නාවෙළි

NAAVELI

நாவெளி

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக மாதாந்த மின்னிதழ்

නාවිදන්වෙලි ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයේ මාසික ඉ - සඟරාව

NAVITHANVELI DIVISIONAL SECRETARIAT MONTHLY E- MAGAZINE

www.navithanveli.ds.gov.lk ds@navithanveli.ds.gov.lk DSNavithanveli 0755424333

மலர்: 27 ✦ இதழ்: 60 ✦ 2026ஆம் வருடம் ✦ பங்குனி மாதம் ✦ இருபத்தைந்தாம் திகதி

நாவெளி NAAVELI
பிரதேச செயலகம் - நாவிதன்வெளி
ds@navithanveli.ds.gov.lk
புதன்கிழமை / மலர் - 27 / இதழ் - 60 / 25 பங்குனி 2026

உள்ளடக்கம்

04 அபிவிருத்திப் பாதையில்
14 பொருண்மியம்
22 கல்வி
30 உலக அரசியல்
32 சட்டம் கற்போம்
36 அறிவுக்களஞ்சியம்
41 கவிதைச்சாரல்
42 விசேட தொகுப்பு
46 மருத்துவமும் நாமும்
48 குறுக்கெழுத்துப்போட்டி
49 கதம்பம்
52 கதைச்சாரம்
54 மாணுடம்
58 படலையைத்தேடி

ஆசிரியரிடமிருந்து...

நாவெளி மலர் 27இல் உங்கள் அனைவரையும் சந்திப்பதில் மிக்க மகிழ்ச்சி அடைகின்றேன். இருபத்தாறு மாதங்களாக மாதாந்த மின்னிதழை வெளியிடுவதற்கு பல்வேறு வழிகளிலும் உதவிய அனைவருக்கும் நன்றியினைத் தெரிவிக்கின்றேன். அந்த வகையில் இவ் வருடத்தின் மூன்றாவது மலராக பல்வேறு செய்திகள் மற்றும் பல்சுவை அம்சங்களைத் தாங்கிய வகையில் நாவெளி மலர் இருபத்தேழு உங்கள் கரங்களில் இன்று தவழ்கின்றது.

போர் என்பது நாடுகளின் நகரங்களையும் பொருளாதார வளங்களையும் மட்டுமல்ல, மனிதகுலத்தின் உள்ளார்ந்த அமைப்பையே ஆழமாக காயப்படுத்துகிறது. இந்தக் காயங்கள் எப்போதும் கண்களுக்கு தென்படாமல் இருந்தாலும், அவை தலைமுறைகளைக் கடந்து மனிதர்களின் வாழ்க்கையை மாற்றுகின்றன. மனிதர்களின் மரணங்கள், வீடுகள், கட்டடங்கள் என்பவற்றின் அழிவுகளில் தொடங்கி, உயிர் பிழைத்தவர்களின் மன உளைச்சல்கள் வரை, போரின் விளைவுகள் போர் முடிந்த பின்பும் நீண்ட காலம் நீடிக்கின்றன.

போரின் மிக உடனடியான தாக்கம் மனித இழப்பாகும். குடும்பங்கள் பிரிகின்றன, சமூகங்கள் சிதைகின்றன, மக்கள் தங்கள் வாழ்விடங்களை விட்டு அகதிகளாகப் பரவுகின்றனர். புதிய இடங்களில் வாழத் தொடங்கும் அகதிகள், அறியாத சூழலில் வறுமை, அச்சம் மற்றும் பாகுபாடு போன்ற சவால்களை எதிர்கொள்கின்றனர். தாய்நாட்டில் தங்கியிருப்பவர்களுக்கும், இழந்த உறவினர்களின் நினைவுகள் எப்போதும் மனதில் காயமாகவே நீடித்திருக்கும்.

உடல் இழப்புகளைத் தாண்டி, போர் ஆழமான மன உளைச்சல்களையும் ஏற்படுத்துகிறது. போரில் பங்கேற்ற வீரர்களும் நேரடிப் பாதிப்பிற்குள்ளான மக்களும் வன்முறையின் நினைவுகளைத் தாங்கி, “பிந்தைய மன அழுத்தக் கோளாறு” (Post - Traumatic Stress Disorder) போன்ற பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்கின்றனர். பொதுமக்கள், குறிப்பாக குழந்தைகள், பயமும் குழப்பமும் நிறைந்த சூழலில் வளர்ந்து, அவர்களின் மனநிலையும் எதிர்கால வாழ்வும் பாதிக்கப்படுகின்றன.

போர் கலாசார அடையாளத்தையும் சேதப்படுத்துகிறது. வரலாற்றுச் சின்னங்கள், மரபுகள், மற்றும் சமூகத்தின் ஒற்றுமையை உருவாக்கும் நினைவுகள் அழிக்கப்படுகின்றன. இது ஒரு நாட்டின் அடையாளத்தையும் அதன் தொடர்ச்சியையும் பலவீனப்படுத்துகிறது. போர் முடிவுற்ற பின்பும் பொருளாதார ரீதியாக, மீண்டும் எழுவதற்கு நாடுகள் போராடுகின்றன. கல்வி, சுகாதாரம் போன்ற துறைகளுக்கு பயன்படுத்தப்பட வேண்டிய வளங்கள், மீட்புப் பணிகளுக்குச் செலவிடப்படுகின்றன. இதனால் வளர்ச்சி மந்தமாகி, வறுமை மற்றும் நிலைத்தன்மையின்மை (uncertainty) தொடர்கிறது.

போரின் காயங்கள் அதன் உண்மையான விலையை நமக்கு நினைவூட்டுகின்றன. அமைதி, சுமுகமான பேச்சுவார்த்தை மற்றும் புரிந்துணர்வின் அவசியத்தை அவை வலியுறுத்துகின்றன. போரின் வடுக்களை உணர்ந்து சமாதானமே சிறந்த தெரிவு என்பதை ஏற்றுக்கொள்ளும்போதுதான், மனித சமூகம் சிறப்பான மற்றும் நிலையான எதிர்காலத்தை உருவாக்க முடியும்.

என்றும் அன்புடன்
ஆசிரியர்

நாவிதன்வெளி பிரதேசத்தின் மட்டக்களப்பு வாவியின் குறிப்பிட்ட சில கரையோர நவீன நன்னீர் மீன் வளர்ப்பின் சாத்தியப்பாடுகள்

நாவிதன்வெளி பிரதேசம் இயற்கை வளங்கள் நிறைந்த ஒரு பகுதியாகும். குறிப்பாக இங்கு ஆறு, கால்வாய்கள் மற்றும் நீர்நிலைகள் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. குறிப்பாக மட்டக்களப்பு வாவி (Batticaloa Lagoon) இப்பகுதியின் முக்கிய நீர்வளமாகத் திகழ்கிறது. இதன் காரணமாக நன்னீர் மீன் வளர்ப்புக்கு ஏற்ற சூழல் இப்பகுதியில் அதிகம் காணப்படுகின்றது. இதனை அடிப்படையாகக் கொண்டு, நவீன நன்னீர் மீன் வளர்ப்பு முறைகள் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டால், இப்பகுதி மக்களின் பொருளாதார முன்னேற்றத்திற்கு மிகப்பெரிய வாய்ப்பு உருவாகும்.

மட்டக்களப்பு வாவியின் சில பகுதிகள் அதாவது அன்னமலை-02, அன்னமலை-01, நாவிதன்வெளி-01 மற்றும் சவளக்கடை ஆகிய கிராம உத்தியோகத்தர் பிரிவுகளின் வாவிப் பகுதியில் நீரின் ஆழம், நீர்மட்ட நிலைத்தன்மை மற்றும் உணவுச் சங்கிலி வளம் ஆகிய காரணங்களால் மீன் வளர்ப்பிற்கு ஏற்ற சூழல் காணப்படுகின்றன. குறிப்பாக வலைவீச்சு (pen culture) மற்றும் கூண்டுமுறைகள் (cage culture) மூலம் மீன்களை கட்டுப்பாட்டுடன் வளர்க்கும் சாத்தியம் அதிகமாக உள்ளது. இம்முறைகள் குறைந்த நிலப்பரப்பில் கூட அதிக உற்பத்தி பெற உதவுகின்றன. மேலும் இப்பகுதிகளில் காணப்படும் குளங்களில் தரமான மீன் குஞ்சுகள் (fingerlings) வளர்ப்பதற்கான சாத்தியப்பாடுகளும் காணப்படுகின்றன.

நவீன நன்னீர் மீன் வளர்ப்பு என்பது பாரம்பரிய முறைகளை விட அறிவியல் அடிப்படையிலான தொழில்நுட்பங்களை பயன்படுத்தும் ஒரு முறையாகும். இதில் தரமான மீன் குஞ்சுகள் (fingerlings) சரியான தீவன மேலாண்மை, நீர் தரக் கட்டுப்பாடு மற்றும் நோய் மேலாண்மை ஆகியவை முக்கிய பங்காற்றுகின்றன. இத்தகைய முறைகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் குறைந்த காலத்தில் அதிக உற்பத்தி பெற முடியும். நவீன நன்னீர் மீன் வளர்ப்பில் திலாபியா(Tilapia), கத்தளா (Catla), ரோகு (Rohu) போன்ற இனங்களை வளர்ப்பது பொருளாதார

ரீதியாக பயனுள்ளதாகும். இவை வேகமாக வளரக்கூடியதும், சந்தையில் அதிக தேவை கொண்டதும் ஆகும். இதனால் மீனவர்கள் குறுகிய காலத்திலேயே வருமானம் ஈட்ட முடியும்.

மேலும், நவீன தொழில்நுட்பங்களைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் உற்பத்தித் திறனை மேலும் அதிகரிக்க முடியும். நீர் தர மேலாண்மை, உணவு வழங்கல் திட்டமிடல், நோய்க் கட்டுப்பாடு போன்ற அம்சங்களில் பயிற்சி வழங்கப்பட்டால், மீனவர்கள் திறமையான தொழில்முனைவோராக மாற முடியும். இதனால் பாரம்பரிய மீன்பிடி முறைகளில் இருந்த ஆபத்துகள் குறைந்து, நிலையான வருமானம் கிடைக்கும்.

இத்தகைய திட்டங்கள் குழும அடிப்படையில் செயல்படுத்தப்படும்போது, வளங்களை பகிர்ந்து பயன்படுத்தும் திறன் அதிகரிக்கும். மீனவர்கள் ஒன்றிணைந்து செயல்படுவதன் மூலம் உற்பத்திச் செலவுகள் குறைந்து, சந்தை அணுகல் மேம்படும். கூட்டுறவு அணுகுமுறை **(cooperative approach)** மூலம் விற்பனை மற்றும் விநியோகத்திலும் முன்னேற்றம் ஏற்படும்.

சுற்றுச்சூழல் பார்வையில், வாவிப் பகுதிகளில் மீன் வளர்ப்பு மேற்கொள்ளும் போது நிலையான முறைகள் பின்பற்றப்பட வேண்டும். அதிக அளவில் உணவு வழங்குதல் அல்லது கழிவுகள் நீரில் சேர்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். இதன் மூலம் குளம் இயற்கை சமநிலை பாதுகாக்கப்படும்.

இந்தத் துறையில் பெண்கள் மற்றும் இளைஞர்கள் ஈடுபடுவதற்கான வாய்ப்புகளும் அதிகமாக உள்ளன. மீன் வளர்ப்பு, உணவு தயாரித்தல், சந்தைப்படுத்தல் போன்ற பல்வேறு கட்டங்களில் அவர்கள் பங்குபெற முடியும். இதன் மூலம் வேலைவாய்ப்புகள் உருவாகி, குடும்ப வருமானம் உயர்த்தப்படும்.

அதே நேரத்தில், அரசாங்கம் மற்றும் சம்பந்தப்பட்ட நிறுவனங்களின் தொழில்நுட்ப ஆதரவு, பயிற்சி மற்றும் நிதி உதவிகள் வழங்கப்பட்டால், இந்தத் துறை மேலும் வளர்ச்சி அடையும். குறிப்பாக கூட்டுறவு அமைப்புகள் மூலம் குழும அடிப்படையில் செயல்பட்டால், சந்தை அணுகல் மற்றும் வளங்களின் பயன்பாடு மேலும் சிறப்பாகும்.

சவால்களும் இல்லாமல் இல்லை. நீர் பற்றாக்குறை, நோய் பரவல், சந்தை விலை மாற்றம் போன்ற பிரச்சினைகள் இருக்கலாம். ஆனால் சரியான திட்டமிடல் மற்றும் மேலாண்மை மூலம் இச்சவால்களை சமாளிக்க முடியும்.

முடிவாக, நாவிதன்வெளி பிரதேசத்தில் நவீன நன்னீர் மீன் வளர்ப்பிற்கு மிகுந்த சாத்தியப்பாடுகள் உள்ளன. இந்த வாய்ப்புகளை சரியாக பயன்படுத்தினால், மீனவர் சமூகத்தின் வாழ்க்கைத் தரம் உயர்ந்து, பொருளாதார முன்னேற்றம் உறுதியாகும். இது அந்தப் பிரதேசத்தின் நிலையான வளர்ச்சிக்கான ஒரு முக்கிய வழியாகவும் அமையும்.

தொகுப்பு :
திருமதி தி. கிருபைராஜா
பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர்

நாவெளி NAAVELI
நாவெளி
பிரதேச செயலகம் - நாவிதன்வெளி

பாடசாலை மாணவர்களுக்கான கற்றல் உபகரணங்கள் வழங்கி வைக்கும் நிகழ்வு

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் வழிகாட்டலுக்கமைவாக நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரிவிற்குட்பட்ட பொருளாதார வசதி குறைந்த குடும்பங்களைச் சேர்ந்த தெரிவு செய்யப்பட்ட பாடசாலை மாணவர்களுக்கான கற்றல் உபகரணங்களை வழங்கி வைக்கும் நிகழ்வு பதில் உதவி பிரதேச செயலாளர் திரு. பே. பிரணவரூபன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 பெப்ரவரி 27ஆம் திகதியன்று நாவிதன்வெளி கலாசார மத்திய நிலையத்தில் இடம்பெற்றது. நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக சிறுவர் உரிமை மேம்பாட்டு உத்தியோகத்தர் திருமதி. D. யாசுகி மற்றும் சமூக வலுவூட்டல் உத்தியோகத்தர் திரு. K. தில்லைநாதன் ஆகியோரின் ஒருங்கிணைப்பில் இடம்பெற்ற இந்நிகழ்விற்கு அறம் அமைப்பின் ஸ்தாபகர் திரு. V. வாமதேவன் மற்றும் டென்மார்க் நாட்டினை சேர்ந்த திரு. சிவா ஆகியோர் அனுசரணை வழங்கியிருந்தனர்.

‘ஹிமிகம’ அவர்களின் காணி முழுவதும் அவர்களுக்கே!!!

பூரண அளிப்பு வழங்குவதற்கான ஹிமிகம நிகழ்ச்சி திட்டத்தினை ஆரம்பித்து வைத்தல்

அதி உத்தம ஜனாதிபதி அனுர குமார திசாநாயக்க அவர்களின் பணிப்புரையில் “அவர்களின் காணி முழுவதும் அவர்களுக்கே" எனும் தொனிப்பொருளில் அரச காணியின் பூரண உரித்தினை உரிய பொது மக்களுக்கு வழங்கும் நோக்கில் உத்தரவுப்பத்திரங்கள் மற்றும் அளிப்பு பத்திரங்கள் அரச காணி கட்டளைச் சட்டத்தில் 1947ஆம் ஆண்டின் 8ஆம் இலக்க அரச காணி கட்டளைச் சட்டத்தின் 2ஆவது பிரிவிற்கமைவாக பூரண அளிப்பு வழங்கும் பொருட்டு 2ஆம் கட்ட நடவடிக்கையின் பெயரில் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தின் பிரதேச செயலாளர் திருமதி.ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களினால் நிகழ்நிலை மூலம் உத்தியோக பூர்வமாக கடந்த 2026.03.03ஆம் திகதி ஆரம்பித்து வைக்கப்பட்டது.

குறித்த வேலைத்திட்டத்தின் ஆரம்பக் கட்டமாக, ஏற்கனவே குறித்த பூரண அளிப்புக்காக விண்ணப்பித்து இதுவரை அனுமதி கிடைக்கப்பெறாத விண்ணப்பங்களை முதற்கட்டமாக உரிய நடவடிக்கைக்குட்படுத்த தேவையான நடவடிக்கைகள் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தினால் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருவதுடன், எதிர்காலத்தில் புதிய விண்ணப்பங்களை உள்வாங்குவதற்குரிய நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன.

ஹிமிகம நிகழ்ச்சித் திட்டத்தில் உள்வாங்கப்படுவதற்கு பின்வரும் நிபந்தனைகள் பூர்த்தியடைந்திருத்தல் வேண்டும்

1. காணி முழுவதும் நில அளவை செய்யப்பட்டிருத்தல்.
2. காணி எவ்வித பிணக்குகளுமின்றி காணப்படுதல்.
3. குறித்த காணிக்கு உத்தரவுப்பத்திரம்/ அளிப்பு பத்திரம் ஏற்கனவே வழங்கப்பட்டிருத்தல்.

மேலும் மேற்படி அளிப்பு தயாரிக்கும் விடயத்தில் பின்வரும் விடயங்கள் தொடர்பில் மேலதிக கவனம் செலுத்தப்படல் வேண்டும்.

குறித்த விடயங்கள் அவதானிக்கப்படுமாயின் ஹிமிகம திட்டத்திற்குள் அத்தகைய ஆவணங்கள் உள்ளீர்க்கப்படக்கூடாது.

1. வாழ்நாள் பாவனைக்காக வழங்கப்பட்ட அனுமதிப்பத்திரங்கள் மற்றும் அளிப்புப் பத்திரங்களின் அடிப்படையில் பூரண அளிப்புப் பத்திரங்களைக் கோருதல்.

2. விவசாய வகுப்பின் கீழ் பயிர்ச்செய்கைக்காக, வசிப்பிடத்திற்காக அல்லது பயிர்ச்செய்கை மற்றும் வசிப்பிடத்திற்காக வழங்கப்பட்ட காணிகள், வேறு நோக்கங்களுக்காகப் பயன்படுத்துதல்.

3. நடுத்தர வகுப்புத் திட்டத்தின் கீழ் கைவிடப்பட்டுள்ள காணிகள்.

4. காணியைத் தடையின்றி அனுபவிக்காது இருத்தல்.

5. காணிக்கான அளவீடுப் பணிகள் மேற்கொள்ளப்படாது இருத்தல்.

6. காணி ஒரு நிதி நிறுவனம் அல்லது வங்கிக்கு அடமானம் வைக்கப்பட்டிருத்தல்.

7. அனுமதிப்பத்திரத்தின் அடிப்படையில் பூரண அளிப்புப் பத்திரம் கோரப்படும்போது அந்த அளிப்பு பத்திரம் சேற்று நிலத்திற்காக வழங்கப்பட்டிருந்தால் மூன்று வருடங்களும், மற்றும் மேட்டு நிலத்திற்காக வழங்கப்பட்டிருந்தால் ஒருவருடமும் நிறைவடையாதிருத்தல்.

8. அப்புறப்படுத்தப்பட்டுள்ள காணிகளில் சட்ட ரீதியான பிரச்சினை காணப்படுதல்.

9. நகர்ப்புற அதிகாரப் பிரதேசமாக வர்த்தமானியில் பிரசுரிக்கப்பட்டதன் பின்னர் காணி அபிவிருத்தி கட்டளைச் சட்டத்தின் கீழ் அனுமதிப்பத்திரங்கள் வழங்குதல்.

பூரண அளிப்புப் பத்திரங்கள் சில நிபந்தனைகளின் அடிப்படையின் கீழ் தயாரிக்கப்படுகின்றன.

1. பூரண அளிப்பு பத்திரத்தைப் பெற விரும்பும் நபர் ஒருவரிடமிருந்து காணி அபிவிருத்தி கட்டளைச் சட்டத்தின் கீழ் வழங்கப்பட்டுள்ள அளிப்புப்பத்திரத்தை அரசாங்கத்திடம் ஒப்படைத்து பூரண அளிப்பு பத்திரத்தைப் பெறும் நபரிடமிருந்து கோரிக்கையை எழுத்து பூர்வமாகப் பெறுதல் வேண்டும்.

2. காணியை ஆட்சி செய்பவர் எந்தவொரு பிணக்குகளுமின்றி காணியைச் சிறந்த முறையில் பராமரிக்கிறார் என்று கள ஆய்வின் மூலம் திருப்தியுறும் சந்தர்ப்பத்தில் இணைப்பு 06 படிவத்தைப் பூர்த்தி செய்தல் வேண்டும்.

3. பின்னர் காணி உரிமையாளரின் வாழ்க்கைத் துணையின் சம்மதம் பெற்றுக்கொள்வதற்காக இணைப்பு 07 படிவம் பூர்த்தி செய்யப்படல் வேண்டும். இதன் மூலம் பூரண அளிப்பு பெறுவதற்கு அவர்களுக்கான காணியின் உரிமம் கைவிடப்படுகின்றது அல்லது மீண்டும் அரச காணி ஒன்றை பெற்றுக்கொள்வதற்கான உரிமம் இல்லை என்பதனைத் தெளிவுபடுத்துவதற்காகப் படிவம் 07 பூர்த்தி செய்யப்படுகின்றது.

4. பின்னர் குறித்த படிவங்களை Scan செய்து e-slim அமைப்பில் உள்வாங்கப்படுதல் வேண்டும்.

மேற்படி விடயங்கள் உள்வாங்கப்பட்டு குறித்த பூரண அளிப்பு தயாரிக்கும் வேலைத்திட்டங்கள் தற்போது நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தினால் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன.

இ. றூபிகா
அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்

නාවෙළි NAAVELI
நாவெளி
பிரதேச செயலகம் – நாவிதன்வெளி

ds@navithanveli.ds.gov.lk
புதன்கிழமை / மலர் - 27 / இதழ் - 60 / 25 பங்குனி 2026

பல்லின சமூகத்தவர்களும் கலந்து கொண்ட நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தின் வருடாந்த இப்தார் நிகழ்வு

அம்பாறை மாவட்டம் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகம் ஏற்பாடு செய்து நடாத்திய வருடாந்த இப்தார் விசேட நிகழ்வு 2026 மார்ச் 12ஆம் திகதி பிரதேச செயலாளர் திருமதி ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் கணக்காளர் கே.றிஸ்வி யஹ்சர் அவர்களின் ஒருங்கிணைப்போடு வெகு விமரிசையாக இடம்பெற்றது.

இந்த இப்தார் விசேட நிகழ்வுக்கு அம்பாறை மாவட்ட செயலாளர் திரு. அனுபமா மங்கள விக்ரமாராச்சி அவர்கள் பிரதம அதிதியாக கலந்து கொண்டதுடன், மாவட்ட செயலக திட்டமிடல் பணிப்பாளர் எம். ஏ. முனாசிர், கணக்காளர் ஐ. எம். பாரிஸ் உட்பட மாவட்ட செயலக அதிகாரிகள், நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பதில் உதவி பிரதேச செயலாளர் பே. பிரணவரூபன், பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி. திலகராணி கிருபைராசா உட்பட பிரதேச செயலக அதிகாரிகள், தொழிலதிபர்கள், வர்த்தகர்கள், நலன் விரும்பிகள், மதத் தலைவர்கள் என பலரும் கலந்து கொண்டனர்.

சிறுபோக பயிர்ச்செய்கை தொடர்பான ஆரம்பக் கூட்டம்

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரிவிற்குட்பட்ட சடயந்தலாவ கண்டப்பகுதியில் இவ்வருடம் மேற்கொள்ளப்படவுள்ள சிறுபோக பயிர்ச்செய்கை தொடர்பான ஆரம்பக் கூட்டம் நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 மார்ச் 17ஆம் திகதியன்று பிரதேச செயலக கூட்ட மண்டபத்தில் இடம்பெற்றது. இந்நிகழ்வில் மாகாண நீர்ப்பாசன திணைக்கள பொறியியலாளர், நாவிதன்வெளி பிரதேச சபையின் தவிசாளர், நீர்ப்பாசன தொழில்நுட்ப உத்தியோகத்தர்கள், சவளக்கடை கமநலசேவை விவசாய அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர், சவளக்கடை கமநலசேவை மத்திய, மாகாண போதனாசிரியர்கள், வனவிலங்குகள் ஜீவராசிகள் திணைக்கள உத்தியோகத்தர், விவசாய காப்புறுதி உத்தியோகத்தர், விவசாய அமைப்புகளின் பிரதிநிதிகள் மற்றும் பிரதேச செயலக அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்களும் கலந்து கொண்டனர்.

சமூக உற்பத்தித்திறன் மாதிரிக் கிராமத் திட்ட அங்குரார்ப்பண நிகழ்வு

"Clean Sri Lanka" தேசிய வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் தேசிய உற்பத்தித்திறன் செயலகத்தினால் (National Productivity Secretariat) முன்னெடுக்கப்படும் சமூக உற்பத்தித்திறன் மாதிரிக் கிராமத் திட்ட அங்குரார்ப்பண நிகழ்வானது நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலாளர் திருமதி. ராகுலநாயகி சஜிந்ரன் அவர்களின் தலைமையில் 2026 மார்ச் 16ஆம் திகதியன்று சாளம்பைக்கேணி - 05 கிராம அலுவலர் பிரிவிலுள்ள அல்ஹிக்மா முஸ்லிம் வித்தியாலயத்தில் இடம்பெற்றது.

குறித்த கிராமத்தின் உற்பத்தித்திறன், வாழ்க்கைத்தரம், நிலைத்தன்மை, சமூக பங்கேற்பு, புத்தாக்கம் ஆகிய ஆறு முக்கிய கூறுகளை அளவிடக்கூடிய முடிவுகளைப் பயன்படுத்தி அபிவிருத்தி செய்வது இத்திட்டத்தின் பிரதான நோக்காகும்.

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக உற்பத்தித்திறன் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்களான M. I. அப்கர் அஹமட் மற்றும் திருமதி. N. நளினிதேவி ஆகியோரின் ஒருங்கிணைப்பில் இடம்பெற்ற இந்நிகழ்வில் "Clean Sri Lanka" திட்ட கிராம பிரதிநிதியும் கௌரவ பிரதேச சபை உறுப்பினருமான திரு. K. நிரோஜன், நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலக பிரதி திட்டமிடல் பணிப்பாளர் திருமதி. திலகராணி கிருபைராஜா ஆகியோருடன் பொதுமக்கள் பலரும் நிகழ்வில் கலந்து கொண்டனர்.

MASJID DHAHWATHIL

வளமான கிராமம்

வளமான கிராமம்

தேசிய வாசிப்பு மாதம்
ஒக்டோபர்

கிராமங்களின் மறுமலர்ச்சி: இலங்கையில் கிராம மட்ட சிறு கைத்தொழில்களை அபிவிருத்தி செய்வதற்கான ஒரு மூலோபாய முன்மொழிவு

பண்டைய கலாசாரம் மற்றும் இயற்கை வளங்களின் செழுமையான பின்னணியைக் கொண்ட தீவு நாடான இலங்கை, நீண்ட காலமாக தனது கிராமப்புறங்களையே சமூகத்தின் முதுகெலும்பாக நம்பியுள்ளது. பல நூற்றாண்டுகளாக, கிராமங்கள் பாரம்பரிய கைவினைத்திறன், விவசாயம் மற்றும் சமூக வாழ்வின் மையங்களாகத் திகழ்ந்துள்ளன. இருப்பினும், நவீன பொருளாதாரச் சூழலில், இந்தக் கிராமங்கள் பெரும்பாலும் பின்தங்கிய நிலை, வேலையின்மை மற்றும் நகர்ப்புற மையங்களுடனான இடைவெளியை எதிர்கொள்கின்றன. நிலையான மற்றும் சமத்துவமான தேசிய வளர்ச்சியை அடைவதற்கான திறவுகோல், கிராம மட்ட சிறு கைத்தொழில்களை அபிவிருத்தி செய்து வலுப்படுத்துவதற்கான ஒரு ஒருங்கிணைந்த முயற்சியில் தங்கியுள்ளது என்பதை எந்தவொரு பொருளியல்துறை அறிஞரும் ஏற்றுக்கொள்வார். இது ஒரு பொருளாதாரத் தேவை மட்டுமல்ல, கலாசாரப் பாரம்பரியத்தைப் பாதுகாத்தல், கிராமப்புறங்களிலிருந்து நகரங்களுக்கு இடம்பெயர்வதைக் குறைத்தல் மற்றும் அனைத்து மக்களையும் உள்ளடக்கிய தேசத்தின் செழிப்பை வளர்ப்பதை நோக்கமாகக் கொண்ட ஒரு சமூகத் தேவையாகும். இந்தக் கிராமப்புற சமூகங்களை துடிப்பான பொருளாதார நடவடிக்கைகளின் மையங்களாக மாற்றுவதற்கு, தொழில்முனைப்பு, நிதி, சந்தை அணுகல் மற்றும் தொழில்நுட்பம் ஆகியவற்றில் கவனம் செலுத்தும் ஒரு பன்முனை மூலோபாய அணுகுமுறை அவசியமாகும்.

தற்போதைய நிலை: சாத்தியக் கூறுகளும் சவால்களும்

இலங்கையின் கிராமங்கள் மகத்தான ஆற்றலின் களஞ்சியங்களாகும். கைத்தறி ஆடைகள், நுட்பமான மட்பாண்டங்கள், தென்னை நார் சார்ந்த பொருள்கள், மரச் செதுக்குதல் மற்றும் உள்ளூர் மசாலாப் பொருள்கள் மற்றும் உணவுப் பதப்படுத்துதல் போன்ற பாரம்பரியத் தொழில்கள் வாழ்வாதாரங்கள் மட்டுமல்ல, இலங்கைத் தீவின் பாரம்பரியத்தின் இப்போதும் நிலைத்திருக்கும் வெளிப்பாடுகளுமாகும். இந்தத் தொழில் துறைகள் இயல்பாகவே நிலைபேறான அபிவிருத்திக்கு உதவியாய் அமையக்கூடியவை, இவை பெரும்பாலும் உள்ளூர் மூலப்பொருள்களையும் சூழல் நட்பு செயல்முறைகளையுமே பயன்படுத்துகின்றன. இவை இந்த உள்ளார்ந்த பலத்தைக் கொண்டிருந்தபோதிலும், அவை குறிப்பிடத்தக்க தடைகளால் சூழப்பட்டுள்ளன.

குறைந்த வட்டியில் மூலதனத்தைப் பெறுவதில் உள்ள சிக்கல் ஒரு முதன்மையான சவாலாகும். முறையான வங்கிசார் நிறுவனங்களின் சிக்கலான நடைமுறைகள் மற்றும் பிணைத் தேவைகளால் ஆர்வமுள்ள தொழில்முனைவோர் பெரும்பாலும் ஊக்கமிழக்கின்றனர். இதன் விளைவாக, அவர்கள் குறைந்த முதலீடு, காலாவதியான தொழில்நுட்பம் மற்றும் வரையறுக்கப்பட்ட உற்பத்தித் திறன் என்ற சுழற்சியில் சிக்கிக் கொள்கிறார்கள். இது திறன்களில் உள்ள இடைவெளியால் மேலும் சிக்கலாகிறது. பாரம்பரிய அறிவு தலைமுறைகளாகக் கடத்தப்பட்டாலும், நவீன வணிக முகாமைத்துவம், நிதிசார் அறிவு மற்றும் டிஜிட்டல் சந்தைப்படுத்தல் திறன்களுக்கான அவசரத் தேவை உள்ளது. மேலும், சந்தைத் தொடர்புகள் பெரும்பாலும் பலவீனமாகவும், இலாபத்தின் பெரும்பகுதியைப் பெறும் சுரண்டல் இடைத்தரகர்களால் கட்டுப்படுத்தப்படுகின்றன. இது உற்பத்தியாளர்களுக்கு அற்பமான வருமானத்தையே விட்டுச்செல்கிறது. இலாபகரமான நகர்ப்புற மற்றும் சர்வதேச சந்தைகளுடனான இந்தத் துண்டிப்பு, வளர்ச்சியைத் தடுக்கிறது மற்றும் இளைய தலைமுறையினரை இந்தப்

பாரம்பரிய கைத்தொழில்களைத் தொடர்வதிலிருந்து ஊக்கமிழக்கச் செய்கிறது, இது விலைமதிப்பற்ற திறன்களின் படிப்படியான அழிவிற்கு வழிவகுக்கிறது.

கிராமப்புற தொழில் வளர்ச்சிக்கான நான்கு தூண் மூலோபாயம் இந்த சவால்களை சமாளிக்க, ஒரு முழுமையான மற்றும் ஒருங்கிணைந்த மூலோபாயம் தேவைப்படுகிறது. இந்த மூலோபாயத்தை நான்கு அடித்தளத் தூண்களின் மீது கட்டமைக்கலாம். தொழில்முனைப்பை வளர்த்தல், நிதி அணுகலை மேம்படுத்துதல், சந்தைத் தொடர்புகளை வலுப்படுத்துதல் மற்றும் தொழில்நுட்பத்தைப் பயன்படுத்துதல்.

1. தொழில்முனைப்பு மற்றும் திறன் மேம்பாட்டை வளர்த்தல்

அடிமட்ட அளவில் ஒரு வலுவான தொழில்முனைப்புக் கலாசாரத்தை வளர்ப்பதே முதல் படியாகும். இது பாரம்பரிய கைவினைப் பயிற்சியைத் தாண்டி, பரந்த வணிகக் கல்வியை உள்ளடக்கியது. தேசிய பயிலுநர் மற்றும் கைத்தொழில் பயிற்சி அதிகாரசபை (NAITA) மற்றும் தொழிற்பயிற்சி அதிகாரசபை (VTA) போன்ற தொழில்நுட்பக் கல்லூரிகளுடன் இணைந்து, அரசாங்கம் கிராமப்புற மாவட்டங்களில் பரவலாக்கப்பட்ட பயிற்சி மையங்களை நிறுவ வேண்டும். இந்த மையங்கள் பாரம்பரிய திறன்களை நவீன தேவைகளுடன் இணைக்கும் பாடத்திட்டங்களை வழங்க வேண்டும், இதில் தரக் கட்டுப்பாடு, தயாரிப்பு வடிவமைப்பு, பொதியிடல், அடிப்படைக் கணக்கியல் மற்றும் டிஜிட்டல் அறிவு ஆகியவை அடங்க வேண்டும்.
வெற்றிகரமான கிராமப்புற தொழில்முனைவோரை புதியவர்களுடன் இணைக்கும் வழிகாட்டித் திட்டங்கள் விலைமதிப்பற்ற நடைமுறை வழிகாட்டுதலையும் உத்வேகத்தையும் வழங்க முடியும். தொழில்முனையும் மனப்பான்மையை வளர்க்கவும், புதுமை மற்றும் இடர் ஏற்பை ஊக்குவிக்கவும் பட்டறைகள் மற்றும் கருத்தரங்குகள் தவறாமல் நடாத்தப்பட வேண்டும். தனிநபர்களுக்கு உருவாக்கும் தொழில்நுட்பத் திறன்கள் மற்றும் விற்கும் வணிகத் திறன் ஆகிய இரண்டையும் வழங்குவதன் மூலம், நாம் கைவினைஞர்களை புத்திசாலித்தனமான வணிக உரிமையாளர்களாக மாற்ற முடியும்.

2. நிதி மற்றும் வளங்களுக்கான அணுகலை மேம்படுத்துதல்

மூலதனம் எந்தவொரு நிறுவனத்தினதும் உயிர்நாடியாகும். கிராமியத் தொழில்களை ஊக்குவிக்கும் சக்தியாக, நிதி அணுகல் ஜனநாயகப்படுத்தப்பட வேண்டும். அரசாங்க ஆதரவுடனான நுண்நிதியுதவித் திட்டங்கள் மற்றும் அரச சார்பற்ற நிறுவனங்களுடனான (NGOs) கூட்டாண்மை, சிறுதொழில் தொடங்குவோரின் தேவைகளுக்கு ஏற்ப குறைந்த வட்டி, பிணையில்லா கடன்களை வழங்க முடியும். கடன் விண்ணப்ப செயல்முறையை எளிதாக்குதல் மற்றும் உள்ளூர் நிருவாக அலுவலகங்கள் (பிரதேச செயலகங்கள்) மூலம் வழிகாட்டுதல் வழங்குவது கிராமப்புற விண்ணப்பதாரர்களுக்கான குறிப்பிடத்தக்க தடைகளை நீக்கும்.

தனிநபர் நிதியுதவிக்கு அப்பால், சமுதாய வசதி மையங்கள் (Community Facility Centers) என்ற கருத்து மகத்தான நன்மைகளைக் கொண்டுள்ளது. பிரதேச மட்டத்தில் நிறுவப்பட்ட இந்த பகிரப்பட்ட மையங்கள், விலையுயர்ந்த இயந்திரங்கள், தரப் பரிசோதனை உபகரணங்கள் மற்றும் மொத்த

மூலப்பொருள் கொள்முதல் வசதிகளுக்கான அணுகலை வழங்க முடியும். உதாரணமாக, ஒரு மட்பாண்டம் தயாரிப்பவர், ஒரு நவீன, அதிக கொள்ளளவு கொண்ட சூளையை ஒரு சமுதாய வசதி மையத்தில் முழு உரிமச் செலவையும் ஏற்காமல் அணுக முடியும். இந்த மாதிரி தனிப்பட்ட தொழில்முனைவோருக்கான மூலதனச் செலவை வியத்தகு முறையில் குறைக்கிறது, இது அவர்களை தரம் மற்றும் புதுமைகளில் அதிக முதலீடு செய்ய அனுமதிக்கிறது.

3. சந்தைத் தொடர்புகள் மற்றும் பெறுமதிச்சங்கிலிகளை வலுப்படுத்துதல்

ஒரு உயர்தரப் பொருளை உருவாக்குவது வெற்றிகரமான உற்பத்திச் செயன்முறையின் பாதி மட்டுமே ஆகும். அதை சரியான வாடிக்கையாளருடன் இணைப்பது சமமான அளவு முக்கியமானது. டிஜிட்டல் புரட்சி கிராமப்புற உற்பத்தியாளர்களுக்கும் உலகளாவிய நுகர்வோருக்கும் இடையிலான இடைவெளியைக் குறைக்க ஒரு உன்னத வாய்ப்பை வழங்குகிறது. இலங்கை கிராமப்புற தயாரிப்புகளுக்கான ஒரு பிரத்தியேக தேசிய மின்னணு வர்த்தகத் தளம், தயாரிப்புகளை புகைப்படம் எடுப்பது, விளக்கங்களை எழுதுவது மற்றும் நிகழ் நிலைக் கட்டளைகளை நிருவகிப்பது எப்படி என்பது குறித்த பயிற்சியுடன் ஆதரவளிக்கப்படும்போது, ஒரு பரந்த புதிய சந்தையைத் திறக்க முடியும்.

அதே நேரத்தில், பௌதீக சந்தைத் தொடர்புகள் பலப்படுத்தப்பட வேண்டும். கிராம உற்பத்தியாளர் கூட்டுறவுச் சங்கங்களுக்கும் நகர்ப்புற சில்லறை விற்பனையாளர்கள், ஹோட்டல் தொடர்கள் மற்றும் ஏற்றுமதி நிறுவனங்களுக்கும் இடையே நேரடி கூட்டாண்மைகளை அரசாங்கமும் தனியார் துறையும் எளிதாக்கலாம். இது இடைத்தரகர்களை நீக்குகிறது,

உற்பத்தியாளருக்கு நியாயமான விலையையும், நுகர்வோருக்கு உண்மையான தயாரிப்பையும் உறுதி செய்கிறது. நம்பகத்தன்மை, கைவினைத்திறன் மற்றும் நெறிமுறை உற்பத்தி ஆகியவற்றை வலியுறுத்தும் ஒரு வலுவான "Made in Sri Lanka" என்ற வர்த்தகநாமத்தை ஊக்குவிப்பது உள்ளூர் மற்றும் சர்வதேச சந்தைகளில் ஒரு சிறப்பான பெறுமதி முன்மொழிவை உருவாக்க முடியும். கூட்டுறவுச் சங்கங்களை உருவாக்குவதை ஊக்குவிப்பது உற்பத்தியாளர்களின் கூட்டுப் பேரம் பேசும் சக்தியை மேம்படுத்துகிறது, இது பெரிய விநியோகக் கட்டளைகளை நிறைவேற்றவும் சிறந்த விதிமுறைகள் மூலம் பேரம் பேசவும் உதவுகிறது.

4. தொழில்நுட்பம் மற்றும் புதுமைகளைப் பயன்படுத்துதல்

பாரம்பரிய நுட்பங்களைப் பாதுகாப்பது முக்கியம் என்றாலும், செயல்திறன், நிலைத்தன்மை மற்றும் அளவிடுதலுக்கு பொருத்தமான தொழில்நுட்பத்தை ஏற்றுக்கொள்வது இன்றியமையாதது. இது மொத்த தொழில்மயமாக்கலைக் குறிக்கவில்லை, மாறாக கைவினைத்திறனின் மையக்கொள்கையுடன் சமரசம் செய்யாமல் உற்பத்தித்திறனை மேம்படுத்தும் கருவிகளின் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட அறிமுகத்தைக் குறிக்கிறது. உடல் உழைப்பைக் குறைக்கும் மேம்படுத்தப்பட்ட கைத்தறிகள், ஆயுட்காலத்தை நீட்டிக்கும் நவீன உணவுப் பாதுகாப்பு நுட்பங்கள் அல்லது களிமண் மூலம் பாத்திரங்கள் தயாரிப்பவர்களுக்கான திறன்வாய்ந்த களிமண் பிசையும் இயந்திரங்கள் ஆகியவை எடுத்துக்காட்டுகளாகும்.

மேலும், தொழில்நுட்பம் தகவல் பரப்புதலுக்கான ஒரு சக்திவாய்ந்த கருவியாக இருக்க முடியும். செல்லிடச் செயலிகள் சந்தை விலைகள், புதிய வடிவமைப்புப் போக்குகள் மற்றும் அரசாங்க ஆதரவுத் திட்டங்கள் குறித்த நிகழ்நேரத் தரவை வழங்க முடியும். உள்ளூர் பல்கலைக்கழகங்களுடன் இணைந்து மேற்கொள்ளப்படும் ஆராய்ச்சி மற்றும் மேம்பாட்டு (Research and Development) முயற்சிகள், உள்நாட்டில் கிடைக்கும் வளங்களிலிருந்து புதிய தயாரிப்புகளைப் புதுப்பிப்பதிலும், தற்போதுள்ள செயல்முறைகளை மேலும் நிலையானதாகவும் செலவு குறைந்ததாகவும் மேம்படுத்துவதிலும் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

ஆளுகை மற்றும் கூட்டாண்மையின் முக்கிய பங்கு

இந்த விரிவான மூலோபாயத்தின் வெற்றி, ஆதரவான அரசாங்கக் கொள்கைகள் மற்றும் வலுவான பொது-தனியார் கூட்டாண்மைகளைச் (Public Private Partnership) சார்ந்துள்ளது. நம்பகமான மின்சாரம், அனைத்து காலநிலைகளுக்கும் ஏற்ற சாலைகள் மற்றும் அதிவேக இணைய இணைப்பு போன்ற கிராமப்புற உட்கட்டமைப்பில் முதலீடு செய்வதன் மூலம் அரசாங்கம் ஒரு வசதியளிப்பாளராக (Facilitator) செயல்பட வேண்டும். வணிகப் பதிவு மற்றும் வரிவிதிப்புக்கான எளிமைப்படுத்தப்பட்ட மற்றும் வெளிப்படையான ஒழுங்குமுறைக் கட்டமைப்பும் அவசியம்.

மூலதனம், தொழில்நுட்ப நிபுணத்துவம் மற்றும் சந்தை அணுகலைக் கொண்டு வருவதற்கு தனியார் துறையின் ஈடுபாடு முக்கியமானது. உதாரணமாக, ஒரு பெரிய ஆடை நிறுவனம், ஒரு குறிப்பிட்ட, உயர்தர தயாரிப்பு வரிசைக்காக ஒரு கிராமக் கைத்தறிக் கூட்டுறவுச் சங்கத்துடன் கூட்டுச்

சேரலாம். இத்தகைய கூட்டாண்மைகள் ஒரு உற்பத்தி முகாமைத்துவ உறவை உருவாக்குகின்றன, கிராமத் தொழிலுக்கு ஒரு நிலையான சந்தையையும், பெருநிறுவனத்திற்கு ஒரு தனித்துவமான, நிலையான தயாரிப்பு மூலாதாரத்தையும் வழங்குகின்றன.

கிராம மட்ட சிறு கைத்தொழில்களின் வளர்ச்சி, மேலும் நெகிழ்ச்சியான மற்றும் சமத்துவமான

இலங்கைப் பொருளாதார அபிவிருத்திக்கான ஒரு பாதையாகும். திறன்கள், நிதி, சந்தை அணுகல் மற்றும் தொழில்நுட்பம் ஆகியவற்றில் கவனம் செலுத்தும் ஒரு மூலோபாயத்தின் மூலமும் முக்கிய சவால்களை முறையாகக் கையாள்வதன் மூலமும், நாம் கிராமப்புற சமூகங்களை வலுப்படுத்தலாம், நிலையான வாழ்வாதாரங்களை உருவாக்கலாம் மற்றும் நமது கிராமங்களை பாரம்பரியத்தின் மையங்களிலிருந்து எதிர்கால வளர்ச்சியின் இயந்திரங்களாக மாற்றலாம். நமது தேசத்தின் இதயப் பகுதிகளின் இந்தப் புத்துயிர்ப்பு, பொருளாதார முன்னேற்றத்தை உந்துவதோடு மட்டுமல்லாமல், இலங்கையைத் தனித்துவப்படுத்தி அனைவரும் நோக்குகின்ற வளமான கலாசார பாரம்பரியத்தையும் பாதுகாக்கும்.

பாலசிங்கம் ஜெயலெட்சுமி, பாண்டிருப்பு.

ஆரோக்கியமான தாய்மை: கர்ப்பகால உடல் பருமனும் அதன் சவால்களும் ஒரு மருத்துவ வழிகாட்டல்

Dr M. B. Mohamed Silmy
MBBS, MSc Community Medicine (Reading)
Postgraduate Institute of Medicine

கர்ப்ப காலம் (Pregnancy) என்பது ஒரு பெண்ணின் வாழ்நாளில் மிக முக்கியமான மற்றும் மகிழ்ச்சியான காலகட்டமாகும். ஆனால், நவீன கால வாழ்க்கை முறை மாற்றங்கள், உணவுப் பழக்கவழக்கங்கள் மற்றும் போதிய உடற்பயிற்சியின்மை காரணமாக 'உடல் பருமன்' (Obesity) என்பது கர்ப்பகாலத்தில் ஒரு பெரும் சவாலாக உருவெடுத்துள்ளது. உலக சுகாதார நிறுவனம் (WHO) மற்றும் இலங்கை சுகாதார அமைச்சின் தரவுகளின்படி, கர்ப்பமடையும் பெண்களில் கணிசமானோர் அதிக உடல் எடையுடன் காணப்படுவது கண்டறியப்பட்டுள்ளது. இது தாய்க்கும், பிறக்கப்போகும் குழந்தைக்கும் நீண்டகால ஆரோக்கிய பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தக்கூடும் என்பதால், இது குறித்து தெளிவான விழிப்புணர்வு அவசியமாகும்.

கர்ப்பகால உடல் பருமன் என்றால் என்ன? அதன் பாதிப்புகள் எவை?

மருத்துவ ரீதியாக, ஒரு பெண்ணின் உடல் நிறைச் சுட்டெண் (Body Mass Index - BMI) 30 kg/m² க்கும் அதிகமாக இருக்கும்போது அது உடல் பருமன் என வரையறுக்கப்படுகிறது. கர்ப்பமடைவதற்கு முன்னரே ஒரு பெண் அதிக எடையுடன் இருப்பது அல்லது கர்ப்ப காலத்தில் அளவுக்கு அதிகமாக எடை அதிகரிப்பது பல்வேறு சிக்கல்களுக்கு வழிவகுக்கும் என சர்வதேச மகப்பேற்று மருத்துவ ஆய்வுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன. முக்கியமாக, உடல் பருமன் கொண்ட கர்ப்பிணிகளுக்கு 'கர்ப்பகால நீரிழிவு' (Gestational Diabetes) ஏற்படும் அபாயம் அதிகம். இது இரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவை அதிகரித்து, தாயின் சிறுநீரக மற்றும் இதயம் சார்ந்த செயற்பாடுகளைப் பாதிக்கலாம். அதேபோல்,

'கர்ப்பகால உயர் இரத்த அழுத்தம்' (Preeclampsia) ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பும் இருமடங்கு அதிகமாகிறது. இது தாய்க்கு வலிப்பு அல்லது உறுப்பு செயலிழப்பு போன்ற தீவிர நிலைகளை உண்டாக்கக்கூடும்.

குழந்தையைப் பொறுத்தவரை, தாயின் உடல் பருமன் காரணமாக 'மேக்ரோசோமியா' (Macrosomia) எனப்படும் அதிக எடையுடன் குழந்தை பிறக்கும் நிலை ஏற்படலாம். இதனால் சாதாரண பிரசவம் (Normal Delivery) கடினமாகி, அறுவை சிகிச்சை (C-Section) மூலம் குழந்தையை எடுக்க வேண்டிய சூழல் உருவாகிறது. மேலும், ஆய்வுகளின்படி , உடல் பருமன் கொண்ட தாய்மார்களுக்குப் பிறக்கும் குழந்தைகளுக்கு பிற்காலத்தில் இதய நோய்கள், ஆஸ்துமா மற்றும் அவர்களும் உடல் பருமனடைவதற்கான மரபணு ரீதியான வாய்ப்புகள் அதிகம் இருப்பதாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

பாதுகாப்பான கர்ப்பகாலத்தை உறுதி செய்யும் முறைகள் உடல் பருமன் இருப்பவர்கள் கவலைப்படத் தேவையில்லை; முறையான மருத்துவ கண்காணிப்பு மற்றும் திட்டமிடல் மூலம் ஆரோக்கியமான குழந்தையைப் பெற்றெடுக்க முடியும். இலங்கையின் மகப்பேற்று மருத்துவ வழிகாட்டல்கள் இதற்கான தெளிவான வழிமுறைகளை வகுத்துள்ளன.

முதலாவதாக, கர்ப்பமடையத் திட்டமிடும் முன்னரே ஒரு மருத்துவரை அணுகி உடல் எடையைச் சீர்செய்வது சிறந்தது. கர்ப்பமடைந்த பிறகு, எடையைக் குறைப்பதற்கான கடுமையான உணவுக்கட்டுப்பாடுகளை (Dieting) மேற்கொள்ளக்கூடாது. மாறாக, சத்தான மற்றும் சரிவிகித உணவை உட்கொள்வது அவசியம். மாவுச்சத்து (Carbohydrates) மற்றும் கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவுகளைக் குறைத்து, புரதம், நார்ச்சத்து மற்றும் இரும்புச்சத்து நிறைந்த உணவுகளைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

தினசரி உடற்பயிற்சி என்பது மிகவும் இன்றியமையாதது. ஒரு நாளைக்கு குறைந்தது 30 நிமிடங்கள் வேகமான நடைப்பயிற்சி (Brisk Walking) அல்லது மருத்துவர் பரிந்துரைக்கும் எளிய உடற்பயிற்சிகளை மேற்கொள்வதன் மூலம் இரத்த சர்க்கரை அளவையும் எடையையும் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க முடியும். மேலும், வழமையான மருத்துவ பரிசோதனைகளைத் தவறாமல் மேற்கொள்வது, ஆரம்பக்காலத்திலேயே ஏதேனும் சிக்கல்கள் இருப்பின் அவற்றைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை அளிக்க உதவும்.

வருமுன் காப்போம்:
எதிர்கால ஆரோக்கியத்திற்கான முதலீடு

தாய்மை என்பது ஒரு தனிநபரின் ஆரோக்கியம் சார்ந்தது மட்டுமல்ல, அது அடுத்த தலைமுறையின் ஆரோக்கியத்தையும் தீர்மானிக்கிறது. உடல் பருமன் என்பது ஒரு தீர்க்க முடியாத பிரச்சனை அல்ல; சரியான புரிதலும், வாழ்க்கை முறை மாற்றமும் இருந்தால் அதை எளிதாகக் கையாளலாம்.

பிரசவத்திற்குப் பிறகு தாய்ப்பால் கொடுப்பது தாயின் உடல் எடையைக் குறைக்க உதவுவதுடன், குழந்தைக்குத் தேவையான எதிர்ப்புச் சக்தியையும் வழங்குகிறது. உலக சுகாதார நிறுவனம் பரிந்துரைப்பது போல, முதல் ஆறு மாதங்கள் கட்டாய தாய்ப்பால் வழங்குவது தாய்க்கும் சேய்க்கும் நீண்டகால நன்மைகளைத் தரும்.

முடிவாக, ஆரோக்கியமான உணவுமுறை, சீரான உடற்பயிற்சி மற்றும் முறையான மருத்துவ ஆலோசனை ஆகிய மூன்று தூண்களும் ஒரு பெண்ணை உடல் பருமன் எனும் சவாலில் இருந்து மீட்டு, சுகப்பிரசவம் மற்றும் ஆரோக்கியமான குழந்தையை ஈன்றெடுக்க வழிவகுக்கும். ஒரு தாயின் ஆரோக்கியமே ஒரு நாட்டின் ஆரோக்கியமான வருங்காலத்திற்கு அஸ்திவாரம் என்பதை நாம் மறந்துவிடக்கூடாது.

ஆசிரியர் குறிப்பு: இந்தக் கட்டுரை பொதுமக்களுக்கான விழிப்புணர்வு நோக்கில் எழுதப்பட்டது. வாசிக்கும் நீங்கள் ஓர் கர்ப்பிணியாயின் உங்கள் உடல் நிலை மற்றும் தேவையைக் கருத்தில் கொண்டு, உங்களது சுகாதார வைத்திய அதிகாரி அலுவலகத்தை நாடவும்.

ஐந்தாம் வகுப்பு புலமைப்பரிசில் பரீட்சை

இலங்கையின் கல்வி அமைப்பில் தரம் ஐந்து புலமை பரிசில் பரீட்சை ஒரு முக்கிய இடத்தைப் பெற்றுள்ளது. இது பத்து வயதுச் சிறுவர்களுக்கு நடாத்தப்படும் தேசிய அளவிலான பரீட்சையாகும். இலங்கையில் இன்று ஒரு பத்து வயதுச் சிறுவன் அல்லது சிறுமியின் வாழ்க்கையைத் தீர்மானிக்கும் மிக முக்கியமான மற்றும் அழுத்தமான ஒரு நிகழ்வாக இது பார்க்கப்படுகிறது. இந்தப் பரீட்சை மாணவர்களின் திறனை அளந்து, சிறந்தவர்களுக்கு புலமைப்பரிசில்கள் வழங்குவதன் மூலம் உயர்கல்வி வாய்ப்புகளை உறுதிப்படுத்துகிறது. ஆனால், இது வரமா அல்லது சாபமா என்பது பல்வேறு கோணங்களில் விவாதிக்கப்படுகிறது. இலங்கைக் கல்வி முறையில், தரம் 5 புலமைப்பரிசில் பரீட்சையானது ஆரம்பத்தில் பின்தங்கிய மாணவர்களுக்குக் கல்வியில் சமத்துவத்தை வழங்க உருவாக்கப்பட்ட இத்தேர்வு, இன்று சமூகப் போட்டி மற்றும் மன அழுத்தத்தின் மையமாக மாறியுள்ளது.

இந்தப் பரீட்சை 1972ஆம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்டது. பொருளாதார ரீதியாக பின்தங்கிய குடும்பங்களைச் சேர்ந்த திறமையான மாணவர்களுக்கு நிதி உதவியும், சிறந்த வசதிகள் கொண்ட பாடசாலைகளில் கல்வி பெறும் வாய்ப்பும் வழங்கும் நோக்கத்துடன் இந்தப் பரீட்சை அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. இப் பரீட்சையானது நுண்ணறிவுச் சோதனை, கணிதம், மொழித் திறன் மற்றும் சுற்றாடல் சார் திறன்கள் போன்றவற்றை அளவிடும் ஒரு எழுத்துப் பரீட்சை ஆகும். சுமார் மூன்று இலட்சம் மாணவர்கள் வருடம் தோறும் விண்ணப்பிக்கின்றனர். வெற்றியாளர்கள் பிரபல பாடசாலைகளில் இலவச கல்வி மற்றும் உதவித்தொகை பெறுகின்றனர்.

2025 ஆம் ஆண்டு ஆகஸ்ட் 10, 2025 அன்று நடைபெற்ற புலமைப்பரிசில் தேர்வில் மொத்தம் 303,671 மாணவர்கள் தேர்வெழுதினர். இதில் 229,303 சிங்கள மொழி மூலமும் 74,368 தமிழ் மொழி மூலமும் பரீட்சைக்கு தோற்றினர். இவர்களில் 51,969 மாணவர்கள் (17.11%) மாவட்ட வெட்டுப்புள்ளிகளுக்கு மேல் புள்ளிகள் பெற்று தகுதி பெற்றனர். 213,872 மாணவர்கள் (70.43%) 70 அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட மதிப்பெண்களைப் பெற்று சித்தி பெற்றனர்.

பரீட்சையின் நன்மைகள் மற்றும் தீமைகள்

ஐந்தாம் வகுப்பு புலமைப்பரிசில் பரீட்சையில் சில முக்கிய நன்மைகள் உள்ளன. முக்கியமாக இது மாணவர்களுக்கு உந்துதல் அளிக்கிறது. சிறு வயதிலேயே போட்டியில் ஈடுபட்டு, கல்வியின் முக்கியத்துவத்தை அவர்களுக்கு உணர்த்துகிறது. இதில் வெற்றி பெற்ற பலர் பின்னர் உயர்கல்வியில் சாதிக்கின்றனர். சமூக இயக்கம் உருவாக்குகிறது. வறிய குடும்பங்களின் குழந்தைகள் பிரபல பாடசாலைகளுக்கு செல்லும் வாய்ப்பு கிடைக்கிறது, இது சமூக அடுக்குகளுக்கு இடையிலான பாலமாகிறது. கிராமப்புறங்களில் அல்லது குறைந்த வசதிகள் கொண்ட பாடசாலைகளில் கல்வி கற்கும் திறமையான மாணவர்களுக்கு சிறந்த கல்வி வசதிகள் கொண்ட பாடசாலைகளுக்கு மாற்றம் பெறும் வாய்ப்பு கிடைக்கிறது. மேலும், அதிக புள்ளிகள் பெறும் மாணவர்கள் நிதி உதவியாக புலமைப்பரிசில் பெறுகின்றனர். இது பல ஏழை மாணவர்களின் எதிர்காலத்தை மேம்படுத்த உதவுகிறது.

ஆனால் இப் பரீட்சையில் சில தீமைகளும் உள்ளன. இந்தப் பரீட்சை மிகுந்த போட்டியைக் கொண்டது. பல ஆயிரம் மாணவர்கள் பரீட்சை எழுதினாலும், அதில் மிகச் சிறிய பகுதியினர் மட்டுமே உயர்ந்த புள்ளிகள் பெறுகின்றனர். இதனால் ஏனைய சிறுவர்களுக்கு மிகுந்த மன அழுத்தம் ஏற்படுகிறது. மேலும், இந்தப் பரீட்சை குழந்தைகளின் முழுமையான திறமைகளை மதிப்பிடாமல் கல்வித் திறனை மட்டுமே முக்கியமாகப் பரீட்சிக்கிறது என்ற விமர்சனமும் உள்ளது.

மாணவர்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள்

இந்தப் பரீட்சைக்காக தயாராகும் மாணவர்கள் பல சவால்களை எதிர்கொள்கிறார்கள். பத்து அல்லது பதினொரு வயதிலேயே அவர்கள் நீண்ட நேரம் படிக்க வேண்டிய சூழல் உருவாகிறது. பல மாணவர்கள் மூன்றாம் வகுப்பிலிருந்தே அல்லது அதற்கு முன்பே புலமைப்பரிசில் பரீட்சைக்கான பயிற்சியை தொடங்குகின்றனர்.

இதன் காரணமாக விளையாடும் நேரம், பொழுதுபோக்கு செயல்கள் மற்றும் படைப்பாற்றலை வளர்க்கும் வாய்ப்புகள் குறைகின்றன. மேலும், தோல்வி அடைவோமோ என்ற பயம் பல மாணவர்களுக்கு மன அழுத்தத்தையும் கவலையையும் ஏற்படுத்துகிறது.

பெற்றோர்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள்

இந்தப் பரீட்சை பெற்றோர்களுக்கும் பல சவால்களை உருவாக்குகிறது. குழந்தைகள் இந்தப் பரீட்சையில் வெற்றி பெற வேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்பு பெற்றோர்களிடையே அதிகமாக உள்ளது. இதனால் அவர்கள் தனியார் பயிற்சி வகுப்புகள், கூடுதல் புத்தகங்கள் மற்றும் பயிற்சி நூல்களுக்கு அதிக பணம் செலவிட வேண்டியதாகிறது. குறைந்த வருமானம் கொண்ட குடும்பங்களுக்கு இது ஒரு பெரிய பொருளாதார சுமையாக மாறுகிறது. மேலும், குழந்தையின் எதிர்காலம் குறித்து பெற்றோர்கள் மன அழுத்தத்தையும் கவலையையும் அனுபவிக்கின்றனர்.

எதிர்காலக் கல்வியில் ஏற்படும் தாக்கம்

இந்தப் பரீட்சை மாணவர்களின் எதிர்காலக் கல்விச் செயற்பாடுகளிலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. பரீட்சையில் வெற்றி பெறும் மாணவர்கள் சிறந்த பாடசாலைகளில் கல்வி கற்கும் வாய்ப்பைப் பெறுகின்றனர். இதனால் அவர்கள் நல்ல ஆசிரியர்கள் மற்றும் கல்வி வசதிகளின் பயனைப் பெற முடிகிறது. ஆனால் சில ஆய்வுகள் இந்தப் பரீட்சையில் பெறும் மதிப்பெண்கள் எதிர்கால கல்வி வெற்றியை முழுமையாக தீர்மானிக்காது எனக் காட்டுகின்றன. அதனால் இது மாணவர்களின் உண்மையான திறமையை முழுமையாக அளவிடும் பரீட்சையாக இருக்காது.

ஐந்தாம் வகுப்பு மாணவர்களுக்கு இந்தப் பரீட்சை பொருத்தமா?

பல கல்வியாளர்கள் இந்தப் பரீட்சை ஐந்தாம் வகுப்பு மாணவர்களுக்கு பொருத்தமானதா என கேள்வி எழுப்புகின்றனர். அந்த வயதில் குழந்தைகள் இன்னும் மனநிலை மற்றும் சமூக வளர்ச்சியில் இருக்கிறார்கள். இவ்வளவு கடுமையான போட்டி மற்றும் அழுத்தம் அவர்களின் மனநலத்தையும் வளர்ச்சியையும் பாதிக்கக்கூடும் என்பது அவர்களின் வாதமாக உள்ளது.

பரீட்சை முறையில் செய்ய வேண்டிய மாற்றங்கள்

இந்தப் பரீட்சை முறையை மேம்படுத்த சில மாற்றங்கள் அவசியமாக இருக்கின்றன. முதலில், நல்ல கல்வி வசதிகள் கொண்ட பாடசாலைகள் அதிகரிக்கப்பட வேண்டும். இதனால் போட்டி குறையும்.

இரண்டாவது, பரீட்சை முறையில் நினைவாற்றலை மட்டும் அல்லாமல் படைப்பாற்றல், சிந்தனைத் திறன் மற்றும் பிரச்சினைகளை தீர்க்கும் திறன்களையும் மதிப்பிடும் விதமாக மாற்றங்கள் செய்யப்பட வேண்டும்.

மூன்றாவது, தனியார் பயிற்சி வகுப்புகளின் மீதான சார்பை குறைக்கும் வகையில் பாடசாலைக் கல்வித் தரத்தை உயர்த்த வேண்டும்.

அரசாங்கம் எதிர்பார்த்த இலக்குகள்

இந்தப் பரீட்சையை அறிமுகப்படுத்தியதன் மூலம் அரசாங்கம் முக்கியமாக கல்வி சமத்துவத்தை உருவாக்க விரும்பியது. கிராமப்புறங்களிலும் ஏழை குடும்பங்களிலும் உள்ள திறமையான மாணவர்களுக்கு நல்ல கல்வி வாய்ப்புகளை வழங்குவதே அதன் நோக்கம். மேலும், சிறு வயதிலேயே திறமையான மாணவர்களை அடையாளம் காண்பதும் ஒரு முக்கிய இலக்காக இருந்தது.

அந்த இலக்குகள் நிறைவேறியுள்ளதா?

சில மாணவர்களுக்கு இந்தப் பரீட்சை நல்ல வாய்ப்புகளை வழங்கியிருந்தாலும், அரசின் அனைத்து இலக்குகளும் முழுமையாக நிறைவேறவில்லை எனப் பல ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. தனியார் பயிற்சி வகுப்புகள் மற்றும் அதிக வசதிகள் உள்ள குடும்பங்களின் ஆதரவால் சில மாணவர்கள் அதிக முன்னிலை பெறுகின்றனர். இதனால் பணக்கார மற்றும் ஏழை மாணவர்களுக்கிடையிலான இடைவெளி சில நேரங்களில் அதிகரிக்கக்கூடும்.

குழந்தைகளின் சுதந்திரம் எவ்வாறு பாதிக்கப்படுகிறது?

புலமைப்பரிசில் பரீட்சைக்கான தயார்படுத்தல்கள் குழந்தைகளின் சுதந்திரத்தை குறைக்கின்றன. பல மாணவர்கள் பெரும்பாலும் படிப்பிலும் பயிற்சி வகுப்புகளிலும் நேரத்தை செலவிட வேண்டியதாகிறது. இதனால் விளையாட்டு, சமூகத் தொடர்பு மற்றும் பொழுதுபோக்கு நடவடிக்கைகள் குறைகின்றன.

தனியார் பயிற்சி வகுப்புகள் இலவசக் கல்வியைப் பாதிக்கிறதா?

இலங்கையில் கல்வி இலவசமாக இருந்தாலும், புலமைப்பரிசில் பரீட்சைக்காக தனியார் பயிற்சி வகுப்புகள் மிகவும் பரவலாக உள்ளன. பல பெற்றோர்கள் இந்த வகுப்புகள் இல்லாமல் குழந்தைகள் வெற்றி பெற முடியாது என நினைக்கிறார்கள். இதனால் பாடசாலைக் கல்விக்கு மாற்றாக தனியார் கல்வி அமைப்பு உருவாகியுள்ளது.

ஏழை மாணவர்கள் பாதிக்கப்படுகிறார்களா?

கடுமையான போட்டியும் தனியார் பயிற்சி வகுப்புகளும் ஏழை மாணவர்களுக்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்துகின்றன. அதிக வசதி உள்ள குடும்பங்கள் சிறந்த பயிற்சி வகுப்புகளையும் கல்வி வளங்களையும் வழங்க முடியும். ஆனால் ஏழை குடும்பங்களுக்கு அது சாத்தியமில்லை. இதனால் கல்வி வழங்குதலில் சமத்துவம் குறையும் அபாயம் உள்ளது. முடிவாகக் கூறப்போனால், ஐந்தாம் வகுப்புப் புலமைப்பரிசில் பரீட்சை இலங்கையின் கல்வி அமைப்பில் மிக முக்கியமான இடத்தைப் பெற்றுள்ளது. இது சில மாணவர்களுக்கு நல்ல கல்வி வாய்ப்புகளை வழங்கினாலும், பல குழந்தைகளுக்கும் பெற்றோர்களுக்கும் அதிக அழுத்தத்தையும் சவால்களையும் உருவாக்குகிறது.

எனவே கல்விக் கொள்கை நிர்ணயிப்பவர்கள் இந்தப் பரீட்சையின் நன்மை மற்றும் தீமைகளை கவனமாக மதிப்பீடு செய்து, குழந்தைகளின் முழுமையான வளர்ச்சியையும் சமத்துவத்தையும் உறுதி செய்யும் வகையில் தேவையான மாற்றங்களை மேற்கொள்ள வேண்டும். கல்வியின் முக்கிய நோக்கம் மாணவர்களின் முழுமையான வளர்ச்சியும் நலனுமே ஆகும் என்பதை கொள்கை வகுப்பாளர்கள் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

இருதயராஜா இராசநாயகி, கல்லடி.

இரசாயனப் பூச்சிக்கொல்லிகள் மற்றும் பீடை கொல்லிகளின் பயன்பாடும் அவற்றின் தாக்கமும்

இரசாயனப் பூச்சிக்கொல்லிகள் மற்றும் பீடை கொல்லிகள் நவீன வேளாண்மையில் முக்கிய பங்கு வகித்து, உலகளாவிய உணவுப் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்துவதில் பெரும் பங்களிப்பை செய்துள்ளன. 20ஆம் நூற்றாண்டின் நடுப்பகுதியில் DDT போன்ற செயற்கை இரசாயனங்கள் அறிமுகமானதிலிருந்து, விவசாயிகள் பூச்சிகள், பூஞ்சைகள், எலி போன்றவற்றையும் தேவையற்ற களைகளையும் கட்டுப்படுத்த இவற்றை பெரிதும் பயன்படுத்தி வருகின்றனர். பயிர் இழப்புகளை குறைப்பதில் இவற்றின் பயன் மறுக்க முடியாதது. எனினும், இவ்வகை இரசாயனங்களின் அதிகப்படியான மற்றும் தொடர்ச்சியான பயன்பாடு நீண்டகால சுற்றுச்சூழல் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தி வருகிறது. குறிப்பாக மண் அமைப்புகளும் நீர்வழிகளும் (ஆறுகள், ஏரிகள், நிலத்தடி நீர்) கடுமையாகப் பாதிக்கப்படுகின்றன.

இரசாயனப் பூச்சிக்கொல்லிகளில் பூச்சிக்கொல்லிகள், பூஞ்சைக்கொல்லிகள், எலிக்கொல்லிகள், களைகொல்லிகள் ஆகியவை அடங்குகின்றன. களை கொல்லிகள் குறிப்பாக தேவையற்ற தாவரங்களை அழிப்பதற்காகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இவை குறிப்பிட்ட உயிரினங்களை அழிக்க வடிவமைக்கப்பட்டாலும், பல நேரங்களில் இலக்கு அல்லாத உயிரினங்களையும் பாதிக்கின்றன. வயல்களில் தெளிக்கப்படும் இரசாயனங்களில் ஒரு சிறிய பகுதி மட்டுமே அழிக்கப்படவேண்டிய உயிரினங்களை அடைகிறது. மீதமுள்ளவை மழைநீர் ஓட்டம், நிலச்சரிவு, ஆவியாகுதல் மற்றும் மண்ணின் வழியே ஊடுருவுதல் போன்ற செயல்முறைகளின் மூலம் சுற்றுச்சூழலுக்குள் பரவுகின்றன.

மண்ணின் ஆரோக்கியம் இரசாயன பூச்சிக்கொல்லிகளால் கடுமையாகப் பாதிக்கப்படுகிறது. மண் என்பது கனிமங்கள், உயிர்ச்சத்து, நுண்ணுயிரிகள், புழுக்கள், தாவர வேர்கள் ஆகியவற்றால் ஆன ஒரு சிக்கலான சூழலியல் அமைப்பு ஆகும். ஆரோக்கியமான மண் இந்தக் கூறுகளின் சமநிலையைச் சார்ந்துள்ளது. ஆனால் தொடர்ந்து இரசாயனங்களைப் பயன்படுத்துவதால் இந்தச் சமநிலை சீர்குலைகிறது. பல பூச்சிக்கொல்லிகள் பயனுள்ள மண் நுண்ணுயிரிகள், பாக்டீரியா, பூஞ்சைகள், மண்புழுக்கள் போன்றவற்றுக்கு விஷமாக உள்ளன. இவை ஊட்டச்சத்து சுழற்சி, சேதனப் பொருள் சிதைவு மற்றும் மண் கட்டமைப்பு பராமரிப்பு போன்ற முக்கிய செயல்களில் பங்கு வகிக்கின்றன.

இவ்வுயிரினங்கள் குறையும்போது மண் வளமும் விளைச்சல் திறனும் குறைகின்றன. மேலும் சில இரசாயனங்கள் மண்ணில் நீண்டகாலம் நீடிக்கின்றன. நிலைத்த தன்மை கொண்ட சேதன மாசுகள் பல மாதங்கள் அல்லது ஆண்டுகள் வரை மண்ணில் செயற்படு நிலையில் இருந்து, உணவுச் சங்கிலியில் சேரக்கூடும்.

இவ்வாறு மண்ணில் தேங்கும் மிதமுள்ள இரசாயனங்கள் நுண்ணுயிர்களின் செயற்பாட்டைக் குறைத்து, நைட்ரஜன் பதித்தல் போன்ற செயல்முறைகளைப் பாதிக்கின்றன. இதன் கடுமையான நிலைகளில், மண் தாவர வளர்ச்சியை ஆதரிக்க முடியாத நிலைக்கு தள்ளப்படுகிறது.

பூச்சிகள் மற்றும் களைகள் ஒரே இரசாயனத்திற்கு மீண்டும் மீண்டும் உட்படுத்தப்படும்போது எதிர்ப்பு திறனை **(resistance)** வளர்த்துக்கொள்கின்றன. இதனால் விவசாயிகள் அதிக அளவு அல்லது அதிக சக்தி வாய்ந்த இரசாயனங்களைப் பயன்படுத்த வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்படுகிறது. உதாரணமாக **Glyphosate** என்ற களைக்கொல்லியின் அதிக பயன்பாடு பல பகுதிகளில் எதிர்ப்புக் களைகளை உருவாக்கியுள்ளது. இதனால் மேலும் அதிக இரசாயனப் பயன்பாடு அதிகரித்து மண்ணின் அகச் சூழல் பாதிக்கப்படுகிறது.

நீர்வழிகளும் இரசாயன மாசுபாட்டிற்கு ஆளாகின்றன. மழை அல்லது பாசன நீர் மூலம் வயல்களில் இருந்து இரசாயனங்கள் அருகிலுள்ள ஆறுகள், ஏரிகள் மற்றும் குளங்களுக்கு செல்லுகின்றன. நீரில் கரையும் இரசாயனங்கள் நிலத்தடி நீரிலும் ஊடுருவுகின்றன. நீர்வாழ் உயிரினங்கள்-மீன்கள், தவளைகள், நுண்ணுயிரிகள் இவற்றால் பாதிக்கப்படுகின்றன. குறைந்த அளவில்கூட இவை இனப்பெருக்க குறைபாடு, நடத்தை மாற்றம் அல்லது மரணம் போன்ற விளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடும்.

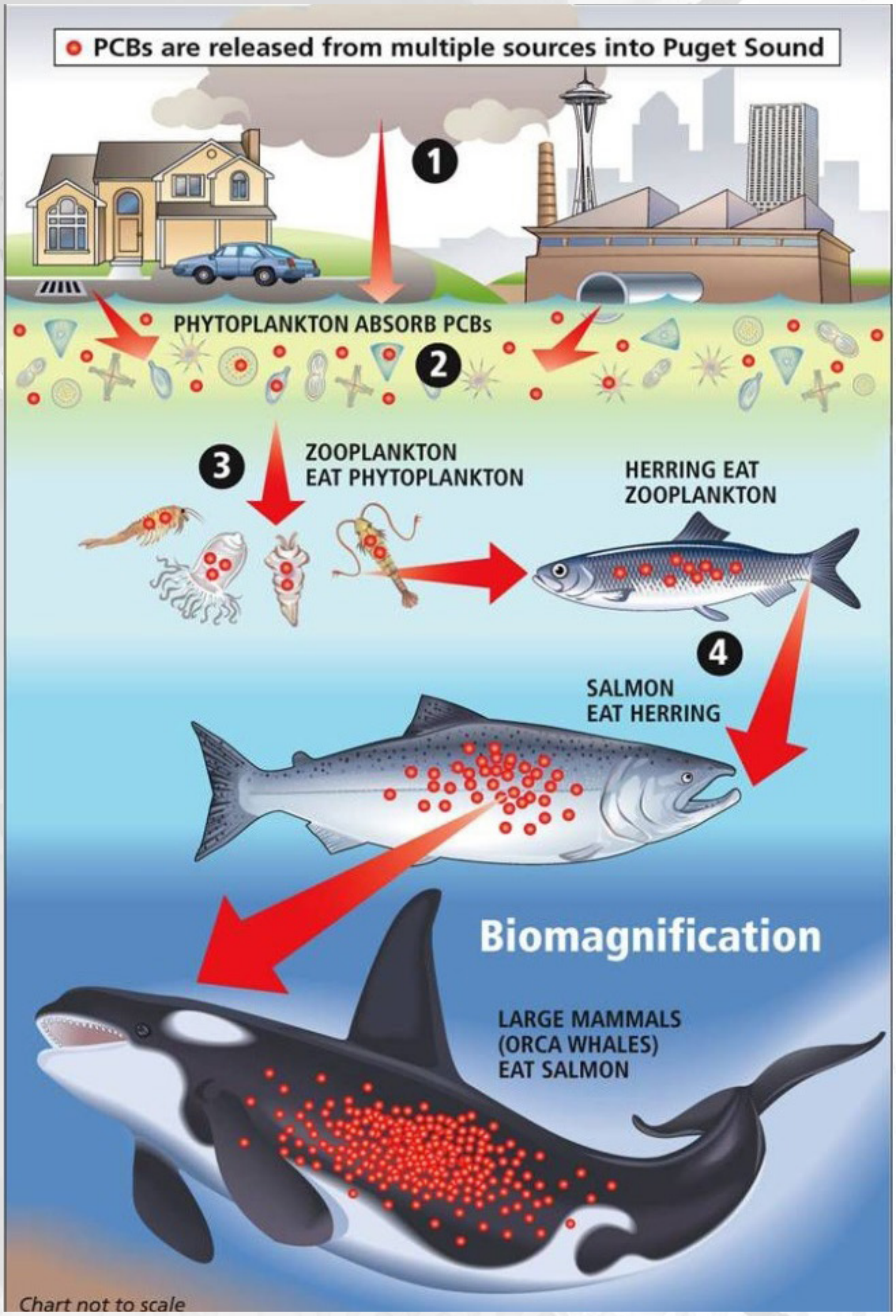
சில இரசாயனங்கள் உயிரினங்களின் உடலில் தேங்கும் தன்மை கொண்டவை. இவை உணவுச் சங்கிலி வழியாக மேல்நிலையிலுள்ள உயிரினங்களுக்கு அதிக அளவில் சேரும் **(biomagnification)**. **DDT** பயன்படுத்தப்பட்ட காலத்தில், கழுகு போன்ற பறவைகளின் முட்டை ஓடு மெல்லியதாகி அவற்றின் எண்ணிக்கை குறைந்தது என்பது இதற்கான முக்கிய உதாரணமாகும்.

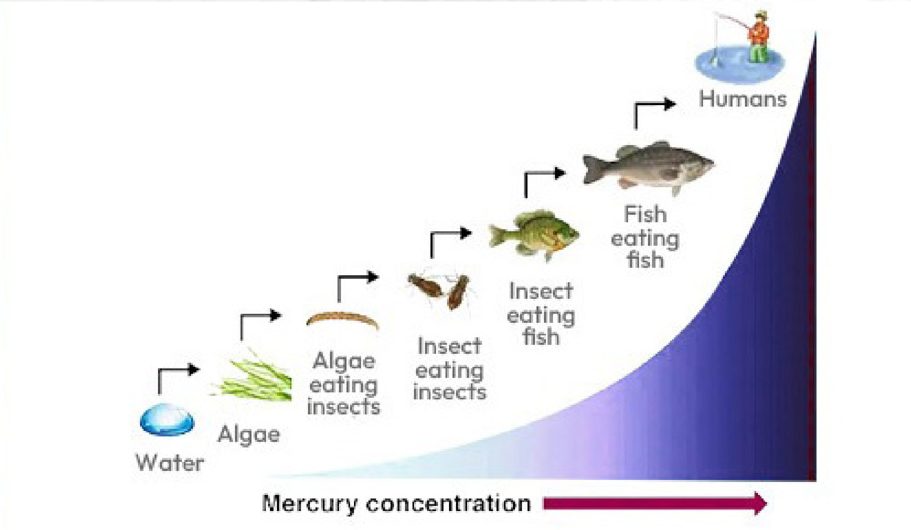
நிலத்தடி நீர் மாசுபாடு மனித ஆரோக்கியத்திற்கும் ஆபத்தானது. தீவிர வேளாண்மை நடைபெறும் பகுதிகளில் குடிநீரில் இரசாயன மீதங்கள் கண்டறியப்பட்டுள்ளன.

Atrazine போன்ற களைக்கொல்லிகள் மேற்பரப்பு மற்றும் நிலத்தடி நீரில் அடிக்கடி கண்டறியப்படுகின்றன. இவை ஹார்மோன் சீர்கேடு, நரம்பியல் பாதிப்புகள் மற்றும் புற்றுநோய் அபாயம் போன்ற பிரச்சினைகளுடன் தொடர்புடையதாகக் கூறப்படுகிறது.

இரசாயனங்கள் உயிரினங்களை நேரடியாக விஷப்படுத்துவதோடு மட்டுமல்லாமல், உயிரினப் பல்வகைமை **(biodiversity)** குறைவதற்கும் காரணமாகின்றன. சில பூச்சி இனங்கள் அழிக்கப்பட்டால் அவற்றை உணவாகக் கொண்ட மீன்கள் மற்றும் பறவைகள் பாதிக்கப்படுகின்றன. களைக்கொல்லி நீரோட்டம் நீர்த்தாவரங்களைச் சேதப்படுத்தி, நீர்வாழ் உயிரினங்களின் வாழ்விடத்தைக் குறைக்கிறது. இதனால் நீர்த்தரமும் குறைகிறது.

இவ்வாறான பிரச்சினைகளை சமாளிக்க ஒருங்கிணைந்த பூச்சி முகாமைத்துவ **(Integrated Pest Management IPM)** முறைகள் பரிந்துரைக்கப்படுகின்றன. இதில்





உயிரியல் கட்டுப்பாடு, பயிர் மாறுதல், எதிர்ப்புச் சக்தி கொண்ட விதைகள், குறைந்த மற்றும் குறிவைத்து பயன்படுத்தப்படும் இரசாயனப் பயன்பாடு ஆகியவை அடங்கும். இது இரசாயனங்களின் மீதான சார்பைக் குறைத்து, சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பைக் குறைக்க உதவுகிறது. மேலும் துல்லிய வேளாண்மை (precision agriculture) தொழில்நுட்பங்கள் தேவையான அளவு மட்டுமே இரசாயனங்களை பயன்படுத்த உதவுகின்றன.

இயற்கை வேளாண்மை முறைகள் செயற்கை இரசாயனங்களைத் தவிர்த்து இயற்கை மற்றும் பொறியியல் முறைகளைப் பயன்படுத்துகின்றன. நீர்வழிகளின் அருகில் பசுமை தடுப்பு பட்டைகள் அமைத்தல், சரியான பாசன முகாமைத்துவம் ஆகியவை இரசாயன ஓட்டத்தைத் தடுக்க உதவுகின்றன.

சுருக்கமாகக் கூறப்போனால், இரசாயனப் பூச்சிக்கொல்லிகள் மற்றும் பீடை கொல்லிகள் வேளாண்மை உற்பத்தியை உயர்த்தியுள்ளன என்றாலும், அவை மண் மற்றும் நீர்வளங்களுக்குக் கடுமையான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன. மண் வளம் குறைதல், நீர் மாசுபாடு, உயிரினப் பல்வகைமை இழப்பு, மனித ஆரோக்கிய ஆபத்துகள் ஆகியவை நிலையான வேளாண்மை நடைமுறைகளின் அவசியத்தை வலியுறுத்துகின்றன. எதிர்காலத் தலைமுறைகளுக்காக மண்ணையும் நீரையும் பாதுகாக்க, சுற்றுச்சூழலுக்கு நட்பான அணுகுமுறைகள் அவசியமாகின்றன.

மகேஸ்வரன் நிதுஸ்ரிகா
செங்கலடி

பிறை நிலவின் அமைதியான வலிமை

வெளிப்புறத்திலிருந்து பார்ப்பவர்களுக்கு, ரமழான் மாதம் என்பது பெரும்பாலும் ஒறுத்தல் என்ற குறுகிய கண்ணோட்டத்திலேயே தெரிகிறது: உணவு இல்லை, நீர் இல்லை, கேளிக்கைகள் இல்லை. அன்றாட வாழ்வின் சௌகரியங்களை விட்டுவிடும் மாதமே இது என்ற ஒரு தோற்றம் புலப்படும். இருப்பினும், ஆழமாக உற்று நோக்கும்போது, இந்த மாதம் எதையும் "இழப்பதாக" வரையறுக்கப்படவில்லை என்பதை உணரக்கூடியதாக இருக்கும். இது ஒழுக்கம், பச்சாதாபம் மற்றும் மனித ஆன்மாவை மீண்டும் ஒருநிலைப்படுத்துதல் ஆகியவற்றினைப் பெற்று மீண்டும் உயர்வடைதல் எனும் எண்ணக்கருவைக் கொண்டதாக அமைகின்றது.

எமக்கு ரமழான் வழங்கும் மிக முக்கியமான பாடம் 'நோக்கம்' (Intentionality) ஆகும். உடனடித் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்துகொள்ளும் இன்றைய உலகில், அடிப்படைத் தேவைகளை நனவுபூர்வமாகத் தவிர்ப்பது என்பது ஒரு புரட்சிகரமான செயலாகும். நாம் வெறும் உணர்ச்சிகளால் இயக்கப்படுபவர்கள் மட்டுமல்ல என்பதை இது நினைவூட்டுகிறது. ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் இத்தகைய கூட்டு மனஉறுதியைப் பயன்படுத்துவதைப் பார்ப்பதில் ஒரு அமைதியான, நிலையான வலிமை இருக்கிறது. உடல் இச்சைகளை மனம் கட்டுப்படுத்த முடியும் என்பதை இது நமக்குக் கற்பிக்கிறது - மன ஒருமைப்பாடு சிதறடிக்கப்படுகின்ற இன்றைய நவீன யுகத்தில் இது மிகவும் அவசியமான ஒரு பாடமாகும்.

அடுத்து, 'உலகளாவிய பச்சாதாபம்' (Universal Empathy) என்ற பாடம். உலகில் கோடிக்கணக்கான மக்கள் பசியுடன் வாழ்கிறார்கள் என்பதை அறிவுபூர்வமாகப் புரிந்துகொள்வது எளிது, ஆனால் ஒரு காலியான வயிற்றின் வலியை உடல் ரீதியாக உணர்வது முற்றிலும் மாறுபட்ட அனுபவம். ரமழான் அந்த இடைவெளியைக் குறைக்கிறது. அந்தத் துயரத்தின் ஒரு பகுதியை அனுபவிப்பதன் மூலம், வசதியற்றவர்களுடன் ஒரு ஆழமான தொடர்பை நோன்பாளி உருவாக்குகிறார். நமது அண்டை வீட்டாரின் பசியைப் பற்றி நாம் எப்போதாவது உண்மையாகச் சிந்தித்திருக்கிறோமா என்று இது நம்மைக் கேட்கிறது. இந்த மாதம் தர்மத்தை வெறும் 'நல்ல செயல்' என்பதிலிருந்து, பகிரப்பட்ட மனிதத் துயரத்தின் அடிப்படையில் ஒரு அடிப்படைக் கடமையாக மாற்றுகிறது.

உடல் ரீதியான மாற்றங்களுக்கு அப்பால், ரமழான் 'சமூகத்தைப் புரிந்துகொள்ளல் மற்றும் நிதானமான வாழ்க்கையின்' முக்கியத்துவத்தை அடிக்கோடிட்டுக் காட்டுகிறது. சூரிய அஸ்தமனத்தில் நோன்பு துறக்கும் 'இப்தார்' நிகழ்வில் ஒரு நெகிழ்ச்சியான விஷயம் இருக்கிறது. பயணத்தின்போது உண்பது அல்லது உணவு மேசையில் தொலைபேசிகளைப் பார்ப்பது போன்ற இன்றைய கலாசாரத்தில், குடும்பங்களும் அறிமுகமில்லாதவர்களும் சூரிய அஸ்தமனத்தில் ஒன்றாக அமர்ந்து உணவைப் பகிர்ந்து கொள்வது ஒரு சிறந்த பாடமாகும். உணவு என்பது வெறும் எரிபொருள் மட்டுமல்ல, அது மனிதர்களுக்கிடையிலான பிணைப்பை ஏற்படுத்தும் ஒரு காரணி என்பதை இது நினைவூட்டுகிறது.

ரமழான் ஆன்மீக மற்றும் மனத்தூய்மையின் பெறுமதியைக் கற்பிக்கிறது. இது மனிதர்கள் தம்மைப் பிரதிபலிப்பதற்கான மாதம், புறம்பேசுவதிலிருந்து நாவைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கும் கோபத்திலிருந்து இதயத்தைப் பாதுகாப்பதற்குமான காலம் இதுவாகும். எண்ணத்திலும் செயலிலும் இந்தத் தூய்மையைத் தேடுவது ஒரு உலகளாவிய இலட்சியமாகும். ஒவ்வொருவரும் தங்களின் குணாதிசயங்களை சுயபரிசோதனை செய்துகொள்ள இந்த மாதம் வசதி செய்கிறது.

ரமழான் என்பது ஒரு மதச் சடங்கு என்று வரையறுப்பதை விடவும் மேலானது அது ஒரு ஆழமான மானுடப் பயிற்சி. ஒழுக்கத்தின் மூலம் நாம் சுதந்திரத்தைக் காண்கிறோம்; பசியின் மூலம் இரக்கத்தைக் காண்கிறோம், அமைதியின் மூலம் நம்மையே நாம் காண்கிறோம். ஒரு நோக்கத்துடன் வாழும் வாழ்க்கையின் அழகைக் காண முழு உலகையும் அழைக்கும் ஒரு காலப்பகுதியே இந்த ரமழான் மாதம் ஆகும்.

பாலசிங்கம் சஜிந்ரன்
பாண்டிருப்பு

ஹோர்முஸ் நீரிணைப் பாதை தடுப்பால் படு பாதாளத்திற்குள் செல்லும் உலக பொருளாதாரம்

ஹோர்முஸ் நீரிணை தென்கிழக்கில் ஓமானையும் தென்மேற்கில் பாரசீக குடாவையும் கொண்டு அமைந்துள்ள ஓர் குறுகலான கடற்பரப்பாகும். இதன் வடக்கில் ஈரானும் தெற்கில் ஐக்கிய அரபு அமீரகமும், ஓமானின் ஒரு பகுதியான முசாந்தமும் அமைந்துள்ளன. இதில் ஹோர்முஸ் தீவுப்பகுதியும் அமைந்துள்ளது. இந்நீரிணையின் மிக ஒடுங்கிய பகுதி 21 மைல்கள் அகலம் கொண்டது. இதில் ஒன்றிலிருந்து ஒன்று 2 கிலோமீற்றர் தூரத்தில் அமைந்துள்ளது. ஒவ்வொன்றும் 1 மைல் அகலம் கொண்ட இரண்டு கால்வாய்கள் கப்பல் போக்குவரத்திற்குப் பயன்படுகின்றன.

பாரசீகக்குடாவைச் சுற்றியுள்ள பெற்றோலிய உற்பத்தி நாடுகள் திறந்த கடற்பகுதியை அடைவதற்கான ஒரே வழி இதுவே. உலகில் பயன்படுத்தப்படும் எண்ணெயின் 20% இந் நீரிணையினூடாகவே கொண்டு செல்லப்படுகின்றது. இதனால் வளைகுடாநாடுகளைப் பொறுத்தவரை இந்நீரிணை இராணுவ முக்கியத்துவம் கொண்ட ஒன்றாகும். கடந்த 2012இல் ஈரான் அணு உலைக்கு எதிராக அந்நாட்டின் மீது அமெரிக்கா பொருளாதாரத் தடை விதித்திருந்தது. இதனையடுத்து அதற்கு ஈரான் இந்த வழியே செல்லும் கப்பல்களை மறிப்போம் என்று கூறியதால் அவ்வழியே ஏற்றுமதியாகும் எண்ணெய் வியாபாரத்திற்கு பெரும் அச்சுறுத்தல் ஏற்பட்டது. 2026இல் இஸ்ரேல் அமெரிக்கா கூட்டாக ஈரான் மீது தாக்குதல்கள் நடாத்தியதற்கு மத்தியில் ஈரானின் அதியுயர் தலைவர் அலிகொமெய்னி அவர்கள் படுகொலை செய்யப்பட்டதைத் தொடர்ந்து 2026 பெப்ரவரி 28 அன்று ஈரானிய புரட்சிகர காவல்படையினர் ஹோர்முஸ் நீரிணை வழியாகக் கப்பல் பாதைகள் அனுமதிக்கப்படமாட்டாது என்று அறிவித்தனர். 2026 மார்ச் 02 அன்று அதிகாரபூர்வமாகவும் அறிவித்தும் விட்டனர். இந்நிலையில் பல்வேறு வாதப்பிரதி வாதங்களுக்கு மத்தியில் அதனைத் திறப்பதற்கு பிரான்சின் ஜனாதிபதி இம்மானுவெல் மக்ரோன் உத்தரவு பிறப்பித்துள்ளதாகவும் மத்திய கிழக்கு பிராந்தியத்திற்கு சார்லஸ்டி கோல் விமானந்தாக்கி கப்பலை அனுப்ப முடிவு செய்துள்ளதாகவும் கூறப்பட்டுள்ளது. மத்திய கிழக்கில் ஏற்பட்டுள்ள மோதல் நடவடிக்கைகள் வெறுமனே அந்தப் பிராந்தியத்திற்கு மட்டுமேயான பிரச்சினை அல்ல என்பதோடு அது உலகளாவிய வர்த்தகத்தையே ஆட்டங்காண வைத்துள்ளது. ஹோர்முஸ் ஜலசந்தி

தற்போது போர்க்களமாக மாறியுள்ளது. இதனால் எரிசக்தி விலைகள் மிக உயர்ந்துள்ளன. கப்பல் போக்குவரத்துகள் ஸ்தம்பித்துள்ளன.

கோடிக்கணக்கான டொலர் மதிப்புள்ள சரக்குகள் சிக்கியுள்ளன. அரிசி போன்ற அத்தியாவசியமான பொருள்கள் மற்றும் தங்கம், வைரம் போன்றவையும் பெரும் பாதிப்புக்கு உள்ளாகியுள்ளன. விமான நிலையங்கள் மூடப்பட்டுள்ளதால் பல்லாயிரக்கணக்கான கோடி இழப்புகள் ஏற்பட்டு இது சர்வதேச பொருளாதாரத்தில் நீண்ட தாக்கத்தை ஏற்படுத்தவும் கூடும். இந்த மோதலானது கடந்த கால புவிசார் அரசியல் பதற்றங்களில் இருந்து முற்றிலுமாக மாறுபட்டுள்ளது. புவிசார் அரசியல் அபாயம் (Geopolitical Risk) என்பது தற்போது உலகளாவிய வர்த்தகத்தின் செயற்பாடுகளையே முடக்கும் அளவிற்குத் தீவிரமடைந்துள்ளது. தற்போதைய பெற்றோல் மற்றும் இயற்கை எரிவாயு விலையேற்றம் என்பது ஆழமான முறையான (Systemic) அதிர்வின் சாதாரண ஒரு பக்கமேயாகும்.

ஹோர்முஸ் ஜலசந்தியை ஒரு போரியல் கருவியாகப் பயன்படுத்துவது சர்வதேச ரீதியாக எரிசக்தி சந்தைகள் மற்றும் கப்பல் போக்குவரத்தில் முன்னெப்போதுமில்லாத பெரும் முடக்கத்தை ஏற்படுத்தியுள்ளது என ஆய்வாளர்கள் கூறியுள்ளனர். அந்நிலைமை கடந்த 1990ஆம் ஆண்டில் நடந்த வளைகுடா போர் போன்ற கடந்தகால மோதல்களின் சந்தை அதிர்வுகளை எதிரொலிக்கின்றதாக அமைந்துள்ளன. அப்போது எண்ணெய் விலை உயர்ந்து உலக பொருளாதார மந்த நிலைக்கு வழிவகுப்பதாக அமைந்தது. ஆனால் தற்போதைய நெருக்கடியின் தாக்கமானது நவீன விநியோக சங்கிலிகள் ஒன்றோடொன்று பின்னி பிணைந்திருப்பதாலும் முந்தைய இடையூறுகளின் அழுத்தங்களாலும் பல மடங்கு அதிகமாகின்றது.

ஈரானின் இந்நடவடிக்கையானது உலக பொருளாதாரத்தில் தளம்பல் நிலையை உருவாக்கி தன்னுடன் போர்புரியும் எதிரிகளை கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவரும் நோக்கோடு மற்ற நாடுகளில் அழுத்தத்தை ஏற்படுத்தி போரை முடிவுக்கு கொண்டு வருதல் என்ற யுக்தியாகவும் இருக்கலாம். உலகச்சந்தை தளம்பல் நிலையில் உள்ளதனால் வளர்முக நாடுகளின் பொருளாதார வளர்ச்சியானது பாதாளத்தை நோக்கி செல்லநேரிடும். இந்தப் போர் நடவடிக்கையானது உலகப்போராக மாறக்கூடும் என்பதோடு நீண்ட நாள்கள் கொண்ட போராகவும் அமைந்து விடலாம். கடந்த 2023இல் ஆரம்பமான ரஸ்யா - உக்ரேன் போர் இன்றுவரை முடிவுகளற்ற போராகவே தொடர்கின்றது. தங்கள் தங்கள் ஆயுதங்களின் பலத்தை காட்டி உலக சமநிலையை குழப்புகின்ற ஜாம்பவான்களின் மனநிலைகளில் மாற்றம் வரவேண்டும். மத்திய கிழக்கு பிராந்தியத்தில் போர் தீவிரமடைந்துள்ள நிலையில் சர்வதேச அளவில் மிகமுக்கிய கடல்வழிப்பாதையை (Strait of Hormuz) பயன்படுத்துவது தொடர்பில் ஈரான் ஒர் அறிவிப்பைவெளியிட்டுள்ளது. அதாவது தனது நாட்டுக்கு எதிரான நாடுகளின் கப்பல்கள் ஹோர்முஸ் நீரிணையில் பயணித்தால் தாக்கப்படும் என்றும், நட்பு நாடுகளின் கப்பல்களை பயணிக்க விடுவதாகவும் அறிவித்துள்ளது. இதேபோன்று பல கப்பல்களை ஈரானிய ஏவுகணைகள் தாக்கியுள்ளன. இதில் தாய்லாந்து கப்பலும் அடங்கும். ஈரான் நாட்டின் புதிய உச்சத்தலைவர் மொஜதபா கமேனி தனது முதலாவது உத்தியோகபூர்வ உரையில் ஹோர்முஸ் நீரிணையை எதிரிகளுக்கு எதிரான ஒரு மூலோபாயமான ஆயுதமாகப் பயன்படுத்தப் போவதாகவும் அறிவித்துவிட்டார்.

எதுவாக இருந்தாலும் கடற்பரப்பிலே ஈரான், ஓமான் நாடுகளின் எல்லைகள் இணைந்திருந்தாலும் ஹோர்முஸ் நீரிணை ஒருநாட்டுக்கும் சொந்தமானதல்ல. இது வரலாற்றுரீதியாக அறியப்பட்ட விடயம் ஆகும். ஆகவே இதனை சர்வதேச கப்பல் பாதை என்று கூறப்படுகின்றது. வெளிப்பார்வைக்கு ஒட்டுமொத்தமாக 03 நாடுகளுக்கிடையிலான யுத்தம் மாத்திரம்தான். யுத்தத்தில் ஈடுபடும் இந்த 03 நாடுகளும் அல்லல்படுவதோடு உலகத்தையே பாதிப்புக்குள்ளாக்கும் இத்தகைய நடவடிக்கைகளைக் கைவிட்டு உலகின் ஸ்திரத்தன்மையை உறுதிப்படுத்துதல் வேண்டும்.

தொகுப்பு: கியோ

நாவெளி NAAVELI நாவெளி
பிரதேச செயலகம் - நாவிதன்வெளி
ds@navithanveli.ds.gov.lk
புதன்கிழமை / மலர் - 27 / இதழ் - 60 / 25 பங்குனி 2026

அலட்சியமாக இருக்காதீர்கள்!

உங்கள் அப்பா, அம்மாவின் Permit காணி அவர் இறந்தால் தானாக உங்கள் பெயருக்கு வராது...!

இலங்கையில் பல குடும்பங்கள் இன்று நடுத்தெருவில் நிற்பதற்கு முக்கிய காரணம், பெற்றோரின் அனுமதிப்பத்திர (Permit) காணிகள் தொடர்பில் நிலவும் அறியாமைதான். "அப்பாட காணிதானே, அது எனக்கே வரும்" என்ற அலட்சியம் வேண்டாம்! காணி அபிவிருத்தி கட்டளைச் சட்டத்தின் (Land Development Ordinance - LDO) கீழ் இவை எவ்வாறு கையாளப்படுகின்றன என்பதை விரிவாகப் பார்ப்போம்.

1. உறுதி காணிக்கும் (Grant/ Deed) அனுமதிப் பத்திர (Permit) காணிக்கும் உள்ள வேறுபாடு.

சாதாரண உறுதி காணி என்றால், உரிமையாளர் இறந்த பின் அது **Matrimonial Rights and Inheritance Ordinance (General Law)** இன் கீழ் உரித்தாளர் பிரிக்கப்படும். ஆனால், **Permit** காணி **(LDO)** என்பது அரசால் நிபந்தனைகளுடன் வழங்கப்படுவது. இதற்கு காணி அபிவிருத்தி கட்டளைச் சட்டம் மட்டுமே செல்லுபடியாகும்.

2. பின் உரித்தாளர் நியமனம் *(Nomination of Successor)* - மிக முக்கியமானது.

LDO சட்டத்தின் பிரிவு 48 இன் படி, அனுமதிப்பத்திரதாரர் (பெற்றோர்) உயிருடன் இருக்கும்போதே ஒருவரையோ அல்லது பலரையோ பின்னுரித்தாளராக நியமிக்க முடியும். அனுமதிப்பத்திரத்தின் பின்புறம் இதற்கான படிவம் இருக்கும். அதில் காணி உத்தியோகத்தர் அல்லது பிரதேச செயலாளரின் முன்னிலையில் கையெழுத்திட்டு சான்றுப்படுத்தப்பட்டிருக்க வேண்டும். அப்படி நியமிக்கப்பட்டிருந்தால், பெற்றோர் இறந்ததும் அந்தக் காணி நேரடியாக அந்த பின்னுரித்தாளருக்கு செல்லும். (அவரும் அதனை முன்னுரித்தாக மாற்றம் செய்ய வேண்டும்.

3. உரித்தாளர் நியமிக்கப்படாமல் பெற்றோர் இறந்துவிட்டால்? *(Succession by Law)*

பெற்றோர் யாரையும் பின்னுரித்தாளராக நியமிக்கவில்லை என்றால், சட்டத்தின் 3ஆம் அட்டவணையில் (3rd Schedule) உள்ள முன்னுரிமைப் பட்டியலின் படி காணி வழங்கப்படும்.

இதன்படி:

1. உயிருடன் இருக்கும் மனைவி அல்லது கணவன்
2. பிள்ளைகள் (ஆண், பெண் பாரபட்சமின்றி)
3. பேரப்பிள்ளைகள்
4. பெற்றோர்கள்
5. சகோதர சகோதரிகள்

4. தானாகவே பெயர் மாறுமா? *(Automatic Transfer)* நிச்சயமாக இல்லை! பெற்றோர் இறந்ததும், உரிய உரித்துக்காரர் பிரதேச செயலகத்திற்குச் சென்று

1. பெற்றோரின் மரணச் சான்றிதழ்
2. மூல அனுமதிப்பத்திரம் (Original Permit)
3. தான் தான் உண்மையான உரித்தாளர் என்பதற்கான கிராம சேவகர் அறிக்கை

ஆகியவற்றைச் சமர்ப்பித்து, காணிப் பதிவேட்டில் (Land Ledger) தன் பெயரைப் பதிய வேண்டும். இதனைச் செய்யத் தவறினால், பிற்காலத்தில் அந்தக் காணியை உரிமை மாற்றம் செய்வது உரிமை கொண்டாடுவது சாத்தியமற்றதாகி விடும்.

5. காணி துண்டாடப்பட முடியுமா?

LDO சட்டத்தின் கீழ் முக்கியமான கட்டுப்பாடு இதுதான். ஒரு குறிப்பிட்ட பரப்பளவுக்குக் குறைவான காணியை (உதாரணமாக 1/2 ஏக்கர் அல்லது 1/4 ஏக்கர் - பகுதிக்கு பகுதி வேறுபடும்) பல துண்டுகளாகப் பிரிக்கச் சட்டம் அனுமதிக்காது. இதனால் ஐந்து பிள்ளைகள் இருந்தாலும், காணி ஒருவருக்கு மட்டுமே முழுமையாகப் போய்ச் சேரும் சூழல் ஏற்படலாம்.

நீங்கள் செய்ய வேண்டிய அவசர நடவடிக்கைகள்

பெற்றோர் உயிருடன் இருந்தால், இப்போதே அனுமதிப்பத்திரத்தில் 'பின்னுரித்தாளர்' நியமனம் செய்யப்பட்டுள்ளதா என உறுதிப்படுத்துங்கள். இல்லையெனில் உடனே பிரதேச செயலகம் செல்லுங்கள்.

பெற்றோர் இறந்துவிட்டார்கள் என்றால், காலதாமதம் செய்யாமல் பிரதேச செயலகக் காணிப் பிரிவை நாடி, உரிமையை உங்கள் பெயருக்கு மாற்றும் சட்ட நடவடிக்கைகளைத் தொடங்குங்கள்.

சட்டம் தெரியாதது தண்டனைக்குரியது மட்டுமல்ல, இழப்புக்கும் உரியது!

இந்தத் தகவலை உங்கள் உறவினர்கள் மற்றும் நண்பர்களுக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள். ஒரு சிறிய விழிப்புணர்வு பல குடும்பங்களின் வாழ்வாதாரத்தைக் காப்பாற்றும்!

தொகுப்பு - ஆர். சுவர்க்கா.
சட்டத்தரணி : குமாரசிங்கம் கம்ஷன் அவர்களின் கட்டுரையில் இருந்து.

A father's love is silent, yet powerful

A father's love is often quiet, steady, and hidden beneath layers of responsibility and discipline. Unlike the warmth of a mother's affection, which is usually visible in hugs, words and gentle care, a father's love can be harder to recognize. It does not always speak loudly or show itself openly, yet it exists deeply, shaping lives in ways that are profound and lasting. Though it may not always be seen, a father's love is truly one of the greatest forces in the

world. From the very beginning, a father assumes the role of protector and provider. He works tirelessly, often sacrificing his own comfort and desires, to ensure that his family has a secure and stable life. His love is reflected in the long hours he spends awa y from home, the silent worries he carries and the responsibilities he shoulders without complaint. These acts may not seem like expressions of love at first glance, but they are powerful demonstrations of his devotion.

A father's love is also expressed through guid-ance and discipline. While it may sometimes appear strict or distant, it is rooted in a desire to prepare his children for the challenges of life. He teaches resilience, responsibility and courage, often pushing his children to become stronger and more independent. In moments when he says "no" or sets firm boundaries, he is not withholding love but shaping character. His lessons, though sometimes tough, become the foundation upon which his children build their futures.

Moreover, a father's love is deeply emotional, even if it is rarely expressed in words. Many fathers struggle to articulate their feelings, yet their actions speak volumes. The quiet pride in his eyes when his child succeeds, the silent support during times of failure, and the unwavering presence in difficult moments all reveal the depth of his care. He may not say "I love you" often, but he shows it in countless ways that leave a lasting impact.

As children grow older, they begin to understand the true value of their father's love. What once seemed like strictness or distance is recognized as sacrifice and protection. The unnoticed efforts, the silent struggles and the constant support become clearer with time. It is then that one realizes that a father's love was always there - steady, strong and unconditional.

A father's love may not always be visible or easily understood, but it is one of the greatest forms of love in the world. It is expressed not through words alone but through actions, sacrifices and unwavering commitment. Though it may remain unseen at times, its impact is lifelong, shaping individuals into who they become. A father's love is silent, yet powerful - a love that stands firm through every storm and remains unbreakable.

Ravivarman Larshinaa
Kalmunai

பிராந்திய ஒருங்கிணைப்புடன் டிஜிட்டல் எதிர்காலத்தை நோக்கி : இந்திய - AI உச்சிமாநாடு 2026

நவீன உலகம் இன்று ஒரு புதிய தொழிற் புரட்சியின் விளிம்பில் நிற்கிறது. கடந்த நூற்றாண்டுகளில் இயந்திரமயமாக்கல் உலகப் பொருளாதாரத்தை மாற்றியமைத்ததைப் போலவே, இன்று 'செயற்கை நுண்ணறிவு' (Artificial Intelligence - AI) மனித வாழ்வின் அனைத்துத் துறைகளையும் மாற்றியமைக்கத் தொடங்கியுள்ளது. இந்த மாற்றத்தை முறையாகக் கையாள்வதற்கும், வளரும் நாடுகள் இதில் பின்தங்கிவிடாமல் இருப்பதை உறுதி செய்யவும், அண்மையில் இந்தியாவின் புதுடெல்லியில் 'இந்திய - AI உச்சிமாநாடு 2026' (India - AI Impact Summit 2026) மிக விமரிசையாக நடைபெற்றது. கடந்த 2026 பெப்ரவரி 19ஆம் அன்று நடைபெற்ற இந்த வரலாற்றுச் சிறப்புமிக்க மாநாட்டில் இலங்கை ஜனாதிபதி கௌரவ அநுர குமார திஸாநாயக்க அவர்கள் கலந்துகொண்டு ஆற்றிய உரை, இலங்கையின் எதிர்கால டிஜிட்டல் பயணத்திற்கான ஒரு தெளிவான வரைபடத்தை உலகிற்கு எடுத்துக் காட்டியுள்ளது.

"தனிமைப்படுத்தல் அல்ல, ஒருங்கிணைப்பு": ஜனாதிபதியின் தொலைநோக்குப் பார்வை

இந்த மாநாட்டில் ஜனாதிபதி அவர்கள் முன்வைத்த மிக முக்கியமான கருத்து, "எமது பார்வை தனிமைப்படுத்தல் அல்ல - அது ஒருங்கிணைப்பு" (**Our vision is not isolation it is integration)** என்பதாகும். எந்தவொரு நாடும் தனித்து நின்று ஒரு முழுமையான **AI** எதிர்காலத்தை உருவாக்க முடியாது என்பதை அவர் ஆணித்தரமாக வலியுறுத்தினார்.

இலங்கை போன்ற வளர்ந்து வரும் பொருளாதாரங்களைக் கொண்ட நாடுகளுக்கு **AI** என்பது வெறும் தொழில்நுட்பம் மட்டுமல்ல, அது பொருளாதார வளர்ச்சியை வேகப்படுத்துவதற்கான ஒரு கருவியாகும். அதேவேளை, தொழில்நுட்ப ரீதியாக முன்னேறிய நாடுகளுக்கும் ஏனைய நாடுகளுக்கும் இடையே உருவாகும் 'டிஜிட்டல் இடைவெளி' **(Digital Gap)** ஒரு பாரிய அச்சுறுத்தலாக அமையக்கூடும் என்பதையும் அவர் சுட்டிக்காட்டினார். இந்த இடைவெளியைக் குறைப்பதற்கு பிராந்திய ரீதியான ஒத்துழைப்பு அவசியமானது.

இலங்கையின் பலமும் சவால்களும்

இலங்கை தற்போது **AI** தொழில்நுட்பத்தை முழுமையாக உள்வாங்குவதற்குத் தேவையான உள்கட்டமைப்பு வசதிகளைக் கட்டியெழுப்பும் ஒரு முக்கியமான தருணத்தில் உள்ளது. ஜனாதிபதி தனது உரையில் குறிப்பிட்டது போல, இலங்கையிடம் ஆற்றல்மிக்க, தொழில்நுட்பத் திறன் கொண்ட இளம் மனிதவளத் தளம் **(Young and technologically-skilled human resource base)** உள்ளது. இது எமது நாட்டின் மிகப்பெரிய பலமாகும். எவ்வாறாயினும், **AI** உள்கட்டமைப்பை மேம்படுத்துவதற்குத் தேவையான முதலீடுகள் மற்றும் தொழில்நுட்பப் பகிர்வுகள் இலங்கைக்குத் தேவைப்படுகின்றன. இதற்காகவே, இந்தியா போன்ற பிராந்திய நாடுகளுடன் இணைந்து செயல்பட இலங்கை தயாராக உள்ளது. தற்போது இலங்கையில் தரவுப் பாதுகாப்பு **(Personal Data Protection)** மற்றும் இணையப் பாதுகாப்பு தொடர்பான சட்டக் கட்டமைப்புகள்

நவீனமயமாக்கப்பட்டு வருகின்றன. இது சர்வதேச முதலீட்டாளர்களுக்கு நம்பிக்கையை ஏற்படுத்துவதுடன், பாதுகாப்பான டிஜிட்டல் பொருளாதாரத்திற்கு அடித்தளமிடுகிறது.

கலாசார அடையாளத்தைப் பாதுகாத்தல்: ஒரு தனித்துவமான அணுகுமுறை

AI தொழில்நுட்பம் பற்றி உலகம் விவாதிக்கும்போது, பெரும்பாலும் அதன் பாதுகாப்பு மற்றும் பொருளாதார நலன்கள் பற்றியே பேசப்படுகிறது. ஆனால், இந்த மாநாட்டில் ஜனாதிபதி அவர்கள் 'கலாசாரத் தழுவல்' (Cultural Adaptation) என்ற ஒரு புதிய மற்றும் அவசியமான கருத்தை முன்வைத்தார்.

AI தொழில்நுட்பம் என்பது ஒரு சில மொழிகளுக்கோ அல்லது கலாசாரங்களுக்கோ மட்டுப்படுத்தப்படக் கூடாது. அவ்வாறு அமையும் பட்சத்தில், உலகளாவிய கலாசார பன்முகத்தன்மை அழியும் அபாயம் உள்ளது. குறிப்பாக, தமிழ் மற்றும் சிங்களம் போன்ற எமது உள்நாட்டு மொழிகள் AI தளங்களில் முறையாக உள்வாங்கப்பட வேண்டும். எமது பூர்வீக அறிவு மற்றும் கலாசார விழுமியங்களை டிஜிட்டல் மயப்படுத்தி, அவற்றை AI அமைப்புகளுடன் ஒருங்கிணைக்க வேண்டியது காலத்தின் கட்டாயமாகும்.

பிராந்திய ஒத்துழைப்பிற்கான நான்கு தூண்கள்

பிராந்திய நாடுகளுக்கிடையிலான ஒத்துழைப்பை உறுதிப்படுத்த ஜனாதிபதி அவர்கள் நான்கு முக்கிய தூண்களை (Four Pillars) முன்மொழிந்தார்.

1. குறைந்த வள மொழி தரவுத்தொகுப்புகள் (Controlled low-resource language datasets):

எமது பிராந்திய மொழிகளுக்கான தரவுகளை உருவாக்கி, AI அவற்றை எளிதாகக் கையாள வழிவகை செய்தல்.

2. பொதுவான மதிப்பீட்டு அளவுகோல்கள் (Common evaluation metrics):

AI அமைப்புகளின் தரம் மற்றும் நம்பகத்தன்மையை அளவிட பொதுவான தரநிலைகளை உருவாக்குதல்.

3. பாதுகாப்புக் கருவிகள் (Security tools):

AI மூலமாக ஏற்படக்கூடிய தீய விளைவுகளைத் தடுக்கவும், கலாசார விழுமியங்களைப் பாதுகாக்கவும் தேவையான பாதுகாப்புக் கட்டமைப்புகளை உருவாக்குதல்.

4. கூட்டுத் திறன் மேம்பாடு (Joint capacity development):

பிராந்திய நாடுகளுக்கு இடையே அறிவு மற்றும்

தொழில்நுட்பத்தைப் பகிர்ந்து கொண்டு, மனித வளத்தைத் தயார்படுத்துதல்.

இந்த நான்கு தூண்களும் ஆசிய பிராந்தியத்தில் ஒரு சமமான மற்றும் உள்ளடக்கிய (Inclusive) AI வளர்ச்சியை உறுதி செய்யும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

இலங்கையின் டிஜிட்டல் மயமாக்கல் திட்டத்தில் இதன் தாக்கம்

இந்த மாநாட்டின் முடிவுகள் இலங்கையின் தேசிய டிஜிட்டல் மயமாக்கல் திட்டங்களுக்குப் புதிய உத்வேகத்தை அளித்துள்ளன. குறிப்பாக, இந்தியாவுடன் இணைந்து 'டிஜிட்டல் பொது உள்கட்டமைப்பு' (Digital Public Infrastructure) மற்றும் 'AI தரவு மையங்களை' (AI Data Centers) உருவாக்குவதில் இலங்கை அதிக ஆர்வம் காட்டி வருகிறது.

நாவிதன்வெளி போன்ற பிரதேச செயலக மட்டங்களில் கூட, அரச சேவைகளை டிஜிட்டல் மயமாக்குவதன் மூலம் மக்களுக்கு விரைவான மற்றும் வெளிப்படையான சேவைகளை வழங்க முடியும். ஜனாதிபதி குறிப்பிட்டது போல, எமது சட்ட அமைப்புகளையும், பொருளாதாரக் கலாசாரத்தையும் சர்வதேசப் பங்களிப்புகளுடன் இணைப்பதன் மூலம், இலங்கை ஒரு பிராந்திய தொழில்நுட்ப மையமாக (Regional Tech Hub) உருவெடுக்க முடியும். இந்திய - AI தாக்க உச்சிமாநாடானது, தொழில்நுட்ப வளர்ச்சி என்பது ஒரு போட்டியாக இருக்கக்கூடாது, அது ஒரு கூட்டாண்மையாக இருக்க வேண்டும் என்ற செய்தியை உலகிற்குச் சொல்லியுள்ளது. இலங்கையைப் பொறுத்தவரை, எமது தனித்துவமான கலாசார அடையாளத்தைப் பேணிக்கொண்டு, நவீன தொழில்நுட்பப் புரட்சியில் இணைந்து கொள்வதற்கான ஒரு பொன்னான வாய்ப்பு இதுவாகும்.

"பகிர்ந்து கொள்ளப்படும் விழுமியங்களின் அடிப்படையில் ஒருங்கிணைந்து செயல்பட இலங்கை தயார்" என்ற ஜனாதிபதியின் உறுதிமொழி, எமது நாட்டின் எதிர்கால சந்ததியினருக்கு ஒரு செழிப்பான, தொழில்நுட்பம் சார்ந்த டிஜிட்டல் இலங்கையை உருவாக்க வழிவகுக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை.

ICT, NVDS.

இதயம் எனும் அற்புதம்

தாயின் கருவரையில் 3 வாரங்கள் இருக்கும்போதே இதயம் துடிக்கத் தொடங்குகிறது. ஒரு நாளில் 1,00,000 தடவை துடிக்கிறது நமது வாழ்நாளில் 15 கோடி லீற்றர் இரத்தம் பம்ப் செய்யப்படுகிறது. உலகில் ஏற்படும் மரணங்களுக்கு முதன்மையான காரணம் இதயமாகும். உலகில் 34 நொடிக்கு ஒருமுறை ஒருவர் இதய பிரச்சினையால் இறக்கிறார். உலகில் ஆண்டுக்கு 2 கோடிக்கு மேற்பட்ட மரணங்கள் இதய பிரச்சினையால் ஏற்படுகின்றது.

01. ஓயாத உழைப்பு: ஒரு சராசரி மனித ஆயுட்காலத்தில் இதயம் சுமார் 250 கோடி முறை துடிக்கிறது. நாம் உறங்கும் போது கூட இது ஓய்வெடுப்பதில்லை.

02. சக்தி வாய்ந்த பம்ப்: இதயம் ஒரு நாளைக்கு சுமார் 7,500 லீட்டர் இரத்தத்தை உடல் முழுவதும் செலுத்துகிறது. இதன் அழுத்தம் எவ்வளவு அதிகம் என்றால், இரத்தத்தை 30 அடி தூரம் வரை பீய்ச்சி அடிக்கும் திறன் கொண்டது.

03. மின்சாரம்: இதயத்திற்கென்று சுயமான ஒரு மின்சார அமைப்பு (ELECTRICAL IMPULSE) உள்ளது. இதனால்தான் உடலில் இருந்து பிரிக்கப்பட்டாலும், ஆக்சிஜன் இருக்கும் வரை இதயம் தானாகத் துடிக்கும் தன்மையுடையது.

இதயத்தை கொல்லும் காரணிகள்

* உயர் ரத்த அழுத்தம்,
* அதிக கொழுப்பு
* உடல் பருமன்
* காற்று மாசு
* உடற்பயிற்சி இல்லாமை
* ஆரோக்கியமற்ற உணவு
* சக்கரைநோய்
* சிறுநீரக பிரச்சினை
* மது
* புகையிலை

D. கர்ஷா
தரம்- 11
கமு/ கமு/ கார்மேல் பற்றிமா கல்லூரி,
தேசிய பாடசாலை, கல்முனை

வேலை உலகும் மகளிரும்

விடியற்காலையின் முதல் ஒளியில்
விழித்தெழும் அவள் கனவுகளுடன்
சமையலறையில் தொடங்கி
வீட்டு பொறுப்பு எனும் காலத்தின்
ஓட்டத்தில் ஓடும் வீராங்கனை
வீட்டின் அன்பும், அலுவலகப் பணியும்
இரண்டையும் தாங்கும் இரு தோள்கள்
சிரிப்பின் பின்னால் சோர்வு மறைத்து
சிறகில்லாமல் பறக்கும் அவள் வாழ்க்கை
பாதையில் பல பார்வைகள் இருந்தாலும்
பாதை விட்டு விலகாத தைரியம்
சொல்லாத கதைகள் உள்ளத்தில்
வைத்துக் கொண்டு சொல்லும் செயலால்
உலகை மாற்றுகிறாள்
அவள் ஒரு பெண் மட்டுமல்ல,
அவள் ஒரு சக்தி, ஒரு சின்னம்,
வீட்டுக்கும் நாட்டுக்கும் ஒளி தரும்
விடியலின் உண்மையான
வீர பெண்கள்.

சீதா வாசன்
அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்

அந்திமழை மாலை மயக்கம்

இயற்கை வாசம் வீசும் மலைமேல் மெல்லென
மூடுபனி மூடிய மங்கலத் தென்றலின் மடியில்
மேகங்கள் மோதி ஒளியுடன் ஒலியெழுப்ப
மழைத்துளி முத்தமிட்டு மண்ணினை
மயக்குது – அந்தியிலே

குன்றுகள் குளிர்ந்து காற்றுகள் வீச
சாரல் சலசலத்து சாய்ந்த மரங்கள்
மரங்களிலிருந்து குரங்கினங்கள் தாவ
சிறகடிக்கும் சிற்றினப் பறவையின்
சிணுங்கல்கள் – அந்தியிலே

மழைமணி மெல்லிசை பாட
குரங்குகள் குட்டிகளுடன் தாளம் போட
பறவைகள் சிறகடித்து அசைந்தாட
மலைமனம் மௌனமாய் மொழிந்தது –
அந்தியிலே

இயற்கை இனிது இன்பம் இதுவே என
ஏன் உள்ளம் ஒன்றாய் ஒலித்தது –
அந்தியிலே.

முகர்ணியா மதிவண்ணன்

புதன்கிழமை விடுமுறை

எரிபொருள் பற்றாக்குறையை முன்னிட்டு இலங்கையில் சக்தி சேமிப்பு நடவடிக்கைகள்

இலங்கை அரசு அவசர சக்தி சேமிப்பு நடவடிக்கைகளை அமுல்படுத்தியுள்ளது. நாடு எதிர்கொள்ளப்போகும் எரிபொருள் பற்றாக்குறையை சமாளிக்கும் நோக்கில், ஒவ்வொரு புதன்கிழமையும் பொது விடுமுறையாக அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த நடவடிக்கை மூலம் அத்தியாவசிய சேவைகள் தவிர்ந்த ஏனைய அரசு துறை அலுவலகங்களில் வாரம் நான்கு நாள் வேலை என்பது நடைமுறைக்கு வருகிறது.

உலகளாவிய எரிசக்தி விநியோக சிக்கல்களுக்கு இலங்கையும் பாதிக்கப்படக்கூடிய நாடாக இருக்கிறது என்பதையும், அதன் பொருளாதார மீட்சிக்கான துரித நடவடிக்கைகளையும் இது வெளிப்படுத்துகிறது.

சக்தி சேமிப்பிற்கான முக்கிய தீர்மானம்

இந்த முடிவின் முக்கிய நோக்கம் நாட்டின் எரிபொருள் பயன்பாட்டைக் குறைப்பதாகும். அரசு அலுவலகங்கள் செயற்படாததால், மக்கள் பயணம் குறையும், பொதுப் போக்குவரத்து சேவைகளும் குறைக்கப்படும். இதன் மூலம் கிடைக்கும் எரிபொருளை நீண்ட காலத்திற்கு பயன்படுத்த முடியும்.

இந்த விடுமுறை வார இறுதியில் அல்லாமல் வாரத்தின் நடுப்பகுதியில் வழங்கப்பட்டுள்ளது. இதனால் அரசு சேவைகள் முற்றிலும் முடக்கப்படாமல், உற்பத்தித்திறனும் சேவை வழங்கலும் பேணப்படும் என்று அதிகாரிகள் தெரிவித்துள்ளனர்.

மேலும், தனியார் துறையும் இதே போன்ற நெகிழ்வான வேலை முறைகளைப் பின்பற்றுமாறு ஊக்குவிக்கப்பட்டுள்ளது. வீதிகளில் வாகனங்கள் குறைவதால், எரிபொருள் பயன்பாடும் குறையும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

உலகளாவிய அழுத்தங்களும் எரிபொருள் பற்றாக்குறையும்

இச்சிக்கலின் அடிப்படைக் காரணம் உலகளாவிய அரசியல் பதற்றமாகும். குறிப்பாக மத்திய கிழக்கு பகுதியில் ஏற்பட்டுள்ள மோதல்கள், உலக எண்ணெய் விநியோகத்தை பாதித்துள்ளன. உலகின் முக்கியமான எண்ணெய் விநியோக வழியான ஹோர்முஸ் நீரிணை பாதிக்கப்பட்டதால், எரிபொருள் விலை உயர்வு மற்றும் விநியோக தாமதங்கள் ஏற்பட்டுள்ளன.

இலங்கை போன்ற எண்ணெய் இறக்குமதி சார்ந்த நாடுகளுக்கு இது மிகப்பெரிய சவாலாகும். நாட்டில் ஆயிரக்கணக்கான மெட்ரிக் தொன் கச்சா எண்ணெய் இருப்பில் உள்ளபோதும் மத்திய கிழக்கு மோதல்கள் விரைவில் முடிவிற்கு வராவிட்டால் எதிர்காலத்தில் பற்றாக்குறை ஏற்பட வாய்ப்புள்ளதாக அனுமானிக்கப்படுகிறது. இதனால் அரசு அவசரமாக எரிபொருள் வாங்கும் நடவடிக்கைகளையும், பகிர்வு கட்டுப்பாடுகளையும் அறிமுகப்படுத்தியுள்ளது.

QR குறியீடு அடிப்படையிலான எரிபொருள் விநியோக முறையும் மீண்டும் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டுள்ளது. இது 2022ஆம் ஆண்டில் ஏற்பட்ட பொருளாதார நெருக்கடியின் போது பயன்படுத்தப்பட்ட முறையாகும்.

பொருளாதார தாக்கங்கள்

இந்நடவடிக்கைகள் இலங்கையின் பொருளாதார மீட்சி இன்னும் பலவீனமான நிலையில் இருப்பதை காட்டுகின்றன. சில ஆண்டுகளுக்கு முன் ஏற்பட்ட கடுமையான நெருக்கடியிலிருந்து நாடு மீண்டு வரத்

தொடங்கியிருந்தாலும், இந்த புதிய எரிசக்தி சிக்கல் அந்த முன்னேற்றத்தை பாதிக்கக்கூடும்.

எரிபொருள் விலை உயர்வு அனைத்துத் துறைகளையும் பாதிக்கும். போக்குவரத்து, உற்பத்தி, விவசாயம் போன்ற துறைகளில் செலவுகள் அதிகரிக்கும். இதனால் பொருள்களின் விலையும் உயரும்; பணவீக்கம் அதிகரிக்கும்.

அரசு விவசாயம், மீன்பிடி மற்றும் சுற்றுலா போன்ற முக்கிய துறைகளுக்கு முன்னுரிமை வழங்கியுள்ளது. இருப்பினும், மற்றைய துறைகள் சிரமங்களை எதிர்கொள்ள வேண்டிய சூழல் உருவாகலாம்.

சமூகத் தாக்கங்கள் மற்றும் மக்களின் மனநிலை

புதன்கிழமை விடுமுறை அறிவிப்பு மக்களுக்கு கலவையான உணர்வுகளை ஏற்படுத்தியுள்ளது. சிலர் இதை ஓய்வு நாளாக வரவேற்றாலும், பலர் உற்பத்தித்திறன் குறைவு மற்றும் வருமான பாதிப்புக் குறித்துக் கவலைப்படுகின்றனர்.

2022 பொருளாதார நெருக்கடியின் நினைவுகள் இன்னும் மக்களின் மனதில் பசுமையாகவே உள்ளன. அப்போது ஏற்பட்ட எரிபொருள் வரிசைகள், மின்தடை மற்றும் அத்தியாவசியப் பொருள்களின் பற்றாக்குறை மீண்டும் நிகழுமோ என்ற அச்சம் சிலர் மத்தியில் உள்ளது.

சிறு தொழில்கள் மிகவும் பாதிக்கப்படலாம். வேலை நாள்கள் குறைவதும், போக்குவரத்து செலவுகள் அதிகரிப்பதும் அவர்களின் வருமானத்தை குறைக்கக்கூடும்.

உலக நாடுகளின் அணுகுமுறை

இலங்கை மட்டுமல்லாமல், பல நாடுகள் இந்த உலகளாவிய எரிசக்தி நெருக்கடியைச் சமாளிக்க புதிய முயற்சிகளை மேற்கொண்டு வருகின்றன. சில நாடுகள் வீட்டிலிருந்து வேலை செய்வதை ஊக்குவிக்கின்றன. சில நாடுகள் எரிபொருள் பயன்பாட்டைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன.

எதிர்கால நிலை

இந்த நடவடிக்கையின் வெற்றி, உலகளாவிய எரிபொருள் விநியோக நிலைமைக்கு சார்ந்ததாக இருக்கும். விநியோகம் சீராகி விட்டால், இந்த விடுமுறை தற்காலிகமாக இருக்கும்.

ஆனால் சிக்கல் நீடித்தால், மேலும் கடுமையான கட்டுப்பாடுகள் அமுல்படுத்தப்படலாம். அரசு மாற்று எரிசக்தி வளங்கள் மற்றும் புதுப்பிக்கத்தக்க ஆற்றல்களில் முதலீடு செய்ய வேண்டிய அவசியமும் அதிகரிக்கும்.

புதன்கிழமையை விடுமுறையாக அறிவித்தது இலங்கையின் தற்போதைய சவால்களைச் சமாளிப்பதற்காக எடுக்கப்பட்ட முக்கியமான

முடிவாகும். இது குறுகிய காலத்தில் எரிபொருள் சேமிப்புக்கு உதவினாலும், நீண்டகாலத்தில் நாட்டின் சக்திப் பாதுகாப்பு மற்றும் பொருளாதார நிலைத்தன்மை குறித்து சிந்திக்க வேண்டிய அவசியத்தை இது நினைவூட்டுகிறது.

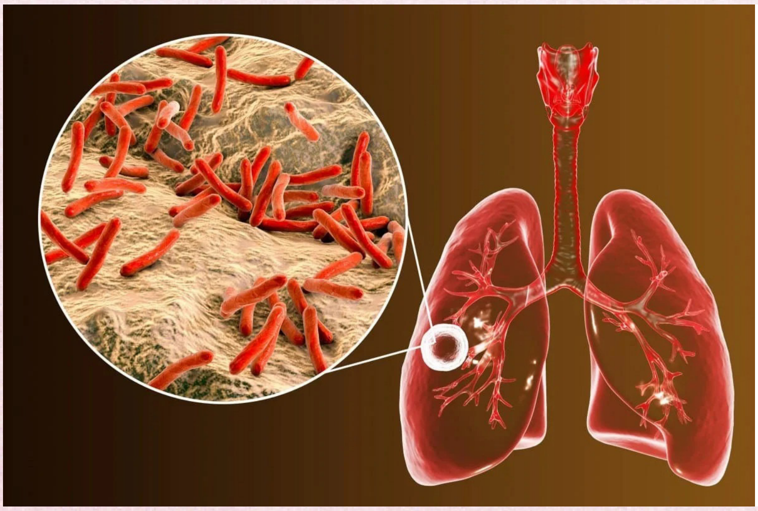
இவ்வாறான உலகளாவிய சவால்களை சமாளிக்க, இலங்கை தன்னுடைய பொருளாதாரத்தையும், சக்தி கொள்கைகளையும் வலுப்படுத்த வேண்டியது மிக அவசியமாகிறது.

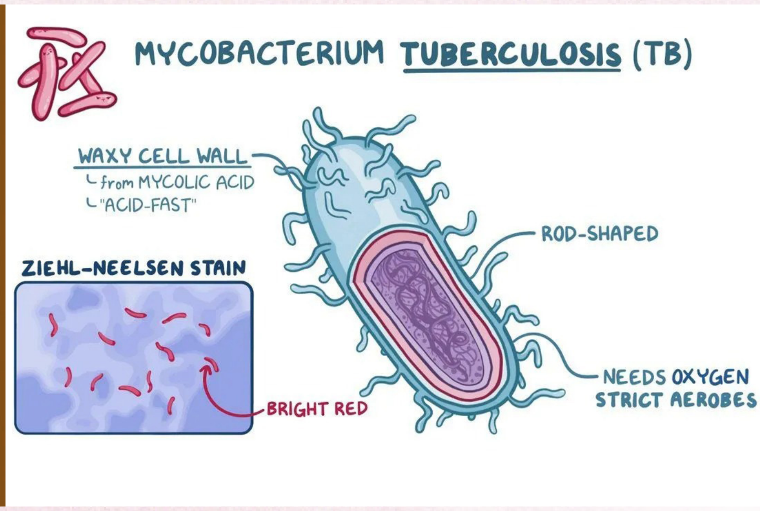
பத்திநாதன் இருதயராஜா
கல்லடி.

காசநோய் பற்றிய தகவல்களும், அதிலிருந்து மீள்வதற்கான வழிமுறைகளும்

காசநோய் என்பது பக்டீரியாவால் காற்றில் பரவும் நோயாகும். (**Mycobacterium tuberculosis - M tuberculosis**). இந்நோய் நுரையீரலை பிரதானமாகப் பாதிக்கின்றது. உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் கூற்றுப்படி காசநோயானது உலகில் இறப்புக்கான முதல் பத்து காரணிகளுள் ஒன்றாகும். உலகில் புதிதாக காசநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களில் மூன்றில் இரண்டு பங்கினர் எட்டு நாடுகளில் உள்ளனர். இந்நோய் நுரையீரல் தவிர்த்து கழுத்துப் பகுதியிலுள்ள சுரப்பிகள், வயிறு, மூளை போன்ற பகுதிகளிலும் காச நோய் தொற்று ஏற்பட்டு பரவலாம். காசநோய் பற்றிய விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் முகமாக ஒவ்வோர் ஆண்டும் மார்ச் **24**ஆம் திகதி அனுசரிக்கப்பட்டு வருகின்றது.

மூளையில் காசநோய் ஏற்படும் பட்சத்தில் தலைவலி, பார்வை மங்குதல், நினைவிழப்பு, நிணநீர் கணுக்கள் (**(Lymph nodes)**, வயிறு, மூளை, ப்ளுரா, பெரிகார்டியம் (நுரையீரல் மற்றும் இதய அடுக்கு) எலும்பு என உடலின் எந்த உறுப்பையும் காசநோய் தாக்கலாம். இந்நோய் ஆரோக்கியம் உள்ளவர்களுக்கு தொற்று ஏற்பட்டு கட்டுப்பாட்டில் இருக்கும். நோயாக மாற்றமடையாது உடலில் நோயெதிர்ப்பு சக்தி குறையும் போது காசநோய் உருவாக்கம் தெரியவரும். அதாவது சக்கரை நோய் கட்டுப்பாட்டில் இல்லை, புகைப்பழக்கம் இருக்கிறது. சிறுநீரகத்தில் பிரச்சினை, இதயப்பாதிப்பு, நுரையீரல் தொற்று, மன அழுத்தம், சாப்பிடுவதில் சிரமம் என ஏதேனும் ஒரு காரணியால் எதிர்ப்பு சக்தியானது குறையும் போது உள்ளுக்குள் கட்டுப்பாட்டில் இருந்த காசநோய் தொற்று வெளியில் தெரியவரும்.





சளி, இருமல், சளியில் இரத்தம், உடல் எடைகுறைவது, பசியின்மை, காய்ச்சல் போன்ற அறிகுறிகள் மூலம் ஒருவருக்கு காசநோய் ஏற்பட்டுள்ளது என கணிக்கலாம். இரண்டு வாரங்களுக்குமேல் இருக்கும் எந்த இருமலையும் புறக்கணித்தல் கூடாது. அது **TB** ஆக மட்டும் இருக்கும் என்பதில்லை. வேறு நோய் அறிகுறியாகவும் இருக்கலாம். காசநோய் தொற்று சாதாரணமானதுதான் என்று கண்டுகொள்ளாமல் இருக்கமுடியாது. நுரையீரலில் இருக்கும் காசநோயால் நுரையீரலில் உள்ள இரத்தக்குழாய்கள் அடைப்பதனால் இரத்தவாந்தி எடுத்து உயிரிழப்பு ஏற்பட வாய்ப்பும் உள்ளது. இவ்வாறு இருந்தும் உரிய வேளைக்கு கண்டுபிடித்து சிகிச்சை அளித்தால் **100** சதவீதம் குணமாகியும் விடும். இரண்டு வாரத்துக்குமேல் சளி, இருமல், காய்ச்சல், நெறிகட்டுதல், மூச்சு வாங்குவது போன்ற அறிகுறிகள் இருந்தால் மருத்துவரிடம் சென்று

பரிசோதித்துக்கொள்ள வேண்டும். இரத்தப் பரிசோதனை மூலம் காசநோயினைக் கண்டுபிடிக்க முடியாது. சளி பரிசோதனை (Acid-Fast Bacilli இதற்கான ஸ்மியர் சோதனை), GeneXpert MTB PCR சோதனை மூலம் காசநோய் ஏற்பட்டுள்ளதா? எனக் கண்டுபிடிக்கலாம். காசநோயினால் நெறிகட்டியிருந்தால் அந்த இடத்தில் மாதிரி எடுத்து பரிசோதிக்க வேண்டும்.

காசநோய் பாதித்த நபரால் எந்த அளவு பரப்பப்படுகிறது என்பதை அது மறைந்திருக்கும் நோயா அல்லது தீவிரமானதா என்று அதன் தன்மையைக் கணிக்கலாம். காச நோயாளி ஒருவர் இருமும் போது அருகிலுள்ள எல்லோருக்குமே அது தொற்றிவிடுவதில்லை. மூன்றில் ஒருவருக்கு அது பரவலாம். ஏற்கனவே கூறியது போன்று சம்பந்தப்பட்டவரின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியானது அந்தத் தொற்றைக் கட்டுப்படுத்திவிடும். நோய் எதிர்ப்பு சக்தியால் கட்டுப்படுத்த இயலாத நிலை ஏற்படும் போது அது ஆரம்பநிலை காசநோயாக (Primary tuberculosis) மாறும். விசேடமாக குழந்தைகளிடமும் இது போன்ற முதல் நிலை தொற்றில் இருமல், சளி போன்ற அறிகுறிகள் இருக்காது. மற்றவர்களுக்கு பரவாது.இதுவே Latent TB என்கின்ற மறைந்திருக்கின்ற காசநோய் இவர்களுக்கு பரிசோதனை செய்தால் சாதாரணமாகவே இருக்கும். ஆனால் Skin - test செய்தால் காசநோய் தொற்று இருப்பின் அறிகுறிகள் உறுதியாகும். முதல்நிலை தொற்று உண்டானவர்களுக்கு நாளடைவில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறையும் போது அல்லது நீரிழிவு சிறுநீரக கோளாறு போன்ற இணை நோய்கள் கட்டுப்படுத்தப்படாதபோது மறைந்திருந்து செயற்படும் தீவிர காச நோயாக (Active TB) மாறும். இந்நோய் எல்லா சூழல்களிலும் பரவுவதில்லை. நெருக்கமான இடத்தில் அதிகமான நபர்கள் வசிக்ககூடிய சூழல் காசநோய்க்கான தூண்டுதலாக இருக்கும் வாய்ப்பு அதிகம் உண்டு. உதாரணமாக சிறைச்சாலைக் கைதிகள், சுரங்கம் தோண்டும் பணிகளில் ஈடுபடுபவர்களில் யாதேனும் ஒருவருக்கு காசநோய் ஏற்படும் போது அது மிக எளிதாக விரைவாக மற்றவர்களுக்கும் பரவும் தன்மை அதிகமாகும்.

தீவிரமாக செயற்படும் காசநோய் (Active TB) 1000 பேரில் 04 பேருக்கு உள்ளது. இவர்களுக்குத்தான் ஆரோக்கிய ரீதியாக புதிய சிக்கல்கள் உண்டாகும் சாத்தியம் அதிகம். ஏற்கனவே கூறியது போல் கட்டுப்படுத்தப்படாத நீரிழிவுஇ சிறுநீரகக் கோளாறுஇ புகைப்பழக்கம்இ மதுப்பழக்கம்இ நாள்பட்ட கல்லீரல் நோய்இ கீமோ தெரபி உள்ளிட்ட நோய் எதிர்ப்பு சக்தி சிகிச்சையில் இருப்பவர்களுக்கு காச நோய் அச்சுறுத்தலாக அமையும். முக்கியமாக எச். ஐ. வி பாதிப்பு கொண்டவர்களுக்கு காசநோய் கூடுதல் அச்சுறுத்தலாகும்.

காசநோய்க்கு வழங்கப்படவேண்டிய சிகிச்சை எனும் போது ஆரம்பக்கட்டத்திலேயே காசநோயைக் கண்டறிந்துவிட்டால் சிகிச்சை அளிப்பது மிக மிக எளிது. இந்நோய்க்கு மற்ற தொற்றுநோய்களைப் போல் (Anti tuberculosis therapy) அன்டி பயாடிக்குகளே சிகிச்சையாக வழங்கப்படும். இந்த பக்டீரியா எதிர்ப்பு மாத்திரைகள் குறைந்தபட்சம் 3 அல்லது 4 கோர்ஸ்களாக வழங்கப்படும். இதனைத் தொடர்ச்சியாக 6 மாதங்கள் உட்கொள்வதன் மூலம் 99.9 சதவீதம் காசநோயிலிருந்து விடுபடமுடியும். மிகவும் சிக்கலான காசநோய்க்கு அறுவைச் சிகிச்சை செய்ய வேண்டியிருக்கும். காசநோயிலிருந்து எம்மை நாம் பாதுகாக்க இவ்விழிப்புணர்வு தொடர்பான தகவல்களை அனுசரித்து நம்மை நாம் பாதுகாப்போம்.

K. யோகலிங்கம் (C.M.SO), M.I.M அசாப் (M.SO)

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல.26 இற்கான விடைகள்

1 தொ	ல்	2 பொ	3 ரு	4 ள்	■	5 டி	6 இ
கு	■	7 ம்	க	ஆ	ம	■	ஞ்
8 ப்	9 பு	ம	■	■	■	10 ப	சி
11 பு	ல்	லா	ங்	12 கு	ழ	ல்	■
■	■	ட்	■	ர	■	13 லா	நி
14 ச	15 க	ட	16 ம்	ங்	■	கு	■
18 ங்	ம	ம்	கு	கு	■	19 ழி	20 வா
21 கை	லி	■	ட	■	22 த	ங்	கை

பாராட்டு பெறுவோர்

திருமதி. R. பிரியதர்ஷன்,
பாண்டிருப்பு.

பா. மதுஷா,
15/ICR/23,
அன்னமலை-02

குறுக்கெழுத்துப் போட்டி இல – 27

1		2	3	4		■	5
	■	6			■	7	
	■	8			9	■	
10	11	■	12			13	■
14		15	■	16			17
18			19	■	20		
■	21			■	■		■
■		■	22				

இடமிருந்து வலம்

01. ஒவ்வொரு மொழிக்கும் இது கட்டாயம் இருக்கும்.
06. இனக்குழுவைக் குறிக்கும் சொல்.
07. நம்மைத் தாங்கிக் கொள்ளும் ஒன்று.
08. மருத்துவ முறை கூறும் நூல்.
10. இதனை அலங்கரிப்பதும் ஒரு கலை தான்.
12. நாட்டில் வாழும் மக்களுக்கு இது சமமாகப் பிரயோகிக்கப்பட வேண்டுமென்பர் (திரும்பி).
14. அச்சப்பட்டதால் குழம்பி விட்டதோ.
16. சாலைகளில் இது ஏற்படுவது அதிகமாகி விட்டது (குழம்பி).
18. நிறை என்றும் சொல்லலாம் (குழம்பி).
20. இருக்கப் பயன்படும் பொருள் ஒன்று.
21. உடல் வெப்பத்தை இப்படியும் கூறுவர் (குழம்பி).
22. ஒப்புதல் தெரிவிப்பது (திரும்பி).

மேலிருந்து கீழ்

01. நோக்கம் என்று பொருள்படும்.
02. ஒவ்வொருவருக்கும் இது முக்கியமான ஒன்று (குழம்பி).
03. இது ஏற்பட்டால் நியாயம் கிடைக்கும் என்பர்.
04. நகரத்தை இப்படியும் கூறுவர்.
05. தற்போதுள்ள வீடுகளில் இதைக் காண்பது கடினம் (குழம்பி).
09. நகைச்சுவையினை இப்படியும் கூறுவர் (குழம்பி).
11. ஒவ்வொருவருக்கும் இது தனித்துவமானது (குழம்பி).
13. உண்மை என்றும் பொருள்படும்.
15. நல்ல முடிவைக் குறிக்கும் (குழம்பி).
17. அதிகாரம் படைத்த நபரை இப்படியும் அழைப்பர்.
19. அறிவைப் பெருக்கும் ஒரு விளையாட்டு.

இதில் காணப்படும் குறுக்கெழுத்துப் போட்டிக்கான உருவமைப்பின் கட்டங்களை வெற்றுத்தாளில் தயாரித்து சரியான விடைகளைப் பூர்த்தி செய்து அதனை புகைப்படம் எடுத்து 2026.04.15ஆம் திகதி பி.ப. 04.15 மணிக்கு முன் 0755424333 எனும் வட்சப் இலக்கத்துக்கு அனுப்பவும். அத்துடன் தங்களது பெயர் முகவரி தொலைபேசி இலக்கம் (மீள்நிரப்ப வேண்டிய தொலைபேசி இலக்கம்) என்பவற்றையும் அனுப்பவும்.

தேங்காய் தோசை

தேவையான பொருள்கள்

- பச்சை அரிசி - 01 கப்
- சோறு - 01 கப்
- தேங்காய்ப் பூ - 01 கப்
- இளநீர் - 01 கப்
- உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:

பச்சை அரிசியை நன்றாக கழுவி எடுத்துக்கொள்ளவும் பின்பு கழுவிய அரிசியை 5 மணித்தியாலங்கள் ஊறவிடவும். பின்னர் தண்ணீரை வடிகட்டி அரிசியை எடுத்துக்கொள்ளவும், அதனுடன் ஒரு கப் சோறு, ஒரு கப் தேங்காய்ப் பூ மற்றும் ஒரு கப் இளநீர் சேர்த்து நன்றாக மிக்சியில் அரைத்துக் கொள்ளவும். பின்னர் அதனை ஒரு பாத்திரத்தில் இட்டு கையினால் பிசைந்து கொள்ளவும், அதன் பின்னர் 12 மணித்தியாலங்கள் மாவை புளிக்க வைக்க வேண்டும். புளித்த மாவில் தேவைக்கேற்ப உப்பு சேர்த்து பிசைந்து விடவும்.

பின்னர் ஒரு சட்டியை அடுப்பில் வைத்து தோசையை ஊற்றிய பின்னர் மூடிவிடவும். தோசை வெந்த பின்னர் இறக்கி பரிமாறவும்.

இ. றூபிகா

பெண்களின் தலைமைத்துவமும் செழிப்பான நாடும்

இன்றைய உலகில் இவ்வருட மகளிர் தின தொனிப்பொருளானது மிகுந்த முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகும். ஒரு நாட்டின் முழுமையான முன்னேற்றம், அதன் மனிதவளத்தை எவ்வாறு பயன்படுத்துகிறது என்பதிலே அமைகிறது. அதில் பெண்களின் பங்கு மறுக்க முடியாத ஒன்றாகும். பெண்கள் சமூகத்தின் பாதியை நிரப்புகின்றனர். எனவே அவர்கள் தலைமைத்துவத்தில் பங்கெடுப்பது ஒரு நாட்டின் செழிப்புக்கு அடித்தளமாகும்.

பெண்களின் தலைமைத்துவம் என்பது, பெண்கள் அரசியல், பொருளாதாரம், கல்வி, தொழில்நுட்பம், மற்றும் சமூக சேவைகள் போன்ற துறைகளில் முன்னணியில் இருந்து வழிநடத்தும் திறனை குறிக்கிறது. இது வெறும் பதவி வகிப்பதை மட்டும் அல்லாமல், நல்ல முடிவுகளை எடுத்து, சமுதாயத்தை முன்னேற்றும் ஆற்றலையும் குறிக்கிறது. வரலாற்றில் பல பெண்கள் தலைமைத்துவத்தின் சிறந்த உதாரணங்களாக உள்ளனர். **Sirimavo Bandaranaike** உலகின் முதல் பெண் பிரதமராக இருந்து, பெண்களின் அரசியல் பங்கிற்கு வழி வகுத்தார். அதேபோல் **Indira Gandhi** இந்தியாவில் வலுவான அரசியல் தலைவராக விளங்கினார். இவர்கள் பெண்களின் தலைமைத்துவம் ஒரு நாட்டை மாற்றக்கூடியது என்பதை நிரூபித்தவர்கள்.

பெண்களின் தலைமைத்துவத்தின் அவசியம்

பெண்கள் தலைமை வகிப்பது சமுதாயத்தின் பல துறைகளில் நல்ல மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகிறது.

முதலில், பெண்கள் பொதுவாக சமூக நலனில் அதிக அக்கறை கொண்டவர்கள். அவர்கள் கல்வி, சுகாதாரம்,

குழந்தைகள் நலன் போன்ற துறைகளில் முன்னுரிமை கொடுப்பார்கள். இதனால் மனித வளம் மேம்பாடு, நாட்டின் நீண்டகால வளர்ச்சி உறுதியாகும்.

இரண்டாவது, பெண்களின் பங்கு அதிகரிக்கும்போது சமத்துவம் வளர்கிறது. பாலின அடிப்படையிலான பாகுபாடுகள் குறைந்து, அனைவருக்கும் சம வாய்ப்பு கிடைக்கிறது. இது ஒரு நியாயமான மற்றும் நிலையான சமூகத்தை உருவாக்குகிறது.

மூன்றாவது, பெண்கள் பொருளாதாரத்தில் ஈடுபடும் போது குடும்பங்களின் வருமானம் அதிகரிக்கிறது. இது வறுமையை குறைத்து, நாட்டின் மொத்த உள்நாட்டு உற்பத்தி உயர்வதற்கு உதவுகிறது.

செழிப்பான நாடு உருவாகும் விதம்

ஒரு நாடு செழிப்படைய பல அம்சங்கள் அவசியம். அதில் பெண்களின் தலைமைத்துவம் முக்கிய பங்காற்றுகிறது.

1. கல்வி

பெண்கள் கல்வி கற்றால், அவர்கள் விழிப்புணர்வுடன் முடிவெடுக்க முடியும். கல்வியறிவு பெற்ற பெண்கள் தங்கள் குடும்பங்களையும், சமுதாயத்தையும் முன்னேற்றுவார்கள்.

2. பொருளாதார பங்கேற்பு

பெண்கள் வேலைவாய்ப்பில் இணையும் போது, நாட்டின் உற்பத்தி திறன் அதிகரிக்கிறது. சிறு தொழில்கள் முதல் பெரிய நிறுவனங்கள் வரை பெண்கள் முன்னேறுவது பொருளாதார வளர்ச்சியை வேகப்படுத்துகிறது.

3. அரசியல் பங்கேற்பு

அரசியலில் பெண்கள் அதிகமாக இருப்பது, மக்களின் தேவைகளை சமமாக பிரதிபலிக்க உதவுகிறது. பெண்கள் சமூக நலனுக்கான சட்டங்களை உருவாக்குவதில் முக்கிய பங்காற்றுகிறார்கள்.

4. சமூக மாற்றம் பெண்கள் தலைமை வகிக்கும் போது

குழந்தைகள் கல்வி, பெண்கள் பாதுகாப்பு, மற்றும் மனித உரிமைகள் போன்ற அம்சங்கள் அதிக கவனம் பெறுகின்றன. இது சமூகத்தின் முழுமையான முன்னேற்றத்திற்கு வழிவகுக்கிறது.

பெண்கள் எதிர்கொள்ளும் சவால்கள்

பெண்கள் தலைமைத்துவத்தில் முன்னேறும்போது பல சவால்களை சந்திக்கின்றனர். பாலின பாகுபாடு கல்வி மற்றும் வேலை வாய்ப்பு குறைவு சமூக கட்டுப்பாடுகள் மற்றும் பாரம்பரிய எண்ணங்கள் அரசியல் மற்றும் நிர்வாக துறைகளில் குறைந்த பிரதிநிதித்துவம் இந்த சவால்களை சமாளிக்க அரசு மற்றும் சமூகம் இணைந்து செயல்பட வேண்டும்.

பெண்களின் தலைமைத்துவத்தை வளர்க்க பல முயற்சிகள் அவசியம்

பெண்களுக்கு தரமான கல்வி வழங்குதல் வேலை வாய்ப்புகளில் சமத்துவம் ஏற்படுத்துதல். பெண்களுக்கு பாதுகாப்பான சூழல் உருவாக்குதல் அரசியலில் பெண்களின் பங்கேற்பை ஊக்குவித்தல் பெண்களை முன்னிறுத்தும் கொள்கைகளை அமுல்படுத்துதல் வேண்டும்.

பெண்களின் தலைமைத்துவம் ஒரு நாட்டின் முன்னேற்றத்திற்கு முக்கிய சக்தியாகும். பெண்கள் முன்னேறினால் குடும்பம் முன்னேறும், குடும்பம் முன்னேறினால் சமூகம் வளர்கிறது, சமூகம் வளர்ந்தால் நாடு செழிக்கிறது. அதனால், ஒரு உண்மையான செழிப்பான நாடு உருவாக வேண்டுமெனில், பெண்களின் தலைமைத்துவத்தை ஊக்குவிப்பது அவசியமானது. இது சமத்துவம், நீதிமுறை, மற்றும் நிலையான வளர்ச்சி ஆகியவற்றை உறுதிப்படுத்தும்.

தொகுப்பு:
இராஜேந்திரன் சோபனா,

மகுடம் சூடியும் மண் மணம் மாறாதவன்

சிறுகதை

இலங்கையின் வற்றாத அழகைக் கொண்ட வன்னி மண்ணின் ஒரு சிறிய கிராமம் 'மல்லாவி'. அந்த ஊரின் செம்மண் பாதைகளில் கதிர்வேலன் என்ற பெயரைக் கேட்டால், ஒவ்வொரு குடிமகனின் முகத்திலும் ஒரு புன்னகை அரும்பும். ஒரு சாதாரண விவசாயக் குடும்பத்தில் பிறந்து, வறுமையின் பிடியில் சிக்கியும், கல்வியை மட்டும் கைவிடாத வைராக்கியம் கொண்டவர் அவர். இரவு நேரங்களில் சிமினி விளக்கின் ஒளியில் படித்து முன்னேறிய கதிர்வேலன், இலங்கையின் மிக உயரிய பதவியான இலங்கை நிருவாக சேவை (SLAS) பரீட்சையில் சித்தியடைந்து, அதே மாவட்டத்தின் மேலதிக அரசாங்க அதிபராக (Additional District Secretary) நியமிக்கப்பட்ட செய்தி மல்லாவி கிராமத்தை எட்டியபோது, ஊரே மங்கல வாத்தியங்கள் முழங்கக் கொண்டாடியது. ஆனால், ஊர்ச் சந்தி அரச மரத்தடியில் அமர்ந்திருந்த பெரியவர் ஒருவர் மட்டும் மெல்லிய கவலையுடன் சொன்னார், "அதிகாரம் ஒரு போதை தம்பி... அது வந்தா மனுஷன் மாறிடுவான். நம்ம கதிர் எப்படி இருக்கப்போறானோ?"

பதவியேற்ற முதல் நாள், கதிர்வேலன் தனக்கு ஒதுக்கப்பட்ட உத்தியோகபூர்வ வாகனத்தைத் தவிர்த்துவிட்டு, ஒரு சாதாரண பேருந்தில் ஏறி மாவட்டச் செயலகத்திற்குச் சென்றார். அலுவலக வாசலில் நின்றிருந்த பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர் அவரை ஒரு சாதாரண கிராமவாசி என்று நினைத்துத் தடுத்து நிறுத்தினார். கதிர்வேலன் எவ்வித எரிச்சலும் அடையாமல், மென்னகையுடன் தன் அடையாள அட்டையைக் காட்டினார். பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர் பதறிப்போய் கைகளை உயர்த்தி வணக்கம் தெரிவிக்க முயல, கதிர்வேலன் அவர் கையைப் பிடித்துத் தடுத்து, "பரவாயில்லை தம்பி, நீங்க உங்க கடமையைத்தான் சரியாகச் செய்தீங்க. இதில் மன்னிப்புக் கேட்க எதுவுமில்லை," என்று அவர் தோளைத் தட்டிக் கொடுத்துவிட்டு உள்ளே சென்றார்.

அலுவலகத்தின் முதல் கூட்டத்திலேயே கதிர்வேலன் தன் நிலையைத் தெளிவுபடுத்தினார். மிடுக்காக அமர்ந்திருந்த அதிகாரிகளிடம் அவர் சொன்னது இதுதான்: "இந்த நாற்காலி எனக்குக் கொடுக்கப்பட்ட கௌரவம் அல்ல; இது மக்களுக்குச் சேவை செய்ய எனக்குக் கொடுக்கப்பட்ட ஒரு வாய்ப்பு. என்னை 'சார்' என்று கூப்பிட்டுத் தள்ளி வைப்பதை விட, 'கதிர்' என்று கூப்பிடும் அளவுக்கு மக்களுடன் நெருக்கமாக இருக்கவே நான் விரும்புகிறேன்."

ஒருநாள், சிவசாமி என்ற ஏழை முதியவர் தனது முதியோர் கொடுப்பனவு (Pension) பிரச்சினைக்காகப் பல மாதங்களாக அலுவலகம் ஏறி இறங்கிக் கொண்டிருந்தார். கதிர்வேலனைப் பார்த்ததும் அவர்

ஓடி வந்து அவர் காலில் விழ முயன்றார். கதிர்வேலன் பதறிப்போய் அவரைத் தடுத்துத் தூக்கி நிறுத்தினார். "ஐயா, பெரியவரே... உங்க வரிப்பணத்துல தான் நான் சம்பளம் வாங்குறேன். நீங்க என் கால்ல விழக்கூடாது. உங்க வேலையைச் செஞ்சு தர வேண்டியது என் கடமை," என்று சொல்லி, அவருக்குத் தண்ணீர் கொடுத்து அமர வைத்தார். சிவசாமியின் கோரிக்கையை அரை மணி நேரத்தில் தீர்த்து வைத்து அனுப்பியபோது, அந்தப் பெரியவர் வெளியே வந்து, "இவன் அரசாங்க அதிகாரி இல்லப்பா... நம்ம வீட்டுப் பிள்ளை!" என்று கண்கலங்கச் சொன்னார்.

கதிர்வேலனின் பாடசாலை நண்பன் பாஸ்கரன், இப்போது ஒரு பெரிய வர்த்தகர். பாஸ்கரனுக்குத் தன் செல்வத்தின் மீது மட்டற்ற கர்வம் இருந்தது. ஒருமுறை அவன் கதிர்வேலனைச் சந்திக்க வந்தபோது கேட்டான், "கதிர், நீ இப்போ இந்த மாவட்டத்துக்கே அதிகாரி. நினைச்சா எதை வேணா செய்யலாம். ஆனா ஏன் இன்னும் இப்படிப் பழசை மறக்காம இருக்கே? அதிகாரத்தை அதிகாரமா காட்டினா தான் உலகம் உனக்கு பயப்படும்." கதிர்வேலன் சிரித்துக்கொண்டே சொன்னார், "பாஸ்கரன், அதிகாரம் என்பது பிறரை பயமுறுத்த அல்ல; பிறரின் பயத்தைப் போக்கப் பயன்பட வேண்டும். தலைமை என்பது ஆதிக்கம் செலுத்துவதல்ல, அரவணைப்பதே ஆகும்."

அந்த ஆண்டு இலங்கையை புரட்டிப் போட்ட கடும் மழையினால் வன்னிப் பகுதியில் பெரும் வெள்ளம் ஏற்பட்டது. குளங்கள் உடைந்து ஊருக்குள் தண்ணீர் புகுந்தது. மக்கள் தங்களின் உடைமைகளை இழந்து தவித்தார்கள். மற்ற அதிகாரிகள் பாதுகாப்பான கட்டுப்பாட்டு அறையில் அமர்ந்து தொலைபேசி மூலம் உத்தரவு போட்டபோது, கதிர்வேலன் களத்தில் இறங்கினார். மார்பளவு தண்ணீரில் இறங்கி, ஒவ்வொரு வீடாகச் சென்று மக்களை மீட்டார். ஒரு தாயையும் குழந்தையையும் பாதுகாப்பான இடத்திற்குத் தன் கைகளால் ஏந்திச் சென்ற காட்சியைப் பார்த்து ஊரே விக்கித்துப் போனது. தன் கைகளால் உணவுப் பொட்டலங்களை வழங்கினார். சேற்றில் சிக்கிய ஒரு பசுவை மீட்பதற்காக அவர் முயன்றபோது, அவர் அணிந்திருந்த விலையுயர்ந்த உத்தியோகபூர்வச் சட்டை கிழிந்து கந்தலாகிக் கிடந்தது.

அந்த நேரத்தில் அங்கே வந்திருந்த பாஸ்கரன், கதிர்வேலனின் இந்த அர்ப்பணிப்பைக் கண்டு உள்ளம் உருகிப் போனான். "கதிர், அதிகாரம் இருந்தும் ஆணவம் இல்லாத உன்னைப் பார்க்கும்போது எனக்குப் பெருமையாக இருக்கிறது. என்னையும் உன் பணியில் சேர்த்துக்கொள்," என்று கூறி அவரோடு சேர்ந்து நிவாரணப் பணியில் இறங்கினான். வெள்ள நிவாரணப் பணிகளைச் சிறப்பாகச் செய்ததற்காக அரசாங்கம் கதிர்வேலனுக்குத் தேசிய மட்டத்தில் கௌரவம் வழங்கியது. மேடையில் விருதைப் பெற்றபோது அவர் சொன்னார்: "அதிகாரம் வரும்போது தலை நிமிர்பவன் சாதாரண மனிதன்; அதிகாரம் வந்த பின்பும் தலை குனிந்து பிறருக்குச் சேவை செய்பவன் உண்மையான தலைவன்."

கதிர்வேலன் பின்னர் இன்னும் பல உயர் பதவிகளுக்குச் சென்றார். ஆனால் அவர் அமரும் நாற்காலி உயர்ந்ததே தவிர, அவர் காட்டும் அன்பு குறையவே இல்லை. ஒருமுறை ஒரு சிறுவன் அவரிடம் கேட்டான், "ஐயா, உங்களுக்குப் பயமே இருக்காதா?" அவர் அந்தச் சிறுவனின் தலையை வருடிச் சொன்னார், "தம்பி, நான் மக்களைப் பயமுறுத்த வேண்டியவன் அல்ல; அவர்களைப் பாதுகாக்க வேண்டியவன்." அன்று முதல் மல்லாவி கிராமத்தில் சொல்லப்படும் வாழ்வியல் பாடம் இதுதான்: "மரம் காய்க்கக் காய்க்கக் கீழே குனியும்... மனிதன் உயர உயரப் பணிவு கொள்ள வேண்டும்."

கிராம மக்களின் வாழ்வும் வளமும்

கடந்த மாத இதழின் தொடர்ச்சி...

வணக்கம், என் அபிமான வாசகர் உறவுகளே, சிறியேனின் நாவிதன்வெளிப் பிரதேசக் கிராம மக்களின் வாழ்வும் வளமும் தொடரை வாசித்துக் கொண்டிருக்கும் உங்கள் அனைவருக்கும் முதற்கண் நன்றிகள்.

அன்பர்களே, இந்த மாதம் தங்களுக்கு எமது பிரதேசத்தில் ஒரு காலத்தில் பல்வேறு துறைகளில் புகழ்பெற்று விளங்கியதும் பின் மனித மிருகங்களால் வேட்டையாடப்பட்டு அழிக்கப்பட்டதுமான பழம் பெரும் கிராமமொன்றின் வரலாற்றில் எழுதப்பட வேண்டிய தகவல்களை தரலாம் என எண்ணுகிறேன். நாவிதன்வெளிப் பிரதேசத்திலே நான்காம் கிராமம் என்றால் அனைவருக்கும் தெரியும். ஆனால் அதன் வரலாறு சுமார் 36 வருடங்களுக்குப் முன்னர் பிறந்தவர்களுக்குத் தெரியாது. ஆனால் அனைவரும் அறிந்திருக்க வேண்டும் என்பதற்கு அடியேனின் இப்பதிவும் சிறு உதவியாக அமையும் என எண்ணுகிறேன்.

ஆம். நான்காம் கிராமத்தைப் பற்றியே தருகின்றேன். நாவிதன்வெளிப் பிரதேசத்தின் தென்மேற்கின் எல்லைக்கிராமமாய் அமைந்துள்ள இக்கிராமத்தின் கிழக்கில் முஸ்லிம் கிராமமான 5ஆம் கிராமம், மேற்கிலே சிங்கள கிராமமான 3ஆம் கிராமம், வடக்கில் முஸ்லிம் கிராமமான 12ஆம் கிராமமும் தெற்கிலே சம்மாந்துறை வரையான வயல்வெளிகளும் அமைந்துள்ளன. இது ஒரு தனியாக உள்ள தமிழ் கிராமம் ஆகும். இங்கு பெரும்பான்மையாக தமிழ் மக்கள் வாழ்வதோடு மிகக்குறைந்த அளவிலான சிங்கள மக்களும் வாழ்கின்றனர். அது போல முஸ்லிம் 4ம் கிராமம் என வேறு ஒரு கிராமமும் உள்ளது.

இதில் நான் தமிழ் 4ஆம் கிராமத்தைப் பற்றியே குறிப்பிடுகிறேன். மக்களின் பிரதான தொழில் விவசாயமே, இங்கு ஆறு இந்துக்கோயில்களும் இரு கிறிஸ்தவ தேவாலயங்கள் மற்றும் ஒரு உயர்தரப் பாடசாலை போன்றவற்றுடன் ஒரு பொது நூலகமும் உள்ளது. இவைகளோடு வன்செயல் காலத்தில் இக்கிராமத்தில் நடாத்தப்பட்ட கோரத்தாண்டவத்தின் வடுக்களை சுமந்து கொண்டிருக்கும் கட்டட இடிபாடுகளும் காணப்படுகின்றன.

இக்கிராமத்தில் தெற்குப்பக்கமாக உள்ள பகுதியை வேம்படித்தோட்டம் எனவும், வடக்குப்பக்கமாக உள்ள பகுதியை பாமடி எனவும் அழைக்கப்படுகிறது. நாம் இன்று காணும் நான்காம் கிராமமும் சுமார் 36 வருடங்களுக்கு முன்பு காணப்பட்ட நான்காம் கிராமமும் மிகவும் வேறுபட்டன. இப்போது உறங்கு நிலையில் இருப்பது போன்று அப்போது இது இருக்கவில்லை. மிக அமர்க்களமான ஒரு கிராமமாக இருந்தது.

இந்தக் கிராமம் மிகவும் பரபரப்பாய் இருந்ததற்குக் காரணம் இங்கிருந்த இரு வர்த்தக மையங்கள். இவை இரண்டினதும் அமைவிடம் காரணமாக இக்கிராமத்திலே மக்கள் மிகச் சுறுசுறுப்பாகவும் மிக மகிழ்ச்சியாகவும் சுதந்திரமாகவும் செயற்பட்டனர். சனிக்கிழமை தோறும் கூடும் சந்தை ஒன்றும் சிகரெட் புகையிலை உற்பத்தி மற்றும்

சந்தைப்படுத்தலுக்கான கூட்டுத்தாபன மத்திய நிலையம் ஒன்றுமாக காணப்பட்ட இரு வர்த்தக மையங்களுமே அவை. இவற்றைத் தனித்தனியே நோக்குவோம். இங்கு காணப்பட்ட மிகப்பெரிய சந்தை 4ஆம் கிராம சந்தை ஆகும். மூவின மக்களும் நிறைந்து வழிகின்ற சந்தையாகவும் நாவிதன்வெளி, உகணை, வெல்லாவெளி எனப் பல பிரதேச மக்கள் இலகுவாகவும் விலை குறைவாகவும் பொருட்களை வாங்குவதற்கு வசதியான ஒரு சந்தையாகவும் இது காணப்பட்டது. இது 1990ஆம் ஆண்டு ஏற்பட்ட வன்செயல் காரணமாக நிறுத்தப்பட்டிருந்தது. ஆனால் அது இன்று வரை மீள ஆரம்பிக்கப்படாமல் இருப்பது கவலை தருகின்றது. இதன் மூலம் ஜீவனோபாயம் நடாத்திய இக்கிராம மக்கள் மட்டுமன்றி எமது பிரதேசத்திற்கும் ஏற்பட்ட பாரிய நஷ்டம் இதுவாகும். நாவிதன்வெளி பிரதேச சபை மற்றும் இப்பிரதேச மக்கள் பிரதிநிதிகள் அந்தச் சந்தையை மீள ஆரம்பிக்க நடவடிக்கை எடுத்தால் எமது பிரதேச மக்களின் வாழ்வு வளம்பெறும் என்பது திண்ணம்.

அடுத்ததாக, இக்கிராமத்தில் காணப்பட்ட வர்த்தக மையம் சிகரெட் புகையிலை கூட்டுத்தாபனத்தினரின் மத்திய நிலையம் ஆகும். இது மிகப்பெரிய அளவில் புகையிலையை செய்கை பண்ணுதல் முதல் சந்தைப்படுத்தல் வரை பல வகை தொழிலாளர்கள், மேற்பார்வை அதிகாரிகள், குமாஸ்தாக்கள் என ஐம்பதிற்கும் மேற்பட்டோர் வேலை செய்த ஒரு நிறுவனமாகக் காணப்பட்டது. இதில் இக்கிராமத்தில் ஆண்கள், பெண்கள் எனப் பல்வேறு தரப்பினர் காலங்காலமாக தொழில் புரிந்து வந்தனர். இந்நிறுவனத்தின் மூலம் 4ஆம், 11ஆம், 15ஆம், 10ஆம், 13ஆம் கிராமங்களின் மக்கள் சிகரெட் புகையிலைத் தொழில் செய்து பாரிய செல்வமீட்டி வாழ்ந்து வந்தனர். இத் தொழில் அதிகமானோரின் ஜீவனோபாயத் தொழிலாகவும் காணப்பட்டது. இத்தகைய மக்களின் வாழ்வாதாரத் தொழிலைப் பற்றிச் சற்றேனும் சிந்திக்காத சில இனம் தெரியாத நபர்கள் ஒருதடவை அந்த நிறுவனத்தினைக் கொள்ளையிட்டுச் சூறையாடினர். அதன் விளைவாக அதன் தலைமை அதிகாரியான ஒரு அப்பாவி மனிதரும் தன் வேலையிலிருந்து பணி நீக்கம் செய்யப்பட்டதோடு பல நூற்றுக்கணக்கானோரின் ஜீவனோபாய தொழிலும் அன்றைய கொள்ளைச் சம்பவத்துடன் இல்லாமல் போனது.

இவை இவ்வாறிருக்க, இக்கிராம மக்கள் தமது விவசாயத்தொழில் பெற்றுக்கொண்ட நல்ல வருமானம் காரணமாக சீரும் சிறப்பாகவும் வாழ்ந்ததுடன் கலை, கலாசாரங்களையும் வளர்த்து வந்தனர். குறிப்பாக நாடகங்கள், வில்லுப்பாட்டு போன்ற நிகழ்வுகளைத் தயாரித்து மக்கள் முன் காட்சிப்படுத்தியதை இன்றும் பலர் நினைவு கூருவதைக் காண முடிகின்றது. அந்த வகையில் இப் பிரதேசத்தைச் சேர்ந்த திரு. வைரமுத்து கணேசன் அவர்கள் தானே பல நாடகங்களை எழுதி அவரே இயக்குநராகவும் நடிகராகவும் இருந்து பல நாடகங்களை அரங்கேற்றியதாகவும் கூறப்படுகிறது. இவரால் பிரம்மாண்டமான அளவில் தயாரிக்கப்பட்டதும் பல இடங்களில் அரங்கேற்றப்பட்டதுமான புகழ் பெற்ற நாடகம் "திருத்தொண்டர்" எனும் நாடகமாகும்.

இங்கே பல ஊர்களைச் சேர்ந்த, குறிப்பாக சேனைக்குடியிருப்பு, நற்பிட்டிமுனை, பாண்டிருப்பு, பெரியநீலாவணை, துறைநீலாவணை, கல்முனை, சொறிக்கல்முனை போன்ற ஊர்களைத் தாயகமாகக் கொண்டவர்கள் வாழ்கிறார்கள். இவர்கள் அனைவரும் தமிழர்களானாலும் குல மரபுகளால் வேறுபட்டவர்களாகத் தம்மை அடையாளப்படுத்திக்கொள்கின்றனர். உலகத் தமிழர் வரலாற்றில் தமிழரின் வீழ்ச்சிக்குக் காரணம் குலவேறுபாடுதான் என்பது இன்னும் பல தமிழர்களுக்குப் புரியாமலேயே உள்ளது.

தொடரும்...

எஸ். செல்வசிகாமணி,
ஓய்வுநிலை அதிபர், இறாணமடு

நேர்மையாக வாழ்வோம்

நேர்மை என்பது மனிதனின் உயர்ந்த நற்குணங்களில் ஒன்றாகும். மனித வாழ்க்கையின் அடிப்படை மதிப்புகளில் ஒன்றாகக் கருதப்படும் நேர்மை, நம் சொற்கள், செயல்கள் மற்றும் எண்ணங்களில் உண்மையையும் சுத்தத்தையும் பிரதிபலிக்கிறது. ஒரு மனிதன் உயர்வடைய வேண்டுமானால், கல்வி, செல்வம், திறமை போன்றவை அவசியமானவை என்றாலும், அவற்றை விட முக்கியமானது நேர்மை ஆகும். நேர்மை இல்லாத வாழ்க்கை நிலையானதல்ல, அது தற்காலிக வெற்றியை அளித்தாலும், நீண்ட காலத்தில் தோல்வியையே தரும்.

நேர்மை என்பது வெறும் பொய்யைச் சொல்லாமை மட்டுமல்ல, அது நம் மனசாட்சிக்கு ஏற்ப வாழ்வது ஆகும். ஒருவர் தனியாக இருக்கும்போதும், யாரும் பார்க்காத சூழலிலும், தன் நெறிமுறையைக் காக்கும் பண்பே உண்மையான நேர்மை. இதனால் மனிதனின் உள்ளம் சுத்தமாக இருக்கும். நேர்மை உள்ளவர்களுக்கு மனஅமைதி கிடைக்கும். அவர்கள் தவறு செய்தால் அதனை ஒப்புக்கொண்டு திருத்திக்கொள்ளும் துணிவும் இருக்கும். நேர்மையின் முக்கியத்துவம் மனித உறவுகளில் மிகவும் தெளிவாக தெரிகிறது. குடும்பம், நண்பர்கள், வேலைத்தளம் போன்ற அனைத்து இடங்களிலும் நம்பிக்கை என்பது உறவுகளின் அடித்தளமாகும். இந்த நம்பிக்கையை உருவாக்குவது நேர்மை தான். ஒரு நேர்மையான மனிதன் எப்போதும் மற்றவர்களால் மதிக்கப்படுவார். அவரின் சொற்கள் நம்பகமானதாக இருக்கும். அதனால், அவர் சமூகத்தில் நல்ல பெயரையும் நிலையான மதிப்பையும் பெறுவார்.

கல்வித் துறையிலும் நேர்மை மிக முக்கியமானது. மாணவர்கள் தேர்வுகளில் மோசடி செய்யாமல், தங்கள் சொந்த முயற்சியால் முன்னேற வேண்டும். இது அவர்களின் அறிவை வளர்க்கும். அது மட்டுமல்லாமல், நல்ல குடிமகனாக உருவாக உதவும். நேர்மையுடன் கல்வி கற்ற மாணவர்கள் எதிர்காலத்தில் நாட்டின் முன்னேற்றத்திற்கு முக்கிய பங்காற்றுவார்கள்.

வேலைத்தளங்களில் நேர்மை ஒரு பெரிய பலமாகும். ஒரு ஊழியர் தனது பொறுப்புகளை உண்மையுடன் நிறைவேற்றினால், அவர் மேலதிகாரிகளின் நம்பிக்கையைப் பெறுவார். நிறுவனங்களும் நேர்மையான ஊழியர்களை விரும்புகின்றன. ஏனெனில், நேர்மை நிறுவனத்தின் வளர்ச்சிக்கும் நம்பகத்தன்மைக்கும் அடிப்படையாகும்.

ஆனால், நேர்மையான வாழ்க்கை எப்போதும் எளிதாக இருக்காது. சில சமயங்களில் உண்மையைப் பேசுவது நமக்கு சிரமத்தை ஏற்படுத்தலாம். பொய்யைச் சொல்லுவது உடனடி நன்மையை அளிக்கக்கூடும். ஆனால், அது நிலையானது அல்ல. நேர்மை தற்காலிக இழப்புகளை தரலாம், ஆனால் அது இறுதியில் வெற்றியைத் தரும். அதனால், எந்த சூழலிலும் நேர்மையைக் கைவிடக்கூடாது.

நேர்மையை வளர்க்க சிறுவயதிலிருந்தே பழக்கப்படுத்த வேண்டும். பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள் குழந்தைகளுக்கு உண்மையின் மதிப்பை எடுத்துரைக்க வேண்டும். நல்ல கதைகள், வாழ்வியல் உதாரணங்கள் மூலம் நேர்மையின் முக்கியத்துவத்தை விளக்க வேண்டும். இதன் மூலம், சமூகத்தில் நேர்மையான மனிதர்கள் அதிகரிக்கலாம்.

முடிவாக, நேர்மை என்பது மனிதனின் உண்மையான செல்வமாகும். அது மனிதனை உயர்த்தும், சமூகத்தில் மதிப்பைப் பெறச் செய்யும். நேர்மை கொண்ட வாழ்க்கை நமக்கு அமைதியையும் மகிழ்ச்சியையும் அளிக்கும்.

எனவே, நாம் அனைவரும் எப்போதும் நேர்மையைப் பின்பற்றி வாழ முயற்சிக்க வேண்டும். “நேர்மை என்றால் நன்மை” என்ற பழமொழியை நினைவில் கொண்டு, உண்மையின் பாதையில் நிலைத்து நிற்பதே சிறந்த வாழ்க்கையாகும்.

தொகுப்பு :
K. தனுஸ்காந்
றோயல் சிறுவர் கழகம்,
சொறிக்கல்முனை - 03

நாவிதன்வெளி பிரதேசத்தின் மூத்த உலமா தஸ்தீக்(ஹாமி) அவர்கள் பற்றிய ஓர் அறிமுகம்

நாவிதன்வெளி சவளக்கடை, சாளம்பைக்கேணி-01 சேர்ந்த அஷ்ஷெய்ஹ் அப்துல் கரீம் தஸ்தீக் (ஹாமி, மதனி) அவர்கள் 5/60ஆம் இலக்க வீட்டில் அப்துல் கரீம் மற்றும் சீதா உம்மா (ஷைனப்) ஆகிய தம்பதிகளுக்கு 1979.09.08ஆம் திகதியன்று பிறந்தார். இவர் தனது ஆரம்ப கல்வியை வீரத்திடல் அல் - ஹிதாயா மகா வித்தியாலயத்தில் தரம் எட்டு வரை பயின்றுள்ளார்.

பின்னர் தனது மார்க்கக் கல்வியை கல்முனை அல்-ஹாமியா அறபுக் கல்லூரியில் 1993 தொடக்கம் 2000 வரை பயின்றார். அக்காலப் பகுதியில் O/L, A/L பரீட்சை அல்-ஆலிம், மற்றும் மௌலவி பட்டப் பரீட்சைகளில் முதல் தரத்தில் சித்தி பெற்றார். பின்னர் அதே கல்லூரியில் 2000 தொடக்கம் 2001 இறுதி வரை முழுநேர ஆசிரியராகப் பணியாற்றினார்.

பின்னர் 2002ஆம் ஆண்டு தனது மேற்படிப்புக்காக சவுதி அரேபியா மதீனா சர்வதேச இஸ்லாமிய பல்கலைக்கழகம் சென்று 2007ஆம் ஆண்டு தனது கற்கையைப் பூரணப்படுத்தினார்.

2008 தொடக்கம் 2011 கடைசிப் பகுதி வரை ரியாத் மாநகரில் உள்ள துமாமா தஃவா நிலையத்தில் தஃவா பணியில் ஈடுபட்டார். 2012 தொடக்கம் 2018 வரை அல் - ஹாமியா அறபுக் கல்லூரியில் பிரதி அதிபராகவும், 2018 தொடக்கம் 2025 வரை அதிபராகவும் பணியாற்றினார்.

அது மட்டுமின்றி 2012 தொடக்கம் 2025 வரை தாருல் ஹுதா மகளிர் அறபுக் கல்லூரியின் பகுதி நேர விரிவுரையாளராகப்

பணியாற்றி, தற்போது முழு நேர விரிவுரையாளராகப் பணியாற்றி வருகிறார்.

2014 தொடக்கம் தாருல் ஹிக்மா பகுதி நேர கலாபீடத்தின் ஸ்தாபக பணிப்பாளராகவும், தற்போதைய தலைவராகவும் பணியாற்றி வருகிறார்.

மேலும், பல வருடங்களாக மஜ்லிஸுத் தஃவா என்ற தஃவா மையத்தின் முன்னாள் தலைவராகவும், சவளக்கடை மத்திய முகாம் உலமா சபையில் பத்து வருடங்களுக்கு மேலாக தலைவராகவும் உள்ளார் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இவர் தனது பணியினை மதம் சார்ந்த வகையிலேயே முன்னெடுத்து வருவது பாராட்டத்தக்கது.

ஏ. ஏ. ஏ.அஸீம்,
ஏ. எல். எம்.ஷினாஸ், என். நீலேந்திரன்,

නාවැලි NAAVELI நாவெளி

பிரதேச செயலக மாதாந்த இலத்திரனியல் சஞ்சிகை

நாவிதன்வெளி பிரதேச செயலகத்தினால் மாதாந்தம் தொடர்ச்சியாக வெளிவருகின்ற நாவெளி மின்னிதழுக்கு ஆர்வமுள்ளவர்களிடம் இருந்து ஆக்கங்கள் எதிர்பார்க்கப்படுகின்றன.

பின்வரும் தலைப்புகளில் ஆக்கங்களை அனுப்ப முடியும்.

- வாழ்வியல் தத்துவம்
- பொருண்மியம்
- உலக அரசியல்
- கதைச் சாளரம் (சிறுகதை, மர்மத் தொடர்)
- அறிவுக்களஞ்சியம்
- மாணவர் அரங்கம்
- கல்வி, சட்டம் கற்போம்
- மனிதம் அல்லது மானுடம்
- விளையாட்டும் தேகாரோக்கியமும்
- கதம்பம் - (சமையல் கலை / அழகும் ஆரோக்கியமும் / வீட்டுக் குறிப்பு)
- பெண்ணியம்
- மருத்துவமும் நாமும்
- கவிதைச்சாரல் (மரபுக்கவிதை, நவீன கவிதை, ஹைக்கூ)

கவனிக்க வேண்டியவை:

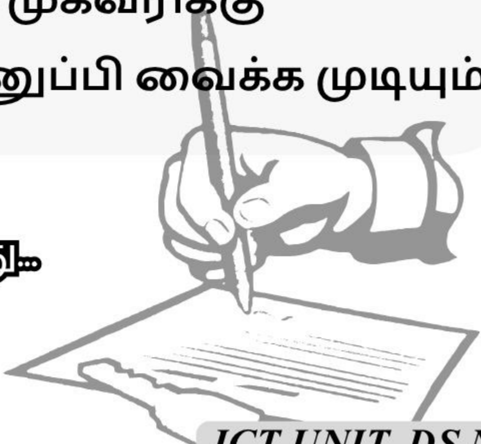
- ஒரு ஆக்கம் வேறு ஏதேனும் பிரசுரிப்பில் வந்திருந்தால், அதன் மறு பிரசுரம் என்பதை தாங்கள் உறுதிப் படுத்தல்.
- தகவலுக்கான பொறுப்பினை தாங்கள் எடுத்தல்.
- உத்தியோகப் பற்றற்ற, சந்தேகத்திற்கு இடமான தகவல் என நீங்கள் கருத்துமிடத்து, அதனை எமக்கு அனுப்பாதிருத்தல்.
- ஆக்கமும், ஆக்கம் தருபவர் பெயரும், தங்களிடம் எதிர் பார்க்கப்படும்.
- சஞ்சிகைக் குழுவின் இறுதித் தீர்மானத்தின் படி ஆக்கங்கள் பிரசுரிக்கப்படும்.

தங்கள் ஆக்கங்களின் மென்பிரதிகளை (Soft Copy)

▶ 0755424333 எனும் WhatsApp இலக்கத்திற்கு

▶ it@navithanveli.ds.gov.lk எனும் மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு

ஒவ்வொரு மாதமும் 15ஆம் திகதிக்கு முன் அனுப்பி வைக்க முடியும்.



உங்கள் ஆதரவை எதிர்பார்த்து...
என்றும் அன்புடன்,
மின்னிதழ் குழு.

ICT UNIT, DS.NV