க வேண்டும். இலங்கையில் மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகுறித்த சில சட்டங்கள் காணப்படுகின்ற போதிலும் அவை நடைமுறையில் இருப்பது குறைவு. எனவே, அரசாங்கம் அது தொடர்பில் கவனம் செலுத்துவது என்னைப் போன்ற மாணவர்கள் மத்தியில் ஏற்படுகின்ற வன்முறைகளை குறைக்க வழிவகுக்கும். வன்முறைகளை ஒழிக்க நாமும் நம்மில் ஒரு மாற்றத்தை கொண்டு வருவோம்.

அனெக்கா பிரியாழினி ராஜசேகரன்

4

எமது மனம்

சின்னச் சின்ன சிட்டாய் உயரப் பறக்க நினைக்கும்
எமக்குள் ஆயிரம் கனவுகள் நிறைகிறது.

எட்டாக் கனவுகளைக் கூட எட்டும் கனவாய் மாற்றும் போது
பெற்றோர் நினைவுகளும் அதில் வந்து இணைகிறது.

வன்முறைகளின் கோரத் தாக்கம் எம் மாணவர்களின் மனங்களில்
சொல்ல முடியாத ஏக்கத்தைத் திணிக்கிறது.

ரணங்களை விதைத்து மனதில் நல்ல
குணங்களை அழித்தே போகிறது.

சிந்தையில் விந்தை புரியும் பல்திறமை மாணவர்கள் கூட - அடக்குமுறையைத்
தவிர்க்க நினைத்து தனித்து நின்று மௌனத்தால் முகாரி பாடுகிறார்கள்.

புத்தகப் பையைக் கூட சுமக்க முடிந்த மனதிற்கு
வன்முறையின் சோக சுமைகள் தாங்க முடியாமல் கனத்துக் கிடக்கிறது.

எம்முடன் பேசித் தீர்வு காணுங்கள்.
மனதோடு நின்று வன்முறையை எதிர்த்திடுங்கள்.
மாணவர் மகிழ்ச்சிக்காக உங்கள் மணித்துளிகளை
அன்பில் நனைத்திடுங்கள்.

வதைத்திடுங்கள்.. வன்முறையைக் கண்டித்து..
வாழ வேண்டிய எங்களை வலிந்து மீட்டிடுங்கள்.

செல்வி. K. சரசாங்கி
தரம் 10
தி/ ஸ்ரீ ஷண்முகா இந்து மகளிர் கல்லூரி

5 பல்கலைக்கழகம்

உன் நினைவுகள்
சிறு வயதிலிருந்து உன்னைப் பற்றிய கதைகள்,
விதைகளாய் விதைத்தன என் மனதில்.
பாண்டித்தியம் பெற்றோர் புகழ் கூற,
உன்னைப் பற்றிய கனவுகள் ஆயிரம்,
என் சிறு இதயத்திலே மலர்ந்தன.

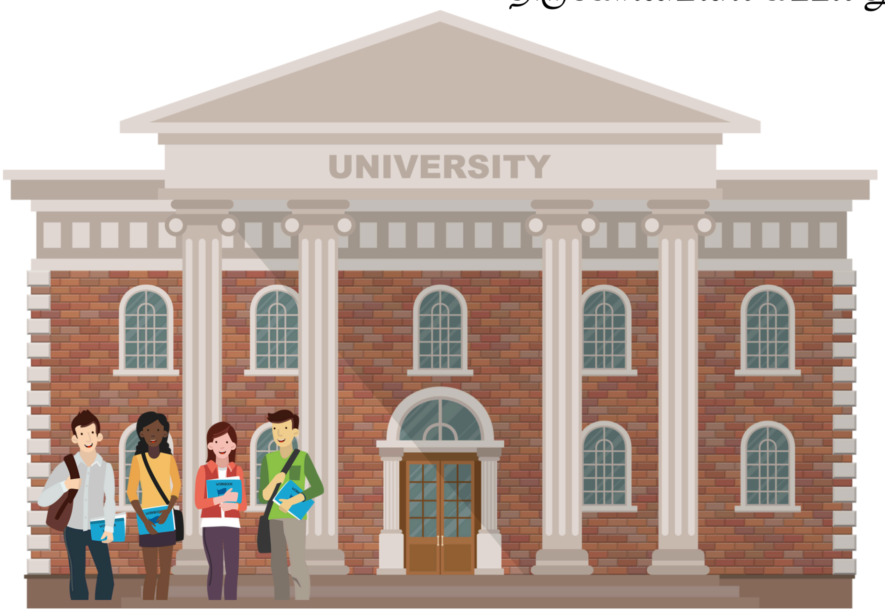
கவிஞர் பார்வையில் சிக்கிய காட்சி போல,
அந்த வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தது.
அளவில்லாத சந்தோசத்துடன்,
உன் புகழை உரைத்தேன் யாவருக்கும்.

காலம் செல்ல செல்ல உனக்குள் கலந்து
கொண்டேன்,
சிறைக்குள் மாட்டி விட்டோமோ எனும் கேள்வி,
என் ஆழ்மனதில் எழுந்தது.
தேசத்தின் எல்லையில் நின்ற சிப்பாய் போல்,
எம்மை நோக்கினார்கள் மூத்தவர்கள்.

எதிர்கால கனவுகளை நிறைவேற்ற,
உன் கரம் பிடித்தேன் நானும்.
பல நல்ல நண்பர்களுடன்,
தோல் மேல் கரம் போட வைத்தாய்.

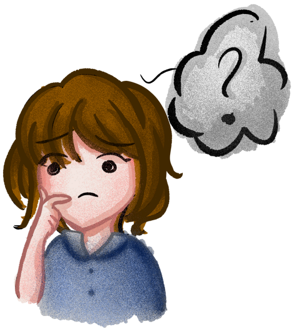
ஆயிரம் கஷ்டங்களும்,
வீட்டுச் சூழ்நிலைகளும்,
எம் மனதில் வலியை ஏற்படுத்தின.
ஆனால்,
உன் மூலம் கிடைத்த கல்வி,
எம் மனதை வலிமையாக்கியது.
இருள் சென்றது,
பகல் வந்தது.
காலம் கடந்தபோது,
பல்கலைக்கழக வாழ்க்கை,
வெளியே வந்தவுடன்,
அவ் அழகிய சிறைதான்,
என் வாழ்க்கை வரலாற்றில் ஒரு
பாதி என்றது!

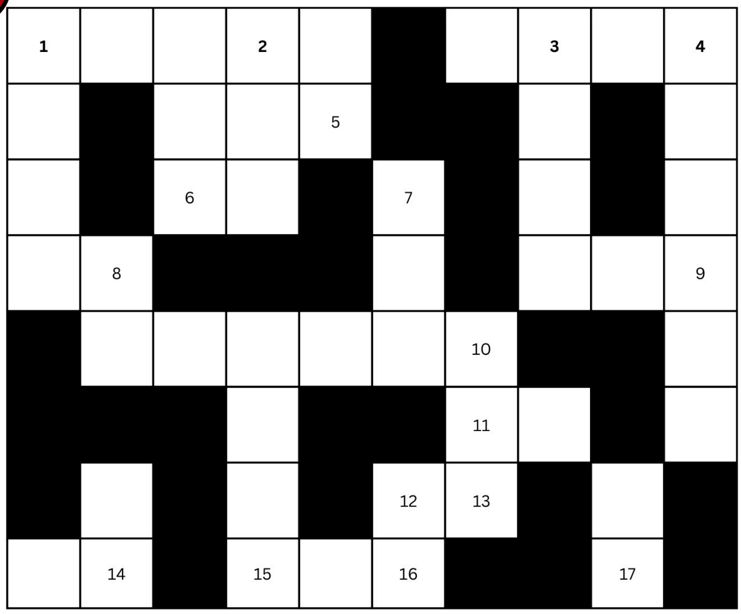
கிருஷ்ணமூர்த்தி .டிலக்சன்
திருகோணமலை கப்பல் துறை



6

குறுக்கெழுத்து புதிர்





இடமிருந்து வலம்

1.முருக கடவுளின் அண்ணா
6.வணக்_ _
11.வீடு ஒத்தசொல்
12.ஒரு பாலைவனம் மற்றும் வீதி அமைக்க பயன்படுவது
15.மனித செயற்பாடுகளால் அருகி வருகிறது.

வலமிருந்து இடம்

4.எழுதுகோல், பேனா அல்ல
5.ஓர் விடயம் நிகழ்காலத்திலேயே ஒளிபரப்பினால்
8. அரசு பெரும்பாலும் இயங்குவது மக்களின் _ இனால்
9.மார்கழி மாதத்தில் போடப்படும்
10.------------லிகள்
14.---,பிதா,குரு,தெய்வம் (வேறு சொல் ------மா)

கீழிருந்து மேல்

1.வணிகருக்கு - வேறு சொல்
2.இறைவனை----- கூப்பி வணங்க வேண்டும்
3.கடினம் -வேறுசொல்
4.தஞ்சையின் பெருமை 'இது'
7.நாட்டின் வளர்ச்சிக்கு ,------ப்பாடு அவசியம் -கலைந்துள்ளது
8.காற்று ஒத்தசொல்

மேலிருந்து கீழ்

5.வீரர்கள் பகைவர்களுடன் நேருக்கு ---- நின்று மோதினர்
6.பொலிஸார் தடியடி பிரயோகித்தும் போராளிகளின் கூட்டம் ---வில்லை
14.அவன் ,அவள் ,------
15.உராய்வு தங்கியிருப்பது ------ தன்மை.
16.கோதுமையில் செய்யப்படும் மா ?
13.பரம்பரையாக வரும் சொத்து -----ச் சொத்து
17.தற்போது ------- தான் கடவுளடா

7 நரம்பியல் மருத்துவத்தில் புதிய யுகம்: நியூராலிங்க் சிப்!

மனிதனின் மிக முக்கியமான அங்கமாக மூளை கருதப்படுகிறது. ஏனெனில், மனித உடலின் அனைத்து பகுதிகளும் முறையாக செயல்படுவதற்கான தகவல்களையும் கட்டளைகளையும் வழங்கும் முக்கிய பணியை இது செய்கிறது. மூளை, நரம்புத் தொகுதிகள் (Nerve Bundles) மூலம் தகவல்களை உடல் பகுதிகளுக்கு அனுப்புகிறது. நரம்புத் தொகுதிகளில் ஏதேனும் பாதிப்பு ஏற்பட்டால், மூளையிலிருந்து வழங்கப்படும் தகவல்கள் உடல் பகுதிகளுக்கு சேராமல் அந்த பகுதிகள் செயலிழக்கக்கூடும்.

இந்த சவாலுக்கு தீர்வு காண எலான் மஸ்க் (Elon Musk) தலைமையிலான நியூராலிங்க் (Neuralink) நிறுவனம் நியூராலிங்க் என்1 (Neuralink N1) என்ற நினைவகத்தை (chip) உருவாக்கியுள்ளது. இந்த சிப், மூளையின் இயக்கங்களை கட்டுப்படுத்தும் முக்கிய பகுதிகளில் இருந்து தகவல்களை உறுதி செய்து, அவற்றை டிஜிட்டல் வடிவத்துக்கு (Digital Format) மாற்றி வழங்கும் திறனை கொண்டது. இந்த சிப் நாணயத்தின் அளவுக்கு சமமானதாக இருக்கும். மூளையின் மேற்பரப்பில் சிறிய அறுவை சிகிச்சை (Surgery) மூலம் பொருத்தப்படும் இந்த சிப்பில் இருந்து 64 நுண்ணிய, நெகிழ்வான நூல்கள் (Flexible Threads) மூளையின் குறிப்பிட்ட பகுதிகளில் நுழைக்கப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு நூலும் 16 மின்தோண்டிகள் கொண்டுள்ளது. மொத்தம் 1,024 மின்தோண்டிகள் மூலமாக மூளையின் நரம்புத் தொடர்புகளை (Neural Connections) பதிவு செய்ய முடியும். மேலும், இது புளூடூத் (Bluetooth) மூலமாக தகவல்களை மாற்றிக் கொள்ளும் திறனை கொண்டுள்ளது.

நியூராலிங்கின் முதல் மனித பயனராக, நோலன் ஆர்பாக் (Nolan Arbaugh) என்ற நபர் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டார். 2016 ம் ஆண்டில் ஏற்பட்ட ஒரு நீச்சல் விபத்தில், அவரது கழுத்துக்கு கீழே செயலிழந்தது . 2024 ம் ஆண்டு, நியூராலிங்க் சிப் பொருத்தப்பட்ட முதல் நபராக அவர் அறிமுகமானார். இந்த சிப்பின் மூலம் அவர் தனது எண்ணங்களை பயன்படுத்தி கணினியினை கட்டுப்படுத்த முடிந்தது. இந்த கண்டுபிடிப்பு, செயலிழந்த உடல் உறுப்புகளை மீண்டும் செயல்படுத்துவதில் (Rehabilitation) மிகப்பெரிய மாற்றத்தை உருவாக்கியுள்ளது.

இந்த சிப் மூளையின் நரம்புத் தொடர்புகளை பதிவு செய்து, அவற்றை டிஜிட்டல் தகவல்களாக மாற்றி, வயர்லெஸ் முறையில் (Wireless Transmission) வெளியே அனுப்புகிறது. அவை விரும்பிய செயல்பாடுகளாக மாற்றப்படுகின்றன. இந்த தொழில்நுட்பம், நரம்புத் தொடர்புகளில் ஏற்பட்ட பாதிப்புகளை சரிசெய்ய மற்றும் பல நரம்பியல் நோய்களை (Neurological Disorders) சிகிச்சையளிக்க பயன்படுகிறது. மேலும், இதன் மூலம் மனிதர்கள் தங்கள் எண்ணங்களைப் பயன்படுத்தி ரோபோடிக் சாதனங்களை (Robotic Devices) இயக்க முடியும்.

இன்றைக்கு, இந்த தொழில்நுட்பம் ஆராய்ச்சி மற்றும் பரிசோதனை நிலைகளில் உள்ளது. இருப்பினும், எதிர்காலத்தில் இது மருத்துவத்தில் புதிய பாதையை உருவாக்கும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

8 வர்மக்கலை

வர்மக்கலை என்பது தமிழ் மரபில் தோன்றிய ஒரு பழமையான தற்காப்புக் கலையாகும். சிறுவர்கள் மற்றும் இளைஞர்களை வன்முறைகளில் இருந்து தற்பாதுகாத்து கொள்ள உதவும் தற்காப்புக் கலைகள் எது, அதன் பயன்கள், அதனை கற்கும் வழிமுறைகள் பற்றிய விளக்கங்களை இங்கு காணலாம். இது உடலின் முக்கிய நாடிகள், நரம்புகள் மற்றும் புள்ளிகளை (வர்ம புள்ளிகள்) மையமாகக் கொண்டு செயல்படுகிறது. இது தற்காப்புக்காக மட்டுமல்லாமல், சிகிச்சை முறையாகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

வர்ம சூத்திரம் எனப்படும் தமிழ் மருத்துவ அறிவியலை அடிப்படையாகக் கொண்டு உருவாக்கப்பட்ட இக்கலை, பின்னாளில் தற்காப்புக் கலையாக வளர்ச்சி பெற்றது. வர்மக்கலையின் தற்காப்பு அம்சங்களாக, வர்ம புள்ளிகளை தாக்குதல்: உடலில் உள்ள 108 முக்கிய வர்ம புள்ளிகளை (சில ஆதாரங்களில் 126 என்றும் குறிப்பிடப்படுகிறது) துல்லியமாக தாக்குவதன் மூலம் எதிரியை உடனடியாக செயலிழக்கச் செய்ய முடியும். இவை நரம்புகள், மூட்டுகள், தசைகள் அல்லது உறுப்புகளுடன் தொடர்புடையவை. உதாரணமாக, திலர்த வர்மம் (புருவங்களுக்கு நடுவிலுள்ள புள்ளி) அல்லது படு வர்மம் போன்றவை தாக்கப்பட்டால் உணர்விழப்பு ஏற்படலாம். அடுத்ததாக, ஆயுதமின்றி சண்டை: வர்மக்கலை பயிற்சியாளர்கள் கைகளாலோ அல்லது உடலின் இயக்கங்களாலோ தாக்குதலை நடத்தலாம். இதில் கரம் அடி (கை தடுப்பு), உடல் அசைவுகள் மற்றும் துல்லியமான அழுத்தங்கள் அடங்கும். வர்மக்கலை பெரும்பாலும் சிலம்பம் அல்லது களரிப்பயிற்று போன்ற தமிழ் தற்காப்புக் கலைகளுடன் இணைந்து கற்பிக்கப்படுகிறது. இதில் ஆயுதங்களைப் பயன்படுத்தியும் தற்காப்பு முறைகள் உள்ளன. மற்றும், பிராணாயாமத்தின் பங்கு எனப்படும் 'சுவாசப் பயிற்சிகள்' (பிராணாயாமம்) மூலம் உடலின் ஆற்றலை சீர்படுத்தி, தாக்குதல் அல்லது பாதுகாப்புக்கு தயார்படுத்துவது இதன் முக்கிய அம்சம்.

தற்காப்பில் வர்மக்கலையின் தனித்துவமாக, இரட்டை நோக்கம் என்பது, வர்மக்கலை தாக்குதலுக்கும் (வர்ம அடி) சிகிச்சைக்கும் (வர்ம வைத்தியம்) பயன்படுத்தப்படுகிறது. உதாரணமாக, ஒரு வர்ம புள்ளியை தாக்கி எதிரியை செயலிழக்கச் செய்த பின், அதே புள்ளியை சரியாக அழுத்தி சிகிச்சையளிக்கவும் முடியும். இரண்டாவதாக, மறைந்திருக்கும் அறிவு, இது பாரம்பரியமாக குரு-சிஷ்ய முறையில் மட்டுமே கற்பிக்கப்பட்டதால், தவறாக பயன்படுத்தப்படாமல் பாதுகாக்கப்பட்டது. மூன்றாவதாக, மன மற்றும் உடல் ஒருங்கிணைப்பு, இது தற்காப்புக்கு உடல் வலிமையைவிட மனதை ஒருமுகப்படுத்துதல் மற்றும் ஆற்றல் கட்டுப்பாடு முக்கியமாகின்றது.

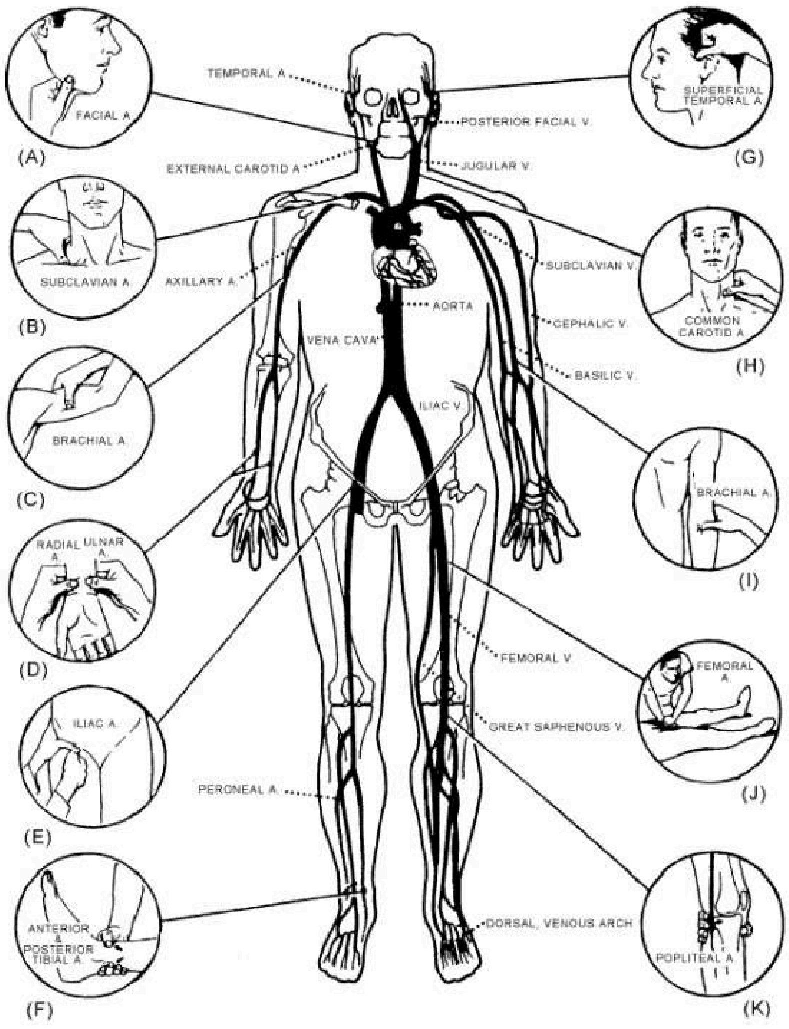
அத்துடன், வர்மக்கலை பயிற்சி, இது, வர்மக்கலையை புத்தகங்கள் அல்லது இணையம் மூலம் கற்க முடியாது; இது ஆபத்தானது. முறையான ஆசானிடம் நேரடி பயிற்சி அவசியம். பயிற்சியில் உடலின் வர்ம புள்ளிகளை அறிதல், அவற்றை தாக்கும் முறைகள், மற்றும் பாதுகாப்பு உத்திகள் கற்பிக்கப்படுகின்றன.

இது இன்றும் சில கலைக்கூடங்களில் கற்பிக்க படுவதோடு, இடங்களில் பயிற்சியாகவும் முறையாகவும் உள்ளது. இதில் நம் முன்னோர்களின் ஆன்மீக பங்களிப்பாக, குறிப்பாக அகத்தியர், வர்மக்கலையை உருவாக்கியவர்களாகக் கருதப்படுகிறார்கள். அவர்கள் இதை மருத்துவத்திற்காகவும், தற்காப்பிற்காகவும் பயன்படுத்தினர். அகத்தியரின் "கம்பு சூத்திரம்" போன்ற நூல்களில் சிலம்பத்துடன் வர்மத்தின் தொடர்பு குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.
முடிவாக, வர்மக்கலை ஒரு தற்காப்புக் கலையாக மட்டுமல்லாமல், உடல் மற்றும் மன ஆற்றலை ஒருங்கிணைக்கும் தமிழ் மரபின் அற்புத படைப்பாகும். இதை முறையாக கற்பதன் மூலம் சுய பாதுகாப்பையும், உடல் நலத்தையும் பேண முடியும்.

சிறு பராயம் முதலே நம் குழந்தைகள் இவற்றினை கற்பதன் மூலம் சுய பாதுகாப்பு முறை ஒன்றினை தன்னைச்சூழ உருவாக்கிக் கொள்ள முடியும். தற் பாதுகாப்பு இன்றும் என்றும் நம் வாழ்வில் நமக்கு தேவையான ஒன்றாக அமைந்து விடுகின்றது. நம்மை நாம் காப்பதோடு நம் சுற்றத்தையும் காப்போம்.

மாறன்,
இணையம் வழியாய் நானும்.

Pressure points



பாடசாலை மாணவர்களுக்கு நடைபெறும் வன்கொடுமைகள்

நடப்பு தொழில்நுட்ப அதீத வளர்ச்சி காலகட்டத்தில், பல மாணவர்கள் இன்னும் சமூகத்தில் மறைந்து, தங்களுக்கு நடக்கும் துன்பங்களையும் வன்முறைகளையும் வெளிப்படுத்த முடியாமல் தவித்து வருகின்றனர். இது மிகவும் துரதிஷ்டவசமான நிலைமையாகும், ஏனெனில் இதற்கு பலவற்றைச் செய்ய முடியும் என்றாலும், அவை சரியான முறையில் நிறைவேற்றப்படவில்லை.

மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்கொடுமைகள் பல்வேறு வடிவங்களில் நிகழ்கின்றன. உடல் வன்முறை, மனவெளிப்பாடு, மற்றும் சமூக விலக்கல் ஆகியன இதில் அடங்கும். உடல் வன்முறை என்பது மாணவர்களை அடித்தல் , தட்டுதல் போன்றவற்றை குறிக்கிறது. மனவெளிப்பாடு என்பது மாணவர்களின் மனநிலையை பாதிக்கும் விதத்தில் கிண்டல் செய்தல், அடக்குமுறை பேச்சு போன்றவற்றைக் குறிக்கிறது. சமூக விலக்கல் என்பது ஒரு மாணவனை மற்றவர்களிடம் இருந்து தனிமைப்படுத்தும் பிரச்சினையாகும்.

இந்த வன்கொடுமைகள் மாணவர்களின் உடல் மற்றும் மனநிலையை பாதிக்கின்றன. அவர்கள் படிப்பில் கவனம் செலுத்த முடியாமல் போகிறது. மாணவர்கள் மனஅழுத்தம், ஊக்கக்குறைவு, மனச்சோர்வு ஆகியவற்றால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இந்த நிலைமை அவர்களின் எதிர்காலத்திற்கும் தீங்கு விளைவிக்கக்கூடியது.

இந்த பிரச்சினைகளைத் தீர்க்க, சமூகத்தின் ஒவ்வொரு பகுதியும், பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள், மற்றும் மாணவர்கள் இணைந்து செயல்பட வேண்டும். மாணவர்களுக்கு பாதுகாப்பான சூழலை வழங்க, பள்ளிகளில் குறைந்தபட்சம் ஒரு மனநல ஆலோசகரை நியமிக்க வேண்டும். மாணவர்களின் உணர்வுகளை கௌரவித்து அவர்களுக்கு தேவையான ஆலோசனைகளை வழங்க வேண்டும். சமூக விலக்கலுக்கு உள்ளான மாணவர்களை சமரசம் செய்ய, நண்பர்களாக செயல்படவேண்டியதாயுள்ளது.

முகபுத்தகம் போன்ற சமூக ஊடகங்ககளை பயன்படுத்தி மாணவர்கள் தங்களின் பிரச்சினைகளை வெளிப்படுத்துவதற்கான வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்தலாம். இதன் மூலம் அவர்கள் தங்களின் பிரச்சினைகளை மிகவும் எளிதாக வெளிப்படுத்த முடியும்.

முழுமையான தீர்வுகளின் மூலம் மாணவர்களை வன்கொடுமைகளில் இருந்து காப்பாற்ற முடியும். இது ஒரு ஒற்றை மனிதன் அல்லது நிறுவனம் செய்யக்கூடிய விஷயமல்ல. அனைத்து சமூக உறுப்பினர்களும் இணைந்து செயல்பட்டால் மட்டுமே, மாணவர்களின் வன்கொடுமைகளை முறியடிக்க முடியும். இதனால் அவர்கள் ஆரோக்கியமான, பாதுகாப்பான, மற்றும் மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கையை வாழ முடியும்.

அதேபோல பாடசாலைகளில் இடம்பெறும் மாணவர் வன்கொடுமைகள் என்பது மிகவும் கவலைக்குரிய பிரச்சினையாகும். இது மாணவர்களின் உடல் மற்றும் மன நலனுக்கு தீங்கு விளைவிக்கக்கூடியது. மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்கொடுமைகள் பல்வேறு வடிவங்களில்

நிகழ்கின்றன, அவற்றில் உடல் வன்முறை, மனவெளிப்பாடு, மற்றும் சமூக விலக்கல் அடங்கும். மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்கொடுமைகள் பல்வேறு காரணங்களால் ஏற்படுகின்றன. முதன்மையாக, மாணவர்களின் சமூக மற்றும் பொருளாதார நிலை, குடும்பப் பின்னணி, மற்றும் பள்ளியின் சூழல் ஆகியவை முக்கிய காரணிகளாக உள்ளன. மாணவர்களின் பாதுகாப்பு மற்றும் நலன்களை மேம்படுத்துவதற்கான நடவடிக்கைகள் அவசியமாகின்றன.

மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்கொடுமைகளைத் தடுக்க, பள்ளிகள் மற்றும் சமூகங்கள் இணைந்து செயல்பட வேண்டும். மாணவர்களின் பாதுகாப்பு மற்றும் நலன்களை மேம்படுத்துவதற்கான திட்டங்கள் மற்றும் நடவடிக்கைகள் அவசியமாகின்றன. மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்கொடுமைகளைத் தடுக்க, பள்ளிகள் மாணவர்களுக்கு பாதுகாப்பான சூழலை உருவாக்க வேண்டும். மாணவர்களின் மனநலத்தை மேம்படுத்துவதற்கான ஆலோசனைகள் மற்றும் ஆதரவு சேவைகள் வழங்கப்பட வேண்டும்.

மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்கொடுமைகளைத் தடுக்க, பள்ளிகள் மாணவர்களுக்கு பாதுகாப்பான சூழலை உருவாக்க வேண்டும். மாணவர்களின் மனநலத்தை மேம்படுத்துவதற்கான ஆலோசனைகள் மற்றும் ஆதரவு சேவைகள் வழங்கப்பட வேண்டும். மாணவர்களுக்கு எதிரான வன்கொடுமைகளைத் தடுக்க, பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள், மற்றும் சமூக உறுப்பினர்கள் இணைந்து செயல்பட வேண்டும். மாணவர்களின் பாதுகாப்பு மற்றும் நலன்களை மேம்படுத்துவதற்கான நடவடிக்கைகள் அவசியமாகின்றன.

இந்த கட்டுரை மாணவர்களின் பாதுகாப்பு மற்றும் நலன்களை மேம்படுத்துவதற்கான முக்கியமான தகவல்களை வழங்குகின்றது.

ஜெ.அநீதா சங்கர்

10

திறன் விருத்தி கட்டுரை
நிமிர்ந்து நில்லுங்கள்

“நிமிர்ந்து நில்லுங்கள்” திறன் விருத்தி கட்டுரையானது, வன்முறைகளில் இருந்து சிறுவர்கள் மற்றும் இளைஞர்கள் வெளிவருவதற்கும், வன்முறைகளில் மாட்டிக்கொள்ளாமல் இருப்பதற்காகவும், எவ்வாறு ஆரம்பம் முதலே நம்மை நாம் திறன் விருத்தி மூலம் பாதுகாப்பாக கொண்டு செல்வது என்பதை கொண்டது.

சிறுவர்களாகவும் இளைஞர்களாகவும் உள்ள நாங்கள், நம்மை புரிந்து கொள்ள அல்லது உணர்ந்து கொள்வதற்கான வழிகள் எவையென பார்த்தோம் என்றால், அவற்றின் மூலம் நம்முடைய திறமைகளையும் , ஆற்றல்களையும், அபிலாசைகளையும் என்னவென்று புரிந்து கொள்வோமேயானால், அதற்கு ஏற்ற முறையில் வெற்றிப்பாதைகளை நம்மால் உருவாக்கி கொள்ள முடிகின்றது. இன்றைய நவீன யுகத்தில், நம் பாதை எதுவென தேடும் சிறுவர்கள் மற்றும் இளைஞர்களுக்கும், தடம் மாறும், தவறான பாதைகளை தேடும், தேட இருக்கும், பாதைகளை மாற இருக்கும் சிறுவர்கள் மற்றும் இளைஞர்களுக்கும் இது ஓர் சிறந்த திறன்விருத்தி ஆலோசனையாக அமையும். உங்களிடம் மற்றவர்கள் அலட்சியமாகவோ, மரியாதை குறைவாகவோ நடந்து கொண்டால் அல்லது வீண் வார்த்தைகளால் அடுத்தவரிடமோ உங்களிடமோ உங்களைப்பற்றி விவாதம் செய்தால் நீங்கள் அவர்களிடம் போய் விவாதம் நடத்தி கொண்டிருக்காதீர்கள். உங்களுடைய செய்கைகள், நடவடிக்கைகள் மூலம் உங்களுடைய அபிப்பிராயத்தை, நீங்கள் அவர்களுக்கு உணர்த்துவது தான் சரியான வழியாக இருக்கும். உங்களைப் பற்றிய, அவரக்ளின் தவறான புரிதலுக்கு உங்கள் செய்கைகள், நடவடிக்கைகள் சிறந்த பாடமாக, முன் உதாரணமாக திகழும். ஒரு செயலே ஒருவரை முழு மனிதன் ஆக்குகின்றது. அவ்வாறான ஆலோசனைகள், சில வழிகாட்டல்கள் இதோ உங்களுக்காக,

முதலாவதாக, கூடுமான வரையில் தேவையற்ற வார்த்தைகளை குறைத்துக் கொண்டு நீங்கள் உறுதியானவர்கள் என்பதை செயல் மூலம் நிரூபியுங்கள். இரண்டாவதாக, உங்களுக்கு பிடிக்காத காரியத்தை மற்றவரின் வற்புறுத்தலுக்காக ஒரு போதும் செய்யாதீர்கள். மூன்றாவதாக, மற்றவர்களிடம் வேலை வாங்கும் போது உங்கள் தகுதியையும், அதிகாரத்தையும் பயன்படுத்தி வேலை வாங்குங்கள். மற்றவர்கள் எடுத்தெறிந்து பேசும் அளவிற்கு அனுமதி அளிக்காதீர்கள். நான்காவதாக, அவையடக்கம் என நினைத்து உங்களை நீங்களே குறைத்து கொண்டு பேசாதீர்கள். அவ்வாறு நீங்கள் குறைத்து பேசும் போது பெரும்பாலும் அதை உங்களின் அடக்க குணமாக ஏற்றுக் கொள்வதில்லை, இதனை உங்களுக்கு விஷயம் தெரியாது என்று எண்ணத் தொடங்கி விடுவார்கள். எந்த நேரத்தில், எந்த சூழ்நிலைகளில், என்ன பேசவேண்டும், எப்படி பேசவேண்டும் என்ற விளங்கங்களை அறிந்து பேசவேண்டும். ஐந்தாவதாக , மற்றவர்கள் உங்கள் நேரத்தை வீணாக்க ஒரு போதும் அனுமதிக்காதீர்கள். கொஞ்சமும் கவலைப்படாமல் உங்களுக்கு வேலை இருக்கும் வேளைகளில் அவர்களுக்கு விடை கொடுத்து அனுப்புங்கள். உங்கள் நேரம் உங்களுக்கான ஒரு வாய்ப்பு என்பதை மறவாதீர்கள்.

மேற்கண்ட ஐந்து விடயங்களையும் கடைபிடிக்க தொடங்கும் போது மற்றவர்கள் நிச்சயமாக உங்களை மதிக்கத் தொடங்குவார்கள். ஆனால் உங்கள் நிலையில் நீங்கள் உறுதியாக இருந்து அதன் விளைவாக மற்றவர்களிடம் பாதிப்பு ஏற்பட்டால் எந்தக் காரணத்தையும் கொண்டு உங்களிடம் குற்ற உணர்ச்சி ஏற்பட நீங்கள் அனுமதிக்க கூடாது.

நீங்கள் உறுதியாக நடந்து கொள்ளும் போது மற்றவர்களின் முகத்தில் ஏற்படும் கவலை குறித்தோ, கோபம் குறித்தோ அவர்களின் எந்த உணர்ச்சியும் உங்களை பாதிக்க அனுமதிக்காதீர்கள். ஏனெனில் அதையே அவர்கள் உங்கள் பலவீனமாக எடுத்துக் கொண்டு, உங்கள் மீது ஆதிக்கம் செலுத்த ஆரம்பித்து விடுவார்கள்.

ஒரு விடயத்தில் நீங்கள் தெளிவுடன் இருக்க வேண்டும், உங்களை மற்றவர்கள் எப்படி நடத்த அனுமதிக்கிறீர்களோ , அப்படிதான் அவர்கள் உங்களை நடத்துகிறார்கள். இதை நாம் தெளிவாக உணர்ந்து கொண்டு உறுதியான நிலைகளை மேற்கொள்ள தொடங்கிவிட்டால் மற்றவர்கள் உங்களை மதித்து, உங்களுக்கு மரியாதையை செய்யத் தொடங்கி விடுவார்கள். இதன் மூலம் நாம் நமக்கான மரியாதைகள் , சுய பாதுகாப்பு , தேவையற்ற பிரச்சனைகள் , இடையூறுகளில் இருந்து நம்மை நாம் பாதுகாப்பதோடு, நம் திறன்களையும் விருத்தி செய்து கொள்ளலாம்.

நோ. பிலோமினா
யாட் அடைவீதி

இலங்கையில் பெண்களுக்காக அரசாங்கம் எடுத்துள்ள நடவடிக்கை:

பெண்கள் மற்றும் சிறுவர் பாதுகாப்பிற்காக பாதுகாப்பு இல்லங்கள் நிறுவப்பட்டுள்ளது

பெண்கள் மற்றும் சிறுவர் விவகார அமைச்சு மற்றும் அரச சார்பற்ற அமைப்புகள் ஒன்றிணைந்து இயக்கும் பாதுகாப்பு இல்ல வலையமைப்பில் இணைப்பதற்கு அமைச்சரவை அங்கீகாரம் வழங்கியது

11

தொடர்கதை - கண்ணியவான்-2

எதிர்பாரா திருப்பங்கள்..

ரத்தினத்தின் தலைமையில் ஆரம்பிக்கப்பட்ட சிற்றுண்டிச்சாலையை கண்மணி சிறப்பான முறையில் நடாத்திச்செல்ல ரத்தினமும், அவனது சகோதரர்களும் அவளுக்கு உறுதுணையாய் இருந்தார்கள். தாயும், பிள்ளைகளும் குடும்ப வளர்ச்சிக்காய் பாடுபட்டுக்கொண்டிருந்த போது ரத்தினத்தின் தந்தை செந்தில், குடும்பத்தை பற்றிய எந்தவித சிந்தனையுமின்றி தீய பழக்கவழக்கங்களிற்கு அடிமையாகி மதுபான சாலையே தஞ்சமென்று இருந்தான். செந்தில் வீட்டிற்கு திரும்பாத சந்தர்ப்பங்களில் தாயின் பதைபதைப்பை பொறுத்துக்கொள்ள இயலாத ரத்தினம் தந்தையை தேடிச்சென்று மதுபோதையில் தலைகால் புரியாது தள்ளாடுபவரை பத்திரமாக வீட்டிற்கு அழைத்து வருவதனையும் வழக்கமாகக்கொண்டிருந்தான். இதனுடன் தனது சாதாரண தர பரீட்சையில் சித்தியடைந்து உயர்தர கல்வி நடவடிக்கைகளையும் தொடர்ந்துகொண்டிருந்ததுடன், தன் சகோதரர்களின் கல்வி நடவடிக்கைகளையும் ரத்தினம் ஊக்குவித்தான்.

குடும்ப முன்னேற்றத்திற்காக கண்மணியும், பிள்ளைகளும் பாடுபட்டுக்கொண்டிருந்த வேளையில் செந்திலின் தங்கை ஒருத்தி சாலைவிபத்தொன்றில் தன் கணவனையும், மூத்த மகனையும் பறிகொடுத்து ஆறு வயதேயான ஒற்றை பெண் குழந்தையுடன் செந்திலை நாடி வந்தாள். குடும்ப பொறுப்புகளை சரிவர செய்யாத கணவரின் தங்கையையும், அவள் குழந்தையையும் நாம் ஏன் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்று நினைக்காது அவர்கள் இருவரையும் கண்மணியும், அவளது பிள்ளைகளும் தங்களது பொறுப்பில் ஏற்றுக்கொண்டார்கள்.

தந்தையினதும், தமையனதும் இழப்பினை உணரமுடியாத ஆறு வயதான நிலா செந்திலை பார்க்கும் போதெல்லாம் அவனை தன் தந்தை போல் எண்ணி அவனிடம் ஒட்ட ஆரம்பித்தாள். குடும்பத்திற்காய் தீய பழக்கவழக்கங்களை கைவிடாதவன், தங்கை மகளுக்காய் சிறிது சிறிதாய் மாற தொடங்கினான். செந்திலின் மாற்றம் அனைவருக்கும் மனநிம்மதியையும், மகிழ்வையும் கொடுத்தது. கண்மணியின் சிற்றுண்டிச்சாலையும் ஓரளவு முன்னேற்றம் காணத்தொடங்கியது. இப்படியாக காலங்கள் சென்றுகொண்டிருக்க ரத்தினத்திற்கு நகரப்பகுதியில் அரச வேலைவாய்ப்பொன்று கிட்டியது.

குடும்பம் சீராக சென்றுகொண்டிருந்த நிலையில் தனக்கு கிடைத்த வேலைவாய்ப்பை பயன்படுத்திக்கொள்ள விரும்பியவன் வேலைத்தளத்திற்கு அருகாமையிலேயே ஆண்களுக்கான விடுதி ஒன்றில் தங்குவதற்கான ஏற்பாடுகளை மேற்கொண்டான். குடும்பமாய் வீட்டில் அன்பை பரிமாறி வாழ்ந்தவனுக்கு விடுதி வாழ்க்கை வித்தியாசமான ஒரு அனுபவத்தை கொடுத்தது. ஆண்களின் நட்பு வட்டம் மிகப்பெரியது. பெரும்பாலான ஆண்கள் முன் அறிமுகம் இல்லாமலேயே ஒருவருடன் ஒருவர் நெருங்கிப்பழகக்கூடிய சுபாவம் கொண்டவர்கள். தீய சகவாசங்கள் வாழ்க்கையில் எத்தகைய விளைவை ஏற்படுத்தவல்லது என்பதனை தன் தந்தை மூலமாக அனுபவப்பட்டு, அதன் காரணமாக

ஒரு குறிக்கோளை கொண்டிருந்தவனல்லவா? அதனாலேயே அவனது ஒவ்வொரு முடிவிலும், நகர்விலும் ஆயிரம் ஆயிரம் காரணங்கள் புதைந்திருந்தன. மேலும் ரத்தினத்தின் நற்குணங்களால் அவன் வேலைநிர்வாகத்தினர், சக விடுதி நண்பர்கள் என அனைவராலும் விரும்பப்பட்டான்.

வேலைத்தளத்தின் வருடாந்த நிகழ்வுகள் மற்றும் வெற்றி விழாக்களின் உபசார விருந்துகளில் மதுபானமும் பிரதான இடத்தினை பெற்றிருந்தது. அலுவலக உயர் அதிகாரிகள் ஒரு குவளை மதுபானத்தையேனும் பெற்றுக்கொள்ள ரத்தினத்தை வற்புறுத்தும் சந்தர்ப்பங்களில் நாகரிகம் கருதி உங்களுக்காக ஒரு குவளை மென்பான வகைகளை ஏற்றுக்கொள்கிறேன் என்பான். இவனுடன் பேசி பயனில்லை என உணர்ந்தவர்கள் பிற்காலங்களில் அவனை வற்புறுத்துவதனையும் நிறுத்திக்கொண்டார்கள். வேலை வட்டத்திற்குள் நுழைந்து கொண்டதனால், தனது குடும்பத்தை ஒரு பொழுதும் அவன் மறந்துவிடவில்லை. வேலை அழுத்தங்கள் மிகுதியாய் இருந்த நாட்களில் கூட கண்மணியிடம் வீட்டு நிலைமைகள் பற்றி அலைபேசியில் பேசிவிட்டு தான் உறக்கத்திற்கு செல்வான். விடுமுறை நாட்களில் ஊரிற்கு செல்லும் போது தம்பி, தங்கை அனைவருக்கும் வேண்டிய பொருட்களை ஒவ்வொன்றாக பார்த்துபார்த்து வாங்கும் போது நிலாவையும் மறக்காது, அவளுக்காகவும் ஏதேனும் வாங்கிச் செல்வான்.

வேலைப்பளு காரணமாக ஒருமாதத்திற்கும் அதிகமாக வீட்டிற்கு செல்லாமல் இருந்த ரத்தினம், வார இறுதி நாட்களுடன் சேர்ந்ததாக சில அரசவிடுமுறை நாட்களும் வர அந்த நாட்களை பயன்படுத்தி குடும்பத்தினரை பார்க்க சென்றான். விடுமுறை நாட்களை வீட்டாருடன் மகிழ்வாய் கடத்திவிட்டு விடுதி திரும்பியவனுக்கு ஒரு அதிர்ச்சியான செய்தி காத்துக்கொண்டிருந்தது. அவன் தங்கியிருந்த ஆண்கள் விடுதியின் உரிமையாளரை அங்கு தங்கியிருந்தவர்கள் யாரும் பார்த்ததில்லை எனினும் பல வருடங்களாக அவர் வெளிநாடு ஒன்றில் வசித்து வருகிறார் என்பதனை அங்கிருந்த அனைவரும் அறிந்திருந்தனர். அவர் இந்த வருட இறுதி அளவில் விடுதிக்கு வருகை தர இருக்கிறார் எனும் செய்தியும் அரசல் புரசலாக அனைவரது காதுகளிலும் விழுந்திருந்தது. ஆனால் விடுதிக்கு வந்திறங்கிய உரிமையாளர் யாரும் எதிர்பாராத விதமாக அனைவரிடமும் "என் உடல் உபாதைகளின் காரணமாக என்னால் இனி வெளிநாட்டில் வசிக்க முடியாது, உங்களுக்கு முன் அறிவித்தல் கொடுக்கும் அளவுக்கு எனக்கு கால அவகாசங்கள் இருக்கவில்லை. எனது நிலையை புரிந்து கொண்டு உங்களால் முடிந்த அளவு விரைவாக வேறு விடுதிகளை பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்" என பணிவாக கேட்டுக்கொண்டார். விடுதி உரிமையாளர் தனது கோரிக்கையை பணிவுடன் கேட்டுக்கொண்டதனால் அங்கிருந்த ஒருவராலும் அவரை எதிர்த்து பேச முடியவில்லை. ஆனால் அவசரமாக வேறு விடுதியினை எவ்வாறு ஏற்பாடு செய்வது எனும் ஐயம் அனைவருக்குள்ளும் இருந்தது.

தொடரும்..

கண்ணியவான் தொடர்கதை – சுருக்கம்

கண்ணியவான் தொடர்கதை படைப்பின் நோக்கம் யாதெனில் இளைய சமுதாயம் வாழ்க்கையில் ஏற்படும் தடைகளை நேர்மையான முறையில் எதிர்கொண்டு கண்ணியம் தவறாத ஒரு சிறந்த வாழ்வை வாழ வேண்டும் என்பதேயாகும். மாறாக தடைகளிற்கு சளிப்படைந்தோ அல்லது அஞ்சியோ தவறான பாதைகளை தேர்ந்தெடுக்க கூடாது. ஒருவர் செய்யும் தவறை எளிதாக சுட்டிக்காட்டும் இயல்புடைய நம்மில் பலர் சூழ்நிலைகளை கருத்திற்காட்டி அதே தவறை செய்ய விளைகிறோம். சமூகத்தில் இத்தன்மை அதிகரிக்குமெனில் அது ஆரோக்கியமற்ற ஓர் சமுதாயத்தினை வழிநடாத்திச்செல்லும் என்பதில் எவ்வித ஐயமும் இல்லை. எனவே எதிர்கால சந்ததிக்கு வளமான ஓர் சமுதாயத்தை கையளிக்க இளையோர்களாகிய நாம் அடுத்தவர் தவறுகளை சுட்டிக்காட்டுபவர்களாய் இல்லாமல் நம் தவறுகளை நாமே திருத்திக்கொள்வதோடு மீண்டும் அச்செயலை செய்யாதவர்களாய் இருப்போம்.

12

கவிதை

சீமுதத்தின் சீகரம்.. ?

கொண்மூவின் குழந்தையாய் கேகயத்தின் சேடியாய் குவலயம் காண்பதற்கு ஐயவி போல் ஆரம்பித்து துந்துமியாகி மடங்கல் துழனியோடும் வித்துத்து கேழோடும் துகினம் பரவ உன் கதழ் காணாது போகையில் நீ செய்த சரசத்தின் சான்றாக இந்திர தனுவை அனுப்பி வைக்கும் நோக்கம் தான் என்னவோ ஆசாரமே..

யார் அவள்?

யார் அவள்?
வளர்ந்தே தேய்கின்ற வாயில்லா மங்கை அவள்..
குளிர்காலப் பனியில் குடையின்றி நனையும் வெண் தாமரை அவள்..
காரிருள் நடுவே கலைந்த ஓவியம் அவள்..
அணிவகுப்பின் இடையே அகதியாய் நிற்கும் அபலை அவள்..
ஆளரவமற்ற காட்டில் அசரீரியாய் வாழும் அனாதை அவள்..
உணவு உறக்கமின்றி உலவித்திரியும் நாடோடி அவள்..
உணர்ச்சிகளின்றி உயிர் வாழும் சடப் பொருளும் அவள்..
நிறைவான் வெளியில் குறைகாண் பொருளும் அவள்..
உடுக்களின் ரதத்தில் பயணிக்கும் உறுமி மேளம் அவள்..
காட்சிப் பிழையில் தோன்றும் கண்ணாடி விம்பம் அவள்..
யார் அவள்??

யாரோ அவள்...
சொற்களால் விபரிக்க முடியாத அன்பும் அளந்திட முடியாத ஆழமாய் நினைவும் யாரும்
வாழ்ந்திடா வண்ணமாய் வாழும் துடுப்பற்ற படகும்
அதில் பயணிக்கும் காலமும் கூறும்
எண்ணமுடியாத வார்த்தைகளின் உணர்வுகளை வர்ணிக்கும் வானம்பாடி அவள்..

நிதர்சனா ஞானசேகரன்

13

வன்முறையற்ற சமூகத்தை உருவாக்குவோம்!

பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய வயதில்,
பருவங்களில், வயது வேறுபாடின்றி சீரழிக்கப்படும்
சிறுவர்கள், இளைஞர்கள் எத்தனை பேர் உண்டு
நம் பிரதேசத்தில், வயது வேறுபாடுகள் இன்றி
சேட்டைகள் செய்யும் ஒரு கூட்டம்,
காதல் எனும் பெயரைக் கொண்ட ஒரு கூட்டம்,
பால் மனம் மாறாத பச்சிளம் குழந்தையை
வதைக்க அலையும் ஒரு கூட்டம்,
உங்களின் நடை உடை பாவனைகளில் குறை உண்டு என்று கூறும்
சமூகத்திற்கு ஒரு கேள்வி?
நான்கு வயது குழந்தையின் உடலில் எங்கு இருந்தது அந்த பாலியல் ?
அதை வதைக்க எவ்வாறு முன் வருவீர்கள்?
காவல் கூட்டமாய் விளங்கும் காப்பகங்கள் நிலை என்ன இன்று ?
காப்பகங்களையும் மீறி பாலியல் வன்முறையை களவாடும் கூட்டங்களும்
இங்கு உள்ளனவோ ?
திருகோணமலையில் நான் கண்ட பரிதாபங்களாக நான் இதை
உணர்கின்றேன்.

14 அவசர உதவிமைய திட்டங்கள் (Emergency Help Lines)

பாதுகாப்பு மற்றும் மரியாதை என்பதை சுட்டிக்காட்டி, மரியாதை, அன்பு மற்றும் மனித உரிமைகளை மதிக்க வேண்டும். இது குடும்ப வன்முறை. சிறுவர் துஷ்பிரயோகங்கள் மற்றும் பாலியல் வன்முறைகளுக்கு எதிரான போராட்டத்திற்கு முக்கியமாக இருக்கின்றது. இதில் பாதிக்கப்படும் நபர்களுக்கு உதவி தேவைப்படுகின்றது. இது மட்டுமல்லாமல், அவர்கள் உணர்வுகளை பகிர மிக முக்கியமானது

அழைப்பு எண்கள் மற்றும் இணையதள முகவரிகள் (Child Protection, Women's Affairs Ministry) கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. இதன் மூலம் பாதிக்கப்படும் நபர்கள் உதவி இதுவாகும்.

1938 - மகளிர் மற்றும் சிறுவர் அலுவல்கள் அமைச்சு உதவி எண் - www.childwomenmin.gov.lk
1929 - சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகார சபை உதவி - www.childprotection.gov.lk
1929 - இலங்கை குழந்தைகள் பாதுகாப்பு ஆணையம்.
119- தேசிய அவசர தொலைபேசி மையம்.

இலங்கை சிறார் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் ஹாட்லைன் (Emergency Help Lines) செயல்பாடுகள் விளக்கம். இதன் முக்கிய அம்சங்கள் மற்றும் செயல்பாடுகள், முதலாவதாக சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு உடனடி உதவி வழங்கவும். இரண்டாவதாக துஷ்பிரயோகத்தைப் புகாரளிக்க ரகசியமான மற்றும் பாதுகாப்பான தளத்தை வழங்குங்கள். மீட்பு நடவடிக்கைகள் மற்றும் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் பாதுகாப்பை எளிதாக்குதல் மூன்றாவதாக சட்ட, மருத்துவ மற்றும் ஆலோசனை சேவைகளுடன் ஒருங்கிணைக்கவும்

ஹாட்லைன் எவ்வாறு செயல்படுகிறது என பார்த்தோமேயானால், முதலாவதாக அழைப்புகளைப் பெறுதல் (Receiving Calls) பாதிக்கப்பட்டவர்கள், பாதுகாவலர்கள் அல்லது சாட்சிகள் துஷ்பிரயோகத்தைப் புகாரளிக்க அழைக்கலாம். அழைப்புகள் ரகசியமானது மற்றும் பயிற்சி பெற்ற நிபுணர்களால் கையாளப்படுகிறது. இரண்டாவதாக. மதிப்பீடு மற்றும் பதிவு (Assessment and Recording) இந்த குழு. சம்பவத்தின் தன்மை மற்றும் இடம் உள்ளிட்ட வழக்கின் விவரங்களை பதிவு செய்கிறது. தனியுரிமையை உறுதிப்படுத்த சம்பந்தப்பட்ட அதிகாரிகளுடன் மட்டுமே தகவல் பகிரப்படுகிறது. மூன்றாவதாக, உடனடி நடவடிக்கை (Immediate Action) மீட்பு மற்றும் குற்றவாளிகளைப் பயமுறுத்துவதற்கு சட்ட அமலாக்கத்துடன் ஒருங்கிணைக்கிறது. தேவைப்பட்டால் மருத்துவ மதிப்பீட்டிற்காக மருத்துவமனைகளுக்கு வழக்குகளை பரிந்துரைக்கிறது. நான்காவதாக, FLL (Legal Support) பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு புகார் அளிக்க உதவுகிறது.

குழந்தை நட்பு சட்ட குழுக்கள் மற்றும் சிறார் நீதிமன்றங்களுடன் இணைந்து செயல்படுகிறது. ஐந்தாவதாக, ஆலோசனை சேவைகள் (Counseling Services) பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கும் அவர்களது குடும்பங்களுக்கும் உளவியல் ஆதரவை வழங்குகிறது. பாதிக்கப்பட்டவர்களை நீண்டகால மறுவாழ்வு திட்டங்களுடன் இணைக்கிறது.

ஆறாவதாக, அணுகல் (Accessibility) 24/7 (24மணிநேரம்/7நாட்கள்) செயல்படும். உதவி எப்போதும் கிடைப்பதை உறுதி செய்கிறது. சிங்களம், தமிழ் மற்றும் ஆங்கில மொழிகளில் அணுகலாம். இறுதியாக, கூட்டாண்மைகள் (Partnerships) குழந்தைகள் மற்றும் பெண்கள் பணியகம், விசாரணை மற்றும் குற்றவாளிகளுக்கு எதிராக வழக்குத் தொடரும் மருத்துவ மற்றும் உணர்ச்சி மீட்புக்கான மருத்துவமனைகள் மற்றும் உளவியலாளர்கள். தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் தற்காலிக மற்றும் நீண்ட கால வீடுகளுக்கான தங்குமிடங்கள். இதனுடன் ஒத்துழைக்கிறது.

ஹாட்லைனின் தாக்கமாக, விரைவான பதில்கள் மற்றும் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளை வழங்குவதன் மூலம் துஷ்பிரயோகத்தை எதிர்கொள்ளும் குழந்தைகளுக்கு உயிர்நாடியாக செயல்படுகிறது. குழந்தை உரிமைகள் மற்றும் துஷ்பிரயோகம் தடுப்பு பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துகிறது. குற்றவாளிகளை நீதிக்கு கொண்டு வருவதற்கான சட்ட நடவடிக்கைகளை ஆதரிக்கிறது. இலங்கை சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கான தொலைபேசி இலக்கமானது நாட்டின் சிறுவர் பாதுகாப்பு மூலோபாயத்தின் இன்றியமையாத அங்கமாகும். இது பாதிக்கப்படக்கூடிய குழந்தைகளுக்கு நம்பிக்கையையும் உதவியையும் வழங்குகிறது.

சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் சுரண்டல் தொடர்பான வழக்குகளுக்கு பதிலளிப்பதற்கான ஒரு முக்கியமான சேவையாக இலங்கையில் சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோக ஹாட்லைன் செயல்படுகிறது. இது தேசிய குழந்தைகள் பாதுகாப்பு ஆணையம் (NCPA) மற்றும் பிற தொடர்புடைய ஏஜென்சிகளால் உடனடி மற்றும் பயனுள்ள உதவியை உறுதி செய்வதற்காக நிர்வகிக்கப்படுகிறது.

இலங்கையில் சிறுவர் வன்முறையை ஒழிப்பதற்கு சமூகத்தின் அனைத்து மட்டங்களிலும் மிக முக்கியமாக திருகோணமலையிலும் கூட்டு நடவடிக்கை தேவை. அரசாங்கக் கொள்கைகள் வலுவான அமலாக்கத்தால் ஆதரிக்கப்பட வேண்டும் மற்றும் கல்வி முயற்சிகள், சமூக முயற்சிகள் மற்றும் பொருளாதார ஆதரவு ஆகியவற்றால் ஆதரிக்கப்பட வேண்டும். குழந்தைகள், குடும்பங்கள் மற்றும் நிறுவனங்களுக்கு அதிகாரமளிப்பது ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் பாதுகாப்பான மற்றும் வளர்க்கும் சூழலை உருவாக்குவதற்கு முக்கியமாகும்.

இலங்கையே இனியும்மௌனம் வேண்டாம். ஒன்றாக எம்மால் மாற்றத்தை ஏற்படுத்த முடியும். குடும்ப வன்முறையையும், சிறுவர் துஷ்பிரயோகத்தையும் எதிர்த்து அனைத்தும் ஒன்றிணைந்து பணியாற்ற வேண்டும் என்பதைக் குறிக்கின்றது. இனியும் மௌனம் வேண்டாம் என்ற வரி, அந்த குடும்பங்கள், குழந்தைகள் மற்றும் பெண்கள் மீதான வன்முறைக்கு எதிராக மக்கள் ஒருங்கிணைந்து அதற்கான மாற்றத்தை உருவாக்குவோம் என்ற எண்ணத்தை உணர்த்துகிறது.

15

என் வாழ்வில் நான் கண்ட சமூக சீர்கேட்டின் அடையாளமும் அதன் மறுசீர்வழித்தடங்கள்களும்

பரந்த சமூக சவால்களை பிரதிபலிக்கும் வகையில் இலங்கையில் சிறுவர் வன்முறை ஒரு அழுத்தமான பிரச்சினையாக உள்ளது.

பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய வயதில், பருவங்களில், வயது வேறுபாடின்றி சீரழிக்கப்படும் சிறுவர்கள், இளைஞர்கள் எத்தனை பேர் உண்டு நம் நாட்டில், பிரதேசத்தில்! வயது வேறுபாடுகளின்றி சேட்டைகள் செய்யும் ஒரு கூட்டம், காதல் எனும் பெயரினைக் கொண்டு பள்ளி சிறுவர்கள், இளைஞர்களை ஏமாற்றும் ஒரு கூட்டம், பால் மனம் மாறாத பச்சிளம் குழந்தையை வதைக்க அலையும் ஒரு கூட்டம். உங்களின் நடை உடை பாவனைகளில் குறை உண்டு என்று கூறும் சமூகத்தில் ஓர் கேள்வியாய் நான்கு வயது குழந்தையின் உடலில் எங்கு இருந்தது அந்த பாலியல்? அதை வதைக்க எவ்வாறு முன் வருவீர்கள்? காவல் கூடமாய் விளங்கும் காப்பகங்கள் நிலை என்ன இன்று? காப்பகங்களையும் மீறி பாலியல் வன்முறையை களவாடும் கூட்டங்களும் இங்கு உள்ளனவோ? திருகோணமலையில் நான் கண்ட பரிதாபங்களாக நான் இதை உணர்கின்றேன்.

உடல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம், இவற்றினுள் வீட்டில் அல்லது பள்ளியில் உடல் ரீதியான தண்டனைகள் அத்துடன் பாலியல் துஷ்பிரயோகமாக சுரண்டல், கடத்தல் மற்றும் துன்புறுத்தல் மற்றும் உணர்ச்சி ரீதியான துஷ்பிரயோகமாக வாய்மொழி துஷ்பிரயோகம், புறக்கணிப்பு மற்றும் குடும்ப வன்முறை வெளிப்பாடுகள் என்பவற்றை குறிப்பிடலாம் . அத்துடன் குழந்தைத் தொழிலாளர் துஷ்பிரயோகமாக விவசாயம், வீட்டு அமைப்புகள் மற்றும் முறைசாரா துறைகளில் நிகழும் சுரண்டல், ஆன்லைன் வன்முறை, டிஜிட்டல் தளங்கள் மூலம் சைபர்புல்லிங் மற்றும் சுரண்டல் இவற்றை அடையாளம் காணலாம். இந்தச் சிக்கல்களைத் தீர்ப்பதற்கு. சட்ட, கல்வி, சமூக மற்றும் நிறுவனத் தலையீடுகளை உள்ளடக்கிய பன்முக அணுகுமுறைகள் அவசியமாகின்றது.

நம் பிரச்சனைகளை தீர்ப்பதற்கு காவல்துறை தான் அவசியமா என்று நீங்கள் கேட்கலாம் ? அவசியம் தான் ஆனால் வெளிய சொல்லமுடியாத வன்முறைகளுக்கு எம்முடைய மூளை தான் நமக்கு காவல்துறை ஆகின்றது, நமக்கு ஆயுதமுமாகின்றது. வல்லவனுக்கு புல்லும் ஆயுதம். பெண் ஒவ்வொருவருக்குள்ளும், ஒரு வன்முறையை எதிர்க்கும் மிருகம் ஒன்று இருக்கத்தான் செய்கின்றது. அது வன்முறைக்கு எதிராய் எழும் பட்சத்தில், யாராலும் அவர்களை எதுவும் செய்ய முடியாத நிலை ஏற்படும். கட்டுப்பாடுகள் நமக்குள் தான் இருக்கின்றன. உதாரணங்களாக, குழந்தைகள் பாதுகாப்பு தொடர்பான சட்டக் குறியீடுகள் அறியப்படுகின்றது.

இலங்கையின் தண்டனைச் சட்டங்களாக (Penal Code of Sri Lanka), பிரிவு 308A: குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் கொடுமை. தீங்கு அல்லது புறக்கணிப்பு ஆகியவற்றுக்கு அபராதம் விதிக்கப்படுகிறது. இவற்றுக்கான தண்டனைகளாவன சிறைத்தண்டனை, அபராதம் அல்லது இரண்டும் ஆகும். குழந்தையின் நலனுக்குப் பொறுப்பான பாதுகாவலர்கள், பராமரிப்பாளர்கள் அல்லது தனிநபர்களுக்குப் பொருந்தும் பிரிவு 363: கற்பழிப்பு உட்பட குழந்தைகளுக்கு எதிரான பாலியல் குற்றங்களை உள்ளடக்கியது.

இதன் தண்டணையாக, குற்றவாளிகளுக்கு கடுமையான சிறை தண்டனையும் பாதிக்கப்பட்டவர் குழந்தையாக இருக்கும் போது, குற்றத்தின் தீவிரத்தை உணர்ந்து, தண்டனைகள் அதிகரிக்கப்படும். பிரிவு 288: குழந்தைகளை ஆபாசமான அல்லது அநாகரீகமான செயல்களுக்கு பயன்படுத்துவதை தடை செய்கிறது.

இவற்றுக்கான தண்டனைகளாவன குழந்தைகளை இவ்வாறு துஷ்பிரயோகம் செய்யும் நபர்களுக்கு சிறைத்தண்டனை உட்பட கடுமையான தண்டனையும் பெண்கள், இளைஞர்கள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான வேலைவாய்ப்பு சட்டம் 14 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளை வேலைக்கு அமர்த்துவதை தடை செய்கிறது. 18 வயதிற்குட்பட்டவர்களுக்கு வேலைவாய்ப்பைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. குழந்தை கடத்தல் தடுப்பு சட்டமானது குழந்தைகளை கடத்தல் மற்றும் சுரண்டல் ஆகியவற்றை குற்றமாக்குகிறது. பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கு மறுவாழ்வு மற்றும் பாதுகாப்பிற்கான நடவடிக்கைகளை வழங்குகிறது. சைபர் கிரைம் சட்டங்கள் கணினி குற்றச் சட்டம் மற்றும் தண்டனைச் சட்டத் திருத்தங்களின் கீழ் நிர்வகிக்கப்படுகிறது. சிறுவர்களின் ஆபாசப் படங்களைத் தயாரித்தல், விநியோகம் செய்தல் அல்லது வைத்திருந்தால் அபராதம் விதிக்கிறது.

இலங்கை சிறுவர் பாதுகாப்பு ஆணைக்குழு சட்டத்தின் குறிக்கோளானது தேசிய குழந்தைகள் பாதுகாப்பு ஆணையத்தை (National Child Protection Authority (NCPA)) நிறுவுதல் மற்றும் குழந்தைகளைப் பாதுகாப்பதற்கான முயற்சிகளை ஒருங்கிணைத்தலாகும். இதன் முக்கிய அம்சங்களாவன சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் மற்றும் புறக்கணிப்பு வழக்குகளை விசாரித்தல், பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவு சேவைகளை வழங்குதல், குழந்தைகள் பாதுகாப்பு சட்டங்களை வலுப்படுத்த கொள்கை மாற்றங்களை பரிந்துரைத்தல், முறைகேடுகளைத் தடுக்க விழிப்புணர்வு பிரச்சாரங்களை நடத்துதல் என்பனவாகும். இதன் பொறுப்புகளாவன சட்ட அமலாக்கம் , பள்ளிகள் மற்றும் சமூகங்களுடன் ஒத்துழைந்து செயற்படல் என்பனவாகும். இது குழந்தைகளின் உரிமைகள் தொடர்பான ஐ. நா. மாநாடு (Convention on the Rights of the Child (CRC)). போன்ற சர்வதேச குழந்தை உரிமைகள் மாநாடுகள் செயல்படுத்துவதை மேற்பார்வையிடுகிறது. சிவில் சமூகம் மற்றும் தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்களின் பங்கு பற்றி பார்த்தோமேயானால், (Role of Civil Society and NGOs அரசு சாரா நிறுவனங்கள் (NGO) மற்றும் சமூகக் குழுக்கள் இந்த சிறுவர் பாதுகாப்பு முயற்சிகளுக்கு ஆதரவளிக்கிறது. துஷ்பிரயோகம் செய்யப்பட்ட குழந்தைகளுக்கு பாதுகாப்பான தங்குமிடங்களை வழங்குதல் சட்ட அமலாக்க மற்றும் கல்வியாளர்களுக்கான பயிற்சி திட்டங்களை வழங்குதல் கொள்கை மாற்றங்களை வலியுறுத்துதல்கள், என்பனவற்றை நாம் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

இளைஞர் தங்களை பாலியல் வன்முறையிலிருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ள, விழிப்புணர்வுடன் இருக்க, உங்கள் உடல் உங்களுடையது என்பதை அறிந்துகொண்டு, அனுமதியின்றி உங்கள் உடலில் தொடுவதற்கு யாருக்கும் உரிமை இல்லை என்பதை புரிந்துகொண்டு, பன்மூல மக்களிடமிருந்து இடைவெளி பரிமாணங்களைப் பேண கற்றுக்கொள்ளல் வேண்டும். அதற்கான 3 விதிமுறை நிலைப்பாடுகளாக, உங்கள் உடலை யாரும் தவறாக தொட்டால், "இல்லை என்று சொல்லுங்கள். விலகிச் செல்லுங்கள். யாரிடமாவது சொல்லுங்கள்" (Say No, Get Away, Tell Someone) என்னும் முறையை பின்பற்றுங்கள். நெருக்கடி சூழ்நிலையின் போது சத்தம் இடுங்கள். அதாவது, உங்களுக்கு வலியைக் கொடுக்க முயன்றால் அல்லது தவறாக நடக்க முயன்றால், சிறிய இடத்திலும் பெரும் முழக்கமிட்டு தப்பிக்க முயற்சி செய்யுங்கள். பாதுகாப்பு இடத்தை நாடுங்கள். அதாவது சபை, பொதுவிடங்கள், அல்லது நம்பகத்தன்மையுள்ள உறவினர்களின் வீட்டிற்கு

செல்லுங்கள். டிஜிட்டல் பாதுகாப்பு முறை அதாவது, உங்கள் தனிப்பட்ட தகவல்களை இணையத்தில் பகிர்வதைத் தவிர்க்கவும். தவறான அல்லது பழகாத நபர்களின் சமூக வலைத்தளக் கோரிக்கைகளை ஏற்க வேண்டாம்.

மொபைல் இடம் பகிர்வு (location sharing) அமைப்புகளை நம்பகமானவர்களுடன் மட்டும் பகிருங்கள். சுய பாதுகாப்பு பயிற்சியாக தற்காப்பு கலைகள் அதாவது, சிறு வயது முதலே ஆண் பெண் பாகுபாடு இன்றி அனைவரும் கராத்தே, குங்கூ-போன்று தற்காப்பு கலைகளை கற்றுக்கொண்டு, உங்கள் உடல் மற்றும் மனவலிமையை மேம்படுத்துங்கள். பாதுகாப்பு பொருட்கள் அதாவது, மினி அலாரம், மிளகாய் பொடி ஸ்ப்ரே (pepper spray) போன்றவற்றை உங்களுடன் வைத்திருங்கள். உங்களுக்கு ஏதாவது சந்தேகம் தோன்றினால், பெற்றோர், ஆசிரியர் அல்லது நம்பகமான உறவினர்களிடம் உடனடியாக பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். அவர்களே உங்களுக்கு இந்த நேரத்தில் நம்பிக்கைக்கு உரியவர்கள். பள்ளியில் ஆசிரியர்கள் அல்லது கல்லூரியில் மாணவர் நல அலுவலர்கள் மூலம் வழிகாட்டி உதவியைப் பெறுங்கள். உரிமைகள் மற்றும் சட்டங்களை அறிந்து கொள்ளுங்கள். அதாவது உலகளாவிய குழந்தைகள் உரிமை, சிறுவர் உரிமைகளை அறிந்து கொள்ளுங்கள் (உதாரணமாக UNCRC: United Nations Convention on the Rights of the Child). அனுமதி இல்லா தொடர்புக்கு எதிராக சட்ட உதவி பெறுங்கள். அதாவது, பிள்ளைகள் பாதுகாப்பு ஆணையம் (National Child Protection Authority) அல்லது பெண்ணியம் அமைப்புகளை தொடர்பு கொள்ளுங்கள். இந்தவழிமுறைகளை பின்பற்றுவதன் மூலம் மாணவர்கள், இளைஞர்கள தங்களை பாதுகாப்பாக வைத்துக் கொள்ள முடியும்.

“மரணம் தான் ஓர் மன நோய்க்கு மருந்து" என சமூகத்தில் ஒரு பேச்சுண்டு. உடல் இச்சை மோகங்களுக்காக பண மோகத்தால், போதைவஸ்து மோகங்களால் பெண்களை மற்றும் குழந்தைகளை வைத்து வியாபாரம் செய்வோர், வன்முறைக்கு உட்படுத்தும் இந்த மன நோய் கொண்ட மன நோயாளர்களுக்கான மருந்து சமுகத்தில் என்னவாக திகழ்கின்றது? இந்த நோயாளிகளுக்கு நிரந்தர மருந்து உண்டா? பிறரை வன்முறைக்கு உட்படுத்த நினைப்பவர்களே, உங்கள் காமத்தை மற்றவர்கள் மீது திணிக்காதீர்கள்.நீங்கள் திருந்தும் பட்சத்தில் உங்கள் கண்ணியத்தை பிறர் மீது காட்டுகள். உங்கள் அன்பை பிறர் மீது காட்டுகள்

பெண்களையோ ஆண்களையோ பாலியலுக்காக பார்க்காதீர்கள். உங்கள் வாழ்வியலாளர்களாக பாருங்கள்.பாலியல் துஷ்பிரயோகம், வன்முறைகள் என்பவை ஒரு பிணக்கு என்று உங்கள் புத்திக்கு உரைக்காமல் போவது ஏன்? நம் தாயை, சகோதர சகோதரிகளை, மனைவியை, குழந்தையை நாம் பலவந்தமாக பாலியல் வன்முறைக்கு உட்படுத்துவது இல்லை .ஆனால், ஏன் பிறர் தாயை சகோதர சகோதரிகளை, மனைவியை, குழந்தையை நாம் பலவந்தமாக பாலியல் வன்முறைக்கு உட்படுத்துகின்றோம்? காரணம் தான் என்னவோ? நம் பார்வை எத்தனை நோக்கி பாய்க்கின்றது இந்த சமூகத்தில்? மாற்றமானது என்னில் இருந்து மாற்றப்பட வேண்டியது. உன்னை நீ எப்போது மாற்றிக் கொள்கின்றாயோ?, மாற்றிக்கொள்ளத் தொடங்குகின்றாயோ? அன்றே நீ சமூகத்தில் வன்முறையற்ற முழு மனிதனாய் அறியப்படுகின்றாய், இன்றே மாற்றமானது நம்முள் இனிதாய் தொடங்கட்டும், இவ்வாறான கேள்விகளுடன் மீண்டும் மீண்டுமாய் உங்களுடன்.

நோ. மேரி ரஜனட்
மனையாவெளி

16

பெண்களுக்கான சுய பாதுகாப்பு

சுய பாதுகாப்பு என்பது நமது உடல், மனம் மற்றும் தனிப்பட்ட மரியாதையை காக்கும் முறைகள். இது ஆபத்துகள், தீவிர சூழ்நிலைகளில் நம் பாதுகாப்பு மற்றும் நலனை முன்னிலையாக்கி செயல்படுவதைக் குறிக்கிறது. இது ஆபத்துகளை அடையாளம் காண்பதும், அவற்றிலிருந்து விலகி செயல்படுவதுமானதாகும்.

பொதுவாக சமூகத்தில் மன அழுத்தம், இனவாதம், வன்முறை மற்றும் பாலியல் கொடுமைகள், ஆண் ஆதிக்கம், பெண்களுக்கு எதிரான அடக்குமுறைகள் என்பன பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்களாகும். அதிலும் குறிப்பாக பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் பெரும் சவால்களாக காணப்படுவது வன்முறை மற்றும் பாலியல் கொடுமைகளாகும். இவ்வாறான சவால்களினால் பெண்களால் சமூகத்தில் சுதந்திரமாக நடமாட முடியாதுள்ளது. வன்முறை ஏற்படுவதற்கான காரணங்கள் பலவாக இருக்கின்றன. சமூகப் பாரபட்சங்கள், குடும்ப பிரச்சினைகள், பொருளாதார தொந்தரவுகள், மன அழுத்தம், போதிய கல்வி இல்லாமை மற்றும் போதுமான சமூக ஆதரவு இல்லாத நிலைகள் வன்முறையைத் தூண்டுகிறது. கூடவே, போதைப்பொருள் பயன்படுத்துதல் மற்றும் மனித மனோவியல்களும் முக்கிய காரணங்களாக செயல்படுகின்றன. காலங்காலமாய் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் இடையேயான சமனில்லா செல்வாக்கின் வெளிப்பாடே பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையாகும்.

பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறை பல விரிந்த வகைப்பாடுகளில் அடங்கும். தனிநபர்களால் நிகழ்த்தப்படுபவற்றின் வகைகளில் குடும்ப வன்முறை, பாலியல் வன்முறை, கருத்தடுப்பு முறைகளின் கட்டாயப் பயன்பாடு, பெண்சிசுக்கொலை, மகப்பேறு வன்முறை, சமூக செயல்முறைகளாக கௌரவக்கொலை, வரதட்சிணை மரணம், கடத்திக் கல்யாணம், கட்டாயக்கல்யாணம் ஆகியவற்றைக் குறிப்பிடலாம். பெண்களுக்கு வன்முறைகள் நிகழும் போது சில செயற்பாடுகளை செய்வதன் மூலம் தம்மை பாதுகாத்துக் கொள்ளக்கூடியதாக இருக்கும். அவையான முதலில் பெண்களுக்கு வன்முறை ஏற்படும் போது அவ்விடத்தில் இருந்து தப்பிப்பது எப்படி என பார்க்க வேண்டும். அதற்காக கூக்குரல் இடுதல், உதவிக்கு ஆட்களை அழைத்தல் போன்றவற்றை மேற்கொள்ள வேண்டும்

உதவிக்கு யாரும் இல்லாத இடத்தில் தற்காப்பு கலைகளை மேற்கொள்ளுதல் வேண்டும். ஆண்களை விடத் தாழ்ந்தநிலைக்குப் பெண்களைத் தள்ளும் இக்கட்டானச் சமுதாயச் செயற்பாடுகளுள் ஒன்று பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறையாகும். சுயபாதுகாப்பு என்பது, நமக்கு மட்டுமல்லாமல் சமூகத்தில் மற்றவர்களுக்கும் பலன்களை தரும். இது, உடல்திறன் மற்றும் நபரின் உணர்ச்சியியல் திறன்களை மேம்படுத்துவதன் மூலம், ஒருவரின் நலனுக்கு முக்கியமான பகுதியானதாக செயல்படுகின்றது.

தகுந்த தற்காப்பு கலைகளை மேற்கொள்வதன் மூலம் பெண்களாகிய நாம் நமக்கு நிகழும் வன்முறைகளில் இருந்து நம்மை பாதுகாத்துக் கொள்வோமாக!

இந்துஜா ஜெயச்சந்திரன்
துவரங்காடு

தளத்தின் பயணங்கள்

Nov - 2024

- வழிகாட்டல் கருத்தரங்கு
- NDT விண்ணப்பம் தொடர்பான வழிகாட்டல்
- Canva தொடர்பான வழிகாட்டல்
- பல்கலைக்கழக உள சார்பு பரீட்சை இலவச வழிகாட்டல்
- LLB தொடர்பான கற்கைநெறி வழிகாட்டல் அமர்வு தளிர் 3.0 ஆரம்பம்

Dec - 2024

- விருட்சம் இதழ் 10 வெளியீடு
- விருட்சம் வாசகர் வட்ட கலந்துரையாடல்
- NVQ சான்றிதழ் பெறும் Assessment
- பிரமிட் குறும்திரைப்படம் திரையிட்டது

January - 2025

- இரத்த தானம்
- விடியல் 3.0 ஆரம்பம்
- விடியல் 3.0 க்கான இலக்கை திட்டமிடல் பயிற்சி
- எதிர்கால உலகம் என்ற தலைப்பில் ஜெ.ஜெயதுஷன் அவர்களின் பயிற்சி பட்டறை (3.0)
- பொங்கல் நிகழ்வு
- T.தினேஷ் அவர்களின் trading தொடர்பான பயிற்சி பட்டறை (3.0)
- ஆய்வு தொடர்பான பயிற்சி பட்டறை (3.0)
- ஜெசிந் அவர்களின் canva தொடர்பான பயிற்சி பட்டறை
- S .கீதபொன்கலன் அவர்களின் media தொடர்பான பயிற்சி பட்டறை
- Adobe photoshop தொடர்பான ரோ .குகதாஸ் , கு .தனுஷன் . ர .ஜெசிந் ஆகியோரின் பயிற்சி பட்டறை
- கருத்துருவாக்கம் தொடர்பான இ .ஸ்ரீ ஞனேஸ்வரின் பயிற்சி பட்டறை மற்றும் இணைய பாதுகாப்பு தொடர்பான S .பிரனீத் அவர்களின் பயிற்சி பட்டறை
- தகவல் தொழில் நுட்ப அடிப்படை தொடர்பான frangalin அவர்களின் பயிற்சி பட்டறை

Feb - 2025

- விடியல் 4.0 ஆரம்பம்
- இலக்கமுறை சந்தைப்படுத்தல் தொடர்பான பயிற்சி
- IELTS தொடர்பான பயிற்சி (online)
- 4.0 விடியல் குழுமத்திக்கான இலக்கை தீர்மானித்தல் பயிற்சி
- கீற்றுகள் செயற்றிட்டம் ஆரம்பம்
- புகைப்படக்கலை தொடர்பான தர்ஷன் பெஞ்சமின் அவர்களின் பயிற்சி பட்டறை
- மீராபாரதி துவிச்சக்கரவண்டி பயணம் தொடர்பான அனுபவபகிர்வு \
- செயற்கை நுண்ணறிவு தொடர்பான கேஷிகன் அவர்களின் பயிற்சி பட்டறை
- வட்டியில்லா கடன் தொடர்பான கலந்துரையாடல்
- அஜித்குமார் அவர்களின் செயற்றிட்ட முகாமைத்துவம் தொடர்பான கலந்துரையாடல்
- சுய ஆரோக்கியம் தொடர்பான பயிற்சி பட்டறை
- அரசியல் தொடர்பான அனோஜன் அவர்களின் பயிற்சி பட்டறை
- Canva சஞ்சிகை வடிவமைப்பு பயிற்சி ஆரம்பம்
- புகைப்படக்கலை சாரந்த கருவிகள் அத்துடன் கேமரா கையாளுதல் தொடர்பான பயிற்சி பட்டறை
- வீடியோ வடிவமைத்தல் மற்றும் குறுகிய வீடியோ வடிவமைத்தல் திறன்கள் பற்றிய பட்டறை
- YouTube மற்றும் வாழ்க்கை பற்றிய பட்டறை

அடுத்த மாத இதழுக்கான தலைப்பு!

பட்டதாரி மாணவர்கள் அவர்கள் தொழில் திறன் சார் பிரச்சனை ரீதியிலான தலைப்புகள் .

1. பட்டதாரி மாணவர்களின் தொழில்நுட்ப பயிற்சி மற்றும் திறன் மேம்பாடு

2. பட்டதாரி மாணவர்களின் தொழில்முனைவு திறன்கள் மற்றும் புதிய தொழில்நுட்ப வர்த்தக வாய்ப்புகள்

3. நவீன தொழில்நுட்பங்களில் பட்டதாரிகளின் பங்கு: புதிய சந்தைகள் மற்றும் வாய்ப்புகள்

4. பட்டதாரிகளுக்கான திறன் மேம்பாட்டு பயிற்சிகள்: தொழில்நுட்பத்தில் புதிய வரையறைகள்

பின்னூட்டங்கள்...

• தளம் - ஒரு பயணம்

தளம் அமைப்பானது கடந்த ஆறு வருடங்களாக பல்வேறுபட்ட நெருக்கடிகளுக்கு மத்தியில் திருக்கோணமலை வாழ் இளைஞர்களின் திறன் விருத்தியை நோக்காக கொண்டு இயங்கி வருகின்றது. பல முகங்கள் தளத்தை நோக்கி வந்துள்ளன. தளத்தால் பயனடைந்துள்ளன.

தளத்தின் ஒரு முயற்சியாக மாதாந்த இதழாக விருட்சம் 2024 ஆம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் முதல் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. விருட்சம் இதழின் ஊடாக திருக்கோணமலை வாழ் இளைஞர்களின் மனக்குமுறல்களையும் அவர்களது உணர்வுகளையும் வெளிப்படுத்தும் தளம் ஒன்றை உருவாக்க இந்த முயற்சி மேற்கொள்ளப்பட்டது.

விருட்சமானது தன்னால் இயன்றவரை கிளைகளைப் பரப்பி பலரை உள்ளீர்த்து நகர்ந்து கொண்டுள்ளது. ஒரு மாதாந்த இதழை நடத்துவது என்பது இலகுவான விடயமல்ல. ஆனால் ஒரு இளைஞர் குழாம் இன்று அதனை நடத்தி காட்டுகின்றது. அதுவும் தன்னார்வ அடிப்படையில் நடக்கிறது.

மகிழ்ச்சி, தொடரட்டும் தளத்தின் பயணம், விருட்சத்தின் வளர்ச்சி.

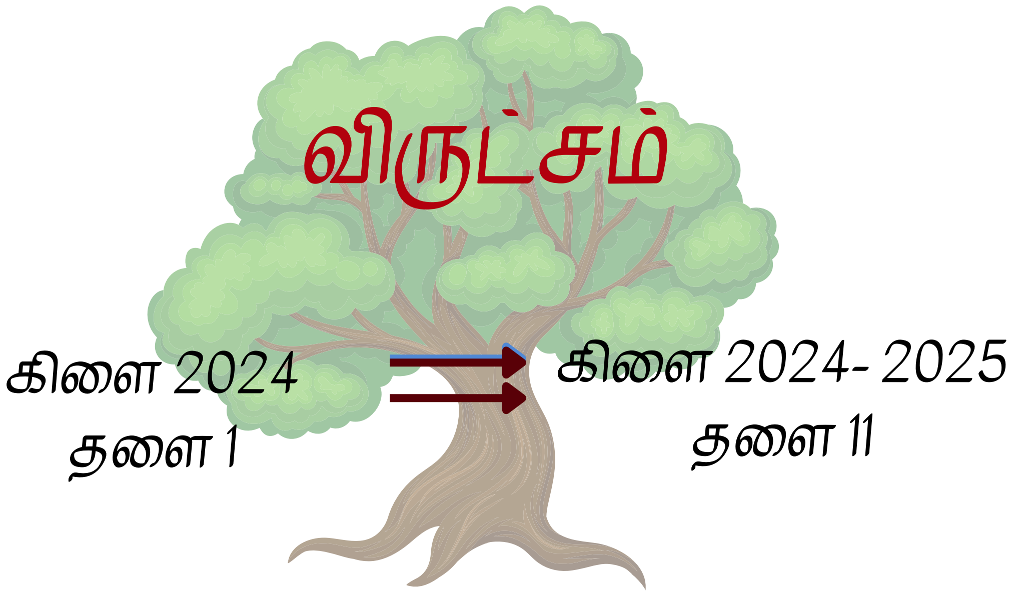
Feedback

எழுத்திலே பெரும் ஆர்வத்தோடு உள்ள இளவல்களின் தனிக்குரலாக ஒலிக்கிறது "விருட்சம்"

"திருமலை மண்ணின் வெளியீடு" என்ற நீண்ட கால இடைவெளியை நிரப்பும் நோக்கோடு இவ்வருடம் (2024) கன்னி முயற்சியாக ஆரம்பிக்கப்பட்ட "தளத்தின் விருட்சம்" தனது பத்தாவது தளையையும் பரப்பி நிற்கிறது.

காணும் குறைநிறைகளை செம்மைப்படுத்திக் கொண்டும், எழுத்துக்களை மேலும் வளப்படுத்திக் கொண்டும் இன்னுமின்னும் இளவல்களின் பங்கேற்புடனும், அனுபவமிக்கவர்களின் செயலூக்கமான பின்னூட்டங்களோடும் திருக்கோணமலை மண்சார்ந்த படைப்பாகவும், எம்மவர்களின் ஆற்றல்களுக்கான களமாகவும் புதுப்பொலிவுடன் "விருட்சம் - துளிர்க்க என் மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்

கேஷிஹன் இளமுருகநாதன்
அன்புவழிபுரம்
சமூக செயற்பாட்டாளர்



தளத்தின் திட்டங்கள்

- பாடசாலைகளில் வழிகாட்டல் அமர்வுகள் மேற்கொள்ளப்பட திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.
- கிராபிக் டிசைனிங் தொடர்பான 03 நாள் முழு நேர அமர்வுகள் இடம்பெறும்.
- இரு நாட்களுக்கான Cyber Security & Ethical Hacking Bootcamp
- கிழமைக்கு ஒரு நாள் என்ற அடிப்படையில் நிகழ்நிலை அமர்வு இடம்பெற ஒழுங்கு செய்யப்பட்டுள்ளது.
- விடியல் 4.0 மற்றும் Next Gen குழுமத்தினருக்கான அமர்வுகள் தொடர்ச்சியாக இடம்பெற ஒழுங்குசெய்யப்பட்டுள்ளது.
- சிங்கள மொழித்திறன்விருத்தி அமர்வுகள் தொடர்ச்சியாக 06 மாத காலத்திற்கு இடம்பெறும்.

விருட்சம்

தளம்
THALAM

தலைமை ஆசிரியர்

மேரி ரஜனட் நோபட் சேவியர்

இதழாசிரியர் குழாம் விபரம்

செல்வன் தனிஸ்டன்

நவநீதன் பிரதீஷன்

அதிசயா ரவீந்திரன்

நவநீதன் பிரநீதன்

கிருபாகரன் ஸ்ரீகாந்

மகாலிங்கம் டிலானி

ரவீந்திரன் லக்சியா

அமலதாசன் யதுஷினி

எமது மண்ணுக்காய் தளத்தின் குரல் எப்பொழுதும்
ஒலித்துக்கொண்டே இருக்கும்!